સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

સલામી સવારની..

કરવું 'કલ્યાણ' ખૂદનું પદની પડાપડી છે,
થવું છે 'રાજ'નાથ સૌને સત્તાની તડાફડી છે,
ચડાચડી છે 'વરૂણ' થઈ વરસી જવાની સૌને -
શિસ્તનાં સંઘમાં જ હવે જૂથોની લડાલડી છે...
(યુપીમાં 'મુખ્યમંત્રી પદ' માટે ભાજપી ડખા)

હાઈકુ

'શૈક્ષણિક ફી'
- એટલે, શોષણ - ને
બેફામ લૂંટ!
(ખાનગી શૈ. સંસ્થાઓ)

સંધાતાં નથી -
ટાંકા ટેભાથી જૂથો,
તેર તૂટે છે!!
(ભાજપ માં ડખા)

ચિંતન

પર વિભવેષ્વાદરો અપિ નાશમૂલમ્ ।

પારકા ધનનો લોભ નાશનું મૂળ છે.

પારકા ધનને પડાવી લેવાની લાલચ એ વિનાશની જડ છે. આ લાલચમાં ફસાઈ મનુષ્ય કયારેક ભયંકર અપરાધ કરી બેસે છે. જેનાથી એનો વિનાશ થાય છે.

આજે લોકો ધનવાન થવા ખૂબ ટૂંકા એ વિચારહીન રસ્તા અપનાવે છે, સાંસદો-વિધાન સભ્યો - ખૂત જાતને, મૂલ્યો અને સિદ્ધાંત સાથે વેંચી કરોડોની કમાણી લાલચ છોડી નથી શકતા - બેંક અને શરાફો પાસેથી લોન લઈ પરત આપવામાં નામુક્કર થનારા અને દેશ છોડી નાશી જનારા, વિશ્વાસભંગ કરનારા પણ આવા જ દગાબાજ છે એમની અને એમના ચરિત્રની કોઈ કિંમત રહેતી નથી.

આવા બદનામ માણસો જીવંત હોય છતાં મૃત અને નામશેષ જેવા હોય છે. પારકાનું ધન પડાવી લેનારનો નાશ નિશ્ચિત જ છે.

સુવિચાર

- આંખો અને કાન એ ભગવાનને હૃદયમાં પ્રવેશ કરવાના દેહના બે દરવાજાં છે - **ડોંગરેજી**
- આત્મકલ્યાણ વગર લોકકલ્યાણ અધુરું બને છે - **મોરારિ બાપુ**
- બધી બાબતો વિશે ધીરજ રાખો, પણ સૌથી પહેલી તમારી જાત વિશે - **સંત રોબિન**
- સાધુ ભૂખા ભાવકા, ધન કા ભૂકા નાહિં, ધન ભૂખા સો ફિરે, સો તો સાધુ નાહિં - **કબીર**
- જ્ઞાની સુખ અને દુઃખ જ્ઞાનથી કાપે છે, જયારે મૂરખાઓ રડી રડીને કાપે છે - **જનકલ્યાણ**
- ખુવારી ટળે તો શાંતિના ઉપવનમાં માનવતાનો કલરવ સાંભળવા મળે - **ગુણવંત શાહ**
- કંજૂસ માણસ એટલે એવો માણસ જે પૈસા માટે ખુવાર થવાની ઉતાવળમાં હોય છે - **મલેશિયન કહેવત**
- આજનું ઔષધ : ગરમ પાણી કે તેની વરાળથી દાઝી જવાય તો ચોખાનો લોટ દાઝેલા ભાગ પર છાંટવાથી તરત રાહત થાય છે **(સંકલન : દિપક વી. આસરા)**

બોધકથા

આજકાલ તો સરકારી કે ખાનગી કર્મચારી-અધિકારી મુસાફરી કરે ન કરે, પ્રથમવર્ગમાં ફરે ન ફરે પણ 'કચેરી' માંથી પૈસા તો પડાવી જ લે છે. મૂલ્યો-ન્યાય-નિષ્ઠા-સચ્ચાઈ હવે કયાંક રહ્યાં જ નથી.

સી.વી. રામન વૈજ્ઞાનિક ત્યારે આઈઆઈટી મદ્રાસમાં હતા. કર્મચારીની ભરતીના ઈન્ટરવ્યુ હતા. આવનારને ભાડાં-ભથ્થાની ચૂકવણી થતી હતી. બધાને 'પ્રથમ વર્ગ'નું ભાડું ચૂકવાતું હતું.

... ત્યાં એક ઉમેદવારે હિસાબનીશને કહ્યું, હું ત્રીજા વર્ગમાં જ મુસાફરી કરીને આવ્યો છું એટલે મને એટલા જ પૈસા આપો!

શ્રી રામનનું ધ્યાન એના પર ગયું - ઉમેદવારની પસંદગીનો ક્રમ જોયો - આ ઉમેદવાર પસંદગીમાં આવ્યો ન હતો. શ્રી રામને ફરી તેને ઈન્ટરવ્યુમાં તે જ વખતે બોલાવ્યો અને થોડા વધારે પ્રશ્નો પૂછી તેને પસંદ કરી લીધો. સાથી પ્રોફેસરે કારણ પૂછ્યું - ત્યારે કહ્યું, આપણે પદાર્થ વિજ્ઞાન તો લોકોને શીખવી શકીએ પણ 'નૈતિકતા' તો આવા નિષ્ઠાવંત માણસો જ શીખવી શકે.

કેજરીવાલના 'સંસદીય સચિવો' અળખામણા

દિલ્હીની કેજરીવાલ સરકાર સામે વધુ એક વાવાઝોડું ફૂંકાયું છે. એમને અણધારી વિકરાળ બહુમતી મળી તે જ દિવસથી સત્તારૂઢ કેન્દ્ર એમની પાછળ પડી ગયું છે. કયારેક એ ઉપરાજયપાલ નજીક જંગના માધ્યમથી એમના કર્યા કરાવ્યા પર કૂચડો ફેરવી દે છે તો કયારેક પોલીસ કમિશનરને એમની વિરુદ્ધ મોરચો માંડવા મજબૂર કરે છે. છેલ્લે એકવીસ ધારાસભ્યોને સંસદીય સચિવ પદની લહાણી કરવા બદલ ખુદ રાષ્ટ્રપતિએ વાંધો લીધો છે. સંસદીય સચિવની જગ્યાને લાભનું પદ ગણીને એમને કેજરીવાલ સરકાર દ્વારા મોકલાવેલ દરખાસ્ત રદ કરી છે. એટલું જ નહીં, એથી એ એકવીસ ધારાસભ્યોનું ધારાસભ્ય પદ પણ જોખમમાં આવી પડ્યું છે. કેજરીવાલની સ્થિતિ કફોડી બની ગઈ છે. એમણે રાષ્ટ્રપતિએ લીધેલા અભિગમને ગૃહખાતાનો આદેસ ગણી સીધો જ નરેન્દ્ર મોદી પર તોપમારો ચાલુ કર્યો છે. મોદી પોતાને જીરવી શકતા નથી, બલકે વડાપ્રધાન પોતાની દિલ્હીની હાર પચાવી શક્યા નથી (અને કૌંસમાં કહેવું હોય તો કેજરીવાલને પોતાના પોટેન્શિયલ પ્રતિસ્પર્ધી માનીને ચાલે છે) એટલે પોતે કશું કરતા નથી અને એમને કરવા દેતા નથી. એવી કાગારોળમાં આંશિક તથ્ય હોવાનું નકારી શકાય એમ નથી. નહીંતર સંસદીય સચિવપદ માટે જુદી જુદી વિધાનસભાઓમાં જુદા જુદા નિયમો હોય તો કેન્દ્ર સરકારે ઊલટાના એ બધાં રાજયો માટે સમાન ધોરણો લાગુ કરવાની પહે કરવી જોઈતી હતી. એ વાત સાચી કે ધારાસભ્યો સત્તાભૂખ્યા જ હોવાના - એ ભાજપના હોય કે આમ આદમી પાર્ટીના. ધારાસભ્ય બનેલો માણસ ધારાસભ્ય જ રહે તો એ એની નબળાઈ ગણાય છે. એ મંત્રીપદ જ ઝંખતો હોય છે. બધાને મંત્રી તો બનાવી શકાય નહીં, એટલે આવી સંસદીય સચિવ પદની અને બોર્ડ નિગમોના ચેરમેન કે ડિરેક્ટર પદોની વૈકલ્પિક વ્યવસ્થા ઊભી કરાયેલી છે. કેજરીવાલ પાસે ઢગલો ધારાસભ્યો છે. એ બધા જાણે છે કે ફરી ચૂંટણી થશે ત્યારે કદાચ આપણને ટિકિટ મળે તો પણ ચૂંટાવું અઘરું છે. સ્વાભાવિક રીતે જ એમને સાચવી લેવા માટે આટલી મોટી સંખ્યામાં - લગભગ દરેક ખાતા દીઠ એક સંસદીય સચિવની નિયુક્તિ કરીને કેજરીવાલે રાહતનો દમ લેવાનું વિચાર્યું છે. અગાઉ દિલ્હીના સાહેબસિંહ વર્ષમાના નેતૃત્વવાળી ભાજપ સરકારમાં અને શીલા દીક્ષિતની કોંગ્રેસ સરકારમાં પણ

તંત્રીસ્થાનેથી...

સંસદીય સચિવોની નિમણૂક થયેલી જ હતી. ગુજરાત સહિત દેશનાં બીજાં રાજયોમાં સંસદીય સચિવો કાર્યરત છે, એટલું જ નહીં તેઓ મંત્રી જેવો જ દબદબો ધરાવે છે. મોટા કરે તે લીલા અને નાના કરે તે છીનાળું? કેન્દ્રમાં કયારેક અહમદ પટેલ સંસદીય સચિવ પદે નિયુક્ત થયેલા છે. કેજરીવાલ પાસે બંધારણીય સમસ્યા સામે આક્રોશ વ્યક્ત કરવા સિવાય કોઈ વિકલ્પ નથી રહ્યો. એ કોર્ટના આશ્રય લેશે તો પણ એકવીસ ધારાસભ્યોને 'લાભનું પદ' નહીં આપ્યું હોવાનું સાબિત કરી શકે એમ નથી. પરંતુ વહેવારું ઉકેલ એ છે કે બંધારણીય વ્યવસ્થા દરેક રાજયને સરખી રીતે લાગુ પડે એવો સુધારો કરવો જોઈએ. કેન્દ્ર ને તો કેજરીવાલનું બીપી વધારવામાં જ રસ છે. પરંતુ પ્રજા કેન્દ્રની આવી આડોડાઈ ના સમજે એવું નથી. એકવીસ ધારાસભ્યોને સભ્યપદ ગુમાવવું પડશે તો કદાચ પ્રજા ફરી એક વાર એમને ચૂંટી મોકલીને કેન્દ્રના કાન આમળે એ પણ બનવાજોગ!

કર્તવ્યની વેદી પર પ્રેમનું બલિદાન

અયોધ્યામાં ઈક્ષ્વાકુ વંશના પરમ ધાર્મિક રાજર્ષિ મહાભિષનું સાશન હતું. એમણે સો યજ્ઞો કર્યા હતા એથી શતક્રતુ - ઈન્દ્રનું સ્થાન મેળવ્યું હતું.

એકવાર તે દેવસભામાં ઉપસ્થિત હતા. બ્રહ્માની સેવામાં ગંગા ઉપસ્થિત હતી. બંનેની દૃષ્ટિ એકબીજા સાથે આકસ્મિકપણે મળી અને બંનેએ પ્રેમનું પ્રથમ સ્પંદન અનુભવ્યું. પરંતુ આને કારણે સેવામાં વિક્ષેપ થયો. તેથી બ્રહ્માએ સજારુપે બંનેને મૃત્યુલોકમાં જવાનો આદેશ આપ્યો. ગંગા ઉદાસ થઈને વિવાય થઈ, પરંતુ રાજર્ષિને તેણે મનમાં પતિ રુપે સ્વીકારી લીધા.

આઠ દેવોનો સમૂહ વસુઓ છે. આ દેવોમાં દ્યૌ મુખ્ય છે. એકવાર આ દેવો પોતાની પત્નીઓ સાથે કુલગુરુ વસિષ્ઠના મહેમાન બન્યા. આ બ્રહ્મર્ષિના આશ્રમમાં નંદિની નામે ગાય હતી. આ ગાયનું દૂધ નિરોગી દીર્ઘાયુ આપતી. એટલે દ્યૌની પત્નીએ એ લઈ જવાનું મન થયું. મૃત્યુલોકની એની બહેનપણી રાજકન્યા આનું દૂધ પેવી એવી એની ઈચ્છા હતી. આથી દ્યૌએ બીજા વસુઓની સહાયથી વસિષ્ઠની ગેરહાજરીમાં ગાયનું અપહરણ કર્યું. ત્રિકાળજ્ઞાની વસિષ્ઠને ખ્યાલ આવી ગયો. તેમણે વસુઓને પૃથ્વીલોકમાં અવતરવાનો શાપ આપી દીધો. વસુઓ જતા હતા, એમને માર્ગમાં ગંગા મળી ગઈ. તેઓએ નમ્રતાપૂર્વક ગંગાને વિનંતી કરી,

'અમારે શાપમુક્ત થવા મનુષ્ય જન્મ લેવાનો છે. આપ અમારી માતા બનો, તમે નદી સ્વરુપા દેવી છો. તમારી કૂખેથી અમારો ક્રમશઃ જન્મ થાય, તેમ તમે અમને નદીના પ્રવાહમાં પધરાવતા જાવ. આ રીતે અમને શાપમુક્ત કરો. હસ્તિનાપુરના મહારાજ શાંતનુ આપને લાયક પતિ છે. એમનું આપ વરણ કરી શકો છો.'

આ દેવકાર્ય છે, પોતાની ફરજ છે, એમ સમજીને અને પરોપકારની સદ્ભાવનાથી ગંગાએ આ વિનંતી સ્વીકારી લીધી!

મહારાજે શાંતનું પૂર્વજન્મના મહાભિષ હતા. શાંતનુ વનવિહારના શોખીન હતા. ત્રણચાર વર્ષ અરણ્યમાં પસાર કરી નાખે. એકવાર એમણે ગંગાકિનારે ફરતી સુંદર યુવતી જોઈ. જેવી બંનેની દૃષ્ટિ મળી કે તરત જ ઝબકારાની જેમ બંનેને પૂર્વજન્મનો અધૂરો પ્રેમ જાગરિત થઈ ગયો! 'આ ગંગા જ છે.' આથી શાંતનુએ લગ્ન પ્રસ્તાવ મૂક્યો અને 'આ મહાભિષ જ છે' આથી ગંગાએ સહર્ષ સ્વીકારી લીધો. પરંતુ શરત મૂકી કે 'પોતાના કોઈ પણ કાર્યમાં રાજાએ અટકાવવી નહી, નહિતર એ પાછી જતી રહેશે.' શાંતનુ એ આ શરત માન્ય રાખી.

હસ્તિનાપુરના રાજમહેલમાં બંનેનું પ્રસન્ન દાંપત્ય શરુ થયું. ગંગાને પુત્રજન્મ થયો. જન્મતાની સાથે જ ગંગાએ એ નદીમાં પધરાવી દીધો! પછી તો તેણે જન્મતાંની સાથે એક પછી એક સાત પુત્રોને પધરાવી દીધા. રાજા ઘોર નિરાશાથી વ્યગ્ર થઈ ગયો. 'આ તે કેવી ઘાતકી નારી છે?' જયારે તે આઠમા પુત્રને પધરાવવા જતી હતી, ત્યારે રાજાએ એને પગે પડીને કરગરીને વિનંતી કરી, 'આને જીવતો રાખ. આપણી વંશવૃદ્ધિ માટે જરુરી છે.'

ગંગાએ સ્પષ્ટતા કરી; 'વસુઓને શાપમુક્ત કરવા મારી જવાબદારી હતી. મેં જે કર્યું છે, એ માટે કર્યું છે, મારામાં પણ નારી હૃદય છે, હું પણ આને જીવાડવા માંગુ છું. આ આઠમો વસુ છે. શરતનો ભંગ થયો છે, તેથી હું પાછી ફરું છું. પરંતુ આ બાળકને લેતી જાઉં છું. એને એક રાજકુમારને અનુરુપ શિક્ષણ આપું, એ યુવાન થાય, એટલે તમને સોંપી જઈશ.' ગંગાએ બાળક સાથે વિદાય લીધી.

અમર વારસો

ડૉ. રશ્મિકાન્ત મહેતા

એણે પોતાનું વચન પાળ્યું. શાંતનુ પોતાના વનવિહારમાં ગંગા કિનારે આવ્યો. એક સોહામણો યુવક ધનુષ્ય ચડાવી રહ્યો હતો. એની સાથે ગંગા હતી. તેણે રાજાને કહ્યું...

'આપણો આ પુત્ર તમને સોંપુ છું. એ ગંગાનો પુત્ર છે. 'ગાંગેય' તરીકે ઓળખાશે. હું ખરેખર પિતામહ બ્રહ્માની સેવા માટે છું. તેથી મારે પાછા ફરવું પડશે. મારા હૃદયમાં તમારા પ્રેમની જયોત સદા પ્રજ્જવલિત રહેશે.' ગંગાએ હવે આખરી દિવાય લીધી.

હસ્તિનાપુરમાં રાજકુમાર ગાંગેયનુંભવ્ય સ્વાગત થયું.

કર્તવ્યની વેદી પર ગંગાએ પોતાના સંતાનપ્રેમનું બલિદાન આપ્યું. ફરજ પાલન માટે પોતાના પતિપ્રેમનું બલિદાન આપ્યું, જેઠ સુધ દશમે 'ગંગા દશમી' છે. પૌરાણિક યુગની તેજસ્વિની નારીપ્રતિભાને આ દિવસના વંદન. એની પ્રતિમાનાં પુષ્પની ત્રણ પાંખડીઓ સ્મરમમાં રહે - સમર્પણ, સત્યનિષ્ઠા અને સહૃદયતા.

ઘરનું ઘર અને હોમ મેનેજમેન્ટ

મેનેજમેન્ટના એક ગુરુએ ભારતીય સમાજ અંગેના એક પ્રશ્નના જવાબમાં કહ્યું હતું કે 'મેનેજમેન્ટ જેવા વિષયો ભારતીય સમાજ માટે નવા નથી. કારણકે સુથારનો કે સોનીનો દિકરો (થોડાક વર્ષ પહેલાં) ઘરમાં જ તથાકથિત ડીગ્રી વિના પોતાના બિઝનેસને ક્યારે શીખી જતો તેની જાણ પણ ન થતી. ઘરમાં દિકરી પણ રસોઈથી માંડીને ઘર ચલાવવા માટેની સઘળી તાલીમ માતા અને દાદી પાસેથી એટલી સહજતાથી જાણી લેતી કે છૂટાછેડાના પ્રસંગો લગભગ ઊભા જા થતા'.

ન રોજગારીનો પ્રશ્ન કે ન આવડતનો પ્રશ્ન રમતાં રમતાં સંસાર સાગર પાર ઉતરી જવાય. આજે ટાઈમ મેનેજમેન્ટ, સર્જનાત્મકતા, સ્કીલ ડેવેલેપમેન્ટ , રસોઇ કે ગૃહ સજાવટના પણ વર્ગો જોઇને વડિલો અચંબામાં પડી જાય તેવી સ્થિતિ છે. ક્યાં શું નડે છે તે શોધવું જોઇએ. આપણે વિદેશની નકલ કરી ઘણું શીખ્યા એટલે તેની અસર સમાજજીવન પર પણ પડવાની શરૂઆત થઇ ગઇ છે. એટલું નક્કી કે... ભારતની કેટલીક પરંપરાગત બાબતોને છોડવા જેવી નથી !

આપણે નોકરીના કે ધંધાના સ્થળને જેટલું પ્રાધાન્ય આપીએ છીએ તેટલું ધ્યાન કદાચ ઘરને આપતાં નથી.તેથી જ ઘરના પ્રશ્નો બેઠકખંડમાં અને આગળ જતાં ચોકમાં, જાહેરમાં અને અંતે કોર્ટ સુધી પહોંચે છે. હવે કેટલીક છોકરીઓ બેધડક સોસાયટીને અને પોતાના લોકોને પણ છોડી દેતા વિચાર નથી કરતી ! શિક્ષણજગતની આવા સંઘર્ષોમાં કેટલી જવાબદારી એ બહુ મોટો પ્રશ્ન તો અધ્યાહારે જ રહી જાય છે ? ઓછું ભણેલી અને બહુ ભણેલી છોકરીઓના સામાજિક, કૌટુંબિક અને આર્થિક પ્રશ્નોનો અભ્યાસ કરવાનો સમય થઇ ગયો હોય તેવું નથી લાગતું ? કેટલાક વિચારકો સ્ત્રી શિક્ષણની વિરુદ્ધમાં નથી પણ મહિલાઓની નોકરીઓ સાથે જોડાયેલાં સંઘર્ષો અંગે તો ચિંતિત જરૂર છે. કારણ કે ઈશ્વરે આપેલી (બાળ) સર્જન અને પાલન પોષણની જવાબદારી મહિલાનો અત્યાવશ્યક ધર્મ છે. તેના ભોગે કોઇ કાર્ય સ્વીકારવું એ સામાજિક અને અંગત હિત જોખમમાં મૂકવા જેવું નથી લાગતું ? આજે આપણે ઘરની આંતર-બાહ્ય શોભા વધારનારા કેટલાક ઉપાયોની ચર્ચા કરવા જઈ રહ્યા છીએ.

ઘરમાં સજાવટ માટે રાખવામાં આવેલા છોડ પણ આપણાં જીવન પર સારી અને ખરાબ અસર પાડતા હોય છે. વાસ્તુ શાસ્ત્ર મુજબ ઘરમાં મની પ્લાંટ (ધનવેલ) લગાવવા ખૂબ જ શુભ હોય છે. જ્યોતિષ મુજબ મની પ્લાંટ (ધનવેલ) શુક્ર ગ્રહનો કારક છે. મની પ્લાંટ(ધનવેલ) ઘરમાં લગાવવા પર પતિ-પત્નીના સંબંધ મધુર બને છે.

ઘરમાં કાંટાળાં તથા દૂધવાળા (જેને કાપવા અથવા છોલવા પર સફેદ દ્રવ્ય નીકળતું હોય) છોડ ન લગાવવા જોઈએ. કારણ કે કાંટા નકારાત્મક ઉર્જા ઉત્પન્ન કરે છે. ગુલાબ જેવા કાંટાળાં છોડ લગાવી શકાય છે પણ તેને ઘરની છત પર રાખો તો ઉત્તમ રહેશે.

ઘરમાં વાંસનો છોડ લગાવી શકાય છે. ઘર અથવા કાર્યસ્થળની પોઝિટિવ એનર્જીને વધારવા માટે ગુલદસ્તામાં દરરોજ તાજા ફૂલ લગાવવા જોઈએ. તુલસીનો છોડ વાયુ પ્રદૂષણને પણ ઓછું કરે છે. તુલસીનો છોડ ઘરના બ્રહ્મ સ્થળ એટલે કે વચ્ચોવચ લગાવવો જોઈએ. જોકે આ ઘરના ખૂણામાં પણ લગાવી શકાય છે. તુલસીનો છોડ લગાવતી વખતે એટલું યાદ રાખવું કે જે જગ્યા પર ગંદકી વધુ હોય તે જગ્યાએ ભૂલથી પણ તુલસીનો છોડ ન લગાવવો જોઈએ.

બેડરૂમમાં કોઈ પણ પ્રકારના છોડ લગાવવાથી બચવું જોઈએ. તેનાથી મેરિડ લાઈફ પર ખરાબ અસર પડી શકે છે. ડાઈનિંગ તથા ડ્રોઈંગ રૂમમાં ફ્લાવર પોટ રાખી શકાય છે.

પીપળાને બૃહસ્પતિ ગ્રહનો કારક માનવામાં આવે છે.

ઘરમાં બોનસાઈ છોડ લગાવવાથી ધન સંબંધી સમસ્યાઓ બની રહે છે.

ગુલાબ. ચંપા તથા ચમેલીના છોડ ઘરમાં લગાવવા સારા માનવામાં આવે છે કારણ કે તેનાથી માનસિક તણાવ તથા ડિપ્રેશનમાં અભાવ આવે છે.

છોડ તથા ફૂલોનો ઉપયોગ ઘરના અણીદાર ખૂણા તથા ઉંચી-નીચી જમીનને ઢાંકવા માટે કરવામાં લઈ શકાય છે.

બેડરૂમને વિશાળ દેખાવ આપવામાં પ્રકાશના કુદરતી સ્ત્રોત તરીકે સૂર્યપ્રકાશનો ઉપયોગ કરવો હિતાવહ છે. બેડરૂમને વિશાળ અને તેજસ્વી લુક આપવા માટે સફેદ રંગ ઉત્તમ વિકલ્પ સાબિત થાય છે. સફેદ રંગની સાથે ગમે તે રંગનું ફર્નિચર સારું લાગે છે. જો તમને અન્ય કોઈ રંગ અત્યંત પ્રિય હોય તો બેડરૂમની એક દિવાલ એ રંગથી રંગીને એને અલગ લુક આપી શકાય છે. બેડરૂમની ખાલી અને બોરિંગ લાગતી દિવાલ પર વિશાળ અરીસો લગાવવાથી એક નવું પરિમાણ ઉમેરાય છે.

નાનકડા રસોડામાં યોગ્ય ગોઠવણી મહત્ત્વની ભૂમિકા ભજવે છે. નકામી વસ્તુઓથી ભરેલું રસોડું કે જ્યાં ત્યાં વાસણો કે વસ્તુઓ રખડતી હોય તો રસોડું ગીચ જ દેખાશે. રસોડાના પ્લેટફોર્મ પર વાસણોનો ઢગલો આંખોને ખૂંચે છે. તેને દૂર કરતાં જ દેખાવ બદલાઈ જશે અને રસોડું વ્યવસ્થિત દેખાશે. જો તમારું બજેટ અને મકાનનું માળખું મંજૂરી આપે તો રસોડાની દીવાલને દૂર કરવાનો વિચાર કરવો. આનાથી રસોડું ખુલ્લું થઈ જશે અને મોટું દેખાશે. વળી રસોઈ કરનારને પણ સારું ફીલ થશે. આ ઉપરાંત ડ્રોઈંગ રૂમમાં રહેલા ટીવીને પણ રસોઈ કરતાં કરતાં જોવાનો લહાવો મળશે. કહ્યું

વિચારોના મધુવનમાં

પ્રો. રાકેશ પટેલ

વેસ્ટ લાગતી વસ્તુઓનો ઉપયોગ સુશોભન માટે કરીને તમે ઓછા બજેટમાં અને કલાત્મક રીતે ઘર સજાવી શકો છો.

ઘરમાં પ્લાસ્ટિકની ઘણી બધી બોટલ જમા થઈ ગઈ હોય તો તેને ફેંકી દેવાને બદલે જુદા જુદા આકારની બોટલમાં પાણી ભરી તેમાં મેજિક બોલ નાખીને ગાર્ડનમાં મૂકી દેવી. પ્લાસ્ટિકની બોટલને રંગીન કાગળથી કવર કરીને બાળકોને પેન, પેન્સિલ જેવી સ્ટેશનરી મૂકવા આપી શકાય. બાળકો પણ હોંશે હોંશે પોતાની વસ્તુઓ આડીઅવળી મૂકવાને બદલે તેમાં જ મૂકવાનું પસંદ કરશે.પ્લાસ્ટિકની બોટલને વચ્ચેથી કાપીને અલગ અલગ પેપરથી સજાવીને તમે રસોડામાં પણ મૂકી શકો છો. તેમાં તમે રસોડાને ઉપયોગી વસ્તુઓ મૂકીને નવીનતા લાવી શકો છો.જો આ ઉપરાંત કુલડી કે હાંડીને રંગીને સ્ટોન કે સિકવન્સ અથવા તો કલરથી રંગીને ઘરમાં સજાવી શકો છો. હાંડીને સજાવીને પક્ષીઓને ચણ કે પાણી નાખવા માટે વાપરી શકાય. આ ઉપરાંત કોફી ટેબલ કે કોર્નર ટેબલ પર મૂકીને સેન્ટર ઓફ એટ્રેક્શન પોઈન્ટ બનાવી શકાય છે.જો આ રીતે ઘરમાં જ વેસ્ટ પડી રહેલી વસ્તુથી ઘર સરસ રીતે ડોકોરેટ થયેલું હશે તો ઘરમાં આવનારી દરેક વ્યક્તિ તમારી કળાત્મક ક્રિએટીવિટીને વખાણ્યા વિના નહીં રહે અને રહેનારાને તથા અવનારાને ગજબની શાંતી અનુભવાય છે.પેરેન્ટસ હવે બાળકોને તેમના ઘરમાં એક અલાયદો કોર્નર જ આપી દે છે જેના પર તેઓ પોતાની આર્ટનું પ્રદર્શન કરે છે.સ્કુલમાંથી આવ્યા પછી આ બાળકો ફ્રી ટાઈમમાં નવું શીખે છે અને ટાઈમ પણ પાસ થાય છે. ખાસ કરીને રૂમની બરાબર વચ્ચે જ તેઓ તેમને એક છત્રી લગાવી આપે છે અને પ્લાસ્ટિકનું ફર્નિચર પણ મૂકી આપે છે. તેમાં પણ

અનુસંધાન પાના નં. ૭ પર

ECTOPIC PREGNANCY (એકટોપિક પ્રેગનેન્સી)

બંસરીના લગ્ન થયે ચાર જ મહિના થયા હતા બહુ ધૂમધામથી બંસરીના બાપુજી, ડોક્ટર રાજેશ શાહ, એ લગ્ન કરાવ્યા હતા. આખા ગાંધીનગરમાં લોકો યાદ કરે તેવી રીતે લગ્નનો પ્રસંગ યાદગાર રીતે ઉજવ્યો હતો. મહેંદીની રસમ ખુબ સરસ રીતે ૫૦૦થી વધારે સગા સબંધીઓ અને ઓળખીતા પાર્ખીતા બહેનોને બોલાવી બધાને મહેંદી લગાવી ડાન્સ કરી ગરબા ગાઈ બધાને યાદ રહી જાય તેવી રીતે કર્યો હતો.દરેક બહેન ને જમાડી સરસ મજાનો બટવો બનાવી જેમાં યાદગાર ગીફ્ટ આપી મહેંદીનો પ્રસંગ પૂરો કર્યો.બીજા દિવસે સંગીત સંધ્યામાં જાણીતા સંગીતકાર અને ગાયક કલાકાર શ્યામલ સૌમિલને બોલાવી લગ્નની આગલી રાત સર્વે ને યાદ રહી જાય એવી રીતે યોજી હતી,ત્રીજા દિવસે લગ્ન, લગ્ન પણ ખુબજ આનંદ અને ઉત્સાહથી કર્યા હતા. નવીજ પ્રકારની લગ્નની ચોરી બનાવી હતી.ચોરી માં ચારે બાજુ દીવડા ઓ ગોઠવ્યા હતા.ફૂલહારથી શણગારી હતી, ફૂલો પણ સરસ મજાના મોંઘા સજાવ્યા હતા. પીળા પ્રકાશમાં રાતના સમયે લીલા છમ ફાર્મ હાઉસમાં ગાંધીનગરના મિત્રોની હાજરીમાં બંસરીના લગ્ન સંપન થય હતા,એટલું સરસ દ્રશ્ય લાગતું હતું કે આજે પણ એ દ્રશ્ય લોકો યાદ કરે છે. ચોથા દિવસે દીકરીનો સત્કાર સમારંભ ડોક્ટર રાજેશ ભાઈ એ યોજયો હતો. ગાંધીનગરના બાકી રહી ગયેલા કે જેઓ લગ્નમાં ન હતા તેમણે આમંત્રણ આપી. સરસ વાતવરણમાં યોજયો હતો. બધા જ કહેતા હતા વાહ - રાજેશ ભાઈ તમે તો ખરેખર સાચા દિલથી દીકરીના લગ્ન કાર્ય જે વર્ષો સુધી અમને યાદ રહેશે. લગ્નને હજી ચાર જ મહિના થયા હતા અને બંસરીના પેટમાં દુખાવો ઉપડ્યો. ગાંધીનગરના એક ગાયનેકોલોજીસ્ટનો ઓપીનીયન લીધો, ડોકટરે બંસરીને સોનોગ્રાફી કરવા માટે કહ્યું. સોનોગ્રાફીની અપોઇન્મેન્ટ લઈને બંસરી સોનોગ્રાફી કરવા ગઈ. સોનોગ્રાફી ડોકટરે કહ્યું બંસરી તારે SERUM BETA HCGનો ટેસ્ટ કરાવો પડશે. લેબોરેટરીમાં જઈને લોહીમાંથી SERUM BETA HCG નો ટેસ્ટ બંસરી એ કરાવ્યો. એ ૭૦૦ આવ્યો. બંસરી સોનોગ્રાફીનો રીપોર્ટ અને SERUM BETA HCG લઈને ડોક્ટર પાસે ગયા.ડોકટરે કહ્યું બંસરી સારા સમાચાર એ છે કે તું PREGNANT છે. પણ તકલીફ એ છે કે PREGNANCY FELLOPIAN TUBEમાં છે. આ FELLOPIAN TUBEમાંથી FERTILIZED EGG એ UTRUSમાં જાય તોજ તારી PREGNANCY સારી રીતે સફળ થઈ શકે. પણ જો FELLOPIAN TUBE માજ આ FERTILIZED EGGનો જો ગ્રોથ થાય તો આ CONDITION ને ECTOPIC PREGNANCY કહેવાય. અને એ અમારી મેડીકલની ભાષામાં મેડીકલ EMERGENCY કહેવાય.

તેને તાત્કાલિક ઓપરેશન કરી કાઢી નાખવું પડે. એના માટે આપણે ફરી થી ૪૮ કલાક પછી સોનોગ્રાફી અને લોહીમાંથી BETA HCG નામનો ટેસ્ટ કરવો પડશે. બંસરી એ કહ્યું કે ડોક્ટર સાહેબ ECTOPIC PREGNANCYના લક્ષણો શું હોય છે. ડોકટરે કહ્યું સખત દુખાવો પેટમા થાય છે. કોઈ વખત VAGINAL SPOTTING અથવા તો BLEEDING થાય, આંતરડા ઉપર ભાર લાગે ખભા ઉપર અથવા નાક પર PELVIS ઉપર પણ દુખાવાની અસર વર્તાતી હોય છે. પણ તને અમાનુ કઈ થતું નથી ખાલી પેટ મજ હળવો દુખાવો થાય છે એટલે જ ECTOPIC PREGNANCY કદાચના પણ થાય. સમય કરતા પહેલા ઘણી વખત સોનોગ્રાફી આપણને ગેર માર્ગે દોરી શકે એટલે એક અઠવાડિયું રાહ જોયા પછી આપણે કોઈ પણ પ્રકારનું નિર્ણય કરીશું કે આ PREGNANCY ECTOPIC PREGNANCY છે કા તો નોર્મલ PREGNANCY છે. અઠવાડિયા પછી બે ત્રણ વખત સોનોગ્રાફી કરાવ્યા પછી બંસરીને ડોકટરે સારા સમાચાર આપ્યા કે બંસરી તારી PREGNANCY એ નોર્મલ છે કારણ કે FELLOPIAN TUBEમાંથી ઈંડું ખસીને ગર્ભાશયમાં જતું રહ્યું છે, બંસરી ખુશ થઈ અને મોટી આફતમાંથી બચી ગઈ, બંસરીએ પૂછ્યું કે, ડોક્ટર સાહેબ જો ઈંડું ખસી ને ગર્ભાશયમાં ના ગયું હોત તો શું થાત? ડોક્તેર કહ્યું તો તારી હાલત વધારે ખરાબ થઈ હોત તારો પેટનો દુખાવો વધ્યો હોત અને અમારે તારૂ તાત્કાલિક ઓપ્રેશન કરવું પડત અને જે FELLOPIAN TUBEમાં PREGNANCY હોય તેને કાઢવી પડત. એમ કરવાથી બે માંથી એક FELLOPIAN TUBE બગડી ગઈ હોત અને ફરી વાર PREGNANCY રહેવાની શક્યતા ૫૦ ટકા થઈ ગઈ હોત પણ તારા કેસમાં ભગવાને સહાય કરી છે હવે મજા કર.

અલ્પાને લગ્ન થયે ૫ વર્ષ થઈ ગયા હતા.કોઈ બાળક નહતું અલ્પા PREGNANCY ના રહેવા ને લીધે દુખી રહેતી હતી, દરેક મહીને માસિક થોડું મોડું આવે કે તરતજ બજાર માં મળતી PREGNANCY KIT લઈ ને પોતાના પેશાબ થી જાતેજ ટેસ્ટ કરી લેતી અને એ NEGATIVE આવતો મતલબ કે એનો અર્થ એ થાય કે PREGNANCY રહી નથી.એક વાર એવું થયું કે ટેસ્ટ NEGATIVE આવે છતાં પણ માસિક આવતું ન હતું બે ત્રણ અઠવાડિયા સુધી અલ્પા એ પોતાના યુરીનનો બજારમાં મળતી PREGNANCY KIT થી જે દરેક દવાની દુકાને મળે છે તેનાથી કર્યા કર્યો પણ દરેક વખતે પરિણામ NEGATIVE આવતું. PREGNANCY KITમાં શું હોય છે ? PREGNANCY KIT માં એક કાર્ડ હોય છે બે ખાના હોય છે વચ્ચે એક PAPER CHROMETOGRAPHY વાળી પટ્ટી હોય છે. નાના ખાનામાં પેશાબના બે ત્રણ ટીમ્પા નાખી દસેક મિનીટ રાહ જોવા ની હોય છે. જો બે BAND આવે તો PREGNANCY છે એવો અર્થ થાય અને જો એક BAND આવે તો PREGNANCY નથી એવો અર્થ થાય. બજારમાં મળતી આ KIT ઘણી વખત ખોટા પરિણામ આપી શકે છે. તો સાચો રસ્તો શું? BLOODમાંથી SERUM BETA HCG નામનો ટેસ્ટ કરવો જોઈએ ૧૦૦ ટકા સાચું પરિણામ આપે છે અને PREGNANCYને કેટલા દિવસ થયા તે તેના પરિણામ ઉપરથી કહી શકાય છે. અલ્પાને માસિક આવે એક મહિના ઉપર થઈ ગયું, ના PREGNNCY POSITIVE આવી કે ના માસિક આવ્યું. અલ્પાને હવે ટેન્સન વધ્યું ડોકટરની સલાહ લીધી ડોકટરે સોનોગ્રાફી કરવાનુ કહ્યું અને લોહીમાંથી BETA HCG કહ્યું. સોનોગ્રાફીમાં બહુ દુખ સાથે અલ્પાને ECTOPIC PREGNENCY છે એવું સાબિત થયું. BETA HCG પણ ૨૦૦૦ યુનિટ કરતા વધારે આવ્યું, ડોકટરે સલાહ આપી કે તાત્કાલિક ઓપ્રેસન કરવું પડશે, અલ્પાએ કહ્યું કે આ ECTOPIC PREGNANCY કારણ શું ? ડોકટરે કહ્યું ECTOPIC PREGNANCYના ઘણા કારણ છે જેમ કે,

તન દુરસ્તી

મહેન્દ્ર ગજ્જર
ડૉ. દિનેશ રાઠોડ

- FELLOPIAN TUBEમાં કોઈ રોગ હોય
- માસિકમા અનીયામીત્તા જેમ કે - માસિક વધુ આવે, ઓછુ આવે ને સાથે વધુ પડતી તકલીફ હોય (Endometriosis)
- પેટનું કોઈ ઓપરેશન અગાઉ કરાવેલ હોય, સીઝેરિયન કરાવેલ

અનુસંધાન પાના નં. ૭ પર