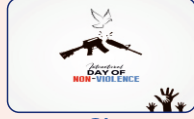




VASISHTHA GROUP OF SCHOOL



જીવનપંથ

અંક : ૯ | ફેબ્રુઆરી - ૨૦૨૫

આટલું અગુસરીએ

જે કંઈ થાય છે તે સર્વમાં પ્રભુનો હાથ છે તેમ માનો,
જે કંઈ બને છે તે એની મરજી પ્રમાણે જ થાય છે.
એમ માનશો તો તમને હર્ષ અગર શોક નહીં રહે.

જીવનમાં સુમેળ વિકસાવવા માટે
પ્રથમ પગથિયું એ છે કે
તમારી જીભ ઉપર સંયમ રાખો.

મનમાં જે જે તરંગો-વિચારો ઊઠે
તેને તરત જ બહાર કાઢશો નહીં,
તેમાંના દરેકની યોગ્યતા જુઓ, તેની ઉપર
મનન કરો અને પછી જ જીભ વાટે ઉચ્ચારો અને
તેમાં પણ જે કંઈ બોલો તે મૂઠ્ઠા, મધુર અને
કોઈપણ જાતના પૂર્વગ્રહ વગરનું બોલો.

પ્રત્યેક હૃદયમાં વસેલા પરમાત્માને
ઉદ્દેશીને જેમ કહેતા હો તેવી રીતે બોલો.

વિનમ્રતા

જ્યારે આપણે ઝૂકતાં શીખી જઈએ છીએ ત્યારે આપણામાં વિનમ્રતા આવી જાય છે. એવું કહેવાય છે કે શાલીનતા મફતમાં મળે છે, પરંતુ એનાથી બધું જ મેળવી શકાય છે. વિનમ્રતા માણસના વ્યક્તિત્વનું આભૂષણ છે. વિનમ્રતાથી આપણું વ્યક્તિત્વ આકર્ષક બને છે. વિનમ્ર બનવાથી આપણી પાત્રતામાં વધારો થાય છે. જો આપણામાં વિનમ્રતા હોય તો જ બીજાઓ પાસેથી કંઈક સારું શીખી શકીએ છીએ. વિનમ્રતાથી આપણે બધાને પ્રિય લાગીએ છીએ. ભારતીય સંસ્કૃતિમાં વિનમ્રતા વ્યક્ત કરવા માટે પ્રણામ તથા ચરણસ્પર્શ કરવાની પરંપરા છે. મોટાઓને પગે લાગીને તેમના આશીર્વાદ લેવાની પરંપરા છે. આપણા જીવનમાં વિનમ્રતા જળવાઈ રહે એટલા માટે પ્રાર્થના, સ્તુતિ વગેરે કરવામાં આવે છે. બીજાઓની સેવા કરવામાં આવે છે. આવું બધું કરવાથી આપણો અહંકાર ઓગળી જાય છે. મનની શુદ્ધિ થાય છે અને આપણે વધારે વિનમ્ર બનીએ છીએ.

આપણા ધર્મગ્રંથો કહે છે કે જે નમ્રતાપૂર્વક ઝૂકે છે. એ જ ઉન્નતિ કરે છે. વિનમ્રતાથી આપણું વ્યક્તિત્વ નિખરે છે તથા તેનાથી સફળતા મેળવવામાં પણ મદદ મળે છે. વિનમ્રતાથી આપણને સન્માન પણ મળે છે. મનની કોમળતા અને વ્યવહારમાં વિનમ્રતા દરેક વ્યક્તિ માટે એક શક્તિ બની જાય છે. તેમના લીધે મનની કઠોરતા તથા રુક્ષતા દૂર થઈ જાય છે.

મહાભારતનું યુદ્ધ પૂરું થયા પછી ધર્મરાજ યુધિષ્ઠિર ભીષ્મપિતામહ પાસે ગયા. તેઓ યુદ્ધભૂમિમાં બાણોની શય્યા પર સૂઈ રહ્યા હતા. યુધિષ્ઠિરે વિનમ્રતા પૂર્વક પોતાને ધર્મોપદેશ આપવાની વિનંતી કરી. ભીષ્મપિતામહે કહ્યું કે નદી પોતાના પાણી સાથે મોટાં વૃક્ષોને પણ તાણી જાય છે. એક દિવસ સમુદ્રે નદીને પૂછ્યું કે તું તોર્તિંગ વૃક્ષોને પણ ખેંચી લાવે છે, પરંતુ કોમળ ઘાસ તથા નાના છોડને કેમ નથી લાવતી? નદીએ કહ્યું કે જ્યારે મારાં પાણીનો પ્રવાહ તેજ થઈ જાય છે ત્યારે ઘાસ અને છોડ ઝૂકી જાય છે અને મારાં પાણીને રસ્તો આપી દે છે, તેથી તે બચી જાય છે, જ્યારે મોટાં વૃક્ષો અક્કડ થઈને ઊભાં રહે છે, તેથી તેઓ પોતાનું અસ્તિત્વ ખોઈ બેસે છે.”

ભીષ્મએ કહ્યું કે “યુધિષ્ઠિર! આ જ રીતે જે લોકો પોતાના જીવનમાં વિનમ્ર રહે છે તેમનું અસ્તિત્વ કદાપિ નષ્ટ થતું નથી.” ઘણીવાર એવું જોવા મળે છે કે કેટલાક લોકો પોતાના કામમાં નિપુણ હોય છે, પરંતુ તેમનામાં વિનમ્રતા ન હોવાના કારણે જીવનમાં હંમેશા પરેશાન થતા હોય છે. વિનમ્રતા રાખવી તે કાયરતા નથી. એનાથી માણસ શાંત, સહનશીલ અને શક્તિશાળી બને છે. વિનમ્રતાથી તેની ઊર્જા વેડફાઈ જતી અટકે છે. જો માણસ વિનમ્રતા રાખતાં શીખી જાય તો તેની અનેક પરેશાનીઓ આપોઆપ જ દૂર થઈ જાય છે. વિનમ્ર માણસની આગળ કઠોર હૃદયના માણસે પણ ઝૂકી જવું પડે છે. વિનમ્રતા રાખવાથી આપણા જીવનમાં શાંતિ તથા પ્રસન્નતા રહે છે. વિનમ્ર લોકોને બધે જ સન્માન મળે છે. તેઓ બીજાઓને જોડવાનું કામ કરે છે.

વિનમ્રતાનો સાચો અર્થ સમજાવતી એક કથા છે – એકવાર બાબા ફરીદને મળવા માટે એક રાજા આવ્યો. તે ખૂબ અહંકારી હતો. તે ફરીદ માટે એક સુંદર તલવાર લાવ્યો હતો. તેણે ફરીદને કહ્યું કે “આ ભેટ તમારા માટે છે.” તલવાર જોઈને ફરીદે કહ્યું કે “આવી કીમતી તલવાર લાવવા બદલ હું તમારો આભાર માનું છું, પરંતુ આ મારા કોઈ કામની નથી. જો મને કંઈક આપવા જ ઈચ્છતા હો તો મને એક સોય અને તેની સાથે વિનમ્રતા આપો. મારા માટે તે તલવાર કરતાં પણ વધારે કીમતી છે.”

રાજા ફરીદનો આવો જવાબ સાંભળીને નવાઈ પામ્યો. તેણે કહ્યું કે, “બાબા! સોય અને વિનમ્રતા તલવારનો મુકાબલો કઈ રીતે કરી શકે?” ફરીદે કહ્યું કે “તલવાર લોકોની મારકાપ કરવાનું કામ કરે છે, જ્યારે સોય બે ટુકડાને સીવીને જોડી દે છે. તોડવું સહેલું છે. પરંતુ જોડવું મુશ્કેલ છે.”

આપણે પણ વિનમ્રતાપૂર્વક બધાને જોડવાનો પ્રયાસ કરવો જોઈએ. સંસારના બધા જીવો પ્રત્યે પ્રેમ રાખવો જોઈએ. માત્ર મનુષ્યો જ નહીં, પરંતુ પશુપક્ષીઓ સાથે પણ મધુર વ્યવહાર કરવો જોઈએ, સમાજના અમીર- ગરીબ, શિક્ષિત-અશિક્ષિત, અજાણ્યા કે ઓળખિતા એમ બધા લોકો પ્રત્યે પ્રેમ રાખવો જોઈએ. સામાન્ય રીતે કિશોરો તથા કિશોરીઓના જીવનમાં તેમનાં માતાપિતા, ગુરુજનો પ્રત્યે શ્રદ્ધા હોવાના કારણે આપણે તેમને સન્માન આપીએ છીએ, પરંતુ કોઈ વ્યક્તિ ઉંમર કે પદમાં આપણા કરતા ભલે નાની હોય, પરંતુ તેનામાં પણ જો વિદ્યા, બુદ્ધિ તથા શ્રેષ્ઠ સંસ્કાર હોય તો તે પણ સન્માનને પાત્ર છે. કોઈ સદ્ગુણોની બાબતમાં શ્રેષ્ઠ વ્યક્તિની મુલાકાત થઈ જાય તો તેના પ્રત્યે પ્રેમ પ્રગટ કરીને તેનું અભિવાદન કરવું જોઈએ. આપણે બેઠાં હોઈએ એ વખતે એવી સદ્ગુણી અને સંસ્કારવાન વ્યક્તિ આવે તો આપણે ઊભા થઈને તેને સન્માન આપવું જોઈએ. મનમાં ક્રોધ, ક્ષોભ કે ઘૃણાનો ભાવ જાગે તો પણ તે કોઈની સામે પ્રગટ ન કરવા જોઈએ. એકેએક શબ્દ તોલીને બોલવો જોઈએ. ગુરુજનોના કોઈ કથનનો વિરોધ ન કરો. તેમની સાથે વાત કરતી વખતે નજર નીચી રાખો. જો તેમની કોઈ વાત પ્રત્યે અસંમતિ વ્યક્ત કરવા ઈચ્છો તો ક્ષમાયાચના કરીને પછી જ જે કહેવું હોય તે કહો. વિનમ્ર વિદ્યાર્થી ગુરુને અતિશય પ્રિય હોય છે. વિનમ્રતાથી દરેક વ્યક્તિને પોતાની બનાવી શકાય છે.

વિદ્યાર્થી અને વિનમ્રતા

વિદ્યાર્થી જીવનમાં વિનમ્રતા અનેક મહત્વપૂર્ણ ફાયદા અપાવે છે. આ ફાયદાઓ તેમના શૈક્ષણિક જીવનમાં સફળતા અપાવે છે અને જીવનભર ઉપયોગી રહે છે.

૧. શિક્ષકો અને વડીલોનાં મનપંસદ બને છે.

વિનમ્રતા ધરાવતો વિદ્યાર્થી શિક્ષકો અને વડીલોનાં મનમાં સન્માન અને આદર જગાવે છે.

દરેક લોકો તેમનાથી પ્રભાવિત થાય છે અને વધુ સહકાર આપવા તૈયાર રહે છે.

૨. શીખવાની તાકાત વધે છે.

વિનમ્ર વિદ્યાર્થી પોતાની ભૂલ સ્વીકારી શકે છે અને તેને સુધારવા માટે ખૂલ્લા મગજથી તૈયાર રહે છે.

તે પોતાનું ધ્યાન નવા વિચારો અને કૌશલ્યો શીખવામાં લગાવે છે. જે તેમને જીવનમાં આગળ વધવામાં મદદ કરે છે.

૩. મિત્રતા અને સહકાર વિકાસ પામે છે

અન્ય વિદ્યાર્થીઓ સાથે સારો સંબંધ રાખે છે, જેના કારણે ગ્રૂપ સ્ટડી અને ટીમવર્કમાં સફળ થાય છે.

તે લોકોના પ્રિય બને છે. અને તેનાથી સહકાર મેળવી શકાય છે.

૪. નકારાત્મકતા દૂર રહે છે

વિનમ્રતા માનસિક શાંતિ લાવે છે, જેથી વિદ્યાર્થી તણાવમુક્ત રહે છે.

તે વિવાદો અને અહંકારથી દૂર રહે છે, જેનો ફાયદો તેમના શૈક્ષણિક જીવનમાં થાય છે.

૫. ટિપ્સ અને માર્ગદર્શન વધુ મળે છે

વિનમ્ર વિદ્યાર્થીઓને વડીલો, શિક્ષકો અને અન્ય અનુભવી લોકો પાસેથી વધુ માર્ગદર્શન મળે છે.

શિક્ષકો તેમની સાથે વધારે મૈત્રીપૂર્ણ વર્તન કરતા હોય છે, જેના કારણે તેઓ વધુ શીખી શકે છે.

૬. પરીક્ષાઓમાં વધુ ફોક્સ અને તૈયારીઓમાં મજબૂત

વિનમ્ર વિદ્યાર્થી શાંતિપૂર્વક અભ્યાસ કરે છે અને પોતાના અભ્યાસમાં શિક્ષકે કરેલા સૂચનોનો નમ્રતાથી સ્વીકાર કરે છે.

વિનમ્રતા ધરાવતા વિદ્યાર્થી પોતાના કામમાં વધુ સમર્પિત અને પ્રતિભાશાળી હોય છે. જે જીવન અને કરિયર બંનેમાં ફાયદાકારક છે.

૭. શ્રેષ્ઠ લીડર બને છે

વિનમ્રતાથી સહકારવૃત્તિ વિકાસ પામે છે, જે પછી જીવનમાં નેતૃત્વની ભૂમિકા નિભાવવામાં મદદ કરે છે.

વિનમ્રતા ધરાવતા વિદ્યાર્થી ટીમ સાથે કામ કરી શકે છે અને તેમને પ્રોત્સાહિત કરી શકે છે.

૮. જીવન મૂલ્યો અને આદર્શ વિકસે છે.

વિનમ્રતા વિદ્યાર્થીઓને મજબૂત જીવન મૂલ્યો શીખવે છે, જેમ કે આદર, સહકાર અને નૈતિકતા.

આ ગુણો જીવનમાં તમામ ક્ષેત્રે સફળતા અપાવે છે.

૯. શાળા અને સમાજમાં સન્માન મેળવે છે

વિનમ્ર વિદ્યાર્થી શિક્ષકો, મિત્રો અને વડીલોનો આદર મેળવવા માટે જાણીતો હોય છે.

શાળા અને સમાજમાં તેમની ઓળખ નમ્ર અને મદદરૂપ વ્યક્તિ તરીકે થાય છે.

૧૦. લાંબા ગાળાની સફળતા માટે તૈયાર રહે છે

વિનમ્રતા શીખવાની દ્રષ્ટિ ખૂલ્લી રાખે છે, જેના કારણે તેમનો શૈક્ષણિક અને વ્યવસાયિક વિકાસ થાય છે.

આ ગુણો તેમને જીવનના દરેક ક્ષેત્રમાં આગળ વધારવા માટે મદદરૂપ થાય છે.

વિનમ્રતા એક એવો ગુણ છે જે વિદ્યાર્થીઓને માત્ર શાળામાં જ નહીં, પરંતુ સમગ્ર જીવનમાં યશસ્વી બનાવે છે.

વિનમ્રતા દર્શાવતા સ્વામી વિવેકાનંદના પ્રસંગો

સાચું જ્ઞાન વિનમ્રતાને જનમ આપે છે

એક વખતની વાત છે. જ્યારે સ્વામી વિવેકાનંદ પરદેશના પ્રવાસે ગયા હતા. અમેરિકામાં એકવાર યુવાનોના એક જૂથે તેમને તેમનાં પરંપરાગત પહેરવેશ અને વસ્ત્રો પર ટકોર કરી હસવાનું શરૂ કર્યું. તે યુવાનો તેમનું અપમાન કરવા માગતા હતા. તેઓ સ્વામીજી તરફ આંગળી બતાવી ખડખડાટ હસવા લાગ્યા. એક સામાન્ય માણસ માટે આ પરિસ્થિતિ ગુસ્સો આવવા જેવી હતી, પરંતુ સ્વામી વિવેકાનંદે શાંતિપૂર્વક પોતાની ધીરજ અને વિનમ્રતાનું ઉદાહરણ પૂરું પાડ્યું.

સ્વામી વિવેકાનંદે હળવાશથી તેમના તરફ જોઈને નમ્રતાથી બોલ્યા:

“મિત્રો, તમારી વિચારધારા તમારી ભિન્ન સંસ્કૃતિનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે અને મારી વેશભૂષા મારી સંસ્કૃતિનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે. જો તમે નમ્રતાથી મને સમજાવશો કે કેવી રીતે આ વસ્ત્રો ખોટા છે, તો હું તેને બદલવા તૈયાર છું પરંતુ હું આશા રાખું છું કે જો તમે મને ન સમજાવી શકો તો તમે પણ તમારી ભૂલને સ્વીકારશો.”

તેમના મીઠા શબ્દો અને શાંતિપૂર્ણ પ્રત્યાયનથી તે યુવાનો શરમાઈ ગયા અને તેમણે સ્વામી વિવેકાનંદની માફી માગી. તેઓએ સ્વામી વિવેકાનંદના ઊંડા જ્ઞાન અને નમ્રતાથી પ્રભાવિત થઈ તેમની સાથે વધુ વાતચીત શરૂ કરી.

મોરલ:

સ્વામી વિવેકાનંદે વિવાદ ન કરીને નમ્રતાથી પોતાના વિચારો વ્યક્ત કરી લોકોને પ્રભાવિત કર્યાં. આ પ્રસંગ શીખવે છે કે વિવેક અને વિનમ્રતાના પ્રદર્શનથી આદર્શ વર્તન અને સન્માન જીતવું શક્ય બને છે.

વૃદ્ધ મહિલા અને ચમચી

એક વખત સ્વામી વિવેકાનંદ પ્રવાસ દરમિયાન એક સ્થળે રહેવા માટે ગયા હતા. ત્યાં એક વૃદ્ધ મહિલા તેમની પાસે આવ્યા અને તેમણે ભોજન માટે આમત્રણ આપ્યું. તેઓ ખૂબ ગરીબ હતા, પરંતુ તેઓ સ્વામી વિવેકાનંદનો ખૂબ આદર કરતા હતા. સ્વામી વિવેકાનંદ તે મહિલાના ઘરે ભોજન માટે ગયા. તે મહિલાએ સજ્જ થઈને શ્રેષ્ઠ ભોજન બનાવ્યું અને તેની પાસે જેટલું શક્ય હતું તે સ્વામી વિવેકાનંદ સામે મુક્યું. પરંતુ જ્યારે સ્વામી વિવેકાનંદ ભોજન કરવા બેઠા, ત્યારે એક મોટી સમસ્યા ઉભી થઈ: ઘરમાં ચમચી નહોતી.

તે મહિલાને ખૂબ શરમ અને સંકોચ થયા અને તેણે માફી માંગી. સ્વામી વિવેકાનંદ સ્ત્રીની સ્થિતિને સમજી ગયા અને શાંતિપૂર્વક હસીને બોલ્યા:

“માતા, ચમચી નથી તો શું થયું? આપણાં હાથથી સર્વશ્રેષ્ઠ ચમચી અન્ય કોઈ નથી.”

તેમણે અત્યંત નમ્રતાથી પોતાના હાથ વડે ભોજન કરવાનું શરૂ કર્યું. તે સ્ત્રી ભાવવિભોર થઈ ગઈ અને આ પ્રસંગને જીવનભર યાદ રાખ્યો.

મોરલ:

સ્વામી વિવેકાનંદે બતાવ્યું કે સત્ય વિનમ્રતામાં છે. નમ્રતાથી વર્તવું તે જીવનની માત્ર મહત્વપૂર્ણ પરિભાષા નથી, પરંતુ માનવતાનો શ્રેષ્ઠ પરિચય છે.

ફાટેલા જૂતાની વાત

સ્વામી વિવેકાનંદ એક વાર યુરોપની મુલાકાતે ગયા હતા. તેઓ હંમેશા સરળ જીવનશૈલી અનુસરતા અને કોઈ પણ પ્રકારના વૈભવ અથવા આડમ્બરથી દૂર રહેતા. યુરોપની તે મુલાકાત દરમિયાન એકવાર તેમનાં જૂતા ખૂબ જૂના અને ફાટેલા થઈ ગયા હતા.

તેમના શિષ્યોએ અને કેટલાક પ્રશંસકોએ તેમને નવા જૂતા ખરીદવા માટે જણાવ્યું. શિષ્યોએ કહ્યું, “સ્વામીજી, તમારા આવા ફાટેલા જૂતાથી લોકો તમારી પર હસે છે. આ તમને યોગ્ય નથી લાગતું.”

સ્વામી વિવેકાનંદ હળવાશથી હસ્યાં અને મમત્વથી જવાબ આપ્યો:

“મારા ફાટેલા જૂતા લોકોનું ધ્યાન ખેંચે છે, પરંતુ શું મારા વિચાર અને જીવનમૂલ્ય લોકોને નહીં દેખાય? લોકો મારા વસ્ત્રોને નહીં, પરંતુ મારી વાતોને યાદ રાખશે. જીવનમાં સાધનાની સુંદરતા છે, આડમ્બરની નહીં.”

આ નમ્ર જવાબ સાંભળી તમામ લોકો આશ્ચર્યચકિત થઈ ગયા અને તેઓ સ્વામી વિવેકાનંદના આદર્શો અને સાદગીથી પ્રભાવિત થયા.

મોરલ:

વિનમ્રતા વ્યક્તિત્વની હકીકત છે, જ્યાં બહારના આડમ્બર કરતાં આંતરિક મૂલ્યો વધુ મહત્વપૂર્ણ હોય છે. સ્વામી વિવેકાનંદે શીખવાડ્યું કે નમ્રતાથી માણસ પોતાના જીવનમૂલ્યોને શ્રેષ્ઠ રીતે વ્યક્ત કરી શકે છે.

ગરીબ છોકરો અને પુસ્તક

એક વાર, સ્વામી વિવેકાનંદને તેમના પ્રવચન માટે એક નગરમાં આમંત્રણ મળ્યું હતું. લોકો તેમના પ્રભાવશાળી વિચાર સાંભળવા માટે મોટી સંખ્યામાં એકઠા થયા હતા. કાર્યક્રમ પછી, સ્વામીજીને ઘણા લોકો મળવા આવ્યા.

તેમાં એક નાનો ગરીબ છોકરો પણ હતો, જે સ્વામી વિવેકાનંદને મળવા માટે ઉત્સુક હતો. પરિસ્થિતિ એવી હતી કે દરવાજા પરના વ્યક્તિઓએ તે છોકરાને અંદર જવા દીધો નહીં, કારણ કે તે મેલાધેલા કપડા પહેરેલી હાલતમાં હતો. છોકરો નિરાશ થઈ હોલ બહાર બેસી રહ્યો.

સ્વામી વિવેકાનંદ બહાર આવ્યા ત્યારે છોકરાની નિષ્ફળ અને દુઃખ ભરી આંખો જોઈને નમ્રતાથી પૂછ્યું:

“મિત્ર, તું અહીં શા માટે ઉભો છે?”

છોકરાએ ઉત્તર આપ્યો

“મારે તમને મળવું હતું, પરંતુ મને અંદર જવા દેવામાં આવ્યો નહીં.”

સ્વામી વિવેકાનંદે તે છોકરાને પાસે બોલાવીને બેસાડી દીધો. તેઓએ છોકરનું સાદું મમળાયેલું પુસ્તક જોયું અને પૂછ્યું

“બેટા, આ શું છે?”

છોકરાએ કહ્યું:

“હું તમારું પુસ્તક વાંચી રહ્યો છું અને મને એમાંના કેટલાક મુદ્દાઓ સમજાતા નથી. હું તમારી સાથે આ બાબતે વાત કરવા આવ્યો છું.” સ્વામી વિવેકાનંદે મમત્વ અને આદર સાથે તે છોકરાને સમજાવ્યું અને તેની જિજ્ઞાસા દૂર કરી. છેલ્લે તેઓએ છોકરાને શીખવ્યું “જ્ઞાન અને આદર ધરાવનારા વ્યક્તિને ક્યારેક કોઈ અવરોધ રોકી શકતું નથી. જો તું હંમેશા વિનમ્ર રહે અને જ્ઞાન માટે તરસ રાખે, તો તું જીવનમાં ઘણું પ્રાપ્ત કરી શકીશ.”

મોરલ:

વિનમ્રતા અને સહાનુભૂતિ વિવેકાનંદના જીવનના મુખ્ય સત્વ હતા. આ પ્રસંગે શીખવે છે કે સાચા જ્ઞાની નમ્ર અને સહાનુભૂતિપૂર્વક લોકોને પ્રોત્સાહન આપે છે અને તેમની સમસ્યાઓ ઉકેલે છે.

તારી જીભ ઠેકાણે રાખ

“એય, તારી કારને અહીંથી ખસેડા!” કારને પાર્ક કરવાની જાહેર જગ્યામાં પ્રવેશતાં જ ત્યાં હાજર પાર્કિંગ પ્લોટના ચોકીદારે કહ્યું જ્યારે પણ તમને ગાડીને પાર્ક કરવા માટેની સરસ મજાની જગ્યા મળતી હોય છે કે આવો કોઈ ચોકીદાર તમને

ત્યાંથી બીજી કોઈ જગ્યાએ ખસેડતો હોય છે. મારી અમેરિકન મિત્રએ હમણાં જ અમદાવાદમાં ઉતરાણ કર્યું હતું અને હું તેને ઍરપોર્ટ પરથી સીધો જ જમવા માટે લઈ જઈ રહ્યો હતો.

ઓગણીસ વરસનો હતો ત્યારે હું બહુ ગરમ મિજાજનો હતો. તેમાં ભીડ, ભૂખ અને આવા ચોકીદારોને ઉમેરો. હું તેને ઠીક કરવાના મિજાજમાં હતો

‘પણ અહીં શો વાંધો છે? આ સરસ જગ્યા છે,’ મેં કારમાંથી બહાર નીકળતાં કહ્યું.

‘મને મારી નોકરી કેમ કરવી તે ન શીખવાડ. હું કહું ત્યાં આગળ તારી કારને પાર્ક કર!’ તેણે ભૂમ પાડી. તે કજિયો કરવાની રાહ જ જોઈ રહ્યો હતો – સાવ દેખીતું હતું કે બિચારાનો આજનો દિવસ સારો નહોતો ઊગ્યો.

તે પાંચ ફૂટ ચાર ઈંચનો હતો, સાઠેક વરસનો હશે, તેના ચહેરા પર ખીલ હતા, વાને શ્યામળો હતો, તેણે જૂનું ખાખી પેન્ટ અને ડાઘાવાળું સફેદ ખમીસ પહેર્યું હતું. જાણે હાજરાહજૂર શેતાન જ જોઈ લો.

તે જ્યાં ઈચ્છતો હતો ત્યાં કારને પાર્ક કરવામાં દસેક મિનિટ ગઈ. મારી મિત્ર મેરીએ મને કહ્યું, ભગવાન મને ધીરજના પાઠ શીખવાડવા માગતો હતો.

મને કોઈ પડકાર ફેંકે અને તેમાં તે સફળ થાય તેમાં કંઈ માલ નથી. મારા મનમાં હું દ્રઢ હતો, હું ધીરજ રાખીશ. મેં તેને અવગણવાનું નક્કી કર્યું. ત્યાંથી ચાલતા થયા કે તેણે અમારી તરફ એક કોંઠભરી નજર ફેંકી અને પાછળ ભૂમો પાડવાનું ચાલુ રાખ્યું.

ખડખડાટ હસી પડતાં મેરીએ કહ્યું, ‘બિચારો લાઉડસ્પીકર ગળી ગયો લાગે છે.’

પિસ્તાળીસ મિનિટ પછી અમે જ્યારે પાછાં ફર્યાં અને અમારી કારમાં બેઠાં ત્યારે તેવી જ કોંઠભરી નજર સાથે તે અમારી તરફ ઘસી આવ્યો. ‘પાંચ રૂપિયા થાય છે.’ તેણે આવતાંની સાથે જ કહ્યું. ‘પ્રથમ તો તમે ખોટી જગ્યાએ ગાડી પાર્ક કરી અને હવે પૈસા ચૂકવ્યા વિના જતા રહેવાનો પ્રયત્ન કરો છો?’

મને પડકાર યાદ આવતાં હું તેને મુક્કો જ ફટકારવાનો હતો. પરંતુ મારે મેરીને બતાવવું હતું કે હું શાંત પણ રહી શકું છું. તે ઉપરાંત મારા આ પ્રકારના વર્તનથી મેરી પર મારા દેશની કેવી છાપ પડે તેનો પણ મારે ખ્યાલ રાખવાનો હતો.

તે દિવસે ગરમી ખૂબ હતી. મેં એક બરફના ગોળાવાળાને જોયો. હું પેલા ચોકીદાર તરફ ફર્યો અને પૂછ્યું, ‘શ્રીમાન, બરફનો ગોળો તમને ગમે છે?’

તેણે કહ્યું, ‘હા, તે વળી કોને ન ગમે?’

મેં પૂછ્યું, ‘તમને કયો ગમે છે?’

તે બદમાશ હજુયે નારાજ હતો. તેણે તીણા કોંઠભર્યા અવાજમાં કહ્યું, ‘મને ગુલાબનો ગોળો ગમે છે અને હું તે દરરોજ લઉં છું. તે વળી શા માટે પૂછ્યું?’

કારથી વીસેક ફૂટ દૂર ઊભેલા ગોળાવાળા પાસે હું ગયો. તે પણ જિજ્ઞાસાનો માર્યો મારી પાછળ પાછળ આવ્યો. મેં ગુલાબની સોડમવાળા ગોળાનો ઓર્ડર આપ્યો. ગોળો તૈયાર થઈ રહ્યો હતો તે દરમિયાન મેં તેને પૂછ્યું, ‘તમારું નામ શું છે?’

‘કલ્યાણ શંકરલાલ પટેલ,’ તેણે કહ્યું, તેના અવાજમાં કંઈક કુમાશ આવી હતી.

‘તમે અહીં કેટલા સમયથી કામ કરો છો? મેં પૂછ્યું.

‘હું અહીં છેલ્લા પાંચ વરસથી કામ કરું છું. મારી પત્નીના મૃત્યુ બાદ મેં અહીં આવવાનું નક્કી કર્યું કે જેથી કરીને મને એકલું ન લાગે. હું જ આખા ગેરેજનું ધ્યાન રાખું છું,’ તેણે કહ્યું. તેની આંખોમાં ગર્વની લાગણી છલકાઈ આવી. મેં આસપાસ નજર કરી, ‘ગેરેજ’માં માત્ર સાત જ કાર સમાઈ શકે તેમ હતું. ‘ઘણા લોકો પૈસા ચૂકવ્યા વિના જતા રહે છે અને પછી મારે મારા ઘરના પૈસા જોડવા પડે છે. ઉદ્ધત થવા બદલ દિલગીર છું, દીકરા’. કલ્યાણે મને તેનું દિવસનું પ્રથમ સ્મિત આપ્યું અને તે પ્રસન્ન દેખાયો.

‘તમારે બાળકો છે?’ મેં પૂછ્યું.

‘હા, એક સંતાન છે. હું તેની સાથે તો રહું છું. હું દરરોજ સાઠ રૂપિયા કમાઉં છું તેમાંથી ચાલીસ તેને આપું છું. બીજા બધા ખર્ચાઓ તે ઉપાડે છે,’ કલ્યાણ પટેલે કહ્યું.



‘તમારી પાસે રહેતા વીસ રૂપિયાનું તમે શું કરો છો ? મેં પૂછ્યું.

‘તો સાંભળ, દીકરા. દસ રૂપિયાની હું પેલા ત્યાં દેખાય તે કબૂતરો માટે યજ્ઞ ખરીદું છું અને તેમને ખવડાવું છું. બાકી રહેતા દસ રૂપિયાનાં હું બિસ્કિટ ખરીદું છું અને ગરીબોને આપું છું.’

ગોળાવાળાએ પૂછ્યું, ‘સાદો કે સ્પેશિયલ ? સ્પેશિયલ ગોળામાં તેઓ વેનિલા આઈસક્રીમ ઉમેરતા હોય છે. સહેજ પણ ખચકાટ વિના મેં કહ્યું. ‘સ્પેશિયલ!’

મંરીથી જુદા પડ્યાને મારે વરસો થઈ ગયાં છે, પરંતુ મને ખુશી છે કે તેણે મારી સમક્ષ તે પડકાર ફેંક્યો હતો કે જેને કારણે જગતને હું જે રીતે જોતો હતો તેમાં પરિવર્તન આવ્યું હતું. નવો અને સુધારેલો ‘હું’ મારી બદલાયેલી જાતને પરિણામે ઘણા પ્રેરણાદાયક લોકોને મળ્યો છું.

– અમિતાભ શાહ

અહિંસા પરમો ધર્મ

અહિંસા એટલે પોતે કોઈ જીવને કશી રીતે પણ દુઃખ કે નુકસાન ન પહોંચાડવું. અહિંસામાં માત્ર શારીરિક હિંસા નહીં પરંતુ વિચારો, વાણી અને વર્તનમાં પણ શાંતિ અને પ્રેમ રાખવાનું કહેવાય છે.

અહિંસા એટલે શાંતિ અને પ્રેમનો માર્ગ. આ શબ્દમાં ‘હિંસા’ એટલે દુઃખ પહોંચાડવું અને ‘અ’ એટલે ના.

અહિંસા એ કોઈ જીવને શારીરિક, માનસિક કે વાણી દ્વારા દુઃખ પહોંચાડવાથી દૂર રહેવું છે. મહાત્મા ગાંધીજી અહિંસાના સર્વોચ્ચ પુજારી હતા અને તેમના માર્ગદર્શન હેઠળ અહિંસા વિશ્વભરમાં એક શક્તિસ્ત્રોત બની.

અહિંસા માત્ર વાણી અને ક્રિયામાં નહીં પરંતુ વિચારોથી પણ અમલમાં મૂકવામાં આવે છે. આ અર્થમાં અહિંસા એ સંપૂર્ણ જીવનદ્રષ્ટિ છે, જે લોકોમાં શાંતિ, ભાઈચારો અને માનવતાનું નિર્માણ કરે છે. જો આપણું વર્તન શાંતિપૂર્ણ હશે, તો સમાજ પણ વધુ સુખમય બનશે.

વ્યક્તિગત જીવનમાં અહિંસા : વ્યક્તિ પોતાનાં વિચારો, વાણી અને વર્તન દ્વારા અહિંસા અમલમાં મૂકી શકે છે. અહંકાર, ગુસ્સો અને ઈર્ષ્યા એ હિંસાના સ્વરૂપો છે, જેમને દૂર રાખવા જોઈએ.

સમાજમાં અહિંસા : પ્રાણીઓ અને પર્યાવરણ પ્રત્યે દયાળુ રહીને સમાજમાં અહિંસા અમલમાં મૂકી શકાય છે. આ સાથે પરસ્પરના મતભેદોને શાંતિપૂર્ણ રીતે દૂર કરવા એ અહિંસાનું શ્રેષ્ઠ ઉદાહરણ છે.

રાષ્ટ્ર અને વિશ્વમાં અહિંસા: અહિંસાના માધ્યમથી દેશને એકતાના બંધનમાં રાખી શકાય છે. આજે વિશ્વભરમાં શાંતિ સ્થાપવામાં અહિંસા અગત્યની ભૂમિકા ભજવે છે.

આજના યુગમાં અહિંસા વધુ મહત્વની બની ગઈ છે. દુનિયાભરમાં હિંસા, યુદ્ધ અને વિખવાદને શાંતિ અને પ્રેમથી જ દૂર કરી શકાય છે. આજે વ્યક્તિગત સ્તરેથી લઈને આંતરરાષ્ટ્રીય સ્તરે અહિંસાનું મહત્વ સમજવું અને તે પ્રયોગમાં મૂકવું જરૂરી છે.

અહિંસા માત્ર શરીરને નુકસાન પહોંચાડવી કે અન્ય કોઈ પ્રકારની હિંસા નહીં કરવાથી પણ વધુ વ્યાપક છે. અહિંસાનું મૂળ વાણી, વિચાર અને વર્તનમાં પણ શાંતિ અને પ્રેમ રાખવામાં છે. આ વિચારને નીચેના ઉદાહરણો દ્વારા સમજાવી શકાય છે.

૧. વિચારોમાં અહિંસા

હંમેશા શાંતિપૂર્ણ અને દયાળુ વિચાર રાખવા જરૂરી છે. જો કોઈ પ્રત્યે તિરસ્કાર, ગુસ્સો અથવા ઈર્ષ્યાના વિચારો મનમાં આણે, તો તે પણ હિંસાનું સ્વરૂપ છે.

ઉદાહરણ:

કોઈ તમને ગુસ્સો આવે તેવું વર્તન કરે તો તેનાં પ્રત્યે ગુસ્સાથી પ્રતિસાદ આપવાને બદલે શાંતિપૂર્ણ વિચારોથી કામ લેવાનું શીખવું જોઈએ.

“ આ માણસ કયા કારણસર ગુસ્સે છે?” એ વિચાર તમને શાંતિપૂર્ણ રીતે આગળ વધવા પ્રેરીત કરે છે.

૨. વાણીમાં અહિંસા

વાણીના ઉપયોગમાં નરમાઈ અને દયાળુ પ્રકૃતિ રાખવી જરૂરી છે. કઠોર શબ્દો પણ હિંસા છે. કારણ કે તે બીજાના મનને દુભાવે છે.

ઉદાહરણ:

કોઈ મિત્ર સાથે વિવાદ થાય ત્યારે તેનાથી ઊંચા અવાજમાં બોલી તેને હેરાન કરવાનું ટાળો.

તેની જગ્યાએ મીઠી અને મૃદુ ભાષામાં વાત કરવાથી સમસ્યાનું સમાધાન પણ થાય છે અને હિંસા પણ ટાળે છે.

૩. વર્તનમાં અહિંસા

દરેક ક્રિયામાં પ્રેમ અને કરુણાનું પ્રદર્શન કરવું અહિંસાનું મુખ્ય લક્ષણ છે. બીજાને નુકસાન ન પહોંચાડવું અને દયાળું વર્તન કરવું આમાં સમાવેશ થાય છે.

ઉદાહરણ:

જો કોઈ ગરીબ અથવા નબળા માણસને મદદની જરૂર હોય, તો તેને ઉપહાસ કરવાના બદલે મદદ કરો.

પ્રાણીઓ સાથે દયાળુ રહો અને પર્યાવરણને નુકસાન ન પહોંચાડો. આનો અર્થ એ છે કે અહિંસા એ એકમાત્ર શારીરિક સ્તરે લાગુ થતી નથી પરંતુ મન, વાણી અને વર્તન દ્વારા આનો અર્થ એ છે. જ્યાં આપણે દયાળુ વિચાર, મીઠી વાણી અને કરુણાભર્યું વર્તન અપનાવીએ છીએ, ત્યાં અહિંસાનો સાચો અમલ થાય છે. વિચાર, વાણી અને વર્તનમાં અહિંસા અપનાવવાથી વ્યક્તિ પોતે શાંતિપૂર્ણ બને છે એની તેની આજુબાજુનો વાતાવરણ પણ પ્રેમાળ અને સુખદ બને છે.

નિષ્કર્ષ:

અહિંસા માત્ર વિચાર નથી, પણ જીવન જીવવાનો શ્રેષ્ઠ માર્ગ છે. તે વ્યક્તિને શાંતિપૂર્ણ અને સામાજિક રીતે જવાબદાર બનાવે છે. જો આપણે અહિંસાનું પાલન કરીશું, તો દુનિયાને વધુ શાંતિપૂર્ણ, સુંદર અને સમૃદ્ધ બનાવી શકાય છે. અહિંસા એ જીવનનો મંત્ર છે, જે સૌ માટે ઉપયોગી છે.

VASISHTHA GROUP OF SCHOOL

શ્રી વસિષ્ઠ વિદ્યાલય, વાવ.

ગુજરાતી માધ્યમ / દ્વિભાષી માધ્યમ
નર્સરી થી ઘો. ૧૨ સાયન્સ/કોમર્સ

☎ 02621 255551/3 ☎ 91734 02809 / 91733 15555

વસિષ્ઠ જેનેસિસ સ્કૂલ, બાબેન.

ગુજરાતી માધ્યમ

ઘો. ૧ થી ૧૨ સાયન્સ

☎ 02622 225542/43 ☎ 91576 44555

🌐 www.vasishthagensisschool.net

જીવનપંથ

4

VASISHTHA GROUP OF SCHOOL