નમસ્કાર ગાંધીનગર

પમરાટ

અમુલખ વસ્તુ મળી ગઈ છે બસ પલકારામાં
કહેવા જેવું હતું કંઈ તે કહી દીધું બસ પલકારામાં
પલકારામાં આદિ સ્મરણની રમણા જાગી
સઘળું છોડી,સઘળું ત્યાગી,
નાની અમથી જાત બધું છોડીને ભાગી પલકારામાં !
અમુલખ વસ્તુ મળી ગઈ બસ પલકારામાં

જરા જરા જોયા જ કર્યું'તું પલકારામાં
સાવ સહજ સમજાઈ ગયું કંઈ ઝબકારામાં
ઝબકારાના મૂળ તેજની લગની લાગી પલકારામાં !
વ્યાકુળ વ્યાકુળ તડપન તડપન શમી પલકમાં
શીતળ શીતળ રહે વરસતું એક ઝલકમાં,
એક ઝલકમાં સઘળું જોયું પલકારામાં !
અમુલખ વસ્તુ મળી ગઈ બસ પલકારામાં

નયના જાની.

પાથેય

- રમેશ ઠક્કર

મુળ તેજની લગની...

મૂલ્ય કે કિંમત આધારિત જગતની રીતભાતમાં અમુલખ વસ્તુ શું છે ? એ જાણવાની કળા હસ્તગત કરવા જેવી છે.એ કઈ રીતે મળી શકે? બહુ મથામણ કરીએ તો જ એ પ્રાપ્ત થાય એવું હોતું નથી.આખી જિંદગી પ્રતીક્ષા કરીએ તો પણ કોઈ મૂલ્યવાન સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થઈ જાય એવું બનતું નથી. ઘણીવાર એક નાની ઘટના કે પલકારામાં અમુલખ વસ્તુનો સાક્ષાત્કાર થઈ જતો હોય છે! એ ક્ષણને આપણે કઈ રીતે પકડી શકીએ છીએ એના ઉપર આખી સફળતાનો આધાર રહેલો છે.અમુલખ વસ્તુ મળી જાય અને કોઈ કહેવા જેવું એકાદ પલકારામાં કહી જાય ત્યારે એક ઝબકારો થઈ જતો હોય છે.એ? પછી જીવનનાં નાનાં નાનાં સુખોની કોઈ અપેક્ષા રહેતી નથી! આપણે જાણે સઘળું છોડી,સઘળું ત્યાગી પલકારામાં આ સુખમાં મગ્ન બની જઈએ છીએ.

આપણું કર્મ મોટા ભાગે બાહ્ય રીતે જ વ્યક્ત થતું જોવા મળે છે.એની સાચી સફર તો વૈચારિક ભૂમિકાએ રચાતી હોય છે.કેવું ગજબનું ચિંતન લોકો કરતા હોય છે ? આપણે જેને સહજ અને સરળ માનતા હોઈએ એ ઘણીવાર ગુઢ અર્થ સાથેની જીવનની કોઈક ચાવી હોય છે.વિચારની આ ખૂબી છે.

ચિંતન એ આમ તો ચિરકાલિન આવિર્ભાવ છે.આપણા ઋષીમુનીઓ એનું જીવંત ઉદાહરણ છે.માણસ વિચારે છે એટલે જીવે છે..અન્યથા એ પશુસમાન છે. 'સૌચ કે સહારે સ્વયં કો સમઝના સમઝદારી હોતી હૈ'એટલે કે એ સ્વયંથી શાશ્વત સુધી જવાનું એ ચાલકબળ બની જાય છે..અવની ઉપરનાં અનેક ઐશ્વર્યો પૈકી આ પણ અદભુત આશ્ચર્ય છે.

વાતાવરણમાં જેમ જુદાંજુદાં સ્તર હોય છે,એમ માનવમનમાં પણ અલગઅલગ વૈચારિક સ્તર હોય છે. વિચાર એ કોઈ અલૌકિક એન્ટેના થકી ઝિલાય છે...મનોપટમાં એનું એપીસેન્ટર શોધવું દુષ્કર હોય છે. વિચાર એક કણિકા હોય છે.પરંતુ એની વિસ્ફોટક ક્ષમતા અકલ્પ્ય હોય છે..વિચારવૈભવ એ અનોખો ખજાનો છે...જેને કોઈ છીનવી શકતું નથી.શબ્દ એ તેનો દેહ છે..અક્ષર એ આત્મા છે..એ સર્વકાલિન હોય છે..જગતના માપદંડોથી પર હોય છે..ટૉલ્સ્ટોયનું ચિંતન હોય કે ચેખોવનું ભાવવિશ્વ એનો ઉઘાડ માનવસંવેદનામાં પરિણમે છે.સત્યના પ્રયોગોને કોઈ સિમાડા નથી હોતા..નરસિંહ મહેતા જયારે એમ કહે છે કે ."બીજ માં વૃક્ષ તું,વૃક્ષમાં બીજ તું"

ત્યારે એ સનાતન ફિલસુફી બની જાય છે...નિંદ્રાધિન માણસ કરતાં વિચારાધિન માણસની વિશ્વસનિયતા વધી જાય છે.થોડાક શબ્દફેર સાથે એમ પણ કહી શકાય કે જગતની સર્વ કડીઓમાં વિચારની કડી સહુથી વડી..!વિચાર એ વેદકાળનો જ હોય એવું જરૂરી નથી એમાં દેશકાળ પણ મહત્વનો ભાગ ભજવે છે...પછી એ દીર્ઘકાલિન બની જાય છે..વિચાર કાલિદાસનો હોયકે કાર્લમાર્કસનો.. ગાંધીનો હોય કે લિંકનનો...રૂસોનો હોય કે રસેલનો..એમાં સમષ્ટિ મને સંવેદવાનો સ્પર્શ હોય છે...અને એટલે જ એની અસર આપોઆપ પમરાટ બનીને પ્રસરી જતી હોય છે!

જેમ પુરુષ વિનાની નારી અધુરી છે તેમ યોગ વિના ભક્તિ અધુરી છે

ઉજળો વારસો
સતીષ ચારણ
sscharan_aaa@yahoo.co.in

યોગ જનક પતંજલીએ પાંચ હજાર વર્ષ પહેલાં ચિત્તને એકાગ્ર કરી ઈશ્વરમાં લિન કરવા માટે યોગસુત્રોની રચના કરેલી. આ યોગ્સુત્રોને આશરે પોણા બસ્સો વર્ષ પહેલાં ભાવનગર પાસેના રાજપરા ગામે જન્મેલા એવા ગંગાસતી અને અમરેલીના બાબરા તાલુકાના કીડી ગામે લુહાર જ્ઞાતિમાં જન્મેલા સતી લોયણએ તેમના ભજનોમાં આવરી લીધેલા. તેમના ભજનોમાં જ્ઞાન, ભક્તિ અને યોગનો સુભગ સમન્વય છે. ગંગાસતી તેમની સાથે પિયરથી આવેલ પાનબાઈને રોજ એક ભજન અને તેનો મર્મ સમજાવતાં. આ ભજનો મુખ્યત્વે આધ્યાત્મિક જીવન જીવવા માટેનાં અને યોગસાધના, નાડીશુદ્ધિ, મનની સ્થિરતા, શીલવંત સાધુનાં લક્ષણોને લગતાં છે. જેમ અષ્ટાંગ યોગમાં ધારણા, ધ્યાન, અને સમાધિ દ્વારા મનને સ્થિર કરવાનું સમજાવ્યું છે, કૃષ્ણે ગીતામાં દરેક પરિસ્થિતિમાં સમ્યક રહેવાનું કિધું છે. આ વાતને ગંગાસતી સમજાવતાં કહે છે કે ગમે તેવા પ્રકારના દુ:ખ પડે પણ પ્રથમ મનને સ્થિર રાખવું જરૂરી છે.

'મન સ્થિર કરીને તમે આવોને મેદાનમાં, મિટાવું સરવે ક્લેશ રે,
હરિનો દેશ તમને એવો રે દેખાડું, જ્યાં નહીં વરણ કે વેશ રે..
મેરુ તો ડગે જેના મન નો ડગે, મરને ભાંગી પડે ભરમાંડ રે,
વિપદ પડે પણ વણસે નહિ, ઈ તો હરિજનના પરમાણ રે.'

ગંગાસતીએ તેમના અન્ય એક ભજનમાં ' નિત્ય પવન ઊલટાવવો, ને રમવું હરિની સંગ રે; દ્વારા મુલબંધમુદ્રાનું વર્ણન કર્યું છે. શરીરમાંના પાંચ વાયુ પ્રાણ, અપાન, સમાન, ઉદાન અને વ્યાન કે જેનાથી જીવનશક્તિ શરૂ થાય છે. અષ્ટાંગ યોગમાં પાનીથી ગુદાદ્વારને દબાવી તે ક્ષેત્રમાં રહેલ અપાન વાયુને તેના નીચે તરફના ભ્રમણની દિશા કરતાં ઉલટો એટલે કે ઉપરની દિશા તરફ ખેંચવાથી તે સુષુમ્ણાના ઉપરના ભાગમાં પ્રવેશી પ્રાણ વાયુ સાથે ઐક્ય સાધી બ્રહમાંડના નાદ-અનાહત ધ્વનિ દ્વારા ભગવાન સાથે જોડાઈ જાય છે.

નાથ સંપ્રદાયના અવધૂતોમાં સંસારબંધનોમાંથી મુક્તિ પ્રાપ્ત કરવા અને મોક્ષપ્રાપ્તિના સાધનરૂપે અને ભગવાન શંકરના મુખેથી મત્સ્યેંન્દ્રનાથ અને ગોરખનાથે પ્રથમ વખત સાંભળેલ એવા હઠયોગમાં ભસ્ત્રિકા નામના કુંભક પ્રાણાયામમાં લુહારની ધમણ પેઠે શ્વાસને અંદર-બહાર (પૂરક અને રેચક) વારંવાર અને ઝડપથી ખેંચવાની ક્રિયા કરવાનું કિધુ છે. જેનાથી કુંડલિની જાગૃત થતાં યોગસાધકનું અંતઃકરણ પવિત્ર થાય છે જે લોકો માટે સુખદાયક અને હિતકારી છે. આ વાત એક લુહારની દિકરી સતી લોયણ યોગપ્રક્રિયા સમજાવતાં કહે છે કે: ' જેમ પુરુષ વિનાની નારી અધુરી છે તેમ યોગ વિના ભક્તિ અધુરી છે.' લોયણના સંપર્કમાં આટકોટનો વૈભવી, વિલાસી અને દુષ્ટ રાજવી લાખો આવતાં તેમનો શિષ્ય બને છે. આવા લાખાના મનમાં રહેલ અભિમાન, મમત્વ, હુંપણું દુર કરી યોગમાં પ્રવિણ કરવા ગુરુ બોધ તરીકે સતી લોયણ ભજનના માર્ગથી તેનો અષ્ટાંગ યોગનો આગળનો માર્ગ સરળ બનાવે છે.

' જી રે લાખા, હું અને મારું છે લોઢાના કટકા જી, એને તમે મનક્રમ વચનેથી ભેળો રે;
જી રે લાખા, સાસ-ઉસાસની તમે ધમણું ધખાવી જી, એને તમે તા'રે દઇને તપાવો રે.'

સતી લોયણે પણ શરીરને વશ કરવા વાયુને કાબૂમાં લેવાની અને નાભિકમળથી પવન એટલે પ્રાણવાયુને પલટાવવાની વાત એમના ભજનોમાં કરી છે. :

ઇંગલા પિંગલા સુખમણા સાધો, ચંદ્ર-સૂર્ય એક ઘર લાવો જી;
ઉલટા પવન એને સુલટમાં લાવો જી, એવી રીતે એક ઘરમાં આવો હો જી.'
'આસન ત્રાટક ખટમાસ સિદ્ધ કર્યું ને વરતી થઇ ગઇ એક સમાન રે,
પદાર્થને અભાવના થઇ ગઇ તેહને, વાસના મટી, ટળી તાણાવાણ રે...'

જ્યારે ભજનોમાં યોગ સાધના ભળે છે ત્યારે ભક્તિને પુષ્ટિ મળે છે. સતી લોયણના ભજનોમાં રાજયોગ, હઠયોગ યમ, નિયમ ને ખૂબ સારી પેઠે વ્યાખ્યાયિત કરવામાં આવ્યો છે.

' જી રે લાખા આત્માને પામવાનો બીજો મારગ છે જી, તેને યોગ કહે છે યોગી હોં;
' જી રે લાખા યોગના રસ્તા પણ બે જ ગણ્યા છે જી, રાજયોગ અને હઠયોગ હોં.
જી રે લાખા ત્રણ પ્રકારના આહાર બતાવ્યા જી, તેમાં સાત્વિક આહર છે મોટો હોં;
જી રે લાખા રાજસી, તામસી આહાર કરે છે જી, એ તો યોગ અભ્યાસમાં ખોટો હોં.

(મો) ૯૪૨૮૨ ૧૯૦૩૧

પીડાની મૂર્તિઓ કંડારવી ક્યાં સહેલી છે ? લેખનનાં શિલ્પો કહે છે..

સંવેદનનું સ્ટેટસ
રમેશ ઠક્કર

પથ્થરમાંથી મૂર્તિઓ કંડારવી એક આગવી કળા છે.કોઈ કલાકાર લાકડામાંથી વિવિધ આઈટમો બનાવે એ રોમાંચક લાગે છે.આવું જ સર્જક માટે પણ કહી શકાય.શુષ્ક શબ્દોમાંથી એ જ્યારે કોઈ કૃતિનું સર્જન કરે છે ત્યારે એમાં જીવંતતા ઉમેરતો હોય છે. માણસ ક્યારે લખી શકે? જે માણસ ભીતરથી ભીનો હોય એ જ લખી શકે. સીધું સાદું લખવું અને સર્જનાત્મક લેખન કરવું એ બંનેમાં જમીન આસમાનનો ફરક છે. લેખક કે કવિ સર્જન યાત્રા જાણવાની તાલાવેલી સહુ કોઈને હોય છે.કેવી હોય છે એ સફર ? કેવી હોય છે અનુભૂતિ આવો જાણીએ..

આપણી ભાષાના જાણીતા કવિ ઉમાશંકર જોશી એવું કહે છે કે "શબ્દ એક એવો ઘોડો છે કે જે જરીકમાં પાડી નાખે.ઘણીવાર પ્રશ્ન થાય છે કે શબ્દ સાથે ક્યાં પનારું પડ્યું? આના કરતાં,કહો કે સુથાર થયા હોત તો કેવું ! પણ પછી થાય છે કે ખુરશીના પાયા બરોબર ન કર્યા હોય તો ગ્રાહક આવીને આપણા માથામાં મારે તો એને એવો અધિકાર હોઈ શકે.વિવેચકો છેવટે તો અહિંસક છે.રચનાકારે પોતે જ શબ્દને-શબ્દલયને વફાદારીપૂર્વક એના યોગ્યતમ સ્વરૂપે સ્થાપવો રહ્યો.જમાનાના આશીર્વાદરૂપે એ અનેકવિધ ઉત્તમ કવિતાનો ભાવક તરીકે આનંદ મેળવ્યો છે.તેણે ભીતર સર્જકના કાનમાં એટલું અવશ્ય કહ્યું છે 'જો જે હો તને વાંચવા પ્રેરાય તેની તારે હાથે વંચના ન થાય'..એટલે કે સર્જક જ્યારે લખે છે ત્યારે એની પ્રથમ શરત એ છે કે એના થકી એ વાચકને આનંદની અનુભૂતિ કરાવી શકે.

હમણાં જ જેમનો જન્મદિવસ ગયો એ આપણી ભાષાના મોટા ગજાના કવિ રમેશ પારેખ શું કહે છે ?"પરિસ્થિતિ પછી તે આગંતુક હોય કે અંદરની..ઉભયને યથાતથ સ્વીકારી લેવાની મારી માનસિક તૈયારી હોતી નથી.પરિણામે માનસિક રોગીને હવામાં ભૂતો દેખાય એમ મને પરિસ્થિતિમાં ચેલેન્જ દેખાય છે.અને હું પ્રત્યગ્ર થઈ જાઉં છું.મારામાં રહેલો લડાયક કારીગર રંધોને ફરસી લઈ ઝનૂનપૂર્વક પરિસ્થિતિના પિંડને છોલવા માંડે છે,ને એનું રૂપ પરિવર્તન સારું કે નઠારું કરીને જ જંપે છે.અને કવિતા એમાં ક્યારેક પ્રાણ પ્રતિષ્ઠા કરી જાય છે."

ચંદ્રકાંત બક્ષી બહુ સરસ વાત કરે છે એ કહે છે "લેખક નવલકથાનો પાયલટ છે.વાચક એનો નેવિગેટર છે. નેવિગેટરના ખોળામાં પુરા આસમાનનો નકશો ખુલ્લો પડ્યો છે.એક ચાલક છે, બીજો માર્ગદર્શક છે,રહનુમા છે,વાચક લઈ જાય છે એ ઊંચાઈએ કથાકાર પહોંચી શકે છે.કોકપિટમાં એ પણ તમારી સાથે બેઠો છે.એનું મુકદ્દર પણ તમારી સાથે જોડાયેલું છે.નવલકથા અંશતઃ વાચકની કલાવિદ્યા છે.દરેક નવા વાચકની સાથે સાથે લેખકનો પણ પુનર્જન્મ થાય છે. કાંતિ ભટ્ટ કહે છે.. "મારું લેખન મારું મિશન છે.વાચકો મારા અન્નદાતા છે.પ્રાણદાતા છે.."

લેખનનો શોખ મજાના અનુભવો કરાવે છે..લેખક એ નાનો કે મોટો ? એવાં સમીકરણ હોતાં નથી..ઘણા એ રીતે જુએ છે..ખરેખર સર્જક બધા એક જ પંગતમાં હોય છે.જેમ દેશભક્ત પ્રેમી કે સંત જેવા માણસોનું અલગ ભાવજગત હોય છે..એમ જ દરેક સર્જક પોતપોતાના ભાવજગતથી ભરપૂર હોય છે..સાહિત્યિક લેખનમાં સારૂં કે ખરાબ એવી ભેદરેખા ના હોય..લખવાની કોઈપણ સ્ટાઈલ એ આગવી જ હોય..એ ખરૂં કે કેટલીક કૃતિઓ વ્યાપક રીતે સ્વીકૃત બને કેટલીક અમુક ભાવકો સુધી સિમિત બની જાય..સંવેદનાનું દોરડું એ સ્પંદનના ગાડાને ખેંચે એટલે એક કૃતિની સફર શરૂ થઈ જાય..માણસની ભાગ્યરેખા હોય એવી કોઈપણ રચનાની પણ કિસ્મતરેખા હોય છે..એકાદ કૃતિ કે એકાદ પંકિત આપનાર સર્જકમાં પણ કોઈ મહાનવલ કે મહાકાવ્ય લખવાની પ્રાથમિક ક્ષમતા પડેલી જ હોય છે..નિરાશા કદાચ શબ્દના પ્રાગટય માટેનો શબ્દ નથી ! લેખન એટલે જ આશાવાદ..

આપણે એવું માનીએ છીએ કે લખાણ ટૂંકું હોય તો સારું...ઘણા લોકો લાંબા લખાણના ચાહક હોય છે..કોઈપણ કૃતિ લાંબી છે કે ટૂંકી એ મહત્વનું નથી.એ ચુસ્ત હોય એ જરૂરી છે..વાચક નાડપારખું હોય છે..આપણે દર્દી તરીકે તબીબ પાસે જઈએ ત્યારે કુશળ તબીબ બાહય નિરીક્ષણથી જેમ દરદીની તાસીર જાણી લેતો હોય છે એમ જ પ્રત્યેક વાચક એકાદ લીટી કે કૃતિના ઉઘાડ થકી એની પરખ કરી લે છે..ચંદ્રકાંત બક્ષી કહે છે એમ લેખક પાયલોટ છે..વાચક એનો નેવીગેટર છે..લખાણમાં ફીટનેસ મહત્વની હોય છે..સાહિત્યમાં ત્રણ ભાગ કે ચાર પાંચ ભાગની નવલકથાઓની પણ બોલબાલા રહી છે..કૃષ્ણ જેવા અતિ લોકપ્રિય વિષય ઉપર ક.મા.મુનશી અનેક ખંડોમાં આલેખન કરે અને છતાંય વાચકને એ જરાપણ લાંબું ના લાગે,એ સર્જકની સાચી ઓળખ છે..પન્નાલાલ પટેલની વાર્તાઓનો પટ લાંબો હોય છે..કાકાસાહેબના નિબંધો પણ પ્રમાણમાં લાંબા હોય છે..છતાં એ એક બેઠકે વાંચી શકાય એવાં રસપ્રદ આલેખનો છે.આવાં તો ઘણાં ઉદાહરણ હાથવગાં છે.રજનીકુમાર પંડયા એમની આત્મકથનાત્મક વાતો ખૂબ જ વિસ્તારથી લખે તો પણ એમ થાય કે હજુ વધારે લખ્યું હોત તો મજા આવત ! એ જ રીતે ઘણી ચોટદાર ટૂંકી કવિતાઓ લઘુકથાઓ પણ અદ્ભુત હોય છે..લાઘવ એ પણ આગવી કળા છે..એકાદ પંકિતમાં અનોખું ભાવવિશ્વ ખડું કરતા સર્જકો લાજવાબ હોય છે..હાઈકુ સોનેટ કે ટૂંકી બહેરની ગઝલોમાં અમુક કૃતિઓ કાલાતીત છે..

લખવાની ફકત મજા હોય છે.એ મજા ક્યારેય મરી જતી નથી..એનો અમરપટો હોય છે.લખવામાં કંટાળો અનુભવે એ સર્જક નથી હોતો..કેમ કે લખવું એ પોતાના આનંદથી અન્યના આનંદ સુધી વિસ્તરતી યાત્રા છે..જે માણસ પોતે જ શુષ્કતાનો શિકાર હોય એની કૃતિમાં ધબકાર કઈ રીતે હોઈ શકે ?

એક જમાનો હતો કે જ્યારે વાચકો અઢળક હતા..લખનારા જૂજ હતા..વાચકોનો સમૂહ સર્જકને સંકોરતો..આજે વાચકો લઘુમતીમાં છે એની આસપાસ લખનારાઓનું ટોળું છે..બધા લખે છે..વાંચતું કોઈ નથી ! હમણાં એક કોલમિસ્ટ મળ્યા હતા એમણે પોતે જ કબૂલ કર્યું કે એમની કોલમ એ પોતે જ વાંચતા નથી ! આ જો કે નિખાલસ વ્યંગ હશે પણ એમની વાત આજના જમાનાની છબી રજુ કરે છે..મજા આવે એટલું જ લખવું અને થાકી જવાય ત્યાં સુધી વાંચવું એ બેસ્ટ ઉપાય છે..આજે થાકી જવાય ત્યાં સુધી લખાય છે..વાંચવાનો થાક અનુભવાતો નથી !

નીતિન વડગામાએ કહેલી વાતથી સમાપન કરીએ.એ કહે છે "કવિતા કેમ, ક્યારે અને કેવી રીતે લખાય છે એ પ્રશ્નોના આ ઉત્તરો આમ ભલે વૈયક્તિક હોય પણ તેમ છતાં કેટલેક અંશે એ સામૂહિક હોવાની પણ સંભાવના છે.કવિતા આખરે તો ચોમાસાના વરસાદની જેમ નહીં પણ ગમે ત્યારે વરસતા માવઠાની માફક આવે છે.તો વળી,કવિની કવિતાનું ઐશ્વર્ય ભાવકોને સભર કરે છે,એ સાચું હ,પરંતુ એમ કરવા માટે કવિઓએ સાવ ખાલી થઈ જવું પડે છે,એ પણ એટલું જ સાચું.સર્જનની પ્રવૃત્તિ અને એના પરિણામ અંગેનું ત્રિસ્તય મને તો આવું કંઈક હાથ લાગ્યું છે..

જાતમાંથી કંઈક જાતું હોય છે,આ બધું ત્યારે લખાતું હોય છે.
ક્યાં ગજુ છે આપણા આ કંઠનું ? કોઈ આવીને જ ગાતું હોય છે.
શબ્દનું ઝરણું વહે એકાદને-આખરે હળવું થવાતું હોય છે..

(rrthakkar2@gmail.com)

સાપ્તાહિક રાશિફળ (તા. ૨૦-૦૫-૨૩ થી તા. ૨૬-૦૫-૨૩)

જ્યોતિષાચાર્ય
વિષ્ણુભાઈ વૈષ્ણવ

૧. મેષ રાશિ (અ.લ.ઈ.) આ સપ્તાહ આપને આર્થિક દ્દષ્ટિએ ફળદાયી નીવડશે, ઈમ્પોર્ટ, એક્સપોર્ટ, પોપર્ટી, વીમા કંપની બેકિંગ ફાઈનાન્સ વગેરે ક્ષેત્રમાં ફાયદો થાય. વધુ પ્રલોભન રાખવું નહી. કૌટુંબિક કલેશોનો શાંતિપૂર્ણ ઉકેલ લાવવો. સંતાનોની ઈચ્છા પૂર્ણ થાય. આરોગ્યની દ્દષ્ટિએ માથાની પીડા થાય. જાત મહેનતથી આગળ આવશો. ધાર્મિક યાત્રા થાય. વિદ્યાર્થીઓ ધારેલું પરિમાણ મેળવે. નોકરીમાં બદલી બઢતી અને પ્રમોશનનો લાભ મળે. ભાગીદારી ઘણા પ્રશ્નો ઉભા કરે.

૨. વૃષભ રાશિ (બ.વ.ઉ.) આ સપ્તાહ આપનો જુસ્સો પરાક્રમ ઘટતો જાય, નવા સાહસો સફળ ન પણ થાય. આરોગ્ય સુખાકારી સારી રહે. ભાઈ ભાંડુઓનો સહકાર સાંપડે. વૈવાહિક જીવનમાં સુમધુરતા આવે. મકાન, વાહન સંપત્તિમાં વધારો થાય. માથાનો દુઃખાવો રહ્યા કરે. આપને પણ નાણાંકીય લોન, ઋણ મળી શકે છે. ધંધા વ્યવસાયમાં પ્રગતિ ધીમી બને. ફેરફાર ન કરવા યાત્રા પ્રવાસનો યોગ છે. વિદ્યાર્થીઓ માટે આ સપ્તાહ સાનુકૂળ છે. નોકરિયાતો માટે સહકર્મી સાથે સંબંધો બગાડવાથી નુકશાન થશે.

૩. મિથુન રાશિ (ક. છ. ઘ.) આ સપ્તાહ આપ આનંદમય પસાર કરશો. વૈભવયુક્ત જીવનનો અહેસાસ કરશો. આવકની દ્દષ્ટિએ આકસ્મિક લાભ થઈ શકે. સંતાનો દ્વારા લાભ થાય. શેર-સટ્ટામાં નુકસાન થાય. વ્યવસાયમાં પારિવારિક સપોર્ટ મળે. આરોગ્યની કાળજી લેવી. શસ્ત્રક્રિયા થઈ શકે. સ્ત્રીઓ માટે પરિવારના સભ્યો આપને જ ટાર્ગેટ બનાવે. જેથી ધ્યાન રાખવું. વિદ્યાર્થીઓ માટે ઉચ્ચ અભ્યાસમાં પ્રગતિ જણાય. નોકરીયાત માટે સમય સામાન્ય પસાર થાય.

૪. કર્ક રાશિ (ડ.હ.) આપનું આ સપ્તાહ આનંદમય અને સ્ફુર્તિવાળું પસાર થાય. આર્થિક દ્દષ્ટિએ કરેલ મહેનત બર આવે. જમીન, મિલકતમાં ફાયદો થનાર છે. મકાન નવું ન લેવું. સંતોન મદદ કરશે. કૌટુંબિક વાતાવરણ ખૂબ જ આનંદપૂર્ણ રહે. ધંધા વ્યવસાયમાં મહેનતનું ફળ મળે.સ્ત્રીઓ માટે ખર્ચનો સમય છે. તેથી નાણાંકીય આયોજન કરવું. નોકરિયાત માટે સમય પસાર કરી લેવો. વિદ્યાર્થીઓ માટે પ્રાથમિક કક્ષાએ ધારેલ શૈક્ષણિક કાર્યો પૂરા થાય.

૫. સિંહ રાશિ (મ.ટ.) આ સપ્તાહ આપનું સ્વાસ્થ્ય સારું રહે. પરંતુ પત્નીના સ્વાસ્થ્યની કાળજી રાખવી. ભાઈભાંડુનો સહકાર ન મળે. દાંપત્ય જીવન શુભાશુભ પસાર થાય. ભાગોદય થાય. મકાન વાહન અને જમીન અંગે નવા આયોજન કરી શકો. યાત્રા થાય. ધંધા વ્યવસાયમાં સામાન્ય સમય પસાર થાય. જાહેરજીવનમાં લાભ થાય. નોકરીયાત માટે સ્થિતિ સામાય રહે. વિદ્યાર્થીઓ માટે નવા અભ્યાસક્રમની ઈચ્છા પૂર્ણ થાય.

૬. કન્યા રાશિ (પ.ઠ.ણ.) આ સપ્તાહ આપે આરોગ્યની ખાસ કાળજી રાખવી પડશે. આર્થિક દ્દષ્ટિએ નાણાંકીય, મુશ્કેલી ઊભી થઈ શકે. જૂનું કરજ હશે તો ચૂકવવું પઢસે. આકસ્મિક ઘટનાઓની કાળજી લેવી. વાહન ધીમો ચલાવવું દાંપત્ય જીવનમાં શુભાશુભ અસર જણાશે. નાની યાત્રા થાય. ભાગ્યોદય થાય. ધંધા વ્યવસાયમાં શુભ અસરો જોવા મળશે. મકાન, વાહન વગેરે અંગે નવીન કાર્ય થાય. નોકરીમાં શાંતિથી સમય પસાર કરવો. વિદ્યાર્થી માટે અથાગ મહેનત કરવી.

૭. તુલા રાશિ (ર.ત.) આ સપ્તાહ મિશ્ર ફળદાયક સમય પસાર થાય. શાંતિપૂર્ણ સમય પસાર કરવો. સ્વાસ્થ્ય અંગે સમસ્યા ઊભી થઈ શકે. નાણાંકીય વહેવારમાં ગફલત ન કરવી. જોખમી નાણાંકીય રોકાણ ન કરવું, જો કોઈ કોર્ટમાં કેસ ચાલતો હશે તો રાહત મળશે. દાંપત્ય જીવન સામાન્ય. નાની યાત્રા થાય. ભાગ્યોદય થાય. ધંધામાં લાભ થાય. મકાન, વાહન અંગે ધીરજ રાખવી. નોકરીમાં શુભ સમય પસાર થાય. વિદ્યાર્થી માટે ઉચ્ચ અભ્યાસ અંગે સફળતા મળે.

૮. વૃશ્ચિક રાશિ (ન.ય.) આ સપ્તાહ મધ્યમ ફળદાયક સમય પસાર થશે. ઘરેલું પ્રશ્નોની સમસ્યા આવી શકે છે. આપનું સ્વાસ્થ્ય સારું રહેશે. નાણાંકીય બાબતે કોઈ ખાસ પરિવર્તન નથી. કોર્ટ કેસ હશે તો તેમાં રાહત આવશે. પારિવારિક સુખ મધ્યમ પ્રકારનું રહેશે. જીવનસાથીના પ્રશ્નો અંગે ગંભીર બનવું. મકાન, વાહન અંગે સમસ્યા રહેશે. શેરસટ્ટાથી લાભ,નાની યાત્રા થાય. વિદ્યાર્થીઓ માટે શુભ સમય. નોકરિયાત માટે ફાયદાકારક.

૯. ધન રાશિ (ભ.ધ.ફ.થ.) આ સપ્તાહ આપને અનુકૂળ અને ફળદાયક પસાર થાય.આર્થિક દ્દષ્ટિએ સમય સાનુકૂળ હોઈ નવા આયોજન કરી શકો. સહકારી કચેરીમાં કોઈ મામલો હશે તો પરિણામ આપની તરફી આવી શકે. શત્રુઓનું કોઈ ચાલશે નહી. વ્યવસાયમાં આપને નવા આયોજન ફળશે. વૈવાહિક જીવનમાં મધુરતા આવે. સામાજિક કામો થાય. નોકરિયાત માટે પગારવધારો મળે. વિદ્યાર્થીઓ માટે આશ્ચર્યજનક પરિણામ પ્રાપ્ત થાય.

૧૦. મકર રાશિ (ખ.જ.) આ સપ્તાહ આપને માટે ઉત્તમ સમયવાળું રહેશે. અટકેલા કાર્યો થાય. પ્રગતિ થાય. આર્થિક દ્દષ્ટિએ સમય અનુકૂળ છે. જમીન મકાનમાં રોકાણ થઈ શકે. સંતાનોનો પ્રશ્ન ઉકલે. વિદ્યાભ્યાસમાં ઈચ્છીત પ્રવેશ મળે. વૈવાહિક જીવન આનંદમય પસાર થાય. લોન કે ઋણ મળે. નાણાંકીય જોગવાઈ થાય. વ્યવસાયમાં લાભ થાય. નોકરિયાત માટે પ્રગતિજનક સમય જણાય છે. વિદ્યાર્થી માટે ઉચ્ચ અભ્યાસ માટે વિદેશ જવાનું સ્વપ્ન પૂર્ણ થાય.

૧૧. કુંભ રાશિ (ગ.શ.સ.ષ) આ સપ્તાહ આપે આરોગ્યની કાળજી રાખવી. આર્થિક દ્દષ્ટિએ કેટલીક ઘટનાઓ ઘટશે જે વ્યય કરાવશે. ભાગીદારી વિચારીને કરવી. ભાઈભાંડુનો સહકાર સામાન્ય રહેશે. મકાન, વાહન, જમીન બાબતે સમય સાનુકૂળ છે. નવીન કાર્યો થાય. સંતાનના પ્રશ્નો ઉકલે. તેમના વિદેશગમનના કામો થાય.નાણાંકીય લોનની જરૂરિયાત પૂરી થાય. વૈવાહિક જીવનમાં શુભત્વ આવે. વિદ્યાર્થીઓ માટે ઈચ્છીત કાર્યો થવાની સંભાવના છે. નોકરિયાત માટે પ્રમોશનની તક મળે.

૧૨. મીન રાશિ. (દ.ચ.ઝ, થ.) આ સપ્તાહ આપની આર્થિક સ્થિતિ જોતાં આવક-જાવક સમાન સ્થિતિ રહે. જો કે ધાર્મિક કાર્યોમાં નાણાં ખર્ચાશે. કૌટુંબિક રીતે સાથસહકાર મળી રહે. સંતાનોનો સહકાર મળે. આનંદમાં વધારો થાય. મકાન,વાહન, સંપત્તિમાં પણ ફાયદાકારક સમય રહેશે. શેર-સટ્ટામાં રોકાણ કરી શકો. ઘાતથી બચવું. અકસ્માત ન થાય તેની કાળજી લેવી. નોકરિયાત વર્ગ માટે સમય સાનુકૂળ છે. પ્રગતિજનક કાર્યો થાય. વિદ્યાર્થીઓ માટે ઉચ્ચ અભ્યાસ અર્થે વિદેશગમન આયોજન થઈ શકે છે.

મો. ૯૮૨૪૬૪૭૪૩૫

સપ્તાહના તહેવારો - પંચાગ

- તા. ૨૦-૦૫-૨૩ શ્રી ગંગા દશહરા
- તા. ૨૨-૦૫-૨૩ રંભાવ્રત
- મહારાણા પ્રતાપ જયંતિ
- તા. ૨૩-૦૫-૨૩ અંગારણી વિનાયક ચતુર્થી
- તા. ૨૫-૦૫-૨૩ સ્કંદષષ્ઠી
- ગુરુ પૃષ્યામૃત અમૃત સિદ્ધિયોગ

ડેન્ટિસ્ટ્રી - ૩ડી પ્રિન્ટિંગ અને તેનું મહત્ત્વ

દંત-ચિકિત્સા
ડો. બિંદી મિહીર પંડ્યા

આજના આધુનિક જમાનામાં કે જયાં દરેક ટેકનોલોજી વિકસી રહી છે, ત્યાં મેડિકલ અને ડેન્ટલ તથા અન્ય તબીબી શાખાઓ પણ પોતાની પાંખોનો પસાર કરી રહી છે. મોર્ડન ઉપકરણો અને સાધનો જયાં દર્દીઓને ઓછા દુઃખાવામાં સારવાર પૂરી પાડી શકે છે, તેની સાથોસાથ તે દર્દી અને ડૉકટર બંનેના સમય, મહેનત અને ઉર્જાનો બચત થઈ શકે છે.

ડેન્ટલમાં અચૂક નિદાન અને ટ્રીટમેન્ટ પ્લાનિંગ માટેના CBCT એક્સરે, રૂટ કેનાલ જેવી પ્રક્રિયા વધુ સુગમ અને એક્યુરસીથી કરવા માટેના ડેન્ટલ ઓપરેટીંગ માઈક્રોસ્કોપ (DOM) કે પછી દાંતની / જડબાની માપ લેવા માટેના સ્કેનર; આ તમામ તેનું ઉદાહરણ છે. આજનો આપણો વિષય એ ડેન્ટ્રીસ્ટ્રીમાં એવા જ એક આધુનિક શોધની જે છેલ્લા કેટલાક વર્ષોથી અન્ય શાખાઓની સાથોસાથ ડેન્ટિસ્ટ્રીમાં પણ વ્યાપક પ્રમાણમાં ઉપયોગમાં લેવાય છે; તેવી '3D Printing' ટેકનોલોજી છે.

3D Printing' નામ પ્રમાણે જ એ ૩ ડાઈમેન્શનમાં આપેલ વસ્તુ કે સાધન નું વિશ્લેષણ કરી શકે છે.જે ડેન્ટલના ક્રાઉન અને બ્રીજ ફક્ત લેબ વર્ક પૂરતું સિમિત ન રહેતા, ડેન્ટિસ્ટ પ્રેક્ટીશનર ને પણ દર્દીને એક્યુપેટ, અતિશય મોંઘા ન હોય તેવા અને સમય બચાવે તેવા ક્રાઉન / બ્રીજ /કે ઈમ્પલાન્ટ કે એપ્લાયન્સ આપી શકાય છે. આ સિવાય તેની મદદથી. ઓર્થોડોન્ટિક અપ્લાયન્સ, ઈમ્પ્લાન્ટનાં સર્જીકલ ગાઈડ, અને જડબાનાં પ્રોસ્થેસિસ બનાવી શકાય છે.

3D Printing' માં સૌપ્રથમ CBCT અથવા IOS (ઈન્ટ્રીઓરલ સ્કેનર) વડે લીધેલ માર્ઝિતને STL (સ્ટાન્ડર્ડ ટેસેલેશન લેન્ગવેજ) ફાઈલ ફોર્મેટમાં. કન્વર્ટ કરી શકાય છે. આ ફોર્મેટની ફાઈલમાં જરૂર મુજબ સુધારા વધારા કરી શકાય છે. અને ત્યારબાદ આ ફાઈલને SLA/DLP અથવા MJ પ્રિન્ટરમાં પ્રિન્ટ કરી શકાય છે. જેમાં ન ફક્ત મેટલ અને સિવાય સિરામિક અને થર્મોપ્લાસ્ટિક રેઝીન પણ શક્ય છે. એકવાર મેન્યુફે કયુરીંગ પૂર્ણ થયા બાદ તેમાં જરૂરી સુધારા વધારા કરીને એકદમ યોગ્ય પ્રોસ્થેસિસ બનાવવું પણ શક્ય છે.

આ ત્રણેય પ્રિન્ટરમાં SLA સૌથી જૂની પદ્ધતિ છે. આ પ્રકારનાં પ્રિનટરમાં અલ્ટ્રાવાયોલેટ (૦ લેસરના પ્રયોગથી રેઝીનને લેયર (પડ)માં કયોર કરવામાં આવે છે. ૩ડી મોડેલ તૈયાર થાય છે.

તેની સ્પિડ ઘણી સારી હોય છે. સાથોસાથ અન્ય પદ્ધતિ કરતા તે ઘણું તેમાં અગાઉ વર્ણવ્યા મુજબ પરમેનેન્ટ ક્રાઉન, ઓક્લુઝસ ગાર્ડ, સ્પિલિન્ટ, ચોકઠા, અપ્લાયન્સ અને હવે તો વાંકાચૂકા દાંત માટેના ટ્રાન્સપરન્ટ અલાઈનર પણ બનાવી શકાય છે.

એટલે મિત્રો આજના સમયમાં ક્લિનિશીયન પણ ૩ડી ટેકનોલોજીનું મહત્ત્વ સમજી તેને રૂટિન પ્રેક્સિસમાં અમલીકરણ કરી રહ્યા છે.

ન ફક્ત આ તમામ અપ્લાયન્સ, ભવિષ્યમાં આગળ જતા હવે દાંતના સ્ટ્રકચરને બચાવવા માટેના ફલિંગ (રેસ્ટોરેશન) પણ ૩ડી ટેકનોલોજીથી બનાવી દાંતને લાંબો સમય સુધી બચાવવાની પ્રક્રિયા પણ હાથ ધરી શકાશે.

Team sharddhadeep