સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
ફોન : ૨૩૨૨૬૨૫૧

સિદ્ધિ વિના, અન્ના રાલેગણમાં, ગેલમાં બેઠા છે,
પોતાના તાનમાં ખંજરીવાલ, જેલમાં બેઠા છે
ફેલ થઇ બેઠા છે, મજબૂત સંગઠન વિના -
જયાં છે છિન્નભિન્ન છતાં બેદી સેલમાં બેઠાં છે..
(બેલના ખેલની બહાદુરી)

ધાક માત્રથી..
માછીમાર કેદીઓ -
થઇ ગ્યા મુક્ત
(મોદી મંત્રની અસર
(નમો-નમો)

'પુરૂષોત્તમો'
ને રાખ્યા લટકતા -
રામ રાજયમાં..
(પડતા મૂકાયા..)

ચિંતન

સંગ્રહૈકપરઃ પ્રાપ સમુદ્રોઅપિ રસાતલમ્ । દાતા તુ જલદઃ પશ્ય ભુવનોપરિ ગર્જતિ ॥ (૧)

જૂઓ! જે લોકો ભેગું જ કરવામાં જ માને છે અર્થાત સંગ્રહવૃત્તિ ધરાવનારનું પતન જ થાય છે સમુદ્રની વૃત્તિ બધું જળ ભેગું કરવામાં માને છે જયારે વાદળ યત્કિંચિત પણ આપવામાં માને છે તેથી તેનું સ્થાન પૃથ્વીથી પણ ઉપર છે અને ગર્જના પણ કરી શકે છે.

ગૌરવં પ્રાપ્યતે દાનાત્ ન તું વિત્તસ્ય સંચયાત્ ।
સ્થિતિઃ ઉચ્ચૈઃ પયોદાનાં પયોધીનાં અધઃ સ્થિતિઃ ॥

ઉપરના જેવા જ ભાવાર્થ વાળો અહિં બીજો શ્લોક પણ લીધો છે. કહ્યું છે - ગૌરવ આપવામાં રહેલું છે લેવામાં કે માગ-માગ કરવામાં નહીં, જૂઓ વાદળો જળને આપનારાં છે તેથી તેનું સ્થાન પર્વતો-પૃથ્વીથી પણ ઊંચુ છે. જયારે બધી બાજુથી લેનારા સમુદ્રનું સ્થાન નીચું છે.

જીવનમાં આપવાનું મહત્ત્વ છે દાન કે આર્થિક સહાય તો ઠીક પણ ભાવ-પ્રેમ લાગણી-વાત્સલ્ય જેવી ભાવાત્મક બાબતો પણ આપવાથી માનવીનું માનવતામાં ઊંચુ સ્થાન રહે છે.

સુવિચાર

- આપણે દુઃખને વધારે પડતું મહત્ત્વ આપી જીવનની સહજ ગતિને અપમાનીત કરીએ છીએ **- રમણ મહર્ષિ**
- માણસ પ્રશંસા પાત્ર બની શકે, પણ સુપાત્ર ઠરવા માટે તો એણે ક્ષણે ક્ષણે પોતાની જાતને ઘડવી પડે છે **- એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- કર્મે જે અધિકારી તું, કયારેય ફળનો નહીં, મા હો કર્મફળે દૃષ્ટિ, મા હો રાગ અકર્મમાં **- કિશોરીલાલ મશરૂવાળા**
- શૈશવને છીનવી લેતા ત્રણ વિલન છે : સમય, જેને આપણે રોકી નથી શકતા, અપેક્ષા; જે માબાપ બાળક પર લાદે છે, અને સ્કૂલ; જે થોપાયેલી શિક્ષણ પ્રણાલીનું રૂપકડું નામ છે **- નવનિત**
- ઘણીવાર આપણે વિચાર્યા વિનાના અભિપ્રાયો ઘરાવવાની સાહ્યબી ભોગવતાં હોઇએ છીએ... આવી વિચારશૂન્યતા 'સાર્વજનિક આપત્તિ' છે **- રસ્કીન જહોન**
- સવાલ : શિક્ષક તથા ઋષિની વ્યાખ્યા શું? જવાબઃ જે રિસર્ચ કરે એ ઋષિ અને જે રીસીવ કરે તે પણ ઋષિ, અને આવું ઋષિ પદ જે ધારણ કરી શકે તે જ સાચો શિક્ષક **- અખંડ આનંદ**
- તમારા બાળકો ઘર વ્યવસ્થિત રાખવા જેટલા મોટા થઇ જાય ત્યાં તો ઘરને અવ્યવસ્થિત કરનારા પૌત્રપૌત્રીઓનું ઘરમાં આગમન થઇ ચૂક્યું હોય છે **- ભૂપત વડોદરિયા**

(સંકલન : દીપક વી. આસરા)

બોધ કથા

વ્યક્તિનો પ્રેમ, લાગણી, વાત્સલ્ય સમજવા માટે એ જ પ્રેમીની દૃષ્ટિ જોઇએ, માલિકે પોતાના નોકર-કર્મચારીને સમજવા એની દૃષ્ટિથી મૂલવણી કરવી પડે, બાળક કોઇ બનાવને કેવી રીતે મૂલવશે એ એની દૃષ્ટિથી વિચારવું પડે, આપણે બધા નિર્ણયો આપણી દૃષ્ટિ-બુદ્ધિ-વિચારના માપદંડથી કરીએ છીએ એ તદ્દન ખોટું છે!

લયલા-મજનૂ અદ્‌ભૂત પ્રેમી હતાં બંને જણાં એકબીજાનો એક પળ માટે પણ વિરહ સહન ન કરી શકતાં લયલાના પિતાએ તેણીને દૂર તેના મામાને ત્યાં મોકલી દીધી.

મજની તેના વિના તરફડવા લાગ્યો. ગાંડા જેવો થઇ ગયો. 'લયલા! લયલા!'ની બૂમો પાડી તડકામાં, વરસાદમાં રાત-દિવસ ભટકવા લાગ્યો. રાજાના કાન સુધી વાત પહોંચી રાજાને દયા આવી. એણે અરબસ્તાનના જુદા જુદા વિસ્તારમાંથી બાર સુંદરીઓને બોલાવી - અને પછી મજનૂને બોલાવ્યો. અને કહ્યું, મજનૂ! જો આ બાર સુંદરીઓ અરબસ્તાનના જુદા જુદા વિસ્તારમાંથી મેં બોલાવી છે, તે બધી તારી લયના કરતાં તો ખૂબ જ સૌંદર્યવાન છે. તેમાંથી તને ગમે તે સુંદરી પસંદ કરી લે, અને લયના ને ભૂલી જા! મજનૂએ સુંદરીઓ જોઇ અને કહ્યું આમાંની એક પણ મારી લયલાની તોલે આવે એવી નથી!

રાજા ગુસ્સો થયો અને કહ્યું સૌંદર્ય પારખવાની તને દૃષ્ટિ છે કે નહીં, મજનૂ કહે, મહારાજ! લયનાની સુંદરતા જોવા માટે મજનૂની જ આંખ જોઇએ...

Email - sureshchandrabhatt18@gmail.com

બાજપાઈજીની કાવ્યકણિકાઓનો રસાસ્વાદ

ચેતનાનો સમય

-પ્રો. ઈન્દુભાઈ ભટ્ટ

બાજપાઇનું વ્યક્તિત્વ અનોખું અને આનંદમય રહ્યું છે વડાપ્રધાન પદે બિરાજેલા ત્યારે વાતવાતમાં કે ભાષણ કરતાં કરતાં કે સંસદમાં કોઇ કહેવાનું હોય ત્યારે એક કવિહૃદયના નાતે અને ગઝલકારનું હૃદય હતું એટલે કાવ્યની રસસભર કડીઓ કે પોતાની રચેલી ગઝલોમાંથી એકાદ ગઝલ સંભળાવે ત્યારે વિરોધી પાટલીએ બેઠેલાં પણ ઘડીક તો કાવ્ય અને ગઝલનો રસાસ્વાદ માણી ખુશખુશાલ થઇ જતાં. ઘડીક તો વિરોધ કરવાની વાત એકકોર રહી જાય એવાશ્રી બાજપાઇ રચેલા કાવ્યોમાંથી કેટલીક કાવ્યકણિકાઓનો રસાસ્વાદ માણીએ. બાજપાઇના કાવ્યોમાંથી માનવીને કાંઇક પ્રેરણા મળે તેવો સંદેશો હોય છે. એક કાવ્યમાં બાજપાઇ કહે છે કે -

"મન હાર કર મેદાન નહિં જીતે જાતે
ન મેદાન જીતનેસે મન નહિં જીતે જાતે"

અર્થાત્ માનવીએ તેના જીંદગીરૂપી મેદાનમાં સફળતાની સિદ્ધિઓ હાંસલ કરવી હશે તો મનને મજબૂત બનાવવું પડશે. મુશ્કેલીઓથી ડરી જાય કે હિંમત હારી જાય તો જીંદગીરૂપી મેદાનમાં જીત હાંસલ કરી શકાતી નથી.

મન ચંગા તો કથરોટમેં ગંગા. માનવીએ મનને ચંગુ રાખવું પડે. ચંગુ અર્થાત મજબૂત રાખવું પડે પરંતુ કઠોર નહિં. મનને મજબૂત બનાવીને સંઘર્ષો સામે ટકી રહીને જીંદગીરૂપી મેદાનમાં તમારા ધ્યેયોને આકાંક્ષાઓને, ઇરાદાઓને સિદ્ધ કરવા હશે તો સંઘર્ષો કે તકલીફોથી ગભરાઇ જઇને કે બાજપાજીનાં શબ્દોમાં કહીએ તો મન હારકર મૈદાન નહિં જીતે જાતે. આ વખતની લોકસભાની ચૂંટણીમાં નરેન્દ્ર મોદીએ એકલે હાથે બીડું ઝડપીને મજબૂત ઇરાદાઓ સાથે ચૂંટણીના મેદાનમાં પડતી તકલીફોથી ડર્યા વગર મનને મજબૂત બનાવી ચૂંટણીરૂપી મેદાનમાં અભૂતપૂર્વ એવી સિદ્ધિ હાંસલ કરીને વડાપ્રધાનપદ હાંસલ કર્યું છે તો આપણે માની લઇએ કે નરેન્દ્ર મોદીએ બાજપાઇજી પાસેથી પ્રેરણા મેળવી હશે. પરંતુ આ વખતની ચૂંટણીમાં જાણે કે કોંગ્રેસ પક્ષના નેતાઓએ પોતાની હાર થવાની છે તેવું માનીને અગાઉથી જ મન હારી ગયું. બાજપાઇના કાવ્યમાં કહ્યું છે તેમ મન હારકર ચૂંટણીરૂપી મેદાનમાં જીત હાંસલ કરી શકાતી નથી. વધુમાં તો કોંગ્રેસે કારમી હાર ખાધા પછી વિરોધપક્ષ તરીકે બેસવા પૂરતી પણ સીટ મળી નથી એટલે હવે તો કોંગ્રેસરૂપી મેદાનમાં કાયમી હાર માનીને રાજકારણીઓ પલોંઠી વાળીને બેસી ગયા છે કે હવે નવરા બેઠા કરવું શું. મધપુડારૂપી શાસન હતું ત્યારે રાજકારણી માખીઓ મધ ચૂસવા મધપૂડાને ચોંટી રહેતી હતી. હવે તો બધી માખીઓ કયાંક ખોવાઇ ગઇ છે. વળી કેટલીક માખીઓએ તો અગાઉથી કોંગ્રેસ ચૂંટણીના મેદાનમાં હારી જશે એમ માનીને નરેન્દ્ર મોદીનું પડખું સેવવા નીકળી ગયેલા. બાજપાઇજી કહે છે કે મન હારકર મૈદાન નહિ જીતે જાતે પરંતુ ના મૈદાન જીતને સે મન નહિ જીતે જાતે. મનને હરાવ્યા વગર નરેન્દ્ર મોદીએ લોકોના દિલ તો જીતી લીધા પરંતુ માત્ર મેદાન જીતવ માત્રથી લોકોના મન જીતી શકાતા નથી. અત્યારે તો નરેન્દ્ર મોદીએ પ્રજાના મન જીતી લીધા છે પરંતુ હવે તેમણે મેદાન જીત્યા પછી લોકોના દિલમાં છવાઇ રહેલા માટે મહેનત કરવી પડશે. કોંગ્રેસે કરેલી ભૂલોને સુધારવી પડશે. ભ્રષ્ટાચારને ખતમ કરવો પડશે, નકસલવાદ ખતમ કરવ પડશે. આતંકવાદીઓનાં આતંકને ખતમ કરવો પડશે. બાંગ્લાદેશીઓની ઘૂંસણખોરી ખતમ કરવી પડશે. ખેડૂતોની આત્મહત્યા બંધ કરવી પડશે. બેરોજગારી ખતમ કરવી પડશે. એટલે આજે તો નરેન્દ્ર મોદી સામે અનેક પડકારો છે એ પડકારોથી ગભરાયા વગર લોકતંત્રરૂપી મેદાનમાં ટકી રહેવા દેશ માટે કેટલાક કઠોર નિર્ણયો લેવા પડશે અને લોકોના મન જે જીતેલા તે જીતેલા મનને જાળવી રાખવા પડશે. એટલે બાજપાઇના કાવ્યના સંદેશાને તેના મન-હૃદયમાં સાચવી રાખીને આ સંદેસામાં જે વાત કરી છે તે પ્રમાણે શાસન કરવાનું છે. બીજા એક કાવ્યમાં બાજપાઇજી કહે છે કે -

"આંખ ખોલકર દેઓખો
ઘરમેં ભીષણ આગ લગી હૈ"

કેટલાક લોકો આત્મદર્શન કર્યા વગર પોતાની જાતમાં ડોકીયું કર્યા વગર બીજાના જીવનમાં ડોકીયું કરીને પોતાની જાતને મહાન ગણાવે છે, પરંતુ બાજપાઇજી કહે છે કે માણસે પોતાની જાતમાં ડોકીયું કરવું જોઇએ. તો જ ભાન થાય છે કે પોતાના ઘરરૂપી શરીર, મન, આત્મા, આગ લાગી હોય છે. પોતાનામાં આગ ઝરતી ખામીઓનું દર્શન કરવાને બદલે બીજાની ખામીઓ પ્રદર્શીત કરવામાં મચ્યા રહે છે. બીજા એક કાવ્યમાં બાજપાઇજીએ સરસ વાત કરી છે.

"આદમીના ઊંચા હોતા હોતા હૈ,
ના નીચા હોતા હૈ!
ના બડા હોતા હૈ!
ના છોટા હોતા હૈ!
આદમી સિર્ફ આદમી હોતા હૈ"

આ કાવ્યનો ભાવાર્થ સમજીને આપણે સહુએ આપણામાં ચેતના જગાવવાની છે માનવી તો ફક્ત માનવી જ છે એ તો ઇન્સાન છે. ઇન્સાન તરીકેની ઇન્સાનિયતને ઉજાગર કરતા રહેવાની છે. આદમી પોતે ગમે તે કોમનો હોય છેવટે તો તે એક માનવ છે. ઇશ્વરે આપણને આ જગતમાં એક ઇન્સાન તરીકે જન્મ આપ્યો છે. પોતે પૈસાદાર હોવાને નાતે પોતે ઊંચો નથી બની જતો. માનવીની મોટાઇ પૈસાથી માપી શકાતી નથી. પરંતુ તેનામાં રહેલી ઇન્સાનિયતથી માનવતાથી તેની મોટાઇ માપી શકાય છે.

માનવી ગમે તેવો મહાન હોય, ગમે તેવું મહાન શાસન ભોગવતો હોય, પોતે પૈસાદાર હોય, સંપત્તિવાન હોય તેનાથી તે મોટો બની જતો નથી. આ બધું જ હોવા છતાં તેનામાં ઇન્સાનિયત મરી પરવારી હોય તો તે મોટો નહિં, પણ નાનો બની જાય છે અને માનવી ગરીબ હોય, પૈસાદાર ના હોય છતાં તેનામાં ઇન્સાનિયત હોય, માનવતા હોય તો તે નાનો નહિં પણ મોટો બની જાય છે. આદમીને માપવો હોય તો તેની ઇન્સાનિયતને માપવી પડે છે.

વધુમાં બાજપાઇજી કહે છે કે, છોટે મનસે કોઇ બડા નહિં હોતા, ટૂટે મનસે કોઇ ખડા નહીં હોતા.

અર્થાત્ માનવીનું મન સંકુચિત હોય, સ્વાર્થી હોય લુચ્ચાઇથી ભરેલું હોય, તો તે ગમે તેવો સંપત્તિવાન હોય, પૈસાદાર હોય કે મોટો રાજકારણી નેતા હોય તો તે મહાન બની જતો નથી, વળી માનવીનું મન ભાંગી પડેલું હોય તો તે કદી ઉભો થઇ શકતો નથી. માનવીએ સંઘર્ષમય જીંદગીમાં ટકી રહેવું હોય તો તૂટેલા મનને મજબૂત બનાવવું પડશે. પોતાના નિર્ધારિત ધ્યેયને હાંસલ કરવા મનને તોડ્યા વગર અડગ મનથી ધ્યેયસિદ્ધિ માટે પ્રયત્ન કરવો પડશે. મુશ્કેલીઓથી ડરી જઇને મનને તોડી નાખશો તો કદી ઊભો થઇ શકશો નહિં. તૂટેલાં મનને તુટેલું જ રાખશો તો કદી ઊભા થઇ શકતો નહી, બીજા એક કાવ્યમાં બાજપાઇજી કહે છે કે -

"મન મેં લગી જો ગાંઠ મુશ્કીલ સે ખુલતી
દાગદાર જીંદગીના ઘાટો પર ધુલતી"

કુંટુંબમાં, સમાજમાં કયારેક માનવી વાદવિવાદમાં સંબંધો બગાડે છે અને મનમાં વેરભાવ રાખીને ગાંઠ વાળી બેસી જાય છે પરંતુ મનમાં વાળેલી ગાંઠને સહેલાઇથી, આસાનીથી ખોલી શકાતી નથી, ગાંઠ તો મુશ્કેલીથી ખુલી શકે છે. મથામણ કરવી પડે છે, સહનશીલતા દાખવવી પડે છે, સમજાવટથી પ્રેમથી ગાંઠને ખોલી શકાય છે. તમે ભલે સંબંધોમાં પડેલી ગાંઢને વાળી રાખો પરંતુ એ ગાંઠને સરકણી રાખો. બાજપાઇજી વધુમાં કહે છે કે મનમાં વાળેલી ગાંઠને તો છોડી શકાય છે પરંતુ દાગદાર જીંદગીને નદીના ઘાટ ઉપર ધોઇ શકાતી નથી. જીંદગીમાં તમારા ચારિત્ર્ય ઉપર ડાઘ લાગે તેવું જીવન જીવશો તો આ ડાઘ ગમે તે કરો કે નદીના ઘાટ ઉપર જાવ તો પણ ધોઇ શકાતા નથી.

બીજા એક કાવ્યમાં બાજપાઇએ સમજવા જેવી વાત કરી છે.

"સ્વયં કો દુસરોંકી દૃષ્ટિ સે મૈં દેખ પાતા હું"

માણસે પોતે પોતાની રીતે પોતાની જાતનું મૂલ્યાંકન કરવાને બદલે કે આત્મશ્લાઘા કરવાને બદલે બીજાની દૃષ્ટિએ તમે કેવા છો તેનો વિચાર કરો. તમારી જાતનું તમે પોતે જ પ્રદર્શન કરવાને બદલે બીજા લોકો તમારા માટે કેવો અભિપ્રાય રાખે છે તેના આધારે તમારું મૂલ્યાંકન કરો. સમાજરૂપી દર્પણમાં તમારે તમારી જાતનું સતત દર્શન કરતા રહેવાનું છે નહીં કે તમે પોતે રચેલા પોતાના જ દર્પણથી.

(આત્મશ્લાઘાથી). હું મોટો તું નાનો એ ખ્યાલ જગતનો ખોટો.

તમારે તમારી મોટાઇને એક આમઆદમી બનીને, ઇન્સાન બનીને પોતે મોટો માનવ બનવાનું છે. બીજાની નાનપ જોતાં પહેલાં કે બીજાની નાનપના ગાણા ગાતાં પહેલાં એ નાના માણસમાં રહેલી ઇન્સાનિયત અને માનવતાને ઓળખવાની જરૂર છે. તમારી દૃષ્ટિએ એ નાનો છે છતાં તે ઇન્સાનિયતથી, માનવતાથી મોટો છે અને તમે મોટા છો છતાં ઇન્સાનિયત કે માનવતા મરી પરવારેલી હોય તો તમે નાના છો.

આકાશી અગનવર્ષા ભીંજવે ત્યારે...

ગરમી બહારની હોય કે અંદરની, કામના દબાણની હોય કે સંબંધોની તાણની-એમાંથી છુટકારો મેળવવા આપણું મન આતુર બની ઉઠતું હોય છે

વિચારયાત્રા

- ડો. જય ઓઝા

આકાશમાંથી થતી અગનવર્ષા શરીરને પરસેવાથી અને મનને થાક-કંટાળાથી 'ભીંજવી' રહી છે. કાળાભમ્મર વાદળોમાંના શીતળ ઉજાસને આપણે ઝંખી રહ્યા છીએ. અધૂરામાં પૂરું કર્યું છે ચૂંટણીપંચે. દુનિયાની સૌથી મોટી લોકશાહી કવાયતરૂપ લોકસભાની ચૂંટણી પણ આવી કાળઝાળ ગરમીમાં યોજી એણે ખંગ વાળ્યો છે. ભગવાનનો પાડ કે નવ ચરણમાંનાં સાત તો પાર પડી ગયા છે અને હવે પાંચ જ દિવસમાં આ મહાનાટક પર પડદો પડતાં એની 'ગરમી'માંથી દેશ મુક્ત થશે.

ગરમી બહારની હોય કે અંદરની, કામના દબાણની હોય કે સંબંધોની તાણની, સમયની ઘટના હોય કે અણધારી પરિસ્થિતિની. આપણું મન એમાંથી છુટકારો મેળવવા આતુર બની ઊઠતું હોય છે. કોઇ પણ પ્રકારની ગરમી લાંબો સમય સહન કરનારને 'સહનશીલ' કહેવાનું આપણને ગમતું નથી હોતું.

આપણા જીવનના કેન્દ્રરૂપ સૂર્ય એની જવાળાઓથી આપણને દર વર્ષ ઉનાળામાં દઝાડે છે અને ત્યારે ત્યારે આપણે જાતજાતના શારીરિક-માનસિક એસીની શોધમાં ભટકતાં થઇ જઇએ છીએ.

કૂલ કૂલ હિલ સ્ટેશને કે દરિયા કિનારે પહોંચી આપણે ગરમી પર જીત મેળવવા મથીએ છીએ. આર્થિક, રજાના કે બીજા કોઇ પણ કારણસર હવાફેર માટે ન નીકળી શકનારા થિયેટરની ઠંડીમાં બેસીને કે છેવટે ઘરે પંખા નીચે બેસી ટીવી પર પણ ઠંડા પ્રદેશો નિહાળી આંખ મનને ઠંડક આપવા મથે છે.

છોકરાઓને ઉનાળાનું વેકેશન પડે એટલે મુંબઇ-અમદાવાદ-સુરત-વડોદરા-રાજકોટ જેવા તમામ મોટા શહેરોમાં ગામમાં મામાને ઘેરે પહોંચી જવાની સરસ પરંપરા હતી. કુટુંબભાવના બાળકોમાં વિકસે અને મોટેરાઓની દૃઢ થાય, બાળકોને ગ્રામ જીવનનો પ્રત્યક્ષ પરિચય મળે અને વિશાળતા કોને કહેવાય એ નરી આંખો જોઇ શકે. આજે ઘણી વધુ સંખ્યામાં મા-બાપ સંતાનોને લઇને શક્ય એટલે દૂર, શક્ય એટલી વાર અને શક્ય એટલાં સ્થળે વેકેશનમાં બાળકોને લઇ જતાં થયા છે. ન જઇ શકે એ ટીવી અને ઇન્ટરનેટથી પણ દેશ-દુનિયામાં બધે લટાર મારી શકે છે એય સાચું, પરંતુ મામા-મામી, એમનાં વડીલો અને સંતાનો સાથે નદીએ નાહવા જવું, રાતે ફળિયામાં ખાટલા ઢાળી ખુલ્લા આકાશ નીચે સૂવું, જાતજાતની કેરી અને બીજી દેશી વાનગીઓ આરોગવી, આનંદ અને સંતોષના કલશોરથી ઘર ગજવવું એ બધાનો અત્યારે આપણે શોધેલો (કે મજબૂરીથી સ્વીકારવો પડેલો) વિકલ્પ એટલો સશક્ત છે કે નહીં એ નિર્વિવાદ નક્કી થઇ શકે એમ નથી. આમાં મામાના ઘરને બદલે દાદા, કાકા, ફોઇ, માસીનું ઘર પણ હોય. કુટુંબભાવના એટલી દૃઢ રહેતી કે કદી કોઇ પરાયું ન બની રહેતું. આજે આર્થિક, સામાજિક, કે બીજાં કારણોસર આ પરંપરા ખાસ જીવંત નથી રહી પણ હજી થોડાં નસીબદાર બાળકોને આ મોજ માણવા મળે છે.

એક-દોઢ મહિનો રોજિંદા શહેરી વાતાવરણથી સાવ જુદી આબોહવામાં બાળકોને જીવતા મળતું હતું અને એનો એમનાં શરીર-મન પર હકારાત્મક પ્રભાવ પડતો હતો એ બહુ આવકાર્ય હતું એટલે સ્વીકાર આપણે કરવો જ પડે, આજે એનું યથાતથ પુનરાવર્તન શક્ય નથી એના ખુલ્લા સ્વીકાર સાથે.

હવે, ઉનાળામાં રોજિંદા જીવન પર નજર નાખવી પણ જરૂરી છે. ઉનાળાની આકરી ગરમી પોતાની સાથે પેટની બીમારી, ડિહાઇડ્રેશન, ચામડી પર ઉઝરડા, નાના-મોટા ફોલ્લા, ડાયરિયા, ગભરામણ, ચિડિયાપણું જેવી તકલીફો પણ લાવે છે. શરીરમાંથી પરસેવા રૂપે પાણી પણ નીકળી જાય છે. આ બધા સામે યોગ્ય સાવધાની જરૂરી છે.

સવારે ગરમી વધવા માંડે ત્યારથી સાંજે એ બરાબર ઘટી જાય ત્યાં સુધી બારી-બારણાં બંધ રાખી પડદા પાડી રાખવા, જેથી બહારની ગરમી બને એટલી ઓછી ઘરમાં ઘૂસે.

ચાર વર્ષની વય સુધીનાં બાળકોને લૂ લાગવાનું જોખમ હોય છે તો ૬૫ વર્ષની મોટી વયનાં વૃદ્ધોને તીવ્ર ગરમીથી હૃદય, મૂત્રપિંડ અને ફેફસાંની તકલીફ થઇ શકે છે. સ્થૂળકાય લોકોને તો ગરમી વધુ થાક-તકલીફ આપનારી હોય જ છે. એ ઉપરાત દિવસે વધુ કામ કરતાં લોકો અને કસરત પાછળ મંડ્યા રહેનારાઓ પણ બીમાર પડે એવું જોખમ રહે છે.

માનસિક બીમારીવાળા લોકો માટે તો ઉનાળો વધુ ખતરનાક છે. હાઇ બીપી અને હૃદયરોગના દરદીઓએ ગરમીમાં ઘર બહાર નીકળવું ટાળવું જોઇએ તથા પાણી, છાસ, જ્યુશ પીતા રહેવું જોઇએ. ડાયાબિટીસનાં દરદીઓએ પણ યોગ્ય ઉષ્ણતામાનમાં રહેવું જરૂરી છે એટલે એમને માટે એસી કે કૂલરની વ્યવસ્થા કરવી જોઇએ.

ગરમીમાં લાંબો સમય કામ કરતા રહેવાથી કે શરીરમાં પાણી/મીઠું ઘટી જવાથી ક્રેમ્પ્સ, હાથ-પગમાં દુખાવો, અપચો કે ડાયરિયા થઇ શકે છે. અશક્તિ લાગે અને ચક્કર પણ આવી જાય છે. આવી સ્થિતિમાં ઠંડા પાણીથી સ્નાન તથા થોડા થોડા સમયે જ્યુસ કે ગ્લુકોઝ લેતા રહેવાથી રાહત મળે છે. ક્લાકમાં બે ગ્લાસ પાણી પણ ફાયદાકારક બને છે.

(અનુસંધાન પાના નં. ૬ પર)

ઘર નાનું હોય કે મોટું મહેલ હોય કે સાદું ઝૂપડું સૌથી પહેલાં તો તે ઘર હોવું જોઇએ, ઘર એ કંઇ પ્રદર્શનીય ચીજ કે દેખાડાની વસ્તુ નથી, એ તો છે સ્નેહ, સ્વપર્ણ, સહાનુભૂતિ જયાં પગ મૂકતાં જ હૈયું હાશકારો અનુભવે... તન-મનના તાપ શમવા લાગે, હૈયું વાત્સલ્યભાવથી છલકાઇ જાય, ઘર એટલે સ્વીટ હોમ... ધરતીનો છેડો...

લાગણીનો મેળો

રસિક આર. વાળંદ 'નિર્ઝર'

શોધી શકશો તમે જાર મારું તરત, સાત સપનાંનું સૂકું તોરણ હશે!

દ્વારકેશ મોહનને મળીને સુદામા પાછા ફર્યા ત્યારે પોતાનું ઘર ન દેખાતાં હબકી ગયા... મહાલય જેવા ઘરમાંથી પત્નીએ દોડતાં આવીને પૂછયું; શું શોધો છો? ત્યારે સોળ શણગારે સજ્જ પોતાની પત્નીને જ ન ઓળખતાં તેઓ એ કહ્યું, હું શોધું છું મારું ઘર! અયાચકવ્રતી સુદામાને ઘર ન જડતાં અત્યંત દુઃખ થયું. આજે એકાદ ઘર તો નહિ પણ ઘરાં ના ઘરાં જ અદ્રશ્ય થયી બેઠાં છે!

મહાલયોના ફરજંદ સમા કંસ, જરાસંઘ, નરકાસુર, શિશુપાલ, દુર્યોધન... વગેરે સુદામાની આંખ આગળ તરવરે છે. ભલે ચપટી તાંદુલમાં શામળિયોજી અઢળક ઢળ્યા પ...ણ... આ હરીકૃપાનો આનંદ અવસાદની પીડાનું કારણ બને છે. તેઓએ વિચાર્યું આવી મહેલતમાં જો જીવ પરોવાશે - મોહશે, તો ઘરની સાદગી, શાંતિ, પવિત્રતા અને -સન્નતા વગેરે જરૂર તેમાંથી જતાં રહેશે, આવા વિચારથી -ભુ-સાદી રૂપ મહાલયને સમાજકલ્યાણ અને સંસ્કૃતિના જતન માટે છોડી તેઓ સહ ધર્મચારિણી સાથે પર્ણકુટી બાંધીને સુખચેનથી રહે છે. અરે, મહાઅમાત્ય ચાણક્ય પણ મહેલમાં ન રહેતાં સ્વાશ્રય અને પર્ણકુટીમાં રહેવાનું ઉચિત માન્યું હતું... આવા ઉદાત જીવનો જ ભારતીય સંસ્કૃતિને વિશ્વાગુરુની કક્ષાએ સ્થાપે છ. દોસ્તો આપણી ઘરવ્યવસ્થા ઋષિઓની નીપજ છે. જેમાં ે-મશક્તિ,સંઘશક્તિ, શ્રમશક્તિ, જ્ઞાનશક્તિ, અને શાસનશક્તિના પંચ-ાણ ધબકે છે. ઘર કોને કહેવાય? ઘર હોય ત્યાં એવું શું આવશ્યક છે તે સર્વની સ્પષ્ટ સમજ વેદોના ઋષિએ જણાવી દીધી છે. સુખ, ધાન્ય, ઘી-દૂધની સંપન્નતા, સર્વ-કાર (ઘર,મન, હૃદય વગેરે...) નું સૌદર્ય અને ઘનિષ્ટતા ન હોય તો તે ઘર નથી. ઋષિઓની દૃષ્ટિએ ગામડાં અને ઘર એ ઇન્દ્રિય શુદ્ધિ માટે છે ઇન્દ્રિય તૃઝિ માટે નહી. આ જ્ઞાન હોવાથી સુખ શાંતિ અને આનંદ મળે તે માટે માનવજાતને ગુફામાંથી ઘરમાં લાવ્યા.

ઘરમાં આત્મીયતા, ભાવ, ે-મ, પવિત્રતા, વધે અને જળવાય તે માટે ઘરની સ્થાપના ભૂમિપૂજન, ગણેશપૂજન, વગેરેથી થતી...ઘરનો ઉંબરો,પાણિયારું, રસોડું, બારસાખ અને મોભ આદિમાં દેવત્વ સ્થપાતું. તેનું પૂજન થતું ને -સાદ વહેચાતો. ઘરને એક મંદિર માનવામાં આવતું. પૂજા ઘર અને રસોડાની પવિત્રતા જાળવવામાં આવતી. ઘરનું વાતાવરણ સાદું અને સ્વચ્છ રહેતું. ક્યાંય પણ સમૃદ્ધિની આછકલાઇ ડોકાય નહી. ભૌતિક અને અધ્યાત્મિક સમૃદ્ધિનું સર્જક ઘર છે. ઈશદર્શન અને ઈશ અનુભૂતિનો ધોરીમાર્ગ ઘરમાંથી જ નીકળે છે. જે પાડોશી ધર્મ થી શરુ થઈ પરમાત્મા સુધી લઈ જાય છે. આવા પવિત્ર ઘર બાળકને ગર્ભ થી જ સંસ્કારયાત્રા શરુ કરાવે છે.

રસોડા દ્વારા તમામ નાના-મોટા, અતિથિ- અભ્યાગતો, અને પશુ-પંખી સાથેના સંબંધો, ભાવ-ે-મનું વિશ્વ સર્જે છે. શ્રમ દ્વારા શીલ રક્ષા, રક્ત શુદ્ધિ, અંતઃકરણ શુદ્ધિ તેમજ સસક્ત સંતાનો અને પવિત્ર અર્થ -ાઝિ થાય છે. સહજીવન થી સહઅસ્તિત્વ, સહકાર, સદાચાર, સંપ, સહનશીલતા, ઉદારતા, ે-મ વધે છે. સાત્વિક ભોજનથી તન-મનનું સ્વાસ્થ્ય જળવાય સાથે શીલ પણ કેળવાય છે. આવા ઉમદા ખ્યાલો ઋષિ અપેક્ષિત ઘર શબ્દ સાથે જોડાયેલા છે. ઘર શબ્દ ટચુકડો પણ અન્ય કોઈ પર્યાય વડે સમજાવી ન શકાય એવો ગર્ભિત છે. જેમાં સજીવતા અને પાવિત્ર્યનો સ્પર્શ છે. ઘર એ માત્ર તનનો નહિ પણ મનનો વિસામો છે. ઘર નાનું હોય કે મોટું મહેલ હોય કે સાદું ઝૂપડું સૌથી પહેલા તો તે ઘર હોવું જોઈએ. ઘર એ કંઈ -દર્શનીય ચીજ કે દેખાડાની વસ્તુ નથી. એ તો છે સ્નેહ, સ્વપર્ણ, સહાનુભૂતિ જયાં પગ મૂકતાં જ હૈયું હાશકારો અનુભવે... તન-મનના તાપ શમવા લાગે. હૈયું વાત્સલ્યભાવથી છલકાઈ જાય. ઘર એટલે સ્વીટ હોમ...ધરતી નો છેડો...

અહંકાર, લોભ, વૈભવ-વિલાસ ને ધન લાલસાએ આજે ઘર નષ્ટ કરી નાખ્યા છે. શાંતિ, સહકાર અને -મને સ્થાને દંભ, -માદ, અશાંતિ વધ્યાં છે. ભવ્યાતિભવ્ય મહાલયો બાંધીને પણ માણસનું ભીતરી મન અશાંત છે, ખાલીપો અનુભવે છે... માણસ સુખચેનની નિદ્રા પણ લઈ શકતો નથી. દીવાનખંડમાં -કૃતિક ચિત્રો ટીગાડી માંઝાલો ખાલીપો પૂરવા માંથી રઝાો છે...!!! અરે, તેથીજસ્તો કથાઓમાં, મંદિરોમાં,ક્લબોમાં, કે પહાડોમાં દોડાદોડ કરી છે... આજે માનવીનું બાઝાક્ષેત્ર અને બુદ્ધિની પરિસીમાઓ વિસ્તરી છે પણ આંતર જગત ઠીગરાઈ રઝાું છે. અંતઃકરણ સાવ સાંકડું, સડેલું અને નબળું બન્યું છે.

મિત્રો, ઘર તો હૃદયની ભાવનાઓથી બને છે, ઋષિઓએ ઘરને નાના રાષ્ટ્રનું રૂપ આપ્યું છે. જેમાં પિતા રાષ્ટ્રપિતા હતા, માતા રાષ્ટ્રલક્ષ્મી હતી, મોટો પુત્ર -ધાન મંત્રી હતો, નાનાં બાળકો, નોકરો, ગાય, ભેંસ, બળદ અને ખેતી સાથે સંબંધ ધરાવતો કારીગર વર્ગ તેની -જા હતી. આ રાષ્ટ્ર કુળને ચલાવવાની -ત્યેકને તાલીમ મળતી. વિશાળ કુટુંબ અને રાષ્ટ્ર સંચાલનનું શિક્ષ