તસવીર-એ-બયાં
શૈલેશ રાવલ

કચ્છી બલોયાથી વહેતા મેઘધનુષી રંગો

હૃદયથી ઊઠતી ઊર્મિઓ જ્યારે પંચેન્દ્રિઓ વાટે સૂરથી વહે તેનું નામ કળા અને આ ઊર્મિઓ આંગળીઓના ટેરવેથી નર્તન કરી ઊભરાય પછી જે પ્રગટે તે કલાકૃતિ. આ કલાકૃતિના પ્રાગટ્ય ઉત્સવમાં સહભાગી બને તે બાવળના દાતણનો કૂચો, કાથીની દોરી, નાળિયેરીનાં છોતરાં, બાજરીના ડૂંડા કે પછી પંખીઓનાં પીછાં જેવાં ઓજારો પેઇન્ટ બ્રશનો મુખ્ય રોલ ભજવે. કુદરતી રંગોના રંગનર્તનમાં ગળી, હળદર, કેસૂડાનાં ફૂલ કે પાંદડાં લસોટીને પ્રજ્વલિત કરાયેલો વાદળી, પીળો, કેસરી, લીલો, લાલ વગેરેને છાણ માટીમાં રગદોળી સફેદ ચૂના કે છાગોળ સાથે ભેળવી ઉપસાવેલી રંગોની કુદરતી છોળો ઉડાડી જ્યારે ભીંતો શણગારવામાં આવે ત્યારે અહેસાસ થાય કે આ ખમીરવંતી કચ્છી નારીની આંગળીઓના ટેરવેથી વહેતું મેઘધનુષ સાચે જ રંગ નર્તન કરે છે. જીવંત બનતી ભીંતો પર કલાનો મહાસાગર ઊછળે છે, તેને માણવા કચ્છનાં અંતરિયાળ ગામડાંઓનાં ભૂંગાં ધમરોળવાં પડે!

જ્યાં ખેલાય છે ભૂતાવળો વચ્ચે જંગ

ભારતમાં ઘણી પ્રેતબાધિત જગ્યાઓ આવેલી છે. કેટલીક ખૂબ જાણીતી છે તો કેટલીક અજાણ. આવી એક જગ્યા છે મહારાષ્ટ્રમાં આવેલું નાનકડું ગામ માલવણ. આ ગામ જાણીતું નથી, પરંતુ ત્યાંની ભટકતી ભૂતાવળની વાત રૂંવાડાં ઊભાં કરી દે તેવી છે.

માલવણ ગામ અને તેની આસપાસના લોકોના મતે આ ગામમાં વર્ષના ત્રણ નિશ્ચિત દિવસ (સામાન્ય રીતે ડિસેમ્બર મહિનામાં આ દિવસ આવે છે.) દરમિયાન ગામમાં આત્માઓનો વાસ થાય છે. આ ત્રણ દિવસ ગામના લોકો માટે કોઈ ખરાબ સ્વપ્નથી ઓછા નથી. આમેય માલવણનો રસ્તો તૂટેલો-ફૂટેલો અને ડરામણો છે. અહીં આવનારા મોટેભાગે ગામના લોકો કે તેમનાં સગાંસંબંધીઓ જ હોય છે. જોકે, તે બધા જ ગામના દુષ્ટ અને સારી આત્માઓ વિશે જાણે છે. વર્ષમાં ગામલોકો દ્વારા નિશ્ચિત કરાયેલા ત્રણ દિવસમાં ગામના લોકો ઘરને તાળાં મારીને ગામથી ક્યાંક દૂર ચાલ્યા જાય છે. કહેવાય છે કે આ ત્રણ દિવસ અહીં મોતનું તાંડવ થાય છે. ત્યાં જો કોઈના હોવાનો અહેસાસ થતો હોય તો તે છે દુષ્ટ આત્માઓ અને આત્માઓને પોતાના વશમાં કરવા આવેલા અઘોરીઓનો. આ અઘોરીઓ ત્યાં ભટકીને આવી ગયેલા મુસાફરોના શરીરમાં દુષ્ટાત્માને કેદ કરીને તેમની પાસે પોતાની ઈચ્છાઓ પૂરી કરાવે છે.

ગામવાસીઓ કહે છે કે તેમના બાપ-દાદાઓ પેઢી દર પેઢી તેમને ગામની એક કહાની સંભળાવતા આવ્યા છે. તે મુજબ સદીઓ પહેલાં અહીં એક દુષ્ટ રાજા રાજ્ય કરતો હતો. તે ગામના મુખીની સ્વરૂપવાન દીકરી પર મોહી ગયો અને કોઈ પણ કિંમતે તેને પોતાની બનાવવા માગતો હતો.

માનો યા ના માનો
પ્રશાંત પટેલ

રાજાએ એ યુવતીને ઉઠાવી લાવવા માટે પોતાનું સૈન્ય મોકલ્યું, પરંતુ જ્યારે ગામના લોકોને આ વાતની જાણ થઈ તો તેઓએ છેલ્લા શ્વાસ સુધી ગામની દીકરીને રાજાથી બચાવવા માટે સૈનિકો સાથે લડવાનું નક્કી કર્યું. આમેય ગામલોકો પહેલેથી જ રાજાના જુલમથી ત્રસ્ત હતા અને

વર્ષમાં ગામલોકો દ્વારા નિશ્ચિત કરાયેલા ત્રણ દિવસમાં ગામના લોકો ઘરને તાળાં મારીને ગામથી ક્યાંક દૂર ચાલ્યા જાય છે

હવે તેમનાથી વધારે સહન થઈ શકે તેમ નહોતું. પછી તો ગામવાસીઓ અને રાજાના સૈનિકો વચ્ચે ભીષણ યુદ્ધ થયું. જોકે, ટાંચા હથિયારો સાથે તેઓ સૈનિકોનો મુકાબલો ક્યાં સુધી કરી શકે! ધીરે-ધીરે કરીને ગામના બધા જ લોકો અને અમુક સૈનિકો મોતની આગોશમાં ચાલ્યા ગયા. ગામમાં જે લોકો બચી ગયા હતા તેમને સૈનિકોએ તડપાવી તડપાવીને મોતને ઘાટ ઉતારી દીધા.

ગામવાસીઓ અને સૈનિકો વચ્ચે આ યુદ્ધ ત્રણ દિવસ સુધી ચાલ્યું હતું. ત્યારથી લઈને અત્યાર સુધી એ યુદ્ધના ત્રણ દિવસ વર્ષમાં જ્યારે પણ આવે ત્યારે સૈનિકોના દુષ્ટાત્માઓ અને ગામવાસીઓના આત્માઓ વચ્ચે ફરીથી જંગ ખેલાય છે. દુષ્ટ રાજાના સૈનિકોના આત્માઓ આ દરમિયાન ગામમાં કોઈ પણ વ્યક્તિ દેખાય તો તેઓ તેમને નુકસાન પહોંચાડે છે, તેથી જ આ ગામમાં આ ત્રણ દિવસ દરમિયાન પ્રવેશવું એ મોતને નિમંત્રણ આપવા જેવું છે તેવું ગામવાસીઓનું માનવું છે. ■

prashantvpatel2011@gmail.com

ટ્રાફિક, શરતચૂક અને દૂસરા ચાન્સ

સિમ્પલી સુપર્બ ફિલ્મ 'ટ્રાફિક'માં મુંબઈના ટ્રાફિક કોન્સ્ટેબલ ગોડબોલેનું કિરદાર નિભાવતા મનોજ બાજપેયીના મોઢેથી સહજપણે આવી ફિલસૂફી નીકળી જાય છે, પણ ખરેખર તો આ વાત એ ખુદને જ ધ્યાનમાં રાખીને બોલે છે. ટ્રાફિક કોન્સ્ટેબલ તરીકે 'તોડબાજી' કરતાં રંગેહાથ ઝડપાયેલો ગોડબોલે સમજે છે કે તે હવે દીકરી સહિત બધાની નજરમાંથી ઊતરી ગયો છે. આમ પણ, લોકો હંમેશાં પરિણામો પરથી જ અભિપ્રાયો બાંધી લેતા હોય છે, પણ એ પરિણામ પાછળની પારાવાર લાચારી કે પીડાદાયી પરિસ્થિતિને સમજવાનો પ્રયાસ રતીભર કરતા નથી. બસ, આ બદનામી કે કલંકના ડાઘને ભૂંસવામાં કદાચ મદદરૂપ થશે એમ વિચારીને ગોડબોલે ટોમ ક્રૂઝની અદાથી એક 'મિશન ઈમ્પોસિબલ' માટે હાથ ઊંચો કરી દે છે. માત્ર અઢી કલાકમાં એક ધબકતું હૃદય લઈને તેણે મુંબઈ-પૂના વચ્ચેનું એકસો સાઠ કિલોમીટરનું અંતર કાપવાનું છે. ધોધમાર વરસાદ વચ્ચે ક્લિયર વિઝિબિલિટીની શક્યતા ઓછી છે અને અધિક માસ જેવો તોતિંગ ટ્રાફિક તો વીંધવાનો જ છે. ધબકતું હૃદય, હાર્ટસર્જન અને અન્ય એક વ્યક્તિને લઈને એકસો વીસની ઝડપે મુંબઈથી નીકળેલા ગોડબોલેને ખબર નથી કે રસ્તામાં તેની સાથે કેવી અપ્રત્યાશિત ઘટના બનવાની છે અને એક તબક્કે તો મુંબઈ ટ્રાફિક પોલીસ કમિશનર હતાશ થઈને 'મિશન' કેન્સલ પણ કરી દેવાના છે છતાં...

અસામાન્ય
નરેશ શાહ

આ વિરલ કાર્ય કરવા ગોડબોલે તૈયાર થાય છે, કારણ કે તેને આ 'મિશન'માં પોતાની ઈમેજ સુધારવાનો 'સેકન્ડ ચાન્સ' દેખાઈ રહ્યો છે. અલબત્ત, વાસ્તવિકતા એ છે કે રસ્તા પર થતી ડ્રાઈવિંગની શરતચૂકમાં 'સેકન્ડ ચાન્સ' હોતો નથી. સ્વર્ગીય રાજેશ પિલ્લઈની અદ્ભુત ફિલ્મ 'ટ્રાફિક' જોયા પછી વિચારોનું એક વાવાઝોડું દિમાગમાં ફૂંકાઈ જાય છે, પણ હથોડાની જેમ વિંઝાય છે, એ મુદ્દો છે રોડ-રસ્તા પર થતા અકસ્માતો. આવા અકસ્માતોની ચર્ચા આપણે ત્યાં સલમાન ખાનો કે કોઈ રઈશનાં ટીનએજ સંતાનો લક્ઝરી કારથી કોઈને કચડી નાખે ત્યારે જ બિલાડીના ટોપની જેમ થાય છે. પછી જિંદગી ધકેલ પંચા દોઢસોની બીબાઢાળ ગતિમાં ફરી ગોઠવાઈ જાય છે. ભૂલી જવાય છે કે આપણા દેશમાં રોજ (હા, રોજ) ચારસો લોકો રસ્તા પરના ફેટલ અકસ્માતમાં પોતાનો જીવ કાઢી નાખે છે. 2014 કરતાં 2015માં આવા કેસનું પ્રમાણ સાડા ચાર ટકા વધુ હતું, પણ સેન્સેક્સ પરથી આપણું ધ્યાન ભાગ્યે જ આવા કોઈ રેસિયા પર જાય છે. ચોંકાવી દે તેવી વાત તો એ છે કે સૌથી વધુ જીવલેણ અકસ્માતો લાઈસન્સધારી ડ્રાઈવરો જ કરે છે. એ સાચું કે મોટાભાગના અકસ્માતો શરતચૂકથી થતાં હશે, પણ આ શરતચૂક પણ માત્ર ટ્રાફિકના નિયમો વિશેની અજ્ઞાનતામાંથી જન્મતી હોય છે. દાખલા તરીકે આ નિયમ જુઓ : રસ્તા પર પશુ કે ઢોર જતાં હોય તો શ્રેષ્ઠ રસ્તો એ છે કે તમે વાહન ઊભું રાખી દો. આપણામાંના મોટાભાગના લોકો કાન ફાડી નાખે તેવા હોર્ન જ મારતા હોય છે કે જેનાથી ઢોર કે પશુના ભડકવાના ચાન્સ વધી જાય છે. અરે, આપણને તો એ પણ ક્યાં ખબર છે કે ટુ વ્હીલર વધુમાં વધુ કેટલી સ્પીડે ચલાવી શકાય. માત્ર કારને જ પાંસઠ કિલોમીટરથી વધુ ઝડપે ચલાવવાની આર.ટી.ઓ. છૂટ આપે છે. એક વખત લાઈસન્સ મળી જાય પછી આપણે ન તો ટ્રાફિકના નિયમોને સમજવામાં માનીએ છીએ કે ન તો જાણવામાં.

આપણી ટ્રાફિક પોલીસ થોડો વહેવારુ અભિગમ રાખે છે એટલે ગુનાનું ચલણ ફાડતી નથી, પણ નિયમ તો

સૌથી વધુ જીવલેણ અકસ્માતો લાઈસન્સધારી ડ્રાઈવરો જ કરે છે. એ સાચું કે મોટાભાગના અકસ્માતો શરતચૂકથી થતાં હશે

એવો પણ છે કે કારમાં આગળની સીટ પર દસ વર્ષથી મોટું બાળક હોય તો તેણે પણ સીટબેલ્ટ બાંધવો ફરજિયાત છે. એ જ રીતે ડ્રાઈવિંગ વખતે તમારી પાસે ઓરિજિનલ (ઝેરોક્ષ કે પ્રમાણિત નકલ નહીં!) લાઈસન્સ હોવું એ પણ ફરજિયાત છે, પણ અમારા-તમારા કેટલાય મિત્રો આ કાયદો પાળતા નથી એ આપણે જાણીએ છીએ. 'ટ્રાફિક' મૂવિ જોઈને જ મને ટ્રાફિકના નિયમોનો સ્ટડી કરવાનું મન થયું તો એવા એવા નિયમ જાણવા મળ્યા કે ચકિત થઈ જવાય. વાહનોને આડેધડ પાર્ક કરવામાં આપણે બધા શૂરવીર છીએ. ટ્રાફિકના આર.ટી.ઓ. માન્ય નિયમ એમ કહે છે કે અન્યને નડતરરૂપ થાય તેમ વાહન રાખનાર (ને દંડ ઉપરાંત)નું લાઈસન્સ પણ સસ્પેન્ડ અથવા રદ થઈ શકે છે. મુંબઈના લોકોને લોટરી જેવો લાગે તેવો એક નિયમ પણ જાણી લો : ઓટો રિક્ષાચાલક જો ટૂંકા અંતરના ભાડા માટે ઈન્કાર કરે તો તેને દંડ તો થઈ શકે જ છે.

ટુ વ્હીલર પર બેથી વધુ સવારી, જરૂરિયાત વગર હોર્નનો વારંવાર ઉપયોગ, હેલ્મેટ વગર ટુ વ્હીલર ચલાવવું, હાથ કે લાઈટના સંકેત વગર વળાંક લેવો કે ઓવરટેક કરવો એ તમામ નિયમભંગ છે. મતલબ કે ગુનો છે અને તેની સજા ભારતીય કાયદા મુજબ તો કદાચ, તદ્દન નજીવી હોઈ શકે, પણ ન કરે નારાયણ, આવા નિયમભંગથી અકસ્માત થઈ જાય તો પછી 'ટ્રાફિક' ફિલ્મના કોન્સ્ટેબલ ગોડબોલેની આ વાતનો કોઈ અર્થ રહેતો નથી. દૂસરા ચાન્સ તો હર કિસી કો મિલના ચાહિએ! ■

nareshshah01@gmail.com

ફોટૂન -વિનુ વિચિત્ર

ક્રોસવર્ડ -ભૂપેન્દ્ર શાહ

1		2		3	4	■
	■		■	5		6
7			■		■	
9		■	10	■	11	
■	12	13				■
14				■	15	16
	■		■	17		

આડી ચાવી

1. ગામના મોટા પ્રતિષ્ઠિત માણસોનું મંડળ (4)
4. કાપડની પહોળાઈ (2)
5. ગળામાં પહેરવાની મોટી માળા (2)
6. ધીરેથી મારેલી થપાટ (3)
7. સંસ્કારી નગરી તરીકે જાણીતું શહેર (4)
9. રાજ્યની દોલત કે સંપત્તિ (3)
12. મિજાજ, અહંકાર, ફાંકો (2)
13. સીતાજીના પિતા (3)
15. અઠવાડિયાનો દરેક દિવસ (2)
16. વનમાં વસનારું (4)
17. વણવાનો ધંધો કરનાર (4)

ઊભી ચાવી

1. અભ્યાસ, ટેવ, પ્રેક્ટિસ (4)
2. ખાંડના ચકતાંનો હાર (3)
3. નૃત્ય કરતા શિવજી (4)
4. ભૂતપ્રેત (3)
8. ચીરો, ફાટ, તિરાડ (3)
10. સગું, સંબંધી, પોતાનો માણસ (3)
11. સોના રૂપાનો કસ કાઢનાર (3)
12. બારણે લટકાવાતો પાંદડાંનો હાર (3)
14. મુસલમાન રાજા, સૂબો (3)
15. પગથિયાવાળો કૂવો (2)
16. પતિ, ધણી, હસબન્ડ (2)

આડી ચાવી: 1. મહાજન 4. પનો 5. હાર 6. ટપલી 7. વડોદરા 9. રાજસ્વ 12. તોર 13. જનક 15. વાર 16. વનવાસી 17. વણકર **ઊભી ચાવી:** 1. મહાવરો 2. હારડો 3. નટરાજ 4. પલીત 8. દરાર 10. સ્વજન 11. ચોકસી 12. તોરણ 14. નવાબ 15. વાવ 16. વર

માઈન્ડ વેલ -રમેશ દેવરિયા

અનુસંધાન

વિહાર

યથાવત્ છે, આશા છે કે તમે વાંચતા હશો ત્યાં સુધીમાં સ્પષ્ટતા થઈ ગઈ હશે. ■

છેલ્લો ઘા: ભયંકર ગરમીમાં મોં પર મુસ્કાન લાવી દેતો વોટ્સએપ મેસેજ: 'અત્યારે તો ટાઢિયો તાવ આવે તો મજા પડી જાય.

લોકો પરસેવે નહાતા હોય, ગરમીમાં અકળાતા હોય અને આપણે બે ગોદડાં ઓઢીને પડ્યા હોઈએ. કેવી મજા પડે નહીં?'

kana.bantva@dbcorp.in

નીલે ગગન કે તલે

કરવાના આશયથી બનેલી ફિલ્મોમાં કથા કરતાં નિબંધ વધુ વંચાય છે.

ગગનવાલાને કાઈન્ડોફ ગમી રુચિકા ઓબેરોય લિખિત, દિગ્દર્શિત પ્રવાલદ્વીપ મુંબઈની પરસ્પર તિરછી સાંકળવાળી ત્રણ કહાણીઓની સુરેખ, સફળ 'ફિલ્મ' ફિલ્મ 'આયલેન્ડ સિટી'. ન જોવાયાનો વસવસો, શોર્ટ્સ ફિલ્મોનો, જેમાં નવલોહિયા દિગ્દર્શકોના મગજની સેલ્ફી દેખાઈ હોત. ફીચરમાં 'સિનેમાવાલા', 'મોહ માયા એન્ડ મની', 'કથાનદી', 'સિનેમાવાલા', સૌમિત્ર અભિનીત 'પીસ હેવન' અને ખાસ તો રિન્કુ કેલ્સીની તમિલ કથા 'ફોર ધ લવ ઓફ મેન' જે અતિતારક રજનીકાન્તના ચાહકોની રંગરેલિયાની કથા છે.

આવા ફિલ્મુત્સવો જૈફ ગગનવાલાને જીજાનથી આકર્ષે છે, ક્યોંકિ પૃથ્વીના ગોળાના સામા છેડે ભારતના તરુણ હૈયાં શું શું વિચારે છે; અસમિયા કે દક્ષિણ ભારતની ભાષાઓના લોકો કેવી જીવની ગુજારે છે; તેનો એક ગ્રાફ રજૂ કરતા હોય છે અને જાને મન! ફિલ્મ તો ટોટલ આર્ટ છે, યાહ? એમાં મ્યુઝિક છે, ફોટોગ્રાફી છે, પોએટ્રી છે, ફિક્શન છે, પેઈન્ટિંગ છે, ડ્રામા છે અને યાહ, એક હાર્ટ સોંસરવું ઊતરી જાય એવું ખંજર છે-મીન્સ કે આય હાર્ટ 'નાઈફ'. જય રજનીકાન્થ! ■

madhu.thaker@gmail.com

બ્લેક એન્ડ વ્હાઈટ

કિંમત કહીને તેમને આંચકો આપ્યો. આવું ચાર-પાંચ વાર બન્યું એટલે મુલ્લા નસીરુદ્દીન ચિડાઈ ગયા. તેમણે અકળાઈને કહ્યું કે, 'આ વિસ્તારમાં કોઈ ચારિત્ર્યવાન સ્ત્રીઓ નથી?'

'અફકોર્સ! છેને, પણ તેમની કિંમત બહુ ઊંચી છે!' મિત્રએ જવાબ આપ્યો.

મુંબઈની ફાઈવસ્ટાર હોટેલ્સમાંથી પકડાતી મોડેલ્સ અને ટીવીસ્ટાર્સ આવી 'ચારિત્ર્યવાન' યુવતીઓ

સમય સંકેત

વખત રાજ્યસભામાં સાંસદ રહ્યા છે અને વાજપેયી સરકારમાં કાયદો, ન્યાય અને કંપની અફેર્સના રાજ્યમંત્રી તરીકે પણ સેવા આપી ચૂક્યા છે, પરંતુ ચૂંટણી પહેલી વાર જીત્યા છે.

અચ્યુતાનંદન અને રાજગોપાલ ઉપરાંત પશ્ચિમ બંગાળમાં ફરી અને પહેલાં કરતાં ભવ્ય વિજય મેળવનારાં મમતા બેનરજી 61 વર્ષનાં છે તો તમિલનાડુમાં પોતાના પક્ષને ફરી સત્તા પર લાવનારાં જયલલિતા પણ 68 વર્ષનાં છે. આમ, રાજકારણમાં વયનો અને વયનિવૃત્તિનો મુદ્દો જરા જુદી રીતે વિચાર માગી લે છે. જોકે, આપણે ત્યાં યુવા નેતૃત્વને નામે ખરેખર તો વડીલ નેતાઓને હાંસિયામાં ધકેલવાની વ્યૂહરચના જ અપનાવાતી હોય છે. બાકી, મહાભારતનો શ્લોક છે કે જે સભામાં સફેદ વાળવાળા વૃદ્ધો નથી, એ સભા જ નથી! પણ સત્તાકાંક્ષીઓને મહાભારતનાં મહાબોધવચનો સાથે શું લાગેવળગે! ■

La -ફટર

પ્રગટ થયા. ભારતની પાંચ હજાર વર્ષની સંસ્કૃતિ કોઈએ ક્યારેય ના પહેર્યા હોય એવા 'વાઘા' જોઈ બાધા બની ગયા. ભાગવત સપ્તાહ પછી પોતાનાં બાળકોનો ફેશન શો જોવા રોકાયેલા વડીલો એમના પાલ્યોનું આવું કરતૂત જોઈ અકળાયા. 'બંધ કરો આ બધું. સ્ટોપ ધિસ નોનસેન્સ.' એવી બૂમો પડી. ફેશનના નામે આપણી સંસ્કૃતિનું અપમાન થતું જોઈ અકળાયેલા વડીલોની રાડારાડીના લીધે ફેશન શો અટકી ગયો. વિન્ની-બિન્ની અંગ્રેજીમાં ઝઘડવા આવ્યા તો ત્યાં હાજર 'ડોહાઓ'એ લાકડી ઉગામી. એમને શુદ્ધ ગુજરાતીમાં 'મણ-મણની સંભળાવી' વિન્ની-બિન્ની છૂ થઈ ગયાં અને પછી ભરતે જાતે પોતે ભજનો ગાઈ સપ્તાહની પૂર્ણાહુતિ કરી. ■

vinaydave.bhaskar@gmail.com

આપણી વાત

કરે. ભક્તોને નરી આંખે દેખાય છે, પણ દેવસ્થાનેથી જે પ્રસાદ મળે એ ખાઈ જ લેવો જોઈએ, આ માન્યતા આપણાં દિમાગમાં એટલી હદે ઘર કરી ગઈ છે કે, ના પાડવાની હિંમત નથી થતી. અબીલ ગુલાલથી રંગાયેલાં સાકરિયાં, કોપરું, શીરો અને પેંડા આપણે પ્રેમથી ખાઈ લઈએ છીએ. કોઈની લાગણી દુભાવવાનો ઈરાદો નથી, પણ એક પ્રશ્ન મને હંમેશાં થાય છે કે, મંદિરમાં મૂર્તિને સ્નાન કરાવ્યા પછી જે પાણી નીચે એકઠું થાય એ શું કામ ચરણામૃતના નામે પીવું જોઈએ? એમાં કોઈ જાદુઈ તત્ત્વ હોય છે? એ હન્ડ્રેડ પરસેન્ટ ચોખ્ખું જ હોય? એક તરફ મિનરલ વોટર પીવાનો આગ્રહ રાખવાનો અને બીજી તરફ દેવસ્થાનેથી મળતું જેવું તેવું બધુંયે ભક્તિભાવપૂર્વક મોઢામાં મૂકી દેવાનું. દુકાન કે રેસ્ટોરાંમાં તો વસ્તુ લેવાની, ખાવાની ના પાડી શકાય, લઈને પછી ન ભાવે તો પડતું પણ મૂકી શકાય, પરંતુ કોઈ ધાર્મિક સ્થળે આવી ગુસ્તાખી કરી શકો? ■

viji@msn.com

મનદુરસ્તી

ગુસ્સાના બે પ્રકાર પાડી શકાય. એક, પર્સનલ એંગર- મતલબ પોતાનાં વ્યક્તિગત કારણોને લઈને કરવામાં આવતો ક્રોધ જેમ કે, અપમાન થયાની લાગણી અને બીજો, ઈમ્પર્સનલ એંગર- એટલે કે પોતાને બહુ લાગુ પડતું કારણ ન હોય છતાં કૂદી પડવું અને ક્રોધ કરવો. જેમ કે ટ્રાફિકનો પ્રોબ્લેમ.

સામાન્ય સંજોગોમાં જે લોકો ઝડપથી ગુસ્સે થતા હોય છે તે લોકો અચેતન સ્તરે પોતાને ક્યાંક ભૂતકાળમાં અન્યાય થયો છે તેવી ધરબાયેલી લાગણીથી પીડાતા હોય છે. તો વળી કેટલાકને અહંકારનો એરુ આભડી ગયો હોય છે. કેટલાકમાં વ્યક્તિત્વના ભાગરૂપે આક્રમકતા અંકાયેલી હોય છે. નકારાત્મક લાગણીઓ સામાન્ય ગુસ્સા કે ચીડિયાપણાથી શરૂ થાય છે. ગુસ્સાથી બીજા લોકો ગભરાઈને કે મનાવવા માટે એને અનુરૂપ વર્તન કરતા થાય એટલે ફરીથી એ વ્યક્તિમાં ક્રોધ કરવાના વર્તનનું પુનરાવર્તન થાય છે. આમ, ગુસ્સો કરવાનું વર્તન જાણે-અજાણે 'શિખાય' છે. અલબત્ત, માતા-પિતાની ક્રોધની અભિવ્યક્તિ પણ બાળક સીધેસીધી અપનાવી લે છે, જે મોટી ઉંમર સુધી ચાલુ રહે છે.

આદિત્યભાઈને રિલેક્સેશન સાથે ઈનસાઈટ ઓરિએન્ટેડ સાયકોથેરપી અપાઈ. ચેતન કક્ષાએ બીજાના ઓપિનિયનનો સ્વસ્થ સ્વીકાર કરવાથી અંતે પોતાને જ ફાયદો થાય છે. ગુસ્સાના કારણને ઓળખીને એને કંટ્રોલ કરવો શક્ય છે. આદિત્યભાઈને કાઉન્સેલિંગ સાથે સિગારેટ, તમાકુ જેવાં વ્યસનોનો ત્યાગ, રેગ્યુલર એક્સરસાઈઝ અને મેડિટેશન ખૂબ ઉપયોગી થયાં. ■

વિનિંગ સ્ટ્રોક: ગરમીને લીધે ગુસ્સો હોય કે ગુસ્સાની ગરમી હોય, બંને પોતાને અને પોતાની આસપાસના લોકોને અવશ્ય દઝાડે છે.

drprashantbhimani@yahoo.co.in

ડૉક્ટરની ડાયરી

'હવે શું? ભગવાન તમારા બેય પર મહેરબાન લાગે છે. આ વખતે એની ઈચ્છાને વધાવી લો. દીકરો પણ હવે ત્રણ વર્ષનો થવા આવ્યો છે. બીજું બાળક જન્મશે ત્યાં સુધીમાં એ સાડા ત્રણનો થઈ ગયો હશે.'

બિંદીએ સંમતિમાં માથું હલાવ્યું, 'હા, મારે પણ બીજું બાળક તો જોઈતું જ હતું. ભલે આવી જતું!'

પૂરા મહિને બિંદીએ દીકરીને જન્મ આપ્યો. દીકરી દોઢેક મહિનાની થઈ ગઈ ત્યારે એમના ઘરની પાસેના એક જાહેર દવાખાનામાં લેપ્રોસ્કોપિક નસબંદીનો કેમ્પ યોજાયો હતો.

પુલિને મને ફોન કર્યો, 'સર, કેમ્પમાં જે ફેમિલી પ્લાનિંગનાં ઓપરેશનો થાય છે તે સારી રીતે થતાં હોય છે?'

'હા, ત્યાં પણ ડોક્ટરો હોશિયાર જ હોય છે, તમારે કોનું ઓપરેશન કરાવવું છે? બિંદીનું?'

'હા.' પુલિને કહ્યું. મેં હા પાડી દીધી. ઓપરેશન થઈ ગયું. પુલિન અને બિંદી ખુશ હતાં. હવે કોઈ સાધન વાપરવાની ઝંઝટમાંથી છૂટકારો મળી ગયો હતો.

જોકે, એમની આ ખુશી લાંબું ના ટકી શકી. ચાર મહિના પછી બંને ફરીથી મને મળવા આવ્યાં. આ વખતે બિંદી રડતી હતી. પુલિન ભારે ગુસ્સામાં હતો, 'સર, એ ડોક્ટરે ઓપરેશન બરાબર કર્યું જ નહીં હોય, એ સિવાય બિંદી ફરીથી પ્રેગ્નન્ટ થાય જ શી રીતે? હું એની વિરુદ્ધમાં કોર્ટમાં ફરિયાદ કરીશ.'

'હારી જઈશ. એવી ભૂલ ના કરતો. ટ્યુબેક્ટોમીના ઓપરેશનનો પણ એક નિશ્ચિત ફેઈલ્યોર રેટ છે. અમારી ટેક્સ્ટ બુક્સમાં એ લખેલું છે. તમારી કમનસીબી એ છે કે આ તમામ પદ્ધતિઓ તમારા એકલાના કિસ્સામાં જ ફેલ ગઈ છે. મને લાગે છે કે હવે બિંદીનું ગર્ભાશય જ કઢાવી નાખવું પડશે.' ■

drsharadthaker@yahoo.com