નમસ્કાર ગાંધીનગર

પમરાટ

આ હવામાં કેટલો પ્રબંધ છે
લાગણી નામે ભરી સુગંધ છે.
ક્યાંક મીઠો ક્યાંક તુરોને છતાં
તરબતર બસ આપણો સંબંધ છે !

- રમેશ ઠક્કર

પાથેય

- રમેશ ઠક્કર

હાથ ફંફોસે આંધળા સુગંધને...!

એ અનુભવાય છે આપોઆપ..ગંધનું પણ આગવું ગણિત હોય છે... એ પ્રસરે છે... ફેલાય છે..સમજાય છે.એ આમતેમ અથડાતી નથી... એનો પ્રવેશ ચોકકસ જગ્યાએથી જ થાય છે...માણસનું નાક એ એનું સ્વાભિમાન છે..ગંધ એ સ્વાભિમાનનો સંચાર છે.

સ્પર્શ એ સપાટી ઉપરનો અનુભવ છે..ગંધ વિશે એવું કહી શકાતું નથી..એ આવે છે અનોખી ઓળખ સાથે..આપણે ગંધ કે સુગંધ વાસ કે સુવાસ એમ એનાં નામ પાડતા રહીએ છીએ..એ કશાની મોહતાજ નથી..એ ઘેરી વળે છે આપણને સહુને એની રીતે જ..એનો મોહપાશ હોય છે. વરસાદ જયારે પણ વરસે છે એની પ્રથમ જાહેરાત સુગંધ કરે છે.પહેલા વરસાદ પછીની ભીની માટીની મહેંક કેટલી સર્વવ્યાપી છે એની તો બધાને ખબર હોય છે..પણ ભીનાં વૃક્ષોની પણ એક અલગ સુવાસ હોય છે એની કેટલાને ખબર હોય છે ? વરસાદની વાછટથી સુગંધમય થઈ જતાં નળિયાં એ ગામડાના ઘરની અમીટ યાદ છે. દરેક પદાર્થ કે ચીજની પોતાની ગંધ હોય છે..હા માણસની પણ ગંધ હોય છે. એટલે જ આપણે કહીએ છીએ કે 'તમે તો આવી ગયા ગંધ પણ ના આવવા દીધી!' ..દુનિયામાં એવા કેટલાય જીવો છે જે આંખ કાન કે સ્વાદેન્દ્રિયોથી નહીં પણ ફકત ઘ્રાણેન્દ્રિયોથી જ પોતાનો કારોબાર ચલાવે છે...કૂતરાની ગંધ પારખવાની કાબેલિયત ખાલી ખોરાકની શોધ પૂરતી નહીં હવે તો ગુનેગારોને શોધવામાં પણ બેમિસાલ પુરવાર થઈ છે.

આપણા સાહિત્યમાં સુગંધ અત્રતત્ર આલેખાઈ છે..ચંદ્રકાંત બક્ષી કલકત્તાનું વર્ણન કરતાં લખે છે..' આ શહેર જેને સુવ્વરના જડબાંઓથી ચાવ્યું છે..ઘુવડની આંખોથી જોયું છે..કુત્તાની માફક સૂંઘયું છે..!'..નર્મદ જ્યારે યુવાનીમાં પગરણ માંડતા હતો એ અનુભવને એ કઇ રીતે લખે છે..? 'મને હવે છોકરીઓની ગંધ આવવા માંડી હતી..! ચિનુ મોદી લખે છે 'શ્વાસમાં છલકાય છાની ગંધ તો..'..હર્ષદેવ માધવના કાવ્ય સંગ્રહનું ટાઇટલ છે ' હાથ ફંફોસે આંધળા સુગંધને !' મોહમ્મદ માંકડની એક નવલકથા છે 'હવામાં કોની સુગંધ?' માની ગોદની પણ એક સુવાસ હોય છે એ જિંદગીભર ભૂલાતી નથી..નાનપણમાં ખભે બેસાડી આનંદ કરાવતા બાપાના પ્રસ્વેદની સુગંધ જેવી નિઃસ્વાર્થ અનુભૂતિ શોધવી મુશ્કેલ છે... પ્રેમિકાનું આલિંગન હોય છે..સ્પર્શ હોય છે,એમ એના આવવાની મહેંકપણ હોય છે..દોસ્તીની પણ મહેંક હોય છે..સંબંધોની કે સેવાની સુવાસ હોય છે..જયાં શ્વાસ છે ત્યાં જ સુવાસ હોય છે. ગંધને પારખવાનો કસબ હોય છે..માણસ પારખુ લોકો હોય છે એમ જ ગંધ પારખુ નિષ્ણાતો પણ હોય છે..હવામાં હજારો પ્રકારની ગંધ હોય છે પણ ખુદ હવાની પણ એક આગવી ગંધ હોય છે એની આપણને ખબર હોતી નથી..આકાશને સ્પર્શ નથી..અવાજ નથી..સ્વાદ નથી..પણ વહેલી સવારના એના રંગોની અલગ સુવાસ હોય છે...

ગંધનો વિસ્તાર અસિમિત છે..ફુલ હોય કે ઝાડ ફોરમ હંમેશાં ફરતી રહે છે..પાંદડાની ગંધ એ ડાળખીનો ચેતોવિસ્તાર છે..સુવાસ એક ઉપહાર છે કુદરતનો..સતત એહસાસ છે હોવાપણાનો..ગંધ ગાયબ થઈ જાય તો કેવો હાહાકાર થઈ જાય એ આપણે કોરોનાકાળમાં અનુભવ્યું છે..શ્વાસ વગરનું જીવન ના હોય એમ જ ગંધ વગરની દુનિયા પણ ના હોઇ શકે..!

વિદેશ ઘેલછા પાછળ ગાંડાતૂર

તંત્રીસ્થાનેથી...

ગુજરાત પોલીસના બાહોશ અધિકારીઓએ દિલ્હી અને કોલકાત્તા ખાતે વિવિધ હોટેલોમાં બંધક બનાવી રાખેલા કેનેડા થઈ અમેરિકા પહોંચાડવાની લાલચમાં એમના સકંજામાં ફસાયેલા ગુજરાતીઓને છોડાવ્યા એ બદલ તેને અભિનંદનના અધિકરી છે. યુવાવર્ગને કારકિર્દી બનાવવા કરતાં વિશેષ તો ડોલરિયા દેશમાં યેનકેન પ્રકારે પહોંચી જઈ પૈસાદાર થઈ જવાનો મોહ હોય છે. ઉત્તર ગુજરાતના પાટીદારોએ આ દિશામાં ઊંઘું ઘાલીને દોટ મૂકી છે. એમાં એમને કોઈ કાયદો કે નૈતિક મૂલ્યો નડતાં નથી. એમણે એજન્ટ ખરાંખોટાં કાગળિયાં તૈયાર કરાવી કેનેડા અને ત્યાંના એના જેના એજન્ટ મારફત સરહર પાર કરાવી અમેરિકામાં ઘુસાડી આપતો હોય છે. આવી ગેરકાયદેસર ઘૂસણખોરી પેટે કરોડો રુપિયાની ફી ઉઘરાવી લેવાય છે. હમણાં થોડા વખત અગાઉ ડીંગુચા ગામની ચાર વ્યક્તિઓ કેનેડા-અમેરિકા વચ્ચેની સરહદ પાર કરતાં બરફના તોફાનમાં જીવ ગુમાવી બેઠી હોવાના સમાચાર બહાર આવતાં આવી ઘૂસણખોરી વિરુદ્ધ ભારે જામો ગોઠવાઈ ગયો છે. પરિણામે અગાઉથી નક્કી થયેલ કાર્યક્રમ મુજબ વતનમાંથી વિદેશ જવા નીકળી ચૂકેલા મુરતિયા અધવચ્ચે અટવાઈ પડ્યા છે. દિલ્હી અને કોલકાત્તાથી ઊડતી ફ્લાઈટો કેનેડા પહોંચાડવાથી તેઓ પકડાઈ જશે એવી બીકમાં એજન્ટોએ એમને ભારતમાં જ રોકી રાખેલ છે. પરંતુ એમની પાસેથી વસૂલવાની થતી ફી તડફાવી લેવા એવી વ્યક્તિઓને રિવોલ્વરની અણીએ એમના વાલીઓ સાથે ફોન પર એવું કહેવા મજબૂર કરાયા કે તેઓ કેનેડા પહોંચી ગયા છે. જો કે મોબાઈલ ટેકનોલોજીનો જાણતલ લોકો તો ફોન ક્યાંથી કરાયો હતો એનું લોકેશન ટ્રેસ કરી શકતા હોય છે. યુવાનોનો જીવ બચાવવા લાખો-કરોડોનું ચુકવણું કરી દેનારા વાલીઓ માટે હૂંશીલાં સંતાનો હેમખેમ ઘેર પાછાં ફરે એ જ વધુ મહત્ત્વનું હતું. ગુજરાત પોલીસે એમની એ માગણી પૂરી કરી છે એટલું જ નહીં. પેલા એજન્ટોની પર ધરપકડ કરી આખું કૌભાંડ બહાર લાવવાનો પ્રયાસ કર્યો છે. આવા બનાવો તો મૂળે જે તે પરિવારોની પૈસા પાછળની ઘેલછાની જ ફલશ્રુતિ હોય છે. ખરેખર આવા પરિવારોને જ ગુનેગાર ગણવા જોઈએ. એમની લાલચનું પરિણામ જ એમનાં સંતાનો ભોગવે છે. એનો જ ગેરલાભ પેલા ધંધાધારી એજન્ટો ઉઠાવે છે. વળી એને લીધે સરકારને પોલીસ દોડાવવી પડે છે જેનો લાખો રુપિયાનો ખર્ચ આખરે તો નિર્દોષ કરદાતાની પાસેથી મેળવેલ રકમનો નર્યો વેડફાટ બની રહે છે. સરકારે આવી ગેરરીતિઓથી ટેવાઈ ગયેલાં ગામો પર ટેક્સ નાખી એમની પાસેથી દંડ વસૂલવો જોઈએ. અમેરિકા તરફની દોટ પાછળ આપણા દેશ અને પ્રદેશમાં પ્રવર્તતી બેકારી અને બેદરકારીની જ જવાબદાર છે એટલું તો સરકારમાં બિરાજેલા નેતાઓએ પણ સ્વીકારવું જ રહ્યું. પૂર્વ નાયબ મુખ્યમંત્રી નીતિન પટેલે 'તકો'ની વાત કરી એ ખોટી નહોતી.

આવો, શુભત્વના દીવડાના અજવાળાને ઝીલીએ

અજવાળું - અજવાળું
તુષાર જોશી

'તમે કયારેક કોઈનું સન્માન કર્યું છે ? તમે કયારેય કોઈના દ્વારા સન્માન પામ્યા છો?' મોટાભાગે આ સવાલોનો જવાબ હા અને ના બંનેમાં આવશે. અનુભવ અને અવલોકન એવા રહ્યા છે કે સન્માન એક એવી ઘટના છે, એક એવો પ્રસંગ છે, જેમાં આપનાર-લેનાર ને સાક્ષી બનનાર સહુને આનંદ હોય છે.

યોગ્ય સમયે યોગ્ય વ્યક્તિનું સન્માન કોને ના ગમે ? રોજિંદા જીવનની ઘટમાળમાં નોકરી-વ્યવસાય ના કે ઘર - ગૃહસ્થીના ભાગરુપે જે કાંઈ કાર્યો આપણે કરતા હોઈએ એ કાર્યોમાં જયારે પરહિત, બીજાનું ભલું કરવાની ભાવના, નિઃસ્વાર્થ સેવા, કર્મ પ્રત્યેની નિષ્ઠા, ઉત્તમ પરફોર્મન્સ જેવી અનેક બાબતો ભળે છે, સંકલ્પો વડે સિદ્ધિઓ હાંસલ થાય છે ત્યારે જે તે વ્યક્તિનું સન્માન થાય છે.

પોતાના ભાગે આવેલી કામગીરીને ઉત્તમ રીતે કરનાર કર્મયોગીઓના આવા જ એક સન્માનના કાર્યક્રમમાં સહભાગી થવાનું બન્યું. સાણંદના માનવ સેવા ટ્રસ્ટ દ્વારા યોજાયેલા કાર્યક્રમમાં સમાજના જુદા જુદા ક્ષેત્રે કોઈ અપેક્ષા વિના શ્રેષ્ઠ કામ કરી રહેલા છ વ્યક્તિઓનું સન્માન કરાયું હતું.

અમદાવાદ જિલ્લાના બાવળા પાસેના નળકાંઠાના પછાત ગણાતા વિસ્તારના ઝાંપ ગામમાં પ્રવિણભાઈ બી. પટેલ આચાર્ય તરીકે જોડાયા. એમણે વિચાર્યું કે ગામમાંથી દીકરીઓનો ડ્રોપ આઉટ રેટ ઘટાડવાનું શું થઈ શકે ? એમણે શાળામાં હોકીની ટીમ બનાવી. દીકરીઓ હોકી રમે એ વાત સહુ માટે નવી હતી. એક સામાજિક સંસ્થાઓએ અઢી લાખ રુપિયાના સાધનો આપ્યા. મોંઘા શુઝ પણ લાવી આપ્યા ને હવે તો આ દીકરીઓ હોકી ટીમ ખુબ સારું રમતી થઈ છે. હોકીની રમતને કારણે શિક્ષણમાં પણ રસ-રુચિ વધ્યા છે, શિસ્ત અને સંયમ પણ વધ્યા છે. વિદ્યાર્થીઓની માતા-પિતાને એમની દીકરીઓની રમત ક્ષેત્રની કારકિર્દીનું ગૌરવ છે. શાળાના એક શિક્ષણ-આચાર્ય એમની શાળાની દીકરીઓને કેવી રીતે પ્રેરણા આપી શકે છે. પ્રવીણભાઈ પટેલે એમના આ કાર્યમાં એમના પત્નીનો પણ સપોર્ટ છે અને એટલે હોકીની મેચમાં વિદ્યાર્થીનીઓને બહારગામ લઈ જવાની થાય અને શાળાની શિક્ષિતોને અનુકૂળતા ન હોય તો એમના પત્ની સાથે જાય અને દીકરીઓનો સુરક્ષાનો અને પોતીકાપણાનો અહેસાસ કરાવે.

નળ સરોવર અને આસપાસનો વિસ્તાર વિશ્વભરના પક્ષી પ્રેમીઓ અને પ્રકૃતિ પ્રેમીઓની ભરેલો રહે. અહીંના પક્ષીઓની સલામતી માટે સતત કાર્યરત પક્ષીઓની સલામતી માટે સતત કાર્યરત રહેનાર અને પક્ષીઓની એક એક હીલચાલને ઝીણવટપૂર્વક ઓળખનાર જે વ્યક્તિઓ છે એમાંના એક એટલે ગનીભાઈ સમા. પક્ષીઓ સાથે તેઓ જાણે ઓતપ્રોત થઈ ગયા છે. પક્ષીઓ પ્રત્યેનો એમનો લગાવ એટલો બધો કે દિવસ-રાત જોયા વિના ઝાડી-ઝાંખરામાં સમય વીતાવે અને પક્ષીઓની સંભાળ રાખે. કોઈ પક્ષીઓને મારતા હોય તો એમને પણ સમજાવે ને પક્ષીઓને બચાવે. આમ એક સાધારણ વ્યક્તિ જીવદયાથી પ્રેરિત થઈને, માનવતાના કાર્યમાં જોડાયેલા રહે, પક્ષીઓને સુરક્ષા-સલામતી આપે અને જાણે પક્ષીઓનો દોસ્ત બની રહે એ ઘટના સહુ માટે ગૌરવપ્રદ બની રહે છે.

જેમણે સાણંદ માનવ રત્ન અપાયા તેમાં સમાજ સેવા ક્ષેત્રે ગૌતમભાઈ ચૌહાણ, આરોગ્યક્ષેત્રે પારુલબેન શુકલ, લોકજાગૃતિ ક્ષેત્રે ગીતાબેન દરજી અને ઉદાર દાતા ખોડીદાસભાઈ ચૌહાણનો પણ સમાવેશ થાય છે.

સાણંદ તાલુકાના વીંછીયા ગામે વાદી વસાહતમાં પ્રજાસત્તાક દિવસની ઊજવણી માનવ સેવા ટ્રસ્ટ દ્વારા સમજુનાથ વાદી પાઠશાળામાં થઈ હતી. નવજીવન પ્રેસના મેનેજીંગ ટ્રસ્ટી વિવેકભાઈ દેસાઈના હસ્તે ધ્વજવંદન કરાયું હતું અને એવોર્ડ પણ અપાયા હતા.

માનવ સેવા ટ્રસ્ટના મનુભાઈ બારોટના પ્રયાસોથી વાદી સમુદાયના બાળકોને પાયાનું શિક્ષણ મળી રહે તેવા હેતુથી છેલ્લા પાંચ વર્ષથી આ તંબુશાળા ચાલે છે અને નવી પેઢી શિક્ષિત બને તે માટેના પ્રયાસો થઈ રહ્યા છે.

ડૉ. જી. કે. ચૌહાણ, ડૉ. તપન શાહ, ડૉ. તેજસ દલવાડી, વનરાજસિંહ વાઘેલા તથા અન્ય મહેમાનોએ જેમનું સન્માન કરાયું તેમણે બિરદાવ્યા હતા અને ટ્રસ્ટની સમાજસેવાની પ્રવૃત્તિમાં હંમેશા સાથે રહેવાની લાગણી પ્રગટ કરી હતી.

આપણે આપણા ઘરમાં - કાર્યક્ષેત્રમાં રોજ સન્માન આપીએ કે પામીએ એ ભલે ફોટોફ્રેમમાં ન મપાય, પરંતુ ડગલેને પગલે ઉત્તમ કામ થાય, શ્રેષ્ઠ પ્રદાન થાય ત્યારે એ કરનારની સાચા હૃદયથી પ્રશંસા કરીએ, એમની પીઠ થાબડીએ, એમને શુભકામના પાઠવીએ તો પણ કેટલું બધું શુભત્વનું વાતાવરણ સર્જાઈ શકે. આવો, આવા શુભત્વના દીવડાના અજવાળાને ઝીલીએ.

દિન મહિમા

- ૧૯૨૬ - પ્રખ્યાત ભાગવત કથાકાર ડોંગરેજી મહારાજની જન્મજયંતિ.
- ૧૫૬૪માં આ જ દિવસે ઈટાલિયન વિજ્ઞાની અને સ્કોલર ગેલીલિયો ગેલીલીનો જન્મ થયો હતો. ટેલિસ્કોપની શોધ કરનાર આ વિજ્ઞાનીનું આધુનિક ખગોળ વિજ્ઞાનનો પાયો નાખવામાં મહત્ત્વનું પ્રદાન છે.

આજનું

ઔષધ

- દાઝી જવાથી થયેલા વ્રણ પર દૂધીના ગર્ભની લુગદી લગાડવાથી ફાયદો થાય છે.

ખડખડાટ

- નાનો ભાઈ : આપણે હવે થોડા સમયમાં પૈસાદાર થઈ જઈશું.
  નાનાો ભાઈ : આવતીકાલે મારા ગણિતના શિક્ષક પૈસાને રુપિયામાં કેવી રીતે ફેરવાય તે શીખવડાવાના છે.

આજનો

વોટ્સએપ

- સરસ કહીને અટકે નહિ અને અમારે શું કહીને છઠકે નહીં એ જ સાચો સ્નેહી...

ખુદ કો ખો કે, તુઝકો પા કર, ક્યા-ક્યા મિલા ક્યા કહૂં

વિચારયાત્રા
ડો. જય ઓઝા

મેરે દિલ મેં તૂ હી તૂ હૈ, દિલ કી દવા ક્યા કરૂં
દિલ ભી તૂ હૈ, જાં ભી તૂ હૈ, તુઝ પે ફિદા ક્યા કરૂં
મેરે દિલ મેં તૂ....
ખુદ કો ખો કે, તુઝકો પા કર, ક્યા-ક્યા મિલા ક્યા કહૂં
તેરી હો કે જીને મેં ક્યા, આયા મઝા ક્યા કહૂં
કૈસે દિન હૈં, કૈસી રાતેં, કૈસી ફિઝા ક્યા કહૂં
મેરી હો કે તૂને મુઝકો, ક્યા-ક્યા દિયા ક્યા કહૂં
મેરે પહલૂ મેં જબ તૂ હૈ, ફિર મૈં દુઆ ક્યા કરૂં
દિલ ભી તૂ હૈ....
હૈ યે દુનિયા, દિલ કી દુનિયા, મિલ કે રહેંગે યહાં
લૂટેંગે હમ ખુશિયાં હર પર, દુખ ના સહેંગે યહાં
અરમાનોં કે ચંચલ ધારે, એસે બહેંગે યહાં
યે તો સપનોં કી જન્નત હૈ, સબ હી કહેંગે યહાં
યે દુનિયા મેરે દિલ મેં બસી હૈ, દિલ સે જુદા ક્યા કરૂં
દિલ ભી તૂ હૈ....

ભાવના ફિલ્મનું આ ગીત કૈફી આઝમીએ લખ્યું છે અને જગજીત સિંહ અને ચિત્રાએ ગાયું છે. ત્યારે એ સમય હતો જયારે ચિત્રા સિંહે હજી જવાનું બંધ કર્યું નહોતું. કેટલીયે પ્રેમની કવિતાઓ અને સુંદર મજાના ગીતો અત્યાર સુધીમાં લખાયા છે અને લખાતાં રહેશે કારણકે આ એક એવી સર્વોત્તમ અનુભૂતિ છે જેની આ વિશ્વના દરેક વ્યક્તિને તાતી આવશ્યકતા છે. પરંતુ ઉંમરનો એ નાજુક પડાવ કે જ્યારે હૃદયમાં રચાતાં પ્રણયના સ્વસ્તિક ન તો કોઈને બતાવી શકાય કે ના તેને સમજાવી શકાય. એ તો માત્ર અનુભવી શકાય. આખી દુનિયા જેની સામે ફીક્કી લાગતી હોય એ પ્રિયતમને પણ આપણી લાગણીઓ પહોંચાડી ન શકવાનો વલોપાત જીવનમાં દરેકે અનુભવ્યો જ હશે. હૃદયમાં કંઈક હોય અને હોઠમાં કંઈક બીજું આવે આમ બેવડી જિંદગીનો ઢસરડો આજનો લગભગ પ્રત્યેક માણસ કરે છે. પ્રેમના ઢંઢેરા પીટાય નહીં. કંઈક વ્યક્ત થઈ જાય એ પ્રેમ નહીં. અવ્યક્ત રહેલી અને બંનેના હૃદયમાં ફૂટું ફૂટું થઈ રહેલી લાગણીઓ અને તેની આછી આછી ટીસ જગતમાં ભલા કોણે નહીં અનુભવી હોય!!!

પ્રેમનું પારિજાત એ તો પ્રણયભરી દુનિયાનું કલ્પવૃક્ષ છે. તેની ઉપર ખીલતા પ્રત્યેક પુષ્પની ફોરમ માત્રને માત્ર ઢોળાઈ જવાનો સંદેશો આપે છે. વિખેરાઈ જવાનો સંદેશો આપે છે. ન્યોચ્છાવર થઈ જવાનો સંદેશો આપે છે. સવારના પહોરમાં ઢગલાબંધ ફૂલોની પોતાની સુંદરતા પારિજાતનું વૃક્ષ ખંખેરી નાખીને ભૂમિને ભીંજવી નાખે છે અને પોતે ખાલી થઈ જાય છે. બસ આ જ તો પ્રેમ છે. પોતે ખાલી થઈ જઈને બીજાને ભરી દેવા. આ દુનિયાની દરેક વ્યક્તિ પ્રેમી છે... એક જણે તાજમહેલ બનાવ્યો એટલે તેના આપણે ગાણા ગાઈએ. લૈલા અને મજનુ, શિરિ-ફરહાદ, હીર-રાંઝાની વાતો અમર કથાઓમાં ફેરવાઈ ગઈ અને દૃષ્ટાંતરૂપે કહેવાતી થઈ પણ વાસ્તવમાં દુનિયાની પ્રત્યેક વ્યક્તિ અમર પ્રેમી છે. દરેકની પ્રેમ વ્યક્ત કરવાની રીતો બિલકુલ અભિન્ન અને અજોડ છે. દરેકની પ્રેમની ભેટ આપવાની કળા અને ભેટ પસંદ કરવાની રીત સાવ નોખી છે. હેલિકોપ્ટરમાં ચડીને પુષ્પવર્ષા કરીને પ્રિયતમાને પ્રેમનો એકરાર ન કરી શકતો મૂક પ્રેમી ચૂપચાપ તેની કોલેજની પુસ્તકમાં કરેણનું ફૂલ મૂકી દઈને પણ ઉત્કટ લાગણીઓ દ્વારા વ્યક્ત થઈ જાય છે.

તો શું થયું કે તે એક દિવસ માટે ઢગલાબંધ રૂપિયા ખર્ચીને ફૂલના બુકે નથી મોકલતો...

તો શું થયું કે તે એક દિવસ મોંઘા પાડના કાર્ડ નથી આપતો..

માન્યું કે આ બધું પ્રેમની લાગણી વ્યક્ત કરવાના સાધનો છે. પરંતુ ચૂપચાપ સ્નેહલતાના સંવેદનો વડે માત્ર એક દિવસ માટે નહીં પણ આખી જિંદગી જે પોતાના સાથી માટે પરિવાર માટે જીવનની આ ભાગદોડમાં પરિવારની સુરક્ષા માટે સ્નેહની સુરક્ષા માટે અવિરત કાર્યરત છે...તે અજોડ પ્રેમી છે.

પણ આનાથી વિપરિત જ્યારે જનમ જનમ સાથે રહેવાના કોલ ફિક્કા પડાવાના દાખલા પણ અહીંયા જ જોવા મળે છે. 'શાદીશુદા લોગ અકેલે હોતે હૈ, ક્યોંકિ ઉનકે ખ્વાબ ધીરે ધીરે ખ્વાહિશોં મેં બદલ જાતે હૈ' બાસુ ભટ્ટાચાર્યની ૧૯૭૩માં આવેલી 'આવિષ્કાર' ફિલ્મ તેના સમય કરતાં ઘણી વહેલાં બની ગઈ હતી. રાજેશ ખન્ના અને શર્મિલા ટાગોરની લગ્ન વર્ષગાંઠ ઉપર આ ફિલ્મ છે. જીવનના યુવાનીના પડાવમાં માતા-પિતાની મરજી વિરુદ્ધ લગ્ન કર્યા. સાથે જીવવા-મરવાના શપથ લીધા. એ જ સંબંધ કાંટાળો કેમ બનતો જતો હશે એ પ્રશ્ન છે. સાવ જુદા વિચાર સાથે પરણે છે. જ્યાં સુધી પ્રિય પાત્ર આપણી સાથે ન હતું ત્યાં સુધી તેને મેળવવાની છટપટાહટ હતી તેને હવે રોજ સામે જોતા રહીએ છીએ ત્યારે એ જ પાત્રને ટેકન ફોર ગ્રાન્ટેડ કરતા થઈ જઈએ છીએ. જેને મેળવવાના પ્રયાસમાં ઝાંવાં માર્યા હોય એ જ પાત્રને ટેકન ફોર ગ્રાન્ટેડ કેવી રીતે કરી શકાતું હશે ?

વાસ્તવમાં પ્રતિદિન એકબીજા માટે પ્રેમ અને સન્માનની લાગણીઓ વધતી રહે તો જ દરેક દિવસ પ્રેમ ઉત્સવ બની શકે. રોજ નવી સરપ્રાઈઝ આપવાનું મન થાય તો જ પ્રેમનો ઉત્સવ બની શકે. એક દિવસ લાલ પીળા કાગળમાં ભેટને વીટાળીને આપી દેવા કરતા રોજે રોજ આપણા પ્રિયતમ કે પ્રિયાના ચહેરા પર હાસ્યની સુર્ખીઓ પ્રગટાવી શકીએ એ ભેટ જ પ્રેમ ઉત્સવની ભેટ બની શકે. એક દિવસ માટે કેન્ડલ લાઈટ ડિનર, માટે ઢગલો રૂપિયા ખર્ચી નાખવાં કરતાં રોજેરોજ લંચ અને ડિનર બનાવતી પત્નીને ઓફિસમાં ટીફીન ખાધા પછી મેસેજ કરી શકીએ કે, આજે દાળ ખૂબ સરસ હતી તો રોજ પ્રેમોત્સવ બની શકે. એક દિવસ gift shop માંથી ગિફ્ટ લાવવા કરતા વર્ષ દરમિયાન મેડિકલ શોપમાંથી સેનેટરી પેડ લાવવામાં ન અચકાઈએ તે જ સાચો પ્રેમોત્સવ. એક દિવસ છાકટા થઈને અડધી રાત સુધી ડાન્સ પાર્ટી કરીને પ્રેમ સાબિત કરવા કરતા તેની બીમારીમાં તેની પડખે બેસીને પાણીના પોતા મૂકવાનું કામ કરતા રહો તો જ પ્રેમ ઉત્સવ બની શકે. નાપના.. માન્યું કે અભિવ્યક્તિ માટેના વાઘા સમાન ગુલાબનું ફૂલ અને કાર્ડ હોય છે. પણ વરસના ૩૬૪ દિવસ ભૂલાયેલા પ્રેમની અભિવ્યક્તિને એક જ દિવસમાં ઊભરાવી દેવી એ તો....

- jayuoza@gmail.com,
Mo.9898046488

વિચારો બ્રાન્ડેડ હોય તો બ્રાન્ડ ઇમેજ બની શકે

આત્મનાદ
પુલક ત્રિવેદી
pulak63@gmail.com

રજાના દિવસે સવારે એક ભાઈ એના અંગત મિત્રના ઘરે મળવા ગયા ત્યારે એમનો મિત્ર એના બેડરૂમના વોડરોબ ખોલીને ઉપરના ખાનામાં પડેલા, નાનપણમાં જે રમકડાંથી એ રમતો હતો તેની સામે અનિમેષ નયને તાકીને બેસી રહ્યો હતો. મિત્રને આમ જોઈને અમણે પૂછ્યું, 'યાર, આ શું કરે છે ? કેમ આમ ગુમસુમ આ તુટેલા ફુટેલા રમકડાંઓ સામે તાકી રહ્યો છે ?'

પેલા મિત્રએ કહ્યું, 'દોસ્ત, રમકડાંઓ જોઈને મારી જાતને સવાલ પૂછી રહ્યો છું કે, 'મોટા થવાનો બહુ અભરખો હતો પણ બાળપણમાં કેટલી મોજ હતી એની યાદ આવે છે. એમ થાય છે કે, દિવસમાં થોડો સમય કાઢીને મારી માટે તો જીવી લઉં ? આજે કોઈ એમ નહીં કહે કે, ભાઈ થાકી ગયો હોઈશ થોડો આરામ કરી લે કે તને ગમતું કોઈ કામ કરી લે.'

જીવન સતત અવિરત ચાલતી પ્રક્રિયા છે. ઘડિયાળને જોઈ ન રહેવાય પરંતુ ઘડીયાળની જેમ સતત ચાલતા રહેવાય. સમય સાથે બદલતુ રહેવાય. સમય સાથે તાલમેલ બેસાડતા રહેવાય. જીવન જીવવાના બે ઉત્તમ રસ્તા છે પહેલો માર્ગ એ છે કે, ગમે છે તે પ્રાપ્ત કરી લો અથવા બીજો માર્ગ એ છે કે, જે પાસે છે એને માણતા શીખી લેવુ જોઈએ. જિંદગીમાં બદલાવ લાવવા માટે લડવું પડે અને જીવનને આસાન કરવા માત્ર સમજણ કેળવવી પડે. જીવનમાં સમજણને સ્થાન આપીને સુધારવા માટે કેટલીક નાની પણ રાઈના દાણા જેવી વાતો ગાંઠે બાંધવા જેવી છે.

- શરીરની એક ઊર્જા સાયકલ હોય છે. એ મુજબ પ્રતિદિન સવારે ઊઠીને દિવસનું આયોજન મનોમન ગોઠવવાનો નિયમ બનાવવો જોઈએ.
- રોજ એક વાર થોડો સમય એટલે કે ૧૦થી ૧૫ મિનિટ આંખો બંધ કરીને મનને શાંત કરીને બેસવુ જોઈએ કે આડા પડીને આરામ કરવો જોઈએ. આને 'પાવર નેપ' કહેવાય છે. આમ કર્યા પછી કામ કરવાની નવી ઊર્જા મળે છે.
- પ્રતિદિન સવારે જાગવાનો એક સમય સેટ કરી દેવો જોઈએ. પ્રત્યેક વ્યક્તિમાં એક બોડી ક્લોક હોય છે. આ બોડી ક્લોકને જાતે જ સેટ કરવાની આવડત વિકસાવવાથી અનેક ફાયદા પ્રાપ્ત થતાં હોય છે.
- માનવીના શરીરમાં ૯૦ ટકા પાણી રહેલું છે એ તો બધા જ જાણે છે. રોજ બને એટલું વધુ પાણી ચાવી ચાવીને પીવાની આદત પાડવી જોઈએ. પાણી ચાવીને પીવું એટલે ઘુંટડે ઘુંટડે ધીમે ધીમે ગળે ઉતારવુ જોઈએ.
- બને ત્યાં સુધી 'એનર્જી ડ્રીંક' પીવાનું ટાળવું જોઈએ.
- ધુમ્રપાન ન કરવું જોઈએ અને જો એ આદત હોય તો મન મક્કમ કરી એ છોડવા પરિણામલક્ષી પ્રયાસ કરવા જોઈએ.
- પ્રોટિન આધારિત સવારનો નાસ્તો શરીરને ઊર્જાવાન બનાવશે. શક્ય હોય તો પ્રોટીનવાળો બ્રેકફાસ્ટ લેવાનું રાખવું જોઈએ.
- આઈ પ્લીઝીંગ એટલે કે આંખને ગમે અને હૃદયમાં ઊતરી જાય એવા રંગના કપડાં પહેરવાથી હકારાત્મકતા ખીલે છે.
- ઊઠ્યા પછી ૨૦થી ૩૦ મિનિટ હળવી કસરત કરવાની આદત પાડવી જોઈએ.
- યાદ રહે પુરતી ઉંઘ શરીરને ચેતના આપે છે. ૨૪ કલાકમાં છથી સાત કલાક પ્રગાઢ નિંદ્રા લેવાનું રાખવું જોઈએ.
- રોજ સવારે ડાયરીમાં દિવસ દરમિયાન કરવાના કામો લખીને તે પૈકી ત્રણ મહત્વના કાર્યોને પ્રાયોરટાઈઝ કરવાની ટેવ પાડવી જોઈએ.
- માતા-પિતા, પુત્ર-પુત્રી, બહેન-ભાઈ, ઉપરી કે સાથી કર્મચારી વગેરે તમારી આસપાસના સૌ કોઈ માટેની તમારી જવાબદેહીતાને સર્વોચ્ચ મહત્વ આપવું જોઈએ.
- બીજા સાથે તમારી જાતની સરખામણીમાં ક્યારેય ન ઉતરવુ. આ બહાર નીકળી ન શકાય એવી એક ભયંકર માયાજાળ છે. એનાથી બચવાની આવડત હોવી એ અત્યંત મહત્વની બાબત છે.
- નકારાત્મક વિચારોવાળા વ્યક્તિથી હંમેશા અંતર બનાવી રાખવું જોઈએ. આવા લોકો એક અસાધ્ય રોગ જેવા હોય છે. પોતે તો આગળ નથી વધી શકતા અને બીજાને પણ નથી વધવા દેતા.
- દિવસમાં થોડો સમય મનને પ્રફુલ્લીત કરે એવું મનપસંદ સંગીત સાંભળવાની આદત પાડવી જોઈએ.
- સૌથી અઘરું અને મુશ્કેલ કાર્ય પસંદ કરીને પહેલા એ હાથ ઉપર લેવાની વૃત્તિ રાખવી જોઈએ.
- પ્રત્યેક નવા વિચાર અને આઈડિયાની નોંધ ટપકાવવાની આદત પાડવી જોઈએ. બોલેલું અને વિચારેલું હવામાં ઊડી જાય એ પહેલાં એનું દસ્તાવેજીકરણ પરિણામલક્ષી બનતું હોય છે.
- આની સાથો સાથ ગઈકાલના કાર્યોના અનુભવોની પણ નોંધ રાખવી ફાયદાકારક પુરવાર થશે.
- ભોજન, બ્રેકફાસ્ટ અને નાસ્તો આ ત્રણ કાર્યો રોજ સમયસર થાય એની કાળજી લેવી જરૂરી છે.
- રોજ તમારા વાંચવાના સમયમાં ૧૦ ટકા સમય નોન ફિકશન અને તાર્કિક બાબતો વાંચવા પાછળ ફાળવવો જોઈએ.
- પ્રતિદિન એક નવો શબ્દ તમારી વોકયુબ્લરીમાં ઉમેરવાનું પેશન હોવું જોઈએ, પછી એ કોઈપણ ભાષા હોય ગુજરાતી, હિન્દિ, અંગ્રેજી, ફ્રેન્ચ, જર્મની.

આ વિચારો જીવનને વધુ રસમય અને ઊર્ધ્વગામી બનાવવામાં ઉપયોગી થઈ શકે છે. કહેવાય છે ને કે, લોકો બ્રાંડેડ કપડા અને જુતા પાછળ પાગલ છે પણ બ્રાંડેડ વિચારોની કોઈ પરવા કરતા નથી. વિચારો બ્રાંડેડ હોવા જોઈએ તો તમારી બ્રાન્ડ ઇમેજ બની શકે. બધાને બધી જ ખબર હોય છે કે, એ નાકામિયાબ કેમ થયા છે પણ નિષ્ફળતા આવે ત્યારે અજાણ્યા બનીને રડમસ બની જાય છે. એવા વ્યક્તિ ક્યારેય અસફળ નથી હોતા જે પોતાની જાતને અસફળ માનતા હોય. આવા વ્યક્તિઓ અનેકવાર અસફળ ચોક્કસ થયા હશે પણ હાર્યા નહીં હોય. વૈચારિક શક્તિથી પોતાની જાત ઉપર ભરોસો કેળવી શકાય. ભરોસો માંગીને મનમ