સલામી સવારની..

સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

કયારેક મારણ બનીને, બલિ થાય છે બકરો !
થાય હૃષ્ટ-પુષ્ટ ઈદનો, બલિ થાય છે બકરો !
ખાય વેપારીનો વકરો, વિવિધ 'કર' ના નામે -
શિસ્તના નામે કાર્યકર - બલિ થાય છે બકરો !

હાઈકુ

પ્રજા વાવે ને,
ઉછેરે જીવ સીંચી
વિકાસ કાપે...

રડે સ્ટેશને -
ફાઈવ સ્ટાર જોઈ -
વૃક્ષા-રોપણ...

(અરુણભાઈ ! કરો અરણ્યમાં રૂદન...)

ચિંતન

ગ્રહ ભેષજ જલંપવન પટ, પઈ કુજોગ સુજોગા ।
હોઈ કુબસ્તુ સુબસ્તુ જળ, લખહિં સુલચ્છન લોગ ॥

ઉપરોક્ત સાખી તુલસીકૃત રામચરિતમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

ગ્રહ, ઔષધ, જળ, પવન અને વસ્ત્ર એ આ સંસાર વ્યવહારમાં સુયોગથી સારા અને કુયોગથી નઠારાં થાય છે, એ સજ્જન લોકો સારી રીતે સમજે છે.

અનુભવ લોકો સમજે છે કે કુંડળીમાં ગ્રહો જો સારા સ્થાનમાં સારા ગ્રહ સાથે પડ્યા હોય તો સારું ફળ મળે છે. પણ ખરાબ - નીચના સ્થાનમાં કે ખરાબ ગ્રહ સાથે પડ્યો હોય તો એ જ ગ્રહ ખરાબ પણ બની જાય છે.

જળ, પાણી, જમ્યા પહેલાં, વચ્ચે અને પછી પીવાથી દરેક વખતે જુદાં જુદાં જ પરિણામ આપે છે. તેમ પવન પણ શિયાળા-ઉનાળા-ચોમાસામાં પ્રકૃતિ - સ્વભાવ અનુસાર અસર આપે છે. પાણી ગંગાજળ પણ બને ગટરનું, પવન સુગંધી કે દુર્ગંધી પણ બને - વસ્ત્ર શરીર પર, મૃતદેહ પર, ઈશ્વરના વાઘાનું, હાથ લૂંછવાનું - કુયોગ-સુયોગ પ્રમાણે સારું-ખરાબ લાગે છે.

સુવિચાર

- સર ઝુકાને કી ખુબસૂરતી ભી કયા કમાલ કી હોતી હૈ,
  ધરતી પર સર રકખોં ઔર દુઆ આસમાન મેં કુબૂલ હો જાતી હૈ... - **શેખ ગુલામ નબી**
- માણસો પોતાના સંજોગોમાં પૂરેપૂરા બરોબરીયા તો કદી પુરવાર થતા નથી પણ
  દરેક માણસ એક કોશિશ કરે છે - **ભૂપત વડોદરા**
- માણસનો સારો સમય ચાલતો હોય ત્યારે તે તેના ખરાબ મિજાજથી સારો
  સમય ખરાબ કરી નાખે છે - **અખંડ આનંદ**
- ધન સિવાય પણ આપવા જેવું ઘણું બધું હોઈ શકે છે જેમ કે... પ્રેમ,
  આદરના બે શબ્દો, આશ્વાસનનું એકાદ શુભ વચન - **જીવન પાથેય**
- જિંદગી એક સાહસ છે અને તે સાહસ ને સફળતાથી પૂર્ણ કરવાનો માર્ગ સ્નેહ અને સમાધાનનો છે - **ઓશો**
- જે સ્મૃતિઓ જીવનપોષક હોય તેનું જતન કરવું જોઈએ અને જે સ્મૃતિઓ જીવનશોષક હોય તેને
  ખંખેરી નાખવી જોઈએ - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- આજનું ઔષધ : સીતાફળના સેવનથી શરીરમાં વાયુ અને પિત્તની શાંતિ થાય છે અને ભૂખ પણ લાગે છે

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

લોભની સાથે અસંભાવના અદૃશ્યપણે અંતરંગ રીતે જોડાયેલી જ છે. એટલે જ લોભની પૂર્તિ કરવી અસંભવછે. લોભનો અર્થ 'હજી' વધુ. હજુ વધારે 'એની કોઈ સીમા જ હોતી નથી.' એક સૂફી સંતે પોતાના શિષ્યને કહ્યું, 'જયાં સુધી લોભ અને અસંભાવનો જાત અનુભવ ન થાય ત્યાં સુધી જીવનના તથ્યો તને સમજાશે નહીં.' શિષ્યને સંતની વાત ગળે ન ઉતરી એટલે એણે કહ્યું મને દૃષ્ટાંત આપી સમજાવો. સૂફી સંત શિષ્યને આ વાત સમજાવવા માટે. એક તૈયાર કપડાની દુકાનમાં લઈ ગયો. સંતે કહ્યું, 'આજે એક ખાસ પ્રસંગમાં પહેરવા માટે મને સારામાં સારો ઝભ્ભો બતાવ.' દુકાનદારે એની પાસે હતો તે શ્રેષ્ઠ ઝભ્ભો બતાવ્યો અને સંતની ઉત્સુકતા જોઈને ભાવ પણ વધારે કહ્યા. સંત મનમાં દુકાનદારનો લોભ સમજી ગયા તેમણે કહ્યું, 'આ ઝભ્ભો મને પસંદ છે પણ ગળાની આસપાસ જરી હોય અને બોયમાં સરસ બુટ્ટા લગાડેલા હોય તો સારું.' દુકાનદારે કહ્યું, 'તમે કહો છો એવો ઝભ્ભો મારા કારખાને તૈયાર છે તમે ચા-પાણી કરો ત્યાં સુધીમાં હું તે લાવી દઉં.' દુકાનદારે કારખાનામાં ગયો. અને આ બતાવેલા ઝભ્ભાના ગળાની આસપાસ ઝરીનું કામ અને બાયમાં બુટ્ટા લગાવી સંતને બતાવ્યો. સંતે કિંમત પૂછી તે લાલચુ દુકાનદારે પહેલા ઝભ્ભા કરતા ચાર ગણી કિંમત કહી.' સંતે કહ્યું, 'સરસ, એક કામ કરો મારે પેલો પહેલા બતાવેલો તે અને આ બંને ઝભ્ભા ખરીદવા છે. બાંધી આપો.' દુકાનદાર ફસાઈ ગયો. શિષ્યને સંતની વાત સમજાઈ ગઈ.

મહારાષ્ટ્રમાં મહારથીઓનું મહાયુદ્ધ

તંત્રીસ્થાનેથી...

દેશ માટે આપણે 'રાષ્ટ્ર' શબ્દ વાપરીએ છીએ. 'મહારાષ્ટ્ર' તો દેશનું એક રાજય હોવા છતાં મહાન રાષ્ટ્રની પરંપરાગત, જુગજૂની ઓળખ ધરાવે છે. આઝાદીની ચળવળને ખરું બળ મહારાષ્ટ્રે પૂરું પાડ્યું હતું. કોંગ્રેસ મૂળે તો બ્રિટિસરાજમાં ભારતીય હિતો જળવાય એ માટેની એક બૌદ્ધિકોની કલબ હતી. એડગર એલન હ્યુમ જેવા ભારત પ્રત્યે સહાનુભૂતિ ધરાવતા અંગ્રેજ સજ્જને એની સ્થાપના કરી હતી અને તત્કાલીન પ્રખર વિચારક વ્યોમકેશ ચંદ્ર બેનરજી એના પ્રથમ પ્રમુખ બન્યા હતા. બંગાળી બાબુઓ પાસેથી કોંગ્રેસનું રાષ્ટ્રીય નેતૃત્વ જયારે દેશના પશ્ચિમ ભાગ તરફ સરક્યું ત્યારે કોંગ્રેસને બે સફળ સુકાની સાંપડ્યા : લોકમાન્ય તિળક અને ગોપાલચંદ્ર ગોખલે. કોંગ્રેસને આઝાદીની લડત માટે તૈયાર કરનાર આ જુગલજોડીએ જ દક્ષિણ આફ્રિકામાં સફળ સત્યાગ્રહ કરી ભારત પાછા ફરેલા મોહનદાસ કરમચંદ ગાંધીનું હીર પારખી એમને ભવિષ્યની ચળવળના કર્ણધાર બનાવ્યા હતા. મહારાષ્ટ્રમાં જ, એની વૈકલ્પિક રાજધાની ગણાતા નાગપુરમાં રાષ્ટ્રીય સ્વયંસેવક સંઘ જેવી હિંદુત્વવાદી રાષ્ટ્રીય સંસ્થાનું પ્રાગટ્ય થયું હતું. પૂના અને નાગપુર સંઘના સમર્પિત મહાનગરની ઓળખ ધરાવતું હતું. આમ દેશનો વહીવટ દિલ્હીથી ચાલતો હોવા છતાં મહારાષ્ટ્ર સાથે મુંબી રાજયનો જ ભાગ હતું. મુંબઈ રાજયે દેશને પહેલા પ્રધાનમંડળના વરિષ્ઠ મંત્રીઓ આપ્યા હતા. મુંબઈ રાજયે દેશને પહેલાં પ્રધાનમંડળના વરિષ્ઠ મંત્રીઓ આપ્યા હતા. મોરારજી દેસાઈ અને યશવંતરાવ ચવ્હાણ - બેઉ મુંબઈ રાજયના મંત્રીમંડળમાં મહત્ત્વની જવાબદારીઓ અદા કર્યા પછી કેન્દ્ર સરકારમાં જોડાયા હતા. 'નહેરુ પછી કોણ?' એ સવાલ સતત પૂછાતો રહેતો અને કયારેક મોરારજી દેસાઈનું તો કયારેક યશવંત રાવ ચવ્હાણનું નામ ચર્ચાતું રહેતું. કાળક્રમે મહારાષ્ટ્ર અને ગુજરાત ભાષાવાર પ્રાંતરચનાના મુદ્દે અલગ પડ્યા. મોરારજી દેસાઈનું વજૂદ અકબંધ રહ્યું. નહેરુથી લઈ ઈંદિરા ગાંધી સુધીમાં મંત્રીમંડળોમાં એમણે વર્ષો સુધી નાણાપ્રધાન તરીકે દેશનું બજેટ રજૂ કર્યું. એક તબક્કે ઈંદિરા ગાંધીથી અલગ થવું પડ્યું. અને દેશનું વડાપ્રધાનપણ પણ સંભાળવું પડ્યું ! મહારાષ્ટ્રે છેલ્લા વર્ષો દરમિયાન સૌથી વજનદાર નેતા આપ્યા તે શરદ પવારને પણ કોંગ્રેસ સાથે છેડો ફાડી અલગ પાર્ટી બનાવવી પડી. આજે મહારાષ્ટ્રની સ્થિતિ એવી છે કે એક તરફ ત્યાં 'મરાઠી માણૂસ'ની થિયરી ચલાવતી શિવસેનાનો પ્રભાવ છે, બીજી તરફ રાષ્ટ્રીય સ્તરે ઊપસી આવેલા અને સવિશેષ કાશ્મીર મુદ્દે કડક નિર્ણય લેનારા પ્રભાવશાળી વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીનો પણ પ્રભાવ છે. કોંગ્રેસ હાંસિયે ધકેલાઈ ગઈ હોવા છતાં ભાંગ્યું ભાંગ્યું એ ભરૂચ છે. કોંગ્રેસમાં લોકસભાની ચૂંટણીમાં થયેલ રસાક પછી હતાશા પ્રવર્તી રહી હોવા છતાં લાતુર વગેરે સ્થળોએ રાહુલ ગાંધીએ રેલીઓ યોજીને આર્થિક મંદિ અને બેરોજગારીના મુદ્દે શાસક પક્ષ સામે પડકાર ફેંક્યો છે. ચંદ્ર પર રોકેટ ઉતારવા કરતાં ભૂખ્યા જનોને જઠરાગ્નિ ઠારવો એ વધારે મહત્ત્વનું છે જ, પરંતુ પ્રજામાં જે રીતની આભા ઊપસી છે એ જોતાં મોદીના નામ પર વૉટનો વરસાદ ના વરસે તો જ નવાઈ. શિવસેના સાથે ગઠબંધન હોઈ હિંદુત્વના મુદ્દે વોટનું વિભાજન નહીં થાય. શરદ પવાર મરાઠા અસ્મિતાના પ્રતીક પુરુષ ગણાતા રહ્યા છે અને કયારેક તો વડાપ્રધાન પદ માટે પણ એમનું નામ ચર્ચાતું હતું - પરંતુ છેલ્લી ચૂંટણીમાં થયેલ ધબડકા પછી મહારાષ્ટ્રની વિધાનસભામાં કોંગ્રેસ - એનસીપી કેટલું કાઠું કાઢશે તે પ્રશ્ન જ રહે છે.

પ્રાર્થનાથી મનમંદિરમાં પ્રગટે દીવડા

અજવાળું - અજવાળું
તુષાર જોશી

'બેટા, જુઓ આ થોડું જીર્ણ થયેલું પુસ્તક છે, પણ એમાં જે શબ્દો છે એ અમૂલ્ય છે, કારણ કે એ શબ્દોમાં પ્રાર્થનાઓ છે.' ડેડીએ દીકરી સ્તુતિને કહ્યું. પુસ્તક બતાવ્યું. હજીયે એવું જ આમ તો સચવાયું છે પુસ્તક... પુસ્તકનું શીર્ષક 'પરમ સમીપે' બતાવીને દીકરીએ પૂછ્યું આનો અર્થ શું થાય ? ...ને ડેડીએ વાત માંડી...

પરમ સમીપે એટલે તને સમજાવું. પરમ એટલે ઉત્તમ, શાશ્વત, અને હા, સંન્યાસીઓના તે પણ પરમહંસ રૂપે ઓળખાય છે, અને સમીપે એટે નજીક, નિકટ. આમ પરમ સમીપે એટલે જે ઉત્તમ છે, જે શાશ્વત છે તેની નજીક. આ પુસ્તકમાં પ્રાર્થનાઓનો સંગ્રહ છે જે સંકલિત કરી છે લેખિકા કુન્દનિકા કાપડિયાએ પહેલીવાર નવેમ્બર, ૧૯૮૨માં બહાર પડ્યા બાદ એ પુસ્તકની અનેક આવૃત્તિઓ થઈ છે.

પુસ્તકમાં અંતરની વાણી રૂપે કુન્દનિકા લખે છે 'ઋષિઓ-સંતો-મહાન ભકતો અને સામાન્યજનો સૌને કંઠેથી પરમાત્માને સીધી સંબોધતી વાણી ફૂટે છે.'

ઈશ્વર સાથે અંગત સંબંધ પર રચાયેલી આ પ્રાર્થનાઓમાં ભગવાન માટેનો પ્રેમ છે, હૃદયનું સમર્પણ છે, તો કપટી પળોમા સહાયની માગણી અને અંધકારમાંથી પ્રકાશમાં જવાની અભીપ્સા પણ છે.'

ત્યાં તો પુસ્તક જોતા જોતા સ્તુતિનું ધ્યાન પડ્યું છે, 'એ ડેડી, તમે તો જોયું જ હોય, આ જુઓ આમાં તો મોરારિ બાપુ એ પણ એમના હસ્તાક્ષરમાં કાંઈક લખી આપ્યું છે ને અંગ્રેજી માધ્યમમાં ભણેલી દીકરીએ હળવે હળવે એ વાંચ્યું જેમાં બાપુએ આશીર્વાદ રૂપે લખ્યું છે 'પરમાત્માને લક્ષમાં રાખીને જે કાંઈ બોલીએ તે પ્રાર્થના છે. પરમાત્મા ભજન માટે જ ભજન કરાવજે બસ'' ૧૯૮૪માં આ પુસ્તક લઈને તલગારજડા જવાનું થયું ને બાપુને વિનંતી કરી ત્યારે તેઓએ લખેલા.

આ શબ્દે અને આ પુસ્તકમાં સમાવિષ્ઠ પ્રાર્થનાઓ ડગલે ને પગલે જીવનમાં અજવાળા પાથરે છે. જયારે જયારે પ્રશ્નો આવે - મુશ્કેલી આવે. દુઃખ કે વિષાદ આવે, અરે આવું બધું જ નહિ, જયારે જયારે જન્મદિવસ આવે, ઉત્સવ આવે કે આનંદ આવે ત્યારે ત્યારે પણ આ પુસ્તકની પ્રાર્થનાઓ જીવનમાં બળ આપે છે. ઉત્સાહને ઉલ્લાસ આપે છે ને નિર્હેતુ ભજન તરફ - નામ સ્મરણ તરફ તન-મનને દોરી જાય છે. મારા જેવા અનેક લોકોના અનુભવે હશે કે સાચા હૃદયથી થયેલી પ્રાર્થના અસ્તિત્વ સાંભળે જ છે.

મનસઃ કામમાપૂર્તિ વાચઃ સત્યમશીયં

- યજુર્વેદ

અર્થાત મારા મનના સંકલ્પ અને પ્રયત્ન પૂર્ણ થાઓ. મારી વાણી સત્ય વ્યવહાર કરવાને શક્તિમાન થાઓ.

વૃત્તિ સહિત મારો અહંકાર ઓગાળી દે મારી પ્રત્યેક પ્રવૃત્તિમાં નિવૃત્તિથી છાપ ઊઠવે દે મારું મન તારા ચરણોમાં રહેવા દે

- સંત જ્ઞાનેશ્વર

આ રહ્યું તારું પુણ્ય, આ રહ્યું તારું પાપ, બને લઈ લે અને મને કેવળ તારા તરફનો વિશુદ્ધ પ્રેમ આપ.

- રામકૃષ્ણ પરમહંસ

વિપત્તિમાં મારી રક્ષા કરો, એ મારી પ્રાર્થના નથી, પણ વિપત્તિમાં હું ભય ન પામું, એ મારી પ્રાર્થના છે.

- રવીન્દ્રનાથ ટાગોર

એક પછી એક પાનાઓ ખુલતા જાય અને વૈદિક - પૌરાણિક, સંતો-ભક્તોની અને વિદેશી લેખકોની અને કુન્દનિકા બહેને લખેલી પ્રાર્થનાઓ મન-હૃદય પર ઘેરી અસર કરતી જાય છે. એવું લાગે છે કે ક્યાંક કશુંક કોઈક આપણને દોરે છે, પ્રેરે છે. અને પ્રસન્નતાથી સભર કરે છે.

ડેડી એક પછી એક પાનાઓ ઉકેલતા જતા હતા, દીકરીને પ્રાર્થનાનો ભાવ સમજાવતા જતા હતા અને અચાનક એ દીકરી હસી પડી... પૂછ્યું કેમ ? તો કહે, 'યાદ છે ? ગયા વર્ષે બારમાની પરિક્ષામાં અકાઉન્ટના પેપર સમયે હું બાને કહેતી હતી કે બા તમે મારું પેપર સારું જાય એ માટે થોડી પ્રાર્થના કરજો...' બાએ લાડકી પૌત્રી માટે કરેલી પ્રાર્થનાઓ અને દીકરીની મહેનત કબૂલ થઈ ને એને જયાં જોઈતું હતું ત્યાં એડમિશન મળી ગયું.

પ્રાર્થના એ પ્રત્યેક માનવની વ્યક્તિગત સંવેદના છે, સમયે સમયે એ જૂજવે રૂપે વ્યક્ત થાય છે, કયારેક હાથ જોડીને કયારેય હાથ લંબાવીને, કયારેક આંસુ ઝરીને ને કયારેક આંસુ લુછીને, કયારેક બંધ આખે ને કયારેક ખુલ્લી આંખે... કયારેક ધ્યાન મુદ્રામાં તો કયારેક નૃત્યરૂપે... કયારેક માળાના મણકા ઉપર ફરતી આંગળીના ટેરવાથી ને કયારેક અનહદ મૌન રૂપે... વાદ્યકારના વાદનમાં એક છે - પરમ સમીપે, પરમાત્મા - અસ્તિત્વ... આવી પ્રાર્થનાઓ આપણા મન-હૃદયને શરીરમાં પ્રેમ અને પ્રસન્નતાના દીવડા પ્રગટાવે છે ને ક્ષણ ક્ષણને ઉત્સવમય બનાવે તેવા અજવાળા પથરાય છે.

જુવાન દોસ્તો ! શા માટે માગો છો માર્ગદર્શન ?

વિચારયાત્રા
ડો. જય ઓઝા

એક(પ્રામાણિક) દોસ્તે કહ્યું-
જુવાન દોસ્તો ! શા માટે માગો છો માર્ગદર્શન ?
શબ્દકોશનું કદ વધારનાર અને ભાષાને અકાળે વૃદ્ધ કરનાર
આ શબ્દોથી સાવધ રહો !
અમારા ધોળા વાળથી ફસાશો નહીં
તેનો રાખવો જોઈએ એટલો જ મલાજો રાખો
બાકી તમારો રસ્તો તમે જ શોધો.
અમે પુષ્કળ ઉનાળા-ચોમાસા જોયા કબૂલ.
પણ, ખરે જ તેનુ શ્રેય ઋતુચક્રને જ
પુષ્કળ રખડ્યા, પણ એથી અમને અચૂક માર્ગ મળ્યો જ તેમ કેમ કહેવાય!!
ના-ના-ના દોસ્તો ભળતી ગેરસમજ કરશો નહીં
તે તમને પરવડશે નહીં
અરે કરમાઈ ગયેલા અમારી પાસે હોઈ હોઈ ને શું હોય?
પરાભવ અને નિરાશાની એક પ્રદીર્ઘ ગાથા !
પણ, દોસ્તો તમે જુવાન છો.
તારુણ્યને તો નિરાશા અને પરાભવ પરિચિત જ હોય છે.
અરે, પ્રકાશે કદીય અંધારું જોયું હોય છે ખરું?
લોક કંઈ પણ કહે
જેને હવે કોઈ માર્ગ રહ્યો નથી,અને જે ગતિહીન બનેલા છે
તેમને માર્ગદર્શન પૂછવાનો તમને અધિકાર જ નથી!
અને મિત્રો એક વાત યાદ રાખો કે પ્રત્યેકે પોતપોતાનો માર્ગ શોધવાનો હોય છે.
'આગળનાની ઠોકર બીજાને શાણો બનાવે છે!'' એ એટલું પણ સાચુ નથી,
અને હોય તો પણ ચાલનારને ઊપયોગી નથી
તેના માટે તો ફરીથી ઠોકર ફરી ફરીથી ઠોકર આ જ ખરુ માર્ગદર્શન
ચરૈવેતિ! ચરૈવેતિ!

- મંગળ વેઢેકર

કવિતાની પ્રથમ બે પંક્તિમાં જ તેના ''હટકે'' પણાનો ખ્યાલ આવી જાય છે.. એક (પ્રામાણિક) વૃદ્ધે કહ્યું-પ્રામાણિક શબ્દ કૌંસમાં મૂક્યો છે , અને પછી તરત જ 'જુવાન દોસ્તો' ! આમા દોસ્તો સંબોધન ઊડીને આંખે વળગે છે..

એમ કહેવાય છે કે વ્યક્તિનાં જીવનની એ સૌથી સફળતમ ક્ષણ હોય છે જ્યારે પરિવાર આપણને મિત્રની જેમ ટ્રીટ કરે અને મિત્રો આપણને પરિવાર જેવા મળી રહે. અમુક ઉંમર પછી દાદા-દાદી કે માતા-પિતાને સંતાનોના મિત્ર થતાં આવડવું જોઈએ. આવી સૂફિયાણી વાત આપણે સાંભળીએ છીએ ઘણીવાર પરંતુ, નજરે જવ્વલ્લે જ ચડે છે.

કોઈક પાસે માર્ગદર્શન માગીએ,સલાહ માગીએ, ત્યારે આપણા એ વડીલો કે જેઓ એ યુગમાં જન્મ્યા હતા, અને મોટા થયા હતા,જ્યાં વિકાસની ક્ષિતિજો સિમિત હતી,જ્યાં સોશ્યલ મીડિયા કે આઈ.ટી. નું વર્ચસ્વ નહોતું, જ્યાં ગળાકાપ સ્પર્ધા નહોતી., જેમણે આખી જિંદગી ૯ થી ૫ ની સરકારી નોકરી કરીને નિવૃત્ત થવામાં સ્વર્ગનો આનંદ લીધો હતો...

આવા વડિલોએ અત્યારે આજની પેઢીને માર્ગદર્શન આપવું હોય તો પહેલા ઈન્સ્ટાગ્રામ કે ફેસબુક પર એકાઉન્ટ ખોલાવવું જોઈએ, ગૂગલ સર્ચ એન્જિનનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ, સ્માર્ટફોન પર અવનવી એપ્લિકેશન ડાઉનલોડ કરીને અત્યારની વાસ્તવિક પરિસ્થિતિનો સચોટ અભ્યાસ કર્યા પછી જો મિત્રની જેમ માર્ગદર્શન આપે તો ખરેખર યોગ્ય લેખાશે.

અત્યારે આ જમાનામાં આપણે બધાં જીવવાની મથામણ કરી રહ્યાં છીએ , પરંતુ અંદરથી અનુભવી રહ્યા છીએ કે સાલુ અત્યારે આ સમયમાં જીવવુ જ કપરુ થઈ ગયું છે.

પ્રત્યેક યુગની પોતાની ગૂંચવણો-ગૂંગળામણો હોય છે. એક જ નકશો લઈને દરેક દેશમાં તો ન જ ફરી શકાય ને ! ભલા આપણા વડિલોને એવી મુશ્કેલી કોઈ દિવસ નડી હશે કે, રાતોરાત સરકારી ભરતીની પરીક્ષા આપવાની યોગ્યતા બદલાઈ જાય..અને ૬-૬ મહિનાથી જે જે છાત્રએ ગામડે ગામથી આવી આવીને ગાંધીનગરમાં ક્લાસ ભરી ભરીને ભાડા ખર્ચીને ઘર-બાર છોડીને જે સરકારી જગ્યા માટે તૈયારી કરી હોય તેની યોગ્યતા બદલાઈ જાય...

આપણા પૂર્વજોને પણ મુશ્કેલીઓ આવી હશે...આપણે જીવનની અધિક રફતારથી હાંફી ગયા છીએ,તેઓ કદાચ વધુ પડતી શાંત અને ઠહરાવવાળી જીંદગીથી કંટાળી ગયા હશે. કોઈના માર્ગદર્શનથી જ રસ્તો મળી જતો નથી. માર્ગ મળે તો મંઝિલ સુધી નથી પહોંચતો. આપણે ઘેરાઈ જઈએ, વિખેરાઈ જઈએ એટલે પોકારી ઊઠીએ છીએ કે 'કોઈ રસ્તો બતવો'. કોઈ માટે નીવડેલો માર્ગ બીજા માટે યોગ્ય ન પણ નીવડે.

'રેડીમેડ કપડા' લઈને પહેરીએ તે આપણને ફિટ આવે, એ બરાબર છે., પણ 'રેડીમેડ' માર્ગદર્શન લઈએ ને તો તો જીવનમાં ક્યારેક ફીટ થઈ જવાય છે.

પ્રત્યેકની પોતાની ચાલ હોય છે, કોઈના પગલામાં પગ મૂકવાથી પંથ જડતો નથી.

રસ્તા પગની હેઠે હોય છે અને છતાં આપણે પૂછીએ છીએ-રસ્તો ક્યાં છે? રસ્તો દેખાય તો પૂછીએ છીએ કે જવું ન જવું ? ક્યારે જવું?

પરંતુ સામે એવા નિખાલસ કે પ્રામાણિક વૃદ્ધ ક્યાં જોવા મળે છે જે સ્વીકાર કરે કે, અમારા નિષ્ફળ અનુભવોનું ભાથું અમારે તમને નથી આપવું, વધારે તડકી છાયડી જોવા માત્રથી જ સલાહ આપવાનુ લાયસન્સ નથી મળી જતુ. વધારે દિવાળી જોઈ હોય એટલે .... કંઈ કેટલાય ચોમાસા જોયા...એ ઋતુચક્રને આભારી છે..બસ આ જ માર્ગદર્શન આપવાનો ઈજારો નથી બની જતો.

મિત્રો ! રખેને આપણી વિનમ્રતાને આપણું મૂઢપણું સમજીને કોઈ અયોગ્ય સમયે બિનઅનુભવી વૃદ્ધ આપણને સલાહોના હથોડા મારવા મેદાનમાં ઉતરી પડે, તે પહેલા ત્યાંથી ખસી જજો.

વૃદ્ધો વંદનીય છે, પણ સાચા અર્થમાં અનુભવ સમૃદ્ધ વૃદ્ધ તો આજની પેઢીને મસમોટી ડીંગો હાકતી સલાહ નથી આપતા,પણ ચર્ચા કરે છે. કે.એલ.સાયગલથી માંડીને બાબા સાયગલ અને નૌશાદ થી લઈને પાપોન સુધી એકસરખો રસ લે. રાજ કપૂર અને રણબીર કપૂરને એક જ આંખે જુએ..પોતાના ટ્રાન્ઝિસ્ટરને અને એલેક્સાને સરખા ભાવથી જાણે સમજે અને માણે.

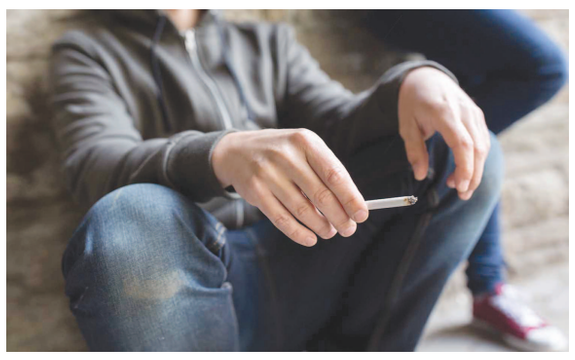
આવા વડીલો વૃદ્ધ હોવા છતાં દોસ્ત હોય છે.કારણકે વાર્ધક્ય તો તનથી નહીં મનથી આવતુ હોય છે. આવા વડિલોની વાત સાંભળવી, સમજવી.....પણ છેલ્લે અમલ તો ત્યારે જ કરવો જ્યારે આપણાં પગ એ રસ્તે જવાની અનુમતિ આપતા હોય.

- jayuoza@gmail.com
Mo.9898046488

'ડેડી, મને બર્થ ડે ગીફ્ટમાં શરાબ અને સિગારેટ ન પીવાનું તમારું વચન જોઈએ'

આત્મનાદ
પુલક ત્રિવેદી
pulak63@gmail.com

એક મલ્ટીનેશનલ કંપનીમાંથી સિનિયર મેનેજર તરીકે નિવૃત્ત થયેલા વ્યક્તિની વાત છે. ચારેક દાયકા પહેલાં એ નોકરીમાં નવો નવો જોડાયો હતો. એમબીએ અને પી.એચ.ડી. થયેલાં આ યંગ અને ડેશિંગ યુવાનને મલ્ટીનેશનલ કંપનીએ હેન્ડસમ સેલેરી આપી નોકરીએ રાખ્યો હતો. આ યુવાનને સાતેક વર્ષનો ફુલ જેવો મઝાનો દીકરો. આર્થિક અનુકૂળતાઓ સારી અને સત્તાનો



રૂતબો પણ ભારે. આ યુવાનને શરાબ અને સિગરેટ બન્નેનું વ્યસન હતું. દિવસની ૧૦-૧૫ સિગરેટ સહેજે ફુંકી જાય. રોજ રાત્રે શરાબ પીધા વગર એને ઉંઘ ન આવે. દિવસે દિવસે એનું આ વ્યસન ખૂબ વધી ગયું. પછી તો પત્ની સાથે વ્યસન છોડવા સંદર્ભે રોજ કકળાટ પણ થવા લાગ્યો.

એક દિવસની વાત છે. એમનો દીકરો સાંજે મિત્રો સાથે રમતો હતો. દોડતા દોડતા એ ખૂબ હાંફવા લાગ્યો. બે – પાંચ મિનિટ બેભાન પણ થઈ ગયો. માતા-પિતાનો જીવ તાળવે ચોંટી ગયો. તાત્કાલિક એને ડોકટરની પાસે લઈ ગયા. દીકરાના હૃદયમાં કાણું હોવાનું નિદાન થયું. ડોકટરોએ કહ્યું બાળક બે-ચાર મહિનાથી વધુ નહીં જીવે. બે-ત્રણ સપ્તાહ પછી દીકરાનો જન્મ દિવસ આવતો હતો. મા-બાપે વિચાર્યું દીકરો થોડા મહિનાનો જ મહેમાન છે તો ધામધુમથી એનો જન્મદિવસ ઉજવીએ. પિતાએ કહ્યું 'બેટા બોલ તને આ જન્મદિવસે કઈ ગીફ્ટ જોઈએ છે...'

નાનકડા પુત્રએ પિતાને કહ્યું, 'ડેડી મને ગીફ્ટમાં શરાબ અને સિગરેટ ન પીવાનું તમારું વચન જોઈએ છે. શરાબ અને સિગરેટથી તમને ખુબ ખાંસી આવે છે. તમે એ છોડીને મને ગીફ્ટ આપો.'

પિતાની આંખમાં આંસુ આવી ગયા અને એ દિવસથી યુવાને દારૂ અને સિગરેટને તિલાંજલી આપી. દીકરો તો ચાર મહિના પછી પ્રભુને પ્યારો થઈ ગયો. પણ પિતાને વ્યસનના ચક્કરમાંથી મુક્ત કરતો ગયો. આજે જીવનના છ સાડા છ દાયકા પછી રોજ આકાશ સામે જોઈને આ ભાઈ એમના દીકરાને યાદ કરતાં મનોમન વિચારે છે કે 'એ તો ગયો પણ મને સ્વસ્થ અને તંદુરસ્ત જીવનના માર્ગે ચાલતા શિખતો ગયો. ઑક્ટોબર મહિનામાં ગાંધી બાપુની ૧૫૦મી જન્મજયંતીના અવસરે આ બાળક અને પિતાની વાત સહેજે યાદ આવી ગઈ.

આમ તો એક યા બીજા કારણસર ગાંધી વિચારો માનસપટ ઉપર હમેશા છવાયેલા રહેતા હોય છે પરંતુ ઓક્ટોબર મહિનામાં સ્વાભાવિક રીતે જ બાપુ વિષેશ યાદ આવે. આ મહિનામાં બીજી તારીખ એટલે બાપુનો બર્થ ડે. આ વર્ષે બાપુની ૧૫૦મી જન્મજયંતી આખુ રાષ્ટ્ર શાનદાર રીતે ઉજવી રહ્યું છે. રાષ્ટ્રપિતા મહાત્મા ગાંધીનું આખું જીવન એક આદર્શ છે. એ સ્વયં એક ઈન્સ્ટિટ્યૂશન હતા. સત્ય, અહિંસા, સ્વાશ્રય, અડગ, દ્રઢનિશ્ચય, પરિશ્રમ, અપરિગ્રહ વગેરે વગેરે લખતા થાકી જવાય એટલા સદગુણો બાપુમાં હતાં. મહાત્મા ગાંધીએ એમના આઠ દાયકા જેટલા આયખામાં ચાર દાયકા સક્રિય પત્રકારત્વ કર્યું. હજારો પાના ભરીને વિચારો લખ્યા. બાપુના પ્રત્યેક વિચાર ઉપર એક ગ્રંથનું આલેખન થાય. એમનાં 'વ્યસન' સંદર્ભે વિચારો સમાજજીવન માટે અત્યંત ઉપકારક અને સચોટ છે. બાપુ સ્પષ્ટ કહેતા કે, એક માત્ર દારૂનો નશો જુગાર, વ્યભિચાર જેવા અનેક દુષણોની જનની છે.

એક અંદાજ પ્રમાણે ભારતમાં દર વર્ષે રૂપિયા ૧૪ કરોડથી પણ વધારેની સીગારેટ પીવાય છે. આપણા દેશના નાગરિકો પાન, મસાલા, ગુટકા ખાઈને સ્ટાઈલથી ૧૩ લાખ ટન પીચકારીઓથી પ્રતિવર્ષ આપણા દેશના માર્ગો, મકાનો, સ્થાપત્યો રંગાય છે. પ્રતિ માસ રૂપિયા ૧૫૦ કરોડ અને વાર્ષિક ૧૮ અબજની તમાકુ ચવાઈ જાય છે કે પછી ફૂંકી મરાય છે. આ આંકડાઓ કરતાં પણ વધુ ભયાનક આંકડો તો એ છે કે, કેન્સર અને ટીબીથી મૃત્યુ પામનારાઓ પૈકી ૮૦ ટકા વ્યસની હોય છે. ભારતમાં દર વર્ષે ધુમ્રપાન અને તમાકુના સેવનથી ૧૨ લાખ લોકો અકાળે મોતને ભેટે છે.

ધુમ્રપાન અને પાન-મસાલાના વ્યસન ઉપરાંત આલ્કોહોલના નશાના વ્યસનના આંકડા પણ એટલા જ દિલ દહેલાવી નાખે એવા છે. એક સર્વેક્ષણ અનુસાર વર્ષ ૨૦૦૫થી ૨૦૧૬ સુધીમાં દક્ષિણ પૂર્વ એશિયામાં આલ્કોહોલનો વપરાશ સૌથી વધારે જોવા મળ્યો છે. ત્રણ મિલીયન લોકો પ્રતિવર્ષ શરાબની લતના કારણે મોતને ભેટે છે. ભારતના છત્તીસગઢ, ત્રિપુરા, અરૂણાચલ પ્રદેશ અને ગોવામાં ૧૬ કરોડ લોકો ચિક્કાર દારૂ પીવે છે.

દારૂ વિશે કેટલીક ખોટી માન્યતાઓનો મસમોટો અંબાર હોય છે. દારૂ પીવાથી સારી ઊંઘ આવે છે. ભૂખ ઉઘડે છે, ટેન્શન ઓછું થાય છે, ઈમ્પોર્ટેડ વાઈન કોઈ નુકસાન કરતો ન