સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

સલામી સવારની..

ફૂટેલા-ખૂટેલા સ્ટાફથી નિષ્ઠા સચવાશે?
આ જર્જરિત જેલોમાં રાજન સચવાશે?
સચવાશે કેમ કીડાના દરમાં આ હાથી?
ખોટા મહાજનોથી છોટા રાજન સચવાશે?
(ખોટું સાહસ)

હાઈકુ

સીમાઓ પર
મોંઘવારીમાં પણ -
શહિદી સસ્તી..
(મુંહ તોડ જવાબ?!

ચૂંટણી યજ્ઞે
કોમવાદી આગના -
ઉડે તણખા..
(ફેલાય દહેશત)

ચિંતન

શનૈઃ શનૈશ્ચ ભોક્તવ્યં સ્વયં વિત્તમુપાર્જિતમ્ । રસાયન મિવ પ્રાજ્ઞૈલયા ન કદાચન ॥

'પોતે મહેનત એન પરિશ્રમ પૂર્વત પ્રાપ્ત કરેલું ધન-સમૃદ્ધિ, ડાહ્યા - અને સમજું માણસે રસાયણની ગોળી જેમ ધીરે ધીરે ચૂસવામાં આવે અને તોનો રસા-સ્વાદ લેવામાં આવે તેમ, ધીરે ધીરે ભોગવું-ઉપયોગ કરવો જોઈએ, એ રીતે પરિશ્રમ પૂર્વક એકત્ર કરેલી સમૃદ્ધિને 'ઉડાઉ'ની જેમ ફૂંકી ન મારવી જોઈએ. વેડફી ન નાખવી જોઈએ.'

ઘણીવાર સ્વાશ્રય અને પરિશ્રમથી પણ એકત્ર કરેલી સંપત્તિ, જો માણસ ખરાબ રવાડે (મૈત્રી-ટેવો-વ્યસન-શોખ) ચઢી જાય તો બધી જ મહેનતની મૂડીનો નાશ થઈ જાય છે.

પૂના ખાતે રહેતો માત્ર એક વિદ્યાર્થી મોટો બિલ્ડર હતો એને ત્યાં હું ગયો હતો. વિશાળ બંગલો-ભવ્ય જાહોજલાલી એક કાર મને શનિદેવ અને ત્ર્યંબકયાત્રા માટે દીધી હતી. એણે એક રાત્રે ક્ષમા સાથે ત્રીજે માળે ઘરમાં બનાવેલો 'બાર' (દારૂવ્યસન બતાવ્યો) અને એ વ્યસનને જ એને ધનોતપનોત કરી નાખ્યો.

સમૃદ્ધિ રસાણની જેમ ધીમે ધીમે વાપરવી જોઈએ.

સુવિચાર

- વિજ્ઞાને 'સત્ય'નું વચન આપ્યું છે - સુખ કે શાંતિનું નહીં - **સી.વી. રામન**
- માણસ ભલે ઘરડો થાય પણ માણસનો લોભ કદીયે ઘરડો થતો નથી - **વેદવ્યાસ**
- માણસના ઉપર દોષારોપણ કરવાથી તેના હૃદયને જીતી ન શકાય, પ્રેમથી જ હૃદયને જીતી શકાય - **હિતોપદેશ**
- ડાહ્યા વાંચવાવાળા જયારે ગુણ શોધવામાં રોકાય છે ત્યારે મૂર્ખા વાંચવાવાળા ભૂલ શોધવામાં સમય બગાડે છે - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- પ્રેમનું મંદિર બનાવવામાં આવે એવી આશા ઈશ્વર રાખે છે, જયારે માણસો પથ્થરનું મંદિર બનાવે છે - **ઝેન કથન**

(સંકલન : દીપક વી. આસરા)

બોધકથા

ઘણા લોકોની એવી ટેવ હોય છે કે એમની પાસે પૈસા તો ઠીક પણ નાની સરખી વસ્તુની માગણી કરીએ તો એ વસ્તુ કરતાં પણ મોટી મોટી સલાહ બહુ આપે. દા.ત. પુસ્તક માગો તો એની સાચવણ-પુસ્તકનો સાર - પાછું આપવાનો સમય વગેરે બાબતનું ભાષણ - સલાહ રુપ સાંભળવું પડે!

નાના ગામનો એક શાહુકાર વધારે વ્યાજે પૈસા આપતો. ગામની ગરીબ વસતી લગભગ એનું દેવાદાર હતું. આ શાહુકારની પણ એવી ટેવ-પૈસા શા માટે જોઈએ - પ્રસંગમાં કેટલું ખર્ચ થશે - ખોટું ખર્ચ જાતે જ ઓછું કરાવે - બચત અને કરકસરનું વ્યાખ્યાન તો ખરું જ... લોકોને ગરજ હોય એટલે શાહુકાર એની સલાહ અને ભાષણને સહન કરતા.

નસીરૂદ્દીનને શાહુકારની આ ટેવની જાણ થઈ એટલે એને પાઠ ભણાવવા એ પણ 'પૈસા ઉધાર' (વ્યાજે) લેવા ગયા... શાહુકારે પુછ્યું, એક લાખ રૂપિયાનું શું કરશો? નસરૂદ્દીન કહે હાથી લેવો છે... સાઈકલ પર બેસી કંટાળ્યો છું... શાહુકાર કહે - હાથી ખરીદી પછી એને ખવડાવશો શું? એવી મૂર્ખાઇ કરતા નહીં.

નસરૂદ્દીને આંખો કાઢી કહ્યું, શેઠ મેં વ્યાજે 'પૈસા' માગ્યા છે તમારી સલાહ નહીં. આપવા હોય તો આપો.

ફૂંકી ફૂંકીને પગલાં માંડતા રાજકીય પક્ષો

તંત્રીસ્થાનેથી....

ગુજરાતમાં સ્થાનિક સ્વરાજની સંસ્થાઓની ચૂંટણીઓ વર્તમાન રાજય સરકાર તેમજ કેન્દ્ર સરકાર બેઉ માટે પ્રતિષ્ઠાનો પ્રશ્ન બની રહી છે. સામાન્ય સંજોગોમાં આવી ચૂંટણીઓમાં સત્તાધારી પાર્ટીને સહેલાઈથી 'વૉક ઑવર' મળી જતી હોય છે. પ્રજા જાણે છે કે ઉપર-નીચે એક સરખી સત્તા હોય તો વહીવટમાં સરળતા રહે. વળી વિકાસમાં વિકાસમાં તેમજ અંગત કામો પણ ઝાઝી અડચણ વગર પાર પડે. પરંતુ બદલાયેલા સંજોગોમાં આવી ચૂંટણીઓનું મહત્ત્વ ઘણું વધી જાય છે. સરકારને પોતાની તાકાત બતાવી દેવાની એક સોનેરી તક તરીકે પાટીદાર સમાજ આ ચૂંટણીઓનો ઉપયોગ કરવા માગે છે. સામે પક્ષે સરકાર માટે પોતાની ઈજ્જત બચાવવાનો સવાલ ઊભો થયો છે. આનંદીબેન પટેલ તૈયાર ભાણા પર બેસી ગયેલાં મુખ્યમંત્રી છે. એમને મોદીની કમાણીનો રાજકીય વારસો સાંપડેલો છે. એટલે એમના માટે આ કસોટી પાર કરવી ખૂબ જરુરી છે. પોતે પાટીદાર સમાજમાં દીકરી છે. વળી સોનામાં સુગંદ જેવી બાબત એ છે કે આનંદીબેન કડવા પટેલ સમાજમાં જન્મ્યાં હતાં અને લેઉવા પટેલ સમાજમાં એમનાં લગ્ન થયાં હતાં. આમ બેઉ પાટીદાર સમાજ એક તાંતણે બંધાયા હોય એવાં મહિલા નેતા, બેઠક પરથી ચૂંટાઈને આવેલાં. આ તમામ પરિસ્થિતિ ભાજપની તાસીર મુજબ સાનુકૂળ ગણાય પરંતુ છેલ્લે પાટીદાર સમાજમાં અનામત મુદ્દે ઊભું થયેલું આંદોલન ઉત્તર ગુજરાતમાં શરુ થઈ સમસ્ત રાજયમાં ફેલાયું, જે એમના માટે ઘણી મૂંઝવણ સરજી રહ્યું છે. આંદોલનનું એપી સેન્ટર મહેસાણા જિલ્લો છે. આ મહેસાણા જિલ્લાના જ વડનગર ગામના પનોતા પુત્ર નરેન્દ્ર મોદી આજે દેશના વડાપ્રધાન છે અને બહેનજીના પાડોશી માણસા ગામની વતની અમિત શાહ ભાજપના રાષ્ટ્રીય અધ્યક્ષ છે. આમ જુઓ તો કેવા શુભ સંજોગો! પરંતુ પાટીદાર અનામત આંદોલનને કારણે વાતાવરણ ડહોળાઈ ગયું છે. પાટીદાર આંદોલનના મુખ્ય સૂત્રધાર હાર્દિક પટેલને રાજદ્રોહના ગુના હેઠળ જેલમાં ધકેલી દેવાયો છે પરંતુ લાલજી પટેલ જેવા નેતાઓ બહાર રહીને ભાજપને ખબર પાડી દેવાના મૂડમાં છે. આવી પરિસ્થિતિનો સ્વાભાવિક ફાયદો મૃતપ્રાય સ્થિતિમાં પડેલી કોંગ્રેસને જ થાય. પરંતુ પાટીદારો કોંગ્રેસને તો ક્ષત્રિય-હરિજન-આદિવાસી-મુસલમાનોની 'ખામ' પાર્ટી ગણીને અત્યાર સુધી એનાથી અળગા રહેતા આવ્યા છે. સવર્ણ વાણિયા-બ્રાહ્મણોના પક્ષની ઓળખ ધરાવતા ભાજપને પાટીદારોનું જે જોરદાર સમર્થન સાંપડ્યું એથી એણે કાઠું કાઢ્યું, એટલું જ નહીં, એ ગુજરાતમાંથી દેશ આખામાં ફેલાયો. વાજપેયી, અડવાણી અને વેંકૈયા કે જેટલી જેવા નેતાઓ અવારનવાર ગુજરાતમાં બનેલી ભાજપની સાનુકૂળ સ્થિતિનો લાભ લેતા રહ્યા છે. આજે તો કેન્દ્રમાં વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદી, પક્ષના રાષ્ટ્રીય અધ્યક્ષ અમિત શાહ, નાણામંત્રી અરૂણ જેટલી અને માનવસંસાધન મંત્રી સ્મૃતિ ઈરાની ઉપરાંત ગૃહરાજયમંત્રી અને સૌરાષ્ટ્ર તથા દક્ષિણ ગુજરાતમાંથી બીજા બે રાજયકક્ષાના મંત્રીઓ ગુજરાતનું પ્રતિનિધિત્વ કરી રહ્યા છે. આવી સાનુકૂળ સ્થિતમાં પાટીદારોની વોટબેંક ખોરવાઈ જાય તો ફક્ત આનંદીબેનનું જ નહીં, મોદીનું પણ નાક કપાય એવા સંજોગો સરજાયા છે. તેથી પાટીદારોના રાજયવ્યાપી ઊહાપોહ છતાં ભાજપ વધુમાં વધુ બેઠકો પાટીદારોને ફાળવીને એની પ્રતિબદ્ધતા દર્શાવવા પ્રયત્નશીલ છે. કોંગ્રેસ પણ પાટીદારોમાં વ્યાપેલા અસંતોષનો લાભ લેવા કટિબદ્ધ છે, પરંતુ એની 'ઓબીસી' વોટબેંક અકબંધ રાખવા માગે છે. બેઉ પાર્ટીઓ ફૂંકી ફૂંકીને ડગ માંડી રહી છે!

સંબંધ એટલે કાચનું વાસણઃ હેન્ડલ વિથ કેર

ગુલમોર
દિનેશ દેસાઈ

સત્તરમી સદીમાં થઈ ગયેલા મહાન ફ્રેન્ચ સર્જક, ચિંતક-વિચારક વોલ્તેયર (૧૬૯૪-૧૭૭૮)એ લખ્યું છે કે ''પ્રેમના સંબંધમાં એકમેકની કાળજીપૂર્વક સંભાળ લેવી અને પ્રિયજનને ગમતું કરવાની લાગણી પણ આવી જ જાય. પ્રિયજનને ગમતું ન કરવાથી જ સંબંધમાં ન જોઈ શકાય એવી બારીક તિરાડ પડે છે, જે સમયની સાથે લાંબી-પહોળી થતી રહે છે. આવી તિરાડ પછી ક્યારેય સાંધી શકાતી નથી.''

કાચના વાસણ માટે કહેવામાં આવે છે કે ''હેન્ડલ વિથ કેર.'' એટલે કે કાળજીપૂર્વક સંભાળ લેજો. સંબંધનું પણ એવું જ છે. સંભાળ લેવી એટલું જ પુરતું નથી, કાળજીપૂર્વક સંભાળ લેવી અગત્યની છે. પતિ-પત્ની અથવા પ્રિય અને પ્રિયાનો સંબંધ વિશ્વાસના પાયા ઉપર ચણાયેલી ઈમારત જેવો છે. એમાં જો કોઈ શંકા અથવા અવિશ્વાસ પેદા થાય ત્યારે આખી ઈમારત હલી જતી હોય છે. શંકાના આફટર શોક્સ વારેવારે આવે તો પછી એક દિવસ આખી ઈમારત જમીનદોસ્ત થઈ જતી હોય છે. આથી જ સંબંધ કોઈ પણ હોય, તેનું જતન કાળજીપૂર્વક સંભાળ લઈને થાય એ જ મહત્વનું છે.

પ્રેમ હોય કે લગ્ન કે પછી કોઈ પણ સંબંધ હોય, એમાં કાળજી, સંભાળ, વિશ્વાસ અને પરસ્પર આદરનું સ્થાન સૌથી અગત્યનું છે. યુ.કે.ની સાઉથવેલ્સ યુનિવર્સિટીના હ્યુમન રિલેશન્સ ફેકલ્ટીએ કરેલા અભ્યાસનાં તારણો ચોંકાવનારાં છે. જેમાં ત્રણ કેટેગરી પાડવામાં આવી છે. (૧) ટિનેજર કપલ, (૨) મેરીડ કપલ, (૩) લિવ-ઈન કપલ. ત્રણેય પ્રકારના કપલ પૈકી તમામ કપલના સાથીઓમાંથી ૯૪ ટકા સ્ત્રી-પુરુષ મલ્ટીપલ પાર્ટનર સાથે સંપર્કમાં રહી ચુક્યા હોય છે.

આ અભ્યાસ પ્રમાણે ટિનેજર કપલ વચ્ચેની રિલેશનશીપ એક મહિનાથી એક વર્ષ સુધી જ રહે છે. જે લાંબો સમય રહેતી નથી. મેરીડ કપલ પૈકી ૯૨ ટકા સાથી એકથી વધુ વખત લગ્ન કરનાર હોય છે. મેરેજ રિલેશન લૉંગ લાઈફ રહે એવા કપલની ટકાવારી ફક્ત ૫૬ ટકા જ છે. જ્યારે લિવ-ઈન કપલની રિલેશનશીપ સરેરાશ છ મહિનાથી બાર મહિના સુધી જ ટકી રહે છે. એ પછી ફરી તેઓ નવા પાર્ટનર સાથે જોડાય છે. આ છે, સંબંધનું તકલાદીપણું.

ભારતીય વ્યવસ્થામાં સંબંધનું તકલાદીપણું જલદી બહાર પડતું નથી કે એવી કોઈ ચર્ચા પણ જાહેર થતી નથી. ભારતીય શહેરોમાં (૧) ટિનેજર રિલેશનશીપ પણ એક અભ્યાસના અહેવાલ પ્રમાણે તકલાદી તો છે જ. (૨) મેરીડ કપલની રિલેશનશીપ તૂટવાની સંખ્યા-ટકાવારી આપણે ત્યાં પશ્ચિમના દેશો જેટલી ચિંતાજનક નથી. કારણ કે આપણે ત્યાં લગ્નસંસ્થા મજબુત છે અને ઘીના ઠામમાં ઘી પડ્યું રહે છે તથા બધું ઢંકાઈ જાય છે. સબ ગુના માફ. (૩) લિવ-ઈન કપલની સફળતા ભારતીય શહેરોમાં એક અભ્યાસ પ્રમાણે ૬૨થી ૬૫ ટકા જોવા મળી છે. આ ટકાવારી આશા જગાવનારી છે. ભારતીય શહેરોમાં પશ્ચિમના દેશોની અસરતળે લિવ-ઈન રિલેશનશીપ સિસ્ટમ સમાજમાં જોવા મળે જ છે.

મૂળ વાત તો ત્રણેય પ્રકારના સંબંધ અથવા રિલેશનશીપમાં કાળજી-સંભાળ અને વિશ્વાસના ટકાઉપણાની છે. આ સંબંધ એવા હોય છે કે જેમાં ઉભી થતી નાનકડી શંકા સંબંધ ઉપર પૂર્ણવિરામ મૂકાવી દેતી હોય છે. ક્યારેક બે પૈકી કોઈ એક સાથીના અન્ય સાથે પણ સંબંધ હોવાની શંકા સંબંધવિચ્છેદનું કારણ બને છે. જેની જાણ જીવનસાથીને હોતી નથી. સંબંધમાં બેઉ પક્ષે આદર અને સમાન ભાવ રહે તો સંબંધને તિરાડ પડતી નથી અને સંબંધમાં તડને જોડવા કોઈ એડહેસિવની પણ જરુર પડતી નથી.

સ્ટોપર :

'આંખે ખોલની પડતી હૈ, રોશની કે લીયે
મહજ સુરજ નીકલને સે અંધેરા નહી જાતા'

શંકાના આફટર શોક્સ વારેવારે આવે તો પછી એક દિવસ આખી ઈમારત જમીનદોસ્ત થઈ જતી હોય છે, આથી જ સંબંધ કોઈ પણ હોય, તેનું જતન કાળજીપૂર્વક સંભાળ લઈને થાય એ જ મહત્વનું છે

અલવિદા વિક્રમ સંવત-૨૦૭૧

મનના ઉમંગો
રણછોડ પરમાર

વિક્રમ સંવત ૨૦૭૧નો આજે છેલ્લો ગુરુવાર છે. આવતા ગુરુવારે વિક્રમ સંવત ૨૦૭૨નું નવું વર્ષ ધૂમધડાકા સાથે બેસી ગયું હશે. આ વર્તમાનપત્ર આપના હાથમાં આવશે તે પહેલાં આપશ્રી જો સદાસર્વદા આળસુના પીર નહીં હોવ તો જરુરથી વહેલા ઊઠી, સ્નાનાદિ કર્મોથી પરવારી, બની શકે તો દેવપૂજા પૂર્ણ કરીને, નાના હશો તો મોટેરાંને પગે લાગીને અથવા વડીલ હશો તો તમને પગે લાગનારાઓને કડકડતી નોટ (રૂા. ૧૦, ૨૦, ૫૦, ૧૦૦ આપની શક્તિ મુજબની) સહિત આશીર્વાદ આપીને નિરાંતે સોફામાં બેસી ચા બનવાનું કામકાજ કેટલે આવ્યું તે બાબતે રસોડામાં નજર નાખીને અચાનક બોલી ઉઠશો, 'અલ્યા છાપુ આવ્યું કે નહીં? આજે આ લોકોને નવા વરસમાં શું લખ્યું છે તેતો જોઈએ!' ઘરમાં કોઈ નાનું ટેળીયું હશે તો દોડીને બધા લાલમલાલ કાગળો ભેગા કરીને લઈ આવશે. ઘરરખ્ખું ગૃહિણીએ વહેલી સવારે કચરો વાળતાં પહેલાં છાપુ ઉઠાવીને ટીપોય પર મુકી દીધું હોય તો એવા આવા કોઈ ઉદ્‌ગારો કાઢવા પઢસે નહીં. ચા આવે તે પહેલાં થોડુંક અલપઝલપ વાંચી લેવાની આપ કોશિશ કરશો. અરે રામ! આપણે તો જૂના વરસમાં નવા વરસની વાત માંડીએ કયાં બેસી ગયા? આજે તો હજુ આપણે આ વરસની વારતા પૂરી કરવાની બાકી છે. આપણે, ખાસ તો શબ્દનો સથવારો આ વરસે કેવોક સાંપડ્યો તેની થોડીક વાતો કરીએ તો યોગ્ય ગણાશે એવું મને લાગે છે.

આ વરસે હું ગુજરાતી સાહિત્ય પરિષદના ચીમનલાલ મંગળદાસ ગ્રંથાલયના સભ્યપદે માર્ચ-૨૦૧૫થી પુનઃસક્રીય થયો. દર માસે સુંદર મનગમતા પુસ્તકો વાંચવાનો અનેરો આનંદ મળ્યો. દરેક પુસ્તકપ્રેમીએ તથા ચિત્રકલાના ચાહકે આ વાત ધોધની જીવનકથા જરુરથી વાંચવી જોઈએ. પરિષદની મુલાકાતોને કારણે ઘણા સાહિત્યિક કાર્યક્રમોનો લાભ પણ મળ્યો. છેલ્લે ગંગોત્રી ટ્રસ્ટના કેટલાક જૂના પ્રકાશનો વિના મૂલ્યો આપવામાં આવતા હતા તેમાં ઉમાશંકર જોષીનું 'સમગ્ર કવિતા' સંપાદન સાવ મફતમાં મળ્યું એ કાં જેવો તેવો લાભ ના ગણાય! કેટલાક 'સંસ્કૃતિ'ના જૂના અંકો પણ ઉપલબ્ધ થયા. ગયા ગુરુવારે જયારે આપ 'પસ્તીની પારાયણ' વાંચતા હશો તે સમયે હું ઘરમાં વધુ પસ્તી (?) નો ઉમેરો કરી રહ્યો હતો. પુસ્તક બદલવાનો દિવસ અને સમય મોટેભાગે એવી રીતે પસંદ કરતો કે તે દિવસે બુધસભામાં પણ ભાગ લઈ શકાય. જોકે બુધસભામાં હજુ અમે સાંભળવાનું જ રાખ્યું છે. કવિતા રજૂ કરવાની હિંમત કદાચ નવા વરસે થઈ શકશે.

દર મહિનાના પહેલા રવિવારે ગાંધીનગરમાં ઘ-૪ના વર્તુળમાં પુસ્તક પરબની પ્રવૃત્તિ ઘણા લાંબા સમયથી ચાલે છે. કુ. પ્રજ્ઞાબેન પટેલની પ્રેરણાથી અમે પણ આ પરબના પાણી પીવામાં ભાગીદાર બન્યા છી. હું અને મારી દીકરીએ ઘણા રવિવારની સવાર અહીં પુસ્તકો વચ્ચે ખૂબ આનંદપુર્વક પસાર કરી છે. જેટલા આનંદથી આયોજકભાઈઓ (બહેનો પણ) આ કામગીરી કરે છે તેવો જ સુંદર પડઘો વાચકરસિયાઓ પાડે છે. કેટલાક રસિયાઓ તો વ્યવસ્થાપકો કરતાં પણ વહેલા આવી જાય છે. છેલ્લા રવિવારે બે વસ્તુ ખાસ નોંધવા જેવી બની ગઈ. એક તો પુસ્તકો લેનારાની સરસ લાંબી લાઈન જોવા મળી તેમાં ખાસ આવતીકાલના નાગરિકોને એક પછી એક પુસ્તક જોતા-તપાસતાં નિહાળવા એ એક લ્હાવો છે. બીજી મજાની વાત એવી બની કે શબ્દને સંગીતની સરવાણીનો સાથ મળ્યો. ગાંધીનગરના વરિષ્ઠ ચિત્રકાર, કાર્ટુનિષ્ટ ચિપલોનકરદાદા શી ખબર કઈ પ્રેરણાથી ત્યાં આવી ચડ્યા અને અંદરની બાજુએ બેસી સુમધુર વાંસળીના સૂર રેલાવવા માંડ્યા. દિવાળી આવવાની હજુ સાતઆઠ દિવસની વાર હતી પરંતુ એમણે અત્યારથી જ આરંભી દીધું. 'જયોત સે જયોત જગાતે ચલો, પ્રેમખી ગંગા બહાતે ચલો.' અંદરના ઓટલે બે-ત્રણ ગીતો સજાવી પાછા એ બહારની બાજુ આવ્યા અને શરુ કર્યું, 'પંખ હોતે તો ઉડ જાતા રે...' સાંભળનાર સર્વે મુલાકાતીઓ આનંદવિભોર બની ગયા. પુસ્તકની પરબમાં વાંસળીના સૂરની સરિતા વહી એ જઈ રહેલા વરસની યાદગાર ક્ષણ ગણી શકાય. આટલું ઓછું હોય તેમ પરબ સમેટવાનો સમય થયો હશે ત્યાં એક પોલીસ અધિકારીએ તેમની ફરજ પતાવીને સીધા આવીને સર્કલના કાંઠે તેમનું બાઈક પાર્ક કર્યું. તેઓ ખૂબ ઉત્સાહથી બધા પુસ્તકો જોતા હતા. કદાચ સંજયભાઈ થોરાતે તેમનો ફોટો પડ્યો છે. કાયદાનો રખેવાળ સાહિત્યનું પુસ્તક હાથમાં લે એ દૃશ્ય જ આવનાર સમય માટે કેટલી બધા આશા જન્માવે છે?

શ્રી ઉમાશંકર જોષીએ તેમના કાવ્યસંગ્રહ 'નિશિત' ને જ્ઞાનપીઠ પુરસ્કાર મળ્યાપછી પુરસ્કાર ગ્રંથમાળા શરુ કરી હતી. કવિતાસંગમ હેઠળ ભારતની વિવિધ ભાષાઓની કવિતા ગુજરાતીમાં લાવવા યોજના કરવામાં આવી હતી. તદાનુસાર કવિતા સંગમ હેઠળ સાત પુસ્તકો પ્રગટ કરવામાં આવ્યા હતા. ત્યાર પછી મરાઠી કવિતાના સાત કાવ્યસંગ્રહો આપવામાં આવ્યા હતા. તેમાં પુ.શિ.રંગેના કાવ્યોનો અનુવાદ સુરેશ દલાલે કર્યો હતો. રંગે એકદમ સાદા અને સરળ શબ્દોમાં કવિતાના ખૂબ ઊંચા શિખરો સર કરી શકે છે. આ સાથે મુકેલું કાવ્ય વાંચીને આપ મારી વાત સાથે જરુરથી સંમત થશો.

પક્ષી ગાતું નથી

પક્ષી ગાતું નથી
પોતાની સીમાઓની કક્ષાનો ઉદ્‌ઘોષ કરે છે.
સિંહ ત્રાડ પાડતો નથી
પોતાની હકૂમત કયાં કયાં છે તેનો આદેશ કરે છે.
હાથી વૃક્ષો સાથે અંગ ઘસતોન થી.
પોતાના પ્રદેશની સીમા નક્કી કરે છે.
હું કવિતા કરતો નથી.
મારા-તારા મનને પામું છું.

- પુ. શિ. રંગે

શિયાળામાં પીપર

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા
ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

ધીમે-ધીમે શિયાળો આવવામાં છે. સવારે ગુલાબી ઠંડી વર્તાય છે. દિવાળી આવતા સુધીમાં શિયાળો લગભગ આવી જ જાય તેવું લાગે. જોકે બપોરે હજુ તડકા યથાવત છે. એટલે હાલ પુરતો ડબલ સિઝનનો અનુભવ થાય છે. જો કે શિયાળા માટેની ઘણાને માનસિક તૈયારીઓ પણ શરુ કરી દીધી હશે. ચ્યવનપ્રાશ મંગાવવો કે પછી કફ સિરપ સંઘરવા આદિ...

આયુર્વેદમાં પણ શિયાળામાં સ્વાસ્થ્ય જાળવવા માટે અનેક ઔષધો વર્ણન છે. ઘણાખરા ઔષધો વિષેની વિગતો આપણે જોઈ ગયા હતા. આજે એક એવા ઔષધ વિષે વાત કરીએ જેને લગભગ બધા ઔળખે છે પીપર. લેટીનમાં 'પાઈપર લોંગમ' તરીકે ઓળખાતી પીપરના આયુર્વેદમાં અનેકવિધ ઉપયોગો છે. આપણા ડોશીવૈદકમાં પણ પીપરના ઘણાય ઉપયોગો સૂચવેલ છે.

પીપર જંગલોમાં અને પર્વતોમાં ઉગે છે. ગુજરાતમાં પણ થાય છે. પીપરનો ઉલ્લેખ આમતો અથર્વવેદમાં પણ જોવા મળે છે. અથર્વવેદમાં પીપર માટે ત્રણ મંત્રો છે. પીપરના પાકેલા ફળ મોરને બહુ પ્રિય છે. પીપર શિક્રફલદાયી છે. તેના શુભાશુભ ફળો તરત દેખાય છે. પીપર પિપ્પલીને 'આપાતભદ્ર' કહી છે એટલે કે તે આપત્તિમાં કલ્યાણકારી છે. અલ્પ સમય માટે અલ્પમાત્રામાં પીપરનું સેવન ખૂબ લાભદાયી છે. પણ જો પીપરનું લાંબા સમય સુધી સેવન કરવામાં આવે તો તે દોષ પ્રકોપ કરે છે. મહર્ષિ ચકરે પીપ્પલી ક્ષાર, અને લવણ આ ત્રણને અધિક સમય સુધી અને અધિક માત્રામાં સેવન કરવાનો નિષેધ કહ્યો છે. પીપર સ્વાદે કડવી પણ પચ્યા પછી મીઠો વિપાક ધરાવે છે. પચવામાં થોડી ભારે છે. પીપર સ્વભાવે બહુ ગરમ પણ નથી કે બહુ ઠંડી પણ નથી. જો કે પીપરના ગુણધર્મો વિષે આચાર્યોના અભિપ્રાયો અલગ અલગ-અલગ છે તેમ છતાં તેમની અસરકારકતા અંગે લગભગ સૌમાં એકમત પ્રવર્તે છે.

પીપરના મૂળ આપણે ત્યાં ગંઠોડા તરીકે પ્રસિદ્ધ છે. ગંઠોડાવાળું દૂધ પીવાથી કે ગંઠોડા અને ગોળ ખાવાથી ઊંઘ સારી આવે છે. વાયુનું અધોગમન કરવા માટે પણ ગંઠોડા અને પીપર ઉત્તમ માનવામાં આવ્યા છે.

આપણે જયારે શિયાળામાં પીપરની વાત કરીએ ત્યારે સ્વાભાવિક જ પીપરના કફનાશક ગુણોને નજરમાં રાખીને વાત કરીએ. શરદી-ઉધરસમાં પીપર ખૂબ અસરકારક છે. પીપરના ચૂર્ણને ઘીમાં શેકી તેમાં થોડું સિંધાલૂણ નાખી તેને મધ સાથે ચાટવાથી શરદી-ઉધરસમાં ફાયદો થાય છે. કફને કારણે જે તાવ આવ્યો હોય તેમાં પણ આમ કરવાથી ફાયદો થાય છે. ઉપરાંત પીપરને ત્રિફળા સાથે લેવાથી પણ શરદી-ઉધરસ-કફ મટે છે. આ ઉપરાંત બીજા અનેક રોગોમાં પીપરના ચૂર્ણને ગૌમૂત્ર અને એરંડીયા સાથે પીવાની સલાહ છે. આ ઉપરાંત આંખ-કાન-નાક-મોં ના ઘણાખરા રોગોમાં પીપરને ત્રિફળા તથા દશમૂળ સાથે સેવન કરવાની સલાહ છે. પીપરનો એક પ્રયોગ કે જેને વર્ધમાન પીપ્પલી પ્રયોગ કરે છે તે ઘણા રોગોમાં ખૂબ અસરકારક છે. આ પ્રયોગમાં પહેલે દિવસે એક પીપર બીજે દિવસે બે પીપર એમ કુલ પંદર કે એકવીસ દિવસ સુધી (પંદર કે એકવીસ) પીપરનું સેવન રોજીદું કરવાનું હોય છે. ત્યારબાદ ઘટતાં ક્રમમાં ફરી એક પીપર સુધી આવવાનું હોય છે. આ પ્રયોગ અસરકારક તો છે પણ વ્યક્તિની પ્રકૃતિ તેમજ તેની શક્તિ મુજબ જ કરવો જરુરી છે. આથી ચિકિત્સકની સલાહ વીના આવા સાહસો કરવા નહિ.

શિયાળામાં શરદી-ઉધરસ-કફ આદિ માટે પીપર એક ઉત્તમ ઔષધ છે. પ્રકૃતિ અને બળ મુજબ નિયમ માત્રામાં સેવન કરવાથી સારો ફાયદો થઈ શકે.

- drkedarju@gmail.com

આજના અર્થઘેલા લોકો કમાવાની લ્હાયમાં જીવવાનું સદંતર ભૂલી ગયા છે

લાગણીનો મેળો
રસિક વાળંદ

આપના સૌની જુઓ આ એક જ કથા.

- બકુલેશ દેસાઈ

રોજ રસ્તે નજરે ચડતું સ્મશાન..... ક્ષણભર વિચારતાં કરી દે છે... સ્મશાન જોઈને મને જીવનની નિરર્થકતા સમજાતી નથી. પરંતુ સ્મશાનને કારણે મને જીવનનું મૂલ્ય વધુ સમજાય છે, મળેલું આ જીવન કઈ રીતે વધુ ને વધુ સમૃદ્ધ ને અર્થસભર બનાવાય એવું ચવર્ણ ઘૂંટાય છે.

હડીયાપાટી-ને દોડધામનો આ માણસ... સતત દોડવાનું શીખ્યો છે. દોડે થાકે ને ઊંઘે.... અરે, એ ઊંઘે છે પણ ક્યાં પૂરું... એની 'RATE RACE' - 'ઉંદરદોડ' સતત ચાલુ ચાલુ જ... આવા આજના માણસને જીવન શું છે, કોને માટે છે, શા માટે છે. - આવો વિચાર કદી સ્ફૂરતો હશે ખરો?!!

હું સ્વગત મારી જાતને સમજાવું છું - ''છોડે બધા ઉધામા ને જીવી જા નહીતર બસના કંડકટર જેવું જીવન બની રહેશે, મુસાફરી રોજ કરવાની ને જવાનું ક્યાય નહિ! યંત્રવત જીવનમાં આનંદ ન હોય થાક હોય - આ સમજાય ખરું પણ ત્યારે બહુ મોડું થઈ ગયું હોય છે. આપણા મહામનિષીઓ કહે છે એમ આજનો માણસ સ્પૃહા જીવે છે, સ્પર્ધાથી જીવે છે, ઈર્ષ્યાથી જીવે છે, ભયથી જીવે છે. હવે જીવનમાં જો સ્પૃહા, સ્પર્ધા, ઈર્ષ્યા કે ભય હોય તો વિચારવું રહ્યું કે આવું જીવન જીવવા જેવું ખરું? આજે જોઈએ તો ખાસ કરીને પોતાની પાસે જે છે તે - પ્રાપ્તિનો આનંદ પણ નથી પણ બીજાઓ પાસે જે છે તે મારી પાસે નથી આવા અભાવથી પીડાઈને માત્ર દેખાદેખીથી જીવવા સૌ મથે છે. - આને જીવવાનું કહેવાય? આપણે બધા સાચે જ જીવવાના ચાળા કરીએ છીએ!!!

બસ બીજાને બતાવવા સારું. - બીજાને સારું લાગે એટલા માટે જ જીવવાનું... ક્યાંય કશી આપણી મૌલિકતાજ નહીં - આગવાપણું જ નહીં... પોતાની રીતે જીવવાનું જ માણસ ભૂલી ગયો છે... બધા જ નકલખોર - આંધળું અનુસરણ... બસ એટલે જ આપણે બધા દંભી ને મનના ગુલામ બન્યા છીએ...

સૌ સંસારીજનોને જાણે અજાણે કોઈને કોઈ રીતે બીજાની જરૂર રહેતી હોય છે. એકલા રહી - રમી - કેજીવી શકાય ખરું? ન્યાય ધરતી પર પ્રત્યક્ષ થયો છે. સમર્થ અસમર્થનું શોષણ કરે - છેતરે - ફાયદો ઉઠાવે... બસ એક જ લગન તારા ગજવામાંથી મારા ગજવામાં કઈ રીતે આવે - એ માટે યુક્તિ પ્રયુક્તિ આદરવામાં જ જીવન પૂરું કરે છે તો બીજી બાજુ એવાયે પરિવારો છે સમાજો છે જ્યાં સ્વજનો ગયા ભાવનું વેર વાળવાનું રહી ગયું હોય ને એ સરભર કરવા જ અવતર્યા હોય એવા સ્વભાવથી જીવે છે.... આવા ખારા સંસાર - સાગરમાં શાણા સમજુ ને ભાવુકજનો હિજરાતા હોય છે. આપણે જ આપણી જાતને પૂછીએ કે કદી આપણે બીજાને સમજવાનો પ્રમાણિક પ્રયાસ કર્યો છે ખરો? ઘરમાં જિંદગી પૂરી થાય છતાં એકમેકને ઓળખતાંય આવડતું નથી પરિણામે પૂરો પ્રેમ પણ કરી શકતા નથી... આંખ પાંપણને જોઈ શક્તિ નથી - એમ પછી યાદ કરી કરીને હિજરાવું પડે - પણ રાંડ્યા પછીનું ડહાપણ શું કામનું?!

દોસ્તો, હું અંગતપણે એવું સમજુ છું કે જીવન નિત્યનૂતન છે. પળેપળે નવીન છે.