સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
99789-26251

સલામી સવારની..

મહત્ત્વ ખૂદનું વધારવા, તોડફોડ કરે છે,
હુકમનો એક્કો થવા શ્રમ તનતોડ કરે છે.
તરછોડે છે મતદારો આવા તકવાદીઓને -
ને છેલ્લે અનેક પક્ષો સાથે તડજોડ કરે છે.
(નવા વિકલ્પો !?)

હાઈકુ

મંદિર બૂથે
રાજકીય પક્ષોના -
ભટકે રથ!!
(ભગવાન મૂંઝવણમાં)

નાક દાબીને
ખોલાવે મોઢું બધાં,
રાજરમત!!
(બહેનશ્રીએ અનિચ્છા વ્યક્ત કરી)

ચિંતન

ધીરો ન દ્વેષ્ટિ સંસાર આત્માન ન દિદક્ષતિ ।
હર્ષામર્ષ વિનિર્મુક્તો ન મૃતો ચ જીવતિ ॥

ઉપરોક્ત શ્લોક જ્ઞાન શતકમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

ધીર છે તે સંસારનો દ્વેષ કરતો નથી, તેમ આત્માને જોવાની, આત્મદર્શનની પણ ઈચ્છા કરતો નથી. હર્ષ અને દ્વેષથી મુક્ત એવો તે ન તો મૃત છે કે ન તો જીવિત છે.

ધીર અર્થાત જ્ઞાની ને અહં-મમ-ભાવ ન હોવાથી દેહ ભાવની દૃષ્ટિ એ જીવિત નથી. એના દેહને કંઈ પણ થાય. એ તો અલિપ્ત જ રહે છે. સોક્રેટિસ અને મીરાએ ઝેર પીધું. રામકૃષ્ણ પરમહંસ અને રમણ મહર્ષિને કેન્સર થયું, મહાવીર સ્વામીને કાનમાં ખીલા ખોસ્યા, ઈસુને હાથમાં ખીલા ઠોકાયા, પરંતુ તે સૌ પીડાથી આલિપ્ત હતા. દેહભાવ ત્યાં જીવિત ન હતો. અહીં પણ એમ જ કહેવાયું છે કે ધીર પુરુષ જીવતો પણ નથી... અર્થાત્ તેને કોઈ ભેદભાવ હોતો નથી. કારણ કે જીવન - મૃત્યુ, દુઃખ, પીડા, બધું દેહ સાથે જ સંબંધિત છે.

સુવિચાર

- તમારા શરીર પ્રત્યે વફાદાર રહો, તમારા મગજને મજબૂત રાખો તો વિજય તમારો થશે જ - **માઈકલ શુમાકર**
- વિવેક બુદ્ધિની પૂર્ણતા છે. જીવનના બધાં જ કર્તવ્યોમાં તે આપણો પથદર્શક છે - **મોન્તેજ**
- ગરીબાઈ થોડીક વસ્તુઓ માગે છે, વિલાસ વૈભવ ઘણી બધી વસ્તુઓ માગે છે, પણ લોભ તો બધું જ માગે છે - **સંત ઓગસ્ટીન**
- જેમ ફુલના ખીલતા જ મધમાખી આપમેળે ફુલ પાસે આવે છે, તેમ ચારિત્ર્યવાન પાસે વિશ્વાસ જ મુગ્ધ થઈ જાતે આવી જશે - **પરમહંસ**
- જે અખંડ ટકે તે સચ્ચિદાનંદ, તે ભક્તિથી મેળવી શકાય છે - **શ્રી માતાજી**
- મનુષ્ય દુર્બળતાઓની પ્રતિમા છે, જેમાં દેવત્વ અને દાનવત્વ બંને સમાવેશ થયેલો છે - **હિતોપ્રદેશ**
- આજનું ઔષધ : એક ચમચી સરકાંમાં લવિંગનો ભૂકો અને થોડુંક કપૂર નાખી રૂ વડે દરરોજ ખીલ પર લગાવવાથી ખીલ દૂર થાય છે અને ડાઘ પર નીકળી જાય છે **(સંકલન : દિપક વી. આશરા)**

બોધકથા

શાહજહાંને જંગલી પ્રાણીઓને લડાવવાનો તમાશો જોવાનો શોખ હતો. એક વાર યમુના નદીના કિનારે આગ્રામાં બે હાથીઓની જાહેરમાં ટક્કર થવાની હતી. એ દિવસે શાહજહાં સહિત એમના ચારેય શાહજાદા, દારા, શુજા, ઔરંગઝેબ અને મુરાદ પણ ઘોડા ઉપર બેસીને બે હાથીઓનું યુદ્ધ જોતા હતા. એ વખતે એક હાથી ગાંડો થયો અને ઘોડા પર બેઠેલા શાહજાદા ઔરંગઝેબ ઉપર હુમલો કર્યો. હુમલો થતા જ દારા, શુજા અને મુરાદ તો ઘોડો ભગાડીને નાસી છૂટ્યા. અને ઔરંગઝેબે તો બહાદુરી પૂર્વક ગાંડા હાથીનો સામનો કર્યો. પોતાની પાસે શસ્ત્રમાં ભાલો હતો એ ભાલો એણે હાથીના કપાળમાં ભોંકી દીધો અને હાથીને બેહોશ કરી કાબુમા કર્યો.

બાદશાહ શાહજહાં દોડતો ઔરંગઝેબ પાસે આવ્યો અને કહ્યું, 'રહેમ ખુદાની કે કંઈ જાનહાનિ નથી થઈ અને બહાદુરી દેખાડવા માટે આજથી હું તને 'બહાદુર' નો ઈલ્કાબ આપું છું અને સાથે એક લાખ રૂપિયા બક્ષિસમાં આપું છું.'

એ વખતે ઔરંગઝેબની ઉંમર હતી ચૌદ વર્ષ.

સમય સમય બળવાન છે

જૂના વખતમાં બાળલગ્ન બહુ જ સામાન્ય ઘટના ગણાતી. એમાં પણ દીકરી રજસ્વલા થાય એ પહેલાં જ એને પારકી કરી દેવામાં ગૌરવ ગણાતું. રજસ્વલા દીકરીનું મોઢું જોવામાં પાપ લેખાતું. હિંદુ સનાતન સમાજ પોતાની સામાજિક મર્યાદાઓ અને પરંપરાઓમાં આટલી હદે જડતાપૂર્વક બંધાઈ ગયો એનાં પણ વાજબી કારણો હતા. દીકરીનો વાન ઊઘડવા લાગે, એની કાયામાં કાંગરે તરુણાઈ આળસ મરડે કે જોબન ટહુકે અને કયાંક એનો પગ કૂંડાળામાં પડી જાય તો ? 'આબરૂ' એ વખતના ભદ્રલોક માટે જ નહીં બલકે શ્રમજીવી વર્ગ માટે જીવથી વહાલી જણસ હતી. આ કહેવાતી 'આબરૂ'ના માપદંડો કાલાન્તરે બદલાતા રહ્યા છે. પરંતુ મોગલ શાસન, રજવાડાં કે અંગ્રેજ રાજ દરમિયાન બહુ ઓછી યૌન સલામતી હતી એ વિશે ભાગ્યે જ બે મત હોઈ શકે. યૌન સલામતી આજે પણ નથી પરંતુ એના કડક કાયદા તો છે. ત્યારે પણ અમુક નીતિમાન રજવાડાં બલકે બહારવટિયા સુદ્ધાં નૈતિક મૂલ્યો પાળતા હતા, પણ સરવાળે ભયજનક સ્થિતિ પ્રવર્તતી હતી એથી દીકરી માટે 'સાપના ભારા' જેવો શબ્દપ્રયોગ ચલતી બન્યો હતો. ખાનદાન પરિવારો ઈજ્જન ન જોખમાય એટલા સારું કાળજા પર સો મણની શિલા મૂકી નવજાત દીકરીને દૂધ પીતી કરી દેવામાં શ્રેય સમજવા લાગ્યા હતા. હિંદુ મેરેજ ઍક્ટમા પંદર વર્ષની કન્યા સાથેનાં લગ્ન કાયદેસર ગણાતાં એની પાછળ આ ભૂમિકા પડેલી છે. સુપ્રીમ કોર્ટે અઢાર વર્ષથી ઓછી વયની 'સગીર' પત્ની સાથેના સમાગમને દુષ્કર્મની વ્યાખ્યામાં આવરી લેવાનો અભિપ્રાય આપ્યો છે, પરંતુ કેન્દ્ર સરકારને તો વિશાળ હિંદુ સમાજમાં પ્રવર્તમાન સ્થાનિક પરંપરાઓ અને પ્રથાઓને નજર તળે કાઢીને જ એ સંભવિત ચુકાદાનું અમલીકરણ કરવાનું રહે. આથી સરકારી વકીલે વિવાદાસ્પદ લેખાયેલી અને આ મુદ્દે બાંધછોડ કરવાની છૂટ આપતી કલમ યથાવત જ રાખવાનો આગ્રહ સેવ્યો છે. સૈદ્ધાંતિક દૃષ્ટિએ સુપ્રીમ કોર્ટની એ દલીલ સાચી છે કે સરકાર એક તરફ બાળલગ્ન વિરોધી કાયદા કરતી હોય છે બીજી તરફ પંદરથી અઢાર વર્ષની પરિણિતા સાથે લગ્ન હક્કો ભોગવવાની છૂટ પણ આપતી હોય તો એ બાબત હાસ્યાસ્પદ જ બની રહે છે. સરકારને સુપ્રીમ કોર્ટે સૂચન કર્યું છે અને ચુકાદો અનામત રાખ્યો છે. કાયદો પૂર્ણપણે કાયદો લાગવો જોઈએ. જો પંદરથી અઢાર વર્ષની પરિણિતા એના પતિ સાથે સેક્સ કર્યા બાબતે ફરિયાદ કરે તો એ ફરિયાદને કાયદેસર ગણી પતિ સામે બળાત્કારનો અને બાળ યૌન અપરાધનો ('પોક્સા') ગુનો દાખલ કરી એને કડક સજા કરવી જોઈએ. બાલિકાવધૂઓની તરફેણનું આ અદાલતી વલણ કાનૂનનું રૂપ ત્યારે જ લઈ શકે જયારે સંસદ એને સમર્થન આપે. વર્ષોથી ચાલી આવતી પરંપરાઓ રાતોરાત બદલી શકાતી નથી. સરકાર કે સમાજ કરતાં વિશેષ બળૂકો તો સમય છે. આજે હવે સ્ત્રી શિક્ષણ સર્વવ્યાપી બની ગયું છે અને સ્ત્રીઓ પણ કારકિર્દીલક્ષી બની છે ત્યારે લગ્નની વય સ્વાભાવિક રીતે જ વધી છે. ઘણી યુવતીઓ તો વય વટાવી દે ત્યાં સુધી લગ્ન નથી કરતી. આથી વળી નવી સમસ્યાઓ પણ સરજાઈ રહી છે. મોટી વયે ગર્ભધારણ કરવામાં રહેલો જોખમો ઓછાં નથી. દુનિયાભરના ગાયનેકોલોજિસ્ટોએ ઊંડા અભ્યાસને અંતે વર્ષો પૂર્વે એક તારણ કાઢ્યું હતું કે માતૃત્વ માટેની શ્રેષ્ઠ અને સૌથી સલામત ઉંમર તો ત્રેવીસમું વરસ છે ! આજે ત્રેવીસમા વર્ષે તો છોકરી હજી માસ્ટર્સ કરતી હોય છે અથવા નાની મોટી નોકરી શોધતી હોય છે. એને પરણી જવાની ઉતાવળ નથી હોતી.

તંત્રીસ્થાનેથી...

સંવતના પ્રવર્તક વિક્રમ

અમર વારસો

ડૉ. રશ્મિકાન્ત મહેતા

ભારતની સાત પુરાણપ્રસિદ્ધ નગરીમાં ઉજયિનીનો સમાવેશ હતો. ત્યાં રાજા ગર્દભિલ હતા. એનો મોટો રાજકુંવર - અનાશક્ત તપસ્વી - શિપ્રા નદીને કિનારે તપમાં મગ્ન હતો. આથી એના જ આદેશથી; ગર્દભિલ પછી, નાના ભાઈ વિક્રમે ગાદી સંભાળી.

વિક્રમને પોતાની પ્રજા તરફ સંતાનો જેવો સદ્ભાવ હતો. પ્રજાના દુઃખદર્દ સમજવા આ વિક્રમાદિત્ય રાત્રે અંધારપિછોડી ઓઢીને ગુપ્તવેશે ફર્યા કરતો અને દુઃખદર્દોનો નિકાલ કરતો. લોકો કહેતા - 'આ પરદુઃખ ભંજન વિક્રમાદિત્ય છે.'

આ રાજા નિષ્પક્ષ અને તટસ્થ ન્યાય માટે જાણીતો હતો. એનું ન્યાયાસન પ્રભાવશાળી હતું. લોકો કહેતા 'ન્યાય તો વિક્રમનો જ.'

આ રાજા ઉદાર આશ્રય માટે પ્રસિદ્ધ હતો. તેથી સભા આ નવરત્નોથી શોભતી હતી - ધન્વન્તરિ, ક્ષપણક, અમરુ, શંકુ, વેતાલ ભટ્ટ, ઘટકર્પર, કાલિદાસ, વરાહમિહિર, વરરુચિ.

આ ઉપરાંત, તેની સભામાં ૧૬ વૈદ્યો, ૧૬ સુત પુરાણીઓ, ૧૬ વેદપાઠીઓ અને ૧૬ નૃત્યાચાર્યો હતા.

પોતે ચક્રવર્તી સમ્રાટ હતો. એની પાસે ૮૦૦ માંડલિક રાજાઓ હતા. ઔ સૌનું તે સન્માન અને સદ્ભાવથી જતન કરતો, લોકો કહેતા -'આની પાસે એક કરોડની સેના છે.'

ઉજ્જયિનીમાં મહાકાળેશ્વરનું મંદિર છે. આમાં એમણે ચોવીસ સ્તંભો વાળા મહામંડપ બંધાવેલો છે.

એની લોકપ્રિયતા ખૂબ હતી. એ લોકકથાઓમાં નાયક બની ગયો. જેમ કે 'વિક્રમના સિંહાસનની ૩૨ પૂતળીઓની કથાઓ.' વિક્રમ અને વેતાળની ૨૫ કથાઓ.' અનુગામી રાજાઓ વિક્રમાદિત્યનું બિરુદ ધારણ કરતા. જેમ કે 'ચંદ્રગુપ્ત વિક્રમાદિત્ય.'

એ ખરેખર વિક્રમમાં આદિત્ય હતો. પરાક્રમી હતો. કાલિદાસ તો પરાક્રમને બદલે 'વિક્રમ' શબ્દ જ વાપરે. એ વખતે દેશની વાયવ્ય સરહદેથી વિદેશી પ્રજા શકોના ધાડાઓ ઊતરી આવે અને પ્રજામાં આતંક ફેલાવી દે. વિક્રમાદિત્યે ધરેક સ્થળેથી એમને હરાવ્યા અને નસાડી મૂક્યા. લોકોએ એને 'શકારિ'નું બિરુદ આપ્યું. પ્રજાજનો ખુશખુશાલ થઈ ગયા. કાલિદાસે 'વિક્રમોર્વશીય' નાટક લખ્યું. ખશાલીમાં આનો જાહેર અભિનય થયો. શક પરાજય ખૂબ જ મહત્ત્વની ઘટના હતી.

લોકોના જ પ્રેમભર્યા અતિઆગ્રહને કારણે એના નામથી ઈ.પૂ. ૫૭માં વિક્રમ સંવત શરૂ થયો. કારતક સુદ એકમથી આ સંવત શરુ થાય છે.

પ્રજાને પોતાના સંતાનની જેમ પાળનારા બીજાને, દુઃખે દુઃખી થનારા, ધાર્મિક વૃત્તિના, 'સાહસ અને શૌર્યને ધારણ કરનારા, કલા સંસ્કૃતિને પ્રોત્સાહન આપનારા આ યુગ પ્રવર્તક મહાન સમ્રાટને આદર ભરેલી શબ્દાંજલિ.'

'અમર વારસો' નો આ ૧૦૧ મો લેખ છે. 'ગાંધીનગર સમાચાર'નાં સ્વજનો અને વાચક મિત્રોનો આભાર.
- ડૉ. રશ્મિકાન્ત મહેતા

જીવાણુ વિજ્ઞાનના પિતા તરીકે કોણ ઓળખાય છે ?

ખજાનો

અનિલ પટેલ

વિજ્ઞાન જગત

૧ કેન્સર માટે ઉપયોગી એવી કેમોથેરતી સારવારના જનક કોણ છે ?
(અ) એડવર્ડ જેનર (બ) પોલ એરવિચ
(ક) રોબર્ટ કોચ (ડ) રસ્કીન સ્મિથ

૨ પેડિયાટ્રિક્સ એ કેવા રોગો માટેનું અલગ શાસ્ત્ર છે ?
(અ) બાળરોગ (બ) ચામડીના રોગ
(ક) હૃદયરોગ (ડ) મગજના રોગ

૩ સિલિકોન ડાયકોસાઈડ એ કોનું નામ છે ?
(અ) કાચ (બ) ગ્રેનાઈટ
(ક) રેતી (ડ) ગ્રેફાઈટ

૪ જીવાણુ વિજ્ઞાનના પિતા તરીકે કોણ ઓળખાય છે ?
(અ) એલેકઝેન્ડર (બ) એડવર્ડ જેનર
(ક) હેન્સ લીપરસી (ડ) રોબર્ટ કોચ

૫ કયા સસ્તન પ્રાણીને ઊડવા માટે પાંખો હોય છે?
(અ) વાગોળ (બ) ચામાચિડીયુ
(ક) સસુંદર (ડ) બાઈલ્ડ ઈગલ

૬ આધુનિક ભ્રૂણ વિજ્ઞાનના પ્રણેતા કોણ છે ?
(અ) વોર્ન બેયર (બ) હરગોવિંદ ખુરાના
(ક) રોબર્ટ બોઈલ (ડ) સર ફેડરીક બેન્ટીંગ

૭ 'ફિક્સ ઈલેસ્ટીકા' એ કોનું વૈજ્ઞાનિક નામ છે ?
(અ) ફેવિકોલ (બ) ફેવીસ્ટીક
(ક) ક્વીકફીક્સ (ડ) રબર

૮ કયા દેશમાં ખારા પાણીનો વરસાદ પડે છે?
(અ) વેનેઝુએલા (બ) ઈઝરાયેલ
(ક) પોલેન્ડ (ડ) પેલેસ્ટાઈન

૯ કયું પક્ષી તરી શકે છે ? પણ ઊંડી શકતું નથી ?
(અ) એલ્બેસ્ટ્રોસ (બ) શીલ
(ક) પેગ્વીન (ડ) શાહમૃગ

૧૦ સૌથી મોટું સમુદ્રી પક્ષી કયું છે ?
(અ) સીઈકલ (બ) ફલેમીંગો
(ક) બાલ્ડ ઈગલ (ડ) એલ્બેસ્ટ્રોસ

૧૧ ડુંગળી અને લસણમાં કયા તત્ત્વના કારણે ગંધ હોય છે ?
(અ) પોટેશિયમ (બ) ફોસ્ફરસ
(ક) કેલ્શિયમ (ડ) સલ્ફર

૧૨ એલીસા ટેસ્ટ કયા રોગ માટે કરવામાં આવે છે ?
(અ) ડેન્ગ્યુ (બ) ડાયાબીટીસ
(ક) એઈડ્સ (ડ) કેન્સર

૧૩ વિશ્વ ખાદ્ય પુરસ્કાર પ્રાપ્ત કરનાર પ્રથમ ભારતીય કોણ હતા ?
(અ) આઈ.સી. પટેલ (બ) એમ. એસ. સ્વામિનાથન
(ક) સી.વી. રામન (ડ) ગોવર્ધનભાઈ પટેલ

૧૪ અંતરીક્ષમાં મોકલવામાં આવેલ પ્રથમ યાન કયું હતું ?
(અ) એટલાન્સા (બ) કોલંબીયા
(ક) ટાઈટન (ડ) વોયેજર

૧૫ પેરાફીનાઈબ ડાયમીન શા માં વપરાય છે ?
(અ) ડીટર્જન્ટમાં (બ) વાળમાં લગાડવાની ડાઈમાં
(ક) ગળીની બનાવટમાં (ડ) કાપડનાં રંગોમાં

વિવિધા

વિષય : આ સપ્તાહમાં આવતા મહાનુભાવોના જન્મ દિવસ

- **૧૩ ઓક્ટો. ૧૯૧૧ : અશોક કુમાર :** બોલીવુડના દાદા મુનિ. બિહારના ભાગપુરમાં જન્મ. મૂળનામ કુમુદલાલ ગાંગુલી. ૧૯૮૮માં દાદા ફાળકે એવોર્ડ મળેલો. ૧૯૯૮માં પદ્મભૂષણ એવોર્ડ મળ્યો. પ્રસિદ્ધ ફિલ્મ અભિનેતા.
- **૧૪ ઓક્ટોબર : ૧૮૯૦ : આઈઝન હોવર :** અમેરીકન પૂર્વ પ્રમુખ. વિશ્વ શાંતિના પ્રણેતા, અમેરિકાના ટેકસાસના ડેનીસન ગામમાં જન્મ. લશ્કરી સ્નાતક બની ૧૯૧૫માં લેફ્ટનન્ટ બન્યા. ૧૯૯૬માં અવસાન થયું.
- **૧૫ ઓક્ટોબર ૧૯૨૬ : શેખાદમ આબુવાલા :** અમદાવાદમાં જન્મેલા ઉત્કૃષ્ટ સાહિત્યકાર, શિક્ષક તરીકે થોડોક સમય નોકરી કરી. ૧૪ જેટલા કાવ્ય સંગ્રહો પ્રસિદ્ધ થયા. તેમનાં ઘણા ગીતો હિન્દી - ગુજરાતી ફિલ્મોમાં પ્રસિદ્ધ થયાં. ૧૯૮૫માં નિધન થયું.
- **૧૬ ઓક્ટોબર ૧૮૮૬ : ડેવીડબેન - ગુરિયન :** સ્વતંત્ર ઈઝરાયેલના પ્રથમ વડાપ્રધાન, મહાન વિચારક, ચાણક્ય બુદ્ધિ. આધુનિક ઈઝરાયલના ઘડવૈયા, પોલેન્ડના પોલ્ક ખાતે જન્મ. ૧૯૭૩માં અવસાન થયું.
- **૧૭ ઓક્ટોબર ૧૯૭૦ : અનિલ કુંબલે :** શ્રેષ્ઠ લેગ સ્પીનર ક્રિકેટર. બેગ્લોરમાં જન્મ. ટેસ્ટ મેચની એક જ ઈનીંગમાં ૧૦ ક્રિકેટ લેનાર પ્રથમ ભારતીય ક્રિકેટર.
- **૧૮ ઓક્ટોબર ૧૮૫૦ : ઓમપુરી :** વિકૃત ચહેરો ધરાવતા પણ દમદાર અભિનયના રાજા. અનેકવાર વિહારોમાં રહ્યાં છતા લોકપ્રિય બન્યા. અંબાલામાં જન્મ. 'તમસ' શ્રેણી દ્વારા વધુ લોક ચાહતા મેળવી.
- **૧૯ ઓક્ટોબર ૧૯૧૦ : પાંડુરંગ શાસ્ત્રી :** સ્વાધ્યાય પ્રવૃત્તિના આધ્યાસ્થાપક. તત્વજ્ઞાની, તત્ત્વજ્ઞાન વિદ્યાપીઠના સ્થાપક. સ્વાધ્યાયની પ્રવૃત્તિ દ્વારા સામાજિક બદલાવ લાવવાની ઉત્તમ પ્રવૃત્તિ કરનાર. ૨૦૦૩માં અવસાન પામ્યા.

ગત સપ્તાહના સવાલનો જવાબ

કેન્દ્ર સરકારમાં મંત્રી એવા યશવંત સિન્હાના પુત્રનું નામ શું છે ?

જવાબ : જયંત સિન્હા (ઉડ્ડયન મંત્રી)

સાચા ઉત્તર આપનાર પત્રમિત્રો

(૧) ઋજિત એમ. રાવલ : સે-૭ડી, ૧૨૨૨/૨
(૨) નટુભાઈ દરજી : પેથાપુર
(૩) મૂળજીભાઈ પરમાર 'દધિ' : સે-૭બી
(૪) જયેન્દ્ર પ્રસાદ પાઠક : ઈન્ફો. જુ. સા. કૉલેજ
(૫) મહેશ જાદવ : ૯, શ્રીરંગ એન્ટાપર, રાયસણ, ગાંધીનગર
પંકજ આર. પ્રજાપતિ : ઉવારસદ
(૬) હાર્દિક એન. ભટ્ટ : સે-૨૪
(૭) દિનકરરાય માણેકલાલ જોષી

આ સપ્તાહનો સવાલ (જવાબ એક સપ્તાહમાં મોકલો)

જનસંઘના સ્થાપક કોણ હતા ?

'ગાંધીનગર સમાચાર'- ખજાનો વિભાગ,
બ્લોક નં. ૬૮૪/૧, સેક્ટર-૮ ગાંધીનગર

ભારણથી મુક્ત છું એટલે મનનો રાજા છું

રંગ-ઉમંગ

કાનન ઓઝા

એક રાજા હંમેશાં ઉંડી ચિંતામાં ડૂબેલા રહેતો. આમ તો તેઓ શાસક હતા. પરંતુ પોતે અશક્ત, પરતંત્ર અને પરાજિત હોવાનું અનુભવતા. આ બધી ચિંતાથી મુક્ત થવા એક વખત દૂર - દૂર જંગલમાં ચાલી નીકળ્યા.

ઉદાસ સ્થિતિમાં જઈ રહ્યા હતા. ત્યારે તેમને વાંસળીના મધુર સુર સંભળાયા. વાંસળીના સૂરની દિશામાં તેમણે નજર કરીને તો જોયું કે દૂર ઝરણાં પાસે વૃક્ષ છાંયડે એક ભરવાડ યુવક વાંસળી વગાડી રહ્યો હતો અને તેના ઘેટા - બકરાં નજીકમાં આરામ કરી રહ્યા હતા.

રાજા યુવકની પાસે પહોંચ્યો અને તેને કહ્યું, ભઈ તું તો એવી મસ્તીથી વાંસળી વાગડે છે. જાણે તેને કોઈ સામ્રાજ્ય મળી ગયું હોય ! યુવકે કહ્યું, તમે સાચું કહો છો, હું સમ્રાટ છું, રાજાને આશ્ચર્ય થયું. તેમણે ફરી પુછ્યું, એવું તો શું છે જેને કારણે તું પોતાની જાતને સમ્રાટ માને છે.

ભરવાડ યુવકે કહ્યું, વ્યક્તિ સંપત્તિ અને રાજયને કારણે નહીં પરંતુ સ્વતંત્રતાને કારણે સમ્રાટ ગણાય. મારી પાસે જાત સિવાય કશું જ નથી. હું તો એ જ બાબતને મારી સંપત્તિ માનું છું. સૌંદર્ય જોવા માટે મારી પાસે આંખ છે, પ્રેમ કરવા માટે મારી પાસે હૃદય છે, સૂર્ય જેટલો પ્રકાશ મને આપે છે, એનાથી વધારે કંઈ રાજાને નથી આપતો. આજ રીતે ચંદ્રની ચાંદની જેટલી રાજાને મળે છે. એટલી જ મને પણ મળે છે. સુંદર ફુલ જેટલા રાજા માટે ખીલે છે એટલા જ મારા માટે પણ ખીલે છે. રાજા પૂરતું ભોજન લગે છે તો હું પણ લઉં છું અને રાજા તેમના શરીરને ઢાંકવા જેટલા વસ્ત્રો પહેરે છે એટલા હું પણ પહેરું છું. તો પછી રાજા પાસે એવું શું છે, જે મારી પાસે નથી ? હા મારી પાસે એક રાજા કરતાં થોડુંક વિશેષ છે અને એ છે કે જયારે ઈચ્છું ત્યારે સંગીતનો આનંદ ઉઠાવી શકું છું. જયારે ઈચ્છું ત્યારે આરામ કરી શકું છું. રાજા આવું બધું નથી કરી શકતા.

યુવકનો આ જવાબ સાંભળી હતાશ રાજા આશ્ચર્ય ચક્તિ થઈ સાંભળતા રહ્યા.

વિસરાતી વાનગી

બાજરાના લોટની સુખડી

સામગ્રી :

બાજરીનો લોટ - ૨ વાટકી
સમારેલો દેશી ગોળ - ૧ વાટકી
ચોખ્ખું ઘી - ૧ વાટકી
શેકેલા કાળા તલ - ૧ ચમચી
શેકેલા સફેદ તલ - ૧ ચમચી
બનાવવાનો સમય - ૧૦ મિનિટ

રીત :

સૌ પ્રથમ કડાઈમાં ઘી મૂકી. તેમાં બાજરીનો લોટ ઉમેરી. ગેસ ઉપર શેકવો. ૫ મિનિટ શેકાય અને લોટમાંથી શેકાવાની સુગંધ આવે એટલે ગેસ બંધ કરી. લોટમાં ગોળ ઉમેરવો અને ખૂબ જ હલાવી ગોળ મિક્સ થઈ જાય એટલે ઘી લગાડેલી થાળીમાં પાથરવો. ઉપર કાળા અને સફેદ શેકેલા તલ છાંટવા. ગરમ, હોય ત્યારે જ કાપા પાડીને રાખવા. સુખડી ગરમ ગરમ ખૂબ જ સારી લાગે છે.

બાજરીમાં સ્ટાર્ચ જે એનર્જી મળે છે. ફાઈબર, પ્રોટીન, મેથ્યુનાઈન, બી-કોમ્પલેક્ષ જે નાયાસીન નામનું તત્ત્વ હોય છે. તે કોલેસ્ટ્રોલ ઘટાડે છે. મેગ્નેશિયમ જે બ્લડ પ્રેશર ઓછું કરે છે અને હાર્ટ એટેકનું પ્રમાણ ઘટાડે છે.

દેશી ગોળ :

હિલોગ્લોબીન અને કેલ્શિયમ વધારે છે. ભોજન સાથે ગોળ ખાવાથી પાચનક્રિયામાં મદદરુપ બને છે. ગોળ - લોહીનું શુદ્ધિકરણ કરે છે. ગોળ પિત્ત, વાળુ અને કફ નાશક છે.