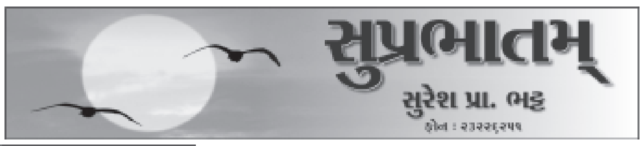
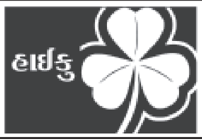


છે અહીંનું અહીં જ, હાથના કર્યાં હૈયે વાગે છે,
પંપાળી હોય કટાર સોનાની, પેટે તો લાગે છે!
ડાઘે છે ચરિત્ર, હવે માગે છે માન, મને ક્યાંથી?
સત્તા-મદમાં સૂતેલો આત્મા મોડેમોડે જાગે છે!!
(શ્રી અડવાણીજીને થયું આત્મજ્ઞાન)

માગીને મળે
તે લાગે ધૂળ જેવું -
માન કે પદ..
(ઉન્માદ નો ઉત્પાત)

થયો તમાશો!
રાજકીય પક્ષોને -
ખેલ-મદારી
(કોણ-કોનું-માંકડું?)
રાજનાથ-મોદી



ચિંતન

કકચિચ્ચા રૂચામી કરારમ્ભરમ્યા, કચિંદ્રત્ન વિદ્યાતિતધ્વાન્ત દક્ષા ।
કકચિદ્ધીરકૈલાસહાજ્ઞાકકચિત્ક્ષીર પ્રવીર પ્રકાશા ॥

સુભાષિત રત્નભાંડાગારના ત્રીજા પ્રકરણ 'રાજયસભા'નું વર્ણન છે :

'આ રાજસભા છે કે જયાં કોક ઠેકાણે સુંદર ચામર ઢોળાઇ રહ્યાં છે, કોક ઠેકાણે રત્નોના પ્રકાશથી ખૂણાના અંધકાર દૂર થાય છે, કોક ઠેકાણે ધીર-વીર પંડિતો-જનોનાં મંદ હાસ્ય પ્રગટે છે અને કોક ઠેકાણે રાજાઓની દૂધ જેવી નિર્મળ કીર્તિનાં યશોગાન થાય છે.'

આજની લોકસભા-રાજસભા અને રાજયોની વિધાનસભાઓનું પણ એક શબ્દચિત્ર જોઇ લઇએ : ખૂરશી-માઇક ઉડે છે, કાગળીયા અહેવાલો ફાડી ફાડી અધ્યક્ષની બેઠક પર ફેંકાય છે. બૂમાબૂમ-ચીસાચીસ-સૂત્રોના અવાજમાં કંઇ જ કાને સંભળાતું નથી. કોઇને ટાંગાટોળી કરીને રક્ષકો બહાર ફેંકવા લઇ જાય છે.

સભ્યો વિરોધ સિવાય કંઇ વાત કરતા નથી. કોઇ પ્રગતિ-વિકાસની સૂઝ-બૂઝ આપતાં વ્યાખ્યાન તો કરતા જ નથી. ઠેર ઠેર રાજયના ખૂણેથી વિદ્વાન-નિષ્ણાત-વક્તાઓ ચૂંટાવા ને બદલે ખાણ-ખનીજ ચોર - કરવેરા ચોર - ગુંડા અન ગુનાઇતો મસલ્સ અને મનીના જોરે ચૂંટાઇ આવે છે એમની પાસે વિદ્વતાપૂર્ણ વક્તવ્યની તો અપેક્ષા જ ક્યાંથી રાખી શકાય?

લોકસભા-રાજસભા-વિધાનસભાના સભ્યો વિદ્વાન-નિષ્ણાત અને સેવાભાવી હોવા જોઇએ.

સુવિચાર

- અજ્ઞાની આત્મ પ્રશંસા માટે હંમેશા તત્પર હોય છે - **શેખ સાદી**
- આ અહમ્ જ અમારી સીમા છે - **જેમ્સ એલન**
- અહિંસા એટલે બીજાના જીવન પ્રતિ તથા તેમનાં વ્યક્તિત્વ પ્રત્યે આદર - **કાકાસાહેબ કાલેલકર**
- જો તમારામાં જરાય અહંકાર નથી તો તમે કોઇ પુસ્તકની કોઇ લીટી વાંચ્યા વિના અથવા કોઇ મંદિરમાં ગયા વિના જ મોક્ષ પામશો - **જે. કૃષ્ણમૂર્તિ**
- આશાની છીપમાં જ સિદ્ધિનાં મોતી નીપજે છે - **હિતોપદેશ**
- ભગવાન જયારે છપ્પર ફાડીને આપવાનો નક્કી જ હોય ત્યારે છાપરાના સમારકામના ખર્ચની ચિંતા કરતો હોય તે ખરો નિરાશાવાદી - **ઓશો**

બોધ કથા

આજકાલ મંત્રીમંડળમાં પણ એકબીજાનાં ટાંટિયાખેંચની રમત અને એકમેકને મુખ્યમંત્રી કે વડાપ્રધાનની નજરમાંથી 'પાડવા'ના કારસ્તાન કરાતાં રહેતા હોય છે. સરકારમાં સંગઠ્ન હોતું નથી.

પંજાબના ગુજરાંવાલા શહેરની ખાલસા કોલેજમાં સ્વાતંત્ર્યની ચળવળ દરમિયાન ગોળીબાર બે-પાંચ વિદ્યાર્થીઓ શહિદ થયા અને કેટલાક ઘાયલ થયા.

ગાંધીજીએ એક ખાસ પ્રતિનિધિમંડળને રૂબરૂ તપાસ કરી અહેવાલ આપવા જણાવ્યું. આ મંડળમાં પં. મદન મોહન માલવીયા, પં. નહેરૂ મોતીલાલ અને વેંકટનારાયણ તિવારી હતા.

ઉનાળાની ધોમ બપોરે ત્રણ ગુજરાંવાલા પહોંચ્યા. તાપ હતો મોતીલાલજી અને માલવીયજી પાસે છત્રી હતી તે ખોલી. તિવારી પાસે છત્રી ન હતી તેથી પંડિત માલવીયજી એમને પોતાની છત્રીમાં સમાવવાનો પ્રયત્ન કરી રહ્યાં હતા.

તિવારીજીએ કહ્યું - પંડિતજી! મારે કારણે તમારે તડકો લેવા પડે છે તેથી હું પાપમાં પડીશ, કહી દૂર ખસી ગયા.. માલવીયજી કહે એક તો હું તમારાથી મોટો છું અને ત્યારે આ પ્રતિનિધિમંડળનો પ્રમુખ છું એટલે તમારો વડીલ થયો - મારા બાળકોની સંભાળ રાખવી, મારી ફરજ છે..

ક્યાં આજનાં નેતાની ટાંટિયાખેંચ વૃત્તિ અને ક્યાં આ વાત્સલ્ય ભાવ?!

જીવનના દરેક પડાવ પર આપણે યોગ્ય સમયે ક્યાંકથી અલવિદા કરીને નીકળવાનું અને આગળના મુકામે પહોંચવાની યાત્રા પ્રારંભ કરવાની આ સતત પ્રક્રિયાનું નામ જ જીવન છે

સખીને પત્ર
- સ્વાતિબા રાઓલ

પ્રિય સખી,

સિનેમેક્સ થિયેટરના ચોથા માળેથી ગાંધીનગરનો નઝારો ઘણો સ્વર્ગીય લાગે છે. ગઇકાલે જ તેનો આનંદ લીધો અને એથીયે વધુ મઝા લીધી જ. યે જવાની દીવાની ફિલ્મની. ખુબ સુંદર મૂવી. શીખવા જેવું ઘણું મળે પણ ને જે સ્પર્શી ગયો તે વિચાર - માણસે હંમેશા બે અંતિમોની વચ્ચે જીવન જીવવું જોઇએ આરંક કે અંત પકડીને બેસી જઇએ તો કાંતો નિષ્ક્રિયતાના દલદલમાં ફસાઇએ અને 'નિષ્ફળ'નું લેબલ મેળવી લઇએ કાં તો એટલા ભાગવું પડે કે ક્યાંક બેસીને શાંતિથી વિચારવાનો સમય પણ ન મળે કે હું શું છું? કયા છું? કોની સાથે અને કેમ? જન્મ અને મૃત્યુ માણસની જિંદગીના બે છેડા છે. જે વ્યક્તિ જન્મગત બાલીશતા પકડી રાખે છે તે પણ નિરાંતે જીવી શકતો નથી પણ જે સતત મૃત્યુને નજર સામે રાખે છે તે પણ જીવી શકતો નથી. જન્મ અને મૃત્યુની વચ્ચે જીવન છે અને જીવન સતત વહેલું રહે તો જ જીવન. વહેતુ પાણી ક્યારેક એક કિનારો પકડીને બેસી જતું નથી! અન્યથા તે ખાબોચીયું બની જાય. જીવનના દરેક પડાવ પર આપણે યોગ્ય સમયે ક્યાંકથી અલવિદા કરીને નીકળવાનું અને આગળના મુકામે પહોંચવાની યાત્રા પ્રારંભ કરવાની આ સતત પ્રક્રિયાનું નામ જ જીવન છે. દરેક કાર્યનો યોગ્ય સમય હોય છે, અને યોગ્ય સમયે તે કાર્ય પુરૂ કરીને મુકી દેવાનું હોય છે. કાર્ય પુરૂં કરવામાં નિષ્ફળતા મળે તો તેને પડતું મૂકી નવા લક્ષ્ય તરફ કદમ માંડવાનો સમય પણ મુકર્રર કરી લેવો જોઇએ.

મે ૧૯૯૨માં એલ.આઇ.સી. ઓફ ઇન્ડિયાની એક પરીક્ષા ઇન્ટરવ્યુ સાથે પાસ કરી હતી. ધો-૧૨ પાસ ઉમેદવારો તેમાં લેવાના હતા. થયું એવું કે ઇન્ટરવ્યુ થઇ ગયા અને સરળ ઉમેદવારોની યાદી પણ બની ગઇ. પરંતુ કોઇને કોઇ કારણોસર ભરતી થઇ શકી નહીં. એ સફળ ઉમેદવારોનું લીસ્ટ અલબત્ત ચાલું હતુ. છે...ક ૨૦૦૯માં એ લીસ્ટ કેન્સલ થવાનો કાગળ અમને મળ્યો. ઘણાં બધાં ઉમેદવારોએ આ નિર્ણય વિરૂદ્ધ કોર્ટમાં જવાનું નક્કી કર્યું. મિટીંગ થઇ. તેમાં બનાસકાંઠાથી એક ભાઇ આવ્યા હતા. તેમણે કહ્યું કે, 'મેં બારમું પાસ કર્યું ને આ પરીક્ષામાં પાસ થઇ ગયો એટલે નોકરી મળળે જ એવી આશાએ ભણવાનું છોડી દીધું. મારા મા-બાપ અભણ અને ખેતી કરે. મને ખેતી કામ ગમે નહિ પણ. ચાર-પાંચ વર્ષ એલ.આઇ.સી.ના કોલ લેટરની રાહ જોઇ પછી ના છૂટકે ખેતીકામમાં જોડાયો. ત્યાં સુધી લગ્ન થઇ ગયાં હતા. બાળકો થયાં અને ભણવાની ઉંમર જતી રહી. હવે પરિસ્થિતિ એ છે કે પપ્પા ગુજરી ગયાં છે ખેતીનો જરાય અનુભવ ન હોવાથી ખાસ કંઇ મળતું નથી અને નોકરી પણ નથી.' વકીલનો કેસ લડવા માટેની ફી ચૂકવવા માટે તે ભાઇ ખેતર વેચીને આવ્યાં હતા. આજે બે હજારને તેરમાં સુપ્રીમ સુધી લડ્યાં પછી લગભગ સીતેર હજાર વાપર્યાં પછીયે કેસ હારી ગયાં ત્યારે તે ભાઇનો મને વિચાર આવ્યાં કરે છે. તેને મૂર્ખ ગણવો કે નાદાન તે જ સમજાતું નથી! આશાનો ઉમ્મિદનો એક અડધો અધૂરો અને કાચો તાંતણો પકડીને તે બેસી ગયો. હવે આધેડ વયે પહોંચવામાં છે અને મુંઝાઇ ગયાં છે કે રોજીરોટીનું શું કરવું! એની સામે કેટલાંય વ્યક્તિ સમાજમાં આપણને એવાંય જોવા મળે છે જેમને નાની ઉંમરમાં જ મોટી સફળતા મળે છે અને એક સફળતાથી બીજી... બીજી થી ત્રીજી... ત્રીજી પછી ચોથી... તેમની દોડ અવિશ્રાંત અવિરત ચાલતી રહે છે. માણસ દોડ્યાં જ કરે છે... પત્નીને બાળકોને ફરવા લઇ જવાનો સમય નથી. માતા-પિતાને તબિયત અંગે પૃચ્છા કરવાનો ટાઇમ નથી. સગાં-વ્હાલાં તો દૂરની વાત છે. પડોશીનું મોઢું જોયે પણ મહિના વીતી ગયાં છે. આવાં વ્યક્તિ જયારે ક્ષણેક પોતાની યાત્રા થંભાવીને પાછળ નજર કરે છે ત્યારે સમજાય છે કે અરે! હું તો સાવ એકલો થઇ ગયો. પ્રથમ રહેવાની લ્યાહમાં બધાને એટલાં પાછળ છોડી દીધાં છે કે જે મેળવ્યું છે તેની ખુશી કે જે ગુમાવ્યું છે તેનું દુઃખ વહેંચવાવાળું કોઇ નથી. સફળતા જીવનમાં જરૂરી છે. પરંતુ પ્રાણના ભોગે મળતી સફળતા કરતાં પોતાના લોકોની વચ્ચે રહી નિષ્ફળતાઓ માણવી વધુ ડહાપણભર્યું છે. નહીં તો હરિવંશરાય બચ્ચનની આ પંક્તિઓ દોહરાવતા રહેવું પડે -

"જીવન કી આપાધાપી મેં
કબ વક્ત મિલા
કુછ દેર કહીં પર બૈઠ
કભી યે સૌચ સકું
જો કિયા, કહા માના
ઉસમેં ક્યા બૂરા ભલા?"

કાર્ય પુરૂં કરવામાં નિષ્ફળતા મળે તો તેને પડતું મૂકી નવા લક્ષ્ય તરફ કદમ માંડવાનો સમય પણ મુકર્રર કરી લેવો જોઇએ

એક કઠિયારો જંગલમાંથી લાકડા કાપી લાવી વેચવાનો ધંધો કરે. સવારે વહેલો ઉઠી જાય જંગલમાં જાય અને લાકડા કાપે. બપોરે આરામ પણ ન કરે. તેને એમ કે વધુ લાકડા કાપીશ તો વધારે વેચાણ કરીને વધુ પૈસા કમાઇ શકી. તે સાંજે પણ મોડે સુધી રોકાઇને લાકડા કાપ્યા કરતો. પરિણામે એટલો થાકી જતો કે બજારમાં જઇને વેચવા માટેની તાકાત જ ન રહેતી. વળી તેના મોટાભાગના ગ્રાહકો પણ ચાલ્યા જતા. આમ ઘણી મહેનત કરવા છતાં તે પૂરતી કમાણી ન કરી શકતો. એક દિવસ જંગલમાં તેણે એક શિયાળને જોયું તેના બે પગ સાવ નકામા થઇ ગયા. તેના મનમાં સવાલ થયો કે આ શિયાળ પેટપૂજાનો પ્રબંધ કઇ રીતે કરતું હશે? એક દિવસ તેણે છુપાઇને તાલ જોયો. એક વાઘ પોતાના મોંમાં તાજા શિકારને પકડીને આવતો હતો. તેણે પેટ ભરીને શિકારને ખાધો અને વધ્યું ઘટ્યું ત્યાં જ છોડીને જતો રહ્યો. શિયાળે તો ખાઇને ક્ષુધા શાંત કરી. પછીના દિવસે પણ આ જ રીતે શિયાળને ભોજન મળી ગયું. કઠિયારાએ વિચાર્યું કે ભગવાન જો શિયાળની ભૂખનો આટલો ખ્યાલ રાખતાં હોય તો મારે ય મહેનત કરવાની શી જરૂર છે? તેણે કુહાડી મુકી દીધી. બે દિવસ પસાર થઇ ગયાં પણ ભગવો ભોજન મોકલ્યું નહિ. એ રાહ જોતો રહ્યો. ભૂખના માર્યા તેની હાલત ખરાબ થઇ ગઇ. તેનું વજન ઘટવા લાગ્યું. તેની ચેતના હણાવાની સ્થિતિમાં હતી ત્યાં જ તેને અવાજ સંભળાયો 'મૂર્ખ તેં ખોટી વાતનું અનુસરણ કર્યું. તારે અપંગ શિયાળ ના નહિ વાઘને રસ્તે ચાલવાની જરૂર હતી.' વાતનો સાર એટલો જ છે કે યોગ્ય સમયે અને યોગ્ય સમય સુધી મહેનત કરવાથી સફળતા અને જીવનનું સુંદર સાયુજ્ય રચાય છે. અન્યથા બંનેમાંથી કોઇ એક વસ્તુ ગુમાવવાનો વારો આવે છે.

- તારી સ્વાતિ

કોઈ પણ વ્યક્તિને આ લક્ષણોની જાણ કે શંકા જણાય કે તુરત જ ચિકિત્સકનો સંપર્ક કરવો, આ રોગ જેટલો વહેલો મટે એટલું વધુ સારૂં છે

અલ્સરેટીવ કોલાઇટીસ
નિરામય
- ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

અમુક રોગો એવા હોય છે કે જે ખુબ હેરાન કરે. જયારે અમુક રોગો એવા હોય છે કે જે થયા હોય પણ હેરાન ન કરે, તેનો ખ્યાલ ન આવે. જેમ કે પથરી, જો પથરી ક્યાંક ખૂણામાં શાંતિથી પડી હોય તો વર્ષો સુધી તેનો ખ્યાલ નથી આવતો હોતો, પણ જયારે પથરીનો દુઃખાવો થાય ત્યારે જ ખ્યાલ આવે કે કંઇક ગડબડ છે.

અલ્સરેટીવ કોલાઇટીસ એ આવી ગરબડ વાળો રોગ છે. દર્દીને પરેશાન કરી મુકે છે. ઝાડામાંથી લોહી પડે અથવા તો લોહીના જ ઝાડા થાય છે એમ કહીએ તો પણ ચાલે. વારંવાર મળ ત્યાગ માટે જવું પડે. પેટમાં સતત ચૂંક આવે. લોહી પડે. કોઇક વાર એકદમ સરસ થઇ જાય અને વળી ફરીથી રોગ ઉથલો મારે. આનું નામ અલ્સરેટીવ કોલાઇટીસ. આ રોગમાં મોટા આંતરડામાં ચાંદા પડી જાય છે આના કારણે મળમાં રક્તવૃત્તિ જોવા મળે. વળી, મોટા આંતરડા નિર્બળ થઇ જાય માટે ઝાડા પણ બંધાયેલો ન આવે.

આયુર્વેદમાં પણ અલ્સરેટીવ કોલાઈટીસનો ઉલ્લેખ છે. મહર્ષિ ચરકે અતિસાર (ઝાડા) ના ૩૬ પ્રકારો વર્ણવ્યા છે જેમાં રક્ત જ અતિસારનો ઉલ્લેખ છે. જે અલ્સરેટીવ કોલાઇટીસ સાથે ઘણો ખરો સંબંધિત છે. વળી, આ રોગ માનસિક અવસ્થા સાથે પણ સંબંધ ધરાવે છે. ભય-શોખ-ચિંતા - વ્યગ્રતાની અવસ્થામાં આ રોગ વધુ પ્રકોપિત થાય છે. આમ પણ આ રોગ મત મુજબ વાયુનું સ્થાન છે, જે ત્રણેય દોષોમાં આધિપત્ય ભોગવે છે. વળી, વાયુ જ મનને પણ સંબંધિત છે આથી માનસિક તાણ. ચિંતા જેવી અવસ્થામાં પકવાશયમાં રહેલ વાયુ પણ દૂષિત થાય. (સામાન્ય સંજોગોમાં પણ ઘણાં ખરા લોકોને માનસિક તાણ - ટેન્શન કે ભય જેવી અવસ્થાઓમાં આંતરડાની મુવમેન્ટ વધી જાય છે અને મળત્યાગ માટે જવું પડે છે)

આયુર્વેદ મુજબ પિત્તાતિસાર (પિત્ત દ્વારા થતા ઝાડા) ને અવગણવામાં આવે કે વધુ પિત્ત થાય તેવા આહાર-વિહાર કરવામાં આવે તો તે રક્તાતિસારમાં પરિણમે છે. આમ, વાયુ થતા પિત્ત આ બંને દોષોને કોપાવતાં આહાર-વિહાર દ્વારા આ રોગ થવાના ચાન્સ છે તેમ કહી શકાય. આ ઉપરાંત ભોજન લેવામાં અનિયમિતતા ભોજન વખતે ભોજનમાં ધ્યાન ન હોઇ ટાર્ગેટ પુરા કરવા, ધંધાની લેવડદેવડ બોસ સાથે મોબાઇલ પર વાત જેવા અનેક કારણોને લીધે મન ભોજનમાં એકાગ્ર ન રહેતા ટેન્શનમાં હોય છે આથી ઘણી વખત શ્રેષ્ઠ ભોજન પણ મનને આનંદ આપતું નથી અને ઉલ્ટું રોગોને નોતરે છે. આ ઉપરાંત વધુ પડતું તીખું- તળેલું - મસાલાવાળું ખાટું-ખારૂં. આથાવાળું ભોજન પણ લાંબા ગાળે આંતરડાને અસર કરે છે. આ બધા કારણોને લીધે અલ્સરેટીવ કોલાઇટીસ થવાની શક્યતાઓ વધી જાય છે.

અલ્સરેટીવ કોલાઇટીસમાં રક્તયુક્ત ઝાડા થવાના કારણે શરીરમાં નબળાઇ, બ્લડપ્રેશર ઘટવું, ચક્કર આવવું, ફીક્કાશ, હિમોગ્લોબીન ઘટવું જેવી પ્રતિકૂળતાઓ પણ સર્જાય છે. વજન ઘટવા લાગે, તાવ આવે, ઇન્ફેક્શન લાગે, આંતરડા ફૂલી જાય આદિ લક્ષણો પણ જોવા મળે. તીવ્ર બેદરકારી કેન્સર જેવા સ્ટેજ પર પણ લઇ જાય એવું બને.

અલ્સરેટીવ કોલાઇટીસની સારવારની વાત કરીએ તો દવાઓ વડે તો તેને મટાડી જ શકાય પણ એ પહેલાં દર્દીએ માનસિક રીતે સ્થિર, આનંદિત, પ્રફુલ્લિત રહેવું ખૂબ જરૂરી છે. કોઇ જાતનાં ટેન્શન ન લેવા, તાણ ન અનુભવવું અને આનંદમાં રહેવું. આ ઉપરાંત આહારમાં ખૂબ જ કાળજી રાખવી. તીખું તળેલું મસાલાવાળું આથેલું આદિ ભોજન તો સદંતર બંધ કરવા. ઘરનું સાદું પૌષ્ટિક ભોજન ન લેવું. એ પણ રોગ માટે અનેક ઔષધો તેમજ ઔષધકલ્પનાઓનું વર્ણન છે. વ્યક્તિએ પોતાની પ્રકૃતિને અનુકૂળ આવે તેવી ઔષધિઓનું પોતાના શરીરબળને ધ્યાનમાં રાખીને નિયતમાત્રા મુજબ ચિકિત્સકની સલાહને અનુસરીને ઔષધ સેવન કરવું. સામાન્ય ઔષધ ઉપચારોનું અહીં વર્ણન કરેલ છે.

♥ પુષ્પાનુગ ચૂર્ણ, કામદૂધી રસ, ચંદ્રકલા રસ, સૂતશેખર રસ આદિમાંથી કોઇ પણ અનુકૂળ આવે તે રીતે વૈદ્યની સલાહ અનુસાર લેવા

♥ આ ઉપરાંત ઠંડા દ્રવ્યો જેવા કે શતાવરી ઘૃતની બસ્તિ લેવી.

♥ નાગકેસર, ઇન્દ્રજવ, મોચરસ, મોથ, બીલા, શતાવરી, હિરાબોળ, ગોદન્તી, રસોજન, અતિવિષની કળી, સોનાગેરૂ વગેરે ઔષધો આ રોગમાં લાભકર છે. તેના યોગોનો ઉપયોગ કરી શકાય.

અલ્સરેટીવ કોલાઇટીસના લક્ષણો આપણે જોયા. કોઇ પણ વ્યક્તિને આ લક્ષણોની જાણ કે શંકા જણાય કે તુરત જ ચિકિત્સકનો સંપર્ક કરવો. આ રોગ જેટલો વહેલો મટે એટલું વધુ સારૂં છે. અવગણના ને કારણે આ રોગ દારૂણ થતો જાય છે. જે તકલીફો નોતરી શકે. આયુર્વેદમાં વર્ણિત આહાર-વિહાર-આચાર-વિચાર-ઔષદો દ્વારા ચોક્કસથી ફાયદો થઇ શકે. ચિકિત્સકની સલાહ લેવી અનિવાર્ય છે.

વેકેશન પછી શાળાનો પહેલો દિવસ

કેમ્પસ
- ધ્વનિલ પારેખ

ગત સોમવારની સવાર કંઇક જુદી હતી. આમ તો ચિરપરિચિત જ હતી પમ લાગતી જુદી હતી. નાનાં નાનાં બાળખોનાં કલબલાટથી ભરીભરી સવાર હતી. આ કલબલાટ શાળાએ જતાં બાળકોનો હતો. હા, વેકેશન પૂરૂં થયું છે ને સોમવારથી શાળાઓ શરૂ થઇ ગઇ છે. લાંબા વેકેશન પછી શાળાએ જવું બાળકો ન ગમે એ સ્વાભાવિક છે પણ ગયા વગર છૂટકો નથી એ પણ એમને ખબર હોય છે. બધું જ ખબર હોવા છતાં એમનાં નખરાં કંઇ ઓછાં થતાં નથી. આ નખરાં જોવાનો પણ એક આનંદ હોય છે.

જે ઘરમાં નાના બાળકો છે એટલે કે એકથી સાત ધોરણમાં ભણતાં બાળકો છે, એ ઘરનું દૃશ્ય કેવું હશે? જરા કલ્પી જુઓ : માતા-પિતાં બંને જણાં પોતાનાં બાળકની શાળાની વસ્તુઓ ભેગી કરતાં જોવા મળશે. ગયા વર્ષનું જૂનું દફતર માળિયામાંથી શોધી કાઢવામાં આવશે. એ દફતર ચાલે એમ ન હોય તો બાળક નવું દફતર લઇ આવવાની જિદ કરશે અને એની જિદમાં એની માતા સૂર પુરાવશે. એવું જ કંપાસ બોક્સ, વોટર બેગ, કલર બોક્સ બધાનું ચાલશે. પિતા એક તરફ થઇ જશે અને મા તથા બાળક એક તરફ થઇ જશે. બાળક થોડું સમજું હશે તો દફતર જૂનું ચલાવી લેશે પણ અન્ય સામગ્રી તો ઘરાર નવી જ લાવવી પડશે.

એમાં કોઇનું કશું ચાલવાનું નથી. નોટબુક્સ અને પાઠ્યપુસ્તકો નવાં આવી ગયા પછી વળી, એક નવી બબાલ? પાઠ્યપુસ્તકોને કવર ચડાવવાની બબાલ. માતા-પિતા બંને લાગી પડશે. નોટબુક્સને કવર ચડાવવા અને પાઠ્યપુસ્તકો જશે બાઇન્ડિંગ વાળા પાસે. નોટબુક્સને કવર ચડી જાય, પુસ્તકો બાઇન્ડિંગ થઇને આવી જાય પછી બીજી રામાયણ! હવે, દરેક પાઠ્યપુસ્તક અને નોટબુક્સને સ્ટીકર ચોંટાડો. ભાઇ, હવે સ્ટીકર ચોંટાડવાથી કામ પૂરૂં તો થતું નથી ને? દરેક સ્ટીકરની વિગતો નામ, વર્ગ, વિષય વગેરે કોણ ભરશે? એ વિગતો કંઇ બાળક તો ભરવાનું નથી ને? એ ભરવી તો મા-બાપે જ પડશે. આટલું કર્યા પછી બાળક માંડ શાળાએ જવા તૈયાર થાય છે. આ બધો તાલ જોયા પછી સવાલ એ થાય છે કે, આખરે ભણવા જવાનું છે કોણ? મા-બાપ પોતાના બાળકને જાણે એક જ દિવસમાં પી.એચ.ડી. કરાવી દેવાનાં હોય એમ તડામાર તૈયારી કરતા હોય છે અને શાળા શરૂ થવાનો 'હાઉ' તો અઠવાડિયા પહેલાં જ શરૂ થઇ ગયો હોય છે.

હા, પણ શાળા શરૂ થઇ ગયા પછીનું વાતાવરણ જુદું જ હોય છે. સવારની પહોરમાં શાંત દેખાતા રસ્તા એકદમ જીવંત થઇ ઉઠતાં હોય છે. સ્કૂલ વાહનોનો ધમધમાટ અને એમના જુદા હોર્નથી સવાર ઊઘડતી હોય છે અને શાળા કેમ્પસનું વાતાવરણ તો અનેક પ્રકારના અવાજોથી તરબતર થઇ જાય છે. કોઇને હજી વેકેશન ઓછું પડયું હોય એમ પોતાનાં માતા-પિતા જ સાંભળી શખે એમ મૃદુ કંઠે રડતાં હોય છે તો કોઇ સવારની પહોરમાં જ ભૈરવી રાગ આલાપે છે ને આખા કેમ્પસને જાણ કરે છે, કે પોતાને વેકેશન ઓછું પડે છે. કોઇનાં ચહેરા પર મંદ સ્મિત છે. તો કોઇનો ચહેરો રસગુલ્લા જેવો ચમકે છે અને જાણે કોઇ મહાન વિજયની પ્રાપ્તિ માટે જતા હોય એમ પોતાના નવા વર્ગખંડ તરફ કૂચ કરે છે.

બાળકને પહેલાં દિવસે તો પોતે કયાં વર્ગખંડમાં બેસશે એની મૂંઝવણ હોય છે. (ક્યારેક તો આ મૂંઝવણ આખું વર્ષ જોવા મળે છે!) કેટલાક બિલકુલ બિન્દાસ હોય છે. કોઇ પણ વર્ગખંડ હોય, એમને કયાં ફરક પડે છે? (ફરક તો જેણે ભરવું હોય એને પડે ને ભાઇ!) એટલે, પહેલો દિવસ તો વર્ગખંડની શોધાશોધમાં જતો હોય છે, માંડ વર્ગખંડમાં બાળક રાહતનો શ્વાસ લે ત્યાં ખબર પડે છે, કે એને બીજા વર્ગખંડમાં ટ્રાન્સફર કરવામાં આવ્યો છે અને આ ટ્રાન્સફર પ્રમાણે વર્ગખંડમાં પહોંચે ત્યાં પહેલાં દિવસનું 'અચ્યુતમ્ કેશવમ્' થાય છે. પણ ગમે તે હો, શાળઆનો આ પહેલો દિવસ હોય છે અદ્દભૂત! એ પહેલાં દિવસનો ઉત્સાહ હોય તો પછી આખું વર્ષ એ બાળક પૂરતું પૂછવું પડતું નથી! એટલે, વેકેશન પછી શાળાનો પ્રથમ દિવસ હોય છે, હોવો જોઇએ, કલબલાટ ભર્યો, મસ્તી ભર્યો, ઉત્સાહ ભર્યો...