કરુણા

‘આનંદમય જન્મદિવસ’ માટે
ગુરુમાઈ ચિદ્વિલાસાનંદ દ્વારા પસંદ કરાયેલો એક સદ્‌ગુણ

સિદ્ધયોગ ધ્યાનશિક્ષક રોબર્ટ રૅકિન્સ્ દ્વારા લિખિત વ્યાખ્યા

સંસ્કૃત ભાષામાં ‘કરુણા’ માટે અનેક શબ્દો છે, આ શબ્દોના અર્થ ઘણા વિસ્તૃત અને અત્યંત સૂક્ષ્મ છે. તેમાંનો એક સંસ્કૃત શબ્દ છે ‘દયા’ જેનો અર્થ ‘કૃપા’, ‘જીવન માટે સહાનુભૂતિ’ અથવા ‘પ્રેમપૂર્ણ દયાળુતા’ પણ થઈ શકે છે. ‘દયા’ શબ્દનો અર્થ માત્ર કરુણાનો ભાવ નથી, તે એનાથી કંઈક વિશેષ છે; તેમાં આપણા પ્રેમ દ્વારા બીજાનાં દુ:ખને દૂર કરવાની શક્તિ હોય છે.

શ્રીગુરુમાઈ કરુણા વિશે કહે છે :

> સાચી કરુણામાં, તમારા વિચાર શુદ્ધ થઈ જાય છે અને તમારું હૃદય પોતાની સત્યનિષ્ઠા, પોતાની ગરિમા, પોતાની સારપનો અનુભવ કરે છે. તમને લાગે છે કે તમે ફરીથી પૂર્ણપણે નવીન થઈ ગયા છો. કરુણાનું વરદાન, કરુણાના આશીર્વાદ, સહાનુભૂતિથી ઉપજતા ફીક્કા અને બનાવટી ભાવ કરતાં ઘણાં મહાન હોય છે. કરુણામાં હૃદય ખરેખર પ્રેમવિહ્વળ થઈ જાય છે અને જેની પર કરુણા ઉપજે છે તેને પ્રેમ મળે છે અને તેના કષ્ટનું નિવારણ પણ થાય છે.[૧]

જ્યારે આપણામાં કરુણા હોય છે ત્યારે આપણે એ ઉચ્ચ અવસ્થાનો અનુભવ કરી રહ્યાં હોઈએ છીએ, જે હૃદય સાથે, અંતરતમ આત્મા સાથે જોડાવાના પરિણામસ્વરૂપ પ્રાપ્ત થાય છે. સાચી કરુણા એટલે કોઈના પર દયા રાખવી એ નથી. કોઈના પર દયા રાખવી તે એ દર્શાવે છે કે એક વ્યક્તિ પોતાને અથવા પોતાની પરિસ્થિતિને સૂક્ષ્મરીતે, બીજી વ્યક્તિમાં જોઈ રહી છે. તેમાં જે દુ:ખ ભોગવે છે અને જે દયા રાખે છે તેમની વચ્ચે ભિન્નતા હોય છે.

તમે એ વાત પર ધ્યાન આપ્યું જ હશે કે કેટલીકવાર, જ્યારે તમે કોઈને કહો છો કે તમને તેમના માટે ઘણી સહાનુભૂતિ છે, ત્યારે વાસ્તવમાં તેમનું દુ:ખ કંઈક ઓછું થયું હોય એવું લાગતું નથી. કેટલીકવાર તો એવું લાગે છે કે તેનાથી તેમને વધારે દુ:ખ થઈ રહ્યું છે. તેઓ કદાચ તમારા મદદ કરવાના પ્રસ્તાવનો અસ્વીકાર પણ કરી શકે. પછી તમે વિચારવા લાગો છો કે શું થઈ રહ્યું છે. તમે વિચારો છો કે તમે ઘણી મદદ કરી રહ્યાં છો પરંતુ તેના લાભદાયક પરિણામો નથી આવી રહ્યાં. શા માટે? કારણકે તેઓ તમારી દયામાં હીનતાનો અનુભવ કરી રહ્યાં છે પરંતુ એ સાચી સહાનુભૂતિ અને સંરક્ષણના ભાવનો અનુભવ નથી કરી રહ્યાં જે સાચી કરુણાથી આવે છે.

કરુણા ખૂબ વ્યાપક છે. જ્યારે આપણે હૃદય સાથે જોડાયેલા હોઈએ છીએ ત્યારે આપણે કોણ છીએ તે વિશેનો આપણો બોધ વિસ્તૃત થઈ જાય છે અને તે પોતાનામાં બીજી વ્યક્તિના અનુભવને સમાવી લે છે, વાસ્તવમાં તે પોતાનામાં બધાં જ પ્રાણીઓના અનુભવને સમાવી લે છે. કરુણા દિવ્યતાનું પ્રવેશદ્વાર છે. બીજાને મૃદુલતા અને ઐક્યતાનો ભાવ રાખીને સમજવાથી, પરમાત્મા સાથે એક સંબંધ સ્થાપિત થાય છે — બંને માટે, જે કરુણા પ્રદાન કરે છે અને જે કરુણા પ્રાપ્ત કરે છે.

અને અહીં એક વિરોધાભાસ છે : કરુણામાં નિહિત હોય છે, કઠોર પ્રેમ. કરુણાનો અર્થ એ નથી કે અહમ્‌ને પંપાળવો અથવા મનને કપોળકલ્પનાઓ કરવા દેવી. તેનો અર્થ છે બીજામાં એ આત્મવિશ્વાસ ભરી દેવો કે તેનામાં પોતાના સંકલ્પો અને ઉદ્દેશ્યોને પૂરા કરવાનું સામર્થ્ય છે. કરુણાનો અર્થ છે, પોતાના પર દયા કરવાના ભાવને આત્મવિશ્વાસમાં પરિવર્તિત કરી દેવો. ''તમે તે કરી શકો છો!''

તેરમી સદીના મહારાષ્ટ્રના સંતકવિ જ્ઞાનેશ્વર મહારાજે ભગવદ્ ગીતા પર જ્ઞાનપૂર્ણ ટીકા લખી છે. તેઓ પોતાની ટીકામાં વર્ણન કરે છે કે દુઃખ ભોગવનાર પ્રત્યે એક કરુણાશીલ વ્યક્તિની દૃષ્ટિ કેવી હોય છે :

> *અગા પુઢિલાચા દોષુ । કરુનિ આપુલિયે દિઠી ચોખુ ।*
> *મગ ઘાપે અવલોકુ । તયાવરી ।। ૧૪૬ ।।*
>
> પોતાની પરિશુદ્ધ દૃષ્ટિથી તેમનું (દુઃખ ભોગવનારનું)
> શુદ્ધીકરણ કર્યા પછી જ,
> એ મહાત્મા તેમનું (દુઃખ ભોગવનારનું) અવલોકન કરે છે.[૨]

જ્ઞાનેશ્વર મહારાજના કહેવાનો અર્થ છે કે જે વ્યક્તિનું અવલોકન કરવામાં આવી રહ્યું છે એટલે કે તમે જે વ્યક્તિને જોઈ રહ્યાં છો, તેની અંતર દિવ્યતાને જોવી. જ્ઞાનેશ્વર મહારાજના અનુસાર કરુણાનો અર્થ માત્ર એ નથી કે જેઓ દુઃખમાં છે તેમના પ્રત્યે તમે કેવી રીતે પ્રતિક્રિયા કરો છો, પરંતુ તેનો અર્થ એ પણ છે કે તેમના પ્રત્યે તમારી દૃષ્ટિ મૂલતઃ કેવી છે. જ્ઞાનેશ્વર મહારાજ એક એવી પ્રક્રિયા પ્રસ્તુત કરે છે જે અખંડરૂપે ચાલતી રહે છે, જેમાં એક કૃત્ય અંતરમાં શરૂ થઈને બાહ્ય કૃત્ય દ્વારા પ્રગટ થાય છે, વ્યક્તિનો આંતરિક દૃષ્ટિકોણ તેના વ્યવહારમાં પ્રગટ થાય છે. અને આ આખી પ્રક્રિયા કરુણા પ્રગટ કરવાનો એક અવસર પ્રદાન કરે છે.

જ્યારે તમે કરુણાના સાચા સ્વરૂપને સમજવા લાગશો અને તે અવસ્થાથી કરુણાને તમારા વ્યવહારમાં પ્રગટ કરવાનો અભ્યાસ શરૂ કરશો ત્યારે તમે કરુણાનો માત્ર તમારાં બાહ્ય કૃત્યોમાં જ નહીં, પરંતુ તમારાં આંતરિક કૃત્યોમાં પણ અનુભવ કરશો, તમારા વિચારોમાં અને દૃષ્ટિકોણમાં પણ તેનો અનુભવ કરશો. તમે તમારા પોતાના હૃદયનો અનુભવ કરશો અને તમે કરુણાને ઓળખી લેશો, જે હૃદયનો સાચો સ્વભાવ જ છે. તમે આ પાવન સદ્‌ગુણ બીજાંઓને અર્પિત કરી શકશો અને આમ કરવાથી તમે તમારા સંપર્કમાં આવનારી દરેક વ્યક્તિમાં રહેલી દિવ્યતાનું સન્માન કરશો.

કરુણા માટે અભિકથન

હું મારા વિચારો, શબ્દો અને કૃત્યો દ્વારા કરુણાને અભિવ્યક્ત કરું છું.

(અભિકથન : એ કથન જેનું જાગરૂકતાથી વારંવાર ઉચ્ચારણ કરવામાં આવે છે જેથી તે આપણી ચેતનામાં ફેલાઈ જાય.)

---

[૧] ગુરુમાઈ ચિદ્વિલાસાનંદ, અંતર શુદ્ધિનાં સોપાન : દિવ્ય સદ્‌ગુણોનો યોગ (ચિત્‌શક્તિ પબ્લિકેશન્સ, ૨૦૧૩) પૃ. ૯૯.

[૨] જ્ઞાનેશ્વરી ૧૬.૧૪૬; સ્વામી કૃપાનંદ દ્વારા સંપાદિત, *Jnaneshwar's Gita: A Rendering of the Jnaneshwari* (ઍલ્બની, ન્યૂયોર્ક : સની પ્રેસ, ૧૯૮૯) પૃ. ૨૬૦.

© ૨૦૨૦ એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન®. સર્વાધિકાર સુરક્ષિત.