સલામી સવારની..

સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

સ્વસ્થ જિંદગી માટે 'શ્વાસ' સિવાય છૂટકો નથી,
ને તાળાંબંધીમાં વિશ્વાસ સિવાય છૂટકો નથી,
ભીડમાં દોડતાં રહેવાનું તો છે જિંદગીભર -
પણ અત્યારે તો નિવાસ સિવાય છૂટકો નથી...

હાઈકુ

ભટક્યા બહુ
આજના સંજોગોમાં -
ભવન ભલું!

સાણસો લઈ -
શોધે છે તમને જ -
યેપનો યમ

ચિંતન

સ્વયંવાર્જિસ્તન્વં કલ્પયસ્વ સ્વયં યજસ્વ સ્વયં જુષસ્વ ।
મહિમા તેડન્યે ન સન્નશે ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક યજુર્વેદમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

બીજાઓના આશીર્વાદ અથવા ઉપદેશ દ્વારા કોઈનું પણ ધ્યેય કદાપિ સિદ્ધ થઈ શકતું નથી. એન માટે તો પોતાના જ શરીર, મન અને આત્મા દ્વારા સત્કર્મો અને પરોપકારના કાર્યો કરવાં પડે છે.

જો કોઈના આશીર્વાદ મળવાથી જ આપણું કલ્યાણ થઈ જતું હોય તો આજે સંસારમાં કોઈ પણ દીનહીન કે દુઃખી જોવા ન મળત. જે મનુષ્ય પોતાની જાતને નિર્બળ અને શક્તિહીન માને છે તેવા મનુષ્યને સંસારની કોઈ શક્તિ બળવાન બનાવી શકતી નથી.

ઉપદેશ અને આશીર્વાદથી મનમાં ઉત્સાહ અને તેજસ્વિતાની ભાવના જનમ લે છે અને તે મુજબનો જીવનક્રમ નક્કી થવાથી સમગ્રજીવન શ્રેષ્ઠતા અને પરાક્રમથી ઝળહળી ઉઠે છે. તેની અંતઃ ચેતના એ વિશ્વાસના આધારે વિકસિત થતી જાય છે કે પોતાને મળેલા આશીર્વાદ અને ઉપદેશની શક્તિ એનાં કાર્યોમાં સફળતા અપાવવા માટે હરહંમેશ સહયોગ આપતી રહેશે. અને તેને લક્ષ્ય સુધી પહોંચાડી દેશે. તેવા લોકો બમણાં ઉત્સાહથી કાર્ય કરવામાં લાગી જાય છે.

સુવિચાર

- મનની અવસ્થાને ફેરવી નાખે એવું કોઈ ડ્રગ હોય તો તે 'સત્ય' છે - **વિબી ટોમલિન**
- અજ્ઞાન રહેવા કરતાં જન્મવું જ નહિ, એ અધિક શ્રેયસ્કર છે, કારણ કે અજ્ઞાન જ દુર્ભાગ્યનું મૂળ છે - **પ્લેટો**
- અધ્યયનથી આપ જ્ઞાનના છોડને વિકસાવી શકો છો, પરંતુ બંનેને કુશંકાથી અલગ કરવા માટે ચિંતન જરૂરી છે - **સાઈમન રોબર્ટ**
- અવગુણ શું છે ? જે કાંઈ દુર્બળતામાંથી ઉત્પન્ન થાય છે તે - **ફ્રેડરિક નિત્શે**
- જેના મનમાંથી અહંભાવ નષ્ટ ન થાય તેને જ્ઞાનરુપી અન્ન પચશે નહિ - **સમર્થ રામદાસ**
- અનુચિત વસ્તુ પામવાની આશાઓથી નુકશાનની શરુઆત છે - **ડેમોક્રેટ્સ**
- આજનું ઔષધ : આમલી અને આવળના પાનની પેસ્ટ બનાવી તેને સાધારણ ગરમ કરી સોજા પર કે મૂઢ માર પર લગાવવાથી રાહત થાય છે

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

જર્મન સમ્રાટ રાત્રે વેશપલ્ટો કરી બર્લીનના છેડે ચાલતા ચાલતા પહોંચી ગયા. એક ગરીબ યુવાન મળ્યો તેણે સમ્રાટને કહ્યું, 'મારી ઘરડી મા ઘણા સમયથી બિમાર છે. કોઈ પણ ડૉકટર તેનો રોગ પારખી શકતો નથી. મને જો થોડાઘણા પૈસા મળી જાય તો તેના ઈલાજનો છેલ્લીવાર પ્રયાસ કરી જોઉં. મહાશય,આપ મને કંઈ મદદ કરી શકો?' સમ્રાટે યુવાનને થોડાક પૈસા આપીને કહ્યું, 'તું ડૉકટરને બોલવી લાવ. અને હું તારા ઘરે જાઉં છું, તારું સરનામું મને જણાવ.' પેલો યુવાન ડૉકટર બોલાવવા ગયો. તે દરમિયાન સમ્રાટ પેલા યુવાનના ઘરે પહોંચી ગયા. એમને જોયું તો ઝૂંપડી જેવા ઘરમાં એક વૃદ્ધા સૂતા હતા. સમ્રાટ જોસેફે પોતે ડૉકટર હોવાનો દેખાવ કર્યો, અને વૃદ્ધાની સાથે વાતચીત શરુ કરી. વૃદ્ધાએ કહ્યું, 'મારા પતિના મૃત્યુ બાદ ઘરમાં કોઈ કમાનાર નથી મારા એકના એક પુત્રનું શું થશે ? હું ચિંતામાંને ચિંતાં વધુ બિમાર થઈ રહી છું.' સમ્રાટ જોસેફે એક કાગળ ઉપર જાણે પ્રિસ્ક્રીપ્શન લખતા હોય તેમ કંઈક લખીને વૃદ્ધાને આપી દીધું અને કહ્યું, 'મેં દવા લખી આપી છે. માગવી લેજો.' થોડીવારમાં યુવાન ડૉકટરને લઈને પહોંચ્યો. વૃદ્ધાએ કહ્યું, 'હમણાં જ તો એક ડૉકટર મને મળીને દવાની પરચી આપીને ગયા છે. યુવાન સાથે આવેલા ડૉકટરે તે પરચી વાંચી ને કહ્યું કે 'એ ડૉકટર બિમારીનું મૂળ પકડી પાડ્યું છે. એ કોઈ સાધારણ ડૉકટર નથી. આપણા દેશના રાજા સમ્રાટ જોસેફ છે. તેમને પરચીમાં લખ્યું છે કે રાજકોષમાંથી તમારા કુટુંબને દર મહિને નાણા મળતા રહેશે.' આવું સાંભળી માતા-પુત્ર એ સમ્રાટ પ્રત્યે કૃતજ્ઞતા વ્યક્ત કરી.'

ગાંધીનગર માટે ગૌરવનું ટાણું

તંત્રીસ્થાનેથી...

આખો દેશ અને દુનિયા કોરોના એપેડેમિક સામે ઝઝૂમી રહી છે ત્યારે ગુજરાતની હરિયાળી રાજધાની સૌપ્રથમ એના સકંજામાંથી હેમખેમ બહાર આવી છે તે કોઈ નાની સૂની સિદ્ધિ નથી. માંડ પચ્ચીસ ત્રીસ કિ.મી.ના અંતરે આવેલ હેરિટેજ સિટી અમદાવાદ સહિતનાં મહાનગરોમાં કરફ્યૂ લંબાવવાની ફરજ પડી છે. પોઝિટિવ કેસોનો જુમલો વધતો જાય છે અને મરણાંકમાં પણ ગુજરાત અન્ય રાજયોની સરખામણીએ ફકત મહારાષ્ટ્રથી પાછળ રહ્યું છે. શા માટે કોરોનાની ઝપેટમાં અમદાવાદ સહિતનાં અન્ય ગુજરાતનાં મોટાં શહેરો આળી ગયાં અને ગાંધીનગર કે જેને કયારેક લોકો અમદાવાદ સાથેનું 'ટ્વિન સિટી' ગણે છે તે બાકાત રહી ગયું ? બલકે એક યુવા બિલ્ડરની ભૂલને કારણે ભોગ બન્યું તો પણ ફકત એનું કુટુંબ, જેમાં વૃદ્ધ વડીલ સિવાય બધાં સાજાં થઈ ગયા. છેલ્લે મૂળ આ ચેપનો પ્રચારક પણ એના સકંજામાંથી છૂટીને ઘેર આવી ગયો. જો આ યુવકે બેદકારી ન દાખવી હોય તો ગાંધીનગરની ગણતરી પણ શરુઆતથી જ 'ગ્રીન ઝોન'માં થતી હોત. ગાંધીનગરના શુદ્ધ પર્યાવરણ અને વિશાળ રાજમાર્ગો ઉપરાંત અન્ય શહેરોની સરખામણીએ ઓછી ભીડભાડ તથા વધુ સમજદારી તથા શિસ્તપાલન જેવી બાબતોને કારણે ગાંધીનગર ગુજરાતમાં સૌથી પહેલો 'કોરોના વિજય' મેળવનારું શહેર બની રહ્યું છે. એ માટે મુખ્યમંત્રીશ્રી વિજયભાઈ રૂપાણી અને નાયબ મુખ્યમંત્રીશ્રી નીતિનભાઈ પટેલથી લઈ ગાંધીનગર મહાનગરપાલિકાનાં મેયરાણી સુધીના તમામ મહાનુભાવો અભિનંદનના અધિકારી છે. સૌથી વધુ જહેમત ઉઠાવી રાજયભરની પ્રજાને આ ભયંકર ચાઈનીઝ ડ્રેગન સામે રક્ષાકવચ ઉપલબ્ધ કરાવવા અહર્નિશ ખડેપગે રહેતાં સુશ્રી જયંતી રવિ સહિતના સનદી અધિકારીઓ અને 'ફ્રંટ લાઈન વૉરિયર્સ' તરીકે કોરોના સામે જંગે મેદાનમાં ઝઝૂમતા તબીબો, નર્સો, 'લોકડાઉન' પળાવવા ખડેપગે રહેતા પોલીસદળના અધિકારીઓ અને વજાજવાનો ઉપરાંત અભિનંદનના સાચા અધિકારી તો લોકડાઉનનો પ્રામાણિકપણે અમલ કરનારા પ્રજાજનો છે. અન્ય મહાનગરોની તુલનામાં આ નગરના નગરજનો મૂઠી ઊંચેરા અને શાણા સાબિત થયા છે. એમને ઘરોમાં પુરાઈ રહેવા માટે વારંવાર ટપારવા નથી પડ્યા કે નથી પોલીસે બળજબરી કરવી પડી. શહેરની જડબેસલાક નાકાબંધી વચ્ચે પણ વરિષ્ઠ નાગરિકોને ટિફિન પહોંચાડનારા પુણ્યશાળી મહાજનોને કોઈ રોકટોક નથી થઈ. આ તમામ બાબતો ગાંધીનગરને એક સંસ્કારીનગરી તરીકેની ઓળખ ઉપલબ્ધ કરાવે છે. પડકાર આવે ત્યારે એને શાંતિપૂર્વક અને સમજણપૂર્વક ઝીલી લઈ પાર ઊતારવાની કળા ગુજરાતે અને દેશે આખાએ ગાંધીનગર પાસેથી શીખવા જેવી છે. અભિનંદન ગાંધીનગર !

...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.

અરુંધતીનો અવાજ : હું વહુવિહોણી અયોધ્યામાં આવવાની નથી

આવો જીવીએ શાનદાર
વિનોદ અમલાણી
amlani2000@yahoo.co.uk

(ગતાંકથી ચાલુ)

વાયુપુરાણમાં આલેખાયેલી દક્ષ યજ્ઞની પૌરાણિક વાત પણ ખૂબ જ જાણીતી છે. રાજા દક્ષ સતીના (માતા પાર્વતી) પિતા હતા. શિવજી અને સતીજીનું અપમાન કરવા માટે દક્ષે એક મોટા યજ્ઞનું આયોજન કર્યું. એ યજ્ઞમાં જાણી જોઈને શિવજી અને સતીજીને નિમંત્રણ ના અપાયું. યજ્ઞમાં ઉપસ્થિત રહેવા માટે સતીજીએ શિવજીને મનાવતા એવી દલીલ કરી કે દિકરી જમાઈ તો કુટુંબીજન કહેવાય. તેમને નિમંત્રણની જરૂર ના હોય. શિવજીએ સતીજીને યજ્ઞમાં જવા માટે સંમતિ આપી પણ પોતે ના ગયા. સાથે નંદીને પણ મોકલ્યા. યજ્ઞમાં સતીજી પહોંચ્યા પણ દક્ષે તેમની અવગણના કરી. પોતાના પિતા દક્ષ શિવજીને નિમંત્રણ આપે એ માટે સતીજીએ દક્ષને મનાવવા ઘણા પ્રયત્નો કર્યા પણ બધા પ્રયત્નો વ્યર્થ ગયા. ઊલટાનું દક્ષે સતીજીનું જાહેરમાં અપમાન કર્યું. એ સમયે સતીજીનો પુણ્યપ્રકોપ જાગી ઉઠ્યો. પોતાના પતિને થતાં અન્યાય સામે બંડ પોકાર્યું અને પોતાના પિતાને શ્રાપ આપ્યો કે શિવજી દ્વારા તેના સામ્રાજ્યનો વિનાશ થશે. સતીનો પુણ્યપ્રકોપ એટલો તીવ્ર હતો કે એ સમયે જ તેમણે યજ્ઞકુંડમાં પોતાની પણ આહુતિ આપી દીધી. પરિણામ સ્વરૂપે શિવજીએ દક્ષની હત્યા કરીને પૂરા યજ્ઞનો નાશ કરવા માટે રુદ્રને આદેશ આપ્યો. આમ, પોતાના સ્વામિ શિવજીને પોતાના પિતા દ્વારા થતા અન્યાય સામે સતીજીએ પોતાના પિતા સામે જ અવાજ ઉઠાવ્યો અને તેના સર્વનાશનો શ્રાપ આપ્યો હતો.

ક્યારેક ક્યારેક આ પ્રકારની ઘટનાઓ આપણી આસપાસ પણ બનતી રહેતી હોય છે અને આપણે એ ઘટનાને માત્ર સાક્ષીભાવે, મૂક બનીને, ગુરુ દ્રોણ, પિતા ભીષ્મ, ધૃતરાષ્ટ્ર કે વિદુરની જેમ નીચી મુંડી રાખીને નિહાળતા રહેતા હોઈએ છીએ. આપણી આંખ સામે થતો અન્યાય જોઈને ક્યારેક આપણી અંદર અરુંધતિ, સતી કે વિકર્ણ જાગી ઊઠતા હોય છે. એક પ્રકારનો આક્રોશ પણ જાગતો હોય છે પણ એ આક્રોશને આપણે મનમાં ને મનમાં ધરબી દેતા હોઈએ છીએ.

એક વાત ચોક્કસ છે અને એ આપણાં સૌની પ્રકૃતિ પણ છે કે આપણાં સૌની અંદર અરુંધતી, સતી કે વિકર્ણનો મિજાજ પડેલો જ હોય છે. નિર્દોષ સ્નેહીનનને પરેશાન થતી જોઈને આપણને પણ ક્યારેક અરુંધતી કે વિકર્ણ પંડ્યમાં આવી જતાં હોય છે પણ આપણાં કૌટુંબીક અને સામાજિક સંબંધો બગડે નહીં તેનાં ખોટા ડરથી આપણે આપણાં મિજાજને આપણે બહાર જ આવવા દેતાં નથી પણ તેને અંદર જ ધરબી દેતા હોઈએ છીએ. આપણે કદાચ એવું માનતા હોઈએ છીએ કે આ બધી ઘટનાઓ તો નાની છે, આપણે કદાચ એવું પણ ધારતા હોઈએ કે આપણી વાત કોઇ સંભાળશે નહી અને સોનાની જળ પાણીમાં નાંખવાનો કોઈ અર્થ નથી.

આપણી આસપાસ બનતી ઘટનાઓને આપણે જયારે નજર અંદાજ કરીને બેસી રહીએ છીએ ત્યારે શું ખરેખર આપણે તેને નજર અંદાજ કરી શકીએ છીએ? કદાચ ના. એ ઘટનાઓ આપણી આંખ સામે વારંવાર ભજવાતી રહેતી હોય છે અને આપણને મૌન રહેવા બદલ પીડા આપતી રહેતી હોય છે. માત્ર એ ઘટના જ નહીં, એ ઘટના થકી પીડિત વ્યક્તિની પીડા પણ આપણી પીડા બની જતી હોય છે. કુરુસભામાં મૌન રહેનાર ભીષ્મ, દ્રૌણ અને વિદુરને પોતાનું મૌન જીવનભર ખટકયા કરતું હતું. કુરુસભામાં પોતાના મૌન રહેવાની પીડા તેઓને કાયમ રહી હતી અને એ પીડા ક્યારેક ને ક્યારેક પરોક્ષ રીતે વ્યક્ત પણ થતી રહેતી હતી. આપણી નજર સામે સ્નેહીજનને થતા અન્યાય સમયે આપણે જો મૌન રહીએ તો આપણે પણ એ જ પ્રકારની પીડાનો ભોગ બની શકીએ છીએ એ વાતમાં બે-મત નથી.

આ પ્રકારની ઘટના સમયે અવાજ ઉઠાવવાનો અધિકારી દરેક સ્નેહીજનને હોય જ છે. મોટાભાગે આપણે "એ મારો અધિકાર નથી" એવું માનીને આપણે એ અધિકાર જતો કરતાં હોઈએ છીએ. અવાજ ઉઠાવવાનો અધિકાર એકવાર જતો કર્યો પછી એ અધિકાર બીજીવાર પ્રાપ્ત કરવો ખૂબ જ કઠિન બની જતો હોય છે.

આપણે જો યોગ્ય સમયે યોગ્ય અવાજ નહિ ઉઠાવીએ તો અન્યાય કરનાર સ્નેહીજનોનાં શબ્દોને તો લોકો યાદ રાખશે જ પણ તેનાથી વિશેષ આપણું મૌન લોકો વધારે યાદ રાખશે. સ્નેહીજનોનાં અન્યાયી વર્તન કરતાં આપણું મૌન અન્યાય થયેલી વ્યક્તિને વધારે પીડા આપે છે એ વાતને પણ કોઈ નકારી શકે એમ નથી. આપણું મૌન યાતનાનો ભોગ બનનાર વ્યક્તિને નહીં પણ યાતના આપનાર વ્યક્તિને વધારે પ્રોત્સાહન આપતું હોય છે.

રામાયણ સમયમાં ભલે અરુંધતીનાં અવાજનું કોઈ મૂલ્ય ન હતું, ભલે વિકર્ણનો અવાજ કૌરવસભામાં કોઈએ કાને ન ધર્યો, સતીએ અન્યાય સામે પોતાની આહુતી આપી દીધી પણ તેઓએ પોતાના અવાજને લોકો સુધી પહોંચાડ્યો. આપણે પણ આપણી આસપાસ નાની નાની બનતી આ પ્રકારની અન્યાયની ઘટનાઓ પ્રત્યે અણગમો વ્યક્ત ન કરી શકીએ? આપણે પણ તેની વિરુદ્ધ અવાજ ન ઉઠાવી શકીએ? આપણે પણ અરુંધતી, સતી અને વિકર્ણની ભૂમિકા ભજવી ન શકીએ? જો એવું કરી શકીએ તો કદાચ આપણી આસપાસનાં બીજા વિકર્ણ, સતી કે અરુંધતી પણ જાગી જાય. આમ કરવાથી એકાદ પણ પીડીત સંબંધિત વ્યક્તિને આપણે તેની પીડામાંથી ઉગાડી શકીએ તો પણ આપણો ઊઠવેલો અવાજ સાર્થક ગણાશે.

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 કહેવામાં 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.