પાકિસ્તાનને અત્રતત્ર સર્વત્ર થપ્પડ

તંત્રીસ્થાનેથી...

તાપસી પન્નુ અમૃતા પ્રીતમના જીવન પર બની રહેલી એક ફિલ્મમાં લીડ રોલ કરી રહી છે. અમૃતાએ પુરુષપ્રધાન જીવનશૈલીને જબરદસ્ત લપડાક લગાવતી આગવી જીવનશૈલી અપનાવી હતી. એથી ફિલ્મનું નામ 'થપ્પડ' રખાયું છે. ભારત અને પાકિસ્તાન વચ્ચે ૧૯૭૧ના મોટા યુદ્ધ પછી કારગિલવાળું યુદ્ધ થયું. પાકિસ્તાને ૧૯૬૫માં મોટી થપ્પડ ખાધેલી. ભારતીય સેના લાહોર પહોંચી ગયેલી. લાલબહાદુર શાસ્ત્રીએ તાશ્કંદ કરાર પર સહી કરી એથી થપ્પડની ચચરાટી ઓછી કરી આપી અને એ ટેન્શનમાં પોતાનો જીવ ગુમાવ્યો હતો. ૧૯૭૧માં થપ્પડ બહુ ભારે હતી. સામ માણેકશાના નેતૃત્વમાં લડાયેલ નિર્ણાયક યુદ્ધમાં ભારતે પાકિસ્તાનની આખેઆખી પૂર્વ પાંખ તોડી નાખી 'બાંગ્લાદેશ' નામે જુદો દેશ દુનિયાને ભેટ ધરી દીધો હતો. ૯૦ હજાર પાક સૈનિકો ભારતીય સેનાના શરણે આવ્યા હતા. એ પછી કારગિલનું જે અટકચાળું કર્યું એમાં જનરલ મુશર્રફને થપ્પડ પડી હતી. પરંતુ એ તમામ થપ્પડો કરતાં મોટી થપ્પડ વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીએ નહેરુ યુગથી વાજપેયી-મનમોહન કાળ સુધી લટકી રહેલ જમ્મુ-કાશ્મીરના વિશેષ દરજ્જાવાળા મુદ્દે નિર્ણાયક બિલ લાવી મારી દીધી છે. એથી જમ્મુ-કાશ્મીરને બાપદાદાની જાગીર સમજતા અબ્દુલ્લા પરિવારથી લઈ મુફ્તી મલેકા અને અલગાવવાદીઓને જબરી થપ્પડ પડી છે તો એથીયે મોટી થપ્પડ ૩૭૦ના સમર્થકો બની રહેલા કોંગ્રેસ સહિતના વિપક્ષોને પડી છે. ભારતીય જનતા પાર્ટીની જમણેરી વિચારધારા સાથે સહમત નહીં થનારા અને મોદીરાજની આર્થિક નીતિઓના કટ્ટર ટીકાકારો પણ આ મુદ્દે મોદીનાં બે મોઢે વખાણ કરતા થઈ ગયા છે. જિનેવામાં માનવ અધિકાર મુદ્દે રજૂઆત કરતા પાકિસ્તાની પ્રધાન કુરેશીએ 'ભારતના જમ્મુ-કાશ્મીર રાજય'માં માનવઅધિકાર પર તરાપ પડી હોવાની રજૂઆત કરી, તે મુદ્દો જ પાક સરકાર પણ જમ્મુ-કાશ્મીરને ભારતનું રાજય ગણે છે એ વાતની સાહેદી પૂરવા પૂરતો છે. ભારતીય પ્રવક્તાઓએ ભારતની વાત પૂરી તૈયારી સાથે રજૂ કરી અને પાકિસ્તાનને આતંકવાદનું પારણું ગણાવ્યું છે. સાથે જ, એક સમયના ઈમરાનખાનના સાથી ક્રિકેટર અને એમની તહરીકે - ઈન્સાફ પાર્ટીના પૂર્વ ધારાસભ્યે પાકિસ્તાનમાં શીખ અને હિંદુ લઘુમતી બિલકુલ સલામત નહીં હોવાની ગુહાર લગાવી ભારતમાં રાજયાશ્રય માગ્યો છે. પાકિસ્તાન વિરુદ્ધ જિનેવામાં પણ સિંધ અને બલૂચિસ્તાનના નાગરિકો સૂત્રોચ્ચાર કરતા હોય તો શું એ કોઈ નાનીસૂની થપ્પડ છે? બાંગ્લાદેશ પછી બલૂચિસ્તાનની આઝાદી એ ભારતની પાકિસ્તાનને સૌથી ભારે અને નિર્ણાયક લપડાક બની રહે એમ છે.

દશમૂલની શરીર પર અસરો

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા
ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

પ્રાચીનકાળથી અનેક શાસ્ત્રોમાં સમગ્ર વિશ્વમાં વૃક્ષોનો મહિમા ગવાયો છે. વૃક્ષોને દેવતુલ્ય,પિતાતુલ્ય, માતાતુલ્ય, તથા શ્રેષ્ઠ મિત્રોની ઉપમા આપવામાં આવી છે. નૈસર્ગિક તેમજ પર્યાવરણીય રીતે તો વૃક્ષોનું મહત્વ છે જ પરંતુ આયુર્વેદ માં વૃક્ષોનું આગવું સ્થાન છે.

વૃક્ષોનું ઔષધિ રૂપે સંબોધન આપ્યું છે. ઔષધિનો સીધો અર્થ થાય છે, 'જે વેદનાને દૂર કરે તે...' આયુર્વેદ માં ઔષધીઓનું વિષદ વર્ણન છે. સંહિતાકાળબાદ - આવેલા નિઘંટુઓ તો ઔષધિઓનાં જ સંગ્રહ છે એમ કહીએ તો ચાલે. અલગ અલગ કર્તાઓ એ રચેલા નીઘંટુઓ માં ઔષધીઓનું સુનિયોજિત વર્ણન છે. વનસ્પતીઓની અલગ અલગ પારાશિશીઓને ધ્યાન માં લઈ તેના વર્ગો પાડવામાં આવ્યા છે. અમુક – અમુક રીતે મળતી આવતી વનસ્પતિઓના સમૂહો બનાવી તેને આગવું નામ આપી વર્ગીકૃત કરવામાં આવ્યું છે.

આજે આપણે આવા જ એક સમૂહ વિષે જાણવાના છીએ. દશમૂલ, આ શબ્દ જોતા જ ખ્યાલ આવે કે દશ પ્રકારની વનસ્પતિઓના મૂળની વાત છે. દશમૂલ માં સમાવિષ્ટ ઔષધિઓ મુખ્યત્વે ૨ ભાગ માં વિભાજીત છે. એક ભાગ છે બૃહત (મોટું) – પંચમૂળ અને બીજો ભાગ છે લઘુ પંચમૂળ. બંનેમાં પાંચ – પાંચ ઔષધીઓનો સમાવેશ થાય છે. બૃહત પચમૂળ માં સમાવિષ્ટ ૫ ઔષધિઓમાં બીલી (બિલ્વ), અરણી (અગ્નિમંથ), અરલુ(શ્યોનાક) , પાટલા(કાચકા) અને સીવણ(ગંભારી)નો સમાવેશ થાય છે.જ્યારે લઘુ પંચમૂળ માં સમાવિષ્ટ ૫ ઔષધિઓ માં શાલવણ (શાલપરણી), પીઠવણ(પૃષ્નીપણી), બેઠી ભોરિંગણી (કન્ટકારી), ઉભી ભોરિંગણી (બૃહતી) તથા ગોખરૂનો સમાવેશ થાય છે.

દશમૂળ ત્રિદોષનાશક છે. ઉપરાંત દમ, ઉધરસ, સુસ્તી,સોજો, વાયુને લગતા રોગો જેવાકે વા,સાંધાનો દુ:ખાવો આદિ, અરુચી, અજીર્ણ, કોઈપણ પ્રકારનાં દુ:ખાવા, પક્ષાઘાત તથા મેદોરોગ જેવા રોગોમાં ફાયદાકારક છે.

દશમૂળ માં આવૃત દશેય ઔષધિઓને પોતાના આગવા ગુણો છે. આથી દશમૂળ ત્રણેય દોષોને લગતા રોગોને દૂર કરવામાં સમર્થકારી છે. દશમૂળમાં રહેલ દસેય વનસ્પતિઓનો પરિચય મેળવવાથી આ ઔષધ અને તેના ગુણો અંગે વધુ ખ્યાલ મળશે... શરૂઆત કરીએ બૃહત પંચમૂળના ઔષધો થી...

(૧) બીલી (બિલ્વ): આધ્યાત્મિક મહત્વ ને કારણે બીલીના વૃક્ષનો લગભગ બધાને ખ્યાલ હોય એ સ્વાભાવિક છે. બીલીના ફળ કે જેને બિલા કહે છે એ મધુર હોય છે અને ઘણા લોકો તેની ફળમજ્જાનું શરબત બનાવીને પીવે છે. બીલીના ફળ આમ પાચક છે ઉપરાંત ગ્રહણી, અજીર્ણ, તથા ઝાડામાં ફાયદાકારક છે. બીલીના મૂળ વાતનાશક છે. બાળકોને પેટમાં કૃમીમાં, તાવમાં,સોજામાં, તથા શરીરના દુ:ખાવામાં બીલીના પાનનો રસ ફાયદાકારક છે.

(૨) અરણી (અગ્નિમંથ): અરણીને એરણ પણ કહે છે. અરણીનાં મૂળ વાતનાશક છે. સોજામાં, પક્ષઘાતમાં, સંધીવાતમાં, તથા અંગવેદનામાં અરણીનાં મૂળનું તેલ કે અરણીનો પલો ચોપડવાથી લાભ થાય છે. અરણીનાં મૂળના ચૂર્ણને ઘી સાથે ખાવાથી શીળશ માં ફાયદો થાય છે.

(૩) અરલુ(શ્યોનક): કોઈ પણ પ્રકારનાં ઝાડા થયા હોય તેમાં અરલૂની છાલ, પાન તથા મૂળનો રસ ખુબ હિતાવહ છે. કોઈ પણ પ્રકારની શરીરની ગરમી, મોમાં ચાંદી પડી હોય તેમાં અરલૂનાં મૂળની છાલ ખુબ હિતાવહ છે. આ ઉપરાંત આમવાત, સંધિવાત,સોજા, તથા દુ:ખાવામાં અરલૂનાં મૂળ ખુબ લાભપ્રદ છે.

(૪) પાટલા (કાકચ): પાટલામાં ૨ જાતી છે એક વેલ પાટલા કે જેના વેલા થાય છે અને બીજી વૃક્ષ પાટલા કે જેના વૃક્ષ થાય છે. વેલ પાટલા પિત્તરક્તદોષ, તથા વાયુનો નાશ કરે છે જ્યારે વૃક્ષ પાટલા ઉષ્ણ છે અને કફવાતનો નાશ કરે છે. છાતી - પેટમાં બળતરા (એસીડીટી), પિત્તવિકાર તથા શરીરની ગરમીમાં પાટલાનાં પાન અસરકારક છે. સોજામાં, પેટના દુ:ખાવામાં તથા વાયુરોગ માં પાટલાનાં મૂળ અસરકારક છે.

(૫) સીવણ(ગમ્ભારી):। ગમ્ભારીનાં ફળ ધાતુવર્ધક,કેશવર્ધક, તથા રક્તપિત્ત, રક્તદોષ, પિત્તવિકાર તથા અજીર્ણ માટે હિતાવહ છે. ગમ્ભારીનાં મૂળ પિત્ત તથા વાયુના રોગમાં લાભકારક છે . પિત્તને કારણે આવતો તાવ, એસીડીટી, મૂત્રમાર્ગને લગતા રોગો, આદિમાં ગમ્ભારીના મૂળ હિતાવહ છે.

મિત્રો, આપણે જોયું કે દશમૂળમાની ૫ ઔષધિઓ માંજ કેટલી બધી વિવિધતા છે. એટલા માટે જ દશમૂળ ત્રિદોષનાશક છે. અને ખાસ કરીને વાયુને લગતા રોગો માટે તો ખુબ ફાયદાકારક છે. અહી દર્શાવેલ વનસ્પતિઓના ગુણો પ્રમાણે તેનો સપ્રમાણ ઉપયોગ કરી શકાય. બાકીની ૫ વનસ્પતિઓ, એટલે કે લઘુ પંચમૂળ ની ૫ વનસ્પતિઓ વિષે જાણીશું આવતા અંકે....

(મો.) ૯૮૭૯૪૭૧૧૪૭

ખોઈ દે પછી શોધ્યા કરે છે, બસ આ જ રમત લોકો જિંદગીભર રમ્યા કરે છે !!!

લાગણીનો મેળો
રસિક વાળંદ

લે, આ મને ગમ્યું તે મારું
પણ જો તને ગમે તો તારું !
મારું તારું ને ગમવું પણ,
લાવ, લાવ કરીએ સહિયારું !
તું જીતે ને થાઉં ખુશ હું,
લેને ફરી ફરીને હારું !
ઈટ્ટા-કિટ્ટા એક ઘડીના
બાકી સઘળું પ્યારું પ્યારું !
હસિયે રમિયે મીઠું લાગે
તૂં આંસુ તો લાગે ખારું !
ગીત હોય તો શીદ અબોલા,
તું ઝીલી લે, હું લલકારું !
રમિયે ત્યાં લગ હાથ રમકડું!
મોજ મહીં શું મારું - તારું !
- રાજેન્દ્ર શુક્લ

● ● ●

૨૯ ઑગસ્ટના રોજ મેજર ધ્યાનચંદના જન્મદિવસને 'રાષ્ટ્રીય ખેલ દિવસ' તરીકે ઉજવવામાં આવે છે. આ યાદગાર દિવસે આપણા મા. પ્રધાનમંત્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદીએ FIT INDIA MOVEMENT નો પ્રારંભ કરાવ્યો.

સાચે જ મોદીજીના વિચારોભાથામાંથી એક પછી એક અવનવા કાર્યક્રમોના બાણ નીકળતા જ રહે છે !! મોદીજી એક નેતૃત્વ જ નહિ, વિચારધારા રૂપે સર્વ સ્વીકૃત થવા લાગ્યા છે !! ગાંધી અને મોદી ગુજરાતનું ગૌરવ.

દોસ્તો, જિંદગી પણ એક રમત જ છે... કવિ રાજેન્દ્ર શુક્લ ઉપરોક્ત ગઝલમાં એ જ બોધ આપે છે, ગમતાને સહિયારું કરવું - આ એક વામન પગલામાં આ જનમ આખો જીતી લેવાની તાકાત છે. રમત આપણને સહજ અને સરળ થવાનો પદાર્થ પાઠ ભણતાં કરે છે. FIT INDIA MOVEMENT અંતર્ગત અબાલવૃદ્ધ સૌ રમતને જીવનનું એક અંગ લેખે લે આજના સમયની માંગ છે. મા. પ્રધાનમંત્રીજી 'સ્વસ્થ ભારત'નું સ્વપ્ન જુએ છે. એને સાકાર કરવા કટિબદ્ધ થઈએ...

મિત્રો, જગતગુરુ ભગવાન શ્રીકૃષ્ણના જીવનમાં નજર કરીએ તો એમની શ્રેષ્ઠતાના અસંખ્ય પુરાવાઓ મળે છે. એમણે બાળપણમાં જે અસાધારણ શૌર્ય દાખવ્યું હતું. તેનો જોટો જડવો મુશ્કેલ છે. માસી પૂતનાને મારી, કાલિયા નાગને નાથ્યો... આવાં તો કેંક પરાક્રમો કર્યા... પોતે અસામાન્ય હતા છતાં સામાન્યજનોમાં સમરસ થતા. પોતાની તાકાત-બહાદુરી કે શૌર્ય પર કદી ગર્વ કર્યો નથી. એમનું નિરાભિમાનપણું લોકપ્રિયતાનું કારણ હતું.

આ પરાક્રમોના મૂળમાં ગોપાલકૃષ્ણનું નિરોગી, દઢ અને સશક્તશરીર તથા તેમનો નીડર સ્વભાવ હતાં. શરીર વિકાસ માટે તે રમત રમતા. નિરોગી અને સુંદર શરીરનો બાંધો હોય તો જ બધું શોભે... મિત્રો, કૃષ્ણનું બાલજીવન એટલે રમત-ગમત; અધ્યાય... ભગવાને આપણને રમતગમતનું મહત્ત્વ સમજાવ્યું છે. રમો અને આનંદિત રહો... જીવન ઉલ્લાસ અને ઉત્સાહથી ભરી દો.... આજના મોબાઈલ ગેમના જમાનામાં આપણી શેરી રમતો ખોવાઈ ચૂકી છે... દિનપ્રતિદિન એકલપેટા અને એકલવાયા બનતા જઈએ છીએ. બસ, ખૂણામાં ભરાઈ રહેવું અને એકલા અટૂલા જીવવું... આજના યુગની ઓળખ છે...

દોસ્તો, રમત એટલે જીવનનો આનંદ. રમત એટલે RECREATION. That Which recreates અર્થાત્ ગયેલી - વપરાયેલી શક્તિઓનું રમત પુનનિર્માણ કરે છે. જીવનમાંથી ઓછી થયેલી શક્તિને ફરી લાવી આપે, 'રિક્રિયેટ' કરે, તેનું નામ રમત. માટે રમતથી કંટાળો ને આવવો જોઈએ. રમ્યા પછી ન તો દુ:ખ થવું જોઈએ કે ન તો થાક લાગવો જોઈએ.

શરીરને તથા મનને તંદુરસ્ત રાખવા માટે રમત અનિવાર્ય છે. ખૂબ રમો, નિરોગી રહો અને બળવાન બનો. શરીર સ્વચ્છ અને બળવાન હોય તો બધું મળી રહેશે. જીવનમાં જેટલી જરૂર પ્રેમ અને જ્ઞાનની છે તેટલી જ જરૂર બળની છે. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે અને બલરામે આ ઉપદેશ લીધો, પચાવ્યો અને બધાને આપ્યો. 'શરીરમાદ્યં ખલુ ધર્મસાધનમ્.' મિત્રો, ફાનસનો ગોળો જેટલો સ્વચ્છ હોય એટલો એનો સ્વચ્છ પ્રકાશ મળે તે જ પ્રમાણે દેહરૂપી ઘર જેટલું સ્વચ્છ, તંદુરસ્ત અને સુંદર હશે તેટલો આત્મસૂર્યનો પ્રકાશ જીવનમાં અનુભવાશે.

Krishna made the play Divine - કૃષ્ણનું બીજું નામ જ રમત. આ સક્તિ વગરની રમત અને તે જ માણસ સારી રીતે રમી શકે છે જેનામાં નિષ્ઠા, સત્ય અને શૌર્ય છે. જે વ્યક્તિ પોતાને ભૂલી જાય છે, તેના જીવનમાંથી જ સ્વ-પરકીયભાવ જાય છે. માનવીના જીવનમાં રમતગમતની કેટલી જરૂર છે એ ભગવાન કૃષ્ણનું બાળચરિત્ર સમજાવે છે. રમે તેને ભૂખ વધુ લાગે... રમતની સાથે ખોરાક આવશ્યક છે... ખોરાક સાત્ત્વિક હોવો જોઈએ... દૂધ, છાશ, ઘી, માખણ... વગેરે ! શ્રીકૃષ્ણ 'માખણચોર' કહેવાયા... શું નંદરાય ને ઘરે દહીં-માખણની કમી હતી? જીવનની આવશ્યક ચીજવસ્તુઓ દરેકને મળવી જોઈએ - એ કૃષ્ણનો આદેશ હતો...

FIT INDIA MOVEMENT સાથે જગદ્ગુરુનો જીવનમર્મ સૌનો બની રહો !!!

સ્પર્શમણિ :
ખોઈ દે પછી શોધ્યા કરે છે,
બસ આ જ રમત લોકો જિંદગીભર રમ્યા કરે છે!!!

- rasikvaland1965@gmail.com
Mo. 9913426949

અધ્યાત્મના પ્રદેશમાં કોઈ દ્વંદ્વ નથી, કોઈ હરિફાઈ નથી, માત્ર શાંતિ અને પ્રસન્નતાનો આ પ્રદેશ આપણો પોતાનો છે

અબીલ-ગુલાલ
મમતા રાવલ

આધ્યાત્મિકતા અંગેની આ વૈચારિક યાત્રા દરમિયાન શિક્ષક દિવસ ચૂકાઇ ગયો. આ માધ્યમથી સહુ ગુરુ જનોને શત્-શત્ વંદન પાઠવું છું.

શિક્ષક અને અધ્યાત્મ એક સિક્કાની બે બાજુ જેવા છે એવું હંમેશાથી અનુભવ્યું છે એ માન્યતાના અનેક કારણો રહ્યા છે. જેમનો જન્મદિન શિક્ષકદિન તરીકે મનાવાય છે એવા શ્રી ડો. સર્વપલ્લી રાધાકૃષ્ણનનું જીવન ચરિત્ર વાંચીએ ત્યારે સમજાય કે શિક્ષકત્વ એ આધ્યાત્મની પરિભાષા ઓળખ છે. શ્રી રાધાકૃષ્ણને હિંદુધર્મ, ભારતના ધર્મો, સંસ્કૃતિ, ધર્મ શાસ્ત્રોનો ઊંડાણપૂર્વક અભ્યાસ કરી સાબિત કર્યું કે ભારતીય સંસ્કૃતિની ધાર્મિક વિચારધારામાં ચેતના છે...ભારતનો આધ્યાત્મિક આધાર સ્તંભ મજબૂત અને સમૃધ્ધ છે. ભારતનું અધ્યાત્મ અતિ પવિત્ર છે. એમના અનેક પુસ્તકો, ભારતીય સમાજને ધર્મની સાચી સમજ આપે છે. આ વાંચી, જાણીને ખૂબ જ ગર્વ અને સંતોષની લાગણી થઈ.

વિશ્વમાં ચાર પ્રકારની સત્તાઓનું રાજ ચાલે છે. રાજસત્તા, લોકસત્તા, ધનસત્તા અને ધર્મસત્તા ભારતમાં ધર્મસત્તા સર્વોચ્ચ ગણાય છે

સ્વામી શ્રી વિવેકાનંદ જ્યારે ગોળમેજી પરિષદમાં ગયેલા ત્યારે તેમને કોઇકે પૂછેલું કે ' અમારે જેમ ઈસુખ્રિસ્ત થઇ ગયા. તેમ તમારે કોઈ સંત-મહામાનવ ખરા ! ' ત્યારે સ્વામીજીએ ઉત્તર આપેલો કે ' અમારે ત્યાં દરેક દશકમાં એક મહામાનવ જન્મ લે છે.'

આટલા ઠોસ ઉદાહરણો હોવા છતાં દુનિયા પરના માનવ સમુદાયમાંથી મોટા ભાગના લોકો આ સત્યને ખૂબ નિરસતાથી લે છે. એમને મન આ બધું પાખંડ છે. કીડી-મકોડાની દોડ જેવું રોજિંદા જીવનમાં જ સુખ-દુ:ખ, ગ્લાનિ-આનંદ વચ્ચે હિલોળા અનુભવતા લોકો ધર્મ-આધ્યાત્મનો વિરોધ કરે છે. આ ધરતી પર આમેય એવું કોઇ તત્વ નથી, જેનો વિરોધ ન થયો હોય.

સામાન્ય જન માટે વિજ્ઞાનની પકડમાં ન આવે એ બધું કાલ્પનિક છે. વિજ્ઞાન ભલે વિકાસ પામ્યું પણ એ પૂર્ણ નથી. ચૈતન્ય એટલું નાનું નથી કે એને પ્રયોગશાળામાં પકડી શકાય. પ્રમાણભૂત ધર્મગ્રંથો અને સિધ્ધપુરુષોના અનુભવો પરમતત્વના અસ્તિત્વની સાબિતી છે. અધ્યાત્મપથ એ ભાગેડુ વૃતિ પણ નથી. કોઇ ભાગેડું વૃતિવાળી વ્યક્તિ અધ્યાત્મનો આશરો લે એમ બને પરંતુ એટલે અધ્યાત્મ પથને ભાગેડું વૃતિનું નામકરણ ન કરી શકાય. જીવનને સાચા અર્થ જોવાની, જીવવાની, પરિપૂર્ણ બનાવવાની વિદ્યા આ પથ પર ચાલીને પ્રાપ્ત થાય છે.

ઘણાને આ આધ્યાત્મ પથ અજાણ્યા પ્રદેશમાં કૂદકા જેવું લાગે છે. જેની કોઇ પાકી જાણકારી નથી એ માર્ગે કેમ જવાય...? ! એવું માન્યતા સામાન્ય રીતે પ્રવર્તે છે. પરંતુ આ વાતને રૂપક દ્વારા સમજીએ તો આ એવી કલ્પના છે કે જમીન પર રહી ને પાણીમાં કેમ તરાય એ કોઇ શીખવી દે. જે બિલકુલ અશક્ય છે. શ્રધ્ધા અને હિંમતની એમાં પણ જરૂર પડે છે.

કદાચ કોઈ સાધક પોતાની સાધના દરમ્યાન સમાજ પ્રત્યેની પોતાની ફરજો ચૂકે તો પણ એ માફી પાત્ર છે. આવી વ્યક્તિઓ પોતાની યાત્રા દ્વારા કુટુંબ, સમાજ, રાષ્ટ્ર કે વિશ્વને જે મૂલ્યવાન સહાય કરે છે તેની ગણતરી રૂપિયામાં થઈ શકે તેમ નથી. શ્રી રમણ મહર્ષિના તિરુવન્નમલાઇ ખાતેના આશ્રમની મુલાકાત લઈએ ત્યારે આ સત્ય સમજાય છે. આશ્રમના પવિત્ર વાતાવરણમાં અસંખ્ય લોકો, ' સ્વ ' માં સ્થિત થઈને ધ્યાન મગ્ન બેઠેલા જોવા મળે છે. જેમાં અનેક વિદેશીઓ છે જે પરિવાર સાથે સાધનામાં જોડાયેલા છે. આ દુનિયાની નિર્દંભતા અકલ્પનીય છે. આપણને જે વિકાસની ચાહના છે એનાથી જુદો જ વિકાસનો આ માર્ગ અલૌકિક છે. ઉધ્ધારક છે. શ્રી રમણ મહર્ષિએ ચર્ચા દરમ્યાન કહ્યું છે કે "Selt realisation is the gretest social service " "આત્મ સાક્ષાત્કાર સૌથી મોટી સમાજ સેવા છે ''

ક્યારેક આધ્યાત્મિક વ્યક્તિ સ્વકેન્દ્રી કે અહં કેન્દ્રી લાગે છે. પરંતુ આ ઉપરછલ્લી વાત છે. આવી વ્યક્તિઓ સમાજ માટે જે કરે છે, એ સમજવા આપણો ગજ ટૂંકો પડે છે. અધ્યાત્મ માનવીને યથાર્થ જીવન પધ્ધતિ શીખવે છે. જીવન જીવવાની કળા શીખવે છે.

વિશ્વમાં ચાર પ્રકારની સત્તાઓનું રાજ ચાલે છે. રાજસત્તા, લોકસત્તા, ધનસત્તા અને ધર્મસત્તા અમેરિકા ધનસત્તા પ્રધાન છે. ઈંગ્લેન્ડમાં લોકસત્તાનું રાજ છે. ચીન રાજસત્તા પ્રધાન છે. ભારતમાં ધર્મસત્તા સર્વોચ્ચ ગણાય છે. ભારત આધ્યાત્મ ભૂમિ છે. અધ્યાત્મ ભારતનું કેન્દ્રસ્થ તત્વ છે. ભારતનો આત્મા છે. ભારતમાંથી અધ્યાત્મ બાદ થાય તો પાછળ શૂન્ય બાકી રહે છે.

ભારતના રાષ્ટ્રપતિ કે વડાપ્રધાન હિંદુધર્મના વડા શ્રીમદ્ શંકરાચાર્યજીને મળે ત્યારે પ્રણામ કરે છે. મહારાજશ્રી સત્તાના પ્રતિનિધીને પ્રણામ કરતા નથી. એજ ભારતમાં ધર્મસત્તાની સર્વોચ્ચતાનું પ્રમાણ છે. સદભાગ્યે ભારતની ભૂમિ પર ધર્મ અને અધ્યાત્મવિદ્યા સતત વિકસતા રહ્યા છે અને તેથી જ ટકી રહ્યા છે. ભારતીય ધર્મ-અધ્યાત્મનું સ્વરૂપ વટવૃક્ષ જેવું છે. અહીં વ્યક્તિ પોતાની રુચિ, પ્રકૃતિ, વય, જાતિ કોઈ પણ પરિબળોને અનુરૂપ પોતાની અધ્યાત્મ સાધના પસંદ કરી શકે છે. જીવનશૈલી ગોઠવી શકે છે.

મોટા ભાગના સાંસારિક લોકો માટે વણખેડયો આ પ્રદેશ અજાણ્યો ટાપુ બની રહે છે. વર્ષમાં અનેકવાર પ્રવાસન સ્થળોએ પ્રવાસ કરનાર માનવો એ ક્યારેક આ ટાપુના પ્રવાસનો અનન્ય લ્હાવો માણવા લાયક છે. જ્યાં કોઈ દ્વંદ્વ નથી. કોઇ હરિફાઇ નથી...માત્ર શાંતિ અને પ્રસન્નતાનો આ પ્રદેશ આપણો પોતાનો છે. ગુજરાત યુનીવર્સીટી દ્વારા ત્રણ માસનો હેપ્પીનેસ કોર્સ શરૂ થઈ રહ્યો છે. એમાં પણ યોગ, પ્રાણાયમ, ધ્યાન જેવા આધ્યાત્મના સ્વરૂપોને સમાવવામાં આવ્યા છે. પૌરાણિક વાત નવા પરિવેશમાં રજૂ કરવાનો આ પ્રયોગ નવી પેઢી માટે આવકારદાયક પગલું છે. વિચારવલોણું પરિવાર દ્વારા પ્રસિધ્ધ એક અંકમાં વાંચેલા સુંદર પ્રસંગથી આ અધ્યાત્મ યાત્રાની અત્રે સમાપ્તિ કરી એ.

એક વાર ગુરુદેવ રવીન્દ્રનાથ ટાગોરના મનમાં એવો ભાવ થયો કે શ્રી અરવિંદને મળવું. બંને કલકત્તામાં સાથે હતા. બંને કવિઓ અને બંને મિત્રો ! પછી તો શ્રી અરવિંદ પોંડીચેરી ગયા અને યોગ સાધનામાં તલ્લીન બની ગયા. વર્ષો વીતી ગયા. પરંતુ મૈત્રી અતૂટ હતી. ગુરુદેવ ટાગોર, શ્રી અરવિંદને મળવા માટે કલકત્તાથી પોંડીચેરી ગયા. આશ્રમમાં તેમનું સ્વાગત થયું. બીજે દિવસે સવારે ગુરુદેવ, શ્રી અરવિંદના કમરામાં તેમને મળે તેવો કાર્યક્રમ નિર્ધારિત થયેલ કાર્યક્રમ અનુસાર ગુરુદેવ શ્રી અરવિંદને મળવા માટે ગયા. ગુરુદેવના હદયમાં શ્રી અરવિંદ પ્રત્યે મૈત્રી હતી, સખ્યભાવ હતો. તદનુસાર ગુરુદેવના હદયમાં સ્વાભાવિક રીતે જ એવો ભાવ છે કે મિત્ર શ્રી અરવિંદને ભેટી પડવું, શ્રી અરવિંદને બાથમાં લઈ લેવા. ગુરુદેવે શ્રી અરવિંદના નિવાસ્થાનમાં પ્રવેશ કર્યો ત્યારે શ્રી અરવિંદને ભેટવા માટે તેમની બંને ભુજાઓ પહોળી થઈ ગઈ.

શ્રી અરવિંદ પોતાના આસને બેઠા હતા. જાણે તેજપુંજ ! શ્રી અરવિંદનો વર્ણ પહેલાં શ્યામ હતો, પરંતુ હવે યોગસાધના પછી તેમનો વર્ણ સુવર્ણસમાન ઉજ્જવળ ગૌરવર્ણ બની ગયો હતો. ગુરુદેવ શ્રી અરવિંદની નજીક ગયા પછી પણ ભેટી શક્યા નહીં. તેમનું ભવ્ય સ્વરૂપ જોઈને ગુરુદેવ સ્તબ્ધ બન્યા. ભેટવા માટે પહોળા થયેલા બંને હાથ પ્રણામ મુદ્રામાં ગોઠવાઇ ગયા. ગુરુદેવ શ્રી અરવિંદના ચરણોમાં ઢળી પડ્યા !

વિશ્વમાં ચાર પ્રકારની સત્તાઓનું રાજ ચાલે છે. રાજસત્તા, લોકસત્તા, ધનસત્તા અને ધર્મસત્તા અમેરિકા ધનસત્તા પ્રધાન છે. ઇગ્લેન્ડમાં લોકસત્તાનું રાજ છે. ચીન રાજસત્તા પ્રધાન છે. ભારતમાં ધર્મસત્તા સર્વોચ્ચ ગણાય છે. ભારત આધ્યાત્મ ભૂમિ છે. અધ્યાત્મ ભારતનું કેન્દ્રસ્થ તત્વ છે. ભારતનો આત્મા છે. ભારતમાંથી અધ્યાત્મ બાદ થાય તો પાછળ શૂન્ય બાકી રહે છે.

મુલાકાત પછી ગુરુદેવ, શ્રી અરવિંદ વિશે એક કાવ્ય લખે છે.

શ્રી અરવિંદ ! રવીન્દ્રેર લહ પ્રણામ !
ભેટાઇલે ઊઠિલે આમાર દ્વયહસ્ત
પ્રણામ મુદ્રાય એકત્રિત હોયે ગયે !
શ્રી અરવિંદ ! રવીન્દ્રેર લહ પ્રણામ

ચિલકા સરોવરની મુલાકાતે

મનના ઉમંગો
રણછોડ પરમાર

તારીખ ૨/૦૬/૨૦૧૯ના રોજ કોણાર્ક મંદિર, ધવલગિર, લીંગરાજ મંદિર, ઉદયગિરિ-ખંડગિરિ વગેરેની મુલાકાત લઈ અમે જ્યારે જગન્નાથપુરી પાછા આવ્યા ત્યારે સાંજ પડી ગઈ હતી. લકઝરીવાળાએ અમને જે સ્થળે ઉતાર્યા ત્યાંથી અમારો ઉતારો ઘણો દૂર હતો. અમે એક છકડામાં બેસી મંદિર નજીક આવ્યા. ટ્રાફિકની કોઇ વ્યવસ્થાને કારણે અમને મંદિરથી થોડે દૂર ઉતારી દેવાયા. ગઈકાલે અમે ઘણા મોડા જમેલા એટલે મને થયું આજે પણ મોડા જમવાનું રાખીએ. કેટલાક પ્રવાસીઓ બાલાજી હોટલ પાસે ઉતરી સીધા જમવા જતા રહેલા. મેં હાથપગ ધોઇ થોડા તાજામાજા થઈને જવાનું વિચાર્યું. જેના કારણે સુભાષને ઘણું બધું ચાલવાનું થઈ જશે એ વાત મારા ધ્યાનમાં આવી નહીં. વધુમાં એક બીજી મુશ્કેલી આવી. અમે ધર્મશાળામાં આવ્યા તો ત્યાં મારવાડીભાઈઓનો ઉતારો હોવાથી એમણે બે રૂમ સોંપવા વિનંતી કરી હતી. રમેશભાઈએ અમારો અને તેમનો બે રૂમ આપવા તૈયારી દર્શાવી હતી. અમે રૂમ પર આવી અમારો સામાન રમેશભાઈના રૂમમાં મૂક્યો. રમેશભાઈના રૂમમાં ફક્ત લેડીઝ સભ્યો હતા. ખરી મુશ્કેલી થઈ. અમે તો નોંધારા થઈ ગયા. અમે બાજુના રૂમવાળા ભાઈઓના રૂમમાં જઈ હાથપગ ધોયા. બાજુની રૂમમાં શ્રી પ્રમોદભાઈ રાવલ અને દીપકભાઈ સોની હતી. આમ એમની સાથે પરિચય થયો જે પ્રવાસના અંત સુધી ચાલુ રહ્યો. શ્રી દીપકભાઈ સાથે તો અત્યારે પણ કોઈ કોઈવાર ટેલિફોન પર સંપર્ક થાય છે.

થોડીવારમાં રમેશભાઈ આવ્યા. એમણે કહ્યું ચાલો તમારો સામાન લઈ લો. આપણે બીજી ધર્મશાળામાં જવું પડશે. રમેશભાઈ એક રીક્ષામાં બેસી નવા મુકામે લઈ આવ્યા. આ ધર્મશાળા મંદિરની ડાબી બાજુ હતી. વ્યવસ્થા બહુ વખાણવા જેવી ન હતી, પણ ગમે તેમ કરીને આજની રાત કાઢવી જરુરી હતી. સામાન રૂમમાં મૂકી અમે એ જ રીક્ષામાં બેસી મૂળ ધર્મશાળાએ આવ્યા. ત્યાંથી અમે જમવા ઉપડ્યા. કોઈની આખું ભાણું જમવાની ઈચ્છા ન હતી. બાલાજી હોટલ આવતાં આળસુ ભાઈઓ ઘણા કંટાળી ગયા. પણ જમવામાં ગુલાબજાંબુ છે એવું સાંભળી પાછા ઉમંગમાં આવી ગયા. જો કે થાળીમાં માત્ર એક જ ગુલાબજાંબુ જોઇ મારા જેવા બહુ નિરાશ થયા. એમ નિરાશ થયે થોડું ચાલે ? મેં તો બે એક્સ્ટ્રા ગુલાબજાંબુ મંગાવી ખાઈ લીધા.

જમીને બહાર આવ્યા પછી મારો સાથી ચાલવા તૈયાર ન હતો. અમે એક પેડલરીક્ષા ત્રીસ રુપિયાના ભાવે ભાડે કરી. એક નાનો દુબળોપાતળો છોકરો માંડ માંડ રીક્ષા ખેંચતો હતો. માણસ માણસને ખેંચે એ વાત જ ત્રાસદાયક છે. બેસનાર બંને વજનદાર જણસો હતી. મહાપરાણે એ અમને ધર્મશાળા સુધી ખેંચી લાવ્યો. એકવાર તો એને નીચે ઉતરી રીક્ષા ધકેલવી પણ પડી. મુકામે આવી મેં સુભાષને રૂમ પર મોકલ્યો અને હું પૈસા આપવા રોકાયો. મેં એને પૂછ્યું, ''ખાના ખાયા હે કિ નહીં ?'' એણે કહ્યું બાકી હૈ. મેરી મા બિમાર હૈ. ઉસકી સારવારકે લિયે પૈસે ઈકઠ્ઠે કરને હૈ.'' મેં આજુબાજુ જોયું . એક જગ્યાએ પરોઠાશાક મળતાં હતાં. મેં એને લઈ આપ્યાં. એણે કહ્યું, ''ઘર જાકે માંકે સાથ ખાઉંગા.'' એની આંખોમાં આંસુ ન હતા. એક આખો દર્દનો સમંદર ઘૂઘવતો હતો. મારા હદયમાં પણ વેદના ઘૂમરાઈ વળી.

હું રૂમ પર આવી નાહ્યો. બહાર આંટો મારવા નીકળ્યો. મંદિરની દીવાલની ધારોધાર હું મુખ્ય દરવાજા સુધી ગયો. અંધારામાં ફરકતી મંદિરની ધજાના ઘણાબધા ફોટા પાડ્યા.

બીજા દિવસે સવારે એટલે કે ત્રીજી તારીખે ચિલકા સરોવરની મુલાકાતનો કાર્યક્રમ હતો. ગઈકાલની જેમ જ બધાં તૈયાર થઈ બસ મૂકવાના સ્થળે આવી ગયા. ઉતાવળમાં અમે જૂની ધર્મશાળાએ બાંધેલી કપડાં સૂકવવાની દોરી છોડી લાવવાનું ભૂલી ગયા. હજુ બસ ઉપડીને માંડ બેત્રણ કલાક ચાલી હશે ત્યાં એક સ્થળે રોકાણી. આયોજકે અહીં જે જમવું હોય તે જમવા છૂટ આપી. જમવાનો સમય થવાને હજી ઘણી વાર હતી. ભૂખ કોઇને લાગી ન હતી. પરંતુ આયોજકે કહ્યું કે અહીંથી આગળ કશું ખાવા મળશે નહીં. એટલે બધા તૈયાર થયા. હોટલમાં ગુજરાતી થાળી જેવું કાંઈ જમવાનું હતું નહીં. બધા નાસ્તા જ હતા. પ્રવાસીઓ ઈડલી, પૂરીશાક, બટાકાવડા જેવી વાનગીઓ ખાવા માંડ્યા. નસીબજોગે ત્યાં ગુલાબજાંબુ મળતાં હતાં. બહુ સારી ગુણવત્તાવાળા ન હતાં પણ ભારે નાસ્તો કરવામાં મદદરૂપ થાય તેમ હતાં. એટલે મેં ઈડલી અને ગુલાબજાંબુ ખાધાં.

નાસ્તો કરી, સામેના ગલ્લે પાન ખાઈ અમારો રસાલો ચિલકા ભણી ઉપડ્યો. રસ્તાની બંને બાજુએ અસંખ્ય વૃક્ષો છેલ્લા વાવાઝોડામાં ઢળી પડ્યાં હતાં. આટલા બધા ઝાડ તૂટી પડેલાં જોઈને મારો જીવ બળી જતો હતો. પણ કુદરતની લીલા સામે આપણે લાચાર છીએ. આટલા બધા વૃક્ષ સરકારી તંત્ર ક્યારે ઊભા કરી શકશે એ વાત સમજાતી ન હતી. મને લાગે છે કે કોઈ આ ઝાડવાં ઊભાં કરવા આવવાનું નથી. એ તો જરૂરતમંદ લોકો જ એમનો નિકાલ કરી દેશે. એની પૂર્તિમાં નવા વૃક્ષો ઊભા કરવાની કોઇ જરુર પડશે નહી. એ કામ કુદરત જ ઉપાડી લેશે.

બેત્રણ કલાક સતત ગાડી ચાલ્યા પછી સરોવરના ક્ષેત્રમાં પ્રવેશી. દૂરથી જ સુંદર સરોવરજળ લહેરાતાં નજરે પડતાં હતાં. હોડીની ટિકિટ લઈ નાવમાં બેઠા. નાવડી ચાલતાં જ બધા રોમાંચિત થઈ ગયા. દરેક જણ અવનવી મુદ્રામાં ફોટા પાડવા માંડ્યા. હું અને દીપકભાઈ હોડીની છેક આગળના ભાગે બેઠા હતા. મધુમામા, સુભાષ અને બીજા બધાં અંદરના ભાગે બેઠાં હતાં. વેગથી ચાલતી નાવમાં સર્વે અનોખો આનંદ માણી રહ્યાં હતાં. થોડુંક ચાલી હોડી એક નાનકડા ટાપુ પાસે રોકાણી. હું નીચે ઉતરીને ભીની અને ઘાસવાળી જમીન પર પગલાં પાડી આવ્યો. જમીન પર અસંખ્ય છીપલાં વેરાયેલાં હતાં. ચારપાંચ મોટાં મોટાં છીપલાં હું નમૂના દાખલ વીણી લાવ્યો. હોડીમાં પરત થયો ત્યાં એક નાવિક બધાને કરચલા બતાવતો હતો. બીજો ભાઈ

અનુસંધાન પાના નં ૭ પર