સલામી સવારની..

સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

ટચૂકડા દેશ સામે કાગારોળ મચાવી લ્યો!
એની મેલી મુરાદે 'કાશ્મીર' સ્થિતિ ચર્ચાવી લ્યો!
લઈ જાય લલચાવી જુવાનો એને બચાવી લ્યો!
પછાડી નાપાકને રહીસહી આબરૂ સાચવી લ્યો!

હાઈકુ

હજી ધબકે,
છપ્પનની છાતીમાં,
ચર્ચા-સંવાદ...
(મન કી બાત)

થાક્યાં છે હવે
કાંગી કઠપૂતળાં -
ખેલ કરીને...
(નિરસ જૂથો)

ચિંતન

યશ્ચ મૂઢોતમો લોકે યશ્ચે બુદ્ધેઃ પરં ગતઃ ।
તાવુભૌ સુખમેધેતે કિલશ્ચંત્યન્તરિતો જનઃ ॥

સુભાષિત રત્ન ભાંડાગારની બાજા પ્રકરણ-'સામાન્ય નીતિ'નો આ શ્લોક છે :

આ જગત-સંસારમાં કાં તો જે અત્યંત મૂઢ-મૂર્ખ હોય એવા અથવા તો જે બુદ્ધિની પાર એટલે અત્યંત બુદ્ધિશાળી-જ્ઞાની હોય એવા બે પ્રકારના જ માણસો જ સુખ-શાંતિની દશાને પ્રાપ્ત કરે છે બાકી મધ્યમ પ્રકારના એટલે કે જે બહુ મૂઢ પણ નથી કે જ્ઞાની પણ નથી એવા લોકો સતત કલેશ અને ચિંતામાં જ રહે છે.

કોઈ કુદરતી પ્રકોપ આવવાનો હોય તો એની વિનાશકતાનો મૂઢને કોઈ અંદાજ કે અજ્ઞાનને કારણે ભય હોતો નથી.

તેમજ જ્ઞાની પણ પોતાના મન-વિચારથી ચિંતા પર સંયમ કેળવી શકે છે તેથી તેને પણ કોઈ ભય હોતો નથી. મધ્યમ કક્ષાના લોકો અધકચરી સમજની કારણે સતત ચિંતામાં રહે છે.

સુવિચાર

- આપણે જયારે સાંભળવા જેટલા સ્થિર-શાંત હોઈએ છીએ ત્યારે જ 'ભગવાન' બોલે છે - **બુદ્ધ**
- પોતાનું સંપૂર્ણ જીવન આપીને વૃક્ષને ઉછેરે છે અને તેથી જ તે લાકડાને પોતાની અંદર કદી ડૂબાડતું નથી છે ને ખાનદાની... - **સુરેશ દલાલ**
- ઈતિહાસ કહે છે, ગઈકાલે સુખ હતું, વિજ્ઞાન કહે છે,
  આવતીકાલે સુખ મળશે, ધર્મ કહે છે, સુખ આજે જ છે - **આચાર્યરત્ન સુંદર સુરિ**
- નમવું પણ એવા લોકોને કે જેના દિલમાં કોઈને નમાવવાની જીદ ના હોય - **મુંબઈ સમાચાર**
- પુણ્યનો સાચો લાભ છુપાવવાથી મળે છે, તેના પ્રદર્શનથી નહીં - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- સંબંધો એવા બનાવજો કે જેમાં શબ્દો ઓછા અને સમજ વધુ હોય,
  વિવાદ ઓછા અને સંવાદ વધુ હોય, પુરાવા ઓછા અને પ્રેમ વધુ હોય - **ચિત્રલેખા**
- આજનું ઔષધ : સરકો લગાવવાથી વહેતું લોહી તરત બંધ થાય છે.

(સંકલન : દિપક વી. આસરા)

બોધકથા

આજનો યુવાન પરિશ્રમથી દૂર ભાગે છે અરે! પોતાનું કામ પણ જાતે કરવામાં સંકોચ અનુભવે છે જાતે પોતાની ખંડની સફાઈ કરવી, જમ્યા પછી થાળી મૂકવી જેવાં નાનાં કામમાં તેમને તકલીફ પડે છે.

હોસ્ટેલમાં રહેતા એક ધનિક વિદ્યાર્થીએ હોસ્ટેલના સફાઈ કામદારને બોલાવ્યો અને પૂછ્યું - તું બે માસથી મારો રૂમ સાફસૂફ કરી વ્યવસ્થિત કરે છે તેના મારે તને કેટલા રૂપિયા આપવાના છે?

સફાઈ કર્મચારી કહે - સાહેબ, હું તમારો રૂમ સાફ કરતો નથી, કોણ કરે છે એની મને ખબર નથી.

વિદ્યાર્થી રૂમમાં છૂપાઈ રહ્યો એને જોવું હતું કે તો રૂમ સાફ કરે છે કોણ?

સમય થયો એટલે કૉલેજના આચાર્ય હાથમાં ઝાડુ લઈ આવ્યા રૂમ સાફ કરવા લાગ્યા. વિદ્યાર્થી બહાર આવ્યો અને માફી માગી. હવેથી પોતાનો ખંડ જાતે સાફ કરવાની ખાતરી આપી.

આ આચાર્ય સુપ્રિદ્ધ કલાકાર નંદલાલ બોઝ...

પાકને એકલું પાડી દેવાનું ધાર્યા જેટલું સહેલું નથી

તંત્રીસ્થાનેથી...

વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદી ઉરી હુમલા પછી દેશભરમાં ઊભા થયેલ જુવાળથી ડગાઈ ગયા છે. દેશ એકી અવાજે સરકારની પાકિસ્તાન નીતિની ટીકા કરી રહ્યો છે. એથી હવે મોદી સરકારે રાતપરોઢિયાં કરી પાકિસ્તાન વિરુદ્ધ વિશ્વમત જગાડવાની જહેમત આરંભી છે અને બીજી તરફ પાકિસ્તાનની આડોડાઈના જવાબ લેખે વિવિધ સ્તરની નિષેધાત્મક કાર્યવાહી પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કર્યું છે. ઈઝરાયેલની જેમ દુશ્મન દેશ પર તાબડતોબ ત્રાટકવાનું દુઃસાહસ દેશને મોંઘું પડી શકે છે. એટલે જડબતોડ જવાબી કાર્યવાહીનાં ઉગ્ર નિવેદનો કરીને વડાપ્રધાન સંરક્ષણમંત્રી તથા સેનાધ્યક્ષો 'વેઈટ એન્ડ વૉચ' ની ભૂમિકાએ અટકી ગયા છે. પાકિસ્તાને યુદ્ધની પૂર્વ તૈયારી કરી જ લીધી છે. પહેલ કોણ કરે છે, એ જ જોવાનું રહે છે. જો કે પાકિસ્તાન પણ જાણે છે કે યુદ્ધ મેદાનમાં ભારતની વિશાળ સેના સામે ટકવું અઘરું છે એ વારંવાર પરમાણું બોમ્બ ફેંકવાની બંદર-ધમકી જરુર આપતું રહે છે, પણ સાથે એને એ હકીકતની પણ ખબર છે કે જવાબી કાર્યવાહી લેખે બોમ્બ ફેંકીને રાવલપિંડી, ઈસ્લામાબાદ, લાહોર અને કરાંચીને ભારતીય વાસુસેના ઘડીના છઠ્ઠા ભાગમાં નકશા પરથી નેસ્તનાબૂદ કરી શકે છે. હાલનાં સંજોગોમાં જોતાં પ્રત્યક્ષ યુદ્ધ કરતાં પાકિસ્તાનને આંતરરાષ્ટ્રીય સ્તરે આતંકવાદી દેશ તરીકે જાહેર કરાવવામાં અને ત્યાંની સરકારને વિવિધ મુદ્દે ભારત સમક્ષ નીચાજોણું કરાવી નાકલીટી તણાવવામાં ભારત સરકારને વધુ રસ છે, સિંધુ, ચિનાબ અને ઝેલમ નદી પર આડબંધો બાંધી જમ્મુ અને કાશ્મીરની ભૂમિને વ્યાપક સિંચાઈ ઉપલબ્ધ કરાવવાનો પ્રસ્તાવ વિચારણા હેઠળ છે. સિંધુ જળસંધિની અમલવારી અટકાવવાથી ભારત વિરુદ્ધ આંતરરાષ્ટ્રીય અદાલતમાં કેસ થઈ શકે અને પાકિસ્તાન પ્રત્યે સહાનુભૂતિ પણ સરજાઈ શકે. છતાં નરેન્દ્ર મોદી એ જોખમ ખેડવા તૈયાર લાગે છે. એમણે પાણી અને લોહી સાથે ન વહી શકે - એ મતલબની રજૂઆત કરીને પાકિસ્તાનને સંકેત પણ પાઠવી જ દીધો છે. પાક વિદેશખાતાના સલાહકાર સરતાજ અઝીજે આવું કંઈ થશે તો એને યુદ્ધ જ માની લેવામાં આવશે એવો પ્રત્યાઘાત આપી આંતરરાષ્ટ્રીય અદાલતમાં લડી લેવાનું પણ જણાવી દીધું છે. મોદી સરકારે એથી પણ આગળ વધીને પાકિસ્તાનને ભારતે આપેલ 'મોસ્ટ ફેવર્ડ નેશન'નો દરજ્જો ખૂંચવી લેવાની વિચારણા હાથ ધરી છે. એથી પાકિસ્તાનમાંથી થતી આયાત ઓછી થશે, પરંતુ પાકિસ્તાનને એથી ઝાઝો ફરક પડવાનો નથી. પાકિસ્તાન ઈરાનથી આવતી તેલની પાઈપલાઈન તોડી નાખી શકે છે. ભારતને પાકિસ્તાન કદાચ વધુ મોટું નુકશાન પહોંચાડવા સક્ષમ છે. ૧૯૪૭ની ૧૪ ઓગસ્ટ એ પાકિસ્તાનનો સ્વતંત્ર્ય દિવસ છે. ભારતે પંદરમી ઓગસ્ટ ઊજવવાનું નક્કી કર્યું એટલે પાકિસ્તાને એથી એક દિવલ પહેલાં આઝાદ થવાની જાહેરાત કરી દીધી! વાસ્તવમાં ૧૪મી ઓગસ્ટની મધરાતે ૧૨.૦૦ વાગ્યે - અડધી રાતે આઝાદી મળેલી. ભારત કરતાં આગળ રહેવાની આ મિયાંવાળી માનસિકતા પાકિસ્તાનને કયારેય પોતાના 'મોટાભાઈ' હિંદુસ્તાન સાથે સંપીને કે જંપીને બેસવા દેવાની નથી. મિયાં અને મહાદેવ વચ્ચે સદાસર્વદા તણાવભર્યા સંબંધો જ રહેવાના છે. પરંતુ પાડોશીઓ થોડા બદલી શકાય છે? સાર્ક પરિષદમાં ઈસ્લામાબાદ નહીં જવાના ભારતના વલણને, ભુતાન, બાંગ્લાદેશ અને અફઘાનિસ્તાનનું સમર્થન સાંપડ્યું છે, તે સૂચક છે. ભારતીય ઉપખંડમાં ભારતનો જ હાથ ઊંચો રહે તે સમજી શકાય એમ છે. પરંતુ વિશ્વસ્તરે પાકિસ્તાનને એકલું અટૂલું પાડવામાં ભારતને સફળતા સાંપડે એવી શક્યતા ઘણી ઓછી છે. અમેરિકા, રશિયા અને ચીનને પાકિસ્તાન 'વહાલું' નથી, પણ વ્યૂહાત્મક રીતે ખૂબ ખપનું છે. તેથી સાચી વાત સમજતા હોવા છતાં આ દેશો પાકિસ્તાનને હળવો ઠપકો આપીને ચૂપ થઈ જાય એવી શક્યતા છે.

બાળકોના બ્રેઈન ટોનિક

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા
ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

આજના મા-બાપોનો પ્રાણ પ્રશ્ન..''સાહેબ મારા બાળકને કઈ યાદ નથી રહેતું. પાડોશીના છોકરાને નેવું ટકા આવે તો મારો છોકરો કેમ પાછળ રહી જાય.!! મારા બાળકને નેવું ટકા આવવા જોઈયે, કરાટેમાં ફર્સ્ટ આવવો જોઈએ, સ્વીમીંગ ચેમ્પીયન થવો જોઈએ, સ્પોકન ઈંગલીશ અને ગ્રામરમાં પાવરફૂલ થવો જોઈએ, વેદિક મેથ્સ આવડવું જોઈએ, તબલામાં વિશારદ થવો જોઈએ.....(અને આવું તો બીજું કેટલુય...)

ટુંકમાં, મારું બાળક 'સુપરબાળક' થઈ જાય તેવુ કઈક કરો સાહેબ.''

આજના મોંઘવારી અને કોમ્પીટીશનના જમાનામાં મા-બાપને સંતાનની ચિંતા હોય તે સ્વાભાવિક છે, પણ વધારે પડતી મહત્વાકાંક્ષાઓ પણ ન બાંધવી જોઈએ. દરેક બાળક પોતાની કેપીસીટી મુજબનું પરફોરમન્સ આપે અને તેના એ પરફોરમન્સની કેપીસીટીને માં-બાપ પોસીટીવલી પુશ આપે, એટલે વાત બની જ જાય. આ પોસીટીવ પુશ આપવાના ઘણા રસ્તાઓ છે જેમાનો એક સરળ, હિતકારી અને પરવડે તેવો રસ્તો એટલે આયુર્વેદ.

આયુર્વેદ ફક્ત તબીબીશાસ્ત્ર નથી. આયુર્વેદ જીવન જીવવાની કળા છે. વ્યક્તિ સર્વાંગી રીતે સ્વસ્થ રહે તે માટે આયુર્વેદને અનુસરવુ હિતાવહ છે. માં-બાપની સંતાન પ્રત્યેની મહત્વાકાંક્ષાઓને સંતુષ્ટ કરવા માટે સંતાન નિરોગી રહે તે જરૂરી છે તેમજ સંતાનના મગજની વિચારશક્તિ, યાદશક્તિ, તર્કશક્તિ આદિ વિકસે તે પણ એટલું જ જરૂરી છે.

આયુર્વેદમાં મેધ્ય વનસ્પતિઓનો એક આખો સમૂહ છે. આ એવી વનસ્પતિઓ છે જે વ્યક્તિની મેધાશક્તિને (બ્રેઈન પાવર) વિકસાવવામાં ખૂબ સપોર્ટ કરે છે. આપણામાં થી ઘણાને આવી અમુક વનસ્પતિઓ વિષે જાણ પણ હશે. જેમકે, બ્રાહ્મી, શંખપુષ્પી, વચા, જ્યોતિષ્મતિ, જટામાંસી, અક્કલકરો આદિ. આ દરેક વનસ્પતિઓના પોતાના આગવા ગુણો છે. આ ઔષધીઓ કે તેના યોગોને નિયમીતપણે નિયત માત્રામાં લેવામાં આવે તો ચોક્કસપણે મગજની શક્તિઓ વધે છે. આ વનસ્પતિઓને લગતા અમુક સરળ પ્રયોગોની વાત કરીએ તો... - જ્યોતિષ્મતિના તેલના બે ટીપાને પતાસામાં નાખીને પતાસુ ખાઈ જવું. જ્યોતિષ્મતિ યાદશક્તિ વધારવા માટેની શ્રેષ્ઠ ઔષધિ છે. (આ પ્રયોગ પતાસાને બદલે દૂધ સાથે પણ કરી શકાય) - શંખપુષ્પીના ચૂર્ણને મધ કે દૂધ સાથે લઈ શકાય. શંખપુષ્પી અને બ્રાહ્મી બન્ને સાથે પણ લઈ શકાય - વચા વાકશક્તિ ખીલવવા માટે ઉત્તમ છે. કોઈને બોલવામાં તકલીફ પડતી હોય (જેમકે અચકાઈને બોલવું, તોતડું બોલવું, કે પછી ઉમર પ્રમાણે બોલવાનો વિકાસ ન થવો) તેવા સંજોગોમાં વચાના ચૂર્ણને મધ સાથે ચટાડી શકાય. વચાનો વધુ ડોઝ આપવાથી ઉલ્ટી-ઉબકા થઈ શકે છે, એટલે વચા પ્રમાણસર આપવું. - આ ઉપરાંત આયુર્વેદમાં એવા કેટલાય બ્રેઈન ટોનિક યોગો છે જે તૈયાર સ્વરૂપે જ આપી શકાય. જેમકે સારસ્વતારિષ્ટ, સ્મૃતિસાગર રસ, સારસ્વત ચૂર્ણ આદિ. વિવિધ ફાર્મસીઓની પેટંટ પ્રોડક્ટ પણ અવેલેબલ હોય છે.

ઉપરોક્ત આયુર્વેદિક ઉપચારો ઉપરાંત બીજી અમુક બાબતો પણ જરૂરી છે. જેમકે, બાળકોને પોઝીટીવલી કેળવવા, ખોટું પ્રેશર ન આપવું, દરેક બાળકની પોતાની આગવી આવડત હોય છે, તે આવડતને પારખી તેને પોષવી, બાળકને આધ્યાત્મિક સંસ્કારો આપવા (આ ખૂબ જરૂરી છે. આજે ટીવી, ઈંટરનેટમાં હાજર સ્વરૂપે એવી કેટલીયે ચીજો મળે છે જેને સમજવા માટે કદાચ આપણું બાળક પરિપક્વ ન હોય,અને આ કારણે જ ક્યારેક અર્થનો અનર્થ પણ થઈ જાય. આવા સમયે યોગ્ય આધ્યાત્મિક સંસ્કારો વડે બાળક પરિપક્વ બને છે, અને સારા-નરસાની સમજણ કેળવાય છે), ધ્યાન-યોગ-પ્રાણાયામની ટેવ પાડવી, અને મોબાઈલ ફ્રેંડલી રહેવાને બદલે ફેમીલી ફ્રેંડલી રહેવા અંગે સમજણ પુરી પાડવી.

આ બધા ઉપાયો અને તેનાથી ય મોટો ઉપાય એટલે માં-બાપનો બાળક પ્રત્યેનો પોઝીટીવ અને ફ્રેંડલી એપ્રોચ એટલે બાળકનું બેસ્ટ બ્રેઈન ટોનિક.

- contact@atharvaayu.com

સ્વચ્છતા ઝુંબેશ, ગાંધીજયંતી સુધીની...

મનના ઉમંગો
રણછોડ પરમાર

ગાંધીનગર મહાનગરપાલિકાએ તા. ૨૫ સપ્ટે. થી ૨ ઓકટો. ૨૦૧૬ સુધી સ્વચ્છતા સપ્તાહ ઉજવવાનું નક્કી કર્યું છે. ૨, ઑકટો. ના રોજ ગાંધીજયંતી છે એટલે કદાચ તંત્ર એવું દર્શાવવા માંગતું હોય છે તેઓ ગાંધીજયંતીની અનોખી રીતે ઉજવણી કરવા માંગે છે અથવા તેઓ ગાંધીજીના આદર્શો અને સિદ્ધાંતો માટે પ્રતિબદ્ધ છે.

આ ઝુંબેશથી નગરને ઘણાં બધા ફાયદા થશે. અમારી પશ્ચમબુદ્ધિને નીચે મુજબના કેટલાક લાભો લાંબે કે ટૂંકે ગાળે મળી રહેશે એવું લાગે છે.

● હવે રસ્તા પર કોઈ ગાય-આખલા કે કૂતરાં જોવા મળશે નહીં આથી રસ્તાઓ પર મુસાફરોને વાહન ચલાવવામાં અને ફૂટપાથ પર રાહદારીઓને ચાલવામાં કશી મુશ્કેલી નડશે નહીં. જો કે સ્વચ્છતા ઝુંબેશને કારણે ફૂટપાથ પર બાઈક ચલાવનારાઓ સામે કોઈ પગલાં લેવાના થતા નથી એટલા રાહગીરને અચાનક આવી ચડતા બાઈકથી તો સંભાળવું પડશે.

● ગાયો અને આખલા રસ્તા પર નહીં હોવાથી ક્યાંક પોદળા પડશે નહીં એટલે રસ્તે ચાલનારા પગ બગડવાની ચિંતા કર્યા વગર સડસડાટ ચાલી શકશે.

પરંતુ રોજ ગાયોને રોટલી ખવડાવતી જીવદયા ધરાવતી મહિલાઓને થોડોક કચવાટ જરુર થશે. વારંવાર હોટલોમાં ખાનારા કુટુંબોના ઘરમાંથી નીકળતા એઠવાડનો પ્રશ્ન પણ ઊભો થશે. જો એંઠવાડ ગમે ત્યાં નાખી આવવાની આપણી જુનીપુરાણી વૃત્તિને કારણે ઠેર-ઠેર ગંદકી થવાનો પણ સંભવ છે. આ મુશ્કેલી નિવારવા, સરકારી કચેરીઓમાં જેમ કર્મચારીઓ બપોરના બેથી ત્રણ ચા-પાણી પીવા રિસેસ ભોગવે છે તેમ ગાયોને બપોરે એક કલાક અને રાતે એક કલાક અને રાતે એક કલાક સેકટરોમાં ફરવાની છુટ્ટી આપવામાં આવે તો આ પ્રશ્નનો નિકાલ આવી શકે.

● પાનમસાલા અને તમાકું મિશ્રિત પડીકીઓ ખાનારા બાંકડે બેઠાં બેઠાં ડાબી-જમણી પિચકારીઓ મારતા અટકી જશે. એટલે બાંકડાની આજુબાજુ ટાઈલ્સ હશે તો ટાઈલ્સનો અથવા જમીન હશે તો માટીનો મૂળ રંગ આપણને તેવા જોવા મળશે. બીડી સિગારેટ પીનારા ગમે ત્યાં ઠૂંઠાં ફેકશે નહીં.

● સ્વચ્છતા ઝુંબેશ સાથે જોડાયેલા કર્મચારીઓને કારણે શહેરના રસ્તાઓ અને ફૂટપાથો જીવંત બની જશે. તેમની હાજરીને કારણે રસ્તે એકલદોકલ જતી મહિલાના ગળામાંથી સોનાના દોરા ખેંચાવાના બનાવો એકદમ ઘટી જશે. કદાચ કોઈ આવો બનાવ બની જાય તો ગુનેગાર તરત પકડાઈ જશે. આવડો મોટો ફાયદો તો કોઈને દેખાતો જ નથી!

● સચિવાલય અને અન્ય કચેરીઓના કર્મચારીઓ અને અધિકારીઓને આ કામગીરીમાં પ્રતિકરુપે જોડવાનો પ્રયાસ કરવામાં આવશે તો કદી કામ નહીં કરવા ટેવાયેલાઓને કામ નહીં કરવાનો સરસ મોકો મળી જશે. આમાં કોઈ કાર્યપક્ષક ભરવાનું ના હોવાથી કામ થશે બહુ પણ દેખાશે નહીં. રસ્તા પર આવેલી હોટલો-ચાની લારીઓ પર મજાની મિજબાની થઈ જશે.

● બધું સ્વચ્ચ થઈ જવાથી અહીં રહેતાં માખી-મચ્છર-વંદા જેવા અનેક જીવજંતુઓને રહેવામાં મુશ્કેલી પડવાની. કોઈ ઉત્સાહી મંડળી વળી જંતુનાશક દવા છાંટી દે તો સત્યાનાશ! શહેર બદલ્યા વગર છૂટકો નહીં. શહેરમાંથી જેમ ઝૂંપડા અદૃશ્ય થઈ ગયા એમ આખું શહેર જંતુમુક્ત થઈ જશે.

● પડું પડું થતા ઝાળ-ડાળકાં અને ઠેર-ઠેર ઊગી પડેલા ઘાસને દૂર કરી દેવાથી બાળકો આખો દિવસ મેદાનોમાં બેરોકટોક રમી શકશે. કેટલાક નવરાત્રી મંડળોને તો સરકારી ખર્ચે જ મેદાનો સાફ થઈ જશે.

'હરિ તારા નામ છે હજાર' ની જેમ સ્વચ્છતા ઝુંબેશના અગણિત ફાયદાઓ છે. તેની વાતો કરતાં મોઢું થાકી જાય તો પછી પેનની શાહી ના ખૂટી શકે? એટલે અત્યારે બસ આટલું જ! હા, પણ ગાંધીજયંતી કયારે છે તેની તો ખબર છે ને? ખબર ના હોય તો આપણા પ્રિય કવિ ઉમાશંકર જોશીને પૂછી લો -

ગાંધી જયંતી તે દિને....

માર્ગમાં કંટક પડ્યા,
સૌને નડ્યા;
બાજુ મૂક્યાં ઊંચકી,
તે દી નકી
જન્મ ગાંધી બાપુનો,
સત્યના અમોઘ મોંઘા જાદુનો.
અન્યાય નીચી મૂંડીએ ના લીધી સાંખી;
દુર્ગંધ પર મૂઠી ભરીને ધૂળ નાખી,
ઉકરડા વાળી - ઉલેચી સૃજનનું ખાતર રચ્યું;
અબોલા ભંગાવવા - એ વાતમાં મનડું મચ્યું;
કંઈક આમાંનું બને,
ગાંધીજયંતી તે દિને.
મૂર્ખને લીધા નભાવી,
ધૂર્તને યોજ્યા જગતકલ્યાણના પથમાં પટાવી;
હૈયું દીધું તે દીધું,
પાછા વળી - ખમચાઈ ના કંઈ ગણતરીથી સાંકડુ કીધું;
દુભ્યાં-દબાયાં કોઈનું એકાદ પણ જો આંસુ લૂછ્યું,
દાખવ્યું ઘર મનુજ કેરા માહ્યલાને વણપૂછ્યું;
હૃદય જો નાચી ઊઠ્યું અન્યના સાત્વિક સુખે,
હરખભર જો ઝંપલાવ્યું અધ્યભીષણ જગતસિંહાના મુખે;
- તિથિ ન જોશો ટીપણે -
ગાંધીજંયતી તે દિને.

- ઉમાશંકર જોષી

તમારે વિશ્વમાં જે પરિવર્તન કરવું છે તેની શરૂઆત જાતથી જ કરવી પડે

લાગણીનો મેળો
રસિક વાળંદ

અંગો બધાં સંયમથી રસેલાં કંગાલની હાય થકી ભીંજેલા,
લંગોટીમાં કાયા લઇ લપેટી ચાલે પ્રભુ પ્રેરિત પ્રેમમૂર્તિ...
- ઉમાશંકર જોશી

પૂ. બાપુ... મહાત્મા... રાષ્ટ્રપિતા... મહામાનવ... યુગપુરુષ... કર્મવીર... આવા અનેકાનેક વિશેષણોના પર્યાય બનેલા વિશ્વવંદ્ય મોહનદાસ કરમચંદ ગાંધીની જન્મ જયંતી... બીજી ઓક્ટોબર... નાના હતા ત્યારે તિથી આધારિત 'રેંટિયા બારસ' ઉજવ્યાનું યાદ છે... તકલી અને રેંટિયો અમારા અભ્યાસના અંગ હતાં. ખ્યાતનામ ગાંધી-વિચારની સંસ્થામાં માધ્યમિક શિક્ષણ મેળવવાની ઉમદા તક સાંપડી પરિણામે જાણીતા કર્મશીલ ગાંધીજનોને નજીકથી જોવા – જાણવાનો લ્હાવો મળ્યો... એનો હરખ આજેય અનુભવું છું!

આઝાદીના સાત દાયકા પસાર કરી ચૂક્યા... પ્રતિવર્ષ જન્મજયંતીઓ ઉજવી જય જયકાર કરીએ છીએ...''ગાંધી ચિંધ્યા રાહે'' ચાલવાનાં ભાષણો ઠપકારીએ છીએ... રાષ્ટ્રીય પર્વોએ એક દિવસ પૂરતો દેશપ્રેમનો ઉભરો આવીને શમી જાય છે... બસ દેખાડો ને દંભમાં અટવાયેલા ભારતીયજનોએ ઈ.સ. ૧૮૫૭થી ઈ.સ. ૧૯૪૭ સુધીના કાલખંડનો ઇતિહાસ વાંચવો રહ્યો... ન્યાય, નીતિ, સત્ય, પ્રામાણિકતા અને રાષ્ટ્ર માટે અબાલ વૃદ્ધ સૌ તન-મન-ધન ન્યોછાવર કરવા મેદાને પડતા... આજે એવો ત્યાગ કે સમર્પણ ભાવના શોધી જડે ખરી?!

વર્તમાન ભારતમાં કમરતોડ મોંઘવારી વધી છે. આતંકવાદ વધ્યો છે... ભ્રષ્ટાચારે માજા મૂકી છે. ગરીબી, બેરોજગારી અને તાનાશાહીમાં શેકાતો આમ આદમી મરવાના વાંકે જીવે છે. લઘુમતી, પ્રાંતવાદ, ભાષાના ઝગડા, જળવિવાદો, ગલતવીર્ય બનેલું, ગુમારહ થયેલું યુવાધન... આ બધી અવનતિમાં મારો દેશ સબળે છે... આપણે માત્ર મૂક સાક્ષી બની જોયા જ કરીશું?!

દોસ્તો, દુઃખદ આશ્ચર્ય તો એ છે કે આપણા દેશને આઝાદી અપાવનાર મહાત્માજી કે જેમને આપણે યુગ-પુરુષ તરીકે બિરદાવીએ છીએ... રાષ્ટ્રપિતા તરીકે વંદના કરીએ છીએ... જેમની વિચારસરણીની આધારશિલા ઉપર આપણો દેશ આઝાદ થયો. તે ગાંધી વિચારની આજે ભારે અવહેલના થવા લાગી છે!!

મને લાગે છે દેશવાસીઓ ગાંધીને સમજી શક્યા નથી... ગાંધી તો પ્રકાશના પુત્ર હતા. જીવનભર તેમણે અંધકાર ઉલેચવાનું અને અજ્ઞાન તથા વહેમ પર વિજય મેળવવાનું કાર્ય કર્યું છે... આ મહામના માનવે પોતાને જે સત્ય લાધ્યું તે સમાજને બતાવ્યું...યોગ્ય લાગે તે એ રસ્તે ચાલે... ''મારું જીવન એ જ મારો સંદેશ'' આવું રોકડું કહેનાર પારદર્શી, નિર્મળ વ્યક્તિત્વમાં રહેલી મન વચન અને કર્મની એકવાક્યતાએ કરોડો ભારતીયોના પોતિકા બન્યા. કરોડો લોકો ગાંધીને દેવતુલ્ય માની પૂજતા... આજે આપણે એક ભારતીય તરીકે આ પૂજ્ય પુરુષના અંતરંગ વ્યક્તિત્વને સમજવાનો જાણવાનો પ્રામાણિક પ્રયત્ન કદી કર્યો છે ખરો?! જરા... સમય લઈ ''સત્યના પ્રયોગો'' આત્મકથા વાંચી તો જો જો...

બાળપણમાં ગાંધીને અંધકાર, ભૂતપ્રેતની બીક લાગતી... ઘરની નોકરબાઈ દાસી રંભા નાનકડા મોહનને ''રામનામ''નું રટણ કરવાનું સૂચવે છે. નોકરબાઈની સલાહ દિલથી સ્વીકારી તેનું પાલન કરે છે. બાળપણમાં અનાયાસે મળેલો ''રામનામ''નો મંત્ર એમના જીવનમાં એવો તો વણાઈ ગયો કે ગોડસેની ગોળીમાં ''હે રામ!'' નો પ્રતિઘોષ સંભળાયો! આ સાવ નાનકડી ઘટનામાં ગાંધી પોતાને બીકણ, ડરપોક જાહેર કરવામાં ક્યાંય હિચકિચાટ અનુભવ્યો નથી. બીજું ગાંધીને સ્થાને આપણી જાતને મૂકી જુઓ તો... આજે આપણે ઘરકામ કરનાર નોકરબાઈની વાત ધ્યાનથી સાંભળીએ છીએ ખરા? અરે, હિતેચ્છુ, સગાસ્નેહી, વડીલો, મિત્રો, શિક્ષકો કે મા-બાપની વાત સાંભળવામાં પણ નાનમ અનુભવીએ છીએ... મિત્રો, જીવનના સત્યો સમજવા જે સજાગ રહે તે ગાંધી બને! આ માટે તો નિખાલસતા, નિષ્ઠા, પરિશ્રમ, સમજદારી ને ચીવટ જોઈએ...

પરીક્ષા ટાણે ખુદ શિક્ષક જ બાજુના વિદ્યાર્થીમાંથી નકલ કરવાનું જણાવે છે છતાં નાનકડો મોહન તે સ્વીકારતો નથી... મોહનની મક્કમતાને સલામ!! આજે ''પ્રશ્નપત્રો ફૂટી જાય...'' ભ્રષ્ટ પરીક્ષકો પરિણામના સોદા કરે. ખુદ મા-બાપ યેનકેન પ્રકારે ટૂંકા રસ્તા અજમાવી પોતાના સંતાનને પગભર કરવા ઉપરતળે થતાં જોઈ શકીએ છીએ... ગાંધીએ જીવનમાં ભૂલો તો કરી પણ સમજાય પછી ફરીથી ભૂલો કરી જ નથી... ચોરી પણ કરી છે પરંતુ પિતાજી સમક્ષ ચિઠ્ઠી દ્વારા ભૂલનો એકરાર કર્યો. પિતૃવત્સલ હૈયું ચિરાય છે ને મોતીબિંદુ સમા આંસુ ટપકે છે... પિતાજીના પ્રેમબાણથી ગાંધી વીંધાય છે. પિતાજીના આંસુ એમને જીવનભર માટે શુદ્ધ કરે છે... આવા તો કઈ કેટલાયે પ્રસંગો એમની આત્મકથામાં વાંચવા મળશે... એક મહામના માનવનું સાવ સાધારણમાંથી અસાધારણ રૂપાંતર કેવું જન્મે છે... તે જોઈ અહોભાવ જન્મે છે!

Simple living High thinking – સાદું જીવન ઉચ્ચ વિચાર આ ગાંધી બીજમંત્ર છે. ગાંધી સ્પષ્ટપણે માનતા કે ''રાષ્ટ્રની સંપત્તિ ભવ્ય ઈમારતો અને કારખાનાં નહિ પણ પ્રામાણિક, સંસ્કારી,શીલવાન અને નિસ્વાર્થ માણસો છે.''

આજે આપણી ચોગરદમ નર્યો સ્વાર્થ, ભોગવિલાસ અને બેફામ ભ્રષ્ટાચાર વિસ્તરતો જાય છે. આ બધાની ઝીંક જીલવા ગાંધી વિચાર જ અમોઘ શસ્ત્ર છે. ગાંધીજીના આધ્યાત્મિક ગુરુ શ્રીમદ રાજચંદ્ર કહેતા કે, ''જ્યાં સર્વોત્કૃષ્ટ શુદ્ધિ ત્યાં સર્વોત્કૃષ્ટ સિદ્ધિ'' અર્થાત ''જેવી શુદ્ધિ તેવી સિદ્ધિ'' ગાંધીએ ''સ્વચ્છતા ત્યાં પ્રભુતા'' નો સંદેશ વહેવડાવ્યો. તત્ત્વવેત્તા ગેટે કહેતા કે, ''દરેક માણસ પોતાનું આંગણું સાફ રાખે તો જગત આખું સ્વચ્છ રહે.'' પ્રત્યેક જણ પોતાના કર્તવ્યનું ફરજપાલન કરે તો લગભગ બધાં જ પ્રશ્નો ઉકેલાઈ જાય. ફાધર વાલેસે આ વાત સુપેરે સમજાવી છે, ''દરેક માણસ પોતે પોતપોતાનું કાર્યક્ષેત્ર બરાબર સમજીને સંપૂર્ણ જવાબદારીથી વર્તે તો સમાજ આખો સર્વાંગ સુંદર બની જાય. મજૂર, ખેડૂત, કારીગર, કર્મચારી, અમલદાર, શિક્ષક, વકીલ, ડોક્ટર, ઈજનેર દરેકે દરેક પોતપોતાનું કર્તવ્ય પૂરી નિષ્ઠા અને પ્રમાણિકતાથી બજાવતા થઈ જાય તો રાષ્ટ્રનો જયજયકાર થઈ જાય.''

આપણે જે ગાંધીમૂલ્યો કહીએ છીએ તે સત્ય, અહિંસા, પ્રેમ, સહકાર આ બધા તો આપણા આર્ષદ્રષ્ટાઓએ પ્રબોધેલ સનાતન ફિલસૂફી છે. એનો સ્પર્શ આપણા જીવનમાં થાય તો કેવું?!!

મહાત્માજીના જન્મદિને એકાદ ગાંધીવિચાર પણ પૂરી શ્રદ્ધા અને તાકાતથી આચરતા થઈએ તો જરૂર આજના વિવિધ સામાજિક પ્રદુષણથી બચી શકીશું!!!

સ્પર્શમણિ

● તમે જે વિચારો, જે બોલો અને જે આચારો તેમાં એકવાક્યતા એટલે સુખ. ● પ્રામાણિક મતભેદો પ્રગતિની આરોગ્યપ્રદ નિશાની છે. ● તમારે વિશ્વમાં જે પરિવર્તન કરવું છે તેની શરૂઆત જાતથી જ કરવી પડે. ● માનવને માનવી તરીકે બજાવવાના ધર્મ પ્રત્યે જાગ્રત કરે તે કેળવણી. ● તમારી પાસે કોઈ દુઃખી માણસ આવે તો તમારી શેતરંજી પર બેસાડજો અને તમ