રમેશ ઠક્કર

નમસ્કાર ગાંધીનગર

પમરાટ

ખમ્મા વીરાને જાઉં વારણે રે લોલ, મોંઘામૂલો છે મારો વીર જો
ખમ્મા વીરાને જાઉં..
એક તો સુહાગી ગગનચાંદલો રે લોલ
બીજો સોહાગી મારો વીર જો
ખમ્મા વીરાને જાઉં વારણે રે લોલ..
રાજ તો વિરાજે રાજમંદિરે રે લોલ
પારણે વિરાજે મારો વીર જો
ખમ્મા વીરાને જાઉં...
ચંપો ખીલે છે ફૂલવાડીમાં રે લોલદ્ધ ફુલમાં ખીલે છે મારો વીર જો
ખમ્મા વીરાને જાઉં...
આંગણે ઉજાસ મારે સૂર્યનો રે લોલ
ઘરમાં ઉજાસ મારો વીર જો
ખમ્મા વીરાને જાઉં...

મહાકવિ નાનાલાલ.

પાથેય

એક તહેવાર,અનેક ઉત્સવ

ભાઈબહેનના હેતનો તહેવાર એટલે રક્ષાબંધન.આ એક વિશિષ્ટ પ્રકારનો ઉત્સવ છે.જગતમાં અનેક પ્રકારનાં લાગણીનાં બંધનો છે.એમાં ભાઈ અને બહેન વચ્ચેનું જે સ્નેહબંધન હોય છે એ અલગ જ પ્રકારનું હોય છે.ભાઈ માટે એક ભગિની જે ભાવો ધરાવે છે એ નિર્મળ અને શુદ્ધ હૃદયના હોય છે.એની ઉપર ઘણાં ગીતો અને વાર્તાઓ લખાયાં છે. લોકસાહિત્યમાં ભાઈ બહેનના હેતને ઉજાગર કરતાં અમર ગીતો અને રચનાઓ ઉપલબ્ધ છેભાઈબહેનના હેતને ઉજાગર કરતો આ તહેવાર પવિત્ર શ્રાવણ માસમાં આવે છે.એ શ્રાવણી પૂનમ તરીકે પણ ઓળખાય છે.

આ તહેવારને ગામડાઓમાં "બળેવ" તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે.ત્યાગ અને પ્રતીક્ષાની ભાવના એમાં ભરી છે.પ્રેમ અને સંસ્કારની સૌરભ એની ઉજવણીમાં મહેકતી જોવા મળે છે.આ પવિત્ર તહેવારે દરિયા ખેડુઓ સાગરનું પૂજન કરી એમાં નારિયેળ પધરાવી વહાણવટે જવાની તૈયારી કરે છે.એ અર્થમાં આ તહેવાર "નારિયાળી પૂનમ" તરીકે પણ જનહૃદયમાં સ્થાન પામેલો છે.આમ જોઈએ તો આ એક એવો ઉત્સવ છે, કે જેમાં અનેક ઉત્સવો સમાયેલા છે..!

પૌરાણિક માન્યતા અનુસાર રક્ષાબંધનની વાત માતા કુંતી અને અભિમન્યુ વચ્ચેની વાર્તા સાથે જોડાયેલી છે.અભિમન્યુને અમર રક્ષા એટલે કે રાખડી બાંધીને કુંતી માતાએ જે આશીર્વાદ આપ્યા અને ત્યારબાદ મહાભારત યુદ્ધમાં એણે જે પરાક્રમ કર્યું એ દિવસ હતો શ્રાવણી પૂનમનો. ત્યારથી ઈતિહાસમાં સમર્પણ અને બલિદાનની ભાવનાને ઉજાગર કરતો આ તહેવાર રાખડીના પવિત્ર બંધન સાથે ઉજવાય છે.

રક્ષાબંધનનો તહેવાર ભાઈએ બહેનને આપેલું રક્ષાનું અમર કવચ છે. ભાઈ કહે છે કે મારી વહાલી બહેન તેં મને આજે રાખડી બાંધી એના થકી હું નિર્ભય થયો છું.એના બદલામાં હું પણ? જીવનભર ગમે તે ભોગે તારું રક્ષણ કરીશ. તારાં સુખચેન અને પ્રગતિ માટે હંમેશાં તારી સહાયમાં રહીશ.રાખડી એ રીતે એક શુભેચ્છાનું પ્રતીક બની જાય છે.એ માત્ર સુતરનો તાંતણો નથી. એ સંસ્કાર અને સ્નેહનું રક્ષણ કરતું પવિત્ર બંધન છે.ભાઈના હાથે રાખડી બાંધીને બહેન માત્ર પોતાનું જ રક્ષણ ઈચ્છે છે એટલું નહીં પરંતુ સમસ્ત સમાજ? તરફથી પોતાના ભાઈનું રક્ષણ થાય એવી દિવ્ય ભાવના અને અપેક્ષા પણ રાખે છે.

રક્ષાબંધન એક અનોખો તહેવાર છે.એ શ્રાવણ માસમાં વરસાદી માહોલ વચ્ચે આવતો હોય છે.એ રીતે એની એક અલગ તતસીર બનતી હોય છે. સૌરાષ્ટ્ર જેવા પ્રદેશોમાં જન્માષ્ટમી અને રક્ષાબંધનના મેળાનું આયોજન થતું હોય છે.એ રીતે જોઈએ તો આ સમગ્ર સમય દરમિયાન તહેવારો એકબીજા સાથે સંલગ્ન બનીને જબરજસ્ત લોકોત્સવ બની જતા હોય છે.આ દિવસે ભાઈ અને બહેનના દિવ્યપ્રેમ અને લાગણીઓના આદાન-પ્રદાન થકી ખૂબ જ ભવ્ય રીતે ઉજવાતો રહે છે.એમાં સાંસ્કૃતિક ભાવના,માનવમનની નિર્મળ લાગણીઓ જોડાયેલી છે.સાથે જ નિર્મળ હૃદયની ભાવનાઓ તેમજ તહેવારોનું સૌંદર્ય પણ પ્રગટતું રહે છે.

વૉટ્સઍપ ઉત્સવ..! આજે તો બસ મળવું છે, ઝરણું થઈને ભળવું છે, ઉપરથી સાવ શાંત બનીને, અંદરથી ખળભળવું છે..!

વૉટ્સઍપ ઉત્સવ..! આમ તો આ શબ્દ જ ઈનોવેટીવ છે. ઓગસ્ટ મહિનાનો પ્રથમ રવિવાર એટલે વિશ્વ ફ્રેન્ડશીપ ડે અને એ દિવસે મિત્રો એકબીજાને મળે અને આનંદ કરે. આજે જે વાત કરવી છે તે વોટ્સેપ દ્વારા મળેલા મિત્રોની, આ મિત્રોનું એક પ્લેટફોર્મ પર આવવાનું કારણ એટલે ગુજરાતી સાહિત્ય પ્રત્યેનો પ્રેમ અને ગીત ગઝલ પ્રત્યેનો લગાવ. આ મિત્રોને ગઝલના માધ્યમથી એક મહેફિલ આંગણે લાવવાનું કામ કર્યું છે ડૉ. મુકેશભાઈ

જોષીએ અને વોટ્સએપ ગ્રૂપનું નામ રાખ્યું છેપ 'ગમે, તે ગઝલ' અને આ મિત્રો મેળાવડો પણ યોજે છે ફ્રેન્ડશીપ ડેના દિવસે જ, કેટલું સરસ!

ગમે, તે ગઝલ ગ્રૂપ એના દસમાં વર્ષમાં મંગલ પ્રવેશ કરે અને એ ક્ષણને યાદગાર બનાવવા ગીર ફાઉન્ડેશન ખાતે કુદરતના ખોળે કવિતાનો નાદ ધ્વનિ વહેતો મુકવા કાર્યક્રમનું આયોજન કરવામાં આવે અને જેનું નામ રાખવામાં આવે 'પ્રકૃતિ સાથે સંવાદ'. ઈન્દ્રોડા પાર્ક ખાતે ગીત ગઝલ કવિતાનો ટહુકો કરવા ગાંધીનગર, અમદાવાદ, પાલનપુર, વાપી, મુંબઈ, ભાવનગર, રાજકોટ અને વડોદરા જેવા શહેરોમાંથી કવિ સર્જક મિત્રો માત્ર ગમતાનો ગુલાલ કરવા ભેગા થઈ જાય.

ટેકનોલોજીના આવકારનો લાગણીભીનો સદુપયોગ કેવી રીતે કરી શકાય ? એ તો કોઈ 'ગમે તે ગઝલ ગ્રૂપના સભ્યો પાસેથી શીખે... માત્ર એક જ એજન્ડા, ગુજરાતી સાહિત્ય, શક્ય ત્યાં સુધી માત્ર પદ્ય, ગ્રૂપના સર્જકોનું હોય તો પછી ગદ્ય પણ ચાલે પરંતુ હિન્દી, જોક્સ, ઈત્તર માહિતી, ગુડ મોર્નિંગ, ગુડ નાઈટ, જયશ્રી કૃષ્ણ, જય માતાજી કશું જ નહીં, એ બધા પર સજ્જડ પ્રતિબંધ. ગ્રૂપના સભ્યો એકબીજાથી અજાણ હોવા છતાં શિસ્તબદ્ધ રીતે ગીત ગઝલને વળગી રહે એ કોઈ નાની વાત નથી. ગમે તે ગઝલ ગ્રૂપ દ્વારા એમના પ્રથમ જન્મ દિવસની ઊજવણી આજથી આઠ વર્ષ પૂર્વે પણ ગુજરાતી ગીત-ગઝલની મહેફિલ સાથે આયોજિત કરી હતી. એ મહેફિલનું સંચાલન પુલકભાઈ ત્રિવેદી અને નેહલ ગઢવી દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું ત્યારે પણ લગભગ બધાં ગ્રૂપના સભ્યો હાજર રહ્યાં હતાં.

ગમે તે ગઝલ ગ્રૂપના દસમાં વર્ષના પ્રવેશ વખતે પણ 'પ્રકૃતિ સાથે સંવાદ' કરવા મિત્રો ઓગસ્ટના પ્રથમ રવિવાર એટલે કે ફ્રેન્ડશીપ ડેના દિવસે ગીર ફાઉન્ડેશનના રમણીય અને કુદરતી વાતાવરણ વચ્ચે મહેફિલ સજાવી બેઠાં હતાં. આવનાર દરેક સભ્યને ફ્રેન્ડશીપ ડે નિમિત્તે ફ્રેન્ડશીપ બેલ્ટની જગ્યાએ નાડાછડી બાંધીને મિત્રતાની ગાંઠ પાક્કી કરી હતી. કાર્યક્રમનું દીપ પ્રાગટય ગ્રૂપ માટે અવિરત કાર્યરત મિત્રો ડૉ. મુકેશભાઈ જોષી, સુનીલ કુમાર, ભુપતસિંહ ચાવડા, શોભા પંકજ ગાંધી, નવલભાઈ દેસાઈ અને સંજય થોરાત દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું.

પ્રકૃતિ સાથે સંવાદ કાર્યક્રમના પ્રથમ સત્રમાં કાવ્ય મહેફિલ શરૂ થઈ એ પહેલા ગાંધીનગર સમાચારના કાર્યવાહ તંત્રી તરીકે નિમણૂંક પામેલા ગ્રૂપના સભ્ય મનોજભાઈ શુક્લનું સન્માન કરવામાં આવ્યું. કિલ્લોલ પંડ્યા દ્વારા કાવ્ય મહેફિલનું સંચાલન હતું, એમણે એક પછી એક કવિઓને આમંત્રણ આપી મહેફિલની જમાવટ કરી દીધી. રાજકોટથી પધારેલા કવિ દિનેશ કાનાણી, કવિ રાકેશ હાંસલીયા, પારસ હેમાણઅને કવયિત્રી હર્ષીદા ત્રિવેદીએ એમની હાજરી યથાર્થ ઠેરવતા એક એકથી ચડિયાતી રચનાઓ પ્રસ્તુત કરી હતી. સુરતના કવિ કમલેશ શુક્લે વિષયને અનુરૂપ મુક્તક રજૂ કર્યું હતું.

પ્રકૃતિ ખીલવાની જગા રાખજો;
છાંયડો આપવાને ઘટા રાખજો!
પ્રેમથી માનવી, વૃક્ષ થઈ ને ઊગે;
તો પછી છાંયડામાં સભા રાખજો!

બીજા સત્રમાં કવિ ડૉ. ધૈવત શુક્લ દ્વારા સંચાલનનો દોર શરૂ થયો જેમાં અમદાવાદના સર્જન ડૉ. હિતેશ પટેલે હળવી શૈલીમાં રંગ રાખ્યોપ

એટલે ખુલ્લી છત્રી ય ખીજાય છે,
એની નીચે ય બે જણા ભીંજાય છે.
ઓણુકા ચોમાસે ય થયું એનું એ જ,
વરસાદ તો પડ્યો પણ ભીંજાયા બે જ.

રંગીલા રાજકોટના કવિ દીપક ત્રિવેદીએ હમચીડો ગીત ગાઈ ગવડાવીને મોજ કરાવી દીધી હતી. ગમે તે ગઝલ ગ્રૂપના એડમિન ડૉ. મુકેશભાઈ જોષી લાક્ષણિક અદામાં એમની ગઝલ પ્રસ્તુત કરી હતી.

ક્ષણોથી યુગોની સફરમાં રહ્યો છું;
સતત તોય મારી અસરમાં રહ્યો છું.
નથી ભાગવા કંઈ દીધો આમ એને;
વહી જે ગયો, એ સમયમાં રહ્યો છું.

પ્રકૃતિ સાથે સંવાદ હોય અને કવિને ચા મળી જાય તો પછી મહેફિલ ઓર ખીલી ઊઠે અને એટલે જ સંજય થોરાતની ભરત ગજ્જર દ્વારા કંપોઝ કરવામાં આવેલી રચના 'ચા એટલે, ચા એટલે ચા હોય છે, જ્યારે પણ મળે વાહ વાહ હોય છેપ' સંભળાવવામાં આવીપ

આ અનોખી મહેફિલનું આકર્ષણ એટલે પ્રો. મધુસૂદન વ્યાસ દ્વારા મુકેશભાઈ જોષીની વિવિધ રચનાઓને વિવિધ રાગમાં ઢાળીને પ્રસ્તુત કરવામાં આવી એ હતું. છેલ્લી ઘડીએ હાર્મોનિયમ વાદક આવી ન શકતા માત્ર પોતાના અવાજના જોર પર રચનાઓ પ્રસ્તુત કરી શ્રોતાઓની દાદ મેળવી હતી. આ મહેફિલની બીજી વિશેષતા એટલે દરેકેદરેક સભ્યને પ્રસ્તુતિ કરવા મંચ આપવામાં આવ્યું હતું.

ગાંધીનગર જંક્શન

સંજય થોરાત'સ્વજન'
mail@sanjaythorat.com

ગમે તે ગઝલ કાર્યક્રમની ભાવવાહી ક્ષણ એટલે આ ગ્રૂપના દિવંગત થયેલા સભ્યો પંકજભાઈ ગાંધી અને ભાવેશ પટ્ટણીના શ્રીમતી શોભા ગાંધી અને નીતા પટ્ટણીને ખાસ આમંત્રણ આપી બોલાવી એમના પ્રત્યે આદરભાવ વ્યકત કરવામાં આવ્યો એ હતી.

ગુજરાત અને મુંબઈથી આ કાર્યક્રમમાં ડૉ. મુકેશભાઈ જોષી, શ્રીમતી તૃપ્તિ જોષી, ગૌરવી વ્યાસ, ડૉ. ઘોષા જોષી, કિલ્લોલ પંડ્યા, વિનય દેસાઈ, નવલ દેસાઈ, પાર્થસારથિ મગીઆ, રાજેન્દ્ર આર. શાહ, ક્રિષ્ણા રાજેન્દ્ર શાહ, મનોજ મ.શુકલ, દેવયાની મ.શુકલ, દીપક ત્રિવેદી, હર્ષિદા ત્રિવેદી, પારસ હેમાણી, રાકેશ હાંસલિયા, દિનેશ કાનાણી, ધૈવત.શુકલ, હિમાદ્રી.શુકલ, ભૂપતસિંહ જી ચાવડા, રવિ સોલંકી , સુનિલ કુમાર, મહેબૂબ ખાન પઠાણ, ફાલ્ગુની સિમ્પી, ડો.દર્શન શાહ, મમતા શાહ, ડો. તેજસ દોશી, ડો. ઊર્વિ અમીન, વિભા? ભટ્ટ, કમલેશ શુક્લ, અતુલ દેસાઈ, રાજેશ્રીબહેન ત્રિવેદી, શોભાબેન પંકજભાઈ ગાંધી, પ્રો. મધુસૂદન વ્યાસ, ઈલાબેન વ્યાસ, આર. એન. મહેતા, સ્વાતિ પંડિત, ડૉ. હિતેશ પટેલ, પલ્લવીબેન મહેતા, પ્રશાંતભાઈ મહેતા, કૂંપળબેન, સંજય થોરાત, ગાયત્રી થોરાત, રિદ્ધિ, અનન્યા, નીતાબેન ભાવેશ પટ્ટણી, કેતન ચોકસી, તૃપ્તિબા રાઓલ, ડૉ. ઊર્વી અમીન, ઉદય પાંભરપ વગેરે સ્વખર્ચે હાજર હતા એ પણ વિશેષ વાત એટલા માટે કહેવાય કે આ મહેફિલમાં કોઈ માનધન નહોતું મળવાનું અને તો પણ ૫૦થી વધુ સભ્યો હાજર રહે એ અરસપરસના સંબંધોની બલિહારી કહી શકાય!

વોટ્સેપ ગ્રૂપ દ્વારા માત્ર ગુજરાતી સાહિત્યને વળગી રહી સોશિયલ મીડિયા પ્લેટફોર્મનો આ ગ્રૂપે પોઝિટિવ ઉપયોગ કરી બતાવ્યો છે. કોઈ પણ જાતના ફંડફાળા વગર આખો કાર્યક્રમ નિસ્વાર્થ ભાવે આજના જમાનામાં કરવો એ પણ ગુજરાતી સાહિત્યની સેવા જ કહી શકાય!

રેડ સિગ્નલઃ

વોટ્સેપ ગ્રૂપ દ્વારા પણ રચનાત્મક કાર્યો થઈ જ શકે છે, જો તમે કરી શકો તોપ બાકી ટાઈમપાસ કરવા માટે પણ ઘણા વોટ્સેપ ગ્રૂપ અસ્તિત્વ ધરાવે છે!

"થાય પીડા ને વેદના અસહ્ય જ્યાં સૂકાય જાય લાગણી, કદર થાય નહીં, ને પાંપણેથી આંસુ નીકળે એમ પણ બને"...

આપણને ખુબજ દુઃખ અને પીડા અનુભવાય છે જયારે આપણી કોઈ કદર ના થાય. ઘરે કે પછી કામના સ્થળે જો આવો બનાવ બને તો આપણને વિચાર આવે છે છોડ બધું જ્યાં આપણી કદર જ ના હોય આપણે આપણું શોષણ કરાવવું જ નથી . હા,આપણે જ આપણું શોષણ જાણે અજાણ્યે કરાવતાં હોઈએ છીએ. આપણાં કામની નોંધ લેવાતી ના હોય અને કદર થતી ના હોય ત્યારે શા માટે , શું બાકી રહી જાય છે એવો પ્રશ્ન વારંવાર મનમાં ઘૂંટાયા કરતાં હોય છે. સંઘર્ષ કરવો કે પછી પોતાનું દાયિત્વ છે કે અને કર્મનો સિદ્ધાંત મુજબ ફળની આશા રાખ્યા વિના, કદરની ચિંતા કે એનો વિચાર કર્યા વિના પોતાની જવાબદારીઓમાં રમમાણ રહેવું શું યોગ્ય છે? મારી દ્રષ્ટિ એ કદાચ ના..પ્રોફેશનલ જગ્યાએ એમ કંઈ આંખ આડા કાન ન થાય. ત્યાં તો દરેક ને એવું હોય કે તેના પરફોર્મન્સની કદર થાય ,અને તે પણ યોગ્ય સમયે. જ્યારે જ્યારે પ્રોફેશનલ ફ્રન્ટ પર આપણી કદર નથી થતી ત્યારે અંદરથી ભાંગી પડાય છે. એક એવી પીડા વહેતી થઈ જાય છે કે આપણે મનફાવે એમ વર્તવાનું શરૂ કરી દઈએ છીએ. અને આવું કંઇ પણ થાય ત્યારે અંદરથી નુકશાન તો આપણું જ થતું હોય છે. દરેકકાર્ય સાથે આપણે લાગણીથી જોડાયેલા હોઇએ છીએ એટ્લે પીડા થાય એ સહજ છે. વગર કારણે અન્યાય થયાની લાગણી આપણી પ્રોડક્ટિવિટી ઘટી જાય છે, અને ધીમે ધીમે આપણે એનેકસાઈટી, નો ભોગ બનતાં જતાં હોઈએ છીએ. આપણા દ્વારા જ આપણાં માનસિક સ્તરનું શોષણ થતું જાય છે. મનમાં અસંખ્ય વિચારો,અને કલ્પનાઓ જન્મ લેવા લાગે છે ,અને પ્રતિકારની તેની કોઈ પણ રીત આપણાં માટે પીડા, ચિંતા, હતાશા અને છેવટે હારનું કારણ બની શકે છે. તો શું અન્યાય સહન કર્યે જવું? અને કોઈ શોષણ કરે તો એ પણ ચલાવી લેવું? તો એનો ઉત્તર એ છે કે શોષણ તો સ્વાભાવિક જ નહીં ચલાવી લેવાય. લાગણીનું અંતિમ સ્વરૂપ કયું?

કદાચ વેદના જ હશે, તો
વેદનાની વ્યાખ્યા શું?

ગૂંગળામણ અને અસહ્ય પીડા? શ્વાસ અને ઉચ્છવાસ નિચોવી

ક્યાંક ચાલ્યા જવાની ઈચ્છા જ ને.... તો "ના ફાવે એટલે છોડી દેવાનું અને જો પોતાને અનુકૂળ આવે તો એમ થોડી છોડી શકાય એ જ જીવન"? આમ જોવા જઈએ તો એક ઉખાણું જ છે આ જિંદગી. છતાં કેટલાયે ચેપ્ટર ઉથલ પાથલ હોય છે. અમુક વાર જિંદગી એટલે કોઈકના હાથનું રિમોટ માત્ર. ઈન્સ્ટ્રકશનથી ભરેલું જીવન, પોતાના અભિગમ અને પોતાના વિશે વિચાર શકિત જાણે નાબૂદ જ. એક જીવન મરણ વચ્ચેની ઘટના એટલે જિંદગી?

એમ પણ બને !

પારૂલ અમિત

તો દુઃખી થઈ ને જીવવું એના કરતાં બધી ફિલોસોફી એક તરફ અને બસ અલ્લડ બનીને જીવવું, નહીં કે , કોઈ બીજાએ નક્કી કરેલા ધારા ધોરણ પ્રમાણે. અને કામની કદર નહીં થાય ત્યારે કંઈ કોઈની સાથે ચર્ચા કરવી કે શા માટે આવું કર્યું એનાં કરતાં આપણાં પર અસર ના થાય અને એવું કંઈક કરવું કે લોકોને આપણા કામની કદર કરવાની ફરજ પડશે.થિયરી કામ આવતી નથી. કામ આવે છે માત્ર પરિસ્થિતિને સહન કરવાની રીત અને પરિસ્થિતિમાંથી બહાર નીકળવાની સૂઝ. કોઈ પણ પરિસ્થિતિ કાયમી નથી હોતી. ક્ષણિક ઉભરો હોય છે માત્ર. બસ એ પીડા ને છોડી દેવાની હાલ પર અને જિંદગી જીવી લેવાની, વધુ માં વધુ શું થશે આટલું બોલી ને. દરેક અનુભવ પણ કરી લેવા જોઇએ જીવનમાં. અને બેફિકર બની જીવવું જોઈએ. જીવવા માટે થોડીક સમજણ અને થોડીક બેફિકરાઈ બન્ને હોવાં જોઈએ. બહુ સમજણપૂર્વક જીવીએ તો જીવવાનો ભાર લાગે અને બધું ગોઠવણ વ્યવસ્થા જેવું લાગે. અને બહુ બેફિકરાઈથી જીવીએ તો મજા મજા. કયારેક ડોબા બનીને જીવવાની પણ મજા કંઈક ઓર હોય છે.

દંભ, ઈગો,અને એટીટ્યુડ છોડી સામાન્ય વિચારસરણી જ જીવનને ઉત્તમ બનાવે છે. જીવનમાં જે સારી ઘટનાઓ બને એ માટે જિંદગીને અને ઈશ્વરને થેંક યુ કહેવું જોઈએ. જે અણગમતી ઘટનાઓ બની હોય ત્યારે એ સહન કરવાની શક્તિ આપવા માટે પણ જિંદગીને થેંક યુ કહેવું જોઈએ. જિંદગી સ્થિર નથી હોતી. ક્યારે શું બનશે એની આપણને જાણ નથી. એટલે દરેક પરિસ્થિતિ પણ સ્થિર નથી જ. સવારે બહાર નીકળતો માણસ સાંજે સહીસલામત પાછો ફરશે એની કોઈ ગૅરન્ટી નથી. માણસ સતત એક ભય હેઠળ જીવે છે તે ખરેખર તો મૃત્યુ પામેલો જ કહેવાય. છોડવાની એક વસ્તુમાં ભય પણ સામેલ છે. મસ્ત બે ફિકર જીવતા થઈ જઈશું તો ભયને પણ બાય બાય કહેતા થઈ જઈશું. જીવવાની શક્યતાઓ અને કારણો અનેક હોય છે. દરેકની જિંદગીમાં ઈશ્વરે એક ટર્નિંગ પૉઇન્ટ મૂક્યો હોય છે, એને ઓળખવાની જરૂર છે. જ્યાં ભય હશે ત્યાં જીવનમાં આનંદ હશે જ નહીં.

ભય સાથે જીવવું એટલે વગર મૃત્યુ એ મરવું. હતાશા અને ભયથી એક સ્ટેપ જ દુર છે જીવન. જો એને ઘટના સમજી પાર કર્યું તો જીવન પ્રેરણાદાયી અને ઉત્તમ બનશે. જીવનમાં સફળ ના થવાય તો કંઈ નહીં, પણ નિષ્ફળતામાંથી બહાર કૅમ નીકળવું એ શીખવું જ રહ્યું. ખુશ રહેવાની પોત પોતની પદ્ધતિ અલગ હોઈ શકે, પણ ખુશીની કોઈ ફૉર્મયુલા નથી. દરેકના મનમાં એટલી અપાર શક્તિ હોય છે કે જો દ્રઢપણે એમ વિચારવામાં આવે કે અમૂક કાર્ય 'શક્ય છે, જીવન ખુશીઓથી ભરપૂર છે તો પછી એ કાર્ય શક્ય થવાના ચાન્સીસ અને ખુશ રહેવાના કારણો ખૂબ વધી જાય છે.

મહાન લોકોએ દ્રઢ મનોબળથી ઘણા લોકોએ આશ્ચર્યજનક સિધ્ધિઓ પ્રાપ્ત કરી જ છે. પણ દરેક સિદ્ધિથી ઉપર છે આંતરિક ખુશીઓ.

અને આ ખુશી એ જ સાચું જીવન. ખુશ રહેવા માટે જીવવું અને જીવવા માટે ખુશ રહેવું આ જ ખરો ધ્યેય.

- parulamit198@gmail.com
7201081482

જે વ્યક્તિ નાની નાની ક્ષણોને ન માણી શકે, તેને મોટા આનંદની ક્ષણો પણ પ્રસન્ન કરી શકતી નથી

ઊંચે જોઉં તો ...
આભ આખું મારું લાગે!!
ક્ષણોની સાર્થકતા માટે
વ્યોમ ....આનંદનું વ્યંજન લાગે..!!
સમગ્રતાથી જીવતો થયો ત્યારથી ,
તડકામાં છાયડાનો સમન્વય લાગે....!!
મગ્ન થઈ જ્યારે જ્યારે જીવું ,
સમગ્ર જીવન આનંદોત્સવ લાગે.....!!

આપણે ક્ષણમાં, કામમાં,પ્રકૃતિમાં ઓળઘોળ નથી થઈ શકતાં. એટલે બધું જ ક્ષણિક બની જાય છે. પછી રૂટિન, પછી આકરું, પછી અસહ્ય લાગવા માંડે છે. જે ક્ષણને નથી જીવી શકતો, તે ક્ષણોનું પોટલું એવાં જીવનને કંઈ રીતે સાચું જીવી શકે!!! ? નાનાં બાળકને દિવસમાં એક વાર નિરખી લેવાનું સદભાગ્ય મળે, એટલે જાણે મંદિર જઈ આવ્યાં જેટલી શાંતા હૃદયને મળે છે!! જ્યાં આપણે પોતિકી "ઓળખ" અને "ઓળખપત્ર" વગર જઈ શકતા હોય, એવી પ્રકૃતિ, બાળક પ્રિયજન, પુસ્તક અને ઈશ્વર એ આપણી ઉર્જાના, ઉત્સાહના જિજીવિષાના ઉદગમસ્થાન છે. જેની સાથે ગાળેલી થોડીક ક્ષણો બ્રહ્માંડના આણું અણુથી આપણને કનેક્ટ કરાવે છે. સાચાં અર્થમાં જીવી લેવા તત્પર બનાવે છે.

આભને "આભા" બનાવી, પ્રકૃતિને સંદર્ભ બનાવી, વહાલને પગરવ બનાવી, દુનિયામાં તરવરતા હશો તો "નિજાનંદ" નામની પુંજીને પામી શકશો.

"સમતા ધારણ કરવી" એટલે દરેક બાળક પોતિકુ લાગે, દરેક ક્ષણ વ્હાલી લાગે, અન્ય સજીવો અને પોતાનામાં એકરૂપ એવાં "ઈશ્વરત્વ" ને જોઈ શકો. આખું બ્રહ્માંડ કુટુંબ લાગે અને છતાંય " સ્વ" નો "જાત" સાથેનો સંવાદસભર નિર્મળ સંબંધ તો ખરો જ. "હું મારામાં તો છું" સાથે સાથે "મારામાં " એવું પણ કંઈક છે, જે બધામાં છે. સર્વ વ્યાપી છે? અને તે જ સાચું છે. એવો ભાવ બધાં જ સજીવો પ્રત્યે અનુકંપા ,આવિર્ભાવ જન્માવે છે. પછી બધું જ સમ લાગવા માંડે છે . કોઈ ઊંચું, નીચું ,મોટું , નાનું, સારું, ખરાબ કઈ જ નથી રહેતું. "સૌ"થી "સ્વ"તરફ અને "સ્વ" થી "સૌ" તરફ ગતિમય થઈ જીવન ચાલતું હોય, ત્યારે ખોટી માયાજાળ, ખોટો અહમ, ખોટી દુશ્મનીને દૂર ફગાવી તમે સામે અરીસો રાખી, નિર્લેપ બની જીવી શકો. જીવનનો સાચો મર્મ ,સાચો હેતુ અને સૌથી ઉત્તમ એવાં "પુરુષોત્તમ"ની આભા મેળવી શકો છો.

પમરાટ

મિત્તલ પટેલ

જીવનને અંતે પોતાની જાતને હારેલું, થાકેલું, જીવન વ્યર્થ જતુ રહ્યું એવી લાગણી સાથે ન જીવવું હોય તો , જીવનની દરેક ક્ષણને જીવતાં શીખો, તમારા શ્રદ્ધાના વિષયને પકડી રાખો. શ્રદ્ધાના કેન્દ્રો ના હોય. શ્રદ્ધાનું એકમાત્ર કેન્દ્ર હોય.

પ્રકૃતિને ક્યારેક નિરખવાનો, માણવાનો સમય કાઢતાં રહો. જોવું અને નીરખવામાં ફરક છે. વરસાદમાં નહાવાનો મોકો જરાય છોડવા જેવો નથી!! પોતાની જાત સાથે સંવાદ કરવાનો નિયમિત રાખો. પોતાનાં જીવનનું ક્ષેત્રફળ ને ચોક્કસ નકશો આપણી પાસે હોવો જોઈએ. તેની આછી પાતળી રૂપરેખા ચોક્કસ હોવી જોઈએ. અને તે માટે "ડાયરી લખવી" એ ઉત્તમ પ્રક્રિયા છે. જે તમને પોતાની જાતને સમજવામાં વધારે મદદ કરે છે. તમારે જીવન પાસેથી શું જોઈએ છે? તમે પોતાની જાતને જીવતે જીવ કેટલી ઊંચાઈ સુધી લઈ જવા માંગો છો? પોતાનામાં રોજ હકારાત્મક ઉમેરો કરતાં રહી જીવનની સાર્થક બનાવવા માંગો છો? એ બધું જ તમને ડાયરી લેખનથી મદદ મળશે. "બેલેન્સ્ડ લાઈફ"ની પરિભાષા સમજવા જેવી છે.તેમાં કારકિર્દી, શોખ, હેલ્થ, પરિવારની જવાબદારી બધું જ બેલેન્સ કરીને સંચરવું ખૂબ જ જરૂરી છે. કોઈપણ એક બાજુનું પલ્લુ નમે એટલે તમારું "ઈ- ક્યુ લેવલ" ઈમબેલેન્સ થાય છે. દરેક વ્યક્તિને આત્મીયતાથી મળો તેને આર્થિક સામાજિક કે અન્ય કોઈ વાડામાં બાંધ્યા વગર...

દો પલ કે જીવન સે.....
એક ચુરાની હૈ...
જિંદગી ઔર કુછ ભી નહી.....
તેરી મેરી કહાની હે...

- mitalpatel56@gmail.com
94289 03743

માણસના હાંફી ગયેલા ઉત્સાહને જીવતો કરવાનો જરિયો એટલે ક્રિએટિવ રિટ્રીટ

ઘણીવાર માણસ ચાલીને થાકી જાય છે, કેમ કે જીવનમાં નવા મુકામ હાંસિલ કરીએ એટલે ત્યાંથી નૂતન યાત્રાના મંડાણ થાય છે. એક પડાવ પછી બીજો પડાવ અને પછી ત્રીજો, એમ આ ક્રમ ચાલુ જ રહે છે. આવામાં માણસની કલ્પનાશક્તિ અને વિચારવાની કુનેહ કોઈવાર ધીમી પડી જાય એવું બને છે. આવા સમયે માણસને કશું સૂઝતું નથી. થાકી ગયેલું મન અને સતત પ્રવાસમાં રહેલું ચિત્ત માણસને અંદર ડૂબકી નથી મારવા દેતું, જ્યાંથી એ સર્જનના મોતી લઈને આવવા મથામણ કરતો હોય છે. આવા સમયમાં માણસને બ્રેકની જરૂર પડે છે, જેને અંગ્રેજીમાં **'creative retreat'** કહેવામાં આવે છે. આ રચનાત્મક અવકાશમાં માણસના હાંફી ગયેલા ઉત્સાહને જીવતો કરવાનું અને તેની કલાત્મક ભાવનાઓને પુનર્જીવિત કરવાનું રસાયણ રહેલું છે. માણસ આવી બ્રેક દરમિયાન જાત સાથે તૂટી ગયેલું અનુસંધાન ફરીથી સાધે છે, કેમ કે આવી ક્રિએટિવ રિટ્રીટ દરમિયાન માણસ પોતાની જાત સાથે એકલો પડે છે અને પરિણામે તેને પોતાની ચેતના પર ચડેલા મિથ્યાવરણ દૂર કરવાનો અવસર પ્રાપ્ત થાય છે.

થોટ પીચ પર નો બોલ

ડો. ધર્માંશુ વૈદ્ય

પણ આવો અવસર ઊભો કરવા માટે માણસે શાંત અને પ્રેરણાદાયી જગ્યાએ જવું પડે છે. દરેક માણસ માટે આવી જગ્યાની પોતાની એક વિભાવના હોય છે. અમુક લોકો પોતાના સ્ટડીરૂમમાં પુરાઈ જાય અને તેમને સ્વર્ગ મળી જાય છે, જ્યારે અમુક વ્યક્તિઓના કિસ્સામાં કોઈ ખાસ સ્થળ કે કોઈ હોટલનો ખાસ રૂમ બહિર્ગામી થયેલા રચનાત્મક પ્રવાહને ફરીથી જાત ભણી વાળવાનું માધ્યમ બને છે. અહીંયા એવો પ્રશ્ન થવો સ્વાભાવિક છે કે વિચારો તો જીવનગામી પ્રવાહ છે. માટે લોકોની વચ્ચે રહીને તેમની ક્રિયા-પ્રતિક્રિયાઓના અવલોકન થકી કશુંક ઊંડાણપૂર્વકનું ચિંતન થાય તે જરૂરી છે. તો પછી રચનાત્મક માણસે આ બધાથી ભાગવું શું કામ જોઈએ? વેલ, એનું સજ્જડ કારણ છે. એ સાચું કે જીવનનો પ્રવાહ જ માણસને નવો વિચાર આપે છે, પણ એ વિચાર પર કામ કરવા માણસે એક રોડમેપ બનાવો પડે છે. કોઈક ખાસ કિસ્સામાં માણસને મળેલો આવો અનોખો વિચાર અન્ય ક્ષુલ્લક વિચારોના ઢગલાંમાં ગુમ થઈ ગયો હોય તેવું પણ બને છે. આવા સમયે અંતરમાં ઉતરવા અને નક્કામા વિચારોના ઢગલાંને ખદેડવા વ્યક્તિએ પોતાની દિનચર્યાથી દૂર જવું પડે છે, જેથી કરીને આત્મનિરીક્ષણ અને કલાત્મક સંશોધન માટે જાતને પુનઃપ્રોત્સાહિત કરી શકાય. આ ઉપરાંત દૈનિક જવાબદારીઓની ગેરહાજરીમાં સર્જનાત્મક પાસા પર ખલેલ રહિત ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાની માણસને તક સાંપડે છે, જેનાથી રચનાત્મક માણસ પોતાની સૂઝના ફિનિક્સ પક્ષીને કંટાળાની રાખમાંથી ફરી બેઠું કરી શકે છે.

ઘણીવાર બે કલાત્મક જીવો એક સાથે આવી રિટ્રીટ પર જાય તેવું પણ બનતું હોય છે. આવા વિશિષ્ટ સંજોગોમાં એક ડાયોલોજિક મૌનનો સેતુ આવા બે જીવો વચ્ચે રચાય છે, જેમાં બંનેની સર્જનશીલતા અને રચનાત્મક સૂઝ તેમની આંતરિક ચેતનામાં ગહનતા પામે છે. કદાચ આ જ વાતને ધ્યાનમાં રાખીને આપણા વર્તમાન વડાપ્રધાનશ્રી જ્યારે ગુજરાતમાં મુખ્યમંત્રી હતા ત્યારે તેમણે ચિંતન શિબિરનો વિચાર અમલમાં મુક્યો હશે. અહીંયા એ પણ સમજવું જરૂરી છે કે વ્યક્તિની ચિંતનની મનોભૂમિ પર બહારના વાતાવરણની અસર તો થાય જ છે. કેમ કે ભયંકર કોલાહલની સ્થિતિમાં અથવા જ્યાં બે માણસ લડતા હોય કે પછી ભયંકર ડિપ્રેસિવ સેટિંગ્સ હોય ત્યાં માણસ કશું નક્કર નથી વિચારી શકતો. તેનું સંભવિત કારણ એ છે કે બહારની શાંતિ અંદરના કોલાહલને સમજવા અને તેને શાંત કરવામાં મહત્ત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવે છે. કદાચ એટલે જ પ્રકૃતિના ખોળે વસેલા સ્થાનો માણસમાં એક સંવેદનાત્મક ઉત્સવ રચવામાં સહાયક બનતા હોય છે, જ્યાંથી માણસ કશુંક સૂક્ષ્મ પામીને ફરીથી નવો બની શકે છે.

પી.એસ.:

કામથી ભાગવા નહીં, પણ કામને સમજવા દૂર જવું.

- dharmanshuvaidya88@gmail.com
9265049335