તળાવો ભરાઇ ગયાં, હવે ડેમો ભરાઇ જશે!
વચનો નાં ખેતર, ચૂંટણી સુધી ચરાઇ જશે!
ખરાઇ થશે, પરિણામો પછી, દૂધ-ઉભરાની -
ભરાઇ જશે પેટ પ્રજાનાં સ્વપ્નોથી ઘરાઇ જશે!
(હજી બે મહિના ત્રાસ સહન કરો!)

સૂક્ષ્મ સ્વરૂપે -
ગરીબી - ગણપતિ
રહે અમર..
(વિસર્જન થતું જ નથી)

સ્વાર્થી સંબંધે
કોલસા ખાણોમાંથી -
નીકળે સોનું..
(ભાગ બટાઇ)

ચિંતન

ન તેન વૃદ્ધો ભવતિ યેનાસ્યં પલિતં શિરઃ ।
યોયે યુવાપ્યધીયાનસ્તં દેવાઃ સ્થવિરં વિદુઃ ॥

'માત્ર માથાના વાળ ધોળા થવાને કારણે માણસ વૃદ્ધ-ઘરડો- કે વડીલ ગણાવો ન જોઇએ, પણ જે યુવાન વેદ-શાસ્ત્રોનો અભ્યાસી છે જેનામાં સદાય વિદ્યાર્થીપણું જીવંત છે તેને જ મોટો, વડીલ કે વૃદ્ધ કહેવો જોઇએ, આથી જ આવા યુવાનને વડીલ-વિદ્વાનો 'જ્ઞાનવૃદ્ધ' કહે છે.'

આપણા સમાજમાં ઘણાં વડીલો, નેતાશ્રીઓ પોતાને વયોવૃદ્ધ-અનુભવી કહી સત્તા પર ચીટકી રહે છે, એમની પાસે જીવનલક્ષી સાચું-મહત્ત્વનું-શાસ્ત્રીય જ્ઞાન હોતું જ નથી. કેટલાય સાત્ત્વિક કહેવાતા સંત અને વૃદ્ધ તિવારી જેવા નેતાઓ પણ 'વાસના'ની માયાજાળમાં લપેટાઇ બદનામ થતાં રહે છે.

વય અને સફેદવાળ એ કંઇ વ્યક્તિત્વનું સાચું મૂલ્ય નથી, વૃદ્ધત્વ થી કંઇ ડીગ્રી કે 'પ્રમાણ' મળી જતું નથી. જીવનના હેતુ અને લક્ષ્ય સુધી પહોંચવા માટે સાત્ત્વિક જીવન જીવવા માટે શાસ્ત્રીય વેદજ્ઞાન અને એનું આચરણ જરૂરી છે.

નાની વયનો અભ્યાસી યુવાન પણ જો યોગ્ય દિશામાં જીવન રાહ તરફ ગતિમાન હોય તો તેને પણ 'જ્ઞાનવૃદ્ધ' કહી શકાય.

સુવિચાર

- **સુશાસનમાં પ્રજાએ કોઇ જ સ્વતંત્રતાની અપેક્ષા રાખવી જોઇએ નહીં, કારણ કે સુશાસનથી મોટી બીજી કોઇ સ્વતંત્રતા ન હોઇ શકે - સર ડબ્લ્યુ રૈબે**
- **સૌથી ઉત્તમ સરકાર એ છે જે ઓછામાં ઓછું શાસન કરે છે. - થોરો**
- **સૌથી સારી સરકાર એ છે જે લોકોને, પોતાના પર શાસન કરવાનું શિક્ષણ આપે છે - ગેટે**
- **કોઇ પણ સરકાર, વિરોધ પક્ષ વિના વધારે દિવસ ટકી ન શકે - ડિઝરાયેલી**
- **જે તંત્ર દ્વારા આપણે આપણા આત્માનું દર્શન કરવામાં આપણા રાષ્ટ્રીય આત્માનો સાક્ષાત્કાર કરવામાં અને આપણું પોતાપણું વ્યક્ત કરવામાં સમર્થ હોઇએ એ જ સુશાસન - માધવ ગોલવલકર**
- **વિચાર અને કાર્યની સ્વતંત્રતા જ જીવન છે, ઉન્નતિ અને ક્ષેમ કુશળનું એક માત્ર સાધન સુશાસન છે - સ્વામી વિવેકાનંદ**
- **જે પરાધીન છે તે દુઃખી છે અને સ્વાધીન તે સુખી છે - એસ. ભટ્ટાચાર્ય**

બોધ કથા

આંખલા (બળદ)ની આગળ અને ગધેડાંની પાછળ, પ્રધાનની આસપાસ અને સાહેબોની સામે આવવું નહીં, નહીં તો મર્યા સમજો, ઘણાં ખૂશામતીયા વીઆઇપીની આગળ પાછળ રહી એમની 'નજર'માં રહેવા પ્રયત્ન કરતા હોય છે પણ સાહેબો તો શોષણીયા જ હોય છે ગરજ પૂરી થાય પછી ઓળખે જ નહીં ને!

સિંહના પુત્રના લગ્ન હતાં, સમિતિઓ થઇ ગધેડો આમે ય મહેનતુ! સ્વાગત સમિતિનો પ્રમુખ હતો - સિંહની આપપાસ જ આંટા માટે...

શિયાળને ઇર્ષા થઇ - ગધેડાને કહે, તમે આટલું બધું ગધ્ધા વૈતરૂં કેમ કરો છો? ગધેડો કહે, હું રાજભક્ત છું જરૂર પડે પ્રાણ આપવા પણ તૈયાર છું. સિંહે આ સાંભળી પીઠ થાબડી અને ઘોડાની કક્ષામાં પ્રોમોશન આપી દીધું, અને કહ્યું, ક્યારેક એન્કાઉન્ટર જેવું કામ હશે તો પતાવી દેશો ને? ગધેડો તો ફુલાઇને ફાળકો થઇ ગયો..

...હવે જાનમાં ખૂબ મહેમાન - સિંહને ત્યાં પ્રસંગ હોય તો કોણ ન આવે? બીકના માર્યા પણ મોઢું બતાવી જાય, આમાં રસોઇ ખૂટી...

સિંહ કહે હવે અત્યારે શિકાર કરવા ક્યાં જાઉં? સીબીઆઇ જેવો શિયાળ કહે, આ રાજભક્ત છે ને! કરી લ્યો ઉપયોગ... સિંહની આંખ ફરી ગધેડાભાઇ તૈયાર થઇ ગયા.. આખો પરિવાર વધેરાઇ ગયો.

કહેવાય છે કે, પોતાના ઉપર મજાક કરીને હસવાની કળા જેણે હસ્તગત કરી લીધી છે, તેના માટે સંસારની કોઇ મુશ્કેલી મોટી નથી રહેતી

સખીને પત્ર
- સ્વાતિબા રાઓલ

પ્રિય સખી,

ટેબલ પર ફાઇલોનો ખડકલો છે, મનમાં આજના દિવસમાં કરવાના કામોની લાં... બી ફેરિસ્ત છે. એમાંથી ક્યું કામ પહેલું કરવું ને ક્યું પછી ? ક્યું કામ ટાળી શકાય એમ છે! ક્યું કોને સોંપી ને છટકી જવું? આ બધી ગડમથલમાં ગૂંચવાયેલું મન અને તંગ ચહેરો લઇ ટેન્શનગ્રસ્ત હૈયે ઓફિસમાં બેઠી હતી ત્યાં જમિયત પંડ્યા 'જિગર' ની આ ચાર પંક્તિઓ લખેલી કાપલી મળી આવી -

"જીત પર હસતો રહ્યો ને હાર પર
હસતો રહ્યો,
ફૂલોની શૈય્યા ગણી અંગાર પર
હસતો રહ્યો,
ઓ મુસિબત જિંદાદીલીની એટલી
તેં ધરી તલવાર તો હું ધાર પર
હસતો રહ્યો."

અને અચાનક વાદળ પાછળથી નીકળીને સૂરજ હુફાળું સ્મિત ફેંકે તેમ હોઠ ૧૮૦ ના ખૂણે ફેલાઇ ગયા. અને ત્યારે યાદ આવ્યું કે અરે! છેલ્લા ચાર કલાકથી હું હસી નથી. છોકરાંઓએ આપેલા 'ગુડ મોર્નિંગ' ના અભિવાદનને મેં ડુચા જેવું મ્હોં કરી પાછું આપ્યું હતું.

અમે નાના હતાં ત્યારે એક નિરગુણ ચાચાની વાર્તા વાંચી હતી. એક નિરગુણ ચાચા હતા. નામ તો કદાચ તેમનું નિર્ગુણ હશે પણ લોક બોલીમાં તે નામ મચેડાઇને નિરગુણ થઇ ગયું. સ્વાભાવિક છે કે નામનો અર્થ પણ બદલાઇને થઇ ગયો. ગુણ વગરનો નિરગુણ ચાચા એ લગ્ન નહોતા કર્યા તેથી વાંઢા કહેવાતાં ને વાંઢાને આમંત્રણ કોણ આપે? પણ નિરગુણ ચાચા આમંત્રણની રાહ જુએ? લગ્ન જવા મોટા અવસરો તો ઠીક પણ એમના આગમન વિના ન કોઇનાં ઘરમાં બાળકોનો જન્મ ઉજવાતો ના જીવનની અંતિમયાતા પૂરી થથી. જો કે, વગર બોલાવ્યે બધાના ઘરે પહોંચી જતાં નિરગુણ ચાચા દરેક સમસ્યાના સમાધાન પોતાના ખિસ્સામાં રાખીને ફરતાં. તેમની હાજરીથી દરેક પ્રસંગમાં હાસ્યરસ ઘૂંટાય... તમે કહેશો કેવી રીતે? તો તે ખાસ કંઇ ન કરતાં માત્ર વાતો કરતાં - કરતાં સમસ્યાઓ સાંભળતાં - સાંભળતા અચાનક અટકવાનો ઇશારો કરી લાંબો શ્વાસ ભરી તેને અવાજ સાથે છોડતાં અને પછી જોર જોરથી ખડખડાટ હસવાનું ચાલુ કરી દેતાં. હાસ્ય એ કેવું? જાત જાતનું... હસતાં હસતાં નિરગુણ ચાચા તો લોટપોટ થઇ જતાં પણ તેમને જોવાં વાળાય પેટ પકડીને હસવા લાગતાં. (વાંચતાં - વાંચતાં જુઓ! તમારા ચહેરા પર પણ હાસ્ય આવ્યું!) કોઇ મુદ્દો કે કોઇ પ્રસંગ નહિ બસ નિરગુણ ચાચાને હસવું હોય એટલે ખિલખિલાટ ચાલુ કરી દે. અટક્યા વગર, સતત, અવિરત હાસ્ય કોણ જાણે ક્યાંથી લાવતાં હશે? જ્યાં સુધી જીવ્યા ત્યાં સુધી બધાને હસાવતાં રહ્યાં કહેવાય છે જીવનના અંતિમ દિવસે પણ ઘરાઇને ખાધું, વાર્તા સાંભળવા આવેલાં બાળકોને વાર્તા કહી, ગીત સંભળાવ્યા, હસાવ્યાં અને પછી સૂઇ ગયાં. થોડી વાર પછી કોઇએ જગાડ્યાં તો હંમેશા માટે લાંબી સોડ તાણી લાંબી નિંદ્રામાં પોઢી ચૂક્યાં હતા. આખુંય ગામ નિરગુણને યાદ કરે છે, પણ તેમની સ્મૃતિ આંખમાં આંસુ નથી લાવતી. લોકો તેમને - તેમના પ્રસંગોને સંભાળીને હસે છે અને એક જ વાક્ય બોલે છે - 'યાર! કમ્માલનો માણસ હતો. હસતો ને હસાવતો!' સાચી વાત છે હાસ્ય ચેપી છે એક હોઠ પરથી છલકાઇને બીજાના અધરો પર ગોઠવાઇ જાય છે. અને હસતાં ચહેરાઓ ખીલી ઊઠે છે. સવારે ઉગતાં સુરજની જેમ.

આપણાંમાં એક કહેવત છે. 'રોતો જાય તે મૂઆની જ ખબર લાવે.' ઉદાસી ઉદાસીને ખેંચી લાવે છે. પણ અફસોસ! હાસ્યને બિમારી સમજીને આપણે આપણી જિંદગીથી તેને દૂર કરી દીધું છે. બહુ જ જરૂરી લાગે તો રેશનિંગની દુકાન પર મળતી ખાંડની જેમ તોળી - તોળીને ફિક્કુ હાસ્ય કરી લેવાનું. ચાલો ઠીક છે, જીવન કી આપાધાપી મેં કબ વક્ત મિલા કે મન મુકીને ખડખડાટ હસી શકીએ? પણ આ રીતે આખું જીવન થોડું વિતાવી શકાય? થાકેલું, મુરઝાયેલું, સતત વ્યસ્ત, ભાગંભાગ, એલ.આઇ.સી અને ઇન્કમટેક્ષ વચ્ચે વહેંચાયેલું ત્રસ્ત જીવન જલદી થકવી નાંખે છે.

અરે! ક્યારેક તો હિમ્મત કરો. ભીડભરેલી સડક ના એક છેવાડે ઉભા રહી દોસ્ત સાથે કોઇ વાત કરતાં કરતાં જોરથી ખડખડાટ હાસ્યને ઉછાળી દો! શું થશે? બહુ તો કોઇ એમ સમજશે કે ગમાર છે! એટલું જ ને વિચારવા દો ને! હસવું આ ટીકા કરતાં વધારે જરૂરી અને મહત્ત્વપૂર્ણ છે. કરી જુઓ, તમારી સમસ્યાઓ થોડોક સમય માટે દૂર ભાગી જશે. આ કોઇ ખતરનાક કે ફાલતું સલાહ નથી. જે તમારી ઇમેજને બગાડવા (?) સિવાય બીજું કંઇ ન કરી શકે. આ તો વૈજ્ઞાનિકોનું કહેવું છે કે, હસતી વખતે આપણે કશું જ વિચારી શકતાં નથી, એટલે જ જેટલો સમય હસતાં રહેશો તેટલો સમય ચિંતા તમારી આસપાસ પણ ફરકી નહિ શકે, ના કોઇ આયોજન ને પૂરૂં કરવાની ફિકર કે ના કોઇ આયોજન ને પૂરૂં કરવાની ફિકર છે કે ના કોઇ ટાર્ગેટ અચીવ કરવાનું ટેન્શન. હું એમ નથી કહેતી કે આપણે આપણી જવાબદારીઓ ભૂલી જઇએ પણ થોડો સમય તો હોવો જોઇએ ને? આપણાં પોતાના માટે જ્યારે આપણે આપણી તાણ અને ત્રાસને ભૂલી શકીએ. ખરેખર તો હસતી વખતે આપણે સારા પડોશી, નાયાબ પત્ની અને શાનદાર માતા પણ હોઇએ છીએ કારણ કે જયારે આપણે હાસ્યની નદીમાં ડૂબકી મારીએ છીએ ત્યારે આપણી આસપાસના લોકો પર પણ તેનાં અમી છાંટણા થયાં વગર રહેતાં નથી. શું એ કહેવાની જરૂર નથી પણ સાથે અગત્યની વાત એ પણ યાદ રાખવાની છે કે, હાસ્ય યંત્રવત્ ન બની જાય. ઘણાં લોકો એવું કરે છે કે, હાસ્યને પણ દવાના ડોઝની જેમ ફિક્સ કરી દે છે. લાફિંગ કલબમાં સામેલ થઇ બગીચામાં ખડખડાટ હાસ્ય વેરીને ઘરે પાછાં વળતાં ચહેરા પર પાછી એ... જ ચિર પરિચિત તંગ રેખાઓ પહેરી લેવાની, પત્ની અને બોસનો કકળાટ, ખર્ચા ને મોંઘવારીનો બોજ, બાળકોનું ભવિષ્ય પાછાં મનનો કબજો લઇ લે તો એ હાસ્ય શા કામનું? તમે જો પહેલેથી તૈયારી કરીને હસશો તો થોડી પળો માટે તનાવયુક્ત થઇ શકાશે પણ બહારની દુનિયાનો સંપર્ક થતાં જ ફરીથી ચિંતાઓ ઘેરી વળશે. આનાથી બચવાનો એક જ ઉપાય છે; હાસ્યની પ્રક્રિયા અને તેના અવાજ ઉપરાંત તેના અહેસાસને પણ તમારા રોજિંદા જીવનનો એક હિસ્સો બનાવી દો. મતલબ કે ડગલેને પગલે સ્મિતના ફૂલની ક્યારી કરતાં જવું.

કહેવાય છે કે, પોતાના ઉપર મજાક કરીને હસવાની કળા જેણે હસ્તગત કરી લીધી છે. તેના માટે સંસારની કોઇ મુશ્કેલી મોટી નથી રહેતી. કોઇકવાર કોશિશ તો કરી જોજો પોતાના જ વર્તન અંગે મજાક કરી જોવાની. આનાથી તમે તમારા દોષ પણ જોઇ શકશો અને તમારી આસપાસ એક સ્વસ્થ માહોલની રચના કરી શકશો. લેટ આવવાની ટેવ, જાડાપણું કે નાની - નાઇ મૂર્ખાઇના આપણાં જ પ્રસંગો આપણને હસવાનો અને સુધરવાનો એમ બંને મોકા આપણને આપે છે. કેટલાંક લોકો તો એટલા માટે નથી હસતાં કે તેઓ માને છે કે આટલી તાણ અને આટલી સમસ્યાઓ જેનો કોઈ હલ નથી એવામાં હસવું યોગ્ય નથી, પણ શું આપણાં ન હસવાથી કે ચહેરા પર ટેન્શન ઓઢી રાખવાથી સમસ્યાઓના સમાધાન મળી જશે? હા! હસવું મતલબ એવો જરાય નથી કે અંવેદનશીલ થઇ જવું.

હસવું જેટલું પવિત્ર છે, કોઇની મજાક ઉડાવવી એ એટલું જ અભદ્ર વર્તન છે. કોઇનો આત્મા દુભાય તેવી રીતે હસવું - તેવી બાબત પર કે કોઇની મજબૂરી પણ હસવું અવશ્યપણે ટીકા પાત્ર છે. કોઇની મજાક કરી વારંવાર હસવું કે તેના રંગ-રૂપને નિશાન સાધી મશ્કરીમાં ખિલ-ખિલાટ કરવો એ દ્વેષ અને ઇર્ષ્યા પેદા કરે છે. તો હસતી વખતે આપણે સારા - સ્વચ્છ હાસ્ય અને ગંદા હાસ્ય વચ્ચેનો ફરક કરતાં શીખવું પડશે. એક જ્ઞાનીએ એક વાર કહ્યું હતું કે, શું તમે ગધેડાને કદિ હસતાં જોયો છે? જો જુઓ તો સમજી જજો કે તે ગધેડો માણસ બનવા જઇ રહ્યો છે, અને કોઇ માણસને હાસ્યના પ્રસંગે પણ મોઢું ચડાવીને કે શોગિયું કરીને બેઠેલા જુઓ તો સમજી જજો કે તે માણસ ગધેડો થવાની અણી પર છે.' ઓશોની ધ્યાન પધ્ધતિમાં પણ એક કલાકના ખડખડાટ હાસ્યને જરૂરી ગણ્યું છે.

આ લેખ વાંચીને વાંચીને હસવાનું મન થાય છે? તો હસોને યાર! આટલું શું વિચારો છો. અને છતાંય હસવું ન આવતું હોય તો જાત પર કેમ હસવું તે શીખવા 'બર્ફી' પિક્ચર જોઇ આવો.

- તારી સ્વાતિ

યશોદા બાળકને પીઠ - પાછળની ભેખડ પર બેસાડી કપડાં ધોવા લાગી, વારંવાર પાછળ જોતી જાય અને કપડાં ધોતી જાય, અચાનક તેણે જોયું તો બાળક ભેખડ પર ન દેખાયો

કારણ એ 'મા' હતી
- અનંત ન. વ્યાસ

'યશોદા' એનું નામ, જાતે નેપાળી - નેપાળના નાનકડા ગામમાં પોતાના પરિવાર સાથે વસે. યશોદાનો પરિવાર એટલે સંયુક્ત કુટુંબ. તેના સાસુ-સસરાં, જેઠ-જેઠાણી સૌ સાથે રહે. યશોદા કુટુંબની સૌથી નાની વહુ. લગ્નના પ્રથમ પાંચ વર્ષ સુધી સંતાન ન હતું. અનેક બાધા આખડીઓ રાખી, વ્રત તપ કરી ભગવાન પશુપતિ નાથને રીઝવ્યા. પ્રભુકૃપાએ પુત્રનો જન્મ થયો. નામ પડ્યું હતું. વીરભદ્ર તંદુરસ્ત ને રમતિયાળ બાળક. નાનકડાં ગામમાં સૌને વહાલો. યશોદા પોતાના બાળકને કયારેક વિલો ન મુકે જયાં જાય ત્યાં સાથે લઇ જાય.

નેપાળમાં આસપાસ પાણીના અખંડ ઝરણાં વહે છે. ઘરકામમાં પાણી ભરવું, કપડાં ધોવા, ઠામ-વાસણ સાફ કરવા ઇત્યાદિ ઝરણાંના કાંઠે જ થાય. ગામની સ્ત્રીઓ સહુ સાથે પાણી ભરવા કે કપડા ધોવા જાય. આસપાસ જંગલ - જંગલી પશુઓ પણ અવારનવાર પાણી પીવા આવે તેનાં ડર રહે. તેથી સૌ સાથે નીકળે. પરંતુ તે દિવસે યશોદાને ઘરકામમાં મોડું થઇ ગયું. કપડાં ધોવાં જતાં લગભગ સાંજ પડી ગઇ.

યશોદા બાળકને પીઠ - પાછળની ભેખડ પર બેસાડી કપડાં ધોવા લાગી. વારંવાર પાછળ જોતી જાય અને કપડાં ધોતી જાય. અચાનક તેણે જોયું તો બાળક ભેખડ પર ન દેખાયો. કદાચ આઘોપાછો ગયો હશે તેમ માની થોડી ધીરજ ધરી. પણ પછી ન રહેવાયું. ભેખડ - પર ચઢી જ્યાં જુએ તો તેનો સાદ ફાટી ગયેલો. એક ભયંકર વાઘ બાળકનું માથું મોઢામાં લઇને જંગલ તરફ જતો હતો. વાઘ કયારે આવ્યો, કયારે તેણે બાળકને ઉપાડી લીધો. તેનો આછો અણસારો પણ કપડાં ધોતી 'યશોદા'ને ન આવ્યો. પાંચ - પાંચ વર્ષ સુધી કરેલા તેના જપ - તપ સૌ કાળના ક્રૂર પંજામાં ફસાઇ ગયા. વાઘને જતો જોઇ યશોદા ગાંડા જેવી થઇ ગઇ. ચીસ પાડી તે વાઘ પાછળ દોડી વાઘે ત્યાં ભયંકર ઘુર્ઘાટ કર્યો ને તે જંગલમાં ઘુસી ગયો.

યશોદાની નસોમાં આગ લાગી ગઇ. પોતાનો પ્યારો બાળક આ રીતે ઝૂંટવાય જાય તે તેનાથી સહન ન થયું. કોઇ પણ ભોગે એ બાળકના હત્યારાનો ભોગ લેવા તેનું ચિત્ત તલપાપડ થઇ ગયું. એ ગામ તરફ દોડી ભીંના લથબથ કપડાં - ખુલ્લા વાળ સાથે દોડતી યશોદાને જોઇ ગામ લોકોને લાગ્યું, 'જરૂર કંઇ વિપરિત બન્યું છે.' બાકી આ ગામની ડાહી સ્ત્રી આમ ન દોડતી આવે. યશોદા પોતાની ધૂનમાં ઘરમાં દાખલ થઇ આંગણામાં બેઠેલા વડિલો તરફનો શિષ્ટાચાર પણ તેના વર્તનમાં ન દેખાયો. સૌને નવાઇ લાગી.

દરેક નેપાળીના ઘરમાં 'ખુખરી' તો હોય જ. 'ખુખરી' એ નેપાળીનું હાથવગું હથિયાર. યશોદાએ ખુખરી ઉપાડી. ઉઘાડી ખુખરી લઇ તે પાછી ફરી. આંગણામાં બેઠેલા વડિલે પૂછ્યું, 'વહું બેઠા શું થયું?'

'એણે મારા દીકરાનો જીવ લીધો છે. હું તેનો બદલો લેવાનો...' ક્રોધથી કંચતા અવાજે યશોદા બોલી. કોણે આપણા પુત્રને માર્યો છે. કહે, હું હમણાં જ તેનું વેર લઉં. પતિએ આશ્વાસન આપતાં કહ્યું.

'એ જંગલમાં નાસી ગયો છે. મને અટકાવો મા, હું મારા હાથે જ તેને માપવાની...' આટલું માંડ બોલી યશોદા તો જંગલ તરફ દોડી ગઇ.

ગામમાં જાણ થઇ કે યશોદાના બાળકને કોઇ જંગલી પશુ ઉપાડી ગયું છે. ગામના લોકો હાથ ચડ્યું તે સાધન લઇ યશોદાની મદદે જવા તૈયાર થયા. પણ યશોદાને આવી મદદની કોઇ તમા ન હતી. તે તો દોડતી દોડતી નદી કિનારે આવી. નિશાનીઓ જોતી જોતી જંગલમાં ઘૂસી. થોડે દૂર જ વાઘ તેના ભક્ષ્ય પર બેઠો હતો. કોઇ પણ માતા માટે આ એક કારમું દૃશ્ય હતું. યશોદાએ ચીસ પાડી. વાઘે માથું ઊંચું કરી ભયંકર ત્રાડ પાડી. પોતાનું વિકરાળ મોં ખુલ્લું કર્યું. પોતાની એક ત્રાડથી ભલભલા મર્દોને નાસી છૂટતા તેણે જોયેલા. તેથી આ એક નાનકડી સ્ત્રી - નાનકડી ખુખરી લઇ તેના પર હુમલો કરે તે વાત કદાચ વાઘની કલ્પનામાં પણ નહિ હોય, વળી ભૂખ્યો વાઘ જયારે પોતાન ભક્ષ્ય પર બેઠો હોય ત્યારે તો સારા - સારા શિકારીઓ પણ તેને છંછેડતા સો વખત વિચાર કરે...

પણ યશોદાને તો આવું કંઇ જ વિચારવાનું ન હતું. વાઘ ચેતે. ઊભો થાય. ત્યાં તો યશોદા પહોંચી ગઇ. અને મજબૂત હોય ખુખરીનો એક ઘા બરાબર વાઘના માથા પર જ મારી દીધો. એક જ ઘા એ વાઘનું માથું ચિરાયું. પણ આ કોઇ સામાન્ય પ્રાણી ન હતું. ભયંકર વાઘ હતો. તેણે આગળના પંજાના એક પ્રકારે યશોદાને દૂર ફેંકી દીધી. ને તરાપ મારી બરાબર પડેલી યશોદાના માથા પરજ યશોદા ઘાયલ થઇ હતી પરંતુ તેનું ઝનૂન ઓસર્યું ન હતું. વાઘનું ભયંકર ઉઘાડું મોં પોતાની માથા પર ઝબુળતું જોયું... વીજળીની ઝડપે તેણે પોતાનો ડાબો હાથ વાઘના મોં માં ખોસી દીધો. ગુંગળાવાથી વાઘ જરા લથડ્યો કે તુરત જમણાં હાથે યશોદાએ ખુખરી ચાર-પાંચ ઘા વાઘના પેટ પર કરી લીધા. પેટ પણ ચીરાઇ ગયું. વાઘે ત્રાડ પાડી. યશોદાને પંજો માર્યો, યશોદા બેભાન થઇ ગઇ. તેનો હાથ ચુંથાઇ ગયો... દરમિયાન ગામનાં લોકો ત્યાં પહોંચી ગયા. સૌ જુએ તો યશોદા અને વાઘ બંને મરણતોલ હાલતમાં ઘાયલ થઇ પડેલા. યશોદાએ હજી હાથમાં ખુખરી પકડેલી. વાઘ મરણ પામેલો. યશોદાને ઝોળી કરી ગામમાં લાવ્યા. તેના મોઢામાંથી અસ્પષ્ટ શબ્દો નીકળ્યા. હું બદલે લેવાનાંને એ પણ મરણ પામી.

એકલા હાથે, એક નાનકડી ખુખરીથી ભયંકર વાઘ સાથે તે લઇ અને પોતાના પુત્રના હત્યારાનો બદલો લઇ શકી. તેનામાં ઝનૂન - શક્તિ અને વિશ્વાસ પ્રગટ્યા. જીવના જોખમે એ પોતાનું ધ્યેય પ્રાપ્ત કરી શકી. કારણ'એ મા હતી.'

નોંધ :

(લગભગ પાંચ - છ દાયકા પેલા આવેલા એક સત્ય ઘટનાના અહેવાલને આધારે... મૂળ લખનારનો આભાર...)

મહાસુદર્શન ચૂર્ણ એ અદ્‌ભૂત, પ્રભાવશાળી, સાદું, કાષ્ઠૌષધિ ચૂર્ણ છે, વૈદ્યો તેમજ લોકો પોતાના ઘરગથ્થું ઉપચાર માટે તેને છૂટથી વાપરે છે

મહાસુદર્શન ચૂર્ણ
નિરામય
- ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય

આયુર્વેદ એ વર્ષોથી ચાલી આવતી પરંપરા છે. તેમાં સમયગાળાને અનુલક્ષીને નવીનતા તો આવે છે પરંતુ કેટલાક શાશ્વત ઔષધો, શાશ્વત યોગો આદિ વર્ષોથી એજ પ્રકારે, એ જ સ્વરૂપે આજે પણ વપરાય છે. જેમ કે, આધુનિકતાની સાથે ચાલીને આજે 'એક્સ્ટ્રેકટ' સ્વરૂપે ઘણી ખરી દવાઓ મળે છે. એટલે કે દવાઓનું જે ખાસ ઉપયોગી તત્ત્વ હોય તેને જ માત્ર ઉપયોગમાં લેવું આથી દવાનો ડોઝ ઓછો લેવો પડે અને તો પણ ખૂબ સારું પરિણામ જોવા મળે. એવી જ બીજી નવીનતા 'કેપ્સ્યુલ'ની છે. હજુય ઘણા લોકો પૂછે છે "સાહેબ, આયુર્વેદમાં કેપ્સ્યૂલ આવે?" હાં, આવે. હવે તો ઇસબગુલ અને ઘઉંના જુવારાની યે કેપ્સ્યુલ મળવા લાગી છે. એવા યોગો કે જે સ્વાદે ન ભાવતા હોય કે તેને ચૂર્ણ સ્વરૂપે લેવામાં તકલીફ પડતી હોય તેનું કેપ્સ્યુલમાં રૂપાંતરણ થવા લાગ્યું છે. આમ, આયુર્વેદમાં પણ સમયાંતરે ફેરફારો જોવા મળ્યાં જ છે.

તો આયુર્વેદની બીજી બાજુ પણ છે. જે હજુ પણ એ જ પ્રમાણે, એજ સ્વરૂપે અનુસરાય છે કે જે સ્વરૂપે વર્ષો પહેલાં અનુસરાતું. આમા અનેક બાબતોનો સમાવેશ થાય. જેમ કે, ઔષધો, ક્રિયાઓ, યોગો આદિ. જો ઔષધના યોગોની વાત કરીએ તો અમુક યોગો વર્ષોનાં વર્ષોથી વપરાતાં આવ્યાં છે. અને આજે પણ એ જ સ્વરૂપે વપરાય છે. આવા યોગોનો સામાન્ય ઉપયોગ પૂર્વજો દ્વારા પર ઉપયોગ થયો હોય અને સંસ્કાર સ્વરૂપે જ આપણામાં ઉતર્યું હોય. યોગો જેવા કે ત્રિફળા, સિતો પલાદી, પાચક કે આમ પાચન વટી હજુ પણ લોકપ્રિય છે. આવું જ લોકપ્રિય એક નામ છે મહાસુદર્શન. આજની તારીખેય અમુકને તાવ આવ્યો હશે તો બા કે દાદાએ સુદર્શનની ફાકી લેવાનું કહ્યું જ હશે. અને ખરેખર જ મહાસુદર્શન આયુર્વેદનો એવો શાશ્વત અને અસરકારક યોગ છે. જેનો નિરંતર ઉપયોગ થતો જ રહેવાનો છે.

મહાસુદર્શન ચૂર્ણ એ અદ્‌ભૂત, પ્રભાવશાળી, સાદું, કાષ્ઠૌષધિ ચૂર્ણ છે. વૈદ્યો તેમજ લોકો પોતાના ઘરગથ્થું ઉપચાર માટે તેને છૂટથી વાપરે છે.

મહાસુદર્શન ચૂર્ણમાં સમાવેશ પામતા ઔષધો વિશે જોઇએ તો આપણા ઋષિમુનિઓની દિર્ઘદૃષ્ટિનો ખ્યાલ આવે. વિવિધ પ્રકારના અનેક દ્રવ્યોનો યોગ આ ચૂર્ણમાં સર્જાય છે. ત્રિફળા, હળદર, દારૂ હળદર, બે પ્રકારની ભોરીંગણી, સૂંઢ, મરી, પિયર, પિપરી મૂળ, ગળો, ધમાસો, કડુ, પિતપાવડો, મોથ, લીમડાની આંતર છાલ, પુષ્કર મૂળ, જેઠી મધ, અજમો, ઇનુચવ, સરગવાના બીજ, ફટકડી, વાળો, તજ, સુખડ, અતિવિષની કળી, પટોળ, લિવિંગ, વાંસ કપૂર, જાવંત્રી, તેજ પત્ર આદિ દ્રવ્યો 'સમાન ભાગે લેવા' અને આ બધાયથી અર્ધા ભાગનું કસ્યિાતું લેવું. આ આખાય મિશ્રણને કહેવાય મહાસુદર્શન ચૂર્ણ.

હવે આટઆટલી ઔષધો, અને એમાય ઘણા ખરાં કડવાણી ઔષધો એક જ જગ્યાએ સમાવિષ્ટ થઇ જતા હોય ત્યાં તાવ કેમ ટકે? દરેક જાતના તાવ, શ્વાસ, ઉધરસ, લોહીના ટકા ઓછ થયા હોય આદિ રોગોમાં મહાસુદર્શન ચૂર્ણ ખૂબ અસરકારક છે.

વળી, આ ચૂર્ણ નિયમિત લેવાથી શરીરને તંદુરસ્ત બનાવે છે, રોગ પ્રતિકારક શક્તિ વધે છે, ભૂખ લાગે, સ્ફૂર્તિ રહે અને પાચનતંત્ર પણ સુધરે છે. સામાન્યતઃ કોઇ ભારે માંદગીમાંથી ઊઠ્યાં હોઇએ તો આ ઔષધનું બલ તથા પ્રકૃતિ પ્રમાણે સેવન કરવું, જેથી રોગપ્રતિકારકતા વધે અને નબળાઇ દૂર થાય છે.

સુદર્શન ચૂર્ણને અનેક રીતે લઇ શકાય છે. સીધું જ ચૂર્ણ ફાંકવું, કે ઉકાળીને કે પલાળીને પણ લઇ શકાય. ચૂર્ણમાં સ્હેજ ખાવાનો સોડા અને સ્હેજ નવસાર નાખીને પણ લેવાય છે. આ ઉપરાંત ચૂર્ણને કાચના વાસણમાં આખી રાત પલાળીને સવારે ગાળીને રોજિંદુ પી શકાય.

(અનુસંધાન પાના નં. ૬ પર)

આજના દિવસનો મહિમા
- ભાનુપ્રસાદ એસ. દવે

૨૭મી જાન્યુઆરી

- **રવિશંકર મહારાજના જીવનચરિત્રના લેખક, ગ્રામજીવન, લોકશિક્ષણ, ગ્રામસેવા, સફાઇ, શ્રમ સર્વોદય, ભૂદાનયજ્ઞ વિશેના આલેખક, દલિતો-પીડિતો પ્રત્યે સહાનુભૂતિ રાખનારા બબલદાસ મહેતાની પુણ્યતિથિ ૧૯૮૧.**
- **પુસ્તકાલય વિજ્ઞાનના સર્વગ્રાહી પ્રભાવમાં અસરકારક પરિણામો આપનારા 'પદ્મશ્રી' ડો. રામામૃત રંગનાથ શિલાપીની પુણ્યતિથિ ૨૭-૯-૧૯૭૨.**
- **વિદ્યુત સંચાલિત કેલમ્યુલેટિંગ મશીન (ત્રણકયંત્ર) ની શોધની જાહેરાત - ૧૯૭૧.**
- **શ્રેષ્ઠ ચિત્રકાર સૌંદર્ય વિદ્યાના મહર્ષિ નિકોલસ રોતિક જન્મ - ૧૮૭૪.**
- **ડો. મહાદેવ પ્રસાદ કંથારીયાનો જન્મ. આરોગ્ય અને ઉપચારના મહાન લેખક.**

- **૧૮૯૫ - સમાજ સુધારક, બ્રહ્મો સમાજના સ્થાપક રાજારામ મોહનરાયનું અવસાન ૧૮૩૦.**