वर्ष : २३ सने : २०२४ सं.२०८०
अंक : ३, સળંગ અંક-૨૭૫ भादो-सप्टेम्बर

Published on Date 22 every month

ધર્મદૂત (માસિક)

વર્ષ : ૨૩ સને ૨૦૨૪ સં.૨૦૮૦
અંક : ૩ ભાદરવો-સપ્ટેમ્બર સળંગ અંક-૧૩૫

: લેખક - પ્રેરક :

જ્ઞાનનિધિ, ચારિત્રરત્ન, પૂજ્યપાદ
પંન્યાસશ્રી પદ્મવિજયજી ગણિવરના
પ્રથમ શિષ્યરત્ન પૂજ્યપાદ
ધર્મતીર્થપ્રભાવક, ગચ્છસ્થવિર,
અખંડબાલબ્રહ્મચારી, સિદ્ધાંતસંરક્ષક,
આચાર્યદેવ શ્રીમદ્
વિજયમિત્રાનંદસૂરીશ્વરજી મહારાજા

: માનદ સંપાદક :
અને
: પત્ર વ્યવહાર :

રાજેશ બી. શાહ
જી-૨૦૪, ઈન્દ્રપ્રસ્થ-૫, પ્રહલાદનગર
ગાર્ડન સામે, એચ.ડી.એફ.સી. બેન્કની
લાઈનમાં, સુરધારા બંગ્લોઝ પાસે,
પ્રહલાદનગર, અમદાવાદ-૧૫.
(M) 9925012355

: લવાજમ :

વાર્ષિક રૂ. 151-00
આજીવન રૂ. 1000-00
પેટ્રન રૂ. 2000-00

આ અંકમાં.....

★ લક્ષ્મી સંયમથી સ્થિર થાય...
★ મહાસતી દમયંતી - ૧
★ વાંચનનું તારણ
★ પૂજ્યશ્રીનાં પગલે.... વચને...

આર્ષવાણી

सच्चं जसस्स मूलं,
सच्चं विस्सासकारणं परमं ।
सच्चं सग्गहारं,
सच्चं सिध्दिई सोवाणं ।।

સત્ય એ યશોવાદનું મૂળ છે. વિશ્વાસનું શ્રેષ્ઠ કારણ સત્ય છે. સ્વર્ગનો દરવાજો સત્ય છે અને સિદ્ધિગતિનું પગથિયું પણ સત્ય છે !

બ્રાહ્મણનો ગુસ્સો દાન આપવાથી, ગુરુનો ગુસ્સો પ્રણામ કરવાથી, વણિકનો ગુસ્સો પ્રિયવચન બોલવાથી શાંત થાય છે પરંતુ ક્ષત્રિયનો ગુસ્સો પ્રાણાન્તે શાંત થાય છે.

★ લક્ષ્મી સંયમથી સ્થિર થાય... ★★★

- શ્રી ચિંતનમિત્ર

श्रीर्मंगलात्प्रभवति, प्रागल्भ्याच्च प्रवर्धते ।

दाक्ष्यात् तु कुरुते मूलं, संयमात्प्रतितिष्ठति ।

ભાવાર્થ : મંગલથી લક્ષ્મી પ્રાપ્ત થાય છે. બુદ્ધિથી તે વધે છે. દક્ષતા - હોંશિયારીથી તેનાં મૂળ નંખાય છે અને સંયમથી સ્થિર થાય છે.

આખું જગત જાણે છે કે લક્ષ્મી હંમેશા ચંચળ છે. એ પુણ્યની સહચારિણી છે. પુણ્ય જ્યાં (જેની પાસે) હોય ત્યાં એ જાય છે. માનવોને એ ખ્યાલ નથી કે, માત્ર લક્ષ્મી મેળવવાનો પુરુષાર્થ કરવાથી તે મળતી નથી. માત્ર ધનતેરસના તેની પૂજા વગેરે કરવાથી પણ તે ઘરમાં આવી જતી નથી. તે માટે સૌ પ્રથમ પુણ્યની જરૂર પડે છે. લાભાંતરાય વગેરેનો ક્ષયોપશમ જરૂરી બને છે.

અહીં શ્લોકમાં જાણાવ્યું છે કે, મંગલથી લક્ષ્મી મળે છે. જે પાપને ગાળે તેને મંગલ કહેવાય છે. પાપનો નાશ થયા વગર પુણ્યનો ઉદય થતો નથી. લાભાંતરાયકર્મના ઉદયવાળાને ધન-સંપત્તિ-મકાન-કપડાંદિ સામગ્રી મળતી નથી. લાભાંતરાયકર્મ દૂર થતાં રાતોરાત કરોડપતિ થઈ જાય એવાંય દૃષ્ટાંતો શાસ્ત્રનાં પાને અને વર્તમાનકાળે જગતમાંય જોવા મળે છે.

એવાય જીવો જગતના ચોગાનમાં જોવા મળે છે કે, જેમના જીવનમાં લાભાંતરાયકર્મના ક્ષયોપશમથી ધન-સપંત્તિ મળી જાય પરંતુ ભોગાંતરાય કર્મનો ઉદય હોય તો એ બિચારો ભોગવી ન શકે. ખાવાની અઢળક સામગ્રી હોય... પણ ભોગાંતરાયના તથા આશાતા વેદનીય કર્મના ઉદયના કારણે શરીરમાં તેવા પ્રકારના રોગો હોય કે તેના ભાગ્યમાં તે ખાવાનો યોગ ન હોય. જેને બીજા શબ્દોમાં કહેવાય કે **'ભેગું કરવાનું પુણ્ય છે પણ ભોગવવાનું પુણ્ય નથી.'**

પુણ્યના ઉદયવાળા પાસે પણ પુણ્યની બેલેન્સ હોય ત્યાં સુધી જ લક્ષ્મી રહે છે. લક્ષ્મીમાં વધારો ક્યારે થાય ? આ પ્રશ્નનો જવાબ શ્લોકના બીજા ચરણમાં આપ્યો છે. પ્રાગલભ્યથી લક્ષ્મી વધે છે. ધંધા વગેરે જે આવકના

સ્રોત તરીકે ગણાય છે, તેમાં જો બુદ્ધિ હોય તો જ એને વિકસાવી શકે. બુદ્ધિના યોગે તે વ્યક્તિ વ્યાપાર-ધંધાને લાંબો-પહોળો કરી શકે છે. એની યોજના બનાવવા માટે બુદ્ધિનો ઉપયોગ જરૂરી બને છે. તેના માટે કઈ જગ્યા નક્કી કરવી ? એ માટે કેટલી લાંબી - પહોળી જમીન જોઈએ ? કેટલા માણસોની જરૂર પડશે ? ઉત્પાદન ક્ષમતા કેટલી થશે ? એ માલ ક્યાં વેચાશે? કેટલી પડતર કિંમત થશે ? કેટલો નફો મળશે ? વગેરે નિર્ણયો બુદ્ધિનાં માધ્યમથી લેવા પડતા હોય છે.

આગળ ત્રીજા ચરણમાં કહે છે : દક્ષતા - ચતુરાઈથી તેના મૂળ નંખાય છે. હોંશિયારી વગર, મતલબ જે તે ક્ષેત્રના પૂરા જ્ઞાન-અનુભવવિના પાયો મજબૂત થઈ શકતો નથી. કોઈ પણ વસ્તુને લાંબા સમય સુધી ટકાવવા માટે તેનાં મૂળિયાં (પાયો)મજબૂત હોવાં જરૂરી છે. એ માટે દક્ષતા - હોંશિયારી અતિ જરૂરી છે. હોંશિયારી ન હોય તો કેટલાક તેને ઠગી પણ જાય. હોંશિયાર લોકો તેની અણઆવડતનો ગેરલાભ ઉઠાવી જાય.

ચોથા ચરણમાં તો અતિમહત્ત્વની અને સહુથી જરૂરી વાત કરી છે. એમાં અનુભવી વિદ્વાન જણાવે છે કે - લક્ષ્મી સ્થિર ક્યારે થાય ? જવાબમાં લખે છે - સંયમથી લક્ષ્મી સ્થિર - પ્રતિષ્ઠિત થાય છે. બધું જ હોય પણ જો જાત ઉપર, ઇન્દ્રિયો ઉપર, મન ઉપર.. સંયમ - નિયંત્રણ ન હોય તો ?

વ્યવહારથી વિચાર કરવામાં આવે તો વાણી ઉપર લગામ - સંયમ ન હોય, વાણીની મીઠાશની જગ્યાએ કડવાશ હોય તો લાંબો સમય વ્યાપાર આદિ ન ચાલે... મન ઉપર નિયંત્રણ ન હોય તો અનીતિ - અન્યાય, ભેળસેળ વગેરેના વિચારો આવે, તેના પરિણામે વ્યાપારી - ઘરાકાદિનો વિશ્વાસ ઊઠી જાય.. અંતે ધંધા વગેરે ખતમ થઈ જાય... પછી લક્ષ્મી ક્યાંથી સ્થિર થાય?

નીતિ અને ધર્મની દૃષ્ટિએ વિચારવામાં આવે તો એમ કહેવાય કે - પૈસા આવ્યા પછી જો સંયમ ન હોય તો ઘણી બદીઓ આવે. કેટલાય દુર્ગુણોનો જીવનમાં પગપેસારો થઈ જાય. આવા વ્યસનીને ત્યાં લક્ષ્મી ક્યાંથી સ્થિર રહી શકે ? સામાન્ય તમાકુ - બીડી - સીગરેટથી લઈ સાતે વ્યસન પણ પૈસાના જોરે આવી શકે છે, જો જીવનમાં સંયમ ન હોય તો... સાત વ્યસનમાં દારૂ - જુગાર - શિકાર - પરસ્ત્રીગમન - વેશ્યાગમન વગેરેનો સમાવેશ થાય છે.

આવા દુર્ગુણો જ્યાં હોય ત્યાં, તે પાપો પાછળ જ લક્ષ્મીનો દુર્વ્યય થાય.. આવો દુર્વ્યય લક્ષ્મીને ક્યાંથી ગમે ? માટે જ ત્યાં શ્રી - લક્ષ્મી સ્થિર ન જ રહે, એ સ્વાભાવિક છે.

હા, લક્ષ્મીને મમ્મણશેઠના ઘરની જેમ એક રૂમમાં કે તિજોરીમાં પૂરાઈને રહેવું ય ન જ ગમે. બંધન કોઈને પણ ગમતાં નથી. એ ભલે તિર્યંચ હોય, માનવ હોય કે દેવ-દેવી હોય !

ટૂંકમાં કહી શકાય કે - માનવમાં કદાચ બુદ્ધિ ઓછી હોય તો ચાલે, ભણતર ઓછું હોય તોય ચાલે...અરે ! હોંશિયારીમાં કચાશ હોય તો પણ ચાલે પરંતુ સંયમ ન હોય તો ન ચાલે, લક્ષ્મી ન જ મળી હોય તેના કરતાં આવેલી ચાલી જાય તેની પીડા વધારે જ હોય છે ! બધાને લક્ષ્મી દાસ નહીં; લક્ષ્મીપતિ કે લક્ષ્મીકાંત જ બનવું ગમે છે.

માત્ર લક્ષ્મીની જ વાત નથી, બધે જ ઠેકાણે સંસારમાં પુણ્ય અને સંયમ જરૂરી છે. ગુણો પણ તો જ સ્થિર રહે છે. સંસારના ક્ષેત્રે જેમ પુણ્યની જરૂરિયાત ડગલે ને પગલે જરૂરી ગણાય છે, તેમ ધર્મના ક્ષેત્રે પુરુષાર્થ એટલો જ આવશ્યક ગણાય છે. જ્ઞાન-વિવેક અને સંયમનાં માધ્યમથી મોક્ષના પવિત્ર માર્ગે પ્રગતિ કરીએ; એ જ મંગલ કામના. ધ

★ મહાસતી દમયંતી - ૧ ★★★

- શ્રીકથામિત્ર

શ્રીતીર્થંકરભગવંતો, શ્રી ગણધરભગવંતો, સાત્ત્વિક મહાશ્રમણો, ખમીરવંતાં સાધ્વીજી ભગવંતોની જેમ પ્રાતઃ સ્મરણીય તરીકે મહાસતીઓને પણ ગણવામાં આવે છે. શ્રીતીર્થંકરભગવંતોથી લઈ, શ્રીગણધરભગવંતો, શ્રુતસ્થવિર મહાપુરુષો, જ્ઞાનનિધિ આચાર્ય ભગવંતોએ પણ મુક્ત કંઠે આ મહાસતીઓની પ્રશંસા કરી છે. મહાસતીની એક નામાવલિ 'ભરહેસરબાહુબલી...' ની સજ્ઝાયમાં આવે છે. તેઓનાં સ્મરણથી જીવનમાં મંગલ પથરાય છે. પાપનો નાશ થાય છે. ધર્મ કરવાની આડે આવતી શિથિલતા દૂર થાય છે. કર્મના ઉદયે આવતી આપત્તિઓમાં મન વિચલિત થતું અટકે છે. દુર્ધ્યાનથી જીવ બચી જાય છે. ધર્મ કરવાનું સામાર્થ્ય વધે છે. આત્માની નબળાઈ ચાલ્યા જવા સાથે જોમ પ્રગટે છે.

અહીં, આવાં જ એક મહાસતી દમયંતીના જીવનની અને તેના પૂર્વભવની વાત વિચારવી છે. પૂર્વભવની (ગત જન્મની) વાત વિચારવાથી કર્મ અને

પુનર્જન્મની પણ વાત દિલ-દિમાગમાં ઊતરે છે. તેના પરની અશ્રદ્ધા દૂર થવા સાથે શ્રદ્ધાનો આવિર્ભાવ અને દઢીકરણ થાય છે.

જુગારમાં હારેલા નળરાજાએ રાજ્યનો ત્યાગ કર્યો. તે સમયે દમયંતીને સાથે જતી જોઈ દુષ્ટ દિયર કુબર બોલ્યોઃ હે દમયંતી ! મેં તને જુગારમાં જીતી લીધી છે. જુગારી નળ સાથે ન જા ! મારા રાજમહેલમાં સુખેથી રહે. મેં તને શરતમાં જીતી લીધી છે. તેથી નળને છોડી મને સેવ...

આવા અયોગ્ય શબ્દો સાંભળી દમયંતીએ સણસણતો - રોકડો જવાબ પરખાવતાં કહ્યુંઃ હે દિયર ! તું સાંભળી લે. 'જે અગ્નિમાં પ્રવેશ કરવા ઇચ્છતો હોય, જે સિંહણને દોહવાની વૃત્તિવાળો હોય, જેને કમોતે મરવાની તૈયારી હોય તે જ મને મારાપતિ-નળની પાછળ જતી રોકી શકે. બાકી કોઈની હેસિયત નથી. વળી હે કુબર ! તું કુળને છાજે તેવું આચરણ કર. ભરથારની પાછળ જતી મને તું અનુજ્ઞા આપ. હું મારા પતિને ગમે તેવી હાલતમાંય નહીં છોડું. બીજે ક્યાંય નહીં રહી શકું. તું ભલે આ રાજ્ય નિષ્કંટક ભોગવ. તારી પૃથ્વીનું પાલન કર. તું મારા સ્વામીનો લઘુ બાંધવ હોવાથી રાજ્યને યોગ્ય છે... પતિની અનુગામી થતી મને રોકવી એ અયોગ્ય છે..

વળી હે કુબર ! કાન ખુલ્લા કરી બરાબર સાંભળી લે... પતિએ મારા શરીરને હોડમાં (જુગારમાં) મૂક્યું હતું પણ પ્રેમને હોડમાં નહોતો મૂક્યો ! દમયંતી ભલે અબળા હતી પરંતુ તેનામાં કાયરતા નહોતી, સામાન્ય ગણાતી સ્ત્રી જ્યારે વિફરે છે ત્યારે વાઘણ જેવું પણ રૂપ ધારણ કરી શકે છે ! આ તો વળી મહાસતી. સતીત્વને હોડમાં મૂકવાની વાતને એ ન જ સાંખી લે. કર્મના ઉદયે દુઃખોના પહાડ તૂટી પડે તોય ન અકળાય, હિંમત ન હારે... વિચલિત ન થાય... પરંતુ શીલધર્મના પાલનમાં ક્યારેય બાંધ-છોડ ન જ કરે.

દમયંતીના કોપથી કુબર ફફડી ગયો. નથી ને કોઈક એવાં શબ્દો-વાક્યો બોલી નાંખે તો મારી દશા બેસી જાય ! ભયભીત થયેલા કુબરે કહ્યુંઃ હે આર્યા ! તમે ગુસ્સો ન કરો. શાંત થાઓ. તમારા હૃદયને પ્રસન્ન બનાવી દો. ભલે તમે નળની પાછળ (સાથે) જાઓ. એટલું યાદ રાખજો કે - નળને હવે પોતાના રાજ્યમાં સ્થળ આપીશ નહિ. એક વનમાં બે કેસરી સિંહ ન રહી શકે. એક મ્યાનમાં બે તલવાર ન જ રહી શકે. એટલે હું મારા ભાઈને રાજ્યની બહાર કાઢીશ. પરિવાર સહિત તેની સમગ્ર લક્ષ્મી મેં ગ્રહણ કરી લીધી છે. તે હવે નિર્ધન થઈ ગયો છે. તે દેશ - દેશાંતર ફરતો ક્યાં જશે, કોને ખબર. માટે તમને કહું છું તેની સાથે જવાથી દુઃખી થશો... માટે હું તમને ન જવા - રોકવા જણાવું છું. આગળ વધી ભાવુકતા બતાવતાં કહેવા લાગ્યો કે. તમને રોકવામાં બીજું કોઈ જ કારણ નથી, એમ તમે સમજી લો. વળી,

તમે તો ગુણવતી છો, મારા માટે મા કરતાં પણ અધિક છો. માટે આપ અહીં જ રહો... હું તમારો સેનાની વીરસેનની. જેમ તમે રાજ્ય કરો. કોપાયમાન દમયંતીને જોઈ કુબરે વાતનું વહેણ બદલી નાંખ્યું...!

જવાબમાં દમયંતીએ કહ્યુંઃ હે દેવર ! તમારી બધી વાત સાચી છે. સત્કુલીન જીવો આવા જ હોય છે. મારે તમારા રાજ્યનું કાંઈ જ કામ નથી. 'જ્યાં મનની પ્રીતિ ન હોય, જ્યાં પ્રિયનું દર્શન ન હોય, જ્યાં પરતંત્રતા હોય... એવા રાજ્યને સજ્જન માણસો નરક સમાન ગણે છે. વળી, મારે રાજ્ય જ જોઈતું હોય તો મારા પિતાજીનું રાજ્ય મારી પાસે ક્યાં નથી ? તારો આમાં કોઈ દોષ નથી. તમે તો ભક્તિવાન છો... પરંતુ તમારાં વચનો મને ગમતાં નથી. બાણની જેમ ભોંકાય છે ! માટે મૌન ધારણ કરો, એ જ સારું છે. હું તો ભરથારની સાથે જ જઈશ. પતિનો પડછાયો બનીને રહીશ.

આમ કહી પતિનાં પગલે દમયંતી પણ અનુગામી બની. નગરજનો નળની પાછળ જવા તૈયાર થયા પરંતુ કુબરના સેવકોએ તેમને રોકી લીધા ! વિધિની કેવી વક્રતા ?

લોકો કહેવા લાગ્યાઃ ભાગ્યની કેવી દુષ્ટતા ? જેના યોગે રાજાઓની પણ આ હાલત ! કેવી દશા ? ક્ષણમાં રાજ-પાટનો વિયોગ કરાવી દીધો ! ધિક્કાર છે રાજ્યના લોભને ! રાજ્યના કારણે નાનો ભાઈ વડીલભ્રાતાનો વિનય-ભક્તિ પણ છોડી દે ! હે સત્યવ્રતી ! તને ધન્ય છે, જે કપટી કુબર ને રાજ્ય આપી દે છે. આવાં આવાં લોકોનાં વચનો સાંભળતાં સાંભળતાં નળ-દમયંતી નગરના સીમાડે પહોંચ્યાં.

નગર બહાર સરોવરના કિનારે સો હાથના વિસ્તારવાળો, સમચોરસ અને એક કોશના છઠ્ઠા ભાગ પ્રમાણ ઊંચો એક સ્તંભ જોવો... એ જોતાં જ ભૂતકાળનાં સંસ્મરણો તાજાં થવાં લાગ્યાં. તે નળ વિચારે છે : અહો ! વિધિની કેવી વક્રતા ! જ્યાં હું હજારો સૈનિકોથી પરિવરેલો, મસ્તક પર છત્ર ધારણ કરાતો, બંને બાજુ ચામર વિંઝાતા હોય.. દમયંતી સાથે વિવાહનું મંગલ કરી હાથીની અંબાડી ઉપર સવાર થઈ રાજમાર્ગો પર આવ્યો હતો ! ક્યાં એ દિવસો ? ક્યાં એ વૈભવ ? અને ક્યાં હાલની મારી હાલત ? અત્યારે એકાકી દમયંતી સાથે પગે ચાલીને વનવગડાની વાટે જતાં અમને પ્રજાજનો જોઈ રહ્યા છે ! ધિક્કાર છે આવા વિધિને !

અત્યારે ગમે તે સ્થિતિ હોય... મારા બાહુબળની પરીક્ષા કરું ! આ થાંભલાને ઊખેડી પાછો સ્થાપન કરું ! જોત - જોતામાં નળરાજાએ વિશાળકાય થાંભલાને ઉખાડી આકાશમાં ચારહાથ ઊંચો ઉછાળી ફરીથી વજ્રજેવા હાથવાળા નળરાજાએ પુનઃ સ્થાપન કર્યો !!

પાપ કર્મના ઉદયે ભલે રાજ્ય હારી ગયો... પરંતુ શારીરિક બળ નથી ગુમાવ્યું. તેથી પ્રજાજનો આ પરાક્રમ જોઈ પરસ્પર કહેવા લાગ્યા... ખરેખર ! નળે થાંભલો ઊપાડી ફરી સ્થાપન કર્યો છે, તેથી જરૂર ભવિષ્યમાં આ ત્રણખંડનું રાજ્ય પાછું મેળવશે.

વળી, આ સ્તંભમાં પ્રશસ્તિ છે. તેમાં લખ્યું છે કે - આ સ્તંભને ઉપાડી ફરી સ્થાપના કરશે તે ત્રણખંડ ભરતનો રાજા થશે. માટે જરૂર આ નળ ભરતાર્ધનો ભોક્તા થશે. આમ વિચારી દુઃખી થયેલા પ્રજાજનો પોત-પોતાનાં સ્થાને ચાલ્યા ગયા.

હવે વૈભવ વિના પણ દમયંતીથી શોભતા નળે નગરની બહાર નીકળી વેતસના - નેતરના વૃક્ષની નીચે વાસ કર્યો. હવે તો આવા જ આવાસો મળવાના, વનજંગલમાં આશ્રય માટે આનાથી ચઢિયાતાં ક્યાં સ્થાનો મળે ? ત્યાં બેઠેલા નળે ઊંડા નિસાસા નાંખવા પૂર્વક પોતાના અપરાધો યાદ કર્યા. દુઃખથી પીડાતા જીવો સારા ભુતકાળને યાદ કરી વધુ દુઃખી થાય છે.

હવે શું કરવું ? વગેરે વિચારણાથી દિઙ્મુઢ થઈ ગયો છે. પોતાના દોષના કારણે દુઃખી થતી દમયંતી સાથે પણ કાંઈ બોલી શકતો નથી ! નથી પોતાની પાસે આસન-શયન કે પેટનો ખાડો પૂરવા અન્ન-પાન ! વ્રતધારી - તપસ્વી જેવો લાગતો હતો. ક્યાં રૂડા રાજમહેલનાં સુખો ને ક્યાં જંગલનાં દુઃખોની વણ બોલાયેલી વણઝાર !

કંઈકનાં પેટના ખાડા પૂરનાર આજે પોતાનો પેટનો ખાડો પૂરવાય સમર્થ નથી ! કંઈક જીવનો આવાસ - કપડાં અર્પણ કરનાર રાજા પોતે આજે વનવાસ ભોગવી રહ્યો છે ! અન્નદાતા-જીવનદાતા ગણાતો ભૂપતિ આજે ભૂખ-તરસની પીડાનો ભોગ બન્યો છે ! કેટલા મોટા રસાલા સાથે ફરનારો ધરાધિપ એકલો ભટકી રહ્યો છે ! સેજ - તળાઈઓમાં સૂવાવાળો ધરતીનો ધણી આજે ભૂશય્યામાં સૂવા મજબૂર બન્યો છે ! વિધિનો વિલાસ કેવો છે ? આને જ કહેવાય પુણ્ય-પાપના ખેલ !

હવે ભાગ્યના ભરોસે જ રહેવાનું ! આગળ કાંઈક મળશે... એવા વિચારોથી નળ આગળ વધ્યો. સૂરજ પણ માથે આવ્યો છે, જે પીડામાં વધારો કરી રહ્યો છે. આગળ જતાં ગંગાનદીનો કિનારો નજરમાં આવ્યો. નળ કહેઃ હે પ્રિયે ! આ સુરનદી જો સંતુષ્ટ થાય તો ચક્રવર્તીનાં નવ નિધાન આપે. પણ પાપના ઉદયવાળાને શું મળે ? એમ કહી એક વૃક્ષનો આશ્રય લીધો. ફળ-ફૂલથી ઉદરપૂર્તિ કરી. પ્રાણને ટકાવવા માટે કંઈક તો જોઈએ જ. અત્યારે પક્વાન્ન ક્યાંથી લાવવાનાં ? ગંગાનદીનું પાણી

પીધું... રેતીની શય્યા બનાવી આ દંપતી સૂઈ ગયાં. આમ ત્રણ દિવસ ત્યાં વિતાવ્યા.

બીજી તરફ કુબરરાજાની આજ્ઞાથી મંત્રીએ એક ઘોડાથી વહન થઈ શકે એવો સુવર્ણરથ મોકલાવ્યો. છેવટે તો ભાઈ હોવાથી એટલી દયા તો આવી. સાથે તે રથમાં વસ્ત્રો - શસ્ત્રો - ધન - ધાન્ય - ખાદ્ય પદાર્થો પણ મોકલાવ્યા. કંઈક રાહતના દમ સાથે દમયંતીને રથમાં બેસાડી, પોતે જ સારથિ બની આગળ પ્રસ્થાન આદર્યું. હવે તો માર્ગ કાપવો સરળ બની ગયો.

જોત-જોતામાં પોતાની રાજધાનીની ભૂમિ ઓળંગી ભિલ્લ લોકોથી વ્યાપ્ત જંગલમાં પર્વત તરફ આગળ વધ્યો. જંગલમાં રથના રણકારનો ધ્વનિ સાંભળી; હરણનાં ચામડામાંથી બનાવેલાં વસ્ત્રો પરિધાન કરનાર ભિલ્લજાતિના લોકો દોડી આવ્યા. રથને ઘેરો ઘાલ્યો. એક તરફ સુવર્ણરથને જોતાં જ ખુશ થઈ ગયા. બીજી તરફ રૂપવતી દમયંતીને જોઈ મોહાધીન થયા. તેથી નળને મારી નાંખવા તૈયાર થયા. ભિલ્લ સુભટો લૂંટવાના અને દમયંતીને ગ્રહણ કરવાની ભાવનાથી નળની સામે લડવા તૈયાર થયા.

જ્યારે પાપનો ઉદય થાય છે ત્યારે બધાં પાસાં ઊલટાં પડે છે. શરૂઆતમાં તો પોતાના રથમાં હતાં તે શસ્ત્રોનો ઉપયોગ નળ કરવા લાગ્યો. પોતે એકલો હતો. સામે પક્ષે ઘણા ભિલ્લસુભટો હતા. નળે પોતાના રથમાં રહેલાં બાણોની વર્ષા કરીને ભિલ્લ સેનાને હટાવવા અને હરાવવા પુરુષાર્થ કર્યો. પાપના ઉદયે નળે પૂર્વે સાધેલાં દિવ્યશસ્ત્રો, સંમોહનાદિ શસ્ત્રો, નળને છોડી પોત-પોતાનાં સ્થાને ચાલ્યા ગયા.

ભિલ્લોનો અધિપતિ રથમાં બેઠેલી દમયંતીને જોઈ મોહિત થયો. તેને મેળવવા માટે ખૂબ લડ્યો. નળને પોતાની નબળાઈ સાથે તેનો ખ્યાલ આવતાં જ ભયભીત થઈ દમયંતીને રથમાંથી ઉતારી પોતાની પાછળ સંતાડી દીધી. ભિલ્લ લોકો શસ્ત્ર-રત્નાદિથી ભરપૂર રથને લૂંટીને ચાલ્યા ગયા. નળને તેની પત્ની દમયંતી સાથે ન જોતાં ભિલ્લો ચાલ્યા ગયા.

હવે તો વાહન ન હોવાથી બંને પગપાળા ચાલવા લાગ્યાં. વાઘ-વરુ વગેરે જંગલી જાનવરોથી વ્યાપ્ત એક અટવીમાં આવ્યાં. ત્યાંથી આગળ વધતાં રસ્તામાં વિશિષ્ટ પંખીઓ જોયાં. તે દિવ્ય રૂપને ધારણ કરનારાં, સુવર્ણની પાંખોવાળાં, પરવાળાં જેવાં લાલ પગવાળાં, ઈન્દ્રનીલરત્ન જેવી લીલી પાંખોવાળાં, મરકતરત્નની ચાંચવાળાં... અનેક પંખીઓ જોયાં.

નળે પોતાની પ્રિયાને કહ્યુંઃ હે પ્રિયે ! હું એક પક્ષીરાજને ગ્રહણ કરીશ. આ

પક્ષીઓ બહુ મૂલ્યવાન હોય છે. દમયંતીએ કહ્યું: હે પ્રાણનાથ ! આ શ્રદ્ધા-કરવા યોગ્ય (વાસ્તવિક) પક્ષીઓ નથી. માયાવી દેવોની આ લીલા છે. આપણને છેતરવા માટે તે આવાં રૂપો ધારણ કરી સ્વેચ્છાએ ક્રીડા કરતા હોય છે. માટે આ ગ્રહણ કરવા યોગ્ય નથી. વળી, આવા પંખીનું આપણે શું પ્રયોજન છે ? કર્મયોગે જ્યારે તમારા પિતા સંબંધી સ્થાવર-જંગમ દ્રવ્ય અને સર્વવસ્તુ ચાલી ગઈ છે તો હવે આ પક્ષી શું કરશે ?

પ્રિયાના કહેવા છતાં લોભને વશ થઈ નળે પોતાનું ઉત્તરીય વસ્ત્ર (ખેશ) તે પક્ષી પર નાંખ્યું. અન્ય પક્ષીઓ તે ઉત્તરીય વસ્ત્ર લઈ આકાશ માર્ગે ચાલ્યાં ગયાં ! રાજા વિચારવા લાગ્યોઃ ઓહો ! વિધિનો વિલાસ કેવો છે ? વિધિ વક્ર બને છે ત્યારે કેવી હાલત થાય છે ? દુષ્ટ ચોરોની જેમ મારું વસ્ત્ર તે પક્ષીઓ લઈને ચાલ્યાં ગયાં. લોભને પરવશ બની નવું મેળવવા ગયો તો મારું વસ્ત્ર પણ ચાલ્યું ગયું.

પ્રિયાનું ન માનનાર નળ હવે પશ્ચાત્તાપ કરતાં બોલવા લાગ્યો : હે દેવો ! અથવા દાનવો ! મારા વિપરીત ભાગ્યથી આ પક્ષીઓ ચોરની જેમ મારો ખેશ લઈ ગયાં. હું શું કરું ? કોને ફરિયાદ કરું ? ધિક્કાર છે આ કર્મની અકળ લીલાને.

ચિંતાતુર નળને જોઈ આકાશમાં રહેલાં પક્ષીઓ કહેવા લાગ્યાંઃ હે રાજન્ ! જુગારની રમતદ્વારા ધનની આકાંક્ષા રાખનારા તારા જેવા જીવો મૂઢ છે. નિર્ભાગી જીવોની સ્થિતિ તારા જેવી જ થાય છે. ઓ મૂર્ખ ! સાંભળઃ જો રેતીના કણિયાને પીલવાથી તેલ નીકળે અથવા જળમાંથી આગ ઉત્પન્ન થાય તો જુગાર રમનાર માણસ ધનવાન થઈ શકે. આટલું કહી પક્ષીઓ આકાશ માર્ગે અન્ય સ્થાને ચાલ્યાં ગયાં.

ભાગ્યશાળીને હાથ નાંખે ત્યાં કાંઈક ને કાંઈક નવું મળે. નિર્ભાગ્ય જ્યાં જ્યાં જાય ત્યાં ત્યાં હાથમાંથીય ચાલ્યું જાય ! દૈવ-ભાગ્ય કેવા કેવા ખેલ કરે - કરાવે છે ?

(ક્રમશઃ) ધ

★ વાંચનનું તારણ ★★★

- વાંચનમિત્ર

(૧) સંસ્કૃત સુભાષિત કહે છે : शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम्। મતલબ : ધર્મ કરવા માટે પહેલું સાધન શરીર છે. ગુજરાતી કહેવત છે કે, પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા. દરેક દૃષ્ટિએ શરીરની જરૂર તો પડે જ છે. એ માટેની દરકાર ખૂબ ઓછી થતી જાય છે તેની સાથે બદલાયેલી જીવન શૈલી જવાબદાર છે. વાંચો...

સંતુલિત આહાર દ્વારા ટાઈપ ટુ ડાયાબિટિસ ૮૦ ટકા સુધી ઘટાડી શકાય ભારતમાં ૫૬ ટકા બિમારી બિનતંદુરસ્ત આહારને કારણે : એનઆઈએનની ગાઈડલાઈન્સ જારી

(પીટીઆઈ) નવી દિલ્હી, ઈન્ડિયન કાઉન્સિલ ઓફ મેડિકલ રિસર્ચ - આઈસીએમઆર-દ્વારા ભારતીયોને શરીરના સ્નાયુઓ કસવા માટે પ્રોટીન સપ્લિમેન્ટ્સ લેવાનું ટાળવાની અને મીઠાં તથા ખાંડના પ્રમાણને નિયંત્રિત કરવાની સલાહ આપવામાં આવી છે. આઈસીએમઆર દ્વારા અલ્ટ્રા પ્રોસેસ્ડ ફૂડનું પ્રમાણ ઘટાડવા અને ફૂડ લેબલ વાંચી આરોગ્યપ્રદ આહારની પસંદગી કરવા પર ભાર મૂકવામાં આવ્યો છે. હૈદરાબાદ સ્થિત નેશનલ ઈન્સ્ટિટ્યુટ ઓફ ન્યુટ્રિશન-એનઆઈએન દ્વારા બુધવારે ભારતીયો માટે જરૂરી પોષણ મેળવવા અને બિનચેપી રોગોના પસારને અટકાવવા ૧૭ મુદ્દાની ડાયેટરી ગાઈડલાઈન્સ પણ બહાર પાડવામાં આવી હતી.

આહાર ગાઈડલાઈન્સમાં પોષક તત્વોથી ભરપૂર ખાદ્ય પદાર્થોનો વપરાશ વધારવા પર ભાર મુકાયો. એક અહેવાલ અનુસાર ભારતમાં કુલ બિમારીમાંથી ૫૬ ટકા બિમારીઓ બિનતંદુરસ્ત આહાર લેવાને કારણે થાય છે. એનઆઈએન દ્વારા જણાવવામાં આવ્યું હતું કે જરૂરી પોષક તત્ત્વોને અહારમાં સામેલ કરવામાં આવે તો મેદસ્વિતા અને ડાયાબિટીસ જેવા રોગોને નિવારી શકાય છે. યોગ્ય આહાર વિહાર દ્વારા કોરોનરી હાર્ટ ડિસિઝ અને હાઈપરટેન્શનને ઘટાડી શકાય છે. એ જ રીતે ટાઈપ ટુ ડાયાબિટીસને પણ ૮૦ ટકા સુધી ઘટાડી શકાય છે. આહાર ગાઈડલાઈન્સને ઓઈસીએમઆર-એનઆઈએનના ડાયરેક્ટર ડો.હેમલતાની આગેવાની હેઠળ વિવિધ ક્ષેત્રોના નિષ્ણાતોની બનેલી કમિટિ દ્વારા તૈયાર કરાઈ છે અને તેની વૈજ્ઞાનિકસમીક્ષા પણ કરાઈ છે. ડો. હેમલતાએ જણાવ્યું હતું કે આહાર ગાઈડલાઈન્સમાં પોષક તત્ત્વોથી ભરપૂર ખાદ્ય પદાર્થોનો વપરાશ વધે તેની પર ભાર મુકવામાં આવ્યો છે. આઈસીએમઆરના ડાયરેક્ટર જનરલ ડો. રાજીવ બહલે જણાવ્યું હતું કે છેલ્લા કેટલાક દશકોથી ભારતીયોની આહાર સંબંધી ટેવોમાં મોટા ફેરફાર થયા છે. જેને કારણે બિનચેપી રોગોનું પ્રમાણ વધ્યું છે. જ્યારે બીજી તરફ કુપોષણની સમસ્યા હજી પણ મોજૂદ છે. એક સંતુલિત આહારમાં ૪૫ ટકા કેલરી અનાજમાંથી અને ૧૫ ટકા કેલરી કઠોળમાંથી મળવી જોઈએ તથા બાકીની કેલરી સૂકામેવા, ફળો અને દૂધમાંથી મળવી જોઈએ. માંસ અને પ્રોટીનયુક્ત કઠોળ મોંઘા હોવાથી ભારતીયોની વસ્તીનો મોટો હિસ્સો અનાજ પર નિર્ભર છે. જેને કારણે જરૂરી મેક્રોન્યુટ્રિએન્ટસ એટલે કે એમિનો એસિડ અને ફેટી એસિડ પૂરતી માત્રામાં મળતાં નથી. જેને કારણે ચયાપચય એટલે કે મેટાબોલિઝમ પર અસર થતાં વિવિધ સમસ્યાઓ થાય છે.

- ગુજરાત સમાચાર (અમદાવાદ) તા.૧૦-૫-૨૦૨૪ શુક્રવાર

(૨) કેટલાક માણસોને સજાપણ કોઠે પડી ગઈ હોય છે. જેલની હવાય તેમને ગમતી હોય છે. તેથી વારંવાર ગુના કરે ને વારંવાર જેલની સજા ભોગવે છે. અહીં આવાજ એક કેદીની વાત છે જેણે જેલમાં જવાનોય રેકોર્ડ તોડ્યો છે. **- સંપાદક**

અમેરિકાનો હેનરી ૧૩૦૦ વાર જેલમાં ગયેલો, કોઈ માણસ કેટલી વાર જેલમાં જઈ શકે ? અમેરિકાના કેન્ટ્રકીના લેજિંગ્ટનનો હેનરી અર્લ ૧૩૦૦ કરતાં વધારે વાર જેલમાં ગયો હતો અને જીંદગીના ૬૦૦૦ દિવસ જેલમાં ગાળ્યા હતા. હમણાં ૭૪ વર્ષના હેનરીનું નિધન થયું ત્યારે એક પોલીસે આપેલી માહિતીના કારણે લોકોને હેનરીની અનોખી 'સિદ્ધી' વિશે ખબર પડી. આટલી બધી વાર જેલમાં ગયો હોવાથી હેનરી ખતરનાક ગુનેગાર હશે એવું લાગે પણ વાસ્તવમાં હેનરી મોટા ભાગે શરાબના નશામાં જાહેરમાં તોફાન કરવાના અપરાધમાં જેલમાં ગયેલો. દારૂ પીધા પછી હેનરીને ભાન રહેતું નહીં તેમાં રાડો કરીને અંદર થઈ જતો. હેનરી ૧૭ વર્ષનો હતો ત્યારે દત્તક લેનારી માતાનું મોત થતાં પહેલી વાર દારૂ પીને ધમાલ કરી હતી. છેલ્લે હનરીને ૨૦૧૭ માં દારૂ પીને ધમાલ કરવા બદલ જેલમાં ધકેલાયો પછી ખરાબ તબિયતના કારણે હેલ્થ સેન્ટરમાં મોકલી દેવાયેલો અને ત્યાં જ એ ગુજરી ગયો. **- ગુ.સમાચાર તા.૧૦-૬-૨૦૨૪**

(૩) કૂતરો પાછો આવતા હાર તોરા કરી જમણવાર,

પંઢરપુરમાં ખોવાયેલો કૂતરો ૨૫૦ કિમી ચાલી માલિકના ઘરે પાછો ફર્યો.

(પીટીઆઈ) મુંબઈ, તા.૩૧

કર્ણાટકના બેલગાવી જિલ્લાના નિપાણી તાલુકાના યમગરણી ગામમાં એક આશ્ચર્યકારક ઘટના સામે આવી છે. 'મહારાજ' ના નામે ઓળખાતો એક કૂતરો મહારાષ્ટ્રના પંઢરપુરમાં ભીડમાં ખોવાઈ ગયો હતો. તે એકલો ૨૫૦ કિલોમીટર ચાલીને પોતાના મૂળ ગામમાં ફરી પાછો પહોંચ્યો હતો. જેના માનમાં કૂતરાંના હારતોરા કરી ગામમાં ભોજન પણ રખાયું હતું.

કર્ણાટકથી માલિક સાથે ચાલીને પંઢરપુર વારીમાં આવેલો,
માલિકે વિઠ્ઠલરાયાનો ચમત્કાર ગણાવ્યો.

જૂનના છેલ્લા સપ્તાહે, 'મહારાજ' ના માલિક કમલેશ કુંભાર પંઢરપુરની વાર્ષિક વારી (જાત્રા) એ નીકળ્યા હતા. ત્યારે આ કૂતરો પણ તેમની સાથે ચાલવા લાગ્યો હતો. કુંભારના જણાવ્યાનુસાર, દરવર્ષે તેઓ અષાઢી અને કાર્તિકી એકાદશીએ પંઢરપુર જાય છે. આ વર્ષે તેમની સાથે કૂતરો પણ ગયો હતો. તેને ભજન સાંભળવા પણ પસંદ છે. ૨૫૦ કિમીની જાત્રા કરી કૂતરો માલિક સાથે પંઢરપુર પહોંચ્યો અને

વિઠોબા મંદિરનાં દર્શન કર્યા બાદ કુંભારનું ધ્યાન ગયું કે, તેમનો કૂતરો ખાવોય છે. તેઓ તેમના મિત્રો સાથે જ્યારે કૂતરાંને શોધવા લાગ્યાં તો કેટલાકે કહ્યું કે, તે તો અન્ય કૂતરાંઓના જૂથમાં ભળી ગયો અને ચાલવા લાગ્યો હતો. કુંભારે કહ્યું, મારા ઘણાં શોધવાના પ્રયાસો બાદ પણ તે ન મળતાં મેં પણ માની લીધું કે તે અન્ય શ્વાન સાથે ચાલ્યો ગયો હશે અને બાદમાં ૧૪ જુલાઈએ હું પણ ઘરે આવી ગયો અને બીજે જ દિવસે 'મહારાજ' પૂછડી પટપટાવતો મારા ઘરની સામે એવી રીતે ઊભો હતો કે જાણે કંઈ થયું જ ન હોય. ઘરથી આશરે ૨૫૦ કિલોમીટર દૂર ખોવાયેલા કૂતરાનું પાછા આવવું એક ચમત્કાર જ છે. અમારું માનવું છે કે, ભગવાન પાંડુરંગે જ તેને ઘરનો રસ્તો બતાવ્યો હશે. **- ગુ.સમાચાર તા. ૧-૮-૨૦૨૪**

(૪) ધર્મમાં લોકોને પૈસા ન ખર્ચવા હોય ત્યારે મંદીના, મોંઘવારીનાં બાહાનાં કાઢે છે. પાપનાં-મોજશોખનાં કાર્યોમાં ક્યાંય મંદી નથી નડતી, તે માટે પેપરમાં આવેલી વાત એ જ શબ્દોમાં વાંચો. **- સંપાદક**

લો બોલો ક્યાં છે મંદી...?!

વિવિધ પ્રતિકૂળતાઓના પગલે હાલ સમગ્ર વિશ્વમાં સંભવિત મંદીની વાતો થઈ રહી છે. આ ગભરાટભર્યા માહોલ વચ્ચે ગત તા.૨૮ એપ્રિલે રજૂ થયેલ મણિરત્નમ્ની પોન્નિયન સેલ્વિન પાર્ટ ટુએ વર્લ્ડ વાઈડ બોક્સ ઓફિસ પર ધમાકો મચાવીને રૂ.૩૦૦ કરોડથી વધુનું કલેક્શન કર્યું છે. લો બોલો. વાતો મંદીની અને ફિલ્મનું કલેક્શન રૂ.૩૦૦ કરોડનું. લોકપ્રિય તમિલ નવલકથાના નામ પરથી બનેલ આ ફિલ્મમાં દક્ષિણમાં ચોલા સામ્રાજ્યનો ઇતિહાસ વર્ણવવામાં આવ્યો છે. આ ફિલ્મ, હિન્દી, કન્નડ, તેલુગુ અને મલયાલમ ભાષામાં રિલીઝ કરાઈ છે જેમાં ઐશ્વર્યા રાય બચ્ચનનો પણ મહત્ત્વનો રોલ છે.

- ગુજરાત સમાચાર તા.૧૫-૫-૨૦૨૩

(૫) માનવજાતની કેવી હાલાકી થતી હોય છે ? કોઈને કોઈ કારણસર દેશ છોડીને અન્ય દેશમાં જવું પડે છે. કે અન્ય પ્રદેશમાં ચાલ્યા જવું પડે છે. ક્યારેક રોગચાળાના કારણે પણ વિસ્થાપિત થવું પડે છે. આવી સ્થિતિના ભોગ બનેલા માનવોની સંખ્યાની જાણખારી અહીં અપાઈ છે. ગુજરાત સમાચાર તા. ૧૫-૫-૨૦૨૩નું લખાણ સાક્ષી છે. **- સંપાદક**

વિશ્વમાં ૭.૧૧ કરોડ વિસ્થાપિતો સમગ્ર વિશ્વમાં યુદ્ધ, કુદરતી આફતો સહિતની અન્ય પ્રતિકૂળતાના કારણે વિસ્થાપિત (પોતાનું ઘર છોડી બીજા સ્થળે જવું. લોકોની સંખ્યા વધીને ૭.૧૧ કરોડે પહોંચી ગઈ છે. રશિયા-યુક્રેન યુદ્ધના કારણે ૨૦૨૨ ના અંત સુધીમાં ૫૮ લાખ લોકો વિસ્થાપિત થયા હતા. છેલ્લા એક દાયકાથી

ચાલી રહેલા ગૃહયુદ્ધના કારણે સીરિયામાં ૬૮ લાખ લોકો વિસ્થાપિત થયા હતા. પૂર, દુકાળ જેવી કુદરતી આફતોના કારણે ૨૦૨૨ માં ૮૭ લાખ લોકો વિસ્થાપિત થયા હતા. અલનીનોના કારણે પાકિસ્તાન, નાઈઝીરીયા, બ્રાઝિલ, સોમાલિયા, કેન્યા તથા ઇથિયોપિયામાં લાખો લોકો વિસ્થાપિત થયા હતા.

(૬) વિશ્વમાં ગુનાખોરીનું પ્રમાણ કેટલું વધી રહ્યું છે, તેનું વરવું ઉદાહરણ નીચે આપ્યું છે. આ સજાતો થઈ અરસરની કર્મસત્તાની સજાતો જુદી ભોગવવાની આવશે પાપ-ગુનો કરતાં પૂર્વે વિચારવાની જરૂર છે. માટે જ કહેવાય છે : બંધ સમય ચિત્ત ચેતીએ....

- સંપાદક

દર ૭ કલાકે એકને ફાંસી છેલ્લા ૧૦ દિવસમાં ઇરાનના સત્તાવાળાઓએ સરેરાશ દર ૭ કલાકે એક વ્યક્તિને ફાંસી આપવામાં આવી છે, તેવો દાવો એક માનવાધિકાર સંસ્થાએ કર્યો છે. ઇરાન હ્યુમન રાઈટ્સના રિપોર્ટ મુજબ ઇરાનમાં ૨૦૨૩ માં અત્યાર સુધી ૧૯૪ લોકોને ફાંસી અપાઈ છે. છેલ્લા બે સપ્તાહમાં માર્યા ગયેલા ૪૨ લોકોમાંથી અડધા લોકો ઇરાન-પાકિસ્તાન સીમા પરના બલુચિસ્તાનના લોકો હતા, જે ડ્રગ્સ સાથેના ગુનામાં સંડોવાયેલા હતા. અહીં ૨૦૨૨ માં ૫૮૨ જેટલા કેદીઓને ફાંસી અપાઈ હતી.

(૭) બાળકોને મા-બાપ જ પહેલાં મોબાઈલ પકડાવી દે છે પછી એનાં એડિક્ટ (વ્યસની) બન્યા બાદ કેવી હાલત થાય છે ? એની તે બાળકનાં માનસ પર, શરીર પર, સ્વાસ્થ્ય પર, સંસ્કાર પર કેવી ખરાબ અસર પડે છે. તેની વાત અહીં રજૂ થઈ છે. જ્યારે વિપરીત અસરના ભોગ બને છે ત્યારે બાજી હાથમાંથી ચાલી ગઈ હોય છે. અબ પછતાએ ક્યાં હોત હૈ, ચિડિયાં ચુગ ગઈ ખેત.. જેવો ઘાટ થાય છે.

- સંપાદક

લતના લીધે બાળકોનો માનસિક વિકાસ રુંધાઈ જાય છે.

મોબાઈલ સ્ક્રીન પર વધતા સમયથી બાળકો મલ્ટિપલ ડિસઓર્ડરનો ભોગ બની રહ્યા છે. નવી દિલ્હી, તા.૧૨ બાળકોનો વધતો જતો સ્ક્રીન ટાઈમ માબાપ અને હેલ્થકેર પ્રોફેશનલ બંને માટે ચિંતાનો વિષય બની રહ્યું છે. મનોવૈજ્ઞાનિક ડૉ.એરિક સિગમેને તેમના પેપરમાં સમજાવ્યું હતું કે બાળકોમાં વિવિધ સ્ક્રીન સાથે જોડાઈ રહેવાનું વળગણ લત કહી શકાય તેટલી હદે વધી ગયું છે. આજે આ વળગણ મોટી મુશ્કેલી બનીને સામે આવ્યું છે. આ પ્રકારનું વળગણ ભારતમાં વિવિધ પ્રકારના ડિસઓર્ડર તરફ દોરી રહ્યું છે. અનિયંત્રિત સ્ક્રીન ટાઈમના લીધે બાળકના મગજ પર અસર પડતા આરોગ્ય સંબંધિત સમસ્યાઓ ઊભી થાય છે.

લાંબા સમય સુધી સ્ક્રીન સામે જોઈ રહેવાના લીધે વધેલી એક મુખ્ય તકલીફ સ્થૂળતાની છે. સ્થૂળતાના પગલે શ્રેણીબદ્ધ આરોગ્યલક્ષી તકલીફો સર્જાય છે.

એકબાજુએ ભારતમાં હૃદયને લગતા રોગો, ટાઈપ-ટુ ડાયાબિટીસ અને અન્ય બિનચેપી રોગો વધતા જાય છે ત્યારે હવે તેમાં આ બીજો ઊમેરો થયો છે.

બાળકને લાંબા સમય સુધી સ્ક્રીન પર જોવાના લીધે થતાં શારીરિક અને માનસિક આરોગ્યલક્ષી પડકારો વધારે તકલીફવાળા નીવડી શકે છે. તેને લાંબાગાળાની આરોગ્યલક્ષી તકલીફો તરફ દોરી જઈ શકે છે. બાળક પુખ્ત વયનો થાય ત્યાં સુધી તેને આ તકલીફ જોવા મળી શકે છે.

અનિયંત્રિત સ્ક્રીન ટાઈમના લીધે બાળકના મગજ પર અસર પડે છે. તેના લીધે પુખ્તોના મગજ પર ખાસ અસર પડતી નથી, કારણ કે તેના મગજના કોષો વિકસિત થઈ ચૂક્યા હોય છે. તેનો લીધે બાળકનો માનસિક વિકાસ રૂંધાય છે અને તેની સ્ક્રીનની લત કે વળગણ વધુને વધુ મજબૂત થતી જાય છે.

પ્લસ વનમાં પ્રકાશિત થયેલા રિસર્ચ મુજબ વધુ પડતા સ્ક્રીન ટાઈમના લીધે પાંચ વયથી નીચેના બાળકનો વિકાસ જોઈએ તેટલો થતો નથી. તેના લીધે તેને ભાષા સમજવામાં અને બોલવામાં તકલીફ પડે છે.

(ક્રમશઃ) ૫

★ પૂજ્યશ્રીનાં પગલે.... વચને... ★★★

- સંકલન

ગતાંકથી...

અષાઢ સુ.૫ તા.૧૧-૭-૨૪ ગુરુવારે સવારે પૂજ્યશ્રી કલિકુંડ જિનાલય, સંગમ ચાર રસ્તાના ઉપાશ્રયે પધાર્યા હતા.

ચાતુર્માસ પ્રવેશોત્સવ : અષાઢ સુ.૬ તા.૧૨-૭-૨૪ શુક્રવારે પૂજ્યશ્રી આજવા રોડ સ્થિત કોઠારી આરાધના ભવન પધાર્યા. પરિવારે ગહુંલી - કુંભ વગેરેના શુકન આપ્યા. પૂજ્યશ્રીએ મંગલિક સંભળાવ્યું. પછી બે દિવસ અહીં જ સ્થિરતા કરી. અષાઢ સુદ.૮ ના રોજ પૂજ્યશ્રી પારસ સોસાયટીના ઉપાશ્રયે પધાર્યા હતા. ત્યાંથી અષાઢ સુદ ૯ તા.૧૪-૭-૨૪ સોમવારના મંગલ દિવસે પૂજ્યશ્રી મુકેશભાઈ કોઠારીને ઘરે ભાવના સોસાયટીમાં પધાર્યા. ત્યાં લગભગ દોઢેક કલાક સ્થિરતા કરી. પ્રવેશ સામૈયાનો સમય થતાં પૂજ્યશ્રી મહાવીરભાઈ કોઠારીના ઘરે પધાર્યા. ત્યાં સૌ પરિવારે ગુરુપૂજન કર્યું... પૂજ્યશ્રીએ મંગલિક સંભળાવ્યું. ત્યાંથી ચાતુર્માસ પ્રવેશ માટે સામૈયાનો પ્રારંભ થયો.

કાલોલનું પ્રસિદ્ધ શ્યામ બેન્ડ, વિવિધ રાસ મંડળીઓ વગેરે સામગ્રી સાથે સામૈયું આગળ વધ્યું. ગુરુજી ! અમારો અંતર્નાદ, અમને આપો આશીર્વાદ વગેરે નારા અને જય જયકારનો મંગલ ધ્વનિ ગાજતો હતો. મેઘરાજાએ પણ આરામ લીધો હતો. શ્રી ચિંતામણિપાર્શ્વનાથ જિનાલય જુહારી આગળ વધ્યા. વિવિધ રાજમાર્ગો પર ફરી-ગહુંલી વગેરેના શુકન લેતાં લેતાં , અક્ષતે વધાવતાં વધાવતાં નવપદ સોસાયટીના શ્રીમહાવીર જિનાલયને જુહારી દૂધેશ્વર સોસાયટીમાં પધાર્યા. રસ્તામાં વિવિધ રાસ મંડળીઓએ પોતાના કરતબ બતાવ્યા. એમાં વાનર વેશ ભજવનારે તો અસલ વાંદરા જેવા જ ખેલ દ્વારા જન-મનોરંજન કર્યું. કેળું ખાવા વગેરેની પદ્ધતિ વાસ્તવિક વાંદરા જેવી જ હતી. ખુશ થયેલા લોકોએ તેને ઘણા રૂપિયા આપી સંતૃપ્ત કર્યો.

એમ કરતાં૮.૪૦ ના શરૂ થયેલું સામૈયું ૯.૪૦ કલાકે શ્રીમતી સુંદરદેવી મુલતાનમલજી કોઠારી આરાધના ભવનનાં પ્રાંગણમાં પધાર્યું. વિશિષ્ટ ગંહુલીઓ-કુંભનાં મંગલ શુકન આપ્યા. મંગલપૂર્વક પૂજ્યશ્રીએ પ્રવેશ કર્યો. ઉપાશ્રય પહેલેથી જ ચિક્કાર ભરાઈ ગયેલો હતો !

બેંગલોર, અમદાવાદ, હાલોલ, આણંદ, નાપાડ, છાણી, ઈડર, જીટોડિયા, આસોદર, બોરસદ, મસૂર-પુના, સુરત, હિંમતનગર, નડિયાદ વગેરે ગામ-નગરોથી ઘણા ભાગ્યશાળીઓ પધાર્યા હતા.

મહેમાનો માટે (બહારગામથી આવનાર પણ) સવારે નવકારશીની વ્યવસ્થા કોઠારી પરિવારે રાખી હતી. નવકારશીથી તથા બપોરના સાધર્મિક વાત્સલ્ય માટે ખાસ વોટરપ્રૂફ મંડપ પોતાની સોસાયટીમાં જ બંધાવ્યો હતો.

ઉપાશ્રયમાં પૂજ્યશ્રી પ્રવચન પીઠ પર બિરાજમાન થયા બાદ ગુરુવંદન, મંગલાચરણ થયું. સંગીતકારે સ્વાગતગીત-ગુરુગુણગીત ગાયું. ગુરુપૂજનની બોલી બોલાઈ. એનો લાભ મોટી બોલી દ્વારા અમદાવાદ-નવરંગપુરા વાસ્તવ્ય ચંપકલાલ હીરાલાલ શાહે લીધો હતો. તે ઉપરાંત રૂ.૫૧૦૦૦ પૂજ્યશ્રીના વેયાવચ્ચ ખાતે તેઓએ જાહેર કર્યા હતા. ત્યારબાદ ચાતુર્માસમાં વંચાનાર 'ઉપદેશ પ્રાસાદ' ગ્રંથ વહોરાવવાની બોલી બોલાઈ હતી. તેનો લાભ સુંદરદેવી મુલતાનમલજી કોઠારી પરિવારવતી જિતેન્દ્રભાઈ કોઠારી (મોટા દીકરા) એ લીધો હતો. (પાંચ વાસક્ષેપપૂજા ના ચઢાવા ચોમાસી ચૌદસે બોલાવાયા હતા.)

ત્યારબાદ પૂજ્યશ્રીએ લગભગ એક કલાક ધારાબદ્ધ પ્રવચન આપ્યું હતું. જૈનોનું ચાતુર્માસ કેવું હોય, ભગવાનની આજ્ઞા શું છે ? શ્રમણ-શ્રમણી ભગવંતોનાં કર્તવ્યો શું છે ? જ્ઞાનાદિની સાધના તથા દાનાદિ ચાર ધર્મની આરાધના માટેની કેવી મોસમ છે ? વગેરે વાતો દાખલા-દલિલો સાથે સમજાવી હતી. લગભગ ૬૦૦ જેટલી માનવ મેદની હતી. પ્રાઈવેટ સ્થાન હોવા છતાં બહારગામનાં તથા વડોદરાના વિવિધ વિસ્તારોમાંથી વિશાળ સંખ્યા આવી હતી. રૂ.૨૦૦નું સંઘપૂજન થયેલ. પ્રસંગના સર્વમંગલબાદ ૧૫ મિનિટ પછી મેઘરાજાએ સતત ત્રણ કલાકની બેટીંગ કરી હતી. પ્રસંગ સુંદર અને નિર્વિઘ્ન થયો હતો. ત્યારબાદ આવેલા તમામ ભાગ્યશાળીઓનું સાધર્મિકવાત્સલ્ય કોઠારી પરિવાર તરફથી જ થયેલ.

બીજા જ દિવસથી પ્રવચનો ચાલું થઈ ગયાં હતાં. નોંધપાત્ર સંખ્યા આવે છે. ભાવિકો ખૂબ જ રસપૂર્વક શ્રવણ કરે છે. સર્વમંગલ પૂર્વે કોઈ હાલતું નથી. વળી, કોઠારી પરિવારે પ્રવચનબાદ; પ્રવચનમાં પધારનાર સર્વ ભાવિકોની નવકારશીથી ભક્તિનું આયોજન કરેલ છે. પરિવારની ઉદારતા બિરદાવવા જેવી છે. બહેનોની આરાધના માટે ખાસ બંગલો ખરીદી સાધ્વીજી મ.ની વ્યવસ્થા કરેલ છે. અહીં વિશેષતા એવી છે કે બહેનો કરતાં ભાઈઓની સંખ્યા વધારે હોય છે !

ગ્રંથવાંચનનો તથા તપનો મંગલ પ્રારંભ :

અષાઢ વ.૧ તા.૨૨.૭.૨૦૨૪ સોમવારે સવારે ૭.૦૦ કલાકે જ્ઞાન પૂજનાદિ વિધિ કરવા પુર્વક 'ઉપદેશ પ્રાસાદ' ગ્રંથના વાંચનનો મંગલ પ્રારંભ થયો. સાથે તે જ દિવસ સામુદાયિક 'દશવિધયતિધર્મ' નામના તપનાં મંગલ મંડાણ થયાં. આ તપમાં એકાંતર ૧૦ ઉપવાસ કરાય છે. સવારના બિયાસણાં કોઠારી આરાધના ભવનમાં જ સમૂહમાં કરાવાય છે. ભાવિકોની ભાવના-માંગણીને ધ્યાનમાં રાખી માત્ર ૩૦૦૬ રૂપિયાના નકરામાં બિયાસણાનો લાભ આપવાની ઉદારતા કોઠારી પરિવારે દાખવી. તપમાં ૪૪-૪૫ ભાવિકો જોડાયા છે, જે અહીં માટે રેકોર્ડ છે. બિયાસણાં નોંધાઈ ગયાં છે.

શરૂઆતમાં રોજ વ્યાખ્યાનમાં કોઠારી પરિવાર તરફથી રૂ.૧૦ની પ્રભવના થતી. ત્યારબાદ શ્રોતાની સભાએ જ સામુદાયિક ટીપ કરી. તેમાંથી હાલરોજ પ્રભાવના થાય છે. વરસાદી માહોલમાંય શ્રોતાઓની સંખ્યા નોંધપાત્ર થાય છે.

કોઠારી પરિવારના જ ભાઈઓ પૈકી બે ભાઈઓ હાલોલ રહે છે, જ્યારે બે ભાઈઓ વડોદરામાં રહે છે. પરિવારની ધર્મભાવના ને ઉદારતા નોંધપાત્ર છે. નવાં નવાં સુકૃતો કરવાની ભાવના પરિવારમાં જાગ્યા જ કરે છે. (ક્રમશઃ) ૫

પુણ્ય વિના પ્રાપ્ત ન થાય

जीवदया जिणधम्मो, सावयजम्मो गुरूण पयभक्ती ।
एयं रयणचउक्कं, पुण्णेहिं विणा न पावंति ।।

જીવદયા, શ્રીજિનેશ્વર દેવે કહેલો ધર્મ, શ્રાવક (કુળ) જન્મ અને ગુરુચરણની સેવા (ભક્તિ) : આ ચાર રત્નો જીવને પુણ્યના ઉદય વિના પાપ્ત ન થાય