સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
99789-26251

સલામી સવારની..

રહે મન મસ્ત, તન તંદુરસ્ત એજ શુભેચ્છા,
રહે હૃદય સ્વચ્છ ને આત્મા સ્વસ્થ એ જ શુભેચ્છા,
મળે સુખ-શાંતિને શુભલક્ષ્મી એ જ શુભેચ્છા
પરિશ્રમે પ્રગતિ થાય ઉન્નતિ એ જ શુભેચ્છા
(નૂતન વર્ષાભિનંદન)

હાઈકુ

ગુરુ પ્રસાદે
મળે પ્રભુની કૃપા
એ જ પ્રાર્થના

નૂતન વર્ષે
શુભેચ્છા-આશીર્વાદ -
વંદન સહ

ચિંતન

કલેશાઃ સ્યુર્વાસના એવં જતોર્જન્માદિકારણણ્ ।
જ્ઞાનનિષ્ઠાગ્નિના દાહે તાસાં નો જન્મહેતુતા ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક ડિવાઈન સંસ્કૃત સુભાષિતમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

વાસનાઓ જ કલેશો છે, અને તેઓ જ પ્રાણીને માટે જન્મનું કારણ છે, પણ જ્ઞાનનિષ્ઠારૂપ અગ્નિથી એ વાસનાઓ બળી જતાં તે (વાસનાઓ) જન્મનું કારણ રહેતી નથી.

મનની ઈચ્છા-આસક્તિ-મોહ એ વાસનાઓ છે અપૂર્ણ ઈચ્છાઓ જ જન્મ જન્માંતરનું કારણ બને છે. ઈચ્છાઓ - વાસનાઓનું સાચાં જ્ઞાન-સાચી સમજથી દહન કરવું જોઈએ. તેથી જ 'મુક્તિ' સરળ બને છે.

સુવિચાર

- ઈર્ષ્યાળુ માણસ જાતે કશું નહિ, વહેમી ઘણો અને બધી વાતો બીકણ - **જોહાનન સ્કીલર**
- જયાં ગુણ નથી ત્યાં જન્મની કંઈ જ કિંમત નથી - **અમૃતબિંદુ**
- ઉપવાસ કરો ત્યારે મોં એવું હસતું રાખજો કે કોઈને ખબર ન પડે કે તમે ઉપવાસ કર્યો છે - **ઈસુ ખ્રિસ્ત**
- ઉન્નત આદમી એટલે જેનાં ભવાં ચડેલા રહે છે તેવો આદમી. એ એવો આદમી છે જે એની અક્કલ કરતાં વધારે ભણેલો છે - **મેથ્યુસ પાર્કર**
- ઋણ કદી વાળી શકાતું નથી કે ચૂકતે કરી શકાતું નથી, ઋણનો માત્ર સ્વીકાર થઈ શકે છે, કારણ કે ઋણ વાળ્યા પછીનો ભાવ તો ચિત્ત પર રહેજ છે. જો એવો ઋણભાર કે ઋણભાવ દિલમાં ન રહે તો સમજવું કે દિમાગમાં શાંતિ થશે - **બોધિવૃક્ષ**
- લેખકની કલમ આખી દુનિયા સાંભળે તેવો ચિત્કાર કરી શકે છે - **લોંગફેલો**
- આજનું ઔષધ : પેટમાં શૂળ ઉપડે તો જાયફળને લીંબુના રસમાં ઘસીને સેવન કરવું

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

સ્વામીએ પ્રવચનમાં એક મર્મવેધક પ્રસંગ કહ્યો. તેમણે કહ્યું, 'એક વખત જગતમાં પયંગબરો, પોતાને ઈશ્વરના અનુયાયી ગણાવતા સાધુઓ, ધર્મસ્તંભ ગણાતા મહાત્માઓ, અલગારીઓ, વિદ્વાન આચાર્યોનો સંઘ રસ્તા પરથી પસાર થતો હતો. સૌ આશ્ચર્ય પામ્યા. કોઈ ઘોડા પર બેઠા હતા, કોઈ હાથી પર સવાર હતા. તો કોઈ શણગારેલી ઘોડા ગાડીમાં હતા. આ સંઘમાં છેક છેલ્લે એક કેડથી નમી ગયેલો વૃદ્ધ ડોસો લાકડીના ટેકે ધીમે ધીમે ચાલી રહ્યો હતો. આગળ જેટલા મહાત્માઓ, વિદ્વાન આચાર્યો, પયંગબરો હતા. તેમની સાથે ચોકીદારો હતા જેઓ હાથમાં ધ્વજ પતાકા લઈ ચાલતા હતા. આ મહાનુભાવોના નામ અને હોદ્દા આ ધજા પર લખાયેલા હતા. એક નગરજન પેલા વૃદ્ધ ડોસા પાસે ગયો અને પૂછ્યું.' આગળ જે મહાનુભાવો જાય છે તેમના નામ તો ધજામાં લખેલા હોવાથી તેમને સરળતાથી ઓળખી શકાય છે. પણ આપ આમ સાવ એકલા ચાલો છો. આપની ઓળખાણ આપવા વાળું કોઈ આપની સાથે પણ નથી. નથી આપની પાસે કોઈ ધ્વજ કે કોઈ ડંકા, કે ઢોલ કે ત્રાંસા. તો આપ કોણ છો?' વૃદ્ધે કહ્યું, 'તમે જાણી ને શું કરશો.' અને આ ધર્માચાર્યો, ધર્મ ધુરંધરો પૂજારીઓ સાધુ સંતોની વણઝાર કયાં જઈ રહી છે એટલું મને કહો ? નગરજનોએ કહ્યું, 'ઈશ્વરને પ્રાપ્ત કરવા આ લોકો ઈશ્વર તરફ જતા હશે.' વૃદ્ધે કહ્યું 'એ સંઘ ઈશ્વરને પ્રાપ્ત કરવા જાય છે એ ઈશ્વર ખુદ હું જ છું.' નગરજને કહ્યું, 'તો આપ તો આ સંઘમાં સૌથી મોખરે હોવા જોઈએ તો પાછળ કેમ રહી ગયા?' વૃદ્ધે કહ્યું, 'એમને સૌને ખૂબ ઉતાવળ હતી. મેં ખૂબ બૂમો પણ પાડી પણ એમને મારી વાત સંભળાતી જ નહીં.' સંતે વાત પૂરી કરતા કહ્યું, ખરેખર આપણી આસપાસ પણ એટલો બધો ઘોંઘાટ થાય છે કે ઈશ્વરની વાત સાંભળવાની કોઈને ફુરસત નથી.'

જીવેમ શરદઃ શતમ્

દિવાળી અને નૂતન વર્ષ પર્વ ચાલી રહ્યા છે. વાતાવરણમાં ઉલ્લાસ અને ઉત્સાહનો માહોલ છે. દિવાળીના સમયે આપણે ઘરની સાફસફાઈ કરીએ, દીપ પ્રજ્વલિત કરીએ, સરસ માજાની વાનગીઓ આરોગીએ, અને પરિવાર સાથે ઉત્તમ સમય પસાર કરીએ. આવા સુખદ સમયે આપણે આપણા સ્વાસ્થ્ય માટે વિચારીએ. આપણે આપણા સપનાઓ પુરા કરવા માટે દિવસ રાત દોડીએ છીએ, ખૂબ કમાઈને આરામદાયક જીવન જીવવા ઈચ્છીએ છીએ. આવા સમયે જરા વિચારો કે જો આપણી તબિયત બગડી તો?... આપણે માંદગીના ચકડોળે ચઢી ગયા તો?.. જો આવું થાય તો ઘણી બધી ગણતરીઓ ઊંધી પડી જાય. આપણે સ્વસ્થ રહીએ તે માટે આપણી જાગરૂકતા અને તૈયારી જરૂરી છે. તો આપણે પણ આપણા 'ઓરીજીનલ' નૂતન વર્ષે એક રીઝોલ્યુશન લઈએ કે 'આપણે સમ્પૂર્ણ સ્વાસ્થ્ય મેળવવા અને તેને ટકાવી રાખવા માટે સજાગ રહી પ્રયત્નો કરીશું.' આ રીઝોલ્યુશન આપણા માટે, આપણા પરિવારજનો માટે, સમાજ માટે, તેમજ દેશ માટે ખૂબ જરૂરી છે.

તો આ સમ્પૂર્ણ સ્વાસ્થ્ય છે શું? વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થા (ઉૐ) મૂજબ સ્વાસ્થ્યની વ્યાખ્યા જોઈએ તો સ્વાસ્થ્ય એ ફક્ત રોગનો અભાવજ નહિં પરંતુ શારીરિક, માનસિક, સામાજિક અને આધ્યાત્મિક રીતે નિરામય હોવું તે છે. આ જ વાત મહર્ષિ સુશ્રૃતે સુશ્રૃતસંહિતામાં કરી છે. મહર્ષિ સુશ્રૃત સ્વાસ્થ્યની વ્યાખ્યા આપતા કહે છે ''જે વ્યક્તિના દોષો સમ હોય, અગ્નિ (પાચનતંત્ર સમ હોય), ધાતુઓ સમ હોય, અને મલ સમ હોય તેમજ જેની આત્મા, ઈન્દ્રીયો તેમજ મન પ્રસન્ન હોય તે વ્યક્તિને સ્વસ્થ જાણવી''

ઉપરની વ્યાખ્યા જોતા સમ્પૂર્ણ સ્વાસ્થ્યને આપણે ચાર ભાગમાં વિભાજીત કરી શકીએ. શારીરિક સ્વાસ્થ્ય, માનસિક સ્વાસ્થ્ય, સામાજીક સ્વાસ્થ્ય, અને આધ્યાત્મિક સ્વાસ્થ્ય. આ ચારેય પ્રકારના સ્વાસ્થ્ય કેવી રીતે મીળવી શકાય તે બાબતે થોડો વિચાર કરીએ.

શારીરિક સ્વાસ્થ્યઃ શરીરના ત્રણેય દોષો એટલે કે વાયુ, પિત્ત, અને કફ સમ રહે તો શારીરિક સ્વાસ્થ્ય ઉત્તમ રહે. અમુક નિયમો સૌને માટે લાગુ પડી શકે, જેમકે મિતાહારી રહેવું, પચવામાં ભારે પડે તેવા આહાર ન લેવા, સાત્વિક તાજો આહાર લેવો, નિયમિત યોગ્ય વ્યાયામ કરવો, અને વહેલા સુઈને વહેલા ઉઠવું. અમુક નિયમો વ્યક્તિગત પ્રકૃતિ પર આધારીત છે, એટલે કે પોતાના શરીરની પ્રકૃતિને ઓળખી તે અનુસાર આહાર-વિહાર અને ઔષધ પર ફોકસ કરવું પડે. જેમકે સામાન્યતઃ લોકો મરી-મેથી આદિ ટોનિક તરીકે લેતા હોય છે પણ પિત્ત પ્રકૃતિવાળાઓ માટે કદાચ આ અનુકૂળ ન આવે.

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા
ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

માનસિક સ્વાસ્થ્યઃ આજના સમયમાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય જાળવવું ખૂબ જરૂરી છે. મોટા ભાગના લોકો સ્ટ્રેસ-ટેન્શન, ડીપ્રેશન, અને સહનશીલતાના અભાવની લાગણીઓનો અનુભવ કરતા હોય છે. ખૂબ બધી અપેક્ષાઓ, જવાબદારીઓ, અને મહત્વાકાંક્ષાઓને કારણે સંતોષ અને શાંતિનો અનુભવ નથી જણાતો. પરિણામે વ્યક્તિ સાઈકીયાટ્રીક દવાઓના ચક્કરમાં ફસાતો જાય છે. આયુર્વેદમાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય જાળવવા માટે ખૂબ સુંદર ઉપચારોનું વર્ણન છે. વ્યક્તિ સદાચારી બને અને માનસિક સ્વસ્થ બને તે માટે સદ્વૃત્તનું વર્ણન છે. (આ અંગે અગાઉ વિસ્તૃત લેખ લખાઈ ચુકેલ છે) આ ઉપરાંત મનના સાત્વિક ભાવો વધે તે માટે અમુક શ્રેષ્ઠ મેધ્ય રસાયણો જેવાકે બ્રાહ્મી, શંખપુષ્પી, જ્યોતિષ્મતી આદિનો ઉલ્લેખ છે. આ ઉપરાંત નિયમીત ધ્યાન અને પ્રાણાયામ માનસિક સ્વાસ્થ્યની પાયારૂપ ચાવી છે સામાજીક સ્વાસ્થ્યઃ આપણે રોજ-બરોજ અનેક લોકોના સંપર્કમાં આવીએ છીએ. આપણા વાણી-વ્યવહાર-વર્તન પરથી આપણું સામાજીક સ્વાસ્થ્ય નક્કી થતું હોય છે. આયુર્વેદમાં અમુક ''કોડ ઓફ કંડક્ટ'' આપેલ છે જે માણસને માણસ બનતા શીખવે છે. આ કંડક્ટ અનુસાર વ્યક્તિએ મિતભાષી રહેવું, બીજી વ્યક્તિને માન આપવું, સહનશીલ બનવું, દયાભાવ રાખવો, હસતા રહેવું આદિ અનેક સૂચનો કરેલ છે. સામાજીક સ્વાસ્થ્ય સારું રાખવું હોય તો નરસિંહના ''વૈષણવજન..''ને અનુસરવાનો આગ્રહ રાખવો.

આધ્યાત્મિક સ્વાસ્થ્યઃ અગાઉના ત્રણેય સ્વાસ્થ્યને સિધ્ધ કર્યા બાદ શિરમોર આવે છે આધ્યાત્મિક સ્વાસ્થ્ય. વ્યક્તિનો મૂળ હેતુ આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ સાધવાનો એટલેકે આધ્યાત્મિક રીતે સ્વસ્થ રહેવાનો છે. આ માટે નામ-જપ, મંત્ર-માળા,હોમ-હવન, બંદગી-હોલી બાથ, યોગ-સમાધિ આદિ અનેક રસ્તાઓ છે. વ્યક્તિ પોતાની રૂચિ મૂજબના રસ્તાને પસંદ કરી તેમા શ્રધ્ધા અને વિશ્વાસ રાખે તેમજ બીજા રસ્તાઓને આદર આપે તો આધ્યાત્મિક સ્વાસ્થ્ય મેળવી શકે. એટલું ચોકકસ છે કે આધ્યાત્મિક રીતે સ્વસ્થ કે ઉન્નત થવું હોય તો શારીરિક, માનસિક અને સામાજીક સ્વસ્થતા કેળવવી જ પડે. જો શારીરિક રોગોથી ગ્રસ્ત પથારીવશ હોઈએ, જો માનસિક રીતે વ્યગ્ર અને ઉચાટયુકત હોઈએ, અને જો પરવ્યક્તિ, સમાજ, દેશ, અને વિશ્વ સાથે સદભાવ ન રાખતા હોઈએ તો આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ (સ્વાસ્થ્ય) શક્ય જ નથી.

તો આ નવા વર્ષે સ્વાસ્થ્યના આ ચારેય પાયાઓને મજબૂત કરી સંપૂર્ણ સ્વસ્થતા તરફ પ્રયાણ કરીએ. 'જીવેમ શરદ શતમ્' (આપણે સૌ સો વર્ષનું સંપૂર્ણ સ્વસ્થ જીવન જીવીએ)ની ઉચ્ચ ભાવનાને હૃદયમાં રાખી સૌ વાચકમિત્રોને દિવાળી તેમજ નૂતન વર્ષની ખૂબ શુભેચ્છાઓ...

(M)૯૮૭૯૪૭૧૧૪૭

શંકાઓ ન કરે ને માત્ર આજ્ઞાનું પાલન કરે તે ખરો ભક્ત?

શ્રાવણ માસ. એટલે
દાન-પુણ્ય, જપ-તપ,
સ્નાન-અભિષેક,
પાઠ-પૂજા, આરતી-ભકિત,
ભગવાન- ભકતની મહિમાનો મહિનો.

'જા બચ્ચા તેરા ભલા હો જાયેગા' - ગુરુના મુખેથી નીકળેલું આ વાકય સાંભળવા માટે 'ભક્તો' તલપાપડ થતા હોય છે.

'ભક્તજનોને' અંધશ્રધ્ધા તરફ ધકેલવામાં આ કહેવાતા 'આકાઓ' નો મોટો ફાળો હોય છે. શ્રધ્ધા અને અંધશ્રધ્ધા વચ્ચેની પાતળી ભેદરેખા સમજવામાં લોકો નિષ્ફળ જતાં હોય છે. 'આકા' ઈચ્છે છે કે પોતાના 'ભક્તજન' પોતાનો પડતો બોલ ઝીલે, પોતાનું કહયું કરે એવો તેમનો આગ્રહ કયારે હઠાગ્રહ બની જાય છે તેની 'ભક્તજનો' ને ખબર જ નથી પડતી. કયારે આકાની કૃપા થાય અને અમે ન્યાલ થઈ જઈએ. પોતાનું શું થશે કે થવાનું છે તેની પરવા કર્યા વગર આકાની આજ્ઞાને માથે ચઢાવવામાં ભક્તજનો વચ્ચે સ્પર્ધા ચાલતી હોય છે. આકા હંમેશા ઈચ્છતા હોય કે તેમનો પ્રત્યેક ભક્ત નમ્ર અને આજ્ઞાંકારી હોય, આશાવાદી હોય અને મતિમૂઢ હોય. બળવાખોર અને અસંતુષ્ટ ભક્તજનોને પાણીચું આપી દેવામાં આવે છે.

આકાઓનું કાર્યક્ષેત્ર વિશાળ હોય છે. રાજકીય, ધાર્મિક, સામાજિક, શૈક્ષણિક, કૌટુંબિક જેવા વિવિધ ક્ષેત્રોમાં આકાઓ પોતાનું વર્ચસ્વ ધરાવતા હોય છે. ભારત દેશમાં આકાઓને અનુકૂળ અને પૂરતા પ્રમાણમાં ભકતજનો મળી રહે છે.

''પ્રશ્નો અને શંકાઓ ન કરે ને માત્ર આજ્ઞાનું પાલન કરે તે ખરો ભક્ત?'' આકાઓ પોતાના ભક્તોની સંખ્યા વધે તેવા અસંખ્ય પ્રયત્નો કરતા હોય છે.

આકાઓના કેટલાક ચુનંદા પ્રિયજનો (ચમચાઓ) હોય છે. તેઓ કેટલાક નિયમો પોતાની રીતે નકકી કરતાં હોય છે. દરેક ક્ષેત્રે ''ભક્તજનો''ના પ્રકાર હોય છે. જેમ કે , 'સરળભક્ત, પ્રિયભક્ત, આજ્ઞાકારી ભક્ત, દબંગ ભક્ત, વાહવાહીભક્ત, સુરક્ષાભક્ત, એન્કાઉન્ટરભક્ત અને મિડીયા ભક્ત વગેરે !'

રાજકીય ભક્તો ચૂંટણી વખતે વધુ સક્રિય હોય છે. ભકતજનને ભાવતું અને ગમતું સ્થાન અને સ્થળ મળે જ એવું દરેક વખતે શકય બનતું નથી. પરિણામે અસંતુષ્ટ ભક્તનો જન્મ થતો હોય છે. અસંતુષ્ટ પોતાના અનુયાયીઓને લઈને, બળવો કરીને, એક નવા જ પક્ષ ની રચના કરે છે. આ નવો પક્ષ કાઠું કાઢે છે અથવા તેનું બાળમરણ પણ થાય ! ખરું પૂછો તો રાજકીય ક્ષેત્રના આકાઓ જ અન્ય ક્ષેત્રોમાં પણ પોતાના સબ-આકાઓની નિમણૂંક (ગોઠવણ) કરતા હોય છે.કેટલાક ખૂંખાર હોય છે. જેમાં 'ખૂન-ખરાબા' સામાન્ય બાબત બની રહે છે. રાજકારણમાં જે આકાઓ માઈક પર બોલીને લોકોને પોતાની વકતૃત્વ છટાથી આકર્ષી શકે તે આકાઓ સફળ થતા હોય છે.

અદબ-પલાંઠી મોં પર આંગળી
ડૉ. સંતોષ દેવકર

શિક્ષણ અને સાહિત્ય ક્ષેત્રે પણ ભક્તજનો અને આકાઓનું વર્ચસ્વ જોવા મળે છે. પોતાના ભકતો દ્વારા પોતાના લેખો, કવિતાઓ, પુસ્તકો વગેરેની વાહવાહી કરાવવી, શેરીંગ કરાવવું, પ્રશંસા કરાવવી વગેરે બાબતો સામાન્ય થઈ પડે છે. સાહિત્યનાં આ ક્ષેત્રોમાં આકાઓ પોતાની વગ વાપરીને પોતાના માનીતા અને પ્રિય ભકતોને યોગ્ય સ્થાન અને મોભ્ભો મળે તેવા અથાગ પ્રયત્નો કરતા હોય છે. સર્જકભકતનાં પુસ્તકો માટે પુરસ્કાર પસંદગીનો દોર આકાઓના હાથમાં હોય છે. દરેક પસંદગી સમિતિ ઉપર આકાઓનું પ્રભુત્વ (ધાક) હોય છે. ઈનામવાંછુ સર્જકો આકાના ભક્ત બનવા ઉપર તળે થતા હોય છે. આકાની વગ જેટલી લાંબી અને ઘટ્ટ તેટલી ઈનામની (ગોઠવણની) શક્યતા વધુ! પુસ્તક સાવ ફેંકી દેવા જેવું હોય અથવા માત્ર પાંચ જણ વાંચી શકે તેવું હોય કારણ તેમાં આ પાંચને જ ખબર પડે તેવો જ ભાષા પ્રયોગ થયો હોય!. બધો આધાર છે આકાની વગ ઉપર. માત્ર પુસ્તક સર્જન જ નહિ આકાઓની પસંદગી કરવામાંય કૌશલ શકિતનો ઉપયોગ થતો હોય છે! જેટલો આકા વગદાર તેટલો ભક્ત દમદાર !

આકાને ગમતો એકમાત્ર શબ્દ છે -ખુશામત. દેશની ઘોર ખોદવામાં કહેવાતા ભક્તોનો ફાળો ઓછો નથી, વળી શિક્ષણ ભકતોને દૂર દૂર સુધી શિક્ષણ સાથે કોઈ નાતો હોતો નથી!

તમે પણ કોઈ ને કોઈ ક્ષેત્ર સાથે જોડાયેલા હશો જ. માત્ર આંખ અને કાન ખુલ્લાં રાખશો તો 'આકા' અને 'ભક્તજનો' તમારી આસપાસ જ મળશે. લોકશાહી દેશમાં દરેક ક્ષેત્રમાં આકાઓ અને ભક્તોનો દબદબો રહેવાનો જ.

મિસરી

''તુમ અપના રાસ્તા
ખુદ ચૂન સકો તો ચલો.''
- નીદા ફઝલી

santoshdevkar03@gmail.com

નૂતન વર્ષે નિર્મળ હૃદય અને સ્મિતસભર ચહેરાની લાલીમા મુબારક... સાલમુબારક

આજે નવા વર્ષનો પ્રારંભ થઈ રહ્યો છે પ્રથમ દિવસે આપ સૌ સાથે પરોક્ષ મુલાકાતનો અવસર સાંપડ્યો છે એ માટે ધન્યતા અનુભવું છું. પરમકૃપાળુ પ્રભુ આપણાં સહુ પર, સમગ્ર દુનિયા પર આશીર્વાદ વરસાવે અને એ માટેની પાત્રતા કેળવવાની દિશા માટે માર્ગદર્શન કરે એજ પ્રાર્થના.....

ચિંતાતુર ચહેરાઓ કદાચ આજના સમયનો અભિશાપ છે. પ્રસન્નતાની દુકાન નથી હોતી એ પણ એટલી જ વરવી વાસ્તવિકતા છે. કદાચ જો એનું અસ્તિત્વ હોત તો માણસ મોં માગ્યા મોલ આપી ખરીદતો હોત. અત્યારે પણ અનેક ભૌતિક બાબતો જેમકે ટીવી, મોબાઈલ, દુનિયા ભ્રમણ, ખરીદી જેવા અનેક માધ્યમો થકી જાતને આનંદિત

પ્રામાણિકપણે પુરુષાર્થ કરવો અને કર્મને આજીવન વફાદાર રહેવું એ ભગવાન શ્રીકૃષ્ણનો સંદેશ આપણે માટે આજના દિવસની મંગળ ભેટ કહી શકાય

કરવાના પ્રયત્નો સતત કર્યા જ કરે છે. વળી એનાથી થાકીને સંબંધોમાં જાતને ગૂંચવે છે. ત્યાં પણ માત્ર આનંદ જ પામવાની એની ખેવના ઠગારી નીવડે છે...આમને આમ વર્ષો અને આયુષ્ય વીતતાં જાય છે...અંતે જીવન પ્રત્યે ફરિયાદો અને શરીરમાં અનેક વ્યાધિ સાથે જીવનસંધ્યાએ ઊભો રહી માણસ ભૂતકાળના પગથિયાં પર જઈ બેસે છે અને દરેક ડગલાંને જુદા–જુદા દષ્ટિકોણથી જોવાનો અને સમજવાનો મિથ્યા પ્રયત્ન કરે છે.

પ્રત્યેક વ્યક્તિ અલગ છે...અલગ પ્રારબ્ધ લઈને આ દુનિયા પર આવ્યો છે. આપણાં શાસ્ત્રો કહે છે, જન્મોજન્મના કર્મોનો હિસાબ આપણાં પ્રત્યેક જન્મનું સ્વરૂપ નક્કી કરે છે. શ્રી કૃષ્ણના જીવન ચરિત્રમાં-શ્રીમદ્ ભાગવતમાં જીવનલક્ષી અનેક બાબતોનું માર્ગદર્શન સાંપડે છે. તેના દસમા સ્કંધમાં કર્મના મહિમાનો ઉલ્લેખ વાંચવા મળે છે. નિષ્કર્ષ એજ સાંપડે છે કે, મનુષ્ય દ્વારા અનુભવાતું સુખ–દુઃખ–ભય–કલ્યાણ બધું જ કર્મ આધારિત છે.

આજના આ બેસતા વર્ષના દિવસનો ગોવર્ધનપૂજાના દિવસ તરીકે પણ ઉલ્લેખ વાંચવા મળે છે. યુગોથી સત્તાધારીઓના પ્રભાવનો મહિમા અહીં પણ જોવા મળે છે. ગોકુળ–વૃંદાવનની પરંપરા પ્રમાણે ઈન્દ્રયાગ થકી આજના દિવસે ભગવાન ઈન્દ્રની પૂજાનો મહિમા હતો. લોકોએ કરેલા પુરૂષાર્થનું ફળ ઈન્દ્ર આપે છે એવી પારંપારિક માન્યતા હતી. લાલચ, ભય કે આસ્થા; જે પણ નામ આપીએ ગોકુળવાસીઓ ભગવાન ઈન્દ્રની કૃપા માટે હંમેશા આશાન્વિત રહેતા અને એમની કૃપા મેળવવા સતત તેમને રાજી રાખવાના પ્રયત્નો કરતા રહેતા.

ભગવાન શ્રીકૃષ્ણએ ગોકુળવાસીઓને કર્મનું મહત્વ સમજાવ્યું.
કર્મણા જાયતે જન્તુઃ કર્મણૈવ વિલીયતે
સુખં દુઃખં ભયં ક્ષેમં કર્મણૈવાભિપદ્યતે

સુખ, દુઃખ, ભય અને કલ્યાણ પણ કર્મ વડે જ થાય છે. ખેતીવાડી–ગોપાલનના મુખ્ય વ્યવસાય જેમની મુખ્ય આજીવિકા છે એવા ગોકુળવાસીઓને ગોવર્ધન પર્વતની એમના જીવનમાં ભૂમિકા અને મહત્વ સમજાવતાં, કર્મને પોતાનો ઈષ્ટદેવ ગણવા સમજાવ્યાં. ત્યારથી શરૂ થઈ ગોવર્ધન પૂજાની પરંપરા અને 'કર્મ'નું મહિમાગાન...આમ ગોવર્ધન પૂજા એ સ્થૂળ ન ગણતા વૈચારિક ક્રાંતિની શરૂઆત કહી શકાય. કર્મ ખોટા કરીએ...અયોગ્ય કરીએ અને પછી પોતાના ધર્મસ્થાન કે શ્રધ્ધાસ્થાનમાં જઈ નાળિયેર–મીણબત્તી કે ચાદર ચઢાવવાથી અયોગ્ય કર્મોને માફી સાંપડતી નથી.

મનુષ્ય અવતાર એ સારા કર્મો થકી, પ્રસન્નતા પામવા માટે - શાંતિ પામવા માટે અદભૂત માધ્યમ સાબિત થઈ શકે એમ છે. જેમાં કોઈ બાધાને સ્થાન હોતું નથી. પ્રામાણિકપણે પુરુષાર્થ કરવો અને કર્મને આજીવન વફાદાર રહેવું એ આજના દિવસનો ભગવાન શ્રીકૃષ્ણનો સંદેશ આપણે માટે આજના દિવસની મંગળ ભેટ કહી શકાય.

અબીલ-ગુલાલ
મમતા રાવલ

લેખક શ્રી મહેન્દ્ર મેઘાણીની સાવ ટૂંકી બે લાઈનમાં કહેવાયેલી વાર્તા ઘણું કહી જાય છે. લેખકશ્રી પ્રસન્નતાની વ્યાખ્યા કરતાં કહે છે....એક વ્યક્તિ જીવનથી કંટાળીને જીવન ટૂંકાવવાના રસ્તે આગળ વધતા પહેલાં જાત સામે એક શરત મૂકે છે...અને કહે છે, મને રસ્તામાં કોઈક હસતી વ્યક્તિનો ભેટો થશે તો હું જીવન ટુંકાવવાના વિચારને પડતો મૂકીશ. લેખક છેલ્લે પ્રશ્નાર્થ સાથે વાત પૂરી કરે છે અને કહે છે કે...આ વ્યક્તિને આપણે સામે મળીએ તો...?

હાલમાં આપણે સમાચારોમાં આત્મહત્યા માટે પ્રેરનાર વ્યક્તિઓ, સંજોગો વિશે વાંચીએ છીએ ત્યારે ખૂબ સૂચક રીતે કહેવાયેલી આ વાત વિચારવા પ્રેરનારી અને વાગોળવા જેવી છે. આપ સૌને નવ વર્ષ નિમિત્તે નિર્મળ હૃદય અને 'સ્મિત'ભર્યા ચહેરાની લાલીમા મુબારક...સાલમુબારક.

પ્રત્યેક વ્યક્તિ અલગ છે...અલગ પ્રારબ્ધ લઈને આ દુનિયા પર આવ્યો છે. આપણાં શાસ્ત્રો કહે છે, જન્મોજન્મના કર્મોનો હિસાબ આપણાં પ્રત્યેક જન્મનું સ્વરૂપ નક્કી કરે છે. શ્રી કૃષ્ણના જીવન ચરિત્રમાં-શ્રીમદ્ ભાગવતમાં જીવનલક્ષી અનેક બાબતોનું માર્ગદર્શન સાંપડે છે. તેના દસમા સ્કંધમાં કર્મના મહિમાનો ઉલ્લેખ વાંચવા મળે છે. નિષ્કર્ષ એજ સાંપડે છે કે, મનુષ્ય દ્વારા અનુભવાતું સુખ–દુઃખ–ભય–કલ્યાણ બધું જ કર્મ આધારિત છે.

દિવાળી, દિવાળી, દીવાવાળી દિવાળી?

લ્યો ભાઈ ! દિવાળી તો આ આવીને ઊભી આંગણે ! તમને થતું હશે કે આ ભાઈ હવે નક્કી મઠિયા અને ચોળાફળીની વાતો માંડવાના, એ વાત કરતાં કરતાં છોકરાઓએ જેનું કદી નામ પણ નથી સાંભળ્યું એવા ઘુઘરા અને સુંવાળીની વાતો પણ એમાં ભેળવી દેવાના.તમારી આશંકા સાવ ખોટી નથી. કારણ કે અમે તો દર દિવાળીએ દિવાળીના ફટાકડા કરતાંયે વધારે વાટ આ મઠિયાં, ચોળાફળી , સુંવાળી અને ઘુઘરાની જોતા હતા. એક પછી એક આઈટમો બનતી જાય અને ડબાઓ ભરાતા જાય , સવાર પડે એટલે ચા સાથે એક ડીશ ભરીને જે વસ્તુ તૈયાર થઈ ગઈ હોય તે ઠાંસીને ખાઈ લેવાની એટલે બપોર લગણ ચિંતા નહીં. મઠિયા બન્યા પછી બીજી વસ્તુ ખાઈએ કે ના ખાઈએ પણ મઠિયાં અચૂક ખવાતાં. મીઠાઈ તો ઘણા બધા વરસ અમે બનાવતા ન હતા. મારા પિતાજીના એક મિત્ર જોઈતારામના ભાઈની મીઠાઈની દુકાન હતી ત્યાંથી છેલ્લા દિવસે મીલમાંથી છૂટ્યા પછી મારા બાપુજી લેતા આવતા. ઘણીવાર તો બાપુજી આવે એ પહેલાં હું ઊંઘી પણ જતો. ફટાકડા તો બાપા દિવાળીના દિવસે જ લઈ આપે. હું કોલેજમાં આવ્યો ત્યાં સુધી આ ક્રમ ચાલેલો. પછી બાપુજીએ મને જાતે ફટાકડા ખરીદવાની છૂટ આપેલી.

મનના ઉમંગો
રણછોડ પરમાર

એક દિવાળીની સવારની વાત છે. સવારે અમે વહેલા તૈયાર થઈને રસ્તા પર આવી જતા. એક લીમડાનું ઝાડ હતું. એની જોડાજોડ એક કણજી પણ થયેલી. બંનેના થડ વચ્ચે ત્રણ ફૂટનું ય અંતર નહીં. ત્યાં અમે એક મ્યુનિસિપાલિટીની ગટરનું ઢાંકણું ગોઠવીને નાનકડો ઓટલો બનાવેલો. જે સૌથી પહેલો આવે તે ઓટલા પર બેસે. થોડીવાર થાય ત્યાં એક પછી એક બધા મિત્રો આવી જાય. પછી બધા ઊભા ઊભા વાતો કરે. વાતોમાં શું હોય ? ભણવાની વાતો હોય, ક્રિકેટની વાતો હોય, નવા આવેલા પિકચરની વાત હોય, ક્યારેક કોઈ ગમતી છોકરીની પણ વાત ચગી જાય. વાતો ચાલતી હોય તે દરમ્યાન જો પેલી ગમતીલી કન્યા ત્યાંથી પસાર થઈ જાય તો ભાઈબંધની તો હોળીના દિવસેય દિવાળી થઈ જાય. એ સમયે કવિતા લખાતી ન હતી, જીવાતી હતી. કાશ, એ વખતે થોડીઘણી કવિતાઓ લખાઈ હોત તો ગુજરાતી સાહિત્યને બીજો કલાપી અવશ્ય મળી જાત. પણ ગુજરાતી સાહિત્યના ભાગ્ય આમ એકંદરે સારા એટલે આવી કોઈ બીના બની નહીં. આ તો રોજની વાત થઈ પણ આપણે એક દિવાળીની વાત કરતા હતા ને ? હા. તો એક દિવાળીની વહેલી સવારે અમે ત્રણચાર જણા આમ લીમડે ભેગા થઈ ગયા. એક મિત્ર કહે , ''હનુમાન કેમ્પ જઈશું ?'' કોઈએ ના પાડી નહીં. બધા ઉપડ્યા હનુમાન કેમ્પ. દાદાના દર્શન કર્યા. બહાર આવ્યા. એ સમયે મંદિરથી સીધા નદી સુધી જઈ શકાતું હતું. વચમાં કોઈ આડશ ન હતી. ગાંધીનગર જવાનો રસ્તો પણ ન હતો.મંદિરથી થોડે દૂર આસોપાલવની એક હાર હતી. આ વૃક્ષો નીચે ભેળપુરી-પકોડીવાળા અને અન્ય લારીવાળા ઊભા રહેતા. એક લારી પાસે આવ્યા. દાળવડાં તળાતાં હતાં, એક જણ કહે, ''ચાલો આજ તો દાળવડાં ખાઈએ.'' બધાએ આગળના દિવસની સાંજે જ વડા, ઢેબરાં કે ભજીયાં ખાધા હશે છતાં બધા દાળવડા ખાવા તૈયાર થઈ ગયા.મઝા પડી ગઈ. આટલા વરસે પણ એ વાત ભૂલી શકાઈ નથી. હવે આ ઉંમરે કોઈ બે કિલોમીટર ચાલતા જઈને મંદિરે જઈ દાળવડા ખાવાની વાત કરે તો ગમે તે માણસ એને ગાંડો જ કહે ને ? જો કે અમે ના કહીએ, કારણ કે અમે દિવાળીની સવારમાં લાડોલ જઈ શ્રી હરસિધ્ધ માતાના દર્શન કરવા જવાનો કાર્યક્રમ બનાવ્યો છે. દર્શનનો કાર્યક્રમ એક ઓઠું છે. જવાનું તો છે પ્રમાણિક મીઠાઈ ઘરમાંથી ચવાણું, મીઠાઈ અને બિસ્કીટની ખરીદી કરવાનું. જો રસ્તામાં આવતા લોદરાના ખમણ નહીં ખાધા હોય તો પ્રમાણિકના પાત્રા જરૂરથી ખાવાના એ વાત ભલે નક્કી નથી કરી પણ થવાની જરૂર. એટલે દિવાળીની સવારે દૂર દૂર મંદિરમાં રહેલા દેવના દર્શન કરવા જવાની વાત આટલા વરસે પણ ફરી બનવાની પણ હવે પેલી વાત નથી બનવાની. લીમડા હેઠળ ઊભા રહી કોઈ મનગમતીની પ્રતિક્ષા કરવાની. એટલે દિવાળી તો થવાની પણ દિલવાળી નહીં મળવાની, નહીં દેખાવાની.

અરે ભાઈ ! તમે મને આમ આડી વાતે ના ચડાવો. આજે દિવાળી છે, આનંદનો તહેવાર છે, અમાસ હોવા છતાં હજારો દીવડાઓના પ્રકાશનો તહેવાર છે.(અક્ષરધામમાં દસ હજાર દીવાની રોશની કરવાની છે) આ શુભ અવસરે હૃદયમાં પ્રગટતા આનંદની વાત કરવી જોઈએ, કાચી માટીના કોડિયામાં પ્રગટાવેલા દીવડાઓની વાત કરવી જોઈએ, અંદર અને બહાર પ્રસરેલા અજવાળાની વાત કરવી જોઈએ. (ચાઈના મેઈડ સીરીઝની રોશનીની વાત હરગીઝ ના કરવી જોઈએ.ભલે તમે એના લાંબા લાંબા હારડા તમારે આંગણે લટકાવ્યા હોય !) આપણા ગાંધીનગર સમાચારના એક લેખક શ્રી તુષારભાઈ શુક્લ ''અજવાળાં અજવાળાં'' નામની કોલમ લખે છે તેની વાત કરો તો વાંધો નહીં. ભક્ત કવિ દાસી જીવણના જે ભજન પરથી તુષારભાઈએ એમની કોલમનું નામ પાડ્યું છે તે મૂળ ભજનની વાત કરો તોયે કશો વાંધો નહીં.પણ અંધારાની વાત ના કરશો. નિરાશાની વાત ના કરશો. ધંધામાં ગયેલી ખોટની વાત ના કરશો.ગઈકાલે ભજીયામાં વધારે પડી ગયેલા મીઠાની વાત ના કરશો.દિવાવાળી દિવાળીનો તહેવાર છે, અજવાળાની વાત કરોને યાર !

અરે વાહ ! તમે તો ગજબના હોશિયાર નીકળ્યા !

તમને કેવી રીતે ખબર પડી કે હું અજવાળાની કવિતાની વાત કરવાનો છું ?

અજવાળું અજવાળું આંધળું ભીત
એ તો પગલે પગલે અટવાય ;
કોઇ એને હળવે હાથે ઝાલો !
અજવાળું લાજ વિનાનું ,
રે એ તો અગાસીએ ચડી ગાય;
કોઇ એને ઘરને ચોકે આણો !
અજવાળુ હલક વિનાનું ગીત,
એનો સૂર સદા તરડાય;
કોઇ એને મૌન-મરમ સમજાવો !
અજવાળુ કાન વિનાનું રે,
એને કશુંય ક્યાં સંભળાય?
કોઇ એને સાન કરી સમજાવો ! અજવાળું શેં હારું રે
એ તો પડદા પાછળ છુપાય;
કોઇ એને બહાર ઘડીક તો લાવો !
અજવાળું અપલખણું રે,
એ ઘડી ના વિસામો ખાય;
કોઇ એને અપલખણથી વારો !

- નિર્જરી મહેતા