સુપ્રભાતમ્
સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

સલામી સવારની..

નાની અમથી નસના પ્રભાવે અટકી પડે છે!
સજ્ઞ બાંધામાં હોય હૈયું છતાં ખોટકી પડે છે!
વટકી પડે જીવન, નિશ્ચેતન થાય છે આત્મા -
લીલી વાડી, વડ ને વડવાઈઓ બટકી પડે છે...
(મા. શ્રી. વી. આર. ટોળિયાને અંજલિ)

હાઈકુ

પળવારમાં
સખત 'શીલા' પણ...
પીગળી ગયાં...!
(શીલા દીક્ષિતની વિદાય)

દેવો ના દેવ,
- ને છોડી, ચાલ્યાં ગયાં...
ઈંદીરા પણ...
(મા. પૂર્વ મુખ્યમંત્રીનાં પત્ની ઈંદિરાબેનની વિદાય)

ચિંતન

નિરસ્તરાગા નિરપાસ્તભોગાઃ શાન્તાઃ સુદાન્તા યતયો મદાન્તઃ ।
વિજ્ઞાય તત્વં પરમેતદન્તે પ્રાપ્તાઃ પરાં નિર્વૃતિમાત્મયોગાત્ ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક સંસ્કૃત 'સુભાષિત ભાંડાગાર'માંથી લેવામાં આવેલ છે.

રાગ વિનાના, ભોગ ત્યજી દેનારા, શાન્ત સંયમી મદરહિત યોગીઓ જ પરમતત્ત્વને જાણીને આત્મયોગથી પરમ આનંદને પ્રાપ્ત થયા છે.

ભોગ, મોજશોખ, રાગ કે ભૌતિક સુખો ને વૈરાગ્ય પૂર્વક ત્યજી જેવા જોઈએ. જ્યારે આ વૃત્તિથી 'ત્યાગ' આવશે ત્યારે કુદરતી રીતે જ મન-હૃદયમાંથી એક પ્રકારે ત્યાગનો આનંદ પ્રાપ્ત થશે. એ જ મુક્તિનો આનંદ છે.

સુવિચાર

- સંજોગો વિવેકપ્રિયના પક્ષમાં યુદ્ધ કરે છે - **બોધિવૃક્ષ**
- તમારા મનના ઉચ્ચ ભાવો હોય તો તે ફળે જ,
  પણ મનની ભાવનામાં બીજા કોઈ રોગ હોય તો તે ભાવના ના ફળે - **આપ્તસૂત્ર**
- જે ઈચ્છામાં કોઈ પણ પ્રકારનો મેલ નથી, કોઈની પાસે લેવાની બિલકુલ ઈચ્છા નથી,
  તે નિર્ભેળ ઈચ્છા કહેવાય, તે ઈચ્છા ફળીભૂત થાય - **અખંડ આનંદ**
- અજ્ઞાનીને જયાં જાય ત્યાં કર્મ બંધાય, 'જ્ઞાની' ને જયાં જાય ત્યાં કર્મ છૂટે - **ડો. નીરુબહેન અમીન**
- જે વ્યક્તિ પોતાની સંપત્તિ અને પોતાના સન્માન પર ગર્વ કરે છે,
  તે પોતાના પતનની જલ્દી કરે છે - **લાઓત્સે**
- જે સમયે આપણે પ્રસન્ન હોઈએ છીએ તે સમય આપણને જ્ઞાની બનાવે છે - **ઓશો**
- આજનું ઔષધ : જેઠી મધનો પાઉડર તથા દૂધમાં પીસેલા તલ મેળવી પેસ્ટ બનાવી માથામાં ૩ કલાક રાખવાથી ખરતા વાળ મટે છે

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

અમેરિકાના ભૂતપૂર્વ પ્રમુખ જેમ્સ મેડિસન ત્રીસ વર્ષની ઉંમરે એક છોકરીના પ્રેમમાં પડ્યા. મેડિસન ત્યારે તો ગરીબોમાં જીવતા હતા. અને છોકરી શ્રીમંત કુટુંબની હતી. છોકરીના પિતા તેને લઈ બીજા શહેરમાં જતા રહ્યા. છોકરીએ પત્ર લખી મેડિસનને જાણ કરી કે, 'હવે મારો સંપર્ક કરવાની કદી કોશિશ ન કરતા.' મેડિસનને ખૂબ આઘાત લાગ્યો. તેઓ હતાશ થઈ ગયા અને હિંસક બન્યા અને ભાંગફોડ કરવા લાગ્યા. આવા નાજુક સમયે તેમના મિત્ર થોમસ જેફરસન (અમેરિકાના ભૂતપૂર્વ પ્રમુખ) તેમની વહારે આવ્યા. તેમણે મેડિસન ને હૂંફ અને સહારો આપ્યા અને તેમને કાયદાના પુસ્તકો વાંચવા આપ્યા. સતત મિત્રના સંગાથને કારણે તથા પુસ્તકોના વાંચનથી તેઓ પ્રેમિકાને ભૂલવા લાગ્યા. અને સામાન્ય જીવન જીવતા થઈ ગયા. આ દરમિયાન જેફરસને તેમને અમેરિકાનું બંધારણ ઘડવા માટે આમંત્રણ આપ્યું. જેમ્સ મેડિસને પણ જાન રેડીને અમેરિકાનું બંધારણ ઘડ્યું અને ત્યારબાદ તેઓ અમેરિકાના ચોથા રાષ્ટ્રપ્રમુખ પણ બન્યા. જેમ્સ મેડિસન સારા મિત્ર અને સારાં વાંચન થકી હતાશામાંથી બહાર આવીને મહાન બન્યા હતા. એવી રીતે કોઈ પણ વ્યક્તિ સારા વાંચન કે સારા મિત્રને સથવારે દુઃખ કે હતાશામાંથી બહાર આવી શકે છે.

અમેરિકાની પ્રતિષ્ઠા ધોવાય છે

તંત્રીસ્થાનેથી...

અમેરિકાના અતિવિશિષ્ટ અને નમૂનેદાર નામદાર રાષ્ટ્ર-પ્રમુખ ડોનાલ્ડ ટ્રમ્પ ઉંમરની અસર હેઠળ કયારેક એવું બકી નાખે છે કે એથી ખુદ એમનો જ દેશ રક્ષણાત્મક સ્થિતિમાં મુકાઈ જાય છે. તાજેતરમાં પાક વડાપ્રધાન ઈમરાનખાનની વૉશિંગ્ટન મુલાકાત વેળાએ ટ્રમ્પે એવું કહ્યું કે પોતે કાશ્મીર મુદ્દે મધ્યસ્થી કરવા તૈયાર છે. કાશ્મીર કેવો રળિયામણો પ્રદેશ ! બે પાડોશી દક્ષિણ એશિયાનાં રાષ્ટ્રો વચ્ચે આ એક જ મુદ્દો છેલ્લાં સિત્તેર વર્ષથી ગળાના હાડકાની જેમ ફસાયો છે. એમણે એવો પણ દાવો કર્યો કે છેલ્લે મોદી મળ્યા ત્યારે એમણે પણ મને કાશ્મીર મુદ્દે મધ્યસ્થી કરવા વિનંતી કરી હતી. ઈમરાનખાન માટે આથી વધુ સુખદ સ્થિતિ બીજી કઈ હોઈ શકે ? એમણે બહુ જ ઉમળકાપૂર્વક અમેરિકન રાષ્ટ્રપ્રમુખની મધ્યસ્થીના વિચારને વધાવી લીધો અને આખી દુનિયામાં ઢોલ પીટ્યો કે કાશ્મીર મુદ્દે અમેરિકા જેવા વિશ્વના સૌથી સંપન્ન અને શક્તિશાળી દેશની મધ્યસ્થી વગર કોઈ જ સમાધાન શક્ય નથી. બિલાડાની જેમ લડતા ઝઘડતા રહ્યા છે, ખુવારી વહોરતા રહ્યા છે અને બેુ દેશો પાસે પરમાણું બોમ્બ હોવાથી કયારે આ મુદ્દે સર્વનાશ વેરાય તે કહેવાય નહીં. ઈમરાનખાને ત્યાં સુધી તૈયારી દર્શાવી કે જો અમેરિકા મધ્યસ્થી કરીને કાશ્મીર સમસ્યાનો ઉકેલ આણી આપે તો અમે પરમાણુ શસ્ત્રો પર પણ નિયંત્રણો મૂકવા તૈયાર છીએ. ઈમરાન માટે અમેરિકન પ્રમુખનો સધિયારો એમની પાક વડાપ્રધાન તરીકેની કારકિર્દીની મોટી ઉપલબ્ધિ ગણાય. પરંતુ શું ખરેખર ભારતીય વડાપ્રધાને ટ્રમ્પને આવી વાત કરેલી ? જો કરી હોય તો તે દેશ સામેની ગદ્દારી ગણાશે. કારણ કે પૂર્વ પાક વડાપ્રધાન ઝુલ્ફીકાર અલી ભૂટ્ટો અને પૂર્વ ભારતીય વડાપ્રધાન ઈંદિરા ગાંધી વચ્ચે થયેલ શિમલા કરાર અનુસાર કાશ્મીર પ્રશ્નનો ઉકેલ માત્ર અને માત્ર દ્વિપક્ષી મંત્રણાથી જ લાવવામાં આવશે એવો નિર્ણય થયેલો છે. લાહોરમાં વડાપ્રધાન અટલબિહારી વાજપેયી અને નવાઝ શરીફ વચ્ચે થયેલ મંત્રણા દરમિયાન પણ આ જ મુદ્દો આવેલો. ઈમરાનખાને મિયાં મુશર્રફના પગલે ફરી એક વાર કાશ્મીરને આંતરરાષ્ટ્રીય મંચ પર ચર્ચાનો વિષય બનાવી ભારત માટે જ નહીં, ખુદ અમેરિકન શાણા રાજપુરુષો માટે પણ શિરોવેદના ઊભી કરી છે. ડેમોક્રેટીક પાર્ટીના ભારત તરફી સાંસદોએ તો ખુલ્લેઆમ ટ્રમ્પની આ મુદ્દે ઝાટકણી કાઢી છે. ભારતની સંસદમાં આ મુદ્દે વિદેશમંત્રી જયશંકરે જવાબ આપ્યો છે કે મોદીએ કયારેય ટ્રમ્પને કાશ્મીર મુદ્દે આપ્યો છે કે મોદીએ કયારેક ટ્રમ્પને કાશ્મીર મુદ્દે મધ્યસ્થી કરવા વિનંતી કરી નથી. આટલી સ્પષ્ટતા પછી પણ રાહુલ ગાંધીએ મોદીના મૌન સામે પ્રશ્નાર્થ ચિહ્ન મૂક્યુ છે અને એમની પાસે ખુલાસો માગ્યો છે. રક્ષણાત્મક પરિસ્થિતિમાં મુકાઈ ગયેલ ટ્રમ્પ શાસનના વિદેશ વિભાગના પ્રવક્તાએ પણ આખી વાત પર ટાઢાં પોતાંવાવાનો પ્રયાસ કર્યો છે. અમેરિકા ઈચ્છે છે કે બેઉ પાડોશી દેશો સુમેળથી કાશ્મીર સમસ્યાનો ઉકેલ લાવે અને એ માટે અમેરિકા કોઈ પણ મદદ કરવા તૈયાર છે! દુનિયાની જમાદારી કરવાના અભરખા સેવતા અમેરિકાને મોદીએ તેઓ જેવી ભાષા પ્રતિસ્પર્ધી નહેરુ-ગાંધી પરિવાર કે કોંગ્રેસ પાર્ટી માટે વાપરતા રહ્યા છે એવી જડબાતોડ જબાનમાં ટ્રમ્પને પણ જવાબ સંભળાવે એવી અપેક્ષા અસ્થાને નથી.

ભરી સભામાં ભમી સતી પોકારે, ઓ ગણ દેજો શિવને સમાચાર

મનના ઉમંગો
રણછોડ પરમાર

શ્રી મનુભાઈનાં ભજનો વિશે પહેલો જ લેખ લખ્યો ત્યારે એમાં લખેલું કે,'' શ્રી મનુભાઈએ દરેક ભજનમાં કેવા કેવા શબ્દો મૂક્યા છે. જાણે અસલી સોનામહોરો ! અને ઉપમાઓ કેટલી અનોખી છે ? તેઓ નજરોનજર હરિને જોતા હોય અને પ્રભુની આરતમાં એની મેળે હૈયામાંથી શબ્દો નીકળતા હોય તેવી અદ્ભુત વાણી છે. શ્રી દલપતભાઈ જેવો કોઈ મરમી એની વાત કરે તો સાંભળનારા ન્યાલ થઈ જાય. મારું કોઈ ગજું નથી. હું તો વાંચતાં વાંચતા કોઈ ભજન ગમી જાય (ના ગમે એવા ભજન તો સંગ્રહમાંથી ગોતવા બહુ ભારે કામ મારા બાપલિયા.) એની સાથે થોડીક આડીતેડી વાતો કરી આપની સમક્ષ રજૂ કરું. હું બીજું તો શું કરી શકું ? શ્રી નિરંજન રાજયગુરુ જેવો જાણતલ આ સંગ્રહોની વિવેચના કરે તો ગુજરાતી સાહિત્યમાં ચાર ચાંદ લાગી જાય એ વાત નક્કી છે. ''

મેં તો લખતાં લખી દીધુ'તું પણ આવતી કાલે એમાંની એક વાત સાચી થવાની છે. આવતીકાલે તારીખ ૨૬/૦૭/૨૦૧૯ ના રોજ શ્રી મનુભાઈ ત્રિવેદીની ૧૦૬ મી જન્મ જયંતી છે. તે નિમિત્તે ગુજરાત સાહિત્ય અકાદમી અને ઓમ કોમ્યુનિકેશનના સહયોગથી આત્મા હૉલ, આશ્રમ રોડ અમદાવાદ ખાતે ''સુરતાનો સાદ'' એવો એક સરસ કાર્યક્રમ યોજાનાર છે અને તેમાં શ્રી દલપતભાઈ પઢિયાર ''સરોદ'' ના ગીતો અને ભજનો વિશે વાત કરવાના છે. ''ગાફિલ'' ની ગઝલો અંગે શ્રી રાજેશ વ્યાસ મિસ્કીન બોલવાના છે. જ્યારે શ્રી મનુભાઈના જીવનની વાતો શ્રી ભરતભાઈ ઓઝા કરવાના છે. કાર્યક્રમની ભૂમિકા અકાદમીના અધ્યક્ષશ્રી વિષ્ણુભાઈ પંડ્યા રજૂ કરશે. આમ આવતીકાલની સાંજ શ્રી મનુભાઈના જીવન અને કવનથી રંગાઈ જવાની છે.

છેલ્લા થોડા સમયથી આપણે શ્રી મનુભાઈ ત્રિવેદીના સમગ્ર સાહિત્ય પૈકી ખંડ-૨ ના ભજનોની વાત કરી રહ્યા છીએ. આ સંગ્રહમાં દીર્ઘ ભજનો સારી સખ્યામાં છે. છેલ્લે આપણે ''જેનો પાણોતિયો ભગવાન'' ' ભજનની વાત કરી હતી. એ પહેલાં ''પીડિત પોકારે પાંચાળી'' ભજન રજૂ કરેલું. આજે આપને '' સતીનો પોકાર'' ભજન સંભળાવી અગ્રંથસ્થ ભજનોની વાત પૂરી કરવા માંગું છું.

સતીનો પોકાર
ભરી સભામાં ભમી સતી પોકારે,
નૈન રડે જાર જાર;
વ્યાકુળ વચને ગણને કહે, દેજો
શિવને સમાચાર-
ઓ ગણ દેજો શિવને સમાચાર.
રાણી તમારી હું તો શાણી ગણાતી,
કીધો ન કંઈ જ વિચાર;
દ્વાર પિતાને આવી યજ્ઞ વિષે હું માની
નક્કી થવાનો સત્કાર.
ઓ ગણ દેજો શિવને સમાચાર.
વેણ વદ્યાં ન, તોય મુખ ન મોડ્યું મારું,
આપ છો અતિવ ઉદાર,
બાપ ઘરે જવાનું તેડું ન હોય કહી
આવી હું મયર મોજાર.
ઓ ગણ દેજો શિવને સમાચાર.
લાડલડેલી ઘેલી બની ગઈ અકેલી
દક્ષસુતા હું તમ દ્વાર;
પ્રેમ તમારો પામી મુંઝ' જતી વિરામી;
સ્નેહના આપ છો આધાર.
ઓ ગણ દેજો શિવને સમાચાર.
સ્નેહથી સમજાવી તોય હું અહીં આવી
માન વિનાની બની નાર;
આવું કૈલાસમાં તો અંકશું ધારશો એ,
આપ અધમના ઉધ્ધાર.
ઓ ગણ દેજો શિવને સમાચાર.
અંગ બનેલું મારું દક્ષને અંગ એનો
ઘટે કરવો પરિહાર;
રટણ કરું તમારું શિવ શિવ નામ પ્યારું
કરતાં અંગનો સંહાર.
ઓ ગણ દેજો શિવને સમાચાર.
પાવનકારી નામ તમારે શિવ
થાય અબળ ભવ પાર;
ભાનભૂલેલા મારા તાત ન તમને
જાણી શક્યા છો કિરતાર.
ઓ ગણ દેજો શિવને સમાચાર.
જો તન મન મારું શિવમય હોય તો તો
થાવ પ્રગટ અંગાર,
ભસ્મ કરી દો મને, થાય ભભૂતિ અને
થાઉ હું શિવનો શ્રુંગાર.
ઓ ગણ દેજો શિવને સમાચાર.
બોલી રહ્યાં જ્યાં સતી વેણ એ ત્યાં તો ઉડ્યો
અંગથી અગનફુવાર;
બોલી રહ્યો એ બોલ શેષ બિભિહણ,
હો આવે સૃષ્ટિનો સંહાર !
ઓ ગણ દેજો શિવને સમાચાર.

આ ભજનના શરૂઆતના શબ્દો વાંચતાં જ સુજ્ઞજનો જાણી જાય છે કે આ તો પિતાશ્રી હિમાલયના યજ્ઞમાં પતિશ્રી રજા ન હોવા છતાં ગયેલાં અને પસ્તાયેલાં સતીમાતાની વાત છે. યજ્ઞસભામાં સતીમાતા અપમાનથી વ્યથિત થઈને આમતેમ આકુળવ્યાકુળ થઈને આંટા મારી રહ્યાં છે આંખોમાંથી અમરાધાર આંસુ વરસી રહ્યાં છે. એના માટે ત્રિવેદીસાહેબ કેવો શબ્દ ખોળી લાવ્યા છે? '' નૈન રડે જાર જાર'' હવે આવી વાત આવે ત્યારે રણછોડભાઈ મૂંઝાઈ જાય. શબ્દકોશ ખોલવો પડે. જુવારને ગામડામાં જાર કહે છે. આ જુવારના દાણા બાજરીના દાણા કરતાં મોટા હોય છે. એવા મોટાં મોટા આંસુડે સતી રડી રહ્યા છે, એવો અર્થ ભાઈ મારા મનમાં બેસે છે. એટલે તો પહેલા ફકરામાં જ મેં કહી દીધું છે કે શ્રી દલપતભાઈ જેવા મરમી આની વાત કરે તો મઝા પડે.આખા ભજનમાં આવા તો કેટલા બધા શબ્દો મનુભાઈએ રમતા મૂકી દીધા છે ? અતિશયના બદલે અતિવ, મહિયરના બદલે મયર, મઝધારના બદલે

અનુસંધાન પાના નં ૭ પર

ગુરુનું મહાત્મ્ય ઈશ્વરથી પણ વધુ ઊંચું છે, ગુરુ એટલે માનવદેહમાં ઈશ્વર

અબીલ-ગુલાલ
મમતા રાવલ

છેલ્લાં ત્રણ લેખથી પુરુષોના મનોજગતમાં આપણે લટાર મારી...આ દ્વારા પુરુષ સમાજનો દ્રષ્ટિકોણ, એમની સમસ્યા અને અપેક્ષાને સમજવાનો – ચર્ચવાનો પ્રયત્ન કર્યો. સમજદાર સ્ત્રીવર્ગ માટે આટલો ઈશારો કાફી રહેવો જોઈએ...

આ શૃંખલા દરમ્યાન ગુરુપૂર્ણિમાનો દિવસ પસાર થઈ ગયો. બધા જ સમાચારપત્રો અને મેગેઝીન્સમાં આ દિવસે સુંદર લખાણો અને અનેક શૈક્ષણિક સંસ્થાઓમાં ગુરુપૂર્ણિમાની ઉજવણીના સમાચારો વાંચવા મળ્યા.

શિક્ષણ થકી કોઈ પણ સમસ્યાનો ઉકેલ શક્ય છે, સમૃધ્ધિમાં આળોટતા બાળકો શિક્ષણ અને શિક્ષકના મહત્વને વિસારી ચૂક્યા છે

શિક્ષકો પ્રત્યે વિદ્યાર્થીઓનો સન્માનભાવ અને કૃતજ્ઞતા ભાવમાં નોંધનીય ઘટાડાના સમાચારો સતત ચમકતા રહે છે. શિક્ષકોમાં પણ ગુરુભાવની ઓછપ વર્તાય છે. છતાં પણ આ દિવસ એટલે કે ગુરુપૂર્ણિમાની ઉજવણી ચોક્કસ જ કરવામાં આવે છે. ભલે એક દિવસ પૂરતું પણ આપણી પરંપરા અને સંસ્કૃતિ પ્રમાણે ગુરુપૂર્ણિમાના દિવસે ચોક્કસથી પ્રત્યેક જન પોતાના ગુરુને યાદ કરે છે...વંદન પાઠવે છે.

આ દિવસો માંજ રીલીઝ થયેલી ફિલ્મ ' સુપર – ૩૦ ' માં ગુરુ-શિષ્યના સંબંધોનું સુંદર ચિત્રણ કરવામાં આવ્યું છે. કહેવાતા નવા જમાનામાં પીડીત-શોષિત અને તિરસ્કૃત સમાજના બુધ્ધીશાળી બાળકોને IIT ની પ્રવેશ પરીક્ષાની અઘરી તાલિમ સાવ મફતમાં આપનાર શિક્ષક શ્રી આનંદકુમાર શિક્ષક સમાજ માટે આદર્શ છે. આ ફિલ્મના નાયક આનંદકુમાર બિહાર રાજ્યમાં હાલમાં પણ આ કામ કરી રહ્યા છે. આ કોઈ કાલ્પનિક ફિલ્મ નથી. ગુરુપૂર્ણિમા નિમિત્તે આ ફિલ્મે ગુરુ અને શિષ્ય બંને માટે સાચા અર્થમાં સંદેશો પૂરો પાડ્યો છે.

આપણા ભારત દેશમાં હજુ એવા પછાત રાજ્યો છે જ્યાં દારૂણ ગરીબીની સાથે-સાથે અજ્ઞાનતા, અસ્પૃશ્યતા, જ્ઞાતિભેદ ચરમકક્ષાએ છે. પછાત વર્ણના મનુષ્યો સાથે પશુથી પણ બદતર વ્યવહાર કરવામાં આવે છે. સતત અપમાન અને શોષણ આવા વર્ણના લોકો, પેઢીઓથી પોતાનું નસીબ સમજીને સહન કરતા રહ્યા છે અને હજુ કરી રહ્યા છે. ફિલ્મમાં દર્શાવ્યા મુજબ આવા વાતાવરણ અને પરિસ્થિતીઓ વચ્ચે આજ વર્ગની એક સુપર ઈન્ટલીજન્ટ વ્યક્તિ એને મળતી પૈસા કમાવાની અનેક લોભામણી તકોને જતી કરી ને તિરસ્કૃત વર્ગના, શિક્ષણ ઈચ્છુક બાળકોને IIT સુધી પહોંચાડવાનો ભેખ ધરે છે...સંકલ્પ કરે છે. રહેવા-ખાવા- ભણવાની બધી જ વ્યવસ્થા પોતાની જવાબદારી તરીકે સ્વીકારી આ શિક્ષક પોતાની પ્રથમ બેચના ત્રીસથી ત્રીસ વિદ્યાર્થીઓ IIT માં એડમીશન અપાવવામાં સફળ થાય છે. આ પ્રક્રિયામાં એમનો આર્થિક-માનસિક-રાજકીય-સામાજીક સંઘર્ષ જોવા-સમાજવા માટે ફિલ્મ જોવી રહી.

આધુનિક સગવડસભર શાળામાં ભણતા વિદ્યાર્થીઓ અને શિક્ષકોમાં પરસ્પર પ્રેમ-સન્માન-આત્મિયતા ખોવાઈ ચૂકી છે. પરંતુ આ ફિલ્મમાં વણાયેલી સચ્ચાઈ પણ આજના જમાનાની જ છે. જ્યાં ગુરુની કર્તવ્યનિષ્ઠા અને શિષ્યોનું સમર્પણ સમાજ માટે ઉદાહરણરૂપ ઘટના છે.

વાત હરીફરીને વ્યક્તિના આત્માના સંસ્કાર, એના પોત પર આવીને જ અટકે છે. જન્મથી પ્રાપ્ત થતી જ્ઞાતિ-જાતિ-વર્ણ, શિક્ષા પ્રાપ્તીમાં ક્યાંય અડચણ બનતું નથી એ અહીં સાબિત થાય છે. રામાયણમાં ગુરુ દ્રોણાચાર્ય દ્વારા એકલવ્ય સાથેના અયોગ્ય વ્યવહાર પ્રાચીન ભારતની કલંક્તિ ઘટના લેખી શકાય. પરંતુ એની સામે શબરીના એઠાં બોર આરોગવા અને કેવટ દ્વારા શ્રી રામના પગ પ્રક્ષાલન સમાજને આડકતરી સાચી દિશા ચીંધે છે. હાલમાં જ આવેલી બીજી ફિલ્મ Article-15 પણ સમાજના આવા ભેદભાવ પર રચાયેલી ચોટદાર ફિલ્મ છે. જ્યાં બંધારણમાં જ્ઞાતિભેદ-જાતિભેદ-વર્ણભેદના નિષેધની કાયદાકીય જોગવાઈની કલમ એટલે કે આર્ટીકલ - ૧૫ ને અત્યાચાર આચરતા સમાજ સામે હાઈલાઈટ્ કરવામાં આવી છે. હાલમાં હાઈકોર્ટ દ્વારા ગટર સફાઈ માટે માણસને અંદર ઊતારવા સામે આપવામાં આવેલો સ્ટે, આવી ફિલ્મો અને આવી રહેલી જાગૃતિનું પરિણામ છે.

મુખ્ય વિષય છે શિક્ષણ જેના થકી કોઈ પણ સમસ્યાનો ઉકેલ શક્ય છે. સમૃધ્ધીમાં આળોટતા બાળકો શિક્ષણ અને શિક્ષકના મહત્વને વિસારી ચૂક્યા છે. અને જેને આપણે પછાત કહેતા આવ્યા એ પોતાને મળેલી તકનો લાભ લઈને આજે સમાજમાં પોતાનું નોંધનીય સ્થાન બનાવી રહ્યા છે. સમાજના કહેવાતા ઉચ્ચવર્ગ માટે આ લાલબત્તી સમાન છે. અને એના પાયામાં ગુરુ-શિષ્ય સંબંધમાં પેઠેલી ઘોર અરાજકતા કારણભૂત છે.

આનંદકુમારની જેમ શિક્ષક પોતાના વિદ્યાર્થીને-શિષ્યને સમાજમાં પોતાની આઈડેન્ટીટી બનાવવામાં મદદરૂપ થઈ શકે છે. શિક્ષક તરફથી કોઈ પ્રકારના ભેદભાવ આવકાર્ય નથી. આજકાલ શિક્ષક હોવું, એ અર્થોપાર્જનનું સાધન માત્ર બની રહ્યું છે. જે બિલકુલ અનિચ્છનીય છે. એક અનુભવી શિક્ષક પોતાના વિદ્યાર્થીના મનના ઊંડાણમાં રહેલા ભય-ચિંતાને જાણીને કેવી સુંદર રીતથી એમાંથી ઊગારી શકે છે, એ પણ ફિલ્મ સુપર – ૩૦ માં સુંદર રીતે બતાવાયું છે. આવા જીવંત ઉદાહરણો ભારતની આ ગુરુ પરંપરાની પેદાશ છે. ભારતની માટીમાં મહાન ગુરુઓ અને શિષ્યોની અનેક ગાથાઓ ધરબાયેલી છે.

જીવનમાં કોઈપણ તબક્કે આધ્યાત્મિક ગુરુનું સચોટ માર્ગદર્શન વ્યક્તિને જીવનગ્રંથના અક્ષરો ઉકેલવામાં સહાયરૂપ થાય છે. ગુરુનું મહાત્મ્ય ઈશ્વરથી પણ અદકેરુ અંકાય છે. કહેવાય છે કે ગુરુ એટલે માનવદેહમાં ઈશ્વર

ગુરુ બ્રહ્મા, ગુરુ વિષ્ણુ, ગુરુ દેવો મહેશ્વર,
ગુરુ સાક્ષાત્ પરબ્રહ્મ, તસ્મૈ શ્રી ગુરવે નમઃ

જીવનમાં સદગુરુના સાક્ષાત્કાર પછી બધું જ સરળ બની જાય છે. જ્ઞાનના માર્ગે સત્યનો પરિચય કરાવનાર ગુરુ, શિષ્ય માટે શિક્ષક - પરીક્ષક - માર્ગદર્શક બધું જ બની રહે છે.

ગુરુપૂર્ણિમાની ઉજવણી ખૂબ સારી બાબત છે...પરંતુ મિસાલ રૂપ ગુરુ અને અર્જુન-એકલવ્ય જેવા શિષ્યોની આજે તાતી જરૂર છે. ચંદ્રયાનનું લોન્ચીંગ અને એવા અનેક આવિષ્કાર કરનાર પેઢી પછી હવે નવી પેઢીના ફળદ્રુપ ભેજાઓને સ્વાર્થ અને સ્વસુખના દાયરામાંથી બહાર કાઢી સર્વના સુખ અર્થે કામ કરતાં કરવાની તાકાત એક શિક્ષકમાં છે.

આચાર્ય ચાણક્યની ખૂબ પ્રચલિત ઉક્તિ...યુગ-યુગાંતરથી સત્ય છે.

શિક્ષક કભી સાધારણ નહીં હોતા...,
પ્રલય ઔર નિર્માણ ઉસકી ગોદ મેં પલતે હૈ...!!!

ગુરુપૂર્ણિમાની ઉજવણી ખૂબ સારી બાબત છે...પરંતુ મિસાલ રૂપ ગુરુ અને અર્જુન-એકલવ્ય જેવા શિષ્યોની આજે તાતી જરૂર છે. ચંદ્રયાનનું લોન્ચીંગ અને એવા અનેક આવિષ્કાર કરનાર પેઢી પછી હવે નવી પેઢીના ફળદ્રુપ ભેજાઓને સ્વાર્થ અને સ્વસુખના દાયરામાંથી બહાર કાઢી સર્વના સુખ અર્થે કામ કરતાં કરવાની તાકાત એક શિક્ષકમાં છે

બાળકોની ઈમ્યુનીટી વધારનાર સુલભ ઔષધો

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા
ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

અષાઢ અને શ્રાવણ મહિના એટલે વર્ષાઋતુ એટલે કે ચોમાસું. ચોમાસું બધાને ગમતી ઋતુ છે. બાળકોને તો ખાસ ગમે, પણ સાથે સાથે આ ચોમાસા દરમિયાન જ બાળકોને શરદી-તાવ ઈન્ફેકશન આદિ થવાનો ભય વધુ રહે છે. બાળકોને શરદી ઉધરસ થાય એટલે તેના ખાવા પીવા પર કાપ મુકાઈ જાય. આધુનિક તબીબી શાસ્ત્ર ભલે આમા બહું ન માનતું હોય પણ એટલું તો દેખીતું જ છે કે બાળકને શરદી થઈ હોય ત્યારે જો તેને દહિં, આઈસક્રીમ, ચોકલેટ આદિ આપવામાં આવે તો શરદી વધું વકરે છે. બાળકોને ખોરાકમાં જો દહિં-છાશ હોય તો તેઓ સરસ જમી લેતા હોય છે. શરદી વખતે દહિં-છાશ બંધ રાખવા પડે એટલે જમવામાં પણ બાળકો આનાકાની કરે. એમાય જો એન્ટીબાયોટીક કે પેરાસીટામોલ જેવી દવાઓ ચાલતી હોય તો બાળકોની ભૂખ જ મરી જાય છે અને દીવસે દીવસે જાણે બાળક દુબળું પડતું જતું હોય તેવું આપણને લાગ્યા કરે.

આવા સમયે દરેક માં-બાપ આયુર્વેદ જેવી નિર્દોષ અને અસરકારક દવાઓનો વધું આગ્રહ રાખતા હોય છે. કારણકે આયુર્વેદના ઔષધો બાળકની ઈમ્યુનિટી વધારે છે, બાળકનો કફ-શરદી-તાવ દૂર કરે છે અને તેના પાચનતંત્રને પણ સુધારે છે. આજે આપણે આવા ચાર ઔષધોની વાત કરીએ. આદું, હળદર, તુલસી અને અરડુસી.

જેને આપણે અંગ્રેજીમાં જીંજર કહીએ છીએ તે આદું બહુગુણપ્રધાન છે. સ્વાદે મુખ્યતઃ તીખું એવું આદું ગુણમાં થોડું ગરમ છે, પચ્યા પછી મધુરભાવને પ્રાપ્ત થાય છે અને શ્રેષ્ઠ પાચક, ભૂખ લગાડનાર, અને એન્ટીઓક્સીડન્ટ છે. આદુ સુકાય એને સૂંઠ કહેવાય. આદુ અને સૂંઠના ગુણો અમુક અંશે અલગ છે. આદુનો ગુણ રૂક્ષ (ડ્રાય કરવાનો) છે જ્યારે સૂંઠનો ગુણ સ્નિગ્ધ છે. આદુ કબજીયાત દૂર કરે છે, શરીરનો સોજો ઓછો કરે છે, શરીરની ઈમ્યુનિટી વધારે છે (એટલે શરદી-તાવમાં ખૂબ અસરકારક છે), જઠરાગ્નિ પ્રદિપ્ત કરે છે, આદુંમાં રહેલ 'જીંજરોલ' નામનું તત્વ શરીરનો સોજો (ઈંફ્લામેશન) ઓછો કરે છે અને એન્ટીઓક્સીડન્ટ તરીકે પણ કામ કરે છે.

આદું જેવું જ અને તેના જ વર્ગનું બીજું ઔષધ એટલે હળદર. હળદરના ગુણો વિષે ભાગ્યે જ કોઈ અજાણ હશે. હળદર શ્રેષ્ઠ એન્ટીસેપ્ટીક છે. એટલે તે શરીરમાં થયેલા ઈન્ફેક્શનને દૂર કરે છે. હળદર ડાયાબિટીસનું શ્રેષ્ઠ ઓસડ છે. હળદર લોહી સુધારે છે, એટલે ચામડીના રોગોમાં અસરકારક છે. હળદર થોડી સારક છે એટલે બાળકનો ઝાડો સાફ લાવે છે

આપણાં બધાના ઘરમાં તુલસી હશે જ. આ તુલસી કફનાં રોગોનું શ્રેષ્ઠ ઔષધ છે. તુલસીના પાનમાં એક ઉડ્ડનશીલ તેલ રહેલું હોય છે જે કફને છુટ્ટો પાડવામાં મદદરૂપ છે. અરડુસી (સંસ્કૃતમાં 'વાસા') પણ કફનું શ્રેષ્ઠ ઔષધ છે. અરડૂસીની વિશેષતા એ છે કે શરદી-ઉધરસના બીજા ઔષધોની જેમ એ પ્રકૃતિએ ગરમ નથી. એટલે જેની ગરમ પ્રકૃતિ હોય તેઓ પણ અરડુસીનો નિશ્ચિંતપણે ઉપયોગ કરી શકે છે.

તો આ ઔષધોને બાળકોને કઈ રીતે આપવા? આદું, હળદર અને તુલસીને ચા ની જેમ ઉકાળી તેમાં થોડું મધ નાખી બાળકોને ગરમ ગરમ પીવડાવવું. અરડૂસીનાં પાનનો રસ કાઢી એકાદ બે ચમચી જેટલો મધ કે પાણી સાથે આપવો. આ પ્રયોગ ચોમાસા અને શિયાળામાં નિયમિત કરવો જેથી સામાન્ય શરદી-ઉધરસ- ગળું પકડાવવું કે તાવ જેવા રોગો આવતા ટળશે તેમજ બાળકોની ઈમ્યુનીટી વધશે.

(મો.) ૯૮૭૯૪૭૧૧૪૭

બાળકો માગે તે નહીં, તેમને ઘટે તે આપો

લાગણીનો મેળો
રસિક વાળંદ

મા, મને કક્કો શીખવાડ,
મારા તો ભાઈબંધ વાંચી બતાવે છે,
પાનખરે ઉગેલાં ઝાડ!
મા, પેલા ઝાડની ટોચ પર બેઠેલા,
પંખીને કેમ કરી વાંચવું?
પીછાં ને ટહુકો જો હેઠા પડે,
તો બેમાંથી કોને હું સાચવું?
મા, તું ટહુકો કરે છે કે લાડ !
મા, મને કક્કો શીખવાડ.

-મુકેશ જોષી

● ● ●

ઘર નજીક રેલીનો ઢગ ખડકાયો હતો. સોસાયટીના બાળકોને રમવાની મજા પડી ગઈ... ધીંગા મસ્તી ને ભૂચિત્રણા કરી સૌ થાક્યા... હવે રેતીમાં પોતાના સપનાનું ગામ બનાવવા મંડી પડ્યા... અવનવા ઘર... ખેતર... બાગ... રસ્તા... ને નાનું મંદિર... આવું બધું પરંતુ એમની કલ્પનામાં કયાંય 'નિશાળ' ન દેખાઈ...!

દોસ્તો, બાળકને નિશાળનું વળગણ કેમ નથી? શાળા કે શિક્ષણ કેમ નિરસ ને અણગમતું લાગે છે? રજા પડે ને બાળક અનન્ય હાશકારો અનુભવે! આવું કેમ ? એક એવો ખ્યાલ દઢ થયો છે કે શિક્ષણ એટલે નિશાળ. બીજું કે શિક્ષક મોટેથી બોલ્યા કરે... વિદ્યાર્થી સાંભળ્યા કરે... આમ ભણાવવું એટલે કે માત્ર બોલવું... - આવી ખોટી ભ્રમણાઓને કારણે શિક્ષણ નિરસને અણગમતું થયું. એક વાત એ પણ સમજવા જેવી છે કે શિક્ષણ ક્ષેત્રમાં છાશવારે અવનવા અખતરાઓ કરવામાં આવે છે, અર્થાત્ શિક્ષણ વ્યવસ્થામાં કોઈ સ્થાયી નીતિ નથી. એક બાજુ ખાનગી શાળાઓનું કીડીયારું ઊભરાયા કરે છે. ભણતર કરતાં ભૌતિકતાનો ભપકો આંજી નાખે એવો છો. આવાં ફાઈવ સ્ટાર શૈક્ષણિક સંકુલોમાં 'એડમિશન' મળવું એ પણ એક 'મોભો.' લેખવા માંડ્યો છે. બહુજન સમાજને પરવડતું નથી... પરાણે ખેંચાવું પડે છે.. આ સઘળી વાસ્તવિકતાથી સૌ કોઈ વાકેફ છે જ... ખેર, રણમાં મીઠી વીરડી સમી સરકારી શાળાઓએ પ્રતિવિકલ્પ પૂરો પાડ્યો છે... એવી કેટલીયે સ્કૂલો છે જેમાં ખાનગી શાળામાંથી બાળકો સરકારી શાળા તરફ વળ્યાં છે... જે સરાહનીય બાબત છે. સમાજના સ્થાપિતોહિતો શિક્ષણને 'સેવા' માંથી 'ઉદ્યોગ' માં ઢાળવામાં સફળ થયા પણ ખરાં !! પરિણામે સમાજનો નજરિયો બદલાયો... એક સમયે 'ગુરુ' ગણાતો 'શિક્ષક' 'લઘુ' ગણાવા લાગ્યો... માન-મોભો છીનવાયો... પરંતુ હજુ પણ મૂલ્યનિષ્ઠ કર્મયોગીઓનો કર્મયોગ સમાજને અજવાળી રહ્યો છે. આવા કર્મઠ ગુરુજનોને સાદર વંદન...!!

આ ક્ષણે એક દ્દષ્ટાંત કથા યાદ આવે છે :

એકવાર એક રાજાને વિચાર આવ્યો કે મારા રાજયના વિકાસમાં મહત્ત્વનું યોગદાન આપનાર વ્યક્તિનું બહુમાન કરવું છે. રાજાએ આ માટે પ્રધાન મંડળની બેઠક બોલાવી. રાજાએ પ્રધાનોનું સૂચન માગ્યું કે મારે કોનું સન્માન કરવું જોઈએ. કારણ કે એ વિચારો દ્વારા આપણને જીવન જીવતા શીખવે છે.

બીજા પ્રધાને કહ્યું, આપણે કલાકારનું સન્માન કરવું જોઈએ કારણ કે એ આપણને મનોરંજન પુરું પાડીને હતાશામાંથી બહાર કાઢે છે.

ત્રીજાએ કહ્યું, 'આપણે ઈજનેરનું સન્માન કરવું જોઈએ કારણ કે એના લીધે જ આટલો વિકાસ થયો છે. આ રસ્તાઓ, ડેમો, મોટાં મોટાં મકાનો, જાત જાતના યંત્રો અને ભૌતિક સુવિધાઓ ઈજનેરના કારણે જ મળી છે.'

ચોથાએ કહ્યું, 'આપણે ડૉકટરનું સન્માન કરવું જોઈએ કારણ કે એ નવું જીવન આપે છે. પાંચમાએ કહ્યું.' મારા મંતવ્ય મુજબ તો ઉદ્યોગપતિનું સન્માન થવું જોઈએ કારણ કે એના જ કારણે અનેકને રોજગારી મળે છે અને રાજયને આવક પણ મળે છે.

બધા પ્રધાનોના જુદા જુદા સૂચન સાંભળીને રાજા મૂંઝાયા. આ બધા લોકોનો ખરેખર રાજયના વિકાસમાં અદ્દભૂત ફાળો હતો એટલે કોનું સન્માન કરવું એ મોટી મૂંઝવણ હતી.

રાજાએ રાજયના સૌથી અનુભવી અને વડીલ પ્રધાનને એમનો અભિપ્રાય આપવા માટે જણાવ્યું જે હજુ સુધી મૌન બેસીને બધાની વાત સાંભળી રહ્યા હતા. સિનિયર પ્રધાને કહ્યું, મહારાજ, આ માટે આપે મને એક કલાકનો સમય આપવો પડે. હું એક કલાક બહાર જઈને આવું પછી મારો અભિપ્રાય આપું.' રાજાએ આ માટે અનુમતિ આપી. રાજયના સૌથી વડીલ પ્રધાન સભા છોડીને જતા રહ્યા અને કલાક પછી ફરી પાછા આવ્યા, એમની સાથે એક વૃદ્ધ સ્ત્રી પણ હતા. વૃદ્ધ સ્ત્રીને જોતાં જ સભામાં બેઠેલા મોટા ભાગના પ્રધાનોના ચહેરા પર સ્મિત આવ્યું. આ બધા પ્રધાનો એમની જગ્યા પરથી ઊભા થયા અને પેલી વૃદ્ધ સ્ત્રીને પગે લાગ્યા.

રાજાએ પણ આશ્ચર્ય થયું કે હું બધાને પગાર આપું છું પણ કોઈ પ્રધાન મને પગે લાગતા નથી અને આ સ્ત્રીને કોણ પગે લાગ્યા ?

અનુસંધાન પાના નં ૭ પર