નમસ્કાર ગાંધીનગર

પમરાટ

સ્મરણ તારું સજાવે છે સદા એકાંત મારું,
હવે માની લીધું મેં ભીડ કરતાં તો આ સારું.

ફૂટી વીંટીને વાચા, પૂછે મારી આંગળીને,
કે હું તારી જ સાથે મારું આ જીવન ગુજારું?

ગુલાબી ને સુગંધી થાય છે મોસમ હવાની,
હું મારા કેશ જ્યારે જઈ અગાસીએ સવારું.

આ ફૂલોનાં ચમનમાં રંગ છાટ્યાં હોય જેણે,
મને મન થાય છે કે હું નજર એની ઉતારું.

- કાજલ કાંજિયા

પાથેય

- રમેશ ઠક્કર

મનનું તુંબડું

વહેતી જિંદગીની સાથે જીવનની ફિલસુફી બદલાતી જાય છે..રીતભાત બદલાતી રહે છે..વિસ્મય બરકરાર છે...જાત સામે ઉઘડવું ગમે છે..મને મારો જ પરિચય અવારનવાર થતો રહે છે..આશ્ચર્ય એ છે કે આપણે જ આપણાથી દૂર રહેતા હોઇએ છીએ..આપણે કોલાહલ શોધીએ છીએ..ચંદ્રકાંત બક્ષી કહેતા કે એકલો માણસ હંમેશાં બહુમતીમાં હોય છે..ઘણીવાર ટોળું એ એકલતાના ટ્રાફિક જેવું બની જાય છે.એમાં લાગણી ઓછી અને ઉત્પાત વધારે એકઠો થતો રહે છે.

આપણે જયારે એકલા પડીએ છીએ ત્યારે આપણી ભીતર એક નવું જ જગત ઉઘડતું હોય છે..આપણી સાથે સતત કોઇ શકિત હોવાનો અહેસાસ થતો રહે છે..રહસ્યવાદ કદાચ આમાંથી જ આવ્યો હશે..ઘણીવાર એવો પ્રશ્ન થાય કે માણસને જિવાડનારું ચાલકબળ કયું હશે? સિગ્મંડ ફ્રોઇડ માણસની કામવૃતિને પ્રેરક માને છે તો કાર્લ જુંગ નામનો મનોવિજ્ઞાની ખોરાક એટલે કે ભુખને માનવીય વર્તન માટે મુખ્ય ગણે છે..કોઈકના મતે સત્તા મેળવવાની વૃત્તિ આપણા જીવવાનું ચાલકબળ છે..પણ કોઇક અદીમ તત્વની શોધ એ કદાચ આપણા જીવનનું રહસ્ય છે..

આપણે બધું બહારના કોલાહલમાં શાતા શોધીએ છીએ...પણ આપણી ભીતર એક શાંત કોલાહલ ચાલતો હોય છે..એનો લય પકડાય તો સમજાય કે હકિકતમાં આ જગતમાં જે કાંઇ ઐશ્વર્ય છે એ આપણી ભીતર જ છે..આ મનોભાવોને સાતત્યની સફર કરાવીએ તો એની મજા ઓર હોય છે.

આવું દર્દ નરસિંહ કે મીરાંના દિલમાં સ્થાયી થતું હોય છે..જે આપણને એક ખોજ તરફ લઇ જાય છે..મનના તુંબડામાં જાતજાતનાં કાંકરા ખખડતા હોય છે એમાંથી મધુર ધ્વનિ પામવા સમાધિગ્રસ્ત થવું પડે છે..આવી શોધ કરતો માણસ ક્યારેય નાસ્તિક ના હોઇ શકે..માણસના મનને એક કેલિડોસ્કોપ ગણીએ તો ચોક્કસ કહી શકાય કે બધાં ખેલ અંદરના છે..બહાર તો ફક્ત આભાસો છે.ઝળાંહળાં તો આપણી ભીતર હોય છે.!

ઠંડે ઠંડે પાની સે નહાના ચાહિયે...

સંવેદનનું સ્ટેટસ

રમેશ ઠક્કર

શિયાળો શરૂ થાય એટલે વહેલી સવારે જે અવઢવ શરૂ થાય એ ન્હાવાની હોય છે ! આમ તો સ્નાન એ જુદા જ્ઞાનનો વિષય છે, પણ ન્હાવામાં તો મજબુરી જ હોય છે. વરસાદમાં નાહવું કે બળબળતી ગરમીમાં ઉનાળામાં ખંખોળિયુ ખાવું એ બધી આહલાદક અનુભૂતિઓ છે.લોકો આજકાલ વોટરપાર્ક જેવી જગ્યાએ જઈ નાહવાને એક ઊંચાઈ સુધી લઈ જઈ આનંદ માણતા હોય છે.શિયાળાની વાત જુદી છે.માણસ ગમે તેટલો બહાદુર હોય ટાઢના કડકડતા આવરણ વચ્ચે જો ઠંડા પાણીએ ન્હાવાનું થાય તો એ ઢીલોઢસ થઈ જતો હોય છે..!ન્હાવું ક્યારેક ફરજિયાત હોય છે..ઘણીવાર થોડો સમય ટાળી શકાય,કયારેક એના વિકલ્પે હાથ પગ ધોઈ શકાય.પણ? એનાથી કાયમ છુટકારો પામવો મુશ્કેલ હોય છે ! સ્નાન એ આપણા જીવન સાથે રોજિંદા મળતા જ્ઞાનની માફક વણાઈ ગયું છે.સ્નાન સાથે સ્નાનસૂતકનોય સંબંધ નથી એવું કોઈ છાતી ઠોકીને ના કહી શકે? !

માણસ દરેક ક્ષેત્રમાં બહાદુરી પૂર્વક આગળ વધતો રહે છે.નવા નવા પડકારો ઉઠાવવા એને ગમતા હોય છે.છતા શિયાળામાં સ્નાન કરવાની વાત આવે એટલે એ ગોદડું ઓઢી લેતો હોય છે ! આમ તો પલાયનવાદી હોવું એ કાયરતા ગણાય.કડકડતી ટાઢમાં ઠંડા પાણીથી બચવામાં કદાચ પલાયનવાદ નથી.માણસે દરેક સમસ્યાનો ઉકેલ શોધી નાખ્યો છે;એમ આ બાબતે જે વિકલ્પ શોધ્યો છે એ છે ગરમ પાણીનો..તો મારે જે વાત કરવી છે એ આ અલૌકિક અનુભૂતિની..શિયાળાની પરોઢે ગરમ કે હૂંફાળા પાણીથી ન્હાવું એ સ્પર્શની શ્રેષ્ઠ અનુભૂતિ હોય છે..ઠંડા પાણીથી ન્હાવું એ બહાદુરીનું કામ છે એમ શિયાળાની સવારે ગરમ પાણીથી ન્હાવાની ઘટના એ ટાઢ ઉપરના ભવ્ય વિજય જેવી હોય છે !

જેના થકી આપણે થરથર કાંપી જતા હોઈએ છીએ એ ટાઢા પાણી માટે અનેક કહેવતો અને કથાઓ છે..એના ઉપર વિજયી થનાર ગરમ પાણીની ગાથાઓ આપણે ગાતા નથી ! કેમકે જેનો આપણી ઉપર ઉપકાર હોય એવી ચીજ કે વસ્તુને આપણે સહજ ગણી ભુલી જઈએ છીએ..! ઉપકારની સામે અપકાર એ માણસનો હંમેશાનો આવિષ્કાર હોય છે ! માણસની આ જ મજા છે...ટાઢે પાણીએ ખસ જાય એવું આપણે સહર્ષ સ્વીકારીએ છીએ પણ ગરમ પાણીથી રોમરોમ છલકાતી સ્ફૂર્તિ આવી જાય એવું કહેવા માટે આપણી પાસે શબ્દો હોતા નથી ! એક માણસને ટાઢે પાણીએ નવડાવી દેતો બીજો માણસ, ગરમ પાણીથી ન્હાવાનો આનંદ પણ લેતો હોય છે ! ઉષ્ણ અને શીતળતાનો આવો આરોહ અવરોહ જીવનના ચડાવ ઉતાર માફક સમાંતર ચાલતો રહે છે.

માણસની સામે જે સમસ્યાઓ ઉદભવે છે, એમાં એક શિયાળો શરૂ થતાં જ વહેલી સવારે ધીમેધીમે દુશ્મન થઈ જતી ઠંડા પાણીની ડોલ છે ! બહુ હિંમત કરીએ તો એમાં હાથ બોળી શકીએ.એથી આગળ વધવામાં મર્દાનગી જોઇએ..! ઘણા લોકો ટાઢા પાણીએ ન્હાવાની ગુસ્તાખી કરે છે.એ પછી દિવસભર સુસ્તીનો સામનો કરતા રહે છે. કેટલાક લોકો સમજદાર હોય છે જ્યાં ઠંડીનું આગમન થાય એટલે એ ગરમ પાણીનો સહારો શોધી લે છે.આજકાલ તો ગેસ હીટર અને સોલર હીટર જેવાં ઉપકરણો એની સહાયમાં છે. આળસુની માફક ઠંડા પાણીના જ સહારે ચાલતા લોકો એકાદવાર જો ગરમ પાણીથી ન્હાવાનો અનુભવ કરી લે પછી ફરીથી ટાઢા પાણીએ ન્હાવું એમના માટે કપરાં ચઢાણ જેવું બની જાય છે.

નાનપણમાં અમે કામલપુર ગામના પાદરે અવિરત ચાલતા બોરિંગ ઉપર ખુલ્લામાં સ્નાન કરતા..એમાંથી એવું હૂંફાળું પાણી આવતું કે સુસવાટા લેતી ઠંડી લ્હેરખીઓ હૂંફાળી બની જતી...એમ તો રાધનપુર બોર્ડિંગમાં ખુલ્લામાં ટાંકીના બરફ જેવા ઠંડા પાણીથી ન્હાવાના દિવસો પણ યાદગાર અનુભવ છે..ન્હાવાના આવા અનુભવો દરેકની જિંદગીમાં હશે જ અને એમાંથી બચવાની દરેકની પાસે અલગઅલગ તરકીબો પણ હશે..સહુ એનો એકરાર કે આલેખન બધા કરતા નથી એ જુદી વાત છે..આ વિષયે? લેખો કે કવિતાઓ સર્જી શકાય.

નહાવાની બાબતમાં ટાઢે પાણીએ સ્નાન કરનાર;અને ગરમ પાણીના ચાહકો એમ બે છેડા હોય છે. કેટલાક લોકો મધ્યમમાર્ગીય પણ હોય છે.જીવનની માફક નાહવાની અલગ અલગ ફિલસૂફી હોય છે. મારી વાત કરૂં તો મને પ્રમાણમાં નવશેકું કહી શકાય એવું પાણી મળી જાય તો પણ હું ટાઢને ખાળી શકું છું..! સુરેશ દલાલ આપણા જાણીતા કવિ માટે એવું કહેવાય છે કે એ સવારે ફળફળતા ગરમ પાણીથી સ્નાન કરતા..એથી ઘણાને આશ્ચર્ય થતું. મારા એક પરિચિત મિત્ર છે એ પોષ મહિનામાં પણ ઠંડા પાણીથી જ ન્હાય છે. એ જાણી આપણને લખલખું આવી જાય...નવાઈ એ છે કે એમને આ બાબત સહજ લાગે છે..ન્હાવા સામે કોઇને વાંધો હોતો નથી બસ કડકડતા શિયાળાની વહેલી સવારે કઈ રીતે ન્હાવું એની સહુની અલગ મથામણ હોય છે !

આદિ કવિ નરસિંહ મહેતાએ કુદરતનાં વિવિધ પરિબળો વિશે કહ્યું છે કે જૂજવે રૂપે અનંત ભાસે.?આવું જ આપણે નહાવા અંગે કહી શકીએ.એની અલગ અલગ મુદ્રાઓ હોય છે.કેટલાક લોકો ગતાનુગતિક નાહતા હોય છે.કેટલાક લોકો ધાર્મિક રીતે કે સ્વચ્છતાની રીતે સ્નાન કરતા હોય છે.મોટાભાગના લોકો પોતે કેવા પાણીથી નહાય છે એની ક્યારે દરકારર કરતા નથી. માણસ જ્યારે કઠોર પરિશ્રમ કરે છે ત્યારે એ પરસેવે નહાય છે એવું કહેવાય છે.માણસ જ્યારે કોઈકની સાથે કોઈપણ પ્રકારનો સંબંધ નથી એવું કહેવા માંગે ત્યારે નાહવા નીચોવવાનો પણ સબંધ નથી એમ કહેવાય છે.સ્નાનના આવા અનેક તાણાવાળા આપણી જિંદગી સાથે જોડાયેલા છે. એનાં વિવિધ રૂપો જોવાની મજા છે. એક જમાનામાં માણસ ખુલ્લામાં કે નદીઓમાં નાહતો.આજે બંધિયાર બાથરૂમોમાં કે આર્ટિફિશિયલ ફુવારાઓ કે સ્વિમિંગ પુલોમાં નહાવાના ધખારા કરતો રહે છે.

આજે વહેલી સવારે ઝડપથી ન્હાવા જતાં અચાનક જ ઠંડા પાણીની એક છાલ્લક ચહેરા ઉપર વાગી અને એમાંથી ઉભરેલા શબ્દોનું શિલ્પ એટલે આ લખાણ..! કારતકની સવાર તો હજુ પણ? થોડીક શરમ ભરી જાય.માગશર કે?પોષની સુસવાટા સભર સવાર એટલી ઉદાર હોતી નથી ! એ વખતે ગરમ? પાણીની એકાદ બકેટ મોંઘી મિરાત જેવી લાગે છે. ??માણસ જીવનમાં થપ્પડો ખાધા પછી જ જીવનનું સત્ય પામી શકતો હોય છે.એમ જ ઠંડા ગરમ પાણીની આવી છાલકો થકી એ અનેક સત્યો પામતો હોય છે...એમાંનું એક સત્ય એ છે કે જે માણસ ટાઢા પાણીએ ન્હાઈ શકતો હોય એ જીવનમાં કોઈપણ ક્ષેત્રમાં છવાઈ શકતો હોય છે !

આદિ કવિ નરસિંહ મહેતાએ કુદરતનાં વિવિધ પરિબળો વિશે કહ્યું છે કે જૂજવે રૂપે અનંત ભાસે? આવું જ આપણે નહાવા અંગે કહી શકીએ.એની અલગ અલગ મુદ્રાઓ હોય છે.કેટલાક લોકો ગતાનુગતિક નાહતા હોય છે.કેટલાક લોકો ધાર્મિક રીતે કે સ્વચ્છતાની રીતે સ્નાન કરતા હોય છે. મોટાભાગના લોકો પોતે કેવા પાણીથી નહાય છે એની ક્યારે દરકારર કરતા નથી. માણસ જ્યારે કઠોર પરિશ્રમ કરે છે ત્યારે એ પરસેવે નહાય છે એવું કહેવાય છે. માણસ જ્યારે કોઈકની સાથે કોઈપણ પ્રકારનો સંબંધ નથી એવું કહેવા માંગે ત્યારે નાહવા નીચોવવાનો પણ સબંધ નથી એમ કહેવાય છે.સ્નાનના આવા અનેક તાણાવાળા આપણી જિંદગી સાથે જોડાયેલા છે. એનાં વિવિધ રૂપો જોવાની મજા છે. એક જમાનામાં માણસ ખુલ્લામાં કે નદીઓમાં નાહતો.આજે બંધિયાર બાથરૂમોમાં કે આર્ટિફિશિયલ ફુવારાઓ કે સ્વિમિંગ પુલોમાં નહાવાના ધખારા કરતો રહે છે.

આપણાં યુગના સાંદીપનિ : આચાર્ય તખ્તસિંહજી પરમાર

ક્ષણના ચણીબોર

વી. એસ. ગઢવી

વર્ષોના વહાણાં વાયા હોવા છતાં એક પ્રસંગ સ્મૃતિમાંથી હટતો નથી. લગભગ અડધી સદી પહેલા મારે ભાવનગરની એમ. જે. કોમર્સ કોલેજમાં થોડા વર્ષો અભ્યાસ કરવાનું થયું હતું. ભાવનગરમાં અમારા સમાજનું છાત્રાલય એટલે ત્યાં રહેવા-જમવાની પણ વિશેષ અનુકૂળતા હતી. ભાવનગરનો સાંસ્કૃતિક માહોલ તેને અન્ય શહેરોથી જુદું પાડે છે. આ બાબતનો એક ફાયદો પણ મને થયો હોય તેમ લાગ્યા કરે છે. અલગ અલગ પ્રસંગોએ કોઈ વિદ્વાન વ્યક્તિઓના પ્રવચનો ગોઠવાય તો તે સાંભળવાની ઉત્સુકતા રહે. આ રીતે જ કદાચ સાહિત્ય તરફની અભિરુચિ કેળવાઈ હશે તેમ બનવા સંભવ છે. આથી કોઈ એક પ્રસંગે ભગવદ ગીતા પરનું પ્રવચન સાંભળ્યા પછી મનમાં પ્રશ્ન થયો કે ભગવદ ગીતાનો ધ્રુવ સંદેશ કર્મયોગ છે કે કર્મ સન્યાસ? અભ્યાસુને કદાચ આ પ્રશ્ન સમજવો સરળ લાગતો હશે. પરંતુ કોલેજના બીજા-ત્રીજા વર્ષમાં ભણતા મારા જેવા વિદ્યાર્થીને આવો પ્રશ્ન થાય તે અઘરો લાગે છે. ગીતાના કેટલાક શ્લોક તથા તેની સમજૂતી વાંચતા મને આ બાબત પ્રયત્ન કરવા છતાં ઉત્તર મેળવવામાં સફળતા ન મળી. ગાંધીસ્મૃતિ ગ્રંથાલયના કેટલાક પુસ્તકો ઉથલાવી ગયા પછી પણ મનને સંતોષકારક જવાબ ન મળ્યો. એકાઉન્ટ્સ કે ઈકોનોમિક્સને સંબંધિત કોઈ પ્રશ્ન હોય તો મારી કોલેજના જ સમર્થ અધ્યાપકો હતા જે સમજાવી શકે. પરંતુ ભગવદ ગીતાને સંબંધિત સમસ્યાના ઉકેલ માટે માટે કોની પાસે જવું? એકાએક મનમાં પ્રાધ્યપક તખ્તસિંહજી પરમારનું નામ આવ્યું. 'ગુરુજી' આ શહેરમાં જ હોય અને મૂંઝવણ શા માટે? વ્યક્તિગત પરિચય નહિ પરંતુ તેમને એકાદ-બે વખત દૂરથી જોયા હતા એટલે મળવા જવાની તરત જ ઈચ્છા થઈ. ઘણું કરીને રજાના દિવસે તેઓ જે સંસ્થામાં મળી શકે તેમ હતા ત્યાં ગયો. મનમાં સહેજ સંકોચ ખરો પરંતુ આવકાર મળશે તેવો પૂરો આત્મવિશ્વાસ હતો. સંસ્થામાં કોઈએ જણાવ્યું કે ગુરુજી છે તો ખરા પરંતુ સખત શરદી-સળેખમમાં સપડાયેલા છે. મારા સ્વભાવ પ્રમાણે મેં કહ્યું કે તો મારે તેમને મળીને તકલીફ આપવી નથી. છતાં અંદર સંદેશો પહોંચી ગયો હતો તેથી મને અંદર ગુરુજી છે તે કમરામાં જવાનું કહ્યું. આદરસહ જય માતાજી કહીને હું બેસી ગયો. મારી વાત શરુ કરતા પહેલા તેમની નાદુરસ્ત તબિયત હોવા છતાં મને મળવા માટે બોલાવ્યો તે માટે આભાર પ્રગટ કર્યો. મારો પરિચય ટૂંકમાં આપ્યો. મારું આવવાનું કારણ અને ભગવદ ગીતા અંગેની મારી મૂંઝવણનું મેં આવડે તેવી ભાષામાં બયાન કર્યું. જવાબમાં સર્વ પ્રથમ તેમના મુક્ત હાસ્ય અને સ્નેહાળ આંખોથી તેમણે જાણે કે મને સ્વસ્થ બનાવ્યો. મને ભગવદ ગીતામાં રસ લેતો જોઈને પોતાનો રાજીપો વ્યક્ત કર્યો. હું હવે સમજી શકું છું કે મને પ્રોત્સાહિત કરવાની તેમની આ સહજ શૈલી હતી. આગળ પાછળની કોઈ મોટી ભૂમિકા આપ્યા સિવાય તેઓ સીધા મેં જણાવેલાં વિષય પર આવી ગયા. થોડા વાક્યોમાં જ તર્કબદ્ધ રીતે તેમણે ભગવદ ગીતાએ પ્રબોધેલા આ કર્મયોગ અને કર્મસન્યાસની વાત સરળતાથી સમજાવી. ગળામાંથી શિરો ઉતરી જાય તેટલી સરળતાથી તેમની વાત મનમાં ઠસી ગઈ. ઘણાં વર્ષો સુધી જાહેર વહીવટમાં રહેવાનું બન્યું ત્યારે શિક્ષણને સંબંધિત અનેક બાબતો માટે વિચાર કરવાનો થયો. અનેક શિક્ષકો-આચાર્યો સાથે પરિચય થયો. આવા દરેક પ્રસંગે મનમાં ઊંડે ઊંડે પણ 'ગુરુજી'ની સ્મૃતિ થઈ છે. દર્શક-માનભાઈ ભટ્ટ કે નાનાભાઈ જેવા શિક્ષકોની સુગંધ હવે ક્વચિત જ જોવા મળે છે. ગુરુજી આ શિક્ષણની ઉમદા સુગંધના મહાસાગર સમાન હતા. તા. નવમી નવેમ્બરે ગુરુજીની જન્મ જયંતિ આવે છે. નવેમ્બરની જ અગિયારમી તારીખે તેમની (૨૦૧૯) પુણ્યતિથિ આવે છે. આથી તેમની વિશેષ સ્મૃતિ થાય છે. ભાઈ અશોકસિંહ પરમારના ગાંધીનગરના નિવાસને કારણે ગુરુજીને મળવાના વિશેષ પ્રસંગો થયા. દરેક મુલાકાતમાંથી કંઈક મેળવ્યું હોય તેવી પ્રતીતિ હંમેશા થતી હતી. એક સમર્થ શિક્ષકનો કાળ પર પ્રભાવ રહેતો હશે તેમ કહેવું ઉચિત ગણાશે. દાદા ધર્માધિકારીએ ગુજરાત વિદ્યાપીઠના એક પ્રવચનમાં કહ્યું કે આપણે માનીએ છીએ કે શિક્ષણ એ અનેક સમસ્યાઓના ઉકેલ માટે જરૂરી તથા ઉપયોગી છે. આમ છતાં દાદા ઉમેરે છે કે શિક્ષણ પોતે જ એક સમસ્યા તરીકે સામે આવતું હોય તેમ લાગ્યા કરે છે. 'કેળવે તે કેળવણી' એવા દ્રઢ સંકલ્પ સાથે નાનાભાઈ ભટ્ટ કે દર્શકે કરેલા કેળવણીના પ્રયોગો બેક બર્નર પર મૂકી દેવામાં આવ્યા છે. ખાનગી શાળાઓની ફી ભરવી તે મધ્યમ વર્ગના ગજા બહારની વાત છે. આ સ્થિતિના ઉકેલ માટે અન્ય માળખાકીય સુવિધાઓ ઉપરાંત તખ્તસિંહજી કે ડોલરરાય માંકડ જેવા શિક્ષણવિદોને રોલ મોડેલ તરીકે રાખી શિક્ષણની પ્રથાને મઠારવી પડશે. આ કાર્ય જેટલું વહેલું હાથ પર લઈએ તેટલો ફાયદો છે. ઉત્તમ શિક્ષકોનો કોઈ વિકલ્પ નથી. ગુરુજીની સ્મૃતિ સાથે જ આ વ્યવસ્થાના પરિવર્તન માટે લાગણી થાય છે.

અધ્યાપકો પોતાના વિદ્યાર્થીઓમાં કેટલા લોકપ્રિય હશે તે સમજવા માટે ગુરુજી ઉપરાંત નિરંજન ભગત કે ઉમાશંકર જોશી જેવા અધ્યાપકોની સ્મૃતિ થાય છે. આ લોકપ્રિયતા પાછળ અધ્યાપકોની વિધ્વતા ઉપરાંત અનહદ વાત્સલ્ય કારણભૂત હશે તેમ સમજાય છે. ગુરુજી બહાઉદીન કોલેજ-જૂનાગઢમાં અધ્યાપક હતા ત્યારે જાણીતા એડવોકેટ નિરુપમ નાણાવટી તેમની પાસે ગુજરાતી વિષય ભણતાં હતા. ગુરુજીની બદલી થતાં તેમને ભાવનગર શામળદાસ કોલેજમાં જવાનું થયું. નિરૂપમભાઈ પિતા તથા ગુરુની સંમતિ મેળવીને જૂનાગઢથી ભાવનગર ગુરુજીના સાનિધ્યમાં ભણવા માટે ગયા. જલ્દી ગળે ન ઉતરે તેવી આ સત્ય-ઘટના છે. ગુરુજીની આ પ્રતિભાનું દર્શન અનેક લોકોને થયું છે. શતાબ્દી-વંદના ઝીલીને આ મહાન આચાર્ય તો ગયા. પરંતુ કાળ પર પોતાની અમીટ છાપ મુકતા ગયા.

દાંતની ઈજા : કારણો, લક્ષણો તથા સારવાર

દંત-ચિકિત્સા

ડો. બિંદી મિહીર પંડ્યા

● ઈનેમલ ઈન્ફારકશન :

આ પ્રકારની ઈજામાં સામાન્ય ક્રેક દાંત પર જોવા મળે છે. દર્દીને આંગળી અડાડતા પણ દાંતમાં તીવ્ર દુ:ખાવો રહે છે. સ્પેશિયલ પ્રકારની ડાઈ વાપરતાં આ ક્રેક દેખાઈ શકે છે.

સારવાર :

ક્રેક લાઈન ને રેઝીન સીમેન્ટથી સીલ કરી શકાય છે. સમયાંતરે ચેકઅપ લઈને દાંતની વાઈટાલિટી (જીવંતતા) ચેક કરી શકાય.

● ઈનેમલ ફ્રેકચર :

દાંતના ઈનેમલમાં ક્રેક સ્પષ્ટપણે દેખાય છે. તેમાં ડેન્ટિનનો પલ્પ વાઈટાલિટી ટેસ્ટ જરૂરી બને છે.

સારવાર : દાંતની થયેલી સપાટીને ઈનેમલોપ્લાસ્ટી દ્વારા ખરચબડામાંથી સરળ બનાવાય છે.

કોમ્પોસિટ (રેઝીન) સીમેન્ટ દ્વારા તેને સીલ કરીને દાંતના દેખાવને પુનઃ યોગ્ય રીતે પ્રસ્થાપિત કરવામાં આવે છે. જો દાંતનો ટુકડો તૂટી ગયો હોય તો તેને પુનઃ તે જગ્યાએ જોડીને બોન્ડ પણ કરી શકાય.

દાંતમાં ફ્રેકચર (ઈનેમલ + ડેન્ટિન) દાંતની નસમાં ઈજા પહોંચી હોય અથવા ન પહોંચી હોય.

આ કેસમાં એ જાણવું જરૂરી બને છે કે દાંતની નસમાં જો ઈજા પહોંચી હોય તો તે દાંત જીવંત છે કે નહીં જો દાંતની નસમાં ઈજા ન પહોંચી હોય તો સીમેન્ટ દ્વારા શક્ય હોય તો તેને રિસ્ટોર કરવામાં આવે છે. તૂટેલા ભાગને જોડીને ફરી બોન્ડ કરી શકાય.

દાંતમાં ફ્રેકચર અને દાંતની નસમાં ઈજા :

આ કેસમાં દાંતનો વાઈટાલિટી ટેસ્ટ પોઝીટીવ આવે છે.

આમાં ૪ પ્રકારની સારવાર શક્ય છે.

ડાયરેક્ટ પલ્પ કેપીંગ
પલ્પોટોમી
એપેક્સીફિકેશન
પલ્પેકટોમી (એન્ડોડોન્ટિક સારવાર)

દાંતમાં જો ફ્રેકચર હોય પરંતુ નસમાં ઈજા ન પહોંચી હોય તેવા દાંતમાં દાંત અડવા પર દુ:ખે તેવો હોય છે. દાંતના કાઉનમાં ભાગમાં ફ્રેકચર જોવા મળે છે. તૂટેલો ટૂકડો દાંતનાં ફાઈબર્સ (PDL) ની મદદથી ટકેલા જોવા મળે છે.

પરંતુ જો નસમાં ઈન્ફેકશન હોય તો ઉપર વર્ણવ્યા મુજબ ૪ પ્રકારની સારવારથી દાંતને બચાવી શકાય છે.

● ડાયરેક્ટ પલ્પ કેપીંગ :

આ સારવારમાં જો નસનું પીનપોઈન્ટ એક્સપોઝર હોય ત્યારે મેડીકેટેડ સીમેન્ટને તેની પર મૂકીને અન્ય સીમેન્ટથી ફીલીંગ કરવામાં આવે છે.

● પલ્પોટોમી :

આ સારવારમાં માત્ર દાંતનાં કાઉનની નસની સારવાર કરવામાં આવે છે.

● પલ્પેકટોમી :

આ રૂટ કેનાલ સારવાર જ છે, જેમાં મૂળિયાની સારવાર કરીને પૂરેપૂરી રીતે ઈન્ફેકશનને દૂર કરવામાં આવે છે.

જો ફ્રેકશન થયેલાં દાંતના ટૂકડાને સ્ટેબીલીટી આપવા માટે ફાઈબર પોસ્ટ મૂકવામાં આવે છે. જેથી કરીને દાંતને બચાવી શકાય.

● ઈન્ટ્રુશન :

આ પ્રકારની ઈજામાં દાંત જડબામાં હાડકામાં અંદરની તરફ ખસી જાય છે.

આ દાંતને ઓર્થોડોન્ટિક એક્સ્ટ્રુશન દ્વારા સારવાર કરવામાં આવે છે. ખાસ કરીને દાંતનાં ક્રાઉનને રિસ્ટોર કરી ન શકાય અથવા બાકીનો તૂટેલો ભાગ પેઢામાં ઉડે ઉતર્યો હોય. તેવા કેસમાં એક્સટ્રુશનથી દાંતને લાઈન ઓફ ઓકલુશનમાં લાવવામાં આવે છે.

આ સિવાય સર્જીકલ એક્સ્ટ્રુમેન્ટથી પણ દાંતને લેવલમાં લાવી શકાય છે.

આ

કાઉન તથા રૂટ ફ્રેકચર

દાંત અને (મૂળિયાનું ફ્રેકચર)

આ પ્રકારનાં કેસમાં દાંતનાં ક્રાઉનની સાથોસાથ મૂળિયાનું પણ ફ્રેકચર થાય છે. જેમાં ફ્રેકચર લાઈન મુખ્યત્વે એક જ જોવા મળે છે. દાંતને અડવા પર દુ:ખાવો થાય છે.

આ પ્રકારનાં કેસમાં દાંતના ક્રાઉનની સાથોસાથ મૂળિયાનું પણ ફ્રેકચર થાય છે. જેમાં ફ્રેકચર લાઈન મુખ્યત્વે એક જ જોવા મળે છે. દાંતને અડવા પર દુ:ખાવો થાય છે.

સારવાર :

જો દાંતની નસમાં ઈજા પહોંચી હોય અને મૂળિયા પૂરેપૂરા બન્યા ન હોય, (બાળકોમાં) તો પલ્પોટોમી કરીન દાંતને બચાવવાનો પ્રયત્ન કરી શકાય.

પરંતુ જો મોટી ઉંમરમાં ઈજા પહોંચી હોય તેવા સંજોગોમાં રૂટ કેનાલ સારવારની સાથોસાથ પોસ્ટ એન્ડ કોરની સારવાર કરીને દાંતને બચાવી શકાય.

વધુ આવતા અંકે....

Team Sharddhadeep