સલામી સવારની..

સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

નિર્દોષનાં બલિ પછી પણ તંત્ર જાગતું નથી !
અમૂલ્ય જિંદગી જાય છતાં કંઈ લાગતું નથી ?
માનતું નથી હપ્તા સિવાય આ ખાઉધરું તંત્ર -
નિયમો છતાં કાયદાનું પીપુડું વાગતું નથી...

હાઈકુ

ફૂટેલ તંત્ર !
ખૂટલ અધિકારી -
પથ્થર દિલ...

પરિપત્રો છે
કાયદા પણ છે -
માને છે કોણ ?

ચિંતન

અલ્પસારં શ્રુતવન્તમપિ ન બહુમન્યતે લોક: ।

ઉપરોક્ત શ્લોક ચાણક્યસૂત્રમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

અગંભીર વિદ્વાનોને લોકો સન્માન નથી આપતા.

વિદ્વાને હંમેશા ગંભીર રહેવું જોઈએ. વધુ બોલ બોલ કરનારો, ચંચળ મનુષ્ય ભલે ગમે તેટલો વિદ્વાન હોય તો પણ લોકો એનો આદર નથી કરતાં, એટલું જ નહીં એની વાત પણ લોકોને પ્રભાવિત કરી શકતી નથી. વિદ્વાનની જેમ રાજાએ પણ ગંભીર રહેવું જોઈએ.

વિદ્વાનો અને રાજકર્તા (પ્રધાનમંત્રીઓ) એ ગંભીર રહેવું જોઈએ કોઈ પણ બાબતમાં તલસ્પર્શી જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી પછી જ પોતાનો મત વ્યક્ત કરવો જોઈએ.

કેટલાંક અર્ધકચરાં લોકોને બધી જ બાબતમાં પોતાનો અભિપ્રાય - આગ્રહપૂર્વક રજૂ કરવાની ટેવ હોય છે આવાં લોકો હાથે કરીને પોતાનું મૂલ્ય ઘટાડે છે પછી તેમની કે તેમનાં કોઈ સૂચન-વાતની નોંધ કોઈ લેતું નથી.

સુવિચાર

- ખ્વાહિશોં કી ચાદર તો કબકી તાર તાર હો ચૂકી હૈ...
  દેખતે હૈં વક્ત કી રફુગીરી કયા કલામ કરતી હૈ - **દિલનાઝ પટેલ**
- વૃત્તિ વિના સૃષ્ટિનું રહસ્ય જાણી શકાતું નથી - **વિનોબા ભાવે**
- બીજાને નાના સમજવાનું સહેલું છે, પણ પોતાને નાના સમજવાનું ઘણું મુશ્કેલ છે - **પીટર બોરો**
- હસવાવાળા કરોડપતિ દુર્લભ હોય છે - **ડેલ કાર્નેગી**
- આપણું મોટા ભાગે મંદિરના ઘંટ જવું છે,
  જે બીજાને બોલાવે છે પણ પોતે ઉપદેશ નથી સાંભળતા - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- જીવનમાં જો તમારી પાછળ બોલનાર કોઈ જ નહીં હોય તો
  તમે ક્યારેય આગળ વધી શકશો નહી - **નવનીત**
- આજનું ઔષધ : અડદની દાળને બાફીને તે પેસ્ટ ટાલ પર બે કલાક બાંધવાથી વાળ ઉગે છે

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

બંગાળના સમાજ સેવક ક્ષિતિમોહન બાબુ - રાત-દિવસ જોયા વિના સમાજ સેવામાં લીન રહેતા. તેમના પત્ની ગુસ્સાવાળા સ્વભાવના હતા. અને બાબુજી એકદમ શાંત. એક દિવસ બાબુજી ઘરે પહોંચવામાં મોડા પડ્યા. રાહ જોઈને કંટાળી ગયેલી પત્નીને ખૂબ ગુસ્સો આવ્યો. તેમણે બાબુજીને કહ્યું 'તમને સમાજસેવાનું ઘેલું લાગ્યું છે. તમને તમારી જાતની કે મારી કોઈ પરવા નથી. ભૂખ્યા ભૂખ્યા સમાજ સેવા કરો છો. માંદા પડશો તો હું સેવા નથી કરવાની. તમે આજે ઠંડા દાળ-ભાતથી જ સંતોષ માનજો. હું કંઈ ગરમ કરીને તમને જમાડવાની નથી.' ક્ષિતિમોહન શાંત રહ્યા. અને ઠંડા દાળભાત થાળીમાં પીરસી પત્નીના માથા પર મૂકીને ધીમેથી બોલ્યા, 'કાંઈ વાંધો નહીં, દાળભાત ભલે ઠંડા હોય, તારા માથામાં ગુસ્સો ભર્યો છે, અને ક્રોધમાં તમારું માથું ગરમ ગરમ થઈ રહ્યું છે અને આંખો પણ લાલ થઈ રહી છે તો આ દાળ-ભાથ પણ ગરમ થઈ જશે.' આવી રમૂજથી પત્નીને પોતાના વર્તન ઉપર શરમ આવી અને હસી પડ્યા. મોહન બાબુના આવા પ્રેમાળ, શાંત અને રમુજી સ્વભાવ પર મુગ્ધ થઈ જીવનભર તેમને ક્રોધ ન કરવાનો સંકલ્પ કર્યો. જો મોહનબાબુએ પણ સામે ક્રોધ કર્યો હોત તો આવું પરિણામ ન મળત. કોઈ સકારણ - અકારણ ગુસ્સો કરે તો તેના મનના ભાવને વહી જવા દો. ક્રોધ કરેલો વ્યક્તિ વિશે કોઈ પણ ખરાબ ભાવ આપણા મનમાં ન લાવીને ક્ષમા કરી દો. શાંત મન રાખો. એટલે સામેવાળાનો ગુસ્સો આપોઆપ શાંત થઈ જશે. જળ અગ્નિને ઠારે છે એમ ક્ષમા ક્રોધને ઠારે છે.

વિપક્ષો માટે આત્મનિરીક્ષણનું પર્વ

તંત્રીસ્થાનેથી...

વિરોધ પક્ષોએ સત્તાધારી પક્ષનો વિરોધ માત્ર કરવા ખાતર નહીં કરવો જોઈએ. જ્યાં પ્રજાહિતનાં કામોમાં સત્તાધારી પાર્ટી નબળી પડતી હોય ત્યાં જરૂર ધ્યાન દોરવું જોઈએ અને જરૂર પડ્યે આંદોલન પણ કરવું જોઈએ. પરંતુ આપણી સિત્તેર વર્ષ વટાવ્યા પછી પણ કાચી રહી ગયેલી લોકશાહીમાં આવો વિવેક પ્રગટ્યો નથી. અપવાદરૂપે આવો વિવેક નહેરુયુગ દરમિયાન વિપક્ષમાં બેસતા રામમનોહર લોહિયા કે ફિરોઝ ગાંધીમાં હતો અને ઈંદિરા યુગમાં આવો વિવેક અટલ બિહારી વાજપેયીમાં દષ્ટિગોચર થતો. આજે તો વિપક્ષનો અર્થ જ કોઈ પણ બહાના હેઠળ વિરોધ કરતા રહેવું અને સત્તાધારી પાર્ટીને સતત ટેન્શનમાં રાખવી એવો થઈ ગયો છે. વિપક્ષમાં બેઠેલા ધારાસભ્યો કે સાંસદો પાણીમાંથી પોરા શોધતા રહે છે અને પોતે મોટો મીર માર્યો હોય એવો વટ મારતા ફરે છે. સરકાર વિરુદ્ધ નિવેદનો આપવાની ફૅશન પડી ગઈ છે. એવાં મરીમસાલાયુક્ત ચટાકેદાર નિવેદનો મીડિયાની પાંખે ચડી મતદારો સુધી પહોંચે એટલે ભયોભયો ! આપણું ચૂંટાવું સાર્થક ! - પરંતુ વિપક્ષી નેતાઓ સમજતા નથી કે એમની આવી માનસિકતા પર ભલાભોળા મતદાતાઓ તો દયા ખાતા હોય છે. એમને તો પોતાના વિસ્તારની પ્રગતિ થાય, અટકેલાં કામો આગળ વધે અને અંગત તેમ જ જાહેર પ્રશ્નો ઉકેલાય એમાં જ રસ હોય છે. સરકાર કે સત્તાધારી પાર્ટીને ગાળો દેતા રહેવાથી કે એને લોકનજરમાં બદનામ કરવાની પ્રવૃત્તિ બલકે એક મુદ્દાનો કાર્યક્રમ ચલાવતા રહેવાથી પ્રજાને કોઈ જ ફાયદો નથી થતો. એક તબક્કે એ જ પ્રજા વિપક્ષી ઉમેદવારને બાજુએ હડસેલી સત્તાધારી પાર્ટીના ઉમેદવાર તરફ વળી જાય છે. અમેઠીમાં રાહુલ ગાંધીની સામે 'બહારનાં' પરંતુ સત્તાધારી પાર્ટીનાં સ્મૃતિ ઈરાનીને ચૂંટવા પાછળનું આ જ મનોવિજ્ઞાન છે. અમરેલીની બેઠક પર અજેય ગણાયા વિપક્ષના નેતા પરેશ ધાનાણી કે આણંદની બેઠક પર સતત ચૂંટાતા રહેતા માધવસિંહ સોલંકીના સુપુત્ર ભરતસિંહ સોલંકીની હાર તે આ જ પ્રજાકીય ઉદાસીનતાનાં નેત્રદીપક ઉદાહરણ છે. પ્રજા વધુ સારો વિકલ્પ શોધતી રહે છે. એમાં સૌથી ટૂંકો - શૉર્ટકટ સત્તાધારી પાર્ટીને જ ફરી એકવાર તક આપવાનો વિકલ્પ છે. પ્રજાજનોએ ૨૦૧૯ની ચૂંટણીમાં વિપક્ષોના વધુ પડતા નકારાત્મક અને દોષારોપણથી ભરપૂર વલણનો આવો જવાબ પાઠવીને વિપક્ષોને એક જબરદસ્ત બોઠપાઠ આપી દીધો છે. શરદ પવાર જેવા વર્ષોથી લોકહૈયે વસી ગયેલા નેતાને કે ગઠબંધનનું રાજકારણ કરી સત્તાધીશ થવા મથતાં દલિત નેતા માયાવતીને પ્રજાએ જાકારો આપ્યો એની પાછળ પ્રજાની આ જ માનસિકતા છે. મમતા બેનરજીએ વધુ પડતી ઉગ્રતા સાથે વડાપ્રધાન મોદીનો અને પાર્ટીના રાષ્ટ્રીય અધ્યક્ષ અમિત શાહનો વિરોધ કર્યો, પરિણામે પશ્ચિમ બંગાળમાં ભાજપ પહેલી જ વાર ૪૨ પૈકીની ૧૮ બેઠકો જીતી શક્યો. મમતાએ વડાપ્રધાનને લાફો મારી દેવા સુધીની વાત કરી એનું નુકશાન એમને જ થયું. વિપક્ષ વેરવિખેર હતો અને હવે તે ફરી વધુ વિખેરાઈ જવાનો છે. ચૂંટણી પૂરતી ગઠબંધનની વાતો ચાલે, પરંતુ પછી તો બધા જ 'અપની ડફલી - અપના રાગ' આલાપતા થઈ જતા હોય છે. શરદ પવારને મોડી મોડી ડહાપણની દાઢ ફૂટી છે. એમને નેશનાલિસ્ટ કોંગ્રેસ પાર્ટીને કોંગ્રેસમાં ભેળવી દેવાની દરખાસ્ત કરીને કેન્દ્રમાં અધિકૃત વિરોક્ષ પક્ષ તરીકે કોંગ્રેસને તક મળી શકે એવી સુવિધા કરી આપી છે. સમજણ સાથે કોંગ્રેસમાંથી એક યા બીજા સમયે અને એક યા બીજા બહાના હેઠળ અલગ પડેલા પક્ષો ફરી એકવાર માતૃપક્ષ કોંગ્રેસના નેજા હેઠળ એક થશે તો તે લોકશાહીના ઈતિહાસનું યાદગાર પાનું બની રહેશે. એ દષ્ટિએ ૨૦૧૯ની ચૂંટણીનો કારમો પરાજય વિપક્ષો માટે આત્મનિરીક્ષણનું પર્વ બની શકે !

સ્મિત બુદ્ધા

જીવન દર્શન
ચિરાગ એસ જાની

(ગતાંકથી આગળ....)

ચાઈનીસ માન્યતા મુજબ સ્મિત બુદ્ધ વિશેની જાણવા જેવી સારા પરિબળો :

૧. સ્મિત બુદ્ધા ની છબી :

સ્મિત બુદ્ધની મૂર્તિઓ મોટાભાગના ખુલ્લા પોટ પેટના પેટ સાથે ઝભ્ભોમાં હસતાં અથવા હસતાં ગાલમાં રહેલા હાસ્યને દર્શાવે છે, જે સુખ, શુભેચ્છા અને સંપૂર્ણતાને પ્રતીક કરે છે. તેમની છબી ઘણા મંદિરો, રેસ્ટોરન્ટ્સ અને તાવીજને ગ્રહણ કરે છે, કેમ કે તે સંતોષ અને પુષ્કળતાના દેવ બની ગયા છે. સ્મિત બુદ્ધની છબી લગભગ હંમેશા કપડા અથવા લિનન બતક વહન કરતા જોવા મળે છે, જે ઘણાં કિંમતી વસ્તુઓથી ભરેલી હોય છે, જેમાં ચોખાના છોડ, બાળકો માટે કેન્ડી, ખોરાકનો સમાવેશ થાય છે.

૨. સ્મિત બુદ્ધાના ભિક્ષુક બાઉલ સાથે :

સામાન્ય રીતે સ્મિત બુદ્ધા ની આકૃતિ સાથે જોવામાં આવેલો એક વસ્તુ તેના બૌદ્ધ પ્રકૃતિને રજૂ કરવા માટે ભિક્ષુક બાઉલના દ્રશ્યોમાં ઈચ્છા આપનાર ચાહક તરીકે ઓળખાવા માં આવે છે. આ બધી છબીઓ હોટેઈને એક ભટકતા સાધુ તરીકે જુએ છે જે આજુ-બાજુ જાય છે અને આ દુનિયાની લોકોથી ઉદાસી લઈ આનંદ આપે છે.

૩. સ્મિત બુદ્ધાને પેટ થી રગડવાની દંતકથા :

જો સ્મિત બુદ્ધાને મહાન પેટને રગડો તો તે સંપત્તિ, સારા નસીબ અને સમૃદ્ધિ લાવે છે. હોટિને પુનર્સ્થાપિત કરનારાઓ, નસીબના આશ્રયદાતા તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે. વર્ષોથી તેમણે ખુશી અને વિષયવસ્તુની સમૃદ્ધિ જેવા ઘણા ફાયદાકારક લક્ષણો રજૂ કર્યા છે

૪. સ્મિત બુદ્ધાને આનંદ અને સંપત્તિનો પ્રતીક છે:

સંતોષ અને શાંતિના વાતાવરણને ઉમેરવા માટે ઘરમાં એક સ્મિત બુદ્ધા આનંદ અને સંપત્તિનો પ્રતીક માનવામાં આવે છે. આપણે ખૂબ મહેનત કરીએ અને લોભી ન બનીએ તે માટે તેમના જન્મદિવસ ના રોજ મીણબત્તીને પ્રકાશિત કરવા માટે તે ખૂબ જ શુભ છે અને તમે તેને લગતા કોઈપણ વિશેષ વિનંતીઓ આપવા માટે કહી શકો છો.

૫. ફૅંગ શુઇ સ્મિત બુદ્ધા :

ફૅંગ શુઈ સ્મિત બુદ્ધા જગ્યાએ વાસ્તવિક સ્થિતિ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરી મૂર્તિનો દિશા નિર્દેશ કરવાથી જીવનમાં ચોક્કસ અસંતુલનને સુધરે અને જીવનમાં સુમેળ અને વ્યવસ્થા વધુ શાંતિપૂર્ણ અને સમૃદ્ધ જીવનનો અનુભવ આપે છે. વિવિધ સમસ્યાઓ ઉકેલવા માટે ફૅંગ શુઈ સ્મિત બુદ્ધા ઉપયોગમાં લેવાય છે.

૬. કુટુંબમાં તણાવને ઉકેલવા માટે દિશા નિર્દેશ કરે છે.

જો કુટુંબ દલીલો અને તાણથી પીડાય હોય સ્મિત બુદ્ધની છબી અથવા મૂર્તિ આ સમસ્યાઓનું નિરાકરણ કરશે. તેને પૂર્વ દિશા અથવા મારા વસવાટ કરો છો ઓરડામાં અથવા મુખ્ય હોલમાં આસપાસ બેસવામાં આવે ત્યારે જોઈ શકાય છે.

૭. આકર્ષણ અથવા સંપત્તિ દિશા :

જે લોકો સંપત્તિ, સ્વ- વિકાસ, સુખાકારી અને વિજયના પાસાંમાં તેમની નસીબ વધારવા માંગતા હોય ફૅંગ શુઈ કુઆ ફોર્મ્યુલા મુજબ માં સ્મિત બુદ્ધને પ્રદર્શિત કરવાથી તમારા ધ્યેયો સિદ્ધ કરવામાં મદદ મળશે.

૮. સ્મિત બુદ્ધા દિશા નસીબ આકર્ષવા માટે :

જ્યારે મુખ્ય હૉલ, ડાઈનિંગ રૂમ અથવા ઘરના બેડરૂમમાં દક્ષિણ-પૂર્વ ક્ષેત્ર ફૅંગ શુઈ બગુઆ ફોર્મ્યુલા મુજબ સ્મિત બુદ્ધ મુકવાથી આવકમાં વધારો,સ્પર્ધાત્મક કારકિર્દી , ઉચ્ચ સ્થાનો માટે, દુશ્મનોની અસરોને દૂર કરવા,મન અને તાણ ઘટાડવા માટે મદદ મળશે

ચાઈનીસ માન્યતા મુજબ સ્મિત બુદ્ધ વિશેની જાણવા જેવી નરસા પરિબળો :

સ્મિત બુદ્ધાની આંખ ઓછામાં ઓછી આંખનું સ્તર હોવાથી તેની તરફ જોવું એ અપમાનજનક ગણવામાં આવે છે. મોટરો સાથે ઈલેકટ્રીકલ આઉટલેટ્સ, સાધનસામગ્રી નજીક રાખવાનું ટાળો આ પ્રકારની પ્રવૃત્તિ આસપાસની ઊર્જાને ખલેલ પહોંચાડે છે. તેને ટીવીની ટોચ પર ન મૂકો. સ્મિત બુદ્ધા ક્યારેય ફ્લોર પર મૂકવામાં આવવું જોઈએ નહીં કારણ કે આ અપમાનજનક નિશાની છે, જેને સીધા જ મુખ્ય દરવાજાનો સામનો કરવો જોઈએ નહિ. (પૂર્ણ)

આવો, આપણે આપણા દુ:ખને પ્રેમ કરતા શીખીએ

મોરપીંછના રંગ
ડો. કનૈયાલાલ ભટ્ટ

આખા બ્રહ્માંડની સૌથી મોટી આશ્ચર્યકારક અને રહસ્યમય ઘટના હોય તો તે ''માનવજીવન'' છે. કેમ કે આપણા જીવનમાં જે જે સૌથી વધુ મહત્વનું છે તે તે બધુ જ અદશ્ય છે આપણે તેને જોઈ શકતા નથી અને છતાંય શ્રદ્ધા પૂર્વક આખી જિંદગી આપણે તેને વળગી રહીએ છીએ. જેમ કે 'ઈશ્વર' ને આપણે કે આપણી હજારો પેઢીઓમાંથી કોઇએ જોયો નથી છતાંય પેઢી દર પેઢી આપણે એ જ અદશ્ય ઈશ્વરની પૂજા, અર્ચના, આરાધના શ્રદ્ધાપૂર્વક કરતા રહીએ છીએ. એવી જ રીતે 'હવા, પ્રકાશ, અંધકાર, અવાજ, આનું કોઈ નક્કર સ્વરૂપ નથી, આ બધું જોઈ શકાતું નથી, પણ છે એ હકિકત છે., એવી જ રીતે આપણી અંદર રહેલો '' જીવ, આત્મા, સંવેદના, ક્રોધ, શંકા, પ્રેમ, નફરત, મમતા, મન, ઈર્ષા, સુખ, દુ:ખ, હાસ્ય, પીડા, દર્દ, વેદના, આવા અનેક ભાવ વિભાવો છે કે જે આપણે રોજે રોજ અનુભવીએ છીએ. જે આપણી સાથે, આપણી અંદર જ હોવા છતાંય આપણા જ આ ભાવો વિભાવોને આપણે ક્યારેય જોઈ શકતા નથી. આનાથી બીજું મોટું આશ્ચર્ય ક્યું હોઈ શકે ?

બીજી રીતે વિચારીએ તો આપણા શાસ્ત્રો પ્રમાણે અને હું પણ માનું છું કે આ સંસારમાં 'માનવ જીવન' થી શ્રેષ્ઠ કશું જ નથી. કેમ કે એમાં ઈશ્વરે જે વિવિધતા ભરી છે તે અન્ય જીવોમાં કે દેવત્વમાં પણ નથી. સંસારનો બીજો કોઈ જીવ માનવી જેટલા ભાવ વિભાવોની અનુભૂતિ કરી શકતો નથી. આપણું મન એ ખરેખર બ્રહ્માંડનું જ એક સ્વરૂપ છે. જેમ બ્રહ્માંડ અનંત છે તેમ મન પણ અનંત છે. આ મનના સૌથી મોટા બે સ્વરૂપો છે સુખ અને દુ:ખ. આ બે ભાવો આધારિત આપણું જીવન પસાર થતું હોય છે. ખરેખર તો સુખ અને દુ:ખ એ મનની બે અવસ્થાઓ છે. આપણે જે અવસ્થામાં જેવો ભાવ અનુભવીએ છીએ એવી અનુભૂતિ આપણને થાય છે. અને એવા દશ્યો આપણા જીવનમાં આવતા જાય છે. કેમ કે આપણા જીવનની તમામ ઘટનાઓ પાછળનો મુખ્ય કેમેરો તો આપણું મન જ છે. આપણા મનમાં જે વિચારો ઉદભવે છે આપણું મન જે સતત વિચારતું રહે છે એ ખરેખર કેમેરારૂપે એનું શુટિંગ કરતું હોય છે. અને પછી એ બધા વિચારો, દશ્યો આપણા આગામી જીવનમાં ઘટના રૂપે મોકલે છે. એ દશ્યો કંઈ રીતે મોકલે છે એની કોઈને ખબર નથી. એની સિસ્ટમ કોઈ જાણતું નથી. પણ એ સત્ય તો છે જ. આપણા સૌનું મન બ્રહ્માંડની એક અદશ્ય પરમ શક્તિ સાથે કનેક્ટ તો છે જ. તેથી આપણું મન જે જે વિચારો, શંકાઓ, પ્રેમ, નફરત... જે જે કરશે તે તે બધું પરમ પ્રકૃતિ પાસે જશે અને પરમશક્તિ એ પ્રમાણે આપણા જીવનમાં એવી ઘટનાઓનું નિર્માણ કરશે. બસ, આ સિસ્ટમ પ્રમાણે જ આપણે સુખી કે દુ:ખી થતા હોઈએ છીએ. પણ આ સિસ્ટમ જાણતા નહીં હોવાને કારણે આપણે વધુ દુ:ખી થતા રહીએ છીએ.

ખરેખર જોઈએ તો દુ:ખ એ કાંઈ દુ:ખ છે જ નહીં. માત્ર આપણા મનની એ નબળી અવસ્થા છે. મનની અસમજણનો એક ભાગ છે. દા.ત. આજના યુવાનોને ઘરમાં મા બાપ કોઈ કારણસર વઢે છે, કે કોઈ કામ કરતા રોકે છે, કે તેમની બધી ઈચ્છા પુરી નથી કરતા. તો સંતાનો દુ:ખી દુ:ખી થઈ જાય છે. પણ એમ બનવાનું કારણ વિચારીશું તો કદાચ સત્ય સુધી પહોંચી શકાશે અને લાગેલ દુ:ખ હળવું થઈ જશે. કારણ કે દુનિયામાં એકેય માતાપિતા એવા નહીં હોય કે જેઓ પોતાના સંતાનને સુખ આપવા ના ઈચ્છતા હોય. પણ ઘરની, સમાજની, સ્થિતિ પરિસ્થિતિ પ્રમાણે નિર્ણય કરીને હા – ના થતી હોય છે. પતિ પત્નીમાં પણ મોટેભાગે વાતે વાતે ખોટું લાગવું, એકબીજા પ્રત્યે શંકાઓ કરવી, નાની નાની વાતમાં ઝગડાઓ કરવા, ઈર્ષા કરવી... આ બધાને કારણે દુ:ખનું નિર્માણ થતું હોય છે. અને પ્રકૃતિનો નિયમ છે કે જેવી ક્રિયા કરશો એવી જ પ્રતિક્રિયા સામે આવશે. ક્રોધ, નફરત, શંકા, ઈર્ષા, વેર-ઝેર, આ બધી નકારત્મક શક્તિ રબ્બરના દડા જેવી છે. જેટલી જોરથી એને આપણે બીજા તરફ ફેંકીએ છીએ એટલી જ ઝડપથી એ આપણી સાથે આવીને અથડાય છે અને આપણને જ વાગે છે. નુકશાન કરે છે.

આમ જોઈએ તો દુ:ખના બે પ્રકારો છે. શારીરિક દુ:ખ અને માનસિક દુ:ખ. શારીરિક દુ:ખ.ની અનુભૂતિ તો માનસિક રીતે જ થવાની છે. કેમ કે આપણા શરીરને કાંઈપણ થાય તો દુ:ખ તો મન જ અનુભવે છે. તેથી કોઈપણ શારીરિક તકલીફ કે અકસ્માતે મળેલી શારીરિક પીડા મનને સંતુલિત કરીને, સકારાત્મક દિશામાં વાળીને અન્ય કાર્યોમાં વ્યસ્ત રાખીએ તો દુ:ખને હળવું કે ઓછું કરી શકાય છે. સારાં પુસ્તકો વાંચવાથી, ટીવી કે ફિલ્મો જોવાથી, સંગીત સાંભળવાથી, મિત્રો સાથે કે ગમતી વ્યક્તિ સાથે વાતો કરવાથી દુ:ખ હળવું કે ભૂલી શકાય છે. કેમ કે શરીરને થયેલી ઈજાની આસપાસ મન ભટક્યા કરશે તો દુ:ખની માત્રા વધવાની છે. અને મન જો બીજા કામમાં પરોવાશે તો દુ:ખ ભૂલી શકાશે.

આપણા સૌના જીવનમાં સૌથી ખતરનાક દુ:ખ છે માનસિક દુ:ખ. શરીરને ઈજાથી થયેલ દુ:ખ તો થોડા સમયમાં ઠીક થઈ જાય છે. પણ મનને થયેલું દુ:ખ લાંબા સમય સુધી ભૂલી શકાતું નથી. ઘણા એકદમ સ્વસ્થ હોય, આર્થિક રીતે સંપન્ન હોય છતાંય દુ:ખી હોય છે. કેમ કે જેમનું મન સંતુલિત નથી, સંયમી કે સમજદાર નથી, તેઓને નાની નાની વાતે કે ઘટનાએ દુ:ખની અનુભૂતિ વધારે થતી હોય છે. ઈશ્વરે આપણને મનની એટલી બધી શક્તિઓ આપી છે કે જો આપણે એને સમજીને સાચી રીતે ઉપયોગ કરીએ તો જીવનની કોઈ પણ પરિસ્થિતિમાં આપણે ક્યારેય દુ:ખી જ ના થઈએ. એટલા સક્ષમ છીએ આપણે. પણ એ માટે મનને સંતુલિત કરવાનું ને કન્ટ્રોલ કરવાનું સામર્થ્ય આપણામાં હોવું જોઈએ. જે નહીં હોવાને કારણે આપણે દુ:ખી થતા હોઈએ છીએ. આપણા જીવનનું સૌથી મોટું દુ:ખ ક્યું ? આપણા પ્રિય સ્વજનનું મૃત્યુ. પણ જીવન છે તો મૃત્યુ પણ નિશ્ચિત જ છે. પણ આ સત્ય મનથી આપણે નથી સ્વીકારી શકતા. તેથી આપણે લાંબા સમય સુધી દુ:ખી રહીએ છીએ. જીવનમાં જન્મથી મૃત્યુ સુધી અનેકોનેક પરિસ્થિતિમાંથી આપણે પસાર થતા હોઈએ છીએ. જો દરેકને સકારાત્મક રીતે સ્વીકારીશું તો જીવનનું મોટાભાગનું દુ:ખ આપોઆપ હળવું કે ગાયબ થઈ જશે.

આપણે જેને નથી સ્વીકારતા એ દુ:ખ તો ખરેખર સુખની અનુભૂતિ કરવાનું શ્રેષ્ઠ માધ્યમ છે. જો તમારે ખૂબ સુખ મેળવવું છે તો ખૂબ દુ:ખ અનુભવો. સંજોગોવશાત કે સ્વભાવગત આવી પડેલા દુ:ખને અપનાવો, એને સ્વીકારીને - એ શા માટે આવ્યું ? તેની સ્વસ્થ મને વિચારણા કરશો તો ગમે તેટલું મોટું દુ:ખ. હશે તો પણ એ જતું રહેશે. કેમ કે દુ:ખ એ આપણા જીવન ઘડતરનો સૌથી શ્રેષ્ઠ ભાગ છે. દુ:ખની સાથે સાથે સંઘર્ષ પણ હોય છે. બાહ્ય કે આંતરિક સંઘર્ષમાંથી દુ:ખ જન્મે છે. આ બન્ને સંઘર્ષ જેમના જીવનમાં હોય તેઓએ સમજવું કે તેમના જીવનનું ઘડતર સારી રીતે થઈ રહ્યું છે.

આ સંસારમાં એક પણ મહાન કે સફળ વ્યક્તિ એવી નથી કે જેમણે જીવનમાં કોઈ સંઘર્ષ કે દુ:ખ વેઠ્યા વિના, વારંવાર નિષ્ફળ ગયા વિના સુખ કે સફળતા મેળવી હોય. શ્રી કૃષ્ણ, શ્રી રામ, ભગવાન બુદ્ધ, ઈશુ, અલ્લાહ, પાંડવો, ભીષ્મ, સમ્રાટ અશોક, ચન્દ્રગુપ્ત મૌર્ય, ઝાંસીની રાણી લક્ષ્મીબાઈ, નરસિંહ મહેતા, કબીર, તુલસીદાસ, વાલ્મીકિ, મહાત્મા ગાંધી, સરદાર, ધીરુભાઈ અંબાણી, હિટલર, ચાર્લી ચેપ્લિન, સચિન તેંડુલકર, અમિતાભ બચ્ચન, નરેન્દ્ર મોદી... આ બધી વ્યક્તિને આપણે જાણીએ છીએ. આમાંથી કોઈનું પણ જીવનચરિત્ર વાંચો તો સમજાશે કે એમણે જે સંઘર્ષ કર્યો છે કે જે દુ:ખ વેઠ્યું છે એના દસમાં ભાગનો સંઘર્ષ કે દુ:ખ આપણા જીવનમાં નથી. અને છતાંય આપણે દુ:ખી દુ:ખી છીએ.

દુ:ખને ખરેખર બે રીતે અનુભવવાનું હોય છે. જે લોકો દુ:ખને દુ:ખને રીતે, દુ:ખી થઈને, રડતા રડતા સ્વીકારે છે ત્યા દુ:ખ વધુ વખત રહે છે. અને જ્યા દુ:ખને હસતા હસતા સ્વીકારવામાં આવે છે ત્યા દુ:ખ વધુ વખત રહી શકતું નથી. કેમ કે દુ:ખનું સ્વમાન દુ:ખ છે, આંસુ છે. હવે દુ:ખ આવે અને તમે જો હસતા રહો, તો દુ:ખને પોતાનું અપમાન લાગશે અને તે જતું રહેશે. તેથી દુ:ખનું સન્માન હાસ્યથી કરવું એ આપણો માનવ સ્વભાવ છે. મૂળ દુ:ખ નકારાત્મક ભાવ છે તેથી તે દુ:ખને, આંસુને સન્માન સમજે છે. એટલે જીવનમાં આવી પડેલા દુ:ખને જલદીથી દૂર કરવાનો એકમાત્ર ઉપાય છે કે એનું સ્વાગત હસતા હસતા કરો, દુ:ખને પ્રેમ કરો. કેમ કે દુ:ખને હસતા માણસો નથી ગમતા. પોઝિટીવ લોકો નથી ગમતા. તેથી આવા હસતા, પોઝિટીવ લોકો સાથે દુ:ખ વધુ સમય નથી રહી શકતું.

માટીમાંથી બનતું માટલું આગમાં તપી તપીને જ પાક્કું બનીને અશુદ્ધ પાણીને શુદ્ધ અને ઠંડું કરવાની ક્ષમતા મેળવે છે. એવી રીતે સોનું પણ આગમાં તપીને જ સોનું બને છે. તેથી જીવનમાં સુખ અને દુ:ખ બે જ પરિસ્થિતિ છે. જો બન્નેને એક કરવી હોય તો સુખની જેમ દુ:ખમાં પણ હસતા રહેવું જોઈએ. આવી પડેલા દુ:ખને પ્રેમ કરીશું તો દુ:ખ પણ પોતાનું સ્વરૂપ બદલીને સુખદ અનુભૂતિ કરાવશે. અને તેથી જ ગીતકાર જાવેદ અખ્તર લખે છે કે

''હર ઘડી બદલ રહી હૈ રૂપ જિંદગી, છાઁવ હૈ કભી, કભી હૈ ધૂપ જિંદગી
હર પલ યહાઁ જી ભર જીઓ, જો હૈ શમા, કલ હો ના હો....

- 9426060601.india@gmail.com

ક્રિકેટનો મહાકુંભ : અબ આયેગા અસલી મજા..!

રઝળપાટ
અજય ઉપાધ્યાય

''ઈંગ્લેન્ડ, ભારત અને ઓસ્ટ્રેલીયાનું સેમીફાઈનલમાં પહોચવું નક્કી છે, જ્યારે ચોથી ટીમ કદાચ પાકિસ્તાન કે ન્યૂઝીલેન્ડ હોય શકે છે '' (સચિન તેન્ડુલકર)...'' '' ભારત અને ઈંગ્લેન્ડ વચ્ચે ફાઈનલ રમાઈ શકે છે જેમાં ઈંગ્લેન્ડનું પલડું ભારે છે,એ સિવાય બીજી ટીમો ઓસ્ટ્રેલીયા અને આફ્રિકા લાસ્ટ ફોરમાં હોય શકે છે '' (એન્ડ્ર્યુ ફ્લીનટોફ)....'' ઈંગ્લેન્ડ વર્લ્ડકપ ૨૦૧૯ જીતવા મજબુત દાવેદાર છે પણ એને ભારત અને ઓસ્ટ્રેલિયાની કસોટીમાંથી પાર ઉતરવું પડશે '' (રિકી પોન્ટિંગ)....'' જે રીતે ભારત રમતું આવ્યું છે એ જોતા સેમીફાઈનલ સુધી તો ભારત આરામથી પહોચી જશે ''(ચામિંડા વાસ)...! આ ચાર દિગ્ગજોએ આ લેખ તમે વાંચતા હશો ત્યાં સુધીમાં શરુ થઈ ચુકેલા ક્રિકેટના મહાકુંભ એવા વર્લ્ડકપના પરિણામોની આછેરી આગાહી કે શક્યતાઓ વ્યક્ત કરી છે. સરવાળે આ ચાર કે બીજા ક્રિકેટ સિતારાઓનો લગભગ મત એવો છે કે ઈંગ્લેન્ડ અને ભારત આ વર્લ્ડકપ જીતવાના દાવેદારોમાં આગળ છે. પણ આ વર્લ્ડકપ છે, અહી ડાર્કહોર્સ બાજી મારી ચૂક્યાના દાખલાઓ છે જ... યાદ કરો ૧૯૮૩ ભારત વિરુદ્ધ વેસ્ટઈન્ડીઝ...!

વાત પણ સાચી જ છે કેમકે જે રીતે ભારતીય ટીમ છેલ્લા થોડા વર્ષોથી રમતી આવી છે અને જે રીતે બોલર્સ અને બેટ્સમેન ફોર્મમાં છે એ જોતા ભારતીય ટીમ માટે સેમી સુધીની સફર બહુ મુશ્કિલ હોય એવું લાગતું નથી. હા, નંબર ૪ પર કોણ ? એ કોયડો હજુ ઉકેલવો કદાચ બાકી છે પણ છતાયે જે રીતે કોહલીની આગેવાનીમાં બધા અત્યાર સુધી પ્રદર્શન કરતા આવ્યા છે એ જોતા નંબર ૪ નો કોયડો પણ ઉકેલાય જશે જ. રોહિત શિખરની જોડી ચાલે તો નંબર ૪ ની બહુ જરૂર રહેશે જ નહિ કેમકે ઈંગ્લીશ પીચો પર માત્ર કોહલીનો રેકોર્ડ જ શાનદાર છે. કપ્તાન કોહલી પર તમે આંખો વિંચીને ભરોસો કરી શકો છો તો ધોની અને હાર્દિક ગેમ ચેન્જર સાબિત થઈ શકે છે. પ્રેક્ટીસ મેચમાં રાહુલની સદી કદાચ નંબર ૪ નો કોયડો ઉકેલી આપશે જો કે કોહલીનો ઝોક વિજયશંકર તરફ વધુ હોય એમ લાગે છે છતાં પણ કેદાર અને રાહુલ આ જગ્યા ભરવા સક્ષમ છે. ઈયાન ચેપલના મતે ભારત પાસે બધી ટીમો કરતા વધુ વેરાયટીવાળું બોલિંગ આક્રમણ છે. ભલે પેસમાં બીજાથી ઉતરતા હોય છતાં વેરાયટી અને ચોક્કસતાની બાબતે બુમરાહ, ભુવી અને શમી કોઈ પણ ટીમને ભારે પડી શકે છે. ચહલ-કુલદીપ અને જાડેજા સ્પિનમાં તરખાટ મચાવશે, એમાયે બોલીંગમાં જાડેજા કદાચ આ ટુર્નામેન્ટમાં હાર્દિક પછીનો બીજો ગેમચેન્જર બની રહે તો નવાઈ નહિ, શરત એટલી કે એને પૂરો મોકો આપવામાં આવે.

ઈન્ઝમામે ભલે દાવો કર્યો હોય કે પાકિસ્તાનની ટીમ આ વખતે ભારતને હરાવશે પણ ભારત-પાકિસ્તાનના ભૂતકાળના મુકાબલા જોતા ઈન્ઝમામની આ ઈચ્છા અધુરી રહેવાની પૂરી શક્યતા છે. નો ડાઉટ લગભગ દરેક વર્લ્ડકપમાં પાકનું પ્રદર્શન આશ્ચર્યજનક રહ્યું જ છે છતાં પણ આ વખતે બીજી ટીમોની સરખામણીમાં એક તો પાક ટીમ વધુ યુવાન - બિનઅનુભવી ખેલાડીઓવાળી અને ખાસ તો વર્લ્ડકપ પહેલા ના ૧૦ વનડે લગાતાર હારીને વર્લ્ડકપ રમવા આવ્યું છે. બે વર્ષ પહેલા ઈંગ્લેન્ડની ધરતી પર જ આઈસીસી ચેમ્પિયન્સ ટ્રોફી જીતી ચુકેલી પાકની ટીમ માટે એવા દેખાવનું પુનરાવર્તન કરવા કન?સીસટન્ટ રહેવું જરૂરી રહેશે. સ્મિથ અને વાર્નરના સમાવેશથી મજબુત બનેલી ઓસીઝની ટીમ છઠ્ઠીવાર વિશ્વકપની ટ્રોફી ઊંચકવા સંપૂર્ણ સજ્જ છે અને જે રીતે વર્લ્ડકપની મેચોમાં ઓસીઝે મેચ બાય મેચ પ્રદર્શન કર્યું છે એ જોતા દાવેદારોમાં સામેલ છે. શેન વોર્ન તો કહી જ ચુક્યો છે કે આ વિશ્વકપ પણ ઓસીઝ જ જીતશે. ભારત અને પાકિસ્તાન બંનેને હમણાં જ વનડે સીરીઝમાં પરાસ્ત કરી ચૂકેલ ઓસીઝની ટીમ વ્યૂહરચનાની માસ્ટર તો ગણાય જ છે એટલું જ નહિ પણ બીગ મેચિસમાં વિજયી દેખાવ કરવાની ટેવ પણ ધરાવે છે. ઈંગ્લેન્ડને ભલે બધા દાવેદાર માનતા હોય પણ ભારતની સાથે સાથે ઓસીઝ કપની રેસમાં શાનદાર દોડ લગાવવાની એ નક્કી છે. ઈંગ્લેન્ડની ટીમ હોમગ્રાઉન્ડ અને ઈન્ફોર્મ ખેલાડીઓને લીધે વિશ્વકપની હોટફેવરીટ તો છે જ પણ સાથે સાથે બીજી ટીમોની સરખામણીમાં મચ મોર બેલેન્સ્ડ છે. રૂટ, મોર્ગન, બટલર, બેરસ્ત્રો, રોય જેવા બેટ્સમેન તો લેટેસ્ટ એડીશન આર્ચર, કરેન, સ્ટોક્સ, મોઈન જેવા બોલરો અને ઉપરથી ઘરઆંગણાની પીચો...મોસાળે જમણ અને મા પીરસનારી..જોઈ શું બીજું? ૩ વાર રનર્સઅપ અને બે વાર સેમીફાઈનલ રમેલી આ ટીમ આ વખતે કશુક કરી છૂટવા સજ્જ છે એવું બધા ક્રિકેટ રસિકોને લાગે જ છે.

હવે જો ઈંગ્લેન્ડ, ઓસીઝ કે ભારત જ ટ્રોફી જીતવાનું હોય તો શું બાકીની ટીમ થેમ્સ નદીમાં તરવા આવી છે ? બિલકુલ એવું નથી. સૌપ્રથમ જે મેચથી વર્લ્ડકપનો આગાઝ થવાનો છે એ સાઉથ આફ્રિકાની ટીમ ભલે ચોકર કહેવાતી હોય પણ આ વખતે એને એક ફાયદો એ છે કે સાઉથ આફ્રિકાની ટીમ આ વખતે કોઈ પણ પ્રકારની અપેક્ષાઓના ભાર વગર ઉતરશે જો કે પહેલા જેવી ચમક આ વખતની આફ્રિકન ટીમમાં નથી જ છતાં પણ ચાર વખત સેમી સુધી પહોચીને વિજયના પ્યાલાથી હાથવેંત દુર રહેલી આ ટીમ ચમત્કાર કરી શકે છે. કૈક એવું જ વેસ્ટ ઈન્ડીઝ માટે કહી શકાય. સટાસટી ક્રિકેટના આ કલાકારો જે દિવસે ચાલ્યા તે દિવસે ભલભલાની બોલતી બંધ કરી શકે એમ છે. વેસ્ટઈન્ડીઝ ટીમનું નવું લોહી પડકારોને જીલવા સક્ષમ છે જ. ૭૯ ના વર્લ્ડકપ વિજય પછી માત્ર એકવાર રનર્સઅપ અને એકવાર સેમીમાં પહોચેલી આ ટીમ માટે ખોવાયેલી પ્રતિષ્ઠા પાછી મેળવવાનો પડકાર છે અને બેટિંગના જોરે આ પડકાર કેટલો પાર કરે છે એ જોવાનું રહેશે. શ્રીલંકાની ટીમ દિગ્જ્જોની ગેરહાજરી અને ઘરેલું ક્રિકેટના રાજકીય દાવપેચને લીધે એકજુટ થઈ શકે એવું લાગતું નથી તો સામે છેડે શેરીમાં સાવજ બાંગ્લાદેશ અને પ્રમાણમાં હજુ ઓછી ક્ષમતાવાળી અફઘાનિસ્તાન કદાચ એકાદ ઉલટફેર કરવા સુધી જ સીમિત રહેવાની. આ બધા અન્ડરડોગમાં સૌથી વધુ ચોકાવનારો દેખાવ ન્યુઝીલેન્ડની ટીમ કરશે એવું મને લાગે છે. વિશ્વકપમાં સૌથી વધુ ૬ સેમી રમેલી આ ટીમ છુપી રુસ્તમ છે એમ કહેવાય. ગુપ્તીલ, ટેલર, વિલિયમ્સન અને લેથલ ની હાર્ડહીટર ટોપ બેટિંગ લાઈનઅપ તો ટેન્ટ, સાંતનર અને સાઉથી ગમે ત્યારે પાસું પલટવા સક્ષમ છે એમ કોઈ શક નથી. મારા હિસાબે ઈંગ્લેન્ડ, ઓસીઝ, ભારત પછી ન્યુઝીલેન્ડ ટીમ પે નિગાહ જમાયે રખના .

ક્રિકેટ ઈઝ એ ફની ગેમ અથવા સુશીલ દોશીના શબ્દોમાં ક્રિકેટ અનિશ્ચિતતાઓ સે ભરા ખેલ હૈ બાકી ક્યાં ૮૩ માં કોઈને ભારતની વિશ્વવીજેતાની આગાહી કરેલી કે એવી જ રીતે ૯૨ માં પાકિસ્તાનની. ટીમોની સાથે સાથે આ વખતે ઈંગ્લીશ પીચો અને ઈંગ્લીશ હવામાનનો સામનો પણ વિજેતાએ કરવો પડશે. ઓવરકાસ્ટ કન્ડીશનમાં સ્વીંગ થતા બોલ પર બેટ્સમેનોની કસોટી થવાની છતાયે એવરેજની દ્રષ્ટીએ એક બે ગ્રાઉન્ડને બાદ કરતા લગભગ મેચ હાઈ સ્કોરિંગ થશે એવું અનુમાન છે. ટોટલ ૪૮ મેચોમાંથી ૧૦ માં વરસાદ વેરી બનવાનો જ એવી ચોખવટ હવામાનખાતું કરી ચુક્યું છે હવે આ ૧૦ મેચ ક્યાં હશે એ ઉપરવાળાને ખબર. પણ આપણું અનુમાન એવું છે કે રશીદખાન,વોર્નર, શાકિબ, બટલર, કોહલી, બોલ્ટ, હસન અલી, ડે કોક, એન્જેલો મેથ્યુઝ અને ક્રીસ ગેલ પર ચાહકોની નજર રહેશે તો સામે છેડે હાર્દિક, મોહમ્મદ નબી, ઝાંપા, બેરસ્ત્રો, આર્ચર જેવા કોઈ અનસંગ હીરોઝ પણ ધમાકા કરી શકે છે. લેટ્સ વેઈટ ટીલ ફોર્ટીન્થ જુલાઈ... ટીલ ધેન એન્જોય ધ ગેમ...!

વિસામો :

૧૯૮૭ના વર્લ્ડકપમાં ન્યુટ્રલ અમ્પાયરની સેવા શરુ થઈ તો આ જ વર્લ્ડકપથી એક ઈનિંગમાં ઓવર્સની સંખ્યા ૬૦ થી ઘટાડીને ૫૦ કરવામાં આવી.