સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
ફોન : ૨૩૨૨૨૨૫૫

સલામી સવારની..

યોજના બહાને ખૂદનો જ પ્રચાર થાય છે,
સરકારી ખર્ચે પક્ષનો જ પ્રસાર થાય છે,
છે પ્રકાર ખાયકીનો લોકપાલો કૂટે માથાં-
પ્રજાની તિજોરી પર ખોટો પ્રભાર થાય છે!
(શીલાબેન, મોદીને પગલે..)

હાઈકુ

ધૂણે સીટમાં-
ભૂતો એન્ક્વૈંટરીયાં-
દબાવે ગળું..
(વડાપદને નડશે?!)

તર્કટી સટ્ટે
ડૂબાડશે દુનિયા-
દાઉદ-ભાઈ!
(અન્ડરવર્લ્ડ 'ગેઈમ')

ચિંતન

નસાધુઃ કુત્રાપિ વ્રજતિ ખલુદોષં ન ગુણતાં, ખલાનાં સંસર્ગેરપિ કૃતિવાસો અપિ નિપુણઃ ।
યથા પક્ષિ વ્યાલં રપિ હિતતનુશ્ચન્દનતરુ, નયિકૃત્યં યાતિ ક્ષયપતિ ચ તાપં સુમન સામ્ ॥

સજ્જન-સંત પુરુષ દુષ્ટ-દુર્જન સાથે નિવાસ કરતા હોય છતાં એ એવા તો નિપુણ અને તાટસ્થ્ય રાખી શકે છે કે દુષ્ટ જનોના દોષ કે એમની સાથે રહેલા સજ્જનોના ગુણને તે લોકો ગ્રહણ કરી શકતા નથી જેમ ચંદનના વૃક્ષને વિંટળાયેલા ઝેરી સર્પોના વિષથી વૃક્ષ નિર્લેપ રહે છે અને પંખીઓના કલરવની પણ વૃક્ષને કોઈ અસર થતી નથી. સજ્જનોમાં કોઈ પણ પ્રકારનો વિકાર આવતો નથી એવું એનું તાટસ્થ્ય હોય છે.

માણસ જાતે હૃદય-સ્વભાવથી સંત-સજ્જન હોય તો એ દુર્જનો સાથે નિવાસ કરતો હોય, દુર્જનો તેના મિત્રો-સંબંધીઓ હોય છતાં તેમનું તાટસ્થ્ય ખૂબ જ સાવધાનીપૂર્વક હોય છે અને સજ્જનો પાસે જે સદ્‌ગુણો હોય તે સ્વીકારવામાં પણ એટલા જ સરલ સ્વાભાવિક હોય છે આમ દુર્જનોના દોષ તેમને સ્પર્શતા નથી અને સજ્જનોનો સતસંગ સ્વીકારી અપનાવી લે છે.

અહીં ચંદન વૃક્ષનું દૃષ્ટાંત આપ્યું છે સાપના વિષ સાથે એને કોઈ જ સંબંધ નથી એ ટાઢક આપે જ છે.

સુવિચાર

- પૈસાથી માણસ છાપરું મેળવી એવી ગેરસમજ ધરાવે છે જાણે એને વિશ્વનું શિર છત્ર મળી ગયું છે - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- જ્યારે મન જાણે તેને 'સાન' કહેવાય જ્યારે હૃદય જાણે ત્યારે તેને 'પ્રેમ' કહેવાય પણ જ્યારે ચેતન્ય જાણે તેને 'જ્ઞાન' કહેવાય - **સ્વામી ચૈતન્યાનંદ**
- શંકાનો ખૂલાસો કરવાને બદલે એને બલાત્કારે હૃદયમાં દાબી રાખવી એ તો અંતરમાં કચરો એકઠો કરવા જેવું છે - **આનંદશંકર બા ધ્રુવ**
- અભિમાનનું નિદાન બુદ્ધિ છે, ત્યાગનું નિદાન હૃદય - **મણિલાલ ન દ્વિવેદી**
- કરકસર માટેનો પ્રેમ એ બધા સદ્‌ગુણોની જડ છે - **બર્નાડ શે**
- કર્મયોગ એટલે કર્તવ્ય નિયમ, યથાર્થ અને નિષ્કામ કર્મ વડે જ પરિપૂર્ણ જીવનની પ્રાપ્તિ થાય છે - **તિલક**
- ભૂલો વિનાનું જીવન એટલે નિરસ જીવન - **ઓસ્કાર વાઈલ્ડ**

બોધ કથા

સંસાર-વહેવાર જગતમાં પૈસાનું મહત્વ અને સ્વાર્થના સંબંધો એટલા બધા શક્તિશાળી થઈ ગયા છે કે એને કારણે સામાજીક મૂલ્યો-ન્યાય-નીતિ-નિષ્ઠા તદ્દન મરી પરવાર્યા છે એ એવું સ્વાભાવિક અને વ્યવહારિક બની ગયું છે કે કઈને કોઈનાય આત્માને પોતે શું કરી રહ્યા છે એનો પણ વિચાર આવતો નથી.

એક ગરીબ બાઈ બાળકો અને ઘરનું ભરણ પોષણ કરવા દારૂની હેરાફેરીનું નાનું મોટું કામ કરી 'મહેનત' સમજી 'આવક' મેળવતી હતી તે કોઈ ગેંગ કે દારુના વ્યવસાય સાથે સંકળાયેલી પણ ન હતી માત્ર એક સાધન હતી.

પકડાઈ ગઈ-કોર્ટમાં રજૂ થઈ વકીલ-પોલીસ ન્યાયાધીશે ઠપકા આપ્યા બધાનો સાર હતો પૈસા માટે આવું અનીતીનું કામ કેમ કરો છો?

બાઈ ગરીબ પણ થોડું ભણેલી સમજુ અને નીતિ નિષ્ઠા કોને કહેવાય એ સમજતી હતી-એણે કોર્ટમાં જ મર્યાદા મૂકી ઉશ્કેરાટમાં રડતાં બોલી હું તો ગરીબ અભણ બાઈ છું પેટ પરીવાર માટે આ ધંધો કરું છું તમે બધા મને નીતિ-અનિતીના ભાષણ આપો છો તમે કોણ છો? પૈસા માટે ન્યાય વેચો, પોલીસો પૈસા લઈ ધનિકોનું રક્ષણ કરે છે, ડોકટરો-ઈજનેરો વેપારી પૈસા લઈ લોકોના જીવન સાથે જ રમત કરે છે. હું પૈસા લઈ દારૂ વેચું છું તમે પૈસા લઈ બુદ્ધિ-ન્યાય-નીતિ વેચો છો આપણે બધા જ અનીતિમાન જ છીએ. આજના યુગમાં ઢોર-પશુ સિવાય કોઈ નીતિમાન છે જ નહીં.

E-mail : sureshchandrabhatt18@gmail.com

નિષ્ફળતા વગર કોઈ સફળતા મળતી નથી

ચર્ચા સભા
- સંકલન : મિતેષ મોદી

મળી મને નિષ્ફળતા અનેક
તેથી થયો સફળ કૈંક હું જિંદગીમાં....

- ઉમાશંકર જોશી

દરેક સફળતાના પડછાયામાં નિષ્ફળતા છુપાયેલી હોય છે. ઝાડ ગમે એટલું મજબૂત હોય તો પણ તેના દરેક ફળ એક સરખા પાકતા નથી. કેટલાક ખરી જાય છે અને થોડાક પડી જાય છે છતાં ઝાડ કંટાળતું નથી. દરેક છોડના ફૂલ સોળે કળાએ ખીલતા નથી. દરિયાનું દરેક મોજું એક સરખું અંતર આંબતું નથી. એક જ ખેતરમાં પાકતાં ડૂંડા એકસરખાં હોતા નથી. સરવાળો કેવો અને કેટલો હોય છે તેના પરથી જ સફળતા કે નિષ્ફળતા સાબિત થતી હોય છે.

કોઈ સફળ માણસ એમ કહે કે એણે ક્યારેય નિષ્ફળતા જોઈ નથી તો એ ખોટું જ બોલતો હશે. ભૂલ જ માણસને શીખવે છે કે આ ભૂલ મારે ફરીથી કરવાની નથી. દુનિયાનો એકેય ડિરેક્ટર એવો નથી જેની તમામે ફિલ્મ હિટ ગઈ હોય. રાત જેટલી ગહેરી હોય એટલો જ દિવસ ઉજળો લાગતો હોય છે. ઠોકર ખાધા વગર બાળક ચાલતાં શીખતું નથી. સચિન તેંડુલકરે ક્રિકેટમેચમાં સો સદી ફટકારી છે એ બધાને યાદ છે પણ એ કેટલી વખત ઝીરોમાં આઉટ થયો એક ચેક કરવા રેકર્ડ તપાસવો પડે છે. જ્યાં સુધી પ્રયત્નો ચાલુ હોય છે ત્યાં સુધી કોઈ માણસ નિષ્ફળ હોતો નથી.

આમિર ખાનની પહેલી ફિલ્મ 'ક્યામત સે ક્યામત તક'ને પચ્ચીસ વર્ષ પૂરાં થયાં. આ અવસરે આમિરખાને કહ્યું કે, 'આજે હું સફળ છું ત્યારે મને એવો વિચાર આવે છે કે મેં મારી કરિયરમાં કેટલી બધી ફ્લોપ ફિલ્મો આપી છે. એવો પણ વિચાર આવી જાય છે કે મેં આવી ફિલ્મો પસંદ જ શા માટે કરી હતી? જો કે પછી એવો વિચાર આવે છે કે મને મળેલી નિષ્ફળતામાંથી જ હું સફળતાના પાઠ શીખ્યો છું. હું જો સતત સફળ જ ગયો હોત તો કદાચ આટલી મહેનત કરતો ન હોત. હું આજે જે છું એ મને સફળતાએ નહીં પણ નિષ્ફળતાએ બનાવ્યો છે.'

ફિલ્મી દુનિયાની જ બીજી એક હસ્તી જોહરા સાયગલ હમણાં સો વર્ષનાં થયા. સોમા વર્ષની કેક કાપતી વખતે એના ચહેરા પર બાળકને હોય એવો જ રોમાંચ હતો. સો વર્ષનાં થવું એ મહત્વનું નથી. સો વર્ષ 'જીવવું' એ ઈમ્પોર્ટન્ટ છે. જોહરાએ કહ્યું કે, હું એટલા માટે જ જીવતી છું, કારણ કે મેં દરેક ક્ષણ જીવી છે. માણસ મનથી મરી જતો હોય છે. ડૂબી એ જ જાય છે જે તરવાનું છોડી દે છે.

દરેક માણસને જીવનના કોઈને કોઈ તબક્કે એવું થાય જ છે કે બસ પૂરું થઈ ગયું. હવે બધું ખતમ, હું કંઈ જ નહીં કરી શકું. કોઈ ઘટના એવી બને છે કે સળવળીને બેઠો થઈ જાય. એક માણસની વાત છે એને ધંધામાં ખૂબ જ નુકસાની ગઈ. બધું જ ખતમ થઈ ગયું. એ હારી ગયો. ઘરમાં બેસી ગયો. દીકરાનો દીકરો ઘરમાં ગેઈમ રમતો હતો. ચોસલાં ઉપર ચોસલાં ચડાવીને ઘર બનાવવાની ગેઈમ હતી. ચોસલાં પડી જાય એટલે બાળક નવેસરથી ચણવાની શરૂઆત કરે. કેટલીયે વખત બાળકે એવું કર્યું. એ માણસને વિચાર આવ્યો કે આ બાળક અનેક પ્રયાસ છતાં પણ હિંમત નથી હારતો અને હું એકવારમાં થાકી ગયો? એણે નવેસરથી શરૂઆત કરી અને સફળ થયો.

નિષ્ફળતા બહુ જ સ્વાભાવિક છે. એને દિલથી ન લેવી જોઈએ. ઈમારત ધીરે ધીરે જ ઊભી થાય છે. ટોચ પહેલાં ન બને. મંદિરમાં ધજા સૌથી છેલ્લે જ લાગે છે. તમે ઈંટ ઉપર ઈંટ ચણતા જાવ. ટોચ આપોઆપ આવી જશે. જિંદગી માણસને પૂરતા ચાન્સ આપતી હોય છે. ચાન્સ ક્યારેય ખતમ જ નથી થતા, માણસ માંડી વાળતો હોય છે. મોકા તો હોય જ છે. આપણે મોકાને અજમાવતા રહેવું પડે છે.

સફળ થવા ઈચ્છતા દરેક માણસે એક વાત યાદ રાખવી જોઈએ. સફળતાને ગંભીરતાથી ન લો ચાલશે પણ દરેક નિષ્ફળતાને પૂરેપૂરી ગંભીરતાથી લેવી જોઈએ. નિષ્ફળતાને જે ગણકારતો નથી એ ક્યારેય સફળ થતો નથી. મોટા ભાગનાં બાળકો એક વખત દાઝ્યા જ હોય છે. આગને અડકી ગયા પછી જ એને સમજ આવે છે કે આને અડવા જેવું નથી. નિષ્ફળતા આપણને જોખમોથી પરિચિત કરાવે છે. એવાં જોખમો જેનાથી કાં તો બચવાનું હોય છે અથવા તો તેને અતિક્રમી જવાનું હોય છે.

નિષ્ફળતાનો ડર સૌથી વધુ કોને હોય છે? જે સફળ હોય છે એને. જે ક્યારેય સફળ નથી થયો એ સફળ થવા માટે પ્રયાસો છોડતો નથી પણ એક વખત સફળ થઈ ગયો પછી એને સતત ડર રહે છે કે હું નિષ્ફળ તો નહીં થાઉંને. નિષ્ફળતાનો ડર ન રાખો કે નિષ્ફળતાનો વિચાર પણ ન કરો. વિચારોમાં તાકાત છે. એવું કહેવાય છે કે માણસ જે વિચારે એવું થાય છે. મતલબ કે નબળું વિચારશો તો નબળું પણ થશે. રવીન્દ્રનાથી ટાગોરે કહ્યું છે કે, મેં હંમેશાં એક વિચાર કર્યો છે કે આ પૃથ્વી ઉપર મારો જન્મ કોઈ ઉમદા હેતુ માટે થયો છે. મારો જન્મ નિરર્થક નથી. મારે કંઈક કરવાનું છે અને એના માટે જ મારું સર્જન થયું છે.

કમનસીબે આજનો માણસ એવું જ વિચારતો રહે છે કે, હું કંઈ કરી શકયો નહીં. આપણો ફેરો ફોગટ ગયો. જ્યાં સુધી જિંદગી નો છેલ્લો શ્વાસ છે ત્યાં સુધી સફળ થવાની તક છે. માણસ થોડીક ઉંમર થાય ત્યાં મનથી જ નક્કી કરી લે છે કે હવે આપણાથી કંઈ નહીં થાય. એક રિસર્ચ એવું કહે છે કે, માણસ ખરેખર મરે છે એ પહેલાં ઘણો વહેલો મનથી મરી જતો હોય છે. કેટલા બધા માણસો મનથી મરેલા હોય છે? તમારી આજુબાજુમાં નજર કરજો, ઘણા 'મરેલા' લોકો મળી આવશે. આપણે સાવચેતી એ જ રાખવાની કે હું તો ક્યાંય એમાં નથીને?

માણસ ઓલવેઝ સેફ ગેમ રમવાનું જ પ્રિફર કરે છે. બધાને એક કમ્ફર્ટ ઝોન જોઈએ છે. એ કમ્ફર્ટ ઝોનમાં આવી જાય પછી સતત એવા જ પ્રયાસો કરતો રહે છે કે ક્યાંક આ કમ્ફર્ટ ઝોન દૂર ન થઈ જાય. થોડીક સુવિધા મળી એટલે માણસ એ પરિસ્થિતિમાં જબરજસ્ત એડજસ્ટ થઈ જાય છે. એ જરાયે જોખમ લેતો નથી. જે જોખમ લેતા ડરે છે એના નિષ્ફળ જવાના ચાન્સીસ સૌથી વધુ રહે છે. જે જોખમ લે છે એ નિષ્ફળ જવા છતાંય સફળ થવા માટે જોખમ લેતા અચકાતો નથી.

નિષ્ફળ ન જવા માટે એક વાત એ પણ ધ્યાનમાં રાખો કે તમારા કામને પૂરેપૂરું એન્જોય કરો. નિષ્ફળ માણસનો પ્રોબ્લેમ એ હોય છે કે એ સતત એવું જ ફિલ કરતો રહે છે કે હવે મજા નથી આવતી. આવું વિચારનારને એક નિષ્ફળતા બીજી નિષ્ફળતા તરફ જ ઢસડી જાય છે. એક વખત નિષ્ફળ ગયા તો શું થયું, હજું ક્યાં બધું ખતમ થઈ ગયું છે. એવું વિચારી તમારા કામમાં ઓતપ્રોત રહો. મુશ્કેલીઓએ જ દુનિયાને માર્ગ બતાવ્યા છે.

માણસ સફળ થવાના પ્રયાસને બદલે નિષ્ફળ થયાનો અફસોસ વધુ કરતો રહે છે. એક માણસે સંતને પૂછ્યું કે, દુનિયાનું સૌથી મોટું દુઃખ કયું? સંતે કહ્યું કે, વીતી ગયેલું સુખ. સુખ એક વાર જતું રહે પછી માણસ સતત એ ચાલ્યા ગયેલા સુખને જ રોયા રાખે છે. નિષ્ફળતાનું પણ એવું જ છે. જે નિષ્ફળતાને રોયે રાખે છે એ ક્યારેય સફળ થતો નથી. આંખમાં આંસુ જ હોય તો રસ્તો સ્પષ્ટ દેખાતો નથી. નિષ્ફળતાને માત્ર એટલા પૂરતી જ યાદ રાખો કે જે ભૂલો થઈ છે એ ફરી ન થાય, ભૂલને ચોક્કસ યાદ રાખો પણ નિષ્ફળતાને ભૂલી જાવ. સફળતા એને જ મળે છે જે નિષ્ફળતાથી ડરતો નથી. સફળ માણસ એ જ છે જેણે નિષ્ફળતાને પોતાના ઉપર હાવી થવા દીધી નથી. બાળક પડી જાય તો એ ઊભું થઈ સૌથી પહેલાં કપડાં ઉપર લાગેલી ધૂળ ખંખેરી નાખે છે. માણસે બસ આ જ રીતે, નિષ્ફળતાઓને ખંખેરી નાંખવાની હોય છે.

જેણે પ્રકાશ આપવાનો હોય છે તેણે સતત સળગતા જ રહેવું પડે છે.

'હર ગલતી ઉન્નતિ કી સીઢી હૈ'

- અજ્ઞાત

હનુમાનજીએ શનિનો મદ ઉતાર્યો હાડકા ભાંગ્યા તેની શાંતિ અર્થે શનિ તેલ માગે છે લોકો તેલ હનુમાનજી ઉપર ચઢાવે છે તે ખોટું તેલ શનિ જે પગ નીચે છે તેના માટે છે અને ભકતોને નડીશ નહિ એમ શનિ કહે છે

સમાચાર સેતુ

● કુમાર ટ્રસ્ટ તરફથી પ્રતિ વર્ષ આપવામાં આવતો કુમાર ચંદ્રક ૨૦૧૨નો 'કથા બોધ' લેખમાળા માટે રાધેશ્યામ શર્માને આપવામાં આવનાર છે. જેના નિર્ણાયકો તરીકે ડૉ. ધીરુભાઈ ઠાકર, ડૉ. ચિમનલાલ ત્રિવેદી, ડૉ. ચંદ્રકાન્ત શેઠ વિગેરેએ સેવાઓ આપી હતી. રાધેશ્યામ શર્માને અભિનંદન.

● વિશ્વ વંદનીય પૂ. મોરારિબાપુ પ્રેરિત લોક કવિ દુલા કાગ બાપુ લોકસાહિત્ય એવોર્ડ તાજેતરમાં લોક સંગીતકાર સ્વ. રતિકુમાર વ્યાસને કાગધામ મુકામે પૂ. મોરારિબાપુના વરદહસ્તે અર્પણ કરવામાં આવ્યો છે.

● કિરણદેવી શરાફ ટ્રસ્ટ તથા આનંદોત્સવ દ્વારા આયોજિત કાર્યક્રમમાં સમારંભના પ્રમુખ મહાવીર પ્રસાદજી ધ. સરાફે સુપ્રસિધ્ધ લેખક કવિ ડૉ. યશવંત ત્રિવેદીને સાહિત્ય સેવા માટે રાષ્ટ્રિય કક્ષાનો 'ભારત સાહિત્ય રત્ન એવોર્ડ' અર્પણ કર્યો હતો તેમજ ડૉ. યશવંત ત્રિવેદીના હિંદીમાં અનુદિત કાવ્યોના સંગ્રહ 'અશેષ ઉત્તર'નું લોકાર્પણ કર્યું હતું. આ પ્રસંગે કિરણ બારોટ, ડૉ. પ્રજ્ઞા શુકલ અને શ્રીમતિ પ્રજ્ઞા રીકીએ યશવંતભાઈના કાવ્યોનું ભાવવહી પઠન કર્યું હતું.

● વડોદરા સ્થિત કમળાશંકર ફાઉન્ડેશન દ્વારા પ્રતિ વર્ષ વડોદરાના સાહિત્યકારનું 'કમળાશંકર પંડયા એવોર્ડ'થી સન્માન કરવામાં આવે છે તે અંતર્ગત સને ૨૦૧૨-૨૦૧૩નો આ એવોર્ડ ગુજરાતી સાહિત્યના વિવેચક ભરત મહેતાને એનાયત થયો છે.

● શામળદા આર્ટસ કોલેજના પૂર્વ આચાર્ય અને ગુજરાતી સાહિત્યના વિવેચક પ્રાધ્યાપક તખ્તસિંહજી પરમાર દ્વારા સપ્ટેમ્બર ૧૯૮૦માં સ્થાપિત શિશુ વિહાર બુધસભા છેલ્લા ૩૩ વર્ષથી સતત પણે પ્રવૃત્ત રહી ભાવનગરની ઓળખ બની છે. છેલ્લા ૧૭૦૨ અઠવાડીયાથી અવિરત પણે પ્રત્યેક બુધવારે યોજાતી બુધસભામાં ૪૩થી વધુ કવિઓએ પોતાની રચનાઓને પુસ્તકરૂપે પ્રકાશિત કરી ગુજરાતી સાહિત્યમાં સિમા ચિન્હ પ્રદાન આપ્યું છે તેમજ બુધસભાની કવયિત્રીઓની રચનાઓને 'જાહનવી સ્મૃતિ' નામે વર્ષ ૨૦૧૨માં અલગ પ્રકાશિત કરવામાં આવી છે.

સર્જકો અને ભાવકો વચ્ચેનો સેતુ
'શબ્દ સેતુ'
સંપાદકો : નટવર હેડાઉ / મૂળજીભાઇ પરમાર 'દધિ'

● શ્રી હરિવલ્લભદાસ કાળીદાસ આર્ટસ કોલેજના સમાજ શાસ્ત્રના અધ્યાપક નલીની બહેન ત્રિવદીનો નિવૃત્તિ વિદાય સન્માન સમારોહ તાજેતરમાં યોજાઈ ગયો.

● જાણીતા નાટયકાર દિગદર્શક અને નાટયલેખક સૌમ્ય જોષીને તાજેતરમાં વિશ્વકોષ ભવન ખાતે ધીરુભાઈ ઠાકરના હસ્તે પ્રસિધ્ધ નાટયકાર ચં.ચી. મહેતાની સ્મૃતિમાં અપાતો 'ચંદ્રવદન મહેતા એવોર્ડ' એનાયત કરવામાં આવ્યો હતો. આ પ્રસંગે વડોદરાની ત્રિવેણી સંસ્થા દ્વારા ચંદ્રવદન મહેતા લિખિત અને પી.એમ. ચારી દિગ્દર્શિત 'પરમ મહેશ્વર' નાટકની પ્રસ્તુતિ કરવામાં આવી હતી.

● તાજેતરમાં સુપ્રસિધ્ધ ગઝલકારો 'મરીઝ' અને મનોજ ખંડેરિયાની ગઝલોના આલ્બમ અનુક્રમે 'જિંદગી તમામ ગઝલ' અને 'શબ્દો જ કંકુ ને ચોખા'નું સંગીતમય વિમોચન ગુજરાતી વિશ્વકોષ ભવન ખાતે સંગીતકાર પુરુષોત્તમ ઉપાધ્યાય, સાહિત્યકારો ડૉ. ધીરુભાઈ ઠાકર અને ડૉ. કુમારપાળ દેસાઈનાં હસ્તે થયું હતું.

● પ્રગતિ મિત્ર મંડળ (બોરીવલી-કાંદીવલી)ના ઉપક્રમે ગુજરાતી વિશ્વકોશ ટ્રસ્ટના હીરાલાલ ભગવતી સભાગૃહ ખાતે ધીરુભાઈ ઠાકરને 'ગંગાબેન પટેલ સારસ્વત સન્માન' થી સન્માનવામાં આવ્યા હતા. આ એવોર્ડ ધીરુબહેન પટેલના માતૃશ્રીની સ્મૃતિમાં એનાયત કરવામાં આવે છે.

● તાજેતરમાં શ્રી ભદ્રંકર વિદ્યાદીપક જ્ઞાન વિજ્ઞાન વ્યાખ્યાન શ્રેણી અંતર્ગત 'ભવાઈ અને જૂની રંગભૂમિ' વિશે અર્ચન ત્રિવેદીનું વ્યાખ્યાન વિશ્વકોશ ભવન ખાતે યોજાઈ ગયું. જેમાં તેમણે રંગભૂમિના ૧૫૦ વર્ષ દરમિયાન સ્વરકાર, ગીતકાર અને નાટય લેખકો અને તે સમયની રંગભૂમિની વાત કરી હતી.

● કવિતાની રોજનીશી નામે ઈનેશ પબ્લિકેશન્સ પ્રા.લિ. મુંબઈ-અમદાવાદ તરફથી દળદાર કાવ્ય સંગ્રહ પ્રગટ કરવામાં આવ્યો છે જેની વિશેષતા એ છે કે પહેલી જાન્યુઆરીથી ૩૧મી ડિસેમ્બર સુધી કવિઓના જન્મદિવસની તારીખ મુજબ તેમની કવિતાઓ લેવામાં આવી છે. જેમાં ગાંધીનગરના કવિ પ્રવિણ ગઢવી, ભાગ્યેશ જહા, ભાનુપ્રસાદ પંડયા, હર્ષદ ત્રિવેદી, હર્ષ બ્રહ્મભટ્ટ, હરિકૃષ્ણ પાઠક, ફિલીપ કલાર્ક વિ.નો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે. આ પ્રકાશમાં જુના કવિઓની શ્વેત શ્યામ તસવીરો અને હસ્તાક્ષરની તસવીરો જાણે ધ્યાન ખેંચે તેવી છે.

● વિચારસેતુ

લેખક-ડૉ. મહીપતરાવ દવે

ગેર સમજ ટળે અને સાચી સમજ મળે એ વિષેના થોડા મહત્વના મુદ્દાઓ વાંચો અને વિચારો

● આપણા બ્રહ્મસમાજો આટલા જન્મદિનો કેમ ન ઉજવે એમનું મહત્વ ઘણું છે શ્રી વ્યાસજી અષાઢ પૂનમ શ્રી યાજ્ઞવલ્કય ફા.સુ.પ. આદિશંકરાચાર્ય વૈ.સુદ.પ. અને ગીતા જંયતિ માગ સુદ-૧૧ આ બધા ધર્મ રક્ષક પ્રકાશક છે.

● બ્રાહ્મણો સગોત્ર વિવાહ કરતા નથી પણ નિષેધ છે. માત્ર ૭ પેઢી લગી.

● ગાયત્રી કોઈ દેવી નથી જે રાગમાં મંત્ર તત્સવિતુર્વરેણ્ય ગવાય છે તેનો છંદ છે ગાયત્રી, આ ગાયત્રી નામે દેવી છે એ વેદ સંમત નથી અને વેદમાતા તે વેદ પોતે જ માતા છે. બાળકનું રક્ષણ મા કરે તેમ આશ્રિતની રક્ષા વેદ કરે છે.

● હનુમાનજીએ શનિનો મદ ઉતાર્યો હાડકા ભાંગ્યા તેની શાંતિ અર્થે શનિ તેલ માગે છે લોકો તેલ હનુમાનજી ઉપર ચઢાવે છે તે ખોટું તેલ શનિ જે પગ નીચે છે તેના માટે છે અને ભકતોને નડીશ નહિ એમ શનિ કહે છે. બીજુ પગ નીચે શનિ, તે નર છે પણ મોટી હનુમાનજી મૂર્તિ હોય ત્યાં જુઓ તો પગ નીચે સ્ત્રીની મૂર્તિ છે તે કેમ?

● શનિગ્રહ મંદિરો છે તેમ રાહુના મંદિરો કેમ નહિ તે જબરો છે. સ્વર્ગ એટલે સુખ, નરક એટલે દુઃખ અવસ્થા છે. કોઈ સ્થાન નથી અહીં પણ સ્વર્ગ નરક છે.

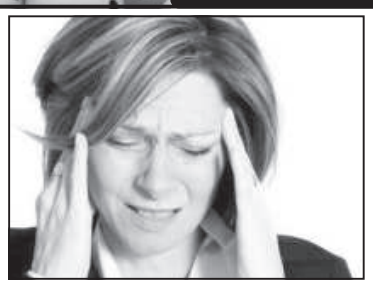
● વૃક્ષો શુધ્ધ પ્રાણવાયુ ઓકિસજન બહાર કાઢે છે જેની આપણને જરૂરત છે માટે આ વડ, પીંપળો, ઉંબરો પૂજય ગણ્યા ઉપવાસ એકટાણા આરોગ્ય માટે વૈકુંઠવાસ માટે નહિં.

● ગ્રહ શાંતિ કર્મ એટલે કરવાનું કે સૂર્ય ચંદ્ર મંગળના વિશાલ મંડલો એ પ્રભુની વિભૂતિ અંશ છે જેમ પૃથ્વી (માતા) ઈશ્વરની વિભૂતિ છે. ગ્રહો હવે નડશે નહિં તે ભ્રમ છે.

(ક્રમશઃ)

'ટેન્શન' જીવનને બરબાદ કરી મૂકે છે

પોઝિટિવ થિન્કિંગ
યશવંત કડીકર



જયા એક સ્માર્ટ, આધુનિક યુવતી છે. એક દિવસ એની બહેનપણીને એણે પોતાના ઘરે પાર્ટીમાં બોલાવી. પાર્ટીની તારીખ જયાએ નોંધી હતી, પરંતુ પાર્ટી વિશે વિચારી વિચારીને જયાને પરસેવો છૂટી રહ્યો હતો. આટલા બધા અજાણ્યા લોકોને મળવાના ખ્યાલથી તે ગભરાઈ રહી હતી.

લત પચીસ વરસની રેડિયો 'એનાઉન્સર' છે. એક વાર બ્રોડકાસ્ટ શરૂ થવાની પાંચ મિનિટ પહેલાં એને સ્ક્રિપ્ટ લખીને રજૂ કરવાની હતી. આટલી હોંશિયાર હોવા છતાં પણ એ દિવસે તે ખૂબ જ ગભરાઈ ગઈ. હૃદયના ધબકારા વધી ગયા. પેટમાં ગરબડ થવા લાગી અને એને થયું કે તે બાથરૂમ તરફ ભાગે, પરંતુ સમય ક્યાં હતો? લાલ બત્તી થઈ અને લતાને હવે કાર્યક્રમ શરૂ કરવાનો હતો, પરંતુ એ તો જાણે મૂંગી બની ગઈ હતી. પછી તો એક મિનિટમાં જ તે બેહોશ થઈને ભોંય પર ઢળી પડી. વિચારો, કેવા હાલ થયા હશે એના?

ભય પામવો એ મનુષ્યનો સ્વભાવ છે. જો તમારા પર કોઈ હુમલો કરે તો સામાન્ય રીતે તમારી પ્રતિક્રિયા એવી રહેશે કે કાં તો તમે એનો સામનો કરો, નહિ તો પછી તમે એને તમારાથી ચઢિયાતો સમજો અને ત્યાંથી ખસી જાઓ, આવા સમયે તમારા શરીરમાંના લોહીને હોર્મોન ધક્કો આપીને પણ એને હાથ સુધી પહોંચાડે છે, એવામાં પાચન ક્રિયામાં ગરબડ થઈ જાય છે. તમે કમજોરી કે બેચેનીનો અનુભવ કરો છો, પરંતુ જેવી પરિસ્થિતિ હોય છે એ પ્રમાણે ભયનો સામનો કરવા માટે તૈયાર થઈ જાઓ છો. એવું જરૂરી નથી કે ભયનું કોઈ ખાસ કારણ હોય. ઘણા લોકો એમ જ બેઠાં બેઠાં ઘણી વસ્તુઓથી ડરતા હોય છે. ક્યારેક તો રિક્ષામાં બેઠાં બેઠાં ડર લાગે છે કે ક્યાંક એ ઊથલી ના પડે કે ક્યાંક ભટકાઈ ના જાય. ક્યારેક લેખકોને પણ એવું લાગવા માંડે છે કે ના તો હવે એમનું મગજ ચાલે છે કે ના એમની કલમ જોવા જોઈએ તો આ બધું એમના મને ઊભું કરેલું હોય છે. ના કંઈ બધી રિક્ષાઓ ઊથલી પડતી હોય છે કે ના કોઈ લેખક લખવાનું બંધ કરી દેતા હોય છે.

વધુ પડતી માનસિક ચિંતા નાના ભયને મોટું સ્વરૂપ આપી દેતી હોય છે. એક જાણીતા મનોવૈજ્ઞાનિકે એક સરસ વાત કરી છે કે દરેક માનવીની આંતરિક અને બાહ્ય વ્યવસ્થામાં ચિંતા અને શાંતિની બરાબરની ભાગીદારી હોવી જોઈએ ત્યારે જ એ કુશળતાપૂર્વક ચાલી શકે છે અને વિકાસ પામી શકે છે.

આ જાતનો માણસ કામથી દૂર ભગવા લાગે છે. એની નજર ઘડિયાળના કાંટા પર મંડાયેલી હોય છે અને મગજમાં દોડતું હોય છે કામોનું એક લાંબુ લિસ્ટ. ઓફિસથી આવીને પણ તે આરામ નથી કરી શકતો, કારણ, ઘરે આવ્યા પછી પણ દિલ ધડકતું રહે છે. શ્વાસ લેવામાં તકલીફ પડે છે. ઊંઘ આવતી નથી. પાચનક્રિયા મંદ પડે છે. વારંવાર બાથરૂમ જવાની ઈચ્છા થાય છે અને કંઈને કંઈ ખાવાનું મન થાય છે. કેટલાક લોકો સતત ચા-કોફી પીતા હોય છે. કેટલાક લોકો મીઠાઈ ખાતા હોય છે તો કેટલાક 'ડ્રગ' ને દારૂની ચુંગાલમાં ફસાઈ જતા હોય છે. કેટલાકને વિચિત્ર જાતનો ડર લાગતો હોય છે. જેમ કે કોઈને ખાસ રંગનો, અણીદાર વસ્તુઓનો કે પછી કોઈ પક્ષીઓનો, બાળપણથી જ ધ્યાન આપવામાં ન આવે તો મોટા થઈને આવા લોકો નશાખોર કે એક જાતના માનસિક રોગી બની જાય છે.

એક જાણીતા મનોવૈજ્ઞાનિકે આ જાતની ચિંતા કે ભારણની અવસ્થાઓ બતાવી છે (૧) શરીર પરથી કાબુ ગુમાવવો (૨) ભયભીત થઈ જવું (૩) જે રોગો નથી, એની શંકા કરીને ચિંતા કરવી (૪) સામાજિક ભયથી બહાર જતાં. લોકોની સાથે હળતાં મળતાં અને અજાણ્યા માણસ સાથે વાતચીત કરતા ગભરાવું (૫) એગ્રાફોબિયા-કેટલાક લોકો જાહેર સ્થાનોમાં જતાં ગભરાતા હોય છે (૬) હતાશાથી ઉત્પન્ન થયેલ બ્રેકડાઉન-કેટલાક લોકોને સતત એવો ભય રહે છે કે તેઓ બીજાને ભારરૂપ છે.

નિષ્ણાતોનું માનવુ છે કે જો આ પ્રકારની નર્વસનેસની સારવાર લેવામાં ના આવે તો માણસને ગભરામણનો રોગ લાગુ પડી જાય છે.

આને રોકવાનું કામ પહેલેથી જ કરો. એક દિવસ બિલકુલ આરામ કરો, જેથી ચિંતામુક્ત રહી શકો. સમયસર પૌષ્ટિક ખોરાક લો, વ્યાયામ કરો. પૂરતી ઊંઘ લો. આવા સમયે એક સારા થેરેપિસ્ટની સલાહ જરૂર લો.