સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

સલામી સવારની..

જૂથબંધીના કાદવમાં હવે, કમલમ્ ખિલ્યું છે.
પ્રાંતવાદના તળાવમાં હવે કમલમ્ ખિલ્યું છે,
રૂપાણી છે રાજપાલને રસ્તે આનંદીબેન જેમ -
'ઉપરવાસ'ના વરસાદથી કમલમ્ ખિલ્યું છે!

હાઈકુ

આજ્ઞા પાળજો !
'સી.આર' ન બગડે -
ઈ પણ જોજો !
(હવે મંત્રીઓને પણ ડર!)

'મુંજાલ મ્હેતા'
પાટીલની પ્રભુતા -
બીજા ચાણક્ય ?!
(અમાત્ય શ્રી અમિતભાઈ)

ચિંતન

તૃણં બ્રહ્મવિંદ સ્વર્ગતૃણં શૂરસ્ય જીવિતમ્ ।
જિતાડશસ્ય તૃણ નારી નિઃસ્પૃહસ્ય તૃણં જગત્ ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક ચાણક્ય નીતિમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

જેને બ્રહ્મજ્ઞાન છે તેના માટે સ્વર્ગ તુચ્છ છે. શૂરવીર માટે જીવન તણખલા સમાન છે. જિતેન્દ્રિય અથવા સંયમી વ્યક્તિ માટે સ્ત્રી તણખલા સમાન છે. ઈચ્છારહિત વ્યક્તિ માટે સંસાર તણખલા સમાન છે.

સ્વર્ગના સુખો ક્ષણિક હોય છે. તે માટે બ્રહ્મજ્ઞાન તેને મહત્ત્વ નથી આપતો. શૂરવીર જીવનનું બલિદાન દેવામાં ડરતો નથી. તે જ પ્રમાણે ઈચ્છા રહિત વ્યક્તિ માટે આ પૂર્ણ જગત મિથ્યા છે.

સુવિચાર

- આપણું અશ્રુ વિનાનું રુદન સમજી શકે એ જ આપણો 'અંગત' - **મુંબઈ સમાચાર**
- જરૂરી નથી બધે તલવારો લઈ ફરવું - ધારદાર ઈરાદાઓ પણ વિજેતા બનાવે છે - **સ્ટીફન કોવી**
- બધું ઉછીનું હોય તો ચાલે પણ અનુભવતો પોતાનો જ હોવો જોઈએ - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- યોગ નહીં કરો તો ચાલશે પણ જે કરો તે 'યોગ્ય' કરજો - **જનકલ્યાણ**
- જયારે 'લખાણ' ના 'વખાણ' થાય ત્યારે સમજવું કે...
  શબ્દો 'આંખ' થકી 'દિલ' સુધી પહોંચ્યા છે - **ડો. ચંદ્રકાન્ત મહેતા**
- મીઠે બોલ બોલિયે... કયોં કિ... 'અલ્ફાઝોં' મેં જાન હોતી હૈ.... ઈન્હીં સે 'આરતી'... 'અરદાસ' ઔર 'અનજાન' હતી હૈ... યે સમુદ્ર કે વો મોતી હૈ...
  જિન મેં 'ઈન્સાન કી પહેચાન' હોતી હૈ...!! : **સંકેત મહેતા**
- આજનું ઔષધ : એક કપ ગાજરના રસમાં પોણો કપ પાલકનો રસ મેળવી સૂર્યોદય સમયે અને સાંજે સૂર્યાસ્ત સમયે નિયમિત રુપે સેવન કરવાથી આંખનો નંબર ઓછો થાય છે

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

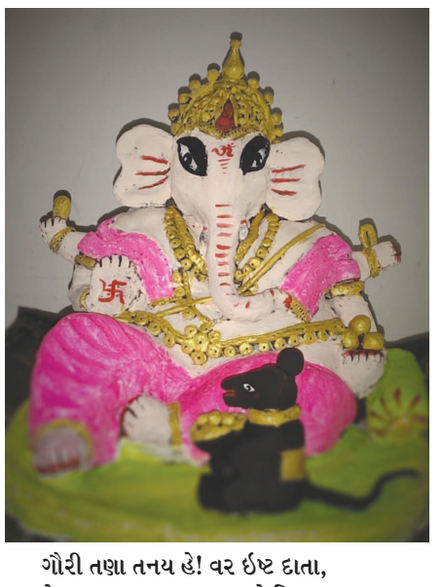
હાઈવેનું કામ ચાલતું હતું. એક સો મજૂર કામ કરી રહ્યા હતા. એક નવયુવાન ખૂબ સ્ફુર્તિથી કામ કરી રહ્યો હતો. તેનો બાંધો મજબૂત અને શક્તિશાળી હતો. આજે પહેલીવાર જ તે આવું કામ કરવા આવ્યો હતો. નવયુવાનનો પરિશ્રમ જોઈ કોન્ટ્રાકટર ખુબ ખુશ થયો. કામ પૂરું થયા પછી તેને કોન્ટ્રાકટરે બોલાવ્યો અને શાબાશી આપતાં કહ્યું, 'હે નવયુવાન તારી મહેનતથી હું તારા પર ખૂબ પ્રસન્ન થયો છું.' મુનીમને અન્ય મજૂરો કરતાં આ યુવાનને વધુ મહેનતાણું આપવાની સૂચના એણે આપી. એ યુવાને પહેલાં તે વધારાના પૈસા લેવાની ના પાડી. પણ એણે પોતાના હિસ્સામાં મળેલી મજૂરીની રકમ એક વૃદ્ધ મજૂરને દાનમાં આપી દીધી. કોન્ટ્રાકટરને નવઆઈ લાગી એટલે એણે યુવાનને આવું કરવાનું કારણ પૂછ્યું : 'એ યુવાને હવામાં મૂક્કો ઉછાળતા મક્કમ અવાજે કહ્યું, 'હું રોજ સખત વ્યાયામ કરું છું. અહીંથી પસાર થતો હતો ત્યારે મને વિચાર આવ્યો કે ચાલો, આજે હાઈવેના કામમાં જોડાઈ જાઉ આ પણ એક પ્રકારનો વ્યાયામ જ છે ને!!' એમ કહીને ચાલતો થયો.' કોન્ટ્રાકટરને પાછળથી ખબર પડી તે યુવાન બીજો કોઈ નહીં પણ વિશ્વવિખ્યાત બોકિંસગ સમ્રાટ, મોહમ્મદ અલી પોતે હતો. આનું નામ ઉદારતા અને પરમાર્થની ભાવના.

સ્વચ્છતામાં હજુ મંઝીલ બાકી...

તંત્રીસ્થાનેથી...

સ્વચ્છતા સર્વેક્ષણમાં ગુજરાતનાં ચાર શહેરો પ્રથમ દસની યાદીમાં આવે તે ગરવી ગુજરાત માટે ખરેખર ગૌરવ લેવા જેવી જ ઘટના ગણાય. દેશનાં મોટા શહેરોમાં સ્વચ્છતાના મુદ્દે મધ્યપ્રદેશનું ઈંદોર છેલ્લાં ચાર વર્ષથી પ્રથમ ક્રમ જાળવતું રહ્યું છે. એ પહેલા કર્ણાટકનું ઐતિહાસિક શહેર મૈસૂર પહેલા નંબર પર આવેલું જેણે ખસતાં ખસતાં પણ પહેલાં દસમાં તો એનું સ્થાન જાળવી જ રાખ્યું છે. 'સુરત સોનાની મૂરત' કહી એનો મહિમા કરનાર કવિનું સપનું સાચું પડતું હોય એમ આ વર્ષે સુરત છલાંગ મારીને બીજા ક્રમે પહોંચી ગયું છે. ગુજરાતનાં બીજા ત્રણ મહાનગર વડોદરા, રાજકોય અને અમદાવાદ પણ પહેલાં દસમાં સમાવાયાં છે તો વળી ૧૦ લાખ સુધીની વસતિવાળાં શહેરોમાં પાટનગર ગાંધીનગર પણ સ્વચ્છ શહેરોની પ્રથમ દસની યાદીમાં સ્થાન પામ્યું છે. 'સ્વચ્છતા ત્યાં પ્રભુતા'નું સૂત્ર સાબરમતીના સંતે વર્ષે પૂર્વે વહેતું મૂક્યું હતું અને આશ્રમ ખાતે એમને મળવા આવનાર મોટા મોતીલાલ બેરિસ્ટરનો ફાંકડો દીકરો હોય તો એને પણ ગાંધીજી બારાબોર સંડાસની સફાઈ માટે મોકલી આપતા હતા. સ્વચ્છતાને કારણે ઘણા બધા રોગો સામે નાકાબંધી રચાઈ જતી હોય છે. સુરત કયારેક બહુ જ ગંદા શહેરની અળખામણી ઓળખ ધરાવતું હતું. પ્લેક અથવા પ્લેગને મળતી બીમારી ફેલાઈ ત્યારે બાહોશ મ્યુનિસિપલ કમિશનરે સુરતને વાળી ઝૂડીને સાફ કરાવ્યું અને એ નર્મદનગરીની શિકલ જ ફરી ગઈ હતી. સ્વચ્છતાની ગાંધીપ્રબોધિત ઝુંબેશ આપણા વર્તમાન વડાપ્રધાને એમના કાર્યકાળના પહેલા જ લાલ કિલ્લાથી રજૂ કરેલા ભાષણથી શરૂ કરી હતી. દેશની પ્રજાએ, રાજય સરકારોએ અને વહીવટીતંત્રે એ હાકલને ઉમળકાભર્યો પ્રતિસાદ પાઠવ્યો હતો, જેનું પ્રત્યક્ષ પ્રમાણ આપણને અગાઉ ગંદાં ગોબરાં રહેતાં રેલવે સ્ટેશનો અને સરકારી ઓફિસોમાં જળવાતી સ્વચ્છતા સ્વરુપે જોવા મળે છે. વડાપ્રધાને એમના મતવિસ્તાર વારાણસીને જાપાનના આધ્યાત્મિક પાટનગર કયોટો જેવું બનાવવાનો સંકલ્પ કર્યો હતો. જાપાનની પ્રજાના ડીએનએમાં જ સ્વચ્છતા છે, એટલે ત્યાં કોઈ પણ સમયે કોઈ પણ જગ્યાએ ગંદકી જોવા મળતી નથી. ભારતીય પ્રજા ગંદકીથી ટેવાઈ ગયેલી છે. એને ગંદકીનો છોછ નથી, એટલે શ્રમિકોનાં બાળકો ગટરના ગંદા પાણીમાં છબછબિયાં કરતાં મોટા થાય છે. દુનિયાનાં બધાં બેકટેરિયા અને વાઈરસ માટે ભારતની ભૂમિ ઉત્તમ સંવર્ધનભૂમિ સાબિત થતી રહી છે. આફ્રિકાનાના ગરીબ દેશો પછી વધુમાં વધુ સંક્રામક રોગો ભારતમાં જોવા મળે છે. આપણે જમવા બેસીએ ત્યારે આપણી થાળીમાં માખીઓ પણ આપણી સાથે જ સહભોજન કરતી હોય છે. આપણે દૂધ ઉત્પાદક એનાં દૂધમાં ગમે તેવું ગંદું પાણી ભેળવી એ દૂધ વેચવા નીકળી શકે છે. આ આપણી રેઢિયાળ માનસિકતા જ આપણને અવારનવાર કોલેરા, ટાઈફોઈડ, ટીબી અને એવા બીજા અનેક સંક્રામક રોગોનો શિકાર બનાવતી રહી છે. ગમે તેટલો પ્રતિબંધ મુકાય કે દંડ જાહેર કરાય તો પણ આપણા પ્રબુદ્ધ નાગરિકો સહિત ચાલતાં ચાલતાં રસ્તામાં થૂંકે છે, પાનની પીચકારી છોડે છે અથવા ચાલુ કારમાં કચરો બહાર ફેંકે છે. ટોઈલેટ ઝુંબેશ પૂર્ણ થયાનો ધરવ લેતા અને ખુલ્લામાં જાજરૂ જવાની પ્રથા નાબૂદ કરી દીધાની ડંફાસ મારતા આરોગ્યતંત્રના અધિકારીઓ પણ જાણે છે કે હજી ગામડામાં લોકોનો મોટો સમુદાય ખુલ્લામાં જ સંડાસ જવાનું પસંદ કરે છે અને પાટનગરમાં ફૂટપાથ પર કે ઝૂંપડપટ્ટીમાં પડી રહેતા શ્રમિકો હજી પણ ડબલાં લઈને 'જંગલ' જવા નીકળે છે. બીજો વિકલ્પ જ કયાં છે એમની પાસે ?

'પંડની પેટીમાં પારસ છે પડ્યો, વાવરી જાણે તે બડભાગિયો રે'



ગૌરી તણા તનય હે! વર ઈષ્ટ દાતા,
હે નાથ, આપ જગપાલક છો વિધાતા;
વિઘ્નો બધા દૂર કરી નિજ અંક થાપો,
પ્રીતે ગજાનન નમું ભવબંધ કાપો.....

પુત્રવધૂએ માટીમાંથી નયનરમ્ય ગણપતિ સર્જ્યા... સ્વનિર્મિત દુંદાળા દેવ ગણપતિનું સ્થાપન થયુ.... ઘરમાં ભક્તિભર્યુ હરખનું હળવું મોજું ફરી વળ્યું.... પુત્રવધૂની કર્મકુશળતા ભક્તિના રંગે રંગાઈ, કલાકોની જહેમત રંગ રેલાવી ગઈ. એક મક્કમ ધારણાએ માટીમાંથી મૂર્તિ સર્જી દીધી.!!!

લાગણીનો મેળો
રસિક વાળંદ

દોસ્તો, આપણે ધારીએ તો ઉપવન સર્જી શકીએ. અને અવળું ધારીએ તો રણ પણ બનાવી શકાય. આ ''ધારવું'' એ કલ્પનાની વાત નથી પણ સંકલ્પને સિદ્ધ કરવાની વાત છે. કંઈક સર્જવા પુરુષાર્થ કરવો પડે. જે આળસ ખંખેરી શકે એ જ પુરુષાર્થ કરી શકે છે. બીજ વાવીએ ને તરત જ ફળ-ફૂલ ફૂટી નીકળે એ વાત તદ્દન ખોટી. એ માટે ખંત અને ધીરજ જોઈએ. સમય આપવો પડે. આ તો વાત થઈ માટીને મૂર્ત રુપ આપવાની.... એ જ રીતે માનવ્યને મૂર્તિમંત કરીએ. શેક્સપિયરે કહ્યુ છે, આપણું શરીર પણ એક બગીચો છે. અને આપણા સંકલ્પો એ આપણા માળી છે – વનમાળી છે. ગીતાકારે પણ જીવનને 'ક્ષેત્ર' – ખેતર કહ્યું છે. એકલો સૂર્યપ્રકાશ કે જળ સીંચવાથી કશું ન વળે. અને એનો અતિરેક પણ ન ચાલે. એમ માણસ પાસે દરેક બાબતનું પ્રમાણભાન હોવું ઘટે. ઘણાં લોકો બાવળ વાવીને આંબાની અપેક્ષા રાખે. એવા લોકોને ધરતી રોકડો જવાબ પરખાવી દે છે. નાના છોડનું પણ જતન કરતાં આવડવું જોઈએ. આ જતન એટલે ઝીણી ઝીણી કાળજી. ઉપરછલ્લું કશું નહીં.ઘણીવાર ધનિકોના નબીરા વણસી જાય છે. એનું કારણ એ કે પ્રેમને નામે જે માગે તે હાજરાહજૂર કરે. આપણી ગામઠી કહેવત છે ને 'સોનાની કટારી કેડમાં શોભે, પેટમાં ન ખોસાય.' બાળકને જોઈતો હોય પ્રેમ ને મા-બાપ ધરી દે વસ્તુઓ.

મિત્રો, આપણે આપણી ઈચ્છાઓ, સંકલ્પો, સ્વપ્નોનું વાવેતર કરવાનું છે. વાવ્યા વિના થોડું લણી શકાય? કોઈપણ બાબતમાં ધીરજ ધરવાનું શીખીએ. દરેક વસ્તુ એના નિશ્ચિત સમયમાં જ પાકતી હોય છે. એમાં અધીરાઈ કે ઉતાવળ કરે ન ચાલે. આપણે જે કંઈ નાનું-મોટું કરીએ તે પૂરી નજાકતથી કરીએ, ઉતાવળે હડપવા જશો તો કદાચ મળશે પણ અકાળે મુરજાઈ જશે. વૃક્ષ અને વ્યક્તિમાં સામ્ય છે. વિકસવું, ખીલવું, ફલિત થવું, પાકવું. આ બધુંયે વૃક્ષ માટે સાચું છે એમજ મનુષ્યની પ્રકૃતિ માટે પણ સાચું જ છે. આપણે આપણી જમીન પર પ્રયોગ કરીએ પણ પૂર્વ શરત એ કે એ માટેનું આવશ્યક જ્ઞાન હોવું જોઈશે. માંહ્યલી સમજણ હોવી જોઈએ. પ્રત્યેકમાં પ્રતિભાના બીજ પરમેશ્વરે બીડેલાં જ છે. પણ કવિ રાજેન્દ્ર શાહના શબ્દોમાં કહીએ તો, ''પંડની પેટીમાં પારસ છે પડ્યો, વાવરી જાણે તે બડભાગિયો રે.''

સ્પર્શમણિ :
જ્ઞાન બોલે છે, શાણપણ સાંભળે છે.
●●●
વાહન વ્યવહાર હોય કે જીવન વ્યવહાર
આંખો મીંચીને દોડે એને અકસ્માત નડે જ !!

- rasikvaland1965@gmail.com
Mo. 9913426949

વરસાદ એટલે આકાશ દ્વારા ધરતીને ચૂમવાની ઘટના જાણે !!!

અબીલ-ગુલાલ
મમતા રાવલ

આજે જ્યારે આ લખી રહી છું ત્યારે ધોધમાર વરસાદ વરસી રહ્યો છે. આ લખાણ તમારા સુધી પહોંચવા ને હજુ વાર છે ત્યાં સુધી કદાચ વરસાદ ન પણ હોય. પરંતુ મારે આ ભીના-ભીના અહેસાસ ને પેનના માધ્યમથી કાગળ પણ ટપકાવી લેવો છે, એને શબ્દોમાં કેદ કરી લેવો છે.

મન તરબોળ હોય ત્યારે અનુભૂતિ-અહેસાસ નામના શબ્દોનો અર્થ સમજાય છે. આ ઋતુ હંમેશા અનુભૂતિ, અહેસાસ અને તરબોળ હોવું શું...એ યાદ કરાવે છે. સતત વૈચારિક અને શારીરિક સ્તરે જીવાતા જીવનમાંથી આવી કોમળ હૃદયાનુભૂતિ નામશેષ થતી જાય છે. વરસાદ એટલે આકાશ દ્વારા ધરતીને ચૂમવાની ઘટના જાણે !!! પાણીની બૂંદની મારફતે આકાશ, પોતાની સંગીની ધરતીને પ્રેમનો પ્રસાદ પાઠવે છે. એ પ્રસાદના પ્રતિસાદ સ્વરૂપે ધરતીનું અંગ-અંગ ખીલી ઊઠે છે. પુલકિત ધરતીના આ રોમાંચની અનુભૂતિ માટે આપણા પોતાના હૃદયની સક્રિયતા જરૂરી છે. જો એ હશે તો તરબોળપણાની મઝા મહેસૂસ કરવા કોઈ 'પીણાલ્લ ની જરૂર નહીં પડે.

આ મેહ આપણને આપણી અંદરની નેહની દુનિયામાં દોરી જાય છે. જેમાં પ્રેમ પણ છે...દર્દ પણ છે...આનંદ પણ છે...રોમાંચ પણ છે. આ બધા જ શબ્દો એવા છે જેને જીવવા કે અનુભવવાનો આપણને આજે સમય નથી. આપણને આ વાસ્તવિક દુનિયાની ભાગદોડ વચ્ચે અહેસાસની દુનિયા કોઈ અગમ્ય અજાણી દુનિયા લાગે છે. વરસાદ, દર વર્ષે વર્ષાઋતુમાં આપણને આ અલૌકિક આહલાદકતા ના અહેસાસથી ભરી દેવાનો પ્રયત્ન કરે છે. વરસાદના માધ્યમથી થતો કુદરતનો આ પ્રયત્ન કેટલો સફળ કે વિફળ છે એના પરિમાણો વ્યક્તિ એ વ્યક્તિ એ અલગ છે. ગમા-અણગમા ના કારણો અનેક હશે. પણ સત્ય માત્ર એક જ છે અને એ એજ કે 'વરસાદ' પ્રભુ કૃપાનું બીજું નામ છે. કુદરત રીઝે ત્યારે જ વરસાદ વરસે છે. અને જીવન વૃધ્ધિ પામે છે. પ્રેમનો, આશીર્વાદનો, કૃપાનો, વ્હાલનો, વરસાદ પણ આવો જ જીવનદાતા હોય છે.

અનેક ને જીવન આપતો...જીવનમાં, જીવન ઊમેરતો આ વરસાદ ક્યારેક જીવલેણ પણ બને છે એનું આ રૌદ્ર સ્વરૂપ આપેલું બધું જ છીનવી લે છે હાહાકાર મચાવી દે છે. ત્યારે એમાં કુદરતના કોપ સ્વરૂપના દર્શન થાય છે.

સમગ્ર ભાવજગત વર્ષા સાથે જોડાયેલું છે. મનના વિવિધ ભાવ-રંગોનું મેઘધનુષ સ્વરૂપે પ્રતિનિધિત્વ કરતો વરસાદ કેટલાય હૃદયોમાં કવિતાને જન્મ આપે છે. સૂર-શબ્દનો જન્મદાતા આ વરસાદ લોકગીતો, ગઝલો, ફિલ્મી ગીત સંગીત, પ્રાર્થના વગેરેમાં અટલ સ્થાન ધરાવે છે. આ વરસાદી ગીતો કાયમી રીતે મન-હૃદય પર રાજ કરે છે. ગુજરાતી સંગીતના વડલા જેવા શ્રી ક્ષેમુ દિવેટીયાનું રીમઝીમ રીમઝીમ વાદળ વરસે..., અવિનાશ વ્યાસનું કાનમાં પવન કહીને ચાલ્યો..., ઝવેરચંદ મેઘાણીનું મન મોર બની થનગાટ કરે..., કવિ શ્રી હરીન્દ્ર દવેનું ચાલને વરસાદની મૌસમ છે વરસતાં જઈએ... શ્રી અનિલ જોષીનું પહેલાં વરસાદનો છાંટો મુને વાગીયો. આ બધા અને આવા અનેક ગીતો છે જે આપણા સહુના પ્રિય રહ્યા છે. ફિલ્મી ગીતોમાં રીમઝીમ ગિરે સાવન..., કહાં સે આયે બદરા..., બરસાત મેં હમ સે મિલે તુમ સજન..., બરખા રાની જરા જમ કે બરસો..., સાવન કા મહીના..., મેઘા રે મેઘા રે..., જેવા મીઠા-મધુરા ગીતોની યાદી ખૂબ લાંબી છે. ગઝલ પણ આ વરસાદી નશા થી બાકાત નથી...રાજુ ગોહિલની પ્રેમસભર ગઝલ '' યાદ આવે એક જણ વરસાદમાં, વિસ્તરેલું એક રણ વરસાદમાં...માદકતા પીરસે છે.'' ગઝલકાર અંજૂમ ઉઝયાન્વી કહે છે ' યાદનો પગરવ થયો ને આંખ છલકાઈ ગઈ, ભેટ તેં આપી હતી વરસાદની વરસાદમાંલ્લ જમાનાની સાથે-સાથે વરસાદે પણ પોતાની વરસવાની પેટર્ન બદલી છે. ચાર માસની આ ઋતુ પંદર દિવસમાં સમેટાઈ જાય છે. વરસાદ માટે મન તડપી ઊઠે પણ વરસાદ વરસે નહીં એ પરિસ્થિતિ અજંપો જન્માવે છે. ભયંકર ગરમી, બફારો, ત્રાહીમામ પોકારાવી દીધા પછી કેટલીક વાર વર્ષારાણી કોઈ અપ્સરાની જેમ માત્ર ઝલક આપીને ચાલી જાય છે.

આ વરસાદ મન મૂકીને વરસે ત્યારે મન જે શાતા અને તૃપ્તિ અનુભવે છે એ કંઈક અહેસાસ છે. આપણું ગાંધીનગર વરસાદ માણવા માટે ઉત્તમ સ્થળ છે. વરસાદમાં ભીની થયેલી લાંબી કાળી ડિબાંગ સડકો જોવાનો લ્હાવો અહીં જ શક્ય છે. રસ્તાની બેય બાજુની હરીયાળી સાથે ઉપર આછું વાદળી આકાશ રંગોનું અનોખું સંયોજન જન્માવે છે. વરસતા વરસાદમાં અંધારામાં ગાડી લઈને નીકળવાનું બને તો ખાસ જોજો હેડલાઈટ અને બ્રેકલાઈટના લાંબા લાલ-પીળા પડછાયા જે સડક પરના પાણીમાં દેખાય છે એ તહેવારમાં લાગેલી લાઈટની સીરીઝ થી પણ વધુ સુંદર લાગે છે. સુંદર સંગીત સાથે, હેતુ વગરની આવી સફર અમેરિકા-યુરોપની ટૂર કરતા પણ વધુ આનંદજનક હોઈ શકે છે. મકાઈ ખાવી- ચા પીવી કે દાળવડા ખાવા એતો લૌકિક ક્રિયા છે જે થઈ જ શકે-કરવી જ જોઈએ. પણ એમાં અલૌકિકતા ચૂકાઈ ન જાય એ પણ જરૂરી છે.

ચાલને વરસાદની મૌસમ છે...વરસતાં જઈએ
ઝાંઝવા હો કે દરિયાવ, તરસતા જઈએ...

હાઈડ્રોસીલ શું છે ?

હાઈડ્રોસીલને ગુજરાતીમાં વધરાવળ કહે છે. પુરૂષના વૃષણ (અંડ) અને તેને ધારણ કરતી કોથળીને સબંધીત આ રોગને અવગણવામાં આવે તો ક્યારેક હેરાન કરી મુકે છે. આ રોગમાં કોથળીમાં

પાણી ભરાય છે અને તે ફૂલવા લાગે છે. વ્યક્તિને એમ લાગે કે તેના વૃષણ ફૂલી રહ્યા છે પણ ખરેખર વૃષણને ધારણ કરતી કોથળીમાં પાણી ભરાતા આ કોથળી તંગ થાય છે અને ફૂલે છે.

હાઈડ્રોસીલને કારણે ક્યારેક વૃષણકોથળીમાં દુખાવો થાય છે. આ ઉપરાંત રોજીંદી પ્રક્રીયાઓ જેમકે ચાલવું, બેસવું આદિમાં ખૂબ તકલીફ પડે છે. ક્યારેક જાતીય જીવનમાં તકલીફ પડે છે. વૃષણનો ભાગ ફૂલી જતો હોવાથી ક્યારેક દર્દી માનસીક અને સામાજીક અસ્વસ્થતા અનુભવે છે. વધરાવળ સંતાન ઉત્પત્તિ માટે બાધક નથી. લગભગ ૧૦ ટકા પુરૂષો હાઈડ્રોસીલ સાથે જન્મે છે, અને મોટેભાગે કોઈ સારવાર વિના જ આ રોગ મટી જાય છે.

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા
ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

વધરાવળ થવાનું કોઈ ચોક્કસ કારણ નથી. બાળક જ્યારે ગર્ભમાં હોય ત્યારે તેના અંડકોષ એક ચેનલ મારફતે પેટમાંથી વૃષણ કોથળીમાં પ્રવેશે છે. જ્યારે આ ચેનલ પુરતી બંધ ન થાય ત્યારે કોથળીમાં પાણી જમા થાય છે. આ ઉપરાંત પડી જવાથી, સાઈકલ પર ખૂબ લાંબી સવારી કરવાથી, તેમજ ટી.બી કે કેંસર થવાથી પણ હાઈડ્રોસીલ થઈ શકે. હાઈડ્રોસીલના કોઈ પણ લક્ષણો દેખાય તો તરત ડોક્ટરનો સંપર્ક કરવો. રોગ જેમ જુનો થશે તેમ વધુ વકરશે.

હાઈડ્રોસીલનો ઈલાજ સર્જરી છે. શસ્ત્રક્રિયા વડે કોથળીનું પાણી ખેંચી કાઢવામાં આવે છે. આમા ફરી પાણી ભરાવાનો સંભવ છે. પરમેનેંટ સર્જરી પણ છે જેમા વૃષણનું પડ કાઢી નાખવામાં આવે છે. આયુર્વેદ વધરાવળમાં અમુક હદે મદદરૂપ થઈ શકે. રોગ વધતો અટકી શકે. ત્રિફલા ગુગળ, કૈશોર ગુગળ, દશમૂલ ક્વાથનું સેવન અને ધતૂરાના પાનને ચોપડવાથી ફાયદો થઈ શકે.

(મો.) ૯૮૭૯૪૭૧૧૪૭

બેંગ્લોરની વાત તો ભાઈ બધાની અનોખી !

મનના ઉમંગો
રણછોડ પરમાર

મ્હૈસુરમાં અમે મહેલ જોતા હતા તે દરમ્યાન નયનના સાથીદારે કશુંક ગરમ ખાવાનું બનાવી દીધું હતું. અમુક વસ્તુઓ સવારથી જ બનાવેલ હતી કે નહીં અને શું ખાધું હતું તે અત્યારે કાંઈ યાદ નથી. મહેલના કમ્પાઉંડમાં જ જમણવાર ગોઠવાઈ ગયો. અહીંથી નીકળી બારોબાર બેંગ્લોર જવાનું આયોજન હતું. બેંગ્લોર પહોંચીએ તે પહેલાં એક વિચિત્ર ઘટના બની. જેવા મહૈસુરમાંથી નીકળીએ કે વીસ કિલોમીટર દૂર વૃદાવન પાર્ક આવે છે. કાવેરી નદી પસાર કર્યા પછી રસ્તામાં એકબે જણાએ વૃદાવન પાર્ક તરફ જવાનું બોર્ડ જોયું હશે. એમણે આયોજકશ્રીને પૂછ્યું કે આપણે વૃંદાવન પાર્ક જોવા જવાનું છે કે નહીં ? રમેશભાઈ કહે હા, જવાનું છે. તો પછી વૃંદાવન પાર્ક જતો નથી રહ્યો ને ? કોઈકે ડ્રાયવરને જઈને પૂછ્યું તો ખબર પડી કે ગાડી તો વૃદાવન પાર્કથી ૩૫ કિલોમીટર આગળ જતી રહી હતી. આ વખતે બધા પ્રવાસીઓ એકસામટા ઉકળ્યા. ડ્રાયવર ખબર નહીં કેમ, પાછો વળવા તૈયાર ન હતો. આયોજકે ગાડીના માલિકને ફોન કર્યો. નાછૂટકે અને કમને ડ્રાયવરે પારોઠનાં પગલાં ભર્યાં. ૩૫ કિલોમીટર પાછા વળી અમે વૃંદાવનની દિશામાં વળ્યા. જેવા વૃંદાવન પહોંચ્યા કે છાંટા શરુ થયા. રાજુભાઈ સામાનમાં રેઈનકોટ લાવેલા. એ તો વરસાદ જોઈ ખુશ થઈ ગયા અને કોટ ચડાવી દીધો. પણ જેવા અમે બાગમાં પ્રવેશ્યા કે વરસાદ ગુમ ! પછી તો ભાઈ બધા ઉલ્લાસથી ફરવા માંડ્યા. ફૂવારા જોયા, ઝરણું જોયું, બનાવટી ધોધ જોયો, વૃક્ષના આકારો જોયા. ફૂવારા સાથે ઘણા બધા ફોટા પડ્યા.

એક વાત સ્વીકારવી પડશે કે એક જમાનામાં આ બાગ સહેલાણીઓ માટે ભારે આકર્ષણરુપ હતું. ઘણી ફિલ્મના શૂટીંગ અહીં થયા હશે. પણ હવે આવા બાગ અને ફૂવારા લોકોને બહુ આકર્ષતા નથી. બાગ વળી બહુવિશાળ નથી. ઉપરની બાજુએ કાવેરી નદીનો બંધ છે. એના પાણીનો ઉપયોગ ઝરણાં-ફૂવારાઓ ચલાવવામાં થાય છે. કોડોઈકેનાલના વૃક્ષો-ફૂલો જોઈને આવ્યા હોય એને અહીંનાં વૃક્ષો-ફૂલો ભાગ્યે જ વધુ સુંદર લાગે ? પણ આયોજકોને એક પ્રખ્યાત જગ્યા બતાવવાનો સંતોષ થાય અને પ્રવાસીઓને જો રહી જાય તો વસવસો થાય એ નિવારવા બધા આ બાગ જોયા વગર રહી શકતા નથી.આમ તો ચા પીવાનો ટાઈમ થઈ ગયો હતો પણ બાગની બહાર ચાના ગલ્લાઓનું ઠેકાણું ન હતું. ચા પીધી કે નહી તે યાદ નથી(જો કે પીધી જ હશે.)પણ પાઈનેપલ ખાધા હતા તે બરાબર યાદ છે.

અમે અડધા ખુશ અડધા નિરાશ થઈ બેંગ્લોર જવા નીકળ્યાં. બેંગ્લોર મોડી સાંજે પહોંચ્યા હતા. અમે જે વિસ્તારમાં રહેવાના હતા તે વિસ્તાર એકદમ ભંગાર હતો. ઠેર ઠેર રસ્તાઓ ખોદેલા હતા. ચાલવાનું પણ ફાવે તેમ ન હતું. ઉતારાની હોટલ પણ સાવ ત્રીજા વર્ગની હતી. વળી ત્યાં રસોઈયાઓનો ગેસ ખલાસ થઈ ગયો એટલે બહાર જમવા જવાનું હતું. અમે થોડાક પુરુષો હોટલમાં જમવા નીકળ્યા. મારે તે દિવસે શનિવારનો ઉપવાસ હતો. રાજુભાઈ અને અન્ય કેટલાકે જમવાનું પતાવ્યું. મેં દૂધ પી લીધું. મહિલામંડળ માટે પેકેટ બંધાવી હોટલ પર પાછા આવ્યા ત્યાં મહિલાઓએ બળવો પોકાર્યો. × બીજે ગમે ત્યાં લઈ જાવ. અમારે આ હોટલમાં રહેવું નથી.× કોઈ રુમમાં સફાઈનું ઠેકાણું ન હતું. પથારી અને ચાદર વગેરે પણ ઠીક ન હતાં. રમેશભાઈ તો બીજી હોટલ ગોતવા નીકળ્યા. થોડીવારમાં ગોતીય લાવ્યા. નવી જગ્યા ત્યાંથી થોડેક દૂર હતી.એ થોડીક સારી હતી. થાકેલાંપાકેલાં બધાં ત્યાં ગયાં.

સવારે ઊઠ્યાં તો ગીઝર બંધ. રાજુભાઈની રૂમમાં ધીમું ધીમું ચાલતું હતું. એ કહે અહીંથી ગરમ પાણી લઈ જાવ. પણ મારાથી બહુ રાહ જોવાઈ નહીં. ઠંડા પાણીથી જ પતાવી દીધું. સવારે બેંગ્લોર દર્શનનો કાર્યક્રમ હતો. ગાઈડ બહુ ઉત્સાહી હતો. ભારે બોલકો હતો પણ ઈસ્કોન મંદિરમાં સિનિયર સીટીઝનોએ ઢીંચણે હાથ દઈને અસંખ્ય પગથિયાં ચડવા પડશે એ કહેવાનું ભૂલી ગયો ! રસ્તા પરથી જોઈને કોઈને ખ્યાલ પણ ના આવે કે આ મંદિર એક ઊંચા ટેકરા પર બંધાયેલું છે. બધાં હોંશમાં ને હોંશમાં પ્રવેશી તો ગયા, પણ થોડી થોડી વારે પૂછ્વા માંડ્યાં કે હજુ કેટલુંક દૂર છે. મહાપરાણે કેટલાયે આડાઅવળા વળાંકો વટાવીને એક મોટા હોલમાં પ્રવેશ્યા ત્યારે એની ભવ્યતાનો ખ્યાલ આવ્યો. જેવો હૉલ ભવ્ય હતો એવી જ બેનમૂન મૂર્તિઓ હતી. દર્શન થતાં જ બધો થાક-કંટાળો ઉતરી ગયો. નીચે ઉતરતાં પહેલાં કોઈ મોટા મૉલમાં ઘુસ્યા હોય તેવું લાગ્યું. પ્રસાદીની અને ખાણીપીણીની દુકાનોની લાઈન લાગી ગઈ હતી. મેનકા સામે વિશ્વામિત્ર ચળી ગયેલા પણ અમારા મન આ સ્વાદિષ્ટ વાનગીઓ સામે ના ઝૂક્યા. કેટલીય સુંદર યુવતીઓને અહીની વાનગીઓ આરોગતી જોઈનેય ના ઝૂકી શક્યા એ ખરેખર મહાન વિજય ગણાવો જોઈએ. પરંતુ ઈતિહાસ આવી ઘટનાઓની ક્યાં કદી નોંધ લે છે ?

અત્યાર સુધી અમે ધાર્મિક અને હવાખાવાના સ્થળોની જ મુલાકાત લીધી હતી. હજી સુધી કોઈ ઐતિહાસિક સ્થળની મુલાકાત લેવાનો સંયોગ ઊભો થયો ન હતો. બેંગ્લોરમાં મ્હૈસુરના વાઘ તરીકે પ્રખ્યાત ટીપુ સુલતાનનો મહેલ આવેલો છે. આપણે આજ સુધી જોયેલ