ગાંધીનગર સમાચાર

સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

સલામી સવારની..

(રજત જયંતી વર્ષ)

પ્રચારના ઉડાડયા રંગ, ને ખેલ્યા મોતની હોળી!
ભરી સત્તાની પિચકારી ને, ખેલ્યા મોતની હોળી!
આનંદ-ઉત્સવો ઉજવીને, ખેલ્યા મોતની હોળી!
લગાડી મેશ મોઢાં પર ને ખેલ્યા મોતની હોળી!
(કોરોના મૃત્યુની તમામ જવાબનારી નેતાઓની જ છે)

હાઈકુ

યમરાજો ને
પડી નથી પ્રજાની -
સ્વાર્થી નેતૃત્વ!

દેખાતું નથી -
આંધળા નેતાઓને -
સ્વાર્થ સિવાય!

ચિંતન

વિદ્યા વિવાદાય ધનં મદાય, શક્તિ પરેષાં પરપીડનાય,
ખલસ્ય સાધોર્વિપરીત મેતદ્, જ્ઞાનાય્ દાનાય ચ રક્ષણાય ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક સંસ્કૃત સુભાષિત ભાંડાગારમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

દુષ્ટ મનુષ્યનું જ્ઞાન વાદવિવાદ માટે, ધન અભિમાન કરવા માટે તથા શક્તિ નબળાને પીડા આપવા માટે ઉપયોગમાં લેવાય છે, જ્યારે સજ્જન પુરુષ પોતાની વિદ્યાનો ઉપયોગ જ્ઞાન આપવા માટે, સંપત્તિનો ઉપયોગ દાન કરવા માટે તથા શક્તિનો ઉપયોગ નિર્બળ લોકોનું રક્ષણ કરવા માટે કરે છે.

આપણી પરંપરામાં આપણી શક્તિઓનો, ગુણોનો ઉપયોગ સર્વજન હિતાય કરનારા લોકો જ શ્રેષ્ઠ મનાયા છે. રામ અને રાવણ બંને, આ શ્લોકમાં દર્શાવાયેલી ગુણસંપદા વડે યુક્ત હતા, શ્રેષ્ઠ હતા, પરંતુ ઋષિયુગ રાવણ એ ગુણના દુરુપયોગને કારણે રાક્ષસ કહેવાયો અને રાજવીપુત્ર રામ એના સદુપયોગને કારણે દેવત્વ પ્રાપ્ય કરી શક્યા.

સુવિચાર

- ઠહર જાઓ તો નહીં હૈ બસ્તિયોં મેં રાસ્તા,
  ચલ પડો તો પાનીયોં મેં રાહ ગુજર મૌજુદ હૈ - **કિશ્વર નશીદ**
- કર્મનું ફળ પ્રભુ આપવાના જ છે, એવી સમજણ જેવા હૃદયમાં છે,
  તેના કર્મમાં સુગંધ હોય છે - **જીવન પાથેય**
- મોંઘા બુટ એ જ વ્યક્તિ ખરીદતો હોય છે,
  જેના ભાગે સૌથી ઓછું ચાલવાનું આવતું હોય છે - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- ફાડી ખાનારા કૂતરાને જ્યારે માંસ મળે ત્યારે એ પૂછતો નથી કે તે ઊંટનું છે કે ગધેડાનું - **શેખ સાદી**
- ભયથી જે ભગવાન ભજે છે તે શેતાન આવે તો પણ ભજવા લાગશે - **ટોમસ ફુલર**
- મસ્ત થઈને જીવો તો મીઠું ઝરણું છે જિંદગી, ને નિસાસો નાખશો તો એક રણ છે - **ડો. ચંદ્રકાન્ત મહેતા**
- આજનું ઔષધ : બે મોટા ચમચા સરસવનું તેલ, એક ચમચી હળદર અને ચપટી હિંગ ગરમ કરી, ઠંડુ પડે એટલે એક નાની ચમચી સવાર-સાંજ ખાવાથી કબજિયાત અને ભૂખ ન લાગવામાં રાહત થાય છે

(સંકલન : દીપક વી. આશરા)

બોધકથા

બાદશાહ અકબરના દરબારમાં એક ખુશામત કરનારે અકબરની કૃપા મેળવવા કહ્યું, 'આપના જેટલી સંપત્તિ કોઈ પાસે નહીં હોય.' બીજા ખુશામતખોરે કહ્યું, 'જહાપંનાહ, તમારી તલવાર, ઢાલ દુનિયાના ઉત્તમ હથિયાર છે.' ત્રીજો બોલ્યો, 'હજુર આપની સેના અને સૈનિકો સૌને ઉત્તમ સુરક્ષા આપે છે.' બાદશાહ વખાણ સાંભળી રાજી થયા. તેમણે બિરબલ સામે જોયું. બીરબલે બાદશાહને કહ્યું, 'બે અદબી માફ કરજો જહાંપનાહ, હું આવી વાતો સાથે જરાય સંમત નથી, મારી સમજણ કહે કે આ ભૌતિક ખજાનો નહીં પણ 'સદ્બુદ્ધિ' જ ઉત્તમ સંપત્તિ છે. જે તમને ખરા ધનવાન બનાવે છે. તલવાર ઢાલ નહીં પરંતુ ઉત્તમ હથિયાર 'ધૈર્ય' છે, જે દરેક પરિસ્થિતિ સામે લડી શકે છે. સૌથી ઉત્તમ સુરક્ષા સૈન્ય કે સેનાપતિ નહીં એકમેક પ્રત્યેનો વિશ્વાસ સાચી સુરક્ષા પ્રદાન કરે છે. બાદશાહને ખુશામત કરવાવાળા ભોંઠા પડ્યા. બીરબલની વાત સાંભળી બાદશાહે બીરબલને ઈનામ આપ્યું.

ફરી એકવાર પવારની દાઢ સળકે છે

તંત્રીસ્થાનેથી...

આવડા મોટા દેશના વડાપ્રધાન બનવું તે કોઈ નાનાં છોકરાનાં ખેલ નથી. અલબત્ત, નરેન્દ્ર મોદી રમત રમતમાં એ સ્થાન પર પહોંચી ગયા હતા તો પાછી એક જુદી જ ઘટના છે. કોઈએ કલ્પના પણ નહોતી કરી કે પાર્ટીના વરિષ્ઠ નેતાઓ આટલી સરળતાથી હાંસિયે ધકેલાઈ જશે અને નસીબજોગે તેમ જ અડવાણીના જ આગ્રહથી ગુજરાતના મુખ્યમંત્રી પદ સુધી પહોંચેલા અને વાજપેયીની ખફા મરજી છતાં તે સ્થાન પર ટકી રહેલા પ્રમાણમાં જુનિયર નેતા એકાએક હનુમાન કૂદકો લગાવી મયૂરાસન પર આરૂઢ થઈ જશે અને એ પદ માટે તલસતા અડવાણી અને મુરલી મનોહર જોષી જેવા સિનિયર નેતાઓ મોં વકાસીને હાંસિયે ધકેલાઈ જવામાં શ્રેય સમજશે. ભાજપ પર રાષ્ટ્રીય સ્વયંસેવક સંઘનું વર્ચસ્વ હોવાથી એ શક્ય બન્યું હતું. શરદ પવાર જેવા વિચક્ષણ નેતા કે પ્રણવ મુખર્જી અને ચિદંબરમ્ જેવા બૌદ્ધિક નેતાઓને વડાપ્રધાન તો બનવું હતું. સંજોગો અનુકૂળ નહોતા તે જુદી વાત છે. મુલાયમસિંહ, લાલુ પ્રસાદ યાદવ, નીતીશકુમાર અને માયાવતીએ પણ એ દિવાસ્વપ્ન જોયું હતું. મમતા બેનરજીના મનમાં પણ ઊંડે ઊંડે એ અબળખા તો વરતાય જ છે. હિંદીમાં એક કહેવત છે : 'વો દિન કહાં કિ મિયાં કે પાંવ મેં જૂતી ?' - છેક હોઠ લગી આવેલ પ્યાલો ઢોળાઈ ગયો હોય એવું ભારતીય સામ્યવાદી પાર્ટીના પશ્ચિમ બંગાળના પૂર્વ મુખ્યમંત્રી સાથે બન્યું હતું. સાથી પક્ષો તો એમને વડાપ્રધાન પદે બેસાડવા સર્વસંમતિ સાધી ચૂક્યા હતા પરંતુ એમની પોતાની જ પાર્ટીની પોલિટબ્યુરો આડી ફાટી હતી ! અર્જુનસિંહને નરસિંહરાવ નડ્યા હતા. નહીંતર સોનિયા ગાંધીએ એ પદનો ઈન્કાર કર્યો ત્યારે એમને એ તક મળવાની સંભાવના ઊભી થયેલી. તત્કાલીન કોંગ્રેસી અગ્રણીઓ શરદ પવાર અને માધવસિંહ સોલંકીએ બહુશ્રુત નરસિંહરાવના નામની દરખાસ્ત મૂકી અને સપનું રોળાઈ ગયું. શરદ પવારે સોનિયાના ઈટાલિયન મૂળના મુદ્દે જ પાર્ટી છોડી હતી. નેશનાલિસ્ટ કોંગ્રેસ પાર્ટીનું ગઠન કરતી વખતે પી.એ. સંગમા જેવા ઉત્તરપૂર્વના નેતા અને બીજા કેટલાક પ્રાદેશિક અગ્રણીઓ - બિહારના તારીખ અનવર જેવાનો સાથ મળેલો ખરો, પણ આખરે પવારની પાર્ટી મહારાષ્ટ્રની સીમામાં જ સમેટાઈ ગઈ હતી. જો કે 'કટ ટુ સાઈઝ' - કદ મુજબ વેતરાઈ ગયાનો પૂરો અહેસાસ હોવા છતાં આ મરાઠા નેતાની મહત્ત્વાકાંક્ષા શમી ગઈ નથી. શિવસેના અને કોંગ્રેસ બેઉને ડાબી-જમણી મુઠ્ઠીમાં રાખી આ માણસ મહારાષ્ટ્રનો બાદશાહ બની શકે છે. સક્રિય રાજકારણમાંથી નિવૃત્તિની જાહેરાતને વર્ષો વીતી ગયા પછી પણ એ અન્ય કોઈ પણ નેતા કરતાં વિશેષ સક્રિય છે. કેરળના વરિષ્ઠ કોંગ્રેસી નેતા પી.સી. ચાકોએ જૂથબંધીના કોંગ્રેસી રાજકારણથી નારાજ થઈ જેવી પાર્ટી છોડી કે તરત એમને એનસીપીની છત્રછાયા સાંપડી છે. એમને પાર્ટીમાં આવકારતાં પહેલાં કોંગ્રેસના હાઈકમાન્ડની નારાજગીનો પવારે વિચાર સુધ્ધાં નથી કર્યો. ઊલટાનું એમની દૂંટીમાં પડેલું વર્ષો જૂનું સપનું સળવળી ઊઠ્યું છે. એમને ભાજપ અને કોંગ્રેસના વિકલ્પે થર્ડ ફ્રંટનો વિચાર વહેતો મૂક્યો છે. સીપીએણ નેતા સીતારામ યેચુરીનું સમર્થન મળ્યું છે. જો કે અત્યારે તો એ ધૂંધળો-ઝાંખો પાંખો વિચાર છે. એને આકાર આપવાનું ધાર્યા જેટલું સહેલું નથી. 'થર્ડ-ફ્રંટ - ત્રીજા મોરચામાં ઉત્તરપ્રદેશનો સમજવાદી પક્ષ જોડાશે તો માયાવતી એમનું અલગ ડીમડીમ વગાડશે - એ જ રીતે અન્ય પ્રાદેશિક પરિબળો પણ કયાંક ભાજપ સાથે તો કયાંક કોંગ્રેસ સાથે જોડાવાનું પસંદ કરશે. ત્રીજા મોરચાના સર્વમાન્ય નેતા તરીકે પવાર પર કળશ ઢોળવામાં કાશ્મીરી નેતા ફારુક અબદુલ્લા કે બંગાળી નેતા મમતા બેનરજીને વાંધો ન હોય, પણ તો પછી શું સીપીએમ બંગાળમાં મમતા સાથે સીટોની વહેંચણી કરી શકશે ? અશક્ય શરદ પવાર, કવાઈટ ઈમ્પોસીબલ! સપનાં જોયા કરો!'

હરિશ્ચંદ્રચી ફેક્ટરી

લવ યુ જિંદગી
નિયતી કાપડીયા

રાજા હરિશ્ચંદ્ર અને રાણી તારામતીનું નામ તમે સાંભળ્યું હશે. એમની વાર્તા પણ ક્યાંક જોઈ કે વાંચી જ હશે. આપણાં ભારતીય સિનેમા જગતની પહેલી ફિલ્મ રાજા હરિશ્ચંદ્રના જીવન ઉપર બનેલી. એમ કહી શકાય કે, આજે આપણો ફિલ્મઉદ્યોગ જે ઊંચાઈએ પહોંચ્યો છે એના મૂળમાં રાજા હરિશ્ચંદ્ર છે!

ઘરે બે સમય ખાવાનું થઈ રહે એટલી જ આવક હોય પણ મન એવું કે નવું નવું જાણવા અને સાહસ કરવા ઉતાવળું થતું રહે, ત્યારે શું થાય? નવું સાહસ એટલે કેવું? જે બધાની સમજની બહારની વાત હોય. બીજા તો છોડો તમારા અંગત મિત્રો તમારો વિશ્વાસ કરવા તૈયાર ના થાય ઉલટાનું એ તમારી વાતો સાંભળી તમને પાગલ માની મેન્ટલ હોસ્પિટલમાં ભરતી કરવા સુધી લઈ જાય, ત્યારે શું થાય? ઘરવાળીનાં ઘરેણાં, ઘરનો એક એક કિંમતી સામાન વેચાઈ જાય અને તોય ઘરવાળી ના સહેજ અકળાય, ના સહેજ રોકે કે ટોકે ઉલટાની ચિંતા કર્યા વગર કામમાં ધ્યાન આપવાનું કહે, ત્યારે? ત્યારે ઈતિહાસ રચાય છે.

હું વાત કરી રહી છું દાદાસાહેબ ફાળકે અને એમના પત્ની સરસ્વતી ફાળકે વિશે. દાદાસાહેબને કેમેરા પ્રત્યે લગાવ થઈ ગયેલો. માણસનું આબેહૂબ પ્રતિબિંબ કાગળ પર ઉતારી આપે તે પણ થોડીક મિનિટોમાં તે એમને નવાઈ ભરેલું અને ખૂબ ઉપયોગી લાગેલું. એમાં એમને ભવિષ્યનો મોટો ઉદ્યોગ દેખાયેલો અને એમણે ફોટો પાડવા કેમેરો લીધેલો. નિયતિને એ વખતે કંઈક બીજું જ મંજૂર હશે, એમનો એ ધંધો સફળ ના થયો.

થોડાક સમય બાદ દાદાસાહેબ એમના દીકરા સાથે પસાર થઈ રહ્યા હતા ત્યાં એમણે રસ્તામાં એક જાહેરાત જોઈ. ઈશુ ખ્રિસ્ત ઉપર બનેલી એક ફિલ્મના શો માટેની એ જાહેરાત હતી. ગજવામાં જેટલા હતા એ બધા રૂપિયા ખાલી કરી એમણે બે ટિકિટ ખરીદી અને બાપ દીકરાએ એ અંગ્રેજી મૂંગી ફિલ્મ જોઈ. ફિલ્મ જોતા દ દાદાસાહેબને લાગ્યું કે અહીંયા ભવિષ્ય છે. આખી ફિલ્મ દરમિયાન એ રોમાંચિત થઈ ગયેલા અને મનોમન નક્કી કર્યું કે પોતે પણ આવી ફિલ્મ જરૂર બનાવશે.

ઘરમાં રૂપિયાની તંગી, એ વખતે એમના પત્ની ગર્ભવતી હતા પણ દાદાસાહેબ જેનું નામ. કોઈ ને કોઈ રીતે મેળ પાડીને એ ફરીને ફરી પેલી ફિલ્મ જોવા ઘૂસી જતાં. ફિલ્મ પૂરી થયે એને પડદા પર રજૂ કરનાર માણસ સાથે મુલાકાત કરતા અને એને આ કારીગરી વિશે ઝીણામાં ઝીણી વિગત પૂછતા. દાદાસાહેબનો રસ જોઈ તે અંગ્રેજે પણ બધી માહિતી આપતો. એમના મનમાં એક જ ધૂન સવાર હતી, ફિલ્મ બનાવવી.

ગમે તે રીતે મેળ પાડી ફિલ્મ બનાવવાની ટેકનિક સમજવા એ લંડન ઉપડી ગયેલા. એમના નીકળવાના સમયે પત્નીને પૂરા દિવસો જતા હતા. સગાવહાલા બધા એમનાથી નારાજ હતા. દાદાસાહેબ પણ ઘડીભર ઢીલા પડી ગયેલા ત્યારે એમના પત્નીએ કહેલું, "અહીંયા મારી ચિંતા કરવાવાળા ઘણાં છે તમે પરદેશમાં તમારું ધ્યાન રાખજો." પત્નીએ કહેલાં આટલા શબ્દોથી એમની હિંમત વધી ગયેલી અને એ અજાણી ભૂમિ પર, વગર કોઈ ઓળખાણે પહોંચી ગયેલા.

લંડનમાં સૌથી મોટી મુશ્કેલી શુદ્ધ શાકાહારી ભોજન શોધવાની હતી. એક મુસ્લિમ ભાઈએ એમની આ તકલીફ જાણી અને એ જ્યાં સુધી લંડન રહે ત્યાં સુધી તેમની રેસ્ટોરામાંથી રોજ શાકાહારી ભોજન મળી રહે એવી સગવડ કરી આપેલી. દાદાસાહેબ જે અંગ્રેજ ભાઈએ અંગ્રેજીમાં ફિલ્મ બનાવેલી એની ઑફિસમાં પહોંચી ગયેલા. કોઈ એપોઈન્ટમેન્ટ વગર કેબિનમાં જઈ સીધું જ કહેલું, "મારે ફિલ્મ બનાવવી છે, તમે મને એ શીખવામાં મદદ કરશો?"

તે અંગ્રેજ પણ દાદાસાહેબની ફિલ્મ બનાવવાની ધગશ જોઈ ખુશ થઈ ગયેલો અને મદદ કરેલી. એ જ્યારે પાછા મુંબઈ આવ્યા ત્યારે આપણા દેશની પહેલી ફિલ્મ માટે વિડિયો ઉતારે એવા કેમેરાની વ્યવસ્થા કરતા આવેલા. હજી મુસીબત ઓછી ન હતી થઈ કલાકાર ભેગા કરવા, ફિલ્મનો વિષય નક્કી કરવો, શૂટિંગ કરવું, એડીટિંગ કરવું અને ફિલ્મ રજૂ થાય ત્યારે એનો પ્રચાર કરવો એ બધું માથાના દુઃખાવા સમાન હતું. આ બધાની સાથે પરિવારનો સાથ અને વિરોધ કરનારાઓનો વિરોધ ચાલુ જ હતો.

ખેર, આખરે એ દિવસ આવી ગયો. ભારતીય સિનેમા જગતની પહેલી ફિલ્મ, "રાજા હરિશ્ચંદ્ર" લોકો સમક્ષ રજૂ થઈ. પહેલાં દિવસે ફિલ્મ જોનારામાં ફિલ્મમાં કામ કરનારા કલાકાર જ હતા. એમને ફિલ્મ ખૂબ ગમેલી પણ લોકો એ જોવા આવશે કે કેમ એ એક મોટો પ્રશ્ન હતો. આવી પરિસ્થિતિમાં પણ દાદાસાહેબ કહે છે, "કદાચ આપણે એટલું સારું કામ નથી કરી શક્યા. બીજી ફિલ્મ બનાવીએ ત્યારે ધ્યાન રાખીશું."

પાછળથી શું થયું એ મારે કહેવાની જરૂર છે? એ પહેલી ફિલ્મે રેકોર્ડ બ્રેક ધંધો કરેલો એટલું જ નહીં એક નવા ઉદ્યોગના દ્વાર ખોલી આપેલાં. જે સપનું દાદાસાહેબે જોયેલું એને એ પછી કેટલાય લોકોએ જોયું અને આજે ફિલ્મ આપણાં જીવનનો એક અભિન્ન હિસ્સો છે. કેટલાય લોકોની રોજીરોટી છે.

દાદાસાહેબ ફાળકેના જીવન ઉપર બનેલી ફિલ્મ, "હરિશ્ચંદ્રચી ફેક્ટરી' એકવાર તો જોવી જ જોઈએ.

અમસ્તું,

સપનું જોઈ બેસી ન રહો એને પૂરું કરવા લાગી જાઓ, પછીથી એ બીજી કેટલીય આંખોનું સપનું બની રહેશે...

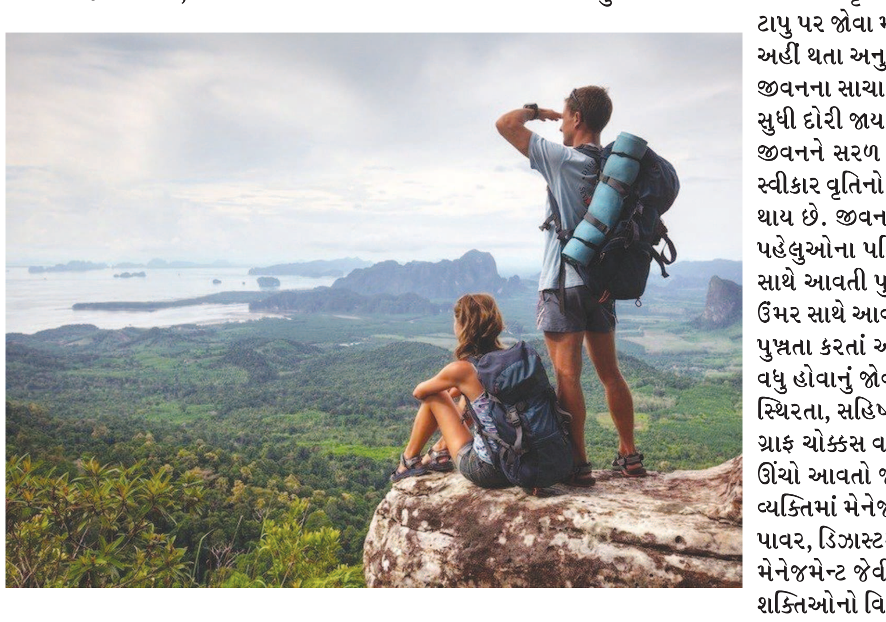
@kapadianiyati

વ્યક્તિત્વ વિકાસના વર્ગો ભરવાથી કે માત્ર પુસ્તકોની મદદથી પર્સનાલિટી ડેવલપ થતી નથી

અબીલ-ગુલાલ
મમતા રાવલ

આજે અચાનક કેનેડા પ્રવાસના ફોટા જોવામાં આવ્યા. અઢળક કુદરતી સૌંદર્ય થી ભરપૂર આ દેશમાં પાણી બાબતે કુદરતની મહેર છે. ફોટાઓમાં થોડા ફોટા સેન્ટ લોરેન્સ નદી પર આવેલા થાઉસન્ડ આઈલેન્ડસ્ ના હતા. આ આઈલેન્ડસ્ વચ્ચે માણેલી ક્રૂઝની સફર યાદ આવી...અને મન ફિલોસોફીની દુનિયામાં સરી પડ્યું...

વિચાર આવ્યો કે જીવન પણ કંઈક આવું જ છે. જન્મ થી મૃત્યુ સુધીની યાત્રા એ આ નદીના પ્રવાહ જેવી જ છે. અને નદીમાં રહેલા અનેક આઈલેન્ડસ્ જીવનના અનેક પડાવો, રોકાણો ને મળતા આવે છે. જીવનના પ્રવાહમાં પણ આવા જ થાઉડસન્ડ આઈલેન્ડસ્ આવેલા છે. કેનેડા ના આઈલેન્ડસ્ ની જેમ જ એમાં ના કેટલાક વસવાટવાળા, કેટલાક નિર્જન, કેટલાક ગીચ જંગલવાળા તો કેટલાક વેરાન હોય છે. અનેક ટાપુઓ વચ્ચે થઈને આ જીવન પ્રવાહ વહે છે. સામાજીક જવાબદારી, આર્થિક જવાબદારી, શોખ, દોસ્તી, દુશ્મની, પ્રવૃત્તિ જેવા અનેક ટાપુ પર લાંબુ કે ટૂંકુ રોકાણ અવશ્ય કરવાનું બને છે. જીવનના દરેક ફેકટરને ટાપુ સાથે સરખાવવાનું કારણ એજ કે આ દરેક ફેકટરનું પોતાનુ આપણા જીવનમાં એક અલગ અસ્તિત્વ હોય છે. ટાપુની જેમ જ. આઈલેન્ડ એને જ કહેવાય છે જેની ચારે તરફ પાણી હોય. સરસ મઝાનો પોતાનો કિનારો હોય. શક્ય છે એ વેરાન હોય કે ઘનઘોર જંગલ પણ હોય. જીવનના વેરાન ટાપુઓ વસાવવામાં અને ગીચ જંગલમાં રસ્તો કંડારવામાં જાત, જીવન અને મહેનતનું રોકાણ થાય છે. પણ દરેક ટાપુનો કિનારો આહલાદક આનંદ થી ભરેલો હોય છે જે જીવન પ્રવાહ સાથે જોડી રાખે છે. પોતાને માટે સમય ના ફાળવવતા લોકો આ આનંદ ચૂકી જાય છે.



પ્રવૃત્તિ એક એવો પડાવ છે જ્યાં જીવન ધબકે છે. હા, અહીં પણ અડાબીડ જંગલ જેવી ગીચતા, પશુતાનો ડર, આદિવાસી જેવી માનસિકતાનો સામનો કરવાનું ચોક્કસ આવે છે. પણ સાથે ટ્રેકીંગ જેવો આનંદ પણ છે. દર પળે બદલાતા મૌસમ જેવી આબોહવામાં જીવવા માટે જીગર જરૂરી છે. કંઈક હટકે કરવાની ઈચ્છા ધરાવનારા, થોડા સાહસિક મિજાજી માણસો આ ટાપુ પર લાંબુ રોકાણ કરે છે. પ્રવૃત્તિ કોઈ પણ હોઈ શકે વ્યક્તિગત કે સામૂહિક દરેક ના ભયસ્થાનો અને આનંદ લગભગ સરખા જ છે. ડિસ્કવરી ચેનલ પર કોઈક અઘરી યાત્રા કે ફોટોગ્રાફી જોઈએ ત્યારે અવશ્ય વિચાર આવે કે આ વ્યક્તિ એ આવું કરવાની શું જરૂર !! દરિયા નાં ઉછળતા મોજાં પર સર્ફીંગ કરતાં કે બર્ફીલા પર્વતોના ઢોળાવ પર સ્કીઈંગ કરતાં, સ્કાય ડાઈવીંગ કે બંજી જમ્પીંગના શોખીનો ને જોઈને બે ઘડી અચંબિત થઈ જવાય. વિચાર આવે કે એવું તે શું હશે જે એમને આ કરવા પ્રેરે છે હિંમત આપે છે !!! પરંતુ આવા પણ લોકો છે જેમની જીવનની કલ્પના સાવ જુદી છે. આનંદની પરિભાષા સાવ જુદી છે. એવા કેટલાય માનવ સમૂહો, સંસ્થાઓ છે જે સામાજીક ક્ષેત્રે સમર્પિત છે. સ્વનું અસ્તિત્વ ભૂલાવીને સર્વ માટે, સર્વ સાથે મળીને કામ કરે છે. દેશ કે દુનિયાના સીમાડા એમને રોકી શકતા નથી. બીજા માટે કંઈ કરી છૂટવાની ભાવના એમના મન સવાર હોય છે.

આ બધા એવા ઉદાહરણો છે જે 'મને ના ફાવે' 'મને ના ગમે ' નામના ટેગ લગાડી જીવતા મનુષ્ય જીવનો સામે પ્રશ્નાર્થ મૂકે છે. ભગવાને દરેક જીવમાં અઢળક શક્તિ અને વિચારો મૂક્યા છે. એને અવતરણ ચીન્હોમાં બાંધીને વ્યક્તિ પોતે જ પોતાને મર્યાદિત કરી દે છે. સપ્તરંગી આ દુનિયાનો સાચો મેળો આ 'પ્રવૃત્તિ' નામના ટાપુ પર જોવા મળે છે. અહીં થતા અનુભવો જીવનના સાચા સ્વરૂપ સુધી દોરી જાય છે. જીવનને સરળ બનાવતી સ્વીકાર વૃતિનો સંચાર થાય છે. જીવનના અનેક પહેલુઓના પરિચયની સાથે આવતી પુખ્તતા, ઉંમર સાથે આવતી પુખ્તતા કરતાં અનેકગણી વધુ હોવાનું જોવાય છે. સ્થિરતા, સહિષ્ણુતાનો ગ્રાફ ચોક્કસ વધુ ને વધુ ઊંચો આવતો જાય છે. વ્યક્તિમાં મેનેજમેન્ટ પાવર, ડિઝાસ્ટર મેનેજમેન્ટ જેવી અનેક શક્તિઓનો વિકાસ થાય છે જે વ્યક્તિની નિર્ણય શક્તિને ધારદાર બનાવે છે. આ તમામ બાબતો મળીને એક આત્મવિશ્વાસુ વ્યક્તિત્વનો ઉદય થાય છે. જે વ્યક્તિને ટોળાંથી અલગ પાડે છે. અને જીવનને અર્થસભરતા બક્ષે છે. પોતાની શક્તિઓ અને નબળાઈનો પોતાને પરિચય થાય છે. સ્વ થી બહાર નીકળવાની તક પ્રવૃત્તિમય જીવન આપે છે. જીવનપ્રવાહની યાત્રામાં તણાવાનો નહીં તરવાનો આનંદ લેવા, તાજગી અને ઉત્સાહ જાળવી રાખવા પ્રવૃત્તિ નામના આઈલેન્ડની મુલાકાત જરૂરી છે. હા, કમ્ફર્ટ ઝોનનો સાથ છૂટે તોજ આ શક્ય બને છે. 'જીંદગી ના મિલેગી દોબારા' ફિલ્મનું ટાઈટલ ઘણું કહી જાય છે. સાથે ફિલ્મ પોતે પણ ખૂબ પ્રેરક વાતો થી ભરપૂર છે.

ટૂંકમાં એટલું જ કે એરકન્ડીશન ક્લાસમાં બેસીને વ્યક્તિત્વ વિકાસના વર્ગો ભરવાથી કે માત્ર પુસ્તકોની મદદથી પર્સનાલીટી ડેવલપ થતી નથી. અનુભવની પાઠશાળામાં સાચું વ્યક્તિત્વ ઘડતર થાય છે. કોઈ પણ પ્રકારની પ્રવૃત્તિ એનું પ્લેટફર્મ પૂરું પાડે છે.

જાણો અવિપત્તિકર ચૂર્ણના ફાયદાઓ

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા
ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

આયુર્વેદના ઘણાખરા ઔષધો આપણા ઘરનો ભાગ બની ગયેલા છે. જેમકે સુદર્શન, ત્રિફળા, અવિપત્તિકર વગેરે. આપણે બધા લગભગ અવિપત્તિકરથી પરિચિત જ હોઈશું પણ આજે થોડી વધુ વિસ્તૃત માહિતી મેળવીએ.

અવિપત્તિકર ચૂર્ણ મુખ્યતઃ પાચન સબંધિત રોગો, ગેસ એસીડીટી, કબજિયાત, પેટ ફુલાઈ જવું (બ્લોટિંગ), પેટ-આંતરડાના ચાંદા જેવા રોગોમાં અપાય છે. આયુર્વેદમાં અવિપત્તિકર ચૂર્ણ ને અમ્લપિત્તને તાત્કાલિક મટાડનાર કહ્યું છે, અવિપત્તિકર ભૂખ લગાડનાર પણ છે.

અવિપત્તિકર ચૂર્ણ માં પડતા ઔષધોની વાત કરીએ તો તેમાં ત્રિકટુ (સૂંઠ, મારી અને પીપર), ત્રિફલા (હરડે, બહેડા, અને આમળા), નાગરમોથ, બીડ લવણ, વાવડીંગ, એલચી, લવિંગ, તમાલપત્ર, ત્રિવૃત અને ખડીસાકર પડે છે.

અવિપત્તિકર ચૂર્ણની સામાન્ય રીતે કોઈ સાઈડ ઈફેક્ટ નથી, પણ ઘણા કિસ્સામાં ઝાડા થવા કે ચૂંક આવવી જેવી તકલીફો જોવા મળે છે. ત્રિવૃતને કારણે કદાચ આ હોઈ શકે. આયુર્વેદમાં અવિપત્તિકર ચૂર્ણ ને પ્રમેહ અને મૂત્રવિકાર મટાડનાર કહ્યું છે પણ અવિપત્તિકર ચૂર્ણમાં ખડીસાકરનું ખાસ્સું પ્રમાણ હોવાને કારણે ડાયાબિટીસના દર્દીઓએ સાવચેતીપૂર્વક ઉપયોગ કરવો જોઈએ.

(મો) ૯૮૭૯૪૭૧૧૪૭

મજબુરી મોડી રાત સુધી જગાડે... જયારે જવાબદારી વહેલી સવારે જગાડે...

લાગણીનો મેળો
રસિક વાળંદ

ગયા ગાંધી તમે ! ના, ના, તમે તો નવજીવન,
કલેશથી કલાન્ત સૃષ્ટિનું રસાયણ સનાતન.
- જયંત પાઠક

●●●

'આઝાદીના અમૃત મહોત્સવ'ના શ્રીગણેશ સાથે મોદીજી એ રાષ્ટ્ર નવજાગરણનો શંખ ફૂંક્યો. દાંડીયાત્રાનું વર્તમાન નવસંસ્કરણ દેશ અને દુનિયા નિહાળશે....

અભ્યાસકાળ દરમિયાન દાંડીકૂચ, મીઠાનો કાયદો, નમક સત્યાગ્રહ... જેવા શબ્દો સૌ કોઈએ સાંભળ્યા હશે... ગોખ્યા હશે જ...

ઈ.સ. ૧૯૩૦માં અંગ્રેજોએ અઢીઆના (પંદર પૈસા) માં મણ (વીસ કીલો) ભાવે મળતા મીઠાનો ભાવ રાતોરાથ સોળ આના (એક રૂપિયો) કરી દીધો... આમ એક ઝાટકે ૨૪૦૦ ટકા જેટલો ટેક્સ ઝીંકી દેવાથી પ્રજામાં હાહાકાર મચી ગયો... એની સામે મહાત્માજીએ અવાજ ઉઠાવ્યો... આજે કૂદકેને ભૂસકે વધતી જતી મોંઘવારી અને ખનીજતેલના વધતા ભાવો વચ્ચે પીસાતી મધ્યમ વર્ગની સરકાર દયા ખાશે ખરી ?!!

આઝાદીના પંચોત્તેર વર્ષો પછીયે આપણે અંગ્રેજી કલ્ચર અને ગુલામી માનસના ઓછાયામાંથી બહાર નીકળી શક્યા નથી... આપણે આઝાદ દેશને યોગ્ય નાગરિકો ખરા? અરે ! આજેય રાષ્ટ્રધ્વજમાં કયો રંગ ઉપર અને કયો રંગ નીચે એમાંયે ગડથોલ ચડનારાં વિરલા આઝાદ ભારતમાં છે!!! ખેર, ભારતની આઝાદી એટલે સાહસ, પરાક્રમ, પૌરુષ, વટ, ખમીર, ખુમારી, અડગતા અને નિષ્ઠાનું પ્રતિબિંબ... એક કર્મયોગીના અહિંસાના અમોઘ શસ્ત્રે શક્તિશાળી સશસ્ત્ર સલ્તનતને હંફાવી દીધી ! ગાંધી પરીક્ષણની તાપણીમાં તપેલા ચુનંદા સત્યાગ્રહીઓને ટેકે ઊભા રહી ગાંધીએ પ્રતિજ્ઞા કરી કે, 'હું કાગડા-કૂતરાના મોતે ભલે મરું પણ સ્વરાજય મેળવ્યા વિના આશ્રમમાં પાછો નહીં ફરું...' કવિ શ્રીધરાણીએ એટલે જ લખ્યું -

'આવવું ન આશ્રમે મળે નહીં સ્વતંત્રતા !
જંપવું નથી લગીર જો નહીં સ્વતંત્રતા !'

ગાંધીના આ 'મહાભિનિષ્ક્રણ' કે 'તીર્થયાત્રા' એ જગત ઈતિહાસે અમર પગલીઓ પાડી. આજે દાયકાઓ પછી 'દાંડી' દર્શનીય કલેવર ધારણ કરી આવનારી પેઢીઓને જણાવશે કે, 'બાપુ, તારા પગલાંનો પરતાપ ચપટી મીઠું ઉપાડી બ્રિટીશ સલ્તનતના પાયામાં લૂણો લગાડી હચમચાવી હતી!'

દાંડીકૂચના ઐતિહાસિક દિવસે આઝાદીના અમૃતપર્વ ટાણે મોદીજીએ દેશ માટે જીવવાની હાકલ કરતાં જણાવ્યું હતું કે નમક એ વિશ્વાસ, વફાદારી, સમાનતા અને શ્રમનું પ્રતિક છે.

દોસ્તો, એક કવિએ સાચે જ લખ્યું છે;
'જેને કલંક કડવું દધિ તું ગણે છે,
'મીઠું' બની અમ જગે રસ તે ભરે છે.'

રસાયણ શાસ્ત્રની ભાષામાં મીઠું એટલે સોડિયમ કલોરાઈડ. હવા-પાણીની જેમ મીઠું એ કુદરતી દેણ છે. સોડિયમ એવી ધાતુ છે જે પાણીના સંસર્ગમાં આવતા સળગી ઊઠે છે અને કલોરીન એ આપણા શરીર માટે ઝેરી ગેસ છે. છતાં આ રસાયણ વગર જીવતર મોળું લાગે...! આ 'મીઠા' સાથે આશ્ચર્ય, આઘાત, આનંદ, વિસ્મય જેવું ઘણું બધું સંકળાયેલું છે એટલે સાવ સસ્તા જણાતા મીઠાને સાહજિકતાની ન લેશો!! કારણ મીઠા વગર કે મીઠાને કારણે જયારે શરીરમાં તકલીફ થાય ત્યારે તેની મહત્તા સમજાય.

એક જમાનામાં શુભશુકન લેખે સપરમે દહાડે એટલે કે બેસતા વર્ષના દિવસે શુભ ખરીદીરુપે સબરસ (મીઠું, નમક, લૂણ) ખરીદતાં ને વેચવાવાળા ગાતાં...

'અમાસની રાતે, પડવેના વા'ણે,
સમરમે દહાડે, શુકનના ટાણે.
સબરસ લ્યો ભાઈ સબરસ...'

'ભગવદ્ગોમંડલ'માં 'મીઠા' અંગે વિવિધતા સભર અર્થઘટનો જોવા મળે છે.

(૧) નમક : અન્ન/ખોરાક, આત્મા, ઉત્તેજન, દમ; જુસ્સો, સજીવન કરવું તે, સુગંધ, સૌંદર્ય, લાવણ્ય; મનોહરતા.

(૨) મીઠું : અક્કલ, મીણાની તાણ (અક્કલ ઓછી હોવી), મૂર્ખાઈ, અણઆવડત, અરસિકતા, સ્વાદિષ્ટતા, ઔષધ, રુચિપ્રદ, હૃદ્ય, અગ્નિદીપક, કફકર, ઉષ્ણ, ભેદક, અવિદાહક, સત્ય, બળ, વીર્ય, દૈવત, તેજ, શક્તિ, દમ, માલ, સત્તા - જ્ઞાન-બુદ્ધિપ્રતીક, કોમળ, મંજુલ, સૌમ્ય, ખુશ્બોદાર, સુગંધીમય અને મીઠાશ.

(૩) લૂણ : મીઠું - નમક કે સબરસ. મૂળભૂત રીતે ખાર કહેવાય છે. કેટલાક રૂઢિપ્રયોગો -

લૂણો લાગવો, લૂણ ખાવું, લૂણ ઉતારવું, લૂણહરામી, લૂણહરામ.

એક દંતકથા યાદ આવે છે; એકવાર શ્રીકૃષ્ણએ રાણી રુક્મિણીએ પૂછ્યું કે હું કેવી લાગું છું? ભગવાને કહ્યું 'મીઠા/નમક' જેવી! જવાબ સાંભળી રાણી રુક્મિણીને ખોટું લાગ્યું! બીજા દિવસે ભગવાને નમક વિનાની રસોઈ બનાવડાવી અને જયારે રુક્મિણી જમ્યા તો રસોઈ બેસ્વાદ લાગી... બધું ફિક્કુ - મોળું લાગ્યું ત્યારે ભગવાને કહ્યું કે, 'આજ તો મીઠા/નમકની કિંમત છે, તારા વિનાનું મારું જીવન જ ફિક્કું છે. અને આજથી હવે આ મીઠું/નમક તરીકે નહીં પણ સબરસ તરીકે ઓળખાશે!'

છેલ્લે, પૃથ્વી ઉપર મળી આવેલા તત્વો કયારેક તો ખલાશ થશે જ એવી ભૂતિ રહેછી પરંતુ મીઠું કયારેય ખૂટશે નહીં. અબજો વર્ષો પહેલાં દરિયામાં જેટલી ખારાશ હતી, એટલી જ આજે પણ છે જ અને રહેશે....

મિત્રો આજે જયારે જમવામાં મીઠું લો ત્યારે તેના તરફ આદર - માન ને વ્હાલની નજર નખી નિહાળજો..!!

સ્પર્શમણિ :

સત્ય મૌન રહે તો સૌ પૂજે અને સત્યબોલવા લાગે તો સૌ ધ્રૂજે...!

●●●

મજબુરી મોડી રાત સુધી જગાડે.... જયારે જવાબદારી વહેલી સવારે જગાડે...

- rasikvaland1965@gmail.com
Mo. 9913426949