# સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
ફોન : ૨૩૨૨૬૨૫૧

ચોરી, લૂંટ, અપહરણથી આંખ મિંચન કરો!
દૈ દો ક્લીનચીટ, 'ફ્રી' વિશ્વાસનું સિંચન કરો!
અન્ન-પાણી વિના રિબાતી, રડતી રાખી પ્રજાને -
ક્યાંથી, કેમ, કરવું 'ઉઘરાણું'નું ચિંતન કરો!
(ચિંતન બેઠક શરૂ)

## હાઈકુ

બની વ્યાપક -
ખરડાયાં કમળ -
વ્યાપમ્ પંકે..

લંબાય કેસ!
ગુન્હેગારોની રક્ષા -
સાક્ષી નાં મોત..

## ચિંતન

ધર્માર્થ યસ્ય વિત્તેહા વરં તસ્ય નિરીહતા ।
પક્ષાલનાદ્ધિ પંકસ્ય દ્રા સ્પર્શનં વરમ્ ।

'જે માણસ ધર્મ અને પરોપકારને બહાને પૈસા એકઠા કરે છે તેના કરતાં તો આમ પૈસા ભેગા કરવાનો પ્રયત્ન જ ન કરે તે વધારે સારું - પ્રથમ કાદવથી ખરડાઇને પછી સ્નાન કરી નાખવાનો શું અર્થ? તેના કરતાં તો પ્રથમથી જ નાણાનો સ્પર્શ જ ન કરવો તે વધારે સારું.'

પૈસાની માયા અન ધર્મ-માટે સંસાર ત્યાગનું એક વિષચક્ર છે. સંસારી દુ:ખ-આપત્તિ-વેપારમાં ખોટ દગાબાજીથી ત્રસ્ત થઇ સંસાર છોડી સાધુ થઇ જાય પછી આશ્રમ બનાવે અને ફરી ધર્મના નામે ગૌશાળા-મંદિર-દવાખાના-નિશાળો બંધાવી - ફરી ભગવો સંસાર અને ખટપટો ઊભી કરે છે. 'માયા અને સંસાર'નો ત્યાગ એટલે શું એની જ એમને ગતાગમ નથી. જો ત્યાગ કર્યો તો ધર્મના નામે ફરી પૈસા ભેગા કરવાનો અર્થ શું? માત્ર 'અકૌન્ટ'નું નામ બદલવા જ?'

આ પહેલાં કાદવમાં ખરડાઇ પછી ગંગાજળથી સ્નાન કરવા જેવું જ થયું ને?

આપણા સંત દંપત્તિ જંગલમાંથી પસાર થતાં હતાં ત્યાં સોનાનો સિક્કો સંતે જોયો. પત્નીને એની સામે ન જોવા કહ્યું, સ્ત્રીએ તેના પર ધૂળ ઢાંકી દીધી...

## સુવિચાર

- આપણે એક દિવસ એકાંત માણવાની હઠ કરવી જોઇએ - મોરારિ બાપુ
- આપણું રાચરચીલું ચળકે છે.. પરંતુ માણસ તરીકે રોજ રોજ આપણે ફિક્કા પડતાં જઇએ છીએ - એસ. ભટ્ટાચાર્ય
- માણસે એવા મકાનમાં રહેવું જોઇએ, જે તૂટી પડે તોય રહેનાર દબાઇ ન મરે, આવા મકાનમાં રહે તે ફકીર - ગુણવંત શાહ
- વળગાડ દુર્ગુણો નો જ નહીં સદગુણોનો પણ હોઇ શકે છે - કાજલ પૈદ્ય
- આપણે મહામહેનતે મેળવેલી હતાશા છીનવી લેવાનો અધિકાર બીજાને ન હોઇ શકે - ડો. જીતેન્દ્ર અદિયા
- સત્યની શોધનાં સાધનો જેટલાં કઠણ છે તે તેટલાં જ સહેલા છે, એ અભિમાનીને અશક્ય લાગે અને એક નિર્દોષ બાળકની તદ્દન સહેલું અને શક્ય લાગે - ગાંધીજી
- કંટાળાનું કુળ મૃત્યુ છે.. પ્રેમનું કુળ જીવન છે - ઝેન કથન

(સંકલન : દિપક વી. આસરા)

## બોધ કથા

માણસ જો નેક અને સ્પષ્ટ - સત્યવક્તા હોય તો એની અસર કઠોર હૃદયના કોઇ પણ વ્યક્તિ પર પડે જ છે.

શેખ શાદી કિશોર અવસ્થામાં હતા ત્યારે ઇરાનમાં ઉચ્ચ અભ્યાસની સુવિધા ન હતી એટલે બગદાદ જવું પડતું. સાદીને વાચન અને પુસ્તક પ્રેમ હતો તેથી સાથે થોડાં પુસ્તકોનું પોટલું અને બે-ત્રણ જોડ કપડાં લઇ એ કોઇ કાફલા સાથે પગપાળા બગદાદ જવા રવાના થયા. રસ્તો વિકટ અને ચોરડાકુથી ત્રસ્ત હતો. પણ સાદી બિમાર પડતા એટલે કાફલાનો સાથ છૂટી ગયા. એકલા રવાના થયા.

રસ્તા ચોર-ડાકુની ટોળી મળી. નાયકે કહ્યું, 'આ છોકરાને લૂંટી લ્યો!' સાદી કહે સરદાર, મારી પાસે પૈસા નથી થોડા પુસ્તક છે હું બગદાદ અભ્યાસ માટે જાઉં છું. ચાહે તો આ પુસ્તકોનું પોટલું તમે રાખી લ્યો! પરંતુ એક યાદ રાખજો આમાં એક ગ્રંથ પવિત્ર કુરાન નો છે એની પવિત્રતા સાચવજો અને જયાં પણ રાખો ત્યાં તેની અદબ જાળવજો..!

નાયક ડાકુ એ છોકરાની હિંમત અને સચ્ચાઇ જોઇ ખૂબ ખૂશ થયો અને પોતાના એક સાથીદારને સૂચના આપી, બગદાદના પોતાના પરિચિતને ત્યાં મૂકી આવવા જણાવ્યું અને રસ્તાની દેખભાળ રાખવાની પણ સૂચના આપી.

આમ શેખ સાદીને સત્ય અન હિંમતનું પ્રમાણ મળી ગયું.

Email - sureshchandrabhatt18@gmail.com

# બુદ્ધિ દ્વારા વિકટ પ્રસંગોમાંથી છૂટકારો અવશ્ય પામી શકાય, પોતાની બુદ્ધિનો કેવો ઉપયોગ કરવો તે આપણા હાથમાં છે પરંતુ સૌ અન્યને શીખામણ આપવામાં જ પોતાની બુદ્ધિનો મહત્તમ પ્રયોગ કરે છે

## સંસ્કાર ચિંતન

- અનંત ન. વ્યાસ

પ્રવૃત્તિં ચ, નિવૃત્તિં ચ કાર્યાકાર્યે મથામયે,
બન્ધં મોક્ષ ચ યા વેત્તિ, બુદ્ધિ સા સાત્વિકી ॥

'હે પાર્થ, જે બુદ્ધિ પ્રવૃતિ અને નિવૃત્તિને, કર્તવ્ય અને અકર્તવ્યને, ભય અને અભયને અને બંધન તથા મોક્ષને યથાર્થપણે જાણે છે તે બુદ્ધિ સ્વાસ્તિક છે.'

શ્રીમદ્ ભગવગગીતા : ૧૮/૩૦

માનવ બુદ્ધિશાળી પ્રાણી છે. પરમાત્માએ તો માનવને અન્ય પ્રાણીઓની સરખામણીમાં વધારે બુદ્ધિ આપી છે. અને પોતાની બુદ્ધિશક્તિનો અહમ પણ માનવમાં વધારે છે. બુદ્ધિ દ્વારા વિકટ પ્રસંગોમાંથી છૂટકારો અવશ્ય પામી શકાય. પોતાની બુદ્ધિનો કેવો ઉપયોગ કરવો તે આપણા હાથમાં છે પરંતુ સૌ અન્યને શીખામણ આપવામાં જ પોતાની બુદ્ધિનો મહત્તમ પ્રયોગ કરે છે. આમ તો ભૂતકાળમાં ભગવાન બુદ્ધે સ્પષ્ટ કહ્યું છે, 'આનંદ, તારે તમામ વિગત તારી પોતાની બુદ્ધિની કસોટીએ કસીને સ્વીકારવી. ભગવાન રજનિશે પણ કહ્યું છે. લાખો માણસના ઉપદેશ કરતાં તમારી પોતાની બુદ્ધિ કહે તે વધારે મહત્ત્વનું છે. આમ પોતાની બુદ્ધિ પાસેથી માર્ગદર્શન મેળવવાની વાત તો સૌ માન્ય ગણે છે પરંતુ આ બુદ્ધિ માટે બુદ્ધિની કક્ષા જાળવી જોઇએ. આ સમજવા માટે ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે બુદ્ધિને ત્રણ વિભાગમાં વહેચી છે. વિભાજીત કરી છે. બુદ્ધિના આ ભેદો ગુણોના આધાર પણ જણાવ્યા છે. તે પ્રમાણે બુદ્ધિ સાત્ત્વિક, રાજસી કે તામસી પણ હોઇ શકે. બુદ્ધિના આ ભેદ જીવન-જીવવાની આપણી પદ્ધતિ સાથે સંકળાયેલા છે. જે જાણવાથી આપણે કેવા પ્રકારનું જીવન પસંદ કરવું તે સમજાય છે.'

સાત્ત્વિક બુદ્ધિનું પ્રથમ લક્ષણ તે પ્રવૃત્તિ તથા નિવૃત્તિનું યથાયોગ્ય જ્ઞાન સહજ રીતે એવું લાગે કે આ જ્ઞાન તો આપણને સામાન્યત: હોય જ આવો અવતાર પ્રવૃત્તિમાં ગાળ્યો હોય. ધંધામાં નોકરીમાં કે અન્ય વ્યવસાયમાં ગળાબૂડ રહ્યા જ હોઇએ એટલે પ્રવૃત્તિ વિષયક આપણો ખ્યાલ સ્પષ્ટ હોય અને તેવું જ નિવૃત્તિનું. સાત દાયકા જયારે પૂરા થવા આવે ત્યારે આપોઆપ નિવૃત્ત થઇ જવાનું નિવૃત્તિનો સમય પસાર કરવા પાછળ કોઇ પ્રવૃત્તિ શોધવાની અથવા બગીચામાં સરખી ઉંમરના સાથે બેસી ગામ-ગપાટા મારવાના. આપ સૌ આ બંને વિષયક જાણે છે તો પછી ભગવાન કૃષ્ણે શું નવું કહ્યું.

આ કોઇ સ્થૂળ ભૌતિક સંપદા પૈદા કરવાની પ્રવૃત્તિની વાત નથી. આ તો આપણી સંસ્કૃતિના બે માન્ય માર્ગ પ્રવૃત્તિમાર્ગ એટલે કે કર્મમાર્ગ તથા નિવૃત્તિમાર્ગ એટલે કે જ્ઞાનમાર્ગની વાત છે. ભગવાન સમજાવે છે કે સાત્ત્વિક બુદ્ધિ આપણને કર્મ માર્ગમાં અલિપ્તતા અનાસક્ત ભાવ રાખવાનું સમજાવે છે રાજા જનક જેમ રાજયોગ હોવા છતાં તેનું જીવન સંન્યાસીનું છે તેમ જયારે પ્રવૃત્તિ કરતાં હો ત્યારે નિષ્કામ ભાવે જ કર્મ કરવાનું. નોકરી-ધંધા આપણા માટે છે આપણે તેના માટે નથી. તેમાં ગુંચવાઇ ન જવું અને પ્રવૃત્તિમાં પણ અલિપ્તતા કેળવવી. તેજ પ્રમાણે નિવૃત્તિ એટલે જ્ઞાન-માર્ગ. જેમાં શુકદેવ જેમ જ્ઞાન સાથે કાર્ય જોડવું નિવૃત્તિ દરમિયાન પરમાત્મા પ્રિત્યર્થે જે કં કરીએ તે ભગવાનની પૂજા જ છે. નિવૃત્તિનો સમય માત્ર ગામ-ગપાટા મારવાનો નથી નિવૃત્તિનો જે ઉપયોગ કરીએ તે પરમાર્થ ખાતે થાય તો સાચી પ્રવૃત્તિમય ગણાય.

સાત્ત્વિક બુદ્ધિનું અન્ય લક્ષણ છે કર્તવ્ય તથા અકર્તવ્યને યોગ્ય રીતે સમજવું તે. આપણે આ બાબતમાં પણ જુદું જ વિચારીએ છીએ. સહજ આપણી વિચારધારા ભૌતિક સ્તરે જ થતી રહે છે. કર્તવ્ય કરતાં અકર્તવ્યને સમજવું વધારે અઘરું છે. આપણે માનીએ છીએ કે દારૂ ન પીવાય. મંદિરમાં જઇ ગુસ્સે ન થવાય આ અકર્તવ્ય છે અને ધંધો કરવો સમાજનું કામ કરવું તે આપણું કર્તવ્ય છે. આ બધી જ બાબતો સ્થૂળ છે. અહીં કર્તવ્યનો અર્થ માનવ-જીવનનું મૂળભૂત કર્તવ્ય જે છે તે પર ભાર મુકવામાં આવ્યો છે. આ માનવ અવતાર દુર્લભ ગણાય છે. કારણ કે આ અવતારમાં જ મુક્તિ માટે પ્રયત્ન કરવાનો અવકાશ મળે છે. મોક્ષ પામવો અથવા તો પરમ-તત્ત્વનો વદારે અનુભવ કેળવવો તે આપણું મુખ્ય કર્તવ્ય છે. જે સાવ ભૂલી જવાય છે. સાત્ત્વિક બુદ્ધિ આપણને તે કર્તવ્યની સમજ આપે છે. પરંતુ આપવણે જેને કર્તવ્યની માનવીએ છીએ તે અકર્તવ્ય છે. જે જીવનભર આપણે અકર્તવ્ય (ધન કમાવાનું કાર્ય) ને મહત્ત્વ આપીએ છીએ. અકર્તવ્યને જ મુખ્ય ગણવાની ભૂલ કરીએ છીએ. સાત્ત્વિક બુદ્ધિ આપણને સમજાવે છે કે માનવ જીવનને મૂળ કર્મ મોક્ષ માટે સતત પ્રયત્ન કરવો તે છે. આ માટે જો જાગૃત ન રહીએ તો આપણે કર્તવ્યચ્યુત થઇએ. ધન - સત્તા કે સંપત્તિ કમાવી. તે પાછળ સમય ગુમાવવો તેને આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે બિના જરુરી કર્મ ગણાવે છે. મૂળભૂત કર્મ જે છે તેને વળગી રહેવું ને તેના અનુસંધાનમાં જરુરી અર્થોપાર્જન કરવું. આમ કર્તવ્ય - અકર્તવ્યનો આ ભેદ આધ્યાત્મિક ક્ષેત્ર સાથે સંબંધ ધરાવે છે.

ત્રીજો મુદ્દો છે ભય તથા અભયનો. આ જીવનમાં મોટો ભય તો મરણનો ગણાય છે. પણ એ તો અનિવાર્ય છે તેથી શંકરાચાર્યનું મરણનો ભય રાખવાનું નથી કહેતા. ઉપનિષદના જે ભય દર્શાવ્યો છે તે તો અલગ છે. આ જીવને ફરી જન્મ લેવો પડશે. માતાના જઠરમાં પુરાવું પડશે. ફરી ફરી આ ચક્કરમાં ફસાવું પડશે તેનો ભય જ સૌને ડરાવે છે. બૃહદ આ ઉપનિષદમાં એમ કહેવામાં આવ્યું છે કે 'જે ડરે છે તેને યમ નથી છોડતા. એટલે યમનો ભય કદાપિ ન થાય તેવું કર' એટલે કે જન્મરણના ચક્કરમાંથી છૂટકારો થાય. આમ પુનર્જન્મને મોટો ભય ગણાવ્યો છે. આમાંથી અભય થવું એટલે મુક્તિ પામવી. મોક્ષ માટે સતત જાગૃત રહેવું. પરમ-તત્ત્વની જો ઓળખ થાય તો મોક્ષના દ્વાર ખુલ્લી જાય ને પુનર્જન્મનો ભય ટળે.

પરંતુ મોક્ષ તથા બંધન વિષયક આપણી માન્યતા કાચી હોય છે. મોક્ષ એટલે મૃત્યુ પછી મળતું સ્થાન તેમ મનાય છે અને વિવિધ પ્રકારની મુક્તિની વાતો પણ છે.આ બાબતો જગતગુરુ શંકરાચાર્યજી કહે છે કે, મોક્ષ ભૂતળમાં નથી કે અન્ય કોઇ સ્થળે નથી ચિત્ત ચાલે તે મોક્ષ. એ મોક્ષ પદાર્થ નથી પરંતુ તે તો આપણા મનની સ્થિતિ છે. જે બુદ્ધિ મનની આ સ્થિતિનો પાર પમાડે. જેના વડે મન કેવળી શકાય તથા જે જીવનપથને સુયોગ્ય માર્ગ પર મુકવામાં માર્ગ નિર્દશન કરે તે સાત્ત્વિક બુદ્ધિ ગણાય. જન્મમરણની ઝંઝાળમાંથી છૂટકારો પામવા સાત્ત્વિક - બુદ્ધિએ જે માર્ગ દર્શાવ્યા તે મુજબ ગતિ કરવી જોઇએ.

# મનની વાતો અનોખી હોય છે, એ કોઈ વાર ઉમંગે ચડે, કોઈ વાર તરંગે ચડે, કદીક દુ:ખી પણ થઈ જાય તો ક્યારેક વળી સાવ સૂનમૂન થઈ જાય

## મનના ઉમંગો

- રણછોડ વી. પરમાર

મનની વાતો અનોખી હોય છે, એ કોઇ વાર ઉમંગે ચડે, કોઇ વાર તરંગે ચડે, કદીક દુ:ખી પણ થઇ જાય તો ક્યારેક વળી સાવ સૂનમૂન થઇ જાય. (ગભરાતા નહીં, આ કોઇ ચિંતન લેખ નથી, કોઇ મનન લેખ નથી કે કોઇ શિખામણ - બોધ લખવાનો તો બિલકુલ વિચાર નથી) આપણે કેવળ મનના ઉમંગની જ વાતો કરીએ તો સારું રહેશે એવું કમસે કમ મને તો લાગે છે, તમારા મનની વાત તમે જાણો.

આપણે કોઇ સુંદર ખીલેલું ફૂલ જોઇને ચિત્ત પ્રસન્ન થઇ જાય છે, એને ચૂંટવાનું મન થઇ આવે છે, ક્યારે ચૂંટીએ અને એની મસ્ત સુગંદ લઇએ એવી રોમેરોમ ઝંખના જાગી ઊઠે છે, વરસાદનો દિવસ હોય, ઝરમર વાદળાં વરસતા હોય, ચાલુ વરસાદમાં જ અચાનક પશ્ચિમમાં સૂર્ય આ અમીધારામાં નહાતી ધરતીને જોવા ડોકું કાઢે અને થોડીવારમાં જ પૂર્વ દિશામાં સાત રંગનો ધનુષાકાર રંગપટ્ટો રચાઇ જાય, જે જોતાં જ આંખોને તો ઉજાણી થઇ જાય. ઘણા તો નવાનક્કોર કપડાં પહેર્યાં હોવાનું ક્ષણભર ભૂલી જાય આ અદ્‌ભૂત દૃશ્યજોવા દોડી જાય તો એમાં નવાઇ પામવા જેવું કશું નથી. કોઇ વાર આપણે શાંતિથી ચોપડીમાં માથુ ખોસીને બેઠા હોય અને સામેના વૃક્ષ પરની ડાળે આવીને એકાદ રુપકડું પક્ષી આપણું ધ્યાન દોરવા જ ગળચટ્ટો ટહૂકો કરે અને આપણી નજરો પુસ્તકમાંથી ઊંચકાઇને તરુવરની ડાળે જઇ પહોંચે કે ઘેલી ઘેલી થઇ જાય, પછી કવિતા વાંચવાને બદલે સાક્ષાત કવિતા રાણીના દર્શન કરવાનું જ મન પસંદ કરે ને? આપણી રોપેલી, અને ઉછેરેલી કરેણના પીળા ધરખમ ફૂલ તો રોજેરોજ જોતા હોઇએ પણ ક્યાંકથી નાનકડા બાળકની હથેળીમાં સમાઇ જાય એવડી નાની કાળી ભમ્મર ચકલી પાતળી ડાળે બેસી પીળા ફૂલના પ્યાલામાંથી રસ પીતી ભાળીએ ને મન રણઝણી ઊઠે. ભલે એ પક્ષી પુષ્પમાંથી ઝીણા ઝીણા જીવડાં વીણીને ઉદર તૃપ્તિ કરતું હોય પણ આપણને તો એવું જ લાગે કે એ સોનાના પ્યાલામાંથી અમરતના ઘુંટડા ભરી રહ્યું છે. વાદળના ટપકા જેવું કાળું પતંગિયું એક ફૂલથી બીજા ફૂલ પર ફૂદતું, ફૂદતું ભૂલથી ફૂલડાં વીણવા આવેલી ગર્વીલી રૂપશીના ગાલે બેસવાનો નિષ્ફળ પ્રયત્ન કરે ના કરે અને ગોરીના ગુલાબી ગાલ અચાનક આનંદથી કે શરમથી કે ભયથી લાલઘૂમ થઇ જાય જે ભાળતાં જ આપણા જેવાના મન કાબૂમાં રાખવા મુશ્કેલ થઇ પડે. કાલિદાસ જેવો કોઇ સમર્થ કવિ આ દૃશ્ય જોઇ જાય તો શાંકુતલ જેવું બીજું યાદગાર કાવ્ય અવશ્ય રચાઇ જાય.

કવિતાની વાત કરવા બેઠા હતા અને છેલ્લે કવિતાએ આપણી વાતોમાં પ્રવેશ કરી દીધો. એક સુંદર કાવ્ય આપણા મનને કેટલું બધું પ્રસન્ન કરી દે છે? કવિ શબ્દોની પુષ્પ-પાંખડીઓ ફેંકી આપણા મનમાં અનેકા ઉમંગ ભરી દે છે. આવા મનના ઉમંગની વાત કરવાનું મન થાય છે. આ વરસે દિવંગત થયેલા નારાયણ દેસાઇ ગાંધીકથા દરમિયાન કેટલાક ગાંધી ગીતો પણ ગાતા. નારાયણ દેસાઇ મહાદેવભાઇ દેસાઇ (ગાંધીજીના રહસ્યમય મંત્રી)ના પનોતા પુત્ર, ગાંધીકથાના પ્રણએતા અને ગુજરાતી સાહિત્ય પરિષદના ભૂતપૂર્વ અધ્યક્ષ તથા ગરવી ગુજરાતી ભાષાના પ્રબળ પુરસ્કર્તા. 'અગ્નિકુંડમાં ખીલેલું ગુલાબ' એમની યશસ્વી કૃતિ છે. એમણે ગીતો પણ લખ્યાં હશે એ હું જાણતો ન હતો, પણ એક સરસ કાવ્ય નીચે એમનું નામ વાંચી મનને મઝા પડી ગઇ. એની પહેલી લીટી હૃદયમાં સોસરવી ઊતરી જાય એવી છે. 'માંડી મેં તો મનના ઉમંગ કેરી લ્હાણી રે!' આવી આનંદની વાત કરીને તરત સહૃદયોને આમંત્રણ આપતા કહે છે, 'આવો જેને કરવી હોય ઉજાણી રે!'

નારાયણભાઇએ તો ગાંધીજીના ગુણગાનની ગુજરાતના ખૂણેખૂણો કથા આરંભી હતી અને ગાંધી બાપુના જીવનની જાણી-અજાણી અનેક વાતો આલાબવૃદ્ધ સૌ લોકો સમક્ષ રજૂ કરી હતી. આપણે તો એમની આગળ ઘણા નાના માણસ છૈયે. પરંતુ એમની મનના ઉમંગવાળી વાત ખૂબ ગમી ગઇ છે. આ મનના ઉછળતા ઉમંગોને કોઇ કિનારા પર કોઇ કાવ્ય મળી જાય તો મારા મનની વાતોની સાથોસાથ પ્રાપ્ત થયેલું આખેઆખું કાવ્ય રજૂ કરવાનું મન થાય છે. આવા કાવ્યનું કોઇ રસદર્શન- વિવેચન કરવાનું નહીં, તમારે જાતે જ એની આરપાર જવાનું અને આનંદ મળે એટલો માણવાનો. આવું બધું ગમશે તમને? કાવ્ય વાંચ્યા પછી જવાબ આપજો તમારા હૃદયને.

માંડી મેં તો મનના ઉમંગ કેરી લ્હાણી રે,
આવો જેને કરવી હોય ઉજાણી રે!
માંડી મેં તો મનના ઉમંગ કેરી લ્હાણી રે.
જીવતર કાંટા ઝાઝેરા વીણીને
હૈયામાં દીધા ડુબાડી રે -
એ રે કાયાનું આજ મઘ બન્યું મીઠું
ફૂલડે સુગંધ ઉડાડી રે, માંડી મેં તો...
સાગર જળની ખારાશ પીધી તોયે
તરત ન મેઘ છિપાણી રે,
એની તે પ્યાસ ત્યારે જ બુઝાશે
જવ વર્ષશે અમૃતવાણી રે, માંડી મેં તો...
મારા ઉમંગ કેરી લહેરખી છો ને
હોય દેખાતી નાની રે,
સહેજે આખા વિશ્વમાં વ્યાપે
હૈયામાં ના રહે સમાણી રે, માંડી મેં તો...

- નારાયણ દેસાઇ
(ગાંધીકથા ગીતો)

# સિકલ સેલ એનીમિયા હોય તેવા બાળકોનું જીવન બહું લાંબુ ટકતું નથી

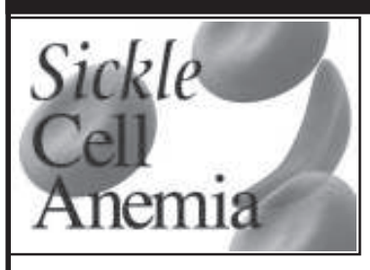
**ગતાંકે આપણે થેલેસેમીયા વિષે જાણ્યું. થેલેસેમીયા મેજર ને કારણે બાળકને ભોગવવી પડતી તકલીફો અને થેલેસેમીયા મેજર ન થાય તે માટે જરુરી સૂચનો જોયા. આ અંકે એવો જ એક લોહીને લગતો દારૂણ-ઘાતક રોગ, એટલે કે સિકલ સેલ એનીમિયા વિશે જાણીએ.**

**લોહીની અગત્યતા વિષે કોઇ અજાણ નથી. લોહી વડે સમગ્ર શરીરના અંગોને પોષણ મળે છે. શરીરની ઇમ્યુનીટી જળવાઇ રહે છે. અંગોને ઓક્સિજન મળે છે. જો કોઇને વારસામાં લોહી બનવાની પ્રક્રિયામાં કોઇ ખામી હોય તો બાળક જન્મે પછી લોહીની વારસાગત બીમારી તેને હોઇ શકે છે. આવી બીમારીઓમાંથી એક એટલે સિકલ સેલ એનીમિયા.આ બિમારીમાં લોહીના રક્તકણો દાંતરડા જેવા આકારના થઇ જાય છે. (આથી તેને સિકલ સેલ કહે છે) આ થવાનું કારણ મા-બાપ બંને 'સિકલ સેલ ટ્રેઇટ' વાળી લોહીની વિકૃતિ ધરાવતા હોય તો જ**

## સિકલ સેલ એનીમિયા

## નિરામય

- ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય




**બાળકોમાંથી એકને સિકલ સેલ એનીમિયા, બેને સિકલ સેલ ટ્રેઇટ જયારે એકને કોઇ જ તકલીફ ન હોય તેવું બને.**

**સિકલ સેલ એનીમિયા થયો હોય તેવું બાળક ફિક્કુ જણાય છે. વારંવાર થાકી જાય છે, બાળકના શરીરમાંથી વારંવાર ઝાડા-ઉલ્ટીને કારણે પાણી ઘટી જાય, પેશાબમાં લોહી આવે, હાડકામાં દુખાવો થાય, મગજ પર અસર થવાથી ખેંચ આવે. કે બેભાન થઇ જાય તેમજ રક્તક્ષય થઇ જાય. કિડની પર પણ ખરાબ અસર થાય. સિકલ સેલ એનીમિયા હોય તેવા બાળકોનું જીવન બહું લાંબુ ટકતું નથી.**

**આયુર્વેદ મુજબ અમુક પ્રકારની કાળજી લેવાથી અસરકારીતા જણાય છે. જેમ કે આમળા, મજીઠ, વાસા (અરડૂસી), ત્રિફલા આદિ ઔષધો કે તેના યોગો બાળકને આપી શકાય. જયારે જયારે કોઇ ઇમર્જન્સી થાય ત્યારે આત્યતિક ચિકિત્સા કરવી. હજુ સુધી આ રોગની સંપૂર્ણ સારવાર થઇ શકે તેવી દવાઓ કે ચિકિત્સા શોધી શકાઇ નથી. આથી અસાધ્ય જણાતા આ રોગમાં બાળકની સતત દેખભાળ રાખીને સારવાર તેમજ કાળજી કરવી.**

# સમય પાણીની માફક પસાર થતો જાય છે. એક દશકા જેટલો સમય પસાર થઇ જતાં, કજરી હવે બે બાળકોની માતા બને છે ભૂતકાળ ભુલી ગયેલ કજરી ઉપર એકાએક આભ તૂટી પડે છે

## અમરપ્રેમ

- નિરંજન ઓઝા

ભાવનગર શહેરમાં જૈન દેરાસર પાસે આવેલ પીછલ્લા શેરીના નાકે નર્મદા ચાલી આવી છે તેમાં કજરી રહે છે. આજે ધીમો ધીમો વરસાદ પડી રહ્યો છે ત્યારે બપોરના ૧૨.૩૦ વાગે બીજા બધા ઘરકામ પતાવી કજરી ઘરે પાછી ફરી રહી છે. ત્યારે તેના ઘરમાં પ્રવેશ કરતાં પહેલાં તેની ઉપર એક કાગળની દડી પડે છે, ઉપર જોતાં, કાકાને ત્યાં રહેતાં ૨૦ વર્ષના પવનને જુએ છે, મંદ હાસ્ય કરી વાંકી વળી, કાગળની દડી લઇ ઘરમાં પ્રવેશ કરે છે. ત્યારબાદ એકાંત મળતાં, પડેલ દડીનું લખાણ વાંચતા આશ્ચર્ય થાય છે. પવને કાગળમાં આવતીકાલે ગંગા દેરીના ગાર્ડનમાં બપોરના એક વાગે મળવાનું લખ્યું છે, વધારામાં લખ્યું છે કે હવે વિષેશ આવતીકાલે મળશું ત્યારે?

બીજે દિવસે નિર્ધારિત સમયે, સ્થળે કજરી પહોંચી જાય છે. જયારે પવન તેની રાહ જોતો હોય છે. કજરીને તેના જીવનમાં કુમળીવયે પ્રથમ વખત જ આવી રીતે મળવાનું થાય છે તેથી સંકોચ અનુભવે છે. પરંતુ પવન સ્પષ્ટપણે પ્રેમનો એકરાર કરે છે, સાંભળી પહેલાં તો કજરી ધ્રુજી ઉઠે છે. પ્રથમ મુલાકાત લાંબો સમય ચાલતી નથી અને આવી જ રીતે બગીચામાં અથવા તો એવી કોઇ જગ્યાએ મળવાનું નક્કી કરી, છૂટા પડે છે. આમ છૂપા છૂપા મળવાનો સીલસીલો ચાલુ રહે છે. બંને હવે પુખ્તવયનાં થતાં, આગળ શું કરવું તે વિચારતા રહે છે. લગ્ન કરીએ તો આજીવિકાનું કોઇ સાધન તો જોઇએ ને એ વિચારે પવન પોતે ગ્રેજયુએટ થાય તે પહેલાં નાની એવી નોકરી મેળવી લેવાનો પ્રસ્તાવ મુકે છે જયારે કજરી તો થોડી આવક મેળવે છે તેથી તેને આવકનો પ્રશ્ન નથી.

હવે યોગ્ય સમય મળતાં, કજરી તેમજ પવન તેમનાં પરિવારજનો સમક્ષ લગ્નનો પ્રસ્તાવ મુકે છે જે બંનેના પરિવારજનોમાં ખળભળાટ ઊભો કરે છે. મૂળમાં કારણ 'ઇત્તર જ્ઞાતિ' છે. પરિવારજનોએ ખૂબ સમજાવ્યા છતાં પરિણામમાં નિષ્ફળતા મળે છે તેથી બંને જણાં, હસ્તા મોઢે છૂટા પડવાનું ભગ્નહૃદયે નક્કી કરે છે. કારણ કે પરિવારજનોને નાખુશ કરી જીવન વ્યતિત કરવાનું બંનેને યોગ્ય લાગતું નથી. વાત આગળ વધે તે પહેલાં કજરીના પરિવારજનો હવે જલ્દીથી કજરીને યોગ્ય જગ્યાએ ઠેકાણે પાડવાનું વિચારી રહ્યાં છે અને છ મહિનામાં કજરીનું તેમની જ જ્ઞાતિમાં લગ્ન લેવાય છે. કજરી હવે અમદાવાદ બાજુ પ્રસ્થાન કરે છે. આ બાજુ પવન ગ્રેજ્યુએટ થતાં, અમદાવાદ સર્વીસ મળતાં, તે પણ અમદાવાદ બાજુ પ્રસ્થાન કરે છે.

સમય પાણીની માફક પસાર થતો જાય છે. એક દશકા જેટલો સમય પસાર થઇ જતાં, કજરી હવે બે બાળકોની માતા બને છે ભૂતકાળ ભુલી ગયેલ કજરી ઉપર એકાએક આભ તૂટી પડે છે. પતિનું મોટર અકસ્માતમાં અવશાન થતાં, બંને નાના બાળકોને મોટા કરવાનું અને પરિવારનું ભરણપોષણ કરવાની જવાબદારી કજરીના માથે આવે છે. બહુ જ વિચારણાને અંતે બાળકોના રમકડાં વહેંચવાનું તેમજ તેની લારી સાથે નજીકમાં આવેલ મંદિર પાસે ઊભા રહેવાનું આયોજન કજરી કરે છે. એક દિવસ એક બાળક રોતો રોતો રમકડાંની લારી પાસે આવી, રમકડાંની જીદ કરે છે, તેની મમ્મી તેને દૂર ઊભેલાં પતિને, બાળકની જીદ પુરી કરવા બોલાવે છે. લારી પાસે આવી, રમકડાંની કિંમત પુછતાં, તે તેની ભૂતકાળની પ્રેમિકા કજરીને જૂએ છે કે કજરી તું અહીં? અને આ સ્થિતિમાં? બાજુમાં તેની પત્ની ઊભેલી હોય છે. તેથી બહુ પ્રશ્નો કરતો નથી, પરંતુ ત્યારે તો છૂટા પડે છે.

બીજે દિવસે સાંજના દર્શન કર્યા પછી એકલો હોવાથી, લારી પાસે આવી, કજરી સાથે મુલાકાત થાય છે કજરી રોતા રોતા તેના પર કુદરતી આફત આવી પડી તેની વિગતો જણાવે છે, સાંભળી પવનને દુ:ખ થાય છે. પરંતુ બાળકો તથા કજરીના પરિવારને સંભાળવાની જવાબદારી પોતાના માથે લે છે. તદાનુસાર અવારનવાર આર્થિક મદદ પવન કરતો રહે છે. આ સમય દરમિયાન કજરીને પોતાના ભૂતકાળનાં પ્રેમી માટે માન થાય છે કે પોતાની આવી વિકટ પરિસ્થિતિમાં, પોતે વિધવા હોવા છતાં જરા પણ છૂટછાટ લીધી નથી. તે વિચારે છે કે મારો પ્રેમી સો ટચના સોના જેવો શુદ્ધ છે. સોનાને કોઇ પણ દિવસ કાટ લાગે નહીં તેવો અણિશુદ્ધ છે. વડિલોના હઠાગ્રહને લીધે પોતે આવો પ્રેમી ગુમાવ્યાનો વસવસો મનમાં રહે છે.

આમ પવન - કજરી અવારનવાર મળતાં રહે છે અને બંને શેષ જીવન હાલમાં આવી રીતે વ્યતીત કરી રહ્યાં છે 'અમરપ્રેમ' નો સુખદ અંત આવે છે.