સલામી સવારની..

સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

'સિંહ'ની એ જાત બેવફાઈનું ઘાસ ચરે છે,
શૌર્ય ઝરતી આંખો સામે હવે હીરા તરે છે,
મરે છે દેશપ્રેમ ગળે ગાત્રો વિશ્વાસઘાતે -
રાષ્ટ્રભક્તોની એ રગોમાં હવે ડ્રગ ફરે છે...
(પઠાનકોટમાં ૫૦૦ ઝવેરો-દુકાનો)

હાઈકુ

બન્યો કારણ,
મૂળ સત્તા પલ્ટાનું -
થ્યો દેશદ્રોહ
(FIR દાખલ)

ખવડાવી ને -
મૈત્રીની કેફી કેક
મંતરી ગયા!
(નવાઝ - જન્મદિન)

ચિંતન

રામ લિયા જિન સબ લિયા, સબ શાસ્ત્ર કો ભેદ, બિના રામ નરકે ગયે, પઢિ, ગુનિ ચારો વેદ.

માનવીની અંતરની ઈચ્છા એ છે કે, સંસારનાં તમામ સુખો ભોગવું અને સાથે સાથે સ્વર્ગનો વૈભવ પણ પ્રાપ્ત કરું. ભક્તિયુગમાં રામનામનો જાપ કરવાથી અનેક લોકોએ અંધકાર અને નિરાશાના વાતાવરણમાં આધાર અને પ્રકાશ મેળવ્યા હતા તેવા યુગમાં કબીરજી કહે છે કે, જેમણે રામને મેળવી લીધા છે તેને સર્વની પ્રાપ્તિ થઈ છે.

ગાંધીજી એ 'રામનામ' ની પુસ્તિકામાં લખ્યા મુજબ આ રામ કોઈ રાજાનું નામ જ નથી પણ સકળ બ્રહ્માંડમાં રહેલા એકમાત્ર સત્યનો પર્યાય છે. રામનામની શક્તિ અજોડ છે. આમાં જેની એકાગ્રતા થાય છે તેને સમગ્ર વિશ્વમાં એક જ ચેતનાનાં દર્શન થાય છે.

વેદનાં અટપટાં વાકયોથી સૃષ્ટિનો જે ભેદ સમજાતો નથી તે માટે તો એકાગ્રતાથી જાપ કરી સર્વવ્યાપ્ત ઈશ્વરરુપી દર્શન કરવું જોઈએ.

જે દુન્યવી વિચારોમાં વ્યક્તિ વ્યક્તિ વચ્ચે કે તત્વ અંગે ભેદ અનુભવે છે. તેને શાસ્ત્રનું જ્ઞાન મુક્તિ માટે મદદરુપ થતું નથી. વેદાંતના સારરુપ, ભક્તિમાર્ગના આધારરુપ અને સરળકામ રામનામના જાપમાં મનને એકાગ્ર કરવાનું છે.

સુવિચાર

- જીભ મોઢામાં રહે છે, ઘી, તેલ જેવી બધી જ ચીકણી વસ્તુઓ ખાય છે છતાં જીભ ખુદ કદી ચીકણી થતી નથી... બસ આવી રીતે જ સંસારમાં રહીએ - **ફાધર વાલેસ**
- સદીઓથી બનતું આવ્યું છે, પ્રેમાળ માણસો ઓળકાતાં નથી - **અમૃતબિંદુ**
- લોકો તમારું મૂલ્યાંકન તમારી યોગ્યતાના સંદર્ભે નથી કરતાં, પણ પોતાની જરૂરિયાતના સંદર્ભે કરે છે - **નેપોલિયન બોનાપાર્ટ**
- બધા લોકો મોટા માણસ ન થઈ શકે, પણ માણસ તો થઈ શકે ને? હું એવો માણસ શોધું છું - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- ઉદ્દેશ વગરનું જ્ઞાન માત્ર આડંબર છે - **ભગિની નિવેદિતા**
- જયારે કાર્ય મોજમજા છે ત્યારે જિંદગી આનંદ છે, જયારે કાર્ય ફરજ છે ત્યારે જિંદગી ગુલામ છે - **ટોલ્સ્તોય**
- પોતાની શક્તિમાં શ્રદ્ધા હોવી એનું નામ ટેલેન્ટ - **ગુણવંત શાહ**

(સંકલન : દીપક વી. આસરા)

બોધકથા

'આપણને ઈશ્વરની ભક્તિ અને પ્રાર્થના કરતાં જ નથી આવડતું, ભૌતિક અને વિલાસી જીવનની માગણીઓ સાથે આપણી યાચના-ઉઘરાણીથી આપણને ભિક્ષુકની જેવી વૃત્તિવાળા જાણીને જોઈને જ મંદિરમાં ય મોઢું ફેરવી લેતો હશે ને મનમાં બોલતો હશે - લ્યો! માગતલ આવ્યો!!'

ભગવાન એક ભગતનું તપ જોઈ પ્રસન્ન થયા - કહ્યું, ત્રણ વરદાન માગી લે...

ભગત ચાલુ હતો. પત્ની સિવાય એક લફરું પણ ચાલું હતું. તેથી કહ્યું, ભગવાન હમણાં એક વરદાન આપો. મારી પત્નીને તમારી સેવામાં બોલાવી લ્યો! બીજા બે વરદાન મારી અનુકૂળતાએ માગીશ... ભગવાને 'તથાસ્તુ' કહ્યું.

પત્નીના બેસણાંમાં અને સગા-સંબંધી પત્નીના, એના સ્વભાવના ખૂબ વખાણ કર્યા. પછી ભગતને પણ પોતાની ભૂલ સમજાઈ. ફરી ભગવાનને કહ્યું, મારી પત્ની પાછી આપી દ્યો... પત્ની પાછી આવી ગઈ... ત્રીજું શું માગવું એના માટે ઘણાંને સલાહ લીધી પણ નક્કી ન કરી શક્યો. આખરે ભગવાનને જ કહ્યું, તમને યોગ્ય લાગે તે આપી દ્યો. ભગવાન કહે તને 'સંતોષ' આપું છું. સંતોષ જેવું સુખ કોઈ જ બાબતમાં નથી.

હૈદ્રાબાદની કમનસીબ ઘટનાના ઘેરા પ્રત્યાઘાત

હૈદ્રાબાદ યુનિવર્સિટીના બહુચર્ચિત રોહિત આત્મહત્યાકાંડને લીધે કેન્દ્ર સરકાર રક્ષણાત્મક સ્થિતિમાં મુકાઈ ગઈ છે. માનવ સંસાધન મંત્રી સ્મૃતિ ઈરાનીએ એની તપાસ માટે બે સદસ્યોની સમિતિ બનાવવી પડી છે. શરુઆતમાં બંડારુ દત્તાત્રેય સામે થઈ રહેલા આક્ષેપોને નકારનારાં સ્મૃતિ ઈરાનીના જ વિભાગ દ્વારા મંત્રીની માગણી મુજબ 'દેશદ્રોહી' પ્રવૃત્તિ કરી રહેલા અને યુનિવર્સિટીનું વાતાવરણ બગાડી રહેલા 'તોફાની' વિદ્યાર્થીઓ સામે કડક પગલાં લેવા કરાયેલ ભલામણ અન્વયે યુનિવર્સિટી સત્તાવાળાઓએ પણ ભલામણ પત્રો પાઠવ્યા હતા તે હવે મીડિયાને ઉપલબ્ધ થઈ જતાં કેન્દ્ર સરકાર પાસે વાણિયા મૂછ નીચી જેવી ક્ષોભજનક પરિસ્થિતિ સરજાઈ છે. કોંગ્રેસના રાષ્ટ્રીય ઉપાધ્યક્ષ રાહુલ ગાંધીથી લઈ દિલ્હીના મુખ્યમંત્રી કેજરીવાલ, તૃણમૂલ કોંગ્રેસનાં પ્રતિનિધિ મંડળો અને ઔવેસી સુધીના નેતાઓએ દલિત

તંત્રીસ્થાનેથી....

વિદ્યાર્થીના મોત બદલ કેન્દ્રના મંત્રીઓ અને યુનિવર્સિટીની સત્તાધીશો પર દોષનો ટોપલો ઢોળી કડક પગલાંની માગણી કરી છે. યુનિવર્સિટીની ઘટના હોઈ સ્વાભાવિક રીતે જ વિદ્યાર્થી આલમ રોષે ભરાયેલ છે. કોંગ્રેસ અને ડાબેરી પક્ષોનાં વિદ્યાર્થી સંગઠનો ઠેર ઠેર રેલીઓ યોજી રહ્યાં છે અને ભાજપના નેતાઓની ગાડીઓના કાચ તોડી રહ્યાં છે. હૈદ્રાબાદ દક્ષિણ ભારતની વણલખી રાજધાનીનો દરજ્જો ધરાવતું મહાનગર છે. વળી હાલ તો તે આંધ્રપ્રદેશ અને તેલંગાણા જેવાં બબ્બે રાજયોનું પાટનગર પણ છે, તો વળી દેશમાં આવેલી કોમ્પ્યુટર ક્રાંતિનું પણ એ નર્વ સેન્ટર રહ્યું છે. રાહુલ ગાંધીને એમનું ઓસરી ગયેલું વર્ચસ્વ પાછું મેળવવાની સોનેરી તક સાંપડી છે. વિદ્યાર્થીઓ સાથે અન્ય નેતાઓ કરતાં એમની બૉડી લેંગ્વેજ પણ વધુ બંધબેસતી આવે છે. રોહિત વેમુલા અને બીજા પાંચ વિદ્યાર્થીઓ સામે માનસિક ત્રાસ ગુજારવામાં આળ્યો હોવાની થિયરીને દેશભરનાં બૌદ્ધિકો અને ભાજપ વિરોધી રાજકીય પરિબળોનું પ્રબળ સમર્થન સાંપડી રહ્યું છે, તેનો લાભ લેવા વિપક્ષો વચ્ચે પણ જાણે હોડ મચી ગઈ છે. મડદાં ઉપર રોટલા શેકવાનુ રાજકારણ આપણા દેશમાં નવું નથી. જો કે આશાસ્પદ દલિત છાત્ર લેખક બનવા માગતો હતો અને એની માન્યતા મુજબ એ આંદોલન ચલાવી રહ્યો હતો. એના પર યુનિવર્સિટી સત્તાવાળાઓનું ભારે દબાણ આવતાં એ હતાશામાં સરી ગયો અને એણે આત્મહત્યા જેવું આખરી પગલું ભરી લીધું. અશોક વાજપેયી જેવા સમર્થ બૌદ્ધિક અને આંતરરાષ્ટ્રીય ખ્યાતિપ્રાપ્ત સાહિત્યકારે હૈદ્રાબાદ યુનિવર્સિટી તરફથી એમને એનાયત થયેલ ડિ.લિટ્.ની ઉપાધિ પરત કરીને દિવંગત દલિત છાત્રને અંજલી આપવા ઉપરાંત ફરી એક વાર 'અસહિષ્ણુતા'નું નવું આંદોલન શરુ કરવાની ભૂમિકા રચી આપી છે. ૨૦૧૬ની શરુઆત ભાજપ અને કેન્દ્ર સરકાર સામે નવા જ પડકારો લઈને આવી છે. ગુજરાતમાં પાટીદાર અનામત આંદોલનને ઠારવાના પ્રયાસો વાંઝિયા સાબિત થયા છે. હાર્દિકપટેલ સામે મસમોટી ચાર્જશીટ રજૂ કર્યા છતાં સમાધાનના પ્રયાસો ચાલી રહ્યા છે, જે રાજય સરકારની અવઢવનું જ પ્રમાણ બની રહેલ છે. વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીને દૂરસુદૂર ઈશાન ખૂણામાં આસામની ચૂંટણી જીતી લેવાની ધખના જાગી છે ત્યારે અહીં એમના હોમ સ્ટેટમાં જ પગ નીચેથી ધરતી સરકી રહી છે. હૈદ્રાબાદની ઘટનાના પડઘાં ગાંધીનગર સુધી સંભળાયા છે તે જ શું સૂચક નથી?

લસણ - એક ઘરઘથ્થું ઔષધ

આમ તો આપણે ઘણા બધા ઘરઘથ્થુ ઉપચારો વિષે જાણીએ છીએ. આપણા ઘરમાં હળદર, મેથી, જીરુ, હિંગ આદિ મસાલાઓ પડ્યા જ હોય એટલે તેના ઔષધ ઉપયોગો વિશે થોડી ઘણી ખબર હોય જ. એવી જ એક ઘરઘથ્થુ ઔષધિ એટલે લસણ. હાલ લીલું લસણ પુરબહારે અવેલેબલ છે. વળી, લસણ સ્વાદિષ્ટ પણ છે એટલે તેનો અલગ-અલગ રીતે રેસિપી બનાવીને ખાઈ પણ શકાય.

આયુર્વેદમાં લસણે 'મહાઔષધ' કહેલું છે. લસણને 'રસાયણવર' પણ કહેલું છે. લસણના આ પર્યાયો પરથી ખ્યાલ આવે કે લસણ આરોગ્યની દષ્ટિએ કેટલું અસરકારક છે...! લસણમાં કુલ પાંચ રસો રહેલા છે. ખાટા રસ સિવાયના પાંચેય રત (તીખો, તુરો, કડવો, ખારો અને મીઠો) લસણમાં સમાવિષ્ટ છે. પ્રધાન સ્વરુપે તીખો રસ છે. એટલે તીખાશની આડમાં બાકીના રસોની ઓળખ ન થાય એવું બને. લસણ ઉષ્ણપ્રવૃત્તિનું છે. તે કફ અને વાયુનું શમન કરે છે અને પિત્તવૃત્તિ માટે કારણભૂત છે. આથી જેને પિત્તનો કોઠો હોય તેને લસણનો ઉપયોગ સાવચેતીપૂર્વક કરવો.

લસણના રાસાયણિક સંઘટન વિષે જોઈએ તો લસણમાં ઉડ્નશીલ તૈલ છે. જેની એરોમા (સુગંધ) ઝડપથી પ્રસરે છે. આથી જ વઘારમાં લસણ નાખીએ તો લસણની સુગંધ સૌથી તીવ્ર આવે છે. લસણની તીથી સુગંધ માટે તેનું 'એલિસીન' નામનું દ્રવ્ય પણ કારણભૂત છે. તે નેચરલ એન્ટી બાયોટીક છે. આ ઉપરાંત લસણમાં એજોઈન, સેલેનીયમ, સેપોનીન આદિ રાસાયણિક દ્રવ્યો પણ રહેલાં છે.

હવે વાત કરીએ લસણના ઉપયોગોની... આયુર્વેદમાં લસણનો ઘણા રોગોમાં ઉપયોગ દર્શાવેલ છે. ખાસ કરીને વાયુ અને કફના રોગોમાં તો લસણ ખૂબ ઉપયોગી છે. લસણ ભુખ લગાડનાર અને પાચન કરનાર છે. કૃમિ અને કફ દૂર કરનાર છે. શરીરના સાંધાની પીડા ઓછી કરે છે. મળને ઢીલો કરી કબજીયાતમાં ફાયદો કરે છે. શરીરનું હાડકું ભાંગ્યું હોય કે ક્રેક થયું હોય તો લસણ તેનું સંધાન કરી શકે છે. સ્ત્રીઓને માસિક સંબંધી ફરિયાદો જેમ કે ઓછું માસિક, અનિયમિત માસિક, પિડાયુક્ત માસિકસ્ત્રાવ આદિમાં પણ લસણ ફાયદાકારક છે. આ ઉપરાંત કમર જકડાઈ જવી, સ્નાયુ-સાંધાઓમાં દુખાવો થવો, કાનનો દુખાવો, કફને કારણે શરીરમાં સોજો થવો, શ્વાસ ચઢવો, શરદી થવી, આદિ રોગોમાં પણ લસણ ફાયદાકારક છે.

કોલેસ્ટ્રોલ ઘટાડવા તેમજ રક્તપરિભ્રમણ નિયમિત કરવામાં પણ લસણ અસરકારક છે. લસણનો તીખો રસ, તેના ઉષ્ણ ગુણો તેમજ તેની તિક્ષ્ણતા કોલેસ્ટ્રોલ ઓછું કરે છે. તેમજ શરીરના બ્લોકેજને દૂર કરવામાં મદદરુપ થાયે છે. શરીરનો મેદ ઘટાડવામાં પણ લસણ મદદરુપ છે. વજન ઘટાડવા માટે લસણનો નિયમિત ઉપયોગ ફાયદાકર બને. લસણને સારી એવા માત્રાયુક્ત ઘીમાં સાંતળીને ઘી સાથે લેવાથી તે વાયુ અને કફનું શમન કરે છે તેમજ પિત્તને વધુ ઉત્તેજીત કરતું નથી. (ઘીને કારણે) આથી પિત્તપ્રકૃતિવાળા લોકો લસણનો આ રીતે ઉપયોગ કરી શકે. લસણ આમવાત, સંધિવાત, સાઈટિકામાં પણ એટલું જ ઉપયોગી છે.

પિત્ત પ્રકૃતિવાળા લોકો, ગર્ભવતી સ્ત્રીઓ તેમજ શિશુઓએ લસણનો ઉપયોગ ન કરવો (ઓછો કરવો.) લસણના વધુ પ્રમાણમાં ઉપયોગથી પિત્ત-રક્તના વિવિધ વિકારો થઈ શકે. એસિડીટીથી લઈને અલ્સર સુધી અને નસકોરી ફુટવાથી લઈને પ્રદર સુધીના ઉપદ્રવો થઈ શકે. આથી લસણનો ઉપયોગ વિચારીને કરવો. ઉનાળામાં લસણનો ઉપયોગ સાવધાનીપૂર્વક કરવો. શિયાળામાં લસણ વધુ સરસ રીતે અસરકારક બની શકે. હાલ લસણની સહજ ઉપલબ્ધીને ધ્યાને લઈને તેનો આનંદ લઈએ. માત્રાપૂર્વકનો ઉપયોગ કરીને નિરામય રહીએ.

- drkedarju@.gmail.com

રઘુવીર ચૌધરી અને લાભશંકર ઠાકરને સલામ

છેલ્લા પખવાડિયામાં ગુજરાતના સાહિત્યજગતમાં બે મોટી ઘટનાઓ બની ગઈ. ભૂજ ખાતેનું અધિવેશન પુરું કરી ઘેર આવ્યે બે દહાડા જ વીત્યા હશે ત્યાં દૂરદર્શન પર સમાચાર ચમક્યા, 'ગુજરાતી સાહિત્યકાર રઘુવીર ચૌધરીને જ્ઞાનપીઠ એવોર્ડ.' અધિવેશનના છેલ્લા દિવસે રઘુવીરભાઈનો ફોટો પાડ્યો. ત્યારે આ પ્રસંગનો સહેજપણ અણસાર આવ્યો હોત તો બેચાર વધુ ફોટા અવશ્ય પાડી લેત. જો કે અમે ખેંચેલી છબી ઘણી સરસ આવી છે અને અમારા માટે ખાસ સંભારણું બની ગઈ છે. પરિષદના આ ધૂરંધર સાહિત્યકાર માટે એટલું બધું લખાયું છે અને એટલું બધું કહેવાયું છે કે મારું નાનું મોઢું એમનાં વિશે કશુંક કહે અથવા મારી કલમ કાંઈ લખે એ સૂર્ય સામે દીવો ધરવા જેવી ઘટના કહેવાય. એટલે હું એમના માટે કંઈ પણ લખવાને બદલે તેમની એક કવિતા જ રજૂ કરવાનું પસંદ કરીશ. રઘુવીરભાઈની કવિતામાં વિચારતત્વ ખૂબ રમણીય રુપે આવે છે, થોડાક ઉદાહરણ જોઈએ :

(૧)
આ સદીના શહેરોએ
વિખુટા પાડી દીધા સંતાનોને માનવતરથી.

(૨)
હું તો કયારા વાળું
ને ડાળ છાંયો ઘરે
મારા ખેતરમાં નાનકડાં ઝાડ
પાન પાણીમાં જોવાને પાસે સરે.

(૩)
માએ જન્મ આપ્યો.
મેં શું આપ્યું માને?
અગ્નિદાહ
●
માને તો માયા એ જ મોક્ષ
માળાં ફેરવતાં જાય
ને ખબરઅંતર પૂછતાં જાય

(૪)
ફૂટપાથ પર ઊભા રહેવાનો થાક
ખેતરમાં કામ કરીને ઉતારું છું.

(૫)
ઝાડના છાંયે
ઊભેલો આ માણસ
મૂળ કાપશે?

સુરેશ જોષીના અવસાન સમયે રઘુવીરભાઈએ છ કંડિકાઓનું સુરેશ જોષીને આબેહૂબ ચિત્રરુપ અર્પતું કાવ્ય રચેલું. તેની બીજી કંડિકા કેવી હશે?

ચંદ્ર આથમ્યો અમારા સપનાંની આસપાસ

આજ રઘુવીરભાઈએ કૃષ્ણવીર દિક્ષીત માટે પણ એક સરસ કાવ્ય લખ્યું હતું. તેની છેલ્લી કડી જુઓ -

તારા ગયા પછી હશે સિલકમાં નીર-ક્ષીર
સ્નેહી વિવેકને કરે સલામ રઘુવીર!

રઘુવીર માટે લખવાનું શરુ કરો એટલે અંત લાવવો બહુ અઘરો પડી જાય. મારો મૂળ ઈરાદો રઘુવીરે લાભશંકર ઠાકર માટે ૧૯૯૦માં લખેલી એક કવિતા રજૂ કરવાનો છે. એટલે એ હું સવેળા રજૂ કરી દઉં.

લાભશંકર ઠાકરને
આળસ મરડી ઊઠો ઠાકર,
અજવાળે મલકાતું પાદર.
બંધ બંગલે ડોલે ઠાકર,
છલકાશે ગાગરની ગાગર.
ગઈકાલે ઘોંઘાટ ઘમંડી
વાંસવને સાંભળતો મર્મર.
વાછરડાંની પુચ્છ પીંછીએ
વનરાવન દોર્યાં છે ઘર ઘર.
ખરે શબ્દના કોટ કાંગરા,
વહે નિરંતર લયનું નિર્ઝર.
અરે, ખરા છો તમે જ મૂકી
'બની ઠની' ના મુખમાં સાકર.

ચૌધરી સાહેબે 'બની-ઠની' શબ્દને અવતરણ ચિહ્નોમાં શું કામ મૂક્યો છે એની આપણને કશી ખબર નથી એના વિશ કોઈ જાણકાર પ્રકાશ પાડે અથવા સાહેબ પોતે ઘટસ્ફોટ કરે તો કશુંક સમજાય. ઘણી કવિતાઓ મને સમજાય કે ના સમજાય પણ ખૂબ ગમે છે. એણાંય જો કોઈ સમજાવી દે તો

સોનામાં સુગંધ ભળી જાય. આવું જ મારા કિસ્સામાં લાભશંકર ઠાકરની કવિતાઓ માટે ખાસ છે. ઘણા વરસો પહેલાં જનસત્તાની રવિવારીય પૂર્તિમાં એમના 'એક મિનિટ' શીર્ષક હેઠળ કલાકો વિચારતા કરી મૂકે એવા લઘુનિબંધો વાંચ્યા ત્યારથી હું એમનો આશિક બની ગયેલો. એ પછી ઘણા નિબંધોમાંથી પસાર થયો પરંતુ 'એક મિનિટ' ની છાપ હજુ અકબંધ છે. લા.ઠા.ના નિબંધો જેટલા સરલ અને કલાત્મક છે એટલી જ એમની કવિતા ગહન અને વિચારશીલ છે. ગુજરાતી ભાષાના શબ્દોને એમણે જેવો કસ કાઢ્યો છે એવો ભાગ્યે જ કોઈ બીજા કવિઓ કાઢી શક્યા હશે. એ કવિઓના ય કવિ હતા. થોકબંધ ગઝલો અને ઢગલાબંધ હાઈકુઓ લખનારા આપણે જો એમની કવિતા સમજી ના શકીએ તો દોષ એમની કવિતાનો ના કઢાય. એમના બે નાનકડા કાવ્યો આ સાથે રજૂ કરું છું, એ કદાચ ના ગમે તો દોષ મારો ગણજો, લા.ઠા.નો નહીં.

(૧) **કવિનું મૃત્યુ**
રૂંધાતા ગળામાંથી ઊંચકાઈને
ફફડતા હોઠ સુધી આવેલો
સૂકા કચડાતા પાંદડાં જેવો
શબ્દોનો અસ્પષ્ટ લય
જરાક ઢોળાવો...
અને....

(૨) **ચિરાઈ ગયો છે શબ્દ લોહીલુહાણ**
ચિરાઈ ગયો છે શબ્દ લોહીલુહાણ
કયા એંગલથી ફોટો પાડું?
આ અહીં ઊંચેથી - એક
આ અહીં પાછળથી - એક
આ સાવ નજીકથી ક્લોઝઅપ
આ સાઈડમાંથી -
પ્લીઝ એક મિનિટ,
ધીશ ઈઝ ધ લાસ્ટ

આ બંને કાવ્યમાં જે ગુમ લય અને ચિત્રાત્મકતા છે એ જો ધ્યાનથી તપાસશો તો પકડાયા વગર રહેશો નહીં. તેઓ સતત લખતા હતા છતં ઘણું ઉમદા લખતા હતા. એમના ગયા પછી શબ્દ ખરા અર્થમાં લોહીલુહાણ બન્યો છે. 'પ્રભુ એમના આત્માને શાંતિ આપે.' એવું જો લખું તો એમને ગમે નહીં એટલે કેવળ 'સલામ' કરીને (અથવા કહીને અથવા લખીને) વિરમું છું. આ ક્ષણે લા.ઠા.એ એક કાવ્યના રસદર્શનનું શીર્ષક 'હમારે ચૌધરી સાહેબકો સલામ' એવું આપ્યાનું પણ યાદ આવે છે.

જગતમાં કશું અહંકાર કરવા જેવું છે જ નહિ
"મળ્યું છે તો માણો, જીવન શીદ કચવાટે વહાવો!"

મુઠ્ઠીમાં અભિમાન હૈ, ઉસે છોડના મુશ્કિલ હૈ.
મુઠ્ઠી નહીં ખૂલેગી તો ફિર હાથ જોડાણ મુશ્કિલ હૈ.
હાથ નહીં જોડુંગા તો કૈસે શીશ ઝુકાઉંગા?
મૈ ને તો કાંટે બોયે હૈ, ફૂલ કહા સે પાઉંગા?
- નવીન શેઠિયા

મારા પરિચયમાં એક શિક્ષક દંપતી, એમાંયે પત્ની તો ડૉક્ટરેટ. સંતાનમાં એક દીકરો. સર્વ વાતે સુખી છતાં કોણ જાણે કયા કારણે મન તૂટ્યાં-ને-આજે એક દાયકો થવા આવ્યો છતાં ન તો છૂટાં થતાં કે ન તો સાથે રહી શકતાં - બસ એકાકી જિંદગી ગુજારી રહ્યાં છે. એમનો આખો પરિવાર well educate (કહેવાતો) સુશિક્ષિત છે! એકવાર મિત્રભાવે વાત છેડી તો એ મિત્રના શબ્દો હતા, "હવે મને ઝઝૂમવું ગમે છે ઝૂકવું નહિ."

બીજું એક શિક્ષક દંપતી સાવ અનોખું... લગ્ન પછી ઘરનાં દરેક કામ સરખે હિસ્સે જ ભાડું તો પોતાની રીતે જ ચૂકવવાનું... આ કહેવાતાં પતિ-પત્નીએ આમ ને આમ આખી જિંદગી ખેંચી કાઢી!! એમનું આવું વર્તન સૌ કોઈ માટે રહસ્યમય જ રહ્યું.

આપણા ઘર-પરિવાર, સમાજમાં થતાં કજિયા-કલહ, મનદુ:ખ કે ખોટા હઠાગ્રહ પાછળ ઢેફું ભાંગીને ધૂળ જેવું પણ રજનું ગજ કે વાતનું વતેસર થઈ જતાં વાત તંતે ચડી જાય ણે પછી તો વટનાં માર્યા ગાજર ખાવા પડે...

હું અનુભવે અંગતપણે એવું માનું છું કે "ભૂલી જાઓ અને માફ કરો" આ સૂત્ર અપનાવનાર ક્યારે દુ:ખી નહિ થાય. જીવનમાં સુખ,શાંતિ,સફળતાની સમૃદ્ધિ મેળવવી હોય તો આ માફી બક્ષવાનો ગુણ કેળવવો જરૂરી છે. જેનાથી અશાંતિ, ઈર્ષા કે બદલો લેવાની ભાવના જેવા હાનિકારક તત્વોથી છેટા રહેવાય છે. આ "ભૂલી જવું" કે "માફ કરી દેવું" અર્થાત ક્ષમાવાન થવું - એ કાઈ આમ વિચાર કારવાથી કે કોઈના કહેવાથી ન બની શકાય એ માટે તો આત્મબળ કેળવવું પડે, સતત પ્રયાસ કરવાથી અવશ્ય સિદ્ધ થઈ શકે છે.

આપણા શાસ્ત્રોએ તો આપણને ત્યાં સુધી કહ્યું છે કે, તમે બધાંને માફ કરી દેજો. તમને કોઈ વિના કારણ કષ્ટ પહોંચાડે કે તમને કડવી વાણીથી તથા અન્યાયપૂર્ણ વ્યવહારથી તમારા હૈયાને દુભવે કે તમારી સાથે વેરભાવ રાખી આર્થિક રીતે નુકશાનના ખાડામાં ઉતારી દે તો પણ તેને માફ કરી દેજો. અરે! તમારા પર જુઠો આરોપ મૂકી તમને અદાલતમાં ખેંચી જાય તો પણ તમે એને ક્ષમા આપજો. ક્ષમાથી ચડિયાતી બુદ્ધિયુક્ત કોઈ વાત નથી. દરગુજર કરનારના હૈયામાં શાંતિ છવાયેલી રહે છે. એવાં હૈયામાં પ્રભુનો નિવાસ હોય છે. ક્ષમાવાન જ સુખની નીંદર માણી શકે છે. આથી વિપરીત જે ક્ષમા નથી આપતો તે તેના મનમાં બદલો લેવાની આગથી બળ્યા કરે છે. તેની પાસે બધું જ હોય છતાં વેરની વસુલાતની પેરવીમાં કશું જ ભોગવી શકતો નથી... પાગલ જેવો જ થઈ જાય છે. ઘણીવાર આવા માણસો કહેતા ફરતા હોય કે ફલાણાએ મારું અપમાન કર્યું કે મને ખોટના ખાડામાં ધકેલી દીધો પણ હું તો તેનો બદલો લઈને જ જંપીશ. એને ખેદાન મેદાન ન કરું તો મારું નામ... નહી. આવી વ્યક્તિઓથી છેટા રહેજો. ચેતીને ચાલજો આવા લોકો ભયંકર હોય છે.

બાઈબલમાં ઈસુએ કહ્યું છે કે, "સાંજે જ્યારે તમે ઈશ્વરને પ્રાર્થના - ભજન માટે હાથ-મોં ધોઈને પવિત્ર થઈને તૈયાર થાઓ ત્યારે યાદ કરજો કે કોઈ વ્યક્તિ તમારાથી નાખુશ તો થઈ નથી ને? કોઈ ભાઈ-બહેન એવાં નથી ને કે જે તમારાથી અસંતુષ્ટ હોય? જો તમને યાદ આવે કે આવી વ્યક્તિઓ છે તો તમે સૌ પ્રથમ ઈશ્વર ભજન છોડીને તેની ક્ષમા માગજો અને તેને સંતોષ આપજો."

ક્યારેક એવું પણ લાગે કે વાંક સામેનાનો જ છે છતાં આપણા માંહ્યલાને ઢંઢોળીએ કદાચ આપણા વર્તનથી પણ કોઈનું દિલ દુભાયું હોય. અને મનમાં શત્રુતા બંધાઈ હોય. ઘણીયેવાર દેખીતું કોઈ કારણ જ ન જણાય છતાં સમૃદ્ધિથી ઝળહળતા ભર્યા ભાદર્યા ઘરમાં ડગલે પગલે રીસામણાં કે મોઢાં ચઢી જાય ને અંધારી અમાસ ઊતરી આવે - આનાથી તો ઈશ્વર અવશ્ય નારાજ થાય. ઘરમાં ક્યારેક ઝગડો - ટંટો થવા દેશો નહિ. અને કદાચ જાણ્યે-અજાણ્યે થઈ જાય તો બિલકુલ નાનમ અનુભવ્યા વિના એની ક્ષમા માંગી લેજો. તેના પ્રત્યે પ્રેમભર્યો વર્તાવ રાખજો. આમ કરવાથી તમારા પ્રત્યેની કડવાશ ઓસરી જશે.

દોસ્તો, આ જગત સાપેક્ષ છે. જેવું વાવશો તેવું લણશો. પ્રેમ આપશો તો પ્રેમ મળશે. ઘૃણા તિરસ્કાર આપશો તો ઘૃણા-તિરસ્કાર જ મળશે. એ જ રીતે જે ક્ષમા આપે છે તેને ક્ષમા મળે છે જ. બીજું કે આપણી વાતચીત કે વ્યવહાર પણ એક કલા જ છે. બીજાઓ સાથે મૈત્રીભર્યા વર્તાવથી કજિયા-કંકાસ કર્યા વિના સદગૃહસ્થ બની રહેવું એ પણ એક કલા જ છે. કોઈ નારાજ થાય તો તમારે નારાજ ન જ થવું જોઈએ. સામસામેની નારાજગી ઝગડો સર્જશે. ને તમારી પ્રગતિ અટકી જશે. એના કરતાં બહેતર છે કે તમારો વાંકગુનો ન હોય તો પણ વિનમ્રભાવે "માફ કરજો ભાઈ, ભૂલ થઈ ગઈ." - એમ કહી ક્ષમા માગજો. આવા વર્તનથી તમારું માન પણ વધશે ને તમે સર્વપ્રિય થશો. સમાજમાં એક ગણનાપાત્ર વ્યક્તિ બનશો.

દોસ્તો, ખરું જોતાં જગતમાં કશું અહંકાર કરવા જેવું છે જ નહિ, પેલા કવિના શબ્દો ગાંઠે બાંધી લો, "મળ્યું છે તો માણો, જીવન શીદ કચવાટે વહાવો!".

સ્મર્શમણિ :

કોઈ વહાલું	"મનમાં"
રિસાય	ભરીને
તો	જીવવું
તરત જ મનાવી લેજો	એના કરતાં
કારણ કે	"મન"
અહમની લડાઈમાં	ભરીને
જુદાઈ	જીવવું
હંમેશા	એ જ
જીતી જાય છે.	સાચું જીવન

જીવનમાં સુખી થવા માટે બે શક્તિની જરૂર પડે છે. એક સહનશક્તિ અને બીજું સમજશક્તિ...

- Rasikvaland1965@gmail.com