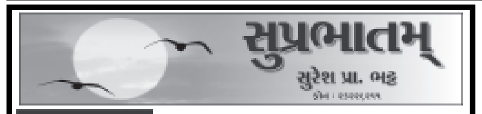
ગાંધીનગર સમાચાર



સત્તા પર મમતાને હાસ્ય પર પહેરો છે,
રહી ન મમતા - દાદીનો કડક ચહેરો છે
વાત વાતમાં કહે 'ઠહેરો' કરે છે બ્લેકમેલ -
રડે છે કાયદાને બંગાળમાં ન્યાય બહેરો છે
(મમતા ના ફતવા)

વાવ્યા વિના જ!
કૌભાંડો ના કાદવે -
ઉગ્યું 'કમળ..'
(નકારાત્મક સામે વિજય)

નથી હિસાબ!
નહીં મળે જવાબ -
શું કરવાના?!
(તમે પણ 'ક્લીનચીટ' આપી દો)

## ચિંતન

**અગ્નૌ દગ્ધં જલે મગ્નં હૃતં તસ્કર પાર્થિવૈઃ ।**
**તત્ સર્વં દાનામિત્યાહુર્યા દિ કલૈવ્યં ન ભાષતે ॥**

સુભાષિત રત્ન ભાંડાગારના બીજા પ્રકરણ 'સામાન્ય નીતિ' નો આ શ્લોક છે :-

'જે વ્યક્તિ પોતાના ધનનું રક્ષણ કરવા જેટલો સમર્થ નથી અર્થાત્ જે એવો શક્તિશાળી નથી કે પોતાનું ધન સાચવી શકે - તો એવી વ્યક્તિનું ધન જયારે અગ્નિમાં બળી જાય, જળમાં ડૂબી જાય, કે ચોરો ચોરી જાય, કે પછી રાજાઓ (સરકાર કે બાપુઓ બમણાંની લાલચે) લઇ જાય ત્યારે જે માણસ પોતાની નપુશકતાથી-નબળાઇથી તેનું રક્ષણ ન કરી શકે ત્યારે એણે એમ જ કહેવું પડે કે, એ તો દાનમાં દીધું!'

આજકાલ માનવીઓને લોભનું વળગણ થયું છે ઓછી મહેનતે, પરિશ્રમ વિના એકના બમણા-તમણાં કે વધારે વ્યાજ આપતી શ્રોફ કંપની કે સહકારી મંડળી જેવી બેન્કો લોભિયાઓની કોણીએ ગોળ ચોંટાળી પરિશ્રમનો-કમાણીનો પૈસો છીનવી લે છે અને ગલ્લા બંધ કરી બેન્કો-કંપનીઓ રાતોરાત વાજાં વીંટી ઉઠી જાય છે.

આમ લોકોની માનસિક નબળાઇનો લાભ લઇ ઠગારા-લૂંટારા લૂંટી જાય છે. લોભિયા અને કાણા નાણાંની આવકવાળા ચોરની જેમ કોઠીમાં મોઢું રાખી રડી લે છે કારણ કે પોલીસમાં જાય તો 'એ પૈસા આવ્યાં કયાંથી?'ની તપાસ થાય, આવા અશક્ય લોકો લડી તો શકે નહીં, પછી દાનનો સંકલ્પ કરી ગંગાસ્નાન કર્યા વિના બીજો માર્ગ પણ રહેતો નથી..

## સુવિચાર

- સાચા માણસનું ચરિત્ર અને પ્રભાવ જ એવો હોય છે કે તેને સોગંધ ખાવાની જરૂર જ પડતી નથી - રૂમાનો
- ખરાબ પરિસ્થિતિમાં જ સારા માણસની પરખ થાય છે - ચાસીંગો
- જિજ્ઞાસા વિના જ્ઞાન નથી મળતું, દુ:ખ વિના સુખ નથી મળતું - ગાંધીજી
- જે સચ્ચાઇ પર નિર્ભર છે તેને કોઇનો ભય નથી અને તેને કોઇ દુશ્મન નથી - એસ. ભટાચાર્ય
- કોઇની ઉપર પણ અત્યાચાર ન કરવો, અત્યાચાર કરવાથી, પીડિતની પુકાર ખૂદા સુધી પહોંચે છે - હજરત મહમદ પયગંબર
- મરણની ક્ષણ સુધારવી હોય તો પ્રત્યેક ક્ષણ સુધારજો - ડોંગરેજી
- પરસેવો પાડ્યા વિના મેળવેલી રોટી હરામ છે - સંત ફ્રાંસિસ

## બોધકથા

આપણા માનનીય મુખ્યમંત્રીશ્રી તો હવે વિશ્વમાં 'નંબર-વન' જાહેર થઇ ગયા છે તેઓશ્રી પણ ચર્ચિલ જેવા આનંદી સ્વભાવના છે. પ્રજાને ખૂબ હસાવતા, એ દરેક સભામાં કંઇક ને કંઇક નવી જાહેરાતોથી પ્રજાને ખૂશ-ખૂશ કરી દે, કયાંક તળાવો ભરી દે, યુનિવર્સિટી આપી દે, રંગીન રસ્તા, ફૂલ-બગીચા-ફૂવારા તો વાત વાતમાં ઉગાડી દે હવે તો લાઇવ ચર્ચાઓ - કોમ્પ્યુટરાઇઝેશન.. વિશ્વમાં જે કંઇ નવી ટેકનોલોજી આવે તે આપણા ગ્રામજનોનાં 'કાને' તો પહોંચાડી જ દે!!

બીજા વિશ્વયુધ્ધ દરમિયાન બ્રિટનના વડાપ્રધાન વિન્સ્ટન ચર્ચિલ ખૂબ આનંદી અને મજાકીયા સ્વભાવના હતા એક વખત એક પત્રકારે એમને પૂછ્યું, તમે એક સફળ નેતા કઇ રીતે બની શક્યા? તમારા મતે સફળ થવા માટે ખાસ કંઇ બાબતો તમારી પાસે હોવી જરૂરી છે?

ચર્ચિલે સ્મિત સાથે જવાબ આપ્યો, જૂઓ પ્રજાને શાની જરૂરિયાત છે તે જાણી કાલે જ કે આવતા મહિને એ જઇ જશે એવી જાહેરાત સાથે કલ્પનાનાં રંગ ઉમેરી પ્રજાને ખૂશ કરવી, અને બીજી વખત જો એ ગામ/શહેરમાં જવાનું થાય તો વિરોધપક્ષને કારણે એ કેમ ન થઇ શક્યું તેનાં પધ્ધતિસરનાં કારણો આપવાથી ગમે તેવો જૂઠ્ઠો-લબાળ નેતા પણ સફળ થઇ શકે છે.

ચર્ચિલે પ્રજાની નાડ પારખી લીધી હતી. તેઓ વ્યવહારું હતા. બાકી પોતાની શાળાકીય પરીક્ષામાં પણ એ ત્રણ વાર નપાસ થયા હતા.

# યાત્રાઓ રાજકીય ધમપછાડાથી વધુ કંઇ નથી

રાજયમાં આજકાલ યાત્રાઓ ચાલે છે. ભાજપની કિસાનહિત યાત્રા સૌરાષ્ટ્રના ગામેગામ ઘૂમે છે. તો કોંગ્રેસની પરિવર્તન યાત્રા શહેરી વિસ્તારમાં ગલીએ ઘૂમે છે. આમ રાજયભરમાં રાજકીય ગરમાવો લાવવાનો બંને પક્ષો દ્વારા પુરૂષાર્થ થઈ રહ્યો છે. પરંતુ અહેવાલો દર્શાવે છે કે બંને પક્ષોની યાત્રાઓમાં સામાન્ય પ્રજાને સહેજે ય ઉમળકો નથી. યાત્રાઓમાં માત્ર અને માત્ર પક્ષનાં કાર્યકરો જ હોય છે. કયાંક અને કયારેક તો પક્ષનાં કાર્યકરોની ગેરહાજરી પણ આંખે ઊડીને વળગે છે. આમ બંને પક્ષોની યાત્રાઓ માત્ર રાજકીય ધમપછાડાથી વધારે કંઈ નથી. રાજકીય ભાષણો સાંભળવામાં સામાન્ય પ્રજાને રસ નથી અને સમય નથી. આક્ષેપો અને પ્રતિઆક્ષેપોથી છલકાતાં અખબારી અહેવાલોથી પ્રજા હવે અબખે આવી છે. રાજકીય ગાળાગાળી ગમતી નથી. કોઈનામાં ય કયાંક વિશ્વાસ પડતો નથી. આમ છતાં જે કાંઈ ચાલે છે તેને મૂક સાક્ષી ભાવે સહન કરે છે.

આગામી ડિસેમ્બરમાં વિધાનસભાની સામાન્ય ચૂંટણીઓનાં નગારા વાગી રહ્યાં છે. ચૂંટણીઓની તૈયારી રૂપે જાતજાતનાં રાજકીય કાર્યક્રમો બંને પક્ષો યોજી રહ્યા છે, કયાંક જ્ઞાતિ સંમેલનો, કયાંક સન્માન સમારંભો, કયાંક સ્નેહમિલનોના નામે રાજકીય ભાષણબાજી પૂરબહારમાં ચાલે છે. પરંતુ આ બધુ સાંભળવા અને સમજવા પ્રજાકીય માનસિકતા ઘડાઈ નથી. પ્રજા સાક્ષી ભાવે આ બધા જ રાજકીય તમાશાઓ જોવે છે. અને મનોમન મૂલ્યાંકન કરે છે. પ્રશ્ન એ છે કે ચૂંટણી આવે ત્યારે જ આ બધાં કાર્યક્રમો શા માટે? કાયમી કાર્યક્રમોનું સ્વરૂપ આપવાનું હજુ પણ આપણા રાજકીય પક્ષો કેમ સ્વીકારતા નથી. સ્વૈચ્છિક સંસ્થાઓની જેમ સમાજ સાથે એકાત્મતા સર્જાય તેવા કાર્યક્રમો યોજાતા જ નથી. યાત્રાઓ કાઢવી, સરઘસો અને રેલીઓ યોજવી, પૂતળા દહન કરવા, સૂત્રોચ્ચાર કરવા - આ પ્રકારના કાર્યક્રમોમાં પ્રજાને કોઈ રસ હોતો નથી. રાજકીય પક્ષોએ સમાજને જોડવાના કાર્યક્રમો, સમાજના ઘડતરના કાર્યક્રમો, સામાજિક ચેતનાના કાર્યક્રમો યોજવાની આવશ્યકતા છે. રાજનીતિને નવા સ્વરૂપે રજૂ કરવાનો સમય પાકી ગયો છે.

# ભારથી દટાયેલો, દુનિયાના દાવપેચથી કંટાળેલો અને ક્યાંક સંબંધોની કડવાહટ પીધેલો માનવી આંસુના હવાલે થાય છે અને દર્દની મુક્તિનો અહેસાસ કરે છે

**શ્રુતિ બંધનમ્**
**- ડો. બ્રિજ**

"આંખો કી ગહેરાઈ મેં
કઈ દર્દ છૂપે હૈ, કઈ સવાલ ભી ;
કહીં સપનોં કી દુનિયા હૈ;
ઔર સારી સૃષ્ટી કા સૌંદર્ય ભી;
ઉન આંખો મેં સારે સંસાર કા પ્યાર ભી;
ઉમને ડૂબ જાના હી બહેતર જિંદગી કા મકામ હૈ."

પ્યારા દોસ્ત,

તારી અણમોલ આંખો કુદરતને મન ભરી માણે તેવી આશા. પ્રકૃતિએ ચોતરફ વૈવિધ્ય વિખેર્યું છે. સૂરજ, ચંદ્ર, તારા, ઝાડ, પાન, પશુ, પંખી, જીવજંતુ, નદી, સાગર, પર્વત, કોતર, મેદાન આવું તો અનેક રંગી આશિયાનું આપણી આસપાસ વિસ્તર્યું છે. આંખથી આપણે આ સૌંદર્યને માણીએ છીએ. તારી આંખ આ સુંદરતાને પાગલપને ઝીલતા રહો અને એક પ્રકૃતિ પુરૂષ તારામાંથી ખડો થાય. તારી દૃષ્ટીમાં વનસ્પતિની લીલોતરી અને ધરતીના રંગો પ્રગટે. સમુદ્રના આસમાની જલના રંગો તારામાં વિશળતા બક્ષે અને આકાશનું નીલું સૌંદર્ય તારી આંખોમાં અનંત શાંતિનું અંજન કરે. આંખોની ગહેરાઈ કેટલી છે...! તેમાં કેટલું સમાય છે, તેનો અંદાજ કુદરત સિવાય કોને હોય? ચાલ થોડું હૃદયને પૂછીએ..!

"જિંદગી કા હર ઈક - સફા (પૃષ્ઠ) તેરી નજરોં મેં,
તેરી નિગાહ સે કુછ ભી નહી છૂપા - યા રબ!"

- ભગવદ્ પ્રસાદ મિશ્ર

કુદરત જ જાણે આ અણમોલ રતનની તરકીબોને...! આખી સૃષ્ટિનું સૌંદર્ય પોતાનામાં સમાવતી આંખોમાં એટલું જ દર્દ પણ છૂપાયેલું છે. સહન કરવાનું સામર્થ્ય આંસુ પાસે છે. આંખ વરસે છે અને માણસ થોડો હળવો બને છે. ભારથી દટાયેલો, દુનિયાના દાવપેચથી કંટાળેલો અને ક્યાંક સંબંધોની કડવાહટ પીધેલો માનવી આંસુના હવાલે થાય છે અને દર્દની મુક્તિનો અહેસાસ કરે છે. દોસ્તો જિંદગી જ ક્ષણે ક્ષણના અહેસાસમાં વહે છે. અનુભૂતિઓ કયારેક આનંદ કયારેક દુ:ખ આપે છે. આમ જ વહી જાય છે જિંદગી ...!

અચરજથી ભરેલી આંખો લઈ આપણે સૃષ્ટીમાં કદમ માંડીએ છીએ. અનેક અજાણ્યા વિશેની કુતૂહલતા આપણને ઢંઢોળે છે. વિસ્મર્ય તૂટે છે, સમજ- જ્ઞાન- અનુભવ થાય છે. માનવ એક એક દરવાજા ખટખટાવે છે, કેટલાક ખૂલે છે કેટલાક કાયમને માટે બંધ જ રહે છે. ખૂલે છે તેનું અચરજ - પામ્યાની ખુશી આંખોમાં અંજાય છે. અને જિંદગી નામનું ગીત આગળની કડી તરફ પ્રયાણ કરે છે. આ સઘળા વિસ્મય પર પહેલી નજર આંખ પાડે છે. અને દિલો-દિમાગ ત્યાં વલોવાય છે અને માનવ અનુભવ સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરે છે. અનેક સપનાંને સાચવીને બેઠેલી આંખમાં આનંદ છવાય છે. તેના લાખો સવાલને ઉત્તર મળતાં ત્યાં અનેરી ખૂશી છવાય છે. આપણે જોયું છે પ્રાપ્તિની ખુશી કોઈના ચહેરે વાંચી છે. આંખ જ એવું રત્ન છે. જે બે અનુભવોનો પ્રતિસાદ આપી શકે... આંસુ રૂપે..! હર્ષનાં આંસુ, દુ:ખનાં આંસુ રૂપે...!

ખુશી અને દુ:ખ વ્યક્ત કરતી આંખો જ આપણાં સપનાં સાકાર કરવા શક્તિમાન છે. અવનવું જોવું. વાંચવું એ આંખો થકી જ થાય છે. ત્યારે વ્યકિત જ્ઞાન પૂંજ ખડકે છે. એ આંખોના સહારે જ અનોખા ઈન્સાનમાં ખપે છે. દુનિયા એ માણસને સન્માને છે, વખાણે એ ખરૂં પણ એ વેળાએ આંખો કદાચ તેમાંથી બાદ થઈ ગઈ હોય છે. એ આંખ થકી આ શક્ય બન્યું તેવી વાત વિસરાઈ જાય છે. આવું કેમ ?

આ સંસારમાં એક હકીકત એવી પણ છે કે મામૂલી વસ્તુ કે વ્યક્તિના વર્તનને કે તેની ભૂમિકાને નગણ્ય ગણવામાં આવે છે. ખિસકોલી કર્મની ગણના ક્યાય થતી નથી અને જ્યારે થાય છે ત્યારે રામનો સ્પર્શ મળે છે. જીવનની સફળતા જ આવા દૈવી સ્પર્શ થકી થાય છે. ફિલ બોસમન્સ મને વાંચવો ગમે છે કારણ તેની વાત હૃદય સ્પર્શે છે.:

બાગમાં આરામ કરવાનો આનંદ,
આકાશ તરફ મીટ માંડીને જોવાની મજા,
હાથમાં હાથ મિલાવીને લીલાછમ હાસ્યની ખુશી,
મંદિરની શાંતિ,
બાળકનું ચિત્રકામ,
કળીનું ખીલવું,
પંખીનો ટહૂકો,
વૃક્ષોની હારમાળા
ઝરણું, પહાડ, ચારો ચરતી ગાય...
જો તમે આવી સામાન્ય લાગતી ચીજોને ચાહી શકો તો,
દિલ બાગ-બાગ થઈ જાય, વસંત મોરી ઉઠે,
હું ફરીથી પ્રેમ કરવા માંડુ છું.
- સાવ સામાન્ય વસ્તુઓને...!

અને આ બધું જ અનુભવવાની શરૂઆત આપણી આંખોથી થઈ જાય છે. શું ગમે છે? તેની તમન્ના વગર સુંદર નજરે ચડે છે અને જીવનમાં ક્ષણિક હોળીના રંગો પ્રગટે છે. ક્ષણવાર નાચી ઉઠવાનું મન થાય છે. એ અનુભૂતિ કરાવનાર આણમોલ આંખો છે. આંખોમાં સત્ય છે. આંખોમાં કરૂણા છે. ઈશ્વરની પ્રતિમાના દર્શને આપણી પ્રફુલ્લિતતા વધી જાય છે. એ મૂર્તિમાં આહ્‌લાદકતા ઉમેરે છે આંખો. કૃષ્ણ- રાધાનની આંખો તો નર્યો પ્રેમ વેરે છે, બાળ કૃષ્ણની આંખોનર્યું નટખટપણું વેરે છે, રામની આંખો નરી સંસ્કારીતા વેરે છે. અને શિવની આંખો હિમાલયની શાંતિ પ્રસાવે છે. મિત્રો, આંખને લઈ આપણે ઘણું પામ્યા છીએ. આંખો નથી તે વ્યક્તિ કદાચ આથી પણ વિશેષ કહી શકે ...!

(અનુસંધાન પાના નં. ૭ પર)

# જે પીડા નવું સર્જન કરે છે તે પીડા આનંદદાયક હોય છે, જે પીડામાંથી એક સુખનો જન્મ થાય છે, તે પીડા આપણા માટે અનિવાર્ય - અત્યાવશ્યક બની જાય છે

**સખીને પત્ર**
**- સ્વાતિબા રાઓલ**

પ્રિય સખી,

તને ખબર છે! ડિસ્કવરી ચેનલ પર એક કાર્યક્રમ આવે છે જેનું નામ છે 'ટેટૂ હન્ટર.' આ કાર્યક્રમમાં ટેટૂ માટેના શોખીનો કેવાં જાતજાતનાં ટેટૂ પોતાના શરીર પર બનાવડાવે છે, તેના માટે કેવી વિવિધ તરકીબો અપનાવે છે તેનું વર્ણન હોય છે. અરે! કેટલાંક ટેટૂ દિવાનાઓ તો શરીર પર ઘા કરીને તેની કાયમી નિશાનીઓ દ્વારા ટેટૂની ડિઝાઈન કરાવે છે. ધારદાર છરી વડે કરાતાં આવા ટેટૂથી તેમનું શરીર લોહીલુહાણ થઈ જાય છે. કેટલાંક ટેટૂ ઈલેકટ્રીક ગરમીથી સૉયને ૬૦૦ ડિગ્રી સુધી ગરમ કરી તેનાથી ચામડી પર ડામ દઈને ઉપસાવવામાં આવે છે. આવાં સનકી લોકોને જયારે પૂછવામાં આવ્યું કે, 'તમને પીડા નથી થતી?' ત્યારે તોએ જણાવતાં કે, 'પીડા ઘણી થાય છે? પરંતુ આ પીડાનો પણ એક આનંદ છે અને પીડા સહન કર્યા પછી અમારો આત્મવિશ્વાસ વધે છે.'

પીડા આનંદદાયક? આ કઈ રીતે શક્ય છે? તને કંઈ સમજાય છે સખી? આ તો સનકી લોકોની વાત છે. જે આપણી ગમતીલી હોય છે, જે આપણને આનંદ આપે છે. માન્યામાં નથી આવતું તો જેણે ઍવરેસ્ટ સર કર્યા છે તેઓને પૂછો! કે ઘણી પીડા ભોગવવી પડી હશે ને! પણ આનંદ સાથે. આપણા આઝાદીના લડવૈયાઓએ જેલયાત્રાની પીડાને આનંદયાત્રા બનાવી દીધી. કાકાસાહેબ કાલેલકરના સંસ્મરણો વાંચીએ તો તાજ્જુબ થાય કે જેલમાં ઘટતી ઘટનાઓમાં પણ આટલી મજા લૂંટી શકાય? બાળક સાયકલ શીખતાં શીખતાં પડી જાય છે. પીડાનો સામનો કરીને પણ સાયકલ શીખવાનો આનંદ એ અનુભવને યાદગાર બનાવી દે છે. માથું દુ:ખતું હોય ને પ્રિયજન હળવા હાથે પ્રેમથી માથું દબાવી આપે તો એ દુ:ખાવો કેવો લાગે! જે પીડા નવું સર્જન કરે છે તે પીડા આનંદદાયક હોય છે. જે પીડામાંથી એક સુખનો જન્મ થાય છે. તે પીડા આપણા માટે અનિવાર્ય - અત્યાવશ્યક બની જાય છે. બાળકને જન્મ આપતી વખતે ઉપડતું વેણ નવી જિંદગીના જન્મના આનંદથી જ તો સુખદ પીડામાં પરિણમે છે!

પુરાણમાં શંકર અને સતીનાં પ્રેમ બલિદાનની એક કથા છે. જેમાં પિતાના ઘેર વગર આમંત્રણે પહોંચી ગયેલી સતી પતિ શંકરની ઉપેક્ષા અને તિરસ્કાર જોઈ નારાજ થઈ જાય છે અને યત્રકુંડમાં પડીને આત્મ વિલોપન કરે છે. શંકર ભગવાનને જયારે સતીનું અડધું બળેલું શબ મળે છે ત્યારે ભગવાન! ત્રિલોકનાથ પણ મોહ અને તેના કારણે થયેલી વેદનાથી વ્યાકુળ બની જાય છે. સતીના શબને ખભા પર નાંખી શિવશંકર તાંડવ મચાવે છે. દક્ષ પ્રજાપતિના યજ્ઞ અને સામ્રાજયને તહેસ-નહેસ કર્યા પછી સતીના મૃત્યુ પાછળ હાજર રહેલી પ્રજા અને રાજાઓને જવાબદાર માનીને સર્વનાશ વેરે છે. પૃથ્વી પર હાહાકાર મચી જાય છે. પ્રિયાના મૃત્યુની વેદનામાં ક્રોધિત શંકર ખભેથી સતીના શબને ઉતારતા પણ નથી અને પોતાની સંહારલીલા અટકાવતાં પણ નથી. સતીનો મૃતદેહ દુર્ગંધ મારવા લાગે છે. પણ શંભુનો મોહ અને તેના કારણે પીડા બેવડાતા જ જાય છે. જગતના વિનાશ પછી સ્વર્ગલોકનો વિનાશ કરવા માટે શંકર પોતાની ભૂત સેના સાથે આગળ વધે છે. દેવો વિષ્ણુ ભગવાનની સલાહ અને સહાય માંગે છે. વિષ્ણુ ભગવાન જણાવે છે, 'જયારે પરિવર્તન આવે છે ત્યારે પરંપરાના તૂટવાનું વિષ પીવું અને પચાવવું સરળ નથી. પરંતુ આવા મહાવિનાશ પછી જ નવીસૃષ્ટિનું નવું સત્ય ઉદ્‌ઘાટીત થાય છે.' સર્જનનું સુખ માણતા પહેલાં તેમાં નિહિત પીડાઓ પ્રથમ ભોગવવી જ પડે છે. વિષ્ણુ ભગવાન એક બાણ છોડી શિવજીના ખભે રહેતાં શબના ટુકડે ટુકડા કરી જુદી જુદી દિશાઓમાં વિખેરી નાંખે છે. અને જયાં જયાં એ ટુકડા પડ્યાં ત્યાં સતી શક્તિના સ્વરૂપે ફરીથી પ્રગટ થાય છે. અને શિવજી આ નવાં સર્જનથી પોતાની પીડાને નવા અખંડ સત્યના અંકુર રૂપે ફરીથી પ્રગટતી જોઈ શાંત થઈ જાય છે. આપણાં ધર્મગ્રંથો સાક્ષી છે જયારે વિનાશની તાંડવલીલાની પીડા પ્રજા વેઠે છે. ત્યારે જ તોને એક ધર્માવતારની ભેટ મળે છે.

નવો યુગ જોવો હોય - નવા યુગને માણવો હોય તો પરિવર્તનની પીડામાંથી પસાર થવું જ ઘટે. કવિશ્રી સુંદરમ્‌નું એક કાવ્ય 'ઘણ ઉઠાવ' આપણે ભણી ગયાં છીએ. જેમાં સૃષ્ટિને અવલ-નવલ ઘાટ આપી નવસર્જન માટે પહેલાં જે જૂનું છે, જર્જરીત છે તેમાંથી એક ઝાટકે મુક્ત થવાની સલાહ આપી છે. કાલીદાસે જયારે કૌંચવધ જોયો ત્યારે આ વધની વેદના તેમની આંખોમાંથી આંસુરૂપે અને તેમના હૃદયમાંથી શ્લોક રૂપે વહી નીકળી અને દુનિયાને તેનું પહેલું કાવ્ય મળ્યું. મંગલ પાંડેને ફાંસી મળ્યાનો આઘાત સુષુપ્ત ભારતમાં ક્રાંતિની ચિનગારી પેટાવી જાય છે. ઉઘાડા પગે પગપાળા જતાં કે દંડવત્ પ્રમાણ કરતાં કરતાં માતાજીનાં 'ધામ સુધી જતાં શ્રધ્ધાળુઓ કોઈ સુખની ઍષણામાં જ પીડાને સ્વીકારતા હશે ને!' માંદગીમાંય ઊઠીને પતિ-બાળકો માટે જમવાનું બનાવતી સ્ત્રી શું વેઠતી હશે ને શું મેળવતી હશે? તને કંઈ સમજાય છે? સખી?

- તારી સ્વાતિ

## આજના દિવસનો મહિમા

**- ભાનુપ્રસાદ એસ. દવે**

**૧૯મી એપ્રિલ લાલા હંસરાજની જન્મતિથિ**

દયાનંદ એન્ગલો વૈદિક કૉલેજમાં માત્ર ૫૦ રૂપિયાના માસિક વેતનથી કુલપતિ પદ સ્વીકારનારા લાલા હંસરાજની આજે જન્મતિથિ. રાષ્ટ્રના એકનિષ્ઠ સેવક લાલા લજપતરાયના દીક્ષા મિત્ર એવા આ મહાન શિક્ષણશાસ્ત્રીનું અવસાન ૧૯૩૮માં થયું.

**જાપાનને નવસંજીવની આપનાર હિરોહિટોની જન્મતિથિ**

'આપણે લડવાનું બંધ કરીશું નહિ તો સમગ્ર માનવ સંસ્કૃતિ કાયમ સ્વરૂપે ભૂંસાઇ જશે.' આવો સાર્વજનિક શાંતિનો સંદેશો આપનારા, જાપાનના પુન: ઘડતર કરનારાઓમાં એક સમ્રાટ હિરોહિટોનો જન્મ ૧૯-૪-૧૯૦૧ માં થયો હતો. પ્રેમલગ્ન કરનારા જાપાનના પહેલાં યુવરાજ હતા. દરિયાઈ જીવશાસ્ત્ર અને વિજ્ઞાન પર તેમણે અનેક પુસ્તકો લખ્યા હતા. ૧૯૮૯ માં તેમનું અવસાન થયું.

- બાલમંદિરના સર્જક તારાબાઈ મોહકનો મુંબઈમાં જન્મ ૧૮૯૨.
- વિશ્વમાં સૌપ્રથમ અવકાશી સંશોધક મથક 'સેલ્યુટ' રશિયાએ અવકાશમાં મૂક્યું ૧૯૭૧.
- બૉઈંગ ૭૦૭ વિમાને મુંબઈથઈ લંડન પ્રયાણ કરી જૅટ યુગમાં પ્રવેશ કર્યો ૧૯૬૦.
- આર્ય ભટ્ટ ઉપગ્રહ છોડી અંતરિક્ષ યુગમાં ભારતે પ્રવેશ કર્યો ૧૯૭૫.
- અંગ્રેજી સાહિત્યના કવિ જયોર્જ બાયરનનું અવસાન ૧૮૨૪.

# નસકોરી ફૂટતી હોય તે વ્યક્તિને દરેક પ્રકારના ગરમ આહાર - વિહારો ત્યાગવા, જેમ કે, તીખો, તળેલો, મસાલાવાળો ખોરાક, લૂ તથા તડકામાં ન રહેવું, ચિંતા-ક્રોધ ત્યાગવા, તમાકુ આદિ માદક ચીજો ન લેવી, અતિ પરિશ્રમ ન કરવો

**નિરામય**
**- ડો. કેદાર ઉપાધ્યાય**

## ઉનાળામાં થતા રોગો અને તેની સારવાર

**(ભાગ-૨)**

ગતાંકે આપણે ઉનાળામાં થતાં રોગો વિશેની ચર્ચાની શરૂઆત કરી. સ્વભાવત: ઉનાળામાં ગરમીને કારણે પિત્તને લગતાં રોગોનું પ્રમાણ વધે. અલગ-અલગ પ્રકારના ગરમીને લગતા રોગો થાય. આપણે અળાઇ તથા ઉનવા વિશે તો ગતાંકે જોઇ ગયાં. આ વખતે ઉનાળામાં થતાં બીજા અમુક રોગોની વાત કરીએ.

આ રોગો એટલે નસકોરી ફૂટવી (નાકમાંથી લોહી પડવું) તથા તજા ગરમી. દેખીતી રીતે આ રોગો બહુ સામાન્ય પ્રકારના હોય છે. મોટા ભાગના લોકો, જયાં સુદી આ રોગો ઉગ્ર રૂપ ધારણ ન કરી લે ત્યાં સુધી તો દરકાર પણ કરતાં નથી. પણ ઘણી વખત એવું ય બને છે કે આ રોગો વકરીને એવું ઘર કરી લે કે પછી શરીરમાંથી દૂર કરવા અઘરા પડે.

આથી, આ રોગોની થોડી ઘણી અસરો પણ જણાય તો નિયત ઉપાયો શરૂ કરવા એ જ ડાહપણ ભર્યું છે.

**(૧) નસકોરી ફૂટવી :-**

ઉનાળાની ગરમીના પરિતાપને કારણે પિત્ત તેમજ રક્ત દૂષિત થઇને જેમ નવા માટલામાં પાણી ઝમે તેવી રીતે નાકની દિવાલોમાંથી રક્તસ્ત્રાવ થવા લાગે છે. સામાન્યત: નસકોરી ફૂટે ત્યારે પીડા થતી નથી. ઘણા લોકોને વધુ માત્રામાં લોહી પડતું હોય તો નાકમાંથી ટીપે-ટીપે લોહી બહાર આવે છે. ઘણા લોકોને લોહી ઓછું પડતું હોય તો નાકની દિવાલો પર જ જામી જાય છે.

નસકોરી ફૂટતી હોય તે વ્યક્તિને દરેક પ્રકારના ગરમ આહાર - વિહારો ત્યાગવા. જેમ કે, તીખો, તળેલો, મસાલાવાળો ખોરાક, લૂ તથા તડકામાં ન રહેવું, ચિંતા-ક્રોધ ત્યાગવા, તમાકુ આદિ માદક ચીજો ન લેવી, અતિ પરિશ્રમ ન કરવો.

નસકોરી ફૂટતી હોય તે માટેની ચિકિત્સા અહીં વર્ણિત છે.

- ચંદ્રકલા રસ વ્યક્તિના બળ મુજબ ૧-૧ ગોળી માખણ કે સાકર સાથે આપવી.
- દારૂડી (સ્વર્ણક્ષીરો) ના બીજ ને વાટી લીંબુના રસ સાથે લેવા.
- રાળના ચૂર્ણને સાકર ભેળવી પાણી સાથે લેવું. રાળનો લેપ પણ કરી શકાય.
- રાફડાની માટી ઠંડક આપનારી હોય છે. નસકોરી ફૂટતી હોય તેમા રાફડાની માટીને પાણીમાં પલાળી માથા પર લેપન કરવું.
- દેશી બાવળના તાજા પાનને ધોઇ તેનો રસ કાઢી સાકર સાથે પીવો.
- ફટકડીનું ચૂર્ણ કે ફટકડીનું પાણી નાકની દિવાલો પર લગાવવાથી રક્તસ્ત્રાવ બંધ થશે.
- આમળાના ચૂર્ણને બકરીના દૂધ કે ગાયના દૂધમાં મેળવીને માથા પર તેમજ નાક પર લેપ કરવો.

આ ઉપરાંત ઠંડા પાણીથી ન્હાવું, ઠંડા પદાર્થો જેવા કે કોથમીર, ધાણા આદિનું સેવન કરવું. નાકમાં રોજ એકાદ ટીપું ગાયના ઘીનું નાખવું. (નસ્ય કરવું) તથા વાળમાં ઠંડા કે પ્રકૃતિના તેલ (બ્રાહ્મી, આમળા, ભૃંગરાજ જેવા) નું માલીશ કરવું.

**(૨) તજા ગરમી :-**

આપણી લોક બોલીના શબ્દ 'તજા ગરમી' નામે સીધો અર્થ વાળો કોઇ રોગ શાસ્ત્રોમાં નથી પરંતુ તજા ગરમીનાં લક્ષણો જેવા કે અનેક લક્ષણો શાસ્ત્રોમાં વર્ણિત છે.

ખાસ કરીને હાથ-પગના તળીયામાં બળતરા થાય તેમજ અતિશય પરસેવો થાય. પગના તળીયે એટલો પરસેવો થાય કે ચાલીએ તો જમીન પર તેના પગલાં પડે.

હાથ પગના તળીયા ગરમ રહે અને તેમાં બળતરા પણ થાય.

તજા ગરમીનું કારણ પણ પિત્તની દૃષ્ટિ છે. સામાન્ય રીતે પિત્ત પ્રકૃતિના લોકોને તજા ગરમી વધુ થાય છે. વળી, સ્વદેવહ નાડીઓની અતિ પ્રવૃત્તિને કારણે શરીરનાં અંત:સ્થ ભાગો એટલે કે હથેળી તેમજ પગના તળીયામાં પ્રસ્વેદ વધુ આવે છે. તજા ગરમીમાં પણ પિત્તનું શમન કરનારા તેમજ પ્રસ્વેદનું નિયમન કરવા માટેના ઉપાયો યોજવા જોઇએ.

(અનુસંધાન પાના નં. ૭ પર)