જતું કરતાં શીખો...

"રહેતાં આવડે તો દુશ્મનની સાથે પણ રહી શકાય,

ન રહેતાં આવડે તો કુટુંબ સાથે પણ ન રહી શકાય.

દુશ્મનને પણ મિત્ર બનાવીને રહો,

જતું કરતાં શીખો, જીતી જશો."

મા-સ્વામી જયવિજયાજીનું આ અમૃત વચન આજે પણ એટલું જ સાચું છે, જેટલું ગઈ કાલે હતું. કદાચ, આજે વધારે સાચું છે કેમકે આજે મનુષ્ય પાસે બધું હોવા છતાં, સુખ અને શાંતિ નથી.

નાનું બાળક હંમેશા ખુશ હોય છે, તેની જરૂરિયાત છે માત્ર પેટની ભૂખને સંતોષવાની અને થોડી હૂંફ મેળવવાની. તેનામાં ભોળપણ અને કુતૂહલતા હોય છે. પરંતુ તે જેમજેમ મોટું થતું જાય છે તેમતેમ તે હરિફાઈ અને સરખામણીની હોડમાં ઊતરે છે. તેનામાં અહંકાર અને ઉધ્ધતાઈ પ્રવેશે છે. આગળ વધવાની હોડમાં તે આગળ તો વધે છે પરંતુ તે જીવન જીવવાનું ભૂલી જાય છે. તેના જીવનમાં સંઘર્ષ, ઘર્ષણ, કલહ, ગરબડી, અરાજકતા અને અવ્યવસ્થા પ્રવેશે છે. ભૌતિકવાદની દોડ એને જીવનની હળવાશ અને મધુરતા અનુભવવા દેતી નથી.

જૈન ધર્મમાં ધ્યાનના ચાર પ્રકાર બતાવવામાં આવેલ છે. પ્રથમ અંતર્ધ્યાન એટલે કે અસંતોષ. લોભથી શરૂઆત થાય છે અને તે બીજી, એટલે કે રૌદ્રધ્યાન એટલે કે સંઘર્ષ- ઘર્ષણમાં પ્રવેશે છે. મોટાભાગના આપણે એ બે સ્તરમાં રહી જાવન પૂરું કરીએ છીએ. જીવન માણતા નથી. જીવન સાર્થક કરી શકતા નથી.

જીવનનો આનંદ પામવા માટે આપણે ત્રીજા ધ્યાનમાં એટલે કે ધર્મધ્યાનમાં પ્રવેશવું જરૂરી છે. ધર્મધ્યાનની સીધી સાદી વ્યાખ્યા છેઃ પરિસ્થિતિનો સ્વીકારભાવ, વિભિન્ન દ્રષ્ટિકોણની સ્વીકૃતિ, બીજાંઓની ભાવનાઓનું સન્માન. પરિસ્થિતિનો સ્વીકારભાવ આપણને અસંતોષ, સંઘર્ષ અને ઘર્ષણથી દૂર રાખે છે.

અંતિમ અને ચોથા ધ્યાનની અવસ્થા છેઃ સમાધિ અવસ્થા એટલે કે શુક્લધ્યાન. આ ધ્યાનમાં આવવું એટલે કે પરિસ્થિતિ પર પ્રભુત્વ મેળવવું.

જતું કરતાં શીખો એ જીવનને સુખી બનાવવાનું મહત્વનું સૂત્ર છે. દુનિયામાં ભલે આપણે બધા જુદા જુદા છીએ પરંતુ તો પણ એકબીજા સાથે જોડાયેલા છીએ. મનુષ્ય સામાજિક પ્રાણી છે. સામાજિક અને પારિવારિક સમરસ અને સહયોગથી જ આપણે સુખ અને શાંતિ મેળવી શકીએ છીએ.

પરસ્પર નિર્ભરતા હવે આપણી પસંદગી નથી. તે આપણી પરિસ્થિતિ છે. આપણી એકમાત્ર પસંદગી એ છે કે આપણે સ્વસ્થ અને સમૃધ્ધ પરસ્પર નિર્ભરતા બનાવીએ અને સાથે મળીને સુખી જીવન જીવીએ, કે પછી ખરાબ પરસ્પર નિર્ભરતા જાળવી અને દુઃખી જીવન જીવીએ.

ભગવાન મહાવીરનો અનેકાંતવાદનો સિધ્ધાંત અહીં સમજવો જરૂરી છે. સિધ્ધાંત મુજબ કોઈપણ વસ્તુ અથવા ઘટના એક જ દ્રષ્ટિએ પૂર્ણરૂપે સમજી શકાતી નથી. દરેક દ્રષ્ટિમાંથી તેનો અર્થ અને સ્વરૂપ અલગ હોઈ શકે છે, અને તેથી કોઈ એક દ્રષ્ટિએ સંપૂર્ણ સત્ય જાણી શકવું મુશ્કેલ છે. મારા ગુરૂદેવ નરેન્દ્રમુનિ હંમેશા સમજાવતાઃ “તું તારી દ્રષ્ટિએ સાચો છે, એનો અર્થ એ નથી કે બીજો વ્યક્તિ ખોટો છે. એ પણ એની દ્રષ્ટિએ સાચો હોઈ શકે.”

ભૌતિકવાદના આ સમયમાં જ્યારે પૈસા- સંપત્તિ અને નિજી-સ્વાર્થને જ મહત્વ આપવામાં આવે છે ત્યારે કુટુંબ- સમાજ- દેશ- દુનિયામાં સુખ અને શાંતિમય જીવન માટે જરૂર છે થોડું જતું કરવાનું, થોડીક સદ્દભાવનાની, થોડા આદરભાવની અને થોડા સહયોગની. બીજાની ભાવનાઓનું સન્માન અને વિભિન્ન દ્રષ્ટિકોણોનો સ્વીકારભાવ એ જ સુખી જીવનની ચાવી છે.