



## તંત્રી સ્થાનેથી...

નાસ્તા શોખીનો ચાઈનીગ્ર-પંજાબી નાસ્તામા

આજુમાટો ગેર આરોગ છે કે શું.....?

કોરોના હવે અત્યમ થયા તરફ જઈ રહ્યો છે તે સાથે દેશ

ભરમાં સરકાર છારા વેક્સિન આપવાનું અભિયાન ભરે શોરથી

ચાલી રહ્યું છે. જ્યારે કે વિષણા કેટલાક દિવસો કોરોના

મહામારીનો સામનો કરી રહ્યા છે. દેશમાં કોરોના કંસો નહીંવિલત

રહેતા સરકારે દેશભરમાં મોટાભાગના નિગમને કોરોના

આમ પ્રજા સાથે જોડાયેલા તમામ પ્રકારના ધાર્મિક સામાજિક

સહિતના વિષય કાર્યક્રમો માટે છૂટછાટ આપી દીધી છે. પરિણામે

આમ પ્રજામાં મોટો હાશકારો થયો છે. પરંતુ વિવિધ છૂટછાટો

મળતા બહારનો નાસ્તા કરતા નાસ્તા પ્રેમીઓ પાવલાજી, વડા

પાઉં કરતા ચાઈનીગ તથા પંજાબી લારીઓ અને નાસ્તા હાઇસ્ટ્રો-

થાનો પર વધુ ટૂટી પડવા છે તેમાં પણ ચુવાધન મોટા પ્રમાણમાં

છોય છે. સાલે લાટર મારવા નીકળો તો ચાઈનીગ નાસ્તા ભનાવતા

થથા પર વધુ ભીડ જોવા મળે છે.... પણ સ્થાનિક ભનાવતા

ચાઈનીગ ખાદીમાં આજુનોમાટો વાપરવામાં આવે છે જે એક

ધીમું પરંતુ તીવ્ર ગેર છે.... સર્કેન રંગનો ચમકતો પદાર્થ "મોટાસોડિયમ

ગુજરાતમેરે" એટલે આજુનો મોટો ક્ષાર.... દેશમાં મોટાભાગના

લોકો આ શું પદાર્થ છે તે જાણતા જ નથી....! આજુનો મોટો

ધીમું નહીં પરંતુ તીવ્ર ગેર છે.... સર્કેન રંગનો ચમકતો પદાર્થ

એટલે કે આજુનોમાટો સોડિયમ ક્ષાર. જે સ્વાદ વધારવા માટેનું

કેમિકલ ચાઈનીગ પંજાબી વાનગીઓ માં ઉપયોગમાં લેવાય છે.

આને કારણે આવું ખાનારની સ્વાદ ગંભીરી કિયા દીમી કરી

નામે છે તેવી તમને ખોરાકના સ્વાદની ખબર જ ન પડે.. અને

આજુનોટ ખોરાકની નભળી ગુણવાન છુપાવવા વાપરવામાં

આવે છે. જે આરોગ્ય માટે ખૂબ જ અતિનાક છે. ગુજરાતમાં

આરોગ્યતંત્ર છે તો રાજ્યભરના નાના-મોટા શહેરોમાં પણ

લોકોના આરોગ્ય સાથે એડા ન થાય કે લોકોના આરોગ્યની

જાહેરી માટે અનેક પ્રકારના ખાદી ખોરાકોની ચકાસથી કરે

છે. જેમાં ખાસ તો મીઠાઈઓ અને ફરસાયા ની હુકાન ઉપર

ખાસ તપાસ કરે છે. અન્યાને અનેક સ્વયામીય આરોગ્ય તંત્ર ખાદી

પદાર્થની તપાસ કરી રહ્યું છે. પરંતુ તુંને જેણું

ખાનારની ખબર નથી...! જેણું ખાનારો કરી રહેણો હોય છે.

એટલે કે આજુનો મોટો ક્ષાર.... દેશમાં મોટાભાગના

લોકો આ શું પદાર્થ છે તે જાણતા જ નથી....! આજુનો મોટો

ધીમું નહીં પરંતુ તીવ્ર ગેર છે.... સર્કેન રંગનો ચમકતો પદાર્થ

એટલે કે આજુનોમાટો સોડિયમ ક્ષાર. જે સ્વાદ વધારવા માટેનું

કેમિકલ ચાઈનીગ પંજાબી વાનગીઓ માં ઉપયોગમાં લેવાય છે.

આને કારણે આવું ખાનારની સ્વાદ ગંભીરી કિયા દીમી કરી

નામે છે તેવી તમને ખોરાકના સ્વાદની ખબર જ આવ્યું નથી!

જેણે "આજુનોમાટો" કહીએ છી એ તે એક

કંપનીનું નામ છે આ પદાર્થ મેટ્ટ થઈને વેજુએન્ટ્સ પર કોટિંગ

થાજ જાય છે. એટલે તેના સ્વાદ સુંગંધ નાસ પામતા નથી...! પરંતુ

ખાનારને ખબર નથી કે "થેમએસજી" પાયન કે ન્યુ ડ્રેશન મારે

દાનિકારક પદાર્થ છે. હવે તેનાથી થતા નુકસાન ભેવામાં આવે

તો ખાશ સાથે આજુનો મોટો ખાવામાં આવે તો શરીર પર

ખંખાળ આવે છે, ફોલીલીઓ થાય છે, માથાનો દુખાવો, પરસો,

ચક્કર આવવા જોવા રોગો નાના મોટા દરેકને થાય છે. તેનો વધુ

ઉપયોગ મગજને પણ નુકસાન પણોચાડી શકે છે, શરીરમાં

પાણીની અછત ભોલી કરે છે, મોટા પર સોઝ કે ચામડી

ખેચાની જેવી આડઅસરો થાય છે. તેનો વધુ ઉપયોગ દીમે દીમે

શરીરી, ખાંચી, આગસુષ્ય, થાક લાગવો, છાતીમાં દુખાવો, શાસની

તકલીફ વગે દીરે થઈ થતાં થાય છે. આ સિવાય પેટમાં દુખાવો

અને જાડા જેવી સામાન્ય આડઅસરો પણ થાય છે તેમજ આજુનોટો પણ જાણુનો દુખાવો રહેતો હોય થાય છે. તેનો વધુ

ખાનારો માટે વિષપાન કરે છે?

પણ તે? તેમે તો અન્યાન્ય દિસ્પ્લાન્યુ વિષપાન જ નથી કરતા,

તમારો રહ્યું અમૃત પણ એમને આપી દો છો.

બસ, રહેવા દો હે,

અન્યાન્ય પથના કંટા વીલ્યાનું રહેવા દો,

તમારા પગ તરફ તો નજર કરો,

ચારાથી થઈને રહ્યું ગયા છે,

અને લોહી જુમે છે એમાંથી,

એ વહેમ છોટી હો કે,

એ વહેતા લોહીથી કંટાની તૃપા છીપણે,

તુમ થવાની એમની પ્રદૂતિ નથી,

એ અતુમ છે અને અતુમ જ રહેણો.

દોસ્ત મારા, યુગને ઔન્ઝ,

મહાશિવ બનવાનું રહેવા દો

તમારા પગ તરફ તો નજર કરો,

ચારાથી થઈને રહ્યું ગયા છે,

અને લોહી જુમે છે એમાંથી,

એ વહેમ છોટી હો કે,

એ વહેતા લોહીથી કંટાની તૃપા છીપણે,

એ અતુમ છે અને અતુમ જ રહેણો.

દોસ્ત મારા, યુગને ઔન્ઝ,

મહાશિવ બનવાનું રહેવા દો

તમારા પગ તરફ તો નજર કરો,

ચારાથી થઈને રહ્યું ગયા છે,

અને લોહી જુમે છે એમાંથી,



