

# सिद्धि आपनारी वाक्साधना



# सिद्धि आपनारी वाङ्साधना

: लेखक :

पं. श्रीराम शर्मा आचार्य

प्रकाशक

युग निर्माण योजना विस्तार ट्रस्ट  
गायत्री तपोभूमि, मथुरा.

ફોન (०५६५) २५३०१२८, २५३०३८८  
मो० ०८८२७०८६२८७, ०८८२७०८६२८८  
ફેक्स (०५६५) २५३०२००

प्राप्ति स्थान

शांभा अमदावाદ

गायत्री ज्ञानपीठ, पार्टीदार सोसायटी,  
જૂના વાડજ, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૧૩  
ફોન ૦૭૯-૨૭૫૫૭૨૫૨

सुधारेखी आवृत्ति-२०१०

किंमत રૂ. १०.००

## ● સિદ્ધિ આપનારી વાકુસાધના ●

જીભ દરેકના મુખમાં હોય છે અને બધા બોલે પણ છે. પણ બોલવાનું કાર્ય કોઈકને જ આવડે છે. જીભનો સાચો ઉપયોગ કોઈ કોઈ જ કરી શકે છે. તત્ત્વવેત્તાઓએ શબ્દને શિવ અને વાણીને શક્તિ કહી છે. એમની કૃપા જેના પર થાય એને અમૃત્વનો ઉપભોક્તા કહેવો જોઈએ.

શબ્દ એ માત્ર કંઠ અને જીભનું ઉચ્ચારણ જ નથી તેમજ જીભને કાતર માફક આખો દિવસ ચલાવીને બકવાસ કરવા માટે બનાવવામાં આવી નથી. એમાં અપાર શક્તિનો ભંડાર ભરેલો છે. એના ઉચ્ચારણથી પોતાના અને બીજા પર કેટલો પ્રભાવ પડે છે એનું રહસ્ય સમજીએ તો એકેએક શબ્દ જોખીજોખીને સભાનતા સાથે બોલીએ અને આપણી પવિત્રતા અને શ્રદ્ધાનો સમાવેશ કરીને વાણીને એટલી બધી પ્રભાવશાળી બનાવી દઈએ કે સાંભળનારા પ્રભાવિત થયા વગર રહેતા નથી.

## અનુક્રમણિકા

ક્રમ	વિષય	પૃષ્ઠ નં.
૧.	પરમ કલ્યાણ કરનારી મંગલકારી વાણી	૧-
૨.	વાણીનો સદુપયોગ શીખો	૫
૩.	વાણીનો વ્યભિચાર રોકવો જોઈએ	૧૬
૪.	વાતચીતમાં શાલીનતાનો સમાવેશ કરીએ	૨૦
૫.	શિષ્ટાચારનું એક મહત્ત્વનું અંગ વાણીનો સંયમ	૩૫
૬.	વાણીની કુશળતા એ વ્યવહારકુશળતાનું પ્રાથમિક ચરણ છે	૪૦
૭.	વધારે પડતું ન બોલો	૪૭
●	વિચારબિંદુ	

## પરમ કલ્યાણ કરનારી મંગલકારી વાણી

જીભ દરેકના મુખમાં છે અને દરેક બોલે પણ છે, પણ બોલતાં કોઈ કોઈને જ આવડે છે. વાણી-જીભનો સદુપયોગ કોઈક જ કરી શકે છે.

તત્ત્વજ્ઞાનીઓએ શબ્દને શિવ અને વાણીને શક્તિ કહી છે. એની કૃપા-દયા જેની પર થાય તે ભાગ્યશાળી અમૃતને ભોગવનારો કહેવાય છે.

કયા હેતુથી કેવી માનસિક સ્થિતિમાં, કેવી રીતે, કેવા શબ્દો બોલવાથી એના પ્રત્યાઘાત ભૌતિક પદાર્થો પર અને વ્યક્તિ પર કેવા પડે છે એ શબ્દવિજ્ઞાનનું સંશોધન કરીને ઋષિઓએ મંત્રવિદ્યાની શોધ કરી છે. એને વાણીનો શ્રેષ્ઠ પ્રયોગ જ કહી શકાય છે. જે વાણીનું સ્વરૂપ અને ઉપયોગ જાણે છે તે બહારનું સુખ અને અંતરમાં શાન્તિ મેળવવામાં સફળ બન્યા છે.

ઋગ્વેદ ૧૯-૭-૪માં વાણીના ઉપયોગ અને રહસ્ય વિશે જણાવતાં કહ્યું છે કે-

ઉતત્વઃ પશ્યન્ત દંદર્શં વાયમૃતઃ ત્વઃ શ્રુણ્વન્ન શ્રુણ્ણોત્યેતામ્ ।

ઉતોત્વસ્મૈ તત્ત્વં વિસન્ને જાયેવ પશ્ય ઉશતી સુવાસાઃ ॥

એટલે કે ઘણાં લોકો વાણીનો ચમત્કાર જોવા છતાં પણ આંખો બંધ કરીને બોલે જાય છે. કેટલાક એનો પ્રભાવ જાણતા હોવા છતાં કાન બંધ રાખે છે, પણ જેઓ એને જુએ છે અને સાંભળે છે એમની સામે પવિત્ર કલ્યાણ કરનારી વાણીરૂપી દેવી પોતાને સમર્પિત કરી દે છે.

શબ્દ એ કંઠ અને જીભનું ફક્ત ઉચ્ચારણ જ નથી તેમજ જીભ કાતરની માફક આખો દિવસ ચલાવીને બકવાસ કરવા માટે બનાવી નથી. એનામાં અપાર શક્તિનો ભંડાર ભર્યો છે. એ શબ્દો પોતાને અને બીજાને કેટલા પ્રભાવિત કરે છે એનું રહસ્ય સમજનાર એકએક શબ્દને જોઈ

વિચારીને બોલે છે અને પોતાની પવિત્રતા અને શ્રદ્ધાનો સમાવેશ કરીને એટલો પ્રભાવશાળી બને છે કે સાંભળનાર પ્રભાવિત થઈ જાય છે. વાણી એ છે કે જે બીજાના હૃદયને અસર કરી શકે છે. શબ્દ એ છે કે જે બોલવાની સાથે આપણને હળવા બનાવીને શાન્તિ શોધવા માટે મુખમાંથી બહાર નીકળે. અનિયંત્રિત બકવાસ તો પોતાની શક્તિનો નાશ કરે છે. અયોગ્ય અને ખરાબ ભાવથી શબ્દો બીજાને તીરની માફક ધાયલ કરી દે છે એ બદલો લેવા માટેના પ્રત્યાઘાત સાથે પાછા વળે છે. દુર્યોધનને દ્રોપદીએ કેટલાક અપમાનભર્યા શબ્દો સંભળાવ્યા. એનું પરિણામ મહાભારતના રૂપમાં આવ્યું અને એમાં ૧૮ અક્ષૌહિણી સેનાનો નાશ થઈ ગયો. આપણામાંથી ઘણા અકલ્યાણકારી અને દુર્બુદ્ધિભર્યા શબ્દો બોલે છે અને પોતાના રસ્તામાં કાંટા વેરે છે.

વાણી બોલતાં કઈ કઈ વાતનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ એને માટે ઋગ્વેદ ૧૦-૭૧-૨ના શબ્દોને ગ્રહણ કરવા જોઈએ-

સુકર્તુભવ તિતઉના પુનન્તો યત્ર ધીરા મનસા વાયમકત ।

અત્રા સખાયઃ સંખ્યાનિ જાનતે ય દ્રૈષાં લક્ષ્મીર્નિહિતાધિ વાયિ ॥

અર્થાત્-

બુદ્ધિશાળી લોકો જ્યારે બોલે છે ત્યારે શબ્દો પસંદ કરીને બોલે છે. જેમ ચાળણીમાં લોટ ચાળી ચાળણને જુદું પાડવામાં આવે છે, એ જ પ્રમાણે બોલતી વખતે શબ્દોને મનરૂપી ચાળણીથી ચાળીને સંયમિત વાણી જ બોલે છે.

વાણીનું ગૌરવ ટકાવી રાખવા અને એનો પ્રભાવ ટકી રહે તે માટે એ જરૂરી છે કે મોઢામાંથી શબ્દ કાઢતાં પહેલાં વિચાર કરવો કે આપણે જે કહેવા માંગીએ છીએ એમાં સદ્ભાવના છે કે નહીં. એમાં છળકપટ, વ્યંગ, ક્રોધ કે તિરસ્કાર તો છુપાએલાં નથી ને ! એને કહેવાથી સાંભળનારનું ખરાબ તો નહીં થાય ને, એટલો વિચાર કર્યા પછી જેટલું જરૂરી ને હિતકર

હોય એટલું જ બોલવું, જેથી અસત્ય, છળ વગેરે જીભના કેટલાય દોષોથી બચી શકાશે અને વાણીનો પ્રભાવ તથા તેજસ ટકી શકશે.

જીભને સરસ્વતીનું નિવાસસ્થાન કહેવાય છે. એનાથી સુંવાળું, મધુર, હિતકારી, સાચું તથા સદ્ભાવનાવાળું બોલવામાં આવે તો એને અમૃતની માફક ગ્રહણ કરવા-સાંભળવા માટે લોકો અધીરા બની રહેશે. એનાથી પ્રકાશ ગ્રહણ કરે છે અને દુર્ભાવનાઓનો કાદવ ધોઈ નાંખીને પોતાની પવિત્રતામાં વધારો કરે છે. જો શબ્દનું ગૌરવ સમજીને સામાન્ય વાતચીતમાં પણ જોઈ વિચારીને બોલવામાં આવે તો તે મંત્રની માફક ચમત્કારી પ્રભાવ પાડશે. જે મંત્રશક્તિથી દેવો પણ આકર્ષાય છે અને એમની પાસેથી દયા-કૃપા મેળવવા એમને સંમત કરી શકાય છે તો પછી સામાન્ય માનવી પર કેમ તેનો પ્રભાવ ન પડે ? વાણીને બોલતાં તેને સરસ્વતીનું પ્રતીક માનીને એનો શ્રેષ્ઠ ઉપયોગ કરવો જોઈએ. તૈતરીય બ્રાહ્મણમાં એક ઋચા આવે છે કે-

વાયં દેવા ઉમ જીવન્તિ વિશ્વે વાયં ગન્ધર્વાઃ પશવે મનુષ્યા :

વાચીમા ભુવનાન્યર્પિતા સાનો હવં જુષતામિન્દ્ર પત્ની ।

અર્થાત્

વાણીના આધારે જ મનુષ્ય, દેવ અને ગન્ધર્વે જીવન ધારણ કર્યાં છે. આખુંયે બ્રહ્માંડ વાણીમાં સમાયેલું છે. આ ઇન્દ્ર જેવી વિભૂતિઓથી સમ્પન્ન બનાવનારી કલ્યાણી વાણીને જ આપણે પ્રેમ કરવો જોઈએ. મિત્ર અને શત્રુ બનાવવાની શક્તિ ધરાવનાર વાણીનો ઉપયોગ જો બીજાને દુઃખ પહોંચાડવા, ભ્રમિત કરવા અને છળકપટ કરવા વીંછીના ડંખની માફક કરવામાં આવે તો તેનાથી આપણા શત્રુઓ વધે છે અને આપણા માટે વેર-વિરોધ પેદા કરે છે. એવા લોકોનો વિકાસ થતો નથી, પ્રગતિ રુંધાય છે તથા પ્રતિભાનો નાશ થાય છે, પણ જો સદ્ભાવના, સજ્જનતા અને સહાનુભૂતિવાળો શ્રેયકર પંથ પકડવાથી, જ્ઞાન વધારે એવા શબ્દો બોલવાથી

મિત્રોની સંખ્યા ઘણી વધી જાય છે. તે સાથીદારો અને સહચરોથી ઘેરાયેલો રહે છે. સ્વર્ગલોકમાં અમૃત હોવાનું જાણવા મળે છે, પણ એનું પ્રતીક જીભના ટેરવાને માન્યું છે. સાંત્વન અને પ્રેરણાદાયક શબ્દો અમૃતબિન્દુ જેવા છે, જેમાંથી થોડાંક ટીપાં પીનારા હર્ષથી પુલકિત થઈ જાય છે અને એ માટે હંમેશાં આભારવશ બની રહે છે. ધન વગેરેની મદદને લોકો ભૂલી જાય છે, પણ મીઠો વ્યવહાર કદી ભૂલાતો નથી. તે એટલે સુધી કે દુષ્ટો પણ એને વશ થઈ જાય છે, માટે જ વાણીને જીવન આપનારી કહી છે. મીઠાં વચનોને નીતિકારોએ વશીકરણ મંત્ર કહ્યો છે. કાગડો અને કોયલનો દાખલો આપતાં જણાવ્યું છે કે કાગડો કોઈનું નુકસાન કરતો નથી, પણ પોતાના કર્કશ અવાજથી તિરસ્કાર પામે છે અને કોયલ કોઈને કંઈ જ આપતી નથી, છતાં પોતાની મીઠાશભરી વાણીની મધુરતાને લીધે બધાંની પ્રિય બને છે.

આકાશની તન્માત્રા શબ્દ છે. શબ્દવિદ્યા-મંત્રવિદ્યાનું રહસ્ય જે સમજે છે તે બ્રહ્માંડમાં વ્યાપેલી શક્તિઓ, સિદ્ધિઓ અને વિભૂતિઓથી ભરપૂર બની જાય છે. ઈન્દ્રના વૈભવ માફક વાણીનો આ શબ્દવિદ્યા પ્રમાણેનો પ્રયોગ ઉપાસનાક્ષેત્રમાં પણ સમૃદ્ધિ અને પ્રગતિનાં દ્વાર ખોલી નાખે છે.

વાણી ફક્ત શબ્દોના ઉચ્ચારણને જ કહેવામાં આવતી નથી, પણ એની સાથે જે ભાવપ્રયોગ જોડાયેલો છે તે જ ખરેખર એનો પ્રાણ છે. એ પ્રયોજન પ્રમાણે જો બોલવામાં આવે તો પ્રચંડ પ્રાણપ્રવાહના રૂપમાં એ દિવ્યતા જેના અંતઃકરણમાંથી નીકળે છે અને પોતાનું જેના માટે બોલવામાં આવે તેનું અને આખા સંસારનું ભલું થાય છે. અંતરમાંથી નીકળતી વાણીઓને પરા, પશ્યન્તિ અને મધ્યમાના નામે ઓળખવામાં આવે છે. થોથી વાણી વૈખરી નામની છે કે જે મુખ દ્વારા બોલવામાં આવે છે. વાણીનું વર્ગીકરણ ઋગ્વેદ ૧/૧૬૪/૪૫ માં આ પ્રમાણે કરવામાં આવ્યું છે-



જીભથી બોલવામાં આવતા શબ્દોમાં બકવાસ અને વાચાળતા છે, જેનાથી ફક્ત મનોરંજન થાય છે. એમાં અહંકાર તથા દુર્ભાવ હોય તો આપણું અને બીજાનું ખરાબ થાય છે. પણ જો એનો ઉપયોગ સદ્ભાવના તથા મધુરતાયુક્ત સજ્જનતાથી કરવામાં આવે તો આપણું તથા બીજા દરેકનું કલ્યાણ એ અમૃત વચનોથી થઈ શકે છે.

## વાણીનો સદુપયોગ શીખો

મનુષ્યમાં બીજાં પ્રાણીઓ કરતાં એક વિશેષતા છે કે તે વાણીથી પોતાના અનુભવ અને ભાવનાઓને સારી રીતે પ્રગટ કરીને બીજાને પોતાના તરફ આકર્ષી શકે છે. એ પરમાત્માની મનુષ્યને મળેલી પરમ ભેટ છે, પણ આપણે જોઈએ છીએ કે, અત્યારે લોકો એ કીમતી પૂંજનો દરરોજ દુરુપયોગ કરીને સંસારમાં અનેક પ્રકારનાં કષ્ટ, અપમાન, નિંદા વગેરે સહન કરી રહ્યા છે અને પોતાનાં જીવન પણ ઘૃણિત અને પાપી બનાવી રહ્યા છે, આપણે એ માટે વિચારવું પડશે કે પોતાની વાણીનો દુરુપયોગ અટકાવીને તેને કેવી રીતે સારી, સંસ્કારી અને કલ્યાણકારી બનાવી શકીએ, જેના દ્વારા સંસારમાં આપણે સર્વત્ર અસત્ય, છળકપટ, પીડા અને અસંતોષના બદલે સ્વર્ગીય આનંદ અને ઉલ્લાસમય વાતાવરણ નિર્માણ કરી શકીએ.

શાસ્ત્રોમાં શબ્દને બ્રહ્મની ઉપમા આપી છે. ખરેખર શબ્દમાં અપાર શક્તિ છે. જ્યારે આપણે કોઈ શબ્દ બોલીએ છીએ ત્યારે એનો પ્રભાવ આપણા ગુપ્ત મન પર પડે છે એટલું જ નહિ, પણ આખા સંસાર પર પડે છે કારણ કે શબ્દનો કદી નાશ થતો નથી. દરેક શબ્દ વાયુમંડળમાં ફરતો રહે છે અને તે પોતાના જેવા ગુણધર્મવાળી વ્યક્તિના ગુપ્ત મન સાથે અથડાઈને એમાં એના જેવી પ્રક્રિયા પેદા કરે છે. એ વાત અનુભવસિદ્ધ છે કે જેમના માટે આપણે સારો ભાવ પ્રગટ કરીશું તે વ્યક્તિ આપણા માટે

અજાણે પણ પ્રેમ બતાવશે અને આપણા માટે શુભ ચિન્તન કરશે. એનાથી ઊલટું જેના માટે આપણા વિચાર અને શબ્દો ખરાબ હશે તેઓ અનાયાસે આપણું બૂરુ ઈચ્છશે અને શત્રુતાભાવ બતાવશે. શુભ અને મંગળ વાણીથી સાથી-સંબંધીઓ તેમજ સામાન્ય સમાજમાં સદ્ભાવના ફેલાય છે અને સમાજનું વાતાવરણ આનંદમય બને છે.

સારા અને ખરાબ શબ્દોની મનુષ્યજીવન પર ઘણી ઊંડી અસર થાય છે. સારા શબ્દો બોલનાર વ્યક્તિ નિર્ભય, શાન્ત, આનંદિત અને પ્રસન્ન જોવા મળે છે, જ્યારે કડવા અને ખરાબ શબ્દો બોલનાર વ્યક્તિ ક્રોધી, ઈર્ષાળુ, દંભી અને અસંતુષ્ટ અને કર્કશ સ્વભાવના હોય છે.

ખરાબ અને ગંદા શબ્દો બોલવાથી અબોધ બાળકો પર ઘણી ખરાબ અસર પડે છે. જેથી એમનું ચારિત્ર્ય હલકું બની જાય છે. કારણ કે નાનાં બાળકો મોટેરાં જેવું બોલે છે તેવું સાંભળીને એનો અર્થ સમજ્યા વગર અનુકરણ કરે છે. એને લીધે બાળકના ગુપ્ત મન પર એ ખરાબ સંસ્કારો મૂળ નાંખીને અડો જમાવે છે. જેથી તેઓ મોટાં થતા પતનના ખાડામાં પડે છે. આજકાલ બાળકોમાં સિનેમાની બેઢંગી, અશ્લીલ, ગંદી, અનિષ્ટ કરનારી પ્રવૃત્તિ રોજેરોજ વધતી જાય છે. આગળ જતાં આ અશ્લીલ ભાવ સંસ્કારરૂપે એમના મનને કલુષિત બનાવીને એમના જીવનને માટીમાં ભેળવી દે છે.

એના કરતાં ઊલટું સારી, મીઠી, શાન્ત અને પવિત્ર વાણી બોલનાર વ્યક્તિ પોતાના શબ્દો દ્વારા પોતાના વિચારો, ભાવનાઓ અને સંસ્કારોને શુદ્ધ કરે છે, તેમજ બીજી અનેક વ્યક્તિઓને પ્રભાવિત કરીને એમના જીવનમાં પણ નવી સ્ફૂર્તિ, નવી પ્રેરણા અને નવો વળાંક પેદા કરે છે. સારા લેખો અને કવિતાઓથી અનેક વ્યક્તિઓને સદ્પ્રેરણાઓ મળી છે અને એમના જીવનનું પરિવર્તન થયું છે. એથી શબ્દોનું સામર્થ્ય ઘણું હોવાની

સાબિતી મળે છે.

આપણા મહાન ઋષિઓએ મંત્રશક્તિ દ્વારા અનેક આશ્ચર્યજનક કાર્યો કર્યા છે. મંત્ર એટલે શક્તિવાન, તેજસ્વી અને મૂઢ શબ્દોનો અવાજ જ છે. એ શબ્દોથી માનસિક તથા ભૌતિક જગતમાં પણ ભારે ઊંચલપાથલ થઈ છે. એનું કારણ ફક્ત મંત્રો પાછળ ઋષિઓની અનુભવજન્ય જ્ઞાનથી ભરપૂર વાણીની પ્રબળ શક્તિ છે.

મંત્રોનો નિયમિત અને શ્રદ્ધાપૂર્વક જપ કરવાથી નવી શક્તિ અને અનેક સિદ્ધિઓ મળે છે, એનું કારણ એ છે કે ઉત્તમ અને પવિત્ર શબ્દોમાં ઘણી ગુણકારી શક્તિ રહેલી છે અને એના દ્વારા એક નવું અદૃશ્ય વાતાવરણ પેદા થાય છે, જે જીવનની દિશા બદલી નાંખે છે. આપણે જેવા શબ્દો બોલીશું એવો જ ભાવ મનમાં પેદા થશે. શરીરનાં અંગોને પ્રભાવિત કરશે અને આપણા આત્માની સ્થિતિ પણ નીચ સ્તરની થશે.

તાત્પર્ય એ છે કે આપણા શબ્દો આપણા અંતઃકરણ પર ભારે અસર કરે છે, જેથી આપણા સ્વભાવ અને ચારિત્ર્યના ઘડતરમાં અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. આપણા ઋષિમુનિઓ અને ઉપનિષદોએ દરેક શબ્દ પ્રત્યે ખૂબ સાવચેત રહેવાનો ઈશારો કર્યો છે, કેમ કે શબ્દોમાં અપાર સામર્થ્ય છે. જે કામ આપણે વર્ષો સુધી કરી શકતા નથી એને મનસ્વી અને તપસ્વી વ્યક્તિ પોતાના પસંદ કરેલા શબ્દોની શક્તિથી જોતજોતામાં પૂરું કરી નાખે છે. એનું કારણ પણ આ જ છે. તેથી આપણે શબ્દોની અપાર શક્તિને ધ્યાનમાં રાખીને હંમેશાં મીઠું, પવિત્ર અને લાભકારી બોલવું જોઈએ !

તૈતરીય ઉપનિષદમાં કહ્યું છે કે, 'જિહ્વામૈ મધુમત્તમા' અર્થાત્ હે ઈશ્વર ! મારી જીભ હંમેશાં મીઠા શબ્દો બોલે, હું કદી કડવાં, કલેશકારી કુવચન બોલીને મારી જીભને કલંકિત કરું નહીં. માટે અમે અમારા જીવનમાં, ઘરમાં કે સમાજમાંના દરેક વ્યવહારમાં એવા શબ્દોનો ઉપયોગ કરીએ કે જે

મધુર, શિષ્ટ, ઉત્સાહજનક અને લાભકારી હોય. તુલસીદાસનું કથન છે કે-  
તુલસી મીઠે વચન તે, સુખ ઉપજત ચહુ ઓર ।

વશીકરણ એક મંત્ર હૈ, તજ દે વચન કઠોર ॥

મીઠાં અને હિત કરનારાં વચનો વાસ્તવમાં એવો વશીકરણ મંત્ર છે કે જેનાથી આપણા મિત્ર, સ્વજન કે કુટુંબી સાથે આખા સંસારના લોકો આપણા તરફ ખેંચાઈને આપણને સ્નેહ કરે. તો પછી શા માટે આપણે નકામાં કડવાં અને ન કહેવાં જેવાં વચનો બોલીને આપણી ચારેબાજુનું વાતાવરણ કલેશકારી અને અમંગળકારી બનાવીને પોતાના તથા બીજાના જીવનમાં કષ્ટ પેદા થાય એવી વાતો કરવી ?

મનમાં હમેશાં સારા સંકલ્પ કરો તથા વાણીથી હમેશાં મીઠાં અને લાભકારી વચન જ બોલો, મનને હમેશાં સારા સંકલ્પ દ્વારા સન્માર્ગે ચાલવા પ્રેરણા આપતા રહેવું. મનને એકાગ્ર અને શાન્ત કરીને, એકાન્તમાં એવા શબ્દો બોલો કે જેનાથી એને નવી ચેતના અને નવી પ્રેરણા મળતી રહે, જેમ કે, “મારું મન અપારશક્તિનો ભંડાર છે. હું મારી ઈચ્છા પ્રમાણે એને કાબુમાં રાખું છું. મારું મન ઈન્દ્રિયોનો દાસ નથી. એમનો સ્વામી છે. ઈન્દ્રિયોને વિષયો તરફ આગળ વધવા દઈશ નહીં. મન ઈન્દ્રિયોનો સ્વામી છે, પરંતુ હું મનનો પણ સ્વામી છું. હું એને લોભ-લાલચથી દૂર રાખવાની શક્તિ ધરાવું છું. એને કુમાર્ગથી હટાવીને સન્માર્ગે લઈ જવાની શક્તિ ધરાવું છું. બધી ઈન્દ્રિયો અને મન મારા કાબૂમાં છે. એમને દરરોજ સારા રસ્તે ચાલવાની પ્રેરણા આપ્યા કરું છું.”

આ પ્રમાણેના નિર્દેશ આપતા શબ્દો દ્વારા તમે પોતાની માનસિક શક્તિ અને આત્મબળને વધારીને જીવનને પવિત્ર, સુખી અને સમ્પન્ન બનાવી શકો છો.

શબ્દ અમૃત અને ઝેર બંનેનું કામ કરે છે. જે શબ્દો સત્ય-ઉત્સાહ -

ઉલ્લાસ વધારનારા, કપટ વગરના, મીઠા અને લાભકારી હશે તે અમૃત જેવા કહેવાશે, પણ જો કઠોર, અહંકારી, ઉપહાસ કરનારા, કડવા અને દ્વેષભર્યા હશે તો તે પોતાના અને બીજાને માટે ઝેરરૂપ અને હાનિકારક બની જશે.

વાણીનો દુરુપયોગ કદી ન કરવો, બની શકે તો સપ્તાહમાં એક દિવસ મૌન રાખવું અને તે દિવસે આત્મચિંતન -સદ્ચિંતન કરવું. મૌનમાં ઘણી મોટી શક્તિ છે. જેઓ વાણીનો સંયમ કરીને બને તેટલો સમય મૌન પાળે છે એની વાણીમાં પ્રસન્નતા પેદા થાય છે. જેટલું જરૂરી હોય એટલું બોલવું. વાણીના દુરુપયોગથી આપણી શક્તિમાં ઘટાડો થાય છે. એટલે ઈન્દ્રિયસંયમ માટે બ્રહ્મચર્યનું વિધાન છે, એમ વાણીના સંયમ માટે મૌન સાધનરૂપ છે. મહાત્મા ગાંધીએ કહ્યું છે કે, “મૌન સર્વોત્તમ ભાષણ છે. જો બોલવાની જરૂર હોય તો ઘણું ઓછું બોલો. એક શબ્દથી કામ ચાલતું હોય તો બે ન બોલો, ” ફેંકલિન જણાવે છે કે, “કીડી કરતાં વધુ સારો ઉપદેશ બીજું કોઈ આપતું નથી, કેમ કે તે મૌન રહે છે.” કાર્લાઈલે કહ્યું છે, “મૌનમાં શબ્દો કરતાં વધુ વાક્યશક્તિ છે.”

આપણે જેટલું નકામું બોલીએ છીએ એટલો સમય કામ કરવામાં આવે તો એટલાથી એક નવો હિમાલય પહાડ ઊભો કરી શકાય. શબ્દોની અગાધ શક્તિનો નાશ કરીને આપણે ગરીબ બનતા જઈએ છીએ. જો એ શબ્દો બીજાને સાંત્વન આપવામાં, ભજનમાં, પ્રભુનું નામ લેવામાં, સંગીત, જપ વગેરે માટે વાપરીએ તો આપણા સમાજનું કેટલું બધું ભલું થાય! સાથે આપણે વાચાળતાથી જે દોષ, લડાઈ, ઝઘડા, કલેશ, ઈર્ષા, વગેરે ઊભા કરીએ છીએ એનાથી બચી શકીએ.

વાચાળતા એ નકામો દુરુપયોગ છે. તે પછી ગમે તેની પ્રેરણાથી કેમ ન કરવામાં આવે, છતાં પણ તે નુકસાનકારી છે. એ સંબંધમાં એકેન

રિવલેએ લખ્યું છે કે, “ઈડું મૂક્યા પછી મરઘી એવી મૂર્ખતા કરે છે કે તે મોટે મોટેથી બોલે છે. એનો અવાજ સાંભળીને ડોમકાગડો આવી પહોંચે છે અને ઈંડાં તથા બીજી વસ્તુઓને પણ ખાઈ જાય છે કે જે તેણે પોતાનાં ભાવિ સંતાનો માટે ભેગી કરી રાખી હતી.” વાચાળ મનુષ્યને પણ એવો જ મૂર્ખ કહેવો જોઈએ.

સંત ઈસુએ કહ્યું હતું કે, “આપણે જેટલા ખરાબ શબ્દો બોલીએ છીએ એને માટે યમરાજને જવાબ આપવો પડશે. ખરાબ શબ્દો બોલવા કરતાં મૌન રહેવું વધુ સારું છે.”

કોઈની સાથે લડાઈ થઈ જાય એ કોઈ મોટી વાત નથી, પણ ઈર્ષાથી બીજાની કોઈ બૂરાઈ કે ભૂલ માટે દૂષિત પ્રચાર કરવો સારો નથી. લડાઈ પૂરી થયા પછીથી ફરીથી મીઠો સંબંધ બાંધવામાં હરકત પડતી નથી, પણ તિરસ્કારભર્યો પ્રચાર કરવાથી એક પ્રકારની ઝેરી પ્રતિક્રિયા પેદા થાય છે. એનાથી સામા પક્ષના લોકો કટ્ટર દુશ્મન બની જાય છે. સાથે સાથે બીજા લોકો ખોટા પ્રચારથી પ્રચાર કરનારને શંકા અને વહેમની દૃષ્ટિએ જુએ છે અને પોતે સાથ-સહકાર આપવામાં પાછા પડે છે. કાદવના છાંટા અને એની દુર્ગંધથી દરેક દૂર રહેવાનું ઈચ્છે છે.

પ્રયત્ન તો એવો થવો જોઈએ કે લડાઈ-ઝઘડા જ ન થાય. વળી ઈર્ષા-દ્વેષ વધે, એને પ્રોત્સાહન મળે એને માટે કોઈ કાવતરાં ન કરવામાં આવે કેમ કે, વધેલી ઈર્ષા, અને દ્વેષ કદીક સમય મળતાં પોતાનો ખરાબ પ્રભાવ અવશ્ય બતાવે છે. જરૂર તો એ વાતની છે કે કોઈપણ કારણે બીજા સાથે થયેલી લડાઈ, ઝઘડો અને મતભેદ દૂર કરીને મનમેળ કરી લેવો જોઈએ. આપણી કોઈ ભૂલ થઈ હોય તો એને માટે વિચાર કરીને શુદ્ધ હૃદયથી માફ માગી લેવી જોઈએ. કદાચ વિરોધ કરવો પડે તો તે દ્વેષ વગરનો હોવો જોઈએ. નમ્ર અને દૃઢ શબ્દોમાં જણાવવો જોઈએ. સારા

ઉદ્દેશ્ય માટે કરવામાં આવતો વિરોધ નમ્રતાથી કરવામાં આવે તો એનું પરિણામ સારું આવશે. દરેક સાથે મીઠાશબ્દો વાર્તાલાપ કરવો જોઈએ કારણ કે-

“કાગા કાકો ધન હરે, કોયલ કાકો દેય ।

મીઠી વાણી બોલકર જગ, બસમેં કર લેય” ॥

મીઠાશબ્દો વચનો બોલીને આખી દુનિયાને વશ કરી શકાય છે, બીજાને આપણા બનાવી શકાય છે. લોકોનાં હૃદયમાં સ્થાન મેળવી શકાય છે. નરમ અને મીઠા શબ્દોથી દુશ્મન પણ આપણા મિત્ર બની જાય છે અને વ્યંગભર્યા શબ્દો બોલવાથી મિત્ર પણ શત્રુ બની જાય છે.

લોકપ્રિય બનવાની ઈચ્છા રાખનારે કોઈની ટીકા ન કરવી. બની શકે છે કે બીજાની ભૂલ ન પણ હોય અને આપણે ભૂલ કરતા હોઈએ. આપણી ટીકા કરવાની વૃત્તિથી લાભ નહીં પણ નુકસાન થાય છે. સંભવ છે કે કોઈ વ્યક્તિ ભૂલથી કે સ્વાભાવિક રીતે અશક્તિ કે કોઈ બીજા કારણને લીધે ભૂલ કરી બેસે, જે સમજાતાં તે ભૂલ સુધારી લેશે પણ જે ટીકા કરવામાં આવે છે એનાથી કોઈ લાભ થતો નથી. ઊલટું બંનેમાં મતભેદ વધતો જશે.

આજના બૌદ્ધિક યુગમાં દરેક વ્યક્તિ પોતાની સ્વતંત્ર બુદ્ધિથી વિચારે છે અને જે સારું લાગે તે પ્રમાણે કરે છે. એટલે બીજાને આજ્ઞા કે હુકમ કરવાની ટેવ ન રાખવી. કદાચને કોઈને કહેવું પડે એમ હોય તો તે હુકમ કરતાં સમજાવીને ઈચ્છા જણાવવી. એના માટે વિચાર કરીને તે કામ કરવાની વાત એના પર છોડી દેવી જોઈએ. વાતચીત કરવામાં બીજાને મહત્ત્વ ન આપતાં પોતાની વાત કર્યા કરવી એ સારું નથી. એનાથી બોલાચાલી અને ઉત્તેજના પેદા થાય છે. વાતચીત કરતી વખતે સંયમ અને સમજદારીથી કામ લેવું જોઈએ. જો કોઈની વાત સાચી હોય તો પોતાની

હક છોડીને એને માની લેવી જોઈએ. એથી બીજાની દૃષ્ટિમાં આપણી કિંમત વધી જાય છે અને સામા પક્ષનો સહયોગ તથા આત્મીયતા મળે છે. આપણા મિત્રો, સાથીદારો કે સમ્પર્કમાં આવનાર વ્યક્તિઓ સ્વભાવ તથા ટેવનો અભ્યાસ કરીને એને અનુકૂળ વાત કરવાનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ. એવી કોઈપણ વાત એકદમ ન કહેવી જોઈએ, જે બીજાને ખરાબ લાગે.

અજ્ઞાન અને અવિવેકના અંધકારથી છવાયેલ મનોભૂમિવાળા રજોગુણી અને તમોગુણી સ્વભાવના મનુષ્યો જ આજકાલ સંસારમાં મોટા પ્રમાણમાં જોવા મળે છે. તેઓ સાચા મનુષ્યની ભલમનસાઈનો લાભ ઉઠાવીને પોતાની દુષ્ટતાને વધુ તેજ કરી શકે છે અને પોતાના દુષ્ટ મનોરથ માટે ઘણી સહેલાઈથી સફળતા મેળવે છે. માટે જે વ્યવહારમાં સાચા છે, સીધા છે એમને પોતાની વૃત્તિ શુદ્ધ રાખવા છતાં પણ, સત્ય પ્રત્યે નિષ્ઠા રાખવા છતાં પણ, એ ધ્યાનમાં રાખવું પડે છે કે, એમની સચ્ચાઈનો દુરુપયોગ ન થાય. જ્યાં એવો ભય હોય ત્યાં સમજી વિચારીને બોલવું અને સાવધાનીથી વિચારપૂર્વક એટલું જ બોલવું કે જેનાથી કામ ચાલી જાય અને કુપાત્રોને બિનજરૂરી લાભ પણ ન મળે.

વ્યાવહારિક રીતે સાચું બોલવામાં લોકકલ્યાણ તથા વિશ્વકલ્યાણની ભાવના હોવી જોઈએ. ઘણીવાર એવાં ધર્મસંકટ ઊભાં થાય છે કે બોલવાથી દુષ્ટ લોકો અયોગ્ય લાભ ઉઠાવે છે અને નિર્દોષોને સતાવીને પોતાનો સ્વાર્થ પૂરો કરે છે. એવા સમયે બોલવામાં નહીં, ભાવનાને તથા એના પરિણામને જ સત્યનો આધાર માનવો પડશે.

યોગ દર્શનમાં આ ગૂંચને પણ ઊકેલવામાં આવી છે. ૨/૩૦, વ્યાસભાષ્યમાં કહ્યું છે કે-

“એષા સર્વભૂતો પકારાર્થ પ્રવત્તા ન ભૂતોપદાય યદિ ચૈવમથ્વમિધીય માના ભૂતોપદાતરવ સ્યાતુ ન સત્યં ભવેત પાપ મેવ તેન પુણ્યાસે પુણ્ય



પ્રતિરુપકૃપા કષ્ટં તમઃ પ્રાન્પુયામ, તસ્યાત્ પરીક્ષ્ય સર્વભૂત હિતં સત્યં  
બ્રુયાત્.”

અર્થાત્- સત્યનો પ્રયોગ જીવોના ભલા માટે કરવો જોઈએ. અહિત માટે નહીં, જે બોલવાથી પ્રાણીઓને નુકસાન થાય છે તે સત્ય હોવા છતાં પણ તેને અસત્ય અને પાપ જ માનવામાં આવે છે. એવું અવિવેકી સત્ય બોલવાથી બીજા નિર્દોષોને દુઃખ ભોગવવું પડે છે અને બોલનારને પાપ લાગે છે. તેથી પરિસ્થિતિનો સારી રીતે વિચાર કરીને વિવેકની મદદ લઈને બધા માટે કલ્યાણકારી વાણી બોલવી.

કસાઈ પાસેથી છૂટીને ગાય નાસી જતી હોય અને એની પાછળ કસાઈ એને શોધતો આવે અને પૂછે કે, ગાય ક્યાં છે ? તો સાચું બોલવાથી ગૌહત્યા થાય છે અને કસાઈના પાપમાં પણ વધારો થાય છે. ગાયના વધની પીડા અને નરક મળે એ દુષ્પરિણામ આવે એવું સત્ય બોલવું શા કામનું ? માટે એવા સમયે વિવેક અને પરિણામનું ધ્યાન રાખીને સાચું બોલવું જોઈએ.

ઉપર પ્રમાણેનું ધર્મસંકટ ઝિભું થતાં એક જ્નેનારે ખૂબ ચતુરાઈથી જવાબ આપ્યો કે -

‘યા પશ્યતિ ન સ્મ જ્ઞુતે યા જ્ઞુતે સ્મ ન પશ્યતિ ।

અહો વ્યાધ સ્વકાર્યાથિન્ કિંદચ્છસિ પુનઃપુનઃ ॥

જેણે જ્ઞેયું છે તે બોલતી નથી, જે બોલે છે એણે જ્ઞેયું નથી. હે સ્વાર્થી કસાઈ તો પછી, તું વારંવાર કેમ પૂછે છે ?

નાસી જતી ગાયને આંખોથી જ્નેનારની આંખો બોલતી નથી. જીભ બોલે છે પણ એણે જ્ઞેયું નથી. માટે ગાય ક્યાં ગઈ એનો જવાબ કોણ આપે ? વાણીની ચતુરાઈ ખોટું બોલવાના દોષથી બચાવે તો છે, પણ અધર્મ ન થવા દેવો એને સાચી બુદ્ધિ કહેવાય છે.

આવાં ધર્મસંકટોના સમયે શાસ્ત્રકારોએ પણ ભાવનાવાળા સત્યને જ પ્રથમ સ્થાન આપ્યું છે અને જે શાબ્દિક સત્ય છે એની ઉપેક્ષા કરી છે.

સત્યં ન સત્યં ખલુ યત્ર હિંસા,  
દયાન્વિત યાનૃત મેવ સત્યમ્ ।  
હિત નરાણાં ભવતીય યેન,  
તદેવ સત્યમ્ ન યાન્યથેવ ॥

જેનાથી હિંસામાં વધારો થાય છે તે સત્ય, સત્ય નથી. જેનાથી દયાધર્મને પોષણ મળે છે તેવું અસત્ય જ સત્ય છે. જેનાથી પ્રાણીઓનું ભલું થાય છે તે જ સત્ય છે. જેનાથી અહિત થાય છે તે સત્ય હોવા છતાં પણ અસત્ય છે.

નીતિકારોએ અનેક સ્થળે આ તથ્યને સમર્થન આપ્યું છે

‘ના પૃષ્ઠઃ કસ્યચિદ્ બ્રુયાન્ન ચન્યાયેન પૃષ્ઠતઃ’

પૂછ્યા વગર કે અનીતિવાળા ઉદ્દેશ્ય માટે પૂછતાં સત્ય હોય તો પણ ન કહેવું જોઈએ.

કોઈ ચોર પૂછે કે તમારી પાસે કેટલા પૈસા છે અને તે ક્યાં રાખ્યા છે ? તો સાચું બોલવાથી ધન તો જાય, પણ સાથે ચોરની દુષ્ટતા પણ વધવાનો ભય છે. એ પ્રમાણે જો કોઈ સૈનિક સાચું બોલવાના નામે લશ્કરનો ભેદ ખુલ્લો કરે અને તેનો લાભ ઉઠાવીને શત્રુઓ હુમલો કરે તો સાચું બોલવું તે એક અપરાધ અને પાપ મનાય છે. એવું સત્ય બોલનાર સૈનિકને કડક સજા થાય છે. રાજ્યના ગુપ્તચર અને છૂપી પોલીસ વિભાગમાં મોટા મોટા ગુના, પાપ અને કાવતરાંને શોધી કાઢવા માટે છુપાવેશે, ખોટો પરિચય આપીને ભેદને જાણી લે છે. એ ભેદ જાણવાથી ન્યાય તથા ધર્મનું રક્ષણ થાય છે, માટે એને પ્રશંસનીય ઠરાવવામાં આવે છે.

યોગી અરવિંદ લખે છે કે-

“જેમને આપણી પ્રવૃત્તિઓ અને યોજનાઓ જાણવાનું કોઈ પ્રયોજન નથી, જેઓ એને સમજતા પણ નથી, જે એની જાણકારી મેળવીને પોતાને નુકસાન કરશે, એમને આપણી પ્રવૃત્તિઓ અને યોજનાઓ બતાવવાની શી જરૂર છે? આધ્યાત્મિક રહસ્યોને છૂપાં રાખવામાં આવે છે એ યોગ્ય જ છે. અમારા આશ્રમની કાર્યવાહીની બાબતમાં બહારના લોકોને જાણ થવા દેતા નથી એનો અર્થ એવો નથી કે અમે જૂઠું બોલીએ છીએ. ઘણાખરા યોગીઓ પોતાના આધ્યાત્મિક અનુભવોને ખાસ પાત્રતા કે અધિકારવાળા લોકોને જ જણાવે છે ગમે તેને બતાવતા નથી. આ ગુપ્તતા અધ્યાત્મનો કાયમથી ચાલ્યો આવતો નિયમ છે. એવો કોઈ નૈતિક કે ધાર્મિક નિયમ નથી, જે પોતાની દરેક વાતો ગમે તેને ગમે ત્યારે કહી દેવાનો આદેશ આપે છે.”

જૂઠું નહીં, પરંતુ આપણે હંમેશાં સાચું જ બોલવું જોઈએ, પણ એનો અર્થ એવો નથી કે પોતાની દરેક વાત દરેકને કહી દેવી જોઈએ. જરૂર પ્રમાણે મૌન રહીને કે જવાબ આપવાની ના પાડી જરૂરી વાતોને છુપાવવાની અનુમતિ છે. કેમ કે, જેમની મનોભૂમિનો યોગ્ય વિકાસ થયો નથી તેઓ એ ગુપ્ત વાતનો દુરુપયોગ કરી શકે છે, એને વિકૃત કરીને નુકસાન કરી શકે છે.

અણુબૉમ્બ વગેરેનું રહસ્ય ખાસ કરીને ગુપ્ત રાખવામાં આવે છે. લશ્કરી જાણકારીઓ તો ખાસ ગુપ્ત જ રાખવામાં આવે છે. રાજકીય બજેટ પ્રગટ થતાં પહેલાં જો એનો ભેદ ખુલ્લો થઈ જાય તો ચતુર લોકો એના આધારે વેપાર કરીને કરોડો રૂપિયા કમાઈ શકે છે અને જેમને એ જાણકારી મળી નથી તેમને કારણ વગર મોટું નુકસાન ભોગવવું પડે છે. એટલે જ બજેટનો ભેદ સમય પહેલાં ખુલ્લો કરવાને ગુનો ગણવામાં આવે છે.

મહાભારતમાં ભીષ્મની કુશળતા એ હતી કે તે એ કોઈનાથી હારતા

નહોતા. એટલે પાંડવો ગભરાયા ત્યારે યુધિષ્ઠિરે કોઈપણ રીતે વાતવાતમાં ચતુરાઈપૂર્વક ભીષ્મને એમની યુદ્ધનીતિ પૂછી લીધી. એમણે જણાવ્યું કે, “હું હથિયાર વગરનો, ઘાયલ થઈને પૃથ્વી પર પડેલો, નાસી જતો, શરણે આવેલો, અંગનો ભંગ થયેલો હોય અને સ્ત્રી તથા નપુંસક હોય તેના પર હથિયાર ચલાવતો નથી.” આ જાણકારીનો પાંડવોએ પૂરેપૂરો લાભ ઉઠાવ્યો. શિખંડી નામના નપુંસકને ભીષ્મ સામે ઊભો રાખવામાં આવ્યો. એના પર ભીષ્મ હથિયાર છોડતા કે લડતા ન હતા. પેલી બાજુએ શિખંડીની પાછળ ઊભા રહીને અર્જુને ભીષ્મ પર બાણમારો કર્યો અને તેમને ઘાયલ કરી નાખ્યા. સત્યને જરૂર વગર પ્રગટ કરવાથી ઘણીવાર સત્યવાદીને ભીષ્મની જેમ નુકસાન ભોગવવું પડે છે.

સાચું બોલવું એ જ યોગ્ય છે. વ્યાવહારિક આચરણ કરવું હોય તો પણ કેટલાક ઉચ્ચ ઉદ્દેશ્યો માટે જરૂરી વાણીની કુશળતાને છોડીને બાકીના સામાન્ય જીવનમાં સાચું જ બોલવું જોઈએ. સત્યમાં નિષ્ઠા રાખવી એ સત્યનારાયણનું રૂપ છે. જે સત્યના ઉપાસક છે તેઓ એક રીતે સત્યનારાયણ ભગવાનની આચારાત્મક પૂજા કરે છે, જે ભાવાત્મક પૂજા કરતાં વધુ ઉચ્ચ પ્રકારની છે. સાચું બોલવું એ વાણીની સાધના તો છે, પરંતુ મન, બુદ્ધિ અને અંતઃકરણની સાધના પણ એમાં સમાયેલી છે. માટે વાણીની સાધનાને એક વિશિષ્ટ સાધના માનવામાં આવી છે. તે અવશ્ય સિદ્ધિ આપનારી છે.

## વાણીનો વ્યભિચાર રોકવો જોઈએ

આપણા મનમાં ભાવ, વિચાર અને ઈચ્છા જણાવવા માટે મનુષ્યને જીભથી બોલવું પડે છે. જ્યારે મનુષ્ય કંઈક કહેવાની ઈચ્છા કરે છે કે પોતાના કોઈ ભાવો જણાવવા ધારે છે ત્યારે બોલીને કે લખીને જણાવી શકે છે. જ્યાં સુધી બોલવાની વાત છે ત્યાં સુધી બોલનાર અને સાંભળનાર

વચ્ચે વિચારની આપ લે કરવી એ તાત્કાલિક, પરંતુ અંસ્થાયી માધ્યમ છે. લિપિના માધ્યમથી કહેવામાં આવતી વાત વધુ સમય સુધી ટકી શકે છે.

પ્રયોગ ગમે તે પ્રકારે થાય, પણ મનુષ્યના વિચાર અને ભાવો વગેરે જણાવવા માટે શબ્દ જ એક મહત્ત્વનું માધ્યમ છે. મનુષ્યો જ નહીં, પ્રાણીઓમાં પણ પોતાની ભાષા, પોતાના શબ્દો હોય છે, જેના માધ્યમથી તેઓ પરસ્પર પોતાના ભાવ પ્રગટ કરે છે. એક વાંદરો જો કોઈ જગ્યાએ સપડાયો હોય તો મોટેથી એવી બૂમાબૂમ કરી મૂકે છે એને સાંભળીને બીજાં વાંદરાં ત્યાં દોડી આવે છે. એ જ પ્રમાણે પક્ષીઓ કૂતરાં, બિલાડાં વગેરે પ્રાણી પણ પોતાના ખાસ શબ્દોના માધ્યમથી પોતાના મનના ભાવ જણાવે છે. એટલું જરૂર છે કે, પશુઓની વાણી મર્યાદિત અને પરંપરાગત હોય છે, જ્યારે મનુષ્યે પોતાના બુદ્ધિબળથી ભાષાનું મહત્ત્વનું વિજ્ઞાન શોધી કાઢ્યું છે.

શબ્દ બોલવાથી મનુષ્ય માટે જ્ઞાનનાં દ્વાર ખૂલી જાય છે. ભર્તૃહરિએ લખ્યું છે કે, “સંસારમાં શબ્દ વગર જ્ઞાન મળતું નથી.” સાંભળ્યા વગર કે વાંચ્યા વગર જ્ઞાન મળવું શક્ય નથી. બૃહદારણ્યકોપનિષદમાં કહ્યું છે કે, “ગર્વેષાં વાગેવાયતનમ્” જીભ જ જ્ઞાન મેળવવાનું એક માત્ર સાધન છે. શબ્દ કામધેનુ છે. તે મનુષ્યને અપાર જ્ઞાનનો ખજાનો આપી દે છે.

પણ જેમ કલ્પવૃક્ષ નીચે બેસીને મનુષ્ય ઘણો જ વૈભવ મેળવી શકે છે તેમ ખરાબ કલ્પનાઓ દ્વારા વિનાશ પણ નોતરી શકે છે. એ પ્રમાણે શબ્દ પણ પોતાનાં સારાં કે ખરાબ પરિણામો પેદા કરી શકે છે. મનુષ્ય જે કંઈ બોલે છે એનો સારો કે ખરાબ પ્રભાવ સમાજ પર પડે છે અને તે પ્રમાણે બોલનારને ફળ મળે છે. જેમ મનુષ્યનાં સારાં કાર્યોથી બીજાને સુખ મળે છે તેમ ખરાબ કાર્યોથી બીજાને દુઃખ ભોગવવું પડે છે. પોતાના જીવનમાં પણ અશાંતિ ઊભી કરે છે. એ પ્રમાણે સારા કે ખરાબ શબ્દો

પરિણામ પેદા કરે છે.

માનવીની વાણી અમૃત પણ છે અને ઝેર પણ છે. દવા પણ છે અને વિષ પણ છે. શબ્દોનો સદુપયોગ કરીને પોતાનું અને સમાજનું ઘણું મોટું હિત કરી શકાય છે, તો દુરુપયોગ કરીને બીજાનું અહિત પણ કરી શકાય છે.

વાણીનો દુરુપયોગ મનુષ્યને જીવનની બધી બાજુએથી અસફળ બનાવે છે. જૂઠું બોલીને, છેતરીને અને ચાલાકીભર્યા શબ્દો વાપરીને મનુષ્ય બીજાનો વિશ્વાસ ખોઈ બેસે છે. આવી વ્યક્તિઓને કોઈ સાથે આપતું નથી. ધુતારા, ચાલાક, લંપટ અને વાચાળ વ્યક્તિઓથી દરેક જણ દૂર રહેવાનો પ્રયત્ન કરે છે.

દુઃખની વાત એ છે કે, આજના યુગમાં ભાષાવિજ્ઞાનનો જેટલો વિકાસ થયો છે અને વાણીને પ્રભાવશાળી બનાવી વૈજ્ઞાનિકરૂપે આપવા માટે જેટલું સંશોધન કરવામાં આવ્યું છે એટલો જ વાણીનો વ્યભિચાર વધી ગયો છે. આજકાલ શબ્દ જ્ઞાનનો પ્રવાહ ન રહેતાં વાણીવિલાસ, કહેવાતી વાક્યાતુરી કે છળકપટ બની ગયાં છે. સાચાને જૂઠું અને જૂઠાને સાચું બનાવવા જે શબ્દો બોલવામાં આવે છે તે વાણીનો વ્યભિચાર નહીં તો બીજું શું છે.? એકબીજા સાથેની વાતચીત, સંવાદ અને લેખન વગેરેમાં શબ્દોનો દુરુપયોગ આજે કંઈ ઓછો થતો નથી.

સમાચારપત્રોમાં આપવામાં આવતા જૂઠા સનસનાટીભર્યા સમાચાર, ખોટી અને ખરાબ પ્રવૃત્તિને વધારનારી જાહેરાતો અને અશ્લીલ સાહિત્ય એ બધાંએ લિપિમાં શબ્દોની દુર્દશા કરી નાંખી છે. તો વળી વાતચીતમાં કરવામાં આવતી ચાલાકી, વાક્યાતુરી, જૂઠ, છળ, ધોખાબાજી વગેરેએ બોલવામાં સત્યાનાશ કરી દીધો છે. તાત્પર્ય એ છે કે ચારે તરફ વાણીનો વ્યભિચાર અને શબ્દોનો દુરુપયોગ ઘણો વધી ગયો છે. શબ્દ કે જે મનુષ્યનું

જ્ઞાન વધારવા અને પ્રેરણા આપવા માટેનું મહત્ત્વનું સાધન છે તેનો દુરુપયોગ કરવાથી તે ઝેરસમાન બની જાય છે. જુદી જુદી રીતે થનાર શબ્દનો દુરુપયોગ આજે આપણને ઘણું નુકસાન કરી રહ્યો છે. કોઈના બોલવા કે લખવા પર વિશ્વાસ બેસતો નથી. એમાં કોઈ શંકા નથી કે દુષ્ટ- દુરાચારી વ્યક્તિ પણ પોતાની વાક્યાતુરીથી પોતાને ભલો તથા સારો સાબિત કરી શકે છે. કેટલાક બદમાશ શબ્દની ચતુરાઈથી એવી રીતે ભૂલથાપ આપે છે કે ભલભલા છેતરાઈ જાય છે.

લોકો વિચાર કર્યા વગર ઉશ્કેરાઈને ગમેતેમ બોલે છે. કોઈપણ વાત માટે જરાક બહાનું મળે કે તરત જ ગાળાગાળી કરવા માંડે છે. આવા સમયે વાતનો ઉદ્દેશ્ય, અર્થ અને જરૂરિયાતને સમજ્યા વગર ગમેતેમ બોલ્યા કરવું એ વાણી વ્યભિચાર જ છે. ફેંકલીને કહ્યું છે કે, “પગ ખસી જાય તો મૂળ સ્થાને લાવી શકાય છે, પણ જીભ આડીઅવળી બને તો તેને સીધી કરી શકાય નહીં.” કોણ જાણે દિવસભરમાં આપણી જીભ કેટલીવાર આડીઅવળી થઈ જાય છે. આપણે કદી એનો અભ્યાસ કર્યો નથી.

પોતાની વાતને જ સાચી માનીને પોતે બોલે છે તે જ સાચું છે એમ માની લેવું એ વાણીનો દુરુપયોગ છે. એ જ પ્રમાણે વ્યવહારમાં વધુ પડતી ચતુરાઈ કરવી એ શબ્દનું ખૂન કરવા બરાબર છે. એવી ચતુરાઈથી બીજાના મનમાં અશ્રદ્ધા પેદા થાય છે. શ્રદ્ધાના અભાવમાં શબ્દનું કોઈ મહત્ત્વ રહેતું નથી.

એ જ પ્રમાણે આપણે વારંવાર બોલીને કે લખીને જુદી જુદી રીતે શબ્દનો દુરુપયોગ કરીએ છીએ અને વાણીનું મહત્ત્વ અને શક્તિને ઓછી કરીએ છીએ. કહેવાતા વાણી વ્યભિચારથી આપણે આપણું અને સમાજનું કેટલું બધું અહિત કરીએ છીએ કે ખરાબ કર્મ કરવાથી પણ એટલું અહિત થતું નથી. ગમે તે રૂપે શબ્દનો દુરુપયોગ, વાણીના વ્યભિચારને અટકાવવો

જોઈએ. વાતચીતમાં, લખવામાં, વાંચવામાં અને વ્યવહારમાં જીવનના દરેક ક્ષેત્રમાં વાણીરૂપી દેવીને લોકહિતકારી, જ્ઞાન આપનારી અને સુખી કરનારી માનીને સત્યના આસન પર બેસાડવી પડશે. ત્યારે તે દરેક માટે કામધેનુ બની જશે.

## વાતચીતમાં શાલીનતાનો સમાવેશ કરીએ

એક મહાપુરુષનું કહેવું છે કે, “મને બોલવા દો, હું વિશ્વવિજય કરી લઈશ.” ખરેખર, વાણી કરતાં વધુ ઉપયોગી હથિયાર બીજું કોઈ જ નથી. જેનામાં સારી અને યોગ્ય રીતે વાંત કરવાની ક્ષમતા છે એની પાસે કીમતી ખજાનો છે. બીજા પર પ્રભાવ પાડવાનું મુખ્ય સાધન વાણી છે. આપના વ્યવહાર, આચરણ, વિદ્વત્તા અને યોગ્યતા વગેરેનો પ્રભાવ પાડવા માટે સમયની, અવસરની, પ્રયત્નોની જરૂર પડે છે, પણ વાતચીત એક એવો ઉપાય છે કે જેનાથી ઘણા થોડા સમયમાં બીજા પર પ્રભાવ પાડી શકાય છે.

વાતચીત કરવાની કળામાં જે નિષ્ણાત છે તે ખૂબ ધનિક છે. યોગ્યતાની ઓળખ વાણી દ્વારા થઈ શકે છે. જેને આપણે સારી રીતે જાણતા નથી એની સાથે થોડીવાર વાતચીત કર્યા પછીથી તેને ઓળખી શકીએ છીએ કે તે કેવા વિચાર ધરાવે છે ? કેટલો યોગ્ય છે ? કેટલું જ્ઞાન અને અનુભવ ધરાવે છે ? બીજા પર પ્રભાવ પાડીને યોગ્યતા બતાવે છે. આવા મુખ્ય માધ્યમને સાવધાની સાથે જાણવું જોઈએ. ઘણી યોગ્ય વ્યક્તિઓને આપણે જાણીએ છીએ, જેમની તપાસ કરતાં ઉત્તમ પ્રકારનું મગજ, ઉચ્ચ હૃદય અને દૃઢ ચારિત્ર્યવાળી સાબિત થઈ છે પણ એમનામાં વાતચીત કરવાની શક્તિ ન હોવાથી તેઓ મૂર્ખમાં ખપે છે. એમની અવગણના કરવામાં આવે છે. એમની યોગ્યતાઓ જાણતા હોવા છતાં પણ લોકો એમની પાસેથી કંઈ જ લાભ ઉઠાવવાની ઈચ્છા રાખતા નથી.



પણ લોકો એમની પાસેથી કંઈ જ લાભ ઉઠાવવાની ઈચ્છા રાખતા નથી. એનું કારણ એ છે કે એમની વાતચીત કરવાની રીતથી લોકો કંટાળી જાય છે અને એમનાથી સહજ રીતે દૂર રહે છે.

ઘણી વ્યક્તિઓ એવી પણ જોવા મળે છે કે જે એટલી બધી યોગ્ય હોતી નથી કે જેટલી બધા લોકો એમને માને છે. વાણીની કુશળતાથી તેઓ બીજાના મન પર એવી છાપ પાડે છે કે સાંભળનારા મુગ્ધ બની જાય છે. ઘણીવાર યોગ્ય હોય એવા લોકો અસફળ બને છે અને નિમ્ન કક્ષાના લોકો સફળ બનતા જોવા મળ્યા છે. વાત જણાવવાનાં સાધનો સારાં હોય તો ઓછી યોગ્યતાવાળા પણ સારી રીતે જણાવી શકે છે. વિદ્યુત વિજ્ઞાનના આચાર્ય જે. બી. રોડનું કહેવું છે કે ઉત્પાદનકેન્દ્રમાં જેટલી વીજળી પેદા થાય છે એમાંથી ૨/૩ (બે તૃતીયાંશ) ભાગ વપરાયા વિના નકામો જાય છે. પાવરહાઉસમાંથી પેદા થતી વીજળીનો ત્રીજો ભાગ જ કામમાં લેવાય છે. એમનું કહેવું છે કે અત્યાર સુધી જે યંત્રો બન્યાં છે તે અધૂરાં છે, એટલે હવે એવાં યંત્રો તૈયાર થવાં જોઈએ કે પેદા થતી વીજળી નકામી ન જાય. જ્યારે એવાં યંત્રો તૈયાર થશે ત્યારે પાવરહાઉસની શક્તિ ત્રણ ઘણી વધી જશે અને ખર્ચ ઓછો થશે.

લગભગ એવી જ બરબાદી મનુષ્યની યોગ્યતાઓની પણ થાય છે. અધૂરાં યંત્રોને લીધે વીજળી નષ્ટ થાય છે. એવી જ રીતે વાતચીતની કળામાં અજાણ હોવાથી ૨/૩ (બે તૃતીયાંશ) ભાગ કરતાં વધારે યોગ્યતાઓ નકામી બને છે. જો એ વિદ્યાની જાણકારી હોય તો ત્રણગણું કાર્ય પૂરું કરી શકાય એમ છે. આપણે જેટલી સફળતા મેળવીએ એટલી તો ત્રીજા ભાગની યોગ્યતાવાળા પણ મેળવી શકે છે. આપણે આપણી શક્તિ વધારવા માટે ભારે મહેનત કરીએ છીએ, પણ જો એનો લાભ ઉઠાવી ન શકાય તો એ ઉત્પાદન શા કામનું? યોગ્ય તો એ છે કે આપણી પાસે જે કંઈ છે એનો

ઉપયોગ સારી રીતે કરવો જોઈએ. જેમને મૂર્ખ કહેવામાં આવે છે કે મૂર્ખ માનવામાં આવે છે તે ખરેખર તો તેઓ એટલા બધા અયોગ્ય હોતા નથી કે જેટલા માનવામાં આવે છે. એમનામાં પણ ઘણી બુદ્ધિ હોય છે, પણ જેના અભાવથી એમને અપમાનિત થવું પડે છે તે છે વાતચીત કરવાની કળા ન જાણવી.

મનના ભાવોને સારી રીતે, યોગ્ય રીતે જણાવી શકવાની યોગ્યતા એ એક એવો ગુણ છે કે એના વગર જીવનનો વિકાસ રુંધાઈ જાય છે. તમારા મનમાં કેવા વિચાર છે, તમે કેવી ઈચ્છા રાખો છો, કેવી ભાવના રાખો છો એ બધું જ્યાં સુધી જણાવવામાં કે જાણવામાં ન આવે ત્યાં સુધી બીજાને તેની ખબર શી રીતે પડે ? મનમાં ને મનમાં બળાપો કરવાથી બીજા માટે ખોટી ખોટી કલ્પનાઓ કરવાથી કોઈ ફાયદો થતો નથી. આપની જે મુશ્કેલીઓ છે, જે ફરિયાદો છે, જે શંકા છે એને સ્પષ્ટ રીતે જણાવી દેવી જોઈએ. જેવો સુધારો કે ફેરફાર કરવો હોય તેવી વાત પણ જણાવી દેવી જોઈએ. એ પ્રમાણેના વિચારો બીજાને જણાવી દેવામાં આવે અને પોતાની વાતનું ઔચિત્ય સાબિત કરવામાં આવે તો ધાર્યા પ્રમાણે સુધારો થવાની આશા રાખી શકાય.

ભ્રમનું કે ગેરસમજનું એક જ કારણ છે કે ખોટો સંકોચ રાખવાથી પોતાના ભાવ જણાવી શકાતા નથી, એટલે બીજા એમ સમજે છે કે તમને કોઈ મુશ્કેલી કે અગવડ નથી. જ્યાં સુધી કહેવામાં ન આવે ત્યાં સુધી બીજાને કેવી રીતે ખબર પડે કે તમારા મનમાં તમે શું વિચારો છો ? શું ઈચ્છા રાખો છો ? અપ્રત્યક્ષ રીતે ઈશારા-સંકેતની ભાષામાં વિચારો જણાવવાથી ફક્ત ભાવનાશાળી અને લાગણીવાળા લોકો પર પ્રભાવ પાડી શકે છે. સામાન્ય કક્ષાના માનવો પર એની બહુ જ થોડી અસર થાય છે. પોતાના પ્રશ્નોમાં ગૂંચવાયેલા રહેવાથી તેઓ બીજાની સાંકેતિક ભાષા

સમજવામાં સમર્થ હોતા નથી અથવા થોડુંક ધ્યાન આપીને પછી એને ભૂલી જાય છે. મોટાભાગે ઘણાં જરૂરી કામો તરફ પહેલું ધ્યાન આપવામાં આવે છે અને ઓછી જરૂરિયાતવાળાં કામો તરફ બેકાબજી રાખવામાં આવે છે. જો સાંકેતિક ભાષામાં મનના ભાવ જણાવવાથી કામ ન બની શકે તો પોતાની વાતને સ્પષ્ટ શબ્દોમાં નહીં ભાષામાં કહી દેવી જોઈએ. એને મનમાં દાબી રાખવાથી વધુ મુશ્કેલીઓ ઊભી થશે.

સંકોચ એવી વાતો કહેવામાં થાય છે કે જેનાથી બીજાને નુકસાન થતું હોય અને પોતાને લાભ થતો હોય. એવી રજૂઆત કરવાથી મૂંઝવણ એટલા માટે થાય છે કે આપણી ઉદારતા અને સહનશીલતાને કલંક લાગવાનો આંતરિક ભય છે, ઈમાનદારી પર આક્ષેપ થવાની બીક હોય છે, કોપના ભોગ બનવાની શંકા રહે છે. જો આપણા પક્ષે આપણે સાચા, યોગ્ય અને ન્યાયી હોઈએ તો એ કારણોથી મૂંઝાવાની કોઈ જરૂર નથી. હા, અનીતિયુક્ત માગણી હોય તો જુદી વાત છે. જો અનુચિત કે અન્યાયી માગણી ન હોય તો હકના રક્ષણ માટે જરા પણ ભયભીત બન્યા વગર આપણી માગણી જણાવી શકીએ છીએ. દરેક મનુષ્યનું પવિત્ર કાર્ય એ છે કે માનવતાના અધિકારો પ્રાપ્ત કરે અને એનું રક્ષણ કરે. ફક્ત વ્યક્તિગત સ્વાર્થ માટે નહીં, પણ અપહરણ અને કાયરતાના અંત માટે પણ એ જરૂરી છે.

સ્પષ્ટ રીતે, ભય રાખ્યા વગર ખુલ્લું મન રાખીને સાચી વાત કહેવાની ટેવ પાડવી જોઈએ. બોલવા જેવું હોય ત્યાં બિનજરૂરી ચુપકીદી રાખવી નહીં. વાત કરી નાંખવી જોઈએ. ઈશ્વરે વાણીનું પવિત્ર દાન એટલા માટે આપ્યું છે કે આપણા પોતાના મનના ભાવ સારી રીતે જણાવી શકીએ, ભૂલેલાને સમજાવીએ, ભ્રમ દૂર કરીએ અને અધિકારોનું રક્ષણ કરીએ. આપણે શરમાવું જોઈએ નહીં. પોતાને હીન માનવાની કે બોલતાં ડરવાની જરૂર નથી. ધીરે ધીરે ગંભીરતાપૂર્વક હસતા રહીને સ્પષ્ટ શબ્દોમાં સદ્ભાવના

સાથે વાત કરવી જોઈએ. એનાથી યોગ્યતા વધે છે અને બીજાને પ્રભાવિત કરવામાં સફળતા મળે છે.

વધુ બોલબોલ કરવાનો પ્રયત્ન કરવો, બિનજરૂરી કે પ્રસંગ વગરની, રુચિ વગરની વાતો કરવી, પોતે જ બોલ્યા કરવું, બીજાની વાત સાંભળવી નહીં, સતત બોલ્યા જ કરવું કે મોકા વગર બેસુરા અવાજે પોતાનું જ ગાણું ગાયા કરવું, પોતાની યોગ્યતા બહારની વાતો કરવી એ બધું શેખી કરનારના ગુણ છે. એવા લોકોને મૂર્ખ અને અસભ્ય કહેવામાં આવે છે. એમ ન બને કે વધુ બોલબોલ કરવાથી આપણે પણ એ કક્ષામાં મુકાઈ જઈએ. ઝીણવટભરી રીતે જાણવું કે આપણી વાતો તરફ ધ્યાન આપવામાં આવે છે કે નહીં, એને સાંભળવાથી લોકોને કંટાળો આવે છે કે કેમ ? ઉપેક્ષા કરે છે કે કેમ ? જો એમ હોય તો વાતચીતમાં જે કાંઈ ખામીઓ હોય તેમને શોધી કાઢવી અને સુધારવાનો પ્રયત્ન કરવો, નહીં તો અલેલટપ્પુ સમજીને લોકો આપણાથી દૂર ભાગશે.

આપણું કે બીજાનું કંઈક હિત સધાતું હોય એવી વાતો કરવી, કાંઈક ઉદ્દેશ્યપૂર્વક વાત જ કરવી, નહીં તો ચુપ રહેવું. કડવી નુકસાન કરનારી, દુષ્ટ ભાવો વધારનારી ભ્રમવાળી વાતો કદીએ ન કરવી. મીઠી, નમ્ર અને વિનયવાળી યોગ્ય અને સદ્ભાવનાવાળી વાતો કરો, જેનાથી બીજા પર સારો પ્રભાવ પડે, એમને પ્રોત્સાહન મળે, જ્ઞાનમાં વધારો થાય, શાન્તિ મળે અને સન્માર્ગે જવાની પ્રેરણા મળે, એવી વાતચીત એ એક પ્રકારનું વાણીનું તપ છે. મૌન રહેવાનો અર્થ ન બોલવું એવો નથી, પણ ઉચ્ચ કોટિની વાતો કરવી એવો છે. તમે વાણીયજ્ઞ માટે તૈયાર થાવ અને મધુર તથા હિતકર બોલવાનો અભ્યાસ કરો.

કોની સાથે કેવી રીતે વાત કરવી જોઈએ એ પહેલેથી જાણી લેવું જોઈએ. આપણા પોતાના પ્રશ્નો માટે સાંભળવા, સમજવા તથા વિચારવા

માટે બીજા પાસે સમય નથી, એને પોતાની સમસ્યાઓનો ઉકેલ કરવાનો છે. કોઈને જરા પણ નવરાશ નથી કે બિનજરૂરી વાતો સાંભળે, સમજે અને માથાકૂટ કરે. જો તમે ઈચ્છતા હો કે તમારી વાતો બીજા સાંભળે તો પ્રથમ એના પોતાના પ્રશ્નો જાણી લેવા જોઈએ અને એને માટે વાત શરૂ કરવી. ફક્ત મનોરંજન માટે કે સમય વિતાવવા માટે વાતો કરવી હોય તો એની પોતાની મુશ્કેલીઓની, સફળતાઓની તેમજ જરૂરિયાતોની વાતોથી શરૂઆત કરવી. મનુષ્ય એમ ઈચ્છે છે કે પોતાને માથે જે કષ્ટ છે, જે મુશ્કેલીઓનો સામનો કરી રહ્યા છીએ એને માટે કોઈ સહાનુભૂતિ પ્રગટ કરે, આપણે જે સફળતાઓ મેળવી છે એનાં કોઈ વખાણ કરે જે કામ આપણે કરીએ છીએ એના મહત્ત્વનું વર્ણન કરે, જે જાણકારીની જરૂરી છે તે બતાવે, જે વાતમાં રસ પડતો હોય એવી વાતો સંભળાવીને તૃપ્ત કરે.

તમે કોઈને ઠગવા કે કુમાર્ગે લઈ જવા માટે તમારી પવિત્ર વાણીનો કે જીભનો ઉપયોગ કદાપિ કરશો નહીં. શારદા માતાનો એવી રીતનો દુરુપયોગ કરશો તો છેવટે એનું પરિણામ ઘણું દુઃખકર્તા આવશે. દરેકે પોતાનો દષ્ટિકોણ ઊંચો રાખવો જોઈએ. સારા ઉદ્દેશ્યો માટે વાત કરવી. પણ યાદ રાખો કે એવી જ વાતચીતમાં સફળતા મળે છે કે જેમાં સાંભળનારને રસ પડે. જો આપણી વાતો એના કામની નહીં હોય તો તે અરુચિ સાથે ભલે થોડીકવાર સાંભળે, પણ એનાથી જરા પણ પ્રભાવિત થશે નહીં. એવી એકપક્ષીય અને તુચ્છ વાતોમાંથી કોઈ સાર નીકળતો નથી. કોઈ હેતુ સિદ્ધ થઈ શકતો નથી. નકામી માથાકૂટ કરવાનો શોખ હોય તો એ વાત જુદી છે. નહીં તો જો કંઈક લાભ માટે કે ઓછામાં ઓછું મૈત્રીમાં વધારો થાય એ આશાથી બોલતા હો તો ધ્યાન રાખવું કે શરૂઆત બીજાને રસ પડે એવી વાતથી કરવી જોઈએ.

નવરાશના સમયમાં લોકો ગપ્પાં મારે છે. ખાસ કરીને એ ગપ્પાંનો

વિષય અશ્લીલતા જ હોય છે અથવા તો ગંદી, કામુકતાભરી કે નકામી વાતો કરીને મન રાજી કરવામાં આવે છે કે પછી કોઈની બૂરાઈ કરવાનો પ્રસંગ શોધવામાં આવે છે. જો કોઈ સારી વાત હાથ ન લાગે તો પણ બીભત્સ અને નિંદા કરનારી કે મનમરજી પ્રમાણેની વાતો કરે છે. મિત્રમંડળો પોતાનો કીમતી સમય આ પ્રમાણે નિમ્નકક્ષાના મનોરંજનમાં વેડકે છે. સમય એક સંપત્તિ છે. એનો આ પ્રમાણે દુરુપયોગ ન થવો જોઈએ. મનોરંજન માટે પ્રવાસનો અનુભવ, કુતૂહલભરી ઘટનાઓ, અદ્ભુત વાતો, રહસ્ય જાણવા મળે એવી વાતો વગેરેની મદદથી લઈ શકાય એમ છે; જેનાથી જાણકારી અને ચતુરાઈમાં વધારો થાય છે તેમજ નીચ, નિંદનીય વૃત્તિ અટકી જાય છે.

આ યુગ વાદવિવાદનો છે. વાદવિવાદ દ્વારા સરકારો ચાલે છે. કોર્ટ કચેરીમાં વાદવિવાદને મુખ્ય સ્થાન હોય છે. સભા-સંસ્થાઓમાં વાદવિવાદ પછી જ કોઈ નિર્ણય કરવામાં આવે છે. લોકશાહીમાં વ્યક્તિગત સ્વતંત્રતા, સાથસહકાર, વિચારોમાં ફેરફાર તેમજ વધુ યોગ્ય નિર્ણય કરવા માટેનો મુખ્ય આધાર વાદવિવાદ જ છે. જે કામમાં વધુ લોકોનો સમાવેશ હોય છે એમના વેરવિખેર વિચારોને એક સ્થાને સ્થિર કરવા માટેની આ જ એક રીત છે. આજકાલ રાજ્યકાજથી લઈને ઘર સુધીની વ્યવસ્થાનું સંચાલન વાદવિવાદના આધારે જ થાય છે.

વાતચીત માટે જે ધીરજની જરૂર છે એનો આપણા લોકોમાં અભાવ છે. કોઈ સાર્વજનિક બાબત માટે વાતચીત કરતી વખતે વયમાં પોતાના પ્રસંગો સાંભળી આવે છે અને તેથી વાતનું વતેસર થઈ જતાં લડાઈ, ઝઘડા, વૈમનસ્ય અને મારપીટનો અવસર આવી જાય છે. બહુ થોડીવાર સહનશીલતાપૂર્વક ચર્ચા ચાલે છે, ત્યાર પછી એકબીજાની સામે આક્ષેપોની શરૂઆત થાય છે, વ્યક્તિગત રીતે બૂરાઈઓ કરવા લાગે છે, જેને માટે

વાત ચાલતી હોય એને અધૂરી છોડવી પડે છે. એના બદલે એકબીજાના દોષો જોવાનું કામ ચાલુ થઈ જાય છે. આ મગજની કમજોરી, અસહિષ્ણુતા તથા કલ્પનાશક્તિની ખામી છે એને જેમ બને તેમ જલદીથી દૂર કરવી જરૂરી છે. સત્યની શોધ માટે ચર્ચા કરવી ઘણી જરૂરી છે. જો તમે સત્યના ચાહક હો અને યોગ્ય પરિણામની ઈચ્છા રાખતા હો તો વાદવિવાદ કરવાની કળાનો અભ્યાસ કરો.

જે કોઈ માણસ નાની ઉંમરનો હોય કે ઓછી માહિતી ધરાવતો હોય તો એમ ધારીને ચૂપ ન રહેવું જોઈએ કે મોટાઓની સામે કેવી રીતે મોં ખોલે. એથી મારું અપમાન થશે કે પૂછવાથી મને મૂર્ખ કે અયોગ્ય માનવામાં આવશે અથવા મારી શુદ્ધ દાનત પર કોઈ અવિશ્વાસ કરશે. દરેકને પોતાનો મત જણાવતી વખતે એટલો વિશ્વાસ રાખવો જોઈએ કે મારા મતનો ઉદ્દેશ્ય સારો જ સમજવામાં આવશે, એનો કોઈ ઊલટો અર્થ નહીં કરે. જ્યાં સુધી આવો વિશ્વાસ ન બેસે ત્યાં સુધી મત પ્રગટ કરવામાં મૂંઝવણ થયા કરે છે. એવી મૂંઝવણ નકામી છે. એને દૂર કરી દેવી જોઈએ. જે કંઈ કહેવું હોય તે સ્પષ્ટ શબ્દોમાં, હળવી રીતે, ભય વિના કહી દેવું જોઈએ. જો તમે સમય પર બીકના માર્યા કંઈ કહો નહીં અને પાછળથી એ નિર્ણય માટે ભૂંડું બોલ્યા કરો તો તે યોગ્ય નથી. દરેકમાં એટલું સાહસ તો હોવું જોઈએ કે અવસર પર પોતાની વાતને ધૈર્ય સાથે જાહેર કરે ને જણાવે અને બીજા પર સારી છાપ પાડી શકે.

એમ ના માની લેશો કે બધાં કરતાં હું વધારે બુદ્ધિશાળી છું. મૂર્ખ લોકો દુનિયામાં દોઢદાઢા ગણાય છે. એમનો એવો ખ્યાલ હોય છે કે ઈશ્વરે મને એકલાને જ અક્કલ આપી દીધી છે અને બાકીના બધાને થોડીક જ આપી છે. આવી માન્યતા ઘણી ભયંકર અને સાચો નિર્ણય કરવામાં વિઘ્ન કરનારી છે. તમે એકલા જ સંસારમાં બુદ્ધિશાળી છો એમ નથી. બીજા

ઘણા લોકો છે. સંભવ છે કે કોઈ બાબત માટે તમે ભૂલ કરતા હો અને બીજાની સલાહ સાચી હોય. માટે દરેક સ્થિતિ-સંજોગોનો ઝીણવટભરી રીતે ઊંડાણમાં ઊતરીને અભ્યાસ કરવો, બીજાના વિચારો વધુ નક્કર તથા સાચા હોય, એની પાછળ વધુ પ્રમાણિકતા હોય, તો એનો સ્વીકાર કરવા માટે તૈયાર રહેવું જોઈએ. પોતાની ભૂલો શોધવા અને એમને સુધારવા માટે એક વિદ્યાર્થીની માફક તેમજ જિજ્ઞાસુની જેમ મનને ખુલ્લું રાખવું જોઈએ. હઠ કરીને પોતાનો કક્કો ખરો કરાવવા માટે આડાઈ કરવી એ અયોગ્ય કહેવાય. એનાથી કોઈ સારું પરિણામ આવતું નથી. બીજાની દૃષ્ટિમાં તમે ઘૃણાસ્પદ અને જિદી ઠરશો અને તમે યોગ્ય નિર્ણય કરવામાં સત્યની શોધમાં પાછા પડશો.

બીજા લોકો પોતાના જે વિચારો જણાવે છે એમના પર વિશ્વાસ રાખો. શુભ દૃષ્ટિથી જુઓ. જો એમાં અશુભ ઈરાદો છુપાયેલો હોય તો પણ એમની દલીલ માટે એવી રીતે વિવેચન કરો કે જેવું શુભ દૃષ્ટિથી કરેલી વાત માટે કરતા હોય. તુંડમિજ્જજી બની બેસવું, વાતવાંતમાં અપમાન કરવું એ યોગ્ય નથી. એનાથી વાતની ગંભીરતા નાશ પામે છે. બીજાની વાતચીત કરવાની રીત અપમાનભરી-દોષવાળી હોય તો પણ એના બાહ્યરૂપ પર ધ્યાન ન આપતાં એના તથ્ય માટે વિચાર કરવો, સહાનુભૂતિપૂર્ણ વલણ રાખીને અયોગ્ય વ્યક્તિઓ વચ્ચે પણ વાદવિવાદ ચલાવી શકાય છે. સૈદ્ધાંતિક વાતોમાં વ્યક્તિગત પ્રસંગોને ભૂલેચૂકે પણ ન આવવા દેવા, નહીં તો વાતનો ઉદ્દેશ્ય નાશ પામશે અને ખોટી રીતે કર્કશતા વધશે.

તમે જ બોલ્યા ન કરશો, બીજાને પણ બોલવા દો, બીજાની વાતને વચ્ચેથી કાપવા પ્રયત્ન ન કરશો, પૂરેપૂરી વાત સાંભળો ત્યાં સુધી ઉતાવળ ન કરો, બોલવાનું બંધ રાખો, બીજા કોઈની વાત ચાલતી હોય ત્યારે એને પૂરી કહેવા દેવી જોઈએ. એ તો અમે જાણીએ છીએ, એ તો અમે પહેલેથી



જ જાણીએ છીએ, એમ કહેવાથી કહેનાર તથા બીજા સાંભળનારની મજા મારી જાય છે. પોતાના વિચારોનો વિરોધ થતો જોઈને ધૈર્ય ખોવું નહીં, એવું નથી કે તમારી વાત સાચી જ હોય અને એનો વિરોધ કરવાનો કોઈને અધિકાર નથી. વિરોધી પર ક્રોધ ન કરવો, પણ ધીરજ સાથે પૂરી વાત સાંભળવી અને શાન્તિ સાથે દલીલ અને પ્રમાણ દ્વારા જવાબ આપીને ફરીથી પોતાની વાતનું સમર્થન કરવું.

જે વાત તે જાણતા નથી એને ખોટી ના કહો, પણ પૂછનારને બીજા જાણકાર કે પુસ્તકોનો આધાર લેવા માટે કહેવું. સંદિગ્ધતામાં રહેવા કે શરમાવા જેવી કોઈ વાત નથી. કોઈપણ વ્યક્તિ સર્વગુણસંપન્ન હોવાનો દાવો કરી શકે નહીં. જે વાત જાણતા હોઈએ એના માટે સ્પષ્ટ કહી દેવું યોગ્ય છે, જેથી બીજા ભૂલમાં છેતરાય નહીં અને સાચી વસ્તુસ્થિતિની જ્યારે ખબર પડે ત્યારે આપણે ખોટા ન પડીએ તથા ગપ્પીદાસ ન ગણાઈએ.

ઘણા લોકો પ્રશ્ન ઊભો થતાં ગભરાય છે અને એમને લાગે છે કે જાણે કોઈ આપણા પર હુમલો કરે છે, કોઈ આક્ષેપ કરે છે, કોઈ ભેદ જાણવા માગે છે કે કોઈ કંઈક પડાવી લેવા માગે છે. સામાન્ય વાતના જવાબમાં તેઓ ક્રોધે ભરાય છે અને આડીતેડી વાતો કરે છે. એ શંકાથી ભરપૂર અવિશ્વાસુ અને ઉદારતાના અભાવનું લક્ષણ છે. ઉદારતાથી ઉત્તરો આપવા જોઈએ. જાણકારી માટે પૂછવામાં આવતા પ્રશ્નોના જવાબ શુદ્ધબુદ્ધિથી આપવા જોઈએ. જેથી પ્રશ્ન પૂછનારનો ઉદ્દેશ્ય ખરાબ હોય તો તે પણ બદલાઈ જશે. કોઈને જાણકારી આપીએ અને તેથી તેને લાભ થાય તો એક રીતે ઉપકાર ગણાશે. એ ઉપકાર માટે તે કંઈક કૃતજ્ઞતા પણ બતાવશે, જેનાથી દુર્ભાગ્યમાં થોડોક સુધારો થાય છે. પ્રશ્નનો જવાબ પ્રશ્નથી આપવો એ અઘટિત કાર્ય છે. જો કોઈ પૂછે કે લાકડાંની દુકાન ક્યાં છે ? ત્યારે આપણે જણાવીએ કે શું હું કઠિયારો છું ? કોઈ પૂછે કે અમુક

વ્યક્તિ ક્યાં મળશે? તમે જાણાવશો કે હું કંઈ એનો નોકર છું ? આવા જવાબોમાં ઉદારતા નથી તેમજ એથી ઘમંડીપણું પ્રગટ થાય છે. સરળતાથી 'હા' કે 'ના'નો જવાબ આપી શકાય છે. પૂછવામાં આવેલા પ્રશ્નની બાબતમાં જેટલું જાણતા હોઈએ એટલું બતાવી દેવું, નહિ તો કહેવું કે હું જાણતો નથી. સરળતા અને મધુરતાથી જે વાત કહી શકાય એને માટે પ્રશ્નવાચક જવાબ આપીને કડવાશ પેદા કરવામાં ભલાઈ છે ખરી ?

અજાણ્યા લોકો સાથે વાત કરતાં પહેલાં પ્રશ્નો પૂછવા લાગવા એ ખરાબ લક્ષણ છે. તમે ક્યાં રહો છો ? તમારું નામ શું છે ? તમારી જાત કઈ છે ? શું ધંધો કરો છો ? ક્યાંથી આવ્યા ? ક્યાં જશો ? આવા પ્રશ્નો અજાણ્યાને પૂછવા એ સભ્યતાની વિરુદ્ધની વાત છે. એના જવાબ આપનારને ખોટું લાગે છે. તે આપણા પ્રશ્નોની ઉપેક્ષા કરી શકે છે તથા આડાઅવળા જવાબો આપી શકે છે. જ્યાં સુધી બીજાના સ્વભાવની જાણ ન હોય ત્યાં સુધી પ્રશ્નો પૂછવા અયોગ્ય છે. તેને કોર્ટમાં પૂછવામાં આવતા પ્રશ્નોની માફક પૂછપરછ કરવી એ અવ્યવહારુ વાત છે. જો કોઈની જાણકારી મેળવવી હોય તો કે સ્તબ્ધતાનો ભંગ કરીને વાર્તાલાપ શરૂ કરવો હોય તો બીજા કોઈ સામાન્ય પ્રશ્નથી શરૂઆત કરવી જોઈએ. ચાલુ મોસમ, ફસલ, વેપાર સંજોગો, કોઈ સમાચાર કે કોઈ દેખાવ વગેરેના આધારે વાતચીત થઈ શકે છે. પછી સ્વભાવ માટેની જાણકારી થાય ત્યારે તેના અંગત પ્રશ્નો પૂછી શકાય.

કોની મનોદશા કેવી છે તેનો અંદાજ કાઢીને તે પ્રમાણે વાત કરે છે તે પોતાનો હેતુ સફળ બનાવવામાં સફળ બને છે. અધિકારીઓને મળીને કામ કઢાવી લેનારા લોકો પહેલાં પટાવાળા પાસેથી જાણી લે છે કે અત્યારે સાહેબનો મૂડ કેવો છે. જો તે અનુકૂળ હોય તો પોતાનું કાર્ય જણાવે છે, નહીં તો બીજા કોઈ અવસરની રાહ જુએ છે. આ વાત મોટા અધિકારી કે

મોટા માણસોની બાબતમાં જ નથી, પણ દરેકની બાબતમાં છે. પોતાનાં અંગત કારણોને લીધે જ્યારે મનુષ્યનું મન ડામાડોળ હોય, શોક, ચિન્તા, ક્રોધ કે બેચેનીમાં હોય એ સમયે કોઈ અપ્રિય કે ભારે પ્રશ્નોની રજૂઆત ન કરવી કેમ કે, ડામાડોળ સ્થિતિના લીધે તે વાતને સારી રીતે સમજી શકશે નહીં અને એનો યોગ્ય જવાબ પણ આપશે નહીં. જો એ દશામાં પોતાની વાત કહેવાની ખાસ જરૂર હોય તો પહેલાં એની વિષમ સ્થિતિ માટે સહાનુભૂતિ બતાવવી અને કહેવું કે આવા સમયે ઈચ્છા ન થવા છતાં પણ કહેવા માટે લાચાર છું. આમ કહીને પોતાની રજૂઆત કરવી. આમ એની ડામાડોળ પરિસ્થિતિ માટે જ્યારે એને સાવધાન કરી દો છો ત્યારે તે જાગૃત બને છે અને પોતાના મગજ પર કાબૂ રાખીને આપણી વાત સાંભળે છે, સમજે છે. તો જ સારાં પરિણામની આશા રાખી શકાય છે.

આપણી પોતાની અંગત વાતો ગમે તેને જણાવવી નહીં. જેને કહેવાથી આપણી મૂર્ખતા, ભૂલ, છૂપી જાણકારી કે ભેદ બહાર પડી જાય એવી વાતો ખાસ મિત્રો તથા વિશ્વાસુને જ કહેવી જોઈએ. અનધિકારી અને સામાન્ય ઓળખાણવાળી વ્યક્તિ આ વાતો જાણે ત્યારે આપણી મહત્તા ઘટી જાય છે. આપણે ઘણાં જ દુઃખી હોઈએ, અપમાનિત થયાં હોઈએ, ઘરના બનાવોથી મૂંઝાયેલા હોઈએ, રોગી હો, કોઈ ચિન્તા હોય, તો એવી વાતો એમને ન જણાવવી કે જેઓ મદદગાર બનીને નિવારી શકતા નથી, પણ ઊલટા આપણી મશ્કરી કરે છે. જેમ દાટેલા-છૂપા ધનની જાણ કરવી સારી નથી, એ પ્રમાણે ભાવિ યોજનાઓ, છૂપાં રહસ્યો કે ન કહેવા જેવી વાતો પણ છૂપી રાખવી જોઈએ. જેના પેટમાં વાત ટકતી નથી એને પોલો વાંસ સમજીને કોઈપણ ગંભીર કે છાની રાખવા જેવી વાતમાં સામેલ કરવો નહીં.

કોઈ કાર્યરત્ વ્યક્તિને મળવું હોય તો આપણી વાત ટૂંકમાં કહી દેવી

અને એટલા સમયમાં જે તે નિર્ણય કરી લેવો. કાર્યમાં રચ્યાપચ્યા રહેનાર મહાપુરુષોનો સમય ઘણો કીમતી હોય છે. તેઓ મળનાર મુલાકાતીઓને થોડીક મિનિટનો સમય આપે છે. જો કમબદ્ધ વાતો ન કરતાં વચ્ચે નકામી વાતો કરવામાં આવે તો એમના અમૂલ્ય સમયની ઘણી જ બરબાદી થાય છે. નકામી વાતોમાં સમય ચાલ્યો જાય છે અને જરૂરી વાતો અધૂરી રહી જાય છે. માટે કાર્યવ્યસ્ત વ્યક્તિને મળવા જઈએ ત્યારે જે વાતો કરવાની હોય એની નોંધ કરી લેવી જોઈએ અને તે ટૂંકમાં જણાવી દેવી જોઈએ. આમ કરવાથી તેનો કીમતી સમય બગડશે નહીં અને આપણે પણ વધુ રોકાવું પડશે નહીં. સમય બચાવવાનું ધ્યાન રાખવું જરૂરી છે કેમ કે સમય જ સંપત્તિ છે. જો આપણી પાસે વધારાનો સમય હોય તો એમ ન માનવું કે બીજાને પણ નવરાશ હશે. આપણે નવરા હોઈએ ત્યારે બીજાને નવરા ન સમજવા. કાર્યમાં લાગેલા લોકોનો ઓછામાં ઓછો સમય બગાડવો. એમનો એટલો ઓછા સમય લ્યો કે જેથી તેમને અણગમો ન થાય અને ઊઠવા માટે ન જણાવે. પત્રવ્યવહારમાં પણ એવું જ કરવું. ઘણી લાંબી અને નકામી વાતો ન લખવી. જેમની પાસે ઘણું કામ પડ્યું હોય છે તેમને ટૂંકમાં કાર્ય જણાવવું એ લાભકારી ઉપાય છે નહીં તો ઘણા દિવસો સુધી પત્ર પડી રહેશે, એનો ઉત્તર મળશે નહીં.

હસતાં હસતાં-આનંદ વ્યક્ત કરતાં વાતચીત કરવી એ ઘણી જ આકર્ષક રીત છે, જેનાથી સાંભળનારને અનાયાસે આપણા તરફ આકર્ષણ થશે. જ્યારે આપણે હસીને વાત કરીશું ત્યારે એમાંથી બે વાત નીકળશે. પહેલી એ કે આપણે મનસ્વી છીએ, દઢનિશ્ચયી છીએ તેમજ સમજુ છીએ. બીજી એ કે સાંભળનારથી પ્રસન્ન છીએ, એમના પ્રત્યે પ્રેમભાવ રાખીએ છીએ. સ્મિત આપણા મનની દઢ સ્થિતિની જાણ કરે છે. જેમના વિચારો સ્થિર નથી, ચહેરા પર જુદા જુદા ભાવ આવે અને જાય તેને અવિશ્વાસથી

જોવામાં આવે છે, એવી વ્યક્તિની સારી છાપ પડતી નથી, પણ જો મુખ પર આનંદ જણાતો હશે તો દૃઢતા, ગંભીરતા અને પૂર્ણતાની સારી છાપ પડશે. એને સમજુ માનીને વિશ્વાસ રાખવાની ઇચ્છા થાય છે. હસવામાં બીજો લાભ એ છે કે સાંભળનારના આવવાથી આનંદ થયો છે એમ વ્યક્ત થાય છે. જ્યાં ઉપેક્ષા થાય છે ત્યાં લોકો સંબંધ રાખવાનું અયોગ્ય માને છે. જ્યાં પ્રેમ અને સત્કાર દેખાય છે ત્યાં વારંવાર જવાની ઇચ્છા થાય છે. થોડીક અગવડ વેઠીને પણ ત્યાં જવાની વાત કરવામાં આવે છે કેમ કે, ત્યાં બેવડો લાભ થાય છે. સામાન્ય કામ તો પૂરું થાય છે સાથે પ્રેમ અને આદરનો આત્મિક ખોરાક પણ મફતમાં મળે છે. વિશ્વાસુ માણસ સાથે કામ કરવાથી છેતરાવાનો ભય રહેતો નથી. એની માનસિક સ્થિરતાથી બીજા ફાયદા થવાની પણ આશા રહે છે. માટે એની સાથે સંબંધ બાંધવો એ લાભકારી બાબત બની રહે છે.

આપણે જેની સાથે વધુ સમય સુધી સંબંધ ટકાવવા માગતા હોઈએ એની સાથે હસીને વાત કરવી જોઈએ. આનંદ બતાવતાં વાતચીત કરવી જોઈએ. આ એક મૂડી વગરનો એવો વેપાર છે કે જેમાં ખર્ચ થતો નથી, પણ આવક ઘણી થાય છે. જ્યારે આપણે થોડુંક હસીએ છીએ ત્યારે ખીલતા ફૂલની માફક ચારે બાજુએ સુવાસ ફેલાઈ જાય છે. એનાથી જોનાર અને સાંભળનારનાં મન લોભાય છે. ફૂલમાં રૂપ અને સુવાસ હોય છે. હસવામાં સુંદરતા અને મીઠાશ છે. ભમરા અને મધમાખીઓ ફૂલો પર એકત્ર થાય છે, એવી જ રીતે તમારા સ્મિતથી સંબંધીઓ પણ તમારી પાછળ પાછળ ફરશે.

આત્મીયતા પ્રગટ કરવાની સાચી રીત એ છે કે પોતાના જેવા અને નાનાને માન આપો. નામ પહેલાં પંડિત, બાબુ, લાલા વગેરે તેમજ શર્મા, ગુપ્તા વગેરે અટક સૂચક પદ લગાડવાથી નામ માનભર્યું બને છે.

વાર્તાલાપના ક્રમમાં પોતાની ઉંમરની વ્યક્તિઓનાં નામ વચ્ચે વચ્ચે બોલ્યા કરો. એ વાત સમજી લો કે મનુષ્યનું નામ એમની ભાષામાં એને માટે સહુથી મધુર, મીઠો અને મહત્વનો શબ્દ છે. આપણું નામ લેતાં જ મનમાં ગલગલિયાં થાય છે, કેમ કે એનાથી આત્મીયતાનો ભાવ પેદા થાય છે. મહાશયજી, મહાનુભાવ, શ્રીમાનશ્રી વગેરે શબ્દો ઉછાંછળા અને આડઅરભર્યા છે. એનાથી અત્મીયતા પ્રગટ થતી નથી, સાંભળનારને કોઈ વિશેષ આકર્ષણ થતું નથી, પરંતુ આદર સાથે નામ દઈને બોલાવવાથી સાંભળનારને આનંદ થાય છે.

મોટાઓને એમની પદવી સાથે 'જી' લગાડીને વાત કરવી જેમ કે પંડિતજી, લાલાજી, ઠાકોરસાહેબ વગેરે તેમજ જો બીજાં વિશેષણો પણ હોય જેમ કે નામદાર સાહેબ, વૈદ્યજી, ડોક્ટર સાહેબ વગેરે, તો એ શબ્દો બોલો. જો વધુ નિકટનો પરિચિત હોય તો સંબંધી તરીકેના પ્રયોગમાં દાદાજી, બાબાસાહેબ, ભૈયાજી વગેરે. નાતીઓને બેટા-બેટી વગેરે કહીને ન બોલાવવા. સ્ત્રીઓને દીકરી, બહેનજી, માતાજી નામથી સંબોધવી યોગ્ય છે. ખાસ સંબંધીની વાત જુદી છે. પરંતુ જેમની સાથે દૂરનો સંબંધ હોય એમને આ ત્રણ નામથી સંબોધવાં જોઈએ.

એ પ્રમાણે સંબંધો, પદ કે ફક્ત નામ તથા આદરપૂર્વક નામ લઈને લોકોને બોલાવશો તો બીજા પર તમારી આત્મીયતાની સારી છાપ પડશે અને તમને એમની આત્મીયતા મળશે. બોલવામાં આ સાધન ઘણું મીઠાશભર્યું છે. બીજાને પોતાનાપણાના સંબોધનથી બોલવવા. જો પ્રેમ વધારવો હોય ને પારકાંને પોતાનાં કરવા ધારતા હો, ધનિષ્ઠતા વધારવા માગતા હો, તો એમના કાનોમાં રસ ટપકે એવું બોલવું. નામ સૌથી વધુ મીઠો શબ્દ છે. એને અનેકવાર બોલ્યા કરો.

## શિષ્ટાચારનું એક મહત્વનું અંગ વાણીનો સંયમ

સભ્યતા અને શિષ્ટાચારનો એકબીજા સાથે એવો ગાઢ સંબંધ છે કે એક વગર બીજું નકામું છે. જે સભ્ય હશે તે જરૂર શિષ્ટ હશે, જે શિષ્ટાચારનું પાલન કરે છે એને બધા સભ્ય કહેશે. એવી વ્યક્તિ હંમેશાં એવી વાતોથી દૂર રહે છે જેનાથી બીજાને અપમાન લાગે તથા દુઃખ થાય. તે પોતાની સાથે મતભેદ રાખનાર તેમજ વિરોધ કરનારનું પણ અપમાન કરશે નહીં. તે પોતાના વિચારો નમ્રતા સાથે પ્રગટ કરશે અને બીજાનું કહેવું પણ વિવેકપૂર્વક સાંભળશે. એવી વ્યક્તિ આત્મપ્રશંસા કરતી નથી. બીજાના ગુણોનાં યોગ્ય વખાણ કરે છે. તેઓ સારી રીતે જાણે છે કે પોતાની જાતે પોતાનાં વખાણ કરવાં એ નીચ વિચારવાળી વ્યક્તિઓનું કામ છે. સભ્ય અને શિષ્ટ વ્યક્તિ પોતાનો વ્યવહાર-રીતભાત, વાણી વગેરે એવાં રાખે છે કે એના સંપર્કમાં આવનાર પોતે એનાં વખાણ કરે.

ઘણાં લોકો ફેશન અને શિક્ષણને જ સભ્યતા અને શિષ્ટાચારનું મુખ્ય અંગ માને છે પણ એ ધારણા ભૂલભરેલી છે. શિક્ષિત અને ભારે કપડાં પહેરનાર પણ અસભ્ય હોય છે અને ગામડાનો એક અભણ ખેડૂત પણ શિષ્ટ હોઈ શકે. શિષ્ટાચારમાં એવી શક્તિ છે કે મનુષ્ય કોઈને કંઈ પણ આપ્યા વગર અને પારકાઓના આદરને પાત્ર બને છે, પણ જેનામાં શિષ્ટાચારનો અભાવ છે તે ગમે તેની સાથે અશિષ્ટ વ્યવહાર કરે છે, એના ઘરના માણસો પણ એનાથી અળગાં રહે છે અને દુનિયામાં બધા જ એને પોતાના વિરોધી દેખાય છે.

એક ઘણી જૂની કહેવત છે કે, “મનુષ્યની ઓળખાણ એના શિષ્ટાચારથી થઈ જાય છે.” એનું ઊઠવુંબેસવું, હરવુંફરવું, વાતચીત, બીજાને ઘેર જવું, રસ્તામાં ઓળખીતાને મળવું વગેરે દરેક કાર્ય એક

અનુભવીને એ જાણવા માટે પૂરતું છે કે ખરેખર વ્યક્તિ કેટલી સામાજિક છે. એ રીતે જો આપણે આપણા આડોશપાડોશમાં દૃષ્ટિ નાંખીએ તો આપણે દુઃખ સાથે કહી શકીએ કે અત્યારે આપણા દેશમાંથી શિષ્ટાચારની પ્રાચીન ભાવનાનો નાશ થયો છે અને આધુનિક શિક્ષણ પામેલા નવયુવકો શિષ્ટાચાર વગરના અને ઉછાંછળા બની ગયા છે. કોલેજ અને શાળામાં ભણનારા મોટાભાગના વિદ્યાર્થીઓ રસ્તામાં પણ અંદરોઅંદર વાતવાતમાં ગાળોનો ઉપયોગ કરે છે અને ધમાચકડી કરતા દેખાય છે. દુકાનદારો મજાકમશકરીમાં સાલા-બહેનની ગાળો દે છે. એવી ગાળોને તેઓ સામાન્ય માને છે. એ બધાની રહેણીકરણી પણ અસભ્યતાપૂર્ણ કહેવાય. એને માટે એક વિદ્વાને લખ્યું છે કે, “આપણે બેસીએ છીએ તો પહોળા થઈને, બોલીએ છીએ તો બરાડા પાડીને, પાન ખાઈએ છીએ તો પિચકારી કોઈના ઝભ્ભા પર મારીએ છીએ, ખાવા બેસીએ તો ખોરાકને થાળીની આજુબાજુ વેરીએ છીએ, ઝભ્ભો મેલો ને ધોતિયું સફાઈદાર, પથારી સાફ હોય પણ ખાટલો ઢીલો, ઓરડામાંથી પૂંજો કાઢીને આંગણામાં નાખીએ છીએ, રસોડાનું ગંદું પાણી ચોકમાં નાંખવું, ચાલતા હોઈએ તો વસ્તુઓ નીચે નાખતા જઈએ, ઊઠવામાં પણ બીજાને ધક્કા મારીએ. આ બધાથી કોણ સભ્ય કે અસભ્ય એની પરીક્ષા થઈ જાય છે. આપણા ઘરમાં હોઈએ કે સમાજમાં આ બધી બાબતોનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ.”

આપણા આચરણ અને રહેણીકરણીમાં પણ એવી સારી-ખરાબ અનેક કુટેવો હોય છે જે આપણને પડેલી ટેવના કારણે ખરાબ લાગતી નથી, પણ બીજાને એ અસભ્ય લાગે છે જેમ કે, કોઈને ત્યાંથી વસ્તુ લાવ્યા પછી પાછી ન આપવી અથવા બગાડી નાખવી, કોઈને વાયદો કરીને ઘેર બોલાવવો અને તે સમયે પોતે હાજર ન રહેવું, કોઈની વસ્તુ લાવીને તેની કાળજી ન રાખવી. બજારમાંથી ઉધાર વસ્તુ લાવીને એના પેસા આપવાની કાળજી ન



રાખવી, પત્રોના સમયસર જવાબ ન આપવા, ઓફિસમાં મોડા જવું, આવી સેંકડો વાતો એવી છે કે જેનાથી મનુષ્યની આબરૂને ધોકો લાગે છે.

**જુદા જુદા શિષ્ટાચાર :**

(૧) વચન સંબંધી (૨) વર્તણૂક સંબંધી (૩) કર્મ સંબંધી એમ ત્રણ ભાગમાં શિષ્ટાચાર વહેંચાયેલો છે.

બોલવાના શિષ્ટાચારમાં એ વાતનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ કે સાંભળનારની મર્યાદા પ્રમાણે માનવાચક શબ્દો વાપરવા. વાતચીતમાં આત્મપ્રશંસા કરવાની પ્રવૃત્તિને રોકવી અને નિંદાથી દૂર રહેવું, કોઈની વાતને કાપવી અને તેની વાતમાં ભૂલો કાઢવી એ શિષ્ટાચાર વિરુદ્ધ છે. વાતચીતમાં વધુ પડતો વિનોદ કરવાની જરૂર નથી. એવા વિનોદને અશિષ્ટ સમજવામાં આવે છે. મિત્રમાં કોઈ એકની સાથે જ સારા સંબંધો રાખવા અને બોલવું એ અશિષ્ટતા છે. ઘણા લોકોને વાતવાતમાં “એનું નામ... જે હોય તે” વગેરે વાક્યપૂરક શબ્દો વારંવાર કહેવાની ટેવ પડી જાય છે, જે બીજાને હાસ્યાસ્પદ લાગે છે.

ચેષ્ટાત્મક શિષ્ટાચાર મનુષ્યનું મુખ તથા શરીરના બીજા ભાગોના હલનચલન સાથે સંબંધ રાખે છે. મોઢા પર કાયમની ગંભીરતાનો ભાવ રાખવાથી મનુષ્યનું મિથ્યાભિમાન પ્રગટ થાય છે. માટે બીજા લોકો સાથેના વ્યવહારમાં હસતા રહીને વાત કરવી જરૂરી છે. શોકમાં, દુઃખ અને શ્રદ્ધામાં નમ્રતાનો ભાવ પ્રગટ કરવાની જરૂર પડે છે. કોઈ પ્રશ્નનો ઉત્તર માથું હલાવીને આપવો એ અસભ્યતા છે. જ્યાં સુધી કોઈ ખાસ કારણ ન હોય ત્યાં સુધી કોઈને, ખાસ કરીને સ્ત્રીઓને હાથ કે માથાથી ઈશારો કરીને ન બોલાવવી જોઈએ.

ક્રિયાત્મક શિષ્ટાચારમાં એ બધાં કામોનો સમાવેશ થાય છે કે જે

મનુષ્ય કોઈ વ્યક્તિ કે સમાજ માટે કરે છે. મનુષ્યે પોતાના પાડોશીની અગવડતાનું ખાસ ધ્યાન રાખવું જોઈએ. સડક પર ડાબી બાજુ ચાલવું અને વૃદ્ધ તેમજ સ્ત્રીઓને રસ્તો આપવો જોઈએ. કોઈના ઘર સામે ઊભા રહીને જોરજોરથી વાત કરવી તે અસભ્યતા છે. જ્યાં સુધી ખાસ જરૂર ઊભી ન થાય ત્યાં સુધી કોઈને બોલાવવા માટે એના ઘરનાં બારણાં ખટખટાવવાં નહીં. આપણે ઘેર આવેલા મહેમાનોનું શક્તિ પ્રમાણે સન્માન કરવું તે શિષ્ટતાનું આવશ્યક અંગ છે.

આથી સ્પષ્ટ થાય છે કે વચન બાબતની શિષ્ટતા અને અનુશાસન શિષ્ટાચારનું એક મહત્વપૂર્ણ અંગ છે. વાત માટેના આ સામાન્ય નિયમોનું હરહંમેશ ધ્યાન રાખવું જોઈએ.

(૧) જ્યાં બે ચાર વ્યક્તિ પોતાની વાતો કરતી હોય ત્યાં એમની પાસે બેસવું અયોગ્ય કહેવાય છે. પૂછવા વગર અભિપ્રાય આપવો એ પણ મૂર્ખતા છે.

(૨) વાતચીત કરતી વખતે અયોગ્ય કે ભૂલભરી વાત નીકળી જાય તો એને માટે તરત માફી માંગવી જોઈએ.

(૩) વાતચીત કરતી વખતે ફક્ત પોતે જ ન બોલ્યા કરે, બીજાને પણ સમય આપવો જોઈએ. જે બીજાને બોલવા ન દેતાં પોતાની જ વાત ચાલુ રાખે છે એની સાથે કોઈ વાત કરવાનું પસંદ કરતું નથી.

(૪) વાતચીતમાં કોઈ સાથે મતભેદ પડે ત્યારે કઠોર જવાબ આપીને તરત જ લડાઈનું રૂપ આપવું એ નરી મૂર્ખામી છે. એવા સમયે જો બીજાની ભૂલ બતાવીને સમજાવવી હોય તો જે કંઈ કહેવું હોય તે નમ્ર શબ્દોમાં કહેવું જોઈએ જેમ કે, “મારા ધાર્યા પ્રમાણે તમે ભૂલ કરો છો” કે, “તમને સાચી સૂચના મળી લાગતી નથી.” આ પ્રમાણેના વ્યવહારથી કડવાશ વધતી નથી અને મતભેદ ઘટાડવામાં મદદ મળી રહે છે.

(૫) ઘણા લોકોને સામાન્ય વાતચીતમાં કારણ વગર ગાળો બોલવાની ટેવ હોય છે. એને તેઓ ખરાબ માનતા નથી કે એના સ્તરનો બીજા લોકોને પણ એમાં દોષ દેખાતો નથી. આ પ્રમાણેનો વ્યવહાર સભ્યતાની વિરુદ્ધનો છે. એ જ પ્રમાણે મિત્રો સાથે પણ શિષ્ટાચારનો ભંગ ન કરવો જોઈએ. એમ બની શકે છે કે ખાસ મિત્રો હોય એમની સાથે એવી વાતચીત થાય, પણ ક્યારેક એવા લોકો સાથે ગંદા શબ્દો બોલી જવાય છે કે જેઓ એને સજ્જનોચિત માનતા નથી. એનાથી તમારી પ્રતિષ્ઠા ઘટે છે.

(૬) જેને વાયદો કરીએ તે પૂરો કરવાનું ખાસ ધ્યાન રાખવું. જે કામ કરવાનો વિચાર ન હોય એના માટે બીજાને વિશ્વાસ ન આપવો.

(૭) વાતચીત વખતે વચ્ચે વચ્ચે નકામા શબ્દો ન બોલવા; હાથ, મુખ, કાન કે આંખ વગેરેની હરકતો ન કરવી અને મટકું ન મારવું, એ અવિકસિત બુદ્ધિવાળાનાં લક્ષણો છે.

(૮) કોઈ વાતનું વધુ પિંજણ ન કરવું. ઘણા લોકોને ટેવ હોય છે કે, જેની સાથે કોઈ સંબંધ નથી એવી વાતો લંબાવીને કહે છે. પછી તે સાંભળનારને ભલેને ખરાબ લાગે, પણ વારંવાર તે જ વાત કર્યા કરે છે. કેટલાક લોકો તો સાંભળનારા સૂઈ જાય કે ઊંઘી જાય તો પણ પોતાની વાત બંધ કરતા નથી. એ બધું વાત કરવામાં દોષરૂપ છે.

(૯) વાતવાતમાં અંગ્રેજી માફક 'થેંક્યુ' (ધન્યવાદ) કહેતા રહેવું એ આપણા દેશનો રિવાજ નથી, છતાં પણ કોઈ ઉપકાર કે મદદ માટે આભાર પ્રગટ કરવો એ એક સજ્જનોચિત રીત છે.

(૧૦) કોઈની સામે એનાં વખાણ કરવાં એ કાંઈ સારી વાત નથી. જો એ પ્રમાણે કોઈ આપણા વખાણ કરે તો એને રોકી દેવો કે ત્યાંથી દૂર જતા રહેવું.

(૧૧) જો કોઈ બીજા સાથે વાત કરતો હોય તો તેની વચ્ચે જઈને

પોતાની રજૂઆત કરવી એ યોગ્ય નથી. એ જ પ્રમાણે કોઈની સાથે વાત કરવી અધૂરી છોડીને બીજા સાથે વાત શરૂ કરવી તે પણ અયોગ્ય છે.

આ શિષ્ટાચારના સામાન્ય નિયમ છે. દરેક સંજોગોમાં જે મુખ્ય વાતનું ધ્યાન રાખવું જરૂરી છે તે છે વાણીમાં-બોલવામાં સંયમ રાખવો, જીભ ગમે તેમ ન ચલાવવી, જેટલું જરૂરી હોય એટલું જ બોલવું તથા એનાથી બીજા પર કેવી અસર પડે છે તેનું ધ્યાન રાખવું કેમ કે વાણીનો મુખ્ય ઉદ્દેશ ભાવ તથા વિચારની પ્રેરણાનો છે. તે પૂરો થાય છે કે નહીં, જેની સાથે વાત કરવામાં આવે છે એનો સ્તર, મનોભાવ, સ્થિતિ કેવાં છે એના પર પ્રભાવ પડ્યો છે કે નહીં તે ધ્યાનમાં રાખવું જોઈએ.

## વાણીની કુશળતા એ વ્યવહારકુશળતાનું પ્રાથમિક ચરણ છે

સમર્થ ગુરુ રામદાસે કહ્યું છે કે દુનિયાભરમાં આપણા મિત્રો પણ છે અને શત્રુઓ પણ છે, પણ એમને મેળવવાની કૂચી જીભના પટારામાં રહેલી છે. એટલે કે વ્યક્તિનો પરિચય, સંપર્ક અને પ્રભાવ એની બોલવાની રીતમાં રહે છે. જેઓ વાત કરવામાં કુશળ હોય છે તેઓ દરેક જગાએ પોતાના મિત્ર શોધી લે છે, અજાણ્યાઓને પણ પ્રથમ મુલાકાતમાં પોતાના બનાવી લે છે અને પોતાનું કામ પૂરું કરી લે છે. મહાન કાર્યો અને મોટા ઉદ્દેશો માટે ઈસુ અને બુદ્ધ, ગાંધી અને વિવેકાનંદ સુધી બધા એ શક્તિથી પોતાના આયોજનમાં સફળ બન્યા હતા. મહાન કાર્યો કરનારા જ નહીં, વાત કરવામાં ચતુર અને ચાલાક ઠગ લોકો પણ અજાણ્યા સાથે સંપર્ક સાધીને એમના હૃદયમાં પોતાનું સ્થાન સ્થાપિત કરીને પોતાનો સ્વાર્થ પૂરો કરે છે. જોકે એમનાં કાર્યો ઔચિત્ય અને ન્યાયની દૃષ્ટિએ ગુનાહિત છે;

છતાં એમ માનવું પડશે કે તેઓ પોતાની એ ક્ષમતાને લીધે સફળ બને છે.

ધંધાના ક્ષેત્રમાં પણ જીભથી કમાણી કરનારા લોકોનો એક સ્વતંત્ર વર્ગ છે. વક્તા, ગાયક, પ્રચારકથી લઈને ઔદ્યોગિક, ધંધાદારી અને પ્રતિનિધિઓ સુધી પોતાની વાક્યાતુર્યના બળે જે વ્યક્તિનો સંપર્ક સાધે છે એમની પાસે પોતાની વાત કબૂલ કરાવે છે. એમને માટે વાણી જ એક એવું સાધન છે કે જેનાથી નવી વ્યક્તિ વગર મૂડીએ પોતાના ધંધામાં સફળ બને છે. વેપારીઓ અને દુકાનદારોને ત્યાં જોવા મળે છે કે ગ્રાહક એમની પાસે નમૂનો જોવા કે ભાવ પૂછવા આવે છે અને માલ ખરીદીને પાછો ફરે છે.

જ્યારે વાણીની કુશળતાથી વેપારી અને ધંધાદારી ક્ષેત્રમાં લોકો સફળ બને છે. તો શા માટે કોઈ એવી ફરિયાદ કરે કે મારી વાત કોઈ માનતું નથી, મારો કોઈ મિત્ર નથી, જેની સાથે વાત કરું છું તે મારો શત્રુ બની જાય છે. એ ફરિયાદનું મોટું કારણ વ્યક્તિની વાતચીત કરવાની રીત છે. તે જેની સાથે વાત કરે છે તેમાં કોઈને કોઈ એવી ભૂલ કરે છે, જેથી સાંભળનારને આઘાત લાગે છે.

મિત્ર બનાવવા માટે તથા કાર્યક્ષેત્રમાં સફળતા મેળવવા માટે તેમજ બીજી વ્યક્તિઓનો સાથસહકાર મેળવવા માટે વ્યક્તિએ વ્યવહારકુશળ બનવાની જરૂર છે. વ્યવહારકુશળ બનવામાં મુખ્ય જરૂર વ્યક્તિની વાત કરવાની કુશળતા છે. એના માટે સ્વેટ મોર્ડને કહ્યું છે કે, “જો તમે પોતાની વાત સ્પષ્ટ શબ્દોમાં યોગ્ય રીતે તેમજ મીઠાશ સાથે રજૂ કરીને સાંભળનારને પ્રભાવિત કરી શકો તો જાણવું કે તમારી પાસે એક હથિયાર છે, જેથી સફળતા તમારા પગમાં દાસી બનીને આળોટશે.”

શ્રેષ્ઠ વાક્યપટુ હોવું, લોકોનું ધ્યાન પોતાની તરફ ખેંચવું તેમજ સાથસહકાર માટે પોતાની વાતચીતમાં પ્રભાવ પેદા કરવો એ એક એવી ચીજ છે, જે એ કાર્યો માટે મેળવેલી બીજી શક્તિઓ કરતાં ઉચ્ચ પ્રકારની

ઉપલબ્ધિ ગણાય છે. બોલવામાં ચતુર લોકો પોતાના પ્રવચનથી સંપર્કમાં આવનારને પ્રભાવિત કરીને ધાર્યા કરતાં વધુ સહયોગ મેળવી શકે છે.

છતાં એવું જોવા મળે છે કે, મોટા ભાગ લોકો, જેમાં ભણેલા અને સારા શિક્ષિતો પણ હોય છે તેઓ પોતાની વાણીમાં પ્રભાવ પેદા કરી શકતા નથી. એથી એમને ખાસ કરીને સફળતાઓ માટે પણ ઠોકરો ખાવી પડે છે અને તેમને ધાર્યા કરતાં ઘણી ઓછી સફળતા મળે છે. તેઓ માને છે કે, શિક્ષણ, યોગ્યતા, પ્રતિભા અને જ્ઞાનનું પોતાનું આગવું સ્થાન અને મહત્ત્વ છે, પણ વ્યક્તિને વ્યવહારના ક્ષેત્રમાં સફળતા મેળવા માટે વાક્યપટુતાના અભાવે એ વિશેષતાઓ નબળી જણાશે, કેમ કે જેમને આપણી એ વિશેષતાઓ બતાવવી છે એમની સાથે પરિચય કરવાનું માધ્યમ તો વાતચીત છે અને એ પણ સાચું છે કે એ ગુણ વગરની વ્યક્તિ પોતાના સંભાષણને જો જરાક પ્રભાવશાળી બનાવી લે તો એ ક્ષેત્રમાં તે બીજા કરતાં આગળ નીકળી જાય છે.

આમ કહેવાનો આશય એવો નથી કે સફળતાનો બધો આધાર વાણીની ચાતુરી પર છે, પણ કહેવાનો આશય એ છે કે શિક્ષણ, યોગ્યતા અને પ્રતિભાની સાથે સાથે વ્યક્તિએ વ્યવહારકુશળ બનવું પણ જરૂરી છે અને વ્યવહારકુશળતા માટે વાક્યપટુતાની જરૂર છે. વાક્યાતુર્ય શા માટે જરૂરી છે એના માટે એક વિદ્વાને જણાવ્યું છે કે, “તમે ભલે સારા ગાયક હો છતાં એમ બની શકે છે કે તમે આખી દુનિયાનો પ્રવાસ કરી લીધા પછી પણ તમને તમારી કળા બતાવવાનો સમય ન પણ મળે.” તમે ગમે ત્યાં જાવ, ગમે તે સમાજમાં રહો, જીવન અને પ્રતિભાના ક્ષેત્રમાં તમારી સ્થિતિ ગમે તેટલી સારી હોય, છતાં પણ તમારે કળા બતાવવાનો અવસર વાતચીત દ્વારા જ મેળવવો પડશે. ખરેખર તમારી ઉપલબ્ધિઓ અને વિશેષતાઓ ગમે તેટલી હોય છતાં જ્યાં સુધી તમે વાતચીત કરવાની કળામાં કુશળ નહીં બનો ત્યાં સુધી તેને બીજા

પાસે રજૂ કરી શકશો નહિ. વાતચીત કરવી તે એક કળા છે, નહીં તો વાતો મૂંગા-બહેરા સિવાય બીજા બધા જ કરી શકે છે અને સાંભળે છે, છતાં કોના પર કેવો પ્રભાવ પડે છે એનો આંક કાઢવામાં આવે તો એમ જાણવા મળશે કે ઘણા લોકોની વાતો અકળાવી નાંખે એવી કે બીજાનું મન ખાટું કરી દે એવી આઘાત આપનારી હોય છે. ઘણા લોકોની વાતો સાંભળીને એમ લાગે છે કે એની વાતોનું કોઈ મોં-માથું નથી, મૂળ કે અંત નથી. તેઓ પોતાના શબ્દો સમજીને બોલતા નથી કે જેથી સાંભળનાર પ્રભવિત થાય તેમજ એમની વાતોમાં કોઈ જાણકારી પણ હોતી નથી. કયા સમયે કેવી વાત કરવી એનું એમને ભાન હોતું નથી. કેમ કે એમને એ બાબતનું જ્ઞાન જ હોતું નથી. એટલે એમની વાતો કંટાળો પેદા કરનારી અને અપ્રાસંગિક હોય છે.

બોલવામાં ઘણા લોકો એટલા બધા તર્કબદ્ધ અને સાવધાન હોય છે કે એમને બધું જ જ્ઞાન હોય છે. કયા સમયે કેવી વાત કરવી જોઈએ ? સાંભળનાર પોતાની વાત માટે રુચિ ધરાવે છે કે નહીં ? ભાષામાં કોઈ ઊલટસૂલટ, ખોટો દેખાવ કે બળજબરીથી શબ્દોનું સંકલન તો થતું નથી ને ? એવી જ બીજી જરૂરી વાતોનું ધ્યાન રાખીને જે લોકો વાત કરે છે એમની વાતોથી ઘણો પ્રભાવ પેદા થાય છે.

વાણીની ચતુરાઈ કોઈ પુસ્તક વાંચવાથી આવતી કે મેળવી શકાતી નથી, કોઈનો ઉપદેશ સાંભળીને પણ મળતી નથી. આ વિષય અંતરનો છે એટલે એને માટે પોતાનામાં વિવેક જોઈએ. એમ છતાં કેટલાંક એવાં સૂત્રો છે કે જેના આધારે વિવેક જાગૃત કરી શકાય છે અને અનુભવથી વાક્યાતુર્ય મેળવી શકાય છે. વાણીની ચતુરાઈ માટે અચકાયા વગર વાત કરવી, સમજી વિચારીને સન્તુલન સાથે બીજાની સાથે વાત કરવી જોઈએ. ભાષામાં મીઠાશ તથા શાલીનતાનો સમાવેશ કરવો, વાક્યો અને શબ્દોનો ખરો ઉચ્ચાર કરવો, વાત ટૂંકી અને અર્થપૂર્ણ હોવી જોઈએ. બીજાની વાતનું પણ

ધ્યાન રાખવું જેમ કે આપણે આશા રાખીએ છીએ કે બીજા આપણી વાત ધ્યાનથી સાંભળે, તો આપણે પણ એની રુચિનું ધ્યાન રાખવું વગેરે ઘણી સાવચેતી રાખવાની હોય છે. જેમને આપણે વાતચીતમાં સમાવી શકીએ તો સહેલાઈથી વ્યવહારકુશળતા તરફ આગળ વધી શકાય છે.

વાતચીતમાં જે વાતોનું વધારે ધ્યાન રાખવું જરૂરી છે એમાં પ્રથમ આપણી ભાષા સંસ્કારી અને રોચક હોવી જોઈએ. સંસ્કારી ભાષા એટલે કે આપણે એવો શબ્દ ના બોલવો કે જે અભદ્ર, ગંદો અને નકામો હોય. ઘણી વ્યક્તિઓને એવી ટેવ હોય છે કે વાતવાતમાં વારંવાર અપશબ્દો બોલ્યા કરે છે. એ પ્રમાણેની એને ટેવ પડી ગયેલી હોય છે. ઘણા લોકો જાણી જોઈને બીભત્સ શબ્દોનો પ્રયોગ કરે છે. એ પ્રમાણે આચરણ કરીને ભલે તેઓ એમ માને કે જેની સાથે વાત કરીએ છીએ તે હસશે. માની લ્યો કે તે હસે છે, પણ આમ કરવાથી વાતમાં છીછરાપણું આવી જાય છે. અપશબ્દો અને અશ્લીલતાપૂર્ણ વાક્યોનો વધુ પડતો ઉપયોગ કરવાથી વાર્તાલાપના વિષયની સ્વાભાવિક ગંભીરતા નષ્ટ થાય છે અને એનાથી જે ચર્ચા કરવામાં આવે છે તેનું ધાર્યું પરિણામ આવતું નથી. શિષ્ટાચાર માટે એમ માનવું જોઈએ કે મશકરી મજાક પણ ખરાબ, અશ્લીલ અને અપશબ્દોથી ન કરવી, કેમ કે ધીરે ધીરે એવો પ્રયોગ ટેવ બની જાય છે, સ્વભાવ બની જાય છે. એવા લોકોની સોબત સારી ન કહેવાય. એમને સભ્ય સમાજમાં સ્થાન મળતું નથી.

જો આવી ટેવ વાક્યાતુર્ય મેળવનારા અભ્યાસીઓને પડી ગઈ હોય તો તેમણે એના પર નિયંત્રણ કરીને દૂર કરી લેવી જોઈએ એ નિયંત્રણમાં બીજું સૂત્ર મહત્વનું બને છે, જે સામાન્ય અને એ ટેવથી મુક્ત લોકો માટે પણ જરૂરી છે. એ સૂત્ર છે કે સમજી-વિચારીને બોલવું, જે સમયે આપણે ચૂપ રહેવું જોઈએ, ગંભીર બનવું જોઈએ કે વાત ન કરવી જોઈએ એ



નથી એ વિષય પર પણ ટેવને લીધે લાચાર બનીને બોલ્યા કરે છે. આવું પોતાની ઓછી જાણકારીને છુપાવીને પોતાને સર્વજ્ઞ સાબિત કરવાના અહંકારને લીધે બને છે. સાંભળનારાઓ ભલે એ આપણું મિથ્યાભિમાન પકડી કે જાણી ન શકે, પણ જાણે અજાણે એવું બોલી જવાય છે કે જેનાથી આપણી અજ્ઞાનતા જાહેર થઈ જાય છે વિચારશીલ માણસ એને પકડી પાડે છે. આવા સમયે કદીક સાચી વાત કરવામાં આવે તો પણ પોલ ઉઘાડી પડી જવાના કારણે આપણને ગાંધીદાસ જ માને છે.

જીવનમાં ઘણા એવા પ્રસંગો આવે છે ત્યારે ગંભીર રહેવું જરૂરી છે જેમ કે કોઈને શોક હોય કે કોઈ સંબંધી મરી ગયો હોય, એની પાસે શોકની લાગણી બતાવવા માટે જતી વખતે ગંભીરતા રાખવી જરૂરી છે અને જો કોઈ વ્યક્તિ પોતાની ખુશી બતાવવા માટે પ્રસંગ વગરની વાત કરે ત્યારે એની નિંદા જ થાય છે. એવો સમય વાતચીત કરતી વખતે પણ આવે છે, જ્યારે બીજો કંઈક કહી રહ્યો હોય ત્યારે સાંભળનાર માટે અનિવાર્ય બની જાય છે કે તે પ્રથમ એની વાતને સારી રીતે સાંભળે અને એમાં રુચિ લે, પણ જો પોતાનું ગાણું ગાવા બેસી જાય અને પોતાની ઢોલકી વગાડવા કરે તો એની સાથે વાત કરવા કોઈ તૈયાર થશે નહિ.

વાણીની ચતુરાઈ માટેનું ત્રીજું સૂત્ર એ છે કે બીજાની રુચિનું ધ્યાન રાખવું. સંપર્કમાં આવનાર બધા લોકોની રુચિ એકસરખી હોતી નથી. દરેકની રુચિ જુદી જુદી હોય છે. કોઈ કળાનો શોખીન હોય છે, તો કોઈ સંગીતનો, ઘણાને સામાજિક વાતોની ચર્ચા સારી લાગે છે તો કોઈક આંતર્રાષ્ટ્રિય વાતોને આવકારે છે. કામ ન હોય ત્યારે નવરાશમાં સામેવાળાનું ધ્યાન રાખવું જરૂરી છે. પોતાને જાણકારી ન હોય તો ધીરજ સાથે પ્રશ્ન પૂછીને પોતાનું જ્ઞાન વધારવું એ એક સારો પ્રયોગ છે. એનાથી એક સારા શ્રોતા બનવાનો અને જ્ઞાનનું ક્ષેત્ર વધારવાનો બેવડો લાભ થાય છે.

રુચિ માટે એક વાત એ પણ ધ્યાનમાં રાખવા યોગ્ય છે કે સામેની વ્યક્તિ આપણી વાતોમાં રસ લે છે કે નહિ, જો રસ ન લે તો વિષય બદલી નાંખવો જોઈએ. વાત પૂરી કરવી હોય તો કે સામેવાળો રુચિ ન ધરાવતો હોય તો બની શકે છે કે તે ઘણી ઉતાવળમાં છે. જો એમ માલૂમ પડે તો જલદીથી વાતને પૂરી કરવી જોઈએ.

વાતચીત કરતી વખતે આપણી વાત ટૂંકમાં કે સમય પ્રમાણે લંબાવવા માટે સમયનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ. જેમ બને તેમ વાતને ટૂંકાવવી અને અર્થવાળી બનાવવી. એનાથી ભૂલો થવાનો સંભવ રહેશે નહીં અને વાર્તાનો ભાવાર્થ સમજશે. કુશળતાપૂર્વકની વાતચીત માટે વાતોડિયા બનવું જરૂરી નથી. ખરેખર તો વાણીની પટુતા અને વધુ પડતું બોલવું એ બંને જુદી વાત છે. વાણીની ચતુરાઈ એ ગુણ છે અને વાચાળતા દોષમાં ગણાય છે. માટે વાક્પટુતા મેળવવા વિચાર કર્યા વગર બોલવું નહિ એ પણ એક સૂત્ર છે.

છેલ્લી વાત જે વાક્પટુતા માટે મુખ્યત્વે જરૂરી છે તે એ છે કે જેની સાથે વાત કરવામાં આવે છે એનામાં સદ્ભાવ, આત્મીયતા જગાડવી અને આચરણથી પોતાને એના અંતઃકરણમાં એક શુભચિન્તક તરીકે સ્થાપિત કરવો જોઈએ. એ માટે એના, વ્યક્તિત્વ પરિવાર અને આર્થિક તથા સામાજિક સ્થિતિને જાણવાનો પ્રયાસ કરવો જોઈએ. દેખીતું છે કે જ્યારે કોઈને પોતાના સંબંધમાં પત્ની અને બાળકોના આરોગ્ય તથા કુશળતા અને સુખદુઃખ માટે પ્રશ્ન પૂછવામાં આવે ત્યારે તે ખીલશે અને જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ પોતાની સમસ્યાઓ કહેવા લાગે ત્યારે એક મિત્રની જેમ યોગ્ય સલાહસૂચન આપવાં જોઈએ.

આ રીતે એમને આપણા અંતરંગ મિત્ર બનાવી શકીશું અને એમના પર પ્રભાવ પાડી શકીશું.

સમાજમાં રહીને ગમે તે વ્યક્તિ ગમે તે કાર્ય માટે બીજાને સહકાર

આપી શકે છે, લઈ પણ રાહ છે. કહેવું ન જોઈએ કે એને મેળવવા માટે પ્રથમ ઉપાય વાર્તાલાપ છે. જે કુશળતાથી વાતચીત કરી શકે છે તે કદી નિરાશ થતો નથી. આત્મવિકાસ માટે વાચકોને માર્ગદર્શન કરતાં લેખકે તો ત્યાં સુધી લખ્યું છે કે, “શું તમે નિર્ધન છો, નિરાશ છો ? શું તમે એમ સમજો છો કે જીવનમાં પ્રગતિનો કોઈ અવસર તમને મળ્યો નથી ? શું તમારી ઈચ્છાઓ પૂરી થઈ નથી ? તમે ચિન્તા કરશો નહીં. એક સારા વાતચીત કરનારા બનો, જેથી તમારાં સ્વપ્નો જલદીથી સિદ્ધ થશે.”

## વધારે પડતું ન બોલો

એમ તો આધ્યાત્મિક દષ્ટિએ મૌનનું મહત્ત્વ અનેકગણું છે. મૌનને માનસિક તપ કહેવામાં આવે છે, જેની સાધનાથી મનુષ્ય મુનિ બની જાય છે. મૌનનું શરણું લીધા વગર કોઈપણ મુમુક્ષુ લક્ષ્ય તરફ આગળ વધી શકતો નથી. જીવનની સાધનાઓમાં મૌનને મુખ્ય સ્થાન છે, પણ લૌકિક દષ્ટિએ તથા સાંસારિક વ્યવહારની દષ્ટિએ એનું મૂલ્ય ઓછું નથી.

મૌનથી મનુષ્યમાં ગંભીરતાનો વધારો થાય છે. ગંભીર વ્યક્તિનો દરેક જણ આદર કરે છે, એમનામાં લોકોનો વિશ્વાસ વધતો જાય છે. તે એટલે સુધી કે કૌટુંબિક ઝઘડાઓમાં એમના પર વિશ્વાસ રાખીને એમને પંચ તરીકે જવાબદારી સોંપે છે અને એમનો નિર્ણય માથે ચઢાવે છે. ગામમાં, સમાજમાં થોડું બોલનારને નાનામોટા બધા જ માન આપે છે. થોડું બોલવાથી જે આદર મળે છે તેનું મહત્ત્વ ઓછું નથી.

જોકે સામાજિક માન માટે વ્યક્તિગત લાભનો દષ્ટિકોણ રાખવો યોગ્ય નથી. લોકોનો આદરભાવ એ એક મોટો લાભ છે. એનાથી વ્યક્તિનું આચરણ, વિચાર, ભાવ અને આત્મા-બધામાં પ્રખરતા અને આજ્ઞાપાલનનો ગુણ આવે છે. જેનાથી જીવનમાં એક અનેરો આનંદ અને સંતોષનો અનુભવ

થાય છે. જવાબદારીનો ભાવ વધે છે કે જે જીવનના દરેક ક્ષેત્ર માટે જરૂરી છે, છતાં પણ એનાથી અનેક પ્રકારના ન ધાર્યા હોય એવા સ્થૂળ લાભ પણ મળે છે. લોકપ્રિય વ્યક્તિનું કોઈ કામ અટકી પડતું નથી. એનાં દુઃખ, પીડા, અભાવ તથા જરૂરિયાતને લોકો પોતાનાં સમજે છે અને હર સમયે બનતી મદદ કરે છે. લૌકિક દષ્ટિએ એ લાભ જીવનવિકાસમાં ઓછો ઉપયોગી નથી.

જીવનમાં મૌનનો સમાવેશ કરી લેવાથી કે થોડાબોલો સ્વભાવ રાખવાથી વ્યક્તિની ગરિમામાં વધારો થાય છે. મુખ પર તેજની આભા દેખાય છે. ગૌરવવાળી વ્યક્તિ જાણ્યા-અજાણ્યા લોકોમાં કે દેશવિદેશમાં પોતાનું સ્થાન બનાવી લે છે. ઘણીવાર રેલવે સ્ટેશન કે સાર્વજનિક સ્થાન વગેરે જગાએ લોકો ચૂપચાપ ઊભેલી વ્યક્તિને માટે જગા કરી આપે છે. પોતાની જગા આપવા પણ તૈયાર થઈ જાય છે, જ્યારે જગા માટે રકઝક કરનાર અને લડવાઝઘડાવાળા લોકોને સગવડ મળતી નથી. મોટેભાગે એવું જોવા મળે છે કે મોટેથી બોલનાર, વાદવિવાદ કરનાર લોકો ઊભા રહે છે અને મૌન રાખનાર તેમજ એક બાજુ ઊભા રહેનારને સ્થાન મળી જાય છે. આમ ઘણી નાની મોટી સગવડો જીવનમાં અનેકવાર મોટાં મોટાં કાર્યો પૂરાં કરે છે, જ્યારે નાનીનાની અગવડો કોઈ ને કોઈ રીતે માનસિક નુકસાન કરે છે.

થોડું બોલવાથી કે મૌનથી વાણીમાં પ્રભાવ વધે છે. એમાં આધ્યાત્મિક પ્રભાવ કેવો અને કેટલો હોય છે એને છોડી દઈને જે લૌકિક પ્રભાવ માટે વિચાર કરીએ તો મૌનથી જે શક્તિ મળેલી હોય છે તે પણ શબ્દો સાથે બહાર આવે છે.

લોકો થોડું બોલનારની વાણીમાં જૂઠું કે અસત્ય હોવાની શંકા રાખતા નથી અને મોટા ભાગે જે સાંભળે છે એને સાચું માને છે. સમાજમાં બોલની

લોકો થોડું બોલનારની વાણીમાં જૂઠું કે અસત્ય હોવાની શંકા રાખતા નથી અને મોટા ભાગે જે સાંભળે છે એને સાચું માને છે. સમાજમાં બોલની કિંમત કંઈ ઓછી મહત્વની વાત નથી. એનાથી શાખ વધે છે અને વાતાવરણમાં વિશ્વાસ વધે છે.

મૌન રહેવાથી સૌમ્યતા તથા સરળતા વધે છે, જેથી સ્મિત વગેરે ભાવમાં તેમજ દષ્ટિમાં આકર્ષણનો ચમત્કાર પેદા થઈ જાય છે. જેથી આપણી દરેક સ્થિતિમાં વિરોધીઓ પણ સહયોગી બની જાય છે. આ લાભને શુભ લાભ કહેવાય છે.

બોલ્યા જ કરવું કે નકામી વાતો કહ્યા કરવી એનાથી વાતોડિયાપણું આવી જાય છે. વાચાળ સ્વભાવવાળા નાના અને મહત્ત્વ વગરના પ્રસંગે પણ બોલ્યા કરે છે. સ્વાભાવિક છે કે એની વાતોમાં અતિરેક થાય, અતિશયતા વધે, વ્યર્થતા, અયોગ્યતા અને અનુપયોગિતા વગેરે એટલી બધી વધી જાય છે કે એનું માપ રહેતું નથી. ઘણાંના બોલવામાં આ દોષ જલદી બહાર પડી જાય છે ત્યારે લોકો એનો વિશ્વાસ પણ કરતા નથી. ઘણા તો એની સાથે વાત કરવા માટે પણ તૈયાર થતા નથી અને હાંસી-ઉપહાસ પણ કરે છે. વાચાળ વ્યક્તિ જૂઠના નામે બદનામ થાય છે. ઘણીવાર લોકો એની સાચી વાત પણ સાંભળવા માગતા નથી. મૌન એ દોષથી અને નુકસાનમાંથી બચાવે છે. એ પણ એક લાભ જ મનાય છે.

વાચાળતાથી ઘણીવાર નિંદા-વખાણ, વાદ-વિવાદ, ખંડન-મંડન, અણબનાવ અને કડવાશ તથા ગાળો પણ શરૂ થઈ જાય છે. થોડું બોલવામાં આવી કોઈ શક્યતા રહેતી નથી. થોડું બોલનાર ચૂપચાપ બીજાની વાત સાંભળ્યા કરે છે. એને બોલવા કે વાદવિવાદમાં પડવાની કોઈ જરૂર ઊભી થતી નથી. આવી સ્થિતિમાં એને કોઈની અપ્રિયતા મળવાનો પ્રશ્ન ઊભો થતો નથી. ઊલટું એ બે વચ્ચે સમાધાન કરનાર પંચ બને છે, જેનો નિર્ણય

માથે ચઢાવવામાં આવે છે.

મૌનથી મનુષ્યમાં સહનશક્તિની વૃદ્ધિ થાય છે. એનું એક કારણ તો એ છે કે વધુ વાત કરવાથી મનુષ્યની જે પ્રાણશક્તિનો વ્યય થાય છે તેની મૌનના અભ્યાસમાં બચત થતી રહે છે. શરીરમાં શક્તિનો સંચય-સહનશક્તિ વધારે છે, જે જેટલો નિર્બળ હોય છે તે તેટલો જ અસહનશીલ હોય છે. નિર્બળ વ્યક્તિની માફક શક્તિવાન વ્યક્તિને જલદી ક્રોધ નથી આવતો. અનેક અપ્રિય પ્રસંગોને તે હસીને ટાળવાની ક્ષમતા ધરાવે છે. મૌનની સાધનાથી શારીરિક તથા માનસિક શક્તિનો વિકાસ કરી શકાય છે. કહેવત પ્રસિદ્ધ છે કે “એક યૂપ સો બલાઓને ટાળે છે.” કોઈ અપ્રિય પ્રસંગે મૌન થઈ જવું તે સંઘર્ષ ટાળવામાં સહાય કરે છે. મૌનનો સામાન્ય અભ્યાસી પોતાના મિતભાષી અથવા મૌન સ્વભાવના કારણે એવી પરિસ્થિતિનો પ્રારંભ જ નથી થવા દેતો. બહુ બોલવા અને વાત કરવાથી એક નાનીઅમથી વાત પણ મોટું સ્વરૂપ પકડી લે છે. ઉત્તર-પ્રત્યુત્તરથી ક્રોધ વધે છે અને વાત સુધરવાના બદલે વધુ વણસી જાય છે. અપ્રિય પ્રસંગે મૌન રહેનાર પક્ષ લગભગ બધાને પોતાના પક્ષમાં કરી લે છે. એવી રીતે મૌનના આધાર પર સહનશીલતા આવે છે અને સહનશીલતાના આધાર પર સંઘર્ષ અથવા કકળાટનાં દુષ્પરિણામોથી બચી જવાનો લાભ મળે છે.

ગુપ્તતા મૌનની વિશેષ દેન છે. વાચાળ વ્યક્તિ પોતાનાં કે બીજાનાં રહસ્યો અથવા મંતવ્યોની રક્ષા કરી શકતી નથી. તેની અનિયંત્રિત જ્ઞાન ભેદ ખોલ્યા વગર રહેતી નથી. જ્યારે મૌન દ્વારા પોતાની વાણી પર અધિકારવાળી વ્યક્તિ રહસ્યોને આરામથી હૃદયમાં રાખી શકે છે. વ્યવસાય, વ્યાપાર તથા રાજનીતિના ક્ષેત્રમાં ગુપ્તતાની બહુ કિંમત હોય છે. ગોપનીય ભાવવાળી વ્યક્તિઓની વેદના, પીડા તથા અભાવોને લોકો નથી જાણી શકતા. સંસારમાં દુષ્ટો, પ્રપંચીઓ, વિરોધીઓ વગેરેની કમી નથી. આ

લોકો બીજાના ભેદ, રહસ્યો અથવા મંતવ્યોને જાણીને હાનિ પહોંચાડવાની કોશિશ કરતા હોય છે. મૌનનો અભ્યાસ મોટેભાગે આ દુર્જનોથી રક્ષણ કરે છે. ઘણા લોકો તો પરદેશ, બજાર, યાત્રા તથા અપરિચિતોમાં કેવળ આ કારણે ઠગાઈ જાય છે કે પોતાની વ્યર્થ વાચાળતાના કારણે તે જલદી ખુલ્લા પડી જાય છે અને પોતાનાં રહસ્યોને બતાવતા રહે છે.

વાણીનો અપવ્યય ન કરતાં મૌનને મહત્ત્વ આપવાથી વિચારશક્તિ વધે છે. તેની બુદ્ધિ અપેક્ષાકૃત વધુ સ્થિર તથા સમતુલિત રહે છે. સમતુલિત વિચારોવાળા હાનિ-લાભ, હિત-અહિતના પ્રસંગોને બહુ ધૈર્યપૂર્વક વિચારી તથા સમજી શકે છે. સંકટ અથવા આપત્તિ સમયે મૌન દ્વારા મજબૂત બનાવેલ વિચારશક્તિ બહુ જ સહાયક થાય છે. કેટલીકવાર જોવામાં આવે છે કે જ્યારે મનુષ્ય કોઈ પ્રસંગ પર વિચારવા લાગે છે ત્યારે તે એકાંત શોધે છે. તે સમયે તે નથી બોલતો અને કોઈની સાથે વાત પણ નથી કરતો બોલવું અને વિચારવું બંને ક્રિયાઓ એક સાથે નથી થઈ શકતી. વિચારક જેટલો ઊંડા મૌનમાં ઊતરી જાય છે તેટલો સમસ્યાઓનો સાર્થક ઉકેલ શોધી કાઢે છે. મહાત્મા ગાંધીને જ્યારે કોઈ વિકટ સમસ્યા પર વિચાર કરવાનો થતો હતો ત્યારે તે કેટલાય દિવસોનું મૌનવ્રત લઈ લેતા હતા.

મૌનનો ગુણ કાર્યમાં એકાગ્રતા તથા ક્ષમતા વધારી દે છે. જે જેટલું મૌન રહીને કામ કરે છે તે તેટલું જ અધિક કુશળ તથા વ્યવસ્થિત કામ કરી શકે છે. વાતોડિયાનું કામ કદી વ્યવસ્થિત રીતે નથી થઈ શકતું. આ વાતનું એક બહુ સરસ ઉદાહરણ મહાત્મારતના સંબંધમાં પ્રસિદ્ધ છે-

ભગવાન વેદવ્યાસે મહાત્મારત લખવાનો વિચાર કર્યો, કારણ કે તે મોટા ગ્રંથના પ્રસંગો પર વિચાર અને લેખનક્રિયા એક સાથે નહોતી ચાલી શકતી. તેમાં ધાર્યા કરતાં અનેકગણો સમય લાગતો હતો. તે બોલતા જાય અને કોઈ લખતો જાય - એ રીતે જ તે મહાન કાર્ય સુવિધાપૂર્વક અપેક્ષિત

સમયમાં થઈ શકે. જેનાથી તેમને ગણેશજીનો સહયોગ પ્રાપ્ત કર્યો. પૂરું મહાભારત લખાઈ ગયા પછી વ્યાસજીએ પૂછ્યું - ગણેશજી તમે આની વચમાં બિલકુલ બોલ્યા નહીં. ગણેશજીએ કહ્યું કે જો હું વચ્ચે વચ્ચે વાત કરત તો ચોક્કસ તમારું આ કામ થવું મુશ્કેલ બની જાત. બોલવાથી મનુષ્યની કાર્યશક્તિ ઘટે છે, જ્યારે મૌન રહીને કાર્ય કરવાથી કાર્યમાં રુચિ આવે છે અને જલદી થાય છે. આ પ્રકારે વિચાર કરવામાં આવે તો જાણવા મળે કે મૌનને મહત્ત્વ આપવાથી આધ્યાત્મિક જ નહીં પણ બીજા કેટલાય લૌકિક લાભ પણ થાય છે. વાચાળતા એક દુર્ગુણ છે, પણ મૌન એક દૈવી ગુણ છે, જેનો આપણે વિકાસ કરવો જ જોઈએ પરંતુ એનો એ અર્થ નથી કે મનુષ્ય બિલકુલ વાત જ ન કરે. મૌનનું મૂળ મંતવ્ય એ છે કે જેટલું જરૂર હોય તેટલું જ બોલવું જોઈએ. બિનજરૂરી વાર્તાલાપ ન કરવો એ પણ મૌન જ છે. જીભ અને વાણીનો સંયમ રાખી મનુષ્યે પોતાની શક્તિઓની વૃદ્ધિ કરવી જ જોઈએ. તે તેના જીવન માટે બહુ જ લાભદાયક તથા હિતકર છે. વાક્સાધના અવશ્ય સિદ્ધિ આપે છે.



## વિચારબિંદુ

★ સર્વશ્રેષ્ઠ મનુષ્ય તે છે જે મનરૂપી રાક્ષસને વશમાં કરી લે.

★ સંઘર્ષ આપણને જીવનમાં આગળ વધવાની સારી પ્રેરણા આપે છે. જે લોકો સંઘર્ષથી ગભરાય છે તેને માટે જરૂરી છે કે તે જંગલનો રસ્તો પકડે.

★ સારા બાળકોના નિર્માણ માટે સર્વશ્રેષ્ઠ ઉપાય તેને પ્રસન્ન રાખવાનો છે.

★ બુદ્ધિની સ્થિરતા વગર કોઈ પણ આદર્શ પૂર્ણ થતો નથી.

★ બુદ્ધિની શુદ્ધિ માટે ભગવાનની ભક્તિથી વધીને કોઈ પણ સાધન આજ સુધી અનુભવમાં આવેલ નથી.

★ કોઈ કાર્ય તુરંત નથી. જો મનપસંદ કાર્ય મળી જાય તો મૂર્ખ પણ તેને પૂરું કરી શકે છે, પરંતુ બુદ્ધિમાન તે છે જે પ્રત્યેક કાર્યને પોતાના માટે રુચિકર બનાવી લે.

★ નવી વસ્તુ શીખવાની આશા છોડી દે, તે વૃદ્ધ સમાન છે.

★ જો આપણે સત્યનો અનુભવ કરવો હોય તો, આપણાં સાધન શ્રેષ્ઠ હોવાં જોઈએ. એ વાતને સારી રીતે જાણી લેવી જોઈએ કે સત્યનો અનુભવ કરવા માટે જો આપણે ઉતાવળમાં પશુબળ અથવા ખરાબ રીતનો ઉપયોગ કરીએ તો આપણે નિરાશ થવું પડશે.

★ યુવાનોને એ શિક્ષણ મળવું ખૂબ જ જરૂરી છે કે તે પોતાની સામે સર્વોત્તમ આદર્શ પ્રસ્તુત કરે.

★ ભાગ્યના ભરોસે બેસી રહેવાથી ભાગ્ય પણ બેસી રહે છે, જ્યારે સાહસપૂર્વક ઊભા થઈ જવાથી ભાગ્ય પણ સાથ આપવા તૈયાર રહે છે.