સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
99789-26251

સલામી સવારની..

નદીઓ, ડેમ અને તળાવો ભરી ભરી થાકી ગ્યાં!
પ્રચારક નેતાઓ પાછળ, ફરી ફરી થાકી ગ્યાં!
કરી કરી ઉદ્‌ઘાટન એ થઈ જાય છે અલોપ -
મા નર્મદા, આ જોહુકમીથી ડરી ડરી થાકી ગ્યાં...

હાઈકુ

ભરું છું આજી,
ને કરું, હાજી-હાજી,
પોકળ ગાજી!
(બીજે દિવસે ખાલી)

જરૂર હવે,
લાઈવ જુઠાણાંની -
પોસ્ટર ન ચાલે!
(નર્મદા નાટક)

ચિંતન

ઈન્દ્રિય વશવર્તી ચતુરંગ વાનપિ વિનશ્યતિ

ઉપરોક્ત શ્લોક ચાણક્યસૂત્રમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

ઈન્દ્રિયોનો દાસ રાજા, ચતુરંગ સેના હોવા છતાંયે વિનાશ પામે છે.

ઈન્દ્રિયોનો ગુલામ રાજા, સર્વ પ્રકારે શક્તિશાળી હોવા છતાંયે વિનાશની ગર્તામાં ધકેલાઈ જાય છે. કારણ કે ઈન્દ્રિયાસક્તની બુદ્ધિ કુંઠિત બની જાય છે અને તે કોઈ પણ પ્રકારના મહત્ત્વપૂર્ણ કાર્ય કરી જ નથી શકતો. અને તેથી આખરે તે પોતાના પતનને નોતરે છે.

જે વ્યક્તિ ચારિત્ર્યવાન છે તે ગમે તેવા સંજોગો પણ પોતાની ઈંદ્રિયો પર કાબૂ ગૂમાવતો નથી. આજકાલ તો 'નેતા'ઓના પતન માટે સ્ટ્રીંગ ઓપરેશનથી રમત કરવામાં આવે છે. ચારિત્ર્યવાને સદા જાગૃત રહેવાની જરૂર છે.

સુવિચાર

- તું માલ મિલ્કતની માલિકી ધરાવે છે, બીજાઓ દશ્ય જોવાનો આનંદ માણે છે - **નિત્સે**
- જેટલું 'ફ્રી ઓફ કોસ્ટ' છે એ બધું ફરજિયાત છે અમીન - **ડો. નિરુબેન**
- જેણે ઉઘાડા પગે ચાલવાનું છે એણે કાંટાઓ વાવવા ન જોઈએ - **રશિયન કહેવત**
- શિકારી પક્ષીઓ કદી મધૂરા ગીત ગાતા નથી - **સંત ઓગસ્ટીન**
- ફાટેલો કોટ એ લુંટારુંઓ સામેનું બખ્તર - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- દોસ્તો કેદખાનામાં કામ આવે છે. જમવાના ટેબલ ઉપર સૌ કોઈ દોસ્ત છે - **શેખ સાદી**
- આજનું ઔષધ : પ્રસૂતાને દૂધ ઓછું આવતું હોય તો ગાયના દૂધ સાથે જેઠીમધનું ચૂર્ણ લેવું.

(સંકલન : દિપક વી. આશરા)

બોધકથા

દંપત્તિના આગ્રહથી સાચા બોલા નિખાલસ સંતે પધરામણી કરી. પતિ, પત્ની, બેવ ઝઘડાળું સ્વભાવ. ખાધે-પીધે સુખી. પણ કયાંક શાંતિ કે સંતોષ જેવું નહીં. સંતે ઉતારો તો કર્યો પણ ઘરનું વાતાવરણ જોઈ સંત ત્રાહિમામ પોકારી ગયા અને વહેલી તકે વિદાય લીધી. વિદાય સમયે દંપત્તિએ કહ્યું, 'કંઈક આશીર્વાદ તો આપો' સંતે માત્ર બે જ શબ્દો કહ્યા, 'માણસ બનજો.'

પતિ, પત્ની, 'માણસ બનજો 'ના અર્થ સમજ્યા નહીં. વર્ષો પછી ફરી સંત એ શહેરમાં આવ્યા ત્યારે પેલા પતિ - પત્ની સંતને મળવા ગયા અને વર્ષો પહેલાનાં સંતે આપેલા બે શબ્દો 'માણસ બનજો' ના આશીર્વાદનો અર્થ પૂછ્યો. સંતે કહ્યું, 'જુઓ મારી પાસે આ એક દૈવી અરીસો છે એમાં માણસ જેવો હોય તેવો દેખાય છે. આ કાચમાં તમારા સાચા રૂપનું પ્રતિબિંબ પડશે.''

સ્ત્રીએ પહેલા કાચમાં જોયું તો બોલી ઊઠી, 'આ અરીસામાં તો હું કૂતરી દેખાઉં છું. જોસથી ભસું છું, જેને ને તેને કરડવા દોડું છું.' હવે પુરુષે અરીસામાં જોયું તો એને ઉકરડામાં આળોટતો ગધેડો જોવા મળ્યો. બંનેએ સંતને પૂછ્યું, 'અમે તો માણસ છીએ છતાં આ અરીસામાં તો જાનવર દેખાય છે આનું કારણ શું ?'

સંતે કહ્યું, 'આ કાચમાં તમારું બાહ્ય સ્વરુપ નહીં પણ અંતરનું સૌંદર્ય પ્રગટ થાય છે, બહારથી તમે માણસ દેખાવ છો અને અંદરથી પશુ જેવા છો. માટે મેં તમને વર્ષો પહેલાં કહ્યું હતું કે 'માણસ બનજો.'

ચીનને આડકતરી ચીમકીરૂપ મુલાકાત

વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીની સંકલ્પ શક્તિને દાદ આપવી જ રહી. અમેરિકાના નવા હાકેમ સાથે પણ પોતે પૂરેપૂરા એડ્‌જસ્ટ થઈ શકે છે તે એમણે પુરવાર કરી દીધું છે. ડોનાલ્ડ ટ્રમ્પ સાથે વ્હાઈટ હાઉસમાં સારો એવો સમય ગાળીને એમણે બે પાડોશી દેશોને સીધો જ સંદેશ આપી દીધો કે અમેરિકાને જેટલી ભારતની જરૂર છે એટલી પાકિસ્તાન કે ચીનની નથી. બલકે જરૂર પડ્યે આ બેઉ સાથે ટકરામણની સ્થિતિમાં બેઉ નેતાઓ વચ્ચેની શિખર મંત્રણા પહેલાં જ અમેરિકાએ સત્તાવાર રીતે આંતરરાષ્ટ્રીય આતંકવાદી જાહેર કરીને ભારત વિરુદ્ધ સતત ઉશ્કેરણી કરતા પાકિસ્તાની આર્મી અને આઈએસઆઈના આ લાડકા 'લોકનેતા' માટે અમેરિકાના દરવાજા બંધ કરી દીધા એટલું જ નહીં, એની અમેરિકાના ક્ષેત્રમાંઆવતી સંપત્તિ પણ સીલ કરી દીધી છે. આ મોદીની મુલાકાતની વ્યૂહાત્મક જીત છે. સૈયદ સલાઉદ્દીન અને હાફિઝ જેવા નર રાક્ષસો કાશ્મીરને સતત સળગતું રાખતા રહ્યા છે. આ બાબતે પાકિસ્તાન સામે અનેક રજૂઆતો કરવાં છતાં એ કયારેય પગલાં લેવા તૈયાર ન થયું; ઊલટાનું ચીનની સોડમાં ભરાઈ જઈ આવા લોકોની તરફેણમાં વીટો પ્રતીકાત્મક નજરાણું ભેટ ધરીને ચીન અને પાકિસ્તાન બેઉને સાનમાં સમજાવી દીધાં છે. ચીન આ શુભચેષ્ટાથી અને ભારત સાથેના દ્વિપક્ષીય સહકારની અમેરિકન પ્રમુખની ખાતરીથઈ છંછેડાયું છે અને ભારત અમેરિકાનું મહોરું બની રહ્યું છે એવો આક્ષેપ પણ કરી બેઠું છે. ભારતનું હિત ચીન સાથે મીટા સંબંધો કેળવવામાં જ રહેલું છે એવી સુફિયાણી સલાહ આપનાર ચીનને અમેરિકા ભારતને વધુ પડતી લાડ લડાવી રહ્યું હોય એવું લાગે છે. ડ્રોન વિમાનો દ્વારા હિંદ મહાસાગરમાં ચીની હિલચાલ પર નજર રાખવાના ભારતના ઈરાદાનો એને પૂરે અંદાજ આવી ગયો છે. આવી જ સ્થિતિ બેઉ દેશોની સરહદ પર ચાલી રહેલી લશ્કરી હિલચાલ સંદર્ભે પ્રવર્તે છે. કૈલાસ માનસરોવરની યાત્રાનો નાથુલા ઘાટ વાળો માર્ગ ચીનના વડાપ્રધઆનની ભારતની મુલાકાત વખતે ખોલવાની ઑફર થયેલી. ભારત પ્રત્યેની આ શુભલાગણી

તંત્રીસ્થાનેથી...

દર્શાવ્યા પછી ચીને અત્યારે એ રસ્તે જતા યાત્રીઓને અટકાવ્યા છે એટલું જ નહીં, પરંતુ જયાં સુધી ભારતીય સૈનિકો એ સરહદ પરથી પાછા નહીં હટે ત્યાં સુધી એ યાત્રીઓને પ્રવેશવા નહીં દે, એવી સીધી ધમકી આપી છે. સરહદી રાજય અરુણાચલને ચીન પોતાનો પ્રદેશ ગણે છે. એણે સરહદી વિસ્તારમાં ભૌગોલિક સીમાચિહ્નોને નવાં નામ સુદ્ધાં આપી દીધાં છે. દલાઈલામા ભારત માટે માનવંતા મહેમાન છે અને રાતોરાત ચીન શાસનતંત્રથી ત્રાસીને ભારત ભાગી આવેલા આ તિબેટના બૌદ્ધ ધર્મગુરુને ભારતે રાજયાશ્રય આપેલો છે, તે ચીનની આંખોમાં કણાની જેમ ખૂંચે છે. દલાઈ લામાને અરુણાચલમાં જવા દીધા એની સામે પણ ચીનનો વાંધો છે. પ્રાદેશિક સંતુલન જાળવવાનો અમેરિકાનો વ્યૂહ કયારેક ભારત કરતાં પાકિસ્તાનને વધારે અગ્રતા આપતો રહ્યો છે, કારણ કે રશિયા સાથેના ભારતના સંબંધોની અમેરિકાને ખબર છે. પરંતુ સમય સાથે સમીકરણો બદલાતાં રહે છે. છેલ્લા કેટલાંક વર્ષોથી અમેરિકા સતત ભારત સાથેના સંબંધો સુધારવાનો વ્યૂહાત્મક પ્રયાસ કરતું રહ્યું છે. ડૉ. મનમોહનસિંહને અમેરિકન પ્રમુખો અત્યંત આદરપાત્ર નેતા ગણતા હતા, કારણ કે એમની અર્થનીતિ એમને અનુકૂળ હતી. આખરે તો અમેરિકાને દુનિયામાં પોતાની પ્રોડકટસ વેચવા માટે બજાર ખપે છે. ભારતથી વધુ સારું બજાર એને બીજે કયાં મળવાનું હતું? ચીન તો પોતે જ મોટો વેપારી બની ચૂક્યું છે અને નરેન્દ્ર મોદીને વિશ્વની સૌથી ઊંચી સરદાર પ્રતિમા બનાવવાનો કોન્ટ્રાક્ટ પણ ચીનને આપવો પડે છે. આવા સંજોગોમાં ભારત નામનું બજાર ગુમાવવાનું અમેરિકાની જેમ ચીનને પણ પોસાય એમ નથી. તેથી જ ચીન ભારતનું જાની દુશ્મન હોવા છતાં અને પાકિસ્તાનની ખુલ્લી તરફેણ કરતું હોવા છતાં ભારત સાથે સુમેળભર્યા સંબંધો જાળવવા ખુલ્લી તરફેણ કરતું હોવા છતાં ભારત સાથે સુમેળભર્યા સંબંધો જાળવવા પ્રયાસ કરતું રહે છે. એ જુદી વાત છે કે જયારે ખરાખરીનો સમય આવશે ત્યારે એ એની જાત પર ગયા વિના રહેવાનું નથી.

ચોમાસામાં હેલ્ધી રહેવાની ૯ ટીપ્સ...

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા
ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

આ અઠવાડીયાથી શહેરમાં વરસાદી વાતાવરણ જામ્યું છે. વરસાદમાં (અને અત્યારે તો જી.એસ.ટી ને લઈને પણ) ઘણા વેપારીઓ નવરા થઈ જતા હોય છે, અને ડોક્ટરોની સીઝન ખુલે છે. શરદી-ઉધરસથી અને અપાચનથી લઈને ડેંગ્યુ જેવા કેસોની લાઈન લાગે છે. વર્ષાઋતુમાં આવા રોગો થવા પાછળનું કારણ એ કે આ સીઝનમાં આપણો જઠરાગ્નિ પહેલેથી જ મંદ હોય છે, અને ઉપરથી આપણે દાળવડા-ગોટાનો ભોગ જમીએ એટલે પાચનતંત્રની તકલીફો થવાની જ. બીજુ, વરસાદમાં ગંદકીને કારણે મચ્છરો અને જીવાતોનો પ્રોબ્લેમ, એટલે ઈંફેક્શન પણ થવાના. સતત ભીનાશ અને ભેજ રહેવાથી શરદી-તાવ ની શક્યતા પણ વધી જ જાય. બાળકોને તો બહુ જ હેરાનગતી થાય. ભેજ વાળા વાતાવરણને કારણે જલ્દીથી આ રોગો મટે પણ નહિં.

આવા રોગો થયા હોય તો ઝડપથી કઈ રીતે મટાડવા?? કે પછી આવા રોગો થાય જ નહિં તે માટે શું કરવું?.. આયુર્વેદમાં આના બધા જ સોલ્યુશન છે.

● સૌપ્રથમ નિયમ, મિતાહારી રહેવું. અતિની ગતિ નથી. જો પ્રમાણપૂર્વક ખાઈશું-પીશું તો પાચનતંત્ર સ્વસ્થ રહેશે અને જો પાચનતંત્ર સ્વસ્થ રહેશે તો બીજા બધા જ તંત્રો સ્વસ્થ રહેશે. ઓછુ ખાવું, હાઈજીનિક ખાવું

● રાત્રે જમતા અને સુતા વચ્ચે ઓછામાં ઓછો બે કલાકનો ગેપ રાખવો, બપોરે જમ્યા બાદ ઉંઘવાનું ટાળવું, પાણી ઉકાળીને પીવું અથવા ફિલ્ટર કરીને પીવું. પાચનતંત્ર બગડ્યુ હોય તેવું લાગે તો એકાદ ઉપવાસ કરી લેવો

● પાચન સુધારવા સૂંઠ-હરડે કે પછી આમપાચનનું સેવન કરી શકાય. પાણી જેવા ઝાડા વધુ પ્રમાણમાં થતા હોય તો કુટજ ના કોઈ પણ યોગનું સપ્રમાણ સેવન કરવાથી ફાયદો થશે. પાચનતંત્ર મજબૂત હશે તો કોઈપણ સીઝનમાં સ્વસ્થ રહેવાશે.

● વરસાદમાં સામાન્ય શરદી-ઉધરસ-તાવ-શરીર કળતર આદિ જોવા મળતા હોય છે. આવું થાય ત્યારે કડુ-કરિયાતું કે સુદર્શન, ગળો, ભોયઆમળી, સિતોપલાદિ હળદર અને મધ આદિનું સપ્રમાણ સેવન કરી શકાય. આ બધા જ ઔષધો ઈમ્યુનિટી વધારનારા છે. આ ઔષધોમાંથી આપણી પ્રકૃતિને અનુકૂળ હોય તેનું નિયમીત સેવન કરવાથી લાંબા સમય સુધી રોગમુક્ત રહી શકાય છે.

● ઘણા લોકોને ભેજની એલર્જી હોય છે. તરતજ છીંકો અને નાકમાંથી પાણી ચાલુ થઈ જાય. આવી એલર્જીમાં હળદર-મરી-આદું-અરડુસી અને તુલસી નો ઉકાળો લેવાથી અથવા આ બધાને મધ સાથે ચાટી જવાથી ખૂબ આરામ મળશે.

● રોગ વધી જવા પામ્યો હોય અને શરદી-ઉધરસ કે દમની ખૂબ અસર વર્તાતી હોય તેવામાં લક્ષ્મી વિલાસ રસ કે શ્વાસ કાસ ચિંતામણી રસ જેવી અદ્ભૂત રસૌષધિઓ પણ વૈદ્યકીય સલાહ અનુસાર લઈ શકાય. આ રસૌષધિઓ ત્વરીત પરિણામ આપે છે.

● તાવનું પ્રમાણ વધુ હોય તેવા કિસ્સામાં આળસ ન કરતા તુરત ડોક્ટર પાસે જઈ જરૂરી પરિક્ષણો કરાવી સારવાર લેવી. ડેન્ગ્યુ આદિ રોગોની જેટલી જલ્દી સારવાર થાય તેટલુ વધુ સારુ. ડેન્ગ્યુમાં એલોપેથી સારવારની સાથે આયુર્વેદના અમુક ઔષધો ખૂબ કારગત નિવડેલ છે, જેમકે પપૈયાના પાન. પપૈયાના પાનનો રસ બહુ ઝડપથી પ્લેટલેટ કાઉંટ વધારી આપે છે.

● વરસાદમાં જનરલ હાઈજીન પણ ખૂબ અગત્યની છે. હજુ તો ચોમાસાની શરૂઆત

અનુસંધાન પાના નં. ૭ પર

કમાલ કરે છે, એક ડોસો ડોશીને હજી વહાલ કરે છે!

મનના ઉમંગો
રણછોડ પરમાર

પ્રેમ માણસને પારદર્શક બનાવે છે.

- રૂમિ

પ્રેમ વિશે કેટલુંય લખાયું છે અને કેટલુંય લખાશે. માણસ એકલો રહી શકતો નથી. પ્રેમ એ ઉંમરનો પણ તકાજો હોય છે. પહેલી વાર મૂંછ્‌નો દોરો ફૂટે ત્યારે શરીરને સ્પર્શની ઝંખના જાગે. કન્યાકાળ પૂરો થાય અને છોકરી એકાએક મુગ્ધા થાયત્યારે એ પણ કોઈક વણકથી મીઠી મૂંઝવણમાંથી પસાર થતી હોય છે. કોઈક વ્યક્તિ કારણ વિના આપણને ગમી જાય . એ વ્યક્તિમાં દુનિયાની દૃષ્ટિએ કશું અસામાન્ય ના હોય, પણ આપણને એમ જ લાગે આના જેવી કોઈ વ્યક્તિ જ નથી. બધા વિના જિવાશે પણ આના વગર નહિ જિવાય. જોયાનું પણ એક સુખ હોય છે. જોઈએ છીએ પછી ઝંખના જાગે છે. આ ઝંખના જીવમાં ઝીણી જ્યોતિરુપે સળગ્યા કરે છે. એ વ્યક્તિનું નામ મનમાં ઘૂંટાતું હોય છે. જીભ પર સહેલાઈ થી આવતું નથી. પ્રેમ જેટલો ગુપ્ત હોય એટલો એનો રોમાંચ વિશેષ.દરેક પ્રેમી એમ માને છે કે એ લોકો પોતાના પ્રમની વાતને સહેલાઈતી ઢાંકી શકી છે. પણ આંખ ચાડીખોર છે.લોકોની આંખો પણ પહેરો ભરતી હોય છે.

રોમાંચ પ્રેમનું પહેલું પગથિયું છે.એક વ્યક્તિ આવે અને આપણને એમ લાગે જાણે કે સમગ્ર જીવન બદલાઈ ગયું.રંગો તો એના એ જ છે છતાં એ વધુ રુપાળા લાગે છે. હદયમાં એક મેઘધનુષ રચાય છે. હોઠ ફિલ્મી ગીત પણ ગણગણવા માંડે. યે જિદગી ઉસીકી હૈ, જો કિસીકા હો ગયા. પ્યાર હી મેં ખો ગયા... આખું વિશ્વ વિસ્મયથી ભર્યું ભર્યું લાગે. કોઈકે કહ્યું છે તેમ એક એવી અવસ્થા આવે કે પ્રિય વ્યક્તિના શબ્દ આપણું અન્ન અને એનો શ્વાસ આપણો શરાબ. પ્રેમ એટલો બધો છલકાય કે હદય નાનું પડે. સાંજ સુંવાળી લાગે . હવા રેશમી લાગે.

પ્રેમ બહુરૂપી છે. વાદળોના જેમ સતત આકારો બદલાય છે તેમ સમય જતાં પ્રેમના પણ સંદર્ભો બદલાતા હોય છે. સોળ વરસની અવસ્થા કાયમ નથી રહેતી. પ્રેમના સ્વપ્નો હંમેશા ગુલાબી નથી હોતા. પ્રેમ અંગત છે પણ સમાજમાં જીવવાનું છે એટલે પ્રેમ ગમે એટલો અંગત હોય તોપણ ઘણે બધે અંશે એ સામાજિક પણ છે. પ્રેમની સાથે ઈચ્છો કે ના ઈચ્છો તોપણ જવાબદારી સંકળાયેલી છે.પ્રેમનું પરિણામ લગ્ન હોઈ શકે. લગ્ન પછી કુટુંબ હોય છે. એક બાજુ પ્રેમ છે અને બીજી બાજુ આખો સંસાર છે. બે વ્યક્તિમાં રહેલો પ્રેમ ધીરે ધીરે વિભક્ત થતો જાય છે. સંતાનોમાં વહેંચાય છે. વૃક્ષનું મૂળ એક હોય છે પણ એની ડાળીઓ અનેક હોય છે. આ ડાળ પર પાંદડા પણ છે, ફૂલો પણ છે અને પંખીના ટહુકા પણ છે. વસંત અને પાનખરનો અનુભવ માણસે કરવો જ પડતો હોય છે.

ક્યારેક એવું બને કે સતત સાથે રહેવાથી બંને વચ્ચેના વાતના વિષય ઓછા થઈ જાય. એક સમયમાં સમય ખૂટતો હતો અને વાતો ખૂટતી નહોતી. પછી ક્યારેક એવો સમય આવે છે કે સમય હોય છે અને વાતો સૂઝતી નથી

છેક મથાળે મૂકેલા રૂમિના અવતરણ પછી આટલું લખ્યા પછી શ્રી સુરેશભાઈ દલાલ (ઝલક દશેરા પૃ.૭૮-૭૯) માં તેમનું એક સુંદર ગીત મૂકી વાત સમેટી લે છે.

તમે વાતો કરો તો થોડું સારું લાગે
આ દૂરનું આકાશ મને મારું લાગે.
વૃક્ષો ને પંખી બે વાતો કરે છે
ત્યારે ખીલે છે લીલેરો રંગ
ભમરાના ગુંજનથી જાગીઉઠે
ફૂલોની સૂતી સુગંધ.
તમે મૂંગા તો ઝરણું પણ ખારું લાગે,
તમે વાતો કરો તો થોડું સારું લાગે
રોમાંચે રોમાંચે દીવા બળે
અને આયખું તો તુલસીનો ક્યારો;
તારી તે વાણીમાં વ્હેતો હું મૂકું છું
કાંઠે બાંધેલો જનમારો.
એક અમથું આ ફૂલ પણ ન્યારુ લાગે.
તમે વાતો કરો તો થોડું સારું લાગે

ઉપરના નિબંધમાં સુરેશભાઈએ પ્રેમની વાત પ્રેમનું ગીત આપી સમેટી લીધી. તેમાં યુવાવસ્થાના પ્રેમની વાત હતી. તેમની ઝલક શ્રેણીની પ્રથમ પુસ્તિકામાં પૃ.૬૧ ઉપ્પર એક સરસ નાનકડો નિબંધ છે તેમાં મી. એડગર શ્રોફનું અવતરણ આપી શ્રી સુરેશ ભાઈ શું કહે છે તે સાંભળો.

જ્યારે કેક કરતાં મીણબત્તીનો ખર્ચો વધારે આવે છે ત્યારે સમજવું કે તમે વૃધ્ધ થતા જાઓ છે.

- એડગર શ્રોફ

આપણે ત્યાં પશ્ચિમનો પ્રભાવ એટલી હદે પ્રવેશ્યો છે કે હવે આપણે પણ આપણો જન્મદિવસ કેક પર મીણબત્તી ગોઠવીને અને કેક કાપીને ઉજવીએ છીએ. હેપી બર્થ ડે ના ગીત ગાઈએ છીએ .જન્મતિથિ ભૂલાઈ જતી હોય છે જન્મતારીખ યાદ રહે છે. એક જમાનો એવો હતો કે માણસનો જન્મ દિવસ હોય ત્યારે મંદિરમાં જઈ એ ભેટ ધરી આવતો. સમય બદલાય છે રીતરસમ બદલાય છે. પણ જીવનની અવસ્થાઓ બદલાતી નથી. મનુષ્યની અવસ્થા- શૈશવ, યૌવન અને વૃધ્ધાવ્સ્થા. શૈશવ એ વિસ્મયનો, યૌવન એ ઉત્સાહનો અને સામાન્ય રીતે શાણપણનો સમય છે. બધાના જ જીવનમાં આ ત્રણ તબક્કાઓ આવતા હોય છે પણ વિસ્મય , શાણપણ અને ઉત્સાહ દરેક પાસે હોય એવું માની લેવાનું કારણ નથી. અકાળે વૃધ્ધ થતા યુવાનો પણ હોય છે. અને વૃધ્ધાવસ્થામાં યૌવનની પ્રતિતિ આપતા વૃધ્ધો પણ હોય છે. કેટલાક માણસો એવા પણ હોય છે કે વૃધ્ધાવસ્થામાં પણ શૈશવનું વિસ્મય જાળવીને બેઠા હોય છે. કેટલાકની મુગ્ધતા કરમાતી નથી હોતી.કપળી દુનિયાની વચ્ચે પણ મુગ્ધતા જાળવવા જેવી છે. કોઈકને આ જાદુ સાંપડે છે.

આવો જાદુ આપણા સુરેશભાઈને સાંપડ્યો છે. એટલે તો ડોસા અને ડોસીના વ્હાલની અદભુત કવિતા આપણને આપી ગયા છે.

માણસ થવાની વેદના દિલમાં ભરીને હું, થાકી ગયો છું ખૂબ મને છેતરીને હું

લાગણીનો મેળો
રસિક વાળંદ

માણસ થવાની વેદના દિલમાં ભરીને હું,
થાકી ગયો છું ખૂબ મને છેતરીને હું.
કહેવાને આમ કેટલા વર્ષો જતા રહ્યાં,
આવી ગયો છું ત્યાં ને ત્યાં પાછો ફરીને હું.

- કૈલાશ પંડિત

'માણસ જોઈએ છે.' આવું લખાણ એક દુકાને વાંચવા મળ્યું. દુકાનદારને તો સહાયક વ્યક્તિ - નોકરના રૂપ માણસ જોઈતો હશે પરંતુ વાસ્તવમાં તો વધતી જતી વસતિમાં 'માણસ' જ ખોવાઈ ગયો છે!

એક દૃષ્ટાંત યાદ આવે છે, એક શેઠની દુકાન આગળ એક ભિક્ષુક પીવા માટે પાણી માગે છે. શેઠે કહ્યું, હમણાં બેસ, માણસ આવે એટલે પાણી આપશે. પેલા ભિક્ષુકે ઠાવકાઈથી કહ્યું, શેઠ! થોડાક સમય માટે તમે માણસ થઈ જાવ ને!

ભણેલા માણસો આટલા અભણ કેમ? કવિ સુરેસ દલાલનો નિસાસો સાચો જ યથાર્થ ઠરે છે. ભણતર ગણતરને ઘડતરમાં કયાંક ચૂક થઈ છે. કેળવણીમાં કયાંક કચાર રહી ગઈ એ સ્વીકારવાનું રહ્યું. ગુણ મેળવવાના નાદમાં ગુણ કેળવવાનું જ ભૂલી ગયા. શિક્ષણ આડે માર્ગે ફંટાયાનું જ આ પરિણામ છે.

આજે પદવીધારીઓ, અનુભવીઓ, ખંધા મુત્સદ્દીઓ, કાર્યકુશળ - પારવધા, ખુશામરખોર, વગ-વસીલાવાળા કે પવન જોઈ પથ બદલનારાઓનો કોઈ તોટો નથી. આ બધાયે દેખાવે તો રૂડા રૂપાળા માણસ જ છે પરંતુ જયારે માણસાઈની બાદબાકી થઈ જાય ત્યારે માણસ હોવા છતાં માણસ તરીકે મટી જાય છે. આ માણસાઈ - મનુષ્યત્વની બાદબાકી નરી આંખે ન દેખાય એ તો જાત અનુભવે જ સમજાય એવું આ કડવું સત્ય છે.

સવારથી સાંજ બજાર કે જાહેરજીવનમાં હરતાં ફરતાં અનેકવિધ લોકો કે જેઓ બસ પોતાના ફાયદા માટે બીજાને કઈ રીતે વેતરાવો એની જ ગડમથલમાં પડેલા જોવા મળે છે. મચ્છરને કદી મચ્છરની બીક ન લાગે પરંતુ અહીં તો માણસને માણસથી સંભાળવું પડે - ચેતીને ચાલવું પડે. આ એક વરવી વાસ્તવિકતા માણસાઈના અભાવના ગોબા પડેલા આવા લોકો જથ્થાબંધ હાજરસ્ટોકમાં સર્વત્ર ઉપલબ્ધ થશે જ... પાસે બેઠેલો અપટુડેટ - શુટેડ બુટેડ દેખાતો સજ્જન ખિસ્સાકાતરું હોય પણ ખરો! ભીડ વચાળે ધક્કામારી આગળ વધતો સજ્જન કોઈના પડેલા પૈસા પગમાં દબાવી હળવેથી ગજવામાં મૂકે પણ ખરો... મિત્રવૃંદની હાજરીમાં નિર્લેપભાવે આરોગતા એકલપેટા કોરાધાકોર માણસો... ભણેલા લોકોની આવી હીનવૃત્તિ જોઈને સમસમી જવાય છે.

ફૂલ દેખાવે સોહામણું હોય છે પણ એમાં રહેલી સુવાસ અને સવાયું સાબિત કરે છે, એવું જ માણસાઈ વિષે કહી શકાય. ઘણીવાર ઊંચી લાયકાત, વર્ષોનો અનુભવ, વિદ્વતા કે આર્થિક સંપન્નતાને ધ્યાનમાં રાખી વ્યક્તિને મૂલવીએ છીએ પરંતુ જયારે આવા માન-મરતબો દરાવતા મોટા લોકોનો અપેક્ષા કરતાં ઉલટો અનુભવ થાય ત્યારે એમના વિશે ભારોભાર ટીકા કરવા લાગીએ છીએ. એનો મતલબ એ થયો કે વ્યક્તિમાં બધુ જ હોવા છતાં કશુંક ખૂટે છે. બહારથી મૂલ્યવાન જણાતા લોકો અનુભવે કોડીના પૂરવાર થતા હોય છે.

હું માનવી માનવ થાઉં તો ઘણું - કવિની આ પંક્તિ ઘણુંબધું કહી જાય છે. માનવી તરીકે અવતર્યા તો ખરા પરંતુ સાચા માનવી બની જવામાં જ લિજ્જત છે. એ જ જીવનનું સાર્થક્ય! વ્યક્તિમાં રહેલી ઉણપ એટલે માણસાઈનો અભાવ. એ ખોટને પૂર્વ માંડીએ તો સાચા માણસ થઈ શકાય. આ તો માંહ્યલા સંસ્કાર ખીલવવાની વાત છે. હમણાં વોટ્‌સએપ પર મેસેજ વાંચ્યો.

માણસોના પણ દસ્તાવેજ બનાવવા જરૂરી છે.

ઘણીવાર માણસ બહારથી આપનો અને અંદરથી બીજાનો નીકળે છે.

આમ આજે માણસની વિશ્વસનીયતા પર પ્રશ્નાર્થ છે. એક સમયે વચનબદ્ધતા કે નૈતિક જીવનનિષ્ઠા સમાજની આગવી ઓળખ હતી. પરંતુ કાળક્રમે મૂલ્યો બદલાયાં. વિચાર વહેણ પલટાયું. જીવનદૃષ્ટિ બદલાઈ છતાં અપવાદરુપ સાચદિલ ચરિત્રો સમાજ હશે ખરાં, પરંતુ સાવ અલ્પમાત્રામાં સમાજનો મોટાભાગનો વર્ગ જયારે મૂલ્યનિષ્ઠ નૈતિક જીવન જીવે એ અપેક્ષિત છે. આજે તો જાણે માણસાઈનો લીલો વાસ્તવમાં માણસ એટલે જ સારાપનો સંપુટ.

દોસ્તો, મળેલું આ માનવજીવન ઈશ્વરની અનુપમ દેણ છે. આ જગતમાં કોઈક ઋણાનુબંધથી વિહરીએ છીએ - વિસ્તરીએ છીએ. જન્મ્યા પછીની પ્રત્યેક ક્ષણને કાળ ગ્રસી રહ્યો છે. મનમાં મોટા થયાનો ઉમળકો છે તો બીજી તરફ પ્રત્યેક ક્ષણ આપણને મૃત્યુ તરફ દોરી રહી છે. ત્યારે શાસ્તવચન મુજબ જન્મ, મૃત્યુ જરા વ્યાધિ, દુઃખદોષાનુદર્શનમ્ - આ બધાનું અનુદર્શન કરવાનું શીખીએ. જીવનનો મર્મ સમજાશે.

માણસ જુનો થતો જાય છે - ને - દુનિયા નિત નવી થતી જાય છે. આ વરવી વાસ્તવિકતા છે. જીવનમાંથી સરકતી ક્ષણોની બાદબાકી થતી રહી છે ત્યારે પ્રાપ્ત પળોને પકડી પકડવાની દક્ષતા કેળવવી જોઈએ. આમ જોઈએ તો જિંદગી એક કર્તવ્ય જ છે. પોતાને ફાળે આવેલી દરેક જવાબદારી દિલ રેડીને નિભાવવામાં જ માનવજીવનની ખરી સાર્થકતા રહેલી છે.

સ્પર્શમણિ

જિંદગી હસીને હસાવી લો, બે ઘડી સ્નેહમાં વિતાવી લો.
શી ખબર કાલે મળ્યા કે ના મળ્યા આજને પ્રેમથી વધાવી લો

●●●

કોઈ પૂછે છે મને કે મિત્ર એટલે શું?
હું કહીશ કે એવો સંબંધ કે જેમાં કોઈ તિરાડ પડતી નથી.
કોઈ પૂછે છે મને કે સંબંધ એટલે શું?
હું કહીશ કે એ એવો પ્રેમ છે કે જેમાં ગેરસમજને સ્થાન નથી.
કોઈ પૂછે છે મને કે પ્રેમ એટલે શું?
હું કહીશ કે જિંદગીની એ એવી રચના છે કે જેમાં ડૂબીશું તો તારી જવાશે.
અને કોઈ પૂછે છે મને કે જિંદગી એટલે શું?
તો હું કહીશ કે સારા મિત્રો, સાચો સંબંધ અને નિઃસ્વાર્થ પ્રેમ એટલે કે જિંદગી...