

સુખની સખી સંતોષ

રણછોડ શાહ

એમિટી સ્કૂલ, ભરૂચ

Mo : 9979861631 Email:- shah_ranchhod@yahoo.com

“ભૂખ લાગવી એ પ્રકૃતિ છે,
ધરાયા પછી ખાવું એ વિકૃતિ છે
જ્યારે
ભૂખ્યાં રહીને બીજાને ખવરાવવું એ સંસ્કૃતિ છે.”

—દલાભાયા કાગ

આજકાલ બે બાબતોનું ચલણ ખૂબ મોટા પ્રમાણ જોવા મળે છે : સરખામણી અને સ્પર્ધા. વર્તમાન યુગ સરખામણી અને સ્પર્ધાનો છે. તમામ પરિસ્થિતિમાં સતત તુલના કરવાની ફેશન બની ગઈ છે. સૌંદર્ય, સંપત્તિ, સત્તા અને સાધનોની સરખામણી સતત થતી જોવા મળે છે. વિશ્વના પ્રથમ દસ ધનાઢ્યોના નામ સમાચાર પત્રોમાં અવારનવાર આવ્યા કરે છે. દુનિયામાં ક્યો દેશ વધુ કાર વાપરે છે તેની તુલના થાય છે. પ્રત્યેક દેશમાં રહેલ સાધન, સવલત અને સાયબીને આધારે રાષ્ટ્રનો સુખાંક નક્કી થાય છે. જ્યાં જ્યાં સરખામણી થાય ત્યાં ત્યાં પાછળ રહી ગયેલ વ્યક્તિ કે દેશ આગળ વધવા માટ પ્રયત્નશીલ બને તે સ્વાભાવિક છે. આ પરિસ્થિતિ સ્પર્ધાને જન્મ આપે છે. હરીફાઈમાં જીત પ્રાપ્ત કરવા માટે ગમે તેવા રસ્તાઓ લેતાં કોઈ અચકાતું નથી. સરખામણી અને સ્પર્ધાને કારણે વર્તમાન જીવન સખત તાણચુક્ત બન્યું છે. જીવનમાંથી ધીરજ અને સંતોષ અદ્વશ્ય થઈ ગયા છે.

એક યુવાન રોજ સવારે જોર્ગીંગ કરવા જતો હતો. સવારની ખુશનુમા હવામાં શારીરિક તંદુરસ્તી વધારવા માટે તે પ્રયત્નશીલ હતો. એક દિવસ તેની આગળ દોડતા અન્ય યુવાન ઉપર તેની નજર પડી. તેણે જોયું કે આગળનો યુવાન થોડી ધીમે ધીમે દોડી રહ્યો હતો. અલબત્ત તે તેનાથી લગભગ અડધો કિમી દૂર હતો. પાછળથી આવતા યુવાને થોડુંક ઝડપથી દોડી આગળવાળાને પકડી પાડવાનું મનોમન નક્કી કર્યું. તેને દોડવાની ઝડપ થોડી વધારે દીધી. થોડીક વાર પછી જોયું કે હવે તે માત્ર ૧૦૦ મીટર જ દૂર છે. તેને નક્કી કર્યું કે ગમે તે રીતેઆગળ દોડતા યુવાનને પકડી પાડવો. તેને હરાવી અગળ નીકળી જવું છે. થોડીક વધારે ઝડપ વધારતાં તેને આગળના યુવાનને હરાવે દીધો. અલબત્ત આગળ દોડતા યુવાનને પાછળવાળો તેને હરાવી દેવા સ્પર્ધામાં ઊતર્યો છે તેવી ખબર જ નહોતી. તે તો તેની મસ્તીમાં જોર્ગીંગ કર્યા કરતો હતો.

દોડની સ્પર્ધામાં ઊતરેલા પાછળવાળા યુવાને શું મેળવ્યું? પ્રથમ તો તેનું ધ્યાન જોર્ગીંગથી તબિયત સુધારવાને બદલે આગળવાળાને પકડી પાડવા ઉપર લાગી ગયું. રસ્તામાં આવતાં તેના ઘર તરફ નજર નાખવાનું પણ ચૂકી ગયો. આ સમય દર્મિયાન અંતરની શાંતિ ગુમાવી બેઠો. રસ્તાની આજુબાજુની લીલોતરી જોવાનું રહી ગયું. અંતરના ઊંડાણમાંથી ધ્યાન તરફ આગળ વધવાની ગતિ ઉપર ધ્યાન આપી શક્યો નહીં. કદાચ ઉતાવળે દોડવામાં ઠોકર ખાઈ બેઠો હોત તો ઘૂંટણ કે શરીરના અન્ય કોઈ અવયવ લોહીલુહાણ થઈ ગયા હોત. સ્પર્ધામાં મન લગાવતાં કોઈ વાહન સાથે અકસ્માત થઈ જાય તેવું પણ બનવાની શક્યતા હતી.

વ્યક્તિ જ્યારે બિનજરૂરી સ્પર્ધામાં ઉતરે છે ત્યારે તે વ્યક્તિગત રીતે અકલ્પનીય વેઠે છે. સાથી કાર્યકરો, પડોશીઓ, મિત્રો, કુટુંબીજનો વગેરેથી આગળ નીકળી જવાના ધરખામાં વ્યક્તિ આંતરિક ખુશીઓને ગુમાવી દે છે. તેનું ધ્યાન સફળતા પ્રાપ્ત કરવાને બદલે અન્યોને પાછળ પાડી દેવામાં વધુ રહે છે. સ્પર્ધાને કારણે વ્યક્તિ સમય અને શક્તિનો ખૂબ મોટા પ્રમાણમાં વ્યય કરે છે. તે પોતાના ધ્યેય, ઉદ્દેશ અને ઇરાદાઓનો ખૂદો બોલાવી દે છે. તે સમગ્ર તાકાત જીતવા માટે વાપરતો હોવાથી મહામૂલી જિંદગીને વેડફી નાંખે છે. આજની વિકટ સમસ્યા બિનતંદુરસ્ત સ્પર્ધાની છે. જીવનમાં ક્યારેય તેનો અંત આવતો નથી.

જીવનના ગમે તે તબક્કે કોઈકને તો આગળ હશે જ. તમારા કરતાં કોઈની પાસે સારી ગાડી, સારો વ્યવસાય, વધારે સંપત્તિ અને વધારે શિક્ષણ, સૌંદર્યવાન પત્ની કે પતિ, સારી વર્તણૂકવાળા સંતાનો, વધુ સારા સંજોગો અને વધારે સારી શારીરિક સ્થિતિ હોય તે સ્વાભાવિક છે. કેટલા લોકોને હરાવીને આગળ વધશો? અન્યોને પાછળ પાડવામાં સમય અને શક્તિ ખર્ચાઈ જશે. સૌથી સારી સમજણ તો એ છે કે તમારાથી થાય તે ઉત્તમ પ્રાપ્ત કર્યા બાદ અન્યો સાથે સરખામણી કરવાને બદલે સ્વયંને શ્રેષ્ઠ તરીકે સ્વીકારી લો. કેટલાક લોક અસલામતી એટલા માટે અનુભવે છે કે તેઓ અન્યો ક્યાં જાય છે, કેવા વસ્ત્રો પરિધાન કરે છે, કેવું વાહન ચલાવે છે વગેરે જોવામાં સતત પોતાની જાત પ્રત્યે બે ધ્યાન રહે છે. તમારી ઊંચાઈ, વજન અને વ્યક્તિત્વને પ્રભુના આશીર્વાદ સમજી તેનો સ્વીકાર કરી તંદુરસ્ત જીવન જીવો. નિયતિમાં ક્યાંય સ્પર્ધા નથી, પ્રત્યેકને પોતાની અને માત્ર પોતાની જ નિયતિ હોય છે. સરખામણી અને સ્પર્ધા આનંદને ચોરી જાય છે. તમે તમારી ઝડપે દોડી, શાંતિ અને શરીર સમૃદ્ધિ પ્રાપ્ત કરો.

“કિનારો ના મળે તો
ભલે ના સહી,
ડૂબાડી બીજને
ક્યારેય તરવું નથી મારે.”
—અજ્ઞાત

એક દિવસ એક અધ્યાપકશ્રીઓને પૂછ્યું કે આ દુનિયામાં શુ6 સર્વસ્વ પ્રભુએ જ બનાવ્યું છે? તમામે એક સાથે જવાબ આપ્યો, “સાહેબ, તે તો સનાતન સત્ય છે. તેમાં કાંઈ પૂછવા જેવું જ નથી.” અધ્યાપકશ્રીએ કહ્યું કે એટલે ખરાબ વસ્તુઓનો રચયિતા પણ ભગવાન જ ગણાયને? આવું સાંભળતાં જ એક વિદ્યાર્થી ઊભો થયો અને તેને જણાવ્યું, “સાહેબ, આટલા જલ્દીથી આ બાબતે નિર્ણય લેશો નહીં.” પ્રોફેસર સાહેબે કહ્યું, “શા માટે નહીં? હમણાં તો તમે બધાએ સ્વીકાર્યું કે તમામ બાબતો પ્રભુએ નિર્મિત કરી છે.” વિદ્યાર્થીએ વિનયપૂર્વક જણાવ્યું કે સાહેબ હું તમને બે નાના સવાલ પૂછી શકું? પછી આપને જે યોગ્ય લાગે તે નિર્ણય કરજો. પ્રોફેસર સાહેબને આ ગમ્યું નહીં પરંતુ તેમણે હા પાડી.

વિદ્યાર્થી : સાહેબ, દુનિયામાં ઠંડીનું અસ્તિત્વ છે ખરું?

પ્રોફેસર : હા, ચોક્કસ છે, સો ટકા છે. આપણે ઠંડીનો અનુભવ કરીએ છીએ.

વિદ્યાર્થી : ના, સર. ઠંડી જેવું કાંઈ નથી. ખરેખર તો ગરમી ન હોય ત્યારે આપણે ઠંડીનો અનુભવ થાય છે. ગરમીની ગેરહાજરી એટલે ઠંડી.

પ્રોફેસર શાંત થઈ ગયા. વિદ્યાર્થીએ બીજો સવાલ કર્યો.

વિદ્યાર્થી : સાહેબ, અંધારું હોય ખરું?

પ્રોફેસર ; ચોક્કસ જ હોય. રાત્રે અંધારું હોય છે.

વિદ્યાર્થી : ના, સાહેબ, અંધારા જેવું કાંઈ નથી. ખરેખર તો પ્રકાશ ન હોય ત્યારે આપણે અંધારું લાગે છે.

પ્રોફેસરે વિદ્યાર્થીને શાબાશી આપી. પોતાની વાત વિગતે સમજાવવા જણાવ્યું. વિદ્યાર્થીએ કહ્યું, “સાહેબ, ભૌતિકશાસ્ત્રમાં તમે અમને માત્ર પ્રકાશ અને ઉષ્મા વિશે શિખવડો છો. આપ અમને અંધકાર અને ઠંડક વિશે ભ્યણાવતા નથી. ભૌતિકશાસ્ત્રમાં આવો કોઈ વિષય નથી. સાહેબ, તેવી જ રીતે પ્રભુએ સારું જ બનાવ્યું છે. એટલે જ્યાં સારું હતું નથી ત્યાં આપણને ખરાબ નજરે પડે છે. પરંતુ ભગવાને કાંઈ ખરાબનો અર્થ સારાની અનુપસ્થિતિ છે.”

ખરેખર તો દુનિયામાં કાંઈ ખરાબ જેવું છે જ નહીં, પ્રેમ, વિશ્વાસ અને પ્રભુમાં શ્રદ્ધાનો અભાવ હોય તો આપણને ખરાબનો અનુભવ થઈ શકે. જીવનમાં જ્યારે તક મળે ત્યારે સારપ વહેંચતા રહેવું જોઈએ. જો સારાપણાનો વધારો થશે તો ચોક્કસ જ અયોગ્યપણું ઘટતું જશે.

આચમન : “લે, આ મને ગમ્યું તે મારું
પણ જો તને ગમે તો તારું !
મારું, તારું ને ગમતું પણ—
લાવ, કરિયેં સહિયારું !”
—રાજેન્દ્ર શુક્લ