સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

સલામી સવારની..

ઘસે શય્યામાં પાસાં યુવા-ની, રાત લાંબી હોય છે,
દબાયેલા છે દેવામાં એની -, રાત લાંબી હોય છે.
રડે છે રાતભર પીડામાં, રાત લાંબી હોય છે!
ચડે છે ચિંતામાં પાપીઓની - રાત લાંબી હોય છે...
(૨૨ ડિસેમ્બર - સૌથી લાંબી રાત)

હાઈકુ

સત્તાની મેટ્રો -
'વિકાસ'ની ગતિને -
લાગ્યું - 'ગ્રહણ'
(હવે ૩૫% પર કાબૂ)

વિજય કૂચે
આવી છે મચડોક
લાગ્યા બચાવે...
(રેલીઓથી માલિસ)

ચિંતન

તમસ્મેરા યુવતયો યુવાનં મમૃંજયમાનાઃ પરિ યન્ત્યાયઃ ।
સ શુક્રેભિઃ શિક્વ ભી રેવદસ્મે દીદાયાન્તિધ્યમો ધૃતનિર્ણિગપ્સુ ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક ઋગ્વેદમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

જેમનાં હૃદય શુદ્ધ,નિર્મળ અને પવિત્ર હોય તે યુવક અને યુવતીઓએ લગ્ન કરવા જોઈએ. શારીરિક શક્તિ ધરાવનાર પુરુષ લગ્ન કરીને કુટુંબને તેજસ્વી બનાવે.

બે અલગસ્થાન, અલગ કુંટુંબો તથા અલગ વાતાવરણમાં જન્મેલાં અને ઉછરીને મોટા થયેલાં નર અને નારી એક સૂત્રમાં જોડાઈને લગ્નનો હેતુ પૂરો કરે છે. લગ્નનો વાસ્તવિક અર્થ છે - બે આત્માઓની જુદાઈને દૂર કરીને એકબીજા પ્રત્યે સમર્પિત થવું, આ સમર્પણ અને સમન્વયથી એક સંયુક્ત સત્તાનો વિકાસ થાય છે. આ એક આધ્યાત્મિક સાધના પણ છે.

આધ્યાત્મિક પ્રગતિનો આધાર પ્રેમ છે, જેનાં હૃદયમાં જેટલો વિશેષ અને નિર્મળ પ્રેમ પ્રગટે છે તે તેટલો જ આદર્શ માણસ હોય છે. 'પોતાના માટે કંઈ નહિ, સાથી ના માટે સર્વ કંઈ એવું વિચારનાર માણસ પોતે જ પોતાની નિર્બળતાઓ અને ખામીઓને સહજ રીતે સુધારી લે છે. અને સાથીદારને કોઈ તકલીફ પડવા દેતો નથી. આજ દાંપત્યજીવનની આધ્યાત્મિકતા છે.

સુવિચાર

- જીવન મેં પૈસા નહીં વ્યવહાર કમાઓ,
  કયોંકિ સ્મશાન મેં ચાર કરોડ રૂપયે નહીં ચાલ લોગ છોડને આયેંગે - **જીવન પાથેય**
- માણસો બે પ્રકારના હોય છે...
  એ જયાં જાય ત્યાં આનંદ એ જયાંથી જાય ત્યાં આનંદ - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- દિવસે ઉગે ત્યારે લાગે છે કે... 'પૈસા'ની જરૂર છે... જેમ જેમ સાંજ થતી જાય તેમ તેમ લાગે છે... કે 'ખરેખર શાંતિ'ની શાંતિની જરૂર છે - **ખલીલ ધનતેજવી**
- વટ, અક્કડ અને અભિમાન એક માનસિક બીમારી છે...
  તેનો ઈસલાજ સમય કે કુદરતની ઠોકર જ છે - **વૃંદાવન સોલંકી**
- માનવીના મનને સ્વાર્થો તેનું નામ 'દલીલ' અને હૃદયને સ્પર્શે તેનું નામ 'સત્ય' - **આચાર્ય મુનિશ્વર**
- માર્ગદર્શન સાચું હોય ને તો દીવાનો પ્રકાશ પણ સૂરજનું કામ કરી જાય છે - **મનહર શેઠ**
- આજનું ઔષધ : આમલીના રસમાં કોળું અને ગોળ મેળવીને ખાવાથી સંગ્રહણીના રોગમાં ફાયદો થાય છે

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

૧૯૮૮ની સીઓલ ઓલિમ્પિકમાં નૌકા સ્પર્ધાની ફાઈનલ હતી. ફાઈનલ જીતીને દસેય ટીમને ગોલ્ડ મેડલ મેળવવો હતો. સ્પર્ધા શરૂ થઈ સૌ નાવિકો પૂરી તાકાત લગાવી હલેસા મારી રહ્યા હતા. અચાનક વાતાવરણ પલટાયું, દરિયો તોફાની થયો. મોટા મોટા મોજા ઉછળવા લાગ્યા. સિંગાપોરના ચાલકો કંઈ સમજે તે પહેલાં મોજાની થપાટ લાગવાથી તેમની નૌકા ટૂટી ગઈ અને નૌકાચાલકો તોફાની દરિયામાં ફસાયા. બીજા બધા સ્પર્ધકો એ સિંગાપોરની ટીમની હાલત જોઈ પણ મેડલ જીતવાની લ્હાયમાં હલેસા હારીને આગળ વધી ગયા. અને તેમને કોઈ દરકાર ન કરી. એ વખતે કેનેડાની ટીમ બીજા નંબરે ચાલી રહ્યા હતા. તેમનું ધ્યાન સિંગાપોરના ખેલાડી પર પડ્યું તેમને પોતાની બોટ પાછી વાળી. પાછળ આવતી રેફરીની બોટને નજીક બોલાવી. અને પોતે સ્પર્ધામાંથી અધવચ્ચેથી પાછા જઈને સિંગાપોરના નૌકાચાલકોને બચાવીને રેફરીની બોટમાં બેસાડ્યા. અને પછી તેઓ સ્પર્ધા પૂરી કરવા આગળ વધ્યા. ઓલિમ્પિક સ્પર્ધામાં ભલે કેનેડા પાછળ રહ્યું પણ માનવતાની સ્પર્ધામાં તેઓ અવલ્લ આવ્યા. કેનેડાના સ્પર્ધકો જયારે સિંગાપોરના ચાલકોને બચાવવા પરત ફર્યા તે વખતે તેઓ સ્પર્ધામાં બીજા સ્થાને હતા. અને આંતરરાષ્ટ્રીય જયુરીએ કેનેડાને સીલ્વર મેડલ આપવાની જાહેરાત કરી. અને વધારાનો 'ખેલદિલીનો વિશેષ ચંદ્રક' પણ તેમને આપવામાં આવ્યો. બીજે દિવસે અખબારોમાં છબાયું 'કેનેડા માત્ર નૌકા સ્પર્ધામાં જ નહિ, પણ સાચી જીવનરીતિના પણ વિજેતા બન્યા છે.'

ગુજરાતી સાહિત્ય પરિષદનું જ્ઞાનસત્ર

તંત્રીસ્થાનેથી...

છેક ૧૯૦૫માં સ્થપાયેલી ગુજરાતી સાહિત્યની પ્રશિષ્ઠ સંસ્થા ગુજરાતી સાહિત્ય પરિષદ સૈકા વટાવીને આગળ નીકળી ગઈ છે અને ગુજરાતી ભાષાસાહિત્યનું દેશ અને દુનિયામાં પ્રતિનિધિત્વ કરી રહી છે. રણજિતરામ વાવાભાઈ મહેતાની આ માનસકન્યાને ગોવર્ધનરામ ત્રિપાઠી જેવા પ્રચંડ સર્જકથી લઈ મહાત્મા ગાંધી જેવી વિશ્વવિભૂતિ જેવા સુકાનીઓ સાંપડતા રહ્યા છે. વચ્ચે કેટલાંક વર્ષો એના કાર્યકલાપ પર પ્રખર નવલકથાકાર કનૈયાલાલ મુનશીનો એકાધિકાર રહ્યો જેની સામે ઉમાશંકર જોષી વગેરે નવા સર્જકોએ વિદ્રોહ કરતાં એને નવું સ્વરુપ ધારણ કર્યું. ઉમાશંકર જોશીના આશીર્વાદપ્રાપ્ત સર્જક રઘુવીર ચૌધરી છેલ્લાં ઘણાં વર્ષોથી પરિષદના સર્વોચ્ચ અગ્રણી તરીકે પ્રસ્થાપિત થયેલા છે, પરંતુ વય મર્યાદાવશ હવે એમના હાથમાંથી પણ પરિષદ સરકી રહી હોય એવો માહોલ સરજાયો છે. પ્રબુદ્ધ વિવેચક ચંદ્રકાન્ત ટોપીવાળાના અનુગામી તરીકે હાલ પરિષદના કર્ણધાર તરીકે પ્રથિતયશ કવિ - નાટ્યકાર - વિવેચક સિતાંશુ યશશ્ચંદ્ર સેવાઓ આપી રહ્યા છે. ટોપીવાળાના સમયમાં જ પરિષદના બંધારણનું સંશોધન - સંમાર્જન થયું હતું. એ અન્વયે પરિષદ પ્રમુખની મુદત બે વર્ષને બદલે ત્રણ વર્ષની કરાઈ હતી. અને જ્ઞાનસત્રના નિશ્ચિત માળખાને બદલી નાખવામાં આવ્યું હતું. તત્કાલીન મધ્યસ્થ સમિતિએ મંજૂર કરેલા નવા માળખા મુજબનું જ્ઞાનસત્ર પાલનપુર ખાતે પ્રતિષ્ઠિત વિદ્યામંદિર ટ્રસ્ટના નિમંત્રણથી યોજાઈ રહ્યું છે. પરિષદ એ તમામ ગુજરાતીઓની સંસ્થા છે - પરંતુ ખાટલે મોટી ખોડ એ છે કે એ જનસાધારણ સુધી પહોંચી નથી. એનું કારણ સાહિત્ય ક્ષેત્રે ઊંચી પ્રતિષ્ઠા હાંસલ કરનારા સર્જકોનું અંતર્મુખીપણું એ છે અહંકાર એ નક્કી કરવું અઘરું છે. મહાત્મા ગાંધી, મુનશી અને નારાયણ દેસાઈ જેવા પરિષદ પ્રમુખોએ પરિષદને લોકાભિમુખ કરવાના પ્રામાણિક પ્રયત્નો કર્યા હતા. નારાયણ દેસાઈ તો ગિરા ગૂર્જરીને વિશ્વ ગૂર્જરીનું પદ અપાવવાનો સંકલ્પ લઈ બેઠા હતા. ગિરા ગૂર્જરીમાં વિશ્વ ગૂર્જરી થવાની ક્ષમતા પણ છે, પરંતુ સાહિત્ય ક્ષેત્રે કૂંડાળા રચીને બેસી ગયેલા પ્રોફેસરિયા સર્જકો માટે તો એ માત્ર એક અતિ પ્રબુદ્ધ અને વિચક્ષણ વર્ગની જ અસ્કયામત હોય એવી સ્થિતિ જ અનુકૂળ આવી ગઈ છે. આવી પરિષદમાં અધિવેશનો અને જ્ઞાનસત્રો પાસે જનસાધારણની અપેક્ષા સંતોષાતી નથી. પરિણામે આવા પરિસંવાદો માત્ર વિદ્વદ્ભોગ્ય ચર્ચામાં જ પૂરા થઈ જતા હોય છે. ગુજરાતી ભાષાના ભવિષ્ય સામે પડકારો ઊભા થઈ રહ્યા હોય ત્યારે પરિષદના માંધાતાઓએ એને વિદ્વદ્ મંડળીનો ઈજારો ન રહેવા દેતાં ભાષાભાષકો અને લેખકો સુધી પહોંચાડવી પડશે. કમનસીબે આ મુદ્દે કશી નક્કર કામગીરી કરવાને બદલે પરિષદ સંવાહકો એને વધુ ને વધુ સંકુચિત અભેદ્ય કૂંડાળામાં ફેરવી રહ્યા છે અને સરકાર દ્વારા સંચાલિત ગુજરાત સાહિત્ય અકાદમી જેવી સંસ્થાના કાર્યક્રમો પ્રત્યે સૂગ દાખવી સરવાળે સાહિત્યનું અને ભાષાનું જ અહિત કરી રહ્યા છે. પરિષદને સર્વસુલભ બનાવવા મિાટે જનચેતના જગાડવી પડશે અને પ્રોફેસરિયા લેખકોની ઈજારાશાહી નાબૂદ કરવી પડશે.

'મુંજવણ' સાથે દોડવું એનાં કરતાં, 'સમજણ' સાથે ધીમું ધીમું ચાલવું સારું...

લાગણીનો મેળો

રસિક વાળંદ

એ જ દિવસ ને એ જ રાત, સૂર્ય ઉગે છે એનો એ,
એ જ જખો એ જગજંજાળો, નવું વર્ષ હું માનું શેં ?

●●●

દરેકમાં ગોઠવાયેલા ને ભોગ અને સ્વાર્થમાં જકડાયેલા માણસને નવીનતા સ્પર્શે ખરી?!! એને મન રોજ સૂરજ ઊગે અને રોજ આથમે છે... જો પ્રત્યેકદિવસ ઉન્નતિ સાધક જણાય તો ખરું નહિં તો દિવસો વેડફાઈ ગયેલા જ સમજવા...

ચીલાચાલુ યંત્રવત્ જીવ્યે જવાતી જિંદગી એટલે નર્યો શુષ્યકતાનો પર્યાય.... જયાં કોઈ નવીનતા ન હોય ત્યાં નવું અને જૂનું વર્ષ એ નિરર્થક શબ્દો જ છે. બસ વરસોનાં વરસ એકધારી ઘરેડમાં જીવવાનો મહાવરો કર્મે રાખીએ છીએ. મોટે ભાગે સૌ નિશ્ચિત ચોકઠામાં ગોઠવાઈને સલામત તો છીએ પરંતુ સાહસના અભાવે જીવનરસ ઓસરી ચૂક્યો છે એ આપણને ઝટ સમજાતું નથી.

વર્ષ કે ઉંમરના આંકડા તો બદલાવાના પણ સાથે સાથે આપણે પ્રતિવર્ષ પ્રતિદિન બદલાવું પડે... જીવતરનું સિંહાવલોકન કરવીની ટેવ પાડીએ તો જીવનનો ધર્મ અને મર્મ સમજાય.... શાના માટે જીવીએ છીએ એ પણ વિસરી ચૂક્યા છીએ.... બસ ગતાનુગતિક ઘસડાઈ જવાનું... વિક્રમ સંવત હોય કે ઈસવીસન... નૂતન વર્ષ આપણને જીવતરના લેખા-જોખાં માંડવાનું સૂચવે છે... કેટલું કમાયાને કેટલું ગુમાવ્યું....!!! બસ હવે જાગ્યા ત્યારથી સવાર...

●●●

પ્રભુ ઈસુની જન્મજયંતિ - નાતાલ અને થર્ટી ફર્સ્ટનો માદક ઉન્માદમાં પ્રેમાળ પ્રભુના પ્રીતિબોલ ખોવાઈ જાય છે. નવા વરસના નવલા ટાણે ઈસુનો પ્રેમ - સંદેસ ઝીલી આપણે આપણા સંબંધોને મીઠાશથી તરબતર માધુર્યસભર બનાવવા જોઈએ.

ઈસુખ્રિસ્તે પોતાના અંતિમ સમયે પોતાના શિષ્યોના પગભીના કપડાથી લૂછતાં લૂછતાં તેમને કહ્યું, 'હું તમારે સેવક છું. તમે પણ આ જ રીતે સમગ્ર સમાજના સેવક બની રહેજો.' આ વાત જો આપણે કહેવાતા મહાનુભાવોને સમજાય તો સ્વર્ગ પૃથ્વી પર ઊતરી આવે.

પોતે કડવા ઘૂંટ ગળે ને અન્યને અમૃતપાન કરાવે તે જ સાચો મહામાનવ. અરે, પોતાને વધસ્તંભ પર ચડાવનારાઓ પ્રત્યે લેશમાત્ર કટુતા ન રાખતાં ઈસુએ તેમના માટે પ્રાર્થના કરી કે, 'હે પ્રભો! તું એમને માફ કરજે, કારણ કે તેઓ શું કરી રહ્યા છે એનું એમને ભાન નથી!'

મિત્રો, 'તું તારા પડોશીને પ્રેમ કર.' ઈસુના આ પ્રેમસંદેશને જીવનમંત્ર બનાવી પ્રેમથી પરવારી ચૂકેલા મૂરઝાતા માનવ્યને પુનઃ હર્યુભર્યું બનાવી શકાય છે. મારું-તારું ને રાગ-દ્વેષના ખોટા ખ્યાલો માનવને માનવથી દૂર હડસેલે છે. જયારે સ્નેહનો સેતુ સામિપ્ય બક્ષે છે. નાતાલના પવિત્ર દિવસોમાં આપણા જીવનબાગને પ્રેમવારિથી સીંચીઅને પરિપ્લાવિત કરીએ...

દોસ્તો, ઈસુ ખ્રિસ્ત કેપર નામના નગરમાં ગયા.

ત્યાં તેઓ દુષ્ટ અને દુરાચારી લોકોના મહોલ્લામાં રોકાયા. ત્યાં જ તેઓ થોડા દિવસો રહ્યા.

નગરના ધનિકો તથા કહેવાતા પ્રતિષ્ઠિત લોકો એ મહોલ્લામાં તેમના દર્શનાર્થે જવા લાગ્યા.

આવા ગંદા વિસ્તારમાં ઈસુ રોકાયા તેથી એક પ્રતિષ્ઠિત માણસે પૂછ્યું : 'આટલા મોટા નગરમાં આપને કોઈ પ્રતિષ્ઠિત - સજ્જનને ત્યાં રહેવાની સગવડ ન મળી કે આવા ગંદા - દુરાચારીઓના મહોલ્લામાં રોકાયા?'

ઈસુએ મરક મરક હાસ્ય વેરતાં કહ્યું, 'વૈદ્ય દર્દીને જોવા જાય છે તે પછી સાજા સમા તંદુરસ્તને જોવા જાય છે? હું ઈશ્વરનો પુત્ર છું - પતિતો - ને પીડિતોની સેવા કરવા આવ્યો છું. એથી મારું સ્થાન એમના મહોલ્લામાં જ હોય ને!'

ઈસુના ઉદગાર સાંભળી એ માણસ મૌન બની ગયો.

આવા હતા મોટા ગજાના મહામાનવ ઈસુ ને એમનો જીવન દૃષ્ટિકોણ... દોસ્તો, નૂતન વર્ષ ઘરેડમાંથી બહાર નીકળી કોઈ મહાપુરુષના જીવનબોધને ઝીલી જીવનને નવી દિશા આપીએ... 'ભૂલ્યા ત્યાંથી ફરીથી ગણીએ...'

'જાગ્યા ત્યાંથી સવાર...' આ સૂત્રો આપણા ધ્યેય સૂત્રો બને... જીવનને યોગ્ય દિશામાં ગતિ આપવાનો આપસૌનો પ્રયાસ સફળ નીવડે... આપ સૌનું નૂતન વર્ષ યશસ્વી બને એવી મંગલ કામના...!!!

સ્પર્શમણિ :

દરેક પળમાં પ્રેમ છે અને દરેક ક્ષણમાં ખુશઈ છે...
ખોઈ બેસો તો યાદ છે અને જીવી લો તો જિંદગી છે...

●●●

સદ્ગુણોની શરુઆત પોતાનાથી જ કરવી જોઈએ...
જયાં સુધી પોતાની આંગળી કંકુવાળી ના થાય ત્યાં સુધી
સામેવાળાના કપાળે તિલક કયાંથી થાય...

●●●

'મુંજવણ' સાથે દોડવું એનાં કરતાં, 'સમજણ' સાથે ધીમું ધીમું ચાલવું સારું...

rasikvaland1965@gmail.com
Mo. 9913426949

સમાજને બદીઓથી મુક્ત રાખવાની જવાબદારી સમાજના હિતચિંતકો એવા ગુરૂ - સંતજનો વણકહી રીતે નિભાવે છે

અબીલ-ગુલાલ

મમતા રાવલ

અત્યારે દેશમાં ઘણું-ઘણું બની રહ્યું છે. ચિંતા ઉપજાવે એવા સમાચારો થી માહોલ ભારેલા અગ્નિ જેવું ભાસે છે. રાજકીય હલચલો થી સમાજ જીવન હંમેશા અસર પામતું આવ્યું છે. પ્રજાજનોની શાંતિ અને સુરક્ષા ડહોળાતી રહી છે. કાશ્મીર હજુ થાળે પડે ત્યાં આસામ અશાંત બન્યું છે. જેની અસર તળે તમામ રાજ્યો આવી ગયા છે. આર્થિક મંદીનો મોટો અજગર ભરડો લઈ રહ્યો છે...ડુંગળીના ભાવોની રોકકળ શાંત નથી થઈ. એકબાજુ લગ્નોની વણઝાર છે બીજી તરફ આકસ્મિક મૃત્યુના સમાચારો આઘાત આપે છે.

આ બધા વચ્ચે ધાર્મિક ઉત્સવો પણ આનંદ અને શ્રધ્ધાથી ઉજવાય છે. ઊંઝા ખાતે લક્ષચંડી યજ્ઞનું અદભૂત આયોજન પ્રત્યક્ષ અથવા પરોક્ષ રીતે સહુ એ માણ્યું જ હશે. ગાંધીનગરમાં પણ અદભૂત ભાગવત્ કથાનું હમણાં જ સમાપન થયું. આપ સહુ વાંચકો એ કથામૃતનો લાભ લીધો જ હશે.

નવી પેઢીમાં શ્રધ્ધા - વિશ્વાસનું સિંચન કરવા માટે ચારિત્ર્યવાન ઉપદેશકોની જરૂરત છે, જેમની તેજસ્વિતા સમાજમાં વિશ્વાસ અને સંવાદ સીંચી શકે

બાળપણથી ભાગવત્ કથા અને કથાકારો વિશે ખૂબ સાંભળ્યું અને વાંચ્યું હતું. જુદા-જુદા અનેક પ્રસંગોની જાણકારી હતી. પરંતુ સંપૂર્ણ કથા સાંભળવાનું ઈપ્સા સમદર્શન આશ્રમ દ્વારા આયોજીત ભાગવત્ કથામાં પૂરી થઈ. સામાન્ય રીતે સાધુ દ્વારા ભાગવત્ કથાનું આખ્યાન જવલ્લેજ જોવા મળે પરંતુ અહીં સમદર્શન આશ્રમના પ્રાંગણમાં જ કથાનું આયોજન થયું. દેશ-વિદેશથી પધારેલા ભાવિકજનો એ કથાશ્રવણથી ધન્યતા અનુભવી. પૂ. ગુરુમા દ્વારા ભાગવત્ ગ્રંથની ઉત્કૃષ્ટ સમજ આપવામાં આવી. સર્વે શ્રોતા આનંદરસ થી તરબોળ થયા હતા.

સમાચાર પત્રોના માધ્યથી આપણે કથા વિશે ઘણું સાંભળ્યું અને વાંચ્યું. પરંતુ જ્યાં આ કથાનું આયોજન થયું એ ગાંધીનગર સ્થિત સમદર્શન આશ્રમ ગાંધીનગરના દર્શનીય સ્થાનોમાં સ્થાન પામે એવો રમણીય છે. આશ્રમની પોતાની સંસ્કૃતિની વાત કરું તો ત્યાંનું વાતાવરણ પુરાણોમાં ઉલ્લેખ પ્રમાણેની આશ્રમશાળા સમાન છે. અહીં સતત સંતો-મહાપુરુષોની આવન જાવન રહે છે. વાતાવરણની શુધ્ધતા હદયને સ્પર્શે અને ચોખ્ખાઈ ઊડીને આંખે વળગે એવી છે. ફુલ-છોડ-વૃક્ષોથી આચ્છાદિત સમગ્ર જગ્યા તપોભૂમી જેવો અહેસાસ આપે છે. પ્રાંગણમાં શિવજીનું સુંદર-રૂપકડું, ચિત્રકારની કલ્પના જેવું મંદિર આવેલું છે. કૃપાનિધી નામાભિધાન ધરાવતા આ મંદિરમાં દક્ષિણ ભારતના મંદિરોની છાંટ વર્તાય છે. આજથી ૧૨ વર્ષ પહેલાં એની સ્થાપના થઈ હતી. રોજ અલગ - અલગ સાધક પૂજારીઓ દ્વારા શિવજીને સુંદર રીતે શણગારવામાં આવે છે. કૃષ્ણના સાજ-શૃંગાર ભૂલાવી દે એટલી સુંદર રીતે ભગવાનના શણગાર થાય છે. ભાવ – ભક્તિથી સંપૂર્ણ શાસ્ત્રોકત રીતે ષોડોશપચાર પધ્ધતિથી થતા પૂજન-અર્ચન-આરતીમાં શુધ્ધિનું ખાસ મહત્વ રાખવામાં છે.

સપ્તાહમાં ચાર દિવસ આપણી સંસ્કૃતિના મહાન ગ્રંથો ઉપનિષદ અને ગીતાજીનો ગુરુમા શ્રી સમાનંદ સરસ્વતીજી પોતે અભ્યાસ કરાવે છે. સંસ્કૃત સ્ત્રોત્રના યોગ્ય પઠન સાથે રુદ્રી, પુરુસુકોત્મક વગેરેનું સસ્વર વૈદિક ચેન્ટીંગ શીખવાનો દુર્લભ લ્હાવો અહીં સાધકને પ્રાપ્ય છે. પંચદશી, તત્વબોધ જેવા આધારભૂત ગ્રંથો ઉપરાંત વિચારસાગર જેવા પ્રૌઢ ગ્રંથોનું શિક્ષણ પણ પૂ. ગુરુમા દ્વારા આપવામાં આવે છે, જે આજના યુગમાં દુર્લભ ઉપલબ્ધિ કહી શકાય. આ ઉપરાંત બાળકો માટે ચાલતી બાલવિહારની પ્રવૃત્તિમાં પંચોપચાર પૂજા, શ્રલોક અને સ્તોત્રનું પઠન તેમજ અન્ય પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા સમાજમાં સંસ્કાર આરોપણનું બહુમુલ્ય યોગદાન આશ્રમ દ્વારા અપાઈ રહ્યું છે. આ ઉપરાંત જ્ઞાન સત્રનું આયોજન તેમજ ઋષિકેશ ખાતે ૧૦ દિવસીય આધ્યાત્મિક શિબીરનું આયોજન પણ કરવામાં આવે છે. અહીં ચાલતી પ્રત્યેક પ્રવૃતિની વિશેષતા એ છે કે એમાં અસલ હિંદુત્વનો અણસાર મળે છે. સંસ્કૃતિની મહેંક આવે છે. વાર્તાઓ અને કથાઓમાં સાંભળેલી ગુરુ પરંપરા અને સંતની વ્યાખ્યા અહીં ચરિતાર્થ થતી અનુભવાય છે, અહીં સત્સંગનો અર્થ માત્ર ભજન – કીર્તન નહી પરંતુ ગીતા – ઉપનિષદનો અભ્યાસ મુખ્ય છે. જે બુધ્ધી અને તર્ક ને પણ સંતોષે છે.

અહીં ઉજવાતા ઉત્સવો પણ નોખી પ્રકારના હોય છે. જેમ કે વિજ્યાદશમીના દિવસે ગ્રંથ પૂજા, ગીતા જયંતિ, ગુરુપૂર્ણિમા, તેમજ અન્ય તહેવારોની સુંદર ઉજવણી થાય છે. આ દરેક ઉત્સવોની ઉજવણીમાં સાદગી સભર કલાત્મકતા અને મધુરતા સભર સાત્વિકતા એને વિશેષ બનાવે છે. અહીં આવનાર પ્રત્યેકને વાતાવરણની પ્યોરીટી - શુધ્ધતાની અનુભૂતિ થાય છે.

આશ્રમના પ્રાંગણમાં મોરલાઓનો ટહુકાર, પક્ષીઓના કલરવ, લીલાછમ્મ વૃક્ષો અને સુંદર પુષ્પોથી આચ્છાદિત અદભૂત શાંતિમય વાતાવરણ મનને પુલકિત કરી દેનારું છે. અહીં ધનના વૈભવ કરતાં સંસ્કૃતિ અને સંસ્કારનો વૈભવ એક-એક કણમાં છલકાય છે.

૨૦-૨૨ વર્ષથી આશ્રમ સાથે જોડાયેલા સાધકો સમાજના દંભ-આડંબર અને વિકાસના વિકૃત માધ્યમોથી દૂર સ્વકલ્યાણમાં રત રહીને જીવનારા જીવો છે. અહીં અહંકાર, સ્પર્ધા, ઈર્ષા, દ્વેષ, કડવાશ, અશિસ્તનો સંપૂર્ણ નિષેધ છે.

પૂ. ગુરુમાના ગુરુપણા હેઠળ અનેક સાધકોના અંતર મનમાં અજવાશ પ્રસરી રહેલ છે. સમદર્શન આશ્રમ દ્વારા કરવામાં આવતી સંસ્કૃતિ સંવર્ધનની પ્રવૃત્તિઓની જાણ કદાચ ગાંધીનગર ના ઓછા નાગરિકોને હશે.

આપણા દેશમાં અનેક સંપ્રદાયો અને અનેક ગુરુજનો અસ્તિત્વ ધરાવે છે. મોટે ભાગે દરેક વ્યક્તિ કોઈને કોઈ ધાર્મિક સંસ્થાન સાથે જોડાયેલ હોય છે દરેક પોતાની જગ્યાએ સુંદર સમાજ સેવાનું કાર્ય કરી રહ્યા છે. જેનું મન જ્યાં લાગે ત્યાં જોડાય છે. આવા સંસ્થાનો સમાજને પતનને માર્ગે જતા અટકાવે છે. સાચા સંત-ગુરુજનો સમાજના હિતચિંતકો છે. સમાજને બદીઓથી મુક્ત રાખવાની જવાબદારીનો વણકહી રીતે એમના દ્વારા નિભાવ થાય છે. સંત અને આશ્રમ શબ્દ પર કલંકરૂપ અનેક ઘટનાઓ બને છે. જે માણસના વિશ્વાસને ડગાવી દે છે. પરંતુ એનાથી ડર્યા વિના સ્વબુધ્ધિથી યોગ્ય નિર્ણય દ્વારા યોગ્ય ગુરુજનના આશિષ સાંપડી શકે છે. પરિવાર અને સમાજને ટટ્ટાર ઊભો રાખવા, તમામ રીતે સજ્જ બનાવવા, નવી પેઢીમાં શ્રધ્ધા-વિશ્વાસનું સિંચન કરવા માટે ચરિત્ર્યવાન ઉપદેશકોની જરૂર છે, જેમની તેજસ્વીતા સમાજમાં વિશ્વાસ અને સંવાદ સીંચી શકે. સામાન્ય વ્યક્તિ તરીકે સંતની વિદ્વતા વિશે કંઈ પણ બોલવાનો અધિકાર ન હોઈ શકે. ફુટપટ્ટીથી માપો તો શ્રધ્ધાનો અનાદર છે. અહીં પણ એવી કૃતજ્ઞતા નથી કરવી. આ સ્વાનુભવનો વિષય છે. પૂ. સમાનંદ સરસ્વતીજીની વિદ્વતાનો લાભ ગાંધીનગરવાસીઓ માટે પ્રેરકબળ બની રહે એમ છે. લાંબી તપશ્ચર્યા – સાધનાથી યુક્ત જીવન અને શુધ્ધ વ્યક્તિત્વ સંતની પહેચાન છે. બુધ્ધિમતા સભર તેજસ્વી વ્યક્તિત્વ વિદ્વતાની ઓળખ છે. પ્રસિધ્ધીના પ્રલોભનથી પર હોવું એ સાચા સંતની લાક્ષણિકતા છે.

ભારત દેશના હદય સમી આ સંતપરંપરાને વંદન...જે યુગોથી ભારતવાસીઓ માટે પ્રેરણારૂપ બન્યા એવા અનેક સંતો થી ભરપૂર આ ભારતવર્ષનો ઈતિહાસ આપણું ગૌરવ છે. વર્ષ ૨૦૧૯ ના અંતિમ દિવસોમાં તમામ ગુરુવર્યોના ચરણોમાં વંદન. નવા વર્ષની શુભેચ્છા.

બેડ વેટીંગ (શૈય્યામૂત્ર)

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા

ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

હમણા એક માતા પોતાના છ વર્ષના બાળકને લઈને ક્લિનિક આવેલ. તકલીફ વિષે પુછતા માતાએ જણાવ્યું.. ''મારો દિકરો રાત્રે પથારીમાં પેશાબ કરી જાય છે. તેને ખબર જ નથી રહેતી અને લગભગ અઠવાડીયે ત્રણ-ચાર વખત આવુ થાય છે. ક્યાંક બહાર જઈએ ત્યારે કેવી તકલીફ થાય?'' દિકરાને શરમ આવતી હતી, તે નીચું માથુ કરી બેઠો હતો.

બાળક જ્યારે સમજણું થવા લાગે ત્યારે જો આવા પ્રકારની કોઈ કંડીશન ઉભી થાય તો તેની અસર બાળકની માનસિકતા પર પડે છે. તેનો આત્મવિશ્વાસ ઓછો થાય છે તેમજ તેનો સામાજિક વિકાસ પણ અટકે છે. બાળક બહાર જવાનું-મળવાનું ટાળે છે. આ સમસ્યા માં-બાપને પણ આટલી જ હેરાન કરે છે. જોવા જઈએ તો શૈયામૂત્ર એ એવી કોઈ સિરીયસ કંડીશન નથી પણ તે બાળક અને માં-બાપ બન્નેને ચિંતામાં મુકી દે છે. શારંગધર સંહિતામાં શૈયામૂત્રનું વિવરણ કરતા કહ્યું છે કે વાયુ આદિ દોષોને કારણે બાળક દિવસે અથવા રાત્રે સુતા સુતા અજાણતામાં જ મૂત્રત્યાગ કરી દે છે. શૈયામૂત્રને મોડર્ન મેડિસીનની દ્રષ્ટિએ જોઈએ તો આધુનિક ચિકિત્સાપધ્ધતિમાં શૈયામૂત્રને એક રોગના બદલે એક અવસ્થા (કંડીશન) તરીકે જોવાયેલ છે. શૈયામૂત્ર પાછળ એકથી વધુ કારણો જવાબદાર છે જેમકે અમુક બાળકોની બ્લેડર (મૂત્રાશય) વધુ પડતી સેંસેટીવ હોય છે. બ્લેડરને કંટ્રોલ કરતા મસલ્સ (સ્નાયુઓ) પણ થોડા નબળા હોઈ શકે. એટલે બ્લેડર થોડી ભરાય કે તરત જ મૂત્રત્યાગ કરવા જવું પડે. જ્યારે બાળક ઉંઘમાં હોય ત્યારે પણ આવી જ પરિસ્થિતિ સર્જાય અને ઉંઘમાં ખ્યાલ ન રહેવાથી શૈયામૂત્ર થઈ જાય. આ ઉપરાંત સાંજના સમય દરમિયાન ખૂબ પાણી પીવાથી પણ શૈયામૂત્રની તકલીફ થઈ શકે. કેફીનયુક્ત દ્રવ્યો જેવાકે કોફી કે કોલાડ્રીંક્સ આદિથી આ તકલીફ વધી શકે. ક્યારેક હોર્મોનલ તકલીફ પણ હોય. વાસોપ્રેસીન નામનો હોર્મોન કે જે વ્યક્તિમાં મૂત્રના પ્રોડક્શનનું મેનેજમેંટ કરે છે તેનુ ઓછું પ્રમાણ પણ યુરીનનું પ્રોડકશન અને આઉટપુટ વધારી દે જે શૈયામૂત્રમાં પરીણમી શકે. આ ઉપરાંત કોઈ પણ પ્રકારનો ભય, માનસિક અવસાદ, સ્ટ્રેસ કે ઈમોશનલ ટેંશન પણ ખૂબ અસરકર્તા છે. ક્યારેક કોઈ વ્યાધિની અસર પેટે પણ શૈયામૂત્ર થઈ શકે જેમકે ટાઈપ-૧ ડાયાબીટીસ, પથરી, યુરીનરી ટ્રેક ઈંફેક્શન આદિ.

ટુંકમાં, શૈયામૂત્ર સરળતાથી નિવારી તેમજ મટાડી શકાય તેવી ઘટના છે. આયુર્વેદમાં શૈયામૂત્રમાં લાભપ્રદ સાબિત થઈ શકે તેવા અમુક ઔષધો અને યોગો છે જેમકે વિષતિન્દુક વટી, સારસ્વતારિષ્ટ, અરવિંદાસવ આદિ. આ ઔષધો કરતા પણ વધુ અસરકારક ઈલાજ એટલે કાળજી તેમજ સમજણ. સૌપ્રથમ તો બાળકોને શૈયામૂત્રની બાબતમાં ટોક-ટોક ન કરવું કે ખીજાવું નહિં. આમ કરવાથી બાળક વધું ચિંતીત અને ક્ષોભીત થાય છે જેનાથી પ્રોબ્લેમ વધી શકે છે. (એક તો ઓલરેડી બાળક શૈયામૂત્રને લઈને ચિંતામાં હોય અને તેમા ઘરના લોકોનો સપોર્ટ ન મળે એટલે પ્રોબ્લેમ વધુ વકરે) બાળકને કોન્ફીડન્સ આપવો અને પ્રેમપૂર્વક સમજાવવું. સાજના સમયે પાણી ઓછું પીવડાવવું, રાત્રે સુતા પહેલા નિયમિત મૂત્રત્યાગ કરાવવો, ચા-કોફી-કોલા જેવા કેફીનયુક્ત પદાર્થો ન આપવા, જો કોઈ બિમારીને કારણે શૈયામૂત્રની તકલીફ હોય તો તે બિમારીને આનુષંગિક ઈલાજ કરાવવો. ઠંડા વાતાવરણમાં રાત્રે એકાદ-બે વખત બાળકને ઉઠાડી મૂત્રત્યાગ કરાવવો. આ બધી કાળજીથી અને સંભાળથી સમયાંતરે શૈયામૂત્ર ચોક્કસથી મટી શકે છે.

મો. ૯૮૭૯૪ ૭૧૧૪૭

ત્રણ સમંદર ભેળા થઈને કરતા કોનું ધ્યાન?

મનના ઉમંગો

રણછોડ પરમાર

વિવેકાનંદ રોક જોવાની મઝા કંઈક અલગ હતી. એનું પહેલું કારણ એ કે આ કોઈ ચીલાચાલુ ધાર્મિક સ્થળ નથી. સ્વામી વિવેકાનંદ સાધુ ખરા પણ એ કાંઈ સામાન્ય ભગવા કપડાં પહેરેલા સાધુ ન હતા. અને ત્રીજી વાત આ સ્થળની સૌ કોઈના મનને ભાવી જાય તેવી સ્વચ્છતા. સ્વચ્છતા જાળવવા માટે કોઈ જાહેરાતો ભીંતો પર લગાડવામાં આવી ન હતી. એ જોઈને આપણને ચોક્કસ લાગે કે સ્વચ્છતા જાળવવા માટે કોઈ જાહેરાતો કરવાની જરૂર નથી. એ તો આત્મસાત કરવાની વસ્તુ છે.અહીં નથી કોઈ આરતી, દીવાબત્તી કે ધૂપધૂમાડા થતા નથી. મૂર્તિ કે મહંતો કોઈનેય ફૂલોના હાર પહેરાવાતા નથી. ક્યાંય નાળિયેર વધેરાતાં નથી. પ્રસાદ ધરાવાતો નથી. સમગ્ર વાતાવરણ એટલું ચોખ્ખુ ચટ મતલબ કે નીટ એંડ કલીન હોય છે કે તમે ચાહો તો પણ એને પ્રદુષિત કરવાની ઈચ્છા કરી શકો નહીં. વળી ચારેબાજુ ઘૂઘવતો દરિયો બિચારી ધૂળને આ ખડક પર આવવા દેતો નથી એ તો ખરું જ પણ કોઈ પાણીપૂરીવાળાના ખુમચા કે ચાનાસ્તાની લારીઓ ઊભી રાખવાની જગ્યા જ નથી. આપણા મંદિરો અને જાહેર સ્થળોમાં જો આવી સ્વચ્છતા હાંસલ કરવામાં આવે તો ભારત દેશમાં આવતા મુલાકાતીઓની સંખ્ય બેથી ત્રણ ગણી વધી જાય.

વિવેકાનંદ રોક જોઈને અમે પાછા કિનારે આવ્યાં. રોક ઉપરથી મંદિરનું શિખર દેખાતું હતું. ત્યાંથી એવું લાગતું હતું કે મંદિરમાં જવા માટે ઘણો રસ્તો કાપવો પડશે પરંતુ જ્યારે કિનારે આવી જેવા પેલા ત્રિભેટે આવ્યા તો એવું લાગ્યું કે ઓ..હો મંદિર તો સામે જ છે. આજુબાજુની દુકાનો જોતાં જોતાં અમે મંદિર પાસે પહોંચી ગયા. એક દરવાજાની અંદર જતાં મંદિરના સંકુલનો ખ્યાલ આવ્યો. દરવાજા બહાર ફૂલો અને પ્રસાદી વેચાતા હતા. પ્રસાદમાં કેળાં જોઈને નવાઈ લાગી. એમાંય નાનકડા ચમેલી કેળાં જોઈને નવાઈનો પાર ના રહ્યો. ચમેલી કેળા ખુબ મીઠાં હોય છે એવી વાત અમે ત્રિવેંદ્રમ જતાં હતાં ત્યારે જાણવા મળી. વધુમાં એ પણ જાણવા મળ્યું કે હવે એની ઓફ સીઝન છે. જો પહેલા ભાન થયું હોત તો ચોક્કસ ચમેલી કેળાંનો સ્વાદ આ જીભને આ મંદિરે અવશ્ય માણવા મળ્યો હોત.

બંને બાજુએથી દુકાનો વડે ઘેરાયેલા એક સાદા દરવાજામાંથી અંદર પ્રવેશ્યા. થોડાંક ડગલાં ચાલીને તરત જમણી બાજુએ વળ્યા. બરાબર સામેજ મા કન્યાકુમારી દેખાતાં હતાં. બહુ ભીડભાડ ન હતી. એકદમ શાંતિથી દર્શન કરી શકાયાં. માતાજીની મૂર્તિ ઉગમણી દિશામાં છે. જ્યાં ત્રણ સમુદ્રો નિરંતર ઘૂઘવી રહ્યા છે. પણ સમંદરથી માતાજીના દર્શન થઈ શકતાં નથી. કારણકે વચમાં પથ્થરોની દિવાલ ચણી દેવાઈ છે. અને કાકાસાહેબના કહેવા મુજબ સમુદ્રથી કાંઈ એની મર્યાદા ઓળંગાય નહી. પરંતુ અહી માતાજીએ શિવને પતિ તરીકે પામવા એક યાદગાર તપ આદર્યું હતું. સદાયે ભોળા કહેવાતા શિવજી કુરત્તમ રાક્ષસોને પ્રસન્ન થઈ એવાં એવાં વરદાન આપી બેસતા હોય છે કે જેનાથી સૃષ્ટિને ભયંકર તકલીફો થઈ જાય પણ પ્રભુ આ વખતે એક કુમારી કન્યા પર રાજી થયા નહી. જો કે એક વાર્તા મુજબ શિવ ભગવાન વિવાહ માટે નીકળી પડ્યા હતા. રસ્તામાં નારદજી મળ્યા એમની સાથે વાતો કરવામાં ઘણો સમય વીતી ગયો અને શિવજી વિવાહના મૂહુર્તસમયે પહોંચી શકયા નહીં. કન્યા નિરાશ થઈ ગઈ. શિવ ના મળે તો દુનિયામાં જીવવાનો શું અર્થ છે એમ વિચારી આ સ્થળે જ પોતાના જીવનો અંત આણ્યો. બહુ કરુણ કહાણી છે, તે સમયે આ દિવાલ નહીં હોય અને સમુદ્રને એવું દ્રશ્ય નજરોનજર નિહાળ્યું પડ્યું હશે. કદાચ એ કરુણિકા જોઈને સાગર પણ એકબે જોજન પાછો હઠી ગયો હશે. પૂજા માટે લવાયેલું કંકુ ઢોળાઈ ગયું હશે. ચોખા વેરાઈ ગયા હશે. ફૂલોને પવન ઉડાડી ગયો હશે કે સમંદરનાં વારિ તાણી ગયાં હશે એની કોને ખબર ? આ કથનીને કોઈ કવિએ જરુર કવિતામાં ઉતારી હશે, કવિશ્રી તિરુવલ્લરે તો જરુર કાવ્ય લખ્યું હશે.

એક બીજી વાર્તા મુજબ રાક્ષસ બાણાસુરે શંકર ભગવાન પાસેથી અમર થવાનું વરદાન માંગ્યું હતું. અમર થવાનું વરદાન તો આપી શકાય નહીં પણ એક કુમારી કન્યા સિવાય તેને કોઈ મારી શકશે નહીં એવું વરદાન ભગવાને આપ્યું. બાણાસુર ત્રાસદાયક બની ગયો. એક વાર કન્યાકુમારીના રૂપનું વર્ણન સાંભળી તેને મેળવવા અહીં આવ્યો. કન્યાકુમારી શિવજીને પ્રાપ્ત કરવા તપ કરતાં હતાં. કન્યાકુમારીના તપમાં ભંગ પડ્યો. કન્યાકુમારીએ તેનો વધ કર્યો અને કન્યાકુમારી માતા તરીકે પૂજાવા માંડ્યાં.

અનુસંધાન પાના નં ૭ પર