ઈનામ અને અકરામ કદર થાય એ માટે સૌ ઝંખે

‘ગમી ગોઠડી મનગમતી હસ્તી સંગાથે
લખી રહ્યો છું આ અક્ષર હું જમણા હાથે...’

ગુજરાતી સાહિત્ય પરિષદના પ્રમુખ હર્ષદભાઈ ત્રિવેદી અને મહામંત્રી સમીર ભટ્ટે પરિષદના રા.વિ.પાઠક સભાગૃહમાં પરિષદના ઈનામ વિતરણ સમારોહ પ્રસંગે પ્રેમાદર વર્ષા કરી એનો પ્રતિસાદ મેં ઉપરોક્ત પંક્તિઓ દ્વારા પાઠવ્યો. જમણા હાથે લખી રહ્યો છું એટલે કે હું એ બાબતે ગંભીર છું. મને તમારી સાથે બે ઘડી ગોઠડી કરવી ગમી. નિમિત્ત બન્યા પૂર્વસૂરિ પ્રિયકાન્ત પરીખ, જેમના નામ સાથે જોડાયેલું નાનકડું સન્માન તમે મને અર્પણ કર્યું.

ઈનામની રકમ ભલે આજના અર્થશાસ્ત્રની રૂએ સાવ નગણ્ય હોય પરંતુ ઈનામ એ ઈનામ છે. પછી એ કરોડો રૂપિયાનું નોબેલ પ્રાઈઝ હોય, ભારતીય સાહિત્યનું નોબેલ પ્રાઈઝ ગણાતું જ્ઞાનપીઠ પારિતોષિક હોય કે ગુજરાતી સાહિત્ય પરિષદનું નાનકડું પ્રિયકાન્ત પરીખ પારિતોષિક. મને નાનાં મોટાં પચીસેક પારિતોષિક પ્રાપ્ત થયાં છે, હિંદી સાહિત્ય સંમેલન, પ્રયાગ દ્વારા અપાતું સર્વોચ્ચ સન્માન ‘સાહિત્ય વાચસ્પતિ’ એનાયત થયું છે અને યુનિવર્સિટી ગ્રંથ નિર્માણ બોર્ડના ચેરમેન તરીકે તથા જ્ઞાનપીઠ એવોર્ડ નિર્ણાયક મંડળ (જ્ઞાનપીઠ પ્રવર પરિષદ) ના સદસ્ય તરીકેની ભૂમિકા ભજવવાની તક પણ સાંપડી છે. પણ મને સૌથી વધારે આનંદ તો 3 દાયકા પહેલાં સુરતની રાષ્ટ્રીય કલા કેન્દ્ર સંસ્થા તરફથી 2 વર્ષ દરમિયાન પ્રકાશિત થયેલ શ્રેષ્ઠ વાર્તા સંગ્રહ તરીકે મારા વાર્તાસંગ્રહ ‘ઝરમરતા ચહેરા’ માટે મળેલા 1000 રૂપિયાના સરોજ

પ્રવેશ ન હોતા મેળવી શક્યા પણ વિદેશ વસવાટ પછી નોબેલ પ્રાઈઝ લઈ આવ્યા હતા!

ઘણી વાર સંજોગો જ ઈનામ ખેંચી લાવતા હોય એમ પણ બને. રવીન્દ્રનાથ ટાગોરની ભલામણ કરનારા વિદેશી કવિ એમને નાની વયે ગીતાંજલી માટે એ મોટું ઈનામ અપાવી દે પણ હિંદીમાં લખનારા પ્રેમચંદ જેવા ‘ઉપન્યાસ સમ્રાટ’ની ભલામણ કોણ કરે? શું ગુજરાતી ભાષાના કવિઓ સુન્દરમ્, સિતાંશુ મહેતા કે નવલકથાકાર પન્નાલાલ, ભગવતીકુમાર શર્મા કે લેખિકા હિમાંશી શેલત વિશ્વસ્તરે નોબેલ પારિતોષિક વિજેતાઓની હરોળમાં શોભે એવાં નથી? પર્લ બકની નોબેલ વિજેતા કૃતિ ‘ગુડ અર્થ’ કરતાં પન્નાલાલની ‘માનવીની ભવાઈ’ કોઈ પણ માપદંડથી ઊતરતી નહીં જ લાગે. અરે, વિશિષ્ટ વિષય વસ્તુ પર આધારિત ‘પૃથિવીવલ્લભ’ કે ‘ભારેલો અગ્નિ’ અને ‘દરિયાલાલ’ જેવી કૃતિઓ જરૂર બુકર-ફુકર તો લાવી જ શકે!

પાઠક પારિતોષિકથી થયેલો, જેનો રોમાંચ આજ લગી યથાવત જ રહેવા પામ્યો છે. એના નિર્ણાયક હતા જયંત પાઠક અને ભગવતીકુમાર શર્મા. એ પારિતોષિક સ્વીકારવા હું ગાંધીનગરથી કાર લઈને મારી બેઉ અભણ મોટી બહેનો સાથે સુરત ગયેલો. મને એ જમાનામાં એ ઈનામ દસ હજારમાં પડ્યું હતું!

ભાગ્યે જ કોઈ એવો લેખક હશે જેને પ્રતિષ્ઠા પસંદ ન હોય. અંતર્મુખ રહી સર્જનરત રહેવા ટેવાયેલા કવિઓ ઘણી વખત સમાજથી અતડા પડી જતા હોય છે. એ કાં તો લઘુતાગ્રંથિનો ભોગ બની જાય છે અથવા અભિમાની તરીકે વગોવાય છે. કામની કદર થવી જોઈએ. કામની કદર થાય એવી અપેક્ષા પણ રાખવાનો મજૂરથી માંડી વડાપ્રધાન સુધીના માણસોને કુદરતી હક હોવો જોઈએ. બલકે કામની કદર થાય તો માનવીને વધુ ઉત્સાહપૂર્વક નવાં કામ કરવાની ચાનક ચડે. માણસને જ કેમ, પાલતુ પ્રાણીઓને પણ એમના કામની કદર થાય તે ગમે છે. હું ખેડૂત પરિવારમાં જન્મ્યો અને મોટો થયો છું. કૂતરાં બિલાડાં કે બળદ અને ભેંસને પણ વખાણ ગમે

મનકા સિતાર
કેશુભાઇ દેસાઇ

છે અને લાડ પ્રેમ દાખવવામાં આવે તો એમને પણ હરખ ચડે છે એ મેં પ્રત્યક્ષ જોયું છે. બે મીઠા બોલ અબોલ પશુને પણ હરખપદૂડું બનાવી શકતા હોય તો માનવી તો નર્યું માનભૂખ્યું પ્રાણી છે. પરંતુ ઘણી વખત એવું બનતું હોય છે કે માન આપવા લાયક માણસને અંગત કારણોસર કે ઈર્ષાવશ હાંસિયામાં ધકેલી દેવામાં આવે છે અને મિડિયોકર માણસો ચંદ્રકો, પારિતોષિકો અને એવોર્ડો તફડાવતા ફરે છે. સરકારી સન્માનો કે કલાસાહિત્ય ક્ષેત્રે અપાતાં માન અકરામ સંદર્ભે આ કોઈ નવી કે આશ્ચર્યકારક એકલદોકલ ઘટના નથી એ સર્વવિદિત છે. એથી લાયક કલાકાર કે સર્જકની ઓળખ ઢંકાઈ જાય છે અને બીજી ત્રીજી હરોળમાં જ બેસવાની યોગ્યતા ધરાવતા ‘મામકાઃ’ અને ‘પાણ્ડવાઃ’ પ્રતિનિધિ કલાકારો અને સર્જકો તરીકે સ્થાપિત થઈ જાય છે. આ દૂષણને નિવારવાનું સહેલું નથી કારણ કે એમાં હ્યુમન વીકનેસ કારણભૂત હોય છે. પછી તરછોડાયેલા સર્જકે તો પેલું ભવભૂતિ વાળું જુગજૂનું આશ્વાસન જ વાગોળવાનું રહે છે. હવે પૃથ્વી ઘણી મોટી છે અને કાળ અસીમ છે એ તો સૌને ખબર હોય છે. પરંતુ જે સ્થળકાળ સાથે કલાકાર કે સર્જકનો પનારો પડ્યો હોય એ જ એને વખારે નાખી એની સરખામણીમાં સાવ જ સાધારણ વ્યક્તિઓને મોટા ઉપાડે પોંખવાના કારસા કરાય એથી એને પીડા ન થાય તો બીજું શું થાય? મને લાગે છે કે આવી કુટિલ રીતિનીતિના પરિણામે ઉત્તમ લેખકો લખતા જ મં દ પડી જાય છે. કોણ જાણે એવા કેટલા મૃદુ અને સંવેદનશીલ સર્જકોનો આવી કૂટનીતિને કારણે ભોગ લીધો હશે! કહેવાતા સ્થાપિતો અને ધુરંધરોને તો એમના આઈવરી ટાવર્સમાં બેઠાં બેઠાં પરપીડનના ઓડકાર જ લેવાના હોય છે. ઈનામ જાણે સર્જકતાને

એ ઈનામ માટે નથી લખતા પરંતુ લેખક ભલે એમ કહે કે મને એવા રેકગ્નિશનની પડી નથી તો પણ એનો માંહ્યલો તો ઊંડે ઊંડે મૂંગો મૂંગો એની રાહ જોતો જ રહે છે, છેલ્લા શ્વાસ પર્યંત!

પ્રમાણવાનું એક માત્ર માપદંડ ના હોય! એમ જ્યારે પણ એનો પરિચય આપવાનો હોય ત્યારે એનાં ઈનામઅકરામનો વિધિસર ઉલ્લેખ કરવામાં આવે છે. કહો કે એવી એક વણલખી પ્રથા જ પડી ગઈ છે. પ્રોટોકોલની જેમ એનો ચુસ્ત રીતે અમલ થતો હોય છે.

ફક્ત સાહિત્યજગતમાં જ આવું બને છે એવું નથી. કલાનાં તમામ ક્ષેત્રોમાં આ ‘મામકાઃ’ પરંપરા ચાલી રહી છે. એને રાજકારણ કહીને રાજકારણને વગોવવાની પ્રથા પડી ગઈ છે. હકીકતમાં તે ‘માનવકારણ’ છે. માનવી માત્ર સ્વલક્ષી છે. પેલી કહેવત અમથી નથી પડીઃ ‘ઊંટ મરે તો પણ મારવાડ સામું જુએ છે’. બીજી એક કહેવત પણ એ જ સંદર્ભમાં વપરાય છેઃ ‘ભૂવો ધૂણે તોયે નાળિયેર તો ઘર સામું જ ફેંકે!’ આવું લગભગ દરેક સંસ્થા, પક્ષ અને પ્રતિષ્ઠાનમાં ચાલતું રહ્યું છે અને ચાલશે. એમાં જૂજ અપવાદ હોઈ શકે પણ 99% પૂરતું તો એ જગતસત્ય જ છે. ધર્મસંપ્રદાયો પણ એમાં અપવાદ નથી. કારણકે એમને પણ અનુયાયીઓ જોઈએ છે. દરેકને પોતાની દુકાન બંધ ન થઈ જાય એની તકેદારી રાખવી પડે છે. એટલે ઓછી ગુણવત્તા વાળા પણ પોતાની ‘હા’એ હા કરનારા વફાદાર બંદાઓની દરેક યુગમાં દરેક ક્ષેત્રે બોલબાલા રહી છે.

લાયક કરતાં ગાયક વધુ જાણીતા બન્યા છે. શૈલેન્દ્ર, સાહિર લુધિયાનવી કે હસરત જયપુરી કરતાં એમની રચનાઓ ગાનાર લતા મંગેશકર, આશા ભોંસલે અને મોહમ્મદ રફી, મૂકેશ કે કિશોર કુમાર વધુ લોકપ્રિય બનતા રહ્યા છે. ફિલ્મના કથાલેખક કરતાં અનેક ગણું મહેનતાણું એનાં પાત્રો ભજવનાર હીરો-હીરોઈનને અપાતું રહ્યું છે.

શાંતિ માટે અપાતા નોબેલ પારિતોષિક માટે મહાત્મા ગાંધીથી વધારે લાયક જણ દીવો લઈને શોધવા નીકળીએ તો પણ જડે ખરું? પણ એમને વારંવારની અનુશંસા પછી પણ એ નહોતું અપાયું જે પાકિસ્તાની કિશોરી કે મધર ટેરેસાને આસાનીથી મળી ગયું તે આપણે જાણીએ છીએ. યાસર અરાફાત અને ઓબામાને પણ મળ્યું. કાલે કદાચ ટ્રંપ પણ તફડાવી લેશે! ક્યારેક સાવ ઓછી જાણીતી પરંતુ ઝાઝા તામઝામ વગર બાળકોને માટે કામ કરતી સંસ્થા પણ આવો એવોર્ડ મેળવે છે ત્યારે નોબેલ પારિતોષિકની નિર્ણાયક સમિતિ પ્રત્યે સ્વાભાવિક રીતે જ માન ઊપજે છે. સાહિત્યનું ઈનામ રવીન્દ્રનાથ ટાગોરને પણ મળે છે અને નૈપોલને પણ મળે છે. છેલ્લા બે દાયકામાં અર્થશાસ્ત્રનું નોબેલ પારિતોષિક મેળવનાર ગરીબ દેશોમાં વસતા સર્વહારા સમુદાયના આર્થિક ઉત્કર્ષની ગુરુ ચાવી બતાવનાર બે મહાનુભાવો આપણી જ બંગ ભૂમિના અર્થશાસ્ત્રીઓ છે. મારી હેડીના મહારાજા સયાજીરાવ યુનિવર્સિટીના રસાયણ વિજ્ઞાનના વિદ્યાર્થી કદાચ મેડિકલ કે ઈજનેરી કોલેજમાં

‘દરિયાલાલ’ તો એના વણખેડાયેલા વિષયવસ્તુ પર જ ઓળઘોળ કરી દે એવી કૃતિ હતી. એનો લેખક કલમ ઘસી ઘસીને છેલ્લા શ્વાસ સુધી લખતો રહ્યો અને છેલ્લે અતિલેખનના આક્ષેપની સાક્ષરી પછેડી ઓઢીને પોઢી ગયો. નવલકથાઓ પ્રકાશન ગૃહોને ન્યાલ કરતી રહી. લેખક તો ક્યારેય બે પાંદડે થયો જ નહીં.

એટલે જ કદાચ મેઘાણીના વંશજોને પિતાની માતબર કૃતિઓનો વેપાર કરવાનું સૂઝ્યું હશે અને ડુંગરપુર જિલ્લો છોડી અમદાવાદ વસી ગયેલા પન્નાલાલ પટેલને પોતાની માલિકીનું ‘સાધના પ્રકાશન’ શરૂ કરવાનું અનિવાર્ય લાગ્યું હશે. પુષ્કર ચંદરવાકરને બેઉ ખભા પર મસમોટા થેલા લટકાવી પોતાની ચોપડીઓ વેચવા નીકળતા જોઈ હૈયે કમકમાટી થઈ જતી. લેખક પોતાની કૃતિઓ જાતે જ પ્રકાશિત કરે તો એને લખવાનો સમય ક્યારે મળે? છતાં રઘુવીર ચૌધરીએ પણ એ સાહસ ખેડ્યું છે.

કેટલાક કલાત્મક પ્રકાશકો પણ શોખ ખાતર મેદાનમાં ઊતર્યા છે. દાખલા તરીકે જૂનાગઢના વનરાજ. મારા પરમ શુભચિંતક -મોરબીના ખ્યાતનામ સ્વનામધન્ય બાળરોગ નિષ્ણાત ડો.સતીશ પટેલ પોતાની રીતે જ પોતાની કૃતિઓ છપાવી વહેંચે છે અને વેચે છે. એ ઈનામ માટે નથી લખતા! પરંતુ લેખક ભલે એમ કહે કે મને એવા રેકગ્નિશનની પડી નથી તો પણ એનો માંહ્યલો તો ઊંડે ઊંડે મૂંગો મૂંગો એની રાહ જોતો જ રહે છે, છેલ્લા શ્વાસ પર્યંત! મને એવા કેટલાક સમર્થ સર્જકોની એ દુઃખતી રગ પર આંગળી મૂકવાનું સૌભાગ્ય સાંપડ્યું હતું જે ગુજરી ગયા ત્યારે એમને સૌથી મોટો અફસોસ એ વાતનો હતો કે એમની થવી જોઈએ એવી કદર ના થઈ. દાખલા તરીકે એમને રણજિતરામ સુવર્ણચંદ્રક ન મળ્યો!

લેખિકા નૉરાહ વિન્સેન્ટને મનોરોગની ગ્રણ હૉસ્પિટલોમાં કેવો અનુભવ થયો?

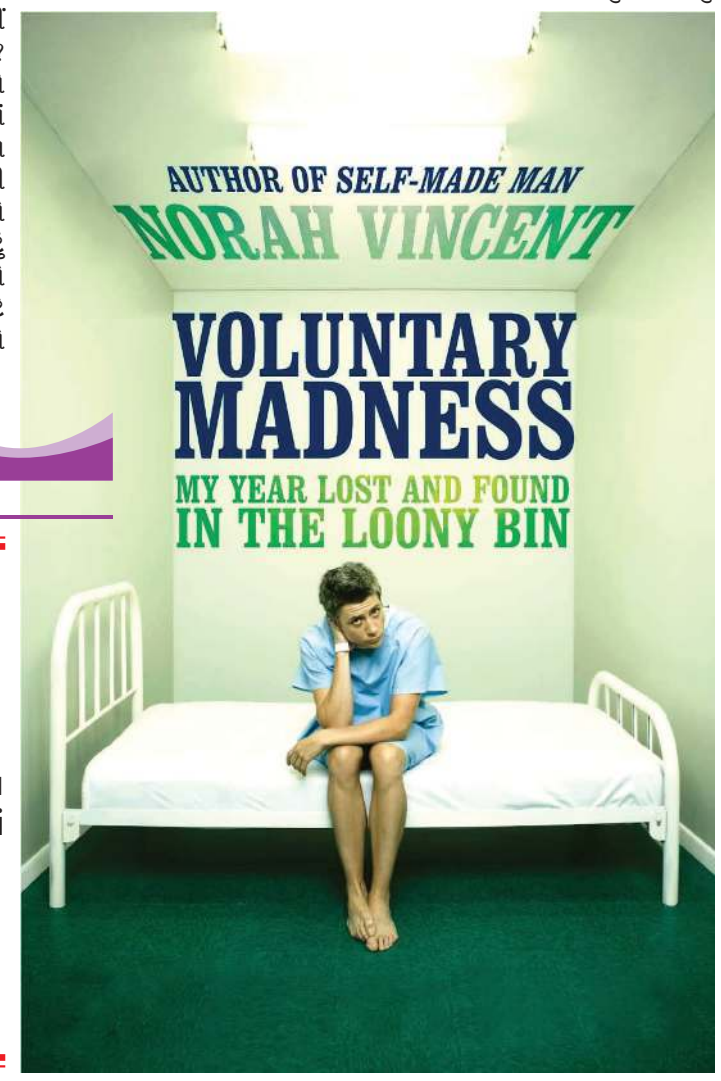
અબીલ ગુલાલ
જયવંત પંડ્યા

આ વાત અમેરિકાની છે જેના વિશે આપણા મગજમાં સદા રૂડું-રૂપાળું ચિત્ર જ રજૂ કરાતું રહ્યું છે. ત્યાંનું મીડિયા, ત્યાંની ફિલ્મો અને ત્યાં જઈ ડૉલરમાં કમાણી કરી આવતા આપણા કલાકારો, બુદ્ધિજીવીઓ સદા ત્યાંનું સારું-સારું જ બોલે-લખે છે

ગયા અંકે જોયું કે એક હાર્ડકૉર ફેમિનિસ્ટ અમેરિકી મહિલા નૉરાહ વિન્સેન્ટે પુરુષ બની પુરુષો વચ્ચે દોઢ વર્ષ વિતાવ્યું. તેને જાણવા મળ્યું કે ફેમિનિસ્ટોએ પુરુષો વિશે જે વાતો ફેલાવી છે તે તદ્દન ખોટી છે. આના કારણે તેને માનસિક આઘાત લાગ્યો. નૉરાહ પોતે પણ ફેમિનિસ્ટોએ ફેલાવેલી વાતોની શિકાર હતી. એ બધી માન્યતાઓ ભાંગીને ભુક્કો થઈ ગઈ. આથી તેને થયું કે જે વાતો પુરુષો વિશે ફેલાવાયેલી છે તે જોતાં (અને ક્યાંક પોતે પણ એ વાતો ફેલાવવામાં કદાચ નિમિત્ત હશે એટલે) પુરુષો તેને માર મારે તોય કોઈ વાંધો નહીં. તે તેને લાયક છે.

આ માનસિક આઘાત એટલો બધો હતો કે પછી તેમાંથી તેને વિચાર સ્ફૂર્યો તે ખબર નહીં, પરંતુ આ પછી નૉરાહ 3 સાઇકિયાટ્રિસ્ટ હૉસ્પિટલોમાં રહી. ત્યાં તેણે માનસિક રોગોની સારવાર લીધી. અહીં તેને કેવો અનુભવ થયો?

અહીં તેણે ગાંડપણનો ઢોંગ કર્યો. દરેક હૉસ્પિટલમાં તે 10-10 દિવસ એટલે કે કુલ એક મહિનો રહી. સૌથી પહેલી એક સરકારી હૉસ્પિટલમાં તે દાખલ થઈ. તેનું તેણે ખોટું નામ ‘મેરીવેધર’ પાડ્યું. તેણે હૉસ્પિટલમાં દાખલ થવા માટે કારણ આપતાં કહ્યું કે તેને



આત્મહત્યાના વિચારો આવે છે. નૉરાહે જોયું કે ડૉક્ટરો ગરીબ અને માનસિક બીમાર દર્દીઓને વધુ પડતી (અનાવશ્યક) દવાઓ આપીને મૂર્ખ બનાવે છે. અને નર્સોને દર્દીઓની લેશ માત્ર પડી નથી હોતી. તેઓ કાં તો દર્દીની અવગણના કરે છે અથવા તેમને ધમકાવે છે. ત્યાં અપાતો ખોરાક બિનઆરોગ્યપ્રદ હોય છે. અને પરિસ્થિતિ ગંદી છે.

યાદ રહે આ વાત અમેરિકાની છે જેના વિશે આપણા મગજમાં સદા રૂડું-રૂપાળું ચિત્ર જ રજૂ કરાતું રહ્યું છે. ત્યાંનું મીડિયા, ત્યાંની ફિલ્મો અને ત્યાં જઈ ડૉલરમાં કમાણી કરી આવતા આપણા કલાકારો, બુદ્ધિજીવીઓ સદા ત્યાંનું સારું-સારું જ બોલે-લખે. પરંતુ હવે સોશિયલ મીડિયા પર બધા પ્રકારના વિડિયો ત્યાંના લોકો મૂકતા હોય છે, તે જુઓ તો જાણ થાય કે અમેરિકામાં પણ રસ્તા પર ગાબડાં પડે છે. અમેરિકામાં પણ રેલવે પ્લેટફૉર્મ પર છતમાંથી વરસાદનું પાણી ટપકે છે. અમેરિકામાં પણ આજીવિકાહીનો છે. અમેરિકાનું યુવા ધન ડ્રગ્સ અને દારૂના નશામાં અર્ધ બેભાન અવસ્થામાં રસ્તા પર પડ્યા હોય છે. ત્યાં પણ ઘરવિહોણા લોકો મોટી સંખ્યામાં છે. ત્યાં પણ બળાત્કારો એટલા જ થાય છે. ત્યાં પણ ઓછાં કપડાં પહેરવાને સારું નથી મનાતું. અને ત્યાં રંગભેદ પુષ્કળ છે. ભારતીયો તરફનો ધિક્કાર ઘણો છે.

નૉરાહ પોતે તો એવી ખાસ ગંભીર દર્દી નહોતી. તેને તેની સાથે રહેલા અન્ય દર્દીઓની દયા આવી. તેઓ નૉરાહ પાસે કેન્ડી અને સિગરેટ માગતા. અને મેડિકલ ઉપચારનો ખર્ચો? એ તો અધધ. જો નૉરાહ પાસે વીમો ન હોત તો મેડિકલે માત્ર 10 દિવસ માટે 14,276 ડૉલર ચુકવવા પડ્યા હોત. અને આ આજની વાત નથી. નૉરાહ 2008માં એટલે કે આજથી 17 વર્ષ પહેલાં દાખલ થઈ હતી. આજે તો ડૉલર સામે રૂપિયો 90ની સપાટીએ પહોંચી ગયો છે. પરંતુ 2008ની સ્થિતિએ રૂ. 50.075 એક ડૉલરનો ભાવ હતો તે રીતે ગણીએ તો 7,13,800 માત્ર દસ દિવસમાં થયા અને તે પણ સરકારી હૉસ્પિટલમાં !

જોકે નૉરાહ વિન્સેન્ટે આ હૉસ્પિટલનું નામ નથી આપ્યું, પણ તે પછી પ્રયોગ માટે તે બીજી જે હૉસ્પિટલમાં દાખલ થઈ તે ખાનગી હતી. આ વખતે તે કેથોલિક ખ્રિસ્તીઓની ખાનગી હૉસ્પિટલ સેન્ટ લ્યુક્સમાં દાખલ થઈ. અહીં તેને એટલો જ ખર્ચો થયો. પરંતુ અહીં કાળજી વધુ સારી મળી. કર્મચારીગણ સારો હતો. ભોજન તાજું મળતું હતું. બાથરૂમ સ્વચ્છ હતો. અને મુખ્ય મનોચિકિત્સક સમજદાર અને ડાહ્યા હતા. ફરજિયાત દવા લખી દેવાના બદલે તેઓ નૉરાહને છૂટ આપતા હતા કે તે નજીકના ઉદ્યાનમાં જઈ દોડે.

એ પછી તે ત્રીજા સેન્ટરમાં ગઈ જેનું નામ હતું ‘મૉબિયસ’. તેમાં થેરેપી આપતા હતા, મૂવમેન્ટ ક્લાસ હતા અને સ્પાનો ઉપચાર હતો. સાથે દવાઓ પણ આપતા હતા. આ કેન્દ્ર બૌદ્ધ પંથની માન્યતાઓથી પ્રેરિત હતું. ત્યાં તેને તેના ભૂતકાળમાં લઈ જવાતી હતી. અને મનમાં જે હોય તે બોલવા કહેવાયું. તેનાથી તેને અણધારી બાબતો જોવા મળી. મનોચિકિત્સક તેની સાથે લાંબો સમય વિતાવે છે.

તેને તે ગાંડી નહીં પરંતુ સાજી હોવાનો અનુભવ કરાવે છે. તેને ઉપચારની આ પ્રકારની પદ્ધતિઓ સામે પૂર્વગ્રહો હતા તે તૂટી ગયા. ત્યાંથી તેના જીવનની ગાડી પાછી પાટા પર આવી ગઈ. જોકે તેને ત્યાં 10 દિવસ માંડ-માંડ નીકળ્યા. તેને લાગ્યું કે એક પત્રકાર/લેખિકા તરીકે તેણે જે જાણવાનું હતું તે તેણે જાણી લીધું છે. બસ, બહુ થયું.

નૉરાહે આ ત્રણ હૉસ્પિટલોના અનુભવો પરથી ‘વૉલ્યન્ટરી મૅડનેસઃ માય યર લૉસ્ટ ઍન્ડ ફાઉન્ડ ઈન ધ લૂની બિન’ નામનું પુસ્તક લખ્યું. તેમાં તેણે મનોચિકિત્સા પર લખ્યું કે, “મનોચિકિત્સામાં કોઈ નિદાન નથી હોતું. ફરિયાદની અવલોકન કરેલી પેટર્ન માટે એક સામાન્ય શબ્દાવલિઓ હોય છે. કેટલાંક લક્ષણોને એકઠાં કરીને તેમને નામ આપી દેવામાં આવે છે.

તેનું વધુ પડતું સરળીકરણ કરી દેવાય છે. તેના માટે ભૂલ ભરેલાં કારણો કહેવામાં આવે છે કારણ કે આ ભૂલ ભરેલાં કારણોની દવા આપી શકાય છે. અને પછી દવા (ડ્રગ) અને માની લેવાયેલા રોગને સરકાર દ્વારા કાયદાકીય સ્વરૂપ આપી દેવાય છે અને આ રીતે વ્યવસાય તેમજ દર્દી બંનેને પણ કાયદાકીય સ્વરૂપ અપાય છે. આ બધાથી વીમા કંપનીને, ડૉક્ટરો અને દવાની કંપનીઓને ફાયદો થાય છે.

અનુસંધાન પાના એકનું

બહુશ્રુત

વડાપ્રધાને શાંતિની તરફેણની વાત કરી. ભારતે હજી સુધી યુક્રેન પર રશિયન આક્રમણની આકરી નિંદા નથી કરી. આ ગણતરીપૂર્વકનું મૌન ભારતની વૈશ્વિક છબીને નુકસાન પહોંચાડનારું બની શકે. યુરોપ અને અન્ય લોકશાહી રાષ્ટ્રો ભારતને એક એવા દેશ તરીકે જુએ જે પોતાની વ્યવહારિકતાને મહત્વ આપે છે મૂલ્યોને નહીં તો એક લેવા જતાં ચાર ખોવાનો વારો ન આવે તેવી સ્થિતિ ખડી થઇ શકે છે. પાંચમો મુદ્દો છે કે પુતિન ભારતની વાતને કેટલી ગંભીરતાથી લે છે. પુતિને એમ સ્વીકાર્યું કે ભારતનું ફોકસ યુદ્ધને મામલે શાંતિના પ્રયાસ છે. પણ સ્વીકારવું અને અમલમાં મુકવું બે અલગ બાબતો છે. ભારત યુક્રેનમાં શાંતિ નિર્માણ કરનાર રાષ્ટ્ર તરીકે પોતાનું સ્થાન બનાવવા માગે છે જેથી વૈશ્વિક છબી પર પણ તેની હકારાત્મક અસર પડે પણ મધ્યસ્થી તરીકે ભારતની શક્તિ મર્યાદિત છે કારણકે ભારત રશિયન તેલનો સૌથી મોટો ખરીદાર દેશ છે.

જેમ જેમ આંતરરાષ્ટ્રીય રાજકીય વ્યવસ્થા વધુને વધુ ધ્રુવીય બને છે- તેમાં સત્તાકીય બ્લોક્સ એટલે કે ચોકઠાં બની રહ્યા છે તેમ તેમ ભારતની વ્યૂહાત્મક સ્વાયત્તતા તેની સૌથી મોટી શક્તિ અને સૌથી મોટી નબળાઈ બંને બને છે. મોદીની પુતિન સાથેની હગ ડિપ્લોમસી સ્વાયત્તતાના પ્રતીક તરીકે સારી રીતે કામ કરે છે, પરંતુ તે ભવિષ્યમાં ભારતે કરવી પડનારી કઠોર વ્યૂહાત્મક પસંદગીઓનો વિકલ્પ નહીં બને.

ભારતે યુરોપ, જાપાન, ઓસ્ટ્રેલિયા અને દક્ષિણપૂર્વ એશિયા સાથે સંબંધો બહેતર બનાવીને પોતાના સંબંધોને વૈવિધ્યસભર બનાવવા જોઈએ. વોશિંગ્ટનનો મિજાજ બદલાય તે પહેલાં ચીન સાથે સરહદ તણાવને સ્થિર કરવા માટે આપણે ગંભીરતાથી કામ કરવું જોઈએ. જરૂરી એ પણ છે કે, આપણે આપણી આર્થિક અને ટેકનોલોજિકલ ક્ષમતાઓને એટલી સારી રીતે ઘડીએ કે બીજી મોટી સત્તા પર આધારીત ન રહીએ. આમ થવાથી આપણે આપણા વ્યૂહાત્મક નિર્ણયો પર બીજા રાષ્ટ્રનું દબાણ પણ ટાળી શકીએ.

અનુસંધાન પાનાત્રણનું

કબીરા ખડા...

આ પ્રકાશ વડે સામેનો ડ્રાઇવર ચકાચોંધ બનીને થોડી પળો માટે ડઘાઇ જાય છે. સામેથી આવતું વાહન કયું અને કેવડું છે તે જલ્દીથી નક્કી કરી શકતો નથી. મતિ મુંઝાઇ જાય અને ત્વરિત નિર્ણય લેવો પણ જરૂરી હોય છે. સફેદ LED લાઇટ એવો ઝળહળાટ પેદા કરે છે કે કશું સ્પષ્ટ જોઇ શકાતું નથી. હોઇ કેવિન LEDમાં ટૂંકી તરંગ લંબાઇના બ્લુ કિરણોનું પ્રમાણ વધુ હોય છે. તે કિરણો માનવીની આંખોમાં પ્રવેશીને વિખેરાય જાય છે. તેથી સામેની વસ્તુસ્થિતિ સ્પષ્ટપણે જોઇ શકાતી નથી. તેમાંય ધુમ્મસ કે વરસાદ હોય તો ડ્રાઇવરની સામે પ્રકાશની જ એક દિવાલ રચાઇ જાય છે.

આ જીવલેણ સ્થિતિ ટાળવા માટે વાહનો અને સ્ટ્રીટલાઇટોમાં પીળી લાઇટ વપરાય તે જરૂરી છે. યલો લાઇટ થકી આંખો પર એ ત્રાસ આવતો નથી. ધુમ્મસ, વરસાદ કે રાત્રિમાં વધુ સારી રીતે જોઇ શકાય છે. યોગ્ય રંગના લેમ્પ વાપરવાની સાથે હેડલાઇટોના શેડની એવી ગોઠવણી કરી શકાય છે. આ પ્રકારની વ્યવસ્થા જળવાઇ રહે તેવા કાયદા કાનૂન આરટીઓ દ્વારા ઘડવામાં આવ્યા છે, પરંતુ તેની કિંમત લોકો જાણે છે.

રંગો આપણા માટે ઝિલમિલ સિતારાઓ, ડિસ્કોલાઇટ્સ અને દાંડિયા રાસની દિવાળીની રોશનીઓ પૂરતાં મહત્વનાં છે. પરંતુ ટ્રાફિક કે વાહનોની લાઇટસ કરતાં પણ જીવન પર વીજળીના રંગો અનેક પ્રકારે અસર કરે છે. કોઇક સારી કરે, કોઇક ખરાબ કરે. આ નવરાત્રોત્સવમાં મહારાષ્ટ્રની પોલીસે નવરાત્રિની ઉજવણી સમયે પ્લાઝમા લાઇટ્સ, બીમ લાઇટ્સ અને લેઝર બીમ લાઇટ્સનાં વપરાશ પર પ્રતિબંધ મૂક્યો હતો. અગાઉ આવી અત્યંત ઝળહળતી લાઇટોનાં કારણે લોકોની આંખોની કાયમી નુકસાન પહોંચ્યું હોય તેવી ઘટનાઓ ઘટી છે. બાળકોથી માંડી વૃદ્ધોની આંખોને નુકસાન પહોંચે છે. વિજ્ઞાન પણ આવી રોશની સામે ચેતવણી આપે છે. નવાં સંશોધનો વિચારતાં કરી મૂકે તેવાં છે. ચળકતાં લાલ રંગનો સંયમિત, પ્રમાણસરનો ડોઝ આંખોમાં આપવામાં આવે તો નબળી દૃષ્ટિ શક્તિ, ટાઇપ-ટુ ડાયાબિટીસ, પક્ષઘાત અને સ્મૃતિભ્રંશ જેવી બિમારીઓની અન્ય કોઇ દયા લીધા વગર સારવાર શકય બને છે તેમ સંશોધકો વિજ્ઞાનીઓ કહે છે. માનવી કે પ્રાણીઓની આંખોમાં તમામ રંગોનું સ્પેકટ્રમ, રંગાવલી પ્રવેશે છે. પરંતુ તેમાં લાલ રંગનું મહત્વ વિશેષ છે. જેઓને મસ્તિષ્ક અને ગળાનું કેન્સર હોય અને કિમોથેરપી તેમજ રેડીયો થેરપીની સારવાર ચાલતી હોય તેઓનાં મોમાં ચાંદા પડવા જેવી પીડાદાયક આડઅસરો પેદા થાય છે. યુકે સરારની નેશનલ હેલ્થ સર્વિસ દ્વારા આ પ્રકારની આડઅસરોની સારવાર માટે લાલ રંગના ડોઝ આપવાની ભલામણ કરવામાં આવી છે.

ટૂથબ્રશનાં કદના એક સાધન વડે વીસથી ત્રી મિનિટ, સપ્તાહમાં બે થી ત્રણ વખત લાલ કિરણોનો ડોઝ અપાય છે અને મોં તેમ જ પેઢાં પર જે સોજા આવ્યા હોય, ચાંદા પડ્યાં હોય તે તે મટી જાય છે. અને દુઃખાવો દૂર થાય છે. ઊંમર વધવાની સાથે લોં કી આંખમાંનાં અમુક હિસ્સા ઘસાવા માંડે છે તેને તબીબની ભાષામાં ‘એજ-રિલેટેડ મેક્યુલર ડિજનેરેશન કહે છે. તેનાથી દૃષ્ટિ ઝાંખી પડે છે અને જતી પણ રહે. હાલમાં આ તકલીફની કોઇ સચોટ સારવાર નથી. આંખની રેટીનામાંનાં કોષો ધીમે ધીમે મરવા માંડે છે. વ્યવસ્થિત દેખાય તે માટે આ કોષો જીવંત રહીને કામ કરે તે જરૂરી છે.

ગયા વરસે દરદીઓને એક એક આંખમાં પાંચ પાંચ મિનિટ એ રીતે દર ચાર ચાર મહીને લાલ કિરણોના ડોઝ અપાયા. કુલ છ વખત આપ્યા. ત્રણ ડોઝ પૂરા થયા પછી તેઓની દૃષ્ટિમાં નોંધપાત્ર એવો 55 ટકાનો વધારો નોંધાયો. આંખનાં તબીબો અક્ષરોનો જે ચાર્ટ રાખે છે તેના પાંચ અક્ષરો વાંચી શકાય એટલી દૃષ્ટિ-શક્તિ પાછી વળી હતી. આ પ્રયોગો નાના પાયે થયા હતા, હવે મોટા પાયે હાથ ધરાશે.

આ થઇ લાલ રંગની ખૂબીની વાત. પણ બીજા રંગોનું શું? અન્ય રંગોના પ્રકાશને સારો ગણવો કે ખરાબ? નિષ્ણાતોના એક મોટા વર્ગનું માનવું છે કે આજે આપણે ઘરોમાં જે LED બલ્બ, LED સ્ક્રીન વાપરીએ છીએ તેના થકી લોકોમાં મેદસ્વતી અથવા સ્થૂળતા, ચિંતા અને દૃષ્ટિબાધકૃતાનું પ્રમાણ વધ્યું છે. પ્રથમ તો આ વાત ગળે ન ઊતર, પરંતુ વિજ્ઞાનીઓએ જવાબ આપે છે તે ગળે ઊતરે તેવો છે.

ટીવીના સ્ક્રીન, એલઇડી ગોળા મુખ્યત્વ વધુ ઊર્જા ધરાવતો બ્લુ પ્રકાશ ફેંકે છે. તેના માત્રા વધી જાય તો આપણા શરીરની જે બોડી કલોક અથવા ઘડિયાળ હોય છે તે ખોરવાઇ જાય છે. આંખની રેટીનાને નુકસાન પહોંચે છે. અને ઊંઘ માટે જરૂરી મેલાટોનીન નામના ઘટકનો સ્ત્રાવ પણ ખોરવાઇ જાય છે. જૂના પ્રકારનાં જે બલ્બ હતા તેમાંથી એવો જ કુદરતી પ્રકાશ નિકળતો હતો, જેવો સૂર્યમાંથી મળે છે. નવો LED પ્રકાશ વીજળી ઓછી બાળે છે પણ નુકસાનકારક છે. એક અભ્યાસ દ્વારા જાણવા મળ્યું છે કે લાંબો સમય બ્લુ લાઇટમાં રાખવામાં આવેલા ઊંદરોનાં વજન ઝડપથી વધી ગયાં હતા. તેઓમાં વ્યગ્રતા અને ડરનું પ્રમાણ પણ વધ્યું હતું.

બાર્સેલોના, સ્પેનમાં બે હજાર વ્યક્તિનો અભ્યાસ થયો હતો. રાત્રે બ્લુ