

ओ३म्

## दुःख – स्वरूप, कारण अने निवारण

स्वामी विवेकानंद परिव्राजक

अनुवादक  
भावेश मेरजा

प्रकाशक

### वानप्रस्थ साधक आश्रम

आर्यवन, रोजड, पो. सागपुर  
जि. साबरकांठा (गुजरात) - ३८३३०७  
फोन : (०२७७४) २७७२१७, (०२७७०) २५७२२०  
E-Mail : darshanyog@gmail.com  
Website : www.darshanyog.org

- मूळ छिटी पुस्तक 'दुःख कारण और निवारण'नो गुजराती अनुवाद
- प्रथम गुजराती आवृत्ति : मागशर-२०६६, डिसेम्बर-२००८
- सृष्टि संवत : १,८६,०८,५३,११०
- पडतर किंमत : सात रुपिया

### मुप्य वितरक

आर्य रणसिंह यादव  
C/o - डॉ. सद्गुणा आर्या  
'सम्यक्', पो. गांधीग्राम, जूनागढ - ३६२००१

### ऋण-स्वीकार

आ पुस्तकने गुजरातीमां प्रगट करवानो शुभ संकल्प करवा  
तथा तेना प्रकाशनमां आर्थिक सहयोग आपवा बढल  
प्रकाशन संस्था श्री जशुभाई पटेल (अमदावाद)नी ऋणी छे.

- प्रकाशक

### ● अनुक्रम ●

क्रम	विषय	पान संख्या
१.	दुःख : योगदर्शन अनुसार चार प्रकारनां दुःख	५
२.	दुःखनुं कारण : स्व-स्वामी संबंध	१५
३.	दुःखनुं कारण : अविद्या	२०
४.	दुःखनुं निवारण : दर्शनोमां मुक्तिनुं स्वरूप अने तेना उपाय	२८
५.	दुःखनुं निवारण : ईश्वर-श्रव-प्रकृतिनुं चिंतन	४०

- मुद्रक :

## પ્રકાશકીય

દુઃખ શા માટે ઉત્પન્ન થાય છે ? તેનું મૂળ કારણ શું છે ? ક્યા ઉપાયોથી તેને દૂર કરી શકાય છે ? અને કઈ રીતે એ ઉપાયો પ્રાપ્ત કરી શકાય છે ? — આ વિશે આજકાલ મોટા ભાગના લોકોને કશું જ જ્ઞાન નથી, અથવા છે તો મિથ્યા જ્ઞાન છે, અથવા તો તેઓ આ અંગે ભ્રમિત છે.

આપણા પ્રાચીન ઋષિઓએ સમાધિ લગાવીને ઈશ્વર-પ્રદત્ત વૈદિક જ્ઞાનનું સૂક્ષ્મતાથી અવલોકન કર્યું અને એ રહસ્યમય ગૂઢ વિજ્ઞાન આપણને વિસ્તારપૂર્વક પ્રદાન કર્યું. એ આધ્યાત્મિક જ્ઞાન-વિજ્ઞાન આજે પણ દર્શનશાસ્ત્રોમાં વર્ણિત છે. જેમ શરીર-વિજ્ઞાનને જાણ્યા વગર કોઈ પણ વ્યક્તિ શારીરિક રોગોને દૂર કરી શકતી નથી, તેમ આધ્યાત્મિક સિદ્ધાંતોને જાણ્યા વગર કોઈ પણ વ્યક્તિ પોતાની ચિંતા, ભય, દુઃખ, બંધન, સંશય, કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, ઈર્ષ્યા, રાગ, દ્વેષ, અભિમાન વગેરે દુઃખોનાં કારણોને દૂર કરી શકતી નથી. માટે આધ્યાત્મિક સિદ્ધાંતોનું ઠીક ઠીક જ્ઞાન હોવું એ જ દુઃખોનાં કારણોને દૂર કરવાનો એક અનિવાર્ય, અવિકલ્પ ઉપાય છે.

પાશ્ચાત્ય શિક્ષણ, સંસ્કૃતિ અને સભ્યતાના પ્રભાવને લીધે આજકાલ આપણા ભારતીયોના મનમાં પણ એક એવી મિથ્યા ધારણા બની ગઈ છે કે, અધિકાધિક ધન-સંપત્તિ અને એ ધન-સંપત્તિથી પ્રાપ્ત થતાં ભોગ્ય સાધનોને પ્રાપ્ત કરીને આપણે આપણાં સમસ્ત દુઃખોને દૂર કરી શકીશું. પરંતુ આ ધારણા તો અગ્નિમાં વધુ ને વધુ ઘી નાખીને એ અગ્નિને શાંત કરી લેવા જેવી જ મિથ્યા ધારણા છે.

સ્વામી વિવેકાનંદજી પરિવ્રાજક કે જેઓ પૂર્વાશ્રમમાં વિવેકભૂષણજી દર્શનાચાર્યના નામે ઓળખાતા હતા તેમણે સમસ્ત દર્શનશાસ્ત્રોમાં વર્ણિત ઉપર્યુક્ત વિષયને ખૂબ જ સરળ તથા પ્રભાવશાળી ઢંગમાં આ પુસ્તકમાં સંક્ષિપ્ત રૂપે પ્રસ્તુત કર્યો છે. મને વિશ્વાસ છે કે જે કોઈ વ્યક્તિ આ નાનકડું પુસ્તક મનોયોગપૂર્વક વાંચશે અને તેના પર વિચાર કરી તદનુસાર પોતાનો વ્યવહાર પ્રારંભ કરશે, તે પોતાનાં દુઃખોથી જરૂર છુટકારો પામી શકશે.

જ્ઞાનેશ્વરાર્ય:

વાનપ્રસ્થ સાધક આશ્રમ - આર્યવન - રોજડ

## પ્રસ્તાવના

મનુષ્ય આ સંસારમાં જન્મ લે છે, જન્મ લઈને અનેક પ્રકારનાં પાપ-પુણ્ય વગેરે કર્મ કરે છે, અને એ કર્મોનાં ફળસ્વરૂપે વિભિન્ન યોનિઓમાં જઈ સુખ-દુઃખ રૂપી ફળ ભોગવે છે; પરંતુ ક્યાંય તેને સંપૂર્ણ શાંતિ પ્રાપ્ત થતી નથી. અને આજકાલ જે અશાંતિનું વાતાવરણ ચોતરફ ફેલાયેલું છે, એ સૌને પ્રત્યક્ષ છે. ત્યારે પ્રશ્ન થાય કે આ અશાંતિ અને દુઃખના વાતાવરણમાંથી બહાર નીકળવાનો અને સંપૂર્ણ સુખ-શાંતિ પ્રાપ્ત કરવાનો કોઈ ઉપાય ખરો કે નહિ ? હા, ઉપાય તો જરૂર છે. પ્રાચીન ઋષિ-મુનિઓએ વેદોનું ગંભીર અધ્યયન કરીને આ દુઃખોથી છૂટવાનો અને ઈશ્વરીય નિત્ય આનંદ પ્રાપ્ત કરવાનો ઉપાય બતાવ્યો છે. એ જ મહાન ઋષિઓ (પતંજલિ, વ્યાસ, ગૌતમ, દયાનંદ સરસ્વતી વગેરે)નો સંદેશ માનવમાત્રના કલ્યાણ અર્થે આ નાનકડા પુસ્તકમાં આપવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો છે.

કહેવાય છે કે જો રોગ દૂર કરવો હોય તો પ્રથમ રોગની ઓળખ કરવી જોઈએ કે, રોગ છે શું ? ત્યાર બાદ એ રોગનાં કારણો શોધવાં જોઈએ કે, એ રોગ ક્યાં કારણોથી થયો છે ? અને પછી એ રોગનો સાચો ઉપચાર કે ઈલાજ કરવો જોઈએ કે, આ ઉપાયોથી એ રોગ દૂર થશે. આ પુસ્તકમાં પણ બિલકુલ આ જ પ્રક્રિયા અનુસાર ઋષિઓનો સંદેશ સંભળાવવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો છે.

આ પુસ્તકમાં કુલ પાંચ પ્રકરણ છે : પ્રથમ પ્રકરણમાં રોગનું એટલે કે દુઃખનું, દુઃખના સ્વરૂપનું વર્ણન છે. બીજા અને ત્રીજા પ્રકરણમાં રોગનાં એટલે કે દુઃખનાં કારણો તથા ઉપાયોનું વર્ણન છે. અને ચોથા તથા પાંચમા પ્રકરણમાં રોગને દૂર કરવાના વર્તમાન ઉપાયોનું એટલે કે હાલમાં દુઃખને શી રીતે દૂર કરી શકાય એ અંગેનું વર્ણન છે.

આશા છે કે વાચક આ જ દૃષ્ટિએ આ પુસ્તકનો અભ્યાસ કરશે અને જીવનની મૂળ સમસ્યાઓ, તેનાં કારણો તથા તેના નિવારણના ઉપાયોને સમજીને પોતે લાભ ઉઠાવશે તથા ઋષિઓનો આ અમૂલ્ય સંદેશ અન્ય લોકો સુધી પણ પહોંચાડશે.

શુભાકાંક્ષી

સ્વામી વિવેકાનંદ પરિવ્રાજક

## દુઃખ : યોગદર્શન અનુસાર ચાર પ્રકારનાં દુઃખ

આ સંસારમાં પ્રત્યેક પ્રાણી દુઃખથી છૂટીને સુખને પ્રાપ્ત કરવા ઇચ્છે છે. મનુષ્યથી ભિન્ન યોનિઓમાં દુઃખ વધારે અને સુખ ઓછું મળે છે, જ્યારે મનુષ્ય યોનિમાં દુઃખ ઓછું અને સુખ વધારે મળે છે. છતાંય (ભલે કોઈ મનુષ્ય-શરીર પણ પ્રાપ્ત કરી લે તોપણ) તે દુઃખોથી પૂર્ણ રૂપે છૂટી શકતો નથી. જ્યાં સુધી તે જીવિત રહે છે ત્યાં સુધી સામાન્ય પરિસ્થિતિઓમાં તે કોઈ ને કોઈ દુઃખથી પીડિત જરૂર રહે જ છે. હા, આ દુઃખોમાંથી છૂટવાનો, મુક્ત થવાનો ઉપાય તો તે આ મનુષ્ય-જન્મમાં જરૂર કરી શકે છે; અને એ ઉપાયનું નામ ‘યોગાભ્યાસ’ છે. આ ઉપાયથી વ્યક્તિ પોતાના જીવન દરમિયાન સમાધિ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરીને વર્તમાન જીવનમાં જ સંપૂર્ણ દુઃખોથી મુક્ત થઈને ઈશ્વરીય આનંદ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. એટલું જ નહિ, બલકે આ જ ઉપાયનો સતત અભ્યાસ કરતાં કરતાં વ્યક્તિ જન્મ-મરણના ચક્રથી છૂટીને સંપૂર્ણ દુઃખોથી નિવૃત્તિ તથા મોક્ષાનંદની પ્રાપ્તિ પણ કરી શકે છે. જ્યાં સુધી વ્યક્તિ યોગાભ્યાસના માધ્યમથી ઈશ્વરીય આનંદની અનુભૂતિ નથી કરતી, ત્યાં સુધી તેની રુચિ મોટે ભાગે સાંસારિક સુખો પ્રત્યે જ રહેતી હોય છે. જીવાત્મા સ્વભાવથી જ સુખ ઇચ્છે છે. માટે જ્યાં સુધી તેને ઈશ્વરીય આનંદની પ્રાપ્તિ નથી થતી, ત્યાં સુધી તે સાંસારિક સુખોથી જ પોતાની ઈચ્છા પૂરી કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે. પરંતુ જેવું વિશુદ્ધ સુખ જીવાત્મા ઇચ્છે છે, તેવું સુખ તેને આ સંસારમાં ક્યાંય મળતું નથી. એ વિશુદ્ધ સુખ તો ફક્ત ઈશ્વરમાંથી જ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. એટલા માટે યોગાભ્યાસ કરવાની જરૂર પડે છે. સંસારમાં જે સુખ પ્રાપ્ત થાય છે તેમાં અનેક પ્રકારનાં દુઃખ મિશ્રિત રહે છે. યોગદર્શનકાર મહર્ષિ પતંજલિજી મહારાજ અનુસાર સાંસારિક સુખોમાં ચાર પ્રકારનાં દુઃખ ભળેલાં રહે છે. આ ચાર પ્રકારનાં દુઃખોને સમજવાનો પ્રયત્ન કરીએ :

**પરિણામતાપસંસ્કારદુઃખૈર્ગુણવૃત્તિવિરોધાચ્ચ દુઃખમેવ સર્વં વિવેકિનઃ ।**

- યોગદર્શન : ૨.૧૫

એટલે કે ‘પરિણામ, તાપ અને સંસ્કાર દુઃખને કારણે તથા સત્ત્વાદિ ગુણોના

સ્વભાવમાં વિરોધ હોવાને કારણે વિવેકી એટલે કે યોગી વ્યક્તિ માટે સમસ્ત પદાર્થો દુઃખયુક્ત છે (એટલે કે કોઈ પણ ભૌતિક પદાર્થમાંથી તેને સંપૂર્ણ સુખ મળી શકતું નથી).’

અહીં પ્રશ્ન થઈ શકે છે કે, ‘વૈદિક માન્યતા અનુસાર પુણ્ય કર્મોનું ફળ સુખ અને પાપ કર્મોનું ફળ દુઃખ મળે છે, તો પછી આપણે પુણ્ય કર્મો કરીને સુખદાયક (મનુષ્યનાં) જાતિ, આયુ અને ભોગ રૂપી ફળ પ્રાપ્ત કરતાં રહીએ તો એમાં શી હાનિ છે?’ આ પ્રશ્નનો ઉત્તર યોગદર્શનના ઉક્ત સૂત્રના માધ્યમથી આપવામાં આવ્યો છે કે ભલે આપણે મનુષ્ય બનીને એટલે કે મનુષ્ય યોનિ પ્રાપ્ત કરીને સુખદાયક જાતિ, આયુ અને ભોગ પ્રાપ્ત કરી લઈએ, તોપણ એ સાંસારિક સુખોમાં ચાર પ્રકારનાં દુઃખ મિશ્રિત રહેતાં હોવાને કારણે એ તમામ ભૌતિક સુખો ત્યાજ્ય જ ઠરે છે. આથી એ ચારેય પ્રકારનાં દુઃખોથી છૂટવા માટે યોગાભ્યાસના માધ્યમથી મોક્ષની પ્રાપ્તિ અવશ્ય કરવી જોઈએ.

### ૧. પરિણામ દુઃખ

જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ પોતાની ઈન્દ્રિયો દ્વારા રૂપ, રસ વગેરેનું સેવન કરીને થોડાક સમય માટે થોડીક તૃપ્તિ જેવું અનુભવ કરે છે, ત્યારે તે ભૌતિક સુખ કહેવાય છે; અને ઈન્દ્રિયોની ચંચળતાને કારણે જ્યારે તે થોડીક અશાંતિ જેવો અનુભવ કરે છે, ત્યારે તે દુઃખ કહેવાય છે. વ્યક્તિ એમ વિચારે છે કે, ‘હું ઈન્દ્રિયોથી આ ભોગોને, આ સાંસારિક પદાર્થોને ભોગવી ભોગવીને મારી ઈચ્છાઓને શાંત કરી લઈશ.’ પરંતુ હકીકતમાં એવું થતું નથી. માટે ખરું જોતાં તો વ્યક્તિએ એમ વિચારવું જોઈએ કે, ‘ભોગોને ફરી ફરીને ભોગવીને ઈચ્છાઓને શાંત કરવાનું કામ અસંભવ છે. કારણ કે ભોગોને ભોગવવાથી એ વસ્તુમાંથી જે સુખ પ્રાપ્ત થાય છે, એ સુખ પ્રત્યે વ્યક્તિનો રાગ વધતો જાય છે, તથા ઈન્દ્રિયોની ભોગવવાની શક્તિ પણ વધતી જાય છે. પરંતુ ઈચ્છા થોડી જ વાર માટે શાંત થઈ જાય છે; એ પૂર્ણ રૂપે શાંત થઈ શકતી નથી. આની પાછળનું મુખ્ય કારણ એ છે કે, ઈન્દ્રિયોનું ભોગોને ભોગવવાનું સામર્થ્ય સીમિત છે. થોડી વાર સુધી કોઈ ભોગને ભોગવ્યા બાદ એ ઈન્દ્રિયનું સામર્થ્ય ખલાસ થઈ જાય છે. પરંતુ મનની (વાસ્તવમાં આત્માની) ઈચ્છા પૂરી થઈ શકતી નથી. એ તો અધૂરી જ રહે છે. વ્યક્તિ વધારે ભોગવવા ઇચ્છે છે, પરંતુ ઈન્દ્રિયોનું સામર્થ્ય ખતમ થઈ ગયું હોવાથી તે વધારે ભોગવી શકતી નથી. પરિણામ સ્વરૂપે તે વ્યક્તિને દુઃખ થાય છે. આ દુઃખ ભોગોને ભોગવવાના

પરિણામ રૂપે ઉત્પન્ન થાય છે, એટલા માટે તેને ‘પરિણામ દુઃખ’ કહે છે. એકવાર એ વસ્તુનો ભોગ કર્યા બાદ ઈન્દ્રિયનું જે સામર્થ્ય સમાપ્ત થઈ ગયું હતું, તે સામર્થ્ય થોડી વાર બાદ ઈન્દ્રિયમાં ફરીથી સંચિત થઈ જાય છે. આ વખતે વ્યક્તિ પહેલાંથી પણ વધારે વેગથી એ ભોગને ભોગવે છે, પરંતુ પરિણામ તો પાછું એનું એ જ આવીને ઊભું રહે છે. થોડી જ વારમાં ઈન્દ્રિય ફરીથી શિથિલ થઈ જાય છે અને તેનું ભોગ-સામર્થ્ય સમાપ્ત થઈ જાય છે, અને ઈચ્છા હોવા છતાંય વ્યક્તિ ભોગવી શકતી નથી. આથી તેને દુઃખ થાય છે. આ જ રીતે વારંવાર, ફરી ફરીને એ ભોગોનો અભ્યાસ કરતાં રહેવાથી ઈન્દ્રિયોનું ભોગોને ભોગવવાનું સામર્થ્ય પણ વધતું જાય છે, અને સાથે સાથે ઈચ્છા પણ વધતી જાય છે. ઈન્દ્રિયોનું સામર્થ્ય ભલે ગમે તેટલું વધી જાય, તોપણ ભોગોને ભોગવવાથી ઈચ્છાઓ ક્યારેય શાંત થઈ શકતી નથી. અંતે તો પરિણામ સ્વરૂપે દુઃખની જ પ્રાપ્તિ થાય છે. એટલા માટે આને ‘પરિણામ દુઃખ’ કહે છે. માટે સુખનો ઉપાય ‘ભોગાભ્યાસ’ નહિ, બલકે ‘યોગાભ્યાસ’ છે.

**ઉદાહરણ :** એક માણસને રસગુલ્લા બહુ ભાવે છે. તે પહેલી વાર બે-ચાર રસગુલ્લા ખાઈને સુખનો અનુભવ કરે છે. હવે તે વધારે ખાવા ઈચ્છે છે, પરંતુ રસનેન્દ્રિયનું સામર્થ્ય સમાપ્ત થઈ ગયું હોવાથી તે વધારે ખાઈ શકતો નથી. બે-ચાર દિવસ બાદ તેને ફરીથી રસગુલ્લા ખાવાની ઈચ્છા થાય છે. આ વખતે તે પાંચ-છ રસગુલ્લા ખાઈ લે છે, પરંતુ હજુ પણ વધારે ખાવાની ઈચ્છા તો બની જ રહે છે. સામર્થ્ય ન રહ્યું હોવાથી તે વધારે ખાઈ શકતો નથી. અને જો ગમે તેમ કરીને ખાઈ પણ લે તો પેટ બગડવાથી રોગ થશે અને સુખના બદલે દુઃખ જ વધશે. આ રીતે અભ્યાસ કરતો કરતો તે પોતાનું સામર્થ્ય દસ-પંદર રસગુલ્લા ખાઈ જવા સુધી વધારી લે છે. પરંતુ છતાંય તેની ઈચ્છાઓ પૂર્ણ રૂપે શાંત થતી નથી. પરિણામ તો દુઃખ જ રહે છે. આ જ રીતે બીડી, સિગારેટ, દારૂ વગેરે પીનારાઓનાં તથા પિક્ચર વગેરે જોનારાઓનાં દૃષ્ટાંત પણ સમજી શકાય છે. એટલા માટે મહર્ષિ વ્યાસજીએ ઉપરોક્ત સૂત્રના ભાષ્યમાં કહ્યું છે : ‘તસ્માદનુપાયઃ સુખસ્ય ભોગાભ્યાસ ઇતિ ।’ એટલે કે ‘સુખનો ઉપાય ભોગાભ્યાસ નહિ, (બલકે યોગાભ્યાસ છે).’

## ૨. તાપ દુઃખ

ભોજન, વસ્ત્ર, મકાન, વાહન વગેરે જડ પદાર્થો તથા પુત્ર-પરિવાર વગેરે ચેતન પ્રાણીઓમાંથી મનુષ્ય સુખ મેળવે છે. પરંતુ જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ આ

જડ-ચેતન પદાર્થોમાંથી પ્રાપ્ત થતાં સુખમાં બાધા કે વિઘ્ન ઊભું કરે છે, ત્યારે પેલી સુખ ભોગવનાર વ્યક્તિને દુઃખનો અનુભવ થાય છે. આ દુઃખ એ બાધા કે વિઘ્ન ઊભું થયા બાદ ઉત્પન્ન થતું હોય છે. અને જો એ બાધા કે વિઘ્ન નાખવામાં આવે તે પહેલાં જ ખબર પડી જાય કે, ફલાણી વ્યક્તિ મારા અમુક સુખમાં વિઘ્ન ઊભું કરશે, તો એ વિઘ્ન ઊભું થતાં પહેલાં પણ દુઃખનો અનુભવ થાય છે, ભલે પછી પેલી વ્યક્તિ બાદમાં વિઘ્ન ઊભું કરે કે ન કરે. અને જો તે વિઘ્ન ઊભું કરે તો અધિક દુઃખ થાય છે. આ પ્રકારના દુઃખને ‘તાપ દુઃખ’ કહેવામાં આવે છે.

**ઉદાહરણ :** કલ્પના કરો કે તમારી પાસે એક ખૂબ જ સુંદર ટેપરેકર્ડર છે. તમારા પડોશી એ ટેપરેકર્ડર માંગીને લઈ જવા ઈચ્છે છે. પરંતુ તમે તેમને એ આપવા ઈચ્છતા નથી. હવે જ્યારે તમને ખબર પડશે કે, ‘કાલે મારા પડોશી મારી પાસે મારું ટેપરેકર્ડર લેવા આવશે’, તો એ સૂચના મળતાં જ તમને દુઃખનો અનુભવ થવા માંડશે. જો બીજા દિવસે પડોશી ખરેખર માંગવા આવી જ જાય અને ઈચ્છા ન હોવા છતાંય પડોશીના નાતે તમારે એ આપવું જ પડે તો તમને અધિક દુઃખ થશે. અને એ દુઃખ ત્યાં સુધી રહેશે કે જ્યાં સુધી તમારા પડોશી તમારું એ ટેપરેકર્ડર તમને સહીસલામત પાછું ન આપી જાય. સાથે સાથે તમને મનમાં એ બીક પણ રહ્યા જ કરશે કે, ‘પડોશી મારું ટેપરેકર્ડર બગાડી તો નહિ નાખે.’ આ પ્રકારના દુઃખને ‘તાપ દુઃખ’ કહે છે. આ જ રીતે કપડાં, ટોર્ચ, રેડિયો, મોટરગાડી વગેરે જેવી કોઈ બીજી મોંઘી વસ્તુ માંગવાથી ઉત્પન્ન થતાં દુઃખનાં ઉદાહરણ પણ સમજી શકાય છે. ધારો કે તમે કપડાના વેપારી છો અને તમારી જ બજારમાં કપડાંની એક નવી દુકાન ખુલવાની છે. આ નવી દુકાન ખુલવાથી તમારા વેપારના નફામાં ઘટાડો થવાથી તમને જે દુઃખ થશે તે પણ તાપ દુઃખ જ છે.

## ૩. સંસ્કાર દુઃખ

જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ કોઈ વસ્તુથી સુખ ભોગવે છે ત્યારે તેના મન પર સુખના સંસ્કારો પડી જાય છે. એ જ સંસ્કારો થોડા સમય બાદ તે વ્યક્તિને અગાઉ ભોગવેલા સુખ પ્રત્યે ફરીથી પ્રેરિત કરે છે. પરંતુ જ્યારે કોઈ કારણસર તેને એ સુખની પ્રાપ્તિ નથી થતી ત્યારે વ્યક્તિ દુઃખ અનુભવે છે. આ દુઃખ સંસ્કારોને કારણે ઉત્પન્ન થાય છે, એટલા માટે તેને ‘સંસ્કાર દુઃખ’ કહે છે. આ જ રીતે જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ કોઈ વસ્તુથી દુઃખ પ્રાપ્ત કરે છે ત્યારે તેના

મન પર દુઃખના સંસ્કારો ઉત્પન્ન થાય છે. જ્યારે એ દુઃખદાયી વસ્તુ ફરીથી તેની સમક્ષ ઉપસ્થિત થઈ જાય છે, અથવા તે વ્યક્તિ એ દુઃખદાયી વસ્તુને યાદ કરે છે, ત્યારે એ જ દુઃખના સંસ્કારો ફરીથી દુઃખ ઉત્પન્ન કરે છે. આ દુઃખ પણ સંસ્કારોને કારણે ઉત્પન્ન થાય છે, માટે તેને પણ ‘સંસ્કાર દુઃખ’ કહેવામાં આવે છે.

**ઉદાહરણ :** ધારો કે એક વ્યક્તિ દરરોજ પોતાની મોટર લઈને ઓફિસે જાય છે. મોટર લઈને ઓફિસે જવામાં તે સુખનો અનુભવ કરે છે. જો ક્યારેક તેની મોટર રસ્તામાં બગડી જાય કે તેમાં પંકચર પડી જાય અને તેને ટેક્સી કે રિક્ષા પણ ન મળે અને નાછૂટકે બસમાં જ જવું પડે, તો તેને દુઃખ થશે. તેણે પોતાના મનમાં મોટરથી મળતા સુખના સંસ્કારો ઉત્પન્ન કરી લીધા હતા. આથી જ્યારે તેને એ સુખ ન મળ્યું ત્યારે પેલા સુખના સંસ્કારોને કારણે તેને દુઃખ અનુભવવું પડ્યું. આ જ રીતે ચાય, પાન-મસાલા કે બીડી વગેરેનું સેવન કરનારા લોકોને જ્યારે મુસાફરી દરમિયાન કે બીજા કોઈ કારણસર એ વસ્તુઓ નથી મળતી ત્યારે તેમને થતા દુઃખથી લગભગ સૌ કોઈ પરિચિત છે. આ રીતે ઉત્પન્ન થતા દુઃખને ‘સંસ્કાર દુઃખ’ કહે છે. બીજા પક્ષમાં : ધારો કે એક વ્યક્તિએ બીજી વ્યક્તિનું અપમાન કર્યું. આથી જેનું અપમાન કર્યું તે વ્યક્તિને દુઃખ થયું. હવે જ્યારે જ્યારે પેલી અપમાનકર્તા વ્યક્તિ તેની સમક્ષ આવશે અથવા તે સ્વયં પેલા અપમાનકર્તાને યાદ કરશે, ત્યારે ત્યારે તેને પેલા પૂર્વ સંસ્કારોને કારણે દુઃખનો અનુભવ થવા માંડશે, જે તેણે પોતાનું અપમાન થતી વખતે પોતાના મનમાં ઉત્પન્ન કર્યા હતા. આ જ રીતે કોઈના દ્વારા છેતરાયેલી, માર ખાધેલી કે કોઈ બીજી રીતે હાનિ પામેલી વ્યક્તિ પણ તેની છેતરપિંડી કરનારી, તેને મારનારી કે નુકસાન પહોંચાડનારી વ્યક્તિને જોઈને કે યાદ કરીને જે દુઃખનો અનુભવ કરે છે, તે પણ ‘સંસ્કાર દુઃખ’ કહેવાય છે.

## ૪. ગુણવૃત્તિવિરોધ દુઃખ

‘ગુણ’નો અર્થ થાય છે : સત્ત્વ, રજ અને તમ નામના સૂક્ષ્મતમ કણ કે જેના સમુદાયનું નામ ‘પ્રકૃતિ’ છે; જ્યારે ‘વૃત્તિ’નો અર્થ થાય છે : સ્વભાવ. યોગદર્શનના વ્યાસભાષ્યના આધારે આ ચોથા પ્રકારના દુઃખનાં બે સ્વરૂપો સમજમાં આવે છે :

**ગુણવૃત્તિવિરોધ દુઃખનું પ્રથમ સ્વરૂપ – ચિત્તમાં ગુણોનું પરિવર્તન :** પ્રકૃતિમાંથી ઉત્પન્ન થયેલા તમામ પદાર્થો ત્રિગુણાત્મક છે. ચિત્ત અથવા મન પણ એક

ત્રિગુણાત્મક પદાર્થ છે. સત્ત્વ, રજ અને તમ – આ ત્રણેય ગુણોની વૃત્તિઓ (સ્વભાવ)માં પરસ્પર વિરોધ છે. જેમ કે, સત્ત્વ સુખ ઉત્પન્ન કરે છે, રજ દુઃખ ઉત્પન્ન કરે છે, અને તમ મિથ્યાજ્ઞાન ઉત્પન્ન કરે છે. આ જ રીતે સત્ત્વ ધાર્મિક પ્રવૃત્તિઓ (ન્યાય, દયા, પરોપકાર, કર્તવ્ય-પાલન વગેરે) ઉત્પન્ન કરે છે, અને રજ અધાર્મિક પ્રવૃત્તિઓ (પક્ષપાત, હિંસા, ચોરી, સ્વાર્થ વગેરે) ઉત્પન્ન કરે છે. ચિત્તમાં રહેલા આ ગુણોનો પ્રભાવ આત્મા પર પડે છે. આ ગુણોનો વ્યાપાર (કાર્ય અથવા ક્રિયા) ચંચળ છે, માટે ચિત્તમાં રહેલા આ ગુણોના પ્રભાવમાં પરિવર્તન થતું રહે છે. જ્યારે વ્યક્તિ સત્ત્વ ગુણના પ્રભાવથી પરોપકાર, ન્યાય, દયા, ધર્મ વગેરેથી યુક્ત હોય છે, ત્યારે તે સુખનો અનુભવ કરે છે. પરંતુ જ્યારે કોઈ કારણવશ રજોગુણ કે તમોગુણના પ્રભાવથી તેની એ સ્થિતિ છૂટી જાય છે, અને તે સ્વાર્થ, પક્ષપાત, હિંસા, ચોરી વગેરેના વિચારોથી યુક્ત થઈ જાય છે, ત્યારે તેને દુઃખનો અનુભવ થવા માંડે છે. આ પ્રકારનું દુઃખ આ ગુણોની વૃત્તિઓ (સ્વભાવ)ના પરસ્પર વિરુદ્ધ હોવાને લીધે થતું હોય છે, એટલા માટે તેને ‘ગુણવૃત્તિવિરોધ દુઃખ’ કહેવામાં આવે છે.

**ઉદાહરણ :** સત્ત્વ ગુણના પ્રભાવથી મન (ચિત્ત)માં એવો વિચાર ઉત્પન્ન થાય છે કે, ‘ચોરી ન કરવી જોઈએ, મહેનતથી કામ કરીને ગુજરાન ચલાવવું જોઈએ.’ પરંતુ રજોગુણના પ્રભાવથી મનમાં વિરુદ્ધ વિચાર ઉત્પન્ન થઈ જાય છે કે, ‘એકવાર ચોરી કરી લઈએ, શો ફરક પડવાનો છે ? અત્યારે તો વીસ હજાર રૂપિયા મળી જશે; પછી એવું હશે તો ચોરી નહિ કરીએ.’ આમ આ બંને વૃત્તિઓમાં પરસ્પર વિરોધ હોવાથી સંઘર્ષ ચાલે છે. આ સંઘર્ષના પરિણામ સ્વરૂપે વ્યક્તિ વ્યાકુળ અથવા દુઃખી થઈ જાય છે. કેમ કે આ દુઃખ વૃત્તિઓના વિરોધથી ઉત્પન્ન થાય છે, માટે તેને ‘ગુણવૃત્તિવિરોધ દુઃખ’ કહેવામાં આવે છે. આ જ રીતે સત્ત્વ ગુણના પ્રભાવથી મનમાં એવો વિચાર ઉત્પન્ન થાય છે કે, ‘ચાલો, સમય થઈ ગયો છે માટે હવે ઘરે જવું જોઈએ.’ પરંતુ રજોગુણના પ્રભાવથી વિરુદ્ધ વિચાર ઉત્પન્ન થાય છે કે, ‘ઘરે તો રોજ સમયસર જઈએ જ છીએ, આજ તો પિક્ચર જોઈને જ જઈએ; ઘરે થોડા મોડા પહોંચીશું.’ હવે આ પરસ્પર વિરુદ્ધ વૃત્તિઓમાં સંઘર્ષ ઊભો થાય છે અને ચિત્તમાં વ્યાકુળતા વગેરેથી દુઃખ ઉત્પન્ન થાય છે. આવું સર્વત્ર સમજી લેવું જોઈએ.

**ગુણવૃત્તિવિરોધ દુઃખનું બીજું સ્વરૂપ – પ્રત્યેક ભૌતિક પદાર્થ દુઃખ-યુક્ત છે :** એટલે કે પ્રકૃતિમાંથી ઉત્પન્ન થયેલા તમામ પદાર્થો સત્ત્વ, રજ અને તમથી યુક્ત છે. પ્રત્યેક ભૌતિક પદાર્થમાં આ ત્રણેય ગુણો (સૂક્ષ્મતમ

પરમાણુઓ)નો કમ-અધિક માત્રામાં સમાવેશ હોય જ છે; અને પ્રત્યેક પદાર્થમાં મોજૂદ રહેલા આ ત્રણેય ગુણો પોતપોતાના સ્વભાવને કારણે કમ-અધિક માત્રામાં સુખ, દુઃખ અને અજ્ઞાન ઉત્પન્ન કરતા જ રહે છે. જે પદાર્થમાં જે ગુણની અધિકતા હોય છે, તે પદાર્થ તે ગુણના નામથી કહેવાય કે ઓળખાય છે, અને તેનો પ્રભાવ પણ એ જ ગુણ અનુસાર થતો હોય છે.

**ઉદાહરણ :** ચોખા, દૂધ, બદામ, ઘી વગેરે પદાર્થો ભલે ત્રણેય (સત્ત્વ, રજ, તમ) ગુણોના સંમિશ્રણથી બનેલા હોય, પરંતુ એ પદાર્થોમાં સત્ત્વ ગુણની અધિકતા હોવાથી અને સત્ત્વ ગુણનો 'સુખ આપવા' રૂપી પ્રભાવ વિશેષ હોવાથી એ પદાર્થો સત્ત્વ-પ્રધાન કહેવાય છે. આ જ રીતે મરચાં-મસાલાં વગેરે રજ-પ્રધાન તથા દારૂ, માંસ વગેરે તમ:-પ્રધાન પદાર્થો કહેવાય છે.

એટલું હોવા છતાંય ચોખા, દૂધ, ઘી, બદામ વગેરે સાત્ત્વિક પદાર્થોમાં રજોગુણની અલ્પ માત્રા વિદ્યમાન હોવાથી એ અલ્પ દુઃખ તો ઉત્પન્ન કરે જ છે. ભલે એક સામાન્ય વ્યક્તિને આ સાત્ત્વિક પદાર્થોનું સેવન કરતી વખતે રજોગુણથી ઉત્પન્ન થતા એ અલ્પ દુઃખની કોઈ સ્પષ્ટ અનુભૂતિ ન થતી હોય, પરંતુ એક યોગાભ્યાસી વ્યક્તિ આ સાત્ત્વિક પદાર્થોનું સેવન કરતી વખતે રજોગુણથી ઉત્પન્ન થતા એ અલ્પ દુઃખનો અનુભવ ઉપાદાન-કારણના નિયમથી બુદ્ધિપૂર્વક કરી લે છે કે, આ પદાર્થમાં રજોગુણ વિદ્યમાન છે, માટે એ દુઃખ પણ અવશ્ય ઉત્પન્ન કરશે જ; કારણ કે દ્રવ્ય અને ગુણનો નિત્ય સંબંધ છે. આ રીતે યોગાભ્યાસી વ્યક્તિ સઘળા પદાર્થોને વતેઓછે અંશે દુઃખથી યુક્ત જુએ છે. આ પદાર્થોમાં દુઃખનું કમ-અધિક હોવું એ ગુણોની પરસ્પર વિરુદ્ધ વૃત્તિઓને કારણે થતું હોવાથી તેને 'ગુણવૃત્તિવિરોધ દુઃખ' કહે છે.

જ્યારે યોગાભ્યાસી વ્યક્તિ બૌદ્ધિક સ્તર પર પ્રત્યેક પદાર્થને કમ અથવા અધિક દુઃખથી યુક્ત અનુભવ કરે છે, ત્યારે સૂત્રના 'દુઃખમેવ સર્વં વિવેકિનઃ' શબ્દો અનુસાર સંપૂર્ણ જગતના ભૌતિક પદાર્થો તે વિવેકી (યોગાભ્યાસી)ને દુઃખમય જણાય છે, અને તેને આ દુઃખમય સંસારથી વૈરાગ્ય ઉત્પન્ન થઈ જાય છે. આ જ વૈરાગ્ય આગળ જઈને તેને સમાધિ તથા મોક્ષ સુધી લઈ જાય છે. દુઃખોથી છૂટવાનો આ સિવાય બીજો કોઈ જ માર્ગ નથી.

જો વ્યક્તિ આ દુઃખોથી છૂટવા માટે ઉપર્યુક્ત વૈરાગ્ય-પ્રાપ્તિની પ્રક્રિયા ન અપનાવે, તો તે જીવનભર દુઃખો ભોગવતી રહે છે. એટલું જ નહિ, બલકે તે જન્મ-જન્માંતરો પર્યંત આ દુઃખોના કીચડમાં ઊંડી ને ઊંડી ખૂંપતી જાય છે, અને માનવ-જીવનને વ્યર્થ ખોઈ બેસે છે. આ દુઃખોનો વિસ્તાર જન્મ-

જન્માંતરો સુધી થાય છે, જેનું વર્ણન વ્યાસ-ભાષ્યના આધારે નીચે આપવામાં આવે છે :

**પરિણામ, તાપ વગેરે દુઃખોનો વિસ્તાર :** જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ કોઈ ભૌતિક સુખ ભોગવે છે, ત્યારે તેને એ સુખમાં રાગ ઉત્પન્ન થઈ જાય છે. તે એ સુખની પુનઃ પ્રાપ્તિ જે કોઈ રીતે થઈ શકે તેમ હોય તે રીતે કરવા ઇચ્છે છે, ભલે પછી એ સુખની પ્રાપ્તિ માટે તેને અધર્મ, અન્યાય, અત્યાચાર, ચોરી, લૂંટફાટ, લાંચ-રિશ્વત વગેરે કોઈ પણ પાપ કેમ ન કરવું પડે. આજકાલ મોટે ભાગે એવું જ થઈ રહ્યું છે. લોકો મોટર, બંગલા, માન-પ્રતિષ્ઠા વગેરેમાંથી સુખ મેળવવા માટે ઉપર જણાવ્યાં તેવાં ચોરી, લાંચ-રિશ્વત વગેરે પાપકર્મો કરે જ છે. આનું પરિણામ એ આવે છે કે આવાં લૌકિક સુખોને ગમે તેટલાં ભોગવીએ છતાંય ઇચ્છાઓ કે કામનાઓ તો પૂરી થતી જ નથી. આથી અહીં વર્તમાન જીવનમાં જીવનભર ઇચ્છાઓ પૂરી ન થવાને કારણે પરિણામ રૂપે દુઃખ ભોગવવું પડે છે, અને એ પાપોના ફળ સ્વરૂપે આગામી જન્મોમાં પણ પશુ-પક્ષી વગેરેની યોનિઓમાં જઈને વિવિધ દુઃખો ભોગવવાં પડે છે. કારણ કે વૈદિક સિદ્ધાંત અનુસાર કરવામાં આવેલું કર્મ ક્યારેય નિષ્ફળ રહેતું નથી, તેનું ફળ મળે જ છે. આ સુખોની પ્રાપ્તિ માટે વ્યક્તિ સુખના રાગથી પ્રેરિત થઈને કર્મ કરે છે, માટે રાગજ એટલે કે રાગને કારણે ઉત્પન્ન થતાં કર્મોની ગણના પરિણામ દુઃખ અંતર્ગત કરવામાં આવે છે.

પરંતુ જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ કોઈ બીજાના સુખમાં બાધક કે અવરોધક બને છે, ત્યારે બીજી વ્યક્તિ પહેલી વ્યક્તિ પ્રત્યે દ્વેષ કરે છે. અને આ દ્વેષના કારણે તે અવરોધ કરનાર વ્યક્તિની હાનિ (મારપીટ કરવી, વિરોધ કરવો, ખોટો આરોપ મૂકવો, એટલે સુધી કે હત્યા સુધ્યાં) કરી બેસે છે. પછી એ દુષ્કર્મોનું ફળ પણ તેને નિમ્ન સ્તરની યોનિઓમાં જન્મ ધારણ કરીને ભોગવવું પડે છે. આ રીતે દ્વેષજ એટલે કે દ્વેષને કારણે ઉત્પન્ન થતાં કર્મોની ગણના તાપ દુઃખ અંતર્ગત કરવામાં આવે છે.

સંસ્કાર દુઃખ અંતર્ગત રાગજ તથા દ્વેષજ બંને પ્રકારનાં કર્મોની ગણના થાય છે. કારણ કે સુખ ભોગવવાથી સુખના સંસ્કારો પડે છે અને દુઃખ ભોગવવાથી દુઃખના સંસ્કારો પડે છે. સુખના સંસ્કારો રાગ ઉત્પન્ન કરે છે, અને દુઃખના સંસ્કારો દ્વેષ ઉત્પન્ન કરે છે. પછી વ્યક્તિ એ રાગ-દ્વેષથી પ્રેરિત થઈને એ સુખની પ્રાપ્તિ તથા દુઃખની નિવૃત્તિ માટે ફરી નવાં કર્મો કરે છે. રાગ-દ્વેષના કારણે કરવામાં આવતાં આવાં સકામ કર્મો (પાપ-પુણ્યો)નું ફળ

પછી તેને આગામી જન્મોમાં ભોગવવું પડે છે. વળી આ ચક્ર અહીં જ સમાપ્ત નથી થતું. આગામી જન્મોમાં વ્યક્તિ ફરી એ સંસ્કારોથી પ્રેરિત થઈ પાપ-પુણ્ય કર્મો કરે છે, અને નવીન સુખ-દુઃખ ભોગવી ભોગવીને સંસ્કારોની ઉત્તરોત્તર વૃદ્ધિ કરતી રહે છે. આમ સંસ્કારોમાંથી નવાં કર્મ, નવાં કર્મોનાં નવાં ફળ (સુખ-દુઃખ), અને આ નવાં ફળ (સુખ-દુઃખ)માંથી નવા સંસ્કારો ઉત્પન્ન થતાં જ રહે છે. આ રીતે જન્મ-જન્માંતરો સુધી વ્યક્તિ એટલે કે આત્મા વિભિન્ન યોનિઓમાં વિવિધ દુઃખ ભોગવતો ભોગવતો પોતાની મોટી હાનિ કરી લેતો હોય છે.

**પ્રશ્ન : આ દુઃખોમાંથી છૂટવાનો કોઈ ઉપાય ખરો ?**

**ઉત્તર :** હા, ફક્ત એક જ ઉપાય છે અને તે છે — યોગાભ્યાસ, જેનો સંકેત અગાઉ થઈ ચૂક્યો છે. મહર્ષિ પતંજલિના જ શબ્દોમાં : **‘વિવેકચ્ચાતિરવિપ્લવા હાનોપાયઃ’** (યોગદર્શન : ૨.૨૬) એટલે કે ‘સ્થિર (પરિપક્વ) તત્ત્વજ્ઞાન જ આ દુઃખોથી છૂટવાનો ઉપાય છે.’ આ તત્ત્વજ્ઞાન ઉપર જણાવેલી પ્રક્રિયાથી જ એટલે કે સાંસારિક સુખોમાં ચાર પ્રકારનાં દુઃખોનો અનુભવ કરવાથી તથા યોગનાં આઠ અંગોનું આચરણ કરવાથી જ સંભવ છે. આ વિશે યોગદર્શનનું આ સૂત્ર દ્રષ્ટવ્ય છે : **‘યોગાઙ્ગાનુષ્ઠાનાદશુન્દિક્ષયે જ્ઞાનદીપ્તિરવિવેકચ્ચાતેઃ’** (યોગદર્શન : ૨.૨૮) એટલે કે ‘યોગનાં (આઠ) અંગોનું અનુષ્ઠાન (આચરણ) કરવાથી અવિદ્યાનો નાશ અને જ્ઞાનનો પ્રકાશ થતો જાય છે, અને તેથી છેવટે વિવેકચ્ચાતિ એટલે કે તત્ત્વજ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થઈ જાય છે.’ પછી આ તત્ત્વજ્ઞાનનું નિશ્ચિત પરિણામ વૈરાગ્ય-પ્રાપ્તિ થાય છે. વૈરાગ્યથી સમાધિ અને સમાધિથી સંસ્કારોની દગ્ધબીજભાવ-અવસ્થા (ભૂજાયેલા બીજ જેવી અવસ્થા), અને પછી મોક્ષ થઈ જાય છે. ઠમોક્ષમાં જીવાત્મા સમસ્ત સાંસારિક દુઃખોથી છૂટીને, મુક્ત થઈને ઈશ્વરનો નિત્ય આનંદ ભોગવે છે.

મોક્ષની અવધિ (નિશ્ચિત સમય) આ સંસાર (સૃષ્ટિ) ૩૬,૦૦૦ વાર ઉત્પન્ન થાય અને એટલી જ વાર (૩૬,૦૦૦ વાર) પ્રલય પામે તેટલી છે. એકવાર સંસાર ઉત્પન્ન થાય અને એકવાર તેનો પ્રલય થાય એ બંને મળીને કુલ સમય (૪,૩૨,૦૦,૦૦,૦૦૦ × ૨ =) આઠ અબજ ચોસઠ કરોડ વર્ષનો થાય છે. માટે ૩૬,૦૦૦ વાર સૃષ્ટિ બને અને ૩૬,૦૦૦ વાર તેનો પ્રલય થાય તેનો કુલ સમય (૪,૩૨,૦૦,૦૦,૦૦૦ × ૨ × ૩૬,૦૦૦ =) ૩૧,૧૦,૪૦,૦૦,૦૦,૦૦,૦૦૦ વર્ષ થાય. આત્મા આટલા લાંબા સમય સુધી મોક્ષાવસ્થામાં રહે છે. મોક્ષની આ અવધિને **‘૩૧ નીલ, ૧૦ ખરબ,**

**૪૦ અબજ વર્ષ’** કહી શકાય. હવે વિચાર કરો કે આટલા લાંબા સમય સુધી સંપૂર્ણ દુઃખોથી છૂટીને ઈશ્વરનો નિત્ય આનંદ ભોગવવા માટે તપસ્યા કેમ ન કરવી ? માટે જે કોઈ બુદ્ધિમાન વ્યક્તિ આ ઉપર જણાવેલી પ્રક્રિયાને ઠીક રીતે સમજી લેશે તે મોક્ષ-પ્રાપ્તિ માટે જરૂર તપ કરશે; કારણ કે બુદ્ધિમાન વ્યક્તિનું તપ સિવાય બીજે ક્યાંય કલ્યાણ નથી. આ જ ભાવને વ્યક્ત કરતાં મહારાજ ભર્તૃહરિજીએ કહ્યું છે :

**‘સખે ! નાન્યચ્છ્રેયોજગતિ વિદુષોઽન્યત્ર તપસઃ ॥’**

- વૈરાગ્ય-શતક : ૪૮

આ રીતે વ્યક્તિએ તપ કરતાં કરતાં દુઃખોથી છૂટવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. તપ કર્યા વગર દુઃખ નહિ છૂટે. એ ખરી વાત છે કે તપ કરવું કઠિન છે; અને લોકો કહે છે કે અમારાથી કઠિન કાર્ય નહિ થાય. પરંતુ હું નિવેદન કરવા માંગું છું કે, જે વ્યક્તિ તપ કરવા નથી ઈચ્છતી અથવા તપ નથી કરતી, તે સુખ પણ પ્રાપ્ત કરવા નથી ઈચ્છતી અથવા સુખ પણ પ્રાપ્ત નથી કરતી; એટલે કે તે સુખ પણ પ્રાપ્ત કરી શકતી નથી. કારણ કે ઈશ્વરનો એ નિયમ છે કે જે તપ કરશે તે જ સુખ પ્રાપ્ત કરી શકશે. આથી ભલે ગમે તેવું કઠિન હોય, પરંતુ જો સુખની ઈચ્છા હોય તો તપ તો અવશ્ય કરવું જ પડશે. ધન કમાવું પણ કઠિન છે, છતાંય એ માટે પણ લોકો તપ કરે છે. ધનની બાબતમાં લોકો કેમ એવું નથી કહેતાં કે, ‘ધન કમાવું કઠિન કાર્ય છે, માટે અમે ધન નહિ કમાઈએ’ ? કારણ કે તેઓ જાણે છે કે, ધન વગર આપણું ગુજરાન ચાલવાનું નથી. એટલા માટે ધન કમાવા માટે તેઓ ખૂબ જ મહેનત (તપ) કરે છે. બસ, આ જ વાત અમે પણ કહેવા માંગીએ છીએ કે, ‘દુઃખથી છૂટ્યા વિના અને સુખને પ્રાપ્ત કર્યા વિના પણ ગુજારો નથી, માટે એ માટે પણ તપ કરો.’

હવે દુઃખમાંથી છૂટવા માટે તેનાં કારણો અને નિવારણના ઉપાયો જાણવા જરૂરી છે. ચાલો, એ માટે પ્રયત્ન કરીએ. દુઃખથી છૂટવું અને ઈશ્વરીય આનંદ પ્રાપ્ત કરવો, એ જ તો મુક્તિ છે. માટે દર્શનોના માધ્યમથી આ વિષયને સમજવાનો પ્રયત્ન કરીએ.



## દુઃખનું કારણ : સ્વ-સ્વામી સંબંધ

મનુષ્ય પાસે અનેક પ્રકારની વસ્તુઓ હોય છે. એ વસ્તુઓને તે પોતાની સંપત્તિ સમજે છે. એ સંપત્તિને જ ‘સ્વ’ કહેવામાં આવે છે; અને પોતાની જાતને તે એ સંપત્તિ (સ્વ)નો માલિક અથવા સ્વામી સમજે છે. એ માલિકને ‘સ્વામી’ કહેવામાં આવે છે. આ રીતે મનુષ્ય પોતાની સંપત્તિઓ અને સ્વયં વચ્ચે એક સંબંધ બનાવી લે છે : સંપત્તિ અને માલિકનો સંબંધ અથવા સ્વ-માલિકીનો ભાવ, જેને ‘સ્વ-સ્વામી સંબંધ’ કહેવામાં આવે છે.

મનુષ્ય પાસે કેટલીક જડ વસ્તુઓ હોય છે. એ જડ વસ્તુઓ પણ બે પ્રકારની હોય છે : બાહ્ય અને આંતરિક.

બાહ્ય જડ વસ્તુઓ : ભૂમિ, મકાન, ધન, વસ્ત્ર, આભૂષણ, ફર્નિચર, વાહન, પુસ્તક વગેરે બાહ્ય જડ વસ્તુઓ છે.

આંતરિક જડ વસ્તુઓ : શરીર, મન, ઈન્દ્રિયો, બુદ્ધિ વગેરે આંતરિક જડ વસ્તુઓ છે.

વ્યક્તિ આ બંને પ્રકારની જડ વસ્તુઓને પોતાની સંપત્તિ સમજે છે, અને સ્વયંને એ વસ્તુઓનો માલિક માને છે. જ્યારે તે સ્વયંને એ વસ્તુઓનો માલિક માની લે છે, ત્યારે તેને એ વસ્તુઓ પ્રત્યે રાગ ઉત્પન્ન થઈ જાય છે. ‘આ મારી વસ્તુઓ છે, અને હું મારી આ વસ્તુઓ બીજા કોઈને નહિ આપું’ — આ પ્રકારનું મમત્વ ઉત્પન્ન થઈ જાય છે. એ વસ્તુઓમાં જ્યારે આ પ્રકારનું મમત્વ ઉત્પન્ન થઈ જાય છે, ત્યારે એ વસ્તુઓ નષ્ટ ન થઈ જાય એનો ભય પણ વ્યક્તિને સતાવવા લાગે છે; અને જો એ વસ્તુઓમાંની કોઈ વસ્તુ નષ્ટ થઈ જાય, તો વ્યક્તિ દુઃખી પણ થાય છે. આ મમત્વને જ સ્વ-સ્વામી સંબંધ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે.

સ્વ-સ્વામી સંબંધના કારણે મનુષ્યમાં ‘અભિમાન’ નામનો એક બીજો દોષ ઉત્પન્ન થાય છે. તે વિચારે છે કે, ‘મારી પાસે આટલી બધી વસ્તુઓ છે. એ બધી જ મારી છે. બીજાઓ પાસે શું છે? કંઈ જ નથી અથવા મારી

તુલનામાં બહુ જ અલ્પ છે, વગેરે. આ અભિમાનને કારણે બીજાઓ પ્રત્યે ઘૃણા ઉત્પન્ન થાય છે. તે બીજાઓને પોતાના કરતાં હીન અથવા ઊતરતાં, અને સ્વયંને શ્રેષ્ઠ માનવા લાગે છે. આથી તે બીજાઓ સાથે યોગ્ય વ્યવહાર અથવા ન્યાયપૂર્વક વર્તવ કરી શકતો નથી અને અન્યાયનો વ્યવહાર કરવા લાગે છે. આનું પરિણામ એ આવે છે કે, તે યમ-નિયમોનું આચરણ પણ ઠીક પ્રકારે કરી શકતો નથી તથા ઈશ્વરથી પણ દૂર ચાલ્યો જાય છે.

જડ વસ્તુઓ ઉપરાંત મનુષ્ય પાસે બીજાં કેટલાંક ચેતન પ્રાણીઓ પણ હોય છે, જેમને તે ‘પોતાનાં’ માને છે; જેમ કે, પરિવારના માતા, પિતા, ભાઈ, બહેન, પુત્રો, પુત્રીઓ, પૌત્રો, પૌત્રીઓ વગેરે સભ્યો. મનુષ્ય આ બધાં ચેતન પ્રાણીઓને ‘પોતાનાં’ (પોતાની સંપત્તિ રૂપ અથવા પોતાના આત્માના જ અંશ રૂપ) માનવા લાગે છે. જો કોઈ તેને કહે કે, ‘તમારો એક પુત્ર ધર્મરક્ષા માટે અર્પણ કરી દો’, તો એ માટે તે તૈયાર નહિ થાય. તે વિચારવા લાગે છે કે, ‘આ મારો પુત્ર છે, મેં મારા સુખ માટે તેને ઉત્પન્ન કર્યો છે; બીજાઓના માટે ઉત્પન્ન નથી કર્યો.’ આનું નામ જ સ્વ-સ્વામી સંબંધ છે. મનુષ્ય એ પુત્ર પર અથવા પોતાની કોઈ પૂર્વોક્ત જડ વસ્તુ પર પોતાનો જ એકાધિકાર બનાવી રાખવા ઈચ્છે છે. તે તેનો માત્ર પોતાના જ સુખ માટે ઉપયોગ કરવા ઈચ્છે છે; અને ક્યારેક કોઈ સામાજિક કાર્યમાં તે એ વસ્તુ આપી પણ દે છે તો એ પણ લોકેષણા, વિત્તેષણા, પુત્રેષણા વગેરેથી પ્રેરિત થઈને જ આપતો હોય છે. નિષ્કામ ભાવથી તે એ વસ્તુઓનું દાન કરી શકતો નથી; કારણ કે તે એવું માને છે કે, ‘આ બધી વસ્તુઓ અથવા વ્યક્તિઓ મારી છે. હું બીજાઓના સુખ માટે એ શા માટે આપું? અને જો આપું પણ ખરો તો મને પણ એના બદલામાં કંઈક ધન-સન્માન વગેરે મળવું જોઈએ.’ અનેક વાર આ એષણાઓ એટલી બધી સૂક્ષ્મ હોય છે કે મનુષ્ય તેને સમજી પણ નથી શકતો કે, ‘હું એષણાઓથી પ્રેરિત થઈને પોતાની વસ્તુઓ સામાજિક કાર્યમાં દાન કરી રહ્યો છું’. આ બધું સ્વ-સ્વામી સંબંધ કહેવાય છે.

ચેતન પુત્ર વગેરેનાં શરીર, ધન વગેરેની વૃદ્ધિ જોઈને મનુષ્ય પ્રસન્ન થાય છે અને એવું માને છે કે, ‘મારી વૃદ્ધિ થઈ રહી છે’. તથા પુત્રનાં શરીર, ધન વગેરેની હાનિ જોઈને તે દુઃખી થઈ જાય છે અને એવું માને છે કે, ‘મારી હાનિ થઈ રહી છે’. આ બધું ‘મારાપણું’, જે એમાં જોડાયેલું છે તેનો અર્થ એ જ થાય છે કે તે મનુષ્ય પુત્ર વગેરેને પોતાના આત્માનો અંશ માની બેઠો છે. એટલા માટે તે તેની વૃદ્ધિને પોતાના આત્માની વૃદ્ધિ માનીને પ્રસન્ન થાય



છે, અને તેની હાનિને પોતાની હાનિ માનીને દુઃખી થાય છે. આ બધું સ્વ-સ્વામી સંબંધ કહેવાય છે.

આ બધી જ વસ્તુઓ અને ચેતન પ્રાણીઓ ઉપરાંત મનુષ્ય પાસે અનેક પ્રકારની વિદ્યાઓ, કળાઓ વગેરે પણ હોય છે. જેમ કે, ગણિત, ભૂગોળ, ખગોળ, સંગીત, દર્શનવિદ્યા (તત્ત્વજ્ઞાન), પ્રવચનકળા, અધ્યાપનકળા, પાકશાસ્ત્રની કળા વગેરે. આવી અનેક પ્રકારની વિદ્યાઓ અને કળાઓને પણ મનુષ્ય પોતાની માની લેતો હોય છે. એટલે કે તે એવું માની લેતો હોય છે કે, આ બધી વિદ્યાઓ તથા કળાઓનો નિર્માતા, રક્ષક તથા સ્વામી હું જ છું. આ પણ સ્વ-સ્વામી સંબંધ જ છે. આવું માનવાથી તે મનુષ્યમાં અભિમાન, ઘૃણા વગેરે દોષ ઉત્પન્ન થઈ જાય છે, અને અગાઉ જણાવ્યા અનુસાર તે યમ-નિયમ અને ઈશ્વરથી દૂર ચાલ્યો જાય છે.

હકીકતમાં, મનુષ્ય પાસે જેટલી પણ સંપત્તિઓ છે, ચાહે તે જ વસ્તુઓ (ભૂમિ, ભવન, ધન, શરીર, મન, બુદ્ધિ વગેરે) હોય કે ચેતન (પુત્ર-પૌત્ર વગેરે) હોય અથવા વિદ્યાઓ તથા કળાઓ (અધ્યાપન, પ્રવચન વગેરે) હોય, એ તમામ સંપત્તિઓ ઈશ્વરની જ છે, મનુષ્યની પોતાની નથી. એ સઘળી વસ્તુઓ ઈશ્વરે ઉત્પન્ન કરી છે, અને તે જ એ સંપત્તિઓ, વિદ્યાઓ અને કળાઓનો રક્ષક અને પાલક છે. તે જ એ સર્વનો વ્યવસ્થાપક છે. એ તમામ વસ્તુઓનું આદિ મૂળ ઈશ્વર જ છે. ઈશ્વર જ એ બધાંનો સ્વામી છે. મનુષ્ય તો એ વસ્તુઓનો માત્ર પ્રયોક્તા છે. ઈશ્વરે મનુષ્યને એ બધી વસ્તુઓ અને વિદ્યાઓ સદુપયોગ કરવા માટે આપી છે. પરંતુ મનુષ્ય ભૂલથી, અજ્ઞાનથી સ્વયંને એ વસ્તુઓ અને વિદ્યાઓનો માલિક અથવા સ્વામી સમજી બેઠો છે. એટલા માટે તે દુઃખી પણ થાય છે. આ સ્વ-સ્વામી સંબંધને દૂર કરવા માટે મનુષ્યે સ્વયંને એ વસ્તુઓ અને વિદ્યાઓનો 'સ્વામી' ન માની માત્ર 'પ્રયોક્તા' માનવો જોઈએ.

**ઉદાહરણ :** એક વ્યક્તિ એક કંપનીમાં મેનેજર તરીકે કાર્ય કરે છે. તે મેનેજરને કંપની તરફથી ઓફિસમાં કામ કરવા માટે એક રૂમ, ટેબલ, ખુરશી, કાગળ, પેન, એરકંડિશનર, મોટર વગેરે વસ્તુઓ આપવામાં આવી છે. મેનેજર એ બધી વસ્તુઓને કંપનીની વસ્તુઓ માને છે અને એ બધી વસ્તુઓનો ઉપયોગ પણ કરે છે. તે સ્વયંને એ વસ્તુઓનો માત્ર પ્રયોક્તા જ માને છે, સ્વામી નથી માનતો. જો કોઈ વ્યક્તિ કંપનીની એ વસ્તુઓને નુકસાન પહોંચાડવાની કોશિશ કરે તો તે એ વસ્તુઓનું જતન પણ કરે છે, અને ત્યારે પણ તે એ

વસ્તુઓનો સ્વામી કંપનીને જ માને છે, સ્વયંને નહિ. અને એ વસ્તુનું જતન કરવા માટેનો પૂરો પ્રયત્ન કર્યા બાદ પણ જો કોઈ વસ્તુ (ખુરશી વગેરે) ભાંગી-તૂટી જાય તો તેને દુઃખ પણ નથી થતું. કારણ કે તે વિચારે છે કે, 'મેં આ વસ્તુઓનો ઉપયોગ કર્યો, તેનું જતન કરવાનો પણ પ્રયત્ન કર્યો. આમ મેં મારું કર્તવ્ય પૂરું બજાવ્યું છે. છતાંય આ ખુરશી ભાંગી ગઈ, તો કંપનીની ખુરશી ભાંગી છે, મારી તો આ છે જ ક્યાં? કંપની મને બીજી ખુરશી લાવીને આપશે.' આ રીતે વિચાર કરવાથી તે દુઃખી નહિ થાય; કારણ કે તે મેનેજર આ બધી ખુરશી વગેરે વસ્તુઓનો 'સ્વામી' કંપનીને માને છે, અને સ્વયંને તો માત્ર 'પ્રયોક્તા' માને છે. તેણે આ વસ્તુઓ સાથે સ્વ-સ્વામી સંબંધ નથી જોડ્યો, માટે તે દુઃખી પણ નથી થતો.

હવે બીજા પક્ષની કલ્પના કરીએ : જેવી ખુરશી એ મેનેજરની ઓફિસમાં હતી તેવી જ એક ખુરશી તેના પોતાના ઘરે પણ હતી. જો ક્યારેક તેના ઘરની એ ખુરશી તૂટી જાય તો તેને દુઃખ થશે. ત્યારે તે વિચારે છે કે, 'હાય ! મારી ખુરશી તૂટી ગઈ.' ઘરની એ ખુરશી સાથે તેણે સ્વ-સ્વામી સંબંધ જોડી લીધો છે, જેના પરિણામે તે દુઃખી થાય છે.

આ ઉદાહરણ અનુસાર આપણે સ્વ-સ્વામી સંબંધને શી રીતે દૂર કરી શકીએ એ વિશે વિચાર કરીએ. આપણી પાસે જેટલી પણ જ વસ્તુઓ (ભૂમિ, ભવન, ધન, શરીર, બુદ્ધિ, મન વગેરે), ચેતન પ્રાણીઓ (પુત્ર, પૌત્ર, ભાઈ, બહેન, માતા, પિતા વગેરે) અને વિદ્યાઓ તથા કળાઓ (અધ્યાપન, પ્રવચન, સંગીત, વિજ્ઞાન, ગણિત વગેરે) છે, એ બધાંનો સ્વામી ઈશ્વર છે, એમ માનીએ. આપણે આ મુજબ વિચાર કરવો જોઈએ : 'આ બધી વસ્તુઓ, વિદ્યાઓ તથા કળાઓ ઈશ્વરે આપણને ઉપયોગ કરવા માટે એટલે કે સાંસારિક વ્યવહારોની સિદ્ધિ તથા મોક્ષની પ્રાપ્તિ માટે આપી છે. આ સર્વનો ઉત્પાદક, રક્ષક, પાલક, વ્યવસ્થાપક, 'સ્વામી' તો ઈશ્વર જ છે. આપણે ઈશ્વર-પ્રદત્ત આ વસ્તુઓ અને વિદ્યાઓનો સદુપયોગ કરીશું, તેનું યથાશક્તિ જતન કરીશું, તેની વૃદ્ધિ કરીશું અને યોગ્ય વ્યક્તિઓ માટે તેનો ઉપયોગ કરીશું. ઈશ્વરે આપણને એમ જ કરવાનો આદેશ કર્યો છે. માટે આ વસ્તુઓનું રક્ષણ વગેરે કરવા છતાંય જો એમાંની કોઈ વસ્તુ નષ્ટ પણ થઈ જાય તોપણ અમે દુઃખી નહિ થઈએ; કારણ કે વાસ્તવમાં તે વસ્તુ આપણી નહિ, બલકે ઈશ્વરની છે.'

આ રીતે આપણે સ્વ-સ્વામી સંબંધને દૂર કરવાનો પ્રયાસ કરવો જોઈએ. જ્યારે આપણે ઉક્ત પ્રક્રિયાથી સ્વ-સ્વામી સંબંધને દૂર કરી દેશું ત્યારે આપણામાંથી

અભિમાન, રાગ, ઈર્ષ્યા, દ્વેષ, ઘૃણા, અન્યાય વગેરે તમામ દોષો દૂર થઈ જશે. ત્યારે યમ-નિયમોનું આચરણ પણ સારી રીતે થઈ શકશે અને આપણે ઈશ્વરની નજીક પહોંચતાં જઈશું એટલે કે ઈશ્વર-સાક્ષાત્કારની દિશામાં આગળ વધતાં જઈશું. આપણું જીવન આનંદથી પસાર કરી શકીશું અને બીજાઓનાં જીવનમાં પણ આનંદ ઉત્પન્ન કરી શકીશું. ઈશ્વરની નજીક પહોંચતાં પહોંચતાં, યોગાભ્યાસ કરતાં કરતાં આપણે ઈશ્વર-સાક્ષાત્કાર કરીને અંતે મોક્ષ પણ પ્રાપ્ત કરી શકીશું.

• • •

પ્રકરણ ત્રીજું

## દુઃખનું કારણ : અવિદ્યા

દુઃખનું આદિ મૂળ કારણ મિથ્યાજ્ઞાન છે. મિથ્યાજ્ઞાનનું જ બીજું નામ ‘અવિદ્યા’ છે. આપણે થોડા વિસ્તારથી એ સમજવાનો પ્રયાસ કરીએ કે, આ અવિદ્યા શું છે, અને એમાંથી દુઃખ શી રીતે ઉત્પન્ન થાય છે. આ વિષયને સારી રીતે સમજવા માટે યોગદર્શનનું નિમ્ન સૂત્ર ઉપયોગી થઈ પડે છે :

અનિત્યાશુચિદુઃખાનાત્મસુ નિત્યશુચિસુખાત્મસ્વાત્તિરવિદ્યા ।

- યોગદર્શન : ૨.૫

એટલે કે (૧) અનિત્યને નિત્ય સમજવું, (૨) અશુચિને શુચિ સમજવી, (૩) દુઃખને સુખ સમજવું, અને (૪) અનાત્માને આત્મા સમજવો, એ ‘અવિદ્યા’ છે.

આ રીતે અવિદ્યાના ચાર ભાગ થયા. સાથે સાથે આ ચારેય વાતોને ઊલટી કરીને પણ જોઈ લઈએ. એટલે કે : (૧) નિત્યને અનિત્ય સમજવું, (૨) શુચિને અશુચિ સમજવી, (૩) સુખને દુઃખ સમજવું, અને (૪) આત્માને અનાત્મા સમજવો, એ પણ ‘અવિદ્યા’ છે.

ટૂંકમાં, ‘અવિદ્યા’ની પરિભાષા આ મુજબ થશે : ‘જે વસ્તુ જેવી હોય તેને તેવી જ ન સમજીને કંઈક ભિન્ન સમજવી, અથવા તે હોય તેના કરતાં વિપરીત સમજવી એ ‘અવિદ્યા’ છે. અને જે વસ્તુ જેવી હોય તેને તેવી જ સમજવી એનું નામ ‘વિદ્યા’ છે.

### પ્રથમ પ્રકારની અવિદ્યા : અનિત્યને નિત્ય સમજવું

નિત્યનો અર્થ થાય છે : જે વસ્તુ સદા રહે, ક્યારેય નષ્ટ ન થાય તે ‘નિત્ય’. નિત્ય શબ્દના આરંભમાં ‘અ’ અક્ષર જોડીને (નગ્ તત્પુરુષ સમાસ અનુસાર) ‘અનિત્ય’ શબ્દ બનાવવામાં આવ્યો છે, જેનો અર્થ નિત્યથી ઊલટો થાય છે. એટલે કે જે વસ્તુ સદા ન રહે, બલ્કે નષ્ટ થઈ જાય, તે ‘અનિત્ય’ કહેવાય છે. આમ, પ્રથમ અવિદ્યાનું સ્વરૂપ થઈ ગયું : ‘અનિત્ય (નષ્ટ થઈ

જનારી) વસ્તુઓને નિત્ય (નષ્ટ ન થનારી) માનવી'. એવી અનેક વસ્તુઓ છે, જે સમય આવ્યે અથવા ગમે ત્યારે નષ્ટ થઈ જાય છે; જેમ કે, શરીર, ધન-સંપત્તિ, પુત્ર-પરિવાર, પદ-પ્રતિષ્ઠા વગેરે. આ બધી જ વસ્તુઓ અનિત્ય કહેવાય છે; કારણ કે એ ગમે ત્યારે નષ્ટ થઈ શકે છે અને થઈ પણ જાય છે. પરંતુ સંસારના લોકો આ અનિત્ય વસ્તુઓને નિત્ય (સદા રહેનારી) માની બેસે છે. એટલા માટે તેઓ દુઃખી થાય છે.

જો કોઈ વ્યક્તિને પૂછવામાં આવે કે, 'આપનું શરીર નિત્ય છે કે અનિત્ય?', તો તે ઉત્તરમાં જણાવશે કે, 'અનિત્ય'; એટલે કે શરીર સદા જીવિત નહિ રહે. શબ્દોની દૃષ્ટિએ જોતાં તેનો આ ઉત્તર ઠીક જણાય છે, પરંતુ શું આ વાત હકીકતમાં તેનાં મન, બુદ્ધિમાં બેસી ગઈ છે? ના. હજુ પણ તે મનમાં તો એમ જ સમજે છે કે, 'હું સદા જીવિત રહીશ, ક્યારેય નહિ મરું.' આનું જ નામ છે : 'અવિદ્યા'.

જ્ઞાન બે પ્રકારનું હોય છે : શાબ્દિક અને વાસ્તવિક. 'શાબ્દિક જ્ઞાન' એને કહેવાય છે કે જ્યારે જ્ઞાન કંઈક હોય અને આચરણ કંઈક ભિન્ન હોય. જેમ કે, સિગારેટ પીવાનું વ્યસન ધરાવતી વ્યક્તિ કહે છે કે, 'હું જાણું છું કે સિગારેટ પીવાથી નુકસાન થાય છે'; પરંતુ છતાંય તે સિગારેટ પીએ છે. તેનું આ આચરણ તેના જ્ઞાન અનુસાર નથી બલ્કે જ્ઞાનથી વિપરીત છે, ભિન્ન છે. આથી તે વ્યક્તિનું આ જ્ઞાન 'શાબ્દિક જ્ઞાન' છે.

'વાસ્તવિક જ્ઞાન' એને કહેવાય છે કે જ્યારે જ્ઞાન અને આચરણ બંને સમાન હોય, એટલે કે બંનેમાં ભિન્નતા ન હોય. જેમ કે, વીજળીના તારને અડકવાથી નુકસાન થાય છે, કરંટ લાગે છે, અને મૃત્યુ પણ થઈ શકે છે. આ વાતનું જ્ઞાન ધરાવનાર વ્યક્તિનું આચરણ પણ એ જ્ઞાન જેવું જ હોય છે. આથી વીજળીના તારને કોઈ જ અડકતું નથી. આનું નામ છે : 'વાસ્તવિક જ્ઞાન'.

માટે જે વ્યક્તિ શબ્દોથી કહે કે, 'હું સદા જીવિત નહિ રહું', પરંતુ મનમાં એવું માનતી હોય અને આચરણ પણ એવું જ કરતી હોય કે, 'હું સદા જીવિત રહીશ', તો સમજવું તે તેનું જ્ઞાન શાબ્દિક છે, વાસ્તવિક નથી. અને શાબ્દિક જ્ઞાન ઠીક હોય છતાંય જો આચરણ એવું ન હોય, અથવા શાબ્દિક જ્ઞાન પણ ખોટું હોય તો એ બંનેય 'અવિદ્યા' છે. વાસ્તવિક જ્ઞાનનું જ બીજું નામ યથાર્થ-જ્ઞાન, તત્ત્વજ્ઞાન અથવા વિદ્યા છે.

અમુક જ તત્ત્વજ્ઞાની લોકોને બાદ કરતાં બાકીના લગભગ બધાં જ લોકોમાં આ અવિદ્યા ઊંડી જડ જમાવીને બેઠી છે કે, 'હું સદા જીવિત રહીશ, ક્યારેય નહિ મરું'. અને જ્યારે મૃત્યુ આવે છે, ત્યારે લોકો રડે છે, દુઃખી થાય છે. આ દુઃખનું કારણ 'અનિત્ય શરીરને નિત્ય માનવું' એ ઉક્ત ચારમાંથી પ્રથમ પ્રકારની અવિદ્યા જ છે.

**પ્રશ્ન : આપ એવું શી રીતે કહી શકો છો કે લોકોમાં આ અવિદ્યા છે, અને તેઓ અનિત્ય શરીરને નિત્ય માને છે ?**

**ઉત્તર :** કોઈ પણ વ્યક્તિનો વ્યવહાર અથવા આચરણ તેના વાસ્તવિક જ્ઞાનની સ્થિતિ સૂચવે છે. ઉદાહરણ તરીકે, કેટલાક લોકો પોતાનાં બાળકો સાથે દિલ્હીથી મુંબઈ જવા ટ્રેનમાં મુસાફરી કરી રહ્યા હતા. ટ્રેનની યાત્રા સુખદ રહી. બધાં જ બાળકો હસતાં-ખેલતાં, રેલવેની સીટો પર નાચતાં-કૂદતાં મુંબઈ પહોંચી ગયા. મુંબઈ આવ્યું એટલે પ્રૌઢ વ્યક્તિઓએ બાળકોને કહ્યું કે, 'ચાલો ! હવે ટ્રેનમાંથી નીચે ઊતરો, મુંબઈ આવી ગયું છે.' પરંતુ બાળકોને તો ટ્રેનની આ મુસાફરીમાં મજા પડી ગઈ હતી, ખૂબ જ આનંદ આવ્યો હતો. આથી તેઓ ટ્રેન છોડવા ઈચ્છતાં ન હતાં. પરંતુ પ્રૌઢ વ્યક્તિઓના આદેશને કારણે તેમને દુઃખ સાથે ટ્રેન છોડવી પડી. પ્રૌઢ વ્યક્તિઓ 'વિદ્યા'માં હતા, જેથી તેઓ વાસ્તવમાં જાણતા હતા કે, 'ટ્રેનની ટિકિટ આપણને મુંબઈ સુધીની યાત્રા કરવાની જ મળી છે, મુંબઈ પહોંચીને આપણે ટ્રેન છોડવાની છે.' આથી તેમણે મુંબઈ પહોંચીને ટ્રેન છોડવાનું મન બનાવી લીધું હતું, આથી ટ્રેન છોડવામાં તેમને કોઈ કષ્ટ ન થયું. જ્યારે પેલાં બાળકો 'અવિદ્યા'માં હતાં. તેમણે ટ્રેનમાં સુખનો અનુભવ કર્યા બાદ એવું માની લીધું હતું કે, 'ટ્રેનની આ સીટો સદા આપણી સાથે રહેશે અને આપણે આ જ રીતે ટ્રેનનો આનંદ સદા માણતાં રહીશું.' આ જ અવિદ્યાને કારણે જ્યારે બાળકોને મુંબઈ પહોંચીને ટ્રેન છોડવી પડી ત્યારે દુઃખ થયું.

સંસારના લોકોની સ્થિતિ પણ આવી જ છે. ઈશ્વર તરફથી મનુષ્યોને અમુક વર્ષો સુધી જીવવા માટે શરીર મળ્યું છે. પરંતુ લોકોએ અવિદ્યાથી એવું માની લીધું છે કે, 'અમે સદાને માટે જીવિત રહીશું.' આથી જ્યારે મૃત્યુ નજીક આવે છે, ત્યારે શરીર છોડતી વખતે દુઃખ થાય છે. જેમ પેલાં બાળકો અવિદ્યાને કારણે ટ્રેન છોડતી વખતે દુઃખી થયાં હતાં, તેવી જ રીતે સંસારના લોકો પણ અવિદ્યાને કારણે મૃત્યુ આવે ત્યારે શરીર છોડતી વખતે દુઃખી થાય છે. એમના દુઃખી થવાના વ્યવહાર પરથી સિદ્ધ થાય છે કે તેઓ અવિદ્યા ધરાવે છે, અને

તેમનું જ્ઞાન શાબ્દિક છે. આવા શાબ્દિક જ્ઞાન અથવા અવિદ્યાથી આપણું કલ્યાણ થઈ શકતું નથી. વાસ્તવિક કલ્યાણ તો તત્ત્વજ્ઞાન અથવા વિદ્યાથી જ થાય છે. અવિદ્યા તો દુઃખ જ ઉત્પન્ન કરે છે.

આ જ રીતે ધન-સંપત્તિ, પુત્ર-પરિવાર, પદ-પ્રતિષ્ઠા વગેરે વિશે પણ સમજી લેવું જોઈએ કે, આ બધું પણ ‘અનિત્ય’ જ છે એટલે કે ગમે ત્યારે નષ્ટ થઈ શકે છે. પરંતુ લોકો આ બધાંને પણ ‘નિત્ય’ એટલે કે સદા અમારી સાથે રહેશે એવું માની લે છે, એટલે કે લોકો અવિદ્યામાં છે. આ જ અવિદ્યાને કારણે જ, જ્યારે એમાંની કોઈ પણ વસ્તુ નષ્ટ થઈ જાય છે, ત્યારે લોકો દુઃખી થાય છે, રડે છે. આમ, દુઃખનું કારણ અવિદ્યા જ છે. આ વિચાર થયો — અનિત્યને નિત્ય માનવી રૂપી અવિદ્યાના ભાગનો.

હવે ઊલટાવીને વિચાર કરીએ, એટલે કે નિત્ય વસ્તુને અનિત્ય માનવા રૂપી અવિદ્યાનો વિચાર કરીએ. જેમ અનિત્યને નિત્ય માનવું અવિદ્યા છે, તેમ નિત્યને અનિત્ય માનવું એ પણ અવિદ્યા જ છે. આત્મા નિત્ય છે કે અનિત્ય ? નિત્ય. શું આત્માની ઉત્પત્તિ થાય છે ? ના. શું આત્માનો વિનાશ થાય છે ? ના. આપ કોણ છો — શરીર કે આત્મા ? આત્મા. તો આપ આત્મા) મૃત્યુ પામશો ? ના. તો પછી મરવાથી શા માટે ડરો છો ? શા માટે દુઃખી થાવ છો ? ઉત્તર સ્પષ્ટ છે : અવિદ્યાને કારણે. ‘આત્મા જન્મતો નથી, અને મરતો પણ નથી’ — આ બધું જ્ઞાન શાબ્દિક છે. મનમાં તો અવિદ્યા જ છે કે, ‘હું મરી જઈશ.’ આ અવિદ્યાને કારણે વ્યક્તિ મૃત્યુથી ડરે છે અને દુઃખી થાય છે.

અહીં સુધી અવિદ્યાના ચાર ભાગમાંથી પ્રથમ ભાગની વિચારણા થઈ. હવે અવિદ્યાના બીજા ભાગ પર વિચાર કરીએ.

### બીજા પ્રકારની અવિદ્યા : અશુચિને શુચિ સમજવી

શુચિનો અર્થ છે : શુદ્ધ. આ ‘શુચિ’ શબ્દમાં પણ પૂર્વવત્ ‘અ’ અક્ષર જોડવાથી શબ્દ બને છે : ‘અશુચિ’; અને એનો અર્થ પણ એનાથી ઊલટો થાય છે : અશુદ્ધ. આમ, બીજી અવિદ્યા થઈ : અશુદ્ધને શુદ્ધ માનવું. આનાં પણ બે રૂપ છે : (ક) અશુદ્ધ વસ્તુને શુદ્ધ માનવી, અને (ખ) અશુદ્ધ કર્મોને શુદ્ધ માનવાં.

(ક) કેટલીક વસ્તુઓ અશુદ્ધ છે; જેમ કે, શરીર, માંસ, દારૂ, ઈંડા, અફીણ, તમાકુ વગેરે. પરંતુ લોકો આ શરીર વગેરે વસ્તુઓને શુદ્ધ માને

છે, જે અવિદ્યા છે. જ્યારે પુરુષો સ્ત્રીઓને જુએ છે અથવા સ્ત્રીઓ પુરુષોને જુએ છે, ત્યારે તેમને એકબીજાનાં શરીર અશુદ્ધ જણાતાં નથી, બલકે બહુ જ શુદ્ધ દેખાય છે. આ જ અવિદ્યા છે. શરીર હકીકતમાં કેટલું અશુદ્ધ છે, એ વાત ત્યારે સમજમાં આવે છે, જ્યારે થોડી ગંભીરતાથી શરીર વિશે આ મુજબ ચિંતન કરવામાં આવે : શરીરમાં મળ-મૂત્ર, રક્ત, ચરબી વગેરે ભર્યાં પડ્યાં છે. આ શરીરને આપણે દરરોજ શૌચ, સ્નાન વગેરે દ્વારા જીવનભર શુદ્ધ કરતાં રહીએ છીએ, છતાંય તે પૂરું શુદ્ધ થતું નથી. દરરોજ તેમાં નવી નવી અશુદ્ધિઓ ઉત્પન્ન થતી જ રહે છે. ચોવીસ કલાક શુદ્ધ હવા (ઓક્સિજન) અંદર લઈએ છીએ અને અશુદ્ધ હવા કાર્બન ડાયોક્સાઈડ) બહાર છોડતા રહીએ છીએ. શરદી, તાવ, ક્ષય, કેન્સર, એઈડ્સ વગેરે જેવા ભયંકર રોગ આ શરીરમાં ઉત્પન્ન થતા રહે છે. ઈન્જેક્શનની સોય એક વ્યક્તિને લગાડ્યા બાદ બીજી વ્યક્તિને લગાડી શકાતી નથી; કારણ કે એક વ્યક્તિનો રોગ બીજી વ્યક્તિમાં સંક્રમિત થઈ શકે છે. ડોક્ટરો ઘા, ફોડા વગેરે પર મલમપટ્ટી બાંધી એટલે કે ટ્રેસિંગ વગેરે કરી પોતાના હાથ સાબુ વગેરેથી ધોઈ નાખે છે. મૃત્યુ બાદ લોકો આ અશુદ્ધ શરીરને બે દિવસ પણ ઘરમાં રાખવા ઈચ્છતા નથી. ઈત્યાદિ ઘટનાઓ પરથી ખબર પડે છે કે, આ શરીર કેટલું અશુદ્ધ છે. છતાંય આજે સંસારના લોકો આ અશુદ્ધ શરીરને અત્યંત શુદ્ધ માનીને એની પાછળ દિવાના (પાગલ) થઈ રહ્યા છે. આ ઘોર અવિદ્યા નહિ તો બીજું શું છે ? અશુદ્ધ શરીરને શુદ્ધ માની લેવાથી એ શરીર પ્રત્યે રાગ (Attachment) ઉત્પન્ન થઈ જાય છે. પરંતુ જ્યારે આ શરીર પોતાનું અશુદ્ધ રૂપ બતાવે છે, ત્યારે વ્યક્તિને દુઃખ થાય છે, આશ્ચર્ય થાય છે કે, ‘અરે ! આ એ જ શરીર છે, જેને હું અત્યંત શુદ્ધ માનતો હતો ? આમાં તો ક્ષય, બ્લડ કેન્સર જેવા ભયાનક રોગ ઉત્પન્ન થઈ ગયા છે !’

આ જ રીતે ખાનપાનના ક્ષેત્રમાં માંસ, ઈંડા, દારૂ, અફીણ, તમાકુ, ગુટકા, મસાલા વગેરે વસ્તુઓ પણ અશુદ્ધ (અભક્ષ્ય) તેમ જ સ્વાસ્થ્ય તથા બુદ્ધિનો નાશ કરનારી છે. આ બધી વસ્તુઓને પણ લોકો અશુદ્ધ નથી માનતા અથવા અશુદ્ધ માનતા હોવા છતાંય એનું સેવન કરે છે. આ પણ અવિદ્યા જ છે. એવી વસ્તુઓનું સેવન કરવાથી અનેક જાતના શારીરિક તથા માનસિક દુઃખ ભોગવવાં પડે છે. આ રીતે આ ‘અવિદ્યા’ દુઃખોનું કારણ બને છે.

(ખ) કેટલાંક કર્મો અશુદ્ધ છે; જેમ કે, ગુસ્સો કરવો, ખોટું બોલવું, ચોરી કરવી, લાંચ-રિશ્વત લેવી-આપવી વગેરે. આ અશુદ્ધ કર્મોને પણ લોકો અશુદ્ધ

(ખરાબ) નથી માનતા. બલ્કે પરિસ્થિતિઓ, સંજોગો વગેરેનાં અનેક બહાનાં બનાવીને આ અશુદ્ધ કર્મોનું આચરણ કરતા રહે છે. આવાં અશુદ્ધ, ખરાબ કર્મોને શુદ્ધ માનવાં અને કરવાં, અથવા ખરાબ માનતા હોવા છતાંય પરિસ્થિતિ વગેરેના બહાને એ અશુદ્ધ કર્મો કરવામાં દોષ ન માનવો, એ અવિદ્યા છે. ખરાબ કર્મો તો ખરાબ જ છે, એનો તો દંડ જ મળવાનો છે, ભલે પછી એ ગમે તે બહાને કરવામાં આવતાં હોય. શું મજબૂરીથી કરવામાં આવતી ચોરી અપરાધ નહિ ગણાય ? જો આપ કમજોર છો, અને ચોરી, જૂઠ, રિશ્વત વગેરે બૂરાં કર્મોથી બચી નથી શકતા, તો પોતાની કમજોરી સ્વીકાર કરો. બહાનાં બનાવવાથી આપ આવાં બૂરાં કર્મો કર્યા બાદ દોષ-મુક્ત થઈ જવાના નથી. પરંતુ પરિસ્થિતિ કે સંજોગો વગેરેનાં બહાને આવાં બૂરાં કર્મ કરતાં રહીને પણ એમાં દોષ ન માનવો એ અવિદ્યા છે. આને લીધે ભવિષ્યમાં એ કર્મોનો દંડ (દુઃખ) તો ભોગવવો જ પડશે. આ રીતે આ અવિદ્યા દુઃખનું કારણ બને છે.

હવે આ અવિદ્યાને પણ ઊલટી રીતે સમજી લઈએ, એટલે કે શુદ્ધ વસ્તુઓ (ધી, દૂધ, ફળ, સાત્ત્વિક ભોજન વગેરે)ને અશુદ્ધ અથવા જુનવાણી ભોજન માનીને એની પ્રત્યે ઘૃણા કરવી, એનું સેવન ન કરવું, એ પણ અવિદ્યા છે. આ જ રીતે સત્ય બોલવું, પ્રેમ-સભ્યતા-નમ્રતાથી વ્યવહાર કરવો, તથા સેવા, દયા, પરોપકાર વગેરે શુભ કર્મોને અશુભ કર્મ માનવાં, અથવા એને જૂના જમાનાનાં કર્મ માની એની પ્રત્યે ઘૃણા કરવી, એ પણ અવિદ્યા જ છે. હવે અવિદ્યાના ત્રીજા ભાગની વિચારણા કરીએ.

### ત્રીજા પ્રકારની અવિદ્યા : દુઃખને સુખ સમજવું

દુઃખ બે પ્રકારનું છે : (૧) શુદ્ધ દુઃખ. ઉદાહરણ તરીકે, માથું દુખવું, પેટમાં દુખવું, વગેરે. આવું થાય એને તો બધા જ લોકો દુઃખ જ માને છે, એને સુખ કોઈ જ નથી માનતું. પરંતુ (૨) દુઃખ, જે સુખમાં મિશ્રિત રહે છે. એ ચાર પ્રકારનું છે : પરિણામ દુઃખ, તાપ દુઃખ, સંસ્કાર દુઃખ અને ગુણવૃત્તિવિરોધ દુઃખ. આ ચાર પ્રકારનાં દુઃખની વ્યાખ્યા આ પુસ્તકના આરંભમાં આપણે જોઈ ગયા છીએ. વ્યક્તિ સંસારની વસ્તુઓમાં રહેલાં આ ચાર દુઃખોને દુઃખ નથી માનતી, બલ્કે એ વસ્તુઓમાં શુદ્ધ સુખ રહેલું છે, એવું માને છે. હવે આને પણ ઊલટી રીતે જોઈ લઈએ, એટલે કે સુખને દુઃખ સમજવું એ પણ ‘અવિદ્યા’ છે. માતા-પિતાની સેવા, મોટાઓનો આદર-સત્કાર, વિદ્યા-

સત્સંગ, ઈશ્વર-ઉપાસના વગેરે કર્મોમાં સુખ મળે છે. પરંતુ સંસારના લોકો અને તેમાંય ખાસ કરીને આજની નવી પેઢીના નવયુવાનો તથા નવયુવતીઓ આ કર્મોમાં દુઃખનો અનુભવ કરે છે, અને આ સુખદાયી કર્મોની મજાક ઉડાવે છે. આ પણ ‘અવિદ્યા’ જ છે. આમ, આ અવિદ્યાનો ત્રીજો ભાગ થયો, જેના કારણે વ્યક્તિ દુઃખી થતી રહે છે. હવે અવિદ્યાનો ચોથો ભાગ જોઈએ.

### ચોથા પ્રકારની અવિદ્યા : અનાત્માને આત્મા સમજવો

આત્માનો અર્થ થાય છે : ચેતન પદાર્થ. ચેતન પદાર્થ બે છે : એક જીવાત્મા અને બીજો પરમાત્મા (ઈશ્વર). આત્મા શબ્દમાં આરંભમાં ‘અન્’ જોડીને (નગ્ તત્પુરુષ સમાસ અનુસાર) શબ્દ બને છે : અનાત્મા. હવે આનો અર્થ પણ ઊલટો થઈ ગયો. ‘અનાત્મા’નો અર્થ થયો : જે આત્મા નથી તે, એટલે કે જીવાત્મા અને પરમાત્માથી ભિન્ન વસ્તુઓ ‘અનાત્મા’ છે; જેમ કે, શરીર, મન, ઈન્દ્રિયો, ધન-સંપત્તિ, પુત્ર વગેરેનાં શરીર, મૂર્તિઓ, ચિત્રો વગેરે. આ અનાત્મા (જડ) વસ્તુઓને લોકો આત્મા માને છે. એટલે કે કાં તો એ વસ્તુઓને પોતાના આત્માનું જ રૂપ માને છે, અથવા પોતાના આત્માનો એક હિસ્સો અથવા અંશ માને છે, અથવા એ જડ વસ્તુઓને ચેતન તત્ત્વ માને છે. જેમ કે, જડ મૂર્તિઓને ચેતન ઈશ્વર માનીને એને ખવડાવવું-પિવડાવવું, નવડાવવું-શણગારવું વગેરે વ્યવહાર કરે છે. આ બધી અવિદ્યા છે.

લોકો શરીરને (કે જે આત્મા નથી, આત્માથી ભિન્ન છે, જડ છે) આત્મા અથવા ચેતન માને છે. આ અવિદ્યાથી શરીરમાં આસક્તિ ઉત્પન્ન થાય છે, જે દુઃખનું કારણ બને છે (જ્યારે શરીર મૃત્યુ બાદ જડ પ્રતીત થાય છે).

આ જ રીતે મન પણ જડ વસ્તુ છે, પરંતુ તેને પણ લોકો અવિદ્યાને કારણે ચેતન માની લે છે; અને વળી પાછા ફરિયાદ કરે છે કે, ‘મન ભારે ચંચળ છે, માનતું જ નથી, સંસારમાં ભટકાવતું જ રહે છે.’ આ મુજબ માનવું એ અવિદ્યા છે, જેના કારણે વ્યક્તિ પોતાના મનનું નિયંત્રણ કરી શકતી નથી, અને અનેક દુઃખ ભોગવે છે. સ્કૂટર, મોટર વગેરે વસ્તુઓ જડ છે; એ સ્વયં ક્રિયા કરી શકતી નથી. એ વસ્તુઓને તો લોકો જડ માની ચૂક્યા છે, માટે ફરિયાદ કરતાં નથી કે, ‘મારું સ્કૂટર અથવા મોટર માનતી નથી. એ માર્ગ પરથી પોતાની મેળે જ નીચે ઊતરી જાય છે.’ પરંતુ મનના વિષયમાં અવિદ્યા છે. બાકી તો મન પણ મોટરની જેમ જ જડ છે, પરંતુ લોકો અવિદ્યાને કારણે તેને ચેતન માને છે.

આવી જ રીતે ધન-સંપત્તિ, પુત્ર વગેરેનાં શરીર વગેરે વસ્તુઓ વિશે પણ જાણવું જોઈએ કે, એ બધું પણ અનાત્મા જ છે, એટલે કે એ બધું આત્મારૂપ કે આપણા આત્માનો હિસ્સો નથી. પરંતુ અવિદ્યાને કારણે લોકો એ વસ્તુઓને પણ પોતાના આત્માનો હિસ્સો કે અંશ માને છે, અને પછી દુઃખી થાય છે.

**પ્રશ્ન : આપ શી રીતે કહી શકો છો કે લોકો ધન-સંપત્તિ વગેરેને પોતાના આત્માનો હિસ્સો માને છે ?**

**ઉત્તર :** જ્યારે વેપારમાં કે બીજી કોઈ મોટર વગેરે વસ્તુઓ તૂટી જવાથી ધન-સંપત્તિની હાનિ થાય છે, ત્યારે વ્યક્તિના હૃદયને ઝટકો લાગે છે. ક્યારેક ક્યારેક તો હૃદય બંધ પડી જવાથી મૃત્યુ પણ થઈ જાય છે. આવું ત્યારે થાય છે, જ્યારે વ્યક્તિ એ સંપત્તિ કે વસ્તુને પોતાના આત્માનો હિસ્સો કે અંશ માનતી હોય છે. આથી જ્યારે તેની એ સંપત્તિઓની વૃદ્ધિ થઈ રહી હોય છે, ત્યારે તે એને પોતાના આત્માની વૃદ્ધિ માનીને ખુશ થતી હોય છે. અને જ્યારે એ સંપત્તિઓ નષ્ટ થઈ જાય છે, ત્યારે પોતાના આત્માનો નાશ થઈ ગયો હોય એવું માનીને તે દુઃખી થતી હોય છે. આવું માનવું એ પણ અવિદ્યા જ છે. જ્યારે હકીકતમાં આત્મા તો એ મોટર વગેરે વસ્તુઓ કે સંપત્તિઓથી બિલકુલ ભિન્ન વસ્તુ છે. મોટર વગેરે નષ્ટ થવાથી આત્માનું કશુંય નથી બગડતું, એ તો બિલકુલ સુરક્ષિત છે. પરંતુ લોકો અવિદ્યાને કારણે દુઃખી થાય છે. આનો અર્થ એવો નથી કે આપણે મોટર વગેરે વસ્તુઓ કે સંપત્તિઓનું જતન પણ ન કરીએ, કારણ કે મોટર વગેરે નષ્ટ થવાથી આત્મા તો નષ્ટ થતો નથી. અમારું કહેવું એ છે કે, મોટર વગેરે સંપત્તિઓ જીવન-રક્ષા તેમ જ મોક્ષ-પ્રાપ્તિનાં સાધન છે. એ સાધનોની યોગ્ય જાળવણી તથા એનો ઉપયોગ તો કરવો જ જોઈએ. પરંતુ એ સાધનો અનિત્ય હોવાને કારણે ગમે ત્યારે નષ્ટ થઈ શકે છે. સંપૂર્ણ જતન કરવાનો પ્રયત્ન કરવા છતાં પણ જો એ નષ્ટ થઈ જાય, તો દુઃખી ન થવું જોઈએ. ત્યારે વિદ્યાપૂર્વક વિચારવું જોઈએ કે, ‘મોટર વગેરે વસ્તુઓ અનિત્ય છે; ક્યારેક ને ક્યારેક તો નષ્ટ થવાની જ છે...મેં એને સુરક્ષિત રાખવાનો પૂરો પ્રયત્ન કર્યો, મેં મારું કર્તવ્ય બરાબર બજાવ્યું. છતાંય એ નષ્ટ થઈ ગઈ, પરંતુ હું તો સુરક્ષિત છું, એટલે કે મારો આત્મા તો સુરક્ષિત છે. ફરીથી ધન કમાઈને એ વસ્તુ પ્રાપ્ત કરી લઈશ.’ જો આ મુજબ વિચાર કરવામાં આવે તો ‘વિદ્યા’ને કારણે દુઃખ નહિ થાય; નહિ તો અવિદ્યાને કારણે દુઃખ જરૂર ઉત્પન્ન થશે.

હવે છેલ્લે આ ચોથા પ્રકારની અવિદ્યાને પણ ઊલટાવીને જોઈ લઈએ. એટલે કે આત્માને અનાત્મા, ચેતનને જડ માનવું એ પણ અવિદ્યા છે. ઈશ્વર ચેતન, સર્વજ્ઞ, સર્વવ્યાપક પદાર્થ છે. તે આપણી સર્વ ભાવનાઓ તથા કર્મોને જાણે છે, જુએ છે. તદનુસાર યથાયોગ્ય ન્યાયથી તે આપણને આપણાં કર્મોનું ફળ પણ આપે છે. આવા ચેતન, સર્વજ્ઞ, સર્વવ્યાપક, ન્યાયકારી ઈશ્વર વિશે પાપ કર્મ કરતી વખતે એવું વિચારવું કે, ‘મને કોઈ જ જોતું નથી, મારા આ પાપ કર્મની કોઈને ખબર નથી, ઈશ્વર તો અહીં છે જ નહિ, અથવા તો અજ્ઞાનથી ઈશ્વરને જડ મૂર્તિ રૂપે માનીને મારાં આ પાપ કર્મોનો તે દ્રષ્ટા (જ્ઞાતા અથવા સાક્ષી) નથી’, એવું વિચારવું એ પણ અવિદ્યા છે. આનો આગળ દંડ (દુઃખ) જરૂર મળશે.

આ જ રીતે સામેની બુદ્ધિમાન વ્યક્તિને પણ અબુધ સમજીને એવું વિચારવું કે, ‘આ માણસ મારી ચાલાકીને થોડો સમજી શકવાનો છે !’, એ પણ અવિદ્યા જ છે. આ અવિદ્યાને કારણે વ્યક્તિ પાપ કર્મ અથવા અપરાધ કરતી રહે છે, અને આગળ જઈને ઈશ્વર અથવા અન્ય અધિકારી મનુષ્યો તરફથી એ કર્મોનું દુઃખરૂપ ફળ પ્રાપ્ત કરતી રહે છે. અહીં ચોથા પ્રકારની અવિદ્યાની વિચારણા પૂરી થઈ.

ટૂંકમાં, સાર એ છે કે આપણાં દુઃખોનું અધિકતમ, સૌથી મોટું કારણ આપણી પોતાની અવિદ્યા જ છે. હવે આગળનાં પ્રકરણોમાં આ અવિદ્યાને દૂર કરવાના ઉપાયોને સમજવાનો પ્રયત્ન કરીશું.

• • •

પ્રકરણ ચોથું

## દુઃખનું નિવારણ : દર્શનોમાં મુક્તિનું સ્વરૂપ અને તેના ઉપાય

આ સંસારમાં જન્મ લેતું પ્રત્યેક પ્રાણી પોતાના જીવનમાં અનેક પ્રકારનાં સુખ-દુઃખ ભોગવે છે. જો થોડી ગંભીરતાથી વિચાર કરવામાં આવે તો જણાય છે કે, પશુ-પક્ષી વગેરે અન્ય પ્રાણીઓની તુલનામાં મનુષ્યોને દુઃખ ઓછાં અને સુખ વધારે પ્રાપ્ત થાય છે. અને જો હજુ પણ થોડી વધારે ગંભીરતાથી વિચાર કરવામાં આવે તો એ હકીકત પણ સ્પષ્ટ થઈ જાય છે કે, મનુષ્ય વગેરે સર્વ પ્રાણીઓ સુખને તો પ્રાપ્ત કરવા ઈચ્છે છે, પરંતુ દુઃખની કામના કોઈ નથી કરતું. દુઃખથી છૂટવા અને સુખને પ્રાપ્ત કરવા માટે સર્વ પ્રાણીઓ પોતપોતાની યોગ્યતા અનુસાર પ્રયત્નો પણ કરે છે. પરંતુ ઈશ્વર દ્વારા ન્યાયપૂર્વક રચવામાં આવેલા આ સંસારમાં એકમાત્ર મનુષ્ય જ એવું પ્રાણી છે, જે સર્વ પ્રકારનાં દુઃખોથી પુરુષાર્થ કરીને છૂટી શકે છે. અન્ય પ્રાણીઓમાં એટલું સામર્થ્ય નથી કે તેઓ પોતાનાં પશુ-પક્ષી વગેરેનાં શરીર દ્વારા પુરુષાર્થ કરીને સમસ્ત દુઃખોથી છૂટી શકે. આ સાંસારિક દુઃખોથી છૂટીને ઈશ્વરના પરમ આનંદને પ્રાપ્ત કરવાનું નામ જ વૈદિક દર્શનો, ઉપનિષદો તથા વેદોમાં 'મુક્તિ' છે.

વૈદિક દર્શનોમાં મુક્તિનું સ્વરૂપ આ મુજબ વર્ણિત કરવામાં આવ્યું છે :

- (૧) તદત્યન્તવિમોક્ષોઽપવર્ગઃ । - ન્યાયદર્શન : ૧.૧.૨૨  
'સર્વ પ્રકારનાં દુઃખોથી બિલકુલ છૂટી જવું એ અપવર્ગ (મુક્તિ) છે.'
- (૨) તદભાવે સંયોગાભાવોઽપ્રાદુર્ભાવશ્ચ મોક્ષઃ । - વૈશેષિક દર્શન : ૫.૨.૧૮

'વર્તમાન શરીર છૂટી જાય પછી નવીન આગામી શરીર સાથે સંબંધ ન થવો, (અને નવીન, આગામી શરીર સાથે સંબંધ ન થવાથી) નવીન (પુનઃ) જન્મ ન થવો, (તથા જન્મ ન થવાથી દુઃખોની પ્રાપ્તિ ન

થવી, દુઃખોથી છૂટી જવું) એ મોક્ષ (મુક્તિ) છે.'

- (૩) બ્રાહ્મણ જૈમિનિરુપન્યાસાદિભ્યઃ । - વેદાંતદર્શન : ૪.૪.૫  
'જૈમિનિ આચાર્યનો મત (અભિપ્રાય) છે કે, જ્યારે આત્મા (આ શરીર વગેરેનાં બંધનોથી છૂટીને) બ્રહ્મ (પરમાત્મા)ના ધર્મ (આનંદ ગુણ)થી યુક્ત થઈને સર્વત્ર સ્વચ્છંદ વિચરે છે, ત્યારે તેને મુક્તિ કહે છે.'
- (૪) અથ ત્રિવિધદુઃખાત્યન્તનિવૃત્તિરત્યન્તપુરુષાર્થઃ । - સાંખ્યદર્શન : ૧.૧  
'ત્રણ પ્રકારનાં (આધ્યાત્મિક, અધિભૌતિક અને આધિદૈવિક) દુઃખોથી સર્વથા છૂટી જવું, એ પુરુષ (આત્મા)નું અંતિમ લક્ષ્ય છે; (આને જ મુક્તિ કહે છે).'
- (૫) પુરુષાર્થશૂન્યાનાં ગુણાનાં પ્રતિપ્રસવઃ કૈવલ્યં સ્વરૂપપ્રતિષ્ઠા વા ચિત્તિશક્તિરિતિ । - યોગદર્શન : ૪.૩૪  
'આત્માનું પ્રયોજન એટલે કે લક્ષ્ય (મુક્તિ) જે શરીર, ઈન્દ્રિયો વગેરે પદાર્થો પૂરું કરી ચૂક્યાં છે, એ પદાર્થોનું પ્રકૃતિ (સૃષ્ટિના મૂળ ઉપાદાન કારણ)માં વિલીન થઈ જવું, અને આત્માનું પોતાના શુદ્ધ સ્વરૂપને પ્રાપ્ત થઈને (ઈશ્વરના આનંદમાં મગ્ન થઈ જવું) એ મુક્તિ છે.'

તાત્પર્ય એ થયું કે સમસ્ત દુઃખોથી છૂટીને ઈશ્વરના પૂર્ણ, સ્થાયી પરમાનંદને પ્રાપ્ત કરવાનું નામ મુક્તિ છે. વૈદિક દર્શનો, ઉપનિષદો અને વેદો અનુસાર આ જ મુક્તિનું સ્વરૂપ છે. ઉદાહરણ તરીકે, કઠોપનિષદમાં કહ્યું છે :

અશબ્દમ્...। અનાદ્યનન્તં મહતઃ પરં ધ્રુવં નિચાય્ય તન્મૃત્યુમુખાત્પ્રમુચ્યતે ॥

- કઠોપનિષદ : ૩.૧૫

'આ અનાદિ, અનંત સંસારના સમસ્ત પદાર્થો કરતાં પણ સૂક્ષ્મ, સ્થિર, બ્રહ્મને જાણવાથી વ્યક્તિ મૃત્યુ આદિ દુઃખોથી છૂટી શકે છે. કારણ કે, તે ઈશ્વરના સ્વરૂપને જાણી લે છે. એટલે તે ઈશ્વરના આનંદ સ્વરૂપમાં મગ્ન થઈ જાય છે, અને સમસ્ત દુઃખોથી છુટકારો મેળવી લે છે. આ જ મુક્તિ છે.'

વેદમાં પણ આવું જ કહ્યું છે :

વેદાહમેતં પુરુષં... ।

તમેવ વિદિત્વાતિમૃત્યુમેતિ નાન્યઃ પન્થા વિદ્યતેઽયનાય ॥

- યજુર્વેદ : ૩૧.૧૮

‘તે જ મહાન પુરુષ (પરમાત્મા)ને જાણીને જ મનુષ્ય મૃત્યુ વગેરે મોટાં મોટાં દુઃખોમાંથી પાર ઊતરી શકે છે, (અને ઈશ્વરના આનંદને પ્રાપ્ત કરી શકે છે). દુઃખોથી બચવાનો બીજો કોઈ ઉપાય નથી.’ આમ વેદોની દૃષ્ટિએ પણ મુક્તિની આ જ અવસ્થા છે.

હવે આપણે ઉપર જણાવેલી મુક્તિને પ્રાપ્ત કરવાના ઉપાયો અને તેની પ્રક્રિયા વિશે વિચાર કરીએ :

જેમ ઉપરના ઉપનિષદ-વચન તેમ જ વેદમંત્રમાં કહેવામાં આવ્યું છે કે, ઈશ્વરને જાણવાથી જ મનુષ્ય દુઃખોથી સંપૂર્ણ છૂટી શકે છે, એ સિવાય બીજો કોઈ ઉપાય નથી; તેમ દર્શનશાસ્ત્રોમાં પણ મુક્તિ પ્રાપ્ત કરવાનો ઉપાય જ્ઞાન (તત્ત્વજ્ઞાન) જ કહ્યો છે. આ સંસારમાં ત્રણ તત્ત્વો છે : ઈશ્વર, આત્મા અને પ્રકૃતિ. આથી આ ત્રણ તત્ત્વોને ઠીક ઠીક વ્યવહારિક રૂપે જાણી લેવાં એ જ મુક્તિનો ઉપાય છે. પરંતુ આ ત્રણેયમાં પણ મુખ્ય રૂપે તો ઈશ્વરને જ જાણવો જરૂરી છે. જોકે, દુઃખોથી છૂટીને પરમાનંદને પ્રાપ્ત કરવાનો સીધો ઉપાય તો ઉપરોક્ત વેદમંત્રમાં કહેવામાં આવ્યું છે તેમ ઈશ્વરને જાણવો, ઈશ્વરનો સાક્ષાત્કાર કરવો જ છે; પરંતુ ઈશ્વર અત્યંત સૂક્ષ્મ હોવાથી આત્મા અને પ્રકૃતિને જાણ્યા વગર તેને જાણી શકાતો નથી. એટલા માટે એમ કહેવામાં આવે છે કે, ઈશ્વર, આત્મા અને પ્રકૃતિ, આ ત્રણેય તત્ત્વોનું જ્ઞાન જ મુક્તિનો ઉપાય છે. આથી બંને વાતોમાં કોઈ વિરોધ આવતો નથી. ભલે એમ કહેવામાં આવે કે, ‘ઈશ્વરને જાણવો એ જ મુક્તિનો ઉપાય છે’ અથવા એમ કહેવામાં આવે કે, ‘ત્રણ તત્ત્વોને જાણવાં, તત્ત્વજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવું એ મુક્તિનો ઉપાય છે’, બંને વાતોના અર્થમાં કોઈ ફરક નથી.

તત્ત્વજ્ઞાનથી મોક્ષ-પ્રાપ્તિ થાય છે — આ તથ્ય દર્શનશાસ્ત્રોમાં આ મુજબ દર્શાવવામાં આવ્યું છે :

(૧) જ્ઞાનાન્મુક્તિઃ । - સાંખ્યદર્શન : ૩.૨૩

‘તત્ત્વજ્ઞાનથી જ મુક્તિ થાય છે.’

(૨) બન્ધો વિપર્યયાત્ । - સાંખ્યદર્શન : ૩.૨૪

‘આનાથી વિપરિત એટલે કે મિથ્યાજ્ઞાનથી બંધન (દુઃખ) થાય છે.’

(૩) વિવેકઃપ્યાતિરવિપ્લવા હાનોપાયઃ । - યોગદર્શન : ૨.૨૬

‘વિવેક-પ્યાતિ અથવા તત્ત્વજ્ઞાન અથવા ઈશ્વર-આત્મા-પ્રકૃતિનું યથાર્થ અને સ્થિર (દૃઢ, પરિપક્વ) જ્ઞાન જ મોક્ષનો ઉપાય છે.’

(૪) ધર્મવિશેષપ્રસૂતાદ...તત્ત્વજ્ઞાનાન્નિઃશ્રેયસમ્ । - વૈશેષિક દર્શન : ૧.૧.૪

‘તત્ત્વજ્ઞાન નામના ધર્મ-વિશેષથી નિઃશ્રેયસ (મોક્ષ)ની પ્રાપ્તિ થાય છે.’

(૫) પ્રમાણપ્રમેય...તત્ત્વજ્ઞાનાન્નિઃશ્રેયસાધિગમઃ । # ન્યાયદર્શન : ૧.૧.૧

‘પ્રમાણ, પ્રમેય વગેરે સોળ પદાર્થોના તત્ત્વજ્ઞાનથી મોક્ષની પ્રાપ્તિ થાય છે. આ સૂત્રમાં કથિત પ્રમેય નામના પદાર્થ અંતર્ગત આત્મા વગેરે તત્ત્વોનો સમાવેશ થઈ જાય છે. આનો સાર એ કે, ઈશ્વર, આત્મા અને પ્રકૃતિના તત્ત્વજ્ઞાન (યથાર્થ જ્ઞાન, સમ્યક્ જ્ઞાન)થી મનુષ્ય મુક્તિને પ્રાપ્ત કરી શકે છે; બીજી રીતે નહિ.’

ઉપર આપવામાં આવેલાં પ્રમાણોથી એ સિદ્ધ થાય છે કે, તત્ત્વજ્ઞાનથી મુક્તિ થાય છે. પરંતુ શું તત્ત્વજ્ઞાન થતાં જ મુક્તિ થઈ જાય છે કે પછી બીજું પણ કશુંક કાર્ય કરવું પડે છે ? હવે આપણે આ તત્ત્વજ્ઞાનથી મોક્ષ-પ્રાપ્તિની પ્રક્રિયા વિશે પણ થોડો વિચાર કરી લઈએ.

### તત્ત્વજ્ઞાનથી મોક્ષ-પ્રાપ્તિની પ્રક્રિયા

આ પ્રક્રિયાને સમજવા માટે આપણે ન્યાયદર્શનના નિમ્ન સૂત્રનો આશ્રય લઈએ :

દુઃખજન્મપ્રવૃત્તિદોષમિથ્યાજ્ઞાનાનામુત્તરોત્તરાપાયે તદનન્તરાપાયાદપવર્ગઃ ।

- ન્યાયદર્શન : ૧.૧.૨

એટલે કે દુઃખ, જન્મ, પ્રવૃત્તિ (સકામ કર્મ, પાપ-પુણ્ય), દોષ, (રાગ, દ્વેષ અને મોહ) અને મિથ્યાજ્ઞાનમાંથી આગળ આગળના પદાર્થો દૂર થવાથી, તેની પાછળ જે બચી રહે છે તે પણ દૂર થઈ જવાથી, અપવર્ગ (મુક્તિ) થઈ જાય છે. એટલે કે આ પાંચ પદાર્થોમાંથી ઊલટા ક્રમે એક એક પદાર્થ દૂર થતો જશે, અને છેલ્લે દુઃખ દૂર થઈ જશે એટલે મુક્તિ થશે. ઊલટા ક્રમથી દૂર થવાનો અર્થ એ થયો કે, સૌથી પહેલાં મિથ્યાજ્ઞાન દૂર થશે, પછી દોષ દૂર થશે, પછી પ્રવૃત્તિ દૂર થશે, પછી જન્મ દૂર થશે, અને છેલ્લે દુઃખ દૂર થશે. અને જ્યારે દુઃખ પણ દૂર થઈ જશે, ત્યારે મુક્તિ થઈ જશે.

મોક્ષ-પ્રાપ્તિનો ઉપાય તત્ત્વજ્ઞાન છે, એમ બતાવવામાં આવ્યું હતું. હવે એ જોઈએ કે, તત્ત્વજ્ઞાનનો આ પ્રક્રિયા સાથે શો સંબંધ છે ? મોક્ષ-પ્રાપ્તિની પ્રક્રિયા દર્શાવતા આ સૂત્રમાં જે પાંચ પદાર્થો બતાવવામાં આવ્યા છે, તેમાં સૌથી પહેલાં દૂર કરવા યોગ્ય પદાર્થ મિથ્યાજ્ઞાન છે; અને જે મોક્ષ-પ્રાપ્તિનો



ઉપાય બતાવવામાં આવ્યો છે, એ તત્ત્વજ્ઞાન છે. મિથ્યાજ્ઞાન અને તત્ત્વજ્ઞાન, આ બંને એકબીજાનાં વિરોધી છે. સંસારમાં એ નિયમ છે કે બે વિરોધી ગુણો એક જ સમયે એક જ વસ્તુમાં સાથે સાથે રહી શકતા નથી. એક સમયે કોઈ એક જ રહી શકે છે. એટલે જ્યારે મનુષ્યમાં મિથ્યાજ્ઞાન વિદ્યમાન હોય છે, ત્યારે તેમાં તત્ત્વજ્ઞાન નથી હોતું; અને જ્યારે તત્ત્વજ્ઞાન હોય છે, ત્યારે મિથ્યાજ્ઞાન ટકી શકતું નથી. મોક્ષ-પ્રાપ્તિના ઉપાય (તત્ત્વજ્ઞાન) અને ન્યાયદર્શનના પ્રસ્તુત સૂત્રમાં નિર્દિષ્ટ મોક્ષ-પ્રાપ્તિની પ્રક્રિયા વચ્ચે આ જ સંબંધ છે કે, તત્ત્વજ્ઞાન પ્રાપ્ત થઈ જાય પછી મિથ્યાજ્ઞાન દૂર થઈ જાય છે. મિથ્યાજ્ઞાન દૂર થઈ જાય પછી દોષ, પ્રવૃત્તિ, જન્મ અને દુઃખ પણ ક્રમશઃ દૂર થઈ જાય છે, અને ત્યારે મુક્તિ થઈ જાય છે. માટે તત્ત્વજ્ઞાનને મોક્ષ-પ્રાપ્તિનો ઉપાય ઠીક જ કહ્યો છે.

અહીં એક પ્રશ્ન થઈ શકે છે કે, તત્ત્વજ્ઞાન તો મિથ્યાજ્ઞાનનું વિરોધી છે એટલે જ્યારે તત્ત્વજ્ઞાન પ્રાપ્ત થઈ જાય ત્યારે મિથ્યાજ્ઞાન દૂર થઈ જાય, પરંતુ મિથ્યાજ્ઞાન દૂર થઈ જવાથી દોષ, પ્રવૃત્તિ, જન્મ અને દુઃખ કેમ દૂર થઈ જાય છે? એનો પરસ્પર શો સંબંધ છે?

આ પ્રશ્નનું સમાધાન એ છે કે, સંસારમાં એક નિયમ છે કે, ‘કારણ (Cause) દૂર થતાં કાર્ય (Effect) પણ દૂર થઈ જાય છે.’ જેમ કે, વીજળી ન રહેવાથી પંખા, મશીન કે અન્ય સાધનો ચાલતાં નથી. વીજળી એમના ચાલવા પાછળનું ‘કારણ’ છે, અને પંખા, મશીન વગેરેનું ચાલવું એ વીજળીનું ‘કાર્ય’ છે. જ્યારે વીજળી નથી હોતી, ત્યારે તેનું કાર્ય પણ નથી હોતું. બિલકુલ આ જ નિયમ અનુસાર પેલા પાંચેય પદાર્થો પણ એકબીજાનાં કારણ છે. એમાં પરસ્પર કાર્ય-કારણનો સંબંધ છે. એટલે કે સૂત્રમાં જે પહેલાં ક્રમે બતાવેલ દુઃખ છે, તેનું કારણ સૂત્રમાં બીજા ક્રમે બતાવવામાં આવેલ જન્મ છે. જ્યારે કોઈનો જન્મ થઈ જાય છે, પછી તેને અનેક પ્રકારનાં દુઃખ ભોગવવાં પડે છે. આ જ રીતે જન્મનું કારણ સૂત્રમાં ત્રીજા ક્રમે બતાવેલ પ્રવૃત્તિ (સકામ કર્મ) છે. પ્રવૃત્તિનું કારણ સૂત્રમાં ચોથા ક્રમે બતાવેલ દોષ (રાગ, દ્વેષ અને મોહ) છે, અને આ દોષનું પણ કારણ સૂત્રમાં પાંચમા ક્રમે બતાવેલ મિથ્યાજ્ઞાન છે. કારણ કે નિયમ એ છે કે, ‘કારણ દૂર થતાં કાર્ય પણ દૂર થઈ જાય છે.’ એટલે આ બધાંનું આદિ કારણ, મૂળ કારણ મિથ્યાજ્ઞાન ઠરે છે. એટલા માટે સૌથી પહેલાં મિથ્યાજ્ઞાનને જ દૂર કરવું પડે. મિથ્યાજ્ઞાન દૂર થાય એટલે તેનું કાર્ય દોષ દૂર થશે. દોષ દૂર થાય એટલે તેનું કાર્ય પ્રવૃત્તિ દૂર થશે. પ્રવૃત્તિ દૂર થાય એટલે તેનું કાર્ય જન્મ દૂર થશે. જન્મ દૂર (બંધ) થાય એટલે છેલ્લે

એ જન્મનું કાર્ય દુઃખ પણ દૂર થઈ જશે. એટલા માટે સૂત્રકાર આચાર્ય મહર્ષિ ગૌતમજી મહારાજે આ પાંચ પદાર્થોને સૂત્રમાં આ જ ક્રમમાં મૂક્યા છે. એટલા માટે કે દુઃખનું આદિ-મૂળ કારણ મિથ્યાજ્ઞાન છે, અને એ દૂર થશે તેના વિરોધી એવા તત્ત્વજ્ઞાનથી. એટલા માટે દર્શનો, ઉપનિષદો અને વેદોમાં જે તત્ત્વજ્ઞાનને મુક્તિનો ઉપાય બતાવવામાં આવ્યું છે, એ યથાર્થ જ છે.

હવે આ પાંચેય પદાર્થોના સંબંધમાં થોડો વિચાર કરીએ કે, ઊલટા ક્રમથી દૂર થનારા આ મિથ્યાજ્ઞાન, દોષ વગેરે પદાર્થોનું સ્વરૂપ શું છે?

## ૧. મિથ્યાજ્ઞાન

આ શબ્દનો સીધોસાદો અર્થ છે : કોઈ વસ્તુનું જે વાસ્તવિક સ્વરૂપ હોય, એ વસ્તુના સંબંધમાં એવું ન જાણવું, બલ્કે વિપરીત (ઊલટું) સમજવું એ મિથ્યાજ્ઞાન છે. સંસારમાં મુખ્ય રૂપે ત્રણ તત્ત્વો છે : ઈશ્વર, આત્મા અને પ્રકૃતિ. મોટે ભાગે આના જ સંબંધમાં સઘળું મિથ્યાજ્ઞાન રહેતું હોય છે. દુઃખનું આ જ આદિ મૂળ કારણ છે. જેમ કે, આત્મા અને ઈશ્વર કે જે આંખોથી જોઈ ન શકાય એવા પદાર્થો છે, તેની સત્તા અથવા અસ્તિત્વ ન માનવું. જડ પદાર્થો (શરીર, મન, ઈન્દ્રિયો વગેરે)ને ચેતન સમજવા. સંસારમાં જે અનેક પ્રકારનાં દુઃખ-મિશ્રિત સુખ ભોગવવામાં આવે છે, એને જ વિશુદ્ધ સુખ માનવાં અને એમ માનવું કે, આ પાંચેય ઈન્દ્રિયોથી ભોગવવામાં આવતાં રૂપ, રસ, ગંધ, સ્પર્શ અને શબ્દનાં સાંસારિક સુખ જ સર્વોત્તમ સુખ છે; એનાથી ઉત્કૃષ્ટ અને વિશુદ્ધ, ઈશ્વર પાસેથી મળતું પૂર્ણ અને સ્થાયી સુખ સંસારમાં છે જ નહિ. શરીર, ધન-સંપત્તિ, રૂપ-ચૌવન, પુત્ર-પરિવાર અને સૂર્ય, ચંદ્ર, પૃથ્વી વગેરે જે નાશવાન પદાર્થો છે, એટલે કે એક ને એક દિવસ આ બધા નાશ પામશે, હંમેશાં આપણી સાથે નહિ રહે, એવા અનિત્ય પદાર્થોને નિત્ય માનવા, એટલે કે એવું માનવું કે, આ બધા પદાર્થો હંમેશાં આપણી સાથે રહેશે, ક્યારેય આપણાંથી અલગ નહિ થાય, ક્યારેય એનો વિનાશ નહિ થાય — આ બધું મિથ્યાજ્ઞાન છે. અને એ ઉપરાંત, ચોરી વગેરે નિંદિત કર્મોને ઉત્તમ કર્મ માનવાં અથવા એમાં કશુંય ખોટું ન માનવું; સારાં કર્મોનું સારું ફળ (સુખ) અને ખરાબ કર્મોનું ખરાબ ફળ (દુઃખ) મળે છે, એ પ્રકારના કર્મફળના સિદ્ધાંતને ન માનવો; ઈશ્વર ન્યાયકારી છે, તે આપણાં સારાં-ખરાબ બધાં જ કર્મોને બરાબર જુએ છે, જાણે છે, અને સર્વ પ્રાણીઓ સાથે પૂરેપૂરો ન્યાય કરે છે, આ રીતે ઈશ્વરને ન્યાયકારી ન માનવો; આત્મા એક નિત્ય પદાર્થ છે, જે આ વર્તમાન શરીરને

છોડીને પોતાના કર્માનુસાર બીજું શરીર (યોનિ) પ્રાપ્ત કરે છે, એમ ન માનવું, અને એના બદલે એમ કહેવું કે, આવનારો જન્મ કોણે જોયો છે ? — આ બધું મિથ્યાજ્ઞાન છે. તદુપરાંત, મુક્તિ વિશે એવું વિચારવું કે, ત્યાં મોક્ષમાં તો આ સંસારનાં સુખ (સુંદર દશ્યો, સ્વાદિષ્ટ ભોજન, ભોગ-સામગ્રી વગેરે) હશે નહિ, તો પછી એવા ભયંકર મોક્ષમાં જઈને આપણે શું કરીશું ? ત્યાં તો સંસારના બધાં જ સુખ આપણાથી દૂર થઈ જશે — આ બધું જ મિથ્યાજ્ઞાન છે. આ મિથ્યાજ્ઞાનથી દોષ ઉત્પન્ન થાય છે.

## ૨ દોષ

આ દર્શનનો એક પારિભાષિક શબ્દ છે. તેના વિશે મહર્ષિ ગૌતમજી મહારાજે કહ્યું છે : ‘**પ્રવર્તનાલક્ષણા દોષાઃ ।**’ (ન્યાયદર્શન : ૧.૧.૧૮) એટલે કે દોષ એ છે, જે વ્યક્તિને સારાં-ખરાબ કર્મો કરવાની પ્રેરણા આપે છે. એ છે : રાગ-દ્વેષ વગેરે, જેનાથી પ્રેરિત થઈને વ્યક્તિ સારાં-ખરાબ કર્મ કરે છે. આ દોષોનું કારણ મિથ્યાજ્ઞાન છે. એટલે જ્યારે વ્યક્તિમાં ઉપર કહેલું મિથ્યાજ્ઞાન હોય છે, ત્યારે તેના કારણે રાગ-દ્વેષ વગેરે દોષ પણ ઉત્પન્ન થાય છે. જે વસ્તુઓ મિથ્યાજ્ઞાનના કારણે વ્યક્તિને પોતાની અનુકૂળ જણાય છે, તે વસ્તુઓ પ્રત્યે તેને રાગ ઉત્પન્ન થાય છે; અને જે પ્રતિકૂળ જણાય છે, તેના પ્રત્યે દ્વેષ ઉત્પન્ન થાય છે. આથી મિથ્યાજ્ઞાન કારણ કહેવાય છે, અને દોષ કાર્ય કહેવાય છે. આ દોષોને કારણે પ્રવૃત્તિ ઉત્પન્ન થાય છે.

## ૩. પ્રવૃત્તિ

આ પણ દર્શનનો એક પારિભાષિક શબ્દ છે. તેનો અર્થ થાય છે : સકામ કર્મ. જે કર્મ સાંસારિક ફળ (ધન, સન્માન, ભોગનાં સાધન વગેરે)ને લક્ષ્ય બનાવીને પાપ-પુણ્ય રૂપે કરવામાં આવે છે, તે સકામ કર્મ કહેવાય છે; અને જે કર્મ ઈશ્વર-પ્રાપ્તિને લક્ષ્ય બનાવીને પુણ્ય રૂપે કરવામાં આવે છે, તે નિષ્કામ કર્મ કહેવાય છે. (કોઈ પણ જાતના પાપને નિષ્કામ કર્મ કહી શકાય નહિ. નિષ્કામ કર્મમાં તો માત્ર પુણ્યનો જ સમાવેશ થાય છે.) હવે જે પાપ-પુણ્ય રૂપી સકામ કર્મ છે, તે અનેક પ્રકારનાં છે. એવાં કર્મ મન, વાણી અને શરીરથી કરવામાં આવે છે. ન્યાયદર્શનના ભાષ્યકાર મહર્ષિ વાત્સ્યાયનજી મહારાજે એ કર્મોનું વીસ ભાગોમાં વિભાજન કર્યું છે, એટલે કે દસ જાતનાં પાપ કર્મ અને એનાથી વિપરીત દસ જાતનાં પુણ્ય કર્મ. પ્રથમ પાપ કર્મોનું વર્ણન કરીએ :

શરીરથી કરવામાં આવતાં ત્રણ કર્મ : હિંસા, ચોરી અને વ્યભિચાર.  
વાણીથી કરવામાં આવતાં ચાર કર્મ : જૂઠું બોલવું, કઠોર બોલવું, નિંદા કે ચાડી કરવી, અને વાણીનો વ્યર્થ પ્રયોગ કરવો (પ્રસંગ કે જરૂર વગર બોલવું).

મનથી કરવામાં આવતાં ત્રણ કર્મ : બીજા પ્રત્યે મનમાં બૂરી ભાવના રાખવી, બીજાની વસ્તુઓને પોતાની બનાવવાની ઈચ્છા રાખવી, અને નાસ્તિકતા એટલે કે ઈશ્વર, આત્મા, પુનર્જન્મ, કર્મફળ વગેરે પર વિશ્વાસ ન કરવો.

આનાથી વિપરીત પુણ્ય કર્મો નીચે મુજબ છે :

શરીરથી કરવામાં આવતાં ત્રણ કર્મ : દાન આપવું, બીજાઓનું રક્ષણ કરવું અને બીજાઓની સેવા કરવી.

વાણીથી કરવામાં આવતાં ચાર કર્મ : સત્ય બોલવું, હિતકારી બોલવું, મધુર બોલવું, તથા વેદ વગેરે સત્ય શાસ્ત્રોનો સ્વાધ્યાય કરવો, ભણવાં-ભણાવવાં.

મનથી કરવામાં આવતાં ત્રણ કર્મ : બીજાઓની પ્રત્યે દયાની ભાવના રાખવી, બીજાની વસ્તુને લઈ લેવાની ઈચ્છા ન કરવી, બલ્કે પોતાના પરિશ્રમથી ધન વગેરે કમાવવાની ઈચ્છા રાખવી (અને એ પણ એટલાં જ પ્રમાણમાં કે જેટલાંની જરૂર હોય, એનાથી વધુ નહિ), અને આસ્તિકતા એટલે કે ઈશ્વર, આત્મા, પુનર્જન્મ, કર્મફળ વગેરેમાં શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસ રાખવાં.

આ બધી જાતનાં કર્મ જ્યારે સાંસારિક ફળને લક્ષ્યમાં રાખીને કરવામાં આવે છે, ત્યારે એ સકામ કર્મ કહેવાય છે, જેને પ્રવૃત્તિનું નામ આપવામાં આવ્યું છે. જ્યારે રાગ-દ્વેષ વગેરે દોષ ઉત્પન્ન થાય છે, ત્યારે એ દોષોના કારણે કાર્ય રૂપે આ પ્રવૃત્તિ પણ ઉત્પન્ન થાય છે; અને જ્યારે આ કારણ રૂપી પ્રવૃત્તિ ઉત્પન્ન થાય છે, ત્યારે એના કાર્ય રૂપી ફળ (જન્મ) પણ થાય છે, જેનો ઉલ્લેખ સૂત્રમાં બીજા ક્રમ પર કરવામાં આવ્યો છે.

## ૪. જન્મ

જન્મનો અભિપ્રાય છે — આત્માનો શરીર, મન, ઈન્દ્રિયો વગેરેની સાથે સંયોગ થઈને કંઈક કર્મ વગેરે કરવામાં સમર્થ થઈ જવું.

જ્યારે સકામ કર્મ કરવામાં આવે છે, ત્યારે એનાં ફળ રૂપે જન્મ મળે જ છે એટલે કે જન્મ લેવો જ પડે છે; કારણ કે સિદ્ધાંત એ છે કે, કરેલું કર્મ ક્યારેય નિષ્ફળ જતું નથી. પ્રત્યેક કૃત કર્મનું કર્મફળ તો અવશ્ય ભોગવવું જ પડે છે.

પોતાની વ્યક્તિગત વિચારધારાને કારણે ભલે કોઈ વ્યક્તિ એમ માનતી હોય કે ભગવાનની સામે પ્રાર્થના વગેરે કરવાથી કરેલાં પાપ કર્મો માફ થઈ જાય છે, પરંતુ વ્યવહાર એટલે કે પ્રત્યક્ષ વગેરે પ્રમાણોથી તો એ જ સિદ્ધ થાય છે કે, પાપ (અપરાધ) માફ થતાં નથી; કારણ કે પ્રત્યેક દેશમાં અપરાધ કર્યા બાદ એ અપરાધીને ત્યાંની દંડ-સંહિતા મુજબ દંડ આપવામાં આવે છે. જો અપરાધોને વાસ્તવમાં ક્ષમ્ય ગણવામાં આવતા હોત, તો એ દેશોમાં પોલીસો, વકીલો, ન્યાયાધીશો, જેલો કે જલ્લાદો વગેરેની પણ કોઈ જ જરૂર ન રહેત. અને એવી હાલતમાં તો અપરાધો નિર્બાધ વધતા જાત. અને પછી તો સામાન્ય જીવન જીવવું પણ વિકટ બની જાત.

હવે જ્યારે મનુષ્ય લોકો પણ દેશની શાસન પ્રણાલીને વ્યવસ્થિત રાખવા તેમ જ ન્યાયપ્રિય હોવાને કારણે અપરાધોને માફ કરતા ન હોય, તો પછી પૂર્ણ ન્યાયકારી પરમેશ્વર શા માટે પાપ કર્મોને ક્ષમા કરે ? અને જો તે પણ પાપ કર્મોને ક્ષમા કરવા માંડે તો સંસારમાં પાપ-અન્યાય વૃદ્ધિ પામશે, અને તેના રાજ્યમાં એટલે કે સંસારમાં પણ અવ્યવસ્થા ફેલાઈ જશે. આવા અન્યાયકારી અને અવ્યવસ્થિત રાજ્ય ચલાવનારા ન્યાયાધીશ અને રાજા રૂપી ઈશ્વરને કોઈ પણ બુદ્ધિમાન વ્યક્તિ પોતાના ઉપાસ્ય (ઉપાસના કરવા યોગ્ય) તરીકે નહિ સ્વીકારે. માટે એ તો નિશ્ચિત સિદ્ધાંત છે કે, કર્મોનું ફળ તો અવશ્ય ભોગવવું જ પડે છે. આ જ સિદ્ધાંત મુજબ જે પુણ્ય કર્મો હોય છે એનું ફળ ઉત્તમ જન્મ (મનુષ્ય વગેરે) રૂપે મળે છે, અને જે પાપ કર્મો હોય છે એનું ફળ નિષ્કૃષ્ટ જન્મ (પશુ-પક્ષી, કીડા-મંકોડા, સમુદ્રી જીવ-જંતુ વગેરે) રૂપે મળે છે. આમ આ પ્રવૃત્તિ (પાપ- પુણ્ય સકામ કર્મ) જન્મ રૂપી કાર્યનું કારણ બની જાય છે, અને જ્યારે આ જન્મ રૂપી કારણ ઉપસ્થિત થઈ જાય છે, ત્યારે એનું દુઃખ રૂપી કાર્ય પણ ઉત્પન્ન થઈ જાય છે. વ્યક્તિ મૃત્યુ વગેરે દુઃખોથી બચવા માટે મૃત્યુને રોકવા ઈચ્છે છે. પરંતુ ધ્યાન આપવા યોગ્ય વાત એ છે કે, મૃત્યુને રોકવાથી મૃત્યુ ટળશે નથી. જો મૃત્યુને રોકવું જ હોય, ટાળવું જ હોય, તો એના કારણને એટલે કે જન્મને રોકવો પડશે; કારણ કે જન્મ જ તો દુઃખનું કારણ છે.

## ૫. દુઃખ

દુઃખને તો સૌ કોઈ જાણે જ છે. મહર્ષિ ગૌતમજી મહારાજે પણ દુઃખની પરિભાષા આ મુજબ કરી છે :

### બાધનાલક્ષણં દુઃખમ્ ।

- ન્યાયદર્શન : ૧.૧.૨૧

એટલે કે આપણને જે બાધા, પીડા, તાપ કે કષ્ટ થાય છે, એ જ દુઃખ છે. જ્યારે વ્યક્તિ જન્મ (શરીર) ધારણ કરી લે છે, ત્યારે તેને અનેક જાતનાં દુઃખ ભોગવવાં પડે છે. જોકે, પુણ્ય કર્મોના ફળસ્વરૂપે મનુષ્ય-જન્મ પ્રાપ્ત થાય છે, અને પાપ કર્મોનાં ફળસ્વરૂપે પશુ-પક્ષી વગેરેનો જન્મ પ્રાપ્ત થાય છે. આથી જ મનુષ્ય-જન્મમાં સુખ વધારે મળે છે, અને પશુ-પક્ષી વગેરેના જન્મમાં દુઃખ વધારે મળે છે. આનું પ્રમાણ એ જ છે કે, મનુષ્ય ભલે ગમે તેટલો ધનહીન કે સાધનહીન હોય, છતાં પણ તે કૂતરાં, ઘોડા વગેરે પશુ-શરીરોને પ્રાપ્ત કરવાની ઈચ્છા ક્યારેય નથી કરતો. સાધનહીન હોવા છતાંય તેને પશુ-શરીરની તુલનામાં મનુષ્ય-શરીરમાં જ વધુ સુખ જણાય છે. પરંતુ મનુષ્ય-શરીર પ્રાપ્ત કરી લીધા બાદ પણ તે આત્મા દુઃખોથી પૂરેપૂરો છૂટી શકતો નથી. મનુષ્યોને પશુ-પક્ષી વગેરેની સરખામણીમાં તો ઓછાં દુઃખ ભોગવવાં પડે છે, પરંતુ કોઈ ને કોઈ દુઃખ તો લાગેલું રહે જ છે. ઉદાહરણ તરીકે, એક વ્યક્તિ અમુક વસ્તુ (ધન, સન્માન વગેરે) પ્રાપ્ત કરવા ઈચ્છે છે. જ્યારે એ વસ્તુ તેને મળતી નથી, ત્યારે તેને દુઃખ થાય છે. એ વસ્તુની પ્રાપ્તિ માટે તેને જે પરિશ્રમ કરવો પડે છે, એમાં પણ તેને દુઃખ થાય છે. અત્યંત પરિશ્રમ કર્યા બાદ પણ જ્યારે તેને એ વસ્તુ બહુ જ અલ્પ માત્રામાં મળે છે, ત્યારે પણ તેને દુઃખ થાય છે. અને જેટલી માત્રામાં એ મળી છે, એને પણ જો કોઈ બીજી વ્યક્તિ ઝૂંટવી જાય તો પણ તેને દુઃખ થાય છે. વ્યક્તિ રોગી થવા નથી ઈચ્છતી, પરંતુ રોગી થઈ જાય છે, તો દુઃખ થાય છે. વ્યક્તિ પોતાના પુત્ર-પરિવાર વગેરેની વૃદ્ધિ જોવા ઈચ્છે છે, પરંતુ જો સંતાન જ પ્રાપ્ત ન થાય તો તેને દુઃખ થાય છે. જો સંતાન પ્રાપ્ત તો થઈ જાય પરંતુ તે વિકલાંગ આવે તો દુઃખ થાય છે. જો સંતાનનાં અંગો તો બરાબર હોય પરંતુ તે સંપૂર્ણ સ્વસ્થ ન રહેતું હોય તો દુઃખ થાય છે. જો તે સંપૂર્ણ સ્વસ્થ પણ રહેતું હોય પરંતુ આજ્ઞાકારી ન હોય તો દુઃખ થાય છે. આમ, મનુષ્ય-જન્મ મળવા છતાંય અનેક જાતનાં દુઃખ ભોગવવાં પડે છે.

આ સંસારમાં રહેતાં રહેતાં પ્રત્યેક બુદ્ધિમાન વ્યક્તિ ઉપર જણાવેલાં દુઃખોનો અનુભવ કરી શકે છે. આવાં સમસ્ત દુઃખોથી સંપૂર્ણપણે મુક્ત થઈ જઈ, ઈશ્વરના પરમ આનંદને પ્રાપ્ત કરવાનું નામ ‘મુક્તિ’ છે, જે આપણે અગાઉ જોઈ ગયા છીએ. અને આ મુક્તિને પ્રાપ્ત કરવાની પ્રક્રિયાનો જ નિર્દેશ ન્યાયદર્શનના આ સૂત્રમાં કરવામાં આવ્યો છે. એટલે કે ‘કારણ દૂર થવાથી કાર્ય પણ દૂર થઈ જાય છે’ એ સિદ્ધાંત અનુસાર દુઃખના કારણ જન્મને, જન્મના કારણ પ્રવૃત્તિને, પ્રવૃત્તિના કારણ દોષને, અને દોષના કારણ મિથ્યાજ્ઞાનને (ઊલટા ક્રમમાં) દૂર કરી દેવાથી મોક્ષ-પ્રાપ્તિ સંભવ છે; અને દુઃખોના આદિ-મૂળ કારણ મિથ્યાજ્ઞાનને દૂર કરવાનો એકમાત્ર ઉપાય એનું વિરોધી તત્ત્વજ્ઞાન જ છે. આ સિવાય મોક્ષ-પ્રાપ્તિનો બીજો કોઈ ઉપાય નથી.

ઈશ્વર આપણને શક્તિ આપે કે જેથી આપણે માનવજીવનના આ ચરમ લક્ષ્ય મોક્ષ-પ્રાપ્તિને સિદ્ધ કરી શકવાને સમર્થ બનીએ.



પ્રકરણ પાંચમું

## દુઃખનું નિવારણ : ઈશ્વર-જીવ-પ્રકૃતિનું ચિંતન

માનવજીવનનું ચરમ લક્ષ્ય મોક્ષ-પ્રાપ્તિ છે. એ લક્ષ્ય સુધી પહોંચવા માટે વ્યક્તિએ દરરોજ બંને સમયે એટલે કે પ્રાતઃકાળે તેમ જ સંધ્યાકાળે ઈશ્વરની નિયમપૂર્વક ઉપાસના કરવી જોઈએ. ઈશ્વરની ઉપાસનાને જ જીવનનું સૌથી મુખ્ય કાર્ય સમજવું જોઈએ; કારણ કે એના થકી જ જીવનનું મુખ્ય લક્ષ્ય સિદ્ધ થાય છે, અને વ્યક્તિ વર્તમાનમાં પણ રાગ-દ્વેષ, અવિદ્યા વગેરે કલેશોથી બચી શકે છે.

ઈશ્વરની ઉપાસનામાં ઈશ્વરના મુખ્ય નામ **ઓઝમ્** (ઓમ્)નો જપ, ગાયત્રી મંત્રનો જપ અને વૈદિક સંધ્યાના માધ્યમથી ઈશ્વરનું ધ્યાન કરવાનું હોય છે; અને આ બધું જપ વગેરે અર્થસહિત કરવું જોઈએ. પરંતુ જપ વગેરે શરૂ કરતાં પહેલાં મોક્ષ-પ્રાપ્તિના જે મુખ્ય સાધન (તત્ત્વજ્ઞાન)નો અગાઉ નિર્દેશ કરવામાં આવ્યો છે, તેનું સંપાદન જરૂર કરી લેવું. તત્ત્વજ્ઞાન એટલે સંસારના પદાર્થોનું વાસ્તવિક જ્ઞાન. સંસારમાં ત્રણ પદાર્થ છે : ઈશ્વર, જીવ અને પ્રકૃતિ. આ ત્રણેયના સ્વરૂપનું ચિંતન ઉપાસના પૂર્વે જરૂર કરવું જોઈએ, જેથી એ તત્ત્વજ્ઞાન આપણી અંદર સ્થિર, પરિપક્વ થઈ જાય અને આપણે તદનુસાર પોતાના જીવનને ઉન્નત કરીને મોક્ષ પ્રાપ્ત કરી શકીએ. આ ત્રણેય તત્ત્વોનું ચિંતન આ મુજબ કરવું જોઈએ :

### ઈશ્વરનું ચિંતન

સૌપ્રથમ ઈશ્વરનું ચિંતન કરવું જોઈએ. ઈશ્વરનું ચિંતન કરતી વખતે પ્રથમ પુરુષ (3rd Person)ના શબ્દોનો એટલે કે ‘તે’ વગેરેનો પ્રયોગ ન કરવો જોઈએ. તેના બદલે મધ્યમ પુરુષ (2nd Person)ના શબ્દો એટલે કે ‘આપ’ વગેરેનો પ્રયોગ કરવો જોઈએ. ‘તે ઈશ્વર’ એવો પ્રયોગ કરવાથી ‘ઈશ્વર ક્યાંક દૂર રહે છે’, એવી ભ્રાંતિ ઉત્પન્ન થઈ શકે છે, અને તેનું પરિણામ એ આવે છે કે ઉપાસકનો ઈશ્વર સાથે સીધો સંબંધ પ્રસ્થાપિત થઈ શકતો

નથી, અને તેને જ્ઞાન, આનંદ વગેરે ગુણોની પ્રાપ્તિ પણ થઈ શકતી નથી. ઈશ્વર તો આપણી અંદર, બહાર, આગળ, પાછળ, ડાબે, જમણે, પાસે, દૂર, એમ સર્વત્ર — સર્વવ્યાપક રૂપે વિદ્યમાન છે. તો પછી શા માટે આપણે તેને ‘આપ’ વગેરે શબ્દોથી સંબોધિત ન કરીએ ? ઈશ્વરને ‘આપ’ વગેરે શબ્દોથી સંબોધિત કરવાથી તેની સાથે આપણો સાક્ષાત્ સંબંધ સ્થાપિત થઈ શકે છે. પરંતુ ઈશ્વરને નિકટ માનવા છતાંય આપણે તેને આપણા શરીરમાં ડાબે-જમણે કે શરીરની બહાર ડાબે-જમણે ન શોધી, આપણા આત્મામાં જ શોધવો જોઈએ; કારણ કે બે તત્ત્વોનું મિલન (સંમેલન, સાક્ષાત્કાર) ત્યાં જ થઈ શકે છે, જ્યાં એ બંને તત્ત્વો મોજૂદ હોય. ઈશ્વર તો સર્વવ્યાપક છે, પરંતુ આપણે (આત્મા) સર્વવ્યાપક નથી; આત્મા તો શરીરમાં એકદેશી, અતિ સૂક્ષ્મ પદાર્થ છે. એટલા માટે જે સ્થાને આપણને આપણા અસ્તિત્વની અનુભૂતિ થાય છે, ત્યાં જ ઈશ્વરની શોધ કરવી જોઈએ. આ પ્રક્રિયાને ઠીક રીતે ન સમજવાને કારણે ઉપાસક (સાધક)ને ઉપાસના (સાધના)માં સફળતા મળતી નથી.

ઉપાસનામાં સફળતા મેળવવા માટે ઈશ્વર-જીવ-પ્રકૃતિને આ રૂપે સમજવાં જોઈએ : ઈશ્વર સાધ્ય છે, જીવ સાધક છે, અને પ્રકૃતિ સાધન છે.

પ્રથમ ઈશ્વરનું સાધ્યનું ચિંતન કરીએ :

સ પર્યાગાચ્છુક્રમકાયમવ્રણમસ્નાવિરુ શુદ્ધમપાપવિદ્ધમ્ ।

કવિર્મનીષી પરિભૂઃ સ્વયમ્ભૂર્યાથાતથ્યતોઽર્થાન્

વ્યદધાચ્છાશ્વતીભ્યઃ સમાભ્યઃ ॥

- યજુર્વેદ : ૪૦.૮

એટલે કે, હે પરમ પિતા પ્રભુ ! આપ સર્વવ્યાપક છો.

આપ સૌનું નિયંત્રણ કરનાર છો.

આપ ક્યારેય શરીર ધારણ કરતા નથી.

આપ છિદ્ર વગેરે દોષોથી રહિત છો.

આપ નસ-નાડીઓના બંધનમાં ક્યારેય આવતા નથી.

આપ સર્વ પ્રકારે શુદ્ધ, પવિત્ર છો.

આપ ક્યારેય પાપ કરતા નથી.

હે સર્વપાલક પરમેશ્વર ! આપ સર્વજ્ઞ છો, બધું જ જાણો છો.

આપે જ અમારું મન બનાવ્યું છે, અને તેને ક્રિયાશીલ થવાનું સામર્થ્ય

પણ આપે જ આપ્યું છે.

હે પ્રભુ ! આપ સર્વશક્તિમાન છો, આપ તમામ સંભવ કાર્યો સ્વયંની શક્તિથી પૂર્ણ કરી લો છો; એ માટે અન્ય કોઈની સહાયતાની અપેક્ષા કરતા નથી.

આપ સ્વયં-સિદ્ધ છો, આપને ઉત્પન્ન કરનાર કોઈ જ નથી.

આપે જ પોતાની સનાતન, અનાદિ જીવરૂપી પ્રજા માટે પરમ પવિત્ર વેદ-જ્ઞાન પ્રદાન કર્યું છે.

હે પિતા ! અમે આપની જ ઉપાસના કરીએ છીએ. અમને જ્ઞાન, બળ, આનંદ પ્રદાન કરો.

ક્લેશકર્મવિપાકાશયૈરપરામૃષ્ટઃ પુરુષવિશેષ ઈશ્વરઃ ।

તત્ર નિરતિશયં સર્વજ્ઞબીજમ્ ।

સ ઇષ પૂર્વેષામપિ ગુરુઃ કાલેનાનવચ્છેદાત્ ।

તસ્ય વાચકઃ પ્રણવઃ ।

- યોગદર્શન : ૧.૨૪-૨૭

‘હે પ્રભુ ! આપ અવિદ્યા વગેરે પાંચ ક્લેશોથી, શુભ-અશુભ કર્મોથી, એ કર્મોનાં ફળોથી, તથા એ ફળોની વાસનાઓ (સંસ્કારો)થી ત્રણેય કાળમાં સર્વથા રહિત છો, અને સર્વ જીવો કરતાં આપની સત્તા વિશેષ (ત્મિન્ન) છે; એવા આપ ઈશ્વર છો.’

‘હે પરમાત્મા ! આપ સર્વાધિક જ્ઞાન ધરાવો છો, આપથી વધીને જ્ઞાની આ સંસારમાં બીજું કોઈ નથી.’

‘હે પૂજ્ય પરમેશ્વર ! જેટલા શરીરધારી ગુરુઓ આજ સુધીમાં આ સૃષ્ટિમાં થયા છે, હાલમાં છે અને આગળ થશે, આપ એ તમામ ગુરુઓના પણ ગુરુ, પરમ-ગુરુ છો. આ જ રીતે પૂર્વ સૃષ્ટિઓમાં પણ જેટલા શરીરધારી ગુરુઓ થયા હતા અને ભાવિ સૃષ્ટિઓમાં પણ જેટલા ગુરુઓ થશે, એ તમામ ગુરુઓના પણ આપ ગુરુ છો. કારણ કે બીજા બધા ગુરુઓ શરીર ધારણ કરીને અને આપના દ્વારા આપવામાં આવેલી વિદ્યા ભણીને જ ગુરુ બની શકે છે, અને કાલ (સમય)ને કારણે શરીર છૂટી જાય પછી તેઓ ગુરુ બનીને વિદ્યા ભણાવી શકતા નથી. પરંતુ આપ ક્યારેય શરીર ધારણ કરતા નથી, એટલા માટે કાલ ક્યારેય આપનો વિનાશ કરી શકતો નથી, અને આપ સદૈવ સૌના ગુરુ બની રહો છો.’

‘હે પરમ કૃપાળુ પરમાત્મા ! આપનું નિજ અને સૌથી પ્રિય નામ ‘ઓઝમ્’ (ઓમ્) છે. અમે આપની જ ઉપાસના કરીએ છીએ. હે પ્રભુ ! અમને જ્ઞાન, બળ, આનંદ પ્રદાન કરો.’

ઈશ્વર સચ્ચિદાનંદ-સ્વરૂપ, નિરાકાર, સર્વશક્તિમાન, ન્યાયકારી, દયાળુ, અજન્મા, અનંત, નિર્વિકાર, અનાદિ, અનુપમ, સર્વાધાર, સર્વેશ્વર, સર્વવ્યાપક, સર્વાન્તર્યામી, અજર, અમર, અભય, નિત્ય, પવિત્ર અને સૃષ્ટિકર્તા છે; તેની જ ઉપાસના કરવી યોગ્ય છે.

- આર્યસમાજનો બીજો નિયમ

એટલે કે, હે પરમ રક્ષક પ્રભુ !

આપ ‘સત્’ છો, એટલે કે આપ એક સત્તાત્મક પદાર્થ છો, આપ ત્રણેય કાળમાં વિદ્યમાન રહો છો.

આપ ‘ચિત્’ છો, એટલે કે ચેતન છો, બધું જ જાણો છો.

આપ ‘આનંદ-સ્વરૂપ’ છો, આપમાં લેશમાત્ર પણ દુઃખ નથી.

આપ ‘નિરાકાર’ છો, એટલે કે આપની કોઈ આકૃતિ, રંગ-રૂપ કે મૂર્તિ નથી.

આપ ‘સર્વશક્તિમાન’ છો, એટલે કે સંસારની ઉત્પત્તિ કરવામાં, સંસારનું પાલન કરવામાં, સંસારનો વિનાશ (પ્રલય) કરવામાં, તથા સર્વ જીવોને કર્મોનું ફળ આપવામાં આપવામાં આપ કોઈની પણ મદદ લેતા નથી; આ બધાં કાર્યો આપ પોતાની જ શક્તિથી પૂરાં કરી લો છો.

હે પરમપ્રિય પરમાત્મા ! આપ ‘ન્યાયકારી’ છો, એટલે કે જે વ્યક્તિ જેવું (સારું કે ખરાબ) અને જેટલું જેટલું કર્મ કરે છે, તેને તેવું જ (સારું કે ખરાબ) અને તેટલું જ ફળ આપો છો.

આપ ‘દયાળુ’ છો, એટલે કે આપે સર્વ પ્રાણીઓ પર દયા કરીને તેમને સુખનાં સર્વ સાધન પ્રદાન કર્યાં છે.

આપ ‘અજન્મા’ છો, એટલે કે આપનો ન તો જીવોની માફક શરીર સાથે સંયોગરૂપી જન્મ થાય છે, અને ન તો પૃથ્વી, સૂર્ય વગેરે જડ પદાર્થોની માફક નવો જ જન્મ થાય છે.

આપ ‘અનંત’ છો, એટલે કે આપ એટલા વિશાળ છો કે આપની કોઈ સીમા જ નથી.

આપ ‘નિર્વિકાર’ છો, એટલે કે જેમ દૂધ, ફળ વગેરે જડ પદાર્થોમાં ગળવું-સડવું અને વૃક્ષ વગેરે પદાર્થોમાં વધઘટ રૂપી વિકારો ઉત્પન્ન થાય છે, એવા વિકારો આપમાં ક્યારેય ઉત્પન્ન થતા નથી.

હે દયાનિધાન પ્રભુ ! આપ ‘અનાદિ’ છો, એટલે કે આપની ઉત્પત્તિ ક્યારેય નથી થઈ.

આપ ‘અનુપમ’ છો, એટલે કે આપની પૂર્ણ ઉપમા કોઈ જ નથી. આપના સ્વરૂપને સમજાવવા માટે સંસારમાં જે જે ઉપમાઓ આપવામાં આવે છે, તે બધી જ હીન ઉપમાઓ છે.

આપ ‘સર્વાધાર’ છો. જેમ આપણો આધાર આ પૃથ્વી છે, પૃથ્વીનો આધાર સૂર્ય છે અને સૂર્યનો આધાર આકાશગંગા છે, તેમ આપ અમારો તેમ જ પૃથ્વી, સૂર્ય વગેરે સર્વ પદાર્થોનો આધાર છો. આપના જ આધારે આ સમસ્ત સંસાર સ્થિત છે.

હે પ્રભુ ! આપ ‘સર્વેશ્વર’ છો, એટલે કે આપ જ સંસારના સર્વ પદાર્થો (ધન, સંપત્તિ, બળ, જ્ઞાન, ઐશ્વર્ય, વૃક્ષ-વનસ્પતિ, પૃથ્વી, સૂર્ય, ચંદ્ર, અગ્નિ, વાયુ, આકાશ વગેરે)ના સ્વામી (પાલક) છો.

આપ ‘સર્વવ્યાપક’ છો, એટલે કે સ્થૂળમાં સ્થૂળ પૃથ્વી, પર્વત વગેરે પદાર્થોમાં તથા સૂક્ષ્મથી સૂક્ષ્મ પરમાણુ અને આત્મા વગેરેમાં આપ સર્વત્ર વિદ્યમાન છો.

આપ ‘સર્વાન્તર્યામી’ છો, એટલે કે આપ સૌની અંદર વિદ્યમાન રહીને સૌનું નિયંત્રણ કરો છો.

હે પરમ શક્તિમાન પ્રભુ ! આપ ‘અજર’ છો, એટલે કે આપ ક્યારેય ઘરડા (અશક્ત) થતા નથી.

હે ભગવન્ ! આપ ‘અમર’ છો, એટલે કે આપ ક્યારેય મરતા નથી. સંસારની કોઈ પણ શક્તિ આપને મારી શક્તી નથી.

આપ ‘અભય’ છો, એટલે કે આપને ક્યારેય કોઈનો ભય લાગતો નથી.

આપ ‘નિત્ય’ છો, એટલે કે આપની ઉત્પત્તિનાં ત્રણ કારણ (નિમિત્ત-કારણ, ઉપાદાન-કારણ અને સાધારણ-કારણ) નથી, એટલા માટે ન તો આપની ક્યારેય ઉત્પત્તિ થઈ છે અને ન તો આપનો ક્યારેક વિનાશ થશે. આપ સદાથી છો અને સદા રહેશો.

આપ ‘પવિત્ર’ છો, એટલે કે આપ ન તો સ્વયં ક્યારેય પાપ કરો છો, અને ન તો ક્યારેય કોઈને પાપ કરવાની પ્રેરણા આપો છો. હે દીનરક્ષક પ્રભુ ! આપ ‘સૃષ્ટિકર્તા’ છો, એટલે કે આપ જ આ દૃશ્ય-અદૃશ્ય જગતની રચના કરનાર છો.

હે પરમદયાળુ ભગવન્ ! આ સંસારમાં એકમાત્ર આપ જ ઉપાસના કરવા યોગ્ય છો, અન્ય કોઈ જડ-ચેતન પદાર્થ ઉપાસનીય નથી. જે વ્યક્તિઓ આપને ધોડીને અન્યની ઉપાસના કરે છે, તેઓ હંમેશાં પશુઓની માફક દુઃખ જ ભોગવે છે. હે કૃપાનિધાન પ્રભુ ! આપ અમારા પર કૃપા કરો, અમે હંમેશાં આપની જ ઉપાસના કરીએ અને આપ અમને હંમેશા પોતાનાં જ્ઞાન, બળ અને આનંદ આપતા રહો.

ઉપર્યુક્ત સ્વરૂપવાળો ઈશ્વર ‘સાધ્ય’ (પ્રાપ્ત કરવા યોગ્ય) છે.

## જીવનું ચિંતન

હવે આપણે આપણા પોતાના (જીવ અથવા સાધકના) સ્વરૂપનું ચિંતન કરીએ. ઈશ્વરને પ્રાપ્ત કરનારા સાધક આપણે સ્વયં જીવ (આત્મા) છીએ.

હે પરમ દયાળુ ભગવન્ ! હું સાધક (આત્મા) છું. હું આપને પ્રાપ્ત કરવા, આપનો સાક્ષાત્કાર કરવા ઈચ્છું છું. હું ‘સત્’ છું, એટલે કે એક સત્તાત્મક પદાર્થ છું. હું ‘ચિત્’ (ચિંતન, જ્ઞાનવાન) છું. પરંતુ મારું જ્ઞાન એટલું અલ્પ છે કે ફક્ત મારા જ્ઞાનથી હું કંઈ જ કરી શકતો નથી. હું આપ દ્વારા પ્રદત્ત સામર્થ્ય અને શરીર વગેરે સાધનો વગર પોતાની જાતને, સ્વયંને ઓળખી પણ શકતો નથી કે, ‘હું કોણ છું?’ હું અત્યંત અણુરૂપ (સૂક્ષ્મ) અને એકદેશી છું. આપ દ્વારા પ્રદત્ત સામર્થ્ય અને મન, બુદ્ધિ, શરીર વગેરે સાધનોથી જ હું કંઈક કર્મ કરવાને સમર્થ બની શકું છું. હે પરમાત્મા ! આપે મને સામર્થ્ય પ્રદાન કરીને પણ કર્મ કરવામાં સ્વતંત્ર છોડ્યો છે. આથી હું કર્મ કરવામાં સ્વતંત્ર હોવાને કારણે કેટલાંક સારાં-નરસાં કર્મ કરી લઉં છું. પરંતુ મારાં એ કર્મોનું ફળ ભોગવવામાં હું આપની ન્યાય-વ્યવસ્થાને આધીન રહું છું. મેં કરેલાં સારાં-નરસાં કર્મોનું ફળ મારે અવશ્ય ભોગવવું પડે છે. મેં કરેલાં પાપ કર્મોનાં ફળથી હું ક્યારેય બચી શકતો નથી. એ કર્મોની જવાબદારી મારા (આત્મા) પર જ છે; મારાં મન, બુદ્ધિ વગેરે સાધનો પર નહિ. હે પરમાત્મા ! હું આત્મા છું, હું શરીર નથી. આ શરીર તો મારું નિવાસ-સ્થાન છે. આ શરીર મરણધર્મા છે, પરંતુ હું નિત્ય છું. મારો ક્યારેય જન્મ નથી થતો, અને મારું

ક્યારેય મૃત્યુ પણ નથી થતું. હું આ શરીરમાં હૃદય-પ્રદેશમાં રહું છું. હે પ્રભુ ! હું ન સ્ત્રી છું, ન પુરુષ છું, અને ન તો નપુંસક છું. આપ મને જે જે શરીરની સાથે સંયુક્ત કરી દો છો, એ એ શરીરવાળા નામથી લોકો મને પોકારવા લાગે છે. હું આ ત્રણેય લિંગોથી રહિત શુદ્ધ આત્મા છું. લિંગ તો શરીરોનાં હોય છે. હે પરમાત્મા ! મારો આ શરીર સાથેનો સંબંધ અનિત્ય છે અને શરીરોની સમાન અન્ય સંબંધીઓ — માતા, પિતા, ભાઈ, બહેન વગેરે — સાથેનો સંબંધ પણ અનિત્ય જ છે. આ શરીર છૂટતાં જ એટલે કે આ શરીરનું મૃત્યુ થતાં જ આ તમામ સાંસારિક સંબંધો પણ છૂટી જવાના છે. આદિ સૃષ્ટિથી લઈ અત્યાર સુધીમાં ન જાણે કેટલા આત્માઓ સાથે મારો સંબંધ બન્યો છે અને તૂટ્યો છે. હું ન જાણે કેટલી વ્યક્તિઓનો પુત્ર, પુત્રી વગેરે બન્યો હોઈશ. ન જાણે કેટલાં પશુ-પક્ષીઓનાં શરીર મેં મારા કર્મફળ અનુસાર ધારણ કર્યા હશે, એ બધાંની ગણતરી કરવી પણ મુશ્કેલ છે. હે પ્રભુ ! જ્યાં સુધી મારામાં અવિદ્યા બની રહેશે, ત્યાં સુધી હું આ જન્મ-મરણના ચક્કરમાંથી છૂટી શકવાનો નથી. જેમ હું એક આત્મા છું, તેમ સંસારનાં સમસ્ત પ્રાણીઓ પણ મારા જેવા જ આત્માઓ છે. અમારાં મૂળભૂત સ્વરૂપમાં જરાય ભેદ નથી; બધાં જ આત્માઓ સ્વરૂપથી એક જેવા જ છે. અમારામાં જે ભેદ અથવા અંતર જોવા મળે છે, તે શરીર, બુદ્ધિ, જ્ઞાન, બળ, કર્મો વગેરેને કારણે છે; આત્માઓના પોતાના મૂળ સ્વરૂપમાં કોઈ જ ભેદ નથી. હે પરમાત્મા ! હું આપની ઉપાસના કરવામાં સફળ રહી શકું એ માટે મને જ્ઞાન, બળ, આનંદ પ્રદાન કરો.

## પ્રકૃતિનું ચિંતન

હવે આપણે પ્રકૃતિ (સાધન)નું ચિંતન કરીએ :

હે પરમ કૃપાળુ ભગવન્ ! આ પ્રકૃતિ આપને પ્રાપ્ત કરવાનું સાધન છે. સાંખ્યદર્શનકાર મહર્ષિ કપિલજીના કથન અનુસાર પ્રકૃતિનું સ્વરૂપ આ મુજબ છે :

સત્ત્વ, રજ અને તમ — આ ત્રણ પ્રકારના સૂક્ષ્મતમ પરમાણુઓની સામ્યાવસ્થાનું નામ ‘પ્રકૃતિ’ છે. સામ્યાવસ્થામાં રહેલા આ પરમાણુઓમાં ગતિ ઉત્પન્ન કરીને આપ સૌપ્રથમ મહત્ત્વ (બુદ્ધિ) ઉત્પન્ન કરો છો. પછી મહત્ત્વમાંથી અહંકાર નામનો પદાર્થ ઉત્પન્ન કરો છો. હે ભગવન્ ! પછી અહંકારમાંથી આપ બીજા સોળ પદાર્થો બનાવો છો : પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિય, પાંચ કર્મેન્દ્રિય, એક મન અને પાંચ તન્માત્રાઓ (સૂક્ષ્મ-ભૂત). પછી પાંચ