

દક્ષિણ અમેરિકાના ચિલે દેશમાં ત્યાંના એક કુટુંબ સાથે રહેવાનું થયેલું. ત્યાંના જીવન વિષે વાતો કરતાં કરતાં, એક વાર, યુવાન વયનો પતિ બોલી ઊઠેલો, “અમારે ત્યાંનાં છાપાંમાં દરરોજ દુઃખની વાતો – જાતજાતના અકસ્માત, આગ, ખૂન, ગરીબાઈ વગેરે – ભરપૂર વાંચવા મળશે; પણ સુખની ક્યારેય નહીં. અમે સુખી થઈ નથી શકતાં. સુખી થવાની ને સુખની વાતો કરવાની અમને છૂટ નથી.” એનાં આ કડવાશ, અને કટાક્ષ યથાર્થ હતાં, ને એનું કારણ હતું ત્યાંની સરમુખત્યારશાહી સરકાર. સ્વચ્છ, સુંદર, આધુનિક દેખાતા, આખા દેશના સુખ ભોગવવા પર ‘પ્રતિબંધ’ હોય તે જાણીને કેવી નવાઈ લાગે.

આખો દેશ નહીં, પણ અમુક પ્રજાજનો કમનસીબ હોય- ગરીબ, વૃદ્ધ, રોગી, તે આપણે જાણતાં હોઈએ. એવું કમભાગ્ય શાને કરીને મળ્યું હશે, એમ વિચાર પણ આવ્યા હોય. અમુક સહાય સામાજિક સંસ્થાઓ તથા દાતાઓ તરફથી અપાતી હોય, છતાં કોઈની પણ આખે આખી જિંદગી ભાગ્યે જ સુધારી શકાતી હોય છે. ઘણું દુઃખ પૈસાના અભાવને લીધે હોય છે. દુનિયાના જે કરોડો લોકો અત્યંત ગરીબ છે, એમને માટે બે ટંકનું ખાવાનું નહીં મળવાનું દુઃખ રોજરોજનું, સતતનું હોય છે.

ઘણી જાતનાં દુઃખ જોઈ શકાતાં, ને સમજી શકાતાં હોય છે. પણ સુખ? કોઈનું સુખ જાણે સહેલાઈથી જોઈ, કે સહી, શકાતું નથી, પણ પોતાનું સુખ હોય- તો કેટલું હોય તો પૂરતું લાગે? અભાવને બદલે જો પૈસાનો અતિરેક હોય તો શું સુખ પણ સાથે આવી મળતું હોય છે? કે પછી સુખનો સ્વભાવ મશ્કરો, ને છેતરવાનો છે? દુઃખ જો ઠરીને રહેલું ખાબોચિયું છે, તો સુખ સરકતું મૃગજળ છે.

સુખની વાત કરવી પણ સહેલી નથી, કારણકે એ ભ્રાંતિકારક છે. દુઃખના ને આઘાતના સંવેદનોથી ઘણું વધારે દુઃખાદ્ય સુખનું સંવેદન હોય છે. સુખ વિષે પ્રશ્નો જ પુછાતા હોય છે, તે પણ મોટા વિચારકો ને તત્ત્વજ્ઞાનીઓ દ્વારા. જોકે દલાઈ લામા સુખનું નામ સીધેસીધું દેતા નથી. એ દુઃખની, પીડાની, વ્યથા ને વેદનાની ફિલસૂફી પર ભાર મૂકે છે, અને એ બધાં વિષે વિશ્વભરમાં વ્યાખ્યાનો આપે છે. એ એમ કહે છે, કે “દુઃખ, પીડા, વેદનાને ઊંડી રીતે સમજશો, ને એ શાશ્વત જ છે તેમ માનશો ત્યારે જ તમે એને સહન કરતાં શીખશો, તથા એનાથી છૂટકારો મેળવવા પ્રયત્ન કરશો.”

એટલેકે સુખ અગત્યનું છે, ને પ્રાપ્ય પણ છે, પરંતુ એને પામવા ‘કામ’ કરવું પડે છે, ને યોગ્યતા કેળવવી પડે છે. દલાઈ લામાએ ક્યારેય પણ એમ નથી કહ્યું કે બૌદ્ધ ધર્મ સૌથી ઉત્તમ ધર્મ છે, પરંતુ બૌદ્ધ-ધર્મીઓનાં ચિત્ત કરુણામય હોય છે, અને શુદ્ધ રહેવાની શક્ત્યતા ધરાવતાં હોય છે, એમ એ જૂર માને છે. પશ્ચિમી વિચારકોએ તો બૌદ્ધ ભિખ્ખુઓની ધ્યાનરત માનસિકતાનો અભ્યાસ પણ કર્યો છે. એમનું તારતમ્ય એ છે કે ધ્યાન (meditation) મનને તેમજ તનને અવશ્ય લાભકારક છે. આધુનિક જીવનમાં મોટા ભાગના લોકો કોઈ પણ એક બાબતમાં લાંબા સમય માટે રસ રાખી નથી શકતા અને ઉદ્વેગ-ચિંતાના ભાવ સતત હોય છે. બૌદ્ધ ધ્યાન-પ્રથા ચિત્તને કેન્દ્રસ્થ થતાં શીખવાડે છે અને મનને હળવું તથા કરુણામય બનાવે છે.

મનની શાંતિની જૂર તો આજે આખી દુનિયામાં છે, પણ કોઈ પણ બાબતમાં ઊંડા ઊતરવાની, પ્રયોગાત્મક

રીતે એને તપાસવાની, વિગ્નાની દૃષ્ટિથી સમજવાની તૈયારી અમેરિકામાં સૌથી વધારે લાગે છે. હાર્વર્ડ, સ્ટૅનફર્ડ, મેડિસન જેવાં મહાવિદ્યાલયોમાંનાં વિદ્વાનોએ બૌદ્ધ ધ્યાન-પ્રથાનાં અનેકવિધ લાભદાયી પરિણામો સિદ્ધ કર્યાં, તો વર્જિનિયા, કાર્નેગી-મેલન, પ્રિન્સ્ટન જેવાં અન્ય મહાવિદ્યાલયોમાંનાં વિદ્વાનોએ સુખનાં સંકલ્પન અંગે અસંખ્ય બૌદ્ધિક પ્રશ્નો પૂછ્યા છે; ને તે પણ સુખની વ્યાખ્યા વિષે નહીં, પણ સુખની પ્રકૃતિ વિષે. અંતે એ બધાંનું કહેવાનું પણ એ જ છે કે સુખનાં લક્ષણ પારા જેવાં હોય છે.

સુખ દેખાય-જણાય છે ત્યાં અથવા તેવું હોતું નથી, એમ જણાવ્યા પછી આ અભ્યાસીઓ મનુષ્યજીવન અંગે એક ચકિત કરી દે તેવું વિધાન આપે છે - તે એ કે આપણને શું જોઈતું હોય છે તેની ખબર આફણને હોતી નથી. શું પામવાથી આપણને કેટલું સુખ મળશે તેનું અનુમાન આપણે કરી શકતાં નથી, ને જો કરીએ તો એમાં બહુધા આપણે ખોટાં જ ઠરવાનાં. અફસોસ જ નિશ્ચિત છે.

કર્મના સિદ્ધાંતનું નામ આ વિદ્વાનો પાડતાં નથી, પણ એમની વિચારણાનો અર્થ એવો જ નીકળતો લાગે છે. નિર્ણય આપણે પોતે લીધેલો લાગે ત્યારે પણ એ ખરેખર નિયત જ હોય છે. જીવન સધારણ સુખી તો હોય જ, એવા પ્રયત્ન દરેક જણ કરે છે, પરંતુ “નિર્ણયો સાવ ખોટા તો નથી લેવાતા ને?”, એમ વિદ્વાનો પૂછે છે, ને પછી હજી વધારે ઊંડા ઊતરે છે.

એમનું માનવું છે કે કશાક માટે - કોઈ વસ્તુ, કે અનુભવ, કે સંવેદન માટે - ભવિષ્યમાં આપણને કેવું લાગશે, કેટલું ગમશે, તે બાબતે આપણે અજ્ઞાત હોઈએ છીએ. કોઈ પણ ભાવ- આનંદનો હોય કે અપમાનનો, સુખનો હોય કે દુઃખનો - ક્યાં સુધી, કેટલો વખત ટકશે, તે વિષેની ધારણામાં આપણે ભાગ્યે જ સાચાં પડતાં હોઈએ છીએ. નાનેથી મોટી અપેક્ષાઓના સંદર્ભે આપણી લાગણીઓની તીવ્રતા તેમજ એમની અવધિ વિષેની આપણી ધારણાઓમાં આપણે ભૂલ કરવા તરફ ઢળતાં હોઈએ છીએ. એવું નથી કે જે જોઈએ છે તે મળતું નથી. મુશ્કેલી એ છે કે શું જોઈએ છે તે હંમેશાં આપણે જાણતાં હોતાં નથી.

આ અમેરિકન વિદ્વાનો મનોચિકિત્સક કે ફિલસૂફ હોય છે, એવું નથી. એ સમાજશાસ્ત્રી કે અર્થશાસ્ત્રી પણ હોઈ શકે. હકીકત એ છે કે વાંચન, વિચાર, અભ્યાસ, સંશોધન વગેરેમાં રત રહેતાં રહેતાં, તથા અન્ય સમકક્ષ બૌદ્ધિકો સાથે ચર્ચા કરતાં કરતાં એમને નવું નવું સુઝી આવતું હોય છે, ને પછી એમની પ્રખર મેઘા એમને એ નવા માર્ગ પર દોરી જાય છે. એ માર્ગે આગળ ઘપે છે, નવા મુકામ પણ શોધી કાઢે છે. દાહતડ વિદ્યાથી-ઓને કોયડા આપીને, પ્રયોગો કરીને, હાર્વર્ડ યુનિવર્સિટીના એક પ્રોફેસરે એ તારણ મેળવ્યું કે જો અમુક જણને મત-નિર્ણય બદલવાની તક આપવામાં આવે, ને અમુકને નહીં- તો પહેલા જૂથને પોતાની પસંદગી માટે વધારે અસંતોષ અને અનિશ્ચિતતા રહ્યાં, અને એ તક જેમને મળી નહતી તે જૂથ પોતે કરેલી પસંદગી પ્રત્યે ખુશ રહ્યું.

ઉપરાંત, એમણે એ પણ નોંધ્યું કે મોટા ભાગના લોકોનું વલણ ગંભીર સમસ્યાઓ ને તકલીફોને બદલે સામાન્ય અને ક્લુલક કહેવાય તેવી મુંઝવણો માટે વધારે અકળામણ અનુભવવાનું હોય છે. આ આધુનિક ઋષિઓ નવા શબ્દપ્રયોગો પણ પ્રચલિત કરે છે. જેમકે “અસરકારક ભવિષ્યકથન” એટલેકે નજીકના કે દૂરના સુખી ભવિષ્ય માટે અસરપૂર્વકનો અંદાજ કરવો, તેમજ “પક્ષપાતી પ્રભાવ” એટલેકે અમુક વલણ લેવા આપણને જે પ્રેરે છે તે અદૃશ્ય અતિશક્તિમાન તત્ત્વ. જોકે આ શબ્દપ્રયોગ કંઈક નકારાત્મક સૂચનના અર્થમાં

યોજાયો છે. વળી, “અનુકૂલનક્ષમતા” એટલેકે સંજોગોને વશ થઈ જવાની આવડત તથા તૈયારી. “જે થાય તે સારા માટે”, કે “હરિને ગમ્યું તે ખરું” – જેવો અભિગમ આ શબ્દપ્રયોગમાં વર્તાય છે.

વિદ્વાનોની વિચારસરણી તેમજ અભિપ્રાયો જુદાં પડતાં જ રહે છે. ને પડે જ ને. આપણને તો ખબર જ છે કે ખરેખર તો બધું ઈશ્વરના હાથમાં જ હોય છે.

(૯૮૦ શબ્દ) -----પ્રીતિ સેનગુપ્તા