સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

સલામી સવારની..

કીંગી જેમ થયું કોરોના મુકત, આશા રોઈ નાખો !
થાકી હારી 'આત્મનિર્ભરતા'ના ખેલ જોઈ નાખો !
'ફૂંકી' નાખો ધમણથી હવે વેન્ટીલેટર વિના -
'ગુણવત્તા'સભર શુદ્ધ જળે, હાથ ધોઈ નાખો !

હાઈકુ

મફત માથાં !
થાય છે ભીડ ભેગી -
શિક્ષણ ભોગે !
(પરિણામો પર અસર)

થાય છે લૂંટ,
શિક્ષણની દૂકાને -
લૂંટાય વાલી...
(ફી વધારા)

ચિંતન

એકેનાપિ હિ શૂરેણ, પાદાકાન્તં મહીતલમ્ ।
ક્રિયતે બાસ્કરેણેવ પરિસ્ફુરિત તેજસા ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક ભર્તુહરિના નીતિશતકના શ્લોકમાં શૂરવીર પુરુષના સામર્થ્યના ગુણવાન ગાવામાં આવ્યા છે.

જે રીતે અતિશય પ્રકાશમાન તેજવાળો સૂર્ય આખા પૃથ્વીમંડળ ઉપર પોતાના કિરણોનો પ્રકાશ રેલાવી દે છે, તેવી જ રીતે અતિશય પ્રકાશમાન તેજવાળો વીર પુરુષ એકલો હોવા છતાં આખા પૃથ્વી મંડળને પોતાના પગે તળે રાખે છે અર્થાત્ વશ કરે છે.

વીર પુરુષોને પોતાની શક્તિ અને સામર્થ્ય પર દૃઢ વિશ્વાસ હોય છે એટલે એ જે કામ હાથમાં લે છે એમાં પોતાના સંપૂર્ણ શક્તિ અને તાકાતનો ઉપયોગ કરીને સફળતા પ્રાપ્ત કરી ને જ જંપે.

સુવિચાર

- તમે અગવડો સહન કરવા માનસિક અને શારીરિક રીતે તૈયાર છો? તો તે જ તમારા જીવનનો માર્ગ નક્કી કરશે - **બાર્બરા શેર**
- શીખવું કેમ તે શીખવું એ જીવનનું સૌથી મોટું કૌશલ્ય છે - **બૌધિવૃક્ષ**
- જહાં સારા સ્વાર્થ સમાપ્ત હો જાતા હૈ વહીં સે હમારી ઈન્સાનિયત આરંભ હોતી હૈ - **પુનિત સકસેના**
- જીવી લેવા જેવી ક્ષણો પૂરેપૂરી જીવી લેવાય એ જ જિંદગી છે - **કૃષ્ણકાન્ત ઉનડકટ**
- જે લોકો બીજાના વિચાર, બીજાના ગમા, બીજાના અણગમા, બીજાની માન્યતા અને બીજાના નિર્ણયો સ્વીકારી શકતા નથી એ ધીમે ધીમે એકલા પડી જાય છે - **દિવ્ય ભાસ્કર**
- ઘરની પોઝિટિવિટ માણસોથી બનતી હોય છે ઘરમાં કોઈના ચહેરા ઉપર હાસ્ય ન હોય તો 'લાફિંગ બુદ્ધા' કંઈ કરી શકે નહીં - **રોહિત શાહ**
- આજનું ઔષધ : દસેક ગ્રામ ઘઉંને બળીને તેની રાખ મધ સાથે સવાર-સાંજ ચાટવાથી તૂટેલું હાડકું ઝડપથી જોડાય છે

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

ચાર રસ્તા ઉપર બે ઊંચા થાભલા વચ્ચે દોરડું બાંધી એના પર ચાલવાનો ખેલ એક નટે શરુ કર્યા આવું કરતી વખતે તેણે હાથમાં એક વાંસ રાખ્યો હતો પણ એણે વદારામાં એના દસ વર્ષના પુત્રને પણ ખભે બેસાડીને આ ખેલ કર્યો હતો. લોકોન ટના આ ખેલને આશ્ચર્યની દૃષ્ટિએ જોઈ રહ્યા હતા. ધીરજપૂર્વક તે બીજા છેડે પહોંચ્યા. લોકોએ તેને તાળીઓથી વધાવી લીધો. નટે કહ્યું, 'હવે હું આવી જ રીતે છેડાથી સામેના છેડે ફરી જઈ શકીશ તેવું તમને લાગે છે ખરું ??' લોકોએ કહ્યું, 'હા... હા... તમે જરૂર એ કરી શકશો...' નટે કહ્યું, 'તમને મારા પર એટલો બધો ભરોસો છે?' લોકોએ કહ્યું, 'હા, ભાઈ, અમે એ બાબત શરત લગાવવા તૈયાર છીએ.' નટે કહ્યું, 'તમારામાંથી કોઈ એક જણ મારા ખભા પર બેસવા તૈયાર છે ? હું એને દોરડા પર ચાલી ને સલામતીપૂર્વક સામા છેડે લઈ જઈશ.' લોકોની બોલતી બંધ થઈ ગઈ. કોઈ આવું કરવા તૈયાર ન હતું. કોઈ વિશે કશીક માન્યતા હોવી અને એના પર ભરોસો હોવો એમાં મોટો તફાવત છે. ભરોસો સંપૂર્ણ સમર્પણ માગી લે છે. આવો સમર્પિત ભરોસો આપસના સંબંધને વધુ સશક્ત બનાવે છે.

ભરોસો ભારે પડી શકે છે

તંત્રીસ્થાનેથી...

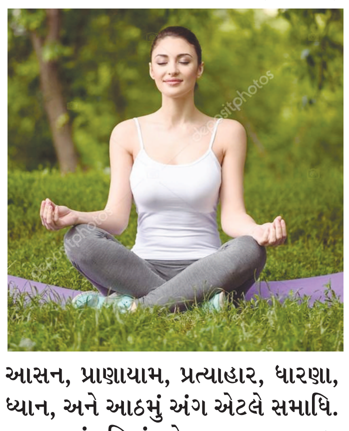
ગાલવાન ઘાટીમાં ઓચિંતા જ ભારતીય સૈનિકો અને ચીની સૈનિકો એકબીજા સાથે ભીડાઈ ગયા અને બેઉ પક્ષે નોંધપાત્ર ખુવારી થઈ. ઘટના નાની લાગે છે કારણ કે પ્રશ્ન ભારતીય હદમાં ચીની સેનાએ ઊભો કરેલો તંબૂ હટાવવાનો હતો. વળી બોલાચાલી પથ્થરમારો, બથ્થંબથ્થા, લોખંડના સળિયા અને ખીલાવાળી લાકડીઓ વડે મારામારી. બે દેશો વચ્ચેની શાંતિ સમજૂતી અનુસાર લાઈન ઓફ એક્ચ્યુઅલ કંટ્રોલ (વાસ્તવિક સીમા રેખા) પર સૈનિકો પહેરો ભરશે પણ બંદૂક જેવાં હથિયાર નહીં રાખે. એટલે ભારતના કર્નલ રેન્કના અધિકારી સહિત વીસ સૈનિકોને ચીની સૈનિકોએ એક પણ ગોળી છોડ્યા વિના પતાવી દીધા એવો રિપોર્ટ ઝટ ગળે ઊતરતો નથી. અન્ય એક અહેવાલ અનુસાર ત્રણેક સૈનિકો ગોળીબારથી માર્યા ગયા છે જયારે બાકીના પથ્થરમારાથી અને લાકડીઓ તથા લોઢાના સળિયાન પ્રહારથી વીરગતિ પામ્યા છે. કેટલાકનાં શબ નદીમાંથી મળી રહ્યાં છે. માઈનસ ચેમ્પ્રેચર વાળા લદ્દાખના પૂર્વ સીમાડામાં અઢાર હજાર ફૂંટની ઊંચાઈ પર દેશની સરદ સાચવતા સૈનિકોની શહીદીનો શોક હળવો કરવા એવા સમાચાર ખપમાં લેવાઈ રહ્યા છે કે સામા પક્ષે પણ વધુ મોટી ખુવારી થવા પામી છે - ઓછામાં ઓછાં ૪૫ ચીની સૈનિકોએ જીવ ખોયો છે. બેઉ દેશોની સરકારો શહીદીના આંકડા પોતપોતાની અનુકૂળતા મુજબ રજૂ કરી પોતાના દેશને પ્રજાને ઉલ્લુ બનાવી રહી છે. મૂળ વાત એટલી કે સરહદ સળગી છે, આપણી સેનાની ત્રણે પાંખો ગમે તેવી વિકટ પરિસ્થિતિને પહોંચી વળવા તૈયાર છે. ૧૯૬૨ના યુદ્ધમાં ભારતીય સેના અને ખુદ વડાપ્રધાન પંડિત જવાહરલાલ નહેરુની સરકાર ઊંઘતી ઝડપાઈ હતી. ભારતીય સેનાને એ યુદ્ધમાં નામોશીભર્યો પરાજયનો સામનો કરવો પડ્યો હતો. આંતરરાષ્ટ્રીય મહાસત્તાઓની દરમિયાનગીરીથી યુદ્ધવિરામ થયો હતો, જેમાં ચીને ઘણો લાંબો પહોળો વિસ્તાર દબાવી દીધેલો જે આજ લગી એના જ કબજામાં છે. ચીન ભારત કરતાં વધુ શક્તિશાળી સેના ધરાવે છે. અમેરિકા પછી દુનિયામાં સૌથી બળવાન રાષ્ટ્ર તરીકે એ પ્રસ્થાપિત થઈ ચૂક્યું છે એવો દેખાવ અવારનવાર પ્રોપ્ગેન્ડા મીડિયા દ્વારા તે દર્શાવે છે. સામ્યવાદી શાસન હોવાને કારણે એની ગોપનીય બાબતો જલદી બહાર આવતી નથી. પરંતુ સામે લોકશાહી રાષ્ટ્ર હોવાને કારણે ભારતને અમેરિકા અને યુરોપના લોકશાહી દેશોનું સીધું સમર્થન છે. કોરોના કાંડના મૂળમાં ચીનની સંડોવણીને કારણે અત્યારે એ એકલુંઅટૂલું પડી ગયેલ છે. તેથી ભારત સામે શસ્ત્ર યુદ્ધમાં ઊતરવાની ભૂલ એને ભારી પડી શકે એમ છે. ૧૯૬૭માં આ જ ગોલવાન ખીણમાં ચીને ચમકલું કરેલું. પાકિસ્તાન સામેના તમામ યુદ્ધોમાં એમે ભારત વિરોધી સ્ટેન્ડ લીધું છે. અમેરિકાએ પાકિસ્તાનને આતંકવાદના પારણા તરીકે મદદ કરવાની બંધ કી છે ત્યારથી પાકિસ્તાને ચીનનની પાંખમાં ભરાઈ ભારત સામેનું કાશ્મીર મુદ્દાવાળું પ્રોક્સી યુદ્ધ ચાલું રાખ્યું છે. આર્થિક મહાસત્તા બની ચૂકેલા ચીનને અત્યારે યુદ્ધ પોસાય એમ નથી. છતાં 'વિનાશકાળે વિપરીત બુદ્ધિ' વાળું સૂત્ર સાચું પડે તો નવાઈ નહીં. એવું થશે તો લાકડીઓ અને પથ્થરમારાથી શરૂ થયેલી લડાઈ બે પાડોશી રાષ્ટ્રો વચ્ચે અણુયુદ્ધમાં અને આગળઉપર વિશ્વયુદ્ધમાં ફેરવાઈ શકે. ડ્રેગનને ભરોસો રાખવા જેવો નથી.

વિશ્વ યોગ દિવસ નિમિત્તે: અષ્ટાંગ યોગ

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા

ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

બે દિવસ પછી વિશ્વ યોગ દિવસ છે. કોરોનાને કારણે આ વર્ષે યોગનું મહત્વ ઓર વધ્યું છે. યોગને કારણે ઈમ્યુનીટી વધે છે, યોગને કારણે માનસિક સ્વાસ્થ્ય પણ સુધરે છે. ભારતના વડાપ્રધાન પણ કોરોનાના પ્રતિકાર માટે યોગ- આયુર્વેદ અપનાવવાની વાત કરે છે ત્યારે આપણે યોગના અમુક પાયાનાં સિધ્ધાંતો વિષે પરિચય મેળવીએ. યોગનાં અનેક માર્ગો છે. દરેક માર્ગની અલગ અલગ વિધિ, અલગ અલગ યોજના છે. દરેક માર્ગ અંતે તો ઉત્કૃષ્ટ એવી સમાધિ અવસ્થા તરફ જ જાય છે. મંઝીલ સુધી પહોંચવાનાં રસ્તાઓ અલગ અલગ છે. આ અનેકવિધ રસ્તાઓમાં નો સૌથી પ્રશસ્ત માર્ગ એટલે કે અષ્ટાંગ યોગ. અષ્ટાંગ યોગ એ યોગનો મૂળભૂત માર્ગ છે એમ કહી શકાય. યોગના આ આઠ સ્ટેપ્સ વડે માણસ પરમાત્મ સ્વરૂપને પામી શકે. આપણે સંસારી જીવો છીએ, એટલે સમાધિ કે મોક્ષ આપણો ધ્યેય ન હોય એવું બને, એટલે જ કદાચ આપણે આસન-પ્રાણાયામ કે જે અષ્ટાંગ યોગનાં ત્રીજા અને ચોથા સ્ટેપ્સ છે, તેનાથી આગળ નથી વધવા માંગતા કે નથી વધી શકતા. ઘણાં એવું પણ માને છે કે યોગના આગળનાં સોપાનો સર કરવા માટે સંન્યાસી થઈ જવું પડે. આવી બધી ભ્રમાણાઓને તોડવા માટે અષ્ટાંગ યોગને યોગ્ય રીતે સમજવું પડે. અષ્ટાંગ યોગ અથવા તો રાજયોગનું વર્ણન મહર્ષિ પતંજલિએ પોતાના ગ્રંથ 'યોગસૂત્ર' માં કરેલું છે. લગભગ ઈસવીસન પૂર્વે ૨૦૦ માં લખાયેલ 'યોગસૂત્ર' માં યોગનું સંક્ષીપ્ત સૂત્રો સ્વરૂપે ખૂબ ગહન અધ્યયન જોવા મળે છે. મહર્ષિ પતંજલિએ યોગનાં આઠ અંગો જણાવ્યા છે. એ છે યમ, નિયમ,



આસન, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન, અને આઠમું અંગ એટલે સમાધિ.

પતંજલિનું યોગસૂત્ર ચાર પાદ, એટલેકે વિભાગોમાં વહેંચાયેલું છે.

પ્રથમ પાદઃ સમાધિપાદ. આમા ચિત્તની વૃત્તિઓને કાબૂમાં કરીને સમાધિ વડે આત્મસાક્ષાત્કાર કરવાનું વિધાન છે. (યોગની ખૂબ અગત્યની પરિભાષા "યોગશ્ચિત્તવૃત્તિ નિરોધઃ" પણ અહિંથી પ્રાપ્ત થાય છે) દ્વિતીય પાદઃ સાધનપાદ આમા યોગનાં પાંચ બહિરંગ સાધનોનો ઉલ્લેખ છે. અષ્ટાંગ યોગનાં આઠ અંગો પૈકિ પહેલા પાંચ અંગોને બહિરંગ અંગો કહે છે. સાધનપાદમાં આ પાંચ અંગો, એટલે કે યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, અને પ્રત્યાહારનું વર્ણન છે. તૃતીય પાદઃ વિભૂતિપાદ આમા યોગનાં ત્રણ અંતરંગ અંગોનો ઉલ્લેખ અને વિવેચન છે. ધ્યાન, ધારણા અને સમાધિને યોગનાં અંતરંગ અંગો કહે છે. આ પાદમાં યોગાભ્યાસ વડે પ્રાપ્ત થતી અનેક સિદ્ધીઓનો પણ ઉલ્લેખ છે. આ સિધ્ધીઓને મહર્ષિ પતંજલિએ સમાધિમાર્ગની બાધા સ્વરૂપે ગણી છે. અને આ સિધ્ધીઓની મોહજાળમાં ન ફસાવા માટે સાધકોને ચેતવ્યા છે.

ચતુર્થ પાદઃ કૈવલ્ય પાદ અહિં મહર્ષિએ સમાધિની પરમોચ્ચ અવસ્થાની વાત કરી છે. આ એવી અવસ્થા છે કે જ્યાં સાધક પોતાના મૂળ સ્વરૂપ, પરમતત્વ સાથે એકાકાર થઈ જાય છે. જીવનનું ધ્યેય તેને સિધ્ધ થઈ જાય છે. આ અવર્ણનીય અલૌકીક આનંદની અવસ્થા છે જે અનુભવથી જ સમજાય છે.

યોગસૂત્રનું અધ્યયન કરતા ખ્યાલ આવે કે યોગ કેટલું ઉચ્ચ કોટિનું શાસ્ત્ર છે. અણીમા, લઘીમા, મહિમા, આદિ સિધ્ધીઓ કે જેના વડે વ્યક્તિ પુષ્કળ ધન, ઐશ્વર્ય અને પ્રશસ્તિ મેળવી શકે, તે સિધ્ધીઓને પતંજલિએ બાધાસ્વરૂપ ગણેલ છે. અમદાવાદથી મુમ્બઈ જવું હોય તો વચ્ચે નડિયાદ, વડોદરા,સુરત આદિ સ્ટેશનો આવે તેમ આ બધી સિધ્ધીઓ ગંતવ્ય સ્થાનની વચ્ચે આવતા સ્ટેશનો જેવી છે. આ વર્ણન પરથી સમાધિનું મહત્વ સમજાય છે. આપણે એવા ઘણા સંતોના ઉદાહરણો જોયા છે જેઓ દિવસો સુધી કંઈ ખાધા-પીધા વિના તપમાં રત હોય છે, સમાધિમગ્ન હોય છે. આવી અતિન્દ્રીય શક્તિઓ યોગ સાધનાની બાય પ્રોડક્ટ છે.

અષ્ટાંગ યોગ એ નિયમપૂર્વકનું યોગશાસ્ત્ર છે. એ શોર્ટકટ નથી. ધીરજ માંગી લે એવું કામ છે. જો દ્રઢ નિશ્ચય હોય તો કોઈ પણ વ્યક્તિ અષ્ટાંગ યોગના માર્ગ પર ચાલી શકે. અગાઉ કહ્યુ તેમ, દરેક વ્યક્તિનું ધ્યેય સમાધિ નથી હોતું. આસન-પ્રાણાયામ વડે સ્વાસ્થ્ય વૃધ્ધિ અને રોગોપચાર પણ અષ્ટાંગ યોગનું એક ધ્યેય હોઈ શકે.

(મો.) ૯૮૭૯૪૭૧૧૪૭

બાળક આપણી અપેક્ષાઓનો હાથો ના બને એની જાગૃકતા જરૂરી છે

અબીલ-ગુલાલ

મમતા રાવલ

આ અઠવાડિયા દરમ્યાન થોડું આવ્યું અને થોડું ગયું. આવ્યું એને પોંખી લઈએ...જનારને નિયતિ પર છોડી દઈએ..

થોડા દિવસ પહેલાં ધોરણ-૧૦ નું રીઝલ્ટ આવ્યું. તેજસ્વી, મધ્યમ તેજસ્વી, ઓછા તેજસ્વી એવા ભાગલાઓમાં વિદ્યાર્થીઓ-બાળકો વહેંચાયા. કેટલાયને ત્યાં લાપસીના આંધણ મૂકાયા, કેટલાયને ત્યાં બનેલી રસોઈ પડી રહી.

દરેક બાળક-વિદ્યાર્થીને રેસનો ઘોડો બનવું જરૂરી છે ? એને સારો વ્યક્તિ કે સંવેદનશીલ મનુષ્ય બનાવવા ક્યા ક્લાસમાં મૂકીશું ?

આ સાથે બીજી એક ઘટના બની...આટલા દિવસથી સૂના લાગતાં અખબારો અચાનક જાહેર ખબરોથી ઊભરાવા લાગ્યાં. જાત જાતના ટ્યુશન કલાસીસ, શાળાઓની નાની-મોટી જાહેરાતો થી વાતાવરણમાં અચાનક જાણે ગતિ આવી ગઈ. વિદ્યાર્થીઓને ખેંચવાની જાણે હોડ લાગી. મેં હમણાંજ એક આર્ટીકલમાં 'કોટા ફેકટરી' વેબ સિરીઝની વાત લખી હતી. કોટા, એવું શહેર છે જ્યાં ભારતના ટોપર્સ તૈયાર કરવાની ફેકટરી ચાલે છે. પરંતુ હવે આ માત્ર કોટા પૂરતું મર્યાદિત રહ્યું છે એવું લાગતું નથી.

પોતાના બાળક માટે બેસ્ટ એજ્યુકેશન અને બેસ્ટ ટ્યુશન્સ શોધતાં, ફાંફે ચઢેલા વાલીઓની ચર્ચામાંથી કેટલીક રસપ્રદ વાતો જાણી ત્યારે આશ્ચર્યનો અનુભવ થયો. વાલીઓ, સ્કુલોની, ટ્યુશન ટીચર્સની, કોચીંગ કલાસીસની વાતો ફિલ્મની સ્ટોરીની જેમ એકબીજા ને રૂબરૂ કે ફોન પર કરી રહ્યાનું જાણવા મળ્યું.

વાતમાં **'Byju's'** નામ વારંવાર સાંભળ્યું. આ નામની ટીવી પર જાહેરાત અનેકવાર જોઈ હતી એટલે જાણવામાં થોડો રસ પડ્યો. તમને પણ જાણીને નવાઈ લાગશે કે ૨૦૧૧ માં શરૂ થયેલી આ એડ્યુટેક કંપની ની માર્કેટ વેલ્યુ ૩૯,૦૦૦ કરોડ છે. વર્લ્ડસ્ મોસ્ટ વેલ્યુડ એડ્યુટેક કંપની તરીકે સ્થાન પામેલી આ કંપનીમાં ડીઝનીનું ઈન્વેસ્ટમેન્ટ છે. બેંગ્લોરના બાયજુ રવીન્દ્રન્ દ્વારા શરૂ કરાયેલ આ કંપનીનો બ્રાન્ડ એમ્બેસેડર શાહરૂખ ખાન છે. ઈન્ડિયન ક્રિકેટ ટીમનાં તેઓ જરસી સ્પોન્સર છે. આ કંપની 'શિક્ષણ' નો બીઝનેસ કરે છે એવું કહેવામાં કંઈજ ખોટું નથી. કંપનીનું પોતાનું 'એપ' છે જે વિદ્યાર્થીએ ખરીદવાનું હોય છે. કંપની દ્વારા નર્સરી થી શરૂ કરીને IAS સુધીના દરેક ધોરણ અને એકઝામ્સ માટે વિશેષ રીતે બનાવાયેલા ટેબલેટ્નું પણ મોટા પાયે વેચાણ કરવામાં આવે છે. જેની કિંમત ૨૦,૦૦૦ થી ૧,૫૦,૦૦૦ સુધીની છે. દેશના સ્ટેટ્બોર્ડસ, NCRT, CBSC, ઈન્ટરનેશનલ બોર્ડ એવા તમામ કોર્સીસ ઓનલાઈન અને ટેબલેટ્ ફોર્મમાં અવેલેબલ છે. 'Yedantu' પણ આવું જ એક લાઈન લર્નિંગ એપ છે.

આવું બીજું એક સ્ટાર્ટઅપ, જેની પણ સારી એવી બોલબાલા છે એ છે 'Unacadecmy' (અન એકેડેમી) જેના પર ઈન્ડિયાના બેસ્ટ એજ્યુકેટર્સના લેકચર્સ સાંભળવા મળે છે. જેમના પુસ્તકો ઉચ્ચ અભ્યાસમાં રેફરન્સ બુક તરીકે વપરાય છે એવા શિક્ષણવિદોનું આ લાર્જેસ્ટ પ્લેટફોર્મ છે. 'Upgrad' પણ આવી જ ઓનલાઈન સર્ટીફિકેટ કોર્સીસ્ આપતી કંપની છે જેમાં વ્યક્તિને અભ્યાસ પછી ખૂટતી કોઈ પણ Skill ની અધૂરપ પૂરી કરી આપે છે. જેમ કે એકાઉન્ટ્સ, કોમ્પ્યુટર એપ્લીકેશન્સ વગેરે. આવી અનેક કંપનીઝ ફુટી નીકળેલી જોવા મળે છે. આ થઈ ઓનલાઈન એજ્યુકેશનની વાત. આ ઉપરાંત આપણા લોકલ ટ્યુશન કલાસીસ અને બહારથી આયાત થયેલા આકાશ, એલન, બોથારા, રેઝોનન્સ વગેરે જેવા કોચીંગ તો ખરા જ !

આ બધું જ છેવટે કોના માટે ! એક નિર્દોષ-સાલસ બાળક માટે જ ને ? પણ આટલું બધું કેમ એ સમજવું અઘરું છે.

ફિલ્મ ' હિન્દી મીડીયમ ' માં જાનદાર એકટર સ્વ.ઈરફાન ખાને વાલી તરીકે અનુભવાતા પ્રેશરને સુંદર અભિનયથી ન્યાય આપ્યો હતો. અનુ મેનન, જે એક સ્ટેન્ડ અપ કોમેડીયન છે તેઓ પણ પોતાના શોમાં વાલીઓની સ્થિતી પર કોમેડી એક્ટ રજૂ કરતાં દેખાય છે. અત્યાર સુધી વાલીઓના ઈન્ટરવ્યૂ થતા હતા હવે લેખિત ટેસ્ટ પણ આપવાની હોય છે.

આ બધું ક્યાં જઈને અટકશે ? કોણ અટકાવશે ? દુનિયામાં સ્પર્ધા વધી છે એ સાચું પણ દરેક બાળક-વિદ્યાર્થીને રેસનો ઘોડો બનવું જરૂરી છે? એને સારો વ્યક્તિ કે સંવેદનશીલ મનુષ્ય બનાવવા ક્યા ક્લાસમાં મૂકીશું?

આપણી વચ્ચે થી હાલમાં વિદાય લેનાર અભિનેતા સુશાંતસિંહ રાજપૂત, સ્કોલર સ્ટુડન્ટ હતા, ઓલમ્પિયાડની એકઝામમાં ગોલ્ડ મેડાલીસ્ટ અને AIEEEમાં નેશનલ લેવલે 7TH પોઝીશન મેળવનાર આ હોનહાર અભિનેતા જીવનમાં અનેક ક્ષેત્રે સિધ્ધી, નામના, કમાણી કરનાર અને દુનિયાના દ્રષ્ટિકોણથી સફળ હતા. પરંતુ એમના મનનો કોઈક ખૂણો એવો હતો જે અંધારિયો હતો. સફળતાનો પ્રકાશ એને અજવાળી શક્યો નહોતો.

દરેક બાળક અને વ્યક્તિ એક આવો અંધારિયો ખૂણો લઈને જીવે છે. મનની ગડમથલોને બહારના કોલાહલમાં ભૂલાવી દેવા મથતો રહે છે. એકાંતમાં એનો સામનો ન કરી શકતા કેટલાય વિદ્યાર્થીઓ - વ્યક્તિઓ મોતને વ્હાલું કરે છે. બાળક મશીન નથી માણસ છે એ સમજવું જરૂરી છે. આપણી અપેક્ષાઓનો એ હાથો તો નથી બની રહ્યું ને એ જાણવું જરૂરી છે. માસૂમની માસૂમિયતના રખોપા અને તેજસ્વીતા માટે માતા-પિતાના વ્હાલ-કાળજી-સમયથી વધુ કંઈ જ જરૂરી નથી. બીજી તમામ બાબત ગૌણ બની રહે છે.

જિંદગી તન્હા સફર કી રાત હૈ, અપને અપને હોંસલે કી બાત હૈ!

લાગણીનો મેળો

રસિક વાળંદ

જિંદગી તન્હા સફર કી રાત હૈ, અપને અપને હોંસલે કી બાત હૈ!

●●●

સુશાંતસિંહ રાજપૂત...

ચંદ્ર પર જમીન ખરીદનારો એક મહ્ત્વાકાંક્ષી કલાકાર. જિંદગી જીવવાની શીખ આપનાર ખુદ જિંદગીની રમત હારી ગયો !!

મૃત્યુ જીવનનું અંતિમ સત્ય ભલે હોય પણ જેમ કુદરતી મોત દુઃખદાયક હોય તેમ 'સ્વહત્યા' તો હચમચાવી દેનારી ઘટના છે. આત્મઘાતને વીરતા માનો કે કાયરતા ત્યાગ ગણો કે પલાયનતા... એને ગુનામાં ખપાવો કે અધિકારમાં... હું તો એને 'જિંદગીનો છેહ' જ માનું છું !! અલબત્ત આત્મઘાત કરનારી વ્યક્તિ પાસે કદાચ તેનું કોઈ પોતીકું કારણ હશે.... અંગત સમસ્યા હશે... પણ અમૂલ્ય જણસને આમ ક્ષણમાં વેડફી નાખવી એ ઉચિત નથી.

આત્મહત્યા માત્ર ગરીબી, બેકારી, કરજ કે બિમારીને કારણે જ થતી નથી... ભૌતિક સુખોમાંય આપઘાત કરનારા અસંખ્ય છે. આપણા ચિરંતનગ્રંથો, વિદ્વાનો અને સમાજના હિતચિંતકો ભલે કહેતા હોય 'આપઘાત એ કાયરોનું કામ છે.' પણ મોતને વહાલું કરવા હિંમત જોઈએ. જે સ્વમાની છે, જે આગવા મિજાજથી જીવ્યો છે એની સંવેદના સહેજ ચિરાય તો તે જીરવી ન શકે. જીવનની અનેક મુશ્કલીઓને જીરવનારો ભડવીર અકથ્ય વેદનાને કારણે સદાયને માટે શાંત થઈ જાય છે અને એની પાછળ મૃત્યુનો ચિરંતન અનુરવ છોડતો જાય છે.

દોસ્તો, યુદ્ધના મેદાન પર ઊભેલા અર્જુનને વિષાદ ઘેરી વળે છે. ગાત્રો શિથિલ થઈ જાય છે. મોં સુકાઈ જાય છે. હાથમાં ગાંડીવ સરી જાય છે, ઊભો રહી શકતો નથી, મન ભમે છે. આ પ્રતિક્રિયા એને વળગેલા મોહની હતી. વીરશ્રીથી શોભતું મુખારવિંદ શુષ્કતાને પામ્યું. મહાધર્નુધરમાં ધનુષ ધરવા જેટલી ધીરજ ન રહી. મજબૂત મને સંતુલન ગુમાવ્યું. જીવનની વાસ્તવિકતાને સમજવા આનું ઊંડાણથી ચિંતન કરવું રહ્યું. એવાં કયાં પરિબળો હતાં કે અર્જુન જેવા અર્જુનની આવી દશા થઈ ? જવાબ છે. આંતરિક આવેગો. કોઈ ભલે ગમે તે ક્ષેત્રમાં નામ કાઢે. - લોકચાહના મેળવે. અહીં અર્જુને પણ અસ્ત્ર-શસ્ત્રની વિદ્યામાં કીર્તિમાનો સ્થાપ્યા હતા. છતાં પણ આ બધી કળાઓ તો માત્ર આવડત કહેવાય. માત્ર આવડતોને સહારે જીવન જંગ ન જીતાય. આંતરિક આવેગો પર કાબૂ મેળવવો એ અલગ બાબત છે. ઘણીયે વાર આત્મઘાતકોની આવડતો પાછી પડે છે ને આવેગો મેદાન મારી જતાં હોય છે, ન કરવાનું કરી બેસે... જીવવામાંતી મન ઊઠી જાય અર્ધ બળ્યા લાકડાની જેમ ધૂંધવાયો - રઘવાયો થઈ ફરે.. મોહવ્યાધિ અને સ્વજનાસક્તિ એ અર્જુન જેવા મહાબાવરીને હતવીર્ય કરી દીધો. વૈચારિક નબળાઈથી બળહીન, અસ્વસ્થ ને કંગાળ બનેલા અર્જુન પાસે તો યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણ હતા !!!

સુશાંતના જીવનમાંથી સામાન્ય બોધપાઠ એ મળે કે 'એકલતા વ્યક્તિને કોરી ખાતી હોય છે.' પરિણામે નિર્વિકલ્પ નિઃસહાય સ્થિતિની અકળામણ જિંદગીનો અંત આણવા મજબૂર કરે છે, માટે જીવનમાં બે-ત્રણ મિત્રો, અથવા એવા સ્વજન હોવા જરૂરી છે કે જયાં દિલ ખોલીને પેટ છૂટી વાત કરી શકાય. હળવા થઈ શકાય. આપઘાતની ઘાત ટળી પણ જાય...

જલન માતરી સાહેબનો એક શૅર છે,
"મૃત્યુની ઠેસ વાગશે તો શું થશે 'જલન,'
જીવનની ઠેસની તો હજુ કળ વળી નથી."
શું આવો વિચાર આપઘાત કરનારાને આવતો હશે ?!!!

સ્પર્શમણિ :
ચિંતા હણી ના શકે એટલા વિશાળ બની જજો,
ક્રોધ સવારના થાઈ શકે એટલા ઉમદા બની જજો,
ભય સતાવી ના શકે એટલા શક્તિશાળી બની જજો.
અને
વિપદાઓ નજીક ફરકી ના શકે એટલા પ્રસન્ન રહેજો !!
પડકારોને અવરોધો નહીં, અવરોધોને પડકારો !

- rasikvaland1965@gmail.com, Mo. 9913426949

સુરેશ દલાલની શબ્દસૃષ્ટિ

મનના ઉમંગો

રણછોડ પરમાર

શ્રી સુરેશભાઈ દલાલે "મારી બારીએથી" શિર્ષક હેઠળ સુંદર લલિત નિબંધોનું એક પુસ્તક પ્રકાશિત કર્યું છે. એ પછી તેમણે આ શ્રેણીમાં જુદા જુદા શિર્ષકો આપીને અનેક પુસ્તકો પ્રગટ કર્યા છે. એમના કેટલાક નામો આ મુજબ છે. " માનવીઓના મધુવનમાં," "સાવ એકલો દરિયો," "ચહેરાઓના વનમાં", "મારી આસપાસનો રસ્તો,""''પગલાંથી એક પંથ એક ફૂટ્યો,"''' સમી સાંજના શમિયાણામાં,"''' ભૂરા આકાશની આશા," "મોંજાને ચીંધવા સહેલાં નથી," "અમને તડકો આપો," " વ્યક્તિ અને અભિવ્યક્તિ,"''' દરિયામાંથી દરિયો લીધો," "શબ્દ મારો પારસમણિ," "આવતીકાલ.. મારી પ્રિયતમા," "એક રાત નિભાવી લેવી છે,"'''માણસ મને ગમે છે," "અક્ષરથી ઈશ્વર સુધી," " આયુષ્યની અયોધ્યા". કેવા સુંદર કાવ્યમય નામ છે ! આ પુસ્તકો પછી પણ ઘણા નિબંધસંગ્રહો બહાર પડ્યા હશે, કારણ કે શ્રી દલાલ સતત લખતા લેખક હતા. તેમનું વાચન પણ ખુબ હતું. તેઓ જે સારા પુસ્તકો વાંચતા તેની વાત આ નિબંધોમાં અવારનવાર કરતા રહેતા. શ્રી દલાલના આવા લેખોનું સંપાદન કર્યું હોય તો વાચકોને સાહિત્યનો એક અદભુત રસથાળ પ્રાપ્ત થાય. તેમના "શબ્દ... મારો પારસમણિ" પુસ્તકમાંથી "જીવનની પ્રદિક્ષણાનું પરિણામ" નામનો નિબંધ મેં થોડોક ટૂંકાવીને મૂકયો છે.

૧૯૮૯ માં ડૉ. મધુરીબેન શાહ અને કલ્લોલિની હસરતે એક નાનકડા પુસ્તકનું સંપાદન કર્યું. એનું નામ "ગોલ્ડન બ્રિક્સ" આ પુસ્તકમાં અનેક દ્રષ્ટાંતો અને ચિંતન રત્નો છે. અહીં પ્રારંભમાં થોડાક દ્રષ્ટાંતો આપું છું અને પછી પેશ કરું છું થોડાક ચિંતનરત્નો.

●●●

પત્રકારોને પ્રસિધ્ધ વ્યક્તિઓની અંગત કથાઓમાં બહુ રસ હોય છે. આવા એક પત્રકારે મેરી ક્યુરીના અંગત જીવન વિશે જાણવા બહુ ફાંફાં માર્યા, આડાઅવળા પ્રશ્નો પૂછ્યા. મેડમ ક્યુરી જવાબ આપ્યો કે, " માણસો માટે ઓછા જિજ્ઞાસુ થાઓ અને વિચારો માટે વિશેષ જિજ્ઞાસુ રહો."

નેઈલ આર્મસ્ટ્રોંગ ચંદ્ર ઉપર જનાર પહેલો માણસ હતો.નિક્સન રાજીના રેડ હતા. આ જગતનું સર્જન થયું છે તે પછી ચંદ્ર પર કોઈ પહેલું પહોંચ્યું હોય તો આ. એણે ચંદ્ર પરથી આવ્યા પછી એક મહત્વનું વાક્ય કહ્યું." માણસનું એક નાનકડું પગલું એ મનુષ્યજાત માટેની વિરાટ છલાંગ છે.

ગાંધીજી એક દિવસ ટ્રેનમાં ચડતા હતા. ટ્રેન તરત જ ઉપડી. અને એમનો એક ચંપલ નીચે પડી ગયો.ગાંધીજીએ તરત જ પગમાંથી બીજો ચંપલ કાઢ્યો અને નીચે ફેંક્યો. આસપાસના માણસોને કુતૂહલ થયું કે આવું કેમ ? ગાંધીજીએ હસીને જવાબ આપ્યો કે, "જે માણસને એક ચંપલ મળશે એનાથી એનું કશું નહીં થાય, બીજો ચંપલ હશે તો એ પહેરી તો શકશે."

એક શ્રીમંત ડચ વેપારી હતો. કલાનો અને કલાકૃતિનો શોખીન. ગમેતેમ કરીને એણે પાબ્લો પિકાસોનો પરિચય મેળવ્યો. એક દિવસ એના સ્ટુડિયોમાં ગયો અને અને કહ્યું કે તમારાં બધાં જ પેઈંટીગને હું સમજું છું પણ એક સમજાતું નથી અને તે આ છે. આમાંનું કબૂતર કાંઈ જામતું નથી. સાવ સીધું સાદું છે. પિકાસોએ પૂછ્યું, " તમને ચાઈનીઝ સમજાય છે ?" શ્રીમંતે કહ્યું," ના." પિકાસોએ નમ્રતાથી જવાબ આપ્યો કે, " છ અબજ લોકોને સમજાય છે."

●●●

અમેરિકન કવો રોબર્ટ ફ્રોસ્ટ એક પાર્ટીમાં હતો સાથે અનેક પરિચીત મિત્રો પણ હતા. થોડીવાર કેટલાક લોકો વરંડામાં ગયા અને એક સ્ત્રીએ ઉત્સાહથી ફ્રોસ્ટને કહ્યું, ' ફ્રોસ્ટ જુઓ તો ખરા કેટલો અદભુત સૂર્યાસ્ત છે ! ફ્રોસ્ટે કહ્યું કે, ' દિવસને અંતે હું ધંધાની વાત નથી કરતો.'

●●●

ડાયોજીનસ નામનો તત્વજ્ઞાની હાડકાંના ડગલામાંથી શોધી શોધીને હાડકાં તપાસતો હતો. અલેકઝાંડરે એને પૂછ્યું કે, 'તમે આમાં શું શોધ્યા કરો છો ?' ડાયોજીનસે જવાબ આપ્યો કે,' તમારા પિતાનાં હાડકાં શોધું છું. પણ તમારા ગુલામોનાં હાડકાં અને એમનાં હાડકાંમાં કોઈ ફેર જણાતો નથી.'

●●●

નેપોલિયને એક રાત્રીભોજન યોજ્યું હતું. એની એક બાજુ રશિયાનો ઝાર હતો અને બીજી બાજુ જર્મન કવિ ગ્યુઈથે હતો. નેપોલિયને કવિને કહ્યું કે,' ઝારની પ્રશંસામાં કોઈ કવિતા કહો.'કવિએ કહ્યું,'હું આવી કવિતા કદી લખતો નથી.' નેપોલિયને કહ્યું કે, ' અમારા ફ્રાંસના કવિઓ તો આવાં કાવ્યો લખે છે." ગ્યુઈથે એ જવાબ આપ્યો કે, 'ક્યારેક ને ક્યારેક એમને પશ્ચાતાપ થયો હશે.' સમારંભ પતી ગયો. નેપોલિયને ઝારને કહ્યું કે, ' આ જર્મનીનો મહાન અને સાચો કવિ છે. આવા નિર્ભય કવિઓ જ મૂલ્યવાન હોય છે.'

●●●

કબીર અને એના શિષ્યો એક ઝાડ નીચે પ્રાર્થના કરતા હતા. કબીરના અદેખા દૂશ્મનોએ જોરશોરથી ઢોલ પીટ્યાં. કરાય એટલો ઘોંઘાટ કરી મૂક્યો. કબીરે ન આંખ ખોલી ના ખોલ્યું મોઢું. કબીર તો ઊંડે ડૂબેલા હતા. એમના શિષ્યોએ કહ્યું, ' આવું બધું તમે કેમ ચલાવી લીધું ?' કબીરે કહ્યું,' મને તો કોઈ ઘોંઘાટ સંભળાયો જ નથી. એકાગ્ર મનની પ્રાર્થના એટલે જ આસપાસના વાતાવરણથી દૂર જવું તે.'

●●●

એક છોકરો ઈતિહાસ વાંચતો હતો. એમાં યુધ્ધો સિવાય કશી વાત ન હતી. છોકરાએ આવીને માબાપને પૂછ્યું,'આ યુધ્ધ છે શું ? એ શા માટે ને કેમ શરુ થાય છે.' પિતાએ સમજાવવાનો પ્રયત્ન કર્યો,' એમાં આર્થિક કારણ પણ હોય છે.' માતાએ કહ્યું,' તમે એને નહીં સમજાવી શકો. તમારી વાતો એની ઉંમર કરતાં મોટી છે. હું સમજાવીશ." આ કોણ અને કેવી રીતે સમજાવશે એમાં મા અને બાપ બહુ બૂરી રીતે લડી પડ્યાં. દલીલોની આતશબાજી ચાલી. ગભરાઈ ગયેલા છોકરાએ કહ્યું, ' ના, ના, આ બધું બંધ કરો. હવે હું સમજી ગયો છું કે યુધ્ધ કેવી રીતે થાય છે.'

●●●

એક નાનકડા છોકરાએ પ્રાર્થના કરતાં કહ્યું કે,' હે

અનુસંધાન પાના નં ૭ પર