ગાંધીનગર સમાચાર

નમસ્કાર ગાંધીનગર

પમરાટ

વૃક્ષ ગોઠડી કરે અને ટહુકાની ભાષા બોલે
પવન વૃક્ષ પાસે અંતરનાં ઊંડાણોને ખોલે
ઝીણું જંતર વાગે અને સ્થિર બની સાંભળીએ
વૃક્ષ પવનને મળે એમ બસ મળીએ.

- રમણીક સોમેશ્વર.

પાથેય

- રમેશ ઠક્કર

સાંભળવાનું સન્માન...

જે માણસ સારો શ્રોતા હોય એ ઉત્તમ મનુષ્ય બનવા માટે સૌથી લાયક વ્યકિત ગણાય.આપણા માટે જો સૌથી અઘરી કોઈ ચીજ હોય તો એ છે ધીરજવાન બનવું.સામેની વ્યકિતને ધીરજપૂર્વક સાંભળવી એ પણ એક તપથી કમ નથી.કોઈ જ્યારે આપણી સાથે વાત કરતું હોય છે ત્યારે આપણા મનમાં અનેક પ્રકારના વિચારો એકસાથે ઉછળકૂદ કરવા માંડે છે..આપણે એને અટકાવીને અથવા અધવચ્ચેથી જ રોકીને ધરાર આપણી વાત એને સંભળાવીએ છીએ..વાસ્તવમાં આ પણ એક પ્રકારનો અવિવેક છે.સાંભળવાનું પણ એક સન્માન હોય છે.

લેખનમાં લાઘવનું મહત્વ હોય છે.જે સર્જક પોતાની વાત કે સંવેદન ટૂંકમાં અને ચુસ્ત શૈલીમાં આલેખી શકે એ આપોઆપ સ્પર્શી જાય છે.સંગીત અને ગાયનવાદનમાં આવી શિસ્ત અનિવાર્ય છે.આ બધા કલાકારો પાસે કોઈપણ કલાને આત્મસાત કરવા માટેનો ધીરજનો આગવો ગુણ હોય છે.જગતને બનાવોને આરામથી નીરખવાની આવડત હોય છે.સફળ માણસ હંમેશાં સાંભળીને શીખતો હોય છે..આપણે ત્યાં કહેવત છે કે 'ખાલી ચણો વાગે ઘણો' સતત બકબક કરતો માણસ અંદરથી ખાલી ઘડા જેવો હોય છે.

કોઈક જ્યારે આપણને એની વાત નિરાંતે કરતું હોય ત્યારે એને સાંભળવાની એક કળા હોવી જોઈએ.એનું વ્યકિત ગૌરવ જળવાય એ માટેની તકેદારી રાખવી જોઈએ.એ માણસે એની કેફિયત કે અનુભવ બયાન કરવા માટે આપણી પસંદગી કરી એ મોટી વાત છે એવો વિવેક દાખવવો જોઈએ.ઘણીવાર કોઈકની વાત પુરી ના સાંભળવાનો કારણે આપણે કોઈ નવા અનુભવ કે જીવન સમજણથી અલિપ્ત રહી જતા હોઈએ છીએ..કોઈકને ધ્યાનપૂર્વક સાંભળતા માણસ સજ્જનતાના પર્યાય જેવો લાગે છે. સારા શ્રોતા બનવા માટેના ઘણા સદગુણ છે.જેમકે કોઈપણ બાબતે આડેધડ દલીલો ના કરીએ.કેમકે એમ કરવાથી તમે સામેની વ્યકિતને આદર ગુમાવી દો છો.સમજયા વગર કોઈપણ બાબતે તુરત અભિપ્રાય ના આપવો..એ માટે કોઈપણ વાત ધ્યાનથી સાંભળવી અનિવાર્ય છે. તમે ઉતાવળે આપેલો પ્રતિભાવ હંમેશાં ઉપરચોટિયો સાબિત થાય છે.જેનાથી તમારી છાપ સામાન્ય માણસ તરીકે ઉપસે છે..નિરાંતે આપેલો પ્રતિભાવ માણસને મૂઠી ઉંચેરો સાબિત કરે છે.

મુળ વાત એ પણ છે કે આપણું બોલવું વજનદાર સાબિત થવું જોઈએ.આપણે ગમે તેટલું વાંચીએ.અનુભવોનો ભંડાર આપણી પાસે હોય આમછતાં જો કશુંક નક્કર કે પાયાનું કામ જો આપણે ના કર્યું હોય તો આપણા બોલનો કોઈ તોલ બનતો નથી.ઘણીવાર તમે ના બોલો અથવા સંયમિત રીતે વ્યક્ત થાઓ તો પણ તમારા વ્યકિતત્વની ઉંચાઈ હશે તો આપોઆપ તમારી વાતનું વજન પડશે.સતત બોલતો માણસ હંમેશાં સડક ઉપરના ઘોંઘાટ જેવો લાગતો હોય છે..બીજાની વાત નિરાંતે સાંભળી વાણીનો મર્યાદિત વપરાશ થકી વ્યકત થતો માણસ આપોઆપ પ્રભાવક છાપ છોડી જતો હોય છે.

કોમવાદનું ઝેર હવે અટકાવો

તંત્રીસ્થાનેથી...

કર્ણાટકમાં મુસ્લિમ વિદ્યાર્થિનીઓના હિજાબના મુદ્દે શરૂ થયેલો વિવાદ આખરે કોમી વિસંવાદિતામાં પરિણમ્યો છે. કૉલેજના ડ્રેસ કોડ મુજબ હિજાબ નહીં પહેરવાનો સંસ્થાના વહીવટીતંત્ર કે આચાર્યનો આગ્રહ સમજી શકાય પરંતુ એ મુદ્દે હિંદુ વિદ્યાર્થીઓની કટુ પ્રતિક્રિયા તો નર્યા રાજકારણથી જ પ્રેરિત છે. દેશને ફરી એકવાર બે રાષ્ટ્રોમાં વિભાજિત કરવાની ચિનગારી આવી ઘટનામાં પ્રગટી શકે અને પછી રાજકીય સ્વાર્થલોલુપ તત્ત્વોના હાથમાં પડતાં જ એમાંથી મોટો ભડકો થઈ શકે એ આપણા કહેવાતા 'રાષ્ટ્રવાદી' પક્ષના નેતાઓ કે એમનું સમર્થન કરતાં સાંપ્રદાયિક સંગઠનો ક્યારે સમજશે? કર્ણાટક ભારતીય જનતા પાર્ટી માટે દક્ષિણ ભારતમાં પગ મૂકવા માટે પીઠિકા સાબિત થયું છે. પરંતુ એથી ઘણી મોટી પ્રતિષ્ઠા એની ટેકનોલોજીના હબ તરીકે છે. બેંગ્લુરુ દેશના પાંચમાં નંબરનું મહાનગર હોવા ઉપરાંત વૈશ્વિક સાઈબર સિટી છે. મૈસૂરના દશેરા દુનિયાભરમાં સુપ્રસિદ્ધ છે. કન્નડ ભાષામાં સૌથી મોટી સંખ્યામાં જ્ઞાનપીઠ પારિતોષિકો એનાયત થયાં છે. વિજ્ઞાન અને સાહિત્ય ઉપરાંત કર્ણાટકના માંડ્યા જેવા પ્રદેશો ખેતીપ્રધાન છે અને દેવગૌવડા કે કૃષ્ણા જેવા નેતાઓ ખેડૂત પ્રતિનિધિઓ તરીકે રાષ્ટ્રીય સ્તરે નેતૃત્વ કરતાં રહ્યા છે. ઐતિહાસિક સંદર્ભે આ હૈદર અલી અને ટીપુ સુલતાન અને એમનાં પહેલાં કૃષ્ણદેવરાયના સામ્રાજયની ભોમકા રહી ચૂકી છે. આવા પ્રગતિશીલ રાજયમાં કોમી વૈમનસ્યનું ઝેર અને એ પણ શાળા-કૉલેજ વયનાં છોકરડાં મારફત ફેલાવવાનું પાપ એ દેશભક્તિ નથી, એને દેશદ્રોહ જ ગણવો જોઈએ.

ધર્મ એક ધીમું ઝેર છે - એવું જેણે પણ કહ્યું હોય તેને ધીમે ધીમે આપણે સાચું પાડી રહ્યા હોઈએ એવું નથી લાગતું? મુસ્લિમ છોકરીઓને એમના ઘર - કુટુંબ કે સમાજ અને મજહબની પરંપરા મુજબ હિજાબ પહેરવા પડતા હોય તો તે એક સામાજિક પરંપરા મુજબ હિજાબ પહેરવા પડતા હોય તો તે એક સામાજિક, ધાર્મિક કે કૌટુંબિક બંધન છે. એ બંધન કંઈ એમને મનથી તો ન જ ગમતું હોય પણ એમને એ ઘર,સમાજ અને મજહબના બાંધિયાર વાતાવરણ વચ્ચે જીવવાનું છે. ગનીમત છે કે એમણે ભણવાની, ઘરનો ઉંબરો ઓળંગવાની છૂટ મળી છે. પોતાના બંધનને ધીરે ધીરે એ પોતાનો વિશેષાધિકાર સમજતી થઈ ગઈ છે. મર્યાદા પાળવી કોને ગમે? કયા પક્ષીને પીંજરે પુરાઈ રહેવું ગમે? પણ એકવાર પુરાઈ ગયા પછી એ પરિસ્થિતિ સાથે અનુકૂલન સધાઈ જતું હોય છે અને એ બંધન પણ ગમવા માંડે છે. આપણી પૂર્વ પેઢીની મહિલાઓ ઘૂંઘટ કાઢતી હતી, તે કંઈ એમને ગમતું તો નહીં જ હોય. પરંતુ સમાજે જે બંધન લાદેલું હતું. ચુસ્ત 'ખાનદાન' કુટુંબની વહુવારુ આજે પણ ઘરમાં તો વડીલો આગળ ઘૂમટો તાણીને જ ફરે છે. પરંતુ જયારે એ જૉબ પર જાય છે ત્યારે ચહેરો ખુલ્લો રાખીને જાય છે. પતિ સાથે હનીમૂન પર જાય છે ત્યારે તો બિન્ધાસ્ત જિન્સ પહેરી શકે છે. એ જ ન્યાયે શાળા-મહાશાળાની રાજય પ્રેરિત શિસ્ત કે સંસ્થાગત નિયમ મુજબ કોઈ ગણવેશ નક્કી કર્યો હોય તો એનું અતિક્રમણ થાય તો સારું તો ન જ ગણાય. પણ જો કોઈ સંકુચિત સમાજ એવો જ આગ્રહ રાખીને પણ દીકરીઓને ભણવાની છૂટ આપતો હોય તો એ અંગે છૂટછાટ રાખવા જેટલી ઉદારતા રાખવી ઘટે. અહીં તો હિજાબ વિરુદ્ધ ભગવાની લડાઈ શરૂ થઈ ગઈ છે. આ નરી છોકરમત છે. પછી કોઈ મુસ્લિમ છોકરીને ઘેરી લઈને 'જય શ્રીરામ' ના નારા બોલાવો તો એ 'અલ્લાહુ અકબર' બોલે તો જીરવવાની અને એના નિમિત્તે કોમી રમખાણો ફાટી નીકળે તો એથી થનાર નુકશાન વેઠવાની પણ બહુમતી સમાજે તૈયારી રાખવી પડશે. કાલે એ બીજું પાકિસ્તાન માગશે ત્યારે શું કરશો? દુનિયાભરમાં ઈસ્લામી રાષ્ટ્રો એમની તરફેણમાં ખડા થઈ જશે. દેશમાં ગૃહયુદ્ધ ફાટી નીકળે એ પહેલાં ડાહ્યા માણસોએ આ મુદ્દે ચેતવાની જરૂર છે. શાળાકૉલેજના ધ્વજસ્તંભ પર ભગવો ફરકાવવાનું પરાક્રમ વખાણવાલાયક નથી જ નથી. આ અંગે ખુદ રાષ્ટ્રીય સ્વયં સેવક સંઘના વડાનું વલણ સ્પષ્ટ છે. એમણે ધર્મસંસદમાં કેટલાક ઉત્સાહી સંતો દ્વારા બોલાયેલી કટુ વાણી એ 'હિંદુત્વ' નથી એવું કહેવું પડ્યું છે. અદાલત ધાર્મિક વિશેષાધિકાર મુદ્દે તો હિજાબ વિરોધી આંદોલનને ન જ પુરસ્કારી શકે.

'પિતા પ્રેરે પ્રેમથી ને હૈયે સિંચે હામ, પ્રણામ પિતૃદેવને ! શતસહસ્ત્ર પ્રણામ !'

લાગણીનો મેળો
રસિક વાળંદ

પિતાજીની ટેવે ! - અશી જ પ્રગટી પત્રની તૃષા!
સૂતો રાત્રે ખાટે જનકની જ, રે ગોદડુંય એ !
નનામીએ મારી નીરખું પછી - ને ભડભડ ચિતા,
રહું જોઈ મારું શબ બળતું હું, મુજ પિતા.

- ઉશનસ્

હમણાં ઋતુગત વાઈરલમાં સપડાયો. જરા કફ વધી ગયો. શરદી - ખાંસીને જોર પકડ્યું... બધાના સલાહ - સૂચન મુજબ ગરમ પાણીના કોગળા કરી ખોંખારા ખાઈ કફ કાઢતો હતો... ત્યાં જ રસોડામાંથી અવાજ આવ્યો... 'દાદા જેવા જ ખોંખારા....' જાણે ઘરમાં બીજા... દાદા !!' - આ વાક્યો હવે મારા મનમાં સતત પડઘાયા કરે છે.

જોત જોતામાં પિતાજીની પાંચમી પુણ્યતિથિ આવી ગઈ. પિતા ક્યારેય મૃત્યુ ન પામે.... એ તો સંતાનોમાં જીવતાં જ હોય છે. 'હું મુજ પિતા' સૉનેટમાં પ્રતિબિંબિત કવિ ઉશનસ્‌ના મનોભાવ આજે હુંય અનુભવું છું. પિતાશ્રીના અવસાન પછી જયારે પિતાજીના ઘરમાં પ્રવેશ કરતાં વેંત નકરો ખાલીપો ઘેરી વળ્યો હતો... જાણે સદીઓ જૂના અવાવરું હવડ ઘરમાં ગંધ પણ જાણે વર્ષો જૂની અકબંધ સચવાયેલી લાગી. આમતો ઘરની પ્રત્યેક ચીજવસ્તુઓ મારી પરિચિત પણ હવે એ બધું જ રાચરચીલું જાણે ગયા ભવનું હોય તેમ લાગે છે. હયાતીમાં જે નહોતું સમજાયું તે.. હવે... પણ... ?! હવે તો હૈયાએ ગામ જવાની હઠ જ છોડી દીધી.... સાચે જ માવતર વિનાની દુનિયા સંતાન માટે અધુરી ને અજાણી જ હોય છે.... એ સ્વનુભવે અનુભવાયું.... આજેય ક્યારેક લુંગીને બદલે પિતાજીનું ધોતિયું પહેલી લઉં છું...!!!

દોસ્તો, મારી કુંડળીમાં બબ્બે મા-બાપ લખાયેલાં... હું શાંત, આજ્ઞાંકિત, કહ્યાગરો અને વળી નિરુપદ્રવી હોવાને કારણે સર્વપ્રિય એટલે જન્મથી જ મોસાળ માફક આવી ગયું. વળી મા-બાપને પણ બે દીકરીઓના ઉછેરમાં મારી ક્યાંક કશે ખોટ ન સાલી. આમ વર્ષો વહી ગયા... મારી જીભને 'બા-બાપુ' બોલાવાનો મહાવરોય નથી મળ્યો.... અરે, બાપાની આંગળી પકડીને ફર્યો હોઉં એવું પણ મને યાદ નથી... જો કે આ સઘળી ખોટ મામાએ પૂરેલી.... મામા એટલે મારા અસ્તિત્વનું આવરણ...!!

... પછી તો ભણીગણીને પાર ઊતર્યો... બે પરિવાર વચ્ચેનું એકમાત્ર 'પુત્ર' સંતાન હોવાને કારણે 'દીકરા' તરીકેની વ્યવહારિક જવાબદારી નિભાવવાના સંજોગો આવ્યા.... એક જવાબદાર સંતાન તરીકે હું મારી કર્તવ્યપરાયણતામાં ખરો પણ ઠર્યો.... આ એક અલગ વાત....

ખાસ તો જવાબદારીના ભાગ રુપે મોડે મોડે મા-બાપની નિકટ આવવાનું થયું. જેને કારણે અમારા વ્યવહાર વર્તન માત્ર ખપ પૂરતા જ રહેલા... અમારા વચ્ચે એક એવી અભેદ દિવાલ સર્જાયેલી કે અમે એકબીજાને ક્યારેક કશું જ ખુલ્લા દિલથી કહી શક્યા નહીં... મા હઠીળી માંદગીના બિછાને.... પરિવાર આખયો સેવા સુશ્રુષામાં.... સ્વાશ્રયીને સ્વમાની પિતા સૌને છેતરીને અણધાર્યા પરલોક સીધાવ્યા....! એ અકથ્ય વસવસો અમને પીડે છે.

ખેર, આજે હું સમજી શકું છું કે જે કોઈને ન કહી શકાય એવી વાતો અંદરથી વલોવાઈ ગયેલો બાપ પોતાના દીકરાને કરતો હોય છે. મારી બંને બહેનોએ જાળવી લીધેલું. એ હું સ્પષ્ટ જોઈ શકતો.

અનુસંધાન પાના નં. ૭ પર

દિન મહિમા

● ૧૯૯૬માં આ જ દિવસે વિશ્વમાં શતરંજની એક અનોખી સ્પર્ધા યોજાઈ હતી. જેમાં આઈબીએમના સુપર કમ્પ્યુટર ડીવ બ્લૂએ માનવ પ્રતિસ્પર્ધી વિશ્વ ચેમ્પિયન ગેરી કાસ્પરોવને પહેલીવાર હાર આપી હતી.

આજનું ઔષધ

● ટાઢિયા તાવમાં આધુનિક દવા સાથે સવાર, બપોર, સાંજ તુલસીનાં પાંચ પાંચ પાન ચોખ્ખા કરી ચાવી જવાથી તાવના પુનરાવર્તનોથી બચી શકાય છે.

ખડખડાટ

● કોઈની 'ટીકા' થી તમારો માર્ગ ના બદલતા, કારણ કે સફળતા શરમથી નહિ 'સાહસ' થી જ મળશે.

આજનો વોટ્સએપ

● છગનને બેંકમાંથી મેઈલ આવ્યો.
સર, પ્લીજ તમારા PANની ડિટેઈલ્સ મોકલો.
છગને જવાબમાં લખ્યું, 'કાચી સોપારી, ગુલકંદ વધારે, વરિયાળી, એલચી અને હા, ચૂનો જરા ઓછો લગાવજો.'

પાડોશમાં રહો એટલે ખબર પડશે!

સ-રસ
મમતા બુચ

રવિવારની બપોરે મસ્ત ઊંઘ ખેંચીને હું હજી ચા-પાણી પીતો જ હતો ત્યાં મારા ઘરની ડોરબેલ વાગી. મેં બારણું ખોલ્યું એટલે એક અજાણ્યો ચહેરો દેખાયો. હું એમને જોઈ રહ્યો એટલે એમણે પ્રશ્ન કર્યો, "સમીરભઈ, જરા ફ્રી છો?" મેં કહ્યું, આખો ફ્રી છું! તમે.....?" એમણે કહ્યું, "હું તમારા મિત્ર કલ્પન ત્રિવેદીનો પાડોશી પ્રહલાદ પટેલ છું."

મને નવાઈ લાગી. છતાં મેં આવકાર આપ્યો. અમે ઘરમાં બેઠા પછી મેં કહ્યું, "હા, બોલો ને, શું કામ પડ્યું મારું?" એ રડમસ અવાજે બોલ્યા, "સમીરભ'ઈ, આ તમારા મિત્રથી અમને છોડાવો ને!" મને ધ્રાસકો પડ્યો, "શું કર્યું કલ્પનિયાએ?" પ્રહલાદભાઈ કહે, "અરે, શું નથી કર્યું એમ પૂછો." મેં કહ્યું, "હા, તો શું નથી કર્યું?" એ ચિડાઈ ગયા, "તમે પણ સમીરભઈપ.. વાતને સમજો." મેં કહ્યું, "તો સમજાવો. હું રહ્યો સીધો માણસ. જે સમજાવશો એ જ સમજીશ."

એ બોલ્યા, "તમે સીધા માણસ છો, પણ તમારા મિત્ર આજકાલ જલેબીના ગૂંચળા જેવી ભાષા બોલવામાંથી ઊંચા નથી આવતા!" હું મૂંઝાયો, "જે કંઈ હોય એ સ્પષ્ટ કહો." મને કહે, "અમે ય એમને આવું જ કહીએ છીએ. પણ એ પડી ગયેલી આદત છોડતા નથી." મને મૌન જાણીને એ આગળ વધ્યા, "વાત જાણે એમ છે કે કોણ જાણે ક્યાંથી પણ હમણાંથી કલ્પનભઈ ટી.વી. ઉપર કવિ સંમેલનો જોવાના ફંદે ચઢ્યા છે તે રોજિંદી વાતચીતમાં પણ કવિ જેવી ભાષા બોલ્યા કરે છે! ને એમને લીધે એકલા એ નહીં, એમનાં વાઈફ પણ એવું બોલતાં શીખ્યાં છે! હમણાં પરમ દિવસે તમારી ભાભી એમના ઘરે જરા ખાંડ માંગવા ગઈ હતી તે એમનાં વાઈફ સોનલભાભી ખરાં ને, તે કહે, "શાને વર્તાવો છો પરિવાર પર કાળો કેર, શા કારણે આપો છો એમને આવું ધીમું ઝેર?" તે તમારી ભાભી તો ગભરાઈને પાછી આવતી રહી, બોલો!"

મને હસવું આવી ગયું. પ્રહલાદભાઈ બગડ્યા, "તમને અહીં હસવું આવે છે? પાડોશમાં રહો એટલે ખબર પડશે! આ તો આટલાં વર્ષોથી તમને એમના ઘરે આવતાં-જતાં જોઉં એટલે મને તમને મળવાનો વિચાર આવ્યો."

મેં કહ્યું, "પણ તમને મારું એડ્રેસ કોણે આપ્યું?" પ્રહલાદભાઈના કપાળે કરચલીઓ પડી ગઈ, "અરે, ભઈસાહ્બ, એ ય કલ્પનભઈ જોડેથી માંડ કઢાવ્યું. તમને શું કામ મળવા આવું છું એ તો એમને કહેવાય નહીં! એટલે મેં કહ્યું કે આ પેલા તમારા મિત્ર સમીરભઈ અંગ્રેજીના પ્રોફેસર છે તે મારે મારી દિકરીના એજયુકેશનની બાબતમાં એમની સલાહ લેવી છે. તે એમને ઘરે મળી આવું. જરા એડ્રેસ આપશો? તે શું કહ્યું, ખબર છે?" મેં કહ્યું, "ના, મને ક્યાંથી ખબર હોય?" પ્રહલાદભાઈ કહે, "તો સાંભળો, કલ્પનભાઈ કહે, "આપણી તે સોસાયટીના નાકેથી, જરાક અમસ્તું આગળ જતાં; ચાર દિશાઓ સમા ચાર રસ્તાને, વળી ઓળંગીને આઘેરો વળાંક વટાવતાં....દૂર રે દેખાશે એક દીવડો ટમટમતો, એનાં તે એંધાણે વધજો રે બેલી તમે; કોયલના ટહુકારે ને વીજના ઝબકારે, વાદળાં જ્યાં સંતાકૂકડી રમે.....એ જ હશે મારા પરમ મિત્રનો આવાસ, એને જઈને કહેજો સંદેશો તમે; ઘણા તે દિન થયા ચહેરો ભાળ્યો તમ, હવે આવો તો આ દિલડાંને કૈંક ગમે!" પછી ઊંડો શ્વાસ લઈને પ્રહલાદભાઈ બોલ્યા, "સરવાળે હું કશું ય સમજ્યો નહીં! પણ પછી તમારી કૉલેજમાં મારા એક મિત્ર પણ અધ્યાપક છે. એમણે તમારું ઘર જોયેલું છે. એમને પૂછીને અહીં સુધી આવ્યો!"

મને એમના ચહેરા ઉપર છવાયેલી કરુણતા જોઈને કોણ જાણે કેમ હસવું આવી રહ્યું હતું! પણ ગંભીર વદને મેં એમને કહ્યું, "તમે જરા ય ચિંતા ન કરો. આજે રવિવાર છે. હું કલાકમાં કલ્પનના ઘરે પહોંચું જ છું." એ રાહતનો શ્વાસ લઈને ગયા.

મેં કલ્પનના ઘરે પહોંચીને ડોરબેલ વગાડી. સોનલભાભીએ બારણું ખોલ્યું. મને જોઈને એ આનંદિત થઈ ગયાં, "ઓહો, એવાં તે રૂડાં અમ ભાગ્ય ક્યાંથી કે અમ રાંકનાં આંગણિયે તમારી પધરામણી, પાવન કરો અમ ખોરડું પધારીને, અલખના ધણીને ખમ્મા ઘણી!"

મેં કહ્યું, "ભાભી, કલ્પન ક્યાં છે?" ત્યાં કલ્પન પાછળથી ટહુક્યો, "ધન્ય ભાગ્ય, ધન્ય ઘડી, આજ કૃષ્ણના નિવાસે સુદામા આવ્યો ચડી!" મેં એને એક ધબ્બો માર્યો, "બદમાશ, તું પોતાની જાતને કૃષ્ણ અને મને સુદામા સમજે છે!"

કલ્પન હસતાં-હસતાં સોનલભાભીને કહે, "રાંધો મધમીઠાં પકવાન ને વળી અગણિત મીઠાઈ; મુજ મિત્ર આવ્યો, અપરંપાર ખુશીમાં આજ હું રહ્યો નહાઈ." મેં કહ્યું, "ના, ના, કોઈ તકલીફ ના લેશો. મારે આજ ઉપવાસ છે." એટલે સોનલભાભી કહે, "બનાવીશું ફરાળી જે કહેશો તે, પસંદ આપની સર-આંખો પર; બટાકાની સૂકી ભાજી ને સાબુદાણાની ફરફર?"

મેં કહ્યું, "ના, કશું જ નહીં. કલ્પન, હું તો આજ ખાસ તને મળવા આવ્યો છું. સાંભળ્યુ છે કે તું આજકાલ કવિતાની ભાષામાં જ વાતચીત કરે છે!" કલ્પન કહે, "હે મિત્ર, બચવા જગતના તાપ-પાપથી, નજર ફેરવી જ્યાં-જ્યાં મેં; નીવડી ઠગારી સર્વ જગ્યાઓ, છોડી એક કવિતાને......કેવું રૂપાળું કવિનું વિશ્વ, ના દુઃખનો ઓછાયો, ના આંસુની ધાર; ના ગમગીનીના પડછાયા, ના વિશ્વાસઘાતનો માર."

મેં કહ્યું, "કલ્પન, બધી વાત સાચી પણ જ્યાં કવિતા કરાતી હોય ત્યાં કરાય. પછી બધે આ ભાષામાં વાત ના કરાય!" કલ્પન કહે, "સમજ્યો નહીં તુજ મર્મ હું, ઊઘાડ હૃદયનાં દ્વાર; શાને ફેરવે ગોળ ગોળ મુજને, કહે વાતનો સાર."

મેં કહ્યું, "લે ત્યારે, સાંભળ....નવીન તારી આ આદતને લઈ, છે સચિવાલય આખું પરેશાન; નોકરી તારી છે ખતરામાં, વાત મારી તું માન."

હવે વારો કલ્પનનો હતો મૂંઝવણમાં મૂકાવાનો! મારી સામે એ વિસ્મયભરી દ્રષ્ટિએ જોઈ રહ્યો. એટલે મેં સ્પષ્ટ કર્યું, "સાંભળ્યું છે કે તારી આ કાવ્યમય ભાષા તું નોકરીમાં વહીવટી ભાષાની જગ્યાએ પણ વાપરવા માંડ્યો છે! તારા ઉપરી અધિકારી શાહસાહેબનો ગઈ કાલે જ એમના સુપુત્રના એડમિશનનું પૂછવા માટે મારા ઉપર ફોન હતો. એમને ખબર છે કે આપણે સારી મિત્રતા છે. તે મને કહેતા હતા કે આ તમારા મિત્રને કહો કે કાવ્યની દુનિયામાંથી એટ લિસ્ટ, નોકરી કરવા પૂરતા બહાર આવી જાય, નહીં તો સચિવાલયની દુનિયામાંથી એ બહાર થઈ જશે!"

કલ્પન ગેંગે-ફેંફેં થઈ ગયો, "હેં? પણ હું.. મને યાદ નથી કે મેં નોકરીમાં આવી ભાષાનો ઉપયોગ કર્યો હોય!" મેં કહ્યું, "ભાષા આ સઘળે ન વપરાય, રાખ થોડીક દરકાર; વળી જા પાછો મિત્ર, નહીં તો બરતરફ કરશે સરકાર!"

કલ્પન કંઈ બોલે એ પહેલાં સોનલભાભી વરસી પડ્યાં, "મેં કહ્યું જ હતું, તમે બહુ આવું બોલ-બોલ ના કરો, કોઈક દિવસ હેરાન થવાના વારા આવશે!" કલ્પન કહે, "અરે, પણ આ તો અમસ્તું જ ....ને તું ય એમાં જોડાઈ જ ગઈ હતી ને!"

બંને જણાં કાવ્યજગતમાંથી વાસ્તવિક વિશ્વમાં આવી ગયાં હતાં એ અહેસાસ અને આનંદ સાથે એમને શાબ્દિક ટપાટપી કરતાં છોડી હું ધીમેથી સરકી ગયો! સામેના બારણાંમાં પ્રહલાદભાઈ મંદ-મંદ મુસ્કુરાતા ઊભા હતા!

mtabuch150@gmail.com

વસંતઋતુમાં એલર્જી

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા
ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

વસંતની શરૂઆત થઈ ગઈ છે. વાતાવરણમાં ઠંડી ઓછી થઈ રહી છે. સૂર્યદેવ પોતાનો પ્રભાવ બતાવવાનું શરૂ કરી રહ્યા છે. વસંત એટલે શિયાળા અને ઉનાળાની મિશ્ર ઋતુ. જ્યારે મિશ્ર ઋતુ આવે અથવા તો આયુર્વેદ મુજબ ઋતુ સંધી કાળ આવે ત્યારે વ્યાધિઓ થવાની સંભાવનાઓ વધુ પ્રબળ બને. આ સમયગાળા દરમિયાન એક રોગ બહુ અકળાવે છે અને એ છે એલર્જી.

એલર્જી એટલે શું?

એક રીતે જોઈએ તો એલર્જી એ શરીરનો રિસ્પોન્સ છે. જો કોઈ વ્યક્તિ કોઈ એવા પદાર્થ કે વસ્તુ પ્રત્યે સંવેદનશીલ હોય અને તેના સંસર્ગમાં આવે તો તેના પરિણામસ્વરૂપે શરીર જે રિસ્પોન્સ આપે તેને આપણે એલર્જી કહી શકીએ. જેમકે કોઈને ધૂળ (ઢેજં) પ્રત્યે એલર્જી છે અને તે ધૂળના સંપર્કમાં આવે તો તેને તરત છીંકો, નાકા-આંખમાંથી પાણી ગળામાં બળતરા આદિ શરૂ થઈ જાય છે. આ શરીરનો એલર્જીક રિસ્પોન્સ છે.

એલર્જી કોને થઇ શકે?

કોઈ પણ વ્યક્તિને કોઈ પણ સમયે એલર્જી થઇ શકે. એલર્જીના કોઈ ધારાધોરણો નથી. ૨૦ વર્ષની ઉમર સુધી કઈ જ ના હોય અને પછી અચાનક એલર્જી શરુ થાય એવું પણ બને. ક્યારેક અમુક સમયાંતરે વર્ષો જૂની એલર્જી એમ જ મટી જાય એમ પણ બને. એલર્જી થવા પાચાલાના મૂળ કારણો અને શા માટે એલર્જી અમુક લોકોને જ થાય છે અને અમુક ને નહિ તેના જવાબો હજુ વિજ્ઞાન પાસે નથી.

એલર્જી શા કારણે થાય છે?

વિજ્ઞાન આટલું જાણી શક્યું છે કે એલર્જી એ શરીરની ઈમ્યુનીટી સિસ્ટમમાં કૈક લોચા થવાને કારણે થાય છે. એલર્જી કરે તેવા પદાર્થોના સંપર્કમાં આવતા આ સીસ્ટમ સક્રિય થઈ જાય છે અને તે એલર્જી કરે તેવા પદાર્થોને મારવા એટેક કરે છે જેમાં આપણા શરીરના કોષોનું પણ આવી બને છે. ઈમ્યુનીટી આવી વિચિત્ર હરકત શું કામ કરે છે તે હજુ સુધી જાણી શકાયું નથી.

એલર્જી અને આયુર્વેદ

આયુર્વેદમાં ઈમ્યુનીટીને વ્યાધીક્ષમત્વ અથવા યુક્તીકૃત બળ તરીકે વર્ણવી છે. ઈમ્યુનીટી એ શરીરનું એવું બળ છે કે જેને યુક્તિ સ્વરૂપે, વિવિધ ઉપચાર સ્વરૂપે વધારી શકાય છે. આયુર્વેદ મુજબ જયારે આપણે આ યુક્તીકૃત બાળને યોગ્ય કરીએ તો કોઈ પણ પ્રકારની એલર્જી સામે રક્ષણ મળી શકે અને એલર્જી મટી શકે.

પંચકર્મ વડે આ બળ વધારી શકાય. જો એલર્જીને કારણે શરદી-છીંકો-નાકમાંથી પાણી આદિ લક્ષણો જણાતા હોય તો નસ્ય કર્મથી (નાકમાં આયુર્વેદિક તેલનાં ટીપાં નાખવાથી) ખૂબ રાહત થાય છે. આ ઉપરાંત આપણી ઈમ્યુનીટી વધારવા માટેના અનેક ઔષધો પણ આયુર્વેદમાં વર્ણિત છે જેમકે

- ગળો
- આમળા
- જેઠીમધ
- કડુ-કરિયાતું
- ભોય આમળી
- લીમડો

આવા અનેક ઔષધોમાંથી વ્યક્તિની પ્રકૃતિને અનુકુળ આવે તેવા ઔષધો યોગ્ય માત્રામાં આપવામાં આવે તો ચોક્કસથી એલર્જી પૂર્ણપણે મટી શકે.

(M) 9879471147

અઢી અક્ષર પ્રેમના, વાંચવાના નથી અનુભવવાના છે

નખરાળી જિંદગી
નિયતી કાપડીયા

ફેબ્રુઆરી મહિનો ચાલુ થાય અને જુવાનિયાઓ સહિત હવે તો સોશ્યલ મીડિયા પર એક્ટિવ હોય એવા દરેક જણને ખબર પડવા માંડે કે આજે કયો ડે ઉજવવાનો છે.

રોઝ ડે, ચોકલેટ ડે, પ્રોમિસ ડે, ને વળી હગ ડે મને થાય આ બધાની સાથે સાથે એકાદ મતલબી ડે કે પછી મહાસ્વાર્થી ડે પણ રાખવો જોઈએ. વાંચતાની સાથે જ વધારે ખુશ ના થઈ જાઓ, બીજાને સ્વાર્થી કે મતલબી કહેવાની તો તમને મજા જ આવશે પણ એ જ લેબલ જ્યારે કોઈ તમને ચિપકાવી જશે ત્યારે? ત્યારે તમે શું કરવાના કે તમને કેવું લાગશે? આપણું જેની સાથે બનતું ના હોય એ કંઈ કહી જાય તો હજી મન ઉપર ના લઈએ પણ ધારો કે તમારી જ ખૂબ માનીતી વ્યક્તિ તમને આઈનો દેખાડી જાય ત્યારે...? તેલ લેવા ગયા બધા ડે ને ફે, આ બધું તૂત છે, ભોળી પ્રજાને છેતરવાનું એક નાટક છે.- આવું બધું વિચારવાનું મન થઈ જાય, હેં ને?

સવાલ આપણે કેવા છીએ એનો ક્યારેય હોતો જ નથી, વાત આપણે આપણને ગમતી વ્યક્તિની નજરે કેવા છીએ એટલી જ હોય છે. જે તમને ના ગમતું હોય એ આવીને તમને કંઈ કહી જાય તો તમને ગુસ્સો આવશે, તમે એની સાથે ઝઘડી લેશો કે સામે એનેય બે ચાર વાતો સંભળાવી લેશો, બરાબર? પણ આ જ વસ્તું તમે જે વ્યક્તિને ખરેખર ચાહતા હો એ કરે ત્યારે? તમારી પ્રિય વ્યક્તિ, જેને માટે તમે કંઈ પણ કરવા તત્પર રહેતા હો એ એક દિવસ આવીને તમને કહે કે તમે તમે ખૂબ રેઢિયાળ માણસ છો ત્યારે તમે શું જવાબ આપશો? હું કહું તો તમે કંઈ જ નહીં બોલી શકો. જેને માટે તમે જીવ હથેળીમાં લઈને ફરતા હો એ આવીને કહી દે કે તમને મારી જરાય પડી નથી ત્યારે તમારા હોઠ આપોઆપ સિવાય જશે. માનવ સ્વભાવ જ એવો છે, એક નંબરનો આળસું. એને કંઈ કહ્યા વગર સામે વાળું બધું સમજી જાય એવું ગમે છે અને ખાટલે મોટી ખોડ એ કે જેના માટે તમે મૂંગા રહી બધું કરે જતા હો એની જ નજરે કંઈ ચઢતું નથી...

આ દુનિયામાં હજી કોઈ એવું એપ નથી શોધાયું જે એક માણસની બીજા માણસ પ્રત્યેની લાગણી માપી શકે. હજી એવું કોઈ એપ નથી આવ્યું જે સંબંધોને લઈને તમે કેટલા ઈમાનદાર છો એ બીજાને દેખાડી શકે. એક માનવના મનમાં ચાલી રહેલા વિચાર હજી બીજો માણસ સમજી નથી શકતો અને એટલે જ ક્યારેક જ્યાં ખૂબ ઊંડી લાગણી હોય ત્યાં જ ઊંડી દરાર પડી જાય છે.

એક છોકરીને એક છોકરા સાથે પ્રેમ થઈ ગયો હતો. એણે એક દિવસ એ છોકરાને પોતાની લાગણી જણાવી અને છોકરાએ કહ્યું કે એને પણ તે ગમે છે. છોકરી માટે તો સોનાનો સૂરજ ઊગ્યો હતો. જેને ચાહો એને જ પામો એવું દરેક માણસના ભાગ્યમાં ક્યાં હોય છે, પણ અહીંયા છોકરી ખરેખર ભાગ્યશાળી હતી. એ લોકોના ઘરવાળા પણ માની ગયા અને એ બંનેના લગ્ન પણ ગોઠવાઈ ગયેલા. લગ્નને આડે બસ ગણતરીના દિવસો બાકી હતા અને ત્યાં જ છોકરાએ લગ્નની ના કહી દીધી...

બધાને ખૂબ આઘાત લાગ્યો, છોકરી તો આ માની જ નહોતી શકાતી પણ એ જ સચ્ચાઈ હતી. કેટલાક વડીલોએ વચ્ચે પડીને છોકરાને સમજાવવાનો પ્રયાસ કર્યો ત્યારે એ છોકરાની ના પાછળનું કારણ બહાર આવ્યું. એ કારણ હતું છોકરીનો વધારે પડતો પ્રેમ!

એ છોકરાએ કહ્યું કે એ માને છે કે એ યુવતી જેટલો પ્રેમ એને આ દુનિયામાં કદાચ બીજું કોઈ નહીં કરી શકે પણ એનો એ પ્રેમ એને ગૂંગળાવી રહ્યો છે, એને છૂટથી શ્વાસ લેવા જેટલી પણ છૂટ નથી આપતો અને એટલે જ એને હવે આ સંબંધમાં રસ નથી. એ છોકરી સવારે ઊઠે એવી ગુડ મોર્નિંગનો મેસેજ મોકલતી, એ પછી ચા નાસ્તાથી લઈને રાતના વાળું સુધીમાં એણે શું ખાધું, શું એને ભાવ્યું, ના ભાવ્યું વગેરે વિશેની ચર્ચા કરતી. છોકરાએ પણ એ ચર્ચામાં ભાગ લેવો જ પડે. દર પાંચમી મિનિટે એનો "શું કરે છે?" વાળો મેસેજ આવ્યો જ હોય. છોકરો જેવો ઓનલાઈન એક્ટિવ દેખાય કે તરત જ છોકરી એની સાથે ચેટિંગ કરવા આવી જતી. કોઈક વાર છોકરો લાંબો સમય એને જવાબ ના આપે તો તરત જ એ છોકરી ફોન કરતી અને એ ઠીક તો છે ને એમ પૂછી રડવા લાગતી. એનો મૂડ ઠીક કરવા પછી છોકરાએ એને રૂબરૂ મળવા જવું પડતું. આ બધા સાથે એ છોકરાએ શું ખાવું જોઈએ, શું પહેરવું જોઈએ, કોની સાથે મિત્રતા રાખવી જોઈએ, કોની સાથે ના રાખવી જોઈએ, કઈ છોકરી એની ઉપર લાઈન મારે છે, કોની પોસ્ટ ઉપર એણે લાઈક/કૉમેન્ટ કરવી જોઈ કે ના કરવી જોઈએ એ બાબતે પણ તે સલાહ સૂચન આપ્યા કરતી હતી. રોજ રોજ આ બધું જોઈને છોકરો છેવટે કંટાળી ગયો હતો અને એક દિવસ એણે લગ્નની ના કહી દીધી. એણે કહ્યું કે છોકરી થોડી મેન્ટલ છે, પાગલ છે. એ હદથી વધારે મને ચાહે છે અને મને માફ કરશો પણ હું એટલો બધો પ્રેમ પચાવી શકું એમ નથી. મારે પત્ની જોઈએ છે, મમ્મી નહીં!

બિચારી છોકરી! એ તૈયાર હતી સમૂળગી બદલાઈ જવા. એણે તો પેલાને દિલથી ચાહ્યો હતો અને હંમેશા એનું ભલું જ ઈચ્છ્યું હતું. એનો પ્રેમ જ એમની વચ્ચે આડો આવશે એવું તો એણે સપનેય વિચાર્યું નહોતું. એ છોકરીને ઘણુંબધું કહેવું હતુ પણ પછી એ મૂંગી થઈ ગઈ. હવે આગળ કંઈ પણ કહેવાનું એનું મન ના કહી રહ્યું હતું. જે એના પ્રેમને જરાય સમજ્યો જ નહિ એને હવે શું કહેવું!

પ્રેમમાં મુક્તિ ખપે, ગૂંગળામણ નહિ! બસ, આટલું સમજી જાઓ પછી એ અઢી અક્ષર વાંચવા સહેલા લાગશે.

અમસ્તું,
કોઈને એક હદથી વધારે ચાહવું પણ પીડાદાયક છે!

- @KapadiaNiyati