સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
ફોન : ૨૩૨૧૭૯૫૧

રીમોટ બની કદીક કોઈને નચાવે છે!
તો આપીને ક્લીનચીટ કોઇને બચાવે છે!
ચડી ખૂદ ચર્ચાને ચાકડે રચાવે કોચડા -
કઠપૂતળી સીબીઆઇ ધૂમ મચાવે છે!

લડે કેમ'ના ?
ઢાલ બનવામાં જ -
જાય સમચ!
(કોંગી નેતાઓ)

લડે ચૂંટણી
કાળાં નાણાં પ્રભાવે -
સફેદ ઠગો!
(ચૂંટણી ફંડો..)

ચિંતન

વાંછા સજ્જન સંગ મે પરગુણે પ્રીતિગુરૂશે નમ્રતા વિદ્યાયાં વ્યસનં સ્વયોષિતિ રતિર્લોકાપવાદાદ્દભયં ।
ભક્તિઃ શૂલિનિ શક્તિ રાત્મદમને સંસર્ગમુક્તિઃ ખલે રેતે યેષુ વસન્તિ નિર્મલગુણાસ્તભ્યો મહદભ્યો નમઃ ॥

ભર્તૃહરિના નીતિશતકના આ શ્લોકમાં 'મહાપુરૂષનો માપદંડ દર્શાવવામાં આવ્યો છે.'

જે વ્યક્તિને સજ્જન-સંત-વિદ્વાન-પંડિતો સાથે જ સત્સંગ કરવાની ઇચ્છા હોય એમનું મન એમાં જ આનંદ અનુભવતું હોય, બીજાના સદ્‌ગુણો પ્રત્યે અહોભાવ સાથે આદરભાવ હોય, ગુરૂજન-વડીલો પ્રત્યે માન-સન્માનની ભાવના હોય, માત્ર પોતાની જ પત્નીમાં(પત્નીને માત્ર પોતાના પતિમાં) જ પ્રેમ-આદર હોય, સતત લોકનિંદા-ટીકા અને સમાજનો ડર હોય (જેથી કોઇ પણ દુરાચાર તરફ, પગલું માંડતાં આત્મા અટકાવે), ઇશ્વરીય તત્ત્વ (જેમાં સૌ કોઇ પોતાના ઇષ્ટ પ્રત્યે શ્રદ્ધા હોય તેવાં) શ્રદ્ધા વિશ્વાસ સાથે ભક્તિ કરતો હોય, દુર્જનોથી સદાય દૂર રહેવા પ્રયત્નશીલ હોય, જે જાતે સદાચાર અને હૃદય-સ્વભાવથી નિર્મળ હોય-સદ્‌ગુણી હોય, એવી વ્યક્તિ, મહાપુરૂષને અમારા સાદર નમસ્કાર હો.

બધા ધર્મોમાં સત્સંગ-સદાચાર તાટસ્થ્ય પૂર્વક સૌ કોઇને પ્રેરણા-પ્રોત્સાહન-પ્રશંસા, સદ્‌ગુણોને વંદન, વડીલોને આદર સહ માન-સન્માન સદ્‌-ચારિત્ર્ય અને સદ્‌વર્તન સાથે સતત જાગૃતિ સાથે ક્ષણ ક્ષણને કર્તવ્ય-કર્મ પોતાના ઇષ્ટમાં જ શ્રદ્ધા વિશ્વાસ-આટલી બાબતો સર્વ સામાન્ય છે અને આ જ સાચો ધર્મ છે.

સુવિચાર

- **મનુષ્યકી શાંતિ કી કસોટી સમાજ મેં હી હો સકતી હૈ, હિમાલય કી ટોચ પર નહીં- ગાંધીજી**
- **ભોગને અંતે નાશ છે, ત્યાગને અંતે અમરત્વ છે - ગીતાસાર**
- **આસક્તિવાળો પોતાનું સુખ બહાર શોધે છે, જ્યારે અનાસક્તને નિરંતર અંતરમાંથી જ શાંતિ મળે છે - જ્ઞાનમૂળ**
- **મૌન એજ ભાષા છે, બોલવું પડે એ મજબૂરી છે, વગર ટેલિફોને મૌનની વાણી સેંકડો માઇલ સુધી સંભળાય જ છે - દલાઇ લામા**
- **સંસ્કૃતિનો સાચો અર્થ જરૂરિયાતો વધારવામાં નહીં પણ સમજણ પૂર્વક સ્વૈચ્છિક સંયમમાં રહેલો છે - વિનોબા ભાવે**
- **મહાત્માનું એક લક્ષણ છે તિતિક્ષવ : અર્થાત કંઇ પણ થાય તે સહન કરી લેવું - પૂજ્ય મોટા**
- **ચાલો સાથે મળી સૌભાગ્યના વારસ બની જઇએ, શરત બસ એટલી છે સૌ પ્રથમ માણસ બની જઇએ - શરદ ઠાકર**

બોધ કથા

આજના તંત્રમાં તો માણસ જ ફૂટેલા હોય દબાણ આવવાનું હોય, દરોડા પડવાના હોય, ઇન્કમટેક્ષવાળા, બૂટલેગરો બધાને માહિતી પહેલાંથી જ મળતી હોય છે-વહીવટમાં 'જાસૂસો'નું રાજ ચાલે છે. કાયદો બિચારો ખાલી કસરત કર્યા કરે!

'ક્રાંતિકારી જૂથમાં ભગતસિંહ સાથે સુખદેવ રાજગુરૂ, ચંદ્રશેખર આઝાદ, જયગોપાલ, વિજયસિંહ, શિવવર્મા, બટૂકેશ્વર દત્ત જેવા અનેક રાષ્ટ્રપ્રેમી દેશસેવક હતા. એમની નિષ્ઠા અને સમર્પણમાં કોઇ જ કમી ન હતી. તેથી ગુપ્ત રીતે અંગ્રેજો સામે બળવો કરી જૂથ ક્રાંતિકારી કાર્યક્રમોનું આયોજન કરતું હતું.

પણ, કેટલાક કાર્યક્રમોની માહિતી 'લીક' થઇ અંગ્રેજ પોલીસને મળી જતી અને આયોજન નિષ્ફળ જતું અને કાર્યકરોની ધરપકડ થતી.'

ભગતસિંહને જૂથના કેટલાક નવા આગંતૂક યુવાનો પર જાસૂસીની શંકા થઇ - અને એક રાત્રે નિષ્ઠા-વફાદારીની 'પરીક્ષા' કરવાનું આયોજન કરવાનું આયોજન ગોઠવાયું. બધા જ ક્રાંતિકારીઓ આગળ સળગતી મીણબત્તી મુકવામાં આળી અને સૂચના અપાઇ કે જ્યાં સુધી તમારા હાથની હથેળીમાં લોહી ન નિંગળે ત્યાં સુધી આ મીણબત્તી પર હાથ મૂકી રાખો!

સૌ પ્રથમ ભગતસિંહે એવી રીતે હાથ મૂકી 'દૃષ્ટાંત' બતાવ્યું એ પછી બધાને મૂકવા કહ્યું, બધા ક્રાંતિકારીએ હાથ મૂક્યા - પણ બે યુવાન ભગતસિંહના પગે પડી રહ્યા. માફી માગી - અને કોઇ પણ જાતની સજા સ્વીકારવા તૈયાર થઇ ભૂલનો સ્વીકાર કર્યો. કહ્યું અમે અંગ્રેજો માટે, પૈસા માટે જાસૂસી કરી.' ભગતસિંહે એમને ક્ષમા આપી.

Email - sureshchandrabhatt18@gmail.com

હવે તો નારાયણ ખર્વોપતિ બની ગયા પણ દરિદ્રનારાયણોને બે પાંદડે કરી શકીએ તો ખરા...

સમાજ ચિંતન

- પોપટલાલ પ્રજાપતિ

એ સત્ય છે કે ભવ્ય ઇમારતો અને ઇન્ડસ્ટ્રીઅલ એસ્ટેટો ઉભી કરવાનું કામ શ્રીમંતોનું છે પણ તેની જાળવણી અને સુંદરતા ટકાવવાનું કામ ગરીબો જ કરે છે. ગરીબાઇ થકી જ શ્રીમંતાઇ ઉજળી છે. શ્રમિકોના હાથ ચાલે છે એટલે જ શ્રીમંતાઇ ટકે છે એમ કહેવામાં જરાય અતિશયોક્તિ નથી, અને છતાં ગરીબો એટલે ગરીબો એને સૌ નફરતની દૃષ્ટિએ જ જુએ છે એની સીડી બનાવી નેતાઓ ભલે સિંહાજન પર બિરાજે છે, પણ તે સીડીને હસડેલો મારી દે છે. જો જગતમાં ગરીબાઇ ન હોય તો શ્રીમંતાઇની ઓળખ ઊભી ન થઇ હોત. સમાજ ફૂલે છે ફાલે છે, પ્રગતિ કરે છે ગરીબોનાં માધ્યમથી જ. ગરીબાઇના પરસેવા પર શ્રીમંતાઇનું વાવેતર થાય છે. ગરીબાઇ કંતાય છે ત્યારે શ્રીમંતાઇ વણાય છે. શ્રીમંતોને દાતા કે દાનવીરના માન અકરામ ગરીબો થકી જ મળે છે. શ્રીમંતાઇના પ્રત્યેક પ્રસંગને સંગીન બનાવવા મંડળના ખાદા ખોદવાથી માંડી શરણાઇ કે ઢોલ વગાડી પ્રસંગની શાન વધારવાનું કામ ગરીબોનું જ છે. ગરીબાઇના બરછટ હાથો વડે જ મહેલાતો પર રોશની ઝગમગે છે. સુથારી કામ, લુહારી કામ કે ચણતરના કામ માટે સૌએ કોલોનીઓ કે ચાલીઓમાં નજર દોડાવવી પડે છે ગટરની ગંદકી દૂર કરવાનું અને રસ્તાની સફાઇ કરવાવામાં ગરીબો જ કામ લાગે છે.

ગરીબાઇ હડતાળ પર ઉતરી જાય તો ધનિકોને નર્કાગારમાં સબડવું પડે કાં બિમારીનો ભોગ બનવું પડે. હવે તો ધનવાનોની પુત્ર કામના પણ પુરી કરવા ગરીબોની કુખ ઉઠીની લેવાય છે. પ્રગતિના પ્રત્યેક સોપાનો ગરીબાઇનો સ્પર્શ અનિવાર્ય બને છે. જગતમાં જે કંઇ શોભાયમાન કે સુંદર બને છે તેમાં ગરીબાઇનો પસીનો ભળે છે, અને છતાં સમાજમાં હડધૂત થવાનું ગરીબોનાં ભાગે જ આવે છે. આપણા પરિવારમાં પાંચ વર્ષનાં નાના બાળકને પણ 'આપ' ના સંબોધનથી એવું માન જળવાય છે. પણ ૮૦ વર્ષના ભીખારીને માન આપવું તો ઠીક પણ એવું સ્વમાન ન જળવાય તે રીતે તેને અપમાનિત કરવામાં આવે છે. કોઇને સમાજ સેવકનો ઇલકાબ મેળવવો હોય કે સમાજના તારણહારના માનપાન મેવવા હોય સૌએ 'ગરીબોના કલ્યાણ' થી શરૂઆત કરવી પડે છે. નેતૃત્વનો જયજયકાર કરાવવા કે કૃત્રિમ નેતૃત્વ ઊભું કરવા કે ટોળાશાહી ભેગી કરી 'ઝીંદાબાદ' કે 'અમર રહો' ના નારા લગાડવા ધનવાનો ક્યારેય કામ આવતા નથી... બિચારા ગરીબો... તેમનાં નામથી કે તેમના માધ્યમથી કેટલા લોકોના જીવન મહેંકી ઊઠે છે કહેવાતા ગરીબ કલ્યાણ મેળામાં અંતે કલ્યાણ તો ધનવાનોનું જ થતું હોય છે. 'ગરીબી હટાવો' ના સૂત્ર થકી કેટલાયની તિજોરી તરબતર બની ગઇ એ તો માત્ર પરમાત્મા જ જાણે છે, પણ ગરીબો તો હજુ ઠેરના ઠેર જ રહ્યા છે.

કોઇ પણ વ્યક્તિ દાન થકી નામને ચિરંજીવ રાખવા તકતી લગાડવાનો મોહ રાખે તો આ કામ માટે પણ ગરીબાઇ જ એકમાત્ર સહારો બને છે ગમે તેવી બહુ મજલા ઇમારત પર છેલ્લા માળે જઇ પાણીનો છંટકાવ કરી ચણતર પાકુ કરનાર ગરીબ પોતાની ઝૂંપડપટ્ટીના ફાટેલા કંતાનને સાંધવાની પણ ત્રેવડ નથી ધરાવતો.

અરે, તાજમહલ કે સીદી સૈયદની જાળી બનાવનારનું ક્યાંક નામોનિશાન નથી હોતું, દેલવાડના દેરા બનાવનારને સૌ કોઇ યાદ કરે છે પણ દિવસોનાં પરીશ્રમ બાદ કોતરણી કરનાર કારીગરોને કોણ ઓળખે છે? 'અક્ષરધામ'ની કોતરણી જોઇ સૌ મોમાં આંગળા નાખી જાય છે પણ જયજયકાર તો સ્વામી બાપાનો જ થાય છે અરે, ક્યાંક તો એવું પણ બન્યું છે કે આવી સુંદર કલાકૃતિ કરનારને કાં તો જીવતા ચમી દેવાયા છે કાં તો તેમના કાંડા કાંપી લેવાયા છે જેથી ફરી આવી કલાકૃતિ ક્યાંક કરી ન શકે ? દુનિયાની શ્રેષ્ઠ કલાકૃતિઓ, કોતરણીઓ, નકશીકામ કરનારના ફોટા ક્યાંક જોવા મળ્યા? ના, કારણ કે ગરીબ હતા. જેની તકીઓ લગાડાય છે તે કલાકાર નથી હોતો. અને જે કલાકાર હોય તેમની કાયંક તકલીઓ જોવા નથી મળતી. બસ આનું નામ દુનિયા, કોઇનો પસીનો, કોઇનો શ્રમ, કોઇનું લોહી પાણી એક થાય ત્યારે કોઇની તકતી ચઢે છે. ખરેખર એમ કહેવું પડે કે ધનવાનોની ઝાકમઝોળના ખરા યશભાગી ગરીબો જ હોય છે અને છતાં તેમને માન અકરામ કે ઇકબાલો મળતા નથી તેમને એની અપેક્ષા પણ નથી હોતી.

દિવાળીની આતશબાજી અને રોશનીનો ઝગમગાટ આપણે ભરપૂર રીતે માણ્યો. ઉત્તરાયણ પર ચગાવાતા પતંગોથી આકાશ કેવું છવાઇ જાય છે? દિવસ ભર આનો આનંદ આપણે માણીએ છીએ પણ આ બધાની બનાવટમાં ગરીબોના જ હાથ કામ કરી જાય છે. આ તહેવારોને તેઓ આનંદથી માણી પણ શકતા નહિ હોય કારણ કે ગરીબ છે ને ? આપણી માનસિકતા તો જુઓ... આપણા ઘરે મોટું ફંકશન હોય તો ફંકશનમાં વધેલા ખોરાકનો નિકલા કરવામાં ય ગરીબોની જરૂર પડે છે અને આ એંઠવાડ લેવામાં ય બિચારાને લાઇનમાં બેસવું પડે છે. કોઇ પણ સરકારી ફંકશનોમાંથી ગરીબોની બાદબાકી કરો એટલે ફંકશનનો ફિયાસ્કો...

આટલા અપમાનિત થયા બાદ, આટલી ઠોકરો ખાદા બાદ પણ જ્યાં દારિદ્ર છે ત્યાં માનવતાના કંઇક અંશો જળવાતા જોયા છે. સાવ ગરીબમાં હાથમાં કોઇનું નોટોથી ભરેલું પર્સ આવે તો તેના મૂળ માલિકને સોંપવા તે અધિરો બને છે પણ અનીતિના માર્ગે અનાયાસે મળેલી સંપત્તિ લોક કલ્યાણ અર્થે વાપરમાં શ્રીમંતોનો આત્મા ડંખે છે કારણ કે સંપત્તિ કઠોરતા લઇને આવે છે, નિર્દયતા એના જીવનમાં ઘીમે ડગલે પ્રવેશ કરી દે છે. ધન ખાતર કોઇનું ધનોતપતોળ કાઢી નાખતા એનો આત્મા ડંકતો નથી.

અને છેલ્લે... અંધશ્રદ્ધા, મંત્રતંત્ર, દોરાધાગા, તાવિજ અને ભૂતપ્રેતનો વળગાડ આ બધુ જ ગરીબોમાં વિશેષ પ્રમાણમાં જોવા મળે છે તેનો પણ પરભૂર લાભ તેના કિમીયાગરો ઉઠાવી લે છે. શ્રમિકોના વેતનમાં કા મુકી તિજોરીને તર કરનારા પરમાત્માને ખુશ રાખવા મહા પ્રસાદ ધરાવવાનું ચૂકતા નથી. ટૂંકમાં એમ જ કહેવાય કે ગરીબી લુંટાવા માટે, છેતરાવા માટે, પસીનો વહાવવા માટે જ જાણે સર્જાઇ હોય તેમ નથી લાગતું ? દરિદ્રનાયારણને છેતરી નારાયણને ખુશ રાખવા આપણે કેટલા હવાતિયા મારીએ છીએ? મંદિરમાં અન્નકુટો ભરી એ પ્રસાદની પણ આપણે તો પાવતીઓ ફાડીએ છીએ. ભગવાનના ચરણોમાં કરોડો રૂપિયા ધરી આપણે તેને ખર્વોપતિ તો બનાવ્યો, હવે નારાયણને બદલે દરિદ્રનારાયણને બે પાંદડે કરીએ તો સમાજ કેટલો સુખી થાય ?

બાળકને શિક્ષક પાસેથી જ્ઞાન કરતા પણ જો કોઇ ચીજની વધારે જરૂર હોય તો તે પ્રેમ છે ?

ખાસ શિક્ષિકા

- ડો. આઈ.કે. વીજળીવાળા

વર્ષો પહેલાં જહોન હોપકિન્સ યુનિવર્સિટીના એક પ્રોફેસરે એના વિદ્યાર્થીઓને એક એસાઇમેન્ટ આપ્યું. વિષય હતો : મુંબઇ નગરની ઝૂંપડપટ્ટીમાં રહેતા ૧૨ થી ૧૬ વર્ષની વચ્ચેના છોકરાઓનો અભ્યાસ કરવો અને એમના ઘરની તેમ જ સામાજિક પરિસ્થિતિની સમીક્ષા કરીને ભવિષ્યમાં એ લોકો શું બની શકશે કે શું કરશે એનો ભાફ મેફવવા પ્રયાસ કરવો. વિદ્યાર્થીઓ લાગી પડ્યા. ઝૂંપડપટ્ટીના ૨૦૦ બાફકોના ઘરની પૃષ્ઠભૂમિકા, મા-બાપની પરિસ્થિતિએ લોકોનું શૈક્ષણિક સ્તર, ઘરૂ તેમજ નશીબી દવાઓની બદી એમ ઘણાં બધાં પાસાઓનો વિચાર કરવામાં આવ્યો. એ ઉપરાંત દરેક છોકરાના વિચારોને પણ ઊંડાણથી તપાસવમાં આવ્યાં.

દરેક મહિના પછી આ આખો અભ્યાસ પૂર્ણ થયો. આટલી બધી મહેનતનો નિષ્કર્ષ એવો નીકળ્યો કે પેલા છોકરામાંથી ૯૫ % બાફકો મોટા થઇને થોડો વધારે સમય જેલમાં વિતાવશે. માંડ પાંચેક ટકા બાફકોને જ સારૂં જીવન મફશે.

બસ, એ સમયે એ અભ્યાસ પૂરો થયા પછી એ વાત જ ભૂલાઇ ગઇ એના ૨૫ વર્ષ પછી એક પ્રોફેસર આ અભ્યાસનું તારણ કેટલું સાચું પડ્યુ છે. એ જાણવાનું કામ બીજા એક ગ્રુપને સોપ્યું. એ બધા ફરી પાછા એ જ વિસ્તારમાં ગયા. પેલા ૨૦૦ છોકરાઓમાંથી થોડાક મૃત્યુ પામ્યા હતા. પરંતુ તેમ છતાં એ લોકો મૂક્ક યાદીમાંના ૧૮૦ જણને મફી શક્યા. વિદ્યાર્થીઓએ જ્યારે ૧૮૦ જણાને એ સમયની જિંદગી વિશે બધી નોંધ કરી ત્યારે આશ્ચર્યમાં ડૂબી ગયા. આગફના અભ્યાસના તારણોથી સાવ વિપરીત ફક્ત ચાર જ બહુ થોડા સમય માટે જેલમાં ગયા જ હતા અને પણ સામાન્ય મારામારી જેવા ગુના માટે જ !

(અનુસંધાન પાના નં. ૬ પર)

સામાન્યતઃ ભસ્મો અતિ જૂના - હઠીલા અને અસાધ્ય મનાતા રોગોમાં ખૂબ સારા પરિણામો લાવી શકે છે

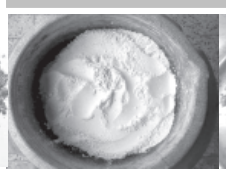
ધાતુઓની ભસ્મ નિરામય

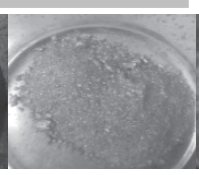
- ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

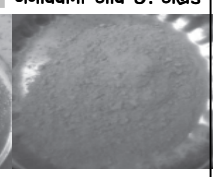
જ્યારે આયુર્વેદની વાત આવે ત્યારે સામાન્યતઃ વિવિધ ઓસડીયાનો જ ખ્યાલ આવે. ઔષધીઓ એટલે વિવિધ વૃક્ષો - વનસ્પતિઓનાં અંગોપાંગોમાંથી બનાવેલ દ્રવ્યો એવો જ માનસિક ચિત્તાર મળે. આપણામાંથી ઘણા લોકોને એ ખ્યાલ નહીં હોય કે આયુર્વેદ એ ફક્ત કાષ્ઠૌષધો પુરતું સીમિત નથી. વનસ્પતિ દ્રવ્યો ઉપરાંત બીજા અનેક સ્રોતોમાંથી દવાઓ - યોગો - કલ્પો બનાવવામાં આવે છે. આજે આપણે એક એવા જ સ્રોતની વાત કરીએ.

આ સ્રોત એટલે ધાતુઓ... આયુર્વેદ ઉપરાંત ચાઇનીઝ તેમજ ઈજીપ્તની પ્રાચીન સંસ્કૃતિઓમાં પણ (આશરે ૪૦૦૦ વર્ષ પહેલાં) ધાતુઓનાં ઔષધ તરીકેનાં ઉપયોગોનું વર્ણન છે. સુવર્ણ (સોના) ને ઔષધ તરીકે રોમ, ગ્રીસ, અરબિયા, પર્શિયા આદિ અનેક દેશોના પ્રાચીન ચિકિત્સકોએ ઉપયોજ્યું છે.

આયુર્વેદમાં પણ ચરકસંહિતા તેમજ સુશ્રૃતસંહિતામાં ધાતુઓની ભસ્મોનું વર્ણન છે. આ બંને સંહિતાઓ બાદના અનેક પુસ્તકોમાં પણ ધાતુઓ તેમજ બિનધાતુ પદાર્થોની







ભસ્મોનું વિષદ વર્ણન જોવા મળે છે. આયુર્વેદમાં કોઇ પણ ધાતુને મૂળ સ્વરૂપે (જેવી હોય તેવા સ્વરૂપે) ઔષધ તરીકે લેવાતી થી. ધાતુને વિશિષ્ટ પ્રક્રિયા દ્વારા શોધીત કરવામાં આવે છે. આ ઘટનાને ધાતુનું 'મારણ' કહે છે. વિવિધ ધાતુઓનાં મારણ માટેની અલગ-અલગ પ્રકારની કઠીન વિધિઓ છે. આ વિધિઓ યોગ્ય રીતે કર્યા બાદ આ ધાતુઓનું ભસ્મમાં રૂપાંતરણ થાય છે. ત્યારબાદ આ ભસ્મને શુદ્ધ કરવા માટે તેનું અમૃતીકરણ કરવામાં આવે છે, ત્યારબાદ આયુર્વેદમાં નિદર્શીત વિવિધ પરીક્ષાઓ દ્વારા ભસ્મની ગુણવત્તાની ચકાસણી કરવામાં આવે છે. આ બધા સ્ટેજમાંથી પસાર થયાં બાદ જે ભસ્મ મળે તે ઉત્તમ ભસ્મ હોય છે જે અનેક રોગોમાં અકસીર ઇલાજ સ્વરૂપે કાર્ય કરે છે. ઉપરોક્ત દર્શાવેલ વીધી દ્વારા સ્વર્ણ, શંખ, મુક્તા આદિ બિનધાતુ આદિ ધાતુઓ તેમજ પ્રવાલ, શંખ, મુક્તા આદિ બિનધાતુ પદાર્થોની ભસ્મ તૈયાર કરવામાં આવે છે.

સામાન્યતઃ ભસ્મો અતિ જૂના - હઠીલા અને અસાધ્ય મનાતા રોગોમાં ખૂબ સારા પરિણામો લાવી શકે છે.

જેમ કે સ્વર્ણ ભસ્મ કે વિવિધ પ્રકારના મગજના રોગો, માનસિક રોગો, નપુંસકતા, હૃદયનાં રોગો, લીવરના રોગો, તેમજ જૂના હઠીલા રોગો જેવા કે શ્વાસ, આમવાત, સંધિવાત, વાઇ આવવી, ક્ષય, ધાતુની નબળાઇ આદિ અનેક રોગોમાં ખૂબ કારગત છે. સ્વર્ણ ભસ્મ રસાયણ તરીકે પણ કામ કરે છે. તેના સેવનથી શરીર પુષ્ટ સ્વસ્થ અને નિરોગી રહે છે.

લોહભસ્મ લોખંડમાંથી ખાસ પ્રક્રિયા દ્વારા તૈયાર કરાયેલ હોય છે. લૌહભસ્મ હિમોગ્લોબીન વધારનાર અને રક્ત શુદ્ધિ કરનાર છે. તે ભૂખ લગાડે છે લૌહભસ્મ એનિમીયામાં મુખ્યત્વે અપાય છે.

તાંબામાંથી બનાવેલ ભસ્મ મુખ્યત્વે લીવરના રોગો, આર્થરાઇટીસ, વૃદ્ધાવસ્થા સમયે જોવા મળતા રોગો આદિમાં આપવામાં આવે છે.

અભ્રક ભસ્મ એ અબરખ (માઇકા) માંથી ખાસ પ્રક્રિયા દ્વારા બનાવવામાં આવે છે. અભ્રક ભસ્મમાં મુખ્યત્વે લૌહ, મેગ્નેશિયમ, કેલ્શિયમ, પોટેશિયમ, એલ્યુમિનિયમ આદિ દ્રવ્યો હોય છે. શરદી-કફ તથા શ્વસનતંત્રને લગતા રોગોમાં અભ્રક ભસ્મ ખૂબ સારા પરિણામો લાવી શકે.

મુક્તાશક્તિ ભસ્મ એ મોતામાથી બને છે. મોતી, કુંવારપાઠું અને વિનેગાર - આ ત્રણ દ્રવ્યોમાંથી ખાસ પ્રક્રિયા વડે મોતીની ભસ્મ બને છે. એસિડીટી, કફ, તાવ, ક્ષય, વા, નબળાઇ આદિ અનેક રોગોમાં અપાય છે.

આયુર્વેદમાં અનેક ભસ્મોનો વિષદ ઉલ્લેખછે. જેમ ખૂબ કારગત નિવડેલ છે અહીં એ ન ભૂલવું જોઇએ કે જો આ ભસ્મોને કોઇ વૈદ્યકીય માર્ગદર્શન વિના મનફાવે તે રીતે લેવામાં આવે તો તે એટલી જ હાનિકારક સિદ્ધ થાય છે. વ્યક્તિના બળ અને તેની પ્રકૃતિ મુજબ નિયત માત્રામાં જ આ ભસ્મનું સેવન કરવું અન્યથા ઊંલમાંથી ચૂલમાં પડવા જેવું થાય જો યોગ્ય રીતે ઉપયોગ થાય તો આ ભસ્મો ચોક્કસપણે અમૃત તૂલ્ય સિદ્ધ થઇ શકે.

મા-બાપને કશુંય આપવાની સંતાનની ત્રેવડ ક્યારેય હોતી જ નથી, પોતાના જન્મદાતાને આપણે એક જ વસ્તુ આપી શકતા હોઈએ છીએ - સમય

વિચાર સ્થંભ

- મિતેષ મોદી

મા-બાપ કહીં જાતે નહીં હૈ,
બસ, ઐસા લગતા હૈ કિ વો ચલે ગયે હૈ,
પર જાતે નહીં હૈં.
કભી વો આપકે હોંઠોં સે મુશ્કરાતે હૈ,
તો કભી આપકે ચલને કે અંદાજ મેં છલક જાતે હૈ,
કભી વો આપકી બેટી કે નાક મેં દિખ જાતે હૈ ઔર અગર નહીં તો
આપકે બેટે કે બેટી કી આંખો મેં છીપ જાતે હૈં.
કભી વો આપકો ચૌંકા દેતે હૈં આપકી ઝુબાન સે નિકલી બાત પે,
જો ઉન્હોંને બોલી થી.
...ઔર વો ઉન લોરિયો મેં હૈ જો આપકો યાદ ભી નહીં.
વો ઉસી હિચકિચાટ મે હૈં જો આપ જૂઠ બોલતે સમય મહસૂસ કરતે હૈ.
કભી સોચા હૈ, આપ બૈઠે બૈઠે પગ ક્યોં હિલાતે હૈ?
ગુલ્લુ, બબલુ, પિંકી જો ભી આપકા પ્યાર કા નામ હૈ ઉસમેં...
કિસી તસવીર મેં, કિસી તારીખ મેં,
આપ કી અંદર કી આગ મેં.... ગૌર સે દેખિયે.
એક બહુત લંબી લડી હૈ, બહુત પુરાની...
જિસકી આપ એક કડી હૈ.
વો આપકે પહલે થે, વો આપકે બાદ ભી રહેંગે.
ક્યાંકિ મા-બાપ કહીં જાતે નહીં હૈ,
વો યહીં રહતે હૈ...

જેણે મા અથવા બાપ અથવા મા-બાપ બંનેની છત્રછાયા ગુમાવી દીધી છે એવા લોકો જ નહીં, પણ જેમનાં મા-બાપ હયાત છે એનું પણ હૃદય ભીનું કરી દે એટલી અસરકારક આ વિજ્ઞાપન અમિતાભ બચ્ચનના અવાજમાં રજૂ થઇ છે. ખરી વાત છે કે મા-બાપ ક્યાંય જતાં નથી. મૃત્યુ માતા-પિતા અને સંતાન વચ્ચેનો સંબંધ તોડી શકતું નથી. એમની શાંત અને સુખદ હાજરી સતત વર્તાતી રહે છે, જાણે કે તેઓ અહીં જ છે આપણું રક્ષણ કરવા. આપણું કોઇ અહિત ન કરી જાય એનું ધ્યાન રાખવા. આપણે સાચો નિર્ણય લેતાં હોઇએ ત્યારે તેમની મૌન સહમતી અનુભવી શકાય છે. ખોટી દિશામાં વિચારી રહ્યા હોઇએ ત્યારે એમનો નકાર સાંભળી શકાય છે. આ બધી મીઠાશ, મધુરતા મા-બાપ હયાત હતાં ત્યારે કેમ વ્યક્ત થતી નથી? સદૈહે જીવતાં હતાં ત્યારે કેમ તેમના પ્રત્યે કઠોર બની જવાતું હતું? એવા તો ક્યાં મહાન કામ કરી રહ્યાં હતા કે એમને સમય આપી શક્યા ન હોતા? ખબર હતી કે એમની અવગણના થઇ રહી છે તો પણ ખુદની જીવનચર્યામાં ફર્ક લાવવાની તસદી કેમ લેતા ન હતા?

મા-બાપ ક્યાંય જતા નથી એ વાત અનુભૂતિના સ્તરે બરાબર છે, પણ નક્કર સચ્ચાઇએ છે કે મા-બાપ જતાં રહે છે. માતા-પિતા અમર હોતાં નથી. એક દિવસ એ મૃત્યુ જરૂર પામે છે. પૂરાં જીવન જીવીને અથવા સાવ અચાનક, અણધાર્યા. માતા-પિતાને કશુંય આપવાની સંતાનની ત્રેવડ ક્યારેય હોતી જ નથી, પોતાના જન્મદાતાને આપણે એક જ વસ્તુ આપી શકતા હોઈએ છીએ- સમય.

મા-બાપ સાથે એક જ ઘરમાં રહેતાં હો તો અલગ વાત છે, પણ ધારો કે તમે જુદાં ઘરોમાં, જુદાં શહેરોમાં રહો છો. બે-ચાર-પાંચ-છ મહિને મા-બાપને મળી આવો છો અથવા તો તેઓ તમારે ત્યાં આંટો મારી જાય છે. કદી વિચાર્યું છે કે તેઓ મૃત્યુ પામશે તે પહેલાં કેટલી વખત પ્રત્યક્ષ મળવાનું થશે? પ્રશ્ન અસ્થિર કરી મૂકે તેવો છે. એકવાર લ્યુક ટિપિંગ નામનો બ્રિટિશ યુવાન દોસ્તો સાથે ગપ્પાં મારી રહ્યો હતો કે ચાર, આ વખતે રજાઓમાં ઘરે જવાનું માંડી વાળીએ. એકાદ વખત નહીં જઇએ તો શું ફરક પડે છે? એના બદલે અહીં લંડનમાં જ રહીશું. પાર્ટી-બાર્ટી કરીશું, જલસા કરીશું. અચાનક લ્યુકના મનમાં એક વિચાર ખૂંચ્યો: વૃદ્ધ થઇ ગયેલા મારા મા-બાપ હવે કેટલું જીવવાનાં? સહેજ વિચારતાં સમજાયું કે જો તેઓ પૂરેપૂરું જીવશે તો પણ બહુ ઓછી વખત મળવાનું થશે. આના પરથી લ્યુક અને એના ત્રણ મિત્રોને એક કેલ્ક્યુલેટર બનાવવાનો વિચાર આવ્યો. ૨૪ કલાકમાં આ કેલ્ક્યુલેટર તૈયાર કરી તેને વેબસાઇટનું સ્વરૂપ આપી દેવાયું. દોઢ-બે મહિના પહેલાં લોન્ચ થયેલી આ વેબસાઇટ ખૂબ પોપ્યુલર બની ગઇ છે. એનું નામ છે સીયોરફોક્સ ડોટ કોમ (seeyourfolks.com) સી-યોર-ફોક્સ એટલે કે જાઓ, જઇને તમારાં મા-બાપને મળો.

આ સીધીસાદી વેબસાઇટ પર જઇને તમારે દેશ પસંદ કરવાનો, મમ્મી-પપ્પાની ઉંમર તેમજ વર્ષમાં સરેરાશ તેમને કેટલી વખત મળવાનું થાય છે તે ટાઇપ કરવાનું. બીજી જ ક્ષણે કેલ્ક્યુલેટર તમને કહી દેશે કે મા-પિતા મૃત્યુ પામશે ત્યાં સુધીમાં કેટલી વાર મોં-મેળાપ થવાનું લખાયું છે. વર્લ્ડ હેલ્થ ઓર્ગેનાઇઝેશને તૈયાર કરેલા જુદા જુદા દેશોના લાઇફ એકસપેકટેન્સીના આંકડાનો અહીં ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો છે. ઉદાહરણ લઇએ. ધારો કે તમારાં મા-બાપ અનુક્રમે ૬૦ અને ૬૨ વર્ષના છે. સામાન્ય પણે વર્ષમાં ત્રણેક વખત તમે એમને મળો છો. આ જ એવરેજ જળવાઇ રહી તો હવે તમે એમને ફક્ત ૧૨ વખત મળવાના છો. જો કે, આ કંઇ સાચો જવાબ નથી કારણ કે ઘણા બધી ખામીઓને ધ્યાનમાં લેવામાં આવી નથી. વર્લ્ડ હેલ્થ ઓર્ગેનાઇઝેશન કહે છે કે ભારતમાં મહિલા ૬૭ વર્ષ અને પુરુષ ૬૪ વર્ષ જેટલું જીવે છે. આ સરેરાશ આંકડા છે. વાસ્તવમાં તબિયત સારી રહેતી હોય તો આપણે ત્યાં વૃદ્ધો ૭૫-૮૦ વર્ષ સુધી આરામથી જીવી જાય છે. અહીં વાત આંકડાબાજીમાં પડવાની નથી. સીયોરફોક્સ ડોટ કોમ વેબસાઇટ ફક્ત આપણને હયમયાવીને ભાન કરાવવા માગે છે કે, માતા-પિતાના ફોન પર હાલચાલ પૂછી લો તો ઠીક છે, પણ તેમની સાથે સમય ગાળવાના મોકા બહુ જ ઓછા, સ્તબ્ધ થઇ જવાય એટલા ઓછા આવવાના છે. તો જલ્દી કરો, માતા-પિતા-પ્રિયજનો સાથે બને એટલો વધારે સમય ગાળો, કારણ કે એક દિવસ સૌ જતાં રહેવાનાં છે. આપણ