નમસ્કાર ગાંધીનગર

પમરાટ

લોક ગમે તે સમજે-
મન માને ને હૈયું ઠારે એ ઠેકાણે નમજે.
સૌને સૌનાં હોવાનાં કંઈ નમવાનાં ઠેકાણાં,
નોખાં નોખાં કંઠે રોજે ગવાતાં નોખાં ગાણાં.
રામ રમાડે એવી રૂડી રમત સદાયે રમજે,
લોક ગમે તે સમજે !
મનગમતા મારગમાં મનમોજીલું ડગલું ભરવું,
આંધીને અંધાધૂંધીમાં આપબળે ઊગરવું.
ઊગીને પોતીકી રીતે સહજ પછી આથમજે,.
લોક ગમે તે સમજે !

- નીતિન વડગામા

પાથેય

- રમેશ ઠક્કર

પોતપોતાની કેડી..!

આ દુનિયામાં આપણે સહુ બાળક જ હોઈએ છીએ..અને એટલે જ નિત નવું શીખવાની જરૂર સહુને પડતી રહે છે..જાણકારી અને જ્ઞાનનું સતત સંવનન આપણને ઉન્નત થવા માટે અનિવાર્ય છે..જેની પાસે અનુભવ હોય છે કોઈ તજુરબો કે આવડત હોય છે એ વ્યકિત જો વિવેકપૂર્વક આપણને કશુંક કહે તો એમાં આપણી ભલાઈ જ હોય છે..કવિઓ,,સાહસિકો, મોટા રાજનેતાઓ કે સંતમહાત્માઓ લોકહિતમાં પોતાના અનુભવો અને વિચારો રજુ કરતા રહે છે..એમાંથી દરેક માણસ પોતાની ક્ષમતા મુજબ સમજે છે અને ભીતરમાં ઉતારતો રહે છે..માણસ ધારે તો બીજાના અનુભવોમાંથી પણ પદાર્થપાઠ શીખી શકે..પરંતુ આપણી દશા 'કથા સૂણી સૂણી ફૂટયા કાન તોય ના આવ્યું બ્રહ્મજ્ઞાન' જેવી હોય છે..! ઘણીવાર તો જાણું બધુંય તો પણ આચરણમાં ના મૂકી શકું એવી વિમાસણ પણ એને થતી રહે છે..બીજા લોકો મારે માટે શું કહેશે? કેવું વિચારશે ? એવો એક ડર પણ એને રહેતો હોય છે..ડાહયા માણસો આપણને આ બધાથી દૂર રહી સતત ચાલતા રહેવાનું કહે છે..લોક તો કહેશે..તારું મન માને કે હૈયું જયાં મલકે એ ઠેકાણે નમજે..! આ વાક્યમાં સાચી જીવનદિશાનો સંદેશ રહેલો છે..

આપણા કવિ બાલાશંકર કંથારિયા બહુ સરસ વાત કરતાં કહે છે કે જગત તારી ઉપર ગમે તેટલું ગુજારે..અપમાનો કરે કે સતત સતામણી કરે તો એની સામે ઈશ્વર ઉપર શ્રધ્ધા રાખી તું આ બધું સહન કરતો રહેજે..! જગતનો નાથ જે કંઈ ઉપાધિ આપે છે એ આપણી પરિક્ષા જેવી હોય છે..આપણને જગતના કાચના યંત્રે એટલે કે માયાના આવરણ હેઠળ સાચી વસ્તુ સમજાતી નથી..દુનિયામાં દરેકને પોતાના આગવા રસ્તાઓ છે..પોતપોતાના અલગ ઠેકાણાં છે..અને એટલે જ બધાના રાહ પણ અલગ છે..આવી ભુલભુલામણીમાં પોતાની કેડી કંડારવી મુશ્કેલ કામ છે..લોકો પોતાને ગમતાં હોય એવાં જ ગાણાં ગાતા રહે છે. એના સૂર સમય પ્રમાણે બદલાતા રહે છે..માણસો શબ્દ સાથે પણ છેતરપિંડી કરતા રહે છે..નવી નવી રમતો રમતા રહે છે..એમાં નિયમો પણ એમના હોય છે..આ બધાની સામે આપણે મનગમતી રમત રમતા રહેવું અને ઈશ્વરના નિયમોથી ચાલતા હોય એવા ખેલમાં સામેલ થતા રહેવું એ જ સાચી વાત હોય છે..રાખનાં રમકડાં એ રામની દોલત છે..અને રામ રમાડે એમ જ રમવામાં શાણપણ ભરેલું હોય છે..લોકો ભલે ગમે તે સમજે..એવા રે અમે એવા રે તમે કહો છો એવા રે..ભકિત કરતાં જો કહેશો તો કરશું દામોદરની સેવા રે..! આ ખુમારી કેવો ભકત માટે જ નહીં આપણા સહુ માટે જીવન સામે ટકી રહેવાનો રામબાણ ઈલાજ છે.

અનુસંધાન પાના નં. ૭ પર

કેસર કેરી કડવી થઈ છે

તંત્રીસ્થાનેથી...

બાગાયતી ખેતીમાં ઊના અને તાલાળા પંથકમાં કેસર કેરી ઘણાં વર્ષોથી ખેડૂતો માટે આશીર્વાદરુપ અમૃતફળ બની રહી હતી. ગયે વર્ષે આવેલ વાવાઝોડામાં અસંખ્ય આંબા જમીન દોસ્ત થઈ ગયા અને કેરીનો પાક નિષ્ફળ ગયો ત્યારે આંબા વાડિયાં ધરાવતા ખેડૂતો લમણે હાથ દઈ એમની બદકિસ્મતી પર આંસુ સારતા હતા. આ વર્ષે પણ કેસરી કેરીએ રિસામણાં લીધાં હોય એમ બહુ જ ઓછો પાક ઊતરતા ખેડૂતો માટે કેસર કડવી વખ બની ગઈ છે. વૈકલ્પિક પાક લેવા માટેની માનસિકતા કેળવી રહેલા આંબાવડિયાના માલિકોએ કેસર કેરીના પાકના નુકશાન માટે રાજય સરકાર પાસે વળતર માંગ્યુ છે. તાલાળા પંથકનાં ૪૫ ગામો અને તલાળામાં ખેડૂતોએ બંધ પાળીને એમના પ્રાણપ્રશ્નને વાચા આપવા પ્રયાસ કર્યો છે. કિસાન સહાય યોજનામાં કેસર કેરીની ખેતીનો પણ સમાવેશ કરવા અને એકર દીઠ એક લાખનું વળતર ચૂકવવાની માગતી કરાઈ છે. ખેડૂતોની આ માગણીમાં દંભ નથી, દમ જરૂર છે. જો કે જગતનો તાત ગણાતો રહેતો ખેડૂત ગમે તેવી પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિમાં પણ કોઈની આગળ હાથ લંબાવવા ટેવાયેલો નથી. એ જયારે કપરી આર્થિક કટોકટીમાં સલાઈ જાય છે અને એની પાસે બીજો કોઈ રસ્તો નથી રહેતો ત્યારે એ ડિપ્રેશનમાં સરી જઈ આત્મહત્યા જેવું અઘટિત પગલું ભરી લેતો હોવાના કિસ્સા છાશવારે સમાચારપત્રોમાં ચમકતા રહ્યા છે. ખેતીપ્રધાન મુલક માટે ખેડૂતને જીવતો રાખવો એ ટૉપ પ્રાયોરિટી હોવી ઘટે.

વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદી પોતે ખેડૂત નથી. પરંતુ એ જે વિસ્તારમાં નાના મોટા થયા છે ત્યાંના ખેડૂતોની કપરી સ્થિતિથી તેઓ વાકેફ છે. ખેડૂતોની આવક બમણી કરી આપવાનાં મધમીઠાં વચન આપનાર વડાપ્રધાને કડવી બની ગયેલી કેસરના ખેડૂતોન વહારે ચડવાની જરૂર છે. અત્યારે રાજય સરકાર કેન્દ્રની આજ્ઞાંકિત છે. તેથી 'કેસરિયા' ખેડૂતોની વડાપ્રધાન પાસેથી કિસાન સહાય યોજનામાં સામેલ કરવાની માગણી ગેરવાજબી નહીં જ લેખી શકાય. ગુજરાતની નિરાંતે મુલાકાત લઈ ગયેલા વડાપ્રધાનને રાજકીય સંદર્ભે પણ ખેડૂતોના ટેકાની તાતી જરૂર વરતાઈ જ છે. આટકોટની મલ્ટિ સ્પેશ્યાલિટી 'મિની એમ્સ' ના ઉદ્‌ઘાટન માટે દોડી આવેલા વડાપ્રધાને તે જ સાંજે ગાંધીનગર ખાતે મહાત્મા મંદિરમાં સહકારી ક્ષેત્રના આગેવાનો સાથે ગોષ્ઠી કરી હતી. સહકારી ક્ષેત્ર એ ગામડાના ખેડૂત માટે આશીર્વાદરૂપ વ્યવસ્થા છે. ગામેગામ શરૂ થયેલી દૂધ ઉત્પાદન મંડળીઓ અને સેવા સહકારી મંડળીઓ ગામડાંનાં અર્થકારણની કરોડરજ્જુ સમાન બની ચૂકી છે. બનાસ ડેરી કે મહેસાણાની દૂધસાગર ડેરીના ચેરમેન કોઈ પણ કૅબિનેટ મિનિસ્ટર કરતાં સવાઈ સવલતો ભોગવતા હોય છે. ફક્ત એ ત્રણ મોઢાળા સિંહનું રાજપ્રતીક નથી ધરાવતા કે લાલ લાઈટવાળી અને એસ્કોર્ટ ગાડી નથી ધરાવતા એટલું જ. વડાપ્રધાને તેઓ 'પ્રચારક' હતા અને ગામેગામ અકિંચન ફરીકરની જેમ ફરતા તથા સ્કૂટર પર પાછળની સીટ પર બેસી સ્થાનિક સંઘ કાર્યકર્તા સાથે પ્રચારકાર્ય માટે નીકળતા ત્યારે ઉત્તર ગુજરાતનાં સમૃદ્ધ ગામડાનાં સહકારી આગેવાનોની વૈભવશાળી જીવનશૈલી નરી નજરે જોયેલી છે. મહદંશે આ જ નેતાઓ વિધાનસભા અને લોકસભાની ચૂંટણી વખતે કાં તો એમને અનુરુપ એવો ઉમેદવાર સૂચવતા અથવા વખત પૂરતા શાસક પક્ષની તરફેણમાં પ્રચારકાર્ય માટે નીકળી પડતા. સહકારી ક્ષેત્ર પર કોંગ્રેસની મજબૂત પકડ હતી એની પણ મોદી અને શાહને ખબર હતી. એટલે એક તરફ જ્ઞાતિસમાજનાં સમીકરણો અને હિંદુત્વના એજન્ડા સાથે બીજી તરફ આવા માતબર વોટબેંક ધરાવતા સહકારી નેતાઓને કેસરિયો ખેસ પહેરાવી કોંગ્રેસને નામશેષ કરવાના પ્રયોગો શરૂ થયા હતા. કેસર કેરીના ખેડૂતો હોય કે દૂધ ઉત્પાદન સાથે સંકળાયેલ ખેડૂત સમાજ હોય - એ તમામને યેનકેન પ્રકારેણ કેસરિયા રાજકારણ તરફ વાળવાના અણથક પ્રયાસો થઈ રહ્યા છે. ત્યારે મુખ્યમંત્રી કે જેઓ ખેડૂત ગોત્રના બિલ્ડર છે - આવા પ્રશ્નો તરફ જરૂર ધ્યાન આપશે જ.

વ્યસનમાં રહેનારા વ્યસનીઓને આપણે પણ સમજાવીએ અને વ્યસનથી મુક્તિ અપાવીએ

જીવનના પાંચ દાયકા વટાવી ચૂકેલો એક માણસ એક આદતથી મજબૂર હતો, એ તમાકુવાળા માવા ખાવાનો બંધાણી હતો, જમવાનું ના મળે તો ચાલે પણ માવો તો ખાવો જ પડે !!! એમના પત્નીનું કેન્સરની બીમારીમાં અવસાન થયું અને પછી તેમને સમજાવ્યા તો તમાકુના વ્યસનનો છૂટવાનો સંકલ્પ લીધો.

એક ભાઈને દારૂ પીવાની ટેવ, રોજ રાતે ઘરે આવે, દારૂ પીવે, ઈન્કમટેક્સના કામે વકીલ પાસે વર્ષમાં ત્રણ-ચાર વાર જાય... એ વકીલ વ્યસન મુક્તિનું કામ કરે, બધાને વ્યસનોથી છોડાવે, પેલા ભાઈને થયું આમની ઓફિસે જવું હોય તો વ્યસન છોડવું પડે... આખરે ચમત્કાર થયો, વ્યસન છૂટ્યું અને એમણે પરિવાર ઉગરી ગયો એમ જણાવ્યું.

એક મંદિરના પૂજારીને માવો ખાવાની આદત, ઈચ્છો તો પણ એ એમાંથી મુક્તિ ના મેળવી શકે, એમને કયાંકથી વ્યસન મુક્તિ અભિયાનવાળા વકીલનું સરનામું મળ્યું... બહુ સમજાવ્યા - આખરે એમને માવા છોડ્યા- પોતે સ્વસ્થ થયાને પરિવાર રાજી થયો. વ્યસનમુક્તનું કામ કરનારા આ વકીલ એટલે ભાવનગરના શ્રી નવીનભાઈ રાજ્યગુરુ.

એક અહેવાલ મુજબ ધુમ્રપાન કરનાર બે વ્યક્તિમાંથી એકને કેન્સર, હૃદયરોગ જેવી બીમારી આવે છે. સીગારેટ, પાન, મસાલા, ગુટખા, ડ્રગ્સ વગેરેના માધ્યમથી ધીમુ ઝેર ખાસ કરીને યુવાનોના અણમોલ જીવનને બરબાદ કરી રહ્યું છે. ભારતમાં તમાકુનું સેવન કરનારા લોકો સ્વયં પોતાના શરીરને તો નુકશાન કરે જ છે, સાથે સાથે એમના પરિવારને પણ આર્થિક રીતે બેહાલ કરે છે. કોઈએ કહ્યું છે ને કે માણસને એટલી ખબર છે કે પાંચ-સાત લાખની ગાડીમાં કેરોસીન ના નંખાય તો પછી એ અમૂલ્ય એવા શરીરમાં શરીરને નુકશાનકારક એવા પદાર્થો કેમ નાંખે છે?

ખરાબ આદત છોડવા માટે મુહુર્ત ના જોવાનું હોય, જે ક્ષણે સમજાયું કે આ આદત ખોટી છે એ ક્ષણે જ એને છોડી દેવી જોઈએ.

એક હિંમતભેર્યો વિચાર એક વ્યક્તિને જ નહિ એક પરિવારને સાચી દિશામાં ગતિ આપે છે. વ્યસનરુપી દાવાનળ અનેક ઘરોને, પરિવારના બાળકો અને મહિલાઓને બરબાદ કરે છે. વ્યસનો છૂટશે તો જ જીંદગી બચશે એ સમજદારી સમાજમા સતત પ્રસરતી રહે એ માટે પણ મહત્ત્વનું કામ થઈ રહ્યું છે. ગામે ગામ કોઈને કોઈ લોકો એમાં જોડાયેલા છે.

ભાવનગરના ઈન્કમટેક્સ વકીલ શ્રી નવીનભાઈ રાજયગુરુ એક સમયે ઈન્કમટેક્સ ઓફીસમાં નોકરી કરતા હતા,તે સમયથી જ રમતગમત, સમાજસેવા, વ્યસનમુક્તિ જેવા કાર્યો સાથે જોડાયેલા રહ્યા. નોકરીમાંથી સ્વૈચ્છિક રાજીનામું આપીને વકીલાત શરૂ કરી પછી વ્યસનમુક્તિ ક્ષેત્રે વધુ ધ્યાન આપ્યું. છેલ્લા પાંત્રીસ વર્ષથી વ્યસનમુક્તિ અંગે જાગૃતિ ફેલાવવાનું અને પ્રચારનું કાર્ય તેઓ ગુજરાતમાં કરતા રહ્યા છે. આજે એંસી વર્ષની ઉંમરે પણ આ ક્ષેત્રે સ્વ ખર્ચે પ્રવૃત્ત છે અને લોકોને તમાકુના વ્યસનમાંથી મુક્તિ અપાવવા સતત કાર્યરત છે. એમને આવી કામગીરીને લક્ષમાં લઈને રાજય કક્ષાની નશાબંધી અમલીકરણ સમિતિ તથા અન્ય સમિતિમાં પણ તેઓનો સમાવેશ કરાયો છે અને પુ. મોરારિ બાપુ તથા પુ. પ્રમખ સ્વામી જેવા સંતોની ઉપસ્થિતિમાં તેમના માનવતાના કાર્ય માટે તેમનું સન્માન કરાયું છે.

નવીનભાઈ કહે છે કે, 'આપણને દુઃખ થાય કે ભણેલો - ગણેલો ને પ્રતિષ્ઠિ માણસ કેમ સમજતો નહીં હોય ? કેમ એ જાત જાતના વ્યસનોમાં પોતાની જીંદગીને બદબાર કરતો હશે ? આખોયે પરિવાર હેરા નથશે એનો ડર પણ એને કેમ નહીં હોય ? વ્યસનો પાછળ પાગલ લોકોને સમજાવવા બહુ અઘરા હોય છે પણ જયારે આવા - બે પાંચ લોકો પણ વ્યસન છોડે છે, બીજીવાર વ્યસન નહિ કરે એવો સંકલ્પ થાય છે ત્યારે આપણને પરમાત્માએ કોઈ સારા કાર્યમાં નિમિત્ત બનાવ્યા એવો અનુભવ થાય છે.'

વ્યસન મુક્તિ અભિયાનના વિવિધ કાર્યક્રમો સરકાર દ્વારા અને સામાજિક સંસ્થાઓ દ્વારા યોજાતા રહે છે. આવા કાર્યક્રમોમાં સતત જોડાયેલા રહીને વ્યસન મુક્તિ ક્ષેત્રે પોતાનાથી થઈ શકે એટલું કામ કરનારા નવીનભાઈ જેવા અનેક સેવાભાવીઓ મારી ને તમારી આસપાસ હશે જ.... એમના કાર્યને બિરદાવીએ, સપોર્ટ કરીએ... વ્યસનમાં રહેનારા વ્યસનીઓને આપણે પણ સમજાવીએ અને વ્યસનોથી મુક્તિ અપાવીએ ત્યારે સદ્‌કાર્યના અજવાળા રેલાય છે.

દિન મહિમા

● વિશ્વ તમાકુ નિષેધ દિન

આજનું ઔષધ

● ડાયાબિટીસમાં મેથીનો તાજો ઉકાળો ચારથી પાંચ ચમચી જેટલો જમતા પહેલા રોજ બપોરે અને રાત્રે લેવાથી ફાયદો થાય છે.

ખડખડાટ

● 'એક્કેય ગાંડાને કોરોના થયો ? બેફામ, માસ્ક પહેર્યા વગર ફરે છે..' આવો એક સગાનો મેસેજ આવ્યો. તો મેં રિપ્લાય આપ્યો... 'છતાંય તમારે ધ્યાન રાખવું...' તો મને બ્લોક કરી દીધો બોલો.

આજનો વોટ્સએપ

● કોઈને ડર છે કે ઈશ્વર જોવે છે કોઈને અને વિશ્વાસ છે કે એ જોવે છે.

આપકી પેસ્ટ મેં નમક હૈં? એમ પૂછવા કરતા પૂછો કે આપ કે પાની મેં ફ્લોરાઈડ હૈ?

હમણાં થોડા સમય પહેલા જ જોર્ડન પેલે નામક દિગ્દર્શકની માર્ચ ૨૦૧૯ માં જ આવેલી 'જી' નામની હોરર હોલિવુડ ફિલ્મ જોઈ.અફલાતૂન ફિલ્મ છે,અલગ જ વિષય છે. ફિલ્મની કથામાં નથી પડવું કારણકે કથાનક અને તેની વિશદતાઓની ચર્ચામાં આખો લેખ પણ ઓછો પડે તેમ છે. ફિલ્મ વિશે ફરી કોઈવાર વાત. આજે વાત કરવી છે, ફિલ્મમાં સભાનતાપૂર્વક અછડતો ઉલ્લેખ કરેલ મહત્ત્વના મુદ્દા વિશે.

ફિલ્મમાં વાતમાંથી વાતમાં એક ચર્ચા મૂકવામાં આવી છે કે, યુ.એસ. ગવર્મેન્ટ જાણી જોઈને પેકડ/બોટલ્ડ પાણીમાં ફ્લોરાઈડની નિયત માત્રા કરતા વધુ ઉમેરણ કરે છે. અને કારણ એવુ આપવામાં આવે છે કે આનાથી વ્યક્તિનાં દાંત વધુ સમય સુધી સારા રહે છે. જે ખરેખર અર્ધસત્ય જ છે.

આ સંવાદ મને આ વિષય પર વધુ જાણવા પ્રેરીત કરી ગયો.

૧૯૮૭ માં, ઈયાન ઈ. સ્ટીફન્સએ એક સ્વ-પ્રકાશિત પુસ્તિકા લખી, જેનો એક અર્ક ૧૯૯૫ માં ઓસ્ટ્રેલિયન ન્યૂ એજ પ્રકાશન નેક્સસ મેગેઝિનમાં પ્રકાશિત થયો હતો. તેમાં તેણે દાવો કર્યો હતો કે તેમને 'ચાર્લ્સ ઈલિયટ પર્કીન્સ' દ્વારા કહેવામાં આવ્યું હતું કે: ' અનિયમિત માત્રામાં ફ્લોરાઈડ વારંવાર ડોઝ મગજના ચોક્કસ ક્ષેત્રમાં ધીમે ધીમે ઝેર અને નાર્કોટાઇઝ કરીને આધિપત્યની પ્રતિકાર કરવાની વ્યક્તિની શક્તિને ઘટાડશે અને આમ તેને શાસન કરવા માંગતા લોકોની ઈચ્છાને આધીન બનાવશે ... જર્મન અને રશિયનો બંને યુધ્ધ કેદીઓના પીવાના પાણીમાં સોડિયમ ફ્લોરાઈડ ઉમેરતા જેથી તેમને મૂર્ખ અને શિષ્ટ બનાવવામાં આવે. ' આ નિવેદનોને પ્રતિષ્ઠિત હોલોકોસ્ટ ઈતિહાસકારોએ અસત્ય ગણાવી દીધા છે, પરંતુ આ પ્રકાશનો વેબસાઈટ્સમાં આજકાલ નિયમિતપણે પુનરાવર્તિત થાય છે.

૨૦૦૪ માં, યુ.એસ.ના ટેલિવિઝન પ્રોગ્રામ ડેમોક્રેસી નાઉ પર, ધ ફ્લોરાઈડ ડિસેપ્શન પુસ્તકના લેખક ક્રિસ્ટોફર બ્રાયસને દાવો કર્યો હતો કે, 'પીવાના પાણીને ફ્લોરાઈડ કરવા માટે યુદ્ધ પછીનું અભિયાન, જાહેર હિતો માટે ઓછું અને જાહેર આરોગ્ય સંશોધન વધું હતું.

પાણીનું ફ્લોરીડેશન મહાષડયંત્રનો વિષય રહ્યો છે. ૧૯૪૦ અને ૧૯૫૦ ના દાયકાના અંતમાં યુનાઈટેડ સ્ટેટ્સમાં 'રેડ સ્કેર' દરમિયાન અને ૧૯૬૦ ના દાયકામાં થોડી હદ સુધી, અમેરિકન રાજકારણની ખૂબ જ દૂરના કાર્યકરોએ નિયમિતપણે ભારપૂર્વક જણાવ્યું હતું કે ફ્લોરીડેશન એ સામ્યવાદી શાસન લાદવાના કાવતરાના ભાગરૂપે છે. આ વિરોધીઓ માનતા હતા કે તે "રાષ્ટ્રપતિ ટ્રૂમનની દવાઓને સામાજીકરણ કરવાની ઝુંબેશનું બીજું પાસું છે." તેઓએ અન્ય જાહેર આરોગ્ય કાર્યક્રમો, ખાસ કરીને સામૂહિક રસીકરણ અને માનસિક આરોગ્ય સેવાઓનો પણ વિરોધ કર્યો હતો. તાજેતરના વર્ષોમાં થયેલા ઘણા મોટા સામાજિક અને રાજકીય ફેરફારોના વિરોધ દ્વારા તેમના મંતવ્યો પ્રભાવિત થયા હતા.

ખરુ કહેવાય નહિ? આટલો મોટો પેચીદો મુદ્દો છે પણ આપણને ખબર સુદ્ધા નથી. પાણીમાં એવા કોઈ તત્વો મેળવવામાં આવતા હોય અને તેનાથી માણસની માનસિક ક્ષમતા ધીમે ધીમે ક્ષીણ થતી જતી હોય તે વાત જ કેટલી ભયાવહ છે?

માણસની માણસ ઉપર રાજ કરવાની લાલસાએ તેને કઈ કક્ષામાં લાવીને મૂકી દિધો છે !!! હિટલર, મુસોલિની તો આમ જ બદનામ છે, વાસ્તવમાં હવેનો સમય રાજાશાહિનો રહ્યો નથી, સામંતશાહિનો છે. વિશ્વભરના નેતાઓ,અર્થસત્તાઓ, મહાસત્તાઓ માત્ર ને માત્ર ગણ્યા ગાઠ્યા શાહુકારો માટે જ અભાનપણે કાર્યરત છે. કોઈ શેઠને, કંપનીના માલિકને કે ઉપરિને પસંદ નથી કે આપણે આમ જનતા, મેંગો પીપલ કોઈ અન્યાય માટે અવાજ ઉઠાવીએ, ધરણા કરીએ, સિસ્ટમ વિરુદ્ધ ષડયંત્ર રચીએ. એમને મન તો આપણી નિયતિ માત્ર ચૂપચાપ ઠેબા ખાવા અને સિસ્ટમને અનુસરવા માટે જ થઈ છે. માનવાધિકાર મંડળ,કે લોકાયુક્ત જેવી નાટક સંસ્થાઓ તો માત્ર આપણને રમાડવા માટે જ છે.

પેલું શું હતું? લોકો દ્વારા,લોકો માટે,....હા...હા..હા... what an irony…

વાસ્તવમાં લોકોને તો એવી એવી પળોજણોમાં પરોવી રાખવામાં આવે છે કે તે ક્યારેય આવા જટિલ પ્રશ્નો વિશે તો વિચારી પણ ન શકે.(મને ખબર છે તમે પરોવી રાખવાવાળી વાત આવી ત્યારે શું વિચાર્યું હતું... PUC/ હેલ્મેટ..)

હવે રહી વાત આપણાં દેશમાં પાણીમાં ફ્લોરાઈડનો ઓવરડોઝ નખાય છે કે નહી? તો જવાબ છે, ના. ભારતમાં જળ ફ્લોરાઈડેશનનું પાલન કરવામાં આવતું નથી. કુદરતી રીતે થતા ફ્લોરાઈડને કારણે, ઉત્તરાખંડ, ઝારખંડ અને છત્તીસગઢ સહિત ઓછામાં ઓછા ૨૦ રાજ્યોમાં હાડપિંજર અને ડેન્ટલ ફ્લોરોસિસ સ્થાનિક છે. ભારતમાં પીવાના પાણીમાં ફ્લોરાઈડની મહત્તમ અનુમતિ મર્યાદા ૧.૨ મિલિગ્રામ / એલ છે, અને અદ્યૌગિક કચરો અને ખનિજ થાપણોમાંથી ફ્લોરાઈડના સ્તરને ઘટાડવા માટે સરકારને વિવિધ તકનીકોના ફ્લોરાઈડ દૂર કરવાના પ્લાન્ટ લગાવવાની ફરજ પડી છે. હવે રિવર્સ ઓસ્મોસિસ છોડનો વ્યાપકપણે ઉપયોગ થાય છે. ઘરેલું અને જાહેર સિસ્ટમના ઉલટા ઓસ્મોસિસ છોડ બજારમાં સામાન્ય છે. કેરળમાં એલેપ્પી વધારે ફ્લોરીડેટેડ પાણીથી સૌથી વધુ અસરગ્રસ્ત છે. સરકાર દ્વારા સ્થાપિત વિપરીત ઓસ્મોસિસ પ્લાન્ટ્સ મફત ફિલ્ટર કરેલ પાણી પૂરો પાડે છે. રોટોરી ઈન્ટરનેશનલ ક્લબ, સારાટોગા યુએસએ, ગ્રામીણ એલેપ્પીમાં ૩ આરઓ પ્લાન્ટ સ્થાપિત કરવામાં મદદ કરી.

ઈન્ડિયન કાઉન્સિલ મેડિકલ રિસર્ચએ ફ્લોરોસિસ પર રોકવા અને નિયંત્રણથી સંબંધિત મુદ્દાઓને ધ્યાનમાં લેવા એક ટાસ્ક ફોર્સની રચના કરી છે.

આપણે ત્યાં માનવમસ્તિષ્કને નિયંત્રિત કરવા માટે કોઈ રાસાયણિક દ્રવ્યની આવશ્યકતા જ નથી, આપણે તો એમ જ ધર્માંધતામાં, અંધશ્રધ્ધામાં, વ્યક્તિપરક પૂજામાં,ઘરનાં બે છેડા ભેગા કરવાના ચક્કરમાં, ઝાઝુ વિચાર્યા વગર માત્ર ક્ષણિક લાભ જોઈને દૂરનું શુભ જતુ કરવામાં વગેરે વગેરે વગેરે ઘણા બધા ક્ષુલ્લક કાર્યોમાં આપમેળે જ કોકનાં નિયંત્રણથી ચાલતા હોઈએ છીએ.

જ્યારે જ્યારે કોઈ ચળવળ કે જુવાળ ઊભો થાય છે,ત્યારે આશાનું એક કિરણ પ્રગટતુ જોવા મળે છે,પણ એ જુવાળ સોડા બોટલના

અનુસંધાન પાના નં. ૭ પર

એકવાર પોતાની જાતને પ્રશ્ન પુછી તો જુઓ 'હું કોણ છું ?'...

આજે નહીં તો કાલે, અને કાલે નહિં તો વર્ષો પછી પણ દરેક વ્યક્તિને એક પ્રશ્ન જરૂર થાય કે, 'હું કોણ છું ?' આ હું કોણ છું ? એટલે સાંસારિક સ્ટેટસ ? પતિ, પત્ની, દીકરો, દીકરી સામાજિક આર્થિક સ્ટેટસ બિઝનેસમેન, ઉચ્ચ અધિકારી વગેરે... શું આ સાચો જવાબ છે ? 'હું કોણ છું ?' પ્રશ્નનો સચોટ ઉત્તર મેળવવા પુરાણોમાં વર્ણવાયેલી એક મજેદાર અને આંખો ખોલી આપતી વાત જાણવા જેવી છે. એક રાજા હતો. જનક એનું નામ. એના સુખી અને સમૃદ્ધ રાજ્ય ઉપર અચાનક એક દુશ્મન રાજાએ આક્રમણ કર્યું. ભીષણ યુદ્ધ થયું. અંતે દુશ્મન રાજા સામે જનક રાજાનો પરાજય થયો. દુશ્મન રાજાના સૈનિકોએ જનક રાજાને બંદી બનાવી દુશ્મન રાજા સામે રજૂ કર્યા. જનક રાજા ઘવાયેલા હતાં અને હાથમાંથી, પગમાંથી લોહી દદડતું હતું. દુશ્મન રાજાએ જનક રાજાને ફરમાન કર્યું કે, 'તમારા રાજ્ય ઉપર મેં કબજો જમાવી લીધો છે. હું ધારું તો તમારો આ ક્ષણે વધ કરી શકું તેમ છું પણ એક રાજાને મારે હણવા નથી એટલે તમને મુક્ત કરું છું અને ફરમાન આપું છું કે, તમે આ રાજ્ય છોડીને ચાલ્યા જાવ.'

જનક રાજા ઘવાયેલી હાલતમાં ચાલતા ચાલતા નગરમાંથી પસાર થતાં હતાં. જે નગરજનો અગાઉ જનક રાજાને જોઈને ઊભા થઈ જતાં હતાં એ કોઈએ પણ જનક રાજાને અનાજ તો શું પીવાના પાણીનો ભાવ પણ ન પૂછ્યો. કારણ કે, લોકો ડરતાં હતાં કે, નવા રાજાને ખબર પડી જાય અને એ કદાચ કોપાયમાન બની જાય તો ? જનક રાજા માંડ માંડ રાજ્યની સીમા પસાર કરીને બીજા રાજ્યની હદમાં પ્રવેશ્યા. નવા રાજ્યમાં પ્રવેશતા વેંત એમણે જોયું કે, ત્યાં ગરીબોને ભોજન આપવામાં આવતું હતું. ખૂબ લાંબી લાઈન હતી. સળંગ બે ત્રણ દિવસથી ઘવાયેલી હાલતમાં ભૂખ્યા તરસ્યાં ચાલતાં જનક રાજાને ભૂખ પણ સખત લાગી હતી. બીજું લાંબુ વિચાર્યા વગર એ ગરીબોની લાઈનમાં ઊભા રહી ગયાં.

જેવો જનક રાજાનો ભોજન લેવાનો વારો આવ્યો ત્યારે ભોજન પીરસનાર વ્યક્તિ જે તપેલામાંથી ભોજન આપતો હતો એમાં ભોજન ખલાસ થઈ ગયું. તપેલીમાં ચોંટેલું ભોજન તવેતાથી ઉખાડીને પીરસનાર વ્યક્તિએ જનકરાજાને કહ્યું 'શું આ નીચે ચોંટેલું ભોજન તને આપું તો તું ખાઈશ ?' જનક રાજા અત્યંત બૂખ્યા હતાં, બીજો કોઈ વિકલ્પ પણ ન હતો એટલે એમણે માથું હલાવીને હા પાડી. પેલા વ્યક્તિએ તપેલામાં ચોંટેલું ભોજન ઉખાડીને જનક રાજાના પાત્રમાં મૂક્યું. જનક રાજાએ જેવો પ્રથમ કોળીયો ભરવાની કોશિષ કરી એવામાં આકાશમાંથી એક ગીધે તરાપ મારી. જનક રાજાનું પાત્ર જમીન પર પડ્યું અને એમાંનું ભોજન ધૂળમાં મળી ગયું. જનક રાજા અત્યંત વ્યથિત થઈ ગયા અને એમ લાગ્યું કે, હવે મારું મોત નજીક જ છે. એમણે આ ઘટનાથી ચોંકી જઈને જોરથી ચીસ પાડી... જનક રાજાનો ચીત્કાર સાંભળીને પહેરેદારો એમના કક્ષમાં દોડી આવ્યા અને જનકરાજાને પૂછ્યું, 'મહારાજ શું થયું ?' જનક રાજાએ આંખો ખોલી ત્યારે તે એમના

મહેલમાં જ હતાં અને એમના વૈભવશાળી પલંગ ઉપર આરામ કરતાં હતાં. જનક રાજાનું આ સ્વપ્ન હતું. પરંતુ જ્યારે એમની આંખ ખુલી ત્યારે એમને મનમાં પ્રશ્ન થયો કે, શું સત્ય છે ? આ સત્ય છે કે પેલું સત્ય છે ? એમણે એમના પહેરેદારો, મંત્રીઓ, મહારાણી બધાને આ પ્રશ્ન પૂછ્યો પરંતુ કોઈ એમનો આ પ્રશ્ન સમજી ન શક્યા. ઉત્તર પણ ન આપી શક્યા.

બીજા દિવસે નગરમાં અષ્ટાવક્ર મુની આવ્યા. અષ્ટાવક્રજી જનક રાજાના દરબારમાં આવ્યા ત્યારે જનક રાજાએ એમને પણ આ પ્રશ્ન પૂછ્યો. 'સત્ય શું છે ? આ સત્ય કે પેલું સત્ય ?' જે પ્રશ્નને દરબારીઓ, મહારાણી કોઈ સમજી શક્યા ન હતાં તે અષ્ટાવક્રજી બરાબર સમજી ગયાં. એમણે જનક રાજાને કહ્યું, 'રાજન, આ પણ સત્ય નથી અને પેલું પણ સત્ય નથી. જે કાંઈ સત્ય છે એ તમે સ્વયં છો.' જનકરાજાની આ કહાની વેદ અને વેદાંતના ગુઢાર્થને સ્પષ્ટ કરે છે. એ તો સૌ કોઈ જાણે છે કે, માનવીય સભ્યતાના આચરણ અને વિચરણના ધર્મને ઋગ, યજુર્વ, અથર્વ અને સામ એમ ચાર વેદો સ્પષ્ટ કરે છે. વેદાંત એના નામ અનુસાર વેદનો અંતિમ ભાગ છે. સ્વામી સર્વપ્રિયાનંદાએ આજથી આઠેક વર્ષ પહેલાં આઈઆઈટી કાનપુરના બાહોશ વિદ્યાર્થિઓ સામે વેદાંતની ફિલોસોફીને સરળ શબ્દોમાં ઉજાગર કરી હતી. આઈઆઈટી, કાનપુરના વિદ્યાર્થીઓ સામે સર્વપ્રિયાનંદાજીએ આપેલા બે સેશનને યુટ્યુબ ઉપર દુનિયાભરમાં લગભગ સાડાચાર લાખ ઉપરાંત લોકોએ હૃદયપૂર્વક માણ્યું છે. એમણે માંડુક્ય ઉપનિષદનો સાતમો મંત્ર સરળ ભાષામાં વિગતવાર સમજાવ્યો હતો.

વેદના અંતિમ ચરણને ઉપનિષદ કહે છે. ઉપનિષદોની ફિલોસોફીને વેદાંત કહી શકાય. મુક્તિકો ઉપનિષદમાં આપવામાં આવેલી યાદી અનુસાર કુલ ૧૦૮ જેટલાં ઉપનિષદો છે. આ તમામ ઉપનિષદોમાં જીવનનો મર્મ ઉજાગર કરતાં માર્મિક કથનો આપવામાં આવ્યા છે. પરંતુ તેમાં પણ ૧૧ જેટલાં ઉપનિષદોનું વિશેષ મહત્વ રહ્યું છે. આ ઉપનિષદોનું વિશેષ મહત્વ એટલા માટે છે કે, આદિ શંકરાચાર્યજીએ લગભગ ૧૩૦૦ વર્ષ પહેલાં આ ઉપનિષદો પસંદ કરીને એની ઉપર ટીપ્પણીઓ પ્રસ્તુત કરી હતી. જેને ભાષ્ય તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. તેમાં અત્યંત મહત્વનું ઉપનિષદ માંડુક્ય ઉપનિષદ છે. માંડુક્ય ઉપનિષદ સૌથી નાનું પરંતુ જીવનના ગુઢાર્થને ઉજાગર કરતું અમૃત છે. મુક્તિ પ્રાપ્તિ માટે અને જીવનના અર્થને સ્પષ્ટ કરવા માટે માંડુક્ય ઉપનિષદ વાંચીને સમજવામાં આવે તો જીવનના તમામ પ્રશ્નોનું સમાધાન થઈ શકે છે. માંડુક્ય ઉપનિષદમાં માત્ર ૧૨ મંત્ર છે. અથર્વ વેદના અંતિમ ચરણમાં માંડુક્ય ઉપનિષદ છે. આદિ શંકરાચાર્યજીના ગુરુ ગોવિંદપાદજી અને ગોવિંદપાદજીના ગુરુ ગૌડપાદાચાર્યજીએ માંડુક્યકારીકામાં માંડુક્ય ઉપનિષદનો અર્થ સમજાવ્યો છે. માંડુક્યકારીકામાં ચાર ચેપ્ટર છે. શંકરાચાર્યજીએ આપેલી માંડુક્ય ઉપનિષદની કોમેન્ટ આ કારીકામાં સમાવિષ્ટ છે.

હવે મૂળ પ્રશ્ન, હું કોણ છું ? અને સત્ય શું છે ?ને સમજવાનો છે. માંડુક્ય ઉપનિષદ અનુસાર જીવાત્માની ચાર સ્થિતિ હોય છે. પહેલી સ્થિતિ જાગૃત અવસ્થા. આ અવસ્થામાં આંખ, કાન નાક ખુલ્લા હોઈ સભાનતાપૂર્વક શરીરની આસપાસ બનતી બાબતોને વિશ્વ સમજવામાં આવે છે. બીજી અવસ્થા સ્વપ્ર અવસ્થા છે. આ અવસ્થામાં શરીર નિશ્ચેત હોય છે પણ વ્યક્તિ એના શમણાંમાં હાજર હોય છે. એટલે એ સ્વપ્રનું વિશ્વ હોય છે. ત્રીજી અવસ્થા પ્રગાઢ નિંદ્રાવસ્થા. આ અવસ્થા બિલકુલ બ્લેકઆઉટ જેવી હોય છે. જેમાં વ્યક્તિ જ્યારે સુઈ જાય છે ત્યારે ન તો એને સ્વપ્ર યાદ રહે છે કે ન તો બાહ્ય જગતનો ખ્યાલ છે. નથી તેને સ્વપ્રની કોઈ વાત યાદ રહેતી કે નથી કોઈ બાહ્ય જગતની વાતનો એને વખતે ખ્યાલ રહેતો. ચોથી અવસ્થા જેને તુરિયમ અવસ્થા કહે છે. જેને અંગ્રેજીમાં કોન્સેસનેસ કહે છે. આ કોઈ અવસ્થા નથી પણ એક સમજ છે. જાગૃત અવસ્થા, સ્વપ્ર અવસ્થા અને પ્રગાઢ નિંદ્રા અવસ્થામાં કોઈ એક કોમન તત્વ છે તો એ જીવાત્મા સ્વયં છે. બાકી બધી અવસ્થાઓ કાયમી નથી. કાયમી તો વ્યક્તિ પોતે જ છે. જેમ કે, સોનામાંથી વીંટી પણ બને, હાર પણ બને અને બંગડી પણ બને પરંતુ આ ત્રણેયનું મૂળ તત્વ તો સોનું છે. એ જ પ્રમાણે તુરિયમ એટલે કે કોન્સેસનેસ વ્યક્તિના કેન્દ્ર સ્થાને છે. સો વાતની એક વાત એટલી જ છે કે, વેદ અને વેદાંત ધર્મ પુસ્તક કરતાં ક્યાંય વધારે માનવીય જીવનની પરિભાષા સરળતાથી સ્પષ્ટ કરતી નિસરણી છે. ધર્મ અને ઉપદેશ મહત્વના ચોક્કસ છે પણ સૌથી વધારે અગત્યની વાત સ્વયંને સ્પષ્ટ રીતે સમજવાની છે. આ સમજના દ્વાર માંડુક્ય ઉપનિષદ ખોલી આપે છે.

ધબકાર :

સંસારની એવી કોઈ સમશ્યા નથી કે જે માણસના મનની શક્તિથી વધુ તાકાતવર હોય.