મહા મંદીના ઓછાયા - પડછાયા

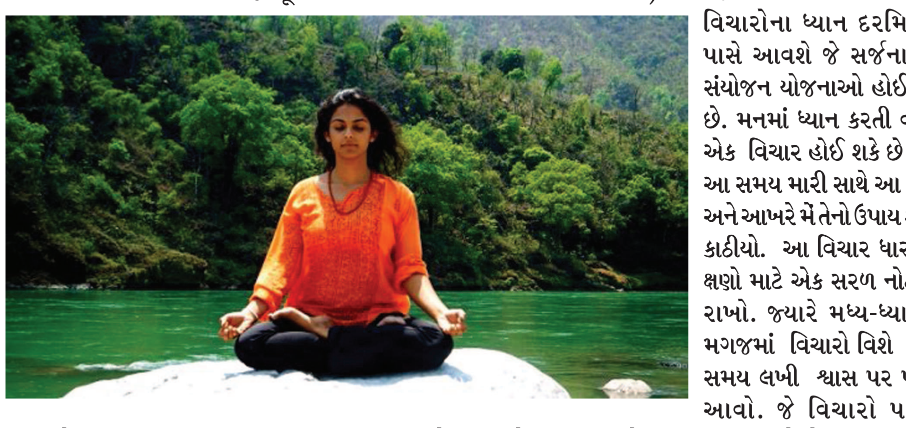
તંત્રીસ્થાનેથી...

એ સાચું કે દુનિયા આખી મંદીના મહાદૌરમાંથી પસાર થઈ રહી છે અને એનું એક કારણ અમેરિકા તથા ચીન વચ્ચેની 'ટ્રેડ વોર' માં પણ છુપાયેલું છે. બે મોટી આર્થિક સત્તાઓ એક-મેક સાથે ટકરાય ત્યારે પેલી ગામઠી કહેવત સાચી પડતી લાગે : 'પાડા પાડા લડે એમાં ઝાડોનો ખો નીકળી જાય...' ભારત વિકાસવૃદ્ધિની રૂએ દુનિયામાં સૌથી ઝડપી વિકસી રહેલી 'ઈકોનોમી' - અર્થવ્યવસ્થા હોવાનું હમણાં જ પીડીપીયુના દીક્ષાંત સમારોહમાં પધારેલા દેશના ગૃહમંત્રી અને દેશના સર્વોચ્ચ ઉદ્યોગપતિએ ભારપૂર્વક, ગાઈ વગાડીને કહ્યું, પરંતુ કોઈ જૂઠી વાત ભારપૂર્વક રજૂ કરી દેવાથી સાચી થઈ જાય એવું દરવખતે નથી બનતું. ચૂંટણી પ્રચારમાં આવા જુઠાણાં ચાલી જાય - કૂતરાનું બકરું થઈ જાય, પરંતુ વાસ્તવ જીવનમાં તો સામે દેખાય તે જ સત્ય રહે છે. પૂર્વ વડાપ્રધાન ડૉ. મનમોહનસિંહ વડાપ્રધાન તરીકે નબળા પુરવાર થયા તે કબૂલ, પરંતુ અર્થશાસ્ત્રી તરીકે એમને અવગણી શકાય એમ નથી. તેથી તેઓ જયારે દેશની અર્થવ્યવસ્થા ખાડે જતી રહી હોવાનો આક્ષેપ કરતા લાગે ત્યારે એ સોનિયા-રાહુલના આદેશથી નહીં પણ એમના અંતરાત્માના અવાજને અનુસરી દેશહિતમાં કહે છે એમ માનવું જોઈએ. જયારે છેલ્લે સુધારેલાં ધોરણો મુજબનો વિકાસ દર પણ તળિયે જઈ બેઠો છે ત્યારે નિર્મલા સીતારમણે મનમોહનની ચરણરજ માથે ચડાવીને ચરમરાઈ ગયેલી અર્થવ્યવસ્થા સરખી કરવી એમનું માર્ગદર્શન મેળવવું જોઈએ. ખુદ પૂર્વ વડાપ્રધાન અટલબિહારી વાજપેયીએ એમની સરકાર રચતી વેળાએ પૂર્વ નાણામંત્રી ડૉ. મનમોહનસિંહને પોતાની સરકારમાં એ જ પદ પર ચાલુ રહેવા વિનંતી કરેલી. ડૉ. મનમોહનસિંહને અમેરિકાના પૂર્વ રાષ્ટ્રપ્રમુખ બરાક ઓબામા પોતાના 'ગુરુ' ગણતા હતા. આવા સમર્થ અર્થશાસ્ત્રીનાં સૂચનોને રાજકીય સંદર્ભે નહીં ઘટાવતાં એનું સત્ત્વ અને સત્ય સ્વીકારવાની ઉદારતા દાખવવી ઘટે. કોંગ્રેસનાં મહામંત્રી પ્રિયંકા ગાંધીએ પણ મનમોહનસિંહ જેવા જ મુદ્દા ઉઠાવ્યા છે અને દેશ સતત 'સ્લો - ડાઉન' મંદીની ગર્તામાં ધકેલાઈ રહ્યો છે એ માટે મોદી સરકારની કેટલીક ભૂલો જવાબદાર હોવાનું જણાવ્યું છે. નોટબંધી અને જીએસટીના ગત મોદી સરકારના નિર્ણયો આખરે આ દેશની ગતિશીલ અર્થવ્યવસ્થાની ગતિ મંદ પાડવા માટે જવાબદાર હોવાનું તો ખુદ રિઝર્વ બેંકના પૂર્વ ગવર્નરો પણ સ્વીકારી ચૂક્યા છે. મોદીના નાણાંકીય સલાહકારો અને નિષ્ણાત અર્થશાસ્ત્રીઓ જે વાત સહજ રીતે સ્વીકારે છે તે સરકાર નથી સ્વીકારી શકતી અને 'પાંચ ટ્રિલિયન'વાળી વિશ્વની ત્રીજા નંબરની આર્થિક મહાસત્તા બનવાની દિશામાં દેશ કૂદકે ને ભૂસકે આગળ વધી રહ્યો હોવાનાં ગાણાં ગાતી રહે છે. આપણે પ્રજાજનો પણ ઈચ્છીએ કે નાણામંત્રી સૌને વાત સાંભળે - ફક્ત મનની વાત મુજબ ના ચાલે. એ દિશામાં સૌનો સાથ લઈ સૌના વિકાસનું વડાપ્રધાનનું સપનું સાકાર કરવા પ્રયાસ કરાશે તો આજે નહીં તો કાલે, 'અચ્છે દિન' આવવાના જ છે. ભૂલો થઈ જાય, અંગ્રેજીમાં કહેવત છે - 'ટુ ઍર ઈઝ હ્યુમન' - ભૂલ કરવી એ માણસની પ્રકૃતિ છે. પરંતુ કયારેક એ ભૂલોથી થયેલ નુકશાનમાંથી બોધપાઠ લઈ, એ ભૂલો સુધારી લે એનું નામ માણસ.

દિશા અને દશા બદલવા માટે એક મંત્ર ધ્યાન

ધ્યાન વિશે આધ્યાત્મિક કેન્દ્રમાંથી ધ્યાનના વર્ગોમાં ધ્યાન વિશે માર્ગદર્શિત પદ્ધતિઓનો ઉપયોગ કરીને ધ્યાન કેવી રીતે કરવું તે શીખી શકે છે.ધ્યાન કેમ કરવું? કેટલાક યોગાચાર્યના મંતવ્ય મુજબ ધ્યાન કેમ સારું છે ,જે ધ્યાનની ટેકનીક તેમના ધ્યાન લક્ષ્યોનું પ્રતિબિંબ છે. ધ્યાન ન કરવાથી માનસિક તાણ, અસ્વસ્થતા અને પીડા જેવી તબીબી સમસ્યાઓનું એક કારણ છે. કેવી રીતે ધ્યાન કરવું? પ્રારંભિક લોકો વ્યક્તિગત રીતે ઓન - લાઈન , મેડિટેશન ક્લાસથી , ધ્યાન એકાંતથી ,ધ્યાન સંગીત સાથે , સંગીત વિના , દૈનિક ધ્યાનથી અને માર્ગદર્શિત ધ્યાન પસંદ કરે છે. ધ્યાન પ્રેક્ટિસથી આરામનું સ્તરથી કયા ધ્યાનથી લાભ થાય છે તે મહત્વનું છે કેટલીકવાર ધ્યાન કેન્દ્ર વિવિધ પ્રકારો - ઈન્દ્રિયાતીત ધ્યાન, બૌદ્ધ ધ્યાન, યોગ ધ્યાન જે શાંત મનને પ્રાપ્ત કરવાથી તણાવ ઓછો અને સુધારેલ સ્વાસ્થ્ય મેળવવા માટે જે અગે ધ્યાનના જુદા – જુદા પ્રકરોની રૂપરેખાંકન નીચે મુજબ છે.

૧. ગુણાતીત ધ્યાન : ગુણાતીત ધ્યાન એ સવારે અને સાંજે બે વાર, ૧૫ થી ૨૦ મિનિટ સુધી આંખો બંધ રાખીને આરામથી બેસવામાં આવે છે. આ સમય દરમિયાન, વ્યકિત તેમના દિમાગ અને મનની સાથે ધ્યાન કરવાથી હળવા થઈ જાય છે, અને મનની માનસિક પ્રવૃત્તિઓથી સર્જનાત્મકતા અને સમસ્યાના નિરાકરણને સક્ષમ બને છે જેથી તણાવ મુક્ત અને સમસ્યા હલ કરવાની ક્ષમતાઓ વધારવા માટે ગુણાતીત ધ્યાન સાથે શરીર અને મન આરામ કરતી વખતે સંચિત તાણ અને થાક ઓગળી જાય છે. મનની સર્જનાત્મક, સંગઠિત, સમસ્યા-હલ કરવાની ક્ષમતાઓને કુદરતી રીતે પ્રોત્સાહન આપવામાં આવે છે, વિશ્વભરમાં લાખો લોકો દ્વારા ગુણાતીત ધ્યાન સરળ અને ઝડપી ધ્યાનની પ્રેક્ટિસ કરવામાં આવે છે.



૨. બૌદ્ધ ધ્યાન : બૌદ્ધ ધર્મ અને ફિલસૂફીમાં બૌદ્ધ ધ્યાનની મૂળ તકનીકો શ્વાસ અને મુદ્રામાં ધ્યાન કેન્દ્રિતથી એકાંત પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીને શ્રેષ્ઠ રીતે શીખી શકાય અને બીજું મૂળ પ્રેમાળ દયા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાનું છે તથા બૌદ્ધ ધ્યાન પદ્ધતિઓ વિસ્તૃતથી વ્યકિતને સૂઝ, સાંદ્રતા, સુલેહ-શાંતિ, માઈન્ડફુલનેસ અને વધુ પ્રાપ્ત કરવામાં મદદ મળી શકે. બૌદ્ધ ધ્યાનની તકનીકીઓને નિપુણ બનાવવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવામાં આવે છે

૩. સંગીતથી ધ્યાન : હાલ ના પ્રવર્તમાન સજોગોમાં યુટ્યુબ ચેનલ પર થી ધ્યાનની એક શ્રેષ્ઠ પસંદગી કરી શકાય. સંગીતથી ધ્યાન ધાર્મિક અને આધ્યાત્મિક તત્વો સાથે છંદો અને પ્રકૃતિ ધ્વનિની સામગ્રી શામેલ હોઈ છે. આધુનિક વ્યવહારદક્ષ ધ્યાનના સંગીતકારો ધ્યાન વગાડવાની વિશિષ્ટ સંગીતની ધૂન સાથે મેડિટેશન ટેકનીકની મદદથી કાલ્પનિક તબક્કા અને સંગીત સાથે ભળી જાય છે.

૪. દૈનિક ધ્યાન : દિવસને આધ્યાત્મિક માર્ગ માટે મનને તૈયાર કરવામાં સહાય પરિબળ જેની જાગૃતિ થયા પછી, પ્રથમ વિચારો સામાન્ય રીતે આત્મકેન્દ્રિત દિવસભર રહે છે. દૈનિક ધ્યાન વિચારવાની નવી રીત પ્રદાન કરે,નવા વિભાવનાઓનું અન્વેષણ, નવી આધ્યાત્મિક સમજની પ્રાપ્તી અને જીવનને સુધારવાની એક સરળ શક્તિશાળી રીત છે. દૈનિક ધ્યાન તાત્કાલિક લાભ પ્રદાન કરવા માટે કોઈપણ સ્થળ અને સમયે કરી શકાય છે. જેના ફાયદાઓમાં તાણથી રાહત, મેમરી વૃદ્ધિ, સ્વયં-નિયંત્રણમાં સુધારો અને વ્યક્તિગત ખુશી મળે છે. કેટલાક સંશોધન પણ સૂચવે છે કે દૈનિક ધ્યાન પ્રથાની સ્થાપના કરવાથી સારા બ્લડ પ્રેશર અને મેટાબોલિક આરોગ્યને પ્રોત્સાહન મળે છે. દૈનિક ધ્યાન સ્વાભાવિક રીતે ચિંતનશીલ અને પ્રકૃતિમાં માનસિક હોવાથી, ધ્યાન કરવાની ક્રિયા એ શાંતિપૂર્ણ અને માનસિકતાથી દિવસની શરૂઆત કરવાની એક સરસ રીત છે.

૫. માર્ગદર્શિત ધ્યાન : માર્ગદર્શિત ધ્યાન એક ઈરાદાપૂર્વકની ધ્યાન કેન્દ્રિત ધ્યાન ટેકનીક જેમાં નકારાત્મક લાગણીઓ અને સ્વ-મર્યાદિત માન્યતાઓને મુક્ત કરવા જેવા ચોક્કસ હેતુને પ્રાપ્ત કરવા માટે ખૂબ જ ઉપયોગી છે. માર્ગદર્શિત ધ્યાન અને ધ્યાનના અન્ય સ્વરૂપો વચ્ચેનો પ્રાથમિક તફાવત ધ્યાનની કલ્પના દ્વારા અને અર્ધજાગ્રત મન દ્વારા માર્ગદર્શિત કરવામાં આવે છે. નકારાત્મક લાગણીઓ અને સ્વ-મર્યાદિત માન્યતાઓને મુક્ત કરવાના મુદ્દા સુધી પહોંચવા માટે સંપૂર્ણ માર્ગદર્શિત ધ્યાન એકાંતની જરૂર છે. જે માર્ગદર્શિત ધ્યાન નિયમિત ધ્યાનની નિયમિતતાનો ભાગ હોવો છે.

ધ્યાનની પ્રેક્ટિસ શરૂ કરવા માટે મહત્વ ની ચાર બાબત :

૧) પ્રારંભિક ધ્યાનની સામગ્રી માર્ગદર્શિકા, ધ્યાન સીડી અથવા ડીવીડી, ધ્યાન માનસિકતા, કોઈપણ ધ્યાન લક્ષ્ય માટે વિચાર શરૂઆત માટે, ખૂબ જ સરળ પદ્ધતિઓથી શરૂ થવું જોઈએ, જેમાં શ્વાસ અને મુદ્રા ધ્યાન શીખવાની શરૂઆત કરનારાઓએ ધ્યાનના સમયના નાના પાયેથી વધારા સાથે પ્રારંભ કરવો.

૨) મનને સાફ કરવા માટે ચિંતા કરવી નહીં. ધ્યાનનું લક્ષ્ય એક સ્ફટિક સ્પષ્ટ મનથી બ્રહ્માંડના રહસ્યો જોઈ શકાય જે માટે ઘણાં સરસ અનુભવો થાય છે. જે માટે દરેક વસ્તુમાં જવા માટે મન ભટકે છે તે માટે વિચારો કરો છો તે સમયે ધ્યાનને શ્વાસ પર પાછા લાવો અને પોતાની અનુભૂતિ તરફ પર પાછા આવો. જે તરત જ અંદર તરફ દોરી શકાય ચછે. આ પ્રક્રિયા ફરીથી અને વારંવાર કરવાથી શ્વાસ અને લાગણી તરફ પાછા લક્ષ્ય તરફ આવય છે.

૩) ઉત્તેજક વિચારો અને સ્વયંભૂ વિચારોના ધ્યાન દરમિયાન પાસે આવશે જે સર્જનાત્મક સંયોજન યોજનાઓ હોઈ શકે છે. મનમાં ધ્યાન કરતી વખતે એક વિચાર હોઈ શકે છે કે જે આ સમય મારી સાથે આ બન્યું અને આખરે મેં તેનો ઉપાય શોધી કાઠીયો. આ વિચાર ધારા ની ક્ષણો માટે એક સરળ નોટબુક રાખો. જ્યારે મધ્ય-ધ્યાનના મગજમાં વિચારો વિશે થોડો સમય લખી શ્વાસ પર પાછા આવો. જે વિચારો પવિત્ર ધ્યાનનો સમય અકબંધ રહે છે.

૪) નિયમિત યોગની જેમ, એક અઠવાડિયા માટે અજમાવીથી મોટો ફરક લાગશે. સવારની પ્રથમ ટેવ સેટ કરવા માટેનો ઉત્તમ સમય છે. આ માટે તમારા પલંગને છોડવાની જરૂર નથી પરતું પાંચ મિનિટ સુધી શ્વાસ પર ધ્યાન આપી વિચારોને શ્વાસની સંભાળ લેવાનું શરૂ કરવાથી તરત જ ધ્યાન દોરશે અને વિચારો ફરીથી વલખા મારવા માંડેશે તેવા સજોગોમાં ફરીથી પોતેને માર્ગદર્શન આપી પાંચ મિનિટ પછી પ્રક્રિયા કરવી. પોતાની જાતને વધુ કરુણાથી જોવાનું શરૂ કરી જે જીવનમાં વધુ શક્યતાઓ અન્ય લોકોની સહાય પણ કરી પણ કરી શકો છો જે તમારા સપોર્ટનો ઉપયોગ કરી શકે છે. અંદરથી બહારનું રૂપાંતરિત કરવા માટે કેટલીક શ્રેષ્ઠ સામગ્રી માટે તૈયાર રહો.

ધ્યાન કર્યા બાદ હમેશાં ઈશ્રરને એક મંત્ર કરવો "હે ઈશ્રર આ જગત ના દરેક મનુષય તન,મન અને ધનથી સુખી છે."

- ચિરાગ શરદકુમાર જાની

સાહિત્યમાં વરસાદની બોલબાલા

૧. પાન લીલું જોયું ને તમે યાદ આવ્યાં,
એક તરણું કોળ્યું ને તમે યાદ આવ્યા.
૨. યે દોલત ભી લેલો યે શોરહત ભી લેલો
ભલે છીન લો મુઝસે મેરી જવાની
મગર મુઝકો લૌટા દો વો કાગઝી કી કસ્તી
વો બારિશ કા પાની...
૩. અશ્રુ પછીના સ્મિતનું આ દશ્ય તો જુઓ;
વર્ષા પછીનો જાણે કે પહેલો ઉઘાડ છે!
૪. તમે મન મૂકીને વરસો, ઝાપટું આપણને નહીં ફાવે,
અમે હેલીના માણસ, માવઠું આપણને નહીં ફાવે.
૫. આવ રે વરસાદ ! ઘેબરિયો પરસાદ,
ઊની ઊની રોટલીને કારેલાનું શાક;
૬. આકાશી વાદળને નામે, આ વાત તમોને કહી દઉં છું
કાં તો વરસી લો, કાં વીખરાઓ, આ અમથાં ગાજો શા માટે
આ દિલને તમારે માટે તો બચપણથી અનામત રાખ્યું છે.
આ સહેજ ઉંમરમાં આવ્યાં કે આ રોજ તકાજો શા માટે
૭. સોનાવરણી સીમ કીધી મહેલિયે કીધી મહેર રે
ભાઈ, મોસમ આવી મહેનતની
નદીયુંનાં જળ નિતર્યાં
લોકોમાં લીલાલહેર રે... ભાઈ મોસમ આવી.
૮. આજ વરસાદ નથી એના ના કહેવાય રમેશ
એમ કહીએ કે હશે, આપણે ભીના ના થયા.
૯. કોઈક પળળતા ભીતરે, તો કોઈ પળળતા બહાર;
પણ સાચું પલળવું તો એ છે કે પલળવું આરપાર.
૧૦. એક વરસાદનું ટીપું અમે છબીમાં મઢ્યું
ત્યારથી ભોજભર્યાં ઓરડા કોરા ન થયા
૧૧. પહેલી પહેલી વર્ષાએ આ મહેંક્યા શ્વાસ ગની;
આજ હૈયું ભીની ભીની માટીનો ઢગ હોઈ શકે.
૧૨. અહીં આકળવિકળ આંખ કાન વરસાદ ભીંજવે
મને ભીંજવે તું, તને ભીંજવે વરસાદ.
૧૩. સૂર્યને પણ સ્વચ્છતાનું ભાન કરાવે છે;
આ વરસાદ તો તડકાને પણ સ્નાન કરાવે છે.
૧૪. રેઈનકોટો, છત્રીઓ, ગમશૂઝ, વોટરપ્રુફ હેટ્સ
માનવીએ કેટલી ભીંતો ચણી વરસાદ.
૧૫. ભીંજવામાં નડતર જેવું લાગે છે,
શરીર સુધ્ધાં બખ્તર જેવું લાગે છે;
મને કાનમાં કહ્યું પુરાણી છત્રીએ,
ચાલ ઉઘડી જઈએ, અવસર જેવું લાગે છે.
૧૬. રડવું છે તો રડી પડો, હસવું છે તો હસી પડો;
ભગવાન છે તો નમી પડો, વરસાદ તો વરસી પડો.

- પી. એમ. પરમાર

માણસ ખોવાયો છે ! કોઈ શોધી આપોને પ્લીઝ !

એક અગત્યનીસૂચના, માણસ ખોવાયો છે, કોઈ શોધી આપોને પ્લીઝ. આ સૃષ્ટિ રસાતાળ જવા બેઠી છે, માણસનો માણસ પરથી વિશ્વાસ ઊઠી ગયો છે. આથી જ પરિવારમાં, ઘરમાં માણસની ગેરહાજરી જોવા મળે છે અને તેમના સ્થાને પાલતું જનાવરોની સંખ્યા વધી છે.

કયાંક વાંચ્યું હતું,
જેમાં જીવન છે પણ ગતિ નથી તે વૃક્ષ છે.
જેમાં જીવન છે અને ગતિ છે, તે પશુ છે.
પણ જેમાં જીવન છે, ગતિ છે અને ગતિની સાચી દિશા-પ્રગતિ છે તે મનુષ્ય છે.

પણ વ્યક્તિએ આજે પોતાનું સ્વત્વ જ ગુમાવી દીધું છે. ગતિ છે પણ સાચી દિશા નથી, જેને આપણે પ્રગતિ માનીએ છીએ તે શું ખરેખર પ્રગતિ છે કે છદ્મજાળ છે ? સમાજમાં, દુનિયામાં, ચિત્ર-વિચિત્ર, ભાત-ભાતના લોકો સાથે પનારા પાડતો વ્યક્તિ પોતાનું આગવું વ્યક્તિત્વ ભૂલ્યો છે.

દંભ અને સ્વાર્થના તાણાવાળામાં પોતે જ એવો અટવાયો છે કે હવે બહાર નથી નીકળી શકતો. ચાપલૂસીમાં રત રહેતો વ્યક્તિ ક્ષણિક સ્વાર્થી માટે કોઈકનું બૂરું કરતાં અચકાતો નથી. 'મારે શું, હું તો મારું જોઉં, બીજા જાય તેલ લેવા.'

સમયે - સમયે અને પરિસ્થિતિ પ્રમાણે સિદ્ધાંતો બદલાય છે, કયારેક દંભને ખાતર જોરશોરથી જે પ્રમાણિકતાની વાતો કરતાં હોય તે જ વ્યક્તિ પોતાના સંતાનના માર્કસ વધારવા ટીચરના ઘેર જાય છે.

નબળા માણસને જોઈને જે સિંહ જેવો બની ત્રાડ પાડતો હોય છે, તે જ વ્યક્તિ તેનાથી બળુકા વ્યક્તિની જોહુકમી સામે કરગરે છે. સિંહમાંથી શિયાળ બનતા વાર નથી લાગતી.

જે મૂલ્યો, નીતિ અને સિદ્ધાંતોને ખાતર એક સમયે હો, હા કરી મૂકી હોય, તે મૂલ્યોને કોરે મૂકીને છડેચોક કાળાધંધા કરવામાં વ્યક્તિ કોઈ નાનપ નથી અનુભવતો.

ગાડી ચલાવતા મિત્ર સાથે મોબાઈલ પર દેશના કરપ્શન વિશે ગંભીર ચર્ચા કરતા વ્યક્તિને ટ્રાફિક પોલીસ પકડે ત્યારે ૫૦/- રૂા. આપીને ફરી આગળ વધતો, કરપ્શનની ચર્ચા આગળ ચલાવે છે.

ડબલ ઢોલકી મેન્ટાલીટીવાળા આજનો વ્યક્તિ એક સાથે ખૂબ જ સારો અને ખૂબ જ ખરાબ ચહેરાઓ - મ્હોરાઓ લઈને ફરે છે. પરિસ્થિતિ અને સગવડ પ્રમાણે ચહેરા પરથી મ્હોરા બદલાતા રહે છે.

મૃત્યુ પામતા પહેલા જ મરેલા લોકો પોતાના પ્રેમ સાથે જીવે છે. પ્રેમ, વફાદારી, ઈમાનદારીની, દુકાનદારી ચલાવે છે. આ બધી ભાવના સાથે તેનો દૂર-દૂર સુધી કોઈ નાતો નથી, પણ હા એક કલાક સુધી વફાદારી પ્રેમ વગેરે દ્વારા ભિન્ન-ભિન્ન અવતરણો ટાંકીને પ્રવચન આપી શકે છે. જેમને પોતાને અમના વચનો પર શ્રદ્ધા નથી તે પ્રવચન આપવામાં એક્કો હોય છે.

એક મનુષ્યને મળવું છે, એક માણસને મળવું છે જે ભાવના, લાગણી, સંવેદનશીલતા જેવા વેદિયા લાગતા શબ્દો સમજતો હોય અને તેને જીવતો હોય.

ગણતરી સાથેનો કેલ્ક્યુલેટીવ પ્રેમ થઈ ગયો છે, પ્રેમની ભાષા સમજવામાં રસ નથી, પ્રેમનું તો ગણિત ગણાય છે.

એક વસ્તુ જે પોતાની માટે સાચી હોય તે અન્ય વ્યક્તિ માટે ખોટી બની જાય છે, કારણ કે કયાંક ને કયાંક ને કયાંક એમાં તેનો અહં ઘવાયો હોય છે.

અહીં દુશ્મનો અને મિત્રોની વ્યાખ્યા ઝડપથી બદલાઈ રહી છે. એક સમયનો કટ્ટર દુશ્મન કામ પડતા ખા મિત્ર બની જાય છે, સ્વાર્થ અને દંભની બોલબાલા સાથે મિત્રતા અને દુશ્મનીની પારાશીશી બદલાય છે.

બે મિનિટ પહેલા જ જે વ્યક્તિ સાથે લળી-લળીને વાત થતી હોય, તેના ગયા પછીની બીજી જ સેકન્ડે તેની નિંદા આપણા મુખમાંથી અસ્ખલિત પ્રવાહે વહે રાખે છે સ્પષ્ટ વિચારો રહ્યા નથી આથી સ્પષ્ટ વાણી નીકળતી નથી યુસુફ બુકવાલાનું એક મુક્તક અત્યારે યાદ આવે છે.

મેં નદી પાસેથી માંગી હતી નિર્મળતા, મળી,
ફુલ પાસેથી મેં ચાહી હતી કોમળતા, મળી,
માત્ર હમદર્દીનો યાચક થયો
માનવ પાસે,
શું એ કહેવાની જરૂરત છે તે
નિષ્ફળતા મળી!

અને ખબર છે ! આ બધામાં ગભરાવા જેવું શું છે ? ડરવાની વાત એ છે કે હવે આ દંભ, સ્વાર્થ, ચાપલૂસી, ડબલ ઢોલકીપણુ માણસમાં એટલી હદ સુધી વિસ્તરી ચૂક્યું છે કે તે પોતે પણ સમજી શકતો નથી કે તેનામાં રહેલો સ્વાર્થ આત્મા કયારે શુધ્ધાત્મા પર હાવી થઈ જાય છે. 'સ્પ્લીટ પર્સનાલિટી' ધરાવતો વ્યક્તિ ખૂબ જ ખતરનાક થઈ ગયો છે.

કયારેક એક વ્યક્તિ પર પ્રેમ તો વળી એ જ વ્યક્તિ પ્રત્યે ઈર્ષ્યા, કયારેક વફાદારી કયારેક ગદ્દારી, આ બધું સહજ થઈ ગયું છે. કોઈ ભેદરેખા નથી રહી, બધુ એટલી હદે મિક્સ થઈ ગયું છે કે સ્વયં પરમાત્માને પણ વર્ગીકરણ કરવાનું આવે તો ગોથે ચડે. આ હદ સુધી માણસનું વ્યક્તિત્વ પચરંગી બની ગયું છે, અને આથી જ તેને પોતાને જ ખબર નથી હોતી કે કયારે અસત્ય, દંભ અને સ્વાર્થની ટેરેટરી ચાલુ થાય છે અને કયાં પ્રેમ, સંવેદનશીલતાની ભાવનાઓ પાછળ છૂટી જાય છે.

પણ આપણે આશાવાદી રહેવાનું છે, કવિ અશોક વાજપેયી પણ એજ કહે છે કે આ બધું વિનાશના આરે જવા બેઠું છે ત્યારે એ જ માણસ બચશે જે માણસ હશે. કયો માણસ બચશે એની વ્યાખ્યા કવિએ સરળ ભાષામાં આજની પરિસ્થિતિને આનુસંગિત દૃષ્ટાંત સાથે આપી છે તે વાંચીએ, સમજીએ,અનુભવીએ અને આચરણમાં મૂકીએ,

જો બચી શકે તો તે જ બચશે
આપણા બધામાંથી થોડોક અમથો માણસ
જે રોફ સામે નથી કરગરતો
પોતાના સંતાનના માર્ક વધારવા નથી જતો માસ્ટરને ઘરે,
જે રસ્તા પર પડેલા ઘાયલને બધા કામ છોડી
સહુથી પહેલા હોસ્પિટલે પહોંચાડવાની સંભાળ લે છે.
તે જ થોડોક અમથો માણસ
જે ઠગાય છે પણ પ્રેમ કરતા રહેવાનું નથી મૂકતો
જે પોતાની દીકરીના સારા ફ્રોક માટે
બીજા બાળકોને થીંગડાવાળા પહેરવા લાચાર નથી કરતો.
જે દૂધમાં પાણી મેળવતા અચકાય છે.
જે પોતાની ચોપડેલી ખાતા પહેલા બીજાની સુક્કીનો વિચાર કરે છે.
તે જ થોડોક અમથો માણસ
જે વૃદ્ધ પાસે બેસતા નથી કંટાળતો અને દુનિયાને નરક બનાવી દેવા માટે બીજાને નથી ભાંડતો.
તે જ થોડોક અમથો માણસ
જો બચી શકે તો તો તે જ બચશે.

- jayuoza@gmail.com, Mo.9898046488

'ડેડી, હું સાદગીથી લગ્ન કરીશ અને એ નાણાથી ગરીબોનુ પેટ ઠારવા માગું છું'

અમદાવાદના એક પોશ વિસ્તારમાં જયેશભાઈનું ઘર. ઈશ્વરકૃપાથી એમનો બિઝનેસ દિવસે ન વધે એટલો રાત્રે કુદકે ને ભુસકે વધતો જાય. પૈસે ટકે સંપન્ન જયેશભાઈનું ચૂસ્ત વૈષ્ણવ પરિવાર. પત્ની અને બે દીકરા સાથેના સુખી અને સમૃદ્ધ સંયુક્ત કુટુંબની આ કહાની છે. સમયનાં પવનમાં કેલેન્ડરના પાના ફરફરતા જતા હતા. દીકરાઓએ બાળપણની દહલીજ પાર કરી યુવાનીના ઉંબરે પગ મૂક્યો. જયેશભાઈનો મોટો દીકરો વિરાંગ હવે પોતાનો બિઝનેસ કરવા લાગ્યો હતો. એમબીએનો ઉચ્ચ અભ્યાસ કરીને પિતાના પગલે વિરાંગ મન દઈને બિઝનેસમાં રચ્યો પચ્યો રહેવા લાગ્યો.

યુવાનીમાં ચારેય દિશાઓ હસીન અને રંગીન લાગે. જીવનમાં ભરપુર આનંદ અને ઉલ્લાસ હોય. આકાશ આખુ હાથવગુ લાગે. વળી આર્થિક ક્ષમતા અને મોભાદાર પરિવારનું ટેગ હોય એટલે યુવાની ભવ્ય લાગવા લાગે. વિરાંગનું એક છોકરી સાથે મન મળી ગયું. પિતા જયેશભાઈને પુત્રની ખુશીને પોતાની ખુશી સમજી બન્નેના ધામધુમથી વિવાહ કરાવી આપવા રાજી થયા. શહેરના પ્રતિષ્ઠિત બિઝનેસમેનો, રાજદ્વારીઓ, સનદી અધિકારીઓને વિરાંગના લગ્નમાં નિમંત્રીને જયેશભાઈએ વિરાંગના લગ્ન ધામધુમથી કર્યા. જાનૈયાઓ બીએમડબલ્યુ, રોલ્સ રોયસ, ઔડી જેવી વૈભવશાળી કારમાં સવાર થઈ વિરાંગને પરણાવવા પહોંચ્યા હતા. મહેમાનો પાણી માગે તો બાસુદી અપાય અને ઈચ્છા થાય એ વાનગી હાજર કરાય. દમામ અને વૈભવની કોઈ સીમા ન હતી. વિરાંગની ઈચ્છા મુજબ લખલુટ ખર્ચે ધામધુમથી લગ્ન કરવામા આવ્યાં.

વિરાંગની ઈચ્છા હતી બેચલર પાર્ટી ઈટાલી રોમમાં થાય. પિતાએ વિરાંગની આ ઈચ્છા પણ પૂરી કરી. પુત્રની અપેક્ષાનુસાર પિતા જયેશભાઈએ વિરાંગના લગ્નની ભવ્યતામાં પૈસા ખર્ચવામાં પાછુ વાળીને જોયું ન હતું. બે વર્ષ પૂર્વે ૨૦૧૬માં યોજાયેલા વિરાંગના લગ્નમાં ગયેલાઓ હજુ આજે પણ એ વૈભવી અને દમામદાર લગ્નની સ્મૃતિઓ વાગોળતા હોય છે. આજે તો શુશીલ અને સંસ્કારી પુત્રવધૂ જયેશભાઈના ઘરમાં દૂધમાં સાકરની જેમ ભળી જઈને આનંદથી રહે છે.

વિરાંગના વિવાહના બરાબર ત્રણ વર્ષ બાદ જયેશભાઈના નાના દીકરા નિલને પરણાવવાનો વારો આવ્યો. ભાઈ વિરાંગના લગ્નનો જલસો એણે પણ માણ્યો હતો. પિતા જયેશભાઈએ નિલના લગ્ન માટે ડેકોરેશન, વેડીંગ ડેસ્ટીનેશન, ઘરેણાં, વ્યવહાર, કેટરીંગ વગેરે માટે ટોપ મોસ્ટ ઈવેન્ટ મેનેજરોને ઘરે બોલાવ્યા હતા. બધાની હાજરીમાં નિલે ખૂબ વિનમ્રતાથી પિતાને કહ્યું, 'ડેડી, મોટાભાઈના લગ્ન એમની અને તમારી ઈચ્છા મુજબ ધામધુમથી લખલૂટ ખર્ચે થયા. મારી ઈચ્છા આપણા સગાવહાલાની હાજરીમાં સાદા લગ્નમંડપમાં અગ્નિની સાક્ષીએ સંપૂર્ણ શાસ્ત્રોક્ત વિધિથી આનંદપૂર્વક સાદગીથી લગ્ન કરવા છે. ' પિતા જયેશભાઈ આશ્ચર્યચકિત બની નિલની સામે જોતા રહ્યા. 'એક મિનિટ માટે તો જયેશભાઈ વિચારવા લાગ્યા કે નિલ મજાક કરે છે. એમણે નિલને કહ્યું, 'ચલ, હવે મજાક બહુ થઈ, તારા ડિઝાઈનર ડ્રેસ અને વેડિંગ લોકેશનની ચોઈસ બોલ.

ત્યારે નિલે પિતાને દ્રઢતાપૂર્વક કહ્યું, 'ડેડી, હું સિરિયસલી કહું છું. મારે સાદગીથી જ લગ્ન કરવા છે. તમે મારા લગ્ન માટે જે ખર્ચ કરવાનું વિચાર્યું છે એટલી રકમ આપણે અંધજન મંડળમાં આપીએ અને બે ટંક ભોજન ન મળી શકતું હોય એવા ગરીબોને ભોજન કરાવીને ખર્ચ કરીએ એવી મારી ઈચ્છા છે.'

પુત્રના આ વિચારો જોઈને જયેશભાઈની આંખોમાં હર્ષના આંસુ આવી ગયા. એમણે ઈવેન્ટ મેનેજરોને ચા-નાસ્તો કરાવી બે હાથ જોડી માફી માગી રવાના કર્યા. નિલની ઈચ્છા અનુસાર જયેશભાઈનું પરિવાર અંધજન મંડળમાં રોજ બપોરના નાસ્તો આપે છે. ભચાઉમાં જીવદયા પાંજરાપોળ, હોસ્પિટલ, માલધારીઓ માટે આવાસ જેવા કાર્યો પાછળ નાણાં ખર્ચી આ આખુ પરિવાર રોજ નિલનું લગ્ન હોય એમ આનંદ કરે છે.

એક જ પરિવારના બે ફરજનના જીવન જીવવાના અલગ અલગ દ્રષ્ટિકોણની આ સત્ય ઘટના છે. એકની સોચ વૈભવી ઠાઠમાઠની અને બીજાનો વિચાર સમાજના સૌ કોઈની સાથે મળી એમના દુઃખને સુખમાં બદલવાની. સામાન્ય રીતે એવી સમજ હોય છે કે ધનાઢ્ય પરિવારમાં ઉછરેલા સંતાનની શૈલી વૈભવી અને દમામદાર જ હોય. નિલની વિચારશરણીએ લોકોના માઈન્ડ સેટમાં ખીલો ઠોક્યો છે. નિલે એના હદયમાં ઉતરીને સંવાદ કર્યો છે. જે ભીતર ઉતરે છે એ તરી જાય છે. એણે એના આઉટ ઓફ બોક્સ એપ્રોચથી અલગ જ રાહ અપનાવ્યો છે. ૨૪-૨૫ વર્ષના આ યુવાન નિલને પોતાના વિચારો ઉપર વિશ્વાસ છે. જ્યારે વિચાર સુંદર હોય ત્યારે દુનિયા આખી રમણીય લાગે.

ભાઈની રાહ ઉપર ન ચાલીને અલગ જ માર્ગ કંડારવાની નિલની વાત હૃદયસ્પર્શી બની જાય છે. જરૂરી નથી કે વ્યક્તિની ઉંમર મોટી હોય જરૂરી તો એ છે કે વ્યક્તિની સોચ મોટી હોય. જીવનની પ્રત્યેક સવાર નવા આકાશ અને નવી શરતો સાથે આવે છે અને દરેક સાંજ અનુભવોનું ભાથું આપીને વિદાય થતી હોય છે. નિલ જેવા યુવાનો રોજ સાંજે અનુભવોમાંથી ઘડાઈ ટીપાઈને આભુષણ જેવા બનતા જાય છે. જયેશભાઈના પરિવારના બે પ્રસંગોની વાતમા બે પ્રકારની ભિન્ન વિચારધારા જોવા મળે છે. માનવીય સંવેદના અને અન્યના જીવનના કષ્ટને સમજી દુર કરવાની ભાવનાનુ તત્વ દેખાય છે. યુવાન નિલના વિચારો મૂળભૂત માનવીય વલણો અને મુલ્યો તપાસવા મજબૂર કરી મૂકે એવા છે. બધા માટે પ્રેમ અને સંવેદનાની સંસ્કૃતિ માત્ર આદર્શવાદી વાતો નથી હોતી. પ્રેમ સંસ્કૃતિને વિસ્તારવાના પ્રયત્નોના પાયામાં સાચી માનવીય સંવેદના હોય છે.

ધબકાર :
એક અમલ હજાર વાતો કરતા વધુ અસરકારક છે.