સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

સલામી સવારની..

બેઠકોમાં ખોદે ડુંગર, એકલું-અટુલું!
કરે ખોખલાં નિવેદન, એકલું-અટુલું!
ખાય છે માર આતંકનો, એકલું-અટુલું!
પડી ગ્યું વિશ્વમાં ભારત એકલું-અટુલું!
('પાકિસ્તાનને એકલું કરી નાખશું' - નિર્ણય)

હાઈકુ

શાંતિ પૂજક!
હાથ બાંધી રાખ્યા છે -
બુદ્ધ-ગાંધીએ...

બે ગાલ પછી,
હવે ધરી દો માથાં -
ગાંધી ગીરીમાં...

ચિંતન

યદભાવિ ન તદ્ભાવિ ભાવિ ચેન્ન તદન્યથા ।
ઈતિ ચિંતા વિષઘ્નો અભયગદ: કિં ન પીયતે ॥

આ શ્લોકમાં ચિંતારૂપી ઝેરના પ્યલાનો સરળ ઉપચાર-ઉપાય બતાવવામાં આવ્યો છે :

જે તમારા ભાવિમાં વિધિએ નથી લખ્યું તે નથી જ થવાનું અર્થાત્ જે ભાગ્યમાં નિર્મિત છે તે તો થવાનું જ છે થઈને રહેવાનું જ છે.

અને જે તમારા નશીબમાં નથી તે કદાપિ તમને મળવાનું નથી જ એ પણ એટલું જ નિશ્ચિત છે. આમાં કોઈ પણ ભાગ્ય વિધાતા ફેરપાર કરી શકે એમ નથી.

માણસ પોતાના ભાવિ વિષે ચિંતા કરી નાહક દુ:ખી થાય છે. ચિંતાને દૂર રાખવાનો જ આ સરળ ઉપચાર છે. આ વિચાર-સંકલ્પ ચિંતાને એક ઝાટકે દૂર કરી શકાય છે.

એવું વિચારો કે વિધિ-ભાગ્ય-કર્મ અનુસાર ફળ-પરિણામ-સુખ-દુ:ખ આવવાનાં જ છે એની ચિંતા છોડી વર્તમાનમાં આનંદની ક્ષણ જીવો.

સુવિચાર

- અન્યના મનને જીતનારો હોંશિયાર કહેવાય,
  પોતાના મનને જીતનારો નસીબદાર કહેવાય - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- જયાં રાગ-દ્વેષ છે ત્યાં જગતની સ્મૃતિ છે,
  રાગ-દ્વેષ નિર્મૂલ થયા એટલે જગતની વિસ્મૃતિ છે - **મુંબઈ સમાચાર**
- જેની પાસે દિલની દોલત હોતી નથી એને જ દુનિયાની દોલતમાં આસક્તિ હોય છે - **ચંદ્રકાન્ત બક્ષી**
- ભોજન અને ભજનમાં જે પરિવાર સાથે જ હે છે...
  એ પરિવારનું કયારેય 'ભંજન' થતું નથી - **શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર**
- માણસે લાફટર કલબ એ કોઈ બગીચામાં શોધવા જવાની જરુર જ નથી
  એ તો ખુદ માણસના દિલમાં છે જ - **ગુણવંત શાહ**
- આજકાલ સંબંધો હૈયાનાં નહીં, પરંતુ હોદ્દાના છે - **અમૃત બિંદુ**
- આજનું ઔષધ : જીરાનો ભૂકો લેવાથી સ્ત્રીને ધાવણ વધે છે **(સંકલન : દિપક વી. આસરા)**

બોધકથા

આજનો યુવાન ખાવા-પીવામાં નહીં પણ એશ-આરામ, હાઈફાઈ વસ્તુઓ, વાહન-મોબાઈલ-કપડાં-બૂટમાં ખૂબ ખોટો-મોટો ખર્ચ કરે છે. સાદગીનું જીવન કોને કહેવાય - કેમ જીવાય એની એમને કંઈ જ ગતાગમ નથી.

આપણા એક વખતના વડાપ્રધાન - વડાપ્રધાન થયા પછી ગરીબ અને સાદગીમાં જીવ્યા - અને રહ્યા. એમનું બચપણનું જીવન પણ ખૂબ જ ગરીબીમાં પસાર થયું હતું.

એ પાઠશાળામાં ભણવા જતા ત્યારે પાંચ કીલોમીટર ચાલીને જવું હતું. ત્યારે એમની પાસે પગે પહેરવા જોડા ન હતા. ધોમ તડકામાં પણ ચાલતા જતા - આવતા.

એકવાર એમની નાની બહેને કહ્યું, - મોટાભાઈ તમે જોડા ખરીદી લ્યો ને! તમને લોકો ઉઘાડે પગે જોતાં રહે છે અને આપણી ગરીબીની જાણ થઈ જાય છે.

શાસ્ત્રીજી કહે બહેન! 'ગરીબ' હોવું એ કંઈ શરમજનક વાત નથી. ભારતમાં અનેક ગરીબો છે જેમને રહેવા ઝૂપડું નથી - ખાવા અન્ન નથી છતાં ગૌરવથી જીવે છે. જોડા વિના જીવવામાં શરમ કેવી?

પાકિસ્તાનનું આત્મઘાતી વલણ

ઉરી હુમલામાં પાકિસ્તાનની સંડોવણીના પુરાવા માગ્યા વગર જ સંયુક્ત રાષ્ટ્રોની સુરક્ષા પરિષદ (સિક્યુરિટી કાઉન્સિલ)નાં પાંચ કાયમી સભ્ય રાષ્ટ્રો પૈકીનાં ચાર ભારતના સમર્થનમાં આવી ગયાં છે. બધા જાણે છે કે આવા ઘાતકી, આત્મઘાતી હુમલા પાકિસ્તાન જ કરાવી શકે છે. હવે પાકિસ્તાન વિરુદ્ધ રજૂઆતો કરો કે ના કરો એથી કસો ફરક પડવાનો નથી. જે કડવી વાસ્તવિકતા છે તે સર્વિદિત છે. એટલે અમેરિકા, ફ્રાન્સ, ઈંગ્લેન્ડ અને રશિયા સહિત તમામ રાષ્ટ્રોએ આ મુદ્દે ભારતની પડખે રહેવાનું અને પાકિસ્તાન સાથે વહેવાર અટકાવવાનું વલણ અપનાવ્યું છે, પરંતુ ચીન મગનું નામ મરી પાડવા તૈયાર નથી. પાકિસ્તાનનું પાડોશી અફઘાનિસ્તાન અને અગાઉ પૂર્વ પાકિસ્તાન નામે ઓળખાતું ઈસ્લામિક રાષ્ટ્ર બાંગ્લાદેશ પણ ઈસ્લામાબાદ ખાતે યોજાનારી આગામી સાર્ક સમિટનો બહિષ્કાર કરી ભારત પ્રત્યે સહાનુભૂતિ અને પાક પ્રેરિત આતંકવાદ સામે અસંમતિ દર્શાવવાનાં હોવાનું જાણવા મળે છે. આમ, વિશ્વ પરિવારથી પાકિસ્તાનને એકલું અટૂલું પાડી દેવાની કૂટનીતિમાં ભારતને સફળતા મળે એવી શક્યતા વરતાઈ રહી છે, જેનું શ્રેય પાછું 'વિશ્વનેતા' નરેન્દ્ર મોદીના જ ફાળે જવાનું છે. પરંતુ એથી કાશ્મીર સમસ્યા ઉકેલાઈ જશે એ વાતમાં માલ નથી. કાશ્મીર હવે પાકિસ્તાન માટે આરપારની લડાઈનો મુદ્દો બની રહેલ છે. ભારત સાથે કાશ્મીર મુદ્દે એક હજાર વર્ષ સુધી લાંબી લડાઈ લડી લેવાની પાકિસ્તાનની તૈયારી હોવાનું નિવેદન દાયકાઓ પૂર્વે પાક વડાપ્રધાન ઝુલ્ફીકાર અલી ભુટ્ટોએ કરેલું. એ જ વલણ એમના અનુગામી નેતાઓ અને સવિશેષ તો પાક આર્મીના કમાન્ડરો દાખવતા રહ્યા છે. પાકિસ્તાને આટલી મોટી સંખ્યામાં પરમાણુ બોમ્બ કેમ બનાવ્યા છે? ધાવણા બાળકને પૂછવામાં આવે તો પણ એ જવાબ આપી શકે એમ છે : જરુર પડ્યે આ બોમ્બ હિંદુસ્તાન પર જ ઝીંકાવાના છે. પાકિસ્તાનની આ દુશ્મનાવટને પાડોશી મહાસત્તા ચીન હરહંમેશ ધાર કાઢતું રહ્યું છે. ભારતના કોઈ સંરક્ષણમંત્રીએ કે સેનાપતિએ પાકિસ્તાન પર અણુબોમ્બ ફેંકવાની વાત કયારેય કરી નથી, જયારે પાર સંરક્ષણમંત્રી તો ખુલ્લંખુલ્લા નિવેદન કરી ચૂક્યા છે કે જો ભારત કોઈ સૈનિક કાર્યવાહી કરી પાકિસ્તાન પર હુમલો કરશે તો પાકિસ્તાને તમામ વિકલ્પો તૈયાર રાખ્યા છે. એ ભારત પર અણુહુમલો પણ કરી શકે છે. કાશ્મીર મુદ્દાને બાજુએ મૂકીને હવે પાકિસ્તાન ભારત સાથે કોઈ જાતની મંત્રણા કરવા તૈયાર નથી. કાશ્મીર ભારત માટે શરુ જ ગળાની ફાંસ બની રહ્યું છે. એક નાનકડા, બિનઉપજાઉ પ્રદેશની પાછળ ભારત વરસોવરસ અબજો રૂપિયા ખર્ચ કરે છે અને હજારો જવાનોની ખુવારી વહોરે છે. કદાચ અવળચંડું પાકિસ્તાન કાશ્મીર મુદ્દે પ્રોક્સીવોર સાથે જ ખુલ્લું યુદ્ધ જાહેર કરે તો એને ચીનનું સમર્થન મળવાની સ્પષ્ટ શક્યતાઓ છે. એવા સંજોગોમાં ત્રીજું વિશ્વયુદ્ધ શરુ થઈ શકે, કારણ કે ચીન હવે અમેરિકાને એની

તંત્રીસ્થાનેથી...

હેસિયત બતાવવાની તકની રાહ જ જોઈ રહ્યું છે. જો એવું થશે તો ઉત્તર કોરિયા પણ એનાં પરમાણું હથિયારો ફેંકી દક્ષિણ કોરિયા અને જાપાનમાં ચાલતાં અમેરિકી થાણાંનો સફાયો કરી ચીન-પાકિસ્તાન સાથે જોડાઈ જવામાં વાર નહીં લગાડે. ત્રીજા વિશ્વયુદ્ધનું એપીસેન્ટર કાશ્મીર બની શકે છે!

ડેન્ગ્યુ અને આયુર્વેદ

દર વર્ષે આ સીઝનમાં ડેંગ્યુના વાયરા જોવા મળે 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 કોઈ 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.

ઈમ્યુનિટી વધારનારી અને શરીરનું ઓજસ વધારનારી ઔષધીઓનો નિયમીત ઉપયોગ કરવામાં આવે તો ડેન્ગ્યુ જેવી બિમારીઓને ભોગવવાનો વારો ન આવે

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા
ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

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. પપૈયાના પાનની સાર્વત્રિક અસર ન થતી હોવાના કારણે જ આધુનિક ચિકિત્સામાં તેને હજુ પૂર્ણ માન્યતા પ્રાપ્ત નથી. આયુર્વેદ ખૂબ ગહન શાસ્ત્ર છે. વ્યક્તિની પ્રકૃતિ, દોષ, બળ આદિ અનેક ફેક્ટરો ના અભ્યાસ બાદ તેને કે ઔષધીઓ આપવી એ નક્કી થાય છે. મારા માટે જે ઔષધી અનુકૂળ છે તે તમારા માટે પ્રતિકૂળ પણ હોઈ શકે. કદાચ આ કારણે જ પપૈયાના પાનની સાર્વત્રિક અસર નહિં જોવા મળતી હોય.

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 વિવેક્પૂર્વક 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.

ફૂલની નદી, ફૂલનું તળાવ, ફૂલનું નાનું ગામ, ફૂલનો દીવો, ફૂલહિંડોળો, ફૂલમાં ફોર્યા રામ

પ્રિય વાચકમિત્રો, તમે દર ગુરુવારે અચૂક આ કટાર વાંચતા હશો એવી ઊંચી આશા તો હું રાખતો નથી. છતાં જયારે કદાચ આ કોલમ આપ વાંચતા હશો ત્યારે કદાચ અથવા ઘણીયે વાર એવો વિચાર આવ્યો હશ કે આ ભાઈ તો બસ ફૂલ,પાંદડાં અને ઝાડવાં વગર બીજું કશું લખતા નથી. એમાં શું વાંચવાનું એવું ય મનમાં થતું હશે. કાંઈક ચિંતનાત્મક, વિચારપ્રધાન કે જીવનને ઉન્નત બનાવે એવું કશું તો આમના લખાણમાં આવતું જ નથી. જે બાબતથી જીવનમાં કોઈ ફેરફાર મતલબ કે સુધારો થવાનો ના હોય એવું બધું વાંચવાનો કોઈ અર્થ ખરો? સરસ અને મજાના સુવાક્યો, જાણીતા લેખક-કવિઓના વિચારોના અવતરણો અને આપણી પ્રાચીન ભાષા સંસ્કૃતના શ્લોક તથા એનું સરળ ભાષાંતાર, દરેક નાનકડા સુવિચારનો ખાસ લાંબો પહોળો કરવામાં આવેલો વિચાર-વિસ્તાર વગેરે બાબતોને તો આપણે માળિયે ચડાવી દીધા લાગે છે, શું કામ છાપામાં નકામી જગા રોકતા હશે?

મિત્રો, જેવા તમને વિચારો આવે છે એવા જ વિચારો મને પણ આવેલા. બાળપણથી મને છાપા જોવાની અને મોટપણથી થોડાક વાચવાની ટેવ પડેલી. હું તો કોઈ પણ છાપું ઉઘાડું એમાં મોટે ભાગે વિચારશીલ નિબંદો જ નજરે ચડતાં હતા. મહિલાઓની પૂર્તિ હોય, ધર્મવિષયક અંક હોય, સાહિત્ય અંગેની સામગ્રી હોય, રવિવાર-બુધવારની ખાસ પૂર્તિઓ હોય એ બધામાં જયાં જુઓ ત્યાં ચિંતનાત્મક લખાણો લખાણો જ ઝગમગતા હોય. આથી મને પણ આવા અને આવાથી જ વધારે ઊંચા વિચારોવાળા લાંબા-ટૂંકા નિબંધ લખવાનું બહું મન થયેલું. આ પ્રકારના લેખો લખવા માટે શી શી સામગ્રી જોઈશે એનો મેં સૌ પ્રથમ વિચાર કર્યો. મારા મનમાં પહેલું જ નામ પ્રગટ થયું, સ્વામી વિવેકાનંદનું 'ઊઠો, જાગો અને ધ્યેયપ્રાપ્તિ સુધી મંડ્યા રહો.' એવું કહેનાર સ્વામી વિવેકાનંદના ભાષણોની એક ચોપડી ને એક મિત્રે એને ભેટ મળેલી, તે મને વાચવા અને કાયમી ધોરણે રાખવા આપેલી. મને થયું સારો ચિંતનાત્મક નિબંધ લખવો હોય તો એકલા વિવેકાનંદ ના ચાલે, એટલે બજારમાં લઈ આપણા જૂના અને જાણીતા નિબંધકાર આનંદ શંકર ધ્રુવ, નવલરામ પંડ્યા અને મણિલાલ દ્વિવેદીના પુસ્તકો માટે તપાસ કરવાનું નક્કી કર્યું. એ કામ માટે અમદાવાદ જવાનું થાય એ પહેલાં હું ગ્રંથાલયમાંથી નર્મદનું એક પુસ્તક વાંચવા લઈ આવ્યો. ઘેર આવીને તરત જ વાંચવા લઈ આવ્યો. ઘેર આવીને તરત જ વાંચવા બેસી ગયો. વાંચતા વાંચતા ઊંઘ આવી ગઈ! જો કે ઊંઘતા પહેલા મને એક વિચાર જરુર આવેલો કે નર્મદના લખાણોમાં પન્નાલાલની વારતાઓ જેવી મઝા આવતી નથી. નર્મદ બહુ ગુસ્સાવાળો કવિ ગણાય છે પરંતુ ઝવેરચંદ મેઘાણીની બહારવટિયાઓની વાતો વાચતા જે રૂવાડાં ખડાં થઈ જાય છે તેવું કાંઈ નર્મદમાં થતું નથી. ભાષા પણ બાબા આદમના જમાનાની અને ખાસ તો સુરતી લઢણવાળી છે. કેટલીય વાતો આપણી પકડમાં આવતી નથી. માંડ બે ચાર પ્રકરણ વાંચી નર્મદભાઈને મારે કબાટમાં જગ્યા આપવી પડી. પછી થયું લાવ વિવેકાનંદને આત્મસાત્ કરીએ. પણ એમ કંઈ વિવેકાનંદ આપણામાં ઉતરે ખરા? મને તો એમના વિચારો નર્મદ કરતાં ય વધારે ગહન અને ગૂઢ લાગ્યા. એટલું તો હું સ્પષ્ટપણે સમજી શક્યો કે આ સ્વામીને જાણવા, માણવા અને શબ્દોમાં ઉતારવા એ મારા વસની વાત નથી. પછી તો મેં ઉત્તમલાલ ત્રિવેદી, વિષ્ણુપ્રસાદ ત્રિવેદી, આનંદશંકર, નવલરામ એ બધાના પુસ્તક ખરીદવાનું તો ઠીક, વાંચવાનું જ નહીં, અરે જોવા સુદ્ધાંનું માંડી વાળ્યું. એયને કાલનો દિવસ અને આજની ઘડી, હવે હું પુસ્તકાલયમાં ગયો હોઉં તો આ ગ્રંથોને અડવાનું પણ ટાળું છું.

મનના ઉમંગો
રણછોડ પરમાર

આટલું બનવા છતાં ચિંતનાત્મક નિબંદ લખવાનું ભૂત હજી મારા મનમાંથી નીકળ્યું ન હતું, એટલે એક બ્રાહ્મણ પાડોશી પાસેથી નાનકડી સરળ ગુજરાતી અર્થો સાથેની ગીતા લઈ આવ્યો. એ ધર્મક્ષેત્રે-કુરુક્ષેત્રે પ્રવેશ કર્યા પછી, બિલકુલ અશ્વસ્થામા જેવી મારી ગતિ થઈ. ના જીતાયું, ના મરાયું કે ના સારી રીતે જીવાયું. મતલબ કે ના પૂરેપુરું વંચાયુ, ના સમજાયું કે કશું લખાયું. હવે જે વસ્તુ મને જ જરાયે ના સમજાણી હોય તે હું બીજાને કઈ રીતે સમજાવું? જે આદર્શો મારા જીવનથી જોજનો દૂર હોય એવા આદર્શો કોઈના જીવનમાં ઉતારવા માટે હું કયા મોઢે કહી શકું? જેમ કે હું પોતે રોજ બપોરે ત્રણ કલાક નસકોરાં બોલાવતો હોઉં તો હું તમને કઈ રીતે કહું કે, 'હે યુવાનો, આળસ ત્યાગો. ઊઠો, જાગો અને ચાલવા માંડો. સિદ્ધિ તમારી વાટ જોઈને બેઠી છે.'

ખેડૂતો ખૂશ છે, કારણ કે ભાદરવાએ ભારે મહેરન કરી છે. સહેજ સાજ ચીમળાવા માંડેલા ખેતરના કપાસ, મગફળી, ગુવાર વગેરેને નવું જીવન મળી ગયું છે. સોનલવરણો તડકો ચારેકોર ઝગારા મારી રહ્યા છે. પક્ષીઓ કિલ્લોલ કરી રહ્યા છે. રંગબેરંગી પતંગિયાં ઉડાઉડ કરી રહ્યાં છે. બહાર આવો બ્હાર, ઠંડો, મીઠો અને આહ્લાદક પવન તમારી રાહ જોઈ રહ્યો છે. ચિંતા છોડો, ચિંતન છોડો, અત્યારથી ચિતાના વિચાર શા માટે કરવા? એના કરતાં ફૂલની કવિતા સાંભળો ને યાર!

ફૂલ

ફૂલનો પવન લોચન મારે વાયો,
આકાશ ભરાય એટલી સુગંધ લાવ્યો.
કોઈ તરુ ના, કોઈ ના ડાળી, કોઈ ના ડાળકી, પાન;
ફૂલનો ફુવાર એટલો ફૂટે જેમ કવિતાં ગાન;
ફૂલનો સૂરજ હદયે વાવ્યો, ફૂલનો વળી છાંયડો છાયો.
ફૂલની નદી, ફૂલનું તળાવ, ફૂલનું નાનું ગામ,
ફૂલનો દીવો, ફૂલહિંડોળો, ફૂલમાં ફોર્યા રામ;
કાળને સાગર જાત ડૂબી ત્યાં તરતાં પૂલથી ફાવ્યો.
ફૂલનો પવન લોચન મારે વાયો.

- પ્રિયકાન્ત મણિયાર

શુદ્ધ અંત:કરણથી કરેલું કાર્ય પિતૃઓને તૃપ્તિ આપે જ એમાં કોઈ શંકાને સ્થાન નથી

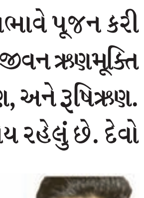
ભાદરવે પિતૃઓની યાદ આવે છે?
પાઈ પીપળે પાણી શીદ જગાડો છો?
હતાં હાજર ત્યારે તો ના જાણ્યાં !
આજ કેવી અધૂરપ લાગે છે?... ભાદરવે...
વરસાવશો ના મેણાં ટોણાંનો વરસાદ.
વડીલો સમજી પાયે પડતા રહેજો.
સરી જાય ના મોકો, હાથથી જો જો
એ યાદ રાખીને જીવતા શીખી લેજો...ભાદરવે.
દુભવશો ન દિલ કોઈના,
સદવર્તનની સમજ ના ચૂકશો.
જન્મદાતાને રાજી રાખશો,
જન્મારો આખો સુખ પામતા રહેશો... ભાદરવે.

ભાદરવા મહિનાના કૃષ્ણપક્ષના પંદર દિવસ ભારતીય હિન્દુ સભ્યતાના શ્રાદ્ધના દિવસો છે. પિતૃઓની મૃત્યુતિથીના દિવસે શ્રાદ્ધ કરાય છે. એવું કહેવાય છે કાગડો ચાર - પાંચ પેઢીની યાદદાસ્ત ધરાવે છે. તેનું આયુષ્ય લાંબુ ગણાય છે. તે આપણી પેઢીના વારસદારોને ઓળખી શકે છે. તેથી કાગડાને માધ્યમ - સાક્ષી - સ્વરૂપે કાગવાસ નાખીએ છીએ. વળી કાગડો ચતુર - ચકોર પક્ષી છે. શ્રાદ્ધપર્વ એટલે પિતૃને યાદ કરવાના દિવસો. આપણા વડવાઓના સંસ્કાર - સદગુણો આપણા જીવનમાં ઉતારવાનું આ પર્વ છે. આમ શ્રાદ્ધ એ ભાવનાનું પર્વ છે. શ્રાદ્ધદિન આપણા આત્માને-હદયને - મનને શૂચિમય બનાવવાનો દિવસ છે. પિતૃઓના પરાક્રમો અને આત્મીયજનના આદર્શોનું સ્મરણ કરીને આપણી ભાવિ કર્મરેખાઓ દોરવાનો દિવસ એટલે શ્રાદ્ધદિન. જે પૂર્વજોએ - પિતૃઓએ આપણા કલ્યાણ માટે પોતાની જાત ઘસી નાંખી - લોહીનું પાણી કર્યું એ સૌનું શ્રદ્ધાથી સ્મરણ કરી તેઓ જે યોનિમાં હોય તે યોનિમાં તેઓને દુ:ખ ન પડે સુખ અને શાંતિ મળે તે માટે પિંડદાન અને તર્પણ કરવું જોઈએ.

શ્રાદ્ધના દિવસો આપણને ગુણપૂજાનું મહત્વ સમજાવે છે. તર્પણ કરવું એટલે તૃપ્ત કરવા, સંતુષ્ટ કરવા જે વિચારો માટે જે ધર્મ અને સંસ્કુતિ માટે તેઓએ જીવન ખર્ચ્યુ તે માટે આપણે પણ સંકલ્પબદ્ધ બનીએ. પૂર્વજોની આબરૂ - પ્રતિષ્ઠા વધે એવું વર્તન અને જીવન રાખીએ તો તે જરૂર તૃપ્ત થાય. રોજ દેવો, પિતૃઓ અને રૂષિઓની તૃપ્તિ રહે એવું ગમતું જીવન જીવીએ. અને વર્ષમાં એક દિવસ જે પિતૃને - રૂષિને આપણે માન્યા હોય તેમના શ્રાદ્ધ નિમિત્તે આપણે આપણા જીવનનું આત્મપરિક્ષણ કરીએ અને કેટલા આગળ વધ્યા - ક્યાં અટક્યા તેને તટસ્થપણે વિચારીએ. પિતૃઓના પરાક્રમો - સરાહનીય બાબતો, તેમની કુટુમ્બવત્સલતા અને તેમના આદર્શોને યાદ કરી આપણે આપણા ભવિષ્યને કર્મ વડે ઉજાળનો દિવસ જેને આપણે શ્રાદ્ધદિન કહીએ છીએ.આ દિવસોમાં આત્મચિંતન કરવાની તક સામ્પડે છે. શ્રાદ્ધના દિવસોમાં પ્રત્યેકે આત્મખોજ કરવી ઘટે! પૂર્વજોના આદર્શો... ગુણો... તેમનો કુટુંબપ્રેમ આ બધામાંથી આપણે કશું અપનાવ્યું ખરું?! એમણે ચાતરેલા સુપંથે આપણે કેટલું ને કેવું ચાલ્યા?! વસુધૈવ કુટુંબકમની ભાવનાને કદી અનુસર્યા ખરા?! આવા સવાલોના સાચા ઉકેલ શોધવાનો દિવસ એટલે શ્રાદ્ધપક્ષ.

વર્ષભર કરેલી ભૂલો સુધારી પુન: સુપંથે આગળ વધવા સંકલ્પબદ્ધ થવાની તક શ્રાદ્ધના દિવસો આપે છે. ભૂલ્યા ત્યાંથી ફરીથી ગણવાની તક મળે છે. પરંતુ ક્યારેય કદી આવું વિચાર્યું છે ખરું?! બસ બ્રાહ્મણ બોલાવી કર્મકાંડ કરી આત્મસંતોષ માની લઈએ છીએ. ક્રિયાકાંડ કરીને બસ છૂટી જવું... શ્રાદ્ધ એ તો શ્રદ્ધાનો વિષય છે. એમાં અંધશ્રદ્ધા કે અનુકરણ નથી પરંતુ શ્રદ્ધાપૂર્વકની આત્મખોજ છે. શ્રાદ્ધ એ માત્ર પરાપૂર્વથી ચાલ્યું આવતું કર્મકાંડ નથી. શસ્ત્રોમાં નિરૂપાયેલા આચારો ભાવના સાથે સમન્વિત થયા છે તેથી મહામૂલ્યવાન છે. આજે તો ભાવનાશૂન્ય ઘરેડબદ્ધ જીવાતા જીવનમાં 'કાગવાસ' નાંખી મિથ્યા આનંદ માણીયે છીએ. આજનો સ્વાર્થપંગુ માણસ ખુદ ભીતરથી જ અશાંત છે. ખુદનેય ક્યાં ઓળખી શક્યો છે. બસ એકમેવ સ્વ-સુખ માટે યુક્તિ પ્રયુક્તિઓ આદરી પંડમાં જ પૂરાઈ રહે છે. એ પોતાનામાંથી ક્યાં બહાર નિકળી શક્યો છે ભાઈ-ભાંડુ, કુટુંબ-પરિવાર સાથે સારા વર્તન વ્યવહાર પણ કરી શકતો નથી. એ પેલા દિવંગત પિતૃઓની કૃતજ્ઞતા તો ક્યાંથી વ્યક્ત કરી શકે!

દોસ્તો, કાળે જેમનો નાશ કર્યો છે પણ જેમના કર્મો અને વિચારો આજેય ચિરંજીવ છે એવા ધર્મવીરો કે કર્મવીરોનું કૃતજ્ઞભાવે પૂજન કરી ધન્યતા અનુભવવાની આ ધન્ય ઘડી છે. આપણું આ માનવજીવન ઋણમૂક્તિ માટે છે. આપણા ઉપર ત્રિવિધ ઋણ છે. દેવઋણ, પિતૃઋણ, અને રૂષિઋણ. આજે આપણે જે કંઈ છીએ તેની પાછળ આ પૂર્વજોનું શ્રેય રહેલું છે. દેવો અજર - અમર ને અભય છે. આપણે પણ એવા સત્કાર્યો આદરીએ કે આપણામાં દેવગુણો જન્મે... આપણી ભારતીય સંસ્કૃતિ મહાન, ભવ્ય અને દિવ્ય છે. એના મૂળમાં ઋષિઓની કર્મભાવના સિંચાયેલી છે.પોતે ઘસાયા ને સંસ્કૃતિને મહેંકાવી છે. આવા દિવ્ય - ભવ્ય - શાશ્વત વિચારોના વાહક બની ઋષિઋણ ફેડીએ. ઋષિસંસ્કૃતિ ટકાવવી અને ફેલાવવી એ આપણું ઈષ્ટકર્તવ્ય છે.એ તરફ આગળ વધીશું તો ઋષિ તર્પણ કર્યું ગણાશે. જેમણે નાનાથી મોટા કર્યા. આપણા કલ્યાણ માટે પોતાનો સ્વાર્થ ત્યજ્યો એવા પિતૃઓનું ઋણ આપણે ફેડવાનું છે. મા - બાપને પૂર્વજોના અગણિત ઉપકારો આપણા પર છે. એમનાં આદર્યા અધૂરાં કાર્યો પૂરાં કરવાની જવાબદારી સંતાનોની છે. એટલે જ કહેવાય છે કે 'સમ્યક તનોતિ - તનુ વિસ્તારે' - પિતાના ધ્યેય વારસાને આગળ વધારે તે સંતાન. આવા ધ્યેયનિષ્ઠ દીકરા થઈએ...



લાગણીનો મેળો
રસિક વાળંદ

ઘણા શ્રાદ્ધના સંદર્ભે મજાક કરતા હોય છે. 'બ્રાહ્મણને ખવડાવવાથી પિતૃઓને પહોંચતું હોય તો અમદાવાદમાં ખાધેલુ દિલ્હીમાં કેમ નહીં પહોંચતું હોય?' અરે ભાઈ, ભારતની બેંકમાં ભરેલાં નાણાં અમેરિકમાં ત્યાંના ચલણમાં અચૂક મળી જાય છે. આપણા સ્વજનનો અવાજ ટેલિફોન દ્વારા દુનિયાના કોઈપણ ભાગમાં પહોંચે છે...સાંભળી શકીએ છીએ તો પછી અનન્ય શ્રદ્ધાના જોરે ભક્તિભાવથી, શુદ્ધ અંત:કરણથી કરેલું કાર્ય પિતૃઓને તૃપ્તિ આપે જ એમાં કોઈ શંકાને સ્થાન નથી!!

દાદા ધર્માધિકારીએ કહ્યું છે તેમ, 'આજના લોકો ભાવનાશૂન્ય, મમત્વરહિત અને યંત્રવત બન્યા છે.' ભ્રાંત - અર્ધદગ્ધ ખ્યાલોમાં રાચનારા ભોગી જનો કૃતઘ્ન થયા છે. એવાઓને કૃતજ્ઞ બનાવવાનું કામ શાણા સમજુ લોકોએ કરવાનું છે. પિતૃતર્પણના આ દિવસો મૃતાત્માઓને યાદ કરી તર્પણ કરવાના છે. જે જન્મે એ મરે એ સનાતન સત્ય સૌએ સ્વીકારવું જ પડે. મારી દ્રષ્ટિએ તો અટલ મૃત્યુનો વિચાર કરવાના આ દિવસો. આપણે પણ પિતૃઓની માફક એક દિવસ સઘળુ છોડીને જવાના છીએ. એવું વિચારીને સત્કર્મ પ્રવૃત્ત થવા સાબદા બનીએ. આપણે પણ ઓછા નામે ઘર - પરિવાર - સમાજ - ગામ - જ્યાં છીએ ત્યાં થઈ શકે એટલું નિરપેક્ષ - નિસ્વાર્થ કાર્ય કરીએ. જેમાંથી બીજાને પણ કંઈક શીખવા મળે... પ્રેરણા મળે.. દોસ્તો, શ્રાદ્ધપર્વ આપણને જીવન રહસ્ય સમજાવે છે. આપણે પ્રેમનો પર્યાય બનીએ... સ્વજનો વડીલો... ગુરુજનો... કુટુંબીજનો... સમાજનો પ્રેમ જીતી લઈએ ... વ્યક્તિ મટી સમષ્ટિમય બનીએ એવી ઉદાત્ત ભાવના કેળવીએ...

સ્પર્શમણિ

શ્રદ્ધાના કરીએ શ્રાદ્ધ, સેવાથી કરીએ તર્પણ.
જીવન મલ્યુ જેનાથી તેવાં જ સંસ્મરણો સમર્પણ.
મૃત પિતૃઓનાં સદૈવ લોકોમાં કરીએ દર્શન!!

- rasikvaland@gmail.com