ભગવદ્ ગીતા – એક દિવ્ય પારલૌકિક જ્ઞાન

ભગવાન બુધ્ધે ૩ શબ્દોમાં જીવનને સુખી બનાવવાની ચાવી આપી છેઃ શીલ (સદાચાર), સમાધિ અને પ્રજ્ઞા.

ઋષિ પતંજલિએ અષ્ઠાંગ યોગમાં ૮ શબ્દોમાં જીવન જીવવાની કળા બતાવી છેઃ યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાના અને સમાધિ.

મારા મા-સ્વામી જય-વિજયાજી મહાસતીજીએ ૮ શબ્દોમાં જીવન પરિવર્તનનો ભેદ આપ્યોઃ દાન, તપ, શીલ અને ભાવ થકી 4 કષાયો ક્રોધ, અભિમાન, માયા (પ્રપંચ) અને લોભ દૂર કરો.

દરેક ધર્મ પોતપોતાની રીતે માનવીને મહાન બનાવવાનો પ્રયત્ન કરી જીવન જીવતા શીખવાડે છે. આવો જ એક ગ્રંથ છે- ભગવદ્ગીતા. ભગવદ્ ગીતા અને સમુદ્ર બંને ઊંડા છે, પણ બંનેની ઊંડાઈમાં એક ફરક છે. સમુદ્રની ઊંડાઈમાં માણસ ડૂબી જાય છે, જ્યારે ગીતાની ઊંડાઈમાં માણસ તરી જાય છે.

ગીતામાં મનને એક યુધ્ધભૂમિ માનવામાં આવી છે, mind is a battlefield જ્યાં રોજિંદા જીવનની લડાઈ continously ચાલુ રહે છે. આપણા પડકારો અને પરિવર્તનની દુનિયામાં જીવન જીવી રહ્યા છીએ. સતત સંઘર્ષ અને ચિંતાનો સામનો કરી રહ્યા છીએ. આપણા મનમાં continously સારા વિરુધ્ધ અનિષ્ટનું યુધ્ધ ચાલે છે. જેના કારણે આપણે સતત તણાવ અને અશાંતિમાં રહીએ છીએ.

આવી અરાજકતાની સ્થિતિમાંથી બહાર આવી એક શાશ્વત આનંદની સ્થિતિમાં કેવી રીતે રહેવું કે જે સ્થિતિમાં માનસિક શાંતિ હોય, સંપૂર્ણ સંતુલન હોય, આંતરિક સ્થિરતા હોય તથા ભય અને ચિંતામાંથી મુક્તિ હોય એને બોધ ગીતા આપે છે. ગીતા આપણને વધુ અર્થપૂર્ણ અને શાંતિપૂર્ણ જીવન તરફ લઈ જાય છે.

ભગવદ્ ગીતામાં વર્ણવ્યા પ્રમાણે સ્થિતપ્રજ્ઞ ન બની શકીએ તો પણ દુઃખમાં અવિચળ રહીએ અને સુખમાં છકી ન જઈએ એ જ જીવન પ્રત્યેનો સુખદ અભિગમ છે.

ગીતાનો મૂળ સંદેશ છે અલિપ્ત અને અનાસક્તિ ભાવમાં રહી દરેક કર્મ કરો. કર્મ કરો પણ ફળની આશા ન રાખો. ક્રિયાલક્ષી બનો, પરિણામલક્ષી નહીં. અપેક્ષા સમાપ્ત થાય ત્યારે જ શાંતિની શરૂઆત થાય છે. આ સંદેશ આપણને અહંકાર અને મોહ- મમત્વથી દૂર કરે છે. ગીતા કહે છે કે જો જીવનમાં શાંતિ લાવવી હોય તો કામ (વાસના), ક્રોધ અને લોભને દૂર કરો. Get rid of lust, anger and greed from your life. આ ત્રણે દુર્ગુણો વિનાશકારી છે અને અધોગતિ તરફ લઈ જનાર છે. "હું કરું છું" તેવા અભિમાનનો ત્યાગ અને ફળની ઈચ્છાનો પણ જ્યારે ત્યાગ થાય છે ત્યારે કોઈ પણ કાર્ય પાર ન પણ પડે તો પણ હર્ષ- શોક થતો નથી.

જ્યારે માનવી પોતાનામાંથી ઉઠતી તમામ ઈચ્છાઓનો ત્યાગ કરે, અને વાસના શૂન્ય મનથી પોતાના સ્વરૂપમાં જ સંતુષ્ટ રહે ત્યારે એ "સ્થિતપ્રજ્ઞ" બને છે, પૂર્ણ સંતોષની આ સ્થિતિ છે. જીવનની તમામ મુશ્કેલીઓનું મૂળ- ઈચ્છાઓ છે. દુઃખમાં જેના મનમાં ઉચાટ ન રહે તેના રાગ, ભય તથા ક્રોધ નષ્ટ થઈ જાય છે.

વિષયોનું ચિંતન કરવાથી, ઈચ્છા કરવાથી આસક્તિ થાય છે. તેમાંથી કામના એટલે કે ઈચ્છા જાગૃત થાય છે. તે પૂરી ન થાય તો ક્રોધ ઉત્પન્ન થાય છે. ક્રોધથી મોહ જન્મે છે અને તેને લીધે સારા- નરસાનું ભાન રહેતું નથી.

ગીતા એક સાદો, સરળ પરંતુ ગહન જીવન જીવવાનો ગ્રંથ છે. તે ક્રોધ, માન, માયા, લોભ ત્યજીને જીવનમાં મૈત્રી, પ્રેમ, કરૂણા, અનુકંપા વિકસાવવાનું શીખવાડે છે. જીવનને જો સુખ, શાંતિ, સમાધિ, પ્રસન્નતા, મધુરતા અને હળવાશથી જીવવું હોય તો – Do everything you have to do, but not with greed, not with ego, not with lust, but with love, compassion and humility – તમારે જે કરવાનું છે તે કરો, પણ લોભથી નહીં, અહંકારથી નહીં, વાસનાથી નહીં, પરંતુ પ્રેમ, કરૂણા અને નમ્રતાથી કરો.