સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

સલામી સવારની..

અપવાસ 'કરવા'થી એમ, પ્રેમ મળતો નથી !
રોજનાં મેણાં - ટોણાંથી એમ પતિ ઢળતો નથી!
ફળતો નથી સંસાર 'કોઈને' છળ કપટથી -
ત્યાગ-ક્ષમા-નમ્રતાને પ્યાર કદી છળતો નથી
(કડવા ચોથના 'સૌને' અભિનંદન)

હાઈકુ

શોધે પતિને -
અનેક છિદ્રો દ્વારા -
હૃદય ચાળવી ?!

દિસે ન ચાંદ
નકારાત્મક સાધને
જુઓ પ્રેમથી...

ચિંતન

હરઃ યદિ ઉપદેષ્ટા તે હરિઃ કમલજઃ અપિ વા ।
તથાપિ ન તવ સ્વાસ્થ્યં સર્વ વિસ્મરણાત્ ઋતે ।

ઉપરોક્ત શ્લોક અષ્ટ્રાવક્ર ગીતામાંથી લેવામાં આવેલ છે.

બ્રહ્મા,વિષ્ણુ કે મહેશ, કોઈ પણ તારા ઉપદેશક થાય, છતાં સર્વ કાંઈના વિસ્મરણ વિના તને સ્વાસ્થ્ય મળવાનું નથી. એટલે કે સ્વમાં સ્થિતિ થાય તેમ નથી. શાંતિ મળવાની નથી.

કહેવાનું તાત્પર્ય એ છે કે સ્વયં ઈશ્વર પણ આવીને ઉપદેશ કરે, છતાં જ્યાં સુધી મનમાં અવિદ્યા ભરેલી છે, આશા-આકાંક્ષા ઈચ્છા-તૃષ્ણા છે, મોહમાયા, મમતા છે. અહંકાર છે અહં દેહોસ્મિ ભાવ છે, ત્યાં સુધી કોઈ અર્થ નથી. સ્વમાં સ્થિતિ એટલે જ આત્મતત્વની ઓળખ ! પરમતત્વની પ્રાપ્તિ.

પરમ પદને પામતાં પહેલાં પૂર્ણ પરિત્યાગ જરૂરી છે. શ્રી અરવિંદ કહે છે તેમ અભીપ્સા રાખ્યા બાદ, પહેલાં પૂર્ણરૂપે પરિત્યાગ કરો, સંપૂર્ણ સમર્પણ કરો,તો અતિમનસ ચેતનાનો સ્પર્શ અનુભવી શકો. બાકી સામાન્ય માણસ તો શ્વાસ લે... ઈચ્છા રાખે... ને મૃત્યુ પામે...!!

સુવિચાર

- સબક લિયા હે જિંદગી સે હુઝુર, રૌનકેં આઈ હે કંઈ અંધેરો સે નિકલકર - **શશીન**
- આ નશ્વર સંસારમાં ભલાઈ સિવાયની બધી વસ્તુ નાશ પામે છે - **સ્કંદપુરાણ**
- તમારા વિચારોની સારી રીતે રક્ષા કરો,
  કારણ કે તે વિચારો સ્વર્ગમાં પણ સંભળાતા હોય છે - **માર્ક ફિલીપ**
- જેમના હક્ક હું મારા પગ તળે કચડતો રહું છું,
  એ લોકો કરતાં હું ખૂબ હલકું વ્યક્તિત્વ ધરાવું છું - **હોરાસ ગ્રીલી**
- જે સુંદર છે, એ સદ્ છે, અને એ સત્ય પણ છે,
  એમાંનાં સદ્ અને સત્યનો આપણે ખોળી કાઢવાના છે - **આચાર્ય મહાપ્રજ્ઞ**
- નિષ્ફળતાની ઈમારત બહાનાનાં પાયા પર રચાયી હોય છે - **સંત ડેનિયલ**
- આજનું ઔષધ : આમળાના અઢી તોલા રસમાં એક તોલો મધ, પા તોલો પીપરનું ચૂર્ણ મેળવીને લેવાથી શ્વાસ મટે છે

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

એક મોર્ડન બાબુજી હતા. કોટ, બૂટ, હેટ અને પાટલૂન પહેરે. અંગ્રેજીમાં બોલે. જ્ઞાનનું અભિમાન કરે. નોકર પર ગુસ્સામાં અંગ્રેજીમાં ગાળ આપે. અને કૂતરાને અંગ્રેજીમાં વ્હાલ કરે. એકવાર એમનો એકનો એક દીકરો બીમાર પડ્યો. બે-ત્રણ ડોકટરો આવ્યા. નવી નવી દવાઓ ઈન્જેકશન આપ્યા. પણ કોઈ ફેર ન પડ્યો. એકના એક દીકરાને સાજો કરવા માંડ માંડ વૈદ્યરાજને બોલાવવા રાજી થયા. વૈદ્ય આવ્યા. કડવી પડીકી આપી. બીજા ઘણા ઔષધ આપ્યા છતાં છોકરો સાજો ન થયો. બીમારી વધતી ચાલી. એકવાર એમના આંગણે સાધુ આવ્યા. બાબુજીને પસંદ ન હતું છતાં પત્નીની જીદ સામે સાધુ ને બોલાવી દીકરાની માંદગીની વાત કરી અને ઉપચાર પૂછ્યો. સાધુએ કહ્યું, 'શનિવારે હનુમાનજીને સિંદૂર ચડાવજો અને સવા શેર લાડુ ધરાવો તો દીકરો સાજો થઈ જશે.' બાબુજીએ નારાજગી સાથે કહ્યું, 'હું પથ્થરને પથ્થર જ માનું છું, પણ તમે કહો છો તો સિંદૂર લગાડીને લાડુ દેખાડી આવીશ.' દીકરો સાજો થાય એની લાલચમાં તેઓ હનુમાનજીને મંદિરે જઈ આવ્યા બીજે દીવસે સવારે બાબુજી સાધુ પાસે ગયા અને બોલ્યા, 'મારો દીકરો હજી સાજો થયો નથી તમે ખોટા પડ્યા.' સાધુએ કહ્યું, 'લાવો... મને આપો સિંદૂર, અને લાજવા.' સાધુએ હનુમાનજીની પૂજા કરી અને પ્રસાદનું સિંદૂર છોકરાને લગાવ્યું અને ચમત્કાર થયો. છોકરાનો તાવ ઊતરવા લાગ્યો. બાબુજીએ પૂછ્યું, 'તમારી પૂજાથી સાજો થયો પણ મારી પૂજાથી કેમ ન થયો ?' સાધુએ કહ્યું, 'તમે પૂજા જ ક્યાં કરી હતી ? શ્રદ્ધા વિના પૂજા થાય જ નહીં, તમને શ્રદ્ધા જ કયાં હતી?' બાબુજીને સાધુની વાત હવે સમજાઈ ગઈ.

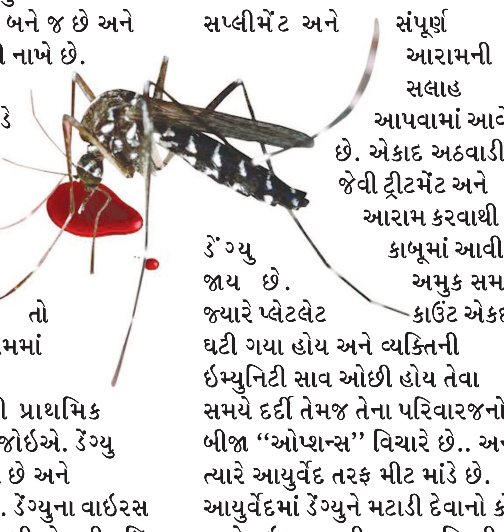
મહારાષ્ટ્ર વિજય માટે સાવરકર હુકમનું પાનું

તંત્રીસ્થાનેથી...

શિવસેનાના વડા ઉદ્ધવ ઠાકરેએ વીર સાવકરને ભારતરત્ન આપવા માટેનો મુદ્દો ઉઠાવ્યો ત્યારથી શાસક ગઠબંધનની મુખ્ય પાર્ટી એમની પાસેથી એ મુદ્દો સેરવી લેવાની પેરવીમાં હતી. આખરે પાર્ટીના કાર્યકારી રાષ્ટ્રીય અધ્યક્ષ જે.પી. નડ્ડાની ઉપસ્થિતિમાં ચૂંટણી ઢંઢેરો બહાર પાડ્યો એમાં વચન આપવામાં આવ્યું છે કે મહારાષ્ટ્રની વિભૂતિઓ - વીર સાવરકર, જયોતિબા ફૂલે તથા સાવિત્રીબાઈ ફૂલેને 'ભારતરત્ન' અપાય એ માટે પાર્ટી ઝુંબેશ ચલાવશે. ખરેખર તો આ ત્રણે 'ભારતરત્ન' નું સન્માન ઘણું વહેલું મળી જવું જોઈતું હતું. મોડે મોડે સરદાર પટેલ અને બાબા સાહેબ આંબેડકરને 'ભારતરત્ન'ની યાદીમાં સમાવી લેવાયા એમ હવે આ ત્રિપુટીને પણ સમાવી લઈ ભૂલ સુધારી લેવાશે ! મૂળે સાવરકરના નામ સામે જ કોંગ્રેસને વાંધો હોઈ શકે - જયોતિબા - સાવિત્રીબાઈના સમાજસુધારણા વિષયગ પ્રદાન સામે તો એના નેતૃત્વને કશો વાંધો જ ન હોય. દલિત સમાજ આ દંપતીને દેવ ગણીને પૂજે છે. માયાવતી એમના નામ પર વોટ મેળવતાં રહ્યાં છે. સાવરકર કટ્ટર હિંદુત્વના પુરસ્કર્તા તરીકે પ્રખ્યાત છે. એમને હિંદુ મહાસભાને નેતૃત્વ પૂરું પાડ્યું હતું અને કોંગ્રેસની નેતાગીરી વિરુદ્ધ એવા કપરા સમયે ઝીંક ઝીલી હતી જયારે દેશ નવો નવો આઝાદ થયો હતો અને કોંગ્રેસના ઉમેદવાર સામે ઊભો રહેવા કોઈ તૈયાર નહોતું હતું. સાવરકરે અંગ્રેજ સરકારને હટાવવા વિદેશમાં રહી તત્કાલીન બૌદ્ધિકોનો સહયોગ મેળવ્યો હતો. એમને કાળા પાણીની સજા કરાઈ હતી અને અંદામાનની કાળકોટડીમાં ભયંકર યાતનાઓ અપાઈ હતી. જેલ તોડી દરિયા તરીને નાસી છૂટેલા વિનાયક રાવ સાવરકરને અંગ્રેજ સરકાર ખતરનાક ગુનેગાર માનતી હતી.

ગાંધી હત્યામાં એમનું નામ સંડોવવાના પ્રયાસો થયા હતા, પરંતુ આખરે એમાંથી એમને દોષમુક્ત જાહેર કરાયા હતા. ભારતીય જનતા પાર્ટી માટે શિવસેના, એનસીપી અને કોંગ્રેસ - ત્રણે સામે સરસાઈ મેળવવાનો પડકાર છે. એનડીએના સૌથી જૂના ઘટક પક્ષ શિવસેના સાથે ભાજપ એની ગરજે ગઠબંધન કરતું રહે છે. મરાઠી માણૂસ અને બાળાસાહેબ ઠાકરેના કટ્ટર હિંદુત્વ આગળ ભાજપનો રાષ્ટ્રવાદી ચહેરો ઝંખવાતો રહ્યો છે - છેલ્લા કેટલાક વખતથી ભાજપનો હાથ અધ્ધર (ઉપર) રહેતો હોઈ શિવસેનાને પણ એની સાથે ગઠબંધનની ગરજ પડી છે. બેઉએ સામસામે ઉમેદવારો ઉતાર્યા ત્યારે બેઉને નુકશાન થયું હતું. આથી શાણા ઉદ્ધવ ઠાકરેએ ધીમે રહીને મોદી વિરુદ્ધ ઝેર ઓકવાનું બંધ કરી ભાજપ સાથે ગઠબંધનનું રાજકારણ સ્વીકારી લીધું છે. શિવસેનાની શક્તિ મર્યાદિત છે. જયારે ભાજપ રાષ્ટ્રીય પાર્ટી છે અને મોદીની કરિશ્મા પર લોકો ફિદા છે. જમ્મુ અને કાશ્મીર અંગેના કેન્દ્ર સરકારના ઐતિહાસિક નિર્ણય પછી પ્રજા એકી અવાજે મોદી-મોદીના નારા લગાવતી હોય ત્યાં શિવસેના હાથે કરીને 'હારાકીરી' શું કામ કરે ? પરંતુ ઢંઢેરો તો એણે જુદો જ બહાર પાડ્યો છે. એનસીપી અને કોંગ્રેસ માટે મહારાષ્ટ્રની ચૂંટણી 'સીધાં ચઢાણ' સમી છે. શરદ પવાર થાક્યા છે, પ્રફુલ્લ પટેલ સામે મિર્ચી સાથે સાંઠગાઠનો આક્ષેપ છે. રાહુલ ગાંધીનો વિશેષ પ્રભાવ નથી. આવા સંજોગોમાં ભાજપને ચિંતા ફક્ત એક જ મુદ્દે રહેવાની : શિવસેના કરતા વધુ બેઠકો જીતી લાવવી તે સમયનો તકાદો છે. સાવરકરના નામે શિવસેના મેદાન મારી જાય એ પહેલાં ભાજપે પાણી પહેલાં જ પાળ બાંધી દીધી છે.

ડેન્ગ્યુની આયુર્વેદિક સારવાર



પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા

ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

છાપાની હેડલાઈન્સ જોતા ખબર પડશે કે દર વર્ષની જેમ આ સીઝનમાં પણ ડેંગ્યુએ માથું ઉચક્યું છે. જતા ચોમાસે શહેરમાં ડેન્ગ્યુના ઘણા કેસ જોવા મળ્યા છે. તંત્રની બેદરકારી ગણો કે વ્યક્તિગત બેદરકારી ગણો, ડેંગ્યુ વરસોવરસ વણનોતર્યો મહેમાન બને જ છે અને કેટલાયને હેરાન કરી નાખે છે. ડેંગ્યુ બાબતે વધુ ચિંતીત એટલે થવુ પડે કારણકે ડેંગ્યુ મારક બની શકે છે. જો સમયસર સારવાર ન આપવામાં આવે તો વ્યક્તિનો જીવ જોખમમાં મુકાઈ શકે છે.

ડેંગ્યુ વિષેની પ્રાથમિક માહિતી બહુ ટુંકમાં જોઈએ. ડેંગ્યુ વાઈરસ જનીત રોગ છે અને મચ્છરોથી ફેલાય છે. ડેંગ્યુના વાઈરસ વ્યક્તિના લોહીમાં ભળી પોતાની વૃધ્ધિ કરે છે. ડેંગ્યુના મુખ્ય લક્ષણો ખૂબ તાવ આવવો, શરીરમાં કળતર થવી, માથુ દુખવું, ભૂખ ન લાગવી, આદિ છે. લોહીની તપાસ કરાવતા પ્લેટલેટ કાઉંટ ઓછા થયેલ જોવા મળે છે.

જ્યારે વ્યક્તિ ડેંગ્યુની સારવાર કરાવવા માટે જાય ત્યારે મોટાભાગે તેને તાવ ઉતારવા માટે પેરાસીટામોલ પ્રકારની ગોળીઓ, વીટામીન અને મીનરલ સપ્લીમેંટ અને સંપૂર્ણ આરામની સલાહ આપવામાં આવે છે. એકાદ અઠવાડીયા જેવી ટ્રીટમેંટ અને આરામ કરવાથી ડેંગ્યુ કાબૂમાં આવી જાય છે. અમુક સમયે જ્યારે પ્લેટલેટ કાઉંટ એકદમ ઘટી ગયા હોય અને વ્યક્તિની ઈમ્યુનિટી સાવ ઓછી હોય તેવા સમયે દર્દી તેમજ તેના પરિવારજનો બીજા "ઓપ્શન્સ" વિચારે છે.. અને ત્યારે આયુર્વેદ તરફ મીટ માંડે છે. આયુર્વેદમાં ડેંગ્યુને મટાડી દેવાનો કોઇ સચોટ ઈલાજ નથી. પણ વ્યક્તિની ઈમ્યુનિટી વધારવા માટેના શ્રેષ્ઠ ઔષધો ઉપલબ્ધ છે. આ ઉપરાંત પપૈયાના પાન જેવી અમુક ઔષધીઓ જો લાગૂ પડી જાય તો તાત્કાલિક ધોરણે પ્લેટલેટ કાઉંટ વધારી આપે છે. આયુર્વેદનો મૂળ હેતુ જ સ્વસ્થના સ્વાસ્થ્યનું રક્ષણ કરવાનો છે. એટલે જો ઈમ્યુનિટી વધારનારી અને શરીરનું ઓજસ વધારનારી ઔષધીઓનો નિયમીત ઉપયોગ કરવામાં આવે તો ડેંગ્યુ જેવી બિમારીઓને ભોગવવાનો વારો ન આવે.

પપૈયાના પાનની ડેંગ્યુ પરની અને ખાસ તો પ્લેટલેટ પરની અસર ખૂબ ચર્ચામાં છે. તેના સો ટકા રીઝલ્ટ તો નથી પણ તેને જરૂરથી અજમાવી શકાય. મોટા ભાગના કેસમાં એવું જોવા મળ્યુ છે કે પપૈયાના પાનનો રસ પીવાનો શરૂ કરૂ કે બે ત્રણ દીવસમાં જ પ્લેટલેટ ખૂબ ઝડપભેર વધવા લાગે છે. જો એક અઠવાડીયા સુધી પણ પ્લેટલેટની સંખ્યામાં કોઈ સુધારો ન જણાય તો માનવું કે પાનનો રસ લાગૂ પડયો નથી. આયુર્વેદની અને હવે તો એલોપેથીની ઘણીખરી ફાર્મસીઓ હાલ પપૈયાના પાનની ગોળીઓ બનાવે છે અને તે માર્કેટમાં સહેલાઈથી ઉપલબ્ધ છે.

આ ઉપરાંત અમુક એવા ઔષધો કે જે વ્યક્તિની ઈમ્યુનિટી વધારવા માટે ઉત્તમ છે તેનો યોગ્ય માત્રામાં ઉપયોગ કરવાથી ચોક્કસ લાભ થાય. જેમકે ગળો, તુલસી, હળદર, પીપર, કડુ-કરિયાતું, લવિંગ, લસણ, મેથી, આમળા, લીમડો આદિનો વ્યક્તિની પ્રકૃતિ અને દોષ અનુસાર ઉપયોગ કરી શકાય. (ઈનફેક્ટ આ ઔષધોનો ૩૬૫ દિવસ વિવેકપૂર્વક ઉપયોગ કરીએ તો ડેંગ્યુ જેવી કેટલીય બિમારીઓથી બચી શકાય)

અગાઉ કહ્યુ તેમ સ્વાસ્થ્ય રક્ષણ એ આયુર્વેદનો મૂળભૂત સિધ્ધાંત છે. આપણે આપણા શરીરને એટલુ સક્ષમ બનાવીએ કે તેમા રોગો પ્રવેશી જ ન શકે. આ માટે આપણી પ્રકૃતિને અનુકૂળ હોય તેવા ઔષધોનું નિયમીત અને માત્રાપૂર્વકનું સેવન ખૂબ જરૂરી છે.

- (મો.) ૯૮૭૯૪૭૧૧૪૭

ઈર્ષ્યા પર વિજય મેળવવાના પ્રયત્નો કરતાં કરતાં આંતરશુદ્ધિની પ્રક્રિયામાંથી પસાર થવું એજ સાચી જીવનયાત્રા છે

અબીલ-ગુલાલ

મમતા રાવલ

તહેવારોની રાણી દિવાળી આંગણે આવી ગઇ છે. એના સ્વાગતની તૈયારીમાં સહુ કોઇ લાગેલા છે. એકબાજુ નવરાત્રીના નવ દિવસનો થાક હજુ ઊતર્યો નથી...બેવડી ઋતુને કારણે માંદગીમાં પણ ઉછાળો ચાલી રહ્યો છે. ભારતીયો અને એમાંય ગુજરાતીઓ માટે દિવાળી એટલે માત્ર ઊજવણી નથી. એમાં પહેલી ઘર સફાઇ...ત્યારબાદ ભાતભાતની વાનગીઓ બનાવવાની પરંપરા રહી છે. હવે મોટે ભાગે વાનગીઓ રેડીમેઇડ લવાય છે. આંગણે મહેમાનો ઓછા થઇ ગયા છે. મહીના સુધી આટલા ધમધમાટ દિવસો વીત્યા પછી...દિવાળી પછી વાતાવરણમાં સન્નાટો છવાય છે. માર્ગો સૂમસામ...બજારો સૂમસામ...સોસાયટીઓ સૂમસામ ભાસે છે. લાભ પાંચમ આસપાસ સમાજ અને સંસ્થાઓના મેળાવળામાં લોકો એકબીજાને નવાવર્ષની શુભેચ્છા પાઠવી સંતોષ માની લે છે.

આપણા દાદા-દાદી, પપ્પા-મમ્મીની સાથે જે દિવાળી આપણે માણતા હતા એની સરખામણીમાં આ ફેરફારો ઘણા મોટા લાગે...એક પ્રકારની યંત્રવતતા અને શુષ્કતા અનુભવાય છે. અત્યારે એવા લોકોનો જમાનો છે જે સુપરફીશીયલ જીવે છે...જીવી શકે છે. જેને આદર્શપણા સાથે કોઇ લેવાદેવા નથી. જેને માટે દિવસ એ સવાર-બપોર-સાંજમાં વિભાજીત ૨૪ કલાકનો સમૂહ માત્ર છે. બહારની કોઇ ઘટના અંદર હદય સુધી પહોંચતી નથી અને અંદરની કોઇ પરિસ્થિતી બહાર ડોકાતી નથી. બધુ જ એકદમ સજ્જડબમ્મ હોય એવું લાગ્યા કરે છે.

પ્રેમ, ગુસ્સો, ગમો-અણગમો, વ્હાલ, ખીજ આવા બધા ઘણા ભાવો હવે સ્પષ્ટ રીતે કયાંક વ્યક્ત કરાતા નથી. પ્રવાહીતતા થીજી ગઇ છે. કુદરતીપણું ખોવાયું છે. હા, ચહેરા પર સ્મિત છે પણ નકલી...પ્લાસ્ટીક સ્મિત. જેમાં હદયની ઊર્મિ નથી. એક સરખી સાઇઝમાં લંબાતા હોઠ અને ફોટામાં શોભે એમ દેખાતી દંતપંક્તિ એ કાયમી પેટર્ન તરીકે વિકસાવી લેવાય છે. હવે તો હગ આપીને અભિવાદન કરવાનો રિવાજ વધ્યો છે. ભારતમાં અત્યાર સુધી એનું ચલણ ઓછું હતું. પરંતુ આ પણ એક આયાતી રીતભાત સારું ફીલ આપે છે. એમાં જો સાચી હુંફ હોય તો શરીરના કણ-કણમાં વ્યાપે છે. પરંતુ એવા લોકો પણ જોવા મળે છે જે એકબીજાને ૧-૨ સેંકડ્સ માટે ભેટે ત્યારે પણ મનોજગતની અનેક નકારાત્મક ઊથલપાથલો એમનામાં વર્તાઇ જાય છે.

જ્યારે પણ માણસોના મેળાવળા વાળી જગ્યામાં જવાનું થાય ત્યારે આ બધું મનમાં નોંધાતું રહે છે. હમણાં હમણાં એવી ઘણી બાબતો નજરે આવી જે દુઃખ લગાડે. એકબીજાને ખૂબ પ્રેમથી હસીને મળવા વાળા લોકો બીજી જ મીનીટે ત્યાંથી છૂટા પડીને જેતે વ્યક્તિની ટીકા કરતાં જોવા મળ્યા, એમના વર્તનથી આશ્ચર્ય સાથે દુઃખ અનુભવાયું. એક સખી સાથે વાતમાં ચર્ચાયું કે આવું ઠેર-ઠેર જોવાય છે. કોણ પોતાનું હિતેચ્છુ અને કોણ દુશ્મનએ જાણવું અઘરુ થઇ ગયું છે.

પ્રેમ, ગુસ્સો, ગમો-અણગમો, વ્હાલ, ખીજ આવા બધા ઘણા ભાવો હવે સ્પષ્ટ રીતે કયાંક વ્યક્ત કરાતા નથી. ચહેરા પર સ્મિત છે પણ નકલી પ્લાસ્ટીક સ્મિત જેમાં હદયની ઊર્મિ નથી

પોતે ખુલ્લા પડ્યા વિના પોતાનો હેતુ પાર પાડનાર માણસોને અનેક નુસખા અજમાવતા જોયા છે. વિચારતા અને સમજતા એવું લાગ્યું કે આ તમામ ઘટનાઓમાં ઈર્ષ્યા મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. ઘર-પરિવારથી શરૂ કરીને વિશ્વના દેશોની લડાઇ અને સંઘર્ષમાં આ ઈર્ષ્યા કારણભૂત હોય છે. જ્યારે આ ઈર્ષ્યા તત્વને કેન્દ્રમાં રાખીને વિચાર્યું તો લાગ્યું કે દુનિયામાં આ ઈર્ષ્યા તત્વ એ તરખાટ મચાવ્યો છે. ઘણી ન બનવા જોગ ઘટનાઓ ઘટવા પાછળ ઈર્ષ્યાની આંધી કારણભૂત છે. દિન પ્રતિદિન આ ઈર્ષ્યાનો રોગ વકરી રહ્યો છે. કેમ આવું થાય છે એવું ક્યારેક વિચારવું જોઇએ. ઈર્ષ્યા, અસંતોષમાંથી જન્મ લે છે. અત્યંત સુખ-સાહેબી-વૈભવ અને પ્રતિષ્ઠામાં જીવતો માણસને પણ આજ રોગ છે અને ભીખ માંગતા ભિખારી પણ આજ રોગનો ભોગ બનેલો જોવા મળે છે. દરેકને પોતાના સ્તર પર પોતાની આસપાસ જીવતા, પોતાની સમકક્ષ માણસો સાથે સરખામણી છે. માણસ માટે ચંદ્રપર યાન ઊતારવું સરળ છે પણ બીજાનું કંઇ સારું થતું જોવું સરળ નથી.

કોઇનું ઘર સારું છે...કોઇની આવક સારી છે...ચામડીનો રંગ સારો છે...દેખાવ સારો છે...બાળકો સારા છે...ગાડી મોટી છે...સંબંધો સારા છે...પ્રવાસો કરે છે...સ્વાસ્થ સારું છે...પ્રતિષ્ઠા સારી છે...આવી કેટલીય બાહ્ય બાબતો છે જેની સરખામણી ઈર્ષ્યામાં પલટાય છે. આ ઈર્ષ્યા એવી આગ છે જેમાં જે ઈર્ષ્યા કરે છે એ પોતે જ સતત બળે છે. સાથે-સાથે જેની ઈર્ષ્યા કરે છે એને ગુમાવી દેવાની શક્યતા વધી જાય છે.

આમ જોઈએ તો કોઈપણ ભૌતિક કે સામાજીક ઉપલબ્ધિ પ્રારબ્ધ આધારિત છે. સારા કુળમાં જન્મ, સંસ્કારી માતા-પિતા પરિવાર-બાળકો, સારો દેખાવ આ તમામ બાબત જન્મજાત છે. આમાં કોઇનું કંઇજ ચાલતું નથી. આપણે વાતમાં આધ્યાત્મિકતા ઉમેરીએ તો કહી શકાય કે એ સંચિત કર્મો આધારિત છે. બૌધ્ધિક સંપતિ પણ કુદરતની જ દેન છે. આ તમામ બાબતો જીવનની પાયાની બાબતો છે જેમાં હોંશિયારી કે ચાલાકી થકી કંઇ જ વધુ કે ઓછું થઇ શકતું નથી. આથી કોઇ વ્યક્તિ પર દોષારોપણ કરવું યોગ્ય નથી. આટલા મોટા વિશ્વમાં અનેક માનવ વસે છે. તમામ એકબીજા થી ભિન્ન છે. દરેકને પોતાના સુખ છે અને દુઃખ પણ છે. એકબીજા સાથે કોઇની સરખામણી શક્ય જ નથી. બધું જ કુદરત આધીન છે.

જીવનમાં બાહ્ય ઉપલબ્ધિઓ કરતાં સદગુણની સંપતિ વધુ અગત્યની છે. સરખામણી કરવી જ હોય તો એની કરવી વધુ સારી...હરિફાઇ કરવી હોય તો આ મોરચે કરવામાં ફાયદો જ ફાયદો છે માણસ જ્યારે બાળ સ્વરૂપે જન્મ લે છે ત્યારે એ નિર્મલતાનો ખજાનો લઇને જન્મે છે. વાતાવરણ, ઉછેર અને અનુભવો એની આંતરિક સૃષ્ટિનો નકશો તૈયાર કરે છે. તંદુરસ્ત વાતાવરણ અને ઉછેર પામેલું બાળક મોટે ભાગે માનસિક રીતે તંદુરસ્ત હોય છે. આમ જુઓ તો અત્યાર ના સમયમાં ઈર્ષ્યા એને ગળથૂથી માંજ પીવડાવાય છે. જીવનનો આખો સમય એ ઈર્ષ્યાની આગને ઠંડી કરવાના વલખામાં વધુને વધુ એ આગમાં લપેટાતો જાય છે. કહેવાય છે ને કે બીજાના દુઃખમાં સહભાગી થવું સહેલું છે પણ બીજાના સુખને પચાવવું અઘરું છે.

ઈર્ષ્યા એવો ભાવ છે જેના કારણે મોટા ગુનાઓ થાય છે. હત્યાઓ થાય છે...યુધ્ધ ફાટી નીકળે છે. આવા વિનાશકારી ભાવ પર વિજય મેળવી શકીએ તો કદાચ આ માનવજીવન પામ્યાની ઉત્તમ ફલશ્રુતિ હશે. હા, એમ વિજય મળવો સરળ નથી. પરંતુ એ દિશામાં પ્રયત્ન કરતાં-કરતાં જે આંતર શુધ્ધીની પ્રક્રિયામાંથી પ્રસાર થવાનું થાય એજ સાચી જીવન યાત્રા છે. આ યાત્રા આવતા અંકે આગળ વધારીશું. ઈર્ષ્યાના અસલી ચહેરાને ઓળખવાનો પ્રયત્ન કરીશું.

(વધુ આવતા અંકે)

કોઇનું ઘર સારું છે...કોઇની આવક સારી છે...ચામડીનો રંગ સારો છે...દેખાવ સારો છે...બાળકો સારા છે...ગાડી મોટી છે...સંબંધો સારા છે...પ્રવાસો કરે છે...સ્વાસ્થ સારું છે...પ્રતિષ્ઠા સારી છે...આવી કેટલીય બાહ્ય બાબતો છે જેની સરખામણી ઈર્ષ્યામાં પલટાય છે. આ ઈર્ષ્યા એવી આગ છે જેમાં જે ઈર્ષ્યા કરે છે એ પોતે જ સતત બળે છે. સાથે-સાથે જેની ઈર્ષ્યા કરે છે એને ગુમાવી દેવાની શક્યતા વધી જાય છે.

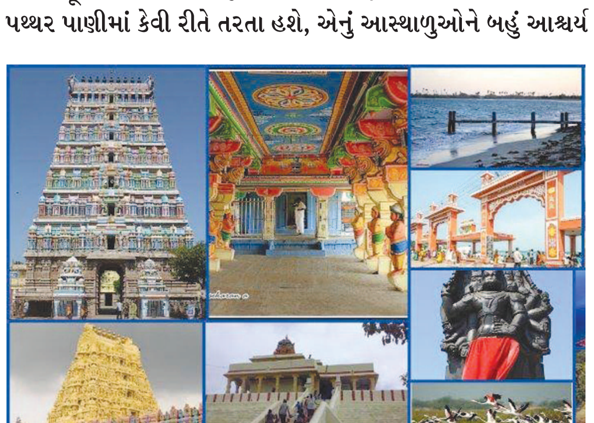
રામેશ્વરમ પ્રવાસની ખાટીમીઠી વાતો

ભાગ-૪

મનના ઉમંગો

રણછોડ પરમાર

રામઝરુખાના દર્શન કર્યા પછી અમે નીચે સપાટ મેદાન પર આવી ગયા. એ ક રસ્તા ઉપર નટરાજન અને હનુમાનજીના મંદિરના દર્શન કર્યા. બે મંદિર સામસામા છે. નટરાજનની મૂર્તિ અદભુત છે. બધા એના દર્શન કરી ખુશ થઈ ગયા. સામેના મંદિરમાં ઊંચી ઊભેલા હનુમાનજીની સરસ મૂર્તિ છે. અહીં બેત્રણ તરતા પથ્થર જોવા મળ્યા. આવડા મોટા પથ્થર પાણીમાં કેવી રીતે તરતા હશે, એનું આસ્થાળુઓને બહું આશ્ચર્ય



થાય છે. એક માણસ ત્યાં ઊભો ઊભો લાકડી વડે પથ્થરને પાણીમાં ડૂબાડતો હતો અને તરત જ પથ્થર ઉપર આવી જતો હતો. જે લોકો વિજ્ઞાન જાણતા હોય અને ઘનતા અંગે માહિતગાર હોય એની કોઈ નવાઈ લાગવી જોઈએ નહીં. નલ અને નીલ વાનરસેનાના આર્કિટેક્ટ હશે. તેમને કયા પથ્થરો પાણીમાં તરી શકશે એની પાક્કી જાણકારી હશે. આવા પથ્થરો અલગ પાડીને તેને મોટા મોટા ઝાડના થડિયાં સાથે બાંધીને તેમણે દરિયા પર તરતો પુલ બનાવ્યો હશે. કદાચ રમાયણકાળ પહેલાં શ્રીલંકા ભર સાથે જોડાયેલું પણ હોય અને ભારતમાંથી શ્રીલંકા તરફ જવાનો રસ્તો કોઈ સુનામીમાં ડૂબી ગયો હશે. કેટલીક જગ્યાએ પથ્થરો બહાર દેખાતા હશે કેટલાક સ્થળે પાણી ભરાઈ ગયા હશે. હનુમાનજી કૂદતા કૂદતા બહાર દેખાતા પથ્થરો પર પગ મૂકીને લંકા ગયા હોય એવું પણ બને. જેમ આપણા ભારનો આ ધનુષકોટીનો ભાગ જેમ એક ભૂશિર છે તેમ શ્રીલંકા બાજુ આવી ભૂશિર છે કે નહીં તે શોધવું જોઈએ. હવે ઉપગ્રહોની મદદથી જેને આપણે રામસેતુ કહીએ છીએ તેની બધી જ માહિતી મેળવી શકાય તેમ છે. પણ જ્યાં ધર્મ અને શ્રધ્ધાની વાત આવે છે ત્યાં આપણે વિજ્ઞાનને બાજુ પર મૂકી દઈએ છીએ.

ત્યાંથી ગાડી ઉપડી અને વિભિષણના મંદિરે આવીને અટકી. વિભિષણ અહીં પ્રથમવાર રામને મળવા આવ્યા હતા. એ પછી અહીં જ વિભિષણનો રાજ્યાભિષેક થયેલો. પહેલાં જે મંદિર હતું એ તો સુનામીમાં નાશ પામ્યું હતું. અત્યારે નવા મંદિરમાં બધા દર્શન કરવા જાય છે. મંદિરની દિવાલો ઉપ્ર રામાયણના વિવિધ ચિત્રો બનાવેલાં છે. એને જોઈને જીવ છેક રામાયણકાળમાં ખોવાઈ જાય છે. અહીંથી એક રસ્તો ધમુષકોડી જાય છે. દરિયાની વચ્ચે જમીન ઘુસી જાય તો તેને ભૂશિર કહેવાય છે. ધમુષકોટી એક ભૂશિર છે. બે બાજુ દરિયા અને વચમાં રામના ધનુષ આકારની જમીનનો અણીદાર ભાગ છે. તેની ઉપર ભારત સરકારે એક લાંબો રસ્તો બનાવ્યો છે. છેક છેડે એક એવું પોઈંટ છે જ્યાં બંગાળનો ઉપસાગર અને હિંદ મહાસાગર એકઠા થાય છે. હિંદ મહાસાગર મોટા મોટા મોજાઓ સાથે ઘૂઘવતો જોવા મળે છે. જ્યારે બંગાળનો ઉપસાગર એકદમ શાંત છે. ગાડીમાં હતા ત્યારથી જોરદાર પવનનો સામનો કરવો પડ્યો. નીચે ઉતર્યા એવા પવનના ઝપાટામાં ફસાઈ ગયા. એકલો પવન હોય તો વાંધો નહીં પરંતુ સાથે જોશભેર રેતી વાગતી હતી. આંખ ઉઘાડવી પણ મુશ્કેલ હતી. અમારી ટીમના શ્રી ભરતભાઈ હિંમત કરીને બંગાળના ઉપસાગરવાળા ભાગમાં ઉતર્યા. મેં થોડીક હિંમત કરી નીચે ઉતરવા પ્રયત્ન કર્યો. પણ રેતીના માર સામે લાચાર બની ગયો. હું ત્યાંનો ત્યાં ઊભો રહી ગયો. ભરતભાઈ ઘણે આઘે સુધી ગયા હતા, પાણીમાં પગ પણ ઝબોળ્યા હતા. એક અનોખો આનંદ મેળવતા હું તેમને જોઈ રહ્યો. (શ્રી કાકાસાહેબ કાલેલકરે "દક્ષિણને છેડે" નામનો એક અવિસ્મરણીય નિબંધ લખ્યો છે. અહીંના બે સાગરોના મિલનનો પૂરેપૂરો આનંદ લેવો હોય તો આ નિબંધ વાંચ્યા પછી જ ધનુષકોટીની મુલાકાત લેવી જોઈએ.)

પાછાં વળતાં સુનામીમાં નાશ પામેલા ગામના, રેલવે સ્ટેશનના અને પોષ્ટ ઓફિસના ખંડેરો જોયાં. ગામના કોઈ મકાનનું નામોનિશાન રહ્યું નથી. ફક્ત રેલવે સ્ટેશનના મકાનની બે દિવાલો છે અને એની ઉપર પતરાં ગુમાવી બેઠેલી લોખંડની ગડરો છે. બીજું પોષ્ટ ઓફિસનું ખંડેર દેખાય છે. અહીં રહેલા માણસોમાંથી જેઓ બચી ગયા હશે એ હજુએ આ ખંડેરો જોઈ મણ મણના નિસાસા નાખતા હશે. (કાકાસાહેબે આ રેલવે સ્ટેશન અને આ ગામના લોકોનેય જોયા હશે.)

રામેશ્વરમની સાઈટસીઈંગનું છેલ્લું સ્થળ હતું ભારતના ભૂતપૂર્વ રાષ્ટ્રપતિશ્રી અબ્દુલ કલામનું નિવાસસ્થળ. સ્વ.શ્રી અબ્દુલ કલામ માટે ભારતની પ્રજામાં હજુ એવો ને એવો આદર સચવાઈ રહ્યો છે. તેમના નિવાસ સ્થાનની બાજુમાં એક મોટો વેચાણ સ્ટોર બનાવેલો છે. એમાં અનેકવિધ આયટમોનું વેચાણ થાય છે. અમારા પ્રવાસીબંધું ઘેરથી નીકળ્યા પછી ખરીદી કરવાની એકે તક મળી ન હતી. ચેન્નાઈમાં સમય મળ્યો હતો પણ વરસાદ નડ્યો. તિરુપતિમાં તો દર્શનની લાઈનમાં ઊભા રહેવામાં જ મોટા ભાગનો સમય ખર્ચાઈ ગયેલો. આજે ખરીદીનો પૂરો મોકો મળ્યો હતો. એટલે ભાઈઓ અને બહેનોએ બધાંએ પોતાને મનગમતી વસ્તુઓ ખરીદી.

આ સ્ટોરમાં દરેકને ખરીદવી ગમતી વસ્તુ મળતી હતી. ભાવ પણ એકદમ વાજબી હતા. બધાએ ભરપુર ખરીદી કરી. મેં પણ પેન-ચશ્મા મૂકવાનું પાઉચ લીધું. બાળકો માટે સિક્કાવાળી ચોકલેટ્સ લીધી. જેલી લીધી. ૫૦૦ અને ૨૦૦૦ની છાપવાળા પર્સ લીધા. હવે પેન વાપરવાની મહદ અંશે બંધ થઈ ગઈ છે નહીંતર પેનો બહુ સરસ મળતી હતી. એક પેન તો છસો રુપિયાની કિંમત દર્શાવતી હતી. જો કે આપણને પરવડે તેવી કિંમતવાળી પેનો પણ મળતી હતી.

પાર્વતીએ પણ ઘણી ખરીદી કરી એણે ગળામાં પહેરવાની ચેઈનો, છોકરીઓ માટે બુટ્ટીઓ,પોતાના માટે પર્સ વગેરે ખરીદ્યા. જે મુલાકાતી બહાર નીકળતો હતો તે હાથમાં ભરેલી થેલીઓ લઈને જ નીકળતો હતો. બધાં ખરીદીમાં એવા મશગુલ થઈ ગયેલા કે કોઈને આ સ્ટોરનો ફોટો લેવાનું સાંભર્યું નહીં.