## સલામી સવારની..

**સુપ્રભાતમ્**
સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

*હવે ઠગારા-લૂટારાને જ કહેવાય છે ગુરૂ!*
*હવે લબાડ-ગૂલાંટબાજની જ ઓળખ છે ગુરૂ!*
*હવે પામે છે માન-સન્માન માત્ર 'ગેંગ'ના ગુરુ!*
*હવે શબ્દ છે લુપ્ત અધ્યાત્મ-શિક્ષણમાંથી ગુરૂ?!*

**હાઈકુ**

*ખિલ્યું વગડે -*
*સમસ્યાના કાંટામાં*
*ફરીથી ફૂલ..*
*(મા.શ્રી બાપુને અભિનંદન)*

*સશક્ત ગુરૂ -*
*ફેલાવે અંધકાર,*
*કરે સૌ પૂજા..*
*(બાહુબલીઓને વંદન)*

### ચિંતન

**ઋજુ સ્વભાવ પરો જનેષુ દુર્લભઃ ।**

ઉપરોક્ત શ્લોક ચાણક્યનીતિમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

ઋતુ સ્વભાવધારી મનુષ્યો દુર્લભ હોય છે.

ઋતુ સ્વભાવ ધરાવતા સેવકો તથા પારિવારિક સભ્યો દુર્લભ હોય છે. આવા લોકો કોઈ પણ રાષ્ટ્ર સંસ્થા કે પરિવારના પ્રાણ હોય છે. એ લોકો પોતાના જીવન આચરણ દ્વારા માનવસમાજ સામે એક આદર્શ ઉદાહરણ રજૂ કરે છે. જે રાજાની પાસે આવા કર્મચારીઓ હોય, જે સમાજ આવા લોકોથી બનેલો હોય, જે પરિવારમાં આવા સભ્યો હોય એ રાજ્ય, સમાજ અને પરિવારને જ્વલંત કીર્તિ અને સફળતા સાંપડે છે.

સમસ્ત વિશ્વ એક વિરાટ પરિવાર છે અને પ્રત્યેક મનુષ્ય એ પરિવારનો સભ્ય છે. આ પરિવારના અન્ય સભ્યો સાથે, અહંકાર અને ઘમંડ યુક્ત વર્તન ત્યજી, ઋજુતાભર્યું આચરણ કરવાનું એમનું પરમ કર્તવ્ય છે.

### સુવિચાર

- બદમાશને ફાંસીને માંચડેથી ઉતારી લો, અને એ તમને ફાંસીના માંચડે ચડાવી દેશે - **અંગ્રેજી કહેવત**
- તર્ક એટલે બુદ્ધનો ઉહાપોહ - **શંકરાચાર્ય**
- પ્રસિધ્ધ થવું સહેલું છે, સિધ્ધ થવું જરા અઘરું છે - **ચંદ્રકાન્ત બક્ષી**
- સત્ય હંમેશા કષ્ટ આપે છે, ઈમાનદારી હંમેશા તકલીફ આપે છે - **સરદાર પટેલ**
- ફકત બે જ પરિબળો મનુષ્યને જોડે છે- ભય અને સ્વાર્થ - **નેપોલિયન**
- કેળનું ઝાડ કાપ્યા વિના ફળે નહીં - **કચ્છી કહેવત**
- આજનું ઔષધ : વાંસના કૂમળા ફણગા પાણીમાં પેસ્ટ બનાવી બાળકને ચટાડવાથી કૃમિ મટે છે

**(સંકલન : દીપક વી. આશરા)**

### બોધકથા

મર્યા પછી યમદૂત એક આત્માને ધર્મરાજ સામે લાવ્યા. ધર્મરાજે જોયું કે આ મહાત્મા એ યુવાનીમાં જ માતા-પિતા, સ્ત્રી-બાળકોની પરવા કર્યા વિના સન્યાસી થઈ ગયા હતા. ધર્મરાજે કહ્યું, 'આમને ફરીથી ધરતી પર મોકલો કર્તવ્યોથી ભાગીને કોઈ ધર્માત્મા ન બની શકે. તેઓને કહો કે કર્તવ્યપાલન કરે અને સાથે સાથે ભકિત પણ કરે તો જ તેમને સ્વર્ગમાં સ્થાન મળશે.' યમદૂતો એ બીજો એક આત્મા ધર્મરાજ સમક્ષ પ્રસ્તુત કર્યો અને કહ્યું, 'મહારાજ, આ વ્યકિત ખૂબ કર્તવ્ય પરાયણ છે તેની પત્નિ બિમાર પડી ને મરી ગઈ તેમ છતાં તેણે તેની કશી પરવા ન કરી અને કર્તવ્ય પાલનમાં જ મસ્ત રહ્યો.' ધર્મરાજે કહ્યું, 'આવા નિષ્ઠુર હૃદય વ્યકિતનું સ્વર્ગમાં શું કામ... ભાવપૂર્વક કર્તવ્યનું પાલન કરે પણ એને પોતાની નૈતિક ફરજોનું ભાન નથી. તેને પૃથ્વી પર પરત મોકલો અને એને કહેજો કે ભાવનાપૂર્વક પોતાનું જીવન જીવે પણ બીજાને પ્રેમ કરતાં પણ શીખે ત્યારે તેને સ્વર્ગમાં સ્થાન મળશે.'

હવે ત્રીજા આત્મા માટે યમદૂતોએ ધર્મરાજને કહ્યું, 'મહારાજ, આ એક સાધારણ ગૃહસ્થ પ્રાણી છે તે પોતાના જીવનમાં સદાય આસ્તિક રહ્યો, પવિત્ર જીવન જીવ્યો, પ્રેમપૂર્વક પરિવારનો વિકાસ કર્યો અને બીજાઓના ઉત્થાન માટે પ્રયાસ પણ કર્યો.'

ધર્મરાજે પ્રસન્ન થઈને કહ્યું, 'સ્વર્ગ આવા લોકો માટે જ છે' બાકીના બે આત્મા ધર્મરાજાની વાત સમજી ચૂકયા હતા કે વાસ્તવમાં પવિત્ર જીવન જીવનાર, પ્રેમી, પરમાર્થ પરાયણ સાધક જ સ્વર્ગીય આનંદ મેળવી શકે છે.

# મેઘરાજાની મહેર, કોરોનાનો કહેર

**તંત્રીસ્થાનેથી...**

અગાઉ આપણે વૈશ્વિક આર્થિક મહાસત્તાઓની પહેલી પંગતમાં પહોંચવાના સપનાં જોતા હતા. યાદ છે 'ફાઈવ ટ્રિલિયન' વાળું વડાપ્રધાનનું સપનું? પરંતુ 'સપને હૈં સપને, કબ હુએ અપને...' આંખ ઊઘડી નથી કે સપનાં ઉડણ ચરકલડીઓની જેમ પાંપણોની પાળ ઓળંગી ગાયબ થઈ જતાં હોય છે. વચ્ચે ભારત 'સોનાની ચીડિયા' બનવાનાં સપનાં જોવા લાગેલું. ફ્રેન્ચ નજૂમી નોસ્ત્રાદામસની ચોપાઈઓમાં એવું અર્થઘટન છુપાયું હોવાના દાવા થતા રહ્યા છે. એ આગાહીનો સમયગાળો પણ પૂરો થયો અને અત્યારે જે કઠોર વાસ્તવ આપણી નજર સમક્ષ છે તે આ : આર્થિક સંકટની રૂએ માઈનસ વિકાસદર, કોરોના સંક્રમણમાં કૂદકેને ભૂસકે પ્રગતિ. આપણે અમેરિકા અને બ્રાઝિલ પછી ત્રીજા નંબરે! ટૂંકમાં કોરોના ઓલિમ્પિકનો 'બ્રોન્ઝ મેડલ' ભારતના કબજામાં. પરંતુ પ્રકૃતિ આપણે માની લઈએ છીએ એટલી ક્રૂર નથી. અલબત્ત, એ રૂઠે છે ત્યારે બધું પળવારમાં રમણભમણ કરી શકે છે : એનો ભારતને વારંવાર અનુભવ થયો છે અને ભલે ચીને હાથો બનાવીને દઈનો ઘોડો છુટ્ટો મૂકી દેવાયો હોય પણ આખરે કોરોના પ્રકૃતિનો જ કોપ છે. વળી, અવારનવાર કચ્છથી મિઝોરમ સુધીની ધરતી તો ધ્રૂજતી જ રહે છે. વાવાઝોડાંની નવાઈ નથી. અતિવૃષ્ટિ, ત્સુનામી અને અનાવૃષ્ટિ-દુકાળના કારમા અનુભવોમાંથી આપણે પસાર થઈ ચૂકયા છીએ. કોરોના ઝટ વિદાય નથી થવાનો એ વાત સમજી ગયેલા તંત્રવાહકોએ હજાર હજાર બેડવાળી કોવિડ હોસ્પિટલનાં ઉદ્ઘાટન શરૂ કરી દીધાં છે અને બીજા બધા કરતાં આપણા રાજ્યની, શહેરની અને દેશની સ્થિતિ ઘણી સારી છે, એવું આશ્વાસન લેવા હવે કોરોનાના કેસોની સંખ્યા પર કાપ મૂકવાના નુસખા પણ શરૂ કર્યા છે. હવે કોરોનાને જે કરવું હોય તે કરે, આપણે આપણું કામ શરૂ કરી દઈએ-એવા અભિગમ સાથે જખમો વચ્ચે તમામ આર્થિક પ્રવૃત્તિ 'અનલોક' કરી દેવાઈ રહી છે. ફકત કોરોના સંક્રમણથી મૃત્યુ પામનારા દરદીઓની સંખ્યા પર જ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરાય છે, બાકી અન્ય જૂની બિમારીઓ ઉપરાંત કોરોના વાળા દરદીની મૃત્યુ નોંધ જે તે જૂની બિમારીના ખાતામાં લખાઈ જાય છે. આવી માનસિકતા સ્વાભાવિક પણ છે. માણસ આખરે તો પરિસ્થિતિનો દાસ છે. એને જે-તે સંજોગોને આધીન જીવવાની ટેવ પાડવી જ પડે છે. ગુજરાતમાં કોરોનાનો કેર છે તો સામે મેઘરાજાની મહેર પણ થઈ છે. એટલે પેલું જૂના ખરજવા જેવું દર્દ વખત પૂરતું ભૂલી જઈ આનંદ માણવાના આ દિવસ છે. સૌરાષ્ટ્ર જળબંબાકાર છે, કચ્છને એનો વરસદી ક્વોટા મળી ગયો છે. દક્ષિણ ગુજરાતમાં વરસાદ વરસી ચૂકયો છે. હવે મેઘરાજાએ સૌથી પાછળ રહેતા ઉત્તર ગુજરાત ભણી નજર કરી છે. આખરે માનવી ગમે તેટલી પ્રગતિ કરશે તો પણ એને પ્રકૃતિની આ કૃપાવૃષ્ટિ વગર ચાલવાનું નથી. ખેતીની જમીન ઓછી થતી જાય છે, અત્ર તત્ર સર્વત્ર કોન્ક્રીટનાં જંગલ ઉગી રહ્યા છે. જંગલો કપાઈ રહ્યાં છે, છતાં જુઓ : પ્રકૃતિ તો માતા છે. એનો સ્તન હજી દૂઝે છે એ તરસી ધરતીના નિસાસાથી પીગળી જાય છે. આ બધું આપણે જોઈએ છીએ, સમજીએ છીએ અને છતાં છતી આંખે આંધળા હોઈએ એમ કયારેક આપણા જ પગ પર કુહાડા ઝીંકતા રહીએ છીએ. કોરોના સામેની ચેતવણીનું પાલન કરવામાં આપણે જાણ્યે અજાણ્યે ઊણા ઉતર્યા છીએ. ધારાસભ્યોને લઈને બાઈ બાઈ ચારણી કરવામાં રાજયસભાના કોંગ્રેસી ઉમેદવારને કોરોના સંક્રમણ થઈ ગયું. એમના સંપર્કમાં આવનારા બીજા નેતાઓ પણ એનો ભોગ બન્યા છે. ટનાટન સરકાર ચલાવી જાણનારા બાપુને પણ કોરોના થોડો સગો થતો હતો? એમની પ્રતિકાર શકિત એંશી પાર કર્યા પછી પણ અકબંધ હોઈ એ હેમખેમ બહાર આવી ગયા છે. ગુજરાત વિજય ભલે ન કરી શકયા હોય પણ 'કોરોનાવિજય' તો કર્યો જ! ભરતસિંહ સોલંકી પાસે ગુજરાતને ઘણી મોટી આશાઓ છે. ઈશ્વર એમને કોરોનાની ઝપટમાંથી જલદી મુકત કરી ગુજરાતની સેવામાં કાર્રત થવામાં મદદરૂપ થાઓ, એવી અંતઃકરણની અભ્યર્થના....

# મા-બાપના સાન્નિધ્યમાં બાળક જીવન શિક્ષણના પદાર્થપાઠ ભણે છે

**લાગણીનો મેળો**
રસિક વાળંદ

આ જગતની મોહમાયામાં છો મમતા અવગણો,
કેટલા કીધા એણે અહેસાન કોઈ બોલે છે ?
આપદામાં સૌ પ્રથમ આવે છે સૌને યાદ,
વાગે ઠોકર ત્યારે ઓ ભગવાન કોઈ બોલે છે ?
**- ગુલામ અબ્બાસ 'નાશાદ'**

જોતજોતામાં બા-બાપુની ત્રીજી પુણ્યતિથી પસાર થઈ ગઈ... મન પરથી એમના મૃત્યુનો બોઝ હળવો થતો નથી... બધું જ રાબેતા મુજબ ચાલ્યા કરે છે છતાંયે ઊંડે ઊંડે કશુંક ખૂટતું હોય એવો અહેસાસ પંડને પીડે છે ! માવતરની હાજરીમાં જે નહોતું સમજાતું તે હવે તેમની ગેરહાજરીમાં અનુભવાય છે. આમ તો જીવનના બહુ જ ઓછા દિવસો મા-બાપના સાન્નિધ્યમાં વિતાવ્યા છે, મારા જીવનના આરંભના બે દસકા તો એકધારા મોસાળમાં જ વીતી ગયા. નબળી આર્થિક સ્થિતિને કારણે લગ્ન પછીના સાંસારિક જીવનના સંઘર્ષોમાં જવાબદારીઓ નિભાવવામાં કેટલાક વર્ષો વહી ગયાં... પરિણામે આખી દુનિયા નિહાળનારી આંખ ખુદની પાંપણને ભાળી શકી નહીં !!

ખેર, મા-બાપ એ જન્મદાતા જ નહીં જીવનદાતા છે. મા-બાપના સાન્નિધ્યમાં બાળક જીવન શિક્ષણના પદાર્થપાઠ ભણે છે. ખબર ન પડતાં સહજપણે બાળમાનસમાં સંસ્કારનો પિંડ બંધાય છે. આજે જીવનઘડતરનો પ્રશ્ન વિકટ બનતો જાય છે. બાળકને ન તો શાળા કે ન તો મા-બાપ ચારિત્ર્ય ઘડતર માટેનું ઉમદા વાતાવરણ પુરૂ પાડી શકતાં નથી. આજનું (કહેવાતું !) શિક્ષણ માત્ર યાદશક્તિની જ પરીક્ષા કરે છે. તો બીજી તરફ વ્યવહાર જગત સુખ-વૈભવને ફાયદાવાદ તરફ દોડી રહ્યું છે. બાળક ન તો આદર્શને પકડી શકતું કે ન તો વ્યવહારને સમજી શકતું. હમણાં આ કોરોના કાળમાં 'હોમલર્નિંગ'ના ભાગરૂપે વાલી સંપર્કમાં જવાનું થયું. એક માતાએ મુંઝવણ વ્યક્ત કરી : 'અમે પતિ-પત્ની બંને અમારા બાળકોને રોજ સાંજે ત્રીસ મિનિટ અમારી સાથે બેસાડીએ છીએ અને જીવનલક્ષી વિકાસની વાતો પણ કહીએ છીએ. છતાં અમે જ્યારે વાતો કહેતાં હોઈએ ત્યારે એ ધ્યાનપૂર્વક સાંભળે છે અને સમજે પણ છે. પરંતુ પછી ગમે ત્યારે મારી સાથે તે ગમે તેમ વર્તે છે, કહ્યું માનતો નથી. બૂમ બરાડા પાડે છે અને પોતાને જે કરવું હોય તે જ કરે છે.

દોસ્તો, આવી સમસ્યાઓ ઘણાં બધાં મા-બાપ અનુભવતા હશે. આની પાછળ ઘણાં બધાં કારણો જવાબદાર હશે. એક વાત સ્પષ્ટ સમજવા જેવી છે કે બાળકને ઉપદેશોથી, શિખામણોથી કે સૂચનાઓથી કશું જ શીખવી શકાતું નથી. મા-બાપનું ઉમદા ચારિત્ર્ય અને પરિપકવતા જ બાળકના માનસ પર ધારી અસર નીપજાવતી હોય છે. બાળકને જીવન વિજ્ઞાનના પાઠ પાકા કરાવવાની જવાબદારી મા-બાપની મોટી સહિયારી છે, એમાંયે મા તો સો શિક્ષકોની ગરજ સારે એવી હોવી જ જોઈએ. એક જાણીતી ઘટના છે. આપણા પૂર્વ રાષ્ટ્રપતિ, મહાન વૈજ્ઞાનિક 'મિસાઈલમેન' ડૉ. એ.પી.જે. અબ્દુલ કલામ સાહેબને જ્યારે પૂછવામાં આવ્યું કે તમારા શ્રેષ્ઠતમ જીવન ઘડતર માટે તમે કોને જવાબદાર ગણો છો ? ત્યારે ડૉ. કલામે જવાબ આપ્યો 'મારી માતાને' પ્રશ્નકર્તાએ આશ્ચર્યથી પૂછ્યું કે તમારી માતા અભણ હતા તો પછી તમારા જીવન ઘડતરમાં કેવી રીતે ભાગ ભજવી શકે ? ત્યારે કલામસાહેબે જવાબ આપ્યો, 'મારી માતા અભણ હતા એ વાત સાચી. પણ જીવનનું ખરું નીતિ મૂલ્યોનું શિક્ષણ મને તેની પાસેથી મળ્યું છે. જીવનનું ખરું વિજ્ઞાન હું તેની પાસેથી શીખ્યો છું. તેમણે મને ગણિત-વિજ્ઞાનના સિધ્ધાંતો નથી શીખવ્યા કારણ કે તેઓ નિરક્ષર હતા, અભણ હતા પણ જીવન-વિજ્ઞાનના સિધ્ધાંતો શીખવવામાં તેઓ સફળ રહ્યાં છે. તેમણે મને હંમેશા શીખવ્યું છે કે, બેટા ! મુશ્કેલીઓથી ન ડરતો, હિંમતથી કામ કરજે. નિઃસ્વાર્થ કર્મ કરજે. પુરુષાર્થથી કદી થાકીશ નહીં. નિષ્ફળતાથી કદી ન ડરીશ. ખંતથી મહેનત કરજે અને હંમેશાં પ્રામાણિક રહેજે. જીવનના આ સિધ્ધાંતોએ મને સફળતાનાં શિખરો પાર કરાવ્યાં છે.'

(અનુસંધાન પાના નં. ૭ પર)

# બુઝાયેલા આત્મા સાથે જીવનારનું જીવન અનાથથી પણ બદતર વીતે છે...

**અબીલ-ગુલાલ**
મમતા રાવલ

થોડા દિવસો પહેલાં એક ઘટના બની. મારે માટે એ અનહદ આશ્ચર્યજનક ઘટના હતી. વાત અસામાન્ય નથી પરંતુ જે સંજોગોમાં એ બની એણે મને ફરી એકવાર કુદરત, અંતરાત્મા, લાગણી, ઈચ્છાશક્તિ, પ્રારબ્ધ જેવા શબ્દોના સીમાડે લાવીને ઊભી કરી દીધી. કદાચ આવી નાની ઘટનાને કોઈ આટલું મહત્વ ન પણ આપે પણ મૂળભૂત રીતે વિચારવાની ટેવને કારણે મન દ્વારા જે ખોદકામ થયું એ આજે અહીં શેર કરું છું.

વાત જાણે એમ બની કે લોકડાઉન શરૂ થયાના શરૂઆતના દિવસોમાં ગળામાં પહેરેલી સોનાની ચેઈન ગળામાંથી સરીને પડી ગઈ. એ સમયગાળા દરમ્યાન ઘરના ઉપરના ફ્લોર પર જ રહેવાનુ થયું હતું. શોધખોળ કરી પણ કંઇ હાથ લાગ્યું નહીં. લોકડાઉનમાં કોઈ આવવાનું નહોતું અને ક્યાંય જવાનું નહોતું એટલે ઘરમાં જ હશે મળી જશે એ વિશ્વાસથી એ વાત પજતી મૂકી. દિવસો જ નહીં બલ્કે મહીનાઓ વીત્યા કંઇ હાથ લાગ્યું નહીં. વાત લગભગ ભૂલાઇ ગયેલી. ત્રીજા મહીનામાં એક સવારે પથારીમાંથી જાગતા જ એ ચેઈનનો વિચાર-ચિંતા મન પર હાવી થઇ ગઇ, કે આવું થાય જ કેમ વસ્તુ ઘરમાં છે તો ક્યાં ગઇ !! આવું બધું...સાથે-સાથે નિત્યક્રમ ચાલતો રહ્યો. ઘરના નીચેના ભાગમાં આવેલા શૌચાલયમાંથી બહાર આવ્યા પછી વિચાર આવ્યો કે અંદર તો નહીં પડી ગઈ હોય...મન એ તરત તર્ક કર્યો, પડી હોય તોય આટલા દિવસોમાં તો...અને મેં પોતે ૧૦૦ જેટલી વાર સફાઈ કરી હોય પછી આવી શંકા અસ્થાને લાગી. વિચાર ફરક્યો છે તો જોઇ લઉં એમ વિચારી મેં વિચારનો અમલ કર્યો. આશ્ચર્ય વચ્ચે મને એ ચીજ ત્યાંથી મળી આવી...ટેકનીકલી શું બન્યું એ તો સમજવું અઘરું છે. ઘરમાં એન્જીનિયર હોવા છતાં એનો કોઈ જવાબ આપી શક્યું નથી. પરંતુ આમાંથી મનમાં ૨-૩ પ્રશ્નો જનમ્યા.

એક, આ વસ્તુની ઉપસ્થિતીના સંકેત એટલા પાવરફુલ હશે કે જેણે પથારીમાંથી ઊઠતાવેંત મારા મનમાં એના વિશેના વિચારો એકટીવેટ કર્યા ? એ મારી બહુ ગમતી વસ્તુ છે એટલે એની સાથેનું જોડાણ હશે કે જેના કારણે આટલા સમય પછી અને આવી અટપટી સીચ્યુએશન છતાં એ મારા સુધી પહોંચી ? માનું છું કે પ્રારબધ્ધ-નસીબ નામ દઈને આ વાત ટૂંકાવી જ શકાય. પરંતુ એ પ્રારબધ્ધ, જે માધ્યમો અપનાવે છે એ ઈશ્વરીય શક્તિનો અણસાર આપી જાય છે. અંતરમાં અવાજ ઊઠવો એ કુદરતના સંકેત વિના શક્ય જ નથી. કોઇક લાગણીનો અહેસાસ થવો, ઈચ્છાનું ઊગવું-અંતઃસ્ફુરણાં થવી આ દરેક બાબત અગમ્ય શક્તિનો પરચો આપી જાય છે એવું મેં અનુભવ્યું. આવું અનેક કિસ્સામાં અનુભવ્યું છે તમે પણ અનુભવ્યુ હશે. પરંતુ આ કિસ્સામાં મેં પોતે જે વસ્તુની આશા છોડી દીધી હતી ત્યાં સુધી કુદરત પોતે મને જાણે હાથ પકડીને દોરી ગઇ એવું પહેલીવાર બન્યું. જે અત્યંત સુખદ ઘટના રહી.

કુદરત દ્વારા પ્રાપ્ત થતાં સીગ્નલ્સની ફ્રિકવન્સી કોઇ પણ સેટેલાઈટ કરતાં પણ વધુ પાવરફુલ હોય છે. એને ઝીલવા માટેના આપણા એન્ટેનાની શક્તિઓ ક્ષીણ થતી જાય છે. અતિબૌધ્ધિક-ટેકનોસેવી વ્યક્તિને અંતઃસ્ફુરણાં, અંતરનો અવાજ આ બધી ટર્મીનોલોજી હાસ્યાસ્પદ લાગે છે. પોતાના લોજીક-જજમેન્ટ-સ્કીલ પર વિશ્વાસ ધરાવતા વ્યક્તિના જીવનમાં પણ આ અંતરના અવાજ, ઈન્ટયુશન નામથી ઓળખાતા આ અહેસાસનો મોટો ફાળો હશે. પરંતુ સફળતા પામ્યા પછી એના નશામાં રાચતા માનવી પાસે આવી કુદરતી પ્રેરણાઓ ઝીલવા માટે નવરાશ રહેતી નથી અને ત્યાંથી જ પ્રશ્નો અને સમસ્યાઓની શરૂઆત થાય છે.

એક વેબસીરીઝમાં મુખ્ય નાયકને સ્ટ્રેસની સિચ્યુએશનમાં બતાવાય છે. જ્યાં એ શાંત થઈ મન સાથે સંવાદ કરી એક કોઈન ઉછાળે છે, આ કોઇનના ઉછળવા દરમ્યાન એના મનમાં જે નિર્ણય ઝબકે છે એને એ માન્ય રાખે છે અને ઉત્તમ પરિણામ મેળવે છે. આવી જ રીતે આજના દિવસે પણ સટ્ટો-હોર્સ રેસીંગમાં પણ ફાંદેબાજ દ્વારા કુદરતના આ પાવરનો ઉપયોગ થાય છે. 'ફુકરે' નામની ફિલ્મમાં દોસ્તોની ટોળીમાંનો એક દોસ્ત સ્વપ્નમાંથી દિશા સૂચન મેળવે છે. જેનો તમામ દોસ્તોને ખૂબ ફાયદો થાય છે એવું બતાવાયું છે. આવા અનેક કિસ્સાઓ હશે જેનું પુસ્તક રૂપાંતરણ થાય તો અહો આશ્ચર્યમ્ ! સર્જાય.

મન જેમ નચાવે એમ નાચવા વાળા આપણે મનને જ અંતર આત્મા માની બેઠા છીએ. અંતઃસ્ફુરણા નામે મનમાની થાય છે. પોતાની જીદ-અહમ્ બધું જ અંતરાત્માના અવાજ કે આદેશમાં ખપાવી દેવાય છે, જે યોગ્ય નથી. અંતઃસ્ફુરણા આપણો અંગત ગુરુ અને અંગત વકીલ બની શકે છે એને માટે હ્રદયમાંથી ઊઠતા ધીમા પણ મક્કમ અવાજને સાંભળવાની, ઓળખવાની ટેવ કેળવવી જરૂરી છે. એ તૈયારી કેળવાશે તો તમામ ઈલાજો અને નિર્ણયો હાથવગા અનુભવાશે. આત્માનો અવાજ ક્યારેય નકારાત્મક દિશા સૂચવતો જ નથી. દરેક સમયે ચેતવે છે. સજાગ કરે છે એના અવાજને અવગણવાથી એનો સાથ છૂટી જવાનુ સંભવ છે. બુઝાયેલા આત્મા સાથે જીવન જીવનાર દિશાહીન વ્યક્તિનું જીવન અનાથ થી પણ બદતર હોય છે.

'રેકી' જેવી અનેક હોલીસ્ટીક હીલીંગ થેરાપીઝ કુદરત સાથેનું જોડાણ જાળવી આપવામાં મદદરૂપ થાય છે. જે આજના સમયમાં માનવજાત માટે આશીર્વાદ સમાન છે.

**Intuition** ને **Follow** કરવાથી ખજાનો હાથ લાગી શકે છે. જેમ મને લાગ્યો હા...હા...હા...હા...

# વેક્સીન વિષે જાણવા જેવું

**પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા**
ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

અત્યારે કોરોનાનો કપરો કાળ ચાલી રહ્યો છે. કોરોના એટલા માટે ચિંતાજનક છે કારણકે હજુ સુધી તેની કોઈ દવા કે વેક્સીન શોધાઈ નથી. વિશ્વના ઘણા બધા દેશો અત્યારે હાથ ધોઈને કોરોનાની વેક્સીન બનાવવા પાછળ મંડયા છે. આપણા સહીત કેટલાય લોકો વેક્સિનની આતુરતા પૂર્વક રાહ જોઈ રહયા છીએ. આ સમયે આપણે વેક્સીન વિષે થોડું જાણીએ.

વૈજ્ઞાનિક એડવર્ડ જેનરને વેક્સિનના પિતામહ કહેવામાં આવે છે. એડવર્ડ જેનરે શીતળાની રસીની શોધ કરી અને તે સાથે રસી એટલેકે વેક્સિનનો આખો યુગ શરુ થયો. વેક્સીનનો મૂળ ફંડા એટલો જ કે વેક્સીન તમારા શરીરને અમુક બેક્ટેરિયા તેમજ વાઈરસ સામે રક્ષિત કરી આપે. તમારા શરીરની ઈમ્યુનીટી એવી રીતે બદલે કે જેથી તમારા શરીરમાં જે-તે બેક્ટેરિયા કે વાઈરસ સામે લાડવા માટેના રસાયણો ઓલરેડી હાજર હોય. એટલે તમને જેવો ચેપ લાગે કે તરત શરીર એ ચેપ લગાડનાર વાઈરસ કે બેક્ટેરિયાને ખતમ કરી દે. આપણી પાસે આજે આવી અનેક વેક્સીન છે. બસ, કોરોનાની આવી વેક્સીન આવે તેની રાહ છે.

**વેક્સિનના મૂળ ચાર પ્રકારો છે**

**૧. લાઈવ એટેન્યુએટેડ વેક્સીન :** આ પ્રકારની વેક્સિનમાં આપણા શરીરમાં જે-તે રોગના જીવતા વાઈરસ કે બેક્ટેરિયા જ દાખલ કરવામાં આવે છે. વેક્સીન સ્વરૂપે અપાતા આ વાઈરસ કે બેક્ટેરિયાને ખૂબ નબળા પાડી દેવામાં આવે છે. એટલે આ વાઈરસ કે બેક્ટેરિયા આપણા શરીરમાં દાખલ તો થાય પણ તે કોઈ રોગ ન કરી શકે તેમજ આપણું શરીર આ વાઈરસ કે બેક્ટેરિયા સામે રોગપ્રતિકારક શક્તિ ઉભી કરી લે એટલે વ્યક્તિ જે-તે રોગથી ઈમ્યુન થઈ જાય. એમ.એમ.આર વેક્સીન, રોટાવાઈરસ વેક્સીન આ પ્રકારે બનાવવામાં આવે છે.

**૨. ઈનએક્ટિવેટેડ અથવા કિલ્ડ વેક્સીન :** આ પ્રકારની વેક્સિનમાં વાઈરસનું એ તત્વ કે જેના દ્વારા વાઈરસ રેપ્લિકેટ થાય છે એટલેકે તેનું પ્રમાણ વધે છે, એ તત્વને નાબૂદ કરી દેવામાં આવે છે. આમ, વાઈરસ હાજર જ હોય છે પણ તે શરીરમાં વૃધ્ધિ પામી શકતો નથી. પોલિયો તેમજ હિપેટાઈટિસ-બી ની વેક્સીન આ પ્રકારે બનાવવામાં આવે છે.

**૩. ટોક્સોઈડ વેક્સીન :** ઘણા એવા રોગો છે જેમાં આપણને ચેપ બેક્ટેરિયાથી નથી લાગતો પણ બેક્ટેરિયા દ્વારા ઉત્પન્ન થયેલ ટોક્સિન વડે લાગે છે, જેમકે ટીટેનસ. આવા રોગોમાં એવી વેક્સીન તૈયાર કરવામાં આવે છે જે બેક્ટેરિયાના ટોક્સિનનો નાશ કરે.

**૪. સબયુનિટ અથવા કોન્જ્યુગેટ વેક્સીન :** આ પ્રકારની વેક્સિનમાં વાઈરસનો એવો ભાગ (જેમકે સ્પાઈક પ્રોટીન) કે જે આપણી ઈમ્યુનીટી સિસ્ટમ પર અસર કરે છે તેનો ઉપયોગ કરીને વેક્સીન બનાવવામાં આવે છે. અહીં આખાય વાઈરસ કે બેક્ટેરિયાનો ઉપયોગ નથી થતો પણ તેના અમુક ભાગનો જ ઉપયોગ થાય છે. જેમકે, એચપીવી વેક્સીન.

કોરોનાની વેક્સિનની વાત કરીએ તો દુનિયાભરમાં ૧૩૦ થી વધુ કંપનીઓ અને વૈજ્ઞાનિકો આ ચારેય પ્રકારેથી વેક્સીન બનાવવા માટે મથી રહ્યા છે. અને વહેલી - મોડી આપણી પાસે કોરોનાની વેક્સીન આવી જવાની છે તે નક્કી છે. આવતા અંકે આપણે વેક્સીન બનાવવાના અને તેના ટ્રાયલના ત્રણ સ્ટેજ વિષે જાણીશુ.

**(મો.) ૯૮૭૯૪૭૧૧૪૭**

# કોરોનાનો કેર યથાવત છે

**મનના ઉમંગો**
રણછોડ પરમાર

મેઘરાજાની ભારે મહેર થઈ છે. સમય કરતાં વહેલો વરસાદ આવવાથી ખેડૂતો ખુશખુશાલ હતા. અનેક ખેડૂતોએ વાવણી શરુ કરી દીધી. પશુ, પંખી, વૃક્ષો અને ધરતીમાતા તો મેહ આવે એટલે રાજીનાં રેડ થઈ જાય છે. હવે રાજ્યના મોટાભાગના વિસ્તારોમાં ચોમાસુ વિધિસર બેસી ગયું છે. નર્મદા બંધની જળસપાટી ક્યારનીયે ૧૨૭ મીટરને વટાવી ગઈ છે. બીજા બંધો ભરવાનું શરુ કરવામાં આવ્યું હતું પણ હવે વરસાદ શરુ થઈ ગયો હોવાથી એ કામ મુલતવી રાખવામાં વાંધો નથી. જ્યાં મેઘરાજા અતિપ્રસન્ન થઈ ગયા છે ત્યાં લોકોને ભારે તકલીફ થઈ ગઈ છે. દ્વારકા-અમરેલી-ગિરની નદીઓ ગાંડીતૂર બની છે. ક્યાંક ગાડામાં જતાં માણસો પાણીના ભારે વહેણમાં તણાઈ ગયા છે. ક્યાંક વીજળી પડવાથી માણસો મરી ગયા છે. આ વખતે ઉત્તરપ્રદેશ-બિહારમાં વીજળી વેરણ બનીને ત્રાટકી છે. અસંખ્ય માણસો વીજળીના ભોગ બન્યા છે. ક્યાંક મકાનો પડી ગયાં છે. ક્યાંક વાહનો તણાઈ ગયાં છે. રસ્તાઓ પર દર વરસની જેમ ભૂવા પડી ગયા છે. જેમના ભ્રષ્ટ આચારને કારણે દર વરસે આ ભૂવા પડે છે એ લાંચિયાઓ આ ભૂવાઓમાં કેમ પડતા નથી એનું આશ્ચર્ય છે. બીજી બાજુ હવે કવિઓ વરસાદની કવિતાઓ લખે છે પણ ભૂવાઓની નથી લખતા. હવામાન ખાતાવાળા બીત્રણ દિવસે ભારે વરસાદની આગાહી કરતા રહે છે. એમ ટૂંક સમયમાં ઓનલાઈન કાવ્યોનું વાવાઝોડું ફૂંકાવાની આગાહી અમે કરીએ છીએ.

પણ કોરોનાનો કેર જેમનો તેમ છે.

છેલ્લા ઘણા સમયથી પેટ્રોલ અને ડીઝલના ભાવમાં સતત વધારો થઈ રહ્યો છે. રોજ પચાસ-સાઠ અને તેથી થોડાક વધારે પૈસાનો વધારો થતો હતો. આમ તો પેટ્રોલ-ડીઝલના ભાવો કાયમ કેંદ્ર સરકાર વધારે છે. પણ ગુજરાત સરકાર ભારે નાણાંભીડમાં આવી ગઈ હોય તેમ લાગે છે. મમતાદીદીની જેમ આપણાથી કેંદ્ર સરકાર પાસે મદદ તો માંગી શકાય નહીં. એટલે રાજ્ય સરકારે એકસામટો બે રૂપિયાનો ભાવ વધારો ઝીંકી દીધો છે. નાણાંપ્રધાનના જણાવ્યા મુજબ બીજા રાજ્યો કરતાં ગુજરાતમાં પેટ્રોલ-ડીઝલના ભાવ દસથી બાર રૂપિયા ઓછા છે. એટલે રાજ્યને આવક ઓછી થાય છે. સાલૂ અત્યાર સુધી આપણી સરકારના ધ્યાનમાં આ વાત કેમ ના આવી ? ધારો કે બીજા રાજ્યોમાં ભાવ ઘટે તો ગુજરાત સરકાર ઘટાડશે ખરી ? રામ રામ કરો, ભાઈ રામ રામ. આવા તો કેટલાય વરસો કાઢી નાખ્યા! થોડાક લોકોને આનાથી તકલીફ પડશે ખરી પણ મોટા ભાગની પ્રજાએ આ અગાઉ સો રૂપિયા ભાવ થાય તો પણ હોંશે હોંશે સ્વીકારી લેવા તૈયારી બતાવી હતી. કદાચ એ વાતને ધ્યાનમાં લઈને જ સરકારે બે રૂપિયાનો વધારો કર્યો છે. પાંચ રૂપિયા વધાર્યા હોત તોય આપણે ક્યાં વિરોધ કરવાના હતા ? પણ આવી રીતે દરેક રાજ્ય સરકાર કેંદ્રની સતાઓ હાથમાં લેવા માંડે તો ગરબડ થયા વગર ના રહે.

એ બધા વચ્ચે કોરોનાનો કેર ઘટવાનું નામ લેતો નથી.

માર્ચ મહિનાથી શાળા-કોલેજો બંધ છે. શિક્ષણ મંત્રીશ્રીના જણાવ્યા મુજબ પંદરમી ઓગષ્ટ સુધી શાળા-કોલેજો ખોલવામાં આવશે નહીં. બાળકો સીધા સ્વાતંત્ર્ય દિને ધ્વજ વંદન કરવા જશે. અને ઉમંગથી ગાશે કે ''સારે જહાંસે અચ્છા હિંદુસ્તાં હમારા,'' આઠમી જુનથી શિક્ષકોને શાળાએ જવાના આદેશ થયા છે. છોકરાંઓને રજા છે. પણ શિક્ષકોને ખોટા ઘેર શું કામ બેસાડી રાખવા જોઇએ?એટલે પચાસ ટકા શિક્ષકોને શાળાએ હાજર રહેવાના હુકમો કરવામાં આવ્યા છે. થોડુંક તો અનલોક થયું છે એવું લાગવું જોઇએ ને ? આમ તો બાળકોને પણ ઘેર શું કરવા નવરાધૂપ રાખવા જોઇએ ? એટલે ઓનલાઈન વર્ગો શરુ થયા છે. મને એ સમજાતું નથી કે શિક્ષકની સામે બેઠેલા બાળકો ભણતા નથી એ ઘેર બેઠા કઈ રીતે ભણવાના?

(અનુસંધાન પાના નં. ૭ પર)