સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
99789-26251

સલામી સવારની..

છાપાં ન વાંચે તો પણ, સ્પર્શની, કેવી અસર છે!!
ફેરિયાઓને રાજકારણની કેવી અસર છે?!
કસર છે કર્તવ્યની બધામાં, - નગ્ન ને નિર્લજ્જ -
તક મળે, નાક દબાવવાની, કેવી અસર છે!!

હાઈકુ

છે લોકાર્પણ -
મતની હેરાફેરી,
ફેરી સર્વિસ...
(ચાલે તો, અભિનંદન)

ચૂંટણી પછી,
પાયા દટાઈ જશે -
સ્વપ્નોની જેમ !
(જાગતા રે'જો)

ચિંતન

ન શ્રેયઃ સતતં તેજો ન નિત્યં શ્રેયસી ક્ષમા ।
તસ્માન્નિત્યં ક્ષમા તાત પંડિતૈરપવાદિતા ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક ગીતા નવનીતમ્‌માંથી લેવામાં આવેલ છે.

હંમેશા દંડ દેવો તે ઉચિત નથી, અને હંમેશા ક્ષમા કરવી પણ ઉચિત નથી. માટે વ્યવહારકુશળ લોકો સદા ક્ષમાશીલ હોતા નથી. આ સમગ્ર જગત ત્રિગુણ મસાલાનું જ બનેલું છે. શ્રીરામ ખુદ પણ જનક, દશરથ અને રાવણનાં બંધનોમાં છે. રાવણને મૃત્યુદંડ શ્રીરામ સંકલ્પથી આપી શક્યા હોત પરંતુ એક માત્ર પોતાની પત્ની જ નહિ, પરંતુ પોતાના સમગ્ર રાક્ષસ કુળનો સંહાર એક માત્ર પોતાના સ્વાર્થ અને અહંકારને કારણે રાવણે કરાવ્યો, તેથી જ રાવણ દંડનો ભાગી બન્યો છે.

સુવિચાર

- સિદ્ધિ સ્વયંની હોય છે, પ્રસિદ્ધિ પારકી હોય છે - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- પેટની ભૂખ મટે ત્યાંથી પ્રસિદ્ધિની ભૂખ શરુ થાય છે - **સ્નેહી પરમાર**
- કોઈ તમને કંઈક કહેવા માંગે છે એનો અર્થ એ છે કે તેને તમારા કાન કરતા તમારી જુબાન પર વધુ વિશ્વાસ છે - **ક્રિષ્ણકાન્ત ઉનડકટ**
- થોડી વાતમાં મતલબ બદલાઈ જાય છે. આંગળી ઉઠે તો અવગુણ અને અગુંઠો ઉઠો તો વખાણ થઈ જાય છે - **જનકલ્યાણ**
- જરૂરી નથી બધે તલવારો લઈને ફરવું, ધારદાર ઈરાદાઓ જ વિજેતા બનાવે છે જીવનમાં - **ફાધર વર્ગીસ**
- કર્મભૂમિ કી દુનિયા મેં શ્રેય સભી કો કરના પડતા હૈ ભગવાન સિર્ફ લકિરેં દેતા હૈ, રંગ હમેં હી ભરના પડતા હૈ - **અકબર જયપુરી**
- આજનું ઔષધ : કાચા પપૈયાને કાપવાથી જે સફેદ પ્રવાહી નીકળે તે ખીલ પર ૧૫ દિવસ લગાડવાથી ખીલ કાયમ માટે જડમૂળમાંથી મટી જાય છે. **(સંકલન : દિપક વી. આશરા)**

બોધકથા

એક સંત પર્વત પર ચડી આરામ કરતા હતા. દૂર મેદાનમાં એક ખુબ મોટું વૃક્ષ જોયું. વૃક્ષ એટલું મોટું હતું કે સંતને તાલાવેલી થઈ કે કુદરતની આ અદ્‌ભૂત રચનાને હું જલ્દી નજીકથી જોઉં. નિરીક્ષણ અને પરીક્ષણ કરવા સંત એ વૃક્ષની નજીક ગયા. જોયું તો સંત ને લાગ્યું કે વૃક્ષની ડાળીઓ તો એવી વાંકીચુકી છે એમાંથી નાનકડી નાવ પણ બની ન શકે, વૃક્ષના થડમાં એટલી ગાંઠો છે એકાદો તરાપો પણ ન બની શકે, એક પાંદડું તોડી ખાવાનો પ્રવાસ કર્યો તો પાન પણ એવું કડવું કે સંતને તમ્મર આવ્યા.

સંતે ખુદ ને કહ્યું, 'ઓહો, હવે ખબર પડી કે આ વૃક્ષ આટલું વિશાળ કેમ છે...? જે કોઈના કામમાં ન આવે તો તેના મોટા હોવાનો શો લાભ ?'

વ્યક્તિ નાનો હોય પરંતુ જો કોઈને કામ આવે છે તો પણ તેના અસ્તિત્વની પ્રશંસા કરવામાં આવે છે. પરંતુ મોટો વ્યક્તિ જો કોઈને કામ નથી આવતો તો તેનું અસ્તિત્વ વ્યર્થ છે.

આવો, પવિત્ર રાષ્ટ્રીય પર્વ ઉજવીએ

તંત્રીસ્થાનેથી...

૨૬મી જાન્યુઆરી, ૧૯૫૦ના દિવસે અમલમાં આવેલ ભારતના રાજબંધારણ મુજબ દેશનો દરેક નાગરિક નાતજાત, ધર્મ સંપ્રદાય કે લિંગભેદ વગર સમાન ગણાયેલ છે અને દરેક પુખ્ય નાગરિકને પોતાના જનપ્રતિનિધિ ચૂંટવા માટેનો મતાધિકાર તેમજ ચૂંટણીમાં ઉમેદવાર તરીકે ઊભા રહેવાનો પણ સમાન અધિકાર પ્રાપ્ત થયેલ છે. પૂર્વ વડાપ્રધાન રાજીવ ગાંધીએ ૨૧ વર્ષને બદલે ૧૮ વર્ષ પૂરાં કરનાર નાગરિકોને આ મતાધિકાર ઉપલબ્ધ કરાવતો બંધારણીય સુધારો પસાર કરાવી દેશના યુવાનોને રાષ્ટ્રની પ્રગતિમાં સહભાગી થવાની સોનેરી તક પૂરી પાડી હતી. આજે વિશ્વમાં સૌથી 'યુવાન' ગણાતા દેશોમાં ભારતનું નામ મોખરે છે, કારણ કે આપણી પંચાવન ટકા વસતિ 'યુવાન' છે. ગત વર્ષો દરમિયાન થયેલ ચૂંટણીઓમાં આ યુવા મતદારોએ અત્યંત મહત્ત્વનો રોલ અદા કરી નિર્ણાયક ભૂમિકા ભજવી અને આપણને વિકાસના માર્ગે અગ્રેસર કરવાના સંકલ્પ સાથે ભારતીય જનતા પાર્ટીએ રાજય અને રાષ્ટ્રનાં શાસનસૂત્રો સંભાળ્યા, આગામી દિવસોમાં જયારે ગુજરાત રાજયની શાણી પ્રજા વધુ એક ચૂંટણીપર્વ ઊજવવા જઈ રહી છે ત્યારે બંધારણે આપણને નાગરિક તરીકે આપેલ મતાધિકારનો આપણે ખૂબ જ વિચારપૂર્વક સદુપયોગ કરીને એવી સરકાર ચૂંટી કાઢીએ જેના હૈયે ગુજરાતના છેલ્લામાં છેલ્લા માનવીનું હિત વસ્યું હોય. જેને માત્ર સત્તા ખાતર નહીં પણ સેવા ખાતર રાજકારણનો રાહ અપનાવ્યો હોત. કોઈ આ કે તે નેતાને નજરમાં રાખીને નહીં, પણ સમગ્રપણે પ્રજાના પ્રશ્નો ઉકેલી શકે એવા સહિયારા પ્રજાલક્ષી નેતૃત્વનું નિર્ણાયક સમર્થન કરે એવી મજબૂત સરકારને વહીવટ સોંપીને જે દરેક બાબતે પ્રજાને જવાબદાર હોય. પક્ષ કરતાં પ્રદેશ કે રાષ્ટ્ર કે અગ્રતાક્રમે મૂકનાર અને ધર્મ, જ્ઞાતિ કે લિંગભેગથી પર રહી જનકલ્યાણની ભાવના સાથે ચૂંટણી લડનારા યોગ્ય ઉમેદવાર પર પસંદગી ઉતારીએ. સાથે જ એવા ઉમેદવાર પાસેથી આગોતરી ખાતરી પણ મેળવી લઈએ કે આપણા મૂલ્યવાન મતનો મલાજો એ છેક અંતપર્યંત જાળવશો. આપણો મત એ આપણો વિચારપૂર્વકનો પરિપક્વ અભિપ્રાય છે. એ મેળવીને ચૂંટાયેલ પ્રતિનિધિ સત્તા કે નાણાંના પ્રલોભનમાં આવી પ્રજાનો દ્રોહ કરે તો એને પાછા બોલાવવાનો પણ પ્રજાનો અધિકાર હોવો જોઈએ. જાગ્રત મતદાર સમૂહ તરીકે આપણે એ પણ જોવું રહ્યું કે રાજકારણીઓ અને રાજકીય પક્ષો યેનકેન પ્રકારણે ચૂંટણી જીતી લેવાના એકમાત્ર ઉદ્દેશથી ચૂંટણીને યુદ્ધના અખાડામાં ફેરવી દેતા હોય છે. મની અને મસલ પાવર ઉપરાંત પોતાનો ઉમેવાદર વર્ચસ્વ ધરાવતી જ્ઞાતિનો જ હોય એવો આગ્રહ લગભગ બધા જ રાજકીય પક્ષો રાખતા હોય છે. આદર્શોની વાતો કરતા અને પોતે જાણે ધર્મરાજાનો અવતાર હોય એવો દેખાવ કરતા નેતાઓ ચૂંટણી જીતવા માટે કેવા ચિત્રવિચિત્ર નુસખા અજમાવતા હોય છે તે હવે ગુજરાતની સુજ્ઞ પ્રજાથી અજાણ્યું નથી રહ્યું. ધર્મ, સંપ્રદાય કે જ્ઞાતિઓ વચ્ચે સદીઓથી ચાલ્યા આવતા સૌહાર્દપૂર્ણ સંબંધોને આ સ્વાર્થી રાજકારણીઓ એક યા બીજા બહાના હેઠળ રાગદ્વેષપૂર્ણ બનાવી પોતાનો હેતુ પાર પાડી દેતા હોય છે. પ્રબુદ્ધ નાગરિકોએ પોતાનો નાગરિક ધર્મ સમજીને આવાં તત્વોને ઓળખી લેવા જોઈએ અને ગરીબ, અલ્પ શિક્ષિત નાગરિકો એમના પ્રલોભનમાં ફસાઈને ખોટી પસંદગી ન કરી બેસે એનું પણ ધ્યાન રાખવું પડશે. સાચા નાગરિકે માત્ર મતદાન કરીને જ નહીં પરંતુ યોગ્ય પાર્ટી અને યોગ્ય ઉમેદવાર તરફી મતદાર કરાવીને પોતાનું રાષ્ટ્રીય ઋણ ચૂકવવું જ રહ્યું. મતદાન દરમિયાન પણ કેટલાંક સ્થાપિત હિતો એમના કુત્સિત સ્વાર્થ સિદ્ધ કરવા સક્રિય બનતાં હોય છે. કયારેક સત્તાધારી પક્ષ પોતાની સત્તા બચાવવા માટે તો કયારેક વિપક્ષ કોઈ પણ ભોગે સત્તા હડપવાની લાયમાં કેટલીક ગેરરીતીઓ આચરતા રહે છે. જાગ્રત નાગરિકે આવું કંઈ પણ નજરે પડે તો ચૂંટણી અધિકારીનું અને ચૂંટણી પંચનું ધ્યાન દોરવું જોઈએ. પાંચ વર્ષમાં એકાદ વાર જ આવો રૂડો અવસર આપણા આંગણે આવતો હોય છે. એ વખતે તો પ્રમાદ કરીશું તો આગામી પાંચ વર્ષ લગી પસ્તાવાનો વારો આવશે તે સમજી લેવું જોઈએ. નાગરિકના મૂળભૂત અધિકારો પૈકી સૌથી મહત્ત્વનો અધિકાર એ મતાધિકાર છે. તેના જોર પર એ સત્તાધીશોને ધૂળ ચાટતા કરી શકે છે અને સાચા સેવકોને સિંહાસન પર બેસાડી શકે છે. કમનસીબે છેલ્લાં વર્ષો દરમિયાન રાજકારણ સેવાને બદલે ધંધો બની ગયું છે ત્યારે ચૂંટણીની તકનો સદુપયોગ કરી લોકશાહીની ગાડી આડા રસ્તે ફંટાતી અટકે અને આપણા મહાન પૂર્વજો તથા સ્વાતંત્ર્ય સેનાનીઓનાં બલિદાન એળે ન જાય, એ જોવાની આપણી ફરજ બની રહે છે. ગુજરાત હરહંમેશ દેશ અને દુનિયાને દોરવણી આપતું રહ્યું છે. આવો, આ વખતની ચૂંટણીમાં પણ ગુજરાતની ગરિમાનો પરચો બતાવી દઈએ.

જય જય ગરવી ગુજરાત...

આયુર્વેદનું જીવનામૃત

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા

ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

દિવાળીની રજાઓ હાલ જ પુરી થઈ. આપણે હજું દિવાળીના મૂડમાં જ છીએ. આમ તો જન્માષ્ટમી પુરી થાય ત્યારથી જ દિવાળીની રાહ જોવાય. ઘરની સાફસફાઈ, સાજસજ્જા, વિવિધ વાનગીઓ, દીવા અને રંગોળી આદિ અનેક પ્રવૃત્તિઓમાં આખો પરિવાર જોડાય. આજના યુગમાં ન્યુક્લીઅર ફેમીલી વધી ગયા છે. પતિ-પત્નિ અને બાળક એમ ત્રણ જ વ્યક્તિ હોય, એમાય પતિ-પત્નિ બન્ને જોબ કરતા હોય. બાળકને ક્યાંક ડે-કેર સ્કૂલમાં બેસાડ્યું હોય અને વીક-એન્ડ વખતે આ ત્રણેય જણા (ક્યારેક કોઈક મિત્રો) ફરવા કે ફિલ્મ જોવા જાય. આ જ રૂટીન. દિવાળી જેવા તહેવારો સંયુક્ત પરિવારને ઉજાગર કરે છે. ઘરના અબાલવૃધ્ધ સૌ સાથે હોય, બધા આનંદ કરતા હોય અને એ સમયે કદાચ લોકોને એવુ સમજાય પણ ખરૂં કે સાચી મજા જોઈન્ટ ફેમિલીમાં એટલે કે સંયુક્ત પરિવારમાં જ છે. જયારે આપણે આયુર્વેદનાં ગ્રંથો પર નજર કરીએ ત્યારે આવી અનેક ઉદાત્ત ભાવનાઓનું વિષદ વર્ણન જોવા મળે. આવા સદવૃત્તના આચરણથી વ્યક્તિનો કાયિક-વાચિક-માનસિક એમ સર્વાંગી વિકાસ થાય છે.

આપણાં શારીરિક સ્વાસ્થ્ય અંગે તો આયુર્વેદમાં ખૂબ બધું વિવરણ છે જ. જેમકે મિતાહારી રહેવું, પચવામાં ભારે પડે તેવા આહાર ન લેવા, સાત્વિક તાજો આહાર લેવો, નિયમિત યોગ્ય વ્યાયામ કરવો, અને વહેલા સુઈને વહેલા ઉઠવું. આ ઉપરાંત ઈમ્યુનિટી વધારનારા અને શરીરને સ્વસ્થ રાખનારા રાસયણ ઔષધોનો વિવેકપૂર્વક ઉપયોગ પણ સ્વાસ્થ્યવર્ધક છે. આયુર્વેદ એ માત્ર શારિરીક સ્વાસ્થ્ય પુરતું સિમિત નથી. સદવૃત્ત જેવા પ્રિન્સીપાલ્સને અનુસરવાથી આપણું સમગ્ર વ્યક્તિત્વ ઉન્નત બને છે. ચલો સમજીએ આયુર્વેદમાં વર્ણીત સદવૃત્તના પાઠને.

- કીડી જેટલા સૂક્ષ્મજીવ પ્રત્યે પણ દયાભાવ રાખવો અને બધાને પ્રીતીપાત્ર થવું - દેવ, ગાય, અને ગૂરૂ પ્રત્યે પૂજ્યભાવ કેળવવો - હંમેશા સત્ય બોલવું અને કોઈને ઈજા ન પહોંચાડવી - આપણી ઈન્દ્રીયો પર અંકુશ રાખવો
- હિંસા, ચોરી, અને લોકોને દુઃખ આપે તેવા વચનો નો ત્યાગ કરવો - બીજાના ફોલ્ટ (વાંક) ન જોવા - સમત્વભાવ કેળવી અન્યને મદદરૂપ થવું

ટુંકમાં, નરસિંહના વૈષ્ણવજનના દરેક લક્ષણોનું આયુર્વેદમાં વર્ણન છે. આપણે આ નૂતનવર્ષપર્વે આમાના શક્ય તેટલા વધું સદવૃતનું આચરણ કરવા સક્ષમ બનીએ. આપ સૌને નૂતન વર્ષની ખૂબ શુભેચ્છાઓ...

- contact@atharvaayu.com

નવા વરસની વાત કરું છું, ઠીક થશે ને?

મનના ઉમંગો

રણછોડ પરમાર

સર્વપ્રથમ હું સૌ વાચકમિત્રો (આ કોલમ હંમેશા વાચનારા, કો'ક દિવસ વાંચનારા, થોડીક વાંચીને અડધેથી પડતી મૂકનારા અને કદી નહીં વાચનારા તમામ)ને હૃદયપૂર્વક નૂતન વર્ષાભિનંદન પાઠવું છું.ગાંધીનગર સમાચાર કાર્યાલયના સર્વે કર્મચારી મિત્રોને પણ નવા વરસની શુભેચ્છાઓ પાઠવું છું. આ બધાને એક તાંતણે બાંધી રાખી યોગ્ય દિશામાં ગતિ કરાવનારા શ્રી કૃષ્ણકાંતભાઈ જહાને અલગથી શુભેચ્છાઓ પાઠવું છે અને તેમની રાહબરી હેઠળ આપણું વર્તમાનપત્ર અધિક પ્રગતિ કરે તેવી પ્રભુને પ્રાર્થના કરું છું.

નવા વરસનો સૂરજ ઉગ્યાની વાતને પણ છ દિવસ થઈ ગયા. બેસુમાર ઉપરની કમાણી ધરાવતા લોકો સિવાયના બધે ઘેર મીઠાઈ ખલાસ થઈ ગઈ હશે અને નાસ્તાના ડબ્બાના તળિયાં દેખાવા માંડ્યા હશે.સમજુ ગૃહિણીઓ હવે કોઈ મહેમાન આવી ચડે તો ગરમાગરમ બટાટાપૌઆ અથવા ભજીયા ખવરાવી અને મસ્ત ચા પીવરાવીને વિદાય કરવા માંડી હશે. આપણા મહેમાનોય આપણા જેવા જ હોવાથી આપણી પરિસ્થિતિ તેઓ તરત સમજી જાય છે પણ ઉચ્ચ વર્ગના રવાડે ચડેલા સગાસંબંધીઓ આ વાત સમજે છે ખરા પણ સમજવા માંગતા નથી અને બીજા ભાઈઓ સમક્ષ આપણી બની શકે તેટલી મહત્તમ પટ્ટી ઉતારવાની કોશિષ કરે છે. પ્રભુ એમને સદબુધ્ધિ આપે. બીજું શું ?

મા સરસ્વતીની પૂજા કરવાની તિથિ લાભપાંચમ ગઈકાલે ગઈ . જૈનભાઈઓ આ દિવસને જ્ઞાનપંચમી તરીકે મનાવે છે.હિંદુ વેપારીઓ આ દિવસથી વેપાર શરૂ કરે છે. મેં આ લેખ લખી તો ક્યારનોય રાખ્યો હતો પરંતુ ગાંધીનગર સમાચારને લાભપાંચમના રોજ મોકલ્યો છે .એટલે મારા પૂરતું લેખ મોકલવાનું મૂરત સચવાયું છે એમ કહી શકાય. હવે આખું વરસ સમયસર લેખો લખાય અને સમયસર મોકલી અપાય તો સારું જેથી હંસાબેનને મારો નંબર ગોતીને ઉઘરાણી કરવી ના પડે .જો કે કેવળ લેખ સમયસર લખાય એટલું જ પૂરતું નથી પરંતુ ગયા વરસ કરતા કંઈક વધુ સારા લેખ લખાય તે ખાસ જરૂરી છે. તે માટે મારી સાથોસાથ તમે પણ મા સરસ્વતીને પ્રાર્થના કરજો.

મારા ઘરના બારણે નવા વરસની સવારે લટકાવેલા આસોપાલવના તોરણ હજુ પવન આવે ત્યારે ખડ ખડ ખખડીને એમની હાજરી પૂરાવે છે. ઘરમાં બનાવેલી રંગોળીના રંગ થોડા થોડા ઝાંખા પડવા માંડ્યા છે. થોડા દિવસ પહેલાં ઘસી ઘસીને સાફ કરેલા બારીબારણાં પર આછી સ્પષ્ટ ના દેખાય તેવી રજોટી ચોક્કસ જામી હશે. ક્યાંક દિવાળીના દીવામાં તેલ ભરતી વખતે તે છલકાઈ જતાં પડેલા તેલના ડાઘા ગૃહિણી જુવે છે અને જીવ બાળે છે. બહાર રસ્તા ઉપર દિવાળીની રાત્રે ફૂટેલા ફટાકડાના કાગળોનો કચરો આમતેમ ઉડે છે. આમતો અમે નવા વરસે નવરા પડ્યા ત્યારે મોટાભાગના કાગળિયા ભેગા કરી બાળી મૂક્યા હતા પણ એમાંથી બચી ગયેલા અને તે પછી ઉમેરાયેલા ફટાકડાના અવશેષો સરકારશ્રીના સ્વચ્છતા અભિયાનના ધજાગરા ઉડાડવાના હેતુથી પોતે જ આમતેમ ઉડતા રહે છે.

હજુ દૂર રહેતા મિત્રો અને સંબંધીઓ સમય મળે ત્યારે અગાઉથી ફોન કરીને મળવા આવતા રહે છે. આપણે કોઈ સુંદર પુસ્તક આજે તો વાંચવાનું શરૂ કરવું જ છે એવો પાકો નિર્ધાર કર્યો હોય ત્યાં ગૃહપ્રધાન મેઘાણીનગર જવાનો પ્રસ્તાવ રજૂ કરે છે. મહાપરાણે અસંખ્ય ગલ્લાતલ્લા કરી આપણે એ મહાપ્રવાસને બીજા દિવસ પર ગોઠવવામાં સફળ થયા હોય ત્યાં જ દરિયાપુરથી મિત્ર ફોન ઉપર પૃચ્છા કરે છે કે તમે આજે હાજર છો કે નહીં હવે આપણાથી હાજર નથી એવું તો કહેવાય નહીં .એટલે કમને પુસ્તકને ફરી એકવાર કબાટમાં ગોઠવાઈ જવું પડે છે.ખબર નહીં હવે વાંચવાનું મુરત ક્યારે નીકળશે ?

અરે ભાઈ ! સંસાર છે એટલે આ બધું તો ચાલ્યા કરવાનું . મિત્રો અને મહેમાનો એમની અનુકૂળતા મુજબ આવતા રહેવાના. આપણે પણ સમય મળ્યે એમની શુભેચ્છામુલાક લેવી પડવાની. પુસ્તક આજે નહીં તો કાલે વંચાશે. ખરેખર તો નવા વરસના દિવસે વહેલી સવારે પ્રભુજીને દીવાબત્તી કર્યા પછે એકાદી કવિતા વાંચી લેવી જોઈએ. વધારે વખત મળે તો એકદો નિબંધ અથવા વાર્તા વાંચી લેવાય તો જલસા પડી જાય. કોઈ મોટું પુસ્તક આવા ટાણે હાથમાં લેવું નહીં. કારણ કે એને પૂરું કરતાં ભારે પરસેવો પડી જાય છે. પાછા દિવાળી અંકો ય આવ્યા હશે ને.? એ તો નવરા બેઠા હોઈએ ત્યારે હાથમાં જ રાખવો.પણ એક કામ ના કરશો. વૉટસ અપ ઉપર કોઈ લાંબીલચક કવિતા મૂકી દેતા નહીં. ટૂંકી હોય તો સારું. વાચનારને રાહત રહે. કવિતાની વાત નીકળી છે તો આવો આજના શુભ દિવસે એક બહુ સરસ કવિતા સંભળાઉ. નવું વરસ નવી આશાઓ અને ઉમંગો લઈને આવ્યું છે. કવિશ્રી વિપિનભાઈ પરીખ કેવા પ્રભાતની રાહ જોઈ રહ્યા છે , તે તમે પણ શાંતિથી જુવોઃ કારણ કે કવિતા થોડીક લાંબી છે.તમે કહેશો હમણાં તો આ ભાઈ ટૂંકી કવિતા મૂકવાની વાત કરતા હતા ને હવે આવડી લાંબી કવિતા ફટકારવાની ? ના, ના, શાંતિથી વાંચો,બહુ લાંબી નહીં લાગે.

પ્રતિક્ષા સૂરજની , ડાબી બાજુ, જમણી બાજુ
નજર પહોંચે ત્યાં સુધી રસ્તા પર, બસમાં, ટ્રેનમાં મોકળાશ હશે, ગીચોગીચ દુર્ગંધાતી ભીડ નહીં હોય. શ્વાસ લેવાશે, ચલાશે, થોભી પણ શકાશે એવો પણ દિવસ ઉગશે !

સિગ્નલ પર ગાડીની પાછળ દોડતા લાચાર કરગરતા દીનહીન, લાચાર હાથ નહીં હોય, દાતાઓના હાથ ભોંઠા પડશે, હાથ કહેશે, "અમને કામ જોઈએ છે દાન નહીં " હાથ પથ્થરો તોડશે ભીખ નહીં માંગે - એવો પણ દિવસ ઉગશે !

નહીં હોય ન્યાયાલયો, નહીં હોય કારાગરો, બંને બાજુ ફોલી ખાતા નહીં હોય પોલીસો અને વકીલો, કારણ મિલકત નહીં હોય અને ગુનો કરવાનું મન નહીં હોય- એવો પણ દિવસ ઉગશે !

લોટરી અને દારૂનો ધંધો કરતી સરકાર નહીં હોય, કારણ નશો કરી જાતને ભૂલવા મથતી પ્રજા નહીં હોય, ને એક દિવસમાં કુબેર થવાના સ્વપ્નાં જોનારી આંખો નહીં હોય કારણ કુબેર થવાની કોઈ 'સ્ટેટસ' 'નહીં હોય , ફાયદો નહીં હોય- એવો પણ દિવસ ઉગશે !

એક માણસ બીજા માણસને પૂછશે નહીં, 'તારો ધર્મ કયો, તારી જાત કઈ ?' કારણ કોઈ ધર્મ નહીં હોય, કારણ કોઈ ભય નહીં હોય, કોઈ સોદાગીરી નહીં હોય ઈશ્વર સાથે, નમન કરવા માટે કોઈ લાચારી નહીં હોય, લાલચ નહીં હોય. પછી મંદિર અને મસ્જિદ, ગિરજાઘર અને દેવળ મ્યુઝિયમમાં ફેરવાશે. ઈશ્વર હશે ગૌરવથી ટટ્ટાર ઊભો રહેનારો, એના હાથમાં કોઈ એક લોહીતરસી ધજા નહીં હોય- એવો પણ દિવસ ઉગશે!

એ દિવસના ઉગતા સૂરજને જોવા આ ગાઢ અંધકારમાં પણ હું જાગતો રહીશ.

- વિપિન પરીખ

બે મીઠા બોલ બોલવાથી કોઈને શેર લોહી ચડે તો તે પણ રક્તદાનનો એક પ્રકાર છે

લાગણીનો મેળો

રસિક વાળંદ

જીવન બીજું કંઈ નથી બાવન પત્તાંની વાત છે,
એક્કો, દૂરી, ગુલામ, બાદશાહ ભાગ્ય તણી સોગાત છે.
કહો નહીં કે નબળાં પત્તાં મળ્યાં અમારે હાથ છે,
કળા શીખી લો રમવાની તો જીત તમારે હાથ છે!

●●●

'સુબહ હોતી હૈ, શામ હોતી હૈ, જિંદગી યૂં હી તમામ હોતી હૈ...' પ્રેમધવનના આ ગીતની જેમ જિંદગીના તારીખિયામાંથી રોજ એક એક દિવસ ખરતો જાય છે. સરકવું એ સમયનો સ્વભાવ છે. સમયને કોણ થંભાવી શકે?!

સપ્તરંગી સપરમા દહાડા આવ્યા અને ગયા... 'નવું નવ દહાડા' ની જેમ જે એક ક્ષણે અકલ્પ્ય - નૂતન ને રોમાચંકારી જણાતું તે સમય જતાં જૂનું થઈ જાય !! કહેવાય છે ને 'કાલ પિબતી તત્ રસમ્. કાળ બધાંનો રસ ખેંચી લે છે... નવું ઝાઝું ટકતું નથી... એમ જ આપણે બધા પાછા એ જ ઘરેડબદ્ધ... એકધારાપણામાં કેદ થઈ જઈએ છીએ...

આજની હાઈટેક દુનિયાની ફાસ્ટલાઈટ આપણને સિફતપૂર્વક તાલબદ્ધ રૂટિનમાં ગોઠવી દે છે ! સારું છે તે તહેવારો ને રજાઓ આપણને ઢંઢોળી... જગાડે છે !!!

દોસ્તો, આપણને એકધારાપણું કોઠે પડી ગયું છે. રૂટિનબદ્ધ થવાની આદત પડી ગઈ છે. કુદરત તો પ્રતિબળ નવાં રુપ ધારણ કરે છે... રોજ કેવી તાજગી સભર નવી સવાર આવે છે... માણસ જૂનો થતો જાય છે ને દુનિયા રોજ નવી થતી જાય છે ! આપણે ખુદ () થઈને એ તો દુનિયા નથી દેખાય... 'વહેતાં તીર નિર્મળાં' ની જેમ વહેતા રહેવાનું શીખીએ તો કેવું ?!! નવા થવા માટે કોઈ તક - તારીખ કે તહેવારની જરૂર નથી બસ મનને કેળવીએ એટલો ભયો... ભયો... ઊંઘ એ લઘુ મૃત્યુ છે જયારે પ્રત્યેક પ્રભાતે આપણો પુનર્જન્મ થાય છે... ગઈકાલ કરતાં વધુ સારું જીવવાની શરુઆત કરીએ...

એક લઘુકથા 'થપ્પો' યાદ આવે છે.

'૬૫ વર્ષના દાદાએ ૬૩ વર્ષની દાદીને કહ્યું, 'ચાલ ને થપ્પો રમીએ.'

દાદીએ કહ્યું, 'હાય, હાય, તમેય શું બાળક જેવી વાત કરો છો!' આજે ઘરમાં આપણા બે સિવાય કોઈ નથી... ચાલ ને થપ્પો રમી લઈએ.

દાદીએ પહેલો દાવ લીધો. એકથી વીસ ગણ્યા. દાદા સોફા નીચે છુપાઈ ગયા. દાદીએ બધા રૂમ જોયા. પછી સોફા નીચેથી દાદાને શોધી કાઢયા. એ પછી દાવ લેવાનો વારો આવ્યો દાદાનો.

દાદાએ ધીમે ધીમે ૨૦ સુધી ગણતરી કરી. એ પછી દાદીને શોધવા આખું ઘર ફંફોસી નાખ્યું. બધા રૂમ બે બે વાર જોયા. બાલ્કની જોઈ. બધા કબાટ ખોલીને બરાબર ચેક કર્યું. બાથરૂમ - વૉશરુમ જોયાં કયાંય દાદી ન મળે.

દાદા તો ગભરાઈ ગયા. એવી તો કઈ જગ્યાએ છુપાઈ ગઈ કે મળતી નથી ? ત્રીજી વખત રસોડામાં ગયા. રસોડા અને સ્ટોર રૂમની બાજુમાં એક નાનકડો ખાંચો હતો. તેમાં દાદી કશુંક ઓઢીને સંતાઈ ગયા હતા.

દાદાએ તાળીઓ પાડીને દાદાનો થપ્પો કરી નાખ્યો.

પછી બંને જોડે ચ્હા પીવા બેઠાં.

દાદી કહે, મને થપ્પો રમવાની ખૂબ મજા આવી. હવે આપણે રોજ થપ્પો રમીશું. દાદા હસતાં હસતાં કહે, 'થેંક્યુ, બસ મારે એટલે જ થપ્પો રમવો હતો. તું વર્ષોથી રસોડામાં ખોવાઈ ગઈ હતી, મારે તને શોધવી હતી, આજે તું જડી ગઈ.'

દાદાની આંખમાં હર્ષનાં આંસુ આવી ગયા.

દોસ્તો, કયારેક કયારેક આ રીતે થપ્પો રમી લેવો જોઈએ, કયાંક કોઈ ખોવાઈ ગયું હોય તો જડી પણ જાય...

સ્પર્શમણિ

● બે મીઠા બોલ બોલવાથી કોઈને શૅર લોહી ચડે તો તે પણ રક્તદાનનો એક પ્રકાર છે.

●●●

● પ્રેમ કરતા રહો જીવનને, લોકોને, પ્રકૃતિને, સંબંધોને તેમજ નવા વિચારીને. પ્રેમ અને બુદ્ધિ વૃદ્ધત્વને પાછું પાડુ ઠેલે છે.

●●●

શોધવા જ હોય તો તમારી ચિંતા કરવાવાળાને શોધજો, તમારો ઉપયોગ કરવા વાળા તો તમને શોધી લેશે...

●●●

rasikvaland1965@gmail.com
- 9913426949

વિસરાતી વાનગી

સ્ટફ માલપુઆ

સામગ્રી

એક વાટકી ઘઉંનો લોટ
અડધી ચમટી ખાંડ
એક ચમચા આખા મરી
એક ચમચી હરિયાળી
એક નંગ કેળું
એક નંગ સફરજન
એક વાટકી પનીર
૧૦ નંગ બદામ
એક ચમચી તજ પાવડર
એક ચમચી એલચી પાવડર
અડધી વાટકી મધ
એક વાટકી દૂધ
ઘી (તળવા માટે)

રીત :

સૌપ્રથમ એક વાટકી દૂધમાં અડધી વાટકી ખાંડ ઓગાળી તેમાં એક વાટકી ઘઉંનો લોટ નાખી બરાબર મિક્સ કરી તેમાં વરિયાળી અને આખા મરી ઉમેરવા ત્યારબાદ ગરમ ઘીમાં નાની નાની સાઈઝના માલપુઆ ઉતારવા પછી માલપુઆ ઉપર બદામની કતરણ કેળાની સ્લાઈસ મુકી એક ચમચી મધ સ્પ્રેડ કરી તજ પાવડર અને એલચી પાવડર ભભરાવવો અને છીણેલું પનીર પાથરવું તેની ઉપર બીજો માલપુઓ મુકી ફરીથી તેની ઉપર બદામની કતરણ સફરજનની સ્લાઈસ મૂકી એક ચમચી મધ સ્પ્રેડ કરી તજ પાવડર અને એલચી પાવડર ભભરાવવો અને છીણેલું પનીર પાથરવું પછી તેની બીજો માલપુઆ મુકી બદામની કતરણ, કેળા અને સફરજનની સ્લાઈસ મુકી એક ચમચી મધ સ્પ્રેડ કરી તજ પાવડર અને એલચી પાવડર ભભરાવવો અને છીણેલું પનીર પાથરવું અને બીજો માલપુરો મુકવો અને તેની ઉપર બદામની કતરણ મુકી સર્વ કરવું.