સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

સલામી સવારની..

ગયું નથી દૂષણ-એજન્ટો આસપાસ ફરે છે!
હજી ઢોરો ય સચિવાલય આસપાસ ફરે છે!
આસપાસ ફરે છે લોલીપોપ ચૂસનારા પણ -
ને શિકારી દીપડા 'જ-રોડ' આસપાસ ફરે છે

હાઈકુ

ઉજવે ચોરો -
સફાઈ અભિયાન -
તિજોરી સાફ !!
('ઘરફોડું' નો સહયોગ)

વાહનો પણ,
હવે પીએ છે દારૂ?!
પોર નો ઢોર!!
(અકસ્માતોની વણઝાર)

ચિંતન

કુર્વન્નેવેહ કર્માણિ જિજીવિષેચ્છુત સમાઃ ।
એવમ્ ત્વયિ નાન્યથેતોડસ્તિ ન કર્મ લિપ્યતે નરે ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક યજુર્વેદમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

મનુષ્ય પોતાનું જીવન લક્ષ્ય પ્રાપ્ત કરે એનો માત્ર એક જ ઉપાય છે અને તે છે સદાચરણ. આપણે ધર્મના માર્ગ પર ચાલતાં ચાલતાં સો વર્ષ સુધી જીવવાની કામના કરવી જોઈએ.

ભગવાનની આ દુનિયામાં અરાજકતા ને કોઈ સ્થાન નથી. એની આ સૃષ્ટિમાં માત્ર ન્યાય તથા શિસ્તનું સામ્રાજ્ય ચાલે છે. ભગવાને મનુષ્યને સંસારમાં સો વર્ષ સુધી જીવતા રહીને લોકહિતના કાર્યો કરવાનો આદેશ આપ્યો છે, પરંતુ કમનસીબે માનવી લોકહિતને ભૂલીને પોતાના જૂઠા અહંકાર અને સ્વાર્થની પૂર્તિ માટે પોતાના કર્મોને સંકુચિત બનાવી દે છે. તેના ફળ સ્વરૂપે માનવી વિકારોની ગંદકીમાં ફસાઈ જઈને પોતાને પાપકર્મોના ફળરૂપ ભયંકર કષ્ટો અને દુઃખો ભોગવે છે.

સુવિચાર

- માણસનો સ્વભાવ જ એવો છે કે તે ભૂલોમાંથી બોધપાઠ લે છે, ઉદાહરણોમાંથી નહીં - **બોધિવૃક્ષ**
- જો તમે ભૂતકાળ તરફ બંદૂકની ગોળી છોડશો તો ભવિષ્ય તમારા તરફ તોપનો ગોળો ફેંકશે - **રશિયન કહેવત**
- પ્રાર્થનાનો જવાબ ન હોવો જોઈએ, જો જવાબ મળે તો તે પત્રવ્યવહાર થાય, પ્રાર્થના નહિ - **ઓસ્કાર વાઈલ્ડ**
- બીજાની મહેનતનું ફળ ખાવાની માણસની ઈચ્છા થઈ ત્યારથી દુનિયામાં પાપની શરૂઆત થઈ - **સંત ઓગસ્ટીન**
- આવડત હંમેશા નમ્રતાના કપડામાંથી જ સારી લાગે છે, અભિમાનની ચમકદમકમાં નહીં - **પિયરે વર્નીન**
- અભાગિયો ચોર છીંકથી પકડાય !! - **તુર્કી કહેવત**
- આજનું ઔષધ : તુલસીના પાન અને આસોપાલવના કુમળા પાન વાટી પેસ્ટ શીળસ પર લગાવવાથી રાહત થાય છે

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

એક યુવાન વેપારીને ધંધામાં અચાનક સારો એવો નફો થયો. યુવાન નાનો વેપારીમાંથી શહેરનો અગ્રણી વેપારી થઈ ગયો. પૈસા આવ્યા એટલે રૂઆબ વધ્યો, વેપારીના માનપાન વધ્યા. તેમના પત્નીને પૈસાનું અભિમાન આવ્યું. કૉલેજિયમ પુત્ર પણ મોંઘા શોખ પાળવા લાગ્યો, વટ પાડવા લાગ્યો. યુવાનના પિતા ભલે ઓછું ભણેલાં હતા પણ એમની કોઠાસૂઝ સારી હતી. તેમને ખ્યાલ આવ્યો કે પુત્ર જો લક્ષ્મી જો પચાવતાં નહીં શીખે તો આના પરિણામ માઠા આવશે. એક દિવસ દરિયા કિનારે લટાર મારતાં તેમને એક લોક સાહિત્યની વાત યાદ આવી કે ભરપૂર વરસાદ વરસે તો નદી નાળાં છલકાયા પણ સાગર કદી ન છલકાય. એક રવિવારે સાંજે વડીલે યુવાનને કહ્યું આજે આપણે સૌ દરિયા કિનારે લટાર મારવા જઈશું. ચાલતાં ચાલતાં પિતાએ કહ્યું, 'જો આ દરિયામાં પૂર આવે તો શું થાય ? બંગલો, ઘર, મોંઘું રાચરચીલું બધું જ તારાજ થઈ જાય.' યુવાન વેપારીએ કહ્યું, 'સારી વાત, સાચી વાત. આ સાગર મહાન છે. ગમે તેટલા રત્નોનાં ભંડાર હોય.... ગમે તેટલું પાણ વધે દરિયો ન છલકાય. તો પછી દીકરા, આપણે પણ દરિયા જેવા બનીએ... આજે લક્ષ્મીજીની તારા પર કૃપા થઈ છે. તો પૈસાને બરાબર પચાવીએ... ખોટા દેખાડા અને અભિમાનમાં છલકાઈ ન જઈએ. નદીનાળામાં વરસાદ વધારે આવે તો તે અન્યનું નુકશાન કરે, સાગર તો બધુ પોતાની અંદર સાચવે, સમય પર વરાળરૂપે પાછું આપી દે. તમને ઈશ્વર આપે તો અભિમાનથી છલકાવું નહિં.' વડીલની વાત સૌએ સાંભળી. સમજી અને અભિમાન છોડી નમ્ર વર્તન કરવાં લાગ્યાં.

નોબેલ પ્રાઈઝની દોડમાં ગ્રેટા મોખરે

માણસ આખરે છેલ્લે શું મેળવવાની તરસ રહે છે? આ વિશે આપણા મનીષીઓએ ઘણી ઊંડી મથામણ કરીને છેલ્લે 'આશાનો કોઈ અંથ નથી' કહી વીંટો વાળી દીધો છે -

નિઃસ્વ વષ્ટિ શતમ્ / શતી દશ શતમ્
લક્ષાં સહસ્રાધિપઃ / લક્ષોશઃ ક્ષિતિપાલતામ્
ક્ષિતિપતિ ચક્રેશતાં વાગ્છતિ....

એ વખતે સો રૂપિયા કોઈ નાની રકમ નહોતી ગણાતી. જે સાવ ખાખી બંગાળી હોય એ પોતાની પાસે સો રૂપિયા હોય તો ઘણું - એવું ઈચ્છે છે. પણ જેની પાસે સો રૂપિયા છે એને વળી હજાર મેળવવી ઈચ્છા છે. હજારવાળાને લાખ, અને લક્ષાધિપતિને રાજા થવાનો લોભ જાગે છે! રાજાને ચક્રવર્તી થવાની વાસના રહે છે. ચક્રવર્તી એમ થાય કે હું સૃષ્ટિનો સર્જનહાર બ્રહ્મા બનું, બ્રહ્મા વળી શિવપદ ઝંખતા રહે અને શિવો હરિપદમ્... શિવને સૃષ્ટિના પાલનહાર વિષ્ણુનું પદ આકર્ષે ! આશાને કોઈ અંત ખરો ? આપણા નાના નેતાઓને ધારાસભ્ય કે સાંસદ બનવા મળે એવી ઈચ્છા રહેતી હોય; એ પછી મંત્રીપદ અને મુખ્યમંત્રી પદ અને પ્રધાનમંત્રી પદનાં સ્ટેજ આવે. પણ પ્રધાનમંત્રી બની ગયા પછી? નરેન્દ્ર મોદી બે વાર પ્રધાનમંત્રી બની ચૂકયા છે, એક ફચી એક ખુરશીથી કંટાળો ના આવે ? રાષ્ટ્રપતિ પદ આપણા દેશમાં તો શોભાના ગાંઠિયા જેવું છે. અમેરિકાના રાષ્ટ્રપ્રમુખ ડોનાલ્ડ ટ્રમ્પ ઉદ્યોગપતિમાંથી સીધી જ છલાંગ ભરીને વિશ્વસત્તા ગણાતી મહાન લોકશાહીના પ્રેસિડેન્ટ બની ગયા, હવે કદાચ બીજી ટર્મ મળે તોય એનું એ જ વ્હાઈટ હાઉસ ! એમને અમર થવું છે - શાંતિનું નોબેલ પ્રાઈઝ અંકે કરીને. એ માટે તેઓ ભારતના નકારાત્મક વલણથી વાકેફ હોવા છતાં વારંવાર કાશ્મીર મુદ્દે મધ્યસ્થી કરવાની ઑફર કરતા રહે છે. યાસર અરાફાતને પેલેસ્ટાઈન ને ઈઝરાયલ વચ્ચે સુમેળ સ્થાપવા બદલ અને નેલ્શન

તંત્રીસ્થાનેથી...

મંડેલાને રંગભેદ નીતિ સામે ઝઝૂમવા બદલ શાંતિનું નોબેલ મળેલું છે. યાંગ સાંગ સૂકીને મ્યાંમારની પ્રજાના અધિકારો માટે જીવનભર લડત આપવા માટે નોબેલથી નવાજ્યાં હતા તો વળી મધર ટેરેસાને કુષ્ઠ રોગીઓની કરુણાપૂર્ણ ખાતર બરદાસ મુદ્દે નોબેલ મળ્યું હતું. નાનકડી પાકિસ્તાની બાલિકા માલાલાને શિક્ષણ માટે જીવના જોખમે ઝઝૂમવા બદલ એ મોટો પુરસ્કાર મળેલો અને આ વર્ષે સ્વીડનની સોળવર્ષીય બાળા ગ્રેટા ગ્રંથર દોડમાં છે. ટ્રમ્પ તો એમ જ માને છે કે શાંતિનું નોબેલ પોતાને જ મળવું જોઈએ. પોતે એવાં ઘણાં ઉમદા કાર્યો કર્યા છે કે પોતાને એ ઈનામ મળે તો યોગ્ય જ લેખાશે? પરંતુ શાંતિનું નોબેલ એક જ છે અને હરીફોની લાઈન લાગેલી છે. એમાં એક પ્રતિસ્પર્ધી ભારતના વડાપ્રધાન પણ છે.

મહાત્મા ગાંધી જેનાથી વંચિત રહે ગયેલા તે વૈશ્વિક સમ્માન નરેન્દ્રભાઈ મોદીને મળે તો આપણે બીજું જોઈએ પણ શું? અમેરિકાના પ્રમુખે એમને અદલ 'ભારતપિતા' કહીને ગાંધીની લગોભગ તો મૂકી જ દીધા છે!

'સમાજની સાક્ષીએ નહીં સમજની સાક્ષીએ લગ્ન થવા ઘટે! અગ્નિની સાક્ષીએ ફેરા ફરવાની સાથે લગનીના ફેરા પણ ફરીએ તો કેવું?!'

ટેરવામાં સ્પર્શની જાગે તરસ,
એટલે તો તું મને લાગે સરસ!
દાંપત્યજીવનની વાસ્તવિકતાનાં દસ વાક્યો ;

- 'સાંભળો છો' થી લઈને 'બહેરા થઈ ગયા છો' સુધીની સફર !!
- લગ્ન એટલે 'આમ આવો' થી લઈને 'આઘા જાઓ' સુધીની સફર.
- લગ્ન એટલે 'તમે મળ્યા એ નસીબ' લઈને 'મારા ફૂટેલાં નસીબ' સુધીની સફર !
- લગ્ન એટલે 'તમે રે'વા દો' થી લઈને 'મહેરબાની કરીને તમે તો રે'વા જ દો' સુધીની સફર.
- લગ્ન એટલે 'માની જા' થી લઈને 'તેલ પીવા જા' સુધીની સફર !
- લગ્ન એટલે 'કયાં ગઈ વ્હાલી'થી લઈને 'કયાં મરી ગઈ' સુધીની સફર !
- લગ્ન એટલે 'વાત કરને મૂડ ઓફ છે' થી લઈને 'પ્લીઝ, એવી વાતો કરી મૂડ ઓફ ના કર' સુધીની સફર !
- લગ્ન એટલે 'તારા જેવું કોઈ નથી'થી લઈને 'તારી જેવી ઘણીએ છે' સુધીની સફર!
- લગ્ન એટલે 'આવી જા' થી લીને 'આઘી જા' સુધીની સફર !
- લગ્ન એટલે 'ભવોભવ મળજો'માંથી લઈને 'આવતા ભવે ના મળતા' સુધીની સફર !!

દોસ્તો, આપણા આદર્શ ગૃહસ્થાશ્રમની આ વરવી વાસ્તવિકતાનો સ્વીકાર સૌ કોઈ કરશે જ... એક સમયે લગ્ન માટે તળે ઉપર થનારા યુવક-યુવતી જયારે લગ્નમાં બંધનમાં બંધાય... પછી ધીરે ધીરે પ્રેમનો ઉન્માદ શમી જાય છે ને આખરે છત્રીસ (૩૬)ના આંકડે ગોઠવાતાં જોવા મળે છે. આને તમે શું કહેશો ?! મિત્રો, પ્રેમલગ્ન હોય કે ગોઠવાયેલાં લગ્ન હોય. પ્રેમ લગ્નમાં લગ્ન પહેલાંના પ્રેમનો પ્રારંભ હોય છે અને ગોઠવાયેલા લગ્નમાં લગ્ન પછીનો પ્રેમ છે. મૂળમાં તો લગ્ન પછી ટકી રહે એ સૌથી અગત્યની વાત છે.

પ્રેમ પીતોકો છે, લગ્ન સામાજિક છે. લગ્ન પછી નવદંપતીએ સમાજમાં રહેવાનું છે, એટલે જ તો સમાજની સાક્ષીએ લગ્ન થાય છે. મને ઘણીયે વાર એવું લાગે કે, 'સમાજની સાક્ષીએ નહીં સમજની સાક્ષીએ લગ્ન થવા ઘટે! અગ્નિની સાક્ષીએ ફેરા ફરવાની સાથે લગનીના ફેરા પણ ફરીએ તો કેવું?!' લગ્ન એટલે જોડાણ... યુવક-યુવતી દ્વૈતનું મધુર મિલન... અદ્વૈતના આનંદમાં વિલીન થાય એ જ મંગલ પરિણય... લગ્ન પછી સ્ત્રી-પુરુષ પતિ-પત્ની બને પણ થાય એ જ મંગળપરિણય... પ્રિયતમ્ - પ્રિયતમા રહી શકે તો તે ઉત્તમ ગણાય. પ... ણ... અહીં તો લગ્નજીવનના આરંભે 'લાગણી' સમય જતાં 'માગણી' અને પ્રૌઢવયે તો 'નાગણી'ના રૂપે જીવતાં ડંસતાં જોવા મળે છે!!!

લાગણીનો મેળો
રસિક વાળંદ

કોઈક લેખકે લખ્યું છે કે 'હું રોજ ને રોજ નવો પ્રેમ કરું છું - પણ એક જ સ્ત્રી સાથે.' આ તો છે લગ્નજીવનની સચ્ચાઈ, નિષ્ઠા અને વફાદારીની વાત. એક જ વ્યક્તિમાં નિત નવું સૌંદર્ય પામવાની વાત નોંખી અને ન્યારી છે, આવાં અપવાદરૂપ દંપત્તિ ભળ્યા છે. એમને મનોમન વંદી લઉં છું!!

દોસ્તો, આપણા દેવ-દેવીઓમાં રામ-સીતા, રાધા-કૃષ્ણ, લક્ષ્મી-વિષ્ણુ, શિવ-પાર્વતી આ આદર્શ દંપત્તિઓ છે. લગ્ન એ પવિત્ર જોડાણ છે, જે એકબીજાના વિશ્વાસના અને સ્નેહ પર નિર્ભર છે. દિન-પ્રતિદિન નૈટિક્ય વધે એકબીજાને સમજે એકબીજાના દોષ નિભાવી લેવાની ભાવના હોય તો જ લગ્નજીવન મધુરુ બની રહે... આતો સમજદારીની સીમા પર રહેલાંની વાત છે. બાકી તો એવા આશ્ચર્યજનક 'જોડાં' જોયા છે કે જાણે પરભવનું લ્હેણું વસૂલવા ભેગા થયા ન હોય?!!

દોસ્તો, લગ્ન એ તો મધુર પડાવ છે... માનવજીવનનું કાવ્ય છે એને માણતા ને પામતાં આવડવું ઘટે... આ સંદર્ભે કવિ સુરેશ દલાલનું ગીત ઘણું બધું સૂચવી જાય છે;

'ડૌસા એ ડોસીને જીદ કરી કહ્યું;
હવે હાથમાં તું મેંદી મુકાવ,
કોકના લગનમાં જઈએ તો લાગે
કે આપણો પણ કેવો લગાવ.
આપણને જોઈ... પછી કોઈને પણ થાય.
કે પરણી જઈએ તો કેવું સારું.
'મંગળફેરા ફરતા જીવોને લાગે કે
જીવન હોય આવું સહિયારું;
ઘેરદાર ઘાઘરોને ઘરચોળું પ્હેરીને
ઠાઠ અને ઠસ્સો જમાવ.'

●●●

સ્પર્શમણિ :

લગ્ન એ વીજળીના બે તારને અડકાવવાનો ખેલ છે,

રાઈટ તાર મળ્યો તે અજવાળું જ અજવાળું... નહીં તો... ભડાકા... ભડાકા...!

●●●

આપણે જેને સાચા હૃદયથી ચાહતા હોઈએ એ હંમેશાં એક સમસ્યા જેવા લાગે છે.

સતત સફળ થવા માટે ઝઝુમતો માણસ આડંબર અને અશાંતિને ખેંચી લાવે છે, શાસ્ત્રો, સત્સંગ અને સંતનો સંગ જ કદાચ પુરુષાર્થનું ગર્વનર યોગ્ય દિશામાં ગોઠવી આપે છે

છેલ્લા કેટલાક સમયથી યાત્રાનો દૌર ચાલુ છે. શરીર દ્વારા થતી યાત્રાની સાથે - સાથે મનની યાત્રા પણ સતત ચાલતી રહે છે. આ માનસિક યાત્રામાં પણ અનેક પડાવો અને અનેક અડચણો આવે છે, છતાં પણ યાત્રા ઘણું શીખવે છે. જેનાથી માનસિક પરિપકવતા સાંપડે છે.

હમણાં નજીકના સમયમાં ગંગાજીના તટ પર નિવાસની તક મળી. ચોવીસ કલાક નજર સામે વહેતો ગંગાજીનો પ્રવાહ સ્વપ્રવત્ લાગતો હતો. હમણાં જ આધ્યાત્મિકતા વિશે સઘન વિચારો પછી તરત ના આ પ્રવાસ દરમ્યાની મનઃસ્થિતિ જુદી હતી. જે પણ બાબતો ક્યારેય

> 'સાધુતા' ને જીવનમાં અપનાવવા ભગવા વસ્ત્ર કે ધાર્મિક કારણો બિલકુલ જરૂરી નથી લાગતા. સાધુતા એ પરાયણતા છે. જ્યાં - જે ક્ષેત્ર સાથે જોડાયેલા હોઈએ ત્યાં આપણું સમર્પણ એ સાધુતા છે

પણ લક્ષમાં નહોતી આવતી એવી ઘણી બાબતો પર આંતરદ્રષ્ટિ થતી રહી. જીવનમાં પ્રથમવાર સાધુતાને નજીકથી જોઈ અને જાણી. આજ પહેલાં અનેકવાર ભગવા વસ્ત્રો ધારી સાધુજનની અજાણતાં જ ઉપેક્ષા થઈ જતી. કોઈક પ્રકારનો ડર અનુભવાતો. પરંતુ હવેની પરિસ્થિતિ જુદી હતી અને મનઃસ્થિતિમાં બદલાવ હતો. ગંગાતટે, સમદર્શન આશ્રમ દ્વારા આયોજીત અધ્યયન શિબીરમાં, અધ્યાયી બનવાની તક મળી. જીવન પ્રત્યે બુધ્ધિગમ્ય અને તાર્કિક અભિગમ ધરાવતા વ્યવહારમાં સપડાયેલા, સાંસારિક મનુષ્યો આ શિબિરમાં સામેલ હતા. દેશના અલગ અલગ સ્થાનેથી પધારેલા શિબિરાર્થીઓનો માનવીય જીવનના અનેક રહસ્યો-સત્યો સાથે પરિચય કરાવવાનું અઘરું કાર્ય પૂ.ગુરુમાના વિદ્રતાપૂર્ણ નેતૃત્વમાં થયું. ત્યાં ઉપસ્થિત અન્ય સંતજનો એ પણ જ્ઞાન પીરસ્યુ આ શિબિરનો રંગ ધાર્મિક છતાં આધ્યાત્મિક વધુ રહ્યો. જ્ઞાન દ્વારા ધર્મપ્રવેશની આ પ્રક્રિયામાં જીવન માટે અમૂલ્ય ભાથું પીરસાયું.

અહીં ગુરુજનો એ સમૂહજીવન, સહજીવન અને આશ્રમ જીવનની અનુભૂતિની ઝાંખી કરાવી શિસ્ત અને સંયમના પાઠ ભણાવ્યા. સમય પાલનનું મૂલ્ય સમજાવ્યું. એકાંતવાસની અગત્યતા સમજાવી. ઉપનિષદ-ગીતા-ભાગવત્ ના જ્ઞાન થી સજેલા થાળમાં ભક્તિ રસનો આસ્વાદ કરાવ્યો. જેમની સામે જોવા કે જવાની હિંમત ન્હોતી. એ સાધુ-સંતજનો સાથે વાર્તાલાપની તક મળી. જીવનનું એક અજાણ્યું ક્ષેત્ર ખૂબ કોમળતાથી જાત સામે ઊગાડ પામી રહ્યું. જીવનના તમામ અગત્યના ગુણોને સાચા અર્થમાં, સંપૂર્ણ પણે પ્રામાણિકતાથી જીવવાનો અવસર સાંપડ્યો. આ વિશાળ વિશ્વમાં, પૃથ્વીનો એક નાનકડો ટુકડો, જ્યાં સહુ ભેગા મળીને જે સાત્વિક ગુણો અને શાસ્ત્રોની આરાધના કરતા હતા એ સાચે જ અકલ્પનીય હતું. વંદનીય હતું.

બાળપણથી અત્યાર સુધી ભગવા કપડાંધારી માણસો પ્રત્યે શંકાદ્રષ્ટિ જ રહી. એમના પરિવારજનો વિશે વિચાર આવતો...એમની દીનચર્યા, એમનો ઉદેશ સ્પષ્ટ નહોતો સમજાતો. આગળના લેખમાં ચર્ચા થયા પ્રમાણે ઘણી માનવ સહજ તાર્કિક વાતોનો મન પર કબજો રહેતો. આ બધી વાતો અત્યાર સુધી જેમની તેમ મનમાં સંઘરાયેલી રહી. એનું યથાયોગ્ય સમાધાન ન્હોતું મળીયું. એ તમામ દુવિધા ઉકેલ, સંતના સાનિધ્યથી મેળવી શકાયો. મારા જેવા અનેક લોકો હશે જે આ અનુભૂતિમાં જીવતા હશે. સામે એવા પણ પરિવારો છે જ્યાં સાધુને આવકાર છે, સ્વીકાર છે...

સાધુત્વનો જન્મ કેવી રીતે થાય છે. એનો માત્ર એક જ લીટીમાં જવાબ મળ્યો. ''અંતર-હદય જેટલું શુધ્ધ બને છે, સાફ થાય છે એટલી આ દિશા સ્પષ્ટ થાય છે.'' એમાં કોઈ મહાત્મા, ગુણીજન, સત્સંગ કે ભક્તિ-ભજન પણ કારણભૂત બની શકે છે. સાધુ એટલે સજ્જન, જેનો વ્યવહાર મહાત્મા જેવો હોય. સત્ + જન = સજ્જન. સત્ એટલે બ્રહ્મ - ભગવાન. ક્યારેક આપણે ' ભગવાનનો માણસ ' એવો શબ્દ પ્રયોગ કરીએ છીએ. આજ છે સાધુતાની વ્યાખ્યા. 'સાધુ' શબ્દ 'સરસ' દર્શાવવા માટે પણ પ્રયોજવામાં આવે છે.

ભગવો રંગ અને સાધુને શું સંબંધ ? એ પ્રશ્નના ઉત્તરમાં કહેવાયું કે જે અંદર પ્રગટયું છે એની બાહ્ય અભિવ્યક્તિ માત્ર છે. જ્ઞાનના પ્રગટીકરણની ચરમસીમા ભગવા રંગ-વસ્ત્ર દ્વારા અભિવ્યક્ત થાય છે. સાધુ અને ભગવો રંગ પરસ્પર એટલા જોડાયેલા છે કે કદાચ એને વધુ લોજીકલ કારણ આપવાની જરૂર નથી લાગતી. અંતઃકરણથી સાધુત્વ સ્વીકારીને જીવનારા સંસારીઓ પણ સમાજમાં જોવા મળે છે. સત્યનારાયણની કથામાં 'સાધુ વાણિયો' શબ્દ સાંભળવામાં આવ્યો હશે. નરસિંહ મહેતા એનું ઉત્તમોત્તમ ઉદાહરણ છે. તમામ જબાદારી નિભાવતા-નિભાવતા, પત્નીના મૃત્યુ બાદ એમણે ગાયું 'ભલું થયું ભાંગી જંજાળ, સુખે ભજીશું શ્રીગોપાળ.'

સન્યાસ એટલે કે સન્ + ન્યાસ...જેમ શિલાન્યાસ શબ્દનો અર્થ છે શિલાને મૂકવી. એમ અહી ' સન્ ' નો અર્થ છે, સંસારને સારી રીતે મૂકી દેવો. (અહીં છોડી દેવો શબ્દ વપરાતો નથી એ નોંધનીય છે.) આત્મા સાક્ષાત્કારનું એવું નિર્ભેળ સ્વરૂપ જ્યાં સ્વ માંથી બહાર નીકળવાની ઘટના બને છે. સામાન્ય માણસો રોજે રોજ અનેક પ્રકારે આત્મ સાક્ષાત્કારના અનુભવ માંથી પસાર થાય છે. પરંતુ એ ભેળસેળ યુક્ત હોય છે. નિર્ભેળ આત્મસ્વરૂપનું દર્શન માત્ર અને માત્ર સારું શ્રવણ-સાંભળવાથી, એના વિશે વિચાર-ચિંતન-મનન કરવાથી (જે મનના સંશયો ઉકેલવામાં મદદરૂપ થાય છે.) અને ત્યાર બાદ નિરિધ્યાસન એટલે કે ધ્યાન દ્વારા જ પ્રપ્ત થાય છે. આ સમગ્ર પ્રોસેસ ખૂબ ધીરજ, કમિટમેન્ટ અને મક્કતાનો માર્ગ છે. આથી જ સાધુ-સંન્યાસી પરમ વંદનીય છે. સામાન્ય જનની દ્રષ્ટિએ સાધુ જીવનને સરળ સમજવામાં આવે છે.

> આડંબર પ્રધાન કળિયુગ, પોતાનું સામ્રાજ્ય જમાવવા સાધુના વેશમાં પણ અનેક સ્થાનો એ આપણને ભટકાય છે. અનેક એવા ભગવાધારી પણ છે જેમના કૃત્યો અને વ્યવહાર યોગ્ય નથી હોતા. આ માટે આપણી જાગૃતતાની જરૂર પડે છે. ' સાધુતા ' ને જીવનમાં અપનાવવા ભગવા વસ્ત્ર કે ધાર્મિક કારણો બિલકુલ જરૂરી નથી લાગતા. સાધુતા એ પરાયણતા છે. જ્યાં જે ક્ષેત્ર સાથે જોડાયેલા હોઈ એ ત્યાં આપણું સમર્પણ એ સાધુતા છે. નિષ્ઠાવાન શિક્ષક સાધુ છે. કર્તવ્ય પરાયણ ડોકટર સાધુ છે. કલાને સમર્પિત કલાકાર સાધુ છે. આવી વ્યક્તિઓની આંખોમાં ' સાધુત્વ ' છલકાતું જોવું એ લ્હાવો છે.

પરંતુ એમણે આદરેલા યજ્ઞમાં અનેક આહુતિ પછી પણ લક્ષ્ય પ્રાપ્તિ સરળ નથી. અઘરામાં અઘરી પરીક્ષા કરતાંય અઘરા આ સાધનાના પથ પર ચાલીને જીવનના સાચા લક્ષ્યને પ્રાપ્ત કરવાનો પ્રયત્ન કરનાર સાધુ - સંન્યાસી પરમ વંદનીય છે.

અહીં આ શિબીરમાં એક એવા સંતનો ભેટો થયો. જેમની વાતોથી ભારતની ભૂમિ પર જન્મ લેવાનું ગૌરવ અનુભવાયું. ભૂતકાળમાં મૂળભૂત રીતે બ્રિટિશ નાગરિકત્વ ધરાવનાર સન્નારી, બાવીસ વર્ષની ઉંમરમાં આધ્યાત્મ ભૂમિ ભારતની મુલાકાતે આવ્યા અને પછી અહીં જ વસી ગયા. ભગવાને પોતાને ભારત સિવાય ના દેશમાં જન્મ આપીને પોતાના પૂર્વજન્મના કોઈક ખરાબ કર્મોનો બદલો આપ્યો છે એવું માનતા આ સન્નારી ગંગાપ્રેમી છે. પંચોત્તેર વર્ષની વયે પહોંચ્યા પછી પણ તેઓ વર્ષના તમામ ત્રણસો પાંસઠ દિવસ ગંગાસ્નાન કરે છે. ગંગાથી વિરહ એ સહી શકતા નથી. અત્યંત પ્રેમાળ, અત્યંત પ્રભુમય, કોમળ હદયી, શુધ્ધતા-પવિત્રતાનું જીવંત સ્વરૂપ એવા આ નાનીમા (લાડકું નામ) એ દિલમાં સાધુત્વ-સંન્યાસ-પ્રભુમયતાને એકદમ સ્પષ્ટ કરી આપ્યા, જીવનમાં ક્યારેય વાસ્તવિક ન લાગેલી વાતોનો જાણે સાક્ષાત્કાર થઈ રહ્યો હતો. સતત સફળ થવા માટે ઝઝૂમતો માણસ દિશા ચૂકે છે. આડંબર અને અશાંતિને ખેંચી લાવે છે એ એને બહુ મોડે સુધી સમજાતું નથી. શાસ્ત્રો, સત્સંગ અને સંતનો સંગ જ કદાચ પુરુષાર્થનું ગર્વનર યોગ્ય દિશામાં ગોઠવી આપે છે.

આડંબર પ્રધાન કળિયુગ, પોતાનું સામ્રાજ્ય જમાવવા સાધુના વેશમાં પણ અનેક સ્થાનો એ આપણને ભટકાય છે. અનેક એવા ભગવાધારી પણ છે જેમના કૃત્યો અને વ્યવહાર યોગ્ય નથી હોતા. આ માટે આપણી જાગૃતતાની જરૂર પડે છે. 'સાધુતા' ને જીવનમાં અપનાવવા ભગવા વસ્ત્ર કે ધાર્મિક કારણો બિલકુલ જરૂરી નથી લાગતા. સાધુતા એ પરાયણતા છે. જ્યાં જે ક્ષેત્ર સાથે જોડાયેલા હોઈ એ ત્યાં આપણું સમર્પણ એ સાધુતા છે. નિષ્ઠાવાન શિક્ષક સાધુ છે. કર્તવ્ય પરાયણ ડોકટર સાધુ છે. કલાને સમર્પિત કલાકાર સાધુ છે. આવી વ્યક્તિઓની આંખોમાં ' સાધુત્વ ' છલકાતું જોવું એ લ્હાવો છે. આ મારો જાત અનુભવ છે.

અબીલ-ગુલાલ
મમતા રાવલ

શાસ્ત્રો દ્વારા કહેવાયેલા અમુક સત્યો પચાવવા અને સમજવા અઘરા હોય છે. છતાં પણ એના એજ શબ્દોમાં અહીં મુકું એજ યોગ્ય છે. વ્યક્તિના પુણ્યોનો ઉદય થાય ત્યારે જ એ સત્સંગ એટલે પ્રભુ પ્રત્યે અભિમુખતા પામે છે. જન્મ-મરણના ફેરામાંથી જીવે જાતે જ એકઝીટ લેવાની છે, જે શુધ્ધ અંતઃકરણ અને પ્રભુભક્તિ વિના અશક્ય છે. માનવ દેહ એ માટે શ્રેષ્ઠ માધ્યમ બની શકે એમ છે. જેમ ગાઢ અંધારી રાતમાં વહેલી પરોઢે, સૂર્યની ગેરહાજરી છતાં અજવાળાની અજવાશ વર્તાય છે. એમ આ જન્મે શુભ શરૂઆત કરી થોડો અજવાસ પામી શકાય એ આવકાર્ય છે.

ઋષિકેશ જેવી તપોભૂમી પર શિબીરના સાત્વિક વાતાવરણમાં પવિત્ર ગંગાને કિનારે સંતોના સાંનિધ્યમાં સાંપડેલ અનેક સ્પષ્ટતાઓ માંથી થોડા અંશો અહીં મૂક્યા છે. આ ધર્મની વાણી નથી કે નથી તરફેણ, માત્ર અને માત્ર એક સામાન્ય જીવ તરીકે જીવતાં-જીવતાં, એક પડાવ પર સાંપડેલ અનુભવને શબ્દોમાં ઊતાર્યો છે. ભૂલ માટે ક્ષમા યાચું છું.

વલ્લી પંચમૂળ

દરેક વનસ્પતિને પોતાની એક લાક્ષણીકતા હોય છે. એક આગવો ગુણ હોય છે. જે તેને બીજી વનસ્પતિઓ થી જુદો પડે છે. જયારે અમુક ગુણો એવા હોય છે કે જે બીજી વનસ્પતિઓને મળતા આવતા હોય છે. આવા મળતા આવતા ગુણો વળી વનસ્પતિઓને સંયોજીને તેનો યોગ બનાવવામાં આવે છે. આમ, વનસ્પતિનાં યોગમાં વનસ્પતિના સામાન્ય ગુણો તેમજ તેના વિશિષ્ટ ગુણોને પણ લાભ થાય છે.

આજે વધુ એક યોગ વિષે જાણીએ. ''વલ્લી પંચમૂળ''. વલ્લી એટલે વેલા (લત્તાઓ). આ યોગમાં એવી પાંચ વનસ્પતિઓનાં મૂળ વિષે વાત કરેલ છે કે જેના વેલા હોય છે. આ પાંચ ઔષધિઓ આ પ્રમાણે છે...

(૧) સારિવા, (૨) ગળો (૩) વિદારી (૪) મરડાશીંગી અને (૫) મંજીષ્ઠા.આપણે એક એક ઔષધિઓ વિષે જોઈએ.

(૧) સારિવાઃ। સરીવાને ગુજરાતીમાં 'ઉપલસરી' કહેવાય છે. સરીવાનો અર્થ થાય છે, ''જેનાથી ત્રણેય દોષોનો નાશ થાય છે તે...''

સારિવા શુક્રવર્ધક છે તથા શ્વાસ, ઉધરસ, આમ, અરુચિ, પ્રદર, તાવ, ઝાડા, આદીનો નાશ કરનાર છે.

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા
ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

- હરસમાં સારીવાના મૂળના ચૂર્ણને છાશ સાથે લેવું.
- ઘાને સાફ કરવા માટે સારીવાના પાનના ઉકાળા વડે કરવા.
- શ્વાસમાં સારીવાના મૂળથી બનાવેલ ઘી ખૂબ અસરકારક છે.
- વાયુના રોગોમાં સારીવાના મૂળ તથા અરડૂસીનાં પાન ને દૂધ સાથે લેવા.
- મૂત્રપ્રવૃત્તિ ન થતી હોય કે અલ્પ થતી હોય તો સારીવાનું ચૂર્ણ દૂધ સાથે લેવું.

ગળોઃ। અતીગુણવાન, સહજ રીતે ઉપલબ્ધ તથા આયુર્વેદમાં જેને અમૃતતુલ્ય ગણી છે તે (ગુડુચી) વિષે આપણે અગાઉ જોઈ ગયા છીએ. અહીં સંક્ષિપ્તમાં જોઈએ.

- ગળો શ્રેષ્ઠ રસાયણ છે. નિયમિત માત્રામાં સેવન કરવાથી શરીર સ્વસ્થ રહે છે.
- કમળામાં ગળોના રસને મધ સાથે સવારના સમયે પીવો.
- કોઢમાં ગળોનો રસ ખૂબ પીવો અને મગના પાણી પર રહેવાનું કથન છે.
- વાતરક્ત (ગાઉટ) માં ગળો, એરંડમૂળ તથા અરડુસીના મૂળનાં ઉકાળાને દીવેલ નાખી પીવો.
- હાથીપગામાં ગળોનો રસ તલના તેલ સાથે લેવો.

(૩) વિદારીઃ। વિદારીને લોકબોલીમાં ભોયકોળું કહેવાય છે જે ખાવામાં આવે છે. વિદારી શરીરને પુષ્ટિકરતા – બલકર્તા છે. તે રક્ત તેમજ પિત્તના રોગો

અનુસંધાન પાના નં ૭ પર

રામેશ્વરના દર્શન અને પ્રવાસ

ભાગ-૨

ચેન્નાઈમાં બે દિવસ ગુજરાતી સમાજની કેંટિનમાં જમ્યા હતા. આયોજકોએ રસોઈયા સાથે લીધા હતા. એમને રામેશ્વરમાં પહેલીવાર તેમનો કસબ બતાવવાનો અવસર મળ્યો. એટલે પહેલીવાર તૃપ્તિસભર ભોજન કરી ચાર વાગ્યે દરિયે જવાનું નક્કી કરીને અમી થોડીક ઊંઘ ખેંચી કાઢી.

● ઘડિયાળમાં મિનિટ કાંટો ચાર વગાડવા માટે બારના આંકડા પર આવે તે પહેલાં મોબાઈલ રણક્યો. રાજુભાઈનો ફોન હતો. અમે હાથ મોં ધોઈ નીચે આવ્યા. એ લોકોની ઈચ્છા દરિયામાં નહાવાની હતી. અમારી ન હતી. ધીરે પગલે બધાં કિનારે આવ્યા. ગુજરાતી સમાજ મંદિર અને સમુદ્રની વચ્ચોવચ હતી. બંને બાજુ સમાન અંતર હતું. રામેશ્વર જવાવાળા માટે આ એક ઉત્તમ સ્થાન છે. અહીંથી તમે ગમે તેટલી વાર મંદિરે અથવા દરિયાકિનારે પાંચ મિનિટમાં જ જઈ શકો છો. અમારે વધારે વાર લાગી. અમે રસ્તામાં આવેલી દુકાનોમાં શંખ જોતાં જોતાં, ભાવતાલ કરતા જતા હતા. ક્યાંક વગાડી પણ જોતાં હતાં. શિવ અને જશે શંખ લાવવાનું કહેલું એટલે ઉષાબેન લાડકા પૌત્રો માટે ઝટ શંખ ખરીદવા આતુર હતા. એક દુકાનેથી બે શંખ ખરીદાઈ ગયા પછી અમારી ચાલમાં ઝડપ આવી. અમે કિનારા પાસે ગયા. અનેક લોકો શ્રધ્ધાપૂર્વક તથા આનંદપૂર્વક નહાતા હતા. રાજુભાઈએ તરત લૂંગી ચડાવી અને પાણીમાં ઉતર્યા. ઉષાબેન અને સાથે આવેલા કલ્પનાબેને પણ પાણીમાં ઝંપલાવ્યું. હવે મનુષ્યની દરેક ક્રિયા-પ્રક્રિયા મોબાઈલના કેમેરામાં કેદ થયા વગર રહી શકતી નથી. મેં રાજુભાઈના કેમેરામાં કેટલાક ફોટા પાડ્યા. અહીંનો દરિયો એકદમ શાંત છે. દૂર સુધી ફક્ત કેડસમાણા પાણી છે. એટલે એકસાથે અસંખ્ય લોકો સ્નાન કરી શકે છે. બાળકોનેય ડરવાનું કોઈ કારણ રહેતું નથી. દૂર દૂર ક્ષિતિજ સુધી જમીન દેખાતી નથી. આટલા વિશાળ પટમાં ફેલાયેલાં જળને ભાળ્યા પછી માણસને લઘુતાનું ના થાય તો નવાઈ કહેવાય ! રત્નાકરની આટલી સમીપ આવ્યા પછી તેના વારિ માથે ચડાવ્યા વગર જઈએ તો કેવું કહેવાય ? હું અને પાર્વતી પણ પાણીમાં ઉતર્યા. પ્રભુ અને પૂરવજોના નામ લઈ માથે જળ ચડાવ્યાં. સૂરજ દેખતો ન હ્તો છતાં તે દિશામાં અંજલિ આપી.

મનના ઉમંગો
રણછોડ પરમાર

● પછી શાંતિથી ઓટલા પર બેઠા. ત્યાં તો માળા, મોતી, શંખ, માણેક વગેરે વેચવાવાળા આવી લાગ્યા. એકને માંડ માંડ દૂર કર્યો હોય ત્યાં બીજો આવી લાગે. ખાસ્સી વારે નિરાંત મળી. નિરાંત મળતાં જ સામે નારિયેળવાળો વરતાયો. હું નારિયેળ લઈ આવ્યો. છ્લોછલ પાણી ભરેલા શ્રીફળ પીવાની મઝા આવી ગઈ. લારીવાળો સ્વચ્છતાનો સાચો આગ્રહી હતો. એકપણ છોડું એ જમીન પણ પડવા દેતો ન હતો. આજુબાજુ વેરાયેલા છોડિયા સુધ્ધાં તે તુરત વીણી લેતો હતો. એ જોઈ હું એકબાજુ ફેંકેલ ખાલી નારિયેળ ઉઠાવી એની લારીમાં મૂકી આવ્યો. દરેક પ્રજાજન આવા સ્વચ્છતાના આગ્રહી હોય તો સરકારે મોટા મોટા હૉર્ડિંગ ના લગાડવા પડે.

● બીજા દિવસની સવારે બાવીસ કુંડમાં સ્નાન કરવા જવાનો કાર્યક્રમ હતો.. મંદિરની જમણી બાજુએ બાવીસ કુંડ આવેલા છે. એમાં સ્નાન કરવા જવાને ટિકિટ લેવી પડે. ટિકિટ લઈ અમે અંદર પ્રવેશ્યા. એક પછી એક કુંડ પાસેથી આપણે પસાર થવાનું. કુંડ ઉપર ઉભેલા સેવકો ડોલ વડે પાણી આપણા માથા પર રેડે. આમ વારાફરતી બાવીસ કુંડનું પાણી આપણા શિરે ઝીલવાનું થાય. રૂમ પરથી નહાયા વગર આવ્યા હોય તોય પૂરેપૂરા નહાઈ જવાય. અરે તમારી ઈચ્છા પૂરેપૂરા નહાવાની ના હોય તોય સાંગોપાંગ સ્નાન થઈ જ જાય. નહાયા પછી પહેરવાના કપડાં જો સાચવીને પ્લાસ્ટીકની કોથળીમાં ના મૂક્યા કોય તો એનુંય સ્નાન થઈ જાય.(સમગ્ર ભારત પ્લાસ્ટીકમુકત થઈ જશે ત્યારે શું થશે ?) આ બધા

અનુસંધાન પાના નં ૭ પર