નમસ્કાર ગાંધીનગર

પમરાટ

દુઃખી કે દર્દી કે કોઈ ભૂલેલા માર્ગવાળાને,
વિસામો આપવા ઘરની ઉઘાડી રાખજો બારી.
ગરીબની દાદ સાંભળવા અવરનાં દુઃખને દળવા,
તમારા કર્ણ નેત્રોની ઉઘાડી રાખજો બારી.

પ્રભાશંકર પટ્ટણી

પાથેય

- રમેશ ઠક્કર

થોડામાં ઘણું...

'એક વિદેશી કહેવત છે..'જિંદગી ડુંગળીના દડા જેવી છે,આપણે એનાં પડ એક પછી એક ઉખેળતા જવાનું અને ક્યારેક રડવાનું..!' દરેક પ્રદેશની કોઠાસૂઝ એની કહેવતોમાં સમાયેલી હોય છે.માણસ જેમ જેમ જીવતો જાય એમ જીવનની ચડઉતર અનુભવતો જાય છે..એ બધું એની સ્મૃતિમાં સચવાતું જાય છે..એને જ્યારે અભિવ્યક્તિની પાંખ ફૂટે છે ત્યારે એ કહેવત સ્વરૂપે પ્રગટે છે.

કેટલાક અનુભવો દેશ વિદેશ બધેય એકસરખા હોય છે..કેટલુંક આપણી અણઆવડત કે અતિ વિશ્વાસના કારણે બનતું હોય છે..પરસ્પર વિરોધી કહેવાય એવા અનુભવો એકસરખી ઘટનામાંથી થતા હોય છે.કેટલાંક સત્યો દેશકાળ પ્રમાણે બદલાય છે..કેટલુંક ફિલોસોફિકલ લાગે એવું હોય છે..કહેવતનું સત્ય ભલે સંપૂર્ણ નથી હોતું પણ એમાં સત્યનો ટંકાર ભારોભાર હોય છે..જેમ કે 'આપ સમાન બળ નહીં,મેઘ સમાન જળ નહીં.'

ઘણીવાર એકાદ આખી નવલકથા કોઇ લાંબી ફિલ્મ કે દળદાર ગ્રંથમાંથી જે ડહાપણ ના મળે એ એકાદ નાની ચોટડૂક કહેવત કે પંકિત આપણને આપી જાય છે..આપણે જ્યારે એવું સાંભળીએ કે 'ધરતીનો છેડો ઘર. ' ત્યારે એક અડધા વાક્યમાં આખા જીવનનો અર્ક અનુભવીએ છીએ..લાઘવ એ કહેવતનો પ્રાણ છે..એ માટે શબ્દોની ઝડ ઝમકની જરૂર પડતી નથી..બોલચાલની સામાન્ય ભાષામાં જ એ દીપી ઉઠે છે.

એક જમાનો હતો જ્યારે વાતચીતમાં લોકો જાતજાતની કહેવત સહજ ભાવે બોલતા..કોઇ માણસ બહારથી સારો પણ અંદરથી ખોટો હોય તો કહેવાતું ' એ તો ચીનનો શાહુકાર છે !'લાલચુ માણસ માટે કહેવાતું 'લાલો લાભ વગર લોટે નહીં..' એકદમ જુઠ્ઠા માણસ માટે કહેવાતું 'એ ના બોલે એટલું જ સાચું..! .. આજે વાતચીતમાં આવી મજા નથી..હજુ પણ જૂની પેઢીના લોકો સંવાદ કરે છે ત્યારે એમાં આવી રસપ્રદ વાતો સહજ વહેતી હોય છે.

આજના જમાનામાં માણસ પાસે આવી કોઇ અભિવ્યકિત નથી..માણસે અનેકવિધ ક્ષેત્રોમાં હરણફાળ ભરી છે..મોટી મોટી ડિગ્રીઓ અને ઉપલ્બ્ધિઓ હાંસલ કરી છે..પણ પરસ્પરના સંવાદ કળા ભૂલતો ગયો છે..માણસ જરૂર પૂરતું અને ગોઠવાયેલું જ બોલે છે..એમાં ઠેવકાઇ છે પણ નજાકત નથી..એ માટે એટલું જ કહી શકાય કે 'ખાળે ડૂચા અને દરવાજા મોકળા..!'

ચૂંટણી પાછી ઠેલવાનું અદાલતી સૂચન યોગ્ય

તંત્રીસ્થાનેથી...

અલ્હાબાદ હાઈકોર્ટે ચૂંટણી પંચથી લઈ વડાપ્રધાન સુધી એની શાણી સમજદારી ભરી સલાહ પહોંચાડીને લોકહિતમાં ઉત્તરપ્રદેશની ચૂંટણી પાછી ઠેલવાનો અભિપ્રાય દર્શાવ્યો છે. સૌ જાણે છે કે ઘોડે ચડેલા મુરતિયા હેઠા ઊતરવાનું પસંદ નહીં જ કરે. પ્રતિષ્ઠાનો પ્રશ્ન બનાવીને લડાઈ રહેલી દેશમાં સૌથી મોટા રાજયની આ ચૂંટણી એક રીતે ૨૦૨૪માં આવી પહેલાં લોકસભાની ચૂંટણી માટેની ભૂમિકા જેવી છે. એથી પલાળ્યું છે એવું કે હવે મૂંડવું તો પડશે જ. વડાપ્રધાને ઉત્તરપ્રદેશ અંકે કરવા આકાશપાતાળ એક કરી ચૂકયા છે. અયોધ્યા, વારાણસી અને પછી મથુરા સુધી લંબાતું હિંદુત્વ અને 'પ્રયાગરાજ' જેવા પવિત્ર રાજમાર્ગો - એકસપ્રેસ હાઈવે, ખેડૂતોના હિતમાં લીધેલા નિર્ણયો અને છત્રીસ હજાર કરોડની અધધધ વિકાસ યોજનાઓનો હિસાબ માંડીએ તો ઉત્તરપ્રદેશ અંકે કરવા અત્યાર લગી કોઈ સરકારે ન કર્યા હોય એવાં મોટા પાયા પરનાં આયોજનો યોગી આદિત્યનાથને આગળ કરીને થઈ રહ્યાં છે. ચૌધરી ચરણસિંહના પૌત્ર જયંત રાષ્ટ્રીય લોકદળના નામે મેદાનમાં છે જ. વળી એમણે અખિલેશ યાદવ સાથે ગઠબંધન ગોઠવી કાઢ્યું છે. રાજભર જ્ઞાતિના નેતાએ પણ અખિલેશ યાદવ સાથે રહેવાનું પસંદ કર્યું છે. નાની નાની જ્ઞાતિઓ અને પાર્ટીઓનો સાથ લઈ મુલાયમ પુત્ર અખિલેશ યાદવે મોદી-શાહ-યોગીની ત્રિપુટી સામે મોટો પડકાર ઊભો કર્યો છે. એમની સાથે મુસ્લિમો અકબંધ રહે અને માયાવતીને મળી રહ્યો છે એમ કોંગ્રેસનાં પ્રિયંકા ગાંધીને અગાઉની જેમ જાકારો સાંપડે તો ભાજપ માટે યાદવ-મુસ્લિમ સમીકરણ વાળા અખિલેશ યાદવની લોકપ્રિયતાને આંબવાનું કામ અઘરું છે. એટલે ભાજપ અખિલેશ યાદવે પાક રાષ્ટ્રપિતા મહંમદ અલી ઝીણા સાથે સાંકળવાના કારસા કરવા લાગ્યું છે. ચૂંટણીપંચ વડાપ્રધાનના ખીસામાં હોઈ એની પાસે અદાલત પોતાની સલાહને ગંભીરતાથી લે એવી ભાગ્યે જ અપેક્ષા રાખી શકે એમ છે. દુનિયાના કેટલાક દેશોમાં કોરોનાની ચોથી લહેર ચાલુ થઈ ગઈ છે અને છતાં ઓમિક્રોન સાથે ડેલ્ટા વેરિયંટ પણ સક્રિય તો રહ્યું જ છે. ભારત જેવા ગીચ વસતિ ધરાવતા દેશમાં હજી બીજી લહેર શમી ત્યાં આ ઓમિક્રોનનો કેર શરૂ થઈ ગયો છે. ૩૬૫ જેટલા કેસ આવી ચૂકયા છે. ગુજરાતમાં અમદાવાદ-વડોદરા-રાજકોટ-જામનગર અને ગાંધીનગર જેવા મહાનગરોમાં ઓમિક્રોન મહાશયમાં પગરણ થઈ ચૂકયાં છે. એથી પણ વધુ નજીકના જ રાજય મહારાષ્ટ્રમાં અને દેશની રાજધાની દિલ્હીમાં એણે તરખાટ મચાવ્યો છે. ગુજરાત તો કોરોના માટે પિયર જેવું બની રહ્યું હતું તે સર્વવિદિત છે. કેન્દ્રનો આદેશ મળતાં જ ગુજરાતમાં રાત્રી કરફ્યૂની મુદત લંબાવાઈ છે અને તે મહાનગરોમાં રાતના ૧૧ થી સવારના ૫ વાગ્યા સુધી રહેશે. ટૂંકમાં નાતાલ અને નવા વર્ષની ધાંધલ ધમાલ પર કડક પ્રતિબંધ પરંતુ 'સુશાસન સપ્તાહ' અકબંધ ! સરકારે ભીડ એકઠી ન થાય એવા ઉપાય લેખે આવી સ્વપ્રશંસાની તરકીબો પર સંયમ રાખવો જોઈતો હતો. લગ્ન-સામાજિક પ્રસંગો માટે નિયંત્રિત સંખ્યાની જાહેરાત કરનારી ઉત્તરપ્રદેશની સરકાર ચૂંટણીની રેલીઓ યથાવત જ ચાલવા દે એનો અર્થ ખરો ? ધુરંધર ધનકુબેર બિલ ગેટ્સથી લઈ તજજ્ઞ તબીબો અને નિષ્ણાંતો ઓમિક્રોન વકરશે એવી આગાહી કરી ચૂકયા છે. ઓમિક્રોન ડેલ્ટા વેરિંયટ જેવો ખતરનાક ન હોય તો પણ એથી ચેપ તો વધુ ઝડપથી ફેલાવાના જ છે. અને કદાચ માર્ચમાં એ પીક પર પહોંચે એવી શક્યતા છે. ત્યારે અત્યાર લગી પ્રમાણમાં સલામત રહેલાં બાળકો આ નવા વેરિયંટનો શિકાર ન બને તે પણ જોવું જ રહ્યું. શાળાઓ માંડ ખૂલી છે તે કદાચ ફરીથી બંધ કરવી પડે તો એની પણ તૈયારી રાખવી જ રહી. છેવટે તો અદાલતે પણ વડાપ્રધાનવાળો જ રુઢિપ્રયોગ રમતો મૂકીને ઉત્તરપ્રદેશની ચૂંટણી પાછી ઠેલવાની સલાહ આપી છે : જાન હૈ તો જહાન હૈ !

પ્રેમમાં હોવું એ જીવનની અદભુત ઘટના છે

આરપાર

રાઘવજી માધડ

મેં વાતમાં ખાસ ધ્યાન દીધું નહીં.પણ તેમનું કહેવું હતું:'દરરોજ મારો સેલફોન ઉપદેશાત્મક મેસેજથી છલકાવા લાગે છે. તેમાં મેસેજ વાંચવાનું એક બાજુ રહે, પણ સફાઈ કરવામાં સમય જાય છે!ક્ષપછી આગળ વધીને કહ્યું:'આપણી કલ્પનામાં ન હોય એવા વાર-તહેવાર શોધીને શુભેચ્છાઓ પાઠવે છે !

બીજાને આવા મેસેજ ફોરવર્ડ કરનારા ખુદ મેસેજ વાંચતા હોય તો પણ ભયોભયો !

પણ 'હેપી ક્રિસમસ'ની શુભેચ્છાઓ હંમેશા ગમી છે. પ્રેમ અને કરુણાનો પૃથ્વી પર પૈગામ પ્રસાવ નાર પ્રભુ ઈસુનો સંદેશ હતો જાત ને ચાહો, પાડોશીને પણ પ્રેમ કરો ! વાસ્તવમાં આવું હોય, બને...તો,પૃથ્વી પણ સામાજિક સ્વર્ગનો દરજ્જો પામે! ક્યાંક આવું ન હોવાના સાચા-ખોટા કારણો હશે પણ.. પહેલો સગો પાડોશી એ પણ એટલું જ સત્ય છે.પાડોશી બાબતે અમો સદનસીબ રહ્યાના કારણો ને તારણો શોધવા જવા પડે એવું નથી.પાડોશી પ્રત્યે વાણી,વર્તનને વ્યવહાર હંમેશા એક ને નેક રાખ્યાનો આ પુરસ્કાર હોઈ શકે!પ્રેમ પરમતત્વ છે.પરમાત્માસ્વરૂપ છે.પ્રેમ સ્વયં એક પુરસ્કાર છે.પ્રેમમાં હોવું એ જીવનની અદભુત ઘટના છે.માણસની દ્રષ્ટિને સૃષ્ટિ સાથે જીવનને જગત બદલાઈ જાય છે.તેને દરેક બાબત અનેરીને અનોખી તેમજ સઘળું સારું ને પ્યારું લાગે છે.હા,અહીં પ્રેમ એટલે ઈસુએ વરસાવેલ ને પરસાવેલ સ્નેહ, વાત્સલ્યની વાત છે. માનવમાત્રમાં પ્રેમતત્વ આવિર્ભાવ પામે,અંતેતો મોબાઈલ પરના મેસેજની આવી જ મંછા હશેને !

અંગ્રેજીમાં નેબર-પાડોશીનો ગુજરાતીમાં 'માનવબંધુ' અર્થ કરેલ છે.જે વ્યાપક અર્થમાં પ્રયોજાયેલો છે.ઈસુને એક શાસ્ત્રીએ પૂછ્યું હતું: 'સૌથી મોટી આજ્ઞા કઈ છે?' તેના જવાબમાં કહ્યું હતું:'સૌથી પહેલા આજ્ઞા, તમારે પરમેશ્વર ઉપર પૂરા હૃદયથી, પૂરા જીવથી, પૂરા મનથી અને પૂરી શક્તિથી પ્રેમ રાખવો.' બીજી આજ્ઞા તારા માનવબંધુ ઉપર તારી જાત જેટલો જ પ્રેમ રાખવો.કારણ કે જે જાતને ચાહી શકે તે જગતને ચાહી શકે, પ્રેમ પ્રગટ કરી શકે. હૃદયમાં પ્રેમનું સામ્રાજ્ય સ્થાપિત થાયતો આપણાથીઅનેક અનિષ્ઠ અળગા રહે !

એક સમયે સંદેશવાહક તરીકે પોસ્ટકાર્ડનો ઉપયોગ થતો હતો. સુંદર, રંગીન ચિત્રાંકન વાળું પોસ્ટકાર્ડ પામી અનહદ આનંદ થતો.જે લખવામાં આવતું હતું તે ઉછી-ઉધારા કરેલું નહીં પણ પોતીકું હતું.વળી તેમાં લાગણીની સ્યાહીથી લીંપાયેલા એ અક્ષરો હતા.ખરા અર્થમાં અક્ષરો શુભેચ્છાના પાર્ષદ જેવા પ્રેમાળ ને સંરક્ષક જેવા લાગતા હતા. પોસ્ટકાર્ડ લખવામાં પણ ઓળઘોળ થઈ જવાતું હતું.સર્જનકર્મનો આનંદ આવતો હતો.આજે આ વર્ચ્યુલ મેસેજથી મઝા આવવાના બદલે સજા જેવું લાગે છે.હા,એનો અર્થ એ નથી કે જૂનું સારું હતું અને નવું નબળું છે.પણ વ્યક્તિએ સમય પ્રમાણે સારા-નરસાનો ભેદ સમજવો ને સ્વીકારવો રહ્યો.

વહેલી આવી ચઢેલી ઠંડી ગાત્રો ગાળી નાખે અથવાતો હાજા ગગડાવી દે તેવી છે.ભલભલાને ધ્રુજા વી રહી છે.પાટનગરનો પારો હંમેશા ઊંચે રહે તેના બદલે દસની અંદર પણ અટકતો નથી.વળી ક્યાં અટ કશે એ પ્રકૃત્તિના હાથમાં છે.પ્રકૃત્તિને પોતીકા નિયમો હોય છે.તેને અહીંના આદેશ લાગુ પડતા હોતા નથી. પણ કોરોનાકાળની મહામારી વચ્ચે સાદાઈ સાથે નિરાંતથી નાતાલ પસાર થઈ ગઈ તેનો આપણે સૌએ રાજીપો લેવો કરવો રહ્યો.જયારે ઈસુની છાતી પર ખીલા થોકાયા ત્યારે કહ્યું હતું:'તે શું કરી રહ્યા છે તેનું તેને ભાન નથી,માફ કરજો...' નાતાલ નિમિતે જે ન બનવું જોઈએ તે બનતું રહ્યું હતું ત્યારે પ્રભુ આ શબ્દો,આ વાણી જ વહેતી હશે:તેને માફ કરજો.કારણ કે તેઓ શું કરે છે તેની તેને ખબર નથી.પણ આ વેળાની ઉજ વણીમાં સાદગી જોઈ,જાણી કારુણ્યમૂર્તિના દિલમાં એટલો જ રાજીપો પ્રગટ્યો હશે ! નજીવા દિવસો જૂનું વરસ જશે તેમાં વીસ વીસના બે અંકમાં એક ઉમેરશો...૨૦૨૨ જે નવી આશા-ઉમંગ સાથે પ્રગટશે. આશા હંમેશા અમર હોય છે. આપ સૌને સલૂણી સાલ સાથે મબલખ વ્હાલ મુબારક !

છેલ્લે :

વર્તમાનને એવી રીતે વાપરો, વર્તમાનમાં એવી રીતે જીવો...જેથી ભૂતકાળનો પસ્તાવો ન થાય અને ભવિષ્યની ચિંતા ન સતાવે !

http://raghavjimadhad.blogspot.com
mo. 94270 50995

દિન મહિમા

● બોક્સીંગ ડે
બોક્સીંગ ડે - નામનો આરંભ એવા યુગમાં થયો હતો. જયાં ક્રિસમસની ભેટો સામાન્ય રીતે બોક્સમાં આપવામાં આવતી સર્વન્ટાઈન તેમના માલિક તરફથી પ્રાપ્ત થતી હતી. સર્વન્ટ બીજા દિવસે બોક્સને ઘરે લઈ જતા જે બોક્સીંગ ડે તરીકે ઓળખાય છે.

આજનું

ઔષધ

● ટામેટાના રસમાં સાકર અને લવીંગનું ચૂર્ણ મેળવી પીવાથી તૃષારોગ મટે છે.

ખડખડાટ

● યમરાજ : તારી છેલ્લી કોઈ ઈચ્છા ?
રામુ : મારા બધા મિત્રોને સાથે લઈ લો એમના વગર મજા નહિ આવે...
આને કહેવાય દોસ્તી....

આજનો

વોટ્સએપ

● જીવનમાં જયાં સુધી જીવો છો ત્યાં સુધી શીખતા રહો. અનુભવ જ જીવનનો સૌથી મોટો શિક્ષક છે.

વિચાર

● 'હાર' એક સબક હૈ.... જો ખુદ કો સુધારને કા મૌકા દેતી હૈ...!!
- જીવન પાથેય

● ક્રોધના વિજય કરતાં ક્ષમાનો પરાજય ઘણો ભવ્ય હોય છે.
- એસ ભટ્ટાચાર્ય

● ખરે વખતે તમે કેવા નિર્ણય લો છો તેના પર તમારા વ્યાપારની પ્રગતિનો આધાર છે
- વ્યાપાર નીતિ

● જયારે આપણે રોટીનો વિચાર કરીએ તે ભૌતિકવાદ અને જયારે આપણે બીજાની રોટીનો વિચાર કરીએ તે આધ્યાત્મવાદ.
- જયપ્રકાશ નારાયણ

આવો, આપણે આપણા દુઃખને પ્રેમ કરતા શીખીએ

મોરપીંછના રંગ

ડો. કનૈયાલાલ ભટ્ટ

આખા બ્રહ્માંડની સૌથી મોટી આશ્ચર્યકારક અને રહસ્યમય ઘટના હોય તો તે ''માનવજીવન'' છે. કેમ કે આપણા જીવનમાં જે જે સૌથી વધુ મહત્વનું છે તે તે બધુ જ અદૃશ્ય છે આપણે તેને જોઈ શકતા નથી અને છતાંય શ્રદ્ધા પૂર્વક આખી જિંદગી આપણે તેને વળગી રહીએ છીએ. જેમ કે 'ઈશ્વરલ્ન ને આપણે કે આપણી હજારો પેઢીઓમાંથી કોઈએ જોયો નથી છતાંય પેઢી દર પેઢી આપણે એ જ અદૃશ્ય ઈશ્વરની પૂજા, અર્ચના, આરાધના શ્રદ્ધાપૂર્વક કરતા રહીએ છીએ. એવી જ રીતે 'હવા, પ્રકાશ, અંધકાર, અવાજ, આનું કોઈ નક્કર સ્વરૂપ નથી, આ બધું જોઈ શકાતું નથી, પણ છે એ હકિકત છે., એવી જ રીતે આપણી અંદર રહેલો '' જીવ, આત્મા, સંવેદના, ક્રોધ, શંકા, પ્રેમ, નફરત, મમતા, મન, ઈર્ષા, સુખ, દુઃખ, હાસ્ય, પીડા, દર્દ, વેદના, આવા અનેક ભાવ વિભાવો છે કે જે આપણે રોજે રોજ અનુભવીએ છીએ. જે આપણી સાથે, આપણી અંદર જ હોવા છતાંય આપણા જ આ ભાવો વિભાવોને આપણે ક્યારેય જોઈ શકતા નથી. આનાથી બીજું મોટું આશ્ચર્ય ક્યું હોઈ શકે ?

બીજી રીતે વિચારીએ તો આપણા શાસ્ત્રો પ્રમાણે અને હું પણ માનું છું કે આ સંસારમાં 'માનવ જીવનલ્ન થી શ્રેષ્ઠ કશું જ નથી. કેમ કે એમાં ઈશ્વરે જે વિવિધતા ભરી છે તે અન્ય જીવોમાં કે દેવત્વમાં પણ નથી. સંસારનો બીજો કોઈ જીવ માનવી જેટલા ભાવ વિભાવોની અનુભૂતિ કરી શકતો નથી. આપણું મન એ ખરેખર બ્રહ્માંડનું જ એક સ્વરૂપ છે. જેમ બ્રહ્માંડ અનંત છે તેમ મન પણ અનંત છે. આ મનના સૌથી મોટા બે સ્વરૂપો છે સુખ અને દુઃખ. આ બે ભાવો આધારિત આપણું જીવન પસાર થતું હોય છે. ખરેખર તો સુખ અને દુઃખ એ મનની બે અવસ્થાઓ છે. આપણે જે અવસ્થામાં જેવો ભાવ અનુભવીએ છીએ એવી અનુભૂતિ આપણને થાય છે. અને એવા દૃશ્યો આપણા જીવનમાં આવતા જાય છે. કેમ કે આપણા જીવનની તમામ ઘટનાઓ પાછળનો મુખ્ય કેમેરો તો આપણું મન જ છે. આપણા મનમાં જે વિચારો ઉદભવે છે આપણું મન જે સતત વિચારતું રહે છે એ ખરેખર કેમેરારૂપે એનું શુટિંગ કરતું હોય છે. અને પછી એ બધા વિચારો, દૃશ્યો આપણા આગામી જીવનમાં ઘટના રૂપે મોકલે છે. એ દૃશ્યો કંઈ રીતે મોકલે છે એની કોઈને ખબર નથી. એની સિસ્ટમ કોઈ જાણતું નથી. પણ એ સત્ય તો છે જ. આપણા સૌનું મન બ્રહ્માંડની એક અદૃશ્ય પરમ શક્તિ સાથે કનેક્ટ તો છે જ. તેથી આપણું મન જે જે વિચારો, શંકાઓ, પ્રેમ, નફરત... જે જે કરશે તે તે બધું પરમ પ્રકૃતિ પાસે જશે અને પરમશક્તિ એ પ્રમાણે આપણા જીવનમાં એવી ઘટનાઓનું નિર્માણ કરશે. બસ, આ સિસ્ટમ પ્રમાણે જ આપણે સુખી કે દુઃખી થતા હોઈએ છીએ. પણ આ સિસ્ટમ જાણતા નહીં હોવાને કારણે આપણે વધુ દુઃખી થતા રહીએ છીએ.

ખરેખર જોઈએ તો દુઃખ એ કાંઈ દુઃખ છે જ નહીં. માત્ર આપણા મનની એ નબળી અવસ્થા છે. મનની અસમજણનો એક ભાગ છે. દા.ત. આજના યુવાનોને ઘરમાં મા બાપ કોઈ કારણસર વઢે છે, કે કોઈ કામ કરતા રોકે છે, કે તેમની બધી ઈચ્છા પુરી નથી કરતા. તો સંતાનો દુઃખી દુઃખી થઈ જાય છે. પણ એમ બનવાનું કારણ વિચારીશું તો કદાચ સત્ય સુધી પહોંચી શકાશે અને લાગેલ દુઃખ હળવું થઈ જશે. કારણ કે દુનિયામાં એકેય માતાપિતા એવા નહીં હોય કે જેઓ પોતાના સંતાનને સુખ આપવા ના ઈચ્છતા હોય. પણ ઘરની, સમાજની, સ્થિતિ પરિસ્થિતિ પ્રમાણે નિર્ણય કરીને હા – ના થતી હોય છે. પતિ પત્નીમાં પણ મોટેભાગે વાતે વાતે ખોટું લાગવું, એકબીજા પ્રત્યે શંકાઓ કરવી, નાની નાની વાતમાં ઝગડાઓ કરવા, ઈર્ષા કરવી... આ બધાને કારણે દુઃખનું નિર્માણ થતું હોય છે. અને પ્રકૃતિનો નિયમ છે કે જેવી ક્રિયા કરશો એવી જ પ્રતિક્રિયા સામે આવશે. ક્રોધ, નફરત, શંકા, ઈર્ષા, વેર-ઝેર, આ બધી નકારાત્મક શક્તિ રબ્બરના દડા જેવી છે. જેટલી જોરથી એને આપણે બીજા તરફ ફેંકીએ છીએ એટલી જ ઝડપથી એ આપણી સાથે આવીને અથડાય છે અને આપણને જ વાગે છે. નુકશાન કરે છે.

આમ જોઈએ તો દુઃખના બે પ્રકારો છે. શારીરિક દુઃખ અને માનસિક દુઃખ. શારીરિક દુઃખ.ની અનુભૂતિ તો માનસિક રીતે જ થવાની છે. કેમ કે આપણા શરીરને કાંઈપણ થાય તો દુઃખ તો મન જ અનુભવે છે. તેથી કોઈપણ શારીરિક તકલીફ કે અકસ્માતે મળેલી શારીરિક પીડા મનને સંતુલિત કરીને, સકારાત્મક દિશામાં વાળીને અન્ય કાર્યોમાં વ્યસ્ત રાખીએ તો દુઃખને હળવું કે ઓછું કરી શકાય છે. સારાં પુસ્તકો વાંચવાથી, ટીવી કે ફિલ્મો જોવાથી, સંગીત સાંભળવાથી, મિત્રો સાથે કે ગમતી વ્યક્તિ સાથે વાતો કરવાથી દુઃખ હળવું કે ભૂલી શકાય છે. કેમ કે શરીરને થયેલી ઈજાની આસપાસ મન ભટક્યા કરશે તો દુઃખની માત્રા વધવાની છે. અને મન જો બીજા કામમાં પરોવાશે તો દુઃખ ભૂલી શકાશે.

આપણા સૌના જીવનમાં સૌથી ખતરનાક દુઃખ છે માનસિક દુઃખ. શરીરને ઈજાથી થયેલ દુઃખ તો થોડા સમયમાં ઠીક થઈ જાય છે. પણ મનને થયેલું દુઃખ લાંબા સમય સુધી ભૂલી શકાતું નથી. ઘણા એકદમ સ્વસ્થ હોય, આર્થિક રીતે સંપન્ન હોય છતાંય દુઃખી હોય છે. કેમ કે જેમનું મન સંતુલિત નથી, સંયમી કે સમજદાર નથી, તેઓને નાની નાની વાતે કે ઘટનાએ દુઃખની અનુભૂતિ વધારે થતી હોય છે. ઈશ્વરે આપણને મનની એટલી બધી શક્તિઓ આપી છે કે જો આપણે એને સમજીને સાચી રીતે ઉપયોગ કરીએ તો જીવનની કોઈ પણ પરિસ્થિતિમાં આપણે ક્યારેય દુઃખી જ ના થઈએ. એટલા સક્ષમ છીએ આપણે. પણ એ માટે મનને સંતુલિત કરવાનું ને કન્ટ્રોલ કરવાનું સામર્થ્ય આપણામાં હોવું જોઈએ. જે નહીં હોવાને કારણે આપણે દુઃખી થતા હોઈએ છીએ. આપણા જીવનનું સૌથી મોટું દુઃખ ક્યું ? આપણા પ્રિય સ્વજનનું મૃત્યુ. પણ જીવન છે તો મૃત્યુ પણ નિશ્ચિત જ છે. પણ આ સત્ય મનથી આપણે નથી સ્વીકારી શકતા. તેથી આપણે લાંબા સમય સુધી દુઃખી રહીએ છીએ. જીવનમાં જન્મથી મૃત્યુ સુધી અનેકોનેક પરિસ્થિતિમાંથી આપણે પસાર થતા હોઈએ છીએ. જો દરેકને સકારાત્મક રીતે સ્વીકારીશું તો જીવનનું મોટાભાગનું દુઃખ આપોઆપ હળવું કે ગાયબ થઈ જશે.

આપણે જેને નથી સ્વીકારતા એ દુઃખ તો ખરેખર સુખની અનુભૂતિ કરવાનું શ્રેષ્ઠ માધ્યમ છે. જો તમારે ખૂબ સુખ મેળવવું છે તો ખૂબ દુઃખ અનુભવો. સંજોગોવશાત કે સ્વભાવગત આવી પડેલા દુઃખને અપનાવો, એને સ્વીકારીને - એ શા માટે આવ્યું ? તેની સ્વસ્થ મને વિચારણા કરશો તો ગમે તેટલું મોટું દુઃખ. હશે તો પણ એ જતું રહેશે. કેમ કે દુઃખ એ આપણા જીવન ઘડતરનો સૌથી શ્રેષ્ઠ ભાગ છે. દુઃખની સાથે સાથે સંઘર્ષ પણ હોય છે. બાહ્ય કે આંતરિક સંઘર્ષમાંથી દુઃખ જન્મે છે. આ બન્ને સંઘર્ષ જેમના જીવનમાં હોય તેઓએ સમજવું કે તેમના જીવનનું ઘડતર સારી રીતે થઈ રહ્યું છે.

આ સંસારમાં એક પણ મહાન કે સફળ વ્યક્તિ એવી નથી કે જેમણે જીવનમાં કોઈ સંઘર્ષ કે દુઃખ વેઠ્યા વિના, વારંવાર નિષ્ફળ ગયા વિના સુખ કે સફળતા મેળવી હોય. શ્રી કૃષ્ણ, શ્રી રામ, ભગવાન બુદ્ધ, ઈશુ, અલ્લાહ, પાંડવો, ભીષ્મ, સમ્રાટ અશોક, ચન્દ્રગુપ્ત મૌર્ય, ઝાંસીની રાણી લક્ષ્મીબાઈ, નરસિંહ મહેતા, કબીર, તુલસીદાસ, વાલ્મીકિ, મહાત્મા ગાંધી, સરદાર, ધીરુભાઈ અંબાણી, હિટલર, ચાર્લી ચેપ્લિન, સચિન તેંડુલકર, અમિતાભ બચ્ચન, નરેન્દ્ર મોદી... આ બધી વ્યક્તિને આપણે જાણીએ છીએ. આમાંથી કોઈનું પણ જીવનચરિત્ર વાંચો તો સમજાશે કે એમણે જે સંઘર્ષ કર્યો છે કે જે દુઃખ વેઠ્યું છે એના દસમાં ભાગનો સંઘર્ષ કે દુઃખ આપણા જીવનમાં નથી. અને છતાંય આપણે દુઃખી દુઃખી છીએ.

દુઃખને ખરેખર બે રીતે અનુભવવાનું હોય છે. જે લોકો દુઃખને દુઃખને રીતે, દુઃખી થઈને, રડતા રડતા સ્વીકારે છે ત્યા દુઃખ વધુ વખત રહે છે. અને જ્યા દુઃખને હસતા હસતા સ્વીકારવામાં આવે છે ત્યા દુઃખ વધુ વખત રહી શકતું નથી. કેમ કે દુઃખનું સ્વમાન દુઃખ છે, આંસુ છે. હવે દુઃખ આવે અને તમે જો હસતા રહો, તો દુઃખને પોતાનું અપમાન લાગશે અને તે જતું રહેશે. તેથી દુઃખનું સન્માન હાસ્યથી કરવું એ આપણો માનવ સ્વભાવ છે. મૂળ દુઃખ નકારાત્મક ભાવ છે તેથી તે દુઃખને, આંસુને સન્માન સમજે છે. એટલે જીવનમાં આવી પડેલા દુઃખને જલદીથી દૂર કરવાનો એકમાત્ર ઉપાય છે કે એનું સ્વાગત હસતા હસતા કરો, દુઃખને પ્રેમ કરો. કેમ કે દુઃખને હસતા માણસો નથી ગમતા. પોઝિટીવ લોકો નથી ગમતા. તેથી આવા હસતા, પોઝિટીવ લોકો સાથે દુઃખ વધુ સમય નથી રહી શકતું.

માટીમાંથી બનતું માટલું આગમાં તપી તપીને જ પાક્કું બનીને અશુદ્ધ પાણીને શુદ્ધ અને ઠંડું કરવાની ક્ષમતા મેળવે છે. એવી રીતે સોનું પણ આગમાં તપીને જ સોનું બને છે. તેથી જીવનમાં સુખ અને દુઃખ બે જ પરિસ્થિતિ છે. જો બન્નેને એક કરવી હોય તો સુખની જેમ દુઃખમાં પણ હસતા રહેવું જોઈએ. આવી પડેલા દુઃખને પ્રેમ કરીશું તો દુઃખ પણ પોતાનું સ્વરૂપ બદલીને સુખદ અનુભૂતિ કરાવશે. અને તેથી જ ગીતકાર જાવેદ અખ્તર લખે છે કે

'' હર ઘડી બદલ રહી હૈ રૂપ જિંદગી, છાંવ હૈ કભી, કભી હૈ ધૂપ જિંદગી
હર પલ યહાં જી ભર જીઓ, જો હૈ શમા, કલ હો ના હો....

- 9426060601.india@gmail.com

૨૦૨૧ : કુછ ખટ્ટા.. કુછ મીઠા...!

રજળપાટ

અજય ઉપાધ્યાય

૨૦૨૧ની વિદાય આડે બસ હવે થોડા દિવસો જ બાકી છે અને ૨૦૨૧ની થોડી કડવી યાદોને ભૂલીને વી ધ પીપલ ૨૦૨૨ને આવકારવા તૈયાર છીએ. જાન્યુઆરી ૨૧માં આગલા વર્ષની કોરોના લહેરને માંડમાંડ ખાળીને બેઠા હતા ત્યાં માર્ચમાં આવેલી કોરોનાની ત્રીજી લહેરે દેશને ખેદાનમેદાન કરી નાખેલો એ કડવી યાદો તો જેણે પોતાના સ્વજનો ગુમાવ્યા છે તે તો ક્યારેય નહીં જ ભૂલી શકે પણ દેશ અને દુનિયા પણ એ ખોફનાક સમય ક્યારેય નહીં ભૂલી શકે. વેકસીનેશનની ઝડપના પ્રતાપે દેશ એ મંજર ભૂલીને આગળ વધી ચૂક્યો છે એવામાં હાલમાં ફેલાયેલા ઓમીક્રોનના ખતરાએ ફરી જીવ તાળવે ચોંટાડી દીધો છે. શું ફરી માર્ચ-એપ્રિલ જેવી ત્રીજી લહેર આવશે ? એવા દુઃસ્વપન આવવા લાગ્યા છે. દુનિયાભરમાં અને ખાસ કરીને અમેરિકા – યૂરોપમાં કાળો કેર વર્તાવી રહેલ ઓમીક્રોન અંગે ભારત માટે રાહતની વાત એ છે કે હજુ સુધી આ ઉપાધિ બહુ જાનલેવા સ્તરે નથી પહોંચી પણ અગાઉના અનુભવોને આધારે સાવચેતી શરૂ થઈ ગઈ છે અને એમાં દેશની બહુધા વસ્તીમાં થઈ રહેલું ઝડપી વેકશીનેશન મદદરૂપ તો થઈ રહ્યું છે પણ ૨૦૨૧ જઈ રહ્યું છે અને ૨૦૨૨ તરફ આપણે સૌ આશભારી નજરે જોઈ રહ્યા છીએ ત્યારે એ જ આશા રાખીએ કે માર્ચ -એપ્રિલ ૨૧ જેવા ભયાનક દ્રશ્યો જોવા ના મળે.

ખેર ૨૦૧૯ કરતાં ૨૦૨૧માં દુનિયા આ કોરોનાને હંફાવવા માટે વધુ સક્ષમ બની છે એવામાં ૨૦૨૧ કુછ ખટ્ટી કુછ મિઠ્ઠી યાદે સાથે વિદાય થવામાં છે. કોરોનાના કહેરને બાદ કરતાં આવા મુશ્કેલ સમયમાં પણ દેશ અને દુનિયાએ પોતાની સફર ચાલુ રાખી છે એ હકીકત છે. શરૂઆત થોડી ખટ્ટી યાદોથી જ કરીએ અને આ ખટ્ટી યાદોમાં કિસાન આંદોલન ટોચ પર આવશે. ભલે આંદોલન વ