ગાંધીનગર સમાચાર

સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
99789-26251

સલામી સવારની..

ઓસર્યા જાદુની ઉત્સવમાં ફિકાસ દેખાય છે,
મંદિર પછી મૂંઝવણમાં વિકાસ દેખાય છે.
ઉડતો દેખાય છે સ્પષ્ટ, હવામાં, જન-વિશ્વાસ -
પદ-પગલે 'ઓગણીશ'ની ચિકાસ દેખાય છે...

હાઈકુ

રાખે છે લાલ,
ફિકા રંગ લગાડી -
તમાચે ગાલ...
(નિરસ રાજયારોહણ)

સમજે છે સૌ,
બેઠા છે ઉભડક -
જવા તૈયાર!
(વિસ્તરણ કે રાજસભા ચૂંટણી સુધી બેસો)

ચિંતન

તથાનુભૂયમાનાપિ સર્ગસંવેદનામ્બરે ।
ચિન્મયે તત્વવિજ્ઞાનારછૂન્ય તૈવવશિષ્યતે ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક ભક્તિ ચિંતામણીમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

જન્મથી જ જવરની જેમ જળેલા જીવિતરૂપી જંગલને વિષે વાતમૃગના આહારક્રમથી શિથિલ થઈ રહેલી અને મદમસ્ત મન તથા પ્રાણના બાહ્ય સંસારથી ભરપૂર રહેલી આ ઈન્દ્રિયોને જીતી લઈ, તમે જ્ઞાનબળથી આ અવિદ્યાને જીતી લો અને મુક્ત થઈ પાછા પુનર્જન્મને તજી દો.

આ જન્મમાં સંયમની સમજ અને ઈન્દ્રિયો પર મન-હૃદયથી કાબૂ રાખનાર વ્યક્તિ આ જગતની સર્વ ઉપાધિઓથી મુક્ત થઈ જાય છે - પૂર્વજન્મ પણ થતો નથી.

સુવિચાર

- જોઈતું મળી જાય એ સમૃદ્ધિ છે, પણ એના વિના ચલાવી લઈએ તો એ સામર્થ્ય છે - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- જીવને જ્ઞાન કેમ પ્રાપ્ત થતું નથી ? અજ્ઞાન બહુ પ્રિય છે તેથી - **દાદા ભગવાન**
- કમાલ એ નથી કે તમારે જે જોઈતું હતું તે તમે મેળવી લીધું,
  કમાલ તો એ છે કે તમારે જે જોઈતું હતું એ તમે બીજાને સસ્નેહ આપી દીધું - **કાજલ ઓઝા**
- આત્મવિશ્વાસને સતત કેદ કરી રાખનાર એક નકારાત્મક વિચાર...
  'લોકો શું કહેશે...??' - **મુંબઈ સમાચાર**
- એ જ સંબંધ કાયમ જળવાય છે, જેની શરુઆત દિલથી થાય છે, જરૂરિયાતથી નહીં - **ફાધર વાલેસ**
- દિલમાં વસી ગયેલી નફરતને ભૂલી જવી એ પણ એક 'સ્વચ્છતા અભિયાન' જ છે - **વિપીન પરીખ**
- આજનું ઔષધ : ગરમાળાના પાનને વાટીને તેનો લેપ કરવાથી ઘા તરત રુઝાય છે.

(સંકલન : દિપક વી. આશરા)

બોધકથા

આજકાલ ધનિકોને ગુન્હા-સજામાંથી 'કલીનચીટ' મલી જાય છે એવી લોકમાન્યતા છે - ન્યાયમાં વિશ્વાસ જળવાઈ રહે તે સૌની જવાબદારી છે.

ઈટાલીના ન્યાયાધીશ સ્ટેનલી. એમના હાથે જેની પણ ભૂલી હોય કાયદાશાસ્ત્ર પ્રમાણે સજા મળે જ. ભલે સામે વાળો ગમે તેવી મોટી હસ્તી કેમ ન હોય. આ કારણે સમગ્ર ઈટાલી દેશમાં એમની ન્યાય પ્રિયતા ના વખાણ થતા.

એક દિવસ એમની અદાલતમાં ઈટાલીના એક સુપ્રસિદ્ધ માનવતાવાદી કવિનો કેસ આવ્યો. કવિને થયું કે હું ઈટાલીમાં ખૂબ જ પ્રતિષ્ઠિત કવિ છું. હું ન્યાયાધીશ સ્ટેનલીને નમ્રપણે વિનંતી કરીશ તો મને બીજા કરતાં પ્રમાણમાં હળવી સજા કરશે. સ્ટેનલીએ કવિની વિનંતી સાંભળીને કહ્યું, 'તમે આ દેશના મહાન કવિ છો એનું મને ગૌરવ છે. હું તમને ખૂબ જ માનની નજરે જોઉં છું પણ, તમે તમારા કાવ્યની રચનામાં લઘુ ગુરુની છૂટ લેતાં નથી અને લઈ શકાય પણ નહીં. નહિતર તમારી છંદની રચના ખોટી ઠરે એમ તમારું કાવ્યશાસ્ત્ર કહે છે, એવી જ રીતે અમારું ન્યાયશાસ્ત્ર પણ ભૂલ કરેલા પર નાની એવી છૂટ લઈ શકે નહિ. એમ તમને જે સજા થવી જોઈએ તે કરીશ જ.' આવો હતો સ્ટેનલી નો ન્યાય.

લાલુપ્રસાદ : નિયતિનો શિકાર

તંત્રીસ્થાનેથી...

કર્મનો સિદ્ધાંત સાચો હોય તો કયારેક દેશના વડાપ્રધાન બનવાની મંશા ધરાવતા લાલુ પ્રસાદ યાદવનો કારાવાસ યોગ કોઈને આશ્ચર્યકારક કે આઘાતજનક ન લાગવો જોઈએ. પવિત્રતાના પ્રતીક સમા રાષ્ટ્રના લોકનાયક જયપ્રકાશ નારાયણના આંદોલનનું ફરજંદ એવા લાલુ યાદવ અને નીતીશ કુમાર કાળક્રમે બિહારના રાજકારણના સૌથી જાણીતા અને માનીતા ચહેરા બની રહ્યા હતા. કોંગ્રેસના જગન્નાત મિશ્રા જેવા બ્રાહ્મણ નેતા હાંસિયે ધકેલાઈ ગયા હતા. ભૂતકાળમાં શ્રીકૃષ્ણ સિન્હા જેવા લોકપ્રિય રાજપુરુષ ભૂમિહાર સમુદાયમાંથી આવતા હતા. સમય બદલાતાં બિહારમાં જાતિવાદી સમીકરણો વધુ મજબૂત બન્યાં જેમાં લાલુપ્રસાદ રાજયના ખેતમજૂર અને પશુપાલક આહીર-ગોપાલક સમુદાયના પ્રમુખ પ્રતિનિધિ તરીકે ઊપસી આવ્યા હતા. નીતીશકુમાર કુર્મી સમાજના પ્રતિનિધિ તરીકે અને રામવિલાસ પાસવાન દલિત સમાજના આગેવાન તરીકે પ્રસ્થાપિત થયા. બિહાર જેવા મોટા રાજયના આ આગેવાનોની ગરજ કેન્દ્ર સ્તરે કાર્યરત બેઉ મુખ્ય રાજકીય પરિબળોને વરતાતી રહી. આથી શરદ યાદવ લાલુ, નીતીશ અને રામવિલાસને એનડીએ તેમજ યુપીએની સરકારોમાં મહત્ત્વનાં ખાતાં સાથે કેબિનેટ મંત્રીઓ તરીકે પણ સમાવવા પડ્યા. એ પછી લાલુ અને નીતીશ વચ્ચે સ્થાનિક કક્ષાએ ગજગ્રાહ સરજાયો. નીતીશકુમાર વધારે ચતુર નેતા સાબિત થયા; જે વિવિધ પ્રકારની રાજરમત રમીને એનડીએ સાથે ગોઠવાઈ જઈ છેક અડવાણી જેવા મોટા નેતાના લાડકા બની ગયા હતા. લાલુપ્રસાદ આખાબોલા નેતા હોવા ઉપરાંત વધુ પડતા નિખાલસ આગેવાન છે. એમણે મુખ્યમંત્રી પદ દરમિયાન મન ફાવે એમ રાજયની તિજોરીમાંથી પૈસા ઉપાડ્યા, જે 'ચારા કૌભાંડ' તરીકે બહાર આવતાં એમની સાડાસાતી બેસી ગઈ. જે નેતા બિહાર ઉપરાંત અન્ય રાજયોના વગદાર નેતાઓનો સંગઠિત કરીને 'મહાગઠબંધન' રચી ભારતીય જનતા પાર્ટીને પડાકરવાનાં સપનાં જોતો હતો એને વારંવાર આ ઘાસચારા કૌભાંડ નિમિત્તે જેલવાસ ભોગવવો પડ્યો એટલું જ નહીં, સજા એવી થઈ કે પોતે ચૂંટણી સુદ્ધાં ન લડી શકે. એવા પ્રતિકૂળ સંજોગોમાં પણ લાલુપ્રસાદે હથિયાર હેઠાં નથી મૂક્યાં તે એમના દૃઢ મનોબળનું પ્રમાણ છે. પોતે જામીન પર હોઈ નીતીશકુમાર જેવા કટ્ટર પ્રતિસ્પર્ધીને રાજયના મુખ્યમંત્રી પદના ઉમેદવાર તરીકે સ્વીકારી ગત વિધાનસભાની ચૂંટણીમાં એમણે નરેન્દ્ર મોદીના વિજય રથને રોકી બતાવ્યો, તે એમની ઈચ્છાશક્તિનું જ્વલંત ઉદાહરણ હતું. જો કે નીતીશકુમારે લાગ જોઈને ભાજપની અને નરેન્દ્ર મોદીની શરણાગતી સ્વીકારી લીધી ત્યારે લાલુ પ્રસાદ યાદવ બિહારની પ્રજાની સહાનુભૂતિ અંકે કરવા માટે રસ્તા પર આવી ગયા હતા. એમની મોટી મર્યાદ એ રહી કે પોતાના રાજકીય વારસ તરીકે પુત્રો અને પત્ની તથા પુત્રીથી ઉફરા ન ઊઠી શક્યા. આજે જયારે ફરી એક વાર જેલમાં જવાની સ્થિતિ સરજાઈ છે ત્યારે લાલુ એકલા પડી ગયા છે. એમનું મોદી વિરુદ્ધ મહાગઠબંધન રચવાનું સપનું હાલપૂરતું તો અભેરાઈએ ચડી ગયું છે. સાનુકૂળ સંજોગો હતા ત્યારે પણ ખુદ વેવાઈ મુલાયમસિંહે એમના મહાગઠબંધનથી વેગળા રહી ખેલ બગાડી મૂક્યો હતો. સાચા અર્થમાં કોમનમૅન અને હાડોહાડ બિનસાંપ્રયાદિક નેતાની રાજકીય દુર્દશા વખતે બિહારની પ્રજાનો મોટો સમુદાય આંસુ સારતો હશે પરંતુ અહીં પછી પેલી જાણીતી ઉક્તિ સાર્થક થતી લાગે -

ઊધો, કર્મન કી ગત ન્યારી ! (સૂરદાસ)

શિક્ષક એ માત્ર વ્યક્તિ નથી વિચાર છે

અદબ-પલાંઠી મોં પર આંગળી
ડૉ. સંતોષ દેવકર

'શું હતું ચિઠ્ઠીમાં ?'

'ચિઠ્ઠીમાં શું લખેલું હતું ?'

'રામ જાણે....'

'ચિઠ્ઠી ને જાહેરમાં વાંચવામાં આવે.'

' ચિઠ્ઠી નહિ, પ્રેમપત્ર કહો અને બધા સાંભળે એ રીતે હા..હા...હા...!' ક્રૂર અટ્ટહાસ્ય કરતાં સૌ સહકર્મીઓ હસવા લાગ્યા.

વેકેશન પછીનો એ પહેલો દિવસ હતો.એ વિદ્યાર્થીનીએ બધાના દેખતા એ ચિઠ્ઠી પ્રાધ્યાપક કુમારના હાથમાં મૂકી હતી.ખૂબ જ ઓછા સમયમાં દિલ જીતી ને પ્રા. કુમાર વિદ્યાર્થીઓનાં પ્રિય અધ્યાપક બની ગયેલા. તેમની ભણાવવાની રીત, પધ્ધતિ, અધર એક્ટિવીટી સમયનું કોઈ બંધન નહિ વગેરે થકી સ્ટુડન્ટસમાં પ્રિય બની ગયા હતા. પ્રા. કુમારના કાર્યની સૌ કદર કરતા હતા. પરંતુ આગિયાને તેનું જ તેજ મોતનું કારણ બને છે,તેવું જ કુમાર માટે થયું હતું. તેની પ્રતિભા, કાર્યશૈલી, તરવરાટ અને વિદ્યાર્થીઓ માટે કંઈક કરી છૂટવાની તમન્ના તેના માટે તેજાદ્વેષનું કારણ બની હતી.

એક વિદ્યાર્થિની જાહેરમાં બધાના દેખતાં પ્રા. કુમારને એક ચિઠ્ઠી આપીને ગઈ. બસ... થઈ રહયું... સ્ટાફ રૂમમાં ગૂસપૂસ શરૂ થઈ ગઈ હતી. વિદ્યાર્થિની સુંદર, દેખાવડી હતી.

'ચિઠ્ઠીને જાહેરમાં વાંચવામાં આવે.'

'હા...હા... બરાબર છે બધા સાંભળે એ રીતે જ.'

પ્રા. કુમારને મનમાં થયુ હતું કે આ છોકરી શા માટે ચિઠ્ઠી આપી ગઈ ? કોઈ વાત હતી તો મને રૂબરૂ કહી શકી હોત ને ?

કુમાર કશું જ બોલ્યા ચાલ્યા વગર અને ચિઠ્ઠી ખોલ્યા વગર એક વાંકદેખા અધ્યાપક સામે ધરીને કહયું. : 'લ્યો, આપ જ વાંચી લ્યો !'

'મોટેથી વાંચજો, સંભળાય તેમ' એક જણે કટાક્ષમાં કહયું. બધા એ કાન સરવા કર્યા.

ચિઠ્ઠીમાં લખ્યું હતું : 'સર, મારી વિનંતી છે આપ મારા ઘરે આવો. મારા મમ્મી રાહ જુએ છે. તમને પહેલી વખત જોયા ત્યારે મેં મમ્મીને કહયું હતું. મમ્મી અમારા નવા સર અદ્દલ ભાઈ જેવા છે. મમ્મી તો આ સાંભળી ભાવ વિભોર થઈ ગઈ. કહેતી હતી કે મારે તેમને જોવા છે. પણ હું મારા એ સ્વર્ગસ્થ ભાઈને તમારામાં જોતી રહી.... આજે ચોક્કસ આવો. ઈચ્છા છે કે, મમ્મીની રૂબરૂમાં રાખડી બાંધુ, આ ગરીબ બહેન ઝૂંપડામાં તમારી રાહ જોશે !' સન્નાટો છવાઈ ગયો.

સ્ટાફ રૂમમાં સ્તબ્ધતા સિવાય બીજુ કાંઈ જ નહોતું. વાંકદેખા શિક્ષકોની બોલતી બંધ થઈ ગઈ. પ્રત્યેક સ્ટાફ રૂમમાં એક વાંકદેખો શિક્ષક હોય છે. જે પોતાના કામ કરતાં બીજા શું કરે છે , કેમ કરે છે, એ રીતે અન્યની ભૂલો શોધવામાં સમય પસાર કરતાં હોય છે. ભૂલથી આ પવિત્ર વ્યવસાયમાં આવી ગયેલા આવા શિક્ષકો મંથરાના કુળના કહેવાય છે.દરેક મંથરાને એક કૈકેયી મળી રહે છે. પ્રયોગશીલ અને નિષ્ઠાવાન શિક્ષકો વાંકદેખા શિક્ષકોથી ત્રસ્ત હોય છે છતાં વિભિષણવૃત્તિ જાળવી રાખીને પોતાના કાર્યમાં મસ્ત હોય છે.

વિદ્યાર્થીઓ શિક્ષકનો અરીસો છે.અરીસો કયારેય શરમ ભરતો નથી. તેમાં શિક્ષકનાં વાણી, વર્તન અને વ્યવહારનું પ્રતિબિંબ ઝિલાતું હોય છે. કંઈક જૂદું કરનારાં પ્રયોગશીલ

અનુસંધાન પાના નં. ૫ પર

સર જુકાઓગે તો પથ્થર દેવતા હો જાયેગા, ઈતના મત ચાહો કિસિકો વો બેવફા હો જાયેગા

વિચારયાત્રા
ડો. જય ઓઝા

મારે હમણાં જરાક મજા નથી. ઝઘડો થયો છે. અરે યાર! ઉપરના માળે પેલા ઈશ્વરલાલ છે ને, એ રોજ મુશ્કેલીરૂપી કચરો મારા આંગણામાં નાખે જ રાખે છે. હું ઘણા વખત સુધી તો મક્કમ રહ્યો, અને સહનશક્તિથી સાવરણીથી ઝાડુંવાળાની જેમ આફતોનો કચરો વાળતો રહ્યો, પણ હવે હદ થાય છે, મેં લીધા છે અબોલા એની હારે ! ઈ સમજે છે શું ? એમના મનમાં ? દીધે જ રાખે છે, અરે ! અમે તમારું જ અમૂલ્ય સર્જન છીએ, અને તમને યાદ જ ન રહે તો અમે તને ગાંડાની જેમ કેમ પૂજે રાખીએ!

પૂજ્ય, ઈશ્વરલાલ,

મને ઘણાં કે'તા'તા કે ગાંડા આ તો પથ્થર છે અને માથે ચઢાવ ઢીમણું થાશે. એટલે જે મને લાગે છે એમ કહેવાતું હશે.

સર ઝુકાઓગે તો પથ્થર હો જાગેયા

ઈતના મત ચાહો કિસી કો વો બેવફા હો જાયેગા !

જોઈને તમારી ક્રેડિટ અહીંયા કેવી છે ! છતાં એક તારો લઈને હું ફરતો રહ્યો, કે ભાઈ ના ! કે ભાઈ ના ! મારે તો ઈશ્વર છે ! જેણે દાંત આપ્યાં એ ચાવણું નહીં આપે ? તમારો મહિમા તો અમે ગાયો પણ બાપલિયા હવે તો તે માઝા મૂકી છે ને કાંઈ ! આ અમારા જેવા નવા નિશાળીયાની તો રેવડી દાણા દાણ કરી નાખી તમે છતાં મા સરસ્વતીનો એકતારો ન મૂકવો એવી તો હવે મેં પણ જક લીધી છે. આખરે તમે ઈચ્છતા હો કે અમે થાકી હારીને તમારા ગાન ગાઈએ, તો અમે નઈ કરીએ અરે ! અમે પ્રસન્નચિત્તે વધારે મૌલિકતાથી તમને પૂજવાની ખેવના રાખીએ છીએ. અને તમારા આવા વ્યવહારે જ અમને બહારવટિયા બનાવ્યા છે.

ફિલસૂફ કાર્લ પસ્પર્સનું વિધાન છે કે આસ્તિક કરતાં નાસ્તિકમાં વધારે અટલ આત્મવિશ્વાસ હોય છે, કારણ કે નાસ્તિક માટે ઈશ્વરનું અવલંબન નથી. બીજા પર જવાબદારી ઢોળી દેવાની કાયર સુવિધા નથી. એના માટે એ સ્વયં નિર્ણય લે છે. મને લાગે છે કે આ ઝઘડાનો એક કાયદો થયો કે હું જાણે નિર્ણય લેતો થયો. સારા-નરસા પરિણામ સાથે સ્વીકારવાની હિંમતવાળો થયો. કયાંક વાંચ્યું'તું કે નિર્ણય લેવાની શક્તિ અનુભવમાંથી મળે છે અને અનુભવ ખોટા નિર્ણય લેવાથી મળે છે.

માન્યું કે વંઠેલો છું, પણ સાચું કહું તો તમારી બીકથી જ તમારા તરફની શ્રદ્ધા અંધશ્રદ્ધામાં પરિણામે છે, જયારે હું મંદિર જતો ત્યારે ગર્ભદ્વારમાં શિવલિંગની આજુબાજુ ચાર જણ આબોટિયા પહેરીને તમારા પર છુટ્ટા બિલ્વપત્રનો ઘા કરતા'તા. જાણે પથ્થર આંટતા જ હોય ! ફેંકવાના ન હોય, પછી હજાર બિલ્વપત્રની ગૂંગળામણ નીચેથી તમેય ફૂંફાડો ન મારો તો બીજું કરો ય શું ?

શ્રાવણ મહિનો ગયો નથી કે ઢીંચક ઢીંચક નવરાત્રિ આવે, તમારી સાથે બિરાજમાન માતાજીનેય રીંઝવવાના કે નઈ ! પણ મા ! મને માફ કરજો ! તમે સાચું કહો નવરાત્રિમાં સાચા હૃદયથી કયો માડીજાયો તમારી ગરબી ઘૂમે છે ? અમે એમાં પણ વેપલો આદર્યો છે, હા, હા, હું સ્વીકારું છું. સત્ય તો સ્વીકારવું જ રહ્યું.

તમારી વાત સાચી પણ તમારી પાસેથી આટલા કન્સેશનની આશા તો રાખીએ જ ને ! આખરે છોરું-કછોરું થાય માવતર કુમાવતર થોડું થાય ? પણ તમે તો ગભરાવી માર્યા છે અમને ! જાવ હું તમને પ્રેમ નથી કરતો... આપણે હવે કિટ્ટા!

(ભાઈ! આ તો જરાક એને આપણી વ્યથાની જાણ થાય એ સારું આવા કટું વચન લખ્યા છે હો ! બાકી એને હારે સંબંધ તોડીને જાવું કયાં! આ તો બે ગડી ગમ્મત!)

વત્સ,

શું તું એમ માને છે કે ને કાંઈ ખબર નથી પડતી ? બુદ્ધિ અને હૃદય વચ્ચે જે તોફાન ઊભું થયું છે એ માટે હું તને જ જવાબદાર ગણું છું. હું ખાતરીપૂર્વક કહું છું કે જે રંગ લાવી ગયો છે એ બહુ પાકો છે. એને તું ઉખેડવ માટે પ્રયત્ન કરીશ તો તું જ જિંદગીમાંથી ઉખડી જઈશ. આખરે સહન તો તારે જ કરવું પડશે.

આજકાલ ચોવીસે કલાક તમારા જીવનમાં બુદ્ધિ અને હૃદય વચ્ચે હુલ્લડ ચાલી રહ્યું છે હાથે કરીને બુદ્ધિની તીક્ષ્ણ છરી લઈને તમે તમારા હૃદય પર ઘા મારી રહ્યા છો, પણ એ ઘા મારા હૃદય પર પડે છે.

પણ એટલું ચોક્કસ યાદ રાખજો કે તમે મારાથી દૂર ખસી જાઓ એ પહેલાં હું જ તમારાથી દૂર-દૂર ચાલ્યા જઈશું. આમાં મારે કંઈ ગુમાવવાનું નથી. ખોવા જેવું તો તમારે છે, કારણ પ્રેમની બાબતમાં તમે બુદ્ધિનો આશ્રય લઈને બેઠા છો. અને અંતરના અવાજને ગળે ટૂંપો દેનારાઓને મેં કદી સુખી જોયા નથી.

હું આજે ખૂબ આનંદમાં છું, કારણ કે મેં આપીને મેળવ્યું છે જયારે તમે મેળવીને ગુમાવ્યું છે, તારો ને મારો માર્ગ હવે જુદો પડે છે.

(અરે ! બાપ રે! આ તો હસવાનું ખસવું થયું ! મારા ઠાર, ભગવાને તો સિરીયસલી લઈ લીધું)

ઓ દીનદયાળ, કૃપાળુ, પરમાત્મા તમારી વગર હું કયાં જાઉ. આ તો તમને બોલતા કરવાની યુક્તિ અજમાવતો'તો ત્યાં તમે તો ઘણું સંભળાવી દીધું, હે ! કૃપાનિધાન, હું નવજાત શિશુ, રાંક છું, મને ગમ તો પડી. મારી ફરિયાદમાં પણ તમારી યાદ છે એ તમે કેમ ન જાણ્યું ! હવે કાન પકડ્યા બસ ! આવું કોઈ દી નો લખું !

જીવી શકું હું કંઈ રીતે તમને સ્મર્યા વગર !
પાંપણ કદીય રહી શકે છે મટકું ભર્યા વગર

- મનહર મોદી

આંખોને પાથરુ અને સત્કારમાં રહું,
થઈને ગુલામ આપના દરબારમાં રહું,
મળતો રહે સદાય ચરણસ્પર્શ આપનો,
લૂછણીયું થઈને આપના હું દ્વારમાં રહું,

- મનહરલાલ ચોકસી

સોરી પ્રભુ ! ભૂલ થઈ ગઈ આવા ગુસ્સે ન ભરાતા બાપલિયા ! હું તો ગભરાઈ ગયો છું ! બોલ્યું ચાલ્યું નો જોતા, આ શબ્દો તો અકોણા ને દાંડ છે, ને જીભને ક્યાં હાડકું હોય છે ! હું તો તમારો સદાય સેવક છું ને રહીશ !

- jayuoza@gmail.com,
Mo. 9898046488

શત્રુની જેમ ત્રાસ આપતા હરસ-મસા ઓપરેશન વગર મટી શકે છે!

આરોગ્ય-દર્શન
ડો. શ્રીરામ જી વૈદ્ય

(પ્રથમ મણકો)

હરસ નામથી જાણીતો મળ માર્ગનો આ રોગ ગુજરાત અને સારાએ વિશ્વમાં જાણીતો છે કારણ કે એ સુખી, મધ્યમવર્ગ અને આમવર્ગ સૌ કોઈને ભેદભાવ રાખ્યા વિના સતાવે છે. સમૃદ્ધ લોકોને વધારે પડતી સગવડ મળે છે એટલે અને મધ્યમવર્ગ અને ગરીબ વર્ગને આરોગ્યના નિયમોનું પાલન નહિ કરતા આ રોગ થાય છે આધુનિક આ રોગને પાઈલ્સ કે હેમરોઈડ્સના નામથી ઓળખે છે. જયારે હિંદીમાં બવાસીર અને આયુર્વેદમાં હરસને અર્શ કહે છે. આયુર્વેદ આ વ્યાધિને ગંભીર વ્યાધિ ગણ્યો છે. એટલે કહ્યું છે : અવિરત પ્રાણાન શ્રુણાતિ-હિનસ્તિ ઈતિ અર્થ:

શત્રુની જેમ ત્રાસ આપ્યા કરે જે વ્યાધિ તે અર્શ મળાશય - ગુદામાં કે ગુદાદ્વાર આસપાસ ચણી બોર જેવા એક કે એકથી વધુ ઉત્પન્ન થાય તેને અર્શ - હરસ કહેવામાં આવે છે. મળાશય જેવા અતિશય કોમળ ભાગમાં આ અંકુર થવાથી મળ અને વાયુની પ્રવૃત્તિમાં મુશ્કેલી ઊભી થાય છે. એટલું જ નહિં, પણ સતત દુ:ખ આપ્યા કરે છે. એના લીધે કબજીયાત રહે છે. વાયુ પ્રવૃત્તિ થતી નથી. પાચન ક્રિયા મંદ પડે છે. સાથળ અને પીંડીઓમાં કળતર થાય છે. કોઈ વખત લોહી પડવાથી નબળાઈ, ચક્કર અરુચિ વગેરે લક્ષણો ઉત્પન્ન થાય છે. હરસમાંથી અવારનવાર લોહી પડવાથી દર્દીમાં ફીકાશ વધે છે અને એના લીધે બીજા કેટલાક એક ઉપદ્રવો વધે છે.

વિશ્વમાં આ વ્યાધિના સારો એવો ફેલાવોછે એના દર્દીઓ પણ ઘણા છે. સ્ત્રી, પુરુષ, યુવાન, વૃદ્ધ સૌ કોઈને આ રોગ દવાથી શમી જાય છે અઅને કંઈ ભૂલ કરવાથી ફરીને થાય છે. આવુ અવાર-નવાર બનવાથી દર્દી કંટાળી જઈ ઓપરેશન કરાવી હરસ કઢાવી નંખાવે છે અને કાયમી સાજા થઈ જવાનો સંતોષ માને છે. હરસ થવાના કારણોમાં સેવન કરવાનું ચાલુ રાખે છે તો ફરી પાછા હરસના પંજામાં સપડાય છે. આ વિષચક્રમાંથી કાયમી છૂટકારો મેળવવા શું ધ્યાન રાખવું જરૂરી છે એ બરોબર સમજી લઈ આપેલ ઈલાજ કાળજીપૂર્વક કરવાથી સફળતા પ્રાપ્ત થશે. કોઈ કેસમાં શસ્ત્રક્રિયાની જરૂર પડે તો આમાં પણ આયુર્વેદિક વધુ સફળ થયું છે. કારણ કે આયુર્વેદથી મળતા પરિણામો બીજી પેથીઓ કરતા સારા છતાં એક વાત સ્પષ્ટ છે કે હસ્ત થવાના કારણોમાં વિશેષ સેવન કરવાથી કોઈપણ વખતે અને કોઈ પણ વ્યક્તિને હરસ થઈ શકે છે. મનફાવે તેમ વર્તવાની થોડી-ઘણી સજા તો ભોગવવી જ પડે છે.

ખુબ જ તીખું તમતમતું ખાવાથી, લાલ-મરચાં વિશેષ ખાવાથી, ગરમ અથવા ગરમ દવાઓ અને ગરમ સેક્સ ટોનિક ખાવાથી અજીર્ણમાં ખાવાથી, અતિ દારૂ નિયમિત પીવાથી, ગુટકા, માંસાહારી ખોરાક ખાવાથી, એક જ આસન પર લાંબો સમય બેસી રહેવાની ટેવથી, ઠંડી જગા પર બેસવાથી, બહુ જ સુવાથી મુલાયમ જગ્યા પર બેસવાની ટેવ, સ્કૂટર, સાઈકલ, બસ, ગાડી વગેરેની બહુ અધિક સવારી કરવાથી, અધિક પ્રમાણમાં મૈથુક કરવાથી, મળ-મૂત્રના વેગોને રોકવાથી, અતિશય ઉજાગરાથી હંમેશા કબજિયાત રહેવાથી. વાતપિત્ત અને કફ વિકૃત થઈ ગુદામાં રહેલ વલીઓ અને શિરાઓને આઘાત પહોંચાડી અર્શ-હરસને ઉત્પન્ન કરે છે.

આ બધા કારણોથી છ પ્રકારના હરસ થાય છે પણ આપણે અહીંયા બહુ શાસ્ત્રીય ચર્ચા કરવા માંગતા નથી એટલે ચિકિત્સાની દૃષ્ટિએ ઉપયોગી છતાં સરળ હોય એટલી બાબત અંગે વિચારીએ.

ચિકિત્સાની દૃષ્ટિએ છ એ પ્રકારના હરસને મુખ્ય બે પ્રકારમાં વહેંચવામાં આવ્યા છે.

(૧) શુષ્ક હરસ (૨) આર્દ્ર હરસ.

શુષ્ક એટલે જેમાંથી રક્ત અને ચિકાસનો સ્ત્રાવ થતો નથી તે અને આર્દ્ર એટલે જેમાંથી રક્ત અને ચિકાસનો સ્ત્રાવ થાય છે. જેને રક્તાર્થ પણ કહેવામાં આવે છે. સ્ત્રીઓમાં આ રોગ મોટા ભાગે સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન કે કબજીયાત ને કારણે જોવા મળે છે.

આ વિચિત્ર વ્યાધિનો ઉપદ્રવ થતા પહેલા આપણું શરીર આપણને ચેતવણી આપે છે. એ ચેતવણીરુપે હરસ થતા પહેલા અમુક લક્ષણો થાય છે જેવા કે અજીર્ણ પેટમાં ગડગડાટ થવો, વધારે વડતાં ઓડકારનું આવવું, મળનું પ્રમાણ ઓછું થવું, કબજીયાત રહેવી. ગુદામાં કળતર થવી વગેરેનો આ વખતે ચેતી જઈને જો એનો ઈલાજ કરવામાં આવે તો હરસ જેવા વ્યાધિને થતા અટકાવી શકાય.

હરસ થયા પછી એમાંથી કાયમ છૂટકારો મેળવવા માટે સ્થાનિક ઉપચારો બને ખાવાના ઔષધો લાંબા સમય સુધી લેવા પડે છે અને સાથે-સાથે બરોબર પથ્ય ભોજન પણ લેવું પડે છે. જઠરાગ્નિ પ્રદિપ્ત કરનાર વાયુનું અનુલોમન કરનાર અને મળનું નિયમિત વિસર્જન કરનાર છતાં ઉષ્ણ-ગરમ નહિ એવા ઔષધો અને આહાર લેવા જોઈએ.

(ક્રમશઃ)