સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

સલામી સવારની..

ટેકાનો ભાવ ખૂદ ખાયકીનો ઠેકો થઈ જાય છે,
પૂરવઠાનો સ્ટાફ કૌભાંડોમાં એકો થઈ જાય છે,
વાગે છે ડંકો માટી ને ભેળસેળનો ગોડાઉનમાં-
ખેડૂને થાય ન થાય, તંત્રને ટેકો થઈ જાય છે.

હાઈકુ

લાગ જોઈને
દઈ દો રાહત તો
થૈ જાય ટેકો !

ખેડૂને પણ
પરિશ્રમ વગર
થાય છે ટેકો !

ચિંતન

મમાગ્ન વર્ચો વિહષ્વસ્તુ વયં ત્વેન્ધાનાસ્તન્વં પુષમ્ ।
મત્થા નમન્તાં પ્રદિશ્વતસ્રસ્ત્વયાધ્યકોણ પૃતના જયેમ્ ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક અથર્વવેદમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

વિશ્વસંગ્રામમાં વિજય માટે શરીર તંદુરસ્ત અને મજબૂત હોવું જરૂરી છે. દુરબળ શરીરમાં એટલી શક્તિ અને તેજ હોતાં નથી, જેનાથી શાસન અને નેતૃત્વ કરી શકાય.

સમાજ અને રાષ્ટ્રનો સ્તર ઊંચો લઈ જવામાં લોકસેવકો જ સમર્થ બની શકે છે, એના માટે પહેલાં પોતાનું જીવન ઉચ્ચ કક્ષાનું બનાવવું પડે છે કે જેનાથી બીજા ઉપર યોગ્ય પ્રભાવ પાડી શકાય. પોતે પોતાના આચરણ દ્વારા સમાજની સામે આદર્શ રજૂ કરવાનો હોય છે. બીજાઓના દુખ અને તકલીફોને જોઈને પોતે પોતાની સગવડોમાં કાપ મૂકવો પડે છે, મીઠાં વચનો બોલવાં અને પાળવાં પડે છે. પ્રામાણિક જીવનપદ્ધતિ સ્વીકારવી પડે છે અને સમાજ પ્રત્યે પોતાની જવાબદારીને યોગ્ય રીતે નિભાવવાનો આદર્શ રજૂ કરવો પડે છે.

સુવિચાર

- વક્ત આપકો બતા દેતા હૈ કિ લોગ ક્યા થે ઔર આપ ક્યા સમજતે થે - **નસીર ખાન**
- ક્ષમા આપવી સરળ નથી. ક્યારેક તે આપણને જ તકલીફ પડી હોય છે તેના કરતાં વધારે પીડાદાયક હોય છે. આ તકલીફ આપનારને જ ક્ષમા આપવાની છે અને છતાં ક્ષમા વિના શાંતિ નથી મળતી. - **સંત રોબિન**
- આપણે જેને સુખનું રહસ્ય કહીએ છીએ, તે આપણી જીવનની પસંદગી સિવાય કશું જ નથી - **ફ્રેડી પાર્કર**
- તમે તમારા કલાકો જેવી રીતે જીવશો, તે જ રીતે તમારા વર્ષો સર્જશો. તમે તમારા દિવસો જેમ જીવશો, તે જ રીતે તમારું જીવન બનાવશો. - **રોબિન શર્મા**
- આપણો મહત્ત્વનો ભય એ નથી કે આપણે અપૂર્ણ છીએ. આપણો મુખ્ય ભય તો એ છે કે આપણે અમર્યાદિત શક્તિશાળી છીએ. - **સંત પીટર**
- માણસ જ્યારે કશુંક સર્જન કરે છે, ત્યારે જ તે ખૂબ સુખી હોય છે. તેના સુખની અનુભૂતિ તેના સર્જનાત્મક કાર્યમાં જ સમાયેલી છે. - **ડેલ કાર્નેગી**
- આજનું ઔષધ : પાંચ પેશી ખજૂર ઘીમાં સાંતળીને ભાત સાથે ખાવાથી ફેફસાંની નબળાઈ દૂર થઈ જાય છે.

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

સ્વામી વિવેકાનંદ અમેરિકાના પ્રવાસમાં હતા ત્યારે તેઓ વિદ્યાર્થીઓને ભારતીય સંસ્કૃતિ અને અધ્યાત્મત રહસ્યની જાણકારી આપતા હતા. તેઓ કહેતા કે ભારતીય સંસ્કૃતિ અને ધર્મનાં તમામ તત્ત્વોનું વૈજ્ઞાનિક મહત્ત્વ પણ છે, તેથી સંસ્કૃતિ તથા અધ્યાત્મને વૈજ્ઞાનિકતા સાથે જોડીને જોવામાં આવે છે.

એક અમેરિકન વિદ્યાર્થીએ મશ્કરી કરતાં કહ્યું, ખરેખર સ્વામીજી તમારી સંસ્કૃતિ મહાન છે એટલે જ તમારે ત્યાં લક્ષ્મીનું વાહન ઘુવડ છે, જેને દિવસે દેખાતું પણ નથી. તમે બહુ અભ્યાસુ હોવ તો આની પાછળનો વૈજ્ઞાનિક તર્ક અમને સમજાવો.

સ્વામી વિવેકાનંદે ઉત્તર આપતાં કહ્યું, પશ્ચિમના દેશોની જેમ ભારતમાં ધન જ સર્વસ્વ નથી. અમારા ઋષિઓએ ચેતવણી આપી છે કે લક્ષ્મીરૂપી ધન અસીમિત માત્રામાં આવી જાય તો માણસ ઘુવડ જેવો થઈ જાય છે. અથવા તો એક આંખ હોવા છતાં માણસ ઘુવડ જેવો થઈ જાય છે. એટલે કે આંખ હોવા છતાં માણસ ઘુવડ જેવો થઈ જાય છે. આંખ હોવા છતાં તે અજવાળામાં કંઈ જ જોઈ શકતો નથી. તેનો જ સંકેત આપવા માટે લક્ષ્મીનું વાહન ઘુવડ ગણાવાયું છે.

કાળઝાળ ઉનાળામાં બફાઈ રહેલું ગુજરાત

તંત્રીસ્થાનેથી...

ચૈત્ર આમ તો વસંતઋતુના ખાતામાં ખતવાયેલો મહિનો ગણાય પરંતુ માનવીના અવિચારી પ્રકૃતિદોહનથી એ ગ્રીષ્મમાં પલટાઈ ગયો છે. ઋતુચક્રમાં આવેલ પરિવર્તનનો પ્રત્યક્ષ પુરાવો એ છે કે હજી એપ્રિલ માસનું અંતિમ અઠવાડિયું ચાલી રહ્યું છે અને ગરમી મે-જૂનના સંધિકાળને આંબી ગઈ છે. ગરમીનું આ મોજું સીધું જ ઠંડીના મોજા પછી શરૂ થઈ ગયું છે. હોળી-ધૂળેટી સુધી શિયાળાની અસર લાગતી હતી ત્યાં એકાએક સૂર્યદેવે એમનો અસલી મિજાજ બતાવી દઈ વચ્ચેની વસંતઋતુ પર ડામ દઈ દીધો. અર્થાત્ નવાં પાંદડાં ખીલે, ઊઘડે એ પહેલાં તો એમને સૂર્યદેવના કોપનો શિકાર થઈ જવું પડ્યું. ઋતુચક્રના આ વિકૃત પરિવર્તનને કારણે ગુજરાત એની હરિયાળી ઓળખ ગુમાવી ન દે એની ચિંતા સ્વાભાવિક રીતે જ થાય. અત્યારથી ઉષ્ણતામાનનો પારો ૪૪-૪૫ ડિગ્રી સુધી પહોંચી ગયો હોય તો જૂનના પ્રારંભે તો કોણ જાણે શી વલે થશે ? નિરંજન ભગતે ગ્રીષ્મની ગરિમાનું કાવ્ય લખ્યું છે તે હવે વસંતને લાગુ પડે એવું છએ : 'તપ્ત ધરતી હતી, ભાનુના ભર્ગથી ભાસ્વતી...'

પ્રલય વિશેની કાલ્પનિક કથાઓ આપણી ઘણી સાંભળી છે એમાં દાવાનળથી સળઘી ઊઠેલી સૃષ્ટિથી લઈ ઠંડીમાં થીજી કે ઠીંગરાઈ ગયેલ દુનિયાની વાત આવે છે, સમુદ્રની સુનામી, વાવાઝોડાં અને અતિવૃષ્ટિથી વેરણછેરણ થઈ ગયેલી પૃથ્વીની કલ્પના આવે છે. પ્રલયનો નવો આયામ આપણા વડાપ્રધાન જેનું જાહેરમાં ગૌરવ લેતા ફરે છે તે પરમાણુ બૉમ્બ પણ છે. બીજા વિશ્વયુદ્ધમાં અમેરિકાએ જાપાનનાં બે નગરો - હિરોશીમા અને નાગાસાકીનો સર્વનાશ કરી પ્રલયની ઝલક દુનિયાને દેખાડી દીધી હતી. માનવીએ પ્રકૃતિને લોગીઝાણ ઉઝરડા પાડીને પોતાની એષણાઓ સંતોષવામાં કોઈ જ કસર નથી છોડી. માનવી એમ જ માનતો થઈ ગયો કે આખી સૃષ્ટિની તમામ જીવંત કે નિર્જીવ અસ્કામતો એના ઉપભોગ માટે જબનેલી છે. એની આ માન્યતા સવિશેષ બાઈબલ અને કુરાન જેવા ધર્મગ્રંથોમાં ઈશ્વરના નામે રજૂ થયેલ સૂક્તિઓએ દૃઢીભૂત કરી છે. એક માત્ર સનાતન વૈદિક ધર્મ જ જીવસૃષ્ટિથી લઈ નિર્જીવ પ્રાકૃતિક સંપદા, પર્વતો, વનો, નદીઓ, સમુદ્ર સહિત પૃથ્વી પર આસ્તિત્વ ધરાવતી વિશાળ સૌંદર્યમયી હસ્તીઓને મનુષ્ય જેટલો જ હયાતીનો અધિકાર આપે છે. આપણા શ્રેષ્ઠ કવિ ઉમાશંકરની પંક્તિઓ યાદ આવે છે :

વિશાળે જગવિસ્તારે નથી એક જ માનવી,
પશુ છે પંખી છે પુષ્પો-વનોની છે વનસ્પતિ...

આજે જે પ્રકારનાં હીટવેવ ચાલી રહ્યાં છે અને સરકારને 'ઑરેન્જ' આદેશ કરવા પડે છે તે જોતાં આવનારાં વર્ષોમાં આથી પણ વધારે વિકરાળ પરિસ્થિતિ સરજાવાની છે, એનો સંકેત સાંપડે છે. ગુજરાતમાં જેવું ગુજરાત કચ્છ, થરપારકર કે સહરાના રણમાં ન ફેરવાઈ જાય એ માટે વેળાસર જાગવું જરૂરી છે. ઘણું મોડું થઈ ગયું છે છતાં પેલી કહેવત છે એમ, ઈટ ઈઝ નેવર ટૂ લેટ ટુ મેન્ડ. સુધારો કરવા માટે ક્યારેય મોડું થઈ ગયું હોય એમ નહીં માનવું.

ડિઝાસ્ટર મેનેજમેન્ટ જેવો આખો સરકારી વિભાગ ચાલતો હોય ત્યારે તેજીને ટકોર પૂરતી ગણાવી જોઈએ.

સહાયનાં અજવાળાં સમાજ અજવાળે

અજવાળું - અજવાળું

તુષાર જોશી

બેટા, તારી વાત સાચી છે, પરંતુ જે લોકો આપણા દ્વારા મળતી નિયમિત મદદની રાહ જોઈ બેઠા હશે એમનું શું ? પૈસા ગમે ત્યારે કમાઈ શકશો પણ બીજાંને મદદ કરવાનો અવસર ફરી નહિ આવે એમ માનીને હંમેશાં આપતા રહેવાન ધર્મ નિભાવજો ! આ શબ્દો જયંતીલાલ ઠક્કરે દીકરા સંજયને કહ્યા અને સંજને પોતાની ભૂલ સમજાઈ. કઈ ભૂલ હતી ? કયા સંજોગોમાં એ વાત બની એની જાણકારી માટે ખેડા જિલ્લામાં માનસિક પ્રવાસનો આરંભ કરીને કલમની આંગળીએ અમદાવાદ આવવું પડે.

નટવરલાલ ઠક્કર અને કાંતાબેન ઠક્કરના દાંપત્ય જીવનના આરંભ પછીનો આ સમય. ખેડા જિલ્લાનું ગામ અસ્તામલી. નટવરભાઈ ત્યાં ખેતી કરે ને પ્રોવિઝન સ્ટોરનો વ્યવસાય કરે. બાળકોના શૈક્ષણિક વિકાસ અને પરિવારના આર્થિક વિકાસ માટે તેમણે પહેરેલાં કપડે એક દિવસ ગામ છોડ્યું અને પહોંચ્યા અમદાવાદ.

એ સમયે પણ અમદાવાદનો ઔદ્યોગિક રીતે વિકસિત શહેરનો દબદબો હતો. અહીં તેઓ બે-ત્રણ મહિના એમના સગાને ત્યાં રહ્યા, એકાઉન્ટન્ટની નોકરી કરી, પછી એમના પરિવારને ગામડેથી બોલાવીને સ્વતંત્ર રીતે રહેતા થયા. કન્સ્ટ્રક્શનનો વ્યવસાય પણ કર્યો. બે દીકરા સંજય અને શશીકાંત તથા દીકરી ભાનુબેન અને પત્ની રમીલા સાથે સંઘર્ષમય અને છતાં પ્રસન્નતાનું જીવન જીવી રહ્યા હતા. દીકરા-દીકરીના નાના-નાના મોજશોખ પૂરા થાય, એમને જીવન વિકાસની ઉત્તમ તક મળે એ માટે તેઓ મૂળ નોકરી ઉપરાંત ઓવર ટાઈમ પણ કરતા. બાળકોને આઈસક્રીમ ભાવે એ સહજ છે. તો ઓવર ટાઈમના રોકડીના પૈસામાંથી મોડી રાત્રે આઈસક્રીમ લાવે, સહુને જગાડે અને ઘરમાં જેટલા જણા હોય એટલા સરખા ભાગ પાડીને બધાને ખવડાવે... આમ એક સમાન રીતે વહેંચીને ખાવું એ સંસ્કાર એમણે બાળકોને આપ્યા.

સંજયભાઈ સંસ્મરણો યાદ કરતાં કહે છે, એમના સ્વભાવમાં જ આપીને રાજી થવાનો આનંદ વણાયેલો હતો. તેઓ શાળાનું વર્ષ શરૂ થાય ત્યારે વિદ્યાર્થીઓને વિનામૂલ્યે ચોપડા વહેંચતા. એ પરિવારને કાયમી ટેકો હતો કે ચોપડા તો જયંતીકાકા જ આપશે. ૨૦૦૧નો એ સમય હતો. મારા દવાના ધંધામાં ને શેર બજારના ધંધામાં ખોટ ગઈ હતી. દેવામાં ડૂબેલો હતો, વ્યાજે પૈસા લાવતો હતો... એવા સમયે બાપુજીએ ચોપડા માટે રૂપિયા ૨૫ હજારની વ્યવસ્થા કરવા કહ્યું. મારાથી સહજભાવે કહેવાઈ ગયું કે અત્યારે આપણે જ આર્થિક મુશ્કેલીમાં છીએ, એક વર્ષ ના આપીએ તો ?

અને આ પ્રશ્નના ઉત્તરમાં આ લેખના આરંભે લખેલું વાક્ય સંજયભાઈના પિતાજીએ એમને કહ્યું હતું. અને ઉમેર્યું હતું કે આપણી ઉપર મદદની આશા માંડીને બેઠેલો, આપણા દ્વારે આવેલો માણસ ક્યારેય ખાલી હાથે ના જાય તે વાતનું ધ્યાન આખી જિંદગી રાખજો.

સંજયભાઈને પોતાની ભૂલ સમજાઈ, આર્થિક સ્થિતિ મુશ્કેલ હતી તો પણ વ્યાજે લાવીને તેઓએ ૨૫ હજાર બાપુજીને આપ્યા અને એમાંથી જરૂરિયાતમંદોને ચોપડા આપ્યા.

જયંતીભાઈએ ઘરડાઘરમાં પણ ખૂબ સેવા કરી. સ્વામીનારાયણ મંદિરના સત્સંગમાં અને પ્રવૃત્તિમાં સતત જોડાયેલા રહ્યા. વાત નાની લાગે પણ એમાંથી મળતો જીવનનો સંદેશ અમૂલ્ય છે. વ્યાજે પૈસા લાવીને પણ સમાજના જરૂરિયાતમંદ લોકોને મદદ કરવી, એમની પડખે ઊભા રહેવું એમાં આપવાનો આનંદ છે ને એમાં માનવ ધર્મના દીવડા પ્રગટતા દેખાય છે... આવી ઘટનાઓ થકી જ સમાજમાં માનવ ધર્મના-માનવતાના અજવાળા રેલાય છે.

માટલી ચીરાય તે પહેલાં ચેતી જઈએ

વિચારયાત્રા

ડો. જય ઓઝા

થપ્પો, નારગોલ, દોડ-પકડ, ગિલ્લી દંડા, લખોટી, ભમરડા, કબડ્ડી, સાંકળ-સાતતાળી યાદ છે ને... આપણે આ બધી રમત રમીને જ મોટા થયા છીએ... કમનસીબે અત્યારે આ બધી રમતના નામ પણ સાંભળવા મળતા નથી.

આજના બાળક ઉપર ભાર વગરનું ભણતર ભમી રહ્યું છે. પોતાનતા પાલ્યને દરેક ક્ષેત્રમાં આગળ રાખવાની મા-બાપની ઘેલછાના પરિણામે સંગીત, નૃત્ય, સ્વામીંગ, કરાટે આ બધી જ તાલીમ લઈને તેને સુપરમેન બનાવી દીધો છે. આ બધી લમણાઝીકમાંથી છૂટીને ઘરે આવે કે તરત ઘરે આવીને કમ્પ્યુટર ઉપર અવનવી ગેમ્સ રમવા લાગી પડશે... રીમોટ પકડીને ખુરશીમાં ખૂબ ઉછળકૂદ કરતા છોકરાઓને મેદાન ઉપર એક ચક્કર દોડવાનું કહ્યું હોય તો 'આઈ એમ કોમ્પ્લેન બોય'નું દૂધ જવાબ આપી દે છે.

ટી.વી. અને વિડીયો ગેમ્સમાં રમમાણ રહેતા આજના બાળકોને તો ઉપરની અમુક રમતોના નામ પણ અત્યારે ખબર નહીં હોય. બાળપણને પણ ગ્લોબલાઈઝેશનની હવા લગાડીને સરહદો પારથી માનસ બગાડનારી અવનવી ગેમ્સ આવી છે.

બાળકોનો શારીરિક અને બૌદ્ધિક વિકાસ થાય તેને અનુરૂપ પહેલાની રમતો હતી. કબડ્ડીમાં હુતુતુ કરતા અંદર જઈએ અને સામે છ-સાત જણ આપણને પંજામાં લેવા તત્પર હોય ત્યારે એમની પાસેથી છટકીને કેવી રીતે આવવું, તેમનો સામનો કેવી રીતે કરવો એ ખબર પડે તો ભવિષ્યમાં તે જ બાળકે એકલા જ સમાજમાં પગભર થવાનો વારો આવશે ત્યારે ઈર્ષ્યા, દ્વેષ અને દંભથી ખદબદતા લોકોનો શ્વાસ રોક્યા વગર ાસમનો કેમ કરવો, કોઈ પણ ભય રાખ્યા વગર મેદાનમાં કેમ ઘૂસી જવું તેની સમજ તેને મળે છે.

જ્યારે નાના હતા ત્યારે સ્કૂલેથી છૂટીને અમે ઘરે આવીએ ત્યારે આખો ચોક બાળકોથી ભરાઈ ગયો હોય. સહુ કોઈ પોતપોતાની ટોળી બનાવી કોઈ વખત દોડ-પક્કડ, સાંકળ-સાતતાળી, સંતાકુકડી જેવી રમતો રમતા, પડતા, વાગતું, ગોઠણ છોલાઈ જતા. ઉપર માટી ભભરાવીને પાછું દોડવાનું ચાલુ. ઘરે આવીએ ત્યારે શર્ટનું બટન તૂટી ગયું હોય, સીલાઈમાંથી ખમીસ ફાટી ગયું હોય, કપડાં અને શરીર બંને ઉપર માટની સોડમ અને રંગોળી બંને લઈને અમે ઘરમાં પ્રવેશતા.

આજે આવું ચિત્ર જોવા જ નથી મળતું. કારણ કે છોકરાઓને સમય જ નથી. શૈશવની કુદરતી ઊછળકૂદ નહીં પરંતુ સ્ટેપ પ્રમાણે પરફોર્મ કરતી ઊછળકૂદ મા-બાપ બાળકો પાસે કરાવે છે. સ્કૂલના ફંક્શનમાં પોતાનું બાળક સરસ પરફોર્મ કરે એ માટે કે.જી. અને પહેલા-બીજામાં ભણતા છોકરાઓ માટેના ડાન્સ ક્લાસનો રાફડો જામ્યો છે. બાળકમાં સમજ નથી માટે તમે કહેશો તેમ કરશે. પરંતુ માતા-પિતામાં તો છે ને ! બાળપણનો નિર્દોષ આનંદ લૂંટીને મા-બાપ કેવી રીતે ખુશ રહી શકે !

ઘરે કોઈ મહેમાન આવે ત્યારે હરખપદુડા થઈને, ચાવીથી ચાલતું રમકડું હોય તેમ પોતાના બાળકને એક પછી એક આઈટમ રજૂ કરવાના આદેશ આપતા મા-બાપ જોયા છે ને ! આમાં આઈટમ જેવું કોણ લાગે તેની ચોખવટની જરૂર ખરી ?

બાળકનો સર્વાંગી વિકાસ સાધવો હોય તો તેને શહેરની બસમાં એકલો મોકલો. અને ત્યાંથી બીજી બસમાં પાછા આવવાનું કહો. અરે ! દસમા ધોરણ સુધી તેનામાં આવી વ્યાવહારિક સમજ જ નથી હોતી કારણ કે રોજ ઘરે વાન લેવા-મૂકવા આવતી હોય છે.

એમ.કોમ. કર્યા પછી પણ બેન્કની સ્લીપબુક ભરતા ન આવડતું હોય તેવા વીરલા પડ્યા છે. વેકેશનમાં કમ્પ્યુટરની તાલીમ લેવી સારી વાત છે. પરંતુ વેબ ડિઝાઈનના કોર્સની સાથે સાથે ઢાલગરવાડના વેપારી સાથે ભાવની રકઝક કેમ કરાય તેય શીખવું જરૂરી તો છે જ ને !

લખોટી અને ભમરડા તો હવે દંતકથા જ બની જવાના... મલ્ટીપ્લેક્સીસમાં જઈ ઢગલો રૂપિયા ખર્ચીને અમુક મીનિટ ગેમ્સ રમવાનો જમાનો આવી ગયો છે. વિનામૂલ્યે ઘરઆંગણે રમાતી રમતો રમવાને લાયક હવે બાળકો રહ્યા નથી.

આ બધી રમતો તો સંસ્કાર સિંચન માટેના સ્રોત છે. બાળપણથી જ મેદાનમાં એક સાથે રમતા રમતા આત્મીયતાના ગુણોનું સિંચન થાય છે. બાળપણમાં રમત રમતા ત્યારે આપણા કરતાં નાની ઉંમરના બાળકને આપણે 'દૂધ પીતો' કે 'કચપૂચિયો' આવી કેટેગરીમાં મૂકીને તેના તરફ સહાનુભૂતિ રાખતા હતા. તેવી રીતે મોટા થઈને પણ સંસારની અટપટી રમતમાં આપણા કરતાં નબળા વ્યક્તિ પ્રત્યે થોડું જતું કરવાની ભાવના અને સહનશીલતાના ગુણ આપે છે. આ બધું ગળથૂથીમાં હોય તો જ શક્ય બને.

સંતાકૂકડીની રમતમાં વપરાતા 'માટલી ચીરાણી' શબ્દનો ગૂઢાર્થ સમજવા જેવો છે. રમતમાં કોઈ એક વ્યક્તિની બદલે બીજાને આઉટ કરીએ (થપ્પો કરીએ) ત્યારે આ શબ્દપ્રયોગ થાય છે. એટલે કે ઓળખ ભૂલાય ત્યારે. અને અત્યારે આપણે બાળકના બાળપણની સાચી ઓળખ ભૂલી રહ્યા છીએ. શૈશવને નિર્દોષ આનંદ ઓળખી ન શકીએ અને માટલી ચીરાય તે પહેલાં ચેતી જઈએ.

મોતની લટકતી તલવાર નીચે ભયાનક યાતનાઓમાં ટક્કર લેતી લોગોથેરાપી

આત્મનાદ

પુલક ત્રિવેદી
pulak63@gmail.com

એપ્રિલ તા. ૧૩, ૧૯૧૯ના રોજ જલિયાવાલા બાગમાં જનરલ ડાયરે આચરેલા અમાનવીય હત્યાકાંડમાં ૧૦૦૦થી વધુ નિર્દોષ લોકો મોતને ભેટ્યા હતા. મૃત્યુનો સાચો આંકડો તો કદાચ આનાથી ઘણો વધારે હતો. એપ્રિલના મહિનાનો આજે છેલ્લો દિવસ. આ ઘટનાને આ વર્ષે એપ્રિલ ૨૦૧૯માં એક સદી પૂરી થઈ. જલિયાવાલા બાગના હત્યાકાંડને કારણે જ પ્રતિ વર્ષ એપ્રિલ મહિનામાં હિન્દુસ્તાનીઓનું લોહી ઉકળી જાય છે. હજુ બ્રિટનની રાણીએ જલિયાવાલા બાગ કાંડ માટે માફી તો નથી જ માગી. વિશ્વ શાંતિ અને સર્વધર્મ સમભાવની પરિકલ્પના સાકાર કરવાની દિશામાં થઈ રહેલા પ્રયાસોને વધુ કારગત બનાવવા માટે ઈતિહાસના પાના ઉથલાવી આવી ઘટનાઓને સમજવી પડે. સામૂહિક નિર્મમ હત્યાકાંડોની અમાનવીય ઘટનાઓથી ઈતિહાસના પાને પાના ભરેલા છે. હિન્દુસ્તાનના 'જલિયાવાલા બાગનો હત્યાકાંડ' અને એના જેવા રૂંવાડા ઊભા કરી નાખતા કમકમાટી ઉપજાવે એવા સામૂહિક હત્યાકાંડો વિશ્વમાં અનેક રાષ્ટ્રોમાં સર્જાયા છે. ક્યાંક રંગભેદ તો ક્યાંક જાતિભેદ, ક્યાંક ધર્મભેદ તો ક્યાંક પ્રદેશ અને ભાષાભેદના નામે નિર્મમ સંહારલીલાઓ થઈ છે. વિશ્વમાં સર્જાયેલા તમામ હત્યાકાંડોમાં જર્મનીના તાનાશાહ હિટલરના નાઝી રાજમાં થયેલી સામૂહિક હત્યાઓ સૌથી દર્દનાક અને ભયાવહ છે.

બીજા વિશ્વ યુધ્ધના ૧૯૩૩થી ૧૯૪૫ના ૧૨ વર્ષોના સમયગાળામાં દરમિયાન જર્મનીમાં ૧૫૦૦ જેટલા 'કોન્સન્ટ્રેશન કેમ્પસ'માં સાઈઠ લાખથી વધુ લોકોની હત્યા કરવામાં આવી. કરોડો લોકો બેઘર બની ગયા. દક્ષિણ જર્મનીમાં બાવરિયા એક ખૂબ રળીયામણો અને મઝાનો પ્રદેશ છે. મુનિક બાવરિયા રાજ્યનું પાટનગર. મુનિકથી બાર-તેર કિલોમીટરના અંતરે ડકાઉ નામનું શહેર આવેલું છે. જર્મનીના ૧૫૦૦ કોન્સન્ટ્રેશન કેમ્પ્સ પૈકી એક ડકાઉ કોન્સન્ટ્રેશન કેમ્પ છે. આ કેમ્પમાં બે લાખ યહુદીઓને યુદ્ધ કેદીઓ તરીકે રાખવામા આવ્યાં હતાં. જેમાંથી ૪૩,૦૦૦ યુદ્ધ કેદીઓનું યાતનાઓની પરાકાષ્ટાથી મોત થયું હતું.

કોન્સન્ટ્રેશન કેમ્પ અને ગેસ ચેમ્બરોમાં થયેલી સામૂહિક કત્લેઆમ પાછળ જર્મન ત્રણ વિકરાળ ચહેરા હતા. આ ત્રણ વિકૃત વ્યક્તિઓ એટલે જર્મનીના તાનાશાહ પ્રમુખ હિટલર, એસએસનો વડો હિમલર અને કોન્સન્ટ્રેશન કેમ્પનો વડો આઈકે. ડકાઉ શહેરમાં સૌથી પહેલો કોન્સન્ટ્રેશન કેમ્પ શરૂ કરવામાં આવ્યો હતો. સામૂહિક હત્યાકાંડ અને યુદ્ધ કેદીઓ ઉપરની ભયાનક યાતનાઓ વિશે ગવાહી આપતુ ડકાઉમાં આજે એક મેમોરિયલ છે. પ્રતિ વર્ષ આ મેમોરિયલની મુલાકાતે અનેક પ્રવાસીઓ આવે છે. ભારે હદયે લાખો મૃતાત્માઓને શ્રધ્ધાંજલી અર્પીને પરત ફરે છે.

અહીં કોન્સન્ટ્રેશન કેમ્પની દર્દનાક દાસ્તાનની નહીં પણ આજે વાત કરવી છે હજારો નિરાશા પાછળ ઉછળતી કુદતી જીવની મધુર આશાની. દરેકના જીવનમાં મુશ્કેલીઓ, કસોટીઓ, તકલીફો, પીડા, દુઃખ, ડિપ્રેશન, નિષ્ફળતા આવે છે. તકલીફના સમયે જીવન આકરું અને દર્દનાક લાગે. ક્યારેક તો દર્દથી છૂટવા આત્મહત્યા કરી જીવન ટૂંકાવી નાખવાનો કુવિચાર પણ આવે. પરંતુ આપણા દર્દ અને તકલીફો કરતાં પણ અનેક ગણી મુશ્કેલીઓ અને યાતના ભોગવતા લોકો પણ હોય છે. આ લોકો ભયાનક સંજોગોમાં પણ જીવન જીવતા હોય છે. વર્ષ ૧૯૪૦માં યુરોપના જાણિતા મનોચિકિત્સક ડૉ. વિકટર ફ્રેન્કલ અને તેના સમગ્ર પરિવારને જર્મન સેનાએ પકડીને ડકાઉના કોન્સન્ટ્રેશન કેમ્પમાં મોકલી આપ્યા. સતત મોતની લટકતી તલવાર નીચે યાતનાઓ અને ક્રૂરતા સામે વિકટર ઝઝૂમ્યા. તેમના અનુભવોને આધારે એમણે અદભુત પુસ્તક 'મેન્સ સર્ચ ફોર મીનિંગ' લખ્યું.

વિકટર ફ્રેન્કલના 'મેન્સ સર્ચ ફોર મીનિંગ'માં યાતનાઓ અને દર્દના ચિત્કારો પાછળ જીવનની આશાનો હકારાત્મક સંદેશો છે. જીવનમાં બીજા કોઈપણ પુસ્તક ન વાંચ્યા હોય તો ચાલે પણ વિકટરના આ પુસ્તકને તો દરેક લોકોએ વાંચવું જ જોઈએ. વિકટરનુ ડિક્ટેશન લેનારા સી. જ્યોર્જ બૉરીની નોંધ અનુસાર આ પુસ્તકની નેવુ લાખો પ્રત વેચાઈ છે. આ પુસ્તક વાંચવું અને સમજવું સરળ અને સહજ એટલે નથી કે આ કોઈ મનોરંજક વાતો વર્ણવતું પુસ્તક નથી. આમાં યાતનાઓની પરાકાષ્ઠા અને ક્રૂરતાની ચરમસીમાને પેલે પાર જીવનના પમરાટની અપેક્ષાનો અદભુત સમન્વય છે. પુસ્તક વાંચતા મનઃસ્થિતિ ગમગીન થઈ જાય અને દિવસ બગાડે એવું લાગે. પીડા અને કમકમાટીભરી તકલીફો સામે આંખ મીંચામણા કરનારો વ્યક્તિ પોતે જીવનથી ભાગી તો નથી રહ્યો ને, એવી પ્રતીતિ આ પુસ્તક કરાવે છે.

મેન્સ સર્ચ ફોર મીનિંગમાં વિકટર ફ્રેન્કલે લોગોથેરાપી નામની નવી ચિકિત્સા પદ્ધતિ ઉજાગર કરી છે. પુસ્તક કોન્સન્ટ્રેશન કેમ્પના અનુભવ, લોગોથેરાપી અને કરૂણતામાં પણ જીવનના આશાવાદનું મહત્વ એમ ત્રણ ભાગમાં વહેંચાયેલું છે. ડૉ. વિકટર ફ્રેન્કલે આપેલી લોગોથેરાપીમાં મૂળભૂત ચાર સિદ્ધાંતો છે.

- ગમે તેટલા કપરા અને નિરાશાજનક યાતનાપૂર્ણ સંજોગો પાછળ પણ જીવનનો અર્થ છૂપાયેલો છે.
- જીવનનો મર્મ શોધવો એ જીવન જીવવા પાછળનું મૂળભૂત ચાલકબળ છે.
- ગમે એટલી યાતનાપૂર્ણ પરિસ્થિતિમાં પણ શું વિચારવું ? શું કરવું ? અને શું અનુભવવું ? એ નક્કી કરવાની સ્વતંત્રતા વ્યક્તિની પોતાની છે.
- મન, શરીર અને આત્માથી વ્યક્તિ બનેલો હોય છે. આ ત્રણેય પરિબળો એકમેકથી પ્રગાઢ રીતે સંકળાયેલા છે. પરંતુ આ ત્રણેયમાં આત્મા સૌથી અગત્યનું પરિબળ છે. જીવનનો અર્થ સમજવા માટે માત્ર આત્મા જ સૌથી વધુ શક્તિમાન છે.

જર્મનીના ડકાઉ મેમોરિયલની મુલાકાત લઈને ઓએસિસના સંજીવભાઈ શાહે 'જવાબ માગે છે જિંદગી' પુસ્તકમાં ડૉ. વિકટર ફ્રેન્કલના 'મેન્સ સર્ચ ફોર મીનિંગ' પુસ્તકને અદભુત રીતે રજુ કર્યું છે. ડૉ. વિકટર ફ્રેન્કલનું પુસ્તક હકારાત્મકતા ઉજાગર કરતા કહે છે કે, કોન્સન્ટ્રેશન કેમ્પમાં જેમ હેવાનો અને રાક્ષસો જેવા સૈનિકો હતા તેમ દયાળુ, માયાળુ, દેવદૂતો જેવા લોકો પણ હતા. પ્રત્યેક મનુષ્યમાં દેવ અને દાનવ એમ બે સ્વરૂપો પડેલા છે. પોતાના જીવના જોખમે પણ બીજાનુ જીવન બચાવવાનો પ્રયાસ કરતા લોકોની વાત વિકટરે પુસ્તકમાં સુંદર રીતે વણી છે. આવા પ્રસંગો કેમ્પમાં શારીરિક અને માનસિક યાતનાઓની દર્દીલા દાસ્તાનના ચિત્કારોમાં માનવીય સંવેદનાનો મુલાયમ મલમ જેવા લાગે છે. માણસમાં પડેલા દેવ અને દાવન બન્ને તત્વો પૈકી કયું સ્વરૂપ બહાર લાવવું તેનો તમામ આધાર ઘટનાના સમય અને સંજોગો ઉપર ક્યારેય હોતો નથી તેનો સંપૂર્ણ આધાર મનુષ્યના પોતાના નિર્ણય ઉપર જ હોય છે.

: ધબકાર :

'જે વ્યક્તિ જીવનના અર્થની શોધમાં હોય તે જ તેની અંદર પડેલી અસીમ સંભાવનાઓને ઝડપથી બહાર લાવી શકે છે.'

- ડૉ. વિકટર ફ્રેન્કલ

વાચકબંધુઓ, આપના અનુભવની કોઇ વાત અન્ય વાચકબંધુ માટે પ્રેરણાદાયી બની શકે છે. બીજાના જીવનમાં ઉપયોગી બની શકે એવી કોઇ પ્રેરણાદાયી ઘટના આપના જીવનમાં બની હોય તો 'આત્મનાદ' કોલમમાં તેને પ્રસ્તુત કરવાનું ગમશે. આપ ઇચ્છો તો નામ અને સ્થળ પ્રસ્તુત કરવામાં આવશે અને જો આપ કહેશો તો નામ અને સ્થળ બદલીને કાલ્પનિક નામે વાત રજુ કરવામાં આવશે. મુળ હેતુ તો આપની કહાની બીજા માટે પ્રેરણાસ્ત્રોત બને એ જ છે. આપની વાત મને મારા મોબાઇલ નંબર - ૯૯૭૮૪ ૦૫૮૩૫ ઉપર વોટ્સએપ કરી શકશો અથવા મારી સાથે રૂબરૂ વાત કરી જાણકારી આપી શકશો. આપ pulak63@gmail.com ઉપર ઇ-મેઇલ કરીને પણ મને વિગતો જણાવી શકશો.