

प्रज्ञा लघु पुस्तकभाषा - ३

उत्कृष्ट विद्यारोनुं सतत सांनिध्य



— श्रीराम शर्मा आचार्य

ઉત્કૃષ્ટ વિચારોનું સતત સાંનિધ્ય

1. ખેતરમાં જેવા બીજ વાવવામાં આવશે તેવા જ છોડ ઊગશે અને તેવો જ પાક થશે. ખેડૂત જે પાક પકવવા માગતો હોય એવાં જ બીજ ની વ્યવસ્થા એ કરે છે. સાથેસાથે એ પણ ધ્યાન રાખે છે કે એ બીજ સડેલા કે જૂના ન હોય.
2. આપણું જીવન પણ એક ખેતર છે. એમાં પ્રગતિ અને સફળતા રૂપી પાક જો પકવવો હોય તો એવા જ વિચારો નું મનમાં આરોપણ કરવું જોઈએ કે જે પ્રગતિ માટે જરૂરી શક્તિ પેદા કરી શકે. સાહસ તથા પુરુષાર્થ વગર કોઈ આગળ વધી શક્તું નથી. આળસ અને અનિયમિતતા હોય તો કોઈ માણસ કોઈ પણ પ્રયોજનમાં સફળ થઈ શક્તો નથી. આ દુર્બળતાઓનું દૂર કરવા માટે ખેતરમાંથી નીંદામણ દૂર કરવા માટે ખેતર ને ખેડવાની જેમ આપણે ખેડૂતનું અનુકરણ કરવું જોઈએ.
3. વિચારો એ બીજ છે. જીવનનું સ્વરૂપ એ એમનો જ લહેરાતો હર્યોભર્યો પાક છે. આશા એ અન્નનો ઢગલો છે. મનમાં ક્યા વિચારોને સ્થાન આપવું એ માટે ખૂબ સતર્કતા રાખવાની જરૂર છે. ગમે તેવાં બીજ વાવવાથી એવા જ છોડ ઊગે છે અને એવો જ પાક થાય છે. બીજ અંગે બેદરકારી રાખનારો ખેડૂત ઈચ્છિત પાક પકવી શક્તો નથી.
4. વ્યક્તિગત દોષદુર્ગુણોની કાંટાળી ઝાડીઓ પ્રગતિના માર્ગને અવરોધે છે અને મુશ્કેલ બનાવે છે. આ દુર્ગુણો બીજું કશું નથી, પણ આપણે ઘણા લાંબા સમયથી જાણતાં કે અજાણતાં આપણા મનમાં સંઘરી રાખેલા વિચારોના પ્રતિનિધિ છે. સાપ કરડે ત્યારે તેનું એકાદ ટીપું ઝેર જ લોહીમાં ભળે છે,

પણ થોડીક વારમાં જ તે સમગ્ર શરીરમાં ફેલાઈ જાય છે અને પોતાની અસર બતાવે છે. કુવિચારો પણ સર્પદંશ જેવા છે. તેઓ જ પોતાનો વિસ્તાર કરીને દોષદુર્ગુણોના રૂપમાં ફેલાઈ જાય છે. મનોવિકાર રૂપી આંતરિક શત્રુઓ બહારના શસ્ત્રધારી શત્રુઓ કરતાં હજારગણા વધારે બળવાન અને ઘાતક હોય છે. દૂર રહેનારા બાહ્ય શત્રુઓથી બચવાના અને તેમને પરાજિત કરવાના અનેક ઉપાય થઈ શકે છે, પરંતુ રાતદિવસ આપણી અંદર રહેતા આ ઘરના ભેદીઓનું શું કરવું ? તેઓ હંમેશા ઘાતક જ સાબિત થાય છે.

5. પ્રગતિ માટે ખૂબ પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે, પણ એ ભૂલી જઈએ છીએ કે નક્કી કરેલી દિશામાં પ્રેરણા આપનારા અને માર્ગ મોકળો કરનારા સમર્થ વિચારોને પૂરતા પ્રમાણમાં એકત્ર કર્યા છે કે નહિં.
6. ક્ષય ગ્રસ્ત દુર્બળ અને મરણપથારી પર પડેલા શરીરને એ રોગના વિષાણુઓ જ ખાઈ જાય છે. લાકડાને કોરી ખાનાર કીડો ચૂપચાપ પોતાનું કામ કરે છે અને મોટા પાટડાને બોદો બનાવી દે છે. કુવિચારો રોગના વિષાણુઓ કરતાં પણ વધારે ઘાતક અને પેલા કીડા જેવા અદૃશ્ય હોય છે. તેઓ આપણી અંદર અહો જમાવે છે અને ગુણ, કર્મ તથા સ્વભાવ રૂપી સંપત્તિને ઝેરી તથા નિર્બળ બનાવી દે છે.
7. જો સફળ જીવન જીવવાની ઇચ્છાને સાકાર કરવી હોય તો સૌથી પહેલાં આત્મનિરીક્ષણ કરવું જોઈએ. પોતાના વિચારો, માન્યતાઓ, આસ્થાઓ તથા અભિમાનની સમીક્ષા કરવી જોઈએ અને એમનામાં જેટલાં પણ ખરાબ તત્વો હોય તેમને દૂર કરવા માટે મંડી જવું જોઈએ, પરંતુ આવું ત્યારે જ થઈ શકે છે કે જ્યારે એમનું સ્થાન પૂરવા માટે સદ્ વિચારોની સ્થાપનાની વ્યવસ્થા કરવામાં આવે. વિચાર પરિવર્તનના ચાર આધાર છે. -સ્વાધ્યાય,

સત્સંગ, મનન અને ચિંતન. જો તમને અપનાવવામાં આવે તો જીવનનું સ્વરૂપ બદલાઈ જશે અને અવસાદ ઉત્કર્ષમાં ફેરવાઈ જશે.

8. હલકા સ્વભાવવાળા, આદર્શો વગરના અને લક્ષ્યહીન લોકો જીવનનો ભાર વેઠારતા રહે છે. તેમના મનોરથ કદાપિ સફળ થઈ શકતા નથી, કારણ કે પ્રગતિ માટે પ્રખર વ્યક્તિત્વની જરૂરિયાત હોય છે.
9. પોતાને બદલ્યા વગર બીજાને કદાપિ બદલી શકાતા નથી. યુગ નિર્માણનો શુભારંભ પોતાનું નિર્માણ કરીને કરવો જોઈએ. વાણી અને કલમની શક્તિ હવે ધીમે ધીમે ઓછી થતી જાય છે, કારણ કે વક્તા અને લેખક બીજાઓ પાસે જેવું આચરણ કરાવવા ઈચ્છે છે તેવું પોતે કરતા નથી. ચારિત્રિક શિક્ષણ માટે ઉપદેશકે બીજાઓ સામે પોતાનો આદર્શ રજૂ કરવો જોઈએ. જો સંસારમાં સદ્ભાવના રૂપી સંપત્તિ વધારવી હોય તો તેનો પ્રથમ પ્રયોગ પોતાનાથી કરવો જોઈએ. જે વસ્તુ લાભદાયક છે તેનો ઉપયોગ સૌથી પહેલાં આપણે પોતે જ કેમ ના કરીએ?
10. સદ્વિચારોની મહત્તા તો આપણે સ્વીકારીએ છીએ, પણ એમને દૃઢતાપૂર્વક વળગી રહેતા નથી. જ્યારે કોઈ સાદું પુસ્તક વાંચીએ છીએ કે સત્સંગ યા કથા પ્રવચન સાંભળીએ છીએ ત્યારે સારા માર્ગે ચાલવાની ઈચ્છા થાય છે, પણ જેવા ઘેર ગયા કે પૂર્વ અભ્યાસ વાળા વિચારો ફરીથી મન પર કબજો જમાવી દે છે અને એ જ જુનો પુરાણો કાર્યક્રમ પાછો ચાલવા લાગે છે. આથી જીવનને ઉત્કૃષ્ટ બનાવવાની ઈચ્છા માત્ર એક કલ્પના જ બની રહે છે. તેને ચરિતાર્થ કરવાનો અવસર આવતો જ નથી.
11. આનું કારણ એ છે કે જૂના વિચારો એ ઘણા દિવસો સુધી મગજમાં પોતાનો અહો જમાવી રાખ્યો હોય છે. મન એમના થી ટેવાઈ ગયું હોય છે. શરીરે

એક સ્વભાવ તથા ઘરેડ નાં રૂપમાં એમને સ્વીકારી લીધા હોય છે. આ રીતે એ જૂના વિચારો નું શરીર અને મન પર પૂરેપૂરું આધિપત્ય હોય છે. જ્યારે આ આધિપત્ય ઘટે અને એમનું સ્થાન ઉત્કૃષ્ટ વિચારો લઈ લે તો જ મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત અને અહંકારનો અંતઃકરણ ચતુષ્ટય બદલાઈ શકે છે. જ્યારે આંતરિક ભૂમિકા બદલાઈ છે ત્યારે તેનો પ્રકાશ બાહ્ય કાર્યક્રમો પર જોવા મળે છે. પરિવર્તનની આ જ રીતે છે.

12. ઉચ્ચ વિચારો ને ખૂબ ઓછા સમય માટે આપણી મનોભૂમિમાં સ્થાન મળે છે. જેટલી વાર સત્સંગ-સ્વાધ્યાયની તક મળે છે, એટલો જ સમય સારા વિચાર મસ્તિષ્ક માં રહી શકે છે. ત્યાર પછી તે જ જૂના ખરાબ વિચાર આંધી તોફાનોની જેમ આવીને એ શ્રેષ્ઠ વિચારોની નાની એવી વાદળી ને દૂર લઈ જાય છે. ખરાબ વિચારો માં તાત્કાલિક લાભ અને આકર્ષણ સ્વાભાવિક રીતે જ વધારે હોય છે. લાંબા સમય સુધી અભ્યાસમાં આવતા રહેવા થી તેમનાં મૂળ પણ ખૂબ ઊંડા થઈ જાય છે. તેમની કાઠી નાખી નવા શ્રેષ્ઠ વિચારોની સ્થાપના કરવી તે ખરેખર ખૂબ અઘરું કામ છે.
13. કોઈ ગીચ જંગલમાં કાંટાળી ઝાડી સમગ્ર ભૂમિમાં ઊગી નીકળે છે. તે પોતાના મૂળિયાં ઊંડે સુધી નાખી દે છે. જો તે જંગલને ખેતી લાયક બનાવવું હોય તો તે ઝાડી ને કાપી નાખવાની વ્યવસ્થા કરવી પડે છે. ત્યારપછી તેનાં મૂળિયાં ખોદી નાંખવા પડે છે. ખેતર ને ખેડી ને એકસરખું કરવું પડે છે. ખાતર પાણીની વ્યવસ્થા કરવી પડે છે. આટલી વ્યવસ્થા કરીએ તો જ જંગલની એ ઉબડખાબડ જમીન અનાજ પકવવા યોગ્ય બની શકે છે. એ જ રીતે મનોભૂમિને સત્કર્મો તથા સદ્ભાવનાઓનો હર્યોભર્યો પાક ઉગાડવા યોગ્ય બનાવવા માટે આવો જ પુરુષાર્થ કરવો પડે છે.

14. પાંચ દસ મિનિટ સુધી વાંચવા, સાંભળવા, વિચારવા કે ઈચ્છવા થી જ મનોભૂમિ શુદ્ધ અને પવત્રિ બની જાય અને તેના દ્વારા સત્કર્મોનો પ્રવાહ વહેવા લાગે તે મુશ્કેલ કામ છે. એના માટે ક્રમબદ્ધ તથા યોજનાબદ્ધ રીતે લાંબા સમય સુધી નક્કર પ્રયત્નો કરવા પડે છે. પાણી નીચેની તરફ સહેલાઈથી વિના પ્રયત્ને વહેવા માંડે છે, પણ જો તેને ઉપર પહોંચાડવું હોય તો એના માટે અનેક સાધનો ની વ્યવસ્થા કરવી પડે છે. આ જ રીતે પ્રયત્ન કર્યા વગર મનોભૂમિને સહેજ પણ બદલી શકાતી નથી અને આંતરિક પરિવર્તન કર્યા વગર બાહ્ય જીવનમાં શ્રેષ્ઠતા ની સ્થાપના કરી શકાતી નથી.
15. જેવા વિચારો ને જેટલી તીવ્રતા અને નિષ્ઠાથી જેટલા વધુ સમય સુધી મસ્તિષ્ક માં નિવાસ કરવાની તક મળે છે, તેવા જ પ્રભાવશાળી મનોભૂમિની પ્રબળતા થતી જાય છે, લાંબા સમય સુધી સ્વાર્થ પૂર્ણ વિચારો મનમાં રહે અને થોડો સમય જ સદ્વિચારોને સ્થાને મળે તો વધુ સમય રહેનાર નો પ્રભાવ ઓછા સમયવાળાને હરાવી દેશે. તેથી ઉત્કૃષ્ટ જીવનની વાસ્તવિક આકાંક્ષા રાખનાર માટે કેવળ એક માર્ગ છે કે મનમાં વધુ સમય સુધી પ્રૌઢ, વધુ પ્રેરણાદાયી અને ઉત્કૃષ્ટ કોટિ ના વિચારો ને સ્થાન આપવું.
16. જેની બહુમતી હોય છે, તેની જીત થાય છે. વહેતી ગંગામાં થોડુંક ગંદું પાણી પડે તો તેની બહુ અસર નહિ થાય, પરંતુ જો ગંદા નાળામાં થોડું ગંગાજળ નાખવામાં આવે તો તેને પવિત્ર બનાવી શકાશે નહિ. તેવી જ રીતે જો મનમાં વધુ સમય માટે ખરાબ વિચાર રહે, તો થોડાક સારા વિચારોને સ્થાન મળવાથી શો ફેર પડે ? યોગ્ય એ જ છે કે મોટા ભાગનો સમય એવી રીતે વિતાવવો જોઈએ, જેથી ઉચ્ચ ભાવનાઓ જ મનોભૂમિમાં વિચરતી રહે.

17. સંસારમાં બુરાઈ ફેલાવાનું કારણ લોકોના મનમાં ખરાબ વિચાર વધારે હોય છે તે છે, ચોર, ડાકુ, જુગારી, વ્યભિચારી, વ્યસની વગેરે લોકો પોતાના વિચારોમાં દૃઢ હોય છે. એમને જે યોગ્ય લાગે તે ઈચ્છા પૂરી કરવા માટે તેઓ નિરંતર પ્રયત્ન કરે છે. નિષ્ઠાને અનુરૂપ કામ કરવાથી ભાવનાઓમાં પરિપક્વતા આવે છે અને તે પરિપક્વતામાં બીજા લોકોને પ્રભાવિત કરવાની ક્ષમતા હોય છે.
18. દારૂડિયો પોતાના વિચારોમાં મક્કમ હોય છે. બદનામી અને ધન તથા સ્વાસ્થ્ય ની બરબાદી ની ચિંતા કર્યા વગર તે દારૂ પીવે છે. મન અને કર્મની આ એકતાથી એનામાં જે દૃઢતા પેદા થાય છે એના પરિણામે બીજા કેટલાય કમજોર પ્રકૃતિના લોકો પણ તેના પ્રભાવમાં આવીને દારૂ પીતાં શીખી જાય છે. ચરિત્રના શિક્ષણ માટે આ જ પદ્ધતિ સફળ થાય છે. હલકા સ્તર વાળા લોકો પોતાની બુરાઈઓમાં તન્મય રહીને બીજા અનેક લોકોને પોતાના સાથી બનાવી લે છે અને તેમને પણ બુરાઈ શિખવાડે છે.
19. બુરાઈ ની જેમ જ ભલાઈ માં પણ પોતાની શક્તિ અને વિશેષતા હોય છે, પરંતુ જ્યારે મન, વચન, અને કર્મમાં એકતા આવે છે ત્યારે જ તે પ્રભાવશાળી બને છે. જો પ્રૌઢ અને પરિપક્વ આચારણવાળા શ્રેષ્ઠ લોકો જ્યારે આગળ આવે છે ત્યારે અનેક લોકો એમની પાસેથી પ્રેરણા મેળવે છે. ગાંધીજીનો પ્રભાવ મેં મારી આંખે જોયો છે. એમની પ્રેરણાથી અનેક લોકોની ભાવનાઓ બદલાઈ અને લાખો લોકોએ હસતાં હસતાં મોટા બલિદાન આપવાનું જોખમ વહોરી લીધું.
20. ભલાઈનો વિકાસ નથી થતો કારણ કે તેનું શિક્ષણ આપનારા લોકો પોતાની એકનિષ્ઠા દ્વારા બીજાના અંતરાત્મા પર પોતાની છાપ પાડી શક્તા નથી.

પોતાના અવગુણોનો છુપાવવા માટે કે સસ્તી પ્રશંસા મેળવવા માટે ધર્મની ઓથ લે છે. તેઓ બીજાઓને ઉપદેશ આપવામાં તો કુશળ હોય છે, પણ એ પ્રમાણે આચરણ કરનારા લોકો બહુ ઓછા હોય છે. આ જ કારણે સારી બાબતોનો વિકાસ થઈ શકતો નથી. જો સજ્જનતાપૂર્ણ અને સાચા લોકો પ્રકાશમાં આવવા માંડે તો તેમના પ્રભાવથી સદ્ગુણો પણ ઝડપથી ફુલશેફાલશે, બૂરાઈનું સ્થાન ભલાઈને મળશે અને યુગપરિવર્તનનું કાર્ય સરળ બની જશે.

21. ઉત્કૃષ્ટ અને પ્રૌઢ વિચારોને સૌથી વધુ સમય સુધી આપણા મગજમાં સ્થાન મળે એવી વ્યવસ્થા જો કરવામાં આવે, તો થોડાક જ દિવસોમાં પોતાની ઈચ્છા, અભિલાષા અને પ્રવૃત્તિ તે દિશામાં ઢળતી જશે અને બાહ્યજીવનમાં તે સાત્ત્વિક પરિવર્તન સ્પષ્ટ થવા લાગશે. વિચારોની શક્તિ મહાન છે. તેનાથી આપણું જીવન તો બદલાય જ છે, પરંતુ સાથે સાથે સંસારનો નકશો પણ બદલાઈ શકે છે.
22. પ્રાચીન કાળની જેમ જીવનના દરેક પાસા પર ઉત્કૃષ્ટ સમાધાન રજૂ કરનારા સાધુ-બ્રાહ્મણ જો આજે હોત, તેઓ પોતાના ઉજ્જવળ ચરિત્ર, સરળ મસ્તિષ્ક અને પરિપક્વ જ્ઞાન દ્વારા સાચું માર્ગદર્શન આપી શક્યા હોત તો કુમાર્ગે લઈ જનારી બધી ખરાબ પ્રવૃત્તિઓનું શમન થાત, પરંતુ આજે તેમનાં દર્શન દુર્લભ છે, જે દેશ, કાળ તથા પાત્રની સ્થિતિને ધ્યાનમાં રાખીને આજના બુદ્ધિવાદી અને સંઘર્ષ મય યુગને અનુરૂપ સમાધાન રજૂ કરીને જીવનને ઉન્નત બનાવનાર વ્યાવહારિક ઉત્તર આપી શકે. આજે એવા બુદ્ધિજીવીઓ ક્યાં છે? તેમનો અભાવ એટલો ખટકે છે કે ચારે તરફ સૂમસામ ભાસે છે. ઋષિઓની આ ભૂમિ ઋષિતત્વ વગરની થઈ ગઈ હોય એવું લાગે છે.

23. બીજી કમનસીબી એ પણ છે કે, સ્વાધ્યાયને યોગ્ય સાહિત્ય પણ ક્યાંય ક્યાંક જ જોવા મળે છે. પુસ્તકો વેચનારાઓની દુકાને શોધ કરતાં મહામુશ્કેલીએ થોડાંક જ એવા પુસ્તકો મળશે કે જે જીવન નિર્માણ માટે આજની પરિસ્થિતિઓને ધ્યાનમાં રાખીને વ્યાવહારિક સમાધાન રજૂ કરતાં હોય. આવો કયરો તો પ્રેસોમાં રાતદિવસ છપાતો જ રહે છે. એ વાંચવાથી લોકોનાં મગજ વધારે બગડે છે.
24. આજના સંજોગોમાં ગમે તે રીતે પણ એવું સાહિત્ય શોધવું જોઈએ, જે પ્રકાશ અને પ્રેરણા પ્રદાન કરવાની ક્ષમતા ધરાવું હોય. તે વાંચવા માટે ઓછામાં ઓછો એક કલાક નિશ્ચિત રૂપે નક્કી કરવો જોઈએ. ધીરેધીરે સમજી-વિચારીને તે વાંચવું જોઈએ. વાંચ્યા પછી તેના ઉપર મનન કરવું જોઈએ. જ્યારે પણ મગજ ખાલી હોય ત્યારે વિચારવાનું શરૂ કરી દેવું જોઈએ કે આજના સ્વાધ્યાયમાં જે વાંચવામાં આવ્યું હતું તે આદર્શ સુધી પહોંચવા માટે આપણે પ્રયત્ન કરીએ. જે કંઈ સુધારા શક્ય છે તે ગમે તે રીતે તરત જ શરૂ કરીએ. શ્રેષ્ઠ લોકોના ચરિત્રને વાંચવા અને પોતે પણ તેવું જ ગૌરવ પ્રાપ્ત કરવા માટેની વાત વિચારતા રહેવું તે મનન અને ચિંતનની દૃષ્ટિએ જરૂરી છે.
25. જેટલી વધારે વાર સુધી મનમાં ઉચ્ચ ભાવનાઓનો પ્રવાહ વહેતો રહે તેટલું સારું. આવું સાહિત્ય આપણા માટે સંજીવનીનું કામ કરશે. તે વાંચવાને પોતાના અત્યંત પ્રિય કામમાંનું એક બનાવી દેવું જોઈએ. સરળ વિચારો વાળા સાચા માર્ગદર્શક ન મળવાના અભાવની પૂર્તિ સાચા સાહિત્યથી થાય છે. આજે જટિલ વિચારો વાળા લોકો બહુ છે. ધર્મના નામે આળસ, અકર્મણ્યતા નિરાશા, દીનતા, કર્તવ્યની ઉપેક્ષા, સ્વાર્થવૃત્તિ, સંકુચિતતા વગેરેનું શિક્ષણ આપનારાઓથી જેટલું દૂર રહીએ તેટલું સારું.

26. ગમે ત્યાંથી કોઈ પણ રીતે જીવનને ઉન્નત બનાવનાર સરળ તથા શ્રેષ્ઠ વિચારોને મસ્તિષ્કમાં સ્થાપવાનાં સાધનો એકત્રિત કરવાં જોઈએ. સ્વાધ્યાય દ્વારા, સત્સંગ દ્વારા, મનન દ્વારા, ચિંતન દ્વારા જે રીતે પણ શક્ય હોય તેવી રીતે વ્યવસ્થા કરવી જોઈએ કે આપણું મગજ ઉચ્ચ વિચાર ધારામાં ડૂબેલું રહે. જો એવા પ્રકારના વિચારોમાં મન પરોવાય, તેમની ઉપયોગિતા સમજાવા લાગે, તેમને અપનાવવાથી આનંદ અનુભવાય તો સમજવું જોઈએ કે અડધી મંજિલ પાર કરી લીધી.
27. મનુષ્યનું જીવન તેના વિચારોનું જ પ્રતિબિંબ છે. સફળતા-અસફળતા, ઉન્નતિ-અવનીત, તુચ્છતા-મહાનતા, સુખ-દુખ, શાંતિ-અશાંતિ વગેરેનો આધાર મનુષ્યના વિચારો પર રહેલો છે. કોઈપણ માણસના વિચાર જાણી લઈએ તો તેના જીવનની જાણકારી મેળવી શકાય છે.
28. સ્વામી રામતીર્થે કહ્યું છે, "મનુષ્યના વિચાર જેવા હોય છે તેવું જ તેનું જીવન બને છે. -સ્વામી વિવેકાનંદે કહ્યું હતું, "સ્વર્ગ અને નરક બીજે ક્યાંય નથી. એમનો નિવાસ આપણા વિચારોમાં જ છે. "ભગવાન બુદ્ધે પોતાના શિષ્યોને ઉપદેશ આપતા કહ્યું હતું, -ભિક્ષાઓ, અત્યારે આપણે જે કંઈ છીએ તે પોતાના વિચારોના કારણે છીએ અને ભવિષ્યમાં જેવા બનીશું તે પણ આપણા વિચારોને કારણે જ બનીશું." શેક્સપિયરે લખ્યું છે, "કોઈ પણ વસ્તુ સારી કે ખરાબ નથી. તેના સારા કે ખરાબ હોવાનો આધાર આપણા વિચારો જ છે. "ઈસુ ખ્રિસ્તે કહ્યું હતું, "માણસના વિચારો જેવા હોય છે તેવો જ તે બની જાય છે." અમેરિકન લેખક ડેલ કાર્નેગીએ પોતાના અનુભવોના આધારે લખ્યું છે. "જીવનમાં જો હું કોઈ સૌથી મહત્વપૂર્ણ બાબત શીખ્યો હોઉં તો તે છે વિચારોની અપૂર્વ શક્તિ અને મહત્તા. વિચારોની શક્તિ સર્વોચ્ચ તથા અપાર છે."

29. સંસારના બધા વિચારકોએ એક સ્વરે વિચારોની શક્તિ અને તેમના અપાર મહત્વનો સ્વીકાર કર્યો છે. ટૂંકમાં, આપણા જીવનનાં તમામ કાર્યોની પાછળ આપણા વિચારોનો જ હાથ રહેલો હોય છે. આપણે જે કાંઈ કરીએ છીએ તે વિચારોની પ્રેરણાથી જ કરીએ છીએ.
30. એક સરખી પરિસ્થિતિઓ અને એકસરખાં સુખ, સુવિધા અને સમૃદ્ધિ ધરાવતા બે માણસોમાં પણ પોતાના વિચારોની ભિન્નતાના કારણે ખૂબ અંતર જોવા મળે છે. એક જણ જીવનમાં હંમેશાં સુખ, સુવિધા, પ્રસન્નતા, આનંદ, શાંતિ અને સંતોષનો અનુભવ કરે છે, તો બીજો પીડા, શોક અને કલેશથી યુક્ત જીવન જીવે છે. એટલું જ નહિ, કેટલાક લોકો મુશ્કેલીઓ તથા અભાવોથી ગ્રસ્ત જીવન જીવે છે, છતાં પણ પ્રસન્ન રહે છે, તો કેટલાક સમૃદ્ધ હોવા છતાં જીવનને નરક જેવું દુઃખદ માને છે. એક માણસ પોતાની પરિસ્થિતિઓમાં સંતુષ્ટ રહીને ભગવાનને ધન્યવાદ આપે છે, તો બીજો અનેક સુખ સગવડો મેળવવા છતાં પણ અસંતુષ્ટ રહે છે અને બીજાઓને દોષ દે છે. આનું કારણ એમના વિચારો જ છે.
31. વિચારોમાં અપાર શક્તિ છે. શક્તિ હંમેશા કર્મ કરવાની પ્રેરણા આપે છે. જો તે સારાં કાર્યોમાં વળી જાય તો સારાં અને ખરાબ કાર્યોમાં પ્રવૃત્ત થાય તો ખરાબ પરિણામ આવે છે. વિચારોમાં એક પ્રકારની ચેતના શક્તિ હોય છે. કોઈ પણ પ્રકારના વિચારો જો એક સ્થાન પર કેન્દ્રિત થતા રહે તો તેમની સૂક્ષ્મ ચેતન શક્તિ ઘનીભૂત થાય છે. દરેક વિચાર બુદ્ધિ અને આત્માના સંસર્ગથી પેદા થાય છે. બુદ્ધિ તેમનો આકાર પ્રકાર નક્કી કરે છે, તો આત્મા એમાં ચેતના ભરે છે. આ રીતે વિચાર પોતે જ અનેક સજીવ પરંતુ સૂક્ષ્મ તત્વ છે. આ સજીવ વિચારો જ્યારે એક જગ્યાએ કેન્દ્રિત થાય છે ત્યારે એક પ્રચંડ શક્તિનો ઉદ્ભવ થાય છે. સ્વામી વિવેકાનંદે વિચારોની આ શક્તિનો

ઉલ્લેખ કરતાં કહ્યું છે, "કોઈ વ્યક્તિ ભલે કોઈ ગુણમાં જઈને વિચાર કરે અને વિચાર કરતાં કરતાં જ તે મરી જાય, તો પણ તે વિચાર થોડા સમય પછી ગુણની દીવાલોને ફાડીને બહાર નીકળી જશે અને સર્વત્ર ફેલાઈ જશે. તે વિચાર બધા લોકોને પ્રભાવિત કરશે."

32. માણસ જે વિચાર કરે છે તેમના સૂક્ષ્મ તરંગો આકાશમાં ફેલાઈ જાય છે. સરખા સ્વભાવ વાળા પદાર્થો એકબીજા તરફ આકર્ષાય છે અને નિયમ અનુસાર એ વિચારો જેવા જ બીજા વિચાર આકર્ષિત થાય છે અને માણસને એવી જ પ્રેરણા આપે છે. એક જ પ્રકારના વિચારો ઘનીભૂત થતા રહેવાના કારણે પ્રચંડ શક્તિ ધારણ કરે છે અને મનુષ્યના જીવનમાં જાદુ જેવી અસર કરે છે.

33. આપણા જીવનમાં વિચારોનું મહત્વપૂર્ણ સ્થાન છે. આપણા વિચારો જેવા હોય છે તેવું જ આપણું જીવન બને છે. સંસાર કલ્પવૃક્ષ છે. એની નીચે બેસીને આપણે જેવા વિચાર કરીશું તેવાં જ પરિણામ પ્રાપ્ત થશે. જે પોતાને સદ્વિચારથી યુક્ત રાખે છે તેમને ડગલે ને પગલે જીવનનાં મહાન વરદાન પ્રાપ્ત થાય છે. સફળતા, મહાનતા, સુખશાંતિ, પ્રસન્નતા વગેરે એમને મળે છે. આનાથી ઊલટું, જે પોતાને હીન, અભાગિયો તથા કમનસીબ માને છે તેનું જીવન પણ દીન હીન બની જાય છે. વિચારોથી પતિત થયેલા મનુષ્યને પરમાત્મા પણ ઊંચો ઉઠાવી શક્તા નથી. જે લોકો નિરાશાવાદી તથા અંધકાર વિચાર કરે છે તેમનું જીવન કદાપિ ઉન્નત અને શ્રેષ્ઠ બની શક્તું નથી. મનુષ્યના વિચાર જેવા હોય છે તેવું જ તેને પ્રાપ્ત થાય છે.

34. કુવામાં જેવો અવાજ કરવામાં આવે તેવો જ પડઘો પડે છે. આ સંસાર પણ કુવા જેવો જ છે. માણસ જેવું વિચારે છે એવી જ પ્રતિક્રિયા વાતાવરણમાં

થાય છે. માણસ જેવું વિચારે છે એવું જ એની આજુબાજુનું વાતાવરણ બની જાય છે. મનુષ્યના વિચારો શક્તિશાળી ચુંબક જેવા છે. તે સમાનધર્મી વિચારોને પોતાની તરફ ખેંચે છે.

35. વિચાર એક પ્રચંડ, અસીમ, અમર્યાદિત અને અણશક્તિ કરતાં પણ પ્રબળ શક્તિ છે. વિચારો જ્યારે ઘનીભૂત થઈને સંકલ્પનું રૂપ ધારણ કરે છે ત્યારે પ્રકૃતિ પોતે જ પોતાના નિયમોમાં ફેરફાર કરીને પણ તેને માર્ગ આપી દે છે. એટલું જ નહિ, તેને અનુકૂળ પણ બની જાય છે. માણસ જેવા વિચારો કરે છે તેવા જ આદર્શ, હાવભાવ, રહેણીકરણી વગેરે બની જાય છે. એટલું જ નહિ, શરીરનાં તેજ, મુદ્રા વગેરે પણ એવાં જ બની જાય છે. જ્યાં સદ્વિચારોની પ્રચુરતા હોય ત્યાં વાતાવરણ પણ એવું જ બની જાય છે. ઋષિઓના અહિંસા, સત્ય, પ્રેમ તથા ન્યાયના વિચારોથી પ્રભાવિત ક્ષેત્રમાં હિંસક પશુઓ પણ હિંસા છોડીને અહિંસક પશુઓ સાથે વિચરણ કરે છે.
36. જ્યાં ઘૃણા, દ્વેષ, ક્રોધ વગેરેથી યુક્ત વિચારોનો નિવાસ હશે ત્યાં નરક જેવી પરિસ્થિતિનું નિર્માણ થવું સ્વાભાવિક છે. મનુષ્યમાં જો એવા વિચારો ધર કરી જાય કે હું અભાગિયો છું, દુઃખી છું, દીન હીન છું તો કોઈપણ શક્તિ તેનો ઉત્કર્ષ કરી શકે નહિ. તે હંમેશા દીન હીન પરિસ્થિતિમાં જ પડ્યો રહેશે. આનાથી ઊલટું, જો માણસમાં ઉત્સાહ, શક્તિ અને આત્મવિશ્વાસના ગૌરવયુક્ત વિચારો હશે તો ઉન્નતિ પોતે જ પોતાના દ્વારા ખોલી નાખશે.
37. વિચારોની શક્તિ પુરોગામી હોવાના કારણે મનુષ્યના ઉજ્જવળ ભવિષ્યના દ્વારા ખુલી જાય છે, પણ જો તે પ્રતિગામી હોય તો એ જ શક્તિ એના વિનાશનું કારણ બની જાય છે. ગીતાકારે આ સત્યનું આ પ્રતિપાદન કરતાં

લખ્યું છે, 'આત્મૈવ હ્યાત્મનો બંધુરાત્મૈવ રિપુરાત્મનઃ' વિચારોનું કેન્દ્ર એવું મન જ માણસને બંધુ છે અને તે શત્રુ પણ છે.

38. વિચારોને ઊર્ધ્વગામી બનાવવાની જરૂર છે, કારણ કે તેનાથી જ મનુષ્યની ઉન્નતિ અને કલ્યાણ થઈ શકે છે. દીન હીન, કલેશ અને દુઃખોથી ભરેલા નારકીય જીવનથી છુટકારો મેળવીને મનુષ્ય સ્વર્ગીય જીવનને પ્રાપ્ત કરી શકે છે. વાસ્તવમાં, સદ્વિચારો જ સ્વર્ગ છે અને કુવિચારો જ નર્ક છે. અધોગામી વિચાર મનને ચંચળ, ક્ષુબ્ધ તથા અસમતુલિત બનાવે છે. એ વિચારો પ્રમાણે જ દુષ્કર્મ થવા માંડે છે અને એમાં ફસાયેલો માણસ નારકીય દુખોનો અનુભવ કરે છે. સદ્વિચારોથી યુક્ત વ્યક્તિને ધરતી સ્વર્ગ જેવી લાગે છે. વિપરીત પરિસ્થિતિઓમાં પણ તે સનાતન સત્યના દર્શન કરીને આનંદનો અનુભવ કરે છે. સાધનસંપત્તિના અભાવમાં અને જીવનની ખરાબ ક્ષણોમાં પણ તે સ્થિર અને શાંત રહે છે. શુદ્ધ અને ઉચ્ચ વિચારોનું અવલંબન લેવાથી જ માણસને સાચું સુખ મળે છે.

39. જો સુખની ઈચ્છા હોય તો શ્રેષ્ઠ ચરિત્રનું નિર્માણ કરો, ચરિત્રનું ઘડતર સંસ્કારો પ્રમાણે થાય છે અને સંસ્કારોનું ઘડતર વિચારો અનુસાર થાય છે. તેથી આદર્શ ચરિત્ર માટે આદર્શ વિચારો રાખવા અનિવાર્ય છે. વિચારશક્તિ જ માનવ જીવનનું નિર્માણ કરનારી શક્તિ છે.

40. મનુષ્ય શરીર દ્વારા જ આચરણ અને ક્રિયાઓ કરે છે. શરીર વિચારોના કહ્યા પ્રમાણે કામ કરે છે. મનુષ્ય જેટલા ઉપયોગી, સ્વસ્થ અને ઉત્પાદક વિચારો કરે છે એટલા જ પ્રમાણમાં તે સદાચારી, પુરુષાર્થી અને પરમાર્થપરાયણ બને છે. આ જ પુણ્યના આધારે એના સુખશાંતિ વધે છે તથા ટકી રહે છે. ઈર્ષા, દ્વેષ, કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ વગેરેના વિનાશક વિચારોથી મનુષ્યનું

આચરણ વિકૃત થઈ જાય છે. તેની ક્રિયાઓ દૂષિત થઈ જાય છે અને એના પરિણામે તે પતનની ખાઈમાં પડીને અશાંતિ તથા અસંતોષનો ભોગ બને છે.

41. ગાંડપણ, અપરાધ, પાપ વગેરે ખરાબ વિચારોનું ચિંતન કરવાનાં જ ફળો છે. કોઈ વિષય કે પ્રસંગ સંબંધી ભયંકર વિચાર કરતા રહેવાથી મગજ નિર્બળ અને હલકું બની જાય છે. એવી પરિસ્થિતિમાં આવશો, આવેગો અને ઉત્તેજનાઓને રોકવાનું મુશ્કેલ થઈ જાય છે. તે વિચારો મનુષ્યને અપરાધ કે પાપ કરવા માટે લાચાર બનાવી દે છે. જ્યારે મનુષ્ય અપરાધ તથા પાપોમાં ફસાઈ જાય અથવા તો બૌદ્ધિક વિકારોથી ગ્રસ્ત થઈ જાય ત્યારે તેનું જીવન બરબાદ થઈ જાય છે. વિચારોમાં પ્રચંડ શક્તિ હોય છે. તેથી વિચાર કરતા પહેલાં કેવા વિચારો કરવા જોઈએ તેનું ચિંતન કરવું આવશ્યક છે.
42. જે વિચારોની પાછળ બીજાને હાનિ પહોંચાડવાનો ભાવ છુપાયેલો હોય તે બધા વિચાર અકલ્યાણકારી છે. આમાં બીજાની સાથેસાથે પોતાના આત્માને પણ નુકસાન થાય છે. જો સમાજમાં પ્રતિષ્ઠા પૂર્ણ સ્થાન મેળવવાનો વિચાર આવે તો તે સુંદર વિચાર છે. સન્માન પ્રાપ્ત કરવું તે આત્માની આવશ્યકતા છે. બધાએ આત્માની આ આવશ્યકતા ને પૂરી કરવાના વિચાર કરવા જ જોઈએ, પરંતુ એ વિચારોમાં જો સ્પર્ધા, ઈર્ષ્યા, દ્વેષ, લોભ કે અહંકારનો ભાવ સામેલ ન હોય તો જ તેમને સદ્વિચાર કહી શકાય. જો એવા કોઈ ભાવની વિકૃતિ આપણા વિચારોમાં ધૂસી જાય તો એ વિચારોનો શુભ આશય નષ્ટ થઈ જાય છે અને તે દૂષિત થઈ જાય છે.

43. વિચારોનો આશય જો શુભ હોય તો જ તેમને સદ્વિચાર કહેવાય છે. નહિ તો તેમની ગણતરી અસદ્વિચારોમાં જ થશે. આવા ખરાબ વિચારો મનુષ્યના જીવન અને આત્માને નષ્ટ કરી નાંખે છે, તેથી ખરાબ વિચારો વિષની જેમ ત્યાગવા લાયક જ છે. એમનો ત્યાગ કરવાથી જ આપણું કલ્યાણ તથા હિત થઈ શકશે. ખોટી રીતે મેળવેલું સન્માન આત્માને સ્વીકાર્ય હોતું નથી.
44. જે વિચારોની પાછળ બીજાઓનું અને પોતાના આત્માનું હિત રહેલું હોય તેમને જ સદ્વિચાર કહી શકાય. સેવા એક સદ્વિચાર છે. જીવમાત્રની નિઃસ્વાર્થ સેવા કરવાથી કોઈને કોઈ પ્રત્યક્ષ લાભ મળતો દેખાતો નથી. એ વ્રત પૂરું કરવા માટે કરવામાં આવેલો ત્યાગ અને બલિદાન જ દેખાય છે. જ્યારે મનુષ્ય પોતાનો સ્વાર્થ છોડીને બીજાની સેવા કરે છે ત્યારે તેનું થોડુંઘણું હિત કરી શકે છે.
45. એક નાનકડા ત્યાગનું સુખ આત્માના એક બંધનને તોડી નાંખે છે. જેની પાછળ પરહિત અથવા આત્માના હિતનો ભાવ રહેલો હોય તેવો વિચાર બાહ્ય દૃષ્ટિએ હાનિકારક લાગતો હોવા છતાં પણ ખરેખર તો સદ્વિચાર જ છે. મનુષ્યનું અંતિમ લક્ષ્ય લોક નહિ, પણ પરલોક છે. તે માં સદ્વિચારોની સાધના દ્વારા જ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે તેથી આત્મકલ્યાણ અને આત્મશાંતિનું ચરમલક્ષ્ય સિદ્ધ કરવા માટે સદ્વિચારોની સાધના કરતા રહેવું જોઈએ.
46. ખરાબ વિચારોની જાળમાં ફસાઈ જવાય એમાં કોઈ આશ્ચર્ય નથી. અજ્ઞાન કે અસાવધાનીના કારણે એવું થઈ શકે છે કે આપણે ખોટા વિચારોના પાશમાં ફસાઈ ગયા છીએ એવી ખબર પડે તો ચિંતા કરવાની કે ગભરાવાની જરૂર નથી. એ વાત સાચી છે કે ખરાબ વિચારોમાં ફસાઈ જવું તે ખૂબ ઘાતક છે,

પરંતુ એનો ઉપાય થઈ શકે છે. સંસારમાં એવો કોઈપણ ભવ રોગ નથી કે જેનું નિદાન તથા ઉપાય ન હોય. ખરાબ વિચારો માંથી મુક્ત થવાના પણ અને ઉપાય છે. પહેલો ઉપાય છે કે સૌ પ્રથમ ખરાબ વિચારોમાં ફસાવનાર કારણોને દૂર કરવાં જોઈએ. ખરાબ સોબત, હલકા સાહિત્યનું અધ્યયન, ગંદું વાતાવરણ વગેરે એનાં કારણો હોઈ શકે.

47. ખરાબ મિત્રો અને સાથીઓના સંપર્કમાં રહેવાથી માણસના વિચાર દૂષિત થઈ જાય છે. તેથી એવા લોકોની સોબત તરત જ છોડી દેવી જોઈએ. આ માટે સજ્જનોની મદદ લઈ શકાય. ખરાબ તથા અવિચારી મિત્રોના બદલે સારા, ભલા અને સદાચારી મિત્રો શોધી કાઢી તેમની સોબત કરવી જોઈએ. પોતાના આત્મા આપણો સૌથી સારો અને સાચો મિત્ર છે, તેથી એના આદેશ પ્રમાણે ચાલવું જોઈએ.
48. ખરાબ વિચારો પેદા કરવાનું અને ફેલાવાનું એક મોટું કારણ ગંદા તથા હલકા સાહિત્યનું વાંચન પણ છે. જાસૂસી, અપરાધી અને શૃંગાર રસથી ભરેલું અશ્લીલ સાહિત્ય વાંચવાથી પણ આપણા વિચાર દૂષિત થઈ જાય છે. ગંદાં પુસ્તકો વાંચવાથી મગજ પર જે ખરાબ છાપ પડે છે તે એવી રેખાઓ બનાવી દે છે કે જેમના દ્વારા ખરાબ વિચારોનું આવાગમન થવા માંડે છે. એક વિચાર પોતાના જેવા બીજા વિચારોને પણ ઉત્તેજિત કરે છે.
49. આથી ગંદું સાહિત્ય વાંચનારા લોકોને અશ્લીલ ચિંતન કરવાનું વ્યસન થઈ જાય છે. મનુષ્યને જે વિચારોનો પરિચય હોતો નથી તેમની કદાપિ યાદ આવતી નથી અને એમના જેવા બીજા વિચારો પણ પેદા થતા નથી. ગંદું સાહિત્ય લખનારા લોકોના ખરાબ વિચારોની અસર અનાયાસ જ થવા લાગે

છે અને મગજમાં ગંદા વિચારોની વૃદ્ધિ થવા માંડે છે. તેથી ગંદા વિચારોથી બચવા માટે અશ્લીલ અને હલકું સાહિત્ય કદાપિ વાંચવું જોઈએ નહિં.

50. ખરાબ વિચારોથી બચવા માટે ગંદુ સાહિત્ય વાંચવાનું બંધ કરી દઈએ તે અધૂરો ઉપચાર છે. પૂરો ઉપચાર કરવા માટે ઉત્તમ સાહિત્યનું અધ્યયન કરવું જોઈએ. માણસનું મગજ કદાપિ નવરું રહેતું નથી. એમાં કોઈ ને કોઈ પ્રકારના વિચાર આવતા જ રહે છે. વારંવાર પ્રયત્ન કરવાથી ગંદા વિચારો આવવા ઓછા તો થઈ જાય છે, પરંતુ તેમનાથી સંપૂર્ણ મુક્તિ મળતી નથી. તેમની સામે સંઘર્ષ કરવામાં આવે તો તેઓ ક્યારેક જતા રહે છે, પણ ગમે ત્યારે પાછા પણ આવી જાય છે. ખરાબ વિચારોથી સંપૂર્ણ રીતે બચવાનો સૌથી શ્રેષ્ઠ ઉપાય એ છે કે મસ્તકમાં હંમેશા સદ્વિચારોને સ્થાન આપતા રહેવું જોઈએ. સદ્વિચારો રહેવાના કારણે એમાં ખરાબ વિચારો પ્રવેશ મેળવી શકશે નહિં.

51. મગજમાં સતત સદ્વિચારો જ છવાયેલા રહે એના ઉત્તમ ઉપાય એ છે કે દરરોજ નિયમિત રૂપે સદ્સાહિત્યનું વાંચન કરવામાં આવે. વેદ, પુરાણ, ગીતા, ઉપનિષદ, રામાયણ, મહાભારત વગેરે ધાર્મિક સાહિત્ય ઉપરાંત સારા અને ઉચ્ચ વિચારો વાળા સાહિત્યકારોનાં પુસ્તકો વાંચવા જોઈએ. આવાં પુસ્તકો પોતે ખરીદી શકાય અથવા તો બીજા લોકો પાસેથી માગીને કે પુસ્તકાલય માંથી લાવીને પણ વાંચી શકાય. જો પ્રયત્ન કરીએ તો આવું સારું સાહિત્ય ગમે ત્યાંથી મળી શકશે. આત્મા કલ્યાણ માટે આધુનિક સુવિધાઓનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ.

52. માનવીય શક્તિઓમાં વિચાર શક્તિનું સવિશેષ મહત્વ છે. એક વિચારવાન વ્યક્તિ હજારોલાખો લોકોનું નેતૃત્વ કરી શકે છે. વિચાર શક્તિથી સંપન્ન

વ્યક્તિ સાધનહીન હોવા છતાં પણ પોતાની ઉન્નતિ અને પ્રગતિનો માર્ગ શોધી કાઢે છે. આ વિચાર શક્તિ દ્વારા જ મહાપુરુષો પોતાના સમાજ અને રાષ્ટ્રનું નિર્માણ કરે છે. વિચાર શક્તિના આધારે જ આધ્યાત્મિક વ્યક્તિ મુશ્કેલ ભવબંધનોને ભેદીને આત્મસાક્ષાત્કાર કરી લે છે.

53. મનુષ્ય જીવન શ્રેષ્ઠ બનાવવામાં કે બરબાદ કરવામાં વિચારોનો ફાળો બહુ મોટો છે. મનુષ્યના જીવન અને તેની ક્રિયાઓ ઉપર વિચારોનું આધિપત્ય રહેવાના કારણે વિચારો પ્રમાણે જ જીવનનું ઘડતર થાય છે. જો વિચારો ખરાબ અને હલકા હોય તો માણસ આત્માની ઉન્નતિ કરવામાં કદાપિ સફળ થઈ શકતો નથી. માણસના જીવનનું સંચાલન વિચારો દ્વારા જ થાય છે. ખરાબ અને હલકા વિચારો મનુષ્યને પતન તરફ જ લઈ જાય છે. આ એક સનાતન સત્ય છે. આમાં કોઈ પણ પ્રકારના અપવાદને સ્થાન નથી.
54. પોતાના વિચારો પર વિચાર કરો અને હલકા વિચારોને વીણીવીણીને બહાર કાઢી નાખો. પોતાના મગજમાં સદ્વિચારોને વધારતા રહી એ પ્રમાણે કાર્ય કરો. આલોકમાં તમે સફળતા પ્રાપ્ત કરીને સુખશાંતિની સાથેસાથે આત્મકલ્યાણના લક્ષ્ય સુધી અવશ્ય પહોંચી જશો.