

જીવમાત્રને સુખ જોઈએ છે. દુઃખ કોઈને જોઈતું નથી. આ વિશ્વમાં જેટલાં પણ જીવો વિચારી શકે છે તે સૌને સુખી થવાની એકમાત્ર ઈચ્છા જ મહેનત કરાવે છે. સૌને સુખી જ થવું છે છતાં સૌને દુઃખ જ નડે છે. આ સંસારમાં સુખ ન મળે એ બને, દુઃખ ન મળે તે ક્યારેય ન બને. આ સંસારમાં તમને દુઃખ નહીં નડે તો શું મોક્ષમાં નડશે ? આપણો આત્મા મોક્ષમાં નહીં પહોંચે ત્યાર સુધી એને સંપૂર્ણ સુખ મળવાનું નથી. સંસારનું સુખ પરાધીન છે, પુણ્યના ઉદય વિના આ સુખ મળવાનું નથી. સંસારનું સુખ મળ્યા પછી પણ પુણ્ય વિના એ ટકતું નથી. સંસારનું સુખ આપણે ભોગવતા જઈએ તેમ તે પુણ્ય ખર્ચાતું જાય. પુણ્ય પૂરું થાય તે સાથે જ સુખ ચાલ્યું જાય. સંસારનું સુખ તમારાં પુણ્યને ખાઈ જાય છે તમને દેખાતું નથી. માટે જ્ઞાની ઓ તમને ચેતવે છે કે સંસારનાં સુખ પાછળ પાગલ બનવા જેવું નથી. સંસાર પાછળ જે પાગલ થયા તે ડૂબ્યા છે. સંસારનાં સુખોમાં શાંતિ આપવાની તાકાત નથી સંસારનાં સુખો તમને ગમી ગયા હોય તો તમારા હાથે તમે તમારી દુર્ગતિ ઊભી કરી રહ્યા છો. સુખને છોડવાની તૈયારી જે કેળવે તેની જ સદ્ગતિ થાય છે. એક ભવમાં સુખની પાછળ વરસો બગાડીને પરલોકમાં દુઃખો વચ્ચે ફસાઈ જવાનું કામ બુદ્ધિશાળી માણસ કરે જ નહીં. તમારે સુખી થવું હોય તો ધર્મ કરીને તમારા આત્માને બદલવાનું લક્ષ રાખો. તમારી ઈચ્છાઓ જ તમારાં દુઃખનું મૂળ છે. તમારી ઈચ્છા ઘટતી જશે એમ તમારા દુઃખ ઘટતા જશે. તમારી ઈચ્છા ઓછી થશે તેમ તમારું સુખ વધતું જશે. તમારાં સુખને તમારી ઈચ્છાનું જ બંધન નડે છે તે સમજશે તે દિવસે તમારું કલ્યાણ થઈ જશે.

સુખ કોને મળે ? સુખી કોણ થઈ શકે ?

દરેક ધર્મના દરેક ઉપદેશકો આ પ્રશ્નો પર પ્રકાશ પાથરે છે. તમારો સ્વભાવ સારો હોય તો તમને સુખ મળશે. તમારો સ્વભાવ સારો હશે તો તમે સુખી બનશો. સુખનો આધાર સંપત્તિ કે સંયોગી કે સાથીદારો પર નથી. સુખનો આધાર ફક્ત તમારો સ્વભાવ જ છે. તમારી ઘણી બધી માન્યતાઓ દ્વારા તમારો સ્વભાવ ઘડાયો છે. તમારી માન્યતાઓ તમારી ઈચ્છાઓને જનમ આપે છે. તમે ઈચ્છાને છોડી શકતા નથી. ઈચ્છા પૂરી થતી નથી. દુઃખ થાય છે. ઈચ્છાનું મૂળ તમારી માન્યતા છે. તમે તમારી માન્યતાને ઓળખો અને બદલો તો તમે દુઃખ થઈ જ ના શકો. કર્મ સત્તાએ આત્માની અનંત ચેતનાને આવૃત કરી છે આ તમારું મૂળભૂત સુખ છે. આ સમજી લેવું જોઈએ. આજે તમને જે દુઃખ પડે છે તે નાનું છે. આત્માને લાગુ પડેલું દુઃખ ભયાનક છે. તમે માની લીધેલું સુખ તમને મળે છે તે શુલ્ક છે આત્માની ભીતરમાં છૂપાયેલું સુખ અદ્ભુત છે. આપણી પામર દુનિયાનાં સુખ દુઃખને સમજવા માટે સાત મુદ્દાની સમજી લેવા જોઈએ. તમારી ઈચ્છાઓ અને અપેક્ષાને બદલવા માટે આ સાત મુદ્દાની જાણકારી તમારે મેળવવાની છે. તમે દુઃખી થવા માટે જનમ્યા નથી. તમારા હાથે બીજા દુઃખી થાય તો માટે તમારો જનમ થયો નથી. તમે સુખની સાચી સમજ મેળવી શકો છો. તમે તમારા સ્વભાવની સાથે બાંધછોડ કરો તો સુખ તમારા પગ દબાવવા બેસી જશે. એક વાત યાદ રાખશો. સુખ કોઈ વસ્તુ નથી. સુખ એક અંતરંગ પ્રક્રિયા છે. એ ધીમે ધીમે આકાર લે છે. તમારી માન્યતાના સાત મુદ્દામાં તમે પરિવર્તન લાવો તે તમારાં સુખની સપ્તપદી છે.

શરીરની ચિંતા ઘટાડો

મારો જન્મ થયો ત્યારનું મન આ શરીર મળ્યું છે. મારાં શરીરને કષ્ટ પડે તે મને ગમતું નથી. મને આરામ ગમે. મને થાક ન ગમે. પરિશ્રમ કરવામાં મને રસ નથી. શરીર માટેની મારી મમતા મારી પહેલી માન્યતા. આ શરીરના પ્રેમને લીધે જાગતી ઈચ્છાઓ કેટલી બધી હોય છે ?

સરસ રસોઈ બનવી જોઈએ. સમયસર ખાવાનું મળવું જોઈએ. રહેવા માટેનું ઘર મોટું અને સુંદર હોવું જોઈએ. કપડાં મોંઘા જોઈએ. બેસવાનું અને સૂવાનું રાચરસીલું આકર્ષક હોવું જોઈએ. નહાવા માટેની સાધનસામગ્રીમાંથી પણ મની મળવી જોઈએ. રોગ ન થવો જોઈએ. રોગ થાય તો દવા સારીરીતે થવી જોઈએ. સાજા રહેવા માટે કસરત પણ કરવી જોઈએ અને સાજા રહેવા માટે ગમે તે વસ્તુ ખાવાની કે પીવાની તૈયારી રાખવી જોઈએ. તબિયત સુધારવા દરેક પ્રકારની સારવાર જરૂર લઈ શકાય. ભાવતી વસ્તુઓ દેખાવીને ખાવાની હોય. ફરવા જઈએ ત્યા મળતી ખાવાની વસ્તુઓ જલસાભેર માણવી જોઈએ. વજન વધે તો ઉતારવું જોઈએ. વજન ઓછું હોય તો વધારવું જોઈએ. કેલેરી અને કોલસ્ટ્રોલની વધઘટ પર કાબૂ રાખવા જોઈએ. શરીરને થાક ન લાગે એટલો જ ધર્મ કરવાનો ધર્મ કરવા માટે ભૂખતરસને સહન કરવાની જરૂર નથી. કપડા અને વાળનો દેખાવ, ચહેરાની જેમ પ્રભાવક બહોવો જોઈએ. કંટાળો આવે તેવાં કામ ન કરવા. જવાબદારી પૂર્વક કામ કરવાને બદલે આગસ રાખવી. બીજને કામ જાણવી છટકી જવું. પોતાને સોંપાયેલાં કામોમાંથી છટકી જવું વધારેપડતું ઊંઘવું મોડા ઉઠવું.

શરીરની ચિંતા કરવી જોઈએ - આ માન્યતામાંથી આ બધાં વલણ આકાર લે છે. શરીરને થાક ન લાગવો જોઈએ. શરીરને

કષ્ટ ના થવું જોઈએ અને શરીરને પૂરતો સંતોષ મળવો જોઈએ આ મૂળભૂત માન્યતાને બદલવાની જરૂર છે. શરીર મૂખ્યું રહે તો માંદું પડતું નથી, એ વધારે પડતું ખાવાથી માંદું પડે છે. શરીરને શ્રમ પડે તેમ શરીરની સહનશક્તિ વધે છે. શરીરને પંપાળરગે તો શરીર કમજોર રહેશે. શરીરને કેળવશો તો શરીર ધાર્યામુજબ બધું જ સહન કરશે. શરીરને સોંપેલાં કામો શરીર પાસે નહીં કરાવો તો શરીર હસમખોરી કરશે. શરીર માટેની ઈચ્છાઓ તે શરીર થકી અનુભવી શકતાં સુખની ઈચ્છાઓ છે. શરીરની મમતા શરીર સંબંધી સુખોનો વિચાર ઊભો કરે છે. શરીરનું આયુષ્ય હવે પછીનાં થોડાં વરસો જેટલું જ છે. શરીરનો આળયંપાળ ચાલુ જ રાખી તો શરીર દ્વારા કામ ઓછા થશે. શરીર સાથે કડક વહેવાર રાખ્યો તો શરીર ઘણાં કામો કરાવી આપશે. શરીરનું બંધારણ અંતે રાખમાં ભળીને ખાખ થઈ જવાનું છે. શરીરને મળતી સવલતોની શરીરને આદત પડી જાય છે. આ હોય કે માથાની એ રાખવાનો તકિયો હોય - શરીરને એની આદત થતી હોય છે. પછી એ ન મળે તો દુઃખ થાય છે. શરીરને સાચવો તેની ના નથી શરીરને કોઈ વસ્તુની આદત પાડો નહીં. સુખની સપ્તપદીનું આ પહેલું સૂત્ર છે. શરીરની ચિંતા વધુ પડતી ન કરો. શરીરને થાક લાગે તો લાગવા દો. તપ કે ઉપવાસથી શરીરને શ્રમ પડે તે ભલે પડતો. શરીરને સાચવતા રહેવાના વિચારો આર્તધ્યાન છે, દુઃખાનુભવ શરીરે કષ્ટો ભમ્યા હશે, શરીર તકલીફો વેઠતું હશે તો તમે નાની નાની વાતોમાં દુઃખી નહીં થઈ શકો. શરીરને કષ્ટની આદત પડી હોય તો મન ક્યારેય હિંમત હારતું નથી.

પૈસાને ખોટું મહત્ત્વ ન આપો

ધર અને પરિવાર ચલાવવા પૈસાની જરૂર પડે છે. તમે પૈસાની કમાણી ન કરી શકો તો તમારી જીવનગી ધૂળ બરાબર છે. પૈસા વિનાની જીવનગી પામવા દીક્ષા લઈ લીધી હોય તો તે શ્રેષ્ઠ. સંસારમાં બેઠા છો તો પૈસા વિના ચાલવવાનું નથી. તમે પૈસા માટે એક સજ્જડ માન્યતા બાંધી લીધી છે : પૈસા ન હોય અને પૈસા ઓછા હોય તો જોખમ છે. પૈસા વપરાય કે પૈસા ઓછા થાય તે જોખમ છે. પૈસા હોય તો જ નિરાંત. તમારી આ માન્યતા અમુક અંશે સાચી છે. પૈસા જ બધો વહેવાર નીભાવે છે. પૈસાના જ વિચારો મનમાં ચાલતા રહે તો જીવનગીની શાંતિ ઈનવાઈ જાય છે. પેટનો ખાડો ભરાય અને પરિવારની જિંમ્મેદારી સચવાય એટલા પૈસા સંસારમાં અનિવાર્ય. બાકી આગળ જે પૈસા આવે તેમાં તમારે સાવધાની રાખવાની. આજે તમારી પેઠી બંધકરી દો અને ધરે બેસી જાઓ તો ચાર પેઠી ચાલે એટલા પૈસા તમારી તિબેરીમાં જમા છે. હવે નવા પૈસા ઊભા કરવાના છે તેનો મગજમારી જ્યાદા મત કરો. પરિવારની લાગણી અને આંખોની ઊંઘ પૈસાના જોરે ખરીદાતા નથી. પૈસાને અર્થ પુરૂષાર્થ તરફ સ્વીકારો તે ઠીક છે. તમારો આ પૈસાનો પુરૂષાર્થ તમારાં મનને સતત તનાવમાં રાખે તે ખોટું અનુમાન અને અગમચેતી માટે બુદ્ધિના ઘોડા દોડાવતા રહીએ છીએ આપણે. પૈસામાંથી નવો પૈસો ઊભો કરવા પૈસાનું ક્યાંક રોકાણ કરીએ છીએ. નવા પૈસાન આવે ત્યાર સુધી તમારા રોકાયેલા પૈસા પણ તમને ટેન્શનમાં રાખે છે. આ પૈસા ડૂબી ગયા તો તમે માથું કુટો છો. પૈસા ખોટી રીતે ગુમાવ્યાનું દુઃખ એ પૈસા ધારણા મુજબ નવી કમાણી સાથે પાછા મળ્યા તો નવું રોકાણ અને નવા ટેન્શન શરૂ થાય છે. પૈસાની કમાણી દારૂના નશાની જેમ દિમાગની આદત બની જાય છે. તે સિવાયના બીજા વિચારો મનમાં સૂઝતા

જ નથી. પૈસા સંસારની દૃષ્ટિએ આનંદ પ્રમોદનું સાધન છે તેને તમે વાદવિવાદનું સાધન બનાવી દો છો. કાયદા અને વાયદાની રાજરમતમાં પૈસા સાથે સંકળાય છે કેવળ માનસિક બોજો. પૈસા જીવનવહેવારનું માધ્યમ છે તે માલિકીનો મુદ્દો બની ગયો છે. પૈસા ઉપર વધુ પડતું ધ્યાન મત આપો. પૈસો તેની જગ્યાએ છે. તમારા સદ્વિચારો માટે મનનું શાંત હોવું અનિવાર્ય છે. પૈસાની કમાણી માટે મન ઉશ્કેરાટમાં રહે તેવો ધંધો કરવો જોઈએ નહીં. પૈસા વપરાય છે તેનો બોજાતે ન રાખવો. પૈસા ઘટી જશે તેનો અજંપો ન રાખવો. પૈસા વિના સહીસલામત રહી શકે તેવા પરિવારના સંબંધોને, પૈસાની કમાવાની ધૂનમાં બગાડશો નહીં. ખાવાના સમયે ખાવાનું હોય, તે સિવાય આખો દિવસ ખાવાના વિચાર ન કરાય તેમ કમાણી કરવાના સમયે કમાણી કરો તે ઠીક છે પરંતુ આખો દિવસ કમાણીના વિચારોમાં ડૂબેલા ન રહેવાય. પૈસા સલામતી આપે છે. પૈસા સંતોષ નથી આપતા. પૈસા મહ્યા પછી સંતોષની ભાવના તમારે કેળવવાની હોય. તમારી જીવનગીમાં નિરાંત અને શાંતિની ભાવના અગત્યની છે. પૈસાના વિચારો તમારી નિરાંતને ખાઈ જાય છે. તમે હરામના કે ચોરીના પૈસા મેળવો ને નિરાંત અનુભવો તે ખોટો માર્ગ છે. તમારા પૈસામાટે તમે તમારી જાત ઉપર અત્યાચાર ન કરતો તો જ તમે યોગ્ય રસ્તે છો. હાથમાં આવેલા પૈસા વપરાઈને પણ આપણા રહી શકે છે. ધંધામાં ધારણા રાખી તે મુજબ ન મળેલા પૈસા, તમે ઢીલા હશો તો જ દુઃખ આપી શકે. તમારે મનોમન સુખને જીતવું રાખવાનું છે. પૈસાની કમાણી અને પૈસાનો વપરાશ તમારી પૈસાની મમતાને લીધે માનસિક તનાવ સર્જી શકે છે. સુખની સખ્તપદીનું બીજું સૂત્ર છે : પૈસા જરૂરી છે પણ સંતોષ અનિવાર્ય છે.

દુઃખ વાંચવાની આદત પાડો

પુસ્તક બોલતું નથી કે મને વાંચો. આપણે પુસ્તકને શોધી કાઢીએ છીએ અને વાંચીએ છીએ. તમારી સંગાથે રહેનારા સ્વજનો દુઃખી ન હોય તે જોવાની જવાબદારી તમારી છે. તમે ત્રીજી માન્યતા એવી બાંધી છે કે - આપણને દુઃખ પડે તે તરત દૂર કરી લેવા જોઈએ. દુઃખ આવવા ન જોઈએ. આવે તો વધુ રહેવા ન જોઈએ. ડગલે અને પગલે આતા દુઃખ સહન ન થાય અને દુઃખ શું કામ મને હેરાન કરે દે એવો સવાલ થાય દુઃખ આપનારી કોઈ વ્યક્તિ નજર સામે આવે. તમને એણે દુઃખ આપ્યું માટે તમારે એને દુઃખ આપવું જ જોઈએ આ તમારો અભિગમ છે. આ દુનિયામાં રહેનારો એક એક માણસ પોતપોતાની રીતે દુઃખી છે. એનો સંસાર જ એને દુઃખી બનાવે છે. તમારે તમારા આવેરાને લીધે તેને નવું દુઃખ સાધવાનું નથી. તમને પુસ્તકની જેમ જ્ઞેમનાં દુઃખ વાચતા આવડવા જોઈએ. તમારા સાથીદાર સ્વજનો વિશે તમને વિચારતા આવડે છે ? તમે સ્વજનોનો ઉપયોગ તમારી અપેક્ષાઓ સંતોષવા માટે જ કરતા રહો છો ? તમે આ રીતે ભાવનાત્મક સ્વાર્થી તો નથી ને ? વિચારજો. તમારે તમારા સ્વજનોનાં દુઃખ વાંચવા માટે વિચારણાની આંખો ખોલવી પડશે. તમે તમારા સ્વજનોનો સ્વભાવ દૂરથી ચૂપચાપ તપાસો. તેમણે કરેલી ભૂલો તમને યાદ હશે, તેમને થયેલાં દુઃખો તમને યાદ છે ? તમારાં સ્વજનોનાં દુઃખોનો ઈતિહાસ તમને યાદ ન હોય તો તમે સંબંધમાં હારી ગયા છો છેલ્લા વીસપચીસ વરસથી તમને સાથ આપી રહેલાં સ્વજનોનું દુઃખ કબજે જમાવીને બેઠા છો તે તમારે શોધવાના છે. તમને તેમનું દુઃખ દૂર કરી શકો કે નહીં તે મહત્ત્વનું નથી. તમે તેમનું દુઃખ સમજી શકો તે જ મહત્ત્વનું છે. તમારાં દુઃખને જ મહત્ત્વનું માનીને ચાલવાનો તમારો અભિગમ

આ રહ્યે બદલી શકાય છે. તમને એમનાં દુઃખો સમજાય તેનાથી તમારા સ્વભાવમાં પરિવર્તન આવશે. તમારાં દુઃખ કરતાં તેમનાં દુઃખને વિશેષ રીતે જોઈ શકો તો તમે તમારી જીવન, હઠ છોડી શકશો. તમે તમારી ઈચ્છાઓ પૂરી નથી થતી તેનો દોષ નિર્દયરીતે એ સ્વજનોનાં માથે ઢોળી દો છો. તમે દુઃખ શોધી શકતા હશો તો આ રીતે ટોપલો ઢોળવાનું નહીં ગે. તમે તેનાં દુઃખની ચર્ચા કરો તેમની સાથે તમે તેમનાં દુઃખનું કારણ બની રહ્યા છો તેવું લાગે તો ખુલાસો કરો અને માફી માંગો. બીજું કોઈ તેમનાં દુઃખનું કારણ બની રહ્યું હોય તો ગૂંચ ઉકેલવાનો બુદ્ધિપૂર્વક પ્રયાસ કરો. તમે જાણો છો તે દુઃખ તમે જ મીટાવી શકશો. આગળ પણ વિચારો. તમારાં સ્વજનો સાથે નજીકમાં કે દૂરનાં ભવિષ્યમાં કોઈ ચર્ચા કે વાતચીત થવાની હોય તેમાં તમારી કોઈ રજૂઆત એવી ના જ બનવી જોઈએ જે તેમની માટે દુઃખદ હોય. તમારા સ્વજને તમારી માટે સારું વિચાર્યું છે. એ તમારી માટે રડ્યા છે. એમને તમારી ખૂબ ચિંતા છે. તેમણે તમારી ભાવનાને હરહંમેશ સાચવી છે. દોષો જો એમનામાં છે. તો તમારામાં ક્યાં નથી ? તમારા દોષો એમણે માફ કરવા જોઈએ એવું તમે માનો છો તો એમના દોષ તમે માફ ન કરો ? આવો ભેદભાવ ના જ ચાલે. તમારું અભિમાન બીજાનાં દુઃખ કરતાં તમારાં પોતાનાં દુઃખને વિશેષ મહત્ત્વનું માને છે. તમે આ માન્યતામાંથી બહાર આવો. સુખની સખ્તપદીનું ત્રીજું સૂત્ર છે : બીજાનાં મનમાં સળગી રહેલાં દુઃખોને વાંચવાની આદત પાડો. તમે દુઃખ શોધવામાં આગળ વધશો તો દુઃખ આપવાનું ઓછું થઈ જશે. તમે જોયેલાં દુઃખો તમે દૂર કરશો તો તમે એમને દુઃખ આપી જ નહીં શકો.

નવું શીખવામાં કંટાળો નહીં

આ દુનિયાના બધા જ શબ્દો તમને આવડતા નથી, આવડશે પણ નહીં. જેટલા વધુ શબ્દો આવડશે એટલી તમારી ભાષા સમૃદ્ધ બનશે. જેટલા ઓછા શબ્દ આવડતા હશે એટલી તમારી ભાષા દરિદ્ર રહેશે. દરેક બાબતમાં આવું છે. તમે જાણો છો તેના કરતાં હજારો ગણું તમે નથી જાણતા. તમે જાણ્યા છો તેનાથી હજારોગણું તમે નથી જાણ્યા. તમે નવું શીખવાનું છેલ્લા કેટલાય સમયથી સાવ ભૂલી ગયા છો. તમારું મગજ ગંઠાઈ ગયું છે. એક જ ઢબના વિચારોમાં તમે કેદ થઈ ગયા છો. ચીલાચાલુ વિચારોએ તમને બાંધી લીધા છે. તમારી ચોથી માન્યતા છે કે જે આવડે છે તેમાં ચાલે છે. આ માન્યતા ભયંકર છે. તમે તમારી માનસિક શક્તિને પૂરતો ન્યાય આપ્યો નથી. તમારી ધારણા કરતાં તમે વધારે પ્રતિભાવાન છો. તમે નાના કુંડાળામાં સંતોષ માનીને બેસી રહ્યા છો. આકાશ જેમ ચોતરફ વિસ્તરેલું છે તેમ તમારી વિકસવાની ક્ષમતા દૂર દૂર સુધી પહોંચી શકે છે. તમે આ ઉભરે નવું ન શીખાય તેવું માનતા નહીં. દરેક માણસની ભીતરમાં એક બાળક વસે છે. તમને સુંદર વસ્તુ જોઈને વિસ્મય થાય છે તે તમારી અંદરનો બાળકનો અનુભવ હોય છે. નવું જોવાનો આનંદ એ મુગ્ધતા છે તેમ નવું શીખવાનો આનંદ પણ મુગ્ધભાવ છે. બાળકની જેમ શરમ રાખ્યા વગર નવું નવું સતત શીખવું જોઈએ. મન હજારો કામ કરવાની કાબેલિયત ધરાવે છે. તમે તમારાં મન પાસે સાવ થોડાક કામો કરાવો છો. તમારી પાસેના પૈસા તમે બચાવી રાખો તે કરકસર કહેવાતી હશે. તમારાં મનની શક્તિને વાપર્યા વગર બચાવી રાખો તે કંબૂસાઈ કહેવાય. સુખની સપ્તપદીનું ચોથું સુત્ર છે : સતત નવું શીખતા રહો.

૯

ના સાંભળીને નારાજ ના થશો

તમે હકથી માંગણી કરી શકો તેવા આઠદસ સ્વજનોમાં એકાદ સ્વજનનાં મોઢે ના સાંભળીને તમને દુઃખ થાય છે. તમે ના પાડી નથી. તમે દરેક વાતનો સ્વીકાર કર્યો છે. તમે તમારી લાગણીને વ્યક્ત કરવા માંગણી કરી છે. તમને ના સાંભળવા મળે છે. તમને વસ્તુ ન મળ્યાનું દુઃખ નથી. તમને તમચારી લાગણીને સ્વીકાર ન થયો તેનું દુઃખ છે. ના સાંભળીને દુઃખનો અનુભવ થાય જ. તમે એક નગ સાથે કેટલી બધી હતાશા અને નારાજગી જોડી હો છો. એક જ ના સાથે તમારી માથે હજારો દુઃખો તૂટી પડતા હોય છે. તમને હા સાંભળવી છે તે તમારી માટે જનમમરણનો સવાલ થઈ જાય છે. એકાદવાર ના સાંભળવાથી જીવનમાં કોઈ નુકશાની થઈ જતી નથી. તમે ના સાંભળીને મરી ગયા નથી એનો અર્થ એ છે કે તમને ના કહેવામાં આવી તે જેરનો ઘૂંટડો નથી. તમારી પાંચમી માન્યતા છે : મને જોઈએ તે મને મળવું જ જોઈએ આ જગતમાં રાજેશ્વર રામચંદ્રને પણ જોઈતું હતું તે ના મળ્યું અને સીતાદેવીને પણ ઈચ્છા મુજબની પ્રાપ્તિ થઈ નથી. તમને વસ્તુ ન મળી તેનું દુઃખ હશે. તમારી વેદના કેવળ એટલી જ હોય છે કે તમને એમણે ના કહી દીધી. તમારે આ ના સાંભળીને વિક્ષિપ્ત થવાનું નથી. તમને આજસુધી અગણિત વાર હા સાંભળવા મળી છે. તમારે તેનો સંતોષ આવા સમયે જ માનવાનો હોય ને ? બીજી પણ વાત છે, તમે તમારાં આ સ્વજનોને ના સાંભળાવી દો છો ત્યારે તમારાં મનમાં દયાનો છાંટો હોતો નથી. તમે ના ફરમાવી તેની આ મામૂલી સજા છે. સુખની સપ્તપદીનું પાંચમું સૂત્ર છે : ના સાંભળીને ખોટું ન લગાડો. ના સાંભળી તેનો સહજ રીતે સ્વીકાર કરો.

૧૦

નિષ્ફળતા કાયમી નથી

તમે નાનપણમાં માર ખાધો હશે, ઠપકો સાંભળ્યો હશે તેને લીધે તમારાં મનમાં તમારી જાત માટે લઘુતાગ્રંથિ ઊભી થઈ ગઈ. આજલગી તે નથી ભૂંસાઈ. તમારી છઠ્ઠી કમજોરીભરી માન્યાત છે મને કશું આવડતુ નથી, મને કાંઈ મળવાનું નથી. તમારાં મનમાં ઈર્ષા જાગે, સ્પર્ધા જાગે, તમે નિંદાકરો, તમે બીજને ઉતારી પાડો, તમે બીજની કદર કે પ્રશંસા ન કરી શકો - તેનું મૂળ આ લઘુતાગ્રંથિ છે. તમને અસલામતી દેખાય છે બધે. તમારો પાડોશી કે સાથીદાર પ્રગતિ પામે તો તમે ખમી શકતા નથી. તમને અસ્પષ્ટ રીતે ડર લાગે છે. તમે દુઃખી બનો છો. તમે એકાદવાર પછાડાટ ખાધી તેને લીધે તમે માની જ લીધું કે મારાં નસીબમાં મોટાઈકે સફળતા છે જ નહીં. તમે જ ગુનો નક્કી કરો છો. તમે જ પુરાવા શોધી લો છો. તમે જ સજા ફરમાવો છો. તમે પોતાને સાવ કમનસીબ માની લો છો. તમે ખોટાં સપનાં જોયા કરો છો. એ સંપનાં પૂરા નથી થતાં તે બદલ પોતાની જાતને ઠપકો આપ્યા કરો છો. મોટો ફટકો મારી જનારી નિષ્ફળતા પછી તમે જાંદગી માટે કોઈ જ સારી આશા રાખી શકતા નથી. તમે જ તમારી પ્રતિભાને ખંડિત કરી દો છો. તમારે સુખની સપ્તપદીનું છઠું સૂત્ર યાદ રાખવાનું છે : નિષ્ફળતા કાયમી નથી. તમારી નવી તૈયારી નિષ્ફળતામાંથી તમને બહાર લાવી શકે છે. તમે કાયમ નિષ્ફળ રહ્યા છો તેવું નથી. તમે આયોજનમાં થોડી ભૂલ કરી તે નડી છે. તમે ખોટી જગ્યાએ વિશ્વાસ રાખ્યો તે નડી ગયો છે. તમે બોધપાઠ લો તો નવી શરૂઆત કરો. તમને કલ્પના પણ ન આવી શકે એટલી મોટી સફળતા તમારી પ્રતીક્ષાકરી રહી છે. રાતની પછવાડે જ ઝળહળતો સૂરજ આવે છે.

૧૧

સફળતા સનાતન નથી

હજારો લોકોએ જ્યાં થાપ ખાધી ત્યાં તમે સાવધાન વર્તીને જીતી ગયા. તમારી પ્રશંસા થઈ. તમારાં વખાણ થયા. તમારો આત્મવિશ્વાસ વધે એવી ઘટનાએ તમારા અહંને વધાર્યો. તમે લક્ષ્ય સિદ્ધ કર્યું તેનો આનંદ માની શકો છો. તમે આનંદને વિકૃત બનાવી રહ્યા છો. બીજા કરતા હું આગળ નીકળી ગયો એવો વિચાર તમારા આનંદને સાત્ત્વિક રહેવા દેતો નથી. તમે બીજાની સાથે ખોટી રીતે સરખામણી કરી તે જ ક્ષણે નિઃસત્ત્વ બની જશો. તમારી સફળતા એ તમારી ઉપલબ્ધિ છે. તમારી સફળતામાં અનેક લોકોની અઢળક સહાયનો ફાળો દે તે યાદ કરશો તો અભિયાન નહીં થાય. તમારી સાતમી અને કૂર માન્યતા છે : ‘હું બીજા કરતાં વધારે સારો છું.’ આ માન્યતા તમારી કાર્યશક્તિને સક્રિય રાખે છે. તમને સફળ પણ બનાવે છે. પરંતુ તમારી સફળતા જ તમારું ટેન્શન બની જાય છે. તમે લક્ષ રાખ્યું તે આજે સિદ્ધ થયું. સારું છે. દરવખતે તમારું લક્ષ સિદ્ધ ના પણ થાય. આ વખતે તમને સફળતા મળી છે કેમ કે તમે લક્ષ નાનું રાખ્યું હતું. મોટું અને અધરું લક્ષ સિદ્ધ થાય તો પણ શુ ? તમે એનાથી પણ વિશેષ ઉપલબ્ધિ મેળવી શકતા હતા. તમે કર્યું તેથી સવિશેષ કરવાની તમારી ક્ષમતા છે. એ ક્ષમતા ઢંકાયેલી રહી છે. એને કામે લગાડો બીજાની સાથે તુલનામાં પડશો નહીં. આજની સફળતા ખુશીનો અવસર છે. પણ એ ખુશીમાં બીજાને તુચ્છકારશો નહીં. તમે સહેજ અસાવધ રહ્યા તો પરાજયની નોબત વાગી શકે છે. સુખની સપ્તપદીનું સાતમું સૂત્ર છે : સફળતાનો પણ અંત આવે છે તે યાદ રાખજો. તમારાં મગજમાં અભિમાનની રાઈ ભરાશે નહીં. તમે સફળતાના તાનમાં ગાફેલ બની શકશો નહીં.

૧૨

સામગ્રીની ઉપલબ્ધિમાં સુખ છે તેવી માન્યતાને સાધારણ માણસો જ સ્વીકારી શકે. સુખ તો સમજણ અને સંસ્કારોનો સરવાળો છે. સુખ સંયોગો પર આધાર નથી રાખતું. સુખ સ્વભાવ સાપેક્ષ છે. સુખ માંગીને મેળવી શકાતુ નથી. સુખ સમજીને કેળવી શકાય છે. તમારાં મનમાં ચાલી રહેલા વિચારોનો પ્રવાહ તમે સુયોગ્ય દિશામાં ઢાળી શકો તો સુખની અનુભૂતિ મળે. સારામાં સારા સાધનો અને સ્વજનો વચ્ચે દુઃખી રહેનારા લોકો જોવા મળે જ છે. વાંક તેમની વિચારધારાનો હોય છે. તમારે સુખની અનુભૂતિ સુધી પહોંચવું હોય તો મુખ્યત્વે બે કામ કરવા જોઈએ. તમારા વિચારોને તમારા અહંકારની પક્કડમાંથી મુક્ત રાખવા જોઈએ, આ પહેલું કામ. તમારે તમારી અપેક્ષા સાથે હસીખુશીથી બાંધછોડ કરવાની આવડત હાંસિલ કરવી જોઈએ. અભિમાન અને અપેક્ષાને સંતોષ નથી મળતો તેને લીધે તમે સંકલેશ અનુભવો છો. તમારાં મનમાં ભાવનાત્મક અવ્યવસ્થા ઊભી થાય છે. તમે તમારી જાતને નથી સંભાળી શકતા. તમે તો દુઃખ જરૂર અનુભવો છો. છોજમાં તમે બીજાને દુઃખી બનાવી દો છો. જીવન સુખની લેવડદેવડ બનવી જોઈએ તેને બદલે તમે જીવનને દુઃખની લેવડદેવડ બનાવી દીધી છે. બીજાનાં હાથે તમે દુઃખી થયા કરો છો. તમારા હાથે બીજા દુઃખી થયા કરે છે. તમારો સ્વભાવ તમે ધીમે ધીમે કેળવો. નાનપણમાં દિવસોમાં તમે સુખી હતા. સમજણ આવી તે સાથે દુઃખોનું પૂર આવ્યું છે કેમ કે સ્વભાવને ઘડવાની મહેનત કરી નથી. સુખની સખ્તપટ્ટી વારંવાર વાચીને સ્વભાવને સરસ રીતે કેળવો. અને પહોંચો સુખની સરહદે.

પ્રવચનકાર બંધુબેલડી પૂજ્ય મુનિરાજ શ્રી વૈરાગ્યરતિ વિજયજી મ., પૂ. મુનિરાજ શ્રી પ્રશમરતિ વિજયજી મ. ની નિશ્રામાં ડીસા નેમિનાથનગરનાં આંગણે ભવ્ય ચાતુર્માસિક માહોલ જામ્યો છે. વિશેષ યાદગાર બનેલી વાતો પ્રસ્તુત છે.

□ સૂરિરામ સ્મૃતિઉત્સવ

અષાઢ વદ ૧૪ તથા પ્રથમ અમાવસ્થા દરમ્યાન ગુણાનુવાદ, ગુરૂમંદિરની ચૈત્યપરિપાટી, ભવ્યઅંગરચના.

□ શ્રી નેમિજિનવંદના

શ્રી નેમનાથ પ્રભુનાં જન્મકલ્યાણદિન - શ્રાવણસુદ પંચમીએ શ્રી નેમિનાથ જિનાલયે ૧૧૫ સાજ સજ્જ સાથે શ્રીનેમિનાથ દાદાની સ્તુતિસ્તવના. ભક્તિભાવનો અભૂતપૂર્વ પ્રસંગ બન્યો.

□ શ્રી નવકારવંદના

મહામંત્રનવકારનો ફૂલોના સથવારે જય કરવાની રોમહર્ષક ઢાણો શ્રવણી પૂર્ણિમાએ અવિસ્મરણીય રીતે સૌએ માણી. મંત્ર રાજની સ્તુતિઓ અને પ્રશાંતવાહી જય પ્રસન્નતાથી છલકાતો રહ્યો.

□ દૈનિક પ્રવચનો

પૂ. મુનિરાજ શ્રી વૈરાગ્યરતિ વિજયજી મ. ના શ્રી લલિત વિસ્તરાશાસ્ત્ર આધારિત પ્રવચનોની પ્રભાવક અસરતાળે ભાવિકોએ ઉપાશ્રયને સતત ભરચક રાખ્યો છે. જીવનજાગૃતિપ્રવચન શ્રેણિ દર રવિવારે વિશાળ જનમેદનીને આકર્ષતી રહે છે.

□ રાત્રિ પ્રવચનો

પૂ. મુનિરાજશ્રી પ્રશમરતિ વિજયજી મ. નાં રાત્રિપ્રવચનો ઉપાશ્રયની બહારના વિશાળ યોગાનમાં, ક્રોધને જીતવાનો માર્ગ ચીંધતા રહ્યા. રાત્રિપ્રવચનોની શ્રોતાસંખ્યા ઐતિહાસિક બની.

□ પર્યુષણા પર્વ

શ્રી સંઘમાં એકતિથિપક્ષ અને બેતિથિ પક્ષના આરાધકોને સમાન રીતે સુવિધા મળે તે માટે રીસાલા બજારમાં અને નેમનાથનગરમાં એમ બે ચાતુર્માસ એક જ સંઘના અન્વયે થયા છે જે સમગ્ર ભારતમાં એકમાત્ર અભૂતપૂર્વ બાબત છે. તિથિભેદને લીધે કોઈ સંકલેશ ન થાય તે રીતે બંને પ્રક્ષના આરાધકોને સ્થાન અને સવલત મળી. બે તિથિપક્ષની આરાધના શ્રીનેમિનાથનગરનાં આંગણે મુનિભગવંતોની નિશ્રામાં યાદગાર, જોરદાર રીતે સંપન્ન થઈ. જન્મ વાંચન-સંવત્સરી બંધુ જ ઉત્સાહ ભેર થયું.

□ શત્રુંજયની ભાવયાત્રા

બોર્ડિંગના વિરાટ પટાંગણમાં મંડપ બાંધવાનો હતો. ધોધમાર વરસાદને લીધે સ્થાન રાખ્યું શ્રીઓસવાલ વાડી. શત્રુંજયના પહાડની જાજરમાન રચના. મદમસ્ત સાજસજ્જ. સંગીતકાર આશિષ મહેતાનું લાજવાબ ગીતસંગીત. સિદ્ધાચલના પવિત્ર પથ્થરની પૂજા. મુનિભગવંતોનું પ્રભાવશાળી ભાવનિદર્શન. હિલોળા લેતી જન સંખ્યા. લાભાર્થી : શ્રી નાજુબેન અમૃતલાલ નરસીંગજી લુંકડ પરિવાર

□ ૧૦૮ પાર્શ્વનાથ ભક્તિ મહોત્સવ

ત્રણ દિવસમાં ૧૦૮ પાર્શ્વનાથ ભગવાનની ભાવયાત્રા. ત્રણેય દિવસે એકાસણાં. તપસ્વીઓની સંખ્યાએ ચીલાચાલુ ભાષાનુસાર લખીએ તો રેકૉર્ડ બ્રેક કર્યો હતો કારણ કે સંખ્યા અને વ્યવસ્થા અને ભક્તિ આમાંથી કાંઈ જ ચીલાચાલુ નહોતું. ૧૦૮ પાર્શ્વપ્રભુના દુહા સાથે દરેક પ્રભુના ઇતિહાસની જાંખીએ રંગ જમાવ્યો હતો. દિવસો પર્યુષણા પછીના હતા, ભાદરવા વદ ૯, ૧૦ અને ૧૧. લાભાર્થી : શ્રીધનવંતીબેન બાબુલાલ રાંકાણી પરિવાર

બે વિશિષ્ટ અવસર

પુસ્તક વિમોચન

ડૉ. શરદ ઠાકરે પ્રસ્તાવના લખી છે. અમદાવાદના મશહૂર બુક સ્ટોલ્સમાં વેંચાણ ચાલુ છે. નાની અને મજાની સાર્થક છે. પુસ્તિકાનું નામ : ક્રોધને જીતવાનો માર્ગ. તેનું વિમોચન શ્રાવણ વદ નવમી એ શ્રી રસિકલાલ ભલાચંદ અજબાણીના હાથે થયું. ઉત્તર બનાસકાંઠાના તેજસ્વી ગ્રેજ્યુએટ વિદ્યાર્થીઓ અને પ્રોફેસરો તથા શિક્ષકોને આ પુસ્તિકાની ૫૦૦ નકલો, શ્રી જયંતીભાઈ ઠાકરે હોંશભરે ઉપહારમાં વહેંચી. સાહિત્યકાર શ્રી ભગવાનદાસ ધર્મબંધુએ વિમોચનપ્રસંગે જણાવ્યું કે 'મેં પુસ્તિકા વાંચી. મને લાગ્યું કે આ મારા માટે જ લખાઈ છે. તમે વાંચજો. તમને પણ એવું જ લાગશે. ક્રોધને જીતવો આસાન નથી પરંતુ આ પુસ્તિકા વાંચ્યા બાદ ક્રોધને જીતી લેવાની હિંમત આવી જશે.'

તમે આ પુસ્તિકા મેળવી લેજો. ત્રાવી જશે.

સ્વાગત અને સન્માન

ડીસાનાં અખિલ રઘુવંશી લોહાણા સમાજના અન્વયે પૂજ્ય મુનિભગવંતોનું શ્રી લોહાણાવાડીમાં વ્યખ્યાન યોજાયું હતું. રી લોહાણા સમાજે પૂ. ગુરૂભગવંતોની શોભાયાત્રા સાથે પથરામણી કરાવી હતી. વાજતેગાજતે નેમનાથનગરથી પ્રયાણ અને જલારામમંદિરથી વાજતેગાજતે લોહાણા સમજનું આગમન અને મહામાર્ગ પર વાજતેગાજતે આવી રહેલા જૈન સંઘ સાથે સામેથી વાજતે ગાજતે આવી રહેલા લોહાણા સમાજનું અનોખું મિલન ડીસાના ઇતિહાસમાં અવિસ્મરણીય બન્યું. જ્ઞાનની સામગ્રી નું અર્પણ કરવા દ્વારા સન્માન થયા બાદ અસ્મલિત પ્રવચન અઢી કલાક ચાલ્યું. શ્રોતાજનોની અઢળક સંખ્યામાં પ્રભાવના ત્રણ વાર ખૂટી પડી.