સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
99789-26251

સલામી સવારની..

ઉડ્યા ઉપગ્રહોની સાથે 'પથ્થરોથી' નમી ગયા!
જોઈ રહ્યા સીમા સળગતી, શહિદી ખમી ગયા!
દમી ગયા દમન આતંકી, સત્તા સમજુતિમાં -
ને 'સમાન સિવિલ કોડ' ના પડઘા સમી ગયા!

હાઈકુ

'શબ' કા સાથ
શહિદી કા વિકાસ
થઈ પ્રગતિ...
(ત્રણ વર્ષમાં...)

'મેલેરિયા' નું
નામ બજલી નાખો!
'ડૅગ્યુ' રાખી દો !
(લ્યો ! નાબૂદ !!)

ચિંતન

અમોઘ કોધહર્ષસ્ય સ્વયં કૃત્વાન્વવેક્ષિણઃ ।

ઉપરોક્ત શ્લોક વિદુરનીતિમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

જેનો ક્રોધ અને હર્ષ નિરર્થક નથી, જે સ્વયં કાર્યો કરીને પાછળથી એમનું નિરીક્ષણ - પરીક્ષણ કરે છે તેમજ જે પોતાના ખજાનાનું જ્ઞાન સ્વયં રાખે છે, તેવા રાજા માટે ધન ને ધારણ કરનારી ધરતી (વસુંધરા) ખરેખર ધન આપનારી (વસુદા) જ બની રહે છે.

જે વ્યક્તિમાં રાજાના ગુણો હોય તેવા રાજા માટે ધરતી ખરેખર ધનભંડાર આપનારી બની રહે છે.

'વસુંધરા' એટલે ધન ધારણ કરનારી પૃથ્વી અને 'વસુદા' એટલે ધન આપનારી. સમર્થ પુરુષ માટે તો વસુંધરા પોતાનો ધન-ભંડાર સામેથી ખોલી દે છે.

સુવિચાર

- જાતને બાળી જવામાં લેશ અટકાયા નહિ,
  મુસાફિર આંધીઓથી પણ કદી એ દીપ હોલવાયા નહિ - **પાલનપુરી**
- સ્ત્રીના બળને માપી શકાય નહિ, એથી એને અબળા કહે છે - **ઉમાશંકર જોષી**
- જેવો કલંક રહિત ચંદ્ર અને તાપવિહીન સૂર્ય, તેવો સજ્જન સાધુજન સર્વદા સૌને પ્રિય થાઓ - **જ્ઞાનેશ્વર**
- માનવજાતિ પર મોટામાં મોટો શાપ તે સ્વાર્થ - **ઓસ્કાર વાઈલ્ડ**
- સ્વર્ગ જોઈએ છે તમારે ? તો આ ત્રણ વાત કરી જુઓ -
  સત્ય બોલો, ક્રોધ કદી ન કરો અને યાચકને કદી પાછો કાઢો નહિ - **બુદ્ધ**
- સારા માણસો માત્ર સાદ પડતાં જ સ્વયંસેવક બની સેવા આપવા તૈયાર થઈ જાય છે. પણ ભૂંડા તો શેરડીની પેઠે તેમને પીલો પીસો તો જ તૈયાર થશે - **તિરુવલ્લુવર**
- આજનું ઔષધ : એલચી સાકર અને કોકમની ચટણી બનાવી ખાવાથી એસીડીટી મટે છે.

(સંકલન : દિપક વી. આશરા)

બોધકથા

સમાજની સેવા માટે જે ત્યાગ કરી શખે એ જ સાચો સેવક કહેવાય.

અમેરિકન વૈજ્ઞાનિક જયોર્જ કારવેર. વનસ્પતિશાસ્ત્રી. એવા વિદ્વાન કે એમના સલાહસૂચન માટે મોટી મોટી કંપનીઓ સલાહના બદલામાં જે ધન માગે તે આપવા તત્પર રહેતી. એક વાર ફલોરિડાથી કેટલાક ખેડૂતોએ તેમને બે ડબ્બા મોકલ્યા. એક ડબ્બામાં ખેતરમાં પાકેલા શીંગદાણા જે સડી ગયા હતા તેના નમૂના હતા અને બીજા ડબ્બામાં તે માટે માર્ગદર્શન આપવાના મહેનતાણાના એકસો ડોલરનો ચેક હતો.

જયોર્જ કારવેરે તરત પાકમાં લાગેલા આ જીવાત તથા સડો અટકાવવાના કારણોનું વિશ્લેષણ કર્યું. તેને માટે જવાબદાર સંજોગો તથા કારણોની નોંધ તૈયાર કરી. ખેડૂતોને એ પત્ર મોરકલ્યો તથા પેલો એક સો ડોલરનો ચેક પણ પરત મોકલ્યો. સાથે પત્રમાં લખ્યું, 'દયાળું પરમાત્માએ તમારે માટે આ શીંગદાણાનો પાક ઉતારવા માટે કોઈ પણ પ્રકારનું મહેનતાણું લીધું નથી તો શીંગદાણાને લાગેલ આ રોગનું નિવારણ કરવા માટે મારે કોઈ પણ પ્રકારનું મહેનતાણું લેવું ઘટિત નથી, યોગ્ય નથી.'

ઈસ્લામિક દેશોની જ પહેલ જરૂરી છે

તંત્રીસ્થાનેથી...

કયારેક મિલ ઉદ્યોગોથી ધમધમતા વૈશ્વિક નગરની ઓળખ ધરાવતા બ્રિટનના માન્ચેસ્ટર શહેરમાં ઈસ્લામિક સ્ટેટના આત્મઘાતી હુમલાના સમાચારથી આખી દુનિયા મૂંઝવણમાં મુકાઈ ગઈ છે. ઈસ્લામિક સ્ટેટના આકા અલ-બગદાદીને ઝબ્બે કરવાના પ્રયાસો આજ સુધી નિષ્ફળ રહ્યા છે. બની શકે કે બગદાદી વિવિધ દેશોએ કરેલ હવાઈ હુમલાઓમાં એના અસંખ્ય સાથીઓ સાથે જ 'શહીદ' થઈ ગયો હોય. પરંતુ એણે વાવેલી વિષવેલ સતત ફાલીફૂલી રહી હોવાના પ્રમાણ મળતાં જ રહે છે. માન્ચેસ્ટર હુમલો અમેરિકાની જગવિખ્યાત પોપ ગાયિકા એરિયાના ગ્રાન્ડેના લાઈવ શો પ્રસંગે થયો હોઈ સ્વાભાવિક રીતે જ એનો ભાગ બનનારાઓમાં યુવાનોને વધુ પ્રમાણ છે. એમાં નિર્દોષ બાળકોનો પણ ભોગ લેવાયો છે. આઈએસ દ્વારા હુમલાની જવાબદારી લેતાં જણાવાયું છે કે ઈરાકમાં અમારી વિરુદ્ધ બ્રિટન દ્વારા કરાયેલ ઓપરેશનનો આ જવાબ છે. આતંકવાદનો ખાત્મો કરવાના હાકલા-પડકારા રોજના હિસાબે થતા રહે છે અને છતાં આતંકવાદને નિર્મૂળ કરવાનું તો દૂર, આવા ઘાતકી હુમલાઓ અટકાવી શકાતા નથી - તે શું સૂચવે છે ?

અમેરિકાએ આખી દુનિયાની જમાદારી સામે ચાલીને વહોરી છે, એ માટે એ લખળૂટ ખર્ચ પણ કરતું રહે છે. પરંતુ આતંકવાદનો બાબરો ભૂત વખત પૂરતો વિરામ લઈ પાછો ધૂણવા માંડે છે, લાદેનને ઝબ્બે કરવાથી અલ કાયદાનું જોર ઘટ્યું હશે પણ ઈસ્લામના નામે આતંકવાદી પ્રવૃત્તિ તો યથાવત જ ચાલતી રહી છે. આ ખતરનાક નરસંહાર પાછળ ઈસ્લામનું ઓઠું લેવાતું રહે છે. ડોનાલ્ડ ટ્રમ્પ એમના પૂર્વ સૂરિ અમેરિકન પ્રમુખો કરતાં પણ આકરા શબ્દોમાં નિવેદનો કરી શકે છે. એમના સંકલ્પ વિશે શંકા કરવાનું કારણ નથી, પરંતુ શું ફક્ત લશ્કરી પગલાં લેવાથી જ ઈસ્લામિક આતંકવાદને નાથી શકાશે ? લશ્કરી પગલાં લેવામાં તો સિનિયર બુશથી લઈ ઓબામા સુધીના રાષ્ટ્રપ્રમુખોએ કોઈ જ કચાશ નહોતી રાખી. એમને યુરોપિયન સંઘ અને રશિયા સહિતનાં રાષ્ટ્રોનો ખુલ્લો સહયોગ પણ સાંપડ્યો હતો. પરંતુ ધાર્યું પરિમામ મેળવી શકાયું નથી તેનો માન્ચેસ્ટર હુમલો પુરાવો છે. ફ્રાંસમાં પણ અવારનવાર આતંકી હુમલાઓ થતા રહ્યા છે. આતંકવાદીઓ માટે હોટલો, રેસ્ટોરંટ અને મનોરંજન સ્થળો સોફ્ટ ટારગેટ બનતાં રહ્યાં છે. યુરોપ આખું ઈસ્લામિક આતંકનો ભોગ બની રહ્યું છે. અમેરિકાના નવા હાકેમ માટે આ સૌથી મોટો પડકાર છે. એક તરફ વિશ્વનાયક તરીકેની દિવસે દિવસે ખંડિત થઈ રહેલી ઈમેજ બચાવવાનો પ્રશ્ન છે, તો બીજી તરફ અમેરિકામાં જ એમની સામે ખુલ્લો વિરોધ પ્રદર્શિત કરનારા નાગરિકોનો અસંતોષ અને નારાજગી ખાળવાની સમસ્યા છે. ટ્રમ્પ આ પડકારોને પહોંચી વળશે કે કેમ એ તો સમય જ કહી શકાશે. ઓસામા બિન લાદેનને ખતમ કરવાથી ઈસ્લામિક આતંકવાદ ખતમ થયો નથી, તેમ આઈ.એસ.ના આકાઓને મારી નાખવાથી એ વિષવેલ જડમૂળથી સમાપ્ત થવાની નથી. જરૂર છે વિશ્વભરમાં ઈસ્લામના નામે ચાલતી આ માનવસંહારની પ્રવૃત્તિ વિરુદ્ધ ઈસ્લામના જ બંદાઓ દ્વારા વિશ્વવ્યાપી જેહાદ જગાડવાની. જો કે અત્યાર લગી ભાગ્યે જ કોઈ ઈસ્લામી રાષ્ટ્રે આવી જવાબદારી ઉપાડવાનો સંકેત બલકે હિંમત દાખવવાની તૈયારી દર્શાવી છે. વિશ્વ નેતાઓએ ઈસ્લામિક રાષ્ટ્રોના વડાઓ, સેનાપતિઓ અને ધર્મગુરુઓને એક મંચ પર લાવી આ પ્રકારની સાચી જેહાદ જગાડવાની જરૂર છે.

મૂત્રમાર્ગના રોગોનું ઔષધ : ગોખરૂં

ઉનાળા દરમિયાન પિત્ત અને એસિડીટી જેવા રોગો વધતા હોય છે. તડકો લાગવાથી ખૂબ પરસેવો વળે તેમા વળી પાણી ઓછું પીવામાં આવે એટલે મૂત્રપ્રવૃત્તિ ઓછી થાય અને એ કારણે પછી ઉનવા કે કષ્ટમૂત્રતા આદિ તકલીફો થાય. જ્યારે મૂત્રપ્રવૃત્તિ ઓછી થાય ત્યારે પિત્ત પણ વધે. આમ આ ચક્કર ચાલ્યા કરે.

આયુર્વેદમાં મૂત્રમાર્ગના રોગો માટે ઘણા ઔષધો કહેલ છે. આ બધા ઔષધોમાં શ્રેષ્ઠ કહી શકાય તો તે છે ગોખરૂં. ખૂબ જાણીતી વનસ્પતિ ગોખરૂંના બે પ્રકારો છે. એક છે ઉભા ગોખરૂં અને બીજા બેઠ ગોખરૂં. આપણા ગુજરાત પ્રાંતમાં ગોખરૂં ખૂબ થાય છે. ગામડાના લોકો તો તરત જ ઓળખી બતાવે. ગોખરૂંના પીળા ફૂલ થાય છે અને તેના નાના ફળ પર ત્રણ કે પાંચ કાંટા હોય છે. સંસ્કૃતમાં ગોખરૂંને ગોક્ષુર, સ્વાદુકંટક, ત્રિકંટક, ચણદ્રુમ, અને શ્વદંષ્ટ્રા કહે છે. ગોખરૂંનું લેટીન નામ 'ટ્રીબ્યુલસ ટેરીસ્ટ્રીસ' છે.

ગોખરૂંના ગુણોની વાત કરીએ તો આયુર્વેદના ભાવપ્રકાશ ગ્રંથમાં ગોખરૂંને પ્રકૃતિમાં ઠંડુ, સ્વાદે મધુર તેમજ ભુખ લગાડનાર અને પાચન કરનાર કહ્યું છે. ગોખરૂં બળદાયક છે. ગોખરૂં શરીરને પુષ્ટ કરે છે અને જાતીય શક્તિ વધારે છે. ગોખરૂં રસાયણ ઔષધ છે. ગોખરૂં પથરી, પ્રમેહ, મૂત્રના રોગો, ઉધરસ,દાહ અને શૂળને દૂર કરે છે. ગોખરૂં મૂત્રલ છે. એટલેકે ગોખરૂં લેવાથી મૂત્રપ્રવૃત્તિ અને મૂત્રવેગ વધે છે. એટલે જે લોકોને (ખાસ કરીને ઉનાળાને કારણે) મૂત્ર ઓછું આવતું હોય કે બળપૂર્વક આવતું હોય કે મૂત્રપ્રવૃત્તિ વખતે દાહ કે શૂળ થતા હોય તેવા લોકો માટે ગોખરૂં એક ઉત્તમ ઔષધની ગરજ સારે છે.

ગોખરૂં ઠડું અને મૂત્રલ હોવાથી પિત્તના લગભગ દરેક રોગોમાં અસરકારક છે. રક્તપિત્તમાં (પેશાબ કે શરીરના કોઈ પણ ભાગ વાટે લોહી પડવું) ગોખરૂં ખૂબ અસરકારક છે. ગોખરૂં કિડની માટે પણ હિતકર છે. રીનલ ફેલ્યોર (કિડનીની અસમર્થતા) કે જેમા ક્રીએટીનીનનું લેવલ ખૂબ વધી જતું હોય છે તેમા ગોખરૂં ખૂબ અસરકારક છે. ગોખરૂં કિડનીના રક્તપ્રવાહને વધારતું હોવાથી હૃદય માટે પણ ફાયદાકર છે.

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા
ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

ગોખરૂં જાતીય રોગોમાં ખૂબ અસરકારક છે. તે નપુંસકતાને દૂર કરે છે. ગોખરૂં શ્રેષ્ઠ પ્રજાસ્થાપક છે. મહર્ષિ સુશ્રુતે ગર્ભિણીને છઠ્ઠા મહિનામાં ગર્ભપાત ન થાય એ માટે ગોખરૂં લેવાની સલાહ આપી છે.

આયુર્વેદના શ્રેષ્ઠ ઔષધોમાંના એક એવા ગોખરૂંના અનેક ઉપયોગો છે. આજના ખોરાક અને લાઈફસ્ટાઈલને જોતા લગભગ દરેક વ્યક્તિ પાચન અને પિત્તને લગતા રોગોનો ભોગ બને છે. આ બન્ને પ્રકારના રોગોમાં ગોખરૂં ઉત્તમ ઔષધ છે. મૂત્રપ્રવૃત્તિને વધારીને ગોખરૂં આપણી યુરીનરી સિસ્ટમને મજબૂત બનાવે છે. નાની મોટી પથરીઓ તો ખાલી ગોખરૂંના ઉકાળા લેવાથી જ નીકળી જાય છે. જો યોગ્ય પ્રમાણમાં લેવામાં આવે તો ગોખરૂંની કોઈ આડસર પણ નથી. જો કે, ઉપયોગ કરતા પહેલા ચિકિત્સકની સલાહ લેવી જરૂરી છે.

- contact@atharvaayu.com

આંબે પાકી કરીએ, ભાઈ વેડી લ્યો !

ઋતુએ આવે મોગરા, ઋતુએ આવે ફૂલ,
ઋતુ વિનાનું ચાહીએ, એ સઘળું ધળેધૂળ.

શાળા જીવનમાં ભણતા હતા ત્યારે પહેલીવહેલી વાર આ દુહો વાંચવામાં અને સાંભળવામાં આવ્યો હતો. એ વખતે ખબર પડેલી કે આવા ટચૂકડા કવિતાને દુહો કહેવાય. પરંતુ દુહો એ દશમો વેદ છે તે વાત તે વખતે અજાણી હતી. છતાં અમારા સાહેબે જયારે આનો મર્મ સમજાવ્યો ત્યારે મજા આવી ગઈ. તે વખતે સાહેબે ઉદાહરણો આપેલા કે નહીં તેની કંઈ ખબર નથી. ભાદરવાના ભીંડાવાળી વાત જયારે વાંચી ત્યારે અનાયાસ આ દુહો એની સાથે જોડાઈ ગયો. ભાદરવાનો ભીંડો ભાદરવામાં જ મળે તેવું અમે સજડબમ્મ સમજી ગયેલા. હવે તો કૃષિવિજ્ઞાનમાં અદ્ભૂત ક્રાંતિ આવી ગઈ છે. ભાદરવાનો ભીંડો બારેમાસ મળે છે. ટીંડોળા જે કાયમ વરસાદ પછી મળતાં તે ય જયારે જોઈએ ત્યારે મળે છે. તુવેર-પાપડી હજુ શિયાળામાં આવે છે તેવી ઉનાળામાં નથી આવતી, પણ સાવ નથી આવતી એવું કહેવાય એમ નથી. જે વસ્તુઓ બારે મહિના મળે છે તેનો અસલ સ્વાદ ઉર્ફે મીઠાશ તો એની જે તે ઋતુમાં જ પ્રાપ્ત થાય છે. બાકી, સમય વગરના શાક સાવ ફિક્કા ફસ્સ લાગે છે તે કોણ નથી જાણતું?

કાળઝાળ ઉનાળાનું મારણ પર કુદરતે કાઢી રાખ્યું છે. ઉનાળાની ગરમી સામે લડવા માટે જોઈતી ઠંડક માટે તડબૂત અને ટેટી જેવા પાણીદાર ફળ કામ સંભાળી લે છે. ફાલસા અને રાયણાં પણ ઉનાળાના ખાસ ફળ છે. શહેરમાં કોઈ કોઈ જગ્યાએ એમના દર્શન થઈ જાય છે. પણ ઘણા સમયથી ખાધા નથી એ કબૂલવું પડે.

આ ઋતુમાં તમે શાકમાર્કેટમાં જાવ તો અડધોઅડધ લારીઓ તો એકલી કેરીઓની જ મળે. જયાં જુઓ ત્યાં જૂનાગઢની કેસર, તલાલાની કેસર, ગિરની કેસર એવું છાપેલા ઢગલાબંધ ખોખાંઓ જોવા મળે.

એક વાર અમે ઉકાઈ બંધની મુલાકાતે જતા હતા. વચમાં સુરત આવે. સુરતની બાજુમાં અમારા સાહેબની સાસરી. ખરા બપોરે અમે એમના ઘરે પહોંચ્યા. અમે બેઠા હતા એના ઉપરના માળેથી વલસાડી હાફૂસ કેરીની મનભર સુગંધી આવી રહી હતી. અમે ઘણા મોડા પડેલા એટલે સાહેબના સાસરિયાંને ફટાફટ સૂકી ભાજી બનાવી, પુરીઓ તળી કાઢી અને મોટું તપેલું ભરીને રસ કાઢ્યો. એ વખતે રસ ખાવાની જે મજા આવી છે એની તો વાત જ થાય એવી નથી. અમારી મંડળીમાં એક વાનો દર્દી હતો. એ કહે મેં હજુ સુધી એ કે વાર રસ ખાધો નથી. અમે બધાએ કહ્યું, 'ભલે આજ લગી ના ચાખ્યો હોય, પણ આજે ખાઈ લ્યો ! આવો મજાનો રસ આપણા અમદાવાદમાં નહીં મળે.' આવું બધું સાંભળીને નવીનભાઈએ થોડોક રસ ચાખેલો એવું યાદ આવે છે ખરું.

અમે નાના હતા ત્યારે બાપુજી બજારમાંથી દેશી કેરીઓ લઈ આવતા. પછી પાટલા પર બેસી એક તપેલામાં પાણીમાં કેરીઓ બોળી રસ કાઢતા. પાણીમાં કેરીઓ ધોવાઈ જતી અને થોડીક ઠંડક પણ મેળવતી. બાપુજી એક એક કેરી હાથમાં લેં, એનું ડીંટુ તોડે, ડીંટા પર અંગુઠો દબાવી કેરીને ચારે બાજુથી ઘોળે એટલે કે હળવા હાથે દબાવે. કેરી ઊંધી કરી થોડોક શીલ કાઢે પછી તપેલીમાં રસ કાઢે. રસની છોળ છૂટે એ જોઈ મોઢામાં પણ પાણી છૂટે. રસ નીકળ્યા પછી અમારી બાજુમાં મૂકેલી થાળીમાં છોતરાં અને ગોટલા મૂકે. એ છોતરાં - ગોટલાં ચોખ્ખા કરવાનું કામ અમારું. આ 'અમે' બે જણ એટલે હું અને મારી ભાણી. વરસો પછી આ દશ્ય બદલાયું. બાપુજીની જગ્યાએ હું આવ્યો અને 'અમે'ની જગ્યાએ મારી દીકરીઓ. પરંતુ જયારથી મિક્ષર ઘરમાં આવ્યું છે ત્યારથી કેરીઓ ઘોળીને રસ કાઢવાની જૂની પુરાણી રીતને અલવિદા કહેવામાં આવી છે. હવે તો કેરીની છાલ કાઢી, ઘરના ટૂકડા કરી બાઉલમાં નાંખવાના અને ઢાંકણું વાસી જેવી સ્વીચ ઓન કરીએ કે ફરરર... કરતો'કને બે મિનિટમાં રસ તૈયાર. વધારે ગળ્યો રસ ઝાપટવો હોય તો ખાંડ ઉમેરી દેવાની. રસ જાડો પડતો હોય તો પાણી ભેળવી દેવાતું. પેલું જીરું, મીઠું કે સૂંઠ હવે કયાં કોઈને ભાવે છે? ઘણા રસિયાઓ તો રવિવારના દિવસે આખું તપેલું ભરીને રસ બનાવી ફ્રિજમાં મૂકી દે અને રોજ એક એક વાટકી ઠપકારે.

મનના ઉમંગો
રણછોડ પરમાર

આંબા અને કેરી વિષે હજુ એક પ્રસંગ સાંભરે છે. હું ચોથા ધોરણમાં ભણતો હતો. અમારા બાલમંદિરની પાછળ મોટું આંબાવાડિયું હતું. એ વખતે મેઘાણીનગરમાં અસંખ્ય આંબા હયાત હતા. વસંત ત્રણે એ આંબે કેરીઓ આવી હશે. અમે નિશાળેથી છૂટી રોજ આંબેથી કેરીઓ પાડવા જતા. એક દિવસ કેરીઓ પાડી લીધા પછી નીચે ઉતરતાં છેક છેલ્લી ડાળીએ આવતાં મારાં હાથ જાડી ડાળ પરથી સરકી ગયા. બહુ ઊંચેથી નહોતું પડાયું એટલે કોઈ અંગભંગ થયો નહીં પણ નીચે ફલાંગ દઈને પડતાં મારું મોઢું થડને અથડાઈ ગયું. બે દાંત ત્યાંના ત્યાં પડી ગયા. હોઠે અને ગાલે પણ થોડુંક વાગ્યું. ઘેર આવીને પાછો લંગડી કૂદતો હતો ત્યાં ઉંબરે અથડાયો એટલે બીજા બે દાંત પડ્યા. મારા બેઉ ગાલે સોજા આવી ગયા. નસીબજોગે એ દિવસે બહેનો સાસરેથી આવી હતી એટલે માર ખાવામાંથી બચી જવાયું. બીજા દિવસે બાને કોઈએ દવા બનાવી હશે તો બાએ આંબા હળદર અને મેંદાલકડી ઘસીને ચાલે ચોપડી. બેઉ ગાલે દાઢી આવી હોય એવું દશ્ય સર્જાયું. મિત્રોને ચીડવવાની મજા પડી ગઈ. એ લોકો મને 'કડકા' કહીને બોલાવવા માંડ્યા. એ ત્રણ ચાર જણા તો હજીયે ભટકાઈ જાય તો મને કાકા કહીને જ સંબોધે. બહુ વરસ વરસ થયા. મારા સમવયસ્ક મિત્રોને મોઢે 'કાકા' શબ્દ સાંભળ્યાને ! સાંભળવા મળશે તો આનંદ થશે, અવશ્ય, સો ટકા.

આપણા કવિભાઈઓ બાવળ-આવળના ગીતો લખે છે પણ આંબા - મહૂડા - રાયણના ગીતો કેમ લખતા નથી એનું મને કારણ સમજાતું નથી. એટલે આજે તો ગીત વગર ચલાવી લ્યો મારા ભાઈ!

જિંદગી કુલ્ફી કી તરહ હૈ, ટેસ્ટ કરો યા વેસ્ટ કરો, પિઘલ તો રહી હૈ, ઈસલિયે જિંદગી કો ટેસ્ટ કરના શીખો, વેસ્ટ તો વૈસે ભી હો રહી હૈ

મજાનો દિવસ

છેલ્લી પરીક્ષાનો દિવસ
એટલે જલસાનો દિવસ
આ બાજુ પરીક્ષા પતતી
ને આ બાજુ વેકેશન ચાલું થતું.
સવારે સાયકલ ફેરવતા
બપોરે કેબલમાં પિકચર જોતા
સાંજે થપ્પો રમતા.
અને રાત્રે પકડા પકડી અને સાંકળી રમતા
કેરી ખાવાની મજા
તરબૂચ અને સક્કરટેટી ખાવાનો જલસો
અને રાત્રે
બરફનો ગોળો ખાવાની ધમાલ
અથાણાના તપેલાય
તડકે મૂકવા જતા
અને કયારેક કયારેક
કેરીનું છીણ છુપાઈને ખાઈ લેતા.
કયારેક પત્તા રમતા
તો કયારેક સાપ-સીડી રમતા
બે રૂપિયાની પેપ્પી ચૂસવાની
શેરડીનો રસ પીવાની
અને રાત્રે ગુલ્ફીવાળો બૂમ પાડે
ત્યારે ભાગીને ખાવા જતા.
વીડિયો ગેમ્સમાં મરચો રમવાની
ટી.વી.માં મોગલી જોવાની
સારા ગીતોની કેસેટ બનાવવાની
મજા જ કંઈ અલગ હતી.
માટીનો ઢગલો પડ્યો હોય ત્યાં
ઈંટ લઈને એમાં રસ્તો બનાવતા
અને હાથ ગાડી ખાલી હોય તો
એમાં કોઈને બેસાડીને ચલાવતા.
મામાના ઘરે રહેવા જતા
ત્યાંનોય આનંદ માણતા
બધા ભાઈ - બહેનો સાથેનો જલસો.
ચપટીમાં પસાર થઈ જતો
ના કમ્પ્યુટર હતા.
ન મોબાઈલ હતા
પણ એ દિવસો તો
મજાના દિવસો હતા.

- કિંજલ સંઘવી

ઉપર્યુક્ત શબ્દ સંવેદનાએ બાળપણના વિસ્મૃતજગતનો તાદશ્ય કરી દીધું. વાર્ષિક પરીક્ષા પછી બાળમાનસ નર્યોહાશકારો અનુભવતું... મામાના ઘેર જવાનો અભરખો ચગડોળે ચઢતો. મે મહિનાને 'મામા માસ' કહેતા. જો કે મને આવી કોઈ તાલાવેલી નહોતી કારણ હું જન્મ્યો... ઊછર્યો ને વિકસ્યો મોસાળમાં જ... મારે મન મોસાળતીર્થ છે ! મામા મહિનામાં મોકલા મને મ્હાલવા મળતું... ન કોઈ રોકટોક બ..સ.. બિન્દાસપણે લખલૂટ આનંદનો જલસો જ જલસો...!!!

આજે તો વેકેશન પડતાંની સાથે જ સમર કેમ્પમાં નામ નોંધાઈ જાય. વિવિધ હોલી વર્ગોમાં બાળકને ગોઠવવાની તજવીજ હાથ ધરાય... આજના બાલદેવના ભાગ્યમાં વેકેશનની મોકળાશ કે મામા મહિનાની મજા જાણે લખાઈ જ નથી!!!

મામાનું ઘર...! સ્કૂલની પરીક્ષાનું છેલ્લું પેપર આવીને આવતા; લગભગ તે જ દિવસે મામાનો કાગળ આવી જતો. મોટા બેન અને નાના બેન બાળકો સાથે આવી ગયા છે. મોટા ભાભીને બાળકો શનિવારે આવી જશે. તમે કયારેક આવો છો ? વહેલાસર લખજો, સ્ટેશને તમને લેવા ગાડું મોકલશું. વાંચીને અમે ચારેય ભાઈનો કકળાટ કરી મૂકીએ, 'આ બધાતો પહોંચીએ ગયા ! ચાલ, બા, આજે જ નીકળીએ...!'

લાગણીનો મેળો
રસિક વાળંદ

અને પણી સાત-આઠ કલાકની ખખડધજ બસની મુસાફરીની તૈયારી શરુ કરી. પતારની મોટી ટ્રંક, નાસ્તાનો અડધિયો ડબ્બો... પિત્તળનો પેચવાળો પાણીનો લોટો અને ખિસ્સામાં રંગબેરંગી પીપરમેન્ટ...

મામાને ઘરે કંઈ એવી મોટી સાહ્યબી કે એશોઆરામ નહી... નાનું ઘર... લાઈટ કે પંખા પણ નહીં... પાણીયે કૂવેથી ભરવાનું... આર્થિક રીતેય મામા કંઈ એવા માલેતુજાર નહીં.

એક નાનું ખેતર ને બે ભેંસો પર બધોય વ્યવહાર. પણ તોય આનંદના કારણોનો પાર નહીં... સૌથી પહેલા તો ગાડામાં બેસીને વીઆઈપીની જેમ ગામ વચ્ચેથી પસાર થવાનો આનંદ...

કૂવે પાણી ભરવા જવાનો આનંદ...

મામી અને માસીના હાથની હેતભરી વાનગીઓ ખાવાનો આનંદ...

સાથે મળીને કામ કરવાનો આનંદ... એકબીજાના કપડાં પહેરી રામજી મંદિર જવાનો આનંદ...

ફળિયામાં આવેલા લીમડાના છાયડાં નીચે ઝોળવાળા ખાટલામાં પણ પરીઓના સપનાવાળી મીઠી ઊંઘનો આનંદ... બપોરે આયોજન વિનાના સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમમાં પરફોર્મ કરી બધાની પ્રશંસા ઝીલવાનો આનંદ...

ઝીણા ઝીણા ઝઘડા પછી રીસામણા ને મનામણા ઓઠા હેઠળ સહુના વાત્સલ્ય ધોધમાં ભીંજાવાનો આનંદ... બસ, આનંદ જ આનંદ...!!!

દર વરસે વેકેશનની એ એક મહિનાની રેસીડેન્શિયલ તાલીમે 'વસુધૈવ કુટુંબકમ્' ની ભાવનાના જે ઊંડા મૂળ રોપ્યા છે. તેણે જિંદગીને જોવાના શત્ શત્ દૃષ્ટિકોણ ખાલી આપ્યા છે.

એમાંય પાછા ફરીએ ત્યારે મામી હંમેશા સહુને જોડ કપડાં આપતાં. એ પળોનું પોત તો એવું મજબૂત કે આટલા દાયકાઓ પછી હજુ સુધી ફાટ્યુય નથી ને ફીટ્યુંય નથી.

બદલાતા સમય સાથે પ્રગતિએ હરણફાળ ભરી છે.
સુખ સુવિધાઓનો વ્યાપ વિસ્તાર્યો છે.
મામાઓને ઘેર હવે ગાડું નહીં, ગાડી(ઓ) છે.
ત્રણ બેડરૂમના મોટા ફલેટની આબાદી છે.
જેમાં એકરુપ ખાસ મહેમાનો માટે છે.
અને વળી રાંધવાવાળા મહારાજ પણ છે.
નાના ખેતરને બદલે મોટી ફેકટરી છે. બધું જ છે... બધું જ... નથી તો બસ એક મામાનો કાગળ... 'બહેન, તું બાળકોને લઈ કયારે આવે છે ??!'

સ્પર્શમણિ

જિંદગી કુલ્ફી કી તરહ હૈ, ટેસ્ટ કરો યા વેસ્ટ કરો, પિઘલ તો રહી હૈ,
ઈસલિયે જિંદગી કો ટેસ્ટ કરના શીખો, વેસ્ટ તો વૈસે ભી હો રહી હૈ.

Rasikvaland1965@gmail.com