સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
ફોન : ૨૩૨૨૬૨૫૧

સલામી સવારની..

મિડીયા અને ટેકનો-પ્રચારનાં તીર વાગ્યાં છે,
લાગ્યાં છે હવે કમરકસી હરિફોને તાગ્યા છે
રચ્યા છે ચમરબંધી, ચૌદની ચૂંટણી જંગમાં -
હતા ખાયકીના નશામાં હવે સફાળા જાગ્યા છે!
(પ્રિયંકાજી મેદાનમાં, સંગઠનમાં ફેરફાર)

હાઈકુ

કાચી દિવાલે
- 'ચોર' દબાયા ચાર -
આવ્યાં શું'કામ?!
(પાત્રની જ પૃછા
('સાહેબ' તપાસપંચ)

નિવેદનો, ને -
રદ્દીયા ગુથ્થીમાં જ
ગૂંચાઇ 'આપ'..
(બીન અનુભવી મંત્રીઓ..)

ચિંતન

દાતવ્યમ્ ઇતિ યદ્ દાનં દીયતે અનુપકારિણે ।
દેશે કાલે ચ પાત્રે ચ તદ્ દાનં સાત્ત્વિક સ્મૃતમ્ ॥

'પોતાની ફરજ-કર્તવ્ય સમજી આપવામાં આવેલું, કોઇ પણ બદલાની અપેક્ષા વગર આપવામાં આવેલું, યોગ્ય સ્થાને, યોગ્ય સમયે, અને સુપાત્રને જ આપવામાં આવેલું દાન 'સાત્ત્વિક દાન' કહેવાય છે અન્યતા 'સાટાં વ્યવહાર' જ કહેવાય એ દાન નથી.'

અત્યારે ચૂંટણીઓમાં ઉદ્યોગપતિઓ પણ 'દાન' કરે છે આમાં દાનવૃત્તિ નથી પણ જો કોઇ પણ સત્તા પર આવે તો એમનાં કાળાં કામોને છાવરે અથવા એવાં કાળાં કામ કરવા માટે મદદરૂપ થાય. એવી સ્વાર્થવૃત્તિ છે. આપણે પણ ભગવાનને છત્ર-ચૂંટણી-સાડી ચઢાવવાની માનતા પૂર્ણ કરવા લીધેલાં વચનની શરત મૂકીએ છીએ આ દાન નથી.

હવે તો છડેચોક પહોંચ બૂક પર '૮૦સી' હેઠળ કરમાફીને પાત્રનું ટાંચણ લખેલું જ હોય છે એટલે સાર્વજનિક ધામો 'કરમાફી'નું પાત્ર બને છે બ્લેકના વાઇટ થાય છે. કિલો-કિલો સોનું આવે છે કયાંથી ઇન્કમ ટેક્ષવાળા પૂછતા નથી!

આશારામ જેવા અપાત્રને દાન ન થાય સાધુસંતો પોતાના આશ્રમો-પાઠશાળા-ગૌશાળાના નાકે ધન-સમૃદ્ધિ એકત્ર કરી ભોગ-વિલાસ કરે છે આપણે આપણા પાપ પર પરદો ઢાંકવા, ખોટા આત્મસંતોષ માટે દાન દઇએ છીએ એ સાટા-વ્યવહાર જ છે 'સાત્ત્વિક નથી.' જરૂરિયાતવાળાં ગરીબને કોઇ પણ બદલાની અપેક્ષા વિના આપેલું દાન સાત્ત્વિક દાન છે.

સુવિચાર

- ઘડિયાળનાં કાંટા પ્રમાણે સતત ગતિમય જીવન જીવશો તો સાચી ખુશીનો અનુભવ કયારેય નહીં થાય *-કાન્તિ ભટ્ટ*
- લોભ અને કરકસર... આ બંને વચ્ચેનું અંતર સમજીને જીવનાર માણસ સફળ અને સુખી થઇ શકે *- એસ. ભટ્ટાચાર્ય*
- હે ઇશ્વર, તમે બધા જ સંજોગો તમે મારા કલ્યાણ માટે જ સર્જયા છે તેવી મારી શ્રદ્ધા અખંડ રહો *- અરવિંદ*
- ગરીબી બધી જાતની કલાઓના આવિષ્કારનું કારણ છે *- શરીફા વીજળીવાળા*
- આશાવાદી ગરીબ નિરાશાવાદી ધનિક કરતાં વધારે સુખી છે *- પ્રભુપાદ*
- ભૂલોથી અનુભવ વધે અને અનુભવ વધવાથી ભૂલો ઘટે *- રાજચંદ્ર*
- કેટલાંક લોકો કમાલ હોય છે, આંખોમાં ચમક અને ચહેરા ખુશખુશાલ હોય છે, એવા લોકોને જરા ધ્યાનથી જોજો... એમના ખિસ્સામાં જ ભીના રૂમાલ હોય છે *- નવનીત સમર્પણ*

(સંકલન : દીપક વી.આસરા)

બોધ કથા

આપણને આપણા નોકર-ચાકર, કામ કરનારા કે કર્મચારીઓમાં અપેક્ષાઓ બહુ મોટી હોય છે ઓછા પૈસા આપી વધારે કામ કઢાવવામાં જાણે આપણી મુત્સદ્દી હોય છે. ખરેખર તો આ શોષણ છે આવાં કામમાં વેઠ જ થાય, ભલીવાર નથી હોતો.

આબુ પર્વત પર, દેલવાડામાં જિનાલયનું બાંધકામ ચાલતું હતું. રાજવી તેજપાળનો આ નિર્ણય હતો રાણી અનુપમાદેવી આ કામ પર દેખરેખ રાખતાં હતા. જિનાલયની ભવ્યાતીત કોતરણીમાં સમય ખૂબ જતો હતો. અને તેના કલાકારો-શિલ્પીઓમાં કેટલાક ઠંડી અને અપોષણને કારણે બિમાર હતા. જે શિલ્પી કામ કરતા હતા તેના ચહેરા પર થાક અને કંટાળો સ્પષ્ટ દેખાતો હતો.

અનુપમાદેવી એ બધાની શારીરિક તપાસ કરાવી-ડોકટરોએ અભિપ્રાય આપ્યો. એમને પૌષ્ટિક ખોરાક નથી મળતો. ઠંડીથી પૂરતું રક્ષણ નથી મળતું વેતન ઓછું છે તેથી ફળ-ફૂલ-ઘી નથી ખાઇ શકતા.

અનુપમાદેવી એ બધાના વેતનમાં વધારો કર્યો. પૌષ્ટિક ભોજન મળે એ માટે બધા જ શિલ્પી કારીગરો માટે રસોડું શરૂ કરાવ્યું. ગરમ પાણી અને તેલમાલિસની વ્યવસ્થા કરી.

શિલ્પીઓમાં નવા ઉત્સાહનો સંચાર થયો અને એનો પડઘો 'ઉત્તમ કોતરણી' સ્વરૂપે આજે પણ દેખાય છે.

Email - sureshchandrabhatt18@gmail.com

જીવનમાં છોળો ઉડાવવાનો એક પણ અવસર ચૂકવા જેવો નથી

સખીને પત્ર

- સ્વાતિબા રાઓલ

પ્રિય સખી,

ઠંડી બાહુબલી બનીને ચોમેરથી આપણને ભીંસમાં લઇ રહી છે. હમણાં રેડિયો પર ટ્રાફિકના હાલ જણાવવા માટે એક વ્યક્તિએ રેડિયો સ્ટેશન પર ફોન કર્યો અને જણાવ્યું કે "મેમનગરથી એસ.જી. હાઇવે પર જતાં વાહનો અને માણસોનો ટ્રાફિક ઘણો ઓછો છે કારણ કે ઠંડીનો ટ્રાફિક જામ છે!" સ્કૂલમાં બાળકોની હાજરી પણ ઓછી છે. એટલે ભણાવવાના બદલે આજે ઉત્તરાયણની તૈયારીઓ વિષે વાત માંડીને વાતાવરણમાં ગરમાવો આવી ગયો. દરેકે દરેક જણ ઉત્સાહથી પોતે કેવા પતંગ લાવશે! ગઇ ઉત્તરાયણમાં શું કર્યું હતું! આ વખતે કયાં ગીતો પર ડાન્સ કરવાનો છે! દોરી કયાં પિવડાવવી! ગઇ ઉત્તરાયણમાંશું કર્યું હતું! આ વખતે કયા ગીતો પર ડાન્સ કરવાનો છે! દોરી કયાં પિવડાવવી! પવન વધુ હોય તો અથવા બિલકુલ ન હોય તો શું કરવું! ની ચર્ચામાં જોડાઇ ગયા અને મારા મનને નિરાંત થઇ. નાતાલ અને નવા વર્ષની ઉજવણી પછી ઠંડીમાં ઠુંઠવાઇને કોકડું વળવા માંડેલું જીવન ફરી મકરસંક્રાતિનાં દિવસે આળસ મરડીને ધબકતું થશે. અમે શાળામાંથી જયારે જયારે પ્રવાસનું આયોજન કરીએ ત્યારે-ત્યારે અમારા સ્ટાફના બલભદ્રસિંહ હંમેશા કહે, 'આ ચાર દિવસ જીવન જીવતાં હોઇએ તેવું લાગે છે. બાળકો જોડે બાળક બની રખડવાની મજા જ કંઇ ઓર છે!' શું થાય છે? જો આપણા જીવનમાંથી તહેવારો અને ઉજવણીઓની બાદબાકી થઇ જાય તો?

એક પ્રખ્યાત સૂફી સંત હતાં. એમની ખ્યાતિ ચારે બાજુ ફેલાયેલી હતી. એક વખત એક માણસ સાધના શીખવા ગયો. એની માત્ર એટલીજ ઇચ્છા હતી કે કોઇ એવી સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરે કે તે હંમેશા પ્રસન્ન રહી શકે. એ માણસ સૂફી સંત પાસે પહોંચ્યો ત્યારે એણે જોયું કે સંત પાસે વાંસની બનેલી નાનકડી છાબડી હતી અને એમાંથી એ દાણા લઇને પક્ષીઓને ખવડાવતાં હતાં. પક્ષીઓ મોજથી એ દાણા ચણતા હતા. એ જોઇને સંતના મોં પર હરખ સમાતો નહોતો. આમ ઘણો સમય પસાર થઇ ગયો. સંતે પેલા માણસ તરફ કંઇ ધ્યાન ન આપ્યું. આથી પરેશાન થઇને એ સંતને કંઇક કહેવાત જતો હતો. ત્યાં જ સંતે પેલી દાણભરેલી છાબડી એને પકડાવી દીધી અને કહ્યું : "હવે તું પંખીઓને ચણ નાંખ અને એના આનંદનો અનુભવ મેળવ?" પેલો માણસ વિચારવા લાગ્યો કે કયાં હું ચિરંજીવ પ્રસન્નતા પ્રાપ્ત કરવાની સાધના જેવી ઉચ્ચ સિદ્ધિ શીખવા-મેળવવા આવ્યો છું ને કયાં આ સંત મને પક્ષીઓને ચણ નાંખવા જેવું મામૂલી કામ સોંપે છે? સંતે તેના મનની વાત પકડી પાડી એ બોલ્યા : "ખુદની મુશ્કેલીઓને ભૂલીને દરેક જીવને આનંદ પહોંચાડવાનો પ્રયત્ન જ જીવનની ચિરંજીવી પ્રસન્નતાનું રહસ્ય છે. જો તું પ્રસન્નતા પામવા માગતો હોય તો તારી આસપાસના લોકોને પ્રસન્નતા આપવાનું શીખ એ જ ખરી સાધના છે."

આપણી આસમાં આનંદ અને ખુશીના નાના-નાના એટલાં અવસર ભગવાને બારમાસીના છોડની જેમ ઉગાડી આપ્યાં છે. પણ આપણે તો કશું ક નવું, કશુંક વિશાળ કશુંક શાશ્વત મેળવવાની દોડધામમાં પડ્યાં છીએ અને એટલે જે સમયાંતરે આવતાં તહેવારો- ઉત્સવો અને અવસરો આપણને રાહત આપી જાય છે. હવે તો જો કે તહેવારોની ઉજવણી પણ ફિક્કી પડતી જાય છે. આપણા જાણીતાં ગઝલકાર શયદા કહે છે -

"તમારા પગ મહીં જયારે પડ્યો છું,
હું સમજ્યો એમ આકાશે ચડ્યો છું.
જતાં ને આવતાં મારે જ રસ્તે,
બની પથ્થર હું પોતાને જ નડ્યો છું."

આપણું મન જ આપણાં બંધનો કે મુક્તિનું કારક છે - નિમિત્ત છે. પોચા - સુંવાળા ઘાસમાં આળોટવાની મજા માણી જુઓ ખુલ્લા મને તો આકાશમાં ભૂરા-રેશમી વાદળો વચ્ચે આળોટતા હોવાનો અહેસાસ થાય. પણ ખબર નહિ કઇ - કઇ ને કેવી કેવી મજબૂરીએ આપણને નિજાનંદમાં ડૂબકી મારતાં રોકી રાખ્યાં છે?

આ સૃષ્ટિમાં આપણે સૌ આંગતુક છીએ. કોઇ અગોચર એવી ક્ષણે પ્રગટીએ છીએ અને અગોચર ક્ષણે વિલય પામીએ છીએ. આ બે અગોચર ક્ષણોની વચ્ચે પણ જીવન કેટલું ભર્યું ભાદર્યું છે તેને જોવાનો માણવાનો રોજ-રોજ - પળે-પળ ચાન્સ લઇએ તો જ સાચું જીવ્યાં કહેવાય! બે ઘડી માટે આંખ મીંચીને જરા કલ્પના કરી જુઓ કે મર્યાના સો વર્ષ પછી આપણો આત્મા ઉપર બેઠો બેઠો પૃથ્વી પરનું જીવન જુએ તો એ શું વિચારે? કદાચ આવું વિચારે :'અ હા હા હા, એક જમાનામાં હું પણ પૃથ્વી પર જીવતો હતો. આ પણ. પેલા મેદાનમાં સાયકલ શીખતાં શીખતાં ઘૂંટણ છોલેલાં. દિવસમાં દસ વખત પેલી ચુટકીના ઘરના આંટાફેરા કરેલા, બોસને કેવું સંભળાવી દીધેલું, દીકરીએ પહેલી પા..પા.. પગલી માંડી ત્યારે હૈયું એક ધબકારો ચૂકી ગયેલું, વહુએ મ્હેણું માર્યું ત્યારે મન ભરાઇ આવ્યું, હતું, બિમારીના બિછાને હતો ત્યારે પત્નીએ રડતાં રડતાં પણ કેવી સેવા ચાકરી કરેલી... અને ભર્યાં કુટુંબ વચ્ચે મૃત્યુની ગોદમાં જઇ બેઠેલાં... ઠીક છે, જીવનમાં મુશ્કેલીઓ તો હતી, પણ મજા એ હતી કે હું ત્યારે જીવતો હતો.'

ભૂતકાળમાં ભવિષ્યમાં પૃથ્વી પર જીવન હતું અને રહેશે પૃત્વી પર આપણું હોવું, જગતની સમગ્ર ગતિવિધિના એક ભાગરૂપે હોવું આ જલસો પણ જેવો તેવો તો નથી જ. પણ કમબખ્ત આપણી કમનસીબી એ છે કે આ સુંદર ધરતી પર માણસ તરીકે હજરાહજૂર હોવું એ કેટલી મોટી વાત અને એટલો દુર્લભ અવસર છે. એ જિંદગી દરમિયાન આપણને ભાગ્યે જ સમજાતું હોય છે. એટલે જ જીવન નામના આ ઉત્સવને ઉજવવામાં આપણે પાછળ રહી જઇએ છીએ.

અને એટલે જ આપણને જરૂર પડે છે ઉત્સવોની જન્માષ્ટમી, ગણેશોત્સ્વ કે નવરાતર શું છે? એ આપણને યાદ અપાવે છે કે નાચો-કૂદો-ગાવ, ભેગા થાવ, આનંદને વહેંચીને ઉજાણી કરો, જીવનને ઉજવો. કૃષ્ણે આજે તો સંદેશ આપ્યો છે. જીવનના મહાભારતમાં પ્રવૃત્ત થાવ તે પહેલાં જયાં કદમ્બ અને યમુના મળે પ્રિયજનને નિમંત્રીને રાસની રસલ્હાયણ કરી લ્યો! જીવનને ઊજવવાનું ભૂલાઇ ન જાય તે માટે તો કેલેન્ડરમાં વચ્ચે વચ્ચે ઉત્સવો મુકી આપ્યા છે. જીંદગી ઠિંકરાઇ જાય, ઠસરડો બની જાય, જીવવાનો આનંદ ભૂલાઇ જાય... ત્યાં આવી પડે એક ઉત્સવ. એ આપણી અંદર ઠંડા પડી રહેલા તણખાને ફૂંક મારીને તગતગતો કરી મૂકે છે અને આપણે ક્રિસમસ ટ્રી જેવા ઝગમગતાં થઇ ઉઠીએ છીએ.

ઉત્સવોને સલામ ઉત્સવો જિંદાબાદ છતાં જીવનને ઉજવવા માટે ઉત્સવોની રાહ જોવાની જરૂર નથી. એ માટે એક ઉત્સવથી બીજા ઉત્સવની વચ્ચેના સમયગાળામાં શું કરવાનું? મંજીરા વગાડવાના? હા સ્તો, મંજીરા વગાડીને ભજન ગાવાં એ પણ જેવી તેવી ઊજવણી નથી. પ્રાર્થનામાં ભાવ-ઉલ્લાસને ઉમળકો ભળે ત્યારે ભજન-કીર્તન-નર્તન બની જાય છે. જીવનમાં છોળો ઉડાવવાનો એક પણ અવસર ચૂકવા જેવો નથી. ઓફિસમાં એકાદ કામ પણ સુપેરે, પાર પડે તો બાજુવાળાને કહેવું કે, 'ચલ યાર, ચા થઇ જાય!' એ પણ જીવનની છોળ છે. અત્યારે સૂર્યના તેજ અને હૂંફની તીવ્ર અનુભૂતિ પણ અસ્તિત્વની ઉજવણી જેવી લાગે છે. ઊડતું પતંગિયું, દોડતાં છોકરાં, બૂમો પાડતાં, જુવાનીયા, ગરમ દાળવડાની સુગંધ, જલેબીની મીઠાશ, ઠંડા હાથને ગરમ હાથની આંગળીઓમાં પરોવીને ધીમેકથી ઠંડીના કાનમાં કહેવું થૈંક્યું...! આ બધી શું ઉત્સવોથી કમ છે? નથી, પણ જીવનની મોકાણોમાં આપણે એટલાં અટવાયેલાં રહીએ છીએ કે જીવન માણવાનું ભૂલાઇ જાય છે. ઘણીવાર ઉત્તરાયણમાં ધાબા પર ફિરકીની ગૂંચ ઉકેલવા જતાં ચગેલા પતંત ગુમાવ્યા છે ને? એટલે જ દુઃખ આવે ત્યારે દુઃખી થઇ લેવાનું, પણ તેની પાછળ ધૂણી ધૂણીને ગાંડા થોડું જ થવાય છે? આપણાં મૂર્ધન્ય કવિશ્રી નિરંજન ભગતે એટલે જ તો સલાહ આપી છે કે -

ચાલ, ફરી એ!
માર્ગમાં જે જે મળે તેને હૃદયનું વ્હાલ ધરીએ!
બહારની ખુલ્લી હવા
આવે અહીં, કયાં લઇ જવાં?
જયાં પંથ નવા, પંથી નવાં;
એ સર્વનો સંગાથ છે તો નિત નવા કૈં તાલ કરીએ!
એકલાં રહેવું પડી?
આ સૃષ્ટિ છે ના સાંકડી!
એમાં મળી જો બે ઘડી
ગાવા વિષે, રહાવા વિષે; તો આજની ના કાલ કરીએ!
ચાલ ફરીએ!

અરે છોડો સખી... બબાલો પડે ખાડામાં અને મોકાણો જાય મશાણમાં. લાઇફ ઇઝ ધ ગ્રેટ ફેસ્ટિવલ. જીવન મતલબ સચ્ચિદાનંદ અસ્તિત્વનાં આનંદને જાણવો-સંવેદવો અને માણવો એટલે સચ્ચિદાનંદ. આમેય ઉત્તરાયણ આવે છે અને કેવો યોગાનુયોગ છે કે ૧૪મી સપ્ટે. આપણને આ જીવન હાસ્યનું ચ્યવનપ્રાશ ચટાડનારાં હાસ્ય લેખક વિનોદ ભટ્ટનો જન્મદિવસ છે. તો હસતાં રહીએ સૌને ગમતાં રહીએ અને ગમતાનો ગુલાલ કરી જીવન મહોત્સવને ઊજવતાં રહીએ...

- તારી સ્વાતિ

...બેટા, તને વધુ મોટો ગાયક બનાવવા માટે શીખવવા જેવું મારી પાસે કંઇ નથી, તું ગાતો રહે, તારી તરક્કી થશે

કુંદનલાલ સાયગલના કેટલાંક રસપ્રદ સંસ્મરણો

- વિનય ઠાકર

ફિલ્મ જગતના ૩૦-૪૦ ના દાયકાના વિખ્યાત ગાયક કુંદનલાલ સાયગલ (કે.એસ. સાયગલ)નું દર્દ ભર્યું. ગીત "બાબુલ મોરા" આજે પણ સૌ યાદ કરે છે. સાયગલના કેટલાક રસપ્રદ સંસ્મરણો અત્રે ટૂંકમાં પ્રસ્તુત છે :

● સાયગલના શરૂઆતનાં વર્ષોમાં તેમને ખેદ હતો કે તેઓ પરંપરાગત ઘરાનાની ગાયકી શીખ્યા નથી. તેથી તેઓ જાણીતા ઉસ્તાદ ફૈયાજ ખાન પાસે કંઠી બંધાવવા ગયા. ખાન સાહેબે સાયગલને કંઇક ગાઇ સંભળાવવા કહ્યું. તેમણે રાગ દરબારીમાં ખ્યાલ ગાયો. તે સાંભળીને ફૈયાજ ખાન બોલ્યા, 'બેટા, તને વધુ મોટો ગાયક બનાવવા માટે શીખવવા જેવું મારી પાસે કંઇ નથી. તું ગાતો રહે, તારી તરક્કી થશે.'

● કામ મેળવવા સાયગલ કલકત્તાના ન્યુ થિયેટર્સના વિખ્યાત સંગીતજ્ઞ આર. સી. બોરાલ પાસે ગયા. બોરાલે સાયગલને ચકાસવા "ઓડિશન" રૂમમાં લઇ ગયા. ત્યાં સાયગલે ભજન, પછી ખ્યાલ તથા ગઝલ ગાઇ. બાજુના મેકઅપ રૂમમાં જાણીતા ગાયક કે.સી. ડે બેઠા હતા. તેમણે સાયગલના અવાજ સંભાળ્યો અને "ઓડિશન" રૂમ તરફ દોડી આવ્યા. તેઓ સાયગલને વળગી પડ્યા અને આશીર્વાદ આપ્યો.

● ઉદ્યોગપતિ સિંઘાનીયાના ઘરે લગ્ન કે ઉત્સવનો પ્રસંગ હતો. તેમણે રૂા. ૨૫ (તે વખતનાં) માનધન નક્કી કરીને સાયગલનો ગીતોનો કાર્યક્રમ રાખ્યો હતો. દરમિયાનમાં કારદાર સ્ટુડિયોનો કામદાર ગણપત તેની દીકરીના લગ્નની કંકોતરી સાયગલને આપવા આવ્યો. તેણે સાયકલને કહ્યું, "તમે બહુ મોટા માણસ, અમો ગરીબના ઘરે શાને આવો? પણ આવશો તો હું જીંદગીભર નહિ ભૂલું."

સિંઘાનીયા અને ગણપતના ઘરનો લગ્ન પ્રસંગ એક જ દિવસે હતો. પચ્ચીસ રૂપિયા પર પાણી ફેરવીને સાયગલ ગણપતના ઘરે ગયા અને તેના ઘરે જમીન પર બેસીને 'બાબુલ મોરા' ગાયું.

● દેવદાસ ચલચિત્રમાં દેવદાસે પાર્વતીને વચન આપ્યું હતું કે તે મરતાં પહેલાં એક જરૂર તેને મળવા આવશે. કારદારનું 'શાહજહાન' ચિત્રનું કામ ચાલું હતું. તે વખતે સાયગલને પોતાના કથળેલી તબિયતને લીધે ખ્યાલ આવી ગયો કે તેનો અંત નજીક છે, પોતાના કામને વફાદાર એવા સાયગલે કારકારની પાછળ પડી ચિત્રનું કામ ઝડપથી પૂરૂં કરાવ્યું અને થોડા દિવસ બાદ તેમણે આ જગતથી વિદાય લીધી.

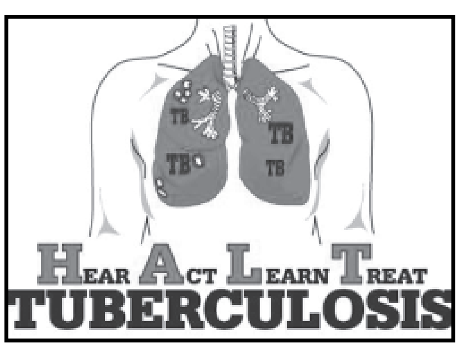
નિયમિત સારવાર લેવાથી ચોક્કસ મટતાં આ રોગની જાણકારી થાય કે તરત જ સરકારી હોસ્પિટલ, દવાખાનાનો સંપર્ક કરવો જરૂરી છે, યાદ રહે, ટી.બી. ચોક્કસ મટી શકે છે

ક્ષય (ટ્યુમર ક્યુલીસીસ) નિરાયમ

- ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

ટી.બી... નામ પડે ત્યાં જ હાજા ગગડી જાય. લોકો હિંમત હારી જાય, ઘાંઘા થઇ જાય... પહેલાના જમાનામાં અને આયુર્વેદનાં ગ્રંથોમાં ય ક્ષય (ટીબી) ને 'રાજરોગ' કહ્યો છે. રોગોનો રાજા થયો એટલે પત્યું.... આ કારણે જ જેને ટીબી થયો હોય તે થોડા દિવસનો મહેમાન ગણાતો વળી, લોકો તેને મળવા, જોવાથી પણ ડરતા, કારણ કે ટીબી તો ચેપી રોગ, કયાંક લાગૂ પડી જાય તો....

ટીબી ચેપી રોગ છે, વાત સાચી... ટીબી ખતરનાક છે... વાત સાચી... પણ ટીબી અસાધ્ય છે... એ સાવ ખોટી વાત... આધુનિક વિજ્ઞાનના આવિષ્કારો વડે હવે ટીવી અસાધ્ય નથી. સમયસર, નિયમિત સારવાર મળે તો ટીવી ચોક્કસપમે મટી શકે છે. હાલ ભારતમાં કરોડો લોતો ટીબીના શિકાર છે. ગરીબી તેના મુખ્ય કારણોમાં એક છે. જો કે સાધનસંપન્ન લોકો પણ ટીબીના શિકાર થાય જ છે, પરંતુ ગરીબી અને તેના કારણે વ્યસનો, અસ્વચ્છતા અને ચેપ એ પણ એટલું જ મહત્ત્વનું કારણ છે.



ટી.બી. હવાજન્ય છે. તે વારસાગત નથી. 'માઇક્રોબેકટેરીયમ ટ્યુમરક્યુલીસીસ' નામના નરી આંખે ન દેખાતા સૂક્ષ્મ બેકરેટીયાથી આ રોગથાય છે. રોબર્ક કોક નામના વૈજ્ઞાનિકે આની શોધ કરેલી. કફના ગફળાના પરિક્ષણ વડે મુખ્યત્વે ટીબીની જાણકારી થાય છે. ટીબી હોય તેવા તર્દીના થૂંકેલ ગળફા સ્વસ્થ વ્યક્તિને ચેપ લગાડી શકે છે. ટીબીનો દર્દી ખાંસી કે છીંક કાય ત્યારે તેનાં ફેફસામાં રહેલ ટીબીનાં જંતુઓ હવામાં ફેલાય છે અને સંપર્કમાં આવનાર વ્યક્તિના શ્વાસ મારફત દાખલ થાય છે. જો કે જે લોકોની રોગ પ્રતિકારક શક્તિ વધુ હોય તેવા લોકોને સરળતાથી ચેપ લાગી શકતો નથી પરંતુ દુર્બળ વ્યક્તિઓ, વૃદ્ધો અને બાળકો ચેપનો શિકાર સરળતાથી બની શકે છે. જો ટીબીની દવાઓ સમયસર, પૂર્ણરૂપે લેવાય તો ટીબી મટી શકે છે પરંતુ જો તેની દવાઓ અધવચ્ચેની બંધ કરવામાં આવે, કે કોર્સ પૂર્ણ કરવામાં ન આવે તો ટીબી વધુ ખતરનાક બને છે. ટીબીના બેકટેરીયા વધુ બળવાન બને છે અને અધવચ્ચે છોડી મુકેલ દવા સામે પોતાનું સુરક્ષા કવચ બનાવી લે છે. આથી ફરીથી ટીબીને નાથવા માટે વધારે પાવર વાળી દવા નો કોર્સ કરવો પડે છે આમ, વારંવાર જો કોર્સ અધૂરો છોડવામાં આવે તો ટીબી અસાધ્ય બને છે. આથી ડોકટરે આપેલ કોર્સને પૂર્ણપણે વળગી રહેવું સખત જરૂરી છે.

ટીબી શરીરના વિવિધ અંગોમાં થાય છે. મુખ્યત્વે ફેફસાંમાં થતાં ટીબીના લક્ષણોમાં ગળફાં પડવા, ત્રણ અઠવાડિયાથી વધુ સમય સુધી ખાંસી રહેવી, તાવ આવવો, થાક લાગવો, ભૂખ ઓછી લાગવી, વજન ઘટવું આદિ લક્ષણો જોવા મળે છે. આ ઉપરાંત હાડકા પર, લસિકા-ગ્રંથિ પર, મૂત્રપિંડ, કરોડરજ્જુ, પ્રજનનાંગો આદિ પર પણ ક્ષય થાય છે. તેના લક્ષણો જે - તે અંગ પુરતા તેમજ સમગ્ર શરીરમાં વ્યાપ્ત, અલગ અલગ હોય છે.

ક્ષયમનું નિદાન વિવિધ રીતે થાય છે. સુક્ષ્મદર્શન યંત્ર દ્વારા ગળફાંની તપાસનો ત્રણ વખતનો કલ્ચર રિપોર્ટ કરીને, છાંતીની એક્સ-રે જોવાથી, મોન્ટુક ટેસ્ટ દ્વારા આદિ રીતે તપાસ થાય છે.

ટીબીની સારવારની વાત કરીએ તો ટીબીની સારવાર માટે ભારત સરકારે પ્રોગ્રામ ઘડેલો છે જેને 'ડોટ્સ' કહે છે. (ડાયરેક્ટ ઓબ્ઝર્વેટરી ટ્રીટમેન્ટ શોર્ક કોર્સ) આમાં આરોગ્ય કાર્યકરની હાજરીમાં શરૂઆતમાં સઘન સારવાર અપાય છે. જે પાછળના મહિનાઓમાં પણ ચાલુ રહે છે. દરદીને ટીબી હોસ્પિટલો દ્વારા મફત સારવાર આપવામાં આવે છે. ટીબીના દર્દીઓનું રજીસ્ટર રાખવામાં આવે છે. જેમાં દરેક વ્યક્તિની માહિતી રાખવામાં આવે છે. નિયમિત સારવાર લેવાથી ચોક્કસ મટતાં આ રોગની જાણકારી થાય કે તરત જ સરકારી હોસ્પિટલ, દવાખાનાનો સંપર્ક કરવો જરૂરી છે. યાદ રહે, ટી.બી. ચોક્કસ મટી શકે છે.

પ્રેમનું આંજણ અંજાયેલું હોય તે આંખો કદીયે પોતાના જીવનસાથીમાં કુરૂપતા જોઇ શકતી નથી

અથર્વવેદમાં કહ્યુ છે,
'સમાહમ સમ્યક્ ત્વં ધૌરહં પૃથિવી ત્વમે'
અર્થાત્ : પતિ પત્નીને કહે છે. 'હું સામ (ગીત) છું અને ઋચા છે, હું આકાશ છું અને તુ પૃથ્વી છે.'

બૃહદારણ્યક ઉપનિષદમાં પતિપત્નીના અભિન્ન સંબંધને ગૌરવ પ્રદાન કરતાં લખાયું છે, 'બ્રહ્માએ તેના દેહના બે ભાગ કર્યા અને તેમાંથી નિર્માણ પામ્યાં પતિપત્ની.'

લગ્ન એટલે ? લગ્ન એટલે જોડાવું તે. યોગ એટલે પણ જોડાવું તે. લગ્નથી યોગની સ્થિતિ બને છે. લગ્નમાં સંપૂર્ણ યોગ સધાય તો પતિપત્ની માટે વિયોગ થવાની ક્ષણ કદીયે આવતી નથી - શરીરથી અલગ થઇ જવાય તોપણ.

લગ્ન થાય ત્યારે પુરૂષ અને સ્ત્રી બે જ જણ પરસ્પર સંબંધિત થતાં હોય છે એવું નથી પણ એ બંનેનાં લગ્ન પરસ્પરનાં કુટુંબ સાથે પણ થાય છે. સ્નેહના તાંતણે પરસ્પરનાં સગાંસંબંધીઓને પોતાનાં કરી, સૌનાં હૃદય જીતી દાંપત્યની મધુર સરગમ છેડાતી હોય છે. પરસ્પરમાં ઓગળતાં જઇ અદ્વૈતની અનુભૂતિ આત્મસાત થતી રહેતી હોય છે.

અહમ્‌થી સોહમ્‌ની યાત્રા

અક્ષયપાત્ર

- બકુલ દવે

સપ્તપદીનાં મંત્રને દૃષ્ટિ સામે રાખી સમયના પ્રવાહમાં તરતા જવાનું હોય છે.

લગ્નમાં જોડાવાની વાત છે પણ એમાં બંધન અભિપ્રેત નથી. એમાં પરસ્પરની સાથે રહી - એકમેકનું સાંનિધ્ય જાળવી રાખી - મુક્ત થવાની અને રહેવાની વાત છે. જીવનસાથીને મુક્ત રાખવાની વાત છે. પરસ્પર સંવાદ રચતા રહી મુક્તિના પંથે જવાની વાત છે. પરસ્પર સંવાદ ત્યારે જ શક્ય બને જો પતિપત્ની એકમેકનાં મિત્ર હોય.

કોઇકે કહ્યું છે કે પતિ કે પત્નીમાં અકાળે વૃદ્ધાવસ્થા દેખાવા લાગે તો તેના માટે તેઓ પરસ્પર જવાબદાર હોય છે. પણ સાચી વાત એ છે કે એકબીજા માટે પ્રેમ હોય ત્યારે કોઇને પોતાનો પતિ કે પત્ની ઘરડા લાગતા નથી. પ્રેમનું આંજણ અંજાયેલું હોય તે આંખો કદીયે પોતાના જીવનસાથીમાં કુરૂપતા જોઇ શકતી નથી. પ્રેમનું રસાયણ બંનેને એકમેકમાં ઓગાળી નાખે છે પછી પતિપત્ની બે નથી રહેતા, શરીરથી અલગ હોવા છતાંય.

લગ્ન કર્યા પછી માણસ એકલો નથી રહેતો. પોતાના છૂટા પડી ગયેલા અર્ધા અંગને એ પામે છે અને સંપૂર્ણ બને છે. એ પછી અર્ધાંગિનીની પીડા, એની સમસ્યા, એની તકલીફ સહિયારી બની જાય છે.

લગ્ન એ અહમ્‌થી સોહમ્ ભણીની યાત્રા બની રહે તેવી ઇચ્છા સૌને રહે. પણ એમાં અહમ્ (હું) પહેલો પુરૂષ એકવચન ભૂંસાઇ જાય તે જરૂરી બને છે. 'હું' ભુલાઇ જઇ 'અમે' સર્વનામ સ્મૃતિમાં રાખવાનું સહજ બને તો પ્રસન્નતાનો બુકે ધરી પ્રત્યેક દિવસ લગ્નનો દિન બની રહે છે.