સલામી સવારની..

સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
99789-26251

થાય ના વરસાદ સત્તામાં સત્યનો દુષ્કાળ છે,
થાય ના સુખી પ્રજા કર્મીમાં નિષ્ઠાનો દુષ્કાળ છે
દુષ્કાળ છે સેવાભાવી સેવકોનો, થયા છે સ્વાર્થી
ને ગાંધીનગર સંતોમાં ચારિત્ર્યનો દુષ્કાળ છે.

હાઈકુ

આંધળો ન્યાય
નિર્દય સત્તાધીશો -
ધરા નિરસ!
(દયાહીન થયો નૃપ..)

ગાજે છે પાપ
સૂકી ભઠ્ઠ ધરામાં
ઉગે સંતાપ
(દોડે મૃગજળ)

ચિંતન

દેહેન્દ્રિયાદાવસતિ ભ્રમોદિતાં વિદ્વાનહંતાં ન જહાતિ યાવદ્ ।
તાવન્ન તસ્યાસ્તિ વિમુક્તિવાર્તા પ્યસ્ત્વેષવેદાન્તનયાન્તદર્શી ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક મુક્તિસૂત્રમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

વિદ્વાન જ્યાં સુધી અસત્ એવા દેહ, ઈન્દ્રયોં વગેરેમાં ભ્રમથી જન્મેલી અહંતા છોડતો નથી, ત્યાં સુધી એની મુક્તિની વાત પણ ન થઈ શકે, ભલે ને તે વેદાન્તના સિદ્ધાંતોનો પૂરેપૂરો જાણકાર હોય.

ધાર્મિક ગ્રંથો, વેદ-પુરાણોના જાણકાર કેમ ન હોય, જ્ઞાનની બધી જ અટપટ્ટી ગલીકૂંચીનો જાણકાર કેમ ન હોય પણ જ્યાં સુધી ભૌતિક સુખ (દેહ-ઈન્દ્રિયો-વાસનાઓ) અને આત્મિક સુખ (પરમાત્માના અંશનું ભાન) વચ્ચેનો ભેદ ન સમજે ત્યાં સુધી બધુ નકામું.

સુવિચાર

- કર્તાભાવ છૂટે તો જ શુદ્ધાત્માનું લક્ષ બેસે - **ડો. નીરુબહેન**
- સર્વાત્મામાં શુદ્ધાત્મા જોયા એટલે થઈ ગયો પરમાત્મા - **પવિત્રાણ**
- જે તમે જકથી ગુમાવ્યું છે, અને તમે તકથી કયારેક મેળવી શકશો નહિ - **જનકલ્યાણ**
- મૂળામાં મીઠું, ને કેળામાં ખાંડ (દરેક વસ્તુ હોય જગ્યાએ જ શોભે) - **જૂની ગુજરાતી કહેવત**
- જે જીવો ધન્ય છે, જેઓનાં હૈયામાં ગુરુ (સંત) વસ્યા છે, પણ તે જીવો ધન્ય છે જેઓ ગુરુના હૈયામાં વસ્યા છે - **રંગ અવધૂત**
- જેના કરી રાખેલા વિચારને બીજા કોઈ જાણતા નથી, પણ જેના સિદ્ધ થયેલા કાર્યને જ બીજાઓ જાણે છે તે જ પંડિત કહેવાય છે - **જ્ઞાનસૂત્ર**
- આજનું ઔષધ : ટામેટાના રસમાં તેનાથી બમણું કોપરેલ મેળવી શરીર પર માલીશ કરી, અર્ધા કલાક પછી સ્નાન કરવાથી ખૂજલી મટે છે. **(સંકલન : દીપક વી. આશરા)**

બોધકથા

એક ગુરુના ઘણા શિષ્યો હતા. તેમને ગુરુ પાસે જઈ પોતાની મન સાફ અને પવિત્ર થાય તેમજ આંતરિક બદલાવ આવે તે માટે તીર્થસ્થાનોની યાત્રા કરવા પરવાનગી માંગી. ગુરુએ પરવાનગી આપી અને સાથે એક થેલીમાં થોડાં કારેલા આપ્યા અને કહ્યું, 'જયાં પણ જાઓ ત્યાં આ કારેલાં સાથે રાખજો, તમે પાછા આવો તે પછી આવું કરવાનું કારણ હું તમને જણાવીશ.' ગુરુની આજ્ઞાનું પાલન કરીને શિષ્યો જયાં જયાં ગયા ત્યાં પેલાં કારેલાં પોતાની સાથે રાખ્યા.' બે-ચાર દિવસમાં તો શિષ્યો યાત્રા પૂરી કરી ગુરુને મળવા આવ્યા. ત્યારે ગુરુએ પૂછ્યું, 'જે કામ માટે તમે ગયા હતા તે કામ પૂરું થયું કે કેમ ? મનમાં શાંતિ થઈ કે કેમ ?' સૌ શિષ્યોના ચહેરા પર ઉદાસી છવાઈ ગઈ અને કોઈ શિષ્ય પ્રતિસાદ આપી શક્યા નહિ. એ પછી ગુરુએ પેલા કારેલા પાછા માગ્યાને એક શિષ્યને એનું શાક બનાવી લાવવા કહ્યું, પછી એ શાક ખાતાં જ ગુસ્સે થઈ ગુરુજીએ કહ્યું, 'બધા તીર્થ સ્થાન પર સાથે લઈ જવા છતાં આ કારેલાં તો એવાને એવા કડવાં જ રહ્યાં !!' એક શિષ્યે કહ્યું, 'કારેલાં તો કુદરતી રીતે જ કડવાં હોય છે. તીર્થયાત્રા કરવાથી એનો સ્વાદ થોડો બદલાશે ?' ગુરુએ કહ્યું, 'હું પણ તમને આ જ વાત સમજાવવા માંગુ છું કે જયાં સુધી તમારી અંદરથી તમે ખુદ બદલાવ નહીં લાવો ત્યાં સુધી કોઈ ગુરુ કે યાત્રા તમારી જિંદગી બદલી નહીં શકે.' બાહ્ય દેખાડો નહીં, પણ અંતરની યાત્રા થકી જ જીવનમાં સકારાત્મક પરિવર્તન આવે છે.

સીબીઆઈ ઉર્ફે કેન્દ્ર સરકારની નાલેશી

તંત્રીસ્થાનેથી...

આંધ્રપ્રદેશના મુખ્યમંત્રી ડૉ. ચંદ્રાબાબુ નાયડુએ ભારતીય લોકતંત્રના ઈતિહાસમાં યાદ રહી જાય એવું પગલું ભરી કેન્દ્રીય અન્વેષણ બ્યુરોને આંધ્રપ્રદેશમાં પ્રવેશબંધી ફરમાવી છે. આ કોઈ નાનોસૂનો નિર્ણય નથી. જયારે રાજયસ્તરની તપાસ એજન્સીઓ કોઈ ગુનાખોરીના મામલામાં નિષ્ફળ જતી લાગતી અથવા પક્ષપાતી વલણ અપનાવતી વરતાતી હોય ત્યારે તરત જ પીડિત પક્ષ તરફથી અથવા રાજકીય સંદર્ભે વિપક્ષ તરફથી એવા મામલાની સીબીઆઈ તપાસ કરે એવી માગણી રજૂ થતી રહી છે. સીબીઆઈ દ્વારા નિષ્પક્ષ અને તલસ્પર્શી તપાસ થશે, એવી શ્રદ્ધા સાથે આવી રજૂઆત થતી અને સીબીઆઈના જાંબાઝ અધિકારીઓ કોઈની પણ શેહશરમ ભર્યા વિના સાચી હકીકત શોધી કાઢી ગનેગાર પર સકંજો કસતા. લાલુપ્રસાદ યાદવ જેવા ધરખમ રાજકીય અગ્રણીઓ કે જયલલિયા જેવા અઠંગ રાજકારણીને જેલના સળિયા ગણાવનારી સીબીઆઈ મોદી શાસન દરમિયાન એ હદે અવિશ્વસનીય બની ચૂકી છે કે આંધ્રપ્રદેશના મુખ્યમંત્રીએ પોતાના રાજયના કોઈ પણ અધિકારી સામે સીબીઆઈ તપાસ નહીં કરી શકે એવો આદેશ બહાર પાડ્યો છે. પશ્ચિમ બંગાળનાં મુખ્યમંત્રી સુશ્રી મમતા બેનરજીએ આંધ્રપ્રદેશના મુખ્યમંત્રીના આ વિશિષ્ટ નિર્ણયનું અનુમોદન કર્યું છે. કોંગ્રેસ જેવી રાષ્ટ્રીય ફલક પર વિસ્તરેલી પાર્ટીનું પણ સીબીઆઈ મુદ્દે સાવ જ ભ્રમનિરસન થઈ ગયું છે. કયારેક વાત વાતમાં સીબીઆઈ તપાસની માગણી કરનારા રાજકીય પક્ષો અને રાષ્ટ્રીય આગેવાનો હવે સીબીઆઈને માત્ર અને માત્ર કેન્દ્ર સરકાર અને એથીય વિશેષ તો વડાપ્રધાનનું માઉથપીસ સમજી ધિક્કારવા લાગ્યા છે. સીબીઆઈનો ઉપયોગ વેરની વસૂલાત માટે, રાજકીય હિસાબો ચૂકતે કરવા માટે કરાયો હોવાની માન્યતાને એક પછી એક બનતી આંતરિક કિન્નાખોરીની ઘટનાઓથી બળ સાંપડ્યું છે. સીધી જ વડાપ્રધાનની રાહબરી હેઠળ કામ કરતી આ તપાસ સંસ્થાના બે વરિષ્ઠતમ અધિકારીઓ વચ્ચેની ગોલા લડાઈએ આવી સંસ્થાની જરૂરિયાત સામે જ પ્રશ્નાર્થ ઊભા કર્યા છે. જો કે સીબીઆઈ માટે આ કોઈ નવા આક્ષેપો નથી. રાજદ્વારી આગેવાનો એના નામથી જ થરથરતા રહે છે. જયારે પણ પણ સંસદમાં સત્તાપક્ષ સામે કોઈ મુશ્કેલીઓ સરજાતી રહી છે ત્યારે સીબીઆઈને સક્રિય કરી દેવાતી રહી છે. મુલાયમસિંહ, માયાવતી, લાલુ યાદવ કે વિપક્ષના અન્ય નેતાઓ સીબીઆઈના નામના 'ડાઘિયા'ની બીકે ઠંડાગાર બનતા રહ્યા છે. આવી સંસ્થાની દુર્દશા એ હકીકતમાં દેશની જ દુર્દશા ગણાય. જો આ રીતે જ બંધારણીય સંસ્થાઓ પોતાની ઈમેજ ખરડતી રહેશે તો લોકશાહીનું ભાવિ અંધકારમય બની રહેશે. આશા રાખીએ કે બગડેલી પરિસ્થિતિ સુધારી લેવા સીધા જ કેન્દ્ર સ્તરેથી પ્રયાસો ચાલુ થાય. જો સીબીઆઈથી શરૂ થયેલી નાલેષી આગળ વધશે તો એથી દુનિયામાં દેશની ઈજ્જત જ ઓછી થવાની છે, નક્કી.

સ્વાઈન ફ્લુના વાઈરસ વધવા લાગ્યા છે

તન દુરસ્તી

મહેન્દ્ર ગજ્જર
ડૉ. દિનેશ રાઠોડ

તન તંદુરસ્તી માં કેટલાય વખતથી આપણે મેલેરિયા, ડેન્ગ્યુ, ચીકનગુનિયા અને સ્વાઈન ફ્લુ ઉપર

પડ્યા છે કઈ સમજણ નથી પડતી. સારી રીતે જીવવું એનો મતલબ કે ઉપરના રોગ થી બચતા રહેવું . એમનો એકપણ રોગ આપણને ના થાય એટલે આપણે સારું જીવીયા ને આપણે તંદુરસ્ત રહ્યા . આમ તો વાત સાચી કારણ કે ઉપરના મોટા ભાગના રોગ વાઈરસ થી થાય છે. અને જેની રોગ પ્રતીકારક શક્તિ સારી એટલેકે જેની ઈમ્યુંનીટી સારી હોય તેમને વાઈરસ થી થતા રોગ ની અસર ઓછી થાય છે અથવાતો નથી થતી . આવું આપણે તન તંદુરસ્તી માં ઘણી વાર લખ્યું . એક વાચક મિત્ર નો ફોન હતો કે આ રોગ પ્રતીકારક શક્તિ એટલે શું ? અને તે વધારવા શું કરવાનું ? આપણે ઘણી વખત કહ્યું છે કે તમારી રોગ પ્રતિકારક શક્તિ વધારવા માટે પ્રોટીન શરીર માં વધારે પ્રમાણ માં હોવું જોવે . તો પ્રોટીન શેમાંથી મળે તે કહેવાની જરૂર છે ખરી ? ગુજરાતી લોકો માંસાહાર નથી કરતા જ્યારે જે લોકો માંસાહાર નથી કરતા તે લોકો ને શરીરમાં પ્રોટીન વધારવા માટે કઠોળ પેર આધારિત રહેવું પડે છે એટલે કે શાકભાજી અને કઠોળ વધે પ્રમાણમાં લેવા પડે અને એને પચવા માટે રોજ કસરત કરવી પડે. એવું કહેવાય છે કે પ્રોટીનને લોહીમાં અથવા તો શરીરમાં સારી રીતે ભેળવવા માટે કસરત જ અગત્યની રીત છે અને એ માટે જે બને તે કરવું . પણ અહિયાં વાત જુદી છે સ્વાઈન ફ્લુ ડીસેમ્બર, જાન્યુઆરી અને ફેબ્રુઆરી માં ખુબજ પ્રમાણ માં લોકો ને થશે તેવી માહિતી તંત્ર તરફ થી આપવામાં આવે છે માટે આપણી જવાબદારી ખુબ વધી જાય છે . પહેલા તો આપણે, આપનું કુટુંબ, આપના પાડોશી બધા ને સાથે લઈ ને ચાલવાની વાત છે . એક બીજા ને અરસ પરસ મદદ કરવાતી ભાવના છે . જો કોઈ ને પણ વધારે પ્રમાણ માં છીકો આવે, ઉધરસ થાય, માથું દુખે, ચકર આવે, પેટ માં દુખે તો તરતજ એને સારવાર માટે મોકલી દેવો જોવે. સમાજ થી ને ઘર થી થોડો જુદો પાડી , આઈસોલેસન માં રાખવો જોવે જેનાથી બીજાને આનો ચેપ ના લાગે. બધાજ આવા વ્યકિત ને સ્વાઈન ફ્લુ ના હોજ પણ સ્વાઈન ફ્લુ નો ટેસ્ટ કાર્ય વગર ખબર શું પડે કે આ સ્વાઈન ફ્લુ છે કે નહિ ?

માટે આવા દરેક ને સ્વાઈન ફ્લુ ની શક્યતા મનમાં રાખીને તકેદારી રાખવી જોવે. ગવર્મેન્ટ ના નિયમ પ્રમાણે કેટેગરી સી હોય તોજ સ્વાઈન ફ્લુ નો ટેસ્ટ થઇ શકે છે .

કેટેગરી સી અટેલે શું ??

કેટેગરી સી માં દર્દી ને હોસ્પિટલ માં દાખલ કરેલો હોવો જોવે, એટલેકે હરતા ફરતા દર્દી નો સ્વાઈન ફ્લુ નો ટેસ્ટ થાય નહિ. એવું સરકાર કહે છે . તો સવાલ એ થાય કે બીજા જે દર્દી ઓ છે એને સ્વાઈન ફ્લુ છે કે નહિ ટે કેવી રીતે ખબર પડે ?

સવાલ પણ આઘરો છે ને જવાબ પણ આઘરો છે . પણ આપને આટલું કરીએ

૧. જેને શરદી થઇ હોય તેને બધાથી અલગ જગ્યાએ રાખવો

૨. વધારે પ્રમાણ માં લીક્વીડ આપવું જેમાં લીંબુ, મીઠું હળદર ને ખાંડ વધારે હોય.

૩. ૧ કલાક માં ૨૦૦ થી ૨૫૦ સ્ન લીક્વીડ જવું જોઈએ

૪. ગરમ સૂપ પણ વધારે પ્રમાણ માં આપવાથી ડીહાઈડ્રેશન ઓછુ થાય છે

૫. વધારે ઉંઘ લેવાથી રોગ પ્રતિકારક શક્તિ વધે છે

વધુ આવતા અંકે ......

શું ખવાય ? શું ન ખવાય ?? કયા વાઈરસ થી થાય છે ?....

દિવાળી - બેસતું વર્ષ ગયાં : હવે શું ? એ જ રૂટિન કે પછી...?

મોરપીંછના રંગ

ડૉ. કનૈયાલાલ ભટ્ટ

આપણે સૌએ આપણા જીવનમાં કેટલીએ દિવાળીઓ તથા અનેક બેસતા વર્ષ જોયા છે. ઉજવ્યા છે. પરંતુ આપણે હજીએ એના એ જ છીએ. શું તમને એવું નથી લાગતું ? આપણે દર વર્ષે દિવાળીએ કે બેસતા વર્ષે કંઈક નવા અને સારા સંકલ્પ લઈએ છીએ. પરંતુ પછી આપણી પરિસ્થિતિ અને સ્વભાવને કારણે એ લીધેલો સંકલ્પ એક અઠવાડિયું પણ ટકતો નથી. વર્ષો પહેલા દરેક નવા વર્ષે આપણે સૌ વહેલી સવારે નવાં કપડાં પહેરીને એકબીજાના ઘેર જઈને, એક બીજાને હર્ષ-ઉલ્લાસ અને પ્રેમથી ભેટીને નવા વર્ષની શુભેચ્છાઓ પાઠવતા, આપસી સંબંધોને એકદમ તાજા માજા મ્હેકતા રાખતા. એમાં સ્નેહની મીઠાશ ભેળવતા, બેસતા વર્ષ પછી પણ બે ત્રણ દિવસ આ એકબીજાને ઘેર જવાનું ચાલતું. અને આપણી અંદર એક નવી ઊર્જા, નવી ચેતનાનો આવિષ્કાર પણ થતો. કદાચ વિતેલા આખા વર્ષના અનુભવેલા તમામ દુ:ખ દર્દ આપણે ભૂલી જતા અને જિંદગીના નવા સંઘર્ષો સામે લડવા સજ્જ થઈ જતા. સૌ સાથેના સંબંધોની મીઠાશથી આખા વર્ષ દરમિયાન આપણા મનમાં પ્રસરેલી કડવાશ દૂર થઈ જતી. ઘેર ઘેર ચિતરાયેલી રંગોળીના રંગોમાં એ પરિવારનો પ્રેમ અને લાગણી છલકતી અનુભવાતી હતી. વડિલોને વંદન કરવાથી આપણા માથે મૂકાતા એમના હાથમાંથી પોઝિટિવ ઊર્જા આપણા મસ્તિકમાં પ્રવેશતી. એમના આશીર્વચનૌદગારો આપણા આવનારા દુ:ખો, સંઘર્ષોને ઓછા કરતાં હતા. બેસતા વર્ષના બીજા દિવસે ભાઈ-બીજ પર બહેનના ઘેર ભાઈને જમવાનું નિમંત્રણ અને એ દ્વારા સચવાતા પવિત્ર સંબંધોનો અનેરો ઉત્સવ પારિવારિક સંવેદનાઓને શણગારતો હતો.

મિત્રો, શું એવું નથી લાગતું કે આ ૨૧મી સદીમાં આપણે આપણી આ આખી વિરાસત ગુમાવી રહ્યા છીએ. આપણા સૌના જીવનમાં ઈન્ટરનેટ તો આવ્યું પણ આપણા સૌના અંતરનેટને એણે છિન્નભિન્ન કરી નાખ્યું છે. આપણી અંદરના નેટવર્કમાં જોડાયેલા સગા – સંબંધીઓ, સ્નેહીઓ કે મિત્રો સૌને આપણા અંતર કનેક્શનથી ડિસ્કનેક્ટ કરી નાખ્યા છે. અને એનું સ્થાન ઈન્ટરનેટે લઈ લીધું છે. આજે આપણા અંદરની સંવેદના, ઊર્જા, સદભાવ, પ્રેમ આ બધું જ આ ઈન્ટરનેટની માયાજાળમાં ફસાઈ ગયું છે. આજે આપણા સૌના એકબીજા સાથેના સંબંધો આ નેટ આધારિત થઈ ગયા છે. આપણા અંદરની ઈશ્વરદત મૌલિક સંવેદના ખતમ થઈ રહી છે અને આપણે બીજાના આવેલા શબ્દો, શુભેચ્છાઓ માત્ર ફોરવર્ડ કરીને સંબંધોને સાચવવા મથીએ છીએ. વૉટ્સપમાં આવેલ કોઈની ઉછીની – આભાસી લાગણીયુંને આપણે આપણા જ સગા વ્હાલાઓને, મિત્રોને ફોરવર્ડ કરીને સંતોષ માનીએ છીએ. અને સામેથી પણ એવું જ થાય છે. આ છેલા કેટલાક વર્ષોથી બીજાની – બીજાને માત્ર ફોરવર્ડ થતી લાગણીઓને કારણે આપણી ઓરિજનલ લાગણીનું પણ મરણ થઈ ગયું છે. તો વળી ફેસબૂકમાં મૂકેલા "નૂતન વર્ષાભિનંદન" ના કાર્ડ નીચે આપણે કોમેન્ટ કરીને આપણી હાજરી પુરાવી દઈએ છીએ. અને સામેથી લાઈક આવી જતા સંબંધ સચવાઈ જવાનું ગૌરવ અનુભવીએ છીએ.

આ કેવા છે સંબંધો ? કેવી છે લાગણી – સંવેદના ? આ કેવો છે પ્રેમ ? આ કેવી છે આપણી મિત્રતા ? મિત્રો, તમે જ વિચારો, તમે છેલ્લે ક્યારે સાચેસાચ્ચું તમારા મિત્રને ભેટેલા ? કે છેલ્લે ક્યારે ઘરના વડિલોનો ચરણસ્પર્શ કરેલો ? શું તમને નથી લાગતું કે આ ઈન્ટરનેટે, ફેસબૂક-વૉટ્સપે આપણા સૌની બહારની અને અંદરની આખી દુનિયા જ બદલી નાખી છે. અરે, તમે જ વિચારો, તમે છેલ્લે ક્યરે ગુલાબના સાચા ફૂલને સૂંઘેલું કે સ્પર્શેલા ? તમે છેલ્લે ક્યારે સાચું મોરપીંછ જોયેલું ? તમે છેલ્લે ક્યારે નદીના કિનારે પાણીમાં પગ ઝબોળીને બેઠેલા ? તમે છેલ્લે ક્યારે રાત્રે ઘરની છત પર સૂઈને આકાશના તારાઓ, અંધકાર અને ચન્દ્રના વૈભવને સગી આંખે મનથી માણેલો ? આ બધું આપણે રોજ જોઈએ છીએ ખરા પણ વૉટ્સપ અને ફેસબૂકના ફોટાઓ અને વિડીઓમાં.

મિત્રો, દરેક નવું વર્ષ તો નવી ઊર્જા, નવી ચેતના, નવા સ્વપ્નો, નવા આવિષ્કાર, નવી તકો અને નવા પરિવર્તનો લઈને આવે જ છે. પરંતુ આપણે બદલાતા નથી. આપણામાં કોઈ પરિવર્તન આવતું નથી. આપણી વિચારધારા બદલાતી નથી. આપણે સવારમાં ઉઠીને ઘરમાં પત્ની સાથે, બાળકો સાથે, માતા પિતા સાથે એ જ ભાષા બોલીએ છીએ જે ભાષા પહેલા બોલતા હતા. અને આપણા સૌની ભાષાથી એ જ સંઘર્ષો ઊભા થાય છે જે પહેલા થતા હતા. ફેસબૂક વૉટ્સપમાંથી દુનિયાભરનું જ્ઞાન મેળવતા આપણે આપણા જ ઘરના સદસ્યો સામે રૂક્ષ ભાષા વાપરીને એમને દુ:ખી કરીએ છીએ. કારણ આપણે આપણા જ ચશ્માથી અંદરની અને બહારની દુનિયા જોઈએ છીએ. અને ઈચ્છીએ છીએ કે આપને જે જોઈએ છીએ તે જ આપણા વૃદ્ધ માતા પિતા કે યુવાન સંતાનો જૂએ. અને આપણે પહેરેલા ચશ્માના કાચનો જેવો રંગ હશે એવા જ દશ્યો આપણને દેખાવાના છે. જે ખરેખર સાચું હોતું નથી. આપણી અંદર વર્ષોથી અનેક માન્યતાઓ, ધારણાઓ, શંકાઓ પોતાનો અડ્ડો જમાવીને બેઠેલી હોય છે. જે આપણને ક્યારેય સંબંધોનું કે આપણી આસપાસના વિશ્વનું વાસ્તવિક રૂપ જોવા દેતી નથી. સદૈવ એક ભ્રમમાં જ આપણને રાખે છે. અને આપણી કરૂણતા એ છે કે આ ભ્રમને આપણે સત્ય માનીને જીવીએ છીએ અને ઘરના તમામ સભ્યોને અન્યાય કરતા રહીએ છીએ. આપણી સામે ગમે તેવા નવા પરિવર્તનો આવે, નવી તકો આવે, નવા વિકલ્પો આવે આપણે એને સ્વીકારતા નથી.

એક રીતે વિચારીએ તો આપણે જ આપણા રૂટિનથી ટેવાઈ ગયા હોઈએ છીએ. એની માયાજાળમાં અટવાઈ ગયા હોઈએ છીએ. આ રૂટિન તો ખરેખર સ્થગિત થયેલા આપણા ભાવિનું ચિત્ર છે. લાઈફ રૂટિન થવાથી ભવિષ્ય પણ સ્થિર થઈ જાય છે. અને આપણા સંતાનોને પણ વારસામાં આપણે એ જ આપીએ છીએ. જે રૂટિન લાઈફ આપણે જીવ્યા છીએ. દા. ત. સરકારી અધિકારી મોટેભાગે પોતાના સંતાનને સરકારી નોકરી જ કરાવશે અને વેપારી પોતાના સંતાનને વેપારી બનાવશે. જે પોતે વર્ષોથી કરે છે અથવા પોતાના પિતા કે પ્રપિતાએ વર્ષોથી જે કર્યુ છે. એ જ વારસામાં આપણે આપીએ છીએ. સવારે ઊઠવું, ચા નાસ્તો કરવો, અખબાર વાંચવું, અને ૧૦ થી સાંજના છ ઓફિસે કે સવારે નવથી રાતના દસ દુકાને જવું, સાંજે કે રાત્રે થાકીને ઘેર આવી થોડો ટાઈમ ટી.વી. જોઈ જમીને સુઈ જવું. ફરી સવારે એ જ રૂટિન.... આમ વર્ષોથી આપણે આ રૂટિનના ગુલામ થતા જઈએ છીએ. આપણી આર્થિક પરિસ્થિતિ સારી નથી તો પણ આપણે આર્થિક સ્થિતિ સુધારવા પ્રયાસ જ નથી કરતા કેમ કે રૂટિન લાઈફના ગુલામ છીએ. અને આર્થિક રીતે સદ્ધર છીએ તો વધુ ને વધુ સદ્ધર થવા મથીએ છીએ. અનેક સંબંધો બગાડીએ છીએ. પણ ધનને સદભાવથી વાપરતા નથી પછી એ ધન દવાખાનામાં ખર્ચાય છે.

ઈન્ટરનેટની જેમ આ રૂટિન પણ આપણું ઘણું બધું છીનવી લે છે. જો તમને એમ લાગે કે તમે છેલ્લા દસ પંદર વર્ષોથી એક જ પ્રકારનું કામ કરો છો, એક જ પ્રકારનું જીવન જીવો છો, એક જ પ્રકારની ભાષા બોલો છો તો સમજી લેવું કે તમે રૂટિનમાં ફસાયા છો. સારી રીતે જીવવા માટે આ રૂટિનમાંથી બહાર નીકળવું જરૂરી છે. જે લોકો સતત રુપિયાના અભાવમાં એક રૂટિનમાં જીવે છે એમણે વધુ રૂપિયા મેળવવા કંઈક નવું કરવા – રૂટિન તોડવાની જરૂર છે કંઈક નવું સાહસ કરવું જરૂરી છે જ્યારે જે લોકો જરૂર કરતા વધું રૂપિયા કમાય છે તેઓએ વધુ ને વધુ અમીર થવાના રૂટિન કાર્યમાંથી બહાર આવી એને વાપરવાની જરૂર છે. નહિતર એ જ રુપિયા એક દિવસ શારિરીક રોગો અને સંતાનોની માનસિકતા દ્વારા છિન્નભિન્ન કરી નાખશે.

મિત્રો, આપણા જીવનનું ફરી એક વાર નવું વર્ષ શરું થઈ ગયું છે. આ વર્ષે એક સંકલ્પ જરૂર લઈએ કે આ વર્ષે જીવનમાં કોઈ એક નવું સાહસ કરીશું. જેથી રૂટિનમાંથી બહાર નીકળી શકાય. કેમ કે જે સાહસ કરે છે એમના જ સપનાઓ પુરા થાય છે ઘણા લોકો ખુબ જ સમજદાર હોય છે. અને તેઓ એમની સમજદારીમાં પોતાની આખી જિંદગી સંઘર્ષમાં પસાર કરી દે છે. જ્યારે કેટલાંક લોકો સાહસિક હોય છે. સામે આવેલી વિકટમા વિકટ પરિસ્થિતિને પોતાના સાહસથી બાળી નાખે છે.

મિત્રો, સમજણ અને સાહસનો ક્યારેય મેળાપ નથી થવાનો. કેમ કે રૂટિન લાઈફમાં સાહસનો બિલકુલ અભાવ જોવા મળે છે જ્યારે સમજણની પણ એક જ દિશા હોય છે. જેથી સાહસને અપનાવો. જીવનમાં કેટલીક ઉમર પછી આર્થિક સ્થિતિ સુધારવા માટે કેટલાક નાના મોટા સાહસો કરવા પડે છે. તો આવો, આપણે સૌ સાથે મળીને એક નવા વિશ્વનું નિર્માણ કરીએ.

- 9426060601.india @gmail.com

સુપર હીરોઝના ભગવાનની એક્ઝીટ...!

રઝળપાટ

અજય ઉપાધ્યાય

ફિલ્મ 'અમેઝિંગ સ્પાઈડરમેન' નો એક સીન છે, લીઝાર્ડ બનેલો ડોક્ટર કોનર્સ સ્પાઈડરમેન પીટર પાર્કરને બરાબરનો ફટકારી રહ્યો હોય છે, ઈનફેક્ટ આ આખી લડાઈ સંગીતમય રીતે બતાવવામાં આવેલી. અને સ્પાઈડરીયો બરાબરનો માર પણ ખાઈ રહ્યો હોય છે બરાબર એ જ વખતે એક બુઢ્ઢો કાનમાં હેડફોન લગાવીને સંગીત સાભળતા સાંભળતા પોતાનું કામ કરી રહ્યો હોય છે, એને ખબર જ નથી કે પાછળ આવડો મોટો સુપરહીરો માર ખાઈ રહ્યો છે...! એ બુઢ્ઢો બીજું કોઈ નહિ પણ સ્ટેન લી હતો..! જી હા પાછળ જે સુપરહીરો માર ખાઈ રહ્યો હોય છે એને બનાવનાર - એનો જનક એવો માર્વેલ કોમિક્સનો કર્તાધર્તા અને આવા અનેકો સુપરહીરોનો ભગવાન સ્ટેન લી ખુદ...! માર્વેલની લગભગ દરેક ફિલ્મમાં સ્ટેન લી કોઈ ને કોઈ સ્વરૂપે કેમિયો રીતે અચૂક દેખા દેતો જેમ આપણા સુભાષ ઘાઈ પોતાની દરેક ફિલ્મમાં અચૂક દેખાય જ છે બિલકુલ એમ જ...! સ્ટેન લી ક્યાં ક્યાં ફિલ્મમાં કેવી રીતે દેખાયો અને એ શા માટે એની હર ફિલ્મમાં દેખાતો એની વાત તો આગળ કરીશું પણ કાગળ પરના સુપરહીટ કોમિક્સથી રૂપેરી પરદે એક થી એક ચડિયાતા સુપરહીરોનું સર્જન કરીને એક આખીયે પેઢીને મનોરંજન પૂરું પાડનાર સુપરહીરોના ભગવાન સ્ટેન લી એ હમણાં જ વિદાય લીધી...!

હમણાં ૨૮ ડિસેમ્બરે જેમનો જન્મ દિવસ આવશે એવા સુપરહીરો અને માર્વેલ કોમીક્સના સ્પાઈડર મેન, એક્સ મેન, આર્યન મેન, થોર, હલ્ક, બ્લેપેન્થર, ડેર ડેવિલ, ડોકટર સ્ટ્રેન્જ અને આંટમેન જેવા અવિસ્મરણીય સુપરહીરોનાં પાત્રોના જનક સ્ટેન લી ને બચપણથી જ મોટા અને પ્રખ્યાત માણસ બનવાની ઈચ્છા હતી. આમ તો એમનું અસલ નામ સ્ટેન્લી માર્ટીન લીબર હતું પણ લી ની ઈચ્છા હતી કે મોટા માણસ બન્યા પછી જ પોતાનું અસલ નામ વાપરશે એટલે તો એમણે સ્ટેન લી જેવા નામથી કોમીક્સની દુનિયામાં કદમ રાખ્યા પણ થયું એવું કે પછી એ જ નામ એમની ઓળખાણ થઈ ગયું અને સ્ટેન લી એ જ નામથી સર્જન કરતા રહ્યા. કાકાની મદદથી લી નવા નવા શરુ થયેલા ટાઈમલી કોમિક્સમાં આસિસ્ટન્ટ બની ગયા જ્યાં કે જે કંપની પાછળથી માર્વેલ કોમીક્સના નામે પરિવર્તિત થઈ. ટાઈમલીમા એમને ભાગે આર્ટીસ્ટ ચિત્ર બનાવવા જે શાહી વાપરે એનો ડબ્બો ભરી રાખવાનું કામ આવેલું. ધીરે ધીરે એમને પ્રૂફ રીડીંગ, ટેક્સ્ટ ફીલિંગ કરવાનું અને ચિત્ર પર પડેલા ડાઘ હટાવવાનું કામ મળવા લાગ્યું. એ પહેલા અમેરિકાની મહાન નવલકથા લખવાના સ્વપ્ર સાથે લી એ અખબારોમાં લખવાનું, સેન્ડવીચ વેચવાનું અને ઈવન ઓફિસબોયના કામ પણ કર્યા. પ્રગતી થઈ ગઈ અને લી લખતા રહ્યા. વચમાં લી આર્મીમાં પણ જોડાયા જ્યાં એમણે મેન્યુઅલ, ટ્રેનીંગની સ્ક્રીપ્ટ અને યુદ્ધ વખતે સૈનિકોને બોલવા સ્લોગનો પણ લખ્યા.

એવું નહોતું કે લી એ જ સૌપ્રથમ કોમિક્સ શરુ કર્યા, એ પહેલા પણ ડીસી કોમિક્સ જાણીતું નામ હતું જ અને ટાઈમલીને પ્રતિસ્પર્ધા પૂરું પાડતું જ હતું, ડીસી ની જસ્ટીસ લીગ ઓફ અમેરિકા હીટ હતી, હવે ટાઈમલી કે જે એટલાસ કોમિક્સના નામથી જાણીતું હતું એને પણ સ્પર્ધામાં ટકી રહેવા કૈક કરવું પડે એમ હતું. ખેર લી ફરીથી ટાઈમલીમાં પરત ફર્યા હવે ટાઈમલીનું નામ માર્વેલ કોમિક્સ બની ગયેલું અને ૧૯૬૧મા જ લી નો સિતારો વધુ ચમકી ઉઠ્યો. એક તો બહુ નાની એવી ૧૮ વર્ષની ઉમરે લી માર્વેલના ચીફ એડિટર બની ગયેલા અને બીજું કે એજ સમયગાળામાં લી ના દિમાગમાંથી જન્મ લીધો 'ફેન્ટાસ્ટીક ફોર' એ..! અને બાકી ઈતિહાસ બની ગયો. જો કે આ હીટ સીરીઝ લખતા પહેલા ૧૯૫૦નાં વચગાળામાં લીએ અનેક ક્ષેત્રે હાથ અજમાવેલો જેમ કે એટલાસ કોમિકસ માટે વાર્તાઓ લખી કે જે મોટે ભાગે રોમાન્સ, વેસ્ટર્ન્સ, હ્યુમર, સાયન્સ ફિકસન, હોરર અને સસપેન્સ વાર્તાઓ હતી તો ૧૯૫૦માં ડાન ડી કાર્લો સાથે મળીને રેડિયો કોમેડી મેરી વિલ્સન પર આધારિત ન્યુઝપેપર સ્ટ્રીપ માય ફ્રેન્ડ ઈર્માનું સર્જન પણ કર્યુ હતું. જો કે લી ને આનાથી સંતોષ નહોતો અંતે ' 'ફેંટાસ્ટીક ફોર' એ એમનું સપનું સાચું પાડ્યું...! મજાની વાત એ છે કે ફેંટાસ્ટીક ફોર ના સર્જન પહેલા લી એ કોમિક લખવાનું છોડી દેવાનું મન બનાવી લીધેલું પણ એમના પત્ની હમેશા ઈચ્છતા કે લી કશુક અદ્વિત્ય, અદ્ભુત અને અવિસ્મરણીય સર્જન કરે. અને આમેય લી ની બચપણથી એક ઈચ્છા તો હતી જ કે અમેરિકાની મહાન નવલકથા લખવી. ખેર નવલકથા તો ના લખાઈ પણ એવા જ મહાન કોમિક અને સુપરહીરોના પાત્રો જરૂર સર્જાયા..!

લી ના પાત્રો આટલા લોકપ્રિય કેમ થયા એનું રહસ્ય ખુદ લી એ જ એક મુલાકાતમાં ખોલેલું. લી નું માનવું હતું કે સુપરહીરો પણ આમ ઈન્સાન જેવા જ હોવા જોઈએ. લી એ કહેલું કે એ સુપરહીરો છે એનો અર્થ એવો નથી કે એની પોતાની કોઈ સમસ્યા જ નથી. લી ના પાત્રો આટલા લોકપ્રિય થયા એનું એક કારણ એ પણ હતું કે લી એ પોતાના પાત્રોને યા તો સારા બતાવ્યા યા તો ખરાબ, એના કોઈ પણ પાત્રો આ બે ની વચ્ચે ઝુલતા જોવા નહોતા મળ્યા. આનાથી થયું એવું કે લોકો આ સુપરહીરો લાગતા આમ ઈન્સાનો જેવા પાત્રો સાથે સહેલાઈથી કનેક્ટ થઈ શક્યા. લી એ શું કર્યું કે ચીલાચાલુ કોમિક્સમાં થોડી વિસંગતાઓ અને માનવીય ભાવનાઓ ઉમેરી જેથી આ દરેક પાત્રો સુપરહીરો હોવા છતાયે આમ ઈન્સાનો જ લાગ્યા. લી ના પાત્રો લગભગ એવા જ હતા જેવા કે આમ જીંદગીમાં હું ને તમે હોઈએ છીએ. એ ઈર્ષા પણ કરતા, એ લડાઈ પણ કરતા, એમની વચ્ચે ઝગડા પણ થતા, એ ભૂલો પણ કરતા અને એ પાછા એ ભૂલોને સુધારતા પણ, ભૂલોની માફી પણ માંગતા...મતલબ કે ઓલમોસ્ટ માણસો જેવા જ...! મહાનાયક હતા ખરા પણ એમની પણ એક મર્યાદા રહેતી, અખૂટ તાકત હોવા છતાં પણ એમની એક લીમીટ હતી, એમનામાં રીસ હતી, ખીઝ હતી, અભિમાન હતું, અહંકાર હતો જેમકે ધ ફેન્ટાસ્ટિક ફોર એકબીજા સાથે જ લડતા તો સ્પાઈડરમેન ની પોતાની નોકરી, ઘર અને પ્રેમિકાની સમસ્યા હતી તો એલિયન ધ સિલ્વર સર્ફર પણ અલગ હતો. અને હલ્ક તો પોતાની જાતને જ નુક્સાન પહોંચાડતો હતો તો સામે છેડે ડેરડેવિલ બ્લાઈન્ડ અને આયર્નમેન નબળા હૃદયવાળો...! એક આડવાત હલ્કનો કલર લીલો એટલા માટે રાખવામાં આવેલો કે કોમિક્સ પ્રિન્ટીંગ માટે આ આસાન રંગ હતો..!! બીજી એક આડવાત કે સ્પાઈડર-મેનનાં નામમાં વચ્ચે હાઈફન (-) એટલા માટે રાખેલી કે કોઈ એને સુપરમેન ના સમજી લે...!

ખેર હવે વાત લી કેમ માર્વેલના દરેક ફિલ્મમાં કેમિયો કરતા અથવા તો એમના પાત્રો વાપરેલા હોય એ દરેક ફિલ્મમાં અચૂક દેખાતા ? એમસીયું (માર્વેલ સિનેમેટિક યુનિવર્સ) - એવું મનાય છે કે માર્વેલના કોઈ પણ પાત્રો જ્યાં વપરાય ત્યાં લી દેખાશે એવો એક કરાર થયેલો, આ કરારથી લી એવું સાબિત કરવા માંગતા હતા કે માર્વેલના બધા જ પાત્રો આખરે એક ફેમીલી છે કે પછી માર્વેલની દુનિયાના મેમ્બર્સ છે. એટલે તો શરૂઆતમાં લખ્યું એ સિવાય યાદ કરો થોર ફિલ્મનો એ બુઢ્ઢો જે હથોડો ખેચવા પોતાની કાર પાછળ એને બાંધે છે કે પછી પહેલી 'એક્સમેન' માં જ્યારે સેનેટર કેલી સમુદ્રમાંથી નગ બહાર આવે છે ત્યારે એક હોટડોગ વેચતો માણસ એને નવાઈથી જુવે છે કે પછી સ્પાઈડરમેન માં વિસ્ફોટ વખતે એક છોકરીને બચાવતો બુઢ્ઢો હોય કે 'ડેરડેવિલ' માં આંધળા બાળકને કર સાથે ભટકાતા બચાવતો આદમી હોય કે પછી 'હલ્ક' માં એક પહેલવાન સિક્યોરીટીવાળાને સુરક્ષાનું લેકચર આપતો આમ ઈન્સાન હોય...! હવે સ્ટેન લી એના સુપરહીટ અને સુપરપાવર વાળા પાત્રોની સાથે સાથે આમ જ આપણી યાદોમાં રહેવાનો...!