સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

સલામી સવારની..

કડક નશિયત વિના હેવાનિયત જશે નહીં !
મૂલ્યો રોપાશે નહીં ત્યાં સુધી દૈત્યવૃત્તિ જશે નહીં !
આવશે નહીં ઈન્સાનિયત મૂળના સંસ્કાર વિના -
ધર્મગુરુઓની ચાબૂક વિના રાક્ષસીયત જશે નહીં...
(દુષ્કર્મોનો વિકરાળ વિકાસ)

હાઈકુ

ધર્મના નામે -
ચાલે ગોરખધંધા -
છપાય નોટો...

ધન-દોલત,
જમીન ને જાગીર -
ધર્મ-ભંડારે...

ચિંતન

જનસ્યાશયમાલક્ષ્ય યો યથા પરિતુષ્યતિ ।
તં તથૈવાનુવર્તતે પરારાધન પંડિતાઃ ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક સંસ્કૃત સુભાષિત ભાંડાગારમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

જેને જાહેર જીવન અને જાહેર પ્રજા સાથે ગાઢ અને સતત સંપર્ક રહેતો હોય એવા લોકોએ જનમાનસના મનોભાવ જાણી, જે પ્રકારે વ્યક્તિ પ્રજાજન પ્રસન્ન રહે તે પ્રમાણે તેમની સાથે વ્યવહાર કરવો. આમ કરવાથી પોતાના ક્ષેત્રમાં જે તે વ્યક્તિ સફળ થઈ શકે છે. ટપાલ ઓફીસની બારી પર, રેલવે કે એસટીની પૂછપરછ કે બારીઓ ઉપર, સરકારી કર્મચારીઓને જનસમાજની સાથે લેવદ-દેવડ કે પત્રકો ભરવાની માહિતી કે કર ભરણા-ચુકવણા કરવાના હોય, બેન્કો... વગેરે અધિકારી અને પ્રધાનમંક્ષીઓ આ બધાયે પ્રજા ગમે તેવા મૂર્ખ-બાલિશ પ્રશ્નો પૂછે તો પણ ધીરજ-મીઠાશથી જવાબ આપવા જોઈએ. પ્રજા સાથે સંપર્કમાં રહેનાર વ્યક્તિ સ્વભાવે શાંત-ધીરજવાન અને વિનય-વિવેક ન ચૂકનાર હોવી જોઈએ. ઉગ્ર અને ઓછું બોલનાર ન હોવા જોઈએ. થાકેલ નહીં ઉત્સાહી હોવા જોઈએ.

સુવિચાર

- સફળતા હાસિલ કરને કે લિયે યે જરૂરી નહીં કી આપકી ઉમ્ર કયા હૈ, બલકિ યહ જરૂરી હૈ કિ આપ સોચ કિસ ઉમ્ર કી રખતે હૈ - **સંદિપ મહેશ્વરી**
- બીજાની ભૂલોનો રોજમેળ રાખનારા, પોતાની ભૂલોની કાચી ચીઠ્ઠી પણ નથી રાખતા - **મુંબઈ સમાચાર**
- ચકાસ્યા કરશો તો કોઈ પોતાનું નહીં જડે.... ચાહતાં રહેશો તો કોઈ પારકું નહીં જડે - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- સજ્જનોના રમત રમતમાં બોલાયેલા વચન શિલાલેખ સમાન હોય છે - **મોરારિ બાપુ**
- જેના જીવનનું લક્ષ્યબિંદુ નિશ્ચિત ન હોય, એને જે સમય પસાર કરવાનાં સાધન શોધવા પડે છે - **મહાભારત**
- યુદ્ધ અભિમાનનું સંતાન છે અને અભિમાન સંપત્તિની દીકરી છે - **જોનાથન સ્વીફ્ટ**
- આજનું ઔષધ : ખારેક અથવા ખજૂરના ઠલિયાને બાળી તેની રાખ કપૂર સાથે મેળવી ખરજવા ઉપર લગાડવાથી રાહત થાય છે

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

અમેરિકાના નાના શહેરોમાં પાંસઠ વર્ષની ઉંમરે પહોંચેલો વ્યક્તિ સરકારના નવ્વાણું ડૉલરના પ્રતિ માસના પેન્શનમાં પોતાનું ગુજરાન માંડ માંડ ચલાવતો હતો. તેને થયું કે ભલે ઘડપણ આવ્યું છે પણ કંઈક નવું કરવું છે. એને રસોઈ બનાવવાનો શોખ હતો. એના મિત્રો સાથે ઘણીવાર તે ચિકન બનાવતો. આથી તેમે વિચાર કર્યો કે મારી આ રૅસિપીના આધારે કોઈ ધંધો કરવો. તેણે કેન્ટુકી સીડી છોડવાનો નિર્ણય કર્યો. અમેરિકાના રાજયોમાં વિવિધ શહેરોમાં અલગ અલગ હોટલના માલિકોને મળીને તેની પાસે મોઢામાં પાણી લાવી દે તેવી ચિકન બનાવવાની રેસિપીની વાત કરી અને તેના બદલામાં તેણે બિઝનેશમાં ભાગ માંગ્યો. દુર્ભાગ્ય વશ એને એક હજાર રેસ્ટોરંટના માલિકોએ 'ના' સંભળાવી તેમ છતાં તે હિમ્મત ન હાર્યો. આખરે ૧૦૦૯માં પ્રયત્ને એક રેસ્ટોરંટના માલિકે બિઝનેશમાં ભાગ આપવા સંમતિ દર્શાવી. આ એક સફળતા એ કર્નલ હાર્ટલેંડ સેંડર્સે અમેરિકનોની ખાવાની સ્ટાઈલ બદલી નાખી. 'કેએફસી અર્થાત્ કેન્ટુકી ફ્રાય ચિકન' નું આજે દુનિયાભરમાં નામ છે.

નિત્યાનંદનો નવો રોમાંચક અવતાર

તંત્રીસ્થાનેથી...

દિલ્હી પબ્લિક સ્કૂલની પ્રતિષ્ઠા જોઈ મધ્યમ વર્ગનાં માતાપિતા એમના બાળખોને પેટે પાટા બાંધીને પણ એમાં પ્રવેશ અપાવવા મથે છે. ગુજરાત માધ્યમિક શાળા બોર્ડ કરતાં કેન્દ્રીય 'સીબીએસઈ'નું ધોરણ પહેલાંથી જ ઊંચું ગણાતું હોઈ આવી ઘેલછા સ્વાભાવિક પણ છે. ગુજરાતમાં સીબીએસઈ અભ્યાસક્રમ આપનારી બીજી સારી શાળાઓ પણ છે જ; પરંતુ દિલ્હી પબ્લીક સ્કૂલ એક બ્રાન્ડ બની ગઈ હોઈ એનો મહિમા વિશેષ છે. હાથીજણ ખાતે સીબીએસઈ કોર્સ મુજબ ચાલતી આવી શાળા ગેરકાયદેસર હતી એ કેવી વિડંબના છે! વાલીઓ રાતા પાણીએ રોઈ રહ્યા છે. બાળકોના ભાવિ અધ્ધર લટકે છે, કારણ કે એ સ્કૂલના કેમ્પસમાં કુખ્યાત સ્વામી નિત્યાનંદના આશ્રમનાં કૌભાંડો, ગુમ થયેલી બાળાઓનાં માતાપિતાની અરજીઓ વગેરે બહાર આવતાં જ સ્કૂલ વિશે ઊંડી તપાસ હાથ ધરાઈ હતી અને આખરે એનું રજિસ્ટ્રેશન રદ કરાયું છે. નિત્યાનંદ સ્વામીની કામલીલા કર્ણાટકમાં પણ ચાલી હતી અને ત્યાં તો એ વોન્ટેડ હતા જ; ગુજરાતમાં નવું થાણું નાખી ફરી વાર ચકડોળે ચડ્યા છે. એમના પાપે ડીપીએસનું પાપ પણ છતું થયું - તે કેવો યોગાનુયોગ છે ! પરંતુ નિત્યાનંદ અઢાર ઘંટીના આટા ખાઈને ગુજરાત આવ્યા હતા એટલે જેવી તપાસ શરૂ થઈ એવા રફુચક્કર થઈ ગયા છે. બની શકે કે એમને દેશ છોડી જવામાં કોઈ ઉચ્ચસ્તરીય અધિકારીઓનો છૂપો ટેકો પણ મળી ગયો હોત. પાછા વિદેશની ધરતી પર જઈનેય એમને પોત પ્રકાશ્યું છે. ટ્રિનિદાદ અને ટોબેકો જેવા ટાપુઓના મુલકમાં એક નવા હિન્દુ રાષ્ટ્રને જન્મ આપી દીધો છે. રાષ્ટ્રીય સ્વયંસેવક સંઘ અને વિશ્વ હિંદુ પરિષદ દાયકાઓથી મથે છે છતાં જે શક્ય નથી બન્યું તે એક છેલબટાઉ સંન્યાસીએ રાતોરાત સિદ્ધ કરી દીધું છે. આસારામ અને બાબા રામરહિમને આંટી ખવડાવી દે એવા આ ઈન્ટરનેશનલ સ્વામીએ નવા દેશનું બંધારણ પણ ઘડી કાઢ્યું છે, એનો ધ્વજ અને પ્રધાનમંત્રી પણ નિયુક્ત કરી દીધા છે અને વિશ્વમાં સૌથી શ્રેષ્ઠ એવા હિંદુ ધર્મના આદર્શો મુજબના દેશમાં વસવાટ કરવા દુનિયાભરના લોકોને ખુલ્લું નિમંત્રણ પાઠવ્યું છે. એમને નવા દેશના વિકાસ માટે નાણાં પણ એકઠાં કરવા માંડ્યા છે - ડૉનેશન માટેની અપીલ બહાર પાડી છે. યુનાઈટેડ નેશન્સને પોતાના દ્વારા સ્થાપિત નવા દેશને મંજૂરી આપવાની અરજી પણ કરી છે. નવા હિંદુ રાષ્ટ્રના પાસપોર્ટ પણ તૈયાર થઈ ગયા છે. હાથીજણના અંતરિયાળ આશ્રમમાં ગોરખધંધા કરતો કહેવાતો સંન્યાસી દુનિયાને કેવા ઊંધાં ચશ્માં પહેરાવી રહ્યો છે તે જોઈને તો એમ જ લાગે છે કે એકવીસમી સદીમાં પણ 'સમરથ કો નહરીં દો, ગુસાઈં!' અનેક હત્યાઓ અને દુષ્કર્મોમાં જે વોન્ટેડ છે એવા એક સંન્યાસીને ગુજરાતમાં આશ્રમ સ્થાપવાની મંજૂરી મળે, ત્યાં વળી એનાં કર્ણાટકથીય સવાયાં કામ-કૌભાંડ ચાલે, એના કારણે દિલ્હી પબ્લીક સ્કૂલ જેવી નામાંકિત શૈક્ષણિક સંસ્થાને પણ તાળાં વાગી જાય અને પાછો એ ભાગી જઈને લેટિન અમેરિકામાં આગવા દેશનું નિર્માણ કરે - કોઈ રહસ્યકથા કરતાં પણ વધુ રોમાંચક એવી આ અપરાધગાથા સામે સરકારે અત્યાર લગી શું કર્યું ? ભવિષ્યમાં પણ એને ન્યાયની દેવડી સમક્ષ લાવી શકાશે કે પછી એ એના નવા દેશનો મહાનાયક થઈને મહાલતો રહેશે ?

મુંઝાય છે તું શાને માનવ, ખોલ ગીતા ઉકેલ છે પાને પાને...

લાગણીનો મેળો

રસિક વાળંદ

મુંઝાય છે તું શાને માનવ,
ખોલ ગીતા ઉકેલ છે પાને પાને.

●●●

માગશર સુદ એકાદશી એટલે મોક્ષદા એકાદશી અર્થાત્ ગીતાજયંતી.

ભારતવર્ષનું અતિ મહત્ત્વનું પર્વ છતાં ભારતીય પ્રજામાં ઓછું જાણીતું આ પર્વ. આપણું દુર્ભાગ્ય છે કે આદેશનો બહુજન સમાજ 'ગીતાજયંતી'ના પર્વ વિશે જ અજાણ છે !! કોઈ પણ ગ્રંથનો જન્મદિવસ ઊજવાય એ કદાચ સમગ્ર વિશ્વમાં ગીતાની આગવી વિશેષતા ગણી શકાય. આપણે ગૌરવ ગ્રંથ છે, મારે મન ગીતાજી અક્ષરતીર્થ છે, વિશ્વધર્મગ્રંથ છે. વિશ્વની અનેક વિભૂતિઓએ ગીતાજીનું પયપાન કર્યું છે અને એટલે જ કહેવાયું છે કે, 'Gita is not Bible of Hinduism but it is the Bible of Humanity.'

સર્વકાલિન અને સર્વજનિન તત્ત્વજ્ઞાનાર્ત દર્શન કરાવતો બહુમૂલ્ય ગ્રંથ ગીતાના પ્રાકટ્યોત્સવ પર્વ મનાવવામાં આપણે સૌ ઊણા ઊતર્યા છીએ એ સ્વીકારવું રહ્યું. આ દેશનો બહુસંખ્ય વર્ગ પાશ્ચાત્ય સંસ્કૃતિના રવાડે ચડ્યા છે... થર્ટી ફર્સ્ટ કે નાતાલની ઊજવણી બહુ ધામધૂમથી ન કરીએ તો ચાલે છતાં વિદેશી પર્વોને વધુ પડતું મહત્ત્વ આપીએ છીએ ને પોતીકાં પર્વોને ઉજવવામાં વામણા સાબિત થઈએ છીએ... હિન્દુ જનસમુદાયનો બહોળો વર્ગ ગીતાજયંતીના પર્વથી અનભિજ્ઞ હોય એનાથી મોટી દયનીય કરૂણતા બીજી કઈ હોય ?!!

ખેર, આજથી પાંચેક હજાર વર્ષ પૂર્વે માગશર સુદ એકાદશીના મંગલપ્રભાતે કુરુક્ષેત્રની રણભૂમિ પર ભગવાન યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણના મુખારવિંદમાંથી ગીતાનો જ્ઞાન પ્રવાહ વધ્યો. સ્વયં ભગવાનનું ગાન એટલે શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતા.

દોસ્તો, શ્રીમદ્ એટલે સંપન્નતા વધારનારી, ભગવદ્ગીતા એટલે ભગવાને ગયેલી. હવે ભગવાન સ્વયં જે ગાય તે ગીતમાં લય હોય, તાલ હોય, સંગીત હોય, સંવાદિતા હોય ! અને જયાં સંગીત છે, સંવાદિતા છે ત્યાં કોઈ પણ જાતની વિસંગતિ કે વિસંવાદિતા ન જ સંભવે, ત્યાં પૂરી સંપન્નતા જ સંપન્નતા હોય.

આવા દિવ્ય-ભવ્ય રમણીય ગ્રંથ ગીતાજીમાં સ્વથી માંડીને સમષ્ટિના સર્વ સવાલો ઉકેલવાની ગુરુચાવીઓ પડેલી છે. ગીતાજીમાં ભગવાને અનેક વિચાર મૌક્તિકો વેરી રાખ્યાં છે, એમાંથી જો એકાદ મોતી હાથ લાગી જાય તો આ મનખા અવતાર ધનય્ થઈ જાય.

એક રાજાનો રાજકુંવર કૈંક મનદુઃખ થતાં રિસાઈને ચાલ્યો ગયો. રાજાને ખૂબ પસ્તાવો થયો. વર્ષો પછી જાણવા મળ્યું કે અમુક જંગલમાં તે છે, પણ કોઈ શોધવા જાય તો તે સંતાઈ જાય છે. રાજાએ પોતાના માણસોને જંગલમાં જઈ હજારો રત્નો વેરી આવવા કહ્યું. 'મારો દીકરો મને મળે કે ન મળે, પણ એકાદ રત્ન પણ તેના હાથમાં આવશે તો તે સુખેતી જીવી શકશે.'

મિત્રો, આપણે બધા પણ ભગવાનના સંતાનો છીએ. ભગવાન જયારે મળવાના હશે ત્યારે ભલે મળે પણ ગીતાજીમાં વેરેલા રત્નોમાંથી એકાદ પણ આપણે પામી લઈશું તો આપણું જીવન જીવ્યું લેખે લાગશે.

'નિયતં કુરુ કર્મત્વમ્', 'યોગકર્મસુ કૌશલમ્', 'નમે ભક્ત પ્રણશ્યતિ', 'યોગક્ષેમંવહામ્યહમ્' - આવાં અનેક રત્નો ગીતાજીમાં વેરાયેલાં પડ્યાં છે. એકાદ સૂત્ર પણ જો આત્મસાત્ થઈ જાય તો માણસ પરમાનંદ પામી શકે.

મને ઘણીવાર વિચાર આવે કે જીવનની આ ભાગદોડને અંતે શું ?! અર્થોપાર્જન અતિઆવશ્યક છે જ છતાં કમાવાની સાથે થોડોક સમય લઈ નિરાંતે ગીતાજીનો માત્ર એક જ શ્લોક વાગોળીએ તો બે વર્ષનો સોળ દિવસમાં સમગ્ર ગીતાનું પયપાન કરી પુષ્ટ થવાય... આપણામાં એવી માન્યતા છે કે દૂધ ઢોળાય તો અપશુકન ગણાય. પણ મિત્રો, ખરાં અપશુકન તો 'દુગ્ધંગીતામૃતં મહત્' ગીતાનું દૂધ ઢોળાઈ જાય ત્યારે થાય.... આપણા દેશમાં ગીતાજીની ઉપેક્ષા કે અવગણના જે થાય છે એનાથી મોટાં અપશુકન આ દેશ માટે બીજાં ન હોઈ શકે.

શ્રીમદ્ ભગવત્ ગીતા ભારતવર્ષનું ગૌરવ છે, ઘેર ઘેર ગીતાનો વિચાર પહોંચતો કરીએ. ગીતાજયંતીએ સમગ્ર ગીતાનો પાઠ કરીએ ને સંકલ્પ લઈને કે રોજ એક અધ્યાય કે એક શ્લોક વાંચવા-સમજવાનો પ્રામાણિક પ્રયાસ કરીશું. ગીતાજીનો દિવ્ય ઉપદેશ સમજીએ, ભગવાનની દિવ્યવાણી પચાવી આપણે આપણા જીવનની વિસંગતિ અને વિસંવાદિતા ટાળી શકીએ અને જીવનને સાચા અર્થમાં સંપન્ન બનાવીએ. ગીતાજ્ઞાન થકી ભારતભૂમિ શ્રીમંત અનેવૈભવવાન છે, પરંતુ સમજદારીપૂર્વક ગીતાનો સુફલામ મલયશીતલામ બની રહેશે એ નિઃશંક બાબત છે.

ગીતાજયંતિના પર્વ નિમિત્તે સૌ વાચકોને જય યોગેશ્વર !!

સ્પર્શમણિ :

જો બદલતા હૈ, વો આગે બઢતા હૈ
- પૂ. દાદા

●●●

'જયશ્રીકૃષ્ણ' એટલે સ્વાર્થને બદલે પરમાર્થને પ્રાધાન્ય આપવાની ઘોષણા.

- rasikvaland1965@gmail.com
Mo. 9913426949

ફિલ્મો પણ પરોક્ષ રીતે આપણા મિત્ર, સ્વજન કે વડીલની ભૂમિકા ભજવી શકે છે

અબીલ-ગુલાલ

મમતા રાવલ

(ગતાંકથી ચાલું)

ગત લેખમાં બે ફિલ્મોની વાત થઈ. આમ જુઓ તો વાત ફિલ્મની નહીં પણ એમાં ઝીલાતી માનવીય મનની સૂક્ષ્મ લાગણીઓ અને સંવેદનાની વાત લેખનો મુખ્ય વિષય હતો. જે ટાઈટલમાં આપ સહુ સુધી પહોંચ્યો જ હશે. ' જ્યારે ઝીણી-ઝીણી બાબતોની સુંદર ગૂંથણી થાય, એમાં સંવેદનાની છાલક લાગે, ઊર્મિઓની રંગપૂરણી થાય તો, જો એક ફિલ્મ સુંદર બની શકતી હોય તો જીવન તો કેવું અદભૂત બની શકે ! ' આ વાત ઘણા વાંચક મિત્રોને બહુ ગમી અને એમણે આજ વાતને આગળ વધારવાનું સૂચન કર્યું. હા, હજુ જે ૨-૩ ફિલ્મો વિશે લખવું છે એમાં પણ નવા જમાનાની માનસિકતાની વાતોનું વણાટકામ છે.

કોઈ કાર્ય મારું કે તારું ન રહી, આપણું બની જાય ત્યારે એ અવસર બની જાય છે

ગત આર્ટીકલનું અનુસંધાન એટલે કે આ અઠવાડિયાનું અબીલ-ગુલાલ મેં ઓલરેડી લખી દીધું હતું, પરંતુ હજુ કાલે જ મારા ઉદેશ અને ફિલ્મની વાતને સુંદર રીતે રજૂ કરતી એક અદભૂત ફિલ્મ જોવાની તક મળી.

ગાંધીનગરના અગ્રણી પરિવારના યુગલે પોતાના લગ્નની પચ્ચીસમી વર્ષગાંઠ ઊજવી. લગ્નની વર્ષગાંઠ આમ જોઈએ તો પર્સનલ – બે જણનો જ ' તહેવાર ' છે. પરંતુ આ ઉજવણી જરા નોખા પ્રકારે થઈ. ' થેન્કયું જીંદગી ' નામની પૂરા બે કલાકની ફિલ્મ પ્રસ્તુતિ ટાઉનહોલ ખાતે કરવામાં આવી. જેમાં થિયેટરની પૂરે-પૂરી ફીલ આવે એવી પૂરી કાળજી રાખવામાં આવી હતી. થીયેટરના પડદા જેવો મોટો સ્ક્રીન, સાઉન્ડ સીસ્ટમ, લાઈટીંગ દરેક ઝીણામાં ઝીણી બાબતનું ધ્યાન રખાયું હતું. આ બધી બાબતો પરિવારની ફિલ્મ મેકીંગની સમજ અને ફિલ્મો પ્રત્યેનું આકર્ષણ દર્શાવતી હતી.

ફિલ્મોની જબરજસ્ત અસર તળે ઘણા જીવન જીવાય છે. પ્રેમ, રોમાન્સ, ફાઈટીંગ, ગુંડાગર્દી, ઉત્સવો અને પ્રસંગોની ઉજવણી, સહજીવન જેવા ઘણા પાસાઓમાં ફિલ્મની છાંટ આવી જાય છે. ફિલ્મના પરદે ભજવાતા સુંદર રોમેન્ટીક ગીતમાં પોતાની જાતને જોવી, બીજા પાત્ર તરીકે પોતાના પ્રિયજનને કલ્પીને સ્વપ્નોની દુનિયામાં ખોવાઈ જવું. એ દરેક દિલની ખાસ ગમતીલી ચેષ્ટા હોય છે. સુંવાળપ-ફેન્ટસીની આ સૃષ્ટિ જીવનની કરકરી-દાણાદાર વાસ્તવિકતા વચ્ચેથી સરકવાનું સરળ માધ્યમ છે.

પરંતુ આ કલ્પનાને માત્ર કલ્પના ન રહેવા દઈ એને વાસ્તવિક બનાવવાની, સ્વપ્નને જીવી લેવાની ઈચ્છા આ યુગલે પોતાના લગ્નની પચ્ચીસમી વર્ષગાંઠે પૂરી કરી. ' થેન્કયુ જીંદગી ' ફિલ્મથી એમણે સાચા અર્થમાં સહજીવનને ટ્રીબ્યુટ આપી, સલામી આપીને નવાજ્યું. આ પ્રયાસ પ્રસંશનીય અને પ્રભાવક બની રહ્યો. ખૂબ ક્રિએટીવ, મહેનત માંગનારો, ધીરજની કસોટી જેવો અને સાથે ખર્ચાળ પણ ખરો એવા આ વિચારને અમલમાં મૂકવો એટલો સરળ નથી. આ વિચાર અને એના અમલીકરણની પ્રક્રિયામાં જ એમના સહજીવનનો, એકત્વનો સાર આવી જાય છે. કોઈપણ કાર્ય મારું કે તારું ન રહી આપણું બની જાય ત્યારે એ અવસર બની જાય છે. એવી રીતે આ યુગલે લગભગ એકથી દોઢ વર્ષ આ ફિલ્મના નિર્માણમાં વીતાવ્યું અને સાચા અર્થમાં ૨૫મું વર્ષ ઉજવ્યું એમ કહી શકાય.

આપણને સૌને પ્રિય એવા ફિલ્મના મધુર ગીતો ફિલ્મની જેમ જ આ યુગલ પર ફિલ્માવાયા હતા. ઓરીજીનલ સીન અને ' થેન્કયુ જીંદગી ' માં દર્શાવાયેલ સીનમાં હીરો-હીરોઈન સિવાય ઝાઝો ફર્ક ન હતો. ખાસ વાત એ હતી કે એ તમામ ગીતો આ યુગલે પોતે જ ગાઈને શક્ય એટલું એને પોતાનું બનાવ્યું હતું. મધુર અવાજ અને નવેસરથી કરાયેલા સંગીત નિયોજન ફિલ્મનું જમા પાસુ કહી શકાય. દરેક ગીતમાં અભિનય, ડ્રેસીંગ, જરૂરી ડાન્સ, સ્ટાઈલ તમામ ફિલ્મથી પ્રેરીત પરંતુ તદન અસલી, પોતાના હતા. વર્ષો પહેલાં ગીફ્ટ અપાયેલા કપડાં જેવી અનેક યાદોને ફિલ્મમાં સમાવીને અત્યાર સુધીની પોતાની ઉંમરના તમામ વર્ષોનો સરવાળો અને સરવૈયું એટલે ફિલ્મ 'થેન્કયુ જીંદગી.' જેમ લગ્નજીવનના બે પૈંડા એમ આ સમગ્ર પ્રોજેકટના પણ પતિ-પત્ની બે જ સારથી બની રહ્યા. મિત્રવર્તુળ અને પરિવારને એમણે આપેલી સરપ્રાઈઝ, એમણે પોતાના સહુજીવનને આપેલું અણમોલ નજરાણું બની રહ્યું.

આ એક સુંદર ઘટનાથી જ સાબિત થઈ જાય છે કે, ફિલ્મ કેટલું અસરકારક માધ્યમ છે. જીવનના કેટલાય રંગો ફિલ્મો દ્વારા આકાર પામે છે. કેટલાક ગમગીન, તો કેટલાક ઉદાસ...કેટલાક સપ્તરંગી તો કેટલાક બ્લેક એન્ડ વ્હાઈટ. આ બધામાં ક્યાંકને ક્યાંક કનેક્ટ થઈ શકાય એટલું ભાથું ફિલ્મોમાં સમાયેલું હોય છે. ફિલ્મો માત્ર એન્ટરટેઈન્મેન્ટ તરીકે જ ન જોવાવી જોઈએ. ગયા લેખમાં લખ્યા પ્રમાણે દરેક ફિલ્મના અલગ-અલગ બાબતોનું પ્રાધાન્ય હોય છે. જ્યાં સુધી આપણે ફિલ્મના આત્માને ન પારખી શકીએ ત્યાં સુધી આપણે સારા ફિલ્મ પ્રેમી ન બની શકીએ.

ભૂતકાળનો એક અનુભવ છે કે, બહુ જ ગમેલી એક ફિલ્મ, મિત્રને પરિવાર સાથે જોવાની ભલામણ કરેલી. પરંતુ ફિલ્મ જોયા પછી એ સમગ્ર પરિવારની નેગેટીવ પ્રતિક્રિયા બહુ આઘાતજનક લાગેલી. આપણે ફિલ્મ માણવા માટે ફિલ્મ મેકરની વિચાર પ્રક્રિયા સમજવી પડતી હોય છે. એ આપણને ફિલ્મના માધ્યમથી ક્યાં દોરી જવા માંગે છે એ સમજવું ફિલ્મની નાડ પારખવા જેવું કામ છે. ઘટનાઓ અને મનોરંજન સાથે ભવ્યતાનું મિશ્રણ કરીને જે પ્રવાહ રચાય છે એમાં એક મર્મ પણ સાથે વહેતો હોય છે. જેના સુધી બહુ ઓછા લોકોની જ દ્રષ્ટિ પહોંચે છે. હું માનું છું ત્યાં સુધી બાળક – યુવાઓને ફિલ્મ જોવાની સમજ કેળવાય એ માટે કેળવણી અપાવી જોઈએ. પ્રત્યેક ફિલ્મ કેટલીય ટેકનીકલ બાબતો, શૂટીંગ લોકેશન્સની ઝાકઝમાળ, ગીત-સંવાદના શબ્દો, વાર્તાતત્વ, અભિનય કેટલીય બાબતોથી ભરચક હોય છે.

હમણાં જ રજૂ થયેલી સુંદર ફિલ્મ ' બાલા ' ઘણા લોકોએ નહીં જોઈ હોય. પરંતુ એકદમ નવો વિષય, આંતરિક રીતે ગંભીર પરંતુ બાહ્ય રીતે જે રમૂજપૂર્વક રજૂ થયો છે એ દાદ માંગી લે એવું છે. માથા પરના વાળની મહત્તા આજકાલ ઘણા યુવાઓ પણ મહેસૂસ કરી રહ્યા છે. પ્રેમ-નોકરી-સ્ટેટ્સની આડે આવતી માથાપર વાળના અભાવની સામાન્ય લાગતી ગંભીર સમસ્યાનું ફિલ્માંકન એ-વન કક્ષાનું છે. રૂપાળી છોકરી-એટલે કે, સ્ત્રીની ચામડીનો રંગ ગોરો હોવો એટલા હદે ડિમાન્ડમાં છે કે એણે સમસ્યાનું સ્વરૂપ લઈ લીધું છે. હાલની આ સળગતી સમસ્યા ફિલ્મમાં ખૂબ સુંદર વણાઈ છે. કોઈ સારી ફિલ્મ જ્યારે નિષ્ફળ જાય ત્યારે આશ્ચર્ય થાય છે. આપણે શું શોધીએ છીએ ફિલ્મમાં !! માત્ર મગજના ઉપયોગ વિનાની કોમેડી ? થ્રીલ ? ભૂતભૂતાવળ ? આર્ટના પીસ જેવી, સુંદર ચોસલેદાર માવાની મીઠાઈ જેવી ફિલ્મ કેમ હદયને સ્પર્શતી નહીં હોય એવો પ્રશ્ન ઘણીવાર થાય. મેંદાનો બનેલો, રબ્બડ જેવો કરાંચી હલવો જ જેણે ખાધો હોય એને માવાની મીઠાઈ ખવડાવવાનો પ્રયાસ આ ફિલ્મ મેકર્સ કરતા આવ્યા છે અને કરી રહ્યા છે.

આપણે ફિલ્મના હીરો કે હીરોઈન ને આપણા આદર્શ બનાવી લઈએ છીએ, પરંતુ એમને એ સ્વરૂપમાં ઢાળનારની કલ્પનાને વિસરી જઈએ છીએ. સાચા હીરોઝ તો એ છે. આમ જોઈએ તો ફિલ્મો દ્વારા સમાજ સેવાનું મોટું કાર્ય થઈ રહ્યું છે. કોઈની સલાહ કે ઉપદેશ સહેજેય ખપતાં નથી એવા આ યુગમાં ફિલ્મો પરોક્ષ રીતે મિત્ર, સ્વજન અને વડીલની ભૂમિકા નિભાવી શકે છે. આપણો એ દ્રષ્ટિકોણ કેળવાય એ આપણે જોવાનું છે. સેન્સીટીવીટી અને ક્રિએટીવીટી જીવનનો અભિન્ન હિસ્સો છે. એ જ્યાં છે ત્યાં જીવન છે. નવી પેઢી કદાચ આ બાબતે સજાગ છે એટલે જ હવે આવી રહેલી ફિલ્મોના યુવા મેકર્સ અને યુવા દર્શકનો સુંદર સુમેળ ફિલ્મઉધોગને સંવેદનશીલ અને કલાત્મક ફિલ્મોના સર્જનની પ્રેરણા પૂરી પાડી રહ્યો છે. અભિનેતા/અભિનેત્રી કરતાં કથાવસ્તુનું પ્રમુખ સ્થાને હોવું એ આજનો ટ્રેન્ડ છે. એને સુંદર રીતે નિરૂપનાર સહુ કલાકાર – કસબીઓને અભિનંદન સહ શુભેચ્છા.

ચ્યવનપ્રાશ

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા

ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

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.

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. તો... ચ્યવનપ્રાશ ઘરે કેવી રીતે બનાવવો?જો પાંચ કિલો આમળા લઈએ તો તેમા આશરે સાત થી સાડા સાત કિલો સાકર, અર્ધોકિલો 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. બધું પાણી બળી જાય અને માવો કથ્થાઇ 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. બધુંજ એકરસ થઈ જાય તેટલુંમિક્સ કરી કંટેનરમાં ભરી લેવું. થઈ ગયો હોમ મેડ ચ્યવનપ્રાશ રેડી.

ચ્યવનપ્રાશ આપણને અનેક રીતે ફાયદાકારક છે. નિયમિત ચ્યવનપ્રાશ ખાવાથી શરીરની સ્ટેમિના જળવાઈ રહે છે, શરીરની રોગ પ્રતિકારક શક્તિ એટલેકે ઈમ્યુનીટી વધે છે, લોહી શુદ્ધ થાય છે એટલે ત્વચા સુકોમળ બને છે, વાળને પોષણ મળે છે અને આંખોનું તેજ વધે છે, શરીરનું પાચન સુધરે છે. ચ્યવનપ્રાશમાં રહેલા રસાયણ ઔષધો શરીરને નવયુવાન રાખે છે અને શરીરનો ઘસારો અટકાવે છે. 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

અમે બેડ ટીના બંધાણી રે , એના વિના નહીં ચાલે!

મનના ઉમંગો

રણછોડ પરમાર

કોડાઈકેનાલમાં અમે ચાની ફેકટરી જોવા ગયા હતા. એમાં કેટલીયે જાતની ચા મળતી હતી. લેમન ટી, જીંજર ટી, ઓરેંજ ટી, ચોકલેટ ટી, બ્લેક ટી, મસાલા ટી એવી જાતજાતના સ્વાદની ચા ત્યાં મળતી હતી. મારો વિચાર કોઈ એક જાતની ચા લેવાનો હતો, પણ પાંચસો ગ્રામથી ઓછા વજનના એકે પેકેટ વેચાતાં ન હતાં. મારું ગજું બહુ બહુ તો સો ગ્રામનું નાનકડું પડિકું લેવાનું હતું. કારણ કે અમારા ઘરમાં હું એકલો જ ચા પીઉ છું. અઢીસો ગ્રામ ચા તો મારે ખાસા બે મહિના ચાલે. અને છેલ્લા બે મહિનાના કરિયાણામાં ઘરમાં ચા પડી હોવા છતાં અઢીસો ચાનું પેકેટ લવાઈ ગયું હતું.

પરંતુ મારે કોડાઈકેનાલના સ્ટોરમાં વેચાતી હતી તેના કરતાં એક સાવ અલગ પ્રકારની ચાની વાત કરવી છે, તે છે "બેડ ટી". આમ જોવા જાવ તો એ કોઈ અલગ કિસમની ચા નથી. આપણે પીતા હોઈએ એ જ ચા છે. પણ એના પીવાના સમયને કારણે અને સ્થળના કારણે તે બેડ ટી તરીકે જાણીતી થઈ ગઈ છે. એક તો એ વહેલી સવારમાં, મતલબ કે આપણે હજુ આપણી બેડમાં એટલે કે પથારીમાં જ પડ્યા હોઈએ છીએ ત્યારે પીવાય છે. બીજું ઘણા એને બેડમાં બેઠા બેઠા જ પીવે છે(કારણ કે સૂતા સૂતાં પીવાનું ફાવે નહી) અને પી રહ્યા પછી જ પથારીનો ત્યાગ કરી શકે છે. એટલે એને બેડ ટી કહેવાય છે. આ પ્રથા ભારતીય સંસ્કૃતિ સાથે જરાયે બંધબેસતી નથી એટલે ઘણા એને બેડ ટી એટલે ખરાબ ચા ગણતા રહે છે. આમ તો નહાયા-ધોયા વગર કદાચ સમય સંજોગને કારણે ચા પી લેવાનું સ્વીકારી લેવાય તો એમાં કશું ખોટું નથી. પણ બ્રશની વાત જવા દો એક કોગળો કર્યા વગર એક આખી ચા પથારીમાં બેઠા બેઠા ઠપકારી જઈએ એને બેડ શું વર્સ્ટ ટી કહેવામાં આવે તો એમાં કાંઈ વાંધો આવે તેમ નથી.

જેમ અનેક રિવાજો પશ્ચિમના દેશોમાંથી આપણા દેશમાં આવ્યા છે(ખરેખર તો આપણા દ્વારા ખેંચી લવાયા છે.) તેમ આ બેડ ટીનો રિવાજ પણ પશ્ચિમની દેન છે. લેંઘાકુર્તા અથવા ધોતીઝભ્ભાના સ્થાને આપણને પેંટશર્ટ માફક આવી ગયા છે તેમ આ બેડ ટી પણ ઘણા બધાને માફક આવી ગઈ છે. તેનું મુખ્ય કારણ તો તે પશ્ચિમની પધ્ધતિ હોવાથી એ તો આપણે સ્વીકારવી જોઈએ અને એ સ્વીકારવાથી જ આપણે આધુનિક કહેવાઈ શકીએ એવું માનસ છે. કેટલાકને શારિરીક મુશ્કેલીઓ હોય છે. જેમ ઘણાને સંડાસમાં એક બીડી ફૂંકવાથી જ રાહત થાય છે તેમ ઘણાને આ બેડ ટી પીધા પછી જ શરીર એનું આગળનું કામ હાથ ધરે છે.

આ બેડ ટી જેમને કોઠે પડી ગઈ છે અથવા એમ કહીએ કે જે લોકો આ બેડ ટીના કોઠામાં ફસાઈ ગયા છે એ ભાઈઓ અથવા બહેનોને ક્યાંક બહારગામ જવાનું થાય અને વહેલા ઉઠવું પડે ત્યારે તેમને કલાક સવા કલાક પહેલાં બેડ ટી પીવરાવવી પડે છે. પોતાના ઘરમાં તો આ વ્યવસ્થા થઈ શકે છે પણ બીજાના ઘેર આવી સગવડનો આગ્રહ રાખી શકાય નહી, છતાં એમણે કમને આવો આગ્રહ જાહેર કરવો પડે છે. નસીબજોગે યજમાન ઘરની ગૃહિણી જો મહેમાનની મુશ્કેલી જાણતી હોય તો સવારે વહેલી ચા મૂકવા તૈયાર થાય છે. જેવી આ વાત બીજા મહેમાનો જાણે છે કે તુરત એમની ઓફર આવી જાય છે કે " ભાભી, મારી પણ એક ચા ભેગાભેગી મેલી દેજો, હો કે." ઘણાને આવું બેડ ટીનું બંધાણ હોતું નથી. પણ ચા શબ્દનું એવું બંધાણ હોય છે કે એ લોકો ગમે તે સ્થળે અને ગમે તે કાળે જો ચા પીવા મળતી હોય તો પછી પીધા વગર રહી શકતા નથી. પરીણામે યજમાન સન્નારી માટે બેડ ટી અને રેગ્યુલર ટીના જથ્થામાં ખાસ ફરક રહેતો નથી. છેવટે તો સન્નારી અરે રે મને વળી આ બેડ ટી બનાવી આલવાની કુબુધ્ધિ ક્યાં સૂઝી એમ કહી પસતાતી પણ હોય છે.

આવી આદત મોટે ભાગે ભાઈઓને હોય છે. કારણ કે એમને મોટેભાગે બહેનોની મહેનતે તાગડધીન્ના કરવાના હોય છે. બહેનોને આવી આદત પડવાનો સંભવ ઓછો હોય છે, કારણ કે એમણે જાતની ઊંઘ બગાડીને ચા બનાવવી પડે છે. અરે કેટલીક બહેનો પોતાના પતિની બેડ ટી બનાવતી હોય છે છતાંય એમને બેડ ટીની બેડ આદત પડતી નથી એ વાતને આ દેશના સદભાગ્ય જ ગણવા જોઈએ.

સામાન્ય સંજોગોમાં આપણે ચારપાંચ જણા કીટલીએ જઈએ ત્યારે એમાં એકાદ નંગ અવશ્ય એવો મળવાનો કે જે ડાયાબિટીશનો આશીક હોય. ચાનો ઓર્ડર અપાય કે તરત એમની રજૂઆત થઈ જાય છે કે " ભાઈ, આપણી એક ચા મોળી બનાવજે." પણ બેડ ટી જો બેડમાં બેઠા બેઠા મળતી હોય તો આ મધુપ્રમેહના દરદીઓ એમનો સુગરપ્રેમ દબાવી શકતા નથી. ચા ભાળે ને તરત એ બેઠા થઈ જાય છે. બેડ ટીની પ્રબળ શક્તિ આગળ આ પ્રેમીઓ શરણાગતિ સ્વીકારી લે છે અને હોંશે હોંશે ગળી મધ ચા(અલબત્ત બેડ ટી) ઉઘાડી આંખે ઠપકારી જઈ તરત પથારીમાં આડા પડી જાય છે.

એકવાર અમે હરિદ્વાર પ્રવાસમાં ગયેલા. દિવસે ગંગાસ્નાન અને દર્શન વગેરે પતાવી રાતે વિશ્રામગૃહમાં સૂઈ ગયેલા. બહારગામ જઈએ છીએ ત્યારે મારા જેવાને આખી રાતની સળંગ ઊંઘ આવતી નથી. રાતે એકાદવાર ઉઠવું

અનુસંધાન પાના નં ૭ પર