સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
99789-26251

સલામી સવારની..

વિકાસ-વિસ્તારની નક્કર રુપરેખા તો આપો!
મોંઘવારી મારણની ચોક્કસ સુરેખા તો આપો!
લૂખ્ખાઓ જેવું ઉતરતું જાય છે પ્રચાર-સ્તર -
માંદી લોકશાહીની તંદુરસ્તીની રેખા તો આપો !
(અદેખા નેતાઓનાં લેખાં-જોખાં)

હાઈકુ

બંને પક્ષોમાં,
ચાલે છે મુખત્યારી -
સભ્યો ગુલામ...!

ઈંજેક્ષનથી
ખીલે કમળ અને
પંજો લે ભીંસ -

(આંતરિક લોકશાહી કયાં છે?)

ચિંતન

દયા દિલ મેં રાખીયે, નિર્દય તું કયું હોય,
સાંઈ કે સબ જીવ હૈ, કીડી કુંજર સોય.

ઉપરોક્ત સાખી કબીર બીજક ગ્રંથમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

કબીર પ્રાણીમાત્ર પ્રત્યે દિલમાં દયા રાખવાનો ઉપદેશ આપતા કહે છે કે મનુષ્ય, પશુ અને પક્ષીઓ સર્વમાં પરમાત્માનો અંશ છે. પ્રભુ કીડીથી કરીને હાથી સુધીના તમામ જીવોમાં આત્મરુપે વાસ કરે છે અને આત્માએ જ તો પરમાત્મા છે એ સત્ય સમજી સ્વીકારીને હે માનવી !! તું સર્વ જીવો પ્રત્યે દિલમાં દયા અને પ્રેમભાવ રાખજે. નિર્દય અને ક્રૂર બની પ્રાણીઓની હત્યા કરી નરકનો અધિકારી બનીશ નહીં.

માનવી પોતાના સુખ-ભોગ માટે નિર્દોષ પશુ-પંખીને હત્યા કરે છે. આવા નિર્દય ન બનવું જોઈએ. દરેક શરીરમાં આત્મા તો સરખો છે માક્ષ દેહ રૂપ જૂજવાં છે, આટલું ધ્યાનપૂર્વક સમજી અહિંસક બનો.

સુવિચાર

- ગાયની જીભ બહુ લાંબી હોય છે છતાંય એને બોલતાં નથી આવડતું - **રશિયન કહેવત**
- માણસનું સરેરાશ આયુષ્ય વધ્યું છે તે સાચું, પણ જેને તમે જીવતો જુઓ છો તે અંદરથી કેટલો મરી ગયો છે તેનું માપ કાઢ્યું છે - **એલેક્સી કેરલ**
- જ્ઞાનહીન આચાર અને આચારહીન જ્ઞાન નષ્ટ થઈ જાય છે - **મહાવીર**
- સ્મિત વિહોણો અને અપ્રસન્ન સાધુ અંદરની અહિંસક હોય એ વાતમાં બહુ દમ નથી - **ગુણવંત શાહ**
- જયારે કરોળિયાના જાળાં એક થઈ જાય ત્યારે તેઓ સિંહને પણ બાંધી શકે - **ઇથોપિયાની કહેવત**
- ગરીબ તે છે જેને સંતોષનો અનુભવ નથી - **નવનીત**
- આજનું ઔષધ : સંતરાના રસમાં થોડું શેકેલું જીરું અને સિંધાલૂણ નાખીને પીવાથી એસિડીટીમાં ફાયદો થાય છે

(સંકલન : દિપક વી. આશરા)

બોધકથા

ડૉ. જગદીશચંદ્ર બોઝ કેમ્બ્રિજની ડિગ્રી મેળવીને કલકત્તાની પ્રેસીડેન્સી કૉલેજમાં પ્રોફેસર તરીકે જોડાયા. પણ તેમને બ્રિટીશ પ્રોફેસરની તુલનામાં પગાર ઓછો આપવામાં આવતો. બ્રિટીશ અને ભારતીય પ્રોફેસરોની લાયકાત, ડીગ્રી સરખી હોવા છતાં પગાર તેમનાથી ઓછો. ડૉ. બોઝ આ અંગે બ્રિટીશ શાસકો સામે અવાજ ઉઠાવતા પત્ર લખ્યો કે મારી કક્ષા કે લાયકાતમાં જરાક પણ કચાશ લાગે તો મને જણાવો, આપ જે કહો તે પ્રમાણ તથા પરીક્ષામાં માટે હું તૈયાર છું પણ માત્ર હું ભારતીય હોવાને લઈને જ મને ગોરાઓથી ઓછો પગાર આપવામાં આવે તો તે અન્યાય છે. અને આજથી હું મારું વેતન લેવાનું બંધ કરું છું. અલબત્ત મારું વિદ્યાર્થીઓને શિક્ષક આપવાનું કામ હું પૂરી લગનથી ચાલુ રાખીશ. એમાં કોઈ કચાશ નહીં આવવા દઉં. પણ જયાં સુધી મને બીજાઓ જેટલો સરખો પગાર ન મળે ત્યાં સુધી હું વેતનરૂપે એક પણ પાઈ સ્વીકારીશ નહીં.

અઢાર મહિના સુધી સવિનય વિરોધ કરી પગાર ન લીધો સાથે સાથે પોતાના સાથે કામ કરતા ગોરાઓ સાથે પણ કોઈ વેરભાવ પણ રાખ્યો નહિ. અંતે બ્રિટીશ શાસકો હાર્યા અને એમને ગોરા પ્રોફેસરો સમકક્ષ માન્યતા મળી અને અગાઉનો ચઢેલો બધો જ પગાર ગોરા પ્રોફેસરના વેતન મુજબ ચૂકવી આપ્યો.

યુગપ્રવર્તાક કલાધરની વિદાય

તંત્રીસ્થાનેથી...

રાહુલ ગાંધીની કોંગ્રેસ પ્રમુખ તરીકેની તાજપોશી એન એની વિરુદ્ધ વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદી, શહજાદ પૂનાવાલા અને મણિશંકર ઐયર જેવા મહાનુભાવોની કાગારોળ વચ્ચે બોલીવુડની વિભૂતિ અને કપૂર પરિવારના પૂંછડિયા તારા જેવા દંતકથારૂપ અભિનેતા શશીકપૂરની ચિરવિદાયનો પ્રસંગ ઘણા બધાના ધ્યાન બહાર જતો રહે એવી સંભાવના છે. શશીકપૂરનું પ્રદાન એમના બેઉ જયેષ્ઠ બંધુઓની સરખામણીએ પ્રમાણમાં ઓછું અંકાતું હોવા છતાં એમણે પ્રતાપી પિતા પૃથ્વીરાજ કપૂરના થિએટર સ્વપ્નને સાકાર કરવામાં આપેલ યોગદાન બેઉ સિનિયરો કરતાં એમને જુદા જ ખાનામાં મૂકવા માટે પૂરતું લેખશે. શશીકપૂર એમના સમયના સૌથી સોહામણા અભિનેતા હતા. રાજકપૂર જેવા વિરાટ વ્યક્તિત્વની છાયામાં એમણે પોતાની આગવી ઓળખ ઊભી કરવાની હતી. બાળ કલાકાર તરીકે શરૂ થયેલી ફિલ્મ કારકિર્દી દરમિયાન એમણે કેટલીક ખૂબ જ યાગદાર ફિલ્મોમાં કામ કર્યું હતું. 'અવારા'થી લઈ 'મેરા નામ જોકર' જેવી ફિલ્મો આપનાર રાજકપૂર એમની સમયની દંતકથા બની ગયા હતા અને એમની સમકક્ષ બીજી બે ફિલ્મી હસ્તીઓ ધૂમ મચાવતી હતી - દિલીપ કુમાર અને દેવ આનંદ. એવા સમયે સ્વાભાવિક રીતે જ કપૂર પરિવારના બે નાના ભાઈઓએ એમની અલગ ઓળખ પ્રસ્થાપિત કરવા એવું કંઈક કરવું પડે એમ હતું જે લોકપ્રિય સિનેમાથી ચીલો ચાતરીને પણ બૉક્સ ઑફિસ પર ટકી શકે. શમ્મી કપૂર એમની વિશિષ્ઠ મુદ્રા અને અટકચાળાં સાથે 'યા હૂ' ઈમેજ ઊભી કરી અને રોમાન્ટિક હીરોની આગવી ભૂમિકા ભજવી બતાવી. શશીકપૂરે 'દીવાર', 'કભી કભી', 'ત્રિશૂલ' જેવી ફિલ્મોમાં નાયક-સહનાયકની ભૂમિકા ભજવી અને સાથી કલાકાર તરીકે આપણને અમિતાભ બચ્ચન જેવા યુગ પ્રવર્તક કલાકાર મળ્યા. 'જુનૂન', 'કળિયુગ', '૩૬ ચોરંગી લેન' અને 'ઉત્સવ' જેવી ફિલ્મ બનાવનાર શશીકપૂરમાંથી જ કદાચ બહુચર્ચિર પ્રોડ્યુસર સંજય લીલા ભણસાલીને પ્રેરણા સાંપડી હશે. શશીકપૂરે પિતૃતર્પણની રૂએ જે 'પૃથ્વી થિએટર' સ્થાપ્યું એ નાટ્યજગતની એક સીમાચિહ્ન રૂપ ઘટના છે. 'જબ જબ ફૂલ ખીલે' નું એમના પર ફિલ્માવાયેલ ગીત 'એક થા ગુલ ઔર એક થી બુલબુલ' આજે પણ લોકજીભે એટલું જ જીવંત રહ્યું છે. ફિલ્મફૅર એવોર્ડ, પદ્મભૂષણ અને છેલ્લે દાદા સાહેબ ફાળકે એવોર્ડથી નવાજાયેલાં આ જુનિયર કપૂર આખા કપૂર ખાનદાનની સરખામણીએ સૌથી વધુ વૈશ્વિક અપીલ ધરાવતા સાચા, ગંભીર કલાકાર હતા. એમણે એક સમૃદ્ધ વારસો છોડ્યો છે, જે કદાચ આગામી દાયકાઓ લગી નવોદિતો અને સમકાલીનોને પ્રેરણા પૂરી પાડતો રહેશે. આવા યુગમૂર્તિ કલાકારની થવી જોઈએ એવી કદર નથી થઈ અથવા લેવાવી જોઈએ એવી નોંધ નથી લેવાઈ એમાં ખુદ એમના જ જયેષ્ઠ બંધુઓનો પ્રતાપી પડછાયો જવાબદાર હોઈ શકે છે. પરંતુ કલાસૂઝ ધરાવતા સમીક્ષકો માટે તો શશીકપૂરનું પ્રદાન બીજા કોઈ પણ કલાકાર કરતાં લેશ પણ ઊતરતું નહીં જ ગણાય. દિવંગત કલાપુરુષને હાર્દિક શ્રદ્ધાંજલિ.

સાચુકલાં ફૂલોએ અંતર ખીલવ્યું...

નવાં કલેવર
નટવર હેડાઉ

મધુકાન્તભાઈ ઓફિસના કામે અહીં શહેરમાં આવ્યા હતા. બે દિવસ અહીં જ રોકાવાતું હતું. તે આખો દિવસ કામમાં ખુબ વ્યસ્ત રહ્યા. મીટીંગ, માહિતીઓનું આદાન પ્રદાન, પ્રેઝન્ટેશન, એ બધું પતાવી બહાર નીકળ્યા. ગેસ્ટ હાઉસે આવતાં આવતાં આખું શરીર થાકીને ફુસ થઈ ગયું. ઑફિસમાં તો જો કે એવી ખેંચતાણ નહોતી પણ રોડ પર આવતાં જ જોયું કે ટ્રાફિકની ખુબ દોડધામ છે. તડકો, ધુમાડો ગરમીમાં તે પરેશાન થઈ ગયા. પરસેવે રેબઝેબ અને મુંઝારો થવા લાગ્યો.

ગેસ્ટ હાઉસનો રૂમ ખોલ્યો. બેગ અને ફાઈલો મુક્યાં અને હાશકારા સાથે તે સોફામાં બેઠા. સામે ટિપોય પર પાણીનો જગ અને કાચના બે ગલાસ પડ્યા હતા. તેમણે જગમાંથી ગ્લાસમાં પાણી કાઢ્યું અને પી ગયા. તેમને હવે જરા સારું લાગ્યું.

ગેસ્ટ હાઉસમાં પ્રવેશતા જ તે ચ્હાનો ઓર્ડર તો આપીને જ આવ્યા હતા. ચ્હા આવી ગઈ. ચ્હાની એક ચૂસ્કી લીધી. પછી મુડ બદલવા માટે ઓરડાની બહાર એક નાની બાલ્કની હતી ત્યાં આવી ગયા.

સાંજ ઢળી રહી હતી. વૃક્ષોના પડછાયા લાંબા થઈ રહ્યા હતા. પંખીઓ માળાઓમાં પરત ફરતાં કલરવ કરી રહ્યાં હતાં. રસ્તાની સામેની તરફ આવેલા બગીચાની હરિયાળીએ તેમની આંખો અને મન ને ઠંડક આપી. તે ખુરશી લાવીને બેસી ગયા. અને આજુબાજુની હલચલ તેમજ બગીચાની ચહલ પહલ કયાંક સુધી જોતા રહ્યા. જમવાને તો હજુ વાર હતી. તે પછી સુવાનું જ હતું.

સવારે ઉઠતા જ તેમને બગીચો યાદ આવી ગયો. એકલા બેસીને દિવાલોને તાક્યા કરવા કરતાં બગીચામાં ફરવાની મજા આવશે. મોર્નિંગ વૉક પણ થઈ જશે.

પ્રભાતમાં કોમળ કિરણો રસ્તા પર પથરાઈ રહ્યા હતા. વૃક્ષની ઘટાઓમાંથી સૂર્યકિરણના શેરડા અનોખું દશ્ય સર્જતા હતા.

તે બગીચામાં આવી ગયા. ફૂલો અને ઘાસ પર આવી ગયા. ફૂલો અને ઘાસ પર ઝાકળના બિંદુઓ મોતીની જેમ ચમકી રહ્યા હતા. બગીચો ખરેખર ખુબ મોહક હતો. વૃક્ષો, છોડવાઓ તેના પર રંગબેરંગી ફૂલો અને આમતેમ મંડરાતાં નાનાં નાનાં નાજુક પતંગીયા. કેટલાય લોકો અહીં ફરતા હતા. બાળખો, વૃદ્ધો, સ્ત્રીઓ. તે ઘાસ પર ટહેલવા લાગ્યા. સામે જોયું તો કાંયનારના વૃક્ષ નીચે ફૂલો વિખરાયેલા પડ્યાં હતા. કયારીઓમાં ગુલાબ હતા. તેમને ફુલો ખુબ ગમી ગયા. બે ત્રણ ફૂલ ચૂંટી લીધો. રાણી રંગના ગુલાબ અને હલ્કા પરપલ રંગના કાંયનાર, ખુબ સુંદર અને મોહક, ફૂલોને હાથમાં આમતેમ સહેલાવતા તે બાંકડે આવીને બેસી ગયા. પછી ફૂલોને બાંકડા પર મુકીને બગીચામાં ફરવા નીકળી પડ્યા. હાથમાં રૂમાલ હતો તેને પણ ફૂલો સાથે જ મુકી દીધો.

તેમણે તાજગી અનુભવતાં બગીચાના આઠ-દશ ચક્કર લગાવ્યા.

સૂરજ પણ હવે ઉપર ચડવા લાગ્યો હતો. તેનો તાપ તેજ થતાં તેમને કપાળે પ્રસ્વેદ બિંદુઓ ચમકવા લાગ્યા હતા. તે ફરીને એજ બાંકડા પાસે આવી ગયા. પરસેવો લૂંછવા તે રૂમાલ શોધવા લાગ્યા પણ રૂમાલ ત્યાં હતો નહી.

મધુકાન્તભાઈએ આમતેમ જોયું. નીચે નમીને બાંકડા નીચે પણ જોયું. ખરેખર ત્યાં રૂમાલ હતો નહીં. બાંકડા પર મુકેલ ગુલાબ એ કાંયનારનાં ફૂલો સ્વછંદ રીતે હંસી રહ્યાં હતા.

અંકલ, મધુકાન્તે પાછળ ફરીને જોયું તો સામે રમતાં બાળકો ઊભા હતા.

'અંકલ, અમે આ ફૂલો રમવા માટે લઈએ?'

મધુકાન્તે સંમતિમાં માથું હલાવ્યું.

અરે? તમને તો ખુબ પરસેવો આવી રહ્યા છે. આ લો મારા રૂમાલથી લૂંછી લો.

બાળકોની આંખોની ચમક, હોઠ પર ચંચળ હાસ્ય અને ખોળામાં લીધેલ ફૂલો... બધું જામે ખિલી ઊઠ્યું હતું.

શું તમે ભગવાનને જોયા છે? 'સેવન લૉઝ ટુ પ્રૂવ ગૉડ'

ગુલમહોર
દિનેશ દેસાઈ

તમે ભગવાનને જોયા છે? તમે ભગવાનમાં માનો છો? તમે નાસ્તિક છો? બધા સવાલના જવાબ અંગ્રેજી પુસ્તક ''સેવન લૉઝ ટુ પ્રૂવ ગૉડ''માં મળે છે. જુદા જુદા દેશના વૈજ્ઞાનિકોએ મળીને કરેલા પ્રયોગોની વાત આ પુસ્તકમાં કરી છે. જેમાં ભગવાન - ગૉડ પાર્ટિકલ હોવાની વાતને સમર્થન આપવામાં આવ્યું છે. પુસ્તકમાં સરસ મજાના પ્રયોગનું વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે. એક સુગરી તળાવ પાસેના વૃક્ષ ઉપર પોતાનો માળો બાંધે છે. સુગરીએ માળો બાંધ્યા બાદ ટીમે નર-માદા સુગરીની જોડીને પકડીને ઓરડામાં પુરી દીધી. થોડા સમય પછી સુગરીએ ઈંડા મૂક્યા અને તેનું સેવન કર્યું. ટીમે ઈંડામાંથી નીકળેલા સુગરીના બચ્ચા યોગ્ય સમય બાદ બીજા રૂમમાં પુરી દીધા. બચ્ચા મોટા થયા બાદ ઈંડા મૂક્યા અને બચ્ચા થયા તેને ટીમે ત્રીજા રૂમમાં પુરી દીધા.

વૈજ્ઞાનિકોની ટીમે છેક સાતમી પેઢીના બચ્ચાને સાતમા રૂમમાં પુરી દીધા. એમને પરિપક્વ થવા દીધા બાદ રૂમની બહાર તળાવ કિનારે છુટા મૂકી દેવામાં આવ્યા. સાતમી પેઢીએ નર-માદા સુગરી રૂમની બહાર ખુલ્લા આકાશ નીચે પહેલી વાર આવ્યા હતા. આ સુગરીએ તળાવના કિનારે વૃક્ષ ઉપર કળાત્મક માળો બાંધ્યો. નવાઈની વાત એ હતી કે આ સુગરીને માળો બાંધતા કોઈએ શીખવાડ્યું નથી. આમ છતા તે જન્મજાત સંસ્કાર લઈને આવે છે અને માળો બાંધે છે. આમ વૈજ્ઞાનિકો કહે છે કે તમે માનો કે ના માનો, ભગવાન, ઈશ્વર, ગેબી શક્તિ, કુદરત જેવું કોઈક તો છે, જે આ સકળ સંસાર, દુનિયાને ચલાવી રહ્યું છે.

સંત કવિ પ્રેમાનંદ સ્વામીએ એક પદમાં લખ્યું છે કે ''દાસના દુશ્મન હરિ કે'દિ હોય નહીં રે...'' શ્રીજી મહારાજ કહેતા કે ''વિચારે રહીત વર્તવું, વિના સંશય વર્તવું એનું નામ દાસ.'' તમે જોઈ શકો કે મોટા ભાગના સાધુ-સંતના નામ પાછળ ''દાસ'' લખ્યું હોય છે. જેમના નામમાં જ ''દાસ'' શબ્દની હાજરી હોય છે પરંતુ તેમનામાં આવી દાસત્વની ભાવના હોય છે ખરી? ધર્મ-ભક્તિનું અભિમાન કે અહમ્ – મમત્વ હોય? ના હોવું જોઈએ. પરંતુ હોય તો શું થાય? રામાયણનો એક જાણીતો પ્રસંગ છે. પવનપુત્ર હનુમાનજી રામભક્ત છે. શ્રીલંકામાં રામ-રાવણ યુદ્ધ વેળા રાવણના બાણથી ઘાયલ થયેલા લક્ષ્મણજીને મુર્છા આવે છે અને તેઓ ઢળી

> સુગરીને માળો બાંધતા કોઈએ શીખવાડ્યું નથી. છતા તે જન્મજાત સંસ્કાર થકી માળો બાંધે છે. વૈજ્ઞાનિકો કહે છે કે માનો કે ના માનો, ભગવાન, ઈશ્વર, ગેબી શક્તિ, કુદરત જેવું કોઈક તો છે, જે આ સકળ સંસાર, દુનિયાને ચલાવી રહ્યું છે

પડે છે. તેમને સાજા કરવા માટે ઋષિ-મુનિઓએ એક જ કારગત ઉપાય હોવાનું કહ્યું. ભગવાન શ્રીરામે પણ કહ્યું કે ''વિષતાંદુલ્ય'' નામની વનસ્પતિ લાવીને તેનું ઓસડિયું કરવામાં આવે તો જ લક્ષ્મણજીનો જીવ બચાવી શકાય એમ છે. આ માટે વાયુપુત્ર હનુમાનજી આગળ આવ્યા. કેમ કે આ જડીબુટ્ટીયુક્ત વનસ્પતિ ''ગંદનાર'' પર્વત ઉપર પ્રાપ્ત થઈ શકે એમ છે અને આ પર્વત લંકાથી દૂર છે.

ભગવાન શ્રીરામના આશીર્વાદ પ્રાપ્ત કરીને હનુમાનજી હવાઈ સફરે નીકળ્યા. તેમનો સવાલ હતો કે પોતે આ વનસ્પતિ કેવી રીતે ઓળખી શકશે? તેમને કહેવામાં આવ્યું હતું કે પર્વત પરની જે વનસ્પતિ ચમકતી અને સતત પ્રકાશમાન હોય તે જ વિષતાંદુલ્ય વનસ્પતિ. હનુમાનજી ગંદનાર પર્વત તો પહોંચ્યા પણ દૈત્યોના ઐશ્વર્યબળના પ્રતાપે તેમને પર્વત પરની તમામ વનસ્પતિ ચમકતી જોવા મળી. મુંઝાયેલા વાયુપુત્ર તો આખો પર્વત જ ઊપાડીને લંકાની દિશામાં ઉડવા લાગ્યા. આ સમયે તેમને ક્ષણવાર માટે પણ મનોમન અભિમાન થઈ આવ્યું કે ''જો હું ના હોત તો ભગવાન શ્રીરામને આ વનસ્પતિ કોણ લાવી આપત અને લક્ષ્મણજી કેવી રીતે સાજા થઈ શકે?''

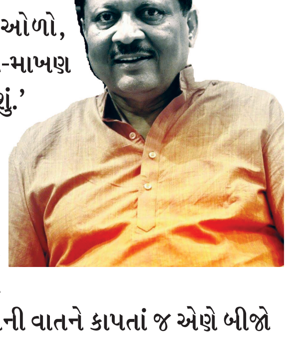
આકાશમાર્ગે પસાર થઈ રહેલા હનુમાનજીને મનોમન આટલું જ અભિમાન થયું એટલામાં નીચે નંદીગ્રામ પર્વત પર બેસીને તપ કરી રહેલા ભગવાન શ્રીરામના લઘુબંધુ ભરતજીએ ઊંચે આકાશમાં જોયું કે આખેઆખો પર્વત કોઈક ઉપાડીને લઈ જઈ રહ્યું છે. પર્વત લઈ જનારની દિશા લંકા તરફની છે કે જ્યાં રામ-રાવણ સેના વચ્ચે યુદ્ધ ચાલી રહ્યું છે. ભરતજીએ મનોમન વિચાર્યું કે ''નક્કી આ કૃત્ય કોઈ રાક્ષસનું જ હોવું જોઈએ. મારે રામજીને બચાવવા મદદ કરવી જોઈએ અને આ રાક્ષસને અહીં જ રોકી લેવો જોઈએ.'' તેમણે આકાશ તરફ બાણ છોડ્યું ને હનુમાનજી ધરતી પર ઢળી પડ્યા. ભગવાન ભલે ભક્ત હોય તો પણ તેને પોતાની ભક્તિનું અભિમાન થાય તો અવશ્ય નીચે પાડી દેતા હોય છે. હનુમાનજીને પગમાં ઈજા થઈ હતી. ભરતજી નજીક ગયા અને જ્યારે ભરતજીએ જાણ્યું ત્યારે પોતાની ભૂલનો પણ અહેસાસ થયો. હનુમાનજી પોતે કરેલા અભિમાન પછી ઊડી શક્યા નહિ. છેવટે ભરતજીએ બાણ ચઢાવ્યું અને એ બાણ પર બેસીને હનુમાનજી પર્વત હાથમાં લઈ લંકા પહોંચ્યા ને લક્ષ્મણજીની સારવાર શક્ય બની. ભક્તે વિચારવું જોઈએ કે ભગવાને પોતાને શક્તિ બક્ષીને સેવાની તક આપી છે. અભિમાન હોય ત્યાં ભક્તિ ટકી શકે નહીં. રાવણની ભક્તિ પણ ટકી નહોતી.

જસ્ટ ટ્વીટ :

''પ્રેમ છિપાયે ના છિપે, જા ઘટ, પરઘટ હોયે,
યદિ મુખ બોલે નહિ, નયનન દેત હૈ રોયે.''

\- સંત સુરદાસ

ચોક્કા છક્કા મારવા છે...!! ડિફેન્સીવ રમી પચાસ પુરા કર્યા, હવે ખભા ઉંચકવા છે...!!



Hello ફ્રેન્ડસ!
સંજય થોરાત'સ્વજન'
mail@sanjaythorat.com

'મારો પચાસમો જન્મ દિવસ છે, અને ફાર્મ હાઉસ પર પાર્ટી રાખી છે. એટલે તારે સજોડે આવવાનું છે, નો.. નો.. બાળકો નહીં.' પ્રથમ એની પ્રથમ વાર જ બર્થ ડે સેલિબ્રેટ કરતો હતો. બિલકુલ નજીકના દસ-બાર મિત્રોને એણે માત્ર કપલમાં આમંત્રિત કર્યા હતા.

'પ્રથમ, મેનુ તો બોલ, શું રાખવાનો છે?' પ્રકાશે જરા અધીરાઈથી પૂછી જ લીધું. 'જો દોસ્ત બિલકુલ દેશી જમણ. રીંગણાનો ઓળો, બાજરાનો રોટલો, કઢી-ખીચડી, ગોળ-માખણ ને સુખડી, ખુલ્લામાં તાપણું કરીને બેસીશું.' પ્રથમ પ્લાન સમજાવ્યો.

'કોઈ ખાસ આવવાનું છે ? કે માત્ર મિત્રો જ?' નિકુંજે ખુલ્લા દિલે પૂછી જ લીધું. 'આમ તો બધા જ મિત્રો જ છે, પણ આનંદ સ્વામી આવવાનાં છે, માત્ર અડધો કલાક માટે...' પ્રથમની વાતને કાપતાં જ એણે બીજો પ્રશ્ન કર્યો, એ તો ખૂબ મોટા મોટીવેશનલ સ્પીકર છે, એ જ ને? પણ એમને કેમ ? પ્રથમે ગંભીરતાથી કહ્યું, 'જો દોસ્ત એ મારા સારા મિત્ર છે અને ૪૫-૫૦-૫૫ વર્ષ પછીની લાઈફ કેવી રીતે જીવવી જોઈએ ? એ માટે ગુરુ ચાવી આપવાનાં છે. મને લાગે છે કે હવે જે જિંદગી જીવવાની મજા આવવાની છે.'

ફાર્મ હાઉસ પર ભેગા થયેલા મિત્રો આનંદ સ્વામીની રાહ જોતાં સ્વાગતમાં અપાયેલું સરગવાની સીંગનું સૂપ પીતાં હતા. સ્વામીએ આવતાં જ પ્રથમને 'હવે જ ખરી મજા છે' પુસ્તક ભેટ કરી, દરેક મિત્રોની આંખમાં ઉમટેલા ભાવને વાંચી એમની વાત શરુ કરી.

'આજે પ્રથમ પચાસ વર્ષ પૂરા કરે છે ત્યારે અને તમે બધાં પણ લગભગ ૪૫-૫૫ વચ્ચેના છો ત્યારે અનુભવના અર્ક સમાન થોડી વાતો કરવી છે. જિંદગીમાં ઉતારશો તો મારા નામ જેવી અનુભૂતિ મને થશે.'

તમે અત્યાર સુધી જે મહેનત કરી તકલીફ સહન કરી, કરકસર કઈ જે કંઈ રૂપિયા બચાવ્યા છે તેને વાપરવાનો સમય આવી ગયો છે. તમે બચાવેલા રૂપિયા બાળકો કે પૌત્રો માટે જમા કરી રાખવા જેવી ગંભીર ભૂલ બીજી કોઈ નથી. કારણ તમે આ રૂપિયા પોપર્ટી ભેગી કરવા કેટલો પરસેવો પાડ્યો છે. એની કિંમત નથી, એમનું એમ જ માનવું છે કે આ તો તમારું કર્તવ્ય છે!

પોતાની હેલ્થ કેવી રીતે સારી રહે ? એની કાળજી લો. સહન થાય એટલો જ પણ નિયમિત વ્યાયામ કરો. ખાલી ખાલી જીમના પગથિયાં ચઢશો નહીં. અઘોરી વ્યાયામ કયારેય ખરાબ. સારો ખોરાક ખાવ. જરૂર પડે ડાયાટિશીયનની સલાહ હો. તમારાં શરીરને યોગ્ય ખોરાક લો.

> ઓ હૃદય, તેં પણ ભલા! કેવો ફસાવ્યો છે મને?
> જે નથી મારા બન્યાં, એનો બનાવ્યો છે મને!
> આપ સાચા અર્થમાં છો મારે માટે તો વસંત,
> જયારે જયારે આપ આવ્યાં છો, ખિલાવ્યો છે મને!
> \- બરકત વિરાણી 'બેફામ'

ભરપૂર ઊંઘો. નિયમિત મેડિકલ ચેકઅપ કરાવો. તમારા ફેમિલી ડૉકટરના સંપર્કમાં રહો. જરૂરી દવાઓ બિનચૂક લેવાનું અને સાથે રાખવાનું ભૂલવું નહીં. જરૂર વગર ડૉકટરની વાતોમાં ભરાયા નહીં અને દવાઓના વ્યસને પણ લાગશો નહીં.

તમારા લાઈફ પાર્ટનરની કાળજી લો. એના ગમા-અણગમાને સમજો. એને મનગમતી વસ્તુ ગિફ્ટ કરો. ફિલ્મ કે ફરવાનું, મંદિર કે મિત્ર જયાં એને મોજ પડે ત્યાં જવા દો અને એને ગમતું હોય તો કંપની આપો. તમારામાં બેમાંથી એક જણ પહેલાં જશે એ યાદ રાખો, અને આવનારી પરિસ્થિતિને સ્વીકારવાની માનસિકતા બનાવો. પૈસા બંને મળીને એન્જોય કરો. કારણ એકલા એકલાં પૈસા ખર્ચ કરવામાં પણ મજા નથી!

તમારી ઉંમર ગમે તેટલી હોય, પ્રેમ કરતાં શીખો, તમારો પાર્ટનર, ફેમીલી, ફ્રેન્ડ, જિંદગી બધાંને પ્રેમ કરો. યાદ રાખો જયાં સુધી તમારી બુદ્ધિ સાબુત છે ત્યાં સુધી પ્રેમની ભિનાશ છે, ત્યાં સુધી માણસ વૃદ્ધ થતો નથી.

પોતાની જાતને મજબુત માનો. રેગ્યુલર વાળ કપાવો, મસાજ કરાવો, હેર ડાય કરાવો, જુવાન રહો. મનગમતો સાબુ, પાવડર, પરફ્યુમ, ઈનરવેઅર વાપરવામાં સંકોચ ના રાખો. કપડાં ટાપટીપ રાખો. શૂઝ બ્રાન્ડેડ પહેરો. તમે બહારથી જેટલા આકર્ષક અને યુવાન હશો એટલાં જ અંદરથી સુખી થશો. ફૅશન પણ કરો, આધેડ વયના લોકો શું ફૅશન કરે છે? જુઓ, તમે જો થોડાં ફૅશનેબલ રહેશો તો યુવાનોને પણ તમારી સાથે જામશે.

તમારું જ્ઞાન અને માહિતી અપડેટેડ રાખો. ન્યૂઝ પેપર વાંચો, ટીવીના સમાચાર, સિરીયલ્સ જુઓ. સોશિયલ મીડિયામાં એક્ટિવ રહો. શક્ય છે તમને ફૅસબુક દ્વારા જુનાં મિત્રો, કલાસમેટ મળી શકે. દુનિયા સાથે કનેકડેટ રહો. દુનિયામાં તમે મહાન છો એવા ભ્રમમાં રહેશો નહીં. અહીં ભલભલા કબરમાં પોઢી ગયા છે અને સ્મશાનની રાખ થયાં છે!

યુવાનોના વિચારોનો આદર કરો. કદાચ તમારા અને એમનાં વિચારોમાં ફરક હશે, પણ તેઓ જ કાલનું ભવિષ્ય છે. એમને સલાહ અને માર્ગદર્શન આપો, પણ એ માંગે ત્યારે જ! એમની વારંવાર ટીકા કરશો નહીં, એમની ભૂલ કાઢશો નહીં. તમે પણ આ ભૂલો કરી જ ચૂક્યા છો.

મોટાં ભાગના ઉંમર વધ્યાથી રડતાં રહે છે, થોડાંક જ વૃદ્ધત્વનો આનંદથી સ્વીકાર કરે છે. જિંદગી નાની છે એટલે કાયમ આનંદી માણસના સંત્સંગમાં રહો. એ તમને પણ ખુશ રાખશે. નિરાશ - દુ:ખી લોકોથી દૂર રહો, એમનો જન્મ જ દુ:ખી થવા થયો હોય છે. એ એસીમાં બેસીને લાઈટની ચિંતા કરી પરસેવો પાડતાં હોય છે. ટૂંકમાં પચાસ પછી પરિવારની ચિંતા ઘટાડતા જઈ મોજ કરો... અને હા, આ લખેલા કાગળની કોપી મેં પ્રથમ ને આપી છે, તમે સાથે લઈ જજો અને વારંવાર વાંચજો. તમે દેશી જમણનો આનંદ લઈ પ્રથમનો જન્મદિવસ મનાવો મારે તો પૂનમનો અપવાસ છે, એટલા આ ફાર્મ હાઉસમાં પાકેલાં દાડમ અને જામફળ જ ખાઈશ. આનંદ સ્વામીની વાતને મિત્રોએ તાળીઓથી વધાવી લીધી. અને નિકંજુ 'હવે જ ખરી મજા છે.'ની લાઈન સંભળાવતો હતો.

ચૂંટલો :

ડિફેન્સીવ રમી પચાસ પૂરાં કર્યાં, હવે ખભા ઉંચકવા છે, ચોક્કા છક્કા મારવા છે. તનથી જરા થાક્યો છું, મનથી હાર્યો નથી જરાય, હવે બમણાં ઉમંગથી રમવું છે. આઉટ થવું મંજૂર છે. રિયાર્ટ હર્ટ થવું નથી. સેન્ચુરી ભલે ના થાય ૬૦-૭૦-૮૦ માં આઉટ થવાય, બાકીની ઈનીંગ મસ્તીથી રમવી છે. ટીમને જીતવા જેટલા રન કરી લીધા, બાંકીનું હવે ટીમ પર છોડીને મારે મારી રીતે રમવું છે. જિંદગીમાં હવે જ ખરી મજા છે, મારે યાદગાર ઈનીંગ રમવી છે.