સલામી સવારની..

સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
99789-26251

ઉકળ્યા કરે છે આંધણ, પણ કંઈ રંધાતું નથી,
થાય 'રામલીલા' 'સંવાદે' પણ કંઈ સંધાતું નથી.
બંધાતું નથી કોઈ વચને ચૂંટણી લાભ ખાતર
વર્ષોવર્ષ, જન્મી-જન્મી, મંદિર બંધાતું નથી...

હાઈકુ

પાડે છે ખૂણો,
બહુમતિ બિચારી -
છતે ધણીએ...

કોઈ, કોઈને
નેતા માનતા નથી
'માજી'ના પુત્રો !

(કોંગ્રેસમાં સર્વ માન્ય નેતૃત્વનો અભાવ)

ચિંતન

પાવકરૂપી રામ હૈ, સબ ઘટ રહા સમાય,
ચિત્ત ચકમક લાગે નહીં, ધૂંવાં બહિ બહિ જાય.

ઉપરોક્ત સાખી કહત કબીરામાંથી લેવામાં આવેલ છે.

પાવકનો અર્થ છે અગ્નિ અને પાવકનો બીજો અર્થ છે પાવન કરનાર. કબીર રામને અગ્નિ સ્વરુપ કહે છે. રામનું નામ અને અગ્નિ બંને પાવક એટલે પવિત્ર કરનાર છે. અગ્નિની એક ચિનગારી જયાં પડે ત્યાં બધું બળીને ભસ્મ થઈ જાય છે.

એવું જ છે રામનામનું. રામનામ રૂપી એક ચિનગારી ચિત્તમાં પડે ત્યાં બધું બળીને ભસ્મ થઈ જાય છે. પણ જો ચિત્તમાં રામનામની ચિનગારીથી જ્ઞાનરૂપી આગ ન પ્રગટે તો જમ આગ સંપૂર્ણ રીતે ન પ્રગટે તો બધું ધુંધવાતું રહે છે. તેમ મનુષ્ય ઘડીભર રામનું નામ જપી પછી વિષય વિકારમાં રાચ્યા કરે તો તેનાં ચિત્તમાં રામનામની ચિનગારી પ્રગટવાને બદલે ધૂણી-ધૂમાડો જ ફેલાય એટલે કે સંકલ્પ - વિકલ્પ અને ઉદ્વેગ જ ઉત્પન્ન થાય.

આતમરામની પાવકતાનો ખ્યાલ અહોનિશ નજર સમક્ષ રાખી સર્વ કાર્ય કરવાથી મનુષ્યના તમામ પાપો બળીને ભસ્મ થઈ જાય છે.

સુવિચાર

- જેની કલ્પના ઊંચી હોય તે કયારેય નીચી જિંદગી જીવી જ ના શકે - **ચિત્રલેખા**
- 'નામ અને ઓળખાણ' ભલે નાની હોય પણ આપણી પોતાની હોવી જોઈએ - **ઈલીયાસ શેખ**
- લફ્ઝ હી હોતે હૈ ઈન્સાન કા આઈના, શકલ કયા કયા...? વો તો ઉમ્ર ઔર હાલાત કે સાથ અકસર બદલ જાતી હૈ - **વરુણ પાટીલ**
- પવનની દિશા પ્રમાણે સઢ ફેરવી લેનારાઓ, પવન પડી જશે ત્યારે શું કરશો ? - **શાહબુદ્દિન રાઠોડ**
- અનુકૂળતા મુજબ ઈતિહાસ બદલનારનો પોતાનો કોઈ ઈતિહાસ રહેતો નથી - **રીઝવાન શેખ**
- તમારા માટે જે દુઆ છે એના માટે દુઆ ના કરી શકો તો કંઈ નહીં, ફક્ત એની દુઆમાં 'આમીન' તો કહી જોજો - **ડો. વીજળીવાળા**
- આજનું ઔષધ : તુલસીના પાનના રસમાં ચપટી હળદર મેળવીને કાનમાં નાખવાથી પરું નીકળતું બંધ થાય છે

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

સોળમી સદીના અંત ભાગમાં એક નવયુવાન પોતાનું વતન શોધી કામની શોધમાં લંડન આવ્યો. ખિસ્સા ખાલી હતા અને કોઈ ઓળખાણ ન હતી. નાટકમાં રસ હોવાથી તે એક થિયેટર પર પહોંચ્યો. ટીકીટ ખરીદી નાટક જોઈ શકે તેવી એની સ્થિતિ નહોતી. થિયેટર જેમાં નાટક જોવા આવતા પ્રેક્ષકો ઘોડા પર આવતા તેઓ આ છોકરાને પોતાના ઘોડા સાચવવા આપીને નાટક જોવા જતા. નજીવા મહેનતાણામાં યુવાને સંઘર્ષ ચાલુ રાખ્યો.

દેખાવ અને એની બોલવાની આવડતને કારણે એનું કામ વધતું રહ્યું એટલે એણે ઘોડા સાચવવા બે-ત્રણ યુવાનોને મદદનીશ તરીકે રાખ્યા. થિયેટરમાં કામ કરતા અભઈનેતાઓ પણ હવે એને ઓળખવા લાગ્યા. કોઈક અભિનેત્રાએ એની ઓળખાણ થિયેટરના કંપનીના માલીક સાથે કરાવી. જેણે આ યુવાનને નાના-નાના પાત્રો ભજવવા આપ્યા. આવા પાત્રોમાં પણ યુવાને જાન રેડી અભિનય આપ્યો અને વર્ષો પછી તો તેને મોટા રોલ મળવા લાગ્યા.

થોડા વર્ષો નાટકમાં કામ કરીને નાટ્યલેખન ઉપર હાથ અજમાવ્યો, એણે લખેલા નાટકો ભજવાયા પણ ખરા અને આખા ઈંગ્લેન્ડમાં એના નાટકોનો ડંકો વાગવા લાગ્યો. આ યુવાન આગળ જતા દુનિયાનો મહાન નાટ્યકાર 'વિલિયમ શેક્સપિયર' થયો.

આમ આદમી પાર્ટીના ધારાસભ્યોની બહાલી

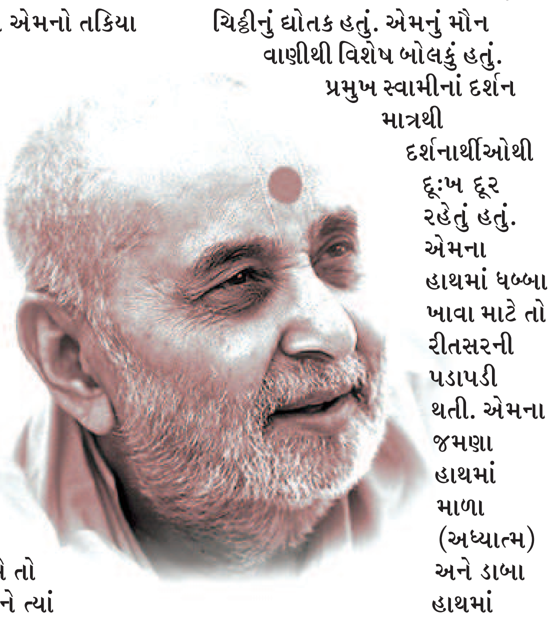
તંત્રીસ્થાનેથી...

'લાભનાં પદ' ભોગવતા આમ આદમી પાર્ટીના એકવીસ ધારાસભ્યોને એકી સાથે અયોગ્ય ઠેરવવાના ચૂંટણીપંચના નિર્ણયને દિલ્હી હાઈકોર્ટે રદ્દ બાતલ કરી દઈ ભારતીય જનતા પાર્ટીના મોવડીમંડળને ભારે આંચકો આપ્યો છે. સંસદીય સચિવનું પદ તામિલનાડુ અને ગુજરાતમાં પણ ઘણા ધારાસભ્યો ભોગવી ચૂક્યા છે, પરંતુ એ માટે વિધાનસભાએ પદ્ધતિસરનો ખરડો પસાર કરેલ હોઈ એને 'લાભનું પદ' ગણાયેલ નથી. અરવિંદ કેજરીવાલના નેતૃત્વ હેઠળ દિલ્હી વિધાનસભામાં સપાટો બોલાવી દેનાર આમ આદમી પાર્ટી નિર્દેશ મુજબનાં મંત્રીપદ ફાળવ્યા પછી બાકી રહી ગયેલા ધારાસભ્યોને કયાંક ને કયાંક સમાવવા મજબૂર હતી. આથી મંત્રીઓના સહાયક તરીકેની કામગીરી વાળું સંસદીય સચિવ પદ કેજરીવાલ સરકારે એના મહત્ત્વાકાંક્ષી ધારાસભ્યોને બઝાડી દઈ રાહતનો શ્વાસ લીધો હતો. એ વખતે એમને ખબર નહોતી કે કિન્નાખોર ભાજપી નેતાઓ આવી મુસીબત ઊભી કરશે. 'લાભનું પદ' ગણીને ચૂંટણીપંચે એ તમામ ધારાસભ્યોને અયોગ્ય ઠેરવ્યા બાદ રાષ્ટ્રપતિ કોવિંદ આગળ ગુહાર લગાવવા ગયેલા 'આપ'ના નેતાઓને નિરાશા જ સાંપડી હતી. એમણે પણ ચૂંટણીપંચે કરેલ ભલામણને માન્ય રાખી એ ધારાસભ્યોને અયોગ્ય ઠેરવી વાતને વીંટો વાળી દીધો હતો. મોદીરાજમાં કુલપતિથી રાષ્ટ્રપતિ સુધી બધા જ રબર સ્ટેમ્પ જેવાં મહોરાં હોય ત્યાં વિપક્ષના પ્રતિસ્પર્ધી નેતા કેજરીવાલની પજવણીમાં કશી મણા રહે ખરી ? કેજરીવાલે ભૂલ તો કરી જ હતી. ગુજરાત અને તમિલનાડુની જેમ સંસદીય સચિવ પદને લાભના પદમાં અપવાદ ગણવાનો કાયદો પસાર કર્યા વિના જ આ પગલું ભર્યું હતું. વિચક્ષણ ભાજપવી નેતાઓ અને એમના કાનૂની સલાહકારોની નજરમાં આ બાબત આવતાની સાથે જ એમને કેજરીને પજવવાની વધુ એક તક મળી ગઈ.

કેજરીના ધારાસભ્યો કંઈ દૂધે ધોયેલા તો હતા નહીં. એટલે જે કોઈ ધારાસભ્ય કે મંત્રીનું વીક પોઈન્ટ નજરે પડ્યું એને કાયદાની ચુંગાલમાં પસાવી દઈ આમ આદમી પાર્ટીનું મનોબળ તોડી નાખવાની કૂટનીતિ ભાજપ મોવડીમંડળે અપનાવી હતી. અયોગ્ય ઠેરવેવા ધારાસભ્યોને હાઈકોર્ટે હાલ પૂરતા બહાર કર્યા છે એમાં એમને રજૂઆત કરવાની તક આપવામાં નહીં આવી હોવાનો મુદ્દો છે. હવે એમને રજૂઆત કરવાની તક અપાશે તો પણ 'લાભનું પદ' તો તેઓ ભોગવતા જ હતા, તે સાબિત કરતાં ચૂંટણીપંચને ઝાંઝી મુશ્કેલી નહીં પડે. બંધારણીય સંસ્થાઓ પર કયારેક સરકારની જી હજૂરી કરતી થઈ જાય ત્યારે કેવી દયાજનક લાગતી હોય છે ! શેષનકાળના ચૂંટણીપંચની ખુમારીઅને ખુદ્દારી સામે વર્તમાન ચૂંટણીપંચ કેવું વામણું લાગે છે ! જયારે એકહથ્થું શાસન સ્થપાય છે ત્યારે લોકશાહીના સ્તંભ સમી આવી બંધારણીય સંસ્થાઓના વડા તરીકે પણ જી હજૂરિયા જ નિમાતા હોય તે સ્વાભાવિક છે. ન્યાયપાલિકા હજી પણ થોડી તટસ્થ રહે છે તે ઓછો સધિયારો નથી.

શ્રી સ્વામીનારાયણ જયંતિ અવસરે : પ્રમુખ સ્વામીનું સંક્ષિપ્ત જીવન દર્શન

પ્રસંગસર
પી.એમ. પરમાર



'જય સ્વામીનારાયણ.' શ્રી પ્રમુખ સ્વામી મહારાજ સ્વયં એક પવિત્ર મંદિર હતા. 'બીજાના ભલામાં આપણું ભલું છે' એ એમનો તકિયા કલામ હતો. 'જય સ્વામીનારાયણ -' એ મંત્રનું સદા સ્મરણ - રટણ એમનું જીવનસૂત્ર હતું. તેઓ પોતાના માટે નહિં પણ બીજાના માટે જીવી ગયા. એ અક્ષરધામ ગયા જ નથી. પણ અક્ષરધામને ધરતી ઉપર લાવી દીધું છે. અમારે આવવા જવાનું તો છે જ નહિ, આ તો બધી રમત છે, બાકી અમે તો અહીં પણ છીએ અને ત્યાં પણ છીએ, અમે તો અખંડ છીએ - આ ઉચ્ચારણ પ્રગટ બ્રહ્મસ્વરુપનું અવતરણ છે એની સાક્ષી પૂરે છે.

પ્રમુખસ્વામીનું જીવન ખુદ આચરણનું વ્યાકરણ છે. એ બાવન અક્ષરમાંય હતા અને બાવન બહાર પણ હતા. એમના આત્મામાં સ્વયં પરમાત્માનો નિવાસ હતો. એમનું સ્નેહાળ સ્થિમત ઈશ્વરની ભલામણ ચિઠ્ઠીનું ઘોતક હતું. એમનું મૌન વાણીથી વિશેષ બોલકું હતું. પ્રમુખ સ્વામીનાં દર્શન માત્રથી દર્શનાર્થીઓથી દૂ:ખ દૂર રહેતું હતું. એમના હાથમાં ધબ્બા ખાવા માટે તો રીતસરની પડાપડી થતી. એમના જમણા હાથમાં માળા (અધ્યાત્મ) અને ડાબા હાથમાં અદ્યતન ટેકનોલોજી (વિજ્ઞાન) એક સાથે નિવાસ કરતાં હતા. વિજ્ઞાનની સરહદમાં રહી અનહદની આરાધનાના કરતબના એ સ્વામી હતા. પવિત્રતા એમની મહામૂલી મૂડી હતી, સંસ્કાર એમની સમૃદ્ધિ હતી, સદ્ગુણો એમની સંપત્તિ હતી, સાદગીના એ શહેનશાહ હતા, પુરુષાર્થ એમનો પારસમણિ હતો, સેવાના સૂત્રધાર હતા તો શ્રી હરિના એ સેવક હતા.

એમની વાણીમાં વચનામૃતની સરવાણી હતી, તો આચરણમાં શિક્ષાપત્રીની આજ્ઞાઓની સારપ હતી. ભારતી સંસ્કૃતિના એ મોભી હતા તો ભવ્ય અક્ષરધામ મંદિરોનું નિર્માણ એ આગવી ઓળખ એમની આખા જગતમાં હતી. શ્રી પ્રમુખ સ્વામી મહારાજનો જન્મ : સંવત : ૧૯૭૮, માગશર સુદ - આઠમ, તા. ૭.૧૨.૧૯૨૧ને બુધવાર વડોદરા જિલ્લાના પાદરા તાલુકાના ચાણસદ ગામે થયો હતો. પિતાનું નામ મોતીભાઈ પ્રભુદાસ પાટીદાર અને દિવાળી બા એમન માતાનું નામ હતું. પ્રમુખ સ્વામીજીનું બચપણનું નામ શાંતિલાલ હતું. નામ પ્રમાણે ગુણ અને ગુણ પ્રમાણે નામ. બાળવયમાં જ શાસ્ત્રીજી મહારાજના આશીર્વાદ મળ્યા. દોડવું હતું ને ઢાળ મળ્યો, ભાવતું હતું ને વૈદ્યે કહ્યું.

તા. ૧૦.૦૧.૧૯૪૦ના રોજ ગોંડલની પ્રખ્યાત અક્ષરદેરીમાં જ શાસ્ત્રીજી મહારાજે શાંતિલાલને ભાગવતી દીક્ષા આપી. નામકરણ કર્યું : નારાયણ સ્વરુપદાસ તા. ૨૧.૫.૧૯૫૦માં બોચાસણવાસી અક્ષરપુરુષોત્તમ સંસ્થાના પ્રમુખ તરીકે વરણી થઈ. પ્રમુખ નામ 'પ્રમુખ' બની ગયું અને બધાને મુખે શ્રી પ્રમુખ સ્વામી મહારાજનો જય જય કાર થઈ ગયો. બરાક ઓબામા હોય કે બાળક હોય - બંને ઉપર એક સમાન હેત રહેતું. વસુદૈવ કુટુંબકમ્ - અહીં ચરિતાર્થ થતું . સ્થિતપ્રજ્ઞ શબ્દ અહીં સાર્થક હતો. શ્રી હરિકૃષ્ણ મહારાજ; નીલકંઠ; ઠાકોરજી; ત્રીજી મહારાજ; અક્ષર પુરુષોત્તમ, પુરુષોત્તમ નારાયણશ્રી; સ્વામી સહજાનંદજી અને શ્રી સ્વામી નારાયણ ભગવાનના પર્યાયવાચી પ્રગટ બ્રહ્મસ્વરુપ શ્રી પ્રમુખ સ્વામી હારાજને કોટિ કોટિ વંદન સાથે સૌને જય સ્વામિનારાયણ.

ઈશ્વરધર્મ, માનવધર્મ અને નારીધર્મ : શ્રેષ્ઠ કોણ?

મોરપીંછના રંગ
ડો. કનૈયાલાલ ભટ્ટ

આપણે ત્યાં શાસ્ત્રોમાં ધર્મના અનેક પ્રકારો દર્શાવ્યા છે. ધર્મની ખુબ જ વિસ્તૃત અર્થમાં મિમાંસા પણ કરવામાં આવી છે આમ છતાંય આપણે ધર્મને સંકૂચિત અર્થમાં લઈએ છીએ. ખરેખર જુઓ તો ધર્મ અનેક દિશાઓમાં વ્યાપ્ત છે. એને સમજવા માટે આપણા મનની ભૂમિકા પણ વિશાળ સાગરની જેમ વિસ્તૃત હોવી જરૂરી છે. બધા ધર્મોમાં આપણે ત્યાં ત્રણ ધર્મની ખુબ જ આલોચના થઈ છે. ઈશ્વરધર્મ, માનવધર્મ અને નારીધર્મ, આપણા વેદોમાં ને શાસ્ત્રોમાં નારીધર્મની ખુબ જ ચર્ચાઓ થઈ છે. વિચારણાઓ થઈ છે. તો વળી એ જ શાસ્ત્રોમાં સ્ત્રીને ઔષધિ પણ ગણવામાં આવી છે. જીવનના બધા દુ:ખોમાં, અનેક સમસ્યાઓમાં નારી ઔષધિનું કામ કરે છે. કેમ કે નારીની અંદર પ્રચંડ શક્તિનો સ્ત્રોત્ર વહે છે. તેથી જ શાસ્ત્રો કહે છે નારી ફક્ત નારી નથી એ ઔષધિ પણ છે. ઉપચાર છે. નવું જીવન છે નવી ચેતના છે. ભલે આપણા ઘણા વિદ્વાનોએ નારીની નકારાત્મક ચર્ચાઓ કરી હોય, પરંતુ નારીનો મહિમા અપરંપાર છે. કેમ કે તે પુરુષ સાથે જોડાઈને સંપૂર્ણ બને છે. અને ગમે તેવી મૂશ્કેલીમાં તે પુરુષને સંભાળી લે છે. ક્યારેક એ માના રૂપમાં તો ક્યારેક એ પત્નીના રૂપમાં કે ક્યારેક એ બહેનના રૂપમાં કે ક્યારેક મિત્રના રૂપમાં પુરુષની હંમેશાં પડખે રહી છે. અને એટલે જ " જન્મ આપવાનું સુખ " ઈશ્વરે નારીને જ આપ્યું છે. નારીને નારાયણી માનવામાં આવી છે. નારી વિશે અનેક પુસ્તકો લખાયા છે. આ નારીધર્મ એટલે શું ? નારીનો ધર્મ કે નારી પ્રત્યેનો આપણો ધર્મ ? બન્ને રીતે વિચારીએ તો આજે ૨૧મી સદીને કારણે નારીનો પોતાનો ધર્મ બદલાઈ રહયો છે. અને નારી પ્રત્યેનો આપણો ધર્મ પણ જુદી જ દિશામાં જઈ રહ્યો છે. કારણ કે આજે ૨૧મી સદીમાં મનની સ્થિતિ અને વૈચારિક પરિસ્થિતિ નવા રંગ રૂપ લઈને આપણી સામે આવી રહી છે. આ બન્ને બાબતે વિસ્તૃત ચર્ચા વિચારણા થવી આવશ્યક છે. આજે આ નવી પરિવર્તનશીલ સદીમાં જીવતા માનવીઓને મનની સ્થિતિને અધ્યાત્મ સાથે જોડીને જીવવાનું રાખવું જરૂરી છે.

ઈશ્વરધર્મ વિશે પણ આજે વેદો અને શાસ્ત્રો ભૂલાતા જાય છે પણ જે સત્ય છે એ સત્ય જ રહે છે. આજે વિજ્ઞાન ભલે ગમે તેટલું આગળ વધતું જાય પણ આખા બ્રહ્માંડનું સંચાલન કોણ કરે છે ? કેવી રીતે કરે છે ? એ શોધી શક્યું નથી. ત્યાં માનવીની બુદ્ધિ કામે લાગી શકતી નથી. કેમ કે ઈશ્વર એ આત્માનો વિષય છે. બુદ્ધિ વ્યક્તિનું વિવેચન કરે છે આત્માનું વિવેચન કરી શકતી નથી. કેમ કે રોગ શરીરને થાય છે આત્માને નહીં તેથી શરીરને દવા આપી શકાય આત્માને નહીં. શરીર જડ છે આત્મા ચેતન છે. આપણી સામાજિક ઓળખ શરીર છે. જે એક સમયે મટી જવાની છે. સાચી ઓળખ આત્માની છે. શરીરમાં વધઘટ થવાની છે. ભાંગતૂટ થવાની છે શરીરની ઉંમર થવાની છે એ બાળકમાંથી વૃદ્ધ બનશે પણ આત્મા હંમેશાં યુવાન જ રહે છે. એના રૂપમાં કોઈ ફેરફાર થવાનો નથી શરીર આંધળું બહેરું હોય છે આત્મા નહીં શરીર ક્રોધી બને છે આત્મા તો શાંત જ રહે છે. આ માટે આત્માતત્વનો મહિમા વિશેષ છે. આ આત્મામાં ઈશ્વરનો વાસ છે. તેથી જે વ્યક્તિની આત્મા પ્રત્યેની નિષ્ઠા અને શ્રદ્ધા શુદ્ધ હશે તેનો ઈશ્વરધર્મ શ્રેષ્ઠ હશે. ઈશ્વર એ પામવાની શક્તિ નથી પણ અનુભવવાની શક્તિ છે. કેમ કે એ ભલે દેખાતો નથી પણ એ સર્વત્ર સંવેદ્ય છે જ. બધે જ એની કૃતિ - પ્રતિકૃતિ છે. અને આ ઈશ્વરની કૃતિ - પ્રતિકૃતિને ઓળખવાનું સૌથી શ્રેષ્ઠ માધ્યમ હોય તો તે માણસનું મન છે. મનની પવિત્રતા આપણને ઈશ્વરધર્મ સુધી લઈ જાય છે. જ્યારે મનની વિશુદ્ધતા આપણને નારીધર્મ સમજાવે છે.

મન અને જીવન સાથે જોડાયેલો ત્રીજો મહત્વનો ધર્મ છે 'માનવધર્મ' આમ જોઈએ તો નારીધર્મ અને ઈશ્વરધર્મ કરતા આ માનવધર્મનો મહિમા વિશેષ છે. કેમ કે એમાં કર્મનું આધિપત્ય છે. કર્મ આધારિત આ માનવધર્મ સાચી રીતે પાળવો ખુબ કઠિન છે. કેમ કે એમાં સ્ત્રી અને પુરુષની બન્નેની ભૂમિકા સમાન છે. નર અને નારીનું સર્જન ઈશ્વરે જ કર્યું છે. આ બન્નેના અલગ અલગ ધર્મ પણ આપ્યા છે. વળી નારીધર્મને શાસ્ત્રોમાં ય અલગ સ્થાન મળ્યું છે. જ્યારે નરને માનવધર્મમાં મેળવીને એના મહત્વને સમગ્રલક્ષી બનાવ્યું છે. ભારતીય દર્શનશાસ્ત્ર મુજબ વિચારીએ તો માનવધર્મમાં પણ પુરુષભાવ રહેલો છે. તેથી આ માનવધર્મ નિભાવવામાં વિશેષ જવાબદારી પુરુષની છે.

આપણા પુરાણોમાં, શાસ્ત્રોમાં માનવધર્મને સૌથી શ્રેષ્ઠ ધર્મ બતાવ્યો છે. કેમ કે તે કર્મને આધિન છે અને કર્મ કરવું એ સૌથી મુશ્કેલ પરિસ્થિતિ છે. એનો અનુભવ ગીતામાં અર્જૂનને થયો છે. અને આપણે સૌ એ અર્જૂનની પીડા, વેદના અનુભવી છે આ માનવસહજ સંવેદનશીલતા, પારિવારિક ભાવનાની તમામ ભ્રમિત દીવાલો શ્રી કૃષ્ણએ કર્મના સિદ્ધાંત દ્વારા તોડીને માનવધર્મની ભાવના સાથે જોડીને અર્જૂનને કર્મ કરતો કરીને માનવધર્મનું ઉત્તમ ઉદાહરણ આપ્યું છે. બીજી રીતે જોઈએ તો ઈશ્વર ખુદ કહે છે કે માનવ એનું કર્મ કરે તો ઈશ્વરની પૂજા કરવાની જરૂર નથી, મંદિરે જવાની જરૂર નથી. જે માનવીય કર્મ કરે છે તે શ્રેષ્ઠ જ છે. એટલે તો આપણા મશહૂર શાયર "નિદા ફાજલી" કહે છે કે -

" યુ તો ઘર સે મસ્જિદ હૈ બહુત દૂર ચલો યું કર લે
કિસી રોતે હૂએ બચ્ચે કો હંસાયા જાય "

આ માનવધર્મને સાચી રીતે સમજાવતો શેર છે. આપણને આ શેર ઘણુબધુ કહી જાય છે. જે વાત શાસ્ત્રો કે ગ્રંથો કરે છે તે વાત માત્ર આ શેર કરે છે. ખુદા - ઈશ્વર, મંદિર - મસ્જિદ જે ગણો તે માનવીના હદયમાં જ છે. અને એમાંય એક

અનુસંધાન પાના નં. ૭ પર

'બી પોઝીટીવ' કેપ્સ્યુલ : વ્યસ્ત રહો, મસ્ત રહો ...!

રઝળપાટ
અજય ઉપાધ્યાય

'આલ ઈઝ વેલ'...'આલ ઈઝ વેલ'... થ્રી ઈડીયટનો આમીર ઈડીયટ નહોતો કે વારેવારે આ આલ-વેલનો મંત્રજાપ કરતો રહેતો હતો... આ મહામૃતુંન્જય મંત્ર તો હતો બી પોઝીટીવનો ...આ મંત્ર હતો ડર કે આગે જીત નો ... આ મંત્ર હતો દિમાગમાં ઘુસવા મથતા કે ઘુસી ચુકેલા ડર કે નેગીટીવ થોટ્સને હટાવવાનો ... આ મંત્ર તો હતો દિલને દિલાસો આપવાનો... દિમાગને સાંત્વના આપવાનો ... કે બકા ડરના મના હૈ ... સબ ઠીક હો જાયેગા ...! ખેર કોઈને આમીરનો આ ઓલ ઈઝ વેલ જો બોલીવુડીયા તકિયા કલામ લાગે તો જસ્ટ ફોર યોર ઈન્ફો કે જીવનમાં 'બી પોઝીટીવ' રહેવા માટેનો આ બોલીવુંડીયા નહિ પણ જિંદગીનુમા શ્લોક કહી શકાય...! જાણતા અજાણતા પણ આમીરના આ ડાયલોગને જીવનમાં વણી લ્યો તો પછી 'બી પોઝીટીવ' ની કેપ્સ્યુલો ગળવાનો વારો નહિ આવે ..!

પોઝીટીવીટી કે સકારત્મકતા એ જીવનનો એક એવો મસ્ટ હેવ મેચ છે કે જેમાં તમારે દરેક બોલે રન બનાવવા જ પડે , જો જિંદગીની મેચમાં રન-આઉટ ના થવું હોય તો ...! જિંદગી તમારી અનેક રીતે એકઝામ્સ લેતી રહે છે અને તકલીફ એ છે કે ઘણી વાર એકસાથે ઘણા પેપર આપવા પણ પડે છે અને એથી પણ વધુ તકલીફ એ છે કે જિંદગીની આ બધી જ એકઝામ્સમાં પાસ થવું અનિવાર્ય છે... આઈ મીન પાસ થવાની ભરપુર કોશિશ તો કરતી જ રહેવી પડે છે એવામાં નેગેટીવીટી જો હાવી થઈ ગઈ તો પછી છેલ્લા બોલે સિક્સર મારો તો પણ બે રનથી હારી જાવ એવું બને ...! પોઝીટીવીટી કોઈ ક્લાસ, કોઈ લેકચર કે કોઈ બુકમાંથી થોડી મળવાની કે પોઝીટીવીટી કાઈ સવાર સવારમાં વોટ્સઅપમાં ઢગલામોઢે ટપકી પડતા મોટીવેશનલ મેસેજોથી થોડી મળે છે ... એને તો કેળવવી પડે... એને તો ડેવલોપ કરવી પડે... એને તો સ્ટેપ બાય સ્ટેપ જીવનમાં ઉતારવી પડે ...તબ કહી જા કે આપ કિસીકો બોલ શકે કે 'બી પોઝીટીવ'...!

કમનસીબી એ છે કે આપણી આસપાસ ઓલમોસ્ટ નેગીટીવીટીઓ જ પડેલી છે અને ડે બાય ડે એમાં વધારો જ થતો રહે છે. ૯૯ % લોકો નેગીટીવ વાતો જ કરતા રહે છે ... ૯૯ % માધ્યમો નેગીટીવ ખબરો જ બતાવતા રહે છે ... અને પાછા આપણે બીજાને સલાહો આપતા ફરીએ કે 'કૈક પોઝીટીવ વાત કર બકા ... પોઝીટીવ વિચાર બકા'! હવે એ તો આપણે નક્કી કરવાનું છે કે પોઝીટીવ વિચારવું કે નેગેટીવ ...! ખેર જેટલા જેટલા લોકોને તમે જીવનમાં મળ્યા હોવ કે જેને તમે ' પોઝીટીવ પીપલ ' કહી શકો , જે પોઝીટીવીટીથી છલોછલ હોય એ લોકો કાઈ પોઝીટીવીટી લઈને જન્મ્યા નથી હોતા એ પણ મારી તમારી જેમ સામાન્ય માણસ જ હોય છે પણ ફરક એટલો હોય છે કે એ લોકો એ પોઝીટીવ રહેવાના અમુક નિયમો બનાવ્યા હોય છે અને એ નિયમોને એ લોકો ચુસ્તતાથી વળગી રહેતા હોય છે , પાલન કરતા હોય છે ...! આફ્ટર ઓલ બી પોઝીટીવ એ બીજું કાઈ નહિ પણ ' પ્લીઝ ડોન્ટ બી નેગેટીવ ' જ છે ને ...!

આ 'ડોન્ટ બી નેગેટીવ' ની અમુક ફોર્મ્યુલા છે . જેમ કે કશુક નવું કરવાથી ના ડરો. જી હા કશુક નવું કરશો અને સફળ થશો તો સંતોષ થશે અને નિષ્ફળ જશો તો નાસીપાસ થયા વગર બીજા પ્રયત્નની હિમત આવશે અને આમેય ફેય્લોર ઈઝ ધ બાયપ્રોડક્ટ ઓફ સકસેસ ..! આનાથી ફાયદો એ થવાનો કે નેગેટીવીટી પર ધીરે ધીરે વિજય મેળવતા જશો . જો કે બી પોઝીટીવ માટે તો એમ કહેવાય છે કે નેગેટીવથી દુર રહો પણ ભાયા નકારાત્મક દુનિયામાં આ તો સાવ શક્ય પણ નથી જ ને..! ખેર પોઝીટીવિટીને વધુ ડેવલોપ કરવા માટે એક અમોધ સૂત્ર છે અને એ છે 'નો બડી ઈઝ પરફેક્ટ'...યસ કોઈ સમ્પૂર્ણ છે જ નહિ અને જે સંપૂર્ણ દેખાય છે એ આપણો ભ્રમ છે..! પોઝીટીવ વ્યકિત ટોટલ પરફેક્શન તરફ નહિ દોડતો હોય પણ જે છે, જે ઉપલબ્ધ છે પછી ચાહે એ વ્યક્તિ હોય કે સંજોગો એને પરફેક્ટ બનાવવાની કોશિશ કરતો હોય છે ... યસ્સ્સ્સ આ છે પોઝીટીવીટી ડેવલોપ કરવાની ઉત્તમ અપેક્ષિત ...! જે છે એ સ્વીકારો અને એને વધુ બહેતર કરવાની કોશિશ કરો તો આપોઆપ નેગેટીવીટી માગ્રી ફરે હે ...!

ઓકે બી પોઝીટીવના આવા તો ઘણા ઉપાયો છે અને સેલ્ફ ડેવલોપ કરી શકાય એવા જ છે એમાંથી એક બહુ સરસ અને સટીક હોય તો એ છે 'વ્યસ્ત રહો'...! ઘરડા કહી ગયા છે ને કે 'નવરું દિમાગ શેતાનનું ઘર કહેવાય' સાયકોલોજીકલી વિચારો તો પણ આપણું દિમાગ એકી સમયે એક જ પ્રવૃત્તિ પર કેન્દ્રિત થઈ શકે છે ધેટ મીન્સ કે કૈક ને કૈક કરતા રહેશો (ઓબવિયસલી પોઝીટીવ જ સ્તો) તો શેતાન તમારા દિમાગના ગમે એટલા દરવાજા ખખડાવે ને તો પણ એને 'નો એન્ટ્રી' જ મળવાની ...! જો તમે વ્યસ્ત રહો તો થશે એવું કે તમારી સમગ્ર શક્તિ , ધ્યાન એમાં જ લાગેલું રહેવાનું અને એને લીધે બીજા કોઈ નેગેટીવ વિચારો કે ધારણાઓના દરવાજા પણ બંધ જ રહેવાના ...! ચર્ચિલ રોજના ૧૮ કલાક કામ કરતા. કોઈએ એમને પૂછ્યું કે 'તમારી પર ક્યારેય કોઈ ચિંતા કે એવા બીજા કોઈ બનાવો એ આક્રમણ નથી કર્યું ?' ચર્ચીલે બહુ સરસ જવાબ આપ્યો કે 'મારી પાસે કરવા માટે કામ જ એટલું બધું છે કે બીજી કોઈ વાત પર

અનુસંધાન પાના નં. ૭ પર

રસીના ફાયદા

તન દુરસ્તી
મહેન્દ્ર ગજ્જર
ડૉ. દિનેશ રાઠોડ

ઘણા લાંબા સમય પછી મળીએ છીએ. આપણો વિષય શું હતો ? શું એ ભૂલી ગયા ? શક્ય છે. મારે શું લખવાનું હતું એ પણ ફીર મારે યાદ કરવું પડ્યું. તો તમને વાચેલું તો કદાચ જ યાદ રહ્યું હશે.

ગયા અંકમાં આપણે જોયું કે શરીરમાં શરીર પોતાની રીતે જ કુદરતી વેક્સીન બનાવે છે. જેમ કે, આપણે દાખલો લીધેલો કે જૂના જમાનામાં ટાઈફોઈડ થયો હોય ત્યારે કોઈ દવા મળતી નહીં. ૨૦ દિવસે અથવા ૨૧ દિવસે ધીમે ધીમે તાવ ઉતરી જતો અને એ પછી થયેલા બેક્ટેરિયાથી ક્યારેય પણ ટાઈફોઈડ ન જ થાય. કેમ ન થાય ? કારણ કે ટાઈફોઈડ સાલમોનેલા નામના બેક્ટેરિયાથી થાય છે. શરીર ધીમે ધીમે ઓટોવેક્સીન બનાવી બેક્ટેરિયાને મારી નાંખે છે. પણ આ બહુ અઘરી, ખરાબ પદ્ધતિ છે. જેમાં ઘણાં બધાં લોકોનું મૃત્યુ થયું છે. હવે માનવી બુદ્ધિશાળી છે. બુદ્ધિશાળી માનવી વિચાર કરીને આર્ટીફિશિયલ રસી બનાવી. આર્ટીફિશિયલ રસી એટલે શું ? સવાલ થવો જોઈએ અને સ્વાભાવિક છે. આર્ટીફિશિયલ વેક્સીન બહુ જ પાવરફુલ છે અને જેનાથી અચૂક ફાયદો થતો જ હોય છે.

તો ગયા અંકમાં લખેલ વિષય અંગે થોડી ચર્ચા કરી લઈએ. આપણો વિષય હતો રસી એટલે શું ? એટલે કે વેકસીન એટલે શું ? આમ તો દરેકને ખબર જ છે કે વેક્સીન મૂકવવાની જ જોઈએ. કારણ કે છેલ્લાં ૨૦ વર્ષથી રોટરી કલબ આખા ભારતમાં અવિરતપણે પોલિયોની રસી મૂકવા પ્રયત્ન કરે છે અને આખા ભારતમાંથી પોલિયોમુક્ત ભારત થાય એ મનોબળ સાથે ઝઝૂમે છે. શરૂઆતમાં પાંચ વર્ષમાં ભારત પોલિયમુક્ત થઈ જશે એવી વાત હતી. પણ ધીમે ધીમે ક્યાં ક્યાંક થોડાક પોલિયોના દર્દીઓ મળી આવતા, હજુ સુધી આપણે પોલિયોની રસીકરણનો પ્રોગ્રામ ભારત સરકાર અને રોટરી ક્લબ કરતી રહે છે અને થોડાક જ સમયમાં આપણે પોલિયોમુક્ત ભારત બનાવશું. આ સિદ્ધિ છે વેક્સીનની. જેના ઘરમાં એક પણ પોલિયોગ્રસ્ત બાળક હોય એના ઘરનું વાતાવરણ ન કલ્પી શકાય એટલું બધું ભયાનક છે. આ રસીકરણથી ભારતના જ જાણે કેટલાય માણસોને રોટરી અને પોલિયો વેક્સીને સુખી કર્યા.

(ક્રમશઃ)