સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ

ફોન : ૨૩૨૨૬૨૫૧

સલામી સવારની..

ખૂણે ખૂણે થાય છે ખાયકી, ઘર ભરી જાય છે,
જેના હાથમાં આવે છે સત્તા, ઘણું કરી જાય છે,
તરી જાય છે સાત પેઢી રાજકારણ ધંધામાં -
'માહિતી અધિકાર' માગનારાઓ મરી જાય છે..
(પોરબંદર - અમરેલી ના કિસ્સા)

હાઈકુ

સરકારમાં
ભર્યાં છે 'વીર' ભદ્રો
ખાયકી - ખાતાં

કેસ નોંધ્યો ને
સિંઘમ સલવાણા -
થઇ બદલી..

ચિંતન

રૂપેણ પ્રતિમેન યૌવન ગુણૈઃ શ્રેષ્ઠે કુલે જન્મના ગન્નવ્યાનિ દિનાનિ દૈવવસત્તો ભૂયો ધનં વાંછતાં ।
સૈરન્ધ્રીતિ વિગર્હિતા ચુવતિ ભિઃ સાક્ષેપમા જ્ઞાભચાદ્ દ્રોપધા કિલ મત્સ્યરાજ ભવને ધૃષ્ઠં ન કિં ચંદનં ॥

સુભાષિત રત્ન ભાંડાગારના બીજા અધ્યાય - 'સામાન્ય નીતિ' નો આ શ્લોક, સમય-સમય બલવાન હૈ, ની ભાવિની ઇચ્છાને અધીન રહી જીવી જવાનું શીખવે છે :

'શ્રેષ્ઠ - ઊચ્ચ કુળમાં જન્મનાર અને સંપૂર્ણ સદ્ગુણો ધરાવતા સ્વરૂપવાન મનુષ્યને પણ દ્રવ્યની ઇચ્છામાં દૈવ-ભાગ્ય-વિધાતાને માન આપી, સ્વીકારીને પોતાના યુવાની નો કાળ પણ પરિશ્રમ સાથે માન-અપમાન-કડવા શબ્દો સહન કરીને પણ દિવસો વિતાવવા પડે જ છે ને?'

દ્રૌપદી પણ એવી જ ઉચ્ચકુળની રાજકુંવરી અને પુત્રવધૂ હતી છતાં, કુલીન અને સ્વરૂપવતી-ગુણવંતી હતી છતાં ય, વિરાટ રાજાના રાજમહેલમાં 'સૈરંધ્રી' (બીજાના ઘરમાં રહેનારી) દાસી તરીકે (ગુપ્તવાસમાં બારમાસ) અને નિંદ્ય આક્ષેપો સહન કરીને પણ - એક આજ્ઞાકારી દાસી તરીકે તુચ્છ કામ કરીને પણ - (ચંદન ઘસવાતું) શું રહેવું નો'તું પડ્યું?

ગમે તેટલું ઊચ્ચ કુળ હોય, સદ્ગુણો હોય છતાં જો સમય સારો ન હોય, તો મન-મક્કમ કરી ધીરજપૂર્વક 'પરિસ્થિતિ'નો સ્વીકાર કરી સમયને માન આપી, સહનશીલતા કેળવવી જોઇએ.

સુવિચાર

- જયાં સોગંદ છે ત્યાં પ્રેમ નથી, માત્ર બંધન છે, અનિવાર્યતા છે, નિયમનું દબાણ છે, હૃદય માટે ત્યાં અવકાશ નથી **- દાદા ધર્માધિકારી**
- સ્પર્શ પામવો એ જરૂરિયાત છે સ્પર્શથી વંચિત રહેનારાં વૃત્તિ અને રૂચિ ગુમાવે છે, શારીરિક વિકાસ રૂંધે છે, બુધ્ધિ ક્ષીણ થઇ જાય છે **- સિડની સાયમન**
- મૈત્રીની ભાષા એટલે શબ્દોની ભાષા નહીં પણ શબ્દોનો અર્થ **- થોરો**
- આપણે વસ્તુઓને વાપરવાનું અને માણસોને પ્રેમ કરવાનું શીખવું જોઇએ, નહીં કે માણસોને વાપરવાનું ને વસ્તુઓને પ્રેમ કરવાનું **- જ્હોન પોવેલ**
- સુખ એટલે મિત્ર સાથે ગાળેલો સમય અને એવો સમય ફરીથી ગાળવા માટેની આતુરતા **- વિલ્કીન્સન**
- જીવનની એક વિચિત્રતા એ છે કે, જો તમે ઉત્તમોત્તમથી થોડુંક ઉતરતું એવું કશુંક સ્વીકારવાનો ઇનકાર કરો તો ઘણુંબધું એ મળી પણ જાય **- સમરસેટ મોમ**
- પ્રેમમાં એક સ્વાતંત્ર્ય એ છે કે, તે આપણાં ખોટા મહોરાં ફેંકી દઇ અસલ 'સ્વ' ને પામવાની શક્તિ આપે છે **- સુઝાન પોલિસ સટ્ઝ**

બોધ કથા

પુરૂષ ગમે તેટલો શક્તિશાળી, બુધ્ધિશાળી અને સત્તાધિકારી હોય પણ 'સ્ત્રી' - પત્ની પાસે તો લાચાર અને કહ્યાગરાની જ 'પ્રતિભા' ઉપસાવી રાખે છે. અને એમાં એ 'નાનમ' તો નથી જ અનુભવતો લાંબે ગાળે એની એ ટેવ થઇ જાય છે અને ઘર્ષણ ટળે છે.

બાદશાહને તો બે પત્ની હતી એ વધારે ભીંસમાં રહેતો. એકવાર એણે બીરબલ ને કહ્યું મને એવો 'વીર પુરૂષ' શોધી આપ જે પત્નીની કોઇ વાત માનતો ન હોય અને મરજી મુજબ જ નિર્ણય લેતો હોય! હું તેને ઘોડો ભેટ આપીશ.

બીરબલે ઢંઢેરો પીટાવ્યો. શહેરીજનો ઢંઢેરો સાંભળી બિલ્લી પગે સાંભળ્યું ન સાંભળ્યું કરી નીકળી ગયા. એક ખડતલ - યુવાન પતિ આવ્યો. કહ્યું - ચાલો મારે ઘેર જૂઓ મારી પત્ની મારાથી કેવી ડરે છે અને આજ્ઞાધીન છે એ તપાસ કરી લ્યો!

બીરબલે ઇન્ટરવ્યૂ લીધો. નિશ્ચિત સવાલોના પત્નીએ રડસમ અવાજે જવાબો પણ લીધા. બીરબલને ખાતરી થઇ. ઘોડો આપવાની જાહેરાત થઇ. બીરબલ કહે, બહાર બે ઘોડા છે કાળો અને ધોળો, તને ગમે તે લઇ લે... પતિના પગ કાળા તરફ જતાં હતા ત્યાં અંદરથી પત્ની બોલી, 'ધોળો જ લેજો' અને પતિના પગ ફર્યાં..

બીરબર કહે તમે શરત હાર્યા.. ઘોડો નહીં મળે..

પોલીસતંત્રની અસરકારકતા વધારવી જોઇએ

તંત્રી સ્થાનેથી...

ગાંધીનગર જિલ્લાના સાદરા ગામે ઐતિહાસિક અને ધાર્મિક મહત્ત્વ ધરાવતાં જક્ષણી માતાના મંદિરે ધાડપાડુઓનો આતંક ચિંતા ઉપજાવે છે. છેલ્લા કેટલાંય સમયથી ઉત્તર ગુજરાતના ધાર્મિક સ્થાનો પર ચોર લૂંટારૂઓ ત્રાટકે છે. ભગવાનની મૂર્તિઓના દાગીના કે દાનપેટી ઉઠાવી જવાની ઘટનાઓ સંખ્યાબંધ બની છે. સાથે સાથે લૂંટ ચોરીના બનાવો પણ દિન પ્રતિદિન વધતા જાય છે. વિશેષ કરીને ગાંધીનગર શહેર અને આસપાસના વિસ્તારમાં રોજ નાની મોટી ચોરી લૂંટના બનાવો પોલીસ દફતરે નોંધાય છે. આ બનાવો કદાચ કોઈને નાના લાગતા હોય, પરંતુ આ નાના નથી. સરકારને બનાવોની ગંભીરતા નથી. એવું પ્રજા સ્પષ્ટ રીતે અનુભવે છે.

પ્રજા અસલામતીના વાતાવરણમાં રહે છે. પોલીસની અસરકારકતા ઘટી ગઈ છે. ઘરફોડ ચોરોની ટોળકી કે ધાડપાડુઓની ગેંગ પોલીસથી ગભરાતી હોય એમ લાગતું નથી. રાજયના પાટનગર ગાંધીનગરની પ્રજા ચોરો સામે અસલામતી અનુભવે તો રાજયના અંતરિયાળ વિસ્તાર અંગે તો કલ્પના જ કરવાની રહી ને! પોલીસ બળ વધારવાની વાત વારંવાર કહેવાય છે. ફાઈલો છલકાય તેટલી રજૂઆતો થાય છે. પરંતુ કોણ જાણે કેમ પોલીસદળની સંખ્યા વધારવામાં તંત્રને ઉત્સાહ હોય એમ લાગતું જ નથી. ગાંધીનગર જિલ્લાના વિસ્તારની દૃષ્ટિએ હજુ પણ છ વધુ પોલીસ સ્ટેશનની આવશ્યકતા છે. અને ગાંધીનગર શહેરમાં પણ વધુ ત્રણ પોલીસ સ્ટેશનની આવશક્યતા છે. નવા ગાંધીનગર એટલે કે વિકસી રહેલ રહેણાંક વિસ્તારમાં નવું પોલીસ સ્ટેશન તાત્કાલિક સ્થાપિત કરવું જોઈએ. જી.આઈ.ડી.સી. ઈલેક્ટ્રોનિકસ અને જી.આઈ.ડી.સી. એન્જિનિયરિંગ આ બંને વિસ્તારમાં પણ વધુ એક નવા પોલીસ સ્ટેશનની આવશ્યકતા છે. ગાંધીનગરના બંદોબસ્ત માટે અલગ પોલીસ સ્ટેશન બનાવવાની રજૂઆતો વખતોવખત કરાઈ છે. પરંતુ હજુ સુધી પરિણામ વિહોણી જ રહી છે. ગાંધીનગર શહેર અને જિલ્લામાં જ નહિ પણ સમગ્ર રાજયમાં પોલીસતંત્રને વધુ અસરકારક બનાવવાનો સમય આવી પહોંચ્યો છે.

કોઇક કોઇક એવા 'હીરો' મળી આવે છે, જેઓની પોતાની અંગત જિંદગી સાવ સામાન્ય હોય છે, સતત અભાવ અને તાણ વચ્ચે જીવતા હોવા છતાં, જયારે પણ બીજા માટે કંઇક કરવાની વાત આવે ત્યારે તેમનામાં અદમ્ય ઉત્સાહ આવી જાય છે

પારિજાત

- રેખા ભટ્ટ

કીસીકી મુસ્કુરાહટોં યે હો નિસાર
કીસી કે વાસ્તે તેરે દિલ મેં પ્યાર
જીના ઈસીકા નામ હૈ...

આપણી જાતને જ કેન્દ્રમાં રાખીને આપણને જીવવાની ટેવ પડી ગઈ છે. હજુ થોડા ઉદાર થઈને તો આપણા કુટુંબીજનોનો વિચાર કરીએ. બસ... આથી આગળ આપણા વિચારનો વિસ્તાર થતો નથી. આપણી જ શારીરિક નાની મોટી પીડાઓ અને કૌટુંબિક - સામાજિક પ્રશ્નો એ આપણા નાનકડાં જીવનનું સત્ય અને લક્ષ્ય બની ગયું છે. આ સંજોગોમાં બીજા માટે કંઈક વિચારવું હોય તો સમય જ કયાં છે??

આવા આપણા ગાડરિયા પ્રવાહ વચ્ચે, કોઈક કોઈક એવા 'હીરો' મળી આવે છે, જેઓની પોતાની અંગત જિંદગી સાવ સામાન્ય હોય છે. સતત અભાવ અને તાણ વચ્ચે જીવતા હોવા છતાં, જયારે પણ બીજા માટે કંઈક કરવાની વાત આવે ત્યારે તેમનામાં અદમ્ય ઉત્સાહ આવી જાય છે. પોતાની આર્થિક પરિસ્થિતિ કે શારીરિક નબળાઈ એમના માટે વિઘ્નરૂપ બનતી નથી પણ એ પરિસ્થિતિ જ એમને કંઈક નવું કરવાનું જોમ અને સાહસ પૂરાં પાડે છે.

આવાં અનોખાં વ્યક્તિઓની સાચી બનેલી ઘટનાઓને કેન્દ્રમાં રાખીને ઉમેશ અગ્રવાલ દ્વારા લખાયેલ પુસ્તક 'જીના ઈસીકા નામ હૈ- વાંચવા જેવું છે અને સ્વજનો - મિત્રોને ભેટ આપવાં જેવું છે. દૂરદર્શનની રાષ્ટ્રીય ચેનલ ઉપર 'કિરણ' નામનાં પાંચ મિનિટનાં દૈનિક કાર્યક્રમની શરૂઆત થઈ. પહેલાં જ અઠવાડિયે જબરદસ્ત ટી.આર.પી. રેટિંગ મળ્યું. ૧૫૦૦ જેટલા પત્રો મળ્યાં. ૧૯૯૯ થી ૨૦૦૨ સુધી ટી.વી. પર આ કાર્યક્રમ ચાલ્યો. શ્રેષ્ઠ કાર્યક્રમ બદલ એને 'ઇન્ડિયન ટેલિવિઝન એકેડેમી અવૉર્ડ' પણ મળ્યો. પેંગ્વિન જેવી પ્રતિષ્ઠિત પ્રકાશન સંસ્થાએ આ સત્યકથાઓનાં ઍપિસોડને કાગળ પર ઉતારીને પુસ્તકરૂપે પ્રગટ કર્યું. અને એનું ગુજરાતી કરણ એટલે - ''જીના ઈસીકા નામ હૈ.'' આ પુસ્તકમાં ૫૦ જેટલી વ્યક્તિઓની વાત છે. એમાંથી થોડાં નમૂનારૂપ જોઈએ તો,

● અંજના રામગોપાલ

દિલ્હીમાં ટાઈમ્સ ઑફ ઈન્ડિયાની ઑફિસમાં નોકરી કરે. મે, ૧૯૯૦ ની એક સાંજે ગલીમાં શારીરિક - માનસિક વિકલાંગ બાળકને ઢોરમાર પડતો જોયો. ક્ષણવાર હેતબાઈ પણ પછી એ બાળકને છોડાવીને ઘરે લઈ આવી. પછી તો એને ગલીઓમાં, રેલ્વે ટ્રેક પાસે, ત્યજી દેવાયેલાં બાળકો દેખાવાં માંડ્યા. દરેકને અપનાવતી ગઈ. ૧૧ વર્ષમાં એના ઘરમાં - ૨૩ બાળકો થઈ ગયાં. આ બાળકોને સાચવવાં અંજનાને ખૂબ સંઘર્ષ કરવો પડે છે. તેથી લગ્ન કરવાનું મુલ્તવી રાખ્યું છે.

● વ્રજલાલ પટેલ

ગુજરાતી - ૧૯૭૬ માં આગળ ભણવાં મુંબઈ આવ્યો. પણ પુસ્તકોની તંગીના કારણે I.A.S. ની પરીક્ષામાં નિષ્ફળતા મળી. મુંબઈનાં ફલૅટમાં પુસ્તકાલય બનાવ્યું જેમાં સ્પર્ધાત્મક પરીક્ષામાં ૨૫,૦૦૦ થી વધારે પુસ્તકો છે. સહુ કોઈ લાભ લઈ શકે વિના મૂલ્યે - વ્રજલાલની મોટા ભાગની બચત પુસ્તકો પાછળ ખર્ચાય છે. તેમાં પત્નીનો સંપૂર્ણ સહકાર છે. વ્રજલાલનું સપનું છે. કોઈ ગરીબ વિદ્યાર્થી પુસ્તકોના અભાવે નિષ્ફળ ના જાય.

● દેવેન્દ્ર દેસાઈ

બાળકોનાં ચહેરા પરની મુગ્ધતા - ભોળપણ જોઈ ખીલી ઊઠે છે. તેથી અપરિણિત રહી આસપાસનાં બાળકોને ખુશહાલ રાખવાનું નક્કી કર્યું. તેમને પોતાના નાનપણમાં ટૉય લાઈબ્રેરી, ખુબ ગમતી. તેથી રમકડાં ઘર ઊભાં કર્યાં. ૧૯૮૫માં ચિલ્ડ્રન ટૉય ફાઉન્ડેશનની સ્થાપના કરી. એમની ધગશના પરિણામે દેશના દસ રાજયોમાં ટૉય લાઈબ્રેરી ચાલુ થઈ છે. મોબાઈલ ટૉય લાઈબ્રેરી પણ ચાલુ કરી છે. જેમાં અગણિત રમકડાં - પઝલ્સનો ખજાનો હોય, બાળકો વાનમાં બેસી રમ્યા કરે. રંગીન ચિત્રોવાળાં પુસ્તકો વાંચે, બાળકોની બુધ્ધિશક્તિ ખીલે અને સર્જનાત્મકતા વિકસે તે માટે દેવેન્દ્ર દેસાઈ કાર્યરત છે.

● હરમાલા ગુપ્તા

કેન્સર થયું. પણ ડૉકટરોની લાગણીભરી માવજતના કારણે સાજી થઈ, પછી કેન્સર પિડિતો વચ્ચે રહેવા લાગી. એમનો આધાર બનવો એ જીવનનું ધ્યેય બની ગયું. મોતના આરે ઊભેલાં દર્દીઓ સાથે લાગણીપૂર્વક વાતો કરી એમનામાં જિજીવિષા જગાવવાનું કામ કરે છે.

● ડૉ. જોહાન્નિસ અસ્મુ

૧૯૮૫ ની સાલમાં જર્મનીથી ભારત ફરવા આવ્યા. કનૉટ પ્લેસમાં ઊભા હતા ત્યાં એમના પગ પાસે તાવથી ધખતી વૃધ્ધા ઢળી પડી. અને ડૉકટરને નવી દિશા મળી. જર્મનીની ઍશૉઆરામની જિંદગી છોડી યમુના પારની નાનકડી રૂમમાં રહે છે. ધર્માદા દવાખાના જેવું એમનું ઘર છે. દર્દી - ડૉકટર એકબીજાની ભાષા નથી સમજતાં. પણ દવાખાનું ધમધોકાર ચાલે છે. માણસાઈનું આથી વધારે સારું ઉદાહરણ કયુ?

● ૧૯૪૭ ના ભાગલા વખતના રમખાણોમાં બિન્દાબેને બે વર્ષની ઉંમરે મા-બાપ ગુમાવ્યાં. પૉલિયોથી અપંગ બન્યો. હરિયાળાના નિલોખેરી ગામમાં આવ્યો. એક દરજીએ એને આશરો આપી દરજીકામ શીખવ્યું. ૨૦૦ થી વધુ બાળકોને સહારો આપ્યો. સંસ્થા સ્થાપી જેમાં અપંગ બાળકોને દવા - હૂંફ - જમવાનું - આશરો - મળી રહે છે.

● અંશુ ગુપ્તા એ એક કિસ્સો સાંભળ્યો. રાબિયા નામની એક સ્ત્રીએ માસિક ધર્મ સમયે કપડું ન મળતાં પોતાનું જૂનું બ્લાઉઝ વાપર્યું. એના કાટ ખાદેલા હૂકને કારણે રાબિયાને ધર્નુવા થઈ ગયો. નાનકડો હૂક એના મોતનું કારણ બન્યો. જે દેશમાં તન ઢાંકવા પૂરતાં કપડાં નથી ત્યાં સ્વચ્છતા જાળવવા કપડું કયાંથી મળે? અંશુએ નોકરી છોડી સંસ્થા શરૂ કરી - 'ગૂંજન.'

(અનુસંધાન પાના નં. ૬ પર)

માનો પ્રેમ વૃક્ષનો છાંયો છે તો પિતાનો પ્રેમ સૂર્યનો પ્રખર તાપ છે, તેના વગર જીવન નવપલ્લવિત ન થઇ શકે

સખીને પત્ર

- સ્વાતિબા રાઓલ

પ્રિય સખી,

શાળાઓ ખુલી ગઈ છે. વેકેશનના મૂડમાંથી વિદ્યાર્થીઓને વાલીઓને પરાણે પાછા ફરવું પડ્યું છે. ગઈકાલે મારી સ્કૂલમાં એક દશ્ય મેં જોયું, પહેલાં ધોરણમાં ભણતાં એક બાળકને એના પપ્પા તથા દાદી મૂકવા આવ્યા હતા. બાળક રડતું હતું અને દોડીને દાદીની પાસે લપાઈ જતું હતું. પપ્પાએ ઘણી વાર સુધી તેને સમજાવ્યું પછી જરા કડક થઈ દાદીને કહી દીધું. ''ભલે રડે, આપણે બહાર નીકળી જઈએ.'' દાદીનો જીવ ચાલતો નહોતો. પેલા બાઈએ જરા ગરમ થઈ કહ્યું, 'તમે ઉભા હશો ત્યાં સુધી જ તે રડશે. આપણે જતાં રહીશું ને તરત તે શાંત થઈ જશે. ચાલો.' અને પપ્પા બાળકને મુકીને દાદીને લઈને નીકળી ગયા. બાળક થોડીવારમાં શાંત થઈ ગયું.

પેલા ભાઈની કડક પિતા તરીકેની ભૂમિકા એ તાજેતરમાં ગયેલા. 'ફાધર્સ-ડે' નાં સંદર્ભમાં મને વિચાર વહેમણાં મુકી દીધી. માના ગુણલાં ગવાય એટલાં ઓછાં છે પણ પિતા એક અલગ અંદાઝમાં આપણા જીવનની અનિવાર્યતા છે. માનો પ્રેમ વૃક્ષનો છાંયો છે તો પિતાનો પ્રેમ સૂર્યનો પ્રખર તાપ છે. તેના વગર જીવન નવપલ્લવિત ન થઈ શકે. પર્વતમાંથી નીકળતી નદી જોઈ છે? પ્રેમની ગંગાને વહેવા માટે પર્વતની કઠોરતા, પથ્થરની સખ્તાઈ જરૂરી છે. માનો પ્રેમ, સ્નેહના સિંચન જેવો છે તો પિતાનું વાત્સલ્ય આપણાં મૂળિયાંને મજબૂત કરનાર ધરાતલ છે. ભગવાને દુનિયા બનાવી હાસ્ય સાથે રૂદન મૂક્યું, સુખ સાથે દુઃખ મુક્યું, સરળ સાથે જટિલ મૂક્યું, કોમળ સામે કઠોર મુક્યું, મા સાથે પિતાને મૂક્યાં. કોઈ એક લાગણી કે ભાવનો અતિરેક પણ જીવનને ઝેર બનાવે છે. તેથી તેને બેલેન્સ કરવું જરૂરી છે. માનાં લાડકોડની સાથે પિતાની કડક શિસ્તના પાઠ સમતોલ વ્યક્તિત્વનો વિકાસ કરે છે.

હું લગભગ ચોથા ધોરણમાં હતી. અને મારા પપ્પા ણને સાઈકલ શીખવતાં હતાં. થયું એવું કે હું પડી ગઈ અને મારો ઢીંચણ છોલાઈ ગયો. હું રડવા લાગી. કેમેય કરીને છાની ન રહું. પપ્પાએ એક લાફો રસીદ કર્યો અને કહ્યું ''શીખવું ય છે અને રડવું ય છે એ કેમ ચાલે? વેઠ્યા વગર તો કશું મળતું જ નથી.'' આજેય સંઘર્ષ કરતાં કે મુશ્કેલી વેઠતાં મન આખું થઈ જાય ત્યારે પપ્પા યાદ આવે છે અને વધારે સખ્તાઈથી મજબૂતાઈથી હું લડાઈ ફરીથી શરૂ કરું છું. પપ્પાએ શીખવ્યું છે રડવાથી મુસીબતો હલ થતી નથી. ઉપરથી તાકાત વેડફાય છે. આપણાં દુઃખને આપણી તાકાત બનાવો. આ શીખ એક પિતા જ આપી શકે. માતાનો પાલવ આપણાં માથે હોય છે, તો પિતાનો હાથ આપણી પાછળ હોય છે. માતાની શીળી છાયા કદાચ સતત પ્રતીત થતી રહે છે. પણ પિતાનો આધાર ત્યારે જ સમજાઈ છે. જયારે હારી-થાકીને પડવાની તૈયારીમાં હોઈએ ને બે મજબૂત ભૂજા આપણને સાહી લે - ''ગભરાઈ નહિં જો તને ઝીલી લીધો છે!''

એક છોકરો હતો. માના લાડપ્રેમથી બગડી ગયેલો. તે કંઈ પણ ભૂલ કરે. અને પિતા તેને લડે એટલે તરત જ મા તેનો પક્ષ લઈ તેના વતી માફી માંગીને પણ પિતિાના તાપથી તેને બચાવી લે. આમને આમ છોકરો બિલકુલ બેજવાબદાર અને વિલાસી બનતો ચાલ્યો. પિતાના પૈસે લહેર કરવી એ જ એનું મુખ્ય કર્મ ન બની ગયું. અઢાર - ઓગણીસ વર્ષનો થયો પણ ન ભણ્યો ન કમાતો થયો. પિતાને થયું કે હવે પુત્રને પાઠ ભણાવવાનો સમય પાકી ગયો છે. તેમણે પુત્રને ચેતવણી આપી દીધી કે, હવે પછી રોજ પાંચ રૂપિયા કમાઈને મને આપીશ તો જ તને સાંજનું જમવાનું મળશે. પાંચ રૂપિયા નહિ આપે તો તારે ભૂખ્યા જ સૂઈ જવું પડશે. પિતાએ આપેલી ધમકીને અવગણીને પુત્ર રમવા ચાલ્યો ગયો. સાંજ થઈ રખડીને ઘરે આવ્યો ત્યાં પિતાની વાત અને કઠોર ચહેરો યાદ આવ્યાં. તે માટા પાસે ગયો અને કાકલૂદી કરી. પાંચ રૂપિયા માંગી લીધાં. પાંચ રૂપિયા લઈને પિતાને આપ્યાં. પિતાએ તે પાંચ રૂપિયા લઈ કૂવામાં નાંખી દીધાં. પુત્રએ જોયું પણ તે કાંઈ ન બોલ્યો. બીજા દિવસે પણ એવું જ થયું. પુત્ર આખો દિવસ રખડ્યો સાંજે માતા પાસે પાંચ રૂપિયા માંગ્યા પરંતુ માતાએ ઈન્કાર કરી દીધો. પુત્રએ બહેન પાસેથી લઈ પિતાને પાંચ રૂપિયા આપ્યાં. પિતાએ પૈસા લઈને કૂવામાં નાંખી દીધાં. પુત્ર કંઈ પણ બોલ્યા વગર જતો રહ્યો. આમ બીજા ત્રણેક દિવસ ચાલ્યું. પુત્ર ભાઈબંધ - પડોશી વગેરે પાસેથી ઉધાર માંગી લાવી પિતાને આપે પિતા તે રૂપિયા કૂવામાં નાંખી દે. એક દિવસ એવો આવ્યો કે પુત્રને રૂપિયા ઉધાર આપવાની બધાએ 'ના' પાડી દીધી. હવે તેને કામ શોધ્યા વગર છૂટકો નહતો. આખો દિવસ ફર્યો પણ કોઈએ કામ ન આપ્યું. 'ભણ્યા વગર નોકરીએ પણ કોણ રાખે?' આખો દિવસ ભૂખ-તરસ અને થાકથી થાકેલો તે એક દુકાન આગળ આવીને ઊભો. શેઠને કાકલૂદી કરી ખોખા ઉપાડીને તેની પીઠ દુઃખી ગઈ. હાથ-પગમાં કળતર થવા લાગ્યું. પાંચ રૂપિયા મજૂરી લઈને તે ઘરે આવ્યો. પુત્રનો નંખાઈ ગયેલો અને પરસેવે રેબઝેબ દેદાર જોઈ પિતા સમજી ગયાં. છતાં તેમણે પાંચ રૂપિયા માંગ્યા. પુત્રએ આપ્યાં. પણ જેવાં પિતા તે રૂપિયા કૂવામાં નાખવા ગયાં કે તરત પુત્ર બૂમ પાડી ઉઠ્યો, 'અરે, આ શું કરો છો? હું, કેટલી કાળી મજૂરી કરી આ પાંચ રૂપિયા કમાયો છું. અને મારા પરસેવાની કમાણી તમે આ રીતે કૂવામાં નાંખી દેશો?' પિતાએ પુત્રના ખભે હાથ મુકી વ્હાલથી કહ્યું, 'બેટા! મારા પરસેવાની કમાણી પણ તમે મોજશોખમાં આ રીતે જ વેડફી છે.' પુત્રને સાચી વાત સમજાઈ. તે પિતાને વળગીને રડી પડ્યો. પિતાએ કઠોરતા બતાવીને અવળે માર્ગે ગયેલાં પુત્રને પાછો વાળ્યો. પિતૃવાત્સલ્યની આજ તો ખુબી છે. કઠોરતા નીચે છુપાયેલી વત્સલતા ખાસ પ્રસંગોએ જ દેખાય છે. પિતાની મમતા એટલી શક્તિશાળી હોય છે કે આંધીઓની વચ્ચે અડીખમ રહેવાની તાકાત બક્ષે છે.

પણ કવિ દુલા ભાયા કાગા કહે છે -

''કડવા કારેલાના ગુણ ન હોય કડવાં;
કડવાં વચન ન હોય કડવાં જી રે;''

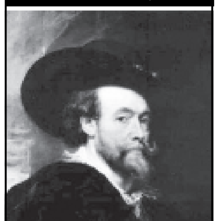
- કડવા લાગતાં પિતા પણ ગુણે શીતળ હોય છે કાં સખી!

- તારી સ્વાતિ

આજના દિવસનો મહિમા

- ભાનુપ્રસાદ એસ. દવે

૨૮મી જૂન



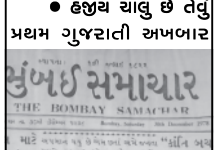
● કલાના ઇતિહાસમાં અનોખું પ્રકરણ ઉમેરનાર મહાન ચિત્રકાર 'પીટરપોલ રૂબિન્સ'નો જન્મ ૨૮-૬-૧૫૭૭.

અશ્વો અને ભર્યાં - ભર્યાં દેવવાળી સ્ત્રીઓના ચિત્રોને પોતાની કલા-કૌશલ્યથી આલેખ્યા. ફ્રાન્સના રાજમહેલમાં તેમનાં ચિત્રોને સ્થાન મળ્યું. 'રાવ પદ' નો ખિતાબ ઇંગ્લેન્ડના રાજાએ આપ્યો. તેના મિત્રોએ પશ્ચિમના કલાજગતમાં અદ્વિતીય સ્થાન મેળવ્યું.

● ૬૨૨ હિજરી સવંતની શરૂઆત.

● ૧૭૧૨ તત્વચિંતક રૂસોનો જન્મ.

● હજીય ચાલુ છે તેવું પ્રથમ ગુજરાતી અખબાર



'મુંબઇ સમાચાર' ફરદૂનજી મઝેલાએ ૧૮૮૨માં પ્રગટ કર્યું.

● ૧૮૭૯ - હિન્દમાં ૧ પૈસાવાળું પોસ્ટકાર્ડ શરૂ થયું.

શક્ય હોય ત્યાં સુધી ચોમાસામાં ઠંડો - વાસી ખોરાક ઉપયોગમાં ન લેવો તેમજ દૂધને ગરમ કરીને જ પીવું

નિરામય

વર્ષાઋતુમાં સ્વાસ્થ્ય

- ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

મોટા ભાગના લોકોને ન ગમતી એવી ગ્રીષ્મ એટલે કે ઉનાળાની ઋતુને આપણે વિદાય આપી રહ્યા છીએ અને વર્ષાઋતુ કે જે લગભગ દરેક વ્યક્તિની ફેવરીટ છે તેને આપણે લાલ જાજમ પાથરીને આવકારી રહ્યા છીએ.

કવિઓએ જેને મન ભરીને ગાઇ છે અને રસિકોએ જેને ભરપૂર માણી છે એવી વર્ષાઋતુની રાહ આમ તો અબાલવૃધ્ધ સૌને જ હોય, પ્રાણી તથા પક્ષીઓ પણ આમાંથી બાકાત નથી. વર્ષાઋતુ જીવનદાત્રી છે. અનેકાનેક સજીવોનો જન્મ વર્ષાઋતુ દ્વારા થાય છે. તે વરસાદ આવતાં જ લીલાછમ્મ થઇ જાય, ડુંગરો અને જંગલો જ નહિં, પણ આપણા ઘરની આસપાસ પણ અસંખ્ય નાના મોટા રોપા-છોડ ઉગી નીકળે, ઘાસ ફૂટી નીકળે અને જીવજંતુઓનું તો પૂછવું જ શું... એક વરસાદ પડે કે આપણને તો નામે ય ન આવડે એવા અસંખ્ય જીવજંતુઓ જન્મી પડે અને ખેતરોમાં ય નવા અનાજ ઉગવાની શરૂઆત થાય... આમ, વર્ષાઋતુ ખરેખર જીવનદાત્રી છે.

પણ સાથે સાથે જો આપણે આોગ્યના સંબંધમાં વિચારીએ તો રોગોના વાવેતર પણ વર્ષાઋતુમાં જ થાય છે. આમ તો, વર્ષાઋતુ બાદની શરદઋતુને 'રોગોની માતા' કહેવામાં આવી છે. પરંતુ આ શરદઋતુમાં રોગોને બળવાન બનવાની પ્રક્રિયાની શરૂઆત વર્ષાઋતુથી જ થાય છે.

વર્ષાઋતુમાં જોવા મળતાં મુખ્યરોગોની વાત કરીએ તો નજર સીધી જ પાચનતંત્ર પર જાય. અપાચન, ઝાડા, ઉલ્ટી, મરડો, ચૂંક આવવી, આદિ અનેક રોગો આ ઋતુમાં જોવા મળે, એમાંય મરડો અને ઝાડા તો સામાન્યપણે જોવા મળે.

પાચનતંત્રના રોગો થવા પાછળ કારણ છે...વીતેલી ગીષ્મઋતુમાં જે જઠરાગ્નિ મંદ હતો. એ વર્ષાઋતુમાં વધુ મંદ બને છે. ખોરાકનું બરાબર દહન - પાચન થતું નથી. વળી, પૃથ્વીની બાષ્પ, ભેજ આદિને કારણે ખટાશ ઉદ્ભવે છે. આમ, વધુને વધુ અપાચન થાય છે. તેમાં વળી આપણે દાળવડા, ભજિયાં, દાબેલી ને પીત્ઝાની રમઝટ બોલાવતાં હોઇએ એટલે પેટનાં તો પાટિયાં જ બેસી જાય. પરિણામ એ આવે કે ખોરાક દૂષિત - અપાચિત સ્વરૂપે પેટમાં પડ્યો રહે, જઠરાગ્નિમાં તાકાત હોય નહિં કે જે તેનું પાચન કરે એટલે પછી મરડો, ઝાડા, ઉલ્ટી આદિ સ્વરૂપે એ દૂષિત - અપાચિત ખોરાક બહાર નીકળે.

તો પછી આ પરિસ્થિતિ ઉભી ન થાય તે માટે શું કરવું?

સૌથી અગત્યની અને મહત્ત્વની વાત, "ખોરાકમાં સંયમ રાખવો." આપણે ભલે ભજિયાં - દાળવડા પ્રત્યે સંન્સાય ન લઇએ પણ આપણે તેને અમુક માત્રાથી વધુ ન જ ખાઇએ. તેમજ જો ભારે ખોરાક ખવાઇ ગયો હોય તો સમજીને બીજા પહોરનું 'સ્વયંભૂ બંધ' પાળીએ. એટલે કે, ઉપવાસ કરી લઇએ. ચોમાસા દરમિયાન ચાતુર્માસ પાળીએ. એટલે કે, ઉપવાસ કરી લઇએ. ચોમાસા દરમિયાન ચાતુર્માસ કરવાનો મહિમા ધર્માચાર્યોએ વર્ણવ્યો છે. તેમાં કંઇક તથ્ય તો છે જ. આહાર પર જો સમજીને અંકુશ મુકી શકાય તો જંગ જીતી ગયા સમજો.

બીજી અમુક સામાન્ય જણાતી બાબતો કે જેના પ્રત્યે બેદરકાર રહેવું ન જ પોસાય, જેમ કે, દરેક વસ્તુ (ખાદ્ય પદાર્થ) ઢાંકી ને જ રાખવી. આગળ જોયું તેમ ચોમાસું અનેક જીવજંતુઓની જન્મભૂમિ છે. આંથી, આંખે ન દેખાય એવી સૂક્ષ્મ જીવાતો કે વિષાણુઓ પણ ખોરાકમાં ઘર કરી શકે છે. આથી ખાદ્ય પદાર્થોને ઢાંકીને જ રાખવો.

શક્ય હોય ત્યાં સુધી ચોમાસામાં ઠંડો - વાસી ખોરાક ઉપયોગમાં ન લેવો તેમજ દૂધને ગરમ કરીને જ પીવું.

રાત્રે શક્ય હોય તો સૂર્યાસ્ત પહેલાં જ જમી લેવું. ટ્યૂબ લાઇટના પ્રકાશમાં અનેક જીવતો - વિષાણુઓ સહેલાઇથી આકર્ષાય છે. આથી આ બહુ સામાન્ય જણાતી છતાં અગત્યની એવી બાબત પર વિચાર કરવી જરૂરી છે.

વરસાદનું પાણી પીવામાં બહુ ભારે હોય છે. આથી જો વરસાદનું ઝીલેલું પાણી હોય તો તેને ગાળી તથા ઉકાળીને જ પીવું.

વરસાદને કારણે નદી - ડેમ - તળાવો - નહેરોમાં પણ પાણી નવા આવે છે. જે અંતે આપણા ઘરનાં નળની ચકલીઓમાં આવતાં હોય છે. આથી આ પાણી પણ ઉકાળીને પીવું જ હિતાવહ છે.

(અનુસંધાન પાના નં. ૬ પર)