સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
ફોન : ૨૩૨૨૬૨૫૧

સીમાડા ઉલ્લંઘી 'નાપાક' ડરાવી જાય છે,
ચર્ચા કરી-કરીને ધાર્યું કરાવી જાય છે,
ને ભરાવી જાય છે શીંગડાં ભાઇયારામાં -
રમી આપણા મેદાનમાં, હરાવી જાય છે..
(પાકિસ્તાન ની રમત)

ફરે છે પાણી,
પેપર પ્રોજેક્ટમાં -
નિર્જલા-રામ..

પિડીતા કેસ,
આવશે ન્યાય પણ -
બંધ બારણે..

ચિંતન

અપહરતિ મહત્ત્વં પ્રાર્થના કિં ન જાને । જનયતિ ગુરૂલજ્જા મિત્યહં કિ ન વક્મિ ।
તદપિ વદ વદાન્યં ત સદા પ્રત્યહં માં જઠરપિઠરવર્તી વહ્નિરર્થી કરોતિ ॥

સુભાષિત રત્ન ભાંડાગારના બીજા પ્રકરણ-ઉદર ભરવાનો રોગ-ભૂખમાંથી આ શ્લોક છે :

કોઇની પાસે માગણી-યાચના કરવી તે પોતાના સ્વભાવ મોટાઇને હરી લે છે તે શું હું નથી જાણતો?

વળી, યાચનાથી ખૂબ જ શરમ અનુભવાય છે એ પણ હું નથી જાણતો?

આમ છતાં, ધનિકો અને દાતાઓ પાસે રોજેરોજ યાચના કહું છું, માટે તમે એટલામાં સમજી જાવ કે આ યાચના હું નથી કરતો પણ મારા જઠર રૂપી ગુફામાં બેઠેલો અગ્નિ જ મને યાચક બનાવે છે એ જ મારી લાચારી છે.'

યાચના કરનારનું સ્વમાન સચવાતું નથી. કોઇ ના પાડી દે એ તો અપમાન છે, કોઇ બહાનાં બતાવી લાચારી વ્યક્ત કરે તો કોઇ સલાહ-સૂચનનાં ટપલાં મારી થોડું-ઘણું આપે એ અપમાનથી પણ વિશેષ છે. માગવું એ અપમાનજનક છે, એ સૌ સમજે જ છે. શરમથી નીચું જોવાઇ જાય પણ લાચાર ભૂખ્યો માણસ પોતાના માન-સન્માનને ગિરવે મૂકીને, લાચારીમાં જ ભૂખ-ભીખ માંગાવે છે.

'ભૂખ ન જૂએ વાસી ભાત' ભૂખમાં રાત દિવસ, માન-અપમાન, કંઇ જોવામાં આવતું નથી.

સુવિચાર

- વ્યક્તિ જેને પ્રેમ કરે છે તેને જ સરળતાથી દગાનો ભોગ બનાવે છે - **ગેટે**
- માણસ પોતાના આત્માની સાથે જેટલો દગો રમે છે એટલો આપણી જાત સાથે બીજું કોઇ દગો કરતું નથી - **ગ્રીનવિલ**
- વ્યક્તિ બીજાની સાથે જ્યારે વિશ્વાસઘાત કરે છે, ત્યારે સૌ પ્રથમ પોતાની જાત સાથે જ દગો કરે છે - **લારોસો**
- જે વ્યક્તિ બીજાનાં રહસ્યો જ્યારે તમારી પાસે જાહેર કરે ત્યારે તેને 'દગાબાજ' તરીકે ઓળખી, તમારાં કોઇ જ રહસ્ય તેની પાસે ખોલતાં નહીં - **હઝરત અલી**
- કેટલાક લોકોને બીજાને 'દગો' આપવામાં અધિક આનંદ આવતો હોય છે - **લા ફોંટેન**
- જે દરવાજેથી તમારાં મનમાં શંકા-અવિશ્વાસ પ્રવેશ કરે ત્યાંથી જ પ્રેમ-વિશ્વાસ બહાર નિકળી જાય છે - **સંગ**
- જે ક્ષણે મનુષ્ય ઇશ્વર અને પત્ની પરનો વિશ્વાસ ગુમાવી બેસે છે તે ક્ષણ તેના જીવનની સૌથી દુખદ ક્ષણ છે - **સ્મિથ**

બોધ કથા

ભલે નાનું કામ, વ્યાખ્યાન, નિબંધ, પ્રસંગનું ઉજવણું હોય ત્યારે પૂર્ણ વિચારણા કરી તેનું સંપૂર્ણ આયોજન પહેલાંથી પદ્ધતિસર કરી લેવું જોઇએ. છેક છેલ્લી ઘડીની દોડાદોડીથી કામમાં કંઇ જ ભલીવાર આવતો નથી અને કોઇ પણ કાર્ય 'વેઠ' સાબિત થાય.

સાહિત્યમાં રસ ધરાવતાં નાનાભાઇએ, ચેર આવી કહ્યું, સ્કૂલમાં 'વાર્તાલેખન' સ્પર્ધા છે હું વાર્તા લખીશ અને પ્રથમ ઇનામ મેળવીશ, એક મહિના પછી છેલ્લી તારીખ છે ૩૦ દિવસમાં તો હું પંદર વાર્તા લખી શકું!

બહેન નાનાભાઇનો ખોટો અહંકાર પામી ગઇ અને બોલી, ભાઇ દરરોજ વાર્તાના વિકાસના બે-ત્રણ મુદ્દા ટપકાવી, ચારાલેખન વિશે વિચારી થોડું થોડું લખી કાઢ પછી બે-ત્રણ વાર લખી-સુધારી ફરી ફરી લખ!

ભાઇ કહે, હું એટલી મજૂરી ન કરૂં, તું જોજે ઇનામ હું જ લઇ આવીશ!

સમય પસાર થઇ ગયો. માત્ર બે દિવસ બાકી રહ્યાં, જેમતેમ વાર્તા લખી નાખી, પરિણામનો દિવસ આવ્યો. ભાઇ પહેલાં ત્રણમાં તો નો'તા પણ બીજાં બે આશ્વાસનમાં ચે નો'તાં.

ચેર આવી રડવા બેઠો. બહેન કહે, તારી ચડખાઉં, આયોજન વિના, બેદરકારીથી ઉતાવળે કામ કરવાની પદ્ધતિથી તું જિંદગીમાં પણ સદાય નિષ્ફળ રહીશ.

ભાઇનાં હૃદયમાં બહેન આ શબ્દો કોતરાઇ ગયા, અને પરાજયમાંથી પ્રેરણા લઇ પદ્ધતિસર કામ કરવા ગયા. પછી એ નોબેલ પારિતોષિક મેળવનાર મહાન લેખક અર્નેસ્ટ હેમિંગ્વે તરીકે વિખ્યાત થયા.

સત્તાની સોદાબાજીમાં સરી ગયેલું રાજકારણ

સમયસર
- કેશુભાઈ દેસાઈ

ઝારખંડ બિહારનો ભાગ હતું ત્યાં સુધી એના નેતાઓનું વિશેષ વજૂદ નહોતું. અલગ રાજયનો દરજ્જો મળતાંની સાતે એનો મહિમા વધી ગયો છે. એક તો પ્રકૃતિનો અઢળક વૈભવ-જંગલ, ખાણ-ખનિજ એના હસ્તક આવી ગયાં અને પેલાં વ્હાઇટ કોલર નેતાઓની દાદાગીરીમાંથી છૂટકારો મળ્યો. વનવાસી પ્રજા માટે એનું આગવું રજવાડું બની ગેયલું ઝારખંડ હવે પોતાની શરતે અને પોતાના કાયદા કાનૂનપૂર્વક માથું ટટ્ટાર રાખીને સ્વતંત્ર રાજયનો દરજ્જો ભોગવી રહ્યું છે. પરંતુ એની સ્વતંત્રતા માટે દાયકાઓ સુધી ઝઝૂમનારા ઝારખંડ મુક્તિ મોરચા જેવાં રાજકીય પરિબળોને દેશની મુખ્ય ધારા સાથે ભળવા કરતાં અલગ અસ્તિત્વ ટકાવી રાખી ધાર્યું કરાવવાની રાજરમત અનુકૂળ આવી ગઇ છે. 'ગુરૂજી'ના હુલામણાં નામે ઓળખાતાં ઝારખંડ મુક્તિ મોરચાના આજીવન પ્રમુખ શિબુ શોરેનને દેશનાં કાયદા કાનૂન સાથે ખાસ કશું લાગતું વળગતું નથી. એમનો એક ખાસ અંદાજ છે, અને એ મુજબ એ કેન્દ્ર પાસે કે મુખ્ય બે રાષ્ટ્રીય પક્ષોનાં મોવડીમંડળ પાસે પોતાનું ધાર્યું કરાવી લે છે. શિબુ સોરેન સામે અનેક ફરિયાદો થતી રહી છે, એમનાં ખુલ્લંખુલ્લા ભ્રષ્ટાચારના પુરાવા પણ મળતા રહ્યાં છે પરંતુ છે કોઇની હિંમત કે એમનો વાળ વાંકો કરી શકે? લાખ ગુના કરતાં રહ્યાં હશે એમનો પડ્યો બોલ ઝિલાય છે. ક્યારેક એ કેન્દ્રના કોલસાપ્રધાન બની જાય છે તો ક્યારેક ઝારખંડના મુખ્યમંત્રીપદના શપત લે છે. નરસિંહરાવની લઘુમતિ સરકાર બચાવવા માટે એ એમની શરતે સોદાબાજી કરી શકે છે અને પ્રાપ્ત થયેલો દલ્લો સીધો જ પોતાના બેંક એકાઉન્ટમાં જમા કરાવી શકે છે.

ગુરૂજીની આવી હરકતો છતાં ઝારખંડના આદિવાસી રાજયમાં તેઓ સૌથી વધારે લોકપ્રિય જનનાયક છે. એક વાર એમણે જાતે જ કહ્યું હતું કે સૌથી મોટો નકલસવાદી તો હું જ છું! આમ, સ્થાનિક પ્રશ્નોના પ્રવક્તા તરીકે રાજયની પ્રજાના એ સૌથી મોટા પ્રવક્તા છે. એમના પુત્ર હેમંત સોરેન પણ હવે તૈયાર થઇ ગયા છે. રાજકારણમાં ક્યાકે કેવી ફૂકરી લડાવવી તે હવે આ નેતાઓને શીખવવું પડે એમ નથી.

લોકશાહીની બહુપક્ષીય રાજય પ્રણાલીમાં જ્યારે કોઇ એક પક્ષને સ્પષ્ટ બહુમતી ન સાંપડે ત્યારે પ્રવાહી પરિસ્થિતિ સરજાતી હોય છે. ઝારખંડમાં છેલ્લે જે સરકાર ચાલતી હતી તે ભાજપ અને ઝારખંડ મુક્તિ મોરચાની સમજૂતીવાળી સરકાર હતી. અર્જુન મુંડા મુખ્યમંત્રી તરીકે કાર્યરત હતા. પરંતુ ઝારખંડ મુક્તિ મોરચાના નેતાઓનું કહેવું છે કે સત્તાની ભાગબટાઇ વિશેની મૌખિક શરત મુજબ અઢ્ઢાવીસ મહિના ભાજપના વડપણ હેઠળની સરકાર રહે અને અઢ્ઢાવીસ મહિનાલ ઝામુમોની સરકાર રહે એવી સ્પષ્ટ સૌદાબાજી થઇ હતી. સરકાર બનાવવા માટે સોદાબાજીની શરતો સ્વીકારી લેનાર ભારતીય જનતા પાર્ટીના મુખ્યમંત્રીને એમના ભાગનો સત્તાકાળ પૂરો થયા પછી સરખે હિસ્સે ભાગીદાર ઝામુમો માટે ખુરશી ખાલી કરી આપવી જોઇએ. અર્જુન મુંડાએ ઝામુમોની આ માંગણી ન સ્વીકારી એથી નારાજ થઇને જામુમોએ નાછૂટકે ભાજપની સરકારને આપેલું સમર્થન પાછું ખેંચી લેવાનો નિર્ણય લીધો છે. શિબુ સોરેન, હેમંત સોરેન અને ઝામુમોના અન્ય નેતાઓ આ અંગેનો પત્ર પણ રાજયના રાજયપાલશ્રીને સુપરત કરી આવ્યા છે. બીજી તરફ સત્તાધારી ભાજપના મોવડીમંડળે ઝામુમોની કહેવાતી વાજબી માગણીને દબાણને વશ થઇ સત્તાની સોંપણી ઝામુમોને કરવાને બદલે વિધાનસભા વિખેરી નાખીને નવેસરથી ચૂંટણી માગવાનો નિર્ણય કર્યો છે અને આ બાબતમાં પત્ર રાજયપાલશ્રીને પાઠવ્યો છે. ભાજપના મુખ્યમંત્રીશ્રી અર્જુન મુંડા રાજીનામું આપનાર છે અને તેથી આવી પ્રવાહી પરિસ્થિતિમાં નવી સરકાર બનાવવા માટેની ભલામણ કરવી કે વિધાનસભાને હાલ પૂરતી મૂર્છિત હાલતમાં મૂકી દેવી - તેનો નિર્ણય હવે રાજયપાલ શ્રી અહેમદે બંધારણીય જોગવાઇઓ મુજબ સ્વવિવેક વાપરીને કરવાનો છે. કોંગ્રેસ પરિસ્થિતિ પર ધ્યાન રાખીને પોતાનું વલણ જાહેર કરશે. જયાં સુધી ઝામુમોએ ભાજપ સાથે છેડો નહોતો ફાડ્યો ત્યાં સુધી એ ચૂપચાપ બધો તાલ જોયા કરતી હતી, પરંતુ હવે જ્યારે ચિત્ર સાફ થઇ ગયું છે - ભાજપના મુખ્યમંત્રી રાજનામું આપીને વિધાનસભા ભંગ કરવાની માગણી કરી રહ્યાં છે ત્યારે કોંગ્રેસને એક સુનિશ્ચિત, વિચારપૂર્વકનું 'સ્ટેન્ડ' લીધા વગર છૂટકો નથી. બિહારમાંથી અલગ પડેલા આ આદિવાસી પ્રદેશમાં આજની તારીખે રાજ કરવા માટે જરૂરી એવો '૪૧' નો જાદુઇ આંકડો વિવિધ સમીકરણો દ્વારા સિધ્ધ થઇ શકે એમ છે. હાલની સ્થિતિ મુજબ એંશી સભ્યો ધરાવતા ગૃહમાં ભાજપ અને ઝામુમો પાસે અઢાર અઢાર ધારાસભ્યો છે, કોંગ્રેસ પાસે તેર, ઝારખંડ વિકાસ મંચ (બાબુલાલ મંરાડી) પાસે અગિયાર, આજસૂ પાસે છ, રાષ્ટ્રીય જનતા દળ પાસે પાંચ અને છ અપક્ષ ધારાસભ્યો છે. બેઉ મુખ્ય રાષ્ટ્રીય પક્ષો - ભાજપ અને કોંગ્રેસ જુદા જુદા ટુકડાઓ સાથે ગંઠાઇને સરકાર બનાવી શકે એમ છે. ઝામુમો કોંગ્રેસને ટોકે લઇને તેમજ કોંગ્રેસ કે ભાજપ - બેઉના ટેકા વગર બાકીનાં નાનાં જૂથોનો ટેકો લઇને '૪૧'નો જાદુઇ આંકડો આંબી શકે એમ છે. ઝારખંડ વિકાસ મંચના અડધોઅડધ ધારાસભ્યો ઝામુમોનાં સંપર્કમાં છે અને આવા પક્ષાંતરને પક્ષાંતરધારા પણ અટકાવી શકે એમ નથી. આમ, પરિસ્થિતિ સંપૂર્ણપણે પ્રવાહી છે. રાજયપાલશ્રી લઘુમતિમાં મુકાઇ ગયેલી સરકારની સલાહ માનવા બંધાયેલી નથી, તેથી વિધાનસભાનું વિસર્જન કરી હાલ મધ્યસત્રી ચૂંટણી અપાય એવી શક્યતા લાગતી નથી. ભાજપ મધ્યસત્ર ચૂંટણીની માગણી કરીને પ્રજાને પોતે સોદાબાજીના રાજકારણથી અલિપ્ત રહેવાનો દેખાવ કરવા માંગે છે. જો કે, પ્રજા એ વાત બરાબર જાણે છે કે સત્તા મેળવવા સારૂં ભાજપ વારંવાર પંજાબ, ઉત્તરપ્રદેશ, બિહાર સહિતનાં ઘણાં બધાં રાજયોમાં અનેક રાજકીય પરિબળો સાથે પોતાની અનુકૂળતા મુજબની સોદાબાજી કરતું રહ્યું છે. અત્યારે દ્રાક્ષ ખાટી લાગી છે એટલે એ પોતાની 'ઇમેજ' ચોખ્ખી બતાવવાનો વાહિયાત દેખાડો કરવા પ્રયાસ કરે છે.

સમસ્ત ઝારખંડ એપિસોડમાં સરવાળે તો ભાજપ જ નુકશાનમાં ઊતરી રહ્યું છે. એણે ગુજરાત પૂરતો જે વિજય મેળવ્યો છે તે પક્ષ કરતાં સવિશેષ નરેન્દ્ર મોદીનો અંગત વિજય છે. હિમાલય પ્રદેશની ચૂંટણીમાં એનો રસાક થયો છે. વળી ગઠબંધનના રાજકારણમાં એને 'એનડીએ'ના સાથી પક્ષ તરીકે પણ ઝામુમો જેવા પ્રાદેશિક પરિબળનો ટેકો ગુમાવવો પડશે, જેનો સીધો ફાયદો આગામી ૨૦૧૪ની લોકસભાની ચૂંટણીમાં 'યુપીએ' ને થશે.

ઝારખંડ ઘટના એ ભારતીય લોકશાહીની નબળી નસનું પ્રતિક છે. આવાં સગવડિયાં જોડાણ ક્યારે બને કે ક્યારે બગડે - એનું કંઇ જ નક્કી નથી હોતું. રાજકીય જૂથોને પોતપોતાના એજંડા હોય છે અને સત્તા એ દરેકનું અંતિમ લક્ષ્યબિન્દુ હોય છે. સત્તા હાંસલ કરવા માટે સિધ્ધાંતને નેવે મૂકવામાં કોઇને કશો છોછ વરતાતો નથી, તે પણ પ્રજા સુપેરે સમજે છે. છતાં આવડા મોટા વિવિધ જાતિ-સમાજોમાં વહેંચાયેલા દેશ અને એનાં રાજયોમાં કોઇ એક જ પાર્ટી પોતાના જોર પર શાસન કરવા જોગ બહુમતી મેળવી શકે એવી શક્યતા દિવસે દિવસે ઘટતી જાય છે. મહારાષ્ટ્ર જેવા રાજયમાં કોંગ્રેસ અને રાષ્ટ્રવાદી કોંગ્રેસ પાર્ટીને જોડાણ કરવું પડે છે તો બિહારમાં જદ(યુ) અને ભાજપને જોડે બેસવું પડે છે આ એક પ્રકારની રાજકીય મજબરી છે, એ મજબૂરી વચ્ચે દેશની પ્રજાએ પીસાતાં રહેવું પડે છે.

ઝારખંડની રચના આદિવાસી પ્રજાનાં સર્વાંગી વિકાસના મુદ્દે કરાઇ હતી, પરંતુ એને રાજયનો દરજ્જો અપાવવા મથનારાં લોક-પરિબળો પોતે જ સત્તાનો સ્વાદ ચાખી લીધા પછી એમના મૂળ ઉદ્દેશથી ભટકી ગયાં છે. આનું જ નામ તે 'રાજકારણ.'

જે કંઈ સારૂં છે તે એ આપણી સંસ્કૃતિ અને જે કંઈ ખરાબ છે તે વિદેશોમાંથી ઈમ્પોર્ટ કરેલું છે એ માનવું કેટલું ભુલભરેલું છે

સ્પંદન ડોટ્ કોમ
- ડો. અનિલ ચૌહાણ

'મુજકો દફ્નાકર જબ વો વાપીસ જાયેંગે... સાથ રકીબોં કે વો જશ્શન મનાયેંગે...

ગીતકાર અને ગાયક અત્તાઉલ્લાખાન નું દર્દ આજે અત્યાચાર પીડીતાનો આત્મા સ્વર્ગમાં બેઠો બેઠો પણ મહેસુસ કરી રહ્યો હશે...

પીડીતા મૃત્યુ પામી છે. તેના પિતા બ્રીટીશ ચેનલને ઇન્ટરવ્યુ આપવામાં વ્યસ્ત છે. તેનો બોયફ્રેન્ડ ઝી ચેનલમાં ચમકે છે. સમાજસેવકો હાથમાં મીણબત્તી લઇને ફોટોગ્રાફર આવે તેની રાહ જોઇને ઉભા છે. આપણે બધા જે કોઇ મળે તેને રસપૂર્વક ચર્ચાઓ કરતા જઇએ છીએ. દૈનિકપત્રો નવા કોઇ મોટા સમાચાર ના આવે ત્યાં સુધી પિડિતાના સમાચાર છાપ્યે જવાના છે. રાજકારણના ખેલાડીઓ અને ધાર્મિક નેતાઓ મન પડે તેમ આડાઅવળા નિવેદનો ફેંકયે જાય છે.... એ આશાએ કે આવતી કાલના અખબારમાં પોતાના નિવેદનની જ હેડલાઇન બને.

ગામડામાં આજથી પચ્ચીસ વરસ પહેલાં ભવાઇનો વેશ ભજવાતો. ભવાઇ કરનારાઓની આર્થિક પરિસ્થિતિ પાંખી અને ઓડીયન્સમાં 'મહેરબાન... કદરદાન...' ઓછા, એટલે આજના જેવું ફુલ ફંક્શન લાઇટીંગ સીસ્ટમ તેમને પોસાતું નહીં એટલે ગામમાં મંદિર પાસે વાયરથી લટકાવેલા, ગણીને બે જ ફીલીપ્સના બલ્બના અજવાળામાં, રામાયણનો ભવાઇ વેશ ચાલે... કલાકારો એ ગોઠવણી પહેલેથી જ એવી રાખેલી હોય કે સંવાદો વખતે એક બલ્બનો પ્રકાશ રામ પર પડે અને બીજા બલ્બનો પ્રકાશ રાવણ પર પડે. બાકીના પાત્રો બોલે ખરા પણ લાઇમ લાઇટમાં નહીં. સારા પાત્રોમાં રામ કે રાવણ બનવા પડાપડી થાય. કેમ...?! તો કહે કે... "ઉપર લાઇટ પડે ને...!!!"

આજકાલ સારા કે ખોટા, વિચારેલા કે વણવિચારેલા નિવેદનો આપવાની ફેશન થઇ ગઇ છે. ગામની ભવાઇમાં રામ બનાય તો ઠીક છે નહીં તો રાવણ બની જવાનું, પણ મુખ્ય લક્ષ તો બધાનું એક જ.... આપણા પર લાઇટ પડવી જોઇએ.!

કોઇકે પિડીતાની આ ઘટનાનો વિરોધ કરનારાઓને 'માઓવાદીઓ' સાથે સરખાવ્યા તો કોઇકે એવું કહ્યું કે 'છોકરીઓ મોડી રાત સુધી ફરી શકે તે માટે ભારતને આઝાદી મળી નથી.'

એમાંય એક ચોંકાવનારી હેડલાઇન એવી આવી કે 'આ બનાવ ઇન્ડીયામાં બન્યો છે, ભારતમાં નહીં.'

લો... કરો વાત... ખોટું ખોટું થાય તે બધું ઇન્ડીયામાં ને બાકી બચ્યું એટલું ભારત...?!!!

ચોરી ઇન્ડીયામાં... લાંચ લેવાય ઇન્ડીયામાં .... જમીનો હડપ થાય ઇન્ડીયામાં ... જુઠું બોલવાવાળા ઇન્ડીયામાં..., અત્યાચારો, મારામારી, ખુનખરાબા આ બધું જ ઇન્ડીયામાં....

અરે મારા ભાઇ, આવી ડેફીનીશન રાખશો તો જરા જુઓ તો ખરા, ભારતના ભાગે બચ્યું શું ?!!!

વળી એક ધર્મ ગુરુએ એવું નિવેદન કર્યું કે પિડિતા સરસ્વતી મંત્ર કે ગુરુદિક્ષાનો મંત્ર બોલી હોત તો આ દિવસ ના આવત.

સારુ છે કે આ બનાવનો ભોગ બનનાર આજે હયાત નથી, નહીં તો શું જવાબ આપત તેની તો કલ્પના કરવી પણ મુશ્કેલ છે.

કેટલાક સમય પહેલાંની એક ઘટના યાદ કરી લઇએ.... જ્યારે ગાંધીનગરની શાંત પોલીસ પર કહેવાતા "સાધકો" એ, ગાંધીનગર કલેક્ટર કચેરી નજીક પથ્થરમારો કરેલો. બીજા દિવસે પોલીસે આશ્રમમાં જઇને પથ્થરમારો કરનાર સાધકો પર 'પોલીસવાળી' કરી... સાધકોના શરીર પર દંડાના નિશાનવાળા ફોટાઓ લગભગ બધાજ ગુજરાતી અખબારોમાં છપાયા.

પૂજ્ય ગુરુજીએ આ સાધકોને આવો એકાદો મંત્ર પણ શિખવાડ્યો હોત તો... 'પોલિસવાળી'ના પ્રતાપે 'બીચારા'(!!) સાધકોના શરીરે આટલા બધા ચકામા ના પડત...!!! (જય રામજીકી... બોલના પડેગા?!!) જવા દો વાત... સબકો સન્મતી દે ભગવાન.

કળીયુગ હતો. દ્વાપરયુગમાં, તેત્રા યુગમાં કે સતયુગમાં ... પણ કળીયુગ તો હતો જ રામરાજ્યના સમયે પણ હતો, પહેલા પણ હતો અને પછી પણ..., આર્યાવ્રતમાંય હતો ને હિન્દુસ્તાનમાંય હતો, ભારતમાંય હતો ને ઇન્ડીયામાંય છે.

ભરી સભામાં દ્રોપદીનું વસ્ત્રાહરણ કરનાર દુ:શાશન કે સોળ હજાર રાણીઓને જોરજુલમથી પકડી લાવી કેદ કરનાર જરાસંધ પણ આપણી કહેવાતી ભારતીય સંસ્કૃતિના ઇતિહાસના પાનાઓમાંજ ઘરબાયેલો પડેલો છે.

જે કંઇ સારું છે તે એ આપણી સંસ્કૃતિ અને જે કંઇ ખરાબ છે તે વિદેશોમાં થી ઇમ્પોર્ટ કરેલું છે એ માનવું કેટલું ભુલભરેલું છે તે કોઇ યુ.કે. કે યુ.એસ.એ.ના નજીકના મિત્રને પુછી જોજો...

શિયાળામાં જયારે આ કોથમરી સહજ રીતે પ્રાપ્ય છે ત્યારે તેનો વધુ ને વધુ ઉપયોગ કરીને સ્વાસ્થ્ય જાળવીએ...

કોથમરી - વિશિષ્ટ ઔષધ
નિરામય
- ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

આપણે આહારમાં જે કાંઇ ખાઇએ, પીએ છીએ તેની શરીરમાં કોઇને કોઇ સારી નરસી અસરો થાય જ છે. આ કારણે જ આહારને સ્વાસ્થ્ય આપનાર તેમજ રોગ પણ આપનાર કહ્યો છે. આહારને કારણે રોગીષ્ટ માણસ સાજો થઇ શકે છે અને સાજો માણસ રોગીષ્ટ. આથી જો આપણે રોજિંદા આહારમાં લેવાતી ચીજો ના ગુણદોષો જાણી લેવામાં આવે તો ઘણાંખરા રોગોને દૂરથી જ ડાયવર્ટ કરી શકાય, તેમજ થયેલા રોગોને ત્વરીત મટાડી પણ શકાય.

આજે આપણે એવા ખાદ્ય પદાર્થની વાત કરીએ કે જેનો ઉપયોગ લગભગ દરેક ઘરમાં રોજિંદો થાય છે. વળી, આ સમયે એટલે કે શિયાળામાં તો એ લૂંબેઝૂંબે જોવા મળે છે. એ ખાદ્ય પદાર્થ એટલે કોથમીર. તેને કોથમીર કે લીલા ધાણા પણ કહેવામાં આવે છે. સામાન્યત: દાળ-શાકમાં મસાલા તેમજ પૂરક સામગ્રી તરીકે નંખાતી તેમજ ચટણી બનાવીને પણ ખાવામાં આવતી કોથમીર નો એક ગુણ તો લગભગ બધાને ખબર છે. એવું કહેવાય છે કે, સમડી પોતાના બચ્ચાઓને માળામાં હોય ત્યારથી કોથમીર ખવડાવે છે, આમ, કોથમીર એ આંખ માટે ઉત્તમ ઔષધ છે.

નાજુક, ઝીણા પાન ધરાવતી કોથમીરનું લેટિન નામ કોરિએન્ડ્રમ સેવીટમ્ છે. (આથી તેને અંગ્રેજીમાં કોરીએન્ડર કહેવાય છે) કોથમીરના પાનમાં કાર્બોહાઇડ્રેટ, પ્રોટીન, ખનિજ તત્ત્વો, ચરબી તેમજ ફાઇબર્સ હોય છે. ખનિજોમાં કોથમરીમાં કેલ્શિયમ, ફોસ્ફોરસ, લૌહતત્ત્વ, સોડીયમ, પોટેશિયમ આદિ વિશેષ હોય છે. આ ઉપરાંત કોથમરીમાં કેરોટીન, રિબોફ્લેવીન, નિએસીન, વિટામીન-સી આદિ પણ મળી આવે છે.

કોથમીરના પાન સામાન્ય વ્યક્તિને હોજરીને મજબૂત બનાવનાર છે. તેનાથી ગેસ છૂટે છે. સ્ત્રાવ વધે છે. પેશાબમાં વધારો થાય છે. તેમજ તાવ પણ મટે છે. જો ગળામાં કફ ભરાયેલ હોય તો કોથમીર એ કફને નીકાળી દે છે. કોથમીર સુગંધીદાર છે, શક્તિવર્ધક છે. તેમાં રહેલ લૌહતત્ત્વને કારણે લોહીના ટકા (હિમોગ્લોબિન) વધે છે.

કોથમીરની જેમ તેના બીજ (ધાણા) પણ ખનિજતત્ત્વોથી ભરપૂર છે. તેના બીમાં પણ કેલ્શિયમ, લૌહ, ફોસ્ફરસ, પોટેશિયમ પણ જોવા મળે છે. ધાણાના બીજમાં વિટામીન, ચરબી તેમજ રેશા પણ મળી આવે છે.

કોથમરી અતિસાર (ઝાડા) તથા મરડામાં પણ ઉપયોગી છે. આ ઉપરાંત તે મસા, એસિડીટી, કૃમિ, આદિમાં પણ રાહત આપે છે. કોથમીરનો રસ તાજી છાશ સાથે પીવાથી પાચનતંત્રને પોષણ મળે છે. અપચો, ઉબકા-ઉલ્ટી, મળની ચિકાશ, આંતરડાનો સોજો, તેમજ ચાંદા પડી ગયા હોય તેમાં કોથમરી અતિ-ઉપકારક છે. અપચો-એસિડીટીમાં સુકા ધાણા, જીરૂં, કાળી દાક્ષ, પીસેલ નાળિયેર આદિ નિયમ માત્રામાં લેવાથી ફાયદો થાય છે. અછબડા કે ઓરી જેવા રોગોમાં આંખોને લાગેલ ચેપ ને નિવારવામાં કોથમરીનો રસ આંખમાં નાખવાનું સૂચન છે. આ ઉપરાંત આંખો આવી હોય, આંજણી થઇ હોય કે આંખો બળતી હોય તેમજ આંખો નબળી હોય તો કોથમરીના પાનના ઉકાળેલ રસના ટીપા નાંખવાથી આંખોને પૂરતી રાહત અને પોષણ મળે છે. આ ઉપરાંત સ્ત્રીઓને વધુ પડતાં માસિક સ્ત્રાવમાં પણ કોથમરીના પાન તથા બીજ ફાયદાકારક છે.

આમ, કોથમરી એ બજારમાં સહજ રીતે મળતી એવી ઔષધિ છે કે જેનો ઉપયોગ સમજદારી તેમજ વિવેકપૂર્વક કરવાથી તેના અનેકાનેક ગુણોનો લાભ લઇ શકાય છે. વિદ્યાર્થી વર્ગ તેમજ નાના બાળકોને આંખો તથા શરીરના પોષણ અર્થે કોથમરી એક બહુમૂલ્ય ઔષધ છે. શિયાળામાં જયારે આ કોથમરી સહજ રીતે પ્રાપ્ય છે ત્યારે તેનો વધુ ને વધુ ઉપયોગ કરીને સ્વાસ્થ્ય જાળવીએ...

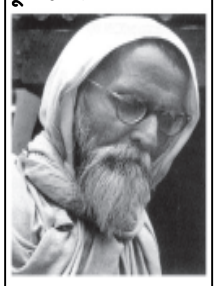
આજના દિવસનો મહિમા

- ભાનુપ્રસાદ એસ. દવે

૧૦મી જાન્યુઆરી

- યુનોના આંતરરાષ્ટ્રીય લો કમિશનના સભ્ય 'લોઇન વેદિક એઇજ, હિન્દુ ફિલોસોફી' નામની બે કૃતિઓ તેમની અધ્યયન પ્રવૃત્તિઓનો નિચોડ છે તેવા ડો. રાધાવિનોદ પાલની આજે પુણ્યતિથિ - ૧૦-૧-૧૬૬૭.

- ૧૯૧૧ - ક્રાંતિવીર શ્રી વિનાયક દામોદર સાવરકરને જન્મટીપની સજા થઇ.
- ૧૯૫૯ - સંત વિનોબા ભાવેએ ૧૧ દિવસનો પગપાળા પ્રવાસ ગુજરાતના શામળાજી ખાતે પૂરો કર્યો.



- ૧૯૫૬ - લેખક પત્રકાર રાજપુરૂષ ડો. સંપૂર્ણાનંદનું અવસાન.
- ૧૮૪૬ - યુનોની પ્રથમ બેઠક લંડન ખાતે મળી.