

॥ णमोत्थु णं समणस्स भगवओ महावीरस्स ॥
॥ आयओ गुरुबहुमाणो ॥

વિહાન

દષ્ટિ, જે તમારી
સૃષ્ટિને બદલી દેશે

પ્રિયમ્

અહો શ્રુતમ્
શા. બાબુલાલજી સરેમલજી
સિદ્ધાયલ બંગ્લોઝ, હીરા જૈન સોસાયટી,
સાબરમતી, અમદાવાદ-૩૮૦૦૦૫. મો. ૯૪૨૬૫૮૫૯૦૪
ahoshrut.bs@gmail.com

આસો (૨), વિ. ૨૦૭૬

Self or Sorrows ?

* પસંદ તમારી *

સિગ્નલ પાસે ગાડી ઊભી રહે છે. મેડમ પાસે ભિખારી હાથ લંબાવે છે. “ભગવાનના નામે કંઈક આપી દો.” મેડમ કહે છે. “તને ક્યાંક જોયો છે.” ભિખારીએ કહ્યું, “હા મેડમ, ફેસબુક પર આપણે ફેન્ડ્સ છીએ.”

આપણે કલ્પના કરી શકીએ છીએ, મેડમને કેવો ઝટકો લાગ્યો હશે. વિચાર કરો, ઝટકો શા માટે ? ઝટકાનો બેઝ એ જ છે કે મારી મિત્રતા-મારું રિલેશન એક ભિખારી સાથે ? હું ક્યાં ? ને એક ભિખારી ક્યાં ? અમે બે ફેન્ડ્સ ? ના, હરગીઝ નહીં.

હવે જરા ઊંડાણમાં જવાનો પ્રયાસ કરીએ. આપણું પણ જેની જેની સાથે રિલેશન હોય છે, એ એકચ્યુલી શું હોય છે ? એક સરસ ડ્રેસ આપણે માર્કેટમાંથી લઈ આવ્યા. પહેલા જ દિવસથી એમાં ઘસારો ચાલુ થઈ જાય છે. બહુ જ ગમતો એ ડ્રેસ ચોક્કસ સમય પછી જોવો ય ગમતો નથી. રંગ ઉડી જાય છે ને ભિખારી બાકી રહે છે. ભિખારી તો પહેલા પણ હતો જ, ફક્ત રંગે એને છુપાવી રાખ્યો હતો. Can you understand ? આપણું રિલેટીવ કોણ હતું ?

આપણું રિલેશન આપણા શરીર સાથે છે, ફુલ ગુલાબી યુસ્ત ચામડી છે. અંગે અંગમાં તરવરાટ છે, લસલસતું રૂપ છે, પણ દરેક સેકન્ડે એનો પણ ડેમેજ ચાલુ જ છે, એ સતત ઘડપણ તરફ ધસી રહ્યું છે. એ ચામડી ફિક્કી અને ઢીલી પડે છે. શરીર નબળું પડે છે, ઈન્દ્રિયો નિર્બળ થતી જાય છે, ઈન શોર્ટ શરીર લૂંટાઈ જાય છે. શરીર એનું પોત પ્રકાશે છે. જે ‘પોત’ એકચ્યુલી ભિખારી જ હોય છે. Can you understand ? આપણું રિલેટીવ કોણ હતું ?

સંસારની પ્રત્યેક વસ્તુની આ વાસ્તવિકતા છે. અધ્યાત્મશાસ્ત્રો કહે

છે. જેનો અંજામ ‘ભિખારી’ છે. એ ‘ભિખારી’ જ છે. તું એને ‘શ્રીમંત’ સમજીશ તો તું બહું જ દુઃખી થઈશ. નીતિશાસ્ત્રો કહે છે - બુદ્ધિમાન એ છે જે પ્રેઝન્ટ નથી જોતો, બલકે રિઝલ્ટ જુએ છે.

ઉપનિષદો કહે છે - ‘ભોગ’ ની કોઈ જ ના નથી પણ ‘ભોગ’ શું છે એ તો તું સમજ. ખરો ભોગ છે ‘ત્યાગ’.

तेन त्यक्तेन भुञ्जीथाः ।

તું જેને તજી દે છે, એને જ તું ભોગવે છે. જેમાં તારો પોતાનો જ ભોગ લેવાઈ જાય, એને ભોગ કઈ રીતે કહેવાય ? ખરો આનંદ ત્યાગમાં છે. માટે ત્યાગ એ જ ખરો ભોગ છે. ભગવાન શ્રી મહાવીર આપણને બહુ જ પ્રેમથી આગમોમાં કહે છે -

संजोगमूला जीवेण पत्ता दुक्खपरंपरा ।

આત્માની બધી જ દુઃખ-પરંપરાનું મૂળ છે સંયોગ, રિલેશન. આત્માને એક જ રિલેશનથી સુખ મળી શકે છે. તે છે સેલ્ફ-રિલેશન. બીજા બધા જ રિલેશન-સ, આજે નહીં તો કાલે, દુઃખ જ આપવાના છે.

આનંદનો સ્રોત એક જ છે આત્મા. બીજું બધું જ દુઃખનું કારણ છે. માટે જ ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ ભગવદ્ગીતા માં કહે છે.

नात्मानमवसादयेत् ।

તું કદી પણ તારા આત્માને સીદાવા ન દેતો, યા ‘બીજું’ સચવાશે, યા આત્મા સચવાશે. ‘બીજા’ માટે દોડીશ તો દુઃખી થઈશ. પૈસા, વૈભવ, નામના, સાધન-સામગ્રી, સૌન્દર્ય, સત્તા- આ બધાની દોટ દુઃખી થવા માટેની જ દોટ છે. માટે જ તો મોટા ભાગની દુનિયા દુઃખી છે. ‘આત્મા’ ને સાચવી લે. ખરેખર સુખી થઈ જઈશ.

સિગ્ગલ ગ્રીન થઈ જાય છે. મેડમ એના ‘મિત્ર’ ને (!) છોડીને વિદાય થઈ જાય છે. અધ્યાત્મ મળ્યું એટલે ગ્રીન સિગ્ગલ મળ્યું. હવે રુંધાઈ રહેવાની કોઈ જ જરૂર નથી.

* શું બનવું છે તમારે ?

બિચારો ? કે બાદશાહ ? *

એક ટૂકની પાછળ લખ્યું હતું -

જિંદગી એક સફર છે.

આરામથી ચાલતા રહો.

ઉતાર-ચડાવ તો આવતા રહેશે,

બસ, ગિયર બદલતા રહો,

સફરની મજા લેવી હોય

તો સાથે સામાન ઓછો રાખો

અને જિંદગીની મજા લેવી હોય

તો દિલમાં અરમાન ઓછા રાખો.

ઠેસનો અર્થ એ નથી કે રસ્તો ખરાબ હતો. ઠેસનો અર્થ એટલો જ છે કે આપણે બરાબર જોઈને ન'તા ચાલ્યા. 'ગોથું' એ વાતની સાબિતી હોય છે, કે આપણે રસ્તા મુજબ ગિયર ન'તો બદલ્યો. બલ્કે ગિયર મુજબ રસ્તો બદલવા ગયા હતા.

'બધા મને એડજસ્ટ થઈ જાય.' આ દુઃખનો રસ્તો છે, 'હું બધાને એડજસ્ટ થઈ જાઉં.' આ સુખનો રસ્તો છે. 'બધા મારી મુજબ ચાલે.' - આવો આગ્રહ 'નરક' છે. 'હું બધા મુજબ ચાલુ.' આવી સજ્જનતા એ સ્વર્ગ છે. રસ્તાના ઉતાર-ચડાવ એક્સીડન્ટ નથી, ખોટું ગિયર એક્સીડન્ટ છે.

આણસમજી માણસ આખી જિંદગી ઠેસ ને ગોથા ખાતો રહે છે. છાશવારે એના અકસ્માતો થતા રહે છે, એ બધા જ દોષનો ટોપલો રસ્તા પર નાંખતો રહે છે. પણ એની ખોટી ડ્રાઈવિંગ સિસ્ટમ, એની બેદરકારી ને એનું ગિયર એને દેખાતું નથી. ભગવાન શ્રી મહાવીર આગમોમાં કહે છે.

किं एत्तो कट्टयरं जं णरो थाणुयम्मि आवडिओ ।

थाणुस्स तस्स रुस्सइ, ण य अप्पणो दुप्पओगस्स ॥

આથી વધુ મુસીબત બીજી કઈ હોઈ શકે કે માણસ ઝાડના ટૂંકાને જોયા વિના ચાલે છે, જોરથી અથડાય છે ને પછી એ ટૂંકા પર ગુસ્સે ભરાય છે. પોતાની બેદરકારીનો એને કોઈ જ વાંક લાગતો નથી.

જેને બીજાનો જ દોષ દેખાય છે, એના સ્વર્ગના દરવાજા કદી ખુલવાના નથી. પુરાણોમાં સ્પષ્ટ કહ્યું છે -

द्विषामपि च दोषान् ये, न वदन्ति कदाचन ।

संवदन्ति गुणानेव, ते नराः स्वर्गभागिनः ॥

જેઓ કદી પણ દુશ્મનના પણ દોષ બોલતા, બલ્કે ગુણો જ બોલે છે, તે મનુષ્યો સ્વર્ગને પામે છે.

સ્વર્ગ હળવાશમાં છે, Travel light. બહારની ચીજ ઓછી કરો અને અંદરની ચીઝ ઓછી કરો. ચીજ અને ચીઝ આ બે વચ્ચે આપણા સ્વર્ગની સેન્ડવીચ થઈ જાય છે.

છેલ્લી વાત છે અરમાનની. કાલ માટેના અરમાન આપણી ‘આજ’ને લૂંટી લે છે. અરમાનનો અલ્ટીમેટ પર્પસ ‘સુખી’ થવાનો હોય છે. ‘સુખી’ થવામાં માણસનું એક માત્ર નડતર અરમાન જ હોય છે.

याद आवे उपनिषदो - आशैव राक्षसी पुंसाम् ।

માણસને ભરખી જનાર કોઈ રાક્ષસી હોય તો એ આશા જ છે. ‘જોઈએ છે’ માં બધી જ ઉપાધિ છે. ‘નથી જોઈતું’ માં પરમ શાંતિ છે. યાદ આવે પેલી કવિતા.

याहू गઈ चिन्ता गई मनवा बेपरवाह,

जिसको कुछ न चाहिये वो ही शहैनशाह.

નરક અને સ્વર્ગ બંને સ્વાધીન છે. આપણે ‘બિચારા’ પણ બની શકીએ છીએ, ને ‘બાદશાહ’ પણ બની શકીએ છીએ. આપણે શું બનવું એ આપણે નક્કી કરવાનું છે.

* ૨૨૨૨... કોઈને કહેતા નહીં

કોરોના.... કોન્સરન્સ *

કેન્સર અને ટી.બી. ની અંગત મંત્રણા

હાય કેન્સર, હાઉ આર યુ ? કેમ યાર, તારું મોઢું પડી ગયેલું છે ?

શું કહું યાર, આનાથી મોટો અન્યાય બીજો કયો હોઈ શકે ?
કયો અન્યાય ?

કયો અન્યાય નહીં એ પૂછ. છેલ્લી એક સદીથી મેં દુનિયામાં રોગરાજાનું પદ મેળવ્યું હતું, મારું નામ પડતાની સાથે લોકો થયરી જતા. લાખો ને કરોડો લોકોને મેં ખતમ કરી દીધા. મારી આ વર્ષોની કારકિર્દી પર, મારા સ્ટેટ્સ પર ને મારી પ્રેસ્ટીજ પર કોરોનાએ પાણી ફેરવી દીધું ને આજે જાણે એ જ રોગોનો રાજા હોય, એમ કોલર ટાઈટ કરી રહ્યો છે. તું જ બોલ ટી.બી. ! આ અન્યાય નહીં તો બીજું શું છે ?

જો કેન્સર, એવું જ હોય તો આ અન્યાય તને જ નહીં, મને પણ થયો છે. આજ-કાલ મારો પણ ભાવ ક્યાં પૂછાય છે ? પણ આને અન્યાય નહીં ઓટ કહેવાય. જીવનમાં ભરતી-ઓટ તો ચાલ્યા કરે. આજે કોઈ આગળ હોય, તો કાલે કોઈ બીજો આગળ હોય.

એ ય ટી.બી. ! તું ખાલી-ખોટી ફિલોસોફી ન હાંક. કોરોના જો ખરેખર આગળ હોત. તો અન્યાયનો કોઈ સવાલ જ ન હતો. પણ કોરોના બિચારું છે કાંઈ નહીં, એ છે એક શિયાળ જેવું. ને એણે ચામડું વાઘનું પહેરી લીધું છે. એણે એવી માયાજાળ બિછાવી છે કે આખી દુનિયા વાઘ આવ્યો- વાઘ આવ્યો કર્યા કરે છે.

શું વાત કરે છે કેન્સર ?

તદ્દન સાચું કહું છું, તું આંકડાં જ જોઈ લે, તને મારી વાતની સાબિતી મળી જશે.

કયા આંકડા કેન્સર ?

આપણા કારનામાના આંકડા. ભારતની ૧૩૦ કરોડની વસતિમાં દરરોજ આશરે ૨૬,૦૦૦ લોકો મૃત્યુ પામે છે. તેમાં ૬,૨૪૦ મરણ હૃદયરોગથી થાય છે. ૧,૯૧૭ મરણ મારાથી થાય છે. ૧,૩૬૯ મરણ તારાથી થાય છે. ૧,૬૪૩ મરણ ભૂખમરાથી થાય છે. ૪૧૪ મરણ રોડ-એક્સીડન્ટ્સથી થાય છે. ૩૭૨ મરણ કિડનીના રોગોથી અને ૩૪૭ મરણ સામાન્ય-ફ્લુથી થતા હોય છે.

શું વાત કરે છે કેન્સર ? તો એની તુલનામા કોરોનાથી તો રોજના ૫૦૦ જણ જ મરે છે. તો એનો અર્થ એ છે કે 'કોરોના' હકીકતમાં તો આગળ આવ્યો જ નથી.

એટલું જ નહીં ટી.બી. ! એ ખોટી રીતે આગળ આવવા ધમપછાડા કરી રહ્યો છે.

ધમપછાડા એટલે ?

જો ટી.બી., જે ૫૦૦ જણ મરી રહ્યા છે, તેમાંના પણ મોટા ભાગના ગભરાટથી. જે તે દવાના અખતરાઓથી, ઓઝધડ વેન્ટીલેટર પર ચડાવી દેવાથી, મોટો મૃત્યુઆંક લાવવાના મોટા માથાઓના પ્રેશરથી મરી રહ્યા છે. એટલે એ ૫૦૦ માંથી પણ કોરોનાથી કેટલા મર્યા એ તો બહુ મોટો રહસ્યમય પ્રશ્ન છે.

પણ કેન્સર ! ઈટાલી, અમેરિકા, સ્પેન વગેરેમાં કોરોનાએ કાળો કેર વર્તાવ્યો એ તો જગજાહેર સત્ય છે ને ?

ના ટી.બી. એ જગજાહેર જુટ્ઠાણું છે. ત્યાંના ડોક્ટરોના સંશોધન મુજબ ત્યાં થયેલા મરણોમાં મુખ્ય કારણો હૃદયરોગ, કિડનીના રોગ, બ્રેઈન ટ્યુમર, ડાયાબિટીશ, બ્લડપ્રેશર વગેરે હતા. આ ઉપરાંત દર્દીઓને અપાતી દવાઓની આડ અસરો અને વેન્ટીલેટર જવાબદાર હતા.

ઓહ, નાઉ આઈ અન્ડરસ્ટેન્ડ.

ટી.બી., યુ કાન્ટ ઈમેજન, મને કેટલો ઘોર અન્યાય થઈ રહ્યો છે. જેમના શરીરમાં કોરોના વાયરસ હોય છે, એમાંના ૮૦% લોકો તો સાવ સાજા-નરવા હોય છે. એ કોરોના મારાથી આગળ ? જે બીજા કારણોથી થયેલા મોતને પોતાનાથી થયેલું ગણાવી ભયંકર છેતરપિંડી કરે છે એ કોરોના મારાથી આગળ ? જે પોતાનો ભાંડો ન ફૂટે એ માટે પોસ્ટમોર્ટમ પણ નથી કરવા દેતું એ કોરોના મારાથી આગળ ? જેમાં ફક્ત આયુર્વેદિક ઉકાળા પીવાથી ને ગરમ પાણીના કોગળા કરવાથી હજારો લાખો લોકો ઘેર બેઠા સાજા થઈ જાય છે એ કોરોના મારાથી આગળ ? જે વાયરસ ભારતની વસતિના ૦.૧૮% ટકા સુધી જ પહોંચ્યો હોય એ કોરોના મારાથી આગળ ? એને ‘મહામારિ’ નું બિરુદ એનાયત થાય ? બધા એનાથી ફફડવા લાગે ? જાણે એ જ સર્વેસર્વો રોગ હોય ? બોલ ટી.બી. આથી મોટો અન્યાય બીજો કયો હોઈ શકે ?

તારી વાત તો સાવ સાચી છે કેન્સર, એના કરતા કેટલાય-ગણા લોકોને તો તું ગુટખા, બીડી, સિગરેટ ને પ્લાસ્ટીકથી મારી નાંખે છે. અરે ફક્ત ભારતમાં જ વર્ષના બે લાખ લોકો રોડ-એક્સીડન્ટમાં ખલાસ થઈ જાય છે. તો આ વ્યસનોનું તો સમર્થન કરાય છે. એમને ધંધો કરવા છુટ્ટો દોર અપાય છે. રોડો વિકસાવી વિકસાવીને અકસ્માતો દ્વારા થતો મૃત્યુ આંક વધારવામાં આવે છે, ને આ સાવ નાનો ને એ ય બનાવટી મૃત્યુ આંક ગજાવી ગજાવીને કોરોનાને રાજાધિરાજ તરીકે ચીતરવામાં આવે છે. એ છે તો અન્યાય જ. પણ આનું કારણ શું છે કેન્સર ?

ટી.બી. ! સત્ય ઘણું કડવું છે. દુનિયાભરમાં અર્થતંત્ર તોડવું છે, અબજો ડોલરોનો રસીનો વેપાર કરવો છે. આના માટે લોકોની આંખમાં ધૂળ નાંખવી છે, એ માટે દુનિયાભરની સરકારો અને મીડિયા દ્વારા બેફામ પ્રચાર કરવો છે ને જીવતા માણસને પરાણે ય પતાવી દેવો છે. આવું તો કદી તે ને મેં વિચાર્યું પણ નથી. જાવા દે ટી.બી., કોરોનાની વાત કરતા ય મને શરમ આવે છે.

હા યાર, તારી વાત તો સાવ સાચી છે. તો શું કોરોનાથી ડરવું ન જોઈએ ને સાવચેતી ન રાખવી જોઈએ ?

સાવચેતીની ના નથી, પણ એનો એટલો અતિરેક થઈ જાય કે બધું તંત્ર જ તૂટી પડે, નાના માણસે બરબાદ થઈ જવું પડે, હોસ્પિટલો અબજોનો ધંધો કરી લે, સમાજજીવન ખોરવાઈ જાય ને માણસ એટલો ગભરાય-એટલો ગભરાય કે એ ભયનો માર્યો જ ખલાસ થઈ જાય, એ ય આ બનાવટી વાઘથી, એવું તો ન જ કરાય ને?

યુ આર એબ્સોલ્યુટલી રાઈટ કેન્સર, વર્ષોથી માણસ તારા પર કાબુ પામવાનો દાવો કરતો આવ્યો છે. મને લાગે છે કે ઓગે અત્યારે પોતાના પર કાબુ પામવાની જરૂર છે. અત્યારે એ એનું માથું ભાડે આપી ચૂક્યો છે. એનો ટોટલ કાબુ કોઈ ગેબી હાથોમાં પહોંચી ચૂક્યો છે. હા ટી.બી., જોઈએ હવે, આ 'વાઘ'નું મોહરું ક્યારે દૂર થાય છે.

બાય કેન્સર,

બાય.



*** કોઈને કહેતા નહીં હો...**

કોરોના.... ટોપ સિક્રેટ.... *

કેન્સર અને ટી.બી. ની કોન્ફિડેન્શીયલ ટોક

કેન્સર, હું તારું દુઃખ સમજી શકું છું. કોરોનાનું વધતું જતું નામ ને વધતું કામ તને ઈર્ષ્યા કરાવે, તને અંદરથી દુઃખી કરે, તને ભૂતકાળની તારી બોલબાલા યાદ આવે એ સહજ છે.

એ ટી.બી., આવી ઉઠામણા જેવી વાત કરીને મારા ઘા પર મીઠું ના ભભરાવ.

હું તો તને આશ્વાસન આપું છું કેન્સર.

મને આશ્વાસન નથી જોઈતું, મને ન્યાય જોઈએ છે. જેનામાં 'મહામારિ'નું બિરુદ પામવાની લગીરે લાયકાત નથી, એને એ બિરુદ મળી જાય એ કેમ ચાલે ? તને ખબર છે ટી.બી. ? ઈ.સ. ૧૯૧૮ માં સ્પેનિશ ફ્લુ આવ્યો હતો, તેને કારણે દુનિયામાં ૬.૫ કરોડ લોકો મરી ગયા હતા. તેની તુલનામાં કોરોનાથી તો દુનિયામાં ૭.૫૯ લાખ જેટલા જ મોત થયા હોવાનું કહેવાય છે. એમાં ય ભારતની ૧૩૮ કરોડની વસતિમાં ફક્ત ૫૦,૦૦૦ જ મોત થયા હોવાનું કહેવાય છે. તો આને મહામારિ કઈ રીતે કહેવાય ?

કેન્સર, તું મોત થયા હોવાનું 'કહેવાય છે', એવું જે કહે છે, એનો અર્થ સમજાતો નથી.

જો ટી.બી., ભારતમાં દર વર્ષે આશરે ૧૨.૭ કરોડ લોકોને ફ્લુ થાય છે. ને તેમાંથી આશરે ૧.૨૭ લાખ લોકોના મોત થાય છે. કોરોનાના લક્ષણો શરદી, તાવ, ઉધરસ જ છે. જે સામાન્ય ફ્લુમાં હોય છે. કોરોનાથી જે મોત થયા હોવાનું કહેવાય છે, તેમાં કેટલાય મોત તો ફ્લુ અને બીજા રોગોથી થયા છે. માટે જ ફ્લુથી થયેલા મોતોનો આંકડો દર વર્ષ કરતા આ વર્ષે ખૂબ નીચે ગયો છે. બીજા રોગોથી થયેલા મોતોનો આંકડો પણ નીચે ગયો છે.

પણ કેન્સર, અમેરિકામાં તો કોરોનાથી લાશોનો ઢગલો થઈ ગયો તે ?

ના ટી.બી., ધ વોશિંગ્ટન પોસ્ટના કહેવા મુજબ ૨૦૧૭-૧૮ ની વસંત ઋતુમાં અમેરિકાના ૮૦,૦૦૦ થી વધુ નાગરિકો ફ્લુથી મૃત્યુ પામ્યા હતા. અત્યારે કોરોનાથી તેના કરતા ય ઓછા મરણ થયા છે.

શું વાત કરે છે કેન્સર !

હા ટી.બી., ધ વોશિંગ્ટન ટાઈમ્સ કહે છે કે કોવિડ-૧૯ ના અહેવાલો મીડિયા દ્વારા પેદા કરવામાં આવેલું મોટામાં મોટું જુટ્કાણું હતું.

ઓહ નો કેન્સર.

ટી.બી., ૨૮ એપ્રિલ, ૨૦૨૦ ના ઘ વોશિંગ્ટન ટાઈમ્સમાં જોસેફ કર્લ નામના કટાર લેખકે પણ ચોક્કસ લખ્યું છે, કે પહેલા કેટલાક નિષ્ણાતો દ્વારા એવી ચેતવણી આપવામાં આવી કે ‘કોરોનાથી અમેરિકાના ૧૭ લાખ નાગરિકો મરણ પામશે’, પછી આંકડો ઘટાડીને કહ્યું કે નવી બહાર આવેલી વિગતો પરથી એવું લાગે છે, કે અમેરિકાના ૧ લાખ થી લઈને ૨.૪ લાખ નાગરિકો કોરોનાનો ભોગ બનશે ને હવે વ્હાઈટ હાઉસ દ્વારા તૈયાર કરવામાં આવેલા મોડેલનો ઉપયોગ કરીને તેઓ કહી રહ્યા છે કે કોવિડ-૧૯ થી આશરે ૭૦,૦૦૦ લોકોના મરણ થશે.

બાપ રે બાપ કેન્સર, આ બધી તો મને ખબર જ ન હતી.

ટી.બી., અમેરિકાની સ્ટેનફોર્ડ યુનિવર્સિટીએ સર્વે કર્યો. કોવિડ-૧૯ નો ફેટાલિટી રેટ કેટલો છે ? કેન યુ ઈમેજન ? કેટલો હુશે ? ફક્ત ૦.૧ થી ૦.૨ ટકા. આટલો ફેટાલિટી રેટ તો અમેરિકામાં દરેક વસંત ઋતુમાં દેખા દેતા સામાન્ય ફ્લુનો પણ હોય છે.

આ તો ખોટું ડુંગર ને નીકળ્યો ઉંદર - એના જેવી વાત છે.

ટી.બી. હજી સાંભળ, સ્ટેનફોર્ડ યુનિવર્સિટી દ્વારા સિલિકોન વેલીમાં જે સર્વે કરાયો, તેમાં સ્પષ્ટ કહેવાયું છે કે સરકાર કોરોનાના જેટલા દર્દીઓ દેખાડે છે, એના કરતા તેમની સંખ્યા ૨૦ થી ૩૦ ટકા વધારે છે.

શું વાત કરે છે કેન્સર !

હા ટી.બી. W.H.O. કહે છે કે અમેરિકામાં દર સો દર્દીએ ૩.૨ દર્દીના મૃત્યુ થાય છે. પણ દર્દીનો આંકડો ૧૦૦ ને બદલે ૨૦૦૦ લઈ લઈએ એટલે મરણ દર ઘટીને ૦.૧૬ જેટલો જ થઈ જાય છે.

આનો અર્થ એ થયો કે અમેરિકામાં દર દશ હજાર દર્દીએ ૧૬ જ દર્દીના મરણ થયા. ને ભારતમાં તો એનાથી પણ ઘણા ઓછા.

એક્ઝેટલી ટી.બી. હવે તું જ કહે ઈઝન્ટ ધીસ ઈસ અ પેપર-ટાઈગર ?

યા કેન્સર, ઓફકોર્સ યસ.

ટી.બી., ધ વોશિંગ્ટન ટાઈમ્સના અહેવાલ મુજબ ન્યુયોર્કમાં ૧૮ થી ૪૫ વર્ષના યુવાનોમાં મરણદર ફક્ત ૦.૦૧ % છે. એટલે દર લાખ યુવાને ૧૦ યુવાન મૃત્યુ પામ્યા છે. ૧૮ થી નીચેની વયના બાળકોમાં મરણદર ૦ % છે. અમેરિકામાં જેટલા લોકો મર્યા એમાં ૨૦% તો વૃદ્ધાશ્રમોમાં રહેતા હતા. જેમને એકથી વધુ જીવલેણ બીમારી પહેલાથી જ હતી.

કેન્સર, યુ આર રિયલી બ્લાસ્ટિંગ.

હું તો એની જ પ્રતીક્ષામાં છું કે આ સત્ય જલ્દી બ્લાસ્ટ થાય. અમેરિકન મેડિકલ એસોસિયેશનના જર્નલમાં એક અહેવાલ આવેલ, નોર્થવેલ હેલ્થ સિસ્ટમમાં કોરોનાના ૫૭૦૦ દર્દીઓને દાખલ કરવામાં આવ્યા. તેમના સર્વે દરમિયાન ખબર પડી કે તેમાંના ૯૪% દર્દીઓ બીજા રોગોથી પણ પીડાતા હતા.

આઈ કેન અન્ડરસ્ટેન્ડ કેન્સર, માટે જ અમેરિકામાં લોકડાઉન ખોલી દેવા છતાં મરણાં પ્રમાણ વધ્યું નથી.

યા ટી.બી. એનો અર્થ એ જ છે કે અમેરિકા ફોગટ ડરી ગયું હતું. એનો અર્થ એ જ છે કે અમેરિકાનો દાખલો લઈને ભારત પણ ફોગટ ડરી ગયું હતું. એનો અર્થ એ જ છે કે જેઓ મર્યા તેઓ ય મોટા ભાગે બીજા રોગોથી કે કહેવાતા ઉપચારોથી મર્યા, એનો અર્થ એ જ છે કે કોરોના પોતાના મહામારિત્વને પ્રુવ કરવામાં સરેઆમ ફેઈલ ગયો છે. એનો અર્થ એ જ છે કે મને સરાસર અન્યાય થયો છે.

કેન્સર, મને એવું લાગે છે કે ફક્ત તને જ અન્યાય નથી થયો, જેમના નોકરી-ધંધા તૂટી ગયા એમને ય અન્યાય થયો છે, જેમને શું ખાવું એ ચિંતા થઈ ગઈ એમને ય અન્યાય થયો છે. પર્યુષણ, ગણેશ ચતુર્થી ને રક્ષાબંધનમાં જેઓ કરોડો રૂપિયાના ધમધમતા બજારોથી રોટલો રળી લેતા હતા તેમને ય અન્યાય થયો છે, કશા લક્ષણ ન હોવા છતાં

પોઝિટીવ આવતાની સાથે જે માણસે ગભરાઈને આપઘાત કરી દીધો એને, એની વિધવા પત્નીને ને એના અનાથ બાળકોને ય અન્યાય થયો છે, ને આ પરિસ્થિતિના નિર્માતાઓ એશ કરતા રહે ને એમને ઈશારે ‘માસ્ક’ ન પહેરનાર માર ખાય, ભારે દંડ ભોગવે એને ય અન્યાય થયો છે.

યા ટી.બી., મારું તો ફક્ત નામ ડુબ્યું છે. લાખો લોકોની તો મફતમાં જિંદગી ડુબી છે, એક ઉપજાવી કાઢેલા ભયથી કરોડોનું ઘર ડુબ્યું છે. થેન્ક્સ ટી.બી. તે મારું દુઃખ હળવું કરી દીધું.

સોરી કેન્સર, હું તને વેલકમ નહીં કહી શકું.*

શુદ્ધ જૈન જીવન શૈલીથી મેળવો

*** કોરોના - પ્રિવેન્શન ***

Prevention is Better than cure.

અત્યાર સુધીમાં બધાને એટલું તો સમજાઈ ચૂક્યું છે કે બાળકોને, યુવાનોને, મહેનતુ લોકોને કોરોનામાં કશું થયું નથી. કેટલાંક અપવાદ ખરા, પણ એમાં લગભગ દવાના જોખમી અખતરા જ કારણ હતા.

તો ડરવાની જરૂર કોરોનાથી નથી, બેઠાડાપણું ને તેનાથી ઉદ્ભવતા ડાયાબિટીશ વગેરે રોગોથી અને શ્રીમંતાઈની ખોટી ટેવોથી ડરવાની જરૂર છે. જો આપણે સહુ ભગવાન મહાવીરસ્વામીએ કહેલ શુદ્ધ જૈન જીવનશૈલી અપનાવીએ, તો કોરોના આપણું કશું જ નહીં બગાડી શકે, એ ક્યારે આપણામાં આવ્યો ને હાર ખાઈને જતો રહ્યો એની પણ આપણને ખબર નહીં પડે.

શુદ્ધ જૈન ગૃહસ્થ જીવન શૈલી

(૧) બે કિ.મી. સુધીનું અંતર હોય, ચાલીને પહોંચી શકાય તેમ હોય, ત્યાં સુધી કોઈ પણ જાતના વાહનનો ઉપયોગ ન કરવો, જીવદયા

માટે આપણા પગ નીચે કોઈ જીવ કચડાઈ ન જાય, તેની કાળજી રાખીને ચાલવું. વાહનથી ઈમ્યુનિટી પાવર ઘટી જાય છે.

(૨) A.C. પંખા, કુલરનો ઉપયોગ ટાળવો, ગરમી સહન કરતા શીખવું. ન જ રહેવાય તો ય હાથપંખા દ્વારા A.C. વગેરેનો ઉપયોગ ટાળવો. ગરમીમાં કોરોના વાયરસને ફાવતું નથી. મેન્યુઅલ પંખો મેદસ્વીપણું અટકાવે છે અને ડાયાબિટીશ, કોલેસ્ટ્રોલ વગેરે રોગોથી મુક્તિ આપે છે. કોરોના ખતરનાક નથી. આ બધા રોગો જ્યાં પહેલાથી હતા ત્યાં કોરોના નુકશાન પહોંચાડી શક્યો છે.

(૩) મિક્સરથી માંડીને ઘરઘંટી સુધીની બધી જ ઈલેક્ટ્રીક વસ્તુઓના મેન્યુઅલ વિકલ્પો હતા. જે આપણી બે પેઢી પહેલા ઘરે ઘરે પ્રચલિત હતા, એનાથી જીવહિંસા પણ ઓછી થતી અને પોતાની હિંસા પણ ઓછી થતી. માટે જ આપણા બાપ-દાદાઓ આપણા કરતા અનેકગણા તંદુરસ્ત હતા. જૈન જીવનશૈલી Max. જીવદયા શીખવે છે. તેનાથી ઈમ્યુનિટી પાવર ઘણો વધે છે ને વાયરસ હાથ ધસતો રહી જાય છે.

(૪) વોશિંગ મશીનમાં પાણી અને વીજળીનો ઘણો વેડફાટ થાય છે. ખૂબ ખૂબ હિંસા છે. જાતે જીવદયાની ભાવના સાથે કપડા ધોવાથી Min. હિંસામાં કામ પતે છે. અને કોરોનાને હાઈ-સ્ટેટસ રોગોનો સાથ મળતો નથી. તમને જો દરેક ઈલેક્ટ્રીક સાધનો અને વાહન વગેરેમાં કોરોના દેખાવા લાગશે, તો પછી તમને કોરોનાનો કોઈ ભય નથી. જેમણે શેઠાઈ કરી હતી તેમને કોરોના સજા કરી રહ્યો છે.

(૫) હોંગકોંગ વગેરે શહેરમાં વિમાનથી વાયરસ છોડવાના વાવડ છે. ઉઘાડું માથું રાખવું એ અનેક રોગોનું આમંત્રણ છે. તમે ૧૦૦ વર્ષ જુનો કોઈ પણ ગ્રુપ ફોટો જુઓ, સ્ત્રીઓ કે પુરુષ - બધાનું માથું ઢકેલું દેખાશે. સર્વે પ્રાણાસ્તદાશ્રયા: બધા પ્રાણોનો આધાર માથું છે. બહેનો સાડી દ્વારા માથું ઢાકે, ભાઈઓ પાઘડી અને સાફા દ્વારા માથું ઢાકે, એનાથી મર્યાદા તો સચવાય જ છે, તંદુરસ્તી પણ સચવાય છે. તમે માથું ઉઘાડું

ન રાખો તો તમે ઘણા રોગોથી બચી શકો છો. એનાથી બહારની ગરમી માથામાં પ્રવેશતી નથી અને શરીરની ઉર્જા બહાર જતી રહેતી નથી. આપણી પ્રાચીન પરંપરા સંપૂર્ણપણે વૈજ્ઞાનિક છે.

(૬) યુસ્ત કપડા ચામડીને નુકશાન કરે છે. પા/અડધા/પોણા કપડાથી શરદી વગેરે રોગો થાય છે. કોરોના વાયરસને મોકળું મેદાન મળે છે. શુદ્ધ ભારતીય મર્યાદાપૂર્ણ પહેરવેશ કોરોના અને બીજા ઘણા રોગો સામે રક્ષણ આપે છે.

(૭) બહારનું ખાવાનું લગભગ શણગારેલો કચરો હોય છે. હોટલના-ફૂડ ફેક્ટરી વગેરેના કિચનો જોઈને ચક્કર આવી જાય એટલી હદે તે ગંદા હોય છે. લેબોરેટરી ટેસ્ટમાં-માઈક્રોસ્કોપમાં જોતા તેમાં અગણિત જીવતા કે મરેલા જીવ-જંતુઓ દેખાય છે. તેનાથી પુષ્કળ જીવહિંસા તો થાય જ છે, સાથે સાથે બહારનું ખાવાથી શરીર ધીમે ધીમે ખોખલું થઈ જાય છે, રોગપ્રતિકારક શક્તિ ઘટતી જાય છે. ને છેવટે જાત જાતના વાયરસો ને રોગચાળામાં શરીર ઝડપાઈ ગયા વિના રહેતું નથી. શાકાહારી બજારુ ભોજનો-ખાદ્ય-પેય પદાર્થોમાં બેફામ નોનવેજ વસ્તુ ભેળવવામમાં આવતી હોવાથી કતલખાનામાં ફૂરતાથી કાપી નાંખવામાં આવેલા મૂંગા જીવોની હાય પણ ભરખી જાય છે. ધંધાદારી લોકો ખોરાક વેંચવા લાગે ત્યારે જીવોની દયા કે ઘરાકોની દયા-એકે ય સચવાતી નથી.

(૮) અમેરિકનો માને છે કે મોબાઈલ ટાવરોને કારણે તેમની રોગપ્રતિકારક શક્તિ ઓછી થઈ ગઈ અને તેથી તેઓ કોરોના વગેરે રોગોનો ભોગ બની રહ્યા છે. માટે જ તેમણે તાજેતરમાં પુષ્કળ 5G ટાવરો તોડી પાડ્યા હતા. આપણે ત્યાં ચકલીઓ ગાયબ થઈ એ આપણી રોગપ્રતિકારક શક્તિ ગાયબ થઈ રહી હોવાનો એક સંકેત છે. જેને આપણે હજી સમજી શકતા નથી. જાપાનીઝ વૈજ્ઞાનિકોએ શોધી કાઢ્યું છે કે આ બધા વેગથી શરીર તૂટી જાય છે અને સહેલાઈથી રોગોનો ભોગ બને છે. જેમાં બ્રેઈન કેન્સર સુધીના રોગોનો સમાવેશ થાય છે. આરોગ્ય

સાથે જીવવું હોય તો સેલ ફોનને બાય બાય કરી દો, વાપરવો જ પડે તો સ્માર્ટ ફોન તો ન જ વાપરો. જેટલી વધુ ટેકનોલોજીમાં જશો, એટલા વધુ હેરાન થશો. પૈસાના લોભથી જ્યારે તમે ઘરના આંગણે કે મકાનના માથે મોબાઈલ ટાવર થવા દો છો, ત્યારે તમે એ પૈસા સાથે ઘણા રોગો ફી મેળવો છો. થોડા પૈસા ખાતર આ ઘણો મોંઘો સોદો કરાય છે. શુદ્ધ જૈન જીવન શૈલી જીવદયા ખાતર આ બધાનો ત્યાગ કરવાનું સૂચવે છે. જ્યારે જીવદયા થાય છે, ત્યારે જાતદયા આપોઆપ થઈ જાય છે.

(૯) સ્માર્ટ ફોનના અમુક વેબ્સ હલકી કક્ષાના દૃશ્ય-શ્રવ્યથી જન્મે છે. જે પહેલા માણસના મન પર ને પછી તન પર ખૂબ ખરાબ અસર કરે છે. અશ્લીલ સાઈટ્સ, અશ્લીલ એપ્સ વગેરેના સંપર્કમાં આવેલ માણસ શરીરથી ખૂબ જ ખોબલો થઈ જાય છે એ બધા જ જાણે છે. ટી.વી. લગભગ જાહેરમાં જોવું પડતું હતું, તેથી માણસ કંઈક લિમિટમાં રહેતો હતો, સ્માર્ટ ફોને આ લિમિટ તોડી નાંખી તેથી માણસનું શરીર વધુ ને વધુ તૂટી રહ્યું છે. શુદ્ધ જૈન જીવનશૈલી આવા પ્રકારના દૃશ્યો-શ્રાવ્યોના સંપર્કમાં આવવાનો સ્પષ્ટ નિષેધ કરે છે. માણસની નબળી કડી છે કે એ આવા સાધનોનો વિવેકપૂર્ણ ઉપયોગ કરવામાં ને મિસ-યુઝથી દૂર રહેવામાં સરેઆમ નિષ્ફળ જઈ રહ્યો છે. ત્યારે હિંમત કરીને આવા સાધન ફગાવી દેવા એ જ બચવાનો ઉપાય છે. વાયરસોની તો વાણઝાર ઊભી છે, તમારું શરીર મજબૂત હશે, તો જ તમે બચી શકશો. તમે ગમે તેવું હેલ્થી ખાઓ કે જીમમાં જઈને મજૂરી કરો, આ સાધનો તમારી બધી મહેનત પર પાણી ફેરવી દેશે. સદાચાર અને આરોગ્ય આ બંને ગાઢ મિત્રો છે.

શુદ્ધ જૈન જીવન શૈલી શ્રેષ્ઠ વેકસીન બની શકે એમ છે.

શરત એટલી જ કે આપણે એને અપનાવી લઈએ.