નમસ્કાર ગાંધીનગર

પમરાટ

આગ પાણી અને હવા સામે
માનવી એકલો બધા સામે
સૂર્ય ઝાંખો પડી ગયો પાછો
કોણ ઊભું છે આયના સામે?
મોં છુપાવીને ખૂબ ઊંઘી લ્યો
ઊભા રહેવાનું છે ખુદા સામે
બેસી રહેવાથી શું વળે 'આદિલ'?
પગ ઉપાડો તો દ્વારિકા સામે

- આદિલ મન્સૂરી

પાથેય

- રમેશ ઠક્કર

અચરજોની આરપાર

જે લોકો ઈશ્વર કે કોઈ અદ્રશ્ય શક્તિમાં અખૂટ વિશ્વાસ ધરાવે છે, એમની આસ્થા અને જીવનરસ મને ગમે છે..એ લોકો લીલાછમ રહી શકે છે..એમના જીવનમાં મહત્વના પ્રસંગોએ એમની હૂંડી શામળિયો સ્વીકારી લેતો હોય છે..સીધી લીટીમાં ના સમજાય કે ડહાપણથી ના માપી શકાય એવું ઘણું બધું એ લોકો અનુભવતા હોય છે..એમની એ અનુભૂતિ પણ ખોટી નથી હોતી..૫૦ ડિગ્રી તાપમાનવાળા વિસ્તારમાં પણ કેટલાક જીવો શ્વસે છે..ત્યાં પણ અમુક પ્રકારની વનરાજી કે તાજી કુંપળો પ્રગટતી રહે છે..શૂન્ય ડિગ્રીના શીતાગારમાં પણ જીવંત ચહલપહલ જોઈ શકાય છે..એક જીવ માટે જે ખોરાક ઝેર હોય એ બીજા જીવ માટે જીવવાનું સાધન હોય છે..તમે કડવો લીમડો આરોગતા ઉંટ કે ધતુરાનાં ડૂંડવાંને મજેદાર રીતે ખાતી બકરીને જોઈ હશે..ઘેરઘેર ફરી વાસી ખોરાક ખાતાં ગરીબ બાળકોને ફૂડ પોઈઝનીંગ થતું નથી..ફાઈવસ્ટાર હોટલમાં મોંઘીદાટ વાનગી આરોગનાર બિમાર પણ પડે છે..મૃત્યુ પામ્યાના દાખલા પણ છે..આ અચરજ કોને આભારી છે..? સામાપક્ષે તર્ક કે બુધ્ધિ એ પણ એટલી જ મહત્વની બાબતો છે..બિમાર પડીએ તો દવા જ સારૂં કરી શકે..જગત ચોકકસ પ્રકારના વૈજ્ઞાનિક સત્યો ઉપર જ ચાલે છે..હમણાં એક વકતાએ બહુ સરસ વાત કરી હતી કે શંકરાચાર્ય કે વિવેકાનંદજેવી પ્રચંડ પ્રતિભાઓ ઘણી નાની ઉંમરે મૃત્યુ પામ્યા.. જો એ વખતે આજના જેવી તબીબી સારવાર હોત તો એ અવશ્ય લાંબુ જીવ્યા હોત..શિતળાથી મોતને ભેટનાર લોકોને કોઈ પ્રાર્થના કે ઉપાસના ઉગારી શકતાં નહીં. પણ એડવર્ડ જેનર નામના વૈજ્ઞાનિકે જે રસી શોધી એણે આ રોગને નાબૂદ કર્યો..

સ્વામી સચ્ચિદાનંદ પોતાના અનુભવની વાત લખતાં કહે છે કે 'બાય પાસ સર્જરી કરાવ્યા પછી હું બે દાયકા કરતાં વધારે સમયથી જીવી રહયો છું. જો આ સગવડ ના હોત તો હું ક્યારનોય આ દુનિયા છોડી ગયો હોત...આધ્યાત્મનો કોઈ શ્લોક કે સાધના મારા આયુષ્યની એક ક્ષણ પણ વધારે શકયાં ના હોત..' વિજ્ઞાન અને બુધ્ધિ જીવનને વાસ્તવિક રીતે જુએ છે..એમાં વિશ્વાસ ધરાવનારને આપણે નાસ્તિક કહીએ છીએ...ચાર્વાક નામના વિદ્વાન આના પ્રણેતા ગણી શકાય..આપણી સંસ્કૃતિ ચાર્વાકને પણ ઋષી માને છે..!

કોઈક અદ્રશ્ય શકિત આપણા ઉપર નિયંત્રણ ધરાવે છે એ તો બુધ્ધિથી પણ અનુભવી શકાય છે..પરંતુ માણસ કેવળ ભાગ્યના ભરોંસે જીવી શકતો નથી..ગરમ વસ્તુ દઝાડે જ..ઝેરી ચીજો મોતનું કારણ બને..જીવવાનું ચાલકબળ બુધ્ધિ કે હુન્નર જ હોઈ શકે એ હકિકત છે. છતાં કોઈકની નિર્વ્યાજ લાગણી ,પ્રેમ, સુષુપ્ત શકિતઓ, મધુર કંઠ..સંગીતની સુરાવલિઓ...વિવિધ ક્ષેત્રની પ્રતિભાઓ બુધ્ધિથી પર છે..રહસ્યમય છે..નેવું વરસનાં મારાં બા નામે બબીમા જિંદગીમાં અનેક અભાવો અને પારાવાર ગરીબીમાં જીવ્યાં છે..જગતની વૈભવી કહેવાય એવી કોઈ સુખસાહયબી એમણે જોઈ નથી..આમછતાં આટલી ઉંમરે એ સંપૂર્ણ તંદુરસ્ત છે..બ્લડપ્રેશર કે સુગર જેવી કોઈ બિમારી નથી. યાદશકિત અકબંધ છે. જે મળે એ બધાને આશીર્વાદ આપે છે. સહુનું ભલું ઈચ્છે છે..પારાવાર દુઃખો વચ્ચે પણ એમની આ હકારાત્મકતા મને ચમત્કાર જ લાગે છે...!

જગત અચરજોથી ભરપુર છે..હું અવિરતપણે આ લખી રહ્યો છું એ જ મને તો અચંબા જેવું લાગે છે..હું ગુજરાતી ભાષા વ્યવસ્થીત ભણ્યો નથી..મારી આસપાસ કોઈ સાહિત્યિક કે સાક્ષરી માહોલ નથી..હું ભાષાની આંટીઘૂંટી જાણતો નથી..છતાં લોકો જેને પસંદ કરે એવું સહજ લખી શકું છું એ મને ઈશ્વરીય દેન જેવું લાગે છે. આમછતાં હું એ દ્રઢપણે માનુંછું કે સારા લેખક કે સર્જક થવા માટે વ્યવસ્થિત ભણવું અને તાલીમ આવશ્યક છે..શ્રધ્ધા અને બુધ્ધિના સંગમ ઉપર વસવું મને ગમે છે..માણસે કોઈપણ અંતિમ ઉપર ના જતાં મઝદારમાં વિહરવું જોઈએ..આસ્તિકતા મને અજવાળે છે તો નાસ્તિકતા પણ નિખાર આપી જતી હોય છે...

પેપર ફૂટવું કે ફોડવું એ તંત્ર માટે કાળી ટીલી

તંત્રીસ્થાનેથી...

આપણે હેડકલાર્કની પરીક્ષામાં બેસનારા વિદ્યાર્થીઓની મનોવેદના વિશે ફક્ત સહાનુભૂતિ જ દર્શાવી શકીશું. એમને જ એ પીડાની સાચી કિંમત સમજાઈ શકે, સરકાર કે સમાજને નહીં. તમામ પ્રકારનાં મનોરંજન અને આનંદદાયક પ્રવૃત્તિઓ અળગાં કરીને વિદ્યાર્થી ચોટી બાંધીને બેસી જતો હોય છે - જેથી એની બેરોજગારીમાંથી એને છૂટકારો સાંપડે. બેરોજગાર હોવું એ યુવાન વયના શિક્ષિત માટે બહુ મોટુ કલંક છે. ગ્રેજ્યુએટ થયા પછી એ મોં વકાસીને સરકાર સામે કોઈ ભરતીની જાહેરાત બહાર પાડે એ માટે સતત છાંપા ફંફોસતો હોય છે. જયારે આવી ભરતીની જાહેરાત પડે ત્યારે એના હતાશ હૈયે આશાનું ડોકિયું ઝગી ઊઠી છે. જો કે સો - દોઢસો બસોની મર્યાદિત સંખ્યામાં જગ્યાઓ ભરવાની હોય ત્યાં હજારો બેકાર યુવક-યુવતીઓ એ મેળવવા તૂટી પડે છે. એ માટે લેવાતી પરીક્ષા માટેનો ચક્રવ્યૂહ આવી પરીક્ષાઓમાં પુછાતા પાઠ્યક્રમ કે પ્રશ્નોના જવાબ પ્રકાશિત કરતાં પુસ્તકોની ખરીદીથી અને એ માટે ચલાવતા ખાનગી ટ્યૂશન કલાસીસમાં પ્રવેસ લેવાથી શરૂ થાય છે. રાતદિવસ લોહીનું પાણી કરીને પરીક્ષાર્થી તૈયારી કરે છે. પરિણામ પર એની પાછળ મન મૂકીને પૈસા વેરવા તૈયાર બેઠો હોય છે. શરૂથી જ વગદાર સ્રોતની શોખખોળ આરંભાય છે. એ શોધખોળ સરકારમાં બેઠેલા અધિકારીથી લઈ ધારાસભ્ય-સંસદસભ્ય અને ચેરમેન કે મંત્રી પર્યંત લંબાતી રહે છે. જે પાણીએ મગ ચડતા હોય એ ચડાવી દેવાની તૈયારી રખાય છે. વચેટિયાઓ તો દરેક સરકાર વખતે એમની 'સેવાઓ' આપવા ટાંપીને બેઠા હોય છે. 'ગૌણ' સેવા હોય કે હોય કે 'મુખ્ય' સેવાઓ હોય : બધે જ કાગડા કાળા જ હોય, એવી એક દઢ માન્યતા આદિઅનાદિથી જનમાનસમાં ઘર કરી ગયેલી છે. એટલે ગૌણ સેવા આયોગ દ્વારા લેવાતી પરીક્ષાનું પેપર ફૂટ્યું એ કોઈ નવી નવાઈની વાત નથી. અગાઉ પણ ફૂટેલું. ભવિષ્યમાં પણ ફૂટતું જ રહેશે. આ માનવ મનની કડવી વાસ્તવિકતા છે. આપણે સિદ્ધાંત અને આદર્શોની વાત જ કરી જાણીએ છીએ પરંતુ પગ નીચે રેલો આવે તયારે સીધા દોર એકદમ 'પ્રેક્ટિકલ' બની જવાની લવચીકતા ધરાવીએ છીએ. જે આવી ફલેક્સિબિલિટી ના ધરાવે અને અક્કડ રહે એ આખરે ઉનાળાના વળાંકની જેમ લબડતા રહે છે અને વાવાઝોડામાં પેલા ઊંચા તાડની જેમ ટટ્ટાર ઊભા રહી છેલ્લે તૂટીને ભોંય ભેગા થઈ જાય છે. આવી પરીક્ષાઓ પુસ્તકો સાથે આપવાની યોજના થવી જોઈએ જેથી પરીક્ષાર્થીને થોડી રાહત રહે. અહીં તો નરી ગોખણપટ્ટી વાળી ત્રાસદાયક પદ્ધતિ જ ચાલે છે. પછી પેપર ફૂટે નહીં તો બીજું શું થાય ? રુપિયા ખરચી નાખીને, વીઘું જમીન આઘીપાછી કરીને કે દેવું કરીને પણ ગામડાનો માણસ એના દીકરા-દીકરીને 'ઠેકાણે' પાડવા માગે છે. નોકરી વગર છોકરી નથી મળતી, એ પણ સરકારે વિચારવું પડે એવી સામાજિક સમસ્યા છે. રહી વાત પેપર ફૂટ્યું એ શોધી કાઢનાર પરાક્રમી ભાયડાની. એણે જરૂર એક સાહસિક કામ કરી બતાવ્યું છે અને એના પરાક્રમને હવે તો સરકારની સ્ટેમ્પ પણ લાગી ગયો છે. પરંતુ 'ફેર પરીક્ષા' એ કોઈ ઉત્તમ વિકલ્પ ન ગણાય. પેપર મેળવનારાઓની બાદબાકી કરીને બાકીના હજારોમાંથી મેરીટની રુએ પસંદગી કરવી જોઈએ હતી. કરોડો રુપિયાની રેલંછેલ પછી લેવાતી કે અપાતી પરીક્ષા ફરી લેવા જતાં એ નિર્દોષ પરીક્ષાર્થીઓને ફરી એ જ ઘાંચીની ઘાણીના બળદની જેમ રામચક્કર લગાવવાં પડશે. ફરી પાછા વચેટિયા સક્રિય થશે અને ફરી પેપર નહીં જ ફૂટે એની કોઈ ખાતરી ખરી ?

જીવનમાં બીજાની ખુશી માટે ઈશ્વર આપણને નિમિત્ત બનાવે એ જ શ્રેષ્ઠ કર્મ

લાગણીનો મેળો
રસિક વાળંદ

ખાલી જીવતર છલકાવે છે, એનાથી મોટી વાત કઈ?

કોઈ તમને બહુ ચાહે છે, એનાથી મોટી વાત કઈ?

- કિરણસિંહ ચૌહાણ

વાત છે એક પરદેશી સત્ય ઘટનાની.... ન્યૂયોર્ક શહેરમાં રહેતી નાનકડી દીકરી તેનો બચત બટવો (Piggy Bank) ખાલી કરીને એક દવાની દુકાને જાય છે. દુકાનદારને તેના ભાઈ સાથેની વાતોમાં ખલેલ પડતાં જરા ગુસ્સામાં તેને પૂછે છે કે 'શું જોઈએ છે ?' તો પેલી દીકરીએ કહ્યું કે, 'મારો ભાઈ બહુ બીમાર છે ને હું ચમત્કાર ખરીદવા આવી છું.'

બાળકીના કાલાઘેલા શબ્દો સાંભળી દુકાનદાર બોલ્યો, 'બેટા, ફરીથી બોલ, તારે શું જોઈએ છે?' તો બાળકી કહેવા માંડી, 'મારા ભાઈનું નામ એન્ડ્રયુ છે અને તેના માથામાં કંઈ થયું છે. મારા ડેડી કહેતા કે તેને કોઈ ચમત્કાર જ બચાવી શકશે. હું તે ચમત્કાર ખરીદવા અહીં આવી છું.'

બાળકીની વાત સાંભળી દુકાનદાર સમજાવવા લાગ્યો, 'બેટા,અમે અહીં કોઈ ચમત્કાર વેચતા નથી.' પેલી બાળકી કરગરતાં કહેવા લાગી, 'મારી પાસે ચમત્કાર ખરીદવા માટે પૈસા છે. તમે એટલું જ કહો કે કેટલા પૈસા થશે.' બાળકીની મુખમુદ્રા જોઈ પેલા દુકાનકારના ભાઈએ કહ્યું, કે 'તારા ભાઈને કેવા ચમત્કારની જરૂર છે?' તો બાળકીએ જણાવ્યું, 'મમ્મી કહેતી હતી કે તેનું ઓપરેશન કરાવવું પડશે, પરંતુ મારા ડેડી પાસે એટલા પૈસા નથી. આથી હું મારો બચત બટવો તોડી ભેગા કરેલા એક ડોલર અને અગિયાર સેન્ટથી ચમત્કાર ખરીદવા આવી છું !' આ સાંભળી તેણે કહ્યું કે, 'અરે વાહ, તારી પાસે જેટલા પૈસા છે, એટલામાં જ ચમત્કાર મળી જાય છે.'

ત્યારબાદ તેણે છોકરી પાસેથી પૈસા લઈને કહ્યું કે, 'મને તારા ઘરે લઈ જા. હું તારા મમ્મી-ડેરી અને ભાઈને મળવા માંગુ છું. - વાસ્તવમાં તે ન્યૂરોસર્જન ડૉ. કાર્લટન આર્મસ્ટ્રોંગ હતા. તેમણે તે ઓપરેશન મફતમાં કરી આપ્યું. અને થોડા સમય પછી તે બાળકીનો ભાઈ સાજો પણ થઈ ગયો. ત્યારે તે બાળકીની મમ્મી ઈશ્વરનો આભાર માનતાં બોલી કે ઓપરેશન ખરેખર ચમત્કારથી ઓછું નહોતું.'

દોસ્તો, ચમત્કાર એટલે શું કે. લાલની માયાજાળ કે આપણી આંખ સામે સ્ટેજ પર શૂન્યમાંથી સર્જન કરે કે પછી નજર સામે ગાયબ કરી દે એ જ.... શું ચમત્કાર એટલે અલાઉદ્દીનનો જાદુઈ ચિરાગ કે જીન પ્રગટ થાય ને માંગો તે હાજર કરી દે ??! ના....ના... ચમત્કાર તો એને કહેવાય કે જેની આશા જ ન હોય એ જ સાક્ષાત્ થાય... પરિણામની આશા છોડી દીધી હોય ને એ જ ક્ષણનો સુખદ આવિર્ભાવ થાય. ઘણીર દરેકે અનુભવ્યું જ હશે કે આપણે કોઈ મોટી જાનહાનિથી બચી ગયા હોઈએ કે કોઈની અડફેટે આવતાં આવતાં બચી ગયા હોઈએ પછી કહીએ કે, પ્રભુનો 'પા'ડ માનો કે બચી ગયા !' આવું તો ઘણુંયે નાનું-મોટું જીવનમાં બનતું જ રહે છે... પણ... ગંભીરપણે એની નોંધ લીધી ખરી ?!

ચમત્કાર એટલે અખંડ અંધકારમાં ચમકી જતો તેજ લિસોટો... એક નજીવી ઠેસ વાગતા મરી જનારા જોયા છે ને સાતમા માળેથી પટકાયેલા ચમત્કાર રુપી બચી ગયાના દાખલા મજુદ છે. આ તો એવું કે નરસિંહ -મીરાંના નોંધાયા પણ આપણને કયાંક ન દેખાયા !

દોસ્તો, મને તો જીવન જ ચમત્કારનો પર્યાય ભાસે છે ! જીવનમાં કશીયે ઘાડ ન મારી હોય ને સહજ સાધ્ય થાય એ શું ચમત્કાર નથી !! જીવનમાં આઠ-દસ વ્યક્તિઓ એવી કે જે તે સમયે મુશ્કેલભરી પરિસ્થિતિમાં મને માત્ર હાથ દેવા જ આવી હતી ને ચાલી ગઈ જેનો આજ દન લગી કદી સંસર્ગ થયો નથી કે કોઈ પત્તો પણ નથી ! બુદ્ધિવાળીને આ બધુંયે કપોલકલ્પિત લાગેયું ખરું... મને ૧૯૮૫-૮૬નું વર્ષ યાદ આવે છે, ઘરની આર્થિક સ્થિતિ સાવ સામાન્ય, બી.એડના અભ્યાસ માટે અમદાવાદ જવાનું થયું, કોમી તોફાનોના દિવસો.... હોસ્ટેલમાં એડમીશન નહીં.... શરુઆતના દસેક દિવસ મીલમજૂર લત્તામાં એક દિલાવર રાજપૂત ખાનદાને આશરો આપ્યો ત્યાર પછી એક મહામના સગા-સ્નેહીએ તો પોતાની ગેરહાજરીમાં પરિવાર સોંપી દીધો... મારો અભ્યાસ હેમખેમ પૂરો થયો.... ને જયારે જરૂર પડી ત્યારે પોતાની પી.એફ. બચતનમાંથી રકમ ઉપાડી એ મહામના વ્યક્તિએ મને મદદ પણ કરી હતી... જયારે જયારે જીવનમાં અંધકારનો ઓછાયો સર્જાયો છે ત્યારે ફરિસ્તા બની કોઈને કોઈએ મદદ કરી મને ઊંચકી લીધો છે.... આવાં તો અસંખ્ય અનુભવો છે... મારા મદદગાર આ દેવદૂતો ત્યાર પછી મળ્યા પણ નથી.... ને ઉપકાર કર્યાનો ક્યાંક ઢોલ પીટ્યો પણ નથી...!!!

અનુસંધાન પાના નં. ૭ પર

દિન મહિમા

- રાષ્ટ્રીય કિસાન દિવસ ભારતના પાંચમાં વડાપ્રધાન ચૌધરી ચરણસિંહના જન્મદિન પર કિસાન દિવસ ઊજવયા છે.

આજનું

ઔષધ

- વડનું દૂધ લગાડવાથી ખરજવું મટી જાય છે.

ખડખડાટ

- દૂધવાળા હડતાળ પાડે તો દૂધ રસ્તા પર ઢોળી દે બટાકાવાળા હડતાળ પાડે તો બટાકા રસતા પર ફેંકી દે ખબર નહીં બેંકવાળાને કયારે અક્કલ આવશે...!

આજનો

વોટ્સએપ

- જતું કરવાવાળા અને જાતે કરવા વાળા કયારેક દુઃખી થતા નથી.

વિચાર

- એવી અપેક્ષા ના રાખો કે તમારો સાથીદાર તમારા જેવો જ હોય, કારણ કે બે વ્યક્તિ કયારેક એકબીજાનો જમણો હાથ પકડીને નથી ચાલી શકતા.

  - ફાધર વાલેસ

- દરેક વખતે શરીરમાં વિટામીન જ ઘટે એવું જરૂરી નથી, કયારેક વ્યક્તિત્વનો પણ રિપોર્ટ કરાવજો, શું ખબર માણસાઈ પણ ઘટી ગઈ હોય....

  - ભૂપત વડોદરિયા

- કોઈને એટલી જ સલાહ આપો જેટલી એ સમજી શકે, કેમ કે ડૉલ ભરાઈ જાય પછી પાણીનો બગાડ જ થાય છે.

  - એસ. ભટ્ટાચાર્ય

- ષડયંત્ર મિલકત આપી શકે, સફળતા, શ્રેષ્ઠતા અને આત્મસંતોષ નહિ

  - ભીખુદાન ગઢવી

રંગપુરનો ઐતિહાસિક મહેલ જોવા બધાં ઉત્સાહિત હતા

સ-રસ
મમતા બુચ

બપોરના બે વાગ્યા હતા. પણ કોલેજના વિદ્યાર્થીઓથી ભરેલી એ બસમાં માંડ બે-ચાર જણાં એવાં હશે કે જેમને ઝોકાં આવતાં હોય! એક તો યુવાધન અને એમાં ય માંડ આઝાદી મળી હોય! એટલે જોક્સ, ગીતો, હસી-મજાક અને ધમાચકડી વચ્ચે સમય ક્યાં પસાર થઈ રહ્યો હતો એને મસ્તીએ ચડેલા જુવાનિયાંઓને ખ્યાલ પણ નહોતો!

સ્હેજ ખાડા-ખબડાવાળા રસ્તે દોડી રહેલી બસ આખરે રંગપુર ગામ પહોંચી ત્યારે બસની સાથે મસ્તીને પણ બ્રેક લાગી! આ ઐતિહાસિક સ્થળની મુલાકાતનું આખું ય આયોજન કોલેજના એક વિદ્યાર્થી-ગ્રૂપના આગ્રહથી થયું હતું. એમાં છોકરીઓ તરફથી વિચાર વહેતો મૂકવામાં આવ્યો હતો અને છોકરાઓ તો એને વધાવી લેવા તૈયાર હોય જ!

રંગપુરમાં એક પ્રાથમિક શાળા હતી. એમાં બધાંનો ઊતારો રાખવામાં આવ્યો હતો. રવિવાર હતો એટલે શાળાના વિદ્યાર્થીઓને અભ્યાસમાં તકલીફ પડે એમ નહોતી. અધ્યાપકે બધાંને ફ્રેશ થઈને અર્ધી કલાક પછી ભેગાં થવાનું કહ્યું. રંગપુરનો ઐતિહાસિક મહેલ જોવા બધાં ઉત્સાહિત હતાં.

"મિલી! હવે કેટલું ઊંઘીશ! આખા રસ્તે ઊંઘતી જ રહી છે! ચલ, જલ્દી તૈયાર થઈ જા." શાલુએ મિલીને ઢંઢોળી. "ના,ના....ઊંઘતી નથી. જાગું જ છું." "એમ? તો બોલ, પેલા શૌનકે છેલ્લો જોક ક્યો કહ્યો હતો?" "હેં, હા, હાપપેલો સરદારજીવાળો...". આખા ય કન્યાવૃંદમાં હાસ્યનું મોજું ફેલાઈ ગયું. ઈશા ટીખળી સ્વરે બોલી પડી, "લો! બેનબાનાં ગપ્પાં સાંભળો! અરે, શૌનકે જોક કહ્યો જ નથી, એ તો ઉદિત નારાયણનાં ગીતોએ ચડ્યો હતો!"

છોકરાઓના ગ્રૂપમાં પણ મહેલને જોવા જવાની તૈયારી થતી હતી. "મયંક, આ ટી-શર્ટ કેવું લાગે છે? આમાં ફોટા મસ્ત આવશે ને?" તો સામે મયંક પણ મજાક ઊડાવવા તૈયાર હતો, "અલ્યા, ફોટા આપણે જેવા હોઈએ ને એવાં જ આવે! ટી-શર્ટ ફી-શર્ટથી ના ફેર પડે!" આમ, બંને પક્ષે ઉમંગ છવાયેલો હતો. આખરે ચાલીસ મિનિટ પછી બે ય વૃંદો ભેગાં થયાં. અધ્યાપકો પણ ફ્રેશ થઈને આવી ગયા હતા. ઊતારાથી વીસેક મિનિટ કાચા રસ્તે ચાલ્યા પછી રંગપુરનો મહેલ દેખાયો. જોંતાંવેંત જ વિદ્યાર્થીસમૂહમાંથી ઉદગારો નીકળવા માંડ્યા, "વાઉ! વોટ એ બ્યુટીફુલ સ્ટ્રક્ચર! સચ એ ગ્રાન્ડ પેલેસ, યાર!"

મહેલ ખરેખર ભવ્ય હતો. એ ભલે થોડોક જીર્ણ થઈ ગયો હતો પણ એની જીર્ણતા પણ એની ભવ્યતાની સાક્ષી પૂરતી હતી. છોકરા-છોકરીઓ ચારે બાજુ ફરીને એને નિહાળવા લાગ્યાં. એવામાં એક જણે સૂચન કર્યું, "આ ઐતિહાસિક જગ્યા છે. એને બરાબર સમજવી હોય તો કોઈક ગાઈડની મદદ લેવી જોઈએ. શું કહો છો બધાં?" બધાંએ એકી અવાજે એના સૂચનને અનુમોદન આપ્યું. અધ્યાપકોને પણ વાત યોગ્ય લાગી. કોઈક ગાઈડ મળી આવે તો એનો ખર્ચ સમૂહમાં વહેંચી લેવો એવું નક્કી થયું.

ગાઈડ માટે આસપાસમાં તપાસ ટૂકડીઓ દોડી ગઈ. આખરે એક ટૂકડીને એ મળી આવ્યો પણ ખરો. મહેલની પાછળની બાજુ પડતાં ખેતરો તરફ મોં રાખીને એ મહેલના પાછળના ભાગે બેઠો હતો. વિદ્યાર્થીઓએ એને પૂછ્યું, "અહીં કોઈ ગાઈડ મળશે?" એણે પ્રતિપ્રશ્ન કર્યો, "શું જાણવા માંગો છો?" "અહીંનો ઈતિહાસ." ટોળું બોલ્યું.

એ બોલ્યો, "સાંજ ઢળી રહી છે." "તો અહીં કોને ઉતાવળ છે? આજની રાત અમારે આ ગામમાં જ વીતાવવાની છે." કોઈક મસ્તીખોર વિદ્યાર્થી બોલી ઊઠ્યો. ટોળાએ એની વાતને વધાવી લીધી. બધા છોકરાઓ અધ્યાપકો અને છોકરીઓને બોલાવી લાવ્યા. બધાં ટોળે વળીને બેઠાં. ગાઈડે વાત ચાલુ કરી. "આ મહેલ અત્યારે પણ આટલો સુંદર દેખાય છે તો એના જમાનામાં એ કેવો દેખાતો હશે....હા, એનો પણ એક જમાનો હતો. વિશાળ ખંડો, રાચ-રચીલામાં છલકાતો વૈભવ, રંગ-બેરંગી કાચ જડેલી છત......એ મહેલ નહીં, પણ જાણે સ્વપ્નલોકની સફર હતો." વાત કરતાં-કરતાં ગાઈડ એમાં ડૂબી ગયો હતો અને પ્રવાસીઓનું વૃંદ સ્વપ્નલોકની સફરે ઉપડી ગયું હતું.

"રંગપુરના રાજા રણવીરસિંહ બાહોશ અને ઉત્તમ શાસક હતા. પ્રજા એમના રાજમાં સુખી હતી. એ રાજાને ઘરે એક કન્યારત્ન હતું. કુમારી પ્રેમવતી જ્યારે મહેલની અટારીએ ઊભી રહેતી ત્યારે દિવસ હોય તો સૂરજ શરમાઈ જતો અને રાત હોય તો ચંદ્રમા ઝાંખો પડી જતો એવું એનું રૂપ હતું." વાત કહેતાં ગાઈડ થોભ્યો. શ્રોતાગણ વાતના પ્રવાહમાં વહી રહ્યો હતો.

"એવી રાજકુમારી પ્રેમવતીનું રૂપ એક જુવાનની આંખોમાં અંજાઈ ગયું હતું. પણે....દૂર દેખાય છે ને, એ ખેતરો એ જુવાનનાં હતાં. એ રોજ ત્યાં આવતો, કામ કરતો અને પ્રેમવતીને આંખ ભરીને જોયા કરતો." "પછી?" મયંકથી પૂછ્યા વગર ન રહેવાયું. "પછી તો એક દિવસ પ્રેમવતીની નજર પણ એની ઉપર પડી. અને અવશપણે એ પણ એની તરફ ખેંચાતી ગઈ.....પણ રણવીરસિંહની ચકોર દ્રષ્ટિથી આ ચાંદ અને ચકોરીની પ્રેમકથા છાની ન રહી. એક દિવસ ચોરી-છૂપે જુવાનની સાથે બાજુના ગામમાં મેળો માણવા ગયેલી પ્રેમવતીને એમણે એ પાછી ફરતી હતી ત્યાં જ પકડી. એ વખતે તો એમણે બંનેમાંથી કોઈને પણ કંઈ કહ્યું નહીં. એમની કરડી નજરની સામે પ્રેમવતી કંઈ જ બોલ્યા વગર મહેલ ભેગી થઈ ગઈ." આટલું બોલીને એ થોભ્યો.

"પછી આગળ શું બન્યું?" શ્રોતાઓ ઉતાવળા થવા લાગ્યા. એ બોલ્યો, "ઉતાવળ શું છે? તમે તો કાલે પણ અહીં છો ને? આજ મોડું થઈ ગયું છે. ગામમાં રાત વહેલી પડી જાય છે." બધાં નિરાશ વદને ઊભા થઈને પાછાં ફર્યા.

"સાહેબ, પાછા ફરવામાં મોડું થઈ ગયું?" ઉતારો રાખવામાં આવ્યો હતો એ શાળાના ચોકીદારે અધ્યાપકને હળવેથી પૂછ્યું. જવાબમાં અધ્યાપકે આખી ઘટના વર્ણવી.

ચોકીદારના વૃદ્ધ ચહેરા ઉપર અજબ ભાવ ઉતરી આવ્યા, "એ કાલે તમને આગળની વાત નહીં કહે. કારણકે તમને સવારે એ મળશે જ નહીં.....હું કહું આગળની વાત. રણવીરસિંહે દિકરીને ખબર ન પડે એમ જુવાનને બોલાવ્યો. એને બહુ સમજાવ્યો, લાલચ આપી, દમદાટી આપી, પણ તો ય જુવાન પ્રેમવતીથી અલગ થવા માન્યો નહીં એટલે ......".

"એટલે શું?" અત્યાર સુધી ચૂપ રહેલી મિલી બોલી. "એટલે કહે છે કે રણવીરસિંહે રાતના અંધારામાં જુવાનને એના જ ખેતરમાં માણસો મોકલીને .....મારી નંખાવ્યો....ગામલોકો કહે છે કે હજી પણ એ જુવાન પ્રેમવતીની રાહ જોઈને મહેલ આગળ બેસે છે." બધાં સડક થઈ ગયાં. તો આ ગાઈડ જેવો લાગતો હતો એ જ....?

રાત્રે બધાં ચૂપચાપ સૂઈ ગયાં. પણ મિલીની આંખોમાંથી ઊંઘ ગાયબ હતી. ધીમે પગલે એ ઊઠી. મહેલની સામે રહેલાં ખેતરો તરફ એ ગઈ. એક મોટા ઝાડની નીચે જુવાન ઊભો હતો. એણે મિલીને જોઈ. અત્યારે એક એકલી છોકરી જોઈને એ સ્તબ્ધ થઈ ગયો. એણે મિલીને પૂછ્યું, "તમે?... કેમ અહીં?"..."અત્યારે?" મિલીની આંખો ચમકી ઊઠી, "તમારા ગયા પછી પ્રેમવતીનું શું થયું એ નથી જાણવું તમારે?" જુવાન બોલી ઉઠ્યો, "એ જાણવા તો રોજ અહીં આવું છું. મરીને પણ મને ચેન નથી. પણ મને જોઈને ગામલોકો દૂર ભાગે છે."

મિલીના ચહેરા ઉપર પ્રેમ છલકાઈ ઉઠ્યો, "હું પણ એ જુવાનની શોધમાં જ અહીં આવી છું. મને દરરોજ સ્વપ્નમાં આ મહેલ, ખેતર અને એ ગામ દેખાતાં હતાં. અને એટલે અહીં આવવાનું સૂચન પણ મારું જ હતું. તારા ગયા પછી મેં પણ મહેલની અટારી ઉપરથી કૂદીને....." જુવાનનો ચહેરો ચમકી ઊઠ્યો. મિલી પરવશપણે બોલતી હતી, "મને પણ તારી દુનિયામાં લઈ જા....પ્રેમવતી તારા વગર અહીં શું કરશે?"

ત્યારબાદ કોઈને મિલીની ભાળ મળી નહીં. ગામલોકોને આજ દિન સુધી એ વાતની નવાઈ છે કે જુવાન પણ અચાનક દેખાતો બંધ થઈ ગયો.

ગાજર : આટલું જાણવું જરૂરી છે

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા
ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

શિયાળામાં શાકભાજી પુષ્કળ પ્રમાણમાં અને સસ્તા મળે. સલાડ બનાવી ખાઈ શકાય એવા કોબી,કાકડી,ટામેટા,કેપ્સીકમ, મરચા, લીલું લસણ અને લીલી ડુંગળી તેમજ ગાજર અને બીટ તો જાણે પૂરબહારે ખીલ્યા હોય તેવું લાગે. શિયાળો આમેય હેલ્થને સુધારવાની સીઝન છે. જે લોકો હેલ્થને લઈને ખૂબ ઓછા જાગૃત હોય તેવા લોકો પણ શિયાળામાં વોકિંગ, કસરત, ચ્યવનપ્રાશ, અડદિયા, આમળા, વેજીટેબલ જ્યુસ, સલાડ આદિ ડાએટ અને લાઈફ સ્ટાઈલ અનુસરવા લાગે. આજે શિયાળના ડાએટનું એક અગત્યનું અંગ એટલે કે ગાજરની વાત કરીએ

કંદમૂળ એવું ગાજર ખૂબ રસાળ, અને તેથી જ વેજીટેબલ જ્યુસનું મુખ્ય ઘટક. આપણને બધાને ગાજર વિષે થોડીઘણી અછડતી ખબર હશે પણ આજે તેના ગુણો વિષે થોડું વિગતે જાણીએ.

ગાજર બીટા કેરોટીનનો પ્રચૂર સ્રોત છે. આ બીટા કેરોટીન આપણા લિવર દ્વારા વિટામિન-એ માં ફેરવાય છે. વિટામિન-એ આંખો માટે ખૂબ જરૂરી છે. રાત્રિ દરમિયાનના વિઝન માટે વિટામિન-એ જરૂરી છે. આ ઉપરાંત વિટામિન-એ આંખોને પોષણ આપે છે. મોતિયા કે એ પ્રકારની દ્રષ્ટિને લગતી બીજી તકલીફોને રોકવામાં વિટામિન-એ અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. આ ઉપરાંત વિટામિન-એ ચામડી અને વાળ માટે પણ ખૂબ અગત્યનું છે. વિટામિન-એ ચામડી તથા વાળને સૂર્યપ્રકાશ સામે રક્ષણ આપે છે. તે ચામડીની સ્નિગ્ધતાને જાળવી રાખે છે. વિટામિન-એ ચામડી પરની કરચલીઓ, રૂક્ષતા, કાળાપણું, ખીલ, આદિને અટકાવવા અને ચામડીનો રંગ તથા સુંવાળપ જાળવવામાં મદદરૂપ છે. ગાજર એન્ટીઓક્સીડન્ટ પણ છે. ગાજર હદયને પોષણ આપે છે. અને દાંતો અને પેઢા માટે પણ ફાયદાકારક છે.

આ ઉપરાંત ગાજરમાં 'ફાલકેરિનોલ' નામનું એક નેચરલ પેસ્ટીસાઈડ રહેલું છે. આ તત્વ મારફત ગાજરનાં મૂળ ફૂગ અને બીજા જીવાણુંઓ સામે રક્ષણ મેળવે છે. આ જ તત્વ કેન્સર થતું અટકાવવા માટે મદદરૂપ છે. ઉંદરો પર થયેલા એક રિસર્ચમાં એવું જાણવા મળ્યુ છે કે જે ઉંદરો ગાજર ખાતા હોય છે તેને કેન્સર થવાનું જોખમ ૩૩ ટકા ઘટી જાય છે.

ગાજરમાં રહેલ વિટામિન-એ ફેટ સોલ્યુબલ છે. એટલે કે ચરબી દ્રાવ્ય છે. આથી ગાજરને જો ઘી, માખણ કે તેલ સાથે ખાવામાં આવે તો શરીર અને લોહી મારફત ગાજરમાંના વિટામિન-એ નું શોષણ ખૂબ વધારે અને ઝડપી રીતે થાય છે.(હળવો બાફેલો ગાજરનો હલવો ખૂબ અસરકારક નિવડે) શક્ય હોય ત્યાં સુધી ગાજરને તાજા જ ઉપયોગમાં લેવા હિતાવહ છે. ફ્રીઝમાં મુકતા ગાજરમાંના પોષક તત્વોનો નાશ થવાની શક્યતા હોય છે. ગાજરને બહુ ગરમ કરવા પણ હિતાવહ નથી. વધારે પડતા ઉષ્ણતામાનથી પણ ગાજરના પોષક તત્વો નાશ પામે છે.

(M) 9879471147

તમારા મનમાં જેવા જીવનસાથીની કલ્પના છે એ પૂરી થશે ખરી?

નખરાળી જિંદગી
નિયતી કાપડીયા

વરસો પહેલાં મારા પપ્પાના એક મિત્ર ઘરે આવતા. ઉંમર થઈ ગયેલી તોય એમણે લગ્ન નહોતા કર્યા એટલે જેવું ઓફિસનું કામ પૂરું થાય એવા તરત નવરા પડી જતા અને સાંજે પપ્પા પાસે આવીને બેસતા. પછી અચાનક જ એ ઘરે આવતા બંધ થઈ ગયેલા.

હવે એ વખતે મોબાઈલ તો હતા નહીં કે એમનું વોટ્સેપ સ્ટેટસ જોઈ એમના હાલહવાલ સમજી જઈએ. ફોન કરવામાં પાછી એક મોટી તકલીફ, સામેથી કોઈક "હલો" બોલે એટલે હું આગળ જે પૂછવાનું હોય એ જ વિસરી જાઉં! લગભગ છ મહિના થઈ ગયા, હું તો એ કાકાને ભૂલી ગયેલી અને એક શનિવારની સાંજે એ સજોડે અમારા ઘરે પધાર્યા...

મારી હાલત જુઓ તો, મોઢું ખોલીને, આંખો ફાડીને હું ઘડીમાં કાકાને તો ઘડીમાં કાકીને ટગર ટગર જોઈ જ રહેલી. લાલ સાડી, એવો જ લાલ મોટો ચાંલ્લો, લાલ લિપસ્ટિક, લાલ બંગડીઓ એય પાછી ખાસ્સી બધી, બંને હાથ ભરેલા ભરેલા દેખાય એટલી બધી. કાકા તો એવા ને એવા જ હતા, અડધા માથેથી વાળ ઉડી ગયેલા ત્યાં જાણે તેલ ચોપડ્યું હોય એવી જગારા મારતી ટાલવાળા, અડધી બાંયનું ઊભી લીટીઓ વાળું શર્ટ અને કાળું પેન્ટ એમનો રોજનો પહેરવેશ. ચહેરે મહોરે કહું તો શમ્મી કપૂર જેવા!

મારા મનમાં એ લોકોને જોયા ત્યારથી જ એક સવાલ આડોઅવળો થઈ રહેલો અને જેવા એ લોકો ગયા એવી જ હું હડી કાઢતી ઘરમાં ઘૂસી અને પપ્પાને જઈને કહ્યું, "કાકા મોડેથી પરણ્યા એટલે એમને એમના જેવી રૂપાળી છોકરી ના મળી, હેં ને?"

હા, કાકી સહેજ ભીનેવાન હતા અને એટલા ઘાટીલા પણ ના કહી શકાય. એ વખતે પપ્પાએ મને કહ્યું કે એક બાપ તરીકે મારે તારી સાથે આવી ચર્ચા ના કરવી જોઈએ પણ તે પૂછ્યું છે એટલે કહું છું. એ તારો કાકો આખા ગામની રૂપાળી, બુદ્ધિશાળી, ચબરાક સ્ત્રીઓ સાથે ફરી ચૂક્યો છે અને થોડા જ સમયમાં ઊબકી ઉઠ્યો છે. હાલ જે છોકરી સાથે એણે લગ્ન કર્યા એની સાથે એને ફાવી ગયું છે. એ ભલે દેખાવે વધારે આકર્ષક નથી પણ સ્વભાવની ખૂબ સુંદર છે. વરસો બાદ એણે સાચો નિર્ણય લીધો અને થોડીક બાંધછોડ કરી ગોઠવાઈ ગયો.

પહેલાં તો મને પપ્પાનું કહેવું બિલકુલ ન સમજાયું, થયું એવો કયો માણસ હોય જે રૂપાળી, ચકાચક છોકરીઓને ના કહીને એક સાવ સામાન્ય યુવતી સાથે પરણે? ખાલી ગોઠવાઈ જવા માટે લગ્ન થોડા કરાય. મનમાં આવેલું કે આ સંબંધ વધારે નહીં ટકે પણ મારા સુખદ આશ્ચર્ય વચ્ચે એ સંબંધ છેવટ સુધી ટક્યો અને ખૂબ સુંદર રીતે ટક્યો.

સુંદર દેખાતી યુવતીઓ સારી પત્ની નથી બની શકતી એવું હું નથી કહેતી પણ તમારે કેવી સ્ત્રી સાથે આખું જીવન વિતાવવું કે વિતાડવું છે એ વિચારવા લાયક ખરું અને એનું માપદંડ ફક્ત સુંદરતા નથી. આજ વાત છોકરીઓએ પણ વિચારવા જેવી. કોઈક માણસ તમને કેમ ગમી જાય છે? કેટલા બધા લોકો છે આપણી આસપાસ અને તોય એ બધામાંથી કોઈ એક જ એવી વ્યક્તિ હોય છે જે બધાથી જુદી તરી આવે છે. એની સાથે આપણને સારું લાગે છે. એ વ્યક્તિ વિશે ફક્ત વિચાર કરતાંય ચહેરા પર એક મસ્ત સ્મિત આવી જાય છે. હવે જો એ જ વ્યક્તિ તમારી જીવનસાથી બની જાય તો? નખરાળી આ જિંદગી થોડી વધારે જીવવા જેવી લાગે હેં ને! પણ ધારોકે એવી કોઈ વ્યક્તિ તમને મળે જ નહીં તો?

આજે કેટલાય એવા યુવક-યુવતીઓ જોવા મળી રહેશે જે ખાસ્સી ઉંમર વીતી જવા છતાં હજી પરણ્યા ન હોય. એ લોકો સારા દેખાય છે, સારું કમાઈ લે છે, સુખી પરિવારમાંથી આવે છે અને તોય એમનું ક્યાંય સેટિંગ નથી થઈ રહ્યું. કેમ? કેમ કે એમને એમની કલ્પના મુજબનું પાત્ર હજી મળ્યું નથી!

સરકારે લગ્ન કરવાની ઉંમર નક્કી કરી છે, વાંઢા રહેવાની નહીં, એટલે જ કેટલાય એમને ગમતું પાત્ર મળી જાય એની વરસોથી રાહ જોઈ રહ્યાં છે. રાહ જોવામાં કંઈ ખોટું નથી પણ એ રાહ ક્યાં સુધી જોવાની? એની કોઈ ટાઈમ લિમિટ ખરી? કોઈક માણસ તમને પહેલી નજરે ગમી જાય અને થોડા સમય બાદ એ અનુકૂળ ના આવે એમ બનવું સ્વાભાવિક છે. બરાબર એ જ રીતે કોઈ વ્યક્તિ તમને પહેલા ના ગમે, ઠીકઠાક લાગે અને પછીથી એની સાથે ફાવી જાય એવું પણ શક્ય છે. આ ગમવું અને ના ગમવું એમાં ક્યાં બાંધછોડ કરી શકાય એટલી સમજણ આવી જાય તો કંઈક વાત બને.

જૂના વખતમાં મોટા ભાગના ઘરમાં પપ્પા ખૂબ નબળા હૃદયના હતા. જેવું લાગે કે એમનું સંતાન એમની વાત નથી માની રહ્યું કે તરત જ એમને છાતીમાં સણકો પડતો. પછી એ વાત પપ્પાને ગમતી જગ્યાએ નોકરી કરવાની હોય કે પપ્પાને ગમતી છોકરી સાથે લગ્ન કરવાની હોય, સંતાનો ચૂપચાપ માની જ લેતા. ભલે મનમાં આજીવન ગાળો દેતા પણ સામે કંઈ કહેવાની હિંમત ના કરતાં.

એ વખતે મમ્મીઓને પણ એક નાની શીશી હાથવગી રહેતી, જેવું લાગે કે એમનું સંતાન એમના કાબૂ બહાર જઈ રહ્યું છે તરત જ એ શીશી બહાર નીકળી આવતી અને "તારે એમ કરવું હોય તો મારી લાશ ઉપર થઈને જવું પડશે." એવો ફિલ્મી ડાયલોગ સંભળાતો. બિચારા સંતાનો મમ્મીની ઉપરવટ જવાની હિંમત જ નહોતા કરતા.

આ બધું અત્યારે નથી થતું, માબાપ તો ઠીક પણ યુવાનો જોરદાર સુધરી ગયા છે. આજે બાપાને એટેક આવે તો છોકરો તરત એકસો આંઠને કૉલ કરશે અને મમ્મી ઝેરની શીશી કાઢે તો છોકરી તરત કહેશે, "એ ઝેર વાપરવાની તારીખ નીકળી ગઈ છે, હવે એને પી લઈશ તો મરી તો નહીં જાય પણ ઝાડા ચોક્કસ થઈ જશે." મમ્મી બિચારી ગુસ્સો ભૂલીને હસી પડે અને પેલી શીશી ચોકડીમાં ઢોળી નાંખે. થોડીવારે ઝેરી અસરથી તરફડતા વાંદા જોઈ એને કમકમા આવી જાય અને પોતાને બચાવી લેવા બદલ દીકરી પ્રત્યે માન થઈ આવે. ટૂંકમાં તમારા લગ્ન વિશે તમારા માબાપ પણ જોઈએ એટલું દબાણ નથી કરી શકતા અને ક્યાંક કરવા જાય તોય ફાવતા નથી.

આટલું બધું લખીને મારો કહેવાનો હેતુ એટલો જ કે તમારો જીવનસાથી તમારે જાતે જ શોધવાનો છે એ ખરું પણ ક્યાંક અટવાઈ જાઓ ત્યારે ઘરના વડીલોની સલાહ માનવી કંઈ ખોટું નથી. એ લોકો હવે તમારી સાથે ધાકધમકી વગરના પ્રેમાળ માતાપિતાની જેમ વર્તી રહ્યાં છે ત્યારે એમની આગળ મનની વાત કરવામાં સંકોચ શા માટે થવો જોઈએ?

અમસ્તું,

કેટલાક લોકોને જીવનમાં મોટું પરિવર્તન આવે એનો સામનો કરતા ડર લાગે છે, લગ્ન પાછા ઠેલવા પાછળ પણ આજ કારણ તો જવાબદાર નથી ને...

@KapadiaNiyati