સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
99789-26251

સલામી સવારની..

હતો હું સૂતો પારણે, આજ દાદા-નાના થૈ ગયો,
કૂટાતાં-પીટાતાં, એમ.એ, એમ.એડ્ થઈ ગયો,
થઈ ગયો ખેલાડી, રમી સંસારની પીચ પર -
ઠૂચૂક ઠૂચૂક રમી સ્કોર 'એંસી' એ લઈ ગયો!
(જન્મદિન ના સૌને વંદન)

હાઈકુ

સુખને શાંતિ,
ને સંસ્કારી સંતાનો -
છે પ્રભુ કૃપા...

નિશ્ચિંત નિંદ્રા,
ને તન તંદુરસ્ત -
ઈશ્વર કૃપા

ચિંતન

શીલવંત સબસે બડા, સબ રતન કી ખાની,
ચૌદ લોગ કી સંપતિ, રહી શીલ મે આની.

ઉપરોક્ત શ્લોક કહત કબીરામાંથી લેવામાં આવેલ છે.

દયા, ક્ષમા અને સમભાવ વિશે ઉપદેશ આપ્યા પછી કબીર શીલ એટલે ચારિત્ર્યનું મહત્ત્વ સમજાવતા કહે છે કે આ જગતમાં શીલવંત એટલે ચારિત્ર્યવાન વ્યક્તિને સૌથી મોટી સમજવી. ચારિત્ર્યની કિંમત આંકતા કબીર કહે છે કે ચારિત્ર્યવાન વ્યક્તિ રત્નોની ખાણ બરાબર છે. શીલની કિંમત ચૌદ લોકના રાજ્યથી પણ વિશેષ લેખાય. જેવી રીતે ઈમારતનો આધાર તેવા પાયા પર હોય છે. તેવી જ રીતે આ દુનિયામાં સર્વ વ્યવહારનો આધાર સુપેરે તો પ્રજાના ચારિત્ર્ય અને શીલ પર જ ચાલતો હોય છે. શીલવંત પ્રજા જ ધર્મનું અને પોતાના દેશનું ભલું કરી શકે.

ચારિત્ર્ય-એટલે મન-વચન-કર્મથી નિષ્ઠાવાન-સત્યવાદી.

એના સ્વભાવ આચરણ વિશે કોઈ કંઈ જ શંકા ન કરી શકે - તે ચારિત્ર્યવાન.

સુવિચાર

- ઈશ્વરને દિયા હૈ ઐસા ચોક કર કષ્ટ સહ લેના તપ હૈ - **એસ.એમ.એસ.**
- બીજાને 'વાહ' કહેવું હોય તો આપણામાં રહેલી 'હવા' ને કાઢવી પડે છે - **રીઝવાન ગુજરાતી**
- ઈશ્વરની કૃપા તમારા પરવ વરસતી હોય તો કોઈનું ધ્યાન રાખજો, કોઈને ધ્યાનમાં ના રાખતા - **એસ.ભટ્ટાચાર્ય**
- જીવનમાં જીતી જરૂરી નથી પણ તમારા બોબેલા શબ્દ ન હારે એ જરૂરી છે - **મોરારિ બાપુ**
- કોઈ પણ ધર્મ કરો બસ ધ્યાન એટલું રાખજો કે પરમાત્મા 'ઓનલાઈન' છે - **અખંડ આનંદ**
- જયાં સુધી વર્તમાનને તમે જીવશો નહીં ત્યાં સુધી તે ઈતિહાસ કેવી રીતે બનશે ?? - **ચંદ્રકાન્ત બક્ષી**
- આજનું ઔષધ : અર્ધા ગ્રામ અક્કલકરો ના મૂળનું ચૂર્ણ મધ સાથે ચાટવાથી જૂની શરદી મટે છે.

(સંકલન : દિપક વી. આશરા)

બોધકથા

શ્રીમદ્ રાજચંદ્રજી મુંબઈ રહેતા ત્યારે એમને ત્યાં વર્ષો સુધી ઘરકામ કરનાર મોરબીનો લાલજી. લાલજી ને શરમ આવતી છતાં શ્રીમંદ રાજચંદ્ર એની સુશ્રુષા કરતા. શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર કહેતા, 'જયારે શેઠ નોકર તરીકે પગારથી કોઈને રાખે છે, ત્યારે તે શેઠ નોકરના પગાર કરતા વધારે કામ લેવાની બુદ્ધિ રાખે છે. નોકર રહેનાર માણસ ગરીબ સ્થિતિમાં હોવાથી વેપાર આદિ કરી શખતો નથી. જો કે તે માણસ વેપાર કરી શકે તેમ છે. પરંતુ મૂડી ન હોવાથી નોકરી કરે છે.'

શેઠ નોકર પાસેથી પગાર કરતાં વિશેષ લાભ મેળવવા બુદ્ધિ રાખે, તો તે શેઠ તે નોકર કરતાં પણ ભીખ માગનાર જેવો પામર ગણાય. શેઠ જો નોકર પ્રત્યે એવી ભાવના રાખે કે આ પણ મારા જેવો થાય. તેને શેઠ ઘટતી સહાય આપે. તેના કામ પર ઘણો બોજો હોય તો તે વખતે કામમાં મદદ કરે વગેરે દયાની લાગણી હોય, માંદગી વખતે મદદ કરે તો તે શ્રેષ્ઠ શેઠ ગણાય.

વિકાસનો વાંઝિયો મંત્ર ક્યાં સુધી...?

તંત્રીસ્થાનેથી...

પાડોશી દેશ સાથે સંબંધો સમધારણ કરવાના તમામ પ્રયાસો સદંતર નિષ્ફળ જ રહ્યા છે. કહેવાય તો છે એ પાકિસ્તાન અર્થાત્ પવિત્ર પ્રદેશ. પરંતુ એના વર્તન અને વ્યવહારમાં નામનીય પવિત્રતા જોવા નથી મળતી. મૂળે તો એ હિંદુસ્તાનનો જ ભાગ હતું. કમનસીબે એને મહંમદ અલી ઝીણા જેવા કટ્ટર નેતા સાંપડ્યા જે અંગત જીવનમાં ઈસ્લામના કોઈ જ ઉચ્ચ આદર્શનું પાલન નહોતા કરતા. ઝીણાના અલગ દેશની માગણી સત્તા છોડીને જઈ રહેલા ચતુર અંગ્રેજે માન્ય કરી અને આઝાદ હિંદુસ્તાન માટે કાયમી શિરોવેદના સમા પાકિસ્તાનનું સર્જન થયું. ઈંદિરા ગાંધી એ અડધા પાકિસ્તાનનું તો બાંગ્લાદેશ સ્વરુપે વિસર્જન પણ કરી દીધું પરંતુ એથી તો ઊલટો આ નાપાક પાડોશી વધારે ભુરાંટો થયો અને એનું વેર વાળવા કાશ્મીર જેવા રળિયામણા મુલકને એણે યુદ્ધના મેદાનમાં ફેરવી દીધો. આંતરે દિવસે ઘુસણખોરી અને સરહદ પર ગોળીબારની જે ઘટનાઓ બનતી રહી છે તે સૂચવે છે કે ગમે તેટલી સર્જિકલ સ્ટ્રાઈક કરવા છતાં અટકવાની નથી. કાશ્મીરના અલગતાવાદીઓ અને પાકિસ્તાનનાં નામીચાં આતંકી સંગઠનો વિરુદ્ધ ભારત સરકારની કોઈ જ અપીલ કોઈએ ગંભીરતાપૂર્વક લીધી નથી. આંતરરાષ્ટ્રીય સ્તરે પાકિસ્તાનનું પોત પરખાઈ ચૂક્યું હોવા છતાં એને મળનારી મદદ ચાલુ રહેવા પામી છે અને પાકિસ્તાને એની તમામ નાપાક હરકતો ચાલુ રાખીને પણ ભારતને બદનામ કરી કાશ્મીરના લોકો પર ભારતીય સેના જુલમ ગુજારતી હોવાનું ગાણું ગાયા કર્યું છે. પંડિત જવાહરલાલ નહેરુથી માંડી નરેન્દ્ર મોદી લગીની અત્યાર સુધીની સરકાર કોઈ પણ સરકારની 'કાશ્મીર પૉલિસી' સફળ થઈ નથી અથવા થવા દેવાઈ નથી. કાશ્મીર સત્તામાં ભાગીદારી કરીને તો ઊલટાની ભારતીય જનતા પાર્ટી ભેખડે ભરાઈ ગઈ છે. એ નથી તો કલમ ૩૭૦ સામે અવાજ શકતી કે નથી કાશ્મીરના ખીણ પ્રદેશની પ્રજા સાથે સંવાદ સાધી શકતી. કેન્દ્ર સરકારે કાશ્મીરને વિકાસની બાંહેધરી આપી, કેટલાક રેલવે લાઈન જેવા પ્રોજેક્ટ પણ પાર પાડ્યા પરંતુ એથી કાશ્મીરના યુવા વર્ગમાં કોઈ જ વિશ્વાસ પેદા કરી શકાયો નથી. પાકિસ્તાનના નેતાઓ સાથે વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીએ સુલેહભર્યા સંબંધો વિકસાવવા કરેલા તમામ પ્રયાસો નિષ્ફળ રહ્યા છે. ભારતીય નાગરિક કુલભૂષણ જાદવને જાસૂસીના ગુના હેઠળ ફાંસીની સજા ફરમાવી પાકિસ્તાને એની જેલમાં ગોંધી રાખ્યો છે. આંતરરાષ્ટ્રીય કાનૂન મુજબ આવા કેદીના સંબંધીઓને મળવાની તક આપવી જોઈએ તેથી પાકિસ્તાને એનું નાટક જરૂર કર્યું પરંતુ જાધવનાં વૃદ્ધ માતા અને પત્ની સાથે જે અમાનુષી વર્તાવ કરાયો તે કોઈ પણ ભારતીય નાગરિકને દેશના અપમાન સમાન જ લાગશે. એ નિર્દોષ મહિલાઓનાં વસ્ત્રો ઉતરાવાયાં, ચાંદલો અને મંગળસૂત્ર ઉતરાવી દેવાયા. એમનાં પગરખાં ઉતરાવી દઈ પાછાં ન અપાયાં. વળી એમની મુલાકાત પણ કાચની દિવાલ વચ્ચે રાખીને કરાવાઈ. તેમને પોતાની માતૃભાષા મરાઠીમાં વાતચીત કરતાં અટકાવાયાં. પોતાના દેશની મહિલાઓ સાથે આચરવામાં આવેલ આવી ક્રૂરતાં છતાં ભારત પાકિસ્તાન સામે કોઈ નોંધપાત્ર પગલાં લઈ શકતું નથી તે કેવી વિડંબના છે ! હા, પાકિસ્તાનને ચૂંટણી મુદ્દો બનાવી ભોળી પ્રજાના મત જરૂર ઓળવી લેવાય છે. ભારતીય શાસનની આ નિર્બળતા દુનિયાની નજરમાં એને એક દયાપાત્ર દેશ બનાવે છે. એક તરફ યુ.કે. અને ફ્રાંસને પાછળ પાડી દેશ વિશ્વની પાંચમી આર્થિક સત્તા બનવા હરણફાળ ભરતો હોય ને બીજી તરફ એ પોતાના નિર્દોષ નાગરિકોના આત્મસમ્માનની જાળવણી ન કરી શકતો હોય ત્યારે કેવી વિચિત્ર પ્રકારની મનોદશા સરજાઈ શકે તેનું કોઈ બેરોમીટર ખરું ? ઉત્તરપ્રદેશમાં મેરઠના સરકારી ડૉકટરો આયાતી નૃત્યાંગનાઓ સાથે દારૂની છોળો વચ્ચે મહદોશ થઈ ઠુમકા લગાવતા હોય અને સગર્ભા મહિલાને ખુલ્લા આકાશ નીચે પ્રસૂતિ થતી હોય ત્યારે આ દેશ 'વિકાસ'નાં કયા માપદંડોને અનુસરે છે, તે નક્કી કરવું અઘરું છે.

માખણ—આરોગ્યની દ્રષ્ટિએ

શિયાળો આવી ગયો છે. શિયાળામાં આપણે થોડા વધુ હેલ્થી ખોરાક અને આચાર તરફ વળતા હોઈએ છીએ. શિયાળામાં જઠરાગ્નિ પણ વધુ પ્રદીપ્ત હોય. એટલે ભૂખ પણ વધુ લાગે અને પાચન પણ સરસ થાય. એસજી હાઈવે પાર આવેલ કાઠીયાવાડી રેસ્ટોરાંમાં આ દિવસોમાં ખૂબ ભીડ જામેં. અને લોકો ઓળો રોટલો ઘી ગોળ અને માખણ હોંશે હોંશે ખાય. માખણ એટલે નવનીત. નવનીત એટલે તાજગીસભર. નવનીત એટલે જે આપણને તરોતાઝા કરી દે તે. નવનીત એટલે કાયાકલ્પ કરી દે તે. આયુર્વેદે માખણના ખૂબ ગુણગાન ગાયા છે. અત્યાર સુધી કોલેસ્ટેરોલના નામે હો-હા કરતા વિદેશીઓ પણ ઘી-માખણ ને કોલેસ્ટેરોલ-ફ્રી ગણવા લાગ્યા છે. આપણા વડીલો દેશી ઘી-માખણ ખાઈને જ મોટા થયા છે. ગામડે રોજ શિરામણમાં રોટલો અને માખણનો મોટો પિંડો ખાવાના અને ખેતરે ઉપડવાનું. ટુંકમાં, માખણ આપણો રોજીંદો આહાર છે. શરીરની કેપેસીટી મુજબ માખણ ખાવાથી શરીર પુષ્ટ બને છે. અલબત્ત જો સાથે શરીરિક શ્રમ ન કરીએ તો શરીરને વધુ પડતું પુષ્ટ બનતા વાર નથી લાગતી.

આયુર્વેદમાં ગાયના માખણને શ્રેષ્ઠ કહ્યું છે. ગાયનું માખણ શીતળ, ધાતુવર્ધક, બલદાયક, આંખનું તેજ વધારનાર, પુષ્ટિકારક, અને રૂચિકર છે. ચરકસંહિતામાં તાજા માખણના ગુણો વિષે જણાવ્યું છે કે તાજું માખણ ભુખ લગાડનાર, પાચન કરનાર, અને હ્રદય માટે હિતકર છે (યસ, બટર ઈઝ હાર્ટ ટોનિક). માખણ પેટના અલ્સર (આઈ.બી.એસ), પાઈલ્સ અને ફેસીયલ પેરાલિસીસને દૂર કરે છે.

બટરની ન્યુટ્રીશીયલ વેલ્યુ જોઈએ તો બટરમાં ભરપૂર કેલોરી છે. સો ગ્રામ બટરમાં ૭૧૭ કેલરી રહેલ છે. તેમા સારી એવી માત્રામાં ફેટ, સોડીયમ, અને પોટેશીયમ રહેલા છે. માખણ વિટામીન-એ નો પ્રચૂર સ્રોત છે. માખણના (અને ઘીના) પરમાણુંઓનું સંઘટન એ પ્રકારનું છે કે તે શરીરના એવા કોષ અને પેશીઓ (જેમકે મગજની અમુક કોશપેશીઓ) કે જ્યાં બીજા પરમાણુંઓ નથી પહોચી શકતા ત્યાં પહોચી શકે છે. (એટલે જ આયુર્વેદની અમુક દવાઓ ઘી માં બનાવવામાં આવે છે.) માખણમાં રહેલી સેચ્યુરેટેડ ફેટ એ કેલ્શીયમ, ફોસ્ફરસ, તેમજ વિટામીન એ અને ડી નું ભારણ ખમી લે છે. આ બધા જ તત્વો આપણી રોગપ્રતિકારક શક્તિને વિકસાવવા માટે ખૂબ જરૂરી છે માટે માખણ ઈમ્યુનિટી વધારવા માટે ઉત્તમ છે. માખણ ત્વચા માટે પણ હિતકર છે. માખણમાં સેલેનીયમ નામનું તત્વ રહેલુ છે. સેલેનીયમ એંટીઓકસીડંટ છે, તેમ જ ત્વચાને પોષણ આપે છે.

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા
ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

માખણ બાળકોના મગજના વિકાસ માટે ખૂબ ફાયદાકર છે. માખણમાં આરાકીડોનિક એસિડ રહેલુ છે. આ તત્વ મગજના કોષોના વિકાસ માટે ખૂબ જરૂરી છે. આ ઉપરાંત માખણમાં વિટામિન-ડી રહેલું છે જે મગજની નર્વ (નસો) માટે ખૂબ જરૂરી છે. બાળકોનું મગજ અને તેન કોષો રોજેરોજ વિકાસ પામતા હોય છે. માખણમાં રહેલા આવા મેધ્ય તત્વો બાળકોનો માનસિક વિકાસ વધારે છે.

આમ, આયુર્વેદ તેમજ આધુનિક શાસ્ત્ર, બન્ને માખણને એક જરૂરી તેમજ ઉપયોગી ખાદ્યપદાર્થ માને છે. કાનુડાની જેમ જ દરેક બાળકને માખણ પ્રિય હોય છે. બાળકોને નિયમીત સપ્રમાણ માખણ આપવું જોઈએ. ('સપ્રમાણ' શબ્દ પર ભાર મુકવો. વધુ માખણ શરદી-ઉધારસ થી લઈ ને કેટલીય બીજી તકલીફો આપે છે). મોટાઓએ પણ આનંદથી યથાશક્તિ આરોગવું....

- contact@atharvaayu.com

ગુજરાત વિધાનસભા ચુંટણી-૨૦૧૭ ની આડીતેડી વાતો

ગુજરાત વિધાસભા ચુંટણી – ૨૦૧૭ રગે ચંગે પૂર્ણ થઈ ગઈ, અને એનાં રંગરંગીન પરીણામો આવ્યે પણ એક અઠવાડિયું થઈ ગયું છે. આ વખતની ચુંટણી અનેક રીતે વિશિષ્ટ રહી.તેની થોડીક વાતો આપણે ગયા અઠવાડિયે કરી હતી. બીજી થોડીક વાતોમાં તમને ભાગીદાર બનાવવા તૈયાર થયો છું. સુખે દુખે હંમેશની જેમ આ વાતો પણ સાંભળી લેજો. તમને થશે કે ચુંટણીઓ વાળાઓથી માંડ છૂટ્યા છીએ ત્યાં તમે ક્યાં માથુ પકાવવા તૈયાર થયા છો ? થોડીક તો રહેમ કરો ભાઈ ! આમતો આ બધી વાતો તમે વર્તમાનપત્રોમાં વાંચી જ હશે. છતાં આમભેગી કરીને માણવાની ખરેખર મઝા આવશે. તો સાંભળો ત્યારે.

★ આ વખતની ચુંટણીઓમાં ભાજપ હારતાં હારતાં જીતી ગયું અને કોંગ્રેસ જીતતા જીતતાં હારી ગઈ. ભાજપને જીતમાં પણ હાર દેખાય છે અને કોંગ્રેસને હારમાં પણ જીત દેખાય છે. આવી ચુંટણી તો ભાઈ આજલગી ભાળી ન હતી. ૧૯૬૭ માં દિવાના નામનું એક પિકચર આવ્યું હતું. તેમાં રાજકપુર અને શાયરાબાનુએ અભિનયના અજવાળા પાથર્યા હતા. તેમાં એક ગીત હતું તે આ ચુંટણીઓના પરીણામો સાથે બરાબર બંધબેસતું આવે છે.

तुम्हारी भी जय-जय, हमारी भी जय-जय
न तुम हारे, न हम हारे
सफर साथ जितना था, हो ही गया तय
न तुम हारे, न हम हारे
तुम्हारी भी जय-जय, हमारी भी जय-जय

★ ચુંટણીના પરીણામો આવ્યા પછી જીતેલા ઉમેદવારો ગાંધીનગર જશે અને હારેલા ઉમેદવારો ખબર નહીં ક્યાં જતા રહે છે પણ પૂરા પાંચ વરસ તેઓ પ્રજાને જોવા મળતા નથી. અહીં પ્રચાર કરવા આવેલા રાષ્ટ્રીય નેતાઓ તો ચુંટણી પત્યાની સાંજે જ અહીંથી રવાના થઈ ગયા હતા. (મોદીસાહેબ ગુજરાતી વધારે કે રાષ્ટ્રીય વધારે એવો પ્રશ્ન ના કરતા) કોઈકે આવું ગીત ગાયું હોત તો પબ્લીકને થોડુંક સારૂ લાગત. ફરી દિવાના ફિલ્મનું જ બીજું એક ગીત આમાં સેટ થાય છે.

मुबारक देने आए थे, मुबारक देके जाते हैं
मिला है बहुत कुछ, सीने में जो हम लेके जाते हैं
हम तो जाते अपने गाम, अपनी राम-राम-राम
अपनी राम-राम-राम, सबको राम-राम-राम
हम तो जाते अपने गाम, अपनी राम-राम-राम
सबको राम-राम-राम

★ પરીણામ આવવાના શરૂ થયા ત્યારે પહેલાં તો કોંગ્રેસ આગળ હતી, પણ બપોર પછી જનતાએ સાથ છોડ્યો અને ભાજપ આગળ થવા માંડ્યું. ત્યારે કોંગ્રેસ પ્રજાને ઉદ્દેશીને આ ગીત ગાયું હશે. અને જ્યારે ગાયું હશે ત્યારે ગુરૂદત્તની બેમિસાલ ''પ્યાસા'' ફિલ્મની હિરોઈન મીનાકુમારી કરતાં યે વધારે આંસુ સાર્યા હશે !

न जाओ सैयाँ, छुड़ा के बैयाँ
कसम तुम्हारी मैं रो पडूँगी
मचल रहा है सुहाग मेरा
जो तुम ना होंगे, तो क्या करूँगी
मैं तुम्हरी दासी, जनम की प्यासी
तुम ही हो मेरा सिंगार प्रीतम
तुम्हारे रस्ते की धूल ले कर
मैं माँग अपनी सदा भरूँगी,
सदा भरूँगी

મનના ઉમંગો
રણછોડ પરમાર

છેલ્લી કડી ગાતાં ગાતાં કોંગ્રેસ નામની કન્યા બેભાન થઈને જમીન ઉપર ઊંધે માથે પડી ગઈ હશે. !

जो मुझसे अखियाँ चुरा रहे हो
तो मेरी इतनी अर्ज भी सुन लो
तुम्हारे चरणों में आ गई हूँ
यहीं जिऊँगी, यहीं मरूँगी, यहीं
मरूँगी

★ આપણા ગાંધીનગર મતવિસ્તારમાં આપ પાર્ટી તરફથી શ્રી ગુણવંતભાઈ પટેલે પણ નસીબ અજમાવ્યું હતુ . પણ કમનસીબ તો જુવો તેમને ફક્ત એક જ મત મળ્યો. તેમણે ચુંટણી પંચમાં ફરીયાદ કરી કે તેમના ઘરમાં આઠ સભ્યો છે એટલે ઓછામાં ઓછા આઠ મત તો મળવા જ જોઈએ. પંચે તેમની ફરીયાદ ફગાવી દીધી છે .પણ તેમના કુટુંબના સભ્યોએ તેમને મત આપ્યા કે નહીં તે સાચે જ સંશોધનનો વિષય છે. જો સંશોધનમાં તેમના સગાઓ નાદાર નીકળ્યા તો શ્રી ગુણવંતભાઈએ સંગમનું આ જ ગીત ગાવું પડે ને ?

दोस्त दोस्त ना रहा, प्यार प्यार ना रहा
जिंदगी हमें तेरा ऐतबार ना रहा
गले लगी सहम सहम भरे गले से बोलती
वो तुम ना थी तो कौन था, तुम ही तो थी
सफर के वक्तमें पलक पे मोतियों को तोलती
वो तुम ना थी तो कौन था, तुम ही तो थी
नशे की रात ढल गयी, अब खुमार ना रहा

પરંતુ જો તપાસ દરમ્યાન આઠ સભ્યોએ ગુણવંતભાઈને મત આપ્યો હોવાનું નીકળે તો ભારે ગરબડ થઈ જય ! અત્યાર સુધી ઈવીએમ મશીનની ગરબડો સામે જે ફરીયાદો થતી રહી છે એને સાચી માનવી પડે. આવું જોખમ ના ખેડાય મારા ભાઈ !

★ ચુંટણી દરમ્યાન મોદીસાહેબે ભૂતપૂર્વ વડાપ્રધાન મનમોહનસિંહ, મણીશંકર ઐયર અને પાકિસ્તાનના અધિકારીએ મીટીંગ કરી કાવતરું કર્યાનો આક્ષેપ કરી દીધો તેની સામે કોંગ્રેસવાળાઓએ

અનુસંધાન પાના નં. ૭ પર

હ્રદયને સારી યાદોનો બગીચો બનાવવો કે ખરાબ યાદોની કબર એ આપણે નક્કી કરવાનું છે

''કશું ખોયું હતું મેં પણ, કશુંક મેં પણ ગમાવ્યું છે.
પૂજું છું હુંય ઈશ્વરને ફરીથી પામવા માટે.''

- સુષમા પોલ

બે જિંદગી જીદે ચડી...

'અમે હવે સાથે રહી શકીએ એમ નથી... આ મારો અંતિમ નિર્ણય છે.'

... બંને પક્ષે સામસામા તીર ખેંચાયાં... વાત વાદે ચડી... સમજાવટના પ્રયાસો આદર્યા... જીદ્દીપણું કોર્ટે ચડ્યું... કયાંક ઘીના ઠામમાં ઘી ઠરે તો કયાંક વંઠ્યું દૂધ વાડમાં... સમજાવટ થકી સમજનારાં તરી જાય છે... ને મમતે ચડેલું દાંપત્ય નંદવાય પણ ખરું !!

જીદે ચડેલાને સમજાવવાનો એકવાર પનારો પડ્યો'તો એણે રોકડું પરખાવી દીધું... 'ઝઝૂમવું ગમે છે ઝૂકવું નહીં.' - ને પછી તો માંડી વાળ્યું - જાહેરમાં આવી ખુમારી દાખવનારાઓને ઓશિકાનો ખાલીપો પીડે અને પ્રજાળતો હોય છે.

તથ્યહીન વાત એકવાર પકડાઈ જાય ને મમતનો પ્રશ્ન બની બેસે પછી પરિણામ દુષ્કર આવે... કયાંક અપવાદરુપ ભાગ્ય ફળે ને સારું પરિણામ સાંપડે પણ ખરું ને કાં તો 'અક્કરમીનો પડિયો કાણો' એવુંય સાબિત થાય... આ તો વાત થઈ જાતે વહોરેલા એકાકીપણાની...

માણસ આખરે નિયતિના હાથનું રમકડું છે. કાળદેવતાના ક્રૂર મિજાજનો ભોગ બનેલી વ્યક્તિને વૈધવ્ય કે વિધુરપણાને વેંઢારવાનું આવે ત્યારે નવનેજાં પડે છે... આખરે એ પણ ભોગવે છૂટકો...

ગંગાસ્વરુપ વૈધવ્યને ખુમારીભેટ ઝઝુમતા જોયાં છે... 'એક ભવમાં બે ભવ કરાય ?' - નો ખ્યાલ જીવાજી જાય છે... અનેકવિધ વિટંબણાઓ વેઠી સંતાનોને કેળવનારી માતાઓને ઉદ્દેશી લોકવાયકા વહેતી થઈ... 'ઘોડે ચડતો બાપ મરજો પણ દળણાં દળતી મા ન મરજો...' કાલે સુખનો સૂરજ ઊગશે... સંતાનમાં પોતાનું સુખ સમજનારી આર્યનારીના ઉજળા વૈધવ્યને જયારે જોઉં છું ત્યારે મનોમન વંદી લઉં છું !!

કવિવર્યન ન્હાનાલાલે તો એમ લખ્યું છે, 'દેહ લગ્નની વિધવાને પુનર્લગ્ન સમુ પુણ્ય નથી અને સ્નેહલગ્નની વિધવાને પુનર્લગ્ન સમુ પાપ નથી.'

આપણી ભારતીય સભ્યતા લગ્નને પવિત્ર બંધન ગણે છે. લગ્ન એટલે જોડાણ. એકમેકમાં ઓતપ્રોત થવું... એકાકાર થવું... 'અર્ધનારી નટેશ્વર'નો ખ્યાલ છે. પંડિત યુગના સાક્ષર ગોવર્ધનરામ ત્રિપાઠીના શબ્દો યથાચોતિ છે, 'અન્યોન્ય કેરી ન્યૂનતા પૂરે અનુગુણ દંપત્તિ.' એકબીજાની ત્રુટિઓ... ઓછપને ભરીને જીવી જનારાં અનુગુણ દંપત્તિનું જીવન જ ભવ્ય મહોત્સવ સમુ હોય છે... પરંતુ 'ખાટલે મોટી ખોટ'... લગ્નનનું રહસ્ય કે મર્મ આપણે પામ્યા કે સમજ્યા જ નથી... આજે મહંદશે દૈહિક આકર્ષણને જાતીય વૃત્તિની તૃપ્તિમાં જ સિમિત થયું છે. દાંપત્ય ભોગવવા કટિબદ્ધ થનારાં આધુનિક યુવાવર્ગમાં સાંસારિક પ્રગલ્ભતાની ખોટ વર્તાય છે. એથી જ અર્ધદગ્ધ લોકોના ખ્યાલે 'લગ્ન એ તો લાકડાનો લાડુ છે. ખાનાર અને ન ખાનાર બંને પસ્તાય છે.' આ વિચાર વહેતો થયો.

આજે પણ એવી પણ યુવતીઓ છે કે જેઓ ઊંચી મહત્ત્વાકાંક્ષાને કારણે વૈવાહિક જીવનનો ત્યાગ કરે છે તો કેટલીક વધુ સારું... ઉત્તમ શોધવામાં સમય ચૂકી જાય છે... ને આજીવન કુંવારાપણું વેંઢારે છે. વૈધવ્ય કે કુંવારાપણાનો નિયતિનું નિમિત્ત માની લઈએ પરંતુ લગ્ન કર્યા પછી 'છૂટા' પડવામાં મોટે ભાગે અહ્મનો ટકરાવ, સમજદારીનો અભાવ કે લંપટવૃત્તિ કારણરુપ સાબિત થતી જોવા મળે છે. મતભેદ જયારે મનભેદ સર્જે ત્યારે કોઈ ઉપાય કારગત નિવડતો નથી...

પ્રજાળતું એકાકીપણું કેવું આકરું સાબિત થાય છે તેનું એક આગવું બયાન અહીં રજૂ કરું છું... જરા ધ્યાનથી સાંભળો...

ડિવોર્સને એકવર્ષ પૂરું થયું...

ત્યારે એક યુવતીએ તેના ભૂતપૂર્વ પતિને પત્ર લખ્યો.

'આજે આપણે છૂટા પડ્યા તેને એક વર્ષ થયું. છૂંટા પડ્યાં પહેલાં આપણે પાંચ વર્ષ સાથે રહ્યા હતા. આપણે સાથે હતા તેમાં છેલ્લું આપણું ખરાબ રહ્યું. આપણા સંબંધો બગડ્યા આપણે છૂટા પડ્યા. આજે મારી સામે છૂટાછેડા પછીનું એક વર્ષ છે. છૂટાછેડા પહેલાનું ખરાબ સંબંધોનું એક વર્ષ છે ને તારી સાથે લગ્ન કર્યા પછીનું એક વર્ષ પણ મારી નજર સામે છે. હું વિચાર કરતી હતી કે આ ત્રણ વર્ષમાં કયું વર્ષ યાદ રાખવું જોઈએ ? હું મારા વિચારોથી ત્રણ વર્ષમાં પાછી ચક્કર મારી આવી. તારી સાથેનું પહેલું વર્ષ કેટલું સુંદર હતું! એવું લાગતું હતું કે જાણે આપણે જ એકબીજાની જિંદગી છીએ.

લાગણીનો મેળો
રસિક વાળંદ

આપણે સરસ જીવ્યા અને પછી જીવવાનું ભૂલતા ગયા. એકબીજાના વાંક શોધવા લાગ્યા અને અંતે છૂટા પડ્યા. છૂટાછેડા પછીના એક વર્ષમાં મેં તને ખૂબ ધિક્કાર્યો છે. તને નફરત કરી છે... પણ ગઈકાલની એક ઘટનાએ મારી વિચારવાની દિશા જ બદલી નાખી. ગઈકાલે હું આપણા જૂના ફોટોગ્રાફ્સ કાઢીને બેઠી હતી. આપણે ફરવા ગયા હતા એ બધી જ તસવીરો ફરીથી જોઈ. આપણું હસવું, આપણી મસ્તી અને એકબીજામાં ખોવાઈ જવાની પલ. મેં વર્ષો પછી આ ફોટા જોયા આલ્બમ બંધ કર્યો ત્યારે વિચાર આવ્યો કે, આપણે કેવા વિચિત્ર છીએ. સારી યાદોને આલ્બમમાં મઢાવીને રાખીએ છીએ અને ખરાબ યાદોને દિલમાં સંઘરીએ છીએ !

'સારો યાદોના આલ્બમને ભાગ્યે જ ખોલીએ છીએ અને દિલમાં ધરબેલી ખરાબ યાદોને રોજ ખોતરીએ છીએ.' એના કરતાં ઊલટું કરીએ તો ? સારી યાદોને દિલમાં રાખીએ અને ખરાબ યાદોને દફનાવી દઈએ ! મેં આજે મારી બધી જ ખરાબ યાદોને દફનાવી દીધી છે.

આ પત્રને હું તને એટલું કહેવા માટે લખું છું કે હવેથી હું તને કયારેય નફરત નહીં કરું. કદાચ હવે હું તને યાદ જ નહીં કરું અને યાદ કરીશ તો પણ ખરાબ રીતે તો નહીં જ કરું ! હું ખરાબ ક્ષણોને ભૂલી જાવ છું. તું પણ ભૂલી જજે. અને તારી જિંદગીને સરસ રીતે જીવજે... હા અને છેલ્લી વાત... આજે હું એટલું શીખી છું કે આપણે આપણા દિલને સારી યાદોનો બગીચો બનાવવો કે ખરાબ યાદોની કબર એ આપણે નક્કી કરવાનું હોય છે. આજે મેં એક કબર કે ખેડીને ફેંકી દીધી છે. મને હવે હળવાસ લાગે છે. યાદ એટલે ? સાથે ન હોવા છતાં સાથે રહેવું... આપણા ભૂતકાળથી મોટો મોટીવેટર દુનિયામાં કયાંક નથી. પોતાના દરેક અનુભવથી શીખતા હો. કેમ કે તમારી જિંદગીમાં ધરખમ ફેરફાર તમારા સિવાય દુનિયાનો કોઈ વ્યક્તિ નહીં કરી શકે.

દોસ્તો, આખરે તો...
થોડી આપણા હાથે
થોડી તકદીરના હાથે
લખાયેલી નાની નાની
વાર્તાઓનો સંગ્રહ
એટલે
'આપણી જિંદગી.'

સ્પર્શમણિ

સંબંધો જો Hang થઈ જાય તો ફરીથી Restart કરીને જુઓ, કદાચ શું ખબર કોઈ સારું Network મળી જાય... એના માટે સંબંધો Switch off કરવાની શી જરૂર ?

●●●

સંબંધોને ગૂંચવો નહીં... ગૂંથો.

- rasikvaland1965@gmail.com