નમસ્કાર ગાંધીનગર

પમરાટ

સાંજને ઘૂંટી શકું હું તું મને સામે મળે તો
શ્વાસને ચૂમી શકું હું તું મને સામે મળે તો
મેં ગગનમાંથી ઉતાર્યા છે હજારો ચાંદતારા
હાથમાં મૂકી શકું હું તું મને સામે મળે તો

- ડો.દક્ષેશ ઠાકર

પાથેય

- રમેશ ઠક્કર

શબ્દોની છાબડી...

આપણે ધારતા રહીએ છીએ અને સમય ચાલતો રહે છે..ધારણા અને પ્રાપ્તિ વચ્ચેની ખાઇ એ જ જીવનની વાસ્તવિકતા બની રહે છે..એ બંને વચ્ચે જે ધબકે છે એ આપણી એષણાઓ હોય છે..સામાન્ય માણસ પોતાની આસપાસ વસવસો વીંટીને જીવ્યે જાય છે..કવિ કે સર્જક આ અતૃપ્તિને પણ આગવી બનાવે છે..ભલે એ કશું કરી શકતો ના હોય પણ તોયે શબ્દો થકી એ છડી પોકારી કહી શકે છે કે જો અમને મોકો મળ્યો હોત તો અમે પણ મજાનો આવો ઉપહાર રજૂ કર્યો હોત..

આ હોત અને હોવાની શક્યતાઓ વચ્ચે કેટકેટલી આશાઓ ખંડેર બનીને ધરબાઈ ગઈ હોય છે ! એની યાદી જો બની જાય તો ચોક્કસ રસપ્રદ જ હોય..આ કામ કવિનું છે..આપણે સહુ આપણા દર્દને ઘૂંટિયે છીએ..કવિ કોઇક નમણી સાંજને ઘૂંટે છે..

આપણે દુન્યવી ચીજોને ચૂમતા રહીએ છીએ..એ શ્વાસને ચૂમવાની વાત કરે છે..એ ચૂમે છે એ વાત એટલી એની સંવેદના આપણને ચૂભે છે..આવો અભરખો એ કવિનો જન્મજાત અધિકાર છે..એની પાસે શબ્દોની છાબડી હોય છે એમાં ઉર્મિઓનાં પુષ્પો ભરેલાં હોય છે..એમાં ભળે છે એક ખુમારી અને એ પછી જે અપેક્ષાઓ વ્યકત થાય છે એ અદભુત હોય છે..

આપણે અવકાશની યાત્રાઓ કરીએ છીએ..વજનવિહિન સ્થિતિ કે હવારહિત માહોલમાં જીવતી કોઇ પ્રજાતિઓ શોધવાની મથામણ કરીએ છીએ..ગગનના તારલા આપણા માટે એક પદાર્થ છે..આપણું યાન ફકત એક અભિયાન બનીને રહી જાય છે.કવિઓ માટે તારલા એ શણગારનો પર્યાય છે..એને ફૂલની માફક ચૂંટી લાવવાની એક ખેવના લઇ એ જીવતો રહે છે..સદીઓથી ચાંદ અને ચાંદની એને ચકાચૌંધ કરતાં રહ્યાં છે..કવિ આકાશમાંથી ચાંદ તારા તોડીને લાવવાની મહેચ્છા રાખે છે..એ બાબતમાં એને કોઇ શંકા નથી પણ જેના હાથમાં આ કિંમતી સોગાત એ મૂકવા માગે છે એ પ્રિય પાત્ર મળી જાય તો..? આવી એક અવઢવ છે..! કોઇ સામે મળી જાય એ પૂરતું નથી ગમતું જણ સામે આવી જાય એની કલ્પના છે...અને આસ્થાના એ દોરીસંચાર ઉપર જ એનો શબ્દસંચાર સતત ધબકતો રહે છે..!

સસ્પેન્શન ફક્ત કર્મકાંડ છે

તંત્રીસ્થાનેથી...

બિન સાંપ્રદાયિકતા જેવા શબ્દની શખત સૂગ રાખનાર શાસક પક્ષ માટે ભારતના દરેક નાગરિકને એના ધર્મ મુજબ વર્તવાની અને એના પૂજનીય મહાત્માઓ વિશે સમ્માન દાખવવાનો મૂળભૂત અધિકાર મહત્ત્વની બાબત છે. એનો હિંદુત્વવાદી અભિગમ વિધર્મીઓના ધાર્મિક કે સાંપ્રદાયિકત અધિકારોનો નકારતો નથી. આ ઉદાત વિચારધારા પાર્ટીના સ્થાપકોએ અમલમાં મૂકી હતી. અટલ બિહારી વાજપેયી એ લખનૌના મુસ્લિમ મતદાતાઓનાં મન જીતી લીધા હતા. અડવાણીનો ડ્રાઈવર મુસલમાન હતો. હિંદુત્વનો પુરસ્કાર એ ભારતીય સંસ્કૃતિનો પુરસ્કાર છે. સુપ્રીમ કોર્ટે પણ હિંદુ ધર્મને ધર્મ-સંપ્રદાયના સંકુચિત દાયરામાં નહીં રાખતા એની ઉદાત્ત જીવનશૈલી તરીકેની વ્યાખ્યા માન્ય કરેલી છે. હમણાં આ મુદ્દે પાર્ટીએ એનાં ન્યૂઝ ડિબેટમાં ભાગ લઈ રહેલાં રાષ્ટ્રીય પ્રવકતા નૂપૂર શર્મા સામે કડક પગલાં લઈ પાર્ટીનું સર્વધર્મ સમભાવ તથા તમામ ધર્મસંસ્થાપકો પ્રત્યે આદરભાવ દર્શાવવાનું વલણ અને પ્રતિબદ્ધતા પ્રદરશિત કરેલ છે. ન્યૂઝ ડિબેટમાં નૂપુર શર્માએ ઈસ્લામના રસૂલ અને પયગંબર એવા મહંમદ પયંગબર વિશે અણછાજતી ટિપ્પણી કરી હતી. મુસ્લિમ સમુદાય એનો વિરોધ કરવા રસ્તા પર ઊતરી આવ્યો હતો. ઈસ્લામિક રાષ્ટ્રોમાં આ પ્રકારના ગુનાને ઈશ નિંદાનો અપરાધ ગણીને મૃત્યુદંડ આપી દેવાતો રહ્યો છે. ભારતીય જનતા પાર્ટીને ભલે મુસ્લિમોના વોટ ન મળતાં હોય, પણ એ બંધારણે આપેલા ધાર્મિક અધિકારોનું સન્માન કરે છે. વળી આ મહાન રાષ્ટ્રમાં વિવિધ પ્રજા સમુદાયો પોતપોતાની પરંપરાઓ અને આસ્થાને અનુસરતા હોય છે. એનો ઉણ સમાદર કરે છે. નૂપુર શર્મા ઉપરાંત દિલ્હી પ્રદેશના પ્રવક્તા નવીન જિંદલ સામે પણ પાર્ટીએ કઠોર પગલાં લઈ બેઉ અગ્રણી પ્રવકતાઓને પાર્ટીમાંથી સસ્પેન્ડ કરી દઈ રાષ્ટ્રીય પાર્ટી પાસે અપેક્ષિત હોય એવું વલણ દાખવ્યું છે. પાર્ટીના આવા વ્યવહારથી કદાચ એના કટ્ટર હિંદુત્વવાદી અને ઈસ્લામ વિરોધી તત્ત્વોને ધક્કો પહોંચ્યો હશે. વિશ્વ હિંદુ પરિષદ અને બજરંગદળ જેવાં સંગઠનોને પાર્ટીના આવા નિર્ણય સામે સખત વાંધો હોઈ શકેછે. એ બધાં તો ઈસ્લામ અને મુસ્લિમો પ્રત્યે ભારોભાર નફરત ધરાવતાં રહ્યા છે. વળી ચૂંટણી વખતે આ ઈસ્લામ વિરોધ જ હિંદુ બહુમતીનું ધ્રુવીકરણ કરવામાં મદદરુપ થતું રહ્યું છે. મૂળભૂથ રીતે ભારતીય જનતા પાર્ટી હિંદુઓના હિતરક્ષક અને મુસ્લિમો પ્રત્યે કોંગ્રેસ સહિત અન્ય બિનસાંપ્રદાયિકત પક્ષો દ્વારા અત્યાર સુધી રાખવામાં આવેલા કૂણ વલણના બોલકા પ્રતિકારને કારણે સત્તા પર આવેલ છે. ઠીક છે, વિકાસ એ અણિશુદ્ધ ભ્રષ્ટાચાર વગરના વહીવટની કાલ્પનિક કથાઓ તથા નેતાની વાક્છટા પાર્ટીને જિતાડવા માટેના ગૌણ મુદ્દા હોઈ શકે છે. પરંતુ અંતે તો ચૂંટણીની આગલી રાતે મતદારો કોંગ્રેસને મુસલમાનોની તરફેણ કરનારી પાર્ટી જ ગણતા થઈ જાય છે. અયોધ્યા, કાશી, મથુરા, ગંધા અને કાશ્મીર કે તીન તલાક વિરોધી કાનૂન માત્ર અને માત્ર હિંદુ હૃદય સમ્રાટ જ લાવી શકે. વળી હજી કોમન સિવિલ કોડનું બિલ પણ આવશે એની મતદારોને પૂરેપૂરી ખાતરી છે. આમ હિંદુ મતોના ધ્રુવીકરણથી જ સત્તા પર આવતી પાર્ટીજયારે મહંમદ પયંગબર વિશેની ટિપ્પણી કરતી મહિલા પ્રવક્તા અને દિલ્હી પ્રદેશના પ્રવક્તાને પાર્ટીમાંથી સસ્પેન્ડ કરવા સુધીનાં કઠોર પગલાં ભરે ત્યારે સ્વાભાવિક રીતે જ હિંદુત્વવાદી કાર્યકર્તાઓ અને સંગઠનોને આ નિર્ણય ખટકે. આંદોલન પર ઊતરી આવેલો મુસ્લિમ સમુદાય કોમી રમખાણોની પરિસ્થિતિ સમજે એ પહેલાં એને શાંત પાડવા માટેનો આ કર્મકાંડ માત્ર હોઈ શકે છે. પરંતુ પાર્ટીને એની આંતરરાષ્ટ્રીય ઈમેજ પણ સાચવવાની છે. ઈસ્લામિક રાષ્ટ્રો સાથે મધુર સંબંધ ધરાવતા વડાપ્રધાનની ઈમેજને ઝાંખપ ન લાગે એ પણ જોવાનું છે. જો કે સસ્પેન્ડ થયેલ પ્રવક્તાઓ સામે હાલ પૂરતી નામની તપાસ મુકાશે અને થોડા વખત પછી ચૂપચાપ એમનું સસ્પેન્શન રદ કરી દેવાશે તે પણ નક્કી જ છે.

સત્તાનો કેફ અને તેનો દુરુપયોગ

શ્રેણિક દલાલ

સત્તા અણુઉર્જા જેવી છે. અણુશક્તિનો સદુપયોગ વીજ ઉત્પાદન કરીને વિશ્વમાં પ્રકાશ ફેલાવવાનો છે જ્યારે તેનો દુરુપયોગ અણુબોમ્બના રૂપમાં વિનાશ વેરે છે. આજ રીતે સત્તાનો સદુપયોગ સમાજમાં સરવાણી ફેલાવે છે જ્યારે તેનો દુરુપયોગ દુષ્કૃત્યોને નોતરે છે. એક વખત સત્તાનો સ્વાદ ચાખી લેનાર અમુક વ્યક્તિઓ સમાજ માટે આદમખોર પશુ જેટલી જોખમી બની જાય છે.

કોઈક સંચાલક પોતાની કાબેલિયાતથી આગળ આવે છે અને સત્તા મેળવી યોગ્ય માર્ગદર્શન આપે છે અને સમાજમાં પોતાનું નામ રોશન આપમેળે થાય છે પરંતુ અમુક સત્તાલોલુપ વ્યક્તિઓ દાદાગીરી અને જોરજુલમથી સત્તા હાંસીલ કરી પોતાના હાથમાં દોર આવતાં પોતાની મુનસૂફીથી સત્તાનો અમલ કરે છે. અમુક સત્તાલોલુપ માનવીઓ સત્તા મેળવવા જનસમુદાય અથવા પોતાની સંસથાના સભ્યો સમક્ષ જાત જાતના વચનો આપે છે તથા કોઈક કોઈક પ્રલોભનો આપતાં હોય છે તો કોઈક લોકો વિવિધ યોજનાઓ ઘડીને લોકોને ગેરમાર્ગે દોરે છે ને પછી તેઓ સાવ જુદી જ વર્તણૂક દાખવે છે ત્યારે લોકોની આંખ ખુલે છે. સત્તા લોલુપ વ્યક્તિઓના હાથમાં સંચાલનની લગામ આવતાં તેનો પુરેપુરો તેઓ ફાયદો ઉઠાવે છે જે અનૈતિક પગલું ગણાય છે.

અમુક વિદ્યાલય કે મહાવિદ્યાલયનાં, સંસ્થાના કે મંડળના, પેઢીઓ કે કાર્યાલયના, ધાર્મિક સંસથાના, સોસાયટીનાં કે રાજકીય પક્ષના અમુક સત્તાલોલુપ સંચાલકો ઘડેલા સિદ્ધાંતોને નેવે મૂકીને પોતાની મરજીથી જ કામ કરી પોતાનો ફાયદો ઉઠાવતા જરા પણ સંકોચ અનુભવતા નથી તથા 'પોતે જ ડોન છે તેવો વટ પાડવા લોકો પર ધાક બેસાડવા મથતા હોય છે.'

આ સત્તાલોલુપ અધિકારીઓ મેલી રાજકીય રમતમાં પારંગત તથા સ્વાર્થી વૃત્તિ ધરાવતા સાથે મિલીભગત કરીને કોને કેવી રીતે ઉતારી પાડવો તેમાં જ રચ્યા-પચ્યા રહેતા હોય છે. તેઓ સીધાસીધા માનવીને પોતાની ચુંગાલમાં ફસાવીને કેવી રીતે લોકોને હેરાન પરેશાન કરવા તેની જ ગણતરી કરતાં રહેતા હોય છે.

જેઓને સત્તાનો નશો ચડ્યો છે તેવા અધિકારીઓ તથા સત્તાધીશો નિયમોનો છડેચોક ભંગ કરતા રહે છે તથા તેઓના હાથ નીચેના હોદ્દેદારોને કઠપૂતળી બનાવી તેઓનો ગેરલાભ ઉઠાવે છે અગર કોઈ સભ્યો તેનો વિરોધ કરે તો પોતાનું ત્રીજું લોચન ખોલવાની ચીમકી આપતાં તેઓને શાંત કરી દેતા હોય છે. અમુક સત્તાધીશોને પોલીસવર્ગ અથવા નેતાવર્ગ કે ઉપરની ઓળખાણ હોવાથી તથા તેઓની લાગવગથી અને પોતાના હાથમાં દોર હોવાથી તેઓ સત્તાનો દુરુપયોગ કરતા પણ અચકાતા નથી અને મેળવેળ સત્તાનો ગેરલાભ ઉઠાવી પોતાના ગજવા ભરતા હોય છે.

અમુક સત્તાધીશો પોતે ડોન છે કે દાદો છે તેવી છાપ પાડીને લોકો જોડે દુર્વ્યવહાર કરવામાં કશું બાકી રાખતા નથી પરંતુ તેઓને ખબર નથી કે તેને જ કોઈ માઈનો લાલ મળશે નહિતર જેને કોઈ ન પહોંચે તેને તેનું જ પેટ પંહોચે છે.

સત્તાનો દોર હાથમાં આવતા લોકો જોડે સારો વ્યવહાર રાખવાથી ભવિષ્યમાં તેનું ફળ મળશે જ પરંતુ જ્યારે લોકો સાથે દુર્વ્યવહાર કરવાથી લોકો તેનાથી દૂર રહેવામાં જ શાણપણ માનશે. સત્તા તો આજે છે અને કાલે ન પણ રહે તેમ સત્તાધીશોએ સમજવું જોઈએ. સત્તા હાથમાં આવવાથી લોકો પાસેથી ફાયદો ન ઉઠાવતા લોકોમાં પ્રિય બનવા સત્કાર્ય કરવાની જરૂર છે. સત્તાધીશ પાસે સત્તાની લગામ લોકોને ફટકારવા માટે નથી હોતી પરંતુ લોકોને કાબૂમાં રાખવા માટે જ હોવી જોઈએ તથા સત્તાની દોડ ઘોડાની જેવી હોવી જોઈએ જેથી સત્તાનો અમલ એવી રીતે થવો જોઈએ કે પોતાનું કાર્ય વખતો વખત સારી રીતે ચાલી શકે.

જ્યારે સત્તધીશ નિસ્વાર્થ ભાવે કામ કરશે તો તેની બધી યોજનામાં સહકાર મળ્યા વગર નહિ રહે અને આબરૂમાં વધારો થશે તથા લોકો તેને માનની નજરે જોશે.

દિન મહિમા

● વિશ્વ ખાદ્ય સુરક્ષા દિવસ

આજનું ઔષધ

● ૩૦-૪૦ ગ્રામ કાળી દ્રાક્ષ રાત્રે ઠંડા પાણીમાં પલાળી સવારે મસળી, ગાળી થોડા દિવસ પીવાથી કબજીયાત મટે છે.

ખડખડાટ

● એક મોટું અચરજ... ઘેર પીત્ઝા મંગાવે અને બહારગામ થેપલાં થઈ જાય... અમે ભાઈ ગુજરાતી....!

આજનો વોટ્સએપ

● સલાહથી સસ્તી અને અનુભવથી મોંઘી કોઈ વસ્તુ નથી.

ગઈકાલે રાત્રે જ ઈશ્વર સાથે થયેલી ગુફતગૂ - પ્રભુ મોરે અવગુણ ચિત ના ધરો

ગઈકાલે જ રાત્રે સાંપ્રત પરિસ્થિતિઓના પ્રભાવ હેઠળ ઈશ્વર સાથે સ્વપ્રમાં સંવાદ થયો તે યથાતથ આપની સમક્ષ રજૂ કરું છું.

જગન્નિયંતા ઈશ્વર,

આપ તો હમણાં હમણાંથી રોજેરોજ મુશ્કેલીરૂપી કચરો મારા આંગણામાં ઠાલવતાં જ રહો છો. ઘણા વખત સુધી તો હું મક્કમ રહ્યો,પરંતુ હવે તો હદ થાય છે, અમે તો તમારું જ અમૂલ્ય સર્જન છીએ,અને અમારી આવી દુર્દશા કરતા આપનો જીવ શી રીતે ચાલે?

મને ઘણાં લોકો કહેતા હતા કે:''ગાંડા આ તો પથ્થર છે, એને માથે ન ચડાવ. માટે જ કદાચ નિદા ફાઝલીએ કહ્યું હશે કે-

સર ઝુકાઓગે તો પથ્થર દેવતા હો જાયેગા
ઈતના મત ચાહો ઉસે વો બેવફા હો જાયેગા

આવા વચનો સાંભળવા છતાં હું તો તમારો એકતારો લઈને ફરતો રહ્યો.ઈશ્વર ઈશ્વર ઈશ્વર. તમારી એકહથ્થુ સત્તાને જ માનતો રહ્યો. તમારો મહિમા તો મેં અપરંપાર ગાયો; પણ બાપલીયા હવે તો તમે માઝા મૂકી છે ને કાંઈ! અમારા જેવા એકનિષ્ઠની પણ તમે તો રેવડી દાણાદાણ કરી દીધી છે. આખરે તમે ઈચ્છતા હો કે અમને હરાવીને અને થકવી દઈને અમારા મુખે તમારાં ભજન સાંભળી શકશો તો તમે યોગ્ય નથી કરી રહ્યા.

ફિલસૂફ કાર્લ પસ્પર્સનું વિધાન છે કે- આસ્તિક કરતાં નાસ્તિકમાં વધારે અટલ આત્મવિશ્વાસ હોય છે, કારણ કે નાસ્તિક માટે ઈશ્વરનું અવલંબન નથી. બીજા પર જવાબદારી ઢોળી દેવાની કાયર સુવિધા નથી. તેના કર્મો માટે તે સ્વયં નિર્ણય લે છે. મને લાગે છે કે, તમારી પરનો મારો રોષ મને વધુ આત્મવિશ્વાસી બનાવશે. ક્યાંક વાંચ્યું હતું કે નિર્ણય લેવાની શક્તિ અનુભવમાંથી મળે છે અને અનુભવ ખોટા નિર્ણય લેવાથી મળે છે.

માનું કે હું વંઠેલ છે, પણ સાચુ કહું તો તમારી બીકથી જ તમારા પ્રત્યેની શ્રદ્ધા સદા અંધશ્રદ્ધામાં પરિણમે છે. શ્રાવણ કે અધિકમાસમાં ભક્તિનું ઘોડાપૂર ઉમટે છે. તમારા દરેક વ્રત ઉત્સવોને અમે માત્ર દેખાડો અને ઢોંગ બનાવી દીધો, નર્યો વેપાર બનાવી દીધો છે. હું સ્વીકારું છું.તમારી કુદરતને અમે જ નષ્ટ અને ભ્રષ્ટ કરી નાખી છે. નૈસર્ગિક સંતુલન અમે જ ખોરવ્યું છે.

પણ અમે તમારી પાસેથી એવી અપેક્ષા તો રાખીએ જ ને કે તમે અમને ક્ષમા કરી દેશો.આખરે છોરું કછોરું થાય, માવતર કુમાવતર થોડું થાય ?

વત્સ,

શું તું એમ માને છે કે મને કાંઈ ખબર નથી પડતી? તારી બુદ્ધિ અને હૃદય વચ્ચે જે તોફાન ઊભું થયું છે, તેનો જવાબદાર તું સ્વયં જ છે. જે પરિસ્થિતિઓમાંથી તમારું મનુષ્ય જગત પસાર થઈ રહ્યું છે, તે તો તારે ભોગવ્યે જ છૂટકો.

આજકાલ ૨૪ કલાક તમારા જીવનમાં બુદ્ધિ અને હૃદય વચ્ચે હુલ્લડ ચાલી રહ્યું છે, અને હાથે કરીને બુદ્ધિની તીક્ષ્ણ છરી લઈને તમે તમારા હૃદય પર ઘા મારી રહ્યા છો પણ એ ઘા ખરેખર તો મારા હૃદય પર પડે છે. તું મારી પાસેથી શું જવાબ માગવા નીકળ્યો છે ? ખરેખર તો તારા દરેક પ્રશ્નમાં જ, મૂળ સમસ્યામાં દોષી તમે જ છો. તે સત્ય તે સ્વીકારી લીધું છે, છતાં ઉપાયની અપેક્ષા મારી પાસેથી રાખે છે! મારાથી રિસાઈ જવાની કિંમત ઘણી મોંઘી પડશે. એટલું ચોક્કસ યાદ રાખજો કે તમે મારાથી દૂર ખસી જાવ તે પહેલા હું જ તારાથી દૂર દૂર ચાલ્યો જઈશ. આમાં મારે કશું ગુમાવવાનું નથી. ખોવા જેવું તો તમારે છે, કારણકે પ્રેમની બાબતમાં તમે બુદ્ધિનો આશ્રય લઈને બેઠા છો. અંતરના અવાજને ગળે ટૂંપો દેનારાઓને મેં કદી સુખી જોયા નથી.

આ પશુ-પંખી, જળ ,આકાશ, પહાડો ,નદીઓ ,સમુદ્ર દરેકની રચના કર્યા પછી મારી ઉત્તમ રચનારૂપે મનુષ્યને અવતરિત કર્યા અને તમે લોકોએ મારી આ અબોલ સૃષ્ટિને તહસનહસ કરી નાખી. પાછો મને છોરું કછોરું મને માવતર કમાવતર સમજાવવા નીકળ્યો છે!

(અરે બાપ રે માર્યા ઠાર! પ્રભુ તો કોપાયમાન થયા)

કૃપાળુ પરમાત્મા તમારી વગર હું ક્યાં જવાનો હતો! આ તો તમને બોલતા કરવાની યુક્તિ અજમાવી હતી, મને થયું તમને આ કપરી પરિસ્થિતિમાં જો બોલતા કરવા હશે તો મારે આ રીતે જ આપને જગાડવા પડશે. પરંતુ કૃપાનિધાન તમે તો કોપાયમાન થયા હું તો આપનો શિષ્ય છું, રાંક છું. મને ખબર ન પડી. મારો વાંક છે. પરંતુ મારી ફરિયાદમાં પણ તમારી યાદ છે એ તમે કેમ ન સમજ્યા?

હવે અમે કાન પકડીએ છીએ. ચિંતન અને મનન કરવા માટે અમને ઘણો સમય મળ્યો છે. ત્યારે હું આપને એટલું તો ચોક્કસ જણાવીશ કે અમે હવે આ મહામૂલી કુદરતની કદર કરવાના છીએ.

જીવી શકું હું કંઈ રીતે તમને સ્મર્યા વગર!
પાપણ કદીય રહી શકે છે મટકું ભર્યા વગર

- મનહર મોદી

- jayuoza@gmail.com,
Mo.9898046488

'પ્લેસીબો ઈફેક્ટ' નામના ટેસ્ટે સબકોન્શ્યસ માઈન્ડની બેહિસાબ તાકાતનો પરિચય કરાવ્યો

સામાન્ય રીતે આપણી આદતો આપણી માન્યતાનું મૂળ હોય છે. એક ભાઈ પાસે સરસ ફોર વ્હીલર હતું. પરંતુ પાંચ-સાત કિલોમીટર દૂર આવેલી એમની ઓફિસે એ હંમેશા સાયકલ ઉપર જ જતાં. સાયકલીંગને તેમની શારીરિક તંદુરસ્તીનો રાઝ એ ભાઈ માનતા હતા. સાયકલ ઉપર ઓફિસ જવાથી શરીરને ફાયદો થાય છે એવી એમની આદત માન્યતામાં બદલાઈ ગઈ હતી. એવી જ રીતે બીજા એક મિત્ર બાઈક અથવા કારમાં ઓફિસ જઈ ૧૫ મિનિટનો સમય વધુ મળતા કચેરીમાં વધારે કામ થઈ શકે એવી માન્યતા ધરાવે છે. એક મિત્ર માટે સાયકલ ઉપર ઓફિસ જવું એ ફાયદાકારક હોવાની માન્યતા છે. જ્યારે બીજા માટે કારમાં આફિસ જવું વધુ ફાયદાકારક છે એવી માન્યતા છે.

વિચારો, માન્યતાઓ, ભાવનાઓ અને લાગણીઓ આદતના આધારે ઘડાતી હોય છે. આપણી જૂની યાદોના પડીકાઓ પણ આપણી આદતને ઘડતા હોય છે. આપણું ચેતન મન મગજનો માત્ર ૧૦ ટકા હિસ્સો જ ઉપયોગ કરે છે. જ્યારે અચેતન મન (સબકોન્શ્યસ માઈન્ડ) ૯૦ ટકા મગજનો ઉપયોગ કરતું હોય છે. મજાની વાત તો એ છે કે, મોટા ભાગના લોકોને સબકોન્શ્યસ માઈન્ડની તાકાતનો કોઈ અંદાજ જ નથી હોતો. પરિણામે સબકોન્શ્યસ માઈન્ડનો ઉપયોગ જ કરવામાં નથી આવતો. જે લોકો સબકોન્શ્યસ માઈન્ડની શક્તિઓ સમજીને એનો ઉપયોગ કરે છે એ સામાન્યમાંથી અસામાન્ય બની જતાં હોય છે. શ્રી અરવિંદ ઘોષ, રબીન્દ્રનાથ ઠાકુર, ગાંધીજી, ઓશો, સ્ટીવ જોબ્સ, બીલ ગેટ્સ, સોક્રેટીસ, ગુર્જેફ જેવા લોકોએ સબકોન્શ્યસ માઈન્ડને પ્રોગ્રામ કર્યું અને અસામાન્ય વ્યક્તિત્વ બનાવીને દુનિયાને નવો માર્ગ બતાવ્યો.

આપણે કલ્પના પણ ન કરી શકીએ એટલી અદભૂત તાકાત મનમાં હોય છે. સપનાઓને વાસ્તવિકતામાં મન પલટાવી શકાય છે. જો મનની તાકાતને કેળવવામાં સફળ થઈ જઈએ તો જે ઈચ્છીએ એ મેળવી શકાય. જે બાબત પરેશાન કરતી હોય, દુઃખદાયક હોય એ ખુશી અને આનંદમાં પરિવર્તન થઈ શકે છે. બ્રહ્માંડમાં એવી કોઈ શક્તિ જ પેદા નથી થઈ કે જે મનની તાકાતથી વધુ શક્તિશાળી હોય.

આ કોઈ સંત-મહંતના આશીર્વાદની વાત નથી કે પછી કોઈ જાદુઈ લાકડીના ખેલની વાત નથી. મનની શક્તિને સમજવા માટે નાનો અમથો પ્રયત્ન ઘણા મોટા ફાયદા આપે છે. મનમાં પડેલી જોરદાર શક્તિને સમજવાનો ક્યારેય પ્રયાસ કર્યો છે ખરો ?

આપણું મન બે ભાગમાં કામ કરતું હોય છે. ચેતન મન અને અચેતન મન. ચેતન મનને અંગ્રેજીમાં કોન્શયસ માઈન્ડ અને અચેતન મનને સબકોન્શ્યસ માઈન્ડ તરીકે આપણે જાણીએ છીએ. આપણે જ્યારે કોઈ વિચાર કરીએ ત્યારે આપણું ચેતન મન એ વિચારના તાત્વિક પાસા ઉપર પૃથક્કરણ કરી નિર્ણય લેવાનું કામ કરે છે. જ્યારે આપણું અચેતન મન આપણી ભાવનાઓ, લાગણીઓ, માન્યતા, આદત, યાદો વગેરેને નિયંત્રિત કરવાનું કામ કરે છે. સાચું પૂછો તો અચેતન મનમાં થતો આ ધમધમાટ જ આપણા જીવનને સુનિયંત્રિત કરવાનું મહત્વપૂર્ણ કામ કરતો હોય છે.

સબકોન્શ્યસ માઈન્ડની શક્તિઓને સમજવા વિશ્વમાં હજારો પરિક્ષણો કરવામાં આવ્યા. આ બધા ટેસ્ટમાં 'પ્લેસીબો ઈફેક્ટ' નામનો ટેસ્ટ એકદમ સચોટ છે. એક સરખી બિમારીનો ભોગ બનેલા લોકોને ભેગા કરવામાં આવ્યા. એ લોકોને બે જુથમાં વહેંચી દેવામાં આવ્યા. એક જુથને એ બિમારી માટે વિશ્વની શ્રેષ્ઠ ટેબલેટ આપવામાં આવી. બીજા જુથને ટેબલેટમાં ખાંડનો ભુકો ભરીને કહેવામાં આવ્યું, 'તમારી બિમારી માટેની આ વિશ્વની સૌથી ઉત્તમ અને અલ્ટીમેટ ટેબલેટ છે.' બરાબર એક મહિના પછી બંને જુથની તબિયત ચકાસવામાં આવતા બન્ને જુથની તબિયતની રીકવરી એક સરખી જણાઈ. દવાએ કમાલ કરી એના કરતા વધારે કમાલ માનસિક ચેતનાએ કરી. જે જૂથ ખાંડના ભુકાવાળી દવા ખાતું હતું પણ એ દવા વિશ્વની ઉત્તમ દવા છે એવા વિચારોને એમના સબકોન્શ્યસ માઈન્ડે સ્વીકારીને બીમારી દૂર થઈ રહી હોવાના સંકેત આપ્યા અને ખરેખર એ લોકો સાજા થવા લાગ્યા.

આ પરીક્ષણની વાત સાથે આખા દિવસમાં આપણી સાથે બનતી નાની-મોટી અનેક ઘટનાઓને મૂકી નિષ્પક્ષ રીતે મુલવણી કરી જોઈએ. એક મિત્રને પ્રમોશન માટે સિનિયર અધિકારીઓ સામે પ્રેઝન્ટેશન માટે જવાનું થયું. એણે સરસ તૈયારી કરી પરંતુ મનોમન આ મિત્રને થયું કે, હું બરાબર રજૂઆત નહીં કરી શકું તો, મારી વાત એમને યોગ્ય નહીં લાગે તો વગેરે જેવા નકારાત્મક વિચારો આવતા એ મિત્રનું સબકોન્શ્યસ માઈન્ડ નકારાત્મક બાબતોના સિગ્નલોથી ભરાઈ ગયું. એ મિત્રનો દેખાવ અત્યંત નબળો થયો.

હવે સવાલ એ છે કે, સબ કોન્શયસ માઈન્ડનો ઉપયોગ કેવી રીતે થઈ શકે. આપણે જ્યારે સુવા માટે પથારીમાં જઈએ ત્યારે ઊંઘ આવે એ પહેલાની પાંચ મિનિટમાં કોન્શયસ માઈન્ડ એટલે કે ચેતન મન ધીમે ધીમે સુશુપ્ત અવસ્થામાં સરકતુ હોય છે. આ એવો સમયગાળો હોય છે કે, સબકોન્શ્યસ માઈન્ડ સૌથી વધુ પાવરફુલ બનતુ હોય છે. આ પાંચ-સાત મિનિટના સમયમાં સબકોન્શ્યસ માઈન્ડને આપવામાં આવતા સિગ્નલ સૌથી અસરકારક પુરવાર થતાં હોય છે.

કોન્શયન્સ માઈન્ડની જેમ સબ કોન્શયસ માઈન્ડ ક્યારેય ઉંઘતું નથી. એ સતત-અવિરત કાર્ય કરતું હોય છે. રાત્રે સુતા પહેલા જે કંઈ સબકોન્શ્યસ માઈન્ડને ફીડ-અપ કર્યું હશે એની ઉપર આખી રાત સબકોન્શ્યસ માઈન્ડ ખેડાણ કરતું રહેશે અને સવારે ચેતન મન જાગ્રત થતા એને એ પ્રમાણેના સિગ્નલ આપશે.

સફળ વ્યક્તિઓ હંમેશા સબકોન્શ્યસ માઈન્ડને હકારાત્મક અને ખુશનુમા વિચાર મોકલી આનંદનો માહોલ ઊભો કરવાનું જાણે છે. ધ્યાન ધરવાની પદ્ધતિનો સાદો નિયમ માત્ર આટલો જ છે. સબકોન્શ્યસ માઈન્ડના પાવરનો વધુ ઉપયોગ કરવાનો રીયાઝ કરતા રહેવું પડે. મગજની ૯૦ ટકા શક્તિઓને વ્યવસ્થિત સમજીને એને ચેનાલાઈઝ કરવાથી એનો ફાયદો મળે. ધ્યાન ધરવું એ માત્ર આધ્યાત્મિકતાનો હિસ્સો છે એમ સમજવા કરતાં વધારે સબકોન્શ્યસ માઈન્ડના પાવરને એક્ટિવેટ કરવાની માસ્ટર કી છે એવી સમજણ કેળવવાથી ચોક્કસ ફાયદો થાય. ' હું સર્વ શ્રેષ્ઠ છુ, શક્તિશાળી છું, વિજેતા છું, પ્રભુ મારી સાથે છે અને આ મારો સમય છે...' એ. પી. જે. અબ્દુલ કલામજીએ કહે છે કે, આ પાંચ બાબતોના સિગ્નલ સબકોન્શ્યસ માઈન્ડને સતત આપતા રહો અને મનની અમાપ શક્તિઓ ખિલવીને આકાશી ઉડાન ભરો.

ધબકાર :
વિશ્વનું સૌથી મોટુ અને મહત્ત્વનુ પુસ્તક માનવીનુ મન છે.