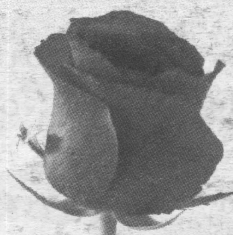
ઘર કરી ગયેલા ક્રોધને
ધરમૂળથી ધમરોળી નાંખતી

પોલિસી

પંન્યાસ યશોવિજય

ઘર કરી ગયેલા ક્રોધને ઘરમૂળથી ધમરોળી નાંખતી

પોલિસી



પંન્યાસ યશોવિજય

: પ્રકાશક :-

શ્રી દિવ્યદર્શન ટ્રસ્ટ

૩૯, કલિકુંડ સોસાયટી, મફલીપુર ચાર રસ્તા પાસે,

ધોળકા-૩૮૭૮૧૦. જિ.અમદાવાદ. ફોન : ૦૨૭૧૪-૨૨૫૪૮૨

-: પ્રાપ્તિસ્થાન :-

(૧) પ્રકાશક

(૨) **શ્રી શિરીષભાઈ સંઘવી**
૭૦૨, રાધાકુંજ, વીટી સ્કૂલની સામે,રામચંદ્ર લેન, મલાડ (વેસ્ટ), મુંબઈ-૪૦૦૦૬૪.
મો.૯૮૯૨૮૭૦૭૯૦

(૩) **શ્રી સતીષભાઈ બી. શાહ**
૫, મૌલિક ફલેટ્સ,
ઓપેરા ફલેટ્સની સામે,
સુખીપુરા, પાલડી, અમદાવાદ.
મો.૯૮૨૫૪૧૨૪૦૨

(૪) **શ્રી મહેન્દ્રભાઈ ઝવેરી**
૫૦૨, સંસ્કૃતિ કોમ્પ્લેક્ષ,
અતિથિ ચોકની પાસે,
કાલાવાડ રોડ, રાજકોટ-૩૬૦૦૦૧
મો.૯૮૨૫૧૬૮૮૩૪

(૫) **શ્રી યશવંતભાઈ શાહ**
એ/૧૦૫,આદિનાથ એપાર્ટમેન્ટ,
૨૮૧, તારદેવ રોડ,
માતૃમંદિરની સામે, ગ્રાન્ટ રોડ,
મુંબઈ-૪૦૦૦૦૭.
મો. ૯૮૨૦૧૭૫૫૪૫

મો.

(૬) **શ્રી સુનિલભાઈ વોરા**
૮/૧૫૨૮, ચંદન પૂજાજોડ,
ગોપીપુરા મેઈન રોડ,
પોલિસ ચોકીની સામે, સુભાષચોક,
ગોપીપુરા, સુરત-૩૯૫૦૦૧.
મો. ૯૪૨૬૮૬૫૦૧૦

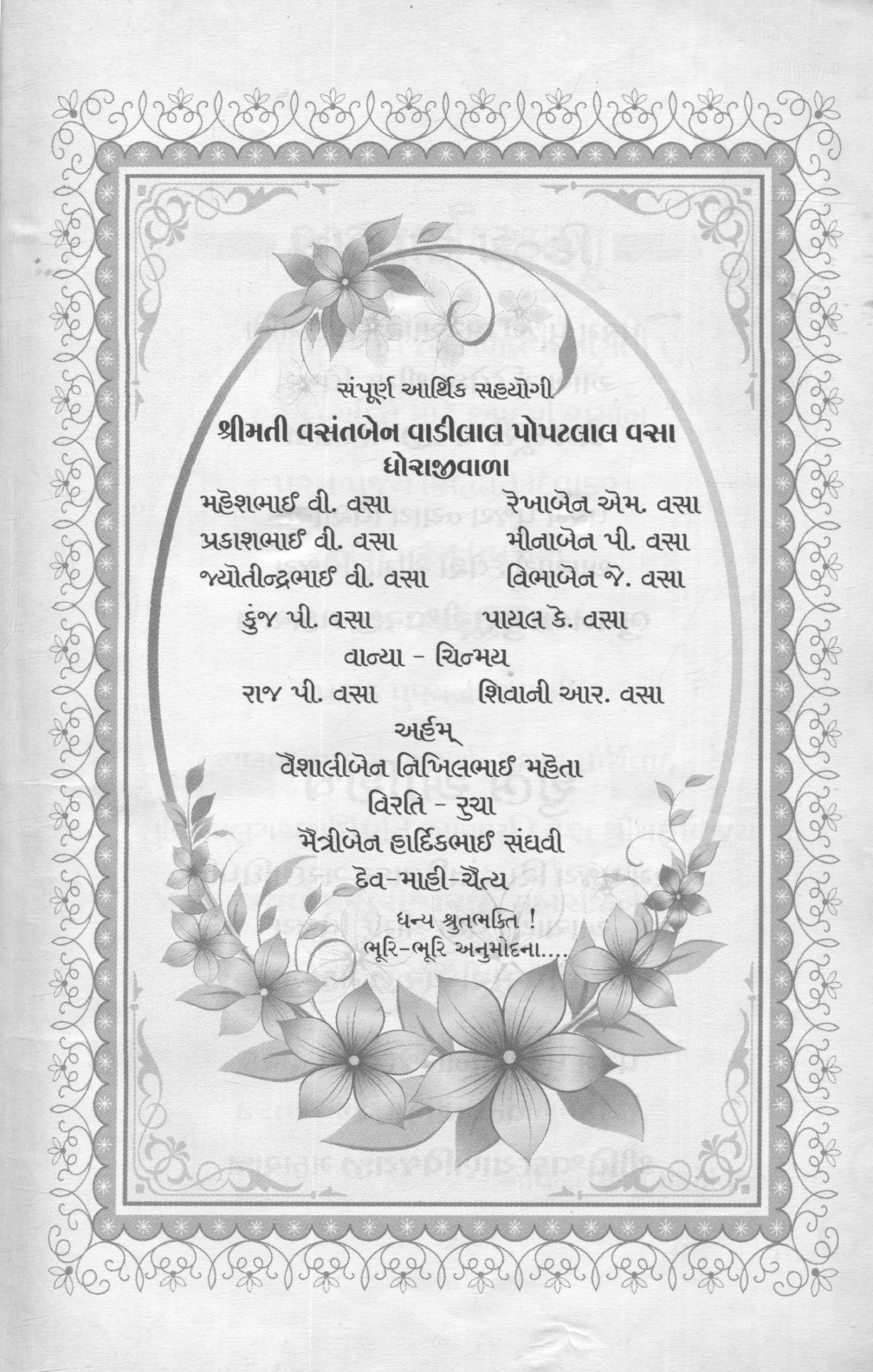
* પ્રથમ આવૃત્તિ - ડિસેમ્બર ૨૦૧૩ - ૫૦૦૦ પ્રતિ
* દ્વિતીય આવૃત્તિ - જાન્યુઆરી ૨૦૧૪ - ૫૦૦૦ પ્રતિ
* તૃતીય આવૃત્તિ - માર્ચ ૨૦૧૪ - ૨૦૦૦ પ્રતિ
* ચતુર્થ આવૃત્તિ - એપ્રિલ ૨૦૧૪ - ૬૦૦૦ પ્રતિ

* વિ. સં. : ૨૦૭૦, વી.સં. : ૨૫૪૦

* મૂલ્ય : ₹ ૭૦/-

© સર્વ હક્ક શ્રમણ પ્રધાન જૈન સંઘને આધીન છે.

ટાઈપસેટીંગ : શ્રીપાર્શ્વ કોમ્પ્યુટર્સ, અમદાવાદ. મો.૯૯૦૯૪૨૪૮૬૦
મુદ્રક : શિવકૃપા ઓફસેટ, અમદાવાદ. મો.૯૮૯૮૦૩૪૭૯૯



સંપૂર્ણ આર્થિક સહયોગી

શ્રીમતી વસંતબેન વાડીલાલ પોપટલાલ વસા

ધોરાજીવાળા

મહેશભાઈ વી. વસા — રેખાબેન એમ. વસા

પ્રકાશભાઈ વી. વસા — મીનાબેન પી. વસા

જ્યોતીન્દ્રભાઈ વી. વસા — વિભાબેન જે. વસા

કુંજ પી. વસા — પાયલ કે. વસા

વાન્યા - ચિન્મય

રાજ પી. વસા — શિવાની આર. વસા

અર્હમ્

વૈશાલીબેન નિખિલભાઈ મહેતા

વિરતિ - રુચા

મૈત્રીબેન હાર્દિકભાઈ સંઘવી

દેવ-માહી-ચૈત્ય

ધન્ય શ્રુતભક્તિ !

ભૂરિ-ભૂરિ અનુમોદના....

દિવ્ય આશિષ

પરમ પૂજ્ય સચ્ચારિત્ર ચૂડામણિ
આચાર્ય દેવેશ શ્રીમદ્ વિજય
પ્રેમસૂરીશ્વરજી મહારાજા

પરમ પૂજ્ય ન્યાય વિશારદ
આચાર્ય દેવેશ શ્રીમદ્ વિજય
ભુવનભાનુસૂરીશ્વરજી મહારાજા

શુભ આશિષ

પરમ પૂજ્ય સિદ્ધાંતદિવાકર ગચ્છાધિપતિ
આચાર્ય દેવેશ શ્રીમદ્ વિજય
જયઘોષસૂરીશ્વરજી મહારાજા

પરમ પૂજ્ય પૂના જિલ્લા ઉદ્ધારક
પંન્યાસ પ્રવર
શ્રીવિશ્વકલ્યાણવિજયજી મહારાજા

સમર્પણમ્

ક્રોધ ઉપર વિજય મેળવવા માંગતી

હરેક વ્યક્તિ માટે આદર્શ સમાન

પરમ પૂજ્ય સિદ્ધાંત દિવાકર

મારા પરમ ઉપકારી

મારા પરમ હિતૈષી

પ્રચંડ પુણ્યના સ્વામી

સબળ-સફળ-સમર્થ-શ્રમણસાર્થવાહ

સુવિશાલગચ્છાધિપતિ આચાર્ય દેવેશ શ્રીમદ્ વિજય

જયઘોષસૂરીશ્વરજી મહારાજાના

કરકમલમાં

આ પુસ્તક સમર્પિત

કરતા અનહદ આનંદ અનુભવું છું.

- આપનો શિશ્રુ યશોવિજય

પ્રકાશકીય વક્તવ્ય

અમારા ટ્રસ્ટ તરફથી ખૂબ જ લોકપ્રિય નીવડેલ, પૂજ્યપાદ ગુરુદેવ સ્વ. ગચ્છાધિપતિ આચાર્ય દેવેશ શ્રીમદ્ વિજય **ભુવનભાનુસૂરીશ્વરજી** મહારાજની કલમથી આલેખાતું **શ્રીદિવ્યદર્શન સાપ્તાહિક** સૌપ્રથમ પ્રગટ થયું. ત્યારથી શાસ્ત્રાનુસારી લોકપ્રિય અને લોકભોગ્ય સાહિત્ય પ્રકાશિત કરવાનો અમૂલ્ય લાભ અમારા ટ્રસ્ટને મળતો જ આવ્યો છે. આજ સુધીમાં અનેક લોકપ્રિય પુસ્તકોની હારમાળા અમે પ્રકાશિત કરી ચૂક્યા છીએ. આજે તે માળામાં એક મઘમઘતા પુષ્પનો સમાવેશ થવા જઈ રહ્યો છે. પૂજ્ય પંન્યાસપ્રવર શ્રીયશોવિજયજી મહારાજના લોકપ્રિય બનેલા, ક્રોધ ઉપર વિજય મેળવવા માટેની પોલિસીના પ્રવચનો આજે ખૂબ જ સરસ રીતે પુસ્તકરૂપે પ્રકાશિત થઈ રહ્યા છે. આ પુસ્તક પ્રકાશિત કરતાં અમને અપૂર્વ આનંદ છે...

બસ, આવા લાભો અવિચ્છિન્ન મળ્યા રહે એ જ પ્રાર્થના...

ચતુર્થ આવૃત્તિ વેળાએ....

અત્યંત આનંદની વાત છે કે ખૂબ જ ટૂંકા સમયમાં આ ચતુર્થ આવૃત્તિ પ્રકાશિત કરવા અમે મજબૂર થયા છીએ. આ આવૃત્તિનો સંપૂર્ણ લાભ ઉદારદિલ શ્રીમતી વસંતબેન વાડીલાલ વસા પરિવારે લઈને અદ્‌ભુત શ્રુતભક્તિ દાખવી છે.... ધન્યવાદ. અઢારે આલમની જનતાએ ઉમળકાભેર આ પુસ્તકને વધાવ્યું છે. તે સહુ વાચકવર્ગના અમે આભારી છીએ. આ જ પ્રતિભાવ કાયમી બની રહો.. એ જ.

લિ.

શ્રી દિવ્યદર્શન ટ્રસ્ટ વતી

કુમારપાળ વી. શાહ

'પોલિસી' : એક અનોખો ઉપહાર

ચાતુર્માસમાં સવારના એક કલાકના પ્રવચનમાં પંન્યાસ પ્રવર પ.પૂ. યશોવિજયજી મ.સા.ને શ્રોતાઓ ગુરુવંદના કરી લે, ત્યાર બાદ મ.સા.ની વાણીનો ધીરગંભીર પ્રવાહ વહેતો થાય. અદ્‌ભુત વિષય વૈવિધ્યની સાથે કહેવાના તાત્પર્યને બરાબર નિશાન ઉપર લગાડવા દાખલા-ઉદાહરણોનો આશ્રય લે અને વાતના વિષયને શીરાના કોળિયાની જેમ ગળે ઉતારી નાંખે... રોજ નવી વાત, નવા દાખલા/દૃષ્ટાંતો આપવા અને રોજ વિશાળ જનસમુદાયને જકડી રાખવું એ સહેજ પણ સહેલું કામ નથી. તાર્કિક દલીલો સાથે નીતિ શાસ્ત્ર, વ્યવહાર શાસ્ત્ર, ધર્મશાસ્ત્ર અને મનોવિજ્ઞાનશાસ્ત્ર સાથે નીર-ક્ષીર વિવેક દૃષ્ટિ, જટાયુ વૃત્તિ અને નીતરતી સજ્જનતાના પાઠ જીવનમાં ઉતરે એ આ એક કલાકના પ્રવચનનું મુખ્ય લક્ષ્ય રહ્યું.. સંખ્યાબંધ વિષયોને, તેના બોધને યાદ રાખવા માટે મ.સા. સંક્ષિપ્તમાં 'પોલિસી' નું નામ આપે. આવી ૭૦ પોલિસીઓનું આ પુસ્તક એ મ.સા.ની યશકલગીઓમાં એકનો વધારો કરનારું બની ગયું છે.

કામ કરવાની રીત-વહિવટ કે નીતિની અર્થછાયા અંગ્રેજી શબ્દ ''પોલિસી'' માં પ્રતિબિંબિત થાય છે. ખાનગી કંપનીઓ અને જાહેર

સાહસો-રાજકીય પક્ષો- સત્તાધારી એકમો- રાજ્યો અને રાષ્ટ્રો પોતાની વિવિધ મુદ્દાને સ્પષ્ટ કરતી - પોલિસીઓ જાહેર કરતા હોય છે. ઘણીવાર એવું પણ જોવા મળતું હોય છે કે જમીની વાસ્તવિકતા સાથે પોલિસીનો મેળ ખાતો નથી. એથી પોલિસી માત્ર કાગળ ઉપર જ રહી જાય છે. ઉમદા ઉદ્દેશ્યોને પહોંચી વળવા માટે પોલિસી મેકરો-નીતિ ઘડનારાઓ પાસે જો દૂરંદેશીપણું ન હોય - ઈરાદાઓની સ્પષ્ટ સમજણ ન હોય અને પોલિસીઓની નેક ભાવનાની આડમાં શઠતા કે લુચ્ચાઈ જોઈ શકાતી હોય તો આવી પોલિસીઓ નિષ્ફળ જાય એ સ્વાભાવિક છે. જ્યારે 'પોલિસી'ના આ પુસ્તકમાં પૂ.મ.સા. વિદ્વત્તા સાથે રોગ અને તેના નિરાકરણના જે સૂચનો વ્યક્ત કરે છે, એમાં એમના ત્રણ દાયકાથી વધારેના સાધુ જીવનનો નિચોડ આવી જાય છે. અધ્યાત્મ જગતના આ નાડપારખું.. ના શાસ્ત્રના ઉંડા અભ્યાસ ઉપર થયેલ ચિંતનનું નવનીત આ પુસ્તકના પાને પાને જોવા મળે છે.

અહીં ૭૦ પોલિસી પૂ.મ.સા.ની પંડિતાઈ પ્રચુર કસાયેલી કલમે પ્રસ્તુત છે. એનું વાંચન-મનન એ વ્યવહારુ સાંસારિક જીવનને શુદ્ધ-સાત્ત્વિક બનાવવા પૂરતું સીમિતમાત્ર નથી, પરંતુ આધ્યાત્મિક જગતમાં પ્રવેશવા માટેની પ્રાથમિક શરતો પૂર્ણ કરવા માટે અત્યંત મહત્ત્વનું બની જાય છે. પરમ તત્ત્વને પામવાની ખેવના કોને ન હોય ? પણ શૂરવીરોના આ રસ્તે ચાલવા માટેની જે પૂર્વ તૈયારીઓ અથવા કહો કે પૂર્વ લાયકાતો તો કેળવવી જ રહી ને ! હંમેશા ધર્મે ત્યારે ત્યારે માથું નીચું કર્યું છે, જ્યારે જ્યારે લાયકાત મેળવ્યા વગર જ આ રસ્તે ચાલવાની કોઈએ કોશિશ કરી છે... ધર્મ ત્યારે વગોવાય નહીં જ્યારે વ્યક્તિના વાણી-વ્યવહાર અને વર્તનમાં એકરૂપતા હોય. આ ૭૦ પોલિસીઓ આનંદસાગરના, પરમતત્ત્વને પામવાના-સર્જનહારના સાંનિધ્ય માટેના શુદ્ધ ધર્મના આચરણના જ્યાંથી શ્રીગણેશ થાય છે એવા રસ્તાના દ્વાર ખોલી નાખે છે.. જે રસ્તો પરમ તેજ-તત્ત્વ કે પરમ લક્ષ તરફ લઈ જાય છે - આ પોલિસી એ રસ્તા ઉપર વ્યક્તિને ખડો કરી નાંખે છે - જ્યાં "આપનું હાર્દિક સ્વાગત છે" - કહી ધર્મસત્તાના પ્રતિનિધિઓ રાહ જોતા ઉભા છે. વ્યવહાર શુદ્ધતા-આચાર

શુદ્ધતા-વિચાર શુદ્ધતાનું વિશેષ મહત્ત્વ એટલે જ તો આપણા પૂર્વસૂરિશ્રીઓએ વારંવાર ઉચ્ચાર્યું છે.

'પોલિસી' - પુસ્તકના પ્રકરણોમાં કોઈને પોતાની મૂંઝવણનું માર્ગદર્શન મળે છે, શંકાનું સમાધાન દેખાય છે, તો કોઈને પોતાની માન્યતાનું સમર્થન કે ખંડન જોવા મળે છે. નિરાશા, હતાશા કે નિષ્ફળતાને ટીંગાળવાની ખીંટી જોવા મળે છે. સત્ય-અર્ધસત્ય અને અસત્ય વચ્ચેના ભેદ પારખવાની દૃષ્ટિ મળે છે. આ પુસ્તક આશ્વાસન અને ઉત્સાહ આપનારું, લોલક જેવી સ્થિતિમાં રાચતા મનને દિશા સૂચન કરનારું તો પૂર્વેના ધર્મગુરુ કે ગુરુ ભગવંતના કથનમાં વિશ્વાસના ખીલા ખૂંચાડનારું બની રહ્યું છે. 'પોલિસી' સંસ્કાર સિંચન માટેનું શ્રેષ્ઠ સાધન બન્યું છે.

ક્યાંક અકલ્પનીય વળાંક લેતું દૃષ્ટાંત, તો ક્યાંક મૂંછમાં હસાવી જતો વ્યંગ તો ક્યાંક કરુણાંતિકા તો ક્યાંક પ્રસંગના અંત તરફ વાચક ને ઢસડી જતો તેજીલો પ્રવાહ, છેવટે તો મૂળભૂત હેતુ ઉપર વિજય ધ્વજ ફરકાવી જાય છે.

પૂ.મ.સા. આમ જોવા જઈએ તો ઝાડની ઓથે - એંધાણીએ ચન્દ્રદર્શન કરાવવાનું લક્ષ્ય ધરાવે છે. આપણાં સૌનો એ અનુભવ છે કે ક્ષિતિજમાં બીજના ચન્દ્રને શોધવા ગોથા ખાતી વ્યક્તિને એક વખત ચન્દ્ર દર્શન થઈ જાય બાદ એની નજર ત્યાંજ જશે જ્યાં ચન્દ્ર છે. તકલીફ તો પ્રથમ વખત ચન્દ્રને જોવા માટેની છે. પછી તો દૃષ્ટિ જ ત્યાં સ્થિર થશે.. પ.પૂ. **બાબુભાઈ રાણપરા** (પૂ.દયાળુ) વાતચીતમાં કહેતા હોય છે કે - **''ગમ ન પડે તોય ગોતો, જડી જશે.''**

૭૦ પોલિસીઓનું સતત વાંચન વ્યક્તિઘડતરમાં - ચારિત્ર્ય નિર્માણમાં અને જવાબદાર, સજ્જન, ગણમાન્ય વ્યક્તિ બનવા માટે પૂરતું છે. મિત્રો ! મહેંદી વેંચનારા પોતાના હાથને ક્યાં રંગ લગાવે છે ? એવી જ રીતે માનવ અવતારનું મૂળભૂત લક્ષ - અધ્યાત્મ જગતના શિખરે પહોંચવાનો રંગ તો આ પુસ્તકના વાંચન માત્રથી આપોઆપ લાગી જ જાય છે.

જ્યારે મુંદરા તપગચ્છ જૈન ઉપાશ્રયમાં પૂ.મ.સા. આ પોલિસીઓ

ઉપર પ્રવચન આપતા ત્યારે બાદમાં એ પ્રસંગની ચર્ચા નગરમાં આખો દિવસ થયા કરતી. વિષય અનુરૂપ સંખ્યાબંધ દાખલાઓ- ઐતિહાસિક તથ્યો આપી ક્ષમા-ઉદારતા-શુભસંકલ્પો-પ્રેમ-ભક્તિ-મૃદુતા-અહિંસા-સંતોષ-દયા-આનંદ-શાલિનતા સહિતના ઈષ્ટ ગુણોને જીવનમાં કેમ પાંગરવા દેવા, જ્યારે ઈર્ષ્યા-લોભ-ખૂન્નસ-ક્રોધ-અદેખાઈ-શઠતા-તિરસ્કાર-હિંસા-વૈર જેવા અનિષ્ટ તત્ત્વોને જીવનમાંથી કેમ ખદેડી નાખવાની જે વાત પૂ.મ.સા. કરે છે એ માત્ર જૈનો પૂરતી સીમિત નથી, પરંતુ માતૃભૂમિને પરમ વૈભવ ઉપર લઈ જવા માટેના-રાષ્ટ્ર નિર્માણની વિભાવનાના ટગમગ થતા દીવામાં ઘી પૂરવા સમાન બની જાય છે.

અધ્યાત્મ જગતની વાત શિક્ષણ સંસ્થાઓ તરફથી થવી જોઈએ.. કમનસીબે એવું થયું નથી... રમકડાં બનાવતી - લીયો કંપનીના ૧ થી ૫ વર્ષની ઉંમરના બાળકો કયું રમકડું સૌથી વધુ પસંદ કરે છે ના સર્વેમાં બહાર આવ્યું છે કે - રિવોલ્વર... કંપનીના વર્તુળો જ નહીં પણ સમાજશાસ્ત્રીઓ સર્વેના આ તારણથી ચોંકી ઉઠ્યા... જ્યારે સામા છેડે આશ્વાસન લેવા જેવું એ છે કે હજુ દેશમાં-સમાજમાં યશોવિજયજીઓ વિદ્યમાન છે. અંધકારમાં એક પ્રકાશ જેવી વાત એ છે કે ધર્મ શાસ્ત્રો જે વાત હજારો વર્ષથી કરે છે એ જ વાતોને સમર્થન વૈજ્ઞાનિકોની પ્રયોગશાળાઓ આપતી થઈ છે.

ફરીથી મૂળ મુદ્દા ઉપર આવીએ તો ૭૦ પોલિસી પ્રસ્તુત - 'પોલિસી' પુસ્તકમાં અધ્યાત્મ-ધર્મજગતમાં ડગ માંડનારા સૌને માટે લગભગ રજા લઈ ચૂકેલી સંવેદનાનું પુનઃ સ્થાપન કરશે જ. સાથેસાથે ચોધાર આંસુએ રડતી કોઈ વ્યથિત વ્યક્તિને ખભે હાથ મૂકતાં જો મારી અને તમારી આંખના ખૂણાં ભીના થાય તો પણ પૂ.યશોવિજયજી મ.સા. નો જબ્બર પુરુષાર્થ લેખે લાગશે.

પૂ.મ.સા. ના મુંદરા (કચ્છ) ના ચાતુર્માસ દરમ્યાન અનેક ઐતિહાસિક સુવર્ણપૃષ્ઠો લખાયા છે. 'પોલિસી' નું વારંવાર વાંચન કરવાથી જીવન માં તેનું અમલીકરણ આપોઆપ થઈ જ જતું હોય છે. પુસ્તકને સળંગ વાંચવાની પણ જરૂર નથી. ગમે તે પોલિસી ગમે ત્યારે, ગમે તે સ્થળે અને સમયે વાંચી શકાય છે. પણ - ''ગમે તેમ'' વાંચવું

નહીં. ભલે થોડું વંચાય, પણ વાંચેલા પ્રકરણનો મર્મ બરાબર સમજાય એટલું ધ્યાન રાખવું જરૂરી છે. પુસ્તક પારકી છટ્ઠીના જાગતલ જરૂર બનાવશે, માનવીય ગુણોના માણેક સ્તંભનું સ્થાપન જીવનમાં એકવાર થઈ ગયું તો પણ મિત્રો ! મારો કાળિયો ઠાકર એ પછીની મોજ એની મેળે કરાવશે.

ક્ષણાર્ધનો ક્રોધ સંબંધો બગાડી નાખવા માટે પર્યાપ્ત છે. ક્રોધથી બચી કેમ શકાય... ક્રોધને ટાળી કેમ શકાય... અને ક્રોધને પચાવી કેમ શકાયના કીમિયા આ ''પોલિસી'' દ્વારા મ.સા. રજુ કરે છે. ક્રોધ એ લીલી આંખવાળો શેતાન છે. અનુભવે કહી શકાય કે હિંસક ઘટનાના મૂળમાં તો ક્રોધ સાથે બોલાયેલું માત્ર એકાદ વાક્ય જ હોય છે. બહુ ઝડપથી ક્રોધનો આથો આવી જતી વાતચીત અપશબ્દ અને બાદમાં હાથાપાઈમાં પરિણમે છે. વિષનું વાવેતર એક વખત થઈ ગયા બાદ ક્યારેક તેના પડછાયા પેઢીઓ સુધી લંબાય છે. મિત્રોની ભાઈબંધી-પેઢીના ભાગીદારો-પ્રસન્ન દાંપત્ય જીવન અને પડોશીઓ સાથેના સંબંધોને વણસાવવા એ ક્રોધ માટે ડાબા હાથનો ખેલ છે. ''પોલિસી'' પુસ્તકમાં ક્રોધને કાંઠલેથી પકડીને દબોચી કેમ નાખવો એના વ્યવહારુ અને પરિણામલક્ષી નુસ્ખા કે ઉપાયો બતાવાયા છે. યુદ્ધની તૈયારી શાંતિના સમયમાં થાય... મન સ્વસ્થ અને શાંત હોય ત્યારે એકાગ્ર ચિત્તે પુસ્તકનું વાંચન થાય તો કેળવાયેલી સમજ જ ક્રોધથી બચાવી શકશે.

પુસ્તકના લેખક કરતાં પ્રસ્તાવના લખનાર વિદ્વાન હોવો જોઈએ એ વણલખાયેલા નિયમનો અહિં ભંગ થાય છે, જેને માફ કરવા વાચકોને વિનંતી કરું છું... પૂ.મ.સા.ના ઋણના ભારના કારણે ના પાડવાની ક્ષમતા રહી નથી... લખાણમાં ચૂક થઈ હોય તો સર્વેને મિચ્છામિ દુક્કડમ્..

પૂ.મ.સા.ના સાંનિધ્યનો અલ્પ લાભ મળ્યો છે. ''ઉંમર ઉછીની આપી શકાતી હોત તો ?'' નો પ્રશ્ન ઘૂમરાયા કરે છે.

- અશ્વિન ઝિંઝુવાડિયા

તા.૧૬-૧૧-૨૦૧૩, શનિવાર,
મુંદ્રા, કચ્છ

અંતરની વાત....

જામનગર-પાઠશાળા સંઘમાં શાસ્ત્રવાર્તાસમુચ્ચય ગ્રંથ ઉપરના ચાતુર્માસિક પ્રવચનો ચાલી રહ્યા હતા, જેમાં ક્રોધ અંગેની વાત નીકળી. પૂ. હરિભદ્રસૂરિ મહારાજે પ્રારંભિક શ્લોકમાં જ ચાર કષાયો ઉપર વિજય મેળવવાની વાત આલેખી છે. તેના અનુસંધાનમાં, વર્તમાનકાળના અનેક લોકોની અને મારી પણ નબળી કડી તરીકે ક્રોધ લક્ષ્યમાં આવતા, પ્રવચન દરમ્યાન સવિશેષ રીતે ક્રોધની ભયાનકતા દર્શાવી. પ્રવચન બાદ એક ભાઈ મને મળ્યા, મને વાત કરી કે - 'સાહેબ ! ક્રોધની ભયાનકતા અંગે ઘણું જ વાંચ્યું, સાંભળ્યું છે ... આ ક્રોધના પ્રત્યક્ષ નુકસાનો પણ અનુભવ્યા છે. છતાં હજી ક્રોધની હકાલપટ્ટી કરવામાં સફળતા નથી મળી. કંઈક એવું બતાવો કે ક્રોધ થતો હોય ત્યાં જ મગજમાં તે ઉભરી આવે, કંઈક પ્રેકટીકલ ઉપાય બતાવો, જેનું કંઈક પરિણામ તુરંતમાં જ મળે...'

મને પણ એમની વાત વ્યાજબી લાગી. અને બીજા દિવસે પ્રવચનમાં જે રજૂ થયું તેનું નામ - પોલિસી. તે વર્ષે તો થોડીક જ પોલિસી પ્રવચનમાં જણાવી. છતાં તે નુસખો સહુને ગમ્યો. ઘણાએ તરત જ તેનો અમલ પણ કર્યો, અને સફળતા પણ મેળવી. પછી રાજકોટ, ભુજ, મુંદ્રામાં પણ ચાતુર્માસ દરમ્યાન પોલિસી ઉપરના પ્રવચનો લોકોને ખૂબ અસરકારક લાગ્યા. વ્યાખ્યાન દરમ્યાન ઘણા શ્રોતાઓ મહદંશે તેની નોંધ પણ કરતા. ત્યારથી જ 'પોલિસી' ના

પુસ્તકની માંગણી પણ શરૂ થઈ. પરંતુ સતત તે માંગણી હું ઠુકરાવતો રહ્યો, સમય-સંયોગનો ત્યારે સાથ ન હતો માટે જ સ્તો. વૈકલ્પિક રસ્તા રૂપે પ્રવચનોના પુસ્તકની ઝેરોક્ષ જિજ્ઞાસુઓ અરસપરસ કરી લેતા. છતાં તેઓની માંગણી સતત ચાલુ જ હતી.

પોલિસીનો પ્રકર્ષ પાંગર્યો ભુજ ચાતુર્માસમાં. અત્રે પ્રસ્તુત '૭૦' પોલિસી ઉપર લગભગ ૭૦ દિવસ સુધી પ્રવચનો ત્યાં ચાલ્યા. ભુજ ચાતુર્માસમાં આ પોલિસી અંગેના પુસ્તકની માંગણી પ્રબળ બની. તે દરેક પ્રવચનોમાં નોટ-પેન લઈને હાજર રહેનારા શ્રુતપ્રેમી ઉદારદિલ **શ્રીરમણિકભાઈએ** તો પ્રથમ આવૃત્તિ વેળાએ પુસ્તકના આર્થિક સૌજન્યનો લાભ આપવાની વિનંતિ પણ કરી દીધી કે જ્યારે પુસ્તકનું મંગલાચરણ પણ મેં કર્યું ન હતું કે તેવી ધારણા પણ નહોતી રાખી. પ્રવચનોની સરસ નોટ તૈયાર કરનાર એક ભાઈ મને નોટ પણ આપી ગયા, પુસ્તક બનાવવા કામ આવશે તે વિચારે !

મુંદ્રા ચાતુર્માસ દરમ્યાન પણ આ વિષય આવ્યો. વરિષ્ઠ પત્રકાર શ્રીઅશ્વિનભાઈ ઝિંઝુવાડીયા, શાસ્ત્રીજી સમેત અનેક જૈનેતર ધર્મપ્રેમી જનતા તરફથી વારંવાર માંગણી આવતી જ રહી કે - આપના આ પ્રવચનનું પુસ્તક બનાવો અને અમને આપો... આખરે આ પુસ્તકનું કાર્ય હાથ ઉપર લીધું. 'પોલિસી' પુસ્તક ખૂબ જ વ્યાપક ફલકમાં ક્રોધનો પરિચય કરાવે છે, કેટલીક પોલિસી ક્રોધ આવે તે પહેલા જ તેને દૂર કરવાના ઉપાયો સૂચવે છે, તો કેટલીક ક્રોધ થઈ ગયા બાદ જાળવવા જેવી સાવધાની સૂચવે છે, કોઈક પોલિસી ક્રોધની ભયાનકતા દર્શાવે છે, તો કોઈક પોલિસી ક્રોધની નબળી કડીને દર્શાવી, તેને પરાસ્ત કરવાનો રસ્તો દર્શાવે છે.... ક્ષમાની સાથે સાથે અનેક સદ્‌ગુણવૈભવને આત્મસાત્ કરવા માટે આ પોલિસી ખરેખર ઉત્તમ માધ્યમ બની રહેશે - તેવો વિશ્વાસ છે.

કચ્છ એક એવો પંથક છે જ્યાં અનેક પંથી લોકો જોવા મળે છે, અનેક પંથો અહીં ફૂલ્યા-ફાલ્યા છે, પણ સહુ વચ્ચે ભાઈચારો અદ્‌ભુત છે. જૈન સિવાયની પ્રજા સાથે પણ એટલી જ આત્મીયતાની

અનુભૂતિ આ પંથકમાં મને થઈ. આ પંથકમાં વાંચનનો વ્યાપ પણ ખૂબ જ વ્યાપક રીતે ફેલાયેલો છે. અહીંના લોકો જિજ્ઞાસુ છે અને એ લોકોની જિજ્ઞાસા જ આ પુસ્તક સર્જનનું પ્રબળ નિમિત્ત છે - તેવું અતિશયોક્તિ વિના કહી શકું છું.

અહીં ખુલ્લા પુસ્તકે પરીક્ષાઓ પણ બહોળા પ્રમાણમાં અપાય છે, એટલે જ સહજ રીતે લોકોએ પોલિસી પુસ્તકની સાથે સાથે ખુલ્લા પુસ્તકે પરીક્ષા સાંકળી લીધી. આ પોલિસી એક એવો વિષય છે કે એને જેટલો મમળાવવામાં આવશે તેટલી તેની અસર વધુ ગાઢ થશે, અને પરિણામ પણ ઝડપથી મળશે. તેથી ૪-૫ વાર પુસ્તક વાગોળવું પડે તેવી પરીક્ષાના આયોજનને પણ મેં સમ્મતિ આપી.

- અનેક સુવિહિત પરમોપકારી ગુરુવર્યોની અવિરત કૃપાધારા વિના જ્યારે હું મારા અસ્તિત્વની જ કલ્પના નથી કરી શકતો ત્યારે આ પુસ્તકનું અસ્તિત્વ તો શેં સંભવે ?
- બુજ્ઝ બુજ્ઝ ચંડકોશીયા, મોતીચારો, પ્રેરક પ્રસંગો, ચારિત્ર્ય સુવાસ વગેરે પુસ્તકોમાંથી ઘણા દૃષ્ટાંતોનો અહીં સમાવેશ કર્યો છે. તે સૌ પુસ્તકના લેખકોનો આભારી છું.
- સહૃદયી **શ્રીઅશ્વિનભાઈ ઝિંઝુવાડીયા**એ પણ સુંદર પ્રસ્તાવના લખી આપી છે. તેમની આત્મીયતા, પિપાસુતા અને સહૃદયતા સ્મૃતિપટ ઉપર અંકિત થઈ જાય તેવી છે.
- પુસ્તકનું મુખપૃષ્ઠ સુંદર રીતે તૈયાર કરનાર **મલ્ટી ગ્રાફિક્સવાળા શ્રીમુકેશભાઈ**ની લાગણીએ પણ પુસ્તકને સુંદરતા બક્ષી છે.
- જુદા-જુદા અનેક તબક્કે આ સમગ્ર આયોજનને સાકાર કરવા અનેક પુણ્યાત્માઓએ અઢળક જવાબદારીઓ સ્વીકારી લઈ મને અનેક ઝંઝટ (!) થી વેગળો રાખ્યો છે, તે સહુની સહાયકતાને શેં વીસરાય ?

✷ સદા પ્રસન્નપણે સુંદર રીતે પુસ્તકની એન્ટ્રી વગેરે કરી આપનારા **શ્રીપાર્શ્વ કોમ્પ્યુટર્સ**વાળા **શ્રીવિમલભાઈ**ને તો કયા શબ્દોથી નવાજવા ?

પ્રાન્તે, પ્રસ્તુત પુસ્તકના માધ્યમે ખરા અર્થમાં ક્રોધ ઉપર અને કર્મ ઉપર વિજય મેળવી શકીએ, પરમપદને આપણે પ્રાપ્ત કરી શકીએ તે જ પ્રાર્થના.

તરણ તારણ જિનાજ્ઞાવિરુદ્ધ આલેખાયું હોય તો મિચ્છા મિ દુક્કડમ્.

પરમ પૂજ્ય આચાર્યદેવેશ શ્રીમદ્ વિજય
ભુવનભાનુસૂરીશ્વરજી મહારાજાના શિષ્યરત્ન
પરમ પૂજ્ય પૂના જિલ્લા ઉદ્ધારક પંન્યાસપ્રવર
શ્રીવિશ્વકલ્યાણવિજયજી મહારાજાનો
શિષ્યાણુ
પંન્યાસ યશોવિજય

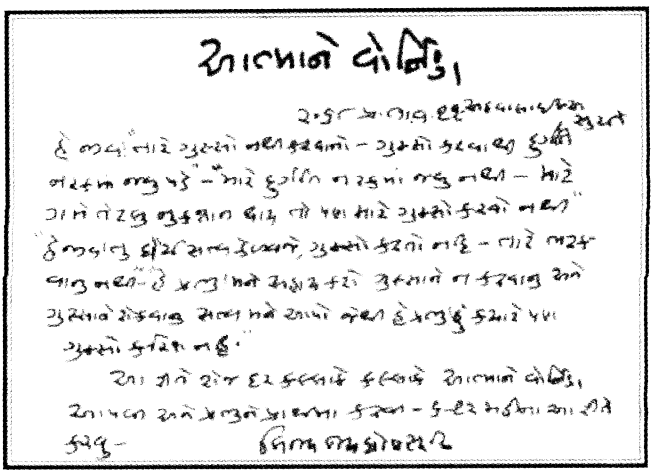
વિ.સં. ૨૦૭૦, મૌન એકાદશી
વાંકી તીર્થ

૧. 'સીઝન' પોલિસી ૨
૨. 'બિઝનેસ' પોલિસી ૧૦
૩. 'રૂટ' પોલિસી ૨૩
૪. 'શેરબજાર' પોલિસી ૩૦
૫. 'એગ્રીકલ્ચર' પોલિસી ૪૦
૬. 'નેચર' પોલિસી ૫૧
૭. 'લોન' પોલિસી ૬૧
૮. 'હલવો' પોલિસી ૭૩
૯. 'પ્રેશ્યસ વેલ્થ' પોલિસી ૮૦
૧૦. 'પોસ્ટમેન' પોલિસી ૯૧
૧૧. 'મિરર' પોલિસી ૯૭
૧૨. 'ફીશ' પોલિસી ૧૦૧
૧૩. 'ઈકો' પોલિસી ૧૧૪
૧૪. 'અર્જુન' પોલિસી ૧૨૫
૧૫. 'ટેઈલર' પોલિસી ૧૩૦
૧૬. 'ફ્લાવર' પોલિસી ૧૪૪
૧૭. 'ટેક ઈટ ઈઝીલી' પોલિસી ૧૪૮
૧૮. 'કીપ ડીસ્ટન્સ' પોલિસી ૧૫૯
૧૯. 'પોઝિટીવ થિંકીંગ' પોલિસી ૧૬૭
૨૦. 'ક્લાઉડ' પોલિસી ૧૭૮
૨૧. 'લેટર' પોલિસી ૧૮૨
૨૨. 'કેસેટ' પોલિસી ૧૮૮
૨૩. 'રેકોર્ડીંગ' પોલિસી ૧૯૦
૨૪. 'પર્ચેસીંગ' પોલિસી ૨૦૦
૨૫. 'દલાલી' પોલિસી ૨૦૭
૨૬. 'ડિલે' પોલિસી ૨૧૬
૨૭. 'મોર્ટગેજ' પોલિસી ૨૧૮

૨૮. 'ટ્રાફિક' પોલિસી ૨૨૭
૨૯. 'ડાયરી' પોલિસી ૨૩૦
૩૦. 'ગેસ્ટ' પોલિસી..... ૨૩૫
૩૧. 'સેન્ટ બિઝનેસ' પોલિસી ૨૪૩
૩૨. 'પ્લેન' પોલિસી ૨૪૫
૩૩. 'પાવર' પોલિસી..... ૨૪૮
૩૪. 'પનીશમેન્ટ' પોલિસી ૨૫૫
૩૫. 'મેગ્નેટ' પોલિસી..... ૨૫૯
૩૬. 'જામર' પોલિસી..... ૨૬૯
૩૭. 'આઈસ ફેક્ટરી'પોલિસી ૨૭૧
૩૮. 'લેટ ગો' પોલિસી ૨૭૪
૩૯. 'લેટ ગોડ' પોલિસી..... ૨૭૮
૪૦. 'ડીવાઈડ એન્ડ રુલ' પોલિસી..... ૨૮૦
૪૧. 'જે થાય તે સારા માટે' પોલિસી ૨૮૯
૪૨. 'વોટર' પોલિસી ૩૦૨
૪૩. 'સુગર ફેકટરી' પોલિસી..... ૩૦૬
૪૪. 'શિવજી' પોલિસી ૩૧૬
૪૫. 'સેફટી' પોલિસી..... ૩૧૯
૪૬. 'સોલ્યુશન' પોલિસી..... ૩૨૪
૪૭. 'સ્માઈલીંગ ફેસ' પોલિસી..... ૩૩૧
૪૮. 'નો એન્ટ્રી' પોલિસી ૩૩૭
૪૯. 'ફાઉન્ટન' પોલિસી..... ૩૪૦
૫૦. 'પોસ્ટ' પોલિસી ૩૪૭
૫૧. 'ડોગ' પોલિસી ૩૫૦
૫૨. 'તત્ત્વજ્ઞાન' પોલિસી ૩૫૩
૫૩. 'વોલ ક્લોક' પોલિસી ૩૬૦
૫૪. 'વોશરમેન' પોલિસી..... ૩૬૨

૫૫. 'ચેક' પોલિસી ૩૬૫
૫૬. 'ગાર્ડન' પોલિસી ૩૭૦
૫૭. 'હોનહાર' પોલિસી ૩૭૨
૫૮. 'ડ્રોબેક' પોલિસી ૩૭૭
૫૯. 'રોડ' પોલિસી ૩૮૨
૬૦. 'ડાયવર્ઝન' પોલિસી ૩૮૬
૬૧. 'ઈનવિઝીબલ પાવર' પોલિસી ૩૮૮
૬૨. 'શિકારી' પોલિસી ૩૯૧
૬૩. 'શિલ્પી' પોલિસી ૩૯૪
૬૪. 'કેપિટલ' પોલિસી ૩૯૭
૬૫. 'ડ્રામા' પોલિસી ૩૯૯
૬૬. 'ડિફોલ્ટર' પોલિસી ૪૦૧
૬૭. 'રીવર' પોલિસી ૪૦૪
૬૮. 'પેઈન્ટર' પોલિસી ૪૦૬
૬૯. 'વંઠેલ સ્ત્રી' પોલિસી ૪૦૯
૭૦. 'પેશન્ટ' પોલિસી ૪૧૨

✺


આત્માને ચોખ્ખું,

હે ભગવાન! મારે ગુસ્સો નથી કરવાનો - ગુસ્સો કરવાથી કુટુંબી સ્વજનો
નારાજ થાય છે - મારે કુટુંબિ નારાજ નથી - મારે
ગાળો તેરવું નુકસાન થાય તો પણ મારે ગુસ્સો કરવો નથી"
હે ભગવાનુ ફ્રીજ સામે ઉભેલાને ગુસ્સો કરતો નથી - મારે ભરત
વાનુ નથી - હે પ્રભુ! મને એવું કરો ગુસ્સાને ન કરવાનુ અને
ગુસ્સાને રોકવાનુ સત્વ મને આપો એવી હે પ્રભુ! કૃપા કરો પણ
ગુસ્સો કરવા ના!

આ રીતે રોજ દરકલાકે કલાકે આત્માને ચોખ્ખું,
આપણા મને પ્રભુને જાણવા કરવા - કરીને મહીના આ રીતે
કરવું - વિનોદ ભટ્ટ ઓક્ટોબર

।। णमो त्थु णं खमासमणस्स भगवओ महावीरस्स।।

અનંત ઉપકારી, અનંત કલ્યાણને કરનારા જિનશાસનને પ્રાપ્ત કરી સૌથી મુખ્ય અને અગ્રિમ કર્તવ્ય આપણા સૌનું એક જ છે - પાપનો પરિત્યાગ, કર્મની હકાલપટ્ટી. અનાદિકાળથી જીવ સંસારમાં ભટકે છે, તેના મૂળમાં પણ કર્મ જ છે. આ કર્મને આવવાના દરવાજા તો ઘણા છે. તેમાં સૌથી કાતિલ, આપણા સહુના જીવનની નબળી કડી હોય તો તે છે - **ક્રોધ.**

આ કાતિલ ક્રોધે તો કોણ જાણે કેટલાયને મા-બાપથી છૂટા કર્યા છે, કેટ-કેટલાય ભાઈ-ભાઈ વચ્ચે તિરાડ પેદા કરી છે, જીગરજાન મિત્રોને દુશ્મન બનાવ્યા છે. જો આ ક્રોધને દૂર કરવો હોય તો સૌ પ્રથમ શાંત થાઓ. શાંત થનારો માણસ સ્વયં સંત બની જાય છે અને પોતાની નજીક આવનારા માટે મહેંકતી વસંતનું નિર્માણ કરે છે.

જે બને શાંત તે બને સ્વ માટે સંત, પર માટે વસંત. સહુ સમજીએ છીએ કે - ક્રોધ કાઢવો અનિવાર્ય છે. પણ જ્યારે કોઈ અપશબ્દો સંભળાવી જાય, દસ-બારની વચ્ચે અપમાન કરી જાય, અભિમાન ઘવાઈ જાય ત્યારે આ ક્રોધને કાબૂમાં રાખવો ભલભલાને કઠિન પડે છે. માટે જ આ ક્રોધને કાબૂમાં લેવાની અને અંતે નામશેષ કરી નાંખવા માટેની અનેક પોલિસીઓ ઉપર આપણે વિચાર કરવો છે. દેશના વ્યવસ્થિત વ્યવહાર માટે જો પોલિસીઓ અનિવાર્ય છે તો આત્માના આધ્યાત્મિક ઉત્થાન માટે, ક્રોધની હકાલપટ્ટી માટે પણ પોલિસીઓ અનિવાર્ય છે. હેલ્થકેર પોલિસી કે વેલ્થકેર પોલિસી ઘણી અજમાવી. અહીં આપણે ક્રોધને જીતવા માટેની સ્પીરીચ્યુઅલ કેર પોલિસીઓ અંગે વિચારવું છે. જો આમાંથી એકને પણ આત્મસાત્ કરવામાં આવશે તો અવશ્ય ક્રોધ ઉપર નિગ્રહ કરી શકાશે.

૧

'સીઝન' પોલિસી

અડદિયાને ખાવાની સીઝન શિયાળો છે,

ઉનાળો નહીં.

ઉનાળામાં અડદિયાને ઠોકનારો જાતને નુકસાન કર્યા વિના રહેતો નથી.

શ્રીખંડ ખાવાની સીઝન ઉનાળો છે,

શિયાળો નહીં.

હિમાલયના બર્ફીલા પ્રદેશમાં શિયાળામાં શ્રીખંડ ખાનારો ન્યુમોનિયાથી ઘેરાયા વિના રહેતો નથી. આ જ વાત આપણને લાગુ પડે છે. મગજમાં એક સીઝન પોલિસીનું બોર્ડ લગાવી દેવા જેવું છે -

''સ્વભાવને સુધારવા માટે મળેલો માનવભવ એ ક્રોધ કરવા માટેની સીઝન નથી. ક્રોધ વાઘ-વરુ-દીપડાને શોભે, નારકીને શોભે, માનવને નહીં. આ તો ક્ષમાની સીઝન છે.'' **Season To Forgive & Forget.**

ચાર ગતિમાં સૌથી વધુ ક્રોધની ઉત્કટતા નરકમાં હોય છે. કંઈક અંશે તિર્યંચ ગતિમાં પણ હોય છે. વાઘ-વરુ-દીપડા જન્મજાત વૈરવૃત્તિ અને ક્રોધવૃત્તિને ધારનારા હોય છે. જે ભવમાંથી મોક્ષે જવાની સાધના

કરવાની હોય છે, તે ભવમાં અને તેમાં પણ જિનશાસનને પ્રાપ્ત કર્યા પછી, જિનવાણીના શ્રવણ દ્વારા સમજણ મેળવ્યા પછી શું ક્રોધ શોભે ?, ગુસ્સો શોભે ?, કડવા વેણ શોભે ?, અપશબ્દો શોભે ? આવેશ -ઉકળાટ, બતાવી દેવાની વૃત્તિ - આ બધું શું શોભે ? નહીં જ ને !

જો સ્વભાવને સુધારવાની સીઝન જેવો માનવભવ મળ્યા પછી એ જ ક્રોધ ચાલુ હોય તો માનવું રહ્યું કે ખોળિયું માનવનું છે. બાકી, અંદર તો 'વાઘ' બેઠો છે.

સંત રમણ મહર્ષિ ક્રોધથી ધમધમતા માણસને 'વાઘભાઈ' કહીને સંબોધતા. શિષ્યોએ જ્યારે પૂછ્યું, ત્યારે તેમણે આ જ જવાબ વાળ્યો કે - ''માનવના ખોળિયામાં ક્રોધ કરનારની આકૃતિ માનવની છે, બાકી એ છે તો વાઘ જ. એટલે જ હું એને 'વાઘભાઈ' કહીને બોલાવું છું. કદાચ મારા આ સંબોધનથી એની આંખ ઉઘડી જાય અને ગુસ્સો છોડી દે !''

જો આ માનવભવમાં નહીં સુધરીએ તો ક્યારે સુધરશું ? ક્યારે સ્વભાવ બદલશું ? ક્યારે ક્રોધ છોડશું ?

- શું નરકમાં ? કે જ્યાં સતત મારો અને કાપોની જ વાત છે.
- શું વાઘના ભવમાં ? કે જ્યાં હિંસકતા સિવાય કશું જ નથી.
- શું કૂતરાના ભવમાં ? કે જ્યાં ૨૪ કલાક ભસવા સિવાય બીજું કામ નથી.
- શું ગધેડાના ભવમાં ? કે જ્યાં ભૂંકવા જ જન્મ મળવાનો છે.

લાચારીના, પરવશતાના આ ભવોમાં તો શું આપણે આપણો સ્વભાવ સુધારી શકવાના ?

તર્ક :- દેવના ભવમાં સુધારશું ?

તથ્ય :- આ ભવમાં ગુસ્સો અને ક્રોધ ન છોડનારને કર્મસત્તા દેવલોકનો ભવ આપશે એમ ! આખી જીંદગી ગુસ્સો કરનારા માટે તો ઉપર બતાવ્યા સિવાયના ભવોની શક્યતા લેશ પણ નથી.

એક આ માનવભવ એવો છે કે જે તમારા સ્વભાવને સુધારવાની, ક્રોધની હકાલપટ્ટી કરવાની ઉત્તમ સીઝન છે.

સીઝનના સમયમાં ધંધો ન કરનારો આખું વર્ષ પસ્તાય છે.

સ્વભાવને સુધારવાની સીઝનના ભવમાં સ્વભાવ ન સુધારનારો ચોરાશીના ચક્કરમાં રખડે છે.

માનવના ખોળિયામાં વાઘ-વરુની હિંસકતા જ પુષ્ટ કરનારા માટે કર્મસત્તાએ વાઘ-વરુના ભવનું જ નિર્માણ કરેલું છે. અનંત કાળથી આપણે આપણા સ્વભાવને બગાડતા જ આવ્યા છીએ. આ તો કંઈક ભવિતવ્યતાની અનુકૂળતાએ, અરિહંત મહારાજાના અસીમ અનુગ્રહથી માનવભવ મળી ગયો છે.

ઉપમિતિ ભવપ્રપંચાકાર સિદ્ધર્ષિગણિના શબ્દોમાં કહું તો સુસ્થિત મહારાજાની અમીનજરથી આ માનવભવમાં પ્રવેશ પ્રાપ્ત થયો છે. એમાં પણ શાસન મળ્યું છે, સમજણ મળી છે. શાસન મળ્યા બાદ પણ, સમજણ મળ્યા બાદ પણ જો સ્વભાવ સુધારવાની લેશ પણ તમન્ના ન જાગતી હોય તો સમજવું કે ભવિષ્ય ઉજળું નથી.

રાત્રે ભૂલા પડેલાનું દિવસે ઠેકાણું પડી શકે. પણ દિવસે ભૂલા પડેલાનું તો ઠેકાણું ક્યારે પડવાનું ? નરક, તિર્યંચના ભવમાં સ્વભાવ બગાડનારનું ઠેકાણું સ્વભાવ સુધારવાના માધ્યમે માનવભવમાં પડી શકે. પરંતુ માનવભવમાં જ સ્વભાવ બગાડનારનું ઠેકાણું ક્યાં પડે ? ક્યારે પડે ? કેવી રીતે પડે ? એના માટે તો બસ પાછા એ જ જનમ-મરણના ચક્કર ! એ જ અપાર વેદનાઓ ! રાડ નંખાવી દેતી નરકની જાલિમ યાતનાઓ !

અત્યારે લેશ પણ અપશબ્દ સાંભળી લેવાની તૈયારી ન રાખનાર, ક્રોધથી સળગી ઉઠનાર માણસ વાંદો બની જીવતે જીવતા ગરોળીના પેટમાં ચવાઈ જશે. ઉંદર બની બિલાડીના ક્રૂર પંજામાં ચૂંથાઈ જશે. હરણ બની સિંહના પેટમાં પધરાવાઈ જશે.

કેવી જીવની મૂર્ખતા !

અપશબ્દ સાંભળવાની તૈયારી નથી,

પરંતુ અનેક વાર અપમૃત્યુ મેળવવાની તૈયારી છે !

ઈચ્છું કે આ પુસ્તક વાંચનારના જીવનમાં તો આવી મૂર્ખતા ન જ આવે. નજર સામે અનંતા જન્મ-મરણની વેદના દેખાતી હોય, તેની સામે અપશબ્દની માનસિક વેદના શી વિસાતમાં ?

શાસનની પ્રાપ્તિ પછી, સમજણની પ્રાપ્તિ પછી તો સ્વભાવ સુધારવાની સીઝન પૂરબહારમાં ખીલી ઉઠે છે. આ સીઝનમાં પ્રમાદ કરવા જેવો નથી. સંસારમાં સીઝન પોલિસીને સારી રીતે તમે અપનાવી છે. સીઝનના દિવસોમાં ઉજાગરા કરી કરીને વધારેમાં વધારે કમાઈ લેવાની ઘેલછા છે. તો પછી ''સ્વભાવને સુધારવાની આ સીઝનમાં સામે ચાલીને વધારેમાં વધારે મારી નિંદા, અપશબ્દો સાંભળીને મારે ક્ષમાની કમાણી કરી લેવી છે'' - આવી ઉદાત્ત ભાવના શા માટે નહીં ?

શું હજુ પણ પિત્તળ પ્રકૃતિ છોડવાની કોઈ તૈયારી નથી ?

શું હજુ પણ આ માનવભવને પામ્યા પછી પણ તરકડી અને તોછડી પ્રકૃતિના વિસર્જનની કોઈ તમન્ના જાગતી જ નથી ?

જો આવી ઉત્તમ સામગ્રી મળ્યા પછી પણ

- કોઈની નાનકડી ભૂલ ઉપર પણ મગજ તપી ઉઠતું હોય,
- કોઈના બે વેણ સાંભળી તેને બાર વેણ સંભળાવી દેવાની વૃત્તિ જાગતી હોય,
- બતાવી દેવાની સંક્લિષ્ટ ચિત્તવૃત્તિ વારે તહેવારે નિર્માણ પામતી હોય

તો માનવું જ રહ્યું કે, ખોળિયું માનવીનું છે. પણ અંદર કોઈક બીજું જ ભરાઈને બેઠું છે.

એક સંત અત્યંત શાંત પ્રકૃતિના. પોતાના મઠમાં સતત ભગવાનના ભજનમાં લીન રહેવું - એ જ તેમનું જીવનકવન. કદી કોઈના ઉપર ગુસ્સો તેમણે કર્યો ન હતો.

સંત સવારે આશ્રમના ઓટલા ઉપર બેસી ભજન ગાતા હોય ત્યારે રોજ એક ચંડાલ આવે. સંતને ગાળો ભાંડી ચાલ્યો જાય. ક્યારેક

વળી સંતને પથરા ય મારી દે. આશ્રમને'ય નુકસાન પહોંચાડી દે. પણ, સંત સદા પ્રસન્નતામાં. સંતના ભક્તો દુઃખી દુઃખી થઈ ગયા. પણ, સંતે તેમને કશું કરવાની ના જ સુણાવી દીધી. સંતની પ્રસન્નતામાં લેશ પણ ઓટ આવી નથી. આ રીતે વર્ષોના વહાણા વીતી ગયા.

દુર્જન ચંડાલ પોતાની દુર્જનતા છોડવા તૈયાર નથી તો આ બાજુ સંત પોતાની સજ્જનતા છોડવા તૈયાર નથી. સંતની આટલી ઉત્તમ કોટિની પ્રસન્નતા જોઈને એકવાર એક દેવ સંત ઉપર પ્રસન્ન થઈ ગયો. સામે ચાલીને સંતની પાસે આવી હાથ જોડી વિનંતી કરે છે –

''ભગવંત ! આપ અત્યંત ગુણીયલ છો. આપની કંઈક સેવાનો મને લાભ આપો.''

સંત તો આશ્ચર્ય ચકિત થઈ ગયા. દેવના આગમને સંતના મનમાં અભિમાનનો સંચાર થઈ ગયો. ત્યારે સંતે જણાવ્યું કે –

''હાલ કોઈ કામ નથી.''

''પણ, ગમે ત્યારે મારી જરૂર પડે તો અવશ્ય મને યાદ કરજો. હું ગમે ત્યારે હાજર થઈ જઈશ.''

''સારું !''

દેવ અંતર્ધાન થઈ ગયો.

દેવના ગયા બાદ સંતના મગજમાં ધીરે ધીરે અભિમાન ઘેરું થવા લાગ્યું.

ઓ હો... હો... હું કેટલો મહાન ?... દેવ જેવો દેવ સામે ચાલીને મારી સેવામાં હાજર થઈ ગયો – અભિમાનનો નશો ચડી ગયો.

બીજે દિવસે પ્રભાતે નિત્યક્રમ મુજબ સંત બહાર ઓટલા ઉપર બેઠા હતા. ત્યાં ચંડાલ આવ્યો. ગાળો શરૂ કરી. પણ, હવે સંત સાંભળી શકે તેમ ન હતા. દેવનું ગુમાન મગજમાં સવાર થઈ ગયું હતું. સંતે સામે ગાળાગાળી શરૂ કરી. વાત વધી પડી. બોલાચાલીમાંથી મારામારી શરૂ થઈ. આજે તો સંત પણ ઘણા વર્ષોનું ભેગું થયેલું વેર વાળવાના મૂડમાં હતા. પણ, સંતની તાકાત ક્યાં અને એ ચંડાલની તાકાત ક્યાં ?

સંતને માર પડવા માંડ્યો. સવારનો સમય હતો. માટે કોઈ ભગત પણ બચાવવા આવી શકે તેમ ન હતો.

સંતે મનોમન દેવને યાદ કર્યો. પરંતુ ન તો દેવ આવ્યો કે ન તો કોઈ દેવની અદૃશ્ય સહાય મળી. દેવની સહાયનો જે નશો ચઢ્યો હતો તે પળવારમાં ઉતરી ગયો. ચંડાલ માર મારી રહ્યો છે. માર ખાઈ ખાઈને સંત અધમૂઆ થઈ ગયા. અંતે ચંડાલ સંતને અધમૂઆ કરી ચાલ્યો ગયો. સંત પણ પાછા મઠમાં આવ્યા. જાતે પાટાપિંડી કરી. ભારે કળતર થઈ રહ્યું હતું. પણ, હવે નશો ઉતરી ગયો હતો. ધીરે-ધીરે સંત પોતાના અસલી રૂપમાં આવી રહ્યા હતા.

પશ્ચાત્તાપના ભાવ સાથે સંત પાછા ભજનમાં લાગી ગયા. થોડી વાર થઈ ના થઈ, ત્યાં તો પાછો એ જ દેવ પ્રગટ થયો, કહ્યું -

''સાહેબ ! મારા લાયક કંઈ કામ હોય તો જણાવો''

સંત કંઈક રોષમાં બોલ્યા -

''અલ્યા ! મેં તને યાદ કર્યો, ત્યારે કેમ ન આવ્યો ?
જો'તો નથી. આ મારી હાલત કેવી થઈ ગઈ છે ?''

''સાહેબ ! હું તો આવ્યો જ હતો.
તે વખતે અહીં આશ્રમમાં જ હતો.''

''તો પછી મને બચાવ્યો કેમ નહીં ?''

''અરે ! પણ હું આપને ઓળખી જ ન શક્યો. બહાર તો બે ચંડાલ ઝઘડતા મને દેખાયા. એક ચંડાલ આશ્રમમાંથી બહાર આવ્યો હતો. બીજો બહારનો હતો. બે ચંડાલ બાખડી પડ્યા. મને શું ખબર કે એ ચંડાલ એટલે આપ હશો. હું તો શોધતો જ રહ્યો કે જે સંતને મેં વચન આપ્યું હતું તે આમાં ક્યાં છે ? એ સંત તો મને ક્યાંય દેખાયા જ નહીં.''

સંતને ઉત્તર મળી ગયો. સંતની આંખ ઉઘડી ગઈ.

યાદ રહે ! મોક્ષે જવા માટે માનવનું ખોળિયું જોઈશે એ વાત સાચી. પણ, માનવના ખોળિયામાં અંદર દાનવ જ બેઠો હોય તો, અંદર ચંડાલ જ બેઠો હોય તો મોક્ષ મળે તેવી કોઈ જ શક્યતા નથી. વેદશાસ્ત્ર

મુજબ, જેમ બહારનો બ્રાહ્મણ ચંડાલના સ્પર્શથી અભડાઈ જાય છે, તેમ આ અંદરનો માંહ્યલો એ પણ ક્રોધ ચંડાલના સ્પર્શથી અભડાઈ જાય છે. ''જો ક્રોધને મેં મારી જાત સોંપી દીધી તો હું ચંડાલ જ છું'' - આ વાતને વારંવાર ઘૂંટવા જેવી છે.

આ સીઝન છે શાંત બનવાની,
સંત બનવાની,
વસંત ફેલાવવાની,
અને તમે સતત અશાંત બની રહ્યા હો,
શેતાન બની રહ્યા હો,

તમારા પરિચયમાં આવનારને સતત ગ્રીષ્મનો તાપ જ અનુભવાયા કરતો હોય તો સમજવું રહ્યું કે કદાચ મોક્ષ ઘણો દૂર જઈ રહ્યો છે. એક પ્રકારની પાશવી વૃત્તિ એટલે જ અંદરનો ક્રોધ.

એક ભારે ક્રોધી મકાનમાલિક હતો. વારે તહેવારે પોતાના ભાડુઆતોનું બધાની વચ્ચે અપમાન કરી નાંખે. બધાં એનાથી ત્રાસી ગયેલા. જે ભાઈને મકાનમાલિકે અત્યંત હેરાન કરેલા, તે ભાઈ એક દિવસ મકાનમાલિક માટે દૂધ લઈ આવ્યા. બદામ-કેસર-એલચીથી મઘમઘતું કઢાયું દૂધ જોઈને મકાનમાલિકને અત્યંત આશ્ચર્ય થયું. આ ભાઈ મારા માટે આવું દૂધ લઈ આવ્યા ! આશ્ચર્ય સાથે એ દૂધ તો પી ગયા. પણ પછી એ પૂછ્યા વિના ન રહી શક્યા. એમણે પૂછ્યું -

''શું વાત છે ? આજે આ દૂધ કઈ ખુશાલીમાં ?''

''એવું છે ને કે આજે નાગપંચમી છે !!!''

મકાનમાલિકની હાલત કાપો તો લોહી ન નીકળે તેવી થઈ ગઈ.

યાદ રહે ! જેમ જેમ તમારો ધર્મ વધતો જાય તેમ તેમ તમારો સ્વભાવ સુધરતો જવો જોઈએ. તો જ તમારો ધર્મ તમારા દુશ્મનને પણ આકર્ષી શકશે. જો તમારો ધર્મ વધતો જાય પણ સ્વભાવ બગડતો જાય તો તમારા પુત્રને પણ તમારો ધર્મ આકર્ષી શકે તેવી શક્યતા નથી.

હા ! આજના કાળની આ જ તો કરુણતા છે કે - તમારા

પૈસા તમારા દુશ્મનને પણ આકર્ષી શકે છે. પણ, તમારો ધર્મ તમારા દોસ્તને, સગાને કે સગા દીકરાને પણ આકર્ષી શકતો નથી.

જો સ્વભાવ 'રોયલ' બનાવ્યો હશે તો તમારો ધર્મ સહુને આકર્ષી શકશે. જો તમારો ધર્મ તમારા દીકરાને પણ આકર્ષી ન શકતો હોય તો ખાસ તપાસ કરી લેવા જેવી છે કે એમાં તમારો પિત્તળ સ્વભાવ તો કારણ નથી ને ?

એટલી વાત તો પાકી ને કે જેણે તમારું કશું બગાડ્યું નથી તેની સાથે તમે પણ ન જ બગાડો ? તમારા ગુસ્સાનો ભોગ તે તો ન જ બને ?

દલીલ :- હા... હા... ચોક્કસ !

નિરાકરણ :- એટલે દુકાનમાં આવેલ ઘરાક ઉપરનો ગુસ્સો ઘરે પત્ની ઉપર તો ન જ ઉતરે ને ? ઘરાકનો ગુસ્સો ઘરવાળી ઉપર. ઘરવાળી પોતાનો ગુસ્સો ઠાલવે દીકરા ઉપર. દીકરો ઠાલવે રમકડાં ઉપર... આ અનવસ્થા હવે તો ન જ સર્જાવી જોઈએ.

ટૂંકમાં,

મગજમાં સીઝન પોલિસીનું આ બોર્ડ એવી રીતે લગાડી દો કે ૨૪ કલાક એ તમારી નજરમાં, તમારા ધ્યાનમાં જ રહે -

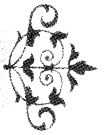
''આ સીઝન ક્ષમાની કમાણી કરવા માટેની છે, ગુસ્સો કરવાની નહીં.'' આટલું પણ વાક્ય ગુસ્સાને કંટ્રોલમાં રાખવા ખૂબ કામયાબ નીવડશે.

✺

સર્વશ્રેષ્ઠ શૂરવીર કદાપિ ક્રોધ કરે નહીં...
ક્રોધ કાયરોનું કાર્ય છે...
- લાઓત્ઝી.

૨

'બિઝનેસ' પોલિસી



બિઝનેસમાં તમે જે જે પોલિસી અજમાવો છો તે તે પોલિસી/સૂત્રો ગુસ્સાને અટકાવવા ખૂબ જ કામમાં આવે તેવા છે. ઘણી દુકાનો ઉપર આવા પ્રકારનું બોર્ડ જોવા મળશે –

(A) ''આજે રોકડા કાલે ઉધાર''

Today Cash, Tommorow Credit.

આ જ સૂત્ર ગુસ્સાને કંટ્રોલમાં રાખવા માટે નીચે મુજબ ગોઠવો –

''આજે ક્ષમા કાલે ગુસ્સો''

''આજે ઉદારતા કાલે કૃપણતા''

''આજે નમ્રતા કાલે માન''

''આજે સરળતા કાલે માયા''

આજે એટલે કે આ ભવમાં, કાલે એટલે કે આવતા ભવમાં. ફરીથી એક વાક્ય ઘૂંટો –

''આ ભવમાં ક્ષમા, આવતા ભવમાં ગુસ્સો''

ગુસ્સાનો આવેગ આવે ત્યારે જો આ વાક્ય સામે લાવશો તો તરત જ એ આવેગ અને આવેશ હળવા થઈ જશે, મંદ પડી જશે, નષ્ટ થઈ જશે. ગુસ્સાની એ પળ જ કટોકટીની હોય છે. જો એ બે-

પાંચ મિનિટ મનને સાચવી લઈએ, કશું પણ ન બોલીએ તો અવશ્ય ગુસ્સો રવાના થાય. ધીરે-ધીરે ગુસ્સો આવતો પણ બંધ થઈ જાય. કોઈ આપણી સાથે દુર્વ્યવહાર કરે ત્યારે ગુસ્સો કરવાના બદલે તે દુર્વ્યવહારને હકારાત્મક દૃષ્ટિકોણથી મૂલવો, કદાચ તમારા એ દૃષ્ટિકોણથી દુર્વ્યવહાર કરનારો પણ સુધરી જાય.

સંત પાસે ચર્ચા કરવા, વાદ કરવા એક પંડિત આવ્યો. આમ તો સંત ચર્ચા કરવામાં માનતા નહીં. પરંતુ પંડિતના અત્યાગ્રહ સામે ચર્ચા કરવાનું એમણે કબૂલ્યું. વાદ શરૂ થયો. સંત તો શાસ્ત્રના પારગામી હતા. શાસ્ત્ર એમણે જાણ્યું પણ હતું અને પચાવી પણ જાણ્યું હતું. ઓલો પંડિત તો છબછબીયાં કરનારો હતો. આખરે થવાનું હતું તે જ થયું. પંડિત ચર્ચામાં પરાસ્ત થઈ ગયો. પંડિતનો ગુસ્સો કાબૂમાં ના રહ્યો. ધૂંવાફુંવા થઈ ગયો. સંતને માથે ટાલ હતી. તે ટાલ જોઈ સંતનું અપમાન કરવા તેના ઉપર જોર-જોરથી ટકોરા મારવા માંડ્યો. ગુસ્સો ઉતારવા કંઈક તો કરવું જ પડે ને ?

આખો વાદ જોનારા બાજુમાં બેઠેલા સંતના ભક્તો આવેશમાં આવી ગયા. સંતનું આ અપમાન ! તે લોકો હજુ કંઈક કરવા જાય ત્યાં તો સંત બોલ્યા - ''જો જો, કંઈ ન કરતા. આ તો બહુ પંડિત માણસ છે. બધું સમજી વિચારીને કરે છે.

જુઓ, તમે દુકાનમાં ૫૦-૧૦૦ રૂપિયાનો ઘડો ખરીદવા જાઓ ત્યારે એમને એમ ખરીદી લો કે ટકોરા મારી ખરીદો ? આ વ્યક્તિ અત્યંત મહામૂલા એવા સદ્‌ગુરુને પસંદ કરવા માંગે છે, તો ટકોરા મારે કે નહીં ?''

પંડિત તો આ સાંભળતા જ આભો બની ગયો. આ ક્ષમા ! આ સમતા ! ક્ષમતા હોવા છતાં આ હદની ક્ષમા. ધ્રૂસકે ધ્રૂસકે રડતા-રડતા સંતના ચરણોમાં પડી માફી માંગે છે અને પોતાને શિષ્ય બનાવી લેવાની વિનંતિ કરે છે. આ હદનું પરિવર્તન આવ્યું એ એકમાત્ર ક્ષમાના પ્રતાપે ! સંત આ હદની ક્ષમા જાળવી શક્યા. કારણ કે સંતે આ ભવમાં ક્ષમાને જ જાળવી રાખવાનો ઠોસ નિર્ણય કરી રાખ્યો હતો.

તમારો સુધરતો સ્વભાવ તમારી આજુબાજુનાને પણ સુધરવાની તક પૂરી પાડે છે. જો આપણે કોઈને પણ એક અક્ષર ન બોલીએ તો અવશ્ય તે આપણા ઉપર સદ્‌ભાવ ધરાવતો થશે જ. પછી તો વગર કહ્યે અસર થશે. તમને પછાડવા આવનારા તમારા દ્વારા જ પામી જશે. ફક્ત તમે તમારા દિલમાં મૈત્રીભાવને સ્થાન આપો.

નક્કી કરો, આ ભવમાં તો ક્ષમા જ રાખવી.

- ચાહે મને કોઈ અપમાનિત કરે પણ
  મારે તો ક્ષમા જ રાખવી છે.
- ચાહે દીકરો મારું ન માને પણ
  મારે તો સમતા જ રાખવી છે.
- ચાહે મને કોઈ અપશબ્દ સંભળાવી જાય
  મારે તો શાંત જ રહેવું છે.

ઘણી દુકાન ઉપર એક બીજું પણ બોર્ડ લગાવેલું હોય છે -

(B) "એક જ ભાવ" (Fixed Rate)

ક્રોધનો નિગ્રહ કરવા આ સૂત્ર પણ ખૂબ કામયાબ નીવડે તેમ છે.

રામાયણનું નાટક આજે સાંજે ભજવવાનું હતું. નાટક કંપનીનો ડાયરેક્ટર અત્યંત ચિંતામાં હતો. તેની ઉપર નજર પડતા રામનું પાત્ર ભજવનારે પૂછ્યું :- "કેમ સર ! આજે બહુ ચિંતામાં લાગો છો ?"

"અરે ભાઈ ! ઓલો રાવણ આજે માંદો પડ્યો છે. એ બિલકુલ અભિનય કરી શકે તેમ નથી. રાવણ વિનાની રામાયણ કેવી રીતે હોય ?"

"ચિંતા નહીં કરો ! મને એના બધાં ડાયલોગ્સ યાદ છે. હું બોલી જઈશ." પછી બન્ને વચ્ચે કંઈક ગૂફતેગુ થઈ અને નાટકનો સમય થયો. રાબેતા મુજબ નાટક શરૂ થવાનું હતું ત્યાં ડાયરેક્ટર સ્ટેજ ઉપર આવીને જાહેરાત કરે છે -

''ભાઈઓ અને બહેનો ! આ નાટક રાબેતા મુજબ જ થશે. પણ એક નાનકડો ફેરફાર થશે. (રામનું પાત્ર ભજવનાર તરફ આંગળી ચીંધીને) આ ભાઈ જ્યારે ડાબી બાજુ હોય ત્યારે તમે તેને રાવણ સમજજો. અને જમણી બાજુ હોય ત્યારે તમે તેને રામ સમજજો.''

બહુજન વર્ગની આજે આ જ હાલત છે. દેરાસર-ઉપાશ્રયમાં તમે જેવા છો તેવા જ દુકાનમાં અને ઘરમાં હો છો ? હવે નક્કી કરો - એક જ ભાવ ! મારા જેવા ભાવ ધર્મસ્થાનમાં વ્યાખ્યાન શ્રવણ કરતી વખતે આવે છે તેવા જ ભાવ મારે ઘરમાં અને દુકાનમાં પણ જાળવી રાખવા છે. કોઈ સારી વાત વાંચતા જે ભાવ જાગે છે તે જ ભાવ અપમાન થાય તે વખતે પણ જાળવી રાખવા છે. પુસ્તક વાંચતા જો ગુસ્સો ન કરવાની ભાવના જાગે છે તો મારે ઘરમાં પણ તે ભાવને-સંકલ્પને ટકાવી રાખવો છે.

એક જ ભાવની પોલિસી દુકાનમાં જેવી રીતે લાગુ પાડો છો તેમ અહીં પણ લાગુ પાડવા જેવી છે.

એક ભાઈ મારી પાસે આવી વાત કરે કે -

''મહારાજ સાહેબ ! તમારી વાણીમાં તો ગજબનો જાદુ છે.''

મેં કીધું - ''કેવી રીતે ?''

''અરે મહારાજ સાહેબ ! શું વાત કરું આપને ? મારી ઘરવાળી આમ એક અક્ષર કોઈનું ન સાંભળે અને તમારું વ્યાખ્યાન એકેક કલાક સાંભળે છે ! ગજબ કહેવાય.''

જેમ વ્યાખ્યાનમાં એક કલાક સાંભળો છો. તેમ કોઈકના બે વેણ પણ સાંભળી લેજો. વ્યાખ્યાન સાંભળતા જે ભાવ છે તે જ ભાવ બીજાના કટુ વેણ સાંભળતા પણ. એક જ ભાવ !

યાદ રહે ! જો સાંભળવાની ટેવ પાડશો, સંભળાવવાની ટેવ છોડશો તો જાતને સંભાળવી તમારા માટે શક્ય બનશે. કારણ કે જો સાંભળી નહીં શક્યા તો પ્રતિકાર તમે કરશો જ. પછી સામેથી પ્રતિકાર....ગુસ્સો વધતો જ જશે, વધતો જ જશે. જાત ઉપરથી પણ

કાબૂ ગુમાવી બેસશો. પછી તો એ ગુસ્સો ક્યાં લઈ જશે તે શું કહેવાય ?

એક પગથિયું ચૂકનારો એક જ પગથિયું નથી ચૂકતો, ચઢેલા તમામ પગથિયા ચૂકી જાય છે. એટલે જ કહું છું - સાંભળવાની ટેવ પાડો. જેથી પસ્તાવું ન પડે. બાકી બોલી ઉઠશો -

''જિંદગી ! મને ખબર ન હતી તું છે એક ગણિત.
એક પગલું ખોટું, ને દાખલો આખો ખોટો !!!''

આ માનવભવમાં એકાદ વ્યક્તિ સાથે પણ, એકાદ જગ્યાએ પણ હવે ગફલત કરીએ તે ચાલી શકે નહીં.

જો દુકાન-ઘરમાં પણ ઉપાશ્રય-દેરાસર જેવો ભાવ આવી જાય તો ભવિષ્ય ઉજળું છે.

દુકાન ઉપર ત્રીજું પણ એક બોર્ડ હોય છે -

(C) ''ગ્રાહકનો સંતોષ એ જ અમારો મુદ્રાલેખ''
Customer Satisfcation is Our No.1 Priority

ક્રોધનો નિગ્રહ કરવા મગજમાં આ કોતરી દો કે -

''મારા પરિચયમાં આવનાર
તમામને સંતોષ આપવો એ જ મારા
જીવનનો મુદ્રાલેખ છે.''

જો આ મુદ્રાલેખ તમે અપનાવો તો જગતની કોઈ વ્યક્તિ તમને દુઃખી કરી શકે નહીં. વ્યક્તિ તો શું ? કર્મસત્તા પણ દુઃખી કરી ન શકે. જગત આખાને સંતોષ આપનારને શું કર્મસત્તા અસંતોષ આપે ? શક્ય જ નથી.

આડોશી-પાડોશી, મા-બાપ, દીકરા-દીકરી, પત્ની, નોકર વગેરે તમામને તમારા સ્વભાવથી સંતોષ જ છે ને ? તપાસજો.

જો ઘરાકને સંતોષ ન આપી શકો તો દુકાન બંધ કરવાનો વારો આવે, તેમ જો તમારી આડોશ-પાડોશનાને તમે સંતોષ આપી ન શકતા હો તો ધર્મના દરવાજા તમારા માટે ખુલ્લા રહે તેવી શક્યતા નહીંવત્

થઈ જાય છે. આપણા સંપર્કમાં આવનારી એક વ્યક્તિ પણ આપણા સ્વભાવથી સંતોષ ન પામતી હોય તો ચોરાશીના ચક્કર લલાટે લખાઈ જાય તેવી શક્યતા પૂરેપૂરી છે. ઘરની કોઈ પણ વ્યક્તિને તમારા સ્વભાવની કોઈ ફરિયાદ તો ન જ હોય ને ?

આ ગુસ્સો તમારા પરિવારની પ્રસન્નતાને પણ તોડી નાંખે છે, આવા ગુસ્સાને પણ શું હજુ સંઘરવો છે ? થૂંકી દો ગુસ્સો. જુઓ પછી ઘર એ સ્વર્ગ લાગશે. જીવન જીવવા જેવું લાગશે. બાકી ક્રોધી માણસના જીવનમાં કદાપિ પ્રસન્નતા જોવા નહીં મળે.

તમે તમારા ઘરના ચાર મેમ્બરને સંતોષ નથી આપી શકતા. અમારા દાદાગુરુદેવ **શ્રીભુવનભાનુસૂરીશ્વરજી** મહારાજા પોતાના ૨૫૦-૨૫૦ શિષ્યોને સંતોષ આપી શકતા. કારણ એટલું જ છે કે એમનો સ્વભાવ રોયલ હતો, માયાળુ હતો, દયાળુ હતો. જે તમારો નથી.

(D) ''પ્રમાણિકતા એ જ અમારો મુદ્રાલેખ''

Honesty is the Best Policy

ધંધામાં ખૂબ જ સરસ છાપ ઊભી કરવા વપરાતા આ વાક્યને ખરેખર તમે અમલી બનાવતા હશો કે નહીં ? તે ખબર નથી. પણ, ''ક્ષમા એ જ મારા જીવનનો મુદ્રાલેખ'' આ વાત અપનાવો તો જ સ્વસ્થતા મળે તેવી શક્યતા છે.

નક્કી કરો-આજે મારે મારી તોછડી પ્રકૃતિનું વિસર્જન કરી નાંખવું છે.

ગુસ્સો, હવે ન ખપે.
ક્રોધ, હવે ન ચાલે.
અપશબ્દો, હવે મારા મોઢામાં ન શોભે.
આવેશ, હવે મારામાં ન મળે.
રીસ, હવે તે ફરી ન આવે
તિરસ્કાર, હવે એને દેશવટો મળી ગયો.
બસ,

પછી જુઓ જાદુ !
જાણે જીવન એ જ નંદનવન !

અત્યાર સુધી બિઝનેસ પોલિસીની અંદર તમારી દુકાન ઉપર લાગેલા બોર્ડની વાત કરી. બીજી બે મહત્ત્વની વાત તમારી બિઝનેસ કરવાની પદ્ધતિ અંગે કરવી છે. (૧) ડાયમંડ બજારમાં મોકાના સ્થાને મોટી દુકાન મળી ગયા બાદ તેમાં બદામી કોલસાનો ધંધો હોય કે ડાયમંડનો ધંધો હોય ? ડાયમંડ બજારમાં બદામી કોલસાનો ધંધો ન શોભે. તેમાં ડાયમંડ બજારનું પણ અવમૂલ્યન છે, ખુદ તમારી જાતનું પણ અવમૂલ્યન છે. તેવી રીતે જ્યારે પણ ગુસ્સો આવે ત્યારે વિચારો - માનવભવ મળ્યો, આર્યદેશ મળ્યો, જિનશાસનની પ્રાપ્તિ થઈ, સંસ્કારી માતા-પિતા મળ્યા, સદ્‌ગુરુનો સમાગમ થયો, કલ્યામમિત્રોનો પણ યોગ થયો, સમજણ પણ મળી, મતલબ કે હીરા બજારમાં બરાબર મોકાના સ્થાને વિશાળકાય દુકાન મળી ગઈ. હવે તેમાં સદ્‌ગુણોરૂપી હીરાનો વેપાર શોભે કે ક્રોધરૂપી કોલસાનો વેપાર શોભે ?

આટ-આટલી ઉત્તમ કોટિની સામગ્રી મળ્યા પછી પણ જો ક્રોધ કરીશ તો આમાં મારું અવમૂલ્યન થશે. મને મળેલ જિનશાસનનું અવમૂલ્યન થશે. આવા લોકોત્તર જિનશાસનનું અવમૂલ્યન કરનાર મને શું ફરીથી જિનશાસન મળે ખરું ? જો જિનશાસન જ નહીં મળે તો ઠેકાણું પડશે શી રીતે ? જિનશાસનના માધ્યમે ક્રોધને છોડવાની આટલી સ્પષ્ટ સમજણ મળ્યા બાદ પણ જો મારાથી ક્રોધ ન છૂટતો હોય તો શું જિનશાસનની બહાર ફેંકાયા બાદ ક્રોધ છૂટશે ? શક્ય જ નથી. એક વાર જિનશાસનનું અવમૂલ્યન કરનારને ફરીથી જિનશાસન મળે તેવી કોઈ શક્યતા નથી. શું આવા મહામૂલા જિનશાસનની હીલના કરવાનું મને પોસાશે ? જો ના, તો મારે ગુસ્સો છોડવો જ રહ્યો.'' નક્કી કરો - આ હીરાબજારમાં ક્રોધરૂપી બદામી કોલસાનો ધંધો મારે કરવો જ નથી.

જેણે બદામી કોલસાનો જ ધંધો કરવો હોય તો તેના માટે હીરાબજારમાં આવવાની કોઈ જ જરૂરિયાત નથી. કોઈ શેરીના નાકે

પણ તે આ ધંધો કરી શકે છે. હીરાબજારમાં આવ્યા પછી આ ધંધો શરૂ ન જ રાખી શકાય. આ જ રીતે જ્ઞાની ભગવંતો કહે છે - અલ્યા ! તારે માનવભવ મેળવીને પણ જો ગુસ્સો જ કરવો હતો તો આફ્રિકાના જંગલમાં હબસી તરીકે કે યુગોસ્લાવિયા અને યુગાન્ડા જેવા અનાર્ય દેશમાં જ જન્મ લેવો હતો ને ! શા માટે આ જિનશાસનમાં આવ્યો ? શા માટે જિનશાસનની ડિવેલ્યુશન કરે છે ?

ઘણા લોકો બોલે જ છે - ''આટલો ધર્મ કર્યા પછી પણ જો ગુસ્સો ન છૂટતો હોય તો એના કરતાં અમે ધર્મ ન કરનારા સારા !'' શાસનની આવી ભયંકર હીલના ગુસ્સાથી થાય છે. શું શાસન તમને પ્યારું નથી ? શું તમને ખ્યાલ નથી કે શાસનની હીલના કરનારને અનંતકાળે ય જિનશાસન મળતું નથી ? તો પછી શું તમે આવી શાસનની હીલનામાં હજુ ય પ્રવર્તશો ? આવા ઉત્તમ સંઘમાં, ઉત્તમ ધર્મમાં જન્મ પ્રાપ્ત કરીને પણ તમારે એવા ને એવા જ રહેવું છે ?

લખી રાખો આ વાક્ય મગજમાં, વાંચે રાખો એને ચોવીસે કલાક કે ☞

''હીરા બજારમાં બદામી કોલસાનો વેપાર જેમ ન શોભે તેમ જિનશાસનમાં જન્મ મેળવનાર મારા જેવાને હવે ક્રોધ ન શોભે.''

એટલી વાર આ વાક્યને ઘૂંટે રાખો કે જ્યારે પણ ગુસ્સો આવે ત્યારે આ વાક્ય આંખો સામે તરવરી ઉઠે. પછી તો શી મજાલ ગુસ્સાની કે આપણામાં એ અડીંગો જમાવીને રહી શકે. ગુસ્સો જ્યારે પણ આવે ત્યારે આ વાક્ય મગજમાં તરવરી ઉઠે તે માટે જ્યારે શાંતિનો સમય હોય, તમે ફ્રી બેઠા હો ત્યારે આ વાક્યને ઘૂંટો - ખૂબ ઘૂંટો. જેથી ગુસ્સાના સમયે અનાયાસે આ વાક્ય યાદ આવી જશે. પછી તો ગુસ્સો ઘટતો જશે, છેલ્લે નામશેષ થઈ જશે.

બિઝનેસ કરતી વખતે તમે એક બીજી બાબતને પણ ધ્યાનમાં રાખતા હો છો -

(૨) ડાયમંડની દુકાન તમે રાતના ખોલતા નથી. કારણ કે તમે જાણો છો - રાત પડશે, બજાર બંધ થશે, રસ્તા સૂમસામ બનશે, વાતાવરણ અંધારઘેર્યું બનશે ત્યારે જો હું દુકાન ખુલ્લી રાખવા ગયો તો લૂંટાઈ જવાની શક્યતા ૧૦૦% છે. ડર છે લૂંટાવાનો, માટે રાત્રે દુકાન તમે ખોલતા નથી. આ જ વાત હવે ક્રોધનિગ્રહ માટે લાગુ પાડો.

મારા સદ્‌ગુણો, મારા વચનો એ હીરા જેવા છે. જ્યારે હીરાનો વેપાર = વચનનો વેપાર કરવો છે ત્યારે ખાસ વિચારી લો કે અત્યારે રાત્રિ તો નથી ને ? રાત્રિ એટલે પાપોદયનો સમય. દિવસ એટલે પુણ્યોદયનો સમય.

- પત્નીનો સ્વભાવ કજિયાળો હોય,
- દીકરો ઉદ્ધત હોય,
- ફ્રેન્ડસર્કલમાં પણ વારે-વારે અપમાન થયે રાખતા હોય,
- ઘરમાં કોઈ તમારી વાત સાંભળવા તૈયાર ન હોય,
- નોકર ટાઈમસર આવતો ન હોય,
- બજારમાં મંદી હોય, ધંધામાં બરકત મળતી ન હોય,
- આડોશ-પાડોશમાં હેરાનગતિ પાર વિનાની હોય....

જો આવી હાલત તમારી હોય તો સમજી લો કે પાપોદયની રાત્રિ તમારા માટે ચાલી રહી છે. આવા સમયે વચનો બોલવાના બદલે મોઢાનું શટર પાડી દેવું એ જ ઉચિત છે. કારણ કે પાપોદયના સમયમાં જ્યારે તમે કશુંક પણ કોઈને કહેશો એટલે એ તમારું અપમાન કરશે, તમારી વાત પ્રત્યે અરુચિ બતાવશે અને તમારું મગજ સંક્લેશની જાળમાં સપડાઈ જશે. માનસિક, વાચિક સંક્લેશો વધતા જ જશે, વધતા જ જશે. આખરે અણમોલ એવો માનવભવ હારી જવાશે.

માટે, જેમ રાત્રિના સમયમાં દુકાનનું શટર પાડી દેવામાં આવે, હીરાનો ધંધો બંધ કરી દેવામાં આવે તેવી જ રીતે પાપોદયની રાત્રિમાં મુખનું શટર પાડી દો, મૌનનો આશ્રય કરી લો. વચનનો ધંધો-વ્યવહાર સદંતર બંધ કરી દો. પછી જુઓ મજા. કદાચ આ મૌનના પ્રતાપે તમારો

પાપોદય રવાના થઈ જાય, તમારું આદેય નામકર્મ ઉદયમાં આવી જાય - તેવી પણ શક્યતા છે. તેથી આટલું તો હવે નક્કી કરી જ લો કે જ્યાં મારો પાપોદય હોય ત્યાં મારે એક પણ અક્ષર નિરર્થક ઉચ્ચારવો નથી. મૌન એ જ શરણ છે.

★ જો દીકરો મારું કહ્યું માનવા તૈયાર નથી.
તો મારે એની જોડે ખોટી-ખોટી ટકટક કરવી નથી.

★ કુટુંબમાં જો મારું પુણ્ય પરવારી ગયું છે
તો મૌન એ જ મારો તરણોપાય છે.

★ ફ્રેન્ડસર્કલમાં મારું ઉપજતું નથી.
તો મૌન એ જ મને સંક્લેશમાં પડતો બચાવશે.

આવું દરેક જગ્યાએ સમજી લેવું. 'જ્યાં જેટલા અંશમાં મારો પાપોદય ત્યાં તેટલા અંશમાં મારા માટે વચનરૂપી હીરાના વ્યાપાર માટે રાત્રિ. તેટલો સમય તો અવશ્ય મારા મોઢાનું શટર બંધ' - આવું મગજમાં દૃઢ કરો.

જો રાત્રિના ધંધો કરવા જાય તો લૂંટાઈ જાય, તેમ આ રાત્રિમાં ધંધો કરનાર પોતાના ક્ષમા વગેરે સદ્‌ગુણ રૂપી હીરાને લૂંટાવી નાંખે છે. માટે, પાપોદયના સમયે સામનો ન કરો, મૌન જ રહો.

તથા દિવસે પણ જેમ કોમી રમખાણ ફાટી નીકળ્યા હોય ત્યારે ધંધો ન કરાય. તેમ જ્યારે અંદર ગુસ્સાએ રમખાણ મચાવ્યું હોય ત્યારે કશું પણ બોલવાની જરૂરત નથી. ગુસ્સો એમને એમ શમી જશે. કોઈ તમને અપશબ્દ સંભળાવી જાય છે, તમારું અપમાન કરે છે, તમારી વાત સાંભળતો નથી, દીકરો સામો જવાબ આપે છે.... આવી-આવી પરિસ્થિતિમાં તમને સામેવાળા પાત્ર ઉપર પારાવાર ગુસ્સો આવે છે. આ ગુસ્સો શમાવવાનો બહુ સરસ અને કારગત ઉપાય એ જ છે કે એ વખતે કશું પણ ન બોલો. વચનનો વ્યવહાર સદંતર બંધ કરી દો. કેવલ મૌન રાખો. આખરે મનનો ક્રોધ મનમાં શમી જશે. કૂવાનો પડછાયો કૂવામાં જ સમાઈ જશે. તેને વચનનું બળ આપ્યું તો સંક્લેશ

પારાવાર અને રામાયણ તથા મહાભારતનું સર્જન થશે. હા ! કદાચ તમારો પુણ્યોદય એવો ગજબનો ચાલી રહેલ હોય કે તમે બોલો તો તે વ્યક્તિ તમારી સામે બોલી શકે તેમ ન હોય તો પણ અંદર ગુસ્સાનું રમખાણ ચાલે છે. માટે, સદ્‌ગુણ લૂંટાઈ જશે.

ફરી સ્પષ્ટ કરો - પુણ્યોદયરૂપી દિવસના સમયમાં જો અંદર ક્રોધે રમખાણ મચાવ્યું હોય તો સદ્‌ગુણની લૂંટ અટકાવવા માટે વચનનો વેપાર બંધ કરવો જ રહ્યો ! મૌન ધારણ કરવું જ રહ્યું. બહુ અઘરું કામ છે. કારણ કે, જેમ રમખાણ વખતે દુકાન ચાલુ રાખવાના નુકસાન આંખ સામે રાખ્યા છે. માટે, ધીકતી દુકાનના પણ દરવાજા બંધ કરતા તમને વાર નથી લાગતી, તેમ ગુસ્સાના માઠા પરિણામ હજુ આંખ સામે નથી રાખ્યા. માટે, ગુસ્સો આવે ત્યારે મોઢાનું શટર પાડતા નવનેજે પાણી નીતરી જાય છે.

જ્યારે પણ બીજાને કચડી નાંખવાની, બીજાને ધમકાવવાની, બીજાને હેરાન કરવાની, બીજાને નુકસાન પહોંચાડવાની, બીજાને સંભળાવી દેવાની વૃત્તિ જાગે ત્યારે સમજજો કે અંદર ક્રોધનું રમખાણ શરૂ થઈ ગયું છે. જો આવા સમયે મોઢાનું શટર ખુલ્લું રાખ્યું તો સદ્‌ગુણો સળગીને સાફ થઈ જશે, ખબર પણ નહીં પડે. ગુસ્સાના આ લોકના અને પરલોકના નુકસાનો નજર સામે રાખો તો મુખનું શટર બંધ કરવામાં સરળતા રહેશે.

જો અંદરના રમખાણ વખતે મુખરૂપી શટરને બંધ રાખવામાં તમે સફળ થઈ ગયા તો પ્રસન્નતા તમારા હાથવેંતમાં છે. એટલે જ કહું છું - કદાચ ગુસ્સાને મનમાં આવતો અટકાવવાની શક્તિ ભલે અત્યારે ન હોય. પણ મનમાં આવતા ગુસ્સાને વચનનું બળ ન આપવામાં પણ તમે કામયાબ નીવડતા હો તો તમારે ગુસ્સાથી ડરવાની જરૂર નથી. એ ગુસ્સો સ્વને કંઈક નુકસાન કરી અંદરને અંદર સમાઈ જશે. વચનથી પ્રગટ થતો ગુસ્સો અનર્થની હારમાળા સર્જી સ્વ-પર ઉભયને સંક્લેશની આગમાં હોમી દેશે.

એક વાર વચનમાંથી ગુસ્સો જશે. પછી ધીમે-ધીમે મનમાંથી પણ ગુસ્સો રવાના થશે. અને કષાયથી છુટકારો મળે એટલે જીવતા જ મોક્ષના સુખની અનુભૂતિ થશે. એટલે જ શાસ્ત્રકારોએ કહ્યું છે કે -

कषायमुक्तिः किल मुक्तिरेव ।

એક વાતનો જવાબ આપો - દુકાન, ઘર વગેરે મારક સ્થાનોમાં તો તમે ગુસ્સો કરો જ છો. તમારા સદ્‌ગુણની લૂંટ મારક સ્થાનોમાં તો છડેચોક થાય જ છે. પણ, દેરાસર-ઉપાશ્રય વગેરે તારક સ્થાનોમાં આવ્યા પછી તો ગુસ્સો ન જ હોય ને ? દેરાસર-ઉપાશ્રયમાં તો ગુસ્સો ન જ કરો ને ?

સંવત્સરીના દિવસે મોકાના સ્થાને, હવા-ઉજાસ અને ટેકાવાળી જગ્યાએ તમે તમારું કટાસણું પાથરી દીધું, બારસા સૂત્રના શ્રવણ પછી કટાસણું પાથરી તમે ઘરે ગયા ત્યારે કોઈકે તે કટાસણું ખસેડી દીધું. જ્યારે તમે પ્રતિક્રમણ કરવા આવ્યા ત્યારે ત્યાં બીજા જ કોઈક ભાગ્યશાળીને બેઠેલા જોઈ મનમાં ગુસ્સો તો ન જ આવે ને ? જ્યાં તમારે સદ્‌ગુણોની કમાણી કરવાની છે ત્યાં જ જો તમારા સદ્‌ગુણોની લૂંટ થતી હોય તો ભવસાગર તરાશે શેના જોર ઉપર ? મારકસ્થાનમાં તમે લૂંટાઓ તેનાથી જેટલો ખેદ થાય તેના કરતા તો તારકસ્થાનમાં આવી તમે લૂંટાઓ ત્યારે અમને સવિશેષ ખેદ થાય છે.

કોઈક નાનકડી વાતમાં પણ ધર્મસ્થાનોમાં બાથંબાથીમાં ચડી જનારા માટે તો શું કહું ? એ માણસનો મોક્ષ ક્યારે થાય ? હોટલમાં આડું-અવળું પેટમાં પધરાવીને માંદા પડનારને હોસ્પિટલમાં સાજો કરી શકાય. પણ હોસ્પિટલમાં ય માંદો પડનાર તો કેમ સાજો થાય ? દુકાન-ઘર વગેરેમાં જેની ક્ષમાનું ઠેકાણું ન પડતું હોય તેનું ઠેકાણું દેરાસર-ઉપાશ્રયમાં પડે. પણ જેનું દેરાસર-ઉપાશ્રયમાં પણ ઠેકાણું ન પડતું હોય તેનું ઠેકાણું તો ક્યાં જઈને પડવાનું ?

તમારે અસાધ્ય બિમારીવાળા બનવું છે કે સાધ્ય બિમારીવાળા ? જિનશાસન વગેરે ઉત્તમોત્તમ સામગ્રી મળી પછી તમારા ક્રોધ રોગની

ચિકિત્સા જો થઈ શકતી હોય તો તમે સાધ્ય બિમારીવાળા. બાકી તમારે તમારા ક્રોધ રોગને અસાધ્ય કે દુઃસાધ્ય ગણવો રહ્યો.

આટલું તો નક્કી કરો કે 'દેરાસર-ઉપાશ્રય-આયંબિલ ખાતું-પાઠશાળા વગેરે તારકસ્થાનોમાં તો ગુસ્સો નહીં જ. ત્યાં તો ગમે તેવી વિકટ પરિસ્થિતિમાં પણ મારે ક્ષમા જ રાખવી છે.'

પ્રશ્ન :- ગુસ્સો કરતા નથી, ગુસ્સો થઈ જાય છે. તેનું શું ?

ઉત્તર :- આ તો બહુ ભયાનક ભૂમિકા છે. 'મેં ગુસ્સો કર્યો કે હું ગુસ્સો કરી રહ્યો છું' - આવી સભાનદશા વિના બેભાનદશામાં જ થઈ રહેલો ગુસ્સો તો બહુ ભયંકર નીવડે. જેને ખબર પડતી હોય કે હું ક્યાં, કેવી રીતે અવાર-નવાર ખાડામાં પડું છું ? તે બચી શકે. પણ જેને એ જ ખબર ન પડતી હોય, તે કેવી રીતે બચી શકે ? માટે, આવી બેભાનદશામાંથી તો બહુ વહેલી તકે બહાર આવી જવા જેવું છે. તો જ ગુસ્સો છોડવો શક્ય બનશે.

યાદ રાખજો - ગુસ્સો કરશો તો તમે તો સળગશો જ. સાથે તમારી પાસેનાને પણ સળગાવશો. સર્વત્ર હોળીનું જ સર્જન કરશો. તમારો Royal સ્વભાવ સર્વત્ર દિવાળીનું સર્જન કરશે. પસંદગી તમારા હાથમાં છે. તમને શું પસંદ છે, સર્જાતી દિવાળી કે હોળી ?

ટૂંકમાં આટલું મગજમાં નોંધી લો કે -

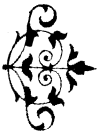
''જેમ રાત્રે હીરાની દુકાન ખોલી ધંધો કરનાર લૂંટાયા વિના રહેતો નથી તેમ **પાપોદયમાં જીભને છૂટી મૂકનારનો ક્ષમાવૈભવ લૂંટાયા વિના રહેતો નથી.**''

''કોમી રમખાણના સમયે દિવસે પણ જેમ દુકાન ન ખોલાય, તેમ જ્યારે અંદરમાં ગુસ્સાનું રમખાણ મચેલું હોય ત્યારે વચન ન ઉચ્ચારાય.''

આ રીતે બીજી બિઝનેસ પોલિસીમાં ત્રણ સૂત્ર તથા બે રીત ઉપર આપણે વિચારણા કરી.

3

'રૂટ' પોલિસી



હવે, ખૂબ જ મહત્ત્વપૂર્ણ તથા કારગત એવી ત્રીજી પોલિસી અંગે વિચારીએ. ગુસ્સો આવે છે તેની પાછળ કારણ એ છે કે –

(૧) કોઈક એવી પરિસ્થિતિનું નિર્માણ થાય છે કે
જે આપણને માન્ય નથી હોતી.

(૨) કોઈક વ્યક્તિ આપણી સાથે એવો વ્યવહાર કરે કે
જે આપણને અપેક્ષિત ન હોય.

(૩) કોઈક એવા શબ્દો આપણને સાંભળવા મળે કે
જે આપણને પસંદ ન હતા.

આ તમામ કારણ વખતે ક્રોધથી બચવાનો બહુ સરસ રસ્તો એ છે કે એના મૂળને શોધો. પછી ગુસ્સો ઓસરી જશે.

દીકરો તમારું માનતો નથી, તમારું અપમાન કરે છે ત્યારે તમને ગુસ્સો આવે છે. વિચારો – આનું મૂળ શું ?

કદી દીકરાને પાંચ મિનિટનો સમય પણ નથી આપ્યો. માટે દીકરાને તમારી ઉપર અભાવ તો નથી થઈ ગયો ને ?

કદી મનપસંદ ચેનલ જોતી વખતે વચ્ચે ટકટક કરતા દીકરાને તમે હડધૂત તો નથી કર્યો ને ?

ઘરાક ઉપરનો ગુસ્સો કદી તમે તમારા દીકરા ઉપર તો નથી ઉતાર્યો ને ?

જો આમાંનું કશું પણ તમારા દ્વારા થયું હોય તો સ્વાભાવિક છે કે દીકરો ઉદ્ધત થવાનો.

જે વાત તમે વાત્સલ્યથી સમજાવી શકતા હતા ત્યાં પણ જો તમે કરડાકી જ કરી હોય તો તમે દીકરા પાસે સૌજન્ય ભરેલા વ્યવહારની આશા શી રીતે રાખી શકો ?

જ્યારે તમારા પિતાજી તમારું વારે વારે અપમાન કરતા હોય ત્યારે તમને તેમના ઉપર ગુસ્સો આવે છે. તમારા બાપુજી તમારા ભાઈ ઉપર પક્ષપાત કરતા હોય ત્યારે પણ તમને ગુસ્સો આવે છે.

આ વખતે વિચારો કે -

શું મેં મારા બાપુજીને યોગ્ય આદર અને કદર આપ્યા છે ?

શું તેમની ઈચ્છા ખાતર મારા નકામા શોખને છોડવા હું તૈયાર થયો છું ખરો ?

શું તેમની પાસે હું સુપુત્ર થઈને રહ્યો છું ખરો ?

જો ના, તો પછી ઉક્ત પરિસ્થિતિનું નિર્માણ થાય તેમાં શી નવાઈ ?

આ રીતે દરેક કૌટુંબિક સંબંધમાં વિચારી શકો છો !

જ્યારે નોકર પણ તમારી વાત જલદી માનવા તૈયાર નથી થતો ત્યારે તમને ગુસ્સો આવે છે. એ વખતે વિચારો કે આના મૂળમાં શું ?

શું ક્યારેય તમે એને બક્ષિસમાં ૫૦-૧૦૦ રૂપિયા આપ્યા છે ?

શું ક્યારેય તમે એને પ્રશંસાના બે શબ્દ સંભળાવ્યા છે ? એની એક પણ ભૂલ જતી કરવાની તમે તૈયારી બતાવી છે ?

એની એક પણ ભૂલ એવી નથી કે જ્યારે તમે એને ખખડાવ્યો ન હોય. તો પછી કોઈક સારું કામ એણે કર્યું હોય ત્યારે એની પ્રશંસા કરવી તમારી ફરજ તમે બજાવી ખરી ?

જો આમાનું કશું પણ કારણ સાચું હોય તો પછી તેના દુર્વ્યવહારની ફરિયાદ કરવાનો તમને અધિકાર ખરો ?

વહુ કે ઘરની બીજી કોઈ વ્યક્તિ દોડતી-દોડતી જતી હોય અને એનો ઠોસો તમને લાગે, તમારા હાથમાં રહેલો ચાનો કપ ઢોળાઈ જાય, તમારા કપડા ખરડાય, તમારો ગુસ્સો આસમાને આંબે એ વખતે એના પ્રત્યે સરસ્વતી વહાવાની શરૂ કરતા પહેલાં એના મૂળ સુધી તપાસ કરવાની તસ્દી તમે લીધી છે ?

શું એવું ન બની શકે કે ઘરમાં સાપ નીકળ્યો હોય કે અંદર દૂધ ઉભરાતું હોય કે બિલાડી દૂધ બોટી જતી હોય તે માટે દોડવું અનિવાર્ય હોય ? કદાચ એવું પણ હોય કે તમે જ રસ્તાની વચ્ચોવચ્ચ એવી રીતે બેઠા હો કે જેના કારણે ત્યાંથી અવર-જવર કરનારને તમે નડતા હો. તો પણ ઠોસો લાગે.

જુઓ, આવા સમયે ઉપરોક્ત કોઈ કારણ હાજર હોવા છતાં તમે ગુસ્સો કરી બેસશો અને સામેવાળી વ્યક્તિ તમને તે કારણ જણાવશે તો પણ તમે તે સ્વીકારી નહીં શકો. તમે વધુ ગુસ્સો કરશો. કદાચ તમારા પુણ્યોદયથી સામેવાળી વ્યક્તિ કશું બોલશે નહીં તો પણ તેને તમારા માટે ભારે દુર્ભાવ પેદા થશે. પછી થશે એવું કે જ્યારે ખરેખરી તમારે જરૂરત હોય ત્યારે પણ તે તમારું સાંભળશે નહીં, તમને ગણકારશે નહીં. એ વખતે તમને લાગશે કે 'આ મારું સાંભળતો નથી.' પણ વાસ્તવમાં આવા કેટલાંય પ્રસંગોએ એનું મન ખાટું થઈ ગયું હોય પછી તમારી વાત એ શેં સ્વીકારે ?

એટલું નક્કી કરી રાખો કે -

જ્યારે પણ, જે પણ કારણે તમને ગુસ્સો આવે છે ત્યારે તે કારણના મૂળમાં તપાસ કરો. તેનું મૂળ તપાસો. તેનાથી તમે પરિસ્થિતિને સમજી શકશો. કદાચ તેનાથી તમને પણ સમજાઈ જશે કે આ પરિસ્થિતિમાં સામેવાળાનો વાંક નહીંવત્ છે.

જુઓ, આખરે આપણી સામે બનતી સારી કે નરસી તમામ પરિસ્થિતિ પાછળ કર્મ જ મુખ્ય રીતે ભાગ ભજવતું આવ્યું છે. માટે, સામેવાળી વ્યક્તિને દોષ આપવાના બદલે સ્વને જ કે પોતાના કર્મને જ દોષ આપવાનો છે. છતાં કદાચ છેક કર્મ સુધી વિચારવાની તૈયારી

ન હોય તો પણ લગભગ નેવું ટકા પ્રસંગોમાં તમે જોઈ શકશો કે હું સામેવાળી વ્યક્તિ ઉપર જે કારણે ગુસ્સો કરું છું તે કારણ સદંતર ફોફલું છે. તેમાં સામેવાળી વ્યક્તિનો વાંક ઘણો જ ઓછો છે. સામેવાળાએ જે ભૂલ કરી છે તે ભૂલ 'જો' ને 'તો'ની ભાષામાં તમારાથી થાય તો શું તમને આટલો જ ગુસ્સો આવશે ? - આ વાત ખાસ વિચારો.

એ બાબતે કોઈ તમને ખખડાવશે તે તમને પસંદ પડશે કે નહીં ? તમારાથી એવી ભૂલ થાય જ નહીં - આવું માનવું તો ભૂલ ભરેલું છે. ભૂલ તો સહુથી થવાની છે. ફરક એટલો જ છે કે જેની ઉપર તમે ગુસ્સો કરો છો તે લાચાર છે કે તમારો ગરજાઉ છે.

પહેલાના કાળમાં નોકરીએ રહેનાર માણસ અને શેઠ વચ્ચે એવો નાતો બંધાઈ જતો કે નોકર ગમે તેવી પરિસ્થિતિમાં પણ શેઠને છોડવા તૈયાર ન થતો. આજે તમારા વ્યવહારથી માણસો તમારે ત્યાં નોકરી કરીને રાજી હોય કે નારાજ ? તમારી સાથે તેનો સંબંધ કેવો ? શું તે તમારાથી પ્રસન્ન જ હોય ને ? જો પરિસ્થિતિ વિપરીત જ હોય તો પછી તેના ઉપર ગુસ્સો કરવાનો અધિકાર તમને કેટલો ?

આ રીતે જો તમે ગુસ્સાના દરેક કારણોના મૂળની તપાસ કરશો તો સામેવાળી વ્યક્તિ તમને અપરાધી નહીં લાગે. ફલતઃ તેના ઉપરનો ગુસ્સો પણ ઉતરી જ જશે.

એક ભાઈ મારી પાસે વાસક્ષેપ નંખાવવા આવ્યા. આશરે ૪૫ વર્ષની તેમની ઉંમર. વાસક્ષેપ નંખાવતા મને કહે -

''મહારાજ સાહેબ ! એવો વાસક્ષેપ નાંખી દો કે હું પરીક્ષામાંથી પાસ થઈ જાઉં.''

મને આશ્ચર્ય થયું કે પીસ્તાલીસ વર્ષની ઉંમરે કંઈ પરીક્ષા આપવાની હોય ? એટલે મેં સહજ જ એમને પૂછ્યું કે, ''ભાઈ ! શેની પરીક્ષા છે ?''

''મહારાજ સાહેબ ! જેની પાસેથી મારે સાત લાખ રૂપિયા

લેવાના છે તે ભાઈ આવતી કાલે મને મળવા આવવાના છે. ૬ મહિનાનો તેમણે વાયદો કરેલો. આજે સવા વર્ષ થવા આવ્યું, છતાં તે ચૂકવી શક્યા નથી. માટે, મેં તેમને રૂબરૂ મળવા બોલાવ્યા છે. આશીર્વાદ એવા આપો કે હું તેમના પ્રત્યે લેશ પણ દુર્ભાવ ન કરી બેસું. તેમને એવું કંઈક કહી ન બેસું કે જેથી તેમની પ્રસન્નતા વેરવિખેર થઈ જાય અને મારા મનની પ્રસન્નતા, સમાધિ પણ અકબંધ ન રહી શકે.''

હું તો આશ્ચર્યચકિત થઈ ગયો !.... આવો વાસક્ષેપ નંખાવા આવનારા અમને બહુ ઓછા મળતા હોય છે.

બે દિવસ પછી એ ભાઈ વંદન કરવા આવ્યા. મેં તરત જ પૂછ્યું :

'પરિણામ ?'

''અરે, મહારાજ સાહેબ ! પરિણામની તો શું વાત કરું. ખરેખર જીવનનું એક સારામાં સારું સુકૃત કર્યાનો મને સંતોષ છે.

વાત એમ બની કે એ ભાઈની આગતા-સ્વાગતા મારા જીગરજાન મિત્ર જેવી જ મેં કરી. તેનાથી એ ભાઈના દિલ ઉપર ઘેરી અસર પડી. એમણે મને પેટછૂટી વાત કરી. એમની પત્નીને કેંસર લાગુ પડી ગયું હતું. દીકરાનો અકસ્માત થયો હતો. આવી પરિસ્થિતિમાં એ પૈસા શેં પાછા વાળી શકે ? એની કોઈ તાકાત જ ન હતી પૈસા પાછા વાળી શકવાની. હોસ્પિટલોના બિલ તેણે મારી સામે રજૂ કર્યા. આમે ય એમની વાણીમાં રહેલી પ્રામાણિકતાને મેં ઓળખી જ કાઢી હતી.

આખરે મેં એમને કહીં દીધું કે 'જો દોસ્ત ! ચિંતા નહીં કર ! પૈસા ચૂકવાય તો ચૂકવજે. તારી પરિસ્થિતિ અત્યારે પૈસા ચૂકવી શકાય તેવી છે જ નહીં. માટે તને આ કાગળમાં લખી આપું છું કે 'મારા સાત લાખ રૂપિયા તેં આજે મને ચૂકવી દીધા છે.' અને જ્યારે મારી પત્ની અને દીકરાની હાજરીમાં એ કાગળ મેં એના હાથમાં મૂક્યો ત્યારે એના મોઢા ઉપર જે પ્રસન્નતા જોવા મળી તેનાથી મારો આનંદ પણ આસમાનને આંબી ગયો''

''ખરેખર ?''

''હા મહારાજ સાહેબ ! મારા આનંદની તો શું વાત કરું ? મારા પત્ની અને દીકરા પણ અત્યંત પ્રસન્ન થઈ ગયા છે.''

''સાત લાખ રૂપિયા ગુમાવ્યાનો અફસોસ ?''

''લેશ પણ નહીં. મહારાજ સાહેબ ! આનંદ તો એ છે કે કોઈ હોટલમાં કે દીકરાના મોજશોખ પૂરા કરવામાં વેડફાવાના બદલે મારા આ સાત લાખ રૂપિયા કોઈકની પ્રસન્નતામાં નિમિત્ત બન્યા.''

એક વાત દિલમાં કોતરી રાખજો -

તમને ગુસ્સો આવે છે તેમાં કારણ કાં તમારો સ્વભાવ છે, કાં તમારી બહારની પરિસ્થિતિ. જો તમારા સ્વભાવને કારણે જ ધૂળ જેવી બાબતમાં પણ તમને ગુસ્સો આવી જતો હોય તો તો સ્વભાવ બદલ્યા સિવાય છૂટકો નહીં. પરંતુ જો તમારી બહારની પરિસ્થિતિને કારણે જ ગુસ્સો આવતો હોય, જો સતત તમારી આસપાસનું વાતાવરણ તમને અપ્રસન્નતા આપતું હોય તો તમે બીજાને પ્રસન્નતા આપવાનું શરૂ કરી દો. પછી જુઓ - તમારા જીવનમાં પણ કેવા પ્રસન્નતાના ફુવારા ઉછળે છે.

લાંબી મુસાફરી બસમાં હેમખેમ ખેડ્યા પછી જ્યારે બસમાંથી નીચે ઉતરો ત્યારે બસમાંથી નીચે ઉતરતા ઉતરતા ડ્રાયવરને ઉદ્દેશીને 'દોસ્ત ! ખરેખર તે ગજબનું ડ્રાઈવીંગ કર્યું, ધન્યવાદ છે' - આવા મીઠા મધઝરતા પ્રશંસાના વેણ કેટલી વાર ઉચ્ચાર્યા ? શું જીવનમાં એક પણ વાર આવો પ્રસંગ બન્યો ખરો ?

જુઓ, આમાં પૈસા આપવાની વાત નથી કરતો. કારણ કે, હું જાણું છું કે પૈસા આપવામાં તમને સૌથી વધુ તકલીફ પડવાની છે. આ તો ફક્ત પ્રશંસાના બે વેણ ઉચ્ચારવાની વાત છે. બાકી, જો તમને 'વિટામીન M' વેરતા આવડે તો કંઈ-કેટલાયને તમે પ્રસન્નતાની લહાણી કરી શકો છો.

દેરાસરમાં પૂજારીને એક વાર દસ રૂપિયા આપી તો જુઓ. કેટલી પ્રસન્નતા તેના મુખ ઉપર છલકાતી જોવા મળશે. આંબેલ ખાતામાં, પાઠશાળામાં તમે જો ફક્ત ૧૦-૨૦-૫૦ રૂપિયા આપી આપીને તેમના

સત્કાર્યોની અનુમોદના કરી કરીને પ્રસન્નતાની લ્હાણી કરશો તો તમને પણ વાતાવરણ પ્રસન્નતાનું જ મળશે. બીજાને પ્રસન્નતા આપનારને અપ્રસન્નતા નહીં, પ્રસન્નતા જ મળે. એક વાર આ સિદ્ધાંતને પ્રયોગમાં લાવી જુઓ. પરિણામ ચોક્કસ મળશે. 'બસ, મારાથી શક્ય હશે તે રીતે મારે સૌની પ્રસન્નતામાં નિમિત્ત બન્યા જ રહેવું છે' - આવો સંકલ્પ અને તદનુસારી જો તમારી પ્રવૃત્તિ-દિનચર્યા વગેરે ગોઠવાશે તો તમારી આજુબાજુની પરિસ્થિતિ પણ તેવા પ્રકારની જ નિર્માણ પામશે કે ગુસ્સો કરવાના નિમિત્તો જ તમને નહીં મળે.

આ રીતે, ગુસ્સો આવવાના કારણોનું મૂળ ખૂબ બારીકાઈથી તપાસો. સહેજ પ્રતિકૂળ વ્યવહાર સામેવાળો કરે કે તરત બદલો વાળવાની વૃત્તિ જન્માવવાને બદલે, ક્રોધને પરવશ થવાને બદલે તેનું મૂળ તપાસો કે કયા કારણે આ વ્યક્તિને મારા પ્રત્યે પ્રતિકૂળ થવું પડ્યું ? લગભગ પ્રસંગોમાં તમે આ વિચારણા દ્વારા બચી શકશો, ગુસ્સાથી છૂટી શકશો.

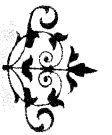
જ્યારે સામેવાળાના પ્રતિકૂળ વ્યવહારની પાછળ કોઈ દેખીતું કારણ ન દેખાય ત્યારે છેલ્લે પોતાના કર્મને જ દોષ આપવાનું રાખો, ગુસ્સો ઓછો થઈને જ રહેશે. ''પૂર્વ જન્મોમાં મેં પ્રતિકૂળ વ્યવહાર કરી પાપ કર્મ બાંધ્યું હશે, તેના પ્રતાપે જ આ મને હેરાન કરી શકે છે. જો મેં કર્મ ન બાંધ્યું હોત તો કોઈની શું મજાલ છે કે મને હેરાન કરી શકે ?'' - આવી વિચારણાને વેગવંતી બનાવી કર્મને જ આરોપીના પાંજરામાં ગોઠવવા દ્વારા તમારા ગુસ્સાને સામેવાળી વ્યક્તિ પ્રત્યે કેન્દ્રિત કરવાના બદલે ખુદ તમારા કર્મો તરફ જ કેન્દ્રિત કરો. ત્યાં તમારા ગુસ્સાનું જોર સ્વાભાવિક રીતે ઓસરી જશે. રૂટ પોલિસીનું તાત્પર્ય આ જ છે.

ટૂંકમાં, રૂટ પોલિસીને અજમાવવા માટે ચોવીસે કલાક મનમાં આ વાક્ય ઘૂંટતા રહો કે ''જે કારણોથી મને ગુસ્સો આવે છે, તે કારણોના મૂળને મારે તપાસવું છે.''

જો આટલું પણ કરવામાં આવશે તો અવશ્ય ગુસ્સો રવાના થશે, ક્ષમાની મસ્તી માણવા મળશે. વધુ તો અનુભવે જ સમજાશે.

૪

'શેરબજાર' પોલિસી



પ્રાયઃ તમારા સહુનું મનગમતું બજાર એટલે શેરબજાર. શેરબજાર સારું કે ખરાબ ? એની ચર્ચામાં પડ્યા વિના શેરબજારમાં તમે જે સિદ્ધાંત મુજબ કામ કરો છો તે સિદ્ધાંત જો તમે જીંદગીની બજારમાં લાગુ પાડી દો તો ક્રોધનો નિગ્રહ કરવામાં સફળતા મળી જશે. શેરબજારમાં વેપાર કરનારો ત્રણ કાળજી કરતો હોય છે -

(૧) ઊઠી જનારી કંપનીના શેર ક્યારેય ખરીદતો નથી.

(૨) મંદીના સમયમાં તેજીના ભાવ પ્રમાણે શેર ક્યારેય ખરીદતો નથી. તેજીના સમયમાં જે શેરના ભાવ રૂા. ૫૦૦ હોય તેના મંદીના સમયે રૂા. ૫૦ જ ચૂકવે છે અથવા ખરીદતો જ નથી.

(૩) ડીવીડન્ડ અને બોનસ જેના કદી સારા મળતા જ ન હોય તેના શેર લેવાનું પણ લગભગ ટાળે છે.

આ મુખ્ય ત્રણ સિદ્ધાંતને જીવનમાં લાગુ પાડવા જેવા છે.

તમારી સામે બે કંપની છે -

(૧) મોહરાજાની અને (૨) ધર્મરાજાની.

મોહરાજાની કંપનીના શેર તરીકે ક્રોધ, માન, માયા, લોભ, ઈર્ષ્યા, દ્વેષ, વિશ્વાસઘાત, તિરસ્કાર વગેરે પાપો છે. ધર્મરાજાની

કંપનીના શેર તરીકે ક્ષમા, નમ્રતા, સરળતા, ઉદારતા, પ્રસન્નતા વગેરે ગુણવૈભવ છે.

જો તમે જીવન માટે સાચા શેરબજારિયા બની શકતા હો તો ક્યારેય મોહરાજાની કંપનીના શેર લઈ શકો નહીં. કારણ કે મોહરાજાની કંપની ઊઠી જનારી છે. કોઈ તમારું માનતું નથી, દીકરો પણ સાંભળતો નથી, ત્યારે તમે તેના ઉપર ગુસ્સો કરો છો. મતલબ કે ક્રોધનો શેર તમે ખરીદ્યો. બસ, વાત પૂરી. મોહરાજાના હાથ ઊંચા. ક્રોધ તમે જેના માટે કર્યો તેનું વળતર મળે જ એટલે કે સામેવાળો તમારી વાત માની જ જાય - તેવો કોઈ જ નિયમ નથી. આ ક્રોધ ઉપર કોઈ પણ સારું પરિણામ આપવાની મોહરાજાની તૈયારી નથી. એની નીતિ તો 'આ જા, ફસા જા' જેવી છે. એક વાર ક્રોધનો શેર તમને વેચી દીધો પછી એ છૂટો. તમે રખડતા.

આની સામે જો 'ક્ષમા' નો શેર ખરીદો તો ધર્મરાજાની ગેરંટી છે, વળતર તમને મળશે જ. જેમ-જેમ ક્ષમા તમે વધારતા જશો તેમ તેમ સામેવાળો તમારી વાત સ્વીકારતો જશે. મુખ્ય વાત તો એ છે કે ધર્મરાજાની કંપની સ્થિર છે, ટકવાની છે. ક્યારેય એનું ઉઠમણું નથી થવાનું. તમે એનો 'ક્ષમા' નો શેર ખરીદ્યો પછી તેનું પૂરેપૂરું વળતર આપવા ધર્મરાજાની કંપની પોતાની જાતને કર્તવ્યબદ્ધ માને છે. એ તમારી નાનામાં નાની, સારી વાતની નોંધ રાખી તમને પૂરેપૂરું વળતર આપશે.

તમે જ જોઈ લો ☞
પ્રસન્નતા કોને મળે છે ? ક્ષમાશીલને કે ક્રોધીને ?
સમાજમાં આદેય કોણ બને છે ?
કુટુંબમાં પ્રિય કોણ બને છે ?
મિત્રવર્તુળ વધુમાં વધુ કોનું હોય છે ?
સગાવહાલાઓમાં વધુ વિશ્વાસાસ્પદ કોણ હોય છે ?
કોના વચનની સાદર નોંધ લેવાય છે ?
કોના પ્રત્યે લોકોની હમદર્દી હોય છે ?
જવાબમાં, ક્ષમાવાન્ જ આવશે. ક્રોધી માણસ નહીં આવે.

સ્પષ્ટ દેખાય છે કે ☞

ક્રોધના શેર ખરીદનાર પસ્તાય છે. ક્ષમાના શેર ખરીદનાર પ્રસન્ન હોય છે. પસંદગી તમારી છે. કોને પસંદ કરશો ? ધર્મમહાસત્તાની કંપનીના શેરને કે મોહરાજાની કંપનીના શેરને ?

✍.... કોતરી દો મગજમાં -

''મોહસત્તાની કંપની દેવાળું કાઢનારી, અવિશ્વાસુ છે.
તેના ક્રોધ વગેરે શેર લેવામાં મારું કલ્યાણ નથી.''

શેરબજારનો બીજો સિદ્ધાંત વિચારો. મંદીના સમયમાં તેજીના ભાવ મુજબ શેર ન ખરીદાય. મોહરાજાની પાસેથી શેર ખરીદનારે મંદીના સમયમાં પણ તેજીના ભાવ પ્રમાણે જ રકમ ચૂકવવી પડે છે. તમે ક્રોધનો શેર ક્યારે ખરીદો ? જ્યારે દીકરો તમને પ્રતિકૂળ થાય, પત્ની વાંકી ચાલે, નોકર કહ્યામાં ન હોય, ઘરાક પેમેન્ટ સમયસર ચૂકવવા તૈયાર ન હોય, કોઈ તમારી સાચી પણ વાત માનવા તૈયાર ન હોય... આવા-આવા કારણોસર તમે ક્રોધના શેર ખરીદવા તૈયાર થઈ જાઓ છો. આ તમારો મંદીનો સમય છે. કારણ કે પુણ્યની મંદી ચાલે ત્યારે તો ઉપર જણાવેલી પરિસ્થિતિનું નિર્માણ થાય છે.

જો પુણ્ય પારધું હોય તો આવા અપમાન વગેરેના પ્રસંગ કેવી રીતે બને ? હવે મોહરાજાની બદમાશી જુઓ. આવા સમયે ક્રોધ કરતી વખતે તમારે તમારું અઢળક પુણ્ય ખરચવું પડે છે. જો ક્ષમા વગેરે રાખવા દ્વારા થોડું વધારે પુણ્ય એકઠું કરો તો દીકરો કહ્યાગરો થઈ જ જવાનો. જ્યારે ક્રોધ કરવા દ્વારા દીકરો કહ્યાગરો થાય તેની કોઈ ખાતરી મળતી નથી, અઢળક પુણ્ય તો ખર્ચાઈ જ જાય છે. મબલખ પુણ્ય લઈ તમને ગુસ્સાનો એક શેર મોહરાજા આપે છે - આ વાત ન ભૂલો.

તમને એમ લાગે છે કે -

મેં ગુસ્સો કર્યો. માટે, દીકરો મારું માની ગયો. બાકી ન માનત. પણ, આ ભ્રમણા છે. તમે ગુસ્સો કર્યો માટે નહીં. પણ તમારું પુણ્ય હતું માટે તમારો ગુસ્સો દીકરો ખમી લે છે. જે દિવસે તમારું પુણ્ય પરવારશે ત્યારે દીકરો પણ તમારું સાંભળવા તૈયાર નહીં હોય.

અરે ! બે-ચાર સામે ચોપડશે. **ના શેર ખરીદવા નથી.''**

મતલબ સાફ છે કે - ય કે જે પુણ્ય

એક ક્રોધના બદલામાં મોહરાજાને તમે તમારું અઢ ખરીદી આપો છો. ત્યારે તમારો ક્રોધ સફળ થાય છે. નિષ્ફળ ક્રોધ વખતે મોહરાજા તમારા લલાટે અઢળક પાપકર્મ લખાવી લે છે. મતલબ કે ભવિષ્યમાં કે ભૂતકાળમાં થવાની કે થયેલ સાધના નકામી થઈ જાય છે. આવી છડેચોક લૂંટ મોહરાજા ચલાવે છે.

છતાં તમને શું ક્રોધનો જ શેર પસંદ પડે ?

તમને કોના શેર લેવા પસંદ છે ?

પુણ્યની મંદીના સમયમાં પણ પુણ્યની આકરી કિંમત ચૂકવ્યા પછી જ મળતા ક્રોધના શેર ખરીદવામાં કે ક્ષમાના શેર ખરીદવામાં ?

આટલું સ્પષ્ટ જાણ્યા પછી પણ જો તમે ક્રોધના શેર ખરીદવાના ચાલુ રાખો તો તમને શું કહેવાય ?

બાપે દીકરાને કીધું - ''બેટા ! આ બાજુ જે મોહનભાઈની દુકાન છે, ત્યાંથી ૨૫૦ ગ્રામ ભીંડાનું શાક લઈ આવ ને ! જો જે હોં, મોહનભાઈની દુકાનમાંથી જ શાક લાવજે. આજુ-બાજુમાંથી ક્યાંયથી પણ નહીં હો ! ત્યાં બહુ લાઈન હશે, કદાચ અડધો કલાકે પણ ભીંડા મળે. પરંતુ, તેના જેવા કૂણા ભીંડા બીજે નથી મળતા. માટે ત્યાંથી જ લાવજે.''

દીકરો ''સારું'' કહી ભીંડા લેવા રવાના થયો. દીકરો નવા જમાનાનો હતો. પૈસા પોતાની પાસે જ હતા. ૫-૧૦ મિનિટ થઈ ના થઈ, ત્યાં તો ભીંડાની થેલી લઈને આવતો દીકરો તમને દેખાયો.

પહેલી જ શંકા પડી કે - નક્કી ક્યાંક બીજેથી ભીંડા લઈ આવ્યો છે. આવતાવેંત જ પૂછ્યું કે - ''અલ્યા ક્યાંથી લઈ આવ્યો ? આટલો ફટાફટ કેમ આવી ગયો ?''

''હું તો મોહનભાઈને ત્યાંથી જ ભીંડા લઈ આવ્યો છું.''

બાપે ભીંડા ચેક કર્યા. ખરેખર ક્વોલિટી મોહનભાઈના ભીંડા જેવી જ હતી. એટલે બીજું કશું કહી શકાય તેમ ન હતું. છેલ્લે બાપે પૂછ્યું -

"તો પછી તું આટલો ફટાફટ કેવી રીતે આવી ગયો ? શું લાઈન નો'તી ?"

"ના પપ્પા ! લાઈન તો ઘણી લાંબી હતી. કદાચ પોણો કલાક સુધી હું પાછો ન આવી શક્યો હોત !"

"તો પછી ?"

"મેં ટ્રીક કરી. સીધો મોહનભાઈની પાસે ગયો અને કીધું. 'મોહનભાઈ ! આ લો રૂા.૫૦૦ ની નવી નકોર કડકડતી નોટ. અને આપો મને ૨૫૦ ગ્રામ ભીંડા !' મોહનભાઈએ બધાંને ઓવરટેક કરી સૌથી પહેલા મને ભીંડા આપી દીધા."

બાપની હાલત તો જોવા જેવી થઈ જાય.

તમે આ દીકરાને શું કહો ?

એ જ ને કે "અલ્યા મૂરખના સરદાર ! ૨૫૦ ગ્રામ ભીંડા માટે રૂા.૫૦૦ અપાતા હશે ?" જ્ઞાની ભગવંતો આપણને આ જ કહી રહ્યા છે કે - કોઈની પાસે આપણી વાત મનાવવા માટે ક્રોધના શેર ન ખરીદાય. લાખો-અબજો ડોલરથી પણ વધુ મોંઘું પુણ્ય આપીને જ તમે ક્રોધના શેર ખરીદી શકો છો. એના કરતાં ધર્મમહાસત્તાના શરણે જાઓ. થોડી વાર કદાચ લાગે. કિંતુ પુણ્ય ચોક્કસ વધશે અને બધાં તમારી વાત માનતા થઈ જશે." પણ, આપણને તો શોર્ટકટ ગમે છે. પછી ભલેને એ ભારે પડે.

સાવચેત થઈ જાઓ. મોહરાજાની આ ભારે ચાલબાજી છે. એ તમને લૂંટી નાંખશે. તમને ખબર પણ નહીં પડે. યાદ રાખજો ! આ મોહરાજાની કંપની ક્યારેય પણ પોતાના શેરહોલ્ડરોને વફાદાર રહેતી નથી. સુભૂમ ચક્રવર્તીને ૭મી નરકમાં નાંખી દેવાનું કામ આ મોહરાજાએ જ કર્યું છે. માટે જો શેરબજારમાં તમે જે ન્યાય લાગુ પાડો છો તે ક્રોધને અટકાવવામાં લાગુ પાડો તો ક્રોધના શેર ખરીદવાની મૂર્ખામી કદી કરી શકો નહીં.

માટે, જ્યારે પણ ગુસ્સો આવે ત્યારે વંચાઈ શકે તે રીતે આ વાક્ય મગજમાં લખી નાંખો કે -

''મારું અઢળક પુણ્ય ખર્ચીને મારે ક્રોધના શેર ખરીદવા નથી.''

કદાચ ક્રોધ કરવામાં એવું પુણ્ય પણ ખર્ચાઈ જાય કે જે પુણ્ય સીમંધર સ્વામીનો ભેટો કરાવનારું હોય. માટે, ક્રોધના શેરની ખરીદી માટે પુણ્ય ન ખરચવાનો દૃઢ નિશ્ચય કરી લેજો.

ત્રીજી વાત હતી કે જે કંપનીના શેરનું ડિવિડન્ડ વધારેમાં વધારે હોય તેના શેર ખરીદાય. મોહરાજાની કંપનીના ક્રોધના શેર ખરીદીને ડિવિડન્ડ શું મળે ? બી.પી., હાર્ટએટેક... કે બીજું કાંઈ ? અરે, ક્રોધ કરી કરીને માણસનું જીવતર તો ઝેર જેવું થાય જ છે. ઉપરાંતમાં દેહ પણ નર્યા ઝેરનો થઈ જાય છે.

નાનકડું એ ગામ. પાણી માટે બહારથી ટેન્કર આવે. રોજ બધાંની ત્યાં લાઈન લાગે. બધાં બહેનો બેડાં લઈ-લઈને ગોઠવાઈ જાય. સામાન્યથી જેમ બનતું આવે છે તેમ લાઈનમાં આગળ ગોઠવાવા માટે ઝઘડા પણ થાય. વચ્ચે કોઈક ઘૂસી જાય એટલે બોલાચાલી પણ થાય.

એક સામાન્ય ઘરની બાઈ ક્યારની બેડું લઈ પોતાની લાઈનમાં ઊભી હતી. આગળની બહેનોને પાણી ભરતા-ભરતા ખાસી વાર થઈ ચૂકી હતી. માટે એ બહેન થોડા અકળાયા હતા. ઉનાળાનો તાપ હતો, ઘરે નાનકડા દીકરાને મૂકીને આવી હતી. એટલે સહેજે મગજનો પારો થોડો ઉપર હતો.

ત્યાં એક બહેન કે જેની સાથે સખત અણબનાવ હતો, તે અચાનક વચ્ચે આવી ગયા. પેલા બેનની બરાબર આગળ આવી પોતાનું માટલું પાણી ભરવા મૂકી દીધું.

પેલા બહેનનું મગજ ફાટ્યું. પેટ્રોલથી ભરેલા ગોડાઉનમાં જાણે દીવાસળી ચંપાઈ. રૂથી ભરાયેલા કોઠારમાં જાણે તણખો ઝર્યો. ગીચ વનરાજીથી લચેલા વનમાં જાણે આગની ઝાળ લાગી. અને ભડભડ-ભડભડ દાવાનળ સળગી ઉઠ્યો.

બહેન ગુસ્સામાં આવી ગયા, અત્યંત ક્રોધમાં આવી ગયા, ખુદ પોતાની જાત ઉપરનો કાબૂ ગુમાવી બેઠા અને ભયંકર ઝઘડો માંડી દીધો.

બોલાચાલીમાંથી બેફામ ગાળાગાળી ઉપર તે બન્ને બહેનો પહોંચી ગઈ. વાત છેલ્લે મારામારી ઉપર પહોંચી. આખરે બીજી બહેનોએ વચ્ચે પડી માંડ-માંડ ઝઘડો શાંત કર્યો.

બન્ને બહેનોનો ધમધમાટ લગીરે ઓછો થતો નથી. પેલા બહેન ધમધમાટમાં જ ઘરે પાછા આવ્યા. મગજ હજુ એટલું જ ગુસ્સામાં હતું. સામેવાળા બહેને ઉચ્ચારેલા શબ્દોનું વધુને વધુ જોરમાં માનસિક પ્રતિવિધાન હજુ ચાલુ જ હતું. ક્રોધની આગને સળગતી રાખવામાં આ જ વિચારધારા પેટ્રોલનું કામ કરતી હતી.

ઘરે આવી જોયું. સમય ઘણો વહી જવાને કારણે દીકરો રડી રહ્યો હતો. માએ તરત જ દીકરાને ધવડાવવા લીધો. મા તો એ જ વિચારોમાં ખોવાયેલી છે. ક્રોધની આગ ભડભડતી જ છે. ૧૦ મિનિટ વીતી ગઈ. બહેન પોતાના વિચારમાં ગુલતાન છે. પોતે અત્યારે શું કરે છે ? - તેનું પણ ભાન પોતાના મગજમાં નથી.

અચાનક પોતાના બાળક તરફ બેનની નજર ગઈ. બાળક લેશ પણ હલનચલન કરતું ન હતું. શરીર આખું ઠંડુ પડી ગયું હતું. બેન ગભરાયા. તરત જ હોસ્પિટલમાં ડોક્ટર પાસે લઈ ગયા. પણ, સમય ઘણો વીતી ગયો હતો. બાજી ડોક્ટરોના હાથમાં પણ રહી ન હતી. ડોક્ટરોના મોઢામાંથી જ્યારે બેનને 'Sorry...' આ સમાચાર જાણવા-સાંભળવા મળ્યા ત્યારે બેનના માથે તો જાણે આભ તૂટી પડ્યું. પોતાનો એકનો એક લાડલો દીકરો ગુમાવવાનું દુઃખ કેમે કરી સહ્યું જતું ન હતું.

બહેને ખિન્ન વદને ડોક્ટરને પૂછ્યું -

''પણ, આવું થયું શી રીતે ?''

ડોક્ટરે કીધું - ''શરીર આખું લીલું કાચ જેવું થઈ ગયું છે. કોઈ ઉગ્ર ઝેરની અસરથી આવું થયું હોવું જોઈએ.''

''ઝેર ! પણ, ઝેર એના શરીરમાં આવે ક્યાંથી ? છેક સુધી તો રમતો હતો. મેં ધવડાવવા લીધો અને દસેક મિનિટમાં જ તેની આવી હાલત થઈ ગઈ.''

''આપ એને ધવડાવતા હતા અને આવું બન્યું ?''

''હા !''

ડોક્ટર અનુભવી અને જમાનાના ખાધેલ હતા.

જ પૂછ્યું -

''શું તમે તે પહેલા તરતમાં જ કોઈની સાથે અત્યંત, બેહદ ઝઘડો કર્યો હતો, બોલાચાલી કરી હતી ?''

''હા ! મારે ભયંકર બોલાચાલી થઈ હતી.''

''તો બેન ! આ એનો જ પ્રતાપ છે. આપના એ ગુસ્સા એ આપનું વાત્સલ્યના પ્રતીક સમું અમૃત પણ ઝેર થઈ ગયું.''

આ સાંભળીને બહેન તો અવાક્ થઈ ગયા.

જગતમાં માના સર્વોત્તમ વાત્સલ્યનું સર્વોત્તમ પ્રતીક એટલે જ દૂધ. વાત્સલ્યના અમીથી છલકાતું અમૃત સમું દૂધ પણ જેના પ્રભાવે ઝેર થઈ ગયું, એ વરવું પરિણામ ક્રોધના પ્રતાપે.

જીવતરમાં ઝેર ઘોળતાં ક્રોધનો આશરો હવે તમને શોભે ?

સંબંધોને કડવા ઝેર કરી મૂકતા ગુસ્સાને હજુ ને હજુ શું પોષવો જ છે ?

ભાઈ-ભાઈ વચ્ચે આંખે દેખ્યું વૈર પેદા કરાવનારા ગુસ્સાને શું હજુ પંપાળવો જ છે ?

અરે બહારનો નાગ તો હજુ સારો. પણ, આ ક્રોધનો નાગ તો બહુ ભયાનક. પોતાને સંઘરનારને બહારનો નાગ કદી નાગ નથી બનાવી દેતો. આ ક્રોધનો નાગ તો પોતાને આશરો આપનારને સાક્ષાત્ વિષધર બનાવ્યા વિના નથી રહેતો.

પછી તો એના એક ફૂંફાડે કેટલાય બાળકો પોતાના જીવન ગુમાવે કે એમના જીવતર ઝેર થઈ જાય.

વર્ષોના ગાઢ સંબંધો પત્તાના મહેલની જેમ ધરાશાયી થઈ જાય.

આંખોમાંથી અમીની જગ્યાએ આગ વરસે. વહાલા દવલા થાય.

સ્વજન શત્રુ બને...

અને એ વિષધર બનેલો આદમી સ્વયં પણ સતત ને સતત સંક્લેશની આગમાં સળગ્યા કરે. પછીના ભવોમાં જે દુઃખપરંપરા આવી

પડવાની છે તે તો નફામાં...

ક્રોધની કેવી ઉત્તમ ભેટ !

ક્વોલિટી પણ જોરદાર !, ક્વોન્ટીટી પણ જોરદાર !

જો પસંદ હોય આવી ભેટ,

ગમતા હોય આવા દુઃખો,

તો ખરીદો, મોહરાજાની કંપનીના ક્રોધના શેર !

સંક્લેશ, દુઃખ, પીડા... આ બધું મળશે જ, ડિવિડન્ડ આપવામાં મોહરાજાની કંપની બહુ પાકી છે. એ દગો નહીં કરે. ડિવિડન્ડ મળશે જ. પણ આવું. ગેરંટી છે તેની.

આની સામે ધર્મરાજાની ક્ષમાના શેરનું ડિવિડન્ડ તો જુઓ.

દુશ્મન પણ તમારા ચરણો ચૂમે.

ભલભલી વ્યક્તિઓ આ ક્ષમાના કામણથી વશ થાય છે.

આ શેરના ડિવિડન્ડ તરીકે ધર્મમહાસત્તા

* દુશ્મનને પણ દોસ્ત બનાવી આપશે.
* આંખમાં આગની જગ્યાએ અમી અને ઠંડકને સ્થાન આપશે.
* સહુના વિશ્વાસપાત્ર ઠેરવશે.
* ઝેરની જગ્યાએ અમૃતનું દાન કરશે.
* આંખે દેખ્યા વૈરની જગ્યાએ સુલેહનું વાતાવરણ સર્જશે.
* ભાઈ-ભાઈના, સાસુ-વહુના, દેરાણી-જેઠાણીના ઝઘડાઓ નાબૂદ થશે.

યાદ રહે ! કદાચ તમારી ક્ષમાને કારણે સામેવાળાને ફાવતું મળે, તમને વધુને વધુ સંભળાવે, તમારે ઘણું સહન કરવું પડે... આ બધું શક્ય છે. પણ, આ ધર્મરાજાની કંપની છે. ત્યાં 'દેર' હોઈ શકે છે. 'અંધેર' કદાપિ નહીં. ફળ મળવામાં 'ડિલે' થઈ શકે છે. ફળ 'ડિમોલિશ' કદી નથી થતું. ધીરજ રાખો. ફળ અવશ્ય મળશે જ મળશે. ગેરંટી ખુદ તીર્થંકર પરમાત્મા આપે છે.

ક્ષમાના મીઠા ફળ ચાખવા હોય તો આજથી સંકલ્પ કરી દો-

''ક્રોધના ઝેર કરતાં હવે ક્ષમાના અમૃતને મારે આવકાર આપવો છે.

ગમે તે પ્રસંગો આવે, મારે ક્ષમા રાખવી જ છે. ક્ષમા એ મારો પ્રાણ બની જશે, જીવન બની જશે.''

પછી જુઓ, શો આનંદ તમારા જીવનમાં આવે છે. જીવન તમને જીવવા જેવું લાગશે.

શેરબજાર પોલિસીના ત્રીજા મુદ્દાનો ટૂંકસાર એટલો જ નીકળ્યો –

''ક્રોધરૂપી શેરના ડિવિડન્ડમાં ઝેર જ છે.
ક્ષમા અમૃત આપે છે.
હવે, ઝેર નહીં, અમૃતને ચાખી જુઓ.''

ઝેર નવપલ્લવિતને મૂરઝાવી નાંખનાર છે.
અમૃત મૂરઝાયેલાને નવપલ્લવિત કરનાર છે.
વિશ્વાસ નથી ? કરી જુઓ અખતરો.
હા ! પહેલો અખતરો ક્ષમા ઉપર કરજો. પછી
ક્રોધ કરવો ગમશે જ નહીં.

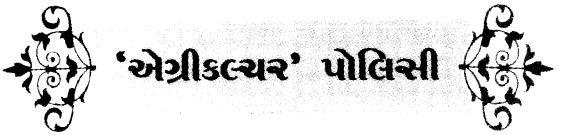
✺

તમારી સમૃદ્ધિનું માપ એ છે કે
કેટલા લોકો તમને ચાહે છે.

તમારી સમજણનું માપ એ છે કે
તમે કેટલા લોકોને ચાહો છો.

– **કૃષ્ણકાંત ઉનડકટ.**

૫



'એગ્રીકલ્ચર' પોલિસી

અનાદિ કાળથી આપણા સહુની નબળી કડી એવા ક્રોધને દૂર કરી દેવા માટેની, નષ્ટ કરી દેવાની પોલિસીઓ આપણે વિચારી રહ્યા છીએ. તેમાં પાંચમી પોલિસી તરીકે એગ્રીકલ્ચર પોલિસી ગોઠવાયેલ છે. એગ્રીકલ્ચર એટલે ખેતી.

ખેડૂતની પાસે વાવવાની બાબતમાં સ્વતંત્રતા છે, લણવાની બાબતમાં નહીં. વાવણી કોની કરવી - બાવળની કે આંબાની ? - એ ખેડૂતના હાથમાં છે. પણ, બાવળ વાવ્યા પછી 'અહીં આંબો કેમ ન ઊગ્યો ?' આવું પૂછવાનો તે અધિકારી રહેતો નથી. બાવળ વાવ્યો હશે તો બાવળના કાંટા ખાવા પડશે. આંબો વાવ્યો હશે તો રસ ઝરતી કેરી ખાવા મળે. પણ, મુખ્ય આધાર તો વાવણી શેની કરવામાં આવે છે ? તેના ઉપર છે.

બીજ જો બાવળનું વાવ્યું છે તો બાવળ જ મળવાનો છે અને ઉગવાનો છે. જો ગોટલી વાવી છે તો આંબો ઉગ્યા વિના રહેવાનો નથી. આટલી સ્પષ્ટ સમજણ ખેડૂત પાસે છે. માટે, ખેડૂત ક્યારેય પણ બીજ વાવવામાં થાપ ખાતો નથી. બીજ બાવળનું વાવ્યા પછી 'આંબો કેમ ન ઊગ્યો ?' આવા રોદણાં રડનારો મૂર્ખ છે. બસ,

ખેતીના ક્ષેત્રની આ સમજણ જો જીવનના ક્ષેત્રે આવી જાય તો ક્રોધ ઉપર કાબૂ મેળવવો ખૂબ સહેલો છે.

કારણ કે જ્યારે તમારું અપમાન થાય છે, તમારી વાતને ઝાઝી દરકાર નથી આપવામાં આવતી, ઘરાક પેમેન્ટ આપવામાં કાયમ ગલ્લાતલ્લા જ કરે છે, પત્ની-પુત્ર-પરિવારને પણ તમારી કોઈ કદર નથી હોતી, કોઈ જિગરજાન મિત્ર તમારું અપમાન કરે છે, તમારી સાથે વિશ્વાસઘાત કરે છે તે વખતે તે તે વ્યક્તિ દોષિત નથી, તે તે વ્યક્તિ ઉપર ગુસ્સો કરવાનું પ્રયોજન નથી. કારણ કે તમે ગયા ભવોમાં જે વાવીને આવ્યા છો તે જ ઊગી રહ્યું છે. જો ગયા ભવોમાં તમે આવા કર્મો ન બાંધ્યા હોત તો કોની તાકાત છે કે તમને હેરાન કરી શકે ?

પૂર્વેના ભવોમાં બી વાવવાની બાબતમાં થાપ ખાઈ ગયા છો. માટે આ ભવમાં આ મુશ્કેલીઓ સર્જાય છે. બાવળના બી વાવ્યા પછી એમાંથી બાવળ જ ઊગવાનો છે. એના કાંટા પણ પછી અનિવાર્યપણે સહેવાના જ છે. એટલે કોઈ વ્યક્તિ તમારી સાથે ખરાબ વ્યવહાર કરે ત્યારે સમજી રાખવાનું કે 'ગયા ભવમાં કોઈની સાથે ખરાબ વ્યવહાર કરી મેં જે બાવળનું બી વાવ્યું હતું તેમાંથી હવે બાવળ ઉગી ગયો છે, એનો જ તો આ એક કાંટો છે. મેં જ વાવ્યું છે તો પછી એના રોદણાં શું રડવાનાં, એમાં ગુસ્સે શું થવાનું ?'

જેણે ગયા ભવમાં આંબા વાવ્યા છે, તેની સાથે કોઈ દુષ્ટવ્યવહાર કરી શકવાનું નથી. માટે, સામેવાળો તમારી સાથે ખરાબ વ્યવહાર કરે છે, તેમાં વાંક તેનો નથી, તમારો પોતાનો, તમે વાવેલા કર્મનો છે. તો પછી ગુસ્સો કોના પ્રત્યે હોવો જોઈએ ? - સામેવાળી વ્યક્તિ ઉપર કે પોતાની જાત ઉપર ? ખેડૂત બીજ વાવવામાં થાપ ખાઈ જાય પછી કાંટો વાગે તો કાંટા ઉપર ગુસ્સો કરે કે પોતાની જાત ઉપર ? વાંક કોનો ? કાંટાનો કે ખુદ ખેડૂતનો ?

જે સમજણ ત્યાં છે તે સમજણ ધર્મના ક્ષેત્રે લાવી દેવાની જરૂરત છે. 'અન્યાયના બીજને મેં વાવ્યા છે. સામેવાળી વ્યક્તિ

નિર્દોષ જ છે. મારે તેની ઉપર ગુસ્સો કરવાની જરૂરત જ શી ?' - આ વિચારણાને વારે વારે ઘૂંટવી.

તથા ગયા ભવોમાં વાવેલા બાવળના બીનું દુષ્પરિણામ આ ભવમાં અસહ્ય રીતે સહેવું પડે છે, તો આ ભવમાં તો બીજની વાવણીમાં લેશ પણ થાપ ખાવી નથી - આટલું તો નક્કી કરી જ લો. જો સામેવાળા ઉપર ગુસ્સો કર્યો તો તો પાછું બાવળનું બી વાવી રહ્યા છો. એના કાંટા તો આવતાં ભવોમાં કેવા દુઃસહ થઈ પડશે ! ના, હવે બાવળના કાંટા નથી વાવવા. ક્ષમાના આંબાની ગોટલી જ વાવવી છે.

ખેડૂત સ્પષ્ટ સમજે છે કે ઘઉંના બી વાવવાના હોય તેમાં કરકસર ન કરાય. જેટલા વધુમાં વધુ વવાય તેટલા વાવી દેવાના હોય. ખાવા માટે જોઈએ એટલાં જ વપરાય અને વેડફાય તો એક પણ દાણો નહીં. મતલબ કે, વાવવાના વધુમાં વધુ, વાપરવાના ઓછામાં ઓછા, વેડફવાના બિલકુલ નહીં. જો વાવવામાં કસર રાખી તો લણતી વખતે રડવાના દિવસો આવે. જો 'વાવવાના ઓછામાં ઓછા, વાપરવાના બને તેટલા અને વેડફવાના વધારેમાં વધારે' - આ ગણિત ખેડૂત અપનાવે તો તેના માટે રડવાના દિવસો, દુઃખી થવાના દિવસો, ભૂખે મરવાના દિવસો દૂર નથી.

ખેતીના ક્ષેત્રનું આ ગણિત તો તમારા મગજમાં બરાબર સમજાઈ ચૂક્યું છે. પણ, આ ગણિત ધર્મના ક્ષેત્રે હજુ લાગુ પાડ્યું નથી. 'મને મળેલ શરીર, સંપત્તિ, વાચા શક્તિ વગેરેની હું વાવણી કરું છું, વપરાશ કરું છું કે વેડફું છું' - આવું વિચારવાની પણ તસ્દી કેટલી લીધી ?

જે કરો અને વસ્તુ ઊગી નીકળે તે વાવ્યું કહેવાય. સંપત્તિ, શરીર વગેરેનો જો આત્માના ઉત્થાન માટે, સંઘ-શાસનની સેવામાં ઉપયોગ કરવામાં આવે તો તે સંપત્તિ વગેરે વાવ્યા કહેવાય. કુટુંબ-પરિવાર વગેરેની અનિવાર્ય જરૂરિયાતોને પૂરી પાડવા માટે જ સંપત્તિ વગેરેનો ઉપયોગ કરવામાં આવે તે સંપત્તિનો વપરાશ કર્યો કહેવાય.

પરંતુ ફેશન-વ્યસનના માર્ગે, પાપના માર્ગે તમારી સંપત્તિ વગેરેનો ઉપયોગ થતો હોય તો સંપત્તિ વગેરેનો વેડફાટ કર્યો કહેવાય. હવે વિચારો - પુણ્યના યોગે તમને મળેલી જે જે સામગ્રી છે, તેની વાવણી કેટલી ?, વપરાશ કેટલો ? અને વેડફાટ કેટલો ? તમારી લાઈફ સ્ટાઈલ જોતાં સ્પષ્ટ છે કે વેડફાટ ચિક્કાર છે. વપરાશ ઘણો ઓછો છે. વાવણી તો નહીંવત્ છે.

જો પરિસ્થિતિ ખરેખર આ જ હોય તો પછી ભવિષ્યમાં સુખી થવાની શક્યતા કેટલી ? બીજનો વેડફાટ કરનારો ખેડૂત શું સુખી થઈ શકે ? તો પછી તમે ભવિષ્યમાં સુખી થવાની આશા રાખતા હો તો મારે કહેવું રહ્યું કે - બાવળ વાવી આંબાની ઈચ્છા રાખનારા માણસ જેવી તમારી પરિસ્થિતિ છે.

પૂર્વના ભવોમાં કોઈ સારા કાર્યોની વાવણી કરી નથી. માટે આ ભવમાં ડગલે ને પગલે પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિ પેદા થયે જ રાખે છે. અને તેમાં મગજ ઉપરનો કાબૂ ગુમાવી પાછી વધુને વધુ તેવી ખરાબ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ તમે નક્કી કરી રહ્યા છે. તથા તેવી કોઈ આરાધના તમારી નથી કે જેની લણણીના સમયે તમને સારા-મીઠા -મધુરા ફળ મળે. પછી વર્તમાનમાં અને ભાવીમાં દુઃખ સિવાય બાકી શું રહે ?

આથી, હવે કોઈ પણ જાતની ફરિયાદ કરતા પહેલાં ખાસ આત્મનિરીક્ષણ કરી લેજો કે 'આવી ફરિયાદ કરવાનો મને અધિકાર છે કે નહીં ?' ઘણું ખરું તમને લાગશે કે વાસ્તવમાં આમાં મારો જ દોષ છે.

હવે સંકલ્પ કરજો કે - 'બીજની પસંદગીમાં થાપ નથી જ ખાવી ?' ગુસ્સો હવે ન જ જોઈએ. ગુસ્સાના બીજ વાવી-વાવીને અત્યારે ભયંકર હેરાન થઈ જ રહ્યો છું. હવે વધુ હેરાન નથી થવું. જો બીજની પસંદગીમાં થાપ ખાધી તો પછી એના ફળ બહુ ભારે પડી જશે. ભાવીમાં કદાચ તમે તીર્થંકર હશો કે ચક્રવર્તી. પણ, કર્મસત્તા એ વખતે તમારું કશું સાંભળવાની નથી. પછી એના દુષ્પરિણામો ભોગવવા

જ પડવાના. ભગવાન મહાવીરના જીવે ત્રિપૃષ્ઠ વાસુદેવના ભવમાં થાપ ખાધી, ક્ષમાના બી વાવવાના બદલે ક્રોધના બી વાવ્યા. ક્રોધવશ સેવકના કાનમાં ધગધગતું સીસું રેડી દીધું. પોતાની આ ભૂલનો કેવો રૌદ્ર બદલો મળવાનો છે ? - તેનો ખ્યાલ પણ સત્તાના નશામાં અને ક્રોધની આગમાં આંધળા બની ચૂકેલ ત્રિપૃષ્ઠ વાસુદેવને ન આવ્યો.

અને જ્યારે એ બીમાંથી અંકુરો ફૂટ્યો અને વધતા-વધતાં ફળો આવ્યા ત્યારે તીર્થંકરની પણ લાજ-શરમ નેવે મૂકી કર્મસત્તાએ પાઈ-પાઈનો હિસાબ વસૂલ કર્યો. પોતે જ વાવેલ બીમાંથી ઊગેલા વૃક્ષના ફળરૂપે તીર્થંકરના ભવમાં દીક્ષા લીધા બાદ પોતાના કાનમાં ખીલા ઠોકાયા. જો પોતે વાવેલાનું ફળ તીર્થંકર થયા પછી પણ ભોગવવું પડતું હોય તો પછી આપણા બધાંની તો શી વિસાત ?

ઋષભદેવ પરમાત્માએ પૂર્વના ભવોમાં કરેલી નાનામાં નાની ભૂલ... અને તેનું પરિણામ ૪૦૦-૪૦૦ દિવસના ઉપવાસમાં આવ્યું. તીર્થંકરની પોસ્ટ હોવા છતાં પોતે કરેલાનું ફળ પોતાને ભોગવવું જ પડ્યું. કુદરતનો કાયદો સ્પષ્ટ છે - જેવી રીતે ધરતીમાં વાવેલું વધારીને આપવાનું મારું કામ છે, પછી તે બાવળનું બી હોય કે કેરીની ગોટલી. તેવી રીતે આત્માની ભૂમિમાં તમે જે વાવશો તેનું ફળ અનેક ગણું થઈ તમને મળશે. સારું વાવવું કે ખરાબ વાવવું ? તમારા હાથની વાત છે. જેવું તમે વાવશો તેવું તમે લણશો. **As you sow, so shall you Reap !**

કુદરતનો આ કાયદો સ્વીકારો છો ? કુદરતના આ કાયદામાં વિશ્વાસ છે ? જો હા, તો પછી ક્રોધના બી વાવવાની ભૂલ તો નહીં કરતા હો ને ? નિંદાના બી વાવવાની શરારત તમારાથી નહીં જ થતી હોય ને ? કોઈનું અપમાન કરવાની, તમારાથી નાનાને ઉતારી પાડવાની વૃત્તિ તમારા મનમાં નહીં જ જાગતી હોય ને ? જો આમાનું કશું પણ થતું હોય તો સમજજો કે તમારા ખેતરમાં તમે બાવળ કરતાંય ભયંકર ઝેરી કાંટા ધરાવતા વૃક્ષનું જંગલ વાવી રહ્યા છો. જ્યારે એ ઊગશે ત્યારે ત્રાહિમામ્ પોકારી ઉઠશો.

જમવાનો સમય થઈ ગયો હોવા છતાં 'થોડું કામ વધારે કરાવી લઉં' - આવા આશયથી બળદ પાસે વધારે કામ કરાવ્યું. જમવાનું આપ્યું ખરું પણ મોડું કર્યું. એ ખેડૂત અહીં થાપ ખાઈ ગયો. ભૌતિક બી વાવવામાં ક્યારે ય થાપ ન ખાનાર એ ખેડૂત આધ્યાત્મિક બીજની વાવણીમાં થાપ ખાઈ ગયો. થોડાક વધુ અનાજની લાલચને કારણે બળદ ઉપર અત્યાચાર કરી બેઠો. અને એ બીજમાંથી જ્યારે વટવૃક્ષ પેદા થયું ત્યારે એ ખેડૂતને આંખે અંધારા આવી ગયા. ખેડૂતમાંથી રાજકુમાર થયો. અરે ! ખુદ નેમિનાથ તીર્થંકર ભગવાનના શિષ્ય બનવાનું સૌભાગ્ય સંપ્રાપ્ત થયું. કૃષ્ણ વાસુદેવ પિતા તરીકે મળ્યા, મોક્ષ આડે થોડાક મહિનાઓનું અંતર છે ત્યારે પણ એના કટુ ફલ મુનિને ચાખવા પડ્યા. કૃષ્ણ વાસુદેવના પનોતા પુત્ર એવા ઢંઢણ મુનિને આખી દ્વારિકા નગરીમાંથી નિર્દોષ ગોચરી ન મળી.

બાકી બધાં સાધુ ભગવંતોને જે નગરીમાંથી ભરપૂર નિર્દોષ ગોચરી મળી રહે છે તે નગરીમાં, રાજકુમાર હોવા છતાં હવે એક દાણો પણ નિર્દોષ ગોચરીનો મળતો નથી. કેવો ભયંકર પરિપાક ! આવું એકાદ દિવસ નહીં પણ છ-છ મહિના સુધી ! કેવી હદનો લાભાંતરાયનો ઉદય ! પાછું કર્મ પણ એવું હઠીલું બાંધ્યું કે કંજૂસના ઘરેથી પણ ઈચ્છિત ગોચરી વહોરી લાવનારા લબ્ધિધારી મહાત્માઓ જો ઢંઢણ મુનિની સાથે ગોચરી જાય તો તેમને પણ ગોચરી મળે નહીં ! આવી ભયંકર દુર્દશા થઈ, જ્યારે એ વાવેલાં બી ઊગી નીકળ્યા. માટે, આટલું યાદ રાખી લો -

(૧) સામે વાળો મારી સાથે અન્યાય-વિશ્વાસઘાત કે દુર્વ્યવહાર કરે છે, તે મેં જ વાવેલા બીજમાંથી ઊગી નીકળેલું વૃક્ષ છે. તેના માટે અપરાધી હું છું, સામેવાળો હરગીઝ નહીં. જો એના ઉપર મને ગુસ્સો આવતો હોય તો હું મૂર્ખ છું. આ મૂર્ખામી જિનશાસનને પામ્યા પછી મને ન શોભે.

(૨) અત્યારે પણ બી વાવવા મારા હાથમાં છે. આ ભવમાં મારે બી વાવવામાં થાપ નથી ખાવી. ક્ષમા, નમ્રતા, સરળતાના એવા

સુંદર મજાના બી વાવું કે એ જ્યારે ઊગી નીકળે ત્યારે જીવનમાં પ્રસન્નતા, પ્રસન્નતા અને પ્રસન્નતા જ સાંપડે. જો અત્યારે બી વાવવામાં ગફલત કરી બેસીશ તો જ્યારે તેનું કટુ ફળ અનુભવવાનું આવશે, ત્યારે ફરીયાદ કરવાનો મને કોઈ અધિકાર નહીં મળે.

બીજ કયું વાવવું તેનો તમને અધિકાર છે. પણ તે વાવ્યા પછી શું ઊગાડવું - તેનો કોઈ અધિકાર તમને નથી. બાવળ વાવ્યા પછી આંબો ઊગાડવાનો કોઈ અધિકાર તમને મળતો નથી. અને 'મારે ત્યાં બાવળ જ કેમ ઊગે છે ? આંબો શા માટે નથી ઊગતો ?' - આવી ફરિયાદ કરવાનો પણ અધિકાર નથી રહેતો.

ભગવદ્‌ગીતામાં આ જ ઉદ્દેશથી જણાવ્યું છે -

'कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन'

કામ શું કરવું ? સત્કાર્ય કે દુષ્કાર્ય ? - આ બાબતમાં તમારો અધિકાર છે. પણ, સત્કાર્ય કે દુષ્કાર્ય કર્યા પછી તેનું ફળ મળતી વખતે તમારી પસંદગી ચાલતી નથી. એમાં તમારો અધિકાર નથી. એ તો પછી જે ફળ આવે/મળે તે સ્વીકારે જ છૂટકો !

યાદ રાખજો ! વાવવાનું તમારા ખેતરમાં છે. જે વાવશો તેનું ફળ પણ તમને જ મળવાનું છે. તો પછી બાવળ શા માટે વાવવા ? આંબો વાવવામાં કરકસર શા માટે કરવી ?

ક્ષમા, નમ્રતા વગેરેની વાવણી કરવામાં લાગી જાઓ તો કલ્યાણ છે. બાકી કાંટા તો ઉગવાના જ છે. તે જ્યારે વાગશે ત્યારે ધોળે દિવસે તારા દેખાશે.

ગામમાં બહુ ભારે પૂર આવ્યું. નીચાણવાળા વિસ્તારો તો પાણીમાં ગરકાવ થઈ ગયા. રેલનું તાંડવ ભયાનક હતું. થોડા ઊંચાણવાળા વિસ્તારો જ બચ્યા હતા. ગામથી નજીકમાં જ એક ટેકરી હતી. ત્યાં એક આશ્રમ હતો. રેલસંકટમાં જાનમાલની જે હાનિ થઈ હતી, તેમાં સહાયક બનવા સ્વયંસેવકોની ટુકડીઓ આવી પહોંચી.

અસરગ્રસ્ત વિસ્તારમાંથી દરેકને અનેક ઉપાયો દ્વારા બચાવી

બચાવી આશ્રમમાં લઈ આવવાનો નિર્ણય સ્વયંસેવકોએ કર્યો. કારણ કે, ગામમાં લગભગ કોઈ ઘર બચ્યા ન હતા. કશું જ સાબૂત રહ્યું ન હતું. *એક માત્ર આશ્રમ જ ઊંચી ટેકરી ઉપર આવેલ હોવાથી* સલામત અને સાબૂત હતો. રેલસંકટથી સર્વસ્વ ગુમાવી ચૂકેલા માણસોની સંખ્યામાં સતત વધારો થઈ રહ્યો હતો. આશ્રમમાં તેઓને રાખવા માટે ઘણી-ઘણી વસ્તુઓની જરૂરિયાત પડતી હતી. તે બધી લાવવી ક્યાંથી ? તે એક મોટો યક્ષપ્રશ્ન હતો. રેલસંકટને કારણે ગામનો જગત સાથેનો સંપર્ક તૂટી જતાં બહારથી સામગ્રી આવવામાં ઘણો સમય વીતી જાય તેમ હતું.

આથી, તાત્કાલિક ધોરણે પ્રાથમિક સામગ્રી ભેગી કરવા માટે જે કંઈ દાનમાં મળે તે લેવા માટે સ્વયંસેવકો નીકળી પડ્યા. ઊંચાઈ ઉપર આવેલા થોડાએક ઘરો હજુ બચ્યા હતા. સ્વયંસેવકોએ ત્યાં જઈ પરિસ્થિતિ સમજાવી, મદદ માટે ટહેલ નાંખી. સહુએ યથાશક્તિ સહયોગ આપ્યો.

હવે થોડાક જ ઘર બચ્યા હતા. એમાં એક ઘરે સ્વયંસેવકો પહોંચ્યા. ઘરનો બાહ્ય અને અભ્યંતર દેદાર જ તેની અતિશ્રીમંતાઈની ચાડી ફૂંકતો હતો. એટલે જ આ ઘરમાંથી સારું એવું મળશે, એવી સ્વયંસેવકોને આશા હતી.

ઘરે જઈ સ્વયંસેવકોએ આખી પરિસ્થિતિ સમજાવી. શેઠ ઘરમાં હાજર ન હતા. શેઠાણીએ જ આખી વાત સાંભળી. પણ, શેઠાણીના D.N.A. માં જ જાણે આપવાની વાત ન હતી, ભારે કંજૂસ. રૂપિયા આપતા તો એમનો જીવ જ ચાલે તેમ ન હતો. ઘરમાં અઢળક ભર્યું હોવા છતાં કશું પણ આપી શકવાની ઉદારતા તેમનામાં હતી નહીં.

ટૂંકી વાતચીતમાં જ સ્વયંસેવકોએ આ વાત પારખી લીધી. એટલે એમણે પૈસાની વાત છોડી વસ્તુની વાત ઉપાડી. ઘરમાં કંઈ પણ વધારાની વસ્તુ હોય તો અત્યારે આપો - એવી વાત તેમણે રજૂ કરી. શેઠાણી આ વાતને ઠુકરાવી શકે તેમ ન હતા. શેઠાણી

જો હવે ના પાડે તો બદનામી ભયંકર થાય અને આપતા જીવ ચાલે તેમ ન હતો. ઘણી ગડમથલ મગજમાં ચાલતી હતી. અચાનક શેઠાણીની નજર ઘરમાં જ એક ખૂણામાં રખડતી અતિમેલી સાડી તરફ ગઈ.

અને તેમણે એ સાડી લઈ સ્વયંસેવકોના હાથમાં આપી દીધી. સ્વયંસેવકોના મોઢા ઉતરી ગયા. ઘણી આશા રાખી હતી. છતાં મન મનાવીને તેઓ ઊઠ્યા. કારણ કે હવે અહીં કશું પણ કહેવું વ્યર્થ હતું. કદાચ કોઈક કટોકટીના પ્રસંગમાં આ સાડી કામમાં આવી જાય - તેમ સમજી તે સાડી તેમણે સાચવી રાખી. જ્યારે વસ્તુઓની તીવ્ર અછત વરતાતી હોય ત્યારે તો ક્યારેક હલકી વસ્તુ પણ આશીર્વાદરૂપ બની જતી હોય છે.

આ બાજુ પૂર ઘટવાના બદલે વધતું જ જતું હતું. ધીરે-ધીરે એ પૂરના પાણી ઊંચાઈવાળા વિસ્તારને પણ ડૂબાડતા ગયા. આ શેઠાણીના બંગલાનો વારો પણ આવી ગયો. પૂરના પાણીએ તેમના ઘરમાં તબાહી કરી મૂકી. કશું બચાવવા જાય તે પહેલાં તો બધું તણાઈ ગયું. હવે તો જાન બચાવવો ભારે પડી જાય તેમ હતું. સ્વયંસેવકોની સહાયથી માંડ માંડ બચ્યા અને માત્ર પહેરેલ કપડે શેઠાણી આશ્રમમાં પહોંચી ગયા.

પોતાનું ઘર સૌથી છેલ્લે ડૂબ્યું હતું. માટે, પોતાના પહેલા આખું ગામ આશ્રમમાં ઠલવાઈ ચૂક્યું હતું. વસ્તુઓ બધી વપરાઈ ચૂકી હતી. ખાસ તો પોતે જે કપડા પહેર્યા હતા તે ગંદા પાણીથી લથબથ થઈ ચૂક્યા હતા. અને ઘણી જગ્યાએ તાર વગેરેમાં ભરાઈ જવાથી ફાટી પણ ગયા હતા. એટલે પોતાને કપડાની અનિવાર્યતા હતી.

તેમણે પોતાની પરિસ્થિતિ સ્વયંસેવકોને વર્ણવી, કપડાં આપવા વિનંતી કરી. આ સ્વયંસેવકો તો બહેને કરેલા દુર્વ્યવહારને જાણતા પણ ન હતા અને બહેનને ઓળખતા પણ ન હતા. તેઓને મન તો આશ્રમમાં આવેલ દરેક સભ્ય માનવ હતો, માન આપવા પાત્ર હતો. એટલે જ બહેનની વિકટ પરિસ્થિતિ જોઈ તેઓએ પણ આખો

આશ્રમ ફેંદવાનું શરૂ કર્યું. પણ, માણસોના પ્રમાણમાં ચીજવસ્તુઓનો સ્ટોક ઘણો ઓછો હતો. અને માણસો ઘણા આવી ચૂક્યા હતા. એટલે એક પણ કપડાની જોડ બચી ન હતી.

સ્વયંસેવકો નિરાશ થયા. અચાનક એક સ્વયંસેવકના મનમાં સ્ફૂર્યું કે એક કંજૂસ શેઠાણીએ જૂની પુરાણી સાડી આપી હતી. તરત જ તે સાડી લઈ તે શેઠાણી પાસે હાજર થયો. અને ગળગળા સાદે કીધું - 'બહેન ! અત્યારે કોઈ જ કપડા બચ્યા નથી. આ એક સાડી જ બચી છે.' અને એ સાડી જોઈ બહેન ધ્રૂસકે ધ્રૂસકે રડી પડ્યા. આખરે પોતે જે સાડી આપી હતી તે જ મેલી-ફાટલી-તૂટલી સાડી પોતાને પહેરવાની આવી.

જેવું વાવ્યું તેવું લણવાનો વખત આવી ગયો. અફર સિદ્ધાંત છે આ - *જેવું વાવો તેવું લણો.*

☞... આ બે સિદ્ધાંતને મગજમાં કોતરી દો ☜

(૧) જ્યારે જ્યારે પણ સામેવાળો તમારી સાથે ગેરવ્યવહાર કરે છે, ત્યારે ત્યારે તમારે તેના ઉપર ગુસ્સો કરવાની કોઈ જરૂરિયાત નથી. કારણ કે એ તો તમે જે વાવ્યું છે, તેના જ ફળરૂપે ઊગી રહ્યું છે. તો તેના પ્રત્યે ફરિયાદ કરવાનો તમારો અધિકાર શો ?

તથા

(૨) વર્તમાન પ્રત્યેક સમય તમારા માટે વાવણીનો છે. તમારી સંપત્તિ, બુદ્ધિ શક્તિ, સત્તા, વાચાશક્તિ વગેરેની જેવી રીતે, જેટલી વાવણી કરશો તેના તેવા પ્રકારના, તેટલા ફળ તમારે ભોગવવાના છે. તો શા માટે બી વાવવામાં થાપ ખાવી ? ના, હવે તો બી વાવવામાં થાપ નથી જ ખાવી.

એગ્રીકલ્ચર પોલિસી આટલું જ કહે છે -

જેમ ખેડૂત બી વાવવામાં કદી થાપ ખાતો નથી. અને બી વાવવામાં ગફલત કર્યા બાદ પોતાની જાત સિવાયના બીજાને દોષિત ગણતો નથી, તેમ તમે બી વાવવામાં કદી થાપ ખાતા નહીં. અને

પૂર્વભવોમાં જે બી વાવવામાં ગફલત કરી છે, તેના ફળ રૂપે ઊભી થતી વિપરીત પરિસ્થિતિમાં પણ તમે સ્વસ્થતા રાખજો. તે પરિસ્થિતિ પ્રત્યે દોષિત એકમાત્ર તમે જ છો. સામેવાળી ત્રાહિત વ્યક્તિને દોષિત માની લેવાની ભૂલ કરતા નહીં. **'ભોગવે તેની ભૂલ'** - આ સમીકરણને યાદ રાખી ક્રોધને તો તિલાંજલિ જ આપી દો.

જીવનમાં સુખી થવું છે ?
ખરેખર ક્રોધની હકાલપટ્ટી કરવી છે ?
પ્રસન્નતા અનુભવવી છે ?

તો આ એગ્રીકલ્ચર પોલિસીને
અપનાવ્યા વિના
છૂટકો નથી.

✺

ક્રોધ કરવો હોય તો કરો...
પણ, ખરા ગુનેગાર ઉપર કરો...
જ્યારે હકીકત એ જ છે કે
દુનિયામાં કોઈ ગુનેગાર નથી,
સિવાય કે પોતે.

- **વિલિયમ આર્થર વૉર્ડ**

'નેચર' પોલિસી

ખાનદાન માણસ અકાર્યને કરતા તરત અટકી જશે, પોતાની ખાનદાનીને કલંક લાગશે તે વિચારથી.

કુળવાન માણસ પણ આડાઅવળા કુંડાળામાં પગ મૂકતો અટકી જશે, પોતાના કુળને અપયશ મળશે તે વિચારથી.

આબરુવાન માણસ પણ જલદીથી ખરાબ કામ કરવા નહીં પ્રેરાય, પોતાની આબરૂને બટ્ટો લાગી જશે તે વિચારથી.

આ જ રીતે આપણે પણ આપણા મૂળ સ્વભાવને યાદ કરી ક્રોધમાંથી છૂટકારો મેળવી શકીએ છીએ. આપણે આપણા નેચરને = સ્વભાવને યાદ કરીએ કે -

''મારો મૂળભૂત સ્વભાવ ઉકળાટનો નથી. હું તો શીતળ સ્વભાવવાળો છું, શાંતપ્રકૃતિવાળો છું. હિમ જેવો ઠંડો છું. માટે, ગુસ્સો મારો સ્વભાવ નથી, મારી પ્રકૃતિ નથી, વિકૃતિ છે, રોગ છે. તેનાથી બચ્ચે જ મારો છૂટકો છે. સાચું આરોગ્ય તો જ મને મળશે.''

નેચર પોલિસી એટલે જ સ્વભાવની વિચારણા. ક્રોધ આવે ત્યારે પોતાના મૂળભૂત સ્વભાવને યાદ કરીએ તો ક્રોધ આપોઆપ શમી જાય. આપણો સ્વભાવ, મૂળભૂત સ્વભાવ કેવો ઉચ્ચ કક્ષાનો છે અને કેવી અત્યારે પછાત સ્થિતિ છે આપણી !

આપણા મૂળ સ્વભાવમાં દગાવૃત્તિ, વિશ્વાસઘાતની વૃત્તિ, છળ, કપટ, માયા, પ્રપંચ, ગુસ્સો, અભિમાન, લોભ, ઈર્ષ્યા, દ્વેષ, બદલો લેવાની વૃત્તિ જેવા એક પણ અનિષ્ટ તત્ત્વનો પ્રવેશ નથી. અને અત્યારે આ બધાં ભારે અહિતકારી તત્ત્વો આપણા આત્મામાં ડેરા-તંબૂ તાણી પડ્યા-પાથર્યા છે. આપણે જ તેના ભરણ-પોષણની જવાબદારી સંભાળીએ છીએ. એમાંય આ ક્રોધ નામનો શત્રુ તો ભારે અનિષ્ટકારી છે.

આપણો મૂળ સ્વભાવ કેવો રોયલ અને ઉત્તમ છે. આપણા મૂળ સ્વભાવ મુજબ આત્માના પ્રત્યેક પ્રદેશોમાં શાંતિ, ક્ષમા, નમ્રતા વગેરે ગુણો ઠાંસી ઠાંસીને ભર્યા છે. અને આજે એક ક્ષમાના ગુણને હાંસિલ કરતા પણ દમ નીકળી જાય છે. મનને કેટલું સમજાવવું પડે છે. કેટકેટલું વિચારવું પડે છે. છતાં ૧૦૦ % સફળતા તો મળતી જ નથી.

અબજોપતિના પણ અબજોપતિને એક રૂપિયાના ફાંફા ?
જાણે સાગરને પાણીના વાંધા !
સૂર્યને ગરમીની અછત !
ચંદ્રને ચાંદનીની ખોટ !

મૂળે આપણો આખો પિંડ ગુણમય છે. સિદ્ધાવસ્થા એ જ આપણું સ્વરૂપ છે. છતાં આજે આ કર્મસત્તાએ આપણી બદ કરતાંય બદતર હાલત કરી દીધી છે. રસ્તે રખડતા ભિખારી જેવી દયનીય દશા આ કર્મસત્તાએ કરી છે. રાન-રાન ભટકતા માનવી જેવી શોચનીય હાલત આ કર્મસત્તાએ કરી છે.

છતે અનાજે ભૂખ્યા જેવી પરિસ્થિતિ છે આપણી.
છતે કપડે નગ્ન જેવી હાલત છે આપણી.

આપણો આખો ગુણવૈભવ આ ક્રોધાદિ જાની દુશ્મનોએ દબાવી દીધો છે. આપણે હવે એની વ્યાજ સાથે વસૂલાત કરવી છે.

''જેટલી વાર મેં ક્રોધને આશરો આપ્યો છે, મારા અપમાનાદિનો બદલો લેવા મેં ક્રોધનું શરણું લીધું છે, ત્યારે ત્યારે ગરજાઉ ઘરાકની જેમ મને લાલચુ શેઠિયા જેવા એ ક્રોધે લૂંટ્યો છે, ભયંકર રીતે મને

ચૂસ્યો છે. મારા એકેએક સદ્‌ગુણ ઉપર એ કબજો જમાવીને બેઠો છે.

હવે નથી જોઈતી એની ગુલામી, હવે તો ક્રોધની સામું પણ જુએ તે બીજા. આખી દુનિયા થાય તે કરી લે.

- ✯ મારે મારું અપમાન પણ સહી લેવું છે. પણ, ક્રોધ તો નથી જ કરવો.
- ✯ દુશ્મનને પણ સાચવી લેવો છે. પણ, ક્રોધ તો નથી જ કરવો.
- ✯ ઉઘરાણી જતી કરવી છે. પણ, ક્રોધ તો નથી જ કરવો.
- ✯ થોડા કામ મારી જાતે કરી લઈશ. પણ, ગુસ્સો તો નથી જ કરવો.

જે ક્રોધે મને પાયમાલ બનાવી દીધો, તેના ગુનાને જાણ્યા પછી પણ વારે વારે તેના શરણે જનાર હું કેવો ભણેલો મૂર્ખ ?! મારા સ્વભાવમાં જે નથી, તેને ઉછીનું લાવી મેં મારી જ પાયમાલી નોંતરી છે. મારા સ્વભાવમાં ઉકળાટ છે જ નહીં, એકમાત્ર શાંતિ જ છે. તો પછી ક્રોધ પાસેથી ઉકળાટને મારામાં લાવવાની મારે જરૂરિયાત જ શી છે ? શા માટે ક્રોધના બહાને આખી મોહસેનાને મારા ઘરમાં નિમંત્રણ આપી, મારે મારા આખા ઘરને લૂંટાવી દેવું ?'' - આવી વિચારધારા જેમ જેમ પ્રબળ બનશે, જેમ જેમ નક્કર બનશે, જેમ જેમ તેનું સંકલ્પના ધોરણે અમલીકરણ થશે, તેમ તેમ ક્રોધ રવાના થશે. આ ઊંચી વિચારધારાને ખૂબ ઘૂંટો, એક દૃશ્ય સામે લાવો કે 'અબજપતિમાંથી રોડપતિ બનાવનારનો જ આશરો લેનાર હું કેવો મૂર્ખ !'

શાસ્ત્રની દૃષ્ટિએ આ કષાયોએ કરેલી આપણા સૌની ભયંકર દુર્દશાને, તેણે આપેલા ભયાવહ દુઃખની દાસ્તાનને નિહાળો, રૂવાંટા ખડા થઈ જશે, ખાવાનું નહીં ભાવે. એમ થશે તો ક્રોધ જશે. બાકી આ તો ઘર ભાળી ગયો છે, પેધી ગયો છે. મનાવવા-પટાવવા દ્વારા ક્રોધને દૂર કરી શકાતો હોત તો તો ક્યારનોય આપણે ક્રોધથી છૂટકારો મેળવી લીધો હોત. પણ આ તો દુષ્ટ છે, દુર્જન છે. સજા કરી કરીને એને દૂર કરવો પડશે. સજા ક્રોધને તો નહીં પણ ક્રોધને આશરો આપનાર

ખુદ પોતાની જાતને જ કરવી પડશે. કડક હાથે કામ લો. પછી તો ક્રોધે નમતું આપે જ છૂટકો !

સાકર જેમ ઉપર, નીચે, આગળ, પાછળ બધે મીઠી જ મીઠી છે. કડવાશનો એક અંશ પણ સાકરમાં ભળેલો હોતો નથી, તેવી જ રીતે આત્માના આગળના કે પાછળના, ઉપરના કે નીચેના તમામ આત્મપ્રદેશોમાં ઠાંસી-ઠાંસીને ગુણો ભરેલા છે. ક્ષમા તો આત્માનો મુખ્ય ગુણ છે. આત્માના પ્રદેશે પ્રદેશે દુશ્મનને પણ દોસ્ત બનાવવાની વાત લખાયેલી છે. સર્વત્ર હિમ જેવી શીતળતા છે. અત્યંત ઠંડક છે. આત્માના આવા શીતળ સ્વભાવનું સ્મરણ આપણને ક્રોધમાંથી છૂટકારો અપાવવા રામબાણ ઈલાજની ગરજ સારશે.

પ્રશ્ન :- આત્માનો સ્વભાવ આટલો ઠંડો છે તો તેમાં ગરમી પેદા જ કેમ થાય ? નિર્વિકારતા જો આત્માનો સ્વભાવ છે તો તેમાં વિકાર જાગે જ શા કારણે ?

સદાના અણાહારી સ્વભાવવાળામાં આહારની આટલી લમ્પટતા આવે છે ક્યાંથી ?

કેમ આત્માનો મૂળભૂત સ્વભાવ દબાઈ જાય છે ? કોણ દબાવે છે એને ? કયું છે એ તત્ત્વ ? કયું છે એ પરિબળ ? જે આત્માના સ્વભાવને દબાવી દે છે.

અને શા માટે એ પરિબળ ફાવી જાય છે, આત્માને બંધનમાં જકડી લે છે, તેને દુર્ગુણોથી ભરી દે છે ? તેના મૂળભૂત સ્વભાવને આંચકી લેવામાં એ પરિબળો શા માટે સફળ થઈ જાય છે ?

ઉત્તર :- લગભગ દરેકના મનમાં ઘોળાતા આ પ્રશ્નનો બહુ સુંદર મજાનો જવાબ શાસ્ત્રોના પાને નોંધાયો છે. શાસ્ત્રકાર પરમર્ષિ ભગવંતો દૃષ્ટાંત સાથે આ પ્રશ્નનો જવાબ વાળે છે.

જેમ પાણીનો સ્વભાવ મૂળભૂત રીતે ઠંડો છે. એ શીતળતાનું જ વાહક છે. એના ઘટકે ઘટકમાં શીતળતા, ઠંડક ભરી પડી છે. પણ, જેવું એને ગેસ ઉપર ચડાવવામાં આવે છે, અગ્નિનો સંપર્ક થતાં જ એ

શીતળ પાણી ગરમ થઈ જાય છે. ઠારનારું પાણી દાહક અને દઝાડનારું થઈ જાય છે.

પાણીનો મૂળભૂત સ્વભાવ શીતળતા હોવા છતાં ગરમી ક્યાંથી આવી ? તમે કહેશો - અગ્નિના સંપર્કથી. જો અગ્નિનો સંપર્ક થયો ન હોત તો પાણીમાં ગરમી આવી ન હોત. એટલે જ અગ્નિનો સંપર્ક નષ્ટ થયા પછી ધીમે-ધીમે આપમેળે પાણી શીત થતું જાય છે. મતલબ સાફ છે - પાણી ગરમ નથી, અગ્નિ એને ગરમ કરે છે. પાણીની ભૂલ એટલી જ છે કે તે અગ્નિના સંપર્કમાં આવે છે. અગ્નિના સંપર્કમાં ન આવનારું પાણી સદા પોતાના સ્વભાવને જાળવી શકે છે.

માટે જ પાણી દાહક કે દઝાડનાર નથી. અગ્નિ તેને તેવું બનાવે છે. પાણી મૂળ સ્વભાવે તો ઠારનાર એટલે કે શીતળતા આપનાર છે. બીજાની ગરમી શોષી ઠંડક બક્ષનાર છે. એટલે કે ગેસ ઉપર ચડેલા પણ પાણીનો સ્વભાવ ગરમ નથી, ગરમ 'લાગે' છે.

આત્માની પણ આ જ હાલત છે. અત્યંત શીતળ સ્વભાવવાળો પણ આત્મા કર્મના ગેસ ઉપર ગોઠવાઈ ગયેલ છે. કષાયોની આગ સતત એને પ્રજાળી રહી છે. માટે જ, આત્માની શીતળતા તિરોભૂત થઈ ગઈ છે, દબાઈ ગઈ છે અને ઉકળાટ, ગુસ્સો વગેરે આવિર્ભૂત થયેલ છે, પ્રગટ થયેલ છે, ઉછાળા મારી રહેલ છે. પાણીમાં જેમ શીતળતા જ છે, જે ગરમી આવે છે તે સાંયોગિક છે, સ્વાભાવિક નહીં. તેમ આત્મામાં શીતળતા જ છે. જે ક્રોધ-ગુસ્સો-ઉકળાટ દેખાય છે તે સાંયોગિક છે, કર્મના સંયોગથી પેદા થયેલ છે, સ્વાભાવિક નથી.

કર્મના સંપર્કમાં આવવાને કારણે આત્મા સતત અને સખત ઉકળી રહ્યો છે, ઉપરતળ થઈ રહેલ છે. આત્માના પ્રદેશે પ્રદેશ ઉપર -નીચે રમણભમણ કરી રહેલા છે. આનું મૂળભૂત કારણ એ છે કે આત્મા કર્મની આગમાં ઉકળી રહેલ છે. ઉકળી રહેલ પાણી ઉપર -નીચે થયા કરે, સતત ઘૂમ્યા કરે. શાસ્ત્રકારો જણાવી રહ્યા છે કે આત્માના પ્રદેશો ઉકળતા પાણીની જેમ સતત ઘૂમી રહ્યા છે. સ્પષ્ટ છે કે એની પાછળનું કારણ આગ જેવા કર્મ જ છે. જેમ જેમ આપણે

આપણી જાતને કર્મની આગમાંથી નીચે ઉતારતા જઈએ તેમ તેમ આપણને શીતળતા મળતી જાય, ઉકળાટ શમતો જાય. જો આપણે આત્માને કષાયની આગમાંથી છૂટકારો અપાવવામાં સફળ થઈ ગયા તો અવશ્ય આપણને શીતળતા પ્રાપ્ત થાય.

આત્માને જે અત્યારે ગુસ્સાનો ઉકળાટ સહન કરવો પડે છે તેનું પણ મૂળ કારણ આ કર્મ જ છે. કર્મ એક એવી ભયંકર આગ છે કે જેમાં આપણા ક્ષમાદિ ગુણો સળગી રહ્યા છે. જેમ શીત પ્રદેશમાં વસતા માણસને ઉકળાટથી ભરેલા વાતાવરણમાં કે ઉનાળાના દિવસોમાં સહારાના રણમાં મૂકી આવો અને જે ત્રાસ, રીબામણ, ઉકળાટ તે અનુભવે, તેનાથી પણ વધુ ત્રાસ, રીબામણ અને ઉકળાટનો સામનો આપણો આત્મા એટલે કે ખુદ આપણે કરી રહ્યા છીએ. કારણ કે આપણે મૂળ રહેવાસી હિમપ્રદેશના છીએ અને અત્યારે તો કષાયોના ઉકળાટ સિવાય એ આત્માને કશું જ મળતું નથી. પછી થાય શું ? છતાં આપણા આત્માની વ્યથાને કાને ધર્યા વિના વધુ ને વધુ કષાયની આગ પેટાવતા જ જઈએ છીએ. શું આ શોભે ?

આ અનાદિ કાળથી રખડપટ્ટી શેને આભારી છે ? રાડ નંખાવી દેતા નરકના દુઃખો સહેવાના આવ્યા, કોના પ્રતાપે ? તિર્યંચ ગતિના જાલિમ કષ્ટો લલાટે લખાયા, કોના પ્રભાવે ? નિગોદની ભયાનક વેદનાઓ સહન કરવાની આવી, કોના વાંકે ? કર્મના સંયોગના વાંકે જ, કષાયોની આગના પ્રભાવે જ આ બધું સહેવાનું આવ્યું છે. જેવો આ કષાયોની આગથી છુટકારો મળશે કે આ બધાં દુઃખો કે કષ્ટોની શું તાકાત કે નજીક પણ ફરકી શકે ?

લુહાર જેમ ઠંડા લોખંડને ન પીટે. ગરમ તપેલા ધગધગતા લોખંડને, લાલચોળ થઈ ચૂકેલા લોખંડને જ ટીપે. મતલબ કે જ્યાં સુધી લોખંડમાં આગે પ્રવેશ કર્યો નથી, ત્યાં સુધી લોખંડ ટીપાવાના કે પીટાવાના દુઃખથી મુક્ત છે અને શાંતિ તેને હાથવગી છે. પણ, જેવો લોખંડમાં અગ્નિનો પ્રવેશ થાય છે, મતલબ કે લોખંડ અગ્નિને સ્વીકારે છે તેની સાથે જ તે ભયંકર ઉકળાટ અનુભવે છે અને ટીપાવાના,

ટીચાવાના તથા પીટાવાના જાલિમ દુઃખો પણ તેના નસીબમાં કોતરાઈ જાય છે. જો આગને તિલાંજલિ આપી સ્વયં શીતળતાનો, પોતાના મૂળભૂત સ્વભાવનો આશ્રય કરે તો ન ઉકળાટનો અનુભવ થાય, ન તો ટીપાવાના દુઃખો સહેવાના આવે. પણ, આટલું સમજાવું તો જોઈએ ને ?

જો એ ઉકળાટને જ પોતાની સફળતાનું કારણ માની રહેલ હોય તો તે લોખંડને કોણ બચાવી શકે ? જે પોતાને પડી રહેલા દુઃખને સ્વીકારવા જ તૈયાર ન હોય તે લોખંડને કોણ ઉગારી શકે ? જો કે ભઠ્ઠીમાં ઉકળતું લોખંડ નિર્જીવ છે. છતાં આ વાત આપણે આત્મામાં શબ્દશઃ લાગુ પાડી શકીએ છીએ.

આત્મા પણ સ્વયં શીતળ છે. સિદ્ધઅવસ્થામાં જ્યારે એ પોતાના મૂળભૂત સ્વભાવમાં છે, ત્યારે તો અતિશીતળતાનો સ્વામી છે. પણ, સંસારી અવસ્થામાં રહેલો આત્મા ક્રોધાદિ કષાયોની અને કર્મોની આગમાં પ્રજ્વલી રહ્યો છે. આ આત્મા જ સામે ચાલીને ક્રોધાદિ કષાયોને બોલાવી લાવે છે. અને એ ક્રોધાદિ આગને અંદર આપેલો પ્રવેશ આખરે આત્માનું જ ધનોત પનોત કાઢી નાંખે છે.

જેમ લોખંડ લાલચોળ થઈ જાય તેમ આત્મા પણ કર્મની અને કષાયની આગમાં અનાદિ કાળથી તપી ઉઠ્યો છે, ભારે ઉકળાટ સહી રહ્યો છે. શીતળતાનો સ્વામી અને શીતપ્રદેશ જેવી સિદ્ધશિલા જેનું મૂળભૂત નિવાસસ્થાન છે, તેવો આ આત્મા આવી ભયાનક આગ શી રીતે સહી શકે ? અત્યંત રીબાય છે. પણ, એની ચીસને સાંભળે કોણ ? એના ત્રાસને સંવેદે કોણ ? જેટલી વાર આ આત્માએ કર્મને પ્રવેશ આપ્યો છે, તેટલી વાર તેનો જ ત્રાસ વધ્યો છે. છતાં કેમ આત્મા તેને વારે ને વારે નિમંત્રણ આપ્યે જ રાખે છે ?

આગને પ્રવેશ આપવાની ભૂલ કરી બેસેલ લોખંડ જેમ ટીપાય પણ છે, ટીચાય પણ છે, પીટાય પણ છે તેમ આ આત્માએ કષાયોની આગને અંદર પ્રવેશવાની છૂટ આપી દીધી અને નરકની જાલિમ વેદનાઓ લલાટે લખી દીધી. જેની કલ્પના કરતાં પણ રૂંવાટા ઊભા

થઈ જાય તેવી વેદનાઓને સામે ચાલીને સ્વીકારી લીધી. હવે આ આત્મા કષાયોને પ્રવેશ આપવાના પાપે પરમાધામીના હાથનો માર નરક ગતિમાં ખાશે, તિર્યંચ ગતિમાં પાછો પોતાના માલિકના હાથનો માર સહેશે, કેવા કેવા ભયાનક દુઃખોનો એ શિકાર બનશે !!

વધુ દુઃખ એ થાય છે કે પાયમાલી લાવનારા ક્રોધાદિ કષાયોની આગને અંદર પ્રવેશ આપ્યા પછી પણ આ આત્માને કશોય ઉકળાટ અનુભવાતો હોય - તેવું પોતે માનતો જ નથી. એ તો ક્રોધને પોતાની સફળતાની ચાવી માની બેઠો છે. એને તો ગુમાન છે કે ☞

જોયું !... ગુસ્સો કર્યો તો દીકરાએ આ વાત માની,
ગુસ્સો કર્યો તો ઊઘરાણી સમયસર આવી,
ગુસ્સો કર્યો તો પત્ની સીધીદોર થઈ ગઈ,
ગુસ્સો કર્યો તો નોકરો સમયસર આવે છે.

આવા-આવા ગુમાનોને મગજમાં લઈને ફરનાર વ્યક્તિ જેવો મૂર્ખ બીજો કોણ હોઈ શકે ? એ કષાયોની આગનો તપારો ફક્ત આત્માને જ નહીં, શરીરને પણ ભારે નુકસાન કરે છે - એ વાત આજના આધુનિક વિજ્ઞાને સિદ્ધ કરી દીધી છે. પણ એ મૂર્ખ આત્મા આ વાતને સ્વીકારવા જ તૈયાર નથી.

ભૂતકાળમાં કષાયોના પ્રતાપે સહેલા દુઃખોને તો એ સ્વીકારવા તૈયાર જ નથી થતો. અને ભવિષ્યમાં તેવા પ્રકારના દુઃખો સહેવા પડશે - તેવી શ્રદ્ધા પ્રકટતી નથી. વર્તમાનમાં પુણ્યની આડશમાં દુઃખો ઢંકાઈ જાય છે. કદાચ દુઃખ આવે તો ય આ ગુસ્સાને કારણે આવ્યા છે - તેવું અંદરથી સ્વીકારવા હરગીઝ તૈયાર નથી થતો.

રોગને દૂર કરી શકાય, જો દર્દીને તે રોગ રોગ લાગતો હોય,
હેરાન કરનાર લાગતો હોય.
કાંટાને દૂર કરી શકાય, જો વ્યક્તિને તે કાંટો કાંટો લાગતો હોય,
પગમાં ખૂંચતો હોય.
પણ જેને રોગ કે કાંટો કશું ખૂંચતું જ નથી, તે રોગ અને

કાંટાને દૂર કરવા પ્રયત્ન કેટલો કરશે ? પણ, હા ! રોગ અને કાંટો પોતાનું કામ તો કરે જ રાખશે. એ કંઈ શાંત નહીં બેઠા રહે.

માટે જ શાસ્ત્રકારો જણાવે છે કે જો વિશ્વાસઘાત, દગા, પ્રપંચ વગેરેના દુઃખો સહન ન કરવા હોય તો કષાયોની આગને તારામાં પ્રવેશ ન આપ. જો આ બધાં દોષોને તારામાં પ્રવેશ આપીશ તો તારે ટીચાવું પડશે, ટીપાવું પડશે, પીટાવું પડશે.

આત્માના આવા શુદ્ધસ્વભાવને જાણી હવે તેને પોતાના મૂળસ્વભાવમાં જ ઠરવા દો. એને કષાયોની આગમાં ન નાંખો. જ્યારે પણ કષાયોની આગમાં કૂદવાનું મન થાય, ગુસ્સો આવે ત્યારે વિચારો કે - ''જેમ સાકરમાં કદાપિ કડવાશ ન હોય, તેમ આત્મામાં કદાપિ ઉકળાટ હોય નહીં. આત્માનો તે સ્વભાવ નથી. જેમ જેમ સાંયોગિક, ઔપાધિક એવા ક્રોધનો વધારે ને વધારે ઉપયોગ હું કરીશ, તેમ તેમ મારી રખડપટ્ટી વધી જશે.

હું તો સહજ સમાધિનું સદન (ઘર) છું તો પછી આવી અસમાધિ મને શોભે ? હું તો શાશ્વત શાંતિધામ છું. એટલે કે અનંતકાલ સુધી ટકનારી શાંતિ મારામાં જ ધરબાયેલી છે. તો શું મને આવી અશાંતિ શોભે ?'' - બસ નેચર પોલિસીની આ વિચારધારા તમારા ગુસ્સાને કાઢી નાંખશે. આખરે એવી અવસ્થા પ્રગટશે કે તમે ગુસ્સો કરી જ નહીં શકો. સ્વભાવનું સ્મરણ દોષમાંથી મુક્તિ મેળવવાનો રામબાણ ઈલાજ છે - આ વાત કદાપિ ભૂલતા નહીં.

છેલ્લે એક મહત્ત્વપૂર્ણ વાત જણાવી દઉં ? -

પાણીમાં ઉકળાટ નથી. પણ આગ પાસેથી ગરમી પાણીએ ઉછીની લીધી. તેથી તેને ઉકળવું પડે છે.

લોખંડમાં ગરમી નથી, પણ આગ પાસેથી તેણે ઉછીની લીધી. માટે તેને ટીપાવું પડે છે.

મતલબ કે પારકાને ઘરમાં પ્રવેશ આપો એટલે એ ઘર ભાંગ્યા વિના રહે નહીં. તેમ આત્માએ મોહરાજા પાસેથી ક્રોધાદિ ઉછીના લીધા છે. માટે, આ બધી રખડપટ્ટી છે. આપણે આપણા સ્વભાવમાં સ્થિર

થઈએ, પારકા કોઈ પણ પરિબળને પ્રવેશ જ ન આપીએ, ઉછીનું લેવાનું બંધ કરીએ તો મોહરાજાએ આપણા કેવલજ્ઞાન વગેરેને મોકળા કર્યે જ છૂટકો. એટલે કે કેવળજ્ઞાનને પ્રગટ થતા મોહરાજા જે અટકાયત કરે છે તે બંધ કરે જ છૂટકો.

એટલું તો નક્કી રાખો કે ''જેમ ઘાસલેટને ૫૦ વર્ષ સુધી ફ્રીજમાં રાખી બહાર કાઢવામાં આવે તો પણ દીવાસળી ચાંપતા જ તેમાંથી આગ ભડભડી ઉઠે છે. મતલબ કે તે પોતાના સ્વભાવને છોડવા તૈયાર નથી.

તે જ રીતે મારા ઉપર ગમે તેટલી વિપત્તિઓ વરસી પડે, પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિઓ સર્જાઈ જાય તો પણ મારે મારો મૂળભૂત સ્વભાવ છોડવો નથી. ઘાસલેટ પોતાનો દાહક સ્વભાવ ન છોડે તો મારે મારો ઠારક સ્વભાવ શા માટે છોડવો ?''

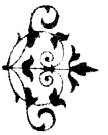
અત્યારે તો ઊંધું જોવા મળે છે.

ગમે તેવી સારી પરિસ્થિતિમાં પણ તમે તમારો ગુસ્સાનો સ્વભાવ છોડવા તૈયાર નથી. પરંતુ યાદ રાખજો કે ગુસ્સો આત્માનો સ્વભાવ નથી પણ વિભાવ છે. જલદીથી આ વિપરીત પરિસ્થિતિ સુલટાય અને આ વાક્ય મગજમાં કોતરાઈ જાય - **'ક્રોધ મારો સ્વભાવ નથી,'** એટલે ભયો ભયો ! પછી તો ગંગા નાહ્યા !

ક્રોધી એવો મૂર્ખ છે કે
જે ઝેર પોતે પીવે છે અને
સામેવાળાના મોતની આશા રાખે છે.
- ગૌતમ બુદ્ધ.

૭

'લોન' પોલિસી



નેચર પોલિસીના અનુસંધાનમાં જ આ પોલિસી થોડી આગળ વધે છે. છેલ્લે જણાવ્યું કે ક્રોધ કરવાના બદલામાં આપણે ઘણું ચૂકવવું પડે છે. મોહરાજા પાસેથી ક્રોધ આપણે ઉછીનો લઈએ છીએ.

બેંક પાસેથી ૧૦ લાખની લોન લીધા પછી જો કશું જ ચૂકવવામાં ન આવે તો હાલત શું થાય ? ઘરબાર-દુકાન બધું વેચાઈ જાય. રસ્તે રખડતા ભિખારી જેવી હાલત થઈ જાય. તેમ કર્મસત્તા પણ આપણું ધનોત પનોત કાઢી લે, જો તેની પાસેથી ક્રોધની લોન લેવામાં આવે તો.

આ વાતને થોડા જુદા એંગલથી વધુ વિસ્તારથી સમજીએ. કોઈ પણ બેંક પાસેથી તમે લોન લો એટલે એનું વ્યાજ ભરવું પડે, હપ્તા ચૂકવવા પડે. ૧૦ લાખ રૂપિયાની તમે લોન લો. પાંચ વર્ષમાં ૨૦ લાખ રૂપિયા આપવા પડે ને ! પાંચ વર્ષમાં જૂના ૧૦ લાખ રૂપિયાના જલસા કરી નાંખ્યા પછી જ્યારે બેંકની ૨૦ લાખ રૂપિયાની વસૂલી આવે ત્યારે ધનોતપનોત નીકળી જાય. બેંક બધું ય હડપ કરી જાય. મતલબ કે દુનિયામાં પણ બેંક પાસેથી જે લો છો તે લોન રૂપે લો છો. પછી તે રૂપિયા પૂરેપૂરા વ્યાજ સાથે ચૂકવવા પડે છે.

અધ્યાત્મજગતમાં પણ આ જ કાયદો લાગુ પડે છે. ક્રોધ એ આપણો સ્વભાવ નથી, એ આપણી ચીજ નથી. એને મોહ પાસેથી, કર્મસત્તા પાસેથી ઉછીની લેવી પડે છે. એ ચીજ લોન તરીકે કર્મસત્તા આપે છે. જે સમયે તમે એની પાસેથી ક્રોધની લોન લો છો ત્યારથી કર્મસત્તા ચક્રવૃદ્ધિ વ્યાજથી પણ ભયાનક વ્યાજના દરે તમારા નામનું મીટર ફેરવવા લાગે છે. એનો હિસાબ ભયાનક છે. તમે તો એક વાર ગુસ્સો કરી નફિકરા થઈ ફરવા મંડો છો. પણ, કર્મસત્તા તો વ્યાજ ચડાવતી જ જાય છે. અને જ્યારે એ ચૂકવવાનું આવે ત્યારે ગાભા છોતરા નીકળી જાય. જેમ ડાહ્યો માણસ જલસા માટે લોન ન લે. કારણ કે એ સમજે છે આ ફક્ત 'આવતું' નથી, સામે મારે તેને એટલું જ નહીં એનાથી પણ વધારે 'વાળવાનું' છે. એ પૈસાને આવતા પણ જુવે છે અને જતા પણ જુવે છે. તેમ કર્મસત્તા પાસેથી ક્રોધની લોન લીધા પછી તેની બહુ ભારે વસૂલી એ કરે છે. એના વ્યાજના દર આસમાની છે. એ ચૂકવતા જ દમ નીકળી જાય.

ખૂબીની કે ખામીની વાત તો એ છે કે આ ગુસ્સો એ વ્યસન જેવો છે. એક વાર એની લોન કર્મસત્તા પાસેથી લો એટલે પછી એ જ ફાવી જાય છે. વારે અને તહેવારે પછી ગુસ્સાની લોન લેવાની ચાલુ થઈ જાય છે. ગુસ્સો જેટલો કરતા જાઓ તેટલો એ વધતો જ જાય, વધતો જ જાય.

મુનિ ભગવંત ગોચરી લઈને આવ્યા. તપસ્વી મુનિરાજ હતા. ગોચરીમાં જોડે બાલમુનિ પણ હતા. ગોચરી લાવ્યા પછી બધી ગોચરી ગુરુમહારાજને બતાવવાની હોય અને ગોચરી લેવા જતા-આવતા -વહોરતા જે પણ દોષો લાગ્યા હોય તે બધાં જણાવવાના હોય. મુનિ ભગવંત તે બધાં દોષો જણાવતા હતા. બાજુમાં ઉભેલા બાલ મુનિને લાગ્યું કે તેઓ એક દોષ જણાવવાનું ભૂલી ગયા છે. એટલે બાલ મુનિએ એ મહાત્માને યાદ અપાવ્યું - 'મહારાજ ! પગ નીચે પેલી દેડકી આવી ગઈ હતી ને !'

પણ, મુનિ ભગવંતે કશું જ ન જણાવ્યું. કશી જ આલોચના

ન કરી. બાલ મુનિને એમ કે પછી સાંજના આલોચના કરશે. પ્રતિક્રમણના સમયે પાછું બાલ મુનિએ યાદ કરાવ્યું - 'તપસ્વી મહારાજ ! ઓલી દેડકી !' અને પેલા મુનિ ભગવંતને હવે ગુસ્સો આવ્યો. શું આ ક્યારના દેડકી દેડકી કરે રાખે છે ? એ દેડકી તો પહેલેથી મરેલી જ હતી. મારા પગ નીચે આવીને ક્યાં મરી ગઈ હતી ? બાલ મુનિ દેડકી... દેડકી... ઘૂંટે જ રાખતા હતા. એમને ચૂપ કરવા માટે થોડું ચમચમ કરી દેવાની ભાવનાથી મહાત્મા બાલ મુનિની પાછળ દોડ્યા. બાલ મુનિને કંઈ ઢોર માર મારવાનો આશય નથી.

પણ, વારંવાર બાલ મુનિ દેડકી... દેડકી યાદ કરાવે રાખે છે. એટલે એમને ચૂપ કરી દેવા માટે થોડો જ માર મારવાની ઈચ્છા છે. પોતાને કરેલી ટકોરે એમના પ્રત્યે ગુસ્સો પેદા કર્યો હતો. એના કારણે જ મહાત્મા બાલ મુનિને પકડવા બાલ મુનિ તરફ ધસ્યા. પણ, આ તો બાલ મુનિ ! એ કંઈ ગાંજ્યા જાય ? એ તો છટકીને ભાગ્યા. પેલા મહાત્મા પણ બમણા જોરથી બાલ મુનિને પકડવા તેમની પાછળ ભાગ્યા.

તપસ્વી મહાત્મા હતા. શરીર આમેય કૃશ હતું. શરીરમાં તેવું કોઈ જોર તો હતું નહીં. આંખે એટલું દેખાતું ય ન હતું કે કાને તેવું સંભળાતું પણ ન હતું. આ તો બાલ મુનિ પોતાના હાથમાંથી છટકી ગયા એટલે એમના મગજ ઉપર ઝનૂન સવાર થયું. સ્વાભાવિક અનુભવની વાત છે - જ્યારે કોઈ નાનો છોકરડો હંફાવી જાય એટલે વધુ જોરથી આપણે તેને પકડવા દોડીએ. બાલ મુનિ ભારે ચપળ છે. એમ તો એ હાથમાં શેં આવે ?

પ્રતિક્રમણનો સમય હોવાથી અજવાળું પણ શમી ગયું હતું. આછું આછું અજવાળું જ ફેલાયેલું હતું. અને એમાં દોડવામાં કરેલી ભારે સ્પીડ, મગજ ઉપર સવાર થયેલ ભારે ઝનૂન, આટલી દોડધામથી શ્રમિત થયેલ શરીર, તથાવિધ અજવાળાનો અભાવ - આ બધા પરિબળોના પ્રતાપે એ મહાત્મા અચાનક જોરદાર રીતે ઉપાશ્રયના થાંભલા સાથે અથડાઈ પડ્યા. અથડામણ જોરદાર રીતે થઈ હતી.

ઝનૂનપૂર્વક દોડવાને કારણે ઝડપ પણ તીવ્ર હતી. તપશ્ચર્યાઓથી કૃશ થયેલ શરીર આ ઘા જીરવી ન શક્યું. માથું અથડાતા જ મગજમાં ક્રેક પડી. બ્રેઈન હેમરેજ થયું. લોહીના ખાબોચિયામાં મહાત્માનો દેહ ત્યાંનો ત્યાં ઢળી પડ્યો. અને આત્મા ચાલી નીકળ્યો. નાની વાતનો કેવો કરુણ અંજામ !

વાત આટલેથી અટકતી નથી, મહાત્માએ મરતા મરતા આત્મામાં ગુસ્સાના સંસ્કાર પાડી દીધા. કર્મસત્તા પાસેથી ગુસ્સાની લોન લેવાનું શરૂ કરી દીધું હતું. પછીના ભવમાં પણ લોન લેવાનું તે સંસ્કારના પ્રતાપે શરૂ જ રહેવાનું હતું. નવા ભવમાં પ્રારંભિક અવસ્થા તો સામાન્ય રીતે જ વીતી. ઉંમરલાયક થયા પછી પૂર્વભવના દીક્ષાના સંસ્કારના પ્રતાપે આ ભવમાં પણ સંસારનો ત્યાગ કર્યો. પણ, નસીબ ખરાબ કે જિનશાસનમાં પ્રવેશ ન મળ્યો. કૌશિક તાપસ થયા. આખી જિંદગી સંયમની આરાધના કરી હતી તેના પ્રતાપે ફરીથી માનવભવ પ્રાપ્ત કરવામાં તે સફળ થયા. પણ અંત સમયે ક્રોધની લોન લેવાની પડી ગયેલી કુટેવ એ મોંઘેરા માનવભવને નકામો બનાવી દે છે.

કૌશિક તાપસ પાસે એક આશ્રમ છે. આશ્રમની આસપાસ એક સરસ મજાનો બગીચો પણ તેમણે ખીલવ્યો છે. ઘણી મહેનત કરી બગીચાને જાળવ્યો હતો. ગામની નજીકમાં જ આશ્રમ હોવાથી ઘણાં લોકો આશ્રમમાં અવર જવર કરતા. થોડા અળવીતરા લોકો બગીચાને નુકસાન પણ પહોંચાડતા. ત્યારે કૌશિક તાપસનો ગુસ્સો કાબૂ બહાર જતો રહેતો. બગીચાનો બગાડ તેનાથી સહ્યો જાય નહીં. આ બહાને કર્મસત્તા પાસેથી ક્રોધની લોન લેવાનું વધતું જતું હતું.

એમાં રાજકુમારોને આ બગીચો ફાવી ગયો હતો. વારે-તહેવારે આવી બગીચાને નુકસાન પહોંચાડી જતા. કૌશિક તાપસની નજર બહાર કશું જ નહતું. એટલે રાજકુમારો ઉપરનો તેમનો ગુસ્સો ગુણાંકમાં વધે રાખતો હતો. માનો કે હવે તો લોનના રૂપિયા ઘરના રૂપિયાની જેમ ઉડાડી રહ્યો હતો. એક વાર રાજકુમારો આવી બગીચાના ફળો ઝાપટી

રહ્યા હતા. કૌશિક તાપસની નજરમાં આ ઝડપાઈ ગયું. બાજુ પર પડેલી કુહાડી લઈ એ રાજકુમારની પાછળ પડ્યા.

અંગેઅંગમાં ક્રોધે વાસ કરી લીધો. ગયા ભવની મોત સમયની લેશ્યા પાછી અંગેઅંગમાં ઉછાળા મારવા લાગી. રાજકુમારો પ્રત્યેનો ગુસ્સો આંખોમાં રતાશ રૂપે વ્યક્ત થઈ રહ્યો હતો. હવે ચમચમ કરવાની વૃત્તિ ન હતી. પણ, સજા કરવાની વૃત્તિ હતી. રાજકુમારો તાપસને આવતો જોઈ નાઠા. તાપસ પણ વધુ જોશથી એ રાજકુમારોની પાછળ દોડ્યો. ગયા ભવની જેમ જ આ વખતે પણ તેમનું મૃત્યુ ક્રોધની તીવ્ર લેશ્યામાં જ લખાયું હતું. વચ્ચે પથ્થરની ઠોકર લાગી. સંતુલન ગુમાવ્યું અને કૂવામાં પડ્યા. પોતાની કુહાડી ઉપર જ પોતે પડ્યા. મગજના બે કટકા. ત્યાં ને ત્યાં જ મોત ! કેવું અપમૃત્યુ !

હવે તો સાધનાની કોઈ મૂડી બચી ન હતી. તિર્યંચના ભવમાં જવું પડ્યું. એમાં પણ સાપનો ભવ ! ચંડકૌશિક સાપ તરીકે તેનો જન્મ થયો. અને જંગલ આખાને સળગાવી ઉજ્જડ કરી મૂક્યું. જંગલના આકાશમાં ઉડતા પક્ષીઓને પણ છોડવા તૈયાર નથી. કર્મસત્તાએ ગુસ્સો કાઢવા માટે આંખમાં પણ ઝેર ભરી આપ્યું હતું. આંખથી જ એ ઉડતા પંખીને પાડવા સમર્થ હતો. આકાશ અને જમીન બધું જ ઉજ્જડ કરી મૂક્યું. કેવો સીમાતીત ક્રોધ ! બેહદ ગુસ્સો ! હવે તો ગુસ્સો એ જ જાણે એનો સ્વભાવ થઈ ગયો. કેવા ગુણાંકમાં ગુસ્સો વધ્યો તે જુવો. કર્મસત્તા એ લોનની કેવી વ્યાજસહિત વસૂલાત કરે છે તે પછી જોઈશું.

આ ત્રણ ભવમાં ક્રમશઃ દ્રવ્યથી, ક્ષેત્રથી, કાળથી અને ભાવથી ક્રોધ વધતો ચાલ્યો.

ક્રોધ દ્રવ્ય-ક્ષેત્ર-કાળ-ભાવ - આ ચાર પરિબળથી કેવો ગુણાકારમાં વધે છે તે આ કોષ્ટક ઉપરથી સ્પષ્ટ છે. આ લોન કર્મસત્તા પાસેથી લીધી છે. તે કંઈ મફતમાં તો નથી જ મળવાની. આ તો શ્રમણ ભગવાન મહાવીર મહારાજા મળ્યા અને ક્રોધનો ગુણાકાર જે વધતો જતો હતો તે અટકી ગયો. સમતાનો સ્વીકાર કર્યો. પણ કર્મસત્તા છોડે

	દ્રવ્યથી	ક્ષેત્રથી	કાળથી	ભાવથી
ભવ-૧ સાધુનો ભવ	નાના બાળ સાધુ ઉપર જ ગુસ્સો.	ઉપાશ્રયની અંદર જ ગુસ્સો.	સાંજના સમય પૂરતો ગુસ્સો.	ફક્ત ચમચમ કરાવી દેવાની વૃત્તિ રૂપ ગુસ્સો.
ભવ-૨ કૌશિક તાપસનો ભવ	બગીચાને બગાડનાર બધાં ઉપર ગુસ્સો.	આખા આશ્રમમાં ગુસ્સો.	તાપસ થયા પછીના બધાં વર્ષોમાં વ્યાપક ગુસ્સો.	સજા કરવાની હદ સુધીનો ગુસ્સો.
ભવ-૩ ચંડકૌશિક સાપનો ભવ	જંગલમાં અને આકાશમાં રહેતી સમગ્ર જીવસૃષ્ટિ ઉપરનો ગુસ્સો.	આખા જંગલ અને આકાશને વ્યાપીને ગુસ્સો.	આખી જીંદગી ગુસ્સો.	અત્યંત ક્રૂર લેશ્યાથી સળગાવી નાંખવા સુધીનો ગુસ્સો.

તેમ ન હતી. આખા શરીરની આરપાર કીડીઓને પસાર કરી. શરીર ચાળણીની જેમ ચળાઈ ગયું. કેવી જાલિમ વેદના ! કીડી એક ચટકો ભરે તોય સહી શકાતો નથી. આ તો એક સાથે સેંકડો કીડીઓ શરીરનું માંસ ખાતી-ખાતી એક સાઈડથી પ્રવેશે અને આરપાર પાસ થઈ સામેની બાજુએ નીકળે. છતાં સમાધિ અકબંધ જાળવી રાખવાની. કેવી ભયાનક વેદના ? કલ્પના કરતાં ય ધ્રૂજારી છૂટી જાય. પૂરેપૂરી વસૂલાત કર્મસત્તાએ કરી. દૃષ્ટાંત પ્રસિદ્ધ છે. તેથી વિસ્તાર નથી કરવો. આ તો ભગવાન મહાવીરનો પ્રતાપ કે આ પરંપરા આગળ ચાલતી અટકાવી દીધી. ચંડકૌશિકની ગાડીને સીધે પાટે ચડાવી દીધી. બાકી સેંકડો અને અનંતા ભવો પછી પણ આ દુશ્ચક્રનો અંત આવવો મુશ્કેલ હોય છે.

ક્રોધ કરતી વખતે આપણે લોન લઈએ છીએ. અને તે પણ અમાનુષી વ્યાજદરવાળી. જો આવો ખ્યાલ હોય તો ગુસ્સો ઓસર્યા વિના રહે નહીં. એક ક્રોધ નામના કષાયની સામે જ કેવું ભયંકર વ્યાજ કર્મસત્તા રાખે છે તે શાસ્ત્રકારો જણાવે છે - હજારો વર્ષ સુધી માસક્ષમણના પારણે માસક્ષમણ કરવા દ્વારા જે પુણ્ય એકઠું થયું હોય તે બધું ક્રોધ કરવા દ્વારા ખલાસ થઈ જાય. અરે ! ક્રોડ પૂરવ તણું સંયમ પણ નકામું જાય. વૈમાનિક દેવલોક સિવાય ક્યાંય ન જનારા સાધુ ભગવંતને પણ ક્રોધ નરકમાં ધકેલી શકે છે. કર્મસત્તા હિસાબ પૂરેપૂરો વસૂલ કરે છે.

માટે, ક્રોધની લોન ક્યારેય પણ લેવા જેવી નથી. તે લોનને ચૂકવતી વખતે બાહ્ય-આંતર વૈભવ વગેરે બધું લૂંટાવી દેવું પડશે.

એક વસ્તુ નક્કી રાખો કે "જે વસ્તુ મારી નથી, મારી પાસે મૂળભૂત રીતે રહેલી નથી તે વસ્તુ, તેવી કોઈ પણ ચીજ મારે લેવી નથી. કારણ કે કર્મસત્તા પાસેથી લોન રૂપે લીધેલી તે વસ્તુનું ચૂકવણું મને ખૂબ જ ભારે પડી જવાનું છે." એટલે જ **આનંદઘનજી મહારાજ** કહે છે કે -

મૂલડો થોડો ને વ્યાજડો ઘણો.

ક્રોધની લોન તરીકેની મૂડી તો તમે બહુ થોડી લીધી હશે. પણ તેનું વ્યાજ કર્મસત્તા બહુ ભારે ચડાવે છે. સામાન્ય વ્યાજ પણ નહીં, ચક્રવૃદ્ધિ વ્યાજ પણ નહીં એના કરતા ભયંકર વ્યાજના દરો છે. રૂના મોટા ઢગલાને સાફ કરી નાંખવા જેમ એક નાની ચિનગારી પર્યાપ્ત છે. તેમ સાધનાના ખડકલાને બાળી નાંખવા માટે એક ક્રોધની ચિનગારી જ પર્યાપ્ત થઈ પડશે.

ક્રોધ સ્વને બાળે, પરને બાળે, ક્રોડ પૂર્વના ચારિત્રને બાળે... અહા.. હા.. કેવલ વિનાશ. ક્રોધનો સ્વીકાર એટલે સામે ચાલીને જાતનો વહોરેલો સર્વનાશ. સજ્ઝાયમાં તમે સાંભળ્યું હશે -

❊ ***આગ ઉઠે જે ઘર થકી, પહેલું નિજ ઘર બાળે;***
જળનો જોગ જો નવિ મળે, તો પાસેનું પ્રજાળે.

❊ ***ક્રોધે ક્રોડ પૂરવ તણું, સંયમ ફળ જાય;***
ક્રોધ સહિત તપ જે કરે, તે તો લેખે ન થાય.

આગની ચિનગારી ભલે નાની હોય પણ જો તેને શમાવવામાં ન આવે તો બહુ ભારે હોનારત સર્જી શકે છે. ક્રોધનું પણ તેવું જ છે. જો શમાવવામાં ન આવે તો તે ચિનગારીમાંથી ઠેઠ દાવાનળનું સ્વરૂપ ધારણ કરી શકે છે. ચંડકૌશિક સર્પ આનું સ્પષ્ટ ઉદાહરણ છે. હા ! શ્રમણ ભગવાન મહાવીર મહારાજાના સંયોગથી ક્રોધની આગ વધતી અટકી ગઈ. પણ જો તમે બેસુમાર ક્રોધ કરે જ રાખતા હો તો તે ક્રોધની

આગ ઠારવા આવશે કોણ ? તમારી પાસે નથી તો તેવા પ્રકારની તપની સાધના, સંયમની સાધના કે બીજી કોઈ પણ સાધના. તમને તો કોણ બચાવી શકશે ? ગુસ્સાના પ્રભાવે જ્યારે વાઘ-વરુના ભવ મળશે ત્યારે કોણ સમજાવવા આવવાનું ? અને આ ભવમાં સમજણ છે છતાં ક્રોધ છોડવાની તૈયારી ન હોય તો તે ભવમાં કોઈ સમજણ આપનારું મળશે છતાં ક્રોધ કેવી રીતે છૂટશે ?

> તેથી જેમ થોડા પણ અગ્નિને બૂઝાવી દેવામાં જ કલ્યાણ છે,
> થોડા પણ દેવાને શરૂઆતમાં જ ચૂકવી દેવામાં શ્રેય છે,
> થોડા પણ ઘાને ઉગતો જ રૂઝવી દેવામાં આરોગ્ય છે, તેમ
> કષાયોને ઉગતા જ ડામી દેવામાં પરમ કલ્યાણ છે.

આ વાત દિલમાં કોતરી રાખજો. બાકી ક્રોધની લોન મોહની પાસેથી લેવામાં જ તમારે રચ્યા-પચ્યા રહેવું હોય તો થોડો હિસાબ માંડી દો. જો પાંચ વર્ષે રકમ ડબલ થતી હોય તે રીતે ફક્ત ૧૦ રૂા. ની લોન તમે લો તો ૧૦૦ વર્ષે ૧ કરોડથી વધુ રૂપિયા ચૂકવવાના થાય. માનો કે કર્મસત્તાને ત્યાં દરેક વસ્તુ બીજા દિવસે ડબલ ચૂકવવાની થાય છે અને જો કર્મસત્તા પાસેથી ફક્ત ૧ પૈસાની લોન લો તો ૧ મહિનાના અંતે શું રીઝલ્ટ આવે ? તે જુઓ -

[એક ઉપમાથી ફક્ત આ સમજાવ્યું છે. હકીકત તો આનાથી પણ વધુ ભયંકર હોઈ શકે છે.]

દિવસે દિવસે ડબલ લેણું કરનાર કર્મસત્તા પાસેથી લીધેલ ૧ પૈસા જેટલા ક્રોધનું સરવૈયું

તારીખ	*રકમ*
૧	૦૦.૦૧ પૈસો
૨	૦૦.૦૨ પૈસા
૩	૦૦.૦૪ પૈસા
૪	૦૦.૦૮ પૈસા
૫	૦૦.૧૬ પૈસા
૬	૦૦.૩૨ પૈસા

તારીખ	રકમ
૭	૦૦.૬૪ પૈસા
૮	૦૧.૨૮ રૂા.
૯	૦૨.૫૬ રૂા.
૧૦	૦૫.૧૨ રૂા.
૧૧	૧૦.૨૪ રૂા.
૧૨	૨૦.૪૮ રૂા.
૧૩	૪૦.૯૬ રૂા.
૧૪	૮૧.૯૨ રૂા.
૧૫	૧૬૩.૮૪ રૂા.
૧૬	૩૨૭.૬૮ રૂા.
૧૭	૬૫૫.૩૬ રૂા.
૧૮	૧૩૧૦.૭૨ રૂા.
૧૯	૨૬૨૧.૪૪ રૂા.
૨૦	૫૨૪૨.૮૮ રૂા.
૨૧	૧૦૪૮૫.૭૬ રૂા.
૨૨	૨૦૯૭૧.૨૦ રૂા.
૨૩	૪૧૯૪૩.૦૪ રૂા.
૨૪	૮૩૮૮૬.૦૮ રૂા.
૨૫	૧૬૭૭૭૨.૧૬ રૂા.
૨૬	૩૩૫૫૪૪.૩૨ રૂા.
૨૭	૬૭૧૦૮૮.૬૪ રૂા.
૨૮	૧૩૪૨૧૭૭.૨૮ રૂા.
૨૯	૨૬૮૪૩૫૪.૫૬ રૂા.
૩૦	૫૩૬૮૭૦૯.૧૨ રૂા.
૩૧	૧૦૭૩૭૪૧૮.૨૪ રૂા.

૩૧મા દિવસે ચૂકવવાની થતી કુલ રકમ **₹ ૨,૧૪,૭૪,૮૩૬.૪૮**

મતલબ કે માત્ર ૧ પૈસો લીધા પછી ૩૧ દિવસના અંતે કર્મસત્તા ૨ કરોડ, ૧૪ લાખ, ૭૪ હજાર, ૮૩૬ રૂપિયા અને ૪૮

પૈસા વસૂલ કરે. તો પછી ૧ રૂપિયો લીધો હોય તો હિસાબ ક્યાં પહોંચે ? આ માત્ર હિસાબની વાત નથી. કર્મસત્તાનું ગણિત આવું જ છે. તેના દાખલા શાસ્ત્રના પાને નોંધાયેલા છે.

કેટકેટલાય વર્ષો સુધી પોતાની પાસે આવનારા, પોતાનાથી પ્રતિબોધ પામેલા, દીક્ષા લેવા ઉત્સુક થયેલા મુમુક્ષુ જીવોને આદિનાથ પરમાત્મા પાસે મોકલનાર મરિચી કપિલની સામે ફક્ત આટલું વેણ ઉચ્ચારે છે -

'कविला ! इत्थं पि इहयं पि' મતલબ કે આદિનાથ પરમાત્મા પાસે પણ ધર્મ છે અને અહીં મારી પાસે પણ ધર્મ છે.

ફક્ત એક વાર ઉચ્ચરાયેલું આટલું વચન અને કર્મસત્તા જુવો કે કેવો હિસાબ વસૂલ કરે છે. પાછા આ મરિચી એટલે આદિનાથ પરમાત્માના શિષ્ય, ભવિષ્યમાં તીર્થંકર થવાના છે. એટલે કે જીવદળ ઉત્તમ છે. પણ, કર્મસત્તાને તો તીર્થંકરની પણ શરમ કદી નડતી નથી. અને મરિચીથી મહાવીર સુધીની યાત્રાના અસંખ્ય પડાવો કર્મસત્તાએ વધારી દીધા. કુલ ૧ કરોડ x ૧ કરોડ સાગરોપમ જેટલો એટલે કે એક કોટાકોટી સાગરોપમ જેટલો સંસાર વધારી દીધો.

તમારી દુનિયાની કોર્ટ મુજબ મરિચીના જીવે કરેલી આ ભૂલ કેવી લેખાય ? પણ, કર્મસત્તાના ગણિત અકળ છે. એનાથી તો જેટલું સાચવીને ચાલો તેટલું કલ્યાણ છે. અસંખ્ય ભવો જે વધાર્યા તે દેવલોકના અને રાજાના ભવો નથી. પણ, તેમાં મુખ્યતયા એકેન્દ્રિય અવસ્થાના ભવો છે. જનમ-મરણના ચક્કર જ્યાં સતત ચાલુ જ છે. આવી ભયંકર સજા !

માટે, ક્રોધની લોન આ કર્મસત્તા પાસેથી હરગીઝ લેવા જેવી નથી. બાકી તમે આખો દિવસ મહેનત કરી કરીને સાધના ભેગી કરશો અને તમે કરેલો એક જ ક્રોધ એ તમામને ચાટી જશે. જેમ આંધળી દળે અને કૂતરા ચાટી જાય. મતલબ કે અંધ ડોશીમા આખો દિ લોટ દળ્યા કરે. પણ ખબર નથી કે બાજુમાં જ કૂતરાઓ ફરે છે. જેવો દળીને હું લોટ બહાર કાઢું છું કે આ કૂતરાઓ ચાટી જાય છે.

ક્રોધાંધ માણસની પણ આ જ હાલત હોય છે. તે સાધનાની મહેનત કરી શુદ્ધિ-પુણ્ય વગેરે ભેગું કરે. પણ પાસે રહેલા ક્રોધના કૂતરાઓ બધું જ ચાટી જાય. એ માણસના હાથમાં કશું જ ન આવે. સાધના અપરંપાર હોવા છતાં કર્મસત્તા ક્રોધની વસૂલાત કર્યા વિના રહેતી નથી. તીર્થંકર જેવાની શરમ ન નડતી હોય તો બીજાની કોની શરમ એને નડવાની ?

આ તો માત્ર ક્રોધની સામાન્યથી ગણતરી કરીને હિસાબ ગણ્યો. બાકી ક્રોધાંધ થયેલ માણસ મોઢામાંથી શું બકવાટ કરશે તેનો કોઈ ઢંગધડો હોય નહીં. માટે તેની જે સજા થાય તે પણ ભયાનક હોય છે.

દીકરો ભણવા ગયેલો. જ્યારે પાછો આવ્યો ત્યારે ભૂખ સખત લાગેલી. ઘરમાં ઘૂસ્યો, ચારે બાજુ જોયું. ખાવાનું કશું હતું નહીં. મા પણ ઘરમાં દેખાય નહીં. અને ભૂખની આગ સાથે ગુસ્સાની આગ પણ ભળી. મા આજુબાજુના ઘરમાં કામ કરવા ગઈ હતી. સમય વીતતો જાય તેમ ગુસ્સો પણ વધતો જાય છે. ઘણાં સમય બાદ થાકી-પાકી મા ઘરે આવે છે. હજુ તો ઘરમાં પગ મૂકે, ત્યાં જ દીકરો ગુસ્સામાં બોલી ઉઠ્યો -

''ક્યાં ફાંસીએ ચઢવા ગઈ હતી ? રસોઈ બનાવીને જતાં નથી ફાવતું ?''

આક્રોશમાં બોલાયેલા શબ્દો માને પણ દઝાડી ગયા. કામો કર્યાનો શ્રમ તો હતો જ. તેમાં આ શબ્દો કાનમાં પડતા માનો ગુસ્સો પણ આસમાને પહોંચ્યો અને તેણે દીકરાને સામો જવાબ વાળ્યો -

''તારા હાથ કપાઈ ગયા હતા કે ઉપર સિક્કામાં પડેલું ભોજન લેતા ન આવડ્યું ?''

બસ ! આવેશમાં આવી શબ્દો બોલાઈ ગયા અને કર્મસત્તાએ મીટર ચાલુ કરી દીધું. પછીના ભવમાં જ્યારે વસૂલીનો સમય આવ્યો ત્યારે બિનગુનેગાર દેખાતા દીકરાએ હકીકતમાં ફાંસીએ ચઢવું પડ્યું અને માને પોતાના હાથ કપાવા પડ્યા ! કેવું જાલિમ પરિણામ !

વિચારી લો તમારી જાત માટે ! કોઈને કૂતરા, બિલાડા જેવા અપશબ્દોથી જો નવાજતા હો તો તે બધાં ભવો તમારા માટે નક્કી થઈ રહ્યા છે. મનમાં જે આવે તે બોલે ન રખાય. કંઈક વિચારીને બોલાય. પણ, ક્રોધાંધ માણસ પાસે વિચારણા માટેની સ્વસ્થતા કે સમય જ ક્યાંથી હોય ?

ફરી-ફરીને લોન પોલિસી આટલું જ કહે છે કે - કર્મસત્તા તમને જે આપે છે તે લોન તરીકે આપે છે. તેનું મીટર બહુ ભારે છે. દુનિયાની નજરે લાગતા નાનકડા પાપની સજા તેના ચોપડે ઘણી ભયાનક હોઈ શકે છે.

પાંચ ઈંચના ચીભડાની આખેઆખી અખંડ છાલ ઉતારી અને બોલી ઊઠ્યો - ''જુવો ! મેં કેવી સરસ છાલ ઉતારી !'' બસ ! કર્મસત્તાને ત્યાં આની ભયાનક સજા નિર્ધારિત થઈ ગઈ. દુનિયાની દૃષ્ટિએ તો કદાચ આ પાપ જ નહીં હોય. પણ, કર્મસત્તા વસૂલાત બરાબર કરે છે. મોક્ષે જવાને હવે કલાક-બેકલાક જેટલી જ વાર છે, ત્યારે કર્મસત્તા જાણે કહે છે - ''અરે ભાઈ ! મારું દેવું તેં કરેલું છે. પહેલાં તે ચૂકવ. તેના વિના તને મોક્ષમાં જવા દઉં તો મારું નામ કર્મસત્તા નહીં.'' અને કર્મસત્તાએ એ મહાત્માની, તે ભવમાં કોઈ પણ વાંકગુનો કર્યો ન હોવા છતાં, જીવતે જીવતા ચામડી ઉતરાવી. કેવી પરાકાષ્ઠાની વેદના ! એ મહામુનિ એટલે જ ખંધકમુનિ ! રે કર્મસત્તા ! તારી કેવી જાલિમ સજા !

યાદ કરો મહારાજા શ્રેણિકને, 'વાહ ! મેં માત્ર એક બાણે બે જીવ માર્યા' આટલી અનુમોદના કરી બેઠા. અને ૮૪૦૦૦ વર્ષ સુધી નરકની જાલિમ વેદના માથે ઠોકી બેસાડી કર્મસત્તાએ, જ્યાં ૧ સેકંડની પણ શાંતિ શ્રેણિક મહારાજાને મળી શકે તેમ નથી.

હવે નક્કી કરો - 'ક્રોધ એ કર્મસત્તા પાસેથી લોનરૂપે મળે છે. એ કર્મસત્તા જાલિમ છે. માટે એની પાસેથી કોઈ લોન મારે લેવી નથી. અને એટલે જ ગુસ્સો પણ મારે કરવો નથી.'

૮

'હલવો' પોલિસી

વગર આમંત્રણે આવી બેઠેલા મહેમાન હવે યજમાનને ભારે પડવા માંડ્યા છે. પણ કોણ જાણે એ મહેમાન ઘરેથી ખસવાનું નામ જ નથી લેતા. મહેમાનને કેવી રીતે ઘરમાંથી બહાર કાઢવા ? - તે વિચારણામાં યજમાન ગોઠવાયા. સ્પષ્ટ તો કહી શકાય નહીં. માટે, Unwanted Guest ત્રાસી જાય તેવું કરવાનું તેણે નક્કી કર્યું. બપોરે યજમાનને બહાર જમવા જવાનું હતું. ઘરે મહેમાનને જ જમવાનું હતું. અને શ્રીમતીએ અફલાતૂન (!) રસોઈ બનાવી દીધી -

કાચી રોટલી, તીખા તમતમતા શાક, કાચા ભાત, મીઠા વિનાની દાળ... મહેમાન તો ગળે આવી ગયા. કેમ કરીને રસોઈ ગળે ઉતારી એ તો મહેમાન જાણે અને ભગવાન જાણે. પણ, હવે એ બીજો એક પણ ટંક આવી રસોઈ વાપરી શકે તેમ ન હતા. જ્યારે યજમાન બહાર જમી ઘરે આવ્યા ત્યારે મહેમાને વાતવાતમાં પૂછ્યું - 'સાંજે જમવામાં શું છે ?'

યજમાને વિચાર્યું, સાવ લુખ્ખો જવાબ તો અપાય નહીં. એટલે એણે દ્વિઅર્થી શબ્દ પ્રયોજ્યો - 'હલવો'. પેલા મહેમાનના મોઢામાં પાણી આવી ગયું. હલવો દૂધીનો હોય કે મોહનલાલનો હોય કે બીજા

કશાનો. પણ એ તો એમની ભાવતી આઈટમ હતી. બપોરની કાચી રોટલીનું દુઃખ ભૂલી એ મહેમાન સાંજના હલવાના સ્વપ્ના જોવા લાગ્યા.

સાંજનો સમય થયો. મહેમાન હલવાની આશાથી ભાણે બેઠા. પણ, જે આઈટમ પીરસાઈ તે જોઈ મહેમાન તો છંછેડાઈ જ ગયા. એની એ જ સવારની આઈટમો. કાચી રોટલી, કાચા ભાત, તીખા શાક... કદાચ પાછળથી હલવો પીરસાશે.. એમ સમજી શાંત બેસી રહ્યા. મોડી બપોરે પેટ ભરીને જમેલ હોવાથી યજમાન સાંજે જમવાના ન હતા. થોડો સમય પસાર થયો. પણ, હલવાનું નામ પણ સંભળાતું નથી. હવે મહેમાન અકળાયા... આ શું ? એમણે યજમાન તરફ નજર નાંખી. અને યજમાન બોલ્યા 'હલવો'. કંઈક ટોન્ટની ભાષામાં 'હલવો' શબ્દ સાંભળી મહેમાનને 'લાઈટ' થઈ. યજમાન સાહેબ એમ કહેવા માંગતા હતા કે સવારની વધેલી આઈટમને જ સાંજે હલવો (હલાવો, ચલાવો, ફવડાવો). મહેમાન એ જ દિવસે ઘર છોડી ચાલી ગયા.

આ ટૂચકો એ જ કહે છે કે વગર આમંત્રણે આવી પડેલા મહેમાનોની ઝાઝી પરોણાગતિ કરવાને બદલે 'હલવો' કહી દો. પછી જુઓ ઊંધી પૂંછડીએ ભાગશે. ક્રોધ વગર આમંત્રણે આવી પડેલો મહેમાન છે, જે આપણું નખ્ખોદ વાળી રહેલ છે. એને ભગાડી મૂકવાનો સરસ રસ્તો. કોઈક અપમાન કરશે. એટલે એ અંદરનો ક્રોધ છંછેડાઈ જશે. એ વખતે એને કહો - 'ચૂપ ! આ પરિસ્થિતિને - અપમાનને હલવો.' બસ ! પછી ક્રોધ ક્યાં સુધી રહેશે ? ક્રોધની આળપંપાળ કરવાને બદલે, એની ઈચ્છાએ એને ઉદયમાં આવવા દેવા કરતાં એને 'હલવો'નો આદેશ આપી દો કે

* કોઈ અપમાન કરશે તો ય તેને બહાર નીકળવા નહીં મળે. અપમાનને ય તારે હલાવવું પડશે.

* કોઈ દુર્વ્યવહાર કરશે તો પણ તારે ચલાવવું પડશે.

બસ, કોઈ પણ મોકે એને બહાર નીકળવાનો અવકાશ જ નહીં આપો. પછી એ તો ભાગી જ જવાનો છે. ક્રોધ એ પણ આખરે વગર નિમંત્રણનો, નખ્ખોદ વાળનારો unwanted મહેમાન જ છે ને !

હવે વિચારવાનું આપણે છે,

એ તો જવા તૈયાર જ છે. પણ, આપણે એની મહેમાનગતિ કરીએ છીએ કે 'હલવો' કહી દઈએ છીએ ?

અપનાવો આ 'હલવો' પોલિસી. ક્રોધને ભાગે જ છૂટકો.

આ 'હલવો' પોલિસીને એક જુદી દૃષ્ટિએ પણ અપનાવી શકીએ છીએ.

'હલવો' પોલિસી કહી રહી છે કે – આ ભવમાં આવતી કોઈ પણ પરિસ્થિતિ તમે જ કરેલા પૂર્વકર્મોના ફળરૂપ છે. માટે, તેને અહીં હલવો, હલવતાં શીખો. કર્મસત્તા તમને કોઈ પણ પરિસ્થિતિમાં મૂકી શકે છે. જો તે વખતે તેને હલવતા નહીં શીખો તો મગજ ઉપર કાબૂ નહીં રહે. આખરે પરિસ્થિતિ તો બદલતી નથી, કિંતુ મનઃસ્થિતિ પણ ખાડે જવાથી કર્મબંધ ચિક્કાર થઈ જાય છે, જે વારે વારે તેવી પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરે છે. તેમાં વળી પાછો ગુસ્સો... આમ દુશ્ચક્ર ચાલ્યે જ રાખે, ચાલ્યે જ રાખે.

કર્મસત્તા પણ આ જ કહી રહી છે – ''હું ગમે તે પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરી શકું છું. તેને હલવો, હલવતા શીખો, બાકી છુટકારો નથી.'' ૩૨ દીકરા એકી કલમે સુલસા પાસેથી ચાલ્યા ગયા. એ આઘાતમાં તેનો પતિ પણ પરલોકમાં વિદાય થઈ ગયો. છતાં સુલસાએ મગજ ઉપરનો કાબૂ ન ગુમાવ્યો, શ્રેણિક ઉપર કે બીજા કોઈના પણ ઉપર ગુસ્સો કરવાના બદલે માત્ર પોતાના કર્મને દોષ આપ્યો. મતલબ કે 'ગયા ભવના બાકી રહેલા કર્મોને આ ભવમાં હલવો' – આમ પોતાની જાતને કહી આવી ભયાવહ પરિસ્થિતિને હલાવી દીધી, ફગડાવી દીધી. અનંતા તીર્થંકરો આ એક શબ્દ જાણે આપણને કહી રહ્યા હોય તે રીતે 'હલવો' શબ્દ ઘૂંટો. મનમાં તેના પડઘમ વાગતા સંભળાય.

કોઈ પણ અનિષ્ટ પ્રસંગ આવી પડે ત્યારે જાણે આપણને શાસ્ત્રકારો કહી રહ્યા છે – 'હલવો'. આ વિષમ કર્મોને પણ હલવો. આ વિકટ પરિસ્થિતિને પણ હલાવી લો, ચલાવી લો. મગજ ઉપરથી કાબૂ ન ગુમાવો. જો ગુસ્સો કર્યો તો સામે તમારું અઢળક પુણ્ય ખર્ચાયા

વિના રહેવાનું નથી. અને આમેય તમારો ગુસ્સો તો જ ફળ લાવી શકશે કે જો તમે પુણ્ય એકઠું કર્યું હશે. મતલબ કે પુણ્ય હોય તો જ ગુસ્સો સફળ થઈ શકે છે.

આનો અર્થ એ જ થાય કે ગાયને દોહી તેનું દૂધ હડકાયા કૂતરાને પાવા જેવી પ્રવૃત્તિ તમારી છે. જે ધર્મસાધનાના પ્રતાપે તમને પુણ્ય મળ્યું, બંધાયું તે હડકાયા કૂતરા જેવા ક્રોધને, મોહને, કર્મસત્તાને પાઈ દો છો. એના બદલામાં પાપ સિવાય તમને કશું મળતું નથી. હવે નક્કી કરો - જે ધર્મના પ્રતાપે પુણ્ય બંધાયું તે ધર્મના ચરણે જ મારે મારું પુણ્ય સોંપવું છે. ધર્મમહાસત્તા પણ સામે તમને પુણ્ય આપશે જ.

આપણી મૂળ વાત 'હલવો' પોલિસીની છે. પરિસ્થિતિની જગ્યાએ મનઃસ્થિતિ પલટાવવા માટે આ પોલિસી ખૂબ જ ઉપયોગી છે. આ પોલિસી આપણને ફક્ત એટલો જ સંદેશો કહેવા માંગે છે કે ભલે તમારી ઉપર દુઃખના ડુંગરો તૂટી પડે પણ તેને હલવો, ચલવો. વાતાવરણ જરાક બદલાય અને શરીર જો માંદુ પડી જતું હોય તો એ વખતે આ 'હલવો' શબ્દને યાદ કરો. જાણે કે આ પોલિસી આપણને કહી રહી છે - નબળા શરીરને પણ હલવો. 'મને બધું હાલશે, ચાલશે, ફાવશે' - આ બહુ અદ્‌ભુત સમાધિ સૂત્ર છે. સર્વત્ર સર્વ પરિસ્થિતિમાં તમને સમાધાન બક્ષશે.

ચામાં ખાંડ નાખવાની ભૂલાઈ ગઈ, કોઈના પણ ઉપર ગુસ્સો નથી કરવો - આ મોળી ચા મને હાલશે.

દાળમાં મીઠું ભૂલાઈ ગયું - ફાવશે.

ઈસ્ત્રી કર્યા વિનાના કપડા પણ ચાલશે.

'કોઈ પણ પરિસ્થિતિ આવે. મને બધી ચાલશે, ફાવશે અને હાલશે' - જો આવો સંકલ્પ હોય તો પછી તમને દુઃખી કોણ કરી શકે ? આજુબાજુવાળાની દુકાનોમાં ઘરાકી ચિક્કાર હોય અને તમારી દુકાનમાં કાગડા ઉડતા હોય ત્યારે આ પરિસ્થિતિને હલાવી લેવાનો, ચલાવી લેવાનો અભિગમ અપનાવો કે યેન કેન પ્રકારેણ બાજુવાળાની ઘરાકી તોડવાનો તરીકો અપનાવો ? શું કરો તમે ?

શું એમ ન વિચારી શકાય કે - 'આજુબાજુમાં ઘરાકી ચિક્કાર છે - એ જ દેખાડે છે કે બજારમાં તેજી જ છે. છતાં જો મારી દુકાનમાં ઘરાકી ન હોય તો મારે સમજવું રહ્યું કે મારા જ કર્મો વાંકા છે. એમાં આજુબાજુવાળાનો શો દોષ ? જો આજુબાજુવાળાના ઘરાકો તોડવાનો પ્રયત્ન કરીશ તો કર્મ એવું બંધાશે કે જે ઘરાકો આવે છે તે પણ ચાલ્યા જશે. બાજુવાળાને તો પોતાના પુણ્ય પ્રમાણેનું મળી જ જવાનું છે. જ્યાં સુધી મારા વાંકા કર્મો સીધાં નહીં થાય ત્યાં સુધી પરિસ્થિતિમાં કોઈ પણ જાતનો બદલાવ આવે તે શક્ય જ નથી.' આ પ્રમાણેની કર્મસિદ્ધાંત ઉપરની અટલ શ્રદ્ધાને કારણે ઉત્પન્ન થતી હલાવી લેવાની વૃત્તિ શું જગાડી ન શકાય ?

'કોઈ પણ પરિસ્થિતિને હલવો' - આ જ વાત શાસ્ત્રકાર ભગવંતો આપણને કહી રહ્યાં છે. કોઈ પણ પરિસ્થિતિમાં તમારી મનઃ-સ્થિતિને બગાડતા નહીં. ગમે તેવી પરિસ્થિતિને પણ હલવી લેજો, હલાવી લેજો, ચલાવી લેજો, ફવડાવી લેજો, નભાવી લેજો. બાકી આ કર્મસત્તા તો કેવી કેવી ભયાનક પરિસ્થિતિ ઊભી કરી શકે ? તેની કલ્પના પણ આપણે ન કરી શકીએ.

તીર્થંકરની પોસ્ટ પ્રાપ્ત કરનારને પણ જીવતે જીવતા કાનમાં ખીલા ઠોકાય. અને એ ખીલા નીકળે ત્યારે પણ પારાવાર વેદના અનુભવવી પડે, તે પણ રાડ પડાવી દે તેવી. શ્રમણ ભગવાન મહાવીર મહારાજાએ તે પરિસ્થિતિને હલવી લીધી. ન તો ગોવાળને દોષિત ઠેરવ્યો કે ન તો બીજા કોઈને. કર્મસત્તા તો તીર્થંકરની પોસ્ટ મળ્યા પછી પણ છોડવા તૈયાર નથી. તે કાળચક્ર ફેંકાવી શકે છે, લોહીના ઝાડા કરાવી શકે છે. તે દરેક પરિસ્થિતિમાં પોતાની જાતને 'હલવો' કહેનાર જ બચી શકે છે.

રાજા સગરને ચક્રવર્તીની પોસ્ટ મળ્યા પછી પણ એકી સાથે તેના ૬૦૦૦૦ દીકરા ઝૂંટવી લેવાનું કામ આ કર્મસત્તાએ કર્યું છે. કેવી હૃદયદ્રાવક પરિસ્થિતિ ! આવી દરેક પરિસ્થિતિને નજર સમક્ષ રાખશો તો તમારી દુઃખદ પરિસ્થિતિ તમને સાવ મામૂલી લાગશે.

એક વાત યાદ રાખી લો કે જે નિકાચિત કર્મ ઉદયમાં આવવાના છે કે આવી રહ્યા છે તે આવવાના જ છે. તેને અટકાવી શકવાની શક્તિ આપણામાં નથી. પણ, જો તે કર્મોદયના પ્રસંગોમાંથી શાંત ભાવે પસાર થઈ જઈશું તો કર્મ પણ શાંતિથી પસાર થઈ જશે. ઝાઝી ઉથલ - પાથલ નહીં મચાવે. આપણે ફક્ત કર્મોદયના પ્રસંગોમાં સમતા કેળવી લેવાની છે. જો સમતા ગુમાવી બેસશો તો વધારે ને વધારે તેવા કર્મો બંધાશે.

આપણે જેમ જેમ કર્મોદયમાંથી પસાર થતા જઈએ તેમ તેમ કર્મથી ભરેલી ગાડી ખાલી થવી જોઈએ, ભરાવી ન જોઈએ. જેમ મુંબઈમાં સાંજે ચર્ચગેટથી વિરાર જતી ગાડી સતત ખાલી જ થયે રાખે, તેમ જેમ જેમ કર્મોદયના પ્રસંગો વીતતા જાય તેમ તેમ આપણે કેળવેલી સમતા દ્વારા કર્મો ઘટતા જ જાય, ઘટતા જ જાય. આના માટેનું બેસ્ટ સૂત્ર છે 'હલવો'. મતલબ કે - **મને બધું હાલશે, ફાવશે અને ચાલશે.**

મારી ઈચ્છા મુજબની પરિસ્થિતિનું નિર્માણ મારે કરવું છે - આ વિચારધારા જ સંક્લેશ પેદા કરાવનારી છે. યાદ રહે - આ જીવન સમાધિ માટે છે, સંક્લેશ માટે નહીં. મોંઘેરો માનવભવ સંક્લેશ કરી વેડફી નાંખવા માટે નથી. 'જે રીતની પરિસ્થિતિ સર્જાય તેવા પ્રકારની પરિસ્થિતિમાં મારે જીંદગીને હલવવી છે, ચલાવવી છે. મને આ જીંદગી પણ, આ પરિસ્થિતિ પણ હાલશે, ફાવશે અને ચાલશે' - આવી ઉન્નત વિચારધારા જો અપનાવી લીધી તો પછી ક્રોધ ક્યાંથી આવે ?

પત્ની કર્કશસ્વભાવવાળી મળવાથી પરિસ્થિતિ દુઃખદ થઈ હોય કે અન્ય કોઈ પણ કારણે, પણ તમારે તમારી સમતા જાળવી રાખવાની છે. વાસ્તવમાં મન એટલું વિચિત્ર છે ને કે ગમે તે પરિસ્થિતિમાં એ દુઃખી જ રહેવાનું. સમજાવવું મનને જ પડશે.

બે જણા પાગલની જેમ વર્તાવ કરતા દોડતા હતા એટલે એક વ્યક્તિએ સહજ જ એમને પૂછ્યું - અરે ભાઈ ! તમે તો સજ્જન છો, તો પછી આવો પાગલ જેવો વર્તાવ કેમ કરો છો ? પહેલા પાગલે જવાબ આપ્યો - 'જેની સાથે લગ્ન કરવાની તીવ્ર તમન્ના હતી તે મને

દગો આપી બીજાને પરણી ગઈ.' પેલા ભાઈએ બીજા પાગલને પૂછ્યું - 'તમે શા કારણે પાગલ થઈ ગયા ?' 'અરે ! શું વાત કરું તમને, આ ભાઈ (પહેલા પાગલને ઉદ્દેશીને) જેને પરણવા માંગતા હતા તેને પરણીને હું પાગલ થઈ ગયો છું' - બીજા પાગલે જવાબ વાળ્યો.

બસ ! આ જ હાલત છે. એક વ્યક્તિ જે વસ્તુ ન મળવાથી દુઃખી થાય છે તે જ વસ્તુ મેળવીને બીજો પણ દુઃખી થાય છે.

વાસુદેવની સેવામાં - ૮૦૦૦ દેવો હોય.

ચક્રવર્તીની સેવામાં - ૧૬૦૦૦ દેવો હોય.

તીર્થંકરની સેવામાં - ૧ કરોડ દેવો હોય છતાં તે તમામને જે પણ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ થયું તેને હલાવવી જ પડી છે. તો પછી શા માટે આપણે સમતા ન જાળવવી ?

બસ ! આ હલવો પોલિસીના સંદેશાને મગજ ઉપર કોતરી દો.

જીંદગીમાં ઉભી થતી કોઈ પણ પરિસ્થિતિ તમારા કર્મને આધારે જ ઉત્પન્ન થાય છે. તે તમામ પરિસ્થિતિને હલવો. 'મને બધું હાલશે, ચાલશે અને ફાવશે' - આ સૂત્રને જીવનમાં અપનાવી લો.

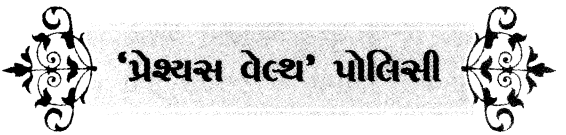
હવે જ્યારે પણ વિપરીત પરિસ્થિતિને કારણે મગજમાં ગુસ્સો આવતો હોય ત્યારે શાસ્ત્રકાર પરમાત્માઓ આપણને ઉપદેશ આપી રહ્યા હોય તેમ 'હલવો' શબ્દ મનમાં પડઘાય તો ગુસ્સો શમી જ જશે. જો જો પાછો દૂધીનો હલવો ના સમજી બેસતા. બાકી પછી મોઢામાં પાણી આવી જશે. જો કે દૂધીના હલવાનો વિચાર કરતાંય ગુસ્સો શમી જતો હોય તો ફાયદાનો ધંધો જ છે ને !!!

✺

ક્રોધમાં કહેવાયેલા વાક્યનું નિશ્ચિત પરિણામ :
પારાવાર પશ્ચાત્તાપ, સમજુ ક્રોધીને !

- માર્ક ટ્વેન.

૯



કપડા અત્યંત ગમતા હોય, પાછા તે મોંઘા હોય, સફેદ હોય અને એ કપડા પહેર્યા પછી પોતાનું વ્યક્તિત્વ નિખરી ઉઠતું હોય - આવા કપડા પહેર્યા પછી એ વ્યક્તિનું સતત ધ્યાન માત્રને માત્ર પોતાના કપડા ઉપર જ હોય. ઊઠતા-બેસતા-ચાલતા-સૂતા 'કપડાને ડાઘ ન લાગી જાય' - તેની જ સાચવણી કરતો હોય, સાવચેતી રાખતો હોય. કારણ કે કપડા મોંઘા છે, પોતાના છે અને પોતાને ગમતા છે. માટે જ કપડા બગડી ન જાય તેની ચિંતા માનવને સતાવે છે.

ઘણા વર્ષો સુધી પૈસાને ભેગા કરી-કરીને માણસે પોતાની માનસસૃષ્ટિમાં રમતા હાઈ-ફાઈ બંગલાને મૂર્ત્ત સ્વરૂપ આપ્યું. સારામાં સારો કલર કરાવી તેને અદ્‌ભુત સુંદરતા બક્ષી. હવે એ મકાન એને જીવની જેમ પ્યારું લાગે. એને સાચવે પણ એ જ રીતે. કોઈ એને બગાડી ન જાય - એ જ એનું લક્ષ્ય. સમજો કે આવું મકાન તમારું છે. તમારા ઘરે મહેમાન આવ્યા. મહેમાનનો છોકરો માથામાં ભારોભાર તેલ નાંખી દિવાલને માથું અઢેલીને બેસવા જાય, તમારી નજરમાં આ ચિત્ર આવે પછી મગજ કાબૂમાં રહે કે આવેશમાં આવી જાય ? આવેશ આવે છે તેનું કારણ એ જ કે મકાન વધુ ગમે છે, તે અત્યંત સાચવવા જેવું લાગે છે. માટે જ એને બગડતું રોકવા બધું જ કરી છૂટવા માણસ તૈયાર થઈ જાય છે.

આ જ રીતે માણસને પોતાનું શરીર બગડે એ પણ ગમતું નથી. શરીરને પણ એ બધી રીતે જાળવવાનો પ્રયાસ કરશે. કારણ કે શરીર ઉપર પ્રેમ છે, તે અત્યંત કિંમતી લાગે છે.

દુઃખ એટલું જ છે કે કપડા, મકાન અને શરીર જેટલા ગમે છે તેટલો હજુ આત્મા ગમતો નથી. યાદ રાખો - આત્મા એ તો તમારું પ્રેશ્યસ વેલ્થ છે. મતલબ કે સરસ મજાનો ખજાનો છે. અત્યંત ભારે કિંમતી ખજાનો છે. ક્રોધ કરવા દ્વારા તમે એ ખજાનાને લૂંટાવો છો, બગાડો છો, હાનિ પહોંચાડો છો. અનેક સદ્‌ગુણરત્નોથી ભરેલો એ આત્મા રૂપી ખજાનો ક્રોધના પાપે ખૂબ જ હાનિ પામે છે.

જો કપડા, મકાન અને શરીર એ બગડી જાય તે ન ચાલે તો ક્રોધ કરવા દ્વારા આત્મા બગડી જાય એ શું ચાલે ? પણ હજુ આત્મા ઉપર જોઈએ તેવો પ્રેમ પ્રગટ્યો નથી. આત્મા સાચવવા જેવો લાગ્યો નથી. માટે જ તેના પ્રત્યે બેદરકારી છે. આત્મા કિંમતી ખજાનો છે. એને જીવની જેમ સાચવવો જોઈએ. "એક પણ સદ્‌ગુણરત્ન મારે ગુમાવવું નથી. ક્રોધ તો મારા આખે આખા ખજાનાને નષ્ટ કરનાર છે. તો શું એને મારે આમંત્રણ આપીને બોલાવાય ? આવી વ્યક્તિને શું મારે આશરો અપાય ?

જો મારા નવા કપડાને કાદવથી રગદોળી નાંખનાર તોફાની બાળકની બાજુમાં જવાનું હું ટાળું જ છું,

જો મારા ઘરને અસ્તવ્યસ્ત કરી નાંખનાર, બગાડી નાંખનાર વ્યક્તિને હું જાકારો જ આપું છું,

જો મારા શરીરને નુકસાન કરનાર તત્ત્વને દૂરથી સલામ કરવામાં જ મારું શ્રેય સમજું છું,

તો કિંમતી ખજાના જેવા મારા આત્માને ખરડી નાંખનાર, બગાડી નાંખનાર, તેને નુકસાન પહોંચાડનાર ક્રોધના સાન્નિધ્યમાં રહેવાનું હું શા માટે પસંદ કરું છું ?

શા માટે હું ક્રોધને જ આવકારું છું ? શા માટે ક્રોધને

જાળવવામાં, તેને કરવામાં જ હું મારું શ્રેય સમજું છું ?'' આવી વિચારધારા અપનાવવા દ્વારા આત્મા ઉપર પ્રેમ પ્રગટાવો.

દલીલ :- આત્મા ઉપર પ્રેમ નથી ? - એવું કેવી રીતે સાબિત થાય ?

નિરાકરણ :- જે દાંત પડી ગયો હોય, તે દાંતની ખાલી જગ્યામાં દિવસ દરમ્યાન જીભ કેટલી વાર જાય ? મોઢામાં ચાંદા પડ્યા હોય ત્યાં જીભ અને જીવ કેટલી વાર જાય ? માથું દુઃખતું હોય ત્યારે જીવ ક્યાં હોય ? શરીરની બિસ્માર અને બિમાર હાલતમાં શરીર વારે વારે યાદ આવે છે, શરીરની કાળજી લેવાય છે. કારણ કે શરીર ઉપર અઢળક પ્રેમ છે.

ક્રોધના ચાંદા જેના ઉપર ઊઠી આવ્યા છે, કષાયોની આગમાં સળગવાને કારણે ભયંકર દાહજ્વર જેનામાં પેદા થઈ ચૂક્યો છે, અરે ! કર્મના કેંસર જેવા ભયાનક રોગો જેમાં ડેરા-તંબૂ તાણી ઘર કરી ગયા છે, આવી ભયાનક હાલતમાં રહેલો આત્મા કેટલો યાદ આવે ?

અરે ! શરીર સાજું હોય છતાં શરીરને અનેક વાર યાદ કરો છો. પણ બિમાર હાલતવાળો આત્મા કેટલો અને કેટલી વાર યાદ આવે ? શરીર ગમે છે. માટે શરીરનું સતત ધ્યાન રાખો છો. શરીરને ઉનાળામાં ત્રણ વાર નવડાવવાનું પણ યાદ આવે છે, કિંતુ ક્રોધથી જખમી થયેલા આત્માની કાળજી લેવાનું કેટલું યાદ આવે ? ફરીથી આત્મા ઉપર ક્રોધનો જખમ ન થાય - તે જાળવવાની તસ્દી, તેની તકેદારી પણ કેટલી ? એટલું તો સ્વીકારો જ છો ને કે ક્રોધ વગેરે દ્વારા આત્મા ઉપર કારી ઘા પડે છે ? તો પછી શા માટે આત્મા પ્રત્યે સદંતર ઉપેક્ષા સેવવામાં આવે છે ? જે ભાવ અને લાગણી શરીર પ્રત્યે છે તેના દસમા ભાગના ભાવ અને લાગણી પણ આત્મા પ્રત્યે ખરા ?

શાસ્ત્રકાર પરમર્ષિ ભગવંતો ફરમાવી રહ્યા છે કે આ શરીર વગેરે તો રાખના પડીકા છે. આત્મા જ ડાયમંડ પેકેટ જેવો છે. માટે, આત્માને સાચવશો તો કંઈક માલ હાથમાં આવશે. શરીર વગેરેને સાચવવામાં તો માત્રને માત્ર રાખ જ મળવાની છે. હવે એટલું તો નક્કી જ ને

કે આત્મા ઉપર ક્રોધનો જખમ નહીં જ પડે. દુઃખ તો વધુ ત્યારે થાય કે જ્યારે શરીરને-કપડાને-વસ્ત્રને સાચવવા માટે તમે ગુસ્સો કરી બેસો. કારણ કે આનો સીધો અર્થ એ જ થાય કે રાખના પડીકાને સાચવવા માટે તમે ડાયમંડ પેકેટ ફગાવી દીધું. અત્યંત કિંમતી ખજાના જેવા આત્માને ઉપેક્ષિત કરી શરીરાદિને વધુ મહત્ત્વ આપ્યું.

૨૪ તીર્થંકરોએ પણ આપણને આ ઉપદેશ આપ્યો છે કે શરીરને સાચવવાના બદલે આત્માને સાચવી લો. અરે ! માત્ર ઉપદેશ જ નથી આપ્યો, જીવનમાં ઉતારીને પણ આપણને દેખાડ્યું છે. કમઠ નાસિકા સુધી પાણી આવી જાય તેવી વૃષ્ટિ કરે છતાં કમઠ પ્રત્યે લેશ પણ દુર્ભાવ કરવા પાર્શ્વનાથ પરમાત્મા તૈયાર નથી. કારણ કે શરીરને નુકસાન પહોંચે તેની પરમાત્માને પરવાહ નથી, એમને તો પોતાના આત્માને સાચવી લેવો છે. 'બહાર જે વીતવું હોય તે વીતે, મારે અંદર આત્મામાં કષાયનો ડાઘ પડવા દેવો નથી' - આવા દૃઢ સંકલ્પધારી પરમાત્મા હતા. અને આ જ વાત પરમાત્માએ સાકાર કરી બતાવી છે. એક પણ કષાયનો ડાઘો પરમાત્માએ લાગવા ન દીધો. આખરે મહેમાનગતિ બંધ થતા કષાયોને રવાના થવું જ પડ્યું.

તમને તો પરમાત્માને આવ્યા તેવા કોઈ ઉપસર્ગો કે તકલીફો આવી નથી તથા આવે તેવી શક્યતા પણ લગભગ નથી. છતાં નાની-નાની મુશ્કેલીમાં પણ આત્માને જખમ પહોંચાડે રાખો તો કષાયોથી છૂટકારો મળે કેમ ? પૂજા કરવા દેરાસર જતી વખતે અચાનક રસ્તે સળગતી સિગારેટ ઉપર પગ આવી જાય, ત્યારે સિગારેટ ફેંકી જનાર ઉપર અણગમો ઉપજે કે નહીં ? તમને માન આપવા માટે મકાનનો ચોકીદાર ઊભો નથી થતો, પણ તમારા પછી જ આવનાર તમારા વિરોધીને માન આપવા માટે ઊભો થઈ જાય છે - ત્યારે ગુસ્સો આવે કે નહીં ? આવા ક્ષુલ્લક પ્રસંગોમાં શા માટે મનને દુષિત કરવું ? શા માટે અત્યંત કિંમતી ખજાના પ્રત્યે બેદરકાર રહેવું કે તેને લૂંટાવા દેવો ? મહત્ત્વ મનમાં કોનું છે ? કિંમતી ખજાના જેવા આત્માનું કે રાખના પડીકા જેવા શરીરનું ? મૂળ વાત એ છે કે આત્મા કિંમતી ખજાના જેવો

લાગવો જોઈએ. જો કિંમતી ખજાના જેવો આત્મા લાગે તો ગુસ્સો આવવાનો પ્રશ્ન જ ન રહે. આ પોલિસી એ જ કહે છે કે આત્મા ઉપર તમારો ભાવ-સદ્‌ભાવ વધારો. આત્માને કિંમતી ખજાના તરીકે જુવો અને ઓળખો. અત્યંત કિંમતી ચીજ જ આપણને ભૂલાઈ રહી છે.

જ્યારે પણ નવરા બેઠા હો ત્યારે માનસિક સૃષ્ટિ ખડી કરો કે જાણે પાંચે પરમેષ્ઠી ભગવંતો આપણને આપણું ભૂલાઈ ગયેલું સ્વરૂપ યાદ કરાવે છે. તેઓ જાણે કહી રહ્યા છે કે "આત્મન્ ! તું અમારા જેવો જ છે. તારા અને મારા વચ્ચે કોઈ જ તફાવત નથી. છતાં તું દુઃખી છે અને હું પરમ સુખી છું. તેની પાછળ કારણ એટલું જ છે કે શરીર અને શરીર સાથે સંબંધ ધરાવનારી વ્યક્તિ પ્રત્યે તું મમતા બાંધી રાખે છે. અમે શરીર અને શરીર સાથે સંબંધ ધરાવતી તમામ વ્યક્તિઓ પ્રત્યેની મમતા છોડી આત્મા અને માત્ર આત્મા સાથે સંબંધ ધરાવનાર તમામ સદ્‌ગુણો સાથે નાતો જોડ્યો. માટે અમે શરીરમુક્ત બની પરમ સુખી બન્યા. તું પણ મમતા છોડી દે. પછી તું પણ પરમસુખી થઈ જઈશ. શા માટે તારા મૂળ સ્વરૂપને તું ભૂલી જાય છે ? નિગોદમાં પણ જે જલતો અને જીવતો હતો તથા નિર્વાણમાં પણ જે જાજ્વલ્યમાન રહેવાનો છે એવો ચૈતન્યનો તું અખંડપિંડ છે, વિજ્ઞાનઘન છે, આનંદથી ઠસોઠસ ભરેલો છે."

પંચપરમેષ્ઠીના મુખકમલમાંથી ઝરતા આ શબ્દોને જેટલા વધુમાં વધુ ઘૂંટીએ તેટલી આત્મસ્વરૂપની વિસ્મૃતિ હટી જાય. સ્મરણનો દીપક ઝળહળતો થાય. આત્મા અત્યંત મૂલ્યવાન જણાય. પછી એને લૂંટાતો જોઈ ન શકાય, એનો બગાડ જોઈ ન શકાય. અને ક્રોધ પણ થઈ ન શકે. આત્મા મુખ્યતયા કષાય કરે છે - પોતાના શરીર, કપડા, મકાન, ધન, પ્રતિષ્ઠા વગેરેને માટે. પણ જ્યારે ખબર પડે કે આ તો પાંચ પૈસા માટે ૫૦૦ કરોડ રૂપિયાને ખર્ચી નાંખવા જેવી બાબત છે તો પછી તે માણસ ક્રોધ કરી શકે ખરો ? કારણ કે શરીર, કપડાં વગેરેની કિંમત તો ૫ પૈસા જેટલી છે. તેની સામે આત્માનો ક્ષમા સદ્‌ગુણ ૫૦૦ કરોડથી પણ અધિક કિંમતી છે. તો ૫૦૦ કરોડથી પણ વધુ કિંમતી ક્ષમાને

ગુમાવાય કે ૫ પૈસાની કિંમતવાળા શરીર વગેરેને ગુમાવાય ? હું કોણ અને મારું કોણ ? - આની સ્પષ્ટ સમજણ જો મળી જાય તો માણસ આત્માને ક્યારેય પણ કષાયોની આગમાં હોમે નહીં. હું એટલે શરીર નહીં. હું એટલે તો આનંદથી ભરેલો ચૈતન્યનો અખંડ પિંડ. આ શરીરના સંબંધીઓ એ મારા નથી. પરંતુ આત્માના સદ્‌ગુણો એ મારા છે. બસ ! તો મારે મારી જાતને અને જે મારા છે તેને સાચવવા છે, પારકાને નહીં.

એક શેઠનો આલીશાન બંગલો. થોડા દિવસોમાં આ બંગલાને વેચી વધુ આલીશાન બંગલામાં રહેવા જવાનું હતું. પુત્ર દ્વારા આ મકાન વેચવાની વાતચીત ચાલી રહી હતી. એક પાર્ટી તૈયાર પણ હતી. ઈચ્છા મુજબનું વળતર શેઠને મળી રહ્યું હતું. એટલે શેઠ પણ રાજી હતા. પણ અચાનક એક દિવસ કોણ જાણે ક્યાંકથી આગ પ્રગટી અને જોતજોતામાં આખા બંગલાને ઘેરી વળી. શેઠ હાંફળા-ફાંફળા ઘરની બહાર માંડ-માંડ નીકળ્યા. શેઠનો આખો પરિવાર પણ હેમખેમ ઘરની બહાર નીકળી આવ્યો હતો. કોઈના પણ મગજ ઠેકાણે ન હતા, કોઈને કશી સૂઝ-બૂઝ રહી ન હતી. અને આગ તો ભારે વેગે આટલા વખતમાં ફેલાઈ ગઈ હતી. ખૂબ જ વ્યાપક સ્વરૂપ આગે પકડી લીધું હતું. હવે આગને કાબૂમાં લેવી ખૂબ જ કઠિન હતી.

પરિસ્થિતિનું ભાન થતા જ શેઠ બૂમાબૂમ કરવા લાગ્યા અને પોતે પાણી-ધૂળ-ઢેફા જે મળ્યું તે લઈ આગ બૂઝાવવા લાગી પડ્યા. શેઠને જોઈ ઘરના બીજા સભ્યો પણ 'જી-જાન' લગાવી મચી પડ્યા. શેઠનું ગળું અને હાથ બન્ને એક સાથે ચાલતા હતા. શેઠની બૂમાબૂમ સાંભળી દૂર-દૂરના ઘણાં લોકો એકસાથે ભેગા થઈ ગયા. અને બધા પાણી વગેરે લઈ આગ બૂઝાવવા પ્રયત્ન કરવા લાગ્યા. ૧૦ માણસ ન કરી શકે એટલી દોડધામ આટલી મોટી ઉંમરે શેઠ કરી રહ્યા હતા. સહુ તાજ્જુબીથી શેઠને જોઈ રહ્યા. આ ઉંમરે દસ જુવાનીયાને પણ શરમાવે તેવી સ્ફૂર્તિથી શેઠ કામ કરી રહ્યા હતા. બંબાવાળા પણ આવી ગયા. થોડી ઘણી આગ કાબૂમાં આવી હતી. પણ, હજુ ઘણો સમય

કામ કરવું પડે તેમ હતું. આગ જેટલી વહેલી બંધ થાય તેમ વધુ નુકસાની અટકી જાય. તેથી શેઠ દિલોજાનથી મચી પડ્યા હતા. શેઠની આંખ સામે તો રૂપિયાઓની થપ્પીઓ જાણે પોતાના હાથમાંથી કોઈ આંચકી રહ્યું હોય તેવું દૃશ્ય તરવરતું હતું. એટલે ઝનૂનથી શેઠ કામ કરી રહ્યા હતા.

અચાનક એક માણસ શેઠની પાસે આવી દોડધામ કરતા શેઠને અટકાવી શેઠને જણાવે છે -

'કેમ શેઠ ! આટલી બધી દોડધામ કરો છો ?'

'તો શું હાથ જોડીને બેસી રહું ? મારું સર્વસ્વ બળી જવા દઉં ?' - શેઠનો પારો આસમાનને આંબતો હતો.

'અરે, પણ આમાં આપનું શું બગડે છે ?' પેલો હજુ આગળ વધે તે પહેલા જ શેઠે વચ્ચે સંભળાવ્યું.

'તો શું આ સામે બળે છે તે મારું ઘર નથી ?'

'ના !'

'મગજ ઠેકાણે છે ?'

'અરે હા ! આપના દીકરાએ બે દિવસ પહેલા જ સોદો કરી આ મકાન વેચી દીધું છે !'

'સાચે ?'

'હા, હા, ચોક્કસ !'

શેઠને એની વાત ઉપર અવિશ્વાસ કરવા જેવું ન લાગ્યું. બસ ! પછી તો આટલી દોડધામનો, ઉંમરનો બધાનો ભેગો થાક મોઢા ઉપર તરવરવા લાગ્યો. હવે શેઠ એક બાજુ પ્રેક્ષકવર્ગની સાથે હાથ ઉપર હાથ ચડાવી તમાશો જોવા લાગ્યા. કારણ કે આ મકાન 'મારું છે' એવી બુદ્ધિ હવે રહી નથી, જ્યાં સુધી 'આ મારું છે' તેવી બુદ્ધિ હતી ત્યાં સુધી રઘવાટ, કચવાટ અને ઉકળાટ હતો. પણ જેવો નિશ્ચય થયો કે 'આ મકાન મારું નથી' - ત્યારે અંદર હાશકારો અનુભવાયો.

એક વાર આ શેઠની જગ્યાએ તમારી જાતને પણ મૂકી જુવો.

હાશકારો થાય કે ન થાય ? એનો મતલબ શો કે મકાન બળે છે તેનાથી દુઃખ તમને નથી, પણ 'મારું મકાન બળે છે' તેનાથી તમને દુઃખ છે, બરાબર ને ! શેઠ પણ આ જ સ્વાર્થવૃત્તિમાં ઝીલતા હતા.

તમાશો જોતા શેઠ ઉભા હતા ત્યાં જ દીકરો રઘવાયો રઘવાયો આવ્યો –

'પપ્પા ! આમ શું તમાશો જોયે રાખો છો ? જલદી આગ બુઝાવો ને ! કરોડો રૂપિયાનું નુકસાન થાય છે ?'

'અલ્યા ! જોતો નથી કેવો થાક લાગ્યો છે ?'

'પણ પપ્પા ! આ શું થાક ખાવાનો સમય છે ?'

'પણ, તારા પેટમાં શું દુઃખે છે ?'

'કેમ ન દુઃખે ? આ મકાન બળી જતા કરોડો રૂપિયાનું નુકસાન થશે.'

'કેમ ? બંગલો તો વેચી નાંખ્યો છે ને ?'

'ના, કાલે જ બાનાખત કેંસલ થયું છે.'

હવે શેઠની હાલત શું થાય ?

આ આખો ટુચકો એટલું જ જણાવે છે કે **માણસ પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિથી દુઃખી નથી. પણ, મારાપણાંની, મમત્વની બુદ્ધિ માણસને દુઃખી કરે છે.** મકાન બળે છે – આ પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિ છે. એ દુઃખી નથી કરતી. પણ 'આ મારું મકાન બળે છે' – આવી મમત્વની બુદ્ધિથી જ માણસ દુઃખી થાય છે. પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિ બદલવી એ તમારા હાથની વાત નથી. પણ, મમત્વની બુદ્ધિ દૂર કરવી એ તો તમારા હાથની વાત છે. જો તે મમત્વની બુદ્ધિ જ તમે દૂર કરી દીધી તો પછી તમને દુઃખી કરવાની તાકાત કોઈની નથી અને સુખી થતા અટકાવવાની પણ તાકાત કોઈની નથી.

કર્મસત્તા પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરી શકે છે. પણ, માન્યતાની બાબતમાં દખલગીરી તે કરતી નથી. મતલબ કે તમારી કહેવાતી વસ્તુને બાળવા વગેરેનું તે કરી શકે છે. પણ, તમે જાગ્રત હો તો

તમારામાં મમત્વબુદ્ધિ પેદા કરવાનું તેના માટે શક્ય નથી. તેથી કહેવાની તમારી સામગ્રીમાં મમત્વ બુદ્ધિ કરવી કે નહીં ? - તે તમારા હાથની વાત છે. જો મમત્વબુદ્ધિ રાખશો તો દુઃખી થયા વિના રહેવાના નથી. જો મમત્વબુદ્ધિ છોડી તો દુનિયાની કોઈ પણ પરિસ્થિતિ તમને દુઃખી કરી શકે તેમ નથી. જો બંગલામાં તમને 'આ મારું છે' - આવા પ્રકારની મારાપણાની બુદ્ધિ ન હોય તો લેશ પણ કષાય આવી શકે તેવી શક્યતા નથી.

એટલે જ જ્યારે સકલ સંસારને એક ઝાટકે છોડી નમિરાજર્ષિ પ્રવ્રજ્યાના પંથે વળ્યા ત્યારે જે નગરીના પોતે રાજા હતા તે મિથિલા નગરીને સળગતી દેખાડી ઈન્દ્ર મહારાજા વિનંતિ કરે છે - 'ઓ નમિરાજન્ ! જુવો, તમે જ પાળેલી, પોષેલી આ નગરી ભડકે બળે છે. તમારે દીક્ષા લેવી હોય તો જરૂર લો, પણ પહેલા તમારી આ નગરીને તો બુઝાવી દો, સળગતી અટકાવી દો.'

આ સમયે લેશ પણ આવેશ નમિરાજર્ષિના મનમાં પેદા નથી થતો. કારણ કે નગરીમાં મારાપણાની બુદ્ધિ મિટાવી દીધી છે. તેના પ્રતીકરૂપે જે શબ્દો તેમના મુખમાંથી ઝર્યા તે મમતાને મારવા માટે વિષનું કામ કરી શકે તેવા છે. **ઉત્તરાધ્યયન સૂત્ર**ના નમિપ્રવ્રજ્યા અધ્યયનમાં નોંધાયેલા છે આ શબ્દો - **''મિહિલાए डज्झमाणीए न मे डज्झइ किंचणं''** મતલબ કે 'મિથિલા બળે તેમાં મારું કશું બળતું નથી.' વારેવારે ઘૂંટવા જેવા આ શબ્દો છે. બહુ સ્પષ્ટ સમજણ નમિરાજર્ષિના દિલમાં હતી કે - **'જે મારું હોય તે કદી સળગે નહીં. અને જે સળગે તે કદી મારું હોય નહીં.'** બહારનું કોઈ પણ પરિબળ તમને માત્ર બહારનું જ નુકસાન કરી શકે છે. તમારી આંતરિક મૂડીને વેડફવાનું, બગાડવાનું કામ તમે પોતે જ કરો છો. સાચવવા જેવું આ જગતમાં કોઈ પણ હોય તો તે કિંમતી ખજાના જેવો એકમાત્ર આત્મા છે. તે સિવાયના શરીર વગેરે કશું જ સાચવવા જેવું નથી. તો પછી શા માટે ક્રોધ કરીને આ કિંમતી ખજાનાને લૂંટાવી દો છો ? સંપત્તિ એ તમારો વૈભવ નથી. પણ સદ્ગુણ એ જ તમારો વૈભવ છે. જેટલો ક્ષમા વગેરે સદ્ગુણોનો

વૈભવ જાળવ્યો હશે તેટલા તમે વર્તમાનમાં અને ભવિષ્યમાં સુખી હશો. સંપત્તિ ન તો વર્તમાનમાં સુખી કરી શકે છે કે ન તો ભવિષ્યમાં સુખી કરી શકશે. આ સંપત્તિના પ્રભાવે (!) તો તમારું ખૂન પણ થઈ શકે છે. તમે માનેલા બધાં સુખના સાધનો દુઃખના સાધન બની શકે છે.

પ્રદેશી રાજાએ સુખના સાધન તરીકે માનેલી સૂર્યકાંતા રાણી જ તેમના મૃત્યુનું કારણ બની. સુખના સાધન તરીકે માનેલા ભાઈએ જ નીતિને નેવે મૂકી ભાઈ ઉપર, બાહુબલી ઉપર ચક્ર ફેંક્યું, તે પણ મારી નાંખવા. જેને જેને તમે સંસારમાં સુખના સાધન તરીકે માન્યા છે, તેમાંથી જ દુઃખનો દાવાનળ પેદા થાય તેવી પૂરેપૂરી શક્યતા છે. પણ, જો એકવાર આત્માને પોતાનો માની લીધો, કિંમતી ખજાના જેવા આત્માને જ જોવામાં, સાચવવામાં લક્ષ્ય કેળવ્યું તો પછી તેમાંથી દુઃખ મળે તેવી કોઈ શક્યતા નથી.

પોતે જેને વફાદારીથી ઉપાસી રહી છે તે શ્રેણિક મહારાજા પોતાના શીલ ઉપર શંકા ઉઠાવી સળગાવી નાંખવાનો હુકમ આપે છે. રાણી ચેલણાએ જેને સુખનું કારણ માન્યો તે શ્રેણિક જ દુઃખદાયી બન્યો. માટે પ્રેશ્યસ વેલ્થ જેવા આત્માને જ જાળવો. તેની જ સાચવણી જરૂરી છે. શરીર-કપડા વગેરેની સાચવણીમાં જેટલો રસ છે, તેનાથી વધુ રસ આત્માની સાચવણીમાં હોવો જરૂરી છે.

શંકા :- शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम् - આ વાક્ય તો શરીરની સાચવણી અનિવાર્ય હોવાનું જણાવે છે.

સમાધાન :- શરીરની રક્ષા કરનાર, ટાઢ-તાપથી બચાવનાર કપડા સાચવવાના જરૂરી છે. પણ તમારા મનપસંદ કપડા પહેરીને તમે નીકળ્યા હો, ક્યાંકથી અગ્નિ વગેરેનો સંપર્ક થવાથી કપડાએ આગ પકડી લીધી. કપડા સળગવા લાગ્યા. હવે કપડા પહેરી રાખો કે કાઢી નાંખો ? કાઢી જ નાંખો ને ! તો શું કપડા ઉપર તમને પ્રેમ નથી ? પ્રેમ તો છે જ. પણ, તમે સમજો છો કે શરીરને બગાડીને કપડાંનો પ્રેમ શા કામનો ? માટે શરીરને બગાડીને, તેને નુકસાન પહોંચાડીને કપડા ન

સચવાય. શાસ્ત્રકાર પરમર્ષિ ભગવંતો આપણને આ જ ઉપદેશ આપી રહ્યા છે કે - ધર્મસાધન એવા શરીરને સાચવો પણ, આત્માને બગાડીને નહીં. આત્માને બગાડીને શરીર સાચવનાર મૂર્ખ છે. તથા શરીરની સાચવણી શાંતિથી પણ થઈ શકે છે. 'ક્રોધથી જ શરીરની સાચવણી થઈ શકે' - તેવું તો નથી જ ને ! તો પછી શા માટે અત્યંત કિંમતી ખજાના જેવા આત્માને નુકસાન પહોંચાડવું ? શરીર અને આત્મામાંથી જો કોઈ એક જ સચવાઈ શકે તેમ હોય તો આત્માને જ સાચવવો રહ્યો. કારણ કે આત્મા જ કિંમતી છે, તમારો પોતાનો છે. કપડા જો તમને પ્રિય હોય, શરીર જો તમને પ્રિયતર હોય તો આત્માને પ્રિયતમની ભૂમિકાએ રાખો. તો જ આત્મા સચવાય અને શરીરની ઉપેક્ષા શક્ય બને.

'ગમે તેવી પરિસ્થિતિમાં પણ આત્માને દૂષિત થવા દેવો નથી, મારે આત્માને કલુષિત થવા દેવો નથી. સંક્લેશની ભઠ્ઠીમાં સેકાવા અને સળગવા દેવો નથી' - આવી જાગૃતિ સતત રાખવા જેવી છે.

છેલ્લે આ પોલિસીનો સંદેશો મગજમાં નોંધી લો કે 'આત્મા એ જ કિંમતી ખજાનો છે. સૌથી વધુ સાચવણી આત્માની અને તેના ક્ષમાદિ સદ્ગુણોની જરૂરી છે. ક્રોધ કરવા દ્વારા તેને લૂંટાવી દેવી તે નરી મૂર્ખામી છે. આ મૂર્ખામી ભારે નુકસાનકારી છે.'

આ સંદેશાને વારે વારે ઘૂંટો. જ્યારે પણ ગુસ્સો આવે ત્યારે નજર સમક્ષ લાવો. ગુસ્સો ઉતરીને જ રહેશે !

✷

ક્રોધી પોતાના હિતસ્વી ઉપર
પણ પ્રહાર કરી બેસે છે.

- **શેક્સપિયર.**

'પોસ્ટમેન' પોલિસી

ગઈ પોલિસીમાં જોયું કે 'આત્મા કિંમતી ખજાનો છે' - આવું ભાન સતત જરૂરી છે. તેના માટે સતત આત્માને નજર સમક્ષ રાખવો જરૂરી છે. તેના માટે પરિસ્થિતિ દુઃખદાયી ન લાગે પણ, કર્મ દુઃખદાયી લાગે, દુઃખરૂપ લાગે તે જરૂરી છે. તે માટે મસ્ત વિચારધારા આ પોલિસી આપે છે.

પરિવારજનના મૃત્યુના સમાચાર આપનાર પોસ્ટમેન ઉપર માણસ ગુસ્સે નથી થતો, અશુભ સમાચાર લઈને આવનાર પોસ્ટમેન માણસને દોષિત નથી લાગતો. કારણ કે તે જાણે છે, ટપાલી આપત્તિના સંદેશાને માત્ર લાવે છે, તે નવી આપત્તિ ઊભી નથી કરતો. મતલબ કે તે ફક્ત મેસેન્જર છે. ક્રિએટર નહીં. સંદેશો લાવનારનો કોઈ વાંક હોતો નથી. માટે, એના પ્રત્યે ગુસ્સો કરવાનો કોઈ મતલબ નથી.

આવી જ સ્પષ્ટ સમજણ કોઈ અપમાન કરે, કોઈ હેરાન કરે, કોઈ ઉઘરાણી દબાવી દે આવા સમયે અપનાવવી જોઈએ. બે ચાર શબ્દ સંભળાવનાર વ્યક્તિ એ તો સંદેશો આપનાર છે કે - 'મિત્ર ! સાવધાન થઈ જા ! તેં પૂર્વભવમાં કરેલા બીજાના અપમાન વગેરેને કારણે જે કર્મ બાંધ્યું છે, તે હવે ઉદયમાં આવી ગયું છે. મારા દ્વારા તેની વસૂલી

કર્મસત્તા કરી રહી છે. માટે સાવધાન થઈ સમતા પૂર્વક તેને સહન કરી લે, બચી જઈશ. બાકી ફસાઈ જઈશ.' બસ ! સામેવાળી વ્યક્તિનો જો આટલો મીઠો સંદેશો સાંભળતા શીખી જઈએ તો પછી સામેવાળી વ્યક્તિના ગમે તેવા કડવા શબ્દો ઉશ્કેરાટ પેદા ન કરી શકે, ગુસ્સો થઈ ન શકે.

હકીકત પણ એ જ છે કે - પૂર્વે કરેલા કર્મ જ ઉદયમાં આવવાથી જીવને સુખની કે દુઃખની અનુભૂતિ થાય છે. જો તમે જ બાંધેલા અશુભ કર્મ ઉદયમાં આવી રહ્યા હોય તો પછી અપમાન વગેરે દુઃખો સહન કરવા જ રહ્યા. સામેવાળી વ્યક્તિ તો માત્ર તેની 'ડિલીવરી' તમારા સુધી કરે છે. મતલબ કે તે તો માત્ર 'મેસેન્જર' છે. 'ક્રિએટર' નહીં.

જો તમારા કર્મ સીધા હશે તો સામેવાળો ગમે તેટલો દુર્જન હશે તો પણ તે તમારો વાળ વાંકો કરી શકે તેમ નથી. તથા જો તમારા કર્મ જ વાંકા હશે તો સામેવાળો ગમે તેટલો સજ્જન હશે, પણ તેને તમારી સાથે વાંકા ચાલવાનું મન થયા વિના રહેશે નહીં. મતલબ સાફ છે કે આ તમામ ઘટનાનો દોરીસંચાર કર્મસત્તાના માધ્યમે થઈ રહ્યો છે. તમને તીખા શબ્દો સંભળાવનાર તો તેનું રમકડું છે. તમારો દુશ્મન, તમને હેરાન કરનાર જો કોઈ હોય તો તે સામેવાળી વ્યક્તિ નથી. પણ, કર્મસત્તા છે.

મરચું-મસાલો નાંખી બનાવેલું તુંબડીનું શાક સ્વાદિષ્ટ ન બની શક્યું. કારણ કે મરચું-મસાલો વ્યવસ્થિત હોવા છતાં મૂળ તુંબડી જ કડવી નીકળી. ઘણાં મહેમાનો આવવાના હોવાથી ઉતાવળમાં કડવી તુંબડી જ રંધાઈ ગઈ હતી. આવું શાક તો મહેમાનોને પીરસી શકાય નહીં. કારણ કે એમાં તો પોતાની આબરુ જ ન રહે. અને તેને ફેંકી દેતા પણ જીવ ચાલતો નથી. કારણ કે ઘણો ઊંચી જાતનો મરી મસાલો નાંખ્યો હતો. અવઢવમાં હજુ એ બાઈ રમતી હતી ત્યાં તો 'ધર્મલાભ !' શબ્દ કાને પડ્યો.

તરત જ મનમાં એક વિચાર સ્ફુરી આવ્યો. 'આ મહારાજને આ શાક વહોરાવી દઉં, મારી આબરુ પણ સચવાઈ જશે અને મહારાજને આપવાનું હતું તે અપાઈ પણ જશે.' આ દુષ્ટ પ્રવૃત્તિના કારણે મારે સાતે સાત નરકમાં જાલિમ દુઃખો સહન કરવા પડશે - તેની કોઈ ગતાગમ ન હોવાથી મનમાં ઉઠેલા આ ભયંકર વિચારને અમલમાં લાવવાનું નક્કી કરી દીધું. અને મહારાજને આગ્રહ કરી કરી બધું તુંબડીનું શાક વહોરાવી દીધું. એ મહાત્માનું નામ 'ધર્મરુચિ' હતું. માસક્ષમણના પારણે કડવી તુંબડીનું શાક વહોરી તે ગુરુમહારાજ પાસે ગયા. ગુરુમહારાજને દેખાડ્યું. ગુરુમહારાજને ગંધ ઉપરથી જ ખ્યાલ આવી ગયો કે આ તો કોઈ ઝેરી શાક છે. તેઓએ ધર્મરુચિ અણગારને વાત કરી - 'મહાત્મા ! આ શાકને કોઈક નિર્દોષ ભૂમિ ઉપર પરઠવી આવો. આ શાક તો ઝેરી જણાય છે.'

ગુરુદેવની આજ્ઞા પામી ધર્મરુચિ અણગાર નિર્દોષ ભૂમિએ પરઠવવા માટે નીકળી ગયા. ગામ બહાર નીકળી જંગલમાં પહોંચવા આવ્યા. રસ્તા ઉપર ચાલતા ચાલતા પણ મહાત્માના મનમાં કોઈ રોષ કે રીસ નથી. માસમક્ષણનું પારણુ લંબાઈ રહ્યું છે, છતાં ઉપશમભાવ અખંડ છે. મહાત્માને ન તો બ્રાહ્મણી ઉપર ગુસ્સો છે કે બીજા કોઈના પણ ઉપર. તે તો માત્ર પોતાના કર્મનો જ દોષ જોઈ રહ્યા છે.

નિર્દોષ ભૂમિ ઉપર પરઠવવા માટે મહાત્માએ સૌ પહેલા એક ટીપું જ જમીન ઉપર નાંખ્યુ અને થોડી વાર થઈ ન થઈ ત્યાં તો ઊંચી જાતના મસાલાની સુગંધથી સેંકડોની સંખ્યામાં કીડીઓ ઊભરાવા લાગી. અને જેવો એક કીડીએ તે શાકનો દાણો મોઢામાં લીધો કે તરફડીને મરી ગઈ. ધર્મરુચિ અણગાર આ જોઈને હલબલી ગયા. સમજી ગયા કે જ્યાં પણ આ શાક પરઠવીશ ત્યાં કીડીઓની હિંસા થયા વિના રહેશે નહીં.

આખરે મનોમન નિશ્ચય કરી એ શાકને પોતાના પેટમાં જ પરઠવવાનું શરૂ કર્યું. માસક્ષમણનું પારણું અને તેમાં પણ આવું કડવું શાક ! ખાધા પછી મોત નિશ્ચિત છે. છતાં એ મહાત્મા મનને લેશ

પણ કડવું કર્યા વિના હસતા હસતા એ કડવા શાકને વાપરી ગયા. બ્રાહ્મણી ઉપર લેશ પણ ગુસ્સો કરવા આ મહાત્મા તૈયાર નથી. કારણ કે સમજે છે - મને દુઃખી કરનાર આ બ્રાહ્મણી નથી. પણ મારા પોતાના જ કર્મ છે.

બસ ! જો આટલી જ સમ્યક્ સમજણ અપનાવવામાં સફળ થઈ જવાય તો ગુસ્સો ગયા વિના રહે જ નહીં. જો તમને આટલી સમજણ છે કે - તલવાર મારનાર ગુનેગાર હોય, તલવાર નહીં. ગોળી મારનાર ગુનેગાર હોય, ગોળી નહીં. તો પછી તલવાર મારનાર પણ તલવારની જેમ જ બીજા કોઈનો હાથો બનેલ હોય તો ગુનેગાર કોને માનશો ? તલવાર મારનારને કે તલવાર મારવા માટે સામેવાળાને પ્રેરનાર કર્મસત્તાને ? પણ, જ્યારે ગુસ્સો-ક્રોધ આવે છે ત્યારે જાણે તે આપણા આખે આખા અસ્તિત્વ ઉપર હાવી થઈ જાય છે. પછી કશું જ હાથમાં નથી રહેતું. સગો દીકરો પણ પછી એ ગુસ્સાનો ભોગ બન્યા વિના રહેતો નથી. અને જ્યારે એ આવેશ ઉતરી જાય પછી પસ્તાવાનો પણ પાર રહેતો નથી. કિંતુ ત્યારે પસ્તાવો કરીને પણ શું ફાયદો ? ગુસ્સાને જે ખેદાન-મેદાન કરવું હતું તે તો થઈ ગયું.

માટે, પહેલેથી જ આ પોસ્ટમેન પોલિસીને અપનાવી બીજાને ગુનેગાર માનવાનો અભિગમ છોડતા જાઓ. તમારા જીવનમાં ઘટતી સારી-નરસી હરેક ઘટનાઓના કર્તા તમે પોતે જ છો, તમારા કર્મ જ છે. બીજું કોઈ નથી. માટે સજા પણ તેને જ થવી ઘટે. ક્રોધના કટુ પરિણામને દર્શાવતી કથા વાંચી છે ? - S.S.C.ની પરીક્ષામાં દીકરો નાપાસ થયો. પરિણામ લઈને દીકરો બાપની પાસે હાજર થયો. અને બાપનો ગુસ્સો આસમાને પહોંચવા લાગ્યો. બાપાને ગુસ્સો આવ્યો તેની પાછળ કારણ શું ?

- ⁂ શું દીકરો વ્યવસ્થિત ભણે માટે ગુસ્સો કરે છે ? દીકરો ગંભીરતાથી અભ્યાસ ઉપર લક્ષ્ય આપે તે માટે ગુસ્સો કરે છે ?
- ⁂ કે સમાજમાં ઘણાના ટોણાં સાંભળવા પડે, નીચા જોણું થાય - માટે ગુસ્સો કરે છે ?

વાસ્તવમાં બન્ને કારણો હાજર હોય છે. પણ, ભૂલ ત્યાં થાય છે કે પોતાના ગુસ્સાની પાછળ સંપૂર્ણ વાંક માત્ર ને માત્ર દીકરાનો જ દેખાય છે. બીજા ઘણાં પરિબળો દીકરો નાપાસ થાય તેમાં કામ કરતા હોય છે. પણ, પોતાની અપેક્ષા તૂટતાં જ, ગુસ્સો રોકવાનો કદી પણ પ્રયાસ ન કરેલો હોવાથી, તરત જ બોઈલર ફાટી નીકળે છે. પછી કશું જ વિચારવાની શક્તિ બચતી નથી.

૮ વર્ષ પૂર્વે દિલ્લીમાં બનેલી આ ઘટના છે. બાપનું મગજ પરીક્ષાનું પરિણામ જોઈ કાબૂમાં નથી રહેતું. ગુસ્સો બેહદ બન્યો છે અને દીકરાની મારપીટ ચાલુ કરી. મોઢામાંથી જેમ ફાવે તેમ બોલતા જાય અને દીકરાની ધોલાઈ-પીટાઈ કરતા જાય. રસોડામાંથી મા બહાર આવે છે. પોતાના દીકરાને બચાવવા પ્રયત્ન કરે છે.

પણ, વ્યર્થ ! બાપ આજે કશું જ સાંભળવા તૈયાર ન હતો. ઊલટું પોતાની પત્ની ઉપર પણ ગુસ્સે થઈને તેને રસોડામાં પાછી ધકેલી દીધી. વચગાળાના આ સમયમાં દીકરાને બચી જવાની તક મળી ગઈ. એટલે દીકરો તરત જ ઘરની બહાર જવા માટે નીકળ્યો. બાપની નજર પડી. આજુબાજુમાં જોયું તો એક છત્રી દેખાઈ. બાપે છત્રી લઈ કચકચાવીને તેનો ઘા દીકરા તરફ કર્યો. છત્રીનો અણીદાર સળીયો સીધો દીકરાના માથાના પાછળના ભાગમાં વાગ્યો. ઘા જીવલેણ નીવડ્યો. દીકરો ધડામ્ દઈને પડ્યો. લોહી હદ બહાર વહેવા લાગ્યું. બ્રેઈન હેમરેજ થઈ ચૂક્યું હતું. આખી દુનિયાને છોડી દીકરો પરલોકમાં રવાના થઈ ગયો. બાપ જેલની સફરે ઉપડી ગયો. કેવો કરુણ અંત !

ક્રોધની કાળઝાળ આગમાં આખો પરિવાર ખેદાન મેદાન થઈ ગયો. ક્રોધ ભલે ક્ષણજીવી હોય પણ ક્રોધના પરિણામ ચિરંજીવી હોય છે. ક્રોધ આંધળો હોય છે. કારણ કે પોતાને આશરો આપનારને તે આંધળો કરી દે છે. એટલે જ ક્રોધ જ્યારે આવે ત્યારે માણસ પરિસ્થિતિને પારખી શકતો નથી. ક્રોધમાં આવેલો માણસ જે પણ નિર્ણય કરે તેમાં તે અવશ્ય થાપ ખાય છે. માટે, ભયંકર પરિણામ

આવ્યા વિના રહેતું નથી. આથી સઘન પ્રયાસો કરીને પણ ક્રોધને કાબૂમાં લીધા વિના છૂટકો નથી.

એના માટેની જ આ મહત્ત્વપૂર્ણ પોલિસી છે. સામેવાળાને આપણે માત્ર પોસ્ટમેન તરીકે જ જોઈએ. એ અપમાન કરનાર ન દેખાય, દગો કરનાર ન લાગે, વિશ્વાસઘાતી ન લાગે તો પછી એના ઉપર ગુસ્સો કેવી રીતે થાય ? કોઈ ઉઘરાણીમાં પૈસા નથી આપતું. તેના ઉપર ગુસ્સો શા માટે ? તમારા પૈસા દબાવનાર પણ પોસ્ટમેન જ છે. એ તો કર્મસત્તાનો મેસેજ જ તમને આપે છે - 'ભાઈ ! તમારું લેણું કર્મસત્તા પાસે બોલે છે. માટે, કર્મસત્તાએ મને મોકલ્યો છે.' જો આટલી સ્વસ્થતા કેળવવામાં સફળતા મળી જાય તો સમાધિના ફુવારામાં સ્નાન કરવાનું પણ સૌભાગ્ય મળ્યા વિના રહેશે નહીં.

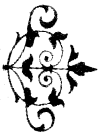
હા ! સામેવાળો જો અનુકૂળ પરિસ્થિતિનું સર્જન કરી રહ્યો હોય તો તેના પ્રત્યે કૃતજ્ઞતા અવશ્ય રાખવી. તેના ઉપર લાગણીનો ભાવ રાખવો. તેને મદદ કરવા તત્પર રહેવું. ત્યારે એમ ન વિચારવું કે આ તો માત્ર પોસ્ટમેન જ છે. પરંતુ જ્યારે કોઈ પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરે ત્યારે જ આ પોસ્ટમેન પોલિસી અખત્યાર કરવાની છે.

જ્યારે સામેવાળી વ્યક્તિ માત્ર પોસ્ટમેન જ છે, તેની પાછળ દોરી સંચાર કરનાર જો કર્મ જ છે તો તમારે કર્મ સામે જ કર્મના ભુક્કા કાઢી નાંખવા મિસાઈલ ગોઠવવી ન જોઈએ ? સામેવાળાને દોષિત ગણી તેના ઉપર ગુસ્સો શા માટે કરી બેસો છો ?

ટૂંકમાં, પોસ્ટમેન પોલિસીનો આ સંદેશો મગજમાં કોતરી દો કે "સામેવાળી વ્યક્તિ મારું અપમાન કરે, મારા પૈસા દબાવે કે મને રસ્તે રઝળતો ભિખારી બનાવી દે તો પણ તે ગુનેગાર નથી. તે તો માત્ર પોસ્ટમેન છે. મેં જ બાંધેલા કર્મોનો સંદેશો લઈને આવેલ છે. તો પછી તેના ઉપર શીદને ગુસ્સે થવું ? મને જાગૃત કરવા બદલ, કર્મસત્તાનો સંદેશો મારા સુધી પહોંચાડવા બદલ તેને તો ધન્યવાદ જ આપવા ઘટે !" બસ ! જો આ વિચારધારા આત્મસાત્ થઈ ગઈ તો ગુસ્સાએ રવાના થવું જ રહ્યું !

૧૧

'મિરર' પોલિસી



અત્યંત સ્વરૂપવાન રાજકુમારી અનેક ગુણોથી શોભતી હોવા છતાં એકમાત્ર ક્રોધને કારણે આખા રાજ્યમાં અપ્રિય થઈ પડી હતી. નાની-નાની બાબતોમાં પણ એને બેહદ ગુસ્સો આવતો હતો. પોતે રાજકુમારી હતી, જુવાની હતી, પુણ્યનો ઉદય પૂરજોશમાં ચાલી રહ્યો હતો. માટે, નોકર-ચાકર બધાં મૂંગે મોંઢે એનો ગુસ્સો સહન કરી રહ્યા હતા. ઘણાના મનમાં સામે બોલવાનો વિકલ્પ આવ્યો હોવા છતાં પણ રાજકુમારીના પુણ્યે તેને અત્યાર સુધી બચાવી દીધી હતી. સૌ ઉપર -ઉપરથી તેની સાથે સારો વ્યવહાર કરતા. પણ અંદરથી તો બધાં તેનાથી ઉબગી ગયા હતા.

આ રાજકુમારીનો ગુસ્સો પણ અત્યંત ભયાનક હતો. સાવ ધૂળ જેવા કારણોને લઈ તેનો ગુસ્સો આસમાનને આંબતો. ગુસ્સામાં ન બોલવા જેવા શબ્દો નીકળતા. કેટલાયનો મર્માઘાત કરતા શબ્દો નીકળતા. ગુસ્સામાં તેનો આખો દેદાર ફરી જતો. તેનો સોહામણો ચહેરો બિહામણો થઈ ઉઠતો. એક રાક્ષસી જ લાગતી. નાની-નાની બાબતોમાં રજનું ગજ કરી તે આવો ગુસ્સો કરતી. આથી જ સહુને તે અપ્રિય થઈ પડી હતી. પણ, પુણ્યના ઉદયમાં મુસ્તાક હોવાના કારણે રાજકુમારી આ વાત સમજી શકતી નથી. ગુસ્સાના ઉદયમાં મારા દ્વારા બોલાયેલા

શબ્દો, મેં કરેલો આક્રોશ સામેવાળાને કેવો કારમો ઘા લગાવે છે ? - તેની વિચારણા માટે કદી તેણે તસ્દી જ લીધી ન હતી. પોતે ગુસ્સામાં કેવી ભયાનક થઈ ઊઠે છે ? તે પણ તેને ખ્યાલમાં જ ન હતું. તેને તો આવી ઘટનાઓ બહુ સામાન્ય લાગતી. હા ! તેને પોતાના રૂપનું બહુ ભારે અભિમાન હતું.

એક વાર તેણે પોતાના ચિત્રો દોરાવવા માટે એક ચિત્રકારને બોલાવ્યો. પોતાના ચિત્રો દોરવા જણાવ્યું. ચિત્રકાર રાજકુમારીના સ્વભાવને બહુ સારી રીતે જાણતો હતો. માટે, પોતાની જો સહેજ પણ ભૂલ થાય તો આ રાજકુમારી પોતાની હાલત બગાડી નાંખે તે વાત નક્કી હતી. જો કે તેને પોતાની ચિત્રકળા ઉપર વિશ્વાસ હતો. આ બહાને રાજકુમારીને સુધારવા માટેનો એક કીમિયો લડાવવાનું ચિત્રકારે નક્કી કર્યું હતું. આથી એણે રાજકુમારીનું આમંત્રણ સ્વીકારી લીધું. રોજ આવી વ્યવસ્થિત તૈયાર થઈને બેસેલ રાજકુમારીનું ચિત્ર દોરવાનું શરૂ કર્યું. આમ કરતા કરતા અલગ અલગ પોઝમાં અનેક ચિત્રો રાજકુમારીએ તૈયાર કરાવડાવ્યા. ચિત્રકાર સાથે સાથે એક બીજું પણ ચિત્ર તૈયાર કરતો હતો.

આખરે બધાં ચિત્રો પૂરા થઈ ગયા. બીજે દિવસે ચિત્રકાર બધાં ચિત્રો લઈ રાજકુમારી પાસે હાજર થયો. રાજકુમારીને પોતાના ચિત્રો જોવાની ભારે ઉત્કંઠા હતી. અધીરી થઈને એ બેઠી હતી. ચિત્રો લઈને ચિત્રકાર જેવો આવ્યો કે રાજકુમારીએ ચિત્રોની માંગણી કરી. ચિત્રકારે બે હાથ જોડી રાજકુમારીને વાત કરી - ''રાજકુમારીજી ! ચિત્રો તો તૈયાર છે. એમાં મેં ખાસ મારા તરફથી આપનું એક ચિત્ર તૈયાર કર્યું છે. જો આપ અભયદાન આપતા હો તો એ ચિત્ર હું દેખાડું.''

રાજકુમારીને ચિત્રો જોવાની સખત ઉત્કંઠા હતી. માટે, તરત જ તેણે ચિત્રકારને અભય આપ્યું. ચિત્રકારે ચિત્ર બહાર કાઢ્યું. ચિત્ર ઉપર કપડું ઢાંક્યું હતું... ચિત્રકારે 'રાજકુમારીજી ! દિવસનો મોટો ભાગ આપ જે પોઝમાં હો છો તે પોઝ આ ચિત્રમાં મેં આલેખ્યો છે. મારી ભૂલ થાય તો ક્ષમા કરશો' - આટલું કહી તરત જ ચિત્ર ઉપરનો પડદો દૂર કરી દીધો.

ચિત્ર ઉપર નજર પડતાં જ રાજકુમારી હેબતાઈ ગઈ. ચિત્રમાં એક બાળાને આલેખી હતી. તેના વાળ ભયંકર રીતે વીખરાયેલા હતા. મોઢું લાલચોળ થઈ ચૂક્યું હતું. આંખો પણ ભયાનક રીતે લાલચોળ હતી. મોઢામાંથી અને નાકમાંથી જાણે વાવાઝોડું ફૂકાતું હતું. રાક્ષસી જ દોરાયેલી દેખાતી હતી. અને એના મોઢાની રેખા ઉપરથી સ્પષ્ટ રીતે 'રાજકુમારીનું જ ચિત્ર છે' - તેવું ખ્યાલમાં આવી જતું હતું. અને એટલે જ રાજકુમારી હેબતાઈ ગઈ. શું હું આવી ? આટલી બદસૂરત ? રાજકુમારી પરેશાન થઈ ગઈ. પણ ધન્ય ઘડી રાજકુમારીના જીવનમાં આવી ગઈ હતી. આ ઘટના ઉપરથી જે અપેક્ષિત બોધપાઠ હતો તે જ તેણે લીધો. સમજી ગઈ કે 'ગુસ્સા સમયની મારી આ તસવીર છે. **જો મારી તાસીર જે ગુસ્સાની છે તે નહીં પલટાવું તો આ જ મારી કાયમી તસવીર બનવાની છે. મારે મારી તાસીર બદલવી જ રહી.**' ત્યારથી રાજકુમારીનો ગુસ્સો ચાલ્યો ગયો. ચિત્રકારનો પરિશ્રમ સફળ થયો.

રાજકુમારીને ગુસ્સો દૂર કરવામાં જે પરિબળે સહાય કરી તે પરિબળને તમારે ગુસ્સો દૂર કરવા અપનાવવા જેવું છે. તમારો ગુસ્સો પણ ખતરનાક હોય છે. ગુસ્સા વખતનો તમારો ચહેરો જો અરીસામાં જુવો તો તમને પણ 'કંઈક' થઈ જાય. આ 'મિરર' પોલિસી એ જ કહે છે. જ્યારે પણ ગુસ્સો આવે ત્યારે અરીસામાં તમારું મોઢું જુવો, તમે ખુદ હેબતાઈ જશો. આવા ચહેરાનું નિર્માણ આપણે શા માટે કરવું ? કે જે જોઈને આપણને પણ અણગમો ઉપજી આવે.

અથવા જ્યારે તમને ગુસ્સો આવે ત્યારે એક ફોટો પડાવી લો. પછી જ્યારે જ્યારે પણ ગુસ્સો આવે ત્યારે તે ફોટો જુવો. ખરેખર ગુસ્સો ઓછો થઈ જશે. ગુસ્સો આવતાં જ જાણે તમે નરમાંથી વાનર અને માનવમાંથી દાનવ થઈ જાઓ છો. તમારું મોઢું જ ચાડી ફૂંકતું હોય છે. આવું અણગમતું મોઢું શા માટે બીજાને દેખાડવું ? ગુસ્સા વખતના રંગઢંગ જ કેવા ખરાબ હોય છે !? જો બાહ્યદૃષ્ટિએ તમે આટલા નીચે ઉતરી જતા હો તો ભગવાનની દૃષ્ટિએ કેટલા નીચે ઉતરી જાઓ ? સિદ્ધ પરમાત્માની દૃષ્ટિએ કેટલા નીચે ઉતરી જાઓ ? કયાં એ શાંત

મહાસાગર સમા સિદ્ધ પરમાત્માઓ અને ક્યાં આપણી આ ઉકળાટભરી અવસ્થા ? ગુસ્સો કરતા કેવો સંકોચ અનુભવાય ? ગુસ્સા વખતે એટલી સ્વસ્થતા ન ટકતી હોય તો શાંતિના સમયમાં આ વાતને ઘૂંટો કે ''સિદ્ધ પરમાત્માઓ મને પ્રત્યક્ષથી જોઈ રહ્યા છે. જાણે એ મારી બાજુમાં જ ઊભા છે.'' હવે ગુસ્સો કરતા કેટલો બધો સંકોચ થાય ? જો આવો સંકોચ થાય તો ગુસ્સો જાય. એક માનવ થઈને તમે ગુસ્સામાં જેમ આવે તેમ બબડતા હો તે કેમ ચાલી શકે ? તમારા ગુસ્સાની કોઈએ ઉતારેલી વિડીયો ફિલ્મ જુવો, તમને પણ અરેરાટી થશે. ચાર-પાંચ વખતની, તમે ગુસ્સે થયા હો તેની વિડીયો ફિલ્મ જોશો તો તરત જ ખ્યાલ આવી જશે કે રૂડા રૂપાળા દેખાતા તમે ગુસ્સામાં કેવા ભયાનક થઈ જાઓ છો.

ટૂંકમાં, મિરર પોલિસી એટલું જ કહે છે -

'તમે જેવા ગુસ્સા વખતે હો છો તેને અરીસામાં જોશો તો તમે હેબતાઈ જશો. માટે, નરને વાનરમાં બદલી નાંખનાર આ ગુસ્સાને આજે જ તાકીદે રવાના કરી દો.

તમારો ગુસ્સાયુક્ત ચહેરો તમને ખુદને પણ અપ્રિય લાગતો હોય તો બીજાને કેવો લાગે ?

સ્વયં પોતાની જાતને જ પોતાની જે વસ્તુ અપ્રિય લાગે તે બીજાને ધિક્કાર અને તિરસ્કારને પાત્ર લાગે તેમાં શું નવાઈ ?

ક્રોધયુક્ત તસવીરને હસતી ખીલતી કરી નાંખવા તાસીર બદલી દો. ફક્ત તસવીર જ નહીં, તકદીર પણ બદલાઈ જશે. તે પણ હસતું થઈ જશે. આજુ બાજુનું આખું જગત હસતું થઈ જશે.'

✺

ક્રોધને જીતવાનો રામબાણ ઈલાજ - મૌન.
- મહાત્મા ગાંધી.

૧૨

'ફીશ' પોલિસી

જ્યારે આખું જગત હા જી હા કરતું હોય, સહુ પોતાના તાલમાં તાલ પૂરાવતા હોય, કોઈ પોતાનું અપમાન કરતું ન હોય, બજારમાં પણ તેજી હોય, જ્યાં હાથ નાંખો ત્યાંથી ડબલ થઈને પાછું આવતું હોય - આવા પુણ્યના સંયોગોમાં ગુસ્સા ઉપર કાબૂ રાખવો અપેક્ષાએ સરળ છે. પણ, જ્યારે પુણ્ય પરવારી ઉઠે, વારે તહેવારે વાત વાતમાં ચપરાસી જેવો પણ અપમાન કરી જતો હોય, પોતે જે કહે તેનાથી બધાં ઊંધું જ વર્તન કરતા હોય, બજારમાં પણ મંદી ચાલતી હોય ટૂંકમાં આપત્તિનો કે સંકટનો અથવા તો પાપોદયનો સમય હોય - આવા સમયમાં પોતાનાથી નીચેનાને દબાવવાનું, દબડાવવાનું, નાની નાની બાબતોમાં મગજ ઉપરથી કાબૂ ગુમાવી દેવાનું વારે વારે બનતું હોય છે.

તેવા આપત્તિના સમયે ગુસ્સા ઉપર કાબૂ રાખવા માટે અત્યંત જરૂરી આ 'ફીશ' પોલિસી છે. માછલીની એક ખાસિયત આપણને ક્રોધ ઉપર કાબૂ મેળવવા માટે દિશાચીંધણું-આંગળીચીંધણું કરે છે. સપાટી ઉપર આમથી તેમ મહાલતી માછલી જેવું દરિયામાં તોફાન જણાય, ત્સુનામી જણાય કે તરત જ દરિયાની સપાટી છોડી દરિયાના ઊંડાણમાં પ્રવેશી જાય છે. કારણ કે તોફાન સપાટી ઉપર જ હોય, ઊંડાણમાં

તો કેવલ ગંભીર શાંતિ જ હોય. માછલીની આ ખાસિયત એટલું તો ચોક્કસ જણાવી જાય છે કે - જો તોફાનથી બચવું હોય તો અતલ ઊંડાણનો આશરો લીધા વિના ચાલશે નહીં.

મતલબ સાફ છે - જ્યારે જીવનમાં કલ્પના બહારની આપત્તિઓના ઢગ ખડકાય ત્યારે પ્રભુભક્તિના ઊંડાણમાં ઉતરી જવા જેવું છે. પ્રભુભક્તિના ઊંડાણમાં ઉતર્યા પછી આપત્તિઓની કોઈ અસર વર્તાશે નહીં. કારણ કે જેમ તોફાન ચાલુ હોવા છતાં તોફાનની અસર સપાટી ઉપર જ હોય છે, ઊંડાણમાં તેની લેશ પણ અસર હોતી નથી. તેમ આપત્તિઓના ઢગ ભલે ખડકાયે જતા હોય પણ તેની અસર સપાટી ઉપર જ હોય છે. પ્રભુભક્તિના અતલ ઊંડાણમાં તેની લેશ પણ અસર હોતી નથી. માટે જ આપત્તિની આડઅસર રૂપે પેદા થતો ક્રોધ પણ ત્યારે પ્રગટી શકતો નથી. મનનું સ્વાસ્થ્ય, મનની સમાધિ જળવાઈ જાય છે, વિખેરાયેલી શાંતિ પાછી એકઠી થઈ જાય છે.

જુગારના વાંકે વનની વાટ પકડનાર નળ રાજાના પગલે પગલે નળને સાથ આપવા માટે જ, નળ ઉપર અથાહ પ્રેમ હોવાથી જ, રાજમહેલના સુખો છોડી જંગલની વાટ દમયંતીએ પકડી. છતાં એ જ નળરાજા જ્યારે સિંહ-વાઘ જેવા શિકારી પશુઓથી ઘેરાયેલ, વિકરાળ જંગલમાં પોતાને એકલી-અટૂલી મૂકી ભાગી ગયા ત્યારે દમયંતી બહાવરી બની ગઈ. નળને શોધવા માટે ઘણી બૂમો પાડી, વ્યર્થ પ્રયાસો કર્યા. પણ સઘળું ય નકામું ગયું.

આ તો સતી નારી હતી. આ આપત્તિમાં પણ મનનું સ્વાસ્થ્ય ટકાવી રાખવા દમયંતી પ્રભુભક્તિના અતલ ઊંડાણનો જ આશરો લે છે, તે જ તેને મુનાસિબ લાગે છે. દમયંતીની આ ઘટનાનો વિચાર કરીએ તો સંસાર અસાર લાગ્યા વિના ન રહે. જેને પોતાનો પ્રાણાધાર ગણી તેનાથી એક ક્ષણ પણ છૂટું પડવું ન પડે તે માટે રાજમહાલયના અનુપમ સુખો છોડી જંગલની ભીષણ વાટ પકડી હતી, પગમાં ભોંકાતા કાંટા પણ જેના સાન્નિધ્યમાં પોતે આનંદરૂપ માન્યા હતા, વનની વિકટ વાટ, ભેંકાર વાતાવરણ, વિકરાળ વન્ય પશુઓની ગર્જનાઓ - આમાંનું

કશું પણ જેના ઉપરની અઢળક પ્રીતિને વશ પોતાને બિહામણું લાગ્યું ન હતું. તે જ નળ રાજા પોતાને આ બધી ભયાનક પરિસ્થિતિમાં પણ રાત્રે ઊંઘતી એકલી છોડી ચાલ્યો ગયો હતો. કેવી ભયાનક આપત્તિ ! પોતાના પ્રાણપ્યારા પતિ તરફથી જ દગો !

માટે જ પ્રભુએ સંસારને સાગરની ઉપમા આપી છે કે જ્યાં આવા તોફાનો, ત્સુનામીઓ વારે વારે આવ્યે જ રાખે છે. પાપોદયની ત્સુનામીઓ વારે વારે તોફાન મચાવી તબાહી વેરવાની જ છે. આવા સમયે સાધક પ્રભુભક્તિના પેટાળમાં પહોંચી જાય. દમયંતી પણ ત્યારે પોતાના પતિ ઉપર દુર્ભાવ જગાવવાને બદલે તરત જ પ્રભુભક્તિના આશરે પહોંચી ગઈ.

રાતનો અંધારાનો સમય હતો. આવા સમયે જ્યારે આટલી પ્રાણપ્યારી વ્યક્તિ દગો આપી ચાલી જાય ત્યારે કંઈ-કેટલાય વિચારો-દુર્ભાવો મનમાં આવી જાય. પરંતુ દમયંતીને જ્યારે ખાતરી થઈ ગઈ કે નળરાજા ચાલ્યો ગયો છે, ત્યારે તેણે પરમાત્માનું શરણું એકચિત્તે સ્વીકારી લીધું. રાત્રિ હજુ સમાપ્ત થઈ ન હતી. ચારે બાજુ અંધારાનું સામ્રાજ્ય હતું. જંગલી પશુઓનો ભય ભયંકર હતો. આ પરિસ્થિતિમાં ક્યાંય એક પણ ડગલું ભરી શકાય તેમ નથી. એટલું તો ગાઢ અંધારું છે કે ડગલું ભરતા પોતાનો પગ સાપ ઉપર આવ્યો કે નહીં ? - તે પણ જોઈ શકાય તેમ નથી.

આવા સમયમાં દમયંતી ત્યાં જ આસન જમાવી પ્રભુના સ્મરણમાં ખોવાઈ ગઈ. પ્રભુભક્તિના ઊંડાણમાં જનાર વ્યક્તિને ફક્ત ક્રોધથી જ છૂટકારો મળે છે તેવું નથી., પરંતુ આપત્તિથી પણ છૂટકારો મળી જાય છે. દમયંતીના કપાળમાંથી તેજનો ધોધ વહેવાનો શરૂ થઈ ગયો. ગયા ભવમાં અષ્ટાપદજી તીર્થ ઉપર ૨૪ ભગવાનને રત્નના તિલકો ચડાવ્યા હતા, તેનાથી બંધાયેલું પ્રકૃષ્ટ પુણ્ય બીજા ભવમાં જંગલમાં પણ સહાય કરવા આવી પહોંચ્યું. કપાળમાંથી વછૂટતો તેજપુંજ રાની પશુઓથી રક્ષણ બક્ષે છે. જો કટોકટીના સમયે પ્રભુભક્તિના શરણે જવાની તૈયારી હોય તો પરમાત્મા પણ સુરક્ષાની બાંહેધારી આપે છે.

ભગવાન કહે છે - મારા શરણે આવનારને દુઃખી થતો હું જોઈ શકતો નથી. મારા શરણે ખરી રીતે આવનારના આ ભવને અને આવતા ભવોને રક્ષવા હું તૈયાર છું.

જીવનમાં જ્યારે હરેક જગ્યાએથી જાકારો મળે ત્યારે અંતરમાં જે પ્રવેશ પામે તે પ્રભુભક્તિ. આખું જગત જ્યારે અશરણ લાગે ત્યારે ખરી રીતે એ જગત્પતિ પરમાત્મા શરણ તરીકે લાગે છે, પ્રભુભક્તિ અંદરમાં પ્રવેશ પામી શકે છે. દમયંતીને પણ પતિસહિત આખા જગત તરફથી જંગલમાં જ્યારે જાકારો મળી ગયો ત્યારે પ્રભુભક્તિએ અંદરમાં પેસારો કર્યો. ત્યારે પ્રભુભક્તિએ પોતાનો પરચો બતાવ્યો. પ્રભુભક્તિનું પ્રાથમિક ફળ જ આ છે કે - જ્યારે આખું જગત સાથ-સહકાર આપવા માટે લાચાર થઈ જાય ત્યારે પ્રભુભક્તિ બચાવવા આવે છે. ગયા ભવમાં કરેલી પ્રભુભક્તિ પણ આ ભવમાં બચાવવાનું કામ કરે છે.

પતિદેવો એક સાડી ન લાવી આપે તો ય છંછેડાઈ જતા આજના બહેનો ! અને અહીં તો પોતાને પતિએ છોડી મૂકી છતાં લેશ પણ દુર્ભાવ કર્યા વિના દમયંતી ગુફામાં મૂર્તિનું નિર્માણ કરે છે. દમયંતી આટલી હદની સ્વસ્થતા અને સમાધિ મેળવી શકી તેના મૂળમાં પ્રભુભક્તિ જ છે. ગુફામાં મૂર્તિનિર્માણ કરી દમયંતી દિવસોના દિવસો પ્રભુભક્તિમાં જ પસાર કરી દે છે. આપત્તિના ઢગ વરસ્યા પણ દમયંતીને તો જાણે પ્રભુભક્તિના ઊંડાણમાં કશી અસર જ નથી !

આપત્તિઓના ઢગ ખડકાય ત્યારે ક્રોધને કંટ્રોલમાં રાખવા માટેની બહુ સરસ મજાની યુક્તિ આ ફીશ પોલિસી દેખાડે છે. કોઈકે તમારા રૂા. ૫૦,૦૦૦ દબાવ્યા, બીજાએ રૂા. ૨,૦૦,૦૦૦ દબાવ્યા, સંઘમાં કે પરિવારમાં કે સમાજમાં તમારું કશું માન નથી, તમે કોઈ સારી વાતનો પ્રસ્તાવ મૂકો છતાં તે રદબાતલ ઠરે છે, આવા સમયે ચર્ચા કે જીભાજોડી કરવાના બદલે પ્રભુભક્તિનું જ શરણું લેવા જેવું છે. બાકી પૈસા ઉઘરાવવા માટે વધુ પડતી જીભાજોડી કરવા ગયા કે પોતે રજૂ કરેલ પ્રસ્તાવ / સુઝાવ એકદમ વ્યાજબી છે - તેવું સાબિત કરવા માટે ચર્ચા કરવા બેઠા તો પરિણામમાં માત્ર ક્રોધની આગ જ જોવા મળશે. કારણ

કે અત્યારે પાપોદય ચાલી રહ્યો છે. તેમાં તમને તમારા પૈસા તરત પરત મળે કે પ્રસ્તાવ સ્વીકારાઈ જાય - તેવી શક્યતા નથી. એટલે ગુસ્સો પણ આવ્યા વિના રહેવાનો નથી. હા, પૈસા પરત મેળવવા માટે સામાન્ય પ્રયાસો કરો ત્યાં સુધી ક્ષમ્ય ગણી શકાય. પણ, વધુ સઘન પ્રયાસો કરવા જતાં સંક્લેશ પેદા થાય તે તો હરગીઝ ન ચાલી શકે. નસીબ જ જ્યાં વાંકું ચાલે છે, ત્યાં સામેવાળો સીધો ચાલે તેવી શક્યતા ક્યાં રહે ?

માટે, આવા સમયે તો **'अन्यथा शरणं नास्ति'** - 'આ જગતમાં અત્યારે મારું કોઈ શરણ નથી. શરણ જો કોઈ હોય તો તે માત્ર પરમાત્મા જ છે' - આ ભાવમાં જ રમવા જેવું છે. પછી કર્મસત્તા કશું જ બગાડી ન શકે. કશી જ હેરાનગતિ ન કરી શકે. આખું જગત કર્મસત્તાના કબજામાં છે. પણ જે જીવો પ્રભુભક્તિના માધ્યમે પરમાત્માના શરણે પહોંચી ગયા છે, પરમાત્માનું શરણું જેઓએ સ્વીકારી લીધું છે તેઓ પરમાત્માના કબજામાં છે, કર્મસત્તા તેનું કશું જ બગાડી ન શકે. બહારથી ભલે એ જીવ દુઃખી દેખાય પણ અંદરમાં તો પ્રભુના કબજામાં રહેલો જીવ પરમ સુખી હોય છે. તેના સુખની, સમાધિની એક કાંકરી પણ ખેરવવાની તાકાત આ કર્મસત્તાની નથી.

ઓચિંતો પેરાલીસીસનો એટેક આવેલો હોવાથી સંવત્સરી પ્રતિક્રમણમાં પ્રવર્ત્તકપ્રવર શ્રીધર્મગુમવિજયજી મહારાજા ધડ દઈને પડી ગયા. પરંતુ આ તો પ્રભુના કબજામા રહેનારા સાધક હતા. તરત જ અરિહંત... અરિહંતના નાદમાં પ્રભુભક્તિનું શરણું લઈ લીધું, પ્રભુભક્તિના ઊંડાણમાં ખોવાઈ ગયા. એટલે જ કોઈ પણ જાતની હાયવોય કરવાના બદલે આવા સમયે અરિહંતનો નાદ ખરા અર્થમાં તેઓશ્રી પકડી શક્યા. બાકી આ કાળઝાળ વેદનામાં અરિહંત યાદ પણ ક્યાં આવે ? આ રોગનો એટેક આવ્યો તેની પહેલાં પણ આ પ્રભુભક્તિરસિક પૂજ્યશ્રી ઊભા ઊભા ત્રણ-ત્રણ કલાક સુધી પ્રભુને ગદ્યમાં પ્રાર્થના કરતા હતા. જ્યારે આ પૂજ્યશ્રી પ્રભુની સામે સંવેદનામાં ડૂબકી લગાવે ત્યારે આખા જગતની સાથે સમયને પણ ભૂલી જતા. પ્રભુભક્તિની પાડેલી આ ટેવે,

પ્રભુભક્તિના એવા સંસ્કાર આત્મામાં પાડી દીધા કે પેરાલીસીસની આફત જ્યારે ત્રાટકી ત્યારે પ્રભુભક્તિના પેટાળમાં તેઓ સહેલાઈથી ઉતરી ગયા.

પેરાલીસીસનો આ એટેક ખૂબ જ ભયાનક નીવડ્યો. આખું શરીર એમાં જકડાઈ ગયું. સ્મૃતિ પણ ચાલી ગઈ. કોઈને પણ ઓળખી શકે નહીં. કોઈની સાથે બોલી શકે નહીં. સદંતર પરાધીનતા. આ પરિસ્થિતિમાં તેઓશ્રીના શિષ્યરત્ન અવ્વલકોટિની વૈયાવચ્ચ કરનારા પૂ. મુનિરાજ શ્રીજિનવલ્લભવિજયજી મહારાજ તથા પૂ. મુનિરાજ શ્રીઆત્મ-દર્શનવિજયજી મહારાજ જ્યારે જ્યારે પણ તેમની જૂની પ્રાર્થના સંભળાવે કે તરત એમના મુખકમલ ઉપર હાસ્ય વિલસે. આંખો ઉઘડી જાય. જાણે પોતે સાંભળવા કાન સરવા કરી દીધા છે - એવું સ્પષ્ટ જણાય.

આ વાત સ્પષ્ટ રીતે જણાવે છે કે તેઓ આ આપત્તિના સમયમાં પણ પ્રભુભક્તિને વળગી રહેવામાં અને પ્રભુભક્તિના માધ્યમે પ્રભુને વળગી રહેવામાં સફળ રહ્યા છે. માટે, ૧૧-૧૧ વર્ષ આવી આપત્તિમાં વીતાવા છતાં તેઓ એકધારી પોતાની પ્રસન્નતાને ટકાવી શક્યા. ૧૧-૧૧ વર્ષનો આ રોજીંદો ક્રમ કે જ્યારે જ્યારે પણ પોતે જે પ્રભુભક્તિ ગદ્યમાં કરતા હતા તે સંભળાવવામાં આવે ત્યારે આંખો ખૂલી જાય, કાન સરવા થઈ જાય. આંખમાંથી હરખના આંસુ પણ ઝરવા લાગે. આ પ્રભુભક્તિના સહારે જ ૧૧ વર્ષ સુધી તેઓ પ્રસન્નતા સાથે જીવી શક્યા. બાકી, જ્યારે પેરેલીસીસનો સિવિયર એટેક આવ્યો ત્યારે જ ડોક્ટરોએ કહી દીધેલું કે - છ મહિનાથી વધુ જીવી શકે તેમ નથી.

જ્યારે આખું જગત પોતાને સહાય કરવા માટે લાચાર થઈ જાય છે ત્યારે આ પ્રભુભક્તિ સહાય કરવા માટે તત્પર જ હોય છે. માટે જ આ પોલિસી જણાવે છે કે જ્યારે જ્યારે પણ પાપોદયની ત્સુનામી ઉપડે ત્યારે પ્રભુભક્તિના ઊંડાણમાં ચાલ્યા જાઓ. બહાર તાંડવ મચાવી દેનાર ત્સુનામી પેટાળમાં તમારો વાળ પણ વાંકો નહીં કરી શકે. બહારથી જોનારને ત્સુનામી વખતે દરિયો બિહામણો જણાય છે. પરંતુ દરિયો પેટાળમાં તો રત્નોથી સોહામણો જ હોય છે. તેમ બિહામણી એવી પણ

આપત્તિઓની બૌછાર પ્રભુભક્તિના રસિયા જીવો માટે સો જાય છે. **જે પ્રભુથી જુદા છે તેને તકલીફો હેરાન કર્યા । નથી. અને જે પ્રભુના શરણે છે, પ્રભુને પકડી બેઠા છે તે બિહામણી એવી પણ તકલીફો સોહામણી થયા વિના રહેતી નથી.**

કબીરજી પોતાના શિષ્ય કમાલ સાથે એક વાર નગરના મુખ્ય રસ્તા ઉપરથી નીકળતા હોય છે. રસ્તાને અડીને એક ઘરમાં માજી ઘઉંના દાણા ઘંટીમાં પીસી રહ્યા હતા. દાણા આખે આખા અંદર જતા હતા. પણ પીસાઈને, ચૂર-ચૂર થઈને લોટ રૂપે તે બહાર આવતા હતા. આ જોઈ કમાલ તરત જ બોલી ઉઠ્યો -

''દો પાટન કે બિચમેં, સાબૂત બચા ન કોઈ ।''

ઓહ ! બિચારા ઘઉંના દાણા ! આવા મહાકાય પડ વચ્ચે પીસાઈ ગયા. એક દાણો પણ સલામત ન રહી શક્યો. ત્યાં જ કબીરજી બોલ્યા - 'જો કમાલ ! આમાં પણ એક કમાલ છે.' અને કબીરજીએ ઘંટીનું પડ ઊંચું કરાવ્યું. બે પડને જોડતો વચ્ચોવચ્ચ એક મોટો ખૂંટ-ખીલો હતો. તેની આજુબાજુમાં ઘઉંના દાણા સલામત રીતે-આખે આખા પડ્યા હતા. એ દેખાડી કબીરજીએ કીધું કે -

''ખૂંટ પકડ કર જો રહા, પીસ સકા ન કોઈ ।।''

જે દાણા ખૂંટ પકડીને રહ્યા છે તેને આ મહાકાય પડ પણ પીસી શક્યા નથી. મતલબ સ્પષ્ટ છે કે જે પ્રભુરૂપી ખૂંટથી દૂર ગયા તે સંસારના બે મહાકાય પડમાં ચૂર ચૂર થઈ ગયા છે. જે પ્રભુરૂપી ખૂંટને પકડીને બેઠા છે તેને આ મહાકાય પડરૂપી સંસાર પણ કશું જ કરી શકે તેમ નથી.

રાગ-દ્વેષ રૂપી બે મહાકાય પડ એ જ સંસાર છે. એ પડમાં બધાં પીસાઈ જાય છે. પણ, પ્રભુના ખૂંટને પકડી રાખનાર કદી પીસાતો નથી. હા ! મહાકાય પડ તો એની ઉપર પણ ફરતું જ હોય છે. પણ, તે તેને પીસી શકવા સમર્થ નથી થતું.

સુલસાના ૩૨ પુત્રો એક સાથે કર્મસત્તાએ ઝૂંટવી લીધા.

મુલસાનો પતિ પણ ચાલ્યો ગયો. આખા સંસારમાં સુલસા એકલી બચી છે. કર્મસત્તાએ આપત્તિની બૌછાર વરસાવવામાં કોઈ મણા નથી રાખી. છતાં સુલસા મહાવીર મહારાજાના ચરણોને બરાબર પકડીને બેઠી છે. આખા જગતમાં માત્ર ને માત્ર મહાવીર મહારાજાને જ તે શરણ માનીને બેઠી છે. માટે, આવી ભયાનક પરિસ્થિતિ કર્મસત્તાએ સર્જી છતાં ભગવાન મહાવીરે તીર્થંકર પદવીનું દાન તેને કરી દીધું. કર્મસત્તા હાથ ઘસતી રહી ગઈ. સુલસા જીતી ગઈ.

દીકરા તરફથી રીસ્પોન્સ ઓછો મળે ત્યારે 'આ મારો પાપોદય છે' - એમ સમજી દીકરા ઉપર ગુસ્સો અટકાવી શકો કે મગજની કમાન છટકી જાય ? અત્યંત ગમતું પેન્ટ, ક્યારેક પ્રસંગે જ તેને વાપરવા કાઢતા હો, જ્યારે જ્યારે પણ એ પેન્ટ પહેરો ત્યારે ત્યારે વટ પડી જતો હોય, આવા પેન્ટની ઈસ્ત્રી કરતાં કરતાં તેમાં કાણું પડી જાય - આવા સમયે મગજની સ્વસ્થતા ટકે ? પેન્ટની કિંમત રૂા. ૨૦૦૦ હશે. પણ, મગજની સ્વસ્થતાની કિંમત તો અબજો ડોલર જેટલી છે. છતાં કોને સાચવવાનો પ્રયત્ન થાય ? પેન્ટના બગાડાની ભરપાઈ કરવા તેનાથી પણ વધુ સારું નવું પેન્ટ તમે ખરીદી શકશો. પણ મનના બગાડાની ભરપાઈ શી રીતે કરશો ?

એક બીજી વાત પણ વિચારવા જેવી છે કે શ્રાવિકાએ ઈસ્ત્રી કરતાં કરતાં ભૂલ કરી રૂા. ૨૦૦૦ નું પેન્ટ બગાડી દીધું પણ તમે તો અબજો ડોલરની કિંમતવાળી મનની સ્વસ્થતા જ ગુમાવી દીધી. વધુ નુકસાન કોણે કર્યું ? તો પછી વધુ ઠપકાપાત્ર કોણ બને ? છતાં પોતાનો ગુસ્સો પોતાને કદી દેખાતો નથી, પોતાની ભૂલ પોતાને કદી દેખાતી નથી. પરિણામે, સામેવાળી વ્યક્તિ જ દોષિત દેખાતાં તેના ઉપર તમે ગુસ્સાનો લાવારસ ઉછાળ્યા વિના રહેતા નથી.

યાદ રહે ! 'સામેવાળાએ ઘણું નુકસાન પહોંચાડ્યું. માટે મને ગુસ્સો આવ્યો. મારો ગુસ્સો વ્યાજબી છે' - આવું કશું પણ સાંભળવા કર્મસત્તા રાજી નથી. વ્યાજબી કારણે પણ કરેલો ગુસ્સો તમને તો નુકસાન જ પહોંચાડશે. જેમ નુકસાન પહોંચાડનાર વ્યક્તિને શોધી તમે

જ તેને વધુ હેરાન કરો તો કોર્ટ તમને સજા કરવાની જ છે. કારણ કે સજા કરવાનું કામ કોર્ટનું છે, આમ આદમીનું નહીં. કર્મસત્તાને ત્યાં પણ આ જ ન્યાય છે. કર્મસત્તા કહે છે કે ''તને હેરાન કરનારને હું હેરાન કરીશ - એની ગેરંટી મારી. જો એ ખોટો હશે તો કઠોરમાં કઠોર સજા હું એને કરીશ - મારી ગેરંટી. પણ, જો તું સજા કરવા ગયો, તેં તારી સ્વસ્થતા ગુમાવી તો તને પણ હું સજા કર્યા વિના નહીં રહું. કારણ કે કાનૂનને હાથમાં લેવાનો અધિકાર તને નથી.'' માટે, સામેવાળો સરાસર અન્યાય કરે છતાં મનની પ્રસન્નતા અકબંધ રાખવાની ફરજ તમારી છે, તો જ કેવલજ્ઞાન મળશે. માટે જ જ્યારે સામેવાળાને બે 'ચોપડવામાં' આવે ત્યારે જ કર્મસત્તા તેમને ચાર 'ચોપડવાનું' નક્કી કરી દે છે !!!

કોઈ ગુસ્સો કરે ત્યારે સામે તેને ચાર સંભળાવી ચૂપ કરી દેનાર વ્યક્તિ દુનિયાની દૃષ્ટિએ ભલે બાહોશ ગણાય. પણ, ધર્મની દૃષ્ટિએ તો તે બેવકૂફ છે. જ્યારે પણ આપત્તિ વરસે ત્યારે તમારી ફરજ માત્ર પ્રભુભક્તિના પેટાળમાં ઉતરી જવાની છે. સામો ગુસ્સો કરવાનો અધિકાર તમને લેશ પણ નથી. જો ગુસ્સો કરવા ગયા તો બેવકૂફ બનવાનું થાય.

માટે જ જ્યારે રાણાએ ઝેરના કટોરા મોકલ્યા, ત્યારે પ્રભુભક્તિના અતલ ઊંડાણમાં રમતી મીરાંએ એ ઝેરના કટોરા હસતા હસતા ઉતારી લીધા. નરસિંહ મહેતા પણ જૂનાગઢના રાજા માંડલિક દ્વારા ઊભી કરવામાં આવતી આપત્તિમાં પ્રભુભક્તિનું જ શરણું સ્વીકારે છે. અવધૂત આનંદઘનજી મહારાજ પણ જ્યારે ગોચરી જાય ત્યારે ઘરના દરવાજા બંધ કરી દેતા લોકોને જોઈ પ્રભુભક્તિનું મસ્ત પદ લલકારે છે - ***આશા ઓરન કી ક્યાં કીજે ? જ્ઞાનસુધારસ પીજે !!!...*** અને મસ્તીથી પ્રભુભક્તિના ઊંડાણમાં ઉતરી જાય છે. કર્મસત્તા હેરાન કરવા માટે બધું કરી છૂટે છે. છતાં પ્રભુભક્તિના રસિયા આ જીવોને જાણે કશી અસર જ નથી. આપત્તિના સમયમાં શરીરને વળગવું, સંપત્તિને સાચવવી - તે બધું સપાટી ઉપર રમવા જેવું છે. સપાટી ઉપર રમનાર વ્યક્તિ

તોફાનના સમયે ફેંકાઈ ગયા વિના રહેવાની નથી. આપત્તિના સમયે ન સગા કામ આવશે, ન સ્વજન કામ આવશે. માત્ર ને માત્ર પ્રભુ જ કામમાં આવશે. પ્રભુને પકડવામાં આપત્તિથી છૂટકારો તો મળે જ છે. સાથે માનસિક સ્વસ્થતા - સમાધિ વગેરે પણ ટકી જાય છે.

એક પાર્ટી દ્વારા પોતાના ૧૨ લાખ રૂપિયા ડૂબી ગયા છે, બીજી પાર્ટી દ્વારા ૧૦ લાખ રૂપિયા અને ત્રીજી પાર્ટી દ્વારા ૨૭ લાખ રૂપિયા ડૂબી ગયા છે. પોતે જેની પાસેથી રૂપિયા ઉછીના લીધા છે તેની ઉઘરાણી વધી રહી છે. પણ, પોતાના રૂપિયા ડૂબી જવાથી પોતે હવે રૂપિયા ચૂકવી શકે તેમ નથી. વર્ષોથી સચવાયેલી બાપ-દાદાની આબરુ ઉપર બટ્ટો લાગી જાય તેવી શક્યતા છે. ૪૯ લાખ રૂપિયા પોતાના ડૂબી ગયા છે, સામે એટલું દેવું છે. એ દેવું ભરવાની કોઈ શક્તિ પોતાની બચી નથી. ટૂંકમાં, આપત્તિનો પવન પૂરજોશમાં ફૂંકાવા લાગ્યો છે. જીવનની નાવ ડગુમગુ થવા માંડી છે. બાપ-દાદાની આબરુ ઉપર બટ્ટો લગાવી જીવવાની પોતાની કોઈ તૈયારી નથી.

મુંબઈ-સાંતાક્રુઝ વિસ્તારમાં રહેનાર પ્રૌઢ વયની વ્યક્તિની આ વાત છે. પોતાના નજીકના અંગત કહી શકાય તેવા સગાઓને ફોન કરી દીધા છે. પણ, કોઈ સહાય કરવા તૈયાર નથી. રૂબરૂ પણ મળી આવ્યા છતાં કટોકટીના સંજોગોમાં કોઈ મદદ કરવા તૈયાર નથી. બધાંને ખબર પડી ગઈ છે કે આ તો ડૂબતું વહાણ છે. પોતે પણ ડૂબશે, અમને પણ ડૂબાડશે. **બસ, સહુને પોતાના સ્વાર્થની પડી છે. કોઈ કોઈનું સાચું સગું નથી.**

મુંબઈ સાંતાક્રુઝમાં રહેતા એ ભાઈ સંસારની આ પરિસ્થિતિ જોઈ ઉબગી ગયા. આમેય પોતાની આબરુ ગુમાવવા માટેની તો કોઈ તૈયારી હતી જ નહીં. આખરે જીવનને ટૂંકાવી દેવાનું જ તેમને ઉચિત લાગે છે. જે પૈસાને પોતે પાગલ બની પ્યાર કરેલ તે જ પૈસો પોતાના મોતનું કારણ બની રહેલ છે. દરેક પ્રસંગોમાં સંસારનો પક્ષ તાણતા આવ્યા છો. એ જ દુઃખદાયી બને છે. સંસારમાં રહેવા છતાં સંસારના પક્ષપાતી તો નથી જ થવા જેવું. પક્ષપાતી તો પ્રભુના જ થવા જવું

છે. પ્રભુના પક્ષકાર થવામાં જ કલ્યાણ છે. કારણ કે, આપત્તિના સમયમાં તો સોહામણો લાગતો સંસાર પણ બિહામણો જ નીવડે છે. માત્ર પ્રભુ જ ત્યારે પડખે ઊભા રહેવા તૈયાર હોય છે.

તેમણે જીવન ટૂંકાવી દેવાનું નક્કી કરી દીધું. બજારમાંથી ઝેર પણ ખરીદીને લઈ આવ્યા. આખા જીવનમાં પ્રભુભક્તિ શાંતિથી કરી ન હતી. છેલ્લે છેલ્લે ખરા હૃદયથી પ્રભુ યાદ આવ્યા. પ્રભુભક્તિ કરવાનું મન થયું. સાંતાક્રુઝના કુંથુનાથ પરમાત્માના જિનાલયે પ્રભુભક્તિ શરૂ કરી. અંતરમાં કોતરાઈ ચૂક્યું છે કે 'આ આખો સંસાર તો સ્વાર્થી છે. આ સંસારમાં મને બચાવનાર, મારું કોઈ કહી શકાય તેવું હોય તો તે છે માત્ર ને માત્ર પરમાત્મા. નાથ ! જીવનની અંતિમ ઘડીઓમાં તને ભાવથી-દિલથી પૂજી લેવા છે કે જેથી મોક્ષ સુધી મને તારો સાથ અખંડ રીતે મળ્યા કરે.'

આવી ઉછળતી ભાવધારામાં ઝીલતા ઝીલતા લગભગ ૩ કલાક જેટલો સમય પ્રભુભક્તિમાં પસાર થઈ ગયો. પણ, ખ્યાલમાં નથી કે કેટલો સમય વીતી ગયો. ચાર-ચાર કલાક પ્રભુભક્તિમાં વીતાવ્યા પછી માનસિક સ્વસ્થતા અને પ્રસન્નતા સાથે ઘરે આવ્યા. આપઘાત કરવા માટે એક રૂમમાં પોતે ઘૂસી ગયા. રૂમને અંદરથી લોક કરી દીધો. 'પોતાને મહત્ત્વનું કામ છે. માટે, કોઈએ ખલેલ ન પહોંચાડવી' - આ પ્રમાણે ઘરના બધાં સભ્યોને જણાવી દીધું.

ઝેર પેટમાં ઉતારતા પહેલાં માનસિક પ્રાર્થના પણ કરી લીધી, પત્ની ઉપર ચિટ્ઠી પણ લખી દીધી. અચાનક ટેલીફોનની ઘંટડી રણકી. પોતાના પર્સનલ ફોનની ઘંટડી વાગી રહી હતી. 'આવા સમયે કોણ ફોન કરી રહ્યું છે ?' - એવા વિચાર સાથે ફોન ઉપાડ્યો. ચાર-પાંચ મિનિટ ફોન ઉપર વાત કરી અને તે પ્રસન્ન પ્રસન્ન થઈ ગયા. પરમાત્માએ જાણે પોતાની ઉપર મહેર વરસાવી હતી. વાત એમ બની કે પોતાનો બહુ જૂનો પણ અત્યંત નિકટનો એક મિત્ર કલકત્તા રહેતો હતો. કલકત્તા ગયો ત્યારથી તેની સાથે કોઈ સંબંધ રહ્યો ન હતો. પણ, કલકત્તામાં રહેનાર તે મિત્રને માથે અત્યારે આપત્તિ આવી હતી. ત્યાં ઈન્કમટેક્સે

રેડ પાડવાની શરૂઆત કરી હતી. પોતાના ઘરે ઘણાં બ્લેકના રૂપિયા પડ્યા હતા. જો તે પકડાઈ જાય તો જેલમાં જવું પડે તેવી હાલત હતી.

આવા સમયે પોતાનો વફાદાર મિત્ર તેને યાદ આવી ગયો. તેણે તરત જ આ મિત્રને ફોન કર્યો. અને વાત કરી કે "દોસ્ત ! ૫૦ લાખ જેટલી કેશ રકમ તારી પાસે મોકલાવું છું. એકાદ વર્ષ સુધી એને સાચવી લેજે. મારે અહીં રાખી શકાય તેમ નથી. પ્લીઝ ! હમણાં ના નહીં પાડતો. રૂપિયા રાખી લેજે. અત્યારે ઉતાવળમાં છું. પછી તને વિગતે વાત કરીશ.' આટલું કહી કલકત્તાના મિત્રે ફોન કટ કરી દીધો. જાણે પ્રભુએ જ મિત્રના રૂપે સહાય કરી. ચોક્કસ, પૈસા ભગવાન આપવા નથી આવ્યા, મિત્રએ જ આપ્યા છે. માટે તમારા મગજમાં શંકા થવાની કે આ તો મિત્રએ સહાય કરી કહેવાય. ભગવાન ક્યાં વચ્ચે આવ્યા ?

પણ પરિસ્થિતિનું જો યોગ્ય મૂલ્યાંકન કરશો તો સમજાઈ જશે કે આની પાછળ ચોક્કસ પ્રભુભક્તિ જ ગોઠવાઈ છે. કારણ કે, મિત્રને ફોન કરવાનો વિચાર જ થોડો મોડો આવ્યો હોત તો ? થોડોક જ સમય ફેર થઈ ગયો હોત તો ? આ જ સમયે મિત્રને ત્યાં પણ તકલીફ આવી અને રકમ પાછી ૫૦ લાખ જેટલી જ નીકળી... આ બધી પરિસ્થિતિને યોગાનુયોગ ન કહી શકાય. પણ, પ્રભુભક્તિનો પરચો જ માનવો પડે.

એમણે પ્રભુનો પાડ માન્યો. થયું પણ એવું કે ૫૦ લાખમાંથી લેણદારોને રૂપિયા ચૂકવાઈ ગયા. બચેલા થોડા રૂપિયામાંથી ધંધો પાછો પૂરજોશમાં શરૂ કર્યો. અને થોડા મહિનામાં પોતાના રૂપિયા દબાવનાર ત્રણે ય પાર્ટી તરફથી ૪૯ લાખ રૂપિયાની રકમ પાછી પણ આવી ગઈ. જાણે મઝધારમાં ડૂબતી નૈયાને કોઈ અદૃશ્ય શક્તિએ આવી, બચાવી પૂરપાટ વેગે દોડતી કરી દીધી.

અહીં કારણ એટલું જ કે આપત્તિના સમયે સગાવહાલા-સંપત્તિ કે શરીરનું શરણું લેવાના બદલે તેમણે પ્રભુનું શરણું લીધું. પ્રભુના શરણે આવનારને સદા અભય જ મળે છે. કારણ કે પ્રભુ અભયના દાતા છે.

ટૂંકમાં, ફીશ પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે - "હે માનવ !

નબળા પુણ્ય કરીને તું આવ્યો છે. માટે, આપત્તિઓના ઝંઝાવાતભાનું ત્સુનામીઓ તારા જીવનમાં આવ્યે જ રાખવાની છે. આવા સમયે કોઇના પણ ઉપર મગજ ન ગુમાવીશ. થોડો સમય શાંત રહેતાં સદ્‌વિચારને અવકાશ મળશે. તથા ધીરજથી વિચારતાં સમજાશે કે 'એ પ્રસંગે ક્રોધ કરવાની જરૂર જ ન હતી.' તેથી ક્રોધને કાબૂમાં રાખજે. શરીર-સંપત્તિ કે સ્વજનોને વળગવાને બદલે પ્રભુભક્તિના અતલ ઊંડાણમાં ચાલ્યો જજે, ઊગરી જઈશ.''

ફીશ પોલિસીના આ સંદેશાને હૃદયના શિલાલેખમાં કોતરી દઈએ અને આપત્તિના સમયમાં તથા શાંતિના સમયમાં સતત એને ઘૂંટીએ. પછી ગુસ્સો ગુમ થયા વિના રહેશે નહીં.

✺

ક્રોધ એ એવું ભયાનક વ્યસન છે, જેને
સરળતાથી અપનાવી શકાય છે. પણ,
તેનાથી છૂટતા નવનેજે પાણી ઊતરી જાય છે.

– **રીજીના થૉમશૉર.**

⁂

ક્રોધ એટલે ક્ષણિક ગાંડપણ !!!

– **મહાત્મા ગાંધી.**

૧૩

'ઇકો' પોલિસી

અકબર બાદશાહ બેગમ સાથે ઝઘડો કરી તરત જ રાજસભામાં આવ્યો હોવાથી મગજનો પારો ઉપર હતો. મગજ ઘણું જ ગુસ્સામાં હતું. રાજસભામાં આવ્યા પછી પણ મગજમાં અફરાતફરી બોલી રહી હતી. મગજનો તમતમાટ સહેજ પણ ઓછો થયો ન હતો. આખરે રાજસભામાં બિરબલ ઉપર અકબરની નજર પડી. પોતાની બાજુમાં જ તે બેઠો હતો. અકબરે બેગમ ઉપરનો ગુસ્સો બિરબલ ઉપર ઠાલવી દીધો. કચકચાવીને બિરબલને લાફો ઠોકી દીધો.

રાજસભામાં વચ્ચોવચ્ચ રાજા અકબર હતો અને આજુબાજુમાં બેગમ તથા બિરબલ ગોઠવાયા હતા. પછી ક્રમશઃ અમીર ઉમરાવો પોતાના મોભા પ્રમાણે ગોળાકારે ગોઠવાયા હતા. બિરબલે મગજ શાંત રાખી પોતાને જે રીતે લાફો પડ્યો તે જ રીતે લાફો પોતાની બાજુમાં રહેલા માણસને ઠોકી દીધો. એ તો હેબતાઈ ગયો. પણ, પછી લાગ્યું કે 'આ વસ્તુ તો 'પાસ' કરવાની લાગે છે. બાદશાહે બિરબલને પાસ કરી, બિરબલે મને પાસ કરી, હું આગળ પાસ કરું' - આમ વિચારી તેણે પોતાની બાજુવાળાને લાફો માર્યો.

આમ લાફાનું પાર્સલ આખી રાજસભામાં ફરવા માંડ્યું. આ

બાજુ અકબર બાદશાહનો ગુસ્સો ઉતરી ગયો. એટલે એણે રાજસભાનું કામકાજ શરૂ કર્યું. થોડીવાર થઈ ન થઈ ત્યાં તો અકબર બાદશાહના ગાલ ઉપર 'સટાક્' કરતો લાફો પડ્યો. લાફો મારનાર અન્ય કોઈ નહીં પણ બેગમ જ હતી. બાદશાહ ધૂંવાફૂંવા થઈ ગયો. આખી સભામાં સન્નાટો છવાઈ ગયો. બાદશાહે બેગમને પૂછ્યું - આ રીતે ભરસભામાં મને લાફો મારવાનું પ્રયોજન શું ? આનો અર્થ શું ?

બેગમે પણ કાંપતા કાંપતા જવાબ વાળ્યો - 'બાદશાહ સલામત ! આ તો મારી બાજુવાળાએ મને 'પાસ' કર્યો. માટે, મેં આપને પાસ કર્યો.'

'શું તને કોઈએ લાફો માર્યો ?' બાદશાહે પૂછ્યું. 'હા ! આણે માર્યો' - પોતાની બાજુમાં બેઠેલ પોતાને લાફો મારનારને ચીંધીને બેગમે જવાબ આપ્યો.

બાદશાહે એનો ઉઘડો લીધો. એમ કરતા કરતા છેલ્લે વાત બિરબલ પાસે આવીને અટકી. બાદશાહે બિરબલને પૂછ્યું - 'કેમ બિરબલ ! તેં આને લાફો માર્યો ?'

'જહાંપનાહ ! મારો કોઈ વાંક ન હોવા છતાં જ્યારે આપના તરફથી લાફાની ભેટ મને મળી, ત્યારે મને લાગ્યું કે આ ભેટને યોગ્ય હું તો નથી. કદાચ આગળ પાસ કરવાની હશે. એટલે મેં લાફો આગળ પાસ કર્યો.'

બાદશાહ સમજી ગયા કે મેં લાફો માર્યો, તેના બદલામાં આ તમાચો મને મળી ગયો.

ઈકો એટલે કે 'પડઘો'. આ પોલિસી એ જ કહે છે કે 'તમે ગયા ભવમાં કે આ ભવમાં બીજા સાથે જેવો વર્તાવ કર્યો છે કે કરી રહ્યા છો તેવો જ વર્તાવ સામેવાળી વ્યક્તિ તરફથી તમને મળશે. તમારા વર્તાવનો જ પડઘો પડશે.' બીજાપુરના ગોલગુંબજમાં એકવાર બોલો અને તેના લગભગ ૨૧ વાર પડઘા પડે. પણ, કર્મસત્તા તો ૨૧૦૦ વાર પડઘા પાડે તેવી છે.

અકબરે જે તમાચો બિરબલને માર્યો, તેના પડઘા રૂપે તરત જ પોતાને તમાચો ખાવો પડ્યો. તેમ અતિતીવ્ર ભાવે કરેલા પાપોનો પડઘો પણ તરતમાં જ પડતો હોય છે.

''મારી દીકરીની જીંદગી બગાડનાર એ ગજસુકુમાલ શું સમજે છે પોતાના મનમાં ? બતાવી દઉં એને કે રાજકુમાર છે એટલે કોઈને પણ રઝળતા મૂકી દેવાનો અધિકાર નથી મળી જતો. જો દીક્ષા જ લેવી હતી તો લગ્ન શા માટે કર્યા ?'' - મગજમાં આ ઘાંઘલ મચી. તેના પ્રતાપે સોમિલ સસરાએ ગજસુકુમાલના માથે સળગતા અંગારા ભર્યા. ખેરના અંગારા ભરી પોતે જ્યારે પાછો ફરી રહેલ છે, ત્યારે સામે જ કૃષ્ણ મહારાજ આવતા દેખાયા. કૃષ્ણ મહારાજના ભાઈને ખતમ કરીને પોતે આવી રહેલ છે. તેથી ભારે ભય લાગ્યો અને એ ભયના આઘાતમાં ત્યાં ને ત્યાં પોતાનું હૃદય બંધ પડી ગયું. પોતે પરલોકની યાત્રાએ રવાના થઈ ગયો. સાધુહત્યાનું પાપ ત્યાં ને ત્યાં ભરખી ગયું. પોતે કર્યું તે મુજબ પડઘો તરત સંભળાઈ ગયો.

જ્યારે આ ભવમાં આપણી સાથે કોઈ દુર્વ્યવહાર કરે છે ત્યારે સમજી લેવું કે 'આ તો ભૂતકાળમાં મેં એની સાથે કે બીજા કોઈની સાથે દુર્વ્યવહાર કર્યો હશે તેનો જ પડઘો છે. તો પછી તેમાં સામેવાળો દોષિત કે હું પોતે ? સામેવાળા ઉપર મારે શાને ગુસ્સો કરવો ? જેમ તમે ગોળગુંબજમાં ગાળ બોલશો તો ૨૧ વાર તમારે પોતાને ગાળ સાંભળવી પડશે. એમાં વાંક તમારો છે, ગોળગુંબજનો નહીં. જો તમે સારા શબ્દો બોલશો તો ગોળગુંબજ સારા શબ્દો પણ ૨૧ વાર સંભળાવશે. આ ગણિત આપણા મગજમાં સ્પષ્ટ છે. **જગતની તમામ વ્યક્તિઓ પણ 'ન્યૂટ્રલ' છે, મધ્યસ્થ છે. વાંક તો ખુદ પોતાની જાતનો જ હોય છે.** કારણ કે એક વાર દુર્વ્યવહાર પોતે કર્યો હોય, તેના પડઘા રૂપે જ સામેવાળો દુર્વ્યવહાર કરે છે. જો દુર્વ્યવહાર પોતે ન કર્યો હોય તો પડઘામાં સામેવાળો દુર્વ્યવહાર કરે જ નહીં. જો પડઘામાં સામેવાળી વ્યક્તિ તરફથી દુર્વ્યવહાર જ મળતો હોય તો સમજવું કે ચોક્કસ તમે પોતે ભૂતકાળમાં દુર્વ્યવહાર કર્યો છે. કદાચ વર્તમાનમાં તેની સાથે

દુર્વ્યવહાર ન કર્યો હોય, સારો વ્યવહાર જ કર્યો હોય. પણ ભૂતકાળમાં ચોક્કસ તેની સાથે કે બીજા કોઈની સાથે દુર્વ્યવહાર કર્યો જ હોવો જોઈએ. બાકી પડઘામાં દુર્વ્યવહાર સામેવાળા તરફથી મળે જ નહીં.

આ રીતે જો સામેવાળી વ્યક્તિ માત્ર પડઘો જ પાડનાર હોય તો એ ગુનેગાર કેવી રીતે ? એના ઉપર ગુસ્સો થાય જ કેવી રીતે ? સજ્જન, ખાનદાન, કુલીન માણસ સામેવાળી વ્યક્તિ નિર્દોષ છે તે જાણ્યા પછી પણ તેને શું દંડે ? શાસ્ત્રની દૃષ્ટિએ સ્પષ્ટ રીતે તમને ખબર છે કે સામેવાળી વ્યક્તિ નિર્દોષ જ છે તો પછી તેને દંડ દેવો શું યોગ્ય કહેવાય ? નિર્દોષને દંડ દેનાર ખાનદાન કહેવાય ? કુલીન કહેવાય ? જો ખાનદાની જાળવી રાખવી હોય તો ગુસ્સાને તિલાંજલિ આપ્યે જ છૂટકો.

તથા આ પડઘાની પોલિસી સર્વવ્યાપક છે. સામેવાળો તમારી સાથે દુર્વ્યવહાર કરે છે તો તેનું ફળ તેને મળશે જ. તેનો પડઘો તેને સાંભળવો જ પડશે. પણ, તમારે તો તેના પ્રત્યે સારો વ્યવહાર જ કરવો પડશે. સારો વ્યવહાર કરવા છતાં કદાચ તરતમાં તે પોતાનો દુર્વ્યવહાર ન પણ છોડે. પરંતુ તમે જે સારો વ્યવહાર કરો છો તેના પડઘા પણ અવશ્ય પડશે જ. તે વખતે આખા જગત તરફથી તમને સારો વ્યવહાર મળશે જ. જેમ ગોળ ગુંબજમાં એક વાર ખરાબ શબ્દ બોલો પછી તરત સારો શબ્દ બોલો તો પણ ખરાબ શબ્દે પાડેલા પડઘા ૨૧ વાર સાંભળવા જ પડે. ભલે ને તે વખતે તમે સારો શબ્દ બોલી ચૂક્યા હો કે બોલી રહ્યા હો.

જેટલી આ ક્ષેત્રમાં તમારી સ્પષ્ટ સમજણ છે તેટલી જ સ્પષ્ટ સમજણ કોઈના દુર્વ્યવહાર વખતે રાખવા જેવી છે. ઊંડે-ઊંડે જીવને અપેક્ષા પડેલી હોય છે કે 'હું આની સાથે સારો વ્યવહાર કરું છું તો તેણે પણ મારી સાથે સારો વ્યવહાર કરવો જોઈએ.' માટે જ્યારે તમે સારો વ્યવહાર કરો છો ત્યારે પણ જો સામેવાળા તરફથી દુર્વ્યવહાર જ મળે તો મગજની કમાન છટકી જાય છે.

યાદ રહે ! જૂના જે ખરાબ શબ્દો બોલ્યા છે, તેના પડઘા

કર્મસત્તાએ જેટલા નક્કી કર્યા છે તેટલા સાંભળવા જ પડશે. હા ! જે સારો વ્યવહાર તમે કરો છો તે એળે નહીં જાય, તેના પણ સારા પડઘા સાંભળવા મળશે જ. ફક્ત થોડી ધીરજ કેળવો.

આ ઈકો પોલિસી શાશ્વત-સનાતન સિદ્ધાંત રૂપ છે. સારી -નરસી પ્રવૃત્તિના સારા-નરસા પડઘા સાંભળવા જ પડે છે. તેમાંથી ભલભલા રાજાઓનો પણ છૂટકારો નથી થતો. મણિરથ રાજા પોતાના નાના ભાઈ યુગબાહુની પત્ની મદનરેખા ઉપર મોહ્યો હતો. કામાંધ થયેલ રાજાને ગમે તેમ કરી પોતાના ભાઈની પત્ની મદનરેખાને વશ કરવી છે. પરંતુ જ્યાં સુધી યુગબાહુ જીવતો હોય ત્યાં સુધી તો મદનરેખા પોતાને મળે તે શક્ય નથી. એક વાર યુગબાહુ અને મદનરેખા બાગમાં ગયા હતા. રાત્રિનો મુકામ પણ તે જ ઉદ્યાનમાં તંબૂમાં રાખ્યો હતો. વાતાવરણ ખુશનુમા હતું. આ સમયે મણિરથ પોતાના કાળા મનોરથોને સાર્થક કરવા રાત્રિના અંધકારમાં અંધારપછેડો ઓઢીને આવે છે. લાગ મળતાં જ સૂતેલા યુગબાહુ ઉપર ઘા લગાવી ભાગે છે. યુગબાહુની ચીસ સાંભળતા જ મદનરેખા ઝબકીને જાગી જાય છે. જોયું તો પરિસ્થિતિ સમજાઈ ગઈ - મણિરથ, પોતાનો જેઠ પોતાને વિધવા બનાવવા માટે, પોતાને મેળવવા માટે બનતું કરી છૂટ્યો હતો. યુગબાહુનો અંતસમય નજીકમાં જ જણાતો હતો.

તરત જ મદનરેખાએ પતિની મરણદશાને સુધારી લેવા માટે તૈયારી આરંભી. મદનરેખા પતિની આંખમાં આવી ગયેલી લાલાશ પારખી ગઈ. તરત જ તેણે કીધું - 'વહાલા સ્વામી ! મણિરથ એ મારનાર નથી. એ તો માત્ર નિમિત્ત જ છે. **આપણા જ સુકૃતો કે દુષ્કૃતો સામેવાળાને નિમિત્ત બનાવી આપણી સામે પડઘા રૂપે ઉપસ્થિત થતા હોય છે.** માટે, મોટા ભાઈને દોષિત ન માનો. તેઓની સાથે ક્ષમાપના કેળવો. ઉપશમ ભાવમાં ઝીલો. અંત સમય સુધારી લો.'' હૃદયમાંથી નીકળેલા આ શબ્દોએ ખરો જાદુ કર્યો. યુગબાહુનું ચિત્ત સમાધિમાં સ્થિર બન્યું. મૃત્યુ બાદ દેવલોકમાં જવાનું સૌભાગ્ય સાંપડ્યું. મદનરેખાએ પણ મણિરથ ઉપર દુર્ભાવ ન થાય તેનું ધ્યાન રાખ્યું હતું. તે પણ સમજતી

હતી કે 'આ તો પડઘો જ છે. મણિરથ તો નિમિત્તમાત્ર છે. ફક્ત હાથો જ છે.'

પરંતુ ધર્મમહાસત્તાના હાથ ભારે લાંબા છે. કર્મસત્તા પણ જીવતી જાગતી છે. તેના રાજમાં ન્યાય તોળાયા વિના રહેતો નથી. મણિરથ કર્મસત્તાની પહોંચ બહાર ન હતો. ભલે તે રાજા હોવાથી દુન્યવી કોઈ પણ તત્ત્વ તેને શિક્ષા પહોંચાડવા અસમર્થ હોય, કિંતુ કર્મસત્તાના હાથમાં તે ઝડપાઈ ગયો. જેવો તે યુગબાહુને ખતમ કરી મદનરેખાને મેળવવાના સપનામાં રાચતો રાચતો બગીચાની બહાર જવા જાય છે ત્યાં રાત્રિના ઘેરા અંધારામાં કાળોતરો નાગ ડસી ગયો. ભારે કાતિલ ઝેર ! આખા રાજ્યનો સર્વસત્તાધીશ હોવા છતાં લાચાર સ્થિતિમાં રીબાતા રીબાતા મરણને શરણ થઈ પોતે કરેલ કરણીનું ફળ ભોગવવા નરકમાં રવાના થઈ ગયો. કર્મસત્તાએ ન્યાય તોળી દીધો !

જોવાની વાત એ છે કે મણિરથને કુદરતના દરબારમાં ન્યાય મળવાનો જ છે એ હકીકત છે. કુદરત મણિરથને દોષિત માને જ છે. મણિરથે યુગબાહુને દેખીતી રીતે અન્યાય કર્યો છે - એ પણ સનાતન સત્ય છે. છતાં કર્મસત્તા યુગબાહુને ગુસ્સો કરવાની છૂટ નથી આપતી. જો મણિરથ ઉપર યુગબાહુએ ગુસ્સો કર્યો હોત તો કર્મસત્તા અવશ્ય યુગબાહુને દોષિત ઠેરવી સજા કર્યા વિના રહેત નહીં. માટે, યુગબાહુએ તો 'ઈકો' પોલિસી અપનાવે જ છૂટકો. હકીકત પણ એ જ છે. જો યુગબાહુએ કોઈનું કશું જ ભૂતકાળમાં ન બગાડ્યું હોત, કોઈનું માનસિક પણ અશુભ ન ચિંતવ્યુ હોત તો આ પરિસ્થિતિ ઊભી થવાની જ ન હતી. પરંતુ ભૂતકાળની ભૂલો ભૂલાઈ ગઈ હોય છે. માટે સમાધિ ટકતી નથી, ક્રોધ છૂટતો નથી.

કર્મસત્તાના આ કાનૂનને બહુ સમજી લેવા જેવો છે. કર્મસત્તા ન્યાયી અને નિષ્પક્ષ છે. તે કોઈને છોડવા તૈયાર નથી. સજા કરવાનું કામ તેનું છે. માટે, સામેવાળાની સાથે જે દુર્વ્યવહાર કરશે તેનું ફળ તેને મળશે જ. ક્રોધાંધ બનીને જે પણ ખરાબ વ્યવહાર કરશે તેને તેનું ફળ અવશ્ય ભોગવવું જ પડશે. તે વખતે જે સમતા રાખે છે તે બચી

જાય છે. જો સામે ગુસ્સો કરી બેઠા તો તમારી સજા પણ કર્મસત્તા મુકરર કરી નાંખે છે. દુઃખની વાત એ છે કે ક્રોધથી આંધળો થયેલ માણસ આ વિવેકબુદ્ધિ ગુમાવી બેસે છે. સારા-નરસાનું કોઈ ભાન તેને રહેતું નથી. સર્વનાશ વહોરીને એ ક્રોધાંધ માણસ ખુવાર થઈ જાય છે.

દુર્યોધનને આના જ્વલંત ઉદાહરણ તરીકે રજૂ કરી શકીએ. કૌરવો અને પાંડવોના યુદ્ધની વાત જ્યારે ચાલી રહી હતી ત્યારે આ મહાસંહારને રોકવા કૃષ્ણ મહારાજ સ્વયં વિષ્ટિકાર બની દુર્યોધનની પાસે આવે છે. જાત જાતના પ્રસ્તાવો મૂકી સંધિ કરવા તૈયાર થાય છે. પણ, દુર્યોધન સહેજ પણ મચક આપવા તૈયાર થતો નથી. આખરે કૃષ્ણ મહારાજાએ છેલ્લામાં છેલ્લી વાત કરી - 'હસ્તિનાપુરની રાજગાદી તને સોંપી. પણ, પાંડવો માટે ફક્ત પાંચ ગામ તું આપી દે. બાકી આખું હસ્તિનાપુર તારું !' આટલી હદ સુધી કૃષ્ણ મહારાજા પાંડવો વતી નીચે ઉતર્યા. છતાં દુર્યોધન ક્રોધાંધ બની ચૂકેલ છે. ભાવીના અવશ્યંભાવી સર્વનાશને તે દેખતો નથી. અને ભરસભામાં ત્રાડ નાંખે છે - ''પાંડવોને સોયના ટોચકાના ભાગ જેટલી પણ જમીન આપવાની મારી કોઈ તૈયારી નથી.'' ક્રોધાંધ બનીને ઉચ્ચારેલી આ વાણી આખરે દુર્યોધનસહિત સમગ્ર કૌરવકુળનો સર્વનાશ નોતરી લાવી. સોયના ટોચકા જેટલી પણ ભૂમિ ન આપવાની ઈચ્છા ધરાવનારા દુર્યોધને પોતાના માથા સહિત આખે આખી હસ્તિનાપુરની ગાદી સોંપી દીધી. કેવી મૂર્ખતા ! ક્રોધાંધતાનો કેવો વરવો વિપાક !?

કહી શકીએ આપણે કે - ઘૂવડ દિવસે ન જુવે, કાગડો રાત્રે ન જુવે. આ ક્રોધાંધ માણસ તો એવો છે કે એ ન તો દિવસે જોઈ શકે છે કે ન તો રાતે જોઈ શકે છે. કામાંધ અને ક્રોધાંધ માણસ આખરે બહાવરો થઈ દિગ્મૂઢની જેમ સર્વસ્વ લૂંટાવી દે છે. આ જ અનુસંધાનમાં સંસ્કૃતનો એક શ્લોક આપણે ટાંકી શકીએ કે -

दिवा पश्यति घूको न, काको नक्तं न पश्यति ।
अपूर्वः कोऽपि क्रोधान्धः, दिवानक्तं न पश्यति ॥

ક્રોધાંધ બનીને સર્વનાશ વહોરવા કરતાં ક્રોધ ઉપર કાબૂ મેળવો.

તે માટે ગમે તેવી વિકટ પરિસ્થિતિમાં પણ માનસિક સંતુલન જાળવવું રહ્યું. અને આ માટે જ તો આ ઈકો પોલિસી છે. જ્યારે વિકટ પરિસ્થિતિ આવે ત્યારે જો ગુસ્સો કરી બેઠા તો કેસ તમે કર્મસત્તાને સોંપી દો છો, જે સજા કર્યા વિના રહેવાની નથી. જો વાચિક સમતા પણ જાળવી શક્યા તો કેસ ધર્મસત્તાને સોંપો છો, જે સજાને હળવી બનાવે છે. અને જો ઊંડાણથી પ્રભુભક્તિને સ્વીકારો તો કેસ પ્રભુસત્તા પાસે જાય કે જે સજાને માફ કર્યા વિના રહેતી નથી.

જગતમાં ત્રણ મહાસત્તાઓ છે. ત્રણેય ક્રમશઃ ચડિયાતી છે. પહેલી છે - કર્મસત્તા, બીજી છે - ધર્મસત્તા, ત્રીજી છે - પ્રભુસત્તા. કર્મસત્તા ન્યાયી છે. એ ભૂલ થાય તો સજા કર્યા વિના રહે નહીં. અને જો ભૂલ ન હોય તો સજા કરવાની ભૂલ એ કદાપિ કરતી નથી. બીજી ધર્મસત્તા સજામાં ધરખમ ઘટાડો લાવી દે છે. શૂળીની સજા સોયથી પતાવી દે છે. થોડી તે દયાળુ છે. અને ત્રીજી પ્રભુસત્તા તો પરમ કૃપાળુ છે. સજા માફ કરવાનું તેનું કાર્ય છે. પ્રભુની શરણાગતિ સ્વીકારનારને સર્વ સજાથી મુક્તિ મળે છે, તે નિર્વિવાદ છે. માટે વિકટ પરિસ્થિતિ વખતે કે જ્યારે આખું જગત અશરણ લાગે, સ્વજનો પણ પીઠ ફેરવી જાય ત્યારે પરમાત્મા જ શરણ બને. આ પ્રતાપ છે, પ્રભુસત્તાનો.

મૂળ વાત એટલી જ છે કે ઊભી થતી ગમે તેટલી વિકટ પરિસ્થિતિમાં આસપાસની કોઈ વ્યક્તિ જવાબદાર નથી. પણ તે વિકટ પરિસ્થિતિ માત્રને માત્ર પૂર્વે કરેલા કર્મોના પડઘા રૂપ જ છે. માટે, કોઈ પણ વ્યક્તિને તે-તે પરિસ્થિતિ પ્રત્યે જવાબદાર ઠેરવી તેના ઉપર ગુસ્સો કરવો તે નરી મૂર્ખતા જ છે, બીજું કશું નહીં. ઈકોનો આ સિદ્ધાંત અટલ છે, સર્વવ્યાપી છે. તેને કોઈ પડકારી શક્યું નથી.

જો તમે સારા શબ્દો બોલો તો પડઘામાં શબ્દો સારા જ સાંભળવા મળે અને શબ્દો જો મોઢામાંથી ખરાબ કાઢો તો પડઘા રૂપે સંભળાતા શબ્દો ખરાબ જ હોવાના. તેવી જ રીતે જો સારો વ્યવહાર કરવામાં આવે તો પડઘા રૂપે, તેના પ્રતિસાદ રૂપે સારો વ્યવહાર જ મળે. પણ, જો ખુદ સ્વયં જ ખરાબ વ્યવહાર કરેલ હોય તો તેના

પડઘામાં પણ ખરાબ વ્યવહાર જ મળે. જેમ ધવલશેઠ મારવા ગયા શ્રીપાળને. પણ, તેનું દુષ્પરિણામ આખરે એ જ આવ્યું કે ખુદ પોતાને મોતને ઘાટ ઉતરવું પડ્યું, સાતમી નરકે જવું પડ્યું. ઘટના સ્પષ્ટ રીતે જણાવે છે કે જેનું પુણ્ય સલામત હશે તે વ્યક્તિ સલામત જ રહેશે. તો પછી શા માટે તેના પ્રત્યે દુર્ભાવ - ગુસ્સો કરી વ્યર્થ નુકસાની વહોરવી ?

કદાચ તમે ગુસ્સામાં આવી સામેવાળાનું અનિષ્ટ કરવામાં સફળ થયા તો ખુશી નહીં થતા. સમજી લેજો કે કર્મસત્તાએ તમને બેવકૂફ બનાવ્યા. કારણ કે સામેવાળાને હેરાન થવાનું કર્મસત્તાના ચોપડામાં લખ્યું હતું. માટે તે હેરાન થાય છે. જો તેના નસીબમાં હેરાન થવાનું ન લખ્યું હોત તો તેનો વાળ પણ વાંકો ન થાય. અને જો તેના નસીબમાં હેરાન થવાનું લખ્યું જ હોય તો કર્મસત્તા ગમે તેમ તેને હેરાન કર્યા વિના રહેવાની નથી. તમારા દ્વારા કે બીજા કોઈના દ્વારા તે તેને હેરાન કરીને જ રહેશે. માટે, ગુસ્સામાં આવી જ્યારે તમે સામેવાળાનું અનિષ્ટ કરો છો ત્યારે માત્ર કર્મસત્તાના હાથા જ બની જાઓ છો. બાકી સામેવાળાને હેરાન થવાનું હતું. માટે તે હેરાન થાય છે. પરંતુ હેરાન કરવાના પરિણામથી તમે ફોગટ જ દુર્ગતિને વહોરી લો છો.

હકીકત જ્યારે આટલી સ્પષ્ટ હોય ત્યારે દરેકનું કર્તવ્ય એ જ બની રહે છે કે ગમે તેવી વિકટ પરિસ્થિતિમાં પણ સામેવાળાને દોષિત માનવાના બદલે મનનું સંતુલન જાળવી રાખવું. ઊભી થયેલ પરિસ્થિતિને પોતાની જ પ્રવૃત્તિના પડઘારૂપ સમજી સ્વસ્થતા જાળવવી. સૂર્યની સામે ધૂળ ફેંકનારની આંખમાં જ તે ધૂળ આવે છે. ગગનની સામે કાદવ ઉછાળનારના જ કપડાં ખરડાય છે, બગડે છે. તેમ બીજા સાથે દુર્વ્યવહાર કરવાના બદલામાં પોતાને પણ દુર્વ્યવહાર જ મળે છે. માટે હવેના દરેક વ્યવહારો સાવધાની અને સાવચેતી પૂર્વક કરવાનું લક્ષ્ય કેળવો. દરેક વ્યવહાર કરતા પહેલાં એટલી સ્વસ્થતા તો કેળવાવી જોઈએ કે ''આવો જ વ્યવહાર જો મારી સાથે થાય તો હું અવશ્ય રાજી

જ થઈશ.'' જેવા પ્રકારના વ્યવહારથી તમે નારાજ થતા હો તેવા વ્યવહારને કોઈની પણ સાથે ન કરો. તેને દૂરથી દેશવટો આપી દો.

કોઈ આદર-બહુમાનથી આપણને માન-સન્માનપૂર્વક બોલાવે તે ગમે. પણ, સ્વયં જ્યારે બીજાને આદર-બહુમાન આપવાનું આવે ત્યારે કેમ કંજૂસાઈ આવી જાય છે ? જેટલો આદર-બહુમાન બીજાને આપીએ તેટલો જ બીજા પાસેથી આપણને આદર-બહુમાન મળે. ઈકો પોલિસીની આ હકીકત સનાતન સત્ય રૂપ છે. માણસને ખબર છે કે ગોળગુંબજમાં હું જે બોલીશ તેનો પડઘો મારે સાંભળવો જ પડશે. માટે, તે સારો જ શબ્દ બોલશે, ખરાબ નહીં. પરંતુ જ્યારે જીવનવ્યવહારમાં વાત આવે ત્યારે માત્ર બીજા પાસેથી સારા વ્યવહારની અપેક્ષા હોય છે. મતલબ કે પડઘામાં સારો વ્યવહાર જોઈએ છે. પરંતુ સારો વ્યવહાર કરવાની કોઈ તૈયારી નથી હોતી. આપણાથી દબાઈ શકતા હોય તેની સાથે આપણે જો સતત દુર્વ્યવહાર જ કરે રાખતા હોઈએ તો પડઘામાં સારા વ્યવહારની આશા રાખવી મૂર્ખતાની પરિસીમા છે. થોડું અભિમાન ઓછું કરી બીજાને માન-સન્માન આપતા શીખીએ તો કંઈક ઠેકાણું પડે. બાકી અક્કડ રહેવા ગયા તો કર્મસત્તા ખો ભૂલાવી દે તેવી છે.

પેલો નેપોલિયન બોનાપાર્ટ. ભારે અભિમાની. કોઈની સાથે સારી રીતે વાત કરવા તૈયાર નહીં. પોતાના દરેક સૈનિકની સાથે તોછડાઈથી જ વાત કરે. એકવાર નેપોલિયન ઊંચેથી કંઈક લેવા માટે મહેનત કરતો હતો. પણ તેની ઊંચાઈ ઘણી ઓછી હોવાથી ત્યાં સુધી તે પહોંચી શકતો ન હતો. બાજુમાં જ નેપોલિયનનો અંગરક્ષક દ્ફ ફુટિયો ઊભો હતો. તેણે તરત જ કીધું - ''સર ! હું આપનાથી મોટો છું. માટે, મારો હાથ ત્યાં સુધી પહોંચી જશે.''

''શું બોલ્યો ? તું મારાથી મોટો છે ? મોટો નહીં, ઊંચો છે'' - નેપોલિયન તાડૂકી ઉઠ્યો. પોતાની જાતને સમ્રાટ માનનાર આ વ્યક્તિની હાલત છેલ્લે કૂતરા કરતાં પણ દયનીય થઈ. સેન્ટ હેલેના ટાપુ ઉપર કેદ અવસ્થામાં ઝેર ખાઈ-ખાઈને ધીમા મોતે મરવું પડ્યું. કેવો કરુણ અંજામ !

મૂળ વાત એટલી જ છે કે જેવો વ્યવહાર આપણે કરશું તેવો જ વ્યવહાર પડઘાવાનો છે, સામેવાળી વ્યક્તિ તરફથી તેવા જ પ્રકારનો વ્યવહાર થશે. દરેક વ્યક્તિ પોતાની સાથે સારો જ વ્યવહાર કરે તેવી જેને અપેક્ષા હોય તેણે દરેક વ્યક્તિ સાથે સારો વ્યવહાર કરે જ છૂટકો. આખા જગત સાથે તોછડાઈ ભરેલો વ્યવહાર કરનારને જગત તરફથી સારો વ્યવહાર મળે તેવી શક્યતા નથી. કોક ને કોક દિવસ તો આખું જગત એને ધિક્કારવાનું જ છે. માટે, જ્યારે પણ સામેવાળી વ્યક્તિ તમારા પ્રત્યે દુર્વ્યવહાર કરે ત્યારે તેના પ્રત્યે ગુસ્સો કરવાના બદલે 'આ તો મારા જ દુર્વ્યવહારનો પડઘો છે' - તેમ સમજી શાંત રહેવું તે જ શ્રેયઃકારી છે.

ટૂંકમાં, ઈકો પોલિસી એટલું જ કહે છે - ''જગતમાં બનતી સારી નરસી તમામ ઘટનાઓ એ એક પડઘા રૂપ જ છે. માટે, તારા જીવનમાં જ્યારે જ્યારે પણ કંઈક નરસું થાય, અશુભ થાય ત્યારે તે તે ઘટના પ્રત્યે કોઈકને જવાબદાર ઠેરવી તેના પ્રત્યે ગુસ્સો કરવાના બદલે તે તે તમામ ઘટનાઓ ભૂતકાળમાં 'મેં કરેલા અશુભનો જ પડઘો છે' - એમ સમજી જાતને જ તે તે ઘટના પ્રત્યે જવાબદાર ઠેરવી વર્તમાનમાં દરેકની સાથે સારો વ્યવહાર કરવા લાગી જવું તે જ ઉત્થાનનો સાચો રસ્તો છે. તેને સ્વીકારીશ તો કલ્યાણ ખુદ તારું છે. અને તેની ઉપેક્ષા કરવામાં નુકસાન પણ તને જ છે.''

બસ ! અપનાવો આ પોલિસીને ક્રોધની માત્રામાં, સમયમાં -દરેકમાં ધરખમ ઘટાડો અનુભવાઈને જ રહેશે.

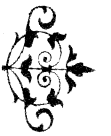
✺

ક્રોધમાં કહેલી બાબતો અંતે તો
ઊલટી જ પડે છે.

- મીનેંદર

૧૪

'અર્જુન' પોલિસી



આચાર્ય દ્રોણ પાંડવો અને કૌરવો સહુને ધનુર્વિદ્યાના પાઠ શીખવી રહ્યા હતા. દરેકને સમાન રીતે ધનુર્વિદ્યા પોતે શીખવાડી રહ્યા હતા. ઘણો સમય થઈ ગયો હતો. માટે દ્રોણાચાર્યને મન થયું કે - 'જોઉં તો ખરો, ધનુર્વિદ્યા કોને કેટલી પચી છે ?' અને એક વાર ધનુર્વિદ્યાની પરીક્ષા કરવાનું નક્કી કર્યું. આમ પણ હવે આગળ ધનુર્વિદ્યાના અઘરા અને મહત્ત્વપૂર્ણ પાઠ શરૂ થઈ રહ્યા હતા. જે યોગ્ય નીવડે તેને જ તે શીખવાડવામાં મહેનત લેખે લાગે. બાકી વ્યર્થ પ્રયાસ જ થાય. પરીક્ષા માટે સામાન્ય છતાં અદ્‌ભુત આયોજન આચાર્ય દ્રોણે કર્યું.

ઝાડ ઉપર એક પંખી બેઠું હતું. આચાર્ય દ્રોણે તે ઝાડથી દૂર રહી જ સૌને તે પંખી બતાવ્યું. અને કીધું - ''છાત્રો ! આજે તમારી પરીક્ષા મારે કરવી છે. જુઓ, સામે જે પંખી દેખાય છે તેની ડાબી આંખ વીંધવાની છે. તમે વારાફરતી નિશાન તાકો. પણ, હું કહું તે પહેલાં બાણ છોડવાનું નથી.'' સહુ પણછ ઉપર બાણ ચડાવી તૈયાર થઈ ગયા. પહેલા દુર્યોધનને તક મળી. શરસંધાન કરી દુર્યોધન તૈયાર થઈ ગયો. આચાર્ય દ્રોણનો ઈશારો થાય કે તરત જ બાણ છૂટી જાય

તેટલી તૈયારી દુર્યોધને કરી લીધી. નિશાન પણ બરાબર લઈ લીધું. અને દ્રોણાચાર્યજીએ પૂછ્યું - 'દુર્યોધન ! સામે તને શું દેખાય છે ?'

દુર્યોધને જવાબ વાળ્યો - 'આકાશ, ઝાડ, પક્ષી...બધું દેખાય છે.' દ્રોણાચાર્યે કીધું - 'સારું, હવે તું બેસી જા. પંખીની આંખ વીંધવાની નથી.' પછી યુધિષ્ઠિર આવ્યા, ભીમ આવ્યો - બધાંની લગભગ આ જ હાલત. છેલ્લે અર્જુન આવ્યો. તેણે પણ નિશાન લીધું. દ્રોણાચાર્યજીએ તેને પણ એ જ પ્રશ્ન પૂછ્યો - 'અર્જુન ! તને શું દેખાય છે ?' અર્જુને કીધું - 'મને માત્ર પક્ષીની ડાબી આંખ જ દેખાય છે.' દ્રોણાચાર્યજી હર્ષથી બોલી ઉઠ્યા - 'અર્જુન ! તું પરીક્ષામાં પાસ થઈ ગયો.'

અર્જુન પોલિસી આપણને આ જ સૂચવી રહી છે. જેમ અર્જુને બીજે કશે પણ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાને બદલે માત્ર પક્ષીની ડાબી આંખ ઉપર જ એટલે કે લક્ષ્ય ઉપર જ ધ્યાન કેન્દ્રિત કર્યું અને સફળ નીવડ્યો. તેવી રીતે જગતની અંદર તમામ વ્યક્તિમાં ગુણાત્મક સ્વરૂપના જે દર્શન કરે છે, તેની અંદર રહેલ ગુણમય વ્યક્તિત્વને જ નીરખે છે, તે વ્યક્તિ ક્રોધ ઉપર કાબૂ મેળવવામાં સફળ થઈને જ રહે છે. જે વ્યક્તિ ઉપર ગુસ્સો આવે તે વ્યક્તિના પણ ગુણો જ દેખાય તો ગુસ્સો શમ્યા વિના રહે નહીં. દરેક વ્યક્તિના ગુણોને મનમાં નોંધી રાખવા. એમાં પણ ઘરના, નિકટના જે જે પણ સભ્યો હોય કે જેના સંપર્કમાં રોજબરોજ આવવાનું થતું હોય તે તે વ્યક્તિઓના મહત્ત્વપૂર્ણ, આંખે ઉડીને વળગે તેવા ગુણો મગજમાં નોંધી રાખવા.

''મારો દીકરો ભલે ભણવામાં કાચો હોય, પણ એકદમ આજ્ઞાંકિત છે, સરળ છે, વાળો તેમ વળી જાય તેવો છે. જો એને પ્રેમથી કહીશ તો ચોક્કસ માની જશે'' - આ પ્રમાણે દરેક વ્યક્તિના ગુણો મગજમાં નોંધવામાં આવે અને અવસરે તેનો તે રીતે ઉપયોગ કરવામાં આવે તો ચોક્કસ તેના ઉપરનો ગુસ્સો ઉતરી જાય. કારણ કે જો સામેવાળા ઉપર આપણને પ્રેમ હોય, સદ્‌ભાવ હોય તો ગુસ્સો થાય તેવી શક્યતા નથી. ઊંડે ઊંડે થોડો ઘણો દ્વેષ સંગ્રહીત થયો છે. માટે જ તો ગુસ્સો આવે છે. અને વળી અત્યાર સુધી દરેકના દોષો જ જોયે રાખ્યા છે. પછી ગુસ્સો ન આવે તો થાય શું ?

દાનવીર હોય તો ય 'આ વ્યક્તિને નામનાની કામના ઘણી છે' - આમ તેના દોષ જ જોવાનું કામ થાય, 'આ તપસ્વી છે પણ ગુસ્સો પારાવાર છે', 'આ ધર્મિષ્ઠ છે પણ ઘરમાં કોઈને તેનાથી સંતોષ નથી', 'આ દેરાસરમાં ભક્તિ તો બહુ કરે છે. પણ છે પાછો ભારે કંજૂસ !' - આ રીતે સર્વત્ર માત્ર ને માત્ર દોષદર્શન જ કર્યા કર્યું હોય તો પછી અવસર મળતા બોઈલર ફાટે જ ને ! કડવા વચનો નીકળે જ ને ! જ્યાં સદ્‌ભાવ પૂરેપૂરો છલકાતો હોય ત્યાં ગુસ્સો પ્રગટે તેવી કોઈ શક્યતા જ નથી. અને જો ગુસ્સો પ્રગટતો હોય તો સમજવું કે દ્વેષ અને દુર્ભાવ છલોછલ ભર્યા પડ્યા છે. હા ! દરેક વ્યક્તિમાં દોષો તો રહેલા જ છે. પણ, તે દોષોને જોવાની જરૂરિયાત શી છે ? ઊલટું દરેક વ્યક્તિમાં દોષો જ જોઈ - જોઈને હલકી મનોદશા, હલકી મનોવૃત્તિ જ પુષ્ટ થાય છે.

બગીચો બહુ મસ્ત રીતે ખીલ્યો હતો. ફૂલો પણ મહેંકતા હતા. ચંપો, જાસૂદ વગેરે ફૂલોથી આખો બાગ લચી રહ્યો હતો. હા ! બગીચામાં એક ખૂણામાં મરેલો ઉંદર પણ પડ્યો હતો. તેની બદબૂ પણ થોડી થોડી આવતી હતી. એ વખતે ઉપર આકાશમાં કોયલ ઉડી રહી છે. તેને ફૂલ અને તેની સુગંધ જ જણાય છે. કોયલ એ મરેલા ઉંદરની નોંધ લેવા પણ તૈયાર નથી. જ્યારે આકાશમાં ઊડી રહેલા કાગડાને ફૂલોની કોઈ પડી નથી. એ તો મરેલા ઉંદરને શોધવામાં જ મસ્ત છે. કોયલ મરેલા ઉંદર સામું જોવા તૈયાર નથી, પોતાના મગજમાં એની નોંધ સુદ્ધા લેવા તૈયાર નથી. જ્યારે કાગડાને ફૂલોની મદમસ્ત સુવાસની કંઈ પડી નથી. એને મડદા ચૂંથવામાં જ મજા આવે છે.

પોતાની જાતને આ પ્રશ્ન કરવા જેવો છે કે - પોતાની ચિત્તવૃત્તિ કેવી ? કાગડા જેવી કે કોયલ જેવી ? કોઈ પણ વ્યક્તિમાં રહેલ સદ્‌ગુણોની સુવાસ લેવામાં આનંદ કે એના દોષો જ ચૂંથવામાં આનંદ. આ જીવને અનાદિ કાળથી પારકા દોષોને ચૂંથવામાં જ મજા આવે છે. જીવ કાકવૃત્તિને જ પુષ્ટ કરતો આવ્યો છે. હવે કોયલવૃત્તિ વિકસાવવાની જરૂર છે. જો કોયલવૃત્તિ વિકસાવી તો આખા જગત પ્રત્યે અહોભાવ

જાગશે. આખું જગત ગુણીજનોથી ભર્યું ભર્યું લાગશે. સર્વત્ર ગુણોની સુવાસ મહેંકતી લાગશે. ક્યાંય કોઈના પણ પ્રત્યે ન રોષ, ન રીસ, માત્ર પ્રમોદ ભાવ.

પરમાત્માને તમામ જીવોના દુર્ગુણો દેખાય છે. છતાં રસ દુર્ગુણો જોવામાં નહીં, પણ સદ્‌ગુણોને જોવામાં છે. પરમાત્મા આપણામાં પડેલા અનંતજ્ઞાન, અનંતદર્શન... તરફ નજર રાખીને બેઠા છે. બાકી આપણા જીવનના બધાં દુર્ગુણો ઉપર જ પરમાત્મા રસ લે તો જિનશાસનની પ્રાપ્તિ આપણને પરમાત્માની કૃપાથી કદી થાય ખરી ? પરમાત્માએ આપણા તમામ દુર્ગુણોને નજર અંદાજ કરી માત્રને માત્ર સદ્‌ગુણો ઉપર જ નજર રાખી. કૃપાદૃષ્ટિ કરી. માટે, જિનશાસનમાં પ્રવેશ મળ્યો.

એક વાત વિચારવા જેવી છે. બગીચામાં ફૂલો પણ છે, સાથે સાથે મરેલો ઉંદર પણ છે. કાગડો મરેલા ઉંદરને જ ચૂંથે છે. બગીચાએ મરેલા ઉંદરને સંઘરી રાખ્યો તે વાત બરાબર, પણ વધુ દોષિત કોણ ઠરે ? - મરેલા ઉંદરને સંઘરનાર બગીચો કે બગીચામાં રહેલી બીજી અનેક સારી ચીજવસ્તુનો આનંદ છોડી માત્ર ઉંદરમાં જ રસ લેનાર કાગડો ? સ્પષ્ટ છે કે કાગડો જ વધુ દોષિત ઠરે. તો પછી **પોતાનામાં દુર્ગુણ સંઘરનાર સામેવાળી વ્યક્તિ વધુ ગુનેગાર કે પછી તેનામાં ધરબાયેલા અનેક સદ્‌ગુણોને બદલે માત્ર તેના દોષને જ જોવાનું વલણ ધરાવનારી પોતાની જાત વધુ ગુનેગાર ?** માનવું જ પડે કે પોતાની જાત વધુ ગુનેગાર છે. સામેવાળો જેટલો ઠપકાપાત્ર છે તેના કરતાં વધુ ઠપકાપાત્ર પોતાની જાત છે. આથી, જ્યારે જ્યારે પણ પારકા દોષો જોવાની પ્રવૃત્તિ માનવી કરે છે ત્યારે ત્યારે તે વધુને વધુ ગુનેગાર ઠરતો જાય છે. ફલતઃ માનવે વધુ ગુસ્સો તો પોતાની જાત ઉપર જ કરવો રહ્યો.

આગ્રાની અંદર તાજમહાલ પણ છે અને ઉકરડો પણ છે. કિંતુ આગ્રામાં જનાર વ્યક્તિ તાજમહેલને જોવા જાય છે, ઉકરડાને જોવા નહીં. તો પછી સામેવાળી વ્યક્તિમાં રહેલા ગુણરૂપી તાજમહેલને જોવાને બદલે શા માટે તેનામાં પડેલા દોષો રૂપી ઉકરડાને જ જોવાનું મન થાય

છે ? દોષો અને ગુણો બન્ને સામેવાળી વ્યક્તિમાં છે જ. પ્રશ્ન ૨ છે કે રસ શેમાં ? દૃષ્ટિ કઈ ? માણસમાં રહેલ સિદ્ધસ્વરૂપને જોવ દૃષ્ટિ છે કે દોષોના ઉકરડાને જોવાની દૃષ્ટિ છે ? સામેવાળી વ્યક્તિમાં રહેલ ગુણમય વ્યક્તિત્વને જોવામાં રસ કે તેનામાં રહેલ દોષોને જોવામાં રસ ?

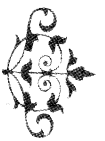
૧૪મી જાન્યુઆરીએ ધાબામાં કે અગાસીમાં માનવી જાય છે પતંગ ચગાવવા. કારણ કે ધાબામાં જતી વખતે પૂછવામાં આવે કે ક્યાં જાય છે ? તો જવાબ એ જ આવે કે પતંગ ચગાવવા જઉં છું. પણ, આશ્ચર્ય તો એ સર્જાય છે કે જ્યારે એ જ માણસ પાછો નીચે આવે ત્યારે કેટલા પતંગ ચગાવ્યા ? - તે વાત નથી કરતો. પણ, કેટલા કાપ્યા ? તેની જ વાત કરતો હોય છે. પૂછનાર પણ એ જ પૂછતો હોય છે. એટલે સહેજે એમ થાય કે રસ પતંગ ચગાવવામાં છે કે પતંગ કાપવામાં ? બીજાને ઉતારી પાડવામાં, સામેવાળાની કંઈક ભૂલ થાય કે તરત જ તેની મજાક કરવામાં, તેની મસ્તી કરવામાં રસ સાધકને ન હોય. ગુસ્સાને કંટ્રોલમાં લેવાનો મજાનો ઉપાય એ છે કે આખા જગતને ગુણીયલ તરીકે જુવો. કારણ કે જેના ઉપર ગુસ્સો આવ્યો છે તે વ્યક્તિ જો ગુણથી ભરપૂર દેખાતી હોય, તેના ઉપર છલોછલ સદ્‌ભાવ ભરેલો હોય તો ગુસ્સો થાય જ શી રીતે ?

ટૂંકમાં, અર્જુન પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે કે ''અર્જુનની જેમ તમારી નજર માત્રને માત્ર દરેક વ્યક્તિના ગુણો ઉપર કેન્દ્રિત કરો, તેના ગુણો જ જુવો. ગુસ્સો કાબૂમાં આવીને જ રહેશે.''

ગુસ્સાને કાબૂમાં લેવા સંકલ્પના ધોરણે આ પોલિસી અપનાવીએ. પછી આ પોલિસીનું પરિણામ ચર્ચાનો વિષય નહીં કિંતુ અનુભવનો વિષય બનશે. સાચો અને સારો ઉપશમરસ ચાખવા મળશે. ઉપશમરસ બહુ મીઠો છે. વિશ્વાસ નથી આવતો ? ચાખી જુવો.

૧૫

‘ટેઇલર’ પોલિસી



ગૌતમ બુદ્ધ એકવાર સભામાં પ્રવચન કરી રહ્યા હતા, ત્યાં એક વ્યક્તિ સભામાં આવી ઉશ્કેરાટમાં ભારે અપશબ્દો બોલવા લાગ્યો. સભામાં બધાની હાજરીમાં ગૌતમ બુદ્ધની ઠેકડી ઉડાડવા લાગ્યો. અપમાન કરવા લાગ્યો. પ્રવચન સભામાં બેઠેલા બધાં સમસમી ગયા. પણ, ગૌતમ બુદ્ધ એ જ શાંત અને સ્વસ્થ મુદ્રામાં છે. આનંદ સહિતના બધા શિષ્યો પણ ઊંચા-નીચા થઈ ગયા. જો ગૌતમ બુદ્ધ તરફથી કંઈ પણ ઈશારો મળે કે સંમતિસૂચક હાવભાવ જોવા મળે તો બધાં એ માણસની હાલત બગાડી નાંખે. પણ, ગૌતમ બુદ્ધ તો એ જ સ્વસ્થ અને શાંત મુદ્રામાં હતા. ઊલટું એમને જોઈ આનંદ વગેરેનો ગુસ્સો પણ શમવા લાગ્યો.

પણ, એ માણસને તો જાણે કંઈ પડી જ નથી. ગૌતમ બુદ્ધ તરફ અપશબ્દોનો મારો તેણે તો ચાલુ જ રાખ્યો. કેટલીક વાર થઈ અને આખરે એ થાક્યો. કારણ કે તાળી બે હાથે પડે. અહીં તો આટ-આટલા અપશબ્દો બોલવા છતાં સામેથી કશી જ પ્રતિક્રિયા નથી દેખાતી. જાણે દીવાલ સામે પોતે બોલબોલ કરી રહેલ હોય તેવું લાગતું હતું. એની મેળે એ ભાઈનો ગુસ્સો શમી ગયો, ઓસરી ગયો.

આ એક સમજવા જેવી વાત છે. જ્યાં સુધી ક્રોધની સામે ક્રોધ કર્યે જ રાખવામાં આવે ત્યાં સુધી ક્રોધ શમતો નથી. એ વધ્યે જ રાખે છે. **સામેવાળો ગમે તેટલો ગુસ્સે થયેલ હોય પણ, જો તેની સામે પ્રતિક્રિયા દાખવવાનું બંધ કરી દેવામાં આવે તો આખરે એને જ હારવું પડે છે.** એને જ ગુસ્સો છોડવો પડે છે. કારણ કે એક હાથે તાળી કેવી રીતે પડે ? ગૌતમ બુદ્ધે કોઈ જ પ્રતિક્રિયા ન દાખવી. તેના પરિણામે થોડાક જ વખતમાં, પોતે જે ધાર્યો હતો તેના કરતાં અડધા સમયમાં ગુસ્સો સમેટી લેવો પડ્યો. વીલે મોઢે એ ભાઈ પાછા ફર્યા.

જેવા એ ભાઈ ગયા કે દરેક શિષ્યોના મનમાં ઘોળાતી શંકાને આકાર આપતો પ્રશ્ન આનંદે પૂછ્યો – ''ભંતે ! આપ તે માણસને જવાબ આપી શકવા સમર્થ હતા, છતાં આપે મૌન કેમ ધારણ કર્યું ? શા માટે અસત્યનો પ્રતીકાર ન કર્યો ? શું અસત્યનો પ્રતીકાર નહીં કરવાનો ? આપ કેમ મૌન જ રહ્યા ?''

ગૌતમ બુદ્ધે જવાબ આપ્યો – ''આનંદ ! આપણા બોલવાથી કોઈનું કશું સુધરતું હોય, કોઈને કશો ફાયદો થતો હોય તો બોલેલું લેખે લાગે. આપણા બોલવાથી જો સામેવાળાના ગુસ્સામાં વધારો જ થતો હોય, બોલવાથી બગડતું જ હોય ત્યાં મૌન રહેવું એ જ ધર્મ છે. સોનાની જાળ પાણીમાં ન નંખાય. ક્યારેક વાણી જે કામ નથી કરતી તે કામ મૌન કરી આપે છે.'' આટલું કહી ગૌતમ બુદ્ધે પ્રવચન ચાલુ કરી દીધું, જાણે કશી ઘટના ઘટી જ ન હોય તેમ રોજીંદા ક્રમ મુજબ જ ગૌતમ બુદ્ધે પ્રવૃત્તિ કરી.

આ બાજુ પેલા ભાઈ ગૌતમ બુદ્ધની સામે ગાળાગાળી કરી ઘરે આવ્યા. વિચારમાં પડી ગયા – મેં આટલું બધું હદ બહારનું જાહેરમાં ગૌતમ બુદ્ધને સંભળાવ્યું. છતાં, તે સંત પુરુષ તો મૌન જ રહ્યા. આખી સભા તેમની હતી. જો તે ધારત તો ચોક્કસ મારું અપમાન કરાવી શકત. મારી મારપીટ પણ કરાવી શકત. પણ આમાનું કશું જ કરવાને બદલે તે તો સાવ શાંત જ રહ્યા. મોઢાની એક રેખા પણ તેમની બદલાઈ નહીં. પૂર્વના જેવી જ પ્રસન્નતામાં તેઓ મહાલતા રહ્યા. ખરેખર આ

જ સાચા સંત છે. સાચા સંતો જ આવી ભૂમિકાએ પહોંચી શકે... અને આ વિચારોમાં ચડતા ચડતા એ ભાઈના દિલમાં ભારે પશ્ચાત્તાપ પ્રગટ્યો અને બીજે દિવસે ભરસભામાં બુદ્ધની માફી માંગવાનું નક્કી કરે છે.

મતલબ સ્પષ્ટ છે કે જ્યારે સામેવાળો આક્રોશ વરસાવતો હોય તેવા વખતે ધારણ કરેલું મૌન, જાળવી રાખેલી પ્રસન્નતા તેને આત્મખોજ કરવા મજબૂર કરે છે. શાંતિ જાળવવાથી સૌથી પહેલો ફાયદો એ જ થાય કે એકપક્ષી યુદ્ધનો તાત્કાલિક વિરામ આવી જાય. તથા બીજો ફાયદો એ કે શાંત ચિત્તે વિચારવાની, પોતાની ભૂલ શોધવાની અને તેને કાઢી નાંખવાની ભાવના સામેવાળી વ્યક્તિમાં પ્રગટી શકે. દુનિયાની તમામ વ્યક્તિમાં 'શુભતત્ત્વ' પણ રહેલું જ છે. જો તેને તેવું વાતાવરણ મળે તો ચોક્કસ તે પ્રગટ થાય, સક્રિય થાય. આપણી ફરજ એટલી જ કે તેના શુભતત્ત્વને ઉજાગર કરતું વાતાવરણ પૂરું પાડવું.

જો સામસામા આવી જઈ ગુસ્સો કરવામાં આવે તો બેમાંથી એક પણ પક્ષ સામેવાળાની સાચી વાત પણ સ્વીકારવા તૈયાર નહીં થાય. આક્રોશ વધતો જ ચાલશે. કોઈ પણ ભૂલ નહીં સ્વીકારે. પોતાની ભૂલ શોધવાનો પ્રયાસ પણ નહીં કરે. જે પણ પ્રયાસ કરશે તે સામેવાળાની ભૂલ શોધવાનો પ્રયાસ કરશે. પરિણામે, ક્રોધની આગ ભડકે બળતી જ રહે, બળતી જ રહે... દ્વેષ વધતો જ ચાલે, વેરના મૂળિયા વધુને વધુ ઊંડા વવાતા જાય. સંભવિત આ તમામ નુકસાનોની પરંપરાથી બચવાના ઉપાય તરીકે ગૌતમ બુદ્ધે અપનાવેલો ઉપાય બહુ કારગત છે. સામેવાળો ગમે તેટલો આક્રોશ કરે, એક હરફ સુદ્ધાં ઉચ્ચારવાની જરૂરત નથી. ભલે ને ગમે તેવા આક્ષેપો મૂકે, મૌન રહેવામાં જ મજા છે. તો જ સામેવાળી વ્યક્તિને પણ પોતાની ભૂલનો અહેસાસ થશે. અહીં પણ એવું જ થયું. પેલા ભાઈને પોતાની ભૂલ સમજાઈ. ગૌતમ બુદ્ધની માફી માંગવાનું નક્કી કર્યું.

બીજે જ દિવસે પ્રવચનસભામાં એ ભાઈ પાછા આવ્યા. જો કે ગઈકાલ કરતાં આજના એ ભાઈમાં ઘણું પરિવર્તન આવી ચૂક્યું હતું. ગુસ્સાથી ધમધમતા ગઈકાલના ભાઈ કરતાં આ ભાઈ તો અશ્રુની ધાર

વહાવનારા તદ્દન જુદા જ લાગતા હતા. ગઈકાલની અને આજની મુખમુદ્રા વચ્ચે કોઈ સામ્ય જણાતું નથી. પરંતુ ગઈકાલના આ ગાળાગાળી કરનાર વ્યક્તિ પ્રત્યે ગઈકાલની સભામાં ઉપસ્થિત રહેનારા આનંદ સુદ્ધાં સહુ શિષ્યોને સહેજ પણ સહાનુભૂતિ જાગી નથી. દરેકના મોઢાં બગડ્યા. કોઈક ઉશ્કેરાયા પણ ખરા. સહુ એને ગઈકાલના દૃષ્ટિકોણથી જ જોતા હતા. ગઈકાલે સહુએ એના માટે જે નબળો અભિપ્રાય બાંધ્યો હતો, તે છોડવાની હજુ કોઈની તૈયારી જણાતી ન હતી. ગઈકાલનો હિસાબ આજે વસૂલી લેવાની પણ ઘણાંની ઈચ્છા જણાતી હતી.

એ ભાઈ તો પશ્ચાત્તાપની પાવક જ્વાળામાં પ્રજ્વળી રહ્યા હતા. આંખમાંથી દડ-દડ આંસુ સર્યે જતા હતા. બુદ્ધની નજીક પહોંચ્યા કે તરત જ બુદ્ધે આવકાર્યા - ''પધારો ભાગ્યશાળી !'' પેલા ભાઈ તો સીધા તેમના ચરણોમાં જ પડ્યા અને ધ્રૂસકે ધ્રૂસકે રડવા જ લાગ્યા. 'મને માફ કરી દો, મને માફ કરી દો...' આ જ વાતનું ઉચ્ચારણ કરી રહ્યા હતા. બુદ્ધ સાથે નજર મેળવવાની તાકાત પણ ગુમાવી દીધી હતી. પણ બુદ્ધ તો એ જ શાંત અને પ્રસન્ન મુદ્રામાં હતા. એમણે પૂછ્યું - 'અરે ભાગ્યશાળી ! તમે કેમ રડો છો ? તમારો શો ગુનો થયો છે ?' આ સાંભળીને પેલા ભાઈને આશ્ચર્ય થયું. 'શું આપ મને ઓળખતા નથી ? મને ભૂલી ગયા ? ગઈકાલે આપની તરફ ગાળાગાળી કરનાર, આપની ઉપર આક્ષેપો મૂકનાર એવા મને ભૂલી ગયા ? શા માટે આપ આવી મજાક કરો છો ?'

બુદ્ધે જવાબ આપ્યો - 'ના, ભાગ્યશાળી ! ગઈકાલે જે આવ્યા હતા તે આપ નથી. કારણ કે, ગઈકાલે આવનાર ભાઈના મુખ ઉપર ક્રોધરૂપી રાક્ષસે અડ્ડો જમાવ્યો હતો. તમારા મોઢા ઉપર તો ક્ષમાનું અમૃત દેખાય છે. એનું મોઢું રૌદ્ર હતું. તમારું મોઢું સૌમ્ય છે. એની આંખ ક્રોધથી લાલચોળ થઈ ગઈ હતી, તમારી આંખ રડી રડીને લાલ થઈ ગઈ છે. એની જીભ ઉપર કડવાશે વાસ કર્યો હતો. તમારી જીભમાંથી તો મીઠા મધઝરતા શબ્દો નીકળી રહ્યા છે. ના, ના, આટ-આટલા

તફાવતવાળો માણસ એક કેમ હોઈ શકે ? તમે બીજા માણસ છો.' ગૌતમ બુદ્ધ જાણતા હતા કે માણસ એ જ છે. પણ, 'જ્યારે આ વ્યક્તિ મને બીજી વાર મળી રહેલ છે ત્યારે તેને જૂના જ દૃષ્ટિકોણથી શા માટે જોવો ?'- આવી ઉદાત્ત વિચારધારા તેમણે આત્મસાત્ કરી હતી.

ટેઈલર પોલિસી આપણને આ જ કહી રહી છે. જેમ દરજી દર વખતે નવું નવું માપ લે છે. જૂના માપથી ક્યારેય તે કપડા સીવતો નથી. તે દરેક વખતે નવા જ માપ લે છે. જો જૂના માપથી જ કપડા સીવવામાં આવે તો કપડા સીવવામાં અન્યાય થઈ જાય. ઘરાકને પણ તે ન્યાય ન આપી શકે. દરજીને પણ ખબર છે કે- જૂના માપથી આજે કપડા ન સીવાય. આગલા વર્ષના માપથી આજે કપડા ન સીવાય. તો પછી આપણી પાસે પણ આ સમજણ તો હોવી જ જોઈએ કે, કોઈ વ્યક્તિએ ૬ મહિના પહેલા નબળો વ્યવહાર કર્યો હોય કે કોઈકની સાથે તેનો દુર્વ્યવહાર આપણે જોયો હોય પછી જ્યારે ફરી મળે ત્યારે તેના પ્રત્યે પૂર્વગ્રહ બાંધી દુર્વ્યવહાર ન જ કરાય. 'આ લુચ્ચો છે, છેતરનાર છે, ગુસ્સાખોર છે..' આવો પૂર્વગ્રહ બંધાઈ જાય એટલે પોતાની સાથે એ સારો વ્યવહાર કરે તો પણ તે સારો લાગતો નથી.

સામેવાળાની દરેક પ્રવૃત્તિને, મનમાં નક્કી કરેલા તેના પ્રત્યેના પૂર્વગ્રહોના આધારે જ આપણે મૂલવીએ છીએ. માની લઈએ કે કદાચ ૬ મહિના પહેલા તેનામાં તેવા દોષ હતા. પણ શું ૬ મહિનાની અંદર કશું બદલાઈ ન શકે ? તેના ભાવ પલટાઈ ન શકે ? અને બીજા સાથે તેનો ઋણાનુબંધ ન હોવાથી તેણે સારો વ્યવહાર ન કર્યો હોય. પણ પછી આપણી સાથે વ્યવહાર કરવા આવે ત્યારે પણ તે તેવા પ્રકારના દુષ્ટ આશયથી જ વ્યવહાર કરતો હશે - તેવું માનવામાં કારણ શું ? પ્રમાણ શું ? 'દરેક સાથે જ્યારે નવી મુલાકાત થાય ત્યારે તેની કોઈ જૂની ગલત ઈમ્પ્રેશન મગજમાં નથી જ રાખવી' - આવો સંકલ્પ કરવો જરૂરી છે. બાકી આપણા હાથે તેને અન્યાય થઈ જશે. નાના બાળકો પણ સમજે છે કે 'નવી ગિલ્લી, નવો દાવ.' તો પછી આપણે શા માટે જૂના વિચારો અને પૂર્વગ્રહોના આધારે જ વર્તમાનની તેની પ્રવૃત્તિને મૂલવવી ?

વૈરની પરંપરા લાંબી ચાલે છે તેના મૂળમાં આ જ બાબત લગભગ હોય છે. એક વાર કોઈક નબળો વ્યવહાર આપણી સાથે કોઈકે કર્યો એટલે બીજી વાર કદાચ સામેવાળાને મનમાં તેવી કોઈ ધારણા કે આશય ન હોય છતાં આપણે જૂના વ્યવહારને યાદ રાખી એવો રૂક્ષ વ્યવહાર કરીએ કે સામેવાળાને પણ જૂનો પ્રસંગ યાદ આવ્યા વિના ન રહે. છેલ્લે તેને પણ ગુસ્સો ચઢે છે. મતલબ, પ્રથમ મુલાકાતના વાંકે બીજી મુલાકાત પણ બગડે છે. અને આ પરંપરા આગળ વધતી જ જાય, મન વધુ ને વધુ ક્રોધમાં ડૂબતું જ જાય. વેરની પરંપરા સર્જાતી જાય. લંબાતી જાય. અને એના કટુવિપાકો ભોગવવાના આવે ત્યારે આંખે અંધારા આવી જાય છે.

માટે, વેરની પરંપરા અટકાવવા માટે આ પોલિસી અત્યંત કારગત છે. જો બીજી મુલાકાત વખતે, જીંદગીની પહેલી જ મુલાકાત હોય તેમ, પૂર્વગ્રહમુક્ત બની હસી-ખીલીને પ્રસન્નતાપૂર્વક વાત કરી હોત તો બીજી મુલાકાત સુધરી જાત. સામેવાળી વ્યક્તિને પણ કદાચ આપણા વ્યવહારથી પોતાના પ્રથમ મુલાકાત વખતના દુર્વ્યવહાર ઉપર શરમ ઉપજે. તેને પણ પોતાની ભૂલ સુધારવાની તક મળે. જો બીજી મુલાકાત પહેલી મુલાકાતની અસર નીચે જ યોજવામાં આવે તો સામેવાળાને પણ ગુસ્સો ચઢશે, પોતાની ભૂલ દેખાય કે તેના ઉપર પશ્ચાત્તાપ જાગે તેવી કોઈ શક્યતા નહીં રહે. તથા સામેવાળી વ્યક્તિએ ૬ મહિના પહેલાં દુર્વ્યવહાર કર્યો હોય ત્યારના સંયોગ, ત્યારની પરિસ્થિતિ, ત્યારના એના અને તમારા કર્મ, ત્યારનો સમય, બધું જ અત્યારે પલટાઈ ચૂક્યું હોય છે. એ વ્યક્તિના પોતાના મનના સમીકરણો, ગણિત વગેરે બધું બદલાઈ ચૂક્યું હોય છે. તો પછી શા માટે એની સાથે પૂર્વેના વ્યવહારોના આધારે જ વર્તાવ કરવો ?

ધારો કે કોઈક વ્યક્તિનો અંતિમ સમય ચાલી રહ્યો છે. અંતિમ સમયે મળવા આવનારી વ્યક્તિ સાથે શું કોઈ ધર્માત્મા બગાડે ? એના જૂના વ્યવહારને યાદ કરી નબળો વર્તાવ કરે ? કે બધું ભૂલી જઈ તેની સાથે ક્ષમાપના જ કરી લે. હળવોફૂલ બનીને વાત કરે ને !

અંતિમ સમયે કોઈની પણ સાથે માણસ બગાડતો નથી. કારણ કે સમજે છે - 'હવે ઘડી-બેઘડીનો મહેમાન છું. તો પછી શા માટે કોઈની સાથે મારે બગાડવું ?' આ જ સમજણ જીવનની પ્રત્યેક ક્ષણે અપનાવવા જેવી છે. કારણ કે દરેક દિવસ જીંદગીનો છેલ્લો દિવસ હોઈ શકે છે. માટે આજે મારી જીંદગીનો છેલ્લો દિવસ છે - એમ સમજી સહુની સાથે હસી-ખીલીને રહેવા જેવું છે. 'જૂના વ્યવહારોને ભૂલી જઈ આજે સહુની સાથે મારે હસવું છે, મળવું છે, આજે મારી જીંદગીનો છેલ્લો દિવસ છે' - એમ સવારે ઉઠતાં જ વિચારી લો, નક્કી કરી લો. પછી લોકોની સાથે વ્યવહાર કરો. ઘણો ઘણો ફરક પડી જશે. કોઈની પણ સાથે વ્યવહાર બગાડવાનું મન નહીં થાય.

હકીકત પણ એ જ છે ને ! રાત્રે જ્યારે પણ સૂઈએ છીએ ત્યારે દરેક રાત્રે શક્યતા રહેલી જ હોય છે કે આવતી કાલ આવવાના બદલે આવતો ભવ આવી જાય. ઘણાના પ્રસંગો પણ તેવા સાંભળ્યા જ છે. છતાં જ્યારે પણ લોકોની સાથે વ્યવહાર કરવાનો પ્રસંગ આવે ત્યારે હજારો ભવ સુધી એ વ્યક્તિ તમારો પીછો ન છોડવાનો હોય તે રીતે તેની સાથે ફૂંકી-ફૂંકીને વ્યવહાર કરો છો. 'આ મારું કશું બગાડી તો નહીં લે ને ?' - આ જ વૃત્તિ સામેવાળાની સાથે નિખાલસ વ્યવહાર કરતા અટકાવી દે છે. જો 'આ મારી જીંદગીનો છેલ્લો દિવસ છે' - એમ ખ્યાલમાં આવે તો બાહ્ય કોઈ પણ સામગ્રીની રુચિ ન રહે, તેના નુકસાનની ચિંતા ન રહે. ગમે તે પળે મારું મોત આવી શકતું હોય ત્યારે શા માટે કોઈની પણ સાથે મારે મારો વ્યવહાર બગાડવો ?'

ટેઈલર પોલિસી પણ એ જ કહે છે કે દરેકની સાથે નવા માપ પ્રમાણે જ વ્યવહાર કરો. જૂના માપથી કોઈની પણ સાથે વ્યવહાર ન કરો. જૂની જે પણ ઘટનાઓ, પ્રસંગો બની ગયા છે તેને ભૂલી જાઓ. એ નબળા પ્રસંગોની અસર નીચે રહી વર્તમાનમાં સામેવાળાના સારા વર્તાવને, સારા વ્યવહારને પણ ખરાબ માનવાની ગંભીર ભૂલ ન જ કરવી જોઈએ. હા ! સામેવાળાના સારા પ્રસંગો ચોક્કસ યાદ રાખીએ ! પણ, નબળા પ્રસંગો યાદ રાખી તેની સાથે વૈરની પરંપરા સર્જવાની ભૂલ તો ન જ કરવી જોઈએ.

કોઈ પણ વ્યક્તિ સાથે વ્યવહાર કરવાનો આવે ત્યારે 'આ વ્યક્તિ પહેલાં મને મળી ગઈ છે, આ જૂની વ્યક્તિ છે' - એમ સામેવાળી વ્યક્તિને, જૂની વ્યક્તિ તરીકે જોવાને બદલે 'આ નવી જ વ્યક્તિ છે. જીંદગીમાં સૌપ્રથમવાર જ તે મને મળી રહેલ છે' - આ રીતે નવી વ્યક્તિ તરીકે જ જુવો. તો જ તેના ઉપર જે ગુસ્સો પ્રગટી ઊઠે છે તે શમી શકશે. હા ! કદાચ આ જ વ્યક્તિએ ૬ મહિના પહેલાં ખરાબ વર્તાવ કર્યો હોઈ શકે, પણ તે વખતે તો તે કર્માધીન હતો. ''એ જીવનો ક્યાં વાંક જ છે ? કર્માધીન બની એ બિચારો અથડાએ રાખે છે. એના કર્મના વાંકે હું અત્યારે એને કેમ સજા કરી શકું ? પાડાના વાંકે પખાલીને ડામ થોડા અપાય ? અરે ! વાંક એના કર્મનો જેટલો છે તેનાથી વધુ તો મારા કર્મનો છે. કારણ કે મારા એવા વાંકા કર્મો હોય તો જ તે મારી સાથે દુર્વ્યવહાર કરી શકે. તો પછી એ દુર્વ્યવહાર પ્રત્યે સામેવાળી વ્યક્તિને જવાબદાર ઠેરવી અત્યારે શા માટે તેની સાથે મારે દુર્વ્યવહાર કરવો ?'' - આવી સ્પષ્ટ સમજણ કેળવી લો.

માનવીની આ એક ભારે નબળી કડી છે. નબળી વાતની એ એટલી ગંભીર અસર લઈ લે છે કે તેમાંથી ઝટ એ છૂટતો નથી. અને સારી વાતની બિલકુલ અસર માનવી લેતો નથી. કોઈ નબળો વ્યવહાર કરનાર વ્યક્તિ બીજી મુલાકાતમાં નમ્ર બનીને શાંતિથી વાત કરતી હશે છતાં માનવી તેને કટાક્ષમાં, મેણા-ટોણાની ભાષામાં પણ સંભળાવ્યા વિના રહેશે નહીં. સામેવાળી વ્યક્તિ મિત્ર હશે તો પણ તેનો કોઈક નબળો વ્યવહાર પચાવાની તૈયારી હોતી નથી. એને પણ મેણા-ટોણા મજાક-મસ્તી કોઈના પણ ઓઠા હેઠળ સંભળાવ્યા વિના રહેશે નહીં. આની સહજ પ્રતિક્રિયા એ જ થાય કે સામેવાળી વ્યક્તિ ધૂંધવાઈ જાય. તે એ વાતનો બચાવ કરે કે સામે તમારી ભૂલ બતાવે. અને છેલ્લે સંબંધ બગડતો જાય, ગગડતો જાય. અને વૈરની પરંપરા સર્જાયા વિના ન રહે. દોસ્ત પણ દુશ્મન બન્યા વિના રહેતો નથી.

આની સામે જો સામેવાળાના નબળા વ્યવહારને પચાવવાની તૈયારી રાખી હોય તો પહેલાં નબળો વ્યવહાર કરનાર વ્યક્તિને પણ

આત્મનિરીક્ષણ કરવા મજબૂર થવું પડે છે. અને દુશ્મન બનનાર વ્યક્તિ પણ દોસ્ત બન્યા વિના રહેતી નથી. પણ, મુખ્ય પ્રશ્ન એ જ છે કે - સામેવાળી વ્યક્તિના નબળા ભૂતકાળને ભૂલી જવાની તૈયારી ખરી ? પૂર્વગ્રહથી મુક્ત થવાની તૈયારી ખરી ? આ પૂર્વગ્રહ જ બહુ ભયંકર છે. પૂર્વગ્રહ બાંધનાર વ્યક્તિ બીજાને અન્યાય કર્યા વિના રહેતો નથી. અને પરિણામે પોતે પણ કદી સુખી થઈ શકતો નથી. જો આપણે એમ સમજતા હોઈએ કે મારામાં કોઈ પૂર્વગ્રહ નથી તો થોડી સાવધાની દાખવવાની જરૂર છે. કારણ કે રોજબરોજના વ્યવહારમાં એકબીજાની જૂની-જૂની ઘટનાઓ યાદ કરી કરી સામેવાળાને એટલું બધું સંભળાવતા હોઈએ છીએ કે નાના છોકરાને પણ સમજાઈ જાય કે આ પૂર્વગ્રહથી યુક્ત છે. એક ગ્રહણ અને એક ગ્રહ બહુ ભયંકર છે. આકાશમાં ઉપગ્રહ છોડવા સરળ છે. અંદરમાંથી પૂર્વગ્રહ છોડવો કપરો છે.

શિક્ષકે સ્કૂલમાં વિદ્યાર્થીઓને પ્રશ્ન કર્યો. દુનિયામાં સૌથી વધુ ભયંકર ગ્રહણ કયું ? સૂર્યગ્રહણ કે ચંદ્રગ્રહણ ? પાછલી બેંચ ઉપર બેઠેલા એક વિદ્યાર્થીએ જવાબ આપવા આંગળી ઊંચી કરી. શિક્ષકે કીધું - 'બોલ !' વિદ્યાર્થીએ જવાબ આપ્યો - ''સર ! **સૂર્યગ્રહણ કે ચંદ્રગ્રહણ વિશે તો મને બહુ ઝાઝી ખબર નથી. પણ, જે પાણિગ્રહણ કહેવાય છે એ ગ્રહણ બહુ ભયંકર છે - એવું મારા ઘરના વાતાવરણ ઉપરથી ચોક્કસ કહી શકું. કોણ જાણે કેવું એ ગ્રહણ છે કે જે થતાંની સાથે જ ઝઘડાઓ વધી પડે છે !!!!**''

આ જ પ્રકારનો થોડો જુદો પ્રશ્ન પણ સ્કૂલમાં પૂછાયો કે ''કયો ગ્રહ વધુ ભયાનક ?'' એક વિદ્યાર્થીએ જવાબ આપ્યો - ''મારી મમ્મીને પપ્પાનું નબળું વર્તન એટલું બધું યાદ રહી જાય છે કે ઘરમાં નવરાત્રિની જેમ દાંડીયાની સાથે સાથે રાસડા પણ ચાલુ જ હોય છે. માટે મને લાગે છે આ બધું જે મેમરીમાં સ્ટોર થાય છે તે પૂર્વગ્રહ જ ભયાનક છે.''

આ જ છે ઘર-ઘરની કહાની. સંસારમાં પાણિગ્રહણમાંથી તો લગભગ કોઈ બચી શકતા નથી. પણ, પૂર્વગ્રહમાંથી તો બચવું જ રહ્યું. કોઈના પણ પ્રત્યે પૂર્વગ્રહ બાંધવાની ભૂલ તો હવે નથી જ કરવી -

આવો કોઈક સંકલ્પ મગજમાં રમવો જોઈએ. ચંડકૌશિક સાપ જેવો સાપ પણ પ્રભુ વીરના સંપર્કથી જીવન પરિવર્તન કરી સાધકની ભૂમિકાએ પહોંચી ગયો. તો પછી જગતનો કોઈ પણ પાપી એવો નથી કે જે પાપીમાંથી પુણ્યાત્મા ન બની શકે. અર્જુનમાલી, દૃઢપ્રહારી વગેરેના ઘણા દૃષ્ટાંતો શાસ્ત્રોમાં નોંધાયેલા છે કે જેઓ પાપીપણાની ખાઈમાંથી પુણ્યશાળીપણાની ટોચને પામ્યા. હવે જેઓ તે પુણ્યાત્માની સાથે પણ જૂના પૂર્વગ્રહના આધારે જ વ્યવહાર કરે તેઓ તેને અન્યાય જ કરી રહ્યા છે ને ? માટે, આટલું મગજમાં કોતરી નાંખો કે - ''જો હું જૂના જ સ્કેલમાપ મુજબ સામેવાળી વ્યક્તિ સાથે વ્યવહાર કરીશ તો મારાથી બહુ મોટો અન્યાય આચરાઈ જશે.''

રેલ્વેમાં A/c કોચમાં માણસ મુસાફરી ખેડી રહ્યો હોય ત્યારે બાજુમાં બેસેલા પરિવાર સાથે કે વ્યક્તિ સાથે વાતચીત કેવી રીતે કરે ? આનંદથી જ ને ? અલકમલકની વાતો જ કરે ને ? જેવા પ્રેમથી અને જેવી પદ્ધતિથી માણસ A/c કોચમાં બેઠેલા પોતાના સહયાત્રી સાથે વાત કરે છે, તેવા જ પ્રેમથી અને તેવી જ પદ્ધતિથી જે જે વ્યક્તિ મળે તેની સાથે વાત કરવા જેવી છે. 'આ વ્યક્તિ પહેલા મને મળી હતી.' તે વાત જ ભૂલી જાઓ. માનવી માટે આ વાત બહુ મુશ્કેલ છે. રોજે રોજ સંકલ્પ કરવા જેવો છે કે ''આજે જે કોઈ પણ વ્યક્તિઓ મળે તે બધાંની સાથે મારે પ્રેમથી જ વ્યવહાર અને વાતચીત કરવી છે. આવતીકાલની જગ્યાએ આવતો ભવ જ આવી જાય તેવી શક્યતા જ્યારે હરપળ રહેલી છે ત્યારે શા માટે કોઈની સાથે બગાડવું ?''

તથા બીજી પણ વિચારધારા અપનાવી શકાય તેમ છે. આજે જ જન્મ લઈને ધરતી પર આવનાર માણસ શું કોઈની સામે દુર્વ્યવહાર કરે ? તે કોઈની સાથે પૂર્વગ્રહયુક્ત વ્યવહાર કરે ? ગયા ભવમાં થયેલ કોઈ દુર્વ્યવહારને યાદ રાખી આ ભવમાં વ્યવહાર કરે ? ન જ કરે. બસ ! તે જ રીતે જ્યાં હરપળ આવતીકાલની જગ્યાએ આવતો ભવ આવી જવાની શક્યતા રહેલી છે, ત્યાં આવતો ભવ આવવાને બદલે હરવખત આવતીકાલ જ ઊગી રહી છે. મતલબ કે હરરોજ મારો નવો

જન્મ જ થાય છે. તો પછી જેમ સામાન્યથી ગયા ભવની કોઈ સ્મૃતિ નવા ભવમાં આવનારને હોતી નથી, તેમ ગઈકાલની કોઈ નબળી સ્મૃતિને લઈને મારે આજે કોઈની પણ સાથે વ્યવહાર કરવો નથી.

'આજે મારો છેલ્લો દિવસ છે' - અથવા તો 'આજે મારો પહેલો દિવસ છે' - બન્નેમાંથી કોઈ પણ વિચારધારા પૂર્વગ્રહથી મગજને મુક્ત બનાવશે, રાખશે. જો આવા પ્રકારની વિચારધારા મગજમાં હોય તો દરેકની સાથે પ્રેમાળ વ્યવહાર જ થાય. બાકી, આજનો માનવી એકની એક વ્યક્તિને જ્યારે બીજી વાર મળે છે ત્યારે તે વ્યક્તિને મળવાને બદલે તેના માટે પોતે બાંધેલા નબળા વિચારોને જ મળતો હોય છે. કારણ કે સામેવાળી વ્યક્તિના વર્તમાન વ્યવહારને આધારે મૂલ્યાંકન કરી વ્યવહાર કરવાની તૈયારી આજના માનવીની નથી. તે તો સામેવાળી વ્યક્તિના નબળા વ્યવહારને આધારે વર્તમાનના સારા વ્યવહારને પણ મૂલવી તેની સાથે નબળો વ્યવહાર કરવા જ તૈયાર થાય છે. એટલે જ કોઈની સાથે તેનો સંબંધ સ્થાયીરૂપે બંધાતો નથી. પરિણામે તે દુઃખી દુઃખી થઈ જાય છે.

એક વાત યાદ રાખવા જેવી છે કે જેમ એકની એક નદીમાં બે વાર પગ કદી મૂકી શકાતો નથી. તેમ એકની એક વ્યક્તિ સાથે કદી બે વાર મુલાકાત થઈ શકતી નથી. નદીનો પ્રવાહ સતત આગળ વધી રહેલો હોય છે. માટે, જ્યારે નદીમાં પ્રથમ વાર પગ મૂક્યો ત્યારે જે પાણીનો પ્રવાહ હતો તે પ્રવાહ નદીમાં બીજી વાર પગ મૂકતી વખતે હાજર હોતો જ નથી. માટે, એ પ્રવાહરૂપ નદીમાં કદી બે વાર પગ મૂકી શકાતો નથી. પહેલા પાણીમાં પગ મૂક્યો ત્યારે જે નદી હતી તે અને બીજી વાર પાણીમાં પગ મૂક્યો ત્યારની નદી - બે નદી પરમાર્થથી જુદી-જુદી જ છે. તેમ પહેલી વાર જે મુલાકાત થઈ ત્યારની વ્યક્તિ પછીના સમયોમાં સતત બદલાયે રાખે છે. કારણ કે કાળ, સંયોગ, પરિસ્થિતિ, વલણ, અભિપ્રાય, કર્મ - આ બધું દરેક વ્યક્તિમાં સતત બદલાતું હોય છે. મતલબ કે વ્યક્તિ પણ બદલાયે જ રાખતી હોય છે. માટે પ્રથમ વાર મુલાકાત થઈ ત્યારના સંયોગ, પરિસ્થિતિ,

કર્મ વગેરે પરિબળો દ્વિતીય મુલાકાતના સમયે હાજર હોતા જ નથી. બધું પ્રાયઃ બદલાઈ ચૂક્યું હોય છે. તો પછી શા માટે તેની સાથે જૂના વ્યવહારને યાદ રાખીને જ વર્તવું ?

કોઈ પણ માણસમાં 'અશુભ' અને 'શુભ' રહેલું જ હોય છે. પરિસ્થિતિ વગેરે જેવા પ્રકારની મળે તેવા પ્રકારે શુભ-અશુભ પ્રકટ થતું હોય છે. આજનો ચોર માણસ પરિસ્થિતિ પલટાતા, સંતાદિનો સમાગમ થતા શાહુકાર પણ થઈ શકે છે. વિનોબા ભાવેનો સમાગમ થતાં ખૂંખાર કહેવાતા ચંબલની ખીણના ડાકુઓ પણ શસ્ત્રોના અને ચોરી-ચપાટીના પોતાના ધંધાનો આજીવન ત્યાગ કરનારા થયા તો તમારી આસપાસની વ્યક્તિઓ ચંબલની ખીણના ડાકુઓ જેવી તો નથી જ ને ! તો પછી બે મુલાકાત વચ્ચેના સમયગાળા દરમ્યાન કોઈ તેવા પ્રકારના સંતસમાગમ આદિને કારણે શક્ય છે કે તેને પોતાના જીવનને/વર્તાવને/વલણને બદલવાનો નિશ્ચય કર્યો હોય. કદાચ જૂના દુષ્ટ વ્યવહારની માફી પણ માંગવાની ઈચ્છા પ્રગટી ચૂકી હોય. સહુની સાથે સારો વ્યવહાર કરવાની પણ તૈયારી હોય. કિંતુ મેણા-ટોણા અને પાછો તેવા પ્રકારનો જ તમારો દુર્વ્યવહાર જોઈ-અનુભવી તેની ભાવધારા-વિચારધારા પલટાઈ જ જાય, તેવું શું શક્ય નથી ? તો શા માટે જૂના પૂર્વગ્રહના આધારે જ વ્યવહાર કરી તેના જીવનને સુધારવાની તક જ ન આપવી ? શા માટે તેના સત્સંકલ્પોને પણ ધરાશાયી કરી દેવા ?

આજના માનવીની મનઃસ્થિતિ એવી છે કે પ્રથમ મુલાકાત વખતે થયેલો સામેવાળાનો ગુસ્સાયુક્ત સ્વભાવનો અનુભવ બીજી મુલાકાત વખતે પણ મનમાં તાદૃશ થઈ ઉઠે છે. માટે, 'આ ગુસ્સાખોર છે' - આવી મનઃસ્થિતિ લઈને જ બીજી મુલાકાત વખતે તેની સાથે વાત કરતો હોય છે. માટે, સામેવાળાએ કોઈ જુદા જ આશયથી કરેલી સારી વાતનું ઊંધું જ અર્થઘટન કરે છે.

તે વ્યક્તિએ કરેલા ૨૫ સારા વ્યવહારને માનવી યાદ રાખવા તૈયાર નથી. પરંતુ, ૨૬મો જે ખરાબ વ્યવહાર કર્યો તેને જ વાગોળે રાખે છે. પછી, દુઃખી ન થાય તો થાય શું ? એટલી વાત તો નક્કી

જ છે કે કોઈકના સારા ભૂતકાળને યાદ કરવાથી સંબંધો સુધરે છે. તેના ખરાબ ભૂતકાળને યાદ કરવાથી સંબંધોમાં તિરાડ પડે છે. પ્રશ્ન હવે એટલો જ છે કે સંબંધ ટકાવવા છે કે તોડી નાંખવા છે ? નબળું યાદ રાખીને દુઃખી થવું તેના કરતાં નબળું ભૂલી, સારું યાદ રાખીને સુખી થવું એ લાખ દરજ્જે સારું છે - આ વાત ભૂલવા જેવી નથી.

સુસ્થિત મહારાજા એવા ભગવાને જો આપણા નબળા ભૂતકાળને જ યાદ રાખ્યો હોત તો જિનશાસનમાં પ્રવેશ મળી શકત ? ભગવાને જો આપણા ઉજ્જ્વળ ભાવીની કામના રાખીને જ, તેને નજર સમક્ષ રાખીને જ જિનશાસનમાં પ્રવેશ આપ્યો છે તો આપણા સહુનું કર્તવ્ય બને છે કે, જગત આખાના ઉજ્જ્વળ ભાવીને જ નજર સમક્ષ રાખી તેને આપણા હૃદયમંદિરમાં પ્રવેશ આપીએ. એક વસ્તુ સમજવા જેવી છે કે - ગોખેલી ગાથા/શ્લોક વગેરે ભૂલી જવા ન માંગીએ છતાં ભૂલી જવાય છે. જ્યારે કોઈકે આપેલી ગાળ કદાપિ ભૂલાતી નથી. બહુ ઓછા માનવો એવા હોય છે કે જેની પાસે કોઈકે આપેલી ગાળ ભૂલી જવા માટેની વિસ્મરણશક્તિ હોય છે. આ વિસ્મરણશક્તિ તો ઈશ્વરની દેન છે. આપણો નંબર આવા માનવોમાં લગાવવાનો છે. જો કોઈકના નબળા વ્યવહારને ભૂલવાની વિસ્મરણશક્તિ આપણી પાસે છે તો સમજવું કે ઈશ્વરની આપણી ઉપર કૃપા વરસી રહી છે. લગભગ માનવી પોતાની યાદશક્તિ કોઈના નબળા વ્યવહારને યાદ રાખવામાં એટલી ખર્ચી નાંખતો હોય છે કે પછી ગાથા યાદ રહેતી જ નથી !

વર્તમાનમાં કોઈ પણ પ્રકારનો નબળો વ્યવહાર ન કરનાર વ્યક્તિને તેના જૂના ભૂતકાળને યાદ રાખી અન્યાય કરવો સજ્જન માણસને યોગ્ય નથી - આ વાત મગજમાં કોતરી રાખવા જેવી છે. જો વર્તમાનમાં તે માનવી નબળો વ્યવહાર કરતો હોય તો પણ તેમાં કશું અજૂગતું માનવાની જરૂરત નથી. જેની પાસેથી તમે રૂા. ૨૫,૦૦૦ લીધા છે તે વ્યક્તિ બજારમાં તમને મળે ત્યારે તમારી પાસેથી જ રૂા. ૨૫,૦૦૦ માગે છે. તે વખતે મગજમાં શું એવો વિકલ્પ આવે છે કે ''શા માટે આ વ્યક્તિ મારી જ પાસે રૂપિયા માંગે છે ? બીજા ૫૦૦ જણા છે તેની પાસે કેમ નહીં ?''

આવો વિકલ્પ તમને મગજમાં ઉઠતો જ નથી. કારણ કે તમને ખબર છે કે મેં એની પાસેથી ૨૫,૦૦૦ રૂપિયા લીધા છે તો તે મારી પાસે જ માંગે ને ? બીજા પાસે તો ન જ માંગે ને ? આ જ વિચારધારા કોઈ અપમાન કરે ત્યારે અપનાવવાની છે. 'મેં એનું અપમાન ભૂતકાળમાં કર્યું છે. તેનો બદલો તે અત્યારે વાળી રહેલ છે. હિસાબ ચૂકતે થાય છે. મારું દેવું પૂરેપૂરું વળી રહ્યું છે. તો મારે રાજી થવું જોઈએ કે નારાજ ?' - આવી ઉન્નત વિચારધારા અપનાવી ગુસ્સાને તિલાંજલિ આપવી જોઈએ.

ટૂંકમાં,

(૧) જ્યારે કોઈ તમારા ઉપર ગુસ્સો કરે, જાહેરમાં અપમાન કરે ત્યારે વિચારવું કે - આ તો જૂનો હિસાબ ચૂકતે થઈ રહ્યો છે.

(૨) જ્યારે સામેવાળી વ્યક્તિ સામાન્ય વ્યવહાર જ કરે છે ત્યારે તેના જૂના વ્યવહારને યાદ કરી સામેવાળાને કટાક્ષ કરવાના બદલે તેને ભૂલી તેના વર્તમાનકાલીન વ્યવહારને નજર સમક્ષ રાખી સદ્‌ભાવપૂર્ણ વ્યવહાર જ કરવો.

આ જ છે 'ટેઈલર' પોલિસી !

'ટેઈલર પોલિસી'નો ટૂંકસાર -

''દરજી જેમ જૂના માપ દ્વારા આજે કપડાં સીવતો નથી, તેમ જૂના વ્યવહારને આધારે આજે કોઈ પણ વ્યવહાર કોઈ પણ વ્યક્તિની સાથે કરવા જેવો નથી. તેમાં સામેવાળી વ્યક્તિને અન્યાય થઈ જવાની શક્યતા છે. સામેવાળાના ભવ્ય ભાવિકાળની કામના સાથે વર્તમાનમાં સદ્‌ભાવનાપૂર્વક વ્યવહાર કરવામાં જ સ્વ-પરનું કલ્યાણ સમાયેલું છે.''

પોલિસી ગમે તે હોય પ્રિન્સીપલ (= સિદ્ધાંત) એક જ છે કે ક્રોધને દૂર કરો, ક્ષમા-નમ્રતા વગેરેના ગુણ-વૈભવને આત્મસાત્ કરો.

૧૬

'ફ્લાવર' પોલિસી

Forgiveness is the fragrance that the violet sheds on the very heel that crushed it - Mark Twain.

ક્ષમા એ સુવાસ છે કે જે પોતાને કચડનાર પગને પણ સુવાસિત કરવાનું ચૂકતી નથી, ચંપાના ફૂલની સુવાસની જેમ.

કોઈ જ્યાં સુધી છંછેડે નહીં ત્યાં સુધી તો ક્રોધ ઉપર કાબૂ રાખવો બહુ સરળ પડે છે. ખરી મુસીબત ત્યારે સર્જાય છે કે જ્યારે કોઈ આપણને નુકસાન પહોંચાડે, તકલીફમાં મૂકી દે. આવા સમયે ગુસ્સા ઉપર કાબૂ રાખવો કઠીન પડે છે. એટલે જ આ પોલિસી અપનાવવા જેવી છે.

આ પોલિસી ફૂલ જેવા બનવાનું કહે છે. સંસારનું સૂત્ર છે - 'ઈંટનો જવાબ પથ્થરથી'. અત્યાર સુધી આ જ સૂત્રને અપનાવતા આવ્યા છો. માટે મુસીબતોનો પાર નથી રહ્યો અને ગુસ્સો હદબહાર વધતો જ ગયો છે. હવે આ સૂત્ર અપનાવવું છે - **પોલાદનો જવાબ પણ પુષ્પથી.** આ ભાવ ઘૂંટવા જેવો છે. શાસ્ત્રના પાને નોંધાયેલું તેનું સુપ્રસિદ્ધ દૃષ્ટાંત ગજસુકુમાલ મહામુનિનું છે. સોમિલ સસરો જાનથી મારી

નાંખવાની હદ સુધી પહોંચી ચૂક્યો છે. છતાં 'સસરાજી મોક્ષે જવાની પાઘડી બાંધે છે' - આવા ભાવથી ગજસુકુમાલ મહામુનિ ક્ષમારૂપી પુષ્પથી જ તેનો જવાબ વાળે છે. પરિણામે મોક્ષ હાથવેંતમાં આવી ગયો.

ધસમસતી આવતી ટ્રકે ટક્કર મારી અને પરમ પૂજ્ય આચાર્ય ભગવંત શ્રીમદ્‌વિજય ત્રિલોચન સૂરિ મહારાજ રોડથી લગભગ ૩૦ ફૂટ દૂર ફેંકાઈ ગયા. હાલત બહુ ભયંકર થઈ ચૂકી છે. વેદના પારાવાર છે. એકલા પગમાં જ ૧૫ જેટલા ફ્રેક્ચર થઈ ચૂક્યા છે. પડતાની સાથે જ આચાર્ય મહારાજ કોમામાં ચાલ્યા ગયા. ટ્રીટમેન્ટ તાત્કાલિક શરૂ થઈ. ઘણા પ્રયત્ન બાદ જ્યારે આચાર્ય મહારાજ ભાનમાં આવ્યા ત્યારે સૌથી પહેલા શબ્દો, સૌથી ન્યારા શબ્દો આ હતા - 'ટ્રક ડ્રાઈવરને છોડી મૂકજો !' કેવો પરાકાષ્ઠાનો ક્ષમાનો ભાવ ઘૂંટ્યો હશે ! પોતાની પારાવાર વેદનાની ચિંતા કરવાને બદલે 'મારા ભક્ત શ્રાવકો ટ્રક ડ્રાઈવરને પરેશાન ન કરી મૂકે' - આની ચિંતા આચાર્ય મહારાજને સતાવી રહી છે.

પોતાને પારાવાર વેદના પહોંચાડનાર ટ્રક ડ્રાઈવર ઉપર ગુસ્સો કરવાની તો કોઈ વાત જ નથી. પણ, તેને નુકસાન ન થઈ જાય તેની પૂરેપૂરી તકેદારી છે. સકલ શ્રીસંઘ આચાર્ય ભગવંતની આ અવલ્લકોટિની ક્ષમાને જોઈ આફ્રીન પોકારી ગયો. સંયમજીવનની સાચી સાર્થકતા પણ આવા પ્રકારના ઉચ્ચકક્ષાના ક્ષમાભાવમાં જ રહેલી છે. આને કહેવાય, 'પોલાદનો જવાબ પુષ્પથી !' પોતાનું અપમાન થઈ જાય ત્યારે હસતા રહી તે બનાવને રોજબરોજનો સામાન્ય ગણી ગુસ્સાને છોડવાનું પણ જ્યારે અઘરું છે, ત્યારે શારીરિક આટલી ભયાનક વેદના આપનાર પ્રત્યે પણ, લેશ પણ, અસદ્‌ભાવ કરવાની તૈયારી આચાર્ય ભગવંતની નથી.

પોતાના પગના ચપ્પલ ચોરનાર પ્રત્યે પણ ક્ષમા રાખવાની ધીરજ અને હામ આજના માનવીએ ગુમાવી દીધી છે. જ્યારે આ આચાર્ય મહારાજ પોતાના આખે આખા પગને ભારે ઈજાગ્રસ્ત કરનાર પ્રત્યે પણ કરુણા ભાવના ભાવી રહ્યા છે. તેનું પણ શુભ અને કલ્યાણ વાંછી રહ્યા છે ! આટલું વાંચ્યા પછી કમ સે કમ એટલું તો નક્કી કરવું જ રહ્યું કે હવે ચપ્પલ જેવી તુચ્છ વસ્તુ ચોરનાર પ્રત્યે તો ગુસ્સો

નથી જ કરવો. ચપ્પલ ચોરનાર પકડાઈ જાય તો તેને મેથીપાક ચખાડવાની ભૂલ નથી કરવી. મેથીપાક ખાધા પછી ચપ્પલ ચોરને સુધરવાની ભાવના જાગે તેના કરતાં તેને ક્ષમા બક્ષશો તો તેમાં તેને સુધરવાની ભાવના વધુ જાગશે.

સજા કરતાં ક્ષમા હંમેશા વધુ બળવાન જ બનતી આવી છે. પણ શ્રદ્ધા હોવી જોઈએ. ક્ષમા અવશ્ય સામેવાળાના દિલને પલટાવશે. હા ! ક્ષમા સાચા અંતઃકરણપૂર્વકની હોવી જરૂરી છે. કટોકટીના કોઈક સંજોગો એવા સર્જાઈ જાય છે કે જેમાં આખા જીવનની સાધનાનું સરવૈયું નીકળી જાય છે. અકસ્માત જેવા કટોકટીના પ્રસંગોમાં પણ જો વૈરની વસૂલાત કરવાને બદલે ક્ષમાની સૌરભ ફેલાવવાનું મન થતું હોય તો માનવું કે જિનશાસનમાં જન્મ મળ્યાનો કંઈક અર્થ સર્યો. બાકી જો વૈરની વસૂલાત કરવાના જ ભાવ જાગતા હોય તો દેહથી ભલે જૈનશાસનમાં જન્મ મળી ગયો પણ, વાસ્તવમાં જૈનશાસનથી ઘણા દૂર થઈ જવાય છે.

ધર્મરુચિ અણગારની જેમ માસક્ષમણના પારણે કડવી તુંબડીનું શાક વહોરાવનાર પ્રત્યે પણ દ્વેષ-દુર્ભાવ પ્રગટાવવાનો નથી જ. પરંતુ ઉપકાર કરવા જતા ડંખ મારી દેનાર સર્પ પ્રત્યે પણ ક્ષમાભાવ જ કેળવવાનો છે. જેમ પૂર્વના મહાપુરુષોએ બધે આ ફ્લાવર પોલિસી જ અપનાવી છે. તેમ સહુ સાથે પ્રેમાળ વ્યવહાર કરવા દ્વારા આ ફ્લાવર પોલિસી અપનાવવામાં આવે તો જ સુખી થવાની શક્યતા છે. બાકી ક્રોધ રૂપી આગની ભઠ્ઠીમાં સેકાતા રહીને ઠંડકનો અનુભવ કદાપિ થવાનો નથી. સામેવાળાની ભૂલ હોવા છતાં પ્રેમાળ વ્યવહાર કરવાથી જ સામેવાળી વ્યક્તિને સુધરવા માટેની તક મળે છે.

શક્ય છે કે કદાચ તે સુધરે નહીં. તો પણ તેનું મંગલ ઈચ્છવાથી તેની સાથે પ્રેમાળ વ્યવહાર કરનાર તો ચોક્કસ સુધરી જ જાય છે - એ તો નિશ્ચિત વાત છે. માટે 'મને મારનારનું પણ મંગલ થાઓ' - આવી ભાવના જેટલી દૃઢ રીતે, પ્રયોગાત્મક ધોરણે અપનાવવામાં આવે તેટલા તેના સારા પડઘા અવશ્ય સાંભળવા મળશે. સારા માણસો અને

સજ્જન મિત્રોનું વર્તુળ મળશે. લોકોમાં વિશ્વાસપાત્ર થવા મળશે. લોકોમાં પ્રીતિપાત્ર પણ થવા મળશે. બાકી તડ ફડ કરનાર કદી લોકપ્રિય થઈ શકતો નથી. લોકપ્રિય થનાર કે થવા માંગનાર વ્યક્તિએ તો અપમાનના કડવા ઘૂંટડા પણ ઉતારે જ છૂટકો ! દગો કરનારને પણ પ્રેમથી ગોદ આપીને જ રહેવું જોઈએ.

એમ પણ સામેવાળી વ્યક્તિ તો તમારું બગાડનાર છે જ નહીં. જો બગાડનાર કોઈ હોય તો તે કર્મ છે. તો પછી સામેવાળી વ્યક્તિ સાથે શા માટે પ્રેમાળ વ્યવહાર ન કરી લેવો ? 'મને હેરાન કરનાર કર્મ સિવાય જો કોઈ છે જ નહીં તો પછી શા માટે સામેવાળી વ્યક્તિને તે પ્રત્યે જવાબદાર ગણી મારે તેને અન્યાય કરવો ?'- આ વિચારધારા જ ફ્લાવર પોલિસીની સુવાસ છે.

ટૂંકમાં,

ફ્લાવર પોલિસી એટલું જ કહે છે કે -

''જેવા સાથે તેવા, ઈંટનો જવાબ પથ્થરથી... આ બધાં સૂત્રો સંસારના છે. સંસારમાં જ રહેવા માંગતી, રખડપટ્ટી કરવા માંગતી વ્યક્તિએ તે અપનાવા જેવા છે. બાકી પોલાદનો જવાબ પણ પુષ્પથી વાળી પૂર્વપુરુષોની જેમ કેવલજ્ઞાન મેળવી લેવા જેવું છે. ઈંટનો જવાબ પથ્થરથી આપવો હોય તો કર્મસત્તા પ્રત્યે આપવો. પણ, સામેવાળી વ્યક્તિ તો નિર્દોષ છે. તેણે આચરેલા પોલાદ જેવા કર્કશ વ્યવહારને પણ પ્રસન્નતાના પુષ્પથી વધાવવા જેવો છે. ક્ષમાના પુષ્પથી જ તેનો જવાબ વાળવા જેવો છે. એક વાર આ પુષ્પ જેવી પ્રસન્ન વિચારધારા અપનાવી જુઓ. જીવન સુગંધી બન્યા વિના નહીં રહે.''

ફ્લાવર પોલિસીના આ સ્પષ્ટ અને સચોટ સંદેશને પારખી, પ્રભુ વીરે આચરેલી આ નીતિને જલદીથી અમલમાં મૂકવી જ રહી, જો ક્રોધથી ત્રસ્ત થઈ ચૂક્યા હો અથવા તો નરકનો ભય રહેલો હોય તો.

૧૭

ટેક ઈટ ઈઝીલી' પોલિસી

અમેરિકાના અત્યંત લોકપ્રિય પ્રમુખ અબ્રાહમ લિંકન વ્હાઈટ હાઉસના પગથિયા ચડી રહ્યા છે. વ્હાઈટ હાઉસના દરવાજા પાસે જ વિરોધ પક્ષનો એક માણસ ઉભો હતો. ગઈકાલે જ જે પાર્ટી સાથે ભયંકર ઝઘડો થઈ ગયો હતો તે જ પાર્ટીનો આ માણસ હતો. જો કે કોઈક જરૂરી નિર્ણય લેવામાં કદાચ કોઈ અડચણ નાંખતું હોય ત્યારે બોલાચાલી જે તે પક્ષ સાથે થઈ જવા છતાં તેને વૈયક્તિક દુશ્મનાવટ સુધી લઈ જવા અબ્રાહમ લિંકન તૈયાર ન હતા. જ્યારે સામેવાળો પક્ષ અબ્રાહમ લિંકન ઉપર પોતાની દાઝ ઉતારવા તૈયાર હતો.

તે જ વિરોધ પાર્ટીનો એ માણસ અબ્રાહમ લિંકનના વ્હાઈટ હાઉસમાં પ્રવેશવાના રસ્તે ઊભો હતો. અબ્રાહમ લિંકન જેવા અંદર પ્રવેશવા ગયા કે તરત એ તેમના ઉપર થૂંક્યો ! આવેશ અને આક્રોશથી ઘેરાયેલ વિરોધપાર્ટીના માણસને ખ્યાલ નથી કે પોતે શું કરી રહેલ છે ? અબ્રાહમ લિંકન રાષ્ટ્રપ્રમુખના હોદ્દે છે. તેમનું અપમાન આખા રાષ્ટ્રના અપમાન તરીકે ગણાય. તરત જ અબ્રાહમ લિંકનની બાજુમાં રહેલા અંગરક્ષકોએ સ્ટેનગન ઊંચકી. આવા સમયે ભલ-ભલાની હત્યા કરવાની પરવાનગી તેઓને અપાયેલી જ હોય છે. માટે, અબ્રાહમ લિંકનના તે

અંગરક્ષકોએ એ માણસને પતાવી જ દીધો હોત. પણ, અબ્રાહમ લિંકને તરત જ હાથ ઊંચો કરી અંગરક્ષકોને અટકાવી દીધા. અને આખી ઘટનાને એકદમ હળવાશથી લેતા જણાવ્યું - અરે ભાઈ ! થૂંક ઊડ્યું છે તો એને રૂમાલથી સાફ કરી દઈએ એટલે વાત પૂરી. આના માટે સ્ટેનગનની શી જરૂરિયાત છે ? રૂમાલથી પતી શકતી ઘટના માટે સ્ટેનગન જેવા ભારેખમ સાધનોની કોઈ જરૂરત ખરી ?

અમેરિકા દેશના પ્રમુખનો સર્વોચ્ચ હોદ્દો પોતાની પાસે છે. ધારે તો પળ વારમાં તે માણસને ખતમ કરાવી શકે છે. છતાં અબ્રાહમ લિંકને સાવ સાદી રીતે, હળવી રીતે આખી ઘટનાને સંકેલી લીધી. થૂંક ઉડાડવાની ઘટનાને લોહિયાળ બનાવતા તેમનો જીવ ન ચાલ્યો. હળવાશથી તે ઘટનાને લઈ પોતાના મગજ ઉપર કાબૂ રાખ્યો. પરિણામમાં શું મળે ? એ જ કે જે થવું જોઈએ. પેલા વિરોધ પક્ષના સભ્ય આખી ઘટનાને પોતાની સગી આંખોથી નિહાળી રહ્યા હતા. સમજી ગયા કે "મને બચાવનાર આ અબ્રાહમ લિંકન છે. બાકી જો સહેજ જ ઈશારો તેમણે કર્યો હોત તો હું પરલોકમાં રવાના થઈ જ ગયો હોત. ભયંકર કોટિનું અપમાન તેમનું મેં કર્યું. છતાં તેમણે તેને હળવેથી લીધું. ગજબ આત્મસંયમ દાખવ્યો. સંત વ્યક્તિને શોભે તેવી ક્ષમા જાળવી. ભૂલ મારી છે. મારે ક્ષમા માંગવી જ રહી." અને એ વિરોધપક્ષના સભ્ય અબ્રાહમ લિંકનના પગમાં પડી માફી માંગે છે.

સદાના વિરોધ પક્ષના એ સભ્ય પછી તો અબ્રાહમ લિંકનના પ્રશંસક બની ગયા. દુશ્મનમાંથી દોસ્તની ભૂમિકાએ પહોંચે છે. વિરોધપક્ષના સભ્ય પ્રત્યે પણ આ હદની વિશાળતા અને ઉદારતા અબ્રાહમ લિંકન દાખવી શક્યા. કારણ કે ભારે ભરખમ પ્રસંગને પણ તેમણે એકદમ હળવાશથી લીધો. **જીવનમાં બનતી પ્રત્યેક ઘટનાઓને ખૂબ જ હળવેકથી, ભારે-ભરખમ અસર લીધા વિના પસાર કરી દેતા જેને આવડે તે જ માણસ સુખી થઈ શકે તેમ છે.**

જ્યારે સામેવાળાની ભારેખમ ભૂલને પણ ખૂબ જ હળવાશથી લઈ લેવામાં આવે ત્યારે સામેવાળી વ્યક્તિને ભારે શરમ આવે છે.

પોતાની ભૂલ ઉપર ભારે પસ્તાવો થાય છે. પોતાની જાત અધમ દેખાય છે. જો તેનો પ્રતીકાર કરવામાં આવે તો તેને પશ્ચાત્તાપ જાગે તેવી કોઈ શક્યતા નથી. જેમ જેમ કોઈ પણ પ્રસંગોને હળવાશથી - સરળતાથી લેવામાં આવે તેમ તેમ આજુબાજુનું આખું વાતાવરણ પણ હળવાશભર્યું થઈ જાય છે. અને પ્રસંગને જેટલો ભાર આપીએ તેટલો વાતાવરણમાં પણ જાણે ભાર તોળાતો હોય તેવું લાગે છે. ભારે - ભારે વાતાવરણ લાગે છે. પસંદગી આપણે કરવાની છે. પ્રસન્ન, હળવાશભર્યા વાતાવરણમાં રહેવું છે કે ભારે-ભરખમ વાતાવરણમાં રહેવું છે ?

જે સામાન્ય પ્રસંગને પણ ભારે-ભરખમ બનાવે, બહુ ગંભીર રીતે તેની અસર ઝીલી લે, તે કદાપિ સુખી થઈ શકતો નથી. અને જે ભારેખમ પ્રસંગને પણ ખૂબ જ હળવાશથી લે છે, તે સુખી થયા વિના રહેતો નથી. સુખી થવાની સહુની ઈચ્છા હોવા છતાં સુખના સાચા સાધનોને સ્વીકારવાની, અપનાવવાની તૈયારી આજના માનવીની નથી.

રાત્રે લાઈટ જાય, ઉનાળાના દિવસો હોય, પંખો બંધ થઈ જાય, તમે પરસેવાથી રેબઝેબ થઈ જાગી જાઓ. પછી મન શાંત જ હોય કે ગુસ્સામાં ? મનમાં કેટલા વિકલ્પો દોડી આવે ? શું આવા નાના નાના પ્રસંગોને પણ હળવાશથી ન લઈ શકો ? સુખી થવાનો સરળમાં સરળ રસ્તો, ક્રોધમાંથી મુક્ત થવાનો સચોટ ઉપાય હોય તો આ 'ટેઈક ઈટ ઈઝીલી' પોલિસી છે. દરેક ઘટનાને ખૂબ જ હળવાશથી લો. કોઈ તમને ગાળ બોલે, તમારા ઉપર થૂંકે ત્યારે ગુસ્સો આવે છે. શા માટે ? એ ગાળ બોલે એટલે શું તમારું હાડકું તૂટી જાય છે ? શરીર ઉપર ઘા પડે છે ? શું વજન ઘટી જાય છે ?

આમાંનું કશું જ ન થતું હોવા છતાં એ પ્રસંગની માનસિક એટલી બધી અસર ઝીલી શારીરિક રોગોને નોંતરું આપી દો છો. જો સામેવાળી વ્યક્તિ જાહેરમાં તમને બે શબ્દ બોલે ત્યારે ખૂબ જ હળવાશથી તે પ્રસંગને લઈ લેશો તો શારીરિક કોઈ જ તકલીફ પડશે નહીં. કિંતુ જો સામે તમે પણ તેનું અપમાન કરો, દલીલબાજી ઉપર ચડી જાઓ એટલે એ ક્રોધનો આવેશ તમારા આખા શરીરને ગરમ

-ગરમ કરી દે, યાદશક્તિને માઠી અસર પહોંચાડે. બી.પી. જેવા કેટકેટલાંય રોગોને પણ આમંત્રી લાવે !

મતલબ સાફ છે - કોઈ પણ ઘટનાને ભારેખમ રીતે લેવામાં શારીરિક નુકસાન ચોક્કસ છે. જ્યારે તે ઘટનાને હળવાશથી લેવામાં કોઈ જ નુકસાન નથી. છતાં તમારી પસંદગી શેના ઉપર ? તમારા અત્યંત પ્રિયપાત્ર એવા શરીરની નુકસાનીને ધ્યાનમાં લેતા પણ આ ટેક ઈટ ઈઝીલી પોલિસી અપનાવવી જ રહી.

જમાઈ ઘરે આવ્યા હતા. જમવાની થોડી વાર હતી. બહાર ખાટલો ઢાળી સસરા જોડે અલકમલકની વાતો કરતા બેઠા. જમાઈએ સ્વાભાવિક ઢબે જ પ્રશ્ન પૂછ્યો - ''તમારું સીમમાં જે ખેતર છે ત્યાંથી જ આજે આવવાનું થયું. સારો પાક ઉતર્યો છે. એ અહીંથી કેટલું દૂર થાય ?'' સસરાએ જવાબ આપ્યો - ''અરે જમાઈરાજ ! રોજ ત્યાં સુધી ટાંટિયાતોડ કરી કરીને આજે તો હું વાજ આવી ગયો છું. પૂરું ૫ કિલોમીટર દૂર હશે.'' જમાઈરાજ બોલ્યા - ''ના, ના એટલું દૂર ક્યાં હતું ? ૩ કિલોમીટરથી વધારે ન હોય. હું ત્યાંથી જ આવ્યો છું.'' સસરાને લાગ્યું કે 'જમાઈને મારી વાત ઉપર વિશ્વાસ નથી. હું ખોટે ખોટી વાત વધારીને બોલું છું - એવું જમાઈરાજને લાગે છે.'

એટલે સસરાએ તરત પ્રતિવાદ કર્યો - ''અરે ભાઈ ! આજ ૫૦ વર્ષ થયા. રોજેરોજ હેંડીને જવું છું ને આવું છું. મારા માપમાં ભૂલ ન હોય. પાકા ૫ કિલોમીટર છે.'' જમાઈને થયું આ તો મારા સસરા મારું ખાંડે છે. જાણે હું તો આજનો ઉગતો જુવાનીયો છું. મને કશું સમજાતું જ નથી - એમ સમજતા લાગે છે. માટે જમાઈએ પણ વળતો ઘા કર્યો - ''અરે ! એ તો કદાચ તમારી ઉંમર થઈ. માટે લાગતું હશે. બાકી ૩થી વધારે ન હોય. ઉંમર થાય, પછી થાક બહુ લાગે, એટલે લાગે કે બહુ લાંબું છે. પણ એટલું લાંબું હોય જ નહીં.''

સસરા સમસમી ગયા. તેમણે પણ ઘા કર્યો - તમે બધાં આજ કાલના છોકરડા. તમને શો અનુભવ હોય ? અમારી ઉંમર જેમ વધી છે તેમ અમારા અનુભવો પણ વધ્યા છે. માટે, ૫ કિલોમીટર તો પાકા

સમજો. હા ! કદાચ વધારે હોય. બાકી ૫ કિલોમીટરમાં એક ડગલું ઓછું ન હોય. પાછો જમાઈએ સણસણતો જવાબ વાળ્યો.... અને સસરો જમાઈ મચી પડ્યા. કેટલી નાની વાત ? અને ક્યાં પહોંચી ગઈ ? બન્નેમાંથી એકે પણ જો સામેવાળાની વાતને હળવાશથી લીધી હોત તો આ પરિસ્થિતિ ન જ સર્જાત.

વાત બોલાચાલીમાંથી અપશબ્દો સુધી પહોંચી. હવે બસ, ક્યારે મારામારી ઉપર વાત પહોંચે તેની જ રાહ જોવાતી હતી. આ તો વચ્ચે દીકરી આવી. અને આખી વાતને હળવાશથી લઈ પૂરી કરી દીધી. જમાઈ અને સસરો - બન્ને શાંત થઈ ગયા. વાત થાળે પડી. માણસ કોઈ પણ ઘટનામાં - પરિસ્થિતિમાં એટલો ગળાડૂબ થઈ જાય છે કે પછી તે ઘટનાને હળવાશથી લેવાની સૂઝ-બૂઝ જ તેની પાસે રહેતી નથી. અને આખા વાતાવરણને કોમી રમખાણ જેવું બનાવી દે છે. રજનું ગજ થઈ જાય છે. સામાન્ય પ્રસંગ પણ વિકરાળ થઈ જાય અને એનું એવું ગમખ્વાર પરિણામ આવે કે કદાચ આખી જીંદગી રડવાના દિવસો આવે.

આ પરિસ્થિતિ ટાળવા માટે બે વાતને અમલમાં મૂકી દેવા જેવી છે - (૧) કદાપિ ભારે-ભરખમ શબ્દો બોલવા નહીં. ભારેખમ શબ્દો ભારેલા અગ્નિ જેવું વાતાવરણ સર્જ્યા વિના રહેતા નથી. (૨) સામેવાળી વ્યક્તિ ભારેખમ શબ્દોનો પ્રયોગ કરતી હોય તો તેને એકદમ હળવાશથી લેવો. મગજમાં તેને ભાર આપી ગુસ્સાને વશ ન થવું. બસ ! જો આ બે વાતને પણ અમલમાં લાવી શક્યા તો આ 'ટેક ઈટ ઈઝિલી' પોલિસીના આધારે તાત્કાલિક ગુસ્સા ઉપર કાબૂ મેળવી શકાશે. આખરે ગમખ્વાર ગુસ્સાને તો રુખસદ મળીને જ રહેશે.

ઘણાં પ્રસંગો એવા હોય છે કે જેને હળવાશથી લેવામાં આવે તો સ્વર્ગનું સર્જન થઈ જાય. પણ, ભારેખમ શબ્દોથી, ભારેખમ વિચારોથી તેને વધાવવા જતા નરકનું સાક્ષાત્ દર્શન કરાવી આપે છે. દુકાનમાં રોજ ૫૦ ઘરાક આવતા હતા. હવે, ૧૫૦ ઘરાક આવવા લાગે તો રાજી કે નારાજ ? રાજી જ ને ! પણ, ધારો કે તમારી બાજુવાળાની જ દુકાનમાં રોજના ૫૦ ઘરાક આવતા હતા અને હવે ૫૦૦ આવવા

લાગ્યા છે. તો રાજી થાઓ કે નારાજ ? માણસની મનઃસ્થિતિ જ કોણ જાણે એવી ઘડાઈ ગઈ છે કે પોતે વધુ સુખી થાય છતાં રાજી થઈ શકતો નથી, જો પોતાની બાજુવાળો પોતાના કરતાં વધુ સુખી થઈ ગયો હોય તો. બાજુવાળાની દુકાનમાં વધુ ઘરાક આવે એટલે તમારો મૂડ આઉટ ! પછી ઘરમાં આવો તો ઘરનું વાતાવરણ પણ બગડી ગયા વિના ન રહે !

આટલા નાના-નાના પ્રસંગોને તો હળવાશથી લેવાની તૈયારી રાખવી જ રહી. બાકી કદાપિ સુખી થઈ શકાય તેવી શક્યતા નથી. લગ્ન પ્રસંગે ધારો કે ૫૦૦ વ્યક્તિને આમંત્રણ આપેલ હોય. બધાં હાજર થઈ ગયા છે. ફક્ત પાંચ જ નથી આવ્યા. તમારા મનમાં નોંધ કોની થાય ? ૪૯૫ આવ્યા છે તેની કે જે પાંચ નથી આવ્યા તેની ? પાંચની નોંધ થાય છે તેનો પણ વાંધો નથી. કિંતુ નોંધ શા માટે કરો ? જમણવારમાં નથી આવ્યા માટે ઘરે મીઠાઈનું બોક્સ મોકલવા કે પછી એના ઘરે લગ્નનો પ્રસંગ આવે ત્યારે આ બાબતનો બદલો લેવા ? 'હવે, એના ઘરે પ્રસંગ આવવા દો, જાય એ બીજા !' - આવા વિચારો તો ન જ ઉદ્‌ભવે ને ? આવા વિચારો કરી કરીને જ તમે ભારેખમ વાતાવરણ બનાવી દો છો. કારણ કે હવે પછી જ્યારે પણ તે વ્યક્તિ સાથે મુલાકાત થશે એટલે અવશ્ય આ વાતની ભારેખમ શબ્દોમાં રજૂઆત તમારા દ્વારા થશે જ.

૪૯૫ આવી ગયા તેના આનંદમાં અને 'કોઈક કારણોસર પાંચ આવી નહીં શક્યા હોય' - આ પ્રકારના સમાધાનકારી વલણના માધ્યમથી શું તમે પ્રસંગને હળવાશથી ન લઈ શકો ? હળવાશથી લેશો તો જ ગુસ્સાથી બચી શકશો. બાકી ક્રોધની પકડમાંથી છૂટવું મહામુશ્કેલ છે. જો પાંચની ગેરહાજરીને તમે હળવાશથી લઈ શકો તો જ જે ૪૯૫ આવ્યા છે તેનો આનંદ લઈ શકો અને પાંચ પ્રત્યે ગુસ્સાને પાંગરતો અટકાવી શકો. ગમે તેવા ભારેખમ પ્રસંગોને પણ હળવાશથી લેનાર બહાદુર છે, કમજોર નહીં. જે ગુસ્સાખોર હોય તે કમજોર છે. બહાદુર માણસ ઓછામાં ઓછો ગુસ્સો કરે. બહાદુરી સામેવાળાને સંભળાવી

દેવામાં કે તેને ચૂપ કરી દેવામાં નથી. પણ, તેણે કીધેલા કડવા શબ્દોને પણ સાંભળી લેવામાં છે. આ એક વાક્ય ગોખી રાખવા જેવું છે - 'કમ જોર, ગુસ્સા બહોત'. જ્યારે જ્યારે પણ ગુસ્સો આવે ત્યારે વિચારી લેવું કે - આ મારી કમજોરી છે, કાયરતા છે. ભારેખમ પ્રસંગોને પણ હળવાશથી લઈ મારે મારી સમાધિ, સદ્‌ગતિ અને સિદ્ધિ સાચવી લેવી છે. પ્રેમ-પ્રસન્નતાને પાંગરવા દેવી છે - આવો નિર્ણય કરી દો.

જેને વધુ પડતું મહત્ત્વ આપવા જેવું નથી, તેને વધુ પડતું મહત્ત્વ આપી બેસીએ એટલે પરિણામમાં ક્રોધ આવ્યા વિના રહે નહીં. 'મારી પુણ્યની મૂડીને ખતમ કરવાનું કામ મારે ક્રોધના પનારે પડી કરવું નથી' - આવા પ્રકારની ઉત્તમ અને ઉદાત્ત ભાવના પ્રગટે ખરી ?

સોક્રેટીસની પત્ની ઝેંટાપી અત્યંત ઝઘડાખોર, ભારે કજિયાળુ. છતાં સોક્રેટીસ મસ્તીથી તેની સાથે દિવસો ગાળતા હતા. જીવનની ભારેખમ એવી આ બાબતને પણ તે હળવાશથી લેતા શીખી ગયા હતા. એક વાર એક ભાઈ સોક્રેટીસને મળવા આવ્યા. સોક્રેટીસ પોતાના અંગત જીવનથી કંટાળી ચૂકેલ છે કે નહીં ? તે તેમને જાણવું હતું. આમ તો એ ભાઈને નિશ્ચય જ હતો કે હું થોડી વાત કરીશ કે તરત જ સોક્રેટીસ મને પોતાની પત્નીના કજિયાળા સ્વભાવ વિશે જણાવ્યા વિના નહીં રહે.

એટલે એ માણસે થોડી આડી અવળી વાત કરી પ્રશ્ન કર્યો. 'મારે જીવનમાં ખરેખર સુખી થવું છે. તો હું લગ્ન કરું કે નહીં ? લગ્ન કરીને હું સુખી થઈ શકીશ ?' પેલા માણસને એમ કે હવે સોક્રેટીસ તરત જ મને કહેશે કે - 'અલ્યા ભાઈ ! લગ્ન કદી કરતો નહીં, જીવતર ઝેર થઈ જશે. કોઈક એવી પત્ની આવી જશે કે તારું જીવન ખેદાન મેદાન થઈ જશે. મારો જ દાખલો લે ને...' આમ કહી પોતાના જીવનના ઢગલાબંધ પ્રસંગો મને કહી દેશે.

પણ, સોક્રેટીસે તો એ ભાઈની ભાવનાથી તદ્દન જુદો જ જવાબ આપ્યો, 'ચોક્કસ ! લગ્ન કરવાથી કંઈ તમે દુઃખી થઈ જવાના નથી.'

પેલા ભાઈની મુરાદ આ જવાબથી બર ન આવી. માટે, થોડું વધારે છંછેડવા માટે પૂછ્યું - 'પણ, લગ્ન કરીને આપને કોઈ તકલીફ જ નથી પડી ? કદાચ મને પણ તમારા જેવી પત્ની મળે તો ?'

'તો શું વાંધો છે ? જગતને બીજા સોક્રેટીસની ભેટ મળશે' - એકદમ હળવાશથી આખા પ્રસંગને સોક્રેટીસે સંકેલી લીધો. પેલા ભાઈ તો શું બોલે ?

હળવા શબ્દો જેટલા બોલતા આવડે, તેટલું વાતાવરણ હળવું રહે. બાકી તમારા શબ્દો કેટલીક વખત એવા હોય કે સામેવાળાની હાલત બગડી જાય. એક ભાઈ બીમાર પડેલા. એમનો મિત્ર મળવા આવ્યો. પૂછ્યું - 'કેમ શું તકલીફ થઈ ગઈ ?'

'ડોક્ટરે કીધું કે કમળો થઈ ગયો છે.'

'શું વાત છે ? કમળો થઈ ગયો ! બાપ રે બાપ ! મારા એક કઝીનને પણ કમળો થઈ ગયો હતો. ૧૮મા દિવસે કમળામાંથી એને કમળી થઈ ગઈ. બસ ! પછી બે દિવસમાં પરલોકે ચાલ્યો ગયો. તમને કમળો થયે કેટલા દિવસ થયા ?' - આવનાર વ્યક્તિએ પુરાણ માંડ્યું.

રોગીએ ડઘાઈને જવાબ આપ્યો - 'આઠ !'

'લ્યો, હવે ૧૨ દિવસ બાકી છે !'

આવા શબ્દો આગ ન પેટાવે તો કરે શું ? જેમ સામેવાળાના ભારેખમ શબ્દોને હળવાશથી લેવાનું આ પોલિસી જણાવે છે તેમ શબ્દો પણ ભારેખમ બોલવાના બદલે હળવા અને હમદર્દીભર્યા બોલવાનું આ પોલિસી શીખવાડે છે. એટલે જ આ પોલિસી અપનાવનાર પોતાની જાતને પણ દુઃખથી છૂટી રાખી શકે છે અને બીજાને પણ દુઃખથી મુક્ત કરાવે છે.

માનવીના મનની એક નબળી કડી છે કે તે નબળા સમાચારની અસર બહુ ઝડપથી સ્વીકારે છે. એટલે જ નબળા પ્રસંગો સાંભળવા મળે કે તેની અસર બહુ ઝડપથી લઈ લે છે. પ્રશ્ન આપણે આપણી જાતને પૂછવાનો છે કે - 'મને રસ શેમાં છે ? નબળા પ્રસંગો સાંભળવામાં અને બોલવામાં કે સારા પ્રસંગો બોલવામાં અને સાંભળવામાં ?' સારું

જોઈ સારું બોલતા શીખીએ તો આપણી આસપાસનું વાતાવરણ પણ સારું થતું જાય. બગીચામાં જવાની ઈચ્છા રાખનાર વ્યક્તિ જો કાગડાને પૂછશે કે 'બગીચામાં શું હતું ?' તો જવાબ એ જ મળશે કે 'ત્યાં તો કાદવ અને મરેલા ઉંદર પડ્યા છે.' પણ જો બુલબુલને પૂછશે, તો બુલબુલ કહેશે કે 'બગીચામાં તો ગુલાબ, જાસુદ અને ચંપાની મઘમઘતી સુવાસ છે.'

કાગડાની વાતને જ સાંભળનાર અને સ્વીકારનાર વ્યક્તિ બગીચાની સુવાસથી સ્વયં વંચિત રહી જાય છે. નુકસાન એ વ્યક્તિને છે. જો તેણે બુલબુલની વાત માની હોત તો બગીચાની મઘમઘતી સુવાસ માણવાનું સૌભાગ્ય મળ્યા વિના રહેત નહીં. વાત બુલબુલની પણ સાચી છે અને કાગડાની પણ સાચી છે. કિંતુ સુખ અને શાંતિ બુલબુલની વાતને વધાવવામાં છે. કાગડાની વાતને વધાવવામાં નહીં. આથી, કદી કોઈના નબળા સમાચાર સાંભળવા નહીં અને કાયમ માટે નબળા જ સમાચાર આપનાર વ્યક્તિથી અલગા જ રહેવું. કારણ કે, કાકદૃષ્ટિ જો વિકસેલી હોય તો સારી વસ્તુમાં પણ દોષો જ દેખાવાના છે. અને જો બુલબુલદૃષ્ટિ વિકસાવેલી હશે તો સદ્‌ગુણો દેખાયા વિના રહેવાના નથી. માટે, કાકદૃષ્ટિવાળા જીવોથી દૂર જ રહેવું. સંપર્ક કરવો તો બુલબુલદૃષ્ટિવાળા જીવોનો કરવો. કારણ કે, કાગડાના સમાચાર બુલબુલની માફક સાચા હોઈ શકે, કિંતુ તે સારા હોય તેવી કોઈ શક્યતા નથી.

જો આટલું કરવામાં પણ સફળતા મળી ગઈ તો દરેક પરિસ્થિતિનું મૂલ્યાંકન બુલબુલદૃષ્ટિથી કરી શકશો. પછી દરેક પરિસ્થિતિને હળવાશથી લેવાનું તમારા માટે દુઃશક્ય નહીં રહે. એક વાત મગજમાં કોતરી રાખવા જેવી છે કે - દરેક પરિસ્થિતિ જવા માટે આવી છે. ભારેખમ પરિસ્થિતિની અમુક જ પળો જો સાચવી લેતા આવડે તો આખરે એ પરિસ્થિતિ જવા માટે જ આવી છે. માટે, દરેક પ્રસંગને હળવેથી લેતા શીખવા જેવું છે. વર્તમાનમાં ઘરોઘર જે સંઘર્ષોની આગ પ્રગટી છે, તેનું મૂળ કારણ શોધવા જશો તો આ જ મળશે કે - નાના નાના પ્રસંગોને પણ ભારેખમ રીતે લેવાની વૃત્તિ. હળવાશથી કોઈ પણ પ્રસંગને

લેવાની તૈયારીનો અભાવ. આ જ પરિબળના આધારે ઘરમાં સંઘર્ષોનું વાતાવરણ ખડું થયું છે.

જો દરેક પાસે હરેક પ્રસંગને હળવેથી લેવાની કળા આવી જાય તો પછી સાસુ-વહુના ઝઘડા સમાપ્ત થઈ જાય. નાના-નાના પ્રસંગોને વિકરાળ સ્વરૂપ આપીને સાસુ-વહુની ચકમક જીવનના અંત સુધી ચાલતી હોય છે. આ ટેક ઈટ ઈઝીલી પોલિસી અપનાવી જુવો, તેને આત્મસાત્ કરી જુવો, ઝઘડા ઓછાં થઈને જ રહેશે.

બે વાર નોકર નોકરીએ મોડો આવ્યો. એટલે હવે નોકર ઉપર ગુસ્સો આવવાનો જ. ત્રીજો દિવસ થયો. આજે નોકર મોડો છે. માટે, એ આવે કે તરત તેને ખખડાવી નાંખવાના વિચાર સાથે તમે તૈયાર બેઠા છો. લગભગ અડધો કલાક એ મોડો છે. પણ આવ્યો ત્યારે એકદમ ખુશ હતો, જ્યારે તમે અત્યંત નાખુશ હતા. આવ્યા ભેગો જ તમે પ્રશ્ન કર્યો. 'કેમ ત્રણ દિવસથી મોડું થાય છે ?' તમે ખખડાવી નાંખ્યો. પણ પેલાએ આનંદથી જવાબ વાળ્યો. 'અરે સાહેબ ! પેલા આપણા દેવાદાર છે ને કે જે ૧ વર્ષથી ઉઘરાણી આપવા તૈયાર નથી થતા, એની દુકાન મારા રસ્તામાં જ આવે. માટે, હું એની દુકાને જઈ સમજાવવા લાગ્યો. રોજ એમાં મોડું થતું હતું. જુવો, આજે તો એણે ઉઘરાણી પણ આપી દીધી.'

આટલું કહી નોકરે નોટોના બંડલો તમારા હાથમાં મૂક્યા. જાણે તમારા ગુસ્સા ઉપર ઠંડુ ઠંડુ પાણી રેડી દીધું. હવે તમે રાજી કે નારાજ ? રાજી જ ને ! તો પછી રાજી થઈ તે નોકરને ઉઘરાણીના અડધા રૂપિયા આપી દો ? ના, એ તૈયારી તમારી પાસે નથી. મૂળ વાત એટલી જ છે કે સામેવાળી વ્યક્તિ તરફથી થતા દરેક વ્યવહારની પાછળ આપણી ધારણા કરતાં વિપરીત ઘણાં આશયો હોઈ શકે છે. માટે, આપણને જણાતી પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિને પણ હળવાશથી લેતા આવડે તો જ તમે કોઈ પણ પરિસ્થિતિને ન્યાય આપી શકશો. બાકી આવેશગ્રસ્ત માણસ સાચા-ખોટાનો નિર્ણય કરી શકતો નથી.

હકીકત એ છે કે ક્રોધ કરીને જીવ પોતે જ, જાતે જ દુઃખી

થાય છે અને દુઃખનો આરોપ સામેની વ્યક્તિ ઉપર કરી પરને દુઃખનું કારણ માને છે. 'પર મને હેરાન કરે છે' - એવી મિથ્યા માન્યતાના કારણે, પરમાં પરિવર્તન કરવા માટે ભારેખમ પ્રયત્નો કરે છે. તેમાં જો પુણ્યનો સાથ ન મળે તો વધુ દુઃખી થાય છે. પરિસ્થિતિમાં પરિવર્તન લાવવાના બદલે પોતાની દૃષ્ટિમાં જ પરિવર્તન લાવવું જરૂરી છે. પરિસ્થિતિને હળવાશથી લેતાં, પોતાની દૃષ્ટિને સુધારતાં સ્વસ્થતા અનુભવાશે.

ટૂંકમાં,

'ટેક ઈટ ઈઝિલી' પોલિસી એટલો જ સંદેશો આપે છે કે -
''ભારેખમ પરિસ્થિતિને પણ જો હળવાશથી લેતા શીખશો અને સદા ભારેખમ પરિસ્થિતિને પણ હળવા બનાવતા શબ્દો બોલતા જો શીખશો તો સ્વર્ગ તમારા માટે ધરતી ઉપર જ છે. કમ સે કમ ગુસ્સાને તો તિલાંજલિ મળીને જ રહેશે. ઉપરાંતમાં, તમને અને બીજાને ઉભયને અનહદ આનંદની પ્રાપ્તિ થશે. ક્યારેક કોઈક એકાદ પ્રસંગને તો હળવાશથી લઈ જુવો. પછી સમજાશે તમને મારું મહત્ત્વ.''

'ટેક ઈટ ઈઝીલી' પોલિસીના આટલા સંદેશાને જીવનમાં પ્રયોગાત્મક ધોરણે લાવવા માટે રોજે રોજ આટલો સંકલ્પ કરો કે 'કમ સે કમ આજે મારે એકાદ પ્રસંગને તો હળવેથી જ લેવો છે.' બધાં પ્રસંગોને તમે હળવાશથી લઈ શકો તો ઉત્તમ. પરંતુ જો તેટલી ધીરજ કે ક્ષમતા વિકસાવી શક્યા ન હો તો 'રોજનો ઓછામાં ઓછો એક પ્રસંગ કે જે ઘણો ભારેખમ હોય તેને મારે હળવાશમાં લેવો જ છે' - આવો દૃઢ સંકલ્પ કરવો જ રહ્યો. ધીરે ધીરે ધીરજ અને ક્ષમતા વધારતા જજો. આખરે લક્ષ્યે પહોંચી જશો. ઓલ ધી બેસ્ટ !

૧૮

'કીપ ડીસ્ટન્સ' પોલિસી

ઘણાં લોકો મને પ્રશ્ન કરતા હોય છે કે ''જે થોડાં ઘણાં સજ્જન વ્યક્તિ છે, ક્યારેક જ આવેશમાં કે આવેગમાં આવી અનુચિત વ્યવહાર કરનારા છે, જો અમે તેની સાથે પ્રેમથી વ્યવહાર કરીએ, તેના ગુસ્સાને પણ હળવાશથી લઈ લઈએ તો પોતાની ભૂલ તેને સંવેદાય, કંઈક એના મગજમાં ખટકે... આવી વ્યક્તિ સાથે સૌહાર્દપૂર્ણ વ્યવહાર કરવામાં હજુ અમે મનને તૈયાર કરી શકીએ છીએ. અને એવી વ્યક્તિ સાથેના વ્યવહારમાં જ ટેક ઈટ ઈઝીલી પોલિસીનું કંઈક ફળ દેખાય. બાકી, અમુક લોકો તો એવા હોય છે કે જે સતત આગનું જ કામ કરનારા હોય છે. એ લોકોની સાથે સૌહાર્દપૂર્ણ વ્યવહાર કરવાથી કોઈ મતલબ જ ન સરે !

કોઈની સાથે તેવા પ્રકારનો ઋણાનુબંધ ન પણ હોય કે એ વ્યક્તિને અમારી સાથે બિલકુલ બને જ નહીં. અમે અને એ વ્યક્તિ ગમે તેટલો પ્રયત્ન કરીએ તો પણ અમારો સંબંધ ટકે જ નહીં. એની હરકતો જોઈ અમને ગુસ્સો આવ્યા વિના રહે જ નહીં. આ પરિસ્થિતિમાં શું કરવું ? એમની સાથે સારો સંબંધ બનાવવાના, સારી રીતે સૌહાર્દપૂર્ણ વ્યવહાર કરવાના તમામ પ્રયાસો નિરર્થક જ નીવડી ચૂક્યા છે, આવા વખતે શું કરવું ? શેં જાળવવી પ્રસન્નતાને ?''

આવો પ્રશ્ન કદાચ ઘણાના મનમાં હશે. પૂર્વભવોના તેવા પ્રકારના સંબંધ, સંસ્કાર વગેરેને વશ અમુક વ્યક્તિ પ્રત્યે તેવું થઈ શકે છે. ઉત્તમમાર્ગ આવા વખતે એ છે કે સામેવાળી વ્યક્તિ પ્રત્યે ઉપશમભાવ, સમતા વિગેરે બધું જ ટકાવી રાખવું. કિંતુ જ્યારે એ ઉત્તમ વિકલ્પ શક્ય નથી બનતો, કર્મોના જોરની સામે તમારા આત્માનું જોર ઓછું પડે ત્યારે મધ્યમ વિકલ્પ તરીકે 'કીપ ડીસ્ટન્સ' પોલિસી છે. 'અંતર રાખો !' - આ મતલબની પોલિસીનો તાત્પર્યાર્થ એ જ કે તેવા પ્રકારની વ્યક્તિ સાથે ભૌગોલિક, કાયિક કે વાચિક કોઈ પણ પ્રકારનું અંતર જાળવી રાખો. તે વ્યક્તિથી દૂર રહેવામાં જ તમારી સલામતી છે.

પ્રશ્ન :- પણ, જેની સાથે ૨૪ કલાક ગાળવાના હોય તેની સાથે, તેવા પ્રકારની ઘરની વ્યક્તિ સાથે તો અંતર રાખવું શેં શક્ય બને ?

ઉત્તર :- અંતર માત્ર ભૌગોલિક રીતે જ નથી પડતું. પરંતુ, બીજી ઘણી રીતે અંતર રાખી શકાય છે. તે વ્યક્તિથી જો દૂર રહી શકાતું હોય, ભૌગોલિક રીતે અંતર પાડી શકાતું હોય તો ઉત્તમ. પણ જો તે અંતર શક્ય ન હોય તો જ્યારે જ્યારે પણ તેની સાથે મળવાનો પ્રસંગ આવે ત્યારે, કોઈને અજૂગતું ન લાગે તે રીતે, તેની સાથે વાતચીત ટાળવી. બોલવું જ પડે તો અત્યંત પરિમિત અને પ્રેમાળ શબ્દો જ બોલવા. છતાં સામેવાળો જો ગુસ્સો કરે તો મૌન જ રાખી લેવું. કશું જ ન બોલવું. મૂંગા મોઢે બધું જ સાંભળી લેવું. આ પડ્યું વાચિક અંતર !

સાસુ-વહુ વચ્ચે તકરાર હદપાર થઈ રહી હતી. લગ્ન થયા ત્યારથી માંડી આજ સુધી નાના-મોટા છમકલાં ન થયા હોય તેવા કોઈ દિવસ વીત્યા ન હતા. વહુ માટે જીવવું આકરું થઈ પડ્યું હતું. ઘડી-ઘડીમાં આપઘાતના વિચારો આવી પડતા. વહુની નજર સાસુ સાથે કે સાસુની નજર વહુ સાથે ટકારાય કે તેમાંથી આગ ઝરવા લાગતી. બોલાચાલી ખૂબ જ વધી ગઈ હતી.

ઘરનું આખું વાતાવરણ ભારેલા અગ્નિ જેવું થઈ પડ્યું હતું. વહુ ખૂબ જ ત્રાસી ગઈ હતી. સાસુ-વહુના આ રોજીંદા ઝઘડાઓથી

આડોશી-પાડોશી પણ કંટાળી ગયા હતા. આડોશી-પાડોશીની વહુઓને સ્વાભાવિક રીતે વહુ પ્રત્યે સહાનુભૂતિ રહેતી. જ્યારે સાસુઓની સહાનુભૂતિ સાસુ પ્રત્યે ઢળતી. ઘણી વાર આડોશી-પાડોશીની વહુઓ ભેગી થઈ સાસુની જમાતનું ખાંડતી, એક બીજાના અનુભવોની આપ -લે કરતી. એક વાર વહુઓની આવી જ જમાત ભરાઈ હતી.

આડા અવળા ટોળટપ્પા મારતા મારતા અચાનક એક પાડોશીને યાદ આવ્યું અને એણે તરત જ પેલી વહુને વાત કરી. 'અલી ! તને ખબર છે કે આપણા ગામમાં ખૂબ જ ચમત્કારિક સંત પુરુષ આવ્યા છે. તે બધાની મનોકામના પૂરી કરી આપે છે. તું એમના શરણે જ જા. કદાચ તારું પણ દુઃખ દૂર થઈ જાય. સંતનો પ્રભાવ બહુ અજબ -ગજબનો છે.' પેલી વહુ તો સાસુમાના ત્રાસથી ભારે કંટાળી ગઈ હતી. 'ડૂબતો નર તરણું ઝાલે' એ ન્યાયે સાસુના ત્રાસથી બચવા 'પથ્થર એટલા પૂજે દેવ' કરવા પણ તૈયાર હતી.

બીજે જ દિવસે એ વહુ સંત પાસે પહોંચી ગઈ. થોડા ઘણા ભક્તો સંતને મળવા માટે બેઠા હતા. થોડી વારમાં બધાં વીખેરાઈ ગયા એટલે આ વહુએ સંતપુરુષને વાત કરી - 'સ્વામીજી ! મારો ઉદ્ધાર કરો. હું ખૂબ જ દુઃખિયારી બાઈ છું. ગમે તેમ કરી આ નરકમાંથી મારો ઉદ્ધાર કરો. રૌરવ નરકમાં પહોંચી જવું પોસાશે. પણ હવે આ રીતે જીવન વેંઢારવાનું હરગીઝ નહીં પોસાય. પ્લીઝ સ્વામીજી ! મને ઉગારી લો.'

'બહેન ! તમને તકલીફ શું છે ? એ તો કહો.'

'સ્વામીજી ! મારી હેડંબા જેવી સાસુનું સહુથી મોટું દુઃખ છે. આ દુઃખમાંથી મારો છૂટકારો કરી આપો.'

'પણ, તમારે સાસુ સાથે તકલીફ શું થાય છે ?'

'સ્વામીજી ! મારી સાસુમાના ત્રાસની તો શું વાત કરું ? કાળો કેર વર્તાવી દીધો છે. આખો દિવસ ઝઘડામાં જ પૂરો થઈ જાય છે. મારી કોઈ ભૂલ ન હોય છતાં મારી ઉપર ત્રાટકી પડે છે. પછી તો શું બોલે ? શું બોલે ? મારાથી સાંભળ્યું ન જાય, તેવું તેવું બોલે. હું તો જીવતી સળગી જાઉં છું.'

'તમે ચૂપ જ ઉભા રહો કે વચ્ચે કંઈક બોલો ?'

'ના, ના. એમ તો હું કાંઈ ગાંજી જાઉં તેવી નથી. સાસુ મને સંભળાવી જાય તો હું કંઈ કમ નથી. બરાબર સંભળાવી દઉં. પણ, આખરે તો એ સાસુ રહ્યા. એટલા કામ આખો દિવસ કરાવ્યે રાખે કે હું તો એ વૈતરું કરીને જ અધમૂઈ થઈ જાઉં છું.'

સંતના ધ્યાનમાં આખી વાત આવી ગઈ. થોડા મંત્રોચ્ચાર કરવા પૂર્વક એક તાવીજ કાઢી તેમણે વહુના હાથમાં મૂક્યું અને કીધું - 'આ તાવીજ લો, તમારા જીવનમાં શાંતિ સ્થપાઈ જશે.' વહુ તો આનંદિત થઈ ગઈ. વાહ ! ફક્ત તાવીજ રાખવાથી જ જીવનમાં શાંતિ આવી જશે. તેણે પૂછ્યું - 'સ્વામીજી ! આ તાવીજનો ઉપયોગ કેમ કરવાનો ? કેવી રીતે અને કેટલો સમય આ તાવીજ મારે મારી પાસે રાખવાનું ?'

સંતે કીધું - 'બહેન ! આનો ઉપયોગ કરવાની પદ્ધતિ બહુ સરળ છે. જ્યારે જ્યારે તમારા સાસુમા તમને કંઈ પણ કહેવાનું શરૂ કરે કે તરત તમારે આ તાવીજ મોઢામાં મૂકી દેવાનું. પછી જો જો કમાલ ! થોડી વારમાં જ તમારા સાસુ સાવ જ ચૂપ ! એમનો બોલવાનો પ્રભાવ પણ ધીમે ધીમે ઘટતો જશે. આખરે એ બોલવાનું બંધ જ કરી દેશે. બસ ! તમારે ફક્ત સાસુમા જેવું બોલવાનું શરૂ કરે કે તરત જ મોઢામાં આ તાવીજ મૂકી દેવાનું. તેમાં બિલકુલ વિલંબ ન જ થવો જોઈએ હોં !'

વહુ તો એકદમ રાજીની રેડ થઈ ગઈ. વાહ ! ફક્ત તાવીજ મોઢામાં રાખો કે સાસુમા સીધાદોર ! આમ તો સાસુમા બોલવાનું ચાલુ કરે કે અડધો પોણો કલાકે ય પાર ન આવે. પણ સંતના તાવીજથી સાસુમા બોલવાનું લગભગ બંધ કરી દેવાના હતા. સંતનો ખરા દિલથી આભાર માની વહુ પોતાના ઘરે પાછી આવી અને તરત જ આ પ્રયોગ અજમાવવાનો શરૂ કરી દીધો. સાસુમા બોલે કે તરત જ તાવીજ મોઢાની અંદર ! પછી વહુ માટે મોટી જવાબદારી એ આવી પડી કે તાવીજ મોઢામાંથી બહાર ન આવી જાય તે માટે એણે મૌન જ રાખવું પડતું. દિવસો વીતતા ચાલ્યા. તાવીજે જોરદાર કામ કર્યું હતું. સાસુમાએ અડધી વખત બોલવાનું ટાળવા માંડ્યું. લગભગ અડધાથી પણ વધુ પ્રસંગોમાં

સાસુમા બોલવાનું ટાળવા લાગ્યા. વહુ તો આશ્ચર્યચકિત થઈ ગઈ. અમુક પ્રસંગો તો એવા હતા કે વહુને ખાતરી જ હતી - સાસુ આ પ્રસંગે તાડૂકી ઉઠ્યા વિના રહેશે નહીં. અડધો કલાકની તકરાર તો આરામથી જામી જશે. પણ, આશ્ચર્ય ! અમુક તેવા પ્રસંગોમાં સાસુ ચાર પાંચ વાક્યો બોલી બડબડતી ચાલી ગઈ. ધીરે ધીરે તેવા પ્રસંગોમાં તો બોલવાનું જ બંધ કરી દીધું. ક્યારેક ક્યારેક વહુને પણ સાસુ સામે બોલવાનું મન થઈ જતું. છતાં અંદરની તાવીજ મોઢા બહાર પડી ન જાય તેની સાવધાની રાખવા વહુ કશું જ બોલતી નહીં.

દિવસો જેમ જેમ પસાર થતા ગયા, તેમ તેમ સાસુમાનું બોલવાનું સાવ જ બંધ થવા લાગ્યું. ધીરે ધીરે વહુ-સાસુ વચ્ચેનું આંખે દેખ્યું ઝેર ઘટવા લાગ્યું. ક્યારેક ક્યારેક પ્રેમાળ વાતચીત પણ થવા લાગી. આખું વાતાવરણ જાણે પલોટાવા લાગ્યું. આજુબાજુવાળા આડોશી-પાડોશીને પણ આશ્ચર્ય થવા લાગ્યું. જન્મજાત વૈરીની જેમ લડનારા સાસુ-વહુ ધીરે ધીરે જનમ-જનમના સ્નેહી બનતા જતા હતા. ઘણી વાર વહુને એ સંત પુરુષની યાદ આવી જતી અને કૃતજ્ઞતાભાવે એમનો ખૂબ-ખૂબ આભાર માનતી. હવે તેને જીવન જીવવા જેવું લાગતું. સાસુમાનો અને પોતાનો વ્યવહાર ખૂબ જ પ્રેમસભર બનતો જતો હતો. ધીરે ધીરે તાવીજની જરૂરિયાત જ મટી ગઈ. તાવીજની જરૂર જ નહતી પડતી. એક વાર અચાનક સંતપુરુષ કૃતજ્ઞભાવે યાદ આવી ગયા. સાથોસાથ એમણે આપેલું તાવીજ પણ યાદ આવ્યું. તાવીજ ગળા ઉપર જ બાંધ્યું હતું. જેથી જરૂર પડ્યે તરત જ મોઢામાં નાંખી શકાય. એને નવાઈ લાગી કે આ તાવીજમાં એવો તો શો જાદુ છે કે જેણે જીવનને નંદનવન બનાવી દીધું ? એકાદ વધારે તાવીજ સંતપુરુષ પાસેથી મેળવી લેવાની ઈચ્છા થઈ આવી. એક ખોવાઈ જાય તો બીજું કામ આવે.

આમે ય ઘણાં દિવસથી સંતપુરુષને મળી તાવીજના પ્રભાવને જણાવવાની ભાવના હતી. પણ, અન્ય કામોમાં એ વાત ભૂલાઈ જતી. આજે ઉત્કંઠા ખૂબ જ તીવ્ર બની ગઈ. એણે તપાસ કરી તો સમાચાર મળ્યા કે સંતપુરષ ગામમાં જ હતા. હવે થોડા જ દિવસમાં આ ગામમાંથી

વિદાય થવાના હતા. વહુ એ જ દિવસે સંતપુરુષને મળવા પહોંચી ગઈ. સંતપુરુષ એને ઓળખી ગયા. વહુએ ખૂબ જ દિલથી સંતપુરુષનો આભાર માન્યો. આખરે આ સંતપુરુષે જ તો નવી જીંદગી અને નવી જીંદગી જીવવાનું જોમ, તાવીજના માધ્યમે આપ્યા હતા.

છેલ્લે જતા જતા વહુએ પોતાના મનમાં ઘોળાતી શંકા રજૂ કરી - ''સ્વામીજી ! અત્યારે તો મારે એ તાવીજનો ખૂબ જ ઓછો ઉપયોગ કરવાનો આવે છે. છેલ્લા ઘણાં દિવસોમાં તો એક પણ વાર ઉપયોગ કરવાનો થયો નથી. પણ, આ તો એક એવી શંકા રહ્યા કરે છે કે કદાચ આ તાવીજ મારાથી ખોવાઈ ગયું તો શું ? ત્યાર બાદ મારું જીવન ઝેર જેવું નહીં થઈ જાય ? સાંભળ્યું છે કે આપ થોડા દિવસોમાં આ ગામ છોડી ચાલ્યા જવાના છો. તો શું આપ મને એક વધારાનું તાવીજ ન આપી શકો ?'' વહુની આ માંગણી સાંભળી સંત ખડખડાટ હસી પડ્યા. હજુ સુધી વહુ આ તાવીજના રહસ્યને પામી શકી ન હતી - એ જાણી એમને હસવું આવી ગયું. વહુ તો સંતપુરુષનું હાસ્ય જોઈ ડઘાઈ ગઈ.

એણે પૂછ્યું - ''કેમ ? મેં કંઈ ખોટું પૂછી લીધું ?''

''ના, ના, આ તો તું હજુ સુધી તાવીજનું રહસ્ય સમજી ન શકી એટલે આશ્ચર્ય થાય છે. તાવીજ ખોલીને જો. એની અંદર શું છે ?'' વહુને પણ ઘણા વખતથી જિજ્ઞાસા હતી જ. પણ ભયના કારણે તે જોતી ન હતી. સંતે જ કીધું ત્યારે તરત જ એણે તાવીજ ખોલી દીધું. અંદર જોયું તો આશ્ચર્ય ! અંદરમાં તાવીજ સાવ જ ખાલી !

વહુના આશ્ચર્યનો પાર ન રહ્યો. એને તો એમ કે અંદર કેટલાય મંત્રો લખેલ કંઈક નવી જ વસ્તુ હશે. પણ, એવું તો કશું જ તાવીજમાં ન હતું. ભારોભાર આશ્ચર્યથી એણે સંતપુરુષની સામે જોયું. સંતપુરુષ એનો ભાવ કળી ગયા. એમણે વાત કરી - 'આમાં તાવીજનો કોઈ પ્રભાવ નથી. આ તાવીજે તો ફક્ત તમારા અને સાસુમા વચ્ચે વાચિક અંતર પડાવ્યું છે. અત્યાર સુધી સાસુમા જેવું બોલે કે તમે સામે બોલતા હતા. એમાં વાત વધી પડતી હતી. રજનું ગજ થતું હતું. પણ, આ

તાવીજ તમે મોઢામાં મૂકવાની શરૂઆત કરી એટલે સાસુમાના આક્ષેપ, આક્રોશની સામે જવાબ આપવાનું તમારા માટે શક્ય ન બન્યું. તાળી બે હાથે પડે. એક હાથે તાળી પડી ન શકે. માટે, એકલી સાસુમા શું બડ-બડ કરે ? આખરે તેઓએ પણ થાકી-હારી બોલવાનું ઓછું કર્યું. આ રીતે તમારા બન્ને વચ્ચે વાચિક અંતર પડી ગયું. અને ગુસ્સો ઘટવા માંડ્યો. આખરે તમારા બન્ને વચ્ચે સ્નેહનો સેતુ બંધાયો. કારણ કે તમને બન્નેને એમ લાગતું હતું કે હવે મારી સાથે સામેવાળાનો સારી રીતે વ્યવહાર થઈ રહેલ છે.

પરિણામે, ઘરમાં શાંતિ સ્થપાઈ. માટે, આ તાવીજ ખોવાઈ જાય તો ચિંતા નહીં કરતી. પણ તાવીજનું રહસ્ય હંમેશા જાળવી રાખજે. એનું જતન કરજે.'' વહુનું મન પ્રસન્ન થઈ ગયું.

કીપ ડીસ્ટન્સ પોલિસીનો સાર આ જ પ્રસંગમાં સચવાયો છે. જે વ્યક્તિ સાથે તમને ઋણાનુબંધ ઓછો કે નહીંવત્ જણાય છે તેની સાથે ડીસ્ટન્સ/અંતર રાખો. તે ડીસ્ટન્સ મૌન દ્વારા પણ રાખી શકાય છે. શબ્દો બોલનાર મોટે ભાગે ક્રોધી માણસની આગમાં પેટ્રોલ છાંટવાનું કામ કરે છે. મૌન એ પાણીનું કામ કરે છે.

ટૂંકી બુદ્ધિવાળા જીવો સાથે વાત ટૂંકી કરો. દુઃખ ટૂંકું થઈ જાય, સુખ લાંબું થઈ જાય. જો ટૂંકી બુદ્ધિવાળા સાથે લાંબી વાત કરો તો દુઃખ લાંબું થઈ જાય, સુખ ટૂંકું થઈ જાય.

જેમ પેટ્રોલ ભરેલી ગાડી ઉપર 'ડેન્જર', 'હાઈલી ઈન્ફ્લેમેબલ' જેવા પાટિયા લાગેલા હોય છે. તેમ જેના મનમાં અત્યંત ક્રોધ ભરેલો પડ્યો હોય તેવી વ્યક્તિ ઉપર 'ડેન્જર' વગેરેના પાટિયા લાગેલા વંચાય તો સ્વાભાવિક રીતે તેનાથી અંતર પડી જાય. ભલે એવા પાટિયા કોઈના કપાળે વાંચવા ન મળે પરંતુ એટલું તો આપણી સમજમાં હોવું જ જોઈએ કે 'જો મારે મારી શાંતિ વેરવિખેર ન કરવી હોય તો મારે આવી વ્યક્તિથી દૂર રહેવું જ સારું.'

હા ! તેના પ્રત્યે અસદ્‌ભાવ નથી પ્રગટાવવાનો, કિન્તુ તેના સ્વભાવને લક્ષમાં રાખી તેનાથી દૂર રહેવાની પ્રવૃત્તિ તો અવશ્ય કરવાની જ છે. અકલ્યાણમિત્રના સંગને છોડવાની વાત શાસ્ત્રકારોએ કરી જ છે ને ! તેવા પ્રકારની વ્યક્તિઓને ઓળખી સમજી તેનાથી દૂર રહેવામાં જ કલ્યાણ છે. આ વાત સમજી રાખવી જોઈએ.

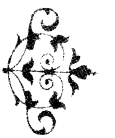
જો આખી દુનિયાને આપણે દિલમાં સમાવવી હશે તો ક્રોધને દૂર કરવો પડશે. અને જો ક્રોધને દૂર કરવો હોય તો કિપ ડીસ્ટન્સ પોલિસી અપનાવી તેવી તેવી વ્યક્તિઓ સાથે અંતર રાખ્યે જ છૂટકો. તેના ઉપર ગુસ્સો ન કરીને તેની ભૂલ સમજવા માટે તેને તક આપવી જોઈએ.

ટૂંકમાં 'કીપ ડીસ્ટન્સ' પોલિસી એટલું જ કહે છે કે - ''જેના જેના સાન્નિધ્યમાં તમારા ક્રોધને કાબૂમાં લેવું કઠીન થઈ પડતું હોય તે તે વ્યક્તિ કે વસ્તુથી અંતર રાખો. પછી તે વાચિક હોય કે ભૌગોલિક, ક્રોધમાં ધરખમ ઘટાડો થઈને જ રહેશે.''

ક્રોધ એ એસિડ છે જે,
જ્યાં છંટાય ત્યાં જેટલું
નુકસાન કરશે તેનાથી વધુ
જે બૉટલમાં છે તેને
નુકસાન કરશે.

- **માર્કટ્વેન.**

'પોઝિટીવ થિંકીંગ' પોલિસી



કોઈક કોઈક ભારેખમ પ્રસંગોમાં જીવને માનસિક શાંતિ, સમાધિ, સ્વસ્થતા જાળવવી ભારે થઈ પડતી હોય છે. આવા સમયે માનસિક શાંતિ, સ્વસ્થતા અને સમાધિ આપવાનું કામ આ પોલિસી કરે છે. ધારો કે શરીરમાં તાવ, કળતર જેવું લાગે છે. આવી અવસ્થામાં સ્વાભાવિક છે કે ઘડી ઘડીમાં કોઈના ઉપર ગુસ્સો આવ્યા વિના રહે નહીં. માનસિક ઉદ્વેગ પણ વધ્યા જ કરે. 'ઓહ ! મને તાવ આવી ગયો, મારા ધંધા બંધ થઈ ગયા...' ઈત્યાદિ ઉદ્વેગને કારણે ગુસ્સો કાબૂમાં રહેવો કઠીન થઈ પડે.

આવે વખતે, આ પોઝિટીવ થિંકીંગ પોલિસીનો સહારો સર્વોત્તમ સાબિત થાય. 'મને તો હજુ સાદો તાવ જ આવ્યો છે ને ! ઝેરી મલેરિયા તો નથી થયો ને ! વાયરા તો ઝેરી મેલેરિયાના છે. જો મને તે લાગુ પડી ગયો હોત તો ? આના કરતાં વેદના પણ ઘણી, પળોજણ પણ પારાવાર !' - આવી રીતે પોઝિટીવ વિચારધારા જેમ જેમ અપનાવવામાં આવે તેમ તેમ તે પ્રસંગની ભારેખમ અસર હેઠળ ઉત્પન્ન થતો ક્રોધ સ્વયં રવાના થવા માંડશે.

શિષ્યનો અભ્યાસ પૂરો થઈ ગયો હતો. હવે, ઉપદેશ આપવા

જવાનો અવસર આવ્યો. આમ તો પૂર્વે અનેક વાર શિષ્યની પરીક્ષા થઈ ચૂકી હતી. પણ, ઉપદેશ આપવાનો અવસર આવ્યે ફાઈનલ પરીક્ષા લેવાનું ગુરુને મન થયું. જવા માટે તૈયાર થઈને આવેલા શિષ્યને પૂછ્યું - 'અલ્યા ! તું ઉપદેશ દેવા માટે તો નીકળે છે. પણ, જો કોઈ તારો ઉપદેશ નહીં સાંભળે તો ?' શિષ્યે શાંતિથી કીધું - 'ગુરુદેવ ! ઉપદેશ ન સાંભળે તો શું થઈ ગયું ? હું એમ વિચારીશ કે કમ સે કમ મને ભિક્ષા તો આપે જ છે ને !'

'અલ્યા ! પણ, કોઈ તને ભિક્ષા ય નહીં આપે તો ?'

'તો હું એમ માનીશ કે મને ગાળો તો નથી આપતા ને ?'

'કદાચ, માની લે કે એ લોકો તને ગાળો પણ આપે તો ?'

'તો હું એમ માનીશ કે મને તમાચો તો નથી મારતા ને ?'

'કદાચ તમાચો મારે તો ?'

'મને પથરા તો નથી મારતા ને ? - એમ વિચારીશ.'

'પથરા મારે તો ?'

'શસ્ત્ર તો ઉગામતા નથી ને ? - એમ માનીશ.'

ગુરુદેવ શિષ્યને પૂરેપૂરો જાણી લેવા માંગતા હતા. માટે, પરીક્ષા આગળ લંબાવી.

'કદાચ, તારી ઉપર શસ્ત્ર પણ ઉગામે. ભયંકર યાતના તને આપે તો ?'

'તો હું વિચારીશ કે મને જાનથી તો નથી મારી નાંખતા ને ?'

'કદાચ જાનથી પણ ખતમ કરે તો ?'

'અરે ગુરુદેવ ! આખરે તો આ શરીરને જ તેઓ નુકસાન પહોંચાડી શકશે ને ? મારો આત્મા તો અજર અમર છે. તેને નુકસાન પહોંચવાનું જ નથી. તો પછી જાન ગુમાવવાનો શોક શો ? મારે તો પ્રભુના વચનોને જન-જન સુધી પહોંચાડવા છે.'

ગુરુદેવ પ્રસન્ન-પ્રસન્ન થઈ ગયા. સમજી ગયા કે પોઝિટીવ થિંકીંગ - હકારાત્મક વિચારધારાને બરાબર આત્મસાત્ કરી ચૂકેલ મારો આ શિષ્ય દુનિયાની ગમે તેવી પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિમાં દુઃખી નહીં થાય,

ક્રોધનો ભોગ નહીં બને. અને ગુરુદેવે શિષ્યને ખોબલે-ખોબલે આશ આપી ઉપદેશ દ્વારા લોકકલ્યાણ માટે જવાની અનુજ્ઞા આપી.

હકારાત્મક વિચારધારા અપનાવવામાં આવે તો ક્રોધ થાય તેવી કદાપિ શક્યતા નથી. ગમે તેવી પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિમાં પણ હકારાત્મક અને સકારાત્મક વિચારધારા અપનાવનાર વ્યક્તિ પોતાની પ્રસન્નતાને અકબંધ જાળવી શકે છે. નકારાત્મક વલણ, નકારાત્મક દૃષ્ટિકોણ જ આવેગ-ઉકળાટ-આક્રોશ પેદા કરાવે છે.

નેતાજી સુભાષચંદ્ર બોઝ વક્તવ્ય આપી રહ્યા હતા. તેમના પ્રત્યે દ્વેષ ધરાવનાર એક વ્યક્તિએ મંચ ઉપર રહેલા નેતાજી તરફ એક જોડું ફેંક્યું. આખી સભા સ્તબ્ધ થઈ ગઈ. નેતાજીના તરફદારો સમસમી ગયા.

પણ, નેતાજી એકદમ શાંત છે. એમણે તો હકારાત્મક વિચારધારા અપનાવી વક્તવ્યમાં જ જણાવ્યું કે 'આ જુત્તાને મોકલનાર ભાઈનો ખૂબ-ખૂબ આભાર ! સાથે એક વિનંતિ પણ કરવાની કે તેઓશ્રી આનું જોડકું બીજું જોડું પણ મોકલાવે. જેથી પહેરવાના ઉપયોગમાં આવી શકે.' આખી સભા ખડખડાટ હસી પડી.

'મારું અપમાન કરવા માટે તેણે આ પ્રવૃત્તિ કરી છે' - આવું નકારાત્મક વિચારવાના બદલે 'આ પ્રવૃત્તિ દ્વારા આ રીતે તે મારું હિત જ ઈચ્છી રહેલ છે' - આવું સકારાત્મક વિચારી જ શકાય છે.

બીજાનો પ્રેમ સંપાદન કરવા માટે આ હકારાત્મક વિચારધારા અપનાવવી જરૂરી છે. હંમેશા દરેકે દરેક વ્યક્તિને સકારાત્મક દૃષ્ટિકોણથી જોવાથી અરસ-પરસ પ્રેમ વધે છે. રામચંદ્રજી લંકાવિજય પછી સીતાજીની સાથે અયોધ્યા પાછા ફરી રહેલ છે. ત્યારે અયોધ્યાના આગલા મુકામે કૈકેયી રાણી અત્યંત ખિન્ન હૃદયે અને મ્લાન વદને રામચંદ્રજીને મળવા જાય છે. સાથો સાથ માફી પણ ખરા દિલથી માંગે છે - ''બેટા ! મને માફ કરી દે. તને અસહ્ય યાતનાઓ મેં આપી છે, મને ક્ષમા આપી દે.''

''આપની ભૂલ શી ?''

''તને વનવાસ મોકલ્યો તે જ તો મોટી ભૂલ !''

''અરે મા ! તમે તો મને વનવાસ મોકલવા દ્વારા ભરત કરતાં મારા ઉપર આપને વધુ વ્હાલ છે, પ્યાર છે - તેવું સાબિત કરી દીધું.''

''બેટા ! મારી મશ્કરી શા માટે કરે છે ? જંગલમાં મોકલીને મેં તને આટલો દુઃખી કર્યો અને તું એમ કહે છે કે મને તારા ઉપર વધુ પ્રેમ છે - તેવું સાબિત કર્યું ?''

''મા ! હું મશ્કરી નથી કરી રહ્યો ! હકીકત જણાવું છું.''

''કેવી રીતે ?''

''મા ! શેઠ, દીકરો અને નોકર-ત્રણ જણા બજારમાં ફરવા ગયા હોય. બજારમાંથી ખરીદ કરેલી વસ્તુનો થેલો શેઠ દીકરાને નથી આપતા. પણ નોકરને આપે છે. કારણ કે, શેઠને દીકરા ઉપર જેટલો ભાવ છે તેટલો નોકર ઉપર નથી. જ્યાં ભાવ હોય તેના ઉપર ભાર લાદવાનું ગમે નહીં. માટે જ શેઠ નોકરને વધુ ભાર ઊંચકવા આપે છે, દીકરાને નહીં.

આપે પણ તેમ જ કર્યું. આખી અયોધ્યાના સારસંભાળની ભારેમાં ભારે જવાબદારી ભરતના શિરે નાંખી. મને વનમાં મુક્તજીવન -ભારરહિત જીવનની બક્ષિસ આપી. હવે આપ જ કહો કે આપને કોના ઉપર વધારે ભાવ હોય ? આખા રાજ્યના ભારને જેના માથે નાંખ્યો તે ભરતના ઉપર કે બિલકુલ ભારરહિત કરી દેનાર મારા ઉપર ? આખી દુનિયાની સામે આપે સાબિત કરી દીધું કે 'કૈકેયીને જેટલો રામ વહાલો છે તેનાથી વધુ ભરત વહાલો નથી.'

અને મા ! વનવાસમાં મોકલવા દ્વારા આપે બીજા પણ અઢળક ઉપકારો મારી ઉપર કર્યા છે. કારણ કે, વનવાસમાં જ મેં સ્વયં અનુભવ્યું - જાણ્યું કે સીતાનું સતીત્વ કેવું અજબ છે ? લક્ષ્મણનો ભ્રાતૃપ્રેમ કેવો અજોડ છે ? હનુમાનની સ્વામીભક્તિ કેવી અલબેલી છે ? વિભીષણની ન્યાયપ્રિયતા કેવી અવ્વલ છે ? સુગ્રીવની મરી ફીટવાની તમન્ના કેવી અદ્‌ભુત છે ? સાથે સાથે શત્રુ સાથે સામનો ભીડવાનું મારું સત્ત્વ કેવુંક છે ? આ બધું જાણવાનું મને તો જ મળ્યું કે જો હું વનમાં ગયો.

જો વનમાં ન ગયો હોત તો આમાંનું કશું જ જાણી શક્યો હોત કે કેમ ? - આ વાત પ્રશ્નના દાયરામાં જ રહે છે.

આટ-આટલા ઉપકારો જે માએ જે દીકરા ઉપર કર્યા હોય તે માને તે દીકરા ઉપર વ્હાલ નથી - એમ કોણ કહી શકે ? આ બધી ઘટનાએ તો સ્પષ્ટ સાબિત કરી દીધું છે કે ભરત કરતાં પણ હું આપને વધુ વહાલો છું.''

કૈકેયી એક અક્ષર બોલી શકતી નથી. 'રામ ! આટલી અધમતા મેં આચરી. છતાં તેને હકારાત્મક રીતે લઈ તેં મને પશ્ચાત્તાપની જ્વાળામાં મૂકી મારા મનના મેલને સાફ કરી દીધો' - કૈકેયીના દિલમાં ચાલતી આ વિચારધારાની સાક્ષી એના આંસુ જ પૂરતા હતા.

જો આવા સમયે રામે બે કટુ વેણ સંભળાવ્યા હોત તો કૈકેયીને તેવો પશ્ચાત્તાપ ન જાગત. કોઈ પણ વસ્તુ, વિચાર કે બનાવને પોઝિટીવ રીતે મૂલવશો તો ગુસ્સાને કાબૂમાં લેવો તમારા માટે અશક્ય નહીં રહે. કારણ કે નાની ઘટનાને ઊંધી લઈ આપણે ગુસ્સાને વશ થઈ જતા હોઈએ છીએ. એક વાત સમજી રાખવા જેવી છે કે - મોટા માણસોની મહાનતા નકારાત્મક દૃષ્ટિકોણને પકડવામાં નથી. પરંતુ, કટોકટીની પરિસ્થિતિમાં પણ હકારાત્મક અને સકારાત્મક દૃષ્ટિકોણ અપનાવવામાં છે. માટે જો મહાન બનવું હોય તો (પોઝિટીવ એંગલ =) હકારાત્મક દૃષ્ટિકોણ અપનાવવો જ રહ્યો.

સંત રસ્તા ઉપરથી પસાર થઈ રહ્યા હતા. સાથે પોતાના શિષ્યો પણ હતા. એક મકાનની નીચે જેવા સંત પોતાના પરિવાર સાથે આવ્યા કે તે મકાનની ગેલેરીમાંથી નાસ્તિક જેવી બાઈએ રાખનો સૂંડલો નાંખ્યો. સંત અને એમના શિષ્યો રાખથી ખરડાઈ ગયા. શિષ્યો અકળાઈ ઉઠ્યા, આક્રોશમાં આવી ગયા. ત્યાં જ એ સંત બોલ્યા - ''પાડ માનો ઈશ્વરનો કે સળગતા અંગારા પડવાના બદલે તેની ઠરેલી રાખ જ પડી. જો સળગતા અંગારા પડ્યા હોત તો કાળી વેદના ભોગવતા હોત. આ તો વેદનામાંથી આપણે આબાદ બચી ગયા. આપણે પૂર્વજન્મોમાં એટલા પાપો કર્યા છે ને કે કદાચ રાખની જગ્યાએ

સળગતા અંગારા પડ્યા હોત તો પણ ઓછું ગણાત. આ તો ભગવાને કૃપા કરી. ઠંડી રાખ જ આવી.''

કટોકટીની પરિસ્થિતિમાં પણ કેવી સુંદર વિચારસરણી ! હકારાત્મક વિચારધારા ! નેગેટીવ એંગલ અપનાવવાના કારણે જ આપણે નાના-નાના પ્રસંગોમાં પણ ગુસ્સાનો ભોગ બની જતા હોઈએ છીએ. હકારાત્મક વિચારો ફક્ત વિચારવાના નથી, અમલમાં લાવવાના છે.

એક ભાઈ મારી પાસે આવ્યા ને વાત કરી- ''સાહેબ ! મારે ૧૮,૦૦૦/- રૂા. સત્કાર્યમાં ખર્ચવા છે. આપ કોઈ યોગ્ય ક્ષેત્ર જણાવો તો ત્યાં ખર્ચીશ.'' મને થોડું આશ્ચર્ય થયું કે ૨૦,૦૦૦/- નહીં, ૧૫,૦૦૦/- નહીં ને ૧૮,૦૦૦/- જેવો થોડો 'ઓડ' આંકડો કેમ કીધો ?

મેં સહજ જિજ્ઞાસાથી પૂછ્યું - ''૨૦,૦૦૦/- નહીં ને ૧૫,૦૦૦/- નહીં. શા માટે ૧૮,૦૦૦/- જ ?''

જ્યારે એ ભાગ્યશાળીએ મને વાત કરી ત્યારે મને પણ આશ્ચર્ય થયું કે આવી હકારાત્મક વિચારસરણી ધરાવનારા પણ દુનિયામાં હોય છે. ભાઈએ મને એટલું જ કહ્યું કે - ''મહારાજ સાહેબ ! કર્મસત્તાએ લપડાક લગાવી છે. તેથી મારી ૮૨,૦૦૦/- રૂપિયાની ઉઘરાણી ૬ મહિનાથી સખત મહેનત કરવા છતાં આવતી નથી. અને સામેવાળી પાર્ટીની તેવી કોઈ તૈયારી હાલમાં દેખાતી નથી. એટલે ૮૨,૦૦૦/- રૂપિયાના નામે તો મારે માંડવાળ જ કરવાની આવી છે. જો કર્મસત્તા મારી પાસેથી લાચારીપૂર્વક ૮૨,૦૦૦/- રૂપિયા પડાવી શકતી હોય તો કમ સે કમ ૧૮,૦૦૦/- રૂપિયા તો મારે ખુમારીપૂર્વક છોડવા છે. કારણ કે કર્મસત્તા ૮૨,૦૦૦/- ની જગ્યાએ ૧,૦૦,૦૦૦/- રૂપિયા પણ મારી પાસેથી આંચકી શકતી હતી.

જો કર્મસત્તાએ મારા ૧ લાખ રૂપિયા આંચક્યા હોત તો લાચારીથી મારે એક લાખ રૂપિયા છોડવા જ પડ્યા હોત. તો શા માટે ખુમારીથી ૧ લાખ ના છોડું ? કર્મસત્તાને ય ખ્યાલ તો આવે કે એણે ખોટા સરનામે હુમલો કર્યો છે. ગઈ કાલ સાંજે જ્યારે સામેવાળી પાર્ટીએ

મને ચોક્ખે ચોક્ખું કહી દીધું કે 'થાય તે કરી લેજે. મારે રૂપિયા નથી આપવા' - ત્યારથી આ વિચારમાં લાગ્યો છું. ધર્માદા ખાતામાં જો મારા ૧૮,૦૦૦/- રૂપિયા ખર્ચાશે તો હું કુદરતનો લેણદાર બનીશ. કુદરતે અવશ્ય સાટું વાળવું પડશે. આખી રાત આ વિચાર કરી સવારે આપની પાસે આવ્યો છું. તો આપ મને કોઈ સારું સ્થાન દર્શાવો કે જ્યાં મારી સંપત્તિનો હું સદ્‌વ્યય કરી શકું''

જ્યારે આ ભાગ્યશાળીના મોઢેથી આ હૃદની હકારાત્મક વિચારસરણી મેં જાણી ત્યારે મારી આંખમાં પણ ઝળઝળિયા આવી ગયા.

કર્મસત્તાની લાચારીથી ઘણું ગુમાવ્યું. હવે ખુમારીથી છોડવું છે. દીકરી ભાગીને કોઈની સાથે લગ્ન કરી લે તેના કરતાં જેમ તેને માનભેર વિદાય આપવામાં જ શ્રેયઃ તમે માનો છો તો લક્ષ્મી કર્મસત્તા આંચકી જાય તેના કરતાં તેને માનભેર વિદાય આપવામાં રસ કેટલો ? જ્યારે કર્મસત્તા તમારી પાસેથી લક્ષ્મી આંચકી લે ત્યારે પોઝિટીવ એંગલ અપનાવવાનું યાદ કેટલું આવે ?

જામનગરના હાલારવાળા પ્રેમચંદભાઈએ રૂા. ૬૫ લાખ બિઝનેસમાં ગુમાવ્યા. સામેની પાર્ટી છ મહિનાની જગ્યાએ ૩ વર્ષ થવા છતાં રકમ આપવા તૈયાર નથી અને હવે આપે તેવી કોઈ શક્યતા દેખાતી નથી. હાલારના મૂળવતની પ્રેમચંદભાઈ સમજી ગયા કે કર્મસત્તાએ મારી પાસે ૬૫ લાખ આંચક્યા છે. છતાં તેમણે હકારાત્મક વિચાર કરી હાયવોય કરવાનું ટાળ્યું. તે જ અરસામાં હાલારના અને પ્રેમચંદભાઈના ઉપકારી પૂજ્ય પંન્યાસપ્રવર શ્રી હેમપ્રભવિજયજી મહારાજની આચાર્યપદવીનો પ્રસંગ આવ્યો. મહોત્સવ ઠાઠ-માઠથી ઉજવવાનો હતો. તે માટે હાલારના બધાં અગ્રણીઓ ભેગા થયા. ફંડ એકઠું કરવાનું હતું. ૬૫ લાખ રૂપિયા પોતાના ડૂબેલા હોવા છતાં પ્રેમચંદભાઈએ સામે ચાલીને સારા આંકડાથી શરૂઆત કરી.

ફંડ સારું એકઠું થઈ ગયું. મહોત્સવ પણ રંગેચંગે પાર પડ્યો. જેમાં મુખ્ય ભાગ ભજવી ગઈ - પ્રેમચંદભાઈની હકારાત્મક વિચારસરણી ! ''જો ૬૫ ના ૭૦ લાખ જાત તો ય મારે ગુમાવવાના જ હતા. તો

સામે ચાલીને ખુમારીથી જ શા માટે ન આપવું ? સસ્પેન્ડ થવા કરતા રિટાયર થવામાં જ ગૌરવ છે'' - આવી સુંદર હકારાત્મક વિચારસરણી અપનાવી પ્રેમચંદભાઈએ મનને સંક્લેશમાંથી તો બચાવ્યું. સાથે સાથે પુણ્યનું ભાથું પણ બાંધી લીધું. અંડરવર્લ્ડના માણસોને સોપારી ખવડાવી રૂપિયા ઓકાવાનો તો વિચાર કરવા પણ પ્રેમચંદભાઈ તૈયાર નથી. આ પોઝિટીવ વિચારસરણીનું પરિણામ પણ એ જ આવ્યું કે જે આવવું જોઈતું હતું. આચાર્ય પદવી થઈ પછી ત્રણ જ મહિનામાં ૬૫ લાખ રૂપિયાની ઉઘરાણી આવી ગઈ. આ બધો પ્રભાવ પોઝિટીવ એંગલનો અને તેના દ્વારા ઊભા થયેલા વિશુદ્ધ પુણ્યનો છે.

જેમ જેમ પોઝિટીવ એંગલ અપનાવવામાં આવે તેમ તેમ પુણ્ય પણ વધતું જાય. નેગેટીવ એંગલ અપનાવવા જતા જૂનું પુણ્ય પણ ઘસાતું જાય અને પાપ બંધાય તે નફામાં. નેગેટીવ એંગલને જ શાસ્ત્રકારો આર્ત્તધ્યાન તરીકે જણાવે છે. આર્તધ્યાન પાપ બંધાવે કે પુણ્ય ? એક તો પુણ્ય ઓછું છે. માટે વિચિત્ર પરિસ્થિતિઓ ખડી થાય છે. એમાં જો આર્ત્તધ્યાન કરીએ તો તેના દ્વારા ઉભું થયેલું પાપકર્મ પરિસ્થિતિને સુધારશે કે વધુ બગાડશે ?

સોક્રેટિસની પત્ની ઝેંટાપી ભારે તુંડમિજાજી. જેટલો સોક્રેટીસ તત્ત્વજ્ઞાની, તેટલી જ પત્ની તુંડમિજાજી. જીવતર ઝેર જેવું લાગે તેટલી હદનો ખરાબ સ્વભાવ. એક વાર પત્નીની કૃપા (?) સોક્રેટીસ ઉપર ઉતરવા લાગી. જાત-જાતના અપશબ્દોને વરસાવવાની સાથે સાથે હદ બહાર ગુસ્સો સોક્રેટીસ ઉપર ઝેંટાપી વરસાવી રહી હતી. ત્યાં અચાનક સોક્રેટીસના મિત્રો આવી ચડ્યા. સોક્રેટીસની પત્નીનું આવું રૌદ્ર સ્વરૂપ જોઈ એ બધાં હેબતાઈ જ ગયા. મિત્રોને જોઈ સોક્રેટીસે તરત કીધું - ''ચાલો મિત્રો ! આપણે બહાર ફરવા જઈએ.'' મિત્રો સાથે સોક્રેટીસ બહાર નીકળવા લાગ્યો. આ બાજુ ઝેંટાપીનો ગુસ્સો શમ્યો ન હતો. સોક્રેટીસની વાત સાંભળી તે સમસમી ગઈ.

પોતાનો ગુસ્સો ઉતારવા એણે બહાર જઈ રહેલા સોક્રેટીસ ઉપર ગેલેરીમાંથી સૂંડલો ભરીને રાખ ઠાલવી દીધી. સોક્રેટીસ આખે આખો

રાખથી ઢંકાઈ ગયો. મિત્રો બધાં અવાક્ થઈ ગયા. સહુના મોંઢામાંથી એક જ ઉદ્‌ગાર નીકળ્યા - 'આ શું ?' પણ સોક્રેટીસે હકારાત્મક વિચારસરણી જ રાખવાનું નક્કી કરી લીધું હતું. એટલું જ નહીં, એણે આ સંકલ્પને સાકાર કરી જીવનમાં પણ વણી લીધો હતો. એણે આખા પ્રસંગને ખૂબ જ હળવાશથી લઈ મિત્રોને કીધું - ''અત્યાર સુધી વાદળનો ગડગડાટ થતો હતો. હવે વરસાદ પડ્યો !'' આટલી હદની હકારાત્મક વિચારસરણી જો આત્મસાત્ કરતા આવડે તો ઘણાં સંક્લેશો ઓછા થઈ જાય.

ફ્લેશ બૅક આપો એક વાત સમજી રાખવા જેવી છે કે - કર્મની સામે, કષાયોની સામે, ક્રોધની સામે મર્દાનગી વાપરવા જેવી છે. કર્માધીન વ્યક્તિની સામે નહીં. કર્મને ખતમ કરવામાં સાચી બહાદુરી છે. કર્માધીન વ્યક્તિને ખતમ કરવામાં, તેને સંભળાવી દેવામાં સાચી મર્દાનગી નથી. માટે, જ્યારે પણ સામેવાળી વ્યક્તિ તરફથી દુર્વ્યવહાર થાય ત્યારે તેને હકારાત્મક રીતે લેવાની ટેવ પાડવી. કારણ કે કર્માધીન બનીને એ બિચારો આક્રોશ કરી બેઠો છે. તો તેની સામે ક્રોધ કરી કર્માધીન થઈ તમારે પણ 'બિચારા' થવું છે ? એના દુર્વ્યવહારને જો તમે હકારાત્મક રીતે લઈ શકતા હો તો જ સમજવું કે ખરી મર્દાનગી તમારી પાસે છે. બાકી, બીજાની સામે બાંયો ચડાવવામાં લેશ પણ બહાદુરી નથી.

તુકારામજી શેરડીનો પાક લેવા માટે ખેતરે ગયા. આખું ગાડું ભરાય એટલી શેરડી ખેતરમાં આવી હતી. ખૂબ જ સારો પાક થયો હતો. શેરડીનું ગાડું ભરી તુકારામજી ઘર તરફ આવવા નીકળ્યા. રસ્તામાં જ એક બાળક મળ્યો. કાલી ઘેલી ભાષામાં એણે તુકારામજી પાસે માંગણી મૂકી - ''કાકા...કાકા... મને એક શેરડી આપો ને !'' તુકારામજી તો ભગવાનના માણસ. એમાં આ તો નિર્દોષ... નિખાલસ... બાળક ! બાલસ્વરૂપ ભગવાન તરીકે જ એના દર્શન થયા. તુકારામજીએ પ્રેમથી એક સાંઠો કાઢી બાળકને આપી દીધો. બાળક તો રાજી-રાજી થઈ ગયો. એ બાળક જતા જતા રસ્તામાં જે બાળક મળતું જાય તેને વાત કરતું જાય.

તુકારામ પાસે બાળકોની લાઈન લાગી. તુકારામ દરેક બાળકને પ્રસન્ન કરતા રહ્યા. એમ કરતા કરતા જ્યારે ઘરે પહોંચ્યા ત્યારે ગાડામાં શેરડીનો એક જ સાંઠો બચ્યો હતો. છતાં અનેરી પ્રસન્નતા સાથે તુકારામે ઘરમાં પ્રવેશ કર્યો. પણ સ્વાગત બહુ ગરમાગરમ થયું. આખું ગાડું ભરાય તેટલી શેરડીની જગ્યાએ માત્ર એક શેરડી લઈને આવતા તુકારામને જોઈ તેની પત્નીનો પિત્તો ફાટ્યો. આવતા વેંત ધડ દઈને પૂછ્યું - 'બાકીની શેરડી ક્યાં ગઈ ?' તુકારામે હસતા હસતા આખી પરિસ્થિતિ જણાવી દીધી અને છેલ્લે વાત કરી કે 'જો ! ભગવાન પણ તારી કેટલી ચિંતા રાખે છે ? તારા માટે એક શેરડી બચાવી રાખી છે. લે ! રાખ આ શેરડી !' એમ કહી તુકારામે શેરડી પોતાની પત્નીને આપી. પણ, પત્નીના મગજનો પારો આકાશને આંબતો હતો. જેવી 'રડી તુકારામે પત્નીની આપી કે એ હાથમાં આવતા જ તેનો છૂટ્ટો ઘ જોશથી તેણે તુકારામ તરફ કર્યો. શેરડી એટલી જોરથી અથડાઈ કે તુકારામજીની સાથે અથડાતાં જ તેના બે ટુકડા થઈ ગયા.

તુકારામજી આ ઘટનાથી જરા પણ વિચલિત થયા નહીં. હસતા હસતા તેમણે જવાબ આપ્યો કે 'તારી ભાવના પણ કેવી અદ્‌ભુત છે. પતિવ્રતા સ્ત્રીને પતિને છોડી ખાવાનું કેમ ભાવે ? એટલે અડધો ટુકડો તેં મને આપ્યો. બન્ને માટે સરખા ભાગ કર્યા !'

ગમે તે ઘટના ઘટે. પણ તે ઘટનાને કેવી રીતે મૂલવવી ? તે તમારા હાથની વાત છે. દરેક ઘટના પાછળ જો સારું જ જોતા શીખશો તો અવશ્ય લાભ તમને જ છે. દુર્વ્યવહાર કરવા દ્વારા સામેવાળાએ તો પોતાની જાતને ખરડી નાંખી હશે. તમારે પણ જો એ જ ભૂલ કરવી હોય તો બન્ને સરખા સજાપાત્ર ઠર્યા. જો તમે તે પ્રસંગને હકારાત્મક રીતે લેશો તો તે વખતે ગુસ્સા ઉપર તમે કાબૂ પણ રાખી શકશો. **જો ક્રોધ કાબૂમાં તો તમે આબુમાં.** ફલતઃ આત્મોત્થાન તમને હાથવગું થશે. સંદેશ સ્પષ્ટ છે - **પોઝિટીવ એંગલ શેતાનમાંથી સંત બનવાના રસ્તે લઈ જાય છે. નેગેટીવ એંગલ સંતને ય શેતાન બનાવી દે છે. પસંદગી તમારી છે.**

માણસની વિચિત્ર મનઃસ્થિતિને દર્શાવતી એક વાત બહુ વ્યાપક રીતે જોવા મળશે. કોઈ પણ તગડો માણસ જોવામાં આવે ત્યારે તમારા મનમાં શું વિકલ્પ આવે ? એ જ ને કે 'ખાઈ ખાઈને જાડો થઈ ગયો છે.' હવે, કોઈ એકદમ દૂબળો પતલો માણસ જોવામાં આવે તો વિચાર શું આવે ? એ જ ને કે 'ઘરવાળા ખાવાનું નહીં આપતા હોય.' બન્ને પ્રસંગોમાં ઊંધું જ વિચારનાર વ્યક્તિ કેવી રીતે સુખી થઈ શકે ?

આ બન્ને પ્રસંગોમાં ઊલટસૂલટ કરી પોઝિટીવ એંગલ ન અપનાવી શકાય ? મતલબ કે કોઈ તગડો માણસ જોવામાં આવે તો 'આના ઘરવાળા સારી રીતે આને સાચવતા લાગે છે !' - આ રીતે અને જ્યારે કોઈ પતલો માણસ જોવામાં આવે ત્યારે 'કેવો ત્યાગી છે ! કશું જ ખાતો નથી લાગતો' - આ રીતે શું પોઝિટીવ વિચારી ન શકાય ?

આજથી નક્કી કરો - ઘટના ગમે તેવી હોય, ઘટનામાં ભાગ ભજવનારાઓનો આશય ભલે ગમે તેવો હોય, પણ મારે તો દરેકે દરેક ઘટનાને, પ્રસંગોને હકારાત્મક વિચારસરણીથી જ મૂલવવા છે. પછી જુઓ ચમત્કાર ! ગુસ્સાની માત્રામાં ધરખમ ઘટાડો નોંધાઈને જ રહેશે. આખરે કોઈ પણ માણસને, ઘટના વગેરેને નેગેટીવ રીતે જોવાથી જ તો ગુસ્સો પેદા થતો હોય છે.

✺

બદલો વાળવો હોય તો ચોક્કસ વાળો,
પણ, દુઃખી કરનારનો નહીં...
સુખી કરનારનો...

- સ્ટીવ મેરાબોલી.

૨૦

'ફ્લાઉડ' પોલિસી

પ્રાયઃ કરીને આપત્તિ આવે કે તરત જ માણસની મતિ બહેર મારી જતી હોય છે. મગજ કાબૂ બહાર જાય છે. તે વખતે જે વચ્ચે આવે તેનો ભોગ લેવાઈ જાય છે. ગુસ્સાને પ્રગટાવવા માટેના આ બહુ પ્રબળ નિમિત્તો છે. માટે, સૌથી પહેલાં તો ગમે તેવી પરિસ્થિતિમાં પણ મનને શાંત કરવાની કળા આત્મસાત્ કરવી પડે. તેનો અમોઘ ઉપાય એટલે જ પ્રસ્તુત પોલિસી.

વાદળો આકાશમાં અડાબીડ રીતે ઘેરાયેલા હોય. ધોધમાર વરસાદ પણ ચાલતો હોય. છતાં તમને સમજણ છે કે આ વાદળો સ્થાયી નથી. અહીં ધામો નાંખીને કાયમ પડ્યા નથી રહેવાના. વાદળ તો પસાર થવા માટે આવે છે. આ જ રીતે દુઃખના, દર્દના, અશાતાના જે પણ વાદળ આવે છે તે પસાર થવા માટે આવે છે. થોડોક જ સમય એ રહેશે, દુઃખ વરસાવશે. પણ, આખરે તો એ જવાના જ છે. સ્થાયી રહી શકવાના નથી. તો પછી શા માટે આ થોડીક ક્ષણો/દિવસો કે મહિનાઓ સાચવી ન લઈએ ? જો આ સમયમાં હાય-વોય કરીએ કે ઉદ્વેગવશ સામેવાળી વ્યક્તિ ઉપર ગુસ્સો કરી બેસીએ તો તેની અસર, તેના દ્વારા બંધાયેલા કર્મો - એ ચિરંજીવી બની રહશે. જે દુઃખથી

પીડાઈને તમે ગુસ્સો કરી બેઠા તે જ દુઃખને ગુસ્સો કરવા દ્વારા પાછી આમંત્રણપત્રિકા આપી આવ્યા. આખરે શરૂ થાય છે એનું એ જ દુશ્ચક્ર !

માટે ગમે તેવા સંકટનો સમય હોય, આપત્તિનો વખત હોય, મુશ્કેલીના ગંજ ખડકાયા હોય તો પણ જો મનને સ્વસ્થ રાખી શક્યા, શાંત રાખી શક્યા તો આપત્તિથી અવશ્ય છૂટકારો થશે જ. ઉપરાંતમાં નવો કર્મબંધ ન થતાં નવા દુઃખો આવતા અટકશે. વિપત્તિના જે જે વાદળો આવે છે, તે ભલેને ગમે તેવા વિકરાળ હોય. પણ તે જવા માટે જ આવે છે. તે રવાના જ થવાના છે. બહુ ઓછો સમય ટકવાના છે.

દુઃખો પણ, વિપત્તિઓ પણ જૂજ સમય માટે જ આવતી હોય છે. ફક્ત એટલો સમય જ સાચવી લેવાનો છે. ઘરાક જોડે કંઈક બોલાચાલી થઈ, સમાજમાં બે-ચાર વાર અપમાન થઈ ગયા, લોકોએ માન આપવાનું બંધ કરી દીધું, ઘરાકો બાજુની દુકાનમાંથી માલ લેવા લાગ્યા, પગમાં કંઈક વાગી ગયું, તાવ આવી ગયો, શેઠ સાથે બોલાચાલી થઈ ગઈ.... આવા ખૂબ જ નાના નાના પ્રસંગોમાં તમે માનસિક સમતુલા ખોઈ બેસતા હો છો. આમાંનું કયું દુઃખ જીવનભર ટકવાનું છે ? બહુ થોડા સમય માટે આ બધાં દુઃખો આવતા હોય છે. પણ, તે વખતે જ સ્વસ્થતા રાખવી કઠીન થઈ પડે છે. શરદી, ખાંસી, તાવ, ટાઈફોઈડ, કમળો, ટી.બી. જેવા રોગો પણ ક્યાં જીવનભર ટકવાના છે ?

આ બધાં દુઃખના વાદળો રહેવા માટે નહિ પણ જવા માટે આવ્યા છે. તેનો સમય થશે એટલે બધાં ચાલ્યા જશે. શા માટે એટલા સમયમાં ઊંચા-નીચા થઈ જવું ? આમ પણ તમે ઊંચા-નીચા થશો તેનાથી પરિસ્થિતિમાં ઝાઝો સુધારો થઈ શકે તેમ નથી. બગાડો થવાની શક્યતા વધુ છે. થોડાક જ સમય માટે આવેલા આ દુઃખને હસતા-હસતા સહી લો, પછી એ દુઃખ તો ચાલ્યું જશે. પણ, તમારા માટે પ્રસન્નતા અને પુણ્ય અકબંધ રાખીને જશે.

વાદળ વરસે તો ઠંડક થાય, દુકાળ દૂર થાય. પછી તે પાણીના હોય કે વિપત્તિના. પાણીના વાદળમાંથી જેમ પાણી વરસે અને વાતાવરણમાં ઠંડક ફેલાઈ જાય, દુકાળ દૂર થઈ જાય. તેવી રીતે જીવનમાં

વિપત્તિના વાદળ વરસે તો અહંનો તપારો શાંત થાય. જો વિપત્તિ આવે જ નહીં, સુખ... સુખ ને સુખ જ હોય તો અહંનો તપારો ખૂબ જ વધી જવા પામે. જીવનમાં ચડતી-પડતીને જોઈ ચૂકેલ માનવી નમ્ર રહી શકે. પણ સદા જેણે ચડતી જ જોઈ હોય તેનો અહં કેમે કરી નાથી શકાતો નથી. એના વચનમાં, વર્તનમાં, વલણમાં બધે તમને અહં જ નીતરતો દેખાશે. પણ વિપત્તિના વખતમાં ગમે તેવો અહંકારી માણસ નમ્ર થયા વિના રહેતો નથી. માટે, વિપત્તિના વાદળમાંથી વિપત્તિ વરસે તો અહંનો તપારો શાંત થાય. વાતાવરણમાં નમ્રતાની ઠંડક ફેલાઈ જાય. અને તો જ અનાદિકાળથી જે સદ્‌ગુણોનો કારમો દુકાળ પ્રવર્તી રહ્યો છે, તે કંઈક અંશે દૂર થઈ શકે.

એક વાત મગજમાં કોતરી રાખવા જેવી છે કે "**વિપત્તિ માણસને પાડવા માટે નહીં, પણ ચડાવવા માટે જ આવે છે.** જો વિપત્તિ સાથે સ્વસ્થ ચિત્તે, શાંત ચિત્તે કામ પાડવામાં આવે તો દરેક વિપત્તિ પછી સુખ-આનંદનો વૈભવ ગોઠવાયેલ જ હોય છે. જો વિપત્તિ નામની કોઈ ચીજ જ આ દુનિયામાં ન હોય તો માનવ માનવ ન રહેતા શેતાન, હેવાન કે દાનવ બની જાય. વિપત્તિમાં પોતે મુશ્કેલીનો અનુભવ કર્યો. માટે જ્યારે સામેવાળા જોડે વ્યવહાર કરવાનો આવશે ત્યારે તે નમ્રતાથી વર્તશે. બાકી અહંની આગ તેને ભરખી ગયા વિના ન રહે. દુઃખ, વિપત્તિ વગેરેને કારણે જ તો સામાન્ય જન પણ સજ્જન તરીકે રહે છે, ગરીબોની હમદર્દીને અનુભવી શકે છે. જો વિપત્તિ જ ન હોય તો માણસને શેતાન બની જતા વાર નથી લાગતી. આપત્તિ આવે તો જ માણસની ચસકેલી ડાગળી ઠેકાણે આવી શકે કે 'હું આખી દુનિયાને હેરાન કરે જ રાખું, પણ દુનિયા મારું કશું જ બગાડી ન શકે - તેવું નથી. મારા કરતાં પણ કોઈકના હાથ લાંબા છે.' પરિણામે વિપત્તિ આશીર્વાદ છે, અભિશાપ નથી."

વિપત્તિનો સૌથી મોટો ફાયદો એ જ છે કે તેમાં અહંનો ભુક્કો બોલાયા વિના રહેતો નથી. અહંનો જો એક વાર ભુક્કો બોલ્યો તો અર્હં પ્રગટ થયા વિના રહેવાના નથી.

"અહં રે અહં તુંને જા મરી.. બાકી જે બચે તેનું નામ હરિ.."

વિપત્તિના આ ફાયદાને નજર સમક્ષ રાખીને જ બાર-બાર વર્ષના વનવાસ વગેરેના દુઃખો માથે પડ્યા હોવા છતાં પણ કુંતી માતા પરમાત્માને પ્રાર્થના કરે છે. *'विपदः सन्तु नः शश्वत्'* તમારા લોકોની પ્રાર્થના હોય છે - 'सम्पदः सन्तु नः शश्वत्' કુંતી માતાની પ્રાર્થના સાંભળી ભીમ ચમકી ગયો. એ બોલ્યા વિના ન રહી શક્યો કે ''મા ! શું આટલા દુઃખો આપણી ઉપર ઓછા આવ્યા છે ? જન્મે ક્ષત્રિય રાજવંશી હોવા છતાં ભિખારીની જેમ રાન-રાન ભટક્યા છીએ. અજ્ઞાતવાસમાં રહી વેઠિયું કર્યું છે. યુદ્ધના સેંકડો ઘા સહીને અને સ્વજનોને ગુમાવીને માંડ માંડ આ રાજ્ય મળ્યું છે. ત્યાં પાછી આપ વિપત્તિની માંગણી કરો છો. તો શું આટલી વિપત્તિ ઓછી છે ?''

''જો ભીમ ! **સુખ હંમેશા સુવાડવા માટે આવે છે અને દુઃખ જગાડવા માટે આવે છે.** દુઃખના દિવસોમાં જ ભગવાનની યાદ આવે છે. એક વાતનો જવાબ આપ કે ભગવાન સતત તારા સ્મરણમાં રહે તેવું તું ઈચ્છે છે કે નહીં ?''

''હા, મા !''

''તો પછી તેના માટે બેટા ! સુખના દિવસો નહીં, દુઃખના દિવસો જોઈશે. દુઃખના દિવસોમાં જ ભગવાન યાદ આવતા હોય છે. સુખના દિવસોમાં ભગવાનનું વિસ્મરણ થઈ જતું હોય છે. તો પછી જે ભગવાનનું સ્મરણ કરાવે તેવા દુઃખના દિવસો પરમાત્મા પાસે શા માટે નહીં માંગવા ?''

ટૂંકમાં, ક્લાઉડ પોલિસી એટલું જ કહે છે કે - ''વિપત્તિના જે પણ વાદળ નાના કે મોટા આવે છે તે બધા વિખેરાવા માટે કે રવાના થવા માટે જ આવે છે. સ્થાયી દુઃખ કોઈ નથી. તો પછી થોડી વારના એ દુઃખને શાંતિથી સહી લે, ક્રોધ ઉપર કાબૂ રાખી લે, પ્રસન્નતા તારા ચરણ ચૂમશે.''

એક વાત તો સાચી જ છે કે અહંના તપારાને શાંત કરી દેતી વિપત્તિની વર્ષા વધાવવા જ જેવી છે. અને એ વધામણા વિપત્તિની વર્ષામાં ક્ષમાનું ગુલશન ખીલવીને જ શક્ય છે. ચલો કટિબદ્ધ બની ક્ષમાના ગુલશન ખીલવી તેમાંથી પ્રસરતી પ્રસન્નતાની પમરાટને માણીએ !

૨૧

'લેટર' પોલિસી

અબ્રાહમ લિંકન જ્યારે અમેરિકાના રાષ્ટ્રપ્રમુખના હોદ્દા પર બિરાજમાન હતા ત્યારની વાત છે. અબ્રાહમ લિંકનના યુદ્ધમંત્રી અને લશ્કરના જનરલ મેજર વચ્ચે કંઈક ખટરાગ થઈ ચૂક્યો હતો. તેના અનુસંધાનમાં જનરલ મેજરે યુદ્ધમંત્રી ઉપર સણસણતો પત્ર લખ્યો હતો. એ પત્ર લઈને યુદ્ધમંત્રી અબ્રાહમ લિંકન સમક્ષ હાજર થયા હતા. પત્ર વાંચીને યુદ્ધમંત્રી અત્યંત ગરમ થઈ ચૂક્યા હતા. એમની મુખમુદ્રા જ તેની ચાડી ફૂંકી દેતી હતી. અબ્રાહમ લિંકને વાત સાંભળી. યુદ્ધમંત્રીનો આવેશ પણ ઓળખી ગયા. પોતે સમજતા હતા કે જો આવી જ રીતે બન્ને પક્ષે ટપાલોનો મારો ચાલુ રહેશે તો રજનું ગજ થશે, પરિસ્થિતિ વણસી જશે.

બન્ને વ્યક્તિઓ પ્રામાણિક હોવા છતાં અત્યારે અંટસે ભરાયા હોવાથી તેમને સમજાવવાનો પણ કોઈ અર્થ રહેતો ન હતો. અબ્રાહમ લિંકનને વિચારમાં પડેલા જોઈ યુદ્ધમંત્રી બોલ્યા – 'શું વિચાર કરો છો સર ! આ જુવો તો ખરા કે કેટલા ખોટા અને ગંદા આક્ષેપો મારા ઉપર મૂક્યા છે ? સણસણતો પત્ર આવ્યો છે. શું આવા આક્ષેપો એક

યુદ્ધમંત્રી ઉપર થાય તો પણ ચૂપ જ રહેવાનું ? મારે શું સણસણતો જવાબ નહિ વાળવાનો ?'

અબ્રાહમ લિંકન પરિસ્થિતિ પારખી ગયા. હવે વધુ ખેંચવામાં માલ નથી. એમણે તરત જ કીધું, ''ના, આવું તો બિલકુલ જ ચલાવી ન લેવાય. લશ્કરનો એક મેજર યુદ્ધમંત્રીને આવું કહી જાય, તે બિલકુલ ન ચાલે. એક કામ કરો, તમે એક જવાબ પત્ર તૈયાર કરો. પણ એ પત્ર તૈયાર કરી એક વાર મને વંચાવી દેજો.''

યુદ્ધમંત્રીને તો ભાવતું'તું ને વૈદે કીધું. તેમણે પણ આ જ વિચાર કર્યો હતો. પત્રમાં આમ કહીશ ને તેમ લખીશ... આવા તુક્કા પણ ઉડાડ્યા હતા. તેમાં અબ્રાહમ લિંકને પણ પત્ર લખવાનો કીધો. એટલે તરત જ ડબલ જોશથી તેમણે પત્ર તૈયાર કર્યો. ૧ પાનાનો પત્ર સામેથી આવ્યો હતો, તેની સામે ૧૧ પાનાનો પત્ર યુદ્ધમંત્રીએ લખી લીધો હતો. જેમાં મેજર જનરલ ઉપર ગાળો પણ હતી, આક્ષેપો પણ હતા, અમુક વસ્તુ કલ્પના કરીને લખી હતી, અમુક વસ્તુ પ્રસ્તુતમાં જરૂરી ન હોવા છતાં ગમે તેમ કરીને તેને હલકો ચીતરવા લખી હતી. આવો ૧૧ પાનાનો પત્ર લઈ તેઓ અબ્રાહમ લિંકન પાસે પહોંચી ગયા.

અબ્રાહમ લિંકને તે પત્રનો તરત જ સ્વીકાર કરી લીધો અને કીધું કે 'કાલે વાંચીને તમને આપી દઈશ.' સાથે સાથે અબ્રાહમ લિંકને યુદ્ધમંત્રીને બીજા જરૂરી કામોમાં જોડી દીધો. બીજે દિવસે યુદ્ધમંત્રી પેલો પત્ર લેવા આવ્યા. પણ, પત્ર હજુ વંચાયો જ નહતો. પછી રોજે રોજ તો યુદ્ધમંત્રીથી પૂછી શકાય નહીં. એમ કરતા બે-ચાર દિવસ પસાર થઈ ગયા. પોતે પણ બીજા કામમાં પરોવાયેલા હોવાથી રોજે રોજ અબ્રાહમ લિંકનને મળી શકાતું નહોતું. ૪-૫ દિવસ બાદ અબ્રાહમ લિંકન થોડા ફ્રી હતા ત્યારે જ યુદ્ધમંત્રીને ત્યાં જરૂરી કામસર આવવાનું થયું. અબ્રાહમ લિંકન જોડે બીજી વાતચીત કરતા કરતા અચાનક યુદ્ધમંત્રીની નજર કાગળ ઉપર પડી. કાગળ જેમનો તેમ જ ત્યાં પડ્યો હતો. યુદ્ધમંત્રીએ કીધું કે - ''સર ! આપે આ કાગળ વાંચ્યો હોય તો પોસ્ટ કરી દઉં. ઘણા દિવસો થઈ ગયા.''

અબ્રાહમ લિંકન સમજી ગયા કે હવે ધીરજનો અંત આવી ગયો છે. તેમણે કીધું - 'ઓહ ! દિલગીર છું. હું સાવ જ ભૂલી ગયો કે મારે એ પત્ર વાંચીને પોસ્ટ કરવાનો હતો. કંઈ નહીં, હવે આજે જ, અત્યારે જ એ પત્ર વાંચી પોસ્ટ કરી દઉં છું. એક કામ કરો ને, એ પત્ર તમે જ મને વાંચી સંભળાવો ને !' આ સાંભળી યુદ્ધમંત્રીને આંચકો લાગ્યો, સંકોચ થયો. કારણ કે પત્રમાં જે ભાષા લખી હતી તે એકદમ હલકટ હતી. લખી તો નાંખી હતી ગુસ્સામાં. પણ હવે અબ્રાહમ લિંકન સામે પોતાના મોઢે કેમ વાંચવી ? પણ, હવે કોઈ ઉપાય ન હતો. તેમણે પત્ર વાંચવાનો શરૂ કર્યો. માંડ-માંડ પત્ર પૂરો કર્યો.

અબ્રાહમ લિંકને કીધું કે - 'એમણે તમને જે પત્ર લખ્યો હતો તેમાં જે પણ આક્ષેપો તમારા ઉપર મૂક્યા હતા તેમાંથી એક પણ સાચો હતો ?' 'ના સર ! સરાસર જૂઠાણું તેમણે ચલાવ્યું હતું. હું પુરાવાથી સાબિત કરી શકું તેમ છું કે એ બધું ગપ્પું છે. સત્ય બિલકુલ નથી.'

'અચ્છા ! તો પછી આ પત્ર જે તમે લખ્યો છે તેમાં લખેલી દરેક વાતના પુરાવા તો તમારી પાસે હાજર જ છે ને ? પુરાવા વિના કશું નથી લખ્યું ને ? જે લખ્યું હોય તે કાઢી નાંખજો. કારણ કે પછી એ પુરાવા મંગાવે તો તમારે ખોટું બોલવાનો/લખવાનો આરોપ સહેવો પડે.' યુદ્ધમંત્રી પાસે દરેક બાબતોના પુરાવા તો હતા નહીં. એટલે એ કશો પ્રતિકાર કરી શક્યા નહીં.

જ્યારે ગુસ્સાના ઉભરાના કારણે ઠાલવેલી વિગતો કાઢી નાંખી ફરીથી ટપાલ લઈને આવ્યા ત્યારે ફક્ત બે જ પાના તેમાં બચ્યા હતા. આ બધામાં દિવસો પણ સારા વીતતા જતા હતા. હજુ પણ આ બે પાનામાં ઘણો ગુસ્સો યુદ્ધમંત્રીએ ઠાલવ્યો હતો. અબ્રાહમ લિંકને એમાં બે-ચાર સુધારા કરાવ્યા. અને ટપાલ પેક કરી રાખી મૂકવાનો આદેશ કર્યો. થોડા દિવસો પછી પોસ્ટ કરવાનું કીધું. યુદ્ધમંત્રીએ વાત માની લીધી. આમે ય હવે પહેલાં જેવો ગુસ્સાનો ઉભરો રહ્યો ન હતો. થોડા દિવસો પસાર થઈ ગયા. પછી અબ્રાહમ લિંકને પાછો તે પત્ર ખોલાવ્યો અને વાંચવાનું કીધું. વાંચતા વાંચતા યુદ્ધમંત્રીને પોતાને અમુક શબ્દો

ખરાબ લાગ્યા. પોતાના જેવી ઉચ્ચપદવીવાળી વ્યક્તિને આવું ખરાબ લખવું શોભે નહીં – તેવું લાગ્યું. આ બાજુ અબ્રાહમ લિંકને ફક્ત એટલું જ કીધું કે – ''આમાં કંઈ ખરાબ જેવું લાગે, બિનજરૂરી લાગે તો કાઢી નાંખજો.''

આવી રીતે ફેરફારો કરાવ્યા બાદ છેલ્લે એક પાનાનો પત્ર લઈને જ્યારે યુદ્ધમંત્રી આવ્યા ત્યારે જૂના ગુસ્સાનો એક અંશ પણ બચ્યો ન હતો. અબ્રાહમ લિંકને એટલું જ કીધું – 'હવે, આ ટપાલને પેક કરીને રાખી મૂકો. પોસ્ટ કરવાની જરૂરિયાત મને લાગતી નથી.' યુદ્ધમંત્રી બધું સમજી ગયા. એમ પણ ગુસ્સો ઉતરી જવાથી પોતે બધું સમજી શકવાની સ્થિતિમાં આવી ગયા હતા. આ બાજુ મેજર જનરલ પણ આશ્ચર્ય ચકિત થઈ ગયો હતો કે 'મેં આવો સણસણતો પત્ર લખ્યો, છતાં હજુ સુધી તેનો કોઈ જવાબ જ નથી. ગજબ છે યુદ્ધમંત્રીને. બાકી, એ તો સામે સણસણતો જવાબ આપ્યા વિના રહેત નહીં.' ઘણાં દિવસો સુધી પત્રનો જવાબ ન આવવાથી એના હૃદયમાં પણ હવે પોતાની ભૂલ ખૂંચવા લાગી હતી. એના સમાચાર યુદ્ધમંત્રી પાસે આવ્યા હતા.

આખરે એ લખેલા પત્રને તેમણે પોસ્ટ કરવાની માંડવાળ કરી દીધી. ભારેલા અગ્નિ જેવું વાતાવરણ પ્રસન્ન પ્રસન્ન થઈ ગયું. કાબૂ બહાર ગયેલો ગુસ્સો કાબૂમાં આવી ગયો. બસ ! આ જ છે લેટર પોલિસી ! પ્ર.' બે શરતો છે એની ! ઉત્તમ વાત તો એ જ છે કે માનસિક, વાચિક, કાયિક કોઈ પણ પ્રકારનો ગુસ્સો કરવો જ નહીં. ગુસ્સો આવી જ જાય તો (૧) માનસિક જ રહેવા દેવો. ત્યાં ને ત્યાં સામેવાળાને કશું જ સંભળાવવાનું નહીં. હવે આ દબાવેલો ગુસ્સો કોઈ બીજા ઉપર ન ઠલવાય તે માટે (૨) જે પણ ગુસ્સો આવ્યો હતો અને જે પણ બોલવું હતું તે બધું કાગળમાં લખી લેવું. પણ, એ કાગળને પોસ્ટ નહીં કરવો. કાગળમાં જેટલો ગુસ્સો ઠાલવવો હોય એટલો ઠાલવવાની છૂટ. પણ, તેને પોસ્ટ નહીં કરવાનો. તે કાગળ ગુસ્સાપાત્ર વ્યક્તિને પહોંચાડવાનો નહીં.

આનાથી બે ફાયદા થશે. (૧) સામેવાળી વ્યક્તિને પણ શાંત

થવું પડશે. કારણકે તાળી હંમેશા બે હાથે પડે. જ્યારે તમે કશું જ ન બોલો ત્યારે તે સ્વાભાવિક રીતે જ શાંત થઈ જશે. બીજો ફાયદો એ કે - (૨) સામેવાળી વ્યક્તિએ તમારી ઉપર સાચા-ખોટા આક્ષેપો મૂક્યા હશે એટલે તમારો ગુસ્સો પણ આસમાને હશે. જો તમે તેના ઉપર ગુસ્સો ન ઉતારો તો છેલ્લે ઘરના કોઈ નિકટના સગા ઉપર તે નીકળ્યા વિના ન રહે. મન ઉચાટમાં અને ઉકળાટમાં જ રહે. પણ, તમે એકવાર બધો ગુસ્સો પત્રમાં ઠાલવી દેશો એટલે મગજ શાંત થઈ જશે.

પછી, મગજમાં ગુસ્સો નહીં રમે અને બીજા કોઈ ઉપર પણ ગુસ્સો નહીં ઉતરે. મન સ્વસ્થ થઈ જશે. પછી એ કાગળને ડસ્ટબીનમાં ફેંકી દેવાનો. પોસ્ટ બિલકુલ નહીં કરવાનો. આના દ્વારા ગુસ્સો ઉતરશે. ગુસ્સો થશે ખરો. પણ ગુસ્સો વાંઝિયો થઈ જશે. તેનું બળ હરાઈ જશે. ફોફલો થઈ જશે. ગમે તેવો ભયાનક ગુસ્સો જોત-જોતામાં શમી જશે. અને ગુસ્સાની એક ખાસિયત હોય છે - ગુસ્સાનો આવેગ આવે ત્યારે એવો ભયાનક આવે કે તેમાં તણાઈ જ જવાય. પણ, જો એ વખતે સાવચેતી રાખી એ આવેગમાં તણાઈએ નહીં તો પાછળથી અવશ્ય એવી અનુભૂતિ થાય કે - 'સારું થયું કે મેં ગુસ્સો ન કર્યો. જો કંઈક, આડું અવળું બોલી ગયો હોત તો મહાભારત સર્જાઈ જાત.'

સમય વીતે ગુસ્સો અવશ્ય શાંત થતો જાય છે. એક વાર ગુસ્સો પત્રમાં ઠાલવી દેશો પછી તો તમે ઝડપથી હોંશમાં આવી જશો. તમારી વિવેકબુદ્ધિ પુનઃ સાબદી થઈ જશે. ક્રોધ કાબૂમાં આવી જશે. જે ક્રોધ આવ્યો તે કોઈ પણ અનર્થકારી પરિણામ લાવ્યા વિના જ સમાઈ જશે, શાંત થઈ જશે. કૂવાની છાયા કૂવામાં જ સમાઈ જશે.

જો તમારી એવી જ ગણતરી હોય કે - 'મારો ક્રોધ વાંઝિયો થાય તે કેમ ચાલે ? એનું પરિણામ આવવું જ જોઈએ. સામેવાળાને હું કશું સંભળાવું નહીં અને તે મને મસ્તીથી જેમ તેમ સંભળાવી જાય તે કેમ ચાલે ?' જો આવી જ વિચારસરણી તમારી હોય તો ક્રોધને કાબૂમાં લેવાની ભૂમિકા જ હજુ સુધી પ્રાપ્ત નથી કરી - તે સમજી લેવું

જોઈએ. જો ક્રોધને કાબૂમાં લેવો હોય તો આ લેટર પોલિસી અપનાવી જુવો. કામ થઈ જશે. **'ગુસ્સો મારે કરવો જ નથી' - ઉત્તમ ભૂમિકા છે. 'આવેલા ગુસ્સાને મારે વાંઝિયો બનાવવો છે' - મધ્યમ ભૂમિકા અને 'મારો ગુસ્સો સફળ જ હોવો જોઈએ, થવો જોઈએ' - કનિષ્ઠ ભૂમિકા.**

ગુસ્સાને સફળ બનાવો તો પણ ફાયદો કશો જ નથી, નુકસાન પારાવાર છે. જેમ એક મકાઈનો દાણો વાવો તો ક્રમશઃ હજારો અને લાખો દાણા તેમાંથી પેદા થાય તેમ વૈરની પરંપરા ગુસ્સો સફળ કરવા દ્વારા સર્જાતી હોય છે. માટે ગુસ્સાને વાંઝિયો કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જ રહ્યો. તે માટે છે આ પોલિસી. તે એટલું જ કહે છે - 'ક્રોધને ઉતારવો હોય તો કાગળ પર ઉતારી લો, પણ કોઈ વ્યક્તિ ઉપર તેને ઉતારવાની ભૂલ ન કરતા. ગુસ્સાનું બળ ખૂટીને જ રહેશે. હા ! એ કાગળ પછી પોસ્ટ નથી કરવાનો !' અપનાવો આ સંદેશને ! પ્રસન્નતા સ્વયં અનુભવી શકશો.

ક્રોધ તો કેન્સર કરતાં ય
ભયાનક છે, જે
ક્રોધીને તો ખતમ કરે જ છે...
તેના પરિવારને પણ નષ્ટ કર્યા
વિના નથી રહેતો...

- માયા એન્જલુ

૨૨

'કેસેટ' પોલિસી

કેસેટમાંથી ખરાબ-ઘોઘરો અવાજ સંભળાય ત્યારે ગુસ્સો આવે અને કેસેટ તોડી નાંખો, ટેપ તોડી નાંખો - એવું બને ? ન બને. કારણ એ જ કે તમે સમજો છો - કેસેટ તો નિર્દોષ છે. જે એના ઉપર રેકોર્ડીંગ થયેલું હોય તે જ સંભળાય છે. ટેપ પણ નિર્દોષ છે. જેની કેસેટ મૂકી હોય તે જ સંભળાય છે. 'જો મેં ખરાબ-ઘોઘરો અવાજ રેકર્ડ કર્યો હશે તો કેસેટના માધ્યમે તે જ અવાજ મારે સાંભળવો પડવાનો છે.' આવી શ્રદ્ધા જેટલી છે તેટલી શ્રદ્ધા જ્યારે દુઃખ, દર્દ આવે ત્યારે ટકાવવાની છે.

જેટલા દુઃખ-દર્દો જીવનમાં આવે છે તે બધાં તમે જ પૂર્વે રેકર્ડ કરેલા છે. બહારના નિમિત્ત બનનારા જીવો તો કેસેટ જેવા છે. તેમના ઉપર ગુસ્સો કરવાનો લેશ પણ અધિકાર તમને નથી. કારણ કે તે નિર્દોષ છે. જે વાંક છે તે ખુદ તમારો પોતાનો છે. તમે પોતે તેવું રેકર્ડ કર્યું છે. માટે, આવી કેસેટ સાંભળવી પડે છે. જ્યારે પણ દુઃખ-દર્દ આવે ત્યારે આ કેસેટ પોલિસી વિચારી મનને શાંત બનાવવું. જ્યારે પોતે કરેલું રેકોર્ડીંગ જ કેસેટના કે સીડીના માધ્યમે પોતે સાંભળી રહેલ હોય તો તેમાં કેસેટનો કે સીડીનો વાંક શો ? પોતે જ કરેલ પૂર્વભવના દુષ્કૃતનું

ફળ જ્યારે વર્તમાનમાં અન્ય કોઈ વ્યક્તિના માધ્યમે પોતે ભોગવી રહેલ હોય ત્યારે તે વ્યક્તિ ઉપર ગુસ્સો કેમ આવે ? જેમ જે વસ્તુ કેસેટમાં રેકર્ડ ન કરી હોય તે કદી પણ કેસેટના માધ્યમે સાંભળી શકાય નહીં તે જ રીતે જે વસ્તુ પૂર્વભવમાં આપણે આચરી ન હોય તેના ફળ તરીકે વર્તમાનમાં કોઈ પણ વસ્તુ પ્રાપ્ત થઈ શકે નહીં. કેસેટમાંથી જેટલું પણ સંભળાય તેના દ્વારા એક નિશ્ચય થઈ જાય કે - આ બધું રેકર્ડ કરેલું જ છે. જો આ બધું રેકર્ડ ન કર્યું હોત તો તે તમને સંભળાય તેવી શક્યતા નથી. તેમ જ્યારે જ્યારે પણ દુઃખ, દર્દ, અપમાન આવી પડે ત્યારે નિશ્ચે સમજી રાખવું કે આ પૂર્વજન્મના મારા જ દુષ્કૃતના ફળ રૂપે આવેલ છે. જો તમે પૂર્વભવમાં કોઈ દુષ્કૃત ન જ કર્યા હોત તો કદાપિ આ ભવમાં તમને દુઃખ-દર્દ મળી શકે નહીં.

એક વાત સમજી રાખવા જેવી છે કે - દુન્યવી કેસેટમાંથી ઘોઘરો અવાજ કે જે પૂર્વે તમે જ રેકર્ડ કરેલ હોય તે નીકળે અને તમને તે ન ગમે તો ટેપ તમે બંધ કરી શકો છો, કેસેટ ફેંકી દઈ શકો છો. તેને સાંભળવી જ પડે તેવો કોઈ નિયમ નથી. જ્યારે આ કર્મરાજાની કેસેટ તમારે સાંભળવી જ પડે છે, તેનો કોઈ ઈલાજ નથી. જો તે સાંભળતા સાંભળતા હાય-વોય કરો તો પાછું તેવું જ ઘોઘરું સંગીત ફરી-ફરીને રેકર્ડ થયે રાખે. માટે, તે વખતે જો સમતાથી તે સાંભળી લો તો જ છૂટકારો થઈ શકે તેમ છે.

(૧) ટૂંકમાં, કેસેટ પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે - 'મૂર્ખ માનવી ! તેં પોતે જ રેકર્ડ કરેલો ઘોઘરો અવાજ કેસેટના માધ્યમે = સામેવાળી વ્યક્તિના માધ્યમે તું સાંભળી રહ્યો છે. તેમાં સામેવાળી વ્યક્તિને શાને માટે દોષિત માની લઈ તેના ઉપર ગુસ્સો ઉતારે છે ? તે ગુનેગાર નથી. ગુનેગાર તું છે. તારી જાત ઉપર ગુસ્સો કરવો ફાવશે ?'

શું આ કેસેટ પોલિસી અપનાવવી ફાવશે ?

૨૩

'રેકોર્ડીંગ' પોલિસી

કેસેટમાં રેકર્ડ કરેલું તો આખરે સાંભળવું જ પડે છે. તેનાથી બચવાનો ઉપાય કોઈ નથી. પણ, એક વાર પોતાની ખરાબ કેસેટ સાંભળ્યા પછી ડાહ્યો માણસ કદાપિ ખરાબ રેકોર્ડીંગ તો ન જ કરાવે. સમજે છે કે 'આ મારે જ સાંભળવાનું છે, તો કોઈ સારું જ રેકોર્ડીંગ કેમ ન કરાવું ?' જેમ આગમાં હાથ નાંખી દીધા પછી દાઝવું જ પડે છે, તેનાથી બચવાનો કોઈ વિકલ્પ નથી. પણ બુદ્ધિશાળી એ છે કે જે ફરીથી કદી આગમાં હાથ નાંખી દેવાની ભૂલ કરતો નથી. તેમ પૂર્વભવોમાં કરેલા દુષ્કૃતોની કેસેટ તો હવે સાંભળવી જ રહી. મતલબ કે તેના ફળ રૂપે આવતા દુઃખ-દર્દોને તો સહેવા જ રહ્યા. કિંતુ જો બુદ્ધિમત્તા પોતાનામાં હોય તો હવે કદાપિ તેવું ખરાબ રેકોર્ડીંગ કરવાની - દુષ્કૃતો કરવાની ભૂલ તે ન કરે.

હવે પછી કોઈ પણ દુષ્કૃતોને મારે મારા જીવનમાં સ્થાન આપવું નથી - આવો સંકલ્પ શું જાગે ? 'જો મારું કોઈ અપમાન કરે તે મારાથી સહન નથી થતું તો ઘરમાં રહેલા નોકર-ચાકર, દુકાનના માણસો કે બીજા કોઈનું પણ અપમાન મારે નથી કરવું - આવી ભાવના પ્રગટે ? પોતાનું અપમાન થાય ત્યારે જે તીવ્ર દુઃખનું સંવેદન થાય છે. તેવું જ

સંવેદન જો નોકરનું અપમાન કરતી વખતે થાય તો અવશ્ય નોકરનું અપમાન કરવાનું બંધ થઈ જાય.

જિજ્ઞાસા :- પણ જો નોકર વગેરેને પ્રેમથી જ બોલાવ્યે રાખીએ, ગુસ્સો-ક્રોધ વગેરે કશું જ ન કરીએ તો તો એ માથે ચડી બેસે ! કશું કામ જ ન કરે. એ કંઈક ભૂલ કરે ત્યારે તો ઠપકો આપવો જ પડે ને ?

શમન :- એક વાત પહેલા શાંત ચિત્તે વિચારી લો કે અત્યાર સુધી નોકરને જેટલી વાર ઠપકા આપ્યા તેટલી દરેક વખતે એની બહુ મોટી ભૂલ હતી જ ને ? કે પછી ક્યારેક તમારું મગજ ઠેકાણે ન હતું અને નોકર ઉપર ગુસ્સો કરેલો ?

ક્યારેક પત્ની જોડે મગજમારી થઈ હતી અને તેનો ગુસ્સો નોકર ઉપર ઉતારેલ કે નહિ ?

ક્યારેક ઘરાક જોડે જીભાજોડી થઈ ગઈ હતી અને તેનો ગુસ્સો દુકાનના માણસ ઉપર ઠાલવ્યો હતો કે નહિ ?

ક્યારેક ઘરાક તરફથી પેમેન્ટ ન હતું આવતું અને તેનો ગુસ્સો નોકર ઉપર ઉતાર્યો હતો ?

લગભગ ગુસ્સો સામેવાળાને સુધારવા માટે નહીં. પણ આપણું મગજ ઠેકાણે ન હોવાથી જ આપણે કરતા હોઈએ છીએ. કારણ કે જો મગજ ઠેકાણે હોય તો સ્પષ્ટ રીતે ખ્યાલમાં આવી જ જાય કે 'જો મારે તેની ભૂલ સુધારવી હશે તો ગુસ્સાથી કોઈ વ્યક્તિ કદાપિ નહીં માને, પ્રેમથી જ માને.' ખુદ તમે તમારી જાતને જ પ્રશ્ન કરો કે કોઈ તમારી ભૂલ પ્રેમથી બતાવશે તો પસંદ પડશે કે ગુસ્સો કરી, અપમાન કરી બતાવશે તો પસંદ પડશે ?

એક બીજી વાત પણ સમજી રાખો કે જ્યારે રામુના હાથે પહેલી વાર કપ-રકાબી તૂટ્યા ત્યારે તમે તેના ઉપર ગુસ્સો કરો છો. તેની પાછળ કારણ એ નથી કે તમે રામુને સુધારવા માંગો છો. પણ કારણ એ છે કે રામુ કરતાં પણ કપ-રકાબી ઉપર તમને વધુ પ્રેમ હતો. માટે, કપ-રકાબી તૂટતા રામુને ખખડાવી નાંખ્યો. એ જ ભૂલ

જો તમારા પોતાના હાથે થઈ હોત તો ? તમારા હાથે કપ-રકાબી તૂટ્યા હોત તો તમને ગુસ્સો ન આવત. કારણ કે કપ-રકાબી કરતા તમને તમારી જાત વધુ વહાલી છે. કદાચ બે-ત્રણ વાર કપ-રકાબી તૂટ્યા કે એકની એક ભૂલ બે-ત્રણ વાર થઈ ત્યારે અત્યંત જરૂરી પરિમિત એવા કઠોર શબ્દોથી તેની ભૂલ દેખાડો તો હજુ માની શકાય કે તમે કદાચ રામુની ભૂલને સુધારવા માટે ગુસ્સો કર્યો હતો. પણ એક જ વારની, પહેલી જ વારની, ઘણા વખત પછીની ભૂલમાં તમે તેના ઉપર તૂટી પડો અને એ જ ભૂલ જ્યારે તમારી થાય ત્યારે તમે તે ભૂલને ખૂબ જ હળવાશથી લઈ શકો તે જ બતાવે છે કે રામુ કરતા કપ-રકાબી તમને વધુ વહાલા છે તથા કપ-રકાબી કરતાં તમને તમારી જાત વધુ વહાલી છે.

આવા સમયે ગુસ્સો કરતી વખતે ફક્ત એટલું જ ધ્યાનમાં રાખજો કે આ બધું રેકર્ડ થઈ રહ્યું છે. **જે જેવું અને જેટલું હું કરી કે બોલી રહ્યો છું તે, તેવું અને તેટલું મારે જ સહેવાનું છે.** કર્મસત્તાના આ નિયમમાં અપવાદને અવકાશ નથી. ગુસ્સો કરતી વખતે એટલું ધ્યાનમાં રાખો કે 'આવી રીતે આવા જ શબ્દો કોઈ મને સંભળાવે તો મારી હાલત શું થાય ? શું મને પસંદ પડે ?' આવી વિચારસરણી જો અપનાવશો તો અવશ્ય ક્રોધ ઉપર કાબૂ મેળવી શકશો. સંદેશ સ્પષ્ટ છે. જે આપણે કરીએ છીએ કે બીજાને સંભળાવીએ છીએ તે આપણે જ ભોગવવાનું છે અને સાંભળવાનું છે. જો કોઈને મીઠા શબ્દો સંભળાવ્યા તો તમને પણ મીઠા શબ્દો જ સાંભળવા મળશે. જો આખી દુનિયાને કડવા શબ્દો જ સંભળાવ્યા છે તો તમને પણ કડવા શબ્દો જ સાંભળવા મળશે. મીઠા શબ્દો સાંભળવા મળે તેવી કોઈ શક્યતા નથી.

આજે જો કોઈ તમને મીઠા શબ્દો સંભળાવતું હોય તો સમજી રાખજો કે ગયા ભવોમાં તમે મીઠા શબ્દો લોકોને સંભળાવ્યા છે. માટે આ ભવમાં મીઠા શબ્દો કહેનારા તમને મળે છે. જો હવે ભવિષ્યમાં પણ તમારે મીઠા શબ્દો જ સાંભળવા હોય તો મીઠા શબ્દો બોલ્યા વિના તમારે છૂટકો નથી.

જો આ ભવમાં તમને કડવા શબ્દો જ સાંભળવા મળતા હોય તો વાત સ્પષ્ટ છે કે ગયા ભવોમાં તમે લોકોને કડવા શબ્દો જ સંભળાવ્યા છે. જો આવા કડવા શબ્દો ભવિષ્યમાં ન સાંભળવા હોય તો મીઠા શબ્દો બોલ્યા વિના છૂટકો નથી. જેવું તમે બોલશો તેવું જ તમને સાંભળવા મળશે. તમે જે બોલો છો તે બધું રેકર્ડ થઈ રહ્યું છે. માટે બધું ખૂબ સંભાળીને બોલજો. એમને એમ જે બોલવાનું હોય તે વખતે તમે ધ્યાન ન રાખો. પણ તમને ખબર પડે કે 'હું જે બોલું છું તે બધું કોઈ કાગળ ઉપર ટપકાવી રહ્યું છે અને તેના ઉપર મારે સાઈન કરવાની છે' તો હવે કેવી રીતે બોલો ?

તમે જે બોલો તેના ઉપર તમારે સાઈન કરવી પડશે - એવી ખબર પડતાં જ બોલવા ઉપર તમે અંકુશ મૂકી દો છો. સમજી વિચારીને બોલો છો. શાસ્ત્રકારો પણ આ જ વાત કરે છે કે તમે જે બોલો છો તે બધું જ રેકર્ડ થઈ જાય છે. તે બધું તમારે પોતે જ સાંભળવું પડશે. જે અને જેવા શબ્દો તમે સામેવાળી વ્યક્તિને ઉદ્દેશીને બોલ્યા છો, કર્મસત્તા તે બધું રેકર્ડ કરી કોઈ પણ વ્યક્તિના માધ્યમે તે અને તેવા શબ્દો તમને સંભળાવવાની જ છે. માટે, ખૂબ જ સાવધાની વાપરીને જ શબ્દો બોલવામાં ડહાપણ છે. કોઈની સાથે તમે જેવા પ્રકારનો વ્યવહાર કરશો તેવો જ વ્યવહાર તમારી સાથે થાય તેવી પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કર્મસત્તા કરશે.

સ્વામી દયાનંદ સરસ્વતીના આશ્રમમાં ચોર ચોરી કરવા આવ્યો. તેને એમ કે આ આશ્રમમાં ભક્તો બહુ જ આવે છે. માટે ઘણા બધાં રૂપિયા, ઝર-ઝવેરાત વગેરે મળશે. પણ, આશ્રમમાં કશું જ ન મળ્યું. આટલું બધું જોખમ ખેડ્યું તે નિરર્થક જ સાબિત થયું. આશ્રમમાં ચોરી કરવા આવ્યો હતો. માટે બદનામીનો ભય પણ ઘણો હતો. છતાં પોતે ચોરી કરવાનું જોખમ ખેડ્યું હતું. પણ, કશું જ હાથ ન લાધ્યું. નિરાશ થઈને ચોર બહાર નીકળવાની પેરવીમાં પડી ગયો. પણ, દયાનંદ સરસ્વતી ખખડાટના અવાજથી જાગી ગયા. એમણે મૃદુ અવાજથી પૂછ્યું - 'ભાગ્યશાળી ! કોણ છે ત્યાં ?' સામેથી કોઈ ઉત્તર ન આવ્યો.

દયાનંદ સરસ્વતી સમજી ગયા કે આ સમયે આ રીતે આવનાર વ્યક્તિ ચોર સિવાય બીજી હોય નહીં. અત્યંત મીઠાશથી એમણે કીધું - 'ભાગ્યશાળી ! આ આશ્રમમાં તમને કશું નહીં મળે. જો તમે અહીં આવો, તો હું તમને આપું.' ચોરને લાગ્યું કે કદાચ સંતે પોતાની પથારી નીચે કે બીજે ક્યાંક રત્ન છૂપાવી રાખ્યું હશે. આમે ય સંતે એટલી મીઠાશથી ચોરને બોલાવ્યો હતો કે ચોર સ્વામીજી પાસે પહોંચ્યા વિના રહ્યો નહીં.

સ્વામી દયાનંદ સરસ્વતીએ સામે ઉભેલા ચોરના શરીર ઉપર થોડી મોંઘી કાશ્મીરી શાલ ઓઢાડી દીધી અને કહ્યું - 'જુઓ, હાલ તો મારી પાસે આના સિવાય વિશેષ કશું પણ આપવા લાયક છે નહીં. તમે પોતે પણ તપાસ કરી જ લીધી છે. છતાં આ શાલ તમે રાખી લો. તમને કામમાં આવશે.' ચોર એકદમ ગળગળો થઈ ગયો. એ હજુ કશું આભાર માટે બોલવા જાય ત્યાં તો સ્વામીજી બોલ્યા - 'ભાગ્યશાળી ! હવે બીજી વાત કર્યા વિના તાત્કાલિક અહીંથી નીકળો. તમને આવ્યે ઘણો સમય થઈ ગયો છે. જો અહીં કોઈ આવી ચડશે તો નાહક તમને તકલીફ પડશે.'

ચોરને પણ હવે ભય લાગ્યો. કારણ કે પોતાને આવ્યે ઘણો સમય વીતી ગયો હતો. આજુબાજુમાંથી લોકોની વાતચીતના થોડા-થોડા અવાજો આવી રહ્યા હતા, જે તેઓ જાગી ચૂક્યા છે તેની નિશાની હતી. માટે, ચોર વધુ દલીલ કર્યા વિના તે શાલ ઓઢી જે રસ્તે પોતે આવ્યો હતો તે જ રસ્તે બહાર નીકળવા લાગ્યો. પણ, આજુબાજુના લોકો જાગી ચૂક્યા હોવાથી તથા વિશિષ્ટ પ્રકારની શાલ જુદી પડી આવતી હોવાથી તે લોકોની નજરમાં ઝડપાઈ ગયો. લોકોએ ભેગા મળી તેને પકડી લીધો. સ્વામીજીની શાલ લઈને ભાગી જનાર આ કોઈ ચોર લાગે છે, તે વાત લોકોને સમજાઈ ગઈ. ચોર ઉપરનો દ્વેષ અને સ્વામીજી ઉપરની ભક્તિ - આ બન્નેથી પ્રેરાઈને લોકોએ ચોરની ધોલાઈ-પીટાઈ શરૂ કરી. ચોરની ચીસો ગુંજવા લાગી.

દયાનંદ સરસ્વતીના કાન ઉપર જેવી આ ચીસો આવી કે તે

ચમકી ગયા. તરત જ ત્યાં દોડી ગયા. મહામહેનતે લોકોના આક્રોશમાંથી તેઓ ચોરને બચાવી શક્યા. લોકોનો ગુસ્સો હજુ ઓછો થયો ન હતો. એમાંથી કોઈ એક બોલ્યું - 'સ્વામીજી ! આવા ચોરને કેમ બચાવવા આવ્યા ? એમાં આ ચોરે તો તમારી કાશ્મીરી શાલ ચોરી લીધી છે.' સ્વામીજી તરત જ બોલ્યા - 'કોણે કીધું આ ચોર છે ? એણે કાશ્મીરી શાલની ચોરી કરી જ નથી. કાશ્મીરી શાલ તો મેં એને મારા પ્રેમની યાદમાં ભેટ આપી છે.' લોકો આ જવાબ સાંભળી છક થઈ ગયા. સ્વામીની ઉદારતા ઉપર ઓવારી ગયા.

ચોર તો ધ્રૂસકે ને ધ્રૂસકે રડી પડ્યો. તે સમજતો હતો કે કાશ્મીરી શાલ પણ આ સ્વામીજીએ મને આપી અને સાથે સાથે હવે મને જીવનદાન પણ આ જ સ્વામીજીએ આપેલ છે. સ્વામીજીના ચરણોમાં પડી એ ચોર આંસુ સારવા લાગ્યો. આખરે એ ચોર ચોર મટીને સંતનો ચેલો થઈ ગયો. સંતનો વફાદાર શિષ્ય બની રહ્યો. આજીવન સંતના ઉપકારને તે ભૂલ્યો નહીં. એક વફાદાર શિષ્ય મળ્યો, ચોર ચોર મટી શાહુકાર બન્યો.. ઈત્યાદિ જે કાંઈ પણ અકલ્પનીય લાભો થયા તેના મૂળમાં સ્વામીજીએ અપનાવેલી રેકોર્ડીંગ પોલિસી જ છે. સ્વામીજીએ જો તે વખતે ચોરને તરછોડ્યો હોત, માર ખવડાવ્યો હોત, પોલીસના હાથે પકડાવી દીધો હોત તો ચોર ચોર તરીકે મટી અઠંગ ગઠિયો થઈ જાત. પણ, સ્વામીજીએ મીઠો વ્યવહાર જ રેકર્ડ કર્યો. પરિણામે સામેવાળા તરફથી પણ તેઓને મીઠો વ્યવહાર જ સાંભળવા મળ્યો.

ગોરેગાંવ ચોમાસું હતું. ત્યારે એક ભાઈ મને મળવા આવ્યા. વંદન કરી સહજ તેમણે વાત શરૂ કરી કે 'મહારાજ સાહેબ ! ધર્મના ક્ષેત્રે પ્રવેશ કર્યે મારે ઘણાં વર્ષો થઈ ગયા. આ વર્ષોમાં એક દિવસ પણ પ્રભુની પૂજા મેં ન કરી હોય તેવું મને યાદ નથી. ગામમાં હોઉં કે બહારગામ હોઉં, પણ પૂજા કર્યા વિનાનો મારો એકેય દિવસ ન હોય. ભગવાનને મેં આટલા પૂજ્યા તો પણ મહારાજ સાહેબ ! આજે કેવો દિવસ મારે જોવાનો આવ્યો ? ઘરાક બે લાખ રૂપિયા દબાવીને બેઠો છે. ૧૦-૧૦ ધક્કા ખાવા છતાં એક રૂપિયો એણે મને આપ્યો નથી. શું ભગવાનની પૂજા કરી એનો કોઈ ફાયદો જ નહીં ?'

એ ભાઈનો પ્રશ્ન સાંભળી મને નવાઈ લાગી. પૂજા અને પેમેન્ટ સાથે એમણે કેવી રીતે સંબંધ જોડી દીધો ? - તે મને સમજાયું નહીં ! પૂજા કરે એટલે મોક્ષ મળે - એવું તો ઘણી વાર શાસ્ત્રોમાં વાંચ્યું છે. પણ, આ ભાઈને ભગવાન પાસે કંઈક જુદી અપેક્ષા હતી. જો કે સંસારના દુઃખથી ત્રાસી સમકિતી જીવો માટે પણ પરમાત્મા સિવાય બીજો કોઈ આશરો હોતો નથી. પણ, મને આશ્ચર્ય એ થયું કે પોતાનું પેમેન્ટ નથી મળતું તેમાં એ ભાગ્યશાળી પોતાના કર્મને બદલે પરમાત્માને ગુનેગાર ઠેરવી રહ્યા હતા.

પરમાત્માને બદલે એ પોતાના કર્મને જ જવાબદાર માને તે માટે મેં એમને એક દૃષ્ટાંત જણાવ્યું - 'તમે નાના હતા, ત્યારે કયારેક ગલૂડિયાંને રોટલી આપવા ગયા હતા કે નહીં ?' પેલા ભાઈએ કીધું કે, 'હા ! ચોક્કસ, મારી મમ્મીએ નાનપણથી જ મને રોજ રોટલી નાંખવાનું શીખવ્યું હતું. અમારે ત્યાં તો ગલૂડિયા પણ પાછા ઘણા બધાં હતા.' મેં આગળ વાત કરી - 'તમે રોટલી કેવી રીતે આપતા ? આમ એક જ વારમાં નાખી દેતા હતા કે પછી થોડું ઉપર, થોડું નીચે લલચાવી લલચાવી પછી આપતા હતા ?'

'થોડું લલચાવવું તો પડે ને ?'

'તો પછી કર્મસત્તા ય તમને ઊંચા-નીચા કરીને જ પેમેન્ટ આપે ને !!!' - મેં કહ્યું.

આપણે બીજાને હેરાન કરતા હોઈએ છીએ ત્યારે આપણને ખબર નથી હોતી કે આવી હેરાનગતિ જેના ઉપર વીતે તેની હાલત શું થાય ? જીવનમાં જે પણ દુઃખ તમારી ઉપર આવે છે, તેમાં કારણ તમે પોતે જ હો છો. બીજા કોઈના પણ કારણે દુઃખ આવતું નથી. આખું જગત આપણું દોસ્ત જ છે, આપણું જ આ જગત છે. આ જગતમાં રહેનારા દરેક વ્યક્તિઓ આપણા જ મિત્રો છે. માટે દરેકની સાથે મૈત્રીભાવ જ ઘટે.

રમણ મહર્ષિના આશ્રમમાં ચોર પકડાયો. આશ્રમવાસી એક ભક્ત તેને જોરદાર મેથીપાક ચખાડી રહ્યો હતો. રમણ મહર્ષિ બોલ્યા

– 'અરે ભાઈ ! શા માટે એને મારે છે ? શું વાંક છે એનો ?',

'સ્વામીજી ! એણે આપણા આશ્રમમાં ચોરી કરી છે.'

'ચોરી કરે એટલે એ મારવા લાયક કેવી રીતે બની જાય ? જ્યારે દાંતથી તમારી જીભ કચડાઈ જાય ત્યારે હથોડો લાવી દાંત તોડી નાંખો છો ? નહીં જ ને ! કારણ કે તમે સમજો છો કે દાંત પણ આપણા જ છે અને જીભ પણ આપણી જ છે. તો પછી આ પણ આપણો જ છે ને ! એને સજા કેવી રીતે થાય ?'

આવી ઉદાત્ત વિચારધારા જો તમે અપનાવી શકો તો આ રેકોર્ડીંગ પોલિસી આત્મસાત્ કરી શકાય.

જો આ ભવમાં રેકર્ડ કરવામાં ગાફેલ રહ્યા તો જ્યારે તે પુનઃ સાંભળવું પડશે, ત્યારે ગાભા-છોતરા નીકળ્યા વિના નહીં રહે. દુનિયાની કેસેટ ઉપર રેકર્ડ કરેલું ભૂંસી પણ શકાય છે. કિંતુ, આ કર્મસત્તાની કેસેટ ઉપર મજબૂત રીતે રેકર્ડ થયેલ કદાપિ ભૂંસી શકાતું નથી. તે તો સાંભળ્યે જ છૂટકો ! જો રેકોર્ડીંગ વખતે સાવધાની રાખી ન હોય તો જ્યારે *એ સાંભળવાનું આવે ત્યારે ફરિયાદ કરવાનો કોઈ અધિકાર તેને રહેતો* નથી. પેમેન્ટ ન આવે ત્યારે પ્રભુને ફરિયાદ કરવા જાઓ છો કે 'પ્રભુ ! તારી આટલી ભક્તિ કરી તો પણ મારા પેમેન્ટો કેમ પાછા વળતા નથી ?' પણ, આવી ફરિયાદ કરવાનો અધિકાર તમારો છે કે નહીં ? તે વિચારવાની પણ તસ્દી ક્યારેય લીધી છે ખરી ?

નાના છોકરાને, ભિખારીને, ગાયને લલચાવી-લલચાવીને તો તમે કશું નથી જ આપતા ને ? બે ઘડીની એ કરેલી મજાક તમને ભારે પડી જશે. પણ, દુઃખ એ બાબતનું છે કે જ્યારે દુઃખ તૂટી પડે છે ત્યારે 'આ મારી જ ભૂલનું પરિણામ છે' – એ સમજવાની, સ્વીકારવાની વિવેકબુદ્ધિ ગુમાવી દીધી હોય છે. 'એક બાણથી બે વીંધ્યા' – બસ ! રસપૂર્વક બોલાઈ ગયેલા ફક્ત આટલા શબ્દોએ શ્રેણિક મહારાજાના લલાટે ૮૪,૦૦૦ જેટલા વર્ષોની નરકની સજા લખી દીધી. પરમાત્માની, સાક્ષાત્ જીવંત મહાવીર મહારાજાની અનન્ય ઉપાસના કરી, તીર્થંકર નામકર્મ નિકાચિત થાય તે હદની ઉત્કૃષ્ટ ભાવના ભાવી, છતાં એ નરક ન ભૂંસાઈ તે ન જ ભૂંસાઈ.

ક્ષાયિક સમકિતના ધણી એવા પણ શ્રેણિક મહારાજા પોતાના કરેલા રેકોર્ડીંગને ભૂંસી ન શક્યા તો પછી આપણા જેવાની તો શું વાત કરવી ? માટે, ધ્યાન એ જ રાખવાનું કે ભૂલેચૂકે પણ ગલત રેકોર્ડીંગ થઈ ન જાય. 'ન તો કોઈની જોડે દુર્વ્યવહાર કરીને મારે ગલત રેકોર્ડીંગ કરવું છે કે ન તો કોઈની સાથે બોલાચાલી કરીને. કોઈની ગુપ્ત વાત પ્રકટ કરવા દ્વારા તેને દુઃખી કરી મારે ગલત રેકોર્ડીંગ નથી કરવું. અને લોકોનું અપમાન કરીને પણ મારે ગલત રેકોર્ડીંગ નથી કરવું' - આવો અજબ સંકલ્પ જોઈએ.

સમગ્ર દિનચર્યાને આ માટે તપાસી જાઓ. ક્યાંક ને ક્યાંક તમને લાગશે કે આ મારો વ્યવહાર ગલત છે, આ મારા શબ્દો નકામા છે... આવી અનુભૂતિ થાય કે તરત જ, એ જ ઘડીથી તેને સુધારવામાં લાગી જજો. આ તપાસ કરવા માટે પણ બહુ પરિપક્વ દૃષ્ટિની જરૂર પડતી હોય છે. કારણ કે પોતે બીજાની સાથે જે વ્યવહાર કરે તેના કારણે સામેવાળી વ્યક્તિને ઘણું દુઃખ પહોંચ્યું હોઈ શકે છે. પણ, શક્ય છે કે પોતાને એ બાબતની લેશ પણ ખબર જ ન પડી હોય. આથી, દરેક વ્યવહાર બાદ સામેવાળી વ્યક્તિના મગજમાં આની કેવી અસરો જન્મી છે ? તે જોવાની, વિચારવાની પણ શક્તિ હોવી જરૂરી છે.

દ્વેષવશ, ક્રોધવશ ક્યારેક માનવી એટલું બધું ગલત વિચારી, બોલી કે કરી લેતો હોય છે કે તે રેકર્ડ થયેલી વસ્તુ ભાવીમાં માણસને બેહાલ કરી મૂકે છે. તમારું જાહેરમાં અપમાન કરી દેનાર, તમને ઉતારી પાડનાર, તમારી મર્મ વાતને ઉઘાડી પાડી દેનાર, તમારા લાખો રૂપિયા દબાવનાર વ્યક્તિનું એક્સિડન્ટમાં મરણ થાય અને તેના સમાચાર તમને મળે તે વખતે દિલમાં સંવેદન કેવા પ્રકારનું જાગે ? 'સારું થયું ! બેટો એ જ લાગનો હતો !' - આવા ક્રૂર વિચારો તો આકાર ન લે ને ? *એના મોતનો જો કોઈ અફસોસ પણ તમને ન થતો હોય તો સમજી* રાખવું પડે કે મનને હજુ ઘણું મુલાયમ બનાવવાની જરૂર છે.

ટૂંકમાં, રેકોર્ડીંગ પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે કે -

''માનવ ! તું જે પણ કરે છે, તું જે પણ બોલે છે, તું જે

પણ વિચારે છે તે બધું કર્મની કેસેટમાં રેકર્ડ થાય છે. આ બધું ફરીથી તારે સાંભળવાનું છે. માટે જે પણ કરે, બોલે કે વિચારે તે સમજીને કરજે, બોલજે કે વિચારજે. બાકી ગાભા-છોતરા નીકળી જશે. તપાસી લેજે કે ક્યાંક ક્યારેક કોઈકની સાથે ગલત વ્યવહાર તો નથી થઈ જતો ને ? કોઈના માટે મેં પૂર્વગ્રહ તો નથી બાંધી લીધો ને ? આજ પછી કોઈને પણ એક પણ ખરાબ શબ્દ કહેતા લાખ વાર વિચાર કરજે.''

રેકોર્ડીંગ પોલિસીના આ સંદેશાને અજમાવી જુઓ, ગુસ્સા પ્રત્યે સુગ પ્રગટી જ જશે. ગલત વિચારતા, બોલતા કે કરતા ડંખ લાગશે. હા ! સાચા અર્થમાં રેકોર્ડીંગ સીસ્ટમ ઉપર શ્રદ્ધા ઉત્પન્ન થઈ હોવી જોઈએ !

✳

બીજાની ભૂલ ઉપર પણ ગુસ્સો કરવો
તેનો મતલબ
બીજાની ભૂલ ઉપર પોતાને
સજા કરવી...
- **કન્ફ્યૂશિયસ.**

✳

ગુસ્સાવાળા માણસને
એક વાર ફરી ગુસ્સો આવે છે,
જ્યારે એને સમજ આવે છે...
- **પબ્લિયસ સાઈટ્સ.**

૨૪

'પર્ચેસીંગ' પોલિસી

એક સંતપુરુષ એક ગામથી બીજે ગામ પોતાના શિષ્યની સાથે ફરતા હતા. વચ્ચે એક એવું ગામ આવ્યું કે જ્યાંના બધાં લોકો નાસ્તિક હતા. પૂરેપૂરા નાસ્તિક. સાધુ-સંત-મહાત્માઓને તો એ લોકો ધૂત્કારતા. કોઈ પણ સાધુ કે સંતો એ ગામને ટાળી જ દેતા. ક્યારેક કોઈક અજાણ્યા સંત ત્યાં આવી ચડતા તો ગામના લોકો તેમને ભારે સતાવતા. આ સંતપુરુષ પણ પોતાના શિષ્યની સાથે એક વાર ત્યાં જ આવી ચડ્યા. ગામના લોકો રાજી થયા. વાહ ! ઘણા વખતે કોઈ સંત આવ્યા. એમને હેરાન કરવાની મજા આવી જશે !!!

ગામની બહાર ચોરામાં જ કેટલાંક લોકો ગપ્પા હાંકતા બેઠા હતા. સંતપુરુષ અને એમનો શિષ્ય જેવા ગામ પાસે પહોંચ્યા કે આ બધાંએ ભેગા મળી એમની ટીખળ ઉડાડવાની શરૂ કરી. ભારે અપશબ્દો અને ગાળોનો વરસાદ વરસાવ્યો - 'આ બધાં લોકો ધતીંગ કરતા હોય છે. ઘરમાં ખાવાનું મળે નહીં, જાત મહેનત કરવામાં જોર પડતું હોય એટલે બાવા થઈ જવાનું. આખો દિવસ ભીખ માંગ્યે કરવાની. ધરતીને ભારબોજ રૂપ છે આ લોકો.' શિષ્ય તો આ શબ્દો સાંભળીને ઉકળી જ પડ્યો. પણ, સંતપુરુષ શાંત હતા. પોતાના ગુરુ મહારાજને શાંત

જોઈ પોતે માંડ માંડ પોતાના ગુસ્સાને કાબૂમાં રાખ્યો. મનમાં તો એને ઘણું ય થતું હતું. ગુરુ મહારાજ પણ ગામના લોકોનો સ્વભાવ ઓળખી ગયા. ત્યાંથી તરત જ શિષ્ય સાથે તે આગળ નીકળી ગયા. નવું ગામ હજુ થોડું દૂર હતું.

રસ્તે ચાલતા-ચાલતા પણ શિષ્યના મનમાં એ જ ગડમથલ ચાલી રહી હતી. આ ગામના લોકોને કંઈક બતાવી દીધું હોય તો ખબર પડે કે સાધુ-સંતોને ગાળો આપવાનું પરિણામ શું આવે ? મનમાં ને મનમાં તે ગામના લોકોને બે ચાર ચોપડાવતો ચોપડાવતો શિષ્ય નવા ગામે પહોંચી ગયો. નવા ગામના લોકો ભારે આસ્તિક હતા. પાસેના ગામના નાસ્તિક લોકોના પ્રતાપે આજુબાજુના ગામોમાં પણ સંતપુરુષોની અવરજવર ઓછી થઈ ગઈ હતી.

ઘણાં વખતે ગામમાં કોઈક સંત પધાર્યા હતા. ગામના લોકો ખૂબ જ ઉત્સાહમાં આવી ગયા. સાધુ-સંતો ઉપર અનહદ આદર ધરાવતા ગામના લોકોએ સંતપુરુષને તથા તેમના શિષ્યને ખૂબ જ આદર -બહુમાનપૂર્વક સન્માન આપ્યું, આવકાર આપ્યો. આગ્રહભરી વિનંતી કરી કે, 'મહાત્મા ! અમને લાભ આપ્યા વિના હવે તમે અહીંથી આગળ જઈ નહીં શકો.' સંતપુરુષે પણ તેમની ભાવના જોઈ તેમની વિનંતી સ્વીકારી. એ ગામમાં જ રાત્રિરોકાણ-ભિક્ષા વગેરે કરે છે. ગામના લોકોએ ખૂબ જ ઉત્તમ દ્રવ્યોથી-ઉત્તમ ભાવથી ભક્તિ કરી. બન્ને મહાત્માએ ભરપેટ ભોજન કર્યું. ઈચ્છા ન હોવા છતાં ભરપેટ વાપરવું પડ્યું. કારણ કે લોકોનો આગ્રહ જ એવો હતો.

સંતપુરુષે સહુને ઉપદેશ પણ આપ્યો. લોકો પણ ઉપદેશ સાંભળી ખૂબ જ રાજી થયા. સંતપુરુષની પ્રશંસા પણ કરી. આમ, સવારના થઈ ચૂકેલા ખરાબ પ્રસંગને બાદ કરતા આખો દિવસ ખૂબ જ આનંદથી પસાર થયો. રાત ત્યાં રોકાઈ બીજે દિવસે સવારે સંતપુરુષ અને એમનો શિષ્ય આગળ વધ્યા. શિષ્યના મનમાં હજુ પહેલું ગામ ભૂલાતું નથી. એ લોકોએ ઉચ્ચારેલા શબ્દો કાળજામાં ભોંકાય છે. સંતપુરુષ અને શિષ્ય થોડા આગળ ચાલ્યા કે રસ્તામાં નવું ગામ આવ્યું.

ત્યાંના લોકોએ પણ એકી અવાજે સંતપુરુષને ઉષ્માભર્યો આવકાર આપ્યો. 'પધારો, પધારો' કહી શિષ્ય અને સંતપુરુષ ઉભયનું અભિવાદન કર્યું. ગયા ગામમાં અપેક્ષા કરતા વધુ રોકાણ થઈ ગયું હોવાથી સંતપુરુષની રોકાવાની ઈચ્છા હતી નહીં.

છતાં ગામલોકોના નિર્દોષ અને આગ્રહપૂર્ણ આવકારને ઠેલવાનું સંતપુરુષને ઉચિત ન લાગ્યું. થોડા સમય માટે રોકાણ કર્યું. સહુને ઉપદેશ આપ્યો. ગઈ કાલે ભરપેટ ભોજન કર્યું હોવાથી આ ગામમાં મીઠાઈ વગેરે કશું જ ન લીધું. સાદું ભોજન કરી તેઓ આગળ નીકળી ગયા. શિષ્યના મનમાં એક ગડમથલ ચાલી રહી હતી. ''આ ગામના લોકો આપણા ભક્ત છે. તો તેમના માધ્યમે પહેલા ગામના લોકોને શિક્ષા કરાવી હોય તો કેમ ? બેટા ! કોઈ પણ સાધુને પરેશાન કરવાની ખો ભૂલી જાય. લાતો કે ભૂત બાતો સે નહીં માનતે.''

એમ પહેલા ગામના લોકોને સબક શીખવવાના ખ્યાલમાં શિષ્ય રાચી રહ્યો હતો. એના મનમાં એમ કે ગુરુદેવ જ ગામના માણસોને વાત કરશે, પરિસ્થિતિ જણાવશે. પણ, કોઈ વ્યક્તિની આગળ ગુરુદેવે તે અંગે એક હરફ પણ ન ઉચ્ચાર્યો. માટે, શિષ્યના મનમાં ચટપટી ઉપડી હતી. ગુરુદેવને કેવી રીતે વાત કરવી ? તેના જ વિચાર તે કરી રહ્યો હતો. ગુરુ મહારાજને પણ શિષ્યના મનમાં શી ગડમથલ ચાલી રહેલ છે ? - તે જણાઈ ગયું હતું. માટે, તેમણે જ વાતની શરૂઆત કરી. 'કેમ વત્સ ! આ ધરતીમાં આતિથ્ય સત્કારની ભાવના ખૂબ જ સારી લાગે છે. બે ગામોમાં લોકોએ કેવો અજબ સત્કાર આપણો કર્યો ! ધન્ય છે એમની સંતો પ્રત્યેની આસ્થાને !'

શિષ્યે આ તકને ઝડપી લીધી. એમણે ગુરુદેવને જવાબ વાળ્યો. 'ગુરુદેવ ! બે ગામવાળાએ તો આતિથ્ય જોરદાર કર્યું. પણ જે પહેલું ગામ આવ્યું, તે યાદ છે ? તેના લોકો કેવા નાસ્તિક છે ? હજુ તેમની અનાર્ય વાણી મને યાદ આવે છે અને મને કંઈનું કંઈ થઈ જાય છે. કેટલા ખોટા દોષારોપણ તેઓએ કર્યા હતા !' શિષ્યને છેલ્લા બે ગામના સારા લોકોની કથા કરવા કરતાં પહેલા ગામના લોકોની કથા કરવામાં

વધારે રસ દેખાતો હતો. આખરે માનવીનું મન અભાવમાં જ જતું હોય છે ને ! જ્યારે દાંત હતો ત્યારે તેની મુલાકાત ન લેનારી જીભ જેવો દાંત પડશે કે દિવસમાં વારેવારે એ પડેલા દાંતવાળી જગ્યાની મુલાકાત લેશે. પરંતુ હાજર હોય ત્યાં સુધી કશી કિંમત નહીં. ગયા પછી પશ્ચાત્તાપનો પાર નહીં.

આ શિષ્ય પણ આ બાબતથી બાકાત ન હતો. છેલ્લા બે ગામના લોકોએ કરેલા અતિથિસત્કારની જે નોંધ તેના મગજે લીધી તેના કરતાં કંઈ ગણી ઘેરી નોંધ પહેલા ગામમાં થયેલા અપમાનની લીધી હતી. શિષ્યની આ નબળી કડીને પિછાણતા ગુરુમહારાજે તે નબળી કડી દૂર કરવા અદ્‌ભુત નુસખો અજમાવ્યો. શિષ્યને પ્રશ્ન કર્યો - 'વત્સ ! છેલ્લા ગામમાં આપણને લોકોએ મીઠાઈ વપરાવવા ગજબ આગ્રહ કર્યો. પણ ગઈકાલનું પેટ ભરેલું હોવાથી આપણે મીઠાઈ ન લીધી. તો એ મીઠાઈ ક્યાં રહી ?'

'કેમ ગુરુદેવ ! આમાં શું પૂછવાનું ? આપણે મીઠાઈ ન લીધી તો તે મીઠાઈ તેમની પાસે જ રહે ને !'

'વત્સ ! તો પછી પહેલા ગામની ગાળ તેં તારા મગજમાં કેમ લઈ લીધી ? જો તે ગાળને તેં લીધી જ ન હોત તો તે ક્યાં રહેત ? તે લોકો પાસે જ ને !' શિષ્ય સ્તબ્ધ થઈ ગયો.

આપણને ગુસ્સો આવે છે તેની પાછળ મૂળ કારણ સામેવાળો આપણા ઉપર ગુસ્સો કરે છે, તે નથી. પરંતુ આપણે સામેવાળાએ કરેલા અપમાનને ખરીદી = સ્વીકારી લઈએ છીએ. માટે આપણને ગુસ્સો આવે છે. જો સામેવાળા માણસે કરેલા અપમાનને આપણે ખરીદીએ = સ્વીકારીએ જ નહીં, મતલબ કે તેની કોઈ અસર જ મગજ ઉપર ન લઈએ તો ગુસ્સો આવે તેવી કોઈ શક્યતા નથી.

ભાવજગતમાં જે વસ્તુની ખરીદી = સ્વીકાર કરીએ તે જ વસ્તુ આપણી ઉપર અસર કરે. મતલબ કે જો સામેવાળાએ કરેલા અપમાનની ખરીદી = સ્વીકાર આપણે કરીએ તો જ ક્રોધ આપણામાં પ્રગટી શકે.

અપમાનનો સ્વીકાર કરવા દ્વારા ક્રોધનો સ્વીકાર જ આપણે કરી રહ્યા છીએ. ખરીદી કરવી, સ્વીકાર કરવો એટલે કે તેની અસરમાં આવી જવું. જો અપમાનનો કે ગાળ વગેરેનો સ્વીકાર ન કરીએ, તેની અસર મગજમાં સહેજ પણ ન લઈએ, તો ગુસ્સો આવે તેવી કોઈ શક્યતા નથી. જેમ કોઈ હસતા હસતા તમિલભાષામાં તમને ગાળ સંભળાવી જાય છતાં તમે ગુસ્સે નથી થતા. કારણ કે ગૂજરાતીભાષી તમે તે ગાળને ખરીદતા નથી/સ્વીકારતા નથી/સ્વીકારી શકતા નથી.

આ પર્ચેસીંગ (= ખરીદી/સ્વીકાર) પોલિસી એ જ જણાવે છે કે સામેવાળો સારા શબ્દો પણ તમને સંભળાવે છે, ખરાબ શબ્દો પણ સંભળાવે છે. આમાંથી સારો માલ કયો ? સારા શબ્દો જ ને ? તો પછી ખરીદી સારા શબ્દોની શા માટે નહીં ?

આ પ્રશ્નનો સાચો જવાબ મેળવજો કે - રસ સારા શબ્દોની ખરીદીમાં કે ખરાબ શબ્દોની ખરીદીમાં ? સામેવાળી વ્યક્તિએ બોલેલા સારા શબ્દો વધારે યાદ રહે કે ખરાબ શબ્દો ? સારા શબ્દો બોલ્યા પછી જો તે વ્યક્તિ ખરાબ શબ્દો બોલે તો ખરાબ શબ્દોને તમે સ્વીકારો કે સારા શબ્દોને ? તમારું વલણ તેણે બોલેલા સારા શબ્દોના આધારે કે ખરાબ શબ્દોના આધારે ? જો સારા શબ્દો બોલ્યા પછી ખરાબ શબ્દો બોલવામાં આવે તો સારા શબ્દોની કોઈ નોંધ લેવા તમે તૈયાર નથી, તો પછી ખરાબ શબ્દો બોલ્યા પછી, સામેવાળી વ્યક્તિ જ્યારે સારા શબ્દો બોલે ત્યારે ખરાબ શબ્દોની અસર શા માટે નાબૂદ નથી થતી ?

આ બધાં પ્રશ્નોના જવાબ નકારાત્મક જ આવતા હોય તો માનવું રહ્યું કે હજુ ખરાબ માલની જ ખરીદી કરવામાં તમને રસ છે. વ્યવહાર જગતમાં સાચા-ખોટા, સારા-ખરાબ માલની પરખ કરવામાં કુશળ એવા પણ તમે શા માટે અભ્યંતર જગતમાં આ બાબતે થાપ ખાઈ જાઓ છો ? સામેવાળી વ્યક્તિએ કરેલા સારા વ્યવહારની જ મગજ ઉપર અસર લઈ = તેની જ ખરીદી કરી તેના દુર્વ્યવહારને કદાપિ ખરીદ ન કરવાનો સંકલ્પ શા માટે પ્રગટતો નથી ?

દીકરો પપ્પા પાસે દારુની બોટલ લઈને આવ્યો અને કીધું - 'પપ્પા ! જો હું આ દારુની બોટલ લઈ આવ્યો.' પપ્પા ગરમ થઈ ગયા. એમણે વાત કરી - 'પણ ! તારે દારુની બોટલ લાવવાની જરૂરત શી પડી ?'

'અરે પપ્પા ! અંદરખાનેથી મને સમાચાર મળ્યા કે આ દુકાને દારુ અડધી કિંમતે વેચાય છે. હું તે દુકાનમાં ગયો તો ખરેખર બહાર જે કિંમતે દારુ મળે છે તેના કરતાં અડધી કિંમતે એ દુકાનમાં દારુ મળી રહેલ હતો. તો મેં એક બોટલ ખરીદી લીધી.'

તમારો દીકરો જો આવું કહે તો તમે તેને આ જ કહો ને કે - 'બેટા ! દારુ મફતમાં મળતો હોય તો ય લેવાની જરૂરત શી ? દારુને હાથ પણ લગાડવાની આવશ્યકતા શી ?' શાસ્ત્રકાર પરમર્ષિ ભગવંતો આપણને સહુને આ જ ઉપદેશ આપે છે કે **સામેવાળી વ્યક્તિ તમારું અપમાન કરે, તમને ગાળ સંભળાવે તો પણ તમારે તે ખરીદવાની જરૂરત શી ? ભલે ને તમને તે મફતમાં મળી રહેલ હોય !!!**

એક વાત સમજી રાખવા જેવી છે કે એક અપેક્ષાએ દારુ વેચનાર કરતાં દારુ ખરીદનાર વધુ ગુનેગાર છે, વધુ ઠપકાપાત્ર છે. કારણ કે દારુ વેચનાર કંઈ પરાણે તો દારુ પધરાવતો નથી. દારુ ખરીદનારની ઈચ્છા હોય તો જ આપે છે. માટે, મૂર્ખતા દારુ ખરીદનાર કરી રહ્યો છે. કેમ કે સામે ચાલીને પોતાને નુકસાનકારી વસ્તુને એ ખરીદી રહ્યો છે. આ જ રીતે ગાળ બોલનાર કરતાં ગાળ ખરીદનાર અપેક્ષાએ વધુ દોષિત, વધુ ઠપકાપાત્ર ઠરે છે. એ વધુ ગુનેગાર સાબિત થાય છે.

આની પાછળ કારણ એ જ કે ગાળ આપનાર, અપમાન કરનાર ભલે ને ગમે તે બોલે. પણ, તમને તો ભગવાને બે કાન આપ્યા છે ને ! તો એક કાનથી સાંભળીને બીજા કાનથી કાઢી નાંખવામાં વાંધો શું હતો ? શા માટે તેને મનમાં ઉતારી અને ગુસ્સો પેદા થવા દીધો ? શા માટે એવા હલકા શબ્દોને પર્ચેસ કર્યા ? શા માટે તેવા અપમાનકારી શબ્દોને ખરીદ કર્યા ? બજારમાં ક્યારેય પણ હલકી ચીજને ખરીદવાની

મૂર્ખામી તમે નથી કરતા, તો પછી અહીં શા માટે કાયમ હલકી ચીજની જ ખરીદી કર્યે રાખો છો ? 'ઊંચે લોગ, ઊંચી પસંદ' - આ સૂત્ર ધર્મક્ષેત્રે / આત્મક્ષેત્રે કેમ લાગુ પાડતા નથી ?

તમે જે ગાળ ખરીદો છો તે મફતમાં નથી મળતી. ગાળની ખરીદી કરતાંની સાથે જ અઢળક પુણ્યની મૂડી તમારે ખર્ચવી પડે છે. એમને એમ તમે ગાળ ખરીદી શકતા નથી. અને આટલી કિંમત ચૂકવ્યા પછી પણ ગાળની ખરીદી જીવને નુકસાનકારી જ સાબિત થાય છે. ગાળ-અપમાન જેવી ચીજવસ્તુઓ તો કર્મસત્તા મફતમાં આપે તો યે લેવા જેવી નથી. તો પછી પુણ્ય આપીને તેને ખરીદવાની ભૂલ શાને કરવી ? એક તો માલ હલકો, જાતને નુકસાનકારી, કિંમત આકરી... આવી વસ્તુની ખરીદીમાં કયો પ્રાજ્ઞ માણસ રસ ધરાવે ?

જો સામેવાળાના દુર્વ્યવહાર, અપમાન વગેરેની અસર મન ઉપર લેવાની છોડીએ તો અવશ્ય ક્રોધ ઉપર કાબૂ મેળવવામાં કામિયાબી મળશે.

ટૂંકમાં, પર્ચેસીંગ પોલિસી એટલું જ કહે છે -

''સામેવાળી વ્યક્તિએ કરેલ અપમાન, કહેલ ગાળ વગેરેને ખરીદવાનું છોડો, તેની અસર ઝીલવાની છોડો. શા માટે તેને ભાર આપી તમારા મનને સંક્ષુબ્ધ કરો છો ? તમે તમારા કાર્યમાં મસ્ત રહો. કોઈએ કરેલા અપમાનને મન ઉપર લઈ તમે જ તેને ભાર આપી રહ્યા છો. એની કોઈ અસર જ નહીં ઝીલો તો સામેવાળાને પણ અપમાન કર્યાનો સંતોષ નહીં વળે. અપમાન કરવાની તેની કુટેવ છૂટશે.''

ચલો ! અપનાવીએ આ પોલિસી.
મેળવવીએ ક્રોધ ઉપર કાબૂ !
આપણું ઘર બને આબુ !

૨૫

'દલાલી' પોલિસી

દસ લાખનું મકાન દલાલ વેંચી આપે ત્યારે તમે ૧% લેખે દલાલને દસ હજાર રૂપિયા ચૂકવો ને ? આ દલાલીના દસ હજાર રૂપિયા હસતા હસતા ચૂકવો કે રડતા રડતા ? હસતા-હસતા જ ને ? કારણ કે તમે સમજો છો કે 'વગર મહેનતે, મોં માગ્યા ભાવમાં, સમયસર મકાન વેચાઈ જવાથી દસ લાખ રૂપિયાએ દસેક હજાર રૂપિયા તો દલાલી ખાતે માંડવાના જ હોય. તથા દસ હજાર રૂપિયા ભલે ગયા, સામે ૯ લાખ ૯૦ હજાર રૂપિયા મળ્યા પણ ખરા ને ?' માટે, તમારા દિલમાં દસ હજાર ગયાનો અફસોસ નથી. પણ ૯ લાખ ૯૦ હજાર સમયસર મળ્યા તેનો આનંદ છે.

લોકો સાથેના, સ્વજનો સાથેના, ઘરાકો સાથેના વ્યવહારમાં આ પોલિસી અજમાવવાની ખૂબ જ આવશ્યકતા છે. સામેવાળી વ્યક્તિ સાથે ૨૫ વખત વ્યવહાર કરવામાં આવે ત્યારે તે ૨૫ માંથી બે થી ત્રણ વ્યવહાર નબળા હોય તેવી શક્યતા પૂરેપૂરી છે. આવા બે થી ત્રણ નબળા વ્યવહારને નજર અંદાજ કરવાના, તેને દલાલી ખાતે માંડી દેવાના અને બાકીના ૨૨ થી ૨૩ સારા પ્રસંગોને યાદ રાખી મનની પ્રસન્નતાને અકબંધ રાખવી. આ જ છે દલાલી પોલિસીનો સાર !

રોજ શ્રાવિકા દાળમાં વ્યવસ્થિત રીતે મીઠું નાખતી હતી. પણ કોઈક દિવસ ઉતાવળમાં મીઠું નાંખવાનું ભૂલાઈ ગયું, તો તે પ્રસંગને દલાલી ખાતે માંડી દેવો. અને 'એ રોજ દાળમાં વ્યવસ્થિત મીઠું નાંખે છે, શાક વ્યવસ્થિત બનાવે છે...' ઈત્યાદિ સારા વ્યવહારને યાદ કરી તેના પ્રત્યેના ગુસ્સાને ઉતારી દેવો.

માણસની આજુબાજુની પરિસ્થિતિ, તેવા પ્રકારના નજીકમાં જ થઈ ગયેલા પ્રસંગો... વગેરે પલટાતા જતા સંયોગો વચ્ચે દરેક વ્યક્તિ દરેક વખતે તમારી સાથે સારો જ વ્યવહાર કરે - આવી અપેક્ષા રાખવી વધુ પડતી છે. તમે પોતે પણ દરેક વ્યક્તિ સાથે દરેક સમયે સરખી રીતે જ વાત કરતા હો તેવું બિલકુલ નથી હોતું. તો પછી તમારી જેમ જ તેવા પ્રકારની ભૂલ વગેરેને વશ થઈ સામેવાળાની કોઈ ક્ષતિ થઈ હોય તો તેને દલાલી ખાતે નાંખવાની તૈયારી હોવી જોઈએ. માટે, લગભગ સારા વ્યવહાર જ કરતી વ્યક્તિ કદાચિત્ ખરાબ વ્યવહાર પણ કરે. કિંતુ તેને જોઈ તેના ઉપર ગુસ્સે થવાના બદલે તે વ્યવહારની દલાલી ખાતે માંડવાળ કરવી જોઈએ.

જો ખરા દિલથી, પ્રબળ પુરુષાર્થથી આ કરવામાં આવશે તો અવશ્ય ગુસ્સા ઉપર કાબૂ મેળવાઈને જ રહેશે. કારણ કે વધુ પડતો ગુસ્સો તેવી વ્યક્તિ ઉપર જ ઉતરતો હોય છે કે જેની સાથે તમારા સંબંધો ઘનિષ્ઠ હોય. એ ઘનિષ્ઠ સંબંધવાળી વ્યક્તિ તમારી દુશ્મન નથી હોતી. સદા તમને સહાયક જ થતી હોય છે. પણ, કદાચિત્ કોઈ પણ કારણ સંજોગે એ તમારી સાથે અનુચિત રીતે વાતચીત કરે, વિપરીત વ્યવહાર કરે ત્યારે તેના એ દુર્વ્યવહારને ખૂબ જ ઉદારતાથી, પ્રસન્નતાપૂર્વક દલાલી ખાતે માંડી દેવો જોઈએ.

એ વ્યક્તિની **નાનકડી એકાદ ભૂલમાં જ તેના ઉપર તૂટી પડવાથી તો તમારા માટેની લાગણી તે ગુમાવી બેસશે.** તમારી સાથેના તેમના સંબંધોમાં તિરાડ પડશે, તણાવ જન્મશે. જે અંતે તમારા સંબંધને સમાપ્ત કરીને જ રહેશે. માટે, નાની-નાની ભૂલોને ખમી શકતી ઉદારતા કેળવવી જ રહી. દરરોજ દાળમાં મીઠું વ્યવસ્થિત હોવા છતાં કદાપિ

તેની પ્રશંસા કરતા નથી. કિંતુ એક દિવસ દાળમાં મીઠું રહી ગયું કે તમે બૂમાબૂમ કર્યા વિના રહેતા નથી. દીકરો ૫૦ આજ્ઞા માને છે. પણ ક્યારેક કોઈક આજ્ઞા ન માને તો તે ઘટનાને દલાલી ખાતે માંડી હવે ગુસ્સો પ્રગટવા નથી જ દેવો. પ્રગટે તો કાબૂમાં રાખવો છે - આવો સંકલ્પ થવો જોઈએ.

'ગમે તે સંયોગોમાં મારે મારી પ્રસન્નતાને અકબંધ ટકાવી રાખવી છે, જાળવી રાખવી છે, વૃદ્ધિંગત કરવી છે' - આવી ભાવના હોય તો જ આ દલાલી પોલિસી અપનાવવાનું મન થાય, તે માટે અપેક્ષિત સત્ત્વ મળે. આ જ ગ્રન્થિભેદનું કારણ છે. માટે, દરેક જીવો પ્રત્યે સદ્‌ભાવ પ્રગટાવી, ખાસ નજીકના, વધુ ને વધુ જેઓ સાથે વ્યવહાર કરવાનો આવે છે તેવા જીવો પ્રત્યે સદ્‌ભાવને અપનાવીએ તો જ તેના બે ચાર દુર્વ્યવહારોને દલાલી ખાતે માંડી શકીએ. ઘરની વ્યક્તિઓ તમારા માટે કેટલો ભોગ આપે છે, તેનો કદી શાંત ચિત્તે વિચાર કર્યો ખરો ?

એક વાર ઘરના ઘાટીથી માંડી તમારી શ્રાવિકા સુધીની સહુ નિકટની વ્યક્તિઓને નજર સમક્ષ લાવી તેના વિનાની જિંદગીની કલ્પના કરી જુવો. તમને તો જ ખ્યાલ આવશે કે તમારી સાથે સંકળાયેલા દરેક માનવીઓ તમારા માટે કેટલો ભોગ આપે છે ? હા ! દરેક વ્યક્તિને પોત-પોતાના સ્વાર્થ પણ હોય જ છે. કિંતુ તે જેટલો ભોગ આપે છે તેના બદલામાં તેની બે-ચાર ભૂલો તો અવશ્ય ક્ષમ્ય ગણી જ શકાય. આ બાબતમાં તો કોઈ બેમત નથી. આજે દલાલી નક્કી કરો કે દર ૧૦ સારા વ્યવહારે એક ખરાબ વ્યવહારને દલાલી ખાતે નાંખવો છે. જે વ્યક્તિ મારી સાથે ૧૦ સારા વ્યવહાર કરે તેની સામે એક નબળો વ્યવહાર દલાલી ખાતે માંડી દેવો છે, ખમી લેવો છે.

ઉત્તમ રસ્તો તો એ જ છે કે - તેના તમામ અપરાધોને ખમી લેવા. એ શક્ય ન હોય તો એમ પણ નક્કી કરી શકાય કે કોઈ પણ વ્યક્તિ તરફથી મને ૧૦ સારા વ્યવહાર પ્રાપ્ત થાય પછી કોઈ પણ વ્યક્તિ મારી સાથે ૧ દુર્વ્યવહાર કરે તો તેને સહી લેવો છે. તમે વિચારશો તો સમજાશે કે તમારી સાથે જેટલા દુર્વ્યવહાર થાય છે તેના

કરતાં કંઈ ગણા વધુ સારા વ્યવહારો થાય છે. પણ આ માંકડું મન એક પણ દુર્વ્યવહારની નોંધ લીધા વિના રહેતું નથી, જ્યારે કેટલાય સારા વ્યવહારોની ઉપેક્ષા કર્યા વિના રહેતું નથી. માટે, **હંમેશા સારા વ્યવહારની કોઈ નોંધ તમારા મગજમાં હોતી નથી અને નબળા વ્યવહારની છાપ કદાપિ મગજમાંથી ભૂંસાતી નથી.**

હવે નક્કી કરો કે હંમેશા દરેકના સારા વ્યવહારની નોંધ લેવી છે. કોઈના નાના-નાના સારા વ્યવહારોને તમે જો નોંધમાં લેશો તો ખ્યાલમાં આવશે કે અત્યાર સુધી કેવી ભૂલ તમે કરી છે ? કેટ-કેટલાય લોકોના સારા વ્યવહારને ભૂલી ગયા છો ! એના પ્રતાપે જ્યારે તેના તરફથી સહેજ પણ નબળો વ્યવહાર થાય કે તમે તેને અન્યાય કરી બેસો છો. ૨૫ સારા વ્યવહારને ભૂલીને જો તમે એક નબળા વ્યવહારને જ યાદ રાખતા હો તો સંઘર્ષ સિવાય પરિણામ શું આવે ? તમારે જેની સાથે નિકટની સગાઈ છે, તે બધા શું તમારા સ્વભાવથી પ્રસન્ન જ છે ને ? એની સઘન તપાસ કરજો.

માત્ર સામેવાળાના નબળા વ્યવહારને જ ધ્યાનમાં લેવાની વૃત્તિના પ્રતાપે તમારા સગા દીકરાને પણ તમારી સાથે બનતું નથી. હા ! કદાચ દીકરા વગેરેનો પણ વાંક હશે. પણ તમારા પક્ષે તો કોઈ ભૂલ નથી જ ને ? - એટલું તો તમારે વિચારવું જ જોઈએ ને ! કમ સે કમ તમારા પક્ષની ભૂલને તો તમારે દૂર કરવી જ રહી ! એના માટેની આ પોલિસી છે. ક્યારેક ક્યારેક સામેવાળી વ્યક્તિના દુર્વ્યવહારોને દલાલી ખાતે માંડવા જ જોઈએ ! કદાચ તમે તેના દુર્વ્યવહારને ગળી ગયા તેની નોંધ પણ સામેવાળી વ્યક્તિ ન લે. છતાં તમે નિષ્ઠાપૂર્વક જો તેના દુર્વ્યવહારને ગણકારશો જ નહીં તો અવશ્ય ક્યારેક ને ક્યારેક એને પોતાની ભૂલનો અહેસાસ થશે જ !

દીકરાને તમે બૂમ પાડી પાણી લાવવા માટે. પણ, દીકરો ટી.વી. જોવામાં એટલો મશગૂલ છે કે એ તમને જવાબ પણ વાળતો નથી. અત્યાર સુધી દરેક વખતે તમારા કહ્યા મુજબ પાણી લાવી આપનાર તમારા દીકરાના આ વ્યવહારને માફ કરી શકો ? કે ગુસ્સો

આવી જાય ? ડાયાબિટીસ થાય અને ડોક્ટર કહે એટલે ૫ કિ.મી. રોજનું ચાલવું પડે તો તમે રાજીખુશીથી ચાલશો. પણ, દીકરો પાણી લાવી ન આપે અને તમારે જાતે ઊઠીને પાણી લેવાનું આવે કે તમને જોર પડી જાય ! પછી કર્મસત્તા લમણે ડાયાબિટીસ ન ઝીંકે તો બીજું કરે શું ?

નોકર રોજ દુકાને સમયસર આવી જતો હોય. પણ, એકાદ દિવસ મોડો આવે તો તેને દલાલી ખાતે ગણી લેવાની તૈયારી ખરી ? કે પછી તેના ઉપર તાડૂકી ઉઠો. રોજે રોજ મોડો આવતો હોય ત્યારની આ વાત નથી. રોજ સમયસર જ આવે છે. ક્યારેક જ એકાદ કલાક મોડો પડી જાય. આવા વખતે એના ઉપર અણગમો શા માટે પ્રગટે છે ? હવેથી એટલું તો નક્કી કરવું જ કે ૧૦ વાર સારું કામ કરનાર વ્યક્તિના એક ખરાબ કામને ભૂલી જવું છે. ૧૦ વાર સારા શબ્દો સંભળાવનાર વ્યક્તિના એક વખતના ખરાબ શબ્દો પ્રેમથી સાંભળી લેવા છે. ૧૦ વાર સારો વ્યવહાર કરનાર વ્યક્તિનો એક નબળો વ્યવહાર પણ ચલાવી લેવો છે. આ સંકલ્પ આજે જ કરવા જેવો છે. જો ખરેખર ક્રોધને કાબૂમાં લેવો હોય તો આ પોલિસી ખૂબ જ સરળ છે. પણ, જો ક્રોધે તમારા ઉપર વિજય મેળવી લીધો હશે તો ડગલે ને પગલે તમને મુશ્કેલીઓ નડશે, આ પોલિસી સાચવવી અઘરી થઈ પડશે.

દરેક પ્રસંગોમાં તમને આમંત્રણ આપનાર, સારામાં સારી તમારી આગતા સ્વાગતા કરનાર તમારા પાડોશી કોઈ એકાદ પ્રસંગમાં તમને જમવા વગેરેનું આમંત્રણ આપવું ભૂલી ગયા. શું આ બાબતને દલાલી ખાતે માંડી શકશો ? દરેકે દરેક પ્રસંગોમાં તમને આમંત્રણ આપ્યું છે. માટે એને તમારા ઉપર કોઈ દ્વેષ તો નથી. કદાચ કોઈક ધમાલમાં તમને આમંત્રણ આપવાનું ભૂલી ગયા હોય. શા માટે ઊંધી જ કલ્પના કરી હરહંમેશ મનને બગાડવું ? આવા-આવા પ્રસંગોમાં જ ખરી કસોટી થતી હોય છે. લગભગ ગુસ્સો કરી, અણગમો કરી તમે આ બાબતોનો બદલો લીધા વિના રહેતા નથી. તેથી ધરાર તમારા પ્રસંગોમાં તમે તેને આમંત્રણ આપતા નથી.

આ બધી એક પ્રકારની વેરની ગાંઠ છે. કાયમ ઓછું જ જેને લાગતું હોય તે વ્યક્તિને જ આવી તુચ્છ મનોવૃત્તિઓ પીડતી હોય છે. આના માટે સૌ પ્રથમ સ્વભાવ સુધારવો અનિવાર્ય છે. સ્વભાવ સુધારશો તો જ સદ્‌ગતિ શક્ય બનશે. સ્વભાવ જો ખરાબ જ હશે તો સદ્‌ગતિ થાય તેવી કોઈ શક્યતા નથી. સ્વભાવની વિચિત્રતા ગમે તેટલી કઠોર સાધનાને એક વાર કોડીની કરી મૂકે છે.

આથી, હવે અભ્યાસ પાડો. લક્ષ્યપૂર્વક કોઈના નબળા વ્યવહારોને ભૂલી જવાનું શરૂ કરો. હંમેશા સારા વ્યવહારને યાદ રાખી નબળા વ્યવહારને દલાલી ખાતે માંડી દેવાનું યાદ રાખો. સારા વ્યવહાર જો યાદ રાખશો તો સદેહે સ્વર્ગનો અનુભવ થશે. જે આ ભવમાં સ્વર્ગની અનુભૂતિ કરી શકે તેને જ પરભવમાં ઉત્તમ સ્વર્ગ મળી શકે. જે આ ભવમાં પણ બીજાના નબળા વ્યવહારોને યાદ રાખી તેની સાથે નરકનું જ નિર્માણ કરતો હોય, સ્વયં ભીતરમાં નરકની જ અનુભૂતિ કરતો હોય તેના માટે પરભવમાં પણ નરક જ નિર્માયેલી છે.

નોકર વગેરેની ભૂલને ભૂલવા જતા તે બગડી જશે – આવી ભીતિ રાખવાની જરૂરત નથી. એક વાર શુભ ભાવથી તેની ભૂલને માફ કરતા શીખો. પછી જુવો, તેનામાં પણ પરિવર્તન અનુભવાશે. ઘણી વાર તો નોકરની ભૂલને જોઈ તેને ઠપકો જ આપ્યે રાખવાની વૃત્તિ દુન્યવી રીતે પણ નુકસાનકારી નીવડી શકે છે. સમયસર ન આવવા બદલ તમે આપેલો ઠપકો, નકામો સાબિત થઈ શકે છે, જો ઘરાક જ ન આવે તો. ધારો કે ગુસ્સો કરવાથી નોકર વહેલો આવે છે. પણ, નોકર ઉપર ગુસ્સો કરી બાળી નાંખેલા તમારા પુણ્યના લીધે કોઈ ઘરાક જ મોડે સુધી ન આવે તો નોકર સમયસર આવે તેનો મતલબ ખરો ? કર્મસત્તા અજબ છે. એના ખેલ નિરાળા છે. ક્યારે, કોનો, કઈ વાતનો બદલો કોની સાથે કેવી રીતે વાળે ? તે જોવું-જાણવું આપણા જેવા માટે સરળ નથી. માટે, સર્વત્ર પુણ્યને બચાવવા જેવું છે. જો કે આત્મા જ આપણા સહુ માટે રક્ષ્ય છે. પણ, તે રક્ષા આખરે તો શુભ પુણ્યને જ આધીન છે ને ! સંક્લેશથી પુણ્યને બાળનારો આત્માને શું સાચવવાનો ?

જો નોકર ઉપર ગુસ્સો ન કરીને પુણ્ય સાચવ્યું હશે તો ૨૫ ઘરાક દુકાનમાં આવશે. એક વાત યાદ રાખજો કે નોકર-પત્ની-પરિવાર તમને નથી સાચવતા. પણ, તમારું પુણ્ય જ તમને સાચવે છે. આવું પુણ્ય મળે છે જિનાજ્ઞાના પાલનથી. સંસાર દાવાનળ જેવો હોવા છતાં અત્યારે તમે દાહનો બિલકુલ અનુભવ નથી કરતા. એર-કંડીશન જેવી ઠંડકને તમે સંસારમાં અનુભવો છો તેની પાછળ કારણ તરીકે તમારું પુણ્ય જ ગોઠવાયેલ છે. તથા પુણ્ય આજ્ઞાપાલનથી જ પ્રાપ્ત થાય છે. જો ગુસ્સો કરશો, મગજને કલુષિત કરશો તો સ્પષ્ટ છે કે ભગવાનની આજ્ઞાનું ઉત્થાપન થશે. જો આજ્ઞાપાલન જીવનમાં નહીં હોય તો પુણ્ય બચે તેવી શક્યતા નથી. પરિણામ એ જ આવશે કે સોહામણો લાગતો સંસાર બિહામણો લાગ્યા વિના રહેશે નહીં.

કોઈ પણ કુટુંબનો કે દુકાનનો માણસ ભૂલ કરે, સમયસર કામ ન કરે ત્યારે તેના વ્યવહારને દલાલી ખાતે નાંખી એને પોતાની ભૂલનું સંવેદન થાય તે માટે તક આપો. કદાચ તેને પશ્ચાત્તાપ જાગી જાય અને પોતાની મેળે જ સુધરી જાય. અને આ સુધારો જો આવે તે દીર્ઘકાલીન અને ચિરસ્થાયી બની રહેશે. સમજો કે કદાચ નોકરને પશ્ચાત્તાપ ન જાગ્યો, તે તેવો ને તેવો જ રહ્યો તો પણ દલાલી ખાતે તેના બે ચાર ખરાબ વ્યવહારને માંડી વાળવા દ્વારા ઉપશમગુણ તો તમને આત્મસાત્ થઈને જ રહેશે, અઢળક કર્મનિર્જરા પણ દૂર નહીં હોય. પ્રશ્ન એ જ છે કે આ લાભ જોવાની દૃષ્ટિ આપણી પાસે ખરી ?

ભૌતિક લાભ પણ ઉપશમભાવથી જ થશે. નોકર ઉપર જો ઉપશમભાવ કેળવ્યો હશે તો પુણ્ય એવું બંધાશે કે દુકાનમાં ૧૦ ઘરાક આવતા હશે તેની જગ્યાએ ૨૫ ઘરાક આવશે. આ જ વાત મગજમાં નોંધી રાખો કે 'મારા પુણ્યના આધારે જ આખું મારું જીવન ચાલવાનું છે. તો ઉપશમભાવ કેળવીને મારે મારું પુણ્ય જ શા માટે વધારી ન દેવું ?' મૂળ વાત એટલી જ છે કે અંદરમાં ક્રોધ કાઢવા માટેનો દૃઢ નિશ્ચય કરવો રહ્યો. અને તે માટે બધાં દુર્વ્યવહારને કદાચ અવગણી ન શકો, ભૂલી ન શકો તો પણ બે-ચાર નબળા વ્યવહારને તો ભૂલવાની તૈયારી રાખવી જ રહી.

આ દલાલી પોલિસી દ્વારા સંબંધોની દિવાલને તમે વધુ મજબૂતાઈ આપો છો. જો સામેવાળી વ્યક્તિના ૨૫ સારા વ્યવહારની સામે તમે ૫ દુર્વ્યવહારને પણ સહી લેવા તૈયાર ન હો તો સમજી રાખવું કે તમે બુલડોઝર ફેરવી સંબંધની દીવાલને ધરાશાયી કર્યા વિના રહેવાના નથી. શું સંબંધોની દીવાલને ધરાશાયી કરવામાં જ રસ છે કે તેને જાળવવામાં ? પોતાની ઉપર એક પણ ઉપકાર કે એક પણ સારો વ્યવહાર જેણે નથી કર્યો, તેનું પણ સહન કરી લેવાની વૃત્તિ કેળવાવી જોઈએ.

અરબસ્તાનની વાત છે. ગુલામીની ભયાનક પ્રથા ત્યારે પૂરજોશમાં ચાલી રહી હતી. માણસાઈના નામે કલંકરૂપ આ પ્રથામાં ગુલામોના માથે કાળો કેર પ્રવર્તતો હતો. એવા સમયમાં એક શ્રીમંતના ઘરે રાબિયા નામની ગુલામ હતી. શ્રીમંતે એક વાર પોતાને ત્યાં જમણવાર ગોઠવ્યો. ઘણાં-ઘણાં મહેમાનોને આમંત્રિત કર્યા હતા. એક હકીમ પણ આવ્યા હતા. અરબસ્તાન એટલે તો મુખ્યત્વે માંસાહારી પ્રજાનો મુલક. જમણવારમાં માંસાહાર જ મુખ્ય હતો. જમતા-જમતા અચાનક હકીમના ભાણામાંથી એક હાડકું નીકળ્યું. હકીમને જિજ્ઞાસા થઈ. તેણે સાફ કરી વ્યવસ્થિત રીતે હાડકું જોયું તો ખ્યાલ આવી ગયો કે એ હાડકું પશુના પગના ઘૂંટણના ભાગનું હતું.

ઘૂંટણના સાંધાના ભાગનું એ હાડકું જોઈ આ હકીમ સાહેબના મનમાં તરંગ ઉઠ્યો - 'પશુના પગનું હાડકું આવું છે તો માણસના પગનું હાડકું કેવું હશે ? એનો ઘૂંટણ કેવો હશે ?' આ વાત તેમણે શ્રીમંતને કીધી કે - તમે કોઈ ગુલામના ઘૂંટણને ચીરીને મારી જિજ્ઞાસા સંતોષી દો. શ્રીમંતને તો ક્યાં કંઈ જ વાંધો હતો ? એણે તો રાબિયાને જ બોલાવી. રાબિયાને વાત કરી કે - 'રાબિયા ! તારો પગ આ હકીમ સાહેબને ચીરીને જોવો છે. તું અહીં બેસી જા !' રાબિયાને આ વાત સાંભળી કોઈ જ આક્રોશ કે આવેશ ન આવ્યો. એ શાંતિથી બેસી ગઈ. હકીમ સાહેબે તો સામે રમકડું હોય તેમ રાબિયાનો પગ ચીરવા માંડ્યો. રાબિયા પ્રસન્ન જ રહે છે. ઊલટું એ ખુદાને પ્રાર્થના કરે છે - ''ખુદા !

મને રોટી, કપડાં અને મકાન પૂરા પાડનારા મારા માલિકની આ નાનકડી ભૂલને માફ કરી દેજે !''

જન્મે જૈન ન હોવા છતાં કેવી ઉપશમભાવની અજબ પરિણતિ ! જો આ મુસ્લિમબાઈ આ રીતે ભયંકર કક્ષાના નબળા વ્યવહારને ભૂલી શકતી હોય તો શું તમે કોઈના નબળા વ્યવહારને ભૂલી ન શકો ? તમને જે નબળા વ્યવહાર સહેવાના આવે છે તે તો આની સામે સાવ મામૂલી છે. તો શું એને પણ દલાલી ખાતે ન કાઢી શકો ? ક્ષમા ન આપી શકો ? ઊલટું આવા નબળા પ્રસંગોએ તો હરખાવું જોઈએ કે - 'વાહ ! ક્ષમાની કમાણી કરવાની અણમોલ તક હાથ લાગી ગઈ, લોટરી લાગી ગઈ. હવે એને વેડફે એ બીજા, હું નહીં !' પ્રભુ પાસે આપણા પાપોદયની ફરિયાદ ન હોય, તે બદલ પ્રભુને ધન્યવાદ આપવા ઘટે !

એક સમજવા જેવી વાત છે. જેને મીઠા શબ્દો બોલતા આવડે તેને ડાયાબીટીસ થાય નહીં. મનમાં રહેલી, જીભમાં રહેલી મીઠા શબ્દો વિચારવાની/બોલવાની શક્તિ વપરાય નહીં, પછી ડાયાબીટીસ થાય નહીં તો થાય શું ? જે કાયમ કડવા જ શબ્દો બોલે રાખતો હોય તેની જીભની અને મનની મીઠાશ તો અકબંધ જ પડી રહેવાની ! જીભની બધી મીઠાશ ઉતરી ગઈ લોહીમાં. પરિણામ - ડાયાબીટીસ ! એક પ્રયત્ન કરી જોવા જેવો છે - મધ ઝરતા મીઠા શબ્દો બોલો, ડાયાબીટીસ કાબૂમાં આવી જશે ! ગુસ્સો કરવો શરીર માટે ય નુકસાનકારી છે.

સો વાતની એક વાત, દલાલી પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે કે - ''સામેવાળી વ્યક્તિના ૨૫ વ્યવહાર સારા હોય ત્યારે સામે ૫ નબળા વ્યવહારોને દલાલી ખાતે રાખતા શીખો. સંબંધોમાં પેદા થતી કડવાશ અટકી જશે, કૃતજ્ઞતા કેળવાશે. ક્રોધ ઉપરનો કાબૂ તો મળશે જ.''

દલાલી પોલિસીના આ સંદેશાને આત્મસાત્ કરવા દ્વારા ક્રોધથી શીઘ્ર મુક્તિ પ્રાપ્ત કરો તે જ ભાવના.

૨૬

'ડિલે' પોલિસી

'Delay Is Dangerous' - આ સૂત્ર ભલે તમે સંસાર ક્ષેત્રે અનુભવી ચૂક્યા હો. પણ, ક્રોધવિજય માટે તો *'Delay Is Prosperous'* - આ સૂત્ર વધુ ઉપયોગી નીવડશે.

ગઈ પોલિસીમાં જોઈ ગયા કે ૨૫ સારા વ્યવહાર કરનારના કમ સે કમ ૫ વ્યવહાર કે જે તમને અણગમતા છે, તેને દલાલી ખાતે નાંખી દેવા જોઈએ. માની લઈએ કે હજુ તમે એટલો કાબૂ મન ઉપર લાવી શક્યા નથી કે જેના લીધે કોઈનો એક પણ નબળો વ્યવહાર તમે ખમી શકો. આ પરિસ્થિતિમાં ક્રોધને કાબૂમાં લાવવા માટે આ પોલિસી તમારી વહારે આવે છે. વંકચૂલની વાર્તા તો સહુ જાણો જ છો. સાત ડગલાં પાછા હટવાની તસ્દી લીધી કે બહેનની હત્યામાંથી તે ઉગરી ગયો.

આ પોલિસીનો પણ આ જ સંદેશો છે કે ગુસ્સો આવે ત્યારે તે જ સમયે ગુસ્સો ઓકી કાઢવાના બદલે તેને 'ડિલે' કરો, ગુસ્સો રોકી શકો અને તેના નબળા વ્યવહારને દલાલી ખાતે માંડી વાળો તો ઉત્તમ ! કમ સે કમ તેને, તે ગુસ્સાના આવેગને પાછો તો ઠેલી જ દો ! ગુસ્સો કરવાની 'મજા' મરી જશે. જ્યારે પણ ગુસ્સો આવે ત્યારે ઘડીયાળમાં જોઈ લેવું. અને કમ સે કમ ૧ કલાક પછી જ તે ગુસ્સાને

બહાર કાઢવો. જો આટલું કરવામાં પણ સફળ થયા તો બાજી જીતી જશો. ક્રોધ પરાજિત થઈને જ રહેશે. જે સમયે આવેગ ઉછળે ત્યારે ને ત્યારે જ તમે ગુસ્સો કરો અને તે વખતે તમારા ગુસ્સાનો પાવર જો એક લાખ હશે તો જ્યારે એક કલાક પછી ગુસ્સો કરશો ત્યારે તેનો પાવર કદાચ '૧' પણ નહીં હોય.

એકદમ કારગત આ પોલિસી છે. આવી કોઈ પોલિસી અપનાવશું તો જ ક્રોધ રાક્ષસથી બચવું શક્ય બનશે. આ પોલિસી પ્રયોગાત્મક છે. પ્રવચનનો યુગ હવે પૂર્ણ થવા આવ્યો છે, મુખ્યપણે પ્રયોગનો યુગ ચાલે છે. આ વાંચ્યા પછી આ પોલિસી અપનાવવા માટે કમ સે કમ ૨૪ કલાકનો તો સંકલ્પ કરી જ લેજો. 'હું આમ કહી દઈશ, તેમ કહી દઈશ.....' ઈત્યાદિ જે પણ વિચારવું હોય તે વિચારવાની છૂટ. પણ, ૧ કલાક સુધી એક હરફ પણ નહીં ઉચ્ચારવાનો. જો જો ચમત્કાર. ૧ કલાક પછી તમારા મુખમાંથી ઘણાં જ સારા શબ્દો નીકળશે અને કદાચ તે શબ્દો સામેવાળાના મન ઉપર ધારી અસર પણ નીપજાવશે. કારણ કે એક કલાક સુધી તો તમે તેને કશું સંભળાવ્યું જ નથી.

એક કલાક 'ડિલે' કરવાનું મન ન માને તો છેલ્લો અડધો કલાક વગેરેનો પણ સંકલ્પ કરી શકાય. પણ, કમ સે કમ ડિલે પોલિસી ૨૪ કલાક માટે તો અપનાવજો જ. પરિણામ તુરંત મળશે.

ટૂંકમાં, 'અનાદિ કાળથી પાપને જ આચરવામાં પ્રધાનપણે જોડાયા હોવાથી પાપસેવનમાં વિલંબ પોસાતો નથી. પાપસેવનમાં કરવામાં આવતો વિલંબ તેની તાકાત ગુણાંકમાં ઘટાડી દે છે. માટે, ક્રોધ આવે ત્યારે જ તેને ઠાલવી દેવાના બદલે તેનો આવેગ ખાળી દેજો, કમ સે કમ એકાદ કલાકની રાહ જોઈ જ લેજો... તો ક્રોધ કાબૂમાં આવશે' - ડિલે પોલિસીના આ સંદેશાને સમજી તેને પ્રયોગમાં ઉતારીએ, ક્રોધ ઉપર કાબૂ સરળતાથી પ્રાપ્ત થઈ જશે.

૨૭

'મોર્ટગેજ' પોલિસી

આજથી પ્રાયઃ ૫૦ વર્ષ પૂર્વેની ઘટના છે. આંખના ઓપરેશનો ત્યારે જોખમી રહેતા. આંખમાં પડેલી તકલીફના કારણે પરમ પૂજ્ય આચાર્ય દેવેશ શ્રીમદ્ વિજય ભદ્રસૂરીશ્વરજી મહારાજને બન્ને આંખમાં ઓપરેશન કરાવવું અનિવાર્ય બન્યું. આખરે ઓપરેશન કરાવવાનું નક્કી કર્યું. પણ, વિધિને મંજૂર હતું તે જ થયું. ડોક્ટર સારામાં સારા હોવા છતાં ઓપરેશન ફેલ ગયું. બન્ને આંખ ગુમાવવી પડી. હજુ ભદ્રસૂરિ મહારાજને આ અંગે ખબર નથી પડી. પણ, તેઓશ્રીના શિષ્યરત્ન આચાર્ય વિજય ઓંકારસૂરીશ્વરજી મહારાજને ડોક્ટરોએ કહી દીધું હતું.

પૂ. ઓંકારસૂરિ મહારાજ આ જ મૂંઝવણમાં હતા કે ગુરુદેવને શી રીતે આ બાબતથી વાકેફ કરવા ? ગુરુદેવને આઘાત તો નહીં લાગે ને ? એક દિવસ પૂ.ભદ્રસૂરિ મહારાજે જ પ્રશ્ન કર્યો કે 'ઓંકાર ! આ પાટા ક્યારે ખોલવાના છે ? તું તો કહેતો હતો કે ઓપરેશન પછી પાટા ત્રીજા દિવસે ખોલી નાંખશે. આ તો હજુ સુધી પાટા ખૂલ્યા નથી.' ઓંકારસૂરિ મહારાજને લાગ્યું કે બસ ! આ જ તક છે. હવે મારે ધીમે -ધીમે બધી વાત કરી દેવી જોઈએ. પૂ. ઓંકારસૂરિ મહારાજે ભૂમિકા બાંધતા કહ્યું કે - 'ગુરુદેવ ! આપણે જ્યાં આંખનું ઓપરેશન કરાવ્યું

તે હોસ્પિટલ અને ડોક્ટરો તો એકદમ સારામાં સારા હતા. તેમણે પોતાની રીતે પ્રયત્ન સારામાં સારો કર્યો હતો પણ...' અત્યાર સુધીમાં અનેક વાર પૂ. ભદ્રસૂરિ મહારાજને અણસાર મળી ગયો હતો કે કદાચ આ આંખ કદાપિ નહીં ખૂલે. એટલે એમણે તરત જ પૂ. ઓંકારસૂરિ મહારાજને વાત કરી - 'ઓંકાર ! તારે એમ જ કહેવું છે ને કે ઓપરેશન ફેલ ગયું છે. માટે હવે હું કદાપિ જોઈ નહીં શકું.'

'હા ગુરુદેવ !' - પૂ. ઓંકારસૂરિ મહારાજે વાત લંબાવવાના બદલે હા પાડવામાં જ ભલું જોયું. તરત જ એની એ પ્રસન્નતા સાથે પૂ. ભદ્રસૂરિ મહારાજે વાત કરી - 'ઓંકાર ! આમાં આટલો બધો ગેં ગેં.... ફેં ફેં.... કેમ થાય છે ? ખુલ્લી આંખે જ્ઞાનની આરાધના ઘણી કરી. હવે ભગવાન કહી રહ્યા છે - બંધ આંખે ધ્યાનની આરાધના કર. **કર્મસત્તાની થાપણ જેવી આ બે આંખો એ કર્મસત્તા જ પાછી લઈ લે તેમાં હરખ-શોક શું ?'**

પૂ. ઓંકારસૂરિ મહારાજ તો પોતાના ગુરુદેવના અંતસ્તલમાંથી નીકળતા આ શબ્દો સાંભળી આશ્ચર્ય અને અહોભાવથી ઝૂકી પડ્યા. 'જો આ ગુરુદેવની જગ્યાએ કોઈ બીજો હોત તો નિરાશ થઈને જિંદગી હારી જાત. આંખ વિનાની જિંદગીની કલ્પના કરતા પણ કંપારી વછૂટે છે. જ્યારે ગુરુદેવે આ વાસ્તવિકતાને પણ ખૂબ જ પ્રસન્નતાના સાથે અત્યંત હળવાશથી લઈ લીધી' ખુલ્લી આંખે બહારની દુનિયા જોવા કરતાં બંધ આંખે અંદરની દુનિયા જોવામાં જેને વધુ આનંદ લાગે, તેના માટે જ આ કક્ષા શક્ય છે.

આ પોલિસી આ જ કહી રહી છે કે - તમને મળેલ શરીર, આંખ, નાક, કાન વિગેરે ૫ ઈન્દ્રિય, મન, પરિવાર, પ્રતિષ્ઠા વગેરે બધું જ કર્મસત્તાની થાપણ છે. એને મન થાય ત્યાં સુધી તમારી પાસે રાખશે. મન થશે ત્યારે ઉપાડી લેશે. હા ! એ બધું હશે ત્યાં સુધી તમારું પુણ્ય તો ખવાયે જ રાખશે. આમાનું કશું પણ તમારી માલિકીનું નથી. પણ, કર્મસત્તાની માલિકીનું છે. અત્યાર સુધી પુત્ર, પરિવાર, પ્રતિષ્ઠા, શરીર વગેરેને પોતાની માલિકીનું સમજી બેઠા છો. માટે, આમાનું એક પણ

વાંકું ચાલે કે તમારું મગજ પણ અસ્તવ્યસ્ત થઈ જાય છે. જો ખ્યાલમાં હોય કે આ બધું કર્મસત્તાની માલિકીનું છે. મારી આ બધાં ઉપર લેશ પણ માલિકી નથી. તો પછી દુઃખી થવાનો પ્રશ્ન જ નથી આવતો.

માલિક તો તમે છો જ નહીં. પણ, માલિકીનો દાવો રાખીને બેઠા છો. માટે દુઃખી થયે રાખો છો. ભૂકંપ આવે ત્યારે મોટા શહેરો અને ગામડાં ધરાશાયી થઈ જાય. એ વખતે દુઃખી કોણ ? - બંગલામાં રહેનારો શ્રીમંત કે જેણે પોતાનો કરોડો રૂપિયાનો બંગલો ગુમાવી દીધો કે ગરીબ માણસ કે જે ફૂટપાથ ઉપર હતો અને ત્યાંનો ત્યાં રહ્યો ? સ્પષ્ટ છે કે શ્રીમંત જ વધુ દુઃખી હોય. કારણ કે એને પોતાનું માનેલું ઘણું ગુમાવવાનું આવ્યું છે. ભિખારી તો દુઃખી થાય તેવી કોઈ શક્યતા નથી. કારણ કે એને પોતાનું કશું ગુમાવવાનું આવ્યું નથી.

સંદેશ સ્પષ્ટ છે - જો તમારી જાતને માલિક માનીને ચાલતા હશો તો દુઃખ થશે. મુનીમ તરીકે જાતને જુઓ તો સુખનો કોઈ પાર નહીં રહે. આ શરીર વગેરેમાંથી કશું પણ તમારા હાથમાં નથી. ગમે ત્યારે શરીરમાં માથું દુઃખવા લાગી શકે છે, પગ દુઃખવા લાગી શકે છે, કમર દુઃખવા લાગી શકે છે... કશું જ તમારી ધારણા મુજબ, ઈચ્છા મુજબ આ શરીરમાં થતું નથી. બધો દોર કર્મસત્તાના હાથમાં જ છે. મતલબ સાફ છે કે આપણા શરીરના પણ આપણે માલિક નથી.

માલિક હોઈએ તો અનંત જ્ઞાનના, દર્શનના, ચારિત્રના ! પણ, આ બધાં તો કર્મસત્તાએ દબાવી રાખ્યા છે. માટે, અત્યારે તમારી હાલત તો ભિખારી જેવી જ છે. ન તો તમારા પોતાના અનંતજ્ઞાન વગેરે તમારી પાસે પ્રગટરૂપે છે, ન તો તમારા પોતાના તરીકે તમે જેને ગણી રહ્યા છો તે શરીર વગેરે તમારા કહ્યામાં છે. આવા સમયે સુખી થવાનો રસ્તો એટલો જ છે કે આ બધાં ઉપરથી માલિકીનો દાવો લઈ લેવો, દાવો પાછો ખેંચી લેવો. જો માલિકીનો દાવો રાખ્યો હશે તો એકાદ વસ્તુ જશે, એકાદ વસ્તુ આડી ફાટશે ત્યારે સમાધિ રાખવી અઘરી અને કપરી થઈ જશે. જો અત્યારથી જ મનને ભાવિત કરી રાખ્યું હશે કે - આમાંથી કશું પણ તારી માલિકીનું નથી - તો પછી જ્યારે હકીકતે તેવો કોઈક

પ્રસંગ આવીને ઉભો રહેશે ત્યારે મનની પ્રસન્નતા ટકી શકશે.

ડાયાબીટીસ, લો બી.પી., હાઈ બી.પી., કોલેસ્ટ્રોલ, હાર્ટ એટેક, બ્રેઈન હેમરેજ, પેરાલિસીસ, કેન્સર... આવા અનેક ભયાનક રોગો ચારે દિશામાં ફેલાઈ રહ્યા હોય ત્યારે શું તમને ખાતરી છે કે તમારું શરીર આમાંના કોઈ પણ રોગથી નહીં જ ઘેરાય ? ગમે તે સમયે ગમે તે રીતે ગમે તે રોગ લાગુ પડી શકે છે. આવા સમયે સમાધિ કેળવવા માટેનો સારામાં સારો રસ્તો એટલે જ આ મોર્ટગેજ = થાપણ પોલિસી.

બાજુવાળાનો બંગલો લૂંટાય તેમાં તમે એટલા દુઃખી થતા નથી. કારણ કે 'તે મારી માલિકીનો કયાં છે ?' આવી બેફિકરાઈ છે. પણ, આ શરીરમાં કોઈ પણ તકલીફ આવે કે તમે દુઃખી દુઃખી થઈ જાઓ છો. કારણ ? તમને ભ્રમ છે કે આ શરીરનો માલિક હું છું. જો આટલી સમજણ મનમાં અનુભૂતિના સ્તરે ગોઠવાઈ જાય કે - 'મને મળેલ આંખ, નાક, કાન, જીભ સહિત આખું શરીર, પુત્રાદિ પરિવાર, પૈસા, પ્રતિષ્ઠા વગેરે બધું જ કર્મસત્તાએ મારા પુણ્યની સામે મને થાપણ રૂપે આપેલ છે. જ્યારે એને મન થશે ત્યારે એ થાપણ ઉપાડી લેશે. થાપણ એની છે.' તો એ જ્યારે એને ઉપાડી જાય ત્યારે હાય-વોય કરવાની જરૂરત ન લાગે ?

તમને ૧૦,૦૦૦ રૂપિયા સાચવવા આપી જનાર વ્યક્તિ પાછા રૂપિયા લઈ જાય ત્યારે તમને ખેદ શો ? એના રૂપિયા છે અને એ લઈ જાય તેમાં તમારે શું રડવાનું ? તે જ રીતે કર્મસત્તાએ આંખ, કીડની, પગ, સ્વાસ્થ્ય વગેરે આપેલ છે. ગમે ત્યારે એને ઉપાડી જવા તે સ્વતંત્ર છે. આવા સમયે પણ તમારે સ્વસ્થતા કેળવવાની છે. કારણ કે જે તમારી છે નહીં તે વસ્તુ જેની માલિકીની છે તે માલિક જ તેને લઈ જાય તો તેમાં નારાજગી, ખેદ, અફસોસ, ઉદ્વેગ શાનો ? જો કર્મસત્તાએ આ થાપણ રૂપે શરીર આપેલ છે - એવો સ્પષ્ટ ખ્યાલ આવે તો મોત વખતે પણ ઉદ્વેગ આવી શકે નહીં. એ માણસનું તો મૃત્યુ પણ મહોત્સવ થઈ જાય. કરવો છે તમારે મૃત્યુનો મહોત્સવ ? તો પછી આ ભાવના

વારે વારે ઘૂંટો. મનની એક કલ્પનાસૃષ્ટિ રચો. મનનું બેસ્ટ પ્રોગ્રામિંગ કરો.

''ધારો કે કાલે ઉઠીને જો મારી આંખ ગઈ તો મારે તેનો શોક કરવો નથી. કર્મસત્તાની થાપણ તેણે પાછી લઈ લીધી. તેમાં મારે શોક શેનો ? શા માટે હું એ આંખ ઉપર માલિકીનો દાવો રાખી દુઃખી થાઉં ? અત્યાર સુધી ખુલ્લી આંખે બહારનું જ જોઈ જોઈને મારી બહિર્મુખતાને પુષ્ટ કરી. હવે, બંધ આંખે અંદરનું જોવાની તક મળી. અનાદિ કાળથી ભૂલાઈ ગયેલા મારા આત્માને શોધવાની તક મળી. ઘણી વાર આ આત્મતત્ત્વ વિશે સાંભળ્યું છે. પણ એ છે ક્યાં ? કેમ એની અનુભૂતિ નથી થતી ? આ પ્રશ્નોના જવાબ હવે મને મળશે.'' ....આવા પ્રકારની કલ્પનાસૃષ્ટિ શરૂઆતમાં કદાચ કૃત્રિમતાથી સભર હશે. પણ, જેમ-જેમ સમય જશે તેમ તેમ આત્મા તેનાથી ભાવિત થતો જશે.

પછી, 'જો' ને 'તો' ની ભાષામાં વિચારેલી એવી કોઈ પણ તકલીફ હકીકતમાં આવી પડે છતાં માનવ સ્વસ્થ રહી શકે. આંખ જાય છતાં સમાધિ રાખવાની જેની તૈયારી હોય તે માણસ નાની-નાની બાબતોમાં તો ઉકળી ન જ પડે ને !

ઓંકારસૂરિ આરાધના ભવન-ગોપીપુરા, સુરતમાં એક ભાઈ આવીને મને વાત કરે કે - ''મહારાજ સાહેબ ! મારા મિત્રનો એક્સીડન્ટમાં એક પગ કપાઈ ગયો છે. આપના દર્શન-વંદનની ભાવના છે. તો આપશ્રી વાસક્ષેપ-માંગલિક માટે નીચે પધારશો ?'' મેં હા કહી. મનમાં મને આ જ વિચાર આવ્યા કે - એ બિચારા માનવની કેવી હાલત થઈ હશે ? પગ વિનાની જીંદગીની કલ્પના જ કેટલી કઠિન છે ! કેવો દુઃખી દુઃખી થઈ ગયો હશે ? કદાચ જીંદગીથી હારી ગયો હશે. કંઈક ટાઢક વળે તેવું આશ્વાસન આપવાનું મેં મનોમન નક્કી કર્યું. હું નીચે ઉતર્યો. ભાઈની હાલત ખરેખર દયનીય હતી.

એક્સીડન્ટમાં એક પગ ગુમાવ્યાની તકલીફ તેમને દરેક ક્રિયામાં અનુભવવી પડતી હતી. મને જોઈને એ પ્રસન્ન થયા. વંદન કર્યા. મેં માંગલિક સંભળાવ્યું, વાસક્ષેપ પણ નાંખ્યો. હજી હું કંઈક વાતની

શરૂઆત કરું તે પહેલાં જ તેમણે મને સામેથી વાત કરી - મહારાજ સાહેબ ! હું ખરેખર ભાગ્યશાળી છું.

મેં પૂછ્યું - 'કેવી રીતે ?'

'મહારાજ સાહેબ ! ઉપરવાળાએ બે પગ આપ્યા હતા. જેમ કોઈ મારે ત્યાં થાપણ મૂકી જાય તો મારે માથે તો એ થાપણને સાચવવાનું જોખમ જ ને ! ઉપરવાળાની થાપણ જેવા બે પગને પણ મારે જાળવવાના હતા. જો આ પગને હોટલમાં લઈ જાત તો ઈશ્વર નારાજ થાત. થિયેટરમાં લઈ જાત તો એને જાળવ્યા ન કહેવાત. પણ, હવે તો એક જ પગને જાળવવાની જવાબદારી છે. માથેથી જવાબદારી ઓછી થાય તો સારું જ છે ને !'

અંદરના કોઈક અજબ આત્મવિશ્વાસથી નીકળતા તેમના આ શબ્દો જ્યારે મેં સાંભળ્યા ત્યારે મારી આંખમાં ય ઝળઝળીયા આવી ગયા. આ દુઃખમાં આ સમાધાનવૃત્તિ ! નાના-નાના દુઃખમાં પણ સમાધાનવૃત્તિનો જ્યારે દુકાળ વર્તાતો હોય ત્યારે આ સમાધાનવૃત્તિને વંદન કરવાનું મન થાય.

હજુ એ ભાઈએ વાત આગળ ચલાવી - 'મહારાજ સાહેબ ! એક બીજી રીતે પણ હું ભાગ્યશાળી છું. કારણ કે જે અકસ્માતમાં મેં આ પગ ગુમાવ્યો તે અકસ્માતમાં કુલ પાંચ જણાએ તો પોતાનો જાન ગુમાવ્યો. એ જાન ગુમાવનાર કરતાં હું એટલો તો ભાગ્યશાળી ખરો જ ને કે મારો જાન જવાને બદલે ફક્ત એક પગ જ ગયો. કદાચ તે વખતે મારો પણ જાન જઈ જ શકતો હતો. પરમાત્માએ મારો જાન બચાવી આપ્યો. ત્યારે હું દુઃખી હોઉં કે સુખી ?'

બીજાને પડતા વધારે દુઃખને જો નજર સમક્ષ રાખીએ તો આપણું દુઃખ પચી શકે. તેમાં અસમાધિ વગેરે ન થાય. પણ, પોતાના દુઃખ વખતે બીજા કોઈનું દુઃખ નજર સમક્ષ આવતું નથી. પોતે જ જગતમાં સૌથી વધુ દુઃખી લાગે છે. જો અત્યંત દુઃખીને નજર સમક્ષ લાવતા આવડે તો દુઃખમાં આવતી અસમાધિ રવાના થઈ ગયા વિના ન રહે. દુઃખ સુપાચ્ય બની જાય. દુઃખ સાક્ષાત્ આવી પડે છતાં તેને

પ્રસન્નતાથી ખમી લેવાની તાકાત આપણી ભારતીય સંસ્કૃતિ આપે છે. જ્યારે દુઃખની આશંકા માત્રથી જ તેનો પ્રતીકાર કરવાના વિવિધ વિકલ્પોમાં અટવાઈ દુઃખ આવે તે પહેલાં જ અસમાધિને નોતરી લાવવાનું કામ પાશ્ચાત્ય સંસ્કૃતિ કરે છે. બન્નેના સ્પષ્ટ ઉદાહરણ છે.

ભજન કરતા **નરસિંહ મહેતા**ને સમાચાર મળ્યા કે - તમારી પત્નીનું અવસાન થઈ ગયું છે. મહેતા સમજે છે કે જીંદગીભર મારો સાથ નિભાવનારી આ પત્ની હતી. છતાં એક દિવસ તો એણે જવાનું જ હતું. એનો શોક શા માટે ? ઊલટું મારી રાગની એક જંજીર છૂટી ગઈ. હવે તો પ્રભુને પ્રેમથી ભજી શકીશ, વધુ નિકટતાથી ભજી શકીશ. એટલે જ નરસિંહ મહેતાના મુખમાંથી ઉદ્‌ગાર નીકળી પડ્યા કે -

ભલું થયું ભાંગી જંજાળ !
સુખે ભજશું શ્રીગોપાળ !!

આ છે પૂર્વિલ સંસ્કૃતિની ઉદાત્તતા !

આની સામે જોઈએ પાશ્ચાત્ય સંસ્કૃતિની દોન ધ્રુવ જેવી કથા -

શેક્સપિયરના ધ્યાનમાં એક દિવસ પોતાની પત્નીના ગાલ ઉપર પડેલી કરચલી આવી ગઈ. એ ધ્રૂસકે ધ્રૂસકે રડવા માંડ્યો. કોઈકે એને કારણ પૂછ્યું. એણે જવાબ વાળ્યો - 'મારી પત્નીના ગાલ ઉપર કરચલી પડી છે. હવે તે ઘરડી થઈ ગઈ. મને છોડીને હવે તે જલદી ચાલી જશે. એના વિયોગની શંકાથી હું રડું છું.'

વાત સ્પષ્ટ છે - એકમાં મનની પ્રસન્નતા છે. બીજામાં આર્ત્તધ્યાન, અસમાધિ છે. જે કશું આપણું નથી તે બધામાં મારાપણાની બુદ્ધિ કરીને અત્યાર સુધી દુઃખી થતા આવ્યા છીએ. જો પત્ની વગેરેમાં મારાપણાની બુદ્ધિ ન હોય તો દુઃખી થવાનો પ્રશ્ન જ નથી આવતો.

મૂળ વાત એ છે કે - શરીરના કોઈ અંગ ચોરાઈ જાય, આંખ ચાલી જાય, પગ છૂટો પડી જાય છતાં અસમાધિ, આર્ત્તધ્યાન નથી કરવાના. જ્યારે તમારી હાલત તો અત્યારે એવી છે કે એક ચપ્પલ

કે રૂમાલ ચોરાઈ જાય છતાં તમે આર્ત્તધ્યાન કર્યા વિના રહેતા નથી. તમે ભલે માનો કે પરિવાર, પત્ની, દુકાન, પૈસા વગેરે ઉપર મારી માલિકી છે. પણ, ખરી હકીકત એ છે કે એ બધાં તમારા માલિક બની બેઠા છે.

(૫) એક ગોવાળ ગાયને દોરીને જઈ રહ્યો હતો. તેને જોઈ ગુરુએ પોતાના શિષ્યને પ્રશ્ન કર્યો - 'બોલ ! આ બેમાં માલિક કોણ ? ગાય કે ગોવાળ ?' શિષ્યે જવાબ વાળ્યો - 'ગુરુદેવ ! એકદમ સ્પષ્ટ વાત છે કે ગાય એ ગુલામ અને ગોવાળ એ માલિક !'

ગુરુદેવે પાછું પૂછ્યું - 'પણ, કેવી રીતે ?'

શિષ્યે કીધું - 'જે પોતાની સ્વતંત્ર ઈચ્છા પ્રમાણે કામ કરી શકે તે માલિક. જે માલિક વગેરેની ઈચ્છા પ્રમાણે કામ કરે તે ગુલામ. ટૂંકમાં દોરે તે માલિક. દોરાય તે ગુલામ.'

ગુરુદેવે પૂછ્યું - 'પણ, પ્રસ્તુતમાં તે કેવી રીતે લાગુ પાડીશ ?'

''જુઓ ! ગાય જ્યાં જ્યાં જાય છે, ત્યાં ત્યાં ગોવાળ નથી જતો. પણ, ગોવાળ જ્યાં જાય છે ત્યાં ગાયને જવું પડે છે. મતલબ કે ગાય દોરાય છે. તેને દોરનાર ગોવાળ છે. જે દોરનાર હોય તે માલિક અને જે દોરાય તે ગુલામ. માટે, ગાય એ ગુલામ અને માલિક ગોવાળ.'' શિષ્ય હજુ પોતાની વાત પૂરી કરે, ન કરે ત્યાં તો નજીક આવતા સંન્યાસીના ભગવા કપડા જોઈને ગાય ભડકી. અને અચાનક ગોવાળના હાથમાંથી દોરી એક ઝાટકે છોડાવી ભાગી. એ ગાયને ઝબ્બે કરવા ગોવાળ એની પાછળ ભાગ્યો.

તે જોઈને ગુરુદેવે શિષ્યને વાત કરી - 'જો વત્સ ! હવે કહે કે કોણ માલિક અને કોણ ગુલામ ? કોની પાછળ કોણ દોડે છે ? ગાય જ્યાં જાય છે ત્યાં ગોવાળ જાય છે ? કે જ્યાં ગોવાળને લઈ જવી છે ત્યાં ગાય જાય છે ? માટે, તેં જે ગુલામ અને માલિકની વ્યાખ્યા કરી તે મુજબ હવે ગાય માલિક, ગોવાળ ગુલામ. આ વાત મગજમાં કોતરી રાખ કે જે મમત્વભાવવાળો છે, માલિકીનો દાવો રાખીને

ફરે છે તે માણસ, જેની ઉપર મમત્વ છે તેનો ગુલામ હોય છે. જેને ક્યાંય પણ મમત્વભાવ નથી તે ખરો માલિક હોય છે ! જો ગોવાળે ગાય ઉપર માલિકીનો દાવો ન રાખ્યો હોત તો ગાય ભાગી જવા છતાં તે મસ્ત રહી શક્યો હોત. પણ, તે દુઃખી થયો. કારણ કે માલિકીનો દાવો કરવાની, પોતાને માલિક માની બેસવાની એ ભૂલ કરી બેઠો.'

દુકાન તમારી માલિકીમાં કે તમે દુકાનની માલિકીમાં ? પૈસા તમારી માલિકીમાં કે તમે પૈસાની માલિકીમાં ? ખૂબ જ શાંત ચિત્તે વિચારવા જેવો આ પ્રશ્ન છે. સત્ય સમજાશે કે ખરેખરમાં તો પૈસા, દુકાન એ તમને નચાવી રહ્યા છે. તમારી પ્રસન્નતાને ઝૂંટવી તેમને તે પોતાની પાછળ દોડાવી રહ્યા છે. જો તેના ઉપરનો મમત્વભાવ દૂર થયો, માલિકીનો દાવો દૂર થયો તો જ તમે ખરા અર્થમાં માલિક થઈ શકશો. સુખી થઈ શકશો. બાકી, દ્વેષ, ક્રોધાદિ કષાયો પેદા થયા વિના રહેશે નહીં !

શરીર, દુકાન, પૈસા - આ બધાં ઉપર માલિકીનો દાવો છે. માટે, આમાંથી કોઈ પણ વસ્તુને નુકસાન પહોંચાડનાર વ્યક્તિ ઉપર ગુસ્સો આવ્યા વિના રહેતો નથી. કેવી બાલિશ ચેષ્ટા ! પારકાના મકાનને તોડી પાડનાર ઉપર ગુસ્સો કરવાની મૂર્ખામી તમે કદી કરતા નથી. તો પછી પારકા એવા શરીરાદિને નુકસાન પહોંચાડનાર ઉપર શા કારણે ગુસ્સો ?

ટૂંકમાં, મોર્ટગેજ પોલિસીનો સાર એટલો જ છે કે - 'તમને મળેલા પુત્ર, પરિવાર, પૈસા, પ્રતિષ્ઠા... આમાનું કશું પણ તમારી માલિકીમાં નથી. કર્મસત્તાએ આપેલ છે, કર્મસત્તાની થાપણ છે. એ થાપણને કર્મસત્તા ફરી આંચકી લે કે તેને નુકસાન પહોંચાડે તો ગુસ્સે શા માટે થાઓ છો ? શરીરાદિના વાંકે આત્માને સજા થાય તેવું શા માટે વિચારો છો, કરો છો ? થાપણને થાપણ રૂપે જ સ્વીકારવા માટેની તૈયારી કેળવો. માલિકીનો દાવો કાઢી દો. **તમે દુઃખી છો, કારણ કે માલિકી ન હોવા છતાં માલિકીનો દાવો ઊભો જ રાખ્યો છે.**'

આ સારને સારી રીતે જીવનમાં અપનાવી જુઓ, સમાધિ હાથવગી થઈ જશે.

'ટ્રાફિક' પોલિસી

રસ્તામાં કોઈક ગાડી ૧૨૦ કિ.મી.ની ઝડપે જતી હોય તો કોઈ ગાડી ૩૦ કિ.મી.ની ઝડપે પણ જતી હોય. તમે ઘણી વાર રસ્તા ઉપર ગાડી દોડાવી હશે. પણ કદી ગુસ્સો આવ્યો ખરો કે 'આ બધાં કેવા વિચિત્ર લોકો છે ? કોઈ એક સરખી સ્પીડે હંકારતું નથી. બધાંએ એક સરખી સ્પીડે હંકારવું જોઈએ ને ?' આવો ગુસ્સો કદી આવ્યો નથી. તમે એટલું જ ધ્યાન રાખો છો કે 'બીજાની ગાડી ગમે તેટલી સ્પીડમાં જાય. પણ, મારે તો મારી ગાડી કોઈની સાથે અકસ્માત ન થાય તેટલી ઝડપે અને તેવી રીતે ચલાવવી. ટ્રાફિકને કન્ટ્રોલમાં રાખવાની જવાબદારી મારી નથી.'

જેવો આ અભિગમ છે તેવો જ અભિગમ સર્વત્ર અપનાવવાની જરૂરિયાત છે. કોઈ મીઠા શબ્દો મળે, કોઈ કડવા શબ્દો બોલે. તમારે તો તમારી મનની ગાડી ક્યાંય ખોટકાઈ ન જાય, એક્સિડન્ટ ન કરી બેસે તેટલું જ ધ્યાન રાખવું જરૂરી છે. ઘરમાં કોઈકને ભીંડાનું શાક બનાવવું હોય અને તમારે ચોળીનું શાક જમવું હોય. પરિણામ શું આવે ? અકસ્માત ! જો આવા વખતે તમારી ગાડીને ખસેડી, સાઈડમાં લઈ લો તો કોઈ અકસ્માત ન થાય. તમને કદાચ મગજમાં પ્રશ્ન ઉઠતો હશે

કે 'દરેક વખતે અમારે અમારી જ ઈચ્છાનું શા માટે બલિદાન આપવાનું ? સામેવાળાએ પણ ક્યારેક પોતાની વાતને જતી કરવી જોઈએ ને ?' પણ, આ પ્રશ્નને સહેજ અંતરથી તપાસશો તો ખ્યાલ આવશે કે આ કેટલો બધો ક્ષુલ્લક પ્રશ્ન છે ?

રસ્તામાં તમે ગાડી હંકારતા હો અને તમારી સામે ખટારો આવતો હોય, ત્યારે તમે એમ વિચારશો કે - 'ખટારો ખસે, હું શા માટે સાઈડમાં ખસું ?' કે પછી તમારી ગાડીને તમે અકસ્માત ન થાય તે રીતે ખસેડી દેશો ? તો પછી જ્યારે કોઈ ઘરની વ્યક્તિ પોતાની જીદ છોડવા તૈયાર નથી, ત્યારે તમે શા માટે જીદે ચડી હાથે કરી અકસ્માત વહોરી લો છો ? શાંતિથી સાઈડમાં ખસી જાઓ ! આવા સમયે આ ટ્રાફિક પોલિસી અપનાવી ગુસ્સાને તિલાંજલિ આપવામાં જ આત્માના પ્રાણ સલામત રહે તેવી શક્યતા છે.

શાક કયું બનાવવું ? ઘરમાં ગાડી કયા મોડેલની લાવવી ? મોબાઈલ કેવા પ્રકારના વસાવવા ? ફર્નીચર કેવા પ્રકારનું બનાવવું ? - આ બધું કદાચ તમારા અધિકારમાં નહીં હોય, ઘરના બીજા સભ્યોના મતો તમારી વિરુદ્ધમાં હોઈ શકે છે. પણ, આ દરેક સમયે કોઈ પણ સાથે અથડામણ ન થઈ જાય તે રીતે જીવનની ગાડીને ચલાવવાનો તમારો અધિકાર તો અબાધિત જ છે. તો પછી શા માટે તેનો જ ઉપયોગ નથી કરતા ? વધુ જીવવાનો કોઈ મતલબ નથી પણ, અથડામણ વિના કેટલું જીવ્યા ? તે કામનું છે. કાંટાની જીંદગી ભલે લાંબી હોય પણ તે પ્રશંસાપાત્ર નથી. કિંતુ ગુલાબની ટૂંકી પણ જીંદગી પ્રશંસાપાત્ર બની રહે છે. **જીંદગીમાં જેટલી અથડામણ વધુ તેટલી જીંદગી કાંટા જેવી અને જીંદગીમાં જેટલી અથડામણ ટાળો તેટલી જીંદગી ગુલાબ જેવી.** ગુલાબ જેવી જીંદગીનું જ મહત્ત્વ છે.

''यह मत पूछो हमने कितना जीया ?
पूछो तो यही जीवन कैसा जीया ?''

રોજીંદો સંઘર્ષ મોટે ભાગે ઘરના નજીકના સભ્યો સાથે જ થતો હોય છે. તેમાં પણ મોટે ભાગે અક્કડતાને કારણે જ. જ્યારે જ્યારે

પણ ઘરમાં તમારું ધારેલું, તમે ઈચ્છેલું, તમે કહેલું ન થાય એટલે તમે સંક્લેશ કર્યા વિના રહેતા નથી. હવે નક્કી કરો કે આ ટ્રાફિક પોલિસીને અપનાવી હું બધી રીતે સામેવાળાને અનુકૂળ થઈ જઈશ. સામેવાળો ભલે માત્ર ને માત્ર મારી હેરાનગતિ જ કરી રહેલ હોય. છતાં મારે તે સહન કરી મારી ગાડીનો અકસ્માત ટાળી લેવો છે.

ટ્રાફિક પોલિસીનો ટૂંકસાર એટલો જ છે કે ''જીવનમાં કોણ કેવો વર્તાવ કરે છે ? તે જોઈ જીવવાના બદલે તમારી જીવનની ગાડીને અકસ્માત ન થાય તે રીતે જીવવામાં લાભ છે. જો આખી દુનિયાને સુધારવાની પંચાત કરવા ગયા તો દુનિયા તો સુધરતી સુધરશે, પણ તમારો મહામૂલો માનવભવ અને તમારી મહામૂલી ક્ષમા - એ બન્નેનું તો દેવાળું જ ફૂંકવું પડશે.''

ચલો, આ ટ્રાફિક પોલિસી અપનાવી ઘરમાં માથાદીઠ મોબાઈલ અને ટી.વી. વસાવનારા લોકોના કાળમાં કંઈક પ્રેમ અને હૂંફનું વાતાવરણ પ્રગટાવીએ,

સહાયકતા કેળવીએ,

સ્વર્ગનું સર્જન કરીએ !!!

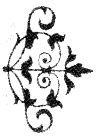
ઉકેલ જો હાજર જ છે તો પછી
ગુસ્સો શા માટે ?

જો કોઈ ઉકેલ નથી તો પણ
ગુસ્સો શા માટે ?

- પ્લેટો.

૨૯

'ડાયરી' પોલિસી



અત્યાર સુધી અનેક પોલિસીઓ દ્વારા આપણે વિચાર્યું કે ક્રોધને આવતો કેવી રીતે અટકાવવો ? શી રીતે ક્રોધને પ્રગટવા જ ન દેવો ? ટ્રાફિક પોલિસીએ પણ એ જ સંદેશો આપ્યો કે કોઈની પણ સાથે અકસ્માત ન થઈ જાય, તેટલી સાવધાની રાખી તમારી ગાડી હાંકો. હવે, આ પોલિસી થોડી જુદી વાત કરવા માંગે છે. ધારો કે તમે સાવધાની રાખવા ગયા છતાં અકસ્માત થઈ ગયો કે પછી મન કાબૂમાં ન રહ્યું અને જાણવા છતાં અથડામણ થઈ ગઈ તો હવે શું કરવાનું ? એનો જવાબ આ પોલિસી આપે છે.

આગમાં હાથ નાંખી દેનાર માણસનો પ્રયત્ન ભવિષ્યમાં ફરીથી આગમાં હાથ ન જતો રહે - તે માટેનો જ હોય છે. તો પછી ક્રોધથી દાઝી ગયેલા સાધક આત્માનો દરેક પ્રયત્ન ફરીથી ક્રોધથી દાઝી ન જવાય તે અંગેનો જ હોય, તેમાં શું આશ્ચર્ય ? ક્રોધ ફરીથી ન આવે તે માટે એક પ્રયોગ કરવા જેવો છે. ૩૬૫ પાનાની, તારીખ પ્રમાણેની, એક નાનકડી ડાયરી રાખો. એમાં સમય મુજબના ખાના પણ પાડી દો. હવે, જ્યારે જ્યારે પણ તમે ગુસ્સો કરી બેસો, ત્યારે લાંબું બીજું કશું કરવાના બદલે તે ડાયરીમાં તારીખ અને સમય મુજબ એક કાળું ટપકું કરી દો. ડાયરી સાથે જ રાખવી. અને જેવો ગુસ્સો આવે કે તરત જ ડાર્ક કાળી પેનથી કાળું ટપકું કરી દેવું.

ત્યાર બાદ આખા દિવસની ધાંધલ-ધમાલ શમી ગઈ હોય, તમે સાવ જ 'ફ્રી' હો, મનમાં સંક્લેશ શાંત થઈ ચૂક્યો હોય, મન પ્રસન્ન હોય તેવા સમયે આ ડાયરીને જો જો. જેટલા પણ કાળા ટપકાં દેખવામાં આવે છે, તે ફક્ત ડાયરીમાં નથી પડ્યા. પણ તમારા જીવનમાં, તમારા આત્મામાં પડી ગયા છે. જેટલો પણ ક્રોધ તમે કરો છો તે દરેકે દરેકનું એક કાળું ધાબું આત્મા ઉપર લાગી જાય છે. આત્મા તો એકદમ ઉજ્જ્વળ છે. પણ, અનાદિ કાળની આપણી અવળચંડાઈ વગેરેને કારણે ક્રોધાદિ દોષોના પનારે પડી-પડીને આત્માને આપણે કાળોમેંશ કરી મૂક્યો છે.

હજુ પણ જેટલો ક્રોધ કરી રહ્યા છો તે દરેકે દરેકનું કાળું ધાબું આત્મા ઉપર પડી રહ્યું છે. જેમ કાળું ધાબું ચંદ્ર માટે કલંકરૂપ છે, ડાયરી માટે અશોભાસ્પદ છે તેમ આ ક્રોધનો કાળો ડાઘ આત્મા માટે કલંકરૂપ છે, અશોભાસ્પદ છે. આ પ્રકારે ઉત્તમ રીતે વિચારણા કરી કરી આત્માને ક્રોધથી દૂર-દૂર કરતા રહેવું. સૂતા પહેલાં તો જોઈ લેવું કે આજે કેટલા ડાઘ પડ્યા ? આવતીકાલે આનાથી તો ઓછા જ ડાઘ હોવા જોઈએ. આનાથી એક પણ ડાઘ વધવો ન જોઈએ. આવો જોરદાર સંકલ્પ હશે તો અવશ્ય ડાઘા ઘટતા જશે. અને છેલ્લે ડાયરીના પાના સફેદ-ઉજ્જ્વળ જ રહેશે.

રોજે રોજ જે તે સમયના જેટલા ડાઘ જોવામાં આવે તે દરેકે દરેક ડાઘ પ્રમાણે, ફુરસદના સમયે, શાંતિથી તે દરેકે દરેક ગુસ્સાને યાદ કરવાનો પ્રયત્ન કરો. તમે જે કોઈ વ્યક્તિ ઉપર જે જે પરિસ્થિતિમાં જ્યારે ગુસ્સો કરેલ તે સર્વને નજર સમક્ષ લાવો. પછી શાંત ચિત્તે મધ્યસ્થતાથી વિચારો કે 'શું તમારે ત્યારે આવો ગુસ્સો કરવાની જરૂરત હતી ખરી ? તમે ગુસ્સો કર્યો તે વ્યાજબી હતો ? સામેવાળાની ભૂલ હતી માટે જ તમે ગુસ્સો કર્યો કે તમારો 'મૂડ' ન હતો માટે ગુસ્સો કર્યો ? સામેવાળાની જેટલી ભૂલ હતી, તેટલા પ્રમાણમાં જ ગુસ્સો કર્યો કે તેનાથી ઘણો વધારે ? શું તમારે આટલા આકરા શબ્દો બોલવાની જરૂરત હતી ખરી ? કદાચ તમે થોડા સારા શબ્દો કીધા હોત તો શું

તે માની ન જાત ? જો તમે ગુસ્સો ન કર્યો હોત તો શું પરિણામ આવત ? સારું કે ખરાબ ? જો સારું જ પરિણામ આવવાનું હોય તો શા માટે ગુસ્સો કર્યો ? જો ખરાબ પરિણામ આવવાનું હોય તો તે કેવું ખરાબ પરિણામ ? અબજોની નુકસાની કરાવી દે, જાન ગુમાવવો પડે... ઈત્યાદિ ખરાબ પરિણામ કે પછી નોકર વગેરે તમારી વાત માને નહીં, તમારી ઘરમાં શેહ પડે નહીં... આવું મામૂલી જ ખરાબ પરિણામ આવવાનું હતું ? તમે ગુસ્સો કરીને વધારે ખરાબ પરિણામ તો નથી આણી દીધું ને ?'

આવી મુક્ત અને સખ્ત વિચારણા કરશો તો ક્રોધ ઉપર ચાબખા પડશે. ક્રોધ આપોઆપ રવાના થવા લાગશે. જે ક્રોધ થયો છે તેના અનુબંધ નહીં પડે. થઈ ગયેલો ક્રોધ ઝાઝી નુકસાની નહીં કરી શકે. પણ તે માટે અંતરથી ઉપરોક્ત વિચારણા થવી જરૂરી છે. જો આ રીતે કરશો તો ક્રોધ ઉપર અવશ્ય કાબૂ મેળવી શકાશે.

શાસ્ત્રકાર ભગવંતોએ પણ તમારી પાસે આ જ અપેક્ષા રાખી છે. પાપનો સર્વથા ત્યાગ તમારા માટે હાલના સ્તરે શક્ય નથી. માટે, શાસ્ત્રકારો એવી અપેક્ષા ન રાખે. પણ, સંયોગવશ પાપ કરવા છતાં, નિમિત્તવશ પાપ થઈ જવા છતાં, પક્ષપાતવશ તેના અનુબંધ તો તમારામાં ન જ પડવા જોઈએ. તે પાપનો બચાવ તો તમારામાં ન જ આવવો જોઈએ. તે પાપના સેવનમાં નિષ્ઠુરતા તો તમારા જીવનમાં ન જ આવવી જોઈએ. આટલી અપેક્ષા તો શાસ્ત્રકાર ભગવંતો તમારી પાસે રાખે જ છે. કારણ કે તો જ તમે કર્મબંધથી ઘણાખરા અંશમાં બચી શકશો.

'વંદિત્તુ' સૂત્રમાં આ જ વાત કરી છે.

सम्मद्दिट्ठी जीवो, जई वि हु पावं समायरे किंचि ।
अप्पो सि होई बंधो, जेण न निद्धंधसं कुणई ।।

મતલબ ?

જો કે સમ્યગ્દૃષ્ટિ શ્રાવક કંઈક પાપને આચરે છે છતાં મિથ્યાત્વીને તે પાપના સેવનથી જેટલો કર્મબંધ થાય તેના કરતા કંઈગણો ઓછો કર્મબંધ સમ્યગ્દૃષ્ટિ શ્રાવકને થાય. કારણ કે સમ્યગ્દૃષ્ટિ શ્રાવક

ક્યારેય પણ નિર્ઘ્વંસ બનીને, નિષ્ઠુર બનીને, બેપરવાહ બનીને પાપનું સેવન રસ-કસપૂર્વક ન કરે. મતલબ કે પાપ કર્યા પછી સમ્યગ્દૃષ્ટિ શ્રાવક પાપની ક્યારે ય પ્રશંસા ન કરે, બચાવ ન કરે. પણ તેનો ખરા અંતરથી પશ્ચાત્તાપ કરે અને ફરીથી તે પાપ ન સેવાઈ જાય તેની તકેદારી રાખે. જો પાપ પ્રત્યે પક્ષપાત પ્રગટે, પાપની પ્રશંસા કરવાનું મન થાય, બે-ચાર વ્યક્તિ આગળ પોતાના પાપને સત્ય ઠેરવવાની બાલિશ પ્રવૃત્તિ થાય તો સમજી રાખવાનું કે પાપનું સેવન નિર્ઘ્વંસપણે થઈ રહ્યું છે કે થયું હતું.

ક્રોધ અંગે પણ આ જ વાત લાગુ પડે છે. જો ક્રોધ કર્યા પછી એમ વિચાર મનમાં આવતો હોય કે - 'મેં જે કર્યું તે બરાબર જ કર્યું. એ આ લાગનો જ હતો. એને તો હજુ આનાથી વધારે કહેવું જોઈએ. આ તો હું હતો એટલે આટલું જ બોલ્યો. બીજો કોઈ હોત તો બરાબર સંભળાવી જાત' - આ રીતે ખોટેખોટો પક્ષપાત જ ઉત્પન્ન થતો હોય તો ક્રોધસેવનમાં નિષ્ઠુરતા આવ્યા વિના રહે નહીં.

આ ડાયરી પોલિસી અપનાવવા દ્વારા જો ક્રોધ કર્યા બદલ પશ્ચાત્તાપ પ્રગટતો હોય તો સમજવું કે ક્રોધમાંથી નિષ્ઠુરતા હવે રવાના થઈ ગઈ છે. ક્રોધ હવે ઝાઝો સમય તમારામાં ટકે તેવી શક્યતા નથી.

ડાયરીમાં પડેલા કાળા ડાઘને ભૂંસવા જ પડે - તેવું જરૂરી નથી. પણ જો અનાદિ કાળની આ દુઃખદર્દભરી રખડપટ્ટીથી તમારે અટકવું હશે તો આ આત્મામાં પડેલા તમામે તમામ કષાયના ડાઘાઓને સાફ કરવા જ પડશે. તે વિના કોઈ છૂટકો નથી. જેટલા ક્રોધના ડાઘાઓ વધુ, તેટલી જ મહેનત ભારેમાં ભારે. ડાઘા પાડી દેવા તો બહુ સહેલા છે, પણ જ્યારે એ સાફ કરવાના આવશે ત્યારે નવનેજે પાણી ઉતરી જાય તેમ છે. જો આ ક્રોધના ડાઘા તમારે જ ભવિષ્યમાં સાફ કરવાના હોય, તો શા માટે ક્રોધ કરવાની મૂર્ખામી કરો છો ?

બસ, ડાયરીમાં પડેલા કાળા ડાઘાઓને જોઈ જોઈ આત્માને સમજાવતા જશો એટલે પહેલાં દિવસના ૧૫ ડાઘ પડતા હશે તો પછી

૧૨ થશે, ૧૦ થશે, ૫ થશે. છેલ્લે ૧ જ બચશે. પછી એક બે દિવસે એકાદ ડાઘો પડશે. પછી અઠવાડિયે એકાદ ડાઘો પડશે. અને પછી કો'ક એવો ધન્ય દિન આવશે કે જ્યારે ક્રોધ રવાના થઈ ચૂક્યો હશે. ભલે આમાં કદાચ સમય વધુ જાય. પણ અંતરથી જો આ ડાયરી પોલિસી અપનાવવામાં આવે તો પરિણામ નિશ્ચિત છે.

ટૂંકમાં, ડાયરી પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે કે - 'ક્રોધ કરી કરીને જીવનની ડાયરીમાં કાળા ધાબા શા માટે પાડો છો ? અને એ પણ ત્યારે કે જ્યારે તમને ખબર છે કે આ કાળા ધાબા તમારે જ સાફ કરવા પડવાના છે ? ના, આ કાળા ધાબા હવે તો ન જ ચાલે.''

આ સંદેશાને નજર સમક્ષ રાખી એક ડાયરી આજે જ વસાવી લો, ક્રોધની નીકળવાની શરૂઆત થઈને જ રહેશે. ક્રોધવિનાશનું કાઉન્ટડાઉન શરૂ થઈને જ રહેશે !!!

✺

ક્રોધ, અદાવત, ઈર્ષ્યા...
બીજાને બદલી નથી શકતા...
પણ કરનારને જ
દુર્જન જરૂર બનાવી દેશે...

- **શેનન એલ. એલ્ડર.**

30

'ગેસ્ટ' પોલિસી

ક્રોધ જાગે છે તેની પાછળ મૂળ કારણ મનમાં પ્રગટતું આર્ત્તધ્યાન છે, વધુ પડતી અપેક્ષા છે, ઈચ્છાની અપૂર્તિ છે. કંઈક અપેક્ષા તૂટે કે તમને ગુસ્સો આવી જાય છે. કોઈક ઈચ્છા અપૂર્ણ રહે કે મગજ સાતમા આસમાને પહોંચી જાય છે. આ બધા કારણોને દૂર કરવા માટે આ પોલિસી આવે છે.

અમદાવાદના માકુ શેઠ વ્યાખ્યાનમાં રોજ નિયમિત રીતે હાજર જ હોય. કોઈ દિવસ એમનું વ્યાખ્યાન ન છૂટે. એક દિવસ એ વ્યાખ્યાનમાં ૦।। કલાક મોડા આવ્યા. આચાર્ય મહારાજના મગજમાં આ વાત પકડાઈ ગઈ. કારણ કે માકુ શેઠ આચાર્ય મહારાજની બરાબર સામે જ બેસતા. અને આજે માકુ શેઠ પહેલા દેખાયા ન હતા. વ્યાખ્યાન બાદ રોજિંદા ક્રમ મુજબ માકુ શેઠ આચાર્ય મહારાજને વંદન કરવા આવ્યા. આચાર્ય મહારાજે પૂછ્યું કે, 'કેમ ? આજે વ્યાખ્યાનમાં મોડા ?'

માકુ શેઠે જવાબ વાળ્યો કે – 'મહેમાનને વળાવવા ગયો હતો. એટલે થોડું મોડું થઈ ગયું.'

આચાર્ય મહારાજને નવાઈ લાગી. ફક્ત મહેમાનને વળાવવા

જેવા કારણસર શેઠ વ્યાખ્યાનમાં મોડા આવે તે તેમને માનવા જેવું ન લાગ્યું. છતાં જ્યારે શેઠ પોતે જ કહી રહ્યા હતા ત્યારે માનવા ન માનવાની વાત ગૌણ થઈ જતી હતી. આચાર્ય મહારાજે શેઠને થોડી હિતશિક્ષા આપી કે - 'તમારા જેવા આવા કારણસર વ્યાખ્યાનમાં મોડા આવતા થશે તો તો થઈ રહ્યું ! મહેમાન તો આવે ને જાય. તેમાં વ્યાખ્યાન થોડું છોડાય ?'

'સારું ! હવેથી ખ્યાલ રાખીશ' - આટલું કહી શેઠે ચર્ચા સમેટી લીધી.

શેઠ ગયા પછી સંઘના જ એક ભાઈ આચાર્ય મહારાજને વાત કરવા આવ્યા. એમણે જે વાત કરી તે સાંભળી આચાર્ય મહારાજ પણ સ્તબ્ધ થઈ ગયા. તે ભાઈએ વાત કરી કે - 'આચાર્ય ભગવંત ! આ માકુ શેઠ પણ ગજબના છે. આપને ખ્યાલમાં છે કે કેવી ગોઝારી ઘટના ઘટી ગઈ છે ? આ માકુ શેઠનો જુવાનજોધ દીકરો આજે વહેલી સવારે અવસાન પામી ગયો. તેની સ્મશાનયાત્રા થોડી વાર પહેલા જ પતી. જેવી એ પતી કે તરત જ શેઠ વ્યાખ્યાન શ્રવણ માટે આવી પહોંચ્યા ! ખરેખર ! આવા ધાર્મિક શ્રાવક તો આ પહેલવહેલા જ જોયા !'

આ સાંભળીને આચાર્ય મહારાજને 'મહેમાનને વળાવવા ગયો હતો' - આ વાક્યનો સાચો તાત્પર્યાર્થ પકડાયો. સમાધિમાં સદા રમમાણ રહેવા માટેની આ ખૂબ જ ઉત્તમ વિચારધારા છે. ઘરમાં, દુકાનમાં સર્વત્ર તમે મહેમાન છો, માલિક નથી. પરિવારના પ્રત્યેક સભ્યો પણ મહેમાન જ છે. **દુનિયામાં આવનારી દરેક વ્યક્તિ અને દરેક વસ્તુ મહેમાન છે, ક્ષણસ્થાયી છે. કિંચિત્કાલસ્થાયી છે. આવનારું કોઈ શાશ્વત નથી** - આ વિચારધારા અપનાવવાનું આ મહેમાન પોલિસી કહી રહી છે.

ઘરમાં મહેમાન આવ્યા હોય, ૨-૪ દિવસમાં તે ચાલ્યા જાય, તેનો આઘાત કેટલો હોય ? કારણ કે તમે સમજો છો કે આ મહેમાન જ હતા. માટે આજે નહીં તો કાલે ટૂંકા રોકાણ બાદ તે ચાલ્યા જ જવાના હતા. એવી જ રીતે દુનિયામાં રહેલ દરેક વ્યક્તિ - પછી તે

તમારો દીકરો હોય કે પત્ની - અને દરેક વસ્તુ - પછી તે તમારું માનીતું મકાન હોય કે દુકાન પણ - બધું મહેમાન છે. ટૂંકા રોકાણ બાદ તે બધાં એક દિવસ વિદાય લેવાના જ છે. તો પછી અચાનક કોઈ નિકટના સ્વજનની વિદાય થાય કે મનગમતી ચીજવસ્તુની વિદાય થાય ત્યારે અસમાધિ શા કારણે ? આઘાત શા કારણે ?

મહેમાનની વ્યાખ્યા જ એ છે કે જે રીટર્ન ટિકિટ લઈને આવે તે મહેમાન. આ વ્યાખ્યા મુજબ દરેક વ્યક્તિ અને દરેકની તમામે તમામ વસ્તુ મહેમાન જ છે. કારણ કે જે જે વસ્તુ જ્યારે-જ્યારે પણ ઉત્પન્ન થાય છે ત્યારે જ તેના મૃત્યુની દિનાંક પણ લખાઈ જ ચૂકી હોય છે. તો પછી તે વસ્તુ કે વ્યક્તિ તેની ચોક્કસ દિનાંક પ્રમાણે જ વિદાય લે ત્યારે તેના ઉપર શોક, તેના વિરહમાં અસંતોષ/સંતાપ વગેરે શા કારણે ? એકાએક ઘરમાંથી દીકરો વિદાય લે ત્યારે ધર્મને છોડી દેવાનું તમને યાદ આવે છે. પણ શું ખાવાનું કે પીવાનું છોડો છો ? ઊંઘવાનું છોડો છો ? મોબાઈલ વાપરવાનો છોડો છો ? છાપું વાંચવાનું છોડો છો ? આમાનું કશું જ છોડવું નથી અને ધર્મને છોડ્યા વિના રહેવું નથી. પછી ઠેકાણું શેં પડે ?

દુનિયાની દરેક વ્યક્તિ મારા માટે મહેમાન છે - આમ વિચારી વ્યવહાર કરો તો ઘરમૂળથી બદલાવ આવી જશે. સામેવાળી વ્યક્તિના વ્યવહારમાં સન્માન ભળતું જશે, સત્કાર થતો જશે. એક વાર કબીરજીની વધતી જતી યશ, કીર્તિ, પ્રસિદ્ધિ વગેરેથી અકળાયેલા બ્રાહ્મણોએ તેમને બદનામ કરવાનો કારસો રચ્યો. ધનની લાલચે એક વેશ્યાને ફોડી તેમણે કબીરજીની ઝૂંપડીમાં રહેવા મોકલી દીધી. રાતથી જ એ વેશ્યા ઝૂંપડીમાં પહોંચી ગઈ. પણ, કબીરજીએ તેની સામે આંખ ઊંચી કરી જોયું પણ નહીં.

વેશ્યા તો બીજે દિવસે સવારે રસોઈ વગેરે કામ કરવા લાગી. લોકોની નજર પડી કે કબીરજી સાથે કોઈ સ્ત્રી પણ રહે છે. ધીરે ધીરે વા સાથે વાત પણ ફેલાવા માંડી. લોકો કુતૂહલથી ઝૂંપડીની આજુબાજુમાં આંટાફેરા કરવા લાગ્યા. પણ, કબીરજીને તો આ બાબતની કંઈ પડી

ન હોય તેમ તે નિત્યચર્યામાં ગૂંથાયેલા રહેલા. આ બાજુ આ વાત ઉડતી-ઉડતી રાજા પાસે આવી. રાજાને પહેલાં તો આ વાત માનવા જેવી ન લાગી. પણ, જ્યારે ઘણાં બધાં લોકોએ આવી આંખે દેખ્યો અહેવાલ રજૂ કર્યો, ત્યારે રાજાને કબીરજી ઉપર ગુસ્સો ચડ્યો. એમણે કબીરજીને તરત જ હાજર થવાનું ફરમાન મોકલ્યું.

આ બાજુ કબીરજીના આખી રાતના સંસર્ગને અનુભવી ચૂકેલ વેશ્યાના મનઃપરિણામ પલટાવા લાગ્યા. આવા અણિશુદ્ધ સંતને ફક્ત પૈસાના લોભે બદનામ કરવાનું તેને મન ન થયું. કબીરજીની દિનચર્યા જોતા-જોતા વેશ્યાનો એના પ્રત્યેનો સદ્‌ભાવ વધતો જ ચાલ્યો, વધતો જ ચાલ્યો. રાજાનું ફરમાન આવેલ હોવાથી કબીરજી અને એ વેશ્યા બન્ને રાજમહેલ તરફ ચાલી નીકળ્યા. રાજસભામાં પહોંચી હજુ કબીરજી મહારાજનું અભિવાદન કરે કે ત્યાં જ રાજાનો આવેગ-ઉકળાટ-વ્યગ્રતાથી ભરેલો અવાજ સંભળાયો. 'કેમ કબીરજી ! આ તમારી જોડે કોણ છે ?' હજુ કબીરજી કંઈક કહે ત્યાં તો વેશ્યાએ જ માંડીને બધી વાત કહી દીધી. કબીરજીને અણિશુદ્ધ સંત તરીકે ઓળખાવી બ્રાહ્મણોના માયા -પ્રપંચને ઉઘાડો પાડી દીધો.

અમુક બ્રાહ્મણોની આ નીચ વૃત્તિ જોઈ રાજાને બ્રાહ્મણો પર દ્વેષ પ્રગટ્યો. રાજાએ બ્રાહ્મણોને સભામાં પકડી મંગાવ્યા. જ્યારે બ્રાહ્મણોની જાણમાં આવ્યું કે વેશ્યાએ બધી વાત મહારાજને કરી દીધી છે - ત્યારે તે થર-થર કાંપવા લાગ્યા. રાજા આ બધાં બ્રાહ્મણોને સખ્તમાં સખ્ત સજા કરવા માંગતો હતો. માટે તેણે કબીરજીને જ પૂછ્યું કે 'બોલો કબીરજી ! આ બ્રાહ્મણોને શું સજા કરવી છે ?'

'અરે મહારાજ ! ઘરે આવેલા મહેમાનોનો સત્કાર હોય કે સજા હોય ? આ બ્રાહ્મણો તો મારા મહેમાન જેવા છે. આજે આવ્યા તો કાલે ઉપડી જવાના. એવા આ બ્રાહ્મણોને સજા કરવાની હોય ? છોડી મૂકો એમને ! એમને અભય આપી દો. એમને કોઈ સજા ન હોય.' કબીરજીના આ પ્રત્યુત્તરને સાંભળી સહુ ડોલી ગયા. રાજા તો પ્રસન્ન -પ્રસન્ન થઈ ગયો. કેવી ગજબ ઉદારતા ! બસ ! આ રીતે જો જગતના

તમામ જીવોને મહેમાન તરીકે જોતા આવડે તો ક્યાંય ગુસ્સો ન આવે. આપણી સાથે દુર્વ્યવહાર કરનાર પર મહેમાનનો ભાવ જાગે તો ગુસ્સો થઈ શકે નહીં.

વળી, એક બીજી વાત પણ આ પોલિસી જણાવે છે કે - જેવી રીતે દુનિયાના બીજા માણસો મહેમાન છે, તેવી રીતે તમે પોતે પણ આ દુનિયામાં મહેમાન છો, શાશ્વતકાળ માટે નથી. ફોઈ-ફુવાના ત્યાં તમે મહેમાન થઈને ગયા હો ત્યારે તમારો વર્તાવ કેવો હોય ? વાણી કેવી હોય ? બસ, મારે તમને એ જ કહેવું છે કે જ્યારે તમે ઘરમાં હો ત્યારે પણ એ રીતે જ મહેમાન બનીને રહો, અડધાથી પણ વધુ સંક્લેશો ઘટી ગયા વિના રહેશે નહીં. કોઈની પણ સાથે શા માટે બગાડો છો ? જીંદગી છે, ૭૦-૮૦ વર્ષની. એમાં ૧૦-૨૦ -૩૦-૪૦ વર્ષ પસાર થઈ ચૂક્યા છે. શા માટે હવે થોડાક વર્ષો માટે તમારે કોઈની સાથે બગાડવું ? અહીં ક્યાં તમારે શાશ્વત કાળ માટે રહેવું છે ?

પુત્ર-પુત્રી-પત્ની વગેરે કાંઈ ભૂલ કરી બેસે, તમને અણગમતું કરી બેસે, તમારી સેવામાં ઉણપ લાવે ત્યારે વિચારો કે 'હું તો મહેમાન છું, થોડા દિવસનો મહેમાન છું. પણ જ્યારે જ્યારે તેમને મારી વિદાય બાદ મારી યાદ આવે ત્યારે મારી કડવી યાદ તેઓને ન આવવી જોઈએ - આવું મારે કરીને જવું છે.'

તમે માલિક બનીને રહો છો. માટે દુઃખી થાવ છો. જો માલિકના બદલે મહેમાન બનીને રહો તો દુઃખી થાવ તેવી શક્યતા નથી. હા ! હું મહેમાન છું - તેવું વચનથી નહીં, પણ અંતરથી સ્વીકારાવું જોઈએ. ઘરમાં જેને મહેમાન કે મુસાફર બનીને રહેતા આવડે, દુકાનમાં જેને મુનીમ બનીને રહેતા આવડે - તે માણસ કદાપિ દુઃખી થઈ શકે નહીં.

કદાચ કોઈકના ઘરે એક-બે દિવસ તમારે રહેવાનું થયું. એ ઘરની તમને શી પડી હોય ? એ ઘરમાં તમને માન-સન્માન થોડું ઓછું મળે તો શું તમે ગુસ્સે થઈ જાવ ? સમજો છો કે એક-બે દિવસ રોકાવું

છે તેમાં ક્યાં પંચાત કરવી ? હમણાં કામ પતે કે હાલતા ! આ જ રીતે ઘરમાં જે મહેમાન બનીને જીવે તેને કદાપિ દુઃખ થાય નહીં. તેવી જ રીતે બજારમાં મંદી ગમે તેટલી આવે પણ મુનીમને ચિંતા ન હોય, તેમ તમે પણ મંદીમાં ય મસ્ત રહી શકો.

મહેમાનને કોઈ તકલીફ હોતી નથી. તકલીફ માલિકને હોય છે. તમારે સુખી થવું છે કે દુઃખી ? માલિક થઈને રહી દુઃખી થવું છે કે મહેમાન બનીને સુખી થવું છે ? માલિક બનીને રહેવામાં સંક્લેશ પાર વિનાના છે.

સ્વામી રામતીર્થ એક વાર અમેરિકાના પ્રવાસે હતા. રસ્તા ઉપર ચાલતા હતા ત્યાં અચાનક કાને બૂમરાણ સંભળાઈ. સ્વામી રામતીર્થ તે દિશામાં ગયા. જોયું તો એક મકાન આગમાં લપેટાઈ ગયું હતું. એનો શેઠ હાંફળો-ફાંફળો થઈ દોડધામ મચાવી રહ્યો હતો. થોડી વાર થઈ અને મકાનમાંથી કેટલાક ફાયરબ્રિગેડના માણસો ભારેખમ વસ્તુ લઈને શેઠની પાસે મૂકી ગયા. શેઠની નજર જેવી એ વસ્તુ ઉપર પડી કે શેઠની આંખમાં પ્રસન્નતા છવાઈ ગઈ. કારણ કે એના સર્વસ્વ સમાન એ તિજોરી હતી. મહત્ત્વપૂર્ણ દસ્તાવેજો-પૈસા વગેરે બધું તેમાં જ હતું. શેઠે એ લાવનાર માણસોને બક્ષીસ આપી ફરી ઉત્તેજ્યા. જાવ, હજુ કંઈક મળે તો લઈ આવો.

માણસો તો વધુ બક્ષિસની લાલચે આગમાં જવા નીકળ્યા. આગ ઓલવવાનું કાર્ય પણ પૂરજોશમાં ચાલી રહ્યું હતું. થોડી વાર થઈ પાછા તે માણસો મકાનમાંથી એક વસ્તુ લઈને આવી રહ્યા હતા. પણ, જેવી એ વસ્તુને શેઠે જોઈ કે શેઠ ઢગલો થઈ પડી ગયા. પોતાના જ પુત્રનું એ શબ હતું. શેઠ ધ્રૂસકે ધ્રૂસકે રડી પડ્યા. આ ઘટના જોઈ સ્વામી રામતીર્થે પોતાની ડાયરીમાં એક વાક્ય નોંધ્યું - **'માલ અહીં રહી જાય છે. માલિક ઉપડી જાય છે.'** કેટલી સત્ય વાત ! દુન્યવી ચીજનો માલિક કદાપિ શાશ્વત કાળ માટે રહેવાનો નથી.

માનવમાત્ર મહેમાન છે. કોઈ અપમાન કરી નાંખે ત્યારે તેના

ઉપર શીદને ગુસ્સો કરવો ? બે-ચાર ક્ષણના મહેમાન છીએ. અનંત કાળની અપેક્ષાઓ આટલો કાળ તો પલકારો જ કહેવાય ને ! પછી પાછું બીજી સફરે ઉપડી જવાનું છે. શા માટે આટલા ઉધામા નાંખવા ? બાળપણમાંથી જોતજોતામાં યુવાની કે પ્રૌઢાવસ્થામાં તો આવી પહોંચ્યા છો ! બાળપણનો સમય જતા પલકારો ય નથી થયો. યુવાની પણ એવી જ રીતે હાલી જવાની છે. ત્યાર બાદ મૃત્યુ ટકોરા મારી જ રહ્યું છે.

અરે ! એટલું પણ જીવાય તેવી ક્યાં બાંહેધારી છે ? એની પહેલા પણ ઉપડી જવું પડે તેમ છે. આટલી અનિશ્ચિત બાજી જ્યારે હોય ત્યારે આ ચાર દિવસ જેવી જીંદગીને સાચવવા કરતાં અનંત કાળને જ સાચવી લેવો જોઈએ ને ! કદાચ કોઈકનું અપમાન તમે ન સહ્યું, બે ચાર સંભળાવી દીધી તો આ ભવમાં કદાચ તમને કોઈ નહીં વતાવે. પણ પછી ? અનંત કાળ બાકી છે. એ બાજી પછી કર્મસત્તાના હાથમાં હાલી જશે. મહાસમર્થ પુરુષો પણ મૃત્યુ સામે લાચાર થઈ જાય છે. આંખ ખુલ્લી છે ત્યાં સુધી જે કરવું હોય તે કરી લેવા જેવું છે. પછી, તેમાં કશો ફેરફાર થઈ શકવાનો નથી. તો પછી શા માટે ઢીલ કરવી ? યાદ રહે - માલ તો અહીં જ રહેવાનો છે, માલિકીનો દાવો રાખનારા આપણે સહુ આ જગતમાંથી રવાના થઈ જવાના છીએ.

હા ! માલને માટે કરેલા રાગ-દ્વેષ ભવાંતરમાં પણ આપણને નહીં છોડે. પસંદગી આપણા હાથમાં છે. અત્યારે જે કરવું હશે તે કરી શકાશે. એક વાર ઘડી વીતી ગઈ પછી કશું જ થઈ નહીં શકે. મનમાંથી ભૂંસી જ નાંખો કે 'હું માલિક છું.' હર્ષ-શોક માલિકને હોય. મહેમાન તો સદા મસ્ત હોય. જાનથી મારી નાંખનાર પ્રત્યે પણ ઉપશમભાવ કેળવવાનો જ છે. કારણ કે જાનથી મારી નાંખનાર પણ શું કરે છે ? કશું જ નહીં. ફક્ત તમે કરેલા કર્મો જ તમને હેરાન કરે છે. તેમાં તમને મારનાર તો નિમિત્તમાત્ર જ છે. એનાથી વિશેષ કશું જ નહીં !

સ્વામી દયાનંદ સરસ્વતીને ભોજનમાં ઝેર નાંખી મારી નાંખવાનું કાવતરું ઘડવામાં આવ્યું હતું. કાવતરું સફળ થયું. સ્વામી દયાનંદ

સરસ્વતીના પેટમાં એ ઝેર નાંખેલું ભોજન ચાલ્યું ગયું. થોડી વારમાં જ સ્વામીજીને ખ્યાલમાં આવી ગયું. રેચક આદિ પ્રાણાયામ દ્વારા તેમણે ઝેર ઓકવાનું શરૂ કર્યું. નેતી આદિ ક્રિયા દ્વારા પણ તેમણે પ્રયત્ન કર્યો. પણ, ખ્યાલમાં આવી ગયું કે હવે ટકી શકાય તેમ નથી.

ત્યાં જ એક માણસ દોડતો-દોડતો સંદેશો આપવા આવ્યો. સ્વામીજી ! આપને ઝેર આપનાર પકડાઈ ગયો છે. હમણાં અહીં આવશે. જલદી બતાવો. એને અમે શું સજા કરીએ ? 'અરે ભાઈ ! હવે હું બે-ત્રણ ઘડીનો મહેમાન છું. એને શું સજા કરું ? મજા કરાવો એને. માનભેર છોડી મૂકો' - સ્વામી દયાનંદ સરસ્વતીએ જવાબ વાળ્યો. પોતે સમજી ગયા હતા કે 'હવે હું થોડા સમયનો જ મહેમાન છું, તો શા માટે કોઈને દુઃખી કરતો જાઉં ? સહુને પ્રસન્નતા જ ન આપું ?

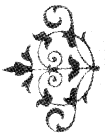
આ જ વાત છે. મહેમાન તરીકે જ્યારે પોતાની જાત લાગે ત્યારે સંક્લેશ આપોઆપ ટળવા લાગશે. માટે, આ મહેમાન પોલિસી અત્યધિક ઉપયોગી છે.

ટૂંકમાં, આ 'ગેસ્ટ' પોલિસીનો સાર એટલો જ છે કે - 'જે વસ્તુ તમારી માલિકીમાં નથી તેના ઉપર માલિકીનો દાવો રાખી શા માટે દુઃખી થાવ છો ? મહેમાન છો તો મહેમાન તરીકે જ રહો. મહેમાન જ્યારે માલિક બનવા જાય કે મુનીમ જ્યારે માલિક બનવા જાય ત્યારે આખરે મહેમાનને કે મુનીમને જ પસ્તાવું પડે છે. માટે,

ઘરમાં મહેમાન બનીને જીવતા શીખો.
દુકાનમાં મુનીમ બનીને રહેતા શીખો.
સંક્લેશ ઘટતા જ જશે, ક્રોધ કાબૂમાં આવતો જ જશે.'

ગેસ્ટ પોલિસીના આ સારને અપનાવવા દ્વારા સાચી શાંતિનો અને સમાધિનો આ જ ભવમાં કે નજીકના જ ભવિષ્યકાળમાં અનુભવ થાય, તે જ ઈચ્છા !

૩૧



'સેન્ટ બિઝનેસ' પોલિસી

નફામાં કશો ફરક ન પડતો હોય ત્યારે બે ધંધામાંથી કયા ધંધાની પસંદગી કરો ? અત્તરના વેપારની કે કોલસાના ધંધાની ? સ્પષ્ટ વાત છે કે વેપાર કરવો જ છે તો અત્તરનો કરવો. ઘરાક માલ માંગે અને માલ બતાવો. પછી ઘરાક માલ લે કે ન લે પણ અત્તરના વેપારીને તો સુગંધ મળ્યા વિના રહેતી નથી. જ્યારે કોલસાના વેપારીના હાથ કાળા થયા વિના રહેતા નથી. ટૂંકમાં, કલ્યાણ/લાભ અત્તરનો વેપાર કરવામાં છે, કોલસાનો વેપાર કરવામાં નહીં.

તેમ આપણું જીવન પણ અત્તરના બિઝનેસ જેવું બનવું જોઈએ. જે પણ આપણી સમીપ આવે તે પ્રસન્ન પ્રસન્ન થઈ જવો જોઈએ. ક્ષમાની સુવાસ, મીઠા શબ્દોની સુવાસ તેને તરબતર કરી દે - તેવું વાતાવરણ તમારામાંથી સર્જાતું હોવું જોઈએ. જો ગુસ્સાખોર સ્વભાવ હશે તો તમે પણ કાળા થશો અને તમારા સાન્નિધ્યમાં આવનાર પણ કાળો થશે, તે પણ અપ્રસન્ન થશે. જેટલી ક્ષમા વિકસાવશો, તેટલી સહુને સુવાસ મળશે. જેટલી ક્રોધની શક્તિ વિકસશે, તેટલા જ પ્રમાણમાં સહુ અપ્રસન્નતાને મેળવશે. તમારું જીવન કાળા કોલસા જેવું નહીં, પણ અત્તર જેવું બનાવવું જોઈએ.

આ ચાર કષાયો કાળામેંશ છે. આત્માને મલિન કરનારા છે, અને સંસારમાં રખડાવનારા છે. **દશવૈકાલિક સૂત્રમાં શય્યંભવસૂરિ** મહારાજ ફરમાવે છે કે -

चत्तारि एए कसिणा कसाया ।
सिंचंति मूलाई पुणब्भवस्स ॥

આ કાળામેંશ કષાયો આત્માને પણ કાળોમેંશ કરે છે. સમીપવર્તી સહુને અપ્રસન્નતાની કાળાશ બક્ષે છે. આપણું વ્યક્તિત્વ જ એવું ઘડાયેલું હોય કે બીજાના મગજમાં પેટેલી હોળીમાંથી દિવાળીનું સર્જન થઈ જાય. એ જ્યાં જ્યાં જાય ત્યાં ત્યાં સર્વત્ર સ્વર્ગનું સર્જન થાય. એક વાત સમજી રાખવા જેવી છે કે શસ્ત્રના ઘા કદાચ ૧૫ દિ'માં રુઝાઈ જશે. પણ શબ્દોના ઘા તો ૫૦ વર્ષે ય રુઝાતા નથી.

માટે, બોલવા તો મીઠા-મધઝરતા શબ્દો બોલવા. બાકી મૌન થઈ જવું. મૌનનું સેન્ટ પણ બીજાને સમાધિ આપશે. એ વખતે તમારા કાળા કોલસા જેવા શબ્દો તમને અને બીજાને બન્નેને દુઃખી કરશે.

ટૂંકમાં, આ પોલિસીનો તાત્પર્યાર્થ એ જ છે કે - સારા વિચાર, વાણી અને વર્તન અત્તર જેવા છે. આપ-લે તો એની કરવા જેવી છે કે જેનાથી આપનાર-લેનાર ઉભયને સુવાસ-સુવાસ જ મળે. કાળા કોલસા જેવા વાણી, વર્તન અને વિચારનો પ્રયોગ શા માટે કરવો ? કે જેનાથી આપનાર, લેનાર બન્નેના હાથ કાળા થાય.

આ સારને આત્મસાત્ કરી આ આધ્યાત્મિક અત્તરના બિઝનેસમાં ઝૂકાવીએ - નફો અપરંપાર છે.

ક્રોધ અને બુદ્ધિને બાર ગાઉનું છેટું છે...

- **જેન ઑસ્ટેન**

'પ્લેન' પોલિસી

ઘણાંને પ્રશ્ન થતો હશે કે 'જો ક્ષમા જ રાખવાની હોય, ગુસ્સો કરવાનો જ ન હોય, તો પછી શું દીકરા-દીકરીને ઊંધે રસ્તે જવા દેવાના ? કારણ કે પ્રેમથી કહેવા છતાં હજુ સુધી તેમણે વાતને સ્વીકારી જ નથી. હવે જો ગુસ્સાથી કહેવામાં ન આવે તો તે વધુને વધુ દોષોના કીચડમાં ખૂંપ્યે જાય તેમ છે. શું આવા વખતે પણ ક્ષમા જ કેળવી રાખવાની ?'

આ પ્રશ્નનો ઉત્તર એટલે જ પ્રસ્તુત પોલિસી. દીકરા કે દીકરી ઉપર ગુસ્સો કરતા પહેલા આજના કાળમાં તો હજાર વાર વિચારી લેવા જેવું છે. ખરેખર, દીકરા-દીકરીનો તેટલો ગંભીર ગુનો છે કે નહીં ? તે વિચારી પછી જ પગલું ભરજો. સમજો કે ક્રોધનો આશરો લેવો જ પડે તેમ છે તો આ પોલિસી અપનાવવા જેવી છે. પ્લેન રન-વે ઉપર ઓછામાં ઓછું અંતર કાપે, માત્ર આકાશમાં ઉડ્ડયન કરવા માટે જરૂરી 'લીફ્ટ' મેળવવા પૂરતું જ અંતર કાપે... પછી તો તે આકાશમાં ઉડાન ભરી લે.

માત્ર રન-વે ઉપર જ દોડ્યે રાખતું પ્લેન અકસ્માતનો ભોગ બનીને જ રહે છે. ટૂંકમાં, પ્લેન રન-વેનો ઓછામાં ઓછો, જરૂરિયાત

પૂરતો જ ઉપયોગ કરે છે. એને રસ રન-વે ઉપર દોડવામાં નથી. પણ, આકાશમાં ઉડવામાં છે. માટે જ તે ઓછામાં ઓછો સમય ધરતી ઉપર રહી છેલ્લે ધરતીના બંધનને તોડી આકાશમાં ઊંચી છલાંગ લગાવી લે છે.

અનિવાર્યપણે લેવો પડતો ક્રોધનો આશરો રન-વે જેવો છે. ક્ષમા એ આકાશ જેવી છે. તમને વધુ રસ શેમાં ? જરૂરિયાત પૂરતો, ઓછામાં ઓછો ક્રોધનો ઉપયોગ કરી ક્ષમાના ગગનમાં ઉડવામાં કે ક્રોધના રન-વે ઉપર જ દોડધામ કરવામાં ? શાંતિથી આત્મનિરીક્ષણ કરી લેવા જેવું છે કે હજુ રસ શેમાં છે - ક્રોધમાં કે ક્ષમામાં ? જો ક્રોધમાં જ રસ હશે તો વિનિપાત દૂર નહીં હોય. જો ઓછામાં ઓછો સમય ક્રોધના 'રન-વે'ના આલંબને રહી વધુમાં વધુ સમય ક્ષમાના ગગનમાં વીતાવવામાં આવે તો જ કલ્યાણ છે.

દીકરા-દીકરીને પણ કંઈક કહેવું પડે તો અતિ તીવ્ર કડવા શબ્દો બોલવાના બદલે વાત્સલ્યથી તેને સમજાવીએ. આપણો ગુસ્સો સાંભળીને એને પણ અંદરથી સંવેદન થાય કે "પપ્પા ભલે મારી ઉપર ગુસ્સો કરે, પણ અંદરથી એમને મારા ઉપર સાચું વાત્સલ્ય છે." (૧) જો દીકરાને આવું સંવેદન થતું હોય, (૨) ખરેખર તમારો ગુસ્સો વાત્સલ્યપ્રેરિત હોય, (૩) તેના આત્માના હિતની કાંક્ષાથી થયેલ હોય, (૪) તમને રસ ગુસ્સો કરવામાં નહીં. પણ દીકરાને પાપથી બચાવવામાં જ હોય (૫) અને એટલે જ તમે જરૂરિયાત કરતાં વધુ એક પણ કડવો શબ્દ ઉચ્ચાર્યો ન હોય તો શાસ્ત્રકારો તે કષાયને પ્રશસ્ત કષાય કહે છે. દીકરા-દીકરીને સુધારવા માટે આ પ્રશસ્ત કષાય છે.

પ્રશસ્ત કષાયને અજમાવનાર સામેવાળાના દિલનો પલટો કરાવીને જ રહે છે. જો આવો વાત્સલ્યમિશ્રિત ઠપકો આપ્યો હશે તો દીકરાને તમારા પ્રત્યે સદ્‌ભાવ ટકેલો રહેશે. અને તો જ ક્યારેક મિત્રો તરફથી કોઈક લાલચ આવશે, લપસવાની તૈયારી થશે ત્યારે તેના અંતરાત્મામાંથી અવાજ ઉઠશે - 'ના, આવું મારાથી ન કરાય. મારા પપ્પાને આ નહીં ગમે.' આમાં જ તમારા પિતૃજીવનની સાચી સફળતા

છે. તમારા અને દીકરા વચ્ચે એક વાત્સલ્યનો સેતુ રચા કષાય પ્રશસ્ત કરવો રહ્યો. અને તેના માટે આ પોલિસી રહી.

ટૂંકમાં, આ 'પ્લેન' પોલિસી એટલું જ કહે છે કે - 'પ્લેનને રન-વે ઉપર વધુ ચાલવામાં પ્લેનનું શ્રેય નથી. ગગનમાં ઉડવામાં જ તેનું કલ્યાણ છે. તેમ ક્રોધને ઓછામાં ઓછો સમય આપવામાં અને વધુને વધુ સમય ક્ષમાના ગગનમાં ઉડવામાં જ આ માનવભવનું સાર્થક્ય સમાયેલું છે.'

આવો, આ 'પ્લેન' પોલિસીના સંદેશાને અપનાવી ક્ષમાના ગગનમાં ઉડીએ...

✺

રૂમાલ આંખના આંસુ લૂંછે છે,
ક્ષમા એ આંસુને મોતી બનાવે છે.

- **નુકાત.**

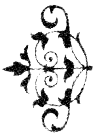
ક્રોધ અઢળક શક્તિ બરબાદ કરે છે.
જ્યારે ક્ષમા અઢળક શક્તિ બચાવી આપે છે.

- **ક્રિસ્ટીન કેશોર.**

તલવારની ધાર કરતા ક્રોધની
ધાર વધુ ખતરનાક છે,
લોહી પાડ્યા વિના જ
મોત લાવી દે છે...

- **ગૌતમ બુદ્ધ.**

33



'પાવર' પોલિસી

એક પ્રશ્ન કરી લઉં - તાકાત કોની વધારે ? પાણીની કે પથ્થરની ? પથ્થર ભલે દેખીતી રીતે અત્યંત નક્કર દેખાતો હોય પણ ટપક...ટપક રીતે પડતું પાણી આખરે એ પથ્થરમાં ખાડો પાડીને જ રહે છે. ગમે તેટલો ય નફ્ફટ પથ્થર આખરે છોલાઈને, ઘસાઈને જ રહે છે. માટે તાકાત પથ્થરની નહીં, પણ પાણીની વધારે છે. પાવર પાણીનો વધુ પાવરફૂલ છે, પથ્થરનો નહીં.

આ જ વાત અધ્યાત્મ જગતમાં પણ લાગુ પડે છે. ક્રોધ ભલે ભયાનક, તાકાતવાન ભાસતો હોય. ક્ષમા નિર્બળ અને દયાપાત્ર લાગતી હોય પણ જે તાકાત ક્ષમામાં છે તે ક્રોધમાં નથી. ક્ષમા આખરે ક્રોધને તોડી પાડીને જ રહે છે. તાકાત નથી ક્રોધની કે એ ક્ષમાના સત્તેજની સામે ટક્કર ઝીલી શકે. તમારા જીવનને જ તપાસી જાઓ. અત્યાર સુધી તમે ક્રોધ રૂપી પથ્થરનો જ ઉપયોગ કરેલ છે. શાંતિ-સમાધિમાં વધારો થયો કે ઘટાડો ?

તમારો જ અનુભવ હશે કે 'ગમે તે હો, પણ શાંતિ-સમાધિમાં સતત ઘટાડો જ નોંધાઈ રહ્યો છે.' આ બાબતના કારણમાં ઊંડા ઉતરશો એટલે સ્પષ્ટ સમજાઈ જશે કે ક્રોધના શરણે જવાથી જ આ હાલત

થઈ છે. એટલું તો તમે માનો જ છો કે - જે શાંતિ-સમાધિમાં વધારો કરે તે વધુ તાકાતવાન. જે શાંતિ-સમાધિમાં ઘટાડો કરે તે નિર્બળ ! હવે એક પ્રયોગ કરી જુઓ. એક દિવસ ક્ષમાને અજમાવી જુઓ. ધીરે ધીરે ૧૫ દિવસ - ૨૦ દિવસ ક્ષમાને = સંપૂર્ણ ક્ષમાને અજમાવી જુઓ. પછી જુઓ કે અત્યાર સુધી ક્રોધને અપનાવવાને કારણે સતત ઘટી રહેલ શાંતિ-સમાધિમાં વધારો નોંધાયો કે નહીં ? રીઝલ્ટ ૧૦૦% પોઝિટીવ મળશે. મતલબ કે વધારો ચોક્કસ થશે જ. આ જ વાત સાબિત કરે છે કે તાકાત ક્ષમાની વધારે છે, ક્રોધની નહીં.

કુમારપાળ રાજાને પ્રતિજ્ઞા હતી કે ચોમાસા દરમ્યાન પાટણની બહાર ન જવું. પાટણની બહારના તમામ દેશોમાં સુચારુ વ્યવસ્થા ચાલુ રહે તે માટે પ્રદેશપતિઓ નીમી જ દીધેલા હતા. આ વાતના સમાચાર ગિઝનીના બાદશાહને મળ્યા. એણે નક્કી કર્યું કે 'ચોમાસામાં જ કુમારપાળ રાજાના પાટણ ઉપર આક્રમણ કરવું. પોતાની પ્રતિજ્ઞાને તો એ ભાંગી નહીં શકે. માટે આ જ સમય યુદ્ધ માટે બરાબર છે.' એમ વિચારી ગિઝનીનો બાદશાહ યુદ્ધ માટે ગુજરાતમાં આવી પહોંચ્યો. પાટણના લોકો આ સમાચારથી ચિંતામાં આવી ગયા. સહુને કુમારપાળ રાજાની પ્રતિજ્ઞા ખ્યાલમાં હતી. જેમ જેમ બાદશાહ નજીક આવી રહ્યો હતો, તેમ તેમ પાટણમાં ખળભળાટ વધતો હતો. છેવટે તેણે પાટણને ઘેરો ઘાલ્યો.

કુમારપાળ રાજા પણ ચિંતામાં પડ્યા. એક બાજુ પ્રતિજ્ઞાધર્મ હતો, બીજી બાજુ રાજધર્મ હતો. બાદશાહના સમાચાર બધે ભય ફેલાવી રહ્યા હતા. જો કોઈ તત્કાલ પગલું લેવામાં ન આવે તો ભારે અરાજકતા ફેલાય તેમ હતું. આથી કુમારપાળ રાજા પૂ. હેમચંદ્રસૂરિ મહારાજને મળે છે. હેમચંદ્રસૂરિ મહારાજના કાને પણ આ વાત આવી હતી. એમણે કુમારપાળ રાજાને આશ્વાસન આપ્યું અને પ્રતિજ્ઞામાં મજબૂત રહેવા કહ્યું. એ જ દિવસે રાતે હેમચંદ્રસૂરિ મહારાજે જાપમાં પ્રણિધાન મૂક્યું. શાસનદેવી હાજર થયા. પહેલેથી વાત થયા મુજબ કુમારપાળ રાજા પણ બાજુમાં જ હતા. શાસનદેવીએ પૂછ્યું -

'ભગવન્ ! શા માટે મને યાદ કરી ?' આચાર્ય મહારાજે જવાબ વાળ્યો - 'વ્રતપાલનમાં સહાયક થવા માટે', 'શી અડચણ પડી ?', 'કુમારપાળ રાજાને ચાતુર્માસ દરમ્યાન પાટણ બહાર ન જવાનો અભિગ્રહ છે. અને આ પ્રતિજ્ઞાનો ગેરફાયદો લેવા માટે ગિઝનીનો બાદશાહ યુદ્ધ માટે આવ્યો છે.'

શાસનદેવીએ કીધું - 'હું હમણાં જ આવી.' અને પલવારમાં શાસનદેવીએ ગિઝનીના બાદશાહને તેના પલંગ સાથે ઊંચકી આચાર્ય મહારાજની સામે રજૂ કરી દીધો. કુમારપાળ પોતાની સામે જ ગિઝનીના બાદશાહને જોઈ ચમકી ગયો. આચાર્ય મહારાજના આ પુણ્યપ્રભાવને મનોમન એ વંદી રહ્યો. ગિઝનીનો બાદશાહ પણ કંઈક જુદું જ વાતાવરણ અનુભવમાં આવતા જાગી ગયો. પોતાની સૈન્યની છાવણીની જગ્યાએ કોઈક બીજી જ જગ્યાનો આભાસ થતાં જ એ સફાળો બેઠો થઈ ગયો. ધ્યાનથી આજુબાજુ જોતા જ એ આશ્ચર્યચકિત થઈ ગયો. પોતાને કુમારપાળ રાજાની બાજુમાં જ જોઈને એ હબક ખાઈ ગયો. પોતાનું જીવન તેને સંકેલાતું લાગ્યું.

પોતાની બધી ઈચ્છાઓ પર પાણી ફરતું લાગ્યું. જો કે આ બધાં વિચારો કરતાં તો એને એ જ વિચાર વધુ સતાવી રહ્યો હતો કે - 'હું અહીં આવી કેવી રીતે ગયો ? પાટણની બહાર મારી છાવણી હતી.' જ્યારે કુમારપાળ રાજાની બાજુમાં જ એક ઓલિયા પુરુષને બેઠેલા જોયા, તેમના મુખ ઉપર વિલસતું અપૂર્વ તેજ જોયું, ત્યારે તેને પ્રતીતિ થઈ ગઈ કે નક્કી આ ફકીરે જ મને અહીં ઉપાડીને મૂકી દીધો છે.

આવી અલૌકિક શક્તિ જોઈને એ તાજ્જુબ થઈ ગયો. ખૂંખાર એવો આ બાદશાહ ગરીબડી ગાય જેવો થઈ ગયો. તરત જ એ આચાર્ય મહારાજના અને કુમારપાળના ચરણોમાં પડી જાય છે. વગર કહ્યે તે બધું જ સમજી જાય છે. પણ, ખરી વાત તો હવે આવે છે. જ્યારે ગિઝનીનો બાદશાહ આ રીતે બંધનઅવસ્થામાં આવી પડ્યો હોય ત્યારે તેને છોડી મૂકવો એ કદાચ રાજનીતિથી વિરુદ્ધ હતું. એને તત્કાલ બંધનમાં લઈ લેવો એ જ રાજનીતિનું કહેવું હતું. રાજનીતિ તોપમાં

શક્તિ માને છે. જ્યારે કુમારપાળરાજા 'ક્ષમા'ના તપમાં વધુ શ્રદ્ધા ધરાવતા હતા. હા ! અવસરે તલવાર પણ ઉપાડવાની જ. પરંતુ શ્રદ્ધા તલવારની તાકાત ઉપર નહીં, કિંતુ ક્ષમાની તાકાત ઉપર હોવી જોઈએ.

કુમારપાળ રાજાને પણ ક્રોધની તલવાર કરતાં ક્ષમાની ઢાલની તાકાત ઉપર વધુ ભરોસો હતો. અને સૂક્ષ્મ રીતે વિચારતા રાજનીતિ પણ દુશ્મનના નાશ કરતાં દુશ્મનાવટના નાશને જ વધુ મહત્ત્વ આપે. એટલે કુમારપાળ રાજાએ દુશ્મનાવટના નાશનું જ ધ્યેય કેળવ્યું. તેમણે ગિઝનીના બાદશાહને મીઠા શબ્દોમાં આવકાર સાથે કીધું - 'બાદશાહ ! આપણી તાકાત જ્યાં કામ ન કરતી હોય, આપણી બુદ્ધિ જ્યાં કામ ન કરતી હોય, ત્યાં પણ કોઈક વ્યક્તિ, દિવ્ય શક્તિ કાર્ય કરી રહી હોય છે. તેને માન આપવામાં જ આપણું શ્રેય છે. આપણા બન્નેનો મેળાપ આ સંતપુરુષને કારણે થયો છે. પાટણની બહાર ચોમાસા દરમ્યાન ન નીકળવાનો મારો અભિગ્રહ તમારી જાણમાં જ છે. આ અભિગ્રહ મને આપનારા આ જ સંતપુરુષ છે. અને આજે આ જ સંતપુરુષે તેનું અણીશુદ્ધ પાલન કરવા માટે મને ગજબ સહાય કરી છે.

ગભરાશો નહિ. તમે ભલે મારનારા હો. અમે તો મારનારને પણ જીવાડનારા છીએ. બોલો ! તમારી ધારણા શી છે ? અમારે તમને ફાંસીએ પણ નથી ચડાવવા કે જેલમાં પણ નથી પૂરવા. અમારે તો તમને ગિઝનીના બાદશાહ તરીકે પાછા ગિઝનીમાં સ્થાપવા છે. બોલો, તમે શું ઈચ્છો છો ?' બાદશાહ આ સાંભળીને ગળગળો થઈ ગયો. દુશ્મન હાથમાં આવે પછી તેને જીવતો છોડી મૂકવામાં મૂર્ખતાની પરિસીમા માનનારો આ બાદશાહ કુમારપાળરાજાની આ ઉદાત્ત ભાવનાને જોઈ પીગળી ગયો. પથ્થર જાણે પીગળ્યો. હેમચંદ્રસૂરિ મહારાજ પણ કુમારપાળ રાજાની ક્ષમા ઉપરની શ્રદ્ધા જોઈ રાજી થયા. કોઈ પણ શરત વિના રાજા તેને ક્ષમા આપવા તૈયાર થયો હતો.

બાદશાહે જવાબ વાળ્યો - ''રાજાધિરાજ ! હું તો તમારો કેદી છું. મારી તાકાત શી છે હવે ? છતાં આપ મને ગિઝનીનો બાદશાહ બનાવો જ છો, ત્યારે હું મારા તરફથી એક ખાતરી આપું છું કે આખા

ગિઝની રાજ્યમાં હું છ મહિનાનો અમારિ પટહ વગડાવીશ અને આપ આપના ઈષ્ટદેવની પૂજા કરો ત્યારે પહેરવા માટેના સારામાં સારા કપડાની જોડ મોકલીશ. અમારે ત્યાંનું એ પ્રકારનું કાપડ સારામાં સારું થાય છે. આપ જીવનભર રોજે રોજ નવી જ જોડ પૂજા માટે વાપરી શકશો તેવો બંદોબસ્ત હું કરી આપીશ !''

આ તાકાત છે ક્ષમાની ! ખૂંખાર પણ બાદશાહ નમ્ર થઈ ગયો. તોપથી તેને હરાવવા ગયા હોત કે તલવારથી જો તેને ખતમ કરી નાંખ્યો હોત તો ભવાંતરમાં ય વૈરની પરંપરા ચાલત. ગુજરાતમાં ગિઝનીના હુમલાનો ભય સદા તોળાતો રહેત. કુમારપાળ રાજાની શ્રદ્ધા ક્ષમાની તાકાત ઉપર હતી અને એનું જ આ મીઠું પરિણામ આવ્યું.

સામેવાળી વ્યક્તિ ગમે તેટલી હેરાનગતિ કરે છતાં જો તમને ક્ષમાની તાકાત ઉપર ભરોસો હશે તો ગુસ્સો તમારાથી થઈ શકશે જ નહીં. સામેવાળી વ્યક્તિ તમને હેરાન કરે ત્યારે તમે તેના ઉપર ગુસ્સો કરો છો. કારણ કે, તમારા મનમાં ઊંડે ઊંડે પણ ગુસ્સા ઉપર વધારે શ્રદ્ધા છે. તમને એવું લાગે છે કે - 'ગુસ્સો કરીશ, એટલે આ વ્યક્તિ સીધીદોર થઈ જશે. એને પણ બરાબર ખ્યાલ આવી જશે કે કોઈકને હેરાન કરવાનું ફળ શું મળે ?' મતલબ કે હજુ પણ ક્ષમાની તાકાત ઉપર ભરોસો નથી. જો વિશ્વાસ હોય કે **'જે પરિણામ ક્ષમા દ્વારા મને પ્રાપ્ત થશે તે પરિણામ ગુસ્સા દ્વારા મળી શકે તે શક્ય જ નથી. જો મારે ઉજ્જ્વળ પરિણામ જોઈતું હોય તો ક્ષમાનું શરણું લીધા વિના કોઈ છૂટકો નથી,'** તો પછી ક્રોધ થાય જ શી રીતે ?

આ વિશ્વાસ ગમે તેવી કષાયની આગને ઠારી દેવા માટે પાણીની ગરજ સારશે. પણ, એ વિશ્વાસ અંદરમાં ખરેખરો પ્રગટવો જોઈએ. ગમે તેટલી ગિરદીમાંય તમે તમારું ખીસ્સું કપાઈ ન જાય તેની જ સાવધાની રાખો છો, તેમ કોઈ ગમે તેટલી હેરાનગતિ કરે તો પણ ક્ષમાનું ખીસ્સું કપાઈ ન જાય તે જોવાની જવાબદારી તમારી છે. પણ, જેટલી કિંમત પૈસાની સમજાઈ છે તેટલી ક્ષમાની નથી સમજાઈ. માટે જ પૈસાને સાચવવા માટે જેવી મહેનત તમારી છે, તેનાથી દસમા ભાગની મહેનત

પણ ક્ષમાને સાચવવાની નથી. ક્ષમાની ખરેખરી કિંમત જો સમજાશે તો અવશ્ય ક્ષમાની તાકાત ઉપર વિશ્વાસ પ્રગટશે. અને તો જ ગુસ્સાની તાકાત ઉપરથી વિશ્વાસ ઉતરશે.

ક્રોધ અધ્યાત્મજગતમાં પાયમાલી નોંતરનાર છે. ક્રોધના પનારે પડનાર અધ્યાત્મજગતમાં નીચે ગગડ્યા વિના રહેતો નથી. અધ્યાત્મજગતમાં ઉચ્ચકોટિનું સ્થાન બક્ષનાર તો ક્ષમા છે. એની તાકાત એ એની જ છે. અંગારો ગમે તેટલો ય ભડભડતો હોય, પણ નદીની સામે એ વામણો છે. ક્ષમા નદી જેવી છે, ક્રોધ અંગારા જેવો છે. જો અંતરમાં એક વાર ક્ષમાની નદી વહેવા માંડશે, પછી ક્રોધના ગમે તેવા ય અંગારાઓને એ ઠારી દેશે.

ક્ષમાની નદી ત્યારે વહેશે કે જ્યારે બીજાને ઉઘાડા પાડવાની, બીજાના દોષોને ઉઘાડવાની તક તમે જતી કરતા શીખશો. સામેવાળાનો દોષ ઉઘાડવાની તક મળી નથી કે તમે તેને ઝડપી નથી. તમે જેટલા સામેવાળાના દોષો ઉઘાડા પાડશો, તેટલો જ તે તે દોષ પ્રત્યે તે નિષ્ઠુર બનશે. પરિણામે તમે સુધરવાની તક તેના હાથમાંથી ઝૂંટવી લો છો. જો દોષો ઉઘાડા પાડ્યા ન હોત તો કદાચ એ સુધરી શકત. પણ જ્યારે તમે કોઈના દોષોને ઉઘાડા પાડો છો ત્યારે તેની સુધરવાની ઈચ્છા પણ નષ્ટ થઈ જાય છે. અને તેમાં નિમિત્ત બનવાનું દુર્ભાગ્ય તમારા લલાટે લખાઈ જાય છે.

ખંધક મુનિ હોય કે ચિલાતીપુત્ર મુનિ હોય, અવંતિસુકુમાલ મુનિ હોય કે ગજસુકુમાલ મુનિ હોય, અર્ણિકાપુત્ર આચાર્ય હોય કે ધર્મરુચિ અણગાર હોય, દરેક મહાત્માઓએ મરણાંત કષ્ટ વચ્ચે પણ અંતરમાં ક્ષમાની નદીને વહેતી રાખી પોતાનું કામ સાધી લીધું. અપમાનના પ્રસંગોમાં પણ અંતરમાં સહનશીલતાનું ઝરણું વહાવી મોક્ષ મેળવી લીધો. મેતારજ મુનિએ ક્ષમા રાખી તો સોનીને પણ મોક્ષ ભેટમાં આપ્યો. સોનીને પણ સુધરવાની તક મળી. ઋષિહત્યા કરનાર માટે શાસ્ત્રકારોએ અનંત સંસાર બતાવ્યો હોવા છતાં મેતારજ મુનિની અવ્વલ

ક્ષમાના પ્રતાપે સોનીને પોતાનો અનંત સંસાર સાફ કરી નાંખવાની તક મળી. જો મહાત્માએ સામનો કર્યો હોત તો મહાત્મા કે સોની કોનો મોક્ષ ક્યારે થાત - તે શી રીતે કહી શકાય ? ઉપરાંતમાં પક્ષીનો પણ ઘાત થયો હોત.

સંદેશ સ્પષ્ટ છે. તાકાત પાણીની વધારે છે, પથ્થરની નહીં. તેમ તાકાત ક્ષમાની વધારે છે, ક્રોધની નહીં. સત્ય આ છે, પ્રતીતિ હોવી ન હોવી એ જુદી વસ્તુ છે. પણ આ સનાતન સત્યને સ્વીકારનારા તરી ગયા, સાથે કેઈ કેટલાયને તારી ગયા. પણ, આ સત્યને ન અપનાવનારા દુઃખી દુઃખી થઈ ગયા છે.

પાવર પોલિસીનો આ સંદેશો સ્પષ્ટ છે. તમારે કોના ઉપર શ્રદ્ધા કેળવવી છે ? તે હવે તમારે વિચારવાનું છે. એક વાર તો આ પોલિસીને અપનાવી જ જુઓ, ખરેખર આધ્યાત્મિક ફેરફાર જણાશે.

✻

ક્રોધ અને અસહિષ્ણુતા -
સમજણના જન્મજાત વૈરી.
- **મહાત્મા ગાંધી.**

✻

સાધનાનું પ્રથમ પગથિયું :
જીભની પવિત્રતા =
ક્રોધરહિત મધુરી વાણી
- **સત્ય સાંઈબાબા.**

૩૪

'પનીશમેન્ટ' પોલિસી

સંયોગવશ, કર્મના દબાણ વશ કદાચ ક્રોધ થઈ જાય તો પનીશમેન્ટ પોલિસી અપનાવવા જેવી છે. દંડ રાખવાથી તરત જ ક્રોધ કાબૂમાં આવશે. મનને બિલકુલ જ પસંદ ન પડે તેવો આકરો દંડ રાખવો. પછી દિવસમાં ૨૫ વાર ગુસ્સો આવતો હશે તેની જગ્યાએ ૧૦ વાર અને ૫ વાર જ ગુસ્સો તમે કરી શકશો. વાચિક ગુસ્સો હોય, સામેવાળાને ઘા લાગે તેવું બોલ્યા હો, તેના માટે જ પહેલા દંડ રાખવો. પછી માનસિક ગુસ્સા માટે પણ દંડ રાખવો. દંડ સીધો સાદો નહીં. પણ આકરો રાખવો.

ગુસ્સા માટે સૌથી સારામાં સારો દંડ એટલે જેના ઉપર તમે ગુસ્સો કર્યો, તેને રૂા.૧૦૦૦, રૂા.૧૦૦ કે રૂા.૫૦ આપી દેવા. એ પણ ત્યાં ને ત્યાં જ. ત્યારે જ કદાચ તમને ધાર્યા કરતાં પણ સારું રીઝલ્ટ મળશે. પણ, આવી સજા રાખ્યા પછી કસોટી પણ આવે. જો કસોટીમાંથી પાસ થઈ ગયા તો કંચન, બાકી કથીર. પૂનામાં આ જ વાત મેં વ્યાખ્યાનમાં મૂકી. તે સાંભળી ઘણા બધાંએ ઊભા થઈ જાહેરમાં આ બાધા લીધી કે જેના ઉપર ગુસ્સે થઈએ તેને રૂા. ૧૦૦ આપી દેવા.

તે લોકોની આ પ્રતિજ્ઞા સાંભળી ઘણાને ટીખળ કરવાનું મન થયું. એક ભાઈ જેવા વ્યાખ્યાનહોલની બહાર આવ્યા કે કસોટી શરૂ થઈ. વ્યાખ્યાનહોલમાંથી બહાર નીકળતા જ ચપ્પલ ગાયબ થઈ ગયા. ચપ્પલ ચોરનારને આશા હતી કે કદાચ ચપ્પલ ચોરાવાને કારણે ચપ્પલ ચોરનાર ઉપર ગુસ્સો કરે તો મને રૂા.૧૦૦ મળી જાય. પરંતુ પ્રતિજ્ઞા તાજી જ હતી. એટલે મન ઉપર કાબૂ રાખી શક્યા. દેરાસરમાં પૂજારીને પણ સમાચાર મળી ગયા હતા કે 'જો આ ભાઈ ગુસ્સે થશે તો રૂા. ૧૦૦ ની બક્ષીસ મળશે.'

તેણે પણ તૈયારી કરી રાખી હતી. કેસરની વાટકી ગાયબ થઈ ગઈ, કળશ ગાયબ થઈ ગયા. થઈ શકે તેટલી રીતે છૂપા છૂપા હેરાન કરવાના પ્રયત્નો પૂજારીએ કર્યા. પણ, એ ગુસ્સે થયા નહીં. પૂજારીની કારી ફાવી નહીં.

ઘરે આજે પત્નીએ પણ પરીક્ષા કરવાનું નક્કી કરી રાખ્યું હતું. રસોઈ આજે સાવ જ બેકાર બનાવી હતી. તેમનું અણગમતું શાક જ આજે બન્યું હતું. મનમાં થોડી ઉદ્વિગ્નતા આવી. છતાં વચનમાં ગુસ્સો પ્રગટ ન કર્યો. થોડું ઘણું જમી નીકળી ગયા. દુકાનમાં તો શાંતિથી સમય પસાર થઈ ગયો. સાંજે ચોવિહાર કરવા ઘરે આવ્યા. પત્નીએ એક જુદા જ પ્રકારની પરીક્ષા કરવાનું નક્કી કર્યું હતું.

દીકરો પણ પરિણામ જોવા આતુર હતો. આખો દિવસ તો ગુસ્સા ઉપર કાબૂ રાખી શક્યા હતા. સાંજે ઘરે આવ્યા ત્યારે ઢોંસા -ચટણી બનાવ્યા હતા. પોતાની ભાવતી આઈટમ ! બપોરની ભૂખ પણ લાગી હતી. માનસિક થોડી ઘણી રાહત થઈ. ઢોંસા જમવા બેઠા. પણ, ચટણીમાં બિલકુલ મીઠું જ ન હતું નાખ્યું. ચટણી વિના તો ઢોંસા વાપરવાની મઝા જ મારી જતી હતી. અને એ ગુસ્સામાં આવી બોલી ઉઠ્યા, 'રસોઈ બનાવતા આવડે છે કે નહિ ? આ ચટણીમાં મીઠાનો એક છાંટો ય નથી.' ત્યાં જ દીકરો બોલી ઉઠ્યો - ''પપ્પા રૂા.૧૦૦ ની ચટણી થઈ ગઈ !''

ગુસ્સાને કાબૂમાં લેવા માટે પૈસાનો દંડ ખૂબ કારગત નીવડશે.

જેની ઉપર ગુસ્સો આવે તેને ત્યાં જ રૂા. ૧૦૦ કે રૂા. ૧૦૦૦ આપી દેવા. જેના ઉપર ગુસ્સો આવે તે વ્યકિત જો પરિવારની જ હોય તો રૂા. ૧૦૦ કે રૂા. ૧૦૦૦ સાધારણ ખાતામાં આપી દેવા.

દાદરમાં શિબિરની અંદર આ જ વાત મૂકી હતી. એક યુવાને આ નિયમ સ્વીકાર્યો. બીજા રવિવારે તે યુવાન મને મળવા આવ્યો અને વાત કરી કે ''સાહેબ ! આ નિયમ લીધા પછી તો ક્રોધનું સૂરસૂરીયું થઈ ગયું. ગયા રવિવારે શિબિર બાદ સાંતાક્રુઝ જવા ટેક્સીમાં બેઠો. ડ્રાયવરે ચાલાકી કરી લાંબો રસ્તો લીધો. થોડી વાર થયા બાદ મને ખ્યાલ આવ્યો.

મેં ડ્રાયવરને ખખડાવી નાંખ્યો. ત્યાં જ મને મારો નિયમ યાદ આવ્યો. જે ડ્રાયવરે મને છેતર્યો તેને મારે રૂા. ૧૦૦ આપવાના આવ્યા હતા. ભારે ગડમથલ મનમાં ચાલી. નિયમ લીધો હતો એટલે બીજો કોઈ વિચાર કરવાનો હતો નહીં. જ્યારે મને તેણે સાંતાક્રુઝ ઉતાર્યો ત્યારે છેલ્લે મેં એના હાથમાં ભાડા ઉપરાંતમાં રૂા.૧૦૦ ની નોટ મૂકી. ડ્રાયવર આશ્ચર્યચકિત થઈ ગયો. ડ્રાયવરના મનમાં એમ કે હવે તો ભાડાના પૈસા પણ પૂરા નહીં આપે. પરંતુ જ્યારે એના હાથમાં રૂા. ૧૦૦ ની નોટ ભાડા ઉપરાંતમાં આવી ત્યારે પલભર તો તે મારી સામે જોઈ જ રહ્યો. એની મૂંઝવણ હું કળી ગયો.

મેં તેને કીધું - 'દોસ્ત ! તેં મારી સાથે છેતરપિંડી કરી. છતાં ય તને મેં રૂા. ૧૦૦ વધારામાં આપ્યા છે. કારણ કે આજે જ અમારા મહારાજ સાહેબની શિબિરમાં મેં નિયમ લીધો છે કે જેના ઉપર ગુસ્સો આવે તેને મારે રૂા.૧૦૦ આપવા. માટે મેં તને રૂા. ૧૦૦ વધારે આપ્યા છે. એટલે મારી એક વાત માનજે કે કોઈને ફરીથી આ રીતે છેતરતો નહીં.' મારી વાત સાંભળીને ટેક્ષી ડ્રાયવર ચકિત થઈ ગયો.

એણે લાગણીભર્યા સ્વરે કીધું કે - 'શેઠ ! આ જમાનામાં મારી પણ લાચારી છે. છતાં ય આપની વાતનો હું અમલ કરીશ. એક વાત નક્કી કે દર રવિવારે હવે તમને ટેક્ષીમાં લઈ જવા હું જ આવીશ.'

ટેક્ષી ડ્રાયવરની આ વાત સાંભળી મારો પણ ગુસ્સો ઓગળી ગયો. આ અઠવાડિયામાં આવા તો ઘણાં પ્રસંગો બની ગયા છે. પણ દરેક વખતે જ્યારે જ્યારે મેં સામાવાળાના હાથમાં રૂા.૧૦૦ ની નોટ મૂકી છે ત્યારે ત્યારે રૂા. ૧૦૦ ની નોટના પ્રતાપે મારા અને સામેવાળાના મનની કડવાશ દૂર થઈને જ રહી છે.''

ટૂંકમાં, આ 'પનીશમેન્ટ' પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે કે ''ઘરમાં પેસી ગયેલા ગુંડાને બહાર કાઢવા માટે જો દાંડો હાથમાં લેવો જ પડે છે તો **અનાદિ કાળથી મનઘરમાં ઘૂસી ગયેલાં આ ક્રોધરૂપી ગુંડાને કાઢવા માટે સજાનો રાહ લીધા વિના છૂટકો જ નથી.** ક્રોધ વાતોનો ભૂત નથી પણ લાતોનો ભૂત છે. માટે જો વાતોથી એ ન જાય તો લાત મારીને પણ તેને કાઢે જ છૂટકો. *'लातों के भूत बातों से नहीं मानते'* - આ કહેવત તો સાંભળી છે ને ?''

બસ, 'પનીશમેન્ટ' પોલિસીના આ સંદેશાને સ્વીકારી ક્રોધ માટે એવો આકરો દંડ નક્કી કરો કે ક્રોધ ઊભી પૂંછડીએ ભાગીને જ રહે.

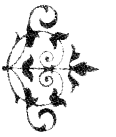
✺

વિકૃત અથવા અપૂર્ણ આશાઓ
ક્રોધને ઉત્પન્ન કરનાર છે.
- **ઍલિયટ લાર્સન.**

ક્રોધથી બે ચીજ તો અવશ્ય મળે છે :
હતાશા અને નિરાશા.
- **લીન ઑસ્ટેન.**

૩૫

'મેગ્નેટ' પોલિસી



મોચી સાંજના સમયે દુકાન સંકેલે ત્યારે બચેલા ચામડાના ટુકડાઓને સીધે સીધા હાથમાં નથી લેતો. કારણ કે તેમાં રહેલી નાની -નાની ખીલી વાગી જવાનો ભય છે. ચામડાનો સ્પર્શ કરતાં પહેલા બધે મેગ્નેટ = લોહચુંબક ફેરવે છે, જેથી છૂટી પડેલી ખીલી લોહચુંબકમાં ચીપકી જાય અને જ્યારે પોતે ચામડું લે ત્યારે પોતાનો હાથ લોહિયાળ થઈ ન જાય. આત્મદોષનું નિરીક્ષણ એ એક લોહચુંબક છે. તે લોહચુંબકને મનમાં એક વાર બધે ફેરવી દો. જે કોઈ પણ સ્વદોષની ખીલીઓ હશે તે તેમાં ચીપકી જશે. પછી ક્રોધથી તમે લોહીલુહાણ થશો નહીં.

ક્રોધને કાબૂમાં લેવાનો રામબાણ ઈલાજ છે સ્વદોષનિરીક્ષણ! કોઈની ઉપર ગુસ્સો કરતાં પહેલાં ક્ષણ વાર મગજને તસ્દી આપો કે 'જે ભૂલ માટે હું સામેવાળા ઉપર ગુસ્સે થાઉં છું, તે ખરેખર મારામાં છે કે નહીં ? શું ખરેખર સામેવાળાનો જ વાંક છે ? કે પછી મારો પોતાનો પણ એટલો જ વાંક છે ? શું મારા હાથે પણ આવી ભૂલ થવી સહજ નથી ? સામેવાળી વ્યક્તિએ જે ભૂલ કરી છે, તે જ ભૂલ મારા હાથે થાય તો શું હું મારી જાતને પણ આટલી સજા કરું ?'

આ એક એક પ્રશ્ન આત્માને ઢંઢોળી ઢંઢોળીને પૂછો. તમને પોતાને અનુભવાશે કે મારો ગુસ્સો વ્યર્થ છે, નકામો છે. સામેવાળી વ્યક્તિ કરતાં તો વધારે ઠપકાપાત્ર અને સજાપાત્ર તો હું જ છું. ગુસ્સો તો ખરેખર મારે મારી જાત ઉપર કરવા જેવો છે, બીજા ઉપર નહીં. આવો અનુભવ તો જ થશે જો સાચા અર્થમાં સ્વદોષદર્શન કર્યું હશે. જો ખરેખર સ્વદોષદર્શન કરતાં આવડે તો બીજાની ગમે તેવી ભૂલ પણ ગુસ્સાપાત્ર તો ન જ લાગે.

દરેક વ્યક્તિ કોઈને કોઈ દોષોથી ભરેલી છે. એમાં તમે અને હું પણ બાકાત નથી. પરંતુ મહત્ત્વનો પ્રશ્ન એ છે કે પોતાના દોષો અને સામેવાળાના ગુણો જોતાં આવડ્યા ખરા કે પછી પોતાના ગુણો અને સામેવાળાનાં દોષો જ જોયે રાખ્યા છે ? અનાદિ કાળથી આ જ કુટેવને કારણે મારું અને તમારું ઠેકાણું પડ્યું નથી. દુર્લભ એવા આ માનવભવમાં પણ જો આ જ કુટેવને વધુ પુષ્ટ કરવાની હોય તો ભવિષ્ય ઉજળું બને તેવી કોઈ શક્યતા નથી.

એક વાર દ્રોણાચાર્યજીએ યુધિષ્ઠિરને વાત કરી કે - 'તને આ નગરીમાં જે જે દુર્જન દેખાય તેને આજ સાંજ સુધીમાં લઈ આવજે.' યુધિષ્ઠિર પણ દ્રોણાચાર્યજીની વાતને સ્વીકારી નગરીમાં તપાસ માટે નીકળી પડ્યા. દરેકે દરેક વ્યક્તિને તપાસી પણ કોઈ વ્યક્તિ યુધિષ્ઠિરને દુર્જન દેખાઈ નહીં. દરેકે દરેક વ્યક્તિમાં તેમને કોઈને કોઈ ગુણનાં જ દર્શન થયા. દુર્યોધનમાં પણ ૯૯ ભાઈ પ્રત્યેનો પ્રેમ દેખાયો. સાંજ થયે તે દ્રોણાચાર્યજી પાસે પાછા ફર્યા. દ્રોણાચાર્યજીએ પૂછ્યું - 'દુર્જન ક્યાં ?' યુધિષ્ઠિરે જવાબ આપ્યો - 'ગુરુદેવ ! આપની સામે જ હાજર છે. હસ્તિનાપુરમાં તો મને હજુ સુધી કોઈ દુર્જનની ભાળ મળી નથી. એક માત્ર હું છું કે જેને દુર્જનની યાદીમાં આપ મોખરાનું સ્થાન આપી શકો છો.' દ્રોણાચાર્યજીએ 'સારું' કહી વાત આટોપી લીધી.

બીજે દિવસે દુર્યોધનને દ્રોણાચાર્યજીએ આ જ વાત કહી. પણ તેમાં દુર્જનને બદલે સજ્જનને શોધી લાવવાનું કામ સોંપ્યું. દુર્યોધને પણ નગરીના દરેક માણસને તપાસી લીધાં. પણ એકેય વ્યક્તિ

દુર્યોધનને સજ્જન લાગી નહીં. દરેકે દરેક વ્યક્તિમાં કોઈને કોઈ દોષ દુર્યોધનને મળી ગયા. યુધિષ્ઠિરમાં ય જુગારનો દોષ દેખાયો. સાંજે દ્રોણાચાર્યજી પાસે તે આવ્યો. દ્રોણાચાર્ય પૂછે છે 'સજ્જન ક્યાં ?' દુર્યોધને વાત કરી કે - 'આપની સામે જ હાજર છે. આખી નગરીમાં મારા સિવાય કોઈ સજ્જન વ્યક્તિ આપને નહીં મળે.'

ગુણો માત્ર પોતાના જ જોવા અને દોષો પોતાના સિવાય આખી દુનિયાના જોવા એ દુર્યોધનદૃષ્ટિ છે. જ્યારે દોષો માત્ર પોતાના જ જોવા અને ગુણો પોતાના સિવાય આખા જગતના જોવા એ યુધિષ્ઠિરદૃષ્ટિ છે. યુધિષ્ઠિરમાં રહેલી સજ્જનતા એને પારકાના દોષો જોવા દેતી નથી અને પોતાના દોષો દેખાડ્યા વિના રહેતી નથી. જ્યારે દુર્યોધનમાં રહેલી દુર્જનતા દુર્યોધનને પોતાના દોષો દેખવા દેતી નથી અને આખા જગતના દોષો દેખાડીને જ રહે છે. જે પોતાના દોષોને અને બીજાના ગુણોને હૃદયથી જોઈ શકે અને સ્વીકારી શકે તે જ ખરેખરો સજ્જન છે. જે પોતાના દોષોને જોઈ શકતો નથી અને પારકાના દોષોને જોયા વિના રહેતો નથી, તે તો દુર્જનનો ય દુર્જન છે.

કોઈ જ્યારે તમારું અપમાન કરે, ભૂલ દેખાડે ત્યારે યુધિષ્ઠિરદૃષ્ટિથી વિચારો કે સામેવાળી વ્યક્તિએ જે અપમાન કર્યું, ભૂલ કાઢી તેમાં તથ્યાંશ છે કે નહીં ? સામેવાળી વ્યક્તિએ દેખાડેલી ભૂલ ખરેખર મારામાં છે કે નહીં ? જો કોઈ ભૂલ દેખાડે ત્યારે આટલો વિચાર કરવાની પણ સ્વસ્થતા રાખી શકો તો ગુસ્સા ઉપર કાબૂ આવ્યા વિના નહીં રહે. કદાચ કોઈ ભૂલ દેખાડે ત્યારે ને ત્યારે જ આટલું વિચારવાની સ્વસ્થતા ન રહેતી હોય તો રોજ સવારે અને સાંજે પાંચ-પાંચ મિનિટ આત્મનિરીક્ષણ કરવાનું રાખો. તેમાં તમારી આખી દિનચર્યાને તપાસી જાવ. જેટલી જેટલી વાર પણ તમને ગુસ્સો આવ્યો છે તે દરેકમાં તમારી જવાબદારી કેટલી છે ? તમે કોઈની સાથે અન્યાય તો કરી બેઠા નથી ને ?

જો આત્મનિરીક્ષણ કરતાં આવડશે તો ક્યારેક ઘણી મોટી નુકસાનીમાંથી તમે બચી શકશો. એક ખેડૂત અને તેની પત્ની ઘીના ઘડાથી ભરેલાં ગાડા સાથે શહેરમાં આવ્યા. તેઓ ઘી વેચવા માટે આ

રીતે ઘણી વાર ગામડામાંથી શહેરમાં આવતા. આ વખતે તેઓ પાસે ઘી પણ સારી ગુણવત્તાવાળું અને ઘણાં પ્રમાણમાં હતું. ઘીની સોડમથી જ ઘણા ઘરાકો ઘી માટે આવી પહોંચ્યા હતા. ખેડૂત ઘરાકોને ઘી દેખાડતો અને આપતો. તેની પત્ની ગાડામાંથી ઘીના ઘડા ખેડૂતને આપતી. આ આપ-લેમાં એક વાર ગમે તે કારણસર એક ઘડો ફૂટી ગયો. ખેડૂત તરત ગુસ્સામાં આવી બોલી ઊઠ્યો - 'અલી ! તને આપતા આવડતું નથી ? આટલું સારું ઘી ઢોળી નાંખ્યું ?' આ સાંભળી પત્ની પણ છંછેડાઈ ગઈ કે 'તમારે બરાબર પકડવું નથી ને વાંક મારો કાઢવો છે ! આ ક્યાંનો ન્યાય ? ભૂલ તમારી છે અને ઠપકો મને આપો છો.' આ સાંભળી પતિ વધુ ગુસ્સે ભરાયો. તેણે સામો પ્રતિવાદ કર્યો. ધીરે ધીરે વાતે ઉગ્ર સ્વરૂપ પકડ્યું. બોલાચાલી વધી ગઈ. એકબીજા ઉપર દોષારોપણ કરતાં ગયાં. અને પછી તો જૂની-જૂની વાતો ઉખેડી ઉખેડીને બંનેનો આક્રોશ વધતો જ ગયો, વધતો જ ગયો. વાત મારામારી સુધી પહોંચી ગઈ. તમાશાને તેડું ન હોય. લોકો તમાશાને જોવા ભેગા થયા.

પણ પતિ-પત્ની તો પોતાના ઝઘડામાં જ ખૂંપી ગયા હતા. એમને ઝઘડામાં ડૂબેલા જોઈ, એક ઠગ વ્યક્તિ આવી એક ઘીનો ઘડો ઉપાડી ગઈ. એને જોઈ બીજી વ્યક્તિ પણ ઉપાડી ગઈ. એમ કરતાં -કરતાં ઘીના બધા ઘડા ચોરાઈ ગયા. કેટલાંક ધૂતારાઓ તો તેમનું ગાડું પણ ઉપાડી ગયા. મારામારીમાંથી એ બન્ને બહાર આવ્યા ત્યાં સુધીમાં તો એમનું બધું લૂંટાઈ ગયું હતું. જ્યારે એ બન્નેને આ સત્યનું ભાન થયું ત્યારે ઘણું મોડું થઈ ચૂક્યું હતું. હવે તો પોતાની મૂર્ખામી ઉપર રડ્યા સિવાય બીજો કોઈ રસ્તો તેમની પાસે બચ્યો ન હતો.

જો બન્નેએ બીજાની ભૂલને જોવાને બદલે પોતાની ભૂલને જોઈ હોત તો બાહ્ય અને અભ્યંતર બંને નુકસાનીમાંથી ઉગરી જાત. 'મારી ભૂલ થઈ ગઈ' - એટલું જો બોલતા આવડ્યું હોત તો મહાભારત ન સર્જાત. પરદોષદર્શન એ બીજા પ્રત્યે અસદ્‌ભાવ પેદા કરે અને આ અસદ્‌ભાવમાંથી ક્રોધ પ્રગટ્યા વિના રહેતો નથી. તમે મેગ્નેટ ફેરવો છો પણ એ મેગ્નેટ બહાર ફેરવો છો. હવે એ મેગ્નેટને અંદરમાં ફેરવવાની

જરૂર છે. અનાદિ કાળથી બહાર તરફનું મેગ્નેટ એટલું પાવરફુલ છે કે બીજાનો એક પણ દોષ તમારી નજરમાંથી બહાર નીકળતો નથી. હવે એ જ મેગ્નેટ અંદરમાં ફેરવવાની જરૂરત છે. જેથી તમારો એક પણ દોષ તમારી નજરની બહાર ન રહે. બાકી પેલા ઊંટ જેવી હાલત તમારી થઈ જશે.

સ્કુલમાં એક વાર્તા ભણાવવામાં આવતી કે એક ઊંટ, પ્રાણીઓની અવર-જવરના રસ્તે અડ્ડો જમાવીને બેસી જતો. પછી એ રસ્તે જે પણ પ્રાણી પસાર થાય એની કાંઈ ને કાંઈ ખોડખાંપણ બતાવ્યે જ રાખે. કૂતરાની પૂંછડી વાંકી, હાથીની સૂંઢ વાંકી, વાઘના નખ વાંકા, પોપટની ચાંચ વાંકી, સિંહની કેશવાળી વાંકી, ભેંસના શીંગડા વાંકા.. બધાં જ પ્રાણીઓ એનાથી કંટાળી ગયા. છેલ્લે શિયાળે તો ઊંટને સંભળાવી જ દીધું કે - 'ભાઈ સા'બ ! અમારાં બધાનાં તો એક-એક અંગ વાંકા છે, જ્યારે તારા તો અઢારે અંગ વાંકા છે.' ઊંટ બિચારું વિલખું પડી ગયું.

હવે નક્કી કરો કે - 'મારે મારાં દોષો પ્રત્યે લાલ આંખ રાખવી છે.' અત્યાર સુધી સ્વદોષ પ્રત્યે મીઠી નજર રાખીને દોષોને તગડાં જ કરવાનું કામ કરેલ છે. સ્વદોષોનો બચાવ જ કરેલ છે. પોતાની ભૂલને વ્યાજબી જ ઠેરવવાનો પ્રયત્ન કરેલ છે.

દીકરા ઉપર કોઈ વાંક-ગુના વિના ક્રોધ કરી દીધા પછી પણ પશ્ચાત્તાપ હોતો નથી. પણ બચાવ જ હોય છે કે - જો દીકરાને દાબમાં ન રાખીએ તો દીકરો વંઠેલ થઈ જાય. સંતાનઘડતર એવું નામ આપીને સ્વક્રોધનો તમે બચાવ કર્યો છે. સ્વમાનના નામે તમારા અભિમાનનો પણ સ્વબચાવ કર્યો છે. કરકસર એવું નામ આપીને તમે લોભનો પણ બચાવ જ કરેલ છે.

એક ભાઈએ ઉદાર દિલથી સંઘ કાઢ્યો. સંઘમાળ વખતે બધાંએ સંઘની ખૂબ-ખૂબ અનુમોદના કરી. સંઘમાં નિશ્રા આપનાર મહારાજ સાહેબ આ ભાઈની એક નબળી કડીના જાણકાર હતા. તેમને એ નબળી

કડીથી છોડાવવા માટે મહારાજ સાહેબે સંઘમાળના દિવસે વ્યાખ્યાનમાં વાત મૂકી કે - ''સ્ટીમર ગમે તેટલી મોટી હોય છતાં તેમાં પડેલ એક કાણું પણ આખી સ્ટીમરને જેમ ડૂબાડી શકે છે, ગમે તેટલા સ્વાદિષ્ટ ગુલાબજાંબુમાં રહેલી કાંકરી જેમ તેને બેસ્વાદ બનાવી શકે છે, તેમ જીવનમાં ગમે તેટલાં ગુણો હોય પરંતુ જીવનમાં પેસી ગયેલો એક દોષ જીવનને બેકાર અને બેસ્વાદ કરી મૂકે છે.''

મહારાજ સાહેબની આ પ્રેરણા એ ભાઈને સ્પર્શી ગઈ. એમણે પણ સિદ્ધાચલ ઉપર પોતાની નબળી કડી છોડી દેવાનું નક્કી કર્યું. વારે વારે નાના નાના પ્રસંગોમાં અત્યંત ગુસ્સે ભરાઈ જતા એ ભાઈએ પ્રતિજ્ઞા કરી કે - 'આ પળથી હવે મારામાં ગુસ્સો ન હોય. જો ક્રોધ કરી બેઠો તો ચોવિહાર ઉપવાસ દંડ તરીકે કરવો.' એ ભાઈએ ઉછળતા ઉલ્લાસ સાથે અને દ્રઢ મનોબળ સાથે કરેલી પ્રતિજ્ઞા સાંભળીને આખી સભા સ્તબ્ધ થઈ ગઈ. સહુ એ ભાઈના સ્વભાવને સારી રીતે ઓળખતા હતા. કેટલાંકને એ ભાઈ માટે આ પ્રતિજ્ઞા પાળવી અશક્ય લાગી. એ ભાઈ માટે ખરેખર આ પ્રતિજ્ઞાનું પાલન મુશ્કેલ હતું. સંઘ હેમખેમ પૂરો થઈ ગયો. સૌ પોતપોતાના ગામે પાછા વળ્યાં. એ ભાઈ પણ પોતના ઘરે પાછા ફર્યા. આખા ગામમાં આ સમાચાર ફેલાઈ ગયા હતા કે આ ભાઈએ ગુસ્સો ન કરવાની પ્રતિજ્ઞા લીધી છે.

એ ભાઈના ભત્રીજાના કાનમાં પણ આ વાત આવી. પહેલા તો એને માનવા જેવું ન લાગ્યું. છતાં દરેકના મોઢે એ વાત સાંભળ્યા બાદ તે વાત સ્વીકારવી જ પડી. એણે પોતાના કાકાને ચોવિહાર ઉપવાસ કરાવવાનું મનથી નક્કી કર્યું. એક દિવસ ભત્રીજાએ કાકાએ કઢાવેલા સંઘનિમિત્તે સગા-સ્નેહી-સ્વજનોનું જમણ ગોઠવ્યું. તમામને આમંત્રણપત્રિકા પણ મોકલી. પરંતુ પોતાના કાકાને ગુસ્સે કરાવવા માટે જાણી જોઈને તેમને આમંત્રણપત્રિકા ન મોકલી. સ્વજનોમાં ચાલતી વાતચીતના આધારે કાકા-કાકીને ખબર પડી કે આપણા ભત્રીજાએ જમણવાર ગોઠવ્યો છે. કાકી તો ધુંવા-ફુંવા થઈ ગયા. કાકાને વાત કરી - 'તમને ખબર પડી કે ભત્રીજાએ તો જમણવાર ગોઠવ્યો છે ?

આપણને આમંત્રણ પણ નથી મોકલ્યું ? હવે એ જમણવારમાં જાય એ બીજાં.' જો ભૂતકાળની વાત હોત તો કાકા પણ ધુંવા-ફુંવા થઈ ગયા હોત. પણ હવે તો કાકા ઘરમૂળથી બદલાઈ ગયા હતા. જ્યાં પહેલાં રગેરગમાં ક્રોધ વસતો હતો ત્યાં અત્યારે ક્ષમા આવી ગઈ હતી. હવે તો ક્રોધ અને તેમના વચ્ચે લાખ્ખો જોજનનું અંતર પડી ગયું હતું. કાકાએ શાંતિથી કાકીને વાત કરી - 'તું પણ ગજબ છે. આપણે પારકાં થોડાં છીએ કે આપણને આમંત્રણ આપવાનું હોય ? આપણે તો વગર આમંત્રણે જ પહોંચી જવાનું હોય. ઘરનાને થોડું આમંત્રણ હોય ?'

આ વાત સાંભળીને કાકી તો ઘડીભર સ્તબ્ધ થઈ ગયા. પલભર તો એ સમજી જ ન શક્યા કે આ કોણ બોલે છે ? પહેલી વાર કાકાના મોઢે આવી વાત સાંભળવા મળી હતી. આખરે કાકીએ કાકાની વાત સ્વીકારવી જ પડી. જમણવારનો દિવસ આવી ગયો. કાકા તો સમયસર તૈયાર થઈ ગયા. પણ કાકીના મનમાં હજુ ગડમથલ ચાલતી હતી. એમનું મન હજુ અવઢવમાં હતું. પરંતુ જ્યારે કાકાએ જવાનું નક્કી કરી લીધું હતું, ત્યારે તેમની પાસે બીજો કોઈ વિકલ્પ જ ન હતો. બંને જણા સમયસર જમણવારની જગ્યાએ પહોંચ્યા.

દૂરથી જ દેખાતું હતું કે ભત્રીજો દરવાજે બધાનું સ્વાગત કરતો હતો, સહુને મીઠો આવકાર આપતો હતો. પણ, જેવી એની નજર કાકા ઉપર પડી કે તરત જ તે અંદર ચાલ્યો ગયો. કાકીની નજરમાં આ વાત તરત જ પકડાઈ ગઈ. કાકાએ પણ એ જોયું. કાકીએ તો ત્યાંને ત્યાં જ કાકાનો હાથ પકડી પાછા જવા માંડ્યું. કાકાએ કીધું - 'કેમ *પાછા જવું છે ? થયું શું ? એ તો કહે*' - *કાકી તો આ પ્રશ્ન સાંભળી* છંછેડાઈ જ ગયા. અને જવાબ આપ્યો કે- 'એવડો એ ભત્રીજો હમણાં જ તમારું અપમાન કરી ગયો એ તમને ન દેખાયું ?'

કાકાએ કીધું કે 'આમાં અપમાન ક્યાં થઈ ગયું ?'

કાકીએ કીધું - 'બધાનું સ્વાગત કરતો હતો અને તમને જોઈને અંદર ચાલ્યો ગયો એ અપમાન નહીં તો બીજું શું ?'

કાકાએ કીધું કે - 'ભત્રીજાને કાંઈક કામ આવી પડ્યું હશે, એટલે અંદર ચાલ્યો ગયો હશે. આપણે તો ઘરના કહેવાઈએ. એમાં આપણે શું ખોટું લગાડવાનું ? ચાલ-ચાલ, જલદી ઉતાવળ કર. મોડું થઈ જશે.'

કાકી તો મોઢું વકાસીને કાકા સામે જોઈ જ રહ્યા. કાકામાં આટલું બધું પરિવર્તન આવી ગયું હશે, તેનો વિશ્વાસ જ નહતો બેસતો. આખરે કાકીને કાકા જોડે જવું જ પડ્યું. બંને જણાં જમણવારની જગ્યાએ પહોંચી ગયા. બધા સગાવહાલાઓ આવી ગયા હતા. પણ ક્યાંય હજુ સુધી ભત્રીજો દેખાયો ન હતો. જમણવારની પહેલી પંગત શરૂ થવાની હવે વાર ન હતી. કાકા-કાકી પહેલી જ પંગતમાં જમવા બેસી ગયા. થોડી વારમાં પીરસવાનું ચાલુ થઈ ગયું. ભત્રીજો જ પીરસવા નીકળ્યો હતો. કાકીને થયું કે 'લો, ભત્રીજો જ પીરસવા આવ્યો છે એટલે વાંધો નહીં આવે. જે હશે તે ચોક્ખું થઈ જશે.' પણ ભત્રીજો તો કાકાને ગુસ્સે કરાવવાનું નક્કી કરીને જ બેઠો હતો. હજુ સુધી કાકાને શાંત જોઈને એને ઘણી નવાઈ લાગતી હતી, એટલે કાકાની વધુ આકરી પરીક્ષા કરવાનું નક્કી કર્યું.

ભત્રીજો પીરસતા પીરસતા કાકા પાસે આવ્યો, પણ કાકા -કાકીને પીરસ્યા વિના જ આગળ નીકળી ગયો. કાકીનું મોં ગુસ્સાથી લાલ ચટક થઈ ગયું. બધા સગાવહાલાઓની વચ્ચે થયેલું અપમાન કાકી સહી શકે તેમ ન હતા. આજુબાજુનાને પણ લાગ્યું કે હમણાં કાકા ભડકશે, પણ કાકા તો શાંત હતા. હજુ કાકી કાંઈ બોલે તે પહેલાં જ કાકા બોલ્યાં કે - ભત્રીજો કેવો વ્યવહારુ છે. આપણે તો ઘરના કહેવાઈએ. આપણે પહેલાં પીરસીને પછી જમવા બેસવાનું હોય. આપણી ભૂલને ભત્રીજાએ કેવી કુનેહથી દેખાડી દીધી ? તેમ કહી કાકીનો જવાબ સાંભળ્યા વિના જ કાકા ઊભા થઈને પીરસવા લાગ્યા. કાકી પણ નિરુપાયે તેમની પાછળ પીરસવા લાગ્યા.

ભત્રીજો તો આ જોઈને આશ્ચર્યચકિત થઈ ગયો. કાકા એક હરફ પણ પોતાના માટે બોલ્યા ન હતા. પોતે કાકાનું ઘણું જ અપમાન કર્યું

હતું. કોઈ પણ વ્યક્તિ આવા સંજોગોમાં ગુસ્સે થયા વિના રહે જ નહીં. કમ સે કમ જમણવારમાંથી તો ચાલી જ જાય. પણ કાકાએ તો બિલકુલ ગુસ્સો કર્યો ન હતો. તેની અભિવ્યક્તિનું કોઈ કામ પણ કર્યું ન હતું.

ત્રણ પંગતમાં પીરસીને કાકા ને કાકી છેલ્લી પંગતમાં જમવા બેઠાં. પણ ભત્રીજાને તો હજુ આકરી કસોટી કરવી હતી. એક કમંડલમાં રસોઈના બદલે પથરા ભરીને લઈ આવ્યો અને કાકા-કાકીના ભાણામાં એ પથરા જ પીરસી દીધાં. પળભર તો બધા જ સ્તબ્ધ થઈ ગયા. આવું અપમાન !? કાકા હમણાં જ આવેશમાં આવી જશે - એવું બધાંને લાગ્યું. ભત્રીજાને પણ થયું કે હવે તો કાકા ગુસ્સે થઈને જ રહેશે. પણ કાકા તો એટલા ને એટલા જ શાંત હતા. એમણે તો જાણે કાંઈ જ થયું ન હોય તેમ કાકીને કીધું કે - 'ભત્રીજો કેવી માર્મિક વાત કરે છે. **આટલાં વર્ષો સુધી ગુસ્સો કરી કરીને આપણી જિંદગી પથરાં જેવી જ પસાર થઈ છે. જિંદગીના પાછલા આ વર્ષોમાં હવે તો ક્ષમાની કમાણી કરીએ !**'

કાકાના સાચા દિલથી બોલાયેલા આ શબ્દો સાંભળીને પળભર સૌ કાકાને નમી રહ્યા. કાકાએ ખરેખર શાંતિ છોડી ન હતી. ભત્રીજો પણ કાકાની આ હદની ક્ષમા જોઈને પીગળી ગયો. ભત્રીજો કાકાના ચરણમાં પડી ગયો અને કાકાની માફી માંગતા બોલ્યો કે - 'કાકા ! ખરેખર આપની ક્ષમાને ધન્ય છે. મેં આપને ઘણાં હેરાન કર્યા. મને ક્ષમા કરો.'

કાકાએ ભત્રીજા પાસેથી માન-સન્માન વગેરેની લેશ પણ અપેક્ષા રાખી નહીં. તેથી ક્ષમાને જાળવી શક્યા. અપેક્ષા એ જ દુઃખ છે. ***'अविकप्पा अणाणंदे'*** જેટલી સામેવાળી વ્યક્તિ પાસેથી અપેક્ષા વધુ રાખશો તેટલું વધુ દુઃખી થવું પડશે.

સામેવાળાના નબળા વ્યવહારને જોવાના બદલે જો પોતાના દોષો તરફ દૃષ્ટિને લઈ જશો તો ક્ષમા જાળવવી સરળ બનશે. સતત સ્વદોષદર્શનનું મેગ્નેટ અંદરમાં ફેરવે રાખો. તો જ પોતાની ગંભીર ભૂલો

દેખાવાથી સામેવાળાની નાની-નાની ભૂલને સહન કરવાની વૃત્તિ ખીલી શકશે.

વર્તમાનમાં તમારો પોતાનો કોઈ દોષ તમને પોતાને ન પણ દેખાય. પરંતુ એક વાત મગજમાં કોતરી રાખજો કે - 'પૂર્વના ભવમાં કરેલી કોઈક ને કોઈક ગફલતને કારણે બંધાયેલા તમારા પાપ કર્મો જ એમાં કારણ છે. જો તમારું પુણ્ય જાગતું હોય તો કોઈ તમારું અપમાન કરી શકે તેમ વાતમાં માલ નથી.'

ટૂંકમાં, મેગ્નેટ પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે કે - 'અનાદિ કાળથી આખા જગતના દોષો જોઈ જોઈને આતમઘરમાં પેધી ગયેલા ક્રોધને પંપાળવાનું ને પોષવાનું જ કામ કરેલ છે. હવે થોડું આત્મનિરીક્ષણ કરતાં જાવ. જેથી ખ્યાલમાં આવે કે જે કારણે હું સામેવાળા ઉપર ગુસ્સો કરું છું, તે કારણ તો મારામાં પડેલ જ છે. સામેવાળી વ્યક્તિ કરતાં તો મારી જાત વધુ ઠપકાપાત્ર અને ગુસ્સાપાત્ર છે.'

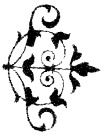
મેગ્નેટ પોલિસીના આ સંદેશાને જીવનમાં પ્રાયોગિક ધોરણે અપનાવવા જેવો છે. જો કમ સે કમ સાચા દિલથી સવાર-સાંજ પાંચ -પાંચ મિનિટ પણ આત્મનિરીક્ષણનું મેગ્નેટ આતમઘરમાં ફેરવશો તો પણ ક્રોધ ઉપર ઘણો ખરો કાબૂ મેળવી શકાશે.

✵

લોકો પોતાની ખામીને ઢાંકવા
બીજા ઉપર ગુસ્સો કરતા હોય છે -
અહો આશ્ચર્યમ્ !

- **અમિત કલંત્રી.**

'જામર' પોલિસી



જેમ ચીફ મિનીસ્ટર વગેરેની ગાડી ઉપર ગોઠવાયેલ જામર કાર્યાન્વિત થાય અને આજુબાજુના બધાં મોબાઈલના નેટવર્ક બંધ થઈ જાય છે તેમ જ્યારે ક્લિષ્ટ કર્મોદયનું જામર કાર્યાન્વિત થાય ત્યારે આજુબાજુના સહુ સગાવહાલા, મિત્રો - બધાનાં મન આપણને સહાય કરવાની દિશામાં બંધ પડી જાય છે. જેમ કે અનંત લબ્ધિના ધારક અને પરમસમર્પિત એવા પણ ગૌતમસ્વામી જ્યારે ગોશાળાએ પ્રભુવીર ઉપર તેજોલેશ્યા ફેંકી ત્યારે પ્રભુ વીરને બચાવવા કશું જ ન કરી શક્યા. કારણ કે ભગવાનના ક્લિષ્ટ કર્મોદયરૂપી જામરને કારણે સહુના મન કુંઠિત થઈ ગયા હતા. સમવસરણમાં રહેલા પરમભક્ત દેવાત્માઓને પણ વિચાર ન આવી શક્યો કે ગોશાળાને અટકાવીએ.

જ્યારે તમારું કર્મ વાંકું થાય ત્યારે ઉપાય હાજર હોવા છતાં નજીકના સ્વજનને પણ તે ઉપાય અજમાવવાનું ન સૂઝે. આમાં દોષ સામેવાળી વ્યક્તિનો નથી, પરંતુ તમારો પોતાનો જ છે. ભગવાનને શાતા પૂછવા આવનારા ઈન્દ્ર મહારાજાને પણ કાનમાંથી ખીલા કાઢવાનું સૂઝ્યું ન હતું. જો ઈન્દ્ર મહારાજા જેવા ઈન્દ્ર મહારાજાનું મગજ ભગવાનના કર્મોદયના પ્રતાપે કુંઠિત થઈ જતું હોય તો આપણાં જેવાની આપત્તિના વખતમાં નજીકના સગાસંબંધીને પણ સહાય કરવાનું ન સૂઝે

તેમાં એનો શું વાંક ? આપણે જ પૂર્વે કરેલા કર્મનો વાંક છે. તો પછી એવા વખતે સામેવાળી વ્યક્તિ ઉપર દ્વેષ કરવાથી શો ફાયદો ?

કોઈ સજ્જન વ્યક્તિને પણ આપત્તિમાં તમારી સહાય કરવાનું મન ન થાય તો સમજી રાખવું કે તમારો પોતાનો પ્રબળ કર્મોદય જામર બની કામ કરી રહ્યો છે, બધાના મનના મોબાઈલ ઠપ્પ કરી રહ્યો છે. આવા વખતે જેટલી અપેક્ષા રાખશો તેટલા વધુ દુઃખી થશો. આવા સમયે બધાની સાથે વ્યવહાર બને તેટલો ઘટાડી દેવો. જેથી ક્યાંય અપેક્ષાભૂખ્યું મન સંકલેશ કરી ન બેસે. જો આવા કટોકટીના સમયને શાંતિથી પસાર કરી શક્યા તો સમજી રાખવું કે ભવિષ્ય ઉજળું છે.

જીવનમાં ઘણી વખત એવો સમય આવતો હોય છે કે જ્યારે આખી દુનિયામાં કોઈ આધારભૂત લાગતું નથી. આ વખતે જે માનસિક સ્વસ્થતા અને સંતુલન જાળવી શકે છે, તે જ કટોકટીમાંથી હેમખેમ બહાર નીકળી શકે છે અને વધુ પડતા નુકસાનથી બચી શકે છે. આવા સમયે માનસિક સ્વસ્થતા ગુમાવી દેનાર વધુ ને વધુ નુકસાનીને જ નોંતરે છે. આથી આ જામર પોલિસીને અંતરથી આત્મસાત્ કરનાર વ્યક્તિ કોઈ પણ ક્ષેત્રમાં કદાપિ કોઈના ઉપર દ્વેષ કરતો નથી, ઉકળાટમાં આવતો નથી, આવેશમાં આવતો નથી. દરેક પરિસ્થિતિને સહન કરવાનું બળ એ વ્યક્તિ પ્રાપ્ત કરે છે.

ટૂંકમાં, આ જામર પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે કે **'જ્યારે તારો કર્મોદય ચાલતો હશે ત્યારે સ્નેહાળ સગા પણ તારાથી વિમુખ થઈ જશે.** પણ એમાં એ લોકોનો કોઈ વાંક નથી. પણ તારા પોતાના જ કર્મોનો વાંક છે. માટે, તે લોકો ઉપર ક્રોધ કરવાને બદલે તારા કર્મો ઉપર જ ક્રોધ કરવા જેવો છે. કર્મોને જ નષ્ટ કરી દેવા જેવા છે.'

ચલો, જામર પોલિસીને અપનાવવા દ્વારા ક્ષમારૂપી જામરને કાર્યાન્વિત કરી કષાયના મોબાઈલને જ ઠપ્પ કરી દઈએ, ક્રોધને કુંઠિત કરી દઈએ.

૩૭

'આઈસ ફેક્ટરી' પોલિસી

સંસારમાં સુખી થવા ઈચ્છતો માણસ જેમ નોકરી કરતાં ધંધાને પહેલાં આવકારે છે. તેમાં પણ નાની દુકાનમાંથી છેક ફેક્ટરી ખોલવા સુધીના સ્વપ્નાને સેવે છે અને તેને સાકાર કરવા મહેનત પણ કરે છે. મતલબ કે સંસારીને ફેક્ટરી સુખનું સાધન લાગે છે. અધ્યાત્મજગતમાં પણ સુખી થવા માટે શાસ્ત્રકાર ભગવંત ફેક્ટરી ખોલવાની વાત કરે છે. તે ફેક્ટરી બીજી કોઈ નહીં પણ બરફની ફેક્ટરી ! તે ફેક્ટરી બહાર ક્યાંય ખોલવાની નથી. પણ મગજમાં ખોલવાની છે.

બાહ્ય જગતમાં ખોલેલી ફેક્ટરી દુન્યવી સુખને આપે પણ ખરી અને ન પણ આપે. જ્યારે મગજમાં જો બરફની ફેક્ટરી ખોલી શક્યા તો આધ્યાત્મિક ફાયદો અપરંપાર છે. ક્રોધને કાબૂમાં લેવા માટે સૌથી પહેલાં મનમાં આઈસ ફેક્ટરી ખોલવી અનિવાર્ય છે. મગજ જો શાંત હશે તો ઘણાં ઘણાં નુકસાનમાંથી બચી જવાશે. આવેશયુક્ત અને ઉકળાટયુક્ત મન કદાપિ સાચો નિર્ણય લઈ શકતું નથી. જો મગજમાં આઈસફેક્ટરી ખોલી દીધી હોય તો મનમાંથી ક્યારેય પણ ક્રોધના અંગારા નીકળી શકે નહીં. જો મગજમાં ઠંડકનું નિર્માણ કરેલું હોય તો બહારના ગમે તેવા સંયોગો પણ ક્રોધને જન્માવી શકે નહીં. માટે મગજમાં આઈસ ફેક્ટરીનું નિર્માણ અનિવાર્ય છે.

મગજમાં ઠંડકનું નિર્માણ કરવું અઘરું છે. પણ અશક્ય નથી. જો લક્ષ્યપૂર્વક સતત, સખત અને સરસ પુરુષાર્થ કરવામાં આવે તો ચોક્કસ મગજમાં ઠંડકનું નિર્માણ થઈ શકશે. આપણો મૂળભૂત સ્વભાવ તો પરમ શીતળ છે. આપણો સ્વભાવ ગરમીનો નથી, ઠંડકનો છે. માત્ર આપણે આપણા આ સ્વભાવને પ્રગટ કરવાનો છે. એ માટે રોજ આત્મસ્વરૂપનું ચિંતવન કરવું કે 'મારો સ્વભાવ પરમ શીતળતાનો છે. હું શાશ્વત શાંતિધામ છું. ક્રોધ મારું સ્વરૂપ નથી. હું તો હિમાલય જેવો ઠંડો છું. મારા સાંનિધ્યમાં આવનારા પ્રત્યેક જીવને પરમ શીતળતાનો અનુભવ થવો જોઈએ. તે માટે મારે મારા આ મૂળભૂત સ્વભાવને જલ્દીથી પ્રગટ કરવો છે.'

આ પ્રકારે **સતત આત્મસ્વરૂપનું અનુસંધાન કરવાથી ધીરે-ધીરે ક્રોધ રવાના થશે.** મગજમાં પરમ શીતળતા છવાઈ જશે. એની અનેરી પ્રસન્નતાથી તમે પણ આશ્ચર્યચકિત થઈ જશો. બાહ્ય ખરાબમાં ખરાબ સંયોગોમાં પણ તમારી પ્રસન્નતા અકબંધ જળવાઈ રહેશે. કટોકટીની સ્થિતિમાં તમે આકુળ-વ્યાકુળ થવાના બદલે ઉકેલને શોધી શકશો. પાર્શ્વનાથ પ્રભુને મરણાંત ઉપસર્ગમાં પણ કમઠ પ્રત્યે લેશ પણ રોષ પ્રગટ્યો નથી. નાક સુધી પાણી આવી જવા છતાં ય ક્રોધની એક ચિનગારી પણ પ્રગટી નહીં. કારણ કે મગજમાં આઈસ ફેક્ટરી ધમધોકાર ચાલતી હતી.

મગજમાં ટાટાની ભઠ્ઠી લઈને ફરનારો માણસ કદાપિ શાંતિને, સમાધિને કે સફળતાને પ્રાપ્ત કરી શકતો નથી. જીવનમાં મળેલી પારાવાર નિષ્ફળતાઓ પાછળનું કારણ જો વિચારશો તો અનેક કારણોની સાથે સાથે મગજમાં ખોલેલી ટાટાની ભઠ્ઠી પણ અનિવાર્ય રીતે નજર સમક્ષ આવશે. ટાટાની ભઠ્ઠી જેમ લોખંડને પીગાળી નાંખે છે, તેમ મગજમાં ખોલેલી ટાટાની ભઠ્ઠી ભલભલા નક્કર એવા પુણ્યને પણ જોતજોતામાં પીગાળી નાંખે છે. ટાટાની ભઠ્ઠીના સાંનિધ્યમાં આવનારો માણસ જેમ ઉકળાટનો જ અનુભવ કરે છે તેમ મગજમાં ટાટાની ભઠ્ઠી જો ખોલી હશે તો તમારા સાંનિધ્યમાં આવનારો માણસ અકળાઈ ગયા વિના રહેશે

નહીં. કોઈ તમારું સ
કોઈ તમારા મિત્ર ૪
એક માત્ર તમે

જો
પરમાત્માની
પરમાત્મ

છે. ક્રોધ
ચોવીસે ચોવીસ ક
ખ્યાલ આવશે કે દરેકે દરક
ફેક્ટરી ચાલુ હતી. સુદંષ્ટ્ર દેવ પ્રભુ
કરે છે. નાવની અંદર બેસેલા બધા લોકો પર
છે, છતાં પરમાત્મા તો શાંત જ રહ્યા. ગુસ્સાનો ન
પરમાત્માના મગજમાં ઝર્યો નહીં. કંબલ-શંબલ દેવ જ્યાં સુધી ન
ત્યાં સુધીમાં પણ પરમાત્માને લેશમાત્ર ઉદ્વેગ પેદા થયો નહીં. કારણ
કે મગજમાં આઈસ ફેક્ટરી ખુલ્લી રાખી હતી.

એટલા નાના પ્રસંગને જતો ન કરી
સાન થતું હોય તો બરાબર. પરંતુ
કર્યો, તમારી વાત ન સાંભળી
જરૂર ખરી ? જો દીકરાની
પારેક દીકરો તમારી વાત

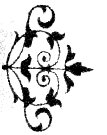
ર ગુસ્સો જ કરશો
ક્યાં રહે. રસ્તામાં
ને શાંત રાખી
નથી જ.
ભૂલને
ીચડ
?

ટૂંકમાં, આઈસ ફેક્ટરી પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે કે - જીવનમાં સુખી થવા માટે ભૌતિક ફેક્ટરી જેટલી તમને અનિવાર્ય લાગે છે, તેના કરતાં પણ વધારે જ્યારે મગજમાં આઈસ ફેક્ટરી ખોલવાનું અનિવાર્ય લાગશે ત્યારે સાચી શાંતિ હાથવેંતમાં હશે.

આઈસ ફેક્ટરીના આ સંદેશાને જીવનમાં અપનાવી સાચી શાંતિના ભોક્તા બનીએ, ક્રોધને દેશવટો આપવામાં સફળ થઈએ - એ જ ભાવના.

૩૮

'લેટ ગો' પોલિસી



જીવનમાં આઈસ ફેક્ટરીને અપનાવવાનો પ્રેક્ટીકલ ઉપાય એટલે જ પ્રસ્તુત પોલિસી. નાના નાના પ્રસંગોને અને સામી વ્યક્તિની નાની-નાની ભૂલોને જતી કરવાનું શીખ્યા હશો તો જ મગજમાં આઈસ ફેક્ટરી સર્જાઈ શકશે. નાના-નાના પ્રસંગોમાં પણ જો મન સ્વસ્થ નહીં રહી શકતું હોય, નાની-નાની ભૂલને પણ 'લેટ ગો' કરી શકાતું નહીં હોય તો ક્રોધથી છૂટી શકો તેવી કોઈ શક્યતા રહેતી નથી. કોઈ પણ પરિસ્થિતિ, કોઈ પણ ઘટના તમારા સંસારમાં સર્જાઈ શકે છે. તમે ન ધારેલું, ન ઈચ્છેલું જ બધું થાય તેવી શક્યતા છે. કારણ કે સંસારની વ્યાખ્યા જ છે - **જ્યાં ધારેલું કશું ન થાય અને ન ધારેલું બધું થાય તેનું નામ સંસાર.**

આવા સંસારમાં તમે જીવી રહેલાં છો. માટે લેટ ગો કરવાની ટેવ પાડવી જ પડશે. બધું મારું ધાર્યું જ થાય, મારી ઈચ્છા મુજબનું જ થાય- આવો આગ્રહ રાખવા ગયા તો કદાપિ સુખી થઈ શકશો નહીં. ધાર્યું તો ચક્રવર્તીનું પણ થયું નથી. તો આપણા જેવાનું બધું ધાર્યું થાય તેવી અપેક્ષા રાખવી તે શું એક મૂર્ખામી નથી ? ન ધારેલી દરેક પરિસ્થિતિને જતી કરતા શીખો. દીકરાએ તમારું કહ્યું ન માન્યું તેમાં

ગુસ્સો કરવાની જરૂર ખરી ? શું એટલા નાના પ્રસંગને જતો ન કરી શકાય ? હા, તેના આત્માને કંઈક નુકસાન થતું હોય તો ખરાખર. પરંતુ [illegible] તો આટલા નાના પ્રસંગમાં ગુસ્સો કરવાની જરૂર ખરી ? જો દીકરાની નાની નાની ભૂલોને માફ કરી શકશો તો ક્યારેક દીકરો તમારી વાત પણ પ્રેમથી સ્વીકારશે.

જો નાની નાની બાબતોમાં પણ દીકરા ઉપર ગુસ્સો જ કરશો તો તમારા અને દીકરાના સંબંધમાં તિરાડ પડ્યા વિના નહીં રહે. રસ્તામાં જતા જતા કોઈનો ઠોસો લાગી જાય, તે વખતે તમે મગજને શાંત રાખી ન શકો ? લગભગ કોઈ હાથે કરીને તો ઠોસો લગાવતું નથી જ. અજાણતા જ ઠોસો લાગતો હોય છે. તો સામેવાળાની એટલી ભૂલને માફ કરવાની તૈયારી રાખવી જ પડે. તમારા નવા કપડા ઉપર કીચડ ઉછાળતી રીક્ષા પસાર થઈ જાય ત્યારે ઉદ્વેગને ન અટકાવી શકો ? આટલા નાના પ્રસંગોને તો જતા કરવાની વૃત્તિ કેળવવી જ પડશે.

જો આવા નાના નાના પ્રસંગોમાં પણ તમે ગુસ્સો કરી બેસશો તો તમારો સ્વભાવ જ ચીડીયો થઈ જશે. કોઈ તમારી સાથે પળ -બે પળ વાત કરવાને પણ નહીં ઈચ્છે. તમારું સાંનિધ્ય સહુને અણગમતું થઈ પડશે. જો નાના નાના પ્રસંગોને, સામેવાળાની નાની-નાની ભૂલોને જતી કરતા રહેશો તો તમારી એક જુદી જ 'ઈમેજ' ઉભી થશે. લોકોને તમારા પ્રત્યે સદ્‌ભાવ વધશે. તમારું મગજ પણ શાંત થશે. અને તો જ સ્વસ્થ રીતે તમે કોઈ પણ પરિસ્થિતિનું મૂલ્યાંકન કરી શકશો. જ્યારે પણ કંઈક અણગમતું થાય ત્યારે આ શબ્દો મગજમાં યાદ કરવા - 'લેટ ગો'. આ શબ્દો ક્રોધને કાબૂમાં લેવા માટેનો અમોઘ મંત્ર બની રહેશે.

* ચા ઠંડી આવી - લેટ ગો !
* શાક મીઠા વિનાનું આવ્યું - લેટ ગો !
* મોજા-ચપ્પલ કોઈ ઉપાડી ગયું - લેટ ગો !
* ઘરાક એકદમ કરકસરિયો મળ્યો - લેટ ગો !

* કામ આપણે કર્યું, યશ બીજાને મળ્યો - લેટ ગો !
* સમાજમાં કોઈએ આપણો ભાવ ન પૂછ્યો - લેટ ગો !
* લગ્ન પ્રસંગે તમારી હાજરીની કંઈ નોંધ ન લેવાઈ - લેટ ગો !
* કોઈએ તમારી મહેમાનગતિ બરાબર ન કરી - લેટ ગો !

આવું તો અનેક પ્રસંગોમાં તમે વિચારી શકશો. કંઈ પણ અણગમતું થાય ત્યારે આ 'લેટ ગો' શબ્દને મગજમાં યાદ કરવો, ગુસ્સો નિયંત્રિત થઈને જ રહેશે ! ઘણી વાર તો ભારે વિચિત્રતા જોવા મળશે. સંઘમાં અને સમાજમાં 'રાડારાડ' કરવા માટે પ્રસિદ્ધ ઘણી વ્યક્તિને જોઈને થાય કે 'ભાઈ ! મજબૂત છે, જોરદાર છે.' પણ જ્યારે એ જ ભાઈ ઘરમાં હોય ત્યારે કોણ જાણે એની વાણી, એની હોંશિયારી ક્યાંની ક્યાં ગાયબ થઈ જાય ? - એ જ ખબર ન પડે.

સંઘમાં સિંહ જેવા એ ભાઈ ઘરમાં પત્ની સામે તો ગરીબડી ગાય જેવા લાગે. ઘરની બહાર કોઈનું એક નાનું પણ અપમાન સહન ન કરનારા ઘરમાં તો કોણ જાણે કેટલાય અપમાન સહન કરી લેતા હોય છે. આવી મનોવૃત્તિ તો આપણી ન જ હોવી જોઈએ ને ?

એક ક્રિકેટર બાઉન્સર બોલને રમવા ગયો. પણ બાઉન્સર બોલ થોડો છેતરામણો નીકળ્યો અને માથે ટીચાયો. ઘડીભર તમ્મર આવી ગયા. બેટ્સમેન જમીન ઉપર પડી ગયો. બધા ગભરાયા. પણ, થોડીવાર થઈ ન થઈ - ત્યાં તો એ પાછો ઊભો થઈ રમવા માટે ગોઠવાઈ ગયો. બધાં આશ્ચર્ય પામી ગયા. આવો બોલ માથે ટીચાયા પછી પણ આટલી જ વારમાં આ રમવા માટે તૈયાર કેવી રીતે થઈ ગયો ? પાછળથી કોઈકે પૂછ્યું - 'અલ્યા ! આવો કચકચાવીને ફેંકાયેલો બોલ વાગ્યો છતાં તને તો જાણે કશું થયું જ નથી ?' ક્રિકેટરે જવાબ વાળ્યો - 'આનો યશ મારી પત્નીને ફાળે જાય છે.'

'કેવી રીતે ?'

'એ દહેજમાં વેલણ લઈ આવેલ છે. રોજ એ વેલણના ઘા ખાઈ ખાઈને આ માથું એવું ઘડાઈ ગયું છે કે હવે આ બોલના માર તો કોઈ હિસાબમાં નથી !'

ઓછે વત્તે અંશે આ જ હાલત લગભગ દરેકની છે. જો સામેવાળો તમારાથી વધુ સબળો નીકળે ત્યારે તો તમે સહન કરી જ લો છો. તો પછી ભલે ને સામેવાળો નબળો હોય. પણ, તમારા ક્ષમાગુણની કમાણી માટે તે સહન ન કરી શકો ?

ચાલતા-ચાલતા કોઈ વ્યક્તિ તમને અથડાઈ પડી. સ્વાભાવિક છે કે તમને ગુસ્સો આવવાનો. પણ, જો 'એ કમિશ્નર છે' - તેવું ખ્યાલમાં આવે તો ? જો તે કોઈ આલતુ-ફાલતુ માણસ હશે તો ગુસ્સો આવ્યા વિના નહીં રહે. પણ, કમિશ્નર સાહેબને જોતાં જ તમારો ગુસ્સો વરાળની જેમ ઉડી જશે.

મતલબ કે ઘણા પ્રસંગોને તમે 'લેટ ગો' કરી જ જાણો છો. પણ, તે વિવશતાથી. હવે ખુમારીથી આવા પ્રસંગોને 'લેટ ગો' કરવું છે. તો જીવનમાં કંઈક કલ્યાણ થશે. કોઈ ૫૦૦ રૂપિયા જેવી મામૂલી રકમ દબાવી દે તો તે જતી કરવી છે. '૫૦૦ રૂપિયા માટે સંક્લેશ કરી શું મારે મારી દુર્ગતિ વધારવી છે ? પરભવ બગાડવો છે ? એટલી રકમને જતી કરવી. પણ ગુસ્સો તો ન જ શોભે. જો આવી સમ્યક્ સમજણ હશે તો જ લેટ ગો કરવાની વૃત્તિ પ્રગટશે અને તમે લેટ ગો કરી શકશો. આ પ્રકારની સમજણ આત્મસાત્ કરી લેવી જોઈએ.

ટૂંકમાં, આ 'લેટ ગો' પોલિસી એટલું જ કહે છે કે - બીજાની નાની નાની ભૂલોને જતી કરતા શીખો. તો કંઈક મહાન થઈ શકશો. મહાન માણસો ક્યારેય નાની બાબતોમાં ક્ષુલકતા ન પ્રગટાવે. **Great conqueror never fights on small issues.**

ચલો ! આ લેટ ગો પોલિસી અપનાવવા દ્વારા બીજાના ક્રોધને 'લેટ ગો' કરી દઈએ !

૩૯

'લેટ ગોડ' પોલિસી

આખી દુનિયા ગમે તેટલા પ્રયાસો કરે, કોઈ ગમે તેવી ઉથલ પાથલ મચાવે. પણ, કેવલીએ જોયેલા બનાવોમાં લેશ પણ ફેરફાર થતો નથી. જે કેવલીએ કેવલજ્ઞાનમાં જોયું છે તે જ થાય છે. તેમાં તીર્થંકરો પણ ફેરફાર કરી શકતા નથી. શાસ્ત્રમાં પ્રતિપાદિત આ સિદ્ધાંત છે. ક્રોધને દૂર કરવા માટે આ સિદ્ધાંતનો ઉપયોગ કરવાનો છે. જે કેવલીએ જોયું હશે તેવી જ અને તે જ પરિસ્થિતિ તમારા જીવનમાં પેદા થવાની છે. તેમાં ફેરફાર કરવાની તાકાત ખુદ તીર્થંકરની પણ નથી. તો પછી ***જે પણ પરિસ્થિતિ આવે તેને સમભાવે સહન કરવામાં જ શું બુદ્ધિમાની નથી ?***

હા ! કદાચ જે આપણા હાથની વાત છે, તેને કરી છૂટવા આપણે બનતો પ્રયાસ કરીએ. પણ જે વાત આપણા હાથમાં નથી, જે કેવલીએ જોયું છે તે મુજબ જ થવાનું છે તો પછી તેમાં હાય-વોય કરીને, આર્ત્તધ્યાન કરીને કોઈ ફાયદો ખરો ? કોઈ તમારું અપમાન કરી ગયું, કોઈ તમને છેતરી ગયું... આ બધી પરિસ્થિતિ કેવલીએ જોયેલી છે તેમ જ થાય છે. તેમાં શાંતચિત્તે પસાર થઈ જવું તે જ આપણું કર્તવ્ય છે. તેમાં આવેગ, ઉકળાટ, ઉદ્વેગ આપણને ન શોભે. શા માટે

આ સમયમાં આવેગને વશ થઈ કર્મો ભેગા કરવા ? જેટલા જૂના કર્મો બાંધ્યા છે તેનો ઉદય જ્યારે જ્યારે પણ આવે છે, ત્યારે ત્યારે મન અસ્વસ્થ થઈ જાય છે, તો હવે નવા કર્મો શા માટે ભેગા કરવા ?

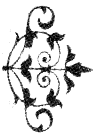
'પ્રભુએ જે જોયું તે ખરું' - આટલો મંત્ર જીવનમાં અપનાવી દો. ગમે તેવી પરિસ્થિતિમાં આવી પડશો, ગમે તેવી ભીંસમાં આવી પડશો તો પણ 'Let God' દ્વારા ભગવાનને તમારો કેસ સોંપવાથી માનસિક સ્વસ્થતા અને પ્રસન્નતા અકબંધ જળવાઈ રહેશે. માનસિક પ્રસન્નતા જ તો તમારી એક મૂડી છે. એના આધારે તો માણસ માણસ બની રહે છે. આ પ્રસન્નતાને ગમે તે ભોગે અકબંધ ટકાવી રાખજો. જો અંદરમાં પ્રસન્નતા ખતમ થઈ ગઈ હશે તો બહારની ગમે તેટલી સુખની સામગ્રી તમને કદાપિ સુખ આપી શકશે નહીં.

ટૂંકમાં, Let God પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે - ''ઓ પામર માનવી ! પરમાત્માએ જોયેલી પરિસ્થિતિ જ તારા જીવનમાં નિર્માણ પામી રહી છે. તેમાં કોઈ મીનમેખ નથી. તો પછી શીદને આટલો આકુળ-વ્યાકુળ થાય છે ? તારી ઉપર સર્વસત્તાધીશ જેવા અનેક પરિબળોનો કબજો છે. તેની ઈચ્છાથી વિરુદ્ધ એક ડગલું પણ તારાથી ઉપાડી શકાય નહીં. તું ઉપાડી શકે નહીં. તો પછી શા માટે અપમાન વગેરે જેવી ક્ષુલ્લક ચીજોમાં તારી પ્રસન્નતાને ગુમાવી દે છે ?''

આ સંદેશાને અપનાવી, 'પ્રભુએ જે જોયું તે ખરું' - આને જ ઉત્તમ મંત્ર માની ક્રોધને કાબૂમાં લેવા સફળતા મળી રહે એ જ ભાવના !

૪૦

'ડીવાઈડ એન્ડ રુલ' પોલિસી



અંગ્રેજો લગભગ ૨૦૦ વર્ષ સુધી ભારતવર્ષ ઉપર રાજ કરી ગયા. તેમની સંખ્યા હજારોમાં સમાઈ જતી હતી. જ્યારે ભારતીયો કરોડોની સંખ્યામાં હતા. છતાં અંગ્રેજ સરકાર રાજ કરી શકી. કારણ એટલું જ કે તેમની કૂટનીતિ કામિયાબ નીવડી. 'ભાગલા પાડો અને રાજ કરો' - આ તેમની નીતિ. મોટા ભાગના રાજાઓને આ નીતિના પ્રતાપે તેમણે વશ કરી દીધા. બે રાજાઓ વચ્ચે ફાટફૂટ પડાવી આખરે પોતે માલિક બની જતા. અંગ્રેજ લોકોની 'ડીવાઈડ એન્ડ રુલ'ની કૂટનીતિ તો જગજાણીતી છે. આપણે એ કૂટનીતિને અધ્યાત્મ જગતમાં ક્રોધની સામે લાગુ પાડવી છે. ક્રોધ ભલેને ગમે તેટલો મજબૂત હશે, ભયાનક હશે. પણ, આ નીતિ તેની સામે અપનાવશો એટલે એ ઢીલોઢફ થયા વિના નહીં રહે.

અંગ્રેજોની આ કૂટનીતિને અધ્યાત્મજગતમાં ક્રોધની સામે અપનાવવા માટે ક્રોધનું બારીકાઈથી નિરીક્ષણ કરવું પડશે. 'ક્રોધની શક્તિ, ક્રોધનો પાવર કોને આભારી છે ? તેના મિત્રો, સ્વજનો કોણ છે ? કોના બળથી તે આગળ વધે છે ?' તે વિચારવું પડશે. ક્રોધના સ્વજનો અને ભાઈબંધો વગેરેને ક્રોધથી છૂટા પાડવા પડશે. આ બધું

કરવા સૌપ્રથમ એક ત્રાહિત વ્યક્તિ તરીકે ક્રોધને જુવો. એટલે તરત જ ક્રોધની નબળી કડીઓ પકડાવા માંડશે. વહુથી કપરકાબી તૂટે એટલે સાસુ તાડૂકી ઉઠે. સામે વહુ પણ જેવા સાથે તેવામાં માનનારી હોવાથી જોરદાર સામનો કરે. અને ક્રોધ વધતો જાય, વધતો જાય.

આ વખતે એક વાત નોંધપાત્ર છે કે ક્રોધ શરૂ થયો - કપરકાબી માટે. પણ, ક્રોધ શરૂ થયા બાદ તે કપરકાબી સુધી સીમિત નહીં રહે. પણ, ભૂતકાળની ભૂલો પણ ક્રોધ ઉખેડશે. વાત ક્યાંની ક્યાં પહોંચી જશે. કપરકાબી જોડે જેને દૂરનું પણ સ્નાનસૂતક ન હોય તેવી વાતો યાદ આવશે. સામેવાળાને તેના મેંણા-ટોણા મારવામાં આવશે. અને ક્રોધ વધ્યે જ રાખશે, વધ્યે જ રાખશે. વાત સ્વાભાવિક પણ છે. કારણ કે વર્તમાનનું નિમિત્ત બહુ નાનું છે. ક્રોધ એક આગ છે. જો વર્તમાનના નિમિત્તને આધારે જ તે ક્રોધ રૂપી આગ ચાલતી હોય તો તે લાંબું ટકી ન શકે. કારણ કે આગને ટકવા માટે ઈંધન જોઈએ, તેમ ક્રોધને પણ ટકવા માટે ઈંધન જોઈએ. વર્તમાનનિમિત્ત તો ઘણું નાનકડું ઈંધન છે. માટે, ભૂતકાળની ભૂલો રૂપી ઈંધન જેટલું હોમશો, તેમ તેમ ક્રોધ રૂપી આગ વધુ ભભૂકશે.

મતલબ, કે ક્રોધની આગ ભૂતકાળની બીજી ભૂલો રૂપ ઈંધનના પ્રતાપે જ ભભૂકી શકે છે. જો તેને ભૂતકાળની ભૂલો યાદ કરાવવા રૂપી ઈંધન આપવાનું બંધ કરી દેવામાં આવે તો ક્રોધમાં ધરખમ ઘટાડો થઈ જશે. અંતે એ આગ બૂઝાઈ ગયા વિના રહેશે નહીં. તેથી હવેથી નક્કી કરી દો - **ગમે ત્યારે ગુસ્સો આવે. પણ, તે વખતે જે નિમિત્તને આધારે ગુસ્સો આવ્યો હોય, ફક્ત તેને જ પકડી રાખવું. ભૂતકાળની કોઈ પણ ભૂલને પકડી ગુસ્સો આગળ ન જ વધારવો.** ભૂતકાળના કોઈ પણ પ્રકરણ ન જ ઉખેડવા. તમે જો સામેવાળાને તેની ભૂલ માટે જ ખખડાવતા હો, તેને સુધારવાના આશયથી જ જો ગુસ્સો કરતા હો તો જૂની ભૂલોને ઉખેડવાની જરૂરત શી ? જો ભૂતકાળની ભૂલોને ઉખેડવાની બંધ કરી દેશો તો ગુસ્સો લાંબો સમય ટકી જ નહીં શકે, પાવર ઘણો જ ઘટી જશે. મતલબ કે ગુસ્સો અંદરથી ખોખલો થઈ જશે. પછી,

તેના ઉપર વિજય મેળવવો ઘણો જ સરળ છે. આ રીતે ક્રોધમાં ભાગલા પાડવા માટે, ક્રોધને અંદરથી ખોખલો કરી દેવા માટે આ પ્રથમ પદ્ધતિ થઈ - **(૧) ક્રોધ કરતી વખતે ભૂતકાળની ભૂલોને ઉખેડવી નહીં.**

બીજી પદ્ધતિ - **(૨) ક્રોધ કરતી વખતે અવાજ મોટો ન રાખવો.** ક્રોધ અને મોટા અવાજને જુગલબંધી છે. ક્રોધ કરનારની મોટામાં મોટી આ ખામી જોવા મળશે કે એનો અવાજ ઘણો જ મોટો હશે. ગુસ્સો જો નાના અવાજમાં, ઓછા અવાજમાં કરશો તો તેનો પાવર એમને એમ જ અડધો થઈ જશે. પ્રયોગમાં લાવી જોજો. બાકી અત્યારે તમારા સંસારમાં ઘાંટા, રાડા-રાડ જ સંભળાતી જોવા મળે છે. ખરી શાંતિ-નીરવતા કદાચ તમને અનુભવવા જ મળી નહીં હોય.

એક ભાઈએ પોતાના મિત્રને પ્રશ્ન કર્યો - 'અલ્યા ! તારા પાડોશમાં મોન્ટુ રહે છે, એના લગ્ન થયે કેટલો સમય થયો ?'

મિત્રે કીધું - '૩-૪ વર્ષ થયા છે.'

'કેવું ચાલે છે ?'

'અરે ભાઈ ! એ મોન્ટુના ઘરની તો વાત જ ન્યારી છે ! એના લગ્નના પહેલા વર્ષે મોન્ટુ બોલતો અને એની પત્ની સાંભળતી. બીજા વર્ષે એની પત્ની બોલતી અને મોન્ટુ સાભળતો. ત્રીજા વર્ષથી એ બન્ને બોલે છે અને અમે પાડોશીઓ સાંભળીએ છીએ.'

ઘર-ઘરની લગભગ આ જ પરિસ્થિતિ છે. અવાજ લાઉડસ્પીકર જેવા થવા લાગ્યા છે. જેમ જેમ અવાજની માત્રા વધે તેમ તેમ મગજનો પારો ઉપર ! એક વાત શાંતિથી વિચારો કે - 'ક્રોધ કરતી વખતે અવાજ મોટો શા કારણે થઈ જાય છે ? અવાજ મોટો કરવા પાછળની મનોવૃત્તિ શી છે ?' સ્પષ્ટ સમજાશે કે સામેવાળાને દબાવી દેવાના આશયથી જ મોટો-મોટો અવાજ કરવામાં આવતો હોય છે.

અવાજ મોટો કરવાના મૂળમાં આ ભૂલભરેલી માન્યતા જ પડેલી છે. **અવાજ મોટો કરવાથી કદાપિ કોઈ દબાતું નથી. જે દબાય છે તે તમારા પુણ્યથી દબાય છે.** આ વાત મગજમાં કોતરી રાખજો. જેટલી જેટલી વાર પણ તમે મોટો અવાજ કરી સામેવાળાને દબાવો

છો તેટલી વાર તમારું અઢળક પુણ્ય ખર્ચાઈ જાય છે. અને અવાજ મોટો કર્યો તેના પ્રતાપે મગજનો પારો ઊંચે જતા કર્મબંધમાં જે ધરખમ વધારો થાય તે નફામાં ! બે બાજુથી માર પડે છે. માટે, સૌથી પહેલાં તો 'મોટો અવાજ કરવાથી સામેવાળો દબાઈ જાય છે' - આ માન્યતા જ ભૂંસી નાંખો અને અવાજ એકદમ શાંત તથા મૃદુ બનાવી દો.

એમ પણ અવાજ જેનો મોટો હોય તે વાત કરે ત્યારે તેનું અને સાંભળનારનું બન્નેનું માથું ચઢી જતું હોય છે. જેટલો અવાજ શાંત અને મૃદુ હશે તેટલો જ સહુને સાંભળવો ગમશે. વ્યાખ્યાન સિવાય મોટો અવાજ કોઈને સાંભળવો પસંદ નથી હોતો. માટે, અવાજને તો એકદમ ધીમો જ કરી નાંખવો જોઈએ. અમે સાઉથમાં ગયેલા ત્યારે એક આશ્ચર્ય લગભગ દરેક જગ્યાએ જોયું. ત્યાં દરેક ઘરમાં ગોચરી માટે જઈએ, સાસુ જો વહોરાવનાર હોય અને શાક વહોરાવતા એમને ખ્યાલ ન આવે કે આ શેનું શાક છે ? તો એ વહુને પૂછે કે - 'આ કયું શાક છે ?' તે વખતે વહુ સાસુના કાનમાં એટલું ધીમેથી બોલે કે દોઢ ફૂટ દૂર ઉભેલા અમને પણ એ ન સંભળાય. આ છે મર્યાદા ! આવી મર્યાદા લગભગ નામશેષ થતી જોવા મળે છે.

અવાજ ધીમો કરવાના ઘણા-ઘણા શારીરિક ફાયદા પણ છે. માટે, આટલું તો નક્કી કરી જ દો કે - તમે જેના ઉપર ગુસ્સો કરવા માંગો છો તેને જ સંભળાય, તેનાથી નજીક ઉભેલી બીજી કોઈ વ્યક્તિને ન સંભળાય તેટલા જ અવાજથી ગુસ્સો કરવો. એક વાર આ રીતે પ્રયોગ કરી જુઓ-ગુસ્સાની તાકાત દશમા ભાગની જ બચશે. ઘણા મોટા અપાયોથી તમે સાહજિક રીતે જ બચી જશો. જેટલો અવાજ ધીમો રાખશો, એટલો ક્રોધ ઘટતો જશે અને સામેવાળી વ્યક્તિ માટે પણ તે સહ્ય અને સુપાચ્ય બનશે. જો તેની પાછળ તમારો કોઈક સારો આશય હશે તો તે આશયને ગ્રહણ કરવાની ભાવના પણ તેનામાં જાગશે, તૈયારી પણ આવશે. મોટે ભાગે મોટા અવાજવાળાની વાણી આદેય બનતી નથી.

કદાચ સ્વાભાવિક રીતે જ તમારો અવાજ મોટો હોય છતાં પણ જ્યારે ગુસ્સો આવે ત્યારે પ્રયત્નપૂર્વક તેને ધીમો કરવો. ગુસ્સાનું બળ

તો જ મરી પરવારશે. ગુસ્સો અંદરથી ખોખલો થઈ જશે. અને પછી ચોક્કસ એવો સપરમો દિવસ આવશે કે જ્યારે ગુસ્સા ઉપર તમે વિજય પ્રાપ્ત કરી દીધો હશે. આ રીતે ક્રોધનો મિત્ર મોટો અવાજ ન આવે તેની સાવધાની રાખીને ક્રોધને ખોખલો કરી દઈએ.

(૩) ક્રોધને ખોખલો કરવાની ત્રીજી પદ્ધતિ - શબ્દો મીઠા બોલો.

ક્રોધને હંમેશા કડવા શબ્દો સાથે દોસ્તી હોય છે. ક્રોધનું મહત્તમ નુકસાન આ કડવા શબ્દોને આભારી છે. જેમ જેમ તમે કડવા શબ્દો વધુ ને વધુ બોલતા જશો તેમ તેમ ગુસ્સો પણ ગુણાંકમાં વધતો જશે, કડવા શબ્દો તો ગુસ્સાના જિગરજાન દોસ્તો છે. જો ગુસ્સામાંથી કડવા શબ્દો કાઢી શક્યા તો સમજી રાખો કે ગુસ્સો પણ તમે જીતી જ ગયા. પછી ગુસ્સાને જીતવો તમારા માટે કઠિન નહીં હોય.

ક્રોધ જ્યારે પણ આવે ત્યારે તમે શબ્દો કડવા-તીખા-દઝાડી દે તેવા જ બોલો છો. પરિણામે ક્રોધ બલવત્તર થતો જાય છે. તથા કડવા શબ્દોના પ્રતાપે તમે કરેલો ક્રોધ સામેવાળાને ભયંકર આઘાત આપી જાય છે. કડવા શબ્દો બોલવાના બંધ કરી દો તો ક્રોધ પાંગળો છે. પછી તો તેણે ઘટે જ છૂટકો ! ક્રોધમાં જો કડવા શબ્દો ન બોલો, મીઠા શબ્દો બોલવાનું રાખો તો કેટલી હદનો ફેરફાર થઈ જાય ? તે તમે વિચારી પણ નહીં શકો. તમે જે વાત કહેવા માંગો છો તે જ વાત કહેવી. પણ, તેના શબ્દો મીઠા રાખવા.

ઘણી વાર ગુસ્સામાં તમે બોલતા હો છો કે - 'તારા બાપને ય જોઈ લઈશ !' આ વાક્ય આવેશને સૂચવનારું પણ છે અને આવેશને વધારનારું પણ છે. આની જગ્યાએ સમાનાર્થી આ જ વાક્ય બોલો કે 'આપના પૂજ્ય પિતાશ્રીના પણ દર્શન કરી લઈશ.' પ્રાયઃ સમાનાર્થી બે વાક્ય હોવા છતાં બન્ને વચ્ચે કેટલો તફાવત છે ? શું આ વાક્ય બોલીને તમે ગુસ્સો કરી શકશો ? ગુસ્સાને કાઢવા માટેનો આ રામબાણ ઈલાજ છે કે ગુસ્સાના શબ્દો મીઠા કરી દો ! તમે પણ ચોકલેટ ખાધા વિના જ મીઠા થઈ જાવ. 'કુછ મીઠે હો જાએં.'

ઘણી વાર તો એવું જોવા મળે કે કડવામાં કડવા શબ્દો હોવા

છતાં સામેવાળાએ તે સાંભળ્યા જ ન હોવાથી તે ગુસ્સામાંથી બચી જાય. પણ, એ કડવામાં કડવા શબ્દો બોલનાર માટે તો ભયંકર નુકસાનનું સર્જન થઈ જ ગયું ! કડવા શબ્દો ક્રોધની ગાડીને આગળ ધપાવનારું પેટ્રોલ છે. પેટ્રોલ જેટલું ઘટાડશો તેટલી ગાડી ધીમી પડશે, ઓછો વખત ચાલશે. જેટલું પેટ્રોલ વધારે પૂરશો તેટલો ગાડીનો 'પાવર' પણ વધી જશે. જો પેટ્રોલ પૂરવાનું બંધ જ કરી દેશો તો આખરે ગાડી પણ બંધ થઈને જ રહેશે. ક્રોધને કાઢવા માટેનો આ રામબાણ ઈલાજ છે. ટૂંકમાં, આ પોલિસીમાં તમને ક્રોધની છૂટ છે. પણ કડવા શબ્દોની નહીં. આ ત્રીજી પદ્ધતિ થઈ, ક્રોધને અંદરથી જ નબળો પાડી દેવાની.

(૪) ચોથી પદ્ધતિ છે - સમયને લંબાવવાનું બંધ કરી દો !

ક્રોધને હંમેશા પોતાનો સમય લંબાવવામાં રસ હોય છે. છોકરો જોગ-સંજોગે નાપાસ થયો. તમે તેને સુધારવા ઠપકો પણ આપ્યો -'તું આખો દિવસ રખડી ખાય છે. ભણવું કશું નથી. પછી પાસ થાય કેવી રીતે ?' અહીં સુધીનું બધું કદાચ ક્ષમ્ય ગણી લઈએ. પણ, ખરી મુશ્કેલી હવે એ જ સર્જાય છે કે ભવિષ્યમાં અવસર હોય કે ન હોય, તેનો વાંક હોય કે ન હોય તો પણ તમે તેને સંભળાવ્યા વિના રહેશો નહીં. દીકરાને વારે તહેવારે તમારા મોઢામાંથી નાપાસ થવા અંગેનો ગુસ્સો સાંભળવો પડશે. આ સંક્લિષ્ટ ચિત્તપરિણતિની નિશાની છે. સામેવાળા માટે એક પૂર્વગ્રહ તમારા મનમાં બંધાઈ જાય છે.

જે ભૂલ જ્યારે થઈ ત્યારે તે માટે કોઈ વ્યક્તિને ખખડાવી દીધા પછી વારેવારે તેને તે બાબત યાદ કરાવવાની કોઈ જરૂરત હોતી નથી. તમે કરેલો ગુસ્સો તમારા અંતરમાં ઘણા લાંબા સમય સુધી અડ્ડો જમાવીને બેઠો હોય છે. એટલે જ વારે તહેવારે તે પોતાનો પ્રતાપ દેખાડતો રહે છે. ક્રોધની આગ તમે સળગતી રાખો છો તે જ મોટી ભૂલ છે. તેના જ કારણે ક્રોધ વધુ ને વધુ બળવાન થતો જાય છે. ક્રોધ તરફ તિરસ્કાર ભરી દૃષ્ટિ રાખશો. 'દીર્ઘજીવી ક્રોધ ભયંકર નુકસાનકારી છે' - તેવી દૃષ્ટિ રાખશો તો જ ક્રોધનો જરૂર પૂરતો આશરો લઈ તેને છોડી શકશો.

સળગતા મકાનમાં ફાયરબ્રિગેડના માણસો માત્ર કામ પૂરતો જ

પ્રવેશ કરે. કામ પતે પછી એ વધારે એક સેકંડ પણ તે સળગતા મકાનમાં ન રોકાય. બસ ! આ જ રીતે ક્રોધ એ સળગતું મકાન છે. તેમાં એક ક્ષણ પણ વધારે ન રહેવાય. બને તેટલું વહેલામાં વહેલું તેમાંથી બહાર નીકળી જવાનું હોય. આ વાત તો જ શક્ય બનશે કે જો ક્રોધ ઉપર ખરેખરી ઘૃણા ઉત્પન્ન થઈ ગઈ હોય. આ પદ્ધતિને અજમાવવા માટે, ક્રોધનો સમય ઘટાડવા માટે એક પ્રયોગ કરવા જેવો છે.

જ્યારે જ્યારે પણ ગુસ્સો આવે ત્યારે ગુસ્સો કરતા પહેલાં સમય જોઈ લો. ૧ મિનિટ કે ૨ મિનિટની મર્યાદા નક્કી કરી લો. અને પછી ઘડિયાળના કાંટે તેટલો જ સમય ગુસ્સો કરવાનો. તેમાં એક ક્ષણ પણ વધુ નહીં. જો ક્રોધ પૂર્વે જ આ રીતે સમયમર્યાદા નક્કી કરી દેશો તો ક્રોધ તમને અને બીજાને ઝાઝું નુકસાન પહોંચાડી શકે - તેવી શક્યતા નથી. તથા ક્રોધ પતે પછી શાંતિથી વ્યવહાર જો તમે કરશો તો ક્રોધના ખરાબ ફળને તમે અટકાવી શકશો અને તેની સારી અસર ઉપજાવી શકશો.

ગમે તેવો દારાસિંગ જેવો કદાવર માણસ હોય છતાં કડિયાળી ડાંગ જો તેની કરોડરજ્જુમાં પડે અને એકાદ મણકો તૂટી જાય પછી તે પાંગળો છે, નબળો છે, તેની હુમલો કરવાની શક્તિ બચતી નથી. તેમ ક્રોધ ગમે તેવો મજબૂત ભલે હોય. પણ, 'મારે ૬૦ સેકંડથી વધુ ક્રોધ નથી કરવો' - આવા સંકલ્પરૂપી કડિયાળી ડાંગથી તેને ફટકારવામાં આવે તો તે ક્રોધ નબળો થઈ જશે, પાંગળો થઈ જશે. માટે, આજથી આ સંકલ્પ કરી દો કે 'હવે ગમે તેટલી વાર મારે ગુસ્સો કરવો પડે. પણ, ૬૦ સેંકડથી વધારે સમય તો ગુસ્સો કરવો નથી.' દીર્ઘકાળ સ્વરૂપ સ્વજનને ગુમાવી ક્રોધ યમશરણ થશે.

(૫) પાંચમી પદ્ધતિ છે - 'ચાન્સ' શોધવાના છોડી દો !

જાહેરમાં કોઈકે તમારી કોઈક બાબત અંગે ભૂલ કાઢી. હવે તમારું મગજ એ ભૂલ કાઢનારની ભૂલ શોધવામાં પડી જશે. કદાચ તમને ખ્યાલ પણ નહીં આવે કે તમારું મગજ એ વ્યક્તિની ભૂલ શોધી રહ્યું છે. પણ, જ્યારે તમારી જે બાબત અંગે એ વ્યક્તિએ ભૂલ દર્શાવી હતી, તે જ બાબતની ભૂલ તેના દ્વારા થતી તમારા જોવામાં આવે કે

તરત જ તમે તેને બધાની વચ્ચે પ્રગટ કરી દેશો. કદાચ, પૂર્વે તેની આવી ભૂલો તમે જોતા પણ ન હો, તમે તેને ભૂલ તરીકે સ્વીકારતા પણ ન હો, કિંતુ તમારી ભૂલ એ વ્યક્તિએ કાઢી એટલે તમે ભૂલ કાઢીને જ રહેશો.

આપણું મગજ સતત ક્રોધના નિમિત્તને જ શોધે રાખતું હોય છે. પ્રતિક્રમણમાં તમે અતિચાર બોલ્યા અને તમારી ૧૦ ભૂલ કોઈકે કાઢી. જોગ-સંજોગ તે જ વ્યક્તિને અજિતશાંતિનો આદેશ મળ્યો. તમને અજિતશાંતિ કડકડાટ આવડે છે. હવે, તમે અજિતશાંતિ કેવી રીતે સાંભળશો ? ઘણી વાર અજિતશાંતિમાં સૂઈ જનારા તમે હવે ધ્યાન દઈને સાંભળશો. બસ ! આ વૃત્તિ કાઢી નાંખવાની જરૂરત છે. ક્રોધને નિમિત્તોની સાથે દોસ્તી છે. જો તમે તેને નિમિત્તો જ પૂરા નહીં પાડો તો તે પ્રગટી શકશે જ કેવી રીતે ? પણ નિમિત્તોને તમારું મગજ શોધે છે. એથી મગજને એ કામમાં જોડવાનું સદંતર બંધ કરી દો. પછી જુઓ - ક્રોધ ઉપર કેવો ફટકો પડે છે !

(૬) ક્રોધને અંદરથી ખોખલો કરી દેવાની છટ્ઠી પદ્ધતિ - મોઢું વિકૃત ન કરો.

ક્રોધ કરતી વખતે મોઢું એવું વિકરાળ થઈ જતું હોય છે કે એ વખતના તમારા મોઢાની છાપ જોનારના મગજમાંથી કદાપિ ભૂંસાતી નથી. તમારા માટે એક ખરાબ લાગણી સદાને માટે એ અનુભવે છે. તમારાથી ભયભીત રહે છે.

કદાચ ક્રોધ કરો, છતાં ચહેરો તો પ્રસન્ન જ રાખો. ક્રોધની તાકાત તૂટ્યા વિના રહેશે નહીં. તમારો ફોટો કોઈ તે વખતે પાડે તો તમને જોવો ગમે તેવો તમારો ચહેરો હોવો જોઈએ. જેવા પ્રકારના ચહેરાનો ફોટો તમને જોવો ગમે નહીં તેવા પ્રકારનો ચહેરો કદાપિ ઉપસાવવો નહીં.

(૭) સાતમી પદ્ધતિ છે - ક્રોધપાત્ર વ્યક્તિ ઉપર પણ સદ્‌ભાવ રાખો !

જેની ઉપર તમે ક્રોધ કરી રહ્યા છો, તેના માટે અંદર અંદર જો

અણગમો-દ્વેષ-તિરસ્કારનો પરિણામ હશે તો તેના ઉપરનો ગુસ્સો ખતરનાક હશે. દુનિયાની કોઈ પણ વ્યક્તિ ધિક્કારપાત્ર અને તિરસ્કારપાત્ર લાગશે તો તેના ઉપર તમે અંદરથી જ ગુસ્સો કરશો કે જે અત્યંત ખતરનાક હશે. ક્રોધને આવા પરિણામ સાથે તો દોસ્તી છે. જ્યાં સુધી કોઈ જીવ પ્રત્યે આવો પરિણામ આત્મામાં હશે ત્યાં સુધી ક્રોધ પણ હોવાનો જ. કારણ કે ક્રોધને અને ધિક્કારના પરિણામને તો અજબ જુગલબંધી છે.

જેની ઉપર ક્રોધ કરી રહ્યા છો તે વ્યક્તિ ઉપર પણ પૂજ્યભાવ કે છેવટે મૈત્રીભાવ તો હોવો જ જોઈએ. અર્જુનમાળી-દૃઢપ્રહારી જેવા તે જ ભવે મોક્ષમાં જઈ શકતા હોય તો સામેવાળી વ્યક્તિ તમારા કરતાં વહેલા મોક્ષમાં જનારી હોય તેવી શક્યતા પૂરેપૂરી છે. તો પછી શા માટે તેના ઉપર ધિક્કારનો પરિણામ, તિરસ્કારનો ભાવ રાખવો ?

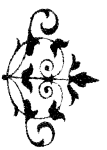
ક્રોધના આ ૭ ભાઈબંધોને મુખ્યતયા છોડતા જાઓ, છોડતા જાઓ. ધીરે ધીરે ક્રોધ નિર્માલ્ય અને નિષ્ક્રિય થતો જશે. ક્રોધને પોતાનું ધાર્યું કરવામાં રસ છે. માટે ઉપરોક્ત ૭ મુદ્દામાં તમને એ સફળ નહીં થવા દે. પણ તમને જો દેવ-ગુરુનું ધાર્યું કરવામાં રસ હશે તો તમે ચોક્કસ સફળતાને વરશો. ક્રોધ કદાચ ભલે હમણાં ને હમણાં તમે પૂરેપૂરો છોડી ન શકો. પણ, એના મિત્રોથી તો એને છૂટો પાડી દો. પછી તે લાંબું નહીં ખેંચે !

અંગ્રેજોએ જેમ રાજાઓને અંદર અંદર છૂટા પાડી સહુને ખતમ કરી દીધા. તેમ ક્રોધને તેના મિત્રોથી છૂટા પાડી તેને અંદરથી જ ખોખલો કરી દો. પછી તેનો વિનાશ હાથવેંતમાં જ હશે.

ટૂંકમાં, આ પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે - 'જો સીધી આંગળીએ ઘી ન નીકળે તો વાંકી આંગળીએ કાઢવું પડે. તેમ ક્રોધ સીધે સીધો છૂટી ન શકતો હોય તો પણ આ ૭ મુદ્દા અપનાવી લો, ક્રોધે વિદાય લીધે જ છૂટકો !'

ચલો ! 'ભાગલા કરો અને રાજ કરો' - આ નીતિને અધ્યાત્મજગતમાં આત્મસાત્ કરી મુક્તિરાજને ઝડપથી મેળવીએ !

'જે થાય તે સારા માટે' પોલિસી



અત્યંત કડક પ્રકૃતિ રાજાની હતી. જ્યારે મંત્રી શાંત અને ઠરેલ પ્રકૃતિનો હતો. બન્નેનો સ્વભાવ દોન ધ્રુવ જેવો હતો. છતાં મંત્રીના સ્વભાવની ઉદારતાથી બન્નેનો મેળ પડ્યો હતો. રાજ્યમાં મંત્રીની પ્રતિભા સાધુચરિત અને ઉદારચરિત પુરુષ તરીકેની હતી. રાજાની ઘણી ઉલઝનો મંત્રી જ દૂર કરી આપતો. માટે, રાજા આ શાંતપ્રકૃતિના મંત્રીને પણ જાળવી રહ્યા હતા. છતાં વખતે વખતે બન્ને વચ્ચેનો સ્વભાવફેર તરત જ જણાઈ આવતો હતો. મંત્રીને રાજા માટે એક આદરભાવ હતો. એ અંતરથી ઈચ્છતો કે રાજાનો સ્વભાવ પણ શાંત થાય.

રાજા પોતે સમજુ હતો. પરંતુ જો કશું પણ પોતાની ઈચ્છાથી કે આજ્ઞાથી વિપરીત થતું તો તેનું મગજ તપી જતું. રાજાનું શૌર્ય જેમ પ્રચંડ હતું, તેમ તેનો ક્રોધ પણ પ્રચંડ હતો. મંત્રીએ રાજાની આ ખામી દૂર કરવા કમર કસી હતી. મંત્રીએ આના માટે એક મંત્ર રાજાના કાનમાં અને મગજમાં પહોંચાડવાનું નક્કી કર્યું. હવે જ્યારે પણ કોઈ સારા કે નરસા સમાચાર આવે કે મંત્રી આ વાક્ય અચૂક બોલતો – 'જે થાય તે સારા માટે !' હજુ સુધી એવા કોઈ મોટા પ્રસંગો બન્યા

ન હતા. પણ, મંત્રીના આ વાક્યને સાંભળી રાજાને શાંત થઈ જવું પડ્યું હતું. એથી રાજાના મનમાં થોડો ધૂંધવાટ પણ હતો જ.

એક દિવસ રાજકુમાર ઘોડા ઉપરથી પડી ગયો. પગનું હાડકું તૂટી ગયું. આ સમાચાર રાજાને આપે કોણ ? જે સમાચાર આપે તેને રાજાના અકારણ કોપના ભોગ બનવાનું હતું. આખરે એક માણસે હિંમત કરી મંત્રીની હાજરીમાં જ આ સમાચાર રાજાના કાને નાંખ્યા. સમાચાર સાંભળતા જ રાજા ધૂંવાફુંવા થઈ ગયા. પણ, મંત્રી તો પોતાનું રોજીંદું વાક્ય જ ઉચ્ચર્યા - 'જે થાય તે સારા માટે !' આ સાંભળી રાજાનો ગુસ્સો સાતમે આસમાને પહોંચ્યો. એને મંત્રીની આ ધૃષ્ટતા અસહ્ય થઈ પડી.

પોતાનો પ્રાણપ્યારો રાજકુમાર આ રીતે પડી ગયો. તે શું સારા માટે ? રાજાએ સીધો જ મંત્રીનો હાથ પકડ્યો અને તેની આંગળી કાપી નાંખી. પણ, કશું જ આડુંઅવળું બોલવાના બદલે મંત્રી તો એક જ વાક્ય બોલ્યા - 'જે થાય તે સારા માટે !' આવા સમયે પણ મંત્રીના મોઢામાંથી આ જવાબ સાંભળી રાજા ચકિત થઈ ગયો.

એણે તો મંત્રીને પૂછી પણ લીધું. 'શું ? આ તમારી આંગળી કપાઈ તે પણ સારા માટે ? મંત્રીશ્વર ! મારે તમારા ભરોસે રાજ ચલાવવાનું છે, ખ્યાલ છે ને ?'

'હા, રાજન્ ! મારા ખ્યાલમાં જ છે. એટલે જ કહું છું કે જે થાય તે સારા માટે !'

અત્યારે તો રાજા ઉતાવળમાં હતો. માટે, મંત્રી જોડે ચર્ચા કર્યા વિના જ તે રાજકુમારની ખબર કાઢવા દોડ્યો. મંત્રીના હાથમાંથી લોહી નીતરી જ રહ્યું હતું. પણ, તે સ્વસ્થ હતો. તે સમજતો હતો કે રાજાને સુધારવો હશે તો આવો કોઈક મહાન ભોગ આપવો જ પડશે. આ વાત ઉપર દિવસો અને મહિનાઓ વીતી ગયા.

એક વાર રાજા પૂરા રસાલા સાથે શિકાર માટે નીકળ્યો.

કાફલામાં બે જાતિવંત ઘોડા પણ હાજર હતા. રાજાને એ બન્ને ઘોડા ચકાસવા હતા. એટલે જંગલની વચ્ચોવચ્ચ સપાટ મેદાન જેવી થોડી જગ્યા મળતા રાજાએ તે બન્ને ઘોડા મંગાવ્યા. એક ઉપર રાજા બેઠો હતો અને બીજા ઉપર મંત્રી. હજુ તો લગામ ખેંચી, ન ખેંચી ત્યાં તો ઘોડા પૂરપાટ ઉપડ્યા. અજબ ઝડપ હતી. પગ તો જાણે ધરતી ઉપર અડતા જ નથી. રાજા ખુશખુશાલ થઈ ગયો. પણ, એ ખુશી લાંબો સમય ન ટકી. કારણ કે રાજાએ ઘોડાને અટકાવવા પ્રયત્ન કર્યો છતાં પણ ઘોડાની ઝડપમાં તો લેશ પણ ફેરફાર દેખાતો ન હતો. મંત્રીનો ઘોડો પણ અટકતો ન હતો. રાજાનો ઘોડો આગળ અને મંત્રીનો ઘોડો પાછળ. પૂરપાટ વેગે બન્નેના ઘોડા જંગલમાં દોડી રહ્યા હતા.

ઘોડાના ડાબલાના પડઘા આખા જંગલમાં ઉઠતા હતા. સાંજનો સમય હતો. ઘોડાને અટકાવવાનો ઉપાય ન હતો. આખરે રાજા અને મંત્રીએ ઈશારાથી જ વાત કરી. અશ્વવિદ્યા ભણતી વખતે જ જે ઉપાય શીખ્યા હતા તે અજમાવવાનું નક્કી કર્યું. તે મુજબ એક મજબૂત વડવાઈની નીચેથી જેવો ઘોડો પસાર થયો કે રાજાએ તે વડવાઈ પકડી લીધી. રાજા અદ્ધર લટકી રહ્યો. ઘોડો આગળ નીકળી ગયો. મંત્રી પણ એ જ રીતે લટકી ગયો. અંધારું ધીરે-ધીરે છવાઈ રહ્યું હતું. હજુ સંધ્યાનો પ્રકાશ હતો. પણ, ઘોડાની અજબ ઝડપ જોતાં હવે પોતે પાછા છાવણી સુધી કે નગર સુધી પહોંચી શકે તેવી કોઈ શક્યતા ન હતી.

રાજા અને મંત્રી ભેગા થઈ હજુ કંઈક વિચાર કરે, ત્યાં તો ચારે બાજુથી હોંકારા-પડકારા સંભળાવા લાગ્યા. અવાજ સાંભળતા જ મંત્રી સમજી ગયો કે આ જંગલના ભીલ છે. રાજ્યનો મંત્રી હોવાથી આ બધી બાબતની તેને ખબર હતી. માટે તેણે રાજાને એકદમ સ્થિર રહેવાની સૂચના આપી દીધી. મંત્રીને ખબર હતી કે અત્યારે ચારે દિશામાં ભીલ લોકો ગોઠવાઈ ગયા હશે. તે લોકોની નજર અમારા બન્ને ઉપર હશે જ. જો જરા જેટલી પણ હિલચાલ કરી તો એ લોકો તરત જ તીર છોડ્યા વિના રહેશે નહીં. માટે, તે એકદમ જ સ્થિર થઈ ગયો. રાજા પણ સ્થિર થઈ ગયો. આ નવી આવી પડેલી પરિસ્થિતિમાં શું

કરવું ? તેનો કંઈક વિચાર કરે તે પહેલા તો ભીલ લોકોએ આવી રાજા અને મંત્રી બન્નેને મુશ્કેટાટ બાંધી દીધા.

રાજા અને મંત્રીને જોઈ ભીલ લોકો ખૂબ જ રાજી થયા. માતાજીનો ઉત્સવ નજીકમાં હતો. એ મહોત્સવ દરમ્યાન માતાજીને ચડાવવા માટે નરબલિની જરૂરત હતી. એ નરબલિ તરીકે જ આ રાજા અને મંત્રીની પસંદગી થવા પામી. નરબલિ તરીકે બત્રીસ લક્ષણો પુરુષ જ જોઈએ. એટલે જ રાજાને અને મંત્રીને મેળવીને તેઓ ખુશ થયા. બન્નેને એક ઝૂંપડા જેવા ઘરમાં કેદ કરવામાં આવ્યા હતા. ચારે બાજુ દિવસ-રાતની ખડી ચોકી હતી. એકાદ દિવસમાં માતાજીનો પૂજારી આવીને રાજાને અને મંત્રીને જોઈ જાય એટલે પછી તરતમાં જ એમનો બલિ ચઢાવવાનો હતો.

મંત્રી ભીલ લોકોની વર્તણૂંક જોઈને જ આ વાત વગર કહ્યે સમજી ગયો હતો. ધીરે ધીરે રાજાને પણ આ વાતની ખબર પડી ગઈ. રાજા ઉદાસ થઈ ગયો હતો. મંત્રી તો 'જે થાય તે સારા માટે' આ સિદ્ધાંતમાં અટલ હતો. આ બાજુ એક દિવસ બાદ માતાજીના મંદીરનો પૂજારી આવ્યો. તેણે રાજાને સંપૂર્ણ નીહાળ્યો. બધાં લક્ષણો રાજામાં સંપૂર્ણ હતા. ત્યાર બાદ મંત્રીનો વારો આવ્યો. મંત્રીને નખશિખ નિહાળતા અચાનક તેની નજર મંત્રીના હાથ ઉપર પડી. મંત્રીની ખંડિત આંગળી જોઈ તેણે તરત માથું ધુણાવ્યું. ભીલ લોકો સમજી ગયા - આ બલિ માટે યોગ્ય ન હતો.

રાજાને પણ સમજમાં આવી ગયું કે મંત્રીની આંગળી ખંડિત હોવાથી મંત્રીનો છૂટકારો થઈ જવાનો છે. બલિ માટે અક્ષત શરીરવાળો જ પુરુષ જોઈએ. રાજાને આ વખતે મંત્રીનું વાક્ય યાદ આવી ગયું - 'જે થાય તે સારા માટે !' અત્યારે એ વાત અક્ષરશઃ સાચી પડી રહી હતી. રાજાના દિલમાં આ વાક્ય ઘૂંટાવા લાગ્યું. મંત્રીને તો એ જ રાતે આંખે પાટા બાંધી રાજમાર્ગ ઉપર તેઓ મૂકી આવ્યા. રાજા એકલો પડ્યો. આખી જીંદગી એ તપાસી ગયો. એને પણ લાગ્યું કે - ખરેખર જે થાય તે સારા માટે જ હોય છે. હા ! કદાચ કોઈક પ્રસંગો પ્રતિકૂળ

ચોક્કસ હશે. પણ તેમાં વ્યક્તિના નકારાત્મક વલણનો પણ ભાગ સારો એવો હોય છે. જો હકારાત્મક વિચારસરણી જ રાખી હશે તો જીવનમાં ગમે તેવો ખરાબમાં ખરાબ પ્રસંગ બને, પણ તે ખરાબ લાગશે નહીં.

જીવનમાં આવી પડતું દુઃખ જો સત્કારવામાં આવે તો તે કંઈને કંઈ શુભ સંદેશ અવશ્ય આપે છે. વ્યક્તિને મજબૂત અને ખડતલ બનાવે છે. વ્યક્તિત્વને નિખારે છે. પણ, જ્યારે જ્યારે દુઃખ આવે છે ત્યારે તેને નકારવાના પરિણામે દુઃખ વધુ દર્દદાયક બની રહે છે, પીડાદાયક બની રહે છે. તે સ્વભાવને ચીડિયો બનાવી દે છે. કોઈ પણ પરિસ્થિતિમાં જે શબ્દો મોઢામાંથી નીકળે, જેવા શબ્દો મોઢામાંથી નીકળે, જેવું વિચારવામાં આવે તેવા જ પ્રકારના ભવિષ્યનું પ્રાયઃ નિર્માણ થતું હોય છે. જો હકારાત્મક વિચારશું, 'જે થાય તે સારા માટે !' - આવા ઉદાત્ત વિચારને સ્થાન આપશું તો અવશ્ય ઉજ્જવળ ભવિષ્યનું નિર્માણ થશે.

જેમ જેમ નેગેટિવ વિચારોને મગજમાં સ્થાન આપવામાં આવે તેમ તેમ તે દરેક વિચારો શરીરમાં નેગેટિવ ઊર્જા ઊભી કરીને નબળી અસરો સર્જ્યા વિના રહેતા નથી. **'દરેક ઘટનાઓ મારા ઉત્થાન માટે છે, પતન માટે નહીં. વિકાસ માટે છે, વિનાશ માટે નહીં. મને અંધકારમાંથી પ્રકાશ તરફ લઈ જવા માટે છે'** - આવું વિચારવામાં તો કોઈ પણ ઘટના કોઈ પણ વ્યક્તિનું કશું બગાડી શકતી નથી. જો કોઈ વ્યક્તિ બીજી વ્યક્તિ માટે નેગેટિવ વિચાર કરશે તો તેની અસર તે સામેવાળી વ્યક્તિના મન ઉપર પણ પડશે અને તેનું મન પણ તે વ્યક્તિ માટે ખરાબ વિચારવા લલચાશે.

રાજાનું પણ મનોમંથન આવી જ કોઈક દિશામાં ચાલતું હતું. આ બાજુ મંત્રી જેવો છૂટો થયો કે તરત જ તેણે નગરની વાટ પકડી. પણ, હજુ તે થોડો આગળ વધ્યો, ન વધ્યો ત્યાં તો પોતાનું સૈન્ય જ સામું મળ્યું. મંત્રીએ તરત જ એક ઘોડો લીધો અને ભીલપલ્લી તરફ જવાનું શરૂ કર્યું અને ઈશારાથી સૈન્યને પોતાની પાછળ આવવાનું કહ્યું. સૈન્યની એક ટુકડી મંત્રીને સામે મળી હતી. તે લોકો રાજા અને

મંત્રીને શોધવા માટે જ નીકળ્યા હતા. એ ટુકડી સાથે મંત્રી પોતાને મૂકીને રવાના થયેલા ભીલ લોકોનું પગેરું પકડી પકડી પલ્લી સુધી જઈ પહોંચ્યો. આ એક ટુકડીની વાજોવાજ, મંત્રીનો સંદેશો જવાથી બીજી ટુકડીઓ પણ આવી રહી હતી.

વ્યવસ્થિત રીતે આખી પલ્લીને ઘેરી લીધી. ભીલ લોકોને જ્યારે ખબર પડી ત્યારે ઘણું મોડું થઈ ચૂક્યું હતું. આખરે મંત્રીએ રાજાને સહીસલામત છોડાવી લીધો. સહુ આનંદ સાથે નગરમાં પાછા ફર્યા. રાજાએ મંત્રીનું સન્માન કરવાનું નક્કી કર્યું. સન્માન વખતે જ અચાનક રાજાની નજર મંત્રીજીની કપાયેલી આંગળી ઉપર પડી. રાજાને અફસોસ થઈ આવ્યો. એણે મંત્રીની માફી માંગી. ત્યારે મંત્રી એટલું જ બોલ્યો - 'જે થાય તે' આખી સભા બોલી ઉઠી - 'સારા માટે !' રાજાને પણ આ સિદ્ધાંત ઉપર શ્રદ્ધા બેસી ગઈ.

કડવી પરિસ્થિતિઓ સહેવા અપમાનના કડવા ઘૂંટડા ઉતારવા આ પોલિસી અજબનું નવનીત પીરસે છે. આ વાક્ય - 'જે થાય તે સારા માટે !' - વારેવારે ઘૂંટો, કંઈ પણ અણગમતું થાય કે મનમાંથી સ્વાભાવિક રીતે જ આ વાક્ય પડઘાતું સંભળાય - એટલી હદે તેને આત્મસ્થ કરી લો. પછી, જુવો કે તે-તે પરિસ્થિતિમાં તમે મગજને શાંત રાખી શકો છો કે નહીં ? જો મંત્રીશ્વરની આંગળી કપાઈ તે પણ મંત્રીશ્વરને સારા માટે થઈ, તો તમારા જીવનમાં આવતા દુઃખદ પ્રસંગો શી ખબર છે કે સુખના સંદેશ લઈને નહીં આવ્યા હોય, ગર્ભિત રીતે તેમાં સુખના પડછાયા નહીં છૂપાયા હોય ? દુઃખને દુઃખ તરીકે જોશો તો તે તમને દુઃખી જ કરશે. પણ, જો તેને સુખના સંદેશવાહક તરીકે જોશો તો તે તમને સુખી જ કરશે.

પાર્શ્વનાથ પરમાત્માને કમઠના ઉપસર્ગો ઉપસર્ગરૂપે નથી જણાતા, પણ કેવલજ્ઞાનના સાધન રૂપે જણાય છે. કારણ કે તે દરેક ઉપસર્ગે કેવલજ્ઞાન તેમને નજીક આવતું દેખાય છે, આત્મા ઉપરથી કર્મોનો ભાર હળવો થતો અનુભવાય છે. પાર્શ્વનાથ ભગવાને કમઠ પ્રત્યે લેશ પણ દુર્ભાવ ન રાખ્યો તો કમઠને પણ તે ક્ષમાના તરંગો આંદોલિત

કરતા ગયા, તેને પણ પશ્ચાત્તાપ પ્રગટ્યો અને સમ્યક્ત્વ પણ પ્રાપ્ત કર્યું. પણ તેના મૂળમાં પાર્શ્વનાથ પરમાત્માની સમતા હતી અને તેના પણ મૂળમાં 'જે થાય તે સારા માટે !' આવી જ કોઈક ભાવના હતી. ખુદ તમારી જાતને જ એક પ્રશ્ન પૂછો - જીવનમાં જ્યારે જ્યારે પણ તકલીફ આવે ત્યારે 'તકલીફ આવે છે તેમ દેખાય કે કર્મનિર્જરા આવે છે' - તેવું દેખાય ?

દંપતીને ધર્મ પામ્યાને હજુ બે જ વર્ષ થયા હતા. પણ જ્યારથી ધર્મ સમજ્યા અને સ્વીકાર્યો ત્યારથી જ જાણે કે તેમની પનોતી બેઠી હોય તેવું દેખાતું હતું. તે દમ્પતીએ ખૂબ જ ભાવોલ્લાસ સાથે ધર્મ સ્વીકાર્યો હતો. નિખાલસ હૃદયથી તેનું પાલન પણ કરી રહ્યા હતા. પણ, બે વર્ષમાં તો દુકાનમાં, ઘરમાં, શરીરમાં, પરિવારમાં સર્વત્ર આપત્તિઓનો વરસાદ વરસ્યો હોય તેવું લાગતું હતું. પત્ની આટલી આપત્તિઓ જોઈ હિંમત હારી રહી હતી. ધર્મ પ્રત્યે થોડી શંકા પ્રગટી હતી. પતિની નજરમાં આ વાત પકડાઈ ગઈ. એક દિવસ પતિએ સામે ચાલીને જ વાત ઉપાડી - 'લાગે છે કે આપણું કેવલજ્ઞાન નજીકમાં આવી રહ્યું છે.' આ સાંભળતા જ પત્નીને તો ગુસ્સો જ ચડ્યો - 'કેવલજ્ઞાન તો મળતા મળશે. પણ, અત્યારે તો નરક જેવું જ દેખાય છે.'

'એટલે જ તો કહું છું કે કેવલજ્ઞાન નજીકમાં છે' - પતિએ કીધું. પત્ની પણ ધાર્મિક મનોવૃત્તિવાળી જ હતી. પણ, હમણાં હમણાં વરસેલી આપત્તિઓએ તેની શ્રદ્ધામાં જરા તરા ગાબડું પાડી દીધું હતું. થોડી વિહ્વલતા, આકુળતા પ્રવેશી રહી હતી. પતિએ આપેલા શાંત ઉત્તરોએ એની આકુળતાને દૂર કરી. એણે જિજ્ઞાસા ભાવે પૂછ્યું - 'પણ, કેવી રીતે ? તમે કયા આધારે કહો છો કે કેવલજ્ઞાન આપણી નજીક આવી રહ્યું છે ?'

પતિએ કહ્યું - 'અલી ગાંડી ! કલ્પસૂત્રમાં તો આપણે સાંભળીએ છીએ કે પ્રભુ મહાવીર મહારાજા ૩૦ વર્ષ સુધી ગૃહસ્થાવસ્થામાં રહ્યા. ત્યાં સુધી એમને કોઈ તકલીફ ન હતી. કારણ કે ગૃહસ્થાવસ્થામાં કેવલજ્ઞાનની કોઈ શક્યતા ન હતી. પણ, જેવી પરમાત્માની દીક્ષા થઈ

કે પરમાત્મા ઉપર આપત્તિઓની વણઝાર વરસી. કારણ કે પ્રભુનું કેવલજ્ઞાન નજીક આવી રહ્યું હતું. જેમ જેમ ઉપસર્ગ વરસતા ગયા, સહતા ગયા તેમ તેમ કેવલજ્ઞાન નજીક આવતું ગયું.'

પતિના આ ઉદાત્ત વિચારો સાંભળી પત્ની અહોભાવથી ઝૂકી ગઈ. તકલીફ વખતે જો આવો ભાવ જાગે તો તકલીફ આપનાર વ્યક્તિ પ્રત્યે ક્યારે ય દ્વેષ પ્રકટી શકે નહીં. વલણમાં અને અભિગમમાં પણ આ જ વાત ઘૂંટતા જઈએ કે - 'જે થાય તે સારા માટે !' તો નાની નાની બાબતોમાં તો તમે સંક્લેશમાંથી બચી જ શકશો.

કોઈકે તમારા રૂા. ૫૦૦૦ દબાવી દીધા તો શું તે વખતે આમ ન વિચારી શકાય કે - 'સારું થયું, મારું દેવું ચૂકતે થઈ ગયું. ગયા ભવમાં મેં એના રૂપિયા દબાવ્યા હશે તે આ ભવમાં એણે મારી પાસેથી રૂા.૫૦૦૦ લઈ લીધા. જો આ ભવમાં દેવું આ રીતે ચૂકતે ન કર્યું હોત તો આ લેણું પતાવ્યા વિના મારો મોક્ષ શી રીતે થાત ? આવતા ભવમાં મહાવિદેહમાં જનમવાનું સૌભાગ્ય મળે ને એ વખતે આ દેવું બાકી જ હોય તો મોક્ષ અટકી જ જાય ને ? કોઈનું દેવું પતાવ્યા વિના મોક્ષ શી રીતે મળી શકવાનો ? પરિણામે મહાવિદેહમાં જનમ મળી જવા છતાં, મોક્ષ પ્રાપ્ત કરવાની તમામ સામગ્રી હાજર હોવા છતાં, તે બધું એળે જ જાય ને ! કેટલા મોટા નુકસાનમાંથી હું બચી ગયો ? સારું થયું એણે મારા રૂા. ૫૦૦૦ દબાવી દીધા.' શું આવી વિચારધારા અપનાવી શકશો ?

આ પોલિસી દ્વારા આ જ કરવાનું છે. કોઈ રૂા. ૫૦૦૦ દબાવે કે ભરસભામાં અપમાન કરે - 'બધું જ સારા માટે છે.' હા ! કોઈ તમારું અપમાન કરે તે પણ તમારા સારા માટે જ છે. કારણ કે **જ્યાં સુધી અપમાનના બજારમાં પ્રવેશ ન કરીએ ત્યાં સુધી નમ્રતા પ્રગટે નહીં, અહં જાય નહીં. જ્યાં સુધી અહં ન જાય ત્યાં સુધી અર્હં પ્રગટે નહીં.** અપમાન વિના અહં તો જવાનો નથી. આમ, અપમાન કરનાર તમારામાં અર્હંને પ્રગટ કરાવી આપનાર છે. આવો અભિગમ પ્રગટે તો સમજવું કે મોક્ષ હાથવેંતમાં છે. વ્યાવહારિક રીતે તમે ભલે મૂર્ખમાં ખપો. પણ,

અધ્યાત્મ જગતમાં તો તમે રાજા કહેવાશો. ગુણવૈભવ તમારા ચરણે આળોટશે. પણ, તે માટે આ વાક્ય તો આત્મસ્થ કરવું જ પડશે કે - 'જે થાય તે સારા માટે !'

પ્રતિકૂળ સંયોગોમાં આપણે અકળાઈ ઉઠીએ છીએ. તેની પાછળ કારણ આ જ છે કે - 'જે થાય તે સારા માટે !' - આ અભિગમ અપનાવી શક્યા નથી. જો આ અભિગમ અપનાવવામાં સફળતા મળે તો ગમે તેવા પ્રતિકૂળ સંયોગોમાં મન પ્રસન્ન રહે. આખરે લગભગ સારું જ થતું હોય છે.

રાજકોટમાં ચોમાસામાં પણ આ જ પોલિસીની વાત કરી હતી. ચોમાસા બાદ દિનેશભાઈએ મને વાત કરી કે - 'સાહેબ ! આપની વાત સો ટકા સાચી છે કે - 'જે થાય તે સારા માટે !'

મેં પૂછ્યું - 'કેમ ? કોઈ અનુભવ ?'

'હા સાહેબ ! આપનું ચોમાસુ નક્કી થયું ત્યારે સંઘના કાર્યો જોતાં દુકાને ચોમાસા દરમ્યાન ન જવાનું મનોમન જ નક્કી કર્યું હતું. ચોમાસાના ચાર માસ દરમ્યાન દુકાને લગભગ હું ગયો જ નથી. એનો ફાયદો એ થયો કે - ધરખમ નુકસાનીમાંથી હું સાંગોપાંગ બચી ગયો. જો દુકાને હોત તો કેટકેટલાય મેં સોદા પાડ્યા હોત. આ વખતે ચોમાસા દરમ્યાન બજારમાં એવી ઉથલપાથલો થઈ છે કે મેં જબ્બર નુકસાની જ વેઠી હોત ! ખરેખર, ચાર મહિના દુકાને ન ગયો તે સારા માટે ! શ્રાવિકાના અને દીકરાના મનમાં પણ થોડો ઘણો જે રંજ અને અફસોસ હતો, તે પણ સત્ય હકીકત સમજાવાથી ચાલ્યો ગયો. આ મંદીમાં બરબાદ થતો રહી ગયો.' એક વાર આ પોલિસી તમે પોતે જ અપનાવી જુઓ તો તમને પણ સ્પષ્ટ અનુભવ થશે.

સબૂર ! આ પોલિસીને ઊંધી રીતે ન પકડતા. કોઈના ઉપર ગુસ્સો કરી દીધા પછી 'જે થાય તે સારા માટે !' - આવું વિચારવાનું નથી ! જ્યારે પોતાના ઉપર વિપત્તિઓ આવે, પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ થાય, ત્યારે આ પોલિસી અપનાવવાની છે. આ સૂત્ર સ્વદોષ-

બચાવ માટે નથી. પરંતુ ક્રોધત્યાગ માટે છે. કોઈ અપમાન કરે ત્યારે આ પોલિસી વિચારો. આ અપમાન થાય છે તે પણ મારા કલ્યાણ માટે છે, ઉત્થાન માટે છે. કારણ કે આ અપમાન મારી અંદર ઘરબાયેલા અહંને ચૂરચૂર કરી નાંખશે. આ અહં જ તો મુખ્ય શત્રુ છે.

'અહં રે અહં તુંને જા મરી, બાકી બચે તેનું નામ હરિ'

– આ પંક્તિ પણ એ જ કહે છે ને ! જો અભિમાન જાય તો જ પ્રભુતા પ્રગટે. પ્રભુતા લઘુતામાં વસે છે, નમ્રતામાં વસે છે. અહંને જો રવાના કરો તો અવશ્ય અંદર આત્મા પરમાત્મા રૂપે પરિણમવા લાગે. ટૂંકમાં, તમારી સાથે ઘટતી સારી-નરસી તમામે તમામ ઘટનાઓ તમારા ઉત્થાન માટે આવે છે, વિકાસ માટે આવે છે. 'જીવતા ચામડા ઉતારવામાં આવે તો પણ તે આત્માના વિકાસ માટે છે, ઉત્થાન માટે છે' – આવી જ કોઈક વિચારધારાને આત્મસાત્ કરી ખંધકમુનિ જીવતા ચામડા ઉતરવા છતાં કેવલજ્ઞાનને મેળવી ગયા.

ભરસભામાં પોતાના પિતા જેવા પિતા કહે કે – 'લે, આ કોઢિયાનો હાથ પકડી લે, તારા કરમથી એ આવ્યો છે' – ત્યારે હસતે મુખે મયણા એ કોઢિયા પતિને સ્વીકારી લે છે. ન તો એના મોઢાની એક લકીર ઉપર ફેરફાર થાય છે કે ન તો એક હરફ એ મોઢામાંથી કાઢે છે કે ન તો પોતાના પિતા પ્રજાપાળ રાજા પ્રત્યે લેશ પણ દ્વેષ જાગે છે. કારણ કે સમજે છે – 'જે થાય તે સારા માટે.' અને થયું પણ તેમ જ. કેવલીએ દીઠું કદાપિ અન્યથા થતું નથી. તો શા માટે ઉધામા નાંખવા ?

જો સમતાભાવ ટકાવી શકાય તો જે પણ પરિસ્થિતિ પેદા થાય છે તે તમારા વિકાસ માટે જ છે, ઉત્થાન માટે જ છે. આ સૂત્ર ખાસ પાપોદયમાં, પ્રતિકૂળ સંયોગોમાં વિચારવા જેવું છે. તો જ સમતા, સ્વસ્થતા અને સમાધિ હાથવગી થઈને રહેશે. દરેક પરિસ્થિતિમાંથી સમતાભાવે પસાર થઈ જવું. 'આ રીતે જ મારા પરમાત્માએ મારો મોક્ષ જોયો હશે' – એ શ્રદ્ધા દૃઢ રાખવી.

સાસુનો સ્વભાવ ભયંકર ક્રોધી હતો. વહુને સખત ખખડાવે

છે. રોજે રોજ નાની નાની બાબતોમાં સખત રીતે ઠપકો આપવાનું ચાલુ જ છે. એમાં નાના દીકરાના લગ્ન થયા. ઘરમાં નવી વહુનું આગમન થયું.

આવનારી નવી વહુ શ્રીમંત ઘરની હતી. એટલે હવે તો નાની વહુની ભૂલમાં પણ ઠપકો મોટી વહુને જ પડવા લાગ્યો. પણ, મોટી વહુ શાસનને પામેલી છે. આ પરિસ્થિતિમાં તે 'જે થાય તે સારા માટે !' આ પોલિસી જ અપનાવે છે. બાકી આવી પરિસ્થિતિમાં મન શાંત રહે - તે અઘરું અને કપરું છે. મોટી વહુએ પોતાની વિચારસરણી જ જુદી રીતે ઘડી હતી. હંમેશા એ ગુણગ્રાહી દૃષ્ટિને જ અપનાવતી. મોટી વહુ વિચારે છે કે - 'સારું છે, સાસુમા મને જ ખખડાવે છે. હું તો સમજું છું. પણ, આ નવી વહુને કદાચ લાગી આવે તો નુકસાન ભારે થાય. એના ભાવ પડી જાય.' આવી કપરી પરિસ્થિતિમાં પણ આવી ઉત્તમ વિચારધારા ટકાવી રાખનારને કોણ દુઃખી કરી શકવાનું છે ?

પરંતુ વાત આટલેથી જ અટકી ન હતી. હવે તો નવી આવેલી વહુ પણ મોટી વહુને ખખડાવવા લાગી. દેરાણીનો રોફ પ્રતિદિન વધતો જ ચાલ્યો. સાસુમાનો તો ત્રાસ હતો જ. ઉપરમાં દેરાણીના મેણા-ટોણા પણ પાર વિનાના થવા લાગ્યા. સાસુમાને તો જાણે એ કશું દેખાતું જ નથી. છતાં જેઠાણીએ પોતાની સુંદર વિચારધારા છોડી નહીં. એની વિચારધારા વધુ ને વધુ ઉચ્ચ શિખરોને આંબવા લાગી.

''ખરેખર ! ભગવાનની વાત ૧૦૦% સત્ય છે. ભગવાને કીધું જ છે કે સંસાર અસાર છે, તેમાં પડવા જેવું નથી. માત્ર થોડા વાસનાના સુખ ખાતર સંસાર માંડી બેઠી અને ૮ વર્ષે દીક્ષા લેવાની પ્રભુની આજ્ઞા ન પાળી તેના પ્રતાપે આ પ્રસંગો ઊભા થાય છે. પ્રભુની આજ્ઞા ઉત્થાપી એની સજા પણ થવાની જ ને ! અને સારું છે કે આવા પ્રસંગો થાય છે તો મને કંઈક વૈરાગ્યભાવ પણ પ્રગટે છે ! આખરે પાપોદયમાં જ મારા જેવાને વૈરાગ્ય પ્રગટતો હોય છે. જો સતત પુણ્યોદયમાં જ રમતી હોત તો સંસારના આ વરવા સ્વરૂપનું ભાન મને થાત કેવી રીતે ? મારે તો આ પરિસ્થિતિમાં મારા વૈરાગ્યભાવને પુષ્ટ કરી આ સંસારને

અલવિદા કરી દેવો છે'' - આ ઉત્તમ વિચારધારાને અંતરથી ખૂબ ખૂબ ઘૂંટી. પોતાના બન્ને છોકરાઓને સતત વૈરાગ્યની વાતો કરી કરી ખૂબ જ ભાવિત કર્યા. અપમાન વગેરેની બધી વાતો ભૂલી જઈ માત્ર પોતાના દીકરાઓને સંસ્કાર આપવામાં લાગી જતી.

સાચા દિલથી આપેલા સંસ્કાર કદાપિ એળે નથી જતા. દીકરા અને દીકરી - બન્નેએ ધામધૂમથી દીક્ષા લીધી. પછી પોતે પણ સંસારને અલવિદા કરી સંયમમાર્ગ સ્વીકાર્યો. દુઃખગર્ભિત વૈરાગ્યને જ્ઞાનગર્ભિત પણ બનાવ્યો. સંસારને અલવિદા કરવાનું સામર્થ્ય મળ્યું તેના મૂળમાં વિચારશો તો ખ્યાલ આવશે કે આ પોલિસી જ તેના મૂળ તરીકે રહેલ છે. જો 'જે થાય તે સારા માટે !' - આવું વિચારવાના બદલે સામો આક્રોશ કર્યો હોત તો દીક્ષાના ભાવ તો ન જાગત, કિંતુ આ ભવ પણ ઝેર જેવો થઈ જાત, જીવતા નરકના દર્શન થાત.

પ્રતિકૂળ સંયોગો જ આ સારા પરિણામને લઈ આવ્યા. માટે, 'જે થાય તે સારા માટે !' - આ વાત એકદમ સત્ય છે. જો આવા પ્રતિકૂળ સંયોગો ઉભા થયા ન હોત તો સંસારને અલવિદા કરવાનું મન થાત પણ ખરું અને ન પણ થાત. તમે તમારી જાતને જ એક પ્રશ્ન કરો કે - મને જોઈતી બધી સુખસામગ્રી હાજર થાય તો મને વૈરાગ્ય જાગે કે પ્રતિકૂળ સંયોગોમાં મને વૈરાગ્ય જાગે ? પ્રતિકૂળ સંયોગોમાં જ વૈરાગ્ય જાગે તેવી શક્યતા છે. પ્રતિકૂળ સંયોગો આત્માને ઢંઢોળવા આવે છે.

'જે થાય તે સારા માટે !' - આ વાતને સ્વીકારી જો પ્રતિકૂળ સંયોગોનો પણ સ્વીકાર અને સત્કાર કરવામાં આવે તો ચોક્કસ દરેક પ્રતિકૂળ સંયોગ તમારા આત્માના ઉત્થાન માટે, વિકાસ માટે થઈને જ રહેશે. આ પોલિસી અપનાવવામાં તમારું પોતાનું તો કલ્યાણ થશે જ, સાથે સંઘ અને શાસનનું, ધર્મ અને રાષ્ટ્રનું પણ કલ્યાણ થઈને જ રહેશે.

 આ વાત મગજમાં કોતરી દો ☞ સંઘર્ષ કરવામાં અને સામનો કરવામાં દુઃખ છે, સ્વીકારમાં સુખ છે.

❖ પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિમાં ઈન્કાર કરવો, તેમાં આર્ત્તધ્યાન કરવું, દુઃખી થવું - **જઘન્ય ભૂમિકા.** પરિણામ - દુર્ગતિ.

❖ પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિનો સ્વીકાર કરવો, તે આવી પડે તો નભાવી લેવી - **મધ્યમ ભૂમિકા.** પરિણામ - સદ્‌ગતિ.

❖ પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિનો સત્કાર કરવો, સામે ચાલીને પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિને સ્વીકારવી - **ઉત્તમ ભૂમિકા.** પરિણામ - પરમગતિ. (= મોક્ષ)

જઘન્ય ભૂમિકામાં રહેલ જીવ - દુઃખી હોય છે.
મધ્યમ ભૂમિકામાં રહેલ જીવ - સુખી હોય છે.
ઉત્તમ ભૂમિકામાં રહેલ જીવ - મહાસુખી હોય છે.

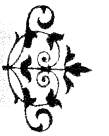
અનાર્ય દેશમાં સામે ચાલીને જવા દ્વારા પ્રભુએ પ્રતિકૂળ સંયોગોનો સત્કાર કર્યો છે. આવી કક્ષાની વ્યક્તિને પરમાર્થથી દુનિયાની કોઈ પણ વ્યક્તિ દુઃખ પહોંચાડી શકે નહીં, તેના આત્મવિકાસને રુંધી શકે નહીં.

ટૂંકમાં, આ પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે કે - 'દરેક પરિસ્થિતિ કેવલીએ જોયું છે તે રીતે જ આવે છે અને તે રીતે જ તે જવાની છે. આ રીતે જ મોક્ષમાર્ગે મારો તાત્ત્વિક વિકાસ થવાનો છે. તો પછી તેમાં હાયવોય શા માટે ? સમતા-સમાધિ ન ટકે ત્યારે યોગ્ય પુરુષાર્થ ચોક્કસ કરવો. પણ પુરુષાર્થ નિષ્ફળ થાય ત્યારે હાયવોય બિલકુલ નહીં ! આખરે જે પણ થાય છે તે મારા સારા માટે જ છે !'

આ સંદેશાને અપનાવી જલદી ક્રોધને કાબૂમાં લઈ લઈએ.

૪૨

'વોટર' પોલિસી



કોઈ સાયન્સના વિદ્યાર્થીને પૂછો કે પાણી એટલે શું ? તે તરત જવાબ આપશે - H_2O. પાણી એ હાઈડ્રોજન અને ઓક્સિજનના રેણુઓનું સંયોજન છે. અહીં આશ્ચર્ય એ છે કે હાઈડ્રોજન અત્યંત સંવેદનશીલ, જ્વલનશીલ અને દહનશીલ વાયુ છે. ઓક્સિજન દહનમાં સપોર્ટ કરનાર, સહાયક વાયુ છે. ઓક્સિજન વિના આગ પેટી શકે નહીં. આગમાં સહાયક અને આગના ઉત્પાદક બન્ને ભેગા થાય તો શું થાય ? આગ જ ને ! જ્યારે અહીં તો આગથી તદ્દન વિરુદ્ધ પાણીનું સર્જન થાય છે. આગની સામી પાટલીએ પાણી બેસેલ છે ! આની પાછળ કારણ તરીકે વિચારશો તો સમજાશે કે આ બન્ને વાયુ છૂટા-છૂટા હોય તો ચોક્કસ આગ પેટાવ્યા વિના ન રહે. પણ, અહીં એ બન્ને વાયુનું મિશ્રણ - સંયોજન થાય છે. બે વાયુને બાજુબાજુમાં ખાલી મૂકી દેવાના નથી. પણ, મિશ્રિત કરવાના છે. ઓક્સિજન કરતાં બમણા પ્રમાણમાં હાઈડ્રોજન વાયુને તેની સાથે અમુક ચોક્કસરૂપે સંયોજિત થવાનું છે. તો જ પાણીની ઉત્પત્તિ થઈ શકે.

મતલબ કે આગને પેટાવનારા બે તત્ત્વોનું જો યોગ્ય રીતે મિશ્રણ કરવામાં આવે તો તે આગને ઠારનાર થઈ જાય છે. તેવી જ રીતે અનાદિ

કાળથી જે બે તત્ત્વો આપણને સૌને ગુસ્સો કરાવી રહ્યા છે તે બે તત્ત્વોની ઊલટ-સુલટ કરીને હવે ક્ષમાનું નિર્માણ કરવું છે કે જે ક્રોધને ઠારીને જ રહે. અત્યાર સુધી ક્રોધની આગને પેટાવનારા તત્ત્વો બે છે - (૧) જીવનો દ્વેષ અને (૨) જડનો રાગ.

કાચનું ઝુમ્મર તૂટે અને તમને રામુ ઉપર ગુસ્સો ચડે છે. કારણ કે, કાચના ઝુમ્મર પ્રત્યે તમને રાગ છે અને રામુ પ્રત્યે દ્વેષ છે. રાગ એ હાઈડ્રોજન જેવો છે, દ્વેષ એ ઓક્સિજન જેવો છે. બન્નેનું સંયોજન કર્યા વિના તેને ભેગા કર્યા એટલે ક્રોધની આગ પ્રગટ્યા વિના રહે નહીં. અનાદિ કાળની આ બે કુટેવ આપણા આતમઘરમાં ઘૂસી ગઈ છે. આના જ પ્રતાપે જાણતા-અજાણતા કષાયોને આપણે આપણા આતમઘરમાં પ્રવેશ આપી બેસીએ છીએ.

ભજિયા સારા બનશે એટલે આપણે ભજિયાના વખાણ કરશું - 'ભજિયા બહુ સારા બન્યા છે.' જ્યારે ભજિયામાં મીઠું જ નહીં હોય ત્યારે આપણા મોઢામાંથી ઉદ્‌ગાર નીકળશે - 'આ ભજિયા કોણે બનાવ્યા છે ? અંદર મીઠું નાંખવાનું જ ભૂલી ગયા છે ?' સાહજિક રીતે જ બોલાઈ જતા આ બે વાક્યો ઘણું સૂચવી જાય છે. વસ્તુ સારી હોય તો વસ્તુ ઉપર રાગ થાય છે, વસ્તુ બનાવનાર વ્યક્તિ ઉપર નહીં. જ્યારે વસ્તુ ખરાબ હોય ત્યારે વસ્તુ ઉપર દ્વેષ નથી થતો, વસ્તુ બનાવનાર ઉપર થાય છે. મતલબ કે અનાદિ કાળથી જીવ રાગના વિષય તરીકે જડને જ મોટે ભાગે બનાવતો આવ્યો છે. અને દ્વેષના વિષય તરીકે જીવે જીવને જ સ્થાન આપ્યું છે. ભજિયા ખરાબ નીકળે તે વખતે શું ભજિયા ઉપર દ્વેષ પ્રગટ્યો ખરો કે - 'હવે જીંદગીમાં ભજિયાને હાથ લગાડે એ બીજા !' ? ના, આવા પ્રકારની વાત મનમાં સૂઝશે પણ નહીં. કારણ કે જડનો રાગ અંદરમાં પેસેલો છે.

તમારો જડનો રાગ ક્યારેક ગજબની મુસીબત પેદા કરનાર બને છે. બે મિત્રો ૨૫ વર્ષે ભેગા થયા. પહેલો મિત્ર કહે - 'મારે તો તકલીફોનો પાર નથી. સંસાર બિહામણો થઈ ગયો છે. પત્ની ભારે મળી છે.'

બીજો કહે - 'મારો સંસાર તો લીલોછમ છે. પત્ની તો ભારે કહ્યાગરી થઈ ગઈ છે.'

પહેલા મિત્રને ભારે આશ્ચર્ય થયું. 'અરે ! પત્ની તારી કહ્યાગરી છે એમ ? કેમ કંઈ જડીબુટ્ટી ખવડાવી દીધી છે ?'

બીજો મિત્ર કહે - 'ના, ભાઈ ના ! આ તો વારે તહેવારે એની પ્રશંસા કરે રાખો એટલે એ ખુશ-ખુશ ! તું પણ આ નુસખો અજમાવી જો !' પહેલા મિત્રને આ રસ્તો પસંદ પડી ગયો. ઘરે આવ્યો. થાળીમાં દૂધપાક જોઈને જ એ પ્રસન્ન થઈ ગયો. મનમાં નક્કી કર્યું - આજે તો જોરદાર પ્રશંસા કરવી છે.

દૂધપાક પીતા-પીતા એણે દૂધપાકની પ્રશંસા શરૂ કરી. 'વાહ ! શું દૂધપાક છે ! બહુ જ સ્વાદિષ્ટ છે. એને બનાવનારી પણ જોરદાર છે...' હજુ વધારે કશું બોલે ત્યાં તો રસોડામાંથી છુટું વેલણ પોતાના ઉપર આવ્યું. એ તો હેબતાઈ જ ગયો. ત્યાં અંદરથી અવાજ આવ્યો - 'હું રોજ રસોઈ બનાવીને ઘસાઈ જાઉં છું. છતાં હજુ સુધી એક વાર મારી પ્રશંસા કરી નથી. આજે પાડોસણ દૂધપાક આપી ગઈ અને એમાં તમે તેના ચાર મોઢે વખાણ કરવા બેસી ગયા !?' બિચારો ! વખાણ કરવા ગયો તો પણ પરિણામ તદ્દન વિપરીત જ આવ્યું.

હવે આ બન્ને પરિબળોને ઊલટાસૂલટા કરી મિશ્રણ કરી નાંખો. મતલબ કે જડના રાગની જગ્યાએ જડનો દ્વેષ ગોઠવી દો અને જીવના દ્વેષની જગ્યાએ જીવનો રાગ ગોઠવી દો. મતલબ કે દુનિયાના તમામ જીવો ચાહવા જેવા લાગે, દુનિયાના તમામ જીવો પ્રત્યે વાત્સલ્ય પ્રગટે તો કદાપિ ગુસ્સો થઈ શકે નહીં. અને જડ પ્રત્યે દ્વેષ પ્રગટે તો જડ એવા પૈસાને, દુકાનને, ઘરને નુકસાન પહોંચાડનાર પ્રત્યે કદાપિ ગુસ્સો થઈ શકે નહીં. જો કે રાગ-દ્વેષ સંપૂર્ણતયા ત્યાજ્ય જ છે. પણ, આટલું ય પરિવર્તન થાય તો ય લાભ થાય તેમ છે.

જડ એવા કર્મોના પ્રતાપે જ આ આત્મા અનાદિ કાળથી ચૌદ રાજલોકમાં ભટકતો આવ્યો છે. આપણો મુખ્ય દુશ્મન આ કર્મરાજા જ છે. ગમે તેમ કરીને તેને ઉખેડવો છે. દુનિયામાં બીજો કોઈ આપણો

શત્રુ નથી. આ જડ કર્મો જ આપણા શત્રુ છે. બીજાને શત્રુ માની લઈ કર્મોને જ પુષ્ટિ આપણે આપીએ છીએ. હવે, આ કર્મ પ્રત્યે દ્વેષ પ્રગટાવી એને રવાના કરી જ દેવા છે.

પરમાત્માએ ચંડકૌશિકના શરીરનો રાગ ન રાખ્યો. પણ તેના આત્માનો રાગ રાખ્યો. માટે જ તેના આત્માની કાળજી કરી. કદાચ, જડ ઉપરનો રાગ ઘટાડી ન શકો તો દેવ-ગુરુ-સાધર્મિક ઉપરનો રાગ વધારી દો, તો પણ જડનો રાગ તૂટીને જ રહેશે. જેમ એક લીટીની નીચે તેનાથી મોટી લીટી દોરી દો એટલે જૂની લીટી ટૂંકી થઈને જ રહે છે. તેમ જડના રાગને ઘટાડવા, તેની નીચે દેવ-ગુરુ-સાધર્મિકના રાગની મોટી લીટી દોરી દો !

જો જો આ પોલિસીનો ઊંધો અર્થ નહીં લેતા. રાગ જીવ ઉપર કરવાનો છે એટલે પત્ની ઉપર તમે કરેલા રાગને વ્યાજબી નહીં માનતા. પણ, આ તો જીવમાત્ર ઉપરના નિઃસ્વાર્થ-નિષ્કામ રાગની વાત છે. જે રાગ રાગ જ ન રહેતા કરુણામાં પરાવર્તિત થઈ જાય છે. આ જ આશયથી અધ્યાત્મ ઉપનિષદ્‌માં સાર્વત્રિક મમતા કેળવવાની વાત આલેખાયેલી છે. દ્વેષ પણ આ અર્થમાં જ ગ્રાહ્ય છે.

જડ કર્મોને આધીન બનેલ પોતાની જાત પ્રત્યે જ દ્વેષ -તિરસ્કાર કરવાનો છે. અંતતો ગત્વા તે જડદ્વેષ તરીકે જ ફલિત થાય છે. '**अप्पाणमेव जुज्झाहि**' - આ શાસ્ત્રવચનનું તાત્પર્ય આ અર્થમાં સમજવા જેવું છે.

ટૂંકમાં,

(૧) જીવનો દ્વેષ અને

(૨) જડનો રાગ - આ બે પરિબળોને ઊલટ-સૂલટપણે મિશ્રિત કરી

(૧) જડનો દ્વેષ અને

(૨) જીવનો રાગ - આ બે પરિબળોને અપનાવી ક્ષમાનું નીર પ્રગટાવવા સમર્થ થઈએ - એ જ ઈચ્છા આ પોલિસીની છે.

૪૩

'સુગર ફેકટરી' પોલિસી

અટવીમાં એક વાર રાજા, મંત્રી અને સૈનિક ત્રણેય છૂટા પડીને ભૂલા પડ્યા. વચ્ચે એક ઝૂંપડી હતી. તે ઝૂંપડી ઉપર સૌથી પહેલી નજર સૈનિકની પડી. તે તરફ સૈનિક ગયો. ઝૂંપડીની બહાર એક સુરદાસ વ્યક્તિ બેઠી હતી. બીજી કોઈ વ્યક્તિ ત્યાં દેખાતી ન હતી. સૈનિકે તેને પૂછ્યું - 'એ આંધળા ! નગરનો રસ્તો કઈ તરફ છે ? અહીંથી કોઈ પસાર થતા હોય તેવું જણાયું ?' પેલી વ્યક્તિએ તો ઈશારાથી નગર તરફ જવાનો રસ્તો જણાવી દીધો. તેમજ 'અહીંથી કોઈ પસાર થયું નથી' - તેમ પણ જણાવી દીધું.

થોડી વાર બાદ ત્યાંથી મંત્રી પસાર થયો. તેમણે એ અંધવ્યક્તિને જોઈને પૂછ્યું - 'પ્રજ્ઞાચક્ષુ ભાઈ ! અહીંથી નગર તરફ જવાનો રસ્તો કયો ? અહીંથી કોઈ નગર તરફ ગયું છે ?' એ અંધ વ્યક્તિએ જવાબ આપ્યો - 'મંત્રીશ્વર ! આ તરફ જવાથી નગર આવશે. હમણાં જ એક સૈનિકભાઈ અહીંથી ગયા છે. ઝડપથી જશો તો ભેગા થઈ જવાશે.' મંત્રી ઝડપથી ચાલી સૈનિકને ભેગો થઈ ગયો. થોડી વાર બાદ રાજા પણ ત્યાં આવ્યો. એણે પૂછ્યું - 'સુરદાસજી ! અહીંથી નગર તરફ જવાનો રસ્તો કયો ? આ રસ્તે બીજું કોઈ પસાર થયું છે ?' એ અંધ

વ્યક્તિએ જવાબ વાળ્યો. 'રાજન્ ! હમણાં થોડી વાર પહેલાં જ સમયાંતરે સૈનિક અને મંત્રીશ્વર આ તરફના રસ્તે ગયા છે. આપ થોડા ઝડપથી જશો તો ચોક્કસ આપને ભેટો થઈ જશે.' રાજા આ ઉત્તર સાંભળી તરત જ રવાના થયો.

રાજા થોડી જ વારમાં સૈનિક અને મંત્રીને ભેગો થઈ ગયો. પણ, રાજા અને મંત્રી બન્નેના મનમાં એક કુતૂહલ થયું હતું કે એ વ્યક્તિ તો અંધ હતી. તો પછી 'આપણે કોણ છીએ' - તે તેણે કેવી રીતે જાણ્યું ? કોઈએ કીધું તો હતું નહીં કે 'હું સૈનિક કે હું મંત્રી' તો પછી એ અંધ ભાઈને ખબર પડી કેવી રીતે ? બધાંએ પરસ્પર ચર્ચા કરી. પણ, કોઈને કશો જ જવાબ ન સૂઝ્યો. આખરે બધાં એ વ્યક્તિ પાસે પરત આવ્યા. રાજાએ પ્રશ્ન પૂછ્યો. ત્યારે અંધ વ્યક્તિએ કહ્યું - 'રાજન્ ! વાણી ઉપરથી માણસ પરખાય. એકે મને 'આંધળો' કહ્યો. એકે મને 'પ્રજ્ઞાચક્ષુ' કહ્યો. એકે મને 'સુરદાસજી' કહ્યો. બોલો ! આના ઉપરથી ખબર પડી જાય કે નહીં ? જેટલી વ્યક્તિ ઉચ્ચકક્ષાની, તેનું અંતઃકરણ જેટલું ઉચ્ચ, તેટલા તેના શબ્દો પણ મીઠા અને મધુરા હોય.'

ત્રણે ય આ જવાબ સાંભળી છક્ક થઈ ગયા. મીઠા, મધુરા શબ્દો તો કુદરતની દેન છે. એ કોઈક જ વ્યક્તિ પાસે હોય. ગુસ્સાને દેશવટો દેવાની અકસીર પોલિસી આ છે. જીભ ઉપર સુગર ફેક્ટરીનું નિર્માણ કરો. મતલબ કે જીભમાંથી સતત મીઠાશ વહાવો. જીભ ઉપર માત્રને માત્ર મીઠાશનું જ ઉત્પાદન રાખો. કડવાશ સહેજ પણ ઉત્પન્ન ન થઈ જાય તેની કાળજી રાખો.

તમારા મોઢામાંથી નીકળતા મીઠા શબ્દો તમારા વ્યક્તિત્વની ઓળખાણ પૂરી પાડે છે. તમારા મોઢામાંથી નીકળતા મીઠા શબ્દો સામેવાળાને પણ ઠંડક આપે. ક્રોધથી તપ્ત એવું પણ તેનું મગજ શીતાગાર થઈ જાય. જો તમારું અંતર મીઠું હશે, તમારું મન મધુરું હશે તો શબ્દ પણ મીઠા અને મધુરા જ નીકળશે. ***'मधुराधिपतेरखिलं मधुरम्'*** મધુરતાના માલિકનું બધું જ મધુર હોય ! એના શબ્દો પણ

મધુર ! એની ક્રિયા પણ મધુર ! એની ઈચ્છા પણ મધુર ! એની આંખો પણ મધુર ! એનું બધું જ મધુર !

એના શબ્દોમાં, વ્યવહારમાં, વિચારમાં - તમામમાં સામેવાળી વ્યક્તિને માધુર્યની અનુભૂતિ થયા વિના રહે નહીં. આ ડાયાબિટીસ રોગ આજે આટલો બધો વકર્યો છે, તેનું કારણ ખબર છે ? જીભની અને દિલની બધી મીઠાશ પેટમાં ઉતરી ગઈ અને લોહીમાં ભળી ગઈ, એટલે ડાયાબિટીસ પેદા થઈ ગયો. આ વાત પૂર્વે પણ જણાવેલ છે. જો જીભની મીઠાશ ટકાવી રાખીએ તો લોહીમાં મીઠાશ ભળી ડાયાબિટીસ પેદા થાય નહીં ! એક સંકલ્પ કરવા જેવો છે - હવે આપણી જીભ ઉપર આપણે મરચાની, સુદર્શન ઘનવટીની કે સળગતા અંગારાની ફેક્ટરી ખોલવી નથી. પરંતુ સુગર ફેક્ટરી જ ખોલવી છે, મીઠાશપૂર્ણ જ વ્યવહાર કરવો છે.

દરેક વ્યક્તિને માનથી બોલાવીએ, તો સામેવાળી વ્યક્તિને પણ તમને 'રિસ્પોન્સ' આપવાનું મન થાય. માણસનું મોઢું ગંધાતું હોય તે તેના પેટના બગાડાની જાહેરાત છે. તેમ મોઢામાંથી નીકળતા ખરાબ શબ્દો મનના બગાડાની જાહેરાત છે. મોઢામાંથી ખરાબ વાસ આવે તે ખટકે છે. માટે, પેટનો બગાડો પણ ખટકે છે. પરંતુ મનમાં રહેલો બગાડો કે મોઢામાંથી નીકળતા ખરાબ શબ્દો કેટલા ખટકે ? જો મનમાંથી બગાડો નીકળી જાય તો ક્યારેય કોઈના પ્રત્યે દ્વેષ કે દુર્ભાવ જાગે નહીં અને મોઢામાંથી કડવા શબ્દો નીકળવાના બંધ થયા વિના રહે નહીં.

જો મોઢામાંથી કડવા શબ્દો નીકળવાના બંધ થઈ જાય તો મનનો બગાડો પણ ઝાઝો ટકી શકે નહીં. બન્ને એક બીજાને અવલંબીને રહ્યા છે. બન્નેમાંથી એકને પણ કાઢો પછી એની પાછળ પાછળ બીજું પણ નીકળ્યા વિના રહેશે નહીં. જો જીભમાંથી સારા શબ્દોનું જ ઉત્પાદન થતું હોય અને મોઢામાંથી સારા શબ્દો જ નીકળતા હોય તો સમજવું કે તેનું મન પ્રસન્ન છે. જો મન બગડ્યું તો તન પણ બગડ્યા વિના રહેવાનું નથી.

પ્રશ્ન :- મીઠું મીઠું બોલતા તો ઘણાને આવડતું હોય છે. પણ એની પાછળ ખરાબ આશય હોય તો ? મુખમાં રામ બગલમાં છૂરી જેવું હોય તો ?

ઉત્તર :- જો બધા માટે એ સારા શબ્દો જ કાઢતો હોય, સ્વાર્થ ન હોય ત્યાં પણ એના મુખમાંથી સારા શબ્દો જ નીકળતા હોય તો માનવું કે તેનું મન પ્રસન્ન છે. સ્વાર્થ માટે તો મીઠું મીઠું બધાં બોલી જાણે. અહીં દરેક વ્યક્તિની પાસે મીઠું-મીઠું બોલવાની વાત છે.

એક વાત સમજવા જેવી છે - પાપ હંમેશા પહેલાં મનમાં આવે, પછી તે વચનમાં આવે અને પછી તે કાયામાં આવે. જો મનમાં પ્રગટેલા પાપને વચન અને કાયાનું બળ આપવામાં ન આવે તો તે મનમાં ને મનમાં જ શમી જશે. ધીરે ધીરે તે મનમાં પણ ઉઠતા બંધ થઈ જશે. જ્યારે ધર્મ પ્રાયઃ ઊંધા ક્રમમાં પ્રવેશતો હોય છે. સૌ પહેલાં ધર્મતત્ત્વ કાયામાં આવે. પછી તે વચનમાં આવે અને ત્યાર બાદ મનમાં આવે. માટે, કદાચ મનની ઈચ્છા ન હોય છતાં પણ જો કાયામાં અને વચનમાં ધર્મને સ્થાન આપશો તો આખરે ધર્મતત્ત્વ મનમાં પ્રવેશ કરીને જ રહેશે. એટલે કદાચ મનમાં બગાડો હશે, છતાં બહારથી પણ તમામ સાથે, તમામ સ્થળે, તમામ સંયોગોમાં જો સારા જ શબ્દો બોલશો તો આજે નહીં તો કાલે કો'ક ને કો'ક દિવસ ધર્મ મનમાં પણ પ્રવેશ પામી શકશે.

પહેલાં સારા વચનો તો બોલો પછી મન પણ સુધરશે. કિંતુ *જો વચનો ખરાબ જ હશે તો મન સુધરે તેવો કોઈ શક્યતા નથી.* તેમજ ક્રોધ ઉપર કાબૂ મળે તેવી પણ કોઈ શક્યતા નથી. એક વાત મગજમાં કોતરી રાખવા જેવી છે - **''જો ક્રોધ કાબૂમાં તો તમે સદા આબુમાં !!''** જો ક્રોધ મગજમાં પેદા જ થતો નહીં હોય તો અવશ્ય સદા માટે પ્રસન્નતા અનુભવાશે. દીકરો કાબૂમાં ન હોય, પત્ની કાબૂમાં ન હોય, પરિવાર કાબૂમાં ન હોય તો એટલું નુકસાન નથી જેટલું નુકસાન ક્રોધ કાબૂમાં ન હોવાથી થાય છે. ક્રોધને કાબૂમાં લેવાનો અકસીર ઈલાજ આ જ છે કે - કડવા, તીખા ખરાબ શબ્દો ન બોલો !

જો વચન સારા જ બોલશો તો કદાચ મનમાં ક્રોધ જાગ્યો હશે. છતાં તે મનમાં જ સમાઈ જશે. મનનો ક્રોધ વચન અને કાયામાં ન પ્રગટે તે જેવો તેવો ફાયદો નથી. કૂવાનો પડછાયો જેમ કૂવામાં સમાઈ જાય તેમ જો ખરાબ શબ્દોનો ટેકો મનના ગુસ્સાને નહીં આપો તો મનનો ગુસ્સો મનમાં સમાઈ જ જશે. પછી, મનમાં પણ ઉપશમભાવ પ્રગટી જશે. કિંતુ જો મનમાં ગુસ્સો ન હોવા છતાં પ્રવૃત્તિમાં ગોટાળા કરીએ, કડવા શબ્દો બોલીએ તો મનમાં પણ ગુસ્સો આવ્યા વિના રહે નહીં. માટે કડવા શબ્દો તો બોલવા જ નહીં. બોલવા હોય તો મીઠા શબ્દો જ બોલવા.

ઘરમાં તોફાની છોકરો હોય એને શાંત કરવા માટે મા એના વખાણ કરે - 'બેટા ! તું તો બહુ ડાહ્યો છે. તારાથી આવું કરાય ?...' એમ કરતાં કરતાં દીકરો સુધરતો જાય. પણ જો એના ઉપર ગુસ્સો કરે કે - 'અલ્યા ! તારા જેવો તોફાની કોઈ જોયો નથી' તો તો એ વધુ તોફાને ચડે. વધારે ને વધારે તોફાની થતો જાય. જો જીભમાં સુગર ફેક્ટરી ખોલેલી હોય તો દીકરો પણ સુધરે, પત્ની વગેરે બધાં સુધરે. પણ, જો જીભમાં તીખા તમતમતા મરચાની ફેક્ટરી જ ખોલેલી હોય તો સગો દીકરો પણ ન સુધરે. આડોશી-પાડોશી તો ક્યાંથી સુધરવાના ? એવી કડવી વાણીથી તો કહ્યાગરા દીકરા પણ ઉચ્છૃંખલ થઈ જવાના.

આજ કાલ દવાના પ્રિસ્ક્રીપ્શનની સાથે ડોક્ટરો લખી આપે છે - 'નો ટેન્શન !' ઉકળાટભર્યા કડવા શબ્દો, આક્રોશ અને આવેશભર્યા શબ્દો એ ટેન્શનના સૂચક છે. જો તમારા મોઢામાંથી કડવા શબ્દો નીકળતા હોય તો માનવું કે તમારા મગજમાં ટેન્શન ભર્યું પડ્યું છે. અથવા તો ટેન્શન હવે આવવાનું છે. કારણ કે કડવા શબ્દો બોલનાર ટેન્શનથી ઘેરાયા વિના રહેતો નથી. ટેન્શનથી લગભગ કડવા અને તીખા જ શબ્દો મોઢામાંથી નીકળતા હોય છે. તેના દ્વારા તન પણ બગડે અને મન પણ બગડે. આજુબાજુનું વાતાવરણ પણ બગડે. જો મીઠા શબ્દો બોલતા આવડે તો તન પણ સુધરે અને મન પણ સુધરે. આજુબાજુનું વાતાવરણ પણ મીઠું-મધુરું થઈ જાય.

મોટાભાઈના લગ્ન કાણી વહૂ સાથે થયા હતા. દિયરની ઉંમર નાની હતી. એને રોજની ટેવ પડી ગઈ હતી કે જમવા બેસે ત્યારે પાણી લીધા વિના બેસવાનું. અને પછી મજાકમાં રાડ પાડે કે - 'કાણી ભાભી ! પાણી લાવ !' ભાભીના કાનમાં તો જાણે સીસું રેડાય. પણ, પછી મને-કમને પગ પછાડતી પાણી આપી જાય. દિયરને આશ્ચર્ય થાય કે શા માટે ભાભી આ રીતે પગ પછાડતી પછાડતી પાણી આપતી હશે ? એક વાર ઘરે કોઈક સંન્યાસી આવ્યા. દિયરે ખાનગીમાં બધી વાત કરી. સંન્યાસીએ કીધું 'હવેથી તારે એક અક્ષરનો ફેરફાર કરી દેવાનો.' દિયરને નવાઈ લાગી કે એક અક્ષરના ફેરફારથી ભાભી રાજી થઈ જશે ?

બીજા દિવસે સંન્યાસીના કહેવા મુજબ પાણી માંગ્યુ કે 'રાણી ભાભી ! પાણી દો !' ભાભી તો આ સાંભળતા રાજી થઈ ગયા અને પ્રેમથી પાણી પાયું. કદરૂપા માણસને પણ જો પ્રેમથી સારી રીતે બોલાવવામાં આવે તો એ ખુશખુશાલ ! મીઠા શબ્દોના પ્રયોગથી ઘરનું વાતાવરણ બદલાઈ જશે. તમે તમારા ઘરના વાતાવરણને તપાસી જોજો. તમે કોઈને પણ મજાકમાં ય કોઈ પેટનેમથી કે ચીડવીને બોલાવતા નથી ને ? જો બોલાવતા હો તો હવે તેને તેના મૂળ નામથી, પ્રેમથી બોલાવવાનું શરૂ કરી દો. તેના વર્તનમાં તમને ચોક્કસ પરિવર્તન દેખાશે. એ નબળો હોય - એટલા માત્રથી તેને ચીડવવાનો અધિકાર કેવી રીતે મળી જાય ? 'કોઈને પણ જેમ તેમ બોલાવવા નથી, દરેકને માનથી જ બોલાવવા છે. મિત્રોને પણ યોગ્ય રીતે, ઉચિત રીતે બોલાવવા છે' - આટલો સંકલ્પ કરી તેને અમલમાં મૂકી જુઓ. કેટલો બધો ફેરફાર થઈ જશે !

આ એક પંક્તિ મગજમાં ગોખી લેવા જેવી છે -

''કાણાને કાણો કહેતાં કડવા લાગે વેણ,
ધીમે રહીને પૂછીએ, શાને ગુમાવ્યા નેણ ?''

શ્રી દશવૈકાલિક સૂત્રના સાતમા અધ્યયનમાં પણ આ જ વાત વારંવાર દર્શાવવામાં આવી છે.

જીભમાં સુગર ફેક્ટરી જ્યાં સુધી નહીં ખૂલે ત્યાં સુધી તમે જ્યાં જશો ત્યાં હોળી જ સર્જાશે. પણ, જો જીભમાં સુગર ફેકટરી ખોલી દીધી તો જ્યાં જશો ત્યાં દિવાળીનું સર્જન થયા વિના રહેશે નહીં. જો જીવનમાં બધે ઉકળાટભર્યું - અજંપાભર્યું જ વાતાવરણ અનુભવાતું હોય તો બીજા કોઈને દોષ આપતા પહેલાં તટસ્થ રીતે પોતાની જાતનું નિરીક્ષણ કરી લેજો કે 'ક્યાંક મેં જીભમાં ખોલેલી મરચાની ફેક્ટરીનું તો આ કાર્ય નથી ને ?'

એક વાર તો આનો પ્રયોગ કરવા જેવો છે. ઘરમાં કે બહાર બધે જીભમાં સુગર ફેક્ટરી ખોલી દો. માત્ર મીઠા શબ્દો જ બોલવાના શરૂ કરો. પછી બધું મધુર-મધુર અનુભવાશે. ઘરમાં સ્વર્ગનું સર્જન થશે. દિવાળીનું સર્જન થશે. ખરેખર તો અત્યાર સુધી જીભમાંથી દઝાડતા શબ્દો જ નીકળી રહેલા હતા. માટે ઘરમાં અશાંતિ હતી. હવે ફક્ત જીભમાંથી જો ઠારતા શબ્દો નીકળવા લાગે તો સર્વત્ર શાંતિ-પ્રસન્નતા ફેલાયા વિના રહે નહીં. હવે તો નક્કી કરી જ લેજો કે, આ પળ પછી જે પણ શબ્દ મોઢામાંથી નીકળશે તેની સામે સાકર પણ ફિક્કી લાગશે !

મીઠું ખાવાનું ઓછું, પણ બોલવાનું વધારે. મીઠું એટલે બે રીતે ય મીઠું. ખાંડથી પણ વસ્તુ મીઠી થાય અને નમકને પણ મીઠું કહેવાય. ટૂંકમાં, ગળી અને ખારી બન્ને પ્રકારની ચીજનો = મીઠાઈ અને ફરસાણનો ત્યાગ કરી દો ! એ બન્નેનો ખોરાકમાંથી નિકાલ કરી દો અને જીભમાં મીઠાશને સ્થાન આપી દો. પછી જુઓ કે તન અને મન બન્નેનું આરોગ્ય કેવું જળવાઈને રહે છે ! અત્યાર સુધી ઊંધું કર્યું છે. જીભની મીઠાશ, આપણા શબ્દો - આ બધાની અસર ગજબનાક હોય છે.

એક વસ્તુ યાદ રાખી લેવા જેવી છે કે સામેવાળાના ભાવ પલટવાની તાકાત આપણા શબ્દોમાં રહેલી છે. સામેવાળો નબળો વ્યવહાર કરે છે તેની પાછળ આપણા નબળા શબ્દો તો કારણરૂપ નથી ને ? - તે ખાસ વિચારી લેવું. ''***अमूलमन्त्र-तन्त्रं वशीकरणं मधुरवचनम्***'' - આ સુભાષિતને જીવનમાં ઉતારી લેવા જેવું છે. મંત્ર,

તંત્ર અને મૂળિયા વિનાનું વશીકરણ એટલે જ મધુર વચન. જો મધુર વચન બોલતા આવડે તો સામેવાળી વ્યક્તિ ભલે ગમે તેવી હોય પણ, તમારી વાણી તેને પલટાવીને જ રહે. તે વ્યક્તિ તમને વશ થઈને જ રહે. તમને નુકસાન પહોંચાડનારી વ્યક્તિ તમારા મધુરા વચનથી તમને વશવર્ત્તી થઈને જ રહેશે. જો મીઠા શબ્દો બોલીને પંપાળશો તો કૂંતરો પૂછડી પટપટાવશે. હટ-હટ કરે રાખશો તો કૂતરો ય તમને વફાદાર નહીં રહે.

જો કૂતરા જેવો કૂતરો પણ મીઠા શબ્દોની અપેક્ષા રાખે છે. તો બીજા બધા તો માણસ છે ! તેને તો મીઠા શબ્દોથી જ બોલાવાય ને ? એક વાર મીઠા શબ્દો બોલવાનું શરૂ કરો. પછી જુઓ કે દીકરા -દીકરી, તમારો પરિવાર - તમારું માને છે કે નહીં ? 'દીકરા-દીકરી મારું માનતા નથી' - આવી ફરિયાદ કરતાં પહેલા 'મારા શબ્દો તીખા -તમતમતા તો નથી ને ?' - આ વાતની તપાસ કરી લેવી અનિવાર્ય છે. આજથી એક સંકલ્પ કરી લો કે જો મોઢામાંથી મીઠા શબ્દો નીકળવા શક્ય નહીં હોય તો મૌન થઈ જઈશ. પણ કડવા શબ્દો તો મોઢામાંથી નહીં જ કાઢું. મારા મોઢામાંથી જો શબ્દ નીકળશે તો તે મીઠા જ નીકળશે !

દીકરા-દીકરીને ઉઠાડવાના આવે તો તમે કેવી રીતે ઉઠાડો ? એક વાર તમે ઉઠાડ્યા છતાં ન ઉઠ્યા એટલે પછી તરત જ મોઢામાં અપશબ્દો સ્થાન લેવા માંડે કે નહીં ? તમે એવી રીતે હચમચાવીને ઉઠાડો કે જેમાં એને લાગણીનો કે વાત્સલ્યનો કોઈ સ્પર્શ ન અનુભવાતો હોય તો એ બિચારાને ઉઠવાનું મન પણ શી રીતે થાય ? રોજ સવાર-સવારમાં તમારા પ્રત્યે એને અણગમો પેદા થઈ જાય. સવારના ફ્રેશ મગજમાં જે ઈમ્પ્રેશન પડે તે ગાઢ હોય છે. માટે, તમારા માટેનો અણગમો દિન-પ્રતિદિન વધતો જ જાય. હવેથી એને મીઠા શબ્દોથી, વહાલથી ઉઠાડી જો જો, વધારે વહેલો ઉઠવા માંડશે. આના માટે તમારે સમયનો થોડો ભોગ આપવો પડે.

દેરાસરમાં ચૈત્યવંદન તમે કરી રહેલા હો અને ત્યારે કોઈ

ભાઈ તમારી અને ભગવાનની વચ્ચોવચ આવીને ઉભો રહી જાય ત્યારે મોઢામાંથી કડવા શબ્દો કાઢવાના બદલે પ્રેમભર્યા શબ્દો ન બોલી શકો ? કે - 'ઓ વડીલ ! ઓ ભાગ્યશાળી ! સહેજ સાઈડમાં આવશો ?' તમારા મીઠા અને હળવા શબ્દો વાતાવરણને હળવું રાખશે. બાકી કડવા વખ જેવા શબ્દો વાતાવરણને પણ ડહોળી નાંખશે. દેરાસર જેવી પવિત્ર જગ્યાનું વાતાવરણ પણ ક્ષુબ્ધ થઈ જશે.

કડવા શબ્દોથી તમારી પોતાની આરાધનાઓ પણ બગડી જશે. કડવા શબ્દો ઉચ્ચાર્યા પછી કોઈ પણ આરાધનામાં ચિત્ત તલ્લીન નહીં થઈ શકે. મન + તન + કૌટુંબિક સ્નેહ + આરાધના... આ બધાનો કચ્ચરઘાણ નીકળી જાય છે. જો એક પણ પૈસાનો ખર્ચ કર્યા વિના માત્ર મીઠા શબ્દો બોલવાથી જ બધું સુધરી જતું હોય તો શા માટે મીઠા શબ્દો ન બોલવા ? આવી સુગર ફેક્ટરી ખોલવા માટે કશું ઈન્વેસ્ટમેન્ટ કરવાની તમારે જરૂરત નથી. અને પ્રસન્નતા, સ્વસ્થતા આ બધું તો મળવાનું જ છે ! તો પછી શા માટે આ સુગર ફેક્ટરી ખોલવામાં વિલંબ કરવો ?

પેટ્રોલપંપ જેવી જગ્યાએ સામાન્યથી 'અહીં ધૂમ્રપાન નિષિદ્ધ છે' - આ મતલબના લખાણો જોવા મળતા. પણ, એક જગ્યાએ મેં જુદા પ્રકારનું જ લખાણ જોયું. તેમાં લખ્યું હતું - 'આ દેશને, સમાજને અને આપના પરિવારને આપની અત્યંત જરૂરિયાત છે. માટે કૃપા કરીને અહીં ધૂમ્રપાન કરશો નહીં !' કેવું વાત્સલ્યભર્યું લખાણ ! કોઈકને આ લખાણ વાંચી જાવજ્જીવ માટે ધૂમ્રપાન છોડવાનું મન પણ થઈ જાય.

દરેક લખાણમાં સારા શબ્દો ગોઠવશો તો તેની અસર પણ એવી જાદુઈ જ થશે. એક દુકાન ઉપર 'રવિવારે રજા રહેશે' - આવા પ્રકારના શુષ્ક વાક્યોની જગ્યાએ એક સરસ મજાનું વાક્ય લખ્યું હતું - 'જો આજે રવિવાર હશે તો અમે દિલગીર છીએ કે અમે આપની સેવા નહીં કરી શકીએ.'

કદાચ મન સુધરેલું નહીં હોય છતાં મીઠા શબ્દોનો પ્રયોગ કરશો તો એટલું તો સ્પષ્ટ જણાઈ જ આવશે કે તમારી મનને સુધારવાની

તૈયારી તો છે જ. ગુસ્સો કરવો હોય તો પણ મીઠા શબ્દથી જ કરવો. મીઠા શબ્દો બોલવાના નિર્ણયને વળગી રહો. ગુસ્સો આપોઆપ કાબૂમાં આવીને જ રહેશે. આપણા મોઢામાંથી નીકળતા મીઠા શબ્દો આપણી પોતાની અને સામેવાળાની બન્નેની ક્રોધની આગ ઠારવા માટે પાણીના ધોધનું કામ કરશે.

ટૂંકમાં, સુગર ફેક્ટરી પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે કે - 'સુગર ફેક્ટરી બહારના જગતમાં નફો નોંધાવે કે ન નોંધાવે, પણ અધ્યાત્મ જગતમાં ક્રોધની સામે તો આ ફેક્ટરી ઘણી જ કારગત નીવડશે. સતત-સતત-સતત તમને પ્રસન્નતા અર્પશે. જે ગુસ્સો કરવો હોય તે કરવાની તમને છૂટ છે. પણ ગુસ્સામાં શબ્દો બોલો તો મીઠા જ બોલો. બાકી મૌન રહેવું જ વધુ ઉચિત છે.'

સુગર ફેક્ટરી પોલિસીના આ સંદેશાને વહેલામાં વહેલી તકે આત્મસાત્ કરી એ કાળોતરા ક્રોધ ઉપર નિગ્રહ કરી શકીશું.

પ્રેમ વિશ્વની મહાન શક્તિ છે, પ્રતીકાર નહીં...

- **એરીક લેવેન્થલ**

વિચાર વિનાની પ્રવૃત્તિ = ક્રોધ.

- **માઈકલ જોન્સન**

૪૪

'શિવજી' પોલિસી

'સુગર ફેક્ટરી' પોલિસી પોતાને લાગુ પાડવાની છે. મતલબ કે 'સારા-મીઠા શબ્દો જ બોલવા છે' - આવો નિશ્ચય કરવાનું દરેક વ્યક્તિ પોતાને માટે લાગુ પાડી શકે છે. પણ, પોતાની સાથે વ્યવહાર જે વ્યક્તિ કરે, તે મીઠા જ શબ્દો બોલે, તેવી અપેક્ષા રાખી શકાય નહીં. સામેવાળી વ્યક્તિ ગમે તેવા દઝાડતા શબ્દો બોલે તો પણ તે સહન કરવાની તૈયારી હોવી જ જોઈએ. ગુસ્સો કાબૂમાં લેવા માટે આ બે શરત અવશ્ય પાળવાની છે. (૧) જ્યારે પણ બોલવું હોય ત્યારે સારા શબ્દો જ બોલવા. (૨) સામેવાળી વ્યક્તિના કડવા-તીખા -તમતમતા-ધગધગતા લાવારસ જેવા શબ્દો પણ સાંભળવા. આ બીજી શરત માટે જ આ પોલિસી છે.

શિવજીને આજે ઘણા ભગવાન તરીકે પૂજે છે, સન્માને છે. કારણ કે પૌરાણિક કથા મુજબ, જ્યારે સમુદ્રનું મંથન થયું ત્યારે જે હળાહળ ઝેર નીકળ્યું તેને લેવા માટે કોઈ તૈયાર ન હતું. લક્ષ્મીજીને વિષ્ણુ લઈ ગયા, કામધેનુને દેવો લઈ ગયા, અમૃતને ચંદ્ર મહારાજ લઈ ગયા. પણ ઝેરને કોઈ લે નહીં. શિવજીએ એ હળાહળ ઝેરને પણ સ્વીકારી લીધું, પી લીધું. એટલે જ નીલકંઠ શિવના આદરપૂર્વક સત્કાર, સન્માન આજે અજૈન લોકો કરે છે.

આપણે તો આ દૃષ્ટાંતને ફક્ત આટલા અંશમાં જ લેવું છે કે લોકો શંકરની પૂજા કરશે, શંકરની જટામાં રહેલા સાપની નહીં. કારણ કે શંકર ઝેરને પચાવી જનારા છે. સાપ તો ઝેર ઓકનાર છે. તેમ જો બીજાના અત્યંત કડવા ઝેર જેવા પણ શબ્દો સ્વીકારી શકશો, સાંભળી શકશો, પચાવી શકશો તો તમે પણ પૂજાશો, તમારું પણ સન્માન થશે.

લૌકિક સન્માન થાય કે ન થાય. પણ પરમાત્માની નજરમાં તો અવશ્ય સન્માનભર્યું સ્થાન પ્રાપ્ત કરી શકશો. અત્યારે ઘરઘરમાં જે રામાયણ અને મહાભારત સળગેલા દેખાય છે તેની પાછળ કારણ તરીકે એ જ દેખાશે કે કોઈની પણ એકબીજાને સાંભળવાની તૈયારી નથી. તેમાં ય કડવા શબ્દોને સાંભળવાની તૈયારી તો બિલકુલ નથી. જો સાસુ વહુનું કે વહુ સાસુનું કડવું વેણ સાંભળતી થઈ જાય તો ઘરના ઝઘડામાં આપોઆપ શાંતિ આવવા લાગે.

એક વાર મજબૂત સંકલ્પ કરજો કે 'આજે કોઈ મને ગમે તેવા કડવા શબ્દો કહે. પણ મારે તે શાંતિથી સાંભળી લેવા છે. સામે કડવા શબ્દો નથી કહેવાં.' પછી જો જો કે માનસિક સ્વસ્થતા તમારી કેવી સારી રહે છે ? જુઓ, જે નાનો હોય એણે તો ખાસ સાંભળવાની તૈયારી રાખવી જોઈએ. વડીલના કડવા શબ્દો પણ સાંભળી લેવા - એ આપણી આર્ય સંસ્કૃતિ છે.

વડીલના શબ્દોને બુદ્ધિના ત્રાજવે જોખવાના બદલે એને શાંતિથી સાંભળી લો. કદાચ તે અણગમતા હશે, ખોટા હશે. પણ જો તમે તેનો સામનો કરશો તો તો પરિસ્થિતિ વધુ સ્ફોટક થશે, મર્યાદા ભંગ થશે. આ શ્રાવકના દીકરાને શોભે નહીં જ.

સામેવાળી વ્યક્તિ કદાચ માની લો અજ્ઞાની છે. માટે, જેમ આવે તેમ બોલે છે. પણ, તમારી પાસે તો સમજણ છે ને ? તમારે તો સમતા રાખવી જોઈએ ને ? અજ્ઞાનીની એક્શન કરતાં, જ્ઞાનીની રિએક્શન વધુ નોંધપાત્ર બની રહે છે. તેની કિંમત ઘણી વધારે છે. અજ્ઞાની તો અજ્ઞાની છે, માટે ગમે તે કરવાનો જ છે, ગમે તે બોલવાનો જ છે. પણ, જ્ઞાની તો જાણકાર છે. એણે તો એ સાંભળી જ લેવું

જોઈએ ને ? જ્ઞાની તો જાણે જ છે કે આ સામેવાળાના અજ્ઞાનનું પરિણામ છે. તો પછી જ્ઞાની શા માટે તેની સાથે ગલત વ્યવહાર કરે ?

તેની સાથે તમે કેવો વ્યવહાર કરો છો ? તેના દ્વારા તમારી કક્ષા નક્કી થાય છે. સારો વ્યવહાર તમે કરશો તો તમે સજ્જન-જ્ઞાની અને સાચા અર્થમાં ધર્મી. સામેવાળાના ગમે તેવા ખરાબ શબ્દોને પણ તમે સ્વાર્થ વિના સાંભળી શક્યા તો જ તમે સાચા ધર્મી ! તપસ્વી મહાત્મા બાલમુનિના ભૂલ દેખાડતા શબ્દો સાંભળી ન શક્યા તો પરિણામે ચંડકૌશિક સર્પ થવાનો વખત આવ્યો. **બહુ મોટી નુકસાનીની ભીતરમાં, તેના મૂળમાં ક્યારેક બહુ નાની ગફલત હોય છે.** જો તે સમયે ફક્ત બાલમુનિના તે શબ્દો સાંભળી શક્યા હોત તો શું આ પરિણામ આવત ?

તમને પણ જીવનમાં ઘણી વાર આ અનુભવ થતો હશે કે કોઈકે થોડો કટાક્ષ તમારા ઉપર કર્યો, જે હજુ સહ્ય હતો. છતાં તે તમે ન સહ્યો અને સામો કટાક્ષ કર્યો. છેલ્લે બોલાચાલી થઈ ગઈ. સંબંધમાં કટુતા આવી ગઈ. સાવ નાની વાતનું ઘણું વતેસર થઈ ગયું. આવું તમને અનુભવાયું જ હશે. તમને પણ ક્યારેક મનમાં લાગ્યું જ હશે કે આના કરતાં મેં એનો એકાદ કટાક્ષ સહી લીધો હોત તો ઘણું સારું થાત ! જીવનમાં જો સાંભળવાની તૈયારી રાખશો તો જાતને સંભાળી, પરિવારને સાચવી, સહુને સંતોષ આપી બધી રીતે સફળતાને હાંસલ કરી શકશો. પણ, તે માટે કડવું સાંભળવાની તો તૈયારી રાખવી જ પડશે.

ટૂંકમાં,

આ શિવજી પોલિસી એટલું જ કહે છે કે - **'સફળતાના અને સિદ્ધિના સર્વોચ્ચ સોપાનને સર કરવા માટે કટુ વેણને સાંભળવાની તૈયારી રાખવી જ પડશે.** કોઈના પણ કડવા-તીખા-તમતમતા શબ્દો સાંભળી શકશો તો અજબ-ગજબનો બાહ્ય-આંતર વિકાસ તમે સાધી શકશો. સાંભળવાનું દુઃખ થોડો સમય જ હોય છે. એ પણ માનસિક દુઃખ જ હોય છે. પણ, તેનાથી પરંપરાએ અનંત કાળના અને આ ભવમાં ય સાચા આનંદરૂપ સુખની પ્રાપ્તિ થઈ શકે છે.'

૪૫

'સેફ્ટી' પોલિસી

જેને શરદીની પ્રકૃતિ હોય, શરદી જેને વારંવાર હેરાન કરતી હોય, શરદીથી જે ત્રસ્ત થઈ ગયો હોય તે શિયાળામાં ખુલ્લી છાતીએ અગાસીમાં સુવે ? એ શિયાળામાં શીખંડ ખાય ? નહીં જ ને ! કારણ કે તે સમજે છે કે જેટલો આ બધાંથી હું દૂર રહીશ, તેટલી મારી સેફ્ટી છે. જેવી રીતે આ વાત લૌકિક જગતમાં તમે સારી રીતે સમજો છો, તેવી જ રીતે આ પોલિસી ક્રોધ માટે તમને તે જ વાત જણાવે છે. તમને ખબર હોય કે 'તમારી પ્રકૃતિ ક્રોધની છે' તો પછી ક્રોધથી દૂર રહેવા માટે, ક્રોધથી બચવા માટે ક્રોધના નિમિત્તોથી તમારે દૂર રહેવું જ જોઈએ. તો જ તમારી 'સેફ્ટી' છે. જેની સાથે વારે વારે સંઘર્ષમાં આવવું પડે છે તે ભાઈથી, તે વ્યક્તિથી દૂર રહેવામાં જ તમારી સેફ્ટી છે.

જેમ પેટ્રોલમાં બોળેલા કપડા પહેરી બહાર ફરવા નીકળનાર આગથી દૂર જ રહે છે, તેને આગથી દૂર જ રહેવું પડે છે. હા ! ઉત્તમ વિકલ્પ તો એ જ છે કે પેટ્રોલમાં બોળેલા કપડા પહેરવા જ નહીં. પરંતુ જ્યારે પેટ્રોલમાં બોળેલા કપડા પહેરી જ લીધા છે, તેને કાઢવા શક્ય નથી ત્યારે કમ સે કમ આગથી તો દૂર જ રહેવું જોઈએ.

તેમ ક્રોધની પ્રકૃતિને જ છોડી શકતા હો તો તો તે ઉત્તમ વિકલ્પ છે. તેના દ્વારા ગમે તેવા પ્રસંગોમાં પણ તમે પ્રસન્નતા જાળવી શકશો. પણ, જો ક્રોધની પ્રકૃતિ છૂટી શકતી ન જ હોય તો પછી ક્રોધના નિમિત્તોથી દૂર રહેવામાં જ સલામતી છે.

કોલેરા ફાટી નીકળ્યો હોય ત્યારે જાતે જ પાણી ઉકાળીને પીવા લાગો છો. મ્યુનિસીપાલિટી દ્વારા કરાતી બધી જાહેરાતોને અક્ષરશઃ પાળો છો. તેવી રીતે જ્યારે ક્રોધનો કોલેરા ફાટી નીકળ્યો હોય ત્યારે અત્યાર સુધી દર્શાવેલી પોલિસીઓ અપનાવવા દ્વારા જાતની સલામતી સૌ પ્રથમ કરવી જ રહી ! તેમાં પણ આ પોલિસી એટલું જ કહે છે કે ક્રોધના નિમિત્તોથી દૂર ભાગો. કદાચ ક્રોધ કરવાની તમારી પ્રકૃતિને હમણાં ભલે તમે ન છોડી શકો, તેના દુર્નિમિત્તોથી દૂર તો તાત્કાલિક થતા જાઓ. પછી પોતાની જાતે જ ક્રોધ નબળો પડી જશે.

મુંબઈમાં રહેતા એક ભાઈએ આ પોલિસીને બહુ સારી રીતે અપનાવી છે. પત્નીનો સ્વભાવ કર્મસંયોગે વિચિત્ર કહી શકાય તેવો. વારેવારે ચડભડ કર્યે રાખે. એની વાત સાંભળે અને પોતાનાથી દલીલ થઈ જાય તો વાતનું વતેસર થાય. માટે, એ ભાઈએ ટ્રીક કરી. જેવી પત્ની કશું પણ ગુસ્સામાં બોલવાનું શરૂ કરે કે તરત જ ઘરની બહાર નીકળી દેરાસરમાં પહોંચી જાય. ત્યાં કલાક-સવા કલાક પ્રભુભક્તિ કરી પછી જ ઘરમાં આવે. એટલે ઘરનું તંગદિલીભર્યું વાતાવરણ શમી ગયું હોય.

એમણે નક્કી કરી દીધું કે તંગદિલીભર્યા વાતાવરણમાં રહેવું નથી. કારણ કે પોતે સમજે છે કે 'મારો સ્વભાવ ક્રોધનો છે. જો તંગદિલીભર્યા વાતાવરણમાં રહું તો ક્રોધ કર્યા વિના રહી ન શકું.' આથી, જ્યારે જ્યારે પણ ઘરમાં વાતાવરણ તંગદિલીભર્યું થાય કે તરત જ ઘરમાંથી રવાના થાય. પત્ની જો ઘરનો મુખ્ય દરવાજો બંધ કરી રાખે તો પોતે બેડરૂમમાં ઘૂસી જાય. એક અક્ષર પોતે બોલે નહીં. એક અક્ષર પણ સંભળાઈ ન જાય તેની પૂરેપૂરી તકેદારી રાખતા.

ગુસ્સો કરવો એ અધ્યાત્મજગતમાં મોત બરાબર છે. શા માટે ગુસ્સો કરી સામે ચાલીને મોતને સ્વીકારવું ? જ્યારે ભારે ટ્રાફિકવાળા અને અકસ્માતની પૂરેપૂરી શક્યતાવાળા રસ્તાને તમે છોડવામાં જ સલામતી માનો છો તો પછી ક્રોધના નિમિત્તોથી દૂર રહેવામાં શા માટે ગફલત કરો છો ? તમને જેવું લાગે કે હવે મારાથી નહીં રહેવાય, મારાથી ગુસ્સો થઈ જ જશે કે તરત તમારે તે સ્થાન છોડી દેવું. તે વ્યક્તિથી દૂર ચાલ્યા જવું. ક્રોધ તો ન જ થવા દેવો. પરિસ્થિતિ થાળે પડે પછી જ પાછા આવવું. સલામતી સૌથી પહેલી ! **Safety first.**

'ક્રોધથી દૂર રહેવામાં જ મારી સાચી સલામતી છે, બાકી જો ક્રોધ જ કર્યે રાખીશ તો આ ચોર્યાશીના ચક્કરમાં મારો પત્તો પણ નહીં ખાય તેવી રીતે હું ફેંકાઈ જઈશ' - આવા પ્રકારનો નિશ્ચય જો મનમાં દૃઢ હોય તો અવશ્ય આ પોલિસી અપનાવવામાં તમને હિચકિચાટનો અનુભવ નહીં થાય. જો ક્રોધના પનારે પડ્યા તો નરકમાં તમારો પ્રવેશ દુર્લભ નથી. ચંડકૌશિક આ ગુસ્સાના પ્રતાપે જ પાંચમી નરકનો મહેમાન બનવાનો હતો. આ તો શ્રમણ ભગવાન મહાવીર મહારાજા મળી ગયા તો એ ચંડકૌશિક સાપ બચી ગયો. પણ, આપણે જો દુર્નિમિત્તો વચ્ચે રહી રહીને ક્રોધનો ભોગ બન્યા જ કરીશું તો વાઘ-વરુના ભવમાં આપણને બચાવવા કોણ આવવાનું ? પછી તો ચોરાશીના ચક્કર લમણે ઠોકાયા વિના રહે નહીં.

માટે, ગમે તે કરીને પણ ક્રોધ તો નથી જ કરવો - આ દૃઢ સંકલ્પ કરી લો. 'ક્રોધ ન કરવો પડે તે માટે જે કરવું પડશે તે કરીશ. પણ, ક્રોધ તો નહીં જ કરું' - આવી ભાવના ખરા અંતરથી ઘૂંટવી પડે. તો અવશ્ય ક્રોધના નિમિત્તોથી દૂર રહેવા માટેનું સત્ત્વ કેળવાશે. તે પછી જ્યારે ઘરમાં તંગદિલીભર્યું વાતાવરણ સર્જાય ત્યારે ઘરમાંથી બહાર નીકળી જવાનું સત્ત્વ તમારું કેળવાશે. જ્યારે પણ જે જગ્યાએ તંગદિલીભર્યું વાતાવરણ સર્જાય કે તરત જ તે સ્થાન અને વ્યક્તિનો તે સમય પૂરતો ત્યાગ કરી દેવો.

ક્રોધને ઉત્પન્ન કરનારા લગભગ ત્રણ નિમિત્તો હોય છે.

(૧) તેવા પ્રકારનું સ્થાન, (૨) તેવા પ્રકારની વ્યક્તિ અને (૩) તેવા પ્રકારનો ખોરાક. જ્યાં ક્રોધના વધુને વધુ નિમિત્તો મળે તેવા પ્રકારનું સ્થાન છોડી દેવું. જે વ્યક્તિના સંપર્કમાં આવતા ગુસ્સો આવી જતો હોય તે વ્યક્તિ સાથેનો સંબંધ છોડી દેવો, નહિવત્ કરી દેવો. તીખા-તમતમતા-તળેલા ખોરાકનો ત્યાગ કરી દેવો. વધુ પડતો તીખો અને તળેલો ખોરાક મગજને તામસી બનાવે છે. વધુ પ્રમાણમાં તીખું અને તળેલું વાપરનાર સતત ગુસ્સામાં જ રહેતો હોય છે. કોઈક છંછેડે કે એ ગુસ્સામાં આવી જાય. ટૂંકમાં, મનના અને તનના બન્નેના આરોગ્યનો નાશ કરી દેનાર આ ખોરાકનો વહેલી તકે ત્યાગ કરી જ દેવો રહ્યો. થોડા દિવસ કદાચ મોળી કે ઓછા મસાલાવાળી રસોઈ નહીં ભાવે પણ ધીરે ધીરે જીભ અને શરીર ટેવાઈ જશે.

ક્રોધમાં નિમિત્ત બનનારા આ ત્રણ પરિબળોનો ત્યાગ કરતા જાઓ એટલે ક્રોધ કાબૂમાં આવ્યા વિના રહેશે નહીં. એક આચાર્ય મહારાજની પ્રકૃતિ અત્યંત ક્રોધી સ્વભાવની, **પંચાશકશાસ્ત્ર**માં આ આચાર્ય મહારાજની ઘટના નોંધાઈ છે. આચાર્ય મહારાજે ઘણો પ્રયત્ન કર્યો છતાં ક્રોધ ઉપર કાબૂ મેળવવા માટે કોઈ ઉપાય કારગત નીવડ્યો નહીં. આચાર્ય મહારાજ અત્યંત ભવભીરુ હતા. સમજતા હતા કે 'જો આ રીતે વારેવારે હું ક્રોધ કરે રાખીશ તો કર્મસત્તા મારી આચાર્ય પદવીની પણ શરમ રાખ્યા વિના સંસારચક્રમાં ફેંકી દેશે ! વાઘ-વરુના ભવમાં જઈ સંસાર લંબાવવાનું હવે બિલકુલ જ પોસાય તેમ નથી.' આવો મોંઘો માનવભવ મેળવી તેને એકમાત્ર ક્રોધના વાંકે વેડફી દેવાનું તેમને બિલકુલ જ સહન થાય તેમ ન હતું. એ તો ગમે તેમ કરીને ક્રોધને ખતમ કરવાના મૂડમાં હતા. આટલી બધી ભવભીરુતા આચાર્ય મહારાજમાં હોવા છતાં આચાર્ય મહારાજના આત્માનું બળ ક્રોધની સામે ઓછું પડતું હતું. વારે વારે ગુસ્સો થઈ જતો હતો.

ગુસ્સો થઈ ગયા પછી આચાર્ય મહારાજને પશ્ચાત્તાપ પણ થતો હતો. કિંતુ ગુસ્સાની પ્રકૃતિ છૂટતી ન હતી, વારંવાર ગુસ્સો થઈ જતો હતો. એમના ગુસ્સાને જોઈ લોકોએ એમનું ચંડરુદ્રાચાર્ય નામ પાડી દીધું હતું. આચાર્ય મહારાજ ક્રોધથી થાકી ગયા હતા. એક દિવસ અચાનક

એમને એક કીમિયો સૂઝી આવ્યો. એમણે જાહેરમાં બેસવાનું બંધ કરી દીધું. ઉપાશ્રયમાં એક અલાયદી ઓરડીમાં જ બેસવાનું ચાલુ કર્યું. લગભગ જનસંપર્ક એમણે ટાળી દીધો. ક્રોધના જે જે પણ નિમિત્તો હતા તે બધાંથી આચાર્ય મહારાજ દૂર રહેવા લાગ્યા. ક્રોધ કરી શકાય તેવું કોઈ નિમિત્ત કે વ્યક્તિ જ ન રહેતા ક્રોધ ધીરે ધીરે ઘટવા લાગ્યો. હા ! પ્રકૃતિ મટી ન હતી. પણ, ક્રોધ પ્રકટ થતો બંધ થઈ ગયો.

એક વાર આટલું કાર્ય પણ થઈ જાય તો પછી ક્રોધનો મૂળથી નાશ કરવો પણ સરળ થઈ પડે. આ સેફ્ટી પોલિસીને એ આચાર્ય મહારાજે બરાબર અપનાવી લીધી. એટલે જ આચાર્ય મહારાજ એ ભવે મોક્ષમાં પણ પધાર્યા. આપણી વાત તો એટલી જ છે કે ક્રોધથી બચવા માટેનો આ બહુ સારો ઉપાય છે કે ક્રોધના નિમિત્તોથી પણ દૂર જ ભાગતા રહેવું. ક્રોધ ઉત્પન્ન જ ન થાય તેની પૂરેપૂરી તકેદારી રાખવી. જ્યારે લાગે કે મારું મન ઠેકાણે નથી ત્યારે કોઈની પણ સાથે વાતચીત-વ્યવહાર કરવો જ નહીં.

ટૂંકમાં, અનંત કાળની બરબાદી નોંતરનાર આ ક્રોધને ગમે તે ભોગે હવે કાઢે જ છૂટકો - આવો દૃઢ સંકલ્પ થયા બાદ આ સેફ્ટી પોલિસી અપનાવી જુઓ. ક્રોધ દૂર થઈને જ રહેશે.

સેફ્ટી પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે કે - 'સંસારમાં સલામતીને જ સદા માટે આગળ કરીને ડગલું ભરનાર ઓ માનવ ! અધ્યાત્મજગતમાં મૃત્યુને લાવનાર ક્રોધના ભયથી શા માટે ધ્રૂજતો નથી ? શા માટે ક્રોધથી બચવા માટેના, સલામતીના કોઈ પગલા ભરતો નથી ? શા માટે ક્રોધના નિમિત્તોથી દૂર ભાગતો નથી ? શું અનંત કાળના નરકના દુઃખો તને બહુ ગમી ગયા છે ?'

સેફ્ટી પોલિસીના આ સંદેશાને અપનાવી જલ્દીથી આત્માની સેફ્ટી કરી લો એ જ કામના !

૪૬

'સોલ્યુશન' પોલિસી

ગઈ પોલિસીમાં બતાવ્યા મુજબ નબળા સ્થાન અને નિમિત્તોથી દૂર ભાગવું. પરંતુ જ્યારે તેનો ત્યાગ કરવો શક્ય ન હોય ત્યારે આ સોલ્યુશન પોલિસી અપનાવવાની છે. મન સાથે સમાધાન કરવાની વાત આ પોલિસી કહે છે. પત્નીનો સ્વભાવ ભારે તુંડમિજાજી મળ્યો હોય. ઘરમાં વાતાવરણ તંગદિલીભર્યું હોય. તેવા સમયે તે તમારા ઉપર ગુસ્સો ઉતારવાનું ચાલુ કરે ત્યારે એના શબ્દો સાંભળવાના બદલે તમારે તરત તમારા મનને સમજાવવાનું શરૂ કરી દેવું. મનની સાથે વાતો કરવામાં એવા જોડાઈ જવું કે એ જે શબ્દો બોલી રહી હોય તેનો એક શબ્દ પણ કાને ન પડે.

પત્ની સાથે ઝઘડો થયો હોય ત્યારે એ ભલે બોલે. પણ, તમારે બોલવાની જરૂરત શી ? તેની સાથે ઝઘડો થાય ત્યારે આવા પ્રકારે મનને સમજાવવું કે - 'હું કેટલો નસીબદાર છું. પ્રદેશી રાજાની પત્ની જેવી પ્રાણઘાતક પત્ની તો મને ન મળી. તુકારામ અને સોક્રેટીસની પત્ની જેવી અત્યંત કર્કશા પત્ની તો મને નથી મળી ને ?' આ રીતે મનને સમજાવવું. પ્રભુ પાસે ભાવના વ્યક્ત કરીએ કે 'પ્રભુ ! મને પ્રતિકૂળ પત્ની મળી તે બદલ ખૂબ-ખૂબ આભાર ! જો મને અનુકૂળ પત્ની મળી

હોત તો રાગમાં એટલો ગળાડૂબ થઈ જાત કે ધર્મ કરવાનો તો મને યાદ પણ ન આવત. આ મોંઘો માનવભવ હારી જાત. આ તો પત્ની કર્કશા સ્વભાવની મળી છે. માટે, કંઈક વૈરાગ્ય ટકે છે. આપની યાદ તો આવે છે.'

એક વાત યાદ રાખો - આ સંસારમાં દરેક વ્યક્તિ કોઈને કોઈ દુઃખથી દુઃખી જ હોવાની છે. સંપૂર્ણ સુખ તો મોક્ષ સિવાય કશે પણ નથી. માટે, તમારા જીવનમાં ગમે તેવી પરિસ્થિતિ આવે તેને સાચવી લેતા શીખો. જીવનસાથી ભલે ને પ્રતિકૂળ હોય, છતાં તેને પ્રેમથી સાચવી લેતા શીખો તો જ દુઃખથી છૂટકારો શક્ય છે. સંસારમાં બધે બધી અનુકૂળતા મળે તેવી કોઈ શક્યતા નથી. મોટા ભાગે કજોડા જ જોવા મળતા હોય છે. સંસારની એક વ્યાખ્યા એવી છે કે **જેમાં એક પૈડું સ્કૂટરનું અને એક પૈડું ટ્રેક્ટરનું એવું વાહન એટલે સંસાર !**

આવું વાહન ગતિ શી રીતે કરી શકે ? આવો સંસાર સીધો કેવી રીતે રહી શકે ? સંસારને સુધારવા જશો તો જીંદગી પૂરી થઈ જશે. પણ, સંસાર સુધરે તેવી કોઈ શક્યતા નથી. માટે, તમારે તમારી જાત સાથે જ સમાધાન કરવું પડશે. તમારા મનને જ સમજાવવું પડશે.

દીકરો જવાબ ઉદ્ધત રીતે આપે કે દીકરી કહ્યું માને નહીં, ઘરનો ઘાટી વાતવાતમાં તમારું અપમાન કરી જાય કે સમાજમાં કોઈ તમારી વાતને વજન ન આપે ત્યારે મન સાથે સમાધાન કરવું કે 'આ બધાં તો મારા વૈરાગ્યના કારણો છે. આ બધું થાય છે ત્યારે તો મને સંસાર ઉપર કંઈક અંશે પણ વૈરાગ્ય પ્રગટે છે. બાકી તો સંસારના રાગમાં લેપાઈને આખો માનવભવ હું હારી જાઉં.'

તમારી સમાધિ વેરવિખેર થાય છે. કારણ કે તમને સોલ્યુશન શોધતા આવડતું નથી. મન સાથે સમાધાન કરતા આવડતું નથી. બાકી ક્રોધ થાય તેવી શક્યતા નથી. ઊંડે ઊંડે આપણને પ્રોબ્લેમ સર્જવામાં જ રસ છે. હવે આપણે સમાધાન કરનારા થવું છે. સમાધાન કરતા આવડે તો જ સમાધિ હાથવગી થશે. એટલે જ સમાધિની વ્યાખ્યા કરતાં શાસ્ત્રકારો જણાવે છે કે, *'चित्तसमाधानं - समाधिः'* સમાધાન

કરતા આવડે, મન સાથે જો સુલેહ કરતા આવડે તો સમાધિ મળી શકે. સમાધાન કરવાની વૃત્તિ જો મનમાં ન હોય તો ગમે તેવી પરિસ્થિતિમાં પણ સમાધિ, સુખ, શાંતિ મળે તેવી કોઈ શક્યતા નથી.

થિયેટર ઉપર 'હાઉસફુલ' નું પાટિયું લટકતું હતું. બધાં શો કેટલાંય દિવસોથી હાઉસફુલ જ જતા હતા. છતાં એનો માલિક ઉદાસ હતો. એના મિત્રે પ્રશ્ન કર્યો. 'અલ્યા ! શા માટે ઉદાસ છે ? બધે મંદી છે, જ્યારે તારે ત્યાં તો હાઉસફુલના પાટિયા લટકે છે, ધીકતી કમાણી ચાલે છે.'

થિયેટરના માલિકે કહ્યું - 'મારે ત્યાં ય મંદી ચાલુ થઈ ગઈ છે. ગઈકાલે હાઉસફુલના પાટિયા જોઈને ૧૫૦ જણા પાછા ગયા હતા. આજે ખાલી ૧૦૦ જણા જ પાછા ગયા ! કાલે કદાચ 'હાઉસફૂલ'નું પાટિયું નહિ લાગે તો ? બાપ રે ! હવે મારું થશે શું ?'

આવી રુગ્ણ મનોદશાવાળા માણસને કોણ સુખી કરી શકે ? સમાધિપ્રદાયક વાતાવરણ હોવા છતાં જેના મનમાં નેગેટીવીટી જ ભરેલી હોય તેને કોઈ કદાપિ સુખી કરી શકતું નથી. **મોટા ભાગના માણસો પોતાના મનથી જ દુઃખી કે સુખી હોય છે.** જો મનની સાથે સમાધાન કરતા આવડે, મનને સમજાવતા આવડે તો વિકટ પરિસ્થિતિમાં પણ પ્રસન્નતા હાથવગી થઈ જાય. ચિત્તનું સમાધાન કરતા આવડવું જોઈએ - એ મુખ્ય વાત છે. બાકી, ચિત્તનું સમાધાન કરતા જેને ન આવડે તે કદાપિ સુખી થઈ શકતો નથી.

વસંત ઋતુમાં બગીચાના એક બાંકડા ઉપર ઉદાસ ચહેરે એક ભાઈ બેઠા હતા. વાતાવરણ ખુશનુમા હતું. ફૂલોની સુવાસ વાતાવરણને મઘમઘાયમાન બનાવતી હતી. ઠંડો પવન વાઈ રહ્યો હતો. આવા સુંદર મજાના વાતાવરણમાં ઉદાસ ચહેરે બેઠેલા ભાઈને જોઈ એક જણે પ્રશ્ન કર્યો - 'દોસ્ત ! આટલા સુંદર વાતાવરણમાં પણ તું શા માટે ઉદાસ છે ? શું કોઈ તકલીફ છે ?'

પેલા ભાઈએ જવાબ આપ્યો - 'ના, તકલીફ તો બીજી શું હોય ? પણ, તેં આજનું છાપું વાંચ્યું ? એમાં આગાહી કરી છે કે

આ વખતે ઉનાળામાં ૪૮ ડીગ્રી ગરમી પડવાની છે. આ વાંચ્યું ત્યારથી થોડું 'ટેન્શન' થઈ ગયું છે !'

ખુશનુમા વાતાવરણમાં પણ ભવિષ્યની ગરમીનો વિચાર કરી હાલમાં હાથવગી પ્રસન્નતાને જતી કરનાર માણસ કદાપિ સુખી થઈ શકે ખરો ? આવો માણસ શું પ્રસન્નતાને પામી શકે ખરો ? ના, એ શક્ય જ નથી. કારણ કે આ માણસને દુઃખી કરનાર એનું પોતાનું જ મન છે, કોઈ પરિસ્થિતિ નહીં. જો એનું મન પલટાય તો જ તે સુખી થઈ શકે તેવી શક્યતા છે. તમે દુઃખી થાઓ છો તેમાં તમે પોતે જ કારણ છો - આ વાત મગજમાં જડબેસલાક ફીટ કરી દેવા જેવી છે. માટે તમારે તમારા દુઃખોને દૂર કરવા તમારું પોતાનું મન બદલવાની જરૂરિયાત છે.

સતત ફરિયાદ જ કરનારા આ મનને સમાધાનકારી વલણ અપનાવવાનું શીખવાડવું પડશે. તો જ એ પ્રસન્નતાને અનુભવી શકશે. એક વાત મગજમાં કોતરી રાખજો કે - **'હું દુઃખી થાઉં છું તેમાં જવાબદાર એક માત્ર હું જ છું. જો હું મારી જાતને સમજાવી લઈશ તો કોઈ મને દુઃખી કરી શકશે નહીં.** શ્રમણ ભગવાન મહાવીર મહારાજાને કાનમાં ઠોકાયેલા ખીલ્લા પણ દુઃખી કરી ન શક્યા. જ્યારે તમને પગમાં વાગેલો એક કાંટો કે બોલાયેલા કડવા વેણ પણ દુઃખી કરી નાંખે છે. કારણ કે તમે જાતને સમાધાનકારી વલણ અપનાવવાનું શીખવાડ્યું જ નથી.

ચોથા આરા કરતા પાંચમા આરામાં પણ હેમચંદ્રસૂરિ મહારાજ વધુ પ્રસન્ન રહી શક્યા. તેમના શબ્દો છે - ***सुषमातो दुःषमायां कृपा फलवती तव ।*** મતલબ કે મહાવિદેહમાં કે ચોથા આરામાં દીક્ષા લીધા બાદ લાંબું સંયમજીવન પાળવાનું છે. કરોડો વર્ષના ત્યાંના સંયમજીવન દ્વારા જે પરિણામ મળે તે જ પરિણામ પાંચમા આરામાં ૫૦-૬૦ વર્ષના દીક્ષા જીવનને સારી રીતે પાળવા દ્વારા મળી જાય છે. તો પછી આ પાંચમો આરો જ પરમાત્માની કૃપાને પામવા સર્વશ્રેષ્ઠ ન કહેવાય ?

આ છે સમાધાનકારી વલણ ! અહીં અત્યારે સીમંધરસ્વામી

ભગવાન તો છે નહીં, કોઈ કેવલી તો છે નહીં... ઈત્યાદિ વાતો કરી ધર્મારાધનાને ઠેબે ચઢાવનાર માટે આ વચન લાલબત્તી સમાન છે. ટૂંકમાં, હવે કોઈ પણ વસ્તુ ન મળ્યાનો અફસોસ કરવાના બદલે જે મળ્યું છે તેનો પૂરેપૂરો ઉપયોગ કરી લેવો છે - આવું લક્ષ્ય કેળવવું રહ્યું ! કોઈ પણ પ્રસંગમાં નબળો વિચાર તમને ક્યારેય સુખી થવા નહીં દે ! કોઈ પણ પરિસ્થિતિ સાથે સમાધાન ન કરી શકનારી વ્યક્તિ પોતાનું ધાર્યું થાય છતાં સુખી થઈ શકતી નથી.

બેસતા મહિને એક બેન દુઃખી હતા. ત્યારે બાજુની પાડોશણે પૂછ્યું - 'કેમ આજે સવાર-સવારમાં ઉદાસ છે ?', 'અરે ! શું કરું ? ગઈકાલે મિસ્ટર ઘરે આવ્યા. મહિનો પૂરો થતો હતો. એટલે દર વખતની જેમ મેં મારી માંગણી તૈયાર કરી રાખી હતી. આ વખતે સાડી માંગવાનું નક્કી કર્યું હતું. એ આવ્યા કે તરત મેં મારી માંગણી રજૂ કરી. અને કશી આનાકાની કર્યા વગર મને સાડીના રૂપિયા આપી દીધા !'

પડોશણ બોલી - 'અલી ! આ તો રાજી થવાની વાત છે.'

''પૂરું સાંભળ તો ખરી ! દરેક વખતે ઘણી માથાકૂટ પછી માંડ-માંડ રૂપિયા આપતા અને આ વખતે એક જ ધડાકે આપી દીધા. એટલે મને બહુ આશ્ચર્ય થયું. મેં પૂછ્યું - 'કેમ આજે આ રીતે એક જ ધડાકે રૂપિયા આપી દીધા ?' ત્યારે એમણે મને કીધું કે - 'દર વખતે રોજ અડધો-પોણો કલાક માથાકૂટ થયા પછી ય આખરે ધાર્યું તો તારું જ થાય છે. એટલે આ વખતે મેં નક્કી કરી રાખ્યું હતું કે તું જે માંગે તે એક જ ધડાકે મારે આપી દેવું.' એમની આ વાત સાંભળી ગઈકાલથી મને એવો અફસોસ થાય છે કે મેં મૂરખીએ સાડી માંગવાના બદલે નેકલેસની માંગણી જ કેમ ન કરી ?''

બોલો ! પોતાનું ધાર્યું થવા છતાં પણ સદા નબળા જ વિચાર કરનારી આવી વ્યક્તિને કોઈ સુખી કરી શકે ખરું ? જ્યારે સોલ્યુશન પોલિસી અપનાવનારને કદાપિ કોઈ દુઃખી કરી શકે નહીં. દરેક વખતે પોઝિટીવ વિચાર કરતા શીખો તો જીવનનો અનેરો આનંદ અનુભવાશે. પરિસ્થિતિ બદલવી દરેક વખતે શક્ય હોતી નથી. કમ સે કમ એટલું

તો નક્કી કરી રાખો કે જ્યારે બગડેલી પરિસ્થિતિ સુધારવી તમારા દ્વારા શક્ય ન હોય ત્યારે મનઃસ્થિતિને તો તમે બગડવા નહીં જ દો. આટલું પણ જો નક્કી કરવામાં આવે તો સુખ-શાંતિ અને સમાધિ તમારા માટે હાથવગા છે.

પ્રત્યેક ડગલે ને પગલે આ સમાધાનવૃત્તિ અપનાવી જો જો ! ઘરનું વાતાવરણ પ્રસન્નતાભર્યું થઈ જશે. દાળમાં મીઠું ઓછું આવે ત્યારે ધર્મપત્નીને શું એમ ન કહી શકાય કે - 'આવી દાળ પણ ક્યારેક ક્યારેક બનાવતી રહેજે. જેથી મને હાઈ બી.પી.ની તકલીફ ન થાય.' આવી રીતે મીઠા શબ્દોમાં વાત કરવામાં આવે તો વાતાવરણ કેવું પ્રસન્નતાભર્યું બની જાય ? ઘરના સભ્યોને એકબીજા સાથે હળવા-મળવાનું ગમે. ચામાં ક્યારેક ખાંડ નાંખવાની રહી ગઈ હોય તો સમાધાનથી છલોછલ ભરેલા આવા શબ્દો શું ન બોલી શકાય કે - 'આવી ચા પણ ક્યારેક ક્યારેક પિવડાવતી રહેજે. જેથી મને ડાયાબિટીસની તકલીફ ન થાય !' સમાધાન કરવાનું વલણ કેળવાય તો જ આ વાત શક્ય બને.

કદાચ ઉનાળાના સમયમાં રાત્રે લાઈટ ચાલી જાય. પંખો બંધ થઈ જાય, ત્યારે ઉકળાટ કરવાના બદલે સમાધાનભર્યું એવું શું વિચારી ન શકાય કે - 'સારું છે ! આ સરકારી કામદારો ક્યારેક ક્યારેક પંખા વિના સૂવાની ટેવ પાડી રહ્યા છે. જેથી 'જો ને તો'ની ભાષામાં કદાચ કાલે ઉઠીને મને દીક્ષાના ભાવ જાગે અને કોઈ સદ્‌ગુરુ મારો હાથ ઝાલે તો વાંધો ન આવે !' જેવું વિચારશો તેવી પરિસ્થિતિ નિર્માણ પામશે. સારું વિચારશો તો સારી પરિસ્થિતિ પણ સર્જાશે.

આટલો સંકલ્પ રાખો કે - કોઈ પણ પરિસ્થિતિ સર્જાય, મારે

(૧) નબળા વિચાર કરવા નથી.

(૨) નબળી વાણી ઉચ્ચારવી નથી.

(૩) નબળી પ્રવૃત્તિ કરવી નથી.

મન, વચન અને કાયા - ત્રણેયની પ્રવૃત્તિ માત્રને માત્ર સમાધાન માટે જ રહેશે.

ટૂંકમાં, સોલ્યુશન પોલિસી એટલું જ કહે છે કે - 'સુખ સંઘર્ષમાં નથી, સમાધાનમાં છે. સમાધાન કરનારો કદાપિ દુઃખી થઈ શકતો નથી અને સંઘર્ષ કરનારો કદાપિ સુખી થઈ શકતો નથી. હા ! સમાધાનનું વલણ લાવવા માટે મન સાથે ગજબનાક સંઘર્ષ ખેલવો પડશે. પણ, બાહ્ય પરિસ્થિતિ કે વ્યક્તિ સાથેનો સંઘર્ષ તો અશાંતિ જ લઈ આવશે. પુણ્ય હશે તો જ તમારો પુરુષાર્થ કામમાં આવવાનો છે. અન્યથા સમાધાન જ સ્વીકારવું પડશે. તો શા માટે પહેલેથી જ સમાધાન ન સ્વીકારી લેવું ?'

સમાધાન પોલિસીના આ સંદેશાને વહેલી તકે આત્મસાત્ કરવામાં સફળતા મેળવો. ક્રોધ ઉપર કાબૂ મળીને જ રહેશે !

સબળ ક્ષમી, નિર્મદ ધની,
કોમળ વિદ્યાવંત ।
ભૂભૂષણ આ ત્રણ છે,
ઉપજત અવર અનંત ॥
- **ભૂભૂષણ.**

૪૭

'સ્માઈલીંગ ફેસ' પોલિસી

કોઈ કટાક્ષ કરે, મજાકમાં કંઈક સંભળાવી દે, બધાની વચ્ચે આપણી 'પટ્ટી' ઉડાડે – આવા બધાં સમયે મગજની પ્રસન્નતા જાળવવી અઘરી થઈ પડે છે. મગજ કાબૂ બહાર જતું રહે છે. ગુસ્સો થઈ જતો હોય છે. આ પોલિસી આવી પરિસ્થિતિ માટે છે. કોઈ મજાક કરે ત્યારે તમે ચીડાઈ જાઓ છો. માટે, સામેવાળાની મજાક સાર્થક થઈ જાય છે ! પછી બધાં તમારી વધારે મશ્કરી કરશે. જેમ જેમ તમે ચીડાશો, તેમ તેમ તમારી વધારે ને વધારે મશ્કરી થશે. લોકો તો આમ પણ બોલે અને તેમ પણ બોલે. દરેક વખતે ચહેરો હસતો રાખશો તો લોકો બોલતા બંધ થઈ જશે.

એક વિદ્વાન મૈથિલ પંડિત ગામની બહાર પોતાના મકાનમાં ફળિયાની અંદર તુલસીના છોડને પાણી પાઈ રહ્યા હતા. પવનમાં તેમની ચોટી ફરફર થઈ રહી હતી. ચોટી જોઈને છોકરા તો નિર્દોષભાવે મસ્તી કરવા લાગ્યા. 'ચોટીવાળા મહારાજ ! ચોટીવાળા મહારાજ !' પંડિતજી ગુસ્સે થઈ ગયા. જેમ જેમ પંડિતજી ગુસ્સે થતા ગયા, તેમ તેમ છોકરાઓ વધારે ને વધારે ચીડવતા ગયા. પંડિતજી હેરાન થઈ ગયા. બીજે દિવસે ચોટી કાઢી નાંખી તો 'ટકા મહારાજ !', 'ટકા મહારાજ !'.... આ

રીતે ચીડવવા લાગ્યા. પંડિતજીએ ટોપી પહેરી તો 'ટોપીવાળા મહારાજ !' આ રીતે મશ્કરી શરૂ થઈ. પાઘડી પહેરી તો 'ઓ પાઘડીવાળા મહારાજ !' આ રીતે મજાક થઈ. પંડિતજીએ એક પછી એક ફેરફાર કર્યે રાખ્યા અને છોકરાઓ એમને ચીડવતા જ રહ્યા ! આખરે પંડિતજી હતાશ થઈ ગયા !

આ જગતની સામે થવા ગયા તો કદાપિ તમારી કારી ફાવી શકવાની નથી. જગતને તો તમારે સદા હસતા ચહેરે માત્ર સાંભળવાનું છે. જો આટલું જ તમે કરી શકશો તો કદાપિ અપ્રસન્નતા તમારા મનને નહીં સ્પર્શે.

સામાન્ય રીતે સદા માટે તમારો ચહેરો હસતો જ હોય તો સામેવાળી વ્યક્તિને ખબર પડી જાય કે આ વ્યક્તિ ગુસ્સામાં નથી. ગુસ્સો હોય તો ચહેરો હસતો રહી શકે નહીં અને ચહેરો હસતો જ રાખો તો ગુસ્સો આવી શકે નહીં. વધુ પડતો ક્રોધ કરવાથી ચહેરો વિકૃત થઈ જાય છે. આંખની નીચે કાળા ચકામા ગાઢ થતા જાય છે. મુખાકૃતિ રૌદ્ર થતી જાય છે. આપણને જોઈને જ પછી તો આગંતુક વ્યક્તિ સમજી જાય કે - આ મહાશયને વધુ છંછેડવા જેવા નથી.

જો ગુસ્સો કરવાનો બંધ કરશો તો તમારી મોઢાની ચામડી પણ મુલાયમ રહેશે. હસતો ચહેરો પોતાનું સૌંદર્ય જાળવી રાખશે. પરિણામે આત્માનું સૌંદર્ય પણ અકબંધ જળવાઈ રહેશે. કોઈ તમારું અપમાન કરે અને તમે સામે ગુસ્સે થઈ જશો તો સામેવાળાની જીત થઈ કહેવાશે. એમાં સામેવાળાનું ખરાબ નહીં દેખાય. પણ, જો તમે તેના અપમાનને હસતા ચહેરે ગળી ગયા તો એનું જ ખરાબ દેખાશે. શાલિનતાથી પરાસ્ત કરો.

કોઈ અપમાન કરતું હોય ત્યારે એક પણ અક્ષર ઉચ્ચાર્યા વિના માત્ર હસતો ચહેરો રાખી જુઓ. એ માણસ બીજી વાર કદાપિ તમારું અપમાન નહીં કરે. પણ એના માટે તમારે સાત્ત્વિક બનવું પડશે. સાત્ત્વિક બનશો તો ચોક્કસ તમે તમારો ચહેરો હસતો રાખી શકશો. તમારું હાસ્ય તમારી અંદર પડેલી સુષુપ્ત ક્ષમાને ઉજાગર કરવા માટે સંજીવની ઔષધિનું કામ કરશે.

સબૂર ! હસવાનું ત્યારે છે કે જ્યારે કોઈ આપણું અપમાન કરી રહ્યું હોય. બીજાને રડાવીને કે બીજાને રડતા જોઈને હસવાનું નથી. એવો માણસ માણસ નથી, પણ દાનવ છે. એ તો માણસના ખોળિયામાં રહેલો શેતાન છે.

રાત્રિના ૧૨ વાગ્યે પોતાના પતિદેવને આમથી તેમ પડખા ફેરવતા જોઈ પત્નીએ પૂછ્યું - 'કેમ હજુ ઊંઘ નથી આવતી ?'

પતિએ જવાબ આપ્યો - 'આપણી સામે રહેતા મગનભાઈને ૧૦ લાખ રૂપિયા આપવાના બાકી છે માટે ઊંઘ નથી આવતી.'

પત્ની ઊભી થઈ અને પોતાના મકાનની સામે જ રહેનારા મગનભાઈની બૂમ પાડી. 'અલ્યા મગન ! એ મગન !'

ઊંઘમાંથી ઊઠી હજુ એ કંઈ સમજે, ન સમજે ત્યાં તો પેલીએ રોકડું પરખાવ્યું - 'મગન ! તારા ૧૦ લાખ રૂપિયા આપવા નથી. તારાથી થાય તે કરી લે !' એટલું બોલી પત્ની ગેલેરીમાંથી બેડરૂમમાં આવી અને પતિને કીધું - 'તમે શાંતિથી સૂઈ જાવ. હવે એ જાગશે.' આ રીતે બીજાને રડાવીને મળતી પ્રસન્નતાની અહીં કોઈ વાત નથી.

અહીં તો ચાર ડિગ્રી તાવમાં પણ ચહેરાને પ્રફુલ્લિત રાખતી પ્રસન્નતાની વાત છે. સાધુ મહાત્માને ગમે ત્યારે ગમે તે પરિસ્થિતિમાં પૂછો - 'સ્વામિ ! શાતા છે જી ?' એમના મોઢામાંથી પ્રસન્નતા સાથે એક જ જવાબ નીકળશે - 'દેવ-ગુરુ-ધર્મપસાય !' તમારી માનેલી એક પણ સુખની સામગ્રી સાધુ ભગવંતો પાસે ન હોવા છતાં એમનો ચહેરો સદા માટે હસતો, ખીલતો, પ્રસન્ન જ હોય છે. જ્યારે તમારી માનેલી સુખની સામગ્રીઓના ઢગ વચ્ચે પણ તમારો ચહેરો રડમસ જ હોય છે ! લોચ કરાવતા-કરાવતા પણ, માથાના વાળ ખેંચાવતા પણ મહાત્માનો ચહેરો હસતો હોય છે. જ્યારે દેખીતું કશું જ દુઃખ ન હોવા છતાં તમારો ચહેરો અપ્રસન્ન જ હોય છે. આ વાત જ દેખાડે છે કે તમે ગેરમાર્ગે છો. તમે જે રસ્તે જઈ રહ્યા છો તે રસ્તે પૈસા - પ્રેસ્ટીજ... વગેરે બધું મળશે પણ સાચી પ્રસન્નતા નહીં મળે.

સાચી પ્રસન્નતા તો પરમાત્માએ ભાખેલા માર્ગમાં જ છે. જેમ જેમ ધર્મને અંતરથી આવકારતા જશો તેમ તેમ ચહેરો આપોઆપ પ્રસન્ન થઈ જશે. આ પોલિસીની મૂળ વાત આટલી જ છે કે પાપોદયમાં પણ મોઢું હસતું હોવું જોઈએ.

બગીચામાં મુલ્લા નસરુદ્દીન હસતા હતા. કોઈ કારણ વગર મુલ્લા નસરુદ્દીનને ખા-ખા, ખી-ખી કરતા જોઈને કોઈકે પૂછ્યું - 'કેમ મુલ્લાજી ! આજ સવાર-સવારમાં અમસ્તા હસે રાખો છો ?' મુલ્લાજીએ કીધું - 'શું કરું ? મારી પાસે ઘર નથી. ગઈ કાલે કોઈના મોઢે સાંભળ્યું કે હસે તેના ઘર વસે. એટલે આજથી આ હસવાનું ચાલુ કર્યું છે.' આ રીતે હસવાથી સિમેંટના ઘર ભલે ન વસે. પણ જો તમે હસતો ચહેરો રાખી શક્યા તો સિમેંટના ઘરની અંદર ખરેખરા 'ઘર'નું સર્જન શક્ય બનશે. બાકી, ઘરમાં સ્મશાન જેવી શાંતિ જ હશે, ઉદ્યાનનો ઉલ્લાસ નહીં.

તમારા ચહેરા હસતા નથી. માટે જ ઘરનું વાતાવરણ પણ હસતું નથી. જો ચહેરા હસતા રાખશો તો તમારા ઘરની અંદર આવનાર સોગિયો માણસ પણ હસતો થઈ જશે. તમે ફોટો પડાવવા જાઓ ત્યારે ફોટોગ્રાફરે તમને 'સ્માઈલ પ્લીઝ !' આવું શા માટે કહેવું પડે છે ? કારણ કે તમારો ચહેરો પ્રસન્ન નથી હોતો. હવે તમારો ચહેરો એવો હોવો જોઈએ કે ફોટોગ્રાફરને 'સ્માઈલ પ્લીઝ !' - કહેવું ન પડે. સ્વાભાવિક રીતે જ તમારો ચહેરો પ્રસન્ન પ્રસન્ન જ લાગે. કોઈ પણ અવસ્થામાં તમારા ચહેરા ઉપર એટલી બધી પ્રસન્નતા રેલાતી હોય કે કોઈને પણ તેનો ફોટો પાડવાનું મન થઈ આવે !

એક વાર આવો ચહેરો બનાવી લો. પછી જુઓ કે કેટલી પ્રસન્નતા તમને મળે છે. ગુસ્સો તો રવાના જ થઈ જશે. તમારી બાજુમાં આવનારને પણ અજબ પ્રસન્નતા અનુભવાશે. પણ, આવા વાતાવરણને તમારે જ જમાવવું પડશે. તેને ટકાવવું પડશે. તેના માટે કોઈ પણ પરિસ્થિતિમાં પ્રસન્નતાથી ભર્યો ભર્યો હસતો ચહેરો રાખવો પડશે.

આજે સંયુક્ત કુટુંબો વિભક્ત થયા. કોઈ ભેગા રહી શકતા

નથી. કારણ કે કોઈના ચહેરા હસતા રહી શકતા નથી. આના મૂળમાં પણ વિચારશો તો જણાશે કે બીજાના ઉત્કર્ષને સહન ન કરી શકવાની વૃત્તિ જ કામ કરે છે. ઈર્ષ્યાદોષ મોઢાને હસતો રહેવા દેતો નથી. સતત બીજાના ઉત્કર્ષને જોઈ જોઈ બળી-ઝળી ગયેલું હૃદય પ્રસન્નતા શેં માણી શકે ? અંદર ઈર્ષ્યા હશે તો ગુસ્સો આવ્યા વિના રહેશે નહીં. સંવત્સરી પર્વ નિમિત્તે બધા સાથે ક્ષમાપના કરવાની તૈયારી હોય છે. પણ જેણે આપણી સાથે દુર્વ્યવહાર કર્યો હોય, આપણને નુકસાન પહોંચાડ્યું હોય તેને ક્ષમા આપવા મન કેટલું તૈયાર થાય ? તેને કંઈક નુકસાન પહોંચે તો અંદરમાં મન રાજી કે નારાજ ?

જો સંક્લિષ્ટ વિચારધારા જ આપણા હૃદયમાં વહેતી હોય તો પ્રસન્નતા શી રીતે મળે ? 'માંદગી દ્વારા જેટલું નુકસાન થાય છે અથવા તો કોઈ પૈસા દબાવી જાય અને જેટલું નુકસાન થાય છે, તેના કરતાં કંઈ ગણું વધારે નુકસાન ગુસ્સો કરવા દ્વારા થાય છે.' પ્રભુની આ વાત ઉપર વિશ્વાસ પ્રગટ્યો છે ખરો ? જો હા તો અવશ્ય સ્માઈલીંગ ફેસ તમે રાખી શકશો. હસતો ચહેરો તમે રાખશો તો કદાચ સામેવાળો તમને હેરાન જ નહીં કરી શકે. કદાચ તમારા પાપકર્મના ઉદયથી તમને હેરાન કરશે, તો પણ તમને તો લખલૂટ કર્મનિર્જરા જ છે. જો ફક્ત આ લોક ઉપર જ દૃષ્ટિ સ્થિર રાખી હશે તો કોઈનું અપમાન ગળવું અઘરું પડશે. પરંતુ, પરલોકને પણ નજર સમક્ષ રાખ્યો હશે તો કોઈના પણ દ્વારા થયેલું અપમાન તમે સહેલાઈથી ગળી શકશો.

ક્રોધને કાઢી નાંખવા માટે સૌથી પહેલો ઉપાય આ જ અજમાવો. મોઢું હસતું કરી દો ! પછી ***'शिवमस्तु सर्वजगतः'*** - આ ભાવનાને કેળવો. સમગ્ર જીવરાશિ સાથે મૈત્રીભાવ કેળવો. આપણને નુકસાન પહોંચાડનારનું તો સૌ પહેલું કલ્યાણ ઈચ્છવું જોઈએ. પ્રદેશીરાજા પોતાને મોતને ઘાટ ઉતારનાર સૂર્યકાંતા રાણીનું પણ કલ્યાણ ઈચ્છી રહ્યા હતા. આથી જ મરણાંત ઉપસર્ગ વચ્ચે પણ તેઓ સમતા ટકાવી શક્યા. બાકી સમતા વેરવિખેર થયા વિના રહેત નહીં !

એક વાત યાદ રાખી લો કે ક્રોધ જ્યાં સુધી રવાના નહીં થાય

ત્યાં સુધી કોઈ આરાધનાનો તાત્ત્વિક અર્થ નથી. આરાધનાના ગમે તેટલા ઢગ ખડકો. પણ, ક્રોધની એક ચિનગારી પડે કે રૂના ઢગની જેમ બધું સાફ !

પહેલાં તો કોધને કાઢવા માટે દૃઢ સંકલ્પ કરવો પડશે. પછી મોઢું હસતું રાખવું તમારા માટે સરળ થઈ જશે. પરિસ્થિતિ ગમે તે હોય ચહેરો હસતો, ખીલતો, પ્રફુલ્લ અને પ્રસન્ન !!! આ એક સૂક્તિ મગજમાં કોતરી રાખો કે -

ચહેરો ખીલેલ ગુલાબ જોઈએ.
જીવન ખુલ્લી કિતાબ જોઈએ,
ફાંકવાને ભલે મળે ચણા,
સિંહ જેવો રુઆબ જોઈએ !!!

પુણ્યના ઉદયમાં હસતો ચહેરો રાખવો શક્ય છે. પણ, પાપના ઉદયમાં મોઢું હસતું રાખવું ખૂબ જ કઠીન છે. ચિક્કાર પાપના ઉદયમાં પણ જે મોઢું હસતું રાખી શકે તે જ પ્રભુના માર્ગનો મહાયાત્રી છે !

કવિ એટલે જ તો કહે છે -
जिसके पाँव में छाले होंगे, और चहेरे पर हंसी;
वही तेरी राह पर, चलनेवाले होंगे.....

ટૂંકમાં, 'સ્માઈલિંગ ફેસ' પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે, 'પરિસ્થિતિ ગમે તેવી આવે. પણ, જો ફક્ત મોઢું હસતું રાખી શક્યા તો તમે તે પરિસ્થિતિને જીતી શકશો. એમ કરતા કરતા જ તમારો ગુસ્સો કાબૂમાં આવી જશે.'

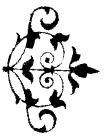
એક સંકલ્પ-

ફોટોગ્રાફરને ક્યારે ય પણ 'સ્માઈલ પ્લીઝ !' આવું ન કહેવું પડે તેવો હસતો ચહેરો રાખવો છે.

એક વાર આ પોલિસી અપનાવી લો. પછી જુઓ કે કેવો ચમત્કાર થાય છે !

૪૮

'નો એન્ટ્રી' પોલિસી



'જેટલો સંકલ્પ મજબૂત તેટલો તે સાકાર પણ ઝડપથી થાય' – આ સુભાષિતના પાયા ઉપર આ પોલિસી સર્જાઈ છે. મનથી જ ક્રોધનો બહિષ્કાર કરવાનું આ પોલિસી જણાવે છે.

શિયાળાનો સમય હતો. કડકડતી ઠંડી પડી રહી હતી. રાતના અંધકારની કાળી ચાદર સર્વત્ર ફેલાયેલી હતી. આવા સમયે એક આરબ રણમાં મુસાફરી ખેડી તંબૂ નાંખવાની મહેનત કરી રહ્યો હોય છે. ઊંટને ખીલ્લે બાંધી તંબૂની અંદર પોતે સૂઈ જાય છે. આખા દિવસની મુસાફરીનો થાક હોવાથી આરબ તો ઘસઘસાટ સૂઈ ગયો. પણ, થોડી વાર થઈ કે કોઈકના શ્વાસનો ગરમાવો લાગતા એ જાગી ગયો.

જાગીને જોયું તો ઊંટનું મોઢું અંદર આવી ગયું હતું. બહાર ઠંડી સખત હતી એટલે ખીલે બંધાયેલા ઊંટે અંદર પેસવા મોઢું ઘાલ્યું હતું. આરબને દયા આવી. એણે થોડું સાઈડમાં ખસી ઊંટને જગ્યા આપી. થોડી વાર થઈ, ઊંટે એક પગ અંદર લીધો. આરબે થોડી વધુ જગ્યા કરી આપી. ઊંટે બીજો પગ અંદર લીધો... અને એમ કરતા કરતા છેલ્લે ઊંટ અંદર અને આરબ બહાર પહોંચી ગયો ! જો કે, આમાં આરબે કંઈ ખરાબ તો કર્યું નથી. પણ, જો તેણે ઊંટને મોઢું ઘાલતા

જ અટકાવી દીધો હોત તો ઊંટ આખો અંદર ન આવી શકત. તેમ ક્રોધનો થોડો પગપેસારો થાય ત્યારે જ તેને અટકાવી દેવામાં આવે તો ક્રોધ જાણે તમારી પ્રકૃતિ થઈ જાય - એટલી હદે તમને હેરાન ન કરી શકે.

ક્રોધની શરૂઆત પ્રાયઃ દોષદર્શનથી થાય છે. ક્રોધ તેના ઉપર જ થઈ શકે કે જેના તમે દોષો જોતા હો ! જો કોઈના પણ દોષો જોવાનું બંધ કરી દો, દોષદર્શનનો જ ત્યાગ કરી દો તો ક્રોધ થાય તેવી કોઈ શક્યતા નથી. દોષદર્શન ક્રોધનું ઉદ્ગમબિંદુ છે. ત્યાંથી જ જો ક્રોધને અટકાવી દેવામાં આવે તો જ ક્રોધનો અટકાવ શક્ય છે. બાકી જેમ ઊંટ અંદર અને આરબ બહાર થઈ ગયો તેમ ક્રોધ અંદર અને ક્ષમા બહાર અથવા તમે શાસનની બહાર ! - આવી પરિસ્થિતિ સર્જાતા વાર નહીં લાગે.

દોષદર્શન એટલી સહજતાથી કરતા હો છો કે 'દોષદર્શન પાપ છે' - તેવો અહેસાસ જ થતો નથી. માટે, હવેથી સૂક્ષ્મ દૃષ્ટિએ તમામ પ્રકારના પરાયા દોષદર્શનને કાઢવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈશે. એક વાત ધ્યાનમાં રાખવા જેવી છે કે જે દોષ તમે બીજામાં જોશો, એ દોષ તમારામાં ૧૦ ગણો થઈને આવશે. જે દોષ તમે બીજામાં જોતા હશો તે તમારામાં એવી રીતે ઘૂસી જશે કે તમે તેની કલ્પના પણ નહીં કરી શકો. બીજાના જે દોષની તમે ભરપેટ નિંદા કરતા હશો તે જ દોષ તમારા જીવનમાં પ્રાણની જેમ વણાઈ જશે. તમને તેની ખબર પણ નહીં પડે. **ઉપદેશમાલાકાર** આ વાત જણાવી રહ્યા છે - જે દોષ તમે જેટલા રસથી બીજામાં જોશો, તે તમારામાં તેના કરતાં પણ કંઈ ગણો વધારે થઈ ઘૂસી જશે.

માટે, એક દૃઢ સંકલ્પ કરી દો કે મારે કોઈના પણ દોષો જોવા નથી. પરદોષદર્શનને 'નો એન્ટ્રી' કહી દો. સંકલ્પપૂર્વકનું દૃઢ પ્રણિધાન કરશો અને તે પ્રણિધાનને સાકાર કરવા ઝીણવટપૂર્વક આત્મનિરીક્ષણ કરશો તો જ આ દોષને તમે કાઢી શકશો. કારણ કે આ દોષની જડ બહુ ઊંડી હોય છે. એ ઝટ પક્કડમાં નથી આવતી. જો ઉપરછલ્લી જ તેની સફાઈ કરશો તો એકાદ-બે દિવસ તમે પરદોષદર્શન નહીં કરો.

પણ, પછી થોડા સમય બાદ જેવી તક મળશે કે તમે પરદોષદર્શન કર્યા વિના રહેશો નહીં ! માટે, તેની મૂળથી સફાઈ થવી જરૂરી છે.

કદાચ સહજતઃ - સ્વાભાવિક રીતે કોઈનો દોષ દેખાઈ જાય તો પણ તેના પ્રત્યે દુર્ભાવ ન જ પ્રગટવો જોઈએ, અંતરના એક પણ ખૂણામાં તેના પ્રત્યે છાનો પૂર્વગ્રહ કે દ્વેષ ન જ પ્રગટવો જોઈએ. આ બાબતની ખાસ તકેદારી લેવી અનિવાર્ય છે. આ ખૂબ જ કપરી વાત છે. માટે, મુખ્ય રસ્તો અને સહેલો રસ્તો એ જ છે કે તમે તમારી પરદોષદર્શનની ખામીને જ સુધારી લો. તમારી દૃષ્ટિને જ એવી રીતે કેળવી લો કે દોષના દર્શન તમારા દ્વારા થઈ જ ન શકે. કોઈકના તમને ગુણ જ દેખાય, દોષ ન જ દેખાય !

પરદોષદર્શનને કાઢવા માટે રોજ સવાર-સાંજ આત્મનિરીક્ષણ કરવું - 'આજે શું મેં કોઈની નિંદા કરી ? શું કોઈના પ્રત્યે મને અણગમો જાગ્યો ? શું કોઈનો ઝીણો પણ દોષ શોધવાની મેં પ્રવૃત્તિ કરી ? કોઈએ મારી ભૂલ કાઢી તો શું તે જ ભૂલ સામેવાળામાં શોધવાની પ્રવૃત્તિ મેં કરી ?' - આવા પ્રશ્નો ખુદ તમારા આત્માને ઠોકી ઠોકીને પૂછજો. દરેકે દરેક પ્રવૃત્તિને ગંભીરતાથી ફેંદજો. આત્માના ખૂણે ખૂણામાં તપાસ કરી લેજો. ક્યાંય પણ, ઊંડે ઊંડે પણ દોષને જોવાનો, દુશ્મનનો પણ ખામી શોધવાની વૃત્તિ પડેલી તો નથી ને ?

આ પરદોષદર્શનની ખામી જો એક વાર નીકળી ગઈ તો પછી ક્રોધ ઉપર કાબૂ મેળવવો ખૂબ જ સરળ થઈ પડશે ! ક્રોધ તો પછી ચપટી વારમાં ખલાસ થઈ જશે. પણ, પારકા દોષદર્શન ઉપર જો લાલ આંખ નહીં કરી તો ક્રોધ અંદર ઘૂસી ગયા વિના રહેશે નહીં.

ટૂંકમાં, આ 'નો એન્ટ્રી' પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે કે - ''જ્યારે ક્રોધ દોષદર્શન દ્વારા આત્મામાં પ્રવેશવા મથામણ કરે ત્યારે જ તેને 'નો એન્ટ્રી' કહી દો ! અંદર પ્રવેશ જ અટકાવી દો. બાકી ! ઊંટ અંદર અને આરબ બહાર, તેવી જ રીતે ક્રોધ અંદર, ક્ષમા બહાર ! પછી તો દોષ, દુર્ગતિ, દુઃખની પરંપરા તૈયાર જ છે !''

ચલો ! તો ક્રોધને શરૂઆતથી જ ડામવાના પ્રયત્નમાં લાગી જઈએ !

૪૯

'ફાઉન્ટન' પોલિસી

અત્યંત ન્યાયપ્રિય અને લોકપ્રિય સમ્રાટ તરીકે ઓગસ્ટસ સીઝર પ્રસિદ્ધ હતો. આ રોમન સમ્રાટ અત્યંત લોકપ્રિય હોવા છતાં સીના નામના એક માણસના મનમાં તે આંખના કણાની જેમ ખૂબ જ ખૂંચતો. એને પતાવી દેવાની તીવ્ર ઈચ્છા સીનાના રોમ-રોમમાં જાણે ભરી પડી હતી. કોઈ પણ રીતે એ સીઝરને પતાવવાના 'મૂડમાં' જ હતો. આખરે જરૂરી સામગ્રી ભેગી થતાં જ સીનાએ રોમન સમ્રાટ ઓગસ્ટસ સીઝરને પતાવી દેવાનું કાવતરું ઘડી દીધું. પણ, રામ રાખે તેને કોણ ચાખે ? જેનું પુણ્ય સલામત હોય તેનો કોઈ વાળ પણ વાંકો કરી શકતું નથી. તથા પુણ્ય પરવારે ત્યારે કોઈ ન બગાડે છતાં બગડ્યા વિના રહેતું નથી.

પુણ્ય જાગતું હતું તો શ્રીપાલને મારવાના ધવલ શેઠે ઘણા ધમપછાડા કર્યા છતાં શ્રીપાલને એનાથી ઊની આંચ પણ ન આવી. તથા જો પુણ્ય પરવાર્યું હોય તો બધી વસ્તુ અનુકૂળ હોવા છતાં, દાદરો ઉતરતા પગ લપસે અને બે મહિનાનો ખાટલો થઈ જાય. આપણને હેરાન કરવા એ કર્મસત્તાને મન બહુ રમત વાત છે. માટે, બીજા ઉપર ધિક્કાર-તિરસ્કાર કરવાના બદલે આપણી જાતની, આપણે બાંધેલા

કર્મની જ નિંદા, તેના ઉપર જ ધિક્કાર-તિરસ્કાર વરસાવવાની જરૂરત છે. બીજા ઉપર ક્રોધ કરીને તો વધારે કર્મ જ બાંધવાના થાય છે.

એ રોમન સમ્રાટનું પુણ્ય જાગતું હતું. માટે સીના પોતાનું કાવતરું સફળ કરવા જતા પકડાઈ ગયો. ઓગસ્ટસ સીઝરને ઊની આંચ પણ ન આવી. આખા નગરમાં સનસનાટી ફેલાઈ ગઈ હતી. ઓગસ્ટસ સીઝર અત્યંત લોકપ્રિય હોવાથી લોકમત પણ સીનાના વિરુદ્ધમાં હતો. લોકો પણ એને ધિક્કારવા લાગ્યા. આવા ભયંકર ગુનાની સજા રાજા શું કરશે ? - એ જ ચર્ચાનો વિષય બની ગયો. રાજા પણ વિચારતો હતો. એણે રાણીને પૂછ્યું - 'આ સીનાને શું સજા કરવી ?' રાણીએ કીધું - 'જો તમારે તેને આકરામાં આકરી સજા કરવી હોય તો તેને ક્ષમા આપી દો ! એને ક્ષમા આપવા કરતાં મોટી કોઈ સજા નથી !'

રાજા પળભર વિચારમાં પડી ગયો. પણ, રાજાનું ભવિષ્ય ઉજળું હશે કે એને આ સલાહ ગમી ગઈ. એથી રાજાએ સીનાને ક્ષમા આપવાનું મનોમન નક્કી કર્યું. બીજે દિવસે હકડેઠઠ મેદની વચ્ચે જ્યારે રાજાએ સીનાને ક્ષમા આપી, ત્યારે આખી સભા હાલકડોલક થઈ ગઈ. ખુદ સીના પણ હલબલી ગયો. એણે પોતે પણ મોતથી ઓછી સજાની કલ્પના કરી ન હતી. એ પોતે તો ગમે તેવું ક્રૂર મોત મળે છતાં તેને સહન કરવા માટે મનને સમજાવતો હતો. જ્યારે રાજાએ એને સંપૂર્ણતયા માફી આપી દીધી, ત્યારે તે દ્રવી ઊઠ્યો. એના માટે આ કલ્પનાતીત વસ્તુ હતી ! રાજાની આ ઉદારતાએ એને પશ્ચાત્તાપ માટે મજબૂર કર્યો. પોતાના ઉપર જાનલેવા હુમલો કરનારને પણ માફી આપનાર માનવ નથી, મહામાનવ છે. એ સંતપુરુષ જ કરી શકે !

રાજા માટેની સીનાની ધારણા આ પ્રસંગે પીગળી ગઈ. એનો અભિપ્રાય તદ્દન જ બદલાઈ ગયો. એ સીધો રાજાના ચરણોમાં પડી ગયો. 'રાજન્ ! હું પાપી છું, અધમ છું. આપના જેવા મહાપુરુષને/ સંતપુરુષને મેં મારવાનો વિચાર કર્યો, તે માટે પ્રવૃત્તિ કરી. ખરેખર મારા જેવો પાપી જીવવાનો અધિકારી નથી. છતાં જો આપ મને જીવનદાન આપતા જ હો તો આપની સેવામાં રાખી લો. આપ જે કહેશો તે હું

કરીશ. પણ, હવે મારું જીવન આપના જ ચરણે છે !'

રાજાએ ત્યાં ને ત્યાં એનો પશ્ચાત્તાપ જોઈ પોતાના અંગત અંગરક્ષક તરીકે તેને સ્થાન આપી દીધું. આખી સભા આ નિર્ણયે અવાચક જેવી થઈ ગઈ. અંગત અંગરક્ષક જેવા જવાબદારીભર્યા પદે પોતાની હત્યાનું કાવતરું ઘડનાર માણસને રાખવાની વાતે આખી સભા હચમચી ઉઠી. પણ રાજાનો નિર્ણય આખરી હતો. સીના તો પોતાને મળેલી આ જવાબદારીને વફાદારી પૂર્વક નિભાવવાનો સંકલ્પ કરી ચૂક્યો હતો. અને ઈતિહાસ સાક્ષી પૂરે છે કે - એક ખૂંખાર યુદ્ધમાં જ્યારે સીઝર પર હુમલો થયો, ત્યારે સીનાએ પોતે વચ્ચે પડી એ હુમલાને ખાળ્યો. અને એમાં પોતાની જાતનું બલિદાન આપી દીધું ! જો એ વખતે રાજાએ ફાંસીની સજા ફરમાવી દીધી હોત તો પોતાને પણ અકાળે જાન ગુમાવવાનો વખત આવ્યો હોત !

પોતે જેવું કર્યું તેવું પોતાને મળ્યું. આ ફાઉન્ટન પોલિસી પણ એ જ કહી રહી છે. ફુવારામાં જેવું પાણી ભરીએ તેવું જ પાણી બહાર આવે અને ચોતરફ ફેલાય. જો ફુવારામાં ગટરનું પાણી ભર્યું તો ગટરનું જ પાણી ચોતરફ ફેલાવાનું છે. જો ગંગાનું સુગંધી પાણી ભર્યું તો તે જ બધે ફેલાવાનું છે. આટલી સમજણ તમારી પાસે છે. માટે ફુવારામાં કદાપિ ગટરનું પાણી ભરવાની મૂર્ખામી કરતા નથી.

હા ! પિચકારીમાં ગટરનું પાણી ભરો તો તે તમારા ઉપર નથી આવવાનું. પણ, બીજા ઉપર જ જવાનું છે. કિંતુ ફુવારામાં ભરેલું પાણી તો તમારા પોતાના ઉપર જ વરસવાનું છે. તેવી રીતે તમે કરેલા કામો તમારા પોતાના ઉપર જ અસર દાખવવાના છે. તમે જે પણ કાર્ય કરો છો તે બધું ફુવારામાં પાણી ભરવા બરાબર છે, પિચકારીમાં નહીં - આ વાત બરાબર વિચારી લેજો. તમે જે કામ કરો છો તેની અસર માત્ર સામેવાળા ઉપર જ થશે - તેવું નથી. પણ, સૌથી વધુ અસર ખુદ તમારા ઉપર થશે - આ વાત ખ્યાલમાં રાખજો.

તમે જે અને જેવો વ્યવહાર કરશો, તે અને તેવો વ્યવહાર કર્મસત્તા દ્વારા સામેવાળી વ્યક્તિ તરફથી તમારી સાથે થશે. કદાચ

તરતમાં આ સિદ્ધાંત ખોટો જણાય. પણ, સનાતન સત્ય જેવો આ સિદ્ધાંત છે. તેમાં લેશ પણ ફેરફાર નથી. વહેલું મોડું આ સિદ્ધાંતનું પરિણામ મળીને જ રહેશે. માટે, જો તમને કોઈ તરફથી ખરાબ વ્યવહારનો અનુભવ થાય તો સમજી રાખજો કે આ તમે જ ભરેલું પાણી એ વ્યક્તિ રૂપી ફુવારામાંથી ઉડ્યું છે ! તો પછી શા માટે તેના ઉપર ગુસ્સો કરવા દ્વારા ફરીથી ગટરનું પાણી ભરવું ?

અનાદિ કાળથી આપણે સહુએ ગટરનું પાણી ભરવાની મૂર્ખામી કરી છે. તથા જ્યારે જ્યારે એ ફુવારામાંથી ગટરનું પાણી નીકળ્યું, ત્યારે ત્યારે એની ફરિયાદ પણ કરી છે. પરંતુ જો ફુવારામાં ગટરનું પાણી જ ભર્યું હોય તો ગંગાનું પાણી નીકળે કેવી રીતે ? પૂર્વેના ભવોમાં અને આ ભવમાં પણ પોતાનાથી નબળાની સાથે જો તમે દુર્વ્યવહાર જ કરતા આવ્યા હો તો તમારી સાથે કોઈ સારો વ્યવહાર કરે તેવી અપેક્ષા જ તમે કેવી રીતે રાખી શકો ?

અત્યાર સુધીમાં જે વ્યવહાર કર્યા છે અને અત્યારે જે વ્યવહાર કરી રહ્યા છો તેવા જ વ્યવહાર તમને સામેની વ્યક્તિ તરફથી મળશે. એક વાર આખી દિનચર્યા તપાસી જાઓ. તમે દરેક વ્યક્તિની સાથે જેવો વ્યવહાર કરો છો તેવો જ વ્યવહાર તમારી સાથે થાય તો શું તે તમને ફાવશે ? પસંદ પડશે ? અત્યારે તમને રસ શેમાં ? સારો વ્યવહાર કરવામાં કે દુર્વ્યવહાર કરવામાં ? તમે કેવા વ્યવહાર કરો છો ? બીજા પ્રત્યે નબળો વ્યવહાર નથી કરવો, નબળો અભિપ્રાય નથી બાંધવો – આવો કોઈ સંકલ્પ ખરો ? ક્યારેક પોતાનાથી નબળા માણસો સાથે પણ કરેલો નબળો વ્યવહાર ગમખ્વાર પરિણામ લાવી મૂકે છે !

ઉનાળાનો સમય હતો, દુકાળ જેવી પરિસ્થિતિ હતી. મ્યુનિસીપાલિટીના નળમાં માત્ર અડધો કલાક જ પાણી આવતું. પાણી ભરવા લાંબી લાઈનો લગાવવી પડતી. એક પોળમાં આ જ રીતે પાણી ભરવા માટે લાંબી લાઈન લાગી હતી. બધાં બહેનો પાણીના બેડા લઈ લાઈનમાં ઊભા રહી રહીને અકળાઈ ઉઠ્યા હતા. ત્યાં જ મકાન માલકણ પોતાના બે મસમોટા ઘડા લઈ વચ્ચે આવી ગઈ અને પાણી

ભરવા લાગી. ઘણા દિવસથી આ પ્રકારની કનડગત ચાલતી હતી.

આમાં એક બહેન ભયંકર આવેશમાં આવી બોલવા લાગ્યા. મકાનમાલકણે પણ સામું એનું ભયંકર અપમાન કર્યું. પેલા બહેન ક્રોધમાં ને ક્રોધમાં પોતાના ઘરે ગયા. પોતાના જ શરીરે ઘાસલેટ છાંટ્યું અને કાંડી ચાંપી દીધી. પછી જોસથી દોડી અને મકાનમાલકણને ભેટી પડ્યા. આગે તરત જ રૌદ્ર રૂપ પકડ્યું. મકાનમાલકણે ચીસાચીસ કરી મૂકી. લોકોએ ઘણો પ્રયત્ન કર્યો. પણ પેલા બહેને એવી સજ્જડ રીતે પકડ્યા હતા કે એ બહેનની પક્કડમાંથી મકાનમાલકણ ન જ છૂટી શક્યા. જ્યારે છૂટા પડ્યા ત્યારે ઘણું મોડું થઈ ચૂક્યું હતું.

આ છે ક્રોધની કરુણાંતિકા ! ભયંકર કટુ વિપાક ! 'જેવું વાવો તેવું લણો' - આ સિદ્ધાંત અફર છે. જેવું ફુવારામાં પાણી ભરશો તેવું જ પાણી ઉડશે, નીચે આવશે - આ વાત પણ ૧૦૦% સત્ય છે. તેવી જ રીતે જેવો વ્યવહાર તમે બીજા સાથે કરશો તેવો જ કે તેનાથી પણ વધારે ખરાબ વ્યવહાર તમારે સહેવો પડશે - આ વાત પણ એટલી જ સાચી છે.

હવેથી કોઈની પણ સાથે ખરાબ વ્યવહાર કરો, કોઈના પણ ઉપર ગુસ્સો કરો ત્યારે આ વાત મગજમાં સમજી રાખજો કે 'આવો જ વ્યવહાર મારી જોડે પણ થશે.' આ વાત મગજમાં કોતરી રાખજો કે બીજાને મારવા માટે કરેલો વિચાર તમારા જ મોતનું કારણ બની શકે છે. શ્રીપાલને મારવા જનાર ધવલશેઠ પોતે જ પોતાના હાથે મર્યા ને ! બીજાના અપમાન માટે કરેલો પ્રયત્ન તમારા પોતાના જ અપમાનનું કારણ છે. તમે બીજાને અન્યાય કરવા દ્વારા 'તમારી સાથે અન્યાય થાય' - તેની આમંત્રણ પત્રિકા લખી રહ્યા છો. જો આ વાત મગજમાં બરાબર કોતરાઈ જાય તો ગુસ્સો થઈ શકે નહીં !

એક વાત શાંત ચિત્તે વિચારવા જેવી છે કે - પોતાને મારવાનું કાવતરું કરનારને પણ ક્ષમા આપીને સીઝરે શું ગુમાવ્યું ? અને આ મકાનમાલકણે ક્રોધ કરીને શું મેળવ્યું ? કોઈ રૂા. ૫૦૦૦ની ઠગાઈ કરી

જાય તો તેમાં શા માટે ગુસ્સો કરવો ? ક્ષમા રાખશો તો કદાચ રૂા. ૫૦૦૦નું નુકસાન થશે. પણ, ક્રોધ કરવા દ્વારા તો અમૂલ્ય, જેનું કોઈ મૂલ્ય આંકી ન શકાય તેટલું મોટું નુકસાન થઈ જશે, તેનું શું ? શું ગુસ્સો કરવાથી કશુંક ગુમાવ્યાનો અહેસાસ જ નથી થતો ? શું નથી લાગતું કે ગુસ્સો કરવા દ્વારા શાંતિ, સમાધિ, પ્રસન્નતા, હળવાશ - આ બધું હું વેરવિખેર કરી રહ્યો છું ? તિજોરીમાં પડેલું કોઈ ચોરી શકશે. પણ નસીબમાં પડેલું તો કોઈ લૂંટી શકવાનું નથી. તો શા માટે નાની -નાની નુકસાનીમાં મગજ ગુમાવી દો છો ? અને કોઈની સાથે દુર્વ્યવહાર કરી બેસો છો ?

'જે કોઈ પણ મારી પાસેથી જે કંઈ પણ લૂંટશે તે મારા નસીબમાં નહીં હોય તે જ લૂંટી શકશે. મારા નસીબમાં હોય તેવી કોઈ ચીજ દુનિયાની કોઈ વ્યક્તિ લૂંટી શકવાની નથી. તો પછી કોઈ મારું કંઈક લઈ જાય, મારી કોઈક વસ્તુ બગાડી દે તે સમયે મારે મારું મન બગાડીને શો ફાયદો ?' - આવી વિચારધારા ક્યારેક નવરાશની પળોમાં અપનાવવા જેવી છે.

જ્યારે મન સ્વસ્થ હોય ત્યારે આ બધી બાબતોનો વિચાર કરી કટોકટીના પ્રસંગમાં પણ સ્વસ્થ રહેવાનું મનને શીખવાડવું જોઈએ. જો શાંતિના સમયમાં, જ્યારે તેવો કોઈ વિપરીત પ્રસંગ નથી ઘટ્યો તેવા સંયોગોમાં આવી વિચારધારા આત્મસાત્ કરી લીધી હશે તો જ્યારે ખરેખરમાં કટોકટીના સંયોગો આવશે ત્યારે મનની પ્રસન્નતા ટકાવવી સરળ પડશે. જેમ કે શાંતિના સમયમાં તૈયારી કરનાર સૈનિકને યુદ્ધના સમયમાં લોહી ઓછું રેડવું પડે છે.

કર્મસત્તા ક્રોધ કરાવવા માટે ગમે તેવી પરિસ્થિતિનું સર્જન કરે. પણ, જો તમે ક્રોધ કરી બેઠા તો કર્મસત્તા સામે હારી ગયા અને જો ક્ષમા રાખી શક્યા તો કર્મસત્તાને હરાવી શક્યા ! 'જે મારું હોય તે નક્કી ચોરી શકાય નહીં. જે ચોરી શકાય તે મારું હોય નહીં' - આવા દૃઢ સંકલ્પો મગજમાં છે ખરા ? જો આવા સંકલ્પોને વારંવાર ઘૂંટવામાં

આવે તો જ્યારે ખરેખરમાં તેવો કટોકટીનો પ્રસંગ આવે ત્યારે સમતા જાળવી શકાય.

જો આ રીતે તમે ક્ષમા મેળવી અને જાળવી શક્યા તો તમને પણ સામેવાળી વ્યક્તિ તરફથી તેવા પ્રકારનો સારો વ્યવહાર જ અનુભવવા મળશે. કારણ કે ફુવારામાં તમે ગંગાનું પાણી ભર્યું હોય તો ગટરનું પાણી કેવી રીતે મળે ?

ટૂંકમાં, આ 'ફાઉન્ટન' પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે કે - 'ફુવારામાં જેવું પાણી ભરો તેવું જ પાણી બહાર નીકળે છે. તેવી રીતે જો સારો વ્યવહાર દરેક વ્યક્તિ સાથે કરવામાં આવે તો તમને બીજા તરફથી સારો વ્યવહાર જ મળે.' આ સંદેશાને જીવનમાં અમલી બનાવવા દ્વારા કાયમ સહુ સાથે સદ્‌વ્યવહાર જ કરો - તેવી અપેક્ષા અસ્થાને નથી.

✺

ક્રોધ તમને દીન-હીન
બનાવે છે...
ક્ષમા મહાન
બનાવે છે...
- **જોનાથન બેર્કટ**

૫૦

'પોસ્ટ' પોલિસી

બગદાદના ખલીફા હારુન-ઉલ-રશીદ. એક વાર એમનો છોકરો રડતો-રડતો આવી ફરિયાદ કરવા લાગ્યો - 'અબ્બાજાન ! પેલા છોકરાએ મને ગાળ આપી. હું પણ એને ગાળ કહી આવું ?' છોકરો સમજતો હતો કે મારા પિતાજી બગદાદના બહુ મોટા ખલીફા છે. માટે, ગાળ આપતા પહેલા પિતાજીને પૂછવા આવ્યો. હારુન-ઉલ -રશીદે જવાબ આપ્યો - 'બેટા ! તું કોનો છોકરો છે, તે ખબર છે ? આપણું સ્ટેટસ તું જાણે છે ? આપણું લેવલ તને ખબર છે ? બેટા ! આપણી ડિક્ષનરીમાં સજા શબ્દ જ નથી. આપણે તો માત્ર માફી આપી જાણીએ. આપણને એટલી જ ખબર છે કે કોઈ પણ ગુના માટેની આકરામાં આકરી સજા એટલે માફી ! માફીથી આકરી કોઈ સજા નથી !'

તમે તમારી પોસ્ટને, તમારા સ્ટાન્ડર્ડને નજર સમક્ષ રાખો તો તમે ગુસ્સો કરી શકો નહીં, તમારાથી ગુસ્સો થઈ શકે નહીં. કૂતરો તમને ભસે એટલે શું તમે સામે ભસો છો ? નહીં જ ને ! કારણ કે તમને ખબર છે કે - 'મારી પોસ્ટ શું ? એ કૂતરો છે ને હું માણસ છું !' આટલી સમજણના આધારે જ, હજારો માણસોની વચ્ચે કૂતરો માત્ર તમને જ ભસતો હોવા છતાં તમે તેને ભસતા નથી. તો પછી

કોઈ માણસ તમારું અપમાન કરે, તમારી ઉપર ગુસ્સો કરે તો પણ તમારે ગુસ્સો કરાય જ કેવી રીતે ? કારણ કે તમારી પોસ્ટ-તમારું સ્ટેટસ - આ બધું જ ગુસ્સાથી પ્રતિકૂળ છે, તમે જૈન છો. જિનનો અનુયાયી એટલે જૈન. જિન એટલે ક્રોધાદિ ચારે કષાયોના વિજેતા ! ક્રોધાદિ ચારેય કષાયોના વિજેતાના અનુયાયી તમે છો, તો પછી તમારાથી ગુસ્સો થાય જ શી રીતે ? કમ સે કમ યાદ રાખો કે તમે માનવ છો, દાનવ નહિ. ગુસ્સો તો દાનવને શોભે, માનવને નહિ.

કૂતરો તમને બટકું ભરે તો સામે તમે કૂતરાને બટકું ભરવા નથી જતા. કારણ કે તમને તમારી પોસ્ટની સમજણ છે. તો પછી તમને તમારી 'જૈન' તરીકેની પોસ્ટનો, 'માનવ' તરીકેના સ્ટેજનો ખ્યાલ હોય તો ગુસ્સો તમે કરી જ શી રીતે શકો ? એક જૈન ગુસ્સો કરે - આ વાત જ કેટલી અસંગત છે ! સર્વ દોષોના નાશક અરિહંત પરમાત્માનો અનુયાયી ગુસ્સાથી લાલચોળ હોય ? પ્રશાંત રસના મહાસાગર એવા પરમાત્માનો અનુયાયી ઉકળાટભર્યો હોય ? સામેવાળો ગુસ્સો કરનાર, તમને ઠગનાર, વિશ્વાસઘાત કરનાર તો મોહાધીન છે. એટલે એ આ બધું કરી શકે. પણ, તમે તો જૈન છો, મોહને જીતનારા છો. તમે આવું કરી શકો ? તમને આ શોભે ?

સંગમને ચપટીમાં મસળી નાંખવાની તાકાત ધરાવવા છતાં આપણા માલિક મહાવીર મહારાજાએ, સંગમે નિષ્કારણ ઉપસર્ગોની ઝડી વરસાવી છતાં શાંતિ જ ધારી, દૈવી શક્તિથી કાળચક્ર ફેંક્યું છતાં ક્ષમા જ રાખી. આવા મહાવીર મહારાજાના અનુયાયી તરીકે 'કોઈ વિશ્વાસઘાત કરે અને મગજ ઉકળાટમાં આવી જાય - આવી વાત શોભે ? ના, પરમક્ષમાધારી મહાવીર મહારાજા જેના માટે ઉપાસ્ય હોય તેના માટે આ વાત હરગિજ ન શોભે. જો વડાપ્રધાનને ઝાડું કાઢવું ન શોભે તો જૈનને ગુસ્સો પણ ન શોભે ! માટે, 'સામેવાળી વ્યક્તિને કે જે કર્માધીન છે, તેને ગુસ્સો શોભે. પણ, મને કેવી રીતે શોભે ? મેં તો ક્ષમાવીરને ઉપાસ્ય માનવા દ્વારા ક્ષમાને જ ઉપાસ્ય માની છે. અને હવે ક્ષમા જ ન રાખું તે કેમ ચાલે ?' - આવી વિચારધારા અપનાવો, ચોક્કસ ગુસ્સો

અંદરથી હચમચી ઉઠશે. એના મૂળિયા હલબલી ઉઠશે. તમે બીજાના જો બે-ચાર નબળા વ્યવહારને પણ માફ ન કરી શકતા હો તો ભવાંતરમાં આ જૈનશાસન મળશે શી રીતે ? આવી ઊંચી પોસ્ટ મળ્યા પછી તેને વફાદાર ન રહેનારને આવી અદકેરી પોસ્ટ મળે તેવી કોઈ શક્યતા રહેતી નથી.

હવે સંકલ્પ કરી દો કે જૈન હોવાના નાતે મારે બીજાના કડવા વ્યવહારોને સહી લેવા છે. માનવ તરીકેનો ક્લાસ યાદ કરીને મારે કોઈકના અપમાનના ઘૂંટડા ગળી જવા છે. પ્રભુસેવક તરીકેના મારા લેવલને ખ્યાલમાં રાખીને મારે સહુની સાથે મૈત્રી રાખવી છે. આસ્તિક તરીકેનું મારું સ્ટાન્ડર્ડ ધ્યાનમાં રાખીને મારે કોઈના પણ પ્રત્યે વૈરની ગાંઠ તો નથી જ રાખવી.

આ 'પોસ્ટ' પોલિસી એટલું જ કહે છે કે -

'ગુસ્સો - માનવભવના સદસ્ય બનવા જેવી પોસ્ટ મળ્યા પછી શોભે જ નહીં. એમાં ય જે જિનના અનુયાયી હોવાનું સદ્‌ભાગ્ય પામ્યા છે, તેને તો ગુસ્સો લગીરે ન શોભે ! આજથી જ જૈન હોવાને નાતે કે માણસ હોવાને નાતે ક્રોધને તિલાંજલિ આપીને જ રહો. જરા યાદ તો રાખો કે તમે કોણ છો ? તમારું સ્ટેટસ પણ તમે ભૂલી ગયા ?'

'પોસ્ટ' પોલિસીના આ સંદેશાને ઝીલી આત્માને ઢંઢોળીને જ રહો, ક્રોધને ભગાડીને જ રહો !

પરમાત્મા વીરની આ વાણીને હૃદયમાં કોતરી રાખજો કે -

સામો થાય જો આગ, તો તમે થજો પાણી;
આ છે પ્રભુ વીરની વાણી.

૫૧

'ડોગ' પોલિસી

ક્રોધ કેવો છે ? - એની સમજણ આવી જાય તો ક્રોધનો પરાજય કરવા માટેની વ્યૂહરચના સારી રીતે ઘડી શકાય. આ પોલિસી ક્રોધની ઓળખાણ આપે છે. સાથે સાથે ક્રોધનો પરાજય કરવાની વ્યૂહરચના પણ દર્શાવી દે છે. ક્રોધ કૂતરા જેવો છે. કૂતરો જેમ પોતાની શેરીમાં જ ભસે. એક વાર તમે તેની શેરીમાંથી બહાર નીકળી ગયા પછી એ તમારી પાછળ-પાછળ પણ નહીં આવે અને તમને ભસવાનું પણ બંધ કરતો જશે. આ ક્રોધ પણ તેવો જ છે. જ્યાં સુધી તમારો ઉપયોગ ક્રોધના આધિપત્યવાળી શેરીમાં હશે, ત્યાં સુધી ક્રોધ તમને હેરાન-પરેશાન કરી મૂકશે. પણ, જેવા તમે તેના આધિપત્યવાળી શેરીમાંથી બહાર નીકળી ગયા કે ક્રોધની ખલેલ બંધ થઈ જશે.

ક્રોધનું આધિપત્ય શરીર, ઈન્દ્રિય અને મનરૂપ ત્રણ શેરી ઉપર છે. મતલબ કે તમારો ઉપયોગ જ્યાં સુધી શરીર, મન કે ઈન્દ્રિયમાં અટવાતો હશે ત્યાં સુધી ક્રોધની બેહદ પરેશાની ચાલુ જ રહેશે. જેવો તમારો ઉપયોગ આ ત્રણેય ઉપરથી ઊઠી અંદર આત્મા તરફ વળશે, આ ત્રણેય શેરીઓનો ત્યાગ કરશે કે ક્રોધની ખલેલ ઘટતી જશે, ઘટતી જશે... અંતે નામશેષ થઈ જશે. દેહાધ્યાસ, ઈન્દ્રિયાધ્યાસ અને

મનોઽધ્યાસમાં અટવાયા કરશો તો ચોક્કસ ક્રોધ હેરાન કરશે. પણ, એક વાર આતમઘરમાં તમે પ્રવેશી ગયા પછી ક્રોધની તાકાત નથી કે તમને એ હેરાન કરી શકે. એક વાર શરીર ઉપરની મમતા, ઈન્દ્રિયો તરફની રુચિ અને મનના વિકલ્પોને સમાપ્ત કરી દો, પછી જુઓ કે ક્રોધ તમને કેવી રીતે ખલેલ પહોંચાડી શકે છે ?

તમારી દિનચર્યા તપાસી જુઓ. જ્યારે જ્યારે પણ તમે ક્રોધ કરી બેઠા છો ત્યારે ત્યારે તમારો ઉપયોગ આ ત્રણમાં જ અટવાયો હશે. **(૧) શરીરની આસક્તિ (૨) ઈન્દ્રિયો અને તેના વિષયો શબ્દ, રૂપ, રસ, ગંધ અને સ્પર્શ - આ બધાં તરફની રુચિ અને (૩) મનના સંકલ્પ-વિકલ્પો** - આ ત્રણ પરિબળોમાંથી કોઈ એકાદ પરિબળના જોર ઉપર જ ગુસ્સો થવો શક્ય છે, કોઈ તમારું અપમાન કરી જાય, વિશ્વાસઘાત કરી જાય... આ બધાં વખતે તમને ગુસ્સે કરાવવામાં મનના સંકલ્પ-વિકલ્પો મહત્ત્વનો ભાગ ભજવે છે. 'અમુક વસ્તુ મને કેમ ન મળે ? આને કેમ અમુક વસ્તુ મળી ?' - ઈત્યાદિ વિચારધારાના પ્રતાપે જે પણ ગુસ્સો પ્રગટે છે, તેમાં ઈન્દ્રિયોની રુચિ મહત્ત્વનો ભાગ ભજવી જાય છે. તમને કોઈકનો ઠોસો લાગી જાય, કોઈકની ભૂલના કારણે તમે પડી જાઓ - આ બધાં સમયે આવતા ગુસ્સાની પાછળ દેહાધ્યાસ મહત્ત્વપૂર્ણ પરિબળ છે.

આ ત્રણ પરિબળથી વેગળા થઈ જાઓ. પોતાના નિર્વિકાર સ્વરૂપમાં સ્થિર થતા જાઓ તો ગુસ્સો આવી જ શી રીતે શકશે ? પરમાત્મા મહાવીર મહારાજા દેહ છતાં દેહાતીત જેવી અવસ્થામાં ગોઠવાયા. માટે કાનમાં ખીલા ઠોકાયા છતાં ક્રોધની એક લહેરખી પણ પ્રભુના મનને અસ્થિર ન કરી શકી. આ અવસ્થામાં સદા કાળ રમતા રહીને પરમાત્માએ કેવલજ્ઞાન મેળવી લીધું. શરીર, ઈન્દ્રિય અને મન - આ ત્રણના આકર્ષણથી છૂટકારો મેળવીને જ, આ ત્રણેયમાંથી ઉપયોગને વાળી તેને આતમઘરમાં રાખીને જ તાત્ત્વિક રીતે ક્રોધ ઉપર વિજય પ્રાપ્ત થાય. માટે, દેહ, ઈન્દ્રિય અને મન - આ ત્રણેય ઉપરની આસક્તિ, રુચિ વગેરેને ક્રમશઃ ઘટાડતા જાઓ. તો જ ક્રોધ ઉપર વિજય શક્ય બનશે.

જો દેહ, ઈન્દ્રિય અને મનમાં જ રમમાણ રહ્યા તો આ ક્રોધ તો ડાઘિયા કૂતરા જેવો છે. એની સોબત જ નઠારી છે. કૂતરા માટે કહેવાય છે કે -

સોબત કરતા શ્વાનની, બે બાજુનું દુઃખ,
ખીજ્યું કરડે પિંડીએ, રીઝ્યું ચાટે મુખ.

આ જ વાત ક્રોધ માટે પણ લાગુ પડે છે. માટે આ ક્રોધરૂપી કૂતરાની તો સોબત જ ન કરીએ - તે કલ્યાણકારી છે. આની સાથે દુશ્મનાવટ કે દોસ્તી કશું જ કરવાના બદલે તેનાથી દૂર-દૂર ચાલ્યા જવું, તે સ્વયમેવ પલાયન થશે - એ એક જ રસ્તો છે આત્મશાંતિનો.

ટૂંકમાં, આ 'ડોગ' પોલિસી એટલું જ કહે છે કે - 'આ ક્રોધ કૂતરા જેવો છે. શરીર-ઈન્દ્રિય અને મનમાંથી ઉપયોગને વાળી આતમઘરમાં ઉપયોગને લાવી દો. પછી, ક્રોધ રૂપી કૂતરાની ખલેલ બંધ થયા વિના રહેશે નહીં.'

આ છે ક્રોધ ઉપર વિજય મેળવવા માટેનો આંતરિક ઉપાય ! અભ્યંતર ઉદ્યમ ! અંદરથી, મૂળથી ક્રોધને કાઢવાનો ઉપાય ! પ્રયત્ન શરૂ કરો. ઝીણવટપૂર્વક દરેક જગ્યાએ અને પ્રત્યેક પળે ઈન્દ્રિય કે દેહ તરફ જતા ઉપયોગને વાળો. અનંતઆનંદમય આત્માનું લક્ષ્ય પકડાવો. પછી ક્રોધ શોધ્યો નહીં જડે !

✺

નરકના ત્રણ મુખ્ય દ્વાર :
૧ ક્રોધ
૨ વાસના
૩ લોભ
- **ભગવદ્ગીતા**

'તત્વજ્ઞાન' પોલિસી

કોઈ પણ વસ્તુને તલસ્પર્શી દૃષ્ટિથી નિહાળશો, કોઈ પણ વ્યક્તિને દૂરંદેશીભરી દૃષ્ટિથી નિહાળશો તો ખરેખર, કોઈ પણ વસ્તુ કે વ્યક્તિ તમને ક્રોધપાત્ર લાગી શકે નહીં. સૌથી પહેલા તત્ત્વ શું છે ? વસ્તુસ્થિતિ શું છે ? - તે સમજી લેવાની જરૂરત છે.

રાજા પોતાના મંત્રી તથા હજૂરિયાઓની સાથે સાંજે નગર બહાર ફરવા નીકળ્યો હતો. નગરની પાસે એક દિશામાં આખા નગરની ગંદકી ભેગી થઈ ગટરનું રૂપ ધારણ કરતી હતી. આખા નગરની ગંદકી એ ગટર વાટે જ નગરની બહાર જતી હતી. રાજા વગેરે પણ યોગાનુયોગ એ દિશામાં જ જઈ ચઢ્યા. ગટરની નજીક આવતા આવતા તો રાજા અને હજૂરિયાઓ - બધાંએ પોતાના હાથથી કે કપડાથી નાક ઢાંકી દીધું. દરેક જણ તે ગટરની અતિશય દુર્ગંધથી ઉદ્વિગ્ન થઈ ગયા. જ્યારે સુબુદ્ધિ મંત્રીશ્વર એ જ સ્વસ્થતાથી ગટરની બાજુમાંથી પસાર થઈ રહેલ હતો. ગટર પસાર થઈ ગયા બાદ બધાંએ મંત્રીશ્વરને પૂછ્યું - 'મંત્રીશ્વર ! શું તમને આ ગટરમાં ગુલાબની સુગંધ આવતી હતી કે પછી ગટરની સુવાસ (?) લેતા લેતા શાંતિથી ચાલ્યા આવ્યા ?'

મંત્રીશ્વરે 'હા' કહી. રાજા તો ચમકી ગયો. એણે મંત્રીને વાત

કરી - 'તમે આ શું બોલો છો - તેની તમને ખબર છે ? શું તમને આ ગટરમાં ગુલાબની સુવાસ આવે છે ? મંત્રીશ્વર ! મારે તમારા ભરોસે આખું રાજ ચલાવવાનું છે. થોડી અક્કલ ઠેકાણે રાખો.'

મંત્રીએ વાદ-વિવાદમાં પડવાના બદલે એટલું જ કીધું - 'રાજન્ ! આ વાત પછી કો'ક દિવસ આપને સમજાવીશ !'

આ ઘટનાને થોડો ઘણો સમય પસાર થઈ ગયો. રાજા અને હજૂરિયાઓ તો આ વાત ભૂલી ગયા હતા. પણ સુબુદ્ધિ મંત્રીએ પોતાનું વચન પાળવાનું હતું. ગટરમાં ગુલાબની સુગંધ છે - તે સાબિત કરવાનું હતું. એણે ૬ મહિના પછી રાજા અને તેના હજૂરિયાઓ - બધાંને એક સાથે જમવા માટે આમંત્રણ આપ્યું. રાજાએ આમંત્રણનો સ્વીકાર કર્યો. નિર્ધારિત દિવસે સહુ મંત્રીના ઘરે પહોંચ્યા. મંત્રીએ પૂરી તૈયારી કરી રાખી હતી. બધાં દિવાનખંડમાં જમી-કારવીને બેઠા ! મંત્રીએ ખૂબ જ સુંદર રસોઈ બનાવડાવી હતી. છેલ્લે છેલ્લે દિવાનખંડમાં મંત્રીએ એક પીણું મંગાવ્યું. એને પીતા તો બધાં એના બે મોઢે વખાણ કરવા લાગ્યા. આમ તો સાદું પાણી જ દેખાતું હતું. પણ, મધથી ય મીઠું. એની અંદર રહેલી ગુલાબની સુવાસ મનને તરબતર કરી દેતી હતી.

રાજા અને સહુ આવું પાણી વાપરી આશ્ચર્યચકિત થઈ ગયા. જ્યારે મંત્રી તો શાંત ચિત્તે સ્વસ્થતાથી એ પાણી વાપરી રહ્યો હતો. એના મોઢા ઉપરની ઉદાસીનતા જોઈ રાજાને નવાઈ લાગી. એક હજૂરિયાને જૂનો પ્રસંગ યાદ આવી ગયો. એણે કટાક્ષમાં કહ્યું - 'રાજન્ ! કદાચ મંત્રીશ્વરને આમાં ગટરની દુર્ગંધ આવતી હશે !'

મંત્રીશ્વરે તક ઝડપી જવાબ વાળ્યો - 'હા ! રાજન્ ! મને તો આમાં ગટરની દુર્ગંધ આવે છે.' રાજાને થયું કે કદાચ મંત્રીશ્વરની બુદ્ધિ બહેર મારી ગઈ લાગે છે.

ત્યાં જ મંત્રીશ્વરે ખુલાસો કર્યો કે 'રાજન્ ! આપ સર્વે જે પાણી વાપરી રહ્યા છો તે પેલી ગટરનું જ છે. જ્યારે આપણે ત્યાં ફરવા ગયા હતા ત્યારે થયેલી વાત મુજબ મેં એ ગટરનું પાણી અહીં મંગાવ્યું.

ફટકડી, ઔષધિઓ, ચૂર્ણો નાંખી તેને એકદમ સ્વચ્છ કર્યું, ઉકાળ્યું, ઠાર્યું... એમ કરતા કરતા ૬ મહિનાની પ્રક્રિયાના અંતે આ મીઠું-મધુરું પાણી થયું. આ એ જ પાણી છે. એટલે જ તે દિવસે મને આમાં ગુલાબની સુવાસ આવતી હતી અને આજે ગટરની દુર્ગંધ !'

મંત્રીશ્વરનો ખુલાસો સાંભળી સહુ આશ્ચર્ય ચકિત થઈ ગયા. મંત્રીશ્વરે વાત આગળ ચલાવી - 'રાજન્ ! દુર્ગંધ કે સુગંધ તો પરાવર્તનશીલ અવસ્થા છે. ક્યારેક જે વસ્તુ અતિ દુર્ગંધી હોય તે જ અતિસુગંધી પણ થઈ શકે છે. તો પછી આવી કોઈ પણ પરિસ્થિતિમાં ગમો-અણગમો શા માટે કરવો ? એનું મૂળ સ્વરૂપ જે પાણીનું છે, તે તો સુગંધી કે દુર્ગંધી - બન્ને અવસ્થામાં એક સરખું જ છે. એને જ શા માટે નથી જોવામાં આવતું ? ગટરને જોઈને અને આજે આ પાણી પીને - બન્ને વખતે એની મૂળભૂત અવસ્થા તરફ લક્ષ્ય કેળવવાને લીધે જ હું શાંત અને સ્વસ્થ છું.'

મંત્રીશ્વરે દર્શાવેલા આ તત્ત્વજ્ઞાનથી રાજાની દૃષ્ટિ ઉઘડી ગઈ. ગમા-અણગમાના, રાગ-દ્વેષના ચક્કરમાં જીવને ફસાવનાર પર્યાય તરફની દૃષ્ટિ શિથિલ થઈ ગઈ. ક્રોધને કાબૂમાં લેવા માટે આ પોલિસી અદ્‌ભુત છે. રાગ-દ્વેષ અને ગમો-અણગમો જો રવાના થઈ જાય તો ક્રોધ ગયો જ સમજો ! ગમો-અણગમો કાઢવા માટે દરેક વસ્તુનું મૂળતત્ત્વ જુવો.

વસ્તુની માત્ર વર્તમાનકાલીન અવસ્થા જ જોશો તો તે સારી -નરસી કોઈ પણ પ્રકારની સંભવિત હોવાથી તેના નિમિત્તે ગમો -અણગમો થયે જ રાખવાના ! વસ્તુની અવસ્થા તો સતત પરાવર્તનશીલ છે. તો તેના તરફ જ શા માટે દૃષ્ટિ રાખવી ? વસ્તુની મૂળભૂત અવસ્થાને જ લક્ષ્યગત કરીએ ને ? મૂળભૂત અવસ્થા તો નથી સારી કે નથી ખરાબ ! માટે, તેના તરફ જ દૃષ્ટિ કરનાર સદા મધ્યસ્થ રહી શકે છે.

તમારા દીકરાને સોનાની લકી જોઈએ છે અને તમારી દિકરીને નેકલેસ જોઈએ છે ! નેકલેસને ગળાવી તમે લકી બનાવો તો દિકરી નારાજ થાય અને દીકરો રાજી થાય. પણ, તમે ? તમે મધ્યસ્થ !

કારણ કે તમને ખબર છે કે સોનું તો એનું એ જ છે. તેમાં કશો જ વધારો-ઘટાડો થયો નથી.

આ રીતે દરેક જગ્યાએ વસ્તુની મૂળભૂત દશાને જ લક્ષ્યમાં લેશો તો ક્રોધ થાય તેવી કોઈ શક્યતા નહીં રહે. રાગ અને દ્વેષ ઉત્પાદ-વ્યયને કારણે છે. વસ્તુની અમુક રૂપે ઉત્પત્તિ કે વ્યય રાગ કે દ્વેષ પ્રગટાવે છે. જો તેની ધ્રૌવ્ય અવસ્થાને લક્ષ્યમાં લેવામાં આવે તો માધ્યસ્થ્ય દશા પ્રગટે છે. બસ ! દરેક જગ્યાએ ઉત્પાદ-વ્યય જોવાના બદલે ધ્રૌવ્યને જ નિહાળો. એટલે રાગ-દ્વેષ પ્રગટશે નહીં. પરિણામે તેના પૂંછડિયા જેવો ક્રોધ પણ રવાના થશે !

ઉપદેશપદમાં સૂરિપુરંદર **શ્રીહરિભદ્રસૂરિ** મહારાજે રાજા-મંત્રીનું પૂર્વોક્ત દૃષ્ટાંત દર્શાવી જણાવ્યું છે કે પહેલા પાણી ગટરનું હતું - તેમ જોશો તો દ્વેષ થશે. તથા આ પાણી ગુલાબની સુવાસવાળું છે - આ રીતે જોશો તો રાગ થશે. આના કરતાં પહેલા પણ એ પાણી હતું અને અત્યારે પણ આ પાણી છે - આ રીતે જ નિહાળો. પછી, રાગ-દ્વેષને સ્થાન જ ક્યાં ?

આજનો દોસ્ત આવતીકાલે દુશ્મન બની શકે છે. અને આજનો દુશ્મન આવતીકાલે દોસ્ત બની શકે છે. તો પછી કોઈ પણ વ્યક્તિની દોસ્તીની કે દુશ્મનાવટની અવસ્થાને યાદ રાખી, શા માટે ગમો-અણગમો પ્રગટાવવો ? માનવમાત્ર સરખા છે. એમ દરેકની માનવતાને જ પકડી શા માટે માધ્યસ્થ્યપૂર્ણ વ્યવહાર ન કરવો ? - આ તત્ત્વજ્ઞાનપૂર્ણ વિચારધારા અપનાવી નક્કી કરો કે મારે રાગ-દ્વેષ નથી કરવા. મારે માધ્યસ્થ્ય કેળવવું છે અને ટકાવવું છે. સ્વસ્થ થતા શીખવું છે.

પરમાત્મા મહાવીરનું આ તત્ત્વજ્ઞાન રોજીંદા જીવનમાં જેટલું ઉપયોગમાં લઈશું તેટલો ક્રોધ ઘટતો જશે. રાગ-દ્વેષ ઘટતા જશે. ૫૦૦૦ રૂપિયાનું કાચનું ઈમ્પોર્ટેડ ઝુમ્મર તમારે ત્યાં ૨૫ વર્ષથી નોકરી કરનાર રામુના હાથે તૂટી જાય, ત્યારે પિત્તો ફાટે કે નહીં ? શા માટે ? શું જાણતા નથી કે - આ ઝુમ્મર કોઈને કોઈક દિવસે તૂટવાનું જ હતું ? કદાચ તમારા હાથે એ જ ઝુમ્મર તૂટ્યું હોત તો રામુને જે

સજા કરો એ જ સજા તમે તમારી જાતને કરો કે નહીં ? કદાચ તમે કાચના ઝુમ્મરની જગ્યાએ પોલાદનું ઝુમ્મર જ લાવ્યા હોત તો પડવા છતાં તે તૂટત ખરું ? તો પછી ઝુમ્મર લાવનારનો વાંક કે તોડનારનો ? કાચનું છે માટે તૂટ્યું ને ? તો તો પછી કાચનો જ વાંક ન કહેવાય ? ઘણા બધા તર્કો એવા છે કે જે રામુને નિર્દોષ સાબિત કરે છે. તમારે જો ગુસ્સો છોડવો હોય તો રામુને નિર્દોષ માને જ છૂટકો છે.

પ્રસ્તુત તત્ત્વજ્ઞાન પણ લાગુ પાડી દો, તો ય ક્રોધ ઉપર કાબૂ આવશે. કાચનું ઝુમ્મર નશ્વર છે. એ જે દિવસે તમે લઈ આવ્યા તે જ દિવસે તૂટી શકે કે નહીં ? જે વસ્તુ પહેલાં જ દિવસે તૂટી શકતી હતી એને રામુએ ૫-૧૦-૧૫ વર્ષ સાચવી એ બદલ રામુને ધન્યવાદ આપવા જોઈએ કે ૧૫ વર્ષે ઝુમ્મર તૂટી ગયું - એ બદલ ઠપકો આપવો જોઈએ ? કાચનું ઝુમ્મર એક ને એક દિવસ તૂટવાનું જ હતું. કાચનું ઝુમ્મર હતું ત્યારે અને અત્યારે તૂટી ગયા પછી છે તો કાચ જ. અંતે તો જડ પુદ્ગલ દ્રવ્ય જ છે ને ! તો પછી કાચને જ નજર સમક્ષ રાખવામાં આવે તો રામુ ઉપર ગુસ્સો પ્રગટે ખરો ? રામુ કે કોઈ પણ વ્યક્તિ કાચના ઝુમ્મરને તોડી શકે. પણ, જડને ચેતન તો ન જ કરી શકે ને ? ટૂંકમાં, વસ્તુ તો એની એ જ છે. ફક્ત એનો એક પર્યાય રવાના થઈ ગયો. આમાં રામુ ઉપર ગુસ્સે થવાની જરૂરત શી ?

શાંત ચિત્તે દરેક પ્રસંગમાં આ વાત લાગુ પાડી દેવી. આ એકદમ અકસીર પોલિસી છે. ક્રોધને સમજણપૂર્વક નાથવા માટેની આ પોલિસી છે. આ તત્ત્વજ્ઞાનથી આત્માને એવો ભાવિત કરી દો કે ગમે તેવી સારી વસ્તુ હાથમાંથી સરી જાય કે ગમે તેવી સારી વસ્તુ હાથમાં આવી જાય છતાં તમારા મોઢાની એક લકીર ન બદલાય. આવો માધ્યસ્થ્ય ભાવ એક વાર આત્મસાત્ થઈ ગયો પછી ક્રોધ આપોઆપ નામશેષ થઈ જશે. તે માટે વિશેષ પ્રયત્ન કરવો નહીં પડે.

એક વાત ધ્યાનમાં લો કે કોઈ પણ નશ્વર જડ વસ્તુ તૂટે ત્યારે

વસ્તુ તોડનાર શાશ્વત ચેતનતત્ત્વ ઉપર તમે ગુસ્સે થઈ જાઓ છો. પરિણામે તમારે ત્યાં લાંબા સમય સુધી સેવા આપનાર એ માણસનું હૃદય તૂટી જાય છે.

સામેવાળી વ્યક્તિએ વસ્તુ તોડી. તમે તેનું હૃદય તોડી નાંખ્યું. વધુ મોટો ગુનો કોનો ? વસ્તુ મોંઘી કે હૃદય ? જો 'ગુસ્સો કરવા દ્વારા સામેવાળી વ્યક્તિ કરતાં તમે પોતે વધુ ગુનેગાર ઠરો છો' - આ વાત મગજમાં ફીટ થયેલ હોય તો કદાપિ સજ્જન વ્યક્તિ ગુસ્સે થઈ શકે નહીં. રકાબી વહૂથી તૂટે ત્યારે સાસુમા રાડારાડ કરી મૂકે છે. પણ, તે રકાબી પોતાના હાથે જ તૂટે તો ? દેરાણીના હાથે રસોઈ બગડે ત્યારે જેઠાણી શોર મચાવે છે. પરંતુ પોતાના જ હાથે રસોઈ બગડે તો ? દરેકની મનઃસ્થિતિ આવા પ્રકારની જ લગભગ હોય છે. પોતાના હાથે થઈ જતી ભૂલને પોતે ક્ષમ્ય ગણે છે, તેની સાથે 'કોમ્પ્રોમાઈઝ' કરવા, સમાધાન કરવા, 'આવું તો થઈ જાય, આમાં શું મોટી ભૂલ થઈ ગઈ ?' - આ રીતે પોતાનો બચાવ કરવા તૈયાર હોય છે. પણ, એ જ ભૂલ જ્યારે બીજા દ્વારા થાય ત્યારે તેને ક્ષમ્ય ગણવા એ બિલકુલ તૈયાર નથી. તે વખતે પુદ્ગલદ્રવ્યના સડન-ગલન-પતન-વિધ્વંસન સ્વભાવનું તત્ત્વજ્ઞાન ભૂલાઈ જાય છે.

આ વિચિત્ર મનોદશામાંથી મુક્ત થવાની તાકીદે જરૂરત છે. દરેક ચીજવસ્તુ પોતાની સાથે પોતાના મૃત્યુની તારીખ લખાઈને જ આવી હોય છે. તો પછી તેના મૃત્યુ સાથે, તેના નાશ સાથે શોક શા માટે ? તેનો નાશ કરનાર વ્યક્તિ ઉપર ગુસ્સો શા માટે ? વસ્તુનો નાશ કરનાર પણ વસ્તુની અવસ્થા જ બદલી શકે છે. મૂળ વસ્તુ તો એની એ જ છે ! આ બધું 'તત્ત્વજ્ઞાન' પોલિસી શીખવે છે.

દીકરો ઉઘરાણી લેવા જાય અને ઉઘરાણી લીધા વિના પાછો આવે તો તમને લાગે કે તેનામાં આવડત જ નથી. અને મનોમન એવું નક્કી કરી તેના ઉપર ગુસ્સો ય કરી લો. જ્યારે તમે પોતે ઉઘરાણી લીધા વિના પાછા આવો ત્યારે રૂપિયા દબાવી દેનારનો જ વાંક દેખાય. નથી લાગતું કે આવી વિચિત્ર મનોદશાને કારણે જ અત્યાર સુધી

સંક્લેશનું વાતાવરણ સર્જાયું છે. ક્યારેક ક્યારેક પોતાની ભૂલને પણ નજરમાં લેજો, સામેવાળાની ભૂલને ક્ષમ્ય ગણતા શીખજો તો જ ક્રોધ કાબૂમાં આવી શકે.

વસ્તુનો મૂળથી નાશ કે ઉત્પત્તિ કોઈ પણ કરી જ શકતું નથી, તો પછી હર્ષ-શોક શા માટે ? પ્રભુના આ તત્ત્વજ્ઞાનને વહેલી તકે આત્મસાત્ કરી લો. ક્રોધ ખરેખર રવાના થઈ જશે. માધ્યસ્થ્યનો એક વાર પ્રાદુર્ભાવ થઈ ગયો તો પછી સમતા હાથવગી છે. અને જ્યાં સમતાને સ્થાન મળ્યું ત્યાં ક્રોધ રહી કેવી રીતે શકે ? પાણી હોય ત્યાં આગ કઈ રીતે રહે ?

ટૂંકમાં, આ તત્ત્વજ્ઞાન પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે - 'વસ્તુ પોતાના મૂળ સ્વભાવમાં જ હોય છે. તેનાથી તેને કોઈ ભ્રષ્ટ કરી શકતું નથી કે નવા સ્વભાવમાં રાખી શકતું નથી. વસ્તુ તો એની એ જ હોય છે. ખાલી એના બહારના રૂપ-રંગ-દેખાવ થોડા ઘણા બદલાયે રાખે છે. મૂળભૂત વસ્તુ તરફ દૃષ્ટિ રાખનાર કદી દ્વેષનો કે રાગનો શિકાર થતો નથી. એ સદા માધ્યસ્થ્યને જ અનુભવે છે. તો પછી શા માટે વસ્તુના બાહ્ય રૂપ-રંગ-દેખાવને જ લક્ષ્યમાં રાખી રાગ-દ્વેષના શિકાર બન્યે રાખવું ? એના મૂળભૂત સ્વભાવને લક્ષ્યમાં લઈ મધ્યસ્થ શા માટે ન બનવું ?'

તત્ત્વજ્ઞાન પોલિસીના આ રહસ્યને લક્ષ્યમાં લઈ ક્રોધને મૂળમાંથી કાઢવાનો ઉદ્યમ હવે પ્રારંભે જ છૂટકો ! પોલિસી મેટર ગમે તે હોય, પ્રિન્સીપલ મેટર સર્વત્ર એક જ છે - 'ક્રોધ છોડો, શાંત થાવ, શુદ્ધ બનો.'

✺

બીજાના દોષની સજા પોતાની જાત ઉપર = ક્રોધ.
- **એલેકઝાન્ડર પોપ.**

૫૩

'વોલ ક્લોક' પોલિસી

પ્રભુનું જે તત્ત્વજ્ઞાન તમને દેખાડ્યું તે પરમાત્મા ખુદ કહી રહ્યા છે. પણ, તે સાંભળવા માટે યોગ્ય વાતાવરણ પૂરું પાડવું જરૂરી છે. નિજ પરમાત્મા તો તમારી અંદર જ છે. તે દરેક કટોકટીના સંયોગોમાં સારું અને સાચું માર્ગદર્શન આપવા તૈયાર છે. પણ, તેને તો જ સાંભળી શકાય કે જો અંદરનું વાતાવરણ નીરવ કરવામાં આવે. જેમ મધ્યરાત્રિના નીરવ શાંતિના સમયમાં દીવાલ ઉપર લટકતી ઘડિયાળમાંથી ટક્ ટક્ ટક્ અવાજ સંભળાય છે. પણ, તે જ ઘડિયાળમાંથી દિવસે એ અવાજ ખ્યાલમાં આવતો નથી. કારણ કે મધ્યરાત્રિના સમયે જ નીરવ શાંતિ હોય છે. જેમ દીવાલ ઉપરની ઘડિયાળનો અવાજ ૨૪ કલાક આવતો હોવા છતાં જ્યારે નીરવ શાંતિ હોય ત્યારે જ તે સાંભળી શકાય છે તેમ આપણા અંતરના એક ખૂણામાં સતત પરમાત્મા બોલી જ રહ્યા છે. મનનો ઉકળાટ, આવેગ, આવેશ - આ બધું જ શમાવી દો. એક વાર આ બધો ઘોંઘાટ શમી જશે, પછી અવશ્ય પરમાત્માનો અવાજ સંભળાશે.

જ્યારે જ્યારે તમે ક્રોધને વશ થઈ જાઓ છો, ત્યારે ત્યારે તે અવાજ તમને સતત ક્રોધ કરવાની ના પાડી રહેલ હોય છે. પણ, તે વખતે આવેશના ઘોંઘાટમાં તમે તે અવાજ સાંભળી શકતા નથી. ક્રોધને વશ તમે થાઓ તે પહેલાં જ અંદરનો અવાજ તમને ચેતવવાનું શરૂ કરી દે છે. દરેક ખરાબ કામમાં એ અંદરનો અવાજ અટકાયત જ કરી

રહેલ હોય છે. પણ વાસના, લાલસા, ક્રોધ, માન આદિના ઘોંઘાટમાં એ અવાજ દબાઈ જાય છે. એક વાર અંતઃકરણને નીરવ કરી, શાંત ચિત્તે રૂમના કોઈ ખૂણામાં પલાંઠી વાળી બેસી જજો. અંતરના અવાજને સાંભળવાનો પ્રયત્ન કરજો. એને વિનવજો, માર્ગદર્શન આપવા વિનંતિ કરજો. ચોક્કસ ! એ અવાજ તમને સંભળાશે.

દરેકના આત્મામાં ભલાઈ અને બુરાઈ બન્ને પ્રકારના અંશો વિદ્યમાન જ હોય છે. ભલાઈના અવાજને સાંભળનાર વ્યવહારમાં ભલો કહેવાય છે. બુરાઈના જ અવાજને સાંભળે રાખનાર વ્યવહારમાં બુરો કહેવાય છે.

જો અંતઃકરણને શાંત બનાવી અંતરના સારા અવાજને સાંભળશું તો અવશ્ય એ અવાજ દરેક પરિસ્થિતિમાં સાચું માર્ગદર્શન આપશે. ગુસ્સો આવતા તમને એ ચેતવણી આપશે, અટકાવશે. એ અવાજને અનુસરવામાં તમારું નિશ્ચે હિત જ થશે. દરેક આત્મામાં પરમાત્માનો અંશ રહેલો છે. તેના તરફ લક્ષ દો તો તે તમને સાચું માર્ગદર્શન પણ આપે. તેના અવાજને કદી કચડો નહિ.

સૌ પ્રથમ તો અનાદિ કાળથી જેના અવાજને કચડેલ છે તે નિજપરમાત્મતત્ત્વની માફી માંગો, તેની અભિમુખ થાવ, તેને પ્રગટ કરો, તેના અવાજને સાંભળવાનો-સમજવાનો-સ્વીકારવાનો સંકલ્પ પ્રબળ કરો, તો જ એ ખરા સમયે તમારી મદદમાં આવશે. તે માટે મનને, અંતઃકરણને નીરવ કરવું પડે. હૃદયને શાંત કરવું પડે.

ટૂંકમાં, આ વોલક્લોક પોલિસી એટલું જ કહે છે કે - કોઈક એકાંત પળોમાં અંદરના માંહ્યલાને જાગૃત કરી દો, તેને ઝંકૃત કરી દો. પછી એ માંહ્યલો જ તમને રસ્તો ચીંધશે. એ રસ્તે ચાલતા ક્રોધ રવાના થઈને જ રહેશે. માંહ્યલો જાગ્યો નથી. માટે ક્રોધ ધમાચકડી મચાવે છે. એક વાર માંહ્યલો ખરેખર જાગી ગયો તો તાકાત નથી ક્રોધની કે એ પલભર પણ ટકી શકે !

વોલક્લોક પોલિસીના આ સંદેશાને આત્મસાત્ કરી અંદરના માંહ્યલાને પ્રગટ કરવા મહેનત કરી છૂટો !

૫૪

'વોશરમેન' પોલિસી

અલગારી જેવા દેખાતા એક મહાત્મા નગરના રાજમાર્ગ ઉપરથી પસાર થઈ રહ્યા હતા. લોકો તેમને પથરા મારતા. કોઈ એમને ગાળો આપતું... છતાં આ બધાં અપમાનો સહન કરીને પણ મહાત્મા તો પ્રસન્ન જ દેખાતા હતા. આ રોજીંદો ક્રમ હતો. કોઈ કહેતું કે - આ મને વિધવા બનાવી દેનાર પાપિયો છે. વળી, કોઈ કહેતું કે - આ મને નબાપો બનાવી દેનાર હત્યારો છે... આવા આક્ષેપો ઠેર -ઠેર થતા હતા. એ મહાત્મા આવા પ્રકારના શબ્દો જેવા કાનમાં પડે કે તરત જ પોતાના સ્થાને પાછા ફરતા અને કાઉસગ્ગધ્યાને લાગી જતા. પોતાની હત્યારા તરીકેની પૂર્વ જીંદગીમાં જે કોઈ પણ દોષો સેવ્યા છે, તેનું સ્મરણ કોઈ કરાવે કે સ્વયં થઈ જાય તો તે દિવસે ચોવિહારો ઉપવાસ કરવાનો - આવો અભિગ્રહ આ મહાત્માએ ધાર્યો હતો.

આવા અભિગ્રહને ધારણ કરે દિવસો વીતી ગયા હતા. પણ, હજુ અન્નનો કે પાણીનો દાણો સુદ્ધાં મોઢામાં ગયો ન હતો. પણ, મહાત્મા પ્રસન્ન હતા. સમજતા હતા કે 'કપડા જેટલા વધારે મેલા તેટલા ધોકા વધારે મારવા પડે. ધોકા મારનાર ધોબી કપડાનો દુશ્મન નથી. એ તો કપડાનો મેલ કાઢવા દ્વારા કપડાનો મિત્ર જ છે. તેમ આ સહુ

મારી પૂર્વજીંદગીના પાપોને સાફ કરનારા ધોબી છે. આ લોકોને મેં બેહદ પરેશાન કર્યા છે. એના પાપથી મલિન થયેલો મારો આત્મા આ ધોકા ખાધા વિના સાફ નહીં થાય. આ બધાં મારા મિત્ર છે, શત્રુ નહીં.' આ મહાત્મા એટલે જ રોજના ૬ પુરુષ અને ૧ સ્ત્રીની હત્યા કરનારો અર્જુનમાળી ! એમણે અપનાવેલી વિચારસરણી એટલે જ પ્રસ્તુત 'વોશરમેન' પોલિસી !

તમારા માટે પણ આ વાત એટલી જ પ્રસ્તુત છે. એક વાત મગજમાં સ્પષ્ટ હોવી જોઈએ કે કપડાના મેલને દૂર કરવા માટે ધોકા મારનાર ધોબી કપડાનો મિત્ર જ છે, શત્રુ નહીં. તેમ તમારું અપમાન કરવા દ્વારા તમારા આત્માના મેલને દૂર કરનાર તમારો હિતેચ્છુ જ છે, મિત્ર જ છે. ધોબીની જગ્યાએ સામેવાળી અપમાન કરનાર વ્યક્તિ છે. કપડાની જગ્યાએ ખુદ તમારી જાત છે અને ધોકાના સ્થાનમાં સામેવાળી વ્યક્તિએ કરેલા અપમાન છે. માટે, તમારું અપમાન કરનારા તમારા પરમ મિત્રો છે.

અર્જુનમાળી આવી જ કોઈક પ્રકારની વિચારધારા અપનાવી ચોક્ખા થઈ ગયા, સમતા ટકાવી શક્યા. તમારી ચાદર ચોક્ખી થાય તેવો પ્રયત્ન આજુબાજુવાળા લોકો કરી રહ્યા હોય ત્યારે તમારે રાજી થવાનું કે નારાજ ? એમાં તો તમારે આનંદિત જ થવાનું હોય. લોકો અપમાન કરે, તમને અન્યાય કરે ત્યારે જ તો ક્ષમાની કમાણી થઈ શકે. લોકો તરફથી માન, સન્માન મળી રહેલા હોય ત્યારે ક્ષમાની કમાણી શી રીતે થવાની ? **અપમાનના અને અન્યાયના બજારમાં ક્ષમાની કમાણી કરી લેવા જેવી છે.** કોઈ અપમાન કરે ત્યારે ક્ષમા રાખવાથી તમારો આત્મા ઉજળો થાય છે - આ વાત લક્ષ્યમાં રાખી અપમાન કરનાર વ્યક્તિ ઉપર પણ ક્ષમાનું લક્ષ્ય કેળવવું જ રહ્યું.

ટૂંકમાં, આ વોશરમેન પોલિસી એટલું જ કહે છે કે - 'જેમ વસ્ત્રના મેલને દૂર કરનાર ધોબી વસ્ત્રનો મિત્ર છે, શત્રુ નહીં, તેમ આત્માના મેલને દૂર કરનાર, અપમાન કરનાર વ્યક્તિ આત્માની મિત્ર છે, શત્રુ નહીં.'

પ્રશ્ન તમારી દૃષ્ટિનો છે. જો દૃષ્ટિમાં ફરક પડશે તો દુનિયા પણ બદલાઈ જશે. ચશ્મામાં કચરો હશે તો દુનિયાની તમામ ચીજોમાં કચરો દેખાશે. ચશ્મા જો ચોક્ખા હશે તો દુનિયા ચોક્ખી જ લાગશે. હવે દૃષ્ટિકોણને ચોક્ખો કરવાનો સંકલ્પ કરો. આ દૃષ્ટિકોણને અપનાવી એક વાર આખા જગતને નિહાળી જુવો. સહુ તમને ઉપકારી લાગશે !!!

ક્રોધરૂપી ઝેરથી ખરડાયેલ
હૃદયમાં પ્રેમનું અમૃત ભલા !
ક્યાંથી હોય ?

- જોએન લંડન.

એક વાર ક્રોધને બરાબર પિછાણી લો,
પછી તેને કાઢવા પ્રબળ પુરુષાર્થ આદરો.

- દીપક ચોપરા.

'ચેક' પોલિસી

બેંકમાં સાઈન કરીને ચેક મોકલો તો પૈસા ઉપડે. બાકી પૈસા ઉપડે નહીં. ઘણી વાર બે સાઈનથી જ ચેક પાસ થઈ શકે - તેવું હોય છે. એક વ્યક્તિ સાઈન કરે અને બીજી વ્યક્તિ સાઈન ન કરે તો તે ચેક દ્વારા, જોઈન્ટ એકાઉન્ટમાં નક્કી કરેલી વ્યવસ્થાના કારણે, પૈસા ન ઉપડે. આપણે ક્રોધને જીતવા માટે આ જ સીસ્ટમ અપનાવવી છે. કર્મસત્તાની અને આપણી - બન્નેની સાઈન થાય તો આપણી પુણ્ય રૂપી મૂડી ચપોચપ ઉપડી જાય.

મતલબ કે કર્મસત્તા પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિઓ, કડવા પ્રસંગો તમારા માટે સર્જે જ રાખે છે. એટલે કે કર્મસત્તાએ સાઈન કરી ચેક મોકલ્યો છે. હવે જો તમે તે તે પરિસ્થિતિમાં ગુસ્સો કરી બેઠા તો તમારી સાઈન તે ચેક ઉપર થઈ જશે. એની સાથે જ તમારી પુણ્યરૂપી મૂડીમાં જોરદાર ગાબડું પડી જશે. જો તમે ગુસ્સો ન કરો તો સાઈન થતી નથી. પરિણામે, બેંકમાંથી તમારા પુણ્યની મૂડી કર્મસત્તા ઉપાડી શકતી નથી.

૫ સંદેશ સ્પષ્ટ છે કે - કર્મસત્તા તમારી પુણ્યરૂપી મૂડીને સાફ કરવા માટે જ એક પછી એક પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિનું સર્જન કરે રાખે છે. જો તમારે પણ પુણ્યની મૂડી ગુમાવવી હોય તો જ ગુસ્સો કરજો.

ગુસ્સો કર્યો એટલે તમારી પુણ્યની મૂડી સાફ થઈ જ સમજો ! 'હું ગુસ્સો કરીશ એટલે સોંપો પડી જશે. બધાં સમજી જશે કે અહીં જેમ તેમ કશું નહીં ચાલે, બધું વ્યવસ્થિત જોઈશે...' ઈત્યાદિ લાભ વિચારીને જ તમે ગુસ્સો કરતા હશો ને ? જો આ બધા લાભો મેળવવા ગુસ્સો કરતા હો તો બે બાજુથી તમને માર પડે છે. એક તો પુણ્ય ઓછું છે માટે પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિ સર્જવામાં કર્મસત્તા સફળ થાય છે. ઉપરાંતમાં ગુસ્સો કરવા દ્વારા તમે રહ્યું સહ્યું પુણ્ય પણ બાળી નાંખો છો. પરિણામે પરિસ્થિતિ સુધરે કે વધુ બગડે ?

ગુસ્સો કરતી વખતે મારું અમૂલ્ય પુણ્ય જઈ રહ્યું છે - આવું લાગે ખરું ? અનુભવાય ખરું ? દીકરો બે લાખ રૂપિયાની વસ્તુ માટે ચાર લાખ રૂપિયા ચૂકવી આવે અને પોતાની મનગમતી વસ્તુ મળી જવાથી રાજીનો રેડ થઈ જાય ત્યારે તમને શું લાગે ? દીકરાને વસ્તુ આવતી દેખાય છે. માટે તે રાજીનો રેડ છે. પણ, તમને ચાર લાખ રૂપિયા જતા દેખાય છે. માટે, તમે નારાજ છો. દીકરાની એ બાલિશતા છે કે નુકસાન કરીને એ રાજી થાય છે. બસ ! આ જ રીતે ક્રોધ કરવા દ્વારા જે પરિસ્થિતિ સર્જવા માટે જેટલા પુણ્યની જરૂરત હતી તેના કરતાં કેઈ ગણું વધુ પુણ્ય ખર્ચાઈ જાય છે. તે વખતે તમને પુણ્ય જતું દેખાય ખરું ? કે તમારી દીકરા જેવી જ બાલિશ દશા છે ?

જ્યારે જ્યારે પણ કડવા પ્રસંગો જીવનમાં આવે ત્યારે સમજવું કે કર્મસત્તાએ પોતાની સાઈન કરેલો ચેક મોકલાવ્યો છે. હવે જો તમને તમારી પુણ્યની મૂડી વહાલી ન હોય તો તેના ઉપર સાઈન કરી લો, મતલબ કે ગુસ્સો કરી લો. જો સમતા ટકાવી રાખશો તો કર્મસત્તાએ સાઈન કરી હોવા છતાં તમે સાઈન કરી ન હોવાથી તમારી પુણ્યની મૂડી બિલકુલ ઘટશે નહીં. કર્મસત્તા તમારી પુણ્યની મૂડીને ખલાસ કરી દેવા વારેવારે પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિનું સર્જન કરશે જ. તમારે તે વખતે સ્વસ્થતા ટકાવી રાખવાની છે.

પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિ ગમે તેવી હોય છતાં મનની સ્વસ્થતામાં લેશમાત્ર પણ ફેરફાર ન થવા દેનારા પણ જગતમાં થઈ ગયા છે અને

થતા રહેશે. આપણે સહુએ પણ આ જ કામ કરવાનું છે. ગમે તેવું નાનું કે મોટું સંકટ આવે. પણ, આપણી પ્રસન્નતા અકબંધ ટકવી જોઈએ જ જોઈએ.

દક્ષિણ ભારતના એક પ્રખ્યાત સંત તિરુવલ્લુવર ! આંધ્રપ્રદેશની અંદર તેમનો વસવાટ. જન્મથી અને કર્મથી એ વણકર હતા. સ્વભાવથી સંત હતા. અત્યંત શાંત પ્રકૃતિના એ સંત ! એ શાંત હતા માટે જ ખરા અર્થમાં સંત થઈ શક્યા હતા. **જે શાંત રહી શકતો નથી, તે સાચો સંત થઈ શકતો નથી.** ગમે તેવી પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિમાં પણ શાંત રહેનારા સંત તરીકેની તેમની ખ્યાતિ ચોતરફ ફેલાયેલી હતી.

લોકો શ્રદ્ધા સાથે કહેતા કે - 'સંત તિરુવલ્લુવર કદી ગુસ્સે થાય નહીં. કોઈ પણ વ્યક્તિ તેમને ગુસ્સે કરી શકે નહીં.' એક યુવાનને આ વાત ઉપર શ્રદ્ધા ન બેઠી. કોઈ પણ પરિસ્થિતિમાં માણસ શાંત રહી શકે છે - આ વાત તેના મગજમાં બેસતી જ ન હતી. તેણે પરીક્ષા લેવાનું નક્કી કર્યું. તેણે ગમે તેમ કરી સંત તિરુવલ્લુવરને ગુસ્સે કરવાનું નક્કી કર્યું. સંત પાસે તે યુવાન પહોંચી ગયો. સંત તિરુવલ્લુવરજી પ્રભુભજનમાં મસ્ત રહી જાતે ચાદર વણીને વેચતા હતા. એક સારી ક્વોલિટીની ચાદર હાથમાં લઈ તેનો ભાવ પૂછ્યો. સંતે જવાબ આપ્યો કે '૨ રૂપિયા !' યુવાને ત્યાં ને ત્યાં એના બે ટુકડા કરી નાંખ્યા અને પૂછ્યું - હવે આનો ભાવ શું ? હકીકતે હવે એ ચાદરનું કાપડ નકામું થઈ ચૂક્યું હતું. છતાં એ યુવાનને સંતે શાંતિથી જવાબ આપ્યો, 'ભાઈ ! હવે આ એક ટુકડાનો ૧ રૂપિયો થશે.' યુવાને વધુ ટુકડા કર્યા. સંત કિંમત ઘટાડતા જ ગયા, ઘટાડતા જ ગયા.

છેલ્લે સંતે કીધું કે - 'દોસ્ત ! આટલી ભેટ મારા તરફથી સ્વીકારી લે. આ બધાં ટુકડા તું તારી પાસે જ રાખી લે. મસોતાના કામમાં કદાચ ઉપયોગી થશે !' છેક સુધી સંતને આટલા પ્રેમથી અને વાત્સલ્યથી વાત કરતા જોઈ યુવાન ગળગળો થઈ ગયો. ગુસ્સાની એક લહેરખી પણ સંતને સ્પર્શી ન હતી. મોઢાની, વાણીની કે કોઈ પણ વસ્તુની રેખા માત્ર બદલી ન હતી. માત્ર ને માત્ર પ્રસન્નતા જ જાણે

સંતમાંથી રેલાતી હતી. એ યુવાન પગે પડી માફી માંગવા લાગ્યો.

મૂળ વાત આ જ છે કે - ગમે તેવી પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિનું સર્જન કર્મસત્તા દ્વારા થવા છતાં જો ક્રોધની સાઈન કર્યા વિના સમતા ટકાવી રાખવામાં આવે તો ધર્મની બેંકમાં તમારી પુણ્યની મૂડી અકબંધ જળવાઈ રહે. બલ્કે તેમાં વધારો ચોક્કસ થાય. ઘટાડો બિલકુલ ન જ થાય.

કર્મસત્તાને તમારી પુણ્યની બેલેન્સ ઓછી થાય તેમાં જ રસ છે. માટે તે તો પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિનું સર્જન કરે જ રાખશે. તમારે ગુસ્સો ન કરવા દ્વારા સાવધાની રાખવાની છે. તમે સાઈન ન કરો તો પુણ્યની મૂડી ઘટશે નહિ. અત્યારે તમને સંસાર જ સોહામણો લાગતો હોય તો તે પુણ્યના પ્રતાપે જ. જેવું પુણ્ય પરવાર્યું કે સંસાર ભયાનક બિહામણો લાગ્યા વિના નહીં રહે. પળે પળે મોતની ઝંખના કરાવે એવો બિહામણો આ સંસાર થઈ શકે છે. પુણ્ય જ્યાં સુધી સલામત હશે ત્યાં સુધી જ સંસાર સોહામણો લાગશે. પુણ્ય વિનાનો સંસાર તો તમને અકારો થઈ પડવાનો છે. પુણ્ય વિનાના સંસારમાં તમારા માટે સમાધિ ટકાવવી ખૂબ જ અઘરી અને કપરી છે.

પુણ્યોદયમાં પણ જો સમાધિ ટકી ન શકતી હોય તો પાપોદયમાં તો શેં ટકવાની ? વર્તમાનમાં પુણ્ય જ્યારે તમારા માટે આટલું જરૂરી છે ત્યારે પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિમાં ગુસ્સો કરવા દ્વારા શા માટે પુણ્યને વેડફી નાંખો છો ? શા માટે કર્મસત્તાએ સાઈન કરી મોકલેલા ચેક ઉપર સાઈન કરી તમે તમારી પુણ્યની બેલેન્સ ઘટાડી રહ્યા છો ?

કર્મસત્તા બહારના પરિબળોમાં ઊલટ-સૂલટ કરી શકે છે. બાહ્ય પરિસ્થિતિને પ્રતિકૂળ બનાવી શકે છે. પણ, તમારા મનને પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિમાં પ્રસન્ન રાખવું કે ન રાખવું ? તે તમારા હાથની વાત છે. તેમાં કર્મસત્તા કશું જ કરી શકતી નથી. પણ, કર્મસત્તા જેમ નચાવે તેમ તમારી મનઃસ્થિતિને પણ તમે નચાવતા હો તો પુણ્યની બેલેન્સ ટકે તેવી કોઈ શક્યતા નથી. શાસ્ત્રના પાને પાને એવા દૃષ્ટાંતો છે કે જેમાં મહામુનિઓએ ભયંકર પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિમાં પણ મનની સમાધિ

ટકાવી કેવલજ્ઞાન પ્રગટ કરી દીધું. મતલબ કે કર્મસત્તા માત્ર બહારમાં જ પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરી શકે છે. આંતરિક પ્રસન્નતા ટકાવવી કે નહીં ? - તે તો તમારા હાથની જ વાત છે.

ટૂંકમાં, આ 'ચેક' પોલિસી એટલું જ કહે છે કે - મોક્ષમાર્ગમાં ઉપયોગી બાહ્ય સામગ્રીને પૂરી પાડનાર એવા પુણ્યની સલામતીને ખાતર પણ ક્રોધને છોડો. જો કર્મસત્તાએ સાઈન કરીને મોકલેલા નાના-નાના પ્રસંગોમાં ક્રોધને છોડવાની તૈયારી નહીં હોય અને તમે પણ સાઈન કરી બેસશો તો પુણ્ય એવું સાફ થઈ જશે કે સંસાર આખોય અકારો થઈ પડશે.

આ સંદેશાને સ્વીકારી હવે તો ક્રોધને તિલાંજલિ આપવાનો પ્રારંભ કર્યે જ છૂટકો !

✺

મૂર્ખતાથી ઉદ્ભવેલો ક્રોધ
અંતે તો પશ્ચાત્તાપ જ પ્રગટાવે છે.
- **પાયથાગોરસ**

વધુ શક્તિશાળી એ છે જે
અવસરે ક્રોધ કરવાના બદલે
ફક્ત હસી શકે છે.
- **ડેવિડ સ્કારી**

૫૬

'ગાર્ડન' પોલિસી

બગીચામાં માળી જો કાપકૂપ કરવાનું બંધ કરી દે તો બગીચો બગીચો ન રહેતા જંગલ બની જાય. ઉપવન, ઉપવન ન રહેતા વન બની જાય. માળી બાગની માવજત કરે છે, બાગને ઉજ્જડ નથી કરતો. માટે, માળી બગીચાની કાપકૂપ કરે તે બગીચાના હિત માટે છે, અહિત માટે નહીં. તેવી રીતે સુખની અંદર કાપકૂપ કરનાર દુઃખ પણ હિત માટે જ છે, અહિત માટે નહીં. જો જીવનમાં દુઃખ જ નહીં હોય તો તો જીવન ફેશન-વ્યસનાદિથી જંગલ જેવું થઈ જાય તો નવાઈ નહિ. દુઃખ એ તમારા વિનાશ માટે નથી આવતું, વિકાસ માટે આવે છે. પુણ્યના નશામાં મસ્ત થવા જેવું નથી. કારણ કે ગમે ત્યારે ગમે ત્યાંથી દુઃખ આવી શકે છે. ભલભલા સમ્રાટો આ કર્મસત્તા સામે રાન-રાન ભટકતા થઈ ગયા છે.

નેપોલિયન બોનાપાર્ટ - ફ્રાંસનો સમ્રાટ ! વિશ્વવિજેતા થવાના જેના કોડ હતા. પુણ્યનો નશો ચઢી ગયો હતો. આખરે એને પણ સેન્ટ હેલેના ટાપુ ઉપર કૂતરાથી ય બદતર હાલતમાં અંતિમ દિવસો ગુજારવાના આવ્યા ! મતલબ કે સમ્રાટ હો કે શ્રીમંત. કોઈ પણ હો, દુઃખ તો આવવાના જ છે. પણ, 'આ દુઃખ દ્વારા મારા સુખમાં થતી કાપકૂપ

મારા વિકાસ માટે છે, વિનાશ માટે નહીં' - આવી વિચારધારા અપનાવી શક્યા તો ખરેખર, દુઃખમાં ય પ્રસન્નતા અકબંધ જળવાઈ રહેશે. ક્રોધ ઓસરી જશે.

અચાનક ટપકી પડેલા દુઃખના પ્રસંગોમાં માણસ ક્રોધી થઈ જતો હોય છે. કારણ કે સુખમાં કાપકૂપ એને માન્ય નથી. તેથી દુઃખ એને પસંદ નથી. દુઃખનો સત્કાર કરતા આવડે તો મનની પ્રસન્નતા અકબંધ જળવાઈ શકે. તો જ ખરા અર્થમાં દુઃખ, સંકટ તમને લાભકારી થઈ જાય.

જીવનમાં જે પણ દુઃખ આવે છે, સુખની સામગ્રીમાં જે કાપકૂપ થાય છે, તે મારા હિત માટે છે - આવો વિશ્વાસ એક વાર અંતરમાં જગાવો. પછી, કોઈ પણ પરિસ્થિતિમાં પ્રસન્નતા જાળવવી સરળ થઈ પડશે. સુગંધી પુષ્પોથી મઘમઘતા અને મીઠા ફળોથી લચી પડેલા ઉપવનને સતત નજરમાં રાખશો તો જીવનમાં આવતી કાપકૂપો ઉપકારી જણાશે.

ટૂંકમાં,
આ 'ગાર્ડન' પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે કે 'જો યોગ્ય કાપકૂપ કરવામાં ન આવે તો ઉપવન વન થઈ શકે છે, તેમ જીવનમાં દુઃખ ન આવે તો તે અનાચાર, દુરાચાર, વ્યભિચાર, ભ્રષ્ટાચાર વગેરે દ્વારા અનિયન્ત્રિત જંગલ જેવું થઈ શકે છે. જેમ બગીચાની કાપકૂપ તેના વિકાસ માટે છે, વિનાશ માટે નહીં; તેમ જીવનમાં આવતા દુઃખો પણ તમારા વિકાસ માટે છે, વિનાશ માટે નહીં. એક વાર આ શ્રદ્ધા જો હૃદયમાં દૃઢ થઈ જશે તો દુનિયાની ગમે તેવી પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિ તમારા મનને ઉદ્વિગ્ન નહીં કરી શકે, ક્રોધનો ભોગ નહીં બનાવે.'

'ગાર્ડન' પોલિસીના આ સંદેશાને અમલમાં મૂકવા દ્વારા જીવનને 'ગાર્ડન' જેવું બનાવી લો ! એની સુગંધ તમને અને બીજાને સૌને પ્રસન્ન કરી દેશે.

૫૭

'હોનહાર' પોલિસી

અનાદિ-અનંત કાળની તમામ ઘટનાઓ કેવલીને સાક્ષાત્ છે. કેવલી ભગવંત બધું જ જોઈ રહ્યા છે. તેમાં લેશ પણ ફેરફારને અવકાશ નથી. હોનહાર એટલે આવું જ આ સમયે થવાનું નિશ્ચિત હોવું. જે ઘટના જ્યાં જ્યારે જે રીતે થવાની છે ત્યારે ત્યાં તે રીતે તે ઘટના ઘટવાની જ છે. ઉપરથી ઈન્દ્ર નીચે આવે તો પણ તે ઘટનામાં લેશ માત્ર ફેરફાર થવાનો નથી. એક શાશ્વત કાયદો છે કે તીર્થંકરોને કેવલજ્ઞાન થયા બાદ કદાપિ ઉપસર્ગ થાય નહીં. છતાં શ્રમણ ભગવાન મહાવીર મહારાજાને ગોશાળાએ ઉપસર્ગ કર્યો. ૬-૬ મહિના સુધી લોહીના ઝાડા કરાવ્યા. કારણ ? હોનહાર ! હોનહાર, હોની-અનહોની, ભવિતવ્યતા, ભાવીભાવ, નિયતિ... આ બધાં નજીક નજીકના શબ્દો છે.

એક કરોડ દેવતાઓ ખડેપગે હાજર હોવા છતાં ગોશાળો તેજોલેશ્યા ફેંકી ગયો અને પ્રભુને લોહીના ઝાડા કરાવી દીધા. દરેકે દરેક દેવની તાકાત હોવા છતાં કોઈ પ્રભુને બચાવવા વચ્ચે ન પડ્યું. અરે ! તેજોલેશ્યા ફેંકાઈ ગયા પછી પણ શીતલેશ્યા મૂકવાનું ઈન્દ્ર, ગણધર વગેરેમાંથી કોઈને મન ન થયું.... છતાં પરમાત્મા પ્રસન્ન છે. કારણ કે સમજે છે - આ હોનહાર છે. અત્યંત વિનયી અને અનંત

લબ્ધિના સ્વામી ગૌતમ ગણધર બાજુમાં જ હોવા છતાં તેમને પણ પ્રભુને બચાવવાનો વિચાર નથી આવતો. જો તીર્થંકરનું વિશિષ્ટ પુણ્ય પણ હોનહાર સામે વ્યર્થ સાબિત થતું હોય, હોનહારને બદલાવી શકતું ન હોય તો તમારું અને મારું પુણ્ય તો શી રીતે હોનહારને બદલાવી શકવાનું ? પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિ આવશે ત્યારે સગો દીકરો પણ મદદ ન કરે તો ઉદ્વેગ શા માટે ?

હોનહાર જ એવા પ્રકારની છે કે દીકરો તમને મદદ નથી કરવાનો. હોનહારને જ દોષિત માની લઈ દીકરા પ્રત્યે સદ્‌ભાવ ટકાવી ન શકાય ? કોઈ પણ પ્રતિકૂળ ઘટના ઘટે, પ્રયત્નો કરવા છતાં નજીકના માનેલા તરફથી પણ કટોકટીના સમયે સહાય ન મળે તો સમજી લેવાનું કે આવી જ હોનહાર છે. **નિયતિના પથ્થર ઉપર લખેલું કદાપિ મિથ્યા થઈ શકતું નથી.** જો તમારી નિયતિમાં જ લખાયેલું હશે કે 'દીકરો તમને મદદ નહીં કરે' - તો તેને કોણ અન્યથા કરી શકવાનું છે ? નિયતિમાં જો તમને બિલકુલ સહાય ન મળવાનું લખાયેલું હશે તો નજીકના પણ કોઈ તમને સહાય નથી જ કરવાના અને જો નિયતિમાં તમને સહાય મળવાનું લખાયેલું હશે તો ક્યાંકથી ને ક્યાંકથી તમને સહાય મળી જ જવાની છે. દયમંતી, સીતા વગેરેનો જીવન તપાસી જાવ. આ સિદ્ધાંતમાં અટલ શ્રદ્ધા પ્રગટશે.

૧ કરોડ દેવતાઓ જેની સેવામાં ખડે પગે હાજર હોય, ૬૪ ઈન્દ્રો જેની સેવા માટે તલસતા હોય, અનંત લબ્ધિ સંપન્ન ગૌતમસ્વામી જેવા જેના ચરણે શીષ ઝૂકાવતા હોય, પોતાની પાસે વિશ્વની સર્વોત્કૃષ્ટ એવી તીર્થંકરની 'પોસ્ટ' હોય - આટ આટલું હોવા છતાં એક લેમેન જેવો ગોશાળો જો શ્રમણ ભગવાન મહાવીર મહારાજાને ઉપસર્ગ કરી જતો હોય તો એનો મતલબ સાફ છે કે **હોની કદાપિ અનહોની થતી નથી.** તો પછી ઘરમાં કે દુકાનમાં ક્યાંય પણ તકલીફ પડે તે વખતે દીકરો કે નજીકના સગા કે ખાસ મિત્રો સહાય ન કરે, તો ગુસ્સો શા માટે ?

અનંતલબ્ધિના નિધાન હોવા છતાં ગૌતમસ્વામી પણ ભગવાનને બચાવવા વચ્ચે ન પડ્યા કે લબ્ધિનો ઉપયોગ ન કર્યો તેમાં ગૌતમસ્વામીનો વાંક નથી. પરંતુ પ્રભુ વીરના કર્મનો વાંક છે, તેવા પ્રકારનો ભાવીભાવ છે - આ વાત જેટલી સારી રીતે સમજી શકો છો તે જ રીતે જ્યારે

તમારા જીવનમાં એવી જ કોઈ ઘટના બને ત્યારે શા માટે તે વાત સમજી નથી શકતા ?

કટોકટીના સમયમાં નજીકનો મિત્ર તમને સહાય ન કરે તેમાં તમારો પોતાનો વાંક દેખાય કે મિત્રનો ? દીકરો કે દોસ્ત મદદ કરી શકવાની સ્થિતિમાં હોવા છતાં મદદ ન કરે તો સમજવું કે આ જ હોનહાર છે. આમાં ફેરફાર શક્ય નથી. તમે ગમે તેટલા ધમપછાડા કરો, ગુસ્સો કરો છતાં હોનહારમાં કશો ફેરફાર શક્ય જ ન હોય તો શા માટે ગુસ્સો કરી મનને બગાડવું ? જે પ્રભુએ દીઠું હશે તે જ થશે - આ રીતે વિચારી શું મનને પ્રસન્ન ન રાખી શકાય ?

એક વાત ધ્યાનમાં લેવા જેવી છે કે આપણને હેરાન કરનાર પ્રત્યે સદ્‌ભાવ ટકાવી રાખવો જેટલો અઘરો છે તેના કરતાં પણ કટોકટીના કે આફતના સમયમાં જેને નિકટના માની રાખ્યા હોય તેના તરફથી સહાય ન મળે ત્યારે તે નિકટના દીકરા કે દોસ્તો ઉપર સદ્‌ભાવ ટકાવી રાખવો કંઈ ગણો અઘરો અને કપરો છે.

મહાવીર મહારાજાએ પોતાને હેરાન કરનાર ગોશાળા ઉપર તો અસદ્‌ભાવ નથી જ પ્રગટાવ્યો. સાથે ૬-૬ મહિના સુધી થયેલા લોહીના ઝાડા અટકાવવાની શક્તિ હોવા છતાં ન અટકાવનાર ગૌતમસ્વામી ઉપર પણ લેશમાત્ર અસદ્‌ભાવ નથી પ્રગટાવ્યો. કારણ કે પરમાત્મા કેવલજ્ઞાનથી સ્પષ્ટ સમજે છે, જાણે છે કે 'આ જ હોનહાર છે. આ જ નિયતિ છે. આ ઘટના આ પ્રમાણે થઈને જ રહેશે.'

કોર્પોરેશનમાં તમારી નિકટની ઓળખાણવાળી વ્યક્તિ હોવા છતાં, તે તમારા કામને કરી શકવા સમર્થ હોવા છતાં કામ ન કરી આપે તો ગુસ્સો શા માટે કરવો ? તમારું પુણ્ય નથી. માટે, તે તમારું કામ નથી કરી આપતો. તમારી નિયતિ જ તેવી હોય તો તેમાં તે શું કરે ? કોઈને પણ ભગવાનને બચાવવાનો વિચાર ન આવ્યો છતાં ભગવાન કોઈનો પણ વાંક જોવા તૈયાર નથી. તો તમે શા માટે બીજાનો વાંક જોઈ -જોઈને દુઃખી થાઓ છો ?

જો પ્રતિકૂળ વર્તન કરનાર ઉપર ગુસ્સો પ્રગટતો હોય તો

સમજવું કે **'જે કેવલીએ દીઠું છે, જે ભાવીભાવ છે, જે ભાગ્યમાં લખ્યું છે તે જ થવાનું છે'** - આ સિદ્ધાંત ઉપર દૃઢ શ્રદ્ધા નથી. હા ! પુરુષાર્થ ભલે કરો. પણ, જ્યારે પુરુષાર્થનો પનો ટૂંકો પડે ત્યારે કોઈ પણ વ્યક્તિ ઉપર અસદ્‌ભાવ તો નથી જ કરવાનો. એ માટે જ ઉક્ત સિદ્ધાંતમાં શ્રદ્ધા અખૂટ હોવી જરૂરી છે. રસોઈ ઠંડી આવી, ચા મોળી આવી -આવી અનેક પરિસ્થિતિમાં ભવિતવ્યતાને જ જવાબદાર તરીકે સ્વીકારી લો. શા માટે બીજા ઉપર અસદ્‌ભાવ પ્રગટાવો છો ?

ગાડી તમારી બાજુમાંથી જ પસાર થાય અને તમારા કપડા કાદવથી ખરડાઈ જાય ત્યારે ગાડીવાળા ઉપર શા માટે ગુસ્સો પ્રગટે છે ? દુનિયાના ઘણા માણસોમાંથી માત્ર તમારી ઉપર જ કાદવ ઢોળાયો, તેમાં શું તમારું ભાગ્ય કે નિયતિ જ જવાબદાર નથી ? ગાડીવાળાએ તો ફક્ત તમારા કપડા જ બગાડ્યા છે, જ્યારે તમે તો તેના ઉપર ગુસ્સો કરવા દ્વારા તમારું મન જ બગાડી દીધું. તો પછી વધુ ગુનેગાર કોણ ? તમે કે ગાડીવાળો ? કપડા તો સાફ થઈ શકશે. પણ મન કેવી રીતે સાફ થશે ? બગડેલું મન તો ઝટ સુધરવાનું નથી. તથા ગાડીવાળા ઉપર ગુસ્સે થાવ, એને ગાળ આપો એટલાથી તમારા કપડા તો સફેદ થઈ જવાના નથી. જે કપડા બગડ્યા છે, તે બગડવાના હતા માટે જ બગડેલા છે. કેવલજ્ઞાનીએ જે દીઠું તે જ થયું છે. તમારા નસીબમાં, હોનહારમાં જે લખાયેલું છે તે જ થયું છે. તો તેમાં ગુસ્સો શા માટે ?

એક બીજી વાત પણ વિચારણીય છે કે ગાડીવાળો ખાસ જાણી જોઈને તો તમારી ઉપર કાદવ ઉછાળતો નથી. અજાણતા જ તમારા ઉપર કાદવ ઉછળી ગયો છે. તો પછી શા માટે મનને બગાડવું ? જ્યારે કપડા બગડતા બચાવવા શક્ય ન બન્યા ત્યારે કમ સે કમ મનને બગડતું તો અટકાવી દો ! એ તમારા હાથમાં છે. જ્યારે સામેવાળી વ્યક્તિ તમને હેરાન કરવા ન માંગતી હોય છતાં તે જાણે-અજાણે તમને હેરાન કરવામાં નિમિત્ત બની જતી હોય ત્યારે માનવું પડે કે તેવા પ્રકારની જ નિયતિ છે. નિયતિ જ તેમાં દોષરૂપ છે. તમે જ્યારે ખુલ્લા પગે જતા હો અને ત્યારે જ ગિર્દીમાં કોઈના બૂટ નીચે તમારો પગ કચડાઈ જાય, ત્યારે ઉકળાટ, આવેશ, આવેગ શા માટે ? શું કદાપિ તમારા દ્વારા કોઈનો પગ

કચડાયો જ નથી ? સામેવાળી વ્યક્તિ જાણી જોઈને તો તમારા પગને કચડતી નથી ને ? તમારો પગ કચડાય તેમાં સામેવાળી વ્યક્તિ દોષિત છે કે આખરે તમારી જ ભવિતવ્યતા ગુનેગાર છે ? તે બાબત શાંતિથી વિચારો. માત્ર આ પુસ્તકને ઝડપથી વાંચવામાં આગળ ન દોડો.

એક વાત સતત ઘૂંટો કે 'હોની અનહોની નથી થતી.' પછી આવા નાના નાના સંક્લેશો ઘટવા લાગશે. નવા નકોર વ્હાઈટ એન્ડ વ્હાઈટ કપડા ઉપર કોઈની પાનની પિચકારી કે શાહીના છાંટા ઉડે ત્યારે મન સ્વસ્થ રહે ખરું ? કે પિચકારી ઉડાડનાર ઉપર ગુસ્સો આવે ? તમે તે વ્યક્તિને ગાળ આપો કે તેના ઉપર ગુસ્સો કરો એટલા માત્રથી તમારા કપડા સફેદ થઈ જવાના છે ? ઊલટું તમારું મન કાળુંમેશ થઈ જશે.

આવી બધી ઘટનાઓ પ્રત્યે હોનહારને જવાબદાર ઠેરવી મનને સ્વસ્થ રાખી લેવા જેવું છે. અરે ! જેના ઉપર તમે બહુ મોટો ઉપકાર કર્યો હોય અને એ વ્યક્તિ પણ જો કટોકટીના સમયમાં તમને સહાય કરવા તૈયાર ન હોય ત્યારે તે વ્યક્તિને પણ દોષિત માની લેવાની ભૂલ ન કરતા. હોનહાર જ જ્યારે તેવા પ્રકારની હોય તો સામેવાળી વ્યક્તિ શું કરશે ? શ્રમણ ભગવાન મહાવીર મહારાજાને નજર સમક્ષ રાખો. તમે કદાપિ સામેવાળી વ્યક્તિ પ્રત્યે માનસિક પણ અણગમો કરી નહીં શકો.

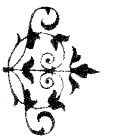
ટૂંકમાં, આ હોનહાર પોલિસી એટલું જ કહે છે કે -

'જ્યારે જે થવાનું નિયતિમાં લખ્યું છે ત્યારે જ, તે જ થવાનું જ છે. તેમાં ફેરફાર કરવાની કોઈની તાકાત નથી. હોની કદાપિ અનહોની થતી નથી. હોનહારને ઓળંગી કોઈ પણ વ્યક્તિ કદાપિ પોતાના ઈચ્છિત લક્ષ્યને પામી શકી નથી. તો પછી જીવનમાં ઘટી જતી પ્રતિકૂળ ઘટનાઓમાં શા માટે મનને બગાડવું ? હોનહારને જ લક્ષમાં રાખી મનની સમાધિ ન ટકાવી શકીએ ?'

ચલો ! આ હોનહાર પોલિસીને અપનાવવા દ્વારા શીઘ્રતયા ક્રોધથી છૂટકારો મેળવીએ. **જો આ હોનહાર પોલિસી પણ જીવનમાં ઉતારી શક્યા તો માની લેજો કે તમારા હોનહારમાં ક્રોધવિજય લખાયેલ જ છે !!!**

૫૮

'ડ્રોબેક' પોલિસી



આટ-આટલી પોલિસી દ્વારા ગુસ્સો સદંતર અટકાવી દેવાની વાત કરી. દરેક પોલિસી ગુસ્સાને આવતો અટકાવવાના રસ્તા જણાવે છે. આ 'ડ્રોબેક' પોલિસી ઘણો પ્રયત્ન કરવા છતાં જ્યારે ગુસ્સો થઈ જ જાય ત્યારે કામમાં આવે છે. ફરી વાર ગુસ્સો ન પ્રગટે તે માટે, ગુસ્સાનો અનુબંધ ન પડે તે માટે આ પોલિસી અત્યંત ઉપયોગી છે.

ડ્રોબેક એટલે ખામી. ગુસ્સો કરતાં પહેલા, કરતી વખતે અને કર્યા બાદ 'ગુસ્સો કરવો એ મારી ખામી છે, મારી ભૂલ છે, મારી નબળી કડી છે' - આવો સ્પષ્ટ એકરાર, હૃદયપૂર્વકનો એકરાર અંતરમાં હોવો જરૂરી છે. મનમાં આ સમજણ તો સ્પષ્ટ હોવી જ જોઈએ કે 'ગમે તેટલી તકલીફોની ઝડી મારા ઉપર વરસે છતાં મને ગુસ્સો કરવાનો કોઈ અધિકાર નથી. મારા કરતા કંઈ ગણી વધુ આપત્તિઓની વર્ષા પૂર્વેના મહાપુરુષો ઉપર વરસી છે. છતાં કોઈએ ગુસ્સાને યોગ્ય નથી ગણ્યો તો આટલી નાનકડી આપત્તિમાં ગુસ્સો કરવાનો અધિકાર મને શી રીતે મળી જાય ? આ જે ગુસ્સો હું કરી રહ્યો છું કે મેં કર્યો છે તે મારી જ ખામી છે. શ્રમણ ભગવાન મહાવીર મહારાજા ઉપર જે ઉપસર્ગોની ઝડી વરસી છે, તેની સામે મારી ઉપર વરસતી આપત્તિ

તો બિંદુ તુલ્ય પણ નથી. જો શ્રમણ ભગવાન મહાવીર મહારાજાએ પોતાની સમતા અખંડ ટકાવી રાખી હોય, તો મને ગુસ્સો કરવાનો અધિકાર જ શો ?'

દરેક વખતે આવા પ્રકારની વિચારધારા, આવા પ્રકારનું વલણ અંતરમાં હાજર જ હોવું જોઈએ. કડવા શબ્દો બોલતી વખતે પણ 'આ હું જે બોલી રહ્યો છું તે યોગ્ય નથી. આ મારો વિક પોઈન્ટ છે' - આવા પ્રકારનો આંતરિક એકરાર તો યથાવત્ જ હોવો જોઈએ. માન્યતા -શ્રદ્ધા તો સમ્યક્ જ જોઈએ. જ્યારે પૂર્વેની કોઈ પણ પોલિસી અપનાવી ન શકો અને ગુસ્સો થઈ જ જાય ત્યારે તરત જ આ પોલિસી અપનાવી લેવાની છે. મોટે ભાગે ક્રોધ વગેરે પાપ કરવા છતાં અંદરથી પાપ પ્રત્યે ધિક્કાર પેદા નથી કર્યો, એનો ભૂલ તરીકે એકરાર નથી કર્યો, એનો બચાવ કરવાનો જ પ્રયત્ન કર્યો છે. માટે પાપ વધુને વધુ તગડા જ થયે રાખ્યા છે. એક વાર અંદરથી તેના પ્રત્યે લાલ આંખ કરો, ક્રોધ ધીરે ધીરે અવશ્ય ઘટતો જશે. માટે જ્યારે જ્યારે પણ ગુસ્સો થઈ જ જાય ત્યારે ત્યારે 'આ મારી ખામી છે'- આવી બુદ્ધિ તો અવશ્યપણે ઊભી કરવી જ.

૫ લીટર પાણી ઊંચકી શકવાની તાકાત ધરાવનાર બાલદીમાં જો એક કાણું પડી ગયું તો તે બાલદી પાંચ લીટર પાણીને ઊંચકવાની ક્ષમતા ગુમાવી દે છે. આખી બાલદી માટે એ કાણું વિક પોઈન્ટ સાબિત થાય છે. આ જ વાત તમારા જીવનમાં પણ લાગુ પડે છે. તમારી અનેક ગુણોને ધારવાની પાત્રતા આ એક ક્રોધના માધ્યમે ખલાસ થઈ જાય છે. 'ક્રોધ એ કાણું છે, આત્મારૂપી બાલદીને નકામી બનાવનાર છે' - આ વાતનો અંતરથી એકરાર થવો જોઈએ. ક્રોધ અંદરમાં ખટકવો જોઈએ. એક વાર જો અંતરથી એકરાર થઈ જાય તો ગુસ્સો ૧૦ લાખ પાવરનો થતો હોય તો તેની જગ્યાએ ૧ લાખ પાવરનો થવા લાગશે. ધીરે ધીરે એમાં પણ તમે ઘટાડો અનુભવી શકશો. આ પોલિસી દ્વારા એક વાર ગુસ્સાનો પાવર ઘટાડતા ફાવી ગયું તો પછી ગુસ્સો તમને બહુ હેરાન નહીં કરી શકે.

જેવો ગુસ્સો પ્રગટે કે અંતરમાં અહેસાસ થાય - 'આ મારી ભૂલ છે. આ મારી નબળી કડી છે.' એટલે તરત જ ગુસ્સો સંકેલાવા લાગે. અડધો કલાક સુધી ચાલી શકતો ગુસ્સો અડધી મિનિટમાં સમેટાવા લાગશે. શબ્દોમાં રહેલી કડવાશની માત્રા પણ ઘટતી જશે. એક વાર ગુસ્સો ખામી તરીકે લાગશે તો 'શા માટે મારે ગુસ્સાના પનારે પડવું ?' - આવા પ્રકારનું વલણ, આવા પ્રકારનો વિચાર અંતરમાં પ્રગટશે. ખામી તરીકે એક વાર અંતઃકરણથી એકરાર થશે તો જ એ ખામીને દૂર કરવાનો વાસ્તવિક પુરુષાર્થ શક્ય બનશે. એક વાત સમજી રાખવા જેવી છે કે - પોતાની ખામી તો પોતાને જ સુધારવી પડવાની છે. પરમાત્મા સુધારવા ઉપરથી નીચે નથી આવવાના ! જો અંતરમાંથી ખામીને દૂર કરી કરી અંતરને ચોક્ખું-ચણક કરી દીધું હશે, તો જ પરમાત્મા પધારશે. તમારા ઘરે આવેલા વડાપ્રધાનને ઘરની સફાઈનું કામ સોંપો ? કે પછી વડાપ્રધાન આવે તે પહેલા ઘર ચોક્ખું-ચટ થઈ ગયું હોય ? જો વડાપ્રધાનને ઘરની સફાઈનું કામ ન સોંપાય તો પરમાત્માને અંતરની ખામી સુધારવાનું કામ તો શેં અપાય ? એ તો જાતે જ કરવું રહ્યું. એક વાર ખામીઓની મહત્તમ સફાઈ થઈ જશે તો પરમાત્મા અવશ્ય પધારશે જ, અંદરમાં પ્રગટશે જ. પણ, જો પરમાત્માને સફાઈ કરવાનું જ સોંપવાનું હોય, તે માટે જ તેમને આપણે બોલાવતા હોઈએ તો પરમાત્મા આવે શી રીતે ? આ વિચાર કદી કર્યો ખરો ?

એક વાત મગજમાં કોતરી રાખો કે -

'મારા અધઃપતનમાં મારા સિવાય બીજું કોઈ જવાબદાર નથી, મારા દુઃખમાં પણ મારા સિવાય બીજું કોઈ જવાબદાર નથી.'

આટલું પણ જો દરેક વખતે ધ્યાનમાં રાખો તો ગુસ્સો આવી શકે નહીં. પોતાના પગ ઉપર જ કુહાડો કોણ મારે ? - આ બધી બાબતોનો શાંત ચિત્તે વિચાર કરી, ગુસ્સાને પોતાની ખામી તરીકે જોવામાં આવે તો ગુસ્સો આવે નહીં. આવે તો તેનો પાવર ઘટ્યા વિના રહે નહીં. તેની આવરદા ઘટ્યા વિના રહે નહીં.

કોઈકની ભૂલ થાય અને તમે ગુસ્સો કરો તે પણ તમારી ખામી

છે. કારણ કે પ્રેમથી તમે સમજાવી શકતા નથી. સારી વાત પણ સારી રીતે કહેવાની તમારી તૈયારી નથી - આ તમારી જ ખામી છે. એનો અંતરથી એકરાર કરો. નોકર ઘરમાં કચરો વ્યવસ્થિત રીતે કાઢતો ન દેખાય એટલે તરત જ તમારા મગજમાં ગુસ્સો સવાર થઈ જાય છે. જ્યારે એ કચરો બરાબર ન કાઢી રહ્યો હોય ત્યારે 'અલ્યા ! આ ઘરને તારું ઘર સમજીને જ કચરો કાઢજે હોં !' - આવા પ્રેમાળ શબ્દો બોલીને પણ તમે તમારી વાત સમજાવી શકો છો ને !

પરંતુ ગુસ્સો હજી દોષરૂપ નથી લાગ્યો. તેને તમારી ખામી માની નથી. પરંતુ તમારો પાવર માન્યો છે. માટે આવા સમયે તમે ગુસ્સે થયા વિના રહેતા નથી. ઉપરાંતમાં તમે તે ગુસ્સાને વ્યાજબી ગણો છો. 'હું મીઠા શબ્દો બોલી નથી શકતો' - આ મારી ખામી છે. આવું લાગે ખરું ? બાલદીમાં પડેલા કાણાને દૂર કરવા જેમ ત્યાં વેલ્ડીંગ કરવું પડે તેમ સારા શબ્દો સંબંધની દીવાલમાં પડેલા કાણાનું વેલ્ડીંગ કરી નાંખે છે. લગભગ ગુસ્સો ઘરના માણસો સાથે જ થતો હોય છે. એમાંથી જ ખોટા અને ખરાબ શબ્દો, કડવા શબ્દો આકાર લે છે, સંબંધમાં કડવાશ, તીખાશ, ખારાશ, ખટાશ.... વ્યાપ્ત બની જાય છે. ખભેથી ખભા મિલાવવા છતાં દિલથી દિલ મળતા નથી. **પરસ્પરના પોલાદ જેવા સંબંધો ક્રોધના પનારે પડવાના કારણે પ્લાસ્ટીક જેવા ફોફલા થઈ જાય છે. 'क्रोधात् प्रीतिविनाशं...'** આ પ્રશમરતિ ગ્રંથના શબ્દો ભૂલશો નહિ.

પૂર્વકાળના સંબંધો આજની જેમ સ્વાર્થથી તીવ્રપણે લેપાયા ન હતા. જ્યારે રામચંદ્રજી વનવાસમાં જવાનું નક્કી કરે છે, ત્યારે સીતા કહે છે કે - 'નાથ ! જ્યાં પતિ ત્યાં સતી - આ તો ભારતની આર્યસંસ્કૃતિ છે. હું રાજમહેલને નથી પરણી. પણ આપને પરણી છું. માટે જ્યાં આપ હશો ત્યાં મારું અસ્તિત્વ હોવાનું જ.' અને સીતા રામચંદ્રજીની પાછળ પાછળ ચાલી નીકળી. લક્ષ્મણ પણ રામચંદ્રજીની પાછળ-પાછળ જંગલની વાટે સંચર્યા. કેવી ઉત્તમોત્તમ ભાવનાઓથી જોડાયેલ પૂર્વકાળના પરિવાર અને ક્યાં આજનો સ્વાર્થથી ખરડાયેલો

પરિવાર ? આ બધું ક્રોધના પ્રતાપે જ થયું છે. ક્રોધના પ્રતાપે જ સ્નેહના તંતુ તૂટી જાય છે. માટે આવા ક્રોધને આત્મનિકાલ ફરમાવી દેવા જેવો છે.

ટૂંકમાં, આ પોલિસી એટલું જ કહે છે -

''પાપનો પાપ તરીકે સ્વીકાર પણ જો કરી શક્યા, તેના પ્રત્યે ધિક્કાર પણ પેદા કરી શક્યા તો તે પાપ અંદરથી ખોખલું થઈ જશે. માટે, ગુસ્સો આવે ત્યારે 'આ મારી ખામી છે' આવી જો તાત્ત્વિક સમજણ પ્રગટે તો ૫૦% જેટલો ફરક તો અવશ્ય પડે જ.'

આ પોલિસીના આ સંદેશાને અપનાવી જલ્દીથી ક્રોધવિજયમાં સફળતા મળે તેવી પ્રાર્થના.

ક્રોધ ન કરવાથી જે નુકસાન સંભવે છે
તેનાથી વધુ નુકસાન ક્રોધ કરવાથી જ
થઈ જાય છે!!!

- **માર્કર્સ ઑન્ટોનીયસ**

ક્રોધ કોઈ પણ સમસ્યાનું સમાધાન
હોઈ શકે નહીં.

- **થૉમસ ઍસ. મૉન્સન**

૫૯

'રોડ' પોલિસી

અમદાવાદથી મુંબઈ જવા માટે નીકળનાર માણસને રસ્તામાં જો પાલનપુર, હિંમતનગર અને આબુ જેવા સ્થળોના દર્શન થાય તો શું સમજવું ? એ જ ને કે એ માણસ ઊંધે રસ્તે છે. કારણ કે જો તે અમદાવાદથી મુંબઈના રસ્તા ઉપર હોય તો રસ્તામાં વડોદરા, ભરુચ, સુરત, નવસારી... આ બધું આવે. પાલનપુર, હિંમતનગર, આબુ નહીં. આટલી સમજણ તમારી એકદમ ચોક્ખી છે. આ જ સમજણને 'રોડ' પોલિસી દ્વારા અધ્યાત્મક્ષેત્રે લાગુ પાડવાની છે.

જગતની દરેક વ્યક્તિ સુખાભિલાષી હોય છે. સુખ માટે જ તે પ્રવૃત્તિ કરી રહેલ હોય છે. પણ, શાસ્ત્રકારો એટલું જ કહેવા માંગે છે કે તમારે સુખ મેળવવું હોય તો સુખ સુધી પહોંચાડે તેવા રસ્તે મુસાફરી કરવી પડશે. સુખ સુધી પહોંચાડનારા રસ્તે છો કે બીજા જ કોઈક ભળતા રસ્તે છો ? - તેનો નિર્ણય તો કરો ! સુખ મેળવવા જે રસ્તો તમે સ્વીકારેલ છે તેમાં જો વચલા બસસ્ટોપ તરીકે અશાંતિ, અસમાધિ, કષાય, અસ્વસ્થતા... આ બધું જ આવતું હોય તો તે સુખનો માર્ગ કેવી રીતે ? જે માર્ગે શાંતિ, સમાધિ વગેરે વચલા બસસ્ટોપ તરીકે આવે તે માર્ગ સુખનો હોય કે જે માર્ગે અશાંતિ, અસમાધિ વગેરે વચલા

બસ સ્ટોપ તરીકે આવે તે સુખનો માર્ગ હોય ? ગુસ્સો કરીને તમે સુખ મેળવવાનો પ્રયત્ન કર્યો. પણ, ગુસ્સો કરવા દ્વારા અશાંતિ અને અસમાધિ જ આવે તો તે ગુસ્સો સુખનો માર્ગ કેવી રીતે કહી શકાય ? બીજાની સાથે છેતરપિંડી કરવી, કોઈકને અન્યાય કરવો, ક્રોધ કરવો – આ સુખના માર્ગ ઉપર આવનારા બસસ્ટોપ નથી. કારણ કે આ બધાં દ્વારા સરવાળે તો અશાંતિ અને અસમાધિ જ પ્રાપ્ત થાય છે. તે સંસારમાર્ગના, દુઃખ-દુર્ગતિના માર્ગના વચલા બસસ્ટોપ છે.

જીંદગીના વહી ગયેલા વરસોનો હિસાબ તપાસી જાઓ. સુખ મેળવવા માટે જ દરેક પ્રવૃત્તિ કરી હોવા છતાં જીવનમાં સુખની મંઝિલ આવી કે નહિ ? સુખની વાત તો દૂર છે. શાંતિ મળી ? સમાધિ મળી ? જો શાંતિ અને સમાધિ પણ પ્રાપ્ત નથી થઈ તો તે રસ્તે આગળ વધતા સુખ મળે તેવી શક્યતા શી ? અમદાવાદથી નીકળ્યા બાદ જો રસ્તામાં આબુ આવે તો તે રસ્તે આગળ વધતા મુંબઈ આવે તેવી કોઈ શક્યતા નથી. તો પછી જે પણ રસ્તે આગળ વધતા અસમાધિ, સંક્લેશ વગેરે જ આવે તે રસ્તે સુખ મળે તેવી કોઈ શક્યતા નથી. દુઃખના માર્ગમાં જ અશાંતિને અને અસમાધિને સ્થાન છે, માટે, સાવચેત થઈ જજો. આટ-આટલા વરસો પછી પણ જો અશાંતિ અને અસમાધિ જ પ્રાપ્ત થઈ હોય તો નિશ્ચિત સમજી રાખજો કે તમે દુઃખના માર્ગે છો.

આ દુઃખના માર્ગેથી તાત્કાલિક પાછા વળી જાઓ. ગુસ્સો એ સુખનો માર્ગ નથી, દુઃખનો માર્ગ છે. તમે સુખ મેળવવા માટે ગુસ્સો કરો છો. પણ હકીકતે તેના દ્વારા સુખ નહીં, દુઃખ જ મળવાનું છે. માટે, હજુ પણ જાગી જવા જેવું છે. એક વાર ક્ષમા, નમ્રતા, સરળતા, ઉદારતા... આ બધા ગુણોને અપનાવી તો જુઓ. શાંતિ અને સમાધિ મળીને જ રહેશે. શ્રમણ ભગવાન મહાવીર મહારાજાએ સુખને મેળવવા માટે ક્ષમા-નમ્રતાનો જ રસ્તો અપનાવ્યો છે. એટલે જ ઢગલાબંધ ઉપસર્ગોની ઝડી વચ્ચે પણ શાંતિ અને સમાધિ જ પરમાત્માને પ્રાપ્ત થયા છે. એ રસ્તે ચાલીને જ પરમાત્માએ શાશ્વત સુખને સંપ્રાપ્ત કર્યું.

લક્ષ્ય તો સહુનું એક જ છે – સુખ ! પણ, અનાદિ કાળના

મિથ્યાત્વના પ્રભાવે સુખના રસ્તા તરીકે ગુસ્સાને, છેતરપિંડીને, અન્યાયને... આવા દુષ્ટ તત્ત્વને જ સ્વીકારેલ છે. એટલે જ મંઝિલ એક હોવા છતાં માર્ગ બદલાઈ જવાથી છેલ્લે તો દુઃખ જ ભોગવવાનો વારો આવ્યો છે. હવે આ અવળા માર્ગે ચડી જવાની ભૂલ નથી કરવી - આટલો સંકલ્પ પણ ખરો કે નહીં ? જો અંતરથી સ્વીકાર થાય કે 'અશાંતિ અને અસમાધિ જ જ્યાં ડગલે ને પગલે મળે છે, તે આ ગુસ્સા વગેરે સુખનો માર્ગ હોઈ શકે નહીં', તો સાચા રસ્તે ચાલવાનો ઉત્સાહ પ્રગટે. જે રસ્તે ચાલો છો તે 'ખોટો છે' - આવી બુદ્ધિ જ જો નહીં પ્રગટે તો તે રસ્તે મુસાફરી અટકાવી સાચા રસ્તે મુસાફરી કરવાનો ભાવ જ ક્યાં જાગવાનો ?

સુખનો સાચો રસ્તો બતાવવા માટે જ આ રોડ પોલિસીનું સર્જન થયું છે. અનંતા તીર્થંકરોએ જે સુખ મેળવ્યું તે જ સુખ આપણને સૌને જોઈએ છે. તો પછી તે માટે અનંતા તીર્થંકરો જે રસ્તે ગયા તે રસ્તે જ જવું રહ્યું ને ? જો આ રસ્તે પણ સુખ મળી શકતું હોત, ગુસ્સો કરી કરીને પણ અંતે સુખની પ્રાપ્તિ થતી હોત તો પરમાત્માએ શા માટે તે જ રસ્તો ન બતાવ્યો ? સ્વયં ન અપનાવ્યો ? જે રસ્તે પરમાત્માએ અને અનંતા જીવોએ શાશ્વત સુખ મેળવ્યું તે જ રસ્તે સુખ મળવાનું છે. આજ કે કાલ સુખ મેળવવા માટે તે રસ્તો અપનાવ્યા વિના છૂટકો જ નથી.

રસ્તાને કોઈ પક્ષપાત નથી. પણ, જો તમે મુંબઈના રસ્તાને વળગી રહ્યા, તે રસ્તા ઉપરથી ચલાયમાન ન થયા તો મુંબઈ આવીને જ રહેવાનું છે. અને આબુના રસ્તે ગયા, તો આબુ પણ આવીને જ રહેવાનું છે. પછી તે અટકાવી શકાતું નથી. તેમ જો અશાંતિ અને ઉકળાટના માર્ગે જ ગયા, ગુસ્સાને જ સુખનો રસ્તો માની તેનું જ સેવન કર્યું તો દુઃખ આવ્યા વિના રહેવાનું નથી. તથા જો ક્ષમા, નમ્રતાના રસ્તે આગળ વધ્યા તો સુખ આવ્યા વિના રહેવાનું નથી. તીર્થંકર જેવા તીર્થંકરને પણ ક્ષમા દ્વારા જ અનંતસુખધામ સ્વરૂપ મોક્ષ મળેલ છે તો આપણા જેવાને ક્રોધ દ્વારા અનંતસુખધામ સ્વરૂપ મોક્ષ મળે તેવી કોઈ શક્યતા

ખરી ? અમદાવાદથી આબુના રસ્તે જતાં મુંબઈ આવે જ ક્યાંથી ?

ટૂંકમાં, આ પોલિસી એટલું જ કહે છે કે -
'દુનિયાદારીમાં રસ્તો તમે તમારી મંજિલ પ્રમાણેનો જ પસંદ કરો છો. અમદાવાદથી મુંબઈ જવા માટે આબુનો રસ્તો પકડવાની ભૂલ નથી જ કરતા તો સુખ મેળવવા માટે, જે રસ્તે ક્રોધ-અશાંતિ-અસમાધિ જ વચલા પડાવ તરીકે પથરાયેલા છે તે, દુઃખમાર્ગને શા માટે પસંદ કરો છો ? અશાંતિ અને અસમાધિ જ્યાં મળે તે રસ્તો તો દુઃખનો જ છે. ત્યાં સુખ મળે તેવી શક્યતા શી ? તેથી સુખ જો જોઈતું હોય તો આજથી જ ક્ષમાની દિશામાં આગળ વધજો. કારણ કે સુખ મળશે તો આ ક્ષમાની દિશામાં આગળ વધવાથી જ મળશે.'

'રોડ' પોલિસીના આ સંદેશાને વહેલી તકે આત્મસાત્ કરી શાશ્વત સુખધામમાં પહોંચીએ.

દિલના દિવાને બૂઝવી દેતો
સૂસવતો પવન = ક્રોધ.
- **રોબર્ટ ઈન્ગરસોલ.**

૬૦

'ડાયવર્ઝન' પોલિસી

અમદાવાદથી મદ્રાસ કે મિઝોરમ જવા નીકળેલા માણસના રસ્તામાં એક પણ ડાયવર્ઝન ન જ આવે ? કે આવે ? તે ખૂબ લાંબી મુસાફરી છે. માટે, ડાયવર્ઝન તો આવવાના જ. પણ, એ ડાયવર્ઝન કેટલા કિલોમીટરના હોય ? ૧૦૦, ૧૫૦, ૨૦૦ કિ.મી.ના કે પછી ૧૦-૨૦ કિ.મી. ના ? અને એટલે જ ડાયવર્ઝન તમને ખટકે કે સ્વાભાવિક લાગે ? અનાદિ કાળથી મોક્ષની મુસાફરીએ આપણે સહુ નીકળ્યા છીએ. એમાં આ મનુષ્યભવરૂપી નેશનલ હાઈવે ઉપર અત્યારે આપણી ગાડી ચાલી રહી છે. એમાં જે દુઃખો આવે છે તે ડાયવર્ઝન જેવા છે. બહુ નાનો પટ્ટો છે. શાંતિથી, હાયવોય કર્યા વગર એટલો પટ્ટો પસાર કરી દો પછી અસંખ્યકાળનું દેવલોકનું અને ત્યાર બાદ અનંતકાળનું મોક્ષનું સુખ હાજર જ છે.

જેમ ડાયવર્ઝનના સમયે ગાડી સાચવીને ચલાવવી પડે છે, તેમ દુઃખના સમયે મનને સાચવી લેવાનું છે. ડાયવર્ઝનને છોડી દો તો મંઝિલ મળે તેવી શક્યતા નથી. ઉપાય એ છે કે ડાયવર્ઝનને સાચવીને પસાર કરી દો. તેમ દુઃખથી ભાગતા જ રહેશો તો મોક્ષ મળી નહીં જાય. પણ દુઃખને જો સમતાભાવે સહન કરશો તો મોક્ષ મળે તેવી શક્યતા છે.

વળી, દુઃખ કેટલા વર્ષો સુધી આવવાનું છે ? જો દુઃખમાં સમતા ટકાવી તો આ જીંદગી પછીની જીંદગીમાં તો સુખ હાજર જ છે ને ! જો આ ભવના દુઃખમાં હાયવોય કરી તો બીજું વધારે સમયનું દુઃખ હાજર થઈ જશે. દુઃખને તો સમતાભાવે સહી લેવું - તે જ સૌથી શ્રેષ્ઠ માર્ગ છે. દુઃખમાં આવી જતી અસ્વસ્થતા, ગુસ્સો.... આ બધું ડાયવર્ઝન વિભાગમાં ગાડી છોડીને જંગલની દિશામાં દોટ મૂકવા જેવું છે.

નેશનલ હાઈવે ઉપર આગળ કાંઈક અવરોધ હોય તો જ ડાયવર્ઝન આવે ને ? તેમ, તમારા સુખના માર્ગે આગળ વધવામાં કોઈ નુકસાનની શક્યતા હોય ત્યારે તો કુદરત તમારા માર્ગમાં દુઃખના ડાયવર્ઝન ગોઠવે છે. તેને શાંત ચિત્તે પસાર કરી દો.

કોઈ અપમાન કરી જાય, તમારી આજ્ઞાનું ઉલંઘન થાય, દુકાન-ધંધામાં ખોટ જાય... આ બધાં દુઃખના પ્રસંગોએ શાંતિથી, મનને સાચવીને પસાર થઈ જવાનું છે. ક્રોધ તો ડોકાવો જ ન જોઈએ !

ટૂંકમાં, આ 'ડાયવર્ઝન' પોલિસી એટલું જ કહે છે કે - 'આ ભવમાં આવતા દુઃખો તો ક્ષણ વારના છે. એને શાંતિથી, સ્વસ્થ મગજે સહી લે તો ચિરકાલનું સુખ હાથવગું છે. મનને પ્રસન્ન રાખી લે, સુખ હાથવેંતમાં છે.'

ડાયવર્ઝન પોલિસીના આ સંદેશાને હૃદયથી અભિનંદી દરેક પરિસ્થિતિમાં મનને પ્રસન્ન રાખવામાં સફળતા મેળવો, શીઘ્રતયા ક્રોધ ઉપર વિજય પ્રાપ્ત થાઓ !

૬૧

'ઇનવિઝીબલ પાવર' પોલિસી

અન્યાયના, અપમાનના પ્રસંગોમાં ગુસ્સો થઈ જ જાય છે, રહી શકાતું નથી - તેની પાછળ કારણ શું ? જો થોડું આત્મનિરીક્ષણ કરશો તો ચોક્કસ કારણ જણાશે કે અન્યાય-અપમાન વગેરેના પ્રસંગોમાં લગભગ આવા પ્રકારની વિચારધારા ચાલતી હોય છે - 'આ અપમાન સહન કરી લઈશ. તેનો ફાયદો શું ? લોકોમાં તો મારું ખરાબ જ દેખાશે ને ? લોકો તો એમ જ સમજશે કે આવો આક્ષેપ પણ આ વ્યક્તિએ સહન કરી લીધો. માટે ચોક્કસ એનામાં જ કશીક ગરબડ હશે. બાકી જવાબ કેમ ન આપે ? અને જો એક વાર આને ચૂપ કરી દઈશ તો બીજી વાર કોઈનું પણ અપમાન કરતા દસ વાર વિચાર કરશે.' બસ ! આ જ પ્રકારની માત્ર દુન્યવી સમીકરણોને જ લક્ષ્યમાં લઈ ચાલતી વિચારધારાને અપનાવી ગુસ્સો કરી બેસો છો. હવે, આ દુન્યવી પદાર્થોને જ કેન્દ્રમાં લઈને ચાલતી વિચારધારા છોડી દો.

અદૃશ્ય પરિબળ, અદૃશ્ય શક્તિ ઉપર ભરોસો રાખો. સારા ભાવથી સારી પ્રવૃત્તિ કરશો તો તેનું પરિણામ ચોક્કસ સારું જ આવશે. કોઈએ તમારું અપમાન કર્યું, છતાં તમે તે સહન કરી લીધું તો કદાચ તે વખતે લોકોના મનમાં બીજા-ત્રીજા વિચારો આવી શકે છે. પણ,

તમે જો અંદરથી પ્રામાણિક અને નિર્દોષ હશો તો તે આક્ષેપ, અપમાન, અન્યાય વગેરેને સ્વસ્થ ચિત્તે સહન કરવાનું અંતિમ પરિણામ તો અવશ્યમેવ સુંદર જ હશે. કારણ કે એક અદૃશ્ય પરિબળ આ બધી બાબતોના લેખાજોખા રાખે છે. અપમાનને સહન કરવા દ્વારા અનંતા કેવલજ્ઞાનીઓની નજરમાં તમે તમારી છાપ સારી પાડી, તેની નજરમાં તમે ઊંચકાયા - આ મોટો ફાયદો નથી ? અદૃશ્ય પરિબળની નજરમાં તમારી જાત ઊંચકાતી હોય પછી લોકોને ભલે ને જે બોલવું હોય તે બોલે. લોકો જેના માટે સારું બોલે તેને પરલોકમાં સદ્‌ગતિ જ મળે અને લોકો જેના માટે ખરાબ બોલે તેને પરલોકમાં દુર્ગતિ જ મળે - તેવું તો નથી જ.

સીતામૈયા માટે લોકોએ ગમે તે વાત કરી. છતાં સીતામૈયા બધાં અપમાનને ખમી બારમા દેવલોકના ઈન્દ્ર તરીકે ગોઠવાઈ ગયા ! લોકોની વાતોને આટલું વજન આપવું જ શા માટે ? માત્ર આ લોકમાં વાહ વાહ થઈ જાય તેવા જ કામ તમારે થોડા કરવાના છે ? દૃષ્ટિ પરલોક તરફની રાખો. પરલોક સદ્ધર થાય તેવા કામો કરવાના છે. પછી ભલે ને લોકો તેમાં નારાજ થાય, ભલે ને લોકો જેમ-તેમ બોલે. જેમ જેમ અન્યાયના પ્રસંગોમાં સમતાને સમાધિ ટકાવશો, તેમ તેમ પ્રભુના દિલમાં તમારું સ્થાન ઊંચકાતું જાય છે, પ્રભુનો પ્રસાદ વરસે છે. આ વાત ભૂલાય નહિ તો ક્રોધ પલાયન જ થઈ જાય.

ગુંડો સામે દેખાતો હોવા છતાં તમારી બાજુમાં જો પોલિસ હોય તો તમને ડર કેટલો ? પોલિસ બાજુમાં હોવાનો તમને એક પાવર હોય છે. કદાચ પોલિસ સિવિલ ડ્રેસમાં હોય છતાં એની એક હૂંફ તમને અનુભવાય છે. તેવી જ રીતે અપમાનની હારમાળા વચ્ચે રહેવા છતાં, ઢગલાબંધ અન્યાયના પ્રસંગો વચ્ચે પણ જો પ્રભુની હૂંફ હોય, 'પ્રભુ મને બચાવશે, જેટલી સમતા રાખીશ તેટલા મારા પ્રભુ વધુ પ્રસન્ન થશે, તેમનો મારા ઉપર પ્રસાદ વધુ ને વધુ વરસશે....' આવી વિચારધારા હોય તો ક્રોધ થાય નહીં. આંતરચક્ષુથી આ વાત સમજી શકાય તેવી છે. બહારની ચામડાની આંખથી આ વાત જોઈ - સમજી નહીં શકાય.

ક્ષમાનું અદૃશ્ય પરિબળ મારા આત્માનું અદ્‌ભુત કવચ છે. તેના વિના ભવચક્રમાં તમારા આત્માની કોઈ સલામતી નથી. જો ક્ષમા પ્રત્યે આવી દૃષ્ટિ હોય તો જ તે રાખવા માટેની સન્મતિ પ્રગટે !

ટૂંકમાં,

આ 'ઈનવિઝીબલ પાવર' પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે કે - 'જે દેખાય છે તેટલું જ સાચું છે' - તેવું નથી. ન દેખાતી એવી ઘણી વસ્તુઓ સાચી છે. આ દેખીતી દુનિયાની પાછળ ન દેખીતી એવી પણ એક દુનિયા છે. આ લોક કરતાં ય પરલોક વધુ સાચવવા યોગ્ય છે. જો અન્યાય-અપમાનના પ્રસંગોમાં સમતા જાળવી શક્યા તો અદૃશ્ય પરિબળની નજરમાં તમારી જાત ચોક્કસ ઊંચકાશે. અનંત કેવલજ્ઞાનીઓની અમીનજર તમારા ઉપર જરૂર પડશે. પછી સહુની નજરમાં તમને પ્રમોશન મળશે. ક્રોધ કરવાના દેખીતા ફાયદા કરતાં આ ફાયદાઓ શું મોટા નથી ?'

'ઈનવિઝીબલ પાવર' પોલિસીના આ સંદેશાને વહેલી તકે આત્મસાત્ કરી લેવા જેવો છે. **કોઈક અદૃશ્ય પરિબળ તમારા સર્વતોમુખી ઉત્થાનને ઝંખી રહ્યું છે. ચલો, જલદી કરો !**

✺

ક્રોધમાં કરેલી પ્રવૃત્તિ
લગભગ તો ખોટી અને
નુકસાનકારી જ હોય છે.
- **ક્રિસ્ટોફર પાઈક**

'શિકારી' પોલિસી

આ પોલિસી ક્રોધનું સ્વરૂપ ઓળખાવે છે અને તેના દ્વારા તેનાથી બચવાનો રસ્તો પણ બતાવી દે છે. ક્રોધ એ શિકારી જેવો છે. જેમ શિકારી પક્ષીને ફસાવવા માટે દાણાની લાલચ આપે છે તેમ આ ક્રોધ પણ તમને ફસાવવા માટે દાણા નાંખશે. તમને લાગશે કે ક્રોધ કરીશ તો મારો રોફ વધી જશે, બધાં મારી શેહમાં આવી જશે, બધાં મારું કહ્યું માનશે, મારો કંટ્રોલિંગ પાવર વધી જશે... આ બધાં દેખાતા ફાયદા ક્રોધે નાંખેલા દાણા જેવા છે. જેમ શિકારીએ નાંખેલા દાણા ખાનાર પક્ષી જાળમાં ફસાયા વિના રહેતો નથી. અને પરિણામે એને પોતાનો જાન ગુમાવવો પડે છે તેમ ક્રોધ રૂપી શિકારીએ નાંખેલા દાણા ખાનારા ભવચક્રમાં ફસાયા વિના રહેતા નથી.

તમે ક્રોધ કરો એટલે ઘરમાં એક ધાક જામી જાય, કોઈ તમારી ભૂલ કદાપિ કાઢે નહીં, ઘરમાં તમને પૂછ્યા વિના કોઈ કશું કરે નહીં, બધાં તમારાથી ડરે, તમારો કંટ્રોલિંગ પાવર બધા ઉપર કામ લાગે... ક્રોધના આવા આવા દેખીતા સારા ફળો તમને દેખાય છે. ક્રોધે જ આ દાણા નાંખ્યા છે. જો ક્રોધના આ દાણા જોઈ લલચાઈ ગયા અને દાણા ખાવા ગયા તો જાળમાં ફસાઈ ગયા વિના રહેવાના નથી. પરશુરામે

૭ વાર પૃથ્વીને નિઃક્ષત્રિયાણી કરી. આખા જગત ઉપર ધાક જમાવી દીધી. જગતના તમામ ક્ષત્રિયો પોતાના એકલાથી હારી ગયા અને મોતને શરણ થયા. નાનું છોકરું પણ પોતાનું નામ સાંભળી રડતું બંધ થઈ જતું. સહુ પોતાને માન આપે છે - ક્રોધના આટ-આટલા ફાયદા મળ્યા. પણ પરિણામ ? ૭મી નરકનું જાલિમ દુઃખ ! આખી દુનિયાને ધ્રૂજાવવાની જે ક્ષણજીવી મજા લેવા ગયો તેના પરિણામે ૭મી નરકમાં ચિરકાળ માટેની સજા ઠોકાઈ ગઈ.

જે જે પણ મજા ક્રોધ કરવા દ્વારા મળે છે તે કબૂતરને શિકારીના દાણા ખાવા દ્વારા મળતી મજા બરાબર છે. એક-બે પળની તે મજા માણ્યા બાદ જાળમાં ફસાવું પડશે. કબૂતર દાણા ખાવાની ભૂલ કરે તો તેણે એક જ ભવ ગુમાવવાનો થાય છે. પણ, ક્રોધના દાણા ખાવાની ભૂલ કરનારના તો અનેક ભવો અને કદાચ અનંતા ભવો બગડે છે. ''એકવાર એને ય બતાવી દઉં, એ બેટો ય જીંદગીભર યાદ રાખે કે - 'મને'ય સવાશેર મળ્યો'તો, શેરના માથે સવાશેર હોય છે ખરા.' બીજી વાર આવું બોલતા લાખવાર વિચાર કરે'' - આવા પ્રકારના ટેમ્પરરી લાભને, ફાયદાને નજર સમક્ષ રાખનારી મનોવૃત્તિ જો રાખશો તો કદાચ ટેમ્પરરી મજા મળશે. પણ પછી પરમેનેન્ટ દુઃખ આવ્યા વિના નહીં રહે ! અનંતા ભવોનું દુઃખ લમણે પટકાયા વિના રહેવાનું નથી.

જે કબૂતર અનાજના દાણાની મજા છોડે તે અનાજના દાણાની મજા નથી છોડતો, પરંતુ પોતાને ખતમ કરી દેનાર, પોતાનો જાન લઈ લેનાર સજાથી બચી જાય છે. જો 'મારો રોફ જામી જાય, મારો રુઆબ પડે, બધાં મારી શેહમાં રહે....' આવા પ્રકારની ટેમ્પરરી મજા છોડવાની તૈયારી આવે તો અનંત કાળ સુધીની રખડપટ્ટીની સજામાંથી પણ તે છૂટી જાય છે. *'खणमित्तसोक्खं, चिरकालदुक्खं'* ક્રોધનું સુઃખ ક્ષણ વારનું છે. તેના દ્વારા ઉત્પન્ન થતું દુઃખ અનંત કાળમાટેનું છે. જો ક્ષમા રાખશો, તો અનુત્તરનું ૩૩ સાગરોપમનું સુદીર્ઘ આયુષ્ય હાથવગું છે. અને ક્રોધ પણ જો અતિની હદે કર્યો તો ૭મી નરકનું ઉત્કૃષ્ટ આયુષ્ય પણ ૩૩ સાગરોપમનું જ છે. ક્ષમામાં કદાચ થોડા સમયનું દુઃખ મળશે.

પણ, લાંબા ગાળે તો લાંબા સમયનું સુખ જ છે. જ્યારે ક્રોધ કરવા દ્વારા કદાચ થોડા સમયનું સુખ મળી જશે. પણ, અંતે તો લાંબા સમયનું દુઃખ જ છે. પસંદગી તમારા હાથમાં છે. પરિણામ તે પસંદગીના અનુસારે જ મળશે.

સી.એ.ની પરીક્ષા આપનાર પરીક્ષા નજીક આવતી હોય ત્યારે કોઈ મફતમાં પિક્ચરની ટિકિટ આપે છતાં પિક્ચર જોવા જશે નહીં. હોટેલમાં ખાવાનું, બહાર ફરવાનું... આ બધી મજા છોડી દેશે. કારણ ? સમજે છે કે અત્યારે થોડા સમયના આ સુખો છોડી દઈશ તો પછી આખી જીંદગીનું સુખ છે. જો આ નાના-નાના સુખો પાછળ સમય ગુમાવી સી.એ.ની પરીક્ષા ગુમાવી બેઠો તો દુઃખ લાંબા સમયનું છે. આ રીતે જ જો કંટ્રોલિંગ પાવરનું, રોફ-રુઆબનું સુખ મેળવવા ગયા તો ૩૩ સાગરોપમનું સુખ ઝૂંટવાઈ ગયા વિના રહેવાનું નથી. આપોઆપ ૩૩ સાગરોપમના દુઃખનો દાવાનળ પેસી જવાનો છે.

જો આ સજા આંખ સામે તરવરે તો કદાપિ બે ઘડીની મજા માણવાની ઈચ્છા થાય નહીં. તંદુલિયો માછલો, ખાલી મનની બે ઘડીની મોજ માણવા જાય અને પરિણામે ૩૩ સાગરોપમની ભયાનક સજા માથે વહોરી લે ! બીજા ઉપર આધિપત્ય જમાવવાની વૃત્તિ, મને પૂછ્યા વિના કોઈ કામ ન કરે તેવી વૃત્તિ... આ બધી વૃત્તિ દ્વારા અભિમાનના સુખને મેળવવા ગુસ્સો કરી બેઠા તો દુઃખનું વિશ્વ તમારી રાહ જોઈ રહ્યું છે.

ટૂંકમાં, 'બે ઘડીના બદલે થોડા લાંબા સમયનો વિચાર કરી ક્રોધને તિલાંજલિ આપવામાં જ શ્રેય છે' - આ વિચારને દૃઢ કરી જલદી અમલમાં મૂકો ! - 'શિકારી' પોલિસીનો આ સંદેશો જીવનમાં આત્મસાત્ થઈને રહો !

૬૩

'શિલ્પી' પોલિસી

અનેક લોકોએ થૂંકી થૂંકી જે પથ્થરને લાલચોળ કરી મૂક્યો હતો, તે પાનના ગલ્લાની બાજુનો જ પથ્થર એક શિલ્પીની નજરે ચડ્યો. કોણ જાણે એ પથ્થરમાં એને શું દેખાયું કે એણે પાનના ગલ્લાવાળા પાસેથી એ પથ્થર માંગી લીધો. થોડા દિવસો બાદ પાનના ગલ્લાની બાજુમાં જ એક પથ્થરની હરાજી થઈ અને ૫૪૦૦ ડોલરના આસમાની ભાવે તેનું વેચાણ થયું. આ સમાચાર પાનના ગલ્લાવાળાને પણ મળ્યા. એણે બીજે દિવસે એ શિલ્પીને કહ્યું - 'તમે ગજબ શિલ્પી છો ! આટ-આટલી ઉચ્ચ કૃતિઓ બનાવી શકો છો !' શિલ્પીએ કીધું - 'અરે દોસ્ત ! તારા કારણે તો આટલા ડોલર મળ્યા.' 'મારા કારણે ?' 'હાસ્તો ! તેં જે પથ્થર આપ્યો તેના તો આટલા ડોલર મળ્યા !' 'હેં ! એવું તો તમે એમાં શું નાંખી દીધું કે એના આટલા ડોલર ઉપજ્યા ?'

શિલ્પીએ કીધું - 'એ પથ્થરમાં મેં તો કશું પણ ઉમેરવાનું કામ નથી કર્યું. ફક્ત એના જે જે ખરાબ ભાગો હતા તે દૂર કરી નાંખ્યા. અને પથ્થરમાં જે પડેલું જ હતું તે પ્રગટ થઈ ગયું !' આ શિલ્પી એટલે જ વિશ્વવિખ્યાત માઈકલ એન્જેલો ! પથ્થરમાં પડેલા અદ્‌ભુત શિલ્પને શિલ્પી માત્ર ઉજાગર જ કરે છે. માટે શિલ્પી પથ્થરનો દુશ્મન નથી,

દોસ્ત છે ! શિલ્પી ક્યારેય બરફમાં મૂર્તિ નહીં ઘડે, કે બદામી કોલસાને પણ હાથ નહીં લગાડે. એ તો આરસના ટુકડાને જ હાથ ઉપર લેશે. માટે શિલ્પી જે પત્થર ઉપર નજર કરે તે પથ્થરનું તે સૌભાગ્ય છે, દુર્ભાગ્ય નથી. કારણ કે શિલ્પીની નજર જેવા તેવા ઉપર નથી પડતી.

શિલ્પી માટીના ઢેફા ઉપર કે બદામી કોલસા ઉપર ટાંકણા નથી લગાવતો. તેનો મતલબ એ નથી કે શિલ્પીને માટીના ઢેફા ઉપર રાગ છે. તથા આરસને ટાંકણા મારે છે, તેનો મતલબ એ નથી કે શિલ્પીને આરસ ઉપર દ્વેષ છે. બાહ્ય જગતનું આ સમીકરણ જેટલું સરળતાથી ગળામાં ઉતરી જાય છે તેટલી સરળતાથી આંતર જગતમાં આ સમીકરણ ગળાની નીચે ઉતરતું નથી. 'પાપ કરનારા ઘણા બધાં હોવા છતાં આપત્તિઓ કોઈના ઉપર નહીં અને હું થોડો ઘણો ધર્મ કરું છું, છતાં મારી ઉપર આપત્તિઓનો વરસાદ વરસે છે. બસ ! ભગવાનને હું એક જ દેખાઉં છું' - આજ કાલ આવા પ્રકારની વિચારધારા લગભગ માણસોમાં જોવા મળતી હોય છે.

દરેકને એમ લાગે છે કે મારા ઉપર જ આટલી બધી તકલીફો શા માટે ? પણ તે વખતે શું આ વાત યાદ નથી આવતી કે 'શિલ્પી જેવી કર્મસત્તા મને ટાંકણા મારે છે. તેને મારા ઉપર વિશ્વાસ છે કે આને ટાંકણા મારીશ એટલે એમાંથી અદ્‌ભુત કલાકૃતિ સર્જાઈને જ રહેશે. ક્રોધથી વિકૃત થવાને બદલે આમાંથી ક્ષમાદિ ગુણોની અદ્‌ભુત નકશી જ પ્રગટશે. અને એટલે જ કર્મસત્તાએ મારી પસંદગી કરી છે. બીજા બધાં ઉપર એને વિશ્વાસ નહીં હોય. માટે જ તે બીજા કોઈના પણ ઉપર આપત્તિઓને વરસાવતી નથી. મારે આ આપત્તિઓમાં પણ ક્ષમા વગેરેને અપનાવવા દ્વારા તેના વિશ્વાસને સાચો ઠેરવવો છે.' આવી વિચારધારા કદાપિ પ્રગટી કે નહીં ? હવે પ્રગટશે ? જો આરસના પથ્થર ઉપર જ ટાંકણા મારવા છતાં શિલ્પીને તેના ઉપર દ્વેષ નથી તો 'પરમાત્માને, ધર્મસત્તાને, કર્મસત્તાને હું એક જ દેખાઉં છું' - આવું માનવાને અવકાશ ખરો ?

રિક્ષાવાળો તમને છેતરીને વધારે ફેરવી રૂા. ૨૦ના બદલે રૂા. ૨૫ માંગે તો તે વખતે મન અસ્વસ્થ કરવાની જરૂરત ખરી ? તમને ખબર હતી કે આ રસ્તે આવવામાં રીક્ષામાં રૂા.૨૦ જ લાગે છે છતાં જ્યારે એ રૂા. ૨૫ માંગે છે તો આપી દો. શું ફરક પડી જવાનો છે ? એણે તમારી સાથે છેતરપિંડી કરી છે છતાં તેને સહી લેશો તો કોઈ તકલીફ તો નથી પડવાની ને ? રીક્ષાવાળાના માધ્યમે કર્મસત્તાએ એક ટાંકણું લગાવ્યું છે - એમ સમજી લો ! જો રીક્ષાવાળો તમને ખબર જ ન પડે તે રીતે છેતરી ગયો તો તે મૂર્ખામી છે. પણ, તમને ખબર પડી છતાં તમે તેને જતો કરો તો તે તમારી સરળતા છે. **મૂર્ખામી લાવવાની જરૂરત નથી. પણ, સરળતા તો હોવી જ જોઈએ.**

'ગમે તેવી પરિસ્થિતિનો મારે સ્વીકાર કરવો છે' - આ વાતને અંદરમાં વારંવાર ઘૂંટો. એક વાત ધ્યાનમાં રાખવા જેવી છે કે **જે વિચારમાં તમે ઊંડા ઉતરશો તે વિચાર તમારામાં ઊંડો ઉતરશે.** વારંવાર આ વિચારો કે 'દરેક પરિસ્થિતિ મારા માટે કલ્યાણકારી છે. સ્વીકારમાં સુખ છે, ઈન્કારમાં દુઃખ છે.' જો આ વિચારમાં તમે ઊંડા ઉતર્યા તો આ વિચાર પણ તમારામાં ઊંડો ઉતરી જશે. જો સમતા-સમાધિ ટકાવી શક્યા તો દરેકે દરેક પ્રસંગ તમારા માટે કલ્યાણકારી જ છે.

ટૂંકમાં, 'આપત્તિની બૌછાર માત્ર તમારા ઉપર જ વરસે તે તમારા સૌભાગ્યની નિશાની છે. એમાં જો સમતા-સમાધિ ટકાવી શક્યા તો પરમાત્મા તમને નવાજવાના છે. અધ્યાત્મ જગતમાં તમારી કિંમત વધી જશે' - શિલ્પી પોલિસીના આ સંદેશાને આત્મસાત્ કરવા દ્વારા ક્રોધને નાકામિયાબ બનાવો. આ જ આ માનવભવની અદ્‌ભુત ફલશ્રુતિ છે. આગળ વિકાસ કરવા માટે સૌથી પહેલાં ક્રોધને જડમૂળથી ઉખેડવો અત્યંત અનિવાર્ય છે. આજથી અને હમણાંથી જ તે પ્રયત્ન શરૂ કરીને જ રહો !

'કેપિટલ' પોલિસી

તમારા સારા ઘરની બાજુમાં જ આલિશાન બંગલો હોય અને એ બંગલાના માલિક સાથે તમારે જિગરજાન મૈત્રી હોય. પણ એક વાર દિવાળીના દિવસોમાં બહુ જૂના કાગળિયાઓ હાથમાં આવતા તમને ખબર પડે કે 'આ આલિશાન બંગલાના અસલ માલિક તમારા પૂર્વજો છે. બાજુવાળાના પૂર્વજોએ ગેરકાયદેસર તે પચાવી પાડ્યો છે.' હવે એ બંગલો મેળવીને રહો કે નહીં ? એક વાર ખબર પડે કે આ આલિશાન બંગલો એ તો તમારી અસ્કયામત છે. પછી, જિગરજાન મૈત્રીની પણ ઐસીતૈસી કરીને તમે તે બંગલો લઈને જ રહો છો. ગમે તેટલો જિગરજાન મિત્ર જો તમારો બંગલો દબાવીને બેસે તો તેની સાથેની તમારી મૈત્રી પળવાર પણ ન ટકે.

આ જ વાત ક્રોધને પણ લાગુ પડે છે. અત્યાર સુધી તમે ક્રોધને તમારો જિગરજાન મિત્ર માન્યો છે. પણ, એ ક્રોધ તો તમારી ક્ષમાની મૂડીને, કેવળજ્ઞાનની કેપિટલને દબાવીને બેઠો છે. ક્ષમા વગેરે તમારી મૂડી છે. ક્રોધ એને દબાવનાર છે. આજે આ વાત તમે સમજી ગયા છો. હવે ક્રોધની પાસેથી ક્ષમાને આંચકી લેવામાં વાર કેટલી ? જેટલો ગુસ્સો કરશો તેટલી ક્ષમાને વધુ ને વધુ તે આંચકે રાખશે. હવે ક્રોધ

સાથે દોસ્તી હરગિજ ન હોય. ગમે તે રીતે તેની પાસેથી ક્ષમાને લઈને-છોડાવીને જ છૂટકો છે.

સમકિતના પાંચ લક્ષણોમાં સૌથી પહેલું લક્ષણ શમ = ક્ષમા છે. જો ક્ષમા ગુમાવી તો સમ્યક્ત્વ ગુમાવ્યું. અને સમ્યક્ત્વરૂપી રત્નને ગુમાવ્યા બાદ ચૌદ રાજલોકમાં એ જ રઝળપટ્ટી અને રખડપટ્ટી !!! સમકિત મળ્યા વિના મોક્ષ મળે તેવી કોઈ શક્યતા નથી. અને ક્ષમા વિના સમકિત મળે તેવી કોઈ શક્યતા નથી.

એટલે જ **શ્રીહરિભદ્રસૂરિ** મહારાજ ક્ષમાને મુક્તિની દૂતી જણાવી રહ્યા છે. તમામ શાસ્ત્રોનો સાર જેવી રીતે નવકાર છે, તેવી રીતે સમસ્ત સાધુપણાનો સાર ક્ષમા છે. સંપૂર્ણ સાધુતાના સારભૂત ક્ષમાને દબાવી રાખનાર ક્રોધ સાથે દોસ્તી ટકાવવાની હોય કે દોસ્તી તોડી નાંખવાની હોય ? પણ, હજુ સુધી ક્ષમાની ખરી મહત્તા સમજાઈ જ નથી. કદાચ બુદ્ધિથી સમજાઈ છે તો અંતરથી સ્વીકારાઈ નથી.

ક્ષમા તો પ્રભુને ચડાવવા માટેનું ભાવપુષ્પ છે. દ્રવ્ય ફૂલથી દ્રવ્યપૂજા તો ઘણી વાર કરી. હવે ક્ષમાદિગુણોના ભાવ પુષ્પથી ભાવ પૂજા કરવી છે. આ ભાવપૂજા કરી નથી. માટે, અત્યાર સુધી રખડપટ્ટી ચાલુ જ છે. જો ખરા અંતરથી આવા પ્રકારની ભાવ પૂજા કરવામાં આવે તો મોક્ષ હાથવેંતમાં જ છે. અત્યાર સુધી ક્રોધની ઘણી સરભરા કરી છે. જ્યારે તે ઈચ્છે ત્યારે તેને આતમઘરમાં સામૈયા સાથે લાવ્યા છીએ. જેટલી ક્ષમાની લૂંટ કરે તેટલી કરવા દીધી છે. હવે એ પ્રવૃત્તિ બંધ કરી દેવી છે. દરેક પ્રસંગોમાં ક્ષમાને આત્મસાત્ કરવી છે.

ટૂંકમાં, 'પૈસાની કેપિટલને દબાવનારની સાથે દુશ્મનાવટ વહોરીને પણ પૈસા તમે પાછા મેળવીને જ રહો છો. તેમ ક્ષમાની મૂડીને દબાવનાર ક્રોધની સાથે દુશ્મનાવટ કરીને પણ હવે ક્ષમાની મૂડી પાછી લીધે જ છૂટકો !' - કેપિટલ પોલિસીના આ સંદેશાને સ્વીકારી તાત્કાલિક ક્ષમાની કેપિટલ પાછી લેવા પ્રયત્નશીલ બની રહો !

'ડ્રામા' પોલિસી

નાટકમાં રામ અને રાવણ આમને સામને ગોઠવાયા હોય, બન્ને એકબીજા ઉપર શસ્ત્ર ફેંકતા હોય છતાં શું એ બન્નેને પરસ્પર વૈર છે ? ગુસ્સો છે ? નાટક પતે પછી તો એ જિગરજાન દોસ્ત છે ! સંસાર આખો એક નાટક જેવો છે. ગઈકાલનો દુશ્મન આજે જિગરજાન દોસ્ત હોઈ શકે છે. જાની દુશ્મન પણ જિગરજાન મિત્ર થઈ જાય છે. અને જિગરજાન મિત્ર પણ જાની દુશ્મન થઈ જાય છે.

એક વાત સમજી રાખો કે દરેકે દરેક આત્મા સિદ્ધ જેવા જ છે. તેમાં નથી રાગ, નથી દ્વેષ, નથી અન્યાય કરવાનો પરિણામ ! જ્યારે કોઈ તમારું અપમાન કરે ત્યારે તેના આ મૂળભૂત દ્રવ્યને નજર સમક્ષ રાખો. વર્તમાનમાં જે અન્યાય તે કરી રહ્યો છે, તે તો નાટક સમાન છે. હકીકતમાં એના આત્મામાં આવો અશુભ પરિણામ છે જ નહીં.

જેમ ડ્રામામાં રાવણ ઉપર ગુસ્સો કરનાર રામમાં તેના પ્રત્યે વાસ્તવમાં કશો જ દ્વેષ ભરેલો નથી. રાવણ ઉપર તેને કશું વૈર નથી. પણ મૈત્રી જ છે. તેમ દરેક આત્માને હકીકતમાં કોઈના પણ પ્રત્યે ગુસ્સો, વૈર કે તેવું કશું હોઈ જ શકે નહીં. અંદરમાં મૈત્રી હોવા છતાં

નાટકમાં જેમ રામ અને રાવણ ગુસ્સે થાય છે, એમ આ જગતના જીવો પણ અંદરમાં મૈત્રી હોવા છતાં નાટક જેવા આ સંસારમાં મારા ઉપર ગુસ્સે થાય છે. એને મગજમાં ન લેવાનું હોય. નાટકની વાતને થોડી મગજમાં લેવાય ? એને તો ભૂલી જવાનું હોય. નાટકમાં કોઈ ગુસ્સો કરે તો સામે ગુસ્સો થોડો કરવાનો હોય ? કારણ કે હકીકતમાં તેના આત્મામાં ગુસ્સો છે જ નહીં. એના આત્મામાં ક્ષમા જ ભરી પડી છે. તો શા માટે તમારે એના ઉપર ગુસ્સો કરવો ?

તથા દીકરા-દીકરી ઉપર અનિવાર્યપણે જ્યારે ગુસ્સો કરવો જ પડે, ત્યારે પણ આ પોલિસી કામમાં આવી શકે. નાટકમાં ગુસ્સો કરતી વખતે જેમ અંદરમાં ગુસ્સો ન હોય, માત્ર બહારમાં ગુસ્સાનો દેખાવ હોય તેમ દીકરા-દીકરી કોઈક આડા રસ્તે ચડી ગયા હોય, ગુસ્સો કરવો જ પડે તેવો હોય ત્યારે માત્ર ગુસ્સાનો દેખાવ ઊભો કરવો, જેથી તે સુધરી જાય. અંદરથી ગુસ્સામાં ભળવું નહીં. 'મગજ એટલું ગરમ થઈ ગયું હોય કે પછી તે સમયે જે કોઈ પણ આવે તે તમામ ગુસ્સાનો ભોગ બની જાય' - આ વાત બિલકુલ યોગ્ય ન કહી શકાય.

ટૂંકમાં, આ ડ્રામા પોલિસી એટલું જ કહે છે કે - '(૧) સામેવાળી દરેક વ્યક્તિ સિદ્ધ સ્વરૂપી છે. જો એ અત્યારે તમારું અપમાન કરી રહ્યો હોય તો પણ તેના અંતરમાં, તેના આત્મામાં તો પરમાર્થથી અપમાનનો ભાવ, દ્વેષનો ભાવ નથી જ. માટે તેના ઉપર ગુસ્સો ન શોભે ! શું નાટકમાં કરાતું અપમાન વગેરે ગુસ્સાપાત્ર બને છે ? નહીં જ ને ? કારણ કે નાટકમાં અપમાન કરતી વખતે અંદરમાં દ્વેષનો પરિણામ નથી. બસ, તેવી જ રીતે અંતરમાં, આત્મામાં દ્વેષનો પરિણામ ન હોય તો પછી ગુસ્સો કરી રહી હોય તેવી વ્યક્તિ ઉપર તમે શા માટે ગુસ્સે થાઓ છો ? તેણે કરેલા અપમાનને ભૂલી જ જાઓ.

(૨) અનિવાર્યપણે ગુસ્સો કરવો પડે ત્યારે અંદરથી તેમાં ભળો નહીં !' ડ્રામા પોલિસીના આ સંદેશાને અપનાવવા દ્વારા સંસાર નાટકનો વહેલી તકે અંત આવે - એવી સાચા હૃદયની ભાવના.

'ડિફોલ્ટર' પોલિસી

તમારી કોઈક અનુકૂળતા ન સચવાઈ, કંઈક કષ્ટ ભોગવવું પડ્યું કે મગજ તરત ગરમ ! સહેજ કોઈક ટોન્ટમાં સંભળાવી ગયું એટલે ગુસ્સો આવ્યો જ સમજો ! રામુએ કંઈક ભૂલ કરી કે એને ખખડાવ્યે જ છૂટકો ! સાવ ધૂળ જેવા બહાના હેઠળ તમે તમારી મનની સ્વસ્થતા ગુમાવી દો છો. ક્યારેય વિચાર્યું છે ખરું કે આ રીતે માનસિક સ્વસ્થતા ગુમાવવા દ્વારા, ગુસ્સો કરવા દ્વારા અધ્યાત્મ જગતમાં હું દેવાદાર બની રહ્યો છું ? આંતરિક અઢળક મૂડી એક વારના ગુસ્સાથી સાફ થઈ જાય છે, ભારેખમ દોષોનું દેવું ઊભું થાય છે. વર્ષોની કરેલી આરાધનાઓને આ ગુસ્સો સળગાવી નાંખે છે. એક વખતનો પણ ગુસ્સો તમારું કેવું ભયંકર નુકસાન કરે છે તે ખ્યાલમાં ખરું ?

ક્રોધ એકલો નથી આવતો, એની પાછળ દોષોની ફોજ આવે છે. એક વાર ગુસ્સામાં આવીને કંઈક બોલી ગયા પછી તેના બચાવ માટે માયા આવે, જૂઠ આવે... અને કહેવાય છે કે અતિક્રોધ કામવાસનાને તેડું આપે છે. વિશ્વભૂતિએ ગાયને ઉછાળી પાછી ઝીલી લીધી. ક્રોધાવેશમાં જૂની ઘટનાઓ તાજી થઈ અને નિયાણું કરી લીધું. એક ક્રોધે જીંદગીભરની સંયમજીવનની સાધના સાફ કરી દીધી. પરંપરાએ ૭મી નરકનું સર્જન કરી દીધું.

ક્ષમા એ વાસનાનું વાત્સલ્યમાં રૂપાંતરણ કરે છે. સામે ક્રોધ એ વાસનાને નોંતરે છે. ક્રોધના પનારે પડેલા માણસનું સર્વતોમુખી પતન થાય છે. આર્થિક, સામાજિક, આધ્યાત્મિક... બધી રીતે એ પતનની ખાઈમાં જઈ પડે છે ! કશી જ દિશાનો વિકાસ એના માટે શક્ય નથી બનતો. પોતાના નિકટના સગામાં પણ તે અપ્રિય થઈ પડે છે.

સંદેશ સ્પષ્ટ છે કે જો ક્રોધના પનારે પડ્યા તો બધી રીતે દેવાદાર થયે જ છૂટકો છે. પુણ્યના જોરે કદાચ બાહ્ય નુકશાન ન થાય તો પણ આધ્યાત્મિક નુકસાની પારાવાર છે. ક્રોડ ક્રોડ પૂર્વનું સંયમજીવન આ ક્રોધના માધ્યમે નિષ્ફળ જાય છે. ક્રોડ પૂર્વની સંયમજીવનની સાધના એટલે કે આરાધનાનો મેરુપર્વત જ જોઈ લો. છતાં ક્રોધના લીધે બધું સાફ ! માસક્ષમણના પારણે માસક્ષમણ કરનાર અગ્નિશર્માની બધી સાધના એકમાત્ર આ ગુસ્સાના કારણે સાફ થઈ ગઈ. કમઠ અને મરુભૂતિ તરફ નજર નાંખશો તો પણ આ જ હકીકત જોવા મળશે. **અધ્યાત્મજગતમાં દેવાદાર થવાનો શોર્ટકટ એટલે જ ક્રોધ. કઠોરમાં કઠોર સાધનાને ક્ષણ વારમાં નિષ્ફળ કરી દેતું પરિબળ એટલે જ ક્રોધ !**

આપત્તિ ગમે તેવી આવે, પ્રતિકૂળતા ગમે તેવી આવે છતાં ક્ષમા ટકાવી રાખવી છે - આ જીવનનું લક્ષ્ય બનાવી દો તો કંઈક ક્રોધથી છૂટકારો મળી શકશે. પૂર્વાચાર્યો તરફ થોડી નજર કરશો તો સ્પષ્ટ ખ્યાલ આવી જશે કે ગમે તેવી પ્રતિકૂળતા આવે છતાં તેને હસતે મુખડે સહેવામાં જ સહુએ પોતાનું કલ્યાણ જોયું છે. પ્રતિકૂળતાને હસતે મુખે સહેનારા આજના કાળમાં પણ છે જ. **ભચાઉ-કચ્છના બંધડી** ગામમાં રહેતા **ખેતી**બેન ! આંખમાં શકચૂર નામનું જીવડું જતું રહ્યું. અસહ્ય પીડા જાગી ઉઠી. છતાં ક્ષમાશીલ ખેતીબેને સમભાવે સહી લીધું. ભયંકર પીડાને હાયવોય વિના વેઠી લીધી. એક હરફ મોઢામાંથી નહીં ઉચ્ચાર્યો. યાદ કરો **હિંમતભાઈ બેડાવાળા**ને કે આખી રાત મંકોડાઓ ખોતરી-ખોતરીને આખા પગને લોહીલુહાણ કરી દે છતાં કાઉસ્સગ્ગમાં લીનતા જરા પણ ઘટે નહીં, એ જ સ્વસ્થતા અનુભવાય. આવા સાધકો નજીકના

જ ભૂતકાળમાં થઈ ગયા છે. મતલબ કે પ્રતિકૂળતાને સહેવું એ આ કાળમાં, આ સંઘયણમાં અશક્ય તો નથી જ. મનોબળ દૃઢ કરવાની જરૂરત છે.

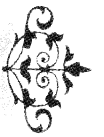
હવે બહાના કાઢવાનું છોડી દો. એક લક્ષ્ય સાથે તકલીફો સહેવાનું શરૂ કરો. પ્રસન્નતા ટકાવવાનું નક્કી કરો. ગમે તે પ્રસંગમાં પ્રસન્નતા, સ્વસ્થતા અકબંધ રહે તે માટેના સઘન પ્રયાસો શરૂ કરો. બાકી આ ક્રોધ તો તમારી પાયમાલી નોતરી લાવશે. બધી રીતે પાયમાલ કરી દેશે. અધ્યાત્મ જગતની તમારી પાયમાલી તો સંસારમાં અનંત કાળની રખડપટ્ટી વધારી દેશે. ભવિષ્યમાં સારો માનવભવ, સારું કુળ, સારું શરીર... આ બધી મોક્ષપ્રાપક સામગ્રી મળશે શી રીતે ? ક્ષમા, નમ્રતાની કમાણી વિના તો ભવિષ્ય અંધકારમય જ છે. માટે હવે ક્રોધને આજથી જ તિલાંજલિ આપવાનું શરૂ કરી દો !

ટૂંકમાં, આ પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે કે 'જો અધ્યાત્મજગતમાં દોષોના દેવાદાર ન થવું હોય, સર્વતોમુખી પતનનો ભોગ ન બનવું હોય તો ક્રોધને વહેલામાં વહેલી તકે દેશવટો આપે જ છૂટકો છે !'

ડિફોલ્ટર પોલિસીનો આ સંદેશ જીવનમાં ક્રોધને દૂર કરવા માટેનો અમોઘ મંત્ર બની રહો !

૬૭

'રીવર' પોલિસી



યુધિષ્ઠિરને બધાં પૂછતા - કેમ ? મઝામાં છો ? વારંવારના આ પ્રશ્નના જવાબમાં યુધિષ્ઠિર કહેતા -

लोकः पृच्छति वार्तां मे, शरीरे कुशलं तव ?
कुतः कुशलमस्माकम् ? आयुर्याति दिने दिने ॥

મતલબ કે, લોકો મને પૂછે છે - તમારા શરીરે કુશળતા તો છે ને ? પણ, અમારા જેવાને કુશળતા હોય ક્યાંથી ? કારણ કે આયુષ્ય તો પ્રતિદિન, પ્રતિક્ષણ ઘટતું જ જાય છે. સમય હાથમાંથી સરકતો જ જાય છે. જે સમય ગયો તે હવે ફરી આવવાનો નથી. જે દિવસ અને જે મહિનાઓ પસાર થઈ ગયા હવે તે પાછા આવવાના નથી. એકનો એક સમય કદાપિ બે વાર આવતો નથી. **You can never step twice in the same river.** જેમ એક જ નદીમાં બે વાર પગ મૂકી શકાતો નથી તેમ એક સમયને કદાપિ બે વાર અનુભવી શકાતો નથી.

પ્રતિપળ આયુષ્યમાં સતત ઘટાડો જ થઈ રહ્યો છે. શાસ્ત્રકારો આને આવીચિ મરણ તરીકે ઓળખાવે છે. પ્રત્યેક પળે મોત તમારી નજીક આવી રહેલ છે. થોડા ઘણા સમય માટે આ સંસારમાં સહુ ભેગા

થઈ ગયા છીએ. તો શા માટે કોઈને દુશ્મન માનવા ? ૫૦-૬૦ વર્ષની જીંદગીમાં દુશ્મનાવટ પેદા કરીને કરવું છે શું ? પ્રત્યેક પળ હાથમાંથી જતી દેખાય તો જ આ માનવભવની ખરી કિંમત સમજાય. મોત તો દરેક સમયે તમારા દરવાજાને ખટખટાવતું ઊભું જ છે. કયે સમયે એ તમને પકડી લેશે તે કશું જ કહી શકાતું નથી. તો પછી શા માટે કોઈની સાથે વૈરની ગાંઠ બાંધી પરભવ અને આ ભવ બન્નેને બગાડવા. **શાંતસુધારસકાર** આ જ વાતને મસ્ત શબ્દોમાં રજૂ કરી રહ્યા છે.

कियद्दिनस्थायिनि जीवितेऽस्मिन्,
किं खिद्यते वैरिधिया परस्मिन् ?

મતલબ કે હે મનવા ! ચાર દિ'ની ચાંદની જેવી આ જીંદગી છે. કેટલાક દિવસો આ માનવભવના મળ્યા છે. એ આ દુર્લભ દિવસોમાં બીજા ઉપર દુશ્મનની બુદ્ધિ કરી શા માટે ખેદ પામે છે ? બીજાને દુશ્મન માની શા માટે ખેદ, ઉદ્વેગ કરે છે ? આ જગતમાં કોઈ મારું દુશ્મન નથી, સહુ મારા મિત્રો જ છે - આ ભાવનાને ભાવ ! મારું અપમાન કરનારા, મને અન્યાય કરનારા સહુ મારા દોસ્ત જ છે - આવી બુદ્ધિ અંતરથી ઉત્પન્ન કરી ક્ષમા કેળવ તો કંઈક કલ્યાણ થશે.

ટૂંકમાં, આ 'રીવર' પોલિસી એટલું જ કહે છે કે - 'નદીમાં જે પાણી વહી ગયું તે પાછું આવવાનું નથી. તેમ જે દિવસો અને પળો વહી જાય છે, તે પાછી આવવાની નથી, પ્રત્યેક ક્ષણો કિંમતી છે. એ પળોમાં શા માટે કોઈના પ્રત્યે દુશ્મનની બુદ્ધિ પેદા કરી એ પળોને તું નિરર્થક બનાવે છે ? મૈત્રી અને ક્ષમા કેળવવામાં જ ક્ષણોનું સાર્થક્ય છે.'

'રીવર' પોલિસીનો આ સંદેશો ખળખળ વહેતા પાણી જેવું નિર્મળ મન બનાવશે કે જેમાં ક્રોધની કલુષિતતા પ્રવેશેલી ન હોય, ક્ષમાની નિર્મળતા જ સર્વત્ર વ્યાપ્ત હોય !!!

૬૮

'પેઈન્ટર' પોલિસી

અબ્રાહમ લિંકન જાહેરમાં પોતાના દુશ્મનોના વખાણ કરી રહ્યા હતા. અબ્રાહમ લિંકનની પ્રશંસક એક બાઈથી આ વાત સહન ન થઈ. સભા બાદ તે લિંકનને મળી અને પૂછ્યું કે 'તમે આ શું કરી રહ્યા હતા ? દુશ્મનને ખતમ કરવાના હોય કે આ રીતે છાવરવાના હોય ? તમારા દુશ્મનને જ તમે તમારા હાથે મજબૂત બનાવો છો ? આ પ્રશંસા કરવા દ્વારા તમે શું કરતા હતા તેની તમને જાણકારી છે ?' લિંકને શાંતિથી જવાબ વાળ્યો - 'હું મારા દુશ્મનોને ખતમ તો કરી રહ્યો હતો !', 'પ્રશંસા કરવા દ્વારા ?', 'હાસ્તો', 'કેવી રીતે ?',

'જાહેરમાં આ રીતે તેમની પ્રશંસા કરીશ એટલે તેમની મારા માટેની દુશ્મનાવટની ગાંઠ ઢીલી પડશે, પાતળી પડશે અને એમ કરતા કરતા સમૂળગી નાશ પામી જશે. દુશ્મનમાં રહેલી મારા માટેની દુશ્મનાવટ નાશ પામી એટલે દુશ્મન પણ નાશ જ પામ્યો ને !'

કદાચ સામેનો દુશ્મન ન પણ સુધરે તો ય દુશ્મનનો નાશ તો થવાનો જ છે. કારણ કે દુશ્મન બીજું કોઈ નથી. પણ, આપણું પોતાનું દુષ્ટ મન એ જ દુશ્મન છે. જેમ દુર્જન = દુષ્ટ જન થાય તેમ દુશ્મન = દુષ્ટ મન ! દુશ્મનની પણ પ્રશંસા કરવા દ્વારા તમારા મનની દુષ્ટતા,

તમારું દુષ્ટ મન તેને તો તમે ખતમ જ કરી રહ્યા છો ! આ કેવી ઉન્નત વિચારધારા ! કામ, ક્રોધ, વાસના, લાલસા, નિંદા, તિરસ્કાર વગેરેથી દુષ્ટ થયેલું મન એ જ જો દુશ્મન તરીકે લાગે તો ગુસ્સો કરાય કોના ઉપર ? ગુસ્સો કરવો જ હોય તો આવા પ્રકારના આપણા જ દુષ્ટ મનની ઉપર કરો કે જેથી એની દુષ્ટતા ધોવાઈને જ રહે.

આપણી અંદર રહેલા કામ-ક્રોધાદિ દોષો જ આપણા દુશ્મન છે કે જેણે આપણને અનંત કાળ ભવચક્રમાં રખડાવ્યા છે. ભારે વેદનાઓ આપી છે. ખરા દુશ્મન તો એ છે. યુદ્ધ કરવું હોય તો આની સાથે કરો. કામ-ક્રોધાદિ એક એક શત્રુઓને મૂળથી ઉખેડીને ફેંકી દો. બહારના દુશ્મનો સાથે શા માટે લડાઈ કરો છો ? તાકાત જ અજમાવવી હોય તો એક વાર ક્રોધને જડમૂળમાંથી ઉખેડીને ફેંકી તો દેખાડો ! બહારના હજારો દુશ્મનોને એકલે હાથે ખતમ કરવા કરતાં પણ અંદરના એક દુશ્મનને ખતમ કરવો અઘરો છે. **ઉત્તરાધ્યયન સૂત્રકાર** એટલે જ ફરમાવી રહ્યા છે ટકોર ચાંપી.

अप्पाणमेव जुज्झाहि, किं ते जुज्झेण बज्झओ ।

તારા આત્માની સાથે જ યુદ્ધ કર, બહાર યુદ્ધ કરવાથી સર્યું !

'ક્રોધાદિથી દુષ્ટ મન એ જ દુશ્મન છે' - આવું અંદરથી સ્વીકારાય છે ખરું ? જૈન શાસનમાં પ્રવેશ મળ્યો એટલે આપણે સહુ સાધક થયા. જે મોક્ષમાર્ગને સાધે તે સાધક. સાધકના મનમાં કામ-ક્રોધાદિ એક પણ શત્રુ ન શોભે. એણે તો મનને એકદમ સાફ રાખવું જ રહ્યું. જેમ વાસણ વગેરેની દુકાનમાં ધૂળ ઉડતી હોય તો નુકસાન નથી. પણ, પેઈન્ટરે તો ધૂળથી સતત સાવચેત રહેવું પડે છે. એના માટે સફાઈ અનિવાર્ય છે. બાકી ઉડતી ધૂળ એના ચિત્રને બગાડ્યા વિના રહે નહીં. મતલબ કે પેઈન્ટરની દુકાનમાં ધૂળ હરગિઝ ન ચાલે. તેમ સાધકના મગજમાં પણ ક્રોધાદિની ધૂળ બિલકુલ ચાલી ન શકે. સાધક પેઈન્ટર જેવો છે. માનવભવાદિ ઉત્તમોત્તમ સામગ્રી સાધનાનું પેઈન્ટીંગ કરવા માટે મળી છે. હવે, તેમાં ક્રોધાદિ ધૂળ પ્રવેશે તો એ ચિત્રને બગાડ્યા વિના ન રહે. આત્મામાં અદ્‌ભુત કલાકૃતિનું સર્જન કરવાનું

છે, અદ્‌ભુત ચિત્ર સર્જવાનું છે. તેમાં ક્રોધાદિ ધૂળ સખત બાધક છે.

ટૂંકમાં, પેઈન્ટર પોલિસી એટલું જ કહે છે કે -

'જેમ અદ્‌ભુત કલાકૃતિનું, ચિત્રનું સર્જન કરતા ચિત્રકાર માટે ધૂળથી દૂર રહેવું અનિવાર્ય છે, આજુબાજુની જગ્યા સ્વચ્છ હોવી જરૂરી છે તેમ અદ્‌ભુત ચિત્રનું સર્જન કરવા માટે ક્રોધાદિથી દૂર રહેવું આત્મા માટે જરૂરી છે. બાકી મહામહેનતે દોરેલી સુંદર કલાકૃતિ બગડી જતા વાર નથી લાગતી. ચલો ! આજથી જ ક્રોધનો એક અંશ પણ મનને લાગી ન જાય તેની તકેદારી રાખવામાં લાગી જઈએ.'

પેઈન્ટર પોલિસીના આ સંદેશાને આત્મસાત્ કરવા દ્વારા ક્રોધથી મુક્ત બની વહેલી તકે મનની સુંદર કલાકૃતિનું નિર્માણ થાય, શાંતિ અને પ્રસન્નતા હાથવગી થાય - એ જ કામના.

✺

પોતાના ગુસ્સાને વ્યાજબી
ઠેરવવાની વૃત્તિથી
ગુસ્સો વધુ બળવાન થાય છે,
જે સર્વનાશ તરફનું પ્રથમ પગથિયું છે.

- **ઈયન ગાર્ડનર.**

૬૯

'વઠેલ સ્ત્રી' પોલિસી

અત્યંત ઝઘડાખોર પત્ની મળી હતી. રોજે રોજ ભારે ક્લેશ. નાનું કંઈક બહાનું મળ્યું નથી કે એનું મગજ ફાટ્યું નથી. પતિદેવે ઘણી ધીરજ અને સમાધિ ટકાવી રાખી હતી. બહારમાં કોઈને આ બાબતની કશી જ ગંધ ન હતી. એક વાર પતિદેવનો જન્મ દિવસ નજીકમાં હતો અને બધાં મિત્રોએ આગ્રહ કર્યો કે આ વખતે તો ઘરે પાર્ટી આપવી જ પડશે. હોટેલમાં પાર્ટી રાખવાની વાત કરી છતાં મિત્રોને ભાભીના હાથની જ રસોઈ ખાવી હતી. આખરે મિત્રોની સામે નમતું જોખવું પડ્યું. પાર્ટી આપવાની વાત નક્કી થઈ ગઈ. પોતે સમજે છે કે ઘરમાં જો આ લોકો આવ્યા તો બધી વાત ખુલ્લી પડી જશે. પતિદેવે ઘરે આવી પોતાની અર્ધાંગનાને (!) ૫૦૦-૫૦૦ની કડકડતી પાંચ નોટ આપીને માંડ માંડ સમજાવી. આખરે એ પણ તૈયાર થઈ. પણ, એક શરત મૂકી કે - હું તમારી માત્ર ૫૦ આજ્ઞા માનીશ. એનાથી વધારે એક પણ નહીં.

પતિદેવ તો રાજી થઈ ગયા. ૫૦ આજ્ઞા સુધી તો કોઈ વાંધો હતો જ નહીં. પાર્ટીનો દિવસ આવ્યો. પતિએ એક પછી એક આજ્ઞા કરવાની શરૂ કરી. પત્ની પણ કહ્યાગરી હોય તેમ એક પછી એક દરેક

આજ્ઞાનું પાલન કરતી જ ગઈ. બધાં મિત્રો પણ આશ્ચર્યચકિત થઈ ગયા. પોતાની પત્નીને આટલી કહ્યાગરી થયેલી જોઈ પતિદેવ પણ ખુશ થઈ ગયા. એક પછી એક આજ્ઞાઓ છોડતા જ ગયા. થાળી લાવ, ચમચી લાવ... અને અચાનક અંદરથી જોરદાર અવાજ આવ્યો.. 'શું છે તમારે ? તમારી નોકરાણી છું કે આમ આજ્ઞા કર્યે જ જાઓ છો ? આ તમારી ૫૧મી આજ્ઞા છે - ખબર છે ?' મિત્રો તો આ સાંભળીને હેબતાઈ જ ગયા !!!

પુણ્ય આવી વંઠેલ સ્ત્રી જેવું છે. એનું માપ નક્કી છે. જો આડેધડ એનો વપરાશ કરવા ગયા તો ક્યારે તે દગો આપી દે તે કહી શકાય તેમ નથી. અને પુણ્ય સૌથી વધારે ખરચાતું હોય તો ક્રોધ દ્વારા ! એક વાત સમજી રાખજો કે તમે ક્રોધ કરો છો માટે સામેવાળો તમારી વાત માની જાય છે કે તમારા કંટ્રોલમાં રહે છે - તેવું નથી. પણ, તમારું પુણ્ય છે માટે તમારું ગાડું ચાલે છે. પુણ્ય વિનાનો ગુસ્સો તો નિષ્ફળ જ છે. પુણ્યવાન માણસો જ સફળ ગુસ્સો કરે રાખતા હોય છે. પણ, ખ્યાલમાં નથી કે આ એક એક ગુસ્સો મારા પુણ્યને અંદરથી ફોલી ખાય છે. **જે દિવસે આ પુણ્ય 'દગો' આપશે ત્યારે તમને 'ગોદ' આપનાર આ દુનિયામાં કોઈ નહીં હોય !**

દીકરા-દીકરી કે નોકરને આડેધડ રીતે આજ્ઞા કરતા હો તો એક વાત મગજમાં નોંધી રાખજો કે તમારું પુણ્ય લિમિટેડ છે. માનો કે દીકરા કે દીકરી તમારી ૫૦૦, ૧૦૦૦, ૧૦૦૦૦ આજ્ઞા જ માનવાના છે. તેનાથી વધુ નહીં. નાની નાની બાબતોમાં આજ્ઞા કરી કરી પુણ્ય ખર્ચી નાંખ્યું હશે તો પછી જ્યારે ખરેખર તમને જરૂર હશે ત્યારે એ તમારી એક પણ આજ્ઞા માનવા તૈયાર નહીં હોય. પુણ્યની રમત તદ્દન બ્લાઈંડ છે. ક્યારે તે દગો આપે તે ખબર નથી. બહારની દુનિયાના સૂર્યોદયની અને સૂર્યાસ્તની તો સચોટ આગાહી કરી શકશો. પણ, પુણ્યનો સૂર્યોદય તો રાત્રે ૧૨ વાગે પણ થઈ શકે છે. તો તેનો સૂર્યાસ્ત ભરબપોરે ૧૨ વાગે પણ થઈ શકે છે. જો સાચવી સાચવીને તેનો વપરાશ કરશો તો તે છેક સુધી સાથ આપશે. બાકી એ વચ્ચે દગો આપ્યા વિના નહીં રહે.

એક વાર પુણ્ય પરવારે પછી તમારો સંસાર નરક કરતાં ય ભયંકર લાગે એવો છે. માટે, ક્રોધ જ્યારે પણ આવે ત્યારે નજર સમક્ષ એક વાત રાખો કે જો ક્રોધ કર્યો તો અઢળક પુણ્ય વપરાઈ જવાનું છે. પછી વંઠેલ સ્ત્રીની જેમ ક્યારે તે દગો આપશે, હાથ ઊંચા કરી દેશે ? તેનો કોઈ ભરોસો નથી. માટે, એક પણ વાર ક્રોધ કરતા પહેલા લાખ વાર વિચાર કરજો.

ક્રોધ કરી-કરીને કોઈની પાસે તમારી વાત મનાવવાનો મતલબ પણ શો ? ટિપુ સુલતાનના શબ્દોમાં વિચારીએ તો કહી શકાય કે **૧૦૦ વર્ષ ઘેંટાની જેમ જીવવા કરતાં ૧ દિવસ સિંહની જેમ જીવવું સારું. તો ૧૦૦ વર્ષની ક્રોધની જીંદગી કરતાં ક્ષમાની ૧ દિવસની જીંદગી વધુ સારી છે. આ વાત ઉપર ભરોસો ખરો ?**

ટૂંકમાં,

'વંઠેલ સ્ત્રી' પોલિસી એટલું જ કહેવા માંગે છે કે '૫૦મી આજ્ઞા ક્યારે આવશે ? તેની કોઈ આગાહી પુણ્યની બાબતમાં થઈ શકતી નથી. પુણ્યને તો સાચવીને વાપરવામાં જ કલ્યાણ છે. ક્રોધ તો પુણ્યનો બેફામ વેડફાટ છે. એક વાર દિનચર્યા તપાસી જો જો, પુણ્યનો કરકસરપૂર્વકનો ઉપયોગ છે કે બેફામ ? જો બેફામ હોય તો તમારી કાલ સલામત નથી.'

'વંઠેલ સ્ત્રી' પોલિસીના આ સંદેશાને પકડી ક્ષમા રાખવા દ્વારા એક પુણ્યબેંકનું નિર્માણ કરીએ કે જે આવતા ભવે મોક્ષપ્રાપક તમામ સામગ્રીઓનો ભેટો કરાવીને જ રહે !

૭૦

'પેશન્ટ' પોલિસી

અત્યાર સુધીની તમામ પોલિસી તમે તો જ ખરા અર્થમાં અપનાવી શકશો જો તમે આ પોલિસીને અપનાવી હશે. ક્રોધ તમને જો દર્દ તરીકે લાગે અને તમારી જાત તમને દર્દી તરીકે લાગે તો જ આગળની ૬૯ પોલિસી દ્વારા ક્રોધની ચિકિત્સા કરાવી શકશો. લાંબી લાઈનમાં ઊભા રહી માંડ માંડ ડોક્ટર સાથે મુલાકાત થાય ત્યારે દર્દી ડોક્ટરને એમ કહેશે કે - 'કેમ છો ? ડોક્ટર સાહેબ ! મઝામાં છો ? બહુ જાડા થઈ ગયા લાગો છો !' શું એ અલકમલકની આવી વાતો કરશે કે એને પોતાના રોગની જ પડી હોય ? દર્દી ડોક્ટર પાસે દવા લેવા માટે, દર્દ કાઢવા માટે જાય છે. એને એ વાતની ખબર છે. માટે જઈને એ અલકમલકની વાતો નહીં કરે, પણ ચિકિત્સા જ કરાવશે.

હવે તમારી જાતને એક પ્રશ્ન પૂછો - તમે કદી દર્દી બનીને દેવ-ગુરુ પાસે ગયા છો ખરા ? કદી પોતાના દર્દ પ્રત્યે ચિંતા વ્યક્ત કરી છે ખરી ? દવા માંગી છે ખરી ? હજુ ક્રોધનો રોગ શા માટે નથી જતો ? - તેવી પીડાપૂર્વકની રજૂઆત કરી છે ખરી ? તેવો પ્રયત્ન કર્યો છે ખરો ? જો તમને સાચા અર્થમાં 'પેશન્ટ' બનતા

આવડે તો પણ તમારો બેડો પાર થઈ જાય. **જેટલો ત્રાસ રોગને વિશે અનુભવાય છે, તેટલો ત્રાસ ક્રોધાદિ દોષોને વિશે અનુભવાય તો જ ક્રોધાદિ દોષોની ખરા અર્થમાં ચિકિત્સા થઈ શકે, ક્રોધાદિ દોષોથી મુક્તિ મળી શકે.** હીરો ઘોઘે જઈ આવ્યો અને ડેલે હાથ દઈ પાછો આવ્યો - આવી પરિસ્થિતિ ન સર્જાય તેની તકેદારી રાખવાની છે. આવો દુર્લભ માનવભવ, ઉત્કૃષ્ટ દેવ-ગુરુ-ધર્મની પ્રાપ્તિ, આર્યકુળ વગેરે ઉત્તમોત્તમ સામગ્રી પામીને પણ જો કશું જ મેળવવાનું ન હોય, જો કશો જ ફાયદો થતો ન હોય તો આ માનવભવ મળ્યો તેનો મતલબ શું ? ક્રોધનો રોગ ખતમ કરવો જ છે. તેને ખતમ કરવા માટેના નક્કર પગલા ભરવા જ છે. આવો કોઈક સંકલ્પ પ્રગટે અને તેને સાકાર કરવા નક્કર પ્રયાસો આરંભાય તો જ કંઈક ઠેકાણું પડે, તેવી શક્યતા છે.

અત્યાર સુધીની તમામ પોલિસી એ ક્રોધના રોગને કાઢવા માટેની ચિકિત્સા પદ્ધતિ છે. જો ખરેખર ક્રોધ પ્રત્યે ત્રાસ પ્રગટ્યો હશે. અંતરથી ક્રોધ પ્રત્યે ધિક્કાર પેદા થયો હશે, રોમ રોમમાં ક્રોધ પ્રત્યે બળવો પ્રગટ્યો હશે, ક્રોધની પીડા અંદરમાં અનુભવાતી હશે, તેનાથી છૂટકારો મેળવવાની ઝંખના તીવ્ર બની હશે, હવે તેની સાથે રહેવું, અર્થાત્ ક્રોધ કરવો અસહ્ય થઈ પડતો હશે તો જ પૂર્વેની કોઈક પોલિસી ક્રોધનું તાત્કાલિક ઠેકાણું પાડી શકશે.

'હું દર્દી છું, ક્રોધ મારું દર્દ છે' - આવી સંવેદના જ ક્યાં પ્રગટી છે ? ક્રોધનું દર્દ ખટકે ખરું ? ટાઈફોઈડ ખટકે છે. માટે તેની ચિકિત્સા પદ્ધતિસર કરાવશો, ઉત્સાહથી કરાવશો. પણ, ક્રોધનું દર્દ હજુ એટલું ખટકતું નથી. માટે વારેવારે ઉત્સાહ મંદ પડી જાય છે. વારેવારે ક્રોધને અટકાવવાના પ્રયાસો નિષ્ફળ જાય છે.

જો અંતરમાં ખરેખર ઝંખના પ્રગટી હોય, ક્રોધ દર્દ તરીકે અનુભવાતો હોય, જાત દર્દી તરીકે અનુભવાતી હોય તો જ ક્રોધની અંતિમ ઘડી આવે તેવી શક્યતા છે. તો જ અત્યાર સુધીની કોઈ એકાદ પોલિસી પણ સારી રીતે અપનાવવાનું મન થશે. જો ક્રોધની ખટક મનમાં

પેદા કરવી હોય તો તેના માટે રોજ ૧૫-૨૦ મિનિટ કાઢવી પડશે. જીવનમાં તમે પોતે અનુભવેલા ક્રોધના કડવા ફળોને યાદ કરો. પોતાના શુદ્ધ સ્વરૂપને યાદ કરો. પરમ શીતળતા જેનો સ્વભાવ છે તેને ગુસ્સો શી રીતે હોય ? ઉકળાટ શેનો હોય ? આત્માના મૂળભૂત સ્વરૂપને યાદ કરી કરી, તેને અંતરમાં ઘૂંટી-ઘૂંટી ક્રોધ પ્રત્યે હેયપણાનો = ત્યાજ્યપણાનો પરિણામ પ્રગટાવો. તો ધીરે ધીરે ક્રોધ દર્દ તરીકે સંવેદાશે. આ પુસ્તકના માધ્યમે રોજ ૧૫-૨૦ મિનિટ ક્રોધને લગતી વિચારધારાને અંતરથી જો અપનાવશો તો ક્રોધ જીવનમાં ખટકશે. ક્રોધ તમારી નબળી કડી છે, તેવો અંતરથી એકરાર કરો. કોઈ તમારી ભૂલ સૂચવે તો તેનો પ્રેમથી સ્વીકાર કરો.

તો જ ખરા અર્થમાં ક્રોધ દર્દ તરીકે અનુભવાયું કહેવાશે. અને ક્રોધ જો દર્દ તરીકે અનુભવાય તો જ ખરા અર્થમાં તેને દૂર કરવાનો પ્રયાસ શરૂ થશે.

ટૂંકમાં, આ પેશન્ટ પોલિસી એટલું જ કહે છે કે -

'જે ખરા અર્થમાં દર્દી બન્યા છે, તેનો રોગ તાત્કાલિક નિવૃત્ત થવા લાગે છે, જો યોગ્ય ચિકિત્સા થાય તો. ક્રોધ માટેની યોગ્ય ચિકિત્સા અત્યાર સુધીમાં ઘણી બતાવી. હવે, જરૂરી છે સાચા અર્થમાં દર્દી બનવાનું. જો ક્રોધના દર્દી બનતા પણ આવડે, ક્રોધના દર્દથી ત્રાસ પણ પ્રગટે તો ય ક્રોધનો અંત હાથવેંતમાં છે. નિષ્કષાયી એવી સિદ્ધાવસ્થા નિકટમાં છે.'

પેશન્ટ પોલિસીના આ સંદેશાને વહેલી તકે આત્મસાત્ કરવા દ્વારા ક્રોધમુક્તિને સંપ્રાપ્ત કરી સર્વ કર્મોથી પણ મુક્તિ પ્રાપ્ત કરીએ એ જ ભાવના.

જિનાજ્ઞા વિરુદ્ધ લખાયું હોય તો ત્રિવિધે ત્રિવિધે મિચ્છા મિ દુક્કડમ્

પરમ પદની પ્રાપ્તિમાં આ મંગલ નિમિત્ત બની રહો.

સર્વત્ર આનંદ-મંગલ વિસ્તરો એ જ શુભભાવના.

Serving JinShasan
200415
gyanmandir@kobatirth.org

પ્રકાશક

શ્રી દિવ્યદર્શન ટ્રસ્ટ

MULTY GRAPHICS
(022) 23873222 23884222