સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

સલામી સવારની..

(રજત જયંતી વર્ષ)

સારવાર ને સાધનોની અછતના બખાડા છે !
વિશ્વ પર છવાઈ જવાના એ ખોટા દેખાડા છે !
દીધો આટો વિશ્વને, હવે ચાટવી પડશે ઘંટી - મૂકાયા
કુંભ કોરોનાના, એ કારણ અખાડા છે !!

હાઈકુ

બન્યા કારણ -
નેતાજી ને 'બાવા'ઓ
છે બંન્ને 'નાગા'
(યેપ વિસ્તર સેવા)

શાહી - સ્નાન થી
મેળવી લ્યો 'મોક્ષ' ને -
કોરોના 'મુક્તિ'
(મંદિરો બંધ કુંભની છૂટ ?)

ચિંતન

શોકો નાશયતે ધૈર્ય શોકો નાશપતે શ્રુતમ્ ।
શોકો નાશયતે સર્વં નાસ્તિ શોકસમો રિપુ: ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક ડિવાઈન સંસ્કૃત સુભાષિત માંથી લેવામાં આવેલ છે.

શોક ધીરજનો નાશ કરે છે, શોક જ્ઞાન નો નાશ કરે છે. શોક સઘળાંનો નાશ કરે છે. શોક જેવો દુશ્મન કોઈ નથી.

જગતમાં બધી વાત અનુકૂળ જ બને એ અશક્ય છે. ગમે તેવા સુખી માણસને કંઈક તો પ્રતિકૂળ બનવાનું જ છે એનું કારણ છે કે મનુષ્ય ઈશ્વર જેવો સંપૂર્ણ નથી. માત્ર ઈશ્વર જ સંપૂર્ણ છે. મનુષ્યમાં કશીક અધૂરપ હોવાની જ. પરિણામે મનુષ્ય બધી સંપૂર્ણતાને ભૂલીને પેલી અધૂરપને વારંવાર યાદ કર્યે રાખે છે ફલતઃ તેને શોક થાય તે સ્વાભાવિક છે. આમ છતાં મનુષ્યે શોક ન કરવો.

ખાસ કરીને યુવા વર્ગ કે જેને જીવનના ઝાઝા અનુભવો થયા નથી તેને માટે આ બૉધ અગત્યનો છે. યુવાન વ્યક્તિઓ ઝડપથી અધીરી થઈ જાય છે અને શોક તેમને વધુ હાનિકારક નીવડે છે, આ શ્લોક યુવા વર્ગ માટે જીવનનો મુદ્રાલેખ બને એ ખરેખર ઈષ્ટ છે.

સુવિચાર

- સિર્ફ સાંસે ચલતે રહને કો હી જીંદગી નહીં કહતે... આંખો મેં ખ્વાબ ઔર દિલ મેં ઉમ્મીદેં ભી હોના જરૂરી હૈ... - **બી. એન. દસ્તુર**
- હૃદયમાં ક્યારેય ખરાબ વિચાર આવવા દેશો નહીં તે પોતાની અસર દેખાડ્યા વિના રહેશે નહીં - **મુનિશ્રી રાજહંસજી**
- જે માણસ પાસેથી બીજા લોકો સુખ મેળવી શકે છે તે માનવીને જ ખરું સુખ પ્રાપ્ત થાય છે - **અષો જરથુષ્ટ્ર**
- અસત્ય તો ઘાસ ના ઢગલા સમાન છે, સત્યની એક જ ચિનગારી તેને ભસ્મીભૂત કરી નાખે છે - **હરિભાઈ ઉપાધ્યાય**
- આત્મા મૌન રહે ત્યારે પરમાત્મા બોલી શકે - **સંત રોબિન**
- મનુષ્ય ઘણા હોય છે, પણ મનુષ્યતા વિરલાઓમાં જ હોય છે - **પ્રેમચંદ**
- આજનું ઔષધ : ગરમાળાનો ગોળ બે ગ્રામ બાળકોને આપવાથી પેટ સાફ આવે છે.

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

ડરબનમાં પણ ગાંધીજી વકીલાતના વ્યવસાયમાં સત્યનો જ આગ્રહ રાખતા એક પારસી શેઠ રૂસ્તમજી ગાંધીજીને તેમનો કેસ લડી આપવાની વિનંતિ સાથે આવ્યા. અને કહ્યું " મિ.ગાંધી. મારા પર દાણચોરીનો આરોપ છે, મારો કેસ આપ લેશો ??

ગાંધીજીએ શેઠ રૂસ્તમ સાથે વાત કરીને જાણ્યું કે શેઠ ખરેખર દાણચોરી કરતા હતા અને અગાઉ પણ ઘણીવાર આવો જ ગુનો કરી ચૂક્યા હતા. હવે શેઠ રૂસ્તમનું હૃદય પરિવર્તન થયું હતું... આથી એમણે ગાંધીજીને વચન આપ્યું કે "હું અદાલતમાં પણ સાચું જ બોલીશ " ગાંધીજીએ શેઠનો કેસ હાથ પર લીધો અને અદાલતમાં ઉલટ તપાસ લીધી. ગાંધીજી " શેઠ તમારા પરના દાણચોરીના આરોપનો તમે સ્વીકાર કરો છો ?"

શેઠ " હા, મેં દાણચોરી કરી છે"

ગાંધીજી " અગાઉ તમે કેટલીવાર દાણચોરી કરેલી ?"

શેઠે અગાઉની દાણચોરીનો અહેવાલ આપ્યો પછી ગાંધીજીએ ન્યાયાધીશને કહ્યું " નામદાર, ગુનેગારની ગુનાની કબૂલાતના ધોરણે ન્યાય તોળવાનો પાયો નંખાયો છે. આજે મારા અસીલે રજેરજ સત્ય કહ્યું છે. એનામાં હૃદય પરિવર્તન થયું છે. એની જૂબાની પરથી આપને જે પણ શિક્ષા કરવી હોય તે કરી શકો છો " ન્યાયાધીશે કડક શબ્દોમાં ચેતવણી આપી અને કોઈ સજા વિના શેઠ રૂસ્તમને બરી કરી દીધા.

પ્રજાએ જીવવું હોય તો જાતે જ જીવવાના રસ્તા શોધવા રહ્યા

તંત્રીસ્થાનેથી...

સંક્રમણ પર નિયંત્રણ મેળવવા માટે દિલ્હીના મુખ્યમંત્રી અરવિંદ કેજરીવાલે અનિવાર્ય જરૂરિયાતો પૂરતી છૂટ સાથે કડક લૉકડાઉન નાખીને એક ઉદાહરણ પૂરું પાડ્યું છે. રાજસ્થાન અને મહારાષ્ટ્રમાં પણ ત્યાંના શાસકોને આવું અણગમતું પગલું ભરવું પડ્યું છે. ગુજરાતમાં કોરોનાનું વાવાઝોડું ઊપડ્યું હોવા છતાં પ્રશાસન લૉકડાઉન નાંખવું કે કેમ એ મુદ્દે અવઢવ અનુભવી રહ્યું છે. નાયબ મુખ્યમંત્રીશ્રીએ કબૂલ પણ કર્યું છે કે પરિસ્થિતિ હવે કોઈના નિયંત્રણમાં નથી રહી, પરંતુ લૉકડાઉન જ તરણોપાય છે એ વાત સાથે તેઓ કે ખુદ કેન્દ્ર સહમત નથી. પ્રજા પોતે જ નક્કી કરે કે આ કાળઝાળ પરિસ્થિતિમાં પોતે કેવાં પગલાં ભરવાં. ટૂંકમાં ગુજરાતમાં 'સંપૂર્ણ લોકતંત્ર' ચાલે છે, બચવા માટે શું કરવું તે પ્રજા જાણે છે. રાત્રી કરફ્યું એટલા સારું જ નાખવો પડ્યો છે કે નવરા પડેલા લોકો, ખાસ કરીને શહેરોમાં નિરાંતે ટોળટપ્પાં કરવા ભેગા મળતા હોય છે, ખાણી-પીણી ચાલતી હોય ચે. લોકો ઘરમાં જ પુરાઈ રહે તો રોજીરોટીનો સવાલ પણ ઊભો થવાનો, સરકાર ચારે બાજુથી ઘેરાયેલી છે. સુરતના ટૅક્સ્ટાઈલ માર્કેટ વાળા અને મેડિકલ એસોસિયેશન તથા વેપારી મંડળો લૉકડાઉન નાખવા સારુ કલેક્ટર અને મ્યુનિસિપલ કમિશ્નરને અરજી આપી આવ્યા છે. સામે હીરાબજારમાં તેજી ચાલતી હોઈ ડાયમંડ મરચન્ટસ્ એસોસિયેશન લૉકડાઉનનો વિરોધ કરે છે. લૉકડાઉનની અફવા શરૂ થતાં જ મજૂરો અને કારીગરો વતનની વાટ પકડી લેતા હોય ત્યાં સાચેસાચું લૉકડાઉન આવે તો હીરાબજાર ઠપ્પ જ થઈ જાય. સરકાર પણ વેપારીઓ અને ઉદ્યોગપતિઓને આર્થિક નુકશાન ન ઉઠાવવું પડે અને મજૂરોની હિજરત ચાલુ ન થાય એ બાબતને વધુ મહત્ત્વ આપતી લાગે છે. એને ગત વર્ષના લૉકડાઉનની નકારાત્મક અસરોની ખબર છે 'જાન ભી ઔર જહાન ભી' - વાળી થિયરી પર કેન્દ્ર ચાલી રહેલ છે અને કેન્દ્રનાં આજ્ઞાંકિત ભાજપ શાસિત રાજ્યો પણ જ્યાં સુધી બે વડેરાઓની લીલીઝંડી ન મળે ત્યાં સુધી લૉકડાઉનનો નિર્ણય લેવાનાં નથી તે નક્કી છે. રાજકીય સંમેલનો, રેલીઓ અને સભાઓ જ કોરોનાની બીજી લહેર પાછળ કારણભૂત છે તે ખૂદ રાજકીય નેતાઓ પણ સમજે છે. એટલે લૉકડાઉન કરતાં વેક્સીનેશન ઝુંબેશ વધુ વેગવંતી કરીને કોરોનાને માત આપવાની વ્યૂહરચના અપનાવાઈ છે.પૂર્વ વડાપ્રધાન ડૉ. મનમોહનસિંહ બે દિવસ અગાઉ વર્તમાન વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીને સલાહસૂચન કરી વિદેશી વેક્સીન માટે પણ લીલી ઝંડી આપવા જણાવેલું. વેક્સીનના બે ડોઝ લીધા પછી મનમોહનસિંહ સંક્રમિત થઈને દિલ્હીની એમ્સમાં સારવાર લઈ રહ્યા છે. એટલું ચોક્કસ પ્રસ્થાપિત થઈ રહ્યું છે કે વેક્સીન લીધા પછી કોરોના સંક્રમણની ઘાતક અસર મર્યાદિત બની જાય છે. લૉકડાઉનથી કોરોના સંક્રમણની ચેન તૂટશે જ, એવું કોઈ વૈજ્ઞાનિક તારણ નહીં નીકળ્યું હોવાથી સરકાર આંશિક લૉકડાઉન - રાત્રી કરફ્યુ જેવા રસ્તા અપનાવી રહી છે. ગુજરાતમાં વીસ શહેરોમાં રાત્રી કરફ્યુ અમલમાં છે એને વિસ્તૃત કરી આખા રાજ્યમાં અમલી બનાવાય એવી શક્યતા છે. વળી ઘણા શહેરી વિસ્તારો અને ગ્રામીણ પંથકમાં પ્રજા પોતે જ સ્વૈચ્છિક કરફ્યુ અથવા આંશિક લૉકડાઉનનો પ્રયોગ કરી રહી છે. સરકાર પણ એટલું જ ઈચ્છે છે. મહામારી હવે સરકારી ધોરણે હલ થાય એ વાતમાં માલ નથી. જાતે જ જીવવાના રસ્તા શોધો !

...મેં નિહીકાને વહેલી જાણ કરી હોય તો કેવું સારું થાત

નવાં કલેવર
નટવર હેડાઉ

કેશવપ્રસાદ બાથરુમ જતી વખતે લપસીને પડી ગયેલા ત્યારથી તેમને કમરમાં ખુબ જ દુઃખાવો થતો હતો. ઘરમાં જ દેસી ઈલાજ થઈ શકે તેમ હતો તે બધા કેશવપ્રસાદ કરી ચૂક્યા હતા. પણ દુઃખાવો ઓછો થતો ન હતો.

લોકડાઉનનો સમય હતો તેમાં વૃદ્ધો અને બાળકો એ બહાર ન નીકળવું એવી સૂચનાઓ મળતી હતી. કોરોના વાયરસ રાતે ન વધે એટલો દિવસે વધી અને ફેલાઈ રહ્યો હતો. તેણે શહેરમાં આખામાં હાહાકાર મચાવી દીધો હતો. ઘરમાં રહો, સ્વસ્થ રહો એમ બધા કહેતા હતા પણ જેને દર્દ ભોગવવું પડતું હોય તેને જ ખબર પડેને તેથી છેલ્લા કેટલાય દિવસથી કેશવપ્રસાદ વારંવાર તેમના દીકરા કૃણાલને કહેતા હતા.

'બેટા, કોણ જાણે શું થઈ ગયું છે તેની ખબર જ પડતી નથી? મારો કમરનો દુઃખાવો વધતો જ જાય છે. તું એક દિવસ થોડો સમય કાઢ તો આપણે કોઈ સારા ડૉકટરને બતાવી આવીએ. મને બહુ તકલીફ થઈ રહી છે.'

'હા, બાપુજી, કાલે આપણે ડૉકટર પાસે જઈશું. તમે ચિંતા ન કરો. તમને સારું થઈ જશે. દીકરા કૃણાલે બેફીકરાઈથી જવાબ આપ્યો.'

કેશવપ્રસાદને થોડું આશ્વાસન મળ્યું. આમ પણ લોકડાઉનની આ સ્થિતિમાં પોલીસ વિભાગમાં કામ કરતો કૃણાલ ખુબ જ વ્યસ્ત હતો. તે ઘણી વખત વહેલી સવારે ડ્યુટી પર નીકળી જતો અને પરત આવતા રાતના ખાસ્સું મોડું થઈ જતું હતું. આમ જ ચાલતું હતું.

કૃણાલની કાલ આવી જ નહીં. દિવસો પર દિવસો પસાર થવા લાગ્યા. કેશવપ્રસાદ દુઃખાવો સહન કરતા રહ્યા. દિવસોના દિવસો ને અઠવાડિયાં જતાં રહ્યાં. પણ કૃણાલ તેના પિતાને ડૉકટર પાસે લઈ ગયો નહીં.

તેવામાં એક દિવસ અચાનક કેશળપ્રસાદની દીકરી નિહીકાને ખબર પડતાં તે પિતાની ખબર પૂછવા આવી પહોંચી. તેનું સાસરું પણ નજીકના સરગાસણ વિસ્તારમાં હતું. તેણે કેશવપ્રસાદના હાલત જોતાં વિહ્વળ થઈ ઉઠી.

'બાપુજી, તમે મને જાણ કેમ ન કરી. એક ફોન કરી દીધો હોત તો, તમે કેટલા હેરાન થાવ છો.' નિહીકાએ કહ્યું.

'શું કરું બેટા, મેં કૃણાલને કહ્યું હતું કે મને કોઈ સારા ડૉકટર પાસે લઈ જા, પણ તેની પાસે સમય જ નથી.' પોતાની લાચારી બતાવતા કેશવપ્રસાદ બોલી પડ્યા.

'કાંઈ વાંધો નહીં, બાપુજી, ભાઈ પાસે સમય ન હોય તો વાંધો નહીં તમારા આ દીકરી પાસે સમય છે. ચાલો હું તમને અત્યારે જ ડૉકટર પાસે લઈ જાઉં છું. નિહીકા બોલી.'

નિહીકાએ પાડોશમાં રહેલા પાડોશીના છોકરા શ્રેયાંશને કહ્યું, 'શ્રેયાંશ જરા જલ્દી જઈને રીક્ષા બોલાવી લાવને.'

'દીદી, લોકડાઉનના લીધે રીક્ષાઓ બંધ છે. પણ મારા પપ્પા ઘેર છે. તેમને કહું છું. અમારી વેગન આરમાં દાદાને લઈ જઈએ.'

'સારું, પણ જરા ઉતાવળથી જવું છે હોં.' નિહીકાએ વિહ્વળ થઈ કહ્યું.

શ્રેયાંશના પપ્પાની ગાડી આંગણા પાસે આવી ઊભી રહી. નિહીકા તેના પિતાને ડૉ. બિમલની હોસ્પિટલે લઈ આવી, ત્યાં કેશવપ્રસાદની કમરનો એક્સ-રે કરાવ્યો. કરોડરજ્જુનું હાડકું ખસી ગયું હતું. તેથી તેમને દુઃખાવો થતો હતો.

ડૉકટરે કેશવપ્રસાદને કમરે બાંધવાનો બેલ્ટ લખી આપ્યો. એક ક્રીમ અને ગોળીઓ પણ આપી. બધું લઈ તેઓ પાછાં ઘરે આવી ગયાં.

નિહીકા બાપુજીને તેમના ઘરે પહોંચાડી પાછી પોતાના સાસરે જતી રહી. તેને સંતોષ થયો તે બાપુજીને હવે બહુ જલ્દી સારું થઈ જશે.

આ તરફ કેશવપ્રસાદ વિચારતા હતા. જો મેં નિહીકાને વહેલી જાણ કરી હોય તો કેવું સારું થાત. આ એક મહિનો દુઃખાવો સહન કરવાનો વારો ન આવ્યો હોત.

આજથી એમનો દુઃખાવો ઓછો થઈ ગયો હતો.

આપણાં બે પ્રોત્સાહક શબ્દો કોઈના જીવન માટે ચિનગારી સાબિત થતાં હોય છે

આવો જીવીએ શાનદાર
વિનોદ અમલાણી
vinodjamlani12@gmail.com

થોડા દિવસો પહેલા એક મિત્રએ બે મીનીટ અને વીસ સેકન્ડસની એક સુંદર અને ભાવાત્મક વિડીયો ક્લિપ વ્હોટ્સેપ ઉપર મોકલી હતી.

શાળાનો એક વર્ગખંડ છે. એ વર્ગખંડમાં વિધાર્થીઓ 'લેસન્સ ફ્રોમ મોમલ્લ (બાએ આપેલી શીખ) વિષય ઉપર પોતાની રજૂઆત કરતાં હોય છે. એક વિધાર્થીનીએ તેનાં ઉપર બોલવાનું હતું. તે બોલવા ઊભી થઈ, શરૂઆત કરી અને બે વાક્યો બોલીને, ગભરાઈને અટકી ગઈ. એ અટકી ગઈ ત્યારે આયુષ નામનો એક વિધાર્થી તેને પ્રોત્સાહન આપીને પાનો ચડાવે છે. બીજા વિદ્યાર્થીઓએ પણ આયુષને સાથ આપે છે. આયુષ અને બીજા વિદ્યાર્થીઓનાં પ્રોત્સાહનથી એ વિદ્યાર્થીનીમાં ફરી પછી હિમ્મત આવે છે અને પોતાનું વક્તવ્ય અસરકારક રીતે પૂરું કરી શકે છે. બીજા એક વિધાર્થીએ કરાટેના દાવ કરીને ઈંટ તોડવાની હતી. એ પણ નિષ્ફળ જાય છે ત્યારે આયુષ તેને પણ પાનો ચડાવે છે. શિક્ષિકાને આયુષનું વર્તન 'ડિસ્ટર્બન્સલ્લ જેવુ લાગે છે એટલે તેને હાથ ઊંચા કરી, ભીંત તરફ મોં રાખીને ઊભા રહેવાની સજા આપે છે. પોતાને સજા મળવા છતાં આયુષ પોતાના સાથીને પ્રોત્સાહન આપતો રહે છે અને એ વિધાર્થી સફળ થાય છે. દરમ્યાન શાળાનાં આચાર્ય પ્રવેશે છે અને આયુષને ટીકાત્મક રીતે પૂછે છે કે 'તારી મમ્મીએ તને શું શીખવાડયું?લ્લ આયુષ આત્મવિશ્વાસ સાથે આચાર્યને પ્રત્યુતર આપે છે કે "ભરોસા કરના, મમ્મી કહતી હૈ અગર કોઈ અપના હોંસલા ખો દે તો ઉસકા ભરોસા બનના ચાહીએ. હોસલા ડબલ હો જાતા હૈ." આયુષનો પ્રત્યુતર સાંભળીને આચાર્ય ખુશ થાય છે અને સૌ તેને તાળીઓથી વધાવે છે.

વર્તમાન સમયમાં આપણાં કેટલાક કુટુંબીજનો, સ્નેહી-સંબંધીઓ, મિત્રો કે સહકર્મચારીઓ પોતાની હિમ્મત ખોઈ બેઠા હોય એવું લાગે છે. માત્ર વર્તમાન સમયમાં જ નહીં, કોઈપણ સમયે આવું બનતું હોય છે કે નાના-મોટા કારણસર તેઓ હિમ્મત હારી જતાં હોય છે. વ્યકિત એકવાર હિમ્મત હારી જાય પછી આપમેળે બેઠા થવું ખૂબ જ મુશ્કેલ બની જતું હોય છે. છેવટે તેઓ હારી, થાકીને, બધું પડતું મૂકીને હાથ જોડીને બેસી રહેતા હોય છે.

કોઈપણ વ્યકિત નિષ્ફળતાને કારણે હિમ્મત હારી જતી હોય છે ત્યારે તેની નિષ્ફળતાને લઈને ટીકા કરનારા ઘણાં લોકો હોય છે. તેની નિષ્ફળતાને લઈને લોકો તેને ઉતારી પાડતાં હોય છે, તેની ઠઠ્ઠા મશ્કરી કરતાં હોય છે, તેને વધારે હતોત્સાહ કરતાં હોય છે અને તેમને હતાશાની ઊંડી ગર્તામાં ધકેલી દેતા હોય છે. આમ હિમ્મત હારી ગયેલી વ્યકિતને વધારે નિરુત્સાહી કરનારા લોકોની સંખ્યા મોટી હોય છે. વ્યકિત હિમ્મત હારી જાય ત્યારે ચૂપ રહેનારા, કોઈ જ પ્રકારનો પ્રતિભાવ ન આપનારા પણ હોય છે પણ તેમની સંખ્યા નિરુત્સાહ કરનારાની સંખ્યા કરતાં ઓછી હોય છે. તેનાંથી પણ ઓછી સંખ્યા હોય છે હિમ્મતહારી ગયેલી વ્યકિતને ફરી પાછો બેઠો કરનારાની, તેમને હિમ્મત આપનારાની અને ઉત્સાહ વધારનારા લોકોની આ સંખ્યા ખૂબ જ જૂજ હોય છે.

આપણાં કોઈ સ્નેહી-સંબંધી, કુટુંબીજન કે મિત્ર હિમ્મત હારી જાય ત્યારે આપણે નક્કી કરવાનું હોય છે કે આપણે ટીકા કરનારા મોટા સમૂહ સાથે રહેવું છે, ચૂપ રહેનારા થોડા લોકો સાથે રહેવું છે કે ફરી પાછો ઉત્સાહ વધારનારા જૂજ લોક સાથે રહેવું છે. પસંદગી આપણે કરવાની છે.

હતાશ થઈ ગયેલી કે હારી ગયેલી વ્યક્તિની હિમ્મત અને જુસ્સો વધારવા માટે આપણે કોઈ જ પ્રકારનો ખર્ચ કરવો પડતો નથી. તેના માટે આપણી વધારે શકિત કે સમય પણ આપવો પડતો નથી. વધારે શ્રમ પણ ઉઠવવો પડતો નથી. માત્ર બે પ્રોત્સાહક શબ્દો થકી આપણું કામ થઈ જતું હોય છે. બસ, આપણાં મનની ઉદારતા જોઈએ જેથી કરીને મોકળા મને આપણે વ્યકિતની હિમ્મત અને તેનો જુસ્સો વધારી શકીએ. આપણે તો વ્યકિતનો જુસ્સો વધારવા માત્ર બે શબ્દો જ બોલવાના હોય છે પણ એ બે શબ્દો હિમ્મત હારી ગયેલી વ્યકિતની શકિતનો આધારસ્તંભ બની જતાં હોય છે જેના સહારે એ વ્યકિત પાછી ઊભી થઈ શકતી હોય છે.

કોઈ વ્યક્તિ કઈંક સિધ્ધી પ્રાપ્ત કરે, કઈંક સફળતા મેળવે ત્યારે પ્રશંશાનાં બે શબ્દો જેટલા મૂલ્યવાન હોય છે તેના કરતાં વધારે મૂલ્યવાન શબ્દો તેની નિષ્ફળતા સમયે ઉત્સાહ વધારવા માટે બોલાયેલ શબ્દો હોય છે. પ્રશંશા કરનારા આમ તો ઘણાં લોકો હોય પણ નિષ્ફળતા સમયે ઉત્સાહ વધારનારા લોકો તેના કરતાં હંમેશા ઓછા હોય છે.

બે પ્રોત્સાહક શબ્દોની શકિતનો અંદાજ લગાવવો કે તેની કિંમત આંકવી ખૂબ જ મુશ્કેલ જ નહિ, કદાચ અશક્ય છે. કોઈ વ્યક્તિ માટે બોલાયેલા બે પ્રોત્સાહક શબ્દો ક્યારેક એ વ્યકિતનાં જીવન માટે એક નવી ચિનગારી સાબિત થતાં હોય છે. એ બે શબ્દો તેનાં જીવનમાં આમૂલ પરિવર્તન લાવી શકતા હોય છે.

આપણે જ્યારે અન્ય કોઈ વ્યક્તિની હિમ્મત અને જુસ્સો વધારવા માટે પ્રયત્નો કરતાં હોઈએ છીએ ત્યારે એ પ્રક્રિયા દરમ્યાન આપણી હિમ્મત અને જુસ્સામાં પણ વધારો થતો હોય છે. ન કરે નારાયણને ભવિષ્યમાં ક્યારેક આપણે પણ એ વ્યક્તિ જેવી પરિસ્થિતીમાં આવી જોઈએ ત્યારે આપણે પેલી વ્યકિતને કહેલાં આપણાં પ્રોત્સાહક જ શબ્દો યાદ આવતા હોય છે અને તેનાં થકી આપણી હિમ્મતમાં વધારો થતો હોય છે. કોઈ વ્યક્તિનાં જુસ્સાને વધારવાની પ્રક્રિયા દરમ્યાન કોઈ ગેબી શકિત પણ આપણને હિમ્મત આપતી હોય છે. ઉપરાંત આપણે જે વ્યક્તિની હિમ્મત વધારશું. એ વ્યક્તિ બીજી કોઈ વ્યકિતની હિમ્મત વધારવા માટે પણ પ્રેરાશે. આમ, હિમ્મત વધારવાની એક કડી બનતી રહેશે અને આગળ વધતી રહેશે.

આપણાં કુટુંબમાં, સગા-વહાલાઓમાં, મિત્રોમાં, સહકર્મચારીઓમાં કે આપણી આસપાસ જ્યારે કોઈપણ વ્યક્તિ નાસીપાસ થઈ ગઈ હોય, હિમ્મત હારી ગઈ હોય, નિરુત્સાહી થઈ ગઈ હોય, હતાશ થઈ ગઈ હોય ત્યારે આપણે તેમનો જુસ્સો વધારવાની તક ઝડપી લઈએ, તેમનો જુસ્સો વધારીને તેમનાં જીવનનાં પરિવર્તનનો એક ભાગ બનીએ.

(વિચારબીજ : શ્રી પરાગ ભુચ, અમદાવાદ)

સુખી થવા માટે મન ભરીને જીવો, મનભંગ રોકો

જીવન ઉપવન
મહેન્દ્ર એમ ત્રિવેદી
mmtrivedi007@gmail.com

સવારનાં સૂર્યોદય સમયે આકાશી નજારો અને પંખીઓની મધુર આવાજ સાથે ચહલ-પહલ જોઈ આપણી જ ઉઘડતી આંખોમાં

કુદરત પણ આવીને દિલ સુધી ઉતરી જાય છે. દરેક સૂર્યોદય જીવનને મળતી એક નવી તક હોય છે. સૂર્ય ઉગે અને લાગે કે આપણું અસ્તિત્વ છે ઈશ્વરે આપણા અમૂલ્ય જીવનમાં આજના દિવસનો ઉમેરો કર્યો એટલે ઈષ્ટદેવને યાદ કરી નિત્ય કમમાં ગોઠવાતા હોઈએ છીએ. કૂકડાના બોલવાથી કદી સૂર્ય ઉદય થતો નથી પરંતુ આકાશમાં તેજ સૂર્યનું જોવા મળે કે કૂકડો બોલવા લાગે છે. સૂર્ય, ચંદ્ર, તારા, નદીઓ, પર્વતો, વૃક્ષો એ બધું જ જીવનને ચલાવવા, મધુરપ દેવા કુદરતે બક્ષીસ તરીકે આપ્યા છે તેમ છતાં સભ્ય માનવ સમાજે પૃથ્વી ઉપર પર્યાવરણ સહિત બધુ વિકૃત કર્યું છે. આપણે બે શબ્દોના અર્થ સમજવામાં ખુબ જ ભૂલો કરી છે આ બે શબ્દો એટલે કે આઝાદીની જરૂરત પડે અને એ પ્રમાણે જીવવામાં આવે તો વિકસિત થવામાં કોઈ વિઘ્ન નડતું નથી. જીવનમાં બધા ને જીવવું પસંદ છે ઉપરાંત મનપસંદ જીવન સૌનું લક્ષ્ય છે. ત્યારે આપણે એ જાણવું જ પડે કે મનભરીને જીવવાનો અર્થ વાસ્તવમાં શું છે? જીવન એ ઈશ્વરની બક્ષિસ છે જેમાં પ્રારબ્ધ અને કર્મ અનુસાર બધાનો સંયોગ પ્રાપ્ત થાય છે વિયોગ પણ તેનો જ હિસ્સો હોય છે ત્યારે જીવનની પ્રત્યેક ક્ષણ વિત્યા બાદ તેઓ આનંદ અને હર્ષ પ્રાપ્ત થવો જોઈએ. જીવ્યુ સાર્થક થાય તો સંતોષ-આનંદ સ્વયં પ્રગટે છે. જે કોઈ કર્મ થાય તે અપેક્ષા રહિત અને પરહિત માટે થાય ત્યારે એ પૂજા બની જાય છે ત્યાં આનંદ જ આવી શકે છે ! મનભંગ થવો એટલે જીવતી લાશ હરતી ફરતી રહે અને જે કંઈ જ પ્રાપ્ત કરી શકે નહીં. સંવેદના જાય પછી ઔપચારિકતા જ વધે છે.

જગત તો મતલબી છે અને રહેશે માટે લોકોનાં શબ્દોથી દુઃખી થવાનું વલણ ત્યાગવું જ પડે. પોતાની મસ્તીથી ખુદમાં રહેલા ખુદાને રાજી રાખવા જીવવું એ મનભરીને જીવ્યુ ગણાય ! વાસ્તવિકત જગતમાં તો રહ્યો નથી આનંદ કે નથી રહ્યો ઉમંગ અને અફસોસ વચ્ચે પરિવારો આત્મઘાતના માર્ગે ચાલી રહ્યા છે. શ્રદ્ધા, અંધશ્રદ્ધા, વિશ્વાસ જેવા તત્ત્વોને નજીક જઈને ઓળખવા જ પડે છે. અન્યથા મનોરોગ જીવનને ઘેરી વળે છે, કૃષ્ણ કહે છે કે હું તારી રક્ષા કરું છું પરંતુ તુ તારા કર્મ વિશે સાવધ રહેજે તેમાં કોઈ કશું કરી - શકશે નહીં. હવે કર્મ કરતી વખતે જ વધુ વ્યાજબી હોય તે કાળજી માણસે રાખવી જ પડે અને મનના અવાજ ને જાણવો પડે. તોરા મન દરપન કહેલાયે, ભલે બુરે સારો કર્મો કો દેખ ઔર દિખાયૈ...!! અર્પણ કોઈને એવી રીતે થાઓ કે એને સમર્પણ કરવું પડે. મન ભરીને જીવન જીવવા જે ઉપલબ્ધ છે તેનો આનંદ લેવો અને વધુ મેળવવાની તીવ્ર જિજ્ઞાસા પણ ના હોવી. હકારાત્મક વલણથી જીવનમાં રંજની અસર ઘટે છે. લોકોના મનભંગ ખુબ જ થઈ રહ્યા છે તેને રોકવાની જરૂરત છે. ઉપાય કયા હોય? પ્રથમ, લોકો શું કહેશે એ માનસિકતામાંથી બહાર નીકળવું બીજું યોગ્ય સમયે સમયને સાંચરવો. ત્રીજું કર્મફળની આશાઓ પણ ત્યાગ કરવો. ચોથું કર્તવ્ય નિભાવવાં કદી અધૂરપ ના રાખવી. પાંચમું યાદ રાખો સ્નેહની કડી છે સર્વમાં વડી અર્થાત્ પ્રેમથી કંઈ પણ કરો કદી મનભંગ થશે નહીં. આચાર વ્યવહાર અને પ્રાયશ્ચિત પોતાની સક્ષમતા કે શક્તિ મુજબ જ કરવા તેનું શિક્ષાપત્રીમાં સ્વામિનારાયણ ભગવાને આદેશથી જણાવ્યું છે. જીવનને કદી સજા માની ને જીવવું નહીં જોઈએ કેમ કે તેમાંથી જ આપત્તિઓ ઊભી થઈ જાય છે. જીવન જીવવું ફરજિયાત છે અને આત્મઘાત્ ના કરવો તેવું શાસ્ત્રોમાં પણ કહેવામ આવ્યું છે. મનભરીને જીવો તો જીવન અમૂલ્ય અવસર જ છે.

મનભરીને જીવતા લોકો માટે એક સુંદર શેર છે :

'વસંતોનો ક્રમ ગોઠવ્યો જેમણે
એ પોતે સદા પાનખરમાં રહ્યા'

મનભંગ ના થવા આ પાંચ વસ્તુઓ છોડી દેવી પડે

- લોકોને જજ કરવાનું છોડી દો.
- જીવનમાં ડરવાનું છોડી દો.
- ભૂતકાળમાં જીવવાની આદત છોડી દો.
- સ્વયંને નિમ્ન ગણવાની માનસિકતા છોડી દો.
- બહુ વિચારવાનું પણ છોડી દો.

'હમારી આરજુઓને હમેં ઈન્સાં બના ડાલા
વર્ના જબ જહાં મેં આયે થે બન્દે ખુદા કે થે'

પરિવારજનો ને સ્નેહ આપવો, ખુદ ને ખુશ રાખવું, લોકોને સમયે હૂંફ આપવી, ભૂખ્યાજનોને ભોજન આપવું, આ રીતે સ્વયંના જીવનને સાર્થક કરવાની પ્રક્રિયામાં જ નીજાનંદ છૂપાયેલો છે. પોતાની મસ્તીમાં જીવતી વ્યક્તિને કોઈની વાહ-વાહની જરૂર પડતી નથી.

અપનાપન, પરવાહ, આદર
ઔર થોડા સમય
યહીં હૈ વો દોલત જો અકસર
હમારે અપને હમ સે ચાહતે હૈ

શેર આસ્વાદ :
કંઈ અમસ્તુ સાથે નથી રહેવાતું
સાથે રહેવાનું કારણ જીવંત રાખવું પડે છે.