સલામી સવારની..

સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
99789-26251

દંભી સ્મિતમાં જ પ્રેમસંબંધ બંધાઈ જાય છે!
'ચર્ચા નહીં' ની તિરાડ ક્ષણમાં સંધાઈ જાય છે!
બફાઈ જાય છે 'વાછરડાં' સુખા ના રસોડે -
અણઘડ રાજનીતિ, 'ઘઉંલા' રંધાઈ જાય છે
(બોળ ચોથ)

હાઈકુ

'બચાવ કાર્ય'
સુખા રસોઈઘર
લ્યો ! મુખ્યકામ !!

મૂર્ખ રસોયા
કે એક, બાફે બીજું
ચિત્ત વગર...

ચિંતન

આનન્દાદ્ધ્યઃ પ્રધાનસ્ય ।

ઉપરોક્ત સૂત્ર બ્રહ્મસૂત્રમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

આનંદ સર્વેશ્વર પરમાત્માનો ધર્મ છે.

આનંદ, રસ, સર્વગતત્ત્વ, સર્વજ્ઞતા, સર્વશક્તિમત્તા, પરમાત્માના ગુણધર્મો છે. શ્રુતિમાં એ ગુણધર્મોનું વર્ણન એક સ્થળે કરવામાં આવ્યું હોય અને બીજે ઠેકાણેના કરવામાં આવ્યું હોય તો પણ, બીજે ઠેકામે એ ગુણધર્મોને અધ્યાહાર રહેલા સમજીને પરમાત્માને માટે પ્રયોજવા જોઈએ. પરમાત્મા સર્વત્ર સમાન હોવાથી એમના ગુણધર્મોમાં ભેદ નથી. તૈતરીય ઉપનિષદમાં આનંદરમય પુરુષના વર્ણનમાં આવેલા પક્ષીના રૂપકમાં જે શબ્દોનું વર્ણન છે તે પરમાત્મા સંબંધી શબ્દોનો ભાવ અન્પત્ત ના હોય તો પણ લઈ શકાય છે.

મનની - આત્માની પરમ શાંતિ એ જ પરમાનંદ છે. 'મહાદેવ'ની કાલ્પનિક છબી-ચિત્રમાં મહાદેવના હોઠ પર જે પરમ શાંતિ આનંદ દેખાય છે એ જ 'દિવ્ય' આનંદ 'મહાદેવ' નો ગુણધર્મ જ 'આનંદ' છે.

સુવિચાર

- કેવળ કર્મહીન જ એવા હોય છે જે ભાગ્યને ભાંડે છે અને જેમની પાસે ફરિયાદ અધિક હોય છે - **જવાહરલાલ નહેરુ**
- પ્રત્યેક અનૈતિક કાર્ય અપરાધ છે. કાયદાની પકડમાં આવે એ જ અપરાધ છ એવું નથી - **અખંડ આનંદ**
- પોતાના પ્રત્યે અસંતુષ્ટ ભલે થાય, પણ જીવન પ્રત્યે કયારેય અંસતોષનો ભાવ રાખશો નહિ - **ડેનિયલ વેબસ્ટર**
- આગિયા ત્યાં સુદી ચમકે છે, જયાં સુધી તે ઊડે છે, આ જ સ્થિતિ મનની છે, જયારે માણસ અટકી જાય છે ત્યારે અંધકારમાં અટવાઈ જાય છે - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- માનવના આનંદનું રહસ્ય એ જ છે કે તે પોતાની શક્તિ સડવા ન દે - **કાંતિ ભટ્ટ**
- ખરું પૂછો તો ઈર્ષ્યાનું તાત્પર્ય - ભાવાર્થ એ જ છે કે ઈર્ષ્યા કરનાર વ્યક્તિ જેની ઈર્ષ્યા કરે છે તેને પોતાના કરતાં મોટો સમજે છે - **ચિત્રલેખા**
- આજનું ઔષધ : કૂતરું કરડ્યું હોય તો કાંદાનો રસ અને મધ મેળવી ઘા પર લગાવવાથી રૂઝ જલ્દી આવે છે

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

હાસ્યવિનોદના હિમાયતી મુન્શી પ્રેમચંદને પ્રયાગ વિશ્વવિદ્યાલયની સાહિત્ય પરિષદમાં પ્રવચન આપવાનું આમંત્રણ મળ્યું. પ્રવચનમાં મુન્શીજીએ સૌને પ્રસન્નતા ઉપર જાણકારી આપી. અને પ્રવચનમાં ઘણા રમૂજી પ્રશ્નો રજૂ કર્યા. એક વિદ્યાર્થીએ મુન્શીજીને પૂછ્યું 'આપ હિન્દી સાહિત્યમાં અગ્રેસર લેખક છો. તો હવે આપની મહત્વાકાંક્ષા શી છે?' મુન્શીજીએ જવાબમાં કહ્યું, 'અરે, ભાઈ, મેં કદીયે મહાન લેખક થવાની મહત્ત્વાકાંક્ષા સેવી નથી. હું જેમ-જેમ લખતો ગયો તેમ - તેમ મારી કલમ ખીલતી ગઈ. મારા જીવનની મહત્ત્વાકાંક્ષા એ છે કે મારા જીવનમાં કદી શોકની છાયા ન આવે. અને આનંદની અનુભૂતિ હું કરું અને સૌને એ અનુભૂતિનો અનુભવ કરાવું એ મારું સદા પરમ ધ્યેય રહ્યું છે, કોઈ દિવસ એક ટંક જમવા ન મળ્યું હોય, કે કોઈ દિવસ નકોરડો ઉપવાસ ખેંચવો પડ્યો હોય, કોઈ દિવસ કરિયાણાના બીલના પૈસા ભરવા રોકડા ન હોય. આવા તો કેટલાય ઝંઝાવાતો મારા જીવનમાં પસાર થઈ ગયા, પણ એ ઝંઝાવાતો મારી પ્રગતિમાં અવરોધક નથી બન્યા. મારામાં રહેલા પ્રસન્નતાના પમરાટે જીવનની કઠિનમાં કઠિન પળે મને પ્રેરણા જ આપી છે. દુનિયા આખીનું ડહાપણ ડહોળતાં વિદ્વાનોનાં ભારેખમ મુખ નિહાળવા કરતાં નિર્દોષ હાસ્યથી ચમકતાં બાળકોનાં મુખડાં જોવા મળે ગમે છે. મારા જીવનની મહત્ત્કાંક્ષા છે કે ખુદ હસવું, ઉમકળાથી હસવું, નિખાલસ દિલથી હસવું, અને બીજાને પણ એમ જ હસાવવા.'

વિચારક વર્ગનો વિશ્વાસ અનિવાર્ય છ

તંત્રીસ્થાનેથી...

ઈંદિરા ગાંધીએ તત્કાલીન પશ્ચિમ બંગાળના મુખ્યમંત્રી સિદ્ધાર્થ શંકર રાયની સલાહ માની લઈ દેશમાં આંતરિક ઈમરજન્સી જાહેર કરી દીધી તે એમની શ્રેષ્ઠ કારકિર્દીમાં કાળું કલંક બની રહી છે. આટલા વર્ષો પછી પણ એનો વારંવાર ઉલ્લેક થતો રહે છે અને કોંગ્રેસે એ મુદ્દે વારંવાર દેશની માફી માગી લીધી હોવા છતાં કોંગ્રેસ સામે એનું એ હથિયાર ઉગામવામાં આવે છે. નરેન્દ્ર મોદી સામે છેલ્લા ઘણા વખતથી 'અઘોષિત કટોકટી' લાદી રહ્યા હોવાનો આક્ષેપ થતો રહે છે. આ મુદ્દે ખુદ એમના જ અગાઉના કેટલાક બૌદ્ધિક પ્રશંસકો પણ બોલકા બનીને બહાર આવી ચૂક્યા છે. અરુણ શૌરીએ ખુલ્લા લોકમંચ પર યશવંતસિંહા અને શત્રુઘ્ન સિન્હા સાથે આવી વાત કરી છે તો વળી અર્થશાસ્ત્રનું નોબેલ પ્રાઈઝ મેળવનારા ડૉ. અમર્ત્ય સેન પણ આ જૈફ વયે જાહેર અપીલ કરીને બધા વિપક્ષોને પોતપોતાના નાનામોટા મતભેદો ભૂલી જઈ સાથે મળી વર્તમાન સરકાર અને ભારતીય જનતા પાર્ટીને આગામી લોકસભાની ચૂંટણીમાં પરાસ્ત કરવા કાકલૂદી કરી રહ્યા છે. અમર્ત્ય સેન જાણે છે કે પશ્ચિમ બંગાળમાં ડાબેરી પક્ષો ક્યારેય વર્તમાન મુખ્યમંત્રી મમતા બેનર્જી સાથે એક મંચ પર આવી શકે એમ નથી, છતાં એમણે બેઉ પ્રતિસ્પર્ધી રાજકીય પરિબળો ભાજપ શાસનને હરાવવાના એકસૂત્રી કાર્યક્રમમાં સામેલ થવાજોગું સમાધાન કરી ૨૦૧૯ની લોકસભાની ચૂંટણી લડે એવી અપેક્ષા રાખી છે. હમણાં જે નવી ઘટના બલકે એને 'દુર્ઘટના' અથવા કમનસીબ ઘટના જ કહેવી પડે - તે એ છે કે મોદી અને શાહની હત્યાના કાવતરામાં સામેલ હોવાની શંકા પરથી પાંચ રાજયોના પાંચ ઍક્ટિવિસ્ટોની પોલીસ દ્વારા ધરપકડ કરાઈ છે. આ પાંચે કર્મશીલો ડાબેરી વિચારધારાના સમર્થક અને દેશમાં ચાલતી નકસલવાદી પ્રવૃત્તિઓ સાથે સીધી કે આડકતરી રીતે જોડાયેલા છે, એવો અતિપ્રાય પ્રવર્તે છે. આ હકીકત સાચી પણ હોઈ શકે. પરંતુ તો પછી એમને અગાઉથી જ કકેમ ન પકડ્યા ? કેટલાકની સામે કેસ પણ ચાલ્યો છે છતાં પુરાવાના અભાવે છૂટી ગયા છે. હવે એમને મોદી-શાહની હત્યાના કાવતરાખોરો તરીકે આઈડેન્ટિફાય કરવાના પ્રયાસો થઈ રહ્યા છે. મોદી વિરુદ્ધ દુનિયા ભરની ઈસ્લામી જમાત હોવાનો પ્રચાર થતો રહ્યો છે. આ પાંચ પૈકી ચાર તો હિંદુ છે. શું મોદી-શાહને હવે હિંદુઓ પણ મારી નાખવા માગે છે? હિંદુ હોવા છતાં આ કર્મશીલોની છાપ શુદ્ધ બિનસાંપ્રદાયિક નાગરિકો તરીકેની રહી છે. રાવ તો તેલુગુ ભાષાના પ્રસિદ્ધ કવિ છે. બીજા પૈકીયે કોઈ 'ખતરનાક' ગુનાખોર નથી. સુધા ભારદ્વાજ, ગૌતમ નવલખા, અરુણ ફરેરા કે વર્નોન ગોન્સાલ્વીઝ સહિતના બધા જ હ્યુમન રાઈટ્સ માટે લડત ચલાવતા આપણા ઈંદુકુમાર જાની કે પ્રકાશ ન. શાહ જેવા અથવા બહુ બહુ તો મેધા પાટકર જેવા કર્મશીલો છે. એમની ધરપકડ કરીને સરકારે અઘોષિત કટોકટી જેવો ભયજનક સંકેત આપી દીધો હોવાનાં નિવોદનો આવી રહ્યાં છે અરુંધતી રોય અને પ્રશાંત ભૂષણ જેવી પ્રતિભાઓએ આવાં નિવેદનો આપ્યાં છે. રોમીલા થાપર, દૈવકી જૈન, પ્રભાત પટનાયક, સતીશ દેશપાંડે અને માયા દારૂવાલા જેવી પ્રતિષ્ઠિત હસ્તીઓએ આ પાંચ કર્મશીલોની ધરપકડ વિરુદ્ધ કોર્ટમાં ઘા નાખી છે અને અભિષેક મનુ સિંઘવી જેવા નામાંકિત એડવોકેટ દ્વારા સુપ્રીમ કોર્ટના મુખ્ય ન્યાયમૂર્તિ સમક્ષ આ રીટ કરાઈ છે, જેવી સુનાવણી થશે ત્યારે ભીમા કોરેગાંવની હિંસામાં આ પાંચ કર્મશીલોની સંડોવણીના સરકારી આક્ષેપોને પકડાકારો છે. મૂળભૂત અધિકારના હનન જેવી આ ઘટના પાછળ સત્ય શું છે એ તો સમય જ કહી શકે. એક વાત નક્કી કે વડાપ્રધાને કર્મશીલો સામે બાકરી બાંધ્યા કરતાં એમને સાથે રાખીને ચાલવું જોઈતું હતું. ઈંદિરા ગાંધીની જાહેરમાં ટીકા કરનારા લોકપ્રિય નેતાઓએ આ સત્ય વેળાસર સમજી લેવાની જરૂર છે.

મારો સાહ્યબો અષાઢી મેઘ છે સખી, એને વરસતાં લાગે વાર...

લાગણીનો મેળો
રસિક વાળંદ

'આવ રે વરસાદ, ઢેબરિયો વરસાદ,
ઊની ઊની રોટલીને કારેલાનું શાક...'

આગવી મસ્તીના હતા એ દિવસો... થોરની વાડ પર થતી વરસાદરીનાં ફૂલ ને ડોડવીનાં ડોડવાં ખાવા ખેતરની વાડેવાડે ભમતાં... દેડકાંનું તાલબદ્ધ સંગીત... દિવસે આથમે તમરાંના અવાજો... આગિયાની ઊડાઊડ... માયાની ગાય તરીકે ઓળકાતા ઈન્દ્રગોપને વિસ્મયભરી નજરે તાકતા... પશુઓ પણ પરિવારનું એક અંગ સાંજ પડે મારીના એ મકાનમાં 'કોઢ' નામે એક અલાયદા ઓરડામાં રહેતાં... આજનાં બાળકોને આવો લ્હાવો મળે ખરો ?! આજે તો બાળકો વરસાદમાં જશે તો ભીનાં થઈ જશે, શરદી થઈ જશે, કપડાં ગંદા થઈ જશે.. વગેરે... વગેરે... બાળકોને આપણે વર્ષાઋતુથી આધાં હડસેલી દઈએ છીએ... આજે તો મોટેભાગે એક એવો ખ્યાલ દૃઢ થયો છે કે ચોમાસાની ઋતુ એટલે પ્રેમજીનો માટેની ઋતુ... બાળકોની નહિ... ખેર, રેઈન ગો અવે... 'ગોખનારા સંતાનોને ચોમાસાનો સ્વાદ ચખાડીએ... વર્ગખંડમાં પ્રકૃતિ - પર્યાવરણને ચોમાસાના સંદર્ભે ઈતર પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરી ચોમાસાને માણતાં શીખવીએ...'

દોસ્તો, કેટલીક વરસાદી કાવ્યપંક્તિઓ માણીએ...

- આજ વરસાદ નથી એમ ના કહેવાય રમેશ! એમ કહીએ કે હશે, આપણે ભીના ન થયા : રમેશ પરેખ
- આ ઝરમર વરસા, દ વળી વળીને વરસે જાણે મધુર કોઈની યાદ! : પ્રજારામ રાવળ
- આભમાં ઝીણી ઝબૂકે વીજળી રે, કે ઝીણા ઝરમર વરસે મેહ,
  ગુલાબી ! કેમ કરી જાશો ચાકરી રે? : લોકગીત
- આવ, મેહુલિયા ! આવ, ઓલી નદીયુનાં નીર, એનાં ફાટ્યા જાણે ચીર !
  એને નવલાં તે લહેરિયા અપાવ રે, મેહુલિયા ! વાદળના પડદાની આગળ આ વીજળી,
  નાચે ને થાય ચમકાર : પ્રહલાદ પારેખ
- ખોતરે છે જન્મને જન્માંતરોની વેદના, આ અષાઢી રાતનો વરસાદ પણ શું ચીજ છે: મનોજ ખંડેરિયા
- સળગતા સૂર્યના વેરાણ રણની વચ્ચોવચ્ચ, તને સ્મરું અને વરસાદ ધોધમાર પડે : આદિલ મન્સુરી
- મારો સાહ્યબો અષાઢી મેઘ છે સખી, એને વરસતાં લાગે વાર...
  પણ વરસે ત્યારે અનરાધાર...! ઉપરથી લાગે છે કોરાધાકોર,
  એની ભીતર ઘેરાતું આકાશ. અષાઢી અણસારો ઓળખતા આવડે તો,
  ચોમાસું છલકે ચોપાસ. : તુષાર શુક્લ

rasikvaland1965@gmail.com., Mo. 9913426949

અલપ ઝલપ બે આંખે જોયું, શું જોયું 'લ્યા?

ભાગ-૪

અમારા પ્રવાસના છેલ્લા દિવસે મહાશિવરાત્રી હતી. અમે સામે આવેલા એક શિવમંદિરે દર્શન કરી આવ્યાં. આયોજકોએ આજે બધી વાનગી ફરાળી બનાવી હતી. રાજગરાનો શીરો, સૂકી ભાજી, દહીં વગેરે ખાવાની મઝા પડી. રમેશભાઈએ રસ્તામાં ખાવા માટે પણ થોડી વાનગી બાંધી આપી હતી. અમે આગળની રાતે જ વારાણસીમાંથી સફરજન અને નારંગી લઈ લીધાં હતા. બોર્ડરભાઈ, કોકિલાબેન અને બ્રિજેશ સવારે વિમાનમાં જવા વહેલા નીકળી ગયા હાતા. અહીં રાજુભાઈ તો અગિયાર વાગ્યાના તૈયાર થઈને આયોજકોની સાથોસાથ નીકળી જવા માંગતા હતા, પણ મધુમામા ટ્રેન ત્રણ કલાક લેટ હોવાના સમાચાર લઈને આવ્યા.એમણે મોબાઈલમાં ટ્રેન હાલ અત્યારે ક્યાં છે તે પણ દર્શાવ્યું. આખરે અમે એક ને પિસ્તાળીસે હોટલ છોડી. બે વાગ્યે સ્ટેશન પહોંચ્યા. પ્લેટફોર્મ પર લગાવેલા ઈંડીકેટરમાં બીજી ગાડીઓની વિગતો આવતી હતી પણ અમારી દ્વારકા એકસપ્રેસનું નામ ચમકતું ન હતું. . જેમ અમારે રસ્તો બંધ હોવાને કારણે દાસદુંગા ખાતે પાંચ કલાકનુંફરજીયાત રોકાણ કરવું પડેલું તેમ વારાણસીના રેલવે સ્ટેશને ટ્રેન મોડી હોવાથી અમારે પૂરા સાત કલાક અને પિસ્તાળીસ મિનિટનું રોકાણ કરવું પડ્યું. ચાર-પાંચ વાગ્યે ચા પીધી હશે. અંધારું પડ્યા પછી સફરજન અને નારંગી ખાધાં.મેં બુકસ્ટોલ પરથી ત્રણ પુસ્તકો લીધાં . ત્રણે હિંદી કાવ્યોનાં છે. (એક વંચાયું છે. બીજું હાથ પર લીધું છે. ત્રીજુ ક્યારે વંચાશે તે કાશી વિશ્વનાથને ખબર.)બુકસ્ટોલમાં બીજાં પણ અનેક સરસ પુસ્તકો હતાં. એક પુસ્તક બનારસ વિષેનું હતું. તેમાં બનારસી સાડીઓ, બનારસી પાન, બનારસના મંદિરો, બનારસની ગલીઓ, બનારસના લોકો, બનારસની વાનગીઓ વગેરેની ભરપુર માહિતી હતી. હવે ના ખરીદાનો પસ્તાવો થાય છે.

મનના ઉમંગો
રણછોડ પરમાર

અનુસંધાન પાના નં ૭ પર

બૌધ્ધિકતા સાથે ધાર્મિકતાનું સંયોજન અનેક નવા આયામો ઉભા કરી શકે

સોમવારે રાત્રે દસ વાગ્યાની આસપાસ ગાંધીનગરના એક મુખ્યમાર્ગ પરથી પસાર થવાનું બન્યું. ત્યાં એક સ્થળ પર વાહનોની લાંબી કતાર અને લોકોની ખૂબ ચહલપહલ જોવા મળી. આમ તો આ કોઈ નવી વાત ન કહેવાય... આ સમયે હોટલની આસપાસ કે હોસ્પિટલની નજીકમાં આવી ભીડ હોવાની શક્યતા ચોક્કસ ખરી. ગાંધીનગરની ભૂગોળથી અજાણ વ્યક્તિને આવોજ વિચાર આવે, પરંતુ ગાંધીનગરની રહેવાસી હોવાથી મને આશ્ચર્ય સાથે આનંદ અનુભવાયો...! શિવજીના મંદિરની બહાર અને અંદર રાત્રે દસ વાગ્યે પણ મેળા જેવો માહોલ હતો. અનેક લોકો-પરિવારો મોકળા મનથી મંદિરના પ્રાંગણમાં આમ-તેમ મ્હાલતા હતા... જાણે પોતાના ઘરમાં હોય. કોઈ ફોટા પાડવામાં વ્યસ્ત હતું તો કોઈ સ્તુતિ કરતું હતું. શ્રાવણમાં શિવજીનો પ્રભાવ જોઈ પ્રસન્નતા થઈ... સાથે ઘણા સવાલો મનમાં રમતાં થયા...

શિવની આરાધના સન્માર્ગે ઉર્ધ્વગામી જીવન જીવવાની કળા શીખવે છે. આનંદ, ઉલ્લાસ, બળ તથા સમૃધ્ધિ પ્રદાન કરે છે

અત્યારે શ્રાવણ માસ સંદર્ભે દરેક અખબાર, મેગેઝીન, ટી.વી.ચેનલ્સ અને ડીજીટલ માધ્યમો ભગવાન શિવના ગુણગાન–મહિમાગાનમાં મશગુલ છે. જે લોકો અભ્યાસુ છે એ શિવજીના સમષ્ટિ સ્વરૂપના અનહદ ચાહક અને પૂજક છે. પરંતુ નાના બાળકો અને નવી પેઢીના યુવાનો જ્યારે શિવ મંદિરમાં જાય છે ત્યારે એ પણ એટલી જ શ્રધ્ધાથી શીશ ઝુકાવે છે. આમ જુવો તો મંદિરોમાં પ્રસ્થાપિત શિવના 'લિંગ' સ્વરૂપમાં કોઈ ગ્લેમર કે આકર્ષણ કે શૃંગારિકતા નથી છતાં આપણા સૌ માટે દેવોના દેવ મહાદેવનુ મંદિર આપણું પરમ શ્રધ્ધેય સ્થાન છે.

શ્રાવણમાં તો દરેક દેવસ્થાન, તીર્થસ્થાન જેવું ભાસે છે. એમાંય શ્રાવણના સોમવારનો મહિમા કંઈ ઓર જ છે. કેવી મધુરી છે આપણી પરંપરા... આપણી ધર્મપ્રિયતા... આપણી પ્રભુનિષ્ઠા. આ ભાવ સાથે ભારતીયતા પર ગર્વ થવો પણ સહજ છે. શ્રાવણ માસમાં શિવની આરાધનાની સાથે–સાથે ખૂબ વ્રતો, ઉપવાસ અને તપશ્ચર્યાનો મહિમા છે. ગૌરીવ્રત, જયાપાર્વતી વ્રત, જીવંતિકા વ્રત, ચોખા કાજરી, ફુલ કાજરી, દધિ વ્રત, દરિયા દેવનું વ્રત, દશામાનું વ્રત, બોળ ચોથ, નાગ પાંચમી, રાંધણ છઠ, શીતળા સાતમ, જન્માષ્ઠમી વગેરે... આવા અનેક વ્રતોથી શ્રાવણમાસ હર્યો-ભર્યો છે. કહેવાય છે ને કે 'દિવાસો-સો પરબનો માસો...'

અબીલ-ગુલાલ
મમતા રાવલ

દિવાસાના બરાબર ૧૦૦ દિવસ પછી દિવાળી આવે છે. હેટ્સ ઓફ ટુ હિંદુ કેલેન્ડર. આપણા કેલેન્ડર જેટલું પરફેક્ટ એક પણ દેશનું કેલેન્ડર નથી. પંચાગમાં આલેખિત પ્રત્યેક તિથિ ખગોળ ગણિત પર આધારિત છે. ચંદ્રગ્રહણ, સૂર્યગ્રહણ, ગ્રહોની યુતી, પનોતી, ક્ષય માસ, અધિક માસ આવી કેટલીય ખગોળીય ઘટનાનું વરસો વરસની આગાહી કરી શકતું આપણું ખગોળ શાસ્ત્ર આર્યભટ્ટની દેણ છે. નિર્ણય સાગર પંચાંગ, મુંબઈ ૫૦ વર્ષના કેલેન્ડર–પંચાંગની તૈયારી ધરાવે છે. સૂર્યોદય અને સૂર્યાસ્તના સમય પણ ખગોળ ગણિત દ્વારા જાણી શકાય છે. દર અઢી વર્ષે આવતા અધિક માસ દ્વારા દિવસો અને તિથિઓની ગોઠવણ એ અદભૂત વિજ્ઞાન છે. હિંદુ પંચાંગનું હજુ પણ ઘણા ઘરોમાં અનુસરણ થાય છે. અનેકવાર મનમાં વિચાર ફરકી જાય કે ભારત દેશ પાસે એવી કેટલીય બાબતો છે. જેના પર ગર્વ કરી શકાય અને એનો વિકાસ કરીને દુનિયાના માર્ગદર્શક બની શકાય પરંતુ એના બદલે આપણે સૌ વિદેશી રુખી–સુખી સંસ્કૃતિથી પ્રભાવિત થઈને આપણી પરંપરાઓને અનુસરવામાં કેમ શરમ અનુભવીએ છીએ !!

આપણી દરેક પરંપરામાં વિજ્ઞાન સમાયેલું છે. હા, અજ્ઞાનતાને કારણે કેટલાક લોકો દ્વારા થતો અતિરેક ચિંતાજનક હોય છે. પરંતુ હજુ પણ આપણી વચ્ચે ૭૦ થી ૯૦ ની આયુ ધરાવતી સ્વસ્થ અને સમૃધ્ધ પેઢીના વડીલો છે. જેમની ઝોળીમાં રહેલી અનેક સોનેરી બાબતોનો નાનકડો સ્પર્શ માત્ર નવી પેઢીના બૌધ્ધિકો માટે દિશા સૂચક બની શકે. બૌધ્ધિકતા સાથે ધાર્મિકતાનું સંયોજન અનેક નવા આયામો ઉભા કરી શકે.

વર્ષોની ગુલામી આપણી સંસ્કૃતિને છિન્નભિન્ન કરનારો ભયંકર મોટો કુઠારાઘાત હોવા છતાં આજે પણ હજુ આપણે સમાજ ઉપયોગી વિચારવા, લખવા અને વાંચવા પ્રેરાઈએ છીએ, સંબંધોમાં વિશ્વાસ કરીએ છીએ. એજ આપણી આસ્થા - શ્રધ્ધાના મૂળિયાની ઉંડાઈ બતાવે છે. આપણા આરાધ્ય દેવોના અનેક નામ અને સ્વરૂપોમાં શિવ, જે લીંગ સ્વરૂપ છે. શંકર, મનુષ્યદેહ ધારી પુરુષ -પાર્થિવ તત્વ છે. સદાશિવ–વૈશ્વિક સ્વરૂપ ને પરમ વંદનીય રહ્યું છે. 'મહાદેવજી'ના નામનો ઉપયોગ રમૂજમાં પરિવારમાં ક્યારેક કોઈ માટે હુલામણાં નામથી પણ કરવામાં આવે છે. એજ રીતે ભગવાન વિષ્ણુ શાલીગ્રામ સ્વરૂપે અને માં દુર્ગાની નવાર્ણ વિસાયંત્ર સ્વરૂપે પણ પૂજા થાય છે. શિવ સ્વરૂપ અને શિવ પરિવારમાં સંમ્મિલિત તત્વો પણ તાત્વિક અને વૈજ્ઞાનિક મહાત્મ્ય ધરાવે છે. શિવજીની ડોકે વીંટળાયેલ સર્પ કુંડલીની શક્તિનું સૂચક છે. ત્રિશૂલ ત્રણ અગત્યની નાડીઓ ઈડા, પીંગલા અને સુષુમ્ણા દર્શાવે છે, જેના મારફતે જ્ઞાનના દરવાજે પહોંચાય છે. ડમરૂ સ્વતંત્ર સૃષ્ટિનો સંકેત છે; જેમાં યોગી પોતાના અંતરમાં ગુંજન સાંભળે છે તે. વ્યાઘ્રચર્મ હિંસક પ્રાણીઓને વશ કરવાની શક્તિનું સૂચક છે. નંદી મનુષ્યોની નિમ્ન વૃત્તિ ઉપર વિજય દર્શાવે છે. કાચબો સ્થિતપ્રજ્ઞતાનું પ્રતીક છે. રુદ્રાક્ષ શિવજીના નેત્ર બિંદુથી ઉત્પન્ન ફળ, જે માનવીય શરીરના અને મનના ઉત્પાતોના શમનમાં વૈજ્ઞાનિક મહત્વ ધરાવે છે. ત્રિપુડ, વિતરાગ, ભય અને ક્રોધમાંથી છુટકારો સૂચવે છે. ટૂંકમાં કહી શકાય કે શિવજીનો શણગાર યોગનાં સમસ્ત વિજ્ઞાનનું; હઠયોગ, રાજયોગ, ધ્યાનયોગ, સમાધિયોગ, મહાયોગ વગેરેનું આલેખન કરે છે. આ ચિન્હો કુદરતી અવરોધો ઉપર કાબૂ મેળવવાના પ્રતીકો છે. આફતોની અવગણના કરી સંયમી જીવન ગાળવા પ્રેરણા આપે છે. માટે જ શંકરની આરાધના શાંતિ, સ્ફૂર્તિ અને સુખદાયી છે. સન્માર્ગે ઉર્ધ્વગામી જીવન જીવવાની કળા શીખવે છે. આનંદ, ઉલ્લાસ, બળ તથા સમૃધ્ધિ પ્રદાન કરે છે.

ભગવાન શ્રી રામે વનમાં જતા પાર્થિવ શિવલીંગનું પૂજન કર્યું હતું. 'તબ મજ્જનુ કરી રઘુકુલ નાથા, પૂજે પારથિવ નામઉ માથા' આ સિવાય રામેશ્વર શિવલીંગની સ્થાપનાના પ્રસંગથી રામની શિવ ભક્તિ પ્રગટ થાય છે. ભગવાન શ્રી કૃષ્ણએ જયદ્રથના વધ માટે પણ કુરૂક્ષેત્રમાં 'થાનેશ્વર મહાલીંગ'ની અર્જુનને સાથે રાખી આરાધના કરીને ભગવાન શિવને પ્રસન્ન કર્યા હતા. શ્રી લક્ષ્મીજી તેમજ અનેક દેવો દ્વારા શિવ ભક્તિના પ્રસંગોનો પુરાણોમાં ઉલ્લેખ છે. સંકટમોચન હનુમાન પણ અગીઆરમાં રુદ્ર નું સ્વરૂપ છે.

શિવજીની ઉપાસના એટલે શિવમહિમ્ન સ્ત્રોત્ર, એમજ આજની પેઢી જાણે છે ત્યારે એની ઉત્પતિની કથા પણ ખૂબ રોચક છે... શ્રી પુષ્પદંત નામે ગાંધર્વોના રાજા શિવભક્ત હતા. તેઓ શિવપ્રભુની સેવામાં રહી અત્યંત પ્રેમથી શિવનું અર્ચન-સેવન કરતા. એકવાર કાશી નરેશના બગીચામાં સુંદર પુષ્પો જોઈ, શિવપૂજા માટે લેવાની ઈચ્છા દાખવવા છતાં એ સરળતાથી ઉપલબ્ધ ન થતાં અંતર્ધ્યાન શક્તિના પ્રયોગથી પુષ્પોની ચોરી કરતાં એકવાર પકડાઈ જતાં તેઓ એ ભક્તિભાવથી શિવજીની જે સ્તુતિ કરી હતી તે 'શિવમહિમ્નઃ સ્ત્રોત્રમ્' નામે પ્રસિધ્ધ છે. નવી પેઢીને કદાચ શિવ પુરાણની જાણકારી નથી. પરંતુ લેખક શ્રી અમીષ ત્રિપાઠીની ફિકશન વાર્તા 'મેલુહા' પુસ્તકની સિરીઝના શિવ–નીલકંઠના પાત્ર દ્વારા શિવજીના સામર્થ્યની કલ્પના કરવાનું સહેલું લાગે. પુસ્તકમાં પાત્રોના નામ સિવાય પૌરાણિક કથા સાથે કોઈ જ સમાનતા નથી છતાંય ભારતની ભૌગોલિક રચના, સંસ્કૃતિ અને શિવને કેન્દ્ર સ્થાને રાખી એક બેસ્ટ સેલર પુસ્તકના નિર્માણનો ઉલ્લેખ કરવાની ઈચ્છા અત્રે રોકી શકાય એમ નથી. હર હર મહાદેવ...

"આપણી દરેક પરંપરામાં વિજ્ઞાન સમાયેલું છે. હા, અજ્ઞાનતાને કારણે કેટલાક લોકો દ્વારા થતો અતિરેક ચિંતાજનક હોય છે. પરંતુ હજુ પણ આપણી વચ્ચે ૭૦ થી ૯૦ ની આયુ ધરાવતી સ્વસ્થ અને સમૃધ્ધ પેઢીના વડીલો છે. જેમની ઝોળીમાં રહેલી અનેક સોનેરી બાબતોનો નાનકડો સ્પર્શ માત્ર નવી પેઢીના બૌધ્ધિકો માટે દિશા સૂચક બની શકે. બૌધ્ધિકતા સાથે ધાર્મિકતાનું સંયોજન અનેક નવા આયામો ઉભા કરી શકે."

ન્યુમોનિયા : આટલું જાણવું જરૂરી છે

ચોમાસા અને શિયાળાની સીઝન દરમિયાન અમુક રોગો થવાના ચાન્સ વધુ હોય છે જેમકે શરદી, ઉધરસ, કફ, દમ અને વધુ ઘાતક રોગની વાત કરીએ તો ન્યુમોનિયા. અમુક રોગો એવા હોય છે જે ખૂબ કોમન હોય છે અને જેના નામથી આપણે પરિચિત હોઈએ છીએ, પણ આ રોગોની વધુ ડીટેઈલ આપણને ખબર હોતી નથી. ઉદાહરણ તરિકે ન્યુમોનિયા. આ ઘાતક રોગનું નામ આપણાથી અજાણ્યું નથી, તેના વિષે થોડીઘણી માહિતી કદાચ ખબર હોય, પણ કદાચ જે જાણવી જરૂરી હોય તેવી માહિતીઓથી આપણે અવગત થવું પડે. આજે અમુક એવી મહિતીથી પરિચિત થઈએ.

ન્યુમોનિયા શું છે?

ન્યુમોનિયા એક એવો રોગ છે જેમા આપણા ફેફસામાં સોજો (ઈન્ફ્લામેશન) આવે છે. આપણા ફેફસામાં નાની-નાની બલૂન જેવી રચના હોય છે, જેને એલ્વીઓલસ કહે છે. આ એલ્વીઓલસ આપણા શરીરમાં ઓક્સીજન અને કાર્બન ડાયોક્સાઈડના એક્સચેંજ માટે જવાબદાર એવા મૂળભૂત એકમ છે. ન્યુમોનિયામાં આ એલ્વીઓલસમાં સોજો અને પસ (પરૂ) થઈ જાય છે. ન્યુમોનિયા એ બેક્ટેરીયા અને વાઈરસજનિત રોગ છે. ખાસ કરીને ન્યુમોકોકસ નામના બેક્ટેરીયાથી થતા આ રોગનો ભોગ નાના બાળકો અને વૃધ્ધો વધુ બને છે. વિશ્વમાં કુલ વસ્તીના ૬-૭% લોકોને ન્યુમોનિયા થયેલ છે અને વિકાસશીલ દેશોમાં અનેક લોકોનો ભોગ લે છે.

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા
ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

ન્યુમોનિયાના લક્ષણોઃ

- એકાએક ઠંડી સાથે તાવ આવવો. કફ અને શરદી થવા, પડખા, પીઠ અને છતીમાં દુખાવો થવો, ગળફા સાથે ખાંસી આવવી. ગળફાનો રંગ લીલો, પીળો અથવા સફેદ હોવો, શ્વાસ લેવામાં જોર પડે અને બેચેની જેવું લાગે

ન્યુમોનિયાના કારણોઃ

- રોગપ્રતિકારક શક્તિ ઓછી હોવાથી , તમાકુ- સિગરેટના વ્યસનથી, વધુ ભારે ખોરાક લેવાથી, ગંદા અને ભેજવાળા હવામાનમાં રહેવાથી અને નાકમાં ધૂળ અને કચરો જવાથી આ બધા કારણો ફેફસાને નબળા પાડે છે અને પરિણામસ્વરૂપે બેક્ટેરીયા-વાઈરસનો ચેપ લાગે છે. ન્યુમોનિયામાં ધ્યાન રાખવા જેવુંઃ