સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ

ફોન : ૨૩૨૨૨૨૫૧

સલામી સવારની..

શબ્દ બોલ્યા વિના સંજય હીરો થઇ ગયા!
તો કોઇ ખોટી ખટપટે જીરો થઇ ગયા!
ગીરો રહી ગયા છે પ્રધાનો ધાકની શિસ્તમાં
ભયભીત જૂના નેતાઓ 'વીરો' થઇ ગયા..

હાઇકુ

એક કાંકરે,
મરવાનાં બે પંખી -
'પ્રણવ' - પતિ..
(રાહુલ-સુવિધા)

લૂંટ કરતાં
સરળ ઉઠાંતરી -
એટીએમની..
(બેન્ક-સુવિધા)

ચિંતન

ક્ષતે પ્રહારા નિપતન્ત્યમીક્ષ્ણં ધન ક્ષયે વર્ધતે જઠરાગ્નિઃ ।
આપત્સુ વૈરાણિ સમુદ્ર ભવન્તિ છિદ્રેષ્વનર્થા બહુલી ભવન્તિ ॥

'સુભાષિત રત્ન ભાંડાગારનો આ શ્લોક 'સામાન્ય નીતિ' નામના બીજા પ્રકરણમાંથી છે, જેમાં વ્યવહારુ અને અનુભવની વાત છે :-

એક સામાન્ય અલિખિત નિયમ છે કે જે જગ્યાએ આપણને શરીરમાં ક્યાંક વાગેલું હોય ઘવાયેલાં હોઇએ ત્યાં જ વારંવાર વાગ-વાગ થાય છે (દા.ત. પગમાં આંગળી પર ઠેસ વાગી હોય એ જ આંગળી વારંવાર કોઇ સાથે ભટકાય કે કુચલાય અને દુખતી આંગળીમાં વધારે પીડા થાય છે.) એટલે ઘવાયેલાં અંગ પર જ વાગ્યા કરે.

જયારે ધન ક્ષીણ થઇ, પૈસા ન હોય ત્યારે જ નવી નવી જરૂરિયાત ઉભી થાય. ઘરમાં નાસ્તાના ડબ્બા ભર્યા હોય ત્યારે ભૂખ નથી લાગતી. ખાવાની ઇચ્છા નથી થતી, પણ ગરીબી કે અન્નની અછત હોય ત્યારે જ ભૂખ ખુલ્લે છે. ખાવાની ઇચ્છા પણ વધારે થાય છે.

સામાન્યતઃ બધાની સાથે આપણા સંબંધ સારા હોય પણ જયારે આપણને આપત્તિ આવી પડે ત્યારે દુશ્મનો પણ વધી જાય છે અને નવા નવા દુશ્મનો પણ ઉભા થવા લાગે છે.

એટલે જયાં છિદ્ર-દ્રોષ અને નિર્બળતાઓ હોય ત્યાં વારંવાર અનર્થો અને અનિચ્છનીય, અયોગ્ય ઘટનાઓ પણ થવા લાગે છે, અચાનક આવી પડે છે.

સુવિચાર

- દરેક બોજને પ્રભુની કૃપા સમજો - **સાધુ વાસવાણી**
- હું ધીમો ચાલનારો છું પણ કદી પાછળ ડગ-પીછેહઠ કરતો નથી- **આલ્બર્ટ આઇનસ્ટાઇન**
- કોઠીમાં દાણા હોય તો પડ્યા જ રહે છે, તેને કોઠીમાંથી કાઢી ઉગાડનારું જોઇએ, દરેક દાણામાં ઉગવાની શક્તિ તો હોય જ છે, પરિસ્થિતિ માણસને મહાન બનાવે છે - **રવિશંકર મહારાજ**
- જે તપ-સાધનામાંથી જો આનંદ જ ન મળે તો એ સાધના જ નથી- **સ્વામી રામદાસ**
- આપણે જેવા છીએ તેવા જ દેખાવું જોઇએ - **પં. નહેરૂ**
- જે માણસ ભારે શબ્દો અને મોટા સિધ્ધાંતોની વાતો ના ઓઠે પોતાની નબળાઇ ઢાંકવાનો પ્રયત્ન કરે છે તે મોટો દંભી છે - **ડો. હેગડેવાર**
- શ્રીમંત થવું સરળ છે પણ સજ્જન થવું કઠિન છે - **રણછોડદાસજી મહારાજ**

બોધકથા

આપણે, કેટલીય સંસ્થાઓ, સેવાભાવી સભ્યો જનસેવા તો કરે છે પણ અંદર, મનમાં કંઇક-કોઇક છૂપી લાલસા હોય છે, વળતર, માન-સન્માન, કીર્તી જેવી મનમાં પડેલી ઇચ્છાથી સેવાભાવ ટકી રહેતો હોય છે.

એક વેપારી સેવાભાવ ધરાવતો હતો અને સંતના આશ્રમમાં આવતો. દરરોજ આશ્રમનું કંઇ નાનું મોટું કામ કરે. આશ્રમમાં દાડમનાં ઘણાં વૃક્ષો હતા. દાડમ પણ ખૂબ મીઠાં થતાં સંત ક્યારેક તેને પ્રસાદી રૂપે એક-બે દાડમ આપતા પણ ખરા!

એક વાર સંતને પગમાં પસ થઇ ગયો, પગ પાક્યો, ખૂબ પીડા થતી હતી. પેલો સેવક કહે હું આપના વતી ઇશ્વરની પ્રાર્થના કરૂં, દવા-દારૂની સેવા કરું!

સંત કહે, એવું કંઇ કરવાની જરૂર નથી. રોગ-પીડા-દુખો ઇશ્વરની ઇચ્છાથી આવે છે. એને હસતાં હસતાં સ્વીકારી લેવાં જોઇએ!

છતાંય પેલો સેવક સેવાનો આગ્રહ રાખવા જ લાગ્યો ને કહેતો મને આપના રોગની સારવાર માટે તક આપો ને આપો!

સંત કહે, પહેલાં તું તારા મનના રોગની દવા કર તું આશ્રમમાં આવે ત્યારે દાડમના એકવાર તો વખાણ કરે જ છે. તારી દાડમ ખાવાની લાલસા એ મનોરોગ છે પહેલાં એને તું દૂર કર.'

- ત્યાર પછી એ સેવક આશ્રમમાં કોઇ દિવસ દેખાયો જ નહીં.

ચિંતાજનક આર્થિક સ્થિતિ દેશ સામેનો મોટો પડકાર

તંત્રી સ્થાનેથી...

દેશ આર્થિક સંકટમાં ઘેરાઈ રહ્યો છે. આર્થિક સ્થિતિ ચિંતાજનક બની રહી છે. ઉત્પાદન ક્ષેત્રનો વિકાસ માત્ર ૦.૧ ટકા રહેતા મંદીના ભણકારા વાગે છે. જો કે, માર્ચ મહિનામાં આ આંકડો - ૩.૫ હતો. એપ્રિલમાં નજીવો વિકાસ થયો. પરંતુ બાકીના આઠ ક્ષેત્રોમાં વિકાસનો દર ખૂબ જ ચિંતાજનક રીતે ઘટતો જાય છે. કેપિટલ ગુડઝ ક્ષેત્ર ૧૬.૫ ટકા સાથે સાવ નેગેટીવ ઝોનમાં પહોંચી ગયું છે. વીજ ઉત્પાદન ક્ષેત્રની વૃધ્ધિ ઘટીને ૪.૬ ટકા સુધી નીચે ઊતરી છે. જયારે ખાણ - ખનિજ ક્ષેત્રની વૃધ્ધિ - ૩.૧ ટકા છે. આમ સમગ્રતયા ચિંતાજનક આંકડાઓ આકાર લઈ રહ્યા છે. એસ એન્ડ પી એજન્સીએ તો ભારતની આર્થિક સ્થિતિ બેહાલ બતાવી છે. દેશનાં નાણામંત્રી પ્રણવ મુખર્જીએ પ્રતિભાવમાં એવું પણ કહ્યું કે, આર્થિક સ્થિતિ સારી નથી, પરંતુ એટલી ખરાબ પણ નથી. માળખાકીય સુવિધાના કામો ઝડપથી બનાવાશે. અને વિકાસનો દર ઊંચો આવી જશે.

દેશના પ્રધાનમંત્રી ડૉ. મનમોહનસિંઘ પ્રખર અર્થશાસ્ત્રી છે. વિશ્વની મહામંદી વખતે દેશની અર્થવ્યવસ્થાનું સંતુલન જાળવવામાં ડૉ. મનમોહનસિંઘ સફળ રહ્યા હતા. આજની સ્થિતિનાં સંદર્ભમાં પણ પ્રધાનમંત્રી ડૉ. મનમોહનસિંઘ ગંભીરતાથી જંગી પ્રોજેક્ટ્સના અમલ માટે તત્પર છે. એમ અખબારી અહેવાલો દર્શાવે છે. આજની મંદીના ભણકારાની સ્થિતિમાં વિદેશી રોકાણકારો જો અટકી જાય તો બેરોજગારોની મોટી સમસ્યા દેશમાં ઊભી થઈ શકે છે. ઉત્પાદન ઘટે એટલે નોકરીઓ ઘટે, અને નોકરીઓ ઘટે એટલે આર્થિક સ્થિતિ હાલકડોલક બની જાય. આમ આ વિષચક્રમાંથી દેશને બચાવવાનો મોટો પડકાર બારણે ઊભો છે. સમગ્ર દેશને ડૉ. મનમોહનસિંઘ ઉપર આશા છે કે, તેમના નેતૃત્ત્વમાં કોઈ નક્કર પગલાં ભરાશે અને દેશને બચાવી લેવાશે.

જેમ જેમ અકસ્માતની ખબર પડતી ગઇ, સગાં-સ્નેહીઓ સૌ ખબર કાઢવા આવતા જાય, સૌ જાત - જાતના આશ્વાસનો આપે, પણ આવા બોલમાં લાગણી કરતાં રૂઢિ વધારે હોય...

બે લઘુકથા

- અનંત ન. વ્યાસ

લઘુ વાર્તા - ૧

મેડિકલ સ્ટૉરનું પગથિયું ચઢતાં જ 'જોશી' ભટકાઇ ગયો. અરે... એ, જોશી... મારાથી બૂમ પડાઇ ગઈ. જોશી પણ આનંદમાં આવી ગયા... 'અરે... તું? કયારે આવ્યો?'

'બસ, આ ચાલ્યો જ આવું છું.' મેં બેગ દેખાડી...

'તો આવતાવેંત મેડિક - સ્ટૉરમાં? ભાભીની તબિયત બરાબર નથી કે શું?' જોશીએ ચિંતા દર્શાવી.

'ના - ના એવું તો કંઈ નથી. ઘરમાં સૌ આનંદમાં છે. આ તારે ત્યાં આવતો હતો તો રસ્તામાં એક જૂના શિક્ષક મળી ગયા.'

જૂના શિક્ષક? જોશીનો પ્રશ્ન.

'હા, જો કે હું તો એમને ઓળખી ન શક્યો. પણ એ મને ઓળખી ગયા. બહુ મુશ્કેલીમાં મુકાઇ ગયા છે બિચારા... પત્નીને કેન્સર છે. પેન્શનમાં પૂરું થતું નથી. વાતો કરતાં એ રડી પડેલા. પ્રિસ્ક્રીપ્શન લઈ નાકે ઊભાં હતા. પણ ખીસ્સા ખાલી. એટલે મેડિકલ સ્ટૉરના પગથિયાં કેમ ચઢે? તે થોડી મદદ માંગી...'

'હું જોશી બોલ્યાં - પ્રિસ્ક્રીપ્શન તારા હાથમાં પકડાવી દીધું હશે. આટલી દવા લઈ આપો. મારે કંઈ રોકડ મદદ નથી જોઈતી...

એમન જ કહ્યું ને'

'હા... હા... મને થયું ચાલો આ બહાને ગુરૂ-દક્ષિણા તો અપાશે. આમા કયાં અંગૂઠા કપાવવાનો છે. સૌ - પચ્ચાસની વાત છે. બસ, આ દવા આપી આવું. તું અહીં મારી વાટ જો.'

મેં પ્રિસ્ક્રીપ્શન આપ્યું. તો કાઉન્ટર પર બેઠેલ વ્યક્તિ હસી. છોકરાને બૂમ પાડી. દવા બંધાઈ ગઈ. રૂા. પંચોત્તેર થયા. રકમ ચુકવી મેં જોશીને કહ્યું, 'જોશી પ્લીઝ વેઈટ... આ બૅગ સાચવા હું દવા આપી આવું.'

'હા... હા... દોડ, તારી દવા વિના કદાચ ગુરૂ પત્ની પ્રાણ નીકળી જશે... જોશીએ વ્યંગ કર્યો.'

જોશીના વાત સાંભળ્યા વિના જ નાકે ઉભેલા શિક્ષક પાસે પહોંચ્યો. એ મારા વખાણ કરે. આભાર માને તે મને યોગ્ય ન લાગ્યું, દવાનું પેકેટ તેના હાથમાં સોંપી પાછાં ફરી ગયો.

હવે ચાલ ઘરે. મેં જોશીને કહ્યું.

હાં... પણ પહેલાં જરા ચા પીએ. અમે સારી હોટલમાં ગયા. મેડિકલ સ્ટૉરનું કાઉન્ટર સ્પષ્ટ દેખાય તેમ જોશીએ મને બેસાડ્યો. પછી કહે, 'જરા ધ્યાનથી જોજે. નવું શીખવાનું મળશે.'

થોડીવાર થઈ ત્યાં પેલા શિક્ષક - મહાશય ધીમા પગલે આવતા દેખાયા. આસપાસ નજર કરી. ઝડપથી સ્ટૉરના પગથિયાં ચડી ગયા. આસપાસ નજર કરી. ધીમેથી દવાનું પેકેટ કાઉન્ટર પર મૂક્યું.

દુકાનદારે પચ્ચાસની નોટ કાઢી. શિક્ષક - મહાશયને પકડાવી. તેના ચહેરા પર લુચ્ચાઇ ભર્યું સ્મિત આવી ગયું. નોટને સાચવીને ખીસ્સામાં મુકી એ ચાલતા થયા. હું તો સ્તબ્ધ થઈ જોઇ જ રહ્યો.

લે ચાલ હવે, જોશીએ મને હલાવ્યો. અમે દુકાન પર ગયા.

જોશીએ પૂછ્યું, 'ભાઈચંદ કાકા... હમણાં જે ભાઈ દવા પાછી આપી ગયા તે કોણ છે?'

'મોટો ઠગ છે.' ભાઈચંદકાકા ઉછંળ્યા. 'લોકો દયાવૃત્તિને ઉશ્કેરી અમનચમન ઉડાવે છે. છેલ્લા ત્રણ મહિનાથી એકજ પ્રિ. પર દવા મંગાવે છે. અને પોતે પાછી આપી જાય.'

પણ તમે વેચો છો શા માટે?

અમે તો ધંધો કરવા બેઠા છીએ. એ ઠગને પચ્ચાસ મળે તો અમને પચ્ચીસ... કોણ જાણે કેમ દરરોજ ત્રણ-ચાર હૈયાફૂટાં તેને મળી જ જાય છે. એ દાનેશ્વરીના દીકરા નથી. તારીખ જોતા કે કંઈ જોતા. આ બે કલાકમાં પેકેટ ચોથીવાર પાછું આવ્યું અને તેણે રૂપિયા બસોની કમાણી કરી. પણ જવા દો ભાઈ... એનું પાપ એને ખાશે.' પછી અચાનક મારી તરફ નજર ગઈ તો કહે, 'આ ભાઈ કોણ છે?'

'આજનો ચોથો બકરો' જોશીએ હસતાં હસતાં જવાબ આપ્યો.

લઘુ વાર્તા - ૨

ઋચાને અકસ્માત નડ્યો. સમાચાર મળતા સૌ ખબર કાઢવા ગયા. ઋચા સામાન્ય દેખાવની મધ્યમ વર્ગની કન્યા. અમારી જ્ઞાતિમાં આમેય મૂરતિયાની અછત... ઘણા ઘણા પ્રયત્નો પછી ઋચાનું માંડ - માંડ ગોઠવાયેલું, વાત ખીલે બંધાય તે પહેલાં તો અકસ્માત નડ્યો. ઋચાને પગે ઈજા થઈ હતી. ડૉકટરનાં મત હતો કે પગે ખોટ રહી જશે.

જેમ જેમ અકસ્માતની ખબર પડતી ગઈ. સગાં-સ્નેહીઓ સૌ ખબર કાઢવા આવતા જાય. સૌ જાત - જાતના આશ્વાસનો આપે. પણ આવા બોલમાં લાગણી કરતાં રૂઢિ વધારે હોય... આશ્વાસનનો પણ પરંપરાગત શૈલી તથા શબ્દોમાં જ અપાય. આપનાર અને લેનાર સૌ પોકળતા પણે... ઋચાની મમ્મીએ આશ્વાસન આપતાં એક બહેન કહે, 'અરે આ તો શૂળીનો ઘા સોયે સર્યો.'

તો બીજા બહેન કહ્યું, 'ભગવાનનો આભાર માનો, દીકરી ઉગરી ગઈ. ત્યાં કોઈએ ટાપસી પુરી.' 'આ તો ઘરડાના પુન્ય આડા આવ્યાં ને ભગવાને લાજ રાખી.'

વાત સાંભળતા ઋચાની મમ્મીની નજર સામે ભાવિની કાળી છાયા ઉપસી આવી. એક તો મૂરતિયાની અછત ને તેમાં ખોડવાળી દીકરી... સાવ સામાન્ય વર... શું થશે?

તેનાથી નિસાસો નખાઇ ગયો. તેને થયું. આ ઘરડાના પુન્ય આડાં આવ્યાં તેના કરતાં પાપ ફરી વળ્યા હોત તો. આ તે પ્રભુએ લાજ રાખી કે લાજ લીધી. શૂળનો ઘા ભલે સોયથી સર્યો પણ એ સોય તો જીવનભર ભોંકાવાની.

અરે... અમારા... વડીલો... તમોએ થોડું પાપ કર્યું હોય તો...

મૂવીની વાત આવી એટલે મને સાત-આઠ વર્ષ પહેલાં જોયેલું મૂવી યાદ આવી ગયું, 'શ્વાસ' - મરાઠી ફિલ્મ, એટલું સ્પર્શી જાય એવું દિગ્દર્શક અને ફોટોગ્રાફી અને સ્ટોરી હતાં કે આટલા વર્ષે પણ મન-મગજ ઉપરથી એની અસર હટતી નથી

પારિજાત

- રેખા ભટ્ટ

"મારી આંખો કંકુના સૂરજ આથમ્યા...
કે અજવાળાં પહેરીને ઉભા શ્વાસ..."

- રાવજી પટેલ

ખૂબ કામકાજની વચ્ચેથી હળવા થવા કે સાવ નવરાશ હોવાથી સમય પસાર કરવાનો હોય ત્યારે બીજું કંઇ સૂઝે નહીં એટલે Movie જોવું એ હાથવગો - સહેલોને સટ્ટ ઉપાય છે.

પણ જેવું 'મૂવી' જોવાનું નક્કી કરીએ એટલે યક્ષપ્રશ્ન ખડો થઇ જાય - કયું જોવું? એટલે આપણી યાદશક્તિ કામે લગાડીને અમરપ્રેમથી સિંઘમ સુધી આપણનું મગજ દોડાવીએ અને પછી નાછૂટકે અગાઉ જોયું હોય અને ગમ્યું હોય તેવા 'મૂવી' પર કળશ ઢોળીએ એટલે જીવનમાંથી ત્રણ-ચાર કલાક ઓછા થાય અને આનંદમાં જાય.

મૂવીની વાત આવી એટલે મને સાત-આઠ વર્ષ પહેલાં જોયેલું મૂવી યાદ આવી ગયું. 'શ્વાસ' - મરાઠી ફિલ્મ. એટલું સ્પર્શી જાય એવું દિગ્દર્શક અને ફોટોગ્રાફી અને સ્ટૉરી હતાં કે આટલા વર્ષે પણ મન-મગજ ઉપરથી એની અસર હટતી નથી.

શ્વાસ - મરાઠી ફિલ્મ ૨૦૦૪ ના વર્ષમાં રીલીઝ થયેલી. અને એકદમ ઓછા બજૅટની પ્રાદેશિક ફિલ્મ હતી. ફિલ્મમાં કોઈ જાણીતા ચહેરા નહીં. ગીતો પણ નહીં. ગીતો પર નહીં. પૂના શહેરની સાવ સાચી બનેલી ઘટના પરથી વાર્તા કોઈક મેગેઝીનમાં છપાઈ તે અરૂણ નલાવડે (ડાયરેકટર)ના વાંચવામાં આવી અને તે પરથી ફિલ્મ બનાવવાનું નક્કી કર્યું. અને ફિલ્મ એટલી બધી વખણાઈ કે વર્ષ ૨૦૦૪ નો બૅસ્ટ ફિલ્મનો નૅશનલ એવોર્ડ આ ફિલ્મને મળ્યો, અને ફૉરેન લેંગ્વેજની કૅટેગરીમાં ઑસ્કાર ઍવોર્ડમાં રજૂ કરવામાં આવી. તેમાં પણ આ ફિલ્મ ૯ હ્રા ક્રમે આવી. અશ્વિન ચિતલે નામના બાળ કલાકારને 'બૅસ્ટ ચાઇલ્ડ એકટર'નો એવોર્ડ મળ્યો. ટૂંકમાં ચમક દમક વિનાની ફિલ્મ હોવા છતાં છવાઈ ગઈ.

ફિલ્મની શરૂઆત થાય છે કોંકણીપટ્ટીના નાનકડા ગામના દાદા (અરૂણ નલાવડે -પ્રૉડ્યુસર) અને તેમનાં પૌત્ર (અશ્વિન ચિતલે) ની વાતથી.

દાદા એમનાં પૌત્ર - પુરૂષોત્તમ વિચારે (પર્શ્યા) ને લઈને પૂના આવે છે. પૌત્રની આંખોમાં ઈલાજ માટે, પૂનાની હૉસ્પિટલમાં રૂટિન ચૅકઅપ દરમિયાન નિદાન થાય છે, પર્શ્યાને આંખની રેટિનાનું કેન્સર છે. દાદાના પગતળેથી જમીન સરકી જાય છે. પણ બધા ડૉકટરોનો એક જ અભિપ્રાય છે. એક આંખમાંથી કૅન્સર બીજી આંખમાં પણ ફેલાતું જાય છે. માટે બંને આંખો કાઢી લઈ પર્શ્યાનો જીવ બચાવી લેવો.

દાદા ભાંગી પડે છે. સમાજસેવા કરતી આશાવરી નામની છોકરી એમની મદદમાં આવે છે અને શહેરની અજાણ્યા અને હતાશ દાદાને, પૌત્રની આંખોમાં ઓપરેશન કરી જીવ બચાવી લેવા સમજાવે છે. ડૉકટરને તેમના 'ઍથિકસ' મુજબ પૅશન્ટને પણ ઑપરેશનની જાણ કરવી જરૂરી લાગે છે.

પર્શ્યા સુધી વાત આવતાં, તે નાનો પાંચ-છ વર્ષનો બાળક હોવાથી ખૂબ જીદ્દી અને આક્રમક બની જાય છે. બાળસહજ તોફાનો કરે - જીદે ચડી જાય - બૂમ બરાડા પાડયા કરે. ડૉકટરની કે દાદાની વાત ના માને. પણ ઑપરેશન શક્ય તેટલું ઝડપથી કરવાનું હોવાથી શહેરના પ્રતિષ્ઠિત આઈ સર્જનની ઍપોઇન્ટમેન્ટ લઈ તારીખ નક્કી કરી દેવામાં આવે છે.

ખૂબ મહેનતથી આઇ - સર્જનની ઍપોઇન્ટમેન્ટ મળી હોવાથી ઑપરેશનની તૈયારી કરી દેવામાં આવી. ઑપરેશનનો સમય થતાં વોર્ડ બૉય દાદા-પર્શ્યાને બોલાવવા તેમના રૂમમાં જઈ જૂએ તો બંને ગૂમ! ખૂબ શોધખોળ કરવા છતાં બંને મળ્યા નહીં તેથી ડૉકટર ખૂબ રાહ જોયા પછી, પોતાનો કિંમતી સમય બગાડ્યો હોવાથી અત્યંત ગુસ્સે થઈને જતા રહે છે. અને બહાર કંપાઉન્ડમાં આવી કાર સ્ટાર્ટ કરે છે ત્યાં હૉસ્પિટલના દરવાજા આગળ જ દાદા - ખભા ઉપર પર્શ્યાને બેસાડીને દાખલ થાય છે. પર્શ્યાના માથે બર્થડે પાર્ટીની રંગીન ટોપી છે અને હાથમાં પીપૂડું છે. તે વગાડ્યા કરે છે. ડૉકટર ગુસ્સે થઈને દાદાને ધમકાવી કાઢે છે. 'તમે ગમાર લોકો, અમારા સમયની તમને કિંમત નથી, મનફાવે તેમ વર્તો છો... વગેરે...'

ત્યારે દાદા રડસમ થઈ ધીમે રહીને બોલે છે, 'સાહેબ, માફ કરો, તમારે રાહ જોવી પડી. અમારાથી થોડું મોડું થઈ ગયું છે. પણ આજે સવારે તો તમે પર્શ્યાની આંખોનું ઑપરેશન કરવાના હતા. એટલે હું પર્શ્યાને શહેર જોવા લઈ ગયો હતો. થોડો મોટો થઈને એ મને પૂછે કે 'દાદા, ટ્રેન કેવી હોય? રૉશની એટલે શું? વિમાન કેવી રીતે ઊડે? શહેરમાં કેવા બગીચા અને ચગડોળ હોય? તો હું કેવી રીતે એને સમજાવું? એટલે આપ એની આંખો કાઢી નાખો તે પહેલાં બધું છેલ્લીવાર બતાવવા લઈ ગયો હતો.''

ડૉકટર હતપ્રભ બની ગયા. પોતાની વર્તણૂંક બદલ માફી માગી અને પર્શ્યાને વહાલથી તેડીને હૉસ્પિટલમાં લઈ ગયા.

ફિલ્મના અંતે દાદા હોડીમાં બેસીને પર્શ્યાને લઈને પોતાના ગામ તરફ પાછા ફરે છે. પર્શ્યાને આંખો ઉપર કાળાં ગૉગલ્સ ચઢાવ્યાં છે અને નદી કિનારે ઉભેલા પોતાના મિત્રો અને મા-બાપની સામે હાથ હલાવે છે. ફિલ્મ વિવેચકોએ આ છેલ્લા દશ્યને ખૂબ વખાણ્યું હતું.

સમય હોય ત્યારે, કૉમ્પ્યુટરમાં ડાઉનલૉડ કરીને પણ ફિલ્મ જોયા જેવી ખરી, બાકી બૉડીગાર્ડ અને રાઉડી રાઠોડ તો છે જ!

શ્વાસ (મરાઠી) -
ડાયરેક્ટર - સંદીપ સાવંત
પ્રોડ્યુસર - અરૂણ નલાવડે (દાદા)
પર્શ્યા - અશ્વિન ચિતલ

હરડે શ્રેષ્ઠ રસાયણ છે તેના નિયમિત સેવનથી ચિરકાલયૌવન પ્રાપ્ત થાય છે

નિરામય

પથ્ય ઔષધ - હરડે

- ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

આયુર્વેદના પ્રણેતા મહર્ષિ ચરકે કહ્યું છે કે આપણી આસપાસ રહેલ સમગ્ર પદાર્થો ઔષધ છે. આ વાક્ય ખરેખર બ્રહ્મ વાક્ય કહી શકાય કારણ કે, હાલના તબક્કે અલગ અલગ પ્રણાલિઓ દ્વારા અનેકાનેક રસાયણો ઉત્પન્ન કરીને દવાઓ બનાવવામાં આવે છે. ઉપરોક્ત વાક્ય બ્રહ્મ વાક્ય તો ગણાય પરંતુ એ વાક્યને સાર્થક થવામાં અડચણરૂપ બને છે. આપણું અજ્ઞાન. આ જ મહર્ષિ ચરકે કહ્યું છે કે દરેક રોગનું ઓસડ હાજર જ છે, તકલીફ એ છે કે આપણે તેને ઓળખી નથી શકતા.

દર્દીઓ કીમોથેરાપી જેવા રેડીએશનથી પણ સાજા થાય છે અને જીવતી માછલી ગળીને પણ દમનો રોગ મટાડે છે. આ વિશ્વમાં અગણિત જાતના ઔષધો છે. શું આ દુનિયામાં એઇડ્સ કે જનીનિક બિમારીઓ કે જે અસાધ્ય ગણાય છે તેનો ઈલાજ જ નહિ હોય? ચોક્કસ છે, પરંતુ હજુ સુધી પરદાઓ હટ્યા નથી.

પણ એટલું તો ખરૂં જ કે આયુર્વેદે પોતાના શાસ્ત્ર વડે અનેક ઔષધો વિષે જાણકારી આપીને અનેકાનેક રોગોને મટાડવા માટેના પરદાઓ હટાવી દીધા છે. વ્યક્તિ ધારે તો એક જ ઔષધના સહારેપણ સંપૂર્ણ સ્વાસ્થ્યમય જીવન જીવી શકે. તો, આજે આયુર્વેદે ગાયેલ અનેક અદ્ભૂત ઔષધોમાંના એક એવા ઔષધ પર નજર કરીએ જે દરેકની જીભે છે. લગભગ હરકોઈ આ ઔષધને જાણે છે. પણ અહીં વ્યક્તિના જ્ઞાનમાં ઉમેરો થાય એવું કંઈક આપવાનો પ્રયાસ છે.

વાત છે હરડેની. આયુર્વેદમાં હરડેના ખૂબ ગુણગાન ગવાયા છે. હરડેને પથ્ય ઔષધ કહ્યું છે. પથ્ય ઔષધો કે પથ્યોમાં શ્રેષ્ઠ એટલે હરડે. પથ્ય એટલે જે પથની વિગુણતા (દૂષિતા) ને સમાપ્ત કરે તે. અહીં 'પથ' ને ઘણા અર્થમાં પ્રયોજી શકાય, જેમ કે શરીરમાં રક્તનું વહન કરતી ધમની, શીરાઓ, ખોરાકનું વહન કરતું પાચન તંત્ર, મૂત્રનું વહન કરતું ઉત્સર્જન તંત્ર, તરંગોનું હવન કરતું ચેતાતંત્ર આદિ બધા શરીરના પથ છે, માર્ગો છે કે જેના દ્વારા આ સમગ્ર શરીરનો સંદેશાવ્યવહાર, કહો કે સંચાલન કરે છે. હરડે આ પથને - આ માર્ગને શુધ્ધ કરે છે, તેની ખામીઓને દૂર કરે છે.

હરડેની ઉત્પત્તિ અંગે કહેવાયું છે કે સમુદ્રમંથન વખતે જયારે ભગવાન ધન્વન્તરિ કે જેઓ વિષ્ણુ ભગવાનના અવતાર છે. તેનો ઉદભવ થયો ત્યારે તેના હાથમાં હરડેનું ફળ હતું. ધન્વન્તરિ - ભગવાનને આયુર્વેદના આદ્યપ્રવર્તક મનાય છે. અને તેઓના હાથમાં હરડેના ફળની હાજરી આ ઔષધનું મહત્વ આપોઆપ નીહિત કરે છે.

આપણી દેશી બોલીઓમાં, વડવાઓએ પણ અનેક કહેવતો દ્વારા હરડેને વખાણી છે. હરડેને માતાનું રૂપ આપ્યું છે. સંસ્કૃતમાં પણ કહ્યું છે કે '**યસ્ય માતા ગૃહે નાસ્તિ, તસ્ય પ્રોક્તા (માતા) હરિતકી**' એટલે કે જે વ્યક્તિની માતા ઘરે નથી તેની માતા હરડે છે. આમ, હરડે વ્યક્તિના સાંગોપાંગ સ્વાસ્થ્ય માટે એક અનિવાર્યતા પુરવાર કરે છે. એક લોક કહેવત છે.

"ઓકી દાતણ જે કરે, નરણે હરડે ખાય દૂધે વાળું જે કરે, તે ઘર વૈદ્ય ન જાય"

કેટલી સુંદર બાબત વર્તવી છે! દાતણ કરતી વખતે (બ્રશ નહિં) જે ઉલ્ટી કરે, સવારે ખાલી પેટે હરડેનું સેવન કરે, રાત્રે દૂધનું જમણ કરે તે સદાય સ્વસ્થ રહે છે.

આયુર્વેદમાં હરડેને 'સ્ત્રોતોરોધહર' કહી છે એટલે કે, શરીરમાં અનેક વસ્તુઓ વહન કરતાં માર્ગો (ચૅનલ્સ) પરનો અવરોધ હરડે દૂર કરે છે. શરીરની આમ હરડે દૂર કરે છે. હરડેનું નિયમિત સેવન રોગોને જ નહિ પણ રોગોના જાયને પણ દૂર કરે છે. આથી જ હરડેને 'અભયા' પણ કહેવાઈ છે. હરડે શ્રેષ્ઠ રસાયણ છે. તેના નિયમિત સેવનથી ચિરકાલયૌવન પ્રાપ્ત થાય છે. વ્યક્તિ સદાય યુવાન દેખાય છે. આથી, હરડેને 'વ્યસ્થા' કહી છે. (જે વયને રોકી રાખે તે)

હરડેમાં ખારો રસ (લવણ રસ) સિવાયના પાંચેય રસો હોય છે. (મીઠો, ખાટો, કડવો, તીખો, તુરો) તથા હરડે ત્રણેય દોષોનું શમન કરનારી છે. સિંધાલૂણ સાથે હરડે લેવાથી કફનું શમન થાય છે. સાકર સાથે હરડે લેવાથી પિત્તનું શમન થાય છે. તેમજ ઘી સાથે હરડેનું સેવન કરવાથી વાયુનું શમન થાય છે.

આપણા મહર્ષિઓએ ઋતુ અનુસાર હરડેના સેવનના વિભાગો પાડ્યા છે, જે અનુસાર વર્ષાઋતુ (શ્રાવણ - ભાદરવામાં) સિંધાલૂણ સાથે, શરદઋતુમાં (આસો- કારતક) હરડેને સાકર સાથે, હેમંત ઋતુમાં (માગશર - પોષ) હરડેને સૂંઠ સાથે, શિશિર ઋતુમાં (મહા - ફાગણ) હરડેને લીંડી પીપર સાથે, વસંતઋતુમાં (ચૈત્ર-વૈશાખ) હરડેને મધ સાથે તથા ગ્રીષ્મઋતુમાં (જેઠ - અષાઠ) હરડેને ગોળ સાથે ખાવાનું સૂચન છે.

શાસ્ત્રોમાં હરડેની સાત અલગ - અલગ જાતના વર્ણન છે. જે આયુર્વેદનું પ્રખ્યાત અસરકારક ઔષધ છે.

⇔ મરડામાં હરડે, સૂંઠ તથા ગોળને લીંમડાનો રસ ભેળીને ખાવી.

⇔ એસીડીટીમાં હરડે, દ્રાક્ષ તથા સાકરની ગોળીઓ વાળીને ખાવી.

⇔ પાંડુ રોગ (ઓછું હિમોગ્લોબીન હોય તેમાં) હરડેને ઘી તથા મધ માથે અસમાન ભાગે મિશ્રિત કરીને ખાવી. હરડેને ૨૧ દિવસ ગોમૂત્રમાં પલાળી રાખી છાયે સુકવી રોજની એક હરડે તેમાંથી ખાવી. (આને ગોમૂત્ર હરિતકી કહે છે)

⇔ પાચન ન થતું હોય તો હરડેના ચૂર્ણને ગોળના પાણીમાં લેવું.

⇔ આંખોનું તેજ વધારવા ત્રિફળાના પાણી વડે આંખો ધોવી.

⇔ શ્વાસ - દમ - ઉધરસમાં હરડેને બહેડાની સાથે લેવી.

⇔ દરેક પ્રકારના પ્રમેહમાં (ડાયાબીટીસ) હરડેને હળદર સાથે લેવી.

આજના દિવસનો મહિમા

- ભાનુપ્રસાદ એસ. દવે

૧૪મી જૂન

- 'અંકલ ટોમ્સ કેબીન' સમાજ પર ઉંડી અસર પાડનારી કથાના લેખિકા હેરીઅર બીવર સ્ટોનોની જન્મજયંતિ - ૧૮૧૧.
- ટેલિવિઝનના શોધક જહોન લોગીબર્ડનું અવસાન - ૧૯૪૬.
- વિશ્વમાં પહેલીવાર હવાઇ માર્ગે એટ્લાન્ટિક મહાસાગર પાર કરાયો.
- સિલોનના વતની - ભારતને પોતાની કર્મભૂમિ બનાવનારા - ગાંધી વિચારસરણીમાં આમુચ જીવન ઓતપ્રોત બનાવનારા - સેવાભાવી એડવર્ડ વિલિયમની પુણ્યતિથિ - ૧૪-૬-૧૯૬૭.