સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
ફોન : ૨૩૨૨૬૨૫૧

સલામી સવારની..

પગલાં નથી આ વિજયની ડાફ* થઇ છે!
સત્તાની ધાકમાં વિજયની ધાફ* થઇ છે!
બાફ થઇ છે 'નિરસતાની' ચૂંટણીઓથી -
નેતા વિનાની કોંગ્રેસ સાવ સાફ થઇ છે
(નોંધ : કચ્છી શબ્દો ડાફ = મોટું પગલું, ધાફ = ખોટો રોફ)
(બગલો તો બગલો પણ નેતા જોઇએ!)

હાઈકુ

વરસ્યો નહીં!
ગાજવીજ પ્રમાણે -
શ્રી મોદી છાપ..
(વરસાદ પણ..)

'માહિતી ધારો'
ચોખ્ખા છો તો ડરો કાં'?
રડે કોઠીમાં..
(રાજકીય પક્ષોની મૂંઝવણ)

ચિંતન

યદ્ધાત્રા નિજભાલપટ્ટ લિખિતં સ્તોકં ન હદ્ધા ધનં તત્પ્રાપ્નોતિ મરુસ્થલે અપિ નિતરાં મેરૌ તતો નાધિકમ્ ।
તદ્ધધીરો ભવ વિત્તવસ્તુ કૃપણાં વૃત્તિં વૃથા મા કૃથાઃ કૂપ યશ્ય પયોનિધાવપિ ઘટો ગૃહ્યાતિ તૂલ્યં જલમ્ ॥

'સુભાષિત રત્ન ભાંડાગારના બીજા પ્રકરણ 'નશીબનો મહિમા'માંથી આ શ્લોક છે :

'વિધાતાએ આપણા લલાટ પર - નશીબમાં જે કંઇ થોડું કે વધારે ધન લખેલું છે તે ધન આપણને ભાગ્યવિધાતા રણમાં રહેવા છતાં કે મેરૂ પર્વત રહેવાથી પણ જેટલું મળવાનું છે તે મળવાનું જ છે. ન એનાથી વધારે કે ન તો ઓછું મળવાનું નથી જ. માટે તું ધીરજ ધર! અને ધનવાનો પાસે દીનવૃત્તિ દાખવીને યાચના કરીશ નહિ - નશીબમાં જયારે જેટલું લખ્યું હશે એટલું તો મળશે જે જેમ કે તું પાણીનો ઘડો કૂવામાંથી ભર કે સમુદ્રમાંથી પણ ઘડામાં જેટલું સમાવેશ થાય એટલું જ એમાં પાણી ભરી શકાય છે.'

'જેહના ભાગ્યમાં જે સમયે જે લખ્યું તેહને સમે તે જ પહોંચે.' ભાગ્ય વિધાતા જે નશીબ હોય તેટલું એનાથી ન વધારે કે ઓછું લેવાનું છે કે મોટું - સમયસર જે આપવાનું કે છીનવી લેવાનું છે તે આપે જ છે કંઇ લઇ પણ લે છે. આ વાત સમજી દરેક માનવીએ દૈન્ય ધારણ કર્યા સિવાય ગૌરવભેર - હિંમત અને શ્રધ્ધા-વિશ્વાસ પૂર્વક જીવવું જોઇએ. જીવન જે પરિસ્થિતિ મળી છે તેનો સમજીને સ્વીકાર કરી લેવો જરૂરી છે.

સુવિચાર

- ખુશી આનંદ તો તમે ઇચ્છો ત્યારે મનમાંથી પ્રગટી શકે, પરંતુ સફળતા તો તમે ખરા દિલથી પ્રયાસ કરો ત્યારે જ મળે : **- બર્મીઝ કહેવત**
- પૈસો આવે ત્યારે કમ્મરમાં લાત મારે છે એટલે માણસ ઊંચે જુવે છે અને જાય ત્યારે પેટમાં લાત મારે છે એટલે માણસ વાંકો વળી જાય છે **- વોલ્તેર**
- નિષ્ફળતા એ એવી દેવી છે, જેની આરતી અનેક તબક્કે ઉતારવી પડે, આ આરતી ઉતારતા આવડે પછી જ ખરી પૂજા શરૂ થાય **- ઓડીસા કહેવત**
- જે માણસ મૌન નો અનુવાદ કરે છે એ સૌથી મોટો અનુવાદક છે **- ઓશો**
- મને મારી જીંદગીના આખરી દિવસોની ગરીબી મંજુર છે પણ મારા ગયા પછી મારા ધનનો ઉપયોગ ખોટા હાથે ખોટા કામમાં થાય તે મંજૂર નથી **- પ્રેમચંદ**
- સંસ્કારનો એક અર્થ છાપ થાય છે, માણસના મન પર પડતી છાપને આપણે સંસ્કાર તરીકે ઓળખીએ છીએ **- મનુસ્મૃતિ**

બોધ કથા

આપણે આપણા સંકુચિત સ્વાર્થ અને લોભી નજરથી 'પ્રાર્થના'નું મહત્ત્વ સમજ્યા વિના ભગવાન પાસે રોજ નવી નવી માગણીઓની યાદી જ રજૂ કરીએ છીએ. ખરેખર તો **રોજ નવું માગવાને બદલે જે વગર માગે આપ્યું છે તેનો જ રોજ આભાર માનવાનો હોય!**

આવા જ માગણ ભક્તનું માગી માગી હૃદય ભરાઇ આવ્યું અને રડવા લાગ્યો - ભગવાનને દયા આવી, એને થયું આ ભક્તને શું માગવું અને કેમ માગવું એની આવડત નથી એથી નાહક દુ:ખી છે ચાલો, એને રૂબરૂ જઇ સાચી સમજ આપી દઉં!

ભગવાન પ્રસન્ન થયા. પેલા ભક્તે તો તરત ખિસ્સામાંથી લીસ્ટ કાઢ્યું અને ભગવાનને પૂછ્યું વાંચવા માંડું?

ભગવાને સ્મિત સાથે કહ્યું - ભક્ત! હું તને વસ્તુઓની ભરપાઇ કરવા નથી આવ્યો પણ તને સાચું માર્ગદર્શન આપવા આવ્યો છું! સાંભળ! હું કદાપિ તૈયાર સુગંધી ફૂલો નથી આપતો પણ ફૂલોનાં બીજ આપું છું - પછી ભક્તે પોતાની સૂઝ-બૂઝ, પરિશ્રમ, ખાતર-પાણી રેડી એમાંથી છોડની માવજત કરી જુદાં જુદાં ફળ-ફુલ ઉગાડવાનાં હોય છે. જેવી તમારી મહેનત અને માવજત એવું પરિણામ! સમજ પડી?!

E-mail : sureshchandrabhatt18@gmail.com

સામાન્ય નાગરિકો પોલીસને ડગલને પગલે સહકાર આપવા ઉત્સાહિત બને તે માટે પોલીસે વાણી - વર્તન અને વ્યવહારમાં સારા અને સ્તુત્ય સુધાર કરવા આવશ્યક છે

પોલીસને પ્રજા સહકાર કેમ આપતી નથી? - ચર્ચા સભા

- રાજ પ્રજાપતિ

સરકારી મહેકમમા પોલીસને શિસ્તબંધ ખાનગી એજન્સી ગણવામાં આવે છે પરંતુ સૌથી વધુ અશિસ્ત પણ પોલીસ ખાતામાં હોય છે પોલીસની નજર વ્યક્તિગત રીતે સતત બદલતી હોય છે. પ્રજાજનોને સમાનતાથી જોવાની ટેવ પોલીસની નથી હોતી જેના કારણે પોલીસને સામાન્ય લોકો પરેજી રાખે છે. પોલીસની કાર્ય પદ્ધતિ સામાન્ય લોકોને અપમાનજનક ભાવ પેદા કરે તેવી હોય છે. જેના કારણે સામાન્ય લોકો પોલીસથી દૂર રહેવામાં શાણપણ સમજે છે.

હાલમાં પોલીસ પોતે અદાલતના ન્યાયધીશ જેવી કામગીરી કરે છે જેને પરિણામે ગુનેગારોને વધુ સવલતો અને છટકબારીઓ મળી જાય છે. પક્ષપાત અને નાગરીક હક્કોમાં ભેદભાવ રાખવાને કારણે પોલીસ સતત ગુનેગારના દાયરામાં ઘેરાયેલી રહે છે.

સામાન્ય કે ગરીબ અથવા સીધા સાદા નબળા નાગરિકો માટે પોલીસ એટલે કાયદાના નામે ઉદ્ધતાય કરતો સરકારી ત્રાસવાદ ગણે છે. પોલીસનો નાનામાં નાનો કર્મચારી બીજાને કાયદાની રૂએ પોતાનાથી નીચા ગણે છે. જયારે પોતાને કાયદાના હાકેમ ગણે છે કારણ કે સામાન્ય પ્રજાનન કાયદાની પદ્ધતિ જાણતો નથી. પોલીસને ધારાધોરણસર નાગરીકોની ફરિયાદ નોંધવાનો અને ફરિયાદને આધારે તપાસ અંગે નક્કી કરેલા કાયદાઓ પ્રમાણે દોષિતોને શોધવાના અને લેખિતમાં જાણ કરીને તેને પ્રાથમિક પુરાવાના આધારે અટકમાં લઇને અદાલતમાં રજૂ કરીને પછીની આગળની તપાસ કરવાની હોય છે પણ આપણી પોલીસ ફરિયાદ દાખલ કરીને તરત ઉલ્લેખિત કે અપેક્ષિત શખ્સોની ધરપકડ કરીને તપાસ કરે છે.

પોલીસને રાષ્ટ્રચિન્હ ધારણ કરવાનું સન્માન આપેલું છે. રાષ્ટ્રપિતાના કોઇ મુકુટમાં રાષ્ટ્રચિન્હ નથી. વડાપ્રધાન કે અન્ય કોઇ મંત્રીશ્રીઓના મુકુટમાં પણ રાષ્ટ્રચિન્હ નથી. ફક્ત પોલીસની ટોપીમાં શાનદાર રાષ્ટ્રચિન્હનું સન્માન ઝળહળે છે પરંતુ પોલીસનું વર્તન અને વ્યવહાર રાષ્ટ્રના સર્વોચ્ચ સન્માનને અપમાનિત કરનારૂં હોય છે. સામાન્ય પ્રજાજનો પોલીસને માન અને લાગણીથી જોતા નથી કારણ કે રાષ્ટ્રચિન્હની શાન અને શિસ્ત જાળવવામાં પોલીસ નાકામયાબ રહે છે.

પોલીસનો પગાર-ભથ્થા વાહનો અને બાકીના તમામ ખર્ચાઓ પ્રજાના પરસેવામાંથી ચુકવાય છે. પગારની નોટો સરકારી પ્રેસમાં છપાતી નથી. પણ પ્રજાના કરવેરામાંથી ચુકવાય છે છતાં સામાન્ય નાગરિકો અને પોલીસની વચ્ચે ૩૬ નો આંકડો રચાય છે પોલીસની વર્દી પહેર્યા પછી પોલીસ કર્મચારી પોતાને કાયદો સમજે છે કાયદાના મુલાજીમ સમજતી નથી અને જે કાયદાનું પોતે પાલન નથી કરતાં તે કાયદાનું પાલન કરાવવા બીજાને ઉપર બળ કરે છે જેથી પ્રજાનનોમાં પોલીસ તરફ કોઇ અનુકંપા જાગતી નથી. પોલીસ પ્રજાજનોનો માન આપશે, સન્માન ભર્યું વર્તન કરશે તો પ્રજા પોલીસને સાથે આપશે સામાન્ય રીતે પોલીસ કામગીરીમાં સહકાર આપવાની વાત આવે તો પનોતી નોતરવા જેવું થાય છે.

રીક્ષા ડ્રાઇવરો અને તે કક્ષાના કાયદાઓથી વિમુખ લોકો પોલીસને પંચનામાં અને પોલીસ કામગીરીમાં પંચ કો સાક્ષી તરીકે કહેતા હોય છે તૈયાર કરેલા પંચનામાઓમાં રીક્ષા ડ્રાઇવરો કે નાના ગરીબ ધંધાર્થીઓને પોલીસ બોલાવે ત્યારે પાછળથી સહી કહીને કોર્ટ કચેરીઓમાં હાજરી આપે છે તે લોકો કે તેના વર્ગના લોકો સાથે પોલીસનું વર્તન હંમેશા તિરસ્કાર ભર્યું અને ઉદ્ધતાઇ ભર્યું છે.

ગુનેગારોને પોતાના શિકાર ગણતી પોલીસને કાયદાની રૂએ કેસો દાખલ કરવાની અને કેસોની તપાસ કરીને દોષિતોને શોધીને અદાલતોમાં રહેલા છે કેસોની તપાસમાં એક દોષિતને ગુનેગાર સાબિત કરવાની આખી પદ્ધતિ નક્કી કરેલી છે. પોલીસ ગમે તેને પકડીને દોષિત બનાવી શકતી નથી કે નિર્દોષને ગુનેગાર સાબિત કરી શકતી નથી.

પોલીસને પ્રજાના સહકારથી સમાજમાં રહેલા દોષિતોને પકડીને અદાલતોમાં સજા માટે રજૂ કરવાનો હોય છે પોલીસ વિભાગને ભારતીય દંડસંહિતાની ઘણી સત્તા મળી હોવા છતાં કાયદાની રૂએ તો ખાનગી એજન્સી છે. પોલીસની સામાન્ય રીતે લોકો થોડા પરેજી રાખે છે પોલીસનો થોડો ડર રહેલો છે તેમાં સૌથી મોટી ગેરસમજણ છે કાયદાઓનો અને ભારતીય દંડ સંહિતા અધિનિયમનો અને ક્રિમિનલ પ્રોસીજર કોડની જાણકારી હોથી નથી.

પોલીસ કોઇ પણ માણસને ગમે ત્યારે બોલવીને પૂછપરછ કરી શકતી નથી, પોલીસ કારણ હોય તો પણ મૌખિક રીતે કોઇને પોલીસ સ્ટેશનમાં બોલાવી શકે નહીં પોલીસ તપાસ દરમિયાન પોલીસ પોતાની રીતે કોઇ પંચનામા કે સાક્ષીઓ નોંધી શકે નહીં. પોલીસને ફક્ત દાયદાની અમલવાદીર નિયત પદ્ધતિથી કરવાની છે વાસ્તવમાં પોલીસને કાયદાની કોઇ સત્તા આપેલી નથી. સમન્સ વિના કે લેખિત જાણ વિના કોઇ વ્યક્તિને પોલીસ કોઇ પણ કેસ સંબંધિત બાબતમાં પુછપરછ પણ કરી શકે નહીં.

ગુનેગાર હોય તો પણ માર મારવાની, ગાળો ભાંડવાની કે પછી કોર્ટની મંજુરી વિના કોઇની માલિકીની મકાન, જમીન કે પછી હદમાં પ્રવેશ કરવાની સત્તા નથી. પોલીસને દરેક કામ પ્રજાની સાથે રહીને કરવાના છે પોલીસ કેસ દાખલ કરનાર નાગરિક જે કોઇ પણ વ્યક્તિના નામો આરોપી તરીકે લખાવે તો આપેલા નામના નાગરિક કે નાગરિકો સામે પણ પ્રથમ દર્શનિય ગુનો બનતો ન હોય તો આરોપી તરીકે આપેલા નામના કોઇ પણ નાગરિકની સ્વતંત્રતા ઉપર પોલીસ કબજો મેળવી શકતી નથી.

કોઇ પણ તપાસ સંબંધિત પંચનામા કરવા માટે પોલીસને સામાન્ય નાગરિકોમાંથી પંચો તરીકે પ્રજાનનોની કાયમી જરૂરત રહેલી છે પણ પોલીસની કામગીરીની આખી પદ્ધતિ એટલી ઉદ્ધતાઇભરી હોય છે કે સામાન્ય નાગરિકોને પોલીસને કોઇ સહકાર આપવાની લાગણી રહેતી નથી. પંચાયત કચેરીના પટ્ટાવાળા માટે લાગણી થઇ શકે છે પણ પોલીસના ઉચ્ચ અધિકારીને સહકાર આપવામાં બધા દૂર હટી જાય છે. પોલીસની આવી બેહુદા ઇમેજ પાછળ પોલીસ પોતે જવાબદાર છે.

પોલીસને ગુનેગાર ઝડપવા કે માહિતીઓ મેળવવા માટે બાતમીદારો ઉપર આધાર રાખવો પડે છે. સામાન્ય રીતે લોકો ગુન્હાહિત પ્રવૃત્તિની જાણકારી પોલીસને આપવાની માનસિકતા કેળવતા નથી. પોલીસના કર્મચારીઓ દરેકને ગુનેગાર બનાવી દેવાનું આંજણ લુછી નાખે તો પણ સમાજની વસ્તી પૈકીનાં ૧૨ ટકા ગુનેગારોની ગુનાહિત પ્રવૃત્તિઓથી સમાજને બચાવી શકાશે.

પોલીસને ફરજ દરમિયાન અને તે પછી પ્રજાનન સાથે કેવું વર્તન કરવું તે શીખી લેવા જેવું છે પોલીસને એટલું યાદ રાખવા જેવું છે કે તેનો પગાર અને ભથ્થા કોઇ નેતાની તિજોરીમાંથી નથી આવતાં પરંતુ સામાન્ય નાગરિકોના કરવેરાથી પોતાના ઘરનો ચુલો ચાલે છે. પોલીસ પોતાના દૃષ્ટિકોણ બદલે તો પ્રજા પણ પોલીસને દિલથી સહકાર આપશે.

પોલીસના ઉચ્ચ અધિકારીઓ ફરત એટલું તો શોધી કાઢવાનું છે કે સામાન્ય નાગરિકો પોલીસને મદદ કરવાથી દૂર કેમ ભાગે છે? નાના કર્મચારીઓ ફરજ દરમિયાન સામાન્ય નાગરિકો સાથે કેવું વર્તન અને વ્યવહાર દાખવે છે? પોલીસ સીધા સાધા નાગરિકો માટે એક રીતે દુશ્મન જેવી હોય છે લોકો પોલીસથી ડરે છે. કેસ દાકલ કરવાની સત્તાને કારણે પોલીસ પણ પોતાનો રૂઆબ દેખાડવા અમુક સમયે ખોટા કેસ પણ દાખલ કરે છે અને પોતાની તાબે નહીં થનારને કોર્ટનાં ધક્કે ચડાવે છે.

સામાન્ય રીતે પોલીસની કામગીરીની શરૂઆત ગાળોથી થતી હોય છે કોઇને પણ બે-ચાર થપ્પડ મારવી કે બેચાર લાકડી ફટકારી લેવાનો સ્વભાવ કેળવી ચુકેલી પોલીસને હવે આ ઔચિત્યમાંથી બહાર આવી જવાની જરૂર છે. દરેક વ્યક્તિ સામે કાયદાનો પાવર વાપરવા કરતાં સાચી કામગીરીથી ખરા ગુનેગારોને ઝડપવા અને સજા થાય તેવી વાસ્તવિક કામગીરી માટે પોલીસે વર્ણન અને વાણી વ્યવહારમાં જડમુળથી ફેરફાર કરવો આવશ્યક છે. ગુનો બનતો અટકાવવાની પહેલી તક બનાવ સમયે હાજર કરેલા સામાન્ય નાગરિકોનાં હાથમાં હોય છે. પોલીસની કામગીરીની પદ્ધતિ બદલે તો પ્રજા પોતે પોલીસ માટે ખડેપગે થઇ શકે છે.

પોલીસનું વર્તન સામાન્ય નાગરિકો સાથે સન્માન ભર્યું બંને તો ગુનેગારોને નશ્યત કરવામાં અને સામાજિક સુલેહ શાંતિ જાળવવામાં પોલીસને પ્રજાનો ખુબ સહકાર મળી રહેશે. તેના માટે પોલીસના ઉચ્ચ અધિકારીઓએ પોતાના તાબાના કર્મચારીઓના સામાન્ય રીતે થતા વર્તનને તપાસીને સારા વાણી વર્તન અને વ્યવહારથી પ્રજાના દિલમાં માનભરી જગ્યા બનાવવાના સૂચનો આપવાની જરૂર છે પ્રજાનો સહકાર વધશે તો ચોક્કસપણે ગુનેગારો અને ગુનાહિત પ્રવૃત્તિઓમાં નોંધનીય ઘટાડો થશે.

ગુનાહિત પ્રવૃત્તિઓ અને ગુનેગારો કોઇને પસંદ નથી પણ ગુનાહિત પ્રવૃત્તિઓ પેદા થતી ડામી દેવા અને દરેક સામાન્ય નાગરિકો પોલીસને ડગલને પગલે સહકાર આપવા ઉત્સાહિત બને તે માટે પોલીસે વાણી - વર્તન અને વ્યવહારમાં સારા અને સ્તુત્ય સુધાર કરવા આવશ્યક છે.

...માથા ઉપર ખુલ્લું તારાઓથી ખીંચોખીચ આકાશ... ઠંડા પવનની લહેરખીઓથી તરત આંખ ઘેરાઈ જાય અને સપનામાં પાછું એ જ પાણીથી લહેરાતું છલોછલ તળાવ!

પારિજાત

- રેખા ભટ્ટ

એકાદુ પંખી જો ડાળ ઉપર બેસે
તો થાય મળ્યું આકાશ.
એકાદી લહેરખી પવનની જયાં સ્પર્શે
ત્યાં રણઝણતી ઝાલરી બાજી
આપણે તો એટલામાં રાજી!

-રમણીક સોમેશ્વર

વહેલી સવારે આંખ ખૂલતાંની સાથે કોયલનું કૂહૂ... કૂહૂ.... સતત સંભળાયા જ કરે છે અને મારૂં મન તરત જ. આ પહોંચી જાય છે. મારા મામાના ગામમાં... સાથે જ કેટલાંક વર્ષો ખરી પડે છે અને મારી ઉંમર થઇ જાય છે સાત-આઠ વર્ષની - ત્યારે પણ લીમડા નીચે ઢાળેલા ખાટલામાં સૂતી હોઉં અને કોયલનો અવાજ વહેલી સવારથી સંભળાયા કરે. વહેલી સવારની ઝાકળથી ઠંડી થયેલી ગોદડી આઘી કરીને આંખ ખોલવાનું મન ન થાય. તોયે જરીક ગોદડી ખસેડીએ અને અરધું - પરધું મોઢું બહાર કાઢીએ એટલે પાકી લીંબોડીઓ ટપ-ટપ કરતી માથા પર પડે અને વાડામાં તાજાં ખીલેલાં જાસૂદ - કરેણ મોગરાની સુગંધથી નાક ભરાઇ જાય. અને કાને પડે સ્તોત્ર પાઠ કરતાં મામાનો ઘૂંટાયેલો ઘેરો સ્વર... ઘંટડીનો રણકાર...

હવે ગોદડીમાં પડી ના રહેવાય... દોડીને ઝટપટ દાતણ - પાણી કરી મામાના વાડામાંના કૂવામાંથી ડોલથી પાણી ખેંચી લઇ બાજુમાં મૂકેલાં પથ્થર પર નાઇ લઇને દોડતી દોડતી ફૂલ વીણવા લાગી જાઉં અને હાથમાં સરસ મજાની કોતરણી વાળી પિત્તળ છાબડીમાં ફૂલ ગોઠવતી જાઉં... મામાનો શંખ ફૂંકવાનો અવાજ સંભળાય એટલે પૂજાના ઓરડામાં પહોંચી ઝટપટ ફૂલની છાબડી બાજુમાં મૂકી મામાની પૂજા વિધિ નિહાળ્યા કરૂં. મોટ્ટા પિત્તળના પાલખામાં જાત-જાતના દેવ શિવજી - શાલીગ્રામ - લક્ષ્મીજી યથાસ્થાને ગોઠવેલાં હોય માથે મોટું છત્ર ઝૂલતું હોય - ઓરસિયા પર મામા ચંદન ઘસતા જાય - સ્ત્રોત બોલતા જાય... ૐ કાર સહિતના બધા જ પ્રાણાયામ કરતા જાય - અને લગભગ શાસ્ત્રોક્ત વિધિની પૂજા થયા કરે...

હજુ આજેય મને એ પૂજારો ઓરડો, પાલખામાં ગોઠવેલા ભગવાન - એમની પર ચઢાવેલાં ફૂલ... તાજા ઘસાયેલા ચંદનની સુગંધ... આછા ઉજાસથી પ્રગટી રહેલો ઘી નો દિવો... અને ઓરડામાં કરેલા લીંપણની આછી આછી વાસ અનુભવાય છે.

પછી કામકાજ તો કશું હોય નહીં એટલે ઘર આગળથી ગાયોને લઇને તળાવે પાણી પીવડાવા જતાં કોઇની પણ સાથે સામેલ થઇ જવાનું અને પહોંચી જવાનું તળાવ પર. મોટું દરિયા જેવડું તળાવ... એમાં કમળ ખીલ્યાં હોય... અને ઊંચી પાળ ઉપર ફરતે ઘટાદાર લીમડા, આંબા, વડ, પીપળો ઠંડો પવન ફૂંકતાં હોય. બળબળતા બપોરમાં પણ તળાવની પાણીની લહેરખી અને માથે આટલાં બધાં ઝાડનો છાયડો... મજા પડી જાય રમવાની... તળાવમાં નહાવાની તળાવમાં એક બાજુ ભેંસો નહાતી હોય એક બાજુ અમે ધુબાકા મારીએ.

તળાવના કિનારે એક ખૂબ ઘટાદાર અને વિશાળ વડલો. એની આસપાસ કેટલીય સ્ત્રીઓ તળાવમાં જ નાહં ધોઇને પૂજા કરતી હોય પ્રદક્ષિણા ફરતી હોય... એ બેઠાં બેઠાં જોયા કરૂં. એ વડની નીચે એક ખૂબ મોટી અને ઊંડી બખોલ હતી. એમાં શોધ્યા કરૂં. પેલી નાગપાંચમીની વાર્તામાં આવતાં હતા તે નાગ રાજા એનાં સાત નાગકુમારો અહીં જ રહેતા હોવા જોઇએ એવી મને ખાત્રી હતી. એટલે એમાં કુતૂહલથી જોયા કરૂં... કે હમણાં પેલો બાંડિયો - બૂચો નાગ ફરતો ફરતો બહાર આવશે અને પેલી દુ:ખિયારી વહુએ પોતાના માટે ઢાંકી રાખેલી વધી ઘટી ખીર ચાટી જશે અને તોયે ભૂખી તરસી વહુ બોલી ઉઠશે... "જેને ખાધું હોય એનું પેટ ઠરજો..."

અને તરત જ પેલો નાગ પ્રગટ થશે અને દુ:ખિયારી વહુને વડલા નીચેના નાગલોકમાં લઇ જશે... અને પછી ખાધું... પીધું અને રાજ કર્યું...

આટલાં વર્ષો વીતવા છતાં હજુ ારા મનમાં એ વાત અકબંધ છે કે એ તળાવનાં વડલા નીચેની બખોલમાં નાગલોક છે જ...

આખો દિવસ બસ રઝળપાટમાં જ પૂરો થાય... ખેતરોમાં ઉગેલા મોલ વચ્ચે ફર્યા કરવાનું...

કૂવા - વાવ - તળાવનાં કિનારે બેસી રહેવાનું ... ડુંગરની ટોચ ઉપર એકલા એકલા જતા રહેવાનું.... કોકના ખેતરમાં પાણી પીવડાવતા હોય તો ધોરિયામાં પગ બોળીને બેસી રહેવાનું... નદીના ઘાટ ઉપર પાણીમાં પગ, બોળીને બેસી રહીને પગના આસપાસ રમતી નાની નાની માછલીઓ જોયા કરવાની... એમ કરતાં સાંજ પડે એટલે મંદિરની આરતીમાં દોડી જવાનું... શંખ... નંગારા... ઘંટ અને આરતીનો ઘોંઘાટ અને પછી કોપરાની છીણ - દળેલી ખાંડનો પરસાદ... હથેળીમાં પાણી વળ્યું હોય તો યે ચાટી જવાનો... પછી રાત પડે એટલે લીંમડા નીચે ડાળેલા ખાટલા જાત જાતની વાતો... વારતાઓ... માથા ઉપર ખુલ્લું તારાઓથી ખીંચોખીચ આકાશ... ઠંડા પવનની લહેરખીઓથી તરત આંખ ઘેરાઇ જાય અને સપનામાં પાછું એ જ પાણીથી લહેરાતું છલોછલ તળાવ!

મને ખબર નથી પણ જો મર્યા પછી ભૂત થવાની વાતમાં તથ્ય હોય તો, હું ચોક્કસ ભૂત થઇને એ જ તળાવ - કે નદી કે વાવ ના કિનારે બેઠી બેઠી બધું જોયા કરીશ અને વિચારીશ કે આ વડલા નીચે જ નાગલોક છે. અને પછી હું તો ભૂત હોઉં... એટલે કદાચ જઇ પણ શકીશ એ નાગલોકમાં...

"ચપટી પરસાદ માટે આંખ મીંચી સાંભળેલો
મંદિરનો શંખનાદ આપો,
મારૂં બાળપણ પાછું આપો..."

- રેખા ભટ્ટ

શાલવણ ઝાડામાં અસરકારક છે, આ ઉપરાંત આધાશીશી થઇ હોય તો શાલવણના નસ્ય આપવાનો ઉલ્લેખ છે, શાવલણના મૂળ તાવને દૂર કરે છે અને શરીરને પોષણ આપે છે

દશમૂળ (ભાગ-૨)

નિરામય

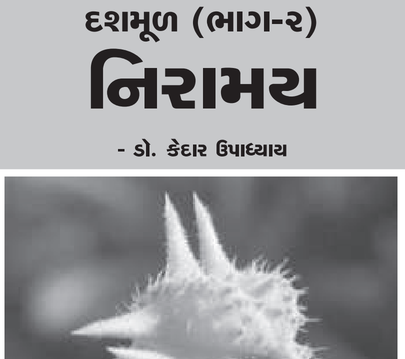
- ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

મિત્રો, ગતાંકે આપણે આયુર્વેદમાં વર્ણીત વિવિધ ઔષધો તેના વિપુલ વિષદ વર્ણન વિષેની વાતો તેમજ તેને કઇ રીતે અલગ અલગ ગ્રુપોમાં વહેંચેલા છે તે અંગે ચર્ચા કરી. સાથે સાથે આવા જ ગ્રુપો (યોગો)માં સૌથી અગત્યના એવા એક યોગ, એટલે કે દશમૂળનો પ્રારંભિક પરિચય અને તેમાં સમાવિષ્ટ પ્રથમ પાંચ ઔષધીઓ, એટલે કે બૃહદ્ પંચમૂળ કે જેમા બિલા, અરણી, શ્યોનાક, પાટલા અને ગંભારીનો સમાવેશ થાય છે. તેના વિષે જાણ્યું - હવે આજે દશમૂળમાં બાકી રહેતા બીજા પાંચ ઔષદો વિષે જાણીએ.

આ પાંચ ઔષધો એટલે શાલ વણ (શાલીપર્ણી), પીઠ વર્ણ (પૃષ્ઠવર્ણી), બેઠી ભોરીંગણી (કંટારણી), ઉભી ભોરીંગણી (બૃહતિ) અને ગોખરૂં (ગોક્ષુક)

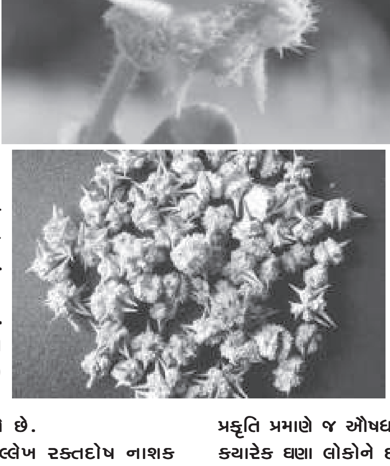
● **શાલવણ :**

શાલવણ એ વ્યાવહારિક રીતે પ્રમાણમાં ઓછી જાણીતી વનસ્પતિ છે. તેનો સ્વતંત્ર ઉપયોગ પણ સાપેક્ષે ઓછો જોવા મળે છે. શાલવણ ઝાડામાં અસરકારક છે. આ ઉપરાંત આધાશીશી થઇ હોય તો શાલવણના નસ્ય આપવાનો ઉલ્લેખ છે. શાવલણના મૂળ તાવને દૂર કરે છે અને શરીરને પોષણ આપે છે.



● **પીઠવણ :**

પીઠવણ ત્રિનોશનાક અને પાચનતંત્ર માટે ખુબ હિતકર છે. પીઠવણ શરીરમાંથી અજીર્ણ અને આમ નો નાશ કરે છે. તે ભૂક પણ લગાડે છે અને ઝાડા - મરડામાં પણ અસરકારક છે. દૂઝતા હસતમાં પીઠવણનો ઉકાળો પીવાનો ઉલ્લેખ છે. પીઠવણ અને બકરીનાં દૂધમાંથી બનાવેલ તેલ વાતરક્ત (gout) માં ફાયદાકારક છે. પીઠવણનો ઉલ્ખ અથર્વવેદમાં પણ જોવા મળે છે.



અથર્વવેદમાં પીઠવણનો ઉલ્લેખ રક્તદોષ નાશક અને બળ વધારનાર ઔષધી તરીકે થાય છે.

● **ભોરીંગણી :**

ભોરીંગણીની અનેક જાતો. છે તેમાંથી મુખ્ય બે એટલે બૃહતિ અને કંટકારી. આ બંને જાતોમાં નિષ્ણાંતો વચ્ચે મતમતાંતરી છે, કે ખરી બૃહતિ કે ખટી કંટકારી કઇ... (ઊભી ભોરીંગણી કે બેઠી ભોરીંગણી?) આપણે આ બધી માથાકૂટમાં ન પડતાં ભોરીંગણીના ગુણોની વાત કરીએ. ભોરીંગણી ખૂબ અસરકારક તથા સરળતાથી પ્રાપ્ય એવું ઔષધ છે. ચોમાસા બાદ આપણા ગાંધીનગર અને આસપાસના વિસ્તારોમાં જ ખૂબ જ જોવા મળે. તેમાંય બેઠી ભોરીંગણી તો ખાસ. બેઠી ભોરીંગણી જમીન પર ફેલાયેલી હોય. તેના પાનમાં અનેક કાંટાઓ હોય અને તેના જાંબલી (આછા) રંગના ફૂલો થાય. લીલા રંગના ગોળ ફળો હોય જે વિસ્તારમાં પુષ્કળ જોવા મળે છ. ઉધરસમાં ભોરીંગણી લઇ શકાય. દમ રોગમાં પણ ભોરીંગણીને હિંગ તથા મધ સાથે લેવાનો ઉલ્લેખ છે. કંટકારી અવલેહ (કે જે માર્કેટમાં મળે જ છે) તે શ્વાસ, કફ, શરદી, ઉધરસ માટે અસરકારક છે.

● **ગોખરૂં (ગોક્ષુરી) :**

ગોખરૂં એ ખૂબ જાણીતી વનસ્પતિ છે. કિડની માટે શ્રેષ્ઠ એવું ગોખરૂં મૂત્રમાર્ગ તેમજ કીડનીને લગતા રોગોની ચિકિત્સામાં વર્ચસ્વ ધરાવે છે. ગોખરૂં બળ વધારનાર, વીર્ય વધારનાર તેમજ શરીરને પુષ્ટ કરનાર છે. રક્તપિત્તમાં ગોખરૂંને દૂધમાં ઉકાળીને લેવાનું સૂચન છે. સંધિવામાં પણ ગોખરૂંની સૂંઠના ઉકાળા સાથે પીવાનું સૂચન છે.

મિત્રો,

બે અંકો દરમિયાન આપણે દશમૂળ વિષે પ્રાથમિક પરિચય મેળવ્યો. દશમૂળ અલબત્ત શ્રેષ્ઠ ઔષધ છે. પરંતુ દરેક વ્યક્તિની પ્રકૃતિ પ્રમાણે જ ઔષધનો પ્રયોગ કરવો જોઇએ. જેમ કે કયારેક ઘણા લોકોને દશમૂળ ગરમ ત્વચાના દાખલા છે. આથી જયારે પણ ઉપયોગ કરવો ત્યારે આપના ચિકિત્સકની સલાહ લેવી ખૂબ જરૂરી છે.