સુપ્રભાતમ્

સુરેશ પ્રા. ભટ્ટ
ફોન : ૨૩૨૨૬૨૫૧

સલામી સવારની..

સુરક્ષિત એરપોર્ટ, મેટ્રો રેલની જરૂર છે,
ખટપટો બહુ થઇ, ખરા ખેલ ની જરૂર છે,
લીંપણ રેતી પર, લેણું છપ્પનની છાતી પર -
વિકાસ બહુ થઇ ગ્યો, હવે જેલની જરૂર છે..
(રણ - પતંગોત્સવમાં કરોડોનું ખર્ચ)

હાઈકુ

શિવસેનાને -
કરાવે પરસેવો,
શીત-'શરદ..'
(NCP ની ચાલ)

કાપે છે પાંખો,
આદત છે એમની -
ઉડતાં પ્હેલાં..
(પ્રધાનો પર લટકતી તલવાર)

ચિંતન

યે મુષ્ણન્તિ નિશિ પ્રવિશ્ય ભવનં યો વા બલાત્કાનનં, નૈતે સ્વામિ ધનં હરન્તિ નનુ તાન્નિન્દન્તિચોરા ઇતિ ।
સધો હન્ત હરન્તિ પોષક ધનં સંખ્યાં વિપર્યસ્ય યે કષ્ટં તાનપિ વંચકનિહ પુર સ્કુર્વન્તિ સર્વેજનાઃ ॥

જે લોકો રાત્રિના અંધકારમાં કોઇના ઘરમાં પેસીને ચોરી કરી જાય છે કે જંગલમાં ભયાનક એકાંતવાળા રસ્તે ધન લૂંટી જાય એવા લોકોને આપણે ચોર લુંટારા કહીને નિંદા કરીએ છીએ, પરંતુ, પોતાના શેઠ-સ્વામી-માલિકને રાજા - (લોકશાહીમાં સરકાર)નું દેખીતી રીતે ધન ચોરતા નથી પણ - જે હિસાબ નિયમો-કાયદા પદ્ધતિઓ (ટેન્ડર વગેરેમાં) દ્વારા ગોટાળા કરી પોતાના માલિક-માતા લોકશાહી (સરકાર)ની સાથે તેઓ છેતરપીંડી કરે છે અને ગુપ્ત રીતે ચોરી-લૂંટ કરે છે તેવા અધિકારીઓ - પ્રધાનોને આપણે ચોર-લૂંટારા હોવા છતાં પણ-ચોર કહેતા નથી. ઉલ્ટું તેમને બાહોશ-કુશળ અધિકારી પ્રધાનશ્રી કહી તેમના વખાણ કરીએ છીએ.

આજ લાલુ, રાજા, કનીમોજી જેવા અનેક પ્રધાનશ્રીઓ કુશળ રાજનેતા તરીકે જેલની બહાર મોજ કરે છે.

સુવિચાર

- માણસને માણસથી નોખો પાડવો એ સુખનો સ્વભાવ છે, પરંતુ નોખાને ભેગાં કરીને નોખામાંથી અનોખાં બનાવવા એ દુઃખનું લક્ષણ છે - **એસ. ભટ્ટાચાર્ય**
- જે વ્યક્તિ સુખ અને દુઃખને ગંગા અને જમનાનો સંગમ માને છે એનું જીવન પ્રયાગરાજ જેવું પવિત્ર બને છે - **ડો. જગદીશ ત્રિવેદી**
- સુખી થવું અને સુખી હોવું માં મૂળભૂત ભેદ છે, 'હોવુ માં' સહજતા છે 'થવામાં' પ્રયત્ન છે - **સુરેશ દલાલ**
- સુખી માણસ સ્વાર્થી થાય તો સુખ પાછલે દરવાજે નીકળી જાય, જોકે સ્વાર્થી માણસ સુધી દેખાતો હોય છે, સુખી હોતો નથી - **પૂજ્ય મોટા**
- પ્રત્યેક પરિસ્થિતિમાં એવી ખુમારી સેવવી કે મને કોઇ પણ સુખી કે દુઃખી કરી શકતું નથી, સિવાય કે મારી જાત, એ જ સાચી મસ્તી છે - **રજનીશ**
- 'ગૌધન, ગજધન, વાજિધન ઔર રતનધન, ખાન,
  જબ આવે સંતોષધન સબ ધન ધૂલ સમાન' - **રહીમ**
- દુઃખ અને સુખ આપણાં જ કર્મોનું ફળ છે, એ સત્યનો સ્વીકાર કરવાથી આપણી ફરિયાદ કરવાની વૃત્તિ મોળી પડી જાય છે અને તેનાથી સમતા પ્રાપ્ત કરવામાં સહાયતા મળે છે - **જીવનસૂત્ર**

- (સંકલન : દીપક વી. આસરા)

બોધ કથા

ઉત્તર-પ્રતિઉત્તર, વાદ-વિવાદ, ખોટીચર્ચા જીદ્દમાં એ અહમમાં અપાતાં જવાબો-ક્રોધ-ગુસ્સામાં થતી દલીલબાજીથી હંમેશાં સંબંધો બગડે છે શાંતિથી મૌન રાખી સાચી કે ખોટી વાતનો જવાબ ન આપવામાં જ મજા છે.

જુનૈદ સૂફી સંત હતા. તે સદાય હસતા રહેતા તેમના સ્મિતમાં પરમ શાંતિના દર્શન થતાં એમનો કોઇ દુશ્મન ન હતો. બધાની સાથે મૈત્રી અને સદ્ભાવ.

એક મુલ્લાંજી નાની અમથી વાતમાં જુનૈદ પર અકળાયા - ખૂબ બોલ્યા. ઉશ્કેરાટમાં પોતે શું બોલે એનું પણ ભાન ન રહ્યું. અંતે મુલ્લાંજી એ કહ્યું હું આટલું બધું બોલ્યો પણ તમે કેમ કંઇ જવાબ આપતા નથી?

સંત જુનૈદ કહે, મારા ગુરૂજીની આજ્ઞા કહો તો આજ્ઞા કે સલાહ કહો સલાહ, પણ કોઇ પણ ક્રોધ ગુસ્સા કે ઉશ્કેરાટમાં બોલાયેલી વાતનો કદાપિ જવાબ ન આપવો અને શાંતિથી સાંભળી લેવું.

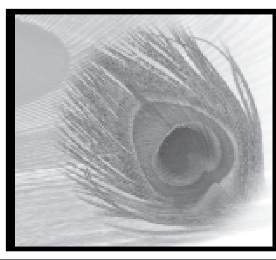
બસ, આ આજ્ઞાપાલનને કારણે મને કદી કોઇ સાથે બોલવાનું પણ થતું નથી. ઝગડો તો ક્યાંથી થાય?

Email - sureshchandrabhatt18@gmail.com

ખરેખર તડકો પણ સંવેદનશીલ છે

મોરપીંછના રંગ

- ડૉ. કનૈયાલાલ ભટ્ટ



ધોમધખતા તડકે બેસીને તડકા વિશે લખવાની મજા કંઈ ઓર જ છે. આજ સુધીના મોટાભાગના લેખકોએ તડકા વિશેના નિબંધો-કાવ્યો એ.સી. રૂમમાં ટેબલલેમ્પના આછા અજવાસમાં લખેલાં હશે. હા, ભુતકાળમાં તેઓ તડકાનો અનુભવ કરી ચુક્યા હશે. કેટલાંક લેખકો ગ્રામ્ય જીવન જીવ્યા હોવાથી ખેતરમાં, વાડીમાં, વગડામાં તડકાનું સાનિધ્ય માણી ચુક્યા હશે પરંતુ આજે મોટાભાગના લેખકો યુનિવર્સિટીઓ, કૉલેજો, શાળાઓ કે સરકારી ઑફિસોમાં કે અખબારોની ચેમ્બરોમાં વાતાનુકૂલિત થઈને બેઠા છે. તેમના સ્મરણમાં તડકાની જે અનુભૂતિ હતી તેને અને અભ્યાસ-શિક્ષણ અને વાંચનને મેળવી દઈને તડકા વિશેના રમ્ય નિબંધો લખી નાખ્યા હશે. પરંતુ તડકો જ્યારે માથા ઉપર સવાર હોય, માણસને, પશુ-પક્ષીને અને ખૂદ પ્રકૃતિને પણ પોતાની અગન જવાળાઓમાં લપેટીને પરેશાન કરતો હોય એ વખતે તડકાની લાઈવ સ્વાનુભૂતિ કાગળ પર ઉતારવી મારી દષ્ટિએ વધુ તડકા દાયક છે.

હું અનેક વખત તડકામાં ફર્યો છું. છતાંય કદી કંટાળ્યો નથી. કારણ કે હું પહેલેથી એવું માનું છું કે ઉનાળામાં ગરમી ન થાય તો શું થાય ? તડકો-તડકાનું કામ કરે અને આપણે આપણું... પરંતુ આ વખતે જાણે કે તડકાએ નક્કી કર્યું હશે કે મને હાર આપવી, અને એવી ક્ષણ પણ આવી પહોંચી હતી.

માનવ મહેરામણથી છલકાતી દિલ્હીની ભરચક સડકો વટાવીને હું ને મનોજ આગ્રાના તાજમહેલ તરફ એ.સી. ગાડીમાં જઈ રહ્યા હતા. આમ તો મેં તાજમહેલ ઘણી વખત જોયો છે. પરંતુ આગ્રામાં એક સાહિત્યિક સેમિનાર અને રાત્રે 'હિન્દી કવિ સંમેલન'માં ભાગ લેવાનો હોવાથી થયું કે ચાલો થોડા વહેલા જઈને તાજમહેલની સંગેમરમરની ખ્વાબોની સૃષ્ટિમાં થોડી ક્ષણો ખોવાઈ જઈશું.

હજી તો દિલ્હી ગયું જ છે ત્યાં જ ગાડી થંભી ગઈ. એક ટાયરમાં પંક્ચર... મેં જેવો એ.સી. ગાડીનો દરવાજો ખોલ્યો ત્યાં જ અચાનક આવીને પ્રિયતમા ગળે વળગી પડે એમ ગરમ-ગરમ હવા મને વળગી પડી. કાળી લિસ્સી અને મૃગજળના દરિયામાં ચમકતી સડકો ઉપરથી વીજળીના લિસોટાની જેમ જતા આવતા નાના મોટા વાહનોની ચિચિયારીઓ કાનોમાં ઉભરાવા લાગી. સડકોની બંને બાજુ વૃક્ષો પણ એટલા ઊંચા હતા કે એમને ખૂદ એમનો પડછાયો શોધવો પડતો હતો. ક્યાં બેસવું ? આસપાસ ક્યાંય મોટું પહોળું વૃક્ષ દેખાયું નહીં. કોઈ હૉટલ-મકાન કે ઝૂંપડું પણ નહીં. ચારે તરફ ટાયરોની ચીસો, અને તડકો...

એક વાત એ નોંધવા જેવી ખરી કે તડકામાં જો દુઃખી થઈએ તો આવી બન્યું. તડકો આપણી આરપાર ! અને જો તડકામાં તમે તડકાને મિત્ર બનાવી લીધો તો પછી એ જ તડકો તમારી સાથે ગેલ કરશે જાણે કે નાનું ગલૂડિયું

મે મહિનાનો તડકો અને હું અત્યારે સડક ઉપર એકબીજાને ભેટીને ઉભા હતા. અત્યારે તડકાની કોઈ રમણિય બાબતો મનમાં ઉદ્ભવતી નથી. થાય છે કે આ તડકો ન હોત તો છાયાની, પાણીની, ઠંડકની પણ કોઈ કિંમત ન હોત. તડકાનું સાચું ગૌરવ તડકો અનુભવવાથી થાય છે બાકી તો આપણે તડકાને તરછોડીને તડકા ઉપર નિબંધ-કાવ્ય લખીએ એ કેવું ?

અત્યારે બપોરનો દોઢ થવા આવ્યો છે. આખું આકાશ એકરસ છે. જાણે કોઈ ચિત્રકારે ચિત્ર બનાવવા માટે તૈયાર કરેલું કોરું કેનવાસ. ક્યાંય વાદળનો આભાસ પણ નથી. હવામાં વરસતી ગરમ લૂ ખોબો ભરીને પીવાનું મન થાય છે. દિલ્હીની સડકો પર ઘણી વખત નાગાંપૂગાં બાળકો પોતાના શરીરે તડકો વિંટીને ફરતા હોય છે અને રૂવે રૂવેથી પીતા હોય છે તડકાની ગરમ લૂ. ત્યારે થાય છે કે આ બાળકો અનાથ નથી એમનું રક્ષણ અને ભરણપોષણ આ તડકો જ કરે છે. જેવી રીતે જન્મથી કર્ણની સાથે કવચ-કુંડળ હતાં. તેવી રીતે આવા બાળકોની સાથે જન્મથી જ તડકો અને લૂ હોય છે.

ગાડીના ટાયરનું પંક્ચર બનાવતા ડ્રાઈવરના હાથના બાવળા અને કપાળ પરથી ટપકતા પરસેવાનું મૂલ્ય તડકો જ જાણે છે. પરંતુ આપણે સમજી શકતા નથી. ઊંચાઊંચા વૃક્ષના પાંચ-દસ પાંદડાઓના છાયામાં બેઠા બેઠા તડકો પીવાની મજા કંઈ ઓર જ છે. પહેલી જ વાર આવી રીતે તડકો પીવાની મજા આવી અને તડકાને મજા આવી મને પીવાની.

ખરેખર તડકો પણ સંવેદનશીલ છે એ પણ માણસની પ્રકૃતિ જુએ છે અને પછી વરસી પડે છે એની ઉપર ! પણ એક વાત એ નોંધવા જેવી ખરી કે તડકામાં જો દુઃખી થઈએ તો આવી બન્યું. તડકો આપણી આરપાર ! અને જો તડકામાં તમે તડકાને મિત્ર બનાવી લીધો તો પછી એ જ તડકો તમારી સાથે ગેલ કરશે જાણે કે નાનું ગલૂડિયું. ડાઘિયો કૂતરો ભસે-કરડે અને કોઈ નાનું ગલૂડિયું પૂંછડી પટપટાવી ગેલ કરે એમાં કેટલો બધો તફાવત...! બસ આટલો તફાવત છે તડકા સાથેની દોસ્તી અને દુશ્મનીમાં...!!

તડકાથી પરસેવો વળે અને શરીરનો કચરો બહાર નીકળે અને વગેરે વગેરે... એવા વૈજ્ઞાનિક તથ્યો પર મારે નથી લખવું... કેમકે ફૌજી પણ પરણ્યાની પ્રથમ રાત્રે પત્ની સાથે યુદ્ધની વાતો નથી કરતો. યુદ્ધની, પ્રણયની, સ્પર્શની અને સહવાસની અનુભૂતિ જુદી જુદી હોય છે અને યુદ્ધમાં જો ફૌજી પત્ની કે પ્રેમિકાને યાદ કરે તો દુશ્મનની ગોળી વાગતા જ એ પત્ની કે પ્રેમિકાને માટે હંમેશાં યાદ જ બની રહે છે. અહીંયા મારી સ્થિતિ પણ કંઈક આવી જ છે. જોકે તડકા સાથેનું આ યુદ્ધ નથી પણ પ્રણય છે. તડકા સાથેની મારી પ્રથમ બપોર છે. આ વખત એનો સ્પર્શ, સહવાસ એની સુગંધ આ બધુંય નીતરતા પરસેવા દ્વારા એની અનુભૂતિ કરવાની છે. તડકાના ખુલ્લા સોનેરી વાળની લટોમાં આંગળીઓ પરોવીને એની સાથે મસ્તી કરવાનું સદ્ભાગ્ય કોઈને જ સાંપડી શકે છે.

ચાંદની રાત્રે વરસતી ચાંદનીમાં તાજમહેલના અદ્ભુત રૂપને પણ ભૂલાવી દે એવું સોનેરી તડકાનું આ તીખું સ્વરૂપ સિંહ પાછળ ડાંગ લઈને દોડતી ચૌદ વર્ષની ચારણ કન્યા જેવું છે. હજી ઘડી પહેલા જ આ ચારણ કન્યા જેવો અલ્લડ તડકો ગરમ લૂ અને સુક્કી ધૂળની ડમરી ઓઢીને નાના વંટોળિયાના રૂપે મને વિંટળાઈને મારા હાથમાંથી તેના વિશે લખતા આ કાગળને ઝૂંટવાનો પ્રયત્ન કર્યો અને સફળ પણ રહ્યો. હું પણ તડકાના સ્વભાવને ઓળખું છું. એણે ડમરીમાં કાગળને ઊંચે ઉડાડ્યો અને હવે શું કરવું ? ફરી પાછી નિઃસ્તબ્ધતા... કાળી સડકો પરથી પસાર થતા વાહનોની ચીસો સિવાય કશું જ નહીં.. હવે અમારી ગાડીનું ટાયર પણ ઠીક થઈ ગયું હતું. મનોજે કહ્યું પણ ખરું કે 'ચાલ જવા દે... ફરીથી લખી નાખજે ઘેર જઈને...! પરંતુ જો હું એમ ચાલ્યો જાઉં તો તડકાનું અપમાન કહેવાય એની સાથેના મારા સંબંધોનું શું? એકાત્મ ભાવનું શું? અને હું તો ચડ્યો વૃક્ષ ઉપર...! આખું વૃક્ષ જાણે ચેતનવંતુ બની ગયું. એની એક એક ડાળીમાં જાણે પ્રાણ પૂરાયા. એની આંખોમાંથી હર્ષના આંસુઓ ટપકવાં લાગ્યાં કારણ કેટલાંય વર્ષો બાદ.. કદાચ ઊગ્યાં પછી પહેલી જ વાર કોઈ પોતાની ઉપર ચડી રહ્યું હતું...કોઈનો જીવંત સ્પર્શ અનુભવી રહ્યું હતું. આવા ધોમધખતા તડકામાં લાઈનબંધ ઉભેલા હજારો વૃક્ષની આ દુનિયામાં કોણ નોંધ લે છે ! કોઈ એકાદ વૃક્ષની ? બાકી વૃક્ષ પણ ઈચ્છતું હોય છે માનવ સ્પર્શને!

હું પણ વર્ષોના વર્ષો વિતી ગયા ઝાડ પર ચડવાનું ભૂલી ગયેલો. બાળપણમાં ચરાડવા ગામના પાદરમાં, તળાવને કાંઠે ઉગેલા વડલા પર 'આંબલી પીપળી' રમતા ત્યારથી આજ સુધીના ત્રીસ-પાંત્રીસ વર્ષના લાંબા અતીતમાં કદીયે ડોકીયું કરવાનો ટાઈમ નહોતો મળ્યો. અને આજે અચાનક એ આખુંય ચરાડવા... એ પાદર... એ તળાવ-એ વડલો... બધું જ વંટોળિયો બનીને ઉમટી આવ્યું મારી આરપાર અને શબ્દસ્થ થવા લાગ્યું શ્વેત કાગળો ઉપર...

વૃક્ષની ડાળ વચ્ચે અટવાયેલો એ કાગળ તો હાથ લાગ્યો પણ હું પહોંચી ગયો મારા અલ્લડ બાળપણની અલૌકિક દુનિયામાં.

ગાડી પુરપાટ દોડી જતી હતી. તડકો અમારી આગળ અને પાછળ સતત દોડી રહ્યો હતો. જાણે કે હું એને મૂકીને જતો રહેતો હોઉં એવી એની મૂક સંવેદના મને બારી બહારના દશ્યમાં દેખાતી હતી. તડકાનો ચહેરો ઉતરી ગયો હતો તેની આંખોમાં ઝળઝળિયા ઉપસી આવ્યા હતા કારણ કે એને ડર હતો કે- હું હવે વાતાનુકૂલિત ગાડીમાં બેસીને એને ભૂલી જઈશ અને એટલે જ એણે કદાચ અમારી ગાડીના બંધ થતા કાચમાંથી એક નાનું પીળું પતંગિયું ગાડીની અંદર મોકલી આપ્યું. એ પતંગિયું ઊડતું સીધું જ મારા ખભે આવીને બેસી ગયું ત્યારે મને પણ સંતોષ થયો કે તડકો હજી પણ મારી સાથે છે. એ પતંગિયાને હળવેકથી પકડીને મેં મારી હથેળીમાં મૂક્યું. એની આંખોમાંથી અને હોઠો પરથી વરસતું હતું તડકાનું ઝીણું ઝીણું રજકણ અને એની સોનેરી પાંખોમાં ઉપસી આવ્યા મોરપીછના રંગ.

એક વિધાન ક્યાંક વાંચ્યું હતું હૈયે મઢી રાખવા જેવુ છે - એકથી ત્રણ વર્ષ સુધી સંતાનને ભગવાન માનો ચાર થી છ વર્ષ સુધી તેને રાજા ગણો, સાત થી સત્તર વર્ષ સુધી તેને ગુલામ માનો, અને અઢાર વર્ષ પછી તેને મિત્ર માનજો

લાગણીને મળો

- રસિક આર. વાળંદ 'નિર્ઝર'

દાદાની આંગળીએ ચાલી બચપણ કેવું મ્હોરે;
માડીની મમતા-પ્યાલીથી હૃદય ફૂલ થઈ ફોરે;
જળ સિંચીને તુલસી ક્યારો હુયે રોજ ઉછેરું;
ચંચળ મનને ગમે ઝરણ ને ગમે અચળ આ મેરુ.

- સુરેશ દલાલ

બાળકને જોતાં જે રીઝે, રીઝે બાળક જોતાં જેને ,
વત્સલ મૂરત, સ્નેહલ સૂરત, હૃદય-હૃદયના વંદન તેને!!

- ઉમાશંકર જોશી

સ્વતંત્ર ભારતના પ્રથમ વડાપ્રધાન સ્વ. પંડિત જવાહરલાલ નહેરુ ચાચા નહેરુ ના જન્મદિન ૧૪મી નવેમ્બરને આપણે બાળદિન તરીકે ઉજવીએ છીએ.

તુલસીદાસજીએ કહ્યું છે, ઈષ્ટદેવ મમ બાલકરામા - બાળકએ ભગવાનનું નાનકડું સ્વરૂપ જ છે. બાળકને રાજી કરો એટલે ઈશ્વર રાજી થાય ભાગવતકારે પણ શ્રીકૃષ્ણના બાળ સ્વરૂપનું, એની બાળલીલાનું કેવું હૃદયંગમ વર્ણન કર્યું છે? યોગેશ્વર કૃષ્ણને સૌએ પૂજયા છે. પણ બાળ કૃષ્ણને સૌએ આકંઠ પ્રેમ કર્યો છે. કહેવાનું તાત્પર્ય એ જ કે બાળકને - કોઈપણ બાળકને આકંઠ પ્રેમ કરવાનો સંદેશ કવિ- મહામનિષીઓએ આપણને આપ્યો છે.

બાળકની હાજરી ઘરને જીવતું કરી મૂકે છે. હસતા રમતા બાળકો આપણને પણ હળવાશ બક્ષે છે જેમ સાહિત્ય, સંગીત, કળા, પ્રકૃતિ દર્શન, ધ, સમાધિ, સમજદારી - આપણને મોકળા મને જીવતા કરી મૂકે છે તેમ બાળકો જોડેની રમત પણ આપણને હળવાફૂલ બનાવી દે છે. બાળક એ તો ઈશ્વરના વિકલ્પે પૂજી શકાય તેવું પાત્ર છે. જે માનવજાતને પજવી રહેલાં બધાં અનિષ્ટોથી મુક્ત હોય છે એની આંખોમાં વિસ્મય, એના ચહેરા પર નિર્મળ હાસ્ય, અરે, એનું રુદન પણ આગવું સૌન્દર્ય બક્ષે છે. જરા... નવજાત બાળકને નિહાળજો... એની રુદનવાળી આંખો કોરી થાય એ પહેલા હોઠ પર સ્મિતની ભીનાશ પ્રગટી આવે છે.

એક વિધાન ક્યાંક વાંચ્યું હતું જે પ્રત્યેક મા-બાપે હૈયે મઢી રાખવા જેવું છે - એક થી ત્રણ વર્ષ સુધી સંતાનને ભગવાન માનો ચાર થી છ વર્ષ સુધી તેને રાજા ગણો, સાત થી સત્તર વર્ષ સુધી તેને ગુલામ માનો, અને અઢાર વર્ષ પછી તેને મિત્ર માનજો - દોસ્તો આ વિધાનમાં બાળ ઉછેર અને એના વિજ્ઞાનનો સઘળો સાર સમાઈ જાય છે. બાલ્યાવસ્થા કોઈની કાયમ રહેતી નથી પરંતુ ઉંમર વધ્યા પછી પણ બાળ સહજ નિર્દોષતા, નિષ્પાપતા, સરળતા જાળવી રાખવી એ આપણા હાથની વાત છે. મહાત્મા ગાંધીના ખોળામાં બેઠેલા એક બાળકની સાથેની એમની તસવીર જોયા પછી લાગ્યું કે બંને ચહેરા ઉપર સહજ હાસ્ય વિલસી રહ્યું હતું. બાળકનું હાસ્ય નૈસર્ગિક હતું તો પૂજય બાપુનું સહજ જીવનના પરિણામ રૂપ હતું.

મિત્રો, ઈશુ ખ્રિસ્તનું એક માર્મિક વાક્ય સમજવા જેવું છે - કેવળ બાળકોને જ મારા સામ્રાજયમાં પ્રવેશ છે બાળકો ઈશ્વરદત્ત છે આપણે એના માલિક નહિ, માળી છીએ. આપણે તો બાળપુષ્પોને સારી રીતે ઉછેરી આ વિશ્વ વાટિકાને સજાવવાની છે.બાળકના અંતઃસ્તલમાં પડેલી શક્યતાઓને બહાર આણી વિકસાવવી એજ સાચી ઈશ પૂજા છે. બાળકને આપણી ઝેરોક્ષ કોપી ન બનાવીએ એને મુક્તપણે આગવી રીતે ખીલવા દઈએ. એના વિકાસ માટે યોગ્ય વાતાવરણને જરૂરી સુવિધાઓ પૂરી પડીએ.આનો અર્થ એ ન ઘટાવશો કે બાળક નચાવે એમ નાચીએ. આપણે તો એના વિકાસને અનુકુળ સંજોગો સર્જવામાં રચવાનું છે.એના માટે દિવસમાં થોડો સમય ફાળવો... મોકળા મને બાળક સાથે થોડો સમય ગાળો... આજે મા બાપને સમય જ નથી મળતો. બાળક સાથે સમય ગલાવાનોપ આજે સર્વત્ર અભાવ વર્તાય છે... બાળ કેળવણી કાર ગિજુભાઈએ આ અંગે લખ્યું છે કે...

ઘડીભર રાજદ્વારી પ્રપંચ છોડી દે, ને તારા બાળક સાથે રમ
ઘડીભર વકીલી કાવાદાવા છોડી દે ને તારા બાળક સાથે રમ
ઘડીભર વ્યાપારની ગડમથલ છોડી દે ને તારા બાળક સાથે રમ
ઘડીભર કાવ્ય-સંગીતને છોડી દે ને તારા બાળક સાથે રમ
ઘડીભર ભાઈબંધ મિત્રોને છોડી દે ને તારા બાળક સાથે રમ
ઘડીભર પ્રભુ ભજનને પણ છોડી દે ને તારા બાળક સાથે રમ,
ઘડીભર જીવન સમગ્ર વિસરી જા ને તારા બાળક સાથે રમ.
ઘડીભર ગડમથલીયા જગતને ફેકી દે ને તારા બાળક સાથે રમ

વળી એક કવિએ તો લખ્યું છે કે...
મેરે હૃદય મેં બસા હુઆ એક છોટા સા બચ્ચા
બડોકી દેખકર દુનિયા બડા હોને સે ડરતા હૈ.

અરે, ધન્યા સ્તદંગ રજસા મલિની ભવન્તિ, (જેમના બાળકો ધૂળભર્યા પગે એમના ખોળામાં બેસીને એમના કપડા મેલા કરે છે તે મા-બાપ ધન્ય છે.) કવિ કાલિદાસની આ પંક્તિ વાંચી કવિ ગટે - શાકુંતલ માથે મૂકી નાચ્યા હતા...

બાળકોના લાડીલા પં.નહેરુ ૧૪મી નવેમ્બર ૧૮૮૯નાં રોજ અલ્હાબાદમાં જન્મ્યા અને ૨૭ મે ૧૯૬૪ નાં રોજ ૭૫ વર્ષે અવસાન પામ્યા. દોસ્તો, નહેરુ ચાચા આજે આપણી વચ્ચે નથી. પણ તેમનો જન્મદિન બાળદિન તરીકે અમર બની ગયો. બાળદિનેઁ બાલદેવો ભવઃ એ આપણો આદર્શ હોવો જોઈએ. ભ્રુણહત્યાના પાપમાંથી પણ બચવું જોઈએ. આ ૧૨૫મા બાળદિન પં નહેરુને શતશઃ પ્રણામ...!!

જે માણસો આપણા બાળકોને થોડો પણ આનંદ અને થોડું પણ સુખ આપે છે તેમજ દેશના ઉપયોગી અને બુદ્ધિમાન નાગરિક થવાની તક આપે છે તેઓ રાષ્ટ્રીય પુનરુત્થાનનું અતિ મહત્વનું કાર્ય કરી રહ્યા છે.

- ઇન્દિરા ગાંધી

સ્પર્શમણિ -

માતા-પિતા અથવા શિક્ષક બાળકોને જે બીબામાં ઢાળવા ઈચ્છે તે બીબામાં ગમે તે રીતે ઢાળવા એ વિચાર અસંસ્કારી અને અજ્ઞાનપૂર્ણ અંધશ્રદ્ધા માત્ર છે બાળક જાતે જ તેની પ્રકૃતિ પ્રમાણે વિકસે એવી પ્રેરણા તેને આપવી જોઈએ... બાળકની પ્રકૃતિને સ્વધર્મ છોડવા માટે વિવશ કરવાનો અર્થ તેનું કાયમી અહિત કરવું, તેના વિકાસને રુન્ધવો તથા તેની પૂર્ણતાને વિકૃત કરવી એવો જ થાય આવું વલણ માનવ - આત્મા પર સ્વાર્થપૂર્ણ અત્યાચાર છે એટલું જ નહિ સમગ્ર રાષ્ટ્ર માટે પણ વિઘાતક છે.

- શ્રી અરવિંદ

- Rasikvaland1965@gmail.com

બાલગુટી બાળકો માટે વરદાન સ્વરૂપ છે, તેનો યોગ્ય માત્રામાં વિવેકપૂર્વક ઉપયોગ કરવાથી બાળકને સંપૂર્ણ સ્વાસ્થ્ય બક્ષે છે

બાલગુટી (ભાગ-૨) નિરામય

ડૉ. કેદાર ઉપાધ્યાય

ગતાંકે આપણે બાળગુટી વિશેનો સામાન્ય પરિચય મેળવ્યો તથા તેમા પડતા અમુક દ્રવ્યોની વાત કરી. આ વખતે આ ક્રમને આગળ ધપાવવા બાળગુટીમાં પડતા બીજા અમુક દ્રવ્યોની વાત કરીએ.

- કાંકડાશિંગી - બાળકો માટેનું અદ્ભૂત ઔષધ કાકડાંશિંગી કફ અને વાયુનું શમન કરે છે. શરદી - ઉધરસ - તાવ આદિ રોગો મટાડે છે. બાળકોને દાંત આવતા હોય ત્યારે થતી પીડાને દૂર કરવા માટે પણ કાકડાશિંગી ઉપયોગી છે.
- હળદર - હળદર શ્રેષ્ઠ રસાયણ છે. તે શરીર માટે એટલી બધી ફાયદાકારક છે કે આપણા પ્રાચીન વૈદ્યાચાર્યોએ હળદરને રસોડામાં દાખલ કરી રોજીંદી વપરાય તેની ગોઠવણ કરી આપી. અબાલવૃદ્ધ સૌને ઉપયોગી એવી હળદર બાળકોમાં રક્તશુદ્ધિ કરે છે, હળદર એન્ટીસેપ્ટીક છે એટલે નાના-મોટા ઇન્ફેક્શન દૂર કરે છે. હળદરથી ત્વચા પણ સુંદર બને છે. હળદર કૃમિને દૂર કરે છે તેમજ તે લીવરની કાર્યક્ષમતા વધારનારી છે.
- જાયફળ- જાયફળ તુરું હોય છે. ઉલ્ટી તથા ઝાડાને રોકવા માટે તે મદદરૂપ છે.
- કાયફળ - કાયફળ મુખ્યત્વે કફ અને વાયુનું શમન કરે છે એટલે શરદી - તાવ આદિમાં ફાયદાકારક છે. ગળું દુખતું હોય તેમાં કાયફળ ખુબ અસરકારક છે. કાયફળ સ્વરને પણ સુધારે છે.
- કાંગસીયો - આપણે ત્યાં ગામડાઓમાં તો બાળકોને રોજ કાંગસીયાનો ઘસારો આવવાનો ધારો છો. કાંગસીયા મુખ્યત્વે કૃમિવિરોધી ધરાવે છે. વળી, બાળકનું પેટ દુખતું હોય ત્યારે પણ કાંગલીયો આપવાથી પેટનો દુખાવામાં રાહત થાય છે.
- કુટજ - આંતરડા માટે ખૂબ હિતકર એવું કુટજ પાચનતંત્રને વ્યવસ્થિત કરે છે. જુલાબને રોકે છે તેમજ આંતરડાને પોષણ આપે છે. બાળકને પાચનની તકલીફ હોય, વારંવાર ઝાડા થઇ જતા હોય ત્યારે કુટજને છાશ સાથે ચટાડવું.
- ડેકા મારી - આ એક પ્રકારનો ગુંદર છે. તે કૃમિનાશક છે. તેમજ દાંત આવતા હોય ત્યારે બહુ ઉપયોગી છે. આની વાંસ ખુબ ઉગ્ર છે. આથી ઓછી માત્રામાં જ ઉપયોગી કરવો.
- વાવડિંગ - બાળકો માટેનું ઉત્તમ ઔષધ એવું વાવડિંગ મુખ્યત્વે કૃમિનાશક છે. આપણે ત્યાં બાળક એક કે બે વર્ષનું થાય ત્યાં સુધી અમુક સમયાંતરે બાળકને વાવડિંગનો ઘસારો આપવામાં આવે છે. વાવડિંગ પાચનમાં પણ મદદ કરે છે, રક્તશુદ્ધિ કરે છે.
- સૂંઠ- વાયુના રોગોને મટાડનારી સૂંઠ પાચનક્રિયા સુધારે છે. વાયુનું અનુલોમન કરે છે. મળપ્રવૃત્તિ સરળતાથી થાય છે. પેટનો દુખાવો, ઉધરસમાં રાહત આપે છે.
- અશ્વગંધા - શ્રેષ્ઠ રસાયણ અશ્વગંધા તાકાત વધારે છે, શૂત્રધાતુનું પોષણ કરે છે. બાળકનું વજન વધે છે. સ્નાયુ સાંધા મજબૂત થાય છે.
- બદામ - બુદ્ધિવર્ધક બદામથી મગજને પોષણ મળે છે. બદામ સર્વહિતકર છે.
- ખારેક - ખારેક વાયુ અને પિત્તનું શમન કરે છે. હાડકાં મજબૂત કરે છે. વળી, સ્વાદમાં ભાવે તેવી હોવાથી ખારેખને કારણે બાલગુટીમાં પડતા અમુક ન ભાવતા દ્રવ્યોનો સ્વાદ ઢંકાઇ જાય છે.

આમ, બાલગુટી એટલે શિશુને પોષણ આપનાર, રોગપ્રતિકારકતા આપનાર શ્રેષ્ઠ ઔષધોનો સમૂહ. બાલગુટી બનાવતી વખતે આ તમામ ઔષધોને લસોટવાના હોય છે અને તેનું મિશ્રણ તૈયાર કરી. ગોળીઓ વાળવાની હોય છે. બાળકની જરૂરિયાત મુજબ બાલગુટીમાં પડતા ઔષધોની માત્રામાં વધ-ઘટ કરી શકાય. જેમ કે જો બાળકને કૃમિ વધુ હોય તો બાલગુટીમાં પડતા અમુક દ્રવ્યો મલાવરોધ કરે છે. આથી આ દ્રવ્યો જો વધુ માત્રામાં નાખવામાં આવે તો બાળકને કબજીયાત કરી શકે, જો કબજીયાતનો કોઠો થઇ જાય તો બાળકને સ્વાસ્થ્યમાં હાનિ પહોંચે આથી મલાવરોધ કરતા દ્રવ્યો પ્રમાણસર નાંખવા. બાલગુટી બાળકો માટે વરદાન સ્વરૂપ છે. તેનો યોગ્ય માત્રામાં વિવેકપૂર્વક ઉપયોગ કરવાથી બાળકને સંપૂર્ણ સ્વાસ્થ્ય બક્ષે છે.