સલામી સવારની..

સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

પાળેલો પોપટ, રામ નામ, જપી ગયો, કોશિયારી!
અને ચોરને કરવા કહી, કરી ગયા હોશિયારી!
ફિસીયારી મારવા રહી સેના ને ચીસયારી પડી -
પુત્ર લેવા જતાં ગુમાવ્યો પતિ નડી સત્તા બિમારી...

હાઈકુ

બદલે રંગ!
કેસરી હો જાયેગા -
રાષ્ટ્ર-શાસન...
(સફેદ-લીલો-બાદ)

ને થઈ જશે !?
રાષ્ટ્રીય લોકશાહી -
પક્ષ વિહીન...

ચિંતન

સૌભાગિની વિભૂષન હીના, વિધવન્હ કે સિંગાર નબીના,
ગુરુ સિપ બધિર અંધ કા લેખા, એક નસુનઈ, એ ન દેખા

ઉપરોક્ત સાખી રામચરિત માનસમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

આ સાખીમાં તુલસીદાસ કલિયુગનું વર્ણન કરતાં કહે છે કે - કલિયુગમાં સ્ત્રીઓ સૌભાગ્યવતી હોવા છતાં એવાં વસ્ત્રો પહેરશે (કાળાં) માત્ર સફેદ અને આભૂષણ જે સૌભાગ્યવતીમાં ચિહ્ન સમાન હોય તે પણ ધારણ કરતી નથી. ફેશનમાં સાદગી દર્શાવવા વિધવા જેવા શણગાર સર્જે છે. જ્યારે વિધવા સ્ત્રી, પોતે વિધવા નથી એવું દર્શાવવા નવા નવા શૃંગાર ધારણ કરે છે.

જ્યારે કલિયુગમાં આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે ગુરુ-શિષ્યનો જે ઉમદા સંબંધ - જેમાં નિઃસ્વાર્થ સેવાભાવ આજ્ઞાપાલન અને ગુરુ તરફથી મુક્તિ અપાવવા માટેની પિતૃવત્સલ ભાવના રહેતી નથી. કલિયુગના ગુરુ સ્વાર્થમાં અંધ થાય છે. શિષ્યનું ધન હરનારા અને તેને નિયોવી લેવાની ભાવના વાળા હોય છે. જે પોતે જ્ઞાન અને અધ્યાત્મમાં ખાલી જ હોય તે શિષ્યને શું આપવાના ?

જ્યારે શિષ્ય બહેરા જેવા હોય છે. સાચી કે જ્ઞાનીની, આધ્યાત્મિકતા હીનતા, આચાર-વિચારની કોઈ જ વાત ગુરુ પાસેથી સાંભળતા જ નથી. ઉચ્છ્રૃખલ શિષ્યોનો ઉદ્ધાર તો ગમે તેવા સદ્‌ગુરુ પણ કેવી રીતે કરી શકશે ?

સુવિચાર

- દરેક ચિંતાઓના ઘરમાં બારણાં ન રાખો તો કંઈ નહી, બારી જરૂર રાખજો, જરૂર પડ્યે છટકી શકાય ને પાછા પ્રવેશી પણ શકાય - **પંચામૃત**
- સચ બાત માનીયે, વે ચહેરે પે ધૂલ હૈ, ઈલ્ઝામ આઈનોં પે લગાતા ફિઝુલ હૈ - **જાવેદ અખ્તર**
- જયાં નહીં જેવું પારખું, ત્યાં નહીં તેનું કામ, ધોબી બિચારો શું કરે? જયાં દિગંબરોનું ગામ! - **જીવનપાયેય**
- તમારું કૃત્ય જ તમારો પુરસ્કાર છે, અને દંડ પણ છે. તમે જે કંઈ કરો છો એનું ઉત્તરદાયીત્વ તમારા પર જ છે - **રમેશ સંઘવી**
- મારે મન ભિન્ન ભિન્ન ધર્મો એ એક જ ઉપવનના સુંદર પુષ્પો છે, અથવા તો એક જ વિશાળ વૃક્ષરાજની શાખાઓ છે - **ગાંધીજી**
- અધ્યાત્મ પ્રાપ્તિનો વિષય નહીં, પ્રતીતિનો નહીં - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- આજનું ઔષધ : ગરમાળાનો ગોળ બે ચમચી અને એક ચમચી વાવડિંગ ચૂર્ણ મિક્સ કરી દસ દિવસ. રોજ રાત્રે લેવાથી કૃમિનો નાશ થાય છે.

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

ગણિતના પંડિત, ગોપાલકૃષ્ણ ગોખલે કલકત્તામાં હતા. ત્યારે એમના ઉતારા પર મળવા એમના જૂના વિદ્યાર્થીઓ ગયા. સૌએ ગોખલે સાહેબને મળીને વિદાય લીધી પણ એક રાજેન્દ્ર નામનો વિદ્યાર્થી હજી બેસી રહ્યો છે. ગોખલેને એકલા જોઈ તે પાસે ગયો અને કહ્યું, 'આપના આશીર્વાદની મને જરૂર છે.' ગોખલેએ કહ્યું, 'બેટા, મારા આશીર્વાદથી તો સુખ મળવાને બદલે દુઃખ મળે.' રાજેન્દ્રએ કહ્યું, 'પરંતુ મારે તો આપ જેવા મહાન પુરુષના આશીર્વાદ જ જોઈએ છે, કહો આપ જેવા કેવી રીતે મહાન બની શકાય?' ગોખલે એ જવાબ આપતાં કહ્યું, 'ભાઈ, ભણીગણીને મેં પણ ઘણું ધન કમાવાનું વિચાર્યું હતું પરંતુ મનમાં મને એક વાત સતત સતાવતી કે લક્ષ્મી તો અસ્થિર છે અને નાશવંત પણ છે. જેટલો પરિશ્રમ લક્ષ્મી પાછળ કરીએ એટલો જ પરિશ્રમ કોઈ રચનાત્મક કાર્ય પાછળ કરીએ તો કાર્ય અમર બની જાય, આમ વિચારીને મેં સુખ-વૈભવ-આરામ બધું જ ત્યાગી દીધું અને દુઃખનો માર્ગ જ પસંદ કર્યો, દેશ સેવાની આ કાંટાળી કેડી પર હું છું. દેશસેવા, દેશ બાંધવોની જાગૃતિનો, આ માર્ગ મેં લીધો છે.' ગોખલે સાહેબની પ્રેરક વાણી સાંભળી તે વિદ્યાર્થી, ખૂબ ભણ્યો અને દેશ સેવામાં લાગી ગયો. એ વિદ્યાર્થી એટલે આપણા દેશના પ્રથમ રાષ્ટ્રપતિ ડૉ. રાજેન્દ્ર પ્રસાદ.

રાષ્ટ્રપતિ શાસન સામે પ્રશ્નાર્થો

તંત્રીસ્થાનેથી...

કલમ ૩૭૦ને નાબૂદ કરનારી કેન્દ્ર સરકારે બંધારણની કલમ ૩૫૬નો પરંપરાગત દુરુપયોગ ચાલુ રાખી વિપક્ષ તેમજ મતદારોના અધિકારને આંચકો આપવાનું કામ ચાલું કર્યું છે. મતદારોએ ફ્રેકચર્ડ ઓપીનીયન આપ્યો હતો તે સાચું, પરંતુ રાષ્ટ્રપતિ શાસન એ મતદાતાની પસંદગીનો વિકલ્પ ન જ હોઈ શકે. લોકશાહીનો અર્થ અને અર્ક એ લોકો દ્વારા ચૂંટાયેલી સરકાર જ થઈ શકે. અનિવાર્ય સંજોગોમાં જ રાષ્ટ્રપતિ શાસન લદાવું જોઈએ. દેખીતું છે કે મહારાષ્ટ્રમાં એવા કોઈ અનિવાર્ય સંજોગો સરજાયા નહોતા. વિપક્ષ પાસે પૂરતી બહુમતીની શક્યતા આંધળા માણસને પણ દેખાતી હોય ત્યારે મહારાષ્ટ્રના રાજયપાલ ભગતસિંહ કોશિયારીને ન દેખાઈ હોય તો તેમની રાજભક્તિની દયા જ ખાવી રહી. ખરું પૂછો તો આપણે રાષ્ટ્રપતિ શાસનની ભલામણ કરીને કેન્દ્રની આજ્ઞાનું જ પાલન કર્યું છે. કેન્દ્ર સરકાર કયારેક નહીં ઈચ્છે કે જે રાજયમાં ભાજપ સૌથી મોટો પક્ષ તરીકે ચૂંટાઈ આવેલ છે અને બીજા નંબરે એનો જ સહયોગી પક્ષ શિવસેના ચૂંટાયેલ છે ત્યારે ત્યાં ભાજપને વિપક્ષમાં બેસી સત્તામાં ફળ શિવસેના-એનસીપી-કોંગ્રેસના સગવડિયા ત્રેખડને હવાલે થતાં જોવાં પડે. શિવસેનાની સત્તાભૂખ સાથે ભાજપ મર્યાદિત સમાધાન કરવા તૈયાર હતું. એને નાયબ મુખ્યમંત્રી પદ સહિત કેટલાંક મહત્ત્વનાં ખાતાં આપવાની પણ તૈયારી રાખી હતી પરંતુ ૫૦-૫૦ ટકા વાળી ફોર્મ્યુલા એટલે કે અઢી વર્ષ માટે શિવસેનાના મુખ્યમંત્રી હસ્તકની સરકારવાળું સમાધાન એને મંજુર નહોતું. શિવસેના પોતાના વજૂદ ખાતર ભાજપ સાથેનું ગઠબંધન છોડી એનસીપી-કોંગ્રેસના શરણે જઈ શકે એ પણ સમયની અને સત્તાલાલસાની બલિહારી જ ગણાય. મહારાષ્ટ્રના વાઘ ગણાયા શિવસેનાના સ્થાપક બાળાસાહેબ ઠાકરે કયારેય કોંગ્રેસ કે એનસીપી સાથે બેસવા તૈયાર ન થયા હોત. ઉદ્ધવ ઠાકરે અને એમના પુત્ર આદિત્ય ઠાકરેને સત્તાભૂખ જાગી એટલે પહેલી જ વાર આદિત્ય ઠાકરેને વિધાનસભાની ચૂંટણીમાં ઊભા રખાયા. સંજય રાઉત દ્વારા શરૂથી જ ભાજપ અને કેન્દ્રના નેતાઓ વિરુદ્ધ મોરચો મંડાયો તે હેતુપૂર્વકની ચાલ હતી. આખા દેશ પર એકચક્રી શાસન કરવાની મુરાદ ધરાવતા શાહ-મોદીના ઈરાદા પર એનડીએના સૌથી જૂના ઘટક પક્ષ અને હિંદુત્વ મુદ્દે સંઘ કરતાં પણ વધારે કટ્ટર અભિગમ ધરાવતી શિવસેનાએ પાણી ફેરવી દીધું છે. ભગતસિંહ કોશિયારી કેન્દ્રની આજ્ઞાનુસાર વર્ત્યા છે એ સ્પષ્ટ દેખાઈ રહ્યું છે. રાષ્ટ્રપતિ શાસન સ્થપાતાં હવે શિવસેનાનાં સપનાં રોળાઈ ગયા છે અને આગામી દિવસો શરદ પવારની વ્યૂહાત્મક ચાલ સામે ભાજપની લડાઈના બની રહેશે. રાજયપાલે એક પછી એક તમામ પક્ષોને સરકાર રચવાનું નોતરું પાઠવ્યું પણ ભાજપને ૪૮ કલાક આપ્યા જયારે શિવસેના અને એનસીપીને ૨૪ કલાક. વળી એનસીપીએ આપેલી મુદત પૂરી થાય તે પહેલાં જ રાષ્ટ્રપતિ શાસનની ભલામણ કરી દીધી, જેને ઉતાવળે બોલાવાયેલ કેન્દ્રીય કેબિનેટે રબર સ્ટેમ્પ રાષ્ટ્રપતિની મંજૂરી માટે મોકલાવી વિપક્ષની એકતાની કે સંયુક્ત સત્તાની શક્યતા પર પાણી ફેરવી દીધું. સોનિયા ગાંધીની અવઢવ પણ આવી તકવાદી અને તકસાધુ સત્તાભિમુખતા સામેની અડચણ બની રહી. હવેના દિવસો 'હોર્સ ટ્રેડિંગ'ના એટલે કે ધારાસભ્યોના ખરીદવેચાણના હશે એમાં કોઈ શંકા ખરી ?

પોતાને ભાગે આવેલું કામ દિલ રેડીને કરવું એનું નામ ભક્તિ

લાગણીનો મેળો
રસિક વાળંદ

અમે નથી પૂરેપૂરા મનુષ્યનાં સંપર્કમાં
કે નથી પૂરેપૂરા ઈશ્વરના સંપર્કમાં
અમે નથી પૂરેપૂરા છલોછલ લાગણીના
કે નથી પૂરેપૂરા બુદ્ધિના, તર્કના
અમે નથી પૂરેપૂરા સ્વર્ગમાં
કે નથી અમે પૂરેપૂરા નરકમાં
અમે નથી પૂરેપૂરા અંધકારમાં
કે નથી પૂરેપૂરા વરેણ્ય ભર્ગમાં
અમે નથી પૂરેપૂરા
અમે કેવળ ચૂરેચૂરા.

- સુરેશ દલાલ

●●●

ભરવાડના છોકરાને વર્ગમાં શિક્ષકે પૂછ્યું, કે દસ ઘેટામાંથી પાંચ ઘેટાં વાડ કૂદીને ચાલ્યાં ગયાં તે કેટલાં રહ્યા ! ભરવાડના છોકરાઓ કહ્યું કે એકે નહીં, શિક્ષકે ફરીથી આજ સવાલ કર્યો અને ભરવાડના છોકરાએ એ જ જવાબ ફરીથી આપ્યો કે એકે નહીં. પછી ભરવાડના છોકરાએ સ્પષ્ટતા કરતાં કહ્યું, 'સાહેબ તમે ગણિતના આંકડાઓ જાણો છો પણ હું તો ઘેટાઓને જાણું છું. પાંચને બદલે એક ઘેટું પણ વાડ કૂદ્યું હોય તો બધાં ઘેટાં વાડ કૂદીને ચાલ્યાં જ જાય.'

મિત્રો, મહદંશે માનવ સમાજ દેખાદેખીએ જીવ્યે જાય છે... આપણ સૌને ગતાનુગતિકતા એવી તો કઠી ગઈ છે કે નવું કરવાનો કંઈ વિચાર જ નથી આવતો. અક્કલને તો ઢબૂડીને સુવડાવી દીધી છે.... નર્યા નક્કલખોર બની ગયા છીએ.... યોગ્ય-અયોગ્ય કે સારા-નરસાનો વિચાર કર્યા વગર ટોળામાં ખોવાઈને ઘસડાઈએ છીએ... આ દેશની કહેવાતી લોકશાહી પણ જાણે ટોળાશાહી ઘેટાશાહીનો પર્યાય બની ગયો છે.

ઘેટાવૃત્તિથી જીવી જવું એ મનુષ્ય જાતિની શરણ ગણાય. ઈશ્વરે સમગ્ર સૃષ્ટિમાં અન્ય જીવો કરતાં મનુષ્યને અદકેરો બનાવ્યો છે... માનવને અન્ય સજીવો કરતાં મન, બુદધિ, ચિત્ત અને અહંકાર વિશેષરૂપે પ્રદાન કરી નોંખો-અનોખો બનાવ્યો છે... અરે, એના અંગૂઠાની રેખાઓ ફિંગર પ્રિન્ટ પણ દુનિયાના કોઈ મનુષ્યની એક સરખી નથી... કુદરતે વિશેષ હેતુસર પ્રત્યેક મનુષ્યનું સર્જન કર્યું છે એ માણસ ભૂલી બેઠો છે...

દોસ્તો, પ્રત્યેકમાં અધૂરપ - ઉણપ તો રહેવાની આપણે કયાં પરમાત્મા છીએ કે પૂર્ણ રહેવાના... અધૂરાશ એ આપણી ઓળખ છે... આણે ધારીએ તો કંકરમાંથી શંકરકે નરમાંથી નારાયણ બની શકીએ... અશક્ય કશું જ નથી જો કરવા ધારીએ તો..!!

અ ા ૫ ા ણ ા પ્રતિનિધિ દૂર્યોધન સાચે જ કહેતો, 'જાનામિ ધર્મં ન ચ મે પ્રવૃત્તિ, જાનામિ અધર્મ ન ચ મે નિવૃત્તિ' આપણે ધર્મને જાણીએ છીએ છતાં પણ એમાં પ્રવૃત્ત થતા નથી અને અધર્મને જાણવા છતાં એમાંથી નિવૃત્ત થતાં નથી. માનવ જીવન શક્યતાઓથી ભરપૂર છે જો મનુષ્ય વિચારતો થાય તો એટલે જ કહેવાયું છે 'મનનાત્ સ મનુષ્ય' જે વિચારે છે, મનન કરે છે તે મનુષ્ય પ...ણ... 'વાગોળવાની વૃત્તિ જ ગાયબ થઈ ગઈ છે.'

અનુભવે એટલું તો સમજાયું છે કે જે દિલથી કામ કરે છે તે સફળ થાય છે. આપણામા અધૂરપ - અપૂર્ણતા છે એના મૂળમાં કામમાં જીવ રેડતા નથી. જે. કૃષ્ણમૂર્તિ કહેતા, 'પોતાને ભાગે આવેલું કામ દિલ રેડીને કરવું એનું નામ ભક્તિ.' મોટે ભાગે માણસ વિચારવાયુથી પિડાતો હોય છે. શેખચલ્લીની માફક દિવાસ્વખ્નોમાં મ્હાલતો રહે છે. કેન્દ્રબિંદુથી દૂર પરિધ પર ફર્યા કરવાનું સદી ગયું છે.જરા, જાતને પૂછો તો ખરા કે આ મનખા અવતાર મળ્યો છે તો તારી પાસે કોઈ પ્રયોજન, કોઈ મિશન, તારી જાત કે જગત સાથે તારું કમિટમેન્ટ ખરું ?! જયાં આની ઊણપ ત્યાં માનવી દૂબળો - પાંગળો અને પામર... ઘણીવાર લોકો કહેતા ફરે છે કે આપણને તો ફાવશે, ચાલશે, ગમશે, ભાવશે... આવું સાંભળી એવું લાગે કે બસ બધું જ ચલાવી લેવાનું... આમાં સહનશીલતા નથી તો આ તો થઈ સગવડિયાવૃત્તિ. આ તો છે બાયલાપણું... કાયરતા.... 'ચલાવી લેવું' એટલે સમાધાન કરવું, જતું કરવું, તડજોડ કરવી... જીવનમાં કશો જ આગ્રહ નહીં... હા, દુરાગ્રહ ન હોવો જોઈએ. પણ સિદ્ધાંત તો હોવો ઘટે. નાના-મોટા સિદ્ધાંતથી જીવનારા જ માણસની ઓળખ પામે છે.

ઉપનિષદ્‌ની પ્રાર્થના છે, 'ૐ પર્ણમદ પૂર્ણમિદં, પૂર્ણાત્ પૂર્ણ મુદચ્યતે....' ઈશ્વર મોટો પૂર્ણ છે તો આપણે નાના પૂર્ણ છીએ... દરિયા જેટલી વિશાળતા ન હોય પણ એના ગુણો તો હોય જ... આપણી જાતને માણસ હોવાની ઓળખ આપીએ...

સ્પર્શમણિ :

પોતાના દરેક અનુભવથી શીખતાં રહો કેમ કે તમારી જિંદગીમાં ફેરફાર તમારા સિવાય દુનિયાનો કોઈ વ્યક્તિ નહીં કરી શકે...

●●●

જિંદગી ત્યારે સફળ ગણાય જયારે તમારો પરિચય તમારે ના આપવો પડે...!

- rasikvaland1965@gmail.com, Mo. 9913426949

પોતાનામાં રહેલી નબળાઈઓને જે જાણે છે, ઓળખે છે, સમજે છે, સુધારવાનો પ્રયત્ન કરે છે, એજ જીવન જીવી જાણે છે

અબીલ-ગુલાલ
મમતા રાવલ

ઓહો ! આહા ! વાહ ! કહેવું પડે ! જોરદાર...આ ઉદગાર વારંવાર મનમાં પડઘાતા રહ્યાપ જ્યારે મનમાં આ ઉદગાર ઉદભવે ત્યારે કોઈ ઉત્તમોત્તમની અનુભૂતિ હોય એમ જાણવું. સારી બાબત મનને અવશ્ય સ્પર્શે જ છે અને એનો પડઘો શબ્દોમાં ઢળે એજ જે તે બાબતની અસરકારકતાની મૂલવણી એવું માની શકાય.

જય અંબે પરિવારના ભક્તિવંદના કાર્યક્રમના આયોજનમાં સતત સાત્વિક ઊર્જાની હાજરી

કોઈ પણ આયોજન કેટલી અઘરી વાત છે આપણે સહુ જાણીએ જ છીએ. આપણે બધા જ એમાંથી પસાર થતા હોઈએ છીએ. ઘરમાં રોજબરોજ કરતાં ૨-૪ માણસ વધુ આવવાના હોય...ઘરમાં કોઈ નાનકડો પ્રસંગ હોય...ક્યાંક જવાનું હોય...કોઈ આવવાનું હોય...આર્થિક આયોજન હોય કે સામાજીક આયોજન હોય. પ્રત્યેક આયોજન જહેમત માંગી લે છે. જેમ વાનગીમાં જેટલું મોણ વધુ નાંખો એમ એની સોડમ વધુ આવે એમ કોઈ પણ આયોજન તમામ સ્તરે ત્યારે જ ખીલી ઊઠે જ્યારે એની યોગ્ય ગૂંથણી થઈ હોય.

આ માટે કેટલીક બાબતો પાયાની જરૂરિયાત છે. જેમાં સૌથી મહત્વની છે વૈચારિક શક્તિ, મનોચિત્રણ-વિઝ્યુલાઈઝેશન, વિચારોની સ્પષ્ટતા, નિર્ણયાત્મકતા અને દૂરંદેશીતા. ત્યારબાદ આવે છે યોગ્ય નેતૃત્વ, સહકારની ભાવના, દ્રઢતા, હકારત્મકતા, જવાબદારી લેવાની તૈયારી, અને ત્યારબાદ એકઝીક્યુશન એટલે કે અમલીકરણ સમયે જરૂર પડે છે વિશ્વાસુ-જવાબદાર ટીમ અને ટીમવર્કની, સમય અને કામના પરફેક્ટ આયોજનની, કાઈસીસ મેનેજમેન્ટ અને પીપલ મેનેજમેન્ટની આ બધા જ પાસા સુપેરે સાચવવા અઘરા છે. ક્યારેક વિઝ્યુલાઈઝેશનનું પ્રથમ પગથિયું જ નબળું હોય છે...કલ્પના-વિચારો સ્પષ્ટ હોતા નથી. ક્યારેક સ્વકેન્દ્રી લીડરશીપ આયોજનને નુકશાન પહોંચાડે છે. લીડર નું પોઝીટીવ હોવું-લીડરની સ્વીકૃતિ સમગ્ર આયોજનમાં શિરમોર સ્થાને હોય છે. મજબૂત-સમર્પિત વ્યક્તિઓની ટીમ વિના સમગ્ર આયોજન ધ્વંસ થવાની સંભાવના વધી જાય છે.

હમણાં એક મોટા-સફળ આયોજનના ભાગ બનવાનું સૌભાગ્ય સાંપડ્યું. જેમાં આયોજન ને લગતા તમામ પાસાઓ સુંદર રીતે વણાઈને જે એક માહોલ બન્યો એ, સમગ્ર આયોજનમાં સામેલ નાનામાં નાની વ્યક્તિથી શરૂ કરીને મોટામાં મોટી વ્યક્તિને આભારી કહી શકાય. દરેક ડગલે પરફેકશન, દરેક ડગલે સમય પાલન, દરેક તબક્કે ગુણવત્તા, દરેકમાં છલકતો સદભાવ...અદભૂત શબ્દ ઓછો પડે એવા એ આયોજનમાં સતત સાત્વિક ઊર્જાની હાજરી વર્તાતી હતી. અત્યારે આ લખાણ પણ એ સાત્વિક ઊર્જાની પ્રેરણાનું પરિણામ છે. અહીં કોઈ ખાસ સંસ્થા કે પરિવારને સારું લગાડવાનો લેશમાત્ર હેતુ નથી. અહીં એજ કહેવું છે જેને બિરદાવવું જરૂરી છે. જે ઘણું શીખવી જાય છે.

આપણે જીવન દરમ્યાન ઘણા આયોજન સાથે જોડાવાનું થાય છે. નાના-મોટા સમારંભો, લગ્નો, મેળાવડા, ધાર્મિક કાર્યક્રમો. અનેક જગ્યાએ આપણે નબળું આયોજન અને ગાબડા પણ અનુભવીએ છીએ. પરંતુ આંખ આડા કાન કરીને મન મનાવીએ છીએ કે...આવું તો હોય...ચાલ્યા કરે. આમેય આપણે ભારતીયો ને બધું ચલાવી લેવાની ટેવ પડી ગઈ છે. 'ચાલશે-ભાવશે-ફાવશે ' ના મંત્રને આપણે ગુરુ મંત્રની જેમ જપીને મહાન બનતા આવ્યા છીએ. એટલે જ આટલો મોટો દેશ, આટલો મેન પાવર, આટલા કુદરતી રીસોર્સીઝ છતાં આપણને ગરીબડા બનીને બિચારાં કહેવડાવવામાં આનંદ આવે છે. માણસાઈ અને સારાપણાની ઢાલ તળે આપણે નબળાઈઓ ને પોષીએ છીએ એ આપણી ભૂલ છે. જીવનમાં આગ્રહોને જરૂરી મનાતા નથી અને આગ્રહોનું પાલન કરવાનું થાય તો આકરું લાગે છે. શરીર સ્વસ્થ હોય, ફીગર ફીટ હોય એ ગમે છે પણ સવારે ઊઠવું પસંદ નથી હોતું, સમય ફાળવવાનું ફાવતું નથી. રોગ માટે દવાઓ લેવી પોષાય છે પણ જીવનને શિસ્તબધ્ધ જીવવું ગમતું નથી. ખોરાક પર અંકુશ અનુકૂળ નથી. સ્વચ્છતા ગમે છે પરંતુ એને માટે પ્રયત્નશીલ થવું નથી. આળસ અને મનમોજીપણાની અવેજીમાં કંઈ જ ખપતું નથી. હમણાં જ સોક્રેટીસની એક સુંદર વાત વાંચવામાં આવી હતી કે આળસુ માત્ર એજ નથી કે જે કાંઈ કરતો નથી...આળસુ એ પણ છે જે વધુ કરી શકે એમ હોવા છતાં કરતો નથી.

પોતાનામાં રહેલી નબળાઈઓને જે જાણે છે, ઓળખે છે, સમજે છે, સુધારવાનો પ્રયત્ન કરે છે. એજ જીવન જીવી જાણે છે. એ સિવાય તો જીવન ઢસરડો બનીને રહી જાય છે જીવનને વેંઢારવું એ કરતાં જીવન સાથે વહેવાનો આનંદ જ કંઈક ઓર છે.

મોટા આયોજનોમાં અનેક પ્રકારના લોકો સામેલ હોય છે. જ્યારે બધા જ એક કેન્દ્ર, એક જ હેતુ સાથે જોડાય છે ત્યારે તમામની શક્તિનો એક જ સ્થાને સંચય થાય છે. એ હકારાત્મક ઊર્જાનો વલય, આયોજનને આભા અર્પે છે. સાથે એક હકારાત્મક અને અનુભવી લીડરના માર્ગદર્શનમાં સમગ્ર ટીમનો વિકાસ થાય છે. ટીમમાં કામ કરતાં-કરતાં પ્રત્યેક વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વમાં રોજ નવું ઊમેરણ થતું જાય છે. આ ઉત્કર્ષની નાંધ લઈ આભારી બનવું જ રહ્યું. નમ્રપણે એમ કરવાથી પોતાની ઊર્જા બેવડાશે, આત્મવિશ્વાસ વધશે. જીવન અને સંગઠન પ્રત્યેની નિષ્ઠા વધશે. કોઈ પણ આયોજન આવા ધ્યેય સાથે થાય અને આવો પરિપાક પામે ત્યારે એની પુખ્તતાને ચાર ચાંદ લાગી જાય.

હમણાં જ ગાંધીનગરમાં એક ખૂબ મોટો ભક્તિવંદના કાર્યક્રમ યોજાઈ ગયો. સંસ્થા-પરિવારે ૩૦ એકધારા વર્ષ ઉત્તમ રીતે પૂરા કર્યાના નિમિત્ત સાથે યોજાયેલ આ સાત દિવસના કાર્યક્રમનો એક-એક દિવસ, એક-એક કાર્યક્રમ વાહ ! જોરદાર...કહેવું પડે એમ બોલવાનું મન થઈ આવે એટલો સુઆયોજીત અને ગુણવત્તા સભર હોવાનુ અનુભવાયું. નાનામાં નાની બાબતનું પણ સંપૂર્ણ ચોક્કસાઈ થી કરાયેલા આયોજનને શબ્દોમાં વર્ણવવું અઘરું છે. પ્રત્યેક કાર્યકરની લગન-નિષ્ઠા-સમર્પણ આહા ! બોલવા ફરજ પાડે એવા લાગ્યા. પોતે અંગત યશ લેવાની ખેવના વિના નિયમો-આગ્રહો બધા માટે એક સમાન હોવું એ સંસ્થાનું ઊજળું પાસુ કહી શકાય. ૨૦૦-૫૦૦ કે હજાર નહીં, પણ હજારો માણસોનું મેનેજમેન્ટ જે સિફતપૂર્વક-સરળતાથી થયું એ બેસ્ટ ટીમવર્કને આભારી છે. રોજના હજારો માણસની આવન જાવન, રોજ મોટા જમણવાર અને અનેક હસ્તીઓની આવન જાવન, અનેક મોટા-મોટા કાર્યક્રમોમાં પણ લેવાયેલી સૂક્ષ્મમાં સૂક્ષ્મ બાબતની કાળજી ઊડીને આંખે વળગે એટલી અસરકારક બની રહી. આ દરેક ગોઠવણ કોઈ ભૂલ કે ક્ષતિવિના સંપન્ન થાય એ નાનીસૂની સિધ્ધી ના કહી શકાય. જય અંબે પરિવારના તમામ કાર્યકરો-લીડરને વંદન અબીલ-ગુલાલના તમામ વાંચક પરિવાર, ગાંધીનગર સમાચાર તરફથી આપ સહુની ઊર્જાને અભિનંદન.

આપણા દેશમાં ધર્મનો ઉદેશ સૌથી વધુ સ્વીકૃત ઉદેશ ગણાય છે. દેવદિવાળી નિમિત્તના, ધાર્મિક સંસ્થાનોની ઊજવણીના ફોટા-સમાચારો આપણે બધાએ જોયા-વાંચ્યા. ગાંધીનગરમાં અક્ષરધામ જ્યારે પાંચ દિવસનો દિપોત્સવ ઊજવે છે ત્યારે પણ આયોજનની ઉત્કૃષ્ટતા સલામીને લાયક હોય છે. અયોધ્યામાં રામ મંદિરના નિર્માણની મંજૂરી હિંદુધર્મીઓ માટે ભેટ, માન છે. તેના ભૂમીપૂજન થી શરૂ કરીને નિર્માણમાં શ્રેષ્ઠ આયોજનની ઝાંખી થાય એવી અપેક્ષા સાથે ફરી એકવાર જય અંબે...

આ માટે કેટલીક બાબતો પાયાની જરૂરિયાત છે. જેમાં સૌથી મહત્વની છે વૈચારિક શક્તિ, મનોચિત્રણ-વિઝ્યુલાઇઝેશન, વિચારોની સ્પષ્ટતા, નિર્ણયાત્મકતા અને દૂરંદેશીતા. ત્યારબાદ આવે છે યોગ્ય નેતૃત્વ, સહકારની ભાવના, દ્રઢતા, હકારત્મકતા, જવાબદારી લેવાની તૈયારી, અને ત્યારબાદ એકઝીક્યુશન એટલે કે અમલીકરણ સમયે જરૂર પડે છે વિશ્વાસુ-જવાબદાર ટીમ અને ટીમવર્કની, સમય અને કામના પરફેક્ટ આયોજનની, કાઇસીસ મેનેજમેન્ટ અને પીપલ મેનેજમેન્ટની આ બધા જ પાસા સુપેરે સાચવવા અઘરા છે.

ચંદ્રપ્રભા વટી : આયુર્વેદની દ્રષ્ટિએ

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા
ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

આયુર્વેદમાં ઉત્તમ યોગોમાં ચંદ્રપ્રભા વટીની ગણના થાય છે. આમ જોઈએ તો ચંદ્રપ્રભા વટી એક બહુગુણી ઔષધ છે. તેના અનેક ઉપયોગો છે. સામાન્ય લાગતી ૫૦૦ મિલીગ્રામની ચંદ્રપ્રભા વટીની એક ગોળીમાં ૩૭ જેટલા ઔષધો અને મિનરલ્સ પડે છે. આ બધા ઔષધોના પોતાના આગવા ગુણો ઉપરાંત તે જ્યારે એક બીજાના સંયોગ રૂપે આવે ત્યારે વધુ પ્રભાવશાળી બને છે. સૌપ્રથમ આપણે ચંદ્રપ્રભા વટીમાં આવતા ઔષધો વિષે જોઈએ.

ચંદ્રપ્રભા વટી માં સમાવિષ્ટ ૩૭ જેટલા દ્રવ્યોમાં મુખ્ય બે દ્રવ્યો એટલે શુદ્ધ શિલાજીત (૩૨ ભાગ) અને શુદ્ધ ગુગળ (૩૨ ભાગ) છે. આ બંને વિશિષ્ટ ઔષધો છે. શિલાજીત શરીર માટે અનેક રીતે ઉપયોગી છે. તે શરીરને પુષ્ટ કરે છે, રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધારે છે, અને ડાયાબીટીસમાં ફાયદાકાર છે. શુદ્ધ ગુગળ શરીરના વાયુને સમ કરે છે, વેદનાનું શમન કરે છે, અને શરીરના બ્લોકેજને દૂર કરે છે.

આ ઉપરાંત ચંદ્રપ્રભા વટીમાં લોહ ભસ્મ (૮ ભાગ) અને ખડી સાકર (૧૬ ભાગ) આવે છે. અહી એ જોવા જેવું છે કે ખડી સાકર આવવા છતાં ચંદ્રપ્રભા વટીએ ડાયાબીટીસનું શ્રેષ્ઠ ઔષધ છે. આ ઉપરાંત ચંદ્રપ્રભા વટીમાં ત્રણ જાતના લવણ (સિંધાલુણ, સંચળ અને બીડ લવણ), બે જાતના ક્ષાર (જવખાર અને સ્વર્જીકાક્ષાર), ત્રિફળા, ત્રિકટુ, કપૂર, વજ, નાગરમોથ, ગળો, હળદર, કરિયાતું, દેવદાર, વાવડીંગ, ત્રીવૃત્ત, દન્તી આદિ ઔષધો સમાવિષ્ટ છે.

હવે જોઈએ ચંદ્રપ્રભા વટીનાં ઉપયોગો. ચંદ્રપ્રભા વટી મુખ્યત્વે ડાયાબીટીસ (પ્રમેહ) અને મૂત્ર કે મૂત્રપિંડને લગતા રોગો (જેવાકે યુરીન ઈન્ફેકશન, કિડનીની બીમારી, પથરી, પ્રોસ્ટેટ) માટે આપવામાં આવે છે. આયુર્વેદમાં તો ચન્દ્રપ્રભાને આ ઉપરાંત સ્ત્રી રોગો, પાચનતંત્રનાં રોગો, આંખ અને દાંતના રોગો, કમળો, ભગંદર જેવા રોગોમાં પણ આપવામાં આવે છે.

ચંદ્રપ્રભા વટી મુખ્યત્વે પેશાબના રોગોમાં કારગત છે. પેશાબ ન ઉતરતો હોય કે ધીમો ઉતરતો હોય, યુરિનમાં પસ સેલ્સ વધુ હોય, પેશાબમાં બળતરા થતી હોય, આદિ રોગોમાં ચંદ્રપ્રભા વટી ખૂબ ફાયદાકાર છે. બીજી રીતે જોઈએ તો ચંદ્રપ્રભા શરીરના પિત્તનું શમન કરે છે જેથી પ્રમેહ અને મૂત્ર સબંધિત રોગોમાં ફાયદો મળે છે. જો નિયત માત્રામાં વૈદ્યની સલાહાનુસાર લેવામાં આવે તો ચંદ્રપ્રભા વટી ચમત્કારિક પરિણામો આપી શકે છે.

(M) 9879471147

હિંદના જવાહર એટલે જવાહરલાલ

મનના ઉમંગો
રણછોડ પરમાર

ભારતના પ્રથમ વડાપ્રધાનશ્રી જવાહરલાલ નહેરુનો આવતી આજે જન્મદિવસ છે. જવાહરલાલને બાળકો ખુબ પ્રિય હતાં એટલે એમણે એમના જન્મદિનને બાળદિન તરીકે