સલામી સવારની..

સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

(રજત જયંતી વર્ષ)

ભૂવા, ગાબડાં, લીકેજ હવે હિંમતથી બોલે છે!
સીમેન્ટ કોંક્રીટ પૂલ પણ હવે પોલ ખોલે છે!
ડોલે છે થાંબલા શરમથી ઝરમરમાં પણ -
લે છે ગરબા વહીવટ, ખાયકી-નૃત્ય, ઢોલે છે!!
કોન્ટ્રેકટર વતી સરકારી ઈજનેરોનું 'સેટલમેન્ટ'

હાઈકુ

જરા સમજો !
'દુવા' લીધી હોય તો -
ભૂવા તો પાડે !!

છે સ્વાભાવિક !!
માટી બેસી જાય તો -
પોલ તો ખૂલે !!

ચિંતન

અસજ્જાગરિતે દૃષ્ટ્વા સ્વપ્ને પશ્યતિ તન્મયઃ ।
અસત્સ્વપ્નેઽપિ દૃષ્ટ્વા ચ પ્રતિબુદ્ધો ન પશ્યતિ ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક માંડૂક્યોપનિષદમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

જીવ / મનુષ્ય જાગ્રદ્વસ્થામાં અસત્ય પદાર્થોને જોઈને, તેમાં તન્મય થઈને તેને સ્વપ્નમાં જુએ છે, પરંતુ સ્વપ્નાવસ્થામાં પણ અસત્ પદાર્થોને જોઈને, જાગ્યા પછી તે પદાર્થોને જોતો નથી.

જાગ્રતમાં સ્વપ્ન પદાર્થો દેખાતા નથી તેથી મનુષ્ય જાગ્રતમાં તે સર્વને અસત્ ગણે છે. પરંતુ જાગ્રતના પદાર્થો તેને સાચા જેવા લાગે છે. જેન રજ્જુમાં સર્પની કલ્પના કરે છે, ત્યારે સર્પ સાચો ન હોવા છતાં તેને તે જુએ ઓછે, એમ જાગ્રદ અવસ્થામાં પણ અસત્ પદાર્થોને જોવામાં આવે છે. મનુષ્ય જાગ્રત ના અસત્ પદાર્થોની સાથે એવો તન્મય થઈ જાય છે કે તેની જ કલ્પનાંં રાચતો રહીને તે સ્વપ્નમાં પણ એ પદાર્થોને જાણે કે જુએ છે, આ અર્થમાં, આપણે જાગ્રતને સ્વપ્નનું કારણ કહીએ છીએ.

પરંતુ પારમાર્થિક દૃષ્ટિએ તો જાગ્રત તેમજ સ્વપ્ન એ બંને અવસ્થામાં પ્રતીત કરેલા પદાર્થો કેવળ ચિત્તદૃશ્યો જ છે. કાલ્પનિક ચિત્તદૃશ્યો હોવાને કારણે તે પદાર્થો અસત્ જ કહેવાય. આથી એ બંને વચ્ચે કાર્ય કારણભાવ યોજવો એ તર્કસંગત નથી.

સુવિચાર

- આકાશી તારા તોડવાના મિથ્યા ભ્રમમાં રાચવા કરતાં બાજુના છોડ પરથી પુષ્પો ચૂંટી ગજરો બનાવવો શ્રેષ્ઠ છે - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- ઘંટ ઘંટ જ નથી જ્યાં સુધી તમે તેને વગાડો નહીં, ગીત ગીત જ નથી જ્યાં સુધી તમે તેને ગાઓ નહીં, એ જ રીતે નિર્ણય એ નિર્ણય જ નથી જ્યાં સુધી તેનો અમલ ન કરો - **જીવન પાથેય**
- તમારું શરીર આત્માની સિતાર છે. એ તમારા હાથની વાત છે કે તમે એમાંથી મધુર સંગીત ઝંકૃત કરો છો કે બેસૂરા અવાજ - **જિબ્રાન**
- બાર જ્ઞાની એક કલાકમાં જેટલા પ્રશ્નોના જવાબ આપી શકે છે, તેનાથી વધારે પ્રશ્નો મૂર્ખ વ્યક્તિ એક મિનિટમાં પૂછી શકે છે - **લેનિન**
- ધૃણા રાક્ષસોની સંપત્તિ છે, ક્ષમા મનુષ્યનું ચિહ્ન છે, પરંતુ પ્રેમ દેવતાઓનો સ્વભાવ છે - **ભર્તૃહરિ**
- મેઘ ગર્જનાનો વાયુ પર જે પ્રભાવ પડે છે તેવો જ પ્રભાવ નિરાશાનો આત્મા પર પડે છે - **સંત રોબિન**
- આજનું ઔષધ : ઘઉંના લોટમાં ત્રીસ ટકા જેટલો શક્કરિયાનો લોટ ભેળવીને રોટલી ખાવાથી વજન વધે છે

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

કોઈના માટે પણ 'અભિપ્રાય' બાંધતા પહેલા આ વાત સમજજો. તમે પરસેવે રેબઝેબ છો. ખૂબ તરસ લાગી છે પણ કયાંકપાણી મળે તેમ નથી. તમે ઝાડ નીચે થાક ખાવા ઊભા રહો છો. નજીકના એક બંગલાની પહેલા માળની બારી ખુલે છે અને તમારી અને એ વ્યક્તિની આંખો મળે છે. તમારી હાલત જોઈને તે વ્યક્તિ તમને પાણી પીવું છે? તેવો હાથથી ઈશારો કરી પૂછે છે. આ સેકંડે આપને આ વ્યક્તિ કેવી લાગે ? (આ તમારો પહેલો અભિપ્રાય છે!) હવે તે વ્યક્તિ બંગલાના ઝાંપે આવવા માટે ઈશારો કરે છે. પંદર મિનિટ પસાર થવા છતાં દરવાજો ખૂલતો નથી... હવે આ ક્ષણે તમારો એ વ્યક્તિ પ્રત્યે શું અભિપ્રાય છે? (આ તમારો બીજો અભિપ્રાય છે.) થોડીવાર પછી દરવાજો ખૂલે છે અને તે વ્યક્તિ કહે 'મને વિલંબ માટે માફ કરજો, પણ તમારી હાલત જોઈને મને પાણી કરતાં લીબું શરબત આપવું યોગ્ય લાગ્યું !! માટે વાર લાગી!!' (હવે તમે ત્રીજો અભિપ્રાય પર આવ્યા) યાદ રાખજો હજી પાણી કે શરબત કાંઈ મળ્યું નથી આથી ત્રીજો અભિપ્રાય તમે મનમાં રાખજો : જેવું શરબત પીવાનું શરૂ કરો અને ખ્યાલ આવ્યો કે આમાં ખાંડ તો નથી (હવે તે વ્યક્તિ તમને કેવી લાગે ?) તમારા ચહેરા પર ખટાશના ભઆવ વાંચીને એ તમને વાટકીમાં ખાંડ અને ચમચી આપી ને કહે, કે... તમને ફાવે તેટલી ખાંડ ઉમેરી દો. (હવે તે વ્યક્તિ વિશે તમારો અભિપ્રાય શો ?) એક સામાન્ય પ્રસંગમાં પણ આપણો અભિપ્રાય આટલો ખોખલો અને સતત બદલાતો હોયતો આપણે કોઈના પણ વિશે અભિપ્રાય આપવાને લાયક સમજવા જોઈએ કે નહીં ?? હકીકતે દુનિયામાં એટલું જ સમજાણું કે જો તમારી અપેક્ષાના ચોખઠામાં બંધબેસતું વર્તન સામેની વ્યક્તિ કરે તો તે સારી નહીં તો ખરાબ.

પરીક્ષા લેવાનો આવકારદાયક નિર્ણય

તંત્રીસ્થાનેથી...

રોગચાળા અને કુદરતી આફતો તો આવે ને જાય, એથી જીવનની ઘટમાળ ખોડંગાવી ન જોઈએ. ગુજરાત સરકારે દસમા ધોરણની પરીક્ષા તો સીબીઈએસઈના પગલે મોકૂફ રાખી અને અમુક માપદંડો મુજબ માસપ્રમોસન આપવાનું પણ નક્કી કર્યું. પરંતુ બારણા ધોરણની પરીક્ષી લીધા વગર તો છૂટકો જ ન હો. સીબીએસઈ પણ બારમા ધોરણની પરીક્ષા પાછી ઠેલી શકે છે. પણ એમાં માસ પ્રમોશન આપે એવી કોઈ શક્યતા દેખાતી નથી. કોરોનાગ્રસ્ત દિલ્હીમાં કેજરીવાલ અને મહારાષ્ટ્રમાં ઉદ્ધવ ઠાકરેની સરકારોએ પરીક્ષા મુદ્દે નકારાત્મક વલણ ચાલું રાખ્યું છે કારણ કે લાખો વિદ્યાર્થીઓને પરીક્ષા ખંડો સુધી પહોંચાડવા અને કોરોના સંક્રમણતી બચાવવા એ અશક્યવત્ બાબત લાગે છે. ગુજરાતમાં કોરોનાની બીજી લહેર સમાપ્તિના આરે છે ત્યારે રાજ્ય સરકારે મોકૂફ રાખેલી બારણા ધોરણની પરીક્ષા સલાત સમયગાળા દરમિયાન લઈ લેવાનો સ્તુત્ય નિર્ણય કર્યો છે. દેખીતું છે કે એમાં પણ સંક્રમણનું જોખમ તો રહેશે, પરંતુ જે તારીખો જાહેર કરાઈ છે ત્યાં સુધીમાં મોટાપાયે રસીકરણ થઈ જતા 'હર્ડ ઈમ્યુનિટી' આવી ગઈ હશે. બારમું ધોરણ એ વિદ્યાર્થીની કારકિર્દીનું અતિ મહત્વપૂર્ણ પગથિયું છે. એ હાયર સેકન્ડરીમાંથી હવે ઉચ્ચ શિક્ષણ તરફ અગ્રેસર થવાનો છે. એટલે જયારે એના મનમાં ઊંચી છલાંગ ભરવાની મહત્ત્વાકાંક્ષા હોય અને જો એને એની કક્ષા મુજબની લાઈનમાં પ્રવેશ ન મળે તો એથી એ આખી જિંદગી દૂણાયા કરશે. પરીક્ષા લેવાથી એક બાબત સુનિશ્ચિત થઈ જતી હોય છે. ગુણવત્તાના ધોરણે વિજ્ઞાન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓને મેડિકલ કે ઈજનેરી જેવી વિદ્યાશાખાઓમાં પ્રવેશ અપાતો હોય છે. એથી મધ્યમ કે ઓછી મેરીટ મેળવનાર વિદ્યાર્થીને પણ પોતાની હેસિયતનો અંદાજ આવી જાય છે અને એ પોતાના ગજા મુજબની વિદ્યાશાખામાં પ્રવેશ મેળવી એમાં સારી કારકિર્દી બનાવવા કૃતસંકલ્પ બની જાય છે. જરૂરી નથી કે માતાપિતાની ઈચ્છા મુજબ બધા વિદ્યાર્થી ડૉકટર કે ઈજનેર બની જાય તો જ એમની જિંદગી સુધરી જશે. ઊલટાના વિનયન કે વાણિજ્ય જેવી વિદ્યાશાખામાં સ્નાતક કે સ્નાતકોત્તર શિક્ષણ મેળવી વિદ્યાર્થી વધુ સારી વહીવટી કારકિર્દી હાંસલ કરી શકે છે, ઉત્તમ વકીલ કે જજ બની શકે છે. પક્ષકારત્વ જેવા વિકસતા ક્ષેત્રમાં કારકિર્દી બનાવી શકે છે. એથી પણ અલગ કળાક્ષેત્રો - ચિત્ર, સંગીત, નૃત્ય, નાટ્ય કે ચાર્ટર્ડ એકાઉન્ટન્ટ જેવા ક્ષેત્રે આગળ વધી શકે છે. ઉત્તમ શિક્ષક કે અધ્યાપક અને રાજકીય નેતા બની શકે છે! આપણા વર્તમાન જનપ્રતિનિધિઓ પૈકી ઘણા તો નોન મેટ્રિક છે અને છતાં પ્રધાનપદાઓ સુધી પહોંચ્યાછે. એમના હાથ નીચે આઈએએશ સનદી અધિકારીઓ અને આઈપીએસ પોલીસ અધિકારી કામ કરતા હોય છે. જરૂરી નથી કે વિદ્યાર્થી ભણીગણીને કોઈ કહેવાતી ઊંચી કારકિર્દી જ હાંસલ કરે. શું એક શ્રેષ્ઠ ખેડૂત કે ઉત્તમ વેપારી બનવા માટે ઊંચી ડિગ્રી જરૂરી છે ? હરગિજ નહીં. ધીરુભાઈ અંબાણીથી લઈ અદાણી સુધીના સફળ ઉદ્યોગપતિઓને એમની શૈક્ષણિક કારકિર્દી કરતાં કોઠાસૂઝ વધારે ખપ લાગી છે. કોઠાસૂઝ ધરાવતા અલ્પશિક્ષિત પન્નાલાલ પટેલ આપણી ભાષાના પ્રથમ હરોળના નવલકથાકાર છે. આમ, અનેક શક્યતાઓના સંભાર સમી માનવીની જિંદગીમાં ફક્ત શૈક્ષણિક લાયકાત જ મહત્ત્વની નથી. છતાં, આજે સ્પર્ધાના જમાનામાં એક મુદ્દે તો બધા જ સહમત થશે કે વિદ્યાર્થી અવસ્થામાં માણસે બેઝિક કેળવી પ્રાપ્ત કરી હશે તો એને જીવનમાં વધુ સગવડ રહેશે. બારણું ધોરણ આવું બેઝિક શૈક્ષણિક વર્ષ છે. એનો ઉંબરો ઓળંગતી વખતે નિર્ધારિત માપદંડો મુજબની પરીક્ષા લેવાથી વાલીઓ, વિદ્યાર્થીઓ, શિક્ષકો અને શાળા સંચાલકોથી લઈ સરકાર સુધીના તમામને એક કરવા જેવું કામ પાર પાડી શકાયાનો સધિયારો રહેશે. પૂરી સાવધાની સાથે પરીક્ષાઓ લેવાશે તો ભાગ્યે જ કોઈ તકલીફ ઊભી થશે. સંક્રમિત વિદ્યાર્થીઓ માટે પુરવણી પરીક્ષાની જોગવઆઈ પણ રહેવાની જ છે. આપણે આ ક્ષણે ગુજરાતના સંનિષ્ઠ શિક્ષણમંત્રી તથા સંવેદનશીલ મુખ્યમંત્રીશ્રીને પરીક્ષા લેવાના નિર્ણય બદલ અભિનંદન તથા ખરા અંતઃકરણપૂર્વક સહયોગ આપીએ તે જરૂરી છે.

કિરણ સૂર્યનું હોય કે આશાનું... હંમેશા અંધકારને જ દૂર કરે છે

હતાશા, નિરાશાના વાદળ છાયા,
થીજી ગયાં સ્પંદન સઘળા, ખમૈયા કર.
કાળના ખપ્પરમાં કિલ્લોલતાં પરિવાર,
ચીસ ઘરબાઈ ગઈ દિલમાં, ખમૈયા કર.
નયનોમાં સુકાયા શોણિતના અશ્રુ,
વેદના બની કંપતો ચિત્કાર, ખમૈયા કર...
પ્રાર્થુ હે જગન્નિયંતા, ભૂલ માફ કર...
બાળને તારી પાંખમાં લે, ખમૈયા કર.

● ● ●

'કાળા માથાનો માનવી ધારે તે કરે...'ની રાઈ ભરી બેઠેલી માનવજાતને કોરોના એ ધોળે દહાડે તારા ગણાવી દીધા...!!

વિજ્ઞાન અને ટેકનોલોજીના અદ્ભૂત કૌવતથી માનવજાત અચંબિત હતી... આમ આદમી વિકાસનાં ફળ ચાખવાની પ્રતિક્ષામાં હતો. વૈશ્વિકીરણ - Globalizationની સઘળી ગુલબાંગો ઠરીને ઠીકરું થઈ ગઈ ! સૌ 'સ્વ' ને સાચવવામાં ગૂંચવાયાં... ગઈકાલની સઘલી વ્યાખ્યાઓ બદલાઈ ચૂકી... શબ્દોના પર્યાય ને અર્થ બદલાયા... સઘળી માનવ - જાત આશા અને નિરાશાના વમળમાં સપડાઈ છે. ચારેકોર સાઈરનોની ગુંજ, જીવવાનાં હવાતીયાં, અધીર - બેબાકળી આંખો અને ચિત્કાર... ચોગમ મચ્યો હાહાકાર...!

હજુયે કુદરતનો કોપ શમ્યો હોય એવું જણાતું નથી... હવે પાછી બીજી એક આફતે દસ્તક દીધી મ્યુકોરમાઈસીસ નામના ફંગસ ઈન્ફેકશનની આ ઓછું હોય એમ વિનાશક વાવાઝોડાએ રહ્યા સહ્યાને અધમૂઆ કરી નાખ્યા.

દોસ્તો, આ ભોગલંપટ આંધળી માનવજાતને છાતી ઠોકીને પડકાર ફેંકી રહી છે કે 'જેવું વાવશો તેવું લણશો.' કુદરત આપણને સુધરી જવા મોંઘમમાં ઈશારો કરી રહી છે. નહિ તો વિનાશ માટે તૈયાર રહો. વધતી વસ્તીએ કુદરતનાં ફેફસાં એવાં જંગલો ઉજ્જડ કરી નાખ્યાં. પૃથ્વીને કચરાનો ઢગ બનાવી દીધી. કુદરત અવનવાં વાવાઝોડા રુપી વોર્નિંગ બેલ વગાડી બધિર માનવજાતને જગાડે ઓછે. પણ... આ ખતરાની ઘંટડી સંભળાય છે ખરી ?!

લાગણીનો મેળો

રસિક વાળંદ

કુદરત અત્યારે વિપરીત છે... રૂઠી છે... અને માનવજાત વંઠી છે. સુખ-સાહ્યબીની ઘેલછા ગળે વળગી છે. સ્વાર્થ લંપટ સ્વચ્છંદી પ્રજાને કુદરતના નિયમો માફક ક્યાંથી આવે.... એટલે હાથનાં કર્યા હૈયે વાગ્યાં.

મહાત્મા ગાંધીજીએ કહ્યું છે કે, 'કુદરત દરેકની જરૂરિયાતને સંતોષી શકે છે પણ લાલચને નહીં.' આ વિધાન જ પર્યાવરણના મહત્ત્વને યથાર્થ રીતે સ્પષ્ટ કરે છે.

દોસ્તો, જેના ઉપર આપણું જીવન શક્ય છે એ વસુંધરા કુદરતની અમૂલ્ય ભેટ છે. યુગાબ્દિઓથી સંતુલિત પર્યાવરણ હેમખેમ હતું પરંતુ આજની માનવજાતને અપ્રાકૃતિક અડપલાં કરી પર્યાવરણને ખેરવી નાખ્યું છે. આખરે તો પ્રદૂષણ પ્રકૃતિ અર્થાત્ પર્યાવરણ માટે કેન્સર જ છે. જેમ કેન્સરના એક, બે કે ત્રણ અને પછી 'લાસ્ટ' સ્ટેજ હોય છે તેમ આ પ્રદૂષણ પણ એક પછી એક તબક્કા વટાવી આગળ વધતું હોય એમ જણાય છે.

ટૂંકમાં આ બધા માટે આપણે જ કારણભૂત છીએ. હજુ સમય છે.... સુધરી જઈએ... કુદરતના નિયમને અનુસરીએ... એની સાથે ચાલીએ... કુદરતના આ ખપ્પરમાં અનેક મિત્રો... સહકર્મીઓ... પાડોશીઓ.... સગાં-વ્હાલાં આપણે ગુમાયા છે. એમાંથી બોધપાઠ લઈએ.... આ કપરા સમયે શીખવેલી આચાર સંહિતાને જીવનનો એક ભાગ બનાવીએ... અગાઉ પણ ભયાનક મહામારીમાંયે માનવજાતિ ટકી રહી હતી... આવા બહુરુપી કોરોના સામે ઝીંક લેવાની છે તો સાબદા પણ રહેવું પડશે... આવતીકાલ આપણી છે - એવી ખુમારીને સભાનતા સાથે ઉત્તમને સાચું જીવન જીવીએ... ભગવાન સ્વામિનારાયણે કહ્યું છે કે...

'સુખ દુઃખ આવે સર્વે ભેળું, એમાં રાખજો સ્થિર મતિ,
જાળવીશ મારા જનને, વળી કરીશ જતન અતિ.'

સ્પર્શમણિ :

વાત વિશ્વાસની છે, બાકી સંબંધો તો Online **થઈ ગયા છે!!**

● ● ●

કિરણ સૂર્યનું હોય કે આશાનું... હંમેશા અંધકારને જ દૂર કરે છે.

- rasikvaland1965@gmail.com
Mo. 9913426949

મધ્યમાર્ગ એજ શ્રેષ્ઠ માર્ગ છે : ગૌત્તમ બુદ્ધ

અબીલ-ગુલાલ

મમતા રાવલ

જયારે કોઈ વિભૂતી વિશે લખાણ લખીએ ત્યારે મૌલિક વિચારો આલેખવા કરતાં અઘરું કામ લાગે છે. ગયા લેખમાં આદિગુરુ શંકરાચાર્યજી વિશે લખવાની હિંમત કરી. ઘણું લખવું હતું પણ માત્ર અગત્યના જ મુદ્દા આવર્યા. ઘણાને પસંદ આવ્યું, કેટલાકે એમાં માહિતી ઉમેરી. સારું લાગ્યું કે એટલીસ્ટ લખાણની નોંધ તો લેવાય છે. દોઢ વર્ષથી કોરાના વિષયની આસપાસના વૈચારિક વર્તુળોથી લખનાર અને વાંચનાર બંને હવે થાક્યા નો ભાવ જોવા મળે છે.

ગઈકાલે જેમનો જન્મદિન હતો એ ભગવાન ગૌત્તમ બુધ્ધ હજારો વર્ષ પછી પણ માનવ સમાજમાં પૂજનીય છે. તેમણે સ્થાપેલા બૌધ્ધ ધર્મના લાખો અનુયાયીઓ દુનિયાભરમાં પ્રસરેલા છે. આપણી આસપાસના દેશો નેપાળ, ભૂતાન, થાઈલેન્ડ, શ્રીલંકા જેવા દેશોની જેમણે મુલાકાત લીધી હશે એમને ખ્યાલ જ હશે. ત્યાં અસંખ્ય મોનેસ્ટ્રી અને સ્તૂપો આવેલા છે. લેહ-લદાખ-સિક્કિમમાં પણ બૌધ્ધ ધર્મના સેકંડો અનુયાયી છે.

વૈશાખ સુદ પૂર્ણિમા ભગવાન બુધ્ધના જીવનમાં મહત્વનું સ્થાન ધરાવે છે. આ દિવસે તેઓનો જન્મ આજના નેપાળ, કપિલ વસ્તુનગર પાસે લુમ્બીની વનમાં થયો હતો. આજ દિવસે તેઓ ને મહાજ્ઞાન પ્રાપ્ત થયું. તેઓ ભગવાન બુધ્ધ કહેવાયા. અને આજ દિવસ તેમનો દેહવિલય એટલે કે મહાપ્રયાણ નો દિવસ પણ છે.

શાક્યવંશ ના રાજા શુધ્ધોધન અને માતા માયાદેવી ના સંતાન રાજકુમાર સિધ્ધાર્થ અતિ સુખ-વૈભવ વચ્ચે ઊછેર પામ્યા. યશોધરાદેવી ના પતિ અને રાજકુમાલ રાહુલના પિતા સિધ્ધાર્થ અત્યંત સંવેદનશીલ વ્યક્તિ હતા.

તેઓની રાજામાંથી સંન્યાસી તરીકે ના જીવન પરિવર્તનની કથા પ્રચલિત છે. વૃધ્ધ વ્યક્તિ, રોગી વ્યક્તિ, મૃત વ્યક્તિ જોઈને વિચલિત થયેલું સિધ્ધાર્થનું મન સંન્યાસી ને જોઈને સંન્યાસ માટે ઉત્સુક બને છે. દુનિયાના દુઃખોનું કારણ શોધવાના હેતુથી સિધ્ધાર્થ દ્વારા તમામ વૈભવ અને પરિવારના ત્યાગની એ ઘટના ' મહાભિનિષ્ક્રમણ ઌ નામથી ઓળખાય છે. ૨૯ વર્ષની યુવાવયમાં ગૃહત્યાગ બાદ પીપળાના વૃક્ષ નીચે સમાધિ લગાવી આકરી તપશ્ચર્યા કરનાર સિધ્ધાર્થ, જ્ઞાન પ્રાપ્તિ બાદ ભગવાનબુધ્ધ કહેવાયા. એ વૃક્ષ બૌધ્ધીવૃક્ષ તરીકે આજે પણ સ્થિત છે. રાગદ્વેષ, તૃષ્ણા, મોહરૂપી અગ્નિનો નાશ એ નિર્વાણ પ્રાપ્તિ માનવામાં આવે છે.

આ બાદ તેઓ એ ૪૫ વર્ષ સુધી જન ઉપદેશ માટે વિચરણ કર્યુ. જીવનમાં દુઃખનું કારણ શોધી એને દૂર કરવા પ્રત્યે લોકોને જાગૃત કર્યા. ગૌત્તમ બુધ્ધ પોતાની વાણી અને ઉપદેશ થકી એક પ્રેકટીકલ ધર્મોપદેશક તરીકે ઓળખાય છે. ઉપદેશ માટેના ભ્રમણ દરમ્યાન ના કિસ્સાઓ વર્તમાનયુગમાં પણ એટલા જ માગદર્શક છે. જેમાં ગણિકા આમ્રપાલી, અંગુલીમાર રાક્ષસ, ભર સભામાં બુધ્ધના મોઢાં પર થૂંકનાર શખ્સના હદય પરિવર્તન જેવી ઘટનાઓ આપણે બાળપણ થી સાંભળતા આવ્યા છીએ. લોભ, મોહ, ક્રોધ, શંકા, ઈર્ષા, તૃષ્ણા, અપેક્ષા જ સર્વે દુઃખોનું કારણ છે એવું અનેકવાર તેમણે જુદા-જુદા માધ્યમોથી સમજાવ્યું છે. તેઓની તાર્કિક અને વૈજ્ઞાનિક શૈલી સરળતાથી લોકોના સમજમાં આવતી આથી તેઓ ફીલોસોફર, મેડીટેટર, સ્પીરીચ્યુલ લીડર, તથા રીલીજીયસ લીડર જેવા બિરૂદોથી ઓળખાયા.

તેમણે દર્શાવેલ અષ્ટાંગ માર્ગ આજે પણ એટલો જ પ્રચલીત છે.

(૧) સમ્યક્ દ્રષ્ટિ (૨) સમ્યક્ સંકલ્પ (૩) સમયક્ વાક્ (૪) સમ્યક્ કર્મ (૫) સમ્યક્ જીવીકા (૬) સમ્યક્ પ્રયાસ (૭) સમ્યક્ સ્મૃતિ (૮) સમ્યક્ સમાધિ

(સમ્યક્ – સાચું, યોગ્ય)

છઠ્ઠી સદીનો એ સમય ભારત અને વિશ્વ માટે સામાજીક, ધાર્મિક રીવોલ્યુશન્સ નો, સુધાર નો સમય હતો. ભારતમાં વર્ધમાન મહાવીર, ભગવાન બુધ્ધ અને વૈશ્વિક લેવલે લાઓત્સે અને કન્ફયુસિયસ ચર્ચામાં હતા. ઈસાઈ અને ઈસ્લામ ધર્મ પછી ઉદય પામેલ મોટો ધર્મ બૌધ્ધ ધર્મ ગણાય છે. બૌધ્ધ ધર્મને બે શબ્દોમાં વ્યાખ્યાયિત કરવો હોય તો એ બે શબ્દ છે, અભ્યાસ અને જાગૃતિ. આ ધર્મ નાસ્તિક ધર્મ તરીકે પણ જોવાય છે. અહીં કર્મ ને જ સર્વસ્વ માનવામાં આવે છે. ધર્મ બે સંપ્રદાય ધરાવે છે. હિનયાન અને મહાયાન. યજ્ઞ, કર્મકાંડ આદિને આ ધર્મ માન્યતા આપતો નથી.

ભારતીય બંધારણના ઘડવૈયા ડો.આંબેડકરે ૧૯૫૪ માં ૩ લાખથી વધુ લોકો સાથે બૌધ્ધ ધર્મ અંગીકાર કર્યો હતો. તેઓ એ હિંદુ ધર્મના નાત-જાત-વર્ણ સામે જાહેરમાં વિરોધ નોંધાવી ભરેલું આ પગલું ઈતિહાસની મહત્વની ઘટના લેખાય છે. આમ બૌધ્ધ સંપ્રદાયમાં દરેક વ્યક્તિ સમાન છે.

ગૌત્તમબુધ્ધ ના પ્રત્યેક ઉપદેશનો એક જ મર્મ રહ્યો છે. તેઓ એ જીવન જીવવા માટે મધ્યમમાર્ગ ને જ શ્રેષ્ઠ માર્ગ કહ્યો છે.

આજની પેઢીને ગૌત્તમબુધ્ધાનો પરિચય ઓછો હશે કદાચ પરંતુ ભારતીય વાસ્તુશાસ્ત્રમાં શાંત-કારૂણ્યસભર બુધ્ધની પ્રતિમાને ઘરમાં સ્થાપન કરવામાં આવે છે. આમ શાંતિના દૂત ભગવાન બુધ્ધ ભારતીય સંસ્કૃતિમાં પણ અવિચળ સ્થાન ધરાવે છે.

લક્ષ્મીવિલાસ રસ

અત્યારે કોરોનાકાળમાં આપણે અનેક જાણી-અજાણી દવાઓથી અવગત થયા છીએ. આમાંની એક દવા એટલે લક્ષ્મીવિલાસ રસ. મહામારીના આ સમયે અનેક લોકોએ આ અસરકારક આયુર્વેદિક દવાનો ઉપયોગ કર્યો હશે. આજે આપણે લક્ષ્મીવિલાસ રસ વિષે જાણીએ.

લક્ષ્મીવિલાસ રસના ઓસડિયાઓની વાત કરીએ તો તેમાં અમુક રસૌષધિ અને અમુક કાષ્ઠઔષધિ એમ બંનેનો સમાવેશ થાય છે. લક્ષ્મીવિલાસ રસના મુખ્ય ઔષધદ્રવ્યો આ પ્રમાણે છે.

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા

ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

અભ્રક ભસ્મ, શુદ્ધ પારદ, શુદ્ધ ગંધક, કપૂર, શતાવરી, ગોખરુ, વૃદ્ધદારુ, નાગબલા, અતિબલા, ધતુર, ભાંગ અને કુચલા તેના મુખ્ય ઔષધદ્રવ્યો છે. આ બધા ઔષધદ્રવ્યોને નાગરવેલના પાનના રસમાં ત્રણ દિવસ સુધી ઘૂંટવામાં આવે છે અને પછી તેની ગોળીઓ વાળવામાં આવે છે. લક્ષ્મીવિલાસ રસ એક મલ્ટીપર્પઝ ઔષધ છે. તે શરદી-કફને દૂર કરી શ્વસનતંત્રને મજબૂત કરે છે, ચામડીના રોગોમાં હિતકર છે, મૂત્રગત રોગોમાં પણ અસરકારક છે, મેદસ્વીતા દૂર કરે છે, અને રસાયણ ઔષધ તરીકે પણ કાર્ય કરે છે.

લક્ષ્મીવિલાસ રસ એક અદભૂત અસરકારક ઔષધ છે પણ તેનો ઉપયોગ વૈદ્યકીય સલાહ અનુસાર જ કરવો જરૂરી છે. લક્ષ્મીવિલાસ રસમાં ભાંગ, ધતુરો, કુચલા, પારદ જેવા ઔષધોનો સમાવેશ છે. આ ઔષધો જો યોગ્ય માત્રામાં ન લેવામાં આવે તો આડઅસરો ઉભી કરી શકે છે આથી ચિકિત્સકની સલાહ જરૂરી છે. સગર્ભા સ્ત્રીઓ અને સ્તનપાન કરાવતી સ્ત્રીઓ શક્ય હોય ત્યાં સુધી આ ઔષધનો ઉપયોગ ટાળે તે હિતાવહ છે.

(મો.)૯૮૭૯૪૭૧૧૪૭

મધર ટેરેસાને તમારી આસપાસ શોધી તો જુઓ

લવ યુ જિંદગી

નિયતી કાપડીયા

હજી મહિના પહેલાની જ વાત યાદ કરો ને, તમે શું કરી રહ્યા હતા. કેટલા લોકો એવા હતા જે પોતે બિમાર હતા કે એમનું ઘરનું કોઈ સભ્ય બીમાર હતું અને એ હોસ્પિટલની આસપાસ ચક્કર કાપી રહ્યા હતા.

જે જે લોકો હોસ્પિટલમાં રહીને આવ્યા એમણે એક વાત જરૂર નોંધી હશે, ત્યાંની સિસ્ટર કે જેને આપણે નર્સ કહીએ છીએ એમનું કામ. કેટલીક જગ્યાએ એ લોકો દર્દીને ખખડાવી નાખે કે, દર્દીના સગાને વઢે છે ત્યારે એ આપણને જરાય નથી ગમતી પણ, એ જ સિસ્ટર જ્યારે દર્દીના શરીરે પોતું ફેરવી એને સ્વરછ કરે છે કે એને પથારીમાં બેડપેન મૂકી આપી પેશાબ વગેરે ક્રિયા કરવામાં મદદ કરે છે ત્યારે એની તુલના સગી મા સિવાય હું કોઈની સાથે કરી શકતી નથી.

જે લોકોને અકસ્માત નડ્યો હોય, હાથે પગે પાટા આવ્યા હોય કે કોઈ ગંભીર બીમારી થઈ હોય અને મહિનો હોસ્પિટલના ખાટલે પડી રહેવાનું થયું હોય એમને પૂછી જોજો. એ વખતે એમની ચાકરી કરનાર નર્સને એ જીવનમાં ક્યારેય નહીં ભૂલી શકે. કેટલાક કહેશે કે એ તો એમનું કામ છે, દર્દીની સેવા કરવાનો એમને પગાર મળે છે મફતમાં થોડું કરે છે! આવા લોકોને કહેવાનું મન થાય કે રૂપિયા કોઈની માવજત ભરી ચાકરી કે સેવાની બરાબરી ક્યારેય નથી કરી શકતા.

કેટલીક જગ્યાએ તો દર્દીની લાંબી બીમારીમાં ઘરના લોકોય કંટાળી જતા હોય છે ત્યારે એ દર્દીને આ સિસ્ટરનો જ સહારો હોય છે.

આપણા જ ઘરમાં કેટલાક લોકો એવા પણ હશે જેમને એમની જ થાળીમાંથી, એમણે બાજુએ કાઢીને રાખેલાં મીઠા લીમડાનાં પાન કે લીલા મરચાનાં ટુકડાને અડવામાં ચીતરી ચઢતી હોય. જમી લીધા બાદ પોતાની જ ડીશ ધોવા માટે કાં તો બાઈ, કાં તો ડીશ વોશર જોઈએ જ નહીંતર એ ડીશ એમને એમ જ પડી રહે. જરાક વિચારો આ લોકો ઘરના કોઈ પથારીવશ સભ્યનું કેટલું ધ્યાન રાખી શકે? વાત અહીં પ્રેમ કે લાગણીની ઉણપની નથી પણ મારાથી આવું ન થાય કે હું આવું ન જ કરી શકું એ વિચારસરણીની છે.

આપણે એક એવી દુનિયા તરફ ગતિ કરી રહ્યા છીએ જ્યાં રસોઈ બનાવનાર કુક કહેવાય અને સફાઈ કરનાર આયા. આપણા જ ઘરનાં સારું ભણેલા અને એમના જીવનમાં સેટલ થઈ ગયેલા લોકોને આગળ જતાં ન રસોઈ બનાવવી ગમશે કે ન ઘરની સફાઈ કરવી પસંદ આવશે. એ દરેક કામ માટે એ લોકો રૂપિયા ખર્ચી કાઢશે અને માણસો રાખી લેશે. એમના બાળકો આયા સાથે મોટા થઈ જશે, એમની ગાડીઓ ડ્રાઈવર ચલાવી લેશે, એમના બગીચા સંભાળવા માળી આવી જશે, પણ...આજ વખતે વિચારો કોઈ એમના જ ઘરનું સભ્ય બિમાર પડી ગયું તો?

એક બે દિવસ એ લોકો રજા પાડી સેવા કરી લે પણ વધારે સમય ચાકરી કરવાની આવી તો? એ સમયે એક એવી વ્યક્તિની જરૂર પડશે જે થોડાક રૂપિયા લઈ તમારા ઘરના માનીતા સભ્યને જાળવી લે, એનું બધું કામ કરી લે. એ વ્યક્તિ જેને આપણે સિસ્ટર કે નર્સ કહીએ છીએ. જેને આપણે હજી એટલું સન્માન નથી આપી શકતા જેના એ હકદાર છે.

આપણા સમાજમાં હજી કેટલાક એવા લોકો છે જેમને મન નર્સનું કામ ઉતરતી કક્ષાનું છે અને એ એમના ઘરની બહેન દીકરીઓને નર્સના સ્વાંગમાં ક્યારેય જોવા નથી ઈચ્છતા. નર્સને લઈને અભદ્ર ટિપ્પણીઓ પાસ કરવી કે એનું ડૉક્ટર સાથે કોઈ ચક્કર ચાલુ હશે એવી વાતો ઘડી કાઢવામાં આપણો જોટો જડવો મુશ્કેલ છે. હાલના સંજોગો જોતા આ વિચારસરણી આપણે બદલવી પડશે એવું નથી લાગતું?

પોતાનું ઘર સંભાળવા સાથે નર્સ તરીકે સેવા આપી રહેલ સ્ત્રીઓની હાલત આપણે વિચારીએ છીએ એ કરતા ઘણી મુશ્કેલ હોય છે. દસથી બાર કલાકની હોસ્પિટલની ડ્યુટી દરમિયાન એણે આખો વખત દર્દીની સાથે એના સગાને પણ જવાબ આપવા પડતા હોય છે. બીમારીથી અકળાઈ ગયેલા, ચિડિયા થઈ ગયેલા દર્દીઓને સંભાળવા સરળ નથી. એમને દિવસમાં ત્રણ વાર સમયસર દવા, ઈન્જેકશન, ભોજન આપવા અને સાથે બીજી અસંખ્ય તકલીફ દૂર કરવી એ કામ ખૂબ જ ધીરજ માંગી લે છે અને એ બધું પાર પાડવા સાથે એમના પોતાના ઘરની જવાબદારી તો ઊભી જ હોય.

વિકસિત દેશોમાં નર્સને ખૂબ જ સન્માનની નજરે જોવાય છે. નર્સ તરીકે કામ કરવું એ ગૌરવની વાત ગણાય છે. આપણે ત્યાં હવે સીનારિયો બદલાઈ રહ્યો છે પણ હજી વધારે સુધારો આવે એની જરૂર ખરી. આગળ જતાં આપણે નર્સને સહારે જ જીવનના પાછલા દિવસો કાઢવા પડે એ શક્યતા નકારી શકાય તેમ નથી ત્યારે એમની તકલીફ સમજી, એમની તરફ માનવીય અભિગમ રાખી વર્તન કરતા શીખવું રહ્યું.

અમસ્તું,

દર્દીની પીડા ભરી આહ સાંભળી જે સૌથી પહેલા દોડી આવે તે સિસ્ટર હોય છે!

@kapadianiyati