સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ

ફોન : ૨૩૨૨૬૨૫૧

સલામી સવારની..

નાથી નથી શકાતા, ખાયકીના સંગાથી હોય છે,
ખોટી ખરીદી અને કમિશનમાં સાથી હોય છે
કરે છે કલ્યાણ, સ્વ-પરિવારના જ આરોગ્ય નું -
કીડી નહીં, કટકીમાં, અબજોના 'હાથી' હોય છે.
(NRHM નું 'માયા'વી કૌભાંડ)

હાઈકુ

ખાખી વર્દીની -
'ઇજ્જત વધારીએ'
ઘટાળી કોણે?!
(સોનેરી સલાહ)

આઇપીએલ
સટ્ટાખોરી નો ધંધો -
'ફિક્સ' કમાણી
(કરોડપતિઓનું મનોરંજન)

ચિંતન

અસત્પ્રલાપઃ પારુષ્યં પૈશુન્યમનૃતં તથા ।
ચત્વારિ વાચા રાજેન્દ્ર ન જલ્પેનૈવ ચિન્તયેત ॥

સુભાષિત રત્ન ભાંડાગારના ત્રીજા પ્રકરણ 'રાજનીતિ' નો આ શ્લોક છે :

'હે શ્રેષ્ઠ રાજન! ખોટો બકવાસ, કઠોર વાણી, ચાડી ચૂગલી અને જૂઠ-કપટ આ ચાર બાબતો બોલવી કે કરવી નહીં અને તેનો મનથી પણ વિચાર કરવો નહીં. આવા ગુણવાન રાજાને જ સફળતા મળે છે.'

રાજા સદ્‌ગુણી-ઠરેલ સ્વભાવનો, સ્વમાની સત્યનું આચરણ કરનારો, ઓછું બોલનારો અને વધારે કાર્ય કરનારો હોવો જોઇએ, ખોટી કાલ્પનિક જાહેરાતો કરવા કરતાં નક્કર કામ કરી લોકોને યથાર્થ રીતે ઉપયોગી કાર્યો કરનાર હોય તો પ્રજા-વત્સલ રાજા કહેવાય.

રાજા ભીડ જોઇ ભાન ભૂલે અને ગમે તેવો બકવાસ કરી ડેમ-તળાવો-સરોવર છલકાવી દે, યુનિવર્સિટીઓ સ્થાપી છે. પૂલો-રસ્તા બનાવી દે પણ વર્ષો સુધી એમાનું કંઇ જ થાય નહીં, એને ખોટો બકવાસ કહેવાય.

રાજાથી પોતાનાથી કંઇ થાય નહીં કે કરે નહીં પછી બીજી સંસ્થાઓ, પર આરોપ કરે કે એમનો સહકારની ગ્રાંટ નથી, મંજૂરી નથી વગેરે ચાડી-ચૂગલી કરી સ્વભાવ કર્યા કરે આવી બાબતોથી રાજા સ્વભાવ, ગુમાવે છે અને લોક નજરથી પતિત થાય છે.

મૌન રહી પ્રજા કલ્યાણના કામ કરે તેવા રાજાને જ સફળતા મળે છે.

સુવિચાર

- સિધ્ધાંતો, સલાહો, સૂચનો અને સારા નિર્ણયોનાં સમુદ્રો કરતાં આચરણનું એક બિંદુ ચઢિયાતું છે **- માતાજી**
- કોઇ પણ ઉપદેશ, ધર્મ-જીવનમાં નવીન નથી પરંતુ જે વ્યક્તિ એક નાનો સદ્‌ગુણ પણ જો જીવનમાં ઉતારવા માગે તો તે નવીન થઇ જાય છે **- જે. કૃષ્ણમૂર્તિ**
- દરેક દરરોજ બીજાને સુધારવાના પ્રયત્નો કરે છે, પણ જે એક નાની સરખી વાત પોતાના જીવનમાં ઉતારે તેનું આખું જીવન સુધરી જાય છે **- એન્થની-દ-મેલો**
- આપણે ઉંઘતા રહીએ અને બીજાને જાગતા રહેવાનું કહીએ એ નિરર્થક છે, આચરણ વિનાનો ઉપદેશ નકામો છે **- રવિશંકર મહારાજ**
- ખોટી ચિંતા કરનારા મોટી મોટી યોજના જ કરે છે, અમલ વિનાની યોજનાનો કોઇ અર્થ નથી **- મોહમ્મદ માંકડ**
- નિર્દોષ નિંદ્રા લેવા માટે જાગૃતાવસ્થામાં નિર્દોષ આચાર-વિચાર હોવા જરૂરી છે- **ગાંધીજી**

બોધકથા

આજના નેતાઓ, પ્રધાનો લાગ મળતાં જ પોતાના જ પક્ષનાં મુખ્યમંત્રીને ઉથલાવી સત્તા પર બેસી જાય છે. એમાં એમને જરા પણ શરમ નથી આવતી. ચંદ્રબાબુ એ સગાં સસરાનો જીવ લીધો ને ગાદીએ બેઠા, કેશુભાઇ હજુ પોતાનો વાંક જ શોધે છે! યેદ્દી-વિજયા રાજે - તાજાં ઉદાહરણ છે. સત્તા માટે છેહ દઇ વિશ્વાઘાત કરે છે.

ઇ. સ. ૧૯૧૯ માં ભાવસિંહજી, ભાવનગરના રાજા દેવલોક પામ્યા, આથી પ્રધાન-દિવાનશ્રી પ્રભાશંકર પટ્ટણી પર બાળ રાજાની દેખભાળ અને રાજય ધૂરા સંભાળવાની કપરી કામગીરી આવી ગઇ.. પણ એમની કર્તવ્ય નિષ્ઠાની સુગંધ ચારેકોર ફેલાઇ હતી..

ત્યારે બ્રિટનમાં ઇન્ડિયા કાઉન્સીલની એક બેઠકમાં ભાવનગર રાજયના પ્રતિનિધિ તરીકે ભાગ લેવા ગયા. બ્રિટીશ સરકારના કાન સુધી પ્રભાશંકર પટ્ટણીના પ્રભાવની વાતો પહોંચી જ હતી. એમને હિન્દુસ્તાનમાં એક ગવર્નરની નિમણૂંક કરવાની હતી જે વફાદાર અને કર્તવ્ય નિષ્ઠ હોય, બ્રિટીશ સરકાર પ્રભાશંકરભાઇને આ ગવર્નર પદ માટે ઓફર મૂકી, નાના રાજયના દિવાનપદ કરતાં અનેક ગણું મહત્ત્વનું અને ઊંચું પદ હતું છતાં પટ્ટણી સાહેબે તાર કરી તે પદ સ્વીકારવાની અનિચ્છા બતાવી કહ્યું કે મારા પર બાળારાજાની દેખભાળની જવાબદારી છે.'

શિક્ષક રાષ્ટ્ર સમર્પિત કે સમાજ સમર્પિત ન રહે ત્યારે ઉદ્યોગ બની જાય અને ઉદ્યોગમાં ઉત્પાદન જ હોય

શ્રુતિ બંધનમ્
- ડૉ. બ્રિજ

દોસ્ત,
તુમ્હારે સાથ ચલતે હુએ,
મુજે એસા લગતા હૈ,
જૈસે મેરા માર્ગ સુગમ ઓર સહજ હો ગયા.
જો કાર્ય મુજે પહાડ - સા લગતા થા,
વહ સરલ હો ગયા.

- પ્રેમીલા શુક્લ 'કિરણ'

જિંદગીને બહેતર સાબિત કરવાની હોડ. પરિક્ષા - ઈન્ટરવ્યુમાં જાતને સફળ કરવાની દોડ. આ દોડ અને હોડ વચ્ચે No Vacancy હતાશા આંજી દેવાનું કામ કરે. જીવનમાં અંધારું પથરાઈ જાય ત્યારે વૉટ વી કેમ ડુ? કામની જરૂરિયાત સૌ કોઈને કારણ સરળ છે કામ થકી દામ મળે. જૉબ આપણી જીવન શૈલીને દમદાર બનાવે એમાં શંકા નથી. જૉબ માટેની કાબેલિયત હોવા છતાં જયારે જાકારો મળે ત્યારે જે દુઃખ થાય તે ગજબનું હોય છે. આ પછડાટો વચ્ચે પણ ફરીથી ઊભા થઈ જવાની ત્વરા આપણે જ કેળવવી પડશે.

સ્પર્ધાના યુગમાં યુવા મિત્રોને જે કારકીર્દી માટે કમર કસી રહ્યા છે તેમને એક વાત કરવી છે. શ્રેષ્ઠ પ્રદર્શન કોને કહેવાય? સન્ ૧૯૪૮ના એ જમાનામાં એટલે કે આઝાદી પહેલાંના વર્ષોમાં કલકત્તામાં મુખ્ય ત્રણ જ કોલેજ હતી. પ્રેઝીડેન્સી કૉલેજ, સેન્ટ ઝેવિયર્સ કૉલેજ અને સ્કોટીશ કૉલેજ. પ્રેઝીડેન્સી કૉલેજમાં ભારતના પ્રથમ રાષ્ટ્રપતિ ડૉ. રાજેન્દ્ર પ્રસાદ ભણ્યા હતા. તે દરમિયાન તેઓ કૉલેજ હોસ્ટેલમાં રહેતા હતા. રાજેન્દ્ર પ્રસાદ અત્યંત દક્ષ વિદ્યાર્થી હતા. બી.એસ. એલ.એલ.બી. સુધી તેઓ કલકત્તા યુનિવર્સિટીમાં ફર્સ્ટ ક્લાસ ફર્સ્ટ આવતા હતા. ત્યારબાદ તેમણે એલ.એલ.એમ. કર્યું. તેમના અભ્યાસકાળની એક વાત યાદ રાખવા જેવી છે. રાજેન્દ્રપ્રસાદ પરીક્ષા આપવા બેસતા અને ૧૦ પ્રશ્નોમાંથી પાંચના જવાબ આપવાના હોય ત્યારે ઉપર નોંધ લખી હોય. 'ટ્રાય એની ફાઈવ.' ડૉ. પ્રસાદ દસે - દસ પ્રશ્નોના ઉત્તરો લખી નાખતા અને પરીક્ષક માટે લખતા : ઍક્ઝામિન એની ફાઈવ. સંપૂર્ણ આત્મવિશ્વાસ પોતાના કાર્ય તરફ તે આનું નામ. વિદ્યાર્થીનું ખરું શ્રેષ્ઠત્વ આ છે. રાષ્ટ્રના બધા વિદ્યાર્થીઓ આવી શ્રેષ્ઠતાની હોડમાં આવી જાય તો ખરી દોડ મચી જાય. અહીં કામની શોધ ન રહે અને દામની ખોટ ન રહે. અને સરવાળે રાષ્ટ્રને ફાયદો જ ફોયદો. અને આખરે આપણે જે કામ કરીએ છીએ તેમાં આપણું ભરણપોષણ થયા એ તો છે જ પણ દેશનું હિત જળવાય તે ખરી ઉપલબ્ધિ છે. આપણું ભણવું, કામ કરવું, સંવર્ધન થવું, શોધવું, વિસ્તરવું અને વિકસવું રાષ્ટ્રની ઉન્નતિમાં સમર્પિત હોવું જોઈએ. ત્યારે જ ભારત મા ના ચ્હેરાની ખુશી આપણા જીવનમાં પથરાવા લાગે.

શિક્ષક રાષ્ટ્ર સમર્પિત કે સમાજ સમર્પિત ન રહે ત્યારે ઉદ્યોગ બની જાય. અને ઉદ્યોગમાં ઉત્પાદન જ હોય. સારું - નરસું અને બગાડનો ત્યાં ભીતિ પારાવાર હોય. શિક્ષણ સાધનાને વરે તો બહેતર જિંદગીઓની મિસાલ ખડી થાય. અને ખરું જોતાં આપણે વ્યક્તિગત સફળતાની સાપેક્ષે સમાજ ઉધ્ધારક સફળતાને વધારે પ્રશંસનીય ગણીએ છીએ. દોસ્તો, જિંદગીના બહેતર પાસાં માટે અને રાષ્ટ્ર સમર્પિત કાર્ય માટે જ આશાવંત રહેવું ક્યારેક તો દિશાઓમાં ઉજાશ પથરાવાની શરૂઆત થશે જ...

સિંગાપુરના એક દૈનિક 'ધ સ્ટ્રેઈટ્સ ટાઈમ્સ'માં જોબ ઈન્ટરવ્યુ વિભાગમાં ઈન્ટરવ્યુ આપવા જનાર વ્યકિતને કેવા પ્રશ્નો પૂછાય છે તેની એક ઝલક.

➡ તમારા વિશે કહો
➡ તમારી છેલ્લી નોકરીમાં તમે શું કરતા હતા?
➡ તમે તમારી છેલ્લી નોકરી શા માટે છોડી?
➡ તમારી ક્ષમતાઓ શી? તમારી ક્ષતિઓ કઈ છે?
➡ ટૂંકાગાળાના તમારા ધ્યેય શું છે?
➡ આદર્શ નોકરી તમે કોને ગણો છો?
➡ આ નોકરી માટે અરજી આપવાનું કારણ શું?
➡ કેટલા પગારની તમે અપેક્ષા રાખો છો?
➡ અમારી સંસ્થાને- કંપનીને તમે કઈ રીતે લાભકર્તા થઈ શકો છો?
➡ તમારે અમને કોઈ પ્રશ્ન પૂછવાનો છે?

આવડત- અણઆવડત, શિખવાની ઉત્કંઠા, કાર્યની પસંદગી અને ધ્યેય - આયોજના બધું જ આવી જાય છે આ પ્રશ્નો માં...! વ્યક્તિની ઓળખ અને કાર્ય પ્રત્યેની સભાનતા અને સંસ્થા કે સમાજ પ્રત્યેના સમર્પણ વગર કોઈ પણ કાર્ય સફળ ન જ કહેવાય. કાર્ય આનંદ આપનારું હોય. કાર્ય શાંતિનો અહેસાસ કરાવનારું હોય અને કાર્ય આવતીકાલનાં સપનાં ઘડવાને માટે સામર્થ્યવાન હોય. બાકી વેઠ જેવું ઓછું થઈ રહ્યું છે...! ક્યાં? એ આપે શોધવાનું.

સ્વીટ રેઈન :

વિદ્યાર્થી માટે એક જ મુદ્રાલેખ હોઈ શકે : બેટર યૉર બેસ્ટ! તમારા શ્રેષ્ઠને શ્રેષ્ઠતર બનાવો.

- ચંદ્રકાન્ત બક્ષી

ટાઈટલ પંક્તિ સાથે લેખનો અનુબંધ કેળવવા કાર્યની સાથે સખીપણાં કરો બધું સમજાઈ જશે...!

દીકરી વ્હાલનો દરિયો છે, પણ દરિયામાં સુનામી આવે તો...?

ચિંતન સભા
- પોપટલાલ પ્રજાપતિ

પ્રત્યેક મોટા શહેરની એક આગવી ઓળખ હોય છે. તેમાં કંઈક વિશેષતા પણ હોય, વિવિધતા પણ હોય કે વિચિત્રતા પણ હોય. ગાંધીનગર તો રાજયનું પાટનગર છે એટલે આ બધી લાક્ષણિકતાઓ સાગમટે હોય એ પણ શક્ય છે. શહેરની ઓળખમાં યૌવનધન મહત્ત્વનો ભાગ ભજવે છે. અહિં આપ કમાઈ કરતાં બાપ કમાઈ પર નભતા નબિરાઓનું પ્રમાણ વધુ છે અને એટલે સંસ્કૃતિના પુર કરતાં વિકૃતિનું ઘોડાપુર સામાજિક પરંપરાનું નિકંદન કાઢી નાખવામાં વધુ પ્રવૃત્ત છે. પાટનગરમાં બનતી કેટલીક સામાજિક ઘટનાઓથી સમાજના હિતચિંતકો હતપ્રભ બની વિચાર મંથન કરવા મજબૂર બને તેવી શકયતાઓ ઊભી થઈ છે. દિલ ધડકતું બંધ ન થાય તેની સાવધાની સાથે આ સત્ય ઘટના પર મંથન કરજો. શું થવા બેઠું છે આ સમાજનું? દિલને હચમચાવી દે તેવી ઘટનાઓ માટે કોણ જવાબદાર છે? હજુ પણ મોડું નથી થયું, જો સાવધાન થઈ જવાય તો... ગાંધીનગરના એક સેકટરની હાવ હાચી વાત... પાત્રોના ફેરફાર સાથે... વાત છે, સરકારી નોકરી કરતા એક મધ્યમ વર્ગીય પરિવારની... પરિવાર મોટો છે, સ્વાભાવિક છે મા-બાપને ઘર ચલાવવાની, અને વ્યવહારો નીભાવવાની મથામણ હોય. બાપ પોતાની સમજણ પ્રમાણે અને આવડત પ્રમાણે બાળકોનો ઉછેર કરે છે. સાહિત્યની ઝાઝી સુઝ ન હોય પણ એણેય પેપરમાં કયાંક વાંચ્યું છે કે દીકરીને વહાલનો દરિયો કહેવાય. એણે ટીવીમાં કોક વાર એ પણ જોયું છે કે દરિયામાં તોફાન આવે તેને સુનામી કહેવાય અને આ સુનામી સત્યાનાશ વાળી દે છે.

આ બાપ પણ દીકરીઓને બહુ વહાલ કરતો હતો પણ તેમાંની એક દીકરીએ બાપની લાગણીઓ સાથે ખાનગીમાં રમત રમવાનું શરૂ કર્યું. પડોશમાં રહેતા એક અવારા છોકરા સાથે મનમેળ કર્યો. ધરમનો ભાઈ બનાવ્યો અને પછી આ ભાઈને સાવ સસ્તામાં દીલ દઈ દીધું...

...એટલું જ નહીં ઘરમાં કોઈને ખબર ન પડે તે રીતે ખાનગીમાં કૉર્ટ મેરેજ પણ કરી નાખ્યા. ઉંમર લાયક થતાં દીકરી માટે યોગ્ય મુરતિયો શોધવાની બાપે મથામણ શરૂ કરી. દીકરી સુખી થઈ શકે તેવું ઘર અને વર શોધી બાપે કન્યાદાનની તૈયારીઓ શરૂ કરી પણ એક રાત્રે આખો પરિવાર સૂતો હતો ત્યારે દીકરીએ ધીમે રહી બારણું ખોલી પ્રેમના પંથે મહાભિનિષ્ક્રમણ કર્યું... સવારે પરિવાર જાગ્યો અને વહાલના દરિયામાં સર્જાયેલા સુનામીથી પરિવાર હતપ્રભ બન્યો. બાપે સગાંવહાલાંને ભેગા કર્યાં. ગમે તે કરો, મારી દીકરીને ગમે ત્યાંથી લાવી મારી આબરૂ બચાવો નહિતર મારે ઝેર પીવાનો વારો આવશે. મારી બીજી દીકરીઓના હાથ કોણ પકડશે? પરિવારના આક્રંદ અને બાપની વેદના સમજી વડીલો ચાર-પાંચ દિવસે દીકરીને તેના પ્રેમી સાથે પકડી લાવ્યા. પણ લાચાર, બંનેએ કૉર્ટ મેરેજ કરી લીધા હતા. સૌએ કાકલુદી કરી, બહુ સમજાવી, બાપે વહાલના દરિયા સામે મસ્તક ટેકવ્યું. લાગણીની દુહાઈ દીધી... અને દીકરીમાં કંઈક દયા પ્રગટી, બહુ સમજાવટને અંતે દીકરીએ દયા કરી. સગા સંબંધીઓ તેને કોર્ટમાં લઈ ગયા. દીકરીએ કૉર્ટમાં પ્રેમીને બોલાવી દીધો (મોબાઈલ પર મેસેજ કરીને...) નૉટરી આગળ ''લગ્ન વિચ્છેદ યાને કે છૂટાછેડાના કરાર'' થયા. બાપના હરખનો કોઈ પાર ન રહ્યો. અંતે મારી દીકરીએ મારી લાજ રાખી. મારા જીવતરમાં ધૂળ પડતી બચાવી. દીકરીને લઈને ઘેર આવ્યા. સગાંસંબંધી સૌ પોત-પોતાના ઘરે ગયા. બાપે માતાજીની બાધા પુરી કરી. ત્રણ, ચાર, અને પાંચ દિવસ થયા અને બાપનું થયું હાશ, મારું નાક રહી ગયું, પણ છઠ્ઠા દિવસની સવાર... અને બાપ માથા પછાડવા લાગ્યો, ઘરમાં રોક્કળ થઈ. સવારે વહેલા કે પરોઢિયે દીકરી ફરી ભાગી ગઈ... હા, ભાગી ગઈ, અને બાપની ભાવનાનો ભુક્કો કરતી ગઈ માના અરમાનોને આગ લગાડતી ગઈ પરિવારના પીઠ પાછળ ખંજર ભોંકતી ગઈ... દીકરી ફરી ભાઈ ગઈ...

(સમાજમાં બનતી આવી ઘટનાઓ જો ગંભીર લાગતી હોય તો સમાજ સેવકો કંઇક વિચારે...)

આપણી આજુબાજુ થતી બધી જ નકારાત્મક ટીકાઓ માટે આપણે પણ બહેરા થઇ જવાનું છે, યાદ એટલું જ રાખવાનું કે આપણે કયાં પહોંચવાનું છે? અને કઇ રીતે?

સખીને પત્ર
- સ્વાતિબા રાઓલ

પ્રિય સખી,

ધો-૧૨ સાયન્સના પરિણામ આવી ગયા છે. સમાચાર માધ્યમોએ આદતવશ સારું-નરસું બંને બાબતોનો કકળાટ કરી મૂક્યા છે. આશા-નિરાશાની ગંગા-જમના વચ્ચે પરિણામ મેળવનાર વિદ્યાર્થી ડૂબકાં ખાઈ રહ્યો છે, સૂચનો અને સલાહો વચ્ચે બિચારો મુંઝાય છે. કોનું સાંભળવું? કોનું નહિ સાંભળવું? 'અરે! થોડી મહેનત વધારે કરી હોય તો?', 'ટી.વી. એ જ તારું રીઝલ્ટ બગાડ્યું છે.', 'ગુજકેટમાં થોડું જોર માર્યું હોત તો ગમતી લાઈન લઈ શકાત.', 'ભોગવો હવે! હોસ્ટેલમાં રહેવું પડશે.', 'એના કરતાં કૉમર્સ લાઈન લીધી હોત તો સારું થાત!' -આટલા કકળાટમાં કોઈ બાળકને તો પૂછો એ શું કરવા ધારે છે? તે શું અનુભવે છે? શબ્દોના જંગલમાં તે શોધે છે. આ ત્રણ શબ્દો - 'કશો વાંધો નહિ'

તો સખી આપણે તો આ બાળકોને એટલું જ કહેવાનું કે વિદ્યાર્થી બિરાદર! બીત ગઈ સો વાત ગઈ! હવે આગળ શું? એ વિચારવાનું છે. ભૂલો ન કરે તો એ માણસ ન કહેવાય. અને ભૂલોમાંથી ન શીખે તે પણ માણસ ન કહેવાય. ઠોકર નહિ ખાઈએ તો જાતને સંભાળતા કઈ રીતે શીખીશું? 'આ કર.' અને 'આ ના કર.' ના શોર-બકોર વચ્ચે તારે તારું લક્ષ્ય નક્કી કરવાનું છે. ને પછી બસ કમર કસીને - 'યા હોમ કરીને પડો ફત્તેહ છે આગે.' મતાધિકાર મેળવવાની ઉંમર યુવાનીનું પ્રથમ પગથિયું છે. આજથી હવેથી પોતાના નિર્ણય પોતાની જાતે લેવા પડશે. લક્ષ્ય સુધી પહોંચવા હવે મમ્મી કે પપ્પાની આંગળી કામ નહિ લાગે તારે જ દોડવું પડશે. અને આ દોડ સફળતાની દોડ ત્યારે જ બનશે જયારે તું દૃઢ નિશ્ચયી બનીશ. સાત દેડકાની આ વાર્તા સાંભળ!

એક પર્વતની તળેટીમાં સાત દેડકા રહેતા. એકવાર તેમણે નક્કી કર્યું કે પર્વતની ટોચ પર પહોંચી જઈએ. ત્યાં મોટાં સરોવરો છે. ત્યાં સૂર્ય સૌથી પહેલાં પોતાનું કિરણ લઈ આવી પહોંચે છે, ત્યાં દુનિયા સોહામણી છે. શિખર પરની રાત્રી હંમેશાં નાની હોય છે. સોનેરી ભવિષ્યની કલ્પનામાં રાચતાં દેડકાઓએ ઉપર ચડવાનું શરૂ કર્યું. થોડું ચડાણ થયું ત્યાં એક દેડકો બોલ્યો, 'અરે! આટલી મહેનત આપણે શા માટે કરીએ છીએ? જયારે પૂરતું ભોજન અને પાણી તો અહીં તળેટીમાં પણ છે.' દેડકાની આ દલીલ જે બે ચાર દેડકાઓએ સાંભલી તે પેલા દેડકાની સાથે પાછા તળેટીમાં આવી ગયાં. બાકીનાં દેડકા ઉપર ચડવાનું ચાલું રાખ્યું. થોડે ઉપર ગયાં ચડાણ થોડું કપરૂં થયું. જયાં ચડાણની કઠણાઈનો સામનો કરવો પડ્યો ત્યાં એક દેડકો બબડ્યો, ''ઓ હો! મારા તો હાથ-પગ છોલાઈ ગયાં. લોહી પણ નીકળે છે. આવી રીતે તકલીફ શા માટે વેઠું મારા માતા-પિતા છે ત્યાં સુધી મારે વળી આ તસ્દી શા માટે લેવી?'' જે દેડકાઓએ આ સાંભળ્યું તેઓ તેની વાતમાં આવી ગયા અને નીચે ઊતરી ગયા. હવે, એક જ દેડકો બચ્યો જે ચૂપચાપ ધીરજપૂર્વક, હિંમતથી ઉપર-વધુ ચડ્યે જ ગયો. અનેક મુશ્કેલીઓ વેઠીને પણ તે છેવટે મંઝિલ સુધી પહોંચીને જ ઝંપ્યો. અને એક અદ્‌ભૂત દુનિયાના દર્શન કર્યા અને ત્યાં જ વસ્યો. બાકીના દેડકાઓને નવાઈ લાગી કે આ દેડકાએ કોઈનીયે વાતની પરવા કર્યા વગર પોતાની વાત પર અડગતા કઈ રીતે દાખવી? તપાસ કરતાં ખબર પડી કે તે દેડકો કાને બહેરો હતો. તેણે પોતાના સાથીદારોની કોઈ નકારાત્મક ટીપ્પણી સાંભળી જ ન હતી. તે તો પોતાનું સોનેરી સ્વપ્ન સિધ્ધ કરવા માટે કૃતનિશ્ચયી હતો. તેની બહેરાશ તેની સફળતાનું રહસ્ય બની.

આપણી આજુબાજુ થતી બધી જ નકારાત્મક ટીકાઓ માટે આપણે પણ બહેરા થઈ જવાનું છે. યાદ એટલું જ રાખવાનું કે આપણે કયાં પહોંચવાનું છે? અને કઈ રીતે? ઘરમાં ઘોડા થનગને ન યૌવન. પાંખ વીંઝે ત્યારે સફળતાની અણદીઠેલ ભોમ જવા માટેનું પ્રથમ પગલું જ એ છે કે કાનને બંધ કરી આત્મસ્થ અને ધ્યાનસ્થ થવું.

તને ખબર છે સખી! આ જ સમય છે એક માતા, બહેન કે દોસ્ત હોવાના નાતે આપણાં પુત્ર, ભાઈ કે દોસ્ત કે નકારાત્મક - નિરાશાજનક વાગ્બાણોથી સ્વયંરક્ષા કરતા શીખવીએ. આપણે તેને ધૈર્ય બંધાવવાનું છે કે -

''લક્ષ્ય ઉપર દે દૃષ્ટિ બાંધી,
શ્રધ્ધાનો સઢ લે જે સાંધી;
જો સામેથી આવે આંધી,
વીજ કરે ચમકાર ખલાસી.
આજ ભલેને તારે હોડી,
મજલ કાપતી થોડી થોડી
યત્ન હશે તો વહેલી મોડી,
એજ ઉતરશે પાર ખલાસી.
માર હલેસા માર ખલાસી.''

- તારી સ્વાતિ

આજના દિવસનો મહિમા

- ભાનુપ્રસાદ એસ. દવે

૧૭મી મે

બાલશંકર કંથારીયાની જન્મજયંતિ

'ગુજારે જે શિરે તારે...' ઘર ઘરમાં જાણીતી આ પંક્તિના કવિ બાલશંકર કંથારીયાની જન્મજયંતિ ૧૭-૫-૧૮૫૮.

'હરિપ્રેમ પંચદશી' કલાન્ત કવિ જેવી સમર્થ સાહિત્ય સંગ્રહના સર્જક - ગુજરાતી ગઝલના પિતામહ 'ભારતીય ભૂષણ', 'ઇતિહાસમાલા' માસિકના સંપાદક યશસ્વી કવિનું અવસાન ૨-૪-૧૮૯૮માં થયું.

- *કુમુદીની લાખિયા, યુનાની તવારીખના અભ્યાસુ બહેરામજીની આજે જન્મજયંતિ*
- *૧૮૧૮ ની ૧૭મી મે નોર્વેનો સ્વાતંત્ર્યદિન*
- *આજના દિવસે ભારતીય વર્ચસ્વના વળતાં પાણી થયા. ૧૭મી મે ૧૯૮૨માં મરાઠા અને અંગ્રેજો વચ્ચેનાં સાલબાઇના કરારના પરિણામે.*

આધુનિક મત અનુસાર અમુક પ્રકારના કૃમિને કારણે આ રોગ થાય છે, મોટા આંતરડાની દિવાલો પર ચાંદો પડવાને કારણે દુઃખાવો, કફ, તેમજ કયારેક રક્તપ્રવૃત્તિ પણ જોવા મળે

નિરામય
- ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

દરેક ઋતુનો સંબંધિત તેના રોગો હોય છે. જે તે ઋતુનું આગમન થાય એટલે તેને લગતા રોગો દેખાવા જ લાગે. શિયાળો હોય તો ચામડીના રોગો, સાંધાના દુઃખાવા તથા શ્વાસ-શરદીનું જોર વધી જ જાય તેવી જ રીતે ઉનાળામાં પણ એસિડીટી, હરસ, તજા ગરમી આદિ રોગોનું જોર વધે. ઉનાળામાં પેટના રોગો થવાના તો પુરેપૂરા ચાન્સ, કારણ કે પાચનશક્તિ ઋતુના પ્રતાપે મંદ હોય અને તેમાંય તડકો, ગરમી, અને વળી મુસાફરી પ્રવાસ, વેકેશન. એ ઉપર વળી લગ્નગાળો અને બહારનું ખાવા-પીવાનું... પત્યું... કયાંક ઝાડા-ઉલ્ટી તો કયાંક અપાચન તો કયાંક મરડો.

આ બધામાં મરડો પાછો વધુ અકળાવે. કારણ કે આ રોગમાં 'મરોડ' સાથે મળપ્રવૃત્તિ થાય છે. એટલે જ તો આ રોગનો 'મરડો' કહ્યું છે. સંસ્કૃતમાં આ રોગને 'પ્રવાહિકા' તથા ઈંગ્લીશમાં 'ડીઝેન્ટ્રી' તરીકે ઓળખાવાય છે. આ રોગ ઉનાળા તથા ચોમાસામાં વધુ જોવા મળે છે. આ રોગમાં પ્રવાહી સ્વરૂપે મળપ્રવૃત્તિ થાય અને સાથે સાથે દુઃખાવો પણ થાય. વળી, આ રોગ વારંવાર ઉથલો પણ મારે છે આથી, ચેતી જવું જ હિતાવહ છે.

આયુર્વેદ મુજબ આ રોગ થવાના વિવિધ કારણો વર્ણવેલ છે. જેમ કે, જઠરાગ્નિ મંદ હોવો, દૂષિત પાણી પીવું, વિરૂધ્ધા હાર (જેવા કે દૂધ અને ડુંગળી, આદિ) જમ્યા ઉપર ફરી જમવું, સમય વિત્યા બાદ ભોજન કરવું, કૃમિ દોષ દ્વારા પકવાશય દૂષિત થવું. આદિ...

આધુનિક મત અનુસાર અમુક પ્રકારના કૃમિને કારણે આ રોગ થાય છે. મોટા આંતરડાની દિવાલો પર ચાંદો પડવાને કારણે દુઃખાવો, કફ, તેમજ કયારેક રક્તપ્રવૃત્તિ પણ જોવા મળે.

આયુર્વેદે 'પ્રવાહિકા' નાં (મરડાના) ચાર પ્રકારો પાડ્યા છે.

મરડો અને તેના ઉપાયો

વાતજ પ્રવાહિતા :

આ પ્રવાહિકા મુખ્યતઃ વાયુની દુષ્ટીને કારણે થાય છે. આમા મુખ્યત્વે દુઃખાવો થાય છે.

પિત્તજ પ્રવાહિકા :

આ પ્રવાહિકા મુખ્યતઃ પિત્તની દુષ્ટીને કારણે થાય છે. આમા મુખ્યત્વે દાહ થાય છે.

કફજ પ્રવાહિકા :

આ પ્રવાહિકા મુખ્યતઃ કફની દષ્ટિને કારણે થાય છે આમા મુખ્યત્વે મલપ્રવૃત્તિ સાથે કફ જોવા મળે છે.

રક્તજ પ્રવાહિકા :

આ પ્રવાહિકા મુખ્યતઃ રક્તની દષ્ટિને કારણે થાય છે. આમા મુખ્યત્વે મલપ્રવૃત્તિ સાથે રક્ત જોવા મળે છે.

આધુનિક વિજ્ઞાન દ્વારા મરડાના બે પ્રકાર પાડવામાં આવ્યા છે.

એમીબીક ડીસેન્ટ્રી :

આ પ્રકારના મરડામાં ધીરે-ધીરે શરૂઆત થાય. કયારેક સાધારણ ચૂંક આવે. પાણી જેવા ઝાડા ભાગ્યે જ જોવા મળે. ઝાડામાં કફ પડે. દિવસમાં ૪-૬ વખત મલપ્રવૃત્તિ થાય. પેઢુમાં જમણી બાજુએ દુઃખે. ઝાડામાં દુર્ગન્ધ આવે તથા તાવ જોવા ન મળે. મલ પરિશ્રણ કરવાથી આ મરડાની પુષ્ટિ થઈ શકે.

બેસીલરી ડીસેન્ટ્રી :

આ પ્રકારના મરડામાં અચાનક જોરદાર ઝાડા થાય. પેટમાં ખૂબ દુઃખે, પાણી જેવા ઝાડા થાય. ઝાડામાં રક્તસ્ત્રાવ પણ થાય. ઝાડામાં દુર્ગન્ધ ન હોય. પેઢુમાં ડાબી બાજુએ દુઃખે તથા તાવ પણ જોવા મળે. મળનું કલ્ચર પરિક્ષણ કરીને આ પ્રકારના મરડાની પુષ્ટિ કરી શકાય.

ચિકિત્સા :

અગાઉ જોયા મુજબ આ રોગ મુખ્યત્વે જઠરાગ્નિ મંદ હોવાથી તથા દૂષિત આહાર તથા પાણીથી થાય છે. આથી, આ રોગનો શ્રેષ્ટ ઉપાય ઉપવાસ છે. ઉકાળેલું પાણી પીવું, શરીરમાં અશક્તિ ન રહે તે માટે ઈલેકટ્રોલાઈટ્સના મિશ્રણવાળું પાણી જરૂર મુજબ પીવું.

શરૂઆતમાં જે મળ બહાર આવતી હોય તે દૂષિત આમયુક્ત હોઈ શકે. આથી શક્ય હોય તો શરૂઆતમાં મળત્યાગને રોકવો નહીં. દૂષિત મળને શરીરની બહાર નીકળી જવા દેવો.

આ રોગનું મુખ્ય ઔષધ કડાછાલ છે. જેના ઘનની ગોળી 'કુટજ ઘનવટી' સહજ પ્રાપ્ય છે. જરૂર મુજબ પ્રકૃતિ તથા રોગની તિવ્રતા અનુસાર આપવી. આ ઉપરાંત દારૂ હળદર પણ મરડાના રોગના જીવાણુંઓનો નાશ કરે છે.

આ ઉપરાંત કાચા બીલાનો ગરભ, નાગરમોથ તથા અતિવિષનો ઉપયોગ પણ હિતકારક છે. વધારે રક્તસ્ત્રાવ થતો હોય તો ધાવડીના ફૂલ, નાગકેસર, હીરાબોળ, મોચરસ આદિનો ઉપયોગ કરી શકાય.

આ ઉપરાંત ઝાડાને રોકવા માટે જાયફળ, કર્પૂર રસ, તથા કુષ્જઘનવટી આપી શકાય. બીલાના મુરબ્બાથી પણ ફાયદો થાય છે.

આહારમાં શક્ય હોય તો દહિં - ભાત જ લેવા. શાક ન લેવા. ફળોમાં દાડમ લઈ શકાય. ઝાડામાં ખૂબ લોહી પડતું હોય તો દહીં-છાશને બદલે મલાઈ - નીતારેલું દૂધ થોડી માત્રામાં અપાય. અનથ્થા મરડામાં દૂધ ન લેવું. રોગ મટી ગયા બાદ ધીરે ધીરે સામાન્ય આહાર લેવો.