સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
ફોન : ૨૩૨૨૬૨૫૧

સલામી સવારની..

નય નહીં રાજનીતિમાં અભિનય જરૂરી છે,
સમાજમાં સારા દેખાવા અભિનય જરૂરી છે,
અભિનય જરૂરી હવે તો અધ્યાત્મ ક્ષેત્રે પણ -
આપણા નગરમાં તો ‘અભિનય’ જરૂરી જ છે..
(કલ્ચરલ સ્કૂલ ઓફ ‘અભિનય’ શરૂ)

હાઇકુ

નક્કી થૈ શકે!
‘વિકાસ’નું પ્રમાણ -
FIR થકી..
(જેટલી FIR વધારે
(એટલો વિકાસ વધુ)

ચૂંટણી ગઇ -
કાર્યકરો કોરાણે,
ન ‘કોણી’ કોરી..
(વિસ્તરણ વિસરાયું)

ચિંતન

અગુણસ્ય હતં રૂપમ શીલસ્ય હતં કુલમ્ ।
અસિદ્ધસ્તુ હતા વિદ્યા અભોગસ્ય હતં ધનમ્ ॥

‘જે ગુણહીન હોય તેના રૂપને ધિક્કાર છે, શીલ-સદાચારથી હીન હોય એવા માણસના કુળને ધિક્કાર છે, જેણે કોઇ પણ એક ક્ષેત્રમાં સિદ્ધિ પ્રાપ્ત નથી કરી તેની વિદ્યાને ધિક્કાર છે, અને જે માણસ પોતાની ધન-સંપત્તિનો સદુપયોગ કરીને તેનો ઉપભોગ કરી જાણતો તેનાં ધનને ધિક્કાર છે.’

માત્ર સૌંદર્યનો કોઇ અર્થ નથી સદ્ગુણ સાથેનું સૌંદર્ય જ દીપી ઉઠે છે, સફેદ તો બગલા પણ હોય - માત્ર ગોરી ચામડી નહીં પણ સ્વભાવ ચારિત્ર્ય, વિનય-વિવેક હોય તો શ્યામ રંગ પણ પોતાનું આગવું સૌંદર્ય દાખવી શકે છે.

સદાવાર - સદ્વર્તન ને કારણે વ્યક્તિ સમાજમાં સન્માન પ્રાપ્ત કરે છે આવી વ્યક્તિનાં કુળને માન મળે છે. કારણ કે કુળના રીત-રિવાજ અને સંસ્કારને કારણે જ આચાર-વિચાર આવે છે.

આજકાલ યુવાનો પત્રવ્યવહાર દ્વારા અને ટૂંકી મુદ્દતના અભ્યાસક્રમો કરી ‘ડીગ્રી’ઓ નો જથ્થો પ્રાપ્ત કરે છે અને માને છે કે ‘ઇન્ટવ્યુ’માં કામ લાગશે વળી સંગીત-રમતગમત અને એમાં પણ વોલીબોલ-બાસ્કેટબોલ - ક્રિકેટ જેવી અનેક રમત રમે છે પણ એકેયમાં નિષ્ણાત-સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરી શકતા નથી - સમૂળું જ્ઞાન આવશ્કય છે.

દાન-પુણ્ય-ધર્મ અને જરૂરી ઉપભોગમાં પણ જે ધન કામ ન આવે અને તિજોરીમાં પડ્યું હોય એ ધન ને ધિક્કાર છે.

સુવિચાર

- તમારી સફળતાનો મુખ્ય આધાર એ જ છે કે તમે તમારી નિષ્ફળતાને કેટલી ગંભીરતાથી લીધી છે - **સ્ટીફન કોવી**
- સાંજે સૂર્ય ડૂબવાના બદલે તમે આંસુ વહાવશો તો તમે રાતનાં ચાંદ-તારાનું સૌંદર્ય પણ ગુમાવશો - **અનામી**
- ચિંતા એ કલ્પનાશક્તિનો સૌથી મોટો દુરુપયોગ છે - **રણછોડદાસ બાપુ**
- માણસે પોતાના શબ્દો ત્રણ હેતુ માટે વાપરવા જોઇએ. સાજા કરવા, આશીર્વાદ આપવા, અને સમૃદ્ધ થવા - **સોક્રેટીસ**
- ગાડીમાં બેઠા પછી પોટલાનો ભાર આપણે ઉપાડવો પડતો નથી, ઇશ્વર (અનંત ચેતના)ની ગાડીમાં બેસી હળવાફુલ થઇ જ શકાય - **રામકૃષ્ણ પરમહંસ**
- ચંદ્ર અને ચંદન કરતાં પણ સજ્જનોની સંગત વિશેષ શીતલ હોય છે - **તમીલ કહેવત**
- દુખની ઉપેક્ષા કરવાથી તે ઓછું થઇ જાય છે - **બ્રહ્મચૈતન્ય મહારાજ**

બોધ કથા

આપણે કંઇ સંત-મહાત્મા નથી કે આપણાથી કયારેય-કદી ભૂલ થાય જ નહીં - માનવ માત્ર ભૂલને પાત્ર, ભૂલ થવી જેટલી વ્યવહારિક છે એટલું જ પશ્ચાતાપ કરી ખરા હૃદયથી માફી માગી લઇ, ભૂલ-ભૂલી જવાનું પણ એટલું જ સ્વભાવિક થવું જોઇએ. જો ભૂલનો કોઇ ડંજ, ઘાવ, દુખ હૃદયમાં રાખી ‘સંબંધ’ પર કાયમ માટે કાલિમા લગાડે તો એ ખોટું છે - ક્ષમાનું પણ મહત્ત્વ ભૂલ સાથે સંકળાયેલું છે.

બે નિકટના મિત્રો હતા - પારિવારિક ખૂબ નજીકનાં સંબંધો - તેમની પત્નીઓમાં પણ બહેનપણાં-ત્યાગ-સમર્પણ-પ્રેમભાવ તદ્દન સ્વાભાવિક હતા.

એમાં એક મિત્રથી કંઇક ભૂલ થઇ ગઇ. પછી દુઃખ અને પશ્ચાતાપ થયાં એટલે મિત્ર પાસે જઇ ભૂલનો સ્વીકાર કરી માફી માગી.

પરંતુ મિત્ર એને ક્ષમા કરી શક્યો નહીં. સંબંધો તૂટી ગયા. પરિવારમાં કટુતા આવી ગઇ. બંને મિત્રો હૃદયથી ખૂબ દુઃખી હતા. પણ ક્ષમા ન આપી શકનાર વધારે દુખી હતો.

ભૂલ કરનાર મિત્ર ફરી તેની પાસે ગયો અને કહ્યું મેં ભૂલ કરી - માફી માગી - દિલગીરી વ્યક્ત કરી પણ તું તારી નફરત છોડી નથી શકતો. એટલું યાદ રાખજે હૃદયના પ્રેમ સંબંધો કયારેય ખતમ થતા નથી. આપણો પ્રેમ હૃદયમાં તો રહેવાનો જ - તારી નફરત મારા કરતાં તને વધારે સજા કરે છે.

E-mail : sureshchandrabhatt18@gmail.com

સુપ્રીમ થઇ જવાની, બધાથી ઉપર ઉઠી જવાની ભાવના જ એની કલ્પના જ એટલી બધી રોચક છે કે પ્રજા પણ એવો નેતા તરત જ સ્વીકારે છે જે ગર્વિતા અને અસ્મિતાની વાતો કરતો હોય

શૌર્ય ક્યા હૈ? - ધ કોફી હાઉસ

- ઉત્સવ પરમાર

શૌર્ય...
શૌર્ય ક્યા હૈ?
થરથરાતી ઇસ ધરતી કો રૌંદતી ફૌજીયો કી ઇક પલટન કા શોર
યા સહમે સે આસમાન કો ચીરતા હુઆ, બંદૂકો કી સલામી કા શોર
શૌર્ય ક્યા હૈ?
હરી વર્દી પર ચમકતે હુએ ચંદ પિત્તલ કે સિતારે
યા સરહદ કા નામ દેકર અનદેખી કુછ લકીરોંની નુમાઇશ
શૌર્ય ક્યા હૈ?
દૂર ઉડતે ખામોશ પરીન્દે કો ગોલિયોં સે ભુન દેને કા અહસાસ
યા શોલો કી બરસાત સે પલ ભર મેં એક શહર
કો શમશાન બના દેને કા અહસાસ
શૌર્ય,
બહેતી બિયાસ મેં કિસી કે ગર્મ ખૂન કા હોલે સે સુર્ખ હો જાના
યા અન્જાની કિસી જન્નત કી ફિરાક મેં,પલ પલ કા દોજખ બનતે જાના।
બારૂદ સે ધુંધલાયે ઇસ આસમાન મેં,
શૌર્ય ક્યા હૈ?
વાદીયો મેં ગુંજતે કીસી ગાંવ કે માતમ મેં,
શૌર્ય ક્યા હૈ?
શૌર્ય
શાયદ એક હોસલા,
શાયદ એક હિંમત...
હમારે બહોત અંદર, મઝહબ કે બનાયે દાયરે તોડ કક,
કિસી કા હાથ થામ લેને કી હિંમત
ગોલિયોં કે બેતહાશા શોર કો અપની ખામોશી સે
ચુનૌતી દે પાને કી હિંમત
મરતી મારતી ઇસ દુનિયા મેં નિહત્થે દટે રહને કી હિંમત
શૌર્ય,
આને વાલે કલ કી ખાતિર
અપને હિસ્સે કી કાયનાત કો,
આજ બચા લેને કી હિમ્મત...
● ●
શૌર્ય ક્યા હૈ?
● ●

૨૦૦૮માં રિલીઝ થયેલી ફિલ્મ “શૌર્ય : ઇટ ટેક્સ કરેજ ટુ મેક રાઇટ... રાઇટ.” દિલેરી જોઇએ સચ્ચાઇ ભરેલું કામ કરવા માટે...આ જ ફિલ્મની શાહરૂખ ખાનનાં અવાજમાં રેકર્ડ થયેલી કવિતા “શૌર્ય ક્યા હૈ?”

શૌર્ય, ગર્વ, અભિમાન, પ્રાઇડ, ઓનર, ગર્વિતા... વાંકી કરોડરજ્જુમાંથી સળગતી વીજળીની જેમ પસાર થઇ જતાં શબ્દો આખરે માણસને શું આપે છે? માન, મોભો, સ્ટેટસ, આત્મસંતોષ, વિજેતા ભાવ...!! આ શબ્દોનો મતલબ ડિકશનરીની વ્યાખ્યાઓની બહાર નીકળીને બહુ પરિમાણીય બની ચૂક્યો છે, ખાસ કરીને ભારતમાં...!!

શૌર્ય, ધ ફ્યુ ગુડ મેન નામની અફલાતૂન હોલીવુડ ફિલ્મ પરથી અડેપ્ટ કરાયેલી આ હિન્દી ફિલ્મ “શૌર્ય” - બિટવીન ધ લાઇન્સ - મતલબ આપે છે. વતા ફૌજની નહીં - ફૌજીની છે - તેનાં જાબાંઝ દિલમાં ધડકતા ઇમાનની છે... માણસના મનમાં ઘૂસી ગયેલા પૂર્વગ્રહોની છે...!! કેપ્ટન જાવેદખાન આઠ માર્ચની રાતે ૯ વાગે પોતાના સિનિયર મેયર રાઠોડની પોઇન્ટ બ્લેન્ક રેન્જથી બેરેટા રિવોલ્વરથી હત્યા કરી નાખે છે અને પછી ચાલે છે કોર્ટ માર્શનની કાર્યવાહી...!! બે ડિફેન્સ લોપર, એડ જર્નાલિસ્ટ, કશ્મીરની વાદીઓ અને વર્ષો પહેલાં કોઇએ કાગળ પર કોતરી નાખેલી સરહદ સાથે સ્ટોરી આગળ વધે છે. કેપ્ટન જાવેદ ખાનની ખામોશઈમાં એક રહસ્ય છે... એનાં સિનિયર અફસરને ગોળી મારવા પાછલ એક મોટું કારણ છે - બીજી તરફ એક બ્રિગેડીયર પ્રતાપનું શૌર્ય... શૌર્યની બંનેની પોતાની વ્યાખ્યા છે... જે કોર્ટ પ્રોસીડિંગ્સ દરમિયાન ઉજાગર થાય છે... શૌર્ય કયાં હૈં?

વેલ, આ તો આર્મીનાં સંદર્ભમાં બે માણસોની ભીંતર છુપાયેલાં શૌર્યની વાત છે પણ આમ આદમીનાં આમ જીવનમાં...?? ગર્વિતા, અસ્મિતા જેવા શબ્દો આપણને ગમે છે કેમ કે તે આપણો વ્યક્તિગત શ્રેષ્ઠતા, જાતીય શ્રેષ્ઠતા, પ્રજાકીય શ્રેષ્ઠતા કે પ્રાદેશિક શ્રેષ્ઠતાની ભાવનાથી ભરી દે છે...

સુપ્રીમ થઇ જવાની, બધાથી ઉપર ઉઠી જવાની ભાવના જ એની કલ્પના જ એટલી બધી રોચક છે કે પ્રજા પણ એવો નેતા તરત જ સ્વીકારે છે જે ગર્વિતા અને અસ્મિતાની વાતો કરતો હોય. કદી વિચાર કર્યો છે કે હિટલર જેવો ક્રૂર શાસક જર્મીનોનો શાસક કરી રીતે બન્યો? આ ક્રયૂહરરનાં પાગલપનમાં સમજદાર ગણાતાં જર્મનીએ કેમ સાથ આપ્યો, જેણે દુનિયાને બીજા વિશ્વયુદ્ધની વિસ્ફોટક આગમાં નાખી દીધી...?? જવાબ એ જ છે, પ્રથમ વિશ્વયુદ્ધમાં નાલેશીભર્યા પરાજય બાદ સતત અપમાન અને લઘુતા અનુભવતી પ્રજાના ઝહનમાં હિટલરે જર્મન ગર્વિતા ભરી દીધી. લોકોને નવી આશા મળી - તાકાત મળી... શૌર્ય..!! પણ આ ગર્વિતામાંથી નમ્રતાની બાદબાકી થાય ત્યારે...?? પ્રજાકીય વિભાવના શાસકીય વિભાનાઓમાં ફેરવાઇ જાય..!!

“ઓનર કિલિંગ” જેવો અશિષ્ટ શબ્દ ભારતીય સમાજમાં છે, ભારતીય સમજમાં નરી, ખાપ પંચાયતો - પેરેલલ સોશ્યલ જ્યુડીશરી - વડીલો - પાઘડીઓ - મૂછો - જૂની દંતકથાઓ - સમ્માન - લજ્જા ... અને શૌર્ય... સર્વોચ્ચતાની ભ્રામક અવધારણા...

● ● ●

શૌર્ય કયાં હૈ?

- ch9723317947@yahoo.com

કયું ધાર્મિક સ્થળ સાધુઓનું પિયર કહેવાય છે?

● વિષય : ગુજરાતના શહેરોના ઉપનામ

(૧) કયા શહેરને સૌરાષ્ટ્રનું પેરિસ કહે છે?
(અ) જૂનાગઢ (બ) જામનગર (ક) રાજકોટ (ડ) પોરબંદર
(૨) કયું શહેર સૌરાષ્ટ્રની સંસ્કારી નગરી તરીકે જાણીતું છે?
(અ) ભાવનગર (બ) બોટાદ (ક) સણોસરા (ડ) ધ્રોલ
(૩) કયું શહેર સોનાની મૂરત કહેવાય છે?
(અ) નવસારી (બ) વડોદરા (ક) સુરત (ડ) અંકલેશ્વર
(૪) દ્વારકા કયા નામે જાણીતું છે?
(અ) સોનાની નગરી (બ) સુદામાપુરી (ક) દેવભૂમિ (ડ) સૌરાષ્ટ્રનું કાશી
(૫) કયું ધાર્મિક સ્થળ સાધુઓનું પિયર કહેવાય છે?
(અ) પાલિતાણા (બ) ગિરનાર (ક) વિરપુર (ડ) બગદાણા
(૬) કયું શહેર પારસીઓનું કાશી કહેવાય છે?
(અ) નવસારી (બ) વલસાડ (ક) વાપી (ડ) ઉદવાડા
(૭) કયું શહેર સત્યાગ્રહની ભૂમિ કહેવાય છે?
(અ) આણંદ (બ) બારડોલી (ક) કરમસદ (ડ) વિદ્યાનગર
(૮) સાક્ષરભૂમિ તરીકે કયું શહેર જાણીતું છે?
(અ) નડિયાદ (બ) અમદાવાદ
(ક) વડોદરા (ડ) વિદ્યાનગર
(૯) કયો જિલ્લો યુકેલિપ્સ જિલ્લો કહેવાય છે?
(અ) જૂનાગઢ (બ) અમરેલી
(ક) ભાવનગર (ડ) રાજકોટ
(૧૦) ચોરવાડનો હરિયાળો પ્રદેશ કયા નામે જાણીતો છે?
(અ) ઘોઘા (બ) સુંદરવન
(ક) બન્ની (ડ) લીલી નાઘેર
(૧૧) કયુ શહેર મહેલોનું શહેર કહેવાય છે?
(અ) ભૂજ (બ) વડોદરા (ક) ચોરવાડ (ડ) ભૂજ
(૧૨) કયું શહેર ઔદ્યોગિક નગરી તરીકે પ્રખ્યાત છે?
(અ) વાપી (બ) અંકલેશ્વર (ક) વડોદરા (ડ) અમદાવાદ
(૧૩) નીચેનામાંથી કયું સ્થળ મંદિરો માટે જાણીતું છે?
(અ) જૂનાગઢ (બ) પાલીતાણા (ક) સિદ્ધપુર (ડ) દ્વારિકા
(૧૪) કયો વિસ્તાર હરિયાળો બગીચો કહેવાય છે?
(અ) સૌરાષ્ટ્ર (બ) કચ્છ (ક) ચરોત્તર (ડ) ડાંગ
(૧૫) કયુ શહેર સૌરાષ્ટ્રની શાન કહેવાય છે?
(અ) અમરેલી (બ) જૂનાગઢ (ક) ભાવનગર (ડ) રાજકોટ

● વિવિધા ●

વિષય :- ભારતના ૨૦ મુખ્ય મ્યુઝીયમ

- ઇન્ડિયન મ્યુઝીયમ : (કોલકત્તા)
- ભારત કલા ભવન : (વારાણસી)
- પ્રિન્સ ઑફ વેલ્સ મ્યુઝીયમ : (મુંબઇ)
- એચ.એચ. મહારાજા જીવાજીરાવ સિંધિયા મ્યુઝીયમ : (ગ્વાલિયર)
- સ્ટેટ મ્યુઝીયમ ઑફ ત્રિપુરા : (ત્રિપુરા)
- હવા મહેલ : (જયપુર)
- આલ્બર્ટ હિલ મ્યુઝીયમ : (જયપુર)
- સેન્ટ્રલ મ્યુઝીયમ : ભોપાલ
- ટીપુ સુલ્તાન મ્યુઝીયમ : (મૈસુર)
- જયગઢ ફોર્ટ મ્યુઝિયમ : (ભોપાલ)
- કર્ણાટક ગર્વમેન્ટ મ્યુઝીયમ : (કર્ણાટક)
- સ્ટોક પેલેસ મ્યુઝીયમ : (લેહ)
- સલારગંજ મ્યુઝીયમ : હૈદરાબાદ
- મહારાજા સવાઇ મ્યુઝીયમ : (જયપુર)
- નેશનલ આર્ચિવ મ્યુઝીયમ : (ન્યૂ દિલ્હી)
- નેશનલ મ્યુઝીયમ : (ન્યુ દિલ્હી)
- થાનજાવુર આર્ટ ગેલેરી : (નાથજાવ્યુઅર)
- હિમાલય સ્ટેટ મ્યુઝીયમ : (હિમાચલપ્રદેશ)
- શ્રી પ્રતાપસિંગ મ્યુઝીયમ : (શ્રીનગર)

● ગયા સપ્તાહનો સવાલ...?

સવાલ - કેદારનાથ મંદિર કયા રાજયમાં આવેલું છે?
જવાબ - ઉત્તરાખંડ

● સાચો જવાબ આપનાર પત્રમિત્રો :-

(૧) ઋજિત રાવલ : ૧૨૨૨/૨, સે-૭ડી
(૨) ગોમતીબેન કનુભાઇ પરમાર : ૧૭૫૭/૨, સે-૨ડી
(૩) જયેન્દ્રપ્રસાદ એન. પાઠક : ૬૨૦/૧, સે-૬બી
(૪) નટુભાઇ દરજી : પેથાપુર
(૫) મહેશભાઇ એમ. જાદવ : સે-૩૦
(૬) રૂચિત એ. પટેલ : સે-૨૯

● પૂછું એક સવાલ...?

(૧) જહાન્વી કે. ગજ્જર (સે-૨૪થી)
પ્રશ્ન - કુંભાકુલમ્ પક્ષી અભિયારણ્ય કયાં આવેલું છે?
જવાબ - તિરૂનેવેલી, તામીલનાડુ
(૨) વ્યાસ. હિતુલ પી. : સે-૨૯થી
પ્રશ્ન - સુપ્રીમ કોર્ટનાં પ્રથમ મહિલા ન્યાયાધીશ કોણ હતા?
જવાબ - ફાતીમા બીબી
(૩) પટેલ ધારા પી. : સે-૨૮થી
પ્રશ્ન - ભારતે પ્રથમ ગાઇડેડ મિસાઇલ કયારે બનાવી હતી?
જવાબ - ૧૯૬૬માં
(૪) પંડ્યા રાજ બી. : સે-૨૩થી
પ્રશ્ન - ગુજરાત યુનિવર્સિટીની સ્થાપના કયારે થઇ હતી?
જવાબ - ૧૯૪૯માં
(૫) મકવાણા હાર્દી એન. : સે-૧૪થી
પ્રશ્ન - ફોલીડ એસિડ કયા ખોરાકમાંથી વધુ મળે છે?
જવાબ - ભાજી અને કઠોળમાંથી

● આ સપ્તાહનો સવાલ...?

હાલમાં પંજાબમાં કયા પક્ષનું શાસન છે અને તેના મુખ્યમંત્રી કોણ છે?

આપના જવાબ સાત દિવસમાં મોકલવા માટેનું સ્થળ
ગાંધીનગર સમાચાર - ખજાનો વિભાગ
બ્લોક નં. ૬૮૪/૧, સેકટર-૮, ગાંધીનગર

● સાચા જવાબો :-

(૧) બ (૨) અ (૩) ક (૪) અ (૫) બ (૬) ડ (૭) બ (૮) અ (૯) ડ
(૧૦) ડ (૧૧) બ (૧૨) અ (૧૩) બ (૧૪) ક (૧૫) ડ

જરૂર છે મનને કાચી માટીનું બાળક સમજવાની અને એ રીતે એની સાથે વર્તવાની, કયારેક પ્રેમથી, કયારેક કળથી તો કયારેક બળથી, કારણ આખરે તો ‘‘મન તો બચ્ચા હૈ જી’’

‘મન તો બચ્ચા હૈ જી’

- લક્ષ્મી વાધવાની

“મન કે હારે હાર હૈ, મન કે જીતે જીત.” જેણે મનને જીત્યું એણે જગ જીત્યું, “મન બેચે ગુરૂ કે પાસ તિન કે સારે કારજ રાસ (અર્થાત જેણે પોતાનું મન સદ્ગુરૂને સોંપ્યું/વેચ્યું તેના બધા કામ થઇ જાય છે) આબે અક્ષરનો બનેલો શબ્દ ‘મન’ કેટલો અજીબ છે નહિ? દરેકને આ મન તો હોય છે પણ એને ચંચળ કહેવામાં આવ્યું છે કારણ આપણે બેઠા તો ભારતમાં હોઇએ છીએ પણ આ મન પળવારમાં તો વિદેશ પહોંચી જાય છે. દેહ સાથે બેઠું હોય સત્સંગમાં તો યો પહોંચી જાય ઘરમાં કામોમાં, ઓફિસના પડતર કામોમાં. કારણ એને કયાં ઉડાન ભરવા માટે પાંખો કે આંખોની જરૂર છે?”

પેલી કહેવત છે ને “જયાં ન પહોંચે રવિ ત્યાં પહોંચે કવિ, જયાં ન પહોંચે ત્યાં પહોંચે અનુભવી” હું તો કહું છું જયાં ન પહોંચે અનુભવી ત્યાં પહોંચે મન(સ્વી). કારણ કવિ, રવિ અને અનુભવીને થોડોક તો સમય લાગતો હશે એ સ્થાને પહોંચતા/કહેવતને કાબિલ બનતાં. જયારે તો રવિથી ય વધુ ઝડપે ગમે ત્યાં પહોંચી જાય છે, ગમે તે વિચારવા લાગે છે. અને મહદ અંશે આપણે સૌ મનના ગુલામ બની જઇએ છીએ. કોઇ પણ વિચાર આવે એને અમલમાં કઇ રીતે મૂકવામાં આવે તે પણ મોટા ભાગે આપણું મન જ નક્કી કરે છે. અરે, આપણા મૂડનો માલિક પણ આ મન બની જાય છે.

આજે આ ખાવાનું મન છે, આજે ખાવાનું મન નથી. આજે કોઇની સાથે વાત કરવાનું મન નથી થતું, વગર કારણે કોઇને મારવાનું મન થાય છે તો કોઇને વહાલ તો કોઇને પ્રેમ કરવાનું મન થાય છે. તો આનો અર્થ શું થાય? એ જ ને કે આપણે મનના ગુલામ બની ગયા છીએ અને મન આપણો માલિક. માટે જ શરૂઆતમાં જણાવ્યું તેમ “મન કે હારે હાર, મન કે જીતે જીત.” કયારેક તો આ મનને કારણે જાત પર ગુસ્સો આવે છે કે મેં આવું કેમ કર્યું? આવું ના કર્યું હોત તો આ સહન ના કરવું પડત અથવા આટલો સમય વ્યર્થ ના જાત, કોઇની સાથે સંબંધ ના બગડત, આ મેં પામી લીધું હોત. વગેરે તર્ક લગાડીને મનને અને પોતાને કોસીએ છીએ. તો પછી આનો ઉપાય શું?

જેમ, તાળું બન્યું હોય તો ચાવી બની જ હોય, તેમ જયાં પ્રશ્ન છે ત્યાં જવાબ પણ હોય જ અર્થાત્, રસ્તો પણ હોય જ. આપણે સૌ પ્રથમ તો આ મનને આપણાથી અલગ અસ્તિત્વ ગણવું પડશે. એ પણ એક નાના બાળક તરીકે મનને સાચવવું, સમજાવવું પડશે. એ ત્યારે શક્ય બનશે જયારે આપણે સજાગ હોઇશું કે મનને કંઇક તુક્કો સુજયો છે, કંઇક અવળચંડાઇ સૂજી છે કે કંઇક જીદ કે ખોટા વિચાર સૂજ્યા છે તે જાણી શકીશું. જેમ એક માતા ઘરકામ કરતા-કરતા, રસોઇ કરતાં કે પાણી ભરવા જતા તેડેલા બાળક તરફ પૂરતી સજાગ હોય છે તેમ. જેવી માતાને ખબર પડી જાય છે કે બાળક રડે છે કે કણસે છે અને હવે રડવાનું શરૂ કરી દેશે તો તરત તે બધા કામ પડતા મુકીને બાળકને શાંત પાડવા બેસી જાય છે. તમામ વ્યસ્તતા વચ્ચે પણ માતા બાળકને અગ્રતા આપે છે... થોડું મોટું બાળક હોય અને એ એવી જીદ લઇને બેસે કે જે એના માટે મોટું અહિત કરનારી હોય તો એને સમજાવવાનો પ્રયત્ન કરે છે અને ના માટે તો ઠપકો અને તેમ છતાં ના માને તો થોડું ઠપકારશે ય ખરી પણ ખોટી જીદ એમાં ય એને નુકશાનકર્તા હશે તે તો નહિ જ માને.

બસ, આ જ વસ્તુ આપણે મન સાથે કરવાની છે. મનને એક બાળક ગણીને તેના તરફ લક્ષ્ય આપવાનું છે જેવી ખબર પડે કે મન આડે પાટે જઇ રહ્યું છે, ન વિચારવાનું વિચારવા લાગ્યું છે, તરત બધું પડતું મુકીને મનને સમજાવીશું કે જો મન, આમ કરવાથી આવું અવળું પરિણામ આવશે. એટલે નુકશાન આપણને જ થશે, સામી વ્યક્તિએ ભલે આપણી સાથે જે કર્યું આપણે એવું જ કરીશું તો એમાં ને આપણામાં શું ભેદ? અને આ તું જે વિચારવામાં સમય બગાડે છે તેના કરતાં નામ સ્મરણમાં સમય વ્યતિત કર તો આપણને જ લાભ છે. આમ, મનને અલગ રાખીને એને સમજાવવાનો પ્રયત્ન કરીશું. તો એક બીજો લાભ એ થશે કે આપણે કોઇને સમજાવ્યાનું ગૌરવ પ્રાપ્ત કરી શકીશું એટલું જ નહિ જો એક વાર સફળ થયા તો આ આપણી દિનચર્યા બની જશે અને આપણે કેટલાય પાપોમાંથી મુક્ત થઇ જઈશું, મન કાબુમાં આવશે. સમયનો સદુપયોગ થશે, સંબંધો બગડતા અટકશે એટલું જ નહિ સુધરશે. જરૂર છે મનને કાચી માટીનું બાળક સમજવાની અને એ રીતે એની સાથે વર્તવાની, કયારેક પ્રેમથી, કયારેક કળથી તો કયારેક બળથી, કારણ આખરે તો “મન તો બચ્ચા હૈ જી”.