નમસ્કાર ગાંધીનગર

પમરાટ

આપણાથી થાય એની એ જ ભૂલ!
રોજ બનવાનું અહીં એપ્રિલફૂલ.

જિંદગીનો સાવ સીધો એક રુલ,
જે કશું આવી મળે, એ કર કબૂલ.

એક પળમાં પાઠ શીખવી દે બધા,
સહુથી ચડિયાતી અનુભવની જ સ્કૂલ!

આ રમતમાં એ ઘણો માહેર છે,
જીવવાનું થાય ત્યારે શ્વાસ ગુલ!

- હિમલ પંડ્યા

પાથેય

- રમેશ ઠક્કર

મૂર્ખતાને માણવાનો તહેવાર..!

આપણા અનુભવોમાંથી અમુક વાતો યાદ રહી જાય છે..ઘણીબધી બાબતો ભૂલી જવાતી હોય છે.. પરંતુ કોઇપણ માણસ જીવનમાં જ્યાં મૂર્ખ બન્યો હોય એ ઘટનાને ક્યારેય ભૂલી શકતો નથી.પરાજય પામવો કે પીછેહઠ કરવી એ એટલી યાદગાર ઘટનાઓ હોતી નથી જેટલી કોઈ તમારો ઉપહાસ કરી જાય ! એટલે જ ડાહ્યા માણસો કહે છે કે દરેક માણસ સાથે વાત કરતાં હંમેશા એ ધ્યાન રાખો કે એની લાગણીઓને કોઇ ઠેસ ના પહોંચી જાય..આ ખરેખર મુશ્કેલ કામ છે.કેમ કે પ્રત્યેક માણસની લાગણીઓ અલગઅલગ હોય છે.એનો ઉછેર રીતભાત અને વૈચારિક માન્યતાઓ જુદી હોય છે..

દરેક માણસમાં એક ખૂણે મૂર્ખામી છૂપાયેલી હોય છે.કોઇકને બાઘો બનાવવાની મજા પડતી હોય છે.. ગામડાઓમાં એકબીજાની મજાક મસ્તી કરવાનો સહજ ઉપક્રમ રહેતો. ગામના પાદરે પાણી ભરતી પનહારીઓ કે ખેતરમાં કામ કરતા શ્રમિકો વચ્ચે એકબીજાની નબળાઇઓને ઉજાગર કરી એમને મૂર્ખ બનાવવા કે એમને અચંબામાં મૂકી દેવાની તરકીબ થતી.એ દ્વારા એક નિર્દોષ આનંદ માણવામાં આવતો.

ગામ હોય કે શહેર અંગત વર્તુળોમાં આવી હસી મજાકો થતી રહે છે.એ થકી નિરપેક્ષ નિર્દોષ આનંદ મળતો હોય ત્યાં સુધી આ બાબત ઉપકારક નિવડતી હોય છે જેમ ધૂળેટીનો પ્રસંગ હોય અને એકબીજાને રંગોથી રંગવામાં આવે છે ત્યારે કોઇને ખોટું નથી લાગતું.કહેવામાં આવે છે કે બૂરા ના માનો હોલી હૈ ! એ જ રીતે માણસની બાઘાઇને સહજભાવે પકડી એનો આનંદ માણવો એ ખરાબ નથી.એવા ભાવોને સહજ રીતે રજૂ કરવાનો દિવસ એટલે પહેલી એપ્રિલ. એટલે કે એપ્રિલફૂલ બનાવવાનો દિવસ..

રમૂજમાં જે રીતે ડંખ વગરના શબ્દો હોય કે કોઇકની વ્યક્તિગત બાબત સિવાયના કટાક્ષ હોય એ રીતે એપ્રિલફૂલનો આનંદ માણીએ તો જીવનમાં હળવાશ અનુભવી શકાય છે.આ બાબત જો કે માનીએ એટલી સરળ હોતી નથી.મોટાભાગે હસવામાંથી જ હાણ થઈ જાય છે.કોઇકની મજાક કરતાં પહેલાં આપણી જાત ઉપર હસવાની કળા શીખી લેવી જરૂરી છે.એવું ના થાય તો ઘણીવાર કોઇકની મજાક જીવનભરના મનદુ:ખમાં પરિણમતી હોય છે.સામેના માણસની ખેલદિલી અને સમજશક્તિ પણ એપ્રિલફૂલ બનાવતી વખતે ધ્યાને રાખવી જરૂરી છે.આવા ઉપક્રમો આપણી રૂટિન જિંદગીને નવી તાજગી આપતા હોય છે એ વાત ચોક્કસ.એકબીજાને ગમતા રહી,નિર્દોષભાવે પરસ્પરની મૂર્ખતાને માણી શકીએ તો જ આ દિવસને એપ્રિલફૂલની સાથે કલરફૂલ પણ બનાવી શકાય..

રામનામ આત્માને શુદ્ધ કરે છે તેથી લેનારના મનમાં ખરાબ વિચારો આવતા નથી

જ્યારે ગાંધીજી નિર્વાણ પામ્યા ત્યારે તેમના આખરી શબ્દો હતા ‘ હે રામ !’ અને તેમના આખા શરીરમાં માત્રને માત્ર સત્યનું લોહી વહેતું હતું, બોલવામાં પણ સત્ય અને આચરણમાં પણ સત્ય!. એટલે જ તો તે આધુનિક યુગના રામાયણી હતા. ગાંધીજી કહેતા કે સત્ય, અહિંસા અને બ્રહ્મચર્યના સંપૂર્ણપણે આચરણ કરવા માટે રામનામ જ સર્વોત્તમ છે. રામનામમાં અમોઘ શક્તિ છે જે આપણા શરીરને ઊર્ધ્વગામી ગતિ આપે છે. સંતોએ ગાયું છે:

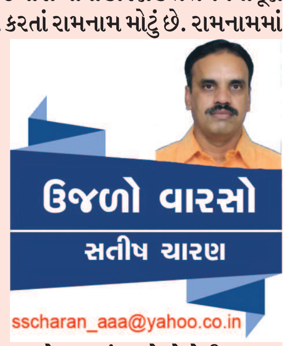
‘ દયા રાખજે, લેવાય તો રામનામ લેજે; ભૂખ્યાને ભોજન દેજે, ના જાને કિસ રૂપમેં નારાયણ મિલ જાય.’

રામ રટણ હૃદયસ્થ થયેલ છે તેને ઉચ્ચારણની આવશ્યકતા હોતી નથી. તે તો હૃદયમાં નિરંતર ગુંજ્યા કરે છે અને તે કદી અવિચારી પગલું ભરતા નથી. કેટલાક સંત મહાત્માઓ તેમના દૈનિક કાર્યો સાથે નિરંતર રામ નામનો જપ કર્યા કરતા હોય છે ત્યારે કબીરની એક સાખીમાં કિધું છે તેમ:

‘ માલા જપૂં ન કર જપૂં, મુખસે કહૂં ન રામ;
હરિ મેરા સુમિરન કરે, મૈં પાયો વિશ્રામ. ’

રામનામ એકવાર હૃદયમાં અંકિત થઈ જાય છે ત્યારથી મનુષ્યનું નવું જીવન શરૂ થાય છે અને છેવટે તે દિલમાં જડાઈ જાય છે પરીણામે ઈશ્વરની એવી કૃપાના અધિકારી થવાય છે કે માળા ફેરવવાની, હાથ જોડવાની કે જાપ જપવાની જરૂર રહેતી નથી, પ્રભુ જ બધા કામ કરે છે આપણે તો વિશ્રામ જ કરવાનો હોય છે. ગીતામાં ભગવાને અર્જુનને કહ્યું છે કે: ‘ હે અર્જુન ! તારે કશું જ કરવાનું નથી, માત્ર મને સમર્પિત થા, તારા યોગક્ષેમનું વહન કરવાની જવાબદારી મારી છે.’ ભગવાને શામળશાનો વિવાહ, નરસૈયાની હૂંડી, દ્રૌપદીના ચીર અને પ્રહલાદને ઉગારી લીધા કારણ કે તે તેમને સંપૂર્ણ સમર્પિત હતા . રામ એ દશરથપુત્ર જ નહીં, પણ જગન્નિયંતા પરમેશ્વર છે. રામ કરતાં રામનામ મોટું છે. રામનામમાં જ બધું આવી જાય છે. રામ નામ એવું છે કે રામ પોતે પણ ’રામ’ શબ્દનો મહિમા સમજાવી શકતા નથી, ’રામ’ શબ્દના સંદર્ભમાં, ગોસ્વામી તુલસીદાસે પોતે લખ્યું છે:

‘કરઉ કહા લગિ નામ બડાઈ, રામ ન સકહિ નામ ગુણ ગાઈ.’



પાર્વતી દ્વારા રામ નામ વિશે પુછાયેલ પ્રશ્નનો જવાબ ભગવાન શીવ સાંકેતિક ભાષામાં જવાબ આપતાં કહે છે કે: શ્રી રામ રામ રામેતિ રમે રામે મનોરમે,

સહસ્ત્રનામ તત્તુલ્યં રામનામ વરાનને.

રામનું નામ લેવું એ વિષ્ણુ સહસ્ત્રનામ મુજબ ભગવાનના હજારો નામો લેવા બરાબર છે.

આપણે ત્યાં અભિવાદન કરતી વખતે ’રામ-રામ’ એમ બે વાર રામ શબ્દ બોલવામાં આવે છે તેની પાછળ વૈદિક દ્રષ્ટિકોણ હોવાનું માનવામાં આવે છે. વૈદિક દૃષ્ટિકોણ મુજબ ૧૦૮ એ પૂર્ણ બ્રહ્મનો મેટ્રિક ગુણાંક છે તે રામ-રામ શબ્દ બે વાર બોલવાથી પૂર્ણ થાય છે, રામ શબ્દની સંધિ ર આ મ છે. હિન્દી મૂળાક્ષરોમાં "ર" એ ૨૭મો અક્ષર છે. ’આ’ બીજો અક્ષર છે અને ’મ’ ૨૫મો અક્ષર છે. બધાને એકસાથે લેવાથી સરવાળો ૨૭ ૨ ૨૫=૫૪ થાય છે. એટલે કે એક વખત "રામ" નો સરવાળો ૫૪ થાય છે. અને બે વાર રામ રામ કહેવાથી તે ૧૦૮ થાય છે જે પૂર્ણ બ્રહ્મ દર્શાવે છે. એમ જ્યારે આપણે કંઈક જપ કે માળા કરીએ છે તે ૧૦૮ વખત કરીએ છીએ પણ માત્ર "રામ-રામ" એમ એક વાર બોલવાથી સમગ્ર માળાનો જપ થાય છે. સીતાજીના અપહરણ વખતે રાવણ સીતાજીને ભોળવવા માટે રામનું રૂપ ધારણ કરે છે. જેવું એણે રામનું રૂપ ધારણ કર્યું તો તરત જ તેનામાં રામના આદર્શ, માતૃપ્રેમ, પિતૃપ્રેમ, ભ્રાતૃપ્રેમ, પત્નિપ્રેમનું અવતરણ થવા લાગ્યું, સીતાજી માતા તરીકે દેખાવા લાગ્યા. આ વાતને કવિ કાગે ખૂબ સરસ રીતે વર્ણવી છે. કાગ લખે છે કે:

ખોટો ખોટો હું રામ બનું ત્યાં રામ રૂદામાં આવે, ‘કાગ’ સીતાજી માવડી ભાસે, મારું રાવણપણું રિસાવે;
રામનું રૂપ ધરું ત્યાં, મને એવા સંકલપ આવે.

જો ફક્ત રામનું રૂપ ધરવાથી રાવણમાં આ પરિવર્તન આવે છે તો રામનો ડર રાખીને ચાલો, તો જગતમાં રાજા કે રંક, કોઈનાથી બીવાપણું નહીં રહે. રામનામને હૃદયસ્થ કરવા માટે અંદર ને બહાર સત્ય, પ્રામાણિકતા અને શુદ્ધિના ગુણ કેળવી ધીરજ ધરવાની જરૂર છે. તેમાં યુગના યુગ પણ વહી જાય એવું પણ બને પણ મહેનત કરવા જેવી છે. બાકી આખરનું ફળ તો ઈશ્વરની કૃપા પર અવલંબે છે. આજ કારણે દાસી જીવણ હરિવરને કહી શકે કે:

‘ મજરો મારો માની લ્યો, હું નોકર તારા નામની;
ઓળે આવી ઉગારી લેજો, ગ્વાલન ગોકુળ ગામની.’

અંગ્રેજ કવિ મિલ્ટન કહે છે કે ‘ માનવીનું મન ચાહે તો નરકને સ્વર્ગ ને સ્વર્ગને નરક કરી શકે છે. ’ પણ રામનામ એ આત્મશુદ્ધી માટે છે અને તેથી જ રામનામ લેનારના મનમાં ખરાબ વિચારો આવતા નથી, બીજાનું ભલુ જ ઇચ્છે છે. એક સંતે કોઇ જગ્યાએ લખ્યું છે: ‘ મેં નથી બંદગી ગુજારી, નથી સાધના કરી, પણ જે રસ્તેથી પસાર થયો છું ત્યાંથી વચ્ચે પડેલા પથ્થર દૂર કરતો ગયો છું...કોઈ રાહદારીને ઠેસ ન લાગે એટલા માટે.’

ચૈત્ર સુદ નોમના દિવસે સ્વામિનારાયણ જયંતીના પાવન દિવસે સ્વામિનારાયણ ભગવાનના ૫૦૦થી પણ વધારે પરમહંસોમાંના સૌથી શ્રેષ્ઠી એવા મુક્તાનંદ સ્વામીએ ગોપી ભાવથી ભગવાનની સેવા કરેલી અને ભગવાન સ્વામિનારાયણે તેમને ‘સત્સંગની માં’ બિરુદ આપેલું તેમને પણ અત્રે યાદ કરવા જરૂરી છે. તેમણે પણ ભગવાનને યાદ કરતાં કિધું છે:

‘ સબ દિન ચિંતા પેટકી, કરત સકલ સંસાર; મુક્ત કહે મહા ફિકરા મેં, કબ સુમરે કિરતાર’

દેહ ધારણ કરવાનું ઉત્તમ ફળ એટલે રામ નામ લેવું તે સમજાવતાં ભક્તવર ઈસરદાસજી કહે છે આવો શ્રેષ્ઠ માનવ અવતાર મળ્યો હોય ત્યારે શું કરવું જોઈયે:

“ ભાગ્ય બડા તો રામ ભજ, બખત બડા કછુ દેહ; અકલ બડી ઉપકાર કર, દેહ ધર્યા ફળ એહ.”

(મો.) ૯૪૨૮૨ ૧૯૦૩૧

પુસ્તકમાં નૈતિક કે અનૈતિક જેવું કશું હોતું નથી..પુસ્તક કાં સારૂં હોય કાં ખરાબ..ધેટસ ઓલ.." ઓસ્કાર વાઈલ્ડ

પુસ્તક સામે કાયમ નતમસ્તક હોઉં છું...હમણાં મળેલા એકલતાના કિનારા વાચન વૈવિધ્ય થકી થોડાક સહ્ય બન્યા છે..વાચન એ મારો સહજ સ્વભાવ છે..અમારા એક ગુરૂજી કહેતા કે તમે જેવું વિચારો એવું જીવી શકો છો..એ વખતે આ વાત ન્હોતી સમજાતી પણ ઉંમરના તકાદે એ અનુભવ્યું કે મન હોય તો ચોકકસ માળવે જવાય છે..મને પુસ્તકો કે વાંચનસામગ્રીની કયારેય તૂટ પડી નથી..ઈશ્વર જેમ કીડીને કણ અને હાથીને મણ આપી રહે છે એમ જ દરેક વાચકને જરૂર મુજબ સામયિક પુસ્તક કે આખેઆખું પુસ્તકાલય આપી જ દે છે... આમ તો રોમાંચની અમુક ઉંમર હોય છે..મુગ્ધતા તો વળી ઝાકળ જેવી જ હોય છે..સમયની થપાટોથી કુતુહલ પણ કરમાઇ જતું હોય છે..પણ મારા કિસ્સામાં મને લાયબ્રેરીનું આકર્ષણ કાયમ રહયું છે..કોઈપણ ગામ કે નગરમાં હું જાઉં છું ત્યારે સૌ પ્રથમ એ જગ્યાએ મારી તલાશ લાયબ્રેરીની હોય છે..નગરનો પ્રભાવ હું એના પુસ્તકાલયથી પામું છું..હકિકતમાં જે સમાજમાં ગ્રંથાલયોનું ગૌરવ થતું હોય એ સમાજને જ આધુનિક ગણી શકાય..માથાદીઠ આવકની માફક માથાદીઠ પુસ્તકો એ જયારે પ્રગતિની પારાશીશી બનશે ત્યારે જ માનવજાત સિદ્ધિઓની છડી પોકારી શકશે..

પુસ્તકાલય આમ તો આધુનિક આવિષ્કાર છે..ખાસ કરીને નવજાગૃતિકાળ પછી મુદ્રણની શોધ થઈ એ પુસ્તકનો બાલ્યકાળ..ધીમેધીમે પ્રિન્ટિંગ અને મુદ્રિત શબ્દો માણસજાત માટે અનિવાર્ય બનતાં ગયાં..જગતમાં સૌ પ્રથમ બ્રીટીશ લાયબ્રેરી જે ઈ.સ.૧૭૫૩માં અંગ્રેજોએ સ્થાપી. .એ પછી ઈ.સ ૧૭૫૭માં પેરિસમાં ફ્રેંચ લોકોએ નેશનલ લાયબ્રેરી સ્થાપી..ભારતમાં એનો ઉદભવ ઓગણીસમી સદીમાં થયો. એમાં પણ અંગ્રેજોનો પ્રભાવ રહયો છે..કલકત્તાની નેશનલ લાયબ્રેરી કે વિવિધ શહેરોમાં બ્રિટીશ લાયબ્રેરીઓ એની દેન છે..

ગુજરાતી લોકો ચોપડી કરતાં ચોપડામાં વધારે રસ ધરાવે છે એમ હોવા છતાં ઈ.સ.૧૮૪૯માં કવિ દલપતરામ અને કલેકટર ફોર્બ્સના પ્રયત્નોથી અમદાવાદ ખાતે ભદ્રના કિલ્લામાં નેટીવ લાયબ્રેરીના નામે પ્રથમ ગુજરાતી પુસતકાલય શરૂ થયું..ફોર્બ્સની બદલી સુરત થતાં ત્યાં પણ દલપતરામ અને સુરતના દુર્ગારામ મહેતા જેવા વિદ્વાનોની મદદથી ઈ.સ ૧૮૫૦ માં એન્ડ્રૂઝ લાઈબ્રેરી શરૂ કરી એ આપણી બીજી લાયબ્રેરી..ભરૂચની રાયચંદ દીપચંદ લાયબ્રેરી એ ત્રીજી ૧૮૫૮માં..અને એ પછી આવે ભાવનગરની બાર્ટન લાયબ્રેરી..જે ઈ.સ.૧૮૬૦માં ગાંધીજીના જન્મ પહેલાં બની..જેમાં છગનપ્રસાદ દેસાઈ નામના સજ્જને એ જમાનામાં ૫૦૦૦ જેટલાં પુસ્તકો દાનમાં આપેલાં ! જેમાં બાર્ટન નામના અંગ્રેજનું નામ તો પછી જોડાયેલું...કર્નલ લેંગ નામના બ્રિટીશ પોલિટિકલ એજન્ટે રાજકોટમાં લેંગ લાયબ્રેરી ઈ.સ ૧૮૬૩માં શરૂ કરી એ ગુજરાતની પાંચમી લાયબ્રેરી હતી..

મહાત્મા ગાંધી ગો.મા.ત્રિપાઠી ગુજરાતના મુખ્યમંત્રીશ્રી બળવંતરાય મહેતા જેવા ધુરંધરો બાર્ટન લાયબ્રેરીના વાંચકો હતા..એનો ભવ્ય ઈતિહાસ છે જે કદાચ ભાવનગરની અસ્મિતા ગણી શકાય..ગાયકવાડ રાજ્યમાં ગામેગામ પુસ્તકાલયો બનતાં..લુણાવાડા રાજ્યમાં અચાનક અવસાન પામેલા પાટવીકુંવરની યાદમાં મહારાણીએ લાઈબ્રેરી માટે દાન કરેલું. જે લાલસિંહજી લાયબ્રેરી આજે પણ ગૌરવશાળી રીતે ઉભી છે.

જે સમાજમાં હોટલો થિયેટરો કે રમતગમતસંકુલોની સાથે જ પુસ્તકાલયોનો દબદબો પણ થતો રહે છે એ સમાજની પ્રગતિને કોઇ રોકી શકતું નથી..હમણાં ફિનલેન્ડના હેલસિંકીમાં અત્યાધુનિક લાયબ્રેરી અને એના ઉદઘાટનની જે ભવ્ય ઉજવણી થઈ એ હેરત પમાડે એવી હતી. ફિનલેન્ડ અત્યારે દુનિયામાં શિક્ષણક્ષેત્રે નંબર વન દેશ છે એના કારણમાં એની સમૃધ્ધ લાયબ્રેરીઓ છે..હોંગકોંગ કે સિંગાપુરની સમૃધ્ધિ પણ ત્યાંના નાગરિકોના ગ્રંથાલય પ્રેમને આભારી છે..પુસ્તક એ માનવજાતનો વફાદાર મિત્ર છે..પુસ્તકાલય આપણી દ્રષ્ટિને વિશાળ બનાવે છે. આપણને વિશ્વ નાગરિક બનાવે છે..અહીં રસેલ, ટોલસ્ટોય, ટાગોર,ઈકબાલ, રોમાંરોલાં, ગાંધી કે કાર્લ માર્કસ એક જ પંગતમાં સીમાડાઓને અતિક્રમી અડોઅડ બેસી શકે છે..મારી એકલતાને લાયબ્રેરીની લટારોએ હંમેશાં જીવંત બનાવી છે..’કલાપી’ની માફક મેં પણ સૂત્ર બનાવ્યું છે.."જીવીશ બની શકે તો એકલાં પુસ્તકોથી.."હું ’કલાપી’ની જેમ જ મારી જાતને આશ્વસ્ત કરતો રહું છું..અને ગણગણું છું.."રે પુસ્તકો સુખથી ફરફરો..નીત નવું કંઈક આપો..." મને પુસ્તકોની સતત હાજરી ગમે છે..જગતને જાણવાની અને માણવાની શ્રેષ્ઠ જાણકારી મને પુસ્તકો પાસેથી મળી છે..પુસ્તક જેવો પરમ મિત્ર પામવો દુર્લભ છે..

પુસ્તકોનો ઈતિહાસ લાંબો છે..પહેલાં માણસ સાંકેતિક ભાષામાં લખતો..મૌખિક પરંપરાનો યુગ હતો..જર્મનીમાં બીબાની શોધ એ પુસ્તક માટેનું પારણું હતું..ધીમેધીમે બ્લોક બન્યા..ગુટેનબર્ગ દ્વારા પંદરમી સદીમાં ૧૪૫૦ આસપાસ પ્રથમ બુક પબ્લીશ થઈ હતી..ભારતનું પ્રથમ પુસ્તક તામિલ ભાષામાં એક સદીના અંતરાલ પછી પ્રગટ થયું..ગુજરાતી ભાષાનું પ્રથમ પુસ્તક ઈ.સ.૧૮૦૫માં પ્રસિધ્ધ થયું..જે એક અંગ્રેજ દ્વારા થયું હતું...બીબાંની શોધ પહેલાં ભારત અને ચીનમાં હસ્તલિખિત અનેક ગ્રંથો રચાયા હતા..આપણા જૈનભંડારોમાં એવી હસ્તપ્રતોની અમાનતો સચવાઈ છે.. પુસ્તક શબ્દ સંસ્કૃતમાંથી ઉતરી આવેલો તત્સમ શબ્દ છે..ગુજરાતીમાં મુળ શબ્દ પોથી છે..આપણે એને ઉપહાસમાં થોથું કહીએ છીએ..ચોપડી પણ કહીએ છીએ પરંતુ એના માટે સરસ શબ્દ કદાચ ગ્રંથ છે..બુક એ અંગ્રેજી શબ્દ છે..હિન્દીમાં એને કિતાબ કહેવાય..હું નવા સવા કિશોર તરીકે અમદાવાદમાં આવ્યો ત્યારે મારા સ્વર્ગસ્થ બનેવી મને એક દુકાન ઉપર લઈ ગયેલા જેનું નામ હતું "સસ્તું કિતાબ ઘર"! જો કે મને એ મોંઘુંદાટ લાગેલું..!

અમદાવાદના ફરનાન્ડીસ પુલ નીચે ધુરંધર લેખકોનાં પુસ્તકો એકાદ બે રૂપિયામાં મળી જતાં..એક જમાનામાં જુની હાઈકોર્ટે પાસે ટેલિકોમ ઓફિસમાં કવિશ્રી યોગેશ જોષીને હું વિદ્યાર્થી તરીકે મળવા જતો.ત્યાં બહાર રોડ ઉપર એક લારી ઉપર જુનાં પુસ્તકો અને મેગેઝીનો મળતાં..એનો પણ એટલો જ રોમાંચ હું અનુભવતો...કવિ યોગેશ જોશીને આ વાત યાદ હશે ? મને એમની નવલકથા "સમુડી" બરાબર યાદ છે... સીસેરોએ એવું કહયું હતું કે "પુસ્તકો વગરનો ખંડ એ આત્મા વગરના શરીર જેવો છે.." વોલ્ટેર બહુ સરસ કહે છે કે "વાંચવું અને નાચવું આ બે મનોરંજન જગત માટે કયારેય નુકશાનકારક બનતાં નથી. " આપણે ગુજરાતીઓ પુસ્તક ખરીદતા નથી, માગીએ છીએ..પુસ્તકો માટે કોઈ દાન કરતું નથી..એમના માટે જ કદાચ જહોન રસ્કીને આવું કહયું હશે ? કે "જે પુસ્તક વાંચવા જેવું હોય છે એ ખરીદવા જેવું પણ હોય જ છે..’ઓસ્કાર વાઈલ્ડ બહુ સરસ લખે છે "પુસ્તકમાં નૈતિક કે અનૈતિક જેવું કશું હોતું નથી..પુસ્તક કાં તો સારું હોય છે કાં ખરાબ..ધેટસ્ ઓલ.."

એવું કહેવાય છે કે "પોથી પઢી પઢી જગ મૂઆ હુઆ ના પંડિત કોય..!".. તોય માણસને પુસ્તકોનું આકર્ષણ હજુ એવું ને એવું જ છે..સુંદર સજાવટવાળાં પુસ્તકો આજે ડિજિટલ માહોલમાં પણ પ્રગટ થતાં રહે છે..સતત પુસ્તકો વચ્ચે રહેનારને પુસ્તકીયો કીડો કે બુક વોર્મ કહેવાય છે..બંગાળી લોકો મોટાભાગે બૂકવોર્મ હોય છે. આપણે અન્ય બાબતમાં વાર્મ હોઈએ છીએ પણ પુસ્તકોમાં આપણો ચાર્મ હોતો નથી..એકાદ દિવસ પુસ્તક દિન તરીકે મનાવવાથી આપણે પુસ્તકપ્રેમી થઈ શકતા નથી..એનું પરીશિલન સતત થતું રહે એ જરૂરી છે..પુસ્તક એક આશીર્વાદ છે..આશાવાદ છે..આલા સ્વાદ છે..!

- rrthakkar2@gmail.com

સાપ્તાહિક રાશિફળ

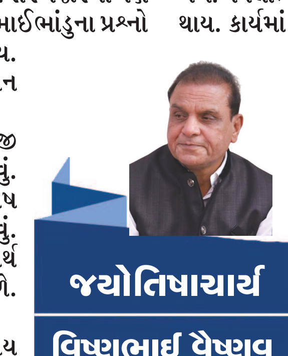
(તા. ૦૨.૦૪.૨૩ થી તા. ૦૮.૦૪.૨૩)

સપ્તાહના તહેવારો
તા. ૪-૪-૨૩ મહાવીર જયંતિ
તા. ૫-૪-૨૩ હાટકેશ્વર જયંતિ
તા. ૬-૪-૨૩ હનુમાન જયંતિ
તા. ૭-૪-૨૩ ગુડ ફ્રાઈડે

૧. મેષ રાશિ (અ.લ.ઈ.) આ સપ્તાહ આપને માનસિક વ્યગ્રતા રહેશે. તાણ અનુભવશો આંખોની કાળજી લેવી. આર્થિક દૃષ્ટિએ આવક કરતાં જાવક વધુ રહેશે. ધાર્મિક હેતુસર નાણાં વાપરશો. ભાઈભાંડુનો સહકાર મળશે. શેરબજારમાં રોકાણ થઈ શકે. લોન કે ઊછીનાં નાણા મળી રહે. દાંપત્યજીવનમાં માનસિક સંતુલન જાળવી કામકાજ કરવું. એટે કે વિવાદીત બયાન ન આપવા. ધંધા વ્યવસાયમાં ફાયદો થશે. આકસ્મિત લાભ થાય. સ્ત્રીઓ માટે વિવાદમાં ન પડવું. નોકરિયાત માટે શુભ સમય. વિદ્યાર્થીઓને અભ્યાસ અર્થે વિદેશ જવાનું આયોજન થઈ શકે. ગણપતિ દાદા કે વાસુપૂજ્ય સ્વામિનું ધ્યાન કરવું.

૨. વૃષભ રાશિ (બ.વ.ઉ.) આ સપ્તાહ આપ સ્વસ્થ રહી શકો. જો કે નાણાંકીય બાબતે ખર્ચાળ પ્રસંગ આવી શકે. વૈભવ પાછળ ખર્ચ થાય. જમીનના અગાઉના સોદા હોય તો આવક થાય. ભાઈભાંડુથી સહકાર મકાન વાહન અંગે નવી ખરીદી થાય. શૅરબજારમાં પણ લાભ થાય. નોકરી અંગે નવા પ્રશ્નો ઉપસ્થિત થાય. દાંપત્ય જીવનમાં ભાઈભાંડુના પ્રશ્નો આડા આવે. ધંધા વ્યવસાયમાં નવું આયોજન ન કરવું. ધાર્મિક યાત્રા થાય. વિદ્યાર્થી માટે મહેનતનું ફળ અવશ્ય મળે. સ્ત્રી વર્ગ માટે હરિફ વર્ગનું ધ્યાન રાખવું. સૂર્યનારાયણ ઉપાસના કરવી.

૩. મિથુન રાશિ (ક. છ. ઘ.) આ સપ્તાહ સ્વાસ્થ્યની ખાસ કાળજી લેવી. આર્થિક દૃષ્ટિએ આકસ્મિક લાભો પ્રાપ્ત થાય. હરિફવર્ગથી સાચવવું. જે ધંધા વ્યવસાયમાં પ્રશ્નો ઊભા ન કરે. સ્થાવર જંગમ મિલકતમાં સંતોષ મળે. ભાઈ-ભાંડુનો સહકાર મળે. પરંતુ સ્વાર્થી મિત્રોથી સાવચેત રહેવું. ભાગ્યોદય થાય. સફળતા ધીમે મળે. સ્ત્રી વર્ગ માટે યાત્રા થાય. વિદ્યાર્થ માટે અણધાર્યા પરિણામો મળે. નોકરિયાત માટે યથાવ સ્થિતિ જોવા મળે. નવીન કાર્યો થાય. ગણેશ વંદના કરવી.



૪. કર્ક રાશિ (ડ.હ.) આ સપ્તાહ આ રાશિના જાતકો માટે સમય કષ્ટદાયી જણાય. નાણાંકીય દૃષ્ટિએ તકલીફોનું સર્જન થતું જણાય. ખોટું રોકાણ ન થાય તે જોવું. નાની યાત્રા થાય. ધંધા વ્યવસાય યથાવત રહે. મકાન વાહન કાર્યોમાં વિલંબ, વાહન ચલાવવામાં ધ્યાન રાખવું. અકસ્માતથી બચવું. ધર્મ કાર્યોમાં ખર્ચ કરવું, સંપત્તિમાં નવું આયોજન ન કરવું. દાંપત્ય સુમધુર. વિદ્યાર્થી માટે મહેનત છતાં ફળ અલ્પ મળે. સ્થાવરજંગમ મિલકતના કામમાં દોડાદોડી થાય. સંતાનને શારીરિક પરેશાની રહે. જપ - તપ - દાન કરવું. મિત્રોનો સહકાર મળે. નોકરીમાં રાહત. શિવ ઉપાસના કરવી.

૫. સિંહ રાશિ (મ.ટ.) આ સપ્તાહ વાયુ, પીત્તના રોગથી સાચવવું. માનસિક ચિંતા ઓછી કરવી. આર્થિક રીતે સમૃદ્ધિ આવે. ભાઈ-ભાંડુ સહકાર ન આપે. કામકાજમાં વ્યસ્ત રહો. જમીન, મકાનના કામમાં સાનુકૂળતા. બેંક વીમાના કામો થાય. દાંપત્ય જીવન પ્રશ્નોનો ઉકેલ આવે. યાત્રા થાય. સ્થાવર જંગમ મિલકત પ્રશ્નો ઊકલે. વિદ્યાર્થી માટે ઉચ્ચ અભ્યાસમાં લાભ થાય. વિદેશ ગમન અંગે નિરાકરણ આવે. વેપાર-ધંધામાં તેજી. નોકરિયાત માટે કામોમાં ધીરે ધીરે સફળતા મળે. સ્ત્રી વર્ગ માટે શુભ સમય. સૂર્ય ઉપાસના કરવી.

૬. કન્યા રાશિ (પ.ઠ.ણ.) આ સપ્તાહ આપ સ્ફૂર્તિથી કામ કરો. અટકેલા કામો પૂર્ણ થાય. જો કે આવકમાં વિલંબ થઈ નાણાં પ્રાપ્ત થાય. અણધારી ઉપાધિ ન આવે તે જોવું. ભાગીદારીથી સાચવવું ધંધા વ્યવસાયમાં એક પછી એક કામ પ્રગતિજનક જણાય. મકાન, વાહન, જમીન અંગે ફાયદો થાય. પરંતુ વિચારીને આગળ વધવું. સ્ત્રીઓએ કાળજી લેવી. વિદ્યાર્થીઓ માટે ધાર્યું પરિણામ મળે. નોકરિયાત માટે સાનુકૂળ સમય. દુર્ગા સપ્તશતીના પાઠ કરવા.

૭. તુલા રાશિ (ર.ત.) આ સપ્તાહ આપન આરોગ્યની કાળજી રાખવી જરૂરી છે. આર્થિક દૃષ્ટિએ જોતાં ભાગ્યના જોરે ધન મળતું રહેશે. સટ્ટાકીય કામકાજ કરી શકો. પરદેશ ગમન પણ કરી શકો. અસંતોષની લાગણી મનમાં જાગે. સંતાન અંગે પ્રશ્નો ઉદ્ભવે. બહારગામ જવાનું થાય. ભાગીદારોથી સાવચેતી રાખવી. ભાગ્યોદય થાય. ધંધા વ્યવસાયમાં સમય સાનુકૂળ રહે. સ્ત્રીવર્ગને ઉદ્વેગ, નોકરિયાત માટે પ્રમોશન બદલી થાય. વિદ્યાર્થીને વિદેશની તક મળે. ગણેશ ઉપાસના કરવી.

૮. વૃશ્ચિક રાશિ (ન.ય.) આ સપ્તાહ સ્વાસ્થ્ય માટે ઉત્તમ છે. આર્થિક દૃષ્ટિએ શુભત્વ મળે. ધનલાભ થાય. ધંધા વ્યવસાયમાં નફો થાય. મકાન, જમીન, વાહન અંગે નવા આયોજન થાય. કાર્યમાં સફળતા પ્રાપ્ત થાય. પરદેશ ગમન થાય. સ્નેહીથી મિલન થાય. દોડધામથી તણાવ રહે. દાંપત્યજીવન સુખી. સ્ત્રી વર્ગ માટે નાણાંકીય ધ્યાન રાખવું. નોકરિયાત માટે લેવડદેવડમાં ધ્યાન રાખવું. ઉપાધિ આવી શકે. વિદ્યાર્થી ઉચ્ચ અભ્યાસ માટે આયોજન કરી શકે. હનુમાનજીની ઉપાસના કરવી.

૯. ધન રાશિ (ભ.ધ.ફ.થ.) આ સપ્તાહ સ્વાસ્થ્ય સારું રહે. સીઝનલ ધંધામાં હરિફાઈ થાય. ધંધા વ્યવસાયમાં નવા આયોજન થાય. ભાઈભાંડુથી વિખવાદ થાય. મકાન,વાહન, જમીન અંગે સોદા કરી શકાય. શૅરસટ્ટાના કામ ન કરવા. આરોગ્ય માટે કાળજી લવી. અચાનક બિમારી ન આવે તે જોવું. દાંપત્યજીવનમાં ઉદ્વેગ થાય. ઈચ્છિત વ્યક્તિથી મિલન મુલાકાત આનંદ થાય.કામમાં વ્યસ્ત રહો. વાહન ધીરે ચલાવવું. નોકરીમાં રાહત. વિદ્યાર્થી માટે શુભ સમય. સરસ્વતીની ઉપાસના કરવી.

૧૦. મકર રાશિ (ખ.જ.) સપ્તાહ દરમિયાન કાર્યભારમાં વધારો થાય.અચાનક આવકમાં કમી આવે. ભાઈભાંડુથી સહકાર મળે. તેઓથી લાભ થાય. મકાન, વાહન, વગેરે અંગે વિચારીને આગળ વધવું. નાણાંકીય લોન પ્રાપ્ત થાય. નાની યાત્રા થાય. ભાગ્યોદય. માનસિક વ્યગ્રતા રહે. ધંધા વ્યવસાયમાં હરિફ ઊભા થાય. સ્ત્રી વર્ગ માટે શુભ. વિદ્યાર્થી માટે અડચણ. નોકરીમાં ફેરફાર. શનિ ઉપાસના કરવી.

૧૧. કુંભ રાશિ (ગ.શ.સ.ષ) આ સપ્તાહ શારીરિક પ્રશ્નો ચિંતા કરાવે. નાણાંકીય પ્રશ્નો ઉકલે. કામોમાં ઉતાવળથી સફળતા આવતી જણાય. ધાર્મિક કાર્યોમાં નાણાં વપરાય. ભાઈ-ભાંડુથી સાચવવું. વિખવાદ ન થાય તે જોવું. મકાન વાહનના પ્રશ્નો ઉકલે. શૅરમાર્કેટમાં રોકાણ ન કરવું. દાંપત્ય સુખાકારી વધે. ભાગ્યોદયમાં કમી આવે. સપ્તાહ પસાર થતા શાંતિ જણાય. નોકરિયાત માટે સફળતા. વિદ્યાર્થી માટે ઉચ્ચ અભ્યાસમાં એડમિશન મળે. શનિવારે દાન કરવું.

૧૨. મીન રાશિ. (દ.ચ.ઝ, થ.) આ સપ્તાહ આપને દોડધામ રહેવાની છે. ધંધા-વ્યવસાય કામ માટે બહાર જવાનું થાય. સમય સાનુકૂળ રહેશે. બેચેની રહેશે. આવકમાં કમી આવે. મકાન-વાહન અંગે સાચવવું. જમીન ખરીદી શકાય. દાંપત્ય સુખાકારી વધે. સ્ત્રી વર્ગ માટે બેચેની જેવું રહે. હૃદય મન વ્યગ્ર બને. વિદ્યાર્થી માટે શ્રેષઠ સમય જણાય. નાની યાત્રા થાય. કામમાં ઉતાવળ ન કરવી. નોકરિયાત માટે આકસ્મિક લાભ થાય. શિવ ઉપાસના કરવી.

મો. ૯૮૨૪૬૪૭૪૩૫

મોઢાનું કેન્સર : કારણો, નિદાન તથા સારવાર

ભાગ-૩

મિત્રો ગયા અંકમાં આપણે મોઢાનાં કેન્સરના કારણો, પરિબળો, તેના નિદાન અને લક્ષણો વિશે માહિતી મેળવી. આજે તેના સારવાર વિશે થોડી વાત કરીએ.

● એન્ડોસ્કોપી : આ એક પ્રકાશિત સ્કોપ જેવું ડિવાઈસ દર્દીનાં ગળા સુધી મોકલવામાં આવે છે. જેનો હેતુ કેન્સરના ફેલાવાનો વ્યાપ ચકાસવા થાય છે.

ઈમેજીંગ ટેકનિક્સ : એક્સ-રે, સીટી સ્કેન, એમ.આરઆી. પેટ સ્કેન વગેરે પણ કેન્સરનું સ્ટેજીંગ અને તેના ફેલાવામાં નિદાન માટે ઉપયોગી છે.

આ બધી અદ્યતન ટેકનોલોજી એ આજના સમયમાં કેન્સરમાં સચોટ નિદાન, તેના સ્ટેજીંગ અને તેના ફેલાવાને રોકવા માટે ઘણી ઉત્તમ પૂર્વાર થાય છે.

●ઓરલ કેન્સરની સારવાર : મોઢાના કેન્સરની સારવાર મુખ્યત્વે ૩ રીતે જોઈ શકે છે. જેમાં (૧) સર્જરી (૨) રેડિયો થેરાપી (૩) કિમોથેરાપી મુખ્ય છે. હવે આધુનિક સમયમાં ઈન્યુન થેરાપી અને ફોટોડાયનેમિક થેરાપી પણ પોતાનું આગવું સ્થાન બનાવી રહ્યા છે.

●સર્જરી : સર્જરી એ સામાન્ય રીતે સૌથી વધારે પ્રમાણમાં ઉપયોગમાં લેવાતી પ્રક્રિયા છે.

જયારે રેડિયોથેરાપી ફક્ત એવા દર્દીઓમાં વપરાશમાં લેવામાં આવે છે, જેમાં સર્જરીથી કોસ્મેટિક અથવા ફંકશન ડિફેક્ટ સર્જવાની શક્યતા રહી હોય અથવા એ દર્દીઓ કે જેમ જનરલ એનેસ્થેસિયા આપવું સલાહભર્યું ન હોય.

●સર્જરીના ફાયદા : તે ઝડપી, સરળ પ્રક્રિયા છે, સાથોસાથ તે કોસ્ટ ઈફેકટિવ પણ છે. અને જો ફરિવાર સર્જરીની જરૂર પડે તો પણ કરી શકાય છે.

● સર્જરીના ગેરફાયદા : મોટી કેન્સરની ગાંઠોમાં સર્જરી વધુ હિતાવહ રહે છે. ટ્રીટમેન્ટ લાંબી સમય માટે રહે છે. જેમાં કેન્સરની ગાંઠ અથવા કોષો હાડકા સાથે સંલગ્ન હોય તેમાં તે સલાહભર્યુ નથી.

જો કેન્સર તેના પ્રારંભિક તબક્કામાં હોય ત્યારે સામાન્યત: કોઈ પણ એક પ્રકારની સારવાર (સર્જરી અથવા રેડિયો થેરાપી) થી કરવામાં આવે છે.

●એડવાન્સ કેન્સર : (સ્ટેજ-૩ અને ૪) : આ સ્ટેજમાં દર્દીને સર્જરી અને રેડિયોથેરાપી બંને પ્રકારની પદ્ધતિ વાપરીને સારવાર કરવામાં આવે છે.

અમુક પ્રકારની કેન્સરની ગાંઠોમાં કે જેમાં સર્જરી શક્ય ન હોય ત્યારે રેડિયો થેરાપી / કિમોથેરાપી અથવા બંનેનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

ખાસ કરીને જયારે - ખોપરીમાં ભાગમાં ગાઠ હોય, દૂરનાં ભાગો સુધી કેન્સર કોષોનું વિતરણ થયેલ હોય.

આ સિવાય ગળાના લિમ્ફનોડ્ઝ કે જે કેન્સરનાં વિસ્તરણ માટે જવાબદાર હોય તેને પણ રેડિયોથેરાપી અથવા સર્જરી દ્વારા સારવાર કરવામાં આવે છે.

● રિકન્સ્ટ્રકશન : કેન્સરની સારવારમાં જેટલું મહત્ત્વ સર્જરી/ રેડિયોથેરાપીથી કેન્સરની ગાંઠને દૂર કરવાનું છે, તેટલું જ પ્લાસ્ટિક સર્જરી અને ગ્રાફટની મદદથી તેને સારો દેખાવ પુનઃપ્રસ્થાપિત કરવાનું છે. જેમાં ગ્રાફટ, ચામડી વગેરેનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

હાડકાના ડિફેક્ટ મટીરીયલ જેવા કે (પ્લેટ્સ, ઓટોગ્રાફટ, કે એલોગ્રાફટ મરીરીયલ વાપરવામાં આવે છે.

તો મિત્રો આ તો થઈ મોઢાના કેન્સરના નિદાન, લક્ષણો અને નિદાન માટે ડેન્ટિસ્ટનો રોલ મહત્ત્વનો ભાગ ભજવે છે.

ડેન્ટિસ્ટ દર્દીનો સંપૂર્ણ ચેકઅપ હિસ્ટ્રી વગેરે લે તે આવશ્યક છે.

તેનાથી જ કેન્સરનાં નિદાનમાં સરળતા રહે છે.