સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
ફોન : ૨૩૨૨૬૨૫૧

સલામી સવારની..

બીલ રજૂ કરી સંસદને નચાવી લેવી છે,
વટહુકમથી ગઇ આબરુ બચાવી લેવી છે,
લલચાવી ઉદ્યોગપતિઓને બાંધવા છે ખીલે -
સરકારને, ખેડૂતોની જમીન પચાવી લેવી છે.
(ભૂમિ અધિગ્રહણ બિલ)

હાઈકુ

ફર્યા કરે છે,
પ્લાનના નકશામાં -
મેટ્રો ની ટ્રેન..

'સારા દિવસ'
થઇ કસૂવાવડ -
પ્રજા નિરાશ..

ચિંતન

ગુણવજ્જન સંસર્ગ ધાતિ સર્વોઅપિ ગૌરવમ્ । પુષ્પમાલા પ્રસંગેન સૂત્રં શિરસિ ધાર્યતે ॥

'ફૂલોની માળામાં પરોવાયેલો દોરો અર્થાત જે દોરામાં ફૂલ પરોવાયાં છે અને માળા તૈયાર થઇ છે એ માળા સાથે એ સૂતરનો સામાન્ય દોરો પણ પ્રભુ-ભગવાનના મસ્તકે ચઢે છે. તેમ ગુણવાન જનોનો સંગ-સંગત-સત્સંગ-સાનિધ્યમાં રહેવાથી સામાન્ય માણસ પણ ગૌરવ ને પામે છે.'

સત્સંગ-સજ્જન-સદ્‌ગુણીજનની સંગત-સત્સંગ-તેમનું સાનિધ્ય જ સામાન્ય સંતની સાથે સહવાગ-સત્સંગ-વાતચીત દ્વારા અને આચાર-વિચાર-વર્તન-દ્વારા જ ખૂબ જ જાણવા સમજવા મળે છે સત્સંગ એટલે માત્ર-કથા-વાર્તા જ નહીં પણ સોબત-ઉઠક-બેઠક..

સંત સજ્જનના આચાર-વિચાર-દૃષ્ટિ હંમેશા હકારાત્મક હોય છે કોઇ પણ બાબત-બનાવમાંથી એ સારું તત્ત્વ જ સોધી કાઢી એમાંથી સમજ-બોધ લઇ લે છે..

આ શ્લોકમાં સજ્જનના સંગથી ઉન્નતિ થાય છે સમજાવવા ફૂલોની સંગતમાં રહેતો એક સામાન્ય સૂતરનો દોરો પણ 'માળા' દ્વારા પ્રભુજીના મસ્તક સુધી પહોંચી શકે છે.

સુવિચાર

- હે માનવ! નક્કી કરી લે કે મોટા નહીં મહાન બનવું છે, શ્રીમંત નહીં પ્રસન્ન બનવું છે, સ્વચ્છ નહીં પવિત્ર બનવું છે - ડોંગરેજી
- ઠોકરે ખાકર ભી ન સંભલે તો મુસાફિર કી તકદીર.. વરના પથ્થરોને તો અપના ફર્ઝ નિભા દીયા - અકબર જલાલપુરી
- પરમાત્મા જેવા સ્વરૂપે સામે આવે તેવા સ્વરૂપે સ્વીકારવાની તૈયારી હોય તેને માટે સંસાર કોઇ પ્રશ્ન જ નથી, તેને માટે તો જીવન એક સુવર્ણ અવસર છે- એસ. ભટ્ટાચાર્ય
- મૂર્તિ પૂજા એ અંધશ્રદ્ધા નથી પણ ભગવાનને જોવાની માનસ ચેતના માટેની સુલભ અને સરળ વ્યવસ્થા છે - જનકલ્યાણ
- મોતથી ન ડરવું એ વિરતા ચાલી, પરંતુ મોત કરતાંય જીવવું વધુ કપરૂં બની જાય ત્યારે ખુમારીથી જીવી જવું એ ખરી 'વિરતા' ગણાય - અમૃતબિંદુ
- પ્રભુને પ્રાર્થના કરવાથી પરિસ્થિતિ તરત બદલાતી નથી, પરંતુ એ પરિસ્થિતિ પ્રત્યેનો અભિગમ જરૂર બદલાય છે, પરિણામે શક્ય છે કે આપણી જીંદગીમાં કોઇ આવશ્યક પરિવર્તન આવી જાય છે - સાને ગુરુજી
- જેને હૈયે અન્ય માટે પ્યાર હોય છે... જિંદગી એની જ ખુશ્બુદાર હોય છે..- બાબુ પટેલ

- (સંકલન : દીપક વી. આસરા)

બોધ કથા

આજે ખાનગી કંપનીઓ, પોતાની કર્મચારી માટે ધ્યાન-યોગ-ચિંતન શિબિર-આત્મ વિશ્વાસ ઉત્સાહ-કાર્યક્ષમતા વધે એટલા માટે 'સેમિનારો'નું આયોજન કરતા હોય છે.. બેન્કવાળાના મોટા પગાર હોય અને આવા 'સેમિનારો'માં તાલીમો લીધી હોય તો પણ પગાર વધારાની હડતાળ તો ઊભી જ હોય એવી જ રીતે કંપનીઓ-મિલમાં પણ અપવાસ-ધરણા થાય છે.. કોઇ પેટ દુખાવાનું સાચું કારણ પકડી શકતા નથી.. સાચું નિદાન, કારણ સમજો..

કંપનીના મેનેજરે આવા જ, એક માસના તાલીમ કોર્સમાંથી પાછા આવેલા કર્મચારીને પૂછ્યું તમને હવે તમારા વિચારો અને કામના ઉત્સાહમાં શું ફરક લાગે છે? કર્મચારીએ ખોટે ખોટું માથું હલાવ્યું, પછી પૂછ્યું, સાહેબ હવે પગાર ક્યારે વધારશો?

સાહેબ જવાબ દેવાને બદલે 'પોઝીટીવ થિન્કીંગ' અને 'કર્મચારીમાં ઉત્સાહનો સંચાર' નામનાં બે પુસ્તક વાંચવા આપ્યા. કહ્યું આ બે પુસ્તક વાંચીને પછી મને મળજો!

બીજા સોમવારે કર્મચારી ફરી સાહેબ પાસે ગયો. કહ્યું, સાહેબ પેલાં બે પુસ્તક ખૂબ ધ્યાનપૂર્વક વાંચી ગયો છું, પણ હવે તમે પગાર ક્યારે વધારશો?

સાહેબના ચહેરે નેગેટીવ વિચારની વિજળી ત્રાટકી..

Email - sureshchandrabhatt18@gmail.com

વિવિધ ઉપસર્ગ આર્થિક (મેક્રો-ઇકોનોમિક) પરિબળોની આવાસ ચલણ (હોમ કરન્સી) પરની અસર

ચિંતનસભા

- ડો. જિગ્ના ત્રિવેદી અને ડો. બિંદીયા સોની

જયારે કોઇ દેશની આયાત, નિકાત કરતા વધારે હોય છે, ત્યારે તે દેશની આવાસ ચલણ (હોમ કરન્સી) નબળી પડે છે. જયારે ક્રૂડ તેલના ભાવ નીચા જાય છે ત્યારે ઉર્જાની ખરીદ કિંમત ઘટે છે. ત્યારે સ્વદેશ ક્રૂડતેલ ખરીદવા માટે ઓછા પ્રમાણમાં ડોલર વેચાણ કરે છે અને રૂપિયો મજબૂત થાય છે. જયારે ડોલર નીચો આવે છે ત્યારે ક્રૂડતેલની કિંમત ઘટે છે, ઉર્જાની ખરીદ કિંમત ઘટે છે અને પરિણામે રૂપિયો મજબૂત બને છે. જો આંતરરાષ્ટ્રીય નાણાં (ડોલર)ની માંગ વધારે હોય તો સ્વદેશી નાણું ગગડે છે, કારણ કે વધુ રૂપિયાનું વેચાણ કરીને ડોલર ખરીદવા પડે છે.

ડોલરની માંગ વધવાના મુખ્ય કારણો :

- આયાતકારોની જરૂરિયાત
- પરદેશી સંસ્થાના રોકાણકારો તેમનું કરેલું રોકાણ પરત ખેંચાણ કરી લે (ફોરેન ઇન્સ્ટટીટ્યુશનલ ઇનવેસ્ટર - FII) છે ત્યારે ; વધુ આંતરરાષ્ટ્રીય નાણું (ડોલર) સ્વદેશમાંથી બહાર જાય છે.

ડોલરનો પુરવઠો વધારતા મુખ્ય કારણો છે :

- પરદેશી સંસ્થાના રોકાણકારોનું રોકાણ વધે છે ત્યારે,
- બિનવસાહત ભારતીય (NRI) સ્વદેશમાં ડોલર મોકલે છે અને
- નિકાસકારો જયારે નિકાસનું (પેમેન્ટ) વળતર ડોલરમાં મેળવે છે ત્યારે ડોલરનો પુરવઠો વધે છે.

ચાલુ ખાતાની ઘટ (કરન્ટ એકાઉન્ટ એફીસીટ)ની સ્થિતિ ત્યારે સર્જાય છે જયારે આપણો દેશ વસ્તુઓ અને સેવાઓની આયાત વધુ પ્રમાણમાં કરે છે, સામે નિકાસ ઓછી હોય છે. ક્રૂડતેલ અને સોનુ ભારતના આયાતમાં સૌ પ્રથમ હોવાથી ભારતની ચાલુ ખાતાની ઘટ માટે વધારે જવાબદાર છે. વધારે પ્રમાણમાં ચાલુ ખાતાની ઘટ વધુ ડોલરની માંગ સર્જે છે, પરિણામે રૂપિયાનો ઘસારો લાગે છે.

ચાલુ ખાતાની ઘટ દૂર કરવાના મુખ્ય ઉપાયો છે - જેમ કે આયાત ઓછી કરવી અથવા તો નિકાસ વધુ પ્રમાણમાં કરવી અથવા તો પરદેશી સીધા રોકાણને મંજૂરી આપવી (ફોરેન ડાયરેક્ટ ઇન્વેસ્ટમેન્ટ) અથવા તો પરદેશી સંસ્થાના રોકાણકારોને ભારતમાં રોકાણ કરવાની મંજૂરી આપવી.

રૂપિયાના ઘસારાનું કારણ મુખ્યત્વે ક્રૂડતેલનો ભાવ વધારો, ક્રૂડતેલની માંગમાં વધારો અથવા તો બંને કારણો જવાબદાર છે. જયારે ક્રૂડતેલની માંગ વધે છે ત્યારે ક્રૂડતેલના ભાવ આંતરરાષ્ટ્રીય બજારમાં વધે છે તો જયારે ક્રૂડતેલની માંગ અથવા ક્રૂડતેલના ભાવ વધે છે - ત્યારે ડોલરની જરૂપિયાત વધે છે કારણ કે આયાતી ક્રૂડતેલનો હિસાબ ડોલરમાં ચૂકવવાનો રહે છે. આથી ડોલરની વધુ માંગ રૂપિયાને નબળો બનાવે છે. ક્રૂડતેલનો ભાવ વધારો ખરાબ સમયની નિશાની છે તેમ મનાય છે, આની સીધી અસર - સોનાના ભાવ ઉપર પડે છે, પરિણામે સોનાની કિંમતમાં વધારો થાય છે અને ફુગાવાની શરૂઆત થાય છે. ફૂગવાનો દર એ દર્શાવે છે કે જે દરે વસ્તુ અને સેવાઓની કિંમતમાં વધારો થાય છે. વધારે પ્રમાણમાં ફુગાવાનો દર રૂપિયાની ખરીદશક્તિને નીચે લઇ જાય છે.પરિણામે રૂપિયો વિદેશી ચલણ સામે ગગડે છે. ઘણા ઉદ્યોગો ક્રૂડતેલ અથવા તો ક્રૂડતેલની અન્ય બનાવટોનો ઉપયોગ કાચા માલ તરીકે કરે છે ત્યારે આવા ઉદ્યોગો તેના ઉપભોગતાઓ ઉપર વધુ વેચાણ કિંમત વધારીને તેમને પસાર કરી દે છે. વધુ ફુગાવો મોંઘવારી વધારે છે. દેશના અર્થતંત્ર, ઉદ્યોગતંત્ર, ઘરતંત્રને નબળું કરે છે અને રૂપિયો ઘસાય છે.

જયારે દેશમાં મોંઘવારી વધે છે ત્યારે દેશના લોકો વધારે પ્રમાણમાં સોનું ખરીદી કરે છે કારણ કે લોકો સોનાના રોકાણને મોંઘવારી પ્રતિ ઢાલ સમાન ગણે છે. અત્રે ઉલ્લેખનીય છે કે સોનાની કિંમત ડોલરની વધઘટથી અલગ રહેતી નથી.

જયારે ડોલર મજબૂત હોય છે ત્યારે લોકો ડોલરમાં રોકાણ કરે છે એન આનાથી વિપરિત સ્થિતિમાં ડોલરનું વેચાણ કરે છે. ડોલરમાં કોઇ વધઘટ ના હોવા છતાં પણ સોનાના ભાવ જયારે તેની માંગ વધુ હોય ત્યારે પણ વધે છે. સોનાની કિંમતમાં વધારો થવાના કારણોમાં :

- ક્રૂડતેલમાં ભાવમાં વધારો કારણ કે ક્રૂડતેલનો ઉપયોગ કાચું સોનું ખાણમાંથી કાઢવામાં થાય છે.
- જે ઉદ્યોગોમાં સોનાનો ઉપયોગ ઉત્પાદનમાં કરાય છે તેવા ઉદ્યોગોની માંગ વધે છે.
- યુનાઇટેડ સ્ટેટ ઓફ અમેરિકા (યુ.એસ.એ.) ના બ્યુરો ઓફ લેબર સ્ટેટેસ્ટિકના આંકડાઓમાં બેકારી (અનએમ્પ્લોયમેન્ટ)ના આંકડા વધુ પ્રમાણમાં પ્રસિદ્ધ થાય અને નોકરીઓ મેળવવાની તકોમાં ઘટાડો થાય ત્યારે એ નિર્દેશ થાય છે કે યુએસએની ઇકોનોમી બરાબર પ્રગતિ કરતી નથી. પરિણામે રોકાણકારો યુએસએના શેરબજારમાં રોકાણ કરવાને બદલે તેઓ સોનામાં રોકાણ કરવાનું વધુ પસંદ કરે છે. યુએસએના બજારની અસર ભારતના શેરબજાર ઉપર પણ થાય છે કારણ કે યુએસએનું અર્થતંત્ર, આંતરરાષ્ટ્રીય રીતે બીજા દેશોને અસર કરે છે. જયારે સોનામાં રોકાણ વધુ થાય ત્યારે તે ઉત્પાદન તથા રોજગારીની તકો ઊભી કરવામાં અસફળ રહે છે અને વધુ પડતું સોનામાં રોકાણ અર્થતંત્ર ઉપર અસર કરે છે. અર્થતંત્ર માટે નકારાત્મક સાબિત થાય છે જયારે સોનું વધે છે ત્યારે ડોલરની કિંમત રૂપિયા સામે વધે છે અને એફ.આઇ.આઇ (FII) ભારતીય શેરબજારમાંથી તેમનું રોકાણ પરત ખેંચાણ કરી લે છે અને પરિણામે ભારતીય શેરબજાર નીચું જાય છે. સામાન્ય રીતે જયારે શેરબજાર ઊંચું જાય છે ત્યારે સોનું નીચે જાય છે અને જયારે શેરબજાર નીચુ જાય છે ત્યારે સોનું ઊંચુ જાય છે.

વધતો ફુગાવો (એટલે મોંઘવારી) ને ડામવા રિઝર્વ બેન્ક ઓફ ઇન્ડિયા (આર.બી.આઇ) રેપો રેટ (વ્યાજ દર જે આર.બી.આઇ. બેન્કો પાસેથી વસૂલ કરે છે. જયારે બેન્કો ટૂંકા સમય માટે આર.બી.આઇ.આઇ પાસેથી લોનની માંગ કરે છે) વધારે છે અને કેશ રિઝર્વ રેશિયો (સી.આર.આર. જે અમુક નક્કી કરેલા પ્રમાણમાં બેન્કો એ આર.બી.આઇ પાસે થાપણ મુકવાની હોય છે) વધારે છે, આથી ખુલ્લા બજારમાં નાણાનો પ્રવાહ ઓછો થાય છે (કારણ કે બેન્કો લોન - ઉપર વ્યાજ દરની ટકાવારી વધારે છે) અને રૂપિયો ડોલર સામે મજબૂત બને છે. મોંઘવારી વધવાનું મુખ્ય કારણ છે વધતું ક્રૂડતેલ. જયારે બેન્કો વ્યાજદર ઘટાડે છે ત્યારે વધુ લોકો બેન્કો પાસેથી નાણાંનો ઉપાડ કરે છે, આથી ઉપભોક્તાઓ પાસે વાપરવા માટે વધુ નાણાં આવે છે, જેનાં લીધે વસ્તુઓની માંગમાં વધારો થાય છે અને અર્થતંત્ર આગળ વધે છે અને ફુગાવો પણ સાથે-સાથે વધે છે. જયારે દેશનું ચલણ (રૂપિયો) નબળો હોય છે ત્યારે મોંઘવારી વધે છે. વધતી મોંઘવારી રોકાણના સ્રોત (શેરબજાર અને દેવાબજાર)ને અનાકાર્ષિત કરે છે કારણ કે તેમાંનો થતો નફો મોંઘવારી સામે નબળો પુરવાર થાય છે. આથી લોકો તેમનું રોકાણ સોના તરફ વાળે છે. જે આપણા નાણા (રૂપિયા) ને વધુ નબળો કરે છે (કારણ કે આયાતી સોનાનું ચુકવણું ડોલરમાં કરવાનું રહે છે) અને ફરીથી રૂપિયાના તૂટવાનું વિષચક્ર ચાલુ થાય છે.

(ક્રમશઃ)

શિવ ભગવાનને ત્રિ-સત્ય કહ્યા છે, કાળના પરિવર્તનો વિનાશી તત્ત્વો પર અસર કરનાર છે, પરમાત્મા કાળાધિન નથી પરંતુ કાળ તેમને આધિન છે

સંસ્કાર ચિંતન

- અનંત ન. વ્યાસ

સત્યવ્રતં, સત્યપરં, ત્રિસત્યં
સતસ્ય યોનિં નિહિતં ચ સત્યમ્
સતસ્ય સત્યામૃતં સત્યનેત્રે
સત્યત્વકં ત્વામ શરણં પ્રપન્નાઃ

આપ સત્ય - સંકલ્પ છો, આપની પ્રાપ્તિ માટે સત્ય પરમ સાધન છે. ત્રણે કાળમાં આપ સત્ય સ્વરૂપે છો. સૃષ્ટિ રચનાના પ્રારંભમાં આપ છો. ત્રણ સ્થિતિ - કાળ તથા ગુણ તમામમાં આપનું સત્ય સ્વરૂપ છે આપ મધુર વાણીનાં પ્રવર્તક છો. અમો આપનું શરણ ઇચ્છીએ છીએ.

શ્રીમદ ભાગવત પુરાણ ૧૦/૨/૨૬

ભગવાન સદાશિવે, દેવકીજીના ગર્ભમાં રહેલ શ્રીકૃષ્ણની આ શ્લોકમાં વંદના કરી છે. 'સત્યં પરમ ધી-મહિ' એ ભાગવત પુરાણનો મંત્ર છે. 'સત્ય જ પરમ કલ્યાણકારી છે.' આપણાં શાસ્ત્રગ્રંથોમાં સત્યના સ્વરૂપ વિષય ઘણી તત્વચર્ચા જોવામાં આવે છે. આના કારણે પ્રબુદ્ધજનોને સત્યનું સ્વરૂપ સમજવા માટેનું માર્ગદર્શન પ્રાપ્ત થાય છે. સામાન્યતઃ તો આપણે વ્યવહારિક સત્ય જ પરમ સત્ય માની લઇએ છીએ. જે વ્યક્તિ જરા પણ સત્ય બોલતો હોય તો તેને સત્યવાદીની પ્રતિષ્ઠા મળી જાય છે. જીવનના ઘણા પ્રસંગોમાં અસત્યને સફળ થતું જોવા છતાં, આપણી શ્રદ્ધા તો 'આખરે સત્યનો જય થશે' તે વાક્ય પર હોય છે. આનું કારણ એ છે કે આપણે સત્યને અપરાજિત માનીએ છીએ કારણ કે સત્યનો જ વિજય થાય છે તેવી ઘોષણા ઉપનિષદોએ કરી છે.

સત્યનું સ્વરૂપ સમજવા માટે, તેની વ્યાપકતા, ચિરંજિવિતા તથા ગુણ-વિશેષને સમજવા માટે ગુરુઆજ્ઞાં ધર્મ ચર તથા શિષ્યનો જવાબ, સત્યં વદિષ્યામિ, ઋતં વદિષ્યામિ યાદ રાખવા જેવા છે. કારણ અત્રે સત્ય અને ઋત એવા બે શબ્દો પ્રયોજાયા છે. ઋત એ આપણું લૌકિક સત્ય છે. જેને વ્યવહારમાં મુકવા આપણે પ્રયત્નશીલ છીએ. ઋત પરિવર્તનશીલ છે. વ્યક્તિ - કાળ તથા દેશ પરત્વે તેમાં પરિવર્તનનો સંભવે છે. એક સમયે જે સત્ય લાગતું હોય તે નવી શોધના પ્રકાશમાં સત્ય ન પણ હોય. વ્યક્તિ તથા સ્થળ પરત્વે ઋતમાં ફેર પડે. જયારે સ્થળ-કાળ કે વ્યક્તિના સંદર્ભે કોઇ પણ જાતનું પરિવર્તન ન થાય, સત્યનું આ સ્વરૂપ એજ પરમત તત્ત્વ બ્રહ્મનું સ્વરૂપ છે. માટે જ કહેવાયું છે 'બ્રહ્મ - સત્યં' આપણી સામાન્ય માન્યતા છે કે પરમાત્મા સત્ય છે. પૂ. મહાત્માજીએ આમાં ક્રાંતિકારી ફેર કરી કહ્યું કે 'સત્ય જ પરમાત્મા છે' આમ પૂ. બાપુએ સત્યને તેની પ્રતિષ્ઠા પર સ્થાપિત કર્યું છે. પરંતુ આપણે તો આપણા જ ગજથી સત્યને માપવાનો સતત પ્રયત્ન કરીએ છીએ જ માટે જ ગાંધીજીને કહેવું પડ્યું કે 'અલ્યાત્માઓને માપવા માટે સત્યનો ગજ ટૂંકો ન કરાય. સત્ય તો પરમ વ્યાપક તત્ત્વ છે. સત્ય જ બ્રહ્મ છે. ભગવાન સદાશિવ પ્રભુને સત્ય-સંકલ્પ કહે છે. પરમાત્મા જે સંકલ્પો કરે છે તે સત્ય અને અવિનાશી હોય છે.' ઐતરેય ઉપનિષદ પ્રમાણે 'હવે હું સૃષ્ટિની રચના કરીશ.' તેવો પરમાત્માનો સંકલ્પ હતો - એકોડહમ્ બહુસ્યામ એ પરમાત્માનો સંકલ્પ છે. જે વિશ્વ રચનાનું પાયાનું કારણ છે.

આ પરમ તત્ત્વને બ્રહ્મ તરીકે ઋષિમુનિઓ જાણે છે અને તેને જ સત્ય - સ્વરૂપ ગણાવે છે. બ્રહ્મની જેમ વ્યાખ્યા નથી થઇ શકતી. તેને કોઇ બંધનમાં નથી બાંધી શકાતું તેમ સત્યની વ્યાખ્યા પણ ન થઇ શકે. કદાચ સત્યવાદીની વ્યાખ્યા થઇ શકે. વ્યાપક સત્યને ઓળખવા એક જન્મ ઓછો પડે. સત્ય જ બ્રહ્મ હોઇ તે અનંત-જ્ઞાન સ્વરૂપ છે. પૂ. વિનોબાજીએ તો જણાવ્યું છે કે આ યુગમાં સાક્ષાત સત્ય પામવાનું શક્ય જ નથી. જો બ્રહ્મનો પાર પામી શકાય તો સત્યનો પાર પામી શકાય.

અહીં જે જણાય છે જે દેખાય છે જે અનુભવાય છે તે વિનાશી છે. આ આપણું શરીર પણ વિનાશી છે પણ તેમાં રહેલો આત્મા અવિનાશી છે, તેથી આત્મા સત્ય મનાયો છે. પૂ. મહાત્માજીએ નોંધ્યુ છે કે આપણા શરીરમાં આત્મારૂપે, ચૈતન્ય-શક્તિરૂપે, જે તે નિત્ય, સનાનત અપરિવર્તનશીલ સત્ય છે તે જ ઇશ્વર છે સત્યની શોધ કરતાં સાધનાના પંથે આગળ વધતા અંતે બ્રહ્મને જ પામીએ છીએ.' બ્રહ્મની સાધના પણ સત્યના માર્ગે થાય છે સત્ય એ પરમાત્માને પામવાનું મુખ્ય સાધન છે. જે પરમ તત્ત્વની પ્રાપ્તિ એ મહત્ત - આનંદનો અનુભવ છે. આનંદ જ આત્માનો, ગુણ મનાય છે. તૈત્તિરેય - ઉપનિષદમાં આનંદને જ બ્રહ્મ માનવામાં આવેલ છે. શિવ ભગવાનને ત્રિ-સત્ય કહ્યા છે. કાળના પરિવર્તનો વિનાશી તત્ત્વો પર અસર કરનાર છે. પરમાત્મા કાળાધિન નથી પરંતુ કાળ તેમને આધિન છે.

ત્રણ કાળ ઉપરાંત ત્રણ અવસ્થા. ત્રણ સ્થિતિ. તથા ત્રણ ગુણોનો પણ ત્રિ-સત્ય શબ્દમાં સમાવેશ થઇ જાય છે. અર્થાત પરમાત્માની કોઇ અવસ્થા - બાલ્યા - યુવા - વૃદ્ધ નથી. સ્વરૂપ - જાગૃત કે સુષુપ્તિની અવસ્થા નથી. એ ત્રણેય ત્રિગુણાતિત છે. તેના સ્વરૂપમાં ક્યારેક વિકૃતિ સંભવતી નથી. બ્રહ્માજી પણ આમાં પોતાનો સાદ પુરાવે છે. સૃષ્ટિના રચિયિતા ભગવાને પ્રથમ પંચ-મહાભુતોની રચના કરી. અને આ પંચમહાભૂતોમાંથી સમગ્ર વિશ્વ સર્જાયુ. વિશ્વ રચનાના પાયાના કારણરૂપ પંચમહાભૂતોના કારણ - સ્વરૂપ પણ પરમ સત્ય જ છે.

બ્રહ્મનો પરમાત્માના વિવિધ સ્વરૂપોની સ્તુતિમાં પણ આદિ-મધ્ય-અંત વિનાના ગણાવ્યા છે. સત્યને પણ આવી કોઇ મર્યાદા નથી. સત્ય તો વૈશ્વિક છે. ખંડે ખંડે તે અલગ-અલગ ન હોઇ શકે. જેમ સૃષ્ટિના સર્જન પહેલાં તેમ પ્રલયકાળ પછી પણ જે ટકે છે તે પરમ - તત્ત્વ છે. શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતામાં ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ કહે છે, 'જયારે બ્રહ્માનો દિવસ પુરો થાય છે ત્યારે પ્રલય થતાં તમામ સૃષ્ટિનું વિસર્જન થાય છે પણ હું રહું છું.'

આમ પ્રારંભ પહેલાં અને પ્રલય પછી એકમાત્ર રક્ત તત્ત્વ સત્ય છે જેને આપણે બ્રહ્મ કે ભગવાન કહીએ છીએ. આપણા સામાન્ય વ્યવહારમાં પણ કહીએ છીએ અસત્ય લાંબુ ટકતું નથી. આખરે તો સત્ય જ પ્રકાશે છે. ભગવાન શિવ શ્રીકૃષ્ણને મધુર - વાણીના તથા સમાનતાના પ્રવર્તક ગણાવે છે. સત્ય વાણી મધુર લાગે છે. ઉપનિષદ કહે છે, સત્ય બુયાત, પ્રિયં બુયાત - સત્ય ને પ્રિય બોલો પરમાત્માના વચનો સદૈવ મધુર હોય છે. સાથોસાથ તે કલ્યાણકારી પણ હોય છે. નિંદક - શબ્દો, હાનિકારક ને અનિષ્ટ શબ્દો જો પ્રિય કે મધુર લાગે તો તેમાં સંસ્કારની ખામી જાણવી. સત્ય - કડવી વાણીમાં જ કહી શકાય છે તેમ માનવું ભૂલ ભરેલું છે. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે દુર્યોધનની સભામાં વિષ્ટિકાર તરીકે ઘણું સત્ય કહ્યું પણ વાણી પરનો સંયમ ગુમાવ્યો નહોતો. જયારે માણસ અધુરો હોય. યા તો જાણી જોઇને અસત્ય ઉચ્ચારતો હોય ત્યારે તેની વાણી અસ્પષ્ટ બને છે. શ્રીમદ ભાગવત - પુરાણમાં 'ચીર હરણ' લીલામાં કૃષ્ણ ગોપીઓને કડવું સત્ય કહે છે છતાં પણ ગોપીઓને ખોટું નથી લાગતું. ભગવાનની વાણીમાં સત્યનું બળ હતું. વળી ભગવાનના મનમાં મારા-તારાનો ભેદ નથી. એ સમાનતાના પ્રવર્તક છે. રાગ-દ્વેષ, વાલા-દવલા તો માનવ મનના ભાવો છે. ભગવાનને મન સૌ સરખા - એ દુર્યોધનને મદદ કરે તેમ અર્જુનને પણ મદદ કરે.

આમ ભગવાન શિવ તથા બ્રહ્માએ કરેલ સ્તુતિમાં પરમાત્માના વિવિધ ગુણોનું આ વર્ણન છે જે સૌ માનવ માટે માર્ગદર્શક સિદ્ધાંતોનો સમાવેશ થાય છે. સત્ય-સંકલ્પ - સત્ય વાત તથા સત્ય - પ્રતિજ્ઞ હોવું એ મહાન બાબત છે. સત્યને જ પરમાત્મા માની તેનું આપણા જીવનમાં પ્રતિષ્ઠા કરીએ.

અળાઇમાં બળતરા થાય, ચચરાટી થાય, ખંજવાળ આવે, ક્યારેક પાણી ભરાય અને જો બહુ જ અળાઇ થઇ હોય અને પુરતું ધ્યાન રાખવામાં ન આવે તો ક્યારેક ખરજવામાં પણ પરિણમે

અળાઇની સમસ્યા નિરામય

- ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

આપણે અગાઉના બે અંકોમાં સ્વાઇન ફ્લુ વિષે ચર્ચા કરી. સ્વાઇન ફ્લુ વિશે સમજ, તેમજ સ્વાઇન ફ્લુ અને તેના જેવા બીજા રોગો ન થાય તે માટે રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધારવા માટે કરી શકાય, આચરી શકાય તેવા રસાયણ પ્રયોગો વિશે જાણવું, અને આજે અળાઇ વિશે...

એટલે એમ થાય કે ક્યાં સ્વાઇન ફ્લુ જેવો મારક રોગ અને ક્યાં અળાઇ જેવી તુચ્છ ઘટના પણ એ તો જે ભોગવે એ જાણે અળાઇને તુચ્છ ગણવી કે ખતરનાક. ઉનાળો જામવામાં છે, કદાચ માર્ચ મહીનો શરૂ થતાં તાપમાન ચાલીસ ડિગ્રી ઉપર પહોંચી જાય. આવા સમયે અળાઇ થાય તો જે અકળામણ થાય એ તો બહુ જ ખરાબ.

આમ જોઇએ તો અળાઇએ ખૂબ સામાન્ય રોગ છે. લગભગ દરેક ઘરમાં જોવા મળે. ઉનાળામાં અળાઇને અટકાવતા ઠંડા પ્રકારના ટેલ્કમ પાવડરના વેચાણનું જોર એટલે જ તો વધે છે વળી, જેમ તડકો અને ગરમીનો સંપર્ક વધે તેમ અળાઇ વધુ ફૂટે એટલે આપણામાંના કેટલાક લોકો નિઃસહાય થઇ જાય કારણ કે બપોરના સમયે ઓફિસ કે કોઇ એવી જગ્યાએ હોવાનું થાય કે જયાં ગરમી વધુ લાગે. વળી, ગરમી લાગતા પરસેવો થાય અને આ પરસેવો જયારે અળાઇને અડે ત્યારે તો સખત ઇરીટેશન થાય.

આ અળાઇને સંસ્કૃતમાં 'રાજીકા' કહે છે. રાજીકા એટલે રાઇ. અળાઇ રાઇના દાણા જેવી દેખાય એટલે જ રાજીકા નામ પડ્યું હશે. અંગ્રેજીમાં આને કહેવાય 'પ્રીક્લી હીટ'. અળાઇમાં બળતરા થાય, ચચરાટી થાય, ખંજવાળ આવે. ક્યારેક પાણી ભરાય અને જો બહુ જ અળાઇ થઇ હોય અને પુરતું ધ્યાન રાખવામાં ન આવે તો ક્યારેક ખરજવામાં પણ પરિણમે.

તો આ અળાઇ થાય છે શાના કારણે? આધુનિક વિજ્ઞાન મુજબ જોઇએ તો આપણા શરીરમાંથી પરસેવાનો સ્રાવ કરતી ઘણી બધી ગ્રંથીઓ (ગ્લેન્ડસ) હોય છે. આ ગ્રંથીઓમાં કોઇને કોઇ અવરોધ ઊભો થાય તેને કારણે અળાઇ થાય છે. આયુર્વેદમાં પણ કંઇક આવું જ વર્ણન છે. સ્વદેવહ સ્રોતસ એટલે કે જે ચેનલ પરસેવાનું વહન કરતી હોય તેમાં કોઇ અવરોધ ઊભો થાય એટલે 'રાજીકા' થાય. આના કારણે આપણને એ પણ ખ્યાલ આવે કે મુખ્યત્વે અળાઇ જયાં પરસેવો વધારે થતો હોય ત્યાં વધુ જોવા મળે જેમકે સંધિસ્થાનો (જોઇન્ટ્સ) પર, કમરની આજુબાજુ, પીઠ પર, બગલમાં, છાતી પર આદિ...

તો આ અકળાવનાર અળાઇની ચિકિત્સા શું...? આધુનિક વિજ્ઞાન પ્રમાણે કેલેમાઇન કે ઝીંક ઓકસાઇઝ યુક્ત કોઇ પણ લોશન કે ક્રીમ કે ટેલ્કમ પાવડર તેનો સરળ ઉપાય છે. તે સર્વ જગ્યાએ પ્રાપ્ત છે અને અસરકારક પણ છે.

આયુર્વેદ મુજબ થોડું વધુ ડિટેઇલમાં વર્ણન છે. અળાઇ માટે આગોતરા ચેતીએ તો અળાઇ થાય જ નહીં. એટલે કે ચૈત્ર મહિનામાં લીમડાના કોલનું સેવન તેમજ હળવો જુલાબ લેવાથી શરીરમાંના મળોની શુદ્ધિ થાય છે એટલે અવરોધો દૂર થાય છે આમ અળાઇ થતી નથી. આ ઉપરાંત નિયમિત સ્નાન કરવું જરૂરી છે. જો અળાઇ થઇ હોય તો ટંકણ, ગંધક, યશદભસ્મ, શંખજીરુ આદિની બનાવટો લગાવવી આ ઉપરાંત સુગંધીવાળો, સરસડો, નાગ કેસર, લીધર આદિના ચૂર્ણને ઘસવાથી પણ ફાયદો થાય છે.

ઠંડા પદાર્થો જેવા કે વાગરમોથ, ચંદન, જેઠી મધ, ખસ, સુગંધીવાળો, પિત્તપાવડો, દ્રાક્ષ આદિનું સેવન કરવું કબજીયાત રહેતી હોય તો ગરમાળો કે હરડેનો હળવો જુલાબ લેવો. આ બધા પ્રયોગોથી શરીરની શુદ્ધિ થાય છે, શરીરની ગરમી ઓછી થાય છે આથી અળાઇ થવાની શક્યતા ઘટે છે. (અળાઇ જ નહિ, ઉનાળામાં ગરમીને કારણે થતા ઘણા ખરા રોગો થવાની શક્યતા ઘટે છે.) તેમજ જો થઇ હોય તો મટે છે.