સુપ્રભાતમ્
સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
99789-26251

સલામી સવારની..

બેન્કો પણ ચૂસી લે, લોહી પ્રજાનું, ઈન્જિન વગર,
એમઓયુ ઉડે સ્વપ્નના આકાશે, ઈન્જિન વગર,
ઈન્જિન એકલું દોડે વિકાસ માટે ડબ્બા વગર -
હવે તો 'ડબ્બા' પણ દોડતા થયા, ઈન્જિન વગર
(જૂથોની અને નેતૃત્વની અંધાધૂંધી)

હાઈકુ

ઈન્જિન બાઝે
ને માર ખાય ડબ્બા,
'સ્મૃતિ'ને બ્રેક!!
(ફેક ન્યુઝ ફતવો)

હુકમ એક્કો,
ચૂંટણી જુગારમાં
દલિત કાર્ડ...
(દોરડાંખેંચ શરૂ)

ચિંતન

આત્માનં રથિનં વિદ્ધિ શરીર રથમેવતું ।
બુદ્ધિં તુ સારથિં વિદ્ધિ મનઃ પ્રગહમેવ ચ ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક કઠોરપનિષદમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

આ (અધ્યાત્મયાત્રા)માં આત્મા રથી છે, શરીર રથ છે તેમ જાણો, બુદ્ધિને સારથિ અને મનને લગામ જાણો.

જો કોઈ યાત્રામાં યાત્રાનું સાધન રથ નબળો હોય તો તેને કારણે યાત્રામાં વિઘ્નો ઊભા થાય છે. તેમ અધ્યાત્મયાત્રામાં પણ રથસ્વરુપ શરીર અસ્વસ્થ હોય તો તેને કારણે વિઘ્નો ઊભા થાય છે.

હઠયોગ જેવી શરીરમાંથી પ્રારંભ કરનારી સાધના પદ્ધતિમાં તો અસ્વસ્થ શરીર સાથે એક ડગલું પણ આગળ વધી શકાય તેમ નથી.

અધ્યાત્મ કે વ્યવહારમાં સર્વત્ર શરીર પ્રથમ એ મૂલ્યવાન સાધન છે.

સુવિચાર

- પ્રાર્થના એટલે પરમ તત્ત્વ સાથે મિત્રભાવે રહેવું - **મધર ટેરેસા**
- માણસનું મરણ જોઈને આઘાત થતો નથી પણ માણસાઈનું મરણ જોઈને ચોક્કસ આઘાત લાગે છે - **શરદ બાબુ**
- જે પ્રજા અનેક ફિરકાઓમાં વહેંચાયેલી છે અને તે દરેક ફિરકો પોતાને ઉત્તમ પ્રજા માને છે એ પ્રજા દયાને પાત્ર છે - **ખલિલ જિબ્રાન**
- જે ધર્મ જીવન પ્રત્યેના આદર પર આધારિત નથી, એ ધર્મ જ નથી - **આલ્બર્ટ શ્વાઈત્ઝર**
- ભયથી જે ભગવાનને ભજે છે તે શૈતાન આવે તો તેને પણ ભજશે - **જનકલ્યાણ**
- જ્યાં સુધી માણસ પોતાની કરુણાનું વર્તુળ બધા જીવંત પ્રાણીઓ સુધી ન વિસ્તારે, ત્યાં સુધી એને પોતાને પણ શાંતિ નહીં મળે - **ગુણવંત શાહ**
- આજનું ઔષધ : એલચી દાણા અને પીપરી મૂળ સરખે ભાગે લઈ ઘી સાથે ખાવાથી હૃદયશૂળમાં તરત રાહત થાય છે **(સંકલન : દીપક વી. આશરા)**

બોધકથા

ગણેશ શંકર વિદ્યાર્થી ઉત્તર પ્રદેશની કોંગ્રેસ સમિતિના પ્રમુખ હતા. ગણેશ શંકર કાનપુરમાં 'પ્રતાપ' નામની પત્રિકામાં તંત્રી પણ હતા. એકવાર જવાહરલાલ નહેરુ તેમને કોઈ કારણસર મળવા ગયા. ગણેશ શંકર ઑફિસમાં હાજર ન હતા. જવાહરલાલ ઑફિસમાં બેસી ગણેશ શંકરની રાહ જોતા બેઠા હતા, એમણે જોયું કે ઑફિસમાં સ્વચ્છતાનો સદંતર અભાવ હતો. જવાહર લાલે તરત સાવરણી, ઝાપટીયું હાથમાં લઈ ઑફિસને સ્વચ્છ અને સુઘડ બનાવી દીધી. જવાહરલાલ પોતુ કરતા હતા ત્યાં તો ગણેશ શંકર પાછા આવી ગયા. એમની ઑફિસની રોનક બદલાયેલી જોઈ પહેલાં તો ખૂબ શર્મિંદા થયા.

પોતાની બેદરકારી સમજી ગયા. અને જવાહરલાલની માફી માંગવા લાગ્યા.

ગાંધી વિચારની સાથે અને સામે

તંત્રીસ્થાનેથી...

ભારતીય જનતા પાર્ટી અને એનું પેરન્ટ સંગઠન રાષ્ટ્રીય સ્વયંસેવક સંઘ કયારેક સામસામી દિશાઓમાં ચાલતાં દેખાય છે. વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદી દેશમાંથી કોંગ્રેસને નેસ્તનાબૂદ કરવાની પ્રતિજ્ઞા લઈ બેઠા છે. આર એસ એસ ના વડાને દેશ 'કોંગ્રેસ મુક્ત' થઈ જાય એની ઉતાવળ નથી. એમને તો કોંગ્રેસીઓ પણ હિંદુત્વની વિચારસરણી તરફ વળે એટલી જ અપેક્ષા છે. તેઓ સંઘને રાજકારણનો અખાડો બનાવી દેવા માગતા નથી. એમના માટે ધર્મ-સંસ્કૃતિ વધારે મહત્ત્વની બાબત છે નહીં કે સુવાંગ સત્તા. અલબત્ત, સત્તા હશે તો સવિશેષ અનુકૂળતા રહેશે એ મુદ્દો એમણે સ્વીકારેલો જ છે. પરંતુ આ સત્તા મેળવવા કે ટકાવી રાખવા તેઓ વિચારધારા સાથે સમાધાન કરવા તૈયાર નથી. સરદારસિંહ રાણાની વેબસાઈટ લોન્ચ કરતાં એમણે દેશની સ્વતાંત્રતામાં સશસ્ત્ર ક્રાંતિકારીઓની મહત્ત્વની ભૂમિકાનો ભરપેટ ઉલ્લેખ કર્યો છે. એમણે આડકતરી રીતે અત્યાર સુધી આઝાદી ગાંધી પ્રેરિત અહિંસક સત્યાગ્રહ અને અસહકારની ચળવળથી જ મળી ગઈ હોવાની વ્યાપક માન્યતાને ભ્રામક ગણાવવાનો જ પ્રયાસ કર્યો. સશસ્ત્ર ક્રાંતિકારીઓ દેશના ખૂણે ખૂણે ફેલાયેલા હતા અને બ્રિટિશ સત્તાને હટાવા જાન જોખમમાં મૂકી પોતાનું યોગદાન આપી રહ્યા હતા તે વાત સાથે ભાગ્યે જ કોઈ અસહમત થઈ શકશે. સશસ્ત્ર ક્રાંતિકારીઓને પ્રજાનો પ્રત્યક્ષ ટેકો નહોતો મળી શકતો કારણ કે અંગ્રેજો આવા લોકોને અત્યંત ક્રૂરતાપૂર્વક તોપના નાળચે બાંધીને કે બંદૂકના ભડાકે દઈને અથવા જાહેરમાં ઝાડની ડાળે લટકાવી મૃત્યુદંડ આપી દેતા હતા. સશસ્ત્ર ક્રાંતિકારીઓ યુરોપમાં રહીને પણ માતૃભૂમિની આઝાદી માટે કૃતસંકલ્પ હતા. ગાંધીજી ભારત આવ્યા એથી ઘણાં વર્ષો પહેલાં છેક ૧૯૦૭ની સાલમાં જર્મનીમાં મેડમ ભીખાઈજી કામા અને સરદારસિંહ રાણાએ સૌ પ્રથમ તિરંગો ફરકાવ્યો હતો. શ્યામજી કૃષ્ણ વર્મા, મેડમ કામા અને સરદારસિંહ રાણાની ત્રિપુટીએ ભારતમાં બોમ્બ - પિસ્તોલની ક્રાંતિમાં ખૂબ અગત્યનો ફાળો આપ્યો હતો. દેશમાં કોંગ્રેસ જેવી મહત્ત્વની પાર્ટીનું નેતૃત્વ ગાંધીજી પાસે આવતાં આઝાદીની પદ્ધતિસરની લડાઈમાં કોંગ્રેસ અગ્રેસર રહી તે સાચું, પરંતુ એથી પેલા સશસ્ત્ર ક્રાંતિકારીઓએ ઊભી કરેલી ભૂમિકા હાંસિયે ધકેલી દેવાય તે બરાબર નથી. વીર સાવરકરને પણ સરદારસિંહ રાણાએ શરૂ કરેલી શિષ્યવૃત્તિ યોજનાનો લાભ મળ્યો હતો. શ્રી ભાગવતે કહ્યું કે ગોળી - પિસ્તોલવાળા તમામ લોકોને એક ત્રાજવે ન તોલવા જોઈએ. આ વિધાન પાછળ કદાચ તેઓ નાથુરામ ગોડસેએ કરેલ ગાંધી હત્યા સામે ભગતસિંહ જેવા રાષ્ટ્રનાયકોએ પાર્લામેન્ટમાં કરેલ બોમ્બ ધડાકાની મહત્તા સમજાવવા માગતા હશે. સ્પષ્ટપમે ગાંધીવિચારથી સામા છેડે રહેતા આર.એસ.એસ.ની જ રાજકીય પાંખ ભાજપના નેતાઓ ગાંધીનો અનાદર કરી શકતા નથી. ગમે તે ના ગમે, એમણે 'ગાંધી ચીંધ્યા' માર્ગે જ ચાલવાનો દેખાવ કરવો પડે છે તે કેવી વિડંબના છે!

ગુંદા, કાચી કેરી, કેરડા, અથાણાં અને સ્વાસ્થ્ય

ઉનાળો આવતા જ અથાણાંની સિઝન ખુલે. કાચી કેરી, ગુંદા, કેરડા, ડાળા, ગરમર આદિ વિવિધ પ્રકારના અથાણાંઓ ઘરમાં ભરવાના શરૂ થાય અને આખું વર્ષ ખવાય. આ અથાણાંઓના શરીર પરના લાભાલાભ અને આપણાં સ્વાસ્થ્ય પર અસરો વિષે વાત કરીએ. અથાણાંમાં વપરાતા ગુંદાથી લગભગ હરકોઈ પરિચીત હશે. ગુંદા ચીકણાં અને સ્વાદે મધુર હોય છે, આથી પિત્તને ઘટાડનારા છે. રક્તપિત એટલે કે શરીરના કોઈ ભાગેથી લોહી પડતું હોય તો ઘી માં વઘારેલું ગુંદાનું શાક રાહત આપે છે. ગુંદાના રસથી સ્વરપેટીનો સોજો ઓછો થાય છે. ગુંદાનું વધુ પડતું પ્રમાણ પચવામાં ભારે છે અને પેટનાં રોગોને નોતરે છે.

કાચી કેરી પણ આપણે ત્યાં ખૂબ ચલણમાં છે. કાચી કેરી ભૂખ લગાડનાર અને શાતા આપનાર છે. કાચી કેરીનો બાફલો પીવાથી લૂ લાગતી નથી. કાચી કેરીની સાથે જીરૂ, સિંધાલૂણ અને ગોળ લેવો વધુ હિતકર છે. વધું માત્રામાં કાચી કેરી પિત્ત વધારનાર અને લોહીવિકાર કરનાર છે.

આપણે ત્યાં કેરડાનું અથાણું પણ બને છે. કેરડા મુખત્વે ગરમ પ્રકૃતિના અને શરીરનો મેદ ઘટાડનારા છે. કેરડા કમરનો દુખાવો દૂર કરે છે. આપણાં ગામડામાં સુવાવડી બહેનોનો કમરનો દુખાવો દૂર કરવા કેરડાના અથાણાં ખાવાનું ચલણ છે. કેરડા કફ અને મેદનો નાશ કરનાર છે. પાતળા થવાની ઉત્તમ ઔષધિ તરીકે કેરડાનું નામ સુચવી શકાય.

અથાણાંમાં ગુંદા, કેરી કે કેરડા જેટલું જ મહત્વ તેમા વપરાતા રાઈ, મેથીનાં કુરીયા, તેલ, મીઠું, મસાલા, અને લીંબુનું (ખટાશ) છે. રાઈ અને મેથી સ્વભાવે ગરમ છે. પિત્ત વધારનારા છે. એમાય રાઈ તો ખૂબ પિત્ત વધારે. સપ્રમાણ લેવાથી રાઈ ભૂખ લગાડનાર અને પાચક છે. રાઈમાં ઉડ્ડનશીલ તેલ હોય છે, જે ભૂખ લગાડવા માટે એરોમા થેરાપીનું કામ કરે છે (લસણ-કાંદાનું પણ આવું જ છે). તેલ બળપ્રદાન કરે છે. શરીરને શક્તિ આપે છે અને વાયુને દૂર કરે છે.

આપણે અથાણાના ગુણો વિષે વાત કરી. હવે તેના અવગુણો પર પણ નજર કરીએ.

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા
ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

અથાણાંમાં મીઠાનો (સોલ્ટનો) ખૂબ ઉપયોગ થાય છે. આથી બ્લડપ્રેશર અને સોડીયમ વધી જતું હોય તેવા લોકોએ ચેતવું. અથાણામાં ખટાશ પણ ભરપૂર હોય છે, આથી સાંધાના દુખાવા તેમજ વા ના દર્દિઓએ સાવચેત રહેવું. અથાણામાં પડતા રાઈના કુરીયા ખૂબ પિત્ત વધારે છે, આથી પિત્ત પ્રકૃતિ વાળા લોકોએ બહુ સાવચેત રહેવું. રાઈ, મસાલા, તેલ અને ખટાશનું કોમ્બીનેશન ચામડીના રોગો અને લોહીવિકારને નોતરે છે આથી સભાનતા રાખવી.

આ સંદર્ભે આયુર્વેદનું આ વાક્ય બ્રહ્મવાક્ય ગણી શકાય "આપણા શરીરની પ્રકૃતિને અનુકૂળ આવે તેવું અને માત્રાપૂર્વકનું ખાવું". અતિમાત્રાથી અનેક તકલીફો ઉભી થાય છે. અમે એવા ઘણા દર્દીઓ જોયા છે કે જે સવાર-બપોર-સાંજ શાક જેટલી માત્રામાં અથાણાં લે અને વરસો વરસ આવું જ ચાલે, અંતે બાર-પંદર-વીસ વરસ પછી આખા જકડાઈ જાય અને એક ડગલુંય ના માંડી શકે એવા થઈ જાય. શરીર પ્રત્યે સમજદારી કેળવી અથાણાં માણવાં. જો સવારે ઉઠતા સહેજ સાંધા દુખે, શરીર ભારે લાગે, ચામડી પર ફોલ્લી-દાણા નીકળે, તો અથાણાંનો ડોઝ ઘટાડવો. આમ, પ્રમાણભાન રાખવું. સપ્રમાણ અથાણાંથી જમવાનો આનંદ પણ આવશે અને તેના બધા જ સ્વાસ્થ્યપ્રદ લાભ પણ થશે.

- contact@atharvaayu.com

મારા રામ તમે સીતાજીની તોલે ના આવો

પહેલી ફેબ્રુઆરીની બપોરે અમે અલ્હાબાદની ટ્રેનમાં બેસી નેપાળ પ્રવાસનો પ્રારંભ કર્યો હતો.બીજીની સાંજે અલ્હાબાદ પહોંચી ગયા. સ્વામીનારાયણ અંદિરમાં રાત ગુજારીસવારે ગરમાગરમ મેથીના ગોટા ખાઈ અમે અયોધ્યા દર્શન કરવા નીકળી પડ્યા. હજી ઠંડીનું જોર યથાવત હતું બધાએ સ્વેટર ચડાવી લીધેલા. શ્રી રામચરિત માનસ મંદિરમાં સૌ પહેલાં દર્શન કર્યા. અહીં રામાયણની બધી ચોપાઈઓ ભીંત ઉપર કોતરવામાં આવી છે. શ્રી રામે શ્રી હનુમાનજીને અયોધ્યાનો રાજવહીવટ સોંપીને સરયુમાં સમાધિ લીધી હતી. આ હનુમાનજીનું મંદિર ઊંચી ટેકરી પર છે. પંચ્યાસી પગથિયાં ચડવાના છે તે સાંભળીને જ અશક્ત સિનિયર સીટીઝનો પાછા પડી ગયા અને અયોધ્યા નગરીના સારામાં સારા મંદિરના દર્શન ખોયા. અહીં બજરંગબલીદાદાની મૂર્તિ ખરેખર દર્શનીય છે. મંદિરની ચારેબાજુનું સ્થાપત્ય પણ સરસ છે. નોંધવા જેવી બાબત તો એ છે કે અયોધ્યાના નવાબોએ ૫૨ એકર જમીન હનુમાનજીનું મંદિર બાંધવા માટે આપી હતી. મંદિરના મહંતે આમાંથી કેટલીક જમીન મુસ્લિમોને મસ્જિદ બનાવવા આપી છે. આ મંદિર એવું મંદિર છે કે ત્યાં મુસ્લિમો પણ આવે છે અને હનુમાનજીને અલી ગણીને માથુ ટેકવે છે. હિંદુ-મુસ્લિમ એકતાનું આવું ઉદાહરણ બીજે ક્યાં મળે ?

કેટલાક લોકોને દેશના હિંદુ મુસ્લિમો ભેગા રહીને જીવે તે મંજુર નથી. તેમાંથી ઊભો થયો છે રામ જન્મભૂમિ વિવાદ. ખરી નિરાશા આ રામજન્મભૂમિના દર્શનથી થઈ. એટલો બધો બંદોબસ્ત રાખવામાં આવ્યો છે કે એક ચકલું પણ ચકાસાયા વગર પ્રવેશી ના શકે. વળી એટલું બધું વાકુંચૂકું રેલીંગો વચ્ચે ચાલવાનું છે કે જો કોઈ ચકલું ભૂલથી અંદર પ્રવેશ કરી જાય તો બિચારું થાકી જાય.આ બધું સમજીને જ પેલા ખખડધજ સિનિયર સીટીઝનો અંદર આવ્યા ન હતા.પાછું આટલું કષ્ટ વેઠીને અંદર જઈને જોવાનું શું ? એક રામસીતાની ગોઠવી દેવાયેલી મૂર્તિ અને બાજુમાં હનુમાનજી.ખબર નહીં ક્યારે આ મંદિર બંધાશે અને ક્યારે શ્રી રામસીતા આટલા કડક બંદોબસ્તમાંથી હાશકારો મેળવી તેમના દર્શન કરવા હોંશે હોંશે આવતા ભોળા ભક્તોને જોઈ શકશે ?

પણ સરયુ નદીના કાંઠે જતાં મન આનંદમાં આવી ગયું. વર્ષો પહેલાં હિન્દી સામયિક ધર્મયુગમાં આ સરયુ નદીના ખુબ સુંદર ફોટોગ્રાફ્સ મેં જોયા હતા.જે હજુ ભૂલાતા નથી. આજે પણ સરયુ એટલી જ મનમોહક લાગે છે.ગોરખપુર જવાના પુલની બંને બાજુએ પાકા ઘાટ બનાવવામાં આવ્યા છે.કિનારે ઘણી બધી હોડીઓ લાંગરેલી છે.તે પણ પુલ પરથી ઘણી સરસ દેખાય છે. કિનારે પૂજા કરાવનારા અને નાવિકો "આવો આવો" કરતાં ઊભાં હોય છે. અખાના દાખવ્યા મુજબ ઘણા લોકો જળ ભાળીને સ્નાન કર્યા વગર રહી શકતા નથી. પરંતુ ખબર નહીં કેમ મને નદીઓના મેલાં પાણી જોઈ નહાવાનું તો ઠીક પણ એમાં પગ મૂકવાનું યે મન થતું નથી. જે જળમાં આખા રઘુવંશે સ્નાન કર્યા હશે એની આવી દશા ? આને બીજુ બધું ભલે કહેવાય પણ માનવજાતનો વિકાસ કઈ રીતે કહેવાય ? જો કે પુલ પરથી સરયુ માતા બહુ વૈભવશાળી વરતાય છે. અત્યારે ફોટાઓ જોઉ છું તો તેમાં પણ એવું જ સૌદર્ય નિખરે છે.

દાળ,ભાત, લાડુ, શાક આરોગીને બપોરબાદ અમે નેપાળ જવા પ્રયાણ કર્યુ આજે રાતે નેપાળપ્રવેશ કરવાનો હોવાથી સોનેભાઈએ માથાદીઠ ૬૫૦ રુ. એંટ્રી ફીના અગાઉથી ઉઘરાવી લીધા. બધાના આધારકાર્ડની કોપીઓ પણ માંગી હતી. ઘણાને હજુ ઝેરોક્ષ કરાવવાની બાકી હતી.સંજોગોવશાત આજુબાજુના ઝેરોક્ષ વીજળીના અભાવે બંધ હતા. બધા ચક્કર મારીને પાછા ફરેલા એટલે ગાડીવાળાએ જતાં જતાં અયોધ્યામાં જ અધવચ્ચે બ્રેક મારી અને ઝેરોક્ષ કરવા હેઠે ઉતર્યા.પાંચ છ ઝેરોક્ષ મેળવતાં ખાસો અડધો-પોણો કલાક નીકળી ગયો.

અયોધ્યાથી નેપાળ જવા નીકળ્યા ત્યારે સીતામઢી જવાનું નક્કી ન હતું. બસમાં બેઠા બેઠા જ સીતામઢીના દર્શન કરવા જવાનો નિર્ણય લેવામાં આવ્યો હતો. એક બે અનુભવી પ્રવાસીઓએ જણાવ્યું કે જો સીતામઢી જઈશું તો પછી બોર્ડર પર જતાં રાતના બાર વાગશે.પરંતુ તેમની વાત બહુમતી પ્રવાસીઓ દ્વારા ગણકારવામાં આવી નહીં.ઉત્તરપ્રદેશના નાના નાના સાંકડા ગ્રામ્ય રસ્તાઓ પરથી પસાર થઈને બસ જ્યારે સીતામઢી પહોંચી ત્યારે સંધ્યા થઈ ગઈ હતી. અહી સીતાજી રામ જેવા રામને ત્યાગીને ધરતીમાં સમાઈ ગયા હતા. ખરેખર તો સીતામાતા કદી રામથી અળગા રહી જ ના શકે પણ તેમણે આ ફાની દુનિયાનો ત્યાગ કર્યો હતો એમ કહેવું ઉચિત ગણાય. ધરતીમાં પ્રવેશ કરતા જાનકીમૈયાની અદભુત મૂર્તિ છે. આવા વેશમાં અને આવા પરિવેશમાં અને આવા ઉત્કટ ભાવાવેશમાં આ પહેલાં અમે કદી જનકદુલારીને જોયા ન હતા. કોઈ ફિલ્મીસર્જક આવું અનોખું દ્રશ્ય ખડું કરી શકે તેમ નથી. જો વહેલા પહોંચવાના લોભે અહીં આવ્યા વગર બારોબાર જતા રહ્યા હોત તો એક અલભ્ય મંદિર નહીં જોયાનો વસવસો રહી જાત. મંદિરમાંથી બહાર નીકળ્યા બાદ બધા એક ગલ્લે ચા પીવા બેઠા. ચા પીધી . પછી હું પાર્વતી માટે કશુંક ખાવાનું શોધવા નીકળ્યો. કોઈ ચીજ ઉપર નજર ઠરી નહીં. એક લારીવાળો પલાળેલા ચણા શેંકીને આપતો હતો. દુકાનદાર સાવ નાનકડો છોકરો હતો. મેં એની પાસેથી ચણા ખરીધ્યા. બસમાં ગયા પછી બધાને ચણા વહેંચ્યા . દરેકને તે ખુબ સ્વાદિષ્ટ લાગ્યા. પલાળેલા દાણા હતા, સરસ શેકવામાં આવ્યા હતા, છોકરાએ ઘણા ભાવથી વેચ્યા હતા.

મનના ઉમંગો
રણછોડ પરમાર

સીતામાતાના આશ્રમસ્થળનું એક અલગ વાતાવરણ હતું. અને સૌથી વિશેષ કે બધાને બરાબરની ભૂખ લાગી હતી. એટલે બધાને એકે એક દાણો બહુ સ્વાદિષ્ટ લાગતો હતો.

સીતામઢીથી બસ ઉપડી ત્યારે સૂરજ આથમવાની તૈયારીમાં હતો. થોડીવારમાં અંધારું થયું અને ભાવિક યાત્રાળુઓએ અંબેમાની આરતી શરું કરી. આ લખતાં લખતાં મારું મન ફરી સીતામાતાના જમીનમાં સમાઈ જવાના કાર્યકાળની કલ્પનામાં ખોવાઈ રહ્યું છે. એ અભાગી માતાના હૃદયમાં કેટલી વેદના થઈ હશે કે એનું મન ચિત્કારી ઉઠ્યું હશે કે "હે ધરતીમાતા! હવે હું મારી પવિત્રતાના પુરાવા આપી આપીને થાકી ગઈ છું. હવે એક ક્ષણ પણ આ સૃષ્ટિમાં મારે રહેવું નથી. મા, તું મને તારા ખોળામાં સમાવી લે." આ શબ્દો સાંભળીને આકાશ જેવું આકાશ પણ ફાટી પડે તો ધરતી કેમ ના ચિરાઈ શકે ? ગગને સામી ચીસ પાડી દીધી હશે. ચારે દિશાઓ ધ્રુજવા માંડી હશે. અયોધ્યાપતિ રામ દિગ્મૂઢ થઈને તાકી રહ્યા હશે. સર્વસમર્થ શ્રીરામને શું કરવું, શું ના કરવું એની કોઈ દિશા સૂઝતી નહીં હોય ! સભાજનો બેબાકળા થઈ ગયા હશે. માતાઓ સૂનમુન થઈ ગઈ હશે. જન્મકાળથી માતાની સોડમાં રહેલા લવ અને કુશ મા પાસે જવા ઘાંઘા થઈ ગયા હશે તેમને કોણે અને કઈ રીતે સંભાળ્યા હશે.તેની કશી ખબર આપણને નથી. આવી ભાવુક ક્ષણનું મંદિર સીતામઢી છે. ભૂમિમાં પ્રવેશવા તૈયાર જનકનંદિનીની મૂર્તિ બનાવનાર ખરેખર ધન્યવાદને પાત્ર છે.

એક વિજ્ઞાનના વિધ્યાર્થી તરીકે મને એવો વિચાર આવે છે કે જેવું સીતામાતાએ કહ્યું હશે કે "હે ધરતીમાતા, મને તારા ખોળામાં સમાવી લે." એવો તરત જબરદસ્ત્ ધરતીકંપ આવ્યો હશે. સીતાજી જ્યાં ઉભા હશે ત્યાં સામે જમીનમાં મોટી ફાટ પડી હશે અને સીતામાતા તેમાં કૂદી પડ્યા હશે.

આરતી પછી એકબે ભજનો ગવાયાં અને શાહભાઈ ઉભા થયા. એમણે અંતકડી શરૂ કરાવી. અંતકડી આવે એટલે આરતી- ભજનમાં સૂઈ રહેલા લોકો પણ જાગી જાય અને ગમે તેનો વારો હોય ગમે તે ગીત હોય તેઓ મોટે મોટેથી લલકારવા માંડે. એમાં જો કોઈ પોતાની પસંદગીનું ગીત આવી જાય તો એમને જુસ્સો જ બદલાઈ જાય. તમને કલ્પના પણ ના આવે કે હમણાં આરતી સમયે ઝોંકા ખાતા હતા એ ભાઈ આ જ છે. ઘણો લાંબો સમય અંતકડી ચાલી પાછા શાહભાઈ ઉભા થયા અને જાહેરાત કરી કે આજે તમને સોનીભાઈ (પ્રવાસ આયોજક) સમોસા ખવડાવશે. સ્વાભાવિક છે કે આવી જાહેરાતને સહુ તાળીઓના ગડગડાટથી વધાવી લે.

સીતામઢીથી નેપાળ બોર્ડર જતાં ઘોર અંધકારમાં એક જગાએ બસ ઉભી રહી. બસની પાછળની બાજુએ એક હોટલ હતી. આયોજકો સમોસાનું પૂછતાં હતા તે સમયે ચાનું વેચાણ ચાલુ હતું.એક છોકરો કીટ્લીમાંથી માટીની કુલડીમાં ચા ભરી ભરીને વહેંચતો હતો. મને થયું લાવ ચા પીએ. પેલા છોકરાએ ચા કાઢી આપી. માટીની કુલડીમાં ચા પીવાની મઝા જ અલગ છે. જ્યારે જ્યારે કુલડીમાં ચા પીવાનું સૌભાગ્ય પ્રાપ્ત થાય છે ત્યારે લાલુપ્રસાદ યાદ આવી જાય છે. એ ભાઈએ રેલવેમાં કુલડીમાં ચા આપવાનું બહુ સરસ કામ કર્યું હતું.(અત્યારે જેલના કપમાં

અનુસંધાન પાના નં ૭ પર

હું કરું હું કરું એ જ અજ્ઞાનતા, શકટનો ભાર જયમ શ્વાન તાણે

હું કરું હું કરું એ જ અજ્ઞાનતા,
શકટનો ભાર જયમ શ્વાન તાણે

- નરસિંહ મહેતા

મહાભારતમાં યુદ્ધ ચાલી રહ્યું હતું. શ્રીકૃષ્ણ અર્જુનના સારથિ હતા. જેવું અર્જુનનું બાણ છૂટ્યું, કર્ણનો રથ ઘણો જ પાછળ જતો રહેતો. જયારે કર્ણનું તીર છૂટતું તો અર્જુનનો રથ સાત પગલાં પાછળ જતો રહેતો. શ્રીકૃષ્ણ ભગવાને અર્જુનની પ્રશંસા કરવાને બદલે દર વખતે કર્ણ માટે કહેતા, 'કેટલો વીર પુરુષ છે આ કર્ણ ! જે અમારા રથને સાત પગલાં પાછો પાડી દે છે.' આ સાંભળી અર્જુણ ઘણો પરેશાન થયો. અસમંજસની સ્થિતિમાં પૂછી બેઠો, 'હે વાસુદેવ, આ પક્ષપાત કેમ ? મારા પરાક્રમની નોંધ નથી લેતા અને આપણા રથને માત્ર સાત પગલાં પાછળ ધકેલતા કર્ણ માટે આપ દરેક વખતે વાહ - વાહ કરો છો.'

શ્રીકૃષ્ણ ભગવાન બોલ્યા, પાર્થ તને ખબર નથી... 'તારા રથ પર મહાવીર હનુમાન અને હું સ્વયં કૃષ્ણ બિરાજમાન છે.'

જો અમે બંને ન હોત તો તારા રથનું અત્યારે અસ્તિત્વ પણ ન હોત. આ રથને સાત પગલાં પણ પાછળ ધકેડવો એ કર્ણના મહાબળવાન હોવાનો સંકેત છે.

અર્જુન આ સાંભળીને પોતાની ક્ષુદ્રતા પર સંકોચ અનુભવવા લાગ્યો. આ તથ્યને અર્જુન તેથી વિશેષ ત્યારે સમજ્યો જયારે યુદ્ધ સમાપ્ત થયું. પ્રત્યેક દિવસે અર્જુન જયારે યુદ્ધમાંથી પાછા ફરતા ત્યારે શ્રીકૃષ્ણ ભગવાન પહેલા રથમાંથી ઊતરતા અને સારથિ ધર્મ હોવાથી અર્જુનને પછી ઉતારતા.

યુદ્ધના છેલ્લા દિવસે રથમાંથી ઊતરતા પહેલાં ભગવાને કહ્યું, 'અર્જુન તમે પહેલા રથમાંથી ઊતરીને દૂર ઊભા રહો. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણના ઉતરતા જ રથ મળીને ભસ્મ થઈ ગયો. અર્જુન આશ્ચર્યચક્તિ થઈ ગયો.'

લાગણીનો મેળો
રસિક વાળંદ

ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે કહ્યું, પાર્થ, તારો રથ તો કયારનોય બળીને ભસ્મ થઈ ચૂક્યો હતો. ભીષ્ણ, કૃપાચાર્ય, દ્રોણાચાર્ય અને કર્ણના દિવ્યાસ્ત્રોથી તે રથ નષ્ટ થઈ ચૂક્યો હતો. મારા સંકલ્પે અને યુદ્ધ સમાપ્તિ સુધી જીવિત રાખ્યો હતો.

પોતાની શ્રેષ્ઠતાના મદમાં ખોવાયેલ અર્જુનનું અભિમાન ચકનાચૂર થઈ ગયું. પોતાનું સર્વસ્વ ત્યાગીને તે ભગવાનના ચરણોમાં નતમસ્તક થઈ ગયો. અભિમાનનો ખોટો ભાર ઉતારીને હલકાપણું અનુભવતો હતો.

ગીતા શ્રવણમાં આથી વિશેષ શો ઉપદેશ હોઈ શકે ? બધું જ કર્તાહર્તા ભગવાન જ છે. આપણે તો નિમિત્ત માત્ર છીએ... આમ જોઈએ તો કઠપૂતળી જ છીએ... કાશ, આપણા અંદાજે અર્જુન આ સમજી ચૂક્યા હતા.

દોસ્તો, જગદ્ગુરુ આદ્ય શંકરાચાર્ય 'ભવાન્યષ્ટકમ્'માં ગાય છે :

વિવાદે વિષાદે પ્રમામે પ્રયાસે
જલે ચાનલે પર્વતે શત્રુમધ્યે ।
અરણ્યે શરણ્યે સદા માં પ્રપાહિ
ગતિસ્ત્વં ગતિસ્ત્વં ત્વમેકા ભવાનિ ॥

હે ભવાનિ ! વિવાદ, વિષાદ, પ્રમાદ, પ્રવા, જલ કે અગ્નિમાં, પર્વત પર, શત્રુઓની વચ્ચે કે વનમાં સર્વક્ષ સદાય તું જ મારું રક્ષણ કરે છે. તું જ મારી એકમાત્ર ગતિ છે.

તુલસીદાસે પણ કહ્યું છે;

'જિતને તારે ગગનમેં, ઉનતે શત્રુ હોય;
કૃપા હોય રઘુનાથ કી તો બાલ ન બાંકો હોય !'
કવિ ચિનુ મોદી 'ઈર્શાદ' પણ લે છે;
'વાહન બનેલા દેહની કેવી દશા થશે?
ભડભડ બળેલા કૃષ્ણના રથને તપાસીએ.'

મિત્રો, વાસ્તવિક જીવનની સૂક્ષ્મ સચ્ચાઈ એ છે કે આપણને ઈશ્વરી તત્ત્વ નચાવી રહ્યું છે. 'ઉપદષ્ટા, અનુમંતા ભર્યા ભોક્તા મહેશ્વર' એમ કહીને ગીતાકારે પોતાની ભૂમિકા સ્પષ્ટ કરી છે ત્યારે આપણે અર્જુન ધર્મ 'કરિષ્યે વચનં તવ' નિભાવીએ... આપણું જીવન પણ એક સંગ્રામ છે, કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, મદ, મત્સર આ ષડ્રિપુનો સંગ્રામ અવિરત ચાલતો રહ્યો છે, આપણું જીવન પ્રભુને સોંપીએ... પ્રભુમય બનીએ... તો જ વિજય થવાશે !!!

સ્પર્શમણિ :

● જે સમયે તમારું મૃત્યુ થઈ જાય છે એ જ ક્ષણે તમે એક 'બોડી' (Body) બની જાઓ છો.

અરે, 'બોડી' લાવો... 'બોડી' ઉઠાવો... 'બોડી' સુવડાવો... અરે ! મારું નામ કયાં ગયું ? આવા શબ્દોથી તમોને ઓળખવામાં આવશે.

એ લોકો પણ તમને તમારા નામથી નૈ બોલાવે. જેમને પ્રભાવિત કરવા માટે તમે પોતાની જિંદગી ખર્ચી નાખી. એટલા માટે 'નિર્મિતી' ને નહીં પણ 'નિર્માતા'ને પ્રભાવિત કરવા માટે જીવન જીવો.

● ● ●

કાચનો ટૂકડો બનીને રહેશો તો કોઈ અડશે પણ નહીં... અને હા... જે દિવસે અરીસો બની જશો તો કોઈ જોયા વિના રહેશે પણ નહીં.

- rasikvaland1965@gmail.com
mo. 9913426949