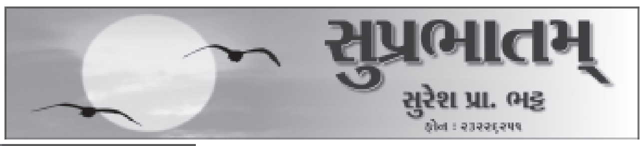


છે લાતોનું ભૂત પાકિસ્તાન, વાતોથી માનશે નહીં,
બતાવવો પડે ચમત્કાર, તે વિના માનશે નહીં,
માનશે નહીં, માર ખાધા વિના, યુદ્ધ ના મેદાનમાં -
રાખવો નથી એને નાતો, સીધી રીતે, માનશે નહીં -
(ગોળીબાર - ઉલ્લંઘન ચાલુ જ છે)

છે ગાંડા હાથી!
- ગમે કેમ અંકૂશ?!
લોકપાલનું..
(નિમણૂંક ટાળતાં રાજયો)

ખાચકી ઘોડે,
કરે સવારી, રાખે -
હાથે લગામ..
(કહ્યાગરો લોકપાલ ખપે)

ચિંતન

દાક્ષિણ્યં સ્વજને દયા પરજને શાઠ્યં સદા દુર્જને પ્રીતિઃ સાધુજનો નયો નૃપજને વિદ્વજ્જનેષ્વાર્જવમ્ ।
શૌર્યં શત્રુજને ક્ષમા ગુરૂજનો નારીજને ધૂર્તતા યે ચૈવં પુરૂષાઃ કલાસુ કુશલા સ્તેષ્વેવ લોકસ્થિતિઃ ॥

મનુષ્યએ સુખી થવું હોય તો લોક વ્યવહાર સમાજમાં વ્યવહારૂ નીતિ-રીતિને અપનાવી ને જ રહેવું પડે આજના જમાનામાં તદ્દન સરળ-સજ્જન મૂર્ખમાં ખપી જાય છે અને તદ્દન લુચ્ચા-કપટી દુર્જનમાં ખપી જાય છે માટે 'વ્યવહારૂ' થઇ રહેવા મધ્યમમાર્ગ આ શ્લોકમાં સમજાવવામાં આવ્યો છે :

'સ્વજનો તરફ દાક્ષિણ્ય-એટલે માન-સન્માન, વિનય-વિવેક દર્શાવ્યો. અન્ય જનો સાથે દયાભાવ રાખવો, દુર્જનો સાથે લુચ્ચાઇ એટલે કે 'જેવાની સાથે તેવા' નો જ વર્તાવ રાખવો, પરંતુ સજ્જનો સામે આદરભાવ રાખવો, માન આપવું, રાજસત્તા-સરકારી અધિકારીઓ - સાથે નીતિપૂર્ણ વ્યવહાર કરવો એટલે કે એમની નજરમાં દોષી કે ગુન્હેગાર ઠરવું નહીં, પરંતુ વિદ્વાન સમાજ તરફ સૌમ્યતા સાથે સરળતા દાખવવી, દુશ્મનો પ્રત્યે ઢીલા ન પડવું પણ વીરતા બતાવીને તેમને માત કરવા, પોતાની શક્તિ દર્શાવવી, પરંતુ ગુરૂજન-વડીલો પ્રત્યે (એમની ભૂલચૂક-દોષ હોય તો પણ) ક્ષમા ભાવ રાખી મન મોટું રાખવું. પરંતુ સ્ત્રીજનો પ્રત્યે લુચ્ચાઇ-ચાલાકીથી પણ તેનો પ્રેમ-વિશ્વાસ સંપાદન કરવો.'

આવી જાતની તમામ કળાઓમાં જે પુરૂષ નિપુણ હોય તે જ લોકવ્યવહારમાં 'સફળ' થાય છે.

સુવિચાર

- બધી પવિત્રતાઓમાં ધન વ્યવહારની પવિત્રતા ઉત્તમ છે **- મનુસ્મૃતિ**
- સંસારમાં જે દુઃખી છે તે કેવળ પોતાના જ સુખની ખેવનાને કારણે દુઃખી છે અને જે સુખી છે તે અન્યના સુખની પરવા કરવાને કારણે સુખી છે **- સુભાષિત**
- દાક્તર કુદરતનો ચાકર છે, માલિક નથી તેની સારવાર કુદરતની ઇચ્છાને અનુસરે એમાં જ એની શોભા છે **- ડો. ગોમ્સ જેનર**
- તમે મૃત્યુ પામશો કે નહીં, એ પ્રશ્ન નથી, પ્રશ્ન એ છે કે તમે કેવી રીતે મૃત્યુ પામશો **- મોરારી બાપુ**
- ગંદા પાણીને ધોઇ શકાતું નથી **- ચીની કહેવત**
- જો ભય ને કારણે રોગ થઇ શકે તો સુખની અવસ્થાને કારણે રોગમુક્તિ પણ થઇ જ શકે **- પેરાક્લિસસ**
- બે પ્રકારના માણસો હોય છે, કેટલાય જીવી ખાય છે, અને કેટલાક જીવી જાય છે **- ડો. વિજળીવાળા**

બોધ કથા

આજે તો નેતા ચાની કીટલી પર નોકરી કરતાં કે મજૂરી કરી, મહેનતથી આગળ વધી જઇ સત્તા અને પદ પ્રાપ્ત કરી લે પછી પોતાના જૂના મિત્રો સહયોગી-કાર્યકરોને 'અભિમાન'માં ઓળખતો જ નથી - માણસ ગમે તેટલી પ્રગતિ-પદ પ્રાપ્ત કરે પછી પણ જે નિસરણી પરથી એ ચઢ્યો હોય તેને ધક્કો ન દેવાય!

રાજાએ મહેલમાં એક નાની ઓરડી બનાવી હતી એમાં એ પૂજા પણ કરતો અને એક કલાક ત્યાં એકાંતમાં રહેતો આ જગ્યા એના એકલા માટે જ અનામત હતી ત્યાં કોઇને પણ પ્રવેશની બંધી હતી. પોતાના પ્રિય રાણીને પણ નહીં!

જયારે કોઇ વસ્તુ પર બાન-મનાઇ-ગુપ્તતા નો પહેરો મુકાવામાં આવે ત્યારે વિનાકારણ ઉત્સૂકતા, ઉશ્કેરાય છે.

એક રાત્રે રાજા-રાણી રંગમાં હતા, કોઇ ખૂશીના માહોલમાં રાણીએ વચન માગી લીધું અને એમાં આ ગુપ્ત 'ઓરડી'નું રહસ્ય પૂછ્યું..

રાજા તેણીને ત્યાં લઇ ગયો અને ખીંટી પર લટકતાં ફાટ્યા-તૂટ્યાં-ગંદા કપડાં પહેરી બતાવ્યાં કહ્યું આ સ્થિતિમાંથી રાજવી પદ સુધી પહોંચ્યો છું એટલે દરરોજ ઇશ્વરને અને પરિસ્થિતિને યાદ રાખવા અહીં એકાંતમાં આવું છું.

Email - sureshchandrabhatt18@gmail.com

નિર્મળ થઇને હરિનું સ્મરણ કરીએ તો જીવનની સાચી કેડી મળ્યા વિના રહેતી નથી

'રામ રાખે એમ રહેવું', રામનું સતત સ્મરણ કરવું, રામભક્ત હનુમાન જેવી કર્તવ્યનિષ્ઠા જેમને પસંદ છે એવા કૃષિવૈજ્ઞાનિકનું વ્યક્તિત્વ સરળ, સહજ, સદાચાર અને સેવાથી ભર્યું ભર્યું છે. તેઓ છે બાબુભાઇ ભગવાનભાઇ કાબરીયા... ડો. બાબુભાઇને નજીકથી ઓળખતા પહેલાં સૌ માટે એમના મુખેથી મેં સાંભળેલી સુંદર ટીપ્સ નીચે પ્રમાણે રજૂ કરૂં છું.

● કિશોર અવસ્થામાં પાત્રીસ વર્ષ પૂર્વે મોરારિબાપુની રામકથાથી પ્રભાવિત થવું અને વિચારવું કે આજ નહીં તો કાલે હું પણ હજ્જારો જગત તાતને મારા પ્રભાવી અવાજથી જ્ઞાન આપીશ અને આ સંકલ્પને ડો. બાબુભાઇએ આજે સાકાર કર્યો.

● તેઓની બીજી ટીપ્સ એ છે કે છેવાડાના ગામડે વસતાં ખેડૂતને કપાસ, મગફળી, જીરુ વગેરે પાકમાં કેટલું પાણી, ખાતર, દવા વગેરે આપવા તેની યોગ્ય માહિતી, યોગ્ય સમયે પુરા પાડવી.

● ત્રીજી ટીપ્સમાં બાબુભાઇ કહે છે, 'ઇશ્વરે મને જૂનાગઢ કૃષિ યુનિ.ના રાજકોટ પાસેનાં તરઘડિયા કૃષિવિજ્ઞાન કેન્દ્રમાં ઉચ્ચ હોદ્દો અને સારામાં સારો પગાર આપ્યો છે જેનો મને સંતોષ ખૂબ જ છે. હું અને મારો સ્ટાફ કર્તવ્ય પહેલા નિભાવીએ છીએ પછી સમય મળે એટલે પોતપોતાના ઇષ્ટ દેવનું સ્મરણ કરીએ છીએ. સવારે કાર્યાલયમાં કામ શરૂ થાય તે પૂર્વે સૌ ભેગા મળી પ્રાર્થના કરીએ છીએ... 'હે પ્રભુ હું મારી ફરજ નિષ્ઠાપૂર્વક બજાવીશ.'

પૂ. મોરારિબાપુ અને અભિનય સમ્રાટ અમિતાભ બચ્ચનના અવાજથી લાખો લોકો મુગ્ધ થયા છે તેમ તેઓ પણ સતત, ક્ષણે ક્ષણે પોતાના અવાજ, જ્ઞાન અને કૃષિ વિસ્તરણની વિવિધ પ્રવૃત્તિથી પર્યાવરણ અને માનવ સમુદાયને ઉપયોગી થયા છે અને થયા કરશે તેવી અખૂટ શ્રદ્ધા ધરાવે છે.

મોંઘેરા મોતી
- નટવર આહલપરા

છેવાડાના ગામડે વસતાં જગતના તાતને ક્ષણે ક્ષણે કૃષિ માહિતી આપવા મથતા સંશોધક ડૉ. બી.બી. કાબરીયા

કબીરજીની પંક્તિ અહીં ઉતારવી યોગ્ય છે.

કહત કબીર સુનો ભાઇ સાધો,
હરિ ભજ નિર્મળ હોઇ.

અર્થાત બાબુભાઇ સ્પષ્ટપણે માને છે કે નિર્મળ થઇને હરિનું સ્મરણ કરીએ તો જીવનની સાચી કેડી મળ્યા વિના રહેતી નથી. હર્યા ભર્યા મનના આ ખેડૂતે ટેબલ ખુરશી ઉપર બેસીને જ સ્વાધ્યાય કર્યો નથી પણ નાનપણમાં ખેતરમાં વાવણી, લણણી, કાપણી કરી છે. પાણી વાળ્યું છે તો કોસ પણ ચલાવ્યો છે તેની પ્રતીતિ આપણને... થાય તેમના શરીરની તંદુરસ્તીથી.

તા. ૦૧-૦૬-૧૯૫૯ના રોજ માતા કેસરબેનના ખોળે જન્મેલા બાબુભાઇને માતા પાસેથી અનેક પાઠ શીખવા મળ્યા હતા તો પિતા ભવાનભાઇએ કર્મ ઘડતરના બીજ રોપ્યા હતા જે આજે પરિવારમાં સંસ્કાર, શ્રમ, અને સ્નેહનો વડલો બન્યા છે. મૂળ વતન અમરેલી. પી.એચ.ડી.ની પદ્વી પ્રાપ્ત કાબરીયા કૃષિક્ષેત્રના પીઢ, સંશોધક અને વૈજ્ઞાનિક છે. રાજકોટ જિલ્લાના ઉપલેટા તાલુકાના નાગવદર ગામે તા. ૨૭-૦૧-૧૯૮૫ માં ગુજરાતી ભાષા સાથે સ્નાતક થયેલા અને હાલમાં રાજકોટની રાષ્ટ્રીય શાળા ખાતે સંગીત સાથે સંસારયાત્રા આરંભાઇ.

આ દંપતિને પ્રતિક અને મોહક બે સુપુત્રી પ્રાપ્ત થયા. 'મોરનાં ઇંડા ચીતરવાં ન પડે' એ કહેવત ને બંને પુત્રીઓ સાર્થક કરી છે. પ્રતિક (૨૭ વર્ષે M.Sc. (ICT) ઝોનલ માર્કેટિંગ મેનેજર પદે દિલ્હી ખાતે ડ્યુપોન્ટ કંપનીમાં ફરજ બજાવે છે તેઓએ ધીરૂભાઇ અંબાણી કોલેજ ગાંધીનગર ખાતેથી માસ્ટર ઇન ઇન્ફોર્મેશન એન્ડ કોમ્પ્યુટર ટેકનોલોજીનો અભ્યાસપૂર્ણ કર્યો છે. જયારે મોહકે (૨૩ વર્ષે B.E (Producrion Engr) બિરલા કોલેજ વિદ્યાનગરની બેચલર ઇન એન્જી. નો અભ્યાસ પૂર્ણ કર્યો છે અને અમદાવાદમાં પ્રિન્સીપ કન્સલટન્ટ તરીકે સેવા આપેલ છે અને હાલ રાજકોટમાં પોતાનો વ્યવસાય સંભાળે છે.

કોમ્પ્યુટર યુગ વિશે મંતવ્ય આપતા બી.બી. કાબરિયા એમ કહે છે, કોમ્પ્યુટરનું જ્ઞાન આજનાં યુગમાં માણસમાં ન હોય તો તેણે અભણ ગણી શકાય.

'સારા પુસ્તકો જેવા કોઇ કાયમી મિત્ર નથી. વાંચન માટે સમય મળતો નથી પરંતુ જે કોઇ સમય કામનો હોય છે તેમાં આયોજન કરીને પણ વાંચનનો શોખ જીવંત રાખું છું.'

'કૌન બનેગા કરોડપતિ' જેવી ટીવી સીરીયલને પસંદ કરતા આ વૈજ્ઞાનિક બાધા, આખડીમાં આસ્થા ધરાવતા નથી પણ અગિયારને ઉપવાસ અને શનિવારે એક ટાણું કરે છે.

સૌમાં સમતા રહે, સદા તારૂં સ્મરણ રહે ,સ
બસ આટલું જ આપ જે દાતાર.

આવી સુંદર ભાવના અને ઉમદા વિચારોનાં માલિક બાબુભાઇ ચાલીસ વર્ષથી નિયમિત પ્રાતઃકાળે ભગવાન શ્રી સ્વામિનારાયણની પૂજા પ્રાર્થના કરે છે. ગુજરાત સરકારનો પ્રતિનિધિ તરીકે વર્ષ ૨૦૦૯ માં ઇઝરાયેલ દેશની દસ દિવસ માટે મુલાકાત લીધી છે. અને તેના પરિપાક રૂપે તેઓ ખેડૂતોને પાણીના કરકસરભર્યા ઉપયોગ અંગે તાલીમ આપે છે.

સામાજિક, આધ્યાત્મિક અને માનવસેવા દ્વારા અનેક સંસ્થાઓમાં કાર્યરત બી.બી. કાબરીયાના જીવનના યાદગાર અકસ્માતો પણ સૌ માટે પ્રેરણાદાયી છે. તેમને બાળપણમાં દાદા-દાદી પાસેથી રામાયણના પ્રસંગો સાંભળવા મળ્યાં તેના ફળ સ્વરૂપ ઇશ્વરમાં અતૂટ શ્રદ્ધા જન્મી અને શ્રી હનુમાનજીના પરાક્રમોથી પ્રેરણા મળી છે. શ્રી રામચરિત માનસ અને શ્રી ભગવદ્ગીતાજી પરપૂર્ણ વિશ્વાસ ધરાવતા બાબુભાઇ દાદા-દાગી, માતા-પિતાની પુણ્યસ્મૃતિમાં તેમનાં નિર્વાણદિને ગરીબોને મીઠાઇયુક્ત વ્યવસ્થા કરેલ છે તે બાબત રચનાત્મક ગણાય.

૩૦ વર્ષથી કૃષિ, શિક્ષણ, સંશોધન અને વિસ્તરણ ક્ષેત્રે કૃષિ યુનિવર્સિટીમાં વિવિધ હોદ્દા પર કાર્યરત રહી ચૂકેલા બાબુભાઇ આજ સુધી પગવાળીને બેઠાં નથી. અભ્યાસમાં સમયાંતરે ઉચ્ચ કારકિર્દી પ્રાપ્ત તેઓએ કૃષિ ક્ષેત્રમાં ખૂબ જ ઉપયોગી રીસર્ચ પેપર, પુસ્તકો અને ખેડૂતો ઉપયોગી સાહિત્યનું પ્રકાશન કર્યું છે. રાષ્ટ્રીય અને આંતરરાષ્ટ્રીય સેમિનારમાં તેમજ વર્કશોપમાં ઇઝરાયેલ અને ભારતમાં દિલ્હીથી લઇ ગાંધીનગર સુધી ભાગ લીધો છે.

સેમીનાર, વર્કશોપ, સમર ઇન્સ્ટીટ્યુટ, સીમ્પોજીયમ, કોન્ફોરન્સ, કૃષિમેળો અને એગ્રીકલ્ચર એક્ઝીબિશનમાં સતત ધબકતા રહેતા બી.બી.કાબરીયાના ધર્મપત્ની જયશ્રીબેન પણ માયાળુ, ધર્મપ્રિય અને સંગીતના સાધક છે અને રામચરિત માનસ્‌ની ચોપાઇનું ગાયન કરે છે. પરિવાર સ્નેહનાં, સંસ્કારના અને શિક્ષણના તાંતણે બાંધવામાં તેઓ સદા અગ્રેસર રહ્યા છે. મોરારિબાપુની રામકથા શ્રવણ કરવી તેમને કરવી પસંદ છે.

બી.બી. બાબરીયાની સફળ કૃષિયાત્રાના ગ્રાફને જોઇએ તો તેઓએ એન.આઇ.એસ.પી. ન્યુ દિલ્હી, એસ.એસ. એન.એલ. ગાંધીનગર એન.આઇ.સી.આર.એ. હૈદરાબાદ વગેરેના નવા પ્રોજેક્ટની કામગીરી સફળતા હાંસલ કરી છે.

વર્ષ ૧૯૮૦ થી આજ પર્યંત કૃષિ અને પર્યાવરણ ક્ષેત્રે તેમને અનેક વિશિષ્ટ સિદ્ધિ ત્યારે મેળવી છે જયારે તેઓ ખેડૂતોના ખેતરો પર વાતાવરણની કોઇ પણ પરિસ્થિતિમાં હાજર રહ્ય છે અને દિવસ-રાત અવિરત કામગીરી કરે છે. રાજકોટ, અમદાવાદ દૂરદર્શન, ઇ.ટી.વી. તેમજ અન્ય ચેનલનાં માધ્યમથી ખેતી અંગે જાગૃતિના કાર્યક્રમો પ્રસારિત થયા છે. વૈજ્ઞાનિક ખેતી અંગે જાગૃતિના કાર્યક્રમો પ્રસારીય થયા છે. આકાશવાણી રાજકોટ, ભૂજ, તેમજ જ્ઞાનવાણીનાં માધ્યમથી પણ કાબરીયા પોતે અપગ્રેડ થઇ અન્ય ભાવકોને અપગ્રેડ કરી રહ્યા છે. એક સુંદર સંયોગનો પ્રેરક પ્રસંગ આ પ્રમાણે છે. તા. ૦૬-૦૬-૦૬ નો દિવસ હતો. મુખ્યમંત્રી નરેન્દ્રભાઇએ ગાંધીનગર ખાતે મળેલ કૃષિ સેમીનારમાં જયારે પૂછ્યું કે, 'કૃષિ મહોત્સવને ટૂંકામાં ટૂકા વ્યક્વ્યથી રજૂ કરો ત્યારે ડો. બી.બી. કાબરીયાનો ટૂંકો, સરળ અને સચોટ જવાબ એ હતો કે, ( ) જવાબ સાંભળી મુખ્યમંત્રી એ 'શાબાશ' એવો પ્રતિભાવ આપ્યો હતો.

સૌરાષ્ટ્રના એક હજાર કરતા વધુ ગામડાઓમાં જળ, જમીન, જંગલ, જીવ, જંતુ, જીવાણું, જીવાત, જાનવર અને જન વિશે માહિતી આપી. ખેડૂતોને પર્યાવરણની જાળવણી અર્થે ઉત્સાહિત કર્યા. સેન્દ્રીય ખાતર ટ્રાયકોડરમાં ઓછા સમયમાં ખેતીકાર્યો સમયસર કરી સમય અને પૈસાની બચત કરતા શીખવાડ્યું. ખેડૂતોને કપાસની સાંઠી, ઘઉંના ખાંપા, એરંડા કે તલની સાંડી બાળવાને બદલે જમીનનાં સેન્દ્રીય પદાર્થ તરીકે કુદરતી ક્રમ જાળવવા અંગે જાગૃત કર્યા.

(અનુસંધાન પાના નં. ૬ પર)

બાળક મા-બાપની લાગણીની પરવા કરતાં શીખે, મા-બાપના ચહેરાના હાવભાવ બરાબર ઉકેલતા શીખે, વગર બોલ્યે તેમની ઈચ્છાનો અણસાર પિછાણવા જેટલી સૂઝ તેમનામાં જન્મે એ જરૂરી છે

માતા શત્રુ પિતા વૈરી યેન બાલો ન પાઠિતઃ

વિચાર યાત્રા
- ડો. જય ઓઝા

હમણાં અમારી એક સ્કૂલમાં ઘટના બની ગઇ, માફ કરજો દુર્ઘટના બની. સ્કૂલમાં પ્રાર્થના શરૂ થવાની તૈયારી હતી, ત્યારે જ એક ભાઇ દોડતાં દોડતાં આવી પહોંચ્યા અને અમને કહ્યું કે, જલ્દી નવમા ધોરણમાં ભણતા અમારા પાલ્યને બોલાવી આપો. પ્રાર્થનાસભામાં જાહેરાત કરાવી, સ્કૂલના દરેક રૂમ અને લાયબ્રેરી દરેક જગ્યાએ તપાસ કરી પણ તે વિદ્યાર્થીનો કયાંક પત્તો ન મળે. બાળક ઘરેથી સ્કૂલે જવાનું કહીં નીકળ્યો હતો, એનો સીધો મતલબ એ હતો કે તેને શાળામાં ગાપચી મારી હતી. અત્યારના સંજોગોમાં આ અજુગતી વાત સામાન્ય બની ગઇ છે, પણ સહૃદય વલોવાઇ જાય તેવી વાત હવે બને છે.

અમે તે ભાઇને પૂછ્યું કે શું થયું કેમ અચાનક દોડાદોડ આવવું પડ્યું? ત્યારે એમણે કહ્યું કે, 'તે વિદ્યાર્થીના પિતાનું મત્યુ થયું છે.' કેવી કરૂણતા. પણ કરૂણતાની આ શૃંખલા હજી આગળ ચાલે છે. તે વિદ્યાર્થીના મિત્ર પાસેથી જાણવા મળે છે કે તે કદાચ પિક્ચર જોવા ગયો છે. શહેરના પ્રખ્યાત મલ્ટિપ્લેક્સમાં તપાસ કરતાં ખબર પડી કે ભાઇ ધૂમ-૨ જોવા બેઠા છે અને ૧૨ થી ૩ નો શો પતાવીને ૩ થી ૬નો સળંગ બીજો શો જોઇ રહ્યો હતો. આ તો હદ થઇ ગઇ અને મને આજે સવારે ખબર પડી કે એના પિતાનો રોડ એક્સિડન્ટ એક અઠવાડિયા પહેલાં થયો હતો. ડોકટરોએ પણ કેસને ગંભીર ગણીને આજકાલ જ છે તેમ કહી દીધું હતું, આવી પરિસ્થિતિમાં તે બાળક સ્કૂલ આવે અલબત્ત સ્કૂલે આવવાને બદલે પિક્ચર જોવા જાય, આવી કોઇ કલ્પના પણ કરી શકે ખરૂં! તમે વિશ્વાસ રાખજો ઉપરનો એક એક શબ્દ સાચો છે, અને જયારથી આ બધુ મારા ધ્યાનમાં આવ્યું છે ત્યારથી ચિત્ત ચકરાવે ચઢ્યું છે, કે આ કરૂણાસભર અને શરમજનક ઘટનાનું જવાબદાર કોણ, બાળક, માતા-પિતા, આજુબાજુનું વાતાવરણ, મિડીયા કે પછી આજનું શિક્ષણ...

એક જમાનો હતો જયારે બાળક માટે પિતા એક શિસ્તપ્રેરક બળ હતું. પિતા કડક ના હોય તો પણ બાળક તેમની આમન્યા જાળવતો. મા ગમે તેવી અશક્ય કે અભણ હોય તો પણ બાળક તેનાથી ડરતો. એ ડર પ્રેમનો હતો. માણસ જેને ચાહે છે, તેનાથી ડરે છે. તે જ નારાજ તો નહીં થાય ને? એવી સતત ચિંતા કરે છે. મા-બાપનો આવો કોઇ પ્રભાવ બાળક પર અત્યારે રહ્યો જ નથી એવું લાગ્યા કરે છે, અત્યારના કલ્ચર્ડ મધર-ફાધર કદાચ જૂના જમાનામાં મા-બાપ કરતાં વધુ સારી રીતે અને વધારે બુલંદ રીતે પ્રેમ કરતાં હોય એવું દેખાય છે ! પણ આ પ્રેમ એકપક્ષી લાગે છે અથવા તો ઘણી જગ્યાએ આ તો સંબંધમાં પણ દંભ પગ કરી ગયો હોય તેમ જણાય છે. બાળકને આપણે પ્રેમ આપીએ છીએ પણ બાળક આપણને પ્રેમ આપે તેવું આપણે તેને શીખવી શક્યા નથી. બાળકને પણ માતાપિતા પ્રત્યે આદર જન્મે તે જરૂરી છે.

બાળક મા-બાપની લાગણીની પરવા કરતાં શીખે, મા-બાપના ચહેરાના હાવભાવ બરાબર ઉકેલતા શીખે, વગર બોલ્યે તેમની ઇચ્છાનો અણસાર પિછાણવા જેટલી સૂઝ તેમનામાં જન્મે એ જરૂરી છે. આજકાલ મેટ્રોસિટીમાં રહેલા સુખી લોકો ખરેખર સંબંધોની ઉષ્મા ગુમાવી રહ્યા છે ! કહેવાતા મોર્ડન હાઉસમાં બાળકો પણ એન્ટિક ફર્નિચર જેવા બની ગયા છે ! તેમના લાલન-પાલન કે જતનમાં કોઇ કચાશ હોતી નથી. માતાપિતા જરૂર કરતા વધારે પ્રેમ એમના પર ઢોળે છે. પાણી માગે ને કોક હાજર થાય તેવા ઘર ઉદ્ભવી રહ્યા છે. શાળાનું શિક્ષણ તો શિષ્ટાચાર બની ગયું છે. ગણિતથી માંડીને ગુજરાતી સુધીના દરેક વિષયના ટ્યૂશન ઘરે બેઠા તેમને અપાવાય છે. પર્સાનાલિટી ડેવલપમેન્ટ અને એવી બીજી કેટલીય ઇતર પ્રવૃત્તિમાં બાળકને આખો દિવસ વ્યસ્ત રાખવામાં આવે છે.

કોઇ પણ ટ્રેનિંગમાં જરા પણ કચાશ ન આવવા દેવા માગતા માતાપિતા બાળકને દરેક વિષયનું જ્ઞાન મળી રહે તે માટે બધા ટ્યૂશન ગોઠવે છે, પણ પ્રેમના પાઠ આપવાનું ચૂકી જાય છે. જો કે તેમના મતે તો આને જ પ્રેમ કહેવાય - મોંઘા કપડાં લઇ આપવા, પોકેટ-મની આપવી, એમને મન આ ખૂબ જ મોટી જવાબદારી છે. જે તેઓ ખૂબ સારી રીતે નિભાવે છે, પણ એ બાળક માંદુ પડે ત્યારે ૫૦૦ રૂપિયાની દવા ખર્ચનાર મધર-ફાધર રાતે તેની પડખે બેસી હાથ નથી ફેરવતા અથવા તો પરીક્ષા સમયે મૂંઝવણ અનુભવતા સંતાનને ટ્યૂશન, ગાઇડ, અપેક્ષિત, પ્રશ્નસંગ્રહોના ઢગલા વચ્ચે એકલો અટૂલો મૂકીને એકતા કપૂરની બકવાસ સિરીયલ જોવામાં છોછ નથી અનુભવતા.

પહેલાં તો આ ચલણ અતિસમૃદ્ધશાળી લોકોમાં જ પ્રવર્તતું હતું પણ આજકાલ તો દેખાદેખીને કારણે આ દૂષણ મધ્યમ વર્ગમાં પણ પેસતું જોઇ શકાય છે, અને પછી પછેડી ન હોય એટલી સોડ તાણતા માતા-પિતા પૈસા અને સંતાન બંનેથી હાથ ધોઇ બેસે છે.

બાળકને બધી તાલીમ મળે, છતાં તે એક વાતે પાંગળો હોય છે, માણસાઇનું એક તત્ત્વ તેનામાં ખૂટતું લાગે છે. બાળકને શારીરિક શિક્ષા કરીને તેને પ્રેમનાં પાઠ શિખવાડી ન શકાય, પણ મા-બાપ ધારે તો પોતે પોતાને શિક્ષા કરીને બાળકને શિક્ષાનો અનુભવ કરાવી શકે છે. બાળકની એક ભૂલ માટે તેને ઠપકો આપવાને બદલે તેની માતા અન્નનો દાણો પણ મોઝામાં ન મૂકે તો આ વાત બાળકને વધુ અસર કરે છે, પછી તે પ્રસ્તાય છે અને માફી માંગે છે.

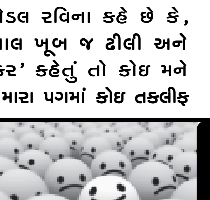
પણ આજકાલ મા-બાપની આવી આમન્યા કયાં જોવા મળે છે? સંતાનો હવે મિત્ર બની ગયા છે, ૨૧મી સદીમાં આવા આવકારદાયક પગલું છે પણ મા-બાપની લાગણી સમજવાની, તેની તકેદારી રાખવાની ભાવના તો બાળકમાં જોઇએ જ આખરે આવતીકાલે એને પણ પિતા બનવાનું જ છે ને ! તેને ભી દિન છોટે ! અચ્છા ખાસા હિલ જાગેયા !

માતા શત્રું પિતા વૈરી યે ન બાલો ન પાઠિતઃ ।
ન શોભતે સભાસધ્યે હંસમધ્યે બકો યથા ॥

જેણે બાળકને ભણાવ્યો નથી તેની માતા શત્રુ અને પિતા વેરી છે, જેમ હંસના વૃંદ વચ્ચે બગલો શોભતો નથી, તેમ સભા વચ્ચે તે બાળક શોભતો નથી.

તમારી ચાલ - એ તમારી વિશિષ્ટ ઓળખ છે

પોઝિટિવ થિન્કિંગ
યશવંત કડીકર



શરીરને આમતેમ ઝુલાવ્યા સિવાય ઉપરના ભાગને સીધો રાખતાં તમારૂં વજન વારંવાર ડાબા અને જમણા થાપા પર બેલેન્સ કરો. જયારે તમે કદમ માંડો ત્યારે તમારા શરીરનું વજન ત્રાજવાંની જેમ વર્તાવું જોઇએ. જેમ કે એડી અને પંજો સમાન રીતે વહન કરશે. ધ્યાન રાખો : તમારો પગ બિલકુલ સીધો રહેવો જોઇએ અને જમીન પર પગ મૂકતાં પહેલાં એડી અને પછી પંજો જમીન પર ટેકવો, ગરદન ખેંચેલી ખભા પાછળ, છાતી પહોળી ઊપસેલી અને પેટ અંદરની તરફ હોવું જોઇએ. જયારે તમે ઊભા હો તો બંને પગ જોડીને રાખો. પગ ખુલ્લા ના રાખશો.

વ્યક્તિત્વને ખીલવવા માટે ચાલવામાં સુધારો જરૂરી છે અને એ કોઇ મુશ્કેલ કામ નથી. જરૂરત છે નિયમિત વ્યાયામ અને અભ્યાસની. મોડલ રવિના કહે છે કે, "શાળાના દિવસોમાં મારી ચાલ ખૂબ જ ઢીલી અને અટપટી હતી. કોઇ મને 'જોકર' કહેતું તો કોઇ મને સહાનુભૂતિપૂર્વક પૂછતું કે, 'શું મારા પગમાં કોઇ તકલીફ છે?' આવી વાતો સાંભલી મને ખૂબ જ દુઃખ થતું. મારા માતા-પિતાએ મને વારંવાર ટોકવાનું શરૂ કરી દીધું અને હું સચેત થઇ ગઇ. નિયમિત વ્યાયામ અને ચાલવાની ટેવથી મારી ચાલમાં આશ્ચર્યજનક પરિવર્તન આવ્યું."

તમારી ચાલ તમારા આત્મવિશ્વાસની, સ્ફૂર્તિની, વ્યવહાર-વર્તનની નિદર્શક બને છે એટલે તમારી જ નહીં, તમારાં બાળકોની ચાલ પણ પણ ધ્યાન રાખો.

રૂમઝૂમ કરીને ચાલતાં - કતરાતાં મોડલ, સુપર મોડલ યુવક - યુવતીઓની મદમસ્ત ચાલ જોઇને જોનારનાં હૃદય એમના પણ ફિદા થઇ જાય છે. મનમાં એવું થાય કે આપણે પણ આવી રીતે ચાલી શકતાં હોત તો કેવું સારૂં થાત! પરંતુ તમે જાણો છો કે સૌંદર્યસ્પર્ધાઓ અને ફેશન શોમાં ભાગ લેનારાંઓને કેટલાય મહિલાઓ સુધી ચાલવાની પ્રેક્ટિસ કરાવવી પડે છે.

એવું નથી કે આ ઝળહળાટભરી દુનિયામાં જ "ચાલ" પર ધ્યાન આપવામાં આવે છે. આપણા અંગત જીવનમાં પણ આપણી ચાલવાની રીત ખૂબ જ મહત્ત્વ ધરાવે છે. તમારી ચાલવાની રીત તમારૂં શિક્ષણ, આત્મવિશ્વાસ, સ્વસ્થતા, આર્થિક કક્ષા અને ઉંમરનો ખ્યાલ આપે છે. તમારા વ્યક્તિત્વ વિશે એ ઘણું બધું કહી જાય છે.

રેક્લાન મોડલ મેહરના મત પ્રમાણએ યુવતીઓની ચાલવાની રીત એમનાં વ્યક્તિત્વની વિશિષ્ટતા વ્યક્ત કરે છે. કોઇએ ગમે તેટલો આધુનિક પહેરવેશ પહેર્યો હોય, પરંતુ જો એની ચાલમાં આકર્ષણ નહીં હોય તો એના વ્યક્તિત્વનો પ્રભાવ નહિવત્ બની જશે. જો તમારી ચાલ આકર્ષક અને સંતુલિત હશે તો તમે ગમે ત્યાંથી પસાર થાઓ, બધાંની નજર તમારા તરફ જ મંડાસે.

રંગમંચ અભિનેત્રી કલ્પનાના કહેવા પ્રમાણે દરેક વ્યક્તિની ઓળખ એની ચાલ પરથી થાય છે. અભિનયનું શિક્ષણ લેતી વખતે આપણને દરેક 'કેરેક્ટર' ની ચાલ વિશે ખાસ શીખવવામાં આવે છે. અભિયન કરતી વખતે આપણે ખાસ એ યાદ રાખવું પડશે કે આપણે કયું 'કેરેક્ટર' ભજવી રહ્યાં છીએ - ગામડાની યુવતીનું ખૂબ જ આધુનિક શહેરની યુવતીનું, વેશ્યાનું, દારૂડિયાનું કે પછી ગાંડાનું, નર્તક-નર્તકીની ચાલ એકદમ લયબદ્ધ જોવા મળે છે. એક-એક કદમ તે વ્યવસ્થિત રીતે ભરતાં જોવા મળે છે. કથ્થક નૃત્યાંગના ભૈરવી હેમંતનું કહેવું છે કે નૃત્યની શરૂઆત જ ચાલથી થાય છે.

બધાં શાસ્ત્રીય નૃત્યોમાં પહેલાં 'સ્ટેપ્સ' શીખવવામાં આવે છે. પછી આ 'સ્ટેપ્સ'ના માધ્યમ દ્વારા નર્તક-નર્તકી પોતાના શરીરને સીધું કે સંતુલિત રાખતાં શીખે છે. આમ, યુવક-યુવતીઓ જો શાસ્ત્રીય નૃત્યોનાં શરૂઆતમાં 'સ્ટેપ્સ' પર અભ્યાસ કરે તો એમની ચાલવાની રીત આકર્ષક બની શકે છે.

વાર્તાઓમાં, નાટકોમાં અને ફિલ્મોમાં પણ નાયિકાની ચાલ પણ ખાસ ભાર મૂકવામાં આવે છે, કવિઓએ તો નાયિકાની ચાલ પર ઘણી બધી રચનો લખી છે. કોઇએ એની ચાલની તુલના હરણી સાથે કરી છે, તો કોઇએ હંસ સાથે.

તમારો ચાલવાનો ઢંગ તમારા વ્યક્તિત્વને દીપાવે છે અને બગાડે પણ છે.

જે વ્યક્તિ પોતાની ચાલ પ્રત્યે બેદરકાર હોય છે એના વ્યક્તિત્વમાં શાલીનતા અને સુઘડતાનો અભાવ વર્તાય છે. જે લોકો પોતાની ચાલ પ્રત્યે સજાગ હોય છે એમના ચહેરાના હાવભાવ અને શારીરિક સૌષ્ઠવ એમની ચાલની સાથે એવી રીતે લયબદ્ધ થઇ જાય છે કે જોનારા મંત્રમુગ્ધ બની જાય છે.

આ તમારી ચાલ પર તમારા જીવનમાં 'પરિવર્તન' લાવે છે.