સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
ફોન : ૨૩૨૨૬૨૫૧

મૂલ્યો અને સિદ્ધાંત પર આ કુઠારાઘાત છે,
ચૂંટનારા મતદારોને આ વિશ્વાસઘાત છે,
પક્ષાઘાત લાગ્યો છે સત્તાનો કોંગ્રેસી સભ્યોને -
ગાંધીવાદી 'કહેવાતા' પક્ષને આઘાત છે
(સત્તા ભૂખ્યા કોંગીઓની ગૂલાંટ)

આવે ક્યાંથી ને?!
કરી કેટલાંયની -
ઉંઘ હરામ..
(આશારામ ને અનિંદ્રાનો રોગ)

ચઢાવે પાણી -
અશક્ત મહિલાઓ નું -
શક્તિ-કરણ..
(પાણી સમિતિ)

ચિંતન

ઇભ તુરગ શતૈઃ પ્રયાન્તુ મૂઢા ધનરહિતા વિબુધાઃ પ્રયાન્તુ પદભ્યામ્ ।
ગિરિ શિખર ગતાપિ કાક પંક્તિઃ પુલિન ગતૈર્ન સમા હિ રાજહંસૈઃ ॥

'જેમ કાગડાઓની હાર-પંક્તિ લાઇન આખી ભલે ને ઊંચા પર્વતની ટોચ પર બેઠી હોય પંરતુ તળેટીમાં તળાવની પાળે-જળાશયને કાંઠે બેઠેલા રાજહંસોની સાથે એ કાગડાઓની તુલના થઇ શકે નહીં.'

એમ મૂર્ખાઓ ભલેને ઊંચા હોદ્દા-પાયરી-ગાડી-બંગલા-હાથી ઘોડા પર બેસીને ફર્યા કરતા હોય પરંતુ એમની સરખામણી ધન વિનાના - છતાંય વિદ્વાન-પંડિતો જે પગે જ ચાલતા હોય છે. તેમની સાથે થઇ શકે નહીં.

આજકાલ દરેક ક્ષેત્રમાં 'અનામત'ની બદી પેસી ગઇ છે. ધનવાનોની 'ડોનર'ની બેઠક. સંસ્થાની જાતિ-જ્ઞાતિની બેઠકો વગેરે આમાં સાચી મહેનતથી પાસ થયેલા 'મેરીટવાળા' માર ખાઇ જાય છે.

અહીં ગુણ વિનાના-કુરૂપ-કાગડા પોતાની લાયકાત વિના ઊંચે-પર્વતની ટોચ પર બેઠા હોય એ માત્રથી એની 'લાયકાત' સન્માનીય બની જતી નથી. તળેટીના તળાવની પાળે બેઠેલાં રાજહંસની ગુણવત્તા એથી કંઇ ઓછી થઇ જતી નથી.

... એટલે નિર્ગુણ સત્તાધારી હોય તેથી શું સદ્‌ગુણી સામાન્ય જનનું મહત્ત્વ ઘટી નથી જતું.

સુવિચાર

- ન ચવાયેલો ઇતિહાસ આપો, દિશાઓ જ્ઞાનની ખૂલે એવો અભ્યાસ આપો, તમારી સીમાઓ એને ન દેખાડો... એ તો બાળક છે એને ખુલ્લું આકાશ આપો **- જીવન શિક્ષણ**
- દુનિયાનો ડાહ્યામાં ડાહ્યો માણસ હોય તો તે મારો દરજી છે.. એ હંમેશા મારું નવું માપ લે છે.. જ્યારે લોકો તો મને જૂના ગજથી જ માપ્યા કરે છે **- એન્ટોવ ચેખોવ**
- 'એજ્યુકેશન' શબ્દ 'એજ્યુકેર' પરથી આવ્યો છે.. જેનો અર્થ છે અંધકારમાંથી પ્રકાશ તરફનું પ્રયાણ **- રજનીશ**
- સુખ આપનારા કર્મો વિરાગથી ભોગવો, દુઃખ આપનારા કર્મોને આનંદથી ભોગવો, પાપ કરાવનારા કર્મથી સાવધાન રહો **- હિતોપ્રદેશ**
- મારું બધાયના ઉપયોગમાં આવે, બીજાનું મારે કાંઇ ન જોઇએ એ જ ઉદારતાની ઉત્તમ ભાવના **- મુનિ ભાનુચંદ્ર**
- ઝંઝટ તમામ પડતી મૂકી, બેસ થોડીવાર... સાંભળ ભીતરનો નાદ જરી બેસ થોડીવાર, અસ્તિત્વ તારૂ ડૂબી રહ્યું અંધકારમાં, અંતરમાં એક દીવો કરી બેસ થોડીવાર **- અહમદ મકરાણી**
- જીવનમાં ઊંચા સિદ્ધાંત રાખવા એ ઉત્તમ બાબત છે.. પણ તે પ્રમાણે જીવવું એ સર્વોત્તમ છે **- નેલ્સન મંડેલા**

(સંકલન : દીપક વી. આસરા)

બોધ કથા

બે મિત્ર હતા. ફ્રેન્ક અને બિલ.

ફ્રેન્ક ગરીબ અને દેવાદાર હતો જ્યારે બિલ ધનવાન. પણ તેમની મૈત્રીમાં આ અંતર ક્યારેય અંતરાય રૂપ બન્યું ન હતું.

અચાનક કોઇ બિમારીમાં ફ્રેન્કનું મૃત્યુ થયું વિધવા પત્ની દેવાના બોજ નીચે દટાઇ ગઇ. મૃત્યુ પછી થોડા દિવસે બિલ મિત્ર ફ્રેન્કને ઘેર ગયો. ત્યારે તેની વિધવા પત્ની એની ડાયરી જ વાંચતી હતી અને એમાં કોનાં કેટલાં લેણાં છે એ બધાના નામ-સરનામાં હતા.

સામાન્ય વાતચીત પછી સ્ત્રી કહે તમે એના નિકટના મિત્ર હતા એની વપરાશની વસ્તુઓમાંથી કોઇ પણ વસ્તુ એની સ્મૃતિરૂપે તમે લઇ જજો! - હું તમારા માટે કોફી બનાવી આવું.. અને એ રસોડામાં ગઇ.

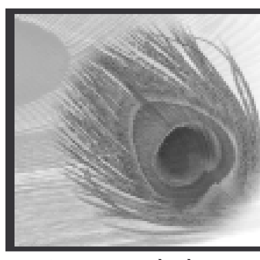
બિલે પેલી ડાયરી - વાંચી બધું સમજી ગયો. કોફી પીધા પછી - એણે કહ્યું ભાભી, તમે ફ્રેન્કની કોઇ વસ્તુ લઇ જવાનું કહ્યું હતું ને? હું એની આ ડાયરી લઇ જાઉં છું... ફ્રેન્કની પત્ની તેનો ઇરાદો સમજી ગઇ.. આંસુ ઉભરાયાં.

... આવી હોય મિત્રને અંજલિ..

Email - sureshchandrabhatt18@gmail.com

હે શિક્ષકો, હજી સમય હાથમાં છે, વિશ્વના નાના-નાના દેશો આપણા કરતા ક્યાંય આગળ વધી ગયા છે અને આપણે હજી આંતરિક સમસ્યાઓમાંથી બહાર નથી આવ્યા તમે જાગો, આવતી પેઢીને જગાવો, આખા વિશ્વને આતંકવાદની સમસ્યામાંથી મુક્ત કરવું હશે તો પ્રત્યેક દેશની યુવા પેઢીએ જાગ્રત થવું પડશે અને આ કાર્ય શિક્ષકો સિવાય કોઈ કરી શકશે નહીં

હે શિક્ષકો, હવે તો જાગો !



મોરપીંછના રંગ

- ડૉ. કનૈયાલાલ ભટ્ટ

'શિક્ષક કભી સામાન્ય નહી હોતા' આ વિધાન ભારતીય અર્થશાસ્ત્રના પ્રણેતા અને સમ્રાટ ચંદ્રગુપ્ત મૌર્યના પથદર્શક-ગુરુ-મહામંત્રી શ્રી ચાણક્યનું છે. ચાણક્ય એ જગતના શ્રેષ્ઠ શિક્ષકોમાંના એક હતા. શિક્ષક એટલે વર્ગમાં પચ્ચીસ-પચાસ વિદ્યાર્થીઓને ભણાવે એ નહીં. શિક્ષકની વ્યાખ્યા આપણા શિક્ષકો જ નથી સમજી શક્યા નહીતર આપણા દેશના શિક્ષણની અવદશા આવી ન હોત. પોતાના બ્રાહ્મણત્વનું અપમાન કરનાર, નંદવંશને જળમૂળમાંથી ઉખેડી નાખનાર ચાણક્ય સાચા અર્થમાં બ્રાહ્મણ અને શિક્ષક હતા.

શિક્ષકત્વ બહુ મોટી તાકાત વાળો પરમાણુ છે. આ 'શિક્ષક' શબ્દમાં જ ક્રાંતિનો, પરિવર્તનનો અર્થ સમાયેલો છે. એક જ શિક્ષક ધારે તો આખા સમાજમાં, રાજ્યમાં દેશમાં કે વિશ્વમાં ક્રાંતિ લાવી શકે છે. પરિવર્તન લાવી શકે છે.

આપણને થશે કે એક શિક્ષક બિચારો શું કરી શકે ? આજની આપણી સામાજિક, શૈક્ષણિક વ્યવસ્થા જ એવી છે કે શિક્ષક એટલે સાવ સામાન્ય ત્રીજા-ચોથા વર્ગનો કર્મચારી-એથી એ વિશેષ કશું જ નહીં. શિક્ષક સહેજ અવાજ કરે તો આચાર્યની ધમકી અને ઉપર... અધિકારીઓ... ટ્રસ્ટીઓની ફોજ ઊભી જ હોય, મેમો... નોટિસ અને બદલી, શું કરે બિચારો શિક્ષક...!

પણ ના, શિક્ષકનું શિક્ષકત્વ આટલેથી નથી પૂર્ણ થઈ જતું. શિક્ષક હંમેશાં શિક્ષક જ રહે છે. એના અવાજને કોઈ દબાવી શકતું નથી. સાચા શિક્ષકને કોઈ ડગાવી શકતું નથી. શિક્ષક એટલે સળગતી જ્યોત... એની આગ ભલભલાને દઝાડે પણ છે અને પ્રકાશ દ્વારા અંધકારમાં રાહ પણ ચીંધે છે. સાચો શિક્ષક તલવારની ધાર જેવો હોવો જોઈએ એનું આંતરમન ચમકતું અને એનું જ્ઞાન-સમજ તીક્ષ્ણ ધાર જેવા હોવા જોઈએ... ક્યાં ગયું એ ગૌરવ ? ક્યાં ગયું એ જ્ઞાન? ક્યાં ગઈ એ તેજસ્વીતશ? પ્રાચીન કાળના શિક્ષકો જુઓ...! વશિષ્ટ, દ્રોણાચાર્ય, કૃપાચાર્ય, વિશ્વામિત્ર, પરશુરામ... આ બધાનું જ્ઞાન અને બ્રહ્મતેજ તલવારની ધાર જેવું હતું. તેમનાથી રાજા-મહારાજાઓ પણ ડરતા, હે શિક્ષકો, તમે જાગો, વિચારો, તમારો આ ભવ્ય વારસો યાદ કરો, તમારામાં પ્રાચીન ઋષિમુનિઓ અને ચાણક્ય જેવા પૂર્વજોનું જ્ઞાન વહે છે. તમે એમના વંશજો છો. તમારું મૌન આખા સમાજને અંધકારમય બનાવી રહ્યું છે. તમારી શક્તિનો તમને જ પરિચય નથી. જાગો, ઊઠો અને વિચારો...!

હે શિક્ષકો...! તમે તો દેશના ભવિષ્યનું નિર્માણ કરો છો. આવતીકાલે જેઓ યુવાન બનીને દેશનું સુકાન સંભાળવાના છે એવા કુમળી વયના બાળકોને તમારે ભણાવવાના છે. શું ભણાવશો ? એકડા...? કક્કો...? કે એબીસીડી ? ના મિત્રો, એ અભ્યાસ તો સ્થૂળ અર્થમાં છે. જેમનું મન સાવ કોરું છે. ખાલી છે તેમાં છત્રપતિ શિવાજી, મહારાણા પ્રતાપ, રાણી લક્ષ્મીબાઈ, ભગતસિંહ, સ્વામી વિવેકાનંદ અને આવા કેટલાંય આપણા ઐતિહાસિક પાત્રોના જીવન વિશેની વાતો દ્વારા પ્રસંગો દ્વારા એમના કુમળા-ખાલી મનને ભરી દો અને યાદ રાખો કે તમારી પાસે આવનાર પ્રત્યેક બાળક સ્વામી વિવેકાનંદ, શિવાજી, ભગતસિંહ કે ગાંધીજી બની શકે છે. આવા એકાદ-બે બાળકના શિક્ષક બનવાનું ગૌરવ તમારે નથી જોઈતું ? તો જગાવો એમની અંદરની સુષુપ્ત શક્તિને. એકડો તો એ ઘેર પણ ઘૂંટી શકશે... તમારા હાથે તો આખા દેશનું ભાવિ ઘડાય છે તમે તમારી જાતને ક્યારેય ત્રીજા-ચોથા વર્ગના કર્મચારી ન સમજો. તમારા શિક્ષકત્વનું ગૌરવ તમે જ ઊભું કરો. પ્રત્યેક બાળકને નવા સંસ્કાર, નવા વિચાર અને નવી પદ્ધતિથી વાકેફ કરો, એનામાં સત્ય, અહિંસા, વીરતા, લાગણી, શ્રદ્ધા, વિશ્વાસ, નીડરતા અને સાહસિકતાના ગુણોનું પ્રત્યારોપણ કરો, અને પછી જુઓ તમોએ રોપેલું બીજ કેટલું મોટું વટવૃક્ષ બને છે.

મિત્રો, તમોએ બાળકોને ભણાવવાની તાલીમ લીધી છે. પરંતુ એ તાલીમ એકેડેમિક છે. સાચી તાલીમ આપણા અંદરના સંસ્કાર છે. એ ક્યારેય ન ભૂલશો અને જો તમે પાણીમાં બેસી ગયા, ડરી ગયા, હારી ગયા... કે સંવેદનહીન થઈ ગયા, નિષ્ઠાહીન થઈ ગયા, શ્રદ્ધા હીન બની ગયા... તો આપણા દેશની આવતી આખી પેઢીનું શું થશે ? તેની તમે ખૂદ કલ્પના કરી શકો છો અને એ પેઢીમાં મારા-તમારા સૌના સંતાનો મોં સંતાડીને જીવતા હશે.

માધ્યમિક શાળાનો શિક્ષક એટલે દરિયામાં મઝધારે ફસાયેલા જહાજનો કેપ્ટન, માધ્યમિક શાળાના શિક્ષકો સામાન્ય રીતે એવું વિચારતા હોય છે કે, "છોકરો પ્રાથમિક કક્ષાએથી જ નબળો છે અને ઉપર કોલેજમાં જઈને કાંઈ ઉકાળવાનો નથી." એવું વિચારતા શિક્ષકો નોકરીના વર્ષો રગશિયા ગાંડાની જેમ પુરા કરતા હોય છે. પણ મિત્રો, તમે તો એવા કેપ્ટન છો કે જહાજ મધદરિયે આવી ગયું છે. હવે એને દિશા તમારે આપવાની છે. સ્થિરતા તમારે આપવાની છે. 'શિક્ષક'નો મૂળમંત્ર તમારે પણ ભૂલવાનો નથી એને તમારે નરસિંહ-મીરાં, દયારામની ભક્તિ કવિતા, કલાપી, ન્હાનાલાલ, ઉમાશંકર જેવા કવિઓની રસ-ભાવ પૂર્ણ કવિતાઓ ભણાવીને એમની રસેન્દ્રીય જાગ્રત કરવાની સાથે સાથે સમાજની-દેશની પરિસ્થિતિથી વાકેફ પણ કરવાના છે. તેમની અંદરના આત્માને જાગ્રત કરવાનો છે. એમની કિશોરાવસ્થામાં થનગનતા ઘોડાનો ઉત્સાહ ભરી દેવાનો છે. કારણ કે તમારી પાસે જે કિશોરો ધોરણ-૮થી ૧૨ ભણવા આવ્યા છે તેઓ કાલ સવારે યુવાન બનીને કોલેજમાં જવાના છે. જ્યાં લપસી જવાના ભયસ્થાનો ઘણાય છે. કાંઠે આવીને જહાજ ન ડૂબે એની વિદ્યા તમારે શિખવવાની છે. એ તમારે નથી ભૂલવાનું... તમે પણ કર્મચારી નહીં 'શિક્ષક' છો. તમારે જ ભારતની નવી પેઢીને નવો રાહ ચીંધવાનો છે. ધ્યેય પ્રાપ્તિના ગુણો તમે નહીં શીખવો તો કોણ શિખવશે ? હે મહાસાગરના મરજીવા શિક્ષકો ક્યાં ગઈ તમારી શ્રદ્ધા ? નિષ્ઠા અને કર્તવ્યપારાયણતા ? ઉઠો, જાગો અને આવતી નવી પેઢીનું સર્જન કરવામાં મધ્યસ્થી બનો. બાળક ચાલતા શીખી ગયું છે. એને સહેજ દિશા આપીને દોડતું કરો, તમારે તો અર્જૂનની જેમ ચકલીની આંખ વિંધવાની છે. શું થયું છે તમને ? આ યુગમાં કેમ કોઈ વિવેકાનંદ, વિનોબા કે ગાંધીજી નથી થતું ? ઊઠો અને પરિવર્તનના આ નવા યુગનું નિર્માણ કરો !

હે અધ્યાપકો, તમે શિક્ષકત્વની ગરિમા છો. તમે જ ચાણક્યની શિખા છો. તમારી ભૂમિકા તો સેનાપતિ જેવી છે. તમારી પાસે તો લીંબુની ફાડ જેવી પાણીદાર આંખો લઈને ફાટફાટ થતું યૌવનધન આવે છે. પ્રાથમિક - માધ્યમિક શિક્ષણ પૂર્ણ કરીને નવા સપનાઓ, નવી આશા, નવી શ્રદ્ધા સાથે કોલેજના પગથિયાં ચડતા યુવા ધનને તમારે સ્નેહ-સુમેળ અને સદ્‌ભાવથી આવકારીને નક્કર આકાર આપવાનો છે. ભારતની ભાવિ પેઢીના ઈતિહાસનો આરંભ તમારે કરવાનો છે. આજના યુવાનોને મહાવીર, વિવેકાનંદ,ભગતસિંહ કે ગાંધીજી તમારે બનાવવાના છે.

હે અધ્યાપકો ! તમારી નિષ્ઠાને ઢંઢોળો ! તમારામાં એ તાકાત હોવી જોઈએ કે એક અવાજ કરો ને હજારો વિદ્યાર્થીઓ જીવ આપવા તૈયાર થઈ જાય છે. છે તમારામાં એ ગરિમા ? ન હોય તો જાગ્રત કરો, પ્રત્યેક યુવાનમાં શક્તિનો સ્રોત વહે છે. એને સમાજની, દેશની પરિસ્થિતિ સામે લડતા શીખવો, એનામાં આત્મસન્માન જગાવો વાસ્તવિકતાનો અરિસો એની સામે ધરો. દેશની રાજકીય - સામાજિક અને આર્થિક સ્થિતિનું આ પેઢીનું સાચું જ્ઞાન આપો, સમજ આપો. જો તમો ઈચ્છો તો આખા દેશની સૂરત તમો બદલી શકો છો, તમારા હાથમાં આખા દેશની યુવા પેઢી છે. તમો ધારો તો આખી સત્તા બદલી શકો છો. આખી પ્રથા-પરંપરા બદલી શકો છો, આખો ઈતિહાસ બદલી શકો છો. આનું નામ અધ્યાપક. હે શિક્ષક, તમારી પાસે આવનાર પ્રત્યેક બાળકે શિવાજીનું હાલરડું સાંભળ્યું છે. વિવેકાનંદની વાતો સાંભળી છે. યુવાનીમાં એને માત્ર કસૂંબીનો રંગ જ પાવાનો છે એની આંતર ચેતનાને જ જગાડવાની છે.

હે શિક્ષકો, હજી સમય હાથમાં છે. વિશ્વના નાના-નાના દેશો આપણા કરતા ક્યાંય આગળ વધી ગયા છે અને આપણે હજી આંતરિક સમસ્યાઓમાંથી બહાર નથી આવ્યા. તમે જાગો, આવતી પેઢીને જગાવો, આખા વિશ્વને આતંકવાદની સમસ્યામાંથી મુક્ત કરવું હશે તો પ્રત્યેક દેશની યુવા પેઢીએ જાગ્રત થવું પડશે અને આ કાર્ય શિક્ષકો સિવાય કોઈ કરી શકશે નહીં.

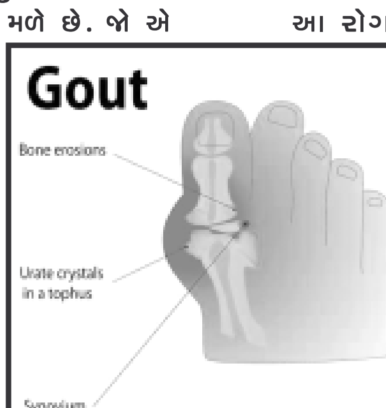
હે શિક્ષકો, સૌ પ્રથમ તમો જ તમારા આત્માને ઢંઢોળો, જાગ્રત કરો અને દરરોજ સવારે તથા રાત્રે અરિસા સામે ઉભા રહીને દસ-દસ વખત બોલો કે, "હું દેશની ભાવિ પેઢીનો નિર્માતા છું અને આવનાર પેઢીને હું નિષ્ઠાપૂર્વક સાચું શિક્ષણ આપીશ, હું મારા શિક્ષકત્વમાંથી ક્યારેય ચલિત નહી થાઉં અને શિક્ષકનું ગૌરવ વધારીશ."

આ રોગના લક્ષણો જોઇએ તો અચાનક જ ક્યારેક પગના અંગૂઠા પર ખૂબ જ દુખાવો થવો, અંગૂઠો સૂજીને લાલ થઇ જાય, વ્યક્તિને હચન-ચલનમાં તકલીફ પડે

ગાઉટ નિરામય

- ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

શરીર રોગોનું આશ્રયસ્થાન છે. જ્યારે વ્યક્તિ આહાર-વિહાર તથા વિચાર પરનો પોતાનો કાબૂ ગુમાવે છે ત્યારે આ રોગો રૂપી મહેમાનો શરીરરૂપી આશ્રય સ્થાન પર ટકોરા દેવા લાગે છે. જ્યારે ત્રણેય દોષોની સમઅવસ્થા ચલીત થાય ત્યારે રોગોની ઉત્પત્તિ થવા લાગે છે. આથી આયુર્વેદમાં સ્વસ્થવૃત્ત અને દિનચર્યા - ઋતુચર્યાનો મહિમા છે. વ્યક્તિએ દિવસ-રાત મુજબ તેમજ તેનો વિસ્તારથી ઉલ્લેખ આયુર્વેદમાં મળે છે. જો એ રીતે આચરણ કરવામાં આવે તો રોગો થવાની શક્યતા નહિવત થઇ જાય છે. આમ અહિં રોગ ન થાય તે માટેનું 'પ્રીવેન્શન' પહેલાં કરવાનું, અને પછી જો રોગ થયો હોય તો તેના 'ક્યોર' વિષે વિચારવાનું છે.



આ આહાર-વિહારમાં ફેરફારને કારણે જ થતા અનેક રોગોમાંનો એક રોગ એટલે 'ગાઉટ'. આયુર્વેદમાં આ રોગને 'આઢ્ય વાત' તરીકે ઓળખાવાયો છે. ઇંગ્લેન્ડમાં આ રોગને **Disease of kings** કહે છે. એટલે કે આ રોગ સુખીસંપન્ન વ્યક્તિઓને વધુ થાય છે. આ જ રોગને 'પીડાગ્રા' તથા 'હાઇપર યુરિસેમીયા' પણ કહે છે. મુખ્યત્વે આ રોગમાં રક્તમાં 'યુરિક એસિડ' ની માત્રા વધી જાય છે. (લેબોરેટરીમાં રક્તપરિક્ષણ વડે આ રોગની ચકાસણી થઇ શકે છે.) યુરિક એસિડ વધવાથી 'સોડિયમ બાયયુરેટ' પગના અંગૂઠાના સાંધામાં જમા થઇ જાય છે. આમ, આ રોગનું સર્વપ્રથમ લક્ષણ, પગના અંગૂઠામાં અસહ્ય દુખાવો જોવા મળે છે. વધુ પડતાં પ્યુરીન યુક્ત આહાર (જેવા કે માંસ, માછલી આદિ) લેવાથી આ રોગ થવાની શક્યતા વધી જાય છે.

સામાન્યતઃ શરીરમાં યુરિક એસિડની માત્રા ૧૦૦૦ મીલી જેટલી હોય છે. આમાની લગભગ છઠ્ઠાભાગની માત્રા (આશરે ૧૫૦ મીલી) રક્તમાં હોય છે. જયારે બાકીનું યુરિક એસિડ પેશીઓના રસમાં (ટીસ્યુ ફ્લ્યુડ) હોય છે. ગાઉટમાં શરીરમાં યુરિન એસિડની માત્રા નોર્મલ કરતા ૨-૩ ગણીથી પણ વધુ થઇ જાય છે અને આ યુરિક એસિડમાંનુ ઘટક 'સોડિયમ યુરેટ' એ શરીરના અવયવો પર ચોંટવા લાગે છે. ખાસ કરીને પગના અંગૂઠાના સાંધામાં આ 'સોડિયમ યુરેટ (બાયયુરેટ)' ના સોઇ આકારના અનેક સ્ફટિકો જોવા મળે છે. આ ઉપરાંત સાંધામાં રહેલ શ્લેષ્મકલા, લિગામેન્ટ તથા શરીરની કંડરાઓમાં પણ જોવા મળે છે. વધુ પડતા પ્રોટીન, ચરબીયુક્ત આહાર લેવાથી આ રોગ થઇ શકે છે.

આ રોગના લક્ષણો જોઇએ તો અચાનક જ ક્યારેક પગના અંગૂઠા પર ખૂબ જ દુખાવો થવો, અંગૂઠો સૂજીને લાલ થઇ જાય, વ્યક્તિને હચન-ચલનમાં તકલીફ પડે. અડી ન શકાય તેવી વેદના થાય. ક્યારેક તાવ પણ આવે. આવો દુખાવો મુખ્યત્વે રાત્રે થાય. સવાર પડતાં દુખાવો ઓછો થાય, પરંતુ સોજો તથા લાલીમા જોવા મળે. ફરી અમુક સમયે આ પ્રકારનો દુખાવો જોવા મળે. રક્ત તથા મૂત્રમાં પરિક્ષણ કરતા. યુરિક એસિડની માત્રા વધેલી જોવા મળે આધુનિક ચિકિત્સા શાસ્ત્રમાં 'ઝાયલેરિક' આદિ દવાઓ વડે આ રોગમાં નિયંત્રણ મેળવી શકાય છે. અત્યંત દુઃખાવો થતો હોય તે સમયે 'પેઇન કિલર' લઇ શકાય.

આયુર્વેદમાં ગાઉટને 'વાતરક્ત' રોગ સાથે સરખાવી શકાય. રોગ થવાના કારણો તથા લક્ષણો આપણે અગાઉ જોઇ ગયા તે પ્રકારે જ આયુર્વેદ શાસ્ત્રોમાં વર્ણીત છે. મૂલતઃ વાયુની વિષમતાથી રક્ત દૂષિત થાય છે અને દૂષિત રક્ત દ્વારા વાયુના માર્ગમાં અવરોધ ઊભો થવાથી આ રોગ થાય છે. જયરે આ રોગ ત્વચા, માંસ આદિ બાહ્ય અવવયો પુરતો સિમિત હોય ત્યારે તેને ઉતાન વાતરક્ત અને જયારે અસ્થિ અને સંધિ (હાડકાં અને સાંધા) સુધી આ રોગ પહોંચી જાય તો તેને ગંભીર વાતરક્ત કહે છે.

આયુર્વેદમાં ગળો એ વાતરક્તની શ્રેષ્ઠચિકિત્સા ગણી શકાય. પ્રોટીન યુક્ત આહાર પર નિયમન રાખી ગળીને નિયમિત સેવન કરવાથી ફાયદો થઇ શકે.

આસુરી સંપદ્ ધરાવનાર વ્યક્તિઓમાં વિવેકનો અભાવ હોય છે તેઓ પ્રવૃત્તિ તથા નિવૃત્તિ વિષયક યોગ્ય સમજ ધરાવતા નથી

સંસ્કાર ચિંતન

- અનંત ન. વ્યાસ

અસત્યમપ્રતિષ્ઠં તે જગદાહુરનીશ્વરમ્
અપરસ્પર સંભૂતં કિમન્યત્કામ હેતુકમ્ ॥

આસુરી પ્રકૃતિવાળા માણસો કહે છે કે જગતમાં આશ્રય વિનાનું, સાવ અસત્ય અને ઈશ્વર વિના આપમેળે માત્ર સ્ત્રી-પુરૂષોના સંયોગથી ઉદ્‌ભવ્યું છે, માટે કેવળ કામ જ તેનું કારણ છે. એ કામ સિવાય અન્ય શું છે?

ભગવદ ગીતા અ. ૧૬/૮

શ્રીમદ ભગવદ ગીતાજીના સોળમા અધ્યાયમાં ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે દૈવી તથા આસુરી સંપદ્ ધરાવનાર વ્યક્તિઓનાં લક્ષણઓનું વિશદ્ વિવેચન કર્યું છે અને જણાવ્યું છે કે દૈવી સંપદ્‌થી મુક્તિ મળે છે ત્યારે આસુરી સંપદ્ બંધન કરે છે. પૂ. દાદા આઠવલેના મત પ્રમાણે આસુરી સંપદાનાં વધારા પાછળ જડવાદી વિચારધારા પડેલી છે. આ વિચારધારા અતિ પ્રબળ છે. તેથી તેનું નિરૂપણ પણ વિસ્તારપૂર્વક કરવામાં આવ્યું છે. આ વિચારધારાના મૂળ અતિ ઊંડા છે અને તેનો આજકાલની છીછરી મનોવૃત્તિ ન સમજવી જોઈએ. આધુનિક સમયમાં તેનો વ્યાપ વધતો જાય છે. એવું લાગે છે કે જેમ જેમ વિજ્ઞાનની નવી નવી શાખાઓનું જ્ઞાન વધતું જાય છે તેમ તેમ તત્ત્વજ્ઞાન પાછળ ફરતું જાય છે. ઈશ્વરનું કાંઈ અસ્તિત્વ જ નથી તેવો ખ્યાલ આ વિચારધારાના પાયામાં છે. આપણે ત્યાં તો અર્વાક તેના પ્રથમ આચાર્ય હતા. વિદેશોમાં તો અનેક તત્ત્વવેતાઓએ ઈશ્વરના અસ્તિત્વનો સાફ ઈન્કાર કર્યો છે. તેઓનાં સિદ્ધાંત 'જડવાદ' તરીકે જાણીતો થયો છે. આ સિદ્ધાંતના બે મુખ્ય નિયમો સમજવા જેવા ગણાય, એક તો પદાર્થનું સ્વતંત્ર અસ્તિત્વ છે. પદાર્થ પ્રથમ છે જ્ઞાન પછી આવે છે અને બીજા પ્રમાણએ પદાર્થ શ્રેષ્ઠ છે. જ્ઞાન નહિં આ શરીર જ મન તથા આત્માનું નિર્માણ કરે છે. શરીરથી અલગ આત્માનું કોઈ અસ્તિત્વ નથી. સ્વર્ગ, મોક્ષ કે પુનર્જન્મ જેવું પણ કશું નથી. માટે 'જયાં સુધી જીવો, મોજથી જીવો. દેવું કરીને પણ ઘી પીવો' તેમ માની જીવન જીવવા સૂંચવાયું છે.

ગીતાજીમાં અસદ્ - સંપત્તિનું વર્ણન કરી તેનાથી પ્રાપ્ત પરિણામો દર્શાવાયા છે. અર્જુનના પ્રશ્નનો જવાબ આપતા હોય તેમ શ્રીકૃષ્ણ અસદ્ - સંપદ ધરાવનાર વ્યક્તિઓની વિગતે સમજ પુરી પાડે છે. દૈવી તથા આસુરી સંપદ્‌ના પાયામાં તો ત્રિગુણાત્મક પ્રકૃતિ જ ભાગ ભજવે છે. સત્વ રજ તથા તમોગુણના આધાર પર વ્યક્તિનો સ્વભાવ ઘડાતો હોય છે. જેનામાં સત્વગુણની અધિકતા હોય તે વ્યક્તિ દૈવી ગુણો ધરાવે છે. તમોગુણી વ્યક્તિ બહુધા આસુરી વ્યકિતત્વ ધરાવે છે. પરંતુ ત્રણે ગુણોમાં તો અવારનવાર વધઘટ થતી રહે છે. તેવી વ્યક્તિ સદૈવ એક જ ગુણનાં આશરે ટકતો નથી. આપણા મનોભાવો વારંવાર બદલાતા રહે છે તેથી ભગવાન કહે છે કે દરેક વ્યક્તિએ પોતાનું આત્મનિરીક્ષણ કરવું જરૂરી છે. દર રાત્રે પાંચેક મિનિટમાં દિવસ દરમિયાન અનુભવેલા ભાવો યાદ કરી લેવા. કામ-ક્રોધ જેવા ભાવો માટે મંથન કરવું. ઈશ્વર પ્રત્યેની પોતાની નિષ્ઠામાં ઓછપ વર્તાય તો સાવધ થઈ જવું. દૈવી સંપદ્ પ્રાપ્ત કરવા માટે આ સાદો માર્ગ છે. કારણ કે ચિત્ત સદાય ઉત્ક્રાન્તિ ઈચ્છે છે તેથી તમોગુણમાંથી સત્વગુણ તરફ આસક્તિમાંથી અનાસક્તિ તરફ તથા અજ્ઞાનથી જ્ઞાન તરફ જ તેની ગતિ હોય છે. આપણે સામાન્ય રીતે આ ગતિને વેગ આપવાનું કાર્ય કરવાનું છે.

આસુરી સંપદ્ ધરાવનાર વ્યક્તિઓમાં વિવેકનો અભાવ હોય છે તેઓ પ્રવૃત્તિ તથા નિવૃત્તિ વિષયક યોગ્ય સમજ ધરાવતા નથી. વૃદ્ધાવસ્થામાં પણ પોતાના સ્થાન પર ચીટકી રહે છે. જયાં સુધી ધક્કો મારી નિવૃત્ત ન કરવામાં આવે ત્યાં સુધી પોતાના વ્યવસાયમાંથી નિવૃત્ત થતાં જ નથી. આ લોકો બાહ્ય કે આંતરિક શુદ્ધિ પણ જાળવતાં નથી. પોતાનો સ્વાર્થ સાધવા ગમે તેવું હલકું કામ કરવા તૈયાર થઈ જાય છે. તેઓ સત્ય પ્રત્યે જરા પણ આદર ધરાવતા નથી. સ્વયં અસત્યભાષી હોય છે અને વારંવાર ફરતું બોલતા રહે છે.

આસુરી સંપત્તિ ધરાવનારના વિચારો, વલણો તથા આચરણો તદ્દન અલગ હોય છે. તેઓ માત્ર ઈન્દ્રિયજન્ય સુખની શોધમાં ફરતા રહે છે. વિષયભોગને તે મોટામાં મોટું સુખ માને છે. સ્ત્રી પુરૂષ મર્યાદાને માન્ય ગણતા નથી. ઈન્દ્રિયજન્ય સુખ કરતાં વધારે ઊચ્ચ કોટીનું સુખ પણ હોય છે. તેવી તેઓને કલ્પના પણ આવતી નથી. આ વિશ્વનો કોઈ આધાર નથી. મૂળ નથી. તેથી ઉત્પત્તિમાં પરમાત્માનું કોઈ સ્થાન નથી. તેનો ઉદ્‌ભવ તો નર-માદાના સંયોગને લઈ થયો છે. શરીરમાં વિકાસ સાથે રાસાયણિક પ્રક્રિયા તથા હોર્મોન્સના કારણે કામ ભાવના જાગે છે. કામ ભોગને એજ એક માત્ર લક્ષ્ય માને છે. ન્યાય - નીતિ - પ્રમાણણિકતા જેવા શબ્દો તેઓની ડીક્ષનરીમાં નથી. તેઓના ચિત્તમાં અજ્ઞાનનો અંધકાર ઘેરાયેલો હોય છે. અજ્ઞાનમાંથી જ દંભનો જન્મ થાય છે. આવા લોકો મોટા દંભી હોય છે. પોતે જે છે તેના કરતાં કંઈક વિશેષ જ્ઞાની છે તે વાત દર્શાવવા વારંવાર છીછરા પ્રયત્નો કરતા હોય છે. પ્રભુની પાઠપૂજા, ભક્તિ, સત્સંગ અને સદ-ગ્રંથોના વાંચનને તેઓ સમયનો દુર્વ્યય માને છે. સત્તા પ્રિયતા તેમને અધિક પસંદ હોય છે. તેઓ વિરોધને કે વિરોધીઓને જરા પણ સહન કરી શકતા નથી. પોતે જો થોડી સફળતા પ્રાપ્ત કરી હોય તો અન્યને તુચ્છ માનવા લાગે છે. તેઓનાં વ્યવહાર નિર્દય તથા કઠોર હોય છે. પોતાના સ્વાર્થમાં રચ્યાપચ્યા રહેનારા લોકો એક બાજુથી ભગવાનમાં ન માનતા કોઈ પુનર્જન્મ તથા કર્મનાં કાયદા વિશે ચિંતા નથી કરતાં. પરંતુ પોતાની સાત પેઢી ખાય તેટલી સંપત્તિ ભેગી કરવાની ચિંતા સતત કરે છે. ભવિષ્યના સુધ માટે વર્તમાનમાં પોતાના સાથીદારોને દુઃખ આપતા અચકાતા નથી. આ સંસારમાં મારો કોઈ દુશ્મન ન ટકવો જોઈએ. આજે મેં આ સ્થાન પર રહી આટલું પ્રાપ્ત કર્યું હવે વધારે ને વધારે મેળવવા પ્રયત્ન કરીશ. હું સમાજમાં સૌથી મોટો છું તેવું માનતા આ લોકોમાં દંભ, ઘમંડ, સ્વાર્થ અભિમાન ક્રોધ તથા કઠોરતા સ્પષ્ટ તરી આવે છે. પુરી ન થઈ શકે તેવી ઈચ્છાઓ ધરાવ્યા પછી તે પૂર્ણ કરવા સતત ધમપછાડા કરતા રહે છે. તે માટે નીચ માર્ગો પણ અપનાવે છે. આશાઓમાં પારામાં બંધાયેલા આસૂરી - સંપદ્ ધરાવતા માનવીઓ આશા પૂર્તિ માટે મથ્યા કરે છે. માનવ દેહ કે જીવનનું તેને મન કશુ મૂલ્ય નથી. માનવ જન્મ દુર્લભ છે અને તે દ્વારા મોક્ષ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. તેવી વાતને તેઓ હસી કાઢે છે. જયાં ત્યાંથી જે મળે તે લઈ લેવા માટે નીતિ-નિયમોને નેવે મુકતા પણ અચકાતા નથી. પોતાના ક્ષણિક સ્વાર્થ માટે પ્રકૃતિના તથા રાષ્ટ્રના કાયદાઓ તોડવા કે પરિવર્તિત કરવા તત્પર રહે છે. દરેક નાના કે મોટા પ્રસંગોમાં તેઓ પોતાની જાતને જ કેન્દ્રમાં રાખે છે. જો કોઈ તેઓને સત્ય વાત કહેવા જાય તો તુરંત ગુસ્સે થઈ જાય છે. પોતાને શ્રેષ્ઠ માનનારા આવા લોકો ઢોંગ કરવામાં પણ નિષ્ણાંત હોય છે તેઓ કીર્તિ તથા નામનાં માટે દાન કરે છે. પણ તેનાથી અનેક ગણો ફાયદો ઉઠાવે છે. પોતાના સ્વધર્મને અવગણીને જરૂર લાગે ત્યાં અન્ય ધર્મ પરત્વે ઢળે છે. આસૂરી સંપદ્ ધરાવતા લોકોની તમામ પ્રવૃત્તિ માત્ર પોતાના સ્વાર્થ માટે હોય છે. નિરીક્ષરવાદી હોયને તેઓ મન ફાવે તેમ વર્તે છે.

(અનુસંધાન પાના નં. ૬ પર)