સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

સલામી સવારની..

બોધ આપનારા ખૂદ પણ પાપે ચઢે છે,
નાદાન નેતા મેદની જોઈ માથે ચઢે છે,
કાપે છે ખૂદ પાક, ચરી જાય છે ચાડિયા -
હવે તો છાપા મારનારા ખૂદ છાપે ચઢે છે..
(વ્યાપક ભ્રષ્ટાચાર)

હાઈકુ

આવી ગયા છે,
ભારત મુલાકાતે -
વડાપ્રધાન
(પ્રવાસી વડા)

વાતો ના 'વડા'
આપે ક્ષણિક સુખ -
'શંખ ના શબ્દો..
('વિકાસ' નો ખનખનાટ)

ચિંતન

નિર્વિશેષો યદા રાજા સમં ભૃત્યેષુ તિષ્ઠતિ ।
તત્રોદ્યમ સમર્થાનું મુત્સાહઃ પરીહિયતે ॥

'રાજા જો સારા-નરસા બધા જ સેવકો પર એક સરખો જ ભાવ રાખતો હોય તો જે ખરેખર સાચા ઉદ્યમી અને શક્તિમાન છે તેમનો ઉત્સાહ મંદ પડી જાય છે.'

આજના વહીવટી તંત્રમાં સિનિયોરીટી અને અનામતોને કારણે લાયકાત હોય ન હોય બઢતી નિયમાનુસાર મળી જ જાય છે એમનું કામ-ઉત્સાહ શક્તિ જોવાતાં નથી.

રાજા જયારે બધોન એક લાકડીએ જ હાંકતો હોય ત્યારે સજ્જન-નિષ્ઠાવાન-કર્તવ્યનિષ્ઠ કર્મયોગીનો ઉત્સાહ મંદ પડી જાય છે. રાજાએ વ્યક્તિગત મૂલ્યાંકન કરી દરેકને શક્તિ અને તેની યોગ્યતા પ્રમાણે બઢતી - પુરસ્કાર-બહુમાન-સન્માન આપવાં જોઈએ. જેથી કર્મયોગીનો પોતાની ફરજ પ્રત્યે નિષ્ઠા અને ઉત્સાહ ટકી રહે.

સુવિચાર

- હે ભક્ત...!! તારી આંખો, હોઠો તથા કાન બંધ કરી દે...
  પછી જો તને પ્રભુનું રહસ્ય ન સરજાય તો મારા પર હસજે - **દાદા ભગવાન**
- જીવનમાં ફક્ત ત્રણ સાચા મિત્રો છે, વૃદ્ધ પત્ની, જૂનો મિત્ર અને વર્તમાન ધન - **બેન્જામીન ફ્રેંકલીન**
- ખુશિયાં મનાને પર ભી હૈ મજબૂર આદમી... આંસુ બહાને પર ભી હૈં મજબૂર આદમી,
  ઔર મુસ્કુરાને પર ભી હૈ મજબૂર આદમી... દુનિયા મેં આને પર ભી હૈ મજબૂર આદમી....
  દુનિયા સે જાને પર ભી હૈ મજબૂર આદમી... - **જોશ મલીહાબાદી**
- ગેરસમજોમાં ડૂબ્યા રહેવું એ ભૂલો કરવા કરતાં ખતરનાક છે - **બર્નાડ શો**
- અનુકૂળ સંજોગોમાં જીવતો માણસ સુખી છે..
  પણ સંજોગોને અનુકૂળ બનાવીને જીવતો માણસ એથી વધુ સુખી છે - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- બીજાના પાપો આપણી સમક્ષ હોય છે..
  પણ કરૂણતા એ છે કે આપણે આપણા પાપને પીઠ પાછળ રાખીએ છીએ - **ધર્મસૂત્ર**

(સંકલન : દીપક વી. આસરા)

બોધકથા

આજે તો સરકારના કમિશ્નરો પણ કરોડો અબજોની લાંચ લેતાં અને છાપામાં પકડાય છે સરકારની તિજોરી 'લૂંટવા' જ બેઠાં છે નિષ્ઠા અને દેશપ્રેમ સાવ સૂકાઈ ગયાં છે.

રાજા ચંદ્રગુપ્તના મુખ્ય મંત્રી (ચીફ સેક્રેટરી સલાહકાર) ચાણક્ય ઝૂંપડીમાં જ રહી - રાજય વહીવટ ચલાવતા હતા. તેની નીતિ-વહેવાર સંચાલનથી પ્રભાવિત થઈ એક વિદેશી શિષ્યમંડળ તેમની મૂલાકાતે આવ્યું.

ચાણક્ય રાજયના ખર્ચનો હિસાબ તપાસતા હતા ત્યારે જ આ પ્રતિનિધિ મંડળ આવ્યું. ચાણક્યે એક દીવો હોલવી - બીજો પ્રકટાવ્યો. વાતચીત પૂરી થઈ. મંડળ જવા માટે ઉભું થયું. તેના પ્રમુકે સંકોચ સાથે એક પ્રશ્ન પૂછ્યો.

'મહા અમાત્યજી! અમે આવ્યા ત્યારે આપે એક દીવો હોલવી બીજો પ્રગટાવ્યો તેના પાછળનું રહસ્ય સમજાયું નહીં - કૃપા કરીને...'

અમાત્ય ચાણક્ય વચ્ચે જ બોલ્યા, એ દીવાનું તેલ સરકારી તિજોરીનું હતું. આપણી મૂલાકાત મારી અંગત હતી તેથી એ દીવાનું તેલ વાપરી શકાય નહીં...

(આજ તો સરકારી ગાડી, પિતાશ્રીની મિલકત સમજી ફરે છે.)

ભારત માટે નવાં સત્તા સમીકરણોમાં સાવચેતી જરૂરી રાખવી

તંત્રીસ્થાનેથી....

નાતાલદાદા સાંતાક્લોસ ટોપલો ભરીને અવનવી ભેટો લઈ આવે એમ મોદીદાદા અમેરિકા પાસેથી ઢગલાબંધ શુભેચ્છાઓ અને ચીજવસ્તુઓ લઈ પાછા ફર્યા છે. આમ તો અમેરિકા ગણતરીબાજ વેપારી દેશ છે અને જે કંઈ પગલું ભરે છે તેમાં સૌથી પહેલાં પોતાનું હિત સાચવવાનું ધ્યાન રાખે છે, પરંતુ છેલ્લાં કેટલાંય વર્ષોથી એને ઈન્ડિયા પર વહાલ જાગ્યું છે તે સહેતુક હોવા છતાં બદલાઈ રહેલાં સત્તા સમીકરણોનું જ પરિણામ છે. ડૉ. મનમોહનસિંહના શાસનકાળ દરમિયાન જ આ સમીકરણોનો સંકેત મળવા માંડ્યો હતો. ઠંડા સ્વભાવના સરદારજી ઉંમરમાં ઘણા મોટા લાગતા હોઈ એમને મોદીની જેમ આંલિગન આપતાં ઓબામા અચકાતા હતા, પણ એમની પ્રશંસાનાં પુષ્પો વેરમાં કંજૂસાઈ નહોતા કરતા. 'ઈંડિયા' એ અમેરિકા માટે સૌથી આકર્ષક બજાર છે, જયાં પોતે આસાનીથી પોતાનાં લડાકૂ વિમાનો અને હેલિકોપ્ટર જેવા મોંઘાદાટ શસ્ત્ર સરંજામથી લઈ સિલિકોન વેલીના સોફ્ટવેરને જથ્થાબંધ ભાવે વેચી શકે એમ છે. વળી એ દેવાળિયો દેશ નથી, એની અમેરિકાને પ્રતીતિ થઈ ચૂકી છે. પાકિસ્તાન લિટરલી દેવાળિયો મુલક છે, છતાં એનો વ્યૂહાત્મક ખપ છે, કારણ કે અમેરિકા માટે અફઘાનિસ્તાન અને ઈરાનમાં કંઈ પણ કાર્યવાહી કરવાની એણે તાબડતોબ અનુકૂળતા કરી આપી છે. પરંતુ બીજી તરફ એ આતંકવાદનું બ્રીડિંગ સ્પોટ છે, અનેક વાર શિખામણ આપવા અને દબાણ કર્યા છતાં એણે અમેરિકાની સલાહ માની નથી. એણે એમેરિકા સાથે આ મુદ્દે નરી છેતરપીંડી જ કરી છે. વળી અમેરિકા પાસેથી મળતી અઢળક સહાયનો પણ પાડોશી દેશને પજવવામાં જ દુરુપયોગ કર્યો છે. એ કાશ્મીરનો રાગ અલાપતું રહે છે અને ભારત સાથે આતંકવાદીઓ મારફત પ્રોક્સી યુદ્ધ ચલાવ્યા કરે છે. અમેરિકાને એનું સાચું સ્વરુપ પરખાઈ ચૂક્યું છે. છેલ્લા ઘણા વખતથી પાકિસ્તાને ચીન સાથે દોસ્તી પાકી કરી લીધી છે, ભારત-અમેરિકાના સંબંધો મધરુ થયા પછી પાકિસ્તાન નવા મિત્રોની શોધમાં વ્યસ્ત છે. બે મોટા લોકશાહી રાષ્ટ્રો સામે પાકિસ્તાન-ચીન અને રશિયાની નવી ધરી આકાર લઈ રહી છે. ભારત માટે આ વધુ જોખમી પરિસ્થિતિ ગણાશે, કારણ કે અત્યાર સુધી જયારે પણ ભારત મુશ્કેલીમાં મુકાયું છે ત્યારે સૌથી વફાદાર મિત્ર તરીકે રશિયા તાબડતોબ આપણી વહારે દોડી આવ્યું છે. રશિયા-અમેરિકા વચ્ચે વર્ષોથી શીતયુદ્ધ ચાલતું રહ્યુ છે, યુનોની શિખર પરિષદમાં તો ઓબામાએ સિરિયાના પ્રમુખ અસદ સાથે રશિયાની દોસ્તીની સામે કડક આક્રોશ રજૂ કરીને યુરોપીય રાષ્ટ્રો અને અમેરિકાની આતંકવાદ વિરોધી નીતિના સ્પષ્ટ અણસાર આપી જ દીધા છે. રશિયાને દેખીતી રીતે જ સિરિયા મુદ્દે અલગ પાડી દેવાયું છે ત્યારે એ ચીન-પાકિસ્તાન સાતે સત્તાનાં નવાં સમીકરણ માંડે, એવી શક્યતા નકારી શકાતી નથી. આંતરરાષ્ટ્રીય સત્તા-સમીકરણો ઝડપથી બદલાી રહ્યા છે. એમાં ભારતની ભૂમિકા 'તટસ્થ' રાષ્ટ્રની હોવી જોઈતી હતી, તે હવે રહી શકે એમ નથી. પંડિત નહેરુના સમયથી બિનજોડાણવાદી રાષ્ટ્રોના સંગઠનમાં જોડાયેલું ભારત અમેરિકાના ગજવામાં ન સરી જાય, તેનું ધ્યાન રાખવાની જરુર છે. ફક્ત ઓબામાને આલિંગન આપી દેવાથી ભારત મહાસત્તા બની જવાનું નથી. ફ્રાંસ, ઈંગ્લેન્ડ, જર્મની અને જાપાન પછી અમેરિકાના સમર્થનથી ભારત યુનોની સુરક્ષા પરિષદનું સ્થાયી સભ્યપદ જરુર મેળવી શકશે, પરંતુ ભવિષ્યમાં લુચ્ચું ચીન હુમલો કરી બેસશે કે પાકિસ્તાનની તરફેણમાં ભારત સામે ડોળા કાઢશે ત્યારે અમેરિકા તો વાણિયાબુદ્ધિ વાપરીને તટસ્થ રહેવાનો જ અભિગમ અપનાવશે. ફક્ત અમેરિકાને રીઝવવાથી કામ સરી જશે નહીં. ભારતે ઈઝરાયલ, ઈરાન વગેરે દેશો સાથે પણ મીઠા સંબંધો કેળવી એક નવું મિત્રમંડળ તૈયાર કરવાની તાતી જરુર છે.

મહામાનવ શાંતિદૂત-મહાત્માને વિકસતો જોવાનું સદભાગ્ય જે પેઢીને સાંપડ્યું છે - તે ધન્ય છે, ધન્ય છે આ ગુજરાતની ધરા!

આંખો પવિત્ર રાખ સાચું તું બોલ,
ઈશ્વર દેખાશે તને પ્રેમળનો કોલ,
'સત્ય એ જ પરમેશ્વર બાપુનો બોધ,
તારામાં પરમેશ્વર છે કે નહીં' શોધ!

બીજી ઓક્ટોબર એટલે આપણા 'રાષ્ટ્રપિતા'... વિશ્વફલક પર ''મહાત્મા'' રૂપે છવાયેલા... સત્ય અને અહિંસાના પૂજારી... સફળ કર્મયોગી - ગાંધીજી - પૂ. ગાંધીબાપુ.... મહાત્મા ગાંધીનો જન્મદિવસ.

જયારે સમાજની અવદશા થાય છે. અધોગતિ તરફ સમાજ જાય છે ત્યારે ત્યારે કાળચક્રને ઉર્ધ્વગતિ આપવા કાળક્રમે કોઈને કોઈ મહાપુરુષ આવીને માનવીના સૂતેલા આત્માને જગાડે છે. વીસમી સદીના પ્રારંભે આવી જ જાગતિક જરૂરીયાત રૂપે મોહનદાસ કરમચંદ ગાંધીનું અવતરણ થયું. જેમને ગુલામીમાં સબડતા ભારતના અધોગતિ તરફ ગયેલા કાળચક્રને ઉર્ધ્વગતિ આપી... ગુલામ ભારતને ગાંધી રૂપે એક રાહબર મળ્યા.

લાગણીનો મેળો

રસિક વાળંદ

ઈ.સ. ૧૮૬૯માં ૨ ઓક્ટોબરે કરમચંદ ગાંધીની ચોથીવારની પત્ની પૂતળીબાઈની કૂખે જન્મ થયો. કરમચંદને ત્રણ સંતાનો હતા જેમાં મોહનદાસ સૌથી નાના. ૧૮૮૩માં રાજકોટની આલ્ફ્રેડ હાઈસ્કૂલમાંથી મેટ્રિક થયા. બાળવિવાહને કારણે અભ્યાસમાં વિક્ષેપ, પિતાજીની સેવા કરવાની તીવ્ર ઈચ્છા અને વિષયોમાં અટવાતું મન - આ બધાને મનમાં ગોઠવી સમજીને શાળાનો અભ્યાસ પૂર્ણ કર્યો. શામળદાસ કોલેજ ભાવનગરમાં થોડું ભણીને લંડન(૧૮૮૮) ગયા. ૧૮૯૧માં બેરિસ્ટરની ડીગ્રી મેળવી ભારત પરત ફર્યા. શાળાનો અભ્યાસ કરતા કરતા વાંચનનો શોખ હોવાથી 'હરિશ્ચન્દ્ર' નાટક વાંચ્યું. જેની અસર જીવનપર્યંત રહી. શ્રવણની પિતૃભક્તિનો પ્રસંગ, શાળામાં થતી કસરતનો ત્યાગ કરાવી પિતાની સેવા તરફ વાળે છે. સેવા અને સત્યવાદી એમ બંને ગુણોનું બીજ હૃદયમાં વવાયું જે આજીવન રહ્યું. સન ૧૮૮૩માં ગોકુલદાસ મકનજી નાં પુત્રી કસ્તુરબાઈ સાથે લગ્નગ્રંથીથી જોડાયા.

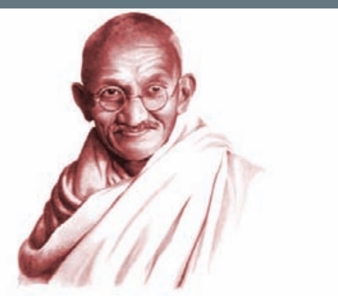
સેવા,સત્ય અને અહિંસાના ત્રિગુણધારી મોહનદાસ ગાંધી પોતાની અથાગ મહેનતથી આગળ વધતા હતા ત્યાં જ ૧૭મે વર્ષે પિતાનું મૃત્યુ થયું. મૃત્યુના બિછાને પડેલા પિતાની સેવા કરવાને બદલે પોતે પત્ની સાથે પ્રેમમાં મગ્ન હતા. તેવી નિખાલસ કબૂલાત ''સત્યના પ્રયોગો'' માં નોંધી છે. અજંપો અને મૂંઝવણ વચ્ચે મુંબઈમાં વકીલાત શરુ કરી પણ મજા ન આવી. મેમણ બંધુઓએ ગાંધીજીની તાકાત પારખીને દક્ષિણ આફ્રિકા કેસ લડવા આમંત્રણ આપ્યું.....ટ્રેનની મુસાફરીમાં થયેલો રંગભેદનો અનુભવ - ન્યાય માટે લડવું કે સ્વદેશ પાછા ચાલ્યા જવું આવા મનોમંથન સાથે અન્યાય સામે સત્ય અને અહિંસાના બળે પ્રતિકાર આદર્યો. આવું બળ આપનાર હતા મહાન કવિ અંગ્રેજ રસ્કીનના પુસ્તક અને THE KINGDOM OF GOD IS WITH IN YOU" આ પુસ્તકોના વિચારોએ ગાંધીને વિશ્વ પ્રસિદ્ધિ અપાવી.

૧૯૧૫માં ભારત આવ્યા. દેશવાસીઓની સ્થિતિ નિહાળવા સમગ્ર દેશનો પ્રવાસ કર્યો. બ્રિટીશ સરકારના અન્યાય અને શોષણથી દુઃખી થયા.તેમાંથી પ્રજાને મુક્ત કરવા અમદાવાદમાં સત્યાગ્રહ આશ્રમ સ્થાપ્યો. ૧૯૧૭માં બિહાર અને ૧૯૧૮માં અમદાવાદમાં મિલ મજુરોના પ્રશ્નો ઉકેલી સફળતા મેળવી. ૧૯૧૯માં ''નવજીવન'' સામાયિક અને ''યંગ ઈન્ડિયા'' અંગ્રેજી અર્ધસાપ્તાહિક શરુ કરી દેશભરમાં નવી ચેતના ફેલાવવાનો વિચાર કર્યો. ૧૯૨૦થી ૧૯૩૧ સુધી અંગ્રેજો સામે અસહકારની ચળવળ એક કરોડ સભ્યો સાથે કોંગેસની સ્થાપના, દાંડીકૂચ મીઠાનો સત્યાગ્રહ કરી વિરાટ બ્રિટીશ સલ્તનતના પાયા હચમચાવી નાંખ્યા. ૧૯૩૧માં ગોળમેજી પરિષદમાં કોંગ્રેસના પ્રતિનિધિ તરીકે ઈંગ્લેન્ડ ગયા. જવાની ઈચ્છા ન હતી પણ ઝવેરચંદ મેઘાણીએ દેશના લોકો વતી ''ઝેરનો કટોરો'' કાવ્ય લખી મોકલવા તૈયાર કર્યા. નિષ્ફળતા મળી છતાં ડગ્યા નહિ. ૧૯૪૪માં જેલવાસ દરમિયાન બે વિરાટ શક્તિપૂંજ હોલવાઈ ગયા. એક તેમના જીવનસંગીની કસ્તુરબા અને શ્રીકૃષ્ણ જેવા મહાદેવભાઈ દેસાઈ.

સત્ય અને અહિંસાની મુલાયમ રેશમી દોરી પર ચાલનાર મક્કમ મનના ગાંધીજીના અથાગ પ્રયત્નોથી ૧૫ ઓગસ્ટ ૧૯૪૭ના રોજ ભારતને આઝાદી મળી. આઝાદી મળતાં જ ભાગલાવાદી તત્વોએ કોમી તોફાન શરુ કર્યા. ગાંધી કોમી આગ ઠારવા પહોચી ગયા. ઉપવાસ

અનુસંધાન પાના નં. ૭ પર

ગાંધીજયંતીની ઉજવણી



આવતીકાલે ગાંધીજયંતી છે. આવતીકાલના અખબારો ગાંધીવિષયક લખાણોથી ભરાઈ જવાના. અમારા જેવા નવાસવા કવિઓ બાપુ વિશે આદર-સન્માનથી ભરપુર કવિતાઓ લખી કાઢશે. તારક મહેતાના ઊંધા ચશ્માની જેવો ગાંધી બાપુના અવળા ચશ્મા જેવો કોઈ હાસ્યલેખ લખે તો પણ નવાઈ ના પામતા. હું પોતે અત્યારે હાથમાં કલમ પકડીને ગાંધીજી અંગે લખવાનો વિચાર કરું છું ત્યારે મને પહેલો જ વિચાર એવો આવે છે કે શું હું આવા મહાત્મા બાબતે બે-પાંચ શબ્દો લખવા જેટલો લાયક છું ખરો? ખરબચડી ખાદી ગમતી થી, નકરી સેવા સદતી નથી, શુદ્ધ પ્રમભાવના હૃદયમાં પ્રગટતી નથી. ત્યારે પાનાનો લેખ કુનેહપૂર્વક ઘસડી મારવો શું યોગ્ય કહેવાય? એટલે હું જાતે ગાંધીબાપુ વિષે લખવાને બદલે એમના માટે લખાયેલા ત્રણ કાવ્યો બેઠેબેઠા રજૂ કરું છું, જે આપ સૌને ગમશે, દુલા 'કાગ' આવું એક સરસ કાવ્ય લખેલું, સૌ પહેલાં એ વાંચો.

મનના ઉમંગો

રણછોડ પરમાર

સો સો વાતુંનો જાણનારો,
મોભીડો મારો ઝાઝી વાતુંનો ઝીલનારો,
ગાંધીડો મારો ઝાઝી વાતુંનો ઝીલનારો.
ડગલે ડગલે હાલ્યા કરે છે, ઊંચાણમાં ન ઊભનારો
એ... ઢાળ દોડીને સૌ ધ્રોડવા માંડે.
(ઈ તો) ઢાળમાં નવ ધ્રોડનારો. - મોભીડો...
ભાંગ્યા હોય હોય એનો ભેરુ થનારો, મેલાંઘેલાને માનનારો
એ... ઉપર ઉજળા ને મનમાં મેલાં એવાં
ધોળાંને નહિ ધીરનારો. - મોભીડો...
ઝીણી ઝૂંપડીએ ઝીણી આંખડીએ, ઝીણી નજરથી જોનારો
એ... પોતે ચણેલામાં પોલ ભાડે તો તો,
પાયામાંથી જ પાડનારો - મોભીડો...
કાળ જેવાને મહાકાળ લાગે છે, આભને બાથ ભીડનારો.
સૂરજ આંટા ફરે એવડો ડુંગરો,
(ઈ) ડુંગરાને ડોલાવનારો. - મોભીડો...

ગુજરાત રાજયની સ્થાપના વેળાએ ઉમાશંકર ભાઈએ ગાંધીને યાદ કરીને ગુજરાતને એટલે કે આપણને જે પ્રશ્ન કર્યા છે તે બાબતે કોઈને આત્મનંથન કરવું જોઈએ.

ગાંધીને પગલે પગલે તું ચાલીશ ને ગુજરાત ?

કૃષ્ણચરણથી અંકિત ધરણી તણી બની આ કાયા,
પવિત્ર જરથુષ્ટ્રી આતશ બહેરામ અહીં લહેરાયા.
અશોકધર્મલિપિથી ઉર પાવન;
જિનવર-શિષ્યોની મનભાવન.
સત્ય-અહિંસાની આંખે તું ભાળીશ ને ગુજરાત?
ગાંધીને પગલે પગલે તું ચાલીશ ને ગુજરાત?
નરસિંહ-મીરાંની ગળથૂથી, ઘડી શૂર સરદારે,
મૃદુલ હૃદય તું,તો યે નિર્ભય સિંહડણક ઉદગારે.
મસ્જિદ મંદિર વાવ તોરણે
લચે રમ્યતા તવ-વને-રણે
બિરુદ 'વિવેકબૃહસ્પતિ'નું જે, પાળીશ ને ગુજરાત?
ગાંધીને પગલે પગલે તું ચાલીશ ને ગુજરાત?

ઉમાશંકર-સુંદરમ્-સ્નેહરશ્મિ-શેષ જેવા પૂરેપૂરા ગાંધીરંગે રંગાયેલા કવિઓ તો ગાંધીજીના ગાન ગાયા વગર રહી ના શખે તે સમજાય છે. પરંતુ આજના આધુનિક કવિઓનેય ગાંધીબાપુ વારંવાર આકર્ષે છે. સંદર્ભો બદલાય છે પણ ભાવના યથાવત્ રહે છે. શ્રી ચંદ્રકાન્ત શેઠે આવું જ એક આધુનિક કાવ્ય રચ્યું છે, તે માણો.

ચાલો બાપુ ! આપણે જઈએ...

આમ તો મને ખબર જ ન પડત એ આદમીની!
એ તો અહીં આવ્યો હતો
સ્વસ્થ અને સુદઢ પગલે,
જરાયે પદરવ ન થાય એ રીતે,
એણે જગા લીધી છેક છેવાડાની
કોઈનેય ખલેલ ન પહોંચે એ ખ્યાલે,
કોઈનું ય સ્વમાન નંદવાય નહીં એ રીતે.
એણે હળવેકથી ઊઠી.
આસપાસમાં સડતો કૂડો-કચરો ઉપાડી,
બધું સાફસૂફ કરી,
ઉકરડામાં ઊગાડી દીધાં ગુલાબ!
એણે જ ચાહીને પેલી આંધળી ડોસીને
પાર કરાવ્યો રસ્તો
પોતાની લાકડીના ટેકે ટેકે.
અંધારામાં કોઈ આથડે નહીં એ માટે જ,
દીવો થઈને એ ખડો રહ્યો
આખીયે રાત
આંધળી ગલીના નાકે.
કબીરની વણકરીથી
આખાયે ભારતની એબ ઢાંકવા
એણે જ ચરખાના ચક્રે ઘૂમવા માંડ્યુ
આ ઘેર, પેલે ઘેર,
આ ગામ, પેલે ગામ.
એણે જ વળી વળીને ભીનાશથી ધૂંધળા થતા
ચશ્માંના કાચ લૂંછતા લૂંછતા
સૌને ચીંધ્યા કર્યો
ક્ષિતિજનો પેલે પારનો
ઊગવા કરતો સૂરજ.
દાંડીથી નોઆખલી સુધી
પોતાના વત્સલ પડછાયાને વિસ્તારનાર
આ આદમી ખરેખર કોણ ?
-એ મનોમથ હું વિમાસતો હતો ત્યારે જ
એક ખીલતા ફૂલ જેવા બાળકે
એ આદમીની લાકડીને છેડો પકડી લઈને કહ્યું :
'ચાલો બાપુ આપણે જઈએ,
પેલા સૂરજદાદા કને !'

વૃદ્ધાવસ્થાએ વ્યાધિઓ

આજના ટૉપિક આજના દિવસે બંધબેસતો છે. કારણ આજે 'આંતરરાષ્ટ્રીય વૃદ્ધ દિવસ' છે. (ઈન્ટરનેશનલ કે ફોર ઓલ્ડર પર્સન્સ) યુનાઈટેડ નેશન્સ દ્વારા ડિસેમ્બર ૧૯૯૦માં આ દિવસ ઉજવવાની જાહેરાત કરાઈ ત્યારથી પહેલી ઑક્ટોબર આંતરરાષ્ટ્રીય વૃદ્ધ દિવસ તરીકે વિશ્વભરમાં ઉજવાય છે.

વૃદ્ધાવસ્થા બહુ અલગ અવસ્થા છે. શરીર અને મન થાકી જાય, રોગો થાય. ડીપેન્ડન્ટ રહેવું પડે. આદિ આદિ... વળી, ઘરના લોકો દ્વારા પણ વર્તન બદલાતા જાય. વૃદ્ધોની સંભાલ ન લેવાતી હોય, તેમની સાથે બેસીને કોઈ શાંતિથી વાતો ન કરતું હોય. વૃદ્ધોએ બસ માળા કરવાની અને પૂજાપાઠ કરવાના, એટલું જ...

હું ભૂલતો ન હોઉ તો આજનો દિવસ અમેરિકા-કેનેડામાં ગ્રાન્ડ પેરેન્ટ્સ ડે તરીકે ઉજવાય છે. ત્યાંનું કલ્ચર જુદું છે, એટલે બહુ કમ્પેરીઝન ન થાય પણ એટલું ખરું કે ત્યાંના દાદા-દાદી અહિંના દાદા-દાદી જેટલા ડીપેન્ટન્ટ નથી.

આપણે અહીંની વાત કરીએ તો વૃદ્ધાવસ્થાની સાથે આવતા જાય છે અમુક વર્ણનોતર્યા વ્યાધિઓ. જેમ કે યાદશક્તિ ઘટતી જવી, સાંધાઓનો દુખાવો, કંપવાત, દેખાવામાં - સાંભળવામાં ઘટાડો, હૃદયની બિમારીઓ, બ્લડપ્રેશર આદિ.... અહિં લખાયેલ લગભગ દરેક - બિમારીઓની દવા અવેલેબલ છે. આયુર્વેદ-એલોપથી - હોમીયોપથી આદિ દરેક શાખાઓમાં ઈલાજ છે જ, પણ ઉપર વર્ણવેલ વ્યાધિઓથી પણ વધુ તકલીફ કારક વ્યાધિ છે. મનની વ્યાધિ.

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા

ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

મોટે ભાગે એવું બનતું હોય છે કે આપણે દાદા-દાદીની વાતો 'જૂના જમાના'ની કહીને હસી કાઢતા હોઈએ છીએ. તેમની સિરીયસ સલાહ સૂચનો સાંભળવાની કાં તો આપણે દરકાર નથી કરતા કાં તો સાંભળવાનું પૂરતું સાંભળી લઈએ છીએ. ઘરના દરેક સભ્યો પોતપોતાના કામમાં એટલા બધા મશગૂલ અને બિઝી હોય છે કે ઘરના ઘરડાઓ સાથે શાંતિથી બેસીને વાત કરવાનો સમય નથી કાઢી શકતા. આ બધી વાતો લાંબા ગાળે ખૂબ ખરાબ અસર કરી શકે. કારણ કે મન અને શરીર એક સિક્કાની બે બાજુઓ છે. વૃદ્ધોને એકલું-એકલું લાગ્યા કરે, તેઓ સલાહ આપતા કે વાત કરતા પણ કોચવાય,એક શો પીસ જેવી લાઈફ થઈ જાય... બસ આવી જ બધી બાબતો રોગોને નોતરે છે. કારણ કે મનનો પડઘો શરીર પર પડે જ છે. કામના ટેન્શનમાં તમને ભૂખ ન લાગી હોય તેવું કેટલીયે વખત બન્યું હશે. ટેન્શન તો મનમાં છે, તો ભૂખ કેમ ન લાગે? કારણ કે મન અને શરીરને સીધો સંબંધ છે.

તો આજના દિવસે દવાઓની વાતને બદલે આચારવિચાર ને ઉન્નત બનાવવાની વાત કરીએ. ઘરડાઓ પ્રત્યનું વર્તન બદલીએ. તેઓને થોડી પ્રાયોરીટી આપીએ. તેઓને ઘરની બાબતો-પ્રવૃત્તિઓમાં ઈન્વૉલ્વ કરીએ કારણ કે તેઓ આપણી એસેટ છે, લાયેબિલીટી નથી. ઘરડાઓ જ નહિ, કોઈ પણ વ્યક્તિ જો આનંદમાં હશે તો સ્વસ્થ જ રહેશે. હા, નાના-મોટા મતભેદો તો રહેવાના, જનરેશન ગેપને કારણે થોડી તકલીફો પણ થાય. પણ એ બધી બાબતો સહેજ પણ સોલ્વ કરી શકાય તેવી છે. આયુર્વેદ મુજબ વૃદ્ધાવસ્થામાં શરીરમાં વાયુનો પ્રકોપ વધુ રહે છે આથી નિર્ણયશક્તિનો અભાવ, વિવરીંગ માઈન્ડ, યાદશક્તિનો અભાવ, થોડી-ઘણી નાદુરસ્તી આદિ બાબતો સર્વસામાન્ય છે. આપણે ઘરડાં થઈશું ત્યારે આપણને પણ વત્તેઓછે અંશે આ બધું થવાનું જ. આ બધી બાબતોની અસરો ઓછી કરી શકાય જો પ્રવૃત્તિમય રહેવામાં આવે તો. એક ખૂણામાં બેસી રહીને કાંઈ જ ન કરવું કે પછી પોતાના રુમમાં જ પડ્યા રહેવું વિગેરે વિગેરે ઘટનાઓ તો જુવાનોને પણ માંદા પાડે, તો પછી ઘરડાઓની તો વાત જ કયાં કરવી...

આવી જ અનેક સંકુચિતતાઓને કારણે જ યુનાઈટેડ નેશન્સ દ્વારા આજે 'વિશ્વ વૃદ્ધ દિવસ' ઉજવાય છે. થોડી માનસિકતા બદલવાથી બધાના મન ખુશ રહી શકે તેમ છે... વિચારજો... - drkedarju@gmail.com

પ્રેમમાં યોગ્ય કમ્યુનિકેશન અને અન્ડરસ્ટેન્ડિંગ અનિવાર્ય

રિલેશનશીપ વિશે એક ખુબ સરસ અને જાણીતું સુવાક્ય છે: ''સંબંધની સફળતા માટે સ્ત્રીને માત્ર ચાહો જ નહીં, એને સમજવાની જરુર છે. જ્યારે પુરુષને માત્ર ચાહો. એને સમજવાની જરુર નથી.''

પ્રેમસંબંધ હોય કે લગ્નસંબંધ, સકસેસ રિલેશનશીપ માટે થોડામાં ઘણું બધું કહેવાયું છે. જો કે હકીકત એ પણ છે કે સંબંધમાં સમજણનો સેતુ પણ જરુરી છે. સ્ત્રીને સમજવાની અને પુરુષને પ્રેમ-સ્નેહ આપવાની વાત સંબંધની સફળતાનો આધાર છે. કમ્યુનિકેશન અને અન્ડરસ્ટેન્ડિંગ દરેક રિલેશનશીપની માસ્ટર કી છે.

માત્ર પ્રેમમાં જ નહીં, દરેક રિલેશનશીપમાં યોગ્ય કમ્યુનિકેશન અને અન્ડરસ્ટેન્ડિંગ અનિવાર્ય છે. કમ્યુનિકેશન યોગ્ય અને સમયસરનું હોય તેનું જ મહત્વ છે. અવસર વીતી જાય પછી તમને કોઈ અવસરમાં હાજરી આપવાનું આમંત્રણ મળે ત્યારે એનું કોઈ જ મહત્વ રહેતું નથી. સંબંધમાં પણ કયા સમયે પ્રત્યાયન થવું જરુરી છે, એ સમય પણ પારખતા આવડે એ જરુરી છે. પ્રેમમાં પ્રત્યાયન જરુરી છે. માત્ર પ્રત્યાયન જ નહીં, સમયસરનું પ્રત્યાયન જરુરી છે. શિયાળામાં સમર હેટ અને ઉનાળામાં રેઈનકોટ-છત્રી કે ચોમાસામાં તમે તમારા પ્રિયજનને સ્વેટર યા શાલની ભેટ આપો, એના કરતા કોઈ જ ભેટ ન આપો એ જ વધુ બહેતર છે. સમય અને પ્રત્યાયન બેઉનું સંબંધના ટકાઉપણામાં મહત્વ છે. આ સાથે કાળજી અને સારસંભાળ પણ લગોલગ મહત્વનાં છે.

ગુલમોર

દિનેશ દેસાઈ

હિન્દી શાયરે લખ્યું છે ને કે ''મુલાકાતેં જરુરી હૈ, રિસ્તે બચાને કે લિયે, લગાકર ભુલ જાને સે તો પૌધા ભી સૂખ જાતા હૈ.'' સંબંધમાં પ્રત્યાયન જ ન હોય કે વાતચીતનો સેતુ પણ ન રચાય ત્યારે પેલા છોડ જેવી દશા થતી હોય છે. જે છોડ વાવવામાં આવે છે ખરો, પરંતુ એને નિયમિત, સમયસર જળસિંચન કરવામાં ન આવે.

રિલેશનશીપમાં યોગ્ય કમ્યુનિકેશન અને અન્ડરસ્ટેન્ડિંગ અનિવાર્ય છે, કમ્યુનિકેશન યોગ્ય અને સમયસરનું હોય તેનું જ મહત્વ છે, સંબંધમાં કયા સમયે પ્રત્યાયન થવું જરૂરી છે, એ સમય પણ પારખતા આવડે એ જરૂરી છે

પ્રિયજન એમ કહે કે ''હું તને ચાહું છું'', પરંતુ એમ કહેવા કરતા એવું પોતાના વાણી, વર્તન અને વ્યવહારથી પુરવાર કરવું અગત્યનું છે. મોટા ભાગના કિસ્સામાં સંબંધ તુટે છે, ત્યારે અવાજ નથી આવતો, પરંતુ સંબંધ તુટવાના પડઘા જિંદગીભર કાનમાં ગુંજ્યા કરતા હોય છે. સંબંધ એટલે કાચનું વાસણ. એનું જતન ખુબ જ કાળજીથી કરવું પડે. કાચનો ગ્લાસ તુટે તો અવાજ આવે, પરંતુ સંબંધ નામનો કાચ તુટે ત્યારે એનો અવાજ તરતને તરત આવતો નથી કે તરતને તરત અવાજ સંભળાતો પણ નથી અને જ્યારે સંભળાય છે, ત્યારે બહુ મોડું થઈ ગયું હોય છે.

પ્રેમમાં એક વ્યક્તિનો વ્યવહાર એવો ન હોય કે જેથી બીજી વ્યક્તિને ઉતારી પાડ્યા હોવાની લાગણી અનુભવાય. પ્રેમ એટલે સમાદર. સમાન આદર આપવાનું નામ પણ પ્રેમ છે. પ્રેમમાં મજાક-મસ્તીનું સ્થાન એટલી નિમ્ન કક્ષાએ ન પહોંચી જાય કે સામી વ્યક્તિને અપમાનિત થયા હોવાની અનુભૂતિ થાય. દાખલા તરીકે સંબંધમાં એક વ્યક્તિ બીજી વ્યક્તિનું

અનુસંધાન પાના નં. ૭ પર