આજનું ચિંતન: 4

કોરોનાને સંકટ તરીકે નહિ, ભેંટ તરીકે જૂઓ

વર્તમાન કોરોનાના કારણે અત્યારે ઘણા લોકો ચિંતા, તનાવ અને એકલાપણાનો અનુભવ કરી રહ્યા છે. આ આપણો પરિસ્થિતિ પ્રત્યે નેગેટિવ પ્રતિભાવ છે. બીજા સકારાત્મક પાસાથી વિચારીએ તો કદાચ આ એક કુદરતે આપેલી સુંદર ભેંટ પણ હોય શકે છે. આ ભેંટની કદાચ આપણને અને આપણા જેવા અસંખ્ય માણસોને જરૂરી હોય. જરા ચિંતન કરીએ કે આ ભેંટ કઈ હોઈ શકે? પહેલી ભેટ ઊંડાણપૂર્વક કોઇને સાંભળવાની અને સમજવાની હોઈ શકે. પ્રાકૃતિક વાતાવરણને સાંભળો - માણો અને વર્તમાન પરિસ્થિતિને સાચા અર્થમાં સમજો. બીજી ભેંટ આપણે જે જગ્યાએ અત્યારે છીએ તેનું મહત્વ સમજાવે છે. આજે આપણને આપણા ઘરમાં વધુ સુરક્ષા દેખાય છે. અત્યારે મને કોઈ સ્વિટ્ઝર્લેન્ડ ફરવા જવાનું કહેશે તો હું કહીશ: યાર ! ત્યાં જઈને શું મરવું છે? હું મારા ઘરે મજામાં છું. સદાય ઘરની બહાર વ્યસ્ત રહેતા માણસોને પોતાના ઘરનું અને ઘરના સભ્યોનું મહત્ત્વ કેટલું છે - એ હવે સમજાઈ રહ્યું છે.

ત્રીજી ભેંટ આપણા મનોભાવોને વ્યક્ત કરવાની આ એક તક છે. આજે આખી દુનિયામાં બધા લોકો પોતાને જે કંઈ અનુભવો થઇ રહ્યા છે, અથવા આ પરિસ્થિતિમાં એમની અંતઃ પ્રજ્ઞામાં જે કાંઈ સ્ફૂરણાઓ થઇ રહી છે એ ઉદારતા પૂર્વક શૅર કરી રહ્યા છે. કેટલાંય સંતો મીડિયા દ્વારા પોતાના જિજ્ઞાસુઓને ઉદારતાથી આશીર્વાદ અને માર્ગદર્શન આપી એમનું મનોબળ વધારી રહ્યા છે. આપણા માનનીય પ્રધાનમંત્રીનું ઉદબોધન સાંભળશો તો લાગશે કે ભારતનો કોઈ ઋષિ દેશવાસીઓને પોતાના સમજીને સ્વ અને સૌની રક્ષાની સંવેદના સભર પ્રેરણા આપે છે. ચોથી ભેંટ આપણને આપણી ઉર્જાને ચાર્જ કરવા માટે આપી છે. ખોટા કામોમાં અને વિચારોમાં સમય બરબાદ કરવાના બદલે નિયમિત અને વ્યવસ્થિત રીતે પ્રાણાયામ કરો, ધ્યાન કરો, સારું પુસ્તક વાંચો, સારા પ્રવચનો સાંભળો, કંઈક લખો, કંઈક નવું શીખો, પોતાની જિંદગીનો નકશાને નવેસરથી બનાવો અને પોતાની ઉર્જાને ફરી ચાર્જ કરો.

પાંચમી ભેંટ સહયોગ કરવાની આપી છે. આ એક અવસર છે જે કોઈ પણ રીતે પણ બીજાને મદદ કરી શકાય - કરો. હમણાં હમણાં ભારતીય જનમાનસ આ સંવેદના પ્રત્યે સજાગ થયું છે. આ સંકટની સ્થિતિમાં શાસક વર્ગે, પોલીસવર્ગે, ડોકટરો અને નર્સોએ લોકોની જે સેવા કરી છે - અપૂર્વ અને અદ્ભૂત છે. માનનીય મોદી સાહેબની એક પ્રેરણાથી અનેક સામાજિક સંસ્થાઓ અને ધનવાન લોકોએ પોતાના ભંડાર ખોલી દીધા છે. આ માહોલ આ સંકટની ઘડીના લીધે જ થયો છે અને જેથી આપણે આપણી ઉજ્જવળ ઋષિ પરંપરાને સાર્થક કરી છે. છઠ્ઠી ભેંટ એ કે આ ઘટનાએ આપણને એકબીજા સાથે અતૂટ રીતે જોડી દીધા. પૂરો દેશ થાળી વગાડે કે દીવો કરે એ તો સાંકેતિક છે. મૂળ સંદેશ તેનો એ છે કે આપણે બધા એક બીજા સાથે જોડાયેલા છીએ. ભારતીય એકતાની આ તાકાત જોઈને દુનિયા આશ્ચર્ય પામી ગઈ છે. છેલ્લે ગાંધીજીનું વાક્ય ટાંકીને વિરામ લઉં છું - જે પરિવર્તન દુનિયામાં જોવા ઇચ્છીયે છીએ એ પહેલા ખુદમાં લાવીએ .

- સમણ શ્રુતપ્રજ્ઞજી

પીસ ઓફ માઈન્ડ ફાઉન્ડેશન રાજકોટ