સુપ્રભાતમ્
સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
99789-26251

સલામી સવારની..

અમારાં ફોફાં ને 'માટી' ખરીદી 'ચેકો' દઈ દો!
ને અમારા ગોરખધંધાને તમે ટેકો દઈ દો!
ઠેકો દઈ દો સરકારી તિજોરીને લૂંટવાનો -
બધાને પછાડી, અમને અનામત એક્કો લઈ દો!

હાઈકુ

ખાઈ ખદેડી
ભરાવે છે શિંગડાં
મોટા સમાજ!

સાચા અર્થમાં
જગનો 'બાપ' થઈ
જમાડે ધાક!

ચિંતન

તન્મયઃ શોધન કાર્યં પ્રયત્નેન મુમુક્ષુણા ।
વિશુદ્ધ સતિ ચૈતસ્મિન્ મુક્તિઃ કરફલાયતે ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક વૈરાગ્યશતક માંથી લેવામાં આવેલ છે.

મોક્ષકામી જીવે પ્રયત્નપૂર્વક તે મનનું શોધન કરવું જોઈએ. એ શુદ્ધ થતાં મુક્તિ હાથમાં રહેલા ફળની જેમ સ્પષ્ટ બની જાય છે.

વૈરાગ્ય શતકમાં કહ્યું છે કે જેને મોક્ષ-મુક્તિ પ્રાપ્ત કરવી જ હોય એણે પ્રયત્નપૂર્વક મન પર ખૂબ જ સમજપૂર્વકનો સંયમ કેળવવો જરૂરી છે. મન શુદ્ધિ થયા પછી જ મુક્તિ સરળ બને છે.

સુવિચાર

- મનુષ્ય પણું એ તો મહાન સિદ્ધિ છે, હરેક ચીજ મળી જ શકે તેમ છે. પણ આ લોભ એને હેરાન કરે છે - **ડો. નીરુબહેન અમીન**
- 'જ્ઞાન' પોતે જ મુક્તિ છે! મોક્ષમાં રાખે, બંધન થવા ના દે ! - **આપ્તસૂત્ર**
- જિન અંધેરોં સે હમ લડે અબ તક, થે વો અનને વુજુદ કે સાયે...!! - **હર્ષ બ્રહ્મભટ્ટ**
- અવગુણોને જાકારો આપવો એ સદ્‌ગુણોની શરુઆત છે - **હોરેસ**
- આપણા હૃદયનું ગાંડપણ જ ધૃણા છે - **લોર્ડ બાયરન**
- જે માણસ પોતાને ખૂબ સુખી માને છે એ ખરેખર સુખી હોય છે, પણ જે માણસ પોતાને શાણો માને છે એ સામાન્યપણે મહામૂર્ખ હોય છે - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- આજનું ઔષધ : ફુદીનાનો તાજો રસ મધ સાથે મેળવી દર બે કલાકે પીવાથી ન્યુમોનીયાનો તાવ મટે છે

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

ઈરાકના શાસક ખુસરો રાજગાદીએ બેઠા તે પહેલા નાનપણમાં તેઓ એક ગુરુકુળમાં રહીને અભ્યાસ કરતા હતા. તે દરમિયાન ખુસરોને તેમના શસ્ત્રવિદ્યાના ગુરુએ વગર વાંકે સજા કરી. ખુસરોએ વખતે ગુરુને કંઈ ન બોલ્યા અને સજાનો ચૂપચાપ સ્વીકાર કર્યો.

પણ જેવા ખુસરો રાજગાદી એ બેઠાને તરત એમણે શસ્ત્રવિદ્યાના ગુરુને મળવા તેડાવ્યા. ખુસરોના મનમાં ગુરુએ વગર વાંકે આપવામાં આવેલી સજા ડંખી રહી હતી. મહેલમાં ગુરુ પધાર્યા ત્યારે ખુસરોએ પૂછ્યું, આપે કયા અપરાધ માટે મને સખત સજા કરી હતી?

ગુરુએ કહ્યું, 'જયારે મેં આપની બુદ્ધિમતાને જોઈએ તો મને એવું થયું કે તમે એક દિવસ આપના પિતાના સામ્રાજયનો ઉત્તરાધીકારી બનશો. ત્યારે મેં નક્કી કર્યું હતું કે તમને એ વાતનું જ્ઞાન હોવું જોઈએ કે કોઈની સાથે કરવામાં આવેલો અન્યાય એના હૃદયમાં આજીવન ડંખી શકે છે. અને મને આશા છે કે તમે કોઈ નિર્દોષ વ્યક્તિને વગર વાંકે સજા નહિ આપો.'

ગુરુની વાતથી શિષ્ટ ખુસરોની આંખો ખૂલી ગઈ.

ગુનાઈત જવાબદારી દ્વિપીક્ષીય છે

તંત્રીસ્થાનેથી...

લોકરક્ષણ પેપર લીક કૌભાંડમાં દરરોજ નવાં-નવાં પ્રકરણો ખૂલી રહ્યાં છે. પેપર ફૂટવાની ઘટનામાં જેટલી સનસનાટી નહોતી એટલી તો હવે એની પાછળ રચાયેલાં કાવતરાઓમાં હતી એવું લાગી રહ્યું છે. અને એટલી બધી સનસનાટીપૂર્ણ વાતો બહાર લાવવામાં આવી રહી છે કે ઉમેદવારોની તકલીફની કે હતાશાની મૂળ વાત હતી એ તો બાજુમાં જ ધકેલાઈ ગઈ છે. કરૂણતા એ છે કે આપણે ત્યાં લોકોનેય જાણે ચર્ચા કરવા માટે દરરોજ નવો મસાલો જોઈતો હોય એવો ઘાટ છે.

નવા સમાચાર રિલીઝ થયા નથી અને લોકોએ એને સોશિયલ મીડિયા દ્વારા કે રૂબરૂ ચર્ચા દ્વારા ફેલાવવાનું શરૂ કર્યું નથી. અને આ વાતોમાંય મને સૌથી વધારે હકીકતની જાણ છે, મેં તો આવુંય સાંભળ્યું છે કે મને તો આ પણ ખબર છે... એવું પાંડિત્ય તો પાછું ખરું જ. 'હું સૌથી વધારે જાણું છું' એ ભાવ વ્યક્ત કરવા માટે માણસ જેટલો પાવરધો છે એના કરતાં 'હું સૌથી વધારે મદદરૂપ થઈ શકું છું' એવો ભાવ જો માણસ દ્વારા વ્યક્ત કરવામાં આવે તો ઘણી સમસ્યાઓ આપમેળે નાશ પામે તેમ છે.

પરંતુ, અત્યારે જે હકીકત સામે આવી છે તે આવા ભાવના અભાવની જ છે. પોલીસ કાર્યવાહી કરી રહી છે કે રાજ્ય સરકાર આ મામલે ગંભીર છે એવું દર્શાવવાનો ભરપૂર પ્રયાસ થઈ રહ્યો છે ને કાર્યવાહીની વિગતો પણ જાહેર કરવામાં આવી રહી છે. પહેલાં આ કૌભાંડમાં પાંચની સંડોવણી હતી અને હવે તો દિલ્હી સુધીના છેડા ખૂલ્યા છે ને આખું રૅકેટ બહાર આવ્યું હોવાનો પોલીસે દાવો કર્યો છે. પોલીસનું અહીંથી ઉમેદવારોને દિલ્હી બોલાવવાના ને ત્યાં બોલાવીને એમને આન્સર કી આપી દેવાની, સાથે પાંચ લાખના ચૅક લઈ લેવાના એવી રીતે આ ઘટના બની. એ રૅકેટમાં સંડોવાયેલા આરોપીઓને પોલીસે દબોચી લીધાનો સંતોષ માન્યો છે. પરંતુ સવાલ એ આવે છે કે આમાં ગુનેગાર કોણ ? જેણે આન્સર કીની વ્યવસ્થા કરી આપી અને પાંચ લાખ રૂપિયા લઈ લીધા એ લોકો જ ગુનેગાર ? કે જેમણે આ આન્સર કી માટે દિલ્હી સુધીની દોડ લગાવી, પાંચ લાખ રૂપિયાના ચૅક આપ્યા અને પેપર સૅટિંગવાળું નીકળે તો આરોપીઓને પૈસા ચૂકવી દેવાની ખાતરી પણ આપી એ લોકોય ખરા ?

વાત જો લાખો ઉમેદવારોનાં ભવિષ્ય સાથે ચેડાંની જ હોય અને એ બાબતને ગંભીર ગણવામાં આવતી હોય તો માત્ર રૂપિયા લેનાર નહીં, પણ રૂપિયા આપનારા પણ એટલા જ મોટા ગુનેગાર છે એવું માનવું જોઈએ. અને એ બધા જ ઉમેદવારોને પણ સરખા હિસ્સે આરોપી માનવા જોઈએ. કારણ કે નિષ્ઠા બંને તરફના લોકો ચૂક્યા છે. ખોટું કરીને લેનારા પક્ષે રૂપિયાની માગણી કરી પરંતુ ખોટું કરીને પાસ થવાની કે નોકરી લેવાની મંશા રાખનારા ઉમેદવારોએ ખોટી રીતે રૂપિયા આપ્યા અને પેપરની માગણી કરીને એ મેળવી પણ લીધું. એટલે ગુનેગાર તો એ પણ છે.

માત્ર કરનાર ગુનેગાર નથી, પરંતુ કરાવનાર પણ છે એવી માનસકિતા હવે કેળવવાની જરૂર છે અને સૌથી વધુ તો માણસમાત્રની નિષ્ઠાને જગાવવાની જરૂર છે. એ વિના આવા કૌભાંડો નહીં એટકે એ વાત નિશ્ચિત છે.

લાખેણા અને સેવાપરસ્ત તબીબને લાખ-લાખ વંદન

લાગણીનો મેળો
રસિક વાળંદ

મિત્રો, એક પ્રસંગ યાદ આવે છે,

'એક અનાડી શસ્ત્રવૈદ્યે એક ફ્રેન્ચ સ્ત્રીની નાની નસ કાપવાને બદલે ધોરી નસ જ કાપી નાખી! તેથી તેના શરીરમાંથી પુષ્કળ લોહી વહી ગયું અને તે મરણ પથારીએ પડી. મરતી વખતે તેણીએ શસ્ત્રવૈદ્યને જીવનપર્યંતનું એક સારું વર્ષાસન બાંધી આપતી ગઈ; પણતે એવી શરતે કે તેણે જીવન પર્યંત ફરીથી કોઈ પણ માણસની નસ ખોલવી નહીં ! એક પેરીસ રાજકુમારી કે જે પણ આવી જ રીતે મરણ પથારી હતી. તેણે મરતી વખતે કરેલા પોતાના વીલમાં નીચે મુજબ એક કલમ દાખલ કરાવી : - 'જે કમબખ્ત - હતભાગી શસ્ત્રવૈદ્ય મારા મરણનું કારણ થયો છે તેને દુર્ભાગી અકસ્માતથી અવશ્ય હાનિ થશે એવી મારી ખાતરી હોવાથી હું તેને તેના જીવન પર્યંત બસો ડ્યુકેટનું વર્ષાસન બાંધી આપતી જાઉં છું અને તેની ભુલને માટે તેને અંતઃકરણપૂર્વક ક્ષમા કરું છું. મારી શોચનીય આપત્તિથી તેની જે અપકીર્તિ થશે તેનો બદલો સાથી વળી રહી એવી મારી ઈચ્છા છે.'

દોસ્તો, સમાજમાં એવા પણ દાકતરો છે કે જેઓ જૈફવયે પણ ગરીબોની સેવામાં ગળાડૂબ છે. પૈસાદાર નથી. તબીયતના પણ પ્રશ્નો હશે પણ તેમને મન જિંદગીનો મર્મ દુઃખી મનુષ્યોની સેવા જ છે. આવા જ એક ઉમદા 'સેવા'ના પર્યાય ગણાતા ડૉકટર કે જેમણે પોતાની વૈદ્યકીય વિદ્યાનું સંપૂર્ણતઃ સમર્પણ કર્યું છે. પોતાની તબીબી પ્રેકિટસની સઘળી કમાણીનું 'ભાવ સમર્પણ' કરનારા 'સમર્પણ હોસ્પિટલ'ના ડૉ. તિમિર શાહ (ચર્મ રોગ - કુષ્ઠ રોગ નિષ્ણાત) કે જેઓ મોડાસા નગરની મધ્યે મધ્યરાત્રિએ પણ અનવરત થાક્યા - કંટાળ્યા વગર સ્વસ્થચિત્તે દર્દીઓને તપાસતા જોવા મળશે.

આ એક એવા દાકતર છે કે જેમની દિનચર્યા વહેલી સવારે શરુ થઈ જાય છે. આજુબાજુની બે-ત્રણ ચેરિટેબલ હોસ્પિટલમાં માનદસેવા આપવાની સાથે પોતાના સમર્પણ ક્લિનિકમાં મોડીરાત સુધી સેવા બજાવવાની... પોતાની રોજિંદી આવકમાંથી હોસ્પિટલોનો જરૂરી ખર્ચ બાદ કરી બાકીની રકમ 'સમર્પણ ટ્રસ્ટ' ને સમર્પણ કરવાની. દર્દીઓને પડતર ભાવે દવાઓ મળી રહે એ માટે મેડિકલ સ્ટોર્ટનો પ્રબંધ કર્યો છે. દૂરથી આવેલા દર્દીઓને હાલાકી ન પડે એ માટે પહેલા તપાસવાના - જરૂરિયાતમંદને યોગ્ય મદદ કરવાની...

વડીલોના પુણ્ય સુખી-સંપન્ન આ નોંખા - અનોખા તબીબ દેખાવે સાવ સાદગી સભર.
નગરની જણસ સમા આ લાખેણા તબીબ સમાજ માટે પ્રેરણા સ્ત્રોત છે.
એમની 'સેવાપરસ્તી' અને એમના 'ભાવ સમર્પણ'ને કોટિવંદન !!!

સ્પર્શમણિ

'બધા જ જીવો પર જેને કરુણા જાગે એ મનુષ્ય ઉમદા છે'

- ભગવાન બુદ્ધ

rasikvalad1965@gmail.com
Mo. 9913426949

ઘરે બનાવો ચ્યવનપ્રાશ

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા
ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

છેલ્લા અઠવાડીયાથી જે રીતે વાતવરણ બદલાયું છે એ જોતા શિયાળાની ખરી અસર શરૂ થઈ ગઈ છે એમ કહી શકાય. ધીમે ધીમે ઠંડી જોર પકડવા લાગી છે. શિયાળો આવે એટલે લોકો હેલ્થ વિષે થોડા કોન્શીયસ થઈ જાય છે. મૉર્નિંગ વોક, કસરત, ફ્રુટ અને વેજીટેબલ્સના જ્યુસ, અને ચ્યવનપ્રાશ.. આ બધાનો ઉપયોગ થવા લાગે છે. આ બધી જ ટેવો એવી છે કે જેને આખુંય વરસ, વરસોવરસ ચાલુ રાખી શકાય, પણ આપણાંમાંથી મોટા ભાગના સમય જતા ફસકી પડીએ છીએ. આજે આપણે ચ્યવનપ્રાશ વિષે અમુક જાણવાલાયક બાબતો પર પ્રકાશ પાડીએ.

એમ કહેવાય છે કે દેવોના વૈદ્યો અશ્વિનીકુમારોએ મહર્ષિ ચ્યવન માટે આ પ્રાશન બનાવ્યું હતું. આ પ્રાશનના ઉપયોગથી મહર્ષિ ચ્યવનનો કાયાકલ્પ થયેલો અને તેઓ સંપૂર્ણ સ્વસ્થ અને રોગમુક્ત બન્યા હતા. આજે તો ચ્યવનપ્રાશ એ આયુર્વેદની એક મોટી બ્રાન્ડ બની ગઈ છે. આયુર્વેદની લગભગ દરેક મોટી ફાર્મસી ચ્યવનપ્રાશ બનાવે છે અને ધૂમ પૈસા ખર્ચીને તેનુ બ્રાન્ડીંગ-માર્કેટીંગ કરે છે. મોટી કંપનીઓ દ્વારા બનાવાતા ચ્યવનપ્રાશની ગુણવત્તા કેવી હશે એ એક મોટો સવાલ છે.

જો આપ ચ્યવનપ્રાશના ભાવ તરફ નજર કરો તો એક કીલોના ૧૫૦ રૂ. થી લઈને ૨૦૦૦ રૂ. સુધીની રેન્જ જોવા મળશે. ચ્યવનપ્રાશમાં પડતા અમુક દ્રવ્યોના ભાવ તરફ નજર કરીએ. મૂસળી લગભગ ૩૦૦૦ રૂ. કિલો, સફેદ મરી ૧૫૦૦ રૂ. કિલો, અક્કલકરો લગભગ ૪૦૦૦ રૂ. કિલો, આ ઉપરાંત કેસર, તેજાના, અને ગાયનું ચોખ્ખું ઘી. હજુ બીજા લગભગ પચ્ચીસેક ઓસડીયા તો ગણ્યા જ નથી. આટલું તો રો-મટિરીઅલ. એ પછી વારો આવે પ્રોસેસનો. (ચ્યવનપ્રાશ બનાવવો એ થકાવી નાખતી ઘટના છે. તેમ જ બનાવતી વખતે સાવચેતી પણ જરૂરી છે.) અને છેલ્લે આ કંપનીઓ લાખો-કરોડોના ખર્ચે ફિલ્મસ્ટારો અને ક્રિકેટરો પાસે ચ્યવનપ્રાશનું માર્કેટીંગ કરાવે તેનો ખર્ચો. હવે આ બધા ખર્ચા પછી જ્યારે કોઈ કંપની ૨૫૦ રૂ. કિલોમાં રીટેઈલ ગ્રાહકને ચ્યવનપ્રાશ આપે (આમા સુપર સ્ટોકીસ્ટ, સ્ટોકિસ્ટ, અને હોલસેલરના કમિશનો પણ આવી ગયા) તો કંપનીને પોતાને આ ચ્યવનપ્રાશ કેટલામાં પડતો હશે? અને તેમા તેણે કેવા કેવા ઓસડીયાઓ નાખ્યા હશે એ તો એ કંપનીવાળા જ જાણે.

ચ્યવનપ્રાશનો ખરો ફાયદો લેવો હોય તો કાં તો તેને વિશ્વાસુ વૈદ્ય કે જે જાતે ચ્યવનપ્રાશ બનાવે છે તેની પાસેથી ખરીદવો અથવા તો ઉત્તમ એ જ કે જાતે ચ્યવનપ્રાશ બનાવી લેવો. ચ્યવનપ્રાશ જાતે બનાવવો એ માથાકુટીયું કામ છે પણ જો દિલથી કરીએ તો મજા પણ ખૂબ આવે. અમે જ્યારે કોલેજમાં આયુર્વેદનું ભણતા ત્યારે દર શિયાળે હોસ્ટેલમાં જાતે ચ્યવનપ્રાશ બનાવતા (હાલ પણ બનાવીએ છીએ) આ પ્રોસેસની મજા જ અલગ છે. તો... ચ્યવનપ્રાશ ઘરે કેવી રીતે બનાવવો? જો પાંચ કિલો આમળા લઈએ તો તેમા આશરે સાત થી સાડા સાત કિલો સાકર, અર્ધો કિલો ગાયનું ઘી અને અર્ધો કિલો મધ જોઈએ. આ ઉપરાંત તેમા પડતા ઓસડીયાઓ જેવા કે વિદારીકંદ, જેઠીમધ, અશ્વગંધા, ચવક, ચિત્રક, સુંઠ, ગળો, વજ, મૂસળી, વાંસકપૂર, બળદાણા, ભોરિંગણી, ગોખરૂ, કમળકાકડી, કપૂરકાચળી, ચંદન, સાટોડી, તુલસી, મીઠો લિમડો આદિ દરેક દ્રવ્યો પાંચ થી દસ ગ્રામની માત્રામાં લેવા. પ્રક્ષેપદ્રવ્યો અને સુગંધીદ્રવ્યો તરીકે પીપર, વંશલોચન, મરી, કેસર, એલચી, જાવંત્રી, તજ આદિ યોગ્ય માત્રામાં નાખવા. રેસા વગરના મોટા આમળાને કૂકરમાં બાફીને માવા જેવા થાય એટલે ઠારી, ચાળણીમાં ઘસીને માવો એકઠો કરવો. આ માવાને મોટા તપેલામાં નાખી ધીમે તાપે બાળવો. સતત હલાવતા રહેવું, માવો તપેલામાં ચોંટી ન જાય તેની કાળજી રાખવી. બધુંપાણી બળી જાય અને માવો કથ્થાઈ જેવા કલરનો થાય ત્યારે તેમા સાકર નાખવી. ખૂબ હલાવીને સાકરનું પાણી બાળી નાખવું અને એક રાત સુધી આ મિશ્રણને ઠરવા દેવું. બીજે દિવસે એક પછી એક ઓસડીયા નાખતા જવા, ગરમ ઘી અને મધ ઉમેરવા અને ખૂબ હલાવતા જવું. અંતે પ્રક્ષેપદ્રવ્યો ઉમેરવા. બધું જ એકરસ થઈ જાય તેટલું મિક્સ કરી કંટેનરમાં ભરી લેવું. થઈ ગયો હોમ મેડ ચ્યવનપ્રાશ રેડી.

બજારૂ ચ્યવનપ્રાશ કરતા અનેક ગણા ઈફેક્ટીવ એવા હોમ મેડ ચ્યવનપ્રાશથી સ્વાસ્થ્ય તો મળશે જ પણ ચ્યવનપ્રાશની શુધ્ધતાની ખાતરી અને જાતે બનાવ્યાનો સંતોષ મળશે એ મોટું બોનસ છે.

(M) 9879471147

નથી ઊંચું મેરિટ કે નથી મોટી લાગવગ, તો નોકરી કેવી રીતે...?

અદબ-પલાંઠી મોં પર આંગળી
ડૉ. સંતોષ દેવકર

'મેં ગોલ્ડ મેડલ મેળવ્યો છે, સાહેબ.' 'ઓ.કે.' 'સર, હું યુનિવર્સિટી ફર્સ્ટ છું.'

'ઓ.કે.' એક પછી એક, વારાફરતી બધા જ ઉમેદવારો પોતાનો બાયોડેટા આપી રહયા હતા. એક જાણીતી કંપનીના કેમ્પસ ઈન્ટરવ્યુ ચાલી રહયાં હતા. સીઈઓ અને તેમની ટીમ ઈન્ટરવ્યુંમાં પ્રશ્નો પૂછી રહયાં હતા. આજની મોંઘવારી અને બેકારીને અનુલક્ષીને ઈન્ટરવ્યુંમાં આવનાર ઉમેદવારોની સંખ્યા પ્રમાણમાં વધારે હતી. પ્રત્યેક ઉમેદવાર પોતાની ખૂબીઓ અને શકિતઓ જણાવી રહયાં હતાં. આજે નોકરી કેટલી અગત્યની છે એ વાતની દરેક ઉમેદવારને જાણ હતી. તમામ ખૂબજ શિસ્તબધ્ધ અને શાલિનતાપૂર્વક ઈન્ટરવ્યું માં પોતાનું પરફોર્મન્સ બતાવી રહયાં હતા. વર્ષોની મહેનતને કારણે ઊંચા મેરિટવાળી માર્કસીટ બની શકી હતી.

ઈન્ટરવ્યું બાદ બધાને ચા-નાસ્તો કરીને જવાનું કહેવામાં આવ્યુ હતું. સૌ ઉમેદવારો ચા પીતા-પીતા વાતો કરતાં હતા અને પોતાનું સીલેકશન થશે જ તે વાતે આશાસ્પદ હતા.

ઈન્ટરવ્યું પૂરું કરીને એક ઉમેદવાર ચા પીવા માટે બધાની સાથે જોડાયો. તેણે જાહેર કર્યું કે મને ઈન્ટરવ્યું બાદ બેસવાનું કહેવામાં આવ્યું છે અને અન્ય ઉમેદવારોમાં સોપો પડી ગયો. બધાને જવાનું કહેવામાં આવ્યું અને આ ભાઈને બેસવાનું કહેવામાં આવ્યું હતું. અર્થ સ્પષ્ટ હતો, બધુ સમજાઈ જાય તેવું હતું.બધાએ સવાલો કર્યા. હાથમાં રહેલો ચા નો કપ હાથમાં જ રહી ગયો.

'તમે યુનિ. ફર્સ્ટ આવેલા છો ?'

'ના.' 'તો તમે કોઈ વિશિષ્ટ સિધ્ધિ હાંસલ કરી છે ?' 'ના.... બિલકુલ નહિ.'

'તમે કોઈ અલગ પ્રકારનો અનુભવ ધરાવો છો.' 'ના... ભાઈ હું બિલકુલ ફ્રેશ છું.' 'તો... પછી તમારું સિલેકશન.....!' '.........' 'તો પછી તમારી કોઈ મોટી લાગવગ હશે.... ના... ભાઈ... ના...'

સૌને આશ્ચર્ય થયું હતું. કેટલાકને આઘાત પણ લાગ્યો હતો.ઈન્ટરવ્યું પૂરા થયાં ને સીઈઓ ઓફિસની બહાર આવ્યા. ઉમેદવારો ચા-નાસ્તો કરી રહયાં હતા ત્યાં તેમની વાતો સાંભળી સીઈઓ બોલ્યા.

'હા, સાચી વાત છે, તેની પાસે યુનિ. ફર્સ્ટ નું સર્ટી નથી કે નથી તેણે કોઈ ગોલ્ડમેડલ મેળવ્યો. નથી ઝાઝો કોઈ અનુભવ કે નથી કોઈ મોટી લાગવગ'સીઈઓને સૌ એકધ્યાને સાંભળી રહયાં હતા.તો... પછી ? દરેકના ચહેરા પર પ્રશ્નાર્થ સ્પષ્ટ દેખાતો હતો.સીઈઓ એ ખુલાસો કરતાં કહયું કે,'એમની પાસે ચારિત્ર્ય ઘડતરના માત્ર બે જ સર્ટી છે. એક છે પરિશ્રમ અને બીજુ પ્રમાણિકતા.' ઊંચા ટકાવાળી માર્કસીટ અને ગોલ્ડ મેડલ હોવા માત્રથી તે ઉમેદવાનું સિલેકશન થઈ જવું હવેના સમયમાં શકય નથી. દરેક કંપની પોતાનો ઉમેદવાર સ્કીલવાળો હોય, હોંશિયાર હોય, કાબેલ હોય તેવું ઈચ્છતી હોય છે. કોઈપણ સંસ્થાને ઊંચા મેરિટવાળો ભલે હોય પણ ડફોળ પોષાય તેમ નથી. ઉમેદવાર નીચા મેરિટવાળો ભલે હોય પણ પ્રેકટિકલી તેને બધુ નોલેજ હોવું જોઈએ. તેવો આગ્રહ રાખવામાં આવતો હોય છે. કોઈ દિવસ પાણીમાં પડયો ન હોય તેની પાસે સ્વીમીંગનું સર્ટી હોય અને ગાડીમાં બેઠો જ ન હોય તેની પાસે ડ્રાઈવીંગ લાયસન્સ હોય તેવું બની શકે ?કાર્યકુશળ અને વ્યવહારકુશળ સફળ થતાં હોય છે.

હવે ઊંચી સેલરી આપતી મલ્ટીનેશનલ કંપનીઓ કાબેલ અને હોંશિયાર ઉમેદવારની જ પસંદગી કરતી હોય છે. માત્ર ઊંચું મેરિટ જ નહિ ચારિત્ર્ય ઘડતરની ઊંચી ગુણવત્તાનું સર્ટિ પણ એટલું જ અગત્યનું બનતું હોય છે.

મિસરી

મુબારક હો અજવાળું તમને તમારું
હું આવ્યો છું મારો જ સૂરજ લઈને.

- મેહુલ ગઢવી 'મેઘ'

- santoshdevkar03@gmail.com

પોતાની જાતને આપેલા વચનોના પાલનની પરીક્ષામાં સફળ થવું એ જ આત્મનિષ્ઠાભાવ : આજે શ્રી રંગ અવધૂતજીની પૂણ્યતિથિ

અબીલ-ગુલાલ
મમતા રાવલ

મિત્રો આ કોલમની શરૂઆત 'રેવા' ફિલ્મથી પ્રેરિત હતી...રેવા એટલે કે મા નર્મદા...નર્મદાનું અપ્રતિમ સૌંદર્ય, એમની પવિત્રતા, એમનું આધ્યાત્મિક જોડાણ - ઊંડાણ કદાચ ઘણા લોકોથી અજાણ્યું હતું. લેખક શ્રી ધ્રુવ ભટ્ટ લિખિત 'તત્વમસિ' માં એ સુંદર રીતે આલેખાયું છે અને 'રેવા' ફિલ્મ દ્વારા એ બહોળા જનસમુદાય સુધી પહોંચ્યું... અને મા રેવા - નર્મદાને આરાધ્ય સ્વરૂપે જોનારાની સંખ્યા અનેકગણી વધી ગઈ, નવી પેઢીમાં નવો ર્દષ્ટિકોણ ઊમેરાયો...આ ફિલ્મને

સચકા સામના કરવાની તૈયારી જ્યારે વ્યક્તિ કેળવી શકે ત્યારે એની અંદર અધ્યાત્મિકતાનો આવિર્ભાવ થાય છે

નવાજનારો એક બહોળો જનસમુદાય જોવા મળ્યો જે હતો શ્રીરંગ અવધૂત પરિવાર...

આજે આ વાતના ખાસ ઉલ્લેખનું મુખ્ય કારણ આજની આ વિશેષ તિથિ; જે દિવસે આ વિરલ સંતે ધરતી પરથી વિદાય લીધી. શ્રીરંગ અવધૂતજી નર્મદાતટ વિહારી સંત હતા. જેઓ બાદમાં નારેશ્વર નિવાસી બન્યા. ઈ.સ.ની સાલ મુજબ ૨૧/૧૧/૧૮૯૮ ના દિવસે, યુગાદિ તિથિ, એટલે કે યુગના પ્રારંભની તિથિએ તેમનો જન્મ, સાચા અર્થમાં નવા યુગના ઉદયનો દિવસ હતો.

શ્રીરંગના શબ્દોમાં નર્મદા એટલે સંસાર. નર્મદામાં નર અને માદા બે શબ્દો આવે છે. એમાં સમગ્ર બ્રહ્માંડનોય સંકેત છે. નર્મદાનો મહિમા મોટો છે. ગંગામાં સ્નાન કરવાથી, યમુનાનું પાન કરવાથી અને નર્મદા તો માત્ર દર્શનથીજ પાવન કરે છે. શ્રીરંગઅવધૂતજીએ ૧૦૮ દિવસમાં નર્મદા પરિક્રમાના સંકલ્પને પગપાળા ચાલીને પૂર્ણ કરી શ્રધ્ધાળુઓમાં શ્રધ્ધા, ભક્તિ, નિર્ભિકતા અને સંકલ્પશક્તિના મહિમાના પાઠ શીખવ્યા હતા.

ગુજરાતમાં દત્તાત્રેય પંથના વિકાસમાં એમનું મહત્વનું યોગદાન રહ્યું. એમના શબ્દોમાં દત્તાત્રેયની ઉપાસના એટલે 'દત્ત'; જેણે આ બધું આપ્યું છે તેની ઉપાસના. દત્ત એટલે આપણે સહુ જે 'દત્ત' છે. દત્તાત્રેય ભગવાનના ત્રણ મુખ છે. સર્જન, સંરક્ષણ અને સંહારની ક્રિયા કરનાર ત્રિદેવતાનું પ્રતિક દત્ત. શ્રીરંગ અવધૂતજીએ કહ્યું દત્તોપાસના કોઈ સાંપ્રદાયિક ધર્મ નથી...એ યોગમાર્ગ છે.

બાળપણથી જ સ્વયંશિસ્ત અને આત્મવિશ્વાસ સાથેની સ્પષ્ટતાને કારણે તેમણે શ્રીશંકરાચાર્યજી દ્વારા કરવામાં આવેલા શારદાપીઠના પદના પ્રસ્તાવનો અસ્વીકાર કરી ગુરુશ્રધ્ધામાં જીવન સમર્પિત કર્યું. સ્વાતંત્ર્ય ચળવળમાં ગાંધીજી સાથે જોડાયા. બાદમાં ફરીથી આધ્યાત્મિક ઉન્નતિના માર્ગને જ અપનાવ્યો. કેવી લાંબી યાત્રા !! જન્મથી મૃત્યુ સુધી એક જીવાત્મા—વ્યક્તિ અનેક ઢોળાવો અને વળાંકોમાંથી પસાર થઈ પોતાના જીવનના અંતિમ ચરણમાં પહોંચે ત્યારે કદાચ એને જીવનનો મર્મ સમજાય છે, હેતુ સમજાય છે. પોતાનું અને અન્યોનું કલ્યાણ ઈચ્છતી સામાન્ય વ્યક્તિમાંથી સંતત્વ તરફની અવધૂતજીની યાત્રા ખૂબ પ્રેરણાદાયી છે.

તેમના જીવનમાં 'મા' નો દરજ્જો ખૂબ ઊંચો હતો. મા ને તેઓ લાડમાં 'સુપ્રિમ કોર્ટ' જ કહેતા. તેમણે આપેલા સૂત્રોમાં 'માતૃદેવો ભવ' મુખ્ય છે. તેઓએ રાષ્ટ્રિય શાળાના શિક્ષક તરીકે પણ ફરજ બજાવી...વિદ્યાર્થીઓ માટે 'આચાર્યદેવો ભવ' ની જેમ શિક્ષકો માટે 'છાત્રદેવો ભવ' નું સૂત્ર આપ્યું. જે આજના યુગમાં અતિ જરૂરી અને સ્વીકારવા યોગ્ય છે. વિદ્યાર્થીઓ જ માત્ર શિક્ષકને આદર આપે એમ નહીં, પરંતુ શિક્ષક પણ વિદ્યાર્થીઓને સમજે, સ્વીકારે, સન્માને એ સમજ એમણે વર્ષો પહેલાં શિક્ષણ જગતમાં પ્રસરાવવાનું કામ કર્યું. આવા સમાજ સુધારક, વિચારોની સ્પષ્ટતાને કારણે અવધૂતી - અલગારી, સીમાંકનો તોડી, સીમા લંઘન કરનારા કહેવાયા.

તેમણે આપેલા સૂત્રોમાં 'આત્મનિષ્ઠાભાવ' પણ માનવજાત માટે દીવાદાંડી સમાન છે. આત્મનિષ્ઠાભાવનું સરળીકરણ કરતાં કદાચ પ્રામાણિકતા-સેલ્ફ કમિટમેન્ટ જેવાં શબ્દો સૂઝે છે. પોતાની જાતને આપેલા વચનો માટે વ્યક્તિ પોતેજ બંધાયેલો છે. કોઈ શિક્ષક કે પરીક્ષક ન હોય છતાં જે વ્યક્તિ પોતાની જાતને આપેલા વચનના પાલનની પરીક્ષામાં સફળ થાય એ જ આ 'આત્મનિષ્ઠાભાવ'નો વિજય છે, અને આ વિજય વ્યક્તિને પોતાની નજરમાં મુઠ્ઠી ઊંચેરો બનાવવામાં મદદરૂપ થાય છે. હમણાં જ ડાન્સના એક લાઈવ શોમાં સુપ્રસિધ્ધ ભારતીય ક્રિકેટર શ્રી કપિલદેવ નિખંજ મહેમાન હતા. અંત માં એમણે જે સંદેશ આપ્યો એ પણ કંઈક આવો જ હતો. તેઓ એ કહ્યું ' બચ્ચોં, જીંદગી મેં એક બાત યાદ રખના, અપને આપસે કભી જૂઠ મત બોલના...અપને આપસે જૂઠ બોલોગે તો જીંદગી મેં કભી આગે નહીં બઢ પાઓગે.' એક અનુભવી અને પ્રામાણિક રમતવીરના શબ્દો શ્રી અવધૂતજી એ આપેલા સંદેશની શાખ પૂરે છે.

આજે એવો સમાજ વિસ્તરી રહ્યો છે જેનો આત્માનો અવાજ બુઝાઈ ચૂક્યો છે. જરૂર મુજબનો દેખાડો, આડંબર, છેતરામણા શસ્ત્રો—સાધનો થકી જીવનનો સમય વ્યતિત થાય છે. 'સચ કા સામના'- આમ તો આ એક સીરીયલનું નામ છે પરંતુ અંગત રીતે આ મથાળું ગમે છે. સચકા સામના કરવાની તૈયારી જ્યારે વ્યક્તિ કેળવી શકે ત્યારે એની અંદર અધ્યાત્મિકતાનો આવિર્ભાવ થાય છે. ભય અને ગુંગળામણના સામ્રાજ્યને વીંધવાનો આ એક જ ઉપાય છે. 'તોરા મન દર્પન કહેલાયે'... જગ સે ચાહે ભાગ લે કોઈ, મન સે ભાગ ન પાયે'...

આજે એવો સમાજ વિસ્તરી રહ્યો છે જેના આત્માનો અવાજ બુઝાઈ ચૂક્યો છે. જરૂર મુજબનો દેખાડો, આડંબર, છેતરામણા શસ્ત્રો - સાધનો થકી જીવનનો સમય વ્યતિત થાય છે. 'સચ કા સામના'- આમતો આ એક સીરીયલનું નામ છે પરંતુ અંગત રીતે આ મથાળું ગમે છે. સચકા સામના કરવાની તૈયારી જ્યારે વ્યક્તિ કેળવી લઈ શકે ત્યારે એની અંદર અધ્યાત્મિકતાનો આર્વિભાવ થાય છે. ભય અને ગુંગળામણના સામ્રાજ્યને વીંધવાનો આ એક જ ઉપાય છે.

ભારતને આવા અનેક સંત મહાપુરુષોના જીવંત ઉદાહરણો સાંપડ્યા છે. જેમના જીવન સ્વયં જ એક સંદેશ છે. આજના રાજકારણના ગરમ માહોલે વ્યક્તિની નિષ્ઠા પર પ્રચંડ આઘાતો આપ્યા છે, ત્યારે સમાજને દોરનાર અનેક વ્યક્તિઓએ પોત-પોતાની નિજી સંસ્કૃતિમાંથી બહાર આવી જડતા, બંધનો, પૂર્વગ્રહોમાંથી મુક્ત થઈ જાગૃતતા ફેલાવવાની તાતી જરૂરિયાત છે. અનેક એવા સંતો છે જે સમાજની અને દેશની સેવામાં પોતાનું સક્રિય યોગદાન આપી રહ્યા છે. તાજેતરમાં જ ગાંધીનગર પધારેલા સંત શ્રીરવિશંકરજીના રામમંદિર મુદ્દે સુલેહ-સમાધાનના પ્રયત્નો સાચા અર્થમાં સંતની ભૂમિકાનો પરિચય આપે છે. સંતની ઊપાધિ નહીં પામેલા અનેક સંસારિક સંતનો સંસર્ગ પણ જીવનને સાચો અર્થ પ્રદાન કરી શકે...આપણે મા રેવા જેવી વિશાળતા અને શ્રીરંગ અવધૂતજી જેવી નિષ્ઠા પામીએ એજ અભિલાષા...

નરસૈયો છે મારો ભાઈ, મીરાંબાઈ મારી બેન

મનના ઉમંગો
રણછોડ પરમાર

શિર્ષક વાંચીને તમને અવશ્ય સંશય થયો હશે કે આ ભાઈ આજે નક્કી મનુભાઈ ત્રિવેદીના ભજનોની વાત કરવાના.પરંતુ આપનો સંશય અડધો સાચો છે અને અડધો ખોટો છે, સાચો એટલા અંશે કે વાત તો મનુભાઈના કાવ્યની જ કરવાની છે પણ ખોટો કેવળ એટલો કે હું ભજનની નહીં પણ ગઝલની વાત કરવાનો છું. "ન ગાઉં કેમ હું ભજનોની સાથે ગઝલો પણ ગાફિલ ?અહીં ખેચે છે મીરાંબાઈ તો ત્યાં મીર ખેંચે છે. " એવું કહેનારા મનુભાઈની કમાલ જ એ છે કે એમના ભજનમાં ગઝલના મીર અને ભજનના મીરાં તો આવે છે પણ ક્યારેક એક સાથે બે ભજનિક નરસિંહ અને મીરાંનો ઉલ્લેખ પણ આવી જાય છે. આ બે સમર્થ ભજનવીરનો એકલો ઉલ્લેખ કરીને શ્રી મનુભાઈ અટકતા નથીતેઓ તો નરસિંહ અને મીરાં સાથે લોહીનો સંબંધ પણ બાંધી દીધો છે. અરે ! મારે મારું ડહાપણ ડહોળવાને બદલે જજસાહેબની "એની દેન" નામની આખી ગઝલ જ તમને સંભળાવવી જોઈએ, ખરુંને ? લ્યો તારે, તમારી માંગણી શિરઆંખો પર.

એની દેન

કોણ કહે , મેં લીધું વેન ? મેં સ્વીકારી એની દેન. કોને જઈ કહેવી બેચેની ? મન તો મન , તન પણ બેચેન. ધારણ ચારેકોર વળ્યું છે, આ તે ભલા કેવું છે ઘેન ? નીંદર એની જાણો વેરણ જેણે જોયાં નમણાં નેન. નરસૈયો છે મારો ભાઈ, મીરાબાઈ મારી બેન. સૂરજનું સોણુંય ન આવે, એવી ઘેરી જામી રેન. જોયો ક્યાં તે સાગર ગાફિલ ? તે જોયાં છે કેવળ ફેન.

સંસારના કર્મોથી કંટાળીને વીર નર્મદે કલમને ખોળે માથું મૂકી જીવનની શાંતિ મેળવી હતી. આ કવિશ્રીએ ઈશ્વરના ખોળે મસ્તક મેલી જગતના ચેન ગુમાવ્યાં છે. આ ગઝલના બે શેર મને ખુબ ગમે છે. એક તો" નીંદર એની જાણો વેરણ જેણે જોયાં નમણાં નેન." કેટલી સરળ ભાષામાં કેવી અદભુત વાત કરવામાં આવી છે. કોઈ સમજૂતી આપવાની જરૂર પડતી નથી.છેલ્લો શેર પણ આવો જ અનોખો છે. કવિ પોતાને જ પોતાની અસમર્થતાનો અહેસાસ કરાવતી વાત આવીજ સરળ અને શ્રેષ્ઠ ભાષામાં કરે છે. નરસિંહ અને મીરાંને પોતાના સહોદર ગણવાની વાત આપણે અગાઉ કરી ગયા છે. તે પણ આપના ધ્યાનમાં હશે.

બીજી કશી વાત કરવાને બદલે હું તેમની એક ગઝલ રજૂ કરું તે વધારે યોગ્ય રહેશે. કારણકે કવિની સાચી ઓળખ તો એની કવિતા જ છે. બીજી બધી શ્રી મનુભાઈ નામના માણસની બાહ્ય ઓળખાણ આપી શકે , પરંતુ તેમના ભજનો તેમના અંતરની ઓળખ આપે છે.

ખબર એ તો નથી અમને કે શાનો રંગ લાગ્યો છે ,
મળે છે તે સહુ કહે છે, મઝાનો રંગ લાગ્યો છે.
ભલે ના ના કહો , એના વિના ન્હોયે ચમક આવી ,
તમે મારું કહ્યું માનો ન માનો, રંગ લાગ્યો છે.
મલકતું મ્હોં અને ચમકી જતી આંખો કહી દે છે ,
ભલે છૂપી એ રાખો વાત , છાનો રંગ લાગ્યો છે.
નથી લાલાશ આંખોમાં હૃદય કેરી બળતળાથી,
પડ્યા ચરણોમાં એનાં કે હીનાનો રંગ લાગ્યો છે.
અહીં ને ત્યાં , બધે એક જ સમંદર રંગનો રેલે,
કહેશે કોણ ,
કોને કેની પાનો રંગ લાગ્યો છે.
થયો રંગીન વાતો લાવતો ગઝલોમાં તું ગાફિલ !
તને આ અંજુમન કેરી હવાનો રંગ લાગ્યો છે.