સલામી સવારની..

વધ કર્યો વનરાજીનો આ પ્રાકૃતિક ખોપ છે,
વચ્ચે અગન વર્ષા આ કુદરતી પ્રકોપ છે.
થયો છે લોપ ઈશ્વરીય શીતળ આશીર્વાદનો-
સાચવ્યું નહીં સમતુલન આ સૃષ્ટિનો કોપ છે.

સુપ્રભાતમ્
સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

હાઈકુ

સતાવે સૌને
કોંક્રીટી શયતાન
શેકે ભઠ્ઠીમાં !

લીધા નિશ્વાસ
પશુ અને પંખીના -
થાય મુંઝારો...

ચિંતન

યો જાગાર તમૃચ: કામયન્તે, યોજાગાર તમુ સામાનિ યન્તિ ।
યો જાગાર તમયં સોમ આહ, તવાહ્મસ્મિ સખ્યે ન્યોકા :

ઉપરોક્ત શ્લોક ઋગ્વેદમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

જે જાગૃત છે અને આળસ તથા પ્રમાદથી હંમેશાં સાવધાન રહે છે. તેમને આ સંસારમાં જ્ઞાન અને વિજ્ઞાન મળે છે. તેમને શાંતિ મળે છે, તેઓ મહાપુરુષ કહેવાય છે.

એક ભજન છે : ઊઠ જાગ મુસાફિર ભોર ભઈ, અબ રૈન કહાં જો સોવત હૈ... અહીં સૂચન છે કે ઊઠો અને જાગો; ત્યારે જ કશુંક પથારીમાંથી ઊઠે છે. પણ શું આપણએ ખરેખર જાગેલા છીએ ? આપણી ઉપર અજ્ઞાન, આળસ, પ્રમાદ અને તમોગુણનો જે નશો છવાયેલો છે તેના લીધે આપણી આંખો હજુ પણ બિડાયેલી છે. તો પછી આપણે જાગૃત ક્યાં છીએ ?

આપણે આપણાં કર્તવ્યોનું પાલન કરવામાં ક્યારેય આળસ કરીશું નહીં, ઉદ્યમી રહીશું, પ્રમાદ કરીશું નહિ. આ રીતે મહાવરો કરતાં રહેવાથી આપણે પરમેશ્વરના ગુણોને પોતાનામાં ધારણ કરી શકીશું.

સુવિચાર

- કંજૂસની ચાકરી કરનારો અગ્નિ પ્રગટાવવા આગિયાને પવન નાખે છે - **ચાણક્ય**
- વૈરાગ એ તો સારાસારની વિચારણા છે, પૃથક્કરણ કરે કે તરત એનાં ફળમાં વિરક્તિ ઉત્પન્ન થાય - **દાદા ભગવાન**
- સત્યાર્થની ઝંખના એનું નામ પ્રાર્થનાત - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- મન બગડેલું ના હોય, વાણી બગડેલી ના હોય, વર્તન બગડેલું ના હોય, એ અવસ્થા પરમ વિનય - **માનસસૂત્ર**
- અજ્ઞાનમાં પેસવા ન દે, એનું નામ જ્ઞાન. અજ્ઞાન ઊભું થવાનું થાય કે તરત જ્ઞાન હાજર થઈને ચેતવે કે સંભાળજે... - **નીરુબેન અમીન**
- ચારિત્ર્યશુદ્ધિ અઘરું કામ છે, પણ ઉદ્યમી જીવન જીવનારને ચારિત્ર્યભંગના પ્રસંગ ઓછા આવે છે. - **સરદાર પટેલ**
- આજનું ઔષધ : સ્ટ્રોબેરીના માવાનો ચહેરા પર લેપ કરવાથી ચહેરાની કાળાશ દૂર થાય છે.

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

જાપાનની પરંપરાગત ધ્યાનપદ્ધતિ શીખવતા સંત બાન્કેઈ અદ્‌ભૂત ગુરુ હતા. ધ્યાન શીખવા આવનાર એક શિષ્યએ ચોરી કરી અને એના સાથીઓએ તેને ચોરી કરતાં રંગે હાથે પકડી લીધો. તેને સંત બાન્કેઈ પાસે રજૂ કર્યો. બીજા શિષ્યોએ કહ્યું, હવે આને આપણા આશ્રમમાંથી હાંકી જ કાઢો નહીંતર આપણું શાંત વાતાવરણ પણ દૂષિત બની જશે. બાન્કેઈએ શિષ્યોની વાત સાંભળીને કહ્યું, એણે ચોરી કરી છે એ સાચું. શિબિરમાં આવું કરાય નહિ તે પણ સાચું, પણ એને સુધરવા માટે આપણે એને તક આપવી જોઈએ. મને આશા છે કે તે ફરી આવું નહિ કરે. આથી હું એને માફી આપું છું.

બીજા શિષ્યોને ગુરુની આ વાત પસંદ પડી નહીં પણ મને-ક-મને સ્વીકારી લીધી. થોડા દિવસો પછી ફરી પેલા શિષ્યએ ચોરી કરી, એટલે વળી આશ્રમમાં ખળભળાટ મચી ગયો. વિદ્યાર્થીઓએ પેલા ચોરને બાન્કેઈ પાસે હાજર કરતાં કહ્યું, આને તો ચોરી કરવાની આદત છે. તમે માફી આપશો તો પણ તે ચોરી કરશે, એટલે હવે એને આશ્રમમાંથી તત્કાળ હાંકી કાઢો. સંત બાન્કેઈએ કહ્યું, હવે તો મારા માટે એની હકાલપટ્ટી કરવી ઔર મુશ્કેલ બની ગઈ છે. જો હું એને કાઢી મૂકું તો એને ધ્યાનના પાઠ કોણ શીખવશે ? તમે જો અહીંથી બીજે જાવ તો બીજા ધ્યાનગુરુ ધ્યાન શીખવવા તૈયાર થશે, પણ કોઈ આને પ્રવેશ નહીં આપે. આથી હું એને ક્ષમા આપું છું. અને તમે બધા અહીંથી ચાલ્યા જાવ તો પણ હું તો આને અહીં જ રાખવાનો છું.

સંત બાન્કેઈની વાત સાંભળીને પેલા ચોર શિષ્યની આંખમાંથી આંસુની ધારા વહેવા લાગી. એણે ફરી કદી ચોરી નહીં કરવાની ગુરુ સમક્ષ પ્રતિજ્ઞા લીધી.

કિન્નાખોરી અને ખરીદવેચાણનું રાજકારણ

તંત્રીસ્થાનેથી...

લોકશાહીમાં લોકો દ્વારા ચૂંટાયેલા પ્રતિનિધિઓ લોકો માટે રાજવહીવટ ચલાવતા હોય છે. ડેમોક્રેસીની આ જાણીતી વ્યાખ્યા આપણે વિશ્વની સૌથી મોટીલોકશાહીમાં કેટલી અમલી બનાવી શક્યા છીએ ? આઝાદી પછીનાં શરૂઆતનાં વર્ષોમાં કદાચ આ વ્યાખ્યા મુજબ ચાલવાની કોશિશ જરૂર થઈ હતી પરંતુ સત્તાનો સ્વાદ ચાખી ગયેલા લોક પ્રતિનિધિઓ ધીમે ધીમે અનુકૂળતા મુજબ સત્તાનાં સમીકરણો માંડતા શીખી ગયા અને એની અસરો સવિશેષ રાજ્યોની વિધાનસભાઓમાં દેખાવા લાગી. પછી તો આ પ્રવૃત્તિ રાજકારણીઓને કોઠે પડી ગઈ તો ત્યાં સુધી કે જનપ્રતિનિધિ ગમે તે પાર્ટીમાંથી ચૂંટાયેલા હોય અને ગમે તેવી વિચારધારાને વરેલો હોય પણ સત્તા મેળવવા અથવા સાચવવા એને સત્તા અને નાણાંનું પ્રલોભન આપી ખેરવી લેવામાં કોઈ છોછ રહ્યો જ નહીં. જનપ્રતિનિધિ પણ મનોમન ખોટું આશ્વાસન લેતો રહ્યો કે સેવા માટે સત્તા જરૂરી છે. લોકોનાં કામ કરવાં હોય તો સત્તા વગર થઈ શકે નહીં; વિપક્ષમાં રહીને તો શાસક પક્ષની ભૂલો જ શોધ્યા કરવાની હોય છે, એથી તો ઊલટું પોતાના મતવિસ્તાર પ્રત્યે સત્તાધારી પાર્ટીની સરકાર ઉદાસીન બની જતી હોય છે. છેલ્લે ગુજરાતમાં કોંગ્રેસી ધારાસભ્યોના પક્ષાંતર પાછળ આ જ દલીલ રજૂ થતી રહી હતી તે સર્વવિદિત છે, હકીકત એ હતી કે વર્ષોથી સત્તાવિહીન રહેલા ધારાસભ્યોને સત્તા જોઈતી હતી. વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીની શરૂઆતની છાપ આદર્શ નેતા તરીકેની હતી. તેઓ હરિયાણા અને હિમાચલ પ્રદેશના ઈનચાર્જ રહી ચૂકેલા હોઈ આયારામ-ગયારામવાળા આ રાજકારણનો એમને પ્રત્યક્ષ અનુભવ જોવા મળ્યો હતો.

બંસીલાલ-ભજનલાલ અને દેવીલાલની ત્રિપુટીએ શરૂ કરેલું આ 'હૉર્સ ટ્રેડિંગ' છેલ્લે ભાજપ જેવી કહેવાતી પાર્ટી વિથ ડિફરંસ દ્વારા અમલી બનાવાઈ રહ્યું છે તે ખૂબ જ મોટી વિડંબના છે. તમે ગમે તે પાર્ટીને વોટ આપો, ગમે તો પાર્ટીના ઉમેદવારને ચૂંટીને મોકલો, પરંતુ સત્તાધારી પાર્ટી નાણાં અને પદની લાલચ આપીને એને ખરીદી લેશે. એ રીતે લોકો દ્વારા ચૂંટાયેલી બહુમતીવાળી સરકારનો પણ જમીનદોસ્ત કરવાની કળા વર્તમાન ભાજપ-નેતાઓએ હસ્તગત કરી લીધી છે. મમતા બેનરજી જેવાં સાદાઈને વરેલાં, ડાઉન ટુ અર્થ નેતા સાથે શરૂઆતમાં ગઠબંધન કરવાના પ્રયાસો નિષ્ફળ ગયા પછી અને તેઓ વિપક્ષી ગઠબંધનના પ્રમુખ પુરસ્કર્તા તરીકે ઊપસી આવ્યાં ત્યારેથી તેઓ વડાપ્રધાનની આંખનું કસ્તર બની ગયાં છે. એમને વડાપ્રધાનપદનાં હરીફ ગણાવવાનું શરૂ થયું ત્યારથી ભાજપના કર્ણધારોએ યેનકેન પ્રકારે એમનો પરેશાન કરવાની નીતિ અપનાવી છે. કેટલાક સાંસદોનો પક્ષપલટો કરાવ્યા પછી હવે દીદીના ૪૦ ધારાસભ્યો પર નજર માંડી બેઠેલા વડાપ્રધાન હવે જાહેરમાં એમના પક્ષપલટાની પીઠિકા તૈયાર હોવાનો પ્રચાર કરવા લાગ્યા છે. લોકશાહીના અધઃપતનની આ પરાકાષ્ઠા નહીં તો બીજું શું છે ?

આવો જન્મ દીધો તો પછી દિલ શું કામ દીધું ?

નવાં કલેવર
નટવર હેડાઉ

તિમિર ગાઢ થતું ગયું. આશા હતી કે થોડું અંધારું ઓછું થશે. પણ ના, શિક્ષણ, કમ્પ્યુટર જૉબ એ બધા પછી પણ જીવનનો અંધકાર ઓછો ન થયો. જીવનમાં જેમ શ્વાસ, હવા, તાપ, ભોજન જરૂરી છે તેમ જ આ પણ જાણે જરૂરી કેમ છે ? શું તેના વગર આપણે રહી ન શકીએ ? બધી ચીજો સફેદ કે કાળી જ શું કામ હોવી જોઈએ ? કોઈ ત્રીજો રંગ કેમ ન હોય ?

તેને ખૂબ પ્રેમ કરનાર પ્રેમાળ પપ્પા યાદ આવ્યા. તેના જન્મથી ખુશ થઈ તેમણે દાયણને એટલા રૂપિયા આપેલા કે ખોબો નાનો પડેલો. તેની મમ્મી તેને હંમેશાં હેત-પ્રીતથી વહાલ કરી પોતાના પગ પર ઊભા રહેવાનું શીખવાડતી રહી. કોન્વેન્ટમાં ભણતાં તે દસમીમાં આવી એટલે પપ્પાએ તેમની બદલી પાટનગરમાં કરાવી લીધી. તે વખતે નાનો ભાઈ પણ સ્કૂલે જવા લાગ્યો હતો.

હવે તેને થોડું થોડું સમજાવા લાગ્યું હતું. તેની સ્કૂલમાં સાથે ભણતો અમીર તેને ચાહવા લાગ્યો હતો. બંને અનેક સ્પર્ધાઓ સાથે જીત્યાં હતાં. હૃદય ધક.. ધક... કરવા લાગતું. જ્યારે તે પ્રેમભરી નજરે તેની તરફ જોતો. તે દિવસ તેણે એકાંતમાં કિસ કરી, જિંદગીની એ પહેલી કિસ... યાદ કરતાં આજે પણ રોમાંચ થાય છે. શું ખરેખર આને પ્રેમ કહેવાય ? તે દરમિયાન એક દિવસ મમ્મીએ તેની છાતી અને હાથ પરની રૂંવાટીને વેક્સિંગ કરીને ઉખાડેલ. બહુ દર્દ થયેલું. પણ પછી ન્હાતી વખતે તેણે પોતાની જાતને જોઈ તો મંત્રમુગ્ધ થઈ ગયેલી. તે દિવસ જ મમ્મી તેને કંઈક કહેવા માગતી હતી પમ પછી તેને ખુશ જોઈ ચૂપ થઈ ગયેલી.

થોડા દિવસ બાદ સમીર ઘેર આવવા લાગ્યો હતો. મમ્મી કંઈ કહેતી નહીં પણ પપ્પાને ગમતું ન હોય એમ લાગતું. તેને સમજ પડતી નહોતી કે પપ્પાએ તેની સાથે હળવા મળવાનું ઓછું કેમ કરેલું. તે બંનેને દુખ પહોંચાડવા માગતી ન હતી. છેવટે સમીર સમયની સાથે ક્યાંક વિખૂટો પડી ગયો. તે ઍમબીબીઍસમાં આવી ગઈ. હવે તેને બધું સમજાતું હતું. તે હેરાન-પરેશાન થતી. પણ સાયન્સ પાસે તેનો કોઈ ઉપાય નહોતો. તમે કોઈના પર પણ ભરોસો ન કરી શકો. ફક્ત મમ્મી-પપ્પા તેની સાથે હતાં. પોતાનાં સંકોચ સાથે તે ક્યારે ગંભીરતાની મૂરત સમી ડૉ. સ્વાતિ બની ગઈ તે પોતે પણ નથી જાણતી. ત્યારે તેની જિંદગીમાં આવ્યો અવિનાશ. સાથી ડૉક્ટર. ખૂબ જ ઝિંદાદિલ અને પ્રૅક્ટિકલ. બંને સાથે મળી નર્સિંગ હોમ ખોલે તેવો તેનો પ્લાન હતો. તેણે ના પાડી. પણ તો આગળ ને આગળ વધતો ગયો. અને ક્યારે તેમનો આ સંબંધ પ્રેમમાં પરિણમ્યો તે તેને પણ ખબર ન પડી.

હમણાં જ ડિનર પર તે ડાયમંડ રિંગ પહેરાવીને ગયો છે. હવે તેને સાચું કહેવું જ પડશે. કઈ રીતે ? શું કહેવું ? શું ચોખ્ખેચોખ્ખી લગ્નની ના પાડી દેવી ? પણ બહાનું શું કાઢવું ? અને જો તે બધાંને કહી દે તો ? પચ્ચીસ વર્ષની માબાપની તપસ્યા, તેમની મહેનત બધું ધૂળધાણી થઈ જશે. જોખમ તો છે.

પણ જણાવવું તો પડશે જ કે પોતે ટ્રાન્સજેન્ડર છે. ડૉ. સ્વાતિ, જેણે કિન્નરોની વચ્ચે ગમાર, અભણ હોવું જોઈએ તે આજ એક ડૉક્ટર છે. પોતાના મમ્મી-પપ્પાના મજબૂત ઈરાદાઓ અને ત્યાગને કારણે. જીવનસાથી ભલે નહીં પણ એક મજબૂત મનોબળ ધરાવતી સશક્ત જિંદગી તેને મળી છે.

વ્હોટએપ કરવાનું જ બરોબર રહેશે, કંઈ કહેવા કરતાં. બે કલાક થઈ ગયા. મેસેજ પણ વાદળી નિશાનમાં લાગી ગયું છે. કંઈ જવાબ નથી. ઉદાસ આંખો અને તૂટેલા દિલને સાચવવા મથતી ડૉ. સ્વાતિ મૌન રૂદન કરી રહી હતી. ઈશ્વરને જાણે પૂછતી હતી, જો આવો જન્મ દીધો તો પછી દિલ શું કામ દીધું ? ઈચ્છાઓ અને અરમાનો શું કામ દીધાં ? તે પણ ન આપ્યાં હોત તો દિલ તૂટવાનું દર્દ તો ન થાત.

તે સમયે જ કૉલબેલ વાગી. રાતના અગિયાર વાગ્યા હતા. ઉઠીને ફ્લેટનો દરવાજો ખોલે છે. સામે ફૂલોનો મઘમઘતો બુકે લઈ ડૉ. અવિનાશ ઊભો છે.

જિદ્દ કરનાર વ્યક્તિએ પોતાની જિદ્દના બદલામાં દંડ જ ભરવો પડતો હોય છે

આવો જીવીએ શાનદાર
વિનોદ અમલાણી
amlani2000@yahoo.co.uk

(ગતાંકથી ચાલુ)

રામાયણની કથાથી આપણે સૌ પરિચિત છીએ જ. ગોદાવરી નદીના કિનારે, પંચવટીમાં એક વહેલી સવારે સીતાજીએ એક સુવર્ણમૃગ જોયો અને પછી એ મૃગને જીવંત અથવા મૃત પકડી લાવવા માટે સીતાજી શ્રીરામને કહે છે. લક્ષ્મણજીને શંકા જાય છે કે એ માયાવી રાક્ષસ મારીચનું કારસ્તાન છે અને એ માયાવી રાક્ષસ જ મૃગનું રૂપ ધારણ કરીને આવ્યો છે. (અસ્ય માયા વિદો માયા મૃગરૂપમિદં કૃતમ). લક્ષ્મણજી સ્પષ્ટ અભિપ્રાય આપે છે કે આ માયા જ છે એ નિઃસંદેહ છે (માયા એષા હિ ન સંશયઃ). છતાં સીતાજી જિદ્દ કરે છે અને સીતાજીની જિદ્દ ખાતર શ્રીરામ એ મૃગને પકડવા માટે રૂગ પાછળ દોડી જાય છે.

એ જ પ્રસંગમાં આગળ, શ્રીરામ મૃગની પાછળ ગયા પછી શ્રીરામની પ્રતિક્ષા કરતા સીતાજી અને લક્ષમણજીને રામનો આર્તરવ સંભળાયો. શ્રીરામનો આર્તરવ સાંભળીને સીતાજી વિહવળ બની જાય છે અને લક્ષ્મણજીને શ્રીરામની ભાળ મેળવવા માટે જવાનું કહે છે. લક્ષામણજી સીતાજીને એકલા મૂકીને જવાની ના કહે છે ત્યારે સીતાજી લક્ષ્મણજી ને કડવા વેણ સંભળાવે છે. લક્ષ્મણજીની વિનંતી અને સમજાવ્યા છતાં સીતાજી પોતાની જિદ્દ છોડતા નથી અને લક્ષ્મણજીને પરાણે શ્રીરામની પાછળ મોકલે છે.

આમ સીતાજીની જિદ્દ પછી પરિણામ શું આવ્યું તેના વિષે આપણે સૌ જાણીએ છીએ

ભલે પ્રેમ અને સ્નેહ જીદના પર્યાય છે પણ વ્યકિત એટલી હદે જિદ્દ શા માટે કરતી હોય છે કે જિદ્દમાં ને જિદ્દમાં કા તો પોતે, કા તો સામેની વ્યક્તિ ને કા તો બંને ખુવાર થઈ જાય? વ્યક્તિ જિદ્દ કરે છે ત્યારે તે સાચા-ખોટાનું ભાન શા માટે ગુમાવી બેસતી હોય છે? વ્યકિત જિદ્દ કરે છે ત્યારે સામેની વ્યક્તિની મુશ્કેલીનું શા માટે વિચારતી નથી? જિદ્દ કરનાર વ્યક્તિ શા માટે પોતાનું જ વિચારે છે?

માનવીય સંબંધોમાં જિદ્દ કરતી વ્યક્તિનું મનોવૌજ્ઞાનિક વિશ્લેષણ કરીએ તો એવું લાગે છે કે વ્યકિત ઉપર કેટલાક પ્રકારની એવી લાગણીઓ હાવી થતી હોય છે કે ત્યારે તે પોતાની જિદ્દ સિવાય બીજું કશું જ વિચારી શકતી નથી અને તેને કારણે એ વ્યકિત વ્યકિત જિદ્દે ચડતી હોય છે.

આપણે ઘણીવાર એવું માનતા હોઈએ છીએ કે આપણે પોતે જ માત્ર સાચા છીએ અને સામેનું પ્રિયપાત્ર ખોટું છે. આવી માન્યતાને કારણે આપણે આપણી જ વાતને સાચી ઠેરવવા માટે ક્યારેક જિદ્દ કરતાં હોઈએ છીએ. એ સમયે આપણને અન્ય કોની વાત કને પણ પડતી નથી અને કને પડે તો ગળે ઊતરતી નથી હોતી.

હકીકતમાં એવું નથી હોતું. આપણાં બે વ્યક્તિના સંબંધોમાં, ક્યારેક બંને વ્યક્તિની જિદ્દમાં બેમાંથી કોણ સાચું ને કોણ ખોટું એ વાત આપણે જ જાણતા હોઈએ છે પણ આપણે સ્વીકારતા નથી. ક્યારેક ત્રીજી વ્યક્તિ વધારે સારી રીતે જાણતી હોય છે કે બેમાંથી કોણ સાચું. આ પરિસ્થિતિમાં ત્રીજી વ્યક્તિ જેના ઉપર બંનેને વિશ્વાસ હોય તેનો અભિપ્રાય કે સલાહ લઈએ, તેની મધ્યસ્થી સ્વીકારીએ તો સાચા ખોટાના સાચા લેખાંજોખાં થઈ શકે.

જિદ્દે ચડનાર વ્યક્તિ વધારે સ્વકેંદ્રી હોય છે. જિદ્દ કરનાર વ્યક્તિ વધારે અહંપ્રેમી હોય છે. જે વ્યક્તિ સૌથી વધારે પોતાની જાતને જ પ્રેમ કરતી હોય એવી વ્યક્તિ વારંવાર જિદ્દે ચડતી હોય છે. તે કોઈપણ પરિસ્થિતિને માત્ર પોતાના જ દ્રષ્ટિકોણથી નિરખતી હોય છે. એ ક્યારેય અન્ય લોકોના દ્રષ્ટિકોણથી પરિસ્થિતિને જોવાનો પ્રયત્ન જ નથી કરતી હોતી. વ્યક્તિ જો પરિસ્થિતિને ચારે તરફથી નિહાળવાનો ક્યારેક પણ જો પ્રયત્ન કરે તો તેને સાચી સ્થિતિનો અંદાજ આવી શકે અને કદાચ પોતાના જિદ્દી વર્તનનો પણ પોતાને ખ્યાલ આવી શકે. બીજાના દ્રષ્ટિકોણથી પરિસ્થિતિને પ્રમાણિકતાથી નિહાળવાથી પોતાનો દ્રષ્ટિકોણ જો ખોટો હોય તો એનો પણ અહેસાસ થઈ શકે છે.

વ્યક્તિને ક્યારેક જિદ્દ કરવાની ટેવ પડી જતી હોય છે. એક તો પોતે એવું માનતી હોય છે કે સ્નેહી પાસેથી માંગણી કરવાનો પોતાનો અધિકાર છે. પોતે એવું પણ દ્રઢપણે એવું માનતી હોય છે કે સામેની સંબંધિત વ્યક્તિની ફરજ છે કે એ માંગણી પૂરી કરે. પોતાની જિદ્દને કારણે એકાદ-બે માંગણીઓ પૂરી થઈ હોય પછી વ્યક્તિની એવી માનસિકતા બંધાઈ જતી હોય છે કે પોતે જિદ્દ કરશે તો જ પોતાને જોઈતું મેળવી શકશે. ધીમે ધીમે વ્યક્તિ આ પ્રકારની માનસિકતાનો શિકાર બની જતી હોય છે. એકવાર આ પ્રકારની વૃતિ થઈ જાય પછી તેમાથી છૂટવું મુશ્કેલ બની જતું હોય છે.

વ્યક્તિની કોઈ એક જિદ્દ જ્યારે લાંબો સમય પૂરી નથી થતી ત્યારે વ્યક્તિ એ જિદ્દ છોડતી તો નથી જ ઊલટાનું પોતાની જિદ્દ પૂરી કરવાનું વધારે દબાણ લાવવા માટે બીજી જિદ્દ કરે છે, પછી ત્રીજી, ચોથી આ જિદ્દની એક શૃંખલા બની જતી હોય છે. એ વ્યક્તિ જિદ્દના ચક્રમાં એટલી ફસાઈ જતી હોય છે કે પોતે એ વિષચક્રમાથી બહાર નીકળી શકતી નથી.

(ક્રમશઃ)

બીમાર મને અને દિલ કોઈને ઝટ દેખાતાં નથી !

જીવન ઉપવન
મહેન્દ્ર એમ ત્રિવેદી
mmtrivedi007@gmail.com

પ્રાથમિક દષ્ટિએ બધાં સુખી અને આનંદિત લાગે તેવા આ ભયાનક યુગમાં સચ્ચાઈ હકીકતમાં બહુ ડરાવની લાગે તેવી છે, કોઈને પૂછીએ કે કેમ છો ? તો પ્રત્યુત્તર મળે છે, મજામાં. હવે આ તો એક સામાજિક વિનયભર્યો ઔપચારિક વ્યવહાર છે. તેમાં જવાબ આપનાર મજામાં જ હશે તેવું માની પણ શકાતું નથી. મજામાં હોવું એટલે શું ? એ સવાલ અતિ મહત્ત્વનો થઈ ગયો છે. તન-મનની સ્થિતિ સાથે આર્થિક રીતે જો સુખદાયક પરિસ્થિતિ હોય તો શક્ય છે કે વ્યક્તિ મજામાં હોઈ શકે ! અહીં બહુધા લોકો માટે સવાર પડે છે અને સાંજ પણ પડે છે પરંતુ જીવનનો અર્થ કે મર્મ કે શું હોય જીવન તેના વિશે કંઈ જ જાણતા નથી. જીવન એક અનિવાર્ય જંગ હોય તેમ સંઘર્ષમાં લોકો જીવતા રહે છે. પુરૂષાર્થ વિના કંઈ મળતું નથી એવું જાણીનો લોકો પ્રવૃત્તિમય રહેવાના અથાગ પ્રયાસો કરે છે અને આર્થિક બાબતે એવું માની લેવાય છે કે ભાગ્યમાં હશે એટલું જ મળશે. કર્મ કર્યા વિના કશું પ્રાપ્ત થતું નથી અને કદાચ મળે તો એ ટકી શકતું નથી એટલે બધાં રાત-દિવસ જીવન જીવવા, બહેતર બનાવવા સંઘર્ષ કરતા રહે છે જે કુદરતની પણ કૃતિનો ભાગ છે. વાસ્તવિક પ્રશ્નો પજવે છે તેના કરતાં મનથી ઊભા થયેલા સવાલો અને અનુમાનો-માનવીને વધુ પરેશાન કરે છે. ભૌતિકવાદ કે ભોગવાદના મૂળમાં અતૃપ્ત ઝંખનાઓ રહેલી છે અને તેમાં મંઝિલ સુધી ના પહોંચી શકાય ત્યારે તનથી થાકેલા માનવીના મનમાં બીમારી પ્રવેશી જાય છે. બીમાર મન શરીરમાં સાચા દર્દને લાવી આપે છે. મનની શક્તિ અદ્‌ભૂત છે, એ જે વિચારે તે પ્રમાણે બધું શક્ય બની શકે છે. પરંતુ ત્યાં જ નકારાત્મક ઊર્જા ઘૂસી જાય પછી માણસ મજામાં રહી શકતો જ નથી. મન મુજબના માનવી રચાઈ જાય છે. મને એ પ્રભુના નિવાસની જગ્યા છે. ત્યાં સ્વચ્છતા જોઈએ. મન ઉપર જીવનની ઊર્જાનો આધાર છે. મનને તંદુરસ્ત રાખવા વિશે મોટા ભાગના લોકો વિચારતા નથી. શરીરના સવાલો લઈ દવાખાને સત્વરે જવામાં આવે છે પરંતુ મન જ બીમાર હોય તો ? દવાઓ પણ બહુ કારગત નીવડતી નથી. મનમાં હોવું જોઈએ શું ? ઉત્તર છે સ્નેહ, મમતા, પ્રેમ, સહાનુભૂતિ, ભાઈચારો, ત્યાગ, સૌજન્ય, મધુરતા, લાગણીઓ. પરંતુત આ તત્ત્વોમાં ઓટ આવી ગઈ છે. સજ્જન ઈન્સાનને લોકો ભોળામાં ખપાવે છે, લુચ્ચાને સ્માર્ટ ગણે છે એટલે મનના આંગણે કચરો ભરાઈ જાય છે. આજની હાલત માટે આ સુંદર શેર છે -

લાંબો પથ ને રસ્તા કાચા
એક મુસાફર ને લાખ લબાચા
પારંપરિક સૌના છે ઢાંચા
સૌ માને છે પોતે જ સાચા

મેડિકલ સાયન્સ પણ સ્વીકારે છે કે માનવ મનથી જ વધુ ઘાયલ થાય છે જે તેની શારીરિક શક્તિઓને નબળી પાડે છે. દિલને લાગેલી ચોટ માનવને શૈતન પણ બનાવી દે અને સંત પણ બનાવે. બીમાર મનવાળા માણસને ઓળખતા આવડી જાય તો માનવતાને જીવાડવાનું સરળ થઈ જાય છે. મન કદી ખોટો માર્ગ દેખાડતું નથી. અંદરના અવાજને બહાર આવવા દેતા નથી અને બહારના પ્રદૂષણને રોકતા નથી એ જ આપણું વાસ્તવિક ધોવાણ છે.

હૃદય લીલું સળગ્યા પછી આ દશા છે
નથી આગ વધતી ન ઘટતો આ ધુમાડો.

મનની તંદુરસ્તી માટે શું કરવું જરૂરી છે ? મનમાં જ ઈશ્વર વસે છે માટે ચિત્ત અને વૃત્તિઓને શુદ્ધ રાખવા યોગ કરવા, ધ્યાન કરવું, ઈશ્વરના નિર્ણય પર શ્રદ્ધા રાખવી. ઈશ્વર સ્મરણ સાથે જપ કરવા, જગત મિથ્યા છે તે વાતનેત સમજણથી સ્વીકારવી, માનવમાત્ર પોતાના કર્મ મુજબ અહીં પૃથ્વી પર આવે છે તે વાતને માન્ય રાખવી. ધર્મ અને ધ્યાનથી સ્નેહ કરવો. આ રીતે મનને સશક્ત કરી અંદરથી ઊર્જાવાન થવું ખૂબ જ જરૂરી છે.

આત્મા તો જાણતો જ હોય છે કે સાચું શું છે ?

માથાકૂટ તો મનને સમજાવવાની હોય છે !

આપણી વૈચારિક પરંપરામાં એટલે તો કહેવામાં આવ્યું છે કે તું મોટા મનનો થા. વિશાળ દિલ રાખવાનો મતલબ એ જ છે કે જતું કરવું, વિવાદનો નિવારવા. ભાષામાં સભ્યતા હોય તો જીવનમાં ભવ્યતા જરૂર આવી શકે છે. જીવનનો મોટો હિસ્સો વિષાદ, વિયોગ અને ગ્લાનિથી ભરેલો હોય છે. તેમ છતાં દરેક માનવી તેમાંથી સુખ-આનંદ શોધવા જીવનભર જિદ કરે અને સંઘર્ષ કરે છે. મરિઝનો એક ખૂબ સુંદર શેર છે.

કેવી દિલચશ્પ મનોરમ્ય છે જીવનની કથા,
ને નવાઈ છે કે એમાં જ કશો સાર નથી.

જીવનને પૂર્ણ સ્વરૂ-પે મનથી સ્વીકાર કરનારને પ્રશ્ન બહુ પજવતો નથી કારણ કે અહીં એક સરખા દિવસ કોઈના પણ હોતા નથી. મનને બીમારીમુક્ત રાખવામાં આવે તો મનોરોગથી બચી શકાય ચે. સારાં કપડાં નહીં પણ વિચારો રોજ પહેરવા જોઈએ. માનવ કપટી તથા સ્વાર્થી વિશ્વમાં અન્યનો પ્રેમ અને સ્નેહ ઝંખે છે ત્યાં સફળતા નથી એટલે સમસ્યા ઊભી થઈ છે.

એક સુંદર શેરમાં ઘણું વ્યક્ત થયું છે -

મજેદાર જિંદગી કા યહી ગહેના
ઔરોં કો ખુશ દેખકે ખુદ મોજ મેં રહેના.

પ્રત્યેક પરિવાર મનની સાચી જાગૃતિ માટે અને સશક્ત મન માટે પ્રયાસ કરે એ આજના યુગની જરૂરિયાત છે.

: શેર આસ્વાદ :
આંસુઓના પડે પ્રતિબિંબ
એવા દર્પણ ક્યાં છે ?
કહ્યા વિના સઘળું સમજે
એવા સગપણ ક્યાં છે ?

હસતે હસતે કટ જાયે રસ્તે

અમેરીકન, રશિયન અને ભારતીય એક એવા દેશમાં ગયા જ્યાં ડોલરનો વરસાદ થતો હતો.

અમેરિકને એક સ્ટેડિયમ જેટલું વર્તુળ દોરીને કહ્યું આમાં પડે એટલા બધા મારા. રશિયને મોટા ગામ જેટલું વર્તુળ દોરીને કહ્યું કે આમાં જેટલા પડે એટલા મારા. ભારતીય શાંતિથી બેઠો હતો.

ધીમે રહીને તે ઊભો થયો. ખિસ્સામાંથી પેન કાઢીને જમીન પર એક ટપકું કર્યું અને બોલ્યો, આની બહાર જેટલા પડે એટલા બધા મારા !

●

એક સુંદર છોકરીએ કરિયાણાનો થોડોક સામાન પોતાની ગલીના એક છોકરા પાસે મંગાવ્યો.

છોકરો જ્યારે સામાન લેવા ગયો તો ૩૦ રૂપિયા ઓછા પડ્યા. એટલે એણે પોતાની પાસેથી તે ચૂકવી દીધા.

ઘેર પાછા ફરીને છોકરાએ છોકરીને કહ્યું, '૩૦ રૂપિયા ઓછા હતા, મેં આપી દીધા.'

છોકરી એ સાંભળીને બોલી, આઈ લવ યુ.

એ સાંભળી છોકરો બોલ્યો, વાયડી થા મા... આ પ્રેમ-બેમ પછી કરજે, પહેલાં ૩૦ રૂપિયા લાવ.

●

સંતા તેના સાસરે ગયો.

સાસુએ રાત દિવસ સુધી પાલકની ભાજી ખવડાવી.

સંતા આખરે કંટાળ્યો.

આઠમા દિવસે સાસુએ પૂછ્યું, જમાઈ શું ખાશો ?

સંતાએ કહ્યું, ખેતર દેખાડી દો, જાતે જઈને ચરી આવું છું.

●

છગનાનું ઓપરેશન કરવા માટે ડોક્ટર જ્યારે બેહોશીનું ઈન્જેક્શન લગાવવા ગયા ત્યારે એકાએક છગન બોલ્યો, ડોક્ટર સાહેબ, એક મિનિટ જરા ઊભા રહો.

ડોક્ટર ઊભા રહી ગયા. છગને પોકેટમાંથી તેનું પર્સ કાઢ્યું. આ જોઈને ડોક્ટર સાહેબ બોલ્યા, અરે ભાઈ ફીની ક્યાં ઉતાવળ છે ? લઈ લઈશું એ તો...

છગન : ફીની તો મને પણ ઉતાવળ નથી ડૉક્ટર સોબ.... હું તો મારા રૂપિયા ગણી રહ્યો છું.

- સંકલન : તરંગ હાથી