ગાંધીનગર સમાચાર

સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
079-23226251

સલામી સવારની..

અમી ઝરતી એ આંખોમાં હવે ઝેર વસી ગયું,
સાદાં જીનજીવને રાજકારણ પેસી ગયું!!
રેંસી ગયું ઘર-ગામની ભાવનાત્મક એકતા -
કલાકારો-સાહિત્યકારો-સંતોને ડસી ગયું...
(ચૂંટણીઓએ દાટ વાળ્યો!)

હાઈકુ

'પેરિ'સ્કોપથી
'સહિષ્ણુતા' આગનો -
જૂએ તમાશો!
(વિદેશ યાત્રા)

ચાલે છે સ્પર્ધા
પગ ચંપી કરીને -
ચમચા થવા
(રાજનાથનું 'આઉટલૂક')

ચિંતન

આ મિત્ર વિરોધાત્મ રક્ષ ભાવસેત ।

'ચાણક્ય નીતિ'નું આ સૂત્ર છે :

'પોતાના દેશમાં જ છે છૂપા શત્રુઓ અને ગુપ્ત રહી સરહદ પારના દુશ્મનોને મદદરુપ થાય છે કે દેશમાં જ ભાંગફોડ કર્યા કરે છે, વિદેશી જાસૂસો દ્વારા પણ આવી પ્રવૃત્તિ થતી હોય ત્યારે રાજાએ પોતાના સુરક્ષા તંત્ર અને સીમાઓ પર કે રાજયમાં આશ્રય લીધા દુશ્મનો-જાસૂસો-અમીચંદો પર ખાસ નજર રાખવી જોઈએ અને કડક કાર્યવાહી કરવી.'

આજના સત્તાધીશો, સ્વાર્થ-સત્તા માટે દુશ્મન દેશો પાસેથી ચૂંટણી ખર્ચના પૈસા મેળવે. આતંકીઓ અને દેશદ્રોહીઓ પાસેથી પણ ફંડ મેળવે છે પછી સાચી-સારી દૃષ્ટિ કયાંથી રાખી શકે?

ભાજપ પક્ષે માત્ર ને માત્ર સત્તામાં ભાગ પામવા-કાશ્મીરમાં શંકાશીલ-દેશદ્રોહી પક્ષ સાથે હાથ નથી મેળવ્યા? ફારૂક જાહેરમાં બોલે છે કોઈ સૈનિકો સીમા સાચવી નહીં શકે!! સત્તાધીશોને ભોગે શહીદોની સંખ્યા વધ્યા જ કરશે.

સુવિચાર

- માત્ર મધને જોવાથી મોં મીઠું થતું નથી - **અફઘાન કહેવત**
- મૌન અને એકાંત આત્માનાં સૌથી શ્રેષ્ઠ મિત્રો છે - **સાઈરસ**
- મોટા થવા માટે માણસે ખાસ કરવાનું હોતું નથી, ઉંમર વધે તેમ માણસ મોટો થાય છે, મહાન બનવા માટે તો આખું આયખું યે ઓછું પડે - **રોહિત શાહ**
- મનને શુભથી ભાવિત કરવામાં આવે તો શબ્દો હૃદયને સ્પર્શે છે - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- હિંમત એટલે ભયની ગેરહાજરી નહીં... છલોછળ ભયથી ભરેલા મનનો સામનો કરવો એટલે હિંમત... - **ઓશો**
- દરેક વ્યક્તિએ પોતાની 'સોચ' ઉપર 'વોચ' રાખવી જોઈએ - **ચંદ્રકાન્ત બક્ષી**
- **આજનું ઔષધ : પાકા ટામેટાનો રસ સવાર સાંજ બે બે ચમચી પીવાથી રતાંધળાપણામાં ફાયદો થાય છે** **(સંકલન : દીપક વી. આસરા)**

બોધકથા

આપણી સાથે સૌ કેવી રીતે બોલે-વર્તે એવું જ આપણે પણ બીજા પ્રત્યે બોલવું - વર્તવું. જેવું આપણે તાજાં-તરોજો શુદ્ધ આપણે ખાઈએ એવું જ અતિથિ-મહેમાન-નોકર-ચાકર-ભિક્ષુકને પણ આપવું જોઈએ. બગડવાની તૈયારી હોય ત્યારે નહીં.

રાજાએ પોતાના પ્રધાનશ્રીની વૃત્તિની કસોટી કરવા ત્રણેને કોઠળી આપી કહ્યું, આપણા ફળના બગીચામાં જઈ, આમાં સારાં ફળ ભરી આવો - મારે સાધુ-સંતો-ભિક્ષુકોને વહેંચવા છે.

પહેલો આળશુ હતો - જમીન પર પડેલાં-પંખીઓનાં એઠાંથી થેલો ભરી નાખ્યો.

બીજો થોડી ચિવટવાળો હતો પણ ઉતાવળો હતો ઝાડ પર ચઢી-કાચાં-પાકાં-સડેલાં જોયા વિના ફળ તોડ્યાં અને થેલો ભરી નાખ્યો. ત્રીજો સમજુ-સંવેદનશીલ-નિષ્ઠાવાન હતો. પાકાં-સારાં અને મીઠી સુગંધવાળા જ ફળ, ઝાડ પર ફરી ફરીને શોધ્યાં. અન થેલો ભરી નાખ્યો...

રાજાએ સિપાઈઓને હુકમ કર્યો. આ લોકો માટે તૈયાર કરેલ કોટડીમાં આ ત્રણને પૂરી નાખો. પ્રધાનોને કહ્યું, તમે એકઠાં કરેલાં ફળો ખાઈને જ તમારે ત્રણ દિવસ પસાર કરવાનાં છે. પહેલા બે-ફળ કાપો ને રસ ન નિકળે એવા સૂકાઈ ગયા.

શહેરોમાં ભાજપ, ગ્રામીણ ગુજરાતમાં કોંગ્રેસ : પ્રજામતનો તકાજો

તંત્રીસ્થાનેથી....

ગુજરાતમાં છેલ્લાં ઘણાં વર્ષોથી ભારતીય જનતા પાર્ટીનું એકચક્રી રાજ ચાલતું રહ્યું છે, એમાં સ્થાનિક સ્વરાજની તાજેતરમાં સંપન્ન થયેલી ચૂંટણીઓએ ઐતિહાસિક ગણી શકાય એવી ફાચર મારી છે. નિષ્પ્રાણ અને નિસ્તેજ બની ગયેલી કોંગ્રેસ ગ્રામીણ વિસ્તારોમાં પોતાની જ રાખમાંથી પુનર્જીવિત થતા ફિનિક્સ પંખીની જેમ ધમાકેદાર પુનરાગમન કરીને ભાજપના ધુરંધરોને વિચારતા કરી મૂક્યા છે. નરેન્દ્ર મોદીના શાસનકાળમાં 'ખાધું, પીધું ને રાજ કર્યું' વાળી જે નિરાંત હતી તે હવે એમના અનુગામી નેતૃત્વના નસીબમાં નથી રહી. એક અર્થમાં આ ભાજપ સામેના પાટીદારોના પુણ્યપ્રકોપનું જ પરિણામ છે, તો બીજી રીતે આનંદીબેન પટેલની નેતાગીરી સામેનો આ લોકમત પણ ગણી શકાય, ગ્રામીણ વિસ્તારોમાં મોદી શાસન દરમિયાન આદિવાસી વિસ્તારો પણ ભાજપના પ્રભાવ હેઠળ આવી ગયા હતા. બહુ જ ટૂંકા સમયગાળામાં પરિસ્થિતિમાં અણધાર્યો પલટો આવ્યો છે. જો કે શહેર વિસ્તારોમાં કોંગ્રેસને એની અપેક્ષા મુજબમાં પરિણામ નથી મળ્યા. ભારતીય જનતા પાર્ટીની શહેરી નાગરિક ઉપર પકડ એ એની અસ્કામત છે. શહેરી મધ્યમ વર્ગ શરુથી જ ભાજપની સાથે રહેતો આવ્યો છે એની પાછળ ભાજપની અર્થનીતિ ઉપરાંત સવર્ણ જ્ઞાતિ સમૂહોનું સમર્થન અને કોંગ્રેસ તરફની ગર્ભિત સૂગ જવાબદાર છે. પાટીદાર ફેક્ટર શહેરોમાં ઓછો કારગત રહ્યો છે. જો કે શહેરોમાં થયેલી એમની અનામત રેલીઓએ ગ્રામીણ વિસ્તારોને જરુર ભાજપ વિરુદ્ધ મતદાન કરવા પ્રેર્યા છે. આ પાટીદાર ફેક્ટર એકાએક કયાંથી ભૂટી નીકળ્યો, એનો તાગ આજ સુધી સરકાર કે રાજકીય પક્ષો મેળવી શક્યા નથી. પાટીદાર આંદોલનને ઊગતું જ ડામી દેવાયું હોત તો કદાચ શાસક પાર્ટીને આટલું મોટું નુકશાન ન થયું હોત. પરંતુ ભાજપ માટે પાટીદાર સમાજ એક અસ્કામત રહેલ છે અને કોંગ્રેસ પ્રત્યે આ સમાજ ઘણાં વર્ષોથી ટેડી નજરે જોતો રહ્યો છે. માધવસિંહ સોલંકીની 'ખામ' થિયરીએ પાટીદારોને કોંગ્રેસથી સાવ જ વિમુખ કરી દીધા હતા અને કેશુભાઈ દેસાઈ જેવા સીધાસાદા ગ્રામીણ પાટીદાર અગ્રણીને મુખ્યમંત્રી પદેથી હટાવી દીધા છતાં પાટીદાર સમાજે ભાજપનો સાથ છોડયો નહોતો. સુરતમાં અને ખોડલધામમાં પાટીદાર સમાજનું શક્તિપ્રદર્શન યોજાયું હતું પણ એથી તત્કાલીન ભાજપના મુખ્યમંત્રી નરેન્દ્ર મોદીના પેટનું પાણી સુદ્ધાં હાલ્યું નહોતું. એમની વિકાસ પુરુષ તરીકેની છબીએ કારણે પાટીદાર સમાજના શાણા આગેવાનોએ એમની સાથે રહેવાની જ ગુજરાતનું શ્રેય નિહાળ્યું હતું. મોદીએ પાટીદાર સમાજના સૌજન્યના વળતર લેખે એમનાં વિશ્વાસુ સાથી આનંદીબેન પટેલને સત્તાના સૂત્રો સોંપ્યા ત્યારે સ્વાભાવિક રીતે જ પાર્ટી પર ફરી પાછું પાટીદારોનું વર્ચસ્વ પ્રસ્થાપિત થવા લાગ્યું હતું. જો પાટીદાર અનામત આંદોલન ન ઊપડ્યું હોત તો ઘીના ઠામમાં ઘી પડી રહેવાનું હતું. પાટીદાર આંદોલન સંદર્ભે સરકાર અને શાસક પક્ષ ઊંઘતા ઝડપાયાં - એટલું જ નહીં, વારંવાર ભૂલોની પરંપરા સરજાતી રહી. જો હાર્દિક પટેલને સરખી રજૂઆત કરતાં ફાંફાં પડતાં હતા એને સરકારે જ 'હીરો' બનાવી દીધો. હાર્દિક સામે રાજદ્રોહ અને દેશદ્રોહ જેવા ગંભીર ગુનાઓની કલમો લગાડીને સરકારે 'આવ પ્હાણ પગ ઉપર' જેવી સ્થિતિ સરજી હતી. ગ્રામીણ વિસ્તારોમાં બિહારની ચૂંટણીમાં ભાજપને મળેલ શિકસ્તની પણ અસર જોવા મળે છે. લાલુ યાદવ ગોપાલક છે અને નીતીશકુમાર કુર્મી કહેતાં કણબી પાટીદાર છે. એ સંદર્ભે ગ્રામીણ વિસ્તારમાં ભાજપને મળેલો જાકારો એ ગ્રામીણ ગુજરાતમાં ખુદ નરેન્દ્ર મોદી સામેનો લોકમત છે. અનેક અર્થ સંકેતો અને ભાવિ એંધાણ ધરાવતાં આ પરિણામો કોંગ્રેસના પુનરાગમનની અહાલેક સમાં છે, અલબત્ત, હજી ભાજપ સામે કોંગ્રેસને નિર્ણાયક સરસાઈ મેળવવા માટે ઘણો વધારે પરિશ્રમ કરવો પડશે. પાટીદારો કાયમ માટે ભાજપનો વિરોધ જ કરશે, એમ માની લેવાની ભૂલ કોંગ્રેસ ન જ કરવી જોઈએ. પ્રજામતને નતમસ્તકે સ્વીકારવાની અને 'સુધરી' જવાની ઉભય પક્ષે તૈયારી રાખવાની આ તાકીદ છે.

આયુર્વેદમાં સ્ટીરોઈડ

પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા

ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

આપણે ગતાંકે સ્ટીરોઈડ વિષે ટૂંકમાં પરિચય મેળવ્યો. તેના ફાયદા અને નુકશાન અંગે જાણ્યું.

આજે આયુર્વેદને વિશ્વભરમાં ખૂબ સ્વાગત મળ્યું છે. લોકો આયુર્વેદને સમજવા લાગ્યા છે અને તેને અનુસરવા લાગ્યા છે. ખાસ કરીને જૂના-હઠીલા (ક્રોનિક) રોગોમાં આયુર્વેદ વડે ઘણો ફાયલો થતો જોવા મળે છે. જેનો લાભ લોકો લઈ રહ્યા છે. વળી, આજે આયુર્વેદમાં સ્ટાન્ડર્ડાઈઝેશન વધ્યું છે. ફાર્મસીઓ જીએમપી (ગુડ મેન્યુફેક્ચરીગ પ્રેક્ટીસીના નોર્મ્સને અનુસરી ગુણવત્તાયુક્ત દવાઓનું ઉત્પાદન કરે છે. સાથે-સાથે એવા ઘણા પ્રેક્ટીશનરો છે કે જેઓ જાતે દવાઓ બનાવી પોતાના જ્ઞાન-અનુભવ પ્રમાણે દર્દીઓને ચૂર્ણ-ગોળી-લેપ આદિના યોગો આપે છે. (જેમાં આ લખનાર પણ સામેલ છે.)

હજુ એક અઠવાડિયા પહેલા જ મારા ક્લિનિક પર એક ઓફિસર કક્ષાની વ્યક્તિ પોતાના પત્ની સાથે આવેલ. તબીયત જોયા બાદ દવાઓ આપી. ચૂર્ણ અને ગોળીઓ જોઈ તેમણે સહજ પ્રશ્ન કર્યો. 'સાહેબ, આમા સ્ટીરોઈડ તો નહિં હોય ને...?' આ પ્રશ્ન થાય તે સહજ છે કારણ કે હાલ આયુર્વેદમાં સ્ટાન્ડર્ડાઝેશન વધ્યું છે તો એવા ઘણાયે કહેવાતા ડૉકટરો પણ છે કે જેઓ આયુર્વેદના નામે દર્દીઓને સ્ટીરોઈડઝ પધરાવે છે, જે અક્ષમ્ય ગણી શકાય તેવી ભૂલ છે. પેલા દર્દીના પ્રશ્ન જેવો જ પ્રશ્ન ઘણાય ના મનમાં હશે. જયારે તમે કોઈ ચૂર્ણ-ગોળી છૂટક કે કોઈ ડૉકટરના ક્લિનીકમાંથી ખરીદો છો ત્યારે તેમા સ્ટીરોઈડ ન હોય તેની શું ખાતરી?

આ તપાસવાનો એકમાત્ર પ્રમાણભૂત રસ્તો એટલે તમને આપેલ દવાઓમાં રહેલ રાસાયણિક સંઘટનોની લેબોરેટરીમાં તપાસ કરાવવી. એવી ઘણી લેબોરેટરીઓ હોય છે કે જે આવી તપાસ કરી જણાવી શકે કે જે - તે દવામાં સ્ટીરોઈડઝ કે બીજા હાનિકારક રસાયણો છે કે નહીં.

આમ જોઈએ તો મૂળભૂત રીતે સ્ટીરોઈડ હાનિકારક નથી ઉલ્ટાના સ્ટીરોઈડ તો શરીર ચલાવવા માટેના અગત્યના ઘટકો છે. આપણું શરીર જ અનેક પ્રકારના સ્ટીરોઈડ ઉત્પન્ન કરે છે જેના વડે આપણું શરીર ચાલે છે. આપણા શરીરના અનેક હોર્મોન્સ જેવા કે કોર્ટીઝોલ, ટેસ્ટોસ્ટેરોન, ઈસ્ટ્રોજન આદિ સ્ટીરોઈડ જ છે. કોલેસ્ટેરોલ પણ સ્ટીરોઈડ ઘટક દ્રવ્ય જ છે. આમ, આ બધા સ્ટીરોઈડ તો શરીરમાં જ ઉત્પન્ન થાય છે જે હાનિકારક નથી, પરંતુ સિન્થેટીક કે જે શરીરને બહારથી આપવામાં આવે છે. તે આડઅસર ઉપજાવે છે કારણ કે તે શરીરની નેચરલ પ્રક્રિયાઓમાં બાધા ઊભી કરે છે.

બીજી બાજુ અમુક નેચરલ સ્ટીરોઈડ છે જે શરીરને હાનિકર્તા નથી. જેમ આપમું શરીર સ્ટોરોઈડ ઉત્પન્ન કરે છે તેવી જ રીતે અમુક વનસ્પતિઓ પણ સ્ટીરોઈડ ઉત્પન્ન કરે છે. (પોતાના નિર્વાહ માટે) જે આપણને હાનિકારક નથી. આમાની કેટલીયે વનસ્પતિઓનો આપણે રૂટીનમાં ઉપયોગ પણ કરતાં હોઈએ છીએ જેમ કે પાલક, ઓટ્સ, મૂસળી, અશ્વગંધા આદિ... આવી કેટલીયે વનસ્પતિઓ છે જેમાં નેચરલ સ્ટીરોઈઢ છે જે શરીરને હાનિકર્તા નથી. આમ, ઘણી વખત એવું પણ બને કે જયારે આયુર્વેદીક દવાઓનો કેમીકલ ટેસ્ટ કરાવીએ ત્યારે એમાં સ્ટીરોઈડ જોવા તો મળે પણ તે નેચરલ સ્ટીરોઈડ હોય.

આપે લીધેલ આયુર્વેદીક દવામાં સ્ટીરોઈડ હોય તો લેબોરેટરી ઉપરાંત અમુક સામાન્ય લક્ષણો વડે થોડો-ઘણો અંદાજ આવી શકે, જેમ કે, દવાઓ લેવાથી ખૂબ ભૂખ લાગે, શરીર ફુલાઈ જાય, વજન વધે, ચામડી પર કોઈ આડઅસર થાય, દુખાવો કે સોજો એકદમ જ તાત્કાલિક દૂર થઈ જાય. જો એ દવા લેવાનું બંધ કરીએ તો બધું પૂર્વવત થઈ જાય... જો આમાનું કંઈ પણ જોવા મળે તો કદાચ તે દવામાં ઉપરથી નાંખેલ સ્ટીરોઈડ હોઈ શકે.

આયુર્વેદ એ ઋષિઓના આશીર્વાદ છે. આયુર્વેદ ચિકિત્સકોનો એ ધર્મ છે કે તેઓ પોતાના દર્દીઓની સંપૂર્ણ વિશ્વસનીયતા સાથે ચિકિત્સા કરે છે. જયારે કોઈ દર્દી ચિકિત્સક પાસે જાય છે. ત્યારે તે સંપૂર્ણ આસ્થા સાથે જાય છે. આ આસ્થાને ટકાવી રાખવી અને પ્રમાણણિકતાપૂર્વક સારવાર આપવી એ ચિકિત્સાનો પાયો છે. આ પાયાને ટકાવી રાખવામાં જ આયુર્વેદની ઉન્નતિ છે.

- drkudarju@gmail.com

શિયાળાની સવારનો તડકો

મનના ઉમંગો

રણછોડ પરમાર

વાતાવરણમાં આછી આછી ઠંકક તો દિવાળી પહેલાથી શરુ થઈ ગઈ હતી. શિયાળાની એ ખુશમિજાજી અર્થાત ફુલગુલાબી ઠંડી હતી. લોકોને હજી પેટી-પટારામાંથી શાલ-સ્વેટર-મફલર ખોળવાની ફરજ પડી ન હતી. પરંતુ છેલ્લા ચાર-પાંચ દિવસથી હવામાનમાં ખાસ્સો ફરક પડી ગયો છે. હવે સવારે વહેલાં ચાલવા આવનારા પૈકી ઘણાને માથે ટોપી ચઢી બેઠી છે, સ્વેટર-મફલર-શાલ પણ ઘણાંના અંગે વીંટળાઈ વળ્યા છે. ભલે થોડી ઠંડી લાગે પણ શિયાળાની સવારમાં ચાલવાની, ફરવાની અને કામ કરવાની જે મજા આવે છે તે કોઈ ઋતુમાં સાંપડતી નથી. માથે ટોપી, અંગે શાલ ઓઢી સવારના સમયે સૂર્યના હુંફાળા કિરણો ઝીલતા, ગરમાગરમ આદુ-મસાલાવાળી ચાના તબીયતથી ઘૂંટડા ભરતા હોઈએ ત્યારે કવિ કલાપીની આ સદાબહાર પંક્તિઓ યાદ આવ્યા વગર રહેતી નથી.

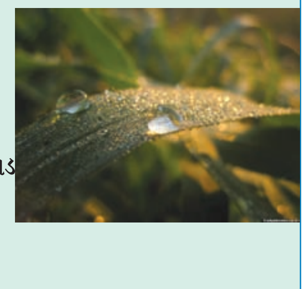
ઊગે છે સુરખી ભરી રવિ મુદુ હેમન્તનો પૂર્વમાં,
ભૂરું છે નભ સ્વચ્છ, સ્વચ્છ દીસતી એકે નથી વાદળી;
થંડો હિમભર્યો વહે અનિલ શો ઉત્સાહને પ્રેરતો,
જે ઉત્સાહ ભરી દીસે શુક ઊડી ગાતા મીઠાં ગીતડાં!

ફક્ત ચાર પંક્તિઓમાં કવિએ ઊગતા સૂરજનું, વાદળી વગરના આકાશનું, ઠંડા વહેતા પવનનું અને ઉત્સાહથી મીઠાં ગીત ગાતા ઉડી જતા પોપટોના ટોળાનું જે શબ્દચિત્ર દોર્યું છે તે ખરેખર આંખો મીંછીને માણવા જેવું છે. કોઈ કુશળ ચિત્રકાર આ શબ્દોને રેખાઓણાં પલટાવી તેમાં સુંદર રંગો પૂરે તો એવું દશ્યચિત્ર પણ આંખોમાં અમી ભરી દે. કારણ કે સુરખી ભર્યો સૂરજ, વાદળી, વિનાનું નીરલંગી આકાશ. અને તેમાં ઉડતાં લીલા રંગના પોપટબંધુઓ એક અનોખો રંગારંગ સજાવે છે. ઠંડા વહેતા પવનને ચીતરવો થોડોક મુશ્કેલ પડે ફણ ઘેરા લીલા સહેજ સંકોચાયેલા પાંદડા પર ઠંડીના લીધે ઉત્પન્ન થયેલા ઝાકળબિંદુ અને પવનના કારણે સહેજ મૂકેલા દર્શાવીને ચિત્રમાં થોડીઘણી અસર તો લાવી શકાય. ટાઢનો પ્રભાવ દર્શાવવા કોઈ કામળો ઓઢીને બેઠેલી સ્ત્રી દર્શાવવામાં આવે તો પણ ચાલે. આ તો આપણે આપણી કલ્પનાઓ દોડાવી એક કાલ્પનિક ચિત્ર ઊભું કર્યું છે, પરંતુ સૌંદર્યપ્રિય કવિએ એ પછીની પંક્તિઓમાં કેવું મનમોહક દશ્ય ખડું કર્યું છે તે જૂઓ :

મધુર સમય તેવે ખેતરે શેલડીના,
રમત કૃષિવલોનાં બાલ નાનાં કરે છે;
કમલવત ગણીને બાલના ગાલ રાતા,
રવિ નિજ કર તેની ઉપર ફેરવે છે!

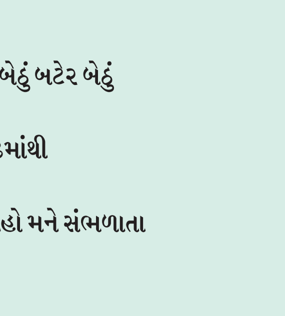
આવો અનન્ય કવિ કેવળ છવ્વીસ વરસની વયે અવસાન પામ્યો ના હોત તો એ ગુજરાતી ભાષાનો મહાકવિ અવશ્ય બની શક્યો હોત. આજે પણ આવા તાદશ્ય શબ્દચિત્રો કોની કવિતામાં જડે છે? પરંતુ આપણે કવિ કલાપીની વાત કરવા નથી બેઠા.આપણે તો માંડી છે શિયાળાની સવારની વાત. એમાં આવે ટાઢ, તડકો અને તાપણાંની વાતો. એમાં આવે ગરમાગરમ જુવારના પોંકની વાતો. એમાં આવે સ્વાદિષ્ટ સુરતના ઊંધિયાની વાતો. એમાં આવે ગુંદરપાક, સાલમપાક, મેથીપાક જેવા વસાણાની વાતો. એમાં આવે ગરમ કપડાંની ગોટમગોટ થઈ લપાઈ ગયેલા બાળકની વાતો. એમાં આવે જમ્યા બાદ તાપણાં ફરતે ટોળું વળીને બેઠેલા ગ્રામ્ય નરનારીની વાતોની ય વાતો. એમાં કયારેક આવી જાય ફૂટપાથ પર સૂતેલાં ફાટેલી ગોદડી ઓઢેલ કોક મજુરની વાત. પરંતુ આ બધી વાતો કહેવા માટે થોકબંધ પાનાંની જરુર પડે. અરે એકે એક વાત ઓછામાં ઓછા બે પાનાં તો આરોગી જ જાય. જયારે સમય મળશે ત્યારે આપણે આમાંથી કોઈ કોઈ વાત જરુર કરીશું.

આપણે આજની વાત શાર્દુલ વિક્રિડીત છંદમાં લખેલા 'ગ્રામ્ય માતા' કાવ્યના એક અંશની કરી હતી. એનો અંત આજના આધુનિક કવિતા અછાંદસ કાવ્યથી લાવીએ. લાભશંકર ઠાકરે તડકો-૧ અને તડકો-૨ નામના કાવ્યો ઘણા સમય પહેલાં લખ્યા હતા. એ પછી તો એમણે લખેલા સેંકડો કાવ્યોમાં ગુજરાતી ભાષાને રળિયાત કરતા શબ્દોનો જે કસ કાઢ્યો છે એનો અભ્યાસ કરવો પણ ખૂબ પરિશ્રમ કાઢી લે તેવું કાર્ય છે. આ સાથે રજૂ કરેલું કાવ્ય આપ આકાશમાં ઉડતા શુકગણોના ઉત્સાહથી વાંચશો તો એમાં તમને એક અદ્ભૂત કહી શકાય તેવો લય હિલ્લોળ પ્રાપ્ત થશે. ખાસ તો 'ઝાંખા ઝાંખા પરોઢમાંથી....' શરુ કરીને છેલ્લે શમતાં 'પીંગળે પીંગળે પડછાયાના પ્હાડ' સુધી આવતાં આવતાં આપને જાતજાતના લયહિલ્લોળા મળવાના. હિંચકામાં તો એક જ જાતનો ઝોલો મળે, કવિતાની વાત જુદી છે. ધીરે ધીરે તડકો વધતો જાય અને એટલામાં જ ધીરે ધીરે પડછાયાના પ્હાડ ટૂંકાયા જાય, મતલબ કે પીગળતા જાય એ કલ્પના જ કેટલી આહલાદક છે! આપણે કંઈ કવિતાનું રસદર્શન કરવા ભેળા નથી થયા, કાવ્ય માણવા આવ્યા છીએ, તો કાવ્ય માણોને યાર!



તડકો-૧

પરોઢના ઝાકળમાં તડકો
પીગળે.
પીગળે પીગળે પડછાયાના પ્હાડ
ને આંસુમાં
ડૂબતી તરતી
તરતી ડૂબતી
અથડાતી ઘૂમરાતી આવે
થોર તણી કાંટાળી લીલી વાડ.
વાડ પર એક બટેર બેઠું બટેર બેઠું બટેર બેઠું
ફફડે ફફડે ફફડે એની પાંખ.
ઝાંખા ઝાંખા પરોઢમાંથી પરોઢમાંથી
આછા આછા
અહો મને સંભળાતા પાછા અહો મને સંભળાતા
આછા
ઠક્ ઠક્ ઠક્ ઠક્ અવાજમાં
હું ફૂલ બનીને ખૂલું
ખૂલું
ઝાડ બનીને ઝૂલું
ઝૂલું
દરિયો થૈને ડૂબું
ડૂબું
પ્હાડ બનીને કૂદું
આભ ભનીને તૂટું
આભ બનીને તૂટું
તૂટું તડકો થઈને
વેરણછેરણ તડકો થઈને
સવારના શબનમસાગરને તળિયે જઈને અડકું
મારી કટ કટ કોરી ધાર પીગળતી જાય.
પીગળે પીગળે પડછાયાના પ્હાડ!



- લાભશંકર ઠાકર

રામનું સત્ય, કૃષ્ણનો પ્રેમ, મહાવીરની વિતરાગતા, બુદ્ધની કરુણા, ગાંધીની અહિંસા એ આપણી સંસ્કારપૂંજી છે

લાગણીનો મેળો

રસિક વાળંદ

એક સરખી બે શીલાઓ ખાણમાંથી સાંપડી,
એકની મૂર્તિ ઘડી, બીજી પગથિયામાં જડી;
એકને જોવા જુઓ, ભક્તો તણાં ટોળા ધસે,
બીજી શીલા ઉપર સહુ ચપ્પલ અને જોડા ઘસે!

શિલ્પીના ટાંકણે ટંકાતો પથ્થર પ્રતિમા થઈ પૂજાય છે. પથ્થરના સંસ્કારથી સર્જાયેલી મૂર્તિ અનેક મહામાનવોને નતમસ્તક બનાવે છે. માનવના ભક્તિભાવને મૂર્તિમંત કરતી એ મૂર્તિ પથ્થર ઉપર થયેલા સંસ્કારોનું પરિણામ છે. સંસ્કારભેદથી નિર્માણ થતા મૂલ્યભેદની કવિએ ઉપર્યુક્ત પંક્તિઓમાં સચોટ રજૂઆત કરી છે. એક લોક કવીએ ગાયું છે;

આણંદ કહે પરમાણંદા,માણસે માણસે ફેર,
એક લાખ ખરચતાં ન મળે, બીજા ત્રાંબિયાના તેર.
આણંદ કહે પરમાણંદા,માણસે માણસે ફેર,
એક વિદેશ ગયો ન વિસરે, બીજો પાહે ન પોહાય!

આપણી આસપાસ એવી વ્યક્તિઓ હોય છે જેમની પાસે આપણે ચાહીને જઈએ છીએ, એમની પાસે બેસવું ગમે, સામે ચાલીને મળવાનું મન થાય, તો કેટલાય ચહેરા એવાયે હોય છે જે દૂરથી જ નજરે ચડે કે તરત રસ્તો બદલી દઈએ, ટાળો દઈએ - સિફતપૂર્વક ટાળવાનું પસંદ કરીએ છીએ.

સંસ્કારભેદને કારણે ગમા - અણગમા, ચાહવું કે નફરત જેવી લાગણી જન્મે - જે વ્યક્તિ - વચ્ચે મૂલ્યભેદ ઉભો કરે છે. દોસ્તો, સંસારમાં સંસ્કારથી સવાયા થવાય. જેવા સંસ્કાર તેવું મૂલ્ય. માટી ઉપર અનેક પ્રકારના સંસ્કાર થાય તો એમાંથી ઘડો નીપજે છે. જે અનેક તરસ્યાની તરસ છીપાવી શકે છે.

અર્થાત અતિ અચાર એ મલિનતા છે તો નીરાચાર એ મૂર્ખતા છે. વિચારઅને આચારની જ્યાં એક વાક્યતા છે એ જ સાચો સદાચાર કહેવાય છે. ટૂંકમાં વિચાર વગનો આચાર ને આચાર વારનો વિચાર બંને નિરર્થક....નક્કામા...!!

આપણે અહી જે સંસ્કારની વાત કરીએ છીએ તે - 'સદવિચારયુક્ત સદાચાર' જેને આપણે સંસ્કાર કહીએ છીએ. સદાચાર એટલે અચાર વિચારની એકવાક્યતા.... અચાર - વિચારના સમન્વયથી ઉજળાં ચરિત્રો અમિત છાપ છોડી જતાં હોય છે. ઈતિહાસ આવાં ઉજળાં ચરિત્રોથી જ ગૌરવાન્વિત છે. ગામડે ગામડે હજારો ગાંધી ઉભા કરનાર મહાત્માજી કહેતા ''મારું જીવન એ જ મારો સંદેશ.'' આવા ગાંધીને અકળ ગ્રસી શકે ખરો?! મિત્રો સંસ્કાર ઘડતર આપોઆપ ન થાય, ઉર્દુશાયરે લખ્યું છે એમ ;

''સુર્ખરુ હોતા હૈ ઇન્સાં ઠોકરે ખાને કે બાદ,
રંગ લાતી હૈ હીના, પથ્થરપે પીસ જાને કે બાદ.''

ખટાશ ભરેલી કાચી કેરી ઘાસની ગરમીથી મીઠી બને છે. પાકા ફાળો હંમેશા મીઠાં જ હોય છે. આજની વિડંબણા એ જ છે કે ઉંમર વધે એમ માણસ પાક્કા (હોશિયાર - ચાલાક - બીજાને છેતરનાર) થાય છે ખરા પ...ણ.... પાકા (મીઠા - મધુર) થતા નથી!! આપણે બધા આજે કમાવવામાં સભાન છીએ પરંતુ જીવવામાં સભાન નથી. કુદરતે આ સૃષ્ટિમાં પશુ પક્ષીને આડાં ને માણસ તથા વૃક્ષોને ઉભાં બનાવ્યાં છે. માણસે તો વૃક્ષોનો જીવનસંદેશ ઝીલવાનો છે. આપણે ભોગજીવન-ભાવજીવન-કાવ્યજીવન તરફ ક્રમશઃ આગળ વધવાનું છે. માનવજીવનની ફલશ્રુતિ, સાર્થકતા.... આપણી જાતને તપાસીએ કે આપણે ભોગજીવનથી આગળ વધી શક્યા છીએ ખરા? માનાવ્યના પૂર્ણ વિકાસનું માર્ગદર્શન આપણી સનાતન ભારતીય સંસ્કૃતિમાં છુપાયેલું પડ્યું છે. 'દુર્લભે ભારત જન્મ' કહીને ગૌરવ લીએચીએ પરંતુ એના મર્મને સમજ્યા છીએ ખરા? ''વિશ્વભરમાંથી સદવિચારોનો પ્રવાહ અમારા તરફ વહી રહો.'' કહેનાર વેદોની વિશાળ દ્રષ્ટિને સમજ્યા છીએ ખરા? માણસ સંસ્કૃતિ અને સંસ્કારની હૂંફથી પરિપકવ - મધુર બને છે. ઉદયના સાધકો પશ્ચિમના રવાડે ચડીને અઠમવા લાગ્યા!!

આપણને મળેલી જીવનપ્રણાલી, વિચારપ્રણાલી,ભક્તપ્રણાલી, (way of life,way of thinking,way of worship) ના ઉમદા વારસાને સમજવા કડી પ્રયાસ કર્યો છે? વેદો ઉપનિષદો જેવા શ્રુતિગ્રંથો જ્ઞાનદિક્ષા અને સ્મૃતિગ્રંથો કર્મશિક્ષા પ્રબોધે છે પરંતુ આ સમજવા ક્યારેય પ્રમાણિક પરાયા આદર્યા ખરો? દોસ્તો, આપણા ઉત્સવો અને પ્રતિકો પણ અમૂલ્ય સંસ્કારવારસો જ છે. અવતારો કે મહામાનવોની જયંતીઓ ઉજવીને એમનો જીવન સંદેશ ઝીલવાનો છે પરંતુ એવા પ્રયાસ કદી કરીએ છીએ ખરા? સમ્યક દિશા બતાવે તે સંદેશ. રામનું સત્ય, કૃષ્ણનો પ્રેમ, મહાવીરની વિતરાગતા, બુદ્ધની કરુણા કે ગાંધીની અહિંસાએ આપણી સંસ્કારપૂંજી છે. આપણા ઉત્સવોનો સંદેશ પણ સમજવા જેવો છે, દિવાળી ''તમસો મા જ્યોતિર્ગમય''ની પ્રાર્થનાને સાકારિત કરવાનો સંદેશ આપે છે. તો હોળી રાગદ્વેષને જલાવી દેવાનો સંકેત કરે છે. શિવરાત્રિ ઝેર પચાવવાની દિક્ષા આપે છે. રક્ષાબંધન કે ભાઈબીજ જેવા તહેવારો વરસનું વહાલમાં રૂપાંતર કરીને ભાવસંવર્ધનનું કામ કરે છે. નવું વર્ષ નવજીવનની આકાંક્ષા જગવે છે.

આપણા પ્રતીકો પણ સાંસ્કૃતિક સૂત્રો જ છે. ઘરનો ''ઉંબરો'' મર્યાદાનો સંકેત કરે તો ''ચાંદલો-તિલક'' બુદ્ધિપૂજાનો મહિમા સમજાવે છે. ''સાથિયો -સ્વસ્તિક'' સર્વનું મંગલ ચાહવા પ્રેરે છે તો ''શ્રીફળ'' ચારિર્ત્યપૂજાનું ગૌરવ સમજાવે છે. મિત્રો, પ્રતિક એ મૌનની ભાષા છે. સંસ્કૃતિનું મૂંગું મહિમાગીત છે. આવી તો કેટલીય વાતો આપણી સંસ્કૃતિક વિચારધારામાં પડેલી છે. કહેવાનું તાત્પર્ય એ જ કે આપણે જ્યાં જન્મ્યા છીએ જે ભૂમિનો પ્રાણવાયુ શ્વસીએ છીએ એના મહાત્મ્યને સમજવા પ્રયાસ કરીએ, આપણી સનાતન સંસ્કૃતિને જાણીએ, માણીએ, સમજીએ, પચાવીએ અને એ રીતે આવા વારસદાર બની રહે એ જ અભિલાષા...

સ્પર્શમણિ :

લોખંડનો એક ટુકડો વેચો તો તેનો એક રૂપિયો ઉપજે. તેમાંથી ઘોડાની નાળ બનાવીને વેચો તો અઢી રૂપિયા ઉપજે. તેમાંથી બધી સોય બનાવી નાખો તો છસો રૂપિયા ઉપજે અને નાળ કે સોયને બદલે ઘડિયાળની કમાન બનાવી નાખો તો પચાસ હજાર ઉપજે. લોખંડતો એનું એ અને એટલું જ છે. પણ તેનું ઘડતર કરો તેવું તેનું મૂલ્ય.

માણસ વિષે પણ એવું જ છે... - નવલભાઈ શાહ.

- Rasikvaland1965@gmail.com