## સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

### સલામી સવારની..

*(રજત જયંતી વર્ષ)*

*તાલીબાનોનો આ તાલ વિશ્વ જોઈ રહ્યું છે,*
*તાલીના તાલે બધા જુલમ સહી રહ્યું છે,*
*જોઈ રહ્યું છે 'વિશ્વ સંસ્થાન' પણ બંધ આંખે -*
*બળીયાના બે ભાગે જગત જઈ રહ્યું છે.*
*(અફઘાન તાલીબાનના સાણસામાં)*

**હાઈકુ**

*રહો સાવધ*
*ચીન ને પાકિસ્તાન*
*લેશે પ્રેરણા ?!*

*છે કૂટનીતિ*
*મેં મેરી ફોડતા હું*
*ઘર સાચવો !*

### ચિંતન

**શીલં શોર્યમનાલસ્યં પાંડિત્યં મિત્રસંગ્રહઃ ।**
**અચૌરહારિણી યાનિ, પચૈતાન્યક્ષયો નિધિઃ ॥**

ઉપરોક્ત શ્લોક ડિવાઈન સંસ્કૃત સુભાષિતમાંથી લેવામાં આવેલ છે.

ચારિત્ર્ય, શૌર્ય, આળશ ન હોવું, પાંડિત્ય મિત્રો સાચવવા - વધારવા અને ચોરવૃત્તિ ન હોવી આ પાંચ બાતો અક્ષયનીધિ જેવી છે. અખૂડ ભંડાર જેવી છે. ૧. માણસ સત-ચારિત્ર્યો શૌર્યવાન, વીર સજ્જન હોય તો એમાં સદ્‌ગુણોનો સરવાળો થતો જ રહે છે એવી વ્યક્તિ બાબતે સૌને સન્માન અને ગૌરવની લાગણી રહે છે.

૨. જે વ્યક્તિમાં આળસ, પ્રકૃતિ, પ્રમાદ, કામ ન કરવાની, કામ પછી કરવાની વૃત્તિ હોય તે બધી બાજુથી અપમાનિત અપ્રિય થાય છે. તેની વિરુદ્ધ 'છળ' ચપળતા, ઉત્સાહથી કામગરા વ્યક્તિને બધાં જ સન્માને છે.

૩. પંડિત, વિદ્વાન બધે જ પૂજનીય છે.

૪. મિત્રો સાચવનાર - વધારનાર વ્યક્તિ સ્વભાવે સાલસ, ત્યાગી અને સૌની સાથે અનુકૂલન સાથે તેવા સ્વભાવનો હોય તે સન્માન પામે છે

૫. જેનામાં ચોરવૃત્તિ નથી તેવો પ્રામાણિક - નિષ્ઠાવાન વ્યક્તિ પણ માનપાત્ર છે.

આ પાંચ ગુણ - સદ્‌ગુણના અખૂટ ભંડાર જેવા છે. એના કારણે બીજા બધા સદ્‌ગુણો આપોઆપ આવે છે.

### સુવિચાર

- ખુદ જા ગીરે ઉસી કશ્તી મેં, જિસકે વે ખવૈયા થે, હજારો કો કિયા ઉસ પાર,
  ખુદ હી ઉલઝ ગયે મઝદાર - **જાવેદ અખ્તર**
- વાહ ! પ્રજાપ્રત્તાક ! જયાં ફૂટપાથ પર મરતી પ્રજા,
  વૈભવ છલકતા મહેલ પર ફરફરતી સત્તાની ધજા - **કરસનદાસ માણકે**
- ભારત દેશની પીડાએ ઉચ્ચત્તમ ધાર્મિકતા અને નિમ્નત્તમ નાગરિકતા છે - **ગુણવંત શાહ**
- નાગરિકતાના પતનથી રાષ્ટ્રના પતનની શરુઆત થાય છે અને
  નેતાનાં પતનથી તે ઝડપી બને છે - **પ્રોફેસર નંદન પિરામલ**
- જે શાસનમાં દુર્જનો નિર્ભય અને સજ્જનો ભયમાં હોય એ કુશાસન. તેમાં દુઃશાસનને ઘી - કેળા અને યુધિષ્ઠિરને વનવાસ - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- કોઈ જન્મથી જ હારેલું કે નિરાશ નથી હોતું એ પરિસ્થિતિ આપણે પસંદ કરેલી હોય છે... જેમાંથી આપણને આપણી જાત સિવાય કોઈ બચાવી શકે એમ નથી હોતું - **કાજલ ઓઝા વૈદ્ય**
- આજનું ઔષધ : દુર્વા ઘાસના રસમાં ચોળા વાટીને તે પેસ્ટ માથા પર લગાવવાથી માથાનો દુઃખાવો મટે છે

**(સંકલન : દીપક વી. આશરા)**

### બોધકથા

મગધ સમ્રાટે સભામાં પૂછ્યું, 'દેશની ખાદ્ય સમસ્યાને ઉકેલવા માટે સૌથી સસ્તી વસ્તુ શું છે??' શિકારના એક શોખીન સામંતે કહ્યું, 'સજ્જન સૌથી સસ્તો ખાદ્ય પદાર્થ માંસ છે.' સમ્રાટે ચાણક્યને સ્પષ્ટતા કરવા કહ્યું ત્યારે ચાણક્યએ કહ્યું, 'હું મારો મત આવતીકાલે રજૂ કરીશ.' રાત્રે ચાણક્ય પેલા શિકારના શોખીન સામંતના ઘરે ગયા અને કહ્યું, 'સમ્રાટ એકાએક બીમાર થયા છે. રાજવૈદ્યે કહ્યું છે કે કોઈ મોટા માણસના હૃદયનું બે તોલા માંસ મળી જાય તો રાજાના પ્રાણ બચી શકે છે. તેથી તમારી પાસે હું તમારા હૃદયના ફક્ત બે તોલા માંસ લેવા આવ્યો છું અને તેના બદલામાં તમે એક - લાખ સુવર્ણ મુદ્રાઓ લઈ લો.'

સામંતે ચાણક્યના પગે પકડીને માફી માંગી અને ઉપરથી એક લાખ સુવર્ણ મુદ્રાઓ આપી ને કહ્યું કે આ મુદ્રાથી બીજા કોઈ સામંતના હૃદયનું માંસ ખરીદી લે.' ચાણક્ય બીજે દિવસે મહેલમાં પહોંચ્યા અને બે લાખ સુવર્ણ મુદ્રાઓ મુકી. સમ્રાટે પૂછતા ચાણક્યએ કહ્યું, 'બે તોલા માંસ ખરીદવા માટે આટલું ધન એકઠું થઈ ગયું, છતાં બે તોલાં માંસ ન મળ્યું, માંસ કેટલું સસ્તું કહેવાય ? જીવન અમૂલ્ય છે. જેમ આપણને આપણો જીવ પ્યારો છે, તેમ સૌને પોતાનો જીવ એટલો જ પ્યારો હોય. પરંતુ પશુઓ અબોલ છે અને પોતાનો જીવ બચાવવામાં અસમર્થ છે. તેઓ પોતાની વ્યથા દર્શાવી શકતાં નથી તો શું આ જ કારણે તેમની પાસેથી જીવવાનો અધિકાર છીનવી લેવો ? સમ્રાટ અને સામંત બંને ચાણક્યથી વાતનો સાર સમજી ગયા.'

# તાલિબાન ભારત માટે સમસ્યા બનશે

**તંત્રીસ્થાનેથી...**

દેશ આખો પાડોશી રાષ્ટ્ર અફઘાનિસ્તાનમાં થયેલા સત્તાપલટાથી ચિંતામાં પડી ગયો છે. ખાસ વિમાન મોકલીને ત્યાંથી રાજદૂત ટંડન સહિત દૂતાવાસના કર્મચારીઓને સલામત રીતે પાછા બોલાવી દીધા છે. હજી ભારતે તાલિબાન શાસન સાથે કંઈ સ્ટ્રેટેજી અપનાવવી તે નક્કી નથી કર્યું. અમરિકા તો હારી થાકીને ઉચાળા ભરી ગયું છે અને રાષ્ટ્રપતિ બાઈડેને રીતસર હાથ ઊંચા કરી દીધા છે. અબજો ડૉલર ખર્ચ્યા પછી અને હજારો સૈનિકોની ખુવારી છતાં હતું એવું ને એવું તાલિબાન શાસન પાછું આવતું હોય તો એવી પ્રજા પાછળ સમય અને નાણાં વેડફવાં તે નરી મૂર્ખામી હતી એનું ભાન અમેરિકાને થઈ ગયુ છે. અમેરિકન સેનાએ અફઘાન સેનાને તાલીમ આપી હતી અને અપેક્ષા રાખી હતી કે હવે તે તાલિબાન આતંકીઓ સામે દેશનું રક્ષણ કરી શકશે. પરંતુ એવું કશું થયું નથી. અમેરિકાએ જેવી એની સેના પાછી ખેંચવા માંડી એવા તાલિબાનો વીજળીવેગે દેશના વિવિધ વિસ્તારો કબજે કરવા લાગ્યા અને સૌથી સુરક્ષિત ગણાતી રાજધાની કાબુલ સુધી પહોંચી ગયા. કશાય પ્રતિકાર વગર જ તાલિબાનને અફઘાનિસ્તાનનો કબજો મળી ગયો તે શું સૂચવે છે ? સ્થાનિક સેનાએ તાલિબાનોને અનુકૂળ થઈ જવામાં જ શાણપણ જોયું. એનો અર્થ એટલો જ કે વીસ વીસ વરસ લગી અમેરિકાએ પઠાણોના દેશને આધુનિક લેબાસમાં આણવા કરેલી મહેનત પાણીમાં ગઈ. બાઈડેનને સૈન્ય પાછું ખેંચવાનો લેશ પણ અફસોસ નથી, ભલે દુનિયા આખી થૂ-થૂ કરતી હોય. આખરે એમરિકાએ આવા કટ્ટરવાદી મુલકોને સુરક્ષા આપવાનો અને સુધારવાનો ઈજારો તો નથી લીધેલો, એવી પાકી સમજણ સાથે અમેરિકાએ અફઘાનિસ્તાનને એના નસીબ પર છોડી દીધું છે. એથી અમેરિકા હવે પછી બાકીની દુનિયા આંતરિક મામલાઓમાં બિનજરૂરી હસ્તક્ષેપ નહીં કરે એવો મેસેજ પણ જાય છે. અમેરિકાની આ નામોશીથી એના કટ્ટર પ્રતિસ્પર્ધી રશિયા અને ચીન તેમજ ઈરાનને જાણે પોતાનો વિજય થયો હોય એવું લાગે છે. પાકિસ્તાને તો અફઘાનિસ્તાન અમેરિકાની ચુંગાલમાંથી છૂટ્યું એની ખુશી મનાવી છે. તાલિબાન શાસનને વિશ્વ સમુદાય પાસેથી માન્યતાની આશા રાખી છે. અમારો દેશ છે, અમે અમારી રીતે અને અમારી પરંપરાઓ મુજબ વહીવટ કરીશું - એવી રજૂઆત સાથે અન્ય કોઈ દેશને નુકશાન નહીં પહોંચાડીએ એવી ખાતરી પણ ઉચ્ચારી છે. જો કે તાલિબાનની ખાતરી પર ભરોસો રાખવો એ તો નરી મૂર્ખતા જ લેખાશે. છતાં યશવંત સિંહા જેવા પૂર્વ વિદેશમંત્રી તાલિબાન સાથે સુમેળની રાજનીતિની વકીલાત કરી રહ્યા છે. ભારત પોતે એક મોટી તાકાત છે અને તે અમેરિકાનું કહ્યાગરું બની પાડોશી ઈસ્લામિક રાષ્ટ્ર સાથે સંબંધ બગાડી બેસે તે બરાબર નથી, એવો સ્પષ્ટ સૂર યશવંત સિન્હાના લેખમાં વ્યક્ત થયો છે. તાલિબાન શાસન હોય કે બીજું કોઈ - ભારત અફઘાનિસ્તાનને મદદ કરતું રહ્યું છે એમ કરતું રહેશે, એવો ઉદાર અભિગમ અપનાવી આપણે એની 'દુશ્મનાવટ' થી દૂર રહેવું જોઈએ એવો એક મત પ્રવર્તી રહ્યો છે. પાકિસ્તાન તો તાલિબાન રુપી હથિયારનો ઉપયોગ કાશ્મીરની ઠરી રહેલી આગને સળગાવવા માટે જ કરશે તે નક્કી છે. તેથી વહેલી તકે તાલિબાન સાથે મીઠા સંબંધો સ્થાપિત કરવા તે ભારતનાં હિતમાં હશે. ચીન તાલિબાનને બગલ બચ્ચું બનાવીને જંપશે. ત્યારે શિયા બહુમતી વાળું ઈરાન પણ અમેરિકા સામેના આક્રોશને કારણે આ સુન્ની કટ્ટરવાદી ઈસ્લામિક શાસનને સમર્થન આપી અમેરિકાને એની હેસિયત બતાવવા પ્રયાસ કરશે. ભારત સામે લાખ રૂપિયાનો સવાલ છે : તાલિબાનને માન્યતા આપવી કે નહીં ? અશરફ ગની ભારતના પરમ મિત્ર હતા; પણ એ તો આખો ખજાનો ઉપાડી રાતોરાત રવાન થઈ ચૂક્યા છે. હવે તો શરિયતના કાનૂનનો અમલ કરનારા કટ્ટર તાલિબાની શાસન સાથે કામ પાડવાનું છે, નવા શાસન દ્વારા વારંવાર કહેવાતું રહ્યું છે કે સ્ત્રીઓને ભણવાની અને નોકરી કરવાની છૂટ હશે, બૂરખો નહીં ફક્ત હિજાબ ફરજિયાત હશે, જો કે નવું 'પ્રગતિશીલ' તાલિબાન શાસન અગાઉ જેવું કટ્ટર નહીં હોય એવી ખાતરી મેળવવી અઘરી છે.

# રંગ તમારા અસ્તિત્વમાં હોવા જોઈએ... પરિસ્થિતિ તો 'બ્લેક એન્ડ વાઈટ' જ રહેવાની

મધ્યાહ્‌નની અલસ વેળ હતી પ્રશાંત,
ધીરે ધીરે લસતી ગોકળગાય જેમ,
ને શ્રાવણી જલનું વર્ષણ તેય કલાન્ત,
ફોરાં ઝરે દ્રુમથી રહે રહી એક એક.
જેવું વિલંબિત લયે મૃદુ મંદ ગાન
તેવું જ મારું સ્હેજ ઉર સ્પંદમાન.
ટેકો લઈ ઋષભ - નંદિ - ની પાસે બેસું,
કેવી હવા હલમલે મુજ પક્ષ્મ-રોમે !
હું માનસી - જલ હિમોજ્જવલ શ્વેત પેખું,
ને ચંદ્રમૌલ તણી કૌમુદી નીલ વ્યોમે.
કૈલાસનાં પુનિત દર્શન... ધન્ય પર્વ !
ના સ્વપ્ન, જાગૃતિ; તુરિયન; તો ય સર્વ !
- રાજેન્દ્ર શાહ ('શ્રાવણી મધ્યાહ્‌ન' માંથી)

કવિ શ્રી રાજેન્દ્ર શાહે અનુભવેલાં 'શ્રાવણી મધ્યાહ્‌ન' એક એકકાળે અનુભવેલો... આજે તો ઋતુઓ પણ નઠારી નીવડી... એમનાયે સૂર.... લય તાલ બદલાયા ! બાળપણનું એ ચોમાસું યાદ આવે - વરસાદની હેલી જામે જેમાં અઠવાડિયા લગી સૂરજદાદા પણ ન દેખાય... મા એ ઘરમાં સૂકવેલા કપડાં પણ ન સૂકાય... બધે ભેજ ભેજ છવાઈ ગયો હોય. કાળી ડિબાંગ મેઘલી રાત - વાદળોનો ગડગડાટ ને તેજતાતી વીજળીના ચમકારાથી છળી ઊઠતાં....! કાળઝાળ ગરમીથી શેકાયેલી વ્યાકુળ વસુંધરાંના હૈયે ટાઢક વળતી.... આ હતું વર્ષાનું જોબન !!

હૈયે હરખની હેલી ચડે ને મેઘ લાડુનાં જમણ પણ થાય.... પ્રાકૃતજનોની વ્યવહારું વાણીમાં વણાયેલી કેટલીક રસાળ પંક્તિઓ કૂમળાં કાને અથડાતી ને આજેય યાદ છે; 'દિવસો પરબનો માસો.' 'આબ રાતો તો કણબી મા'તો', 'દા'ડે વાદળાંને રાતે તારા એ દુકાનનાં ચાળાં.' 'જો વરસે આદરા તો બારે મહિના પાદરા' વગેરે વગેરે... અમારા એ ધોતીધારી વડીલો તો સાવ અભણ કે અલ્પશિક્ષિત પણ આ બધું જ્ઞાન એમનાંમાં ક્યાંથી ઘૂસ્યું હશે ?! આ બધા મારે મન જંગલ વિદ્યાપીઠ જેવા જ હતા. એમનું વ્યવહારુ જ્ઞાન ને કોઠાસૂઝ સામે હું આજેય ખૂબ વાણમો જ સાબિત થાઉં એમાં જરાયે અતિશયોક્તિ નથી.

**લાગણીનો મેળો**

રસિક વાળંદ

ખેર, હવે આ શ્રાવણી પૂર્ણિમા પણ નજીક છે. ઉપનિષદમાં એક કથા છે. એક દિવસ સનાતકુમારો કૈલાસવાસી ભગવાન શિવ પાસે ગયા અને પૂછવા લાગ્યા કે પ્રભુ આમ તો બારે મહિનાનું કોઈને કોઈ મૂલ્ય છે પરંતુ આપને અધિક પ્રિય હોય તેવો માસ કયો છે! ત્યારે મહાદેવજીએ કહ્યું, હે સનતકુમાર બધા જ માસમાં મને સૌથી વધુ પ્રિય એવો શ્રાવણ માસ છે. ત્યારે સનતકુમારોએ વળતો પ્રશ્ન કર્યો, પ્રભુ આપને શ્રાવણ માસ પ્રિય શા માટે છે? અને શ્રાવણ માસ, એ નામ કેવી રીતે પ્રસિદ્ધ થયું તે તમને કૃપા કરી સમજાવો. ત્યારે દેવાધિદેવ શિવજી એ કહ્યું, હે સનતકુમારો આનાં કારણો ઘણાં છે પણ પ્રથમ તો એ કે બધાં નક્ષત્રોમાં મને શ્રવણ નક્ષત્ર અને પૂર્ણ ચંદ્રની રતિ એવી પૂર્ણિમા પ્રિય છે. અને બારેય મહિનામાં આ એક માસ એવો છે કે જેની પૂર્ણિમામાં શ્રવણ નક્ષત્ર આવે છે તેથી આ માસ શ્રાવણ કહેવાયો. બીજું કે બધા મહિનાઓમાં આ માસ એવો છે કે જેમાં માત્ર આપ શ્રવણ કરો અને આપને સિદ્ધિની પ્રાપ્તિ થાય છે. ' એવી તો ઘણી બધી ધર્મ, અધ્યાત્મની વાતો છે, પણ પર્વોનો મૂક સંદેશ વાંચતા પણ આવડવો જોઈએ. આપણાં શાસ્ત્રો લાક્ષણિક ઢબે લખાયાં છે... આપણે ઉત્સવઘેલા તો છીએ પણ પર્વોના મર્મને પામીએ તો ઊજવણી લેખે લાગે...

આ શ્રાવણી પૂર્ણિમા એટલે ઉત્સવોનો ત્રિવેણી સંગમ... જ્ઞાનનિષ્ઠ બ્રાહ્મણોનો યજ્ઞોપવિત (જનાઈ) બદલવાનો ઉત્સવ, ભક્તિ પ્રધાન ભાઈ-બહેનનો રક્ષા-બંધનનો ઉત્સવ અને કર્મવીર વેપારીઓનો સમુદ્ર પૂજનનો ઉત્સવ.

આપણા સોળ સંસ્કારમાં ઉપનયન સંસ્કાર પણ છે. 'ઉપ' એટલે પાસે અને નયન એટલે લઈ જવું. જે સંસ્કારથી શિષ્યને ગુરુની પાસે લઈ જવામાં આવે તે સંસ્કાર એટલે ઉપનયન સંસ્કાર. જનોઈ ધારણ કરવી એટલે વેદનિષ્ઠા અપનાવવી. તેને જ ગુરુ દીક્ષા મળે. દીક્ષા એટલે જે દિશા બતાવે તે. દૃષ્ટિ આપે તે. ગુરુ પાસે જનારને કર્તવ્યની દિશા અને જીવનની દૃષ્ટિ પ્રાપ્ત થાય છે. આ અર્થમાં ઉપનયન એટલે બીજી આંખ -નવી દૃષ્ટિ એવો પણ કરી શકાય.

રક્ષાબંધન એટલે પ્રેમ - બંધન. ભોગ અને સ્વાર્થી સંબંધોમાં નિઃસ્વાર્થ અને પવિત્ર સંબંધ એટલે ભાઈ-

**અનુસંધાન પાના નં. ૭ પર**

# સહુ ને સંઘર્ષ મંજૂર છે પણ શોષણ મંજૂર નથી

હમણાં જ આપણે આપણા દેશના સ્વતંત્રતા પર્વની ઊજવણી કરી. એ દિવસે અને એની આસપાસના દિવસોમાં દેશભક્તિ પૂરબહારમાં જોવા મળતી હોય છે. સોશિયલ મીડીયા હોય કે સમાચાર પત્રો બધે જ ત્રિરંગો લહેરાતો દેખાય છે.

આ દિવસો દરમ્યાન યુ ટ્યુબર્સ અભિ અને નિયુ દ્વારા અપલોડ થયેલા વીડીયોઝ જોવામાં આવ્યા. ૧૦૦ રીઝન્સ ટુ લવ ઈન્ડિયાના વીડીયોઝ ખૂબ ઈન્સ્પાયરીંગ લાગ્યા. દરેક એપીસોડમાં દેશની એવી એક બાબતને હાઈલાઈટ કરવામાં આવી છે જે ભારતની યુનીકનેસ દર્શાવે છે. આપણા દેશના ખૂણા-ખૂણાની આવી પોઝીટીવ સ્ટોરીઝ જોવા-સાંભળવાથી ઘણું સારું લાગ્યું. કદાચ મારા જેવા ઘણા હશે જેમને પોતાના દેશ વિશેની સારી વાતો સાંભળવી ગમી હશે. આ યુવાન યુ-ટ્યુબર દંપતિની ચેનલ વન મિલીયન લાઈકસ પાર કરી ચૂકી છે ન્યુઝ ફીડ્‌સમાં અવારનવાર ભારત વિશે લખાતી નકારાત્મક બાબતો જોઈને આ યુવાદંપતિ એ જે બીડું ઝડપ્યું એ સરાહનીય કાર્ય છે. ૨૦૦ દિવસનો સતત પ્રવાસ કરી એમણે દેશના ખૂણે-ખૂણે થી સારી, વિશેષ બાબતો શોધી ને સુંદર શબ્દો અને રજૂઆત થી શણગારી છે. આસામ, સિક્કિમ, મેઘાલય, શિલોંગ વગેરે ની સંસ્કૃતિની વિશેષ વાતો અને એવી ઈન્ડિયા વિશેની ઘણી વાતો અદભૂત રીતે વણી લીધેલ છે. આ એક બિરદાવવા લાયક પ્રયાસ છે. યુવાનો ને આકર્ષે એવા આ પ્રયાસ માટે નવી જનરેશન ના આ દંપતિને અભિનંદવા પડે એમ છે.

**અબીલ-ગુલાલ**

મમતા રાવલ

આજે જ્યારે દરેક શહેર, ગામ, ગલી, મહોલ્લા, ઘર માંથી યુવાનો વિદેશની વાટ પકડી રહ્યા છે ત્યારે બહુ લાગી આવે છે. એક સમયની સોનાની ચીડીયા કહેવાતા, સંસ્કાર અને પરંપરા માટે જાણીતા આપણા દેશની વેલ્યુ દેશના યુવાનો દ્વારા જ નથી થઈ રહી. સાચું પૂછો તો દેશમાં વ્યાપેલા ભ્રષ્ટાચાર અને અનામતના રાજકારણ થી કંટાળી ને બૌધ્ધિક યુવાધન દેશ છોડી રહ્યું છે. સહુ ને સંઘર્ષ મંજૂર છે પણ શોષણ મંજૂર નથી.

આ તબક્કે જ્યારે એવી વાત સાંભળવા મળે કે તમે ઈચ્છો તો અહીં રહી ને જ પૂરતા પૈસા અને કેરિયર બનાવી શકો એમ છો ત્યારે ચોક્કસ એ વાતમાં રસ પડે એ સ્વાભાવિક છે. અભિ અને નિયુ આવી સુંદર વાતોથી યુવાનો ને સમજાવે છે કે તમારા સપનાને ફોલો કરવા માટે દેશ કે સ્થાન અગત્યનું નથી. તમારું ડીટરમીનેશન, પેશન, અને પરસીસટન્સથી આ ગમે ત્યાં શક્ય છે.

પોતાના એક વીડીયો ' ૧૦ હાઈએસ્ટ પેઈંગ જોબ્સ ઈન ઈન્ડિયા હ્ર માં એમણે આવનાર સમયમાં ભારત જ નહીં દુનિયાના કોઈપણ ખૂણે બેસ્ટ કેરિયર ઓપ્શન્સ બની રહેનારા ૧૦ ફીલ્ડની વાત કરી છે. વાસ્તવિકતાની ઘણી નજીકની આ શક્યતાઓની વાત આ યુવા યુ ટ્યુબર્સ ખૂબ આત્મવિશ્વાસ અને લોજીક ના સમન્વયથી કરે છે. એ જોઈને ભારતીય મૂળના આ યુવાઓને દેશની પડખે જોવાનો ગર્વ થાય છે.

આજકાલ મોટાભાગના મા-બાપ બાળકને ધોરણ-૧૨ પછી અથવા ગ્રેજ્યુએશન પછી આગળ ભણવાના બહાને વિદેશ મોકલી દેવાનું પસંદ કરે છે. મોટાભાગના તેજસ્વી વિદ્યાર્થીઓને વિદેશની યુનીવસીર્ટીમાં ભણવાના સપના હોય છે. ખબર નહીં કેમ પણ એ આકર્ષણમાં દિવસે દિવસે વધારો થઈ રહ્યો છે. વિદેશ જઈને બધું સારું થઈ જશે. એવા વિશ્વાસ સાથે અત્યારે આ જુવાળ ચાલી રહ્યો છે. આગે-આગે દેખે હોતા હૈ ક્યા !!

ભારતના યુથને વેલ્યુબલ કન્ટેન્ટ આપવાના હેતુ થી આ યુ ટ્યુબર્સ ૧૦ કેરીયર ઓપશન્સ આપે છે જે એમના દાવા પ્રમાણે આવતા ૫૦ વર્ષ સુધી ડિમાન્ડમાં રહેશે. સ્ટ્રેસ વધવાને કારણે ઈર્દ્ગટ્ટરઅ ને લગતા કાઉન્સીલીંગ-થેરાપીસ્ટ-સોફ્ટ સ્કીલ્સ-મેન્ટર્સની જરૂરિયાત આગામી વર્ષોમાં વધશે. કારણકે સાયકોલોજીનો ઉપયોગ અનેક ક્ષેત્રોમાં વધ્યો છે. ડોક્ટર-નર્સ જેવા ટ્રેડીશનલ ફિલ્ડ ઉપરાંત હેલ્થકેરમાં ટેલી મેડીસીન્સ જેવા ઘણા અન્ય આવિષ્કારોનો ઉપયોગ વધશે. ટેકનોસેવી આર્ટીસ્ટ, જે લોકોની જરૂરિયાત સમજીને સોફ્ટવેરની મદદથી એ પુરી કરી શકે. એ ક્ષેત્રમાં પણ ઘણી તકો રહેલી છે. કાયદાનિષ્ણાતના ક્ષેત્રમાં અપડેટેડ યુવા લોયર્સની જરૂર છે. ઈન્ટરનેશનલ લોયર્સની જરૂરત પણ વધનાર છે. હાલ પણ જેની ખૂબ માંગ છે એવા ડેટા સાયન્ટીસ્ટની દુનિયાને ખૂબ જરૂર છે. ગેઈમીંગનું ક્ષેત્ર છેલ્લા કેટલાક વર્ષોમાં માની ન શકાય એટલું વિકસ્યું છે. પ્રોફેશનલ ગેમર્સ આ ક્ષેત્રમાં ખૂબ કમાણી કરી રહ્યા છે. વેસ્ટ મેનેજમેન્ટ એ આજકાલ દરેક દેશનો પ્રશ્ન છે. ભારતમાં પણ આ ક્ષેત્રમાં સોલ્યુશન્સ આપનાર એકસપર્ટની તાતી જરૂર છે. અને સૌથી હાઈએસ્ટ જરૂર છે રીસ્પોસીબીલીટી લઈને કામ કરનાર લીડર્સની હાલમાં દુનિયાને સીન્સીયર, કેપેબલ અને રીસપોન્સીબલ વ્યક્તિઓની ખૂબ જરૂર છે. મીન્સ દરેક ક્ષેત્રમાં ક્વોલીટી મેઈનટેઈન કરવા, આઉટપુટ વધારવામાં લીડર્સ મહત્વની ભૂમિકા ભજવી શકે એમ છે. જે દુનિયામાં સારી બાબતો ના સર્જક બની યશની તેમજ પૈસાની કમાણી કરી શકશે.

ઉપર દર્શાવેલા તમામ ક્ષેત્રો ખૂબ ઝીણવટ ભરેલા અભ્યાસ પછી તારવવામાં આવ્યા હોય એવું અનુભવાય છે. આ દરેક ક્ષેત્રમાં પૈસા તો છે સાથે કંઈક વિશેષ, કંઈક જુદું, કંઈક હટકે કરવાનો સંતોષ અને આનંદ પણ છે. ક્ષેત્ર કોઈ પણ હોય એકસેલ કરવું જરૂરી છે.

# ચિકનગુન્યા અને તેની સારવાર

અત્યારે ચોમાસાની સીઝન. હાલ કોરોના થોડો કાબૂમાં છે, પણ ચોમાસાને કારણે થતા બીજા રોગો જેવાકે મલેરિયા, ટાઈફોઈડ, ડેન્ગ્યુ, અને ચિકનગુન્યા એ માથું ઉચક્યું છે. અગાઉના લેખોમાં આપણે ટાઈફોઈડ અને ડેન્ગ્યુ વિષે વિગતે જાણ્યું. આજે આપણે ચિકનગુન્યા વિષે જાણીએ.

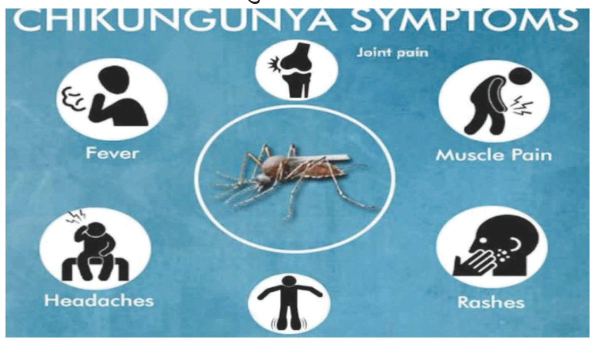
ચિકનગુન્યા સૌપ્રથમ આફ્રિકામાં જોવા મળ્યો અને પછી ધીમે ધીમે લગભગ દરેક દેશમાં ફેલાયો. ચિકનગુન્યા વાઈરસથી થતો રોગ છે. ચિકનગુન્યાનો ફેલાવો મચ્છર કરડવાથી થાય છે. ચિકનગુન્યા ચેપી નથી. એટલેકે એક માણસથી બીજા માણસમાં સંક્રમિત થતો નથી.

**પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા**

ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

ચિકનગુન્યા એ મચ્છર કરડવાના ૩ થી ૭ દિવસમાં પોતાના લક્ષણો બતાવે છે. ચિકનગુન્યાના લક્ષણો જોઈએ તો તાવ, સાંધાનો ખૂબ દુખાવો, માથું દુખવું, ચામડીમાં ચકામાં પડવા વગેરે છે. આ લક્ષણો સામાન્ય રીતે ૭ થી ૧૫ દિવસ સુધી રહે છે. અમુક લોકોને સાંધાનો દુખાવો મહિનાઓ કે વર્ષો સુધી પણ રહે છે. આ રોગ મારક નથી પણ હેરાન ખૂબ કરે છે.

ચિકનગુન્યાની વેક્સીન હજુ શોધાઈ નથી. ચિકનગુન્યાનો વાઈરસ શરીરને થોડા સમય સુધી જ ઈનફેક્ટ કરે છે અને તે મારક નથી




એટલે વાઈરસની, તાવની અને દુખાવાની સામાન્ય દવાઓથી ચિકનગુન્યા મટી શકે છે. આયુર્વેદ પ્રમાણે જો વાત કરીએ તો ચિકનગુન્યામાં ઈમ્યુનીટી વધારનાર ઔષધો જેવાકે ગળો, કડુ-કરિયાતું, ભોંયઆમલી, હળદર, તુલસી, સુદર્શન ઘન વટી વગેરે લઈ શકાય.

આયુર્વેદમાં મોટેભાગે એવા દર્દીઓ વધુ આવતા હોય છે જેઓને ચિકનગુન્યા મટી ગયા પછી પણ સાંધાનો દુખાવો રહ્યા કરતો હોય. આ માટે આયુર્વેદમાં અમુક ઉત્તમ ઔષધો છે જેવાકે દશમૂળ, પથ્યાદિ અને મહારાસ્નાદિ કવાથ, એકાંગવીર રસ , સિંહનાદ ગૂગળ, યોગરાજ ગૂગળ વગેરે. આ બધા ઔષધોમાંથી વ્યક્તિની પ્રકૃતિને અનુકૂળ આવે તે ઔષધ આયુર્વેદ ચિકિત્સકની સલાહ પ્રમાણે લઈ શકાય.

આ સાથે ચિકનગુન્યાનો ચેપ ન લાગે તે માટે પણ જાગૃત રહેવું જરૂરી છે. ઘરમાં તથા ઘરની આસપાસ મચ્છરો ન થાય તે માટેના તમામ ઉપાયો કરવા, મચ્છરદાનીનો ઉપયોગ કરવો, ઘરમાં ગૂગળ અને લીમડાનો ધૂપ-ધૂમાડો કરવો, પાણી જમા ન થવા દેવું વગેરે બાબતે કાળજી રાખવી તેમજ આપણી ઈમ્યુનિટીને સ્ટ્રોંગ રાખવી અને તે માટે આયુર્વેદિક ઔષધોનું વિવેકપૂર્વક સેવન કરવું.

(મો.) ૯૮૭૯૪૭૧૧૪૭

# બચપન કા પ્યાર મેરા ભૂલ નહીં જાના..!

બાળપણ કેટલું માસૂમ હોય છે, માપની સમજ અને માપની ઉપજ તોય વારે વારે મન પાછું બાળક થવા ધારે! આ બાળપણની મોજ થોડીક બદલાય છે જ્યારે બાજુમાં કે સામેની લાઈનમાં રહેતી કોઈ એક વ્યક્તિ તરફ મન ઢળવા લાગે છે. અરે, એને જ તો આજના જુવાનિયાઓ બસપન કા પ્યાર કહે છે!

બસપનકા પ્યાર એટલે કે બાળપણનો પ્રેમ! મોંઢામાં ચોકલેટનો ટુકડો મૂકીને કોઈ અગત્યના કામમાં ગળાડૂબ થઈ ગયા હોં, લગભગ એને ભૂલી ગયા હોં અને પછી અચાનક જીભ પર એની મીઠાશ ફરી વળે ત્યારે જેવી મજા આવે એવી જ મજા આ બાળપણનાં પ્રેમની છે.

ચોકલેટનો ટુકડો પછી ધીમે ધીમે મોંઢામાં ઓગળતો રહે અને આપણી નજર સમક્ષ એનો રંગ, એની સુગંધ, એને રેપરમાંથી કાઢતી વખતે થયેલો અવાજ બધું જ ફરી દ્રશ્યમાન થઈ ઉઠે છે, બેધ્યાનપણે એ ચોકલેટને ખોલતી વખતે જે નહોતું જોયું, એ બધું હવે દેખાવા લાગે છે અને એ બધું ગમવા લાગે છે આવું જ કાંઈક બાળપણનો પ્રેમ ફરી કોઈ વખત નજર સામે આવી જાય ત્યારે થતું હોય છે.

**નખરાળી જિંદગી**

નિયતી કાપડીયા

ઓહો! શું વાત છે તમે મનમાં ને મનમાં મલકી રહ્યાં છો! તમને પણ તમારો પહેલો પ્રેમ યાદ આવી ગયો, ખરું ને? એમાં શરમાવા જેવું કશું જ નથી. એ ઉંમરે તમને આવી લાગણી ના થઈ હોય તો નવાઈ કહેવાય. સાથે રમતી કે સાથે ભણતી કે સોસાયટીમાં રહેતી કોઈ એક વ્યક્તિ તરફ મન લોહિચુંબકને જોઈ લોઢું આકર્ષાય, ખેંચાય એમ ખેંચાવા લાગે ત્યારની મજા અને પછીની સજા બંને જીવનનો અતિમહત્વનો ભાગ છે.

મજા તો સમજાય પણ સજા? કેટલાક કેસમાં સજા આ તહેવારોની ઋતુ લઈ આવે છે. આપણા ગુજરાતી સમાજમાં કોઈક જ છોકરો એવો હશે જેના હાથે રક્ષાબંધનના દિવસે એકેય રાખડી બંધાયેલી ના હોય. જેને એકેય બહેન ના હોય એના હાથે તો સૌથી વધારે રાખડીઓ બંધાયેલી હોય! એ દિવસે આજુ બાજુમાં રહેતી દરેક છોકરીના મનમાં કોઈ અજીબ દૈવી તાકાતથી એક જ વિચાર ચાલતો હોય, "એને બિચારાને કોઈ બહેન નથી, એને કોણ રાખડી બાંધશે?" અને પછી એ બધી ભેગી થઈ પેલા બહેન વગરના ભાઈને રાખડી બાંધવા લાઈનમાં ઊભી હોય. એમને જરાક પણ એમ ના થાય કે પેલા બિચારાનો હાથ હવે ટુંકો પડવા લાગ્યો...આપણે કાર્યક્રમ પડતો મૂકીએ.

ગુજરાતી નારીનો આ સ્વભાવ મને ગમે છે, એકવાર જે વિચાર મનમાં આવ્યો એનો પછી અમલ કરીને જ રહે! આ બહેન વગરના ભાઈની સાથે સાથે એના મિત્રો, એની આસપાસ રહેતા બીજા છોકરા બધાનો મરો થઈ જાય. આમાં વાંક પાછો છોકરીઓનો લગીરે નથી હોં...વાંક છોકરાઓના મનમાં જાગતી સ્પર્ધાનો છે. કોના હાથે સૌથી વધારે રાખડી બંધાઈ છે એની ગણતરીઓ થાય અને કેટલાક પાછા એમના હાથે રાખડીની સંખ્યા વધારવા મનની નાજુક લાગણીઓને બાજુએ રાખી એમને ગમતી કન્યા પાસે સામેથી માંગીને રાખડી બંધાવી લે...

એક વખત એક છોકરાએ એની સાથે ભણતી એક છોકરીને પ્રપોઝ કરવાનું વિચાર્યું. એ બંનેને સારું બનતું હતું અને છોકરાને ગળા સુધી ખાતરી હતી કે સામેથી 'હા' જ આવશે. એક દિવસ હિંમત કરી એ છોકરાએ છોકરીને રસ્તા વચ્ચે ઉભી રાખી જાસુદનું ફૂલ આપ્યું અને કહ્યું, તું જ છે મારા રુદિયાની રાણી, મારો પહેલો અને છેલ્લો પ્રેમ! છોકરીએ જાસુદનું ફૂલ તો લઈ લીધું પણ પછી રડવા લાગી અને કંઈ કહ્યા વગર ત્યાંથી ચાલી ગઈ.

છોકરાની હાલત જુઓ તો કાપો તો લોહી ના આવે એવી. પેલીએ આવું કેમ કર્યું એ વિચારી વિચારીને બિચારો ગાંડો થઈ ગયો. એને થયું કે ગુલાબને બદલે પ્રિયતમા આગળ જાસૂદ ધર્યું એમાં એનું દિલ દુભાયું કે પછી એને કોઈ સારી જગ્યાએ હોટલમાં ડેટ પર લઈ જઈ કે રાતના અગાશી પર ચાંદની સાક્ષીએ કોઈ રોમેન્ટિક ગીતની લાઈનો કે વોટ્‌સેપમાં વાંચેલી શાયરી સંભળાવ્યા વગર સીધે સીધું કહી દીધું "પ્રેમ છે× એટલે એને ખોટું લાગી ગયું!

એ છોકરો બાપડો મનોમન મૂંઝાઈ બાબરા ભૂત જેવો થઈ ગયો ત્યારે છેક ચોથા દિવસે કન્યારત્નએ ફોડ પાડ્યો...તું તો મારો ભાઈ થાય! આપણે ચોથામાં ભણતા હતા ત્યારે મેં તને રાખડી બાંધેલી અને તે મને કડકડતી પાંચ રૂપિયાની નોટ આપેલી એ ભૂલી ગયો? એ પાંચની નોટ મેં હજી સાચવી રાખી છે આ જો...

છોકરીએ ચોળાયેલી નોટ એની મુઠ્ઠી ખોલીને છોકરા આગળ ધરી અને છોકરાને થયું કે એ પાંચની નોટ લઈને ફાડી નાખું, એના લીરે લીરા ઉડાડી ગટરમાં વહાવી દઉં પણ એ બિચારો એમ ન કરી શક્યો! મનમાં પ્રેમ હતો, એ પ્રેમને નામ શું આપવું એ ખબર ન હતી પણ એની અવગણના કરવી શક્ય ન હતી. એ ચાલ્યો ગયો, એના દિલનાં તૂટેલા ટુકડાને સમેટતો, એની આંખોમાંથી વહી રહેલા આંસુ લુંછતો અને એના ભણતરમાં ડૂબી મરવાની કોશિશ કરતો રહ્યો.

જિંદગી કેટલી નખરાળી છે, એ છોકરીના દિલમાં એ છોકરા માટે લાગણીનાં અંકુર વરસો પહેલાં ફૂટી નીકળ્યાં હતાં પણ એને એમ કે પેલો એને બહેન માને છે એટલે એણે એ લાગણીને ઉગતી જ ડામી દીધી હતી!

બાળપણના પ્રેમમાં મોટે ભાગે કરુણ અંત આવતો હોય છે કદાચ એટલે કે આપણે પ્રેમને મનોમન વાગોળવામાં માનીએ છીએ એનો સ્વીકાર કરતા ફાટી પડે છે. હું 'હા' કહું અને એ 'ના' કહેશે તો, બસ આ વિચાર ન આવતો હોય તો કેટલાયને એમનાં જીવનનો સાચો પ્રેમ મળી જાય!

**અમસ્તું,**

જ્યાં સહેજ પણ એમ લાગે કે અહીંયા મારે રાખડી નથી જ બાંધવી કે બંધાવવી ત્યાં તબિયતથી ના કહેવું અઘરું છે પણ અશક્ય નથી!

#niyatikapadia