ગાંધીનગર સમાચાર

નમસ્કાર ગાંધીનગર

પમરાટ

આંખોથી લઈશું કામ, હવે બોલવું નથી;
રૂપાળું એક નામ, હવે બોલવું નથી.

યૌવનમાં એક રેશમી સાહસ કર્યું હતું,
કેવું મળ્યું ઇનામ, હવે બોલવું નથી.

પૂછો ના પ્રીત મોંઘી છે કે સસ્તી છે દોસ્તો,
ચૂકવી દીધાં છે દામ, હવે બોલવું નથી.

- 'સૈફ' પાલનપુરી

પાથેય

- રમેશ ઠક્કર

રેશમી સાહસ એટલે પ્રેમ...

મારા અતિપ્રિય કવિ 'કલાપી' પણ ગજબ છે.....એ કહે છે.."હર્ષ શું ઝિન્દગીમાં ને હર્ષ શું હોત મોતમાં? પ્રેમના રંગોથી જો ના રંગાયું હોત વિશ્વ આ..." વાસ્તવમાં પ્રેમ એક અમોઘ રસાયણ છે...પ્રેમ કરવા માટે કોઇની રજાચિઠ્ઠી લેવાની જરૂર પડતી નથી..પરમીટથી થાય એ પ્રેમ નથી..બાળકને સાહજિક મળી જતી પીપરમીંટ એટલે પ્રેમ.તમે કવિતા લખો એટલે 'કલાપી'જ કહેવાઓ એવું નથી હોતું..કલાપી તો નશીબદાર હતા જેમને પ્રેયસી અને શબ્દોની નકશી બંને મળ્યાં..પરંતુ 'તમારી પ્રેરણામુર્તિ કોણ?' એવું દરેક કવિને પુછવામાં તરોતાજા કુતૂહલ હોય છે...હકિકતમાં આનો જવાબ એટલો સીધોસાદો નથી હોતો..એનો અર્થ એ પણ નથી કે પ્રેમની અભિપ્સા જ કવનનો માંડવો બની જાય છે..નવોઢાનું રૂદન પણ ઉત્કટ પ્રેમનું સ્પંદન બની જાય છે. પ્રેમ કયાં નથી? વૃધ્ધ માતા ની તરડાયેલી ત્વચાની આંકળીઓનો સ્પર્શ એ શું પ્રેમ નથી..? એ ભુલકાંઓની ભાવુક આંખ છે..કોઇ યાયાવર પક્ષીની પાંખ છે..એ આકાશની અસીમતા છે..માશૂકાના ગાલની લાલી છે..એનો રંગ ગેરુઓ છે કે એમાં શ્રધ્ધાની રંગપુરણી છે? એ વડિલનું વ્હાલ પણ હોઇ શકે..ને ટાબરિયાંની ધમાલ પણ હોઇ શકે...એ કોઇ મુગ્ધાનો મનસુબો છે..કે નાના દિયરીયાને રોમાંચ કરાવતા ભાભીના હાથની મહેંદીની ડિઝાઇન? ઘણાને માટે એ પરમેશ્વર છે..તો કોઇકનો તારસ્વર છે..પ્રેમ એ પામવાનો હોય કે વિસ્તારવાનો ?,એ સમજણમાં જ જીવનસાર છે.અભિવ્યકત થાય એ સ્નેહ કે અવ્યકત રહીને ટપકયા કરે એ..પ્રેમ? એ હિંસક હોઇ શકે? મીરાંના હદયને વાગતી કટારી કેટલી નજાકતથી હિંસા કરી જાય છે એની અનુભૂતિ કરવા આપણે ઘેલા બનવું પડે..ડહાપણથી એ દૂર ભાગે છે..ઇશારાથી આત્મીય થઇ જાય છે.."ઘાયલ" એટલે જ કહે છે

'ઇશારોય કેવો મભમ થઇ ગયો છે..
અગમ થઇ ગયો છે,નિગમ થઇ ગયો છે.'

પ્રેમ અવ્યાખ્યાયિત છે..છતાં એની હજજારો પ્રતો છે..હકિકતો છે..ખરેખર તો કોઇકને ચાહવું, એટલે ઇશ્વર તરફ ચાલવું..પામવું એટલે વ્યાપ્તિ પરિતૃપ્તી નહીં....!

રામનો ડર રાખીને ચાલો, કોઈનાથી બીવાપણું નહીં રહે

નબળા શરીર માટે ટૉનિકની જરૂર છે તેમ નબળા મન માટે રામનામની જરૂર છે. ગાંધીજી કહેતા કે સત્ય, અહિંસા અને બ્રહ્મચર્યના સંપૂર્ણપણે આચરણ કરવા માટે રામનામ જ સર્વોત્તમ છે. રામનામમાં અમોઘ શક્તિ છે જે આપણા શરીરને ઊર્ધ્વગામી ગતિ આપે છે. કબીર કહે છે કે મારી પાસે રામ નામનો આધાર છે. જે મને જિવાડશે અને મને જિવાડનારો રામ જ મારી પાસે છે તો મરવાનું શું?

'' સુન્ન મરૈ, અજપા મરૈ,અનહદ હૂ મરિ જાય; રામ સનેહી ના મરૈ, કહ કબીર સમુજાય''

રામ એ દશરથપુત્ર જ નહીં, પણ જગન્નિયંતા પરમેશ્વર છે. રામ કરતાં રામનામ મોટું છે. રામનામમાં જ બધું આવી જાય છે. તે આત્મસંયમમાં મદદરૂપ થાય છે. રામનામ ગાંધીજીને ગળથુંથીમાં મળેલું અને તેથી જ તેઓ કહેતાં કે ''રામનામ લઈ ને જ ભયમુકત થઈ શકાય''. અનેક વિકટ પ્રસંગોમાં તે રક્ષક થઈ પડે છે. મોઢેથી રામનામ બોલવું એ શ્રેષ્ઠ છે. જિહવાથી બોલાયેલું તે હૃદયમાં ઉતરે છે. રામ રટણ જેને હૃદયસ્થ થયેલ છે તેને ઉચ્ચારણની આવશ્યકતા હોતી નથી. તે તો હૃદયમાં નિરંતર ગુંજ્યા કરે છે અને તે કદી અવિચારી પગલું ભરતા નથી. માનવીએ પોતાના સંકલ્પોને પ્રેરણા આપવા રામનામનું રટન યંત્રવત ન બનાવતાં વિચારપૂર્વકનું હોવું જોઇયે. માનવીએ પોતાના સંકલ્પોને પ્રેરણા આપવા રામનામનું રટણ યંત્રવત કરવાની જગ્યાએ વિચારપૂર્વકનું હોવું જોઇયે. અંગ્રેજ કવિ મિલ્ટન કહે છે કે ' માનવીનું મન ચાહે તો નરકને સ્વર્ગ ને સ્વર્ગને નરક કરી શકે છે. ' પણ રામનામ એ આત્મશુદ્ધી માટે છે અને તેથી જ રામનામ લેનારના મનમાં ખરાબ વિચારો આવતા નથી. જેના હૃદયમાં જ્યારે રામનામ અંકિત થાય ત્યારથી તેનું નવું જીવન શરૂ થાય છે અને છેવટે તે દિલમાં જડાઈ જાય છે પરીણામે ઈશ્વરની એવી કૃપાના અધિકારી થવાય છે કે આપણું શરીર, મન અને આત્મા સંપૂર્ણપણે નીરોગી રહે છે અને મન, કર્મ અને વચનથી કોઈ ને દુઃખ કે ઈજા પહોંચે તેવો વ્યવહાર નથી કરતો. બીજાના દુઃખોનું નિવારણ કરવાને ખાતર જાતે દુઃખ સહન કરવાનો તેના જીવનનો એક ભાગ બની જાય છે અને જીવન શાશ્વત શાંતિથી ભરાઇ જાય છે. જે દિલથી રામનું રટણ કરે છે તેના માટે તપ, મંત્ર, સંયમ, તંત્ર, યોગ, પૂજા બધું નામ માત્રનું રહે છે. જાતને પ્રભુમાં ઓગાળી દેવામાં આવે, પોતાને હરિને નામે વેચી નાખવામાં આવે ત્યારે જ નરસૈયો હરિને મટુકીમાં ઘાલી વેચવા નીકળી શકે અને મીરા તેના મોલ કરી શકે.

sscharan_aaa@yahoo.co.in

' માઈ મૈં તો ગોવિંદ લીનો મોલ,
કોઈ કહે હલકી, કોઈ કહે ભારી, લિયો તરાજૂ તોલ,
કોઈ કહે સોંહગો, કોઈ કહૈ મોહગો, લિયો હીરો સૂં તોલ.'

આપણે રામ, કૃષ્ણ, ઈશુ, અલ્લાહના ભૌતિક શરીરની પૂજા કરીએ છીયે, રામનામ છાપેલા વસ્ત્રો શરીર ઉપર પહેરીયે છીએ, એ પ્રમાણે નામ રાખીયે છીયે. આ બધું તો ઠિક છે પણ સાચું તો અંતરપ્રેરણાથી નીકળેલું રામનું નામ જ રામબાણ થઈ શકે. જ્યારે દ્રૌપદી ચિર પુરવા ભીષ્મ, દ્રોણાચાર્ય, પાંડવો, ધૃતરાષ્ટ્રને વિનવે છે પણ દુઃશાસન જેવા શૈતાન સામે આ નિઃસહાય દ્રૌપદીને કોઈ બચાવી શકતું નથી ત્યારે સુરદાસે કહ્યું છે તેમ : ' સુનેરી મૈને નિર્બલ કે બલ રામ ' દ્રૌપદી કૃષ્ણને સપૂંર્ણ સમર્પિત થઈ પુકારે છે.. હે...ગોવિંદ...હે ગોવિંદ અને ત્યાં જ પ્રભુકૃપા. ઈશરદાસજી હરિરસના એક દુહામાં કહે છે કે વિભીષણને લંકા ફક્ત રામ નામના જાપથી જ મળી હતી.

''દાખે ઈશરદાસ યોં, કટક નહોણાં કીધ; 'રામ રામ' રટતાં થકાં, લંક વિભીષણ લીધ.''

(વિભીષણે સૈન્ય ભેગું કરી લંકા નહોતી લીધી પણ રામ રામના રટણ થકી લંકા લીધી હતી.)

પવિત્ર લોકોના હૃદયમાં સદાય વસે છે તેવો રામનામનો મંત્ર તુલસીદાસે રામાયણમાં આપણને આપ્યો છે. રામનામ એવા લોકો માટે નથી કે જે હંમેશા એવી ઈચ્છા રાખીને બેઠા હોય છે કે સંકટના સમયે ઈશ્વર આપણને બચાવી લેશે. પણ એ તો એવા માટે છે જે ઈશ્વરથી ડરીને ચાલે છે. રામનો ડર રાખીને ચાલો, તો જગતમાં રાજા કે રંક, કોઈનાથી બીવાપણું નહીં રહે. રામનામને હૃદયસ્થ કરવા માટે અંદર ને બહાર સત્ય,પ્રામાણિકતાઅને શુદ્ધિના ગુણ કેળવી ધીરજ ધરવાની જરૂર છે. તેમાં યુગના યુગ પણ વહી જાય એવું પણ બને પણ મહેનત કરવા જેવી છે. બાકી આખરનું ફળ તો ઈશ્વરની કૃપા પર અવલંબે છે. દેહ ધારણ કરવાનું ઉત્તમ ફળ એટલે રામનામ લેવું તે સમજાવતાં ભક્તવર ઈસરદાસજી કહે છે આવો શ્રેષ્ઠ માનવ અવતાર મળ્યો હોય ત્યારે શું કરવું જોઈયેઃ

'' ભાગ્ય બડા તો રામ ભજ, બખત બડા કછુ દેહ; અકલ બડી ઉપકાર કર, દેહ ધર્યા ફળ એહ.''

રામનામની અમૂલ્ય મૂડી જમા કરાવવા અને તેનો લાભ આલોક તેમજ પરલોકમાં પણ મળે તે માટે પ્રયાગરાજ ખાતે વિશ્વની સૌથી મોટી અને અનોખી રામનામ બેંક ખોલવામાં આવી છે. આ બેંકમાં ખાતું ઓનલાઈન અને ઓફલાઈન બંને મોડમાં ખોલી શકાય છે. જેમાં રામ નામ લખી જમા કરાવવાનું હોય છે. આ બેંકમાં અત્યાર સુધીમાં લાખો લોકોએ પોતાના ખાતા ખોલાવ્યા છે. એટલું જ નહીં દર વર્ષે માઘ મેળામાં વધુ રામ નામ લખનારાઓને આ બેંક દ્વારા સન્માનિત કરવામાં આવે છે. રામનું નામ લખનારે તમભોજ એટલે લસણ, ડુંગળી, માંસ, માછલીનું સેવન ન કરવું અને ખોટું ન બોલવાના નિયમો પાળવાના હોય છે.

(મો.) ૯૪૨૮૨ ૧૯૦૩૧

ઊર્મિની એકાદ સિસોટીથી ઉપડી જતી સ્નેહની ગાડી....!

ગમવાનું કોઈ ચોક્કસ ગણિત હોતું નથી.પ્રેમ કદાચ પ્રથમ નજરનો હોઈ શકે પણ ગમવાની બાબતમાં થોડીક અલગ વાત છે.આપણે ઈચ્છીએ તો કોઈપણ ચીજને પ્રયત્નપૂર્વક મનગમતી કરી શકીએ છીએ.ગમવાની બાબત માણસના અભિગમ ઉપર આધારિત હોય છે.આપણા એક ગુજરાતી કવિ કહે છે કે જગતમાં એકકેય એવું ફુલ નથી કે જે મને હો ના ગમ્યું ! આ હકીકત માત્ર પુષ્પને તમામ ચીજોને લાગુ પડે છે.

કોઈ પ્રશ્ન કરે કે માણસને સૌથી વધારે શું ગમે ? તો એનો જવાબ એ હોઈ શકે કે માણસની સૌથી પહેલી પસંદ એ પોતે જ હોય છે ! આપણને સહુને આપનું પોતાનો જ દેખાવ ગુણ કે વિચારો ગમતા રહે છે.એ એટલી હદ સુધી કે ઘણા માણસો તો માનસિક રોગની કક્ષાએ પહોંચી જાય છે.એક રાજકુમારની વાર્તામાં આવતું એમ એને પોતાનો ચહેરો એટલો ગમતો કે એ આખોદિવસ એક તળાવના સ્વચ્છ જગતમાં પોતાનું પ્રતિબિંબ જોયા કરતો..એના ઉપરથી શબ્દ આવ્યો "નાર્સિઝમ"..!પોતાના જ પ્રેમમાં પડવાની આ બિમારી થોડા ઘણા અંશે તમામ લોકોના જોવા મળે છે.

સામાન્ય રીતે આપણે સહુ એવું માનીએ છીએ કે માણસને સુંદર દેખાવ સુખ સગવડો કે પ્રસિધ્ધિ ગમતાં હોય છે.કેટલાકને પોતાની પ્રશંસા ગમતી રહે છે.ઘણાને નામના કમાઈ જવાનો ગજબ મોહ હોય છે.એશઆરામ એ બધાને ગમતી વાત છે.આપણા સહુના પ્રયત્નો પણ એ જ દિશામાં થતા રહે છે.આ હકીકત હોવા છતાં માણસ પોતાનો કમ્ફર્ટ ઝોન ત્યાગીને અવનવાં સાહસ કરતો રહે છે એ પણ આશ્ચર્યજનક બાબત છે..જોખમી સ્પર્ધાઓ એડવેન્ચર્સ નવાં સાહસ કે રખડપટ્ટી એ પણ ઘણાને માટે આનંદદાયક બની જાય છે..કેટલાકને પ્રચલિત સુખની ફોર્મ્યુલાથી જ સંતોષ થઈ જાય છે પણ ઘણા એવા હોય છે કે એમને ખતરાથી ખેલવામાં જ ખરી મજા આવતી હોય છે.

આપણી નજર સામે દરેક ક્ષેત્રના સફળ અને નિવડેલા માણસો એક નકશાની માફક ફેલાયેલા હોય છે.આપણે લતા મંગેશકર જેવા ગાયક થવું છે.ધોની જેવા ક્રિકેટર થવાની ઈચ્છા હોય છે કે વિવેકાનંદ જેવા જગપ્રસિદ્ધ વ્યકિત થવું હોય છે પણ ઈશ્વરે આવી શકિતઓ અમુક લોકોમાં જ મૂકી હોય છે..ગમતું ના થવાય તો ગમતાની એકાદ ઝલક આપણે ધારીએ તો મેળવી જ શકીએ.માણસ દેખાવડો ના હોય તો મળતાવડો હોઈ શકે..આપણું ગળું મીઠાશ ના ધરાવતું હોય તો પણ આપણે કદાચ સારા ગીતો લખી શકતા હોઈએ..આપણે વર્લ્ડ કલાસ ક્રિકેટર ના બની શકીએ પણ નાની કક્ષાની સ્પર્ધામાં નામ કાઢીને પણ ઘણા બધા લોકોનું મનોરંજન કરી શકીએ.ઘણા માણસો ખુમારીથી કહે છે એમ "હમ કાલે હૈ તો કયા..દિલવાલેં હૈ !"..કહેવાય છે કે માણસનું સાચું સૌંદર્ય એના આત્મામાં છુપાયેલું હોય છે..કોઈની સાથે આત્મીય બનીને વાત કરીએ ત્યારે જ એની છુપી સુંદરતા પ્રગટતી હોય છે.

ઘણીવાર આપણે આપણી પોતાની વાતમાં એટલા બધા મકકમ હોઈએ છીએ કે સામેની વ્યકિતની સારી બાબત જોઈ શકતા જ નથી..કોઈકની સાપને પામવા આપણે એની સાથે સદભાવથી પેશ આવવું પડે છે.પહેલી નજરે જ જે માણસ સાથે આપણી અનબન થઈ જાય એ આપણા અણગમાનો ભોગ બની જાય છે..ગમવાના ગણિતની ફોર્મ્યુલા અલગઅલગ હોય છે.જે માણસ નિખાલસ હોય કે સરળ હોય એને બધું જ સરસ લાગતું હોય છે ઘણા એવા હોય છે કે એ લોકો સતત સામેની વ્યકિતની કદરૂપી સાઈડને જ સતત જોતા રહે છે..એ લોકો પાણીમાંથી તો ઠીક ઘણીવાર દૂધમાંથી પણ પોરા કાઢતા રહે છે..તમે કોઈને ગમાડો અથવા કોઈ ચીજને પ્રેમ કરો એટલે એક જાદુ થયો હોય છે..એ વખતે સામેની ચીજ કે વ્યકિતની સૌથી સારી બાબત પ્રગટ થઈ જાય છે..અને એ પછી એકમેક માટેનો સ્નેહ આપોઆપ પ્રસ્થાપિત થઈ જાય છે.."કલાપી" એ કદાચ એટલે જ કહ્યું છે કે "સૌંદર્ય પામતાં પહેલાં સૌંદર્ય બનવું પડે ! " આ બાબત ગમા અણગમા માટે પણ એટલી જ સાચી છે !

આપણા વૈભવમાં શું હોવું જોઈએ? એવો કોઈ પ્રશ્ન કરે તો મોટાભાગના લોકોનો જવાબ એકસરખો જ આવે..ધન દોલત કિર્તી કે નામના આ બધા સર્વ સામાન્ય માપદંડ હોય છે આપણા ઉમંગના..અને એવી પ્રાપ્તિમાં જ આપણે છલકાઈ જતા હોઈએ છીએ..આપણે એ ભૂલી જોઈએ છીએ કે ખરેખર આપણી પાસે કેવી અજાયબ સંપત્તિ હોય છે..હમણાં કોરોનાનો જે સમય આપણે પસાર કર્યો એમાં આપણે એ જોઈ લીધું કે આપણી આ દુન્યવી દોલત કેટલી અસરકારક હોય છે..માણસને શાની જરૂર હોય છે ? જીવવા માટે સોનું ચાંદી કે નગદ નોટો નહીં ઓક્સિજનનો અવિરત પ્રવાહ જરૂરી હોય છે..મફતમાં મળી જતો પ્રાણવાયુ કેટલો કિંમતી હોય છે એવો સાક્ષાત્કાર આપણે કરી લીધો..મકકમ મન અને પ્રબળ ઈચ્છાશક્તિ આ બધાની સામે કારગત નીવડી છે..આપણી ભીતર આ બધું સહજ પડેલું હોય છે એનો આપણને અંદાજ પણ નથી હોતો..માણસ ઉછીનાં નાણાં કોઈકની પાસેથી મેળવી શકે પણ ઉછીના શ્વાસ કદી ના મળી શકે !

આપણી આસપાસ એક અજાયબ તંતુ હોય છે.જે આપણને એકમેકથી જોડી રાખે છે..કેટલાંક બંધન એ ફકત આપણને જકડી જ રાખે એવાં નથી હોતાં..ઘણીવાર તો બંધન એ જ મુકિત માટેનો રસ્તો બની જાય છે...જગતની આવી સુક્ષ્મ વાતો સામાન્ય રીતે આપણે જોઈ શકતા નથી.કોઈ કવિ કે કોઈ વિચારક જ્યારે આપણને આવી અજાયબીથી અવગત કરાવે છે ત્યારે આપણી અંદર એક નવો ઉઘાડ થઈ જતો રહે છે..મારો હાથ ઝાલીને લઈ જશે મુજ શત્રુઓ જ સ્વજન સુધી એમ કહેવામાં આપણે દેખીતી રીતે જેને અડચણરૂપ માનતા હોઈએ એ અવરોધોવજ આપણને છેવટે તો કોઈ મુકામ સુધી લઈ જતા હોય છે એવા ભાવનું આલેખન છે..

આપણી ભીતર કેટકેટલું ભરેલું પડયું હોય છે..જગતની સર્વ કડીઓમાં સ્નેહની કડી સૌથી વડી હોય છે...આપણા હદયતળમાં સ્નેહનું ખળખળ ઝરણું સદૈવ વહેતું હોય છે..આપણે એમાં ડૂબકી મારી શકતા નથી..ક્યારેય એનો અનુભવ કરતા નથી. સ્નેહની સરવાણીઓ ક્યારેય સુકાઈ જતી નથી બસ એ ધરબાઈ જતી હોય છે..પ્રેમ અને બસ પ્રેમ ચોતરફ છવાયેલો હોય છે. આપણે એને વ્યકત થવા માટેનું પ્રયોજન શોધવું પડે છે..પ્રેમ માટે પ્રયોજનથી વધીને બીજું કોઈ પ્લેટફોર્મ હોતું નથી..એ પ્લેટફોર્મ ઉપર સ્નેહની ગાડી સહજ ગતિ પકડી લેતી હોય છે...આપણે એને ઉર્મિની એકાદ સિસોટીથી આવકારવાની હોય છે..

એક તાલાવેલી એ સ્નેહ માટેની પાયાની શરત હોય છે..એની પ્યાસ માણસને તલ્લીનતા તરફ દોરી જાય છે..એ એક ગૂઢ અનુભૂતિ બની રહે છે...એવા કોઈ રહસ્યને પામવા સમાધી લગાવવી પડે છે..આપણે એ માટે કોઈ સ્થળ કે તપોવનની તલાશમાં અટવાતા રહીએ છીએ..આપણી આ તલાશી જો અંદર તરફ શોધખોળ કરે તો આપોઆપ સમાધિ લાગી જાય એવું તપોવન અનાયાસ મળી જતું હોય છે...આટલી ઝડપથી આ અવસ્થાએ પહોંચવા માટેનો ભીતરનો ભવ્ય માર્ગ છોડીને આપણે બહારના અફાટ પ્રદેશમાં અટવાતા રહીએ છીએ એ પણ એક આશ્ચર્ય છે.

સાપ્તાહિક રાશિફળ

(તા. ૧૨-૦૨-૨૩ થી તા. ૧૮-૦૨-૨૩)

૧. મેષ રાશિ (અ.લ.ઈ.)

આ સપ્તાહ આપે આરોગ્યની કાળજી રાખવી પડશે. માનસિક સ્થિતિ સુધારવી પડશે. આપના ધંધા વ્યવસાયમાં સમય અનુકૂળ છે. જો કે લાભો પ્રાપ્ત થવામાં વિલંબ થાય. દાંપત્યજીવન સુખમટ રહેશે. યાત્રાઓ થાય. મુસાફરીમાં ધ્યાન રાખવું. ધાર્મિક કાર્યોમાં ખર્ચ વધુ થાય. કુટુંબ માટે લાગણી થાય. ધનની લાલસા રહે. વાણીમાં ઉગ્રતા. વિદ્યાર્થી માટે શુભફળ પ્રાપ્ત થાય. નોકરીયાત માટે સમય અનુકૂળ છે. સંતાન અંગે શુભ. સ્ત્રીઓ માટે અનુકૂળ સમય.

૨. વૃષભ રાશિ (બ.વ.ઉ.)

આ સપ્તાહ આપના પરાક્રમમાં વધારો થાય. આરોગ્ય સારું રહે. જો કે નાણાંકીય વ્યય થશે. માનસિક વ્યગ્રતા રહે. હઠીલું વલણ ન રાખવું. સમયનો સદુપયોગ કરવો. અવનવા સ્ત્રોત દ્વારા નાણા મળશે. ઘરની ઘણી પરિસ્થિતિ વાર્તાલાપથી ઉકલશે. કારકિર્દી પર નકારાત્મક અસર ન થાય તે જોવું. ઉચ્ચ શિક્ષણમાં વિદ્યાર્થી માટે વિચારી શકાય. નોકરીયાત માટે પ્રમોશન મળી શકે. નસીબ સાથ આપે. દુર્ગા ચાલીસા પાઠ કરશો.

૩. મિથુન રાશિ (ક. છ. ઘ.)

સ્વાસ્થ્ય સામાન્ય કરતાં વધુ સારું રહે. સાચી રીતભાત અપનાવો. ભવિષ્યમાં થોડી મુશ્કેલીઓ આવી શકે છે. નાણાંકીય આકસ્મિક લાભ કે અચાનક પૈસા પ્રાપ્ત થાય. આર્થિક સ્થિતિ મજબૂત થશે. સામાજિક પ્રવૃત્તિઓ વધશે. કારકિર્દીમાં વધારો થાય. વિદ્યાર્થીઓ માટે સમય પ્રતિકૂળ રહેશે. ધંધા વ્યવસાયમાં સમય શુભત્વ આપશે. આદિત્યહૃદય પાઠ કરવો.

૪. કર્ક રાશિ (ડ.હ.)

આ સપ્તાહ કષ્ટદાયી બની શકે છે. નાણાંકીય બાબતે ખોટું રોકાણ ન થાય તે જોવું. નુકશાન થશે. આર્થિક દષ્ટિએ દેવું ઓછું થાય. ધંધા વ્યવસાયમાં થોભો અને રાહ જુઓ. કોટુંબિક દષ્ટિએ ઘરના સભ્યના વિવાહ-સંબંધ થાય. સ્થાવર જંગમ મિલકત નવા આયોજન ન કરવા. સંતાન બાબતે સારું રહેશે. વિદ્યાર્થીઓ માટે પ્રશ્નપત્રના જવાબ લખવામાં અડચણ. માટે વધુ મહેનત ઝિંદાબાદ. સ્ત્રીઓ માટે તકલીફ આવી શકે. નોકરિયાત માટે બદલી થઈ શકે. શિવ ઉપાસના કરશો.

૫. સિંહ રાશિ (મ.ટ.)

આ સપ્તાહ તમારા જીવનમાં મોટા ફેરફાર આવી શકે છે. તમારી જાતને સકારાત્મકતા તરફ વાળશો. આ સપ્તાહ તમને આર્થિક લાભની પ્રાપ્તિ થાય. ધંધામાં ભાગીદારી હોયતો સાવચેતી રાખવી. દાંપત્ય જીવનમાં ખટરાગ ઊભો થાય. વરિષ્ઠ અધિકારી સાથે સુમેળ રાખવો. વિદ્યાર્થીઓ માટે ફળદાયી સમય છે. સ્ત્રી વર્ગ માટે શારિરિક સુખાકારી ઓછી. શેરસટ્ટાના કામ થઈ શકે. કૌટુંબિક ક્ષેત્રે સારું.

૬. કન્યા રાશિ (પ.ઠ.ણ.)

આ સપ્તાહ આપ આધ્યાત્મિક કાર્યોમાં રસ લેશો. કૌટુંબિક સભ્યો પણ ધાર્મિક કાર્યોમાં સહયોગ કરશે. મકાન વાહન વગેરે અંગે નવું આયોજન કરી શકો. આરોગ્ય બાબતે કાળજી લેવી. યોગ્ય ખોરાક લેવો. નાની મોટી યાત્રા થાય. સંતાનની પ્રગતિથી આનંદ થાય. દાંપત્યજીવનમાં વિવાદિત બાબતો અંગે ધ્યાન ન આપવું. ધંધા વ્યવસાયમાં નવીનતા, વિદ્યાર્થી માટે સમય શુભ છે. નોકરિયાત માટે આકસ્મિત કોઈ અડચણ આવી શકે છે.

૭.તુલા રાશિ (ર.ત.)

આ સપ્તાહે તમો પ્રવૃત્તિમાં મસ્ત રહેશો તો જીવનમાં નવીનતા આપશે. જાતને સ્વસ્થ રાખવા આ બાબત મદદ કરશે. સંપત્તિમાં વધારો થાય. સટ્ટાકીય આવક ઊભી થઈ શકે. પ્રગતિજનક સમય છે. દાંપત્ય જીવનના વિવાદ દૂર થશે. કળા હશે તો કારકિર્દીમાં વધારો થશે. વિદ્યાર્થીઓએ અભ્યાસમાં રૂચિ વધારવી પડશે. દાંપત્ય જીવનના વિવાદ ઊભા થાય. નાની યાત્રા થાય. મકાન અંગેનું પ્રશ્નનું નિરાકરણ આવે. નોકરીમાં પ્રગતિ થાય. પ્રમોશન મળે. દુર્ગા ચાલીસા પાઠ કરવો.

૮. વૃશ્ચિક રાશિ (ન.ય.)

આ સપ્તાહ આરોગ્યની સુખાકરી માટે વિટામીન યુક્ત ખોરાક લેવો. આરોગ્યની કાળજી રાખવી. આકસ્મિક બિમારી આવી શકે છે. સ્થાવર જંગમ મિલકત અંગે વિચારી શકો. જરઝવેરાત ખરીદવા નહિ. સંતાન અંગે પ્રશ્નો ઊભા થાય.સ્ત્રીઓને સ્વાસ્થ્ય પ્રશ્નો ઊભો થાય. ભાઈભાડું સહકાર આપે. નવીન કાર્ય થાય. દાંપત્યજીવન સુમધુર રહે. ધાર્મિક કાર્ય કરવા દાનધર્મ કરવા. વિદ્યાર્થીઓને ખૂબ જ સારું ધાર્યું પરિણામ મળે.

૯. આ સપ્તાહ સ્વાસ્થ્ય સુધરશે, કૌટુંબિક પ્રશ્નોથી નાણાંકીય કે સંપત્તિ બાબતે વિવાદથાય. જો કે આવકના સ્ત્રોત ખુલશે. નાની યાત્રીઓ થાય. મકાન વાહન ખરીદી કરી શકો. રક્તવિકારથી કોઈ રોગ લાગુ પડી શકે. કાળજી લેવી, શેરશટ્ટાથી દૂર રહેવું. માતાના આશિર્વાદ પ્રાપ્ત કરવા. દાંપત્ય જીવન સુખમય રહેશે. વિદ્યાર્થીઓ માટે નવાઈ પમાડે તેવું પરિણામ મળે. નોકરીમાં બદલી થઈ શકે. હનુમાનજીની ઉપાસના કરવી.

૧૦. મકર રાશિ (ખ.જ.)

આ સપ્તાહ તમારો આત્મવિશ્વાસ વધુ પ્રબળ બનશે. કૌટુંબિક પ્રશ્નો સાથે મળી નિરાકરણ લાવી ઉકેલવા. દરેક સમસ્યાનું નિરાકરણ આવતું જણાશે. આવકમાં વૃદ્ધિ અટકશે. ભાઈભાડુનો સહકાર મળે. નાની યાત્રા થાય. મકાન,સંપત્તિના પ્રશ્નો ઉદ્ભવે. સંતાનને વિદ્યાભ્યાસમાં સફળતા મળે. ધંધા-વ્યવસાયમાં નવું આયોજન થાય. સ્ત્રી વર્ગને સામાન્ય, વિદ્યાર્થી માટે ધાર્યુ પરિણામ મળે. શનિ ઉપાસના કરવી.

૧૧. કુંભ રાશિ (ગ, શ, ષ, સ)

આ સપ્તાહ આર્થિક દષ્ટિએ સમય શુભ છે. વ્યવસાયમાં પ્રવૃત્તિ થાય. જો નોકરી હોય તો બઢતી મળી કે બદલી થાય. સ્થાવર જંગમ મિલકતમાં ફેરફાર કરવા નહિ. જૂની સંપત્તિ નીકળી શકે. સંતાન લગ્નમાં વિલંબ થાય. ભાગ્ય બદલાશે. સમયનો લાભ લઈ શકો. જોકે નિરાશા હતાશા રહેશે. વિદ્યાર્થી માટે નીચલી કક્ષાવાળાઓને પરિણામ સારું મળશે. સ્ત્રીઓ નકારાત્મકતામાંથી બહાર આવવું. આર્થિક સામાજિક લાભ મળશે.

૧૨. મીન રાશિ (દ.ચ.ઝ.થ.)

આ સપ્તાહ યાત્રાઓ થાય. આપની ભાગ્યવૃદ્ધિ થવાની છે. સાથે ધંધા-વ્યવસાયમાં પણ સમય સાથ આપશે. આર્થિક-સામાજિક તથા મિત્રોનો લાભ પ્રાપ્ત થશે. ધાર્મિક કાર્યોમાં સમય પસાર થાય. જોકે આવક અંગે ધીમી ગતિ જોવા મળે. ભાઈભાંડુનો સહકાર - ટેકો મળશે. શરદી ઉધરસ ખાસી રોગોથી સંભાળવું. સ્ત્રી વર્ગને માટે ખુશીના સમાચાર મળે. વિદ્યાર્થીઓ માટે શુભ સમાચાર આવે. નોકરીયાતો કાયદાકીય ચુંગાલમાં ન ફસાવાય તે જોવું. દાન ધર્મ કરવા.

મો. ૯૮૨૪૬૪૭૪૩૫

મોઢાનું કેન્સર : કારણો, નિદાન તથા સારવાર

થોડા સમય પહેલા અમારા ક્લિનિકમાં એક બહેન ચેકઅપ કરાવવા માટે આવ્યા હતા. તેમનું ચેકઅપ કરતા માલુમ પડ્યું કે તેમને ડાબા ગાલમાં ચાંદુ પડ્યું હતું. જે રુઝાતું ન હતું. આ સમસયા એમને દર થોડા સમયમાં વિકસતી હતી. તેમને ગાલ ચાલવવામાં આવી જાય અને ત્યાં થોડા દિવસ દુઃખાવો અને બળતરાની સમસ્યા રહેતી હતી, પરંતુ તેમણે તેની ઉપર બહુ ધ્યાન આપ્યું ન હતું. મહિનાઓ - વર્ષો વીતતા ત્યાં ચામડીનો એક લમ્પ બનીગયો હતો. પરંતુ આ વખતે તેમને ચાંદુ પડ્યું હતું જે રુઝાતું ન હતું. તેથી તેઓ આ વખતે ગંભીર બનીને ચેકઅપ કરાવવા આવ્યા.

ક્લિનિકલ, એક્સ રે અને બાયોપ્સી રિપોર્ટ કરાવ્યા બાદ કેન્સર ન હતું એ નિદાન આવ્યા બાદ દર્દી, તેમના પરિવારજનો તથા અમે સૌ એ રાહતનો શ્વાસ લીધો. ફક્ત ચામડીનો ગ્રોથ શસ્ત્રક્રિયા (માઈનર શસ્ત્રક્રિયા) દ્વારા દૂર કરવામાં આવી. અને ચાંદુ ધીમે ધીમે દવા, મલ્ટિ વીટામીન ઈત્યાદિથી મટાડવામાં આવ્યું.

હવે આવીઆ આ સમસ્યાનાં મૂળ કારણ પર. તે બહેન ને પાન-મસાલા, તમાકુ ચાવવાની આદત ન હતી. પરંતુ તેમની ડાબુ બાજુ ઉપરની ડહાપણની દાઢ ત્રાંસી હતી. ગાલ તરફ હતી. અને જે સડી પણ ગઈ હતી. તેથી તૂટેલી હતી અને તેનો અણીદાર ભાગ દર્દીને ગાલમાં વાગતો હતો. જે ગાલ ચવાઈ જવાનું કારણ હતું. અને ફોલોઅપ બાદ હવે તે બહેનને ઘણો સુધાર છે. તો મિત્રો, આજના આપણા અંકમાં આપમે મોઢાનાં કેન્સર, થવાના કારણો, પરિબળો, નિદાન, સારવાર તેને લગી માન્યતાઓ અને હકીકત વિશે માહિતી મેળવીશું.

મોઢાનું કેન્સર એ કોષોના અમર્યાદિત વિકાસનું સ્વરુપ હોઈ શકે, જે આજુબાજુ ના કોને નુકશાન પહોંચાડી શકે છે. શરીરનાં બીજા ભાગની જેમ જ મોઢાનું કેન્સર પણ વ્યક્તિને નુકસાનકારક નીવડી શકે છે, જો સમયસર તેને રોકવામાં ન આવે કે તેની સારવાર કરવામાં ન આવે.

● કેન્સર થવાનાં કારણો

તમાકુ અને અન્ય પાનમસાલા ચાવવાની આદત, ધૂમ્રપાન, મદિરાપાન, કુપોષણ, વારસાગત કારણો, સતત મોઢામાં કોષોની થતી ઈજા (અણીદાર દાંત, જીભ કે ગાલ ચવાઈ જવું)

● મોઢાનાં કેન્સર માટે જવાબદાર પરિબળો

અગાઉ વર્ણવ્યા મુજબ તમાકુ કે પાનમસાલા ચાવવાની આદત, અતિશય, દારુ પીવાની ટેવ.

કેટલાક રસાયણો સાથેનો સંપર્ક (એસ્બેસ્ટોસ, સલ્ફયુરક એસિડ) સૂર્યપ્રકાશ સાથે લાબો અને સતત સંપર્ક, Hp Virus (હ્યુમન પેપિલોમા વાઈરસ)અતિશય જંક/ પ્રોસેસ્ડ ફૂડ આરોગવાની ટેવ, ચામડીના રોગો (લાઈકન પ્લેનસ) નબળી રોગપ્રતિકારક શક્તિ, કેટલાક લોહવિકાર. આ ધા પરિબળો.

● મોઢાનાં કેન્સરનાં લક્ષણો (ચિહ્નો)

મોઢામાં સફેદ અથવા લાલ ઘા - ચાંદા પડવા, મોઢાનાં કોઈ ભાગમાં દુખાવો, ચાવવામાં - બોલવામાં - ગળવામાં થતી અસામાન્ય તકલીફ. અવાજની ખરાશ. કોઈ ખાસ કારણ વગર અચાનક દાંતનું હલવા લાગવું. મોઢામાં લમ્પ હોવો. મોઢામાં - જીભમાં બળતરા થવી. જડબામાં દુઃખાવો - જકડાઈ જવું. ન રૂઝાતું મોઢાનું - જીભનું ચાંદુ.

તો મિત્રો આજે આપણે મોઢાનાં કેન્સરનાં કારણો, પરિબળો તથા લક્ષણો વિશે માહિતી મેળવી, આના વિશે વધુ માહિતી આવતા અંકમાં મેળવીશું.