સલામી સવારની..

સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

(રજત જયંતી વર્ષ)

સૌના જીવનમાં પથરાય પ્રકાશ, આવી દિવાળી,
છે વિજય કોરોના સામે ઉજવો ભવ્ય દિવાળી,
રહે વિશ્વ સંગ ઉમંગે સ્નેહની આવી દિવાળી,
જ્ઞાન-વિજ્ઞાન, શિક્ષણ, વિકાસની આવી દિવાળી.

હાઈકુ

સૌ જીવનમાં
પ્રકટાવે પ્રકાશ
દીપની જ્યોત

પ્રગટ્યા દીપ
દૂર થયું તમસ
સૌને શુભેચ્છા

ચિંતન

જાયા તપ્યતે કિપ્યતે કિતવસ્ય હીના માતા પુત્રસ્ય ચરતઃ કવસ્વિત્ ।
ઋણાના વિભ્યદ્ધનમિચ્છમાનો ઽન્યેષાં મસ્તમુપ નક્તમેતિ ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક ઋગ્વેદમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

જુગારીની સ્ત્રી ઘોર કષ્ટો ભોગવે છે, તેની માતા રડતી રહે છે તે હંમેશા દેવામાં ડૂબેલો રહે છે અને ધનની ઈચ્છાથી બીજાઓની ઘરમાં જઈને ચોરી કરે છે. જુગરા ખુબ જ અશ્લીલ વ્યસન છે. તેમાંથી હંમેશા દૂર રહેવું જોઈએ.

જુગાર, લોટરી શાસ્ત્ર વિરુદ્ધનું આચરણ છે અને નિંદનીય કર્મ છે. એ ઝઘડો કરાવે છે. આ લત પડી જવાથી મનુષ્ય જીવનનું સાર તત્વ જ નાશ પામે છે. જુગારના કારણે જ ધર્મરાજ યુધિષ્ઠિરને ભાઈઓ સહિત દુર્યોધનના દાસ બનવું પડ્યું હતું. અને દ્રૌપદીના વસ્ત્રાહરણની યાતનાઓ ભોગવવી પડી હતી. જુગારનાં આવાં જ દુષ્પરિણામ સામે આવે છે.

ઝેરી ફળની માફક જુગારનો ત્યાગ કરવાનું આ શ્લોક સમજાવવામાં આવેલ છે.

સુવિચાર

- સાંકલું વર્તુળ કરે, એનું જીવન મરતું રહે,જે વસંતો વેરતા, એને નવું મળતું રહે - **વિચારદીપ**
- પ્રેમનો અર્થ છે નિઃસીમ ત્યાગ - **ભગવતીચરણ વર્મા**
- આપણા મૌનને જે ગાઈ ઊઠે છે તે જ મહાન ગાયક - **ખલિલ જીબ્રાન**
- મારે પ્રમુખ નથી બનવું પણ હું સત્ય સ્થિર રહું તો ઘણું - **હેન્રી ક્લે**
- જેનો ઉપાય નથી તેવાં દુઃખો ને યાદ કરીને દુઃખી થવું એમાં તો ઈશ્વરે આપેલાં બીજા સુખોની અવગણના રહેલી છે - **સરદાર પટેલ**
- દરેક વસ્તુમાં ઈશ્વરને ફરિયાદ ન કરવી....
  એણે આપણી પેટ ભરવાની જવાબદારી લીધી છે... તિજોરીની નહીં - **બોધીવૃક્ષ**
- આજનું ઔષધ :દાડમના લીલા પાનની પેસ્ટમાં સરસો નું તેલ મેળવી નવશેકું ગરમ કરી તે પેસ્ટ માથા પર લગાવવાથી વાળ ખરતા બંધ થાય છે. અઠવાડિયામાં બે વાર આ પ્રયોગ કરી શકાય.

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

ખ્રિસ્તી કુટુંબો સૌ સાથે જમવા બેસે ત્યારે પ્રાર્થના બોલવાનો રિવાજ છે. તેને 'ગ્રેઈસ' કહે છે. દાદાજી એમના પૌત્ર, પૌત્રીઓને લઈ રેસ્ટોરંટમાં સાંજે જમવા ગયા. દાદાને એમના છ વર્ષના પૌત્રએ પૂછ્યું, 'દાદાજી' હું ગ્રેઈસ બોલી શકું ?' પૌત્ર રોબર્ટ ગ્રેઈસ બોલવાની શરૂ કરી. 'ઈશ્વર શુભ છે, ઈશ્વર મહા છે. આજના સ્વાદિષ્ટ ભોજન માટે ઈશ્વરનો આભાર. અને દાદા અમને સૌને આઈસક્રીમ અપાવે તો સવિશેષ આભાર. સૌને સ્વતંત્રતા મળો અને સૌને ન્યાય મળો...!! 'આમીન'!! બાજુના ટેબલ પર એક અજાણ્યા દાદી જમતા હતા. તેમણે આ પ્રાર્થના સાંભળી. બબડ્યા 'આજકાલના બાળકોને પ્રાર્થના કેવી કરવી તે પણ ખબર નથી, ઈશ્વર પાસે આઈસ્ક્રીમ તો મગાતો હશે ?' રોબર્ટ છીભીલો પડી ગયો. પણ દાદાએ કહ્યું, રોબર્ટે પૂછ્યું, ખરેખર, ભગવાન રાજી થશે ?' દાદાએ રોબર્ટને કાનમાં કહ્યું, 'પેલા દાદીમાં ભગવાન પાસે આઈસ્ક્રીમ નથી માંગતા, એમ કરીને તેઓ મોટી ભૂલ કરે છે, થોડોક આઈસ્ક્રીમ ખાવાથી, આત્મા પ્રસન્ન થાય છે. આત્માને પ્રસન્ન રાખવાની જરૂર છે.' એમ કહી દાદાએ સૌના માટે આઈસ્ક્રીમ મંગાવ્યો. પછી જે બન્યું તે પેલા દાદીમાં જિંદગીભર નહીં ભૂલે.' નાનો રોબર્ટ તેની માટે આવેલ આઈસ્ક્રીમ લઈ પેલા દાદીમાને પાસે ગયો. અને એમની સામે આઈસ્ક્રીમ મૂકીને કહ્યું, 'લો, આ આઈસ્ક્રીમ તમારા માટે છે. કયારેક કયારેક આઈસ્ક્રીમ ખાવાથી આત્મા પ્રસન્ન થાય છે અને મારો આત્મા તો કયારનોય પ્રસન્ન થઈ ચૂક્યો છે.' દાદી એ ભોળા રોબર્ટની સામે જોયું અને દાદાજીના ટેબલ પર પોતાના ખર્ચે બીજો એક આઈસ્ક્રીમ પીરસવા વેઈટરને ઓર્ડર આપ્યો.

આવો અજવાશને વધાવીએ...

તંત્રીસ્થાનેથી...

વરસનું સરવૈયું માંડવાનો અવસર આવ્યો છે. આજે દિવાળી છે. દીવાઓથી મહાલયો અને મંદિરો ઝળહળી ઊગશે. ગરીબના ઉંબરે પણ એકાદ દીવો ટમટમતો દેખાશે. દીવો એ વૈશ્વિક ચેતનાનું સાકાર સ્વરુપ છે. એ ફક્ત કોડિયું, તેલ એ દિવેટ નથી. એ 'કોસ્મોસ'મની લઘુ આવૃત્તિ છે. ઈશ્વરને પણ કયારેક પૃથ્વી પર પગલાં કરવાનું મન તો થતું હોય. આ એના પગરવની નિશાનીઓ છે. પ્રકાશ માત્ર યાંત્રિક કે રાસાયણિક ઉપક્રમ નથી : એનો ભૌતિકશાસ્ત્રીઓ પણ અંતે તો પરમ ઊર્જાના વિસ્ફોટની જ ફલશ્રુતિ તરીકે સ્વીકારતા રહ્યા છે. ભગવાન રામ લંકાનગરીમાં કેદ થયેલી પ્રિયતમાને છોડાવીને પાછા ફરે એટલે અવધવાસીઓના ટોડલે ટોડલે દીવડા ટહુકે એમાં શી નવાઈ ? પણ અનિષ્ટનો વિજય એ તો સમસ્ત બ્રહ્માંડનો ઉત્સવ બની રહેવો જોઈએ. એ રીતે દિવાળી અયોધ્યાનો ઉંબરો ઓળંગી છેક સફાઈ કામદારની ઝૂંપડી સુધી પહોંચી છે. એટલે દીપોત્સવીના દીવડાનો પ્રકાશ ફક્ત પ્રકાશ ન રહેતાં પરમનો પ્રસાદ બની રહે છે. એ આંગણું અજવાળીને અટકતો નથી. એ હૈયામાં જામેલા અંધારાને પણ વાળીઝૂડીને બહાર ફેંકી દે છે. અતિ ઉત્સાહમાં આવી જઈ આપણે ભગવાનને પણ ખુશખુશાલ કરવાના નુસખા કરતા રહીએ છીએ. ઈશ્વરને વળી વાઘા પહેરાવી શણગારનારા આપણે કોણ ? પણ ઉત્સવઘેલો માનવી એની હેસિયત ભૂલી જઈ ઈશ્વરને પણ પરિવારનો જ કોઈ વડીલ માની લઈ આ સપરમા દીવસોમાં ભાવતાં ભોજનના થાળ ધરે છે. હીરામોતી જડેલા વાઘા પહેરાવે છે. મંદિરો તો ઈશ્વરનું ઘર. એટલે એના એકેએક કાંગરે અજવાળાંના ધોધ વહેતા મૂકી દે છે. સરકાર પણ એની ઈમારતોને શણગારવા પાછળ લાખોનો ધુમાડો કરે છે. રાજા મહારાજાઓ એમના મહેલોને શણગારતા હોય તો આપણા લોકતાંત્રિક મહારાજઓ થોડા ઝાલ્યા રહે ? પરંતુ સાચી દિવાળી તો દિલમાં દીવો પ્રગટાવીને જ ઊજવી શકાય. એ દીવો કોઈ ગરીબના પેટમાં મિષ્ઠાન્ન સ્વરુપે પ્રગટે એથી વધારે રૂડું શું હોઈ શકે ? ઈશ્વરનાં લોચનિયાં પણ હરખનાં આંસુથી ભીનાં થઈ જય. આવા સત્કાર્યો પણ ઈશ્વરની કૃપા હોય તો જ થઈ શકે. આપણા સંતો એ ફક્ત આશ્રમો નથી સ્થાપ્યા. એમણે એ આશ્રમોને સદાવ્રતનું સ્વરુપ આપ્યું છે. સત્તાધાર, તુલસીશ્યામ કે વીરપુર જલારામધામ જેવા તીર્થોમાં માણસ માત્ર 'હરિહર'નો સાદ પડે ત્યારે હરિનો જ પ્રતિનિધિ બનીને પ્રસાદ ગ્રહણ કરે છે. સદ્વિચાર પરિવાર જેવી કંઈ કેટલીય સ્વૈચ્છિક સંસ્થાઓ અને હીરા ઉદ્યોગના ધનકુબેરોથી લઈ મોરારિ બાપુ જેવા સંતો હજારો સર્વહારા (Have nots) પરિવારનો દિવાળી કરાવે છે. આ સદ્વૃત્તિ જ દિવાળીને દિવાળીની સાચી ગરિમા બક્ષી શકે. આવો, આપણે પણ પોતપોતાના ગજા મુજબ કોઈ બીજા ઘરમાં પણ દિવાળીનો પ્રકાશ ફેલાવીએ. એ પરમ ચેતનાના પુનિત-પનોતા પ્રકાશને વધાવીએ. 'ગાંધીનગર સમાચાર'ના તમામ વાચકો અમારે મને એ પરમ ચેતનાના જ સ્ફુલ્લિંગો છે. સૌને દીપોત્સવી પર્વના અભિનંદન અને વંદન.

નવા વર્ષે શ્રેષ્ઠ સ્વાસ્થ્યનો સંકલ્પ

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા

ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

દિવાળીના ઉત્તમ દિવસો ચાલી રહ્યા છે. આ વર્ષે આપણે ખૂબ બધી સારી-માઠી જોઈ. એપ્રિલ-મે માં કોરોનાનો સેકન્ડ વેવ આવ્યો જેણે આપણને હચમચાવી દીધા. લગભગ દરેક ઘરમાં કોઈ ને કોઈ કોરોનાથી પીડિત હતું અને લગભગ દરેકના કોઈ ને કોઈ સ્વજને વિદાઈ લીધી. એ પછી ધીમે-ધીમે કોરોના ઓછો થતો જોયો. લોકો વધુ સતર્ક બન્યા, વેક્સિનેશન વધ્યું અને આજે એવી પરિસ્થિતિ છે કે છેલ્લા ઘણા સમયથી કોરોના પૂર્ણપણે કાબુમાં છે. આપણે સોસાયટીમાં નવરાત્રી આનંદપૂર્વક ઉજવી અને દિવાળીના દિવસો પણ આનંદથી ઉજવીએ છીએ.

આ વરસ આપણને એટલું શીખવાડી ગયું કે આપણે જો આપણા સ્વાસ્થ્ય પ્રત્યે સભાન નહિ થઈએ તો તકલીફો પડવાની જ. આપણે આપણા સંપૂર્ણ સ્વાસ્થ્ય માટે સજાગ થવું જ રહ્યું. આપણે જ્યારે આપણા સંપૂર્ણ સ્વાસ્થ્ય વિષે વાત કરીએ ત્યારે આયુર્વેદમાં તેને શારીરિક, માનસિક, સામાજિક અને આધ્યાત્મિક સ્વાસ્થ્ય એમ ચાર ભાગમાં વિભાજીત કરવામાં આવે છે. આજે સંપૂર્ણ સ્વાસ્થ્ય માટેના સંકલ્પ સાથે આપણે આ ચારેય પ્રકારના સ્વાસ્થ્ય વિષે સમજીએ.

શારીરિક સ્વાસ્થ્યઃ શરીરના ત્રણેય દોષો એટલે કે વાયુ, પિત્ત, અને કફ સમ રહે તો શારીરિક સ્વાસ્થ્ય ઉત્તમ રહે. અમુક નિયમો સૌને માટે લાગુ પડી શકે, જેમકે મિતાહારી રહેવું, પચવામાં ભારે પડે તેવા આહાર ન લેવા, સાત્વિક તાજો આહાર લેવો, નિયમિત યોગ્ય વ્યાયામ કરવો, અને વહેલા સુઈને વહેલા ઉઠવું. અમુક નિયમો વ્યક્તિગત પ્રકૃતિ પર આધારીત છે, એટલે કે પોતાના શરીરની પ્રકૃતિને ઓળખી તે અનુસાર આહાર-વિહાર અને ઔષધ પર ફોકસ કરવું પડે. જેમકે સામાન્યતઃ લોકો મરી-મેથી આદિ ટોનિક તરીકે લેતા હોય છે પણ પિત્ત પ્રકૃતિવાળાઓ માટે કદાચ આ અનુકૂળ ન આવે.

માનસિક સ્વાસ્થ્યઃ માનસિક સ્વાસ્થ્ય જાળવવું ખૂબ જરૂરી છે. માનસિક અવસાદ, એકલતા, હતાશા ખૂબ બધી અપેક્ષાઓ, જવાબદારીઓ, અને મહત્વાકાંક્ષાઓને કારણે માણસને સંતોષ અને શાંતિનો અનુભવ નથી જણાતો. પરિણામે વ્યક્તિ સાઈકીયાટ્રીક દવાઓના ચક્કરમાં ફસાતો જાય છે. આયુર્વેદમાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય જાળવવા માટે ખૂબ સુંદર ઉપચારોનું વર્ણન છે. વ્યક્તિ સદાચારી બને અને માનસિક સ્વસ્થ બને તે માટે સદ્વૃત્તનું વર્ણન છે. (આ અંગે અગાઉ વિસ્તૃત લેખ લખાઈ ચુકેલ છે) આ ઉપરાંત મનના સાત્વિક ભાવો વધે તે માટે અમુક શ્રેષ્ઠ મેધ્ય રસાયણો જેવાકે બ્રાહ્મી, શંખપુષ્પી, જ્યોતિષ્મતી આદિનો ઉલ્લેખ છે. આ ઉપરાંત નિયમીત ધ્યાન અને પ્રાણાયામ માનસિક સ્વાસ્થ્યની પાયારૂપ ચાવી છે સામાજીક સ્વાસ્થ્યઃ આપણે રોજ-બરોજ અનેક લોકોના સંપર્કમાં આવીએ છીએ. આપણા વાણી-વ્યવહાર-વર્તન પરથી આપણું સામાજીક સ્વાસ્થ્ય નક્કી થતું હોય છે. આયુર્વેદમાં અમુક "કોડ ઓફ કંડક્ટ" આપેલ છે જે માણસને માણસ બનતા શીખવે છે. આ કંડકટ અનુસાર વ્યક્તિએ મિતભાષી રહેવું, બીજી વ્યક્તિને માન આપવું, સહનશીલ બનવું, દયાભાવ રાખવો, હસતા રહેવું આદિ અનેક સૂચનો કરેલ છે. સામાજીક સ્વાસ્થ્ય સારું રાખવું હોય તો નરસિંહના "વૈષણવજન.."ને અનુસરવાનો આગ્રહ રાખવો.

આધ્યાત્મિક સ્વાસ્થ્યઃ અગાઉના ત્રણેય સ્વાસ્થ્યને સિધ્ધ કર્યા બાદ શિરમોર આવે છે આધ્યાત્મિક સ્વાસ્થ્ય. વ્યક્તિનો મૂળ હેતુ આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ સાધવાનો એટલેકે આધ્યાત્મિક રીતે સ્વસ્થ રહેવાનો છે. આ માટે નામ-જપ, મંત્ર-માળા,હોમ-હવન, બંદગી-હોલી બાથ, યોગ-સમાધિ આદિ અનેક રસ્તાઓ છે. વ્યક્તિ પોતાની રૂચિ મૂજબના રસ્તાને પસંદ કરી તેમા શ્રધ્ધા અને વિશ્વાસ રાખે તેમજ બીજા રસ્તાઓને આદર આપે તો આધ્યાત્મિક સ્વાસ્થ્ય મેળવી શકે. એટલું ચોકકસ છે કે આધ્યાત્મિક રીતે સ્વસ્થ કે ઉન્નત થવું હોય તો શારીરિક, માનસિક અને સામાજીક સ્વસ્થતા કેળવવી જ પડે. જો શારીરિક રોગોથી ગ્રસ્ત પથારીવશ હોઈએ, જો માનસિક રીતે વ્યગ્ર અને ઉચાટયુકત હોઈએ, અને જો પરવ્યક્તિ, સમાજ, દેશ, અને વિશ્વ સાથે સદભાવ ન રાખતા હોઈએ તો આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ (સ્વાસ્થ્ય) શક્ય જ નથી.

તો આ સમયે સ્વાસ્થ્યના આ ચારેય પાયાઓને મજબૂત કરી સંપૂર્ણ સ્વસ્થતા તરફ પ્રયાણ કરીએ. 'જીવેમ શરદઃ શતમ્' (આપણે સૌ સો વર્ષનું સંપૂર્ણ સ્વસ્થ જીવન જીવીએ)ની ઉચ્ચ ભાવનાને હ્દયમાં રાખી સૌ વાચકમિત્રો સંપૂર્ણ સ્વસ્થ રહે તેવી પ્રાર્થના તેમજ દિવાળી અને નૂતન વર્ષના અભિનંદન .

(મો.) ૯૮૭૯૪૭૧૧૪૭

તમને ખબર પડી, દિવાળી આવી ગઈ!

નખરાળી જિંદગી

નિયતી કાપડીયા

હે ભગવાન! ગયા શનિવારે અચાનક જ કાંઈક યાદ આવી ગયેલું અને કેલેન્ડરમાં જોયું ત્યારે જ ભાન થયેલું કે...આ દિવાળી તો સાવ નજીક આવી ગઈ!

ઘરનું કામકાજ તો સમજ્યા હવે બીજા માણસો પાસે કરાવી લઈએ પણ આ દિવાળીની ખરીદી..? એમાં આપણી પોતાની પસંદ વગર શું મજા આવે! જાતે મર્યા વગર સ્વર્ગ કેમનું મેળવવું? બસ, પછી શું? જાગ્યા ત્યારથી સવાર, સાંજે નીકળી ગઈ મારા બે બાળકો અને એકના એક વરજીને લઈને શોપિંગ કરવા.

જોકે ગુજરાતણોની આ આદત મને બહુ ગમે છે. સાંજે બાજુના માર્કેટમાં ચક્કર મારીને અડધો કિલો રીંગણા અને ઉપર થોડા ફીના, હકથી માંગીને લીધેલા લીલા ધાણા અને બે મરચા લઈને ઘરે આવતા હોય ત્યારે રસ્તામાં જે મળે એ સૌની સામે જોઈ, થેલી ઝુલાવતા ઝુલાવતા કહેશે, "શોપિંગ કરવા ગઈ'તી.× એમનો થેલો જોઈને મને ચળ ઉપડે, સામે પૂછ્યા વગર રહેવાય જ નહીં કે શું ખરીદી લાવ્યા..? પછી એ બહેન જે શરમાતા શરમાતા કહે, "પૂરા પાંચસો ગ્રામ કાળા, લાંબા રીંગણા ખરીદ્યા. સાથે બે ડાળખી ધાણા અને બે મરચા પણ માંગી લીધા.'

વરજી અને બાળકોને લઈને ક્યાંય દૂર દૂર માંડ જગ્યા મળી ત્યાં ગાડી પાર્ક કરીને હું સેક્ટર એકવીસ સુધી પહોંચી ગયેલી અને સાચું કહું છું...ત્યાં ગયા પછી જ લાગેલું કે ખરેખર દિવાળી આવી ગઈ!

માર્કેટમાં ચારે બાજુ જે ભીડ! કપડાંની અમુક જાણીતી દુકાનોમાં તો પગ મૂકવાની પણ જગ્યા નહીં. દુકાનોની બહાર પાથરણાં પાથરીને શાકભાજી વેચવા બેસતા લોકોની જગ્યાએ અત્યારે બધે રંગોળીના રંગ અને માટીના મસ્ત કલરફૂલ કોડિયાં વેચવાવાળા આવી ગયેલા. આખું બજાર રોશનીમાં નહાઈ રહેલું. ક્યાંક લારીઓમાં થોડા કપડા, તો ક્યાંક ફટાકડા દેખાયા. ક્યાંક નાસ્તાના, મીઠાઈના સ્ટોલ અને ચારે બાજુ માનવમેદની! મારા દીકરાએ ટીકડી ફોડવાની બંદૂક અને એના રોલ સૌથી પહેલા ખરીદ્યા અને ત્યાં ને ત્યાં જ ધાય ધાય કરતો ટીકડી ફોડવા લાગી ગયેલો. એને આ બધી ભીડભાડ જોઈને મજા આવતી હતી....થોડું ચાલીને એ થાકી ગયો ત્યારે એને એક આઈસ્ક્રીમ ખવડાવી ફરી તાજો કરી દીધેલો.

મેં કહ્યું કે ગઈ સાલ તો કોરોનાને લીધે આ બધું જ જવા દેવું પડેલું પણ આ વરસે જરાય કસર નથી છોડવાની. નવા કપડાં પહેરી ખાલી આપણે જ નથી સજવાનું આપણા આખા ઘરને સુંદર રીતે સજાવવાનું છે. મારી દીકરીએ મારી વાત સાંભળી તરત નાકનું ટીચકું ચઢાવ્યું...! એનું કહેવું એમ હતું કે અહીં આવ્યા એના કરતા કોઈ મૉલમાં જતાં રહ્યાં હોત તો વધારે સારું હતું, ભીડ પણ ઓછી હોત અને સારી વસ્તુઓ મળી જાત! હવે જો તમે મને સાચે જ ઓળખી ગયા હો તો એટલું તો જાણી જ ગયા હશો કે મને મારી વાત મનાવવાની બુરી આદત છે! મારી દીકરીનું આ વલણ મને ગમ્યું નહિ. હું ત્યારે તો કંઈ બોલી નહી પણ મેં ચૂપ રહી રસ્તો કાઢ્યો... મને ખબર કે મારી દીકરીને રંગોળી પૂરવાનો શોખ છે. દર સાલ એ સવારે ઘરના આંગણામાં રંગોળી પુરે પછી હું એ રંગોળી સાથેનો એનો એક ફોટો લઉં છું અને પછી એજ ફોટા પર હેપ્પી દિવાળી લખીને બધાને દિવાળીની શુભકામના મોકલું છું... લોકો એ ફોટાના, રંગોળીના, મારી દીકરીના વખાણ કરે એ મને અને એને બંનેને બહુ જ ગમે..! બસ, પછી શું? હું લઈ ગઈ એને એક એવી જગ્યાએ જ્યાં ચારે બાજુ જમીન પર મસ્ત મસ્ત રંગોળી પૂરી ત્યાં જ રંગોના ઢગલા કરી, રંગ વેચનારા બેઠા હતા... શોખ બહોત બડી ચીજ હે, એ રંગોની દુનિયામાં મારી દીકરી ખોવાઈ ગઈ. અવનવી ડીઝાઈન ફટાફટ તૈયાર થઈ જાય એ માટેના નવા નવા ઉપકરણો જોઈને એને એ જગ્યા પસંદ આવેલી. એ એક પછી એક રંગ અને વિવિધ ડીઝાઈન વાળી જાળીઓ ઉઠાવવા લાગી. કેટલાક તૈયાર સ્ટિકર્સ પણ લીધા... મેં એને જાતે જ રંગવાળા છોકરા સાથે વાત કરવા દીધી. બધી વસ્તુઓનો ભાવ પૂછવો, એને કેવી રીતે એ વાપરવી એ જાણવું, ક્યાં કયો રંગ ઉઠાવ આપશે વગેરે ચર્ચામાં એ મશગુલ થઈ ગયેલી ત્યારે મેં ધીરે રહીને કહ્યું, "અહીંયા બહુ ભીડ છે, ચાલ કોઈક મૉલમાં જઈને ત્યાંથી રંગોળીના રંગના પેકેટ શોધીએ...!'

એય આખરે દીકરી તો મારી જ ને... મારો ટોણો તરત સમજી ગઈ અને મને કહે, "આ છોકરાનું અડધો કલાક માથું ખાધું અને હવે કંઈ જ લીધા વગર જતા રહીએ તો એને કેટલું ખરાબ લાગે...બધું આપણા વિશે જ વિચારવાનું, મમ્મી? થોડુંક પણ આ ગરીબ વેપારી વિશે નહિ વિચારવાનું? રંગોળી પૂરવાનો સામાન અહીંથી લઈ લે પછી સેન્ડલ લેવા બીજે જઈશું...!'

આને કહેવાય મેરી બિલ્લી મુજશે મ્યાઉ...! ખેર, ભીડ ભર્યા માર્કેટમાં ફરવાની અમને બધાને બહુ મજા પડી. અરે પણ તમને કોઈને યાદ આવ્યું કે હું મારી જોડે મારા વરજીને પણ લઈ ગયેલી? દીકરા દીકરીની વાતો આવતી રહી પણ મારા એ...ક્યાં?

એ ક્યાંય રહી નહોતા ગયા, અમારી સાથે જ હતા. જેવા અમે કોઈ દુકાનદાર સાથે રકઝક કરવા લાગીએ એવા જ એ હળવેથી દુકાનની બહાર ચાલ્યા જતા અને ત્યાં ઉભા ઉભા એમના ફોનમાં વ્યસ્ત થઈ જતા. એમની એ ટેવની હવે અમને બધાને આદત પડી ગઈ છે અને તોય જીદ કરીને અમે એમને શોપિંગ કરવા સાથે લઈ જ જઈએ, અમારા થેલા ઉપાડવા! હાસ્તો વળી, ભીડ ભરી જગ્યામાં કોઈ ઝાપટ મારી પર્સ ઝુંટવી જાય તો? એટલે જ જોખમ નહીં, વરજીને સાથે રાખવા હોશિયારી ભર્યું કહેવાય. ચાલો મારી વાત તો પતી ગઈ, થોડી ખરીદી પતાવી ને થોડી રવિવાર ઉપર છોડી પણ તમે શું કર્યું? એક વાત યાદ રાખજો જ્યાં સુધી તમે સપરિવાર ભીડભાડમાં ફરી ફરીને નાની નાની વસ્તુઓની ખરીદી ના કરો ત્યાં સુધી દિવાળી જેવું લાગશે જ નહિ!

અમસ્તું,

આપ સૌને મારા અને મારા પરિવાર વતી દિવાળીની ખૂબ ખૂબ શુભેચ્છા, શુભકામના!

@KapadiaNiyati

દીપોત્સવ પર્વે દીવડાં પેટાવીએ...સાજ-સજાવટની સાથે આપણા અંતઃકરણને પણ અજવાળીએ...

લાગણીનો મેળો

રસિક વાળંદ

ઈલા, દિવાળી ! દીવડા કરીશું;
તારા સર્યા વ્યોમ થકી અહીં શું ?
કેવા ફટાકા આ અહીં ફૂટે છે !
આ કાનના તો પડદા તૂટે છે.

- ચં.ચી. મહેતા

મહાપર્વ દિવાળી એટલે... પ્રકાશ પર્વ... ઉજાસ પર્વ... દિપાવલી... દીવડાઓની હારમાળા ! એક દીવડો અનેક દીવડા પ્રગટાવે... એમાં પેટાવનાર પ્રથમ દીવડાએ કશું જ ગુમાવવું પડતું નથી !! અજવાળવું એ જ દીપકનો ગુણધર્મ... એણે તો ઉજાસનો ગુણાકાર કરવાનો હોય ને! પ્રકાશ, ઉજાસ, અજવાળું એટલે... અંધકારનો અભાવ જ ને!

દોસ્તો, આપણા પર્વોને પરંપરાઓ પાછળ જીવનને ઉચ્ચ-ઉદાત્ત બનાવનારાં જીવન મૂલ્યો સંકળાયેલાં હોય છે, દીપોત્સવ જીવનને પરિષ્કૃત કરવા પ્રબોધે છે. ગાઢ તિમિર ઘેરી અંધારી અમાસને ઘીના દીવડા પેટાવી ઝળહળતી કરવી એમાં જ એક પ્રતીકાત્મક મૂલ્ય રહેલું છે.

દીપોત્સવ એટલે આપણા વિક્રમ સંવતનો છેલ્લો દિવસ... મર્યાદા પુરુષોત્તમ શ્રી રામચંદ્રજીનું અયોધ્યા આગમન... જૈન બંધુઓને મત 'દિપાલી કાય' મહાવીર સ્વામીજીની મોક્ષયાત્રા... શીખ પરંપરામાં 'બંધીછોડ દિવસ' મોઘલ સુલતાન જહાંગીરના અમાનુષી અત્યાચાર સામે ઝઝૂમતા ગુરુ હરગોવિંદસિંઘજીની બંદી મુક્તિનો દિવસ... આર્ય સમાજના પ્રવર્તક સ્વામી દયાનંદ સરસ્વતીનો કાળધર્મ દિવસ... વિનોબા ભાવેનો દેહોત્સર્ગ... સ્વાધ્યાય પ્રવૃત્તિના પ્રણેતા પૂ. પાંડુરંગ શાસ્ત્રીજીનો નિર્વાણ દિન... આ બધાં માનવકોડિયાં આ જગતમાં અવતરી પ્રકાશ રેલાવી ગયાં !!! આપણને પણ યત્કિંચિત તેજ કિરણો રેલાવી અંધકાર હટાવવાની રૂડી જવાબદારી સોંપી ગયા છે... એ યાદદાસ્ત તાજી કરાવવા દર વર્ષે હરખભેર દિવાળી દોડી આવે છે પ...ણ આપણ તો મૂકબધિર ને સાવ ઈન્દ્રિય જડ જ રહ્યા ને ?!

દુનિયાભરના તમામ ધર્મોપદેશકો ને તત્વચિંતકો પોતાના અનુયાયીઓને એ જ કહ્યું છે - "તમે દુનિયાના દીપક છો, દીવડો તો પ્રકાશ પાથરે, અંધકાર હટાવે... ઈશ્વર મહા જ્યોતિ છે તે આપણે

બધા ટચૂકડાં દીવડાં છીએ. આપણે આપણી વાણી, વર્તન વ્યવહાર અને સત્કાર્યોથી ચોગરદમ પ્રકાશ રેલાવવાનો છે, સચ્ચાઈનો પ્રકાશ, પ્રેમનો પ્રકાશ. આપણી આસપાસ હિંસા, દ્વેષ, ઈર્ષા, વેરઝેર, કટુતા, અંધશ્રદ્ધા, કટ્ટરતા, અજ્ઞાન, ભીરુતા, લાચારી, ધાર્મિક ઝનૂન... જેવાં ગાઢ આવરણો છવાયેલાં છે, એને ભેદવાનાં છે. ઘણીવાર આપણને એવું પણ લાગે-મારી તાકાત કેટલી ? હું શું કરી શકું ? પણ પેલું કાવ્ય યાદ છે ને ! -

'તે સમે કોડિયું એક માટી તણું
ભીડને કોક ખૂણેથી બોલ્યું;
"મામૂલી જેટલી મારી ત્રેવડ, પ્રભુ !
એટલું સોંપજો તો કરીશ હું."

મિત્રો, દીપોત્સવ પર્વે દીવડાં તો અવશ્ય પેટાવીએ...સાજ-સજાવટ કરવાની સાથે સાથે આપણા અંતઃકરણને પણ અજવાળીએ... માંહ્યલા અંધકારને હટાવીએ અને આપણાં હૈયાં સદ્વિચારો ને સત્કાર્યો થકી સજાવવાનાં-શણગારવાનાં ન ભૂલીએ તો જ ખરા અર્થમાં દિવાળી ઊજવી કહેવાય બાકી તો આવી કેટલીયે દિવાળીઓ આવશે ને ચાલી જશે...

●●

એકબાજુ પર્વોની ઝાકઝમાળ વધી છે તો બીજી બાજુ કમરતોડ મોંઘવારીએ માઝા મૂકી છે. હજુયે યાદ આવે એ દિવસો... અમારા નાનકડા મનમાં દિવાળી ખીલતી...બાલિશ મન ખરીદીના સરવાળા કરતું પ..ણ મા-બાપ બોઝીલ જણાતાં કારણ કે બાપે ઘણી દિવાળીઓ જોઈ નાખેલી ! (કહેવત અને વાસ્તવમાં સાચી જ) બાપને દિવાળી ટાણે આવી પડેલા અધિક ખર્ચની ચિંતા-ને- મા વધુ પડતાં કામના બોજમાં પિસાતી... પછી તો દિવાળીનો ઉત્સાહ ક્યાંથી હોય ?! (ત્યારે નહોતુ સમજાયું તે હવે સમજાયું !)

"સમાજમાં ભીષણ ગરીબી અને અનિયંત્રિત અમીરી Haves અને Haves not ની અકળાવનારી અસમાનતા સ્વસ્થ સમાજનું નિર્માણ કરી શકે નહીં." - આ ગાંધીના શબ્દો છે.

કવિ શ્રી ઈન્દુલાલ ગાંધીની પેલી કાવ્યપંક્તિઓ યાદ આવી જાય છે ;

"દિવાળીના દિન આવતા જાણી,
ભાદરમાં ધુંવે લૂંગડાં ભાણી."

આજે પણ એક વર્ગ એવો છે જે કપડાં છે તેને જ ધોઈને ફરી પહેરી મનને મનાવી દિવાળી ઉજવે છે. સાધન વંચિત લોકો પેલી 'ભાણી'ની જેમ જીવે છે અને ઝઝૂમે છે. આ કરૂણતાંને કવિએ તાદૃશ કરી છે.

આજે પણ મહાત્મા ગાંધીની ટ્રસ્ટીશીપની ભાવના વ્યાપક બને એ અત્યંત જરૂરી છે. સમાજના દલીત, પીડિત, વંચિત, શોષિત વર્ગના કલ્યાણ માટે સમાજનો ભદ્ર વર્ગ કંઈક વિચારે ને દીપોત્સવની ગરિમા વધારી શકે... સહાનુભૂતિ અને સંવેદનશીલતા થકી સમાજમાં નૂતન રોશની ફેલાવી દીપોત્સવ મનાવીએ તો કેવું ?!!!

સ્પર્શમણિ :

'હસી જવાથી' અને 'હટી જવાથી' ઘણા બધા પ્રોબ્લેમનો અંત આવી જાય છે.

●●●

"મતિ, કીર્તિ, સંપત્તિ અને ભલાઈ ગંગાના પ્રવાહની જેમ વાપરવી જોઈએ'

- મોરારી બાપુ

- rasikvaland1965@gmaill.com
9913426949