નિર્ભયતા એ જ જીવનનું નંદનવન

ડર, દહેશત, ફાળ, ધાસ્કો, ચિંતા, ખોફ, ભય વગેરે વગેરે એ વ્યક્તિની કુદરતી લાગણી છે. દરેક જીવમાત્રને જન્મથી ચાર સંજ્ઞાઓ- આહાર, ભય, મૈથુન અને પરિગ્રહ- હોય છે. ભય એ જીવમાત્રને મુશ્કેલ પરિસ્થિતિમાં ટકી રહેવામાં મદદ કરે છે. સામાન્ય ભય એ આપણો અંગરક્ષક છે.

વ્યક્તિ માટે ઘણી વસ્તુઓથી ડરવું સામાન્ય છેઃ અંધકાર, ઊંચાઈ, પાણી, પશુ, જીવજંતુ, ગરીબી, રોગો, બંધ જગ્યા વગેરે વગેરે. મોટાભાગના માનવીય ડરનું કોઈ ઉદ્દેશ્ય કે કારણ હોતું નથી. મોટેભાગે આ કાલ્પનિક ભય હોય છે.

કોઈપણ ઘટનાની જેમ, ભયને બે બાજુથી જોઈ શકાય છે. હકારાત્મક અને નકારાત્મક. ભયની સકારાત્મક શક્તિ એ છે કે તે વિકાસ પ્રદાન કરે છે. નવી નવી શોધખોળો થાય છે, પરંતુ ભયની નકારાત્મક શક્તિ એ છે કે જો એ બેકાબુ બની જાય તો તેની વર્તણૂક વિકૃતિમાં ફેરવાઈ જાય છે અને તે વ્યક્તિના જીવનને બગાડે છે.

મોટાભાગના ભય નિષ્ફળતાના (Failure) અનિશ્ચિતતાના (uncertainty) અને અસ્વીકારના (Rejection) હોય છે. આ કાલ્પનિક ભયો છે અને તેનું મુખ્ય કારણ આત્મવિશ્વાસનો અભાવ છે. મનુષ્ય જીવનમાં સૌથી મોટો ભય મૃત્યુનો છે.

જન્મથી માંડી મૃત્યુ સુધી દરેક વસ્તુ- પૈસા, પદાર્થો, ઘર અને અંતે શરીર ગુમાવવાનો ડર રહે છે. આમ જોવા જઈએ તો આમાંથી એકપણ વસ્તુ આપણી નથી તો પછી એને ગુમાવવાનો ડર શાને ? પરંતુ મનુષ્ય જેટલો પોતાની જાતને વિનાશી માને છે, તેટલો ભય ઉત્પન્ન થાય છે. જ્યારે “પોતે અવિનાશી છે” એવું ભાન થાય છે ત્યારથી તે નિર્ભય થતો જાય છે.

ભય એ જીવનનો મોટામાં મોટો પ્રોબ્લેમ છે. જેનું મન કાલ્પનિક ભયના વમળોમાં ફસાઈ જાય છે તેનું જીવન મૂંઝવણભર્યું અને સંઘર્ષમય બની જાય છે અને એ વ્યક્તિત્વ હિંસક, વિકૃત અને આક્રમક બની જાય છે. જીવન અજ્ઞાનમાંથી અંધકારમાં ધકેલાઈ જાય છે.

સાવચેતી અને અગમચેતી જરૂરી છે. પરંતુ જીવનમાં વધારે પડતી સાવચેતી ડર અને ભયમાં પરિવર્તિત થઈ જાય છે. ઘણી વખત ઉધ્ધતાઈ, આક્રમકતા તથા અહંકારને પણ નીડરતા માનવામાં આવે છે. પરંતુ આ ત્રણે તો ડર અને ભય   નિશાનીઓ છે.

ધર્મ પણ જો સારી રીતે ન સમજાય તો એ ડર અને ભયનું કારણ બની શકે છે. ખોટું કરશો તો પાપ લાગશે અને નર્કમાં જશો, એમ કહી હંમેશા વ્યક્તિને ભયભીત કરાય છે. શરૂઆતમાં આ સારું લાગે ભયભીત કરાય છ.શરૂઆતમાં આ સારું લાગે છે પરંતુ જરૂર છે અજ્ઞાનમાંથી જ્ઞાનમાં લઈ જવાની, જરૂર છે અણસમજમાંથી સમજમાં લઈ જવાની.

એક સંત કહે છે હું જૈન છું. બીજો કહે હું હિંદુ છું, તો ત્રીજો કહે છે હું મુસ્લિમ છું. શુ સંત ખરેખર જૈન, હિંદુ અથવા મુસ્લિમ હોઈ શકે ? સંત તો સર્વના હોવા જોઈએ. પરંતુ જો સંત કહે હું સર્વનો છું, મારો કોઈ પંથ નથી, સંપ્રદાય નથી તો એને ડર છે એનું ધ્યાન કોણ રાખશે ? તેની પોતાની સુરક્ષાનો ભય લાગશે !

જીવનમાં જેમ જેમ મોહ, માયા, લોભ ઓછા થવા લાગે, રાગ- દ્વેષ ઘટવા લાગે, અલિપ્તભાવ વધવા માંડે, તેમ તેમ ડર અને ભય ઘટવા લાગે છે. નીડરતા અને નિર્ભયતા એ આધ્યાત્મિકતાની પ્રગતિની પહેલી અને મુખ્ય નિશાની છે. ઉમદા ગુણો અને નિર્ભયતા એકબીજાના પૂરક છે. આત્મ અનુભવની શ્રેણીમાં જેમ જેમ આગળ વધતા જઈએ, તેમ તેમ ભય ઓછો થતો જાય.

જીવનમાં સાચો આનંદ, સાચું સુખ, સાચી હળવાશ, સાચી મધુરતા અને સાચી પ્રસન્નતા ત્યારે જ માણી શકાય જ્યારે વ્યક્તિના જીવનમાં પૂર્ણ નીડરતા અને નિર્ભયતા હોય. આ જીવનમાં કશું મારું નથી, સર્વ અનિત્ય છે. સાક્ષી-દ્રષ્ટા-જ્ઞાતા ભાવે બધો ઉપયોગ કરવાનો છે. પરંતુ એમાં ભળવાનું નથી.

જ્ઞાનીજનો એટલે જ સમજાવે છે કે જો આ જીવનને નંદનવન બનાવવું હોય તો આ જીવનમાં નીડરતા અને નિર્ભયતા કેળવવી જ પડશે. સેવા, સાધના, સંયમ અને સમાધિની સાધના થકી આ જીવનને નિર્મોહી બનાવી, અનાસક્તિ ભાવે જીવન જીવતા શીખવું પડશે. મોહ-મમતા-માયા ઘટાડવા પડશે. હું-મને-મારું ભુલવું પડશે.

જરૂર છે ધર્મમય જીવનની, જરૂર છે કુદરતમય જીવનની. જેના જીવનમાં નિસ્વાર્થતા છે, જે અદ્વૈતભાવમાં જીવે છે, જેનામાં સંપૂર્ણપણે પ્રેમ અને કરૂણા છે તેને ભય શેનો ? ડર કોનો ? આ છે ધર્મ અને આ છે જીવનને સ્વર્ગ બનાવવાની ચાવી. જરૂરી એ નથી કે મૃત્યુ પછી આપણે સ્વર્ગમાં જઈએ. જરૂરી એ છે કે આપણું જીવન એવું નંદનવન બનાવીએ કે આપણે જ્યાં જઈએ ત્યાં સ્વર્ગ જેવું વાતાવરણ બની જાય.