સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

સલામી સવારની..

ખાડા-ખૈયા અને ભૂવા એ જોવા નિકળ્યા છે!
ને રસ્તા પરનાં દબાણો એ જોવા નિકળ્યા છે!
ઠાલવે છે કોણ ગંદા પાણી પવિત્ર નદીમાં - !?
લે છે કોણ 'લાંચ' 'પ્રસાદ' એ જોવા નિકળ્યા છે...

હાઈકુ

પડે છે કેમ ?!
જગતના નાથને -
આ સુરક્ષાની!!
(સુરક્ષિત ગુજરાત!!)

થાય નાટક
'સ્વચ્છતા અભિયાન'
પહિંદ વિધિ...
(સોનાની સાવરણીનું ફોટોસેશન)

ચિંતન

કુલ્યરાશિર્માસલિસો મલપૂર્ણોડતિકશ્મલ: ।
કથં ભવેદયં વેત્તાં સ્વયમેતદ્વિલક્ષણ: ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક 'આત્મસૂત્ર'માંથી લેવામાં આવેલ છે.

હાડકાંનો માળો, માંસથી લિપ્ત, મળથી ભરેલો, અત્યંત નિંદ્ય એવો આ દેહ પોતાનાથી વિલક્ષણ જ્ઞાતા એવો આત્મા કઈ હોઈ શકે ?

શરીર હાડમાંસથી બનેલું છે અને માણસ પોતાનાં જ દુષ્કર્મો - પરાક્રમથી અનેક રોગોથી અને વધારે બગાડી બિમાર કરે છે બીડી તમાકુથી ટીબી/કેન્સર જેવા રોગોને આમંત્રણ આપે છે ઈશ્વરે આપેલાં અંગો બગાડી ઓપરેશનથી નવાં અખાવે છે અને શરીરને વીંખી-પીંખી નાખે છે.

શરીર હાડમાંસથી બનેલું છે અને માણસ પોતાનાં જ દુષ્કર્મો - પરાક્રમથી અનેક રોગોથી અને વધારે બગાડી બિમાર પડે છે બીડી તમાકુથી ટીબી / કેન્સર જેવા રોગોને આમંત્રણ આપે છે. ઈશ્વરે આપેલાં અંગો બગાડી ઓપરેશનથી નવાં નખાવે છે અને શરીરને વીંખી-પીંખી નાખે છે આવું શરીર 'આત્મા' કેવી રીતે હોઈ શકે ? શરીર એ આત્મા નથી એટલું તો પહેલાં સમજો !!

સુવિચાર

- આત્મગૌરવની અનુભૂતિ એમ ને એમ ન થઈ શકે, એ તો કંઈક સારું કર્યાના પરિણામની સાબિતી છે - **સંત માર્ટિન**
- શુભ જીવનએ સુખી જીવન કરતાં વિશેષ છે, સાર્થક જીવન પણ શુભજીવન કરતાં વિશેષ છે - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- શું તમે તમારા હેતુ પ્રત્યે વફાદાર છો? તો તમારા પાસે અનંત શક્યતાઓ છે - **ડો. માર્શિયા વીલ્સ**
- કોઈ પણ પહેલમાં અને તમારું સ્વપ્ન સાચું પાડવામાં ઈચ્છા ખૂબ જ જરૂરી છે, 'હું ન કરી શકું' નો અર્થ ઘણીવાર 'હું નહીં કરું' એવો થતો હોય છે, તમે આ 'નહીં કરું' ને ઈચ્છાશક્તિથી 'હું કરીશ જ' માં ફેરવી શકો - **સિસ્ટર મિશેલીના**
- કદી પણ ગઈકાલનો અફસોસ ન કરવો, જીવન આજે જ તમારામાં છે, તમે આજમાંથી જ આવતીકાલ સર્જી શકો છો - **સંત લુઈ**
- વિકાસની ગતિમાં ગજબની ગરબડ છે, તે બે પગલાં આગળ અને એક ડગલું પાછળ ચાલે છે - **જનકલ્યાણ**
- આજનું ઔષધ : ગાજર પીસીને સુંગવાથી હેડકી મટે છે **(સંકલન : દીપક વી. આશરા)**

બોધકથા

ભીષ્મ પિતામહ બાણશય્યા પર હતા ત્યારે દ્રૌપદીએ તેમને એક સવાલ પૂછ્યો, 'પિતામહ, દુર્યોધનના દરબારમાં જયારે મારા ચિર હરાયા ત્યારે મેં આપની મદદ માંગી હતી અને આજે પણ બાણ શૈયા પર અમને ધર્મનો ઉપદેશ આપી રહ્યા છો. તો તે દિવસે જયારે એક અબળાનું જાહેરમાં અપમાન થઈ રહ્યું હતું ત્યારે તમારો ધર્મ કયાં હતો ?'

ભીષ્મ કહે, 'તમારી વાત સાચી છે, બેટા. એ સમયે દુર્યોધનના ઘરનો ભ્રષ્ટ આહાર હું લેતો હતો. એવા અન્નને કારણે મારી બુદ્ધિ ભ્રષ્ઠ થઈ ગઈ હતી આથી હું તારો પક્ષ લેવા ઈચ્છથો હોવા છતાં ધર્મનું આચરણ કરી શકતો નહોતો. આજે અર્જુનના તીર મારવાથી એ ભ્રષ્ટ લોહી મારા શરીરમાંતી વહી રહ્યું છે... ઘમા સમયથી હું બાણ શૈયા પર સૂતો છું. ભ્રષ્ટ લોહી મારા દેહમાંથી બહાર વહી ચૂક્યું છે. આથી હવે હું ધર્મ વિશે વાત કરી શકું છું.'

કહેવાનો તાત્પર્ય એ છે કે આપણે જે આહાર લઈએ છીએ એનો પ્રભાવ આપણા વાણી, વર્તન, અને વ્યવહાર પર પડે છે. આથી જ કહેવત છે કે 'જેવું અન્ન તેવો ઓડકાર અને જેવો આહાર તેવો વિચાર.'

હાથી ઘોડા પાલખી... જય કનૈયા લાલ કી

તંત્રીસ્થાનેથી...

પુરીને ભગવાને એટલા સારુ પોતાના નિવાસ તરીકે પસંદ કરી કે ત્યારે ભારત વર્ષમાં ત્રણ પ્રદેશો માંસાહાર અને મત્સ્યાહારને કારણે અળકામણા ગણાતા હતા : અંગ (બિહાર), બંગ (બંગાળ) અને કલિંગ (ઓડિશા). ભગવાન કૃષ્ણ તો કરુણાનિધાન. એમને ભક્ત માત્રના દાસ થઈને રહેવું ગમે. ગીતામાં એમણે જ્ઞાનીઓ અને યોગી મહાત્માઓ કરતાં પણ ભક્તો પોતાને વધુ વહાલા છે એવું સ્પષ્ટ વિધાન કર્યું છે. પુરીના જગદીશ મંદિરની વિશ્વવિખ્યાત રથયાત્રાનું સૌથી સફળ પુનરાવર્તન અમદાવાદના જગન્નાથ મંદિરમાં શરૂ થયું. એ ઘટનાને વર્ષો વીતી ગયાં છે અને એક દિવસની ભગવાન જગન્નાથની રથયાત્રા હવે ગુજારતનો એક અતિ પવિત્ર લોકોત્સવ બની ચૂકી છે. અમદાવાદમાં નીકળતી રથયાત્રા કાળક્રમે આખા ગુજરાતમાં વિસ્તરી છે. દૂરદરાજનાં નાનાં નગરો સહિત ગુજરાતની રાજધાની ગાંધીનગરમાં પણ ભગવાન એમના જયેષ્ઠ બંધુ બલરામ અને ભગિની સુભદ્રા સાથે નગરયાત્રાએ નીકળે છે. રથયાત્રા સાથે આખા નગરને સાંકળવાનો ઉપક્રમ પ્રશંસનીય છે. એથી આપણી નવી પેઢીને એક અનોખો સાંસ્કૃતિક સંદેશ સાંપડે છે અને જીવ માત્રને જીવનની ઊર્જા મળે છે. અમદાવાદની પ્રસિદ્ધ રથયાત્રાનો પ્રારંભ જ રાજયના માનનીય મુખ્યમંત્રી શ્રી સોનાની સાવરણીથી પહિંદવિધિ કરાવીને સંપન્ન કરે છે. પુરીમાં આજે પણ ભૂતપૂર્વ મહારાજાના વર્તમાન વંશજ આ કર્મકાંડ નિભાવે છે. અમદાવાદની રથયાત્રામાં હવે આકર્ષણ મલ્લકુસ્તીના દાવ કરતા અને જોખમી લાગે એવાં કરતબ પ્રદર્શિત કરતા જવાંમર્દોનું હોય છે. હાથીઓના નેતૃત્વમાં ચાલતી આ રથયાત્રામાં ઊંટ ગાડીઓ અને ટ્રકોનો કાફલો જોડાય છે. જાંબુ અને મગનો પ્રસાદ વહેંચાય છે. એક એક ક્ષણનું જીવંત પ્રસારણ થતું રહે છે. મ્યુનિસિપલ કોઠા સહિત અનેક સ્થળો એ મુસ્લિમ બંધુઓ દ્વારા રથયાત્રાનું અને જગદીશ મંદિરમાં મહંતનું ભાવભીનું સ્વાગત થાય છે. ભાઈચારાના આ પર્વનું મૂલ્ય જેટલું આંકીએ એટલું ઓછું લેખાશે. રથને ખેંચવાનો વિશેષાધિકાર ખવાસ કોમને વારસામાં મળ્યો અને અને એનું એ ગૌરવ અનુભવે છે. રઘુવીર ચૌધરીએ રથયાત્રાને કેન્દ્રમાં રાખી 'મનોરથ' શીર્ષક હેઠળ વર્ષો પૂર્વે એક નવલકથા લખી હતી. એમાં પણ ભાઈચારાનો અને સામાજિક સૌહાર્દનો જ સંદેશ વ્યક્ત થયો છે. કેટલાંક વર્ષો પૂર્વે રથયાત્રા અમદાવાદ સહિત ગુજરાતની પ્રજા અને સરકાર માટે ભાર શિરોવેદનાનું કારણ બની રહેતી. કેટલાંક અનિષ્ઠ તત્ત્વો પોતાના રાજકીય કે અન્ય સ્વાર્થ સિદ્ધ કરવા આવા પવિત્ર પર્વને પણ અભડાવવાનું પાપ કરતા રહ્યા, જેને નવી પેઢી સદંતર ભૂલી ગઈ છે. તેમ છતાં બે કોમો વચ્ચે તંગદિલી સરજાય નહીં કે એવાં નકારાત્મક તત્ત્વોને એમના કારસા કરવાની તક જ ન મળે એ માટે રાજય સરકાર હરહંમેશ આ પર્વની ઉજવણી હેમખેમ પાર પડે એવું આગોતરું, જડબેસલાક આયોજન કરતી રહે છે. આપણે ઈચ્છીએ કે કોમી એખલાસ અને ભાઈચારાની નગરયાત્રા અમદાવાદ સહિત અત્રતત્રસર્વત્ર સુખરુપ સંપન્ન થાય. સૌ ઝીણી ઝરમર સાથે ઊમટેલાં આષાઢનાં ભીનાં ભીનાં પાયલાગણ સહ બોલો, જય કનૈયાલા લાલ કી !

જય જગન્નાથ, જય જય જગન્નાથ, જય જય જય જગન્નાથ

મનના ઉમંગો
રણછોડ પરમાર

તારીખ ૩૦/૦૫/૨૦૧૯ની સાંજે તો બધાયે મહાપ્રભુજીની બેઠકના દર્શન કર્યા હતા. તારીખ ૧/૦૬/૨૦૧૯ ના રોજ સવારે બધા ફરીથી મહાપ્રભુજીના મંદિરમાં ગયા. રાજભોગ આરતીના દર્શન કર્યા અને રાજભોગનો પણ લાભ લીધો. જમ્યા બાદ ધર્મશાળામાં બધા પાછા ફર્યા. મોટા ભાગનું પેકીંગ તો સવારે જ પતાવી દીધું હતું. બાકી રહેલું કામ આવીને પૂર્ણ કર્યું. ખાસ કશું કામ હતું નહીં એટલે મેં મારી સાથે લાવેલ ચોપડી ઉઘાડી. આ પ્રવાસમાં હું પ્રવીણસિંહ ચાવડાની વારતાઓ, શ્રી શાહબુધ્ધિન રાઠોડનું '' લાખ રૂપિયાની વાત'' અને પ્રજ્ઞાબેન પટેલનો કાવ્યસંગ્રહ વાંચવા લઈ ગયો હતો. અગાઉના પ્રવાસોમાં પણ હું સાથે પુસ્તકો લઈ જતો હતો. પણ ભાગ્યે જ તે વાંચી શકાતા હતા. પરંતુ આ પ્રવાસની ખાસ ઉપલબ્ધિ ભલે મારા પૂરતી, એ ગણવી જોઈએ કે હું ઘણું બધું વાંચી શક્યો. પ્રવિણસિંહની વારતાઓ અને લાખ રૂપિયાની વાત તો એકબે દિવસ વધારે મળ્યા હોત તો આખેઆખા પૂરા થઈ જાત. પ્રજ્ઞાબેનની કવિતાઓ પણ અડધા ઉપરાંતની વંચાઈ ગઈ હતી. બપોરે લગભગ ત્રણ ચાર વાગ્યે નક્કી કરેલી બસ આવતાં તેમાં બેસી રાયપુર જવા નીકળ્યા. રાયપુરના રેલવે સ્ટેશનની બહાર ચાની લારીવાળાને સરસ મઝાની ઘરાકી થઈ ગઈ. કુલીની કોઈ રાહ જોયા વગર મોટા ભાગના પ્રવાસીઓ પ્લેટફોર્મ પર પહોંચી ગયા. આજે શનિવારનો ઉપવાસ હોવાથી મેં સ્ટેશન ઉપરથી કેળાં અને કેરી લીધી. ટ્રેન સમયસર હતી. રાયપુરથી દુર્ગ પુરી એક્સપ્રેસ સાંજે ૫-૧૫ વાગ્યે ઉપડ્યો. આજુબાજુના ઝાડઝાડવાં જોતાં જોતાં અમે જગન્નાથપુરી ભણી ઉપડ્યા. મહિના પહેલાં ત્રાટકેલા ''ફોની'' વાવાઝોડાના કારણે અસંખ્ય વૃક્ષો પડી ગયા હતા. છત્તીસગઢમાં તેની થોડી ઓછી અસર હતી. પણ ઓરિસ્સામાં તેની ભારે વ્યાપક અસર છે. આટલા બધાં ઝાડ પડી ગયેલાં જોઈને જીવ બળી જાય છે.

થોડીવારમાં સાંજ પડી. સાંજનો જમવાનો સમય થયો. ત્યાં એક ઈડલીવાળો આવ્યો. અમે ઈડલી ખાધી. ઉપર રેલવેની ચા પીધી. સાંજનું ભોજન પૂર્ણ થયું. રાતે તો ઊંઘવાનું કામ મુખ્ય રહે છે. તે રાતે ઊંઘ પણ સારી આવી. સવારે ૯-૩૫ વાગ્યે અમે જગન્નાથજીની પાવન ધરતી પર અમારા પગ મૂકી દીધા. રેલવે સ્ટેશનથી ગેસ્ટ હાઉસ ખાસ્સુ દૂર હતું. અમારું ગેસ્ટ હાઉસ મંદિરથી અને રથયાત્રાના મુખ્ય રસ્તાથી થોડેક જ દૂર હતું. ત્યાં પહોંચીને પહેલું કાર્ય નહાવાધોવાનું જ કરવું પડ્યું. તે પતે ત્યાં જમવાનો સમય થયો. બધા એક પછી એક નીકળવા માંડ્યા કોઈ કોઈની રાહ જોવા ઊભા રહેતા ન હતા. એટલે અમે જે થોડાક જણ પાછળ રહી ગયેલાં તે બધાંએ આમતેમ ડાફળિયાં મારતાં મારતાં માંડ માંડ બાલાજી હોટેલ શોધી કાઢી. જો કે હોટલ ગેસ્ટ હાઉસથી એટલી બધી દૂર નહતી પણ કદી ચાલવા ટેવાયેલાઓને એ બહુ આઘી લાગતી હતી. જમવાની મઝા આવી ગઈ. મિષ્ટાનમાં ત્યાં બનાવાતી એક ખીર હતી. એ ઘણી સ્વાદિષ્ટ હતી. પણ એક જ વાર મળતી હતી.

ઘેરથી નીકળ્યા ત્યારથી જે સામા મળે એને જય જગન્નાથ કહેતાં હતાં એ જગન્નાથજીના દર્શન કરવા સાંજના સમયે અમે નીકળી પડ્યા. કેમેરા મોબાઈલ બહાર જમા કરાવ્યાં. મંદિરની બહાર એક મોટો સ્થંભ છે એનું નામ અરુણ સ્થંભ છે. એવું કહેવાય છે આ સ્થંભ પહેલા કોણાર્કના સૂર્ય મંદિરમાં હતો. ત્યાંથી તેને અહીં લાવવામાં આવ્યો છે. મંદિરના મુખ્ય દ્વારમાં પ્રવેશતાં પહેલાં પગ ધોવાની અહીં પ્રથા છે. અમે પગ પખાળી દરવાજામાં ઘુસ્યાં. દરવાજે ઊભેલા દ્વારપાલો જયવિજય પૈકી ગમે તે એકની મૂર્તિ પેલા વાવાઝોડામાં ગબડી પડી છે. અત્યારે ફક્ત તેની ગદા લટકી રહી છે. કેમેરાના અભાવે આ ફોટો પાડવાનો રહી ગયો એનો ભારે અફસોસ થાય છે. અંદર પ્રવેશતાં જ નજરોમાં પણ ના સમાય એવડું મોટું શ્રી જગન્નાથજીનું મંદિર પ્રત્યક્ષ થાય છે. મંદિરમાં પ્રવેશવાના ચાર દ્વાર છે. મુખ્ય દ્વારનું નામ સિંહદ્વાર છે. તેની બંને બાજુ બે સિંહ ગોઠવવામાં આવ્યા છે. બીજા હાથીદ્વાર અને અશ્વદ્વાર છે. અમે કયા દ્વારથી અંદર ગયા હતા તે અત્યારે મને યાદ નથી. અંદર પ્રવેશતાં જ અપાર શાંતિનો અનુભવ થાય છે. પરમપિતા ભગવાનના આશ્રયમાં આવી ગયા હોઈએ તેવું લાગે છે. અંદર એક નાનું ચક્કર મારી અમે બધા પ્રભુની સન્મુખ થયા. બલરામજી, સુભદ્રાજી અને શ્રી કૃષ્ણ ભગવાનની હાથપગ વગરની ફક્ત મોઢાવાળી મૂર્તિઓ અહીં છે. અહીં સંપૂર્ણ મૂર્તિઓ નથી.આપણા અમદાવાદના જગન્નાથજીના મંદિરમાં પણ આવી જ મૂર્તિઓ છે. દર વરસે નીકળતી રથયાત્રામાં પણ આવી જ મૂર્તિઓના દર્શન થાય છે. અમે ગયા ત્યારે રસ્તા ઉપર આ વરસની રથયાત્રાની તૈયારીરૂપે રથ બનાવવાનું શરૂ થઈ ગયું હતું.

ભગવાનની મૂર્તિ સામે આવતાં જ જીવના બધા સંતાપ ઘડીભર ઠરી જાય છે. વિશાળ મંદિરમાં ભગવાન સિવાય બીજું કશું દેખાતું નથી. મુસાફરી દરમ્યાન લાગેલો બધોયે થાક એ સમયે ઉતરી જાય છે. ભૂખતરસ કશુંય તે સમયે ક્યાં લાગે છે ? કેવળ પ્રભુનાં દર્શન (એય માંડ પાંચદસ મિનિટ જ) જો આટલું સુખ આપી શકતાં હોય તો જેના અંતરનો તાર સીધો ઈશ્વર સાથે જોડાઈ જાય છે એમના ધનભાગ્યનું શું કહેવું?

દર્શન કરી બહાર આવ્યા તો ગાઈડે મંદિરના જમણે પડખેના કમ્પાઉંડમાં બધાને બેસાડ્યા.અહીંથી ધજા ચડાવવાની આખી પ્રક્રિયા જોવાની હતી. થોડીવારમાં ધજા ચડાવવારા આવ્યા. તેઓ સટાસટ મંદિરના પથ્થરો પકડીને ચડવા માંડ્યા. આ લોકોને આપણી તરફ મોં રાખીને ચડતા જોવા એક સરસ લહાવો છે. છેક શિખર પર જતાં પહેલાં તેઓ અડધે રસ્તે અટકે છે ત્યાં ઉપર એક હનુમાનજીની દેરી છે, તેમાં આરતી કર્યા પછી મુખ્ય ધ્વજારોહક છેક શિખરે જાય છે. અગાઉની ધજા ઉતારે છે અને અત્યારે લઈ ગયેલી નવી ધજા ચડાવે છે. નવી ધજા હવામાં ફરફરતાં ભક્તજનોમાં હર્ષોલ્લાસ વ્યાપી જાય છે. જગન્નાથજીનો જયજયકાર ગુંજી ઉઠે છે.

જગન્નાથજીના મુખ્ય મંદિરની આજુબાજુ અનેક દેવીદેવતાના મંદિરો છે. બિમલાદેવી નામનું એક શક્તિપીઠ છે. તેની

અનુસંધાન પાના નં ૭ પર

'પુરુષપ્રધાનતા' ની સંસ્કૃતિના વારસાને જાળવી રાખવા પુરુષોનો સંઘર્ષ બહારથી જણાતો નથી

અબીલ-ગુલાલ
મમતા રાવલ

વરસાદની રાહ જોઈને હૈયું અધીર બન્યું છે. શરીર પરસેવાથી ત્રસ્ત છે...મન બફારાથી ગ્રસ્ત છે. ક્યાંક — કોઈકને વરસાદની તરસ છે...કોઈકને ભીંજાવાની આશ છે. વરસાદની રાહના આ માહોલમાં અચાનક વર — સાદ નો અનુભવ થયો.

એક દિવસ અચાનક ફોન રણક્યો. બેન, પાલનપુરથી બોલું છું. તમારું અબીલ-ગુલાલ હું રેગ્યુલર વાંચું છું. એક વાત કહેવી હતી...બેન તમે જેમ સ્ત્રીઓની વાત રજૂ કરો છો એમ ક્યારેક અમારી વાત પણ લખોને વધુ વાત કરતાં સમજાયું કે તેમને પુરુષોના મનના બફારાની વાત પર, વરસાદના છાંટણાની અપેક્ષા હતી. ટૂંકમાં પતિદેવોની ગુંગળામણ આ માધ્યમથી પત્નીદેવીઓ સુધી પહોંચે એવું તે ઈચ્છતા હતા એકધારું ઘણું બધુ બોલી રહેલા આ સજ્જનની વાતોમાં અત્યાર સુધી ન જોયેલું કે ન સાંભળેલું કંઈ ન લાગ્યું. પણ એમની ઉત્કટ રજૂઆતની નોંધ તો લેવાવી જ જોઈએ. કદાચ કોઈક ને વરસાદની વાછટના ટીપાં થી થોડો હાશકારો અનુભવાય તો પણ પુણ્ય લેખાશે.

> આજ-દિન સુધી સ્ત્રીને જ વિકટીમ સ્વરૂપે અનુભવી છે, પરંતુ પુરુષપ્રધાન સમાજમાં પુરુષ પણ વિકટીમ છે, એ ઘણાં સત્યોમાંનું એક છે

આ ફોન ઘણા દિવસ પહેલાં આવ્યો હતો...એ પછી ઘણો સમય અને ઘટનાઓ વીતી...મનના ખૂણે પડેલા આ વિચારને કારણે મનનો કેમેરો સંપર્કમાં આવનાર દરેકનું સતત સ્ક્રીનીંગ કરતો રહેતો. અનેક લોકો સાથે આ સંદર્ભ આડકતરી વાત પણ કરી. આવું કરવાનું મુખ્ય કારણ હતું કે લખવા પહેલાં પુરુષ અને પતિના રોલમાં ઢળીને મૂંઝવણને સમજવી જરૂરી હતી.

વોટ્સેપ મેસેજીસ્ માં આવી ટિખ્ખળો ઘણી વાંચી અને જોઈ છે. કાર્ટૂનિસ્ટ્સ માટે પણ પતી ગયેલો પતિ એક ફેરવેટ પાત્ર રહ્યું છે. થોડા સમય પહેલાં એક ઈન્ટરેસ્ટીંગ મેસેજ આવ્યો. જનરલી રેડીમેડ મેસેજીસ્ પ્રત્યે જરા અભાવ ખરો...પણ કોઈક કારણથી મિત્રએ મોકલેલ મેસેજ વાંચવા પ્રેરાઈ...ટાઈટલ હતું...પત્નીથી આ જન્મે ત્રાસી ગયેલા પુરુષોએ અનોખું વ્રત કર્યું '' આવતા જન્મે આ પત્ની ફરી નહીં, પત્ની પીડિત પુરુષોએ પીપળાના વૃક્ષની ઊલટી પ્રદક્ષિણા કરી '' આ વાંચ્યા પછી હસવું આવ્યું. સાથે મનમાં રોપાયેલા બીજ સળવળ્યા. આજ દિન સુધી સ્ત્રી તરીકે સ્ત્રીને જ વિકટીમ સ્વરૂપે અનુભવી છે. પરંતુ પુરુષપ્રધાન આ સમાજ અને દેશમાં પુરુષ પણ વિકટીમ છે. એ સત્ય, આ લેખનયાત્રા દરમ્યાન લાધેલા ઘણાં સત્યોમાં નું એક છે.

'પુરુષપ્રધાનતા' ની સંસ્કૃતિના વારસાને જાળવી રાખવા પુરુષોનો સંઘર્ષ બહારથી જણાતો નથી. સ્ત્રીએ સહેવા પડતા અનેક પ્રકારના અત્યાચારોને કાવ્ય-લેખ-નિબંધો-મહાકાવ્યો-પુસ્તકો-ફિલ્મો-નાટકોમાં સ્થાન મળે છે. પુરુષ ફરિયાદ કરે એ પણ એના પુરુષત્વને લજવનારું છે એવી એક મજબૂત સામાજીક માન્યતા યુગોથી ઘર કરી ગયેલી છે. પુરુષને રડવાનો પણ વણકહ્યો મનાઈ હુકમ પાઠવી દેવાયેલો છે. જે આજદિન સુધી પુરુષવર્ગ દ્વારા પાળવામાં આવી રહ્યો છે. મશ્કરી સ્વરૂપે બોલાતું વાક્ય, ' સ્ત્રી શક્તિ છે અને પુરુષ સહનશક્તિ,' સત્ય તરફ નાનકડો ઈશારો કરી જાય છે. એવું લાગે...વરસાદ પહેલાંના બફારામાં ધોધમાર વરસાદની આસ છે. જ્યારે પુરુષ મનના આ બફારા એ નાનકડા ઝાપટા કે ઝરમરિયાં થી જ સંતોષ માનવો પડે છે. કવિ-લેખક અંકિત ત્રિવેદીની કોલમમાં કોઈ નવા કવિનું સુંદર કાવ્ય વાંચવામાં આવ્યું...

છોકરીની નજરો એ કર્યું જ્યાં 'સ્માઈલ' ને છોકરાને ફૂટી ગઈ પાંખો,
છોકરાના સ્પર્શે સિંચાઈને છોકરીમાં મઘ મઘ્યો બાગ આખેઆખો...

વાહ, કેવી સુંદર અભિવ્યક્તિ...નાજૂક-સુગંધિત આ પંક્તિઓ વાંચીને મન મલકી ઊઠ્યું. ચહેરા પર આછેરું સ્મિત આવી ગયું...

અખબારનું પાંનું ફેરવ્યું...

ત્યાં હમણાં રીલીઝ થયેલી ફિલ્મ 'કબીર સિંહ' અંગે ચર્ચા નો આર્ટીકલ હતો. શાહીદકપૂર અભિનીત આ ફિલ્મમાં હીરોની અતિશય નકારાત્મક હરકતો, (જેમાં સ્ત્રીનું અપમાન, રંજાડ પણ ખરી) છતાં આ ફિલ્મે સાત દિવસમાં ૧૪૦ કરોડ રૂપિયાની કમાણી કરી. ચર્ચામાં કહેવાયું છે કે મહિલા પ્રત્યે ઘૃણા રાખનાર પાત્ર લોકોને ખૂબ પસંદ પડે છે ફિલ્મની સફળતાનું કારણ પણ એજ છે.

વાંચીને બહુ અજીબ ફીલ થયું. સમાજમાં વસતા પુરુષવર્ગમાં સ્ત્રીઓ પ્રત્યે ભારેલા અગ્નિનો આ પુરાવો છે. ખાસ કરીને પતિ તરીકે સ્ત્રીના સંસર્ગમાં જીવેલા પુરુષના વ્યક્તિત્વ પર પત્ની, એક કાલી પરછાંઇ છે એવું એ અનુભવતો હોય એવું જણાય.

અત્યાર સુધી સ્ત્રીઓની નાનામાં નાની સમસ્યા-તકલીફ એનું દર્દ-પીડાનો અહેસાસ હતો. એના મનના ઘુમરાવામાં ઘુમવું વધુ સરળ લાગતું હતું. આજે જે વિષય હાથ પર લીધો છે એ સીધો-સ્પષ્ટ છતાં અઘરો લાગી રહ્યો છે...પુરુષો દ્વારા સ્ત્રીઓની નિંદાત્મક ટિપ્પણી સાંભળવી સહેલી નથી. સ્ત્રી જેને પોતાની જાગીર સમજે છે. પોતાનું સર્વસ્વ સોંપ્યા પછી જેની સાથે ગમે તે વ્યવહાર કરવાનો પરવાનો મળ્યાનું અનુભવે છે...એની સામે એના આવા વ્યવહાર-વર્તન-માનસિકતાથી પુરુષ શું અનુભવે છે, એના મનમાં શું પ્રત્યાઘાતો પડે છે એ વાતોથી આમ તો સ્ત્રીઓ અજાણ નહીં હોય...પરંતુ પુરુષ દ્વારા જયારે એ બોલાય અભિવ્યક્ત થાય ત્યારે ભય પામી જવાય...વિસ્મયનો પાર ન રહે...આ વાતની વધુ ચર્ચા આપણે બીજા લેખમાં કરીશું.

લંડનના શાહી મહેલમાં અનેકવાર રાણી દ્વારા આમંત્રિત-મર્યાદિત મહેમાનો માટે ટી-પાર્ટીનું આયોજન કરવામાં આવે છે. ઊંચો હોદ્દો અને સ્ટેટ્સ ધરાવતા સજ્જનો-સન્નારીઓ સુંદર વેશભૂષામાં સજ્જ થઈને બકિંમહામ પેલેસના ગેઈટ પર આવી પહોંચે અને ગેટ ખૂલે એની રાહ જોતાં આ કપલ્સ ત્યાં આવેલા અમારા જેવા બીજા અંગ્રેજ વિઝીટર્સ-ટુરીસ્ટ પાસે મોબાઈથી ફોટો ખેંચાવી સમય વ્યતીત કરતાં જોવા મળ્યાં. (સુરક્ષા વ્યવસ્થામાં હોવા છતાં) ચકાચૌંધ થઈ જવાય એવું રૂપ, હેટ-અમ્બ્રેલા સાથેનું ગર્વિષ્ઠ વ્યક્તિત્વ ધરાવતા આ યુગલોમાં પણ ફોટો ખેંચાવવા દરમ્યાન થતા સ્ત્રીના સૂચનો અને વાંધાઓની ભરમાર જોવાની મઝા આવી. સૂટ-બુટમાં સજ્જ પતિ ત્યાં પણ બિચારો ભાસતો હતો...હા...હા...હા...

> 'પુરુષપ્રધાનતા' ની સંસ્કૃતિના વારસાને જાળવી રાખવા પુરુષોનો સંઘર્ષ બહારથી જણાતો નથી. સ્ત્રીએ સહેવા પડતા અનેક પ્રકારના અત્યાચારોને કાવ્ય-લેખ-નિબંધો-મહાકાવ્યો-પુસ્તકો-ફિલ્મો-નાટકોમાં સ્થાન મળે છે. પુરુષ ફરિયાદ કરે એ પણ એના પુરુષત્વને લજવનારું છે એવી એક મજબૂત સામાજીક માન્યતા યુગોથી ઘર કરી ગયેલી છે. પુરુષને રડવાનો પણ વણકહ્યો મનાઈ હુકમ પાઠવી દેવાયેલો છે. જે આજદિન સુધી પુરુષવર્ગ દ્વારા પાળવામાં આવી રહ્યો છે. મશ્કરી સ્વરૂપે બોલાતું વાક્ય, 'સ્ત્રી શક્તિ છે અને પુરુષ સહનશક્તિ,' સત્ય તરફ નાનકડો ઈશારો કરી જાય છે.

ક્યા કરે...ક્યા ના કરે યે કૈસી મુશ્કિલ હાય,

કોઈ તો બતા દે ઈસકા હલ ઓ મેરે ભાઈ...

આ વિષય ને યોગ્ય ન્યાય આપવા વાંચકમિત્રો આપના સહકારની, આપના વિચારોની જરૂર છે. ખાસ કરીને ભાઈઓ. ફોન નંબર હશે જ છતાં ફરી એકવાર અહીં મુકું છું. વોટ્સેપ પણ કરી શકો છો. પતિદેવો ને ગુસ્સો ઠાલવવાની ઉત્તમ તક છે. આ Sale ની સીઝનમાં જૂનો કચરો ઠાલવી દો... **(Mo). 98795 28722**

જાણો સ્ટેમ સેલ થેરાપી વિષે

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા
ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

આજે દરેક ક્ષેત્રે વિજ્ઞાન હરણફાળ ભરી રહ્યું છે. તબિબિક્ષેત્ર પણ તેમાંથી બાકાત નથી. સ્ટેમ સેલ થેરાપી જેવી શોધો વડે અસાધ્ય ગણાતા અમુક રોગોને મટાડી શકાય તેવી આશા જાગી છે. જો કે હજુ સ્ટેમ સેલ થેરાપી તેના પ્રારંભિક તબક્કામાં છે, તેમ છતાં આગામી સમયમાં આ થેરાપી માનવજાત માટે ખૂબ ઉપયોગી સાબિત થશે તેમાં કોઈ શંકા નથી. ચાલો આજે સરળ શબ્દોમાં જાણીએ સ્ટેમ સેલ થારાપી વિષે.

આપણા શરીરનો મહત્વનો અને પાયાનો એકમ છે કોષ. કોષ શરીરને ટકાવી રાખવા માટે જવાબદાર છે. આપણા શરીરમાં અનેક પ્રકારના કોષો રહેલા છે. સ્ટેમ સેલ એ શરીરના વિશિષ્ટ પ્રકારના કોષો છે. સ્ટેમ સેલની વિશેષતા એ છે કે તે નવા કોષોનું નિર્માણ કરી શકે છે. એટલેકે શરીરના રોગગ્રસ્ત કે ક્ષતિગ્રસ્ત કોષોની જગ્યાએ સ્ટેમ સેલ નવા કોષો બનાવી શરીરને જીવતદાન આપી શકે છે. સ્ટેમ સેલ વડે શરીરનાં કોઈ પણ ક્ષતિગ્રસ્ત અંગને પુનર્જીવન આપી શકાય છે. ટુંકમાં, સ્ટેમ સેલ વડે શરીરનાં સ્વસ્થ કોષોનું પુનઃનિર્માણ કરી શકાય છે.

સ્ટેમ સેલના મુખ્યત્વે ત્રણ પ્રકારો છે.

૧. ગર્ભસ્થ સ્ટેમ સેલઃ આ પ્રકારના સ્ટેમ સેલ ગર્ભના નિર્માણ માટે જરૂરી છે. ગર્ભસ્થ સ્ટેમ સેલ કોઈ પણ પ્રકારના કોષોમાં રૂપાંતરિત થઈ શકે છે. એટલેકે એક સ્ટેમસેલ વડે અનેક અવયવોના કોષોની રચના થઈ શકે છે.

૨. વયસ્ક સ્ટેમસેલઃ આ પ્રકારના સ્ટેમસેલ વયસ્ક વ્યક્તિના અંગો જેવાકે ત્વચા, મગજ, અસ્થીમજ્જા (બોનમેરો) આદિમાં રહેલા હોય છે. વયસ્ક સ્ટેમસેલ જે અંગમાં હોય તે અંગની જ પુનઃરચના કરી શકે છે. જેમકે લોહીનાં સ્ટેમસેલ વડે લોહીને લગતા રોગો જ મટી શકે.

૩. લેબોરેટરીમાં બનતા સ્ટેમ સેલઃ વૈજ્ઞાનિકોએ લેબોરેટરીમાં રીસર્ચ વડે એવા સ્ટેમ સેલ વિકસાવેલા છે કે જે વયસ્ક વ્યક્તિમાં અનેક પ્રકારના અવયવો અને તેના કોષોની રચના કરી શકે અને તેને લગતા રોગો મટાડી શકે. જેમકે એક સ્ટેમ સેલ એ શરીરની ત્વચા, લીવર, લોહી, મગજ આદિ અનેકને લગતા રોગોમાં ઉપયોગમાં લઈ શકાય. સરળ ભાષામાં કહીએ તો લેબોરેટરીમાં બનતા સ્ટેમ સેલનાં ગુણો ગર્ભસ્થ સ્ટેમ સેલ જેવા છે પણ તેની ઉપયોગીતા વયસ્કો માટે છે.

સ્ટેમ સેલ થેરાપી વડે શરીરમાં અમુ