સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ

ફોન : ૨૩૨૨૬૨૫૧

સલામી સવારની..

પંડિતો ના મત માટે કાશ્મીરનો રસ્તો લીધો છે,
રામમંદિરે પ્હોંચવા માટે જ આ રસ્તો લીધો છે,
પંપાળે ગરીબોને વાઘનખ પહેરેલા પંજે -
'હિંદુત્વ' કાજે જ 'ત્રણસો સિત્તેર'નો રસ્તો લીધો છે
(સંકોરી ધૂણીની ખાખ)

હાઈકુ

મારે ફૂંફાડા
ઝેર વિનાનો સાપ
'ચૂંટણીપંચ'

શોધે ઉંદરો
કોતરી ખાધા પછી
વિકાસ 'દર'!

ચિંતન

દૈવાત્કન્દુકપાતેનોત્પતત્યાર્યઃ પ્રતન્નપિ ।
તથા ત્વનાર્ય : પતતિ મૃત્પિંડપતનં યથા ॥

ભતૃહરિ નીતિશતકનો આ શ્લોક છે :

'સજ્જન, (ધીરજવાન, જ્ઞાની, બૌધિક) લોકોનું આમ તો પતન થાય જ નહીં પરંતુ નશીબજોગે પતન થઇ પણ જાય તો નીચે પડ્યા પછી પણ દડાની જેમ અફળાઇને જેમ-જેટલી ગતિથી પડે એમ એટલી જ ગતિથી પાછા ઉપરની દિશો તરફ આવી જ જાય છે. જયારે દુર્જન, (અધીર, અજ્ઞાની, અબૂધ) લોકોનું જો એકવાર પતન થાય તો પછી પતનની ગર્તામાંથી તે ઊંચા આવતા નથી અર્થાત જમીન પર જેમ માટીનું ઢેફુ પડે અને વેરવિખેર થઇ જાય, તેમ દુર્જનનું ચારિત્ર્ય પણ વેરવિખેર થઇ જાય છે.'

સજ્જનનો સ્વભાવ ધૈર્ય અને હિંમતથી આપત્તિઓનો સામનો કરી, તેના પર વિજય મેળવવાનો છે. તેમનો સ્વભાવ સાચવણપૂર્ણક, ધીરજથી પૂછી પૂછી પગલાં ભરવાનો જ હોય છે પણ નશીબજોગે પણ જો તેમનું સંજોગવશાત પતન થઇ પણ જાય તો પણ તરત પોતાની જાતને સાચવી લે છે અને એ બધી જ આપત્તિઓમાંથી માર્ગ કાઢી પાછા યથાવત પરિસ્થિતિને પામે છે. દડાની પછડાટ દ્વારા આ વાત અત્રે સમજાવી છે.

જયારે અજ્ઞાની લોકો ભૂલ કરી એકવાર પતન પછી તેમાં ઊંડા જ ઉતરતા જાય છે અને એક ભૂલ છૂપાવવા બીજી અનેક ભૂલ કરી પતનની ગર્તામાં વિલિન થઇ જાય છે માટીનું ઢેફું જેમ જમીન પર અફળાયા પછી વિલિન થઇ જાય છે એમ.

સુવિચાર

- પોતાનાથી અમીરની ઇર્ષા ના કરવી અને પોતાનાથી ગરીબને જોઇ અભિમાન ન કરવું એ જ સાચા અને સંતોષી માણસનો ગુણ છે - *હરકિસન મહેતા*
- ગરીબી ખાનદાની ને દબાવી શકતી નથી - *સંત રોબિન*
- આશાવાદી ગરીબ નિરાશાવાદી ધનિક કરતા વધારે સુખી છે - *ટી.એસ.ઇલીયટ*
- ભૂલોથી અનુભવ વધે, અને અનુભવ વધવાથી ભૂલો ઘટે - *ડેલ કાર્નેગી*
- કેટલાક લોકો કમાલ હોય છે, આંખોમાં ચમક અને ચહેરા ખુશખુશાલ હોય છે. એવા લોકોને તમે ધ્યાનથી જોજો. એમના ખિસ્સામાં જ અશ્રુભીના રૂમાલ હોય છે - *મુસાફિર પાલનપુરી*
- માણસે હંમેશા એવા કામ કરવા જોઇએ કે જેથી અરીસા સામે ઊભા રહી પોતે નજર સાથે નજર મિલાવી શકે - *એસ. ભટ્ટાચાર્ય*
- પ્રસન્નતા જ સ્વાસ્થ્ય છે, અને અપ્રસન્નતા રોગ છે, સાજા રહેવું હોય તો મજામાં રહેતા શીખો - *પૂજ્ય મોટા*

(સંકલન : દીપક વી.આસરા)

બોધ કથા

સાચા પ્રેમની અભિવ્યક્તિ માટે હૃદયની નિખાલસતા અને આચરણ અને વાણીની સચ્ચાઇ જરૂરી છે. પ્રેમમાં દંભ-જૂઠ-અવિશ્વાસ-વહેમ-શંકા ન ચાલે!

રાજકુંવર લગ્નની વયના થયો. રાજાએ કેટલાંય રાજયની ઇચ્છુક રાજકુંવરીઓને 'મુલાકાત' માટે-રાજકુંવરનો આગ્રહ હતો મને જે સાચો પ્રેમ આપે તેને જ પરણીશ-પછી ભલે ને એ રાજકુંવરી ન હોય! દેખાવે સુંદર લાગતી દસ-બાર યુવતીઓને પસંદ કરી એમાં જાગીરદાર, દીવાન, પ્રધાનોની પુત્રી પણ હતી. પરંતુ એ રાજયના કારભારીની પુત્રી જેને નાનપણથી રાજકુંવર ગમતો તે પણ એમાં હતી.

રાજકુંવરે દરેક યુવતીને એક કુંડું અને ફૂલનાં બીજ આપી કહ્યું, ત્રણ માસ પછીની પૂનમે આ કુંડું અહીં લાવવું. જેની કૂંડીમાં સરસ ફૂલ ઊછર્યાં હશે તેની સાથે હું લગ્ન કરીશ..

ત્રણ મહિને યુવતીઓ પાછી આવી સૌ કોઇનાં કૂંડામાં ગૂલાબ-મોગરા જેવા વિકસિત-સુવાસિત ફૂલ હતા. પેલી બિચારી કારભારી કન્યા ખાલી કુંડુ લાવી. કહ્યું હું ખૂબ મથી પણ છોડ ફૂટ્યો જ નહીં!

રાજકુંવર કહે - ફૂટે કયાંથી બધાને આપેલાં બીજ ખોટાં હતા.. અને રાજકુમાર પેલી કારભારીની પુત્રીને પરણી ગયો.

Email - sureshchandrabhatt18@gmail.com

આપણે સાચા અર્થમાં ઊંચા આવવું હોય તો બીજાને ઊંચાઇ પર પહોંચાડવામાં મદદ કરીએ, ઊંચાઇના ભારને આકાશની જેમ માથે ચડાવીએ જેથી તેનો ભાર ન લાગે

સખીને પત્ર

- સ્વાતિબા રાઓલ

પ્રિય સખી,

શિયાળો જામતો જાય છે, સરકારી ખેલમહાકુંભની મોસમ શાળાઓમાં છવાઇ ગઇ છે. જો કે, વિદ્યાર્થીઓ માટે તો આ ગમતી ઋતુ છે. છાત્રપણાનો ભાર ફગાવીને મેદાન પર મુક્ત મને રમવાનું! રમત એ શિક્ષણનો અનિવાર્ય હિસ્સો હોવો જોઇએ પરંતુ વધતી સ્પર્ધા અને 'કશુંક' બની બતાવવાના મોહમાં જકડાયેલો સમાજ સહજમાંથી દુષ્કર અને સરળથી દુર્ઘર્ષ વ્યક્તિત્વના માલિકોનો સમાજ બનતો જાય છે. દરેકને ગ્રેટ બનવું છે! શું કામ ભાઇ? એક્સ્ટ્રાઓર્ડિનરીને બદલે તમે તદ્દન નિરાળા બનવાની મજા પણ લઇ જ શકો છો ને?

આલ્બર્ટ આઇનસ્ટાઇને પોતાના જીવનના અંતિમ તબક્કામાં કહ્યું હતું "કોઇક વાર મને આશંકા થાય છે કે મારૂં જીવન વેડફાઇ ગયું છે. મેં સૌથી દૂર આવેલા તારાઓની તપાસ કરી અને સ્વયંની તપાસ કરવાનું તદ્દન ભૂલી ગયો - અને હું જ મારી સૌથી નજીકનો તારો હતો." એક શાયરે કહ્યું હતું - હું જયારે કંઇ નહોતો થયો ત્યારે શહેનશાહ હતો અને હું કંઇક બનવા ગયો અને બરબાદ થઇ ગયો. આપણે બધાં માસ્ટર્સ બનવાની હોડમાં પડ્યા છીએ પરંતુ પાબ્લો પિકાસો કહે છે - "નોટ એવરી પિક્ચર હેઝ ટુ બી માસ્ટર પીસ. પ્રિસાઇઝલી ટુ પેઇન્ટ ઇઝ ધ થીંગ" દરેક વ્યક્તિ માસ્ટર પીસ ન બની શકે. હા! ચોકસાઇ અવશ્ય રાખી શકાય. પણ ભૂલો કરવી પણ આવશ્યક છે. ઇશ્વરે પણ પૃથ્વી અને માનવ બેસ્ટ સર્જયા નથી. માનવમાં અનેક ખામીઓ રાખી તેને સુધરવાની તક આપી છે. અવકાશ આપ્યો છે. આપણી દોટ આકાશને આંબવાની છે. દરેકને મોટાં થવું છે ઊંચાઇઓ સર કરવી છે. પણ 'ધ ગ્રેટ'ની શું વ્યાખ્યા કરશો? કારણ કે જે ઉચ્ચતમ સ્થાન છે ત્યાંથી ઊંચે જવાના પણ અભરખાં તો રહેવાનાં જ છે?

ઓશોજીએ પોતાના ભાષણમાં વોલ્ટરની વાત કરી છે. વોલ્ટરે પોતાના સ્મરણોમાં લખ્યું છે કે જયારે પોતે પ્રખ્યાત ન હતો ત્યારે તેની કેવળ એક જ ઇચ્છા હતી કે પોતે પ્રખ્યાત બને; કીર્તિ માટે કલદાર માટે તે ગમે તે બલિદાન કરવા તૈયાર હતો અને વોલ્ટર ભાગ્યો પ્રસિદ્ધિ અને પૈસા પાછળ... તે પ્રખ્યાત થયો. થોડા વખત પછી તેણે લખ્યું "હું મારી પ્રસિદ્ધિથી ખૂબ જ થાકી ગયો છું, કારણ કે મારા જીવનની બધી ગુપ્તતા અલોપ થઇ ગઇ છે, બધાં જ અંગત સંબંધો લુપ્ત થઇ ગયાં છે - હું એટલો બધો પ્રખ્યાત થઇ ગયો કે લોકોનો ટોળા વચ્ચે ઘેરાયેલો રહેવા લાગ્યો, દરેક જગ્યાએ જયાં જયાં હું જતો... જો હું બગીચામાં લટાર મારવા જાઉં તો લોકો ઘેરી વળે! હું લગભગ 'શો પીસ' જેવો બની ગયો, દુકાનમાં રાખેલા જાહેરાતના માલ જેવો, જાણે એક પ્રકારનું સરકસ!"

તમે ચાર માણસમાં પૂછાવા લાગો, પછી તમારે સતત અન્યોની અપેક્ષાઓનું ધ્યાન રાખવું પડે છે અને તે અપેક્ષાઓને સંતોષવા ઘણી મોટી કિંમત ચૂકવવી પડે છે

વોલ્ટરની કીર્તિ એવા શિખરે પહોંચી ગઇ કે એના જીવન માટે તે ખતરનાક સાબિત થઇ. એકવાર તે પ્રવાસ કર્યા પછી સ્ટેશનેથી ઘરે લગભગ નગ્ન હાલતમાં પહોંચ્યો, આખા શરીર પર ઉઝરડા પડી ગયાં અને ઘણી જગ્યાએ લોહીના રેલા ઊતરી આવ્યા - કારણ કે ફ્રાન્સમાં તે દિવસોમાં એવો વહેમ પ્રવર્તતો હતો કે જો તમે પ્રખ્યાત માણસના કપડાનો કટકો મેળવી શકો તો તમે પણ પ્રખ્યાત બની જાવ. તો લોકોએ તેના કપડાં ફાડી નાંખ્યા. તે દિવસે વોલ્ટર રડી પડ્યો અને બોલ્યો : 'હું કેવો મૂઢ હતો મારે 'મોટા' થવું હતું, પણ એ કેવું સુંદર હતું જયારે મને કોઇ ઓળખતુંન હતું. હું મુક્ત હતો.' તેણે પોતાની દોટ અટકાવી કંઇ પણ ન બનવાની ઇચ્છા કરી અને બન્યું પણ એવું થોડા દિવસોમાં તે સંપૂર્ણ નિવૃત્ત અને મુક્ત બની ગયો. સામાન્ય અને સહજ બની ગયો. તેનું મૃત્યુ થયું ત્યારે માત્ર ચાર માણસો તેને કબ્રસ્તાન સુધી અનુસર્યા. પણ તે શાંતિથી પોતાની રીતે મર્યો.

ઓશોજી કહે છે કે તમે ચાર માણસમાં પૂછાવા લાગો પછી તમારે સતત અન્યોની અપેક્ષાઓનું ધ્યાન રાખવું પડે છે અને તે અપેક્ષાઓને સંતોષવા ઘણી મોટી કિંમત ચૂકવવી પડે છે.

ઊંચા પદ કે હોદ્દા પર પહોંચ્યા પછી તેનો મદ આપણાં પર હાવી થવા લાગે છે અને જાણ્યે અજાણ્યે આપણે તેનો ભાર ઉપાડીને ચાલવા લાગીએ છીએ. કાચબાની પીઠની જેમ જ તો! ઊંચા હોદ્દા પર પહોંચ્યા પછી ભાર વેઠ્યા પછી એક દિવસ અચાનક એને છોડવાનો આવે છે ત્યારે વોલ્ટર જેટલી સહજતાથી આપણે એને છોડી શકીએ છીએ ખરાં? ના! કારણ કે ઊંચાઇથી નીચે ઉતર્યા પછી કોઇ પદ છોડ્યા પછી પણ તેનો ભાર ઉતારી શકતાં નથી. સહજ થઇ શકતા નથી! હું કેટલાંય એવા અધિકારીઓને જાણું છું જે નિવૃત્ત થયા પછી ડિપ્રેશનમાં આવી ગયાં હોય. કારણ કે સત્તા પર રહીને જે દબદબો જાળવ્યો હોય તે રીટાયર્ડ પછી રહેતો નથી અને જમીનથી ચાર વ્હેંત અદ્ધર ચાલતો રથ વાસ્તવિકતાની ધરાતલ પર આવે છે ત્યારે દરેક જણ યુધિષ્ઠિરની જેમ સરળતાથી સ્વીકારી શકતા નથી. કહેવાનું તાત્પર્ય એ છે કે આપણે પહેલાં તો દોડીએ છીએ કંઇક બનવા પછી કંઇક બન્યા પછી એને જાળવવા માટે મોટી કિંમત ચૂકવવી પડે છે ત્યાં ઘાંઘા થઇ જઇએ છીએ અંતમાં એ ઊંચાઇએથી પરત ફરતાં ધરતી પર પગ મૂકવો ગમતો નથી.

કેમ? તમે કોઇ મામલતદાર નથી કે જગતના દરેક કાર્ય પર તમારૂં મત્તુ મારો. આપણું કર્તવ્ય ખરેખર પ્યૂનનું છે. તમારી આસપાસ જે કંઇ પણ છે તેને સરળ અને નિઃસ્પૃહ ભાવે આદાનપ્રદાન કરવાનું છે. આપણી સહજતા દરેક પરિસ્થિતિમાં જળવાવી જોઇએ. તો જ વિના કારણથી. દોટ, તેનાથી લાગતો થાક અને તેની ગેરહાજરીમાં અનુભવાતી નિરાશાથી બચી શકાશે.

જાપાનના મહાન તત્ત્વચિંતક - ગૂઢ પુરૂષ સુઝુકીને જાપાનથી લંડન બોલાવવામાં આવ્યાં. 'સુપ્રીમ સિપ્રિચ્યુઅલ આઇડિયલ' વિશે તેમને બોલાવાનું હતું. તેમણે કહ્યું : "આવા ભવ્ય વિષય પર હું કેમ બોલી શકું? ખરેખર તો સ્પિરચ્યુઅલ શું તેની જ મને ખબર નથી!" આટલું કહ્યાં પછી તેમને જે ઘરમાં પોતે રહેતાં હતા તે ઘરનું, બગીચાનું વર્ણન કર્યું. ફૂલઝાડની વાતો કરી. પ્રેમની વાતો કરી. લંડન અને જાપાનના જીવનનો વિરોધાભાસ રજૂ કર્યો. અને તેમનું ભાષણ થાળીઓનાં ગડગડાટથી વધારી લેવામાં આવ્યું. તેમણે સામાન્ય માનવીને તેમની ઊંચાઇએ રહીને સંબોંધ્યા તેથી જ તેમના વિચારો લોકભોગ્ય રહ્યાં. સહજ અને સરળ વ્યક્તિઓ મહાન હોવા છતાં આપણાં - પોતીકા બની શકે છે. આપણાં ભૂતપૂર્વ રાષ્ટ્રપતિ અને આપણાં મહાન વૈજ્ઞાનિક ડો. અબ્દુલ કલામ આપણને પ્યારા કેમ છે? તે પોતે પોતાના કોમનમેન માને છે અને તેઓ એ જ રીતે વર્તે છે. તેમના પુસ્તક અગ્નિપંખમાં તેમણે જેટલી રમતીયાળ રીતે પોતાના ગામ અને બાળપણની વાતો કરી છે. તેટલી જ સુંદર રીતે પોતાના મહાનકાર્યની વાત કરી છે. કયાંક મહાનતાનો કે વિદ્વતાનો બોજો વરતાય નહિ.

હેન્રી મિલર અમેરિકાના પ્રખ્યાત લેખક છે. તેમને કોઇએ પૂછ્યું : તમે આવતા જન્મે શુ બનવા માંગો છો? દેશ નેતા, ગ્રેટેસ્ટ બિજનેસમેન, રાષ્ટ્ર નેતા? કે કોઇ હીરો કે મોટા લેખક જ? જવાબમાં મિલરે કહ્યું, "હું તો કોઇની ગણનામાં આવી જવાની કોઇ તરકીબ નહિ કહું - આઇ વુડ લાઇક ટુ બી એ નો બડી ઓર એની બડી!" આવો મહાન લેખક જો આવતા જન્મે મિસ્ટર નો બડી બનવા માંગતો હોય તો આપણે એકસ્ટ્રા ઓર્ડિનરી બનવાને બદલે સજ્જન, માયાળુ, સર્વપ્રેમી થવાનો ચાન્સ લઇને શું કામ ઓર્ડિનરી ન બની રહીએ? બુદ્ધિ સિવાયની ઇન્દ્રિયોનું સુખ માણવા મળે એવાં કોમનમેનની જિંદગી જ શ્રેષ્ઠ છે.

અમેરિકા આજે પાગલ થવા લાગ્યું છે. સૌથી મોટું લશ્કર, સૌથી વધુ ધનિકો, સોથી વધુ પરમાણુ શસ્ત્રો, સૌથી વધુ સ્વતંત્રતા... સાથે સાથે વધુ માનસિક બિમાર લોકો. ગ્રેટેસ્ટ બનવાની લાહ્યમાં શેતાનો વધતાં જાય છે. પણ આપણે સાચા અર્થમાં ઊંચા આવવું હોય તો બીજાને ઊંચાઇ પર પહોંચાડવામાં મદદ કરીએ, ઊંચાઇના ભારને આકાશની જેમ માથે ચડાવીએ જેથી તેનો ભાર ન લાગે. સત્તાનો ત્યાગ માત્ર વસ્ત્ર બદલવા જેટલી જહેમત આપી જાય તેવી સરળતા અને સહજનતાનો આવિર્ભાવ કરીએ...

ચાલો! મારાં છોકરાંવ હમણાં જ ક્રિકેટ મેચમાં ફાઇનલ મુકાબલો જીત્યા છે તેમની જીતમાં મારે સામેલ થવાનું છે! આચાર્ય હોવાનો ભાર ઉતારીને અલબત્ત!

- તારી સ્વાતિ

મહાસુદર્શન એ એક રસાયણ છે જે શરીરને રોગોમાંથી તો ઉગારે જ છે, પણ રોગોને થતાં પણ અટકાવે છે

ઉપયોગી કડવાણી : મહાસુદર્શન

નિરામય

- ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

આયુર્વેદ અને કડવાણી જાણએ પૂરક હોય તેવું લાગે. જેમ હોમીયોપથી માટે મીઠી દવાઓ પૂરક છે. તેમ આયુર્વેદમાં કડવી ફાકીઓ પૂરક હોય એમ લાગે. દરેક ઘરમાં કોઇને કોઇ કડવાણી હાજર જ હોય. કડુ, કરીયાતુ અને ગળો કે પછી ઘરનાં જ મસાલામાં વપરાતી મેથી. ઘણા ખરાને નિત્યક્રમે કડવાણી લેવાની આદત પણ હોય છે. હાલના સમયે ઘણા લોકોને કડવી ફાકીને ફાંકવી અનુકૂળ નથી આવતી. તો તેનો પણ ઉકેલ શોદાઇ ગયો. શક્ય હોય તો કડવાણીઓને ગોળીઓનું સ્વરૂપ આપી દેવું નહિ તો કેપ્સ્યુલમાં ભરી દેવાની.

આજે આપણે જે કડવાણીની વાત કરવાના છીએ એ કડવાણીનું પણ કંઇક આવું જ છે. આયુર્વેદમાં જે અમુક શાશ્વત ઔષધ યોગો છે, કે જે લગભગ દરેક વ્યક્તિને ખ્યાલ છે - જેમ કે ત્રિફળા, સિતોપલાદિ. એવું જ શ્રેષ્ઠ ઔષધ એટલે મહાસુદર્શન. મહાસુદર્શન કડવાણી સ્વરૂપે ફાકીમાં પણ મળે અને હવે તેની ગોળીઓ અને કેપ્સ્યુલ પણ મળે છે. આપણે અને આપણા વડીલોએ મહાસુદર્શનનો ક્યારેક અને ક્યાંક તો ઉપયોગ કર્યો જ હોય, ઉપયોગ કરવાની નોબલ ન આવી હોય તો યે આ ફાકીની જાણ તો હોય જ.

આ મહાસુદર્શન ચૂર્ણ આટલું સહજતાથી લોકોને યાદ રહે છે પરંતુ ખરી રીતે જોવા જઇએ તો આ ચૂર્ણ અનેક વનસ્પતિઓના સંયોગથી બનેલું છે. બધા નામો તો યાદ પણ ન રહે ઔષધીઓ આ મહાસુદર્શન ચૂર્ણમાં પડે છે જેમ કે - ત્રિફળા, હળદર, દારૂ હળદર, ઉભી અને બેઠી ભોરીંગણી, સૂંઠ, મરી, પીપર, પીપરી મૂળ, ગળો, ધમાસો, કડુ, પીતપાપડો, મોથ, લીમડાની આંતરછાલ, પુષ્કર મૂળ, જેઠીમધ, અજમો, ઇન્દ્રજવ, સરગવાના બીજ, ફટકડી, વાળો, તજ પત્ર.... આ બધા જ દ્રવ્યોને સમાન ભાગે લેવાના અને આ બધાય દ્રવ્યોનું જેટલું પ્રમાણ થાય તેનાથી અર્ધા પ્રમાણનું કરિયાતું લેવું. આ આખુંય મિશ્રણ તૈયાર થાય એટલે બને મહાસુદર્શન ચૂર્ણ.

હવે વિચારો, આટઆટલી ઔષધિઓનાં યોગથી તૈયાર થયેલ આ ઔષધ કેવું અસરકારક હશે. તાવ-શરદી-ઇન્ફેકશન માટે ઉપયોગમાં લેવાતા મહાસુદર્શન ચૂર્ણની અસરકારીતા આડે કોઇ પ્રશ્ન જ ન ઊભો થાય. કડુ, કરીયાતુ, ગળો, હળદર, ભોરીંગણી આદિ ઇમ્યુનીટીને વધારીને ઇન્ફેકશન દૂર કરનારા આ દ્રવ્યો એક જ જગ્યાએ આવીને વસ્યા હોય અને એ ફોર્મ્યુલાને આપણે નિરોગી બનવા માટે લઇએ તો પછી પુછવું જ શું... દરેક જાતના તાવ, શરદી, ઇન્ફેકશન, આદિ રોગોમાં ઓછા ટકા, શરીરનું કળતર, નબળાઇ આદિ રોગોમાં મહાસુદર્શન ચૂર્ણ ખુબ અસરકારક છે. આ ચૂર્ણના નિયમિત સેવનથી સુદૃઢ અને નિરોગી રહે છે. કોઇ માંદગીમાંથી ઊભા થયા હોઇએ ત્યારે પણ આ ઔષધનું સેવન કરી શકાય જેથી રોગપ્રતિકારકતા વધે અને શરીર ઝડપથી રિકવરી પામે.

જો તાવ આવ્યો હોય તો દિવસ દરમિયાન એકદમ ઓછા આહાર લેવો અને સુદર્શનનો એક ઉફાળો આવે તે રીતે ઉકાળો બનાવી બળ પ્રકૃતિ મુજબ પીવો. નાના બાળકોને કૃમિ થયા હોય તેમા પણ સુદર્શન અસરકારક છે. કડવાણી બાળક ન પીવે તો મદ સાથે ચટાડવી. બાળખને નિયમિત સ્વરૂપે આપવાથી પણ બાળક નિરોગી રહે.

મહાસુદર્શન એ એક રસાયણ છે જે શરીરને રોગોમાંથી તો ઉગારે જ છે, પણ રોગોને થતાં પણ અટકાવે છે, હા, કોઇ પણ ઔષધીને વ્યક્તિની પ્રકૃતિ તેમજ તેના બળ (સહનક્ષમતા) ને અનુસરીને જ લેવી જોઇએ, આથી મહાસુદર્શનનો ઉપયોગ કરતા પહેલા પણ ચિકિત્સકની સલાહ લેવી હિતાવહ છે.

...ઘણા વર્ષો પછી 'સર' ગામમાં આવ્યા અને ગામનો તેમજ લાલીયાના જીવનમાં થયેલાં ફેરફારથી ઘણાં જ ખુશ થાય છે

ગુરૂ-શિષ્યના રૂણાં બંધન

લઘુકથા

- નિરજન ઓઝા

ભાવનગર શહેરના ઘોઘા સર્કલ પાસે આવેલ શાશ્વત એપાર્ટમેન્ટમાં ઘનશ્યામરાય પરિવાર સાથે રહે છે. તેઓ ભાવનગર જીલ્લાની ખેતી નિયામકશ્રીની કચેરીમાંથી બે વર્ષ પહેલાં નિવૃત્ત થયા છે. મોટો દીકરો શહેરની દેના બેંકમાં છે. જયારે બીજો દીકરો નામે 'ચંપક' એ પી.ટી.સી. પરીક્ષા પસાર કરી, ૧૨મા ધોરણની પરીક્ષા પાસ કરી છે, તેની ઇચ્છા શિક્ષક તરીકે સેવા આપવાની હોવાથી, શહેર તેમજ ગામની શાળાઓમાં શિક્ષકની નિમણુંક માટે અરજીઓ કરે રાખે છે. તેમાંથી બે-ત્રણ જગ્યાએથી પ્રત્યુત્તર મળે છે અને ભાવનગર જીલ્લાના વલ્લભીપુર તાલુકાના કરમદા ગામની શાંતિ શાળાનો જવાબ મળે છે અને ગામનો અનુભવ લેવા માટે ત્યાં જવાનું પસંદ કરે છે; બીજુ મહત્ત્વનું કારણ તેની દૃષ્ટીએ છે કે વર્ષો પહેલાં શિક્ષણનો પાયો વલ્લભીપુરથી શરૂ થયો હતો.

ચંપક શાળામાં હાજર થાય છે; તેના અનુભવ ઉપરથી લાગે કે શાળાને શરૂ થયે આશરે દસેક વર્ષ થયા છે. શાળાને ૭ ઓરડાં તેમજ છ શિક્ષકો સેવા આપી રહ્યા છે. વળી શાળાને વિશાળ પટાંગણ છે અને આંખોને ઠારે એવો મોટો બગીચો છે. જેની સાર-સંભાળ શાળાના વિદ્યાર્થીઓ જ કરે છે. હવે શાળામાં 'ચંપક'ને બદલે 'ચંપક સર' તરીકે ઓળખાય છે તેને ધોરણ ૫, ૬ તથા ૭ ના વર્ગો લેવાની કામગીરી સોપવામાં આવે છે. એકાદ મહિનાના અનુભવ ઉપરથી તેને ધોરણ-પમાં અભ્યાસ કરતાં 'લાલીયા'ના વર્તન ઉપરથી નવાઇ લાગે છે. 'લાલીયો' ભણવામાં હોંશિયાર છે અને નિયમિત લેશન પણ લાવે છે પરંતુ હાજરીમાં નિયમિત નથી. ચંપક સર એક દિવસ, આ બધા પ્રશ્નો માટે તેને પુછે છે તેના પ્રત્યુત્તરથી ચંપકસર ને ખૂબ જ આશ્ચર્ય સાથે આઘાત લાગે છે. લાલીયાએ જણાવ્યું કે શાળાએ તેની અડધી ફી માફી કરી છે. તેમ છતાં બીજી અડધી ફી ભરી શકે તેવી તેની આર્થિક સ્થિતિ નથી. ઘરે બાપુજી વર્ષોથી બિમાર છે. મા અપૂરતા પોષણને લીધે, ઘરકામ પણ મહામહેનતે કરી શકે છે, જયારે મોટી બહેન ગ્રામજનોને ઘરે જઇ, ઘરકામ કરે છે તેને લીધે ઘરનો વ્યવહાર ચાલે છે. આ સાંભળી, ચંપકસર, લાલીયા માટે કશુંક કરવાનું વિચારે છે કારણ કે લાલીઓ ભણવામાં ઘણો જ હોંશિયાર છે. ચંપકસર આગળ વિચારે તે પહેલાં લાલીયાના બા-બાપુજીને મળવાનું નક્કી કરે છે અને બીજે દિવસે મળવા આવશે તેમ લાલીયા મારફ્ત કહેવડાવે છે.

ઘરની મુલાકાત લેતા, ચંપકસરને લાગે છે કે લાલીયાએ જણાવેલ પરિસ્થિતિ સાચી છે. એક ખૂણામાં, ખાટલાં ઉપર લાલીયાના બાપુ, ખાંસી ખાધે રાખે છે, દવા માટે પૈસા ખર્ચી શકે તેમ ન હોવાથી, ઘરગથ્થુ ઘરના ઉપચારો ચાલુ છે. બેસવા માટે પણ આસન ન હોવાથી એક ડબ્બા ઉપર કપડું પાથરી, ચંપક સરને બેસાડે છે. ચંપક સરના પ્રત્યુત્તરમાં, લાલીયાના બાપુ ઘરની પરિસ્થિતિ જણાવે છે જે અંગે ચંપક સર અગાઉથી જાણતાં હતા તેથી તે જાણ્યા પછી ચંપકસર લાલીયાને ભણાવવાની જવાબદારી સાથે લઇ લે છે. લાલીયાને પણ સખ્ત મહેનત કરવાની સૂચના આપી ચંપક સર પરત ફરે છે. હવે લાલીયા માટે શું કરવું તેના વિચારમાં સર્વપ્રથમ શાળામાં આચાર્યશ્રીને સંપૂર્ણ ફી માટી કરવા માટે જણાવે છે. ત્યારે આચાર્યશ્રી જણાવે છે કે જે લાલીયાની સંપૂર્ણ ફી માફી કરી દેવામાં આવે તો તેના જેવા અનેક દાખલાંઓ શાળામાં છે તેથી સંપૂર્ણ માફી કરી આપવાનું ચંપકસરનું સૂચન માન્ય રહેતું નથી. પોતાના પગાર તથા પોતાના પુસ્તકો આપી, લાલીયાનો અભ્યાસ ચંપક સર ચાલુ રખાવે છે, આમને આમ ધોરણ-૭માં સારા માર્કે લાલીયો પસાર કરે છે. આગળ અભ્યાસ માટે ગામથી ત્રણ કિ.મી. દૂર આવેલ શાળામાં જવું પડે તેમ છે તેથી તે શાળાના આચાર્યશ્રી શિક્ષકો વિગેરેને આપીને ફીમાં રાહત અપાવી, લાલીયાનો અભ્યાસ ચાલુ રખાવે છે. ચંપક સર, આ દરમિયાન ભાવનગર શહેરની એક પ્રતિષ્ઠિત શાળામાં જોડાય છે અને ત્યાં રહીને પણ ભાવનગર શહેરના મશહૂર કાયમ ચૂરણના ઉદ્યોગપતિને મળીને, લાલીયાની શિષ્યવૃત્તિની વ્યવસ્થા કરી આપે છે, પરિણામે લાલીયો ધોરણ-૧૦ તથા ૧૨ સારા માર્ક પસાર કરે છે. હવે લાલીયો આગળ અભ્યાસ કરવા માગતો નથી, પરંતુ તેણે મેળવેલ સારા માર્કસને ધ્યાને રાખી, ઉંમરમાં ફક્ત છ માસનો ફેર હોવાથી, તેમાં મુક્તી મેળવી પોતાના જ ગામની શાળામાં શિક્ષક તરીકે નિમણૂંક મેળવે છે.

સમયને જતાં વાર લાગણી નથી તેમ લાલીયો શાળામાં પાંચ વર્ષ પુરાં કરે છે અને પુખ્યવયનો થતાં, લગ્ન લેવાય છે. લગ્નમાં ખાસ હાજર રહેવા લાલીયો, જેમણે તેનો હાથ પકડી, આ દરજ્જા ઉપર મુકેલ છે તેને યાદ કર્યા વિના રહેતો નથી. ભાવનગર શહેરમાં ચંપકસર, નિવૃત્ત જીવન વિતાવી રહ્યા છે. તેમને પોતાના લગ્નમાં ખાસ હાજર રહેવાનું હાર્દિક આમંત્રણ આપી, ગામ પરત ફરે છે. ચંપકસર પણ આમંત્રણનો સ્વીકાર કરી, લગ્નમાં હાજર રહે છે. ઘણા વર્ષો પછી 'સર' ગામમાં આવ્યા અને ગામનો તેમજ લાલીયાના જીવનમાં થયેલાં ફેરફારથી ઘણાં જ ખુશ થાય છે. લાલીયો ગુરૂ દક્ષિણામાં, સ્ટીલના વાસણોનો સેટ ગુરૂજીને આપે છે જે પ્રથમ ગુરૂજી સ્વીકારતાં નથી, પરંતુ ખૂબ જ આગ્રહ કરવાથી, ગુરૂદક્ષિણા સ્વીકારી, 'સર' વિદાય લે છે ત્યારે ચંપક સરને વિદાય આપવા ગ્રામજનો લાલીયા સાથે ઉમટી પડે છે. ચંપકસર ગદ્ગદ્ કંઠે વિદાય લે છે, ત્યારબાદ લાલીયો તેની પ્રવૃત્તિમાં ઓતપ્રોત થઇ જાય છે. શું "ગુર-શિષ્યના રૂણાંબંધન"ના આવા દૃષ્ટાંતો આધુનિક યુગમાં જોવા કે જાણવા મળશે?