

વार्षिक लवाजम रु. १५०/-

वर्ष : ४८
जून - २०२१
अंक - ५१७

મંગલ મંદિર @ જૂન-૨૦૨૧ @ १
(કુલ પાણા : ५०)



મંગલ મંદિર

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદનું માસિક મુખ્યપત્ર

માર્ક પઠેરો, હાથને સાફ કરો વારંવાર
ને મીટરની દૂરી બનાવી રાખો



મુખ્ય કાર્યાલય :

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ

માતુશ્રી સાકરભેન રવજી મોરારજી લાલન (કોડાય-કુમીમવાલા)

શ્રી કચ્છી જૈન ભવન

તંત્રી મંડળ :

પ્રતાપ નાણાજી એડ - મુખ્ય તંત્રી

દિનેશ આર. મહેતા - સહંત્રી

૪૩-૪૪, બાહ્ય નિત્રોફાઇન સોસાયટી, પાલડી, ઓલિસાબીલ, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૬

ફોન : (૦૭૯) 4890 6001, 4890 6004, 4890 6006

Email : kjssmangalmandir@gmail.com • Web site : www.kuthchijainahd.org



શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ

સંચાલિત



નવનીત મેડિકલ સેન્ટર - બોપલ

અને

કંચનબેન નવીનચંદ્ર નાનજી શાહ O.P.D. સેન્ટર
તથા

દીપ ફાઉન્ડેશન મેડિકલ ચેક-અપ સેન્ટર

૨જો અને ઉઝો માણ, ગાલા હબ એનેક્ષ, બસંત બહાર-૧ની બાજુમાં, ગાલા જીમખાના રોડ, બોપલ, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૪૮
ફોન નં.: ૯૮૨૪ ૮૮૦૩૦૩, ૯૮૨૪ ૮૮૦૪૦૪ | Email: kjssmedicalbopal@gmail.com



છેલ્લા ૪૫ વર્ષથી દર મહિનાની પણ તારીખે
નિયમિતપણે પોસ્ટ કરવામાં આવતું
“શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ”નું
મુખ્યપત્ર

“મંગલ મંદિર”

મુખ્ય કાર્યાલય

શ્રી કચ્છી જૈન ભવન,
૪૩-૪૪, શ્રી બ્રાહ્મણ મિત્રમંડળ સોસાયટી,
પાલડી, એલિસબિલ્ઝ,
અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૬.
ફોન : (૦૭૯) ૨૬૪૭૮૮૮૨, ૨૬૪૮૭૫૦૭
ફેક્સ : (૦૭૯) ૨૬૪૮૨૦૬૦
ઈ-મેઇલ : kutchijainamd@gmail.com
વેબ-સાઇટ : www.kutchijainahd.org

તંત્રી

પ્રતાપ નારાણાશ્વરુદ્ધ

સહ તંત્રી

દિનેશ આર. મહેતા
મો. ૯૯૨૪૩ ૪૨૬૨૮

અંકમાં પ્રસિદ્ધ થયેલ લેખો તથા અન્ય વિભાગની
માહિતીઓ સાથે તંત્રીમંડળ સહમત છે તેમ માની વેચું
જરૂરી નથી. રજૂ થયેલ વિચારો જે તે વ્યક્તિના હોય
છે, જેની નોંધ લેવા વિનંતી.

લેખકોને નામ વિનંતી

‘મંગલ મંદિર’માં પ્રગટ કરવા
માટે વિપુલ પ્રમાણમાં લેખ સમગ્રી
અમને મળતી રહે છે અને એટલે
સ્વીકૃત કૃતિઓને પ્રગટ કરવાનું પણ
સ્વાભાવિક રીતે વિલંબાય. મંગલ
મંદિરના ધોરણને ધ્યાનમાં લઈ,
પોતાની રચના મોકલતી વખતે લેખક
સ્વાવિષેક દાખલે તેવી વિનંતી છે.

એક સાથે એકથી વધુ કૃતિઓ
ન મોકલવા વિનંતી.

ભાષાદોષ અને લાંબા લેખો
અસ્વીકાર્ય બનશે તેની નોંધ લેવા
વિનંતી. લેખમાં એકની એક વાતનું
પુનરાવર્તન (રેપિટેશન) ટાળ્યું
જરૂરી છે. કૃતિની હસ્તપ્રત સ્વચ્છ
અને સુવાચ્ય હોવી જોઈએ. આશા
છે કે, આ બાબતમાં લેખક મિત્રોનો
સહકાર અમને મળી રહેશે.

- મુખ્યતંત્રી

અનુક્રમણિકા

તંત્રી લેખ :

- વિકાસના નામે વિશ્વમાં જંગલોની કાપ-કૂપ નુકસાનકારક દિનેશ આર. મહેતા..... ૫

દીપશીખા

- પુસ્તક મિત્ર ● સત્સંગ ડૉ. પૂજા કોટક..... ૭

મનોરમ્ય : કાવ્ય સૃષ્ટિ

- માનું સત્ય છે : ભક્તુલેશ દેસાઈ ● આવી ગયા : રાકેશ હાંસલિયા ૮
- નિહાણું છું તમને : કિરણસિંહ ચૌહાણ ● જો વરસાદ આવે છે! : અલ્ય ત્રિવેદી ૮
- લઘુ કાવ્ય : અરુણા અરુણા ૬૫૫૨ ૮
- ઝંખના : જયેશ ૬૫૫૨ ● ગજલ : આનિદ ભહ ૮
- કઠોર લાગે : ડૉ. નાનુભાઈ પંડ્યા ● હિંદુસ્તાનમાં રહેવા દે મને : બેન્યાજ ધોલવી ૮

લેખ

પ્રસ્તાવના

- ધરનો ઉભરો એ ધરનું નાક ડૉ. ભગીરથ બ્રહ્મભહ..... ૧૦

કીર્તિ

- ધીરતા અને વીરતા કસોટી – સહનશીલતા ડૉ. કમલ પુંજાણી..... ૧૧

પડકાર

- બાપ – બેટો ડૉ. મણિલાલ દ. પટેલ..... ૧૨

તુલસી

- નથી સાપનો ભારો – દીકરી તુલસીનો ક્યારો દિનેશ પેશનવ..... ૧૪

બોધ કથા

- સુંદરીના વાળની સફર ડૉ. એમ. પી. કાકડિયા..... ૧૫

સંસ્કૃતિ

- ગામડાંની સંસ્કૃતિ જોરાવરસિંહ જાદવ..... ૧૬

વિચાર મંચ

- મહાસત્તા બનતાં પહેલાં પાયાની સુવિધા આપો ડૉ. યાસીન દલાલ..... ૧૮

ગુલશાન (ચાલુ શ્રેણી) (મણકો-૭)

- “દિલની જાબાન” :
પીઠ-કવિ ગાજલકાર : શ્રી હરીશ પંડ્યા ચંદ્રકાંત પટેલ ‘સરલ’, સાહિત્યકાર..... ૨૧

નવલિકા

- ભૂરા આકાશમાં શેત હંસોની હાર રમેશ પટેલ, લેખક-કવિશ્રી..... ૨૪

પ્રસંગ કથા

- એક ભણો સૌને તારે નટવર આહિલપરા..... ૨૬

નાટક

- સોનાનો સૂરજ રક્ષાભેન ચોટલિયા..... ૨૮

નારી જોરવગાયા-૩

- હંસાબા સરવેયા : નારી શક્તિની મિશાલ ડૉ. શીલા વ્યાસ, એસોસિએટ પ્રોફેસર..... ૩૧

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના
“પદાધિકારીશ્રીઓ”

મનેજિંગ ટ્રસ્ટી

શ્રી પ્રતાપ નારાણાજી એંડ
ઘર : ૦૯૬- ૨૬૦૫૦૪૭ મો. ૯૮૨૬૭ ૨૫૬૧૮

ઉપમુખ-૧

શ્રી મનુભાઈ ગોવિંદલાલ શાહ
ઘર : ૨૬૪૪ ૬૪૧૩, આ. ૨૬૪૦ ૧૧૫૦
મો. ૯૮૨૫૦ ૩૧૫૨૮

ઉપમુખ-૨

શ્રી શાંતિલાલ મુળજી સાવલા
ઘર : (૦૨૭૭) ૨૩૪૪૫૫ મો. ૯૮૨૫૦ ૪૮૬૪૫

માનદ મંત્રી

શ્રી પ્રદીપ સૂર્યલાલ મહેતા
ઘર : ૨૬૬૧૨૦૮૮
મો. ૯૮૨૫૦ ૬૧૧૬૦

સહમંત્રી

શ્રી રોહિત સંઘવી

ખજાનચી

શ્રી ચંદ્રકાંત દામજી શાહ
ઘર : ૨૬૦૫૦૨૪૫

સાંખ ખજાનચી

શ્રી રજનીકાંત ધરમશી પારેખ
મો. ૯૮૮૮૦ ૫૩૫૨૯

શ્રી કચ્છી વિશ્વામ ગૃહનું સરનામું :

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ
સંચાલિત

શ્રી કચ્છી વિશ્વામ ગૃહ
અર્થિંતનગર દેરાસરની સામે,
ગાંધી વિદ્યાલયની ગીવીમાં, રચના સ્કૂલની પાછળ,
રાજ્યસ્થાન હોસ્પિટલ પાસે, શાહીબાગ,
અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૪.
ફોન : ૦૯૬-૨૨૮૮૪૪૭

સેવા ભવનનું સરનામું :

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ સંચાલિત
માતુશ્રી કંકુલેન કાલજીભાઈ રવજી (નાની ખાખવાલા) સેવા
ભવન, એસ. ટી સ્ટેન્ડ પાસે,
સંકાર ગેટ હાઉસની સામે, રૂગાનાથપુરા,
અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૨૨. ફોન : ૦૯૬-૨૫૪૬૧૨૭૦

‘મંગલ મંદિર’ના અંકો સમાજની વેબસાઈટ

www.kutchhijainahd.org

ઉપર... [બ્લોગ](http://www.kutchhijainahd.org)...

www.hellokutchis.com

ઉપર વાંચી શકાય છે.

સુભિરે... બાતબીરા, સૃતિપટ પર સંભારણાં (સંકલન : ભલવીરસિંહ જાડેજા)

- સંકલનો સ્વીકાર ને સાબિતી (સ્વાજુભવ પ્રેરિત રૂપાંતર) ૩૨
- સલામ ઉપેન્દ્રભાઈ અતુલભાઈ સોની, તંત્રીશ્રી ‘ફાતિસેતુ’ ૩૩

સામાધાન

- નિયતિ, Best of Luck એમ. ડી. સોલંકી..... ૩૪

જીવનશૈલી

- સુવિધાથી છલકાતો આજનો માનવી સુખી છે? જસ્મીન દેસાઈ ‘દર્પણ’ ૩૭

સ્વાર્થ્ય

- વર્દ્ધ સ્લીપ-૩ (World Sleep Day) – (૩) ડૉ. મહિલાલ ગડા, મનોચિકિત્સક ૩૮
ડૉ. દિપી શાહ (ગડા), બાળકો તથા પુત્તવથ માટેના મનોચિકિત્સક

- યોગને જાણીએ અને માણીએ ડૉ. મિહિર એમ. વોરા..... ૪૦

કારક્રિયા

- MCQ પ્રકારના પ્રશ્નોમાં માર્ક ડલ કરવાની IMP ટિપ્સ હીરેન દવે..... ૪૧

સંમાન

- ગ્રાહક દેવો ભવ! ભરત અંજારિયા..... ૪૨

YOUTH CLUB

- Some Golden Thoughts Presentation : Dinesh R. Mehta ૪૩

માહિતી

- બેટરી કે પાવર વિના કામ કરતું ગેસ લાઈટર ● સીઅનજ શું છે? તે શેમાંથી બને છે? ૪૪
- એક જ વાક્યમાં અંગ્રેજીના એ ટુ ઝેડ અક્ષરો ● ઓફિસજની અસરોનો શોધક એન્ટોઇન લેવોઇઝિયર ૪૪
- મધ્ય રાતિએ સૂર્ય દર્શન ૪૪
- મોબાઇલ કે કોમ્પ્યુટર / લેપટોપ દ્વારા વીડિયો મીટિંગ સમયે ધ્યાન રાખવાની બાબતો ૪૫

ગોમસ જીવેરી

- વિશ્વ યોગ દિવસની ઉજવણી : યોગ ગેમ્સ ભાવના એ. જવેરી..... ૪૬
- ગુજરાતી સાહિત્ય નોલેજ બેંક – (૧) રમેશ પટેલ..... ૪૮

વૈવિદ્ય

- કર્યાના નવસર્જનના સ્વખણાદા : કાંતિસેન શ્રોદ ૪૮
- શબ્દાંજલિ : શ્રી શિક્ષાન્ત મોહનલાલ ઠક્કર ● હંસાબેન હંસરાજભાઈ કંસારા ૫૦
- આંગ્રે કાગર ૫૦

નિયમિત વિભાગો

- Nano Nine શબ્દ રમત-૧૭૧ સંકલન : રજનીકાંત પારેખ..... ૫૧
- Nano Nine Sudoku (ક્રમાંક-૧૧૨૮) સંકલન : રજનીકાંત પારેખ..... ૫૩
- બાલું જ્યું ગાલિયું સંકલન : ગુલામચંદ ધારશી રાંભિયા..... ૫૪

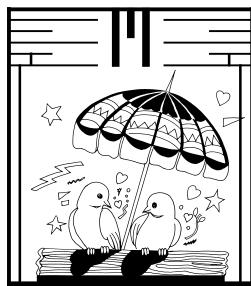
શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ

- સમાજ દર્પણ ૫૫
- સંસ્થા સમાચાર ૫૬

Printed & Published by : Mr. Pratap Dand, For Shri Kutchhi Jain Seva Samaj - Ahmedabad.

Printed at : Gajanand Offset, Amraiwadi, Ahmedabad.

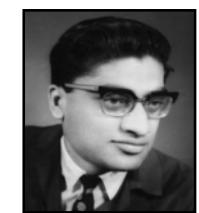
Published at : Shri Kutchhi Jain Seva Samaj – Ahmedabad, 43/44, Brahman Mitra Mandal Soc., Opp. Navchetan High School, Paldi, Ellisbridge, Ahmedabad-380 006. ● Editor : Mr. Pratap Dand ● Yearly Subscription : Rs.150/-



તંત્રી લેખ

વિકાસના નામે

વિશ્વમાં જંગલોની કાપ-કૂપ નુકસાનકારક....



દિનેશ આર. મહેતા

વૈશ્વિક એજન્સી ‘ગ્લોબલ ફોરેસ્ટ વોય’ દ્વારા તાજેતરમાં એક અહેવાલ બહાર પડાયો છે. તેમાં જણાવ્યા મુજબ વર્ષ - ૨૦૨૦માં સમગ્ર વિશ્વમાંથી ૧,૨૨,૦૦૦ ચોરસ કિલોમીટર જંગલો કપાયા છે. આ ટ્રોપિકલ ફોરેસ્ટના આંકડા છે. જેનો વિસ્તાર ભારતમાં (પૂર્વોત્તરના રાજ્યોમાં અને વેસ્ટર્ન ઘાટમાં) ખૂબ મર્યાદિત છે. આ કારણે તેની સાચવણી મહત્વની હોય છે. પરંતુ સરકાર માટે વન સંરક્ષણ, એ પ્રાથમિકતા હોય તેવું જણાતું નથી. વિકાસના નામે આજે વિશ્વમાં સર્વત્ર જંગલોની કાપ-કૂપ અવિરતપણે ચાલુ રહી છે. સૌથી વધારે જંગલો કાપનારા દેશમાં બ્રાઝિલે પ્રથમ કમાંક જાળવી રાખ્યો છે. ઈન્ડોનેશિયામાં ગાઢ જંગલો છે પરંતુ ત્યાં કાપ-કૂપ ઓછી થાય છે. એ રીતે મલેશિયા જેવા દેશોમાં પણ જંગલો કાપવાની પ્રવૃત્તિ ઓછી થઈ છે.

ધરતીના બે ભાગ પાડતી કાલ્યનિક રેખા ઈક્વેટર (વિષુવવૃત્ત અથવા ભૂમધ્યરેખા) તરીકે ઓળખાય છે. તેની બંને તરફ વિકાસ પામેલ ગાડ જંગલો એટલે ટ્રોપિકલ ફોરેસ્ટ. ધરતી પરનું વાતાવરણ સાચવવામાં આ જંગલો મહત્વપૂર્ણ ફાળો પ્રદાન કરે છે. વર્ષ ૨૦૧૮ કરતાં જંગલો કપાવાના પ્રમાણમાં લગભગ ૧૨ ટકા વધારો નોંધાયો છે. જે ચિંતાજનક કહી શકાય. કપાયેલા જંગલો પૈકી ત્રીજા ભાગના જંગલો એવા હતા કે જ્યાં માનવી પ્રવૃત્તિ નહિવત હતી. જેને પણ કાપી નાખાયા છે.

બીજી મહત્વની વાત એ છે, જ્યાં માનવીય દખલગીરી સાવ ઓછી હોય એવા જંગલો પ્રાયમરી ફોરેસ્ટ તરીકે ઓળખાય છે. કપાયેલા જંગલો પૈકી ૪૨ હજાર ચોરસ કિલોમીટરના જંગલો પ્રાયમરી હતા. આ પ્રકારના જંગલો કપાય એટલે તેના દ્વારા શોખાતો કાર્બન હવામાં ફેલાય. એક અંદાજ મુજબ આ કાર્બનનું વાર્ષિક પ્રમાણ ૨.૬૪ અબજ ટન જેટલું થાય છે.

પ્રાયમરી પ્રકારના ગાઢ જંગલો કાપનારા ૨૦૨૦ના મુખ્ય ૧૦ દેશોના આંકડા નીચે પ્રમાણે છે :

દેશ	કપાત (ચો.ક્ર.મી.)	દેશ	કપાત (ચો.ક્ર.મી.)
બ્રાઝિલ	૧૭,૦૦૦	કોલંબિયા	૧૬૬૦
કોંગો	૪,૮૦૦	કેમરૂન	૧૦૦૦
બોલિવિયા	૨૭૬૦	લાઓસ	૮૨૦
ઇન્ડોનેશિયા	૨૭૦૦	મલેશિયા	૭૩૦
પેરુ	૧૮૦૦	મેક્સિકો	૬૮૦

ઉપરોક્ત અહેવાલ અનુસાર છેલ્લા બે દાયકામાં સૌથી વધુ જંગલ કાપનારા દેશોમાં... રશીયા, બ્રાઝિલ, કેનેડા, અમેરિકા, ઇન્ડોનેશિયા, કોંગો, ચીન, ઓર્દ્રેલિયા, મલેશિયા અને પેરાગવેનો સમાવેશ થાય છે.

જંગલો કાપવાની પ્રવૃત્તિ ભારતમાં પણ સારા પ્રમાણમાં ચાલી રહી છે. ભારતમાં વર્ષ ૨૦૨૦ દરમિયાન ૩૮૫ ચોરસ કિલોમીટરના ગાડ જંગલો કપાયા હતા. જે વર્ષ ૨૦૧૮ કરતાં ૧૪ ટકા વધારે છે. આ આંકડો માત્ર ટ્રોપિકલ ફોરેસ્ટનો છે. છેલ્લા દાયકાની વાત કરીએ તો ભારતે ૧૬ ટકા જંગલો ગુમાવ્યા છે. આના અનુસંધાનમાં જોઈએ તો ભારત ૨૦૦૭થી લઇને ૨૦૨૦ સુધી હવામાં કુલ ૭૪૨ મેટ્રિક ટન (૬૨ વર્ષે સરેરાશ ૩૭.૧ મેટ્રિક ટન) કાર્બન હવામાં

ઢાલવ્યો છે!! આ પ્રક્રિયા અન્વયે તાજેતરમાં જગ્યાવાયું હતું કે કોરોના મહામારી જેવા અનેક વાયરસો જંગલોમાં વર્ષોથી હોય છે. અગર મનુષ્ય તેના સંપર્કમાં આવે, તો એ વાયરસ મનુષ્ય સુધી પહોંચે અને ત્યારબાદ તેનો જોરદાર ફેલાવો થાય.

વિશ્વમાં જંગલો કાપવાની વૃત્તિ ઓછી થશે તો વન-સંરક્ષણા, કાર્બનને હવામાં ફેલાતો અટકાવવા, પ્રદૂષણ તથા અનેક રોગો ફેલાતા અટકાવવામાં ખૂબ મહત્વનું કામ થયું ગણાશે. આ દિશામાં વૈજ્ઞાનિકો સતત લાલ બતી બતાવતા રહે છે. પરંતુ વિશ્વના મોટાભાગના દેશોની સરકારે હજુ સુધી તે તરફ જરૂરી ધ્યાન કેન્દ્રિત કર્યું નથી.

ભારતમાં અને સમગ્ર વિશ્વમાં અગર વન-વિચછેદનો દર ઓછો નોંધાશે અને એ ટ્રેન્ડ વર્ષ ૨૦૨૧ દરમિયાન સતત જળવાશે તો માનવજીત માટે ખૂબ ઉપયોગી થશે.

ગામડે-ગામડે વડ, પીપળ, લીમડાના વૃક્ષો વાવીએ
અને ગામડાંઓને શ્રેષ્ઠ ગામડાં બનાવીએ,
જંગલોમાં ઘટાદાર વૃક્ષો કાયમ રહે તે માટે
તેનો વિચછેદ અટકાવીએ અને પર્યાવરણ બચાવીએ.

૩૦૨, મર્લિન અર્ટ્સ, ૧૧, વિશ્વકુંજ સોસાયટી, નારાયણનગર રોડ,
પાલકી, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૯. • મો. ૯૮૨૪૩ ૪૪૬૨૮

શ્રી કાલી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ

માસિક મુખ્યપત્ર 'મંગલ મંદિર'માં પ્રકાશિત કરવા વિજ્ઞાપન માટે દરોની વિગત...

ક્રમ	ટાઇટલ	કલર	આપું પાણું	અડધું પાણું	પા પાણું	અન્ય
૧.	કવર પેઈજ નં.-૪	મલ્ટી કલર	૭,૦૦૦	૪,૫૦૦	૩,૦૦૦	—
૨.	કવર પેઈજ નં. ૨ તથા ૩	મલ્ટી કલર	૬,૦૦૦	૩,૪૦૦	૨,૪૦૦	—
૩.	કવર પેઈજ ૨ તથા ઉની સામેનું પાણું	મલ્ટી કલર	૫,૪૦૦	૩,૨૫૦	૨,૨૫૦	—
૪.	અંદરનું પાણું	મલ્ટી કલર	૫,૦૦૦	૩,૦૦૦	૨,૦૦૦	—
૫.	અંદરનું પાણું	સિંગલ કલર	૪,૦૦૦	૨,૫૦૦	૧,૫૦૦	—
૬.	અંદરનું સાદું પાણું	બ્લેક એન્ડ વ્હાઈટ	૨,૦૦૦	૧,૪૦૦	૧,૦૦૦	—
૭.	ટચુકડી જાહેર ખબર ૧ કોલમ માં ૫ સે.મી.	બ્લેક એન્ડ વ્હાઈટ	—	—	—	૫૦૦
૮.	સાદા પાનાની નીચે ૧ ઈચ્ચની પઢી	બ્લેક એન્ડ વ્હાઈટ	—	—	—	૩૫૦

નોંધ : ૧. એક સાથે **૧૨** મહિનાની જાહેરાત આપનારને **૧૦** ટકા ડિસ્કાઉન્ટ આપવામાં આવશે.

૨. એક સાથે **૬** મહિનાની જાહેરાત આપનારને **૭.૫** ટકા ડિસ્કાઉન્ટ આપવામાં આવશે.

૩. એક સાથે **૩** મહિનાની જાહેરાત આપનારને **૫** ટકા ડિસ્કાઉન્ટ આપવામાં આવશે.

જરૂરી રકમ “શ્રી કાલી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ”ના નામે મોકલાવવા વિનંતિ.

(ઓનલાઈન / ડિજિટલ પેમેન્ટ માટેની જરૂરી વિગત અન્યત્ર આપી છે.)

નોંધ : જાહેરાતની સાઈઝ

(૧) કુલ પેજ : ૧૮.૦ x ૨૩.૬ સે.મી. (૨) હાફ પેજ : ૧૮.૦ x ૧૧.૬ સે.મી.

(૩) ૧/૪ પેજ : ૬.૦ x ૧૧.૬ સે.મી. (૪) બોટમ પઢી : ૧૮.૦ x ૨.૫૪ સે.મી.

પુસ્તક મિત્ર

આ વાત ખાસ એ વર્જની છે, જે પુસ્તકમાંથી જીવવાનો કંઈક ટેકો શોધે છે – ધન્યવાદ ખાસ તેમને તો છે જ પણ... એક દિવસ, અનાયાસે જ પુસ્તક મેળામાં જવાનું થયું. થોડા દિવસ વિત્યા અને મનમાં એક વિચાર આવ્યો, કે પુસ્તક મેળામાં મોટાભાગના જીવાનિયાઓ જ કેમ હતા અને ચાર-પાંચની સંખ્યામાં ગણી શકાય તેટલા વડીલ... તેના બે કારણ મનમાં આવ્યા... એક તો પુસ્તકોનું સ્થાન ઈન્ટરનેટે લઈ લીધું છે અને બીજું નિરાતે બેસીને વાંચવા - વિચારવાનો આજે કોઈ પાસે સમય જ કર્યા છે? માંડ એક નાનો વર્ગ હશે જે ‘પુસ્તકપ્રેમી’ કહેવડાવવામાં ગર્વ અનુભવતો હશે. તેમાં પણ ઘણા હશે જે પુસ્તકના મથાળા અને મોટા મોટા પેરેગ્રાફ વાંચીને બસ પુસ્તકો ભેગા જ કરતા હશે!

એક બીજી વાત જીવાનિયાઓની... જિંદગીની સફર હજુ તો પા પા પગલી પછીની શરૂ કરી હોય અને જરૂર પડવા લાગે છે ટેકાની... કહેવાનો અર્થ એ કે જીવાનિયાઓ એવા પુસ્તકોની આસપાસ ફરતા જોવા મળે છે જે જિંદગી જીવતા શીખવતા હોય. જિંદગીનો અભિગમ એટલે કે જિંદગીની ‘હિલોસોફી’થી શરૂ કરીને ભારે ભરખમ શિર્ષકો અને શરૂદો તથા પ્રેરણાથી ભરપૂર હોય! અરે મિત્રો, તમારું જીવન જ એક પુસ્તક સમાન છે. એવું જીવન ન જીવી જાણીએ કે જેના દરેક પાને એક નવી પ્રેરણ પીરસાતી હોય... નવો ભોધ, ઘોધની જેમ વહેતો હોય...!

પણ વાંક તેમનો નથી. બીજની વાવણી જ કંઈક ભૂલભરેલી છે... એમ નથી લાગતું? બાળ જન્મ, બાળ ઉછેર, તેના પહેલા અને પછીની વ્યક્તિની શારીરિક, માનસિક, સામાજિક, આર્થિક અને તે સિવાયના તેના પર અસર કરતા પરિબળો. પછી બાળકને પાપા પગલી કરવામાં કે જિંદગીની સફર બેડવામાં ટેકાની જરૂર પડે તેમાં શું નવાઈ છે! પુસ્તકો સુખદુઃખના મિત્ર છે. બસ, તેના પ્રત્યેનો દસ્તિકોણ બદલવાની જરૂર છે.

સત્સંગ

આપણે ત્યાં સત્સંગનું ખૂબ મહત્વ આંકવામાં આવ્યું છે અને તેની વ્યવસ્થા પણ છે. સત્સંગનો અર્થ સામાન્ય રીતે કોઈના સારા ગુણોની ચર્ચા છે. સુંદરકંડમાં તુલસીદાસજીએ વિભીષણ અને હનુમાનજીની વાતચીતની સુંદર ચોપાઈ લખી છે – ‘અહીં બિધિ કહત રામ ચુન ગ્રામા, પાવા અનિવાર્ય બિશ્રામા.’ આ પ્રકારે શ્રી રામના ગુણગાન વખતે અલૌકિક શાંતિ પ્રામ થાય છે. અહિંયા હનુમાનજી અને વિભીષણને શાંતિ મળે છે. તેઓશ્રી

રામચંદ્રજીના ગુણોની ચર્ચા કરે છે. તેનો અર્થ એ છે કે સારી કે યોગ્ય વ્યક્તિઓના ગુણગાનથી પરમાત્માના સ્મરણથી શાંતિ પ્રામ થાય છે. વિશ્રામની પ્રાપ્તિ માટે પરમાત્માનું યશગાન કરવું જોઈએ. સુંદરકંડમાં એવા ઘણા પ્રસંગો છે, જે જીવનને સુંદર બનાવે છે. દુનિયામાં કાર્ય સંપત્તિના જે શાંતિ મળે તો જીવન સુંદર અને શાંતિમય થાય છે. શાંતિ માટે પણ સૂશ આપેલ છે કે જ્યારે પણ તક મળે ત્યારે સારી વ્યક્તિ સાથે સમય પસાર કરવો જોઈએ તથા સત્સંગ કરવો જોઈએ.

સત્સંગથી વ્યક્તિત્વ ખીલે છે અને ફેલાય છે. આપણી પ્રસત્તા અને ઉદાસીનતા આપણી આસપાસ જ પ્રવાહિત થાય છે. આપણે જ્યારે આંતરિક રીતે ખુશ હોઈએ છીએ ત્યારે આપણું વ્યક્તિત્વ ખીલે છે, જ્યારે તકલીફમાં હોઈએ છીએ ત્યારે આપણને દરેક સ્થિતિ ભારરૂપ લાગે છે. આપણે કોઈને મળીએ ત્યારે સામેની વ્યક્તિને કંઈક સારું આપવા પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. સત્સંગનો આ જ તો મહિમા છે. સત્સંગ વડે અન્યોન્ય લાભ અને સારું વાતાવરણ મળે છે.

આપણે ત્યાં સભા, શિબિર, કથા, ચર્ચા સભાનો લાભ, વિવિધ જાણકારી, પ્રશ્નોત્તરી થકી સત્સંગ દ્વારા જો દરેક વ્યક્તિ કે ઉત્સુકો યોગ્ય રીતે ઉપયોગ કરે તો તેનાથી ઘણો ફાયદો થાય છે, જ્ઞાનવૃદ્ધિ થાય છે. સ્પર્ધાત્મક પરીક્ષાના ઉમેદવારોએ તો ખાસ માર્ગદર્શક, પથદર્શક વગેરે સાથે મોકો મળે ત્યારે જે તે વિષયક સત્સંગ કરવો જોઈએ. તેનાથી માત્ર માહિતી જ નહીં પણ માર્ગદર્શન, ઉકેલો અને નવી રાહ મળે છે.

અત્યારે શાળા, કોલેજોમાં, ઓફિસોમાં પણ કોઈ નાના અથવા મહત્વના વિષયને લઈને ચર્ચા કે શુપ ડિસ્કશન થાય છે. પહેલા જે સત્સંગ કહવાતો, કે જેમાં ઋષિમુનિઓ કોઈ મુદ્દાને લઈને, ખાસ કરીને ધાર્મિક - સામાજિક પ્રશ્નો ઉપર વાત - ચર્ચા કરતા અને મનની શાંતિથી લઈને સમાજ સુધારણા જેવા પરિણામો મેળવતા. તેવી ચર્ચા આજે લુમ્પ્રાય થઈ ગઈ છે. હા, હરિદ્વાર, ઋષિકેશ જેવા ધાર્મિક સ્થળે કે કોઈ સંતના પોતાના સ્થાને આજે પણ સંત સત્સંગ સભાઓ યોજાય છે, પણ તેની સાથે સામાન્ય જીવનમાં વ્યસ્ત વ્યક્તિ સત્સંગ ચર્ચા વિચારણ કરી શકે તેમ શક્ય હોતું નથી. તેથી આપણી આસપાસ આપણા માતા-પિતા, ગુરુજીનો, વડીલો, મિત્રો કે અન્ય કોઈ – જેની પાસે સમય મુજબ પાકેલ જ્ઞાન હોય તે દરેક વ્યક્તિ માટે ચોક્કસ વિકાસ સાધનાર છે, જેને પણ આપણે ‘સત્સંગ’ કહી શકીએ છીએ. નવા માહોલમાં તેને ‘ગુપ ડિસ્કશન’ કહી શકાય.

બસ જરૂર છે, ખુલ્લા મને ચર્ચા કરવાની અને શાંત ચિત્તે તેને પચાવવાની.

- ડૉ. પૂજા કોટક

મારું સત્ય છે

છંડ બંધારણ : ગાલગાળા, ગાલગાળા, ગાલગા

વહાલું છે, કારણકે મારું સત્ય છે,
યુગ-યુગોથી એકધારું સત્ય છે.
જે કટુ - તીખું ને ખારું સત્ય છે,
એ મુખારક તુજને, તારું સત્ય છે!
મન મનાવ્યું કે અમારું સત્ય છે,
જે તને હો, અમને ખારું સત્ય છે.
જાણ કે સોનુંય એને ઢાંકશે,
ને લખી લે, અકારું સત્ય છે.
કાં વિધાશે, કાં શૂળી ઉપર ચહે...
તું સમજ નહીં કે બજારું સત્ય છે.
હોય એ વિકલાંગ ને લાચાર પણ,
આમજન વચ્ચે બિચારું સત્ય છે.
શક્ય છે સૂરજ બનીને જળહળે,
પૂરતું છે કે જુઝારું સત્ય છે.

બજુલેશ દેસાઈ - સુરત
મો. ૯૮૨૫૧ ૫૨૮૨૩

આવી ગયા!

છંડ બંધારણ : ગાલગાળા, ગાલગાળા, ગાલગા

આ તે કેવા સ્થાનમાં આવી ગયા?
કેટલા અભિમાનમાં આવી ગયા?
ભાવ છે હર ચીજનો સરખો અહીં,
કેવી આ હુકાનમાં આવી ગયા!?
ગામ આખામાં છે ચચાનો વિષય,
કઈ રીતે એ ભાનમાં આવી ગયા?
રાહ જોતી રહી બિચારી કેડીઓ,
ને તમે વિમાનમાં આવી ગયા.
નીકળ્યા'તા વેશ પલટીને અમે,
તોય એના ધ્યાનમાં આવી ગયા.
પોટલું વાળી એને મૂકી દીધા,
પત્ર પણ સામાનમાં આવી ગયા!
કોઈ ગીતો માંગલિક ગાતું નથી,
આ તે કોની જાનમાં આવી ગયા?
બે'ક ગજલો થઈ પ્રગટ ત્યાં તો તમે,
રેશમી પરિધાનમાં આવી ગયા!

રાકેશ હાંસલિયા - રાજકોટ
મો. ૯૮૨૪૮ ૮૫૪૭૬

કાવ્ય / મંગલ
સૃષ્ટિ

નિહાળું છું તમને

છંડ બંધારણ : લગાગા, લગાગા, લગાગા, લગાગા

છલકતાં હદ્યથી નિહાળું છું તમને,
હું લાંબા સમયથી નિહાળું છું તમને.
અગર જોઈ લેશો તમે તો શું કહેશો?
કંઈક એવા ભયથી નિહાળું છું તમને.
હું ચંદ્રોદયે પણ નિહાળી રહ્યો છું,
સૂરજના ઉદ્યથી નિહાળું છું તમને.
છતાં મારી આંખો પરિપક્વ ના થઈ,
ઘણી કાચી વયથી નિહાળું છું તમને.
નથી આ નજર મારી નુકસાનકર્તા,
અદબથી, વિનયથી નિહાળું છું તમને.

કિરણસિંહ ચૌલાણ - સુરત
મો. ૯૯૪૯૦ ૩૩૩૭૦, ૯૩૯૪૭ ૩૭૪૦૮

જો વરસાદ આવે છે!

ધડી તું આવ ધરની બહાર, જો વરસાદ આવે છે
પલળવું આજ મુશળધાર, જો વરસાદ આવે છે.

ફક્ત ના ખોલ બારી-જાળિયાં, પર્યાત્મ ક્યાં છે એ?
ઉધાડી જો ફરીથી દ્વાર, જો વરસાદ આવે છે.

કહેવાતા સુખી છીએ, કમી ક્યાં જોઈ છે? તોયે
હંમેશાં કેમ મનને માર? જો વરસાદ આવે છે.

વળાવી દીકરીઓ, દીકરાઓ વહુઓ લઈ ગઈ છે
ગાણી લે જિંદગીનો સાર, જો વરસાદ આવે છે.

ક્ષણોક્ષણ તેં મને સંભાળી લીધો છે, હકીકત છે
સહારો ને બની આધાર, જો વરસાદ આવે છે.

અય નિવેદી - મહુવા (જિ. ભાવનગર)
મો. ૯૯૭૮૮ ૦૬૨૮૦

લઘુ કાવ્ય

દૂર ઉભીને
જુઓ છો,
આ કોઈ
તમાશો નથી
આગળ આવી આપો કાંધ
આ મારી
છેલ્લી સવારી છે.

અરુણા અરુણ ઠક્કર 'માદવી' -
મુજ, કચ્છ
મો. ૯૯૭૮૪ ૩૬૧૯૮

ગુંખના

દરિયો બેડીને આજ આવ્યા, છબીલા રાજ,
લાવ્યા છે ગંખનાની અંજરી,
મનડાના મોરને, બાંધુ હું કેમ કરી,
ફરકી રહી છે મારી પામરી.
છબીલારાજ, લાવ્યા છે....

જીઝી આ જરમરથી ઓઢાંઝી ભીજાય ના,
અંતરની આગ હવે સાચવી રખાય ના,
નથી સાંભળવી વાત હવે કોરી,
છબીલારાજ, લાવ્યા છે....

શેરી મેં વરસોથી શાણગારી ડેતથી,
આંસુથી સાથિયા, પૂર્ણ મેં પ્રીતથી,
મને લાગે વિદેશ હવે વેરી;
છબીલારાજ, લાવ્યા છે....

આથમણે ખૂણેથી ઉઠી છે વાદળી,
ચાલો ને બેતરિયે પીપળની છાંયડી,
તહીં હીંચકો ને રેશમની દોરી,
છબીલારાજ, લાવ્યા છે....

જ્યેશ ટક્કર - વડોદરા
મો. ૯૮૨૪૮ ૭૭૫૮૫

ગાંગલ

ઇંદ : લગાના આઠ આવર્તન

છે શાસનું આ પીજવું, સહેલ ક્યાં છે જીવવું,
જુલા વિનાનું હીંચવું, સહેલ ક્યાં છે જીવવું!
છે કંટકોમાં ખીલવું, નિશાના અંધકારમાં,
ખમીને તાપ મ્હેકવું, સહેલ ક્યાં છે જીવવું!
ઓજાર હાથમાં નથી, ધરી ધૂરા ખભે અમે,
આ જીવતરને ખેડવું, સહેલ ક્યાં છે જીવવું.
સંકેતના દિશા વિશે, અજાણ સર્વ માર્ગ પણ,
ન આંગળીનું ચીંધવું, સહેલ ક્યાં છે જીવવું.
વિલંગને નિરાંતના, સવાલ નીડતો સતત,
છે બાજનું ત્યાં પીખવું, સહેલ ક્યાં છે જીવવું.
ઉભા છે પ્રશ્ન ચોતરફ સવાર, સાંજના નવા,
કે જીવ લઈ ક્યાં ભાગવું, સહેલ ક્યાં છે જીવવું!

આનિદ ભક્ત - હિંમતનગર (જિ. સાબરકાંઠા)
મો. ૯૮૦૬૦ ૨૨૭૩૦

કઠોર લાગે

સત્ય ખરેખર કઠોર લાગે
પ્રેમ કોક'દી નઠોર લાગે.

હીમ કોઈના હૈયા ઠારે,
કોઈને બળતી બપોર લાગે.

હોય ચાંદની પૂનમની પણ—
ચકવીને ઘનઘોર લાગે.

કોઈ બને તલ્લીન સાંભળી,
કોઈને સંગીત શોર લાગે.

સુંદરતા એમાંય ભરી છે,
છો કાંટાળો થોર લાગે.

જીવન પલમાં બદલી જતું,
નાની શી જ્યાં ટકોર લાગે.

શાસકને સાચું સમજાવે,
કૃષ્ણ ભલે ને ચોર લાગે.

જીવનનું પણ એવું છે ને?
કદી ન સીધું દોર લાગે.

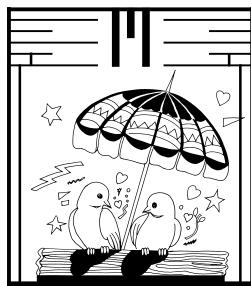
ડૉ. નાનુભાઈ પ્ર. પંડ્યા - ભાવનગર
મો. ૯૮૨૭૫ ૫૮૦૫૩

હિન્દુસ્તાનમાં રહેવા દે મને

ઇંદ બંધારણા : ગાલગાગા, ગાલગાલ, ગાલગાગા, ગાલગા

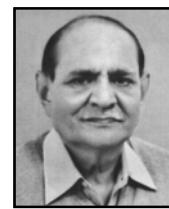
શબ્દ-મોભો સહેજ માનમાં રહેવા દે મને,
હે ગાલ! તારા મકાનમાં રહેવા દે મને.
જ્વાબની જગત મને મળી હતી મધરાતના,
દૂર સાથે આસમાનમાં રહેવા દે મને.
ફેંકી લે તું આજ હુસ્તીરને મારી તરફ,
ઈશ્કના એક જ નિશાનમાં રહેવા દે મને.
પત્રના દરિયે, કલમની નાવ તરતી જોઉં છું,
ફક્ત સાગરના સુકાનમાં રહેવા દે મને.
લ્યો! અમાસી નોકરી કરી કરી થાકી ગયો,
દોસ્ત! પૂનમની દુકાનમાં રહેવા દે મને.
આજ કાબા દિલથી તવાફ કરતો હોઉં છું,
ઘર ખુદાનું, એક ધ્યાનમાં રહેવા દે મને.
ધૂળને ‘બેન્યાજ’ મસ્તકે ચડાવી ચૂમતો,
ઉભાર બસ હિન્દુસ્તાનમાં રહેવા દે મને.

બેન્યાજ ધોલવી - ધોલ (જિ. જામનગર)
મો. ૯૮૦૭૦ ૩૪૮૯૭



પ્રસ્તાવના

ઘરનો ઉંબરો એ ઘરનું નાક



ડૉ. ભગીરથ બ્રહ્મભત્ત

આધુનિક યંત્રોની મદદથી નિર્માણ પામેલી ઈમારતો ગમે તેટલી તોતિગ હોય, મકાનો ગમે તેટલા સિમેન્ટ - કોંકિટથી બન્યા હોય, મહાલયોનો અને ભલે દરજજો ગ્રામ હોય પણ પચાસ-સાઈ વરસ પૂર્વનાં ગામડાનાં ઈટ-માટીના ઘરનો તો મહિમા જ નોખો હતો. એ મકાન નહોતાં, ઘર હતાં. એ માટીનાં ભલે હતા, પણ એમાં જે હંડક હતી, એની ચારે દીવાલોમાંથી જે હુંક મળતી એમાંથી કુદરતની નજીક રહેવાની અનુભૂતિ થતી - એ ઘરોમાં એ.સી. કે વીજળીની જરૂરત પણ નહોતી જીણાની કારણકે અજવાણાં અંતરનાં હતાં અને હુંક ત્યારે હેચાની હતી. એ ઘરની બાંધણી ઓસરી-ઓરડાની, પણ ઓરડા અને ઓસરી વચ્ચે ઉંબરો રહેતો. ઉંબરા ઉપર થઈને જ ઘરમાં જવાનું.

પ્રત્યેક પુરાણા ઘરને ઉંબરો હતો. એ ઉંબરો લાકડાનો. બારસાખ નીચે જડેલો. ઉમરાથી બારણાં સજજડ રહેતા. ઉંબરાનું લાકું ઊંચી જાતનું ટકાઉ રહેતું. આપણી આર્યવ્યવસ્થામાં ઉંબરો ગણેશ ગણાય. ઘરમાં શ્રીગણેશ કરવા હોય તો ત્યાંથી થતા. એટલે ઉંબરો ઘરની નાન્દી કહેવાય. ઉંબરને ગણપતિ માનવામાં આવે એટલે એની પૂજા પણ થાય. તેની ઉપર સ્વસ્તિક દોરાય, ચાંલ્લા થાય, ચોખા ચેઢે, ફૂલો મૂકાય, દરરોજ એની પૂજા થાય. પવિત્ર જગ્યા ગણાય. ઉંબર ઉપર પગ રાખીને જવાય. પણ ઉંબર ઉપર બેસાય નહીં. ઉંબરો ઘરમાં અચલ છે. ઘરનો વૈભવ બદલાય પણ ઉંબરો એનો એ. ઘરમાં કેટકેટલા સભ્યો ઉમેરાય, કેટલાક સભ્યો ઓછા થાય, કેટલા મહેમાનોના પગલાં પડે - બધું જ ઉંબર જાણો. ઉંબરો ઘરની વ્યવહારુતાનો અને ઘરની આભરણો મૂક સાક્ષી. ઉંબરો એ આખા ઘરમાં પવિત્ર જગ્યા. પાણિયારાની જેમ ઉંબર પણ દેવનો પર્યાય!

ઉંબરાએ ઘરમાં વસી ગયેલા કેટકેટલા સભ્યોને પ્રેમ મેળવ્યો છે! કેટકેટલી પેઢીઓનું કલ્યાણ વાંદજું છે! બાપદાદાઓની ભાવનાઓ અને દાદી-માતાઓનો સ્નેહ એણે જોખો છે! કેટકેટલી બહેનોનાં હાલરડાં તેણે સાંભળ્યાં છે! આખા વંશનો વહીવંચ્યો છે એ. બોલતો નથી પણ જાણો છે બધુંય. ઉંબરા ઉપર પગલાં પાડવાં અને પડાવવા એ મંગલ ઘટના છે.

સમાજે ઉંબરા સાથે કેટકેટલાં વિધિવિધાનો, કેટકેટલી માન્યતાઓ, કેટકેટલા રૂઢિપ્રયોગો બનાવ્યા છે! ઉંબરાની પૂજા થાય, ઉંબરા ઉપર બેસાય નહીં. ઉંબરા ઉપર ઊભા રહી કોઈ

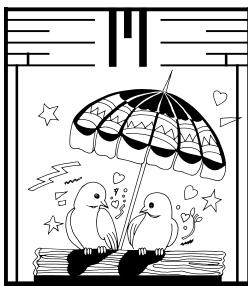
કામ ના કરાય. ઉંબરો ઓળંગાય નહીં... ઘરડા લોકો કહેતા - 'હા, ભા; એ ઉંબરો હારો.' એટલે સમજ લેવાનું કે ખાનદાન-કુળ... ઉંબરો ઘરનું રક્ષણ પણ કરે અને મંગલ પણ કરે... ઉંબર ઘર પ્રવેશનો પરવાનો છે.

પ્રવેશદ્વારે દરવાનની જેમ ઉભો છે - ઘરમાં આવનાર-જનારની દેખરેખ રાખે છે. ઉંબરો ઈષ્ટદેવ જેવો દરજજો ધરાવે. શેષ વહેંચવાની હોય તો ઊમરે ઊમરે, લ્હાણી કરવાની હોય તો ઊમરે ઊમરે, નોતરું આપવાનું હોય તો ઊમરે ઊમરે કોઈ રહી ન જાય એમ. ઊમરો ટાળવો એ પાપ છે - અશુભ છે. ગામમાં કોઈ વાયક પહોંચાડવાનું હોય, નોતરું આપવાનું હોય તો ઊમરે ઊમરે કહેવાનું. ગામમાં, મહોલ્લામાં બધાના ઊમરા સરખા. દરેકનું મહત્વ સરખું. એ પૈસાદાર હોય કે ગરીબ દરેક ઊમરાનું મહત્વ સરખેસરખું... કેવો સમજવાદ!! ગામમાં ફાળો કરવાનો હોય, ગામમાં કંઈ પરસાદ વહેંચવો હોય, સગાવહાલાં કોઈ વહેંચણી કરતા હોય ત્યારે ઊમરો ઊમરો સંભારવો પડે. ઊમરાદીઠ વહેંચણી થાય. ઊમરો એટલે વક્તિ. ઊમરો આમ સમાજધર્મ નિભાવે છે - નિર્દેશે છે.

ઉંબર પ્રત્યેક ઘરનું નાક ગણાય. ઘરની ગણથૂઠીનો છતિહાસ ઉંબર પરથી મળી આવે. ઘરની ખાનદાની ઊમરો જાણો. ઘરમાં થઈ ગયેલા આત્મા-મહાત્માઓનો હિસાબ ઉંબરાને વેઢે. ઉંબરો જોઈને અતિથિ આંગણે આવે. ઉંબરો જોઈને સગાં થતાં. ઉંબરો જોઈને છોકરીની લેતીદેતી થતી. ઉંબરા પ્રમાણે દાન દેવાતા. ઉંબરા મુજબ માગણ હાથ લંબાવતા. ઉંબર મુજબ બિક્ષુકોની અપેક્ષા રહેતી. ઉંબરો જ અતિથિઓનો આદર કરે... કોઈની પાસે પૈસો વધારે હોય તો તેનું મૂલ્ય નહોતું અંકાતું, એ ઉંબરો કેવો એના પરથી મૂલ્યો અંકાતા. ઉંબરાને નાના બાળકની પગલીઓ ગમે છે અને યુવાનોનાં મક્કમ પગલાં પણ ગમે છે. વૃદ્ધોના ડગમગતાં પગલાંનેય એ આવકારે છે. ઉંબરો પગલાં સાચવે છે. પગલાંનો હિસાબ રાખતો ઘરનો સભ્ય છે એ.

ઉંબરા દ્વારા કુળ નક્કી થાય... એ ઉંબરે કેટલા વરરાજી ઉધલ્યા, કેટલી કન્યાઓ સાસરે ગઈ, કેટલી નવવધૂઓ પ્રવેશ પામી... આ બધામાંથી જે આભરણા આંક મંડાય છે એ આભરું ઉંબરાની હોય છે. ઉંબરે હિરાયકશાપ જેવા આસુરી તત્ત્વનો છેદ

(અનુસંધાન : જુખો પાના નં. - ૧૩ ઉપર)



કીર્તિ

ધીરતા અને વીરતા કસોટી - સહનશીલતા



ડૉ. કમલ પુંજાણી

સહનશીલતા એ સત્પુરુષનું આગવું લક્ષણ છે. વ્યક્તિના ધૈર્ય અને વીરની કસોટી પણ સહનશીલતાથી જ થાય છે. જે એટલી વિશેષ સહનશીલતા કેળવી શકે છે, સહીને ચૂપ રહી શકે છે, એ એટલો જ મહાન ધીરપુરુષ અને વીરપુરુષ બની શકે છે.

અનેક લોકો દુઃખ સહન તો કરી લે છે, પણ દુઃખ જ્યારે અસ્વચ્છ થઈ પડે છે, ત્યારે તેઓ ચૂપ રહી શકતા નથી. તેમની સહનશીલતાની સીમા આવી જાય છે. આવા લોકો શૂર કે સંતની કક્ષા સુધી પહોંચી શકતા નથી. વર્ધમાન 'મહાવીર'ની કક્ષા

સુધી સહનશીલતાથી જ પહોંચા હતા. તપસ્યા વખતે પેલા ગોવાળે તેમના કાનમાં ખીલા ખોસી દીધા તોય તેમના મુખમાંથી એક અક્ષર પણ ન નીકળ્યો! એટલું જ નહીં, પણ એ કારમી વધ્યાનનું એક પણ ચિહ્ન તેમના ચહેરા પર દેખાયું નહીં!! તેઓ વેદનાથી વિચલિત બન્યા વિના, નિર્વિકાર ભાવે બેસી રહ્યા અને 'સંપત્તુ ચ વિપત્તુ ચ મહત્તમેક રૂપતા', ની સુક્રિતને સાર્થક કરી.

મહાવીરે જે વેદના સહન કરી તે ચરમ કક્ષાએ પહોંચીને ક્ષમા અને કરુણામાં પલટાઈ ગઈ. દુઃખ - સુખમાં બદલાઈ ગયું. હિંદીની પ્રસિદ્ધ કવિયત્રી મહાદેવી વર્માને સાચું કહ્યું છે :

"હે પીડા કી ચીમ યહ, દુઃખ કા ચિર સુખ હો જાના!"

ગુજરાતી કવિ કલાપીએ પણ 'લાલી બાબા, સહન કરવું અય છે, એક લાલો!' કહીને સહનશીલતાને આવકારી છે.

ઘણા લોકો પોતાનું દુઃખ ઓછું કરવા માટે જેની-તેની પાસે રોદણા રોતા હોય છે. બીજાને કહી દેવાથી દુઃખનો બોજો કયારેક હળવો થતો હોય તેવું લાગે છે. રશિયન લેખક ચેખોવની 'ગ્રીફ' (Grief) નામની વાર્તામાં નાયક પોતાની વધા ઘોડા પાસે વ્યક્ત કરી દુઃખમાંથી રાહત મેળવે છે, પરંતુ એ રાહત જ છે, મુક્તિ નહીં. દુઃખ મુક્તિનો સાચો માર્ગ સહનશીલતા છે. એક હિંદી કવિએ આ તથને પોતાના એક મુક્તકમાં સરસ રીતે ગૂંઘું છે:

"દુઃખ ઔર સુખ મેં યોં અંતર હોતા હે,
દુઃખ કા એક-એક પલ મન્વતર હોતા હે!
કહને સે દુઃખ કમ હોતા હે, લોકન-
સહને સે વહ દૂમંતર હોતા હે!"

આમ, દુઃખની વાત કોઈને કહેવા કરતાં એને સહેવામાં આવે તો એનાથી જલ્દી છુટકારો મળે છે.

કોઈનું દુઃખ કોઈ લઈ શકતું નથી, એ હકીકત છે. હા, કોઈ ઘડીભર સાંત્વના જરૂર આપી શકે છે, પણ એવી કણજીવી સાંત્વના સારુ અન્યને દુઃખી કરવાનો શો અર્થ? એમ કરવા કરતાં સહન કરીને ચૂપ રહેવું વધારે સારું છે. આચાર્યશ્રી સત્યનારાયણજી ગોયન્કા પણ પોતાના એક રાજસ્થાની દોહરામાં આ જ સલાહ આપે છે :

"અપના દુખડા આપ સહ, મત ઔરાંને બાંટ,
ઔરા કી પીડા બઢે, તેરી વણે ન છાંટ."

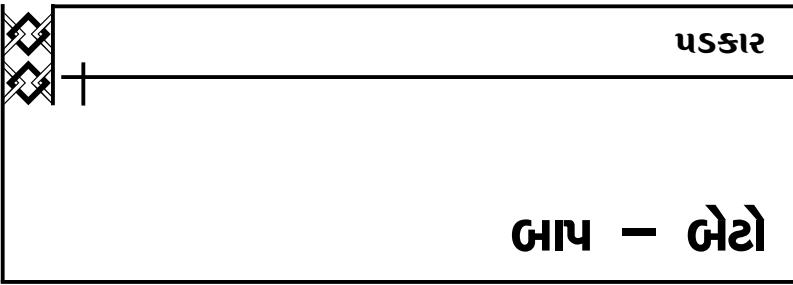
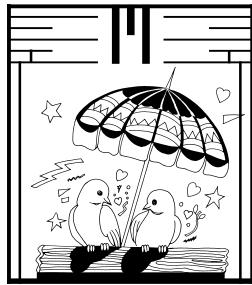
"Death and sorrow are common to all" — એ સિદ્ધાંત પ્રમાણે દુઃખ અને મૃત્યુ દરેક માટે સરખું છે, અનિવાર્ય છે. સંસારમાં ભાંયે જ એવો કોઈ માણસ જન્મ્યો હશે, જેને કશું દુઃખ વેઠવું ન પડ્યું હોય. પરંતુ દુઃખ વેઠીને ચૂપ રહે, એવા લોકો બહુ ઓછા હોય છે. આ સંદર્ભમાં જેન મુનિ ગજસુકુમારની સહનશીલતા સ્મરણીય છે.

મુનિ ગજસુકુમારે ભગવાન નેમિનાથ પાસે જયારે તત્કાલ દુઃખ મુક્તિનો ઉપાય જાણવાની ઈચ્છા પ્રદર્શિત કરી ત્યારે ભગવાને તેમને ત્રણ દિવસ સુધી ભૂખ્યા તરસ્યા રહી સ્મશાનમાં જડે પગે તપ કરવાની આજ્ઞા આપી. ગજસુકુમારે સ્મશાનમાં જઈ તપસ્યા આરંભ કરી.

એવામાં ત્યાંથી તેના શસુર સૌમિલ પસાર થયા. પોતાની પુત્રીને છોડીને સંન્યાસી બની ગયેલ ગજસુકુમાર પ્રત્યે તેનામાં પ્રતિશોધની ભાવના જાગી અને તેણે ગજસુકુમારના માથા પર ચિતાના સળગતા અંગારા નાખવા માંડ્યા. પરંતુ ગજસુકુમાર મૃત્યુ પર્યત એ મહાપીડા સહેતા રહ્યા અને તત્કાલ મોક્ષધામ પહોંચી ગયા.

આ રીતે, સહનશીલતા એ ધીરતા અને વીરતા બંનેની કસોટી છે. જે જેટલા વધારે કષ્ટો સહે છે, એ એટલી જ વધારે કીર્તિ મેળવી વિશ્વમાં આદર પામે છે.

'પ્રીતદીપ', ૧, સિક્ષાર્થ ટેનામેન્ટ્સ,
જામનગર-૩૬૧ ૦૦૮. • મો. ૯૮૨૮૮ ૮૬૩૩૮



બાપ - બેટો



ડૉ. મહિલાલ હ. પટેલ

પતિ તથા પત્ની એકબીજાનું નામ નહોતા લઈ શકતાં એ દિવસો સુધી પાછા જઈએ છીએ ત્યારે જ્યાલ આવે છે કે ગામડાંમાં બહુ નાની વયે લગ્ન થઈ જતાં અને કાચી વયે વહુ ‘બા’ – ‘જજી’ બની જતી તથા વર (પતિ) ‘બાપો’ બની જતો. વડીલોના દેખતાં પતિ-પત્ની ચાર-પાંચ વર્ષો સુધી તો વાતો નહોતા કરી શકતાં અને પછીય વાતો નિરાંતે ક્યાં કરાતી હતી?

સંતાનોને બાપ હાથમાં લઈને રમાડી નહોતો શકતો. દાદા-દાદી તથા કાકા-કાકીની પાસે રહી-રમીને સંતાનો મોટા થતાં. વહુ સંતાનોને ધવરાવે, નવરાવે, તૈયાર કરે – એમ એ માતા તરીકે બાળકોને થોડું વહાલ કરી શકતી. પણ જાજા કામોમાં અને વહુ તો વડીલોની ‘આમન્ય’ રાખવામાં એય સગા પેટનાં જગ્યા સંતાનોને વહાલ, જાજા કે જરાક લાડ કરી શકતી નહોતી!

બાપા કહેતાં પિતાનો પાઈ તો કામ કરવાનો અને આવે આવેથી પત્ની-સંતાનો ઉપર દેખરેખ રાખવા પૂરતો ભર્યાદિત હતો. પતિ માંદો પડતો ત્યારે પત્ની વડીલોની હાજરીમાં જાગી સેવા કરી શકે કે નકરો પ્રેમ દાખવી શકે એવું નહોતું બનતું. પ્રેમ કરવાની વાતો ને એવી તકો : બધું મનમાં જ રહી જતું ને ચાલી જતો સમય! પિતા બનેલા યુવકને મનમાં કાયમ થતું કે પોતે પોતાનાં દીકરા-દીકરીને તેઝે, રમાડે ને વહાલ કરે! પત્ની સ્તનપાન કરાવતી હોય ત્યારે એય સામે ખાટલે બેસીને એના ચહેરા પર છલકાતા માતૃત્વને માણો...

‘વડીલશાઈ’ યુગમાં એ બનતું નહોતું! હા, જે ઘરમાં ઘરડાં મા-બાપ નહોતાં હ્યાત, તે પતિ-પત્ની જુદા રહેતા હતા (એવા કિસ્સા તો અપવાદ ગણાતા) ત્યાં એ સંતાનોને રમાડતાં, ને વખતે કોષ્ઠી મારતા – બેય બાબતોમાં સ્વાતંત્ર્ય હતું. વળી, એવા દંપતી નસીબદાર ગણાતા. બાકી પિતાને ‘પિતૃત્વ પ્રાપ્તિ’ પછી જાણો કરું કરવાનું જ ક્યાં હતું? જેતી કરો, પશુપાલન કરો, નાનો મોટો ધંધો કરો – પેસા કમાવ અને મા-બાપ તથા બેરી છોકરાનાં પેટ પાળો! બસ...! આ જ હતું જીવતર!

સાચું કહું તો બાપ કે દીકરો બેટું પાસે છતાં દૂર રહીને જીવતા હતા. હા, કેટલાક કિસ્સાઓમાં બાપ બાળકની ચિંતા – દરકાર કરતો. વડીલોને ગણકાર્ય વિના વહાલ કરતો ને પત્ની માટે વસ્તુઓ લાવતો – આજાદીની ચળવળનાં વર્ષોમાં

આવું બનવા માંદેલું. ‘બાપ’ અને ‘પતિ’માં જગૃતિ આવતી જતી હતી. એ રીતે શિક્ષણ સાથે ‘પત્ની’ – ‘બા’ – માંય પ્રેમ - કાળજી જતાવવાનું સાહસ આવવા માંદેલું. આ સામાજિક પરિવર્તન રસપ્રદ છે.

મા-બાપને સંતાનો કોઈ કાળે અળખામણા નથી હોતા. સમય-સંજોગની મજબૂરી જ એમની વચ્ચે અંતર વધારતી - ઘટાડતી રહી છે. જોકે એકદમ આદર્શો કે ભાવનાઓની દુનિયામાં સરી પડવા જેવું નથી. ‘માની મમતાની તોલે કશું જ ન આવે!’ ‘જનનીની જોડ સખી નહીં જડે રે લોલ!’ આ ઉક્તિ - પંક્તિઓ સાચ્યા જ છે. છતાં દીકરીને ગળે નખ દઈ દેનારી માતાઓ હતી ને છે. આજે ‘લોહીની સગાઈ’ વાર્તા વાંચીએ છીએ ને માની મમતાની પરાકાણાઓ ફૂમો બાળી જાય છે. બાપાનાં હેત પણ ઓછા નથી હોતાં... ‘બા-ના હેતનો ‘પા’ ભાગ જેનામાં છે તે ‘બાપા!’ ભલે કહેવાતું હોય, પણ મા કરતાંય વહુ ભાવથી સંતાનો માટે ન્યોચ્છાવર થઈ જનારા બાપા હતા, હોય છે અને આજે તો એમાં વધારો થયો છે.

આપણા જમાનાનું એક બીજું સત્ય પણ નોંધવા જેવું છે – જે બાપાએ કારમા અભાવો વચ્ચે ભણીને, કમાઈને સંતાનોને સુખમાં ઉછેર્યા, ને ધંધેધાપે ‘મોટાં માથાં’ બનાવ્યા, તે સંતાનો એમને વૃદ્ધાવસ્થામાં ‘વૃદ્ધાશ્રમો’માં મૂકી આવવા લાગ્યા છે. ‘ઘરડાંઘર’ની સંચ્ચાર વધતી જાય છે! બે પેઢી વચ્ચેનો આ ચૈતસિક તનાવ તો જુઓ! વહાલ છે ને વ્યક્ત થઈ શકતું નથી! પત્ની તેમ થવા દેતી નથી! બાપાને ઘર છોડવું નથી ને તોચ દીકરાના જીવનમાં કલેશ ન વ્યાપે એ માટે એ ‘ઘરડાંઘર’માં જતો રહે છે, ને સંતાનો ત્યાં પ્રેમથી મળવા આવે તેની વાટ જુએ છે ને એમ બને છે ય ખરું! ત્યારે થાય કે ‘રે રે! જીવતર! તારી આ તે કેવી કઠોર ગતિ છે!’

પિતાએ એક સાથે એકાધિક સમયોમાં જીવનું પડે છે. એણોય સમજણથી કામ લેવું પડે છે ને જાજે ભાગે ‘લેટ ગો’ કરીને ‘સૌને વહાલપૂર્વક માફ કર્યા’નો ચહેરો પહેરી લેવો પડે છે. ‘સોહરાબ-રૂસ્તમી’ તો દરેક યુગમાં હોવાની! મારી એક વાર્તા છે – ‘દેહદાન.’ એમાં વૃદ્ધાશ્રમમાં રહેતો બાપ (જે જાતે બધું કમાયો હતો ને દીકરાના ઘરમાં સમાતો નથી. વહુ-દીકરો બાપને ચાહી

નથી શકતાં. છેવટે ‘ઘરડાં ઘર!’ બાપ દેહદાન કરે છે – એનું કારણ પૂછતાં એ કહે છે કે – ‘જે દીકરાએ જીવતેજીવ આજો જન્મારો ભાઈયો છે – દાખાડ્યો છે એ જ દીકરો પાછો મરણ પછી મારા શરીરને આગ મૂકે? જીવતાં ય બાળે ને મર્યાદા પછી પણ પાછો એ જ બાળે? ના, ના... એનાથી તો ભલું દેહદાન!’ આ વિચાર કે દષ્ટિકોણ આજના પિતાઓનું એક પાસું – એક જગત પણ દશાવિ છે, તો સામે પકો પિતાની ખ્વાહિશો પૂરી કરનારા, એમને પાળનારા ને એમને નામે દાન કરનારા દીકરાઓ પણ છે જ છે!

મારા ગામમાં દલાભાઈ નાનજીને સાત દીકરા હતા. એ સાતેયને વેર દીકરાસુખ જોઈને દલાકાકા નિરાતે ગુજરી ગયેલા. દીકરાઓ અઝધા તો ભડ્યા જ નહીં, બે-ત્રાણ ભડ્યા ને નોકરીએ વળજ્યા! પણ સાતેનયનો બાપા માટે ખૂબ પ્રેમ-આદર! ને દલાકાકાનો દીકરાઓ માટે ભાવ સરખો. સાતેયને ‘સરખા’ રાખે! આવા ડિસ્સા ધણા હતા. ચાર-પાંચ દીકરાઓના બાપાઓ ય ધણા હતા. ક્યાંક લડાઈ-ઠંડા થતા. બૈરાં, છોકરાં, ખાવાનું અને વૈતરું – આટલાં ઝંઘડાના કારણે બધે જ હતાં ને છે. પણ પિતાનું કર્તવ્ય ત્યારે તો હતું દીકરાને મોટો કરવો, પરણાવી દેવો અને બાપદાદાનો વારસો – ખેતીકામ – ધંધો જે છે તે એને સોંપો દેવો ને મરતાં સુધી એની સાથે રહી મદદ કરવી. સમાજમાં એનું સારું દેખાય એ માટે મથથું! ગામડાંમાં ‘પિતૃત્વ’ની આ દિશા હતી – બધે જ આમ જ ચાલ્યું હતું. ને આજે પણ એ દિશા સાવ બંધ થઈ નથી. ભાપાને પીડા આપનારા દીકરા તો દરેક ચુગમાં હતા ને રહેશે. પણ દીકરાના કર્યા સામે જોયા વિના એના માટે ખપી ખૂટનારા ભાપાઓનો એક જમાનો હતો! દીકરો મેળવવા ચાર ચાર બૈરાં કરનારા અને સાત સાત દીકરીઓ પછી દીકરો જન્મશે એ આશારે ઘરને – બૈરિને હુંઝી કરનારા પુરુષોય હતા. એમના પિતૃત્વનોય એમની ભૂમિકાએ મહિમા છે. પણ ‘સાત ખોટનો દીકરો’ હુંઝ આપે છે ત્યારે વલવલતું ‘પિતૃત્વ’ તમે જોયું છે? હું ચાહું કે તમારે એવું જોવું ના પડે! ને બાપબેટા સાથે મળીને કુઠુંબને ઉગારે – એવાં દશ્યો ય હતા ને હશે.

આજે દીકરો એની માના ગર્ભમાં હોય ત્યારથી એના માટે બધી જ સુવિધા તૈયાર રહે છે. કપડાં, રમકડાં, શિક્ષણ, ગાડી, વાડી, મૌજ – બધું જ સંપડાવી દેનાર બાપનું પિતૃત્વ દીકરા પર ઓળખોળ હોય છે. શહેર કે ગામડે – બધે જ હવે એક દીકરો ને એનું સુખ! બાપો એના માટે ઘર-બંગલો-પૈસા બધું જ મૂકી જવા ચાહે છે. એ માટે એ ભણ્ણાચાર પણ કરે છે.

દીકરાએ તો જ્ઞાણો કશું કરવાનું જ નથી રહેતું! ને છેવટે એવા પરાધીન સમાજને કે કુઠુંબને જાંબાળ ખપે લાગતા નથી. ‘સંતાનો તો પંખીઓ છે, એમને એમની પંખોના બળો

જ ઢિતાં કરવાના છે!’ આવું માનનારા પિતાનું પિતૃત્વ સમાજને ઉગારશે. આજે આવું વિચારનારા છે. ગઈકાલેય હતા. ભવિષ્યમાં બધે તો સારું! જ્વાલના અંધાપામાં દીકરાને બગાડી બેસતી મા ક્ષમાપાત્ર છે. પણ દીકરાને સમજણ નહીં આપનાર બાપ કદી ક્ષમાને પાત્ર નથી હોતો.

માણસ પરણીને બાપ બને એ વાત સરળ છે પણ ખરા અર્થમાં ‘બાપાપણું’ નિભાવવું દોહાલું છે. એ જ રીતે બાપાનો વારસો મેળવીને જીવી જવું સરળ છે પણ બાપાના ‘પિતૃત્વ’ની કદર કરી મૂલ્યલક્ષી જવવું અધરું છે. મહાન વ્યક્તિઓના બાપાઓ કેવા હતા! અને બાપ તરીકે એ મહાન માણસો કેવા નીવડ્યા છે? એ જરા જોજો! ખ્યાલ આવશે કે ‘પિતૃત્વનું પાલન’ પડકાર છે. ‘બેટો’ ઉછેરનારાએ બાપાનેય પાળતાં શીખવાનું છે.

“સંજ બંગલો”, શાંતાબા બગીચા પાસે,
બાકરોલ રોડ, વલલામ વિદ્યાનગર-૩૮૮ ૧૨૦.
મા. ૬૪૪૬ ૬૫૭૫૭

ઘરનો ઉંબરો એ ઘરનું નાક

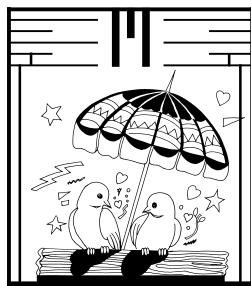
(અનુસંધાન : પાના નં. – ૧૦ ઉપરથી ચાલુ)

પોતાના દેહ પર થવા દીધો છે. કેટકેટલી નવવધૂઓથી, કેટલાક પુણ્યતામાઓથી ઉંબરો ઓળખાયો છે! કેટલા સભ્યોને લાડ લડાવ્યા છે એ ઉંબરે? ઉંબરાના ભીતરને તપાસો તો ખાનદાનીના ખજાના તમારા હાથ લાગે.

‘ઉંબર ટાળવો’, ‘ઉંમરો ઓળંગવો’, ‘ઉંમરે જવું’, ‘ઉંમરો માંડવો’, ‘ઉંમરો સાચવવો’, ‘ઉંમરો ચઢવો’ – આવાં તો કેટકેટલા રૂઢિપ્રયોગો જાણીતા છે? એ બધામાં ઉંબર એ ઘરનું પ્રતિનિધિત્વ કરતો સદસ્ય પુરવાર થાય છે. ઉંબરો એ કેવળ કાણનો ટુકડો નથી, એ ઘરમાં નિવાસ કરતાં - કરી ગયેલા જીવનનો એક હિસ્સો છે. એની ઉપર માના-દાઈના હાથે દોરાયેલા આંખા પડેલા સ્વસ્તિકો છે. એ સ્વસ્તિકોમાંથી ગાણાં ફૂટે!! ઉંબરો એ ઘરનું પ્રતીક, ખાનદાનીનો સંકેત અને સમાજમાં આર્યસંસ્કૃતિના પવિત્ર થાનક તરીકેનો દસ્તાવેજ છે. આજે નવી રચનામાં ઉંબરો વિસારે ભલે પાડી દેવાયો, પણ તેની અર્થસમૃદ્ધ અને તેનો અર્થકોશ અનન્ય!! નરસિંહ મહેતાએ ‘ઘડપણ કોણો મોકલ્યું?’ કાવ્યમાં ‘ઉંમરા તો કુંગરા થથા’ ગાઈને ઉંમરાને અમર કર્યો છે... તો અવર્ચિન કવિ મણિલાલ દેસાઈએ ‘ઉંમરે ઉંમી સાંભળુ રે’ રચના દ્વારા ઉંમરાને લોકંઠે બેસાડ્યો છે.

ઉંમરો એ ઘરની પ્રસ્તાવનાથી જ પુસ્તકનો પરિચય થાય એવું ઉંમરાથી ઘર પરખાય છે.

‘શ્રેષ્ઠ’, પ્લોટ નં. ૮૬૪, મહાદેવ એરિયા,
વલલામ વિદ્યાનગર - ૩૮૮ ૧૨૦.



તુલસી

નથી સાપનો ભારો

દીકરી તુલસીનો ક્યારો



દિનેશ વૈન્કાવ

જે રીતે જગત જનની આધશક્તિ માતાજીના અનેક રૂપ અને અવતાર છે તે જ રીતે દીકરીમાં પણ અનેક સ્વરૂપો અને સંબંધો (અવતારો) છુપાયેલા હોય છે. દીકરી, માતા, બહેન, નાની, દાદી, પત્ની, સાસુ, વહુ — આવા અનેક સંબંધો દીકરી પોતાના જીવન દરમિયાન ધારણ કરે છે અને નિભાવે છે.

પુત્ર ઈચ્છુક માતા-પિતાએ એ વાત ન ભૂલવી જોઈએ કે પુત્રજન્મ માટે પણ દીકરીનો જન્મ જરૂરી છે. કારણકે દીકરી જ મોટી થઈને પુત્ર કે પુત્રીને જન્મ આપવાની છે. જો તમે દીકરીને પૃથ્વી ઉપર જન્મવા જ નહીં દો તો પુત્રપ્રાપ્તિ ક્યાંથી થશે? વંશવેલાને આગળ વધારવા માટે જે રીતે પુત્રજન્મ જરૂરી છે તે જ રીતે પુત્રીજન્મ પણ જરૂરી છે.

અત્યારના સમયમાં પુત્રીઓ પણ પુત્ર સમોવડી બનીને પોતાના માતા-પિતાને મદદરૂપ થાય છે, માતા-પિતાની સંભાળ પણ રાખે છે અને લગ્ન પછી પણ લાગણીના તાંત્રણે બંધાયેલી રહી માતા-પિતા સાથે જોડાયેલી રહે છે.

તા. ૧૮-૧૦-૨૦૧૪ના રોજ મારે રંદલના દઉવા ગામની બાજુમાં ફુલજર ગામે મારા મામાની દીકરીના સસરા સ્વ. જીયંતીભાઈના આત્મકલ્યાણ અર્થે યોજાયેલ ભગ્રતસવમાં જવાનું થયું. ત્યાં મેં જોયું કે મારા મામાની દીકરીની માત્ર માત્ર જ વર્ષની દીકરી સિદ્ધિએ પણ પોતાના માથાના વાળ ઉત્તરાવેલા હતા. પિતાના અવસાન બાદ પુત્રના વાળ તો ઉત્તરાવવામાં આવે છે પણ સિદ્ધિના વાળ ઉત્તરાવેલા જોઈને મને આશ્ર્ય થયું. એટલે મેં આ બાબત પૂછ્યું ત્યારે જ્ઞાનવા મળ્યું કે જ્યારે સિદ્ધિના પણ્ણા વાળ ઉત્તરાવતા હતા ત્યારે સિદ્ધિએ પણ પોતાના વાળ ઉત્તરાવવાની ઈચ્છા દર્શાવી. બધાએ તેને સમજાવી કે, ‘બેટા, તું તો દીકરી છે. તારે વાળ ઉત્તરાવવાના ના હોય.’ પણ સિદ્ધિએ કહ્યું કે, ‘હું તો દાદાનો દીકરો હું અને દાદા પણ મને દીકરો જ કહેતા હતા. એટલે મારે તો વાળ ઉત્તરાવવા જ છે.’ એટલે સિદ્ધિના વાળ ઉત્તરાવવાની ઈચ્છા પૂરી કરવામાં આવી. આ હતો એક દીકરીનો પોતાના દાદા પ્રત્યેનો પ્રેમ, લાગણી, આદર અને શ્રદ્ધાંજલિ.

આપણે ઘણીવાર છાપામાં વાંચીએ છીએ કે પુત્ર ન હોય અને માત્ર પુત્રીઓ જ હોય તેવા સ્વર્ગસ્થ પિતાને પુત્રીઓ દ્વારા

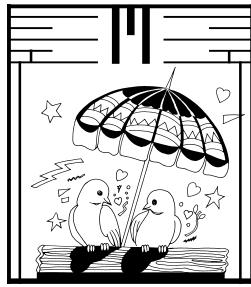
એક પુત્રની જેમ જ પિતાની નનામીને કાંધ આપી સ્મશાન સુધી સાથે જઈ, પિતાના અભિનંદના પણ કરવામાં આવે છે. પહેલાના સમયમાં સ્ત્રી કદી સ્મશાન સુધી જતી નલીં. આ રીતે અત્યારની દીકરીઓએ સામાજિક રૂઢિનો ચીલો ચાતરી સમાજને એક નવી રાહ ચીધી છે.

સમસ્ત માનવજાતને ગૌરવ થાય તેવા સમાચાર છે કે કાશ્મીરના સ્વાત ખીંચ પ્રદેશની માત્ર ૧૭ વર્ષની દીકરી મલાલા યુસુફઝાઈને સૌથી નાની ઉમરમાં નોબેલ પ્રાઇઝ મળ્યું. દીકરીઓની કેળવણીની હિમાયતી એવી મલાલાએ જ્યારે કન્યા કેળવણીનું આંદોલન ચલાવ્યું, ત્યાંના મુસ્લિમ પુરુષો પણ આતંકવાદીઓથી ડરતા હતા અને તેમની સામે વિરોધ વકત કરી શકતા ન હતા, ત્યારે એક નાની બાળકી આતંકવાદીઓની વિરુદ્ધ દીકરીઓના શિક્ષણ માટે પોતાનો અવાજ ઉઠાવે તે કેટલું અદ્ભુત અને બહાદુરીનું કાર્ય ગણાય! જોકે આ માટે તેણે પોતાનો જીવ પણ જોખમમાં મૂક્યો હતો.

માત્ર ૧૪ વર્ષની ઉમરમાં જ્યારે આતંકવાદીઓએ તેને માથામાં ગોળી મારી તેની હત્યા કરવાનો ગ્રયાસ કર્યો. જીવનમરણ વચ્ચે જોલા ખાતી મલાલાને પાકિસ્તાનમાં થોડી સારવાર - સર્જરી પછી હંગલેન્ડ લઈ જવી પડી. બ્રિટનની હોસ્પિટલમાં ત્યાંના નિષ્ણાત ડોક્ટરોએ મલાલાની ખોપરીમાં ટીટાનિયમની પ્લેટ મૂકી સર્જરી કરી, તેની ચાલી ગયેલી સ્મરણશક્તિ પણ પાછી અપાવી.

મલાલાના પિતા નાનકદી સ્ક્રૂલ ચલાવતા એક સામાન્ય માણસ છે. મલાલાએ મુશ્કેલ પરિસ્થિતિઓનો જે રીતે બહાદુરીપૂર્વક સામનો કર્યો તેથી તે વિશ્વપ્રસિદ્ધ થઈ. માત્ર ૧૬ વર્ષની ઉમરમાં તેને યુનોમાં ભાષણ કરવાનું બહુમાન પ્રાપ્ત થયું. જેમાં તેણે કહ્યું : ‘એક શિક્ષક, એક ચોપડી, એક પેન દુનિયા બદલી શકે છે.’ સમજામાં મલાલાએ પોતાની આગવી વિચારધારા દ્વારા કન્યા કેળવણીને પ્રોત્સાહન આપવા માટે જે અભિયાન ચાલુ કર્યું તેના પડ્યા સમગ્ર વિશ્વમાં પડ્યા અને સમગ્ર વિશ્વએ પણ મલાલા દ્વારા બતાવવામાં આવેલ આવી બહાદુરીની નોંધ લીધી.

(અનુસંધાન : જુખો પાના નં. - ૧૮ ઉપર)



બોધ કથા

સુંદરીના વાળની સફર



ડૉ. એમ.પી. કાકડિયા

એક સુંદરી. રૂપરૂપનો અંબાર. સુંદર ઘાટીલો દેહ. મોઢે નમણાશ. ગોરો વાન. હરણી જેવા નેત્રો. એમ જ કહોને કે સર્વાંગ સુંદર. અધૂરામાં પૂરું ધર સારું મળ્યું. સારું કમાતો પતિ. કુઝે એક દીકરો પણ જાણ્યો. ધરબાર નોકર-ચાકર વચ્ચે મજાનું જીવે. કોઈ વાતની ઓછપ નહીં. ભગવાને તેના ખોળે ખોબલા ભરીને સુખ આપ્યું. ભાઈ! આ તો સુંદરી છે. કોઈ વાતે ધરાય ખરી? ભગવાને ધાણું આપ્યું તોય ક્યાંક ક્યાશ રાખી દીધાનું તો કહેવાની જ. ન પણ કેમ કહે? મને, તમને એ ક્યાશ ન દેખાય પણ સુંદરીને દેખાયા વિના થોડી રહે! સુંદરીના દેહ લાલિત્યની શોભા નિખારતી વખતે ભગવાને એક ક્યાશ જરૂર રાખી અને તે તેના વાળ. તેને તો સિલ્કી, ભરાવદાર, લાંબા કાળા વાળની જંખના. પણ ઈચ્છા અધૂરી રહી ગઈ. વાળ તો મજ્યા પણ ટુંકા અને બરછટ. સુંદરીની સુંદરતામાં એક પીઠું રંગ વિહોણું રહી ગયું.

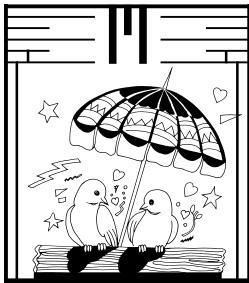
સુંદરી આખો દિવસ નવરી. પતિ કામધ્યે. દીકરો શાળાએ. ધરકામ, કામવાળીના હવાલે. કંટાળે એટલે સોફા ઉપર પણોઠી ઠાંસીને ટી.વી. જોવા બેસી જાય. સીરિયલો ચાલ્યા કરે. વચ્ચે વચ્ચે એડ આવ્યા કરે. મન થાય તો નજર નાખી લે. વાળની એડ આવે એટલે સાવધાન. એવામાં અચાનક તેનું ધ્યાન એક એડ ઉપર ગયું. ‘મારા લાંબા, કાળા અને સિલ્કી વાળનું રહસ્ય હવે તમારા હાથમાં’ કહીને લાંબા લહેરાતા વાળવાળી મોદેલે શેમ્પુનું કંડિશનર સામે ધર્યું. સુંદરીને આવું શેમ્પુ તો જોઈતું જ હતું. બજારમાંથી બે-ચાર શેમ્પુ મંગાવી લીધા. બીજા જ દિવસથી અજમાઈશ શરૂ. મહિનો વિત્યે સુંદરીના વાળ તો ત્યાંના ત્યાં. માન્યુ, મોડેલ બનાવી ગઈ. નિરાશા હાથ લાગી. કોઈ બીજા સારા શેમ્પુની રાહમાં દિવસો કાઢે. શેમ્પુએ ભલે નિરાશ કરી પણ રાહ જોવી કામિયાબ થઈ. એક એડે તેનામાં પ્રાણ પૂર્યા. એક મોડેલે લહેરાતા, દમકતા, ચમકતા વાળનો જાદુ પાથરી શેમ્પુની જાહેરત કરી. સુંદરીમાં નવી આશાનો સંચાર થયો. બે-ચાર શેમ્પુ ખરીદી પ્રયોગ શરૂ કર્યો. પરંતુ તે મોડેલની તોલે તેના વાળ ન આવ્યા, તે ન જ આવ્યા. કહેવાચ છે કે ખરા હૃદયની પ્રાર્થના દ્વારા પણ સફળ થઈ. એક અભિનેત્રી નવા લોન્ચ થતા શેમ્પુની બોટલ સાથે એડમાં સામે આવી. સુંદરી પણ પહેલેથી આ અભિનેત્રીની ફેન. વિશ્વાસ વધ્યો. પહેલાના વધ્યા ઘટ્યા શેમ્પુને ગારબેજમાં પખરાવી, નવા લોન્ચ થયેલા શેમ્પુ ખરીદ્યા. નહાતી વખતે સાબુ લગાવવાનું ભૂલી શકે પણ આ શેમ્પુથી માણું ધોવાનું તો ન જ ભૂલે. પરંતુ અફસોસ કે સુંદરીના

અરીસાએ તેના લાંબા, કાળા અને સિલ્કી વાળનું પ્રતિબિંબ ક્યારેય ન જીત્યું. હા, એટલું ખરું કે શેમ્પુએ થોડો ઘણો પ્રભાવ જરૂર પાડ્યો અને એ, કે તેની આડાસરે સુંદરીના વાળ સફેદ થવા માંડ્યા.

આ તો સુંદરી છે. દેહ ઉપર યૌવન જળુંબતું હોય અને માથે સફેદ વાળ! અસંઘ, પીડાદાયક. વાળ ઉપર કરેલા અખતરાએ તેની ચિંતા વધારી, તો તેની સાથે પણ સફેદ થવાનું વધાર્યું. પરંતુ લાખો નિરાશામાં એક અમર આશા છુપાયેલી હોય છે. તેની ચિંતાને ખંખેરવા એક એડ તેની મદદે આવી. ‘સફેદ વાળને કુદરતી જેવા કાળા કરવા હવે ક્યાંય જવાની જરૂર નથી.’ આટલું બોલી એક રૂપકરી મોડેલે તેના સફેદ વાળને કાળા કરતું નિર્દર્શન આપ્યું. આ હતી હેરાઈની એડ. કચ્ચવાતે મને હેર ડાઈ ખરીદી વાળ કાળા કર્યા પરંતુ તેનું કેમિકલ સુંદરીને માફક ન આવ્યું. વાળ પધું બરછટ થયા. વાળ ઉત્તરવાની શરૂઆત પણ આ હેર ડાઈને કારણે થઈ. કોઈ સારી હેર ડાઈ મળે તો કામ થાય. એવામાં નવી ફૂટી નીકળેલી હેર ડાઈની એડ આવી. ‘સફેદ વાળને કાપવાની ઝંઝટમાંથી મુક્તિ. અપનાવો અમારી હેર ડાઈ.’ સુંદરીને આ એડના શરણે જવા સિવાય છૂટકો નહોતો. ખરીદીને અજમાઈશ કરી. પરંતુ તેણે તો તેના વાળની ધોર ખોદી નાખી. માણું ઓળે, ને ઢગલા મોઢે વાળ ઉત્તરે. સુંદરીના દેહ ઉપરથી સૌંદર્ય ઉત્તરે એ પહેલા તો તેના વાળ ઉત્તરવા લાગ્યા. ઓછા વાળે માણું સાવ પાંખું લાગે. શેમ્પુની જેમ હેર ડાઈ બનાવતી કંપનીઓએ સુંદરીને ક્યાંયની ન રહેવા દીલી. પરંતુ મુશ્કેલીની ધડીમાં સુંદરીને અવસર હાથ લાગ્યો. એક એડે તેની સમસ્યાનો ઉકેલ હાથવગો કરી આપ્યો. ‘માથા ઉપર ટાલ છે? કહેવા પૂરતાં જ વાળ છે? શું આનાથી શરમ અનુભવો છો? આવો, અમારી પાસે કાયમી ઉપાય છે.’ સુંદરીએ એકાગ્રચિતે એડમાં મન પરોવ્યું. એડમાં છેલ્લે કહેવાયું, ‘કુદરતી કે કૃત્રિમ તમારે જોઈએ તેવા વાળની વિગ બનાવી આપીશું.’ હાશ! વિગ બનાવતી એક કંપનીએ સુંદરીના માથાની લાજ રાખી.

વાહ રે સુંદરીના વાળની સફર! વધારા અંગો કોના ખોળે નાખતા ખરી પડે છે એ જાગ્રવા એકના ખોળેથી બીજાના ખોળે નખાતા બાળ કંસની જેમ સુંદરીના વાળ સાથે લોભામણી જાહેરાતો, કંપનીઓ અને વિવિધ બ્રાન્ડોએ આવો જ જેલ જેલ્યો.

“માતરમ”, ૧, શિવમ સોસાયટી,
સત્યમ કોલોની પાસે, જામનગર-૩૬૧ ૦૦૮.
મો. ૯૮૨૪૦ ૩૦૨૦૩



સંસ્કૃતિ

ગામડાંની સંસ્કૃતિ



જોરાવરસિંહ જાદવ

જૂના સમયમાં ઘરોઘર દુઃખાણાં તો હોય જ. સૌરાભ્રના ગામડાંઓમાં ગીર ગાયોનો ઉછેર કરવામાં આવતો. બેદૂતોનાં આંગણા ગાય અને અશ્વથી અરધી ઊઠતાં. ઘરની બાજુમાં કોઢ રહેતી. ચોમાસાની મોસમમાં બેરાં અને આદમી સીમમાં જઈ ખડ વાઢી લાવીને સૂક્વતાં, જે ઉનાણમાં ઢોરને ખવરાવાતું. ગોવાળ ગામનું ખાંડું લઈને ગૌચરોમાં ચરાવવા જતો. ગોંદરે ગામની ગાયો, બેંસોનું ખાંડું હિ' ઉગ્યામાં ભેગું થતું. ગામમાં કપાસ થાય તેને લોઠાવીને, વેપારી કપાસિયા દુકાને રાખતા. તે ઢોરોને ખવડાવતા. ઢોર માંદા થાય ત્યારે તેને સારાં કરવા માટે ઉપચારો તો ઘરના માણસો પણ જાણતા હોય. ઢોર વિયાય ત્યારે ગામનો ગોવાળ વાઢ્યું - પાડ્યું તાણી આપતા.

તાંબા - પિતળનાં વાસણોની વપરાશ જૂજજાજ. દૂધ દોહવાના દોણાં, દૂધ મેળવવાના દોણાં, ધાશની ગોળી કુંભાર બનાવીને આપી જતા. દોરડાં ઘરમાં હોય. રવૈયો, તેર વગેરે ઉપકરણો સુથારે બનાવી આપ્યાં હોય. એટલે ધી, દૂધ, દહીં, છાશ, માખણા, દૂધપાક, ખીરની ખૂબ છુટ રહેતી. ઘરેઘરે ટોરો એટલે દૂધ વેચવાનો રિવાજ જ ન મળો. તે દી દૂધ વેચવું એ પાપ ગણાતું.

શ્રી પ્રભુદાસભાઈ પારેખ એ જમાનાને યાદ કરીને લખે છે કે અમારા ઘરમાં સોમવારનું દૂધ વાપરી નાખવાનો રિવાજ વડવાથી ચાલ્યો આવે. તે દિવસે દૂધ મેળવાય નહીં. દૂધ ખાવામાં ને ખીર-દૂધપાક બનાવવામાં વપરાઈ જાય. સગાં, સહોદર ને સ્વજનોને વેર દૂધ મોકલાય. ખાસ જરૂરના પ્રસંગે તેમને ત્યાંથી લેવાય. આમ આપ-લે ચાલે, પણ વેચવાનું નહીં એ વણલખ્યો નિયમ. ધી ઘેર જ બનતું. એટલે મહેમાન આવે ત્યારે ધી લેવા દોડવાનું નહીં. ઘરમાં લગ્ન કે દાદાનું કારજ આવે તેને માટે તાવણોમાં અમુક રોજનું વધતું ધી ગાળીને કુરિયા જેવું ભરી રાખ્યું હોય તે વપરાય. તેમ છતાં ધી વેચાતું લાવવું પડે તો એક રૂપિયાની ત્રણ શેર ધી છૂટથી મળી રહેતું. તે હિ' ખાંડ, સાકરનો વપરાશ જૂજ હતો. માંગલિક પ્રસંગે સારા ઘરોમાં સાકર વપરાતી. બાકી ગોળધાણાથી ચાલતું. ગામના પટેલો શેરડીના વાઢ કરતા. ચિયોડો મંડાતો. શેરડી ભરડાતી તે તેના રસને ઉકળી દેશી ગોળની ભેલીઓ બનાવતી. ગામ આખ્યું ચિયોડે

શેરડી ખાવા, શેરડીનો રસ પીવા અને તાવડાનો ગરમ ગરમ ગોળ ખાવા જતું. જેને જેટલું ખાવું હોય તેટલું ઘરાઈને ખાય. પાઈ પેસો આપવાનો નહીં. ખેડૂતોનાં મન બહુ મોટા હવા. ખવડાવવામાં એમને આનંદ આવતો. તેઓ કહેતા કે ખવરાવ્યે કોઈનું ખૂટી જતું નથી. ગામલોકો આ વાઢનો ગોળ ખરીદીને ગજ પ્રમાણે લોઢાની કોડીઓમાં ભરી રાખતા, જે બાર મહિના સુધી ચાલતો.

જમતી વખતે, મહેમાન આવે ત્યારે, બપોરે ભૂખ લાગે ત્યારે ગોળનાં દડબાં ને દડબાં છોકરાંઓ ખાય. ગોળ શક્તિવર્ધક ગણાતો. ગોળની લાપસી, શીરો, ચુરમાના લાદુ, ગોળપાપડી, તલધારી, લાપસી, છુફ્ટી લાપસી, ગળ્યા ડેબરાં, ગળ્યા પુડલા, ગળમાણું વગેરે ગોળમાંથી જ થાય. મોટા મરણના દહાડામાં ગોળપાપડી, ગાંઠિયા ને ગોળ ચણાનું જમણ થાય. ગોળ પાપડીના ઘાણના ઘાણ ઉત્તરે અને સાત સાત થર ઉપરાઉપર નાખે. ચોસલા ઉખડે ત્યારે પાતળા પાતળા સાત થર તેમાંથી નીકળે. દહાડામાં જમવા જઈએ ત્યારે ગોળપાપડી, ગાંઠિયા ને ચણા આવે. પાછળથી છાશ પીવાની આવે.

એમને ચણા ગાંઠિયા વધારે ભાવે. ગોળપાપડી બહુ ના ખાઈએ એટલે વડીલો ડોળા કાઢીને એમને તત્તાવે, 'નમાલાઓ, તમને ખાતા આવે છે કે નંઈ? ગાંઠિયા ચણામાં શું ખાવાનું છે? માલ માલ ખાઓને!' એમ કહેતાં તેઓ પાંચ પંદર ચોસલા આપટી જાય. ધી, દૂધ અને ગોળના ખોરાકને કારણે એ કાગે લોકોનાં શરીર પથ્થર જેવા મજબૂત રહેતા. પાંચ-પાંચ મણ ભાર માથે ઉપાડીને બે ગાઉ ચાલી નાખતા. બબ્બે મણ ભારની તો પાંચ પાંચ ગાઉ માથે લાવ લઈ જાવ કરવી રમત વાત હતી. અમારા ગામનો એક વાણિયો નાનકડો ગ્રાંસ ભરીને લાપસી ખાઈ જતો. એકવાર એના ઉપર ૧૬ માણસ ભરેલી એક મોટર ચાલી ગઈ છતાં ઊભો થઈ લાકડીના ટેકે ટેકે ઘરે પહોંચી ગયો. અઠવાડિયું શીરો ખાઈને માથે દોઢ દોઢ મણ ભાર ઉપાડીને ચાલતો થઈ ગયો.

તે હિ' અનાજ સંઘરવા માટે આજના જેવાં ગોડાઉનો નહોતાં. ઘરનાં બેરાંઓ અને કુંભારની બાઈઓ અનાજ ભરવા માટીની મોટી કોડીઓ, કઠોળ રાખવાના કોડલા અને દૂધ દહીના

ગોરહડાં રાખવા મજૂસડાં બનાવી આપતાં. ૫૦-૫૦ મણ અનાજ ભરેલી કોઈઓમાં નીચેના ભાગમાં સાણું-કાણું હોય. તેને કપડાનો ડાટો માર્યો હોય. ડાટો બેંચી કાઢો એટલે ખરરર કરતું અનાજ બહાર સુંદરામાં કે સૂપડામાં આવી જાય.

બાર મહિનાનું ઘર વપરાશનું અનાજ કોઈઓમાં સંચરી રાખવામાં આવતું. પણ મેઘરાજ રૂઠે ને કાળ દુકાળ પડે તો શું કરવું? એના માટે કોઈસુજ ધરાવતા કુટુંબના વીલો ફળીમાં મોફી ખાણ ખોદાવતા. તેમાં નીચે રાડાં, બાજરીના હુંસા વગેરે નાખે. તેમાં જુવાર બાજરો મોટા પ્રમાણમાં ભરે. પછી એવી જ વિધિથી તેને ઢાંકી દે. ત્રણ ચાર વર્ષ કોઈ એનું નામ ન લે. ચોમાસાને કારણે તેમાં બેજ લાગીને થોડો બાટ પણ લાગે. છતાં કાળ દુકાળે લોકો આનંદથી ખાતાં.

ઢેબરાં, શાક, પુરીઓ માટે તેલની જરૂરત રહેતી. એ વખતે ખેડૂતો પુરબિયા અને શરદિયા નામના મીઠા અને કંઈક કડછા તલ અને તલી વાવતા. એ તલ લઈ અમે ગામના નથું ધાંચી પાસે જઈ ધાણીમાં તેલ કઠાવી આવીએ. તેને કુલડામાં ભરીને ધરમાં રાખી દઈએ.

થોડાં વખ્યોથી અમે ચલાવી લેતા. ગામના કપાસ થાય તે ખરીદી ચરખામાં રૂને કપાસિયા કઠાવીએ. પીજારો રૂની પુણીઓ કરી આપે. ધરોધર રેંટિયા હતા એટલે બાઈઓ નવરી પડ્યારે કાંતવા ભેસી જતી. તેજો મેતર અને સામંત વેતર તેના વેજ વણી આપે. બેચર મેરાઈ પાસે તેનાં પહેરણ સીવડાવીને પહેરીએ. લાલ સુતર નાખીને ડિનાર કાઢેલાં પોતિયાં પહેરીએ. ગામના પટેલિયા તો તેના ચોરણા, પછેડી, બુંગણ વાપરે. વાંકાનેરના મુમના કોમના લોકોએ હાથે કાંતેલ સુતરનાં ફાળિયાં વણ્ણાં હોય. તેના મોટા મોટા ફીડલા પટેલિયા પાધડી તરીકે પહેરતા. માથે તલવાર કે લાકડીનો ઘા વાગે તોય માથાને ઈજાન થાય. આ માથાબંધણાને પટેલિયાઓ મોણિયાં કહેતા. અમે તો એ વખતે શહેરની છીટના ફેંટા બાંધતાં, ગાદલાં, ગોડાં, ઓછાડ (ચાદર), ચોફણ, પછેડીઓ હાથવણાટની જ વપરાતી. આમ ખાંસું-પીસું, પહેરવું, ઓફાંવું અને રહેવું એનો ઉકેલ ગામડાંમાં જ આવી જતો. ગામડાંમાં ધણે ભાગે એક સુથાર, એક લુહાર, એક દરજી, એક કુંભાર, એક બ્રાહ્મણ, એક બાવાજી, એક અતીત, બે-પાંચ રાજપુત દરબારો, કોળી, ઠાકોર, હરિજન, વણકર, ચમારનાં ઘર રહેતાં.

સુથાર સુથારીકામ કરી આપે. લુહાર કોશ, કોદાળી, ગાડાનાં પૈડાના પાટા, તવી, તાવડાં ને દાતરડાં બનાવી આપે. એમને બાર મહિને આળત અને અવસરે દાણા-પૈસા અપાય. સોની રૂપાના દાળના, કંઠી, સીસાની કાનમાં પહેરવાની ચીજે બનાવી આપે. કુંભાર ઈંટો, નળિયાં ને માટીનાં વાસણો પૂરાં પાડે. મહેમાન આવે ત્યારે કે લગ્ન પ્રસંગે સામદું પાણી ભરી

લાવીને પૂરું પાડે. જન્મ, અધરણી, આણું, બાળકનું નિશાળ-ગરણું, લગ્ન મરણ જીવનના સોળ સંસ્કારો બ્રાહ્મણો કરાવતા. વણકર પાણકોરાં વણી આપે. ગોવાળ ગાયો ચારે, દરજી બારેમાસ કપડાં સીવી આપે. વાળંદ બારેમાસ વતું કરે. મહેમાનો આવે ત્યારે પગચંપી કરે. લગ્નમાં પીઠી ચોળે, કોળ ઠાકોરો પસાયતું રાખે ને ચોકી કરે. રાજપુત દરબારો ગામનું, ગાયોનું અને નારીઓના શિયળની રક્ષા માટે યુદ્ધ વિંગાણું કરે. સાધુ-બાવા ઠાકરદુવારે કે ગામના ચોરે રામજી મંદિરની પૂજા આરતી કરે. ચોરે બેસીને તુલસીકૃત રામાયણનું વાંચન કરે. અતીત બાવા શંકરની પૂજા કરે. હરિજન લગ્ન પ્રસંગે ઢોલ વગાડવા આવે.

નોરતામાં ગરબા અને ગરબીઓની રમણી રોલે. ગામડાંની હાડબળુકી બાઈઓ નવાં લૂગડાં પહેરીને ચોકમાં ગરબાની બધાટી બોલાવે ત્યારે કોઈ જુવાનિયો એની હડકેટે ચડી જાય તો બિચારો ગોઈબડા જ ખાઈ જાય! કોઈ બાઈની કોણી વાગી ગઈ હોય તો એવી કડ વળી જાય કે એને ઊભો થવાનું આકરું બની જાય.

હોળી, ધૂળેટી એટલે ગામડાંમાં આનંદનો ઉત્સવ. થૌવન છિલોળે ચડે. ધૂળેટી અને પડવાને દિવસે ગામના જુવાનિયાનો એકબીજા ઉપર છાણાંના ધૂટા ઘા કરીને રમે, પછેડીઓની ઢાલ મોઢાં આડે રાખીને બચાવ કરે અને હરીફ સામે આખું છાણું જોરથી ફેંકે. કદાચ વાગી જાય તો ઘેર જઈને હળદર મીઠું ચોપડે એટલે પત્યું. **આમાંથી લડાયક તાલીમ અને નિર્ભયતા કેળવાતી.** રામોદ અને ગોડલના લોકો ટેકરી પાસે નાના નાના ગરગડિયા પાણકા ભેગા કરી ધૂળેટીના દિવસે સામસામા ફેંકીને રમે અને હાથમાં ઢાલો લઈ બચાવ કરે. આ જોવા બંનેય બાજુ ઠાકોરો અને મહાજનના શેઠિયા હાજર રહે. બપોર સુધી આ ધમાલ ચાલે. પછી નદીએ જઈ નહાઈને ગોઠનાં ખજૂર ટોપરાં ખાઈ સૌંને ઘેર જાય.

ચોરામાં શંકરના મંદિરે તથા બીજા મંદિરે લોકો ધર્મબુદ્ધિથી જાય અને ભક્તિભાવથી નમન કરે. પુરુષોત્તમ માસમાં પુરુષોત્તમ માસની કથા થાય. સત્ય નારાયણની કથા ઘેર વંચાય. તેના મારફતે ધાર્મિક અને નીતિનો બોધ પ્રજાને મળતો. સૌ સૌના બારોટો અને વહીવંચાઓ આવે, વાર્તાઓ માંડે, વડવાઓના પરાકમો કહી સંભળાવે. નવા જન્મેલા દીકરા-દીકરીનુંય નામ ચોપડામાં માંડે ને દાખું લઈ જાય. બાવાઓ, સંન્યાસીઓ આવે ને ઉપદેશ આપે. બાવાઓની જમાત આવે. તેઓને સીધાં અપાય. લગ્ન પ્રસંગે જાન આવે. બંદુકોના ભડકા કરી નિશાન પાડવામાં આવે. ગાડાંની મુસાફરી તથા બળદો દોડાવવાની હરીફાઈઓ થાય.

તે દિ' ગામડાંના રક્ષણ માટે હાથિયા થોરની દસ દસ હૂટ જાડી અને ઊંચી વાડો કિલ્લાનું કામ કરે. પગી લોકો ચોર પકડી

આપે. પગેરું કાઢીને જે ગામમાં જાય ત્યાંના પગીની ચોર સોંપવાની જવાબદારી. ન સોંપે તો જે ગામમાં ચોરી થઈ હોય તેના ચોકીદાર કોળી ઠાકોરોનું તેની સામે બહારવંદું થાય. ત્યાંના ગામમાંથી ચોરી કરી લાવે. પરિણામે લડાઈ થાય. પણ બ્રાહ્મણ, અતીત-બાવા, સંન્યાસી, ગુરુ વગ્યે પડે એટલે સમાધાન થાય. કસુંબા થાય ને બધી પતાવટ થાય.

ગામડાંમાં એકબીજાને ત્યાં ચાંલ્વા, હુંતાસણીના હારડા, પ્રસુતાંજલિના શ્રીફળની લેવડેવડનો રિવાજ. મુસલમાન હોય, ખોજ હોય કે વાણિયા કે પટેલ, દરેકને ત્યાં અરસપરસના વ્યવહાર. મુસલમાન સંબંધીને ત્યાં તેના દીકરાના લગ્ન પ્રસંગે બ્રાહ્મણને બોલાવીને રસોઈ કરાવાય અને સંબંધી હિંદુઓ તેને ત્યાં જમવા જાય. હિંદુ-મુસલમાનની જમવાની પંગતો જુદી, પણ સૌના દિલ એક; સૌના દિલ નેક. આજે હિંદુ મુસલમાનની પંગત એક થવા માંડી છે પણ દિલ શક્તિ બંને જુદા થઈ ગયા છે. તે સમયે એવું ન હતું.

એ કાળે તાર, ટપાલ, રેલવે કે યાંનિક વાહનો નહોતા. પોતાના ગામની આજુબાજુ સગાવહાલાં, બહેન, દીકરી, ફોઈ,

મામા રહેતા હોય. કદાચ થોડું દૂર હોય તો ગાડાં, ઘોડા, સીગરામનાં સાધનો હતાં. જગ્યાએ જવું હોય તો સંદ્ય નીકળતા. દૂર જગ્યાએ જનાર યાત્રાણુઓના ગામેગામ સામૈયા, સત્કાર, ઉતારા, ખાનપાન વગેરેની વ્યવસ્થા થતી. જ્યાં પડાવ આવે ત્યાં તે તે ગામના દરબાર, પટેલ, મહાજનના શેડિયા વગેરે સામૈયું કરે. પાણી, બળતણ વગેરે પૂરાં પાડે.

બ્રાહ્મણના જુવાનો સગાવહાલાને ત્યાંથી લખવાનું જ્યોતિષ પરણ અને ભરણના વિધિવિધાનો શીખી લાવતા. એ વખતના દરબારો ભણ્યા નહોતા પણ બ્રેસિસ્ટરો કહેવાતા. કામદારોનેય કાન પકડાવતા અને ડાણપણથી તોડ કાઢતા. ગામના પાદરેથી કોઈ નાતીલા જમવાના ટાણે પસાર થાય તો જમાડ્યા વિના જવા ન દે, તેવો વણલાયો નિયમ. જનારને ઉતાવળે ક્યાંક પહોંચવું હોય તો છાનોમાનો ગામના પાદરમાં થઈને પસાર થઈ જાય. આવું હતું ગઈ કાલનું સૌરાધ્રણનું ગામહું. આવું હતું ત્યાંનું લોકજીવન.

૨, પ્રોફેસર કોલોની, વિજય ચાર સ્ટ્રીટ,
નવરંગપુરા, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૬. • મો. ૯૮૨૪૦ ૨૮૩૨૬

દીકરી તુલસીનો કચારો

(અનુસંધાન : પાના નં. - ૧૪ ઉપરથી ચાલુ)

ભારતીય સમાજમાં નારીનું સ્થાન હંમેશાં સન્માનનીય રહ્યું છે. પતનીના રૂપમાં તે હંમેશાં પતિની સહિત્યચારીણી બની રહે છે અને પતિના મુશ્કેલ સમયમાં પણ તેની પડખે ઊભી રહી પતિને મુશ્કેલીનો સામનો કરવા માટે સહાય કરે છે.

વૈદિક કાળમાં ક્રી માટે કોઈપણ જીતનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા ઉપર પ્રતિબંધ નહોતો. તેમજ ક્રીને જ્ઞાનપ્રાપ્તિ માટે પ્રોત્સાહિત કરાતી. જેના ઉદાહરણ તરીકે આપણને દેવહૃતિ, સતરૂપા, અદિતિ, ગાર્ગી, મૈત્રેયી જેવી વિદ્યાઓના રૂપમાં જોવા મળે છે કે જેઓએ વૈદિક કાળમાં પોતાના જ્ઞાનથી પોતાનું નામ ઈતિહાસમાં અમર કરી દીધું છે.

ત્યાર પછી સામંતશાહી યુગમાં ‘મારે તેની તલવાર’ જેવા અંધાધૂંધીવાળા સમયમાં દીકરી તથા ક્રીઓની સલામતી માટે ખતરો ઊભો થતાં દીકરીને અભ્યાસથી વંચિત રાખવામાં આવતી અને તેને ઘરની બહાર નીકળવા પર પ્રતિબંધ ફરમાવવામાં આવેલો. ક્રીની અસલામતીના કારણે જ કદાચ બાળકીને દૂધપીતી કરવાનો રિવાજ તે સમયે શરૂ કરવામાં આવ્યો હશે. જેથી દીકરી હોય જ નહીં તો તેની સલામતીની ચિંતા જ નહીં!

આજના આધુનિક યુગમાં તો આનાથી પણ આગળ વધી માગ પુત્ર પ્રાપ્ત માટે જ આધુનિક મશીનો દ્વારા ગર્ભ પરીક્ષણ કરાવી ક્રીબ્લૂણાની ગર્ભમાં, જેના જન્મ પહેલા જ તેની હત્યા કરવામાં આવે છે. આ કેવી કમનસીલી? આ બાબત આજની નવી પેઢીના માતા-પિતા કંઈ વિચારશે?

“મારુતિ”, વિધાનગર સોસાયટી, બ્લોક નં.-૩૨,
ટીનાવાડી, જૂનાગઢ. • મો. ૯૮૭૯૬ ૬૬૪૮૮

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના બેંક ખાતામાં રકમ જમા કરવવા અંગે...

એકાઉન્ટ નામ : શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ

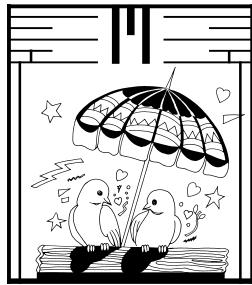
Account Name : Shri Kutchi Jain Seva Samaj - Ahmedabad

બેંકનું નામ : કેનેરા બેંક - પાલડી બ્રાંચ, અમદાવાદ

Bank Name : Canara Bank, Paldi Branch, Ahmedabad.

A/C No. : 70072010016032 • IFSC : CNRB0017007

જ્યારે પણ રકમ મોકલવવામાં આવે ત્યારે તેની આણ મેનેજરને વાંટ્સએપ નંબર : ૮૮૨૪૦ ૮૭૬૫૪ ૫૨ કરવી જરૂરી છે.



વિચારમંચ

મહાસત્તા બનતાં પહેલાં પાયાની સુવિધા આપો



ડૉ. યાસીન દલાલ

થોડા સમય પહેલાં આપણા જાણીતા ટેકનોકેટ અને દેશની ટેલિફોન કાંતિના પ્રજ્ઞોત્તા સામ પિત્રોડાએ એક ટકોર કરી હતી. એમણે કર્યું હતું કે, પહેલા આપણે આપણી પ્રજ્ઞાને પાણી, રસ્તા અને વીજળીની સુવિધા આપવી જોઈએ. આ પાયાની સુવિધાઓ વિના મહાસત્તા બનવાના સપના સેવવા એ ખોટું છે. એમની આ ટકોર સાચી છે.

૭૩ વર્ષની આજાઈ પછી દેશની પરિસ્થિતિ અત્યંત કંગાળ રહી છે. આપણને ન ગમે તેવું કરુણા સત્ય છે. એને માટે આપણી પોતાની નબળાઈઓ જવાબદાર છે. કેન્દ્ર સરકારમાં ૮૦૦ રાજકારણીઓ છે અને ૩૦ રાજ્યોમાં હ હજાર રાજકારણીઓ છે. ઉપરાંત લગભગ ૨ કરોડ જેટલા સરકારી કર્મચારીઓ પણ છે. એ બધાને નિભાવવા માટે દરરોજ રૂ. ૧૮૦૦ કરોડ અથવા દર વર્ષ રૂ. ૬,૫૦,૦૦૦ કરોડનો ખર્ચ થાય છે. બે કરોડ કર્મચારીઓ ૧૦૦ કરોડની પ્રજા ઉપર શાસન કરે છે. જે દેશમાં ધરેલું ઉત્પાદનના ૩૦% જેવું થાય છે.

દેશમાં આજે લગભગ ૩૦ કરોડ લોકો ગરીબી રેખા નીચે જીવે છે. બે કરોડ લોકો સરકારી નોકરીમાં છે. તર કરોડ લોકો આ સુરક્ષિત નોકરીઓમાં લાગ્યા છે. ૩૦ કરોડ લોકો બેકાર છે. વિશ્વ બેંકની વ્યાખ્યા મુજબ વર્ષ વધુમાં વધુ ૬૫ ડોલર કમાતા હોય એવા લોકોને ગરીબી રેખાની નીચે ગણવા જોઈએ. આ ધોરણથી માપીએ તો ૭૫% લોકો ગરીબીની રેખાથી નીચે જીવે છે. કેન્દ્ર સરકારના આંકડા મુજબ શહેરી વિભાગમાં નાગરિકનો મહિનાનો સરેરાશ પગાર રૂ. ૨૮૬/- અને ગામડાંમાં રૂ. ૨૭૬/- છે. આનો મતલબ એ થયો કે, આપણો સરેરાશ નાગરિક દરરોજના રૂ. ૧૦/- માંડ કમાય છે. આ આવક એકદમ ઓછી અને અપૂરતી છે. એમાંથી શિક્ષણ, આરોગ્ય, કપડાં કે રહેઠાણ, કંઈ પણ ખરીદી શકાય એમ નથી. સરકારી માપદંડ મુજબ મહિને રૂ. ૧૦૦૦/-થી રૂ. ૧૨૦૦/- મળવા જોઈએ પણ નાગરિકની સરેરાશ માથાદીઠ આવક એનાથી ઘણી ઓછી છે.

૧૦૦૦ વર્ષ પહેલાં ભારત અને ચીન ઉપરાંત બીજા દેશોમાં વિશ્વ વહેંચાયેલું હતું અને આ ત્રણેય વર્ગો વિશ્વની કમાણીમાંથી ૩૩% હિસ્સો મેળવતા હતા પણ ૧૯૪૭માં આપણે આજાદ થયા

ત્યારે ૩૩% હિસ્સો ઘરીને ૩% પર આવી ગયો હતો અને આજે ૦.૬% જેટલો નીચો આવી ગયો છે. જે વિશ્વના કુલ ઉત્પાદનમાં ૧.૪% છે. વસતીના પ્રમાણમાં વિશ્વની વસતીનો ૧૭% ભાગ ભારતમાં રહે છે. એ જેતાં આપણું સ્થાન કર્યા છે એનો ખ્યાલ આવી જશે. વિશ્વના વ્યાપમાં ૮૮.૫% ભાગ ભારતની બહાર ઢસડાઈ જાય છે. આનો મતલબ એ થયો કે આવતા ૨૦ વર્ષમાં આપણે આપણી નિકાસ ૧૦ ગણી વધારવી પડે.

આપણી પડેશમાં રહેલું ચીન આપણા કરતાં પણ મોટું છે. એની સાથે સરખામણી કરવાથી ચિત્ર સ્પષ્ટ થશે. વિશ્વ બેંકના જણાવ્યા મુજબ ભારતની માથાદીઠ આવક ૪૪૦ ડોલર છે. ત્યાં ચીનની આવક એનાથી બમણી એટલે કે ૮૦૦ ડોલર છે. વિશ્વ બેંકની વ્યાખ્યા મુજબ વ્યક્તિદીઠ દરરોજનો ૧ ડોલર ગરીબીની રેખા માટે ગણવો જોઈએ. આ માપદંડથી ચીનમાં માત્ર ૩% વસતી ગરીબીની રેખાની નીચે જીવે છે અને ભારતમાં ૩૦થી ૪૦% વસતી ગરીબીની રેખાની નીચે જીવે છે. અર્થતંત્રની વાત કરીએ તો ચીનનો આપણા કરતાં ૩૦% ભાગ ખેતીમાં રોકાયેલો હોવા છતાં આપણું કૃષિ ઉત્પાદન વિશ્વના બીજા દેશો કરતાં વધું જ ઓછું છે. ચીનમાં જેતીલાયક જમીન આપણા કરતાં ઓછી હોવા છતાં એનું ઉત્પાદન બમણું છે. આપણા દેશમાં જંગી નદીઓ અને તળાવો હોવા છતાં આ સ્થિતિ છે. જો પૂરતું ધ્યાન આપીએ તો ભારત કૃષિ ઉત્પાદનમાં પહેલા નંબરે આવી શકે.

શિક્ષણની વાત કરીએ તો ચીનમાં ૮૮% બાળકો નવ વર્ષ માટે શાળામાં જાય છે. મતલબ ત્યાં સાક્ષરતાનો દર લગભગ ૧૦૦% જેવો છે. ત્યારે આપણે ત્યાં એ દર માંડ ૫૦-૬૦% છે. ચીનનું પોલાદનું ઉત્પાદન વર્ષ ૧૩ કરોડ ટન છે. આપણે ત્યાં માંડ ૮.૫ કરોડ ટન થાય છે. આપણે ત્યાં ૩ કરોડ ટન ખનિજ તેલ નીકળે છે ત્યારે ચીનનો આંકડો ૧૬ કરોડ ટનનો છે. કોલસાની વાત કરીએ તો ભારતમાં ૩૦ કરોડ ટન કોલસો બને છે. ત્યારે ચીનનો આંકડો ૧૩ કરોડ ટનનો છે. આપણે ત્યાં ૨.૭ કરોડ ટેલિફોન લાઈનો છે, ત્યારે ચીનમાં ૨૪ કરોડ છે. આપણાં દેશમાં ૭.૫ કરોડ ટી.વી. સેટ છે, ત્યારે ચીનમાં ૪૦ કરોડ ટી.વી. સેટ છે. આપણી નિકાસ ૪ અબજ ડોલરની છે, ત્યારે ચીનની નિકાસ ૨૬ અબજ ડોલરની છે. આપણા

દેશમાં દર વર્ષે ૨૫ લાખ પ્રવાસીઓ જાય છે, ત્યારે ચીનમાં એ આંકડો હ કરોડનો છે. આપણા દેશમાં ૪૮ અબજ રૂપિયાની વિદેશી થાપણો છે, જ્યારે ચીનમાં એ આંકડો ૩૧૨ અબજનો છે. ચીનની વસતી દર વર્ષે ૧ કરોડ જેટલી વધે છે. આપણી માથાદીઠ આવક ૪૪૦ ડોલરની છે, જ્યારે ચીનનો આંકડો ૮૮૦ ડોલરનો છે. ભારતમાં એક કુટુંબનાં સત્યની સંખ્યા ૮.૫૨ની છે, ત્યારે ચીનમાં એ જ સંખ્યા ૩.૬૭ની છે.

આ આંકડાઓ બતાવે છે કે વિશ્વના અર્થતંત્રમાં આપણું સ્થાન ક્યાં છે. ચીનની કક્ષામાં આવવા માટે આપણને ૧૦૦ વર્ષ લાગે એમ છે. અમેરિકાની માયાઈથ આવક ૩૨૦૦૦ ડોલરની છે. એટલે અમેરિકાની સમકક્ષ બનવા માટે હજારો વર્ષ લાગી જાય. ચીનમાં દર વર્ષે આપણા કરતા ૩૦% વધુ પ્રવાસીઓ આવે છે. ચીનમાં દર વર્ષે હોટલોમાં ૪ લાખ રૂમો ઉમેરાય છે. ભારતમાં હોટલોની કુલ રૂમ ક્ષમતા ૪૬ લાખની છે. આપણો વસતી વધારાનો દર ચીન કરતાં ૩૦૦% વધુ છે. દર વર્ષે આપણે ત્યાં એક ઓસ્ટ્રેલિયા જેટલી વસતી ઉમેરાય છે. આરોગ્યની બાબતમાં પણ આપણી કામગીરી નિરાશાજનક છે. દેશમાં ૧૦,૦૦૦ સુધરાઈની હોસ્પિટલો હોવા છતાં અને ગુણવત્તા કેવી છે, એ આપણે જાણીએ છીએ. ૩૦ ઈલેક્ટ્રિસિટી બોર્ડ આપણા દેશમાં છે. પણ છતાં આખા દેશમાં વીજળીની તંગી રહે છે. દિલ્હીમાં ૫૫% જેટલી વીજળી ચોરાઈ જાય છે. જ્યાં રાષ્ટ્રપતિ અને વડાપ્રધાન કક્ષાની વ્યક્તિઓ રહેતી હોય ત્યાં આ દશા હોય, તો બીજે શું થતું હશે અની કલ્યાના જ કરવી રહે. આપણા દેશમાં વિશ્વના કોઈ દેશ કરતાં વધુ શાકભાજી ઉગે છે. જેનું પ્રમાણ ૭.૫ કરોડ ટનનું છે પણ એમાંથી ૪૦% જેટલાં શાકભાજીનો નાશ થઈ જાય છે. જેની કિમત રૂ. ૫૦,૦૦૦ કરોડની થાય છે. ભારત જેવા ગરીબ દેશમાં આ કયારેય પોસાય નહીં. આપણા દેશમાં કરોડો લોકો બેકાર છે. કરોડો ખેત મજૂરોને લઘુત્તમ વેતન પણ મળતું નથી. અનેક રાજ્યોમાં દરરોજ સેંકડો ખેડૂતો બેકારીના કારણે આપધાત કરે છે. ત્યારે બીજી બાજુ સુરક્ષિત કર્મચારીઓ કામ ન કરે તો પણ તગડો પગાર મેળવે છે. અમેરિકા, મિશ્રિન કે યુરોપના કોઈપણ દેશમાં આવી વિષમતા જેવા મળતી નથી.

આપણી કોઈપણ સરકારે વસતી નિયંત્રણ ઉપર ગંભીરતાથી ધ્યાન આપ્યું જ નથી. પરિણામે મુંબઈ અને દિલ્હી જેવા શહેરોમાં લાખો લોકો સુંપડામાં રહે છે. આજાદી વખતે દેશની વસતી ઉપ-૪૦ કરોડ હતી, જે વધીને ૧૨૦ કરોડ થઈ ગઈ છે. એનો મતલબ એ થયો કે ગરીબોની સંખ્યા પણ વધી છે. વસતી વધે એનો વાંદ્ઘો ન હોય, પણ અનાજનું અને બીજુ ચીજેનું ઉત્પાદન ન વધે તો તે વસતી ભોજણપ જ બની જાય. ખેતીલાયક જમીન ઉપર પણ બોજો વધતો જાય

છે. ૧૯૬૦માં વક્તિ દીઠ ૦.૨૧ હેક્ટર ખેતીલાયક જમીન પ્રાપ્ય હતી. ૧૯૮૮માં આ આંકડો ઘટીને ૦.૧૦નો થઈ ગયો છે. એ જ રીતે પીવાના પાણીનું પ્રમાણ ઘટી રહ્યું છે. ભોપાલમાં પાણી માટે હિંસક અથડામણો થઈ ગઈ હતી. ૨૦૪૫માં આપણી વસતી પશ્ચ કરોડ જેટલી વધી ગઈ હશે ત્યારે શું થશે એની કલ્પના પાણી થઈ શકતી નથી.

અદી કરોડ ભારતીયો વિદેશમાં વસે છે અને ચીનમાં વિદેશમાં વસતા નાગરિકોનું ૬૫%નું ફરજ સ્વદેશમાં આવે છે, ત્યારે આપણા દેશમાં એનું પ્રમાણ માત્ર ૧૦% છે. ચીનમાં ૩૧૨ અબજ ડોલર વિદેશી હુંદિયામણના જમા પડ્યા છે. જ્યારે આપણે ત્યાંનો આંકડો માત્ર ૪૮ અબજનો છે. આનો અર્થ એ થયો કે વિશ્વ કક્ષાના વહીવટને અપનાવવા સિવાય આપણે માટે કોઈ વિકલ્પ જ નથી. આપણા જ નાગરિકો મદ્યપૂર્વ, દક્ષિણ પૂર્વ અને સિંગાપુરમાં લાખો રૂપિયા રોકે છે પણ ભારતમાં ભલું ઓછી રકમ રોકાય છે. આનું કારણ જાણવાની કોશિશ કરવી જોઈએ. ખોટ કરતા સરકારી કારખાના બંધ કરવા જોઈએ. સરકારી ઓફિસમાં કાર્યક્ષમતા લાવવી જોઈએ. નોકરશાહીના નિયંત્રણો હળવા કરવા જોઈએ. પ્રાથમિક શિક્ષણ તરફ વધુ ધ્યાન આપવું જોઈએ. શિક્ષણનો ડિગ્રી સાથેનો સંબંધ તોડવો જોઈએ.

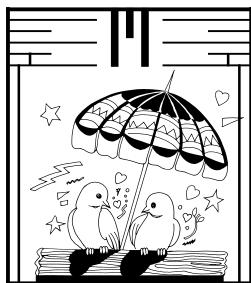
આ બધી સમસ્યા ઉપર દેશમાં વ્યાપક વિચારણા થવી જોઈએ અને વ્યાપક જાગૃતિ લાવવી જોઈએ.

સૌરાષ્ટ્ર પણિકેશન્સ
૫, સૌરાષ્ટ્ર કલાકેન્દ્ર સોસાયટી, રાજકોટ - ૩૬૦ ૦૦૭.
ફોન : (૦૨૮૭) ૪૫૭૫૩૨૭

This is the best joke I've seen so far... 😂😂😂🤣🤣🤣



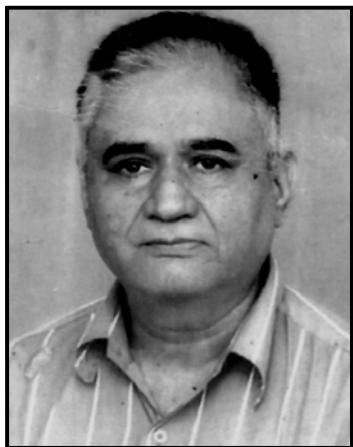
Finally Covid 19 is Gone Now How Do We Get Out?



ગુલશાન

“દિલની જગ્યાન”

પીઠ કવિ-ગુજરાતકાર : શ્રી હરીશ પંડ્યા : મણાકો-૭



કવિ હરીશ પંડ્યા
ડી-૦૧, બિલોચન સોસાયટી,
ઘોઢા જ્કાતનાકા પાસે,
રિંગ રોડ, સુભાષનગર,
બાવનગર-૩૬૪ ૦૦૧.
મો. ૯૪૨૮૪ ૦૧૬૨૭

ભાવનગરની ધરતી કલાનું કેન્દ્ર ગણાય છે. આ ધરતીએ અનેક કલાકારો - અનેક સાહિત્યકારોની સમાજને ભેટ ધરી છે અને આંતરરાષ્ટ્રીય ક્ષેત્રે નામના સંપાદિત કરી છે.

આનું જ એક નામ છે હરીશ પંડ્યા. વત્સસ ગોત્ર ધરાવતા પિતા સવાઈલાલ અને માતા હીરાલક્ષ્મીબહેનના ખોરડે ૧૯૨૫માં જન્મે હોયા (વેલાશાહ) માં કવિનો જન્મ થયો. ત્યારબાદ પંડ્યા પરિવાર ભાવનગરમાં આવીને સ્થિર થયો.

હરીશભાઈને કલા વારસામાં ઉત્તરી છે. તેમના દાદાજી પણ કાવ્ય રચના કરતા હતા અને તત્કાલીન સમયના રજવાડાઓએ તેમની કાવ્યકલાથી પ્રભાવિત થઈ માન-સાન્માન આપ્યા હતા. કવિના પિતાજી સવાઈલાલભાઈ પણ કવિતાઓ રચતા હતા. આમ, કવી હરીશ પંડ્યાને કલા વારસામાંથી જ મળી છે.

કવિનું કાવ્યકર્મ સને ૧૯૭૮માં શરૂ થયું છે. ૧૯મી ડિસેમ્બર, ૧૯૯૮માં તેઓ સBS (બેંક)માં ઓડાયા અને ૧૧મી માર્ચ, ૨૦૦૧માં નિવૃત્ત થયા છે. સતત પદ વર્ષ સુધીના તેમનાં સર્જનમાં સાહિત્યના વિવિધ પ્રકારો જેવા કે કવિતા, હાઈકુ, તાંકા, મુક્તકો, ગજલો, ગીતો, હાસ્યકથા, બાળકથા, બાળ કાવ્યો, ચાનકકથા, નવલિકા, લઘુકથા, નાટીકા, વ્યક્તિ - વિષયક પરિચય લેખો વગેરેનો સમાવેશ થયો છે.

ગુજરાત સાહિત્ય અકાદમીના આર્થિક અનુદાનથી કવિના તણ પુસ્તકો નવલિકા સંગ્રહ, બાળવાર્તા સંગ્રહ તથા બાળ કાવ્ય સંગ્રહ પ્રગટ થયા છે. આ સિવાય ગીજુભાઈ ફાઉન્ડેશન દ્વારા બીજા ચાર પુસ્તકો જેવા કે લઘુકથા સંગ્રહ, નિબંધ સંગ્રહ, હાસ્યલેખ સંગ્રહ અને બાળવાર્તા સંગ્રહ વગેરે પ્રકાશિત થયા છે.

કવિના આજ સુધીના સર્જનનાં કાવ્યો, લઘુ કથાઓ, નવલિકાઓના હિંદીમાં અનુવાદો થયા છે. અમુક રચનાઓ નિમાડી ભાષામાં પણ અનુવાદિત થઈ છે. આપણા જીજીતા સાક્ષરો - કવિઓ જેવા કે ડૉ. હરીશ ઠક્કર, ડૉ. ચીનુ મોદી, રાધેશ્યામ શર્મા વગેરેએ કવિની કૃતિઓના આસ્વાધો કર્યા છે.

સર્જન દ્વારા ખીલેલી તેમની પ્રતિભાએ કવિને અનેક માન-સાન્માન, એવોર્ડ્સથી વિભૂષિત કર્યા છે. કવિએ અનેક મુશ્ખલ્યરાઓ પણ રોશન કર્યા છે.

— દંગી મંડળ

કવિ કહે છે કે જે અંધારા ફાડીને બહાર આવે તેને જ જળહળ મળે છે. સૂર્યને પણ પ્રકાશમાન થવા માટે પ્રથમ અંધારાની સામે લડવું પડે છે.

આપણા લખ્યપત્રિષ્ઠિત ઉર્દુ કવિએ પણ આવી જ વાત કરી છે.

કતલ કરકે તીરળી કા નીકલા હોગા,
ધું લગો ના શમ્સ ધું સે ઈતના રંગા.

— છકબાલ જાદે સાહન

શાયર કહે છે કે જગતને રોશન કરવા આ સૂરજ આખી રાત અંધારા સાથે લડીને બહાર આવ્યો છે. અંધારાની કતલ કરવાથી પોતે પણ ધવાઈને રાતોચોળ બની ગયો છે. બાકી પ્રગટ થતો સૂરજ કાંઈ આવો રાતોચોળ ન હોય!

કવિનો એક વ્યંગાર્થ શે'ર ધણું સમજાવી જાય છે.

અંધારાના દેશ અમે તો જઈ પહોંચ્યા પણ,
ભીતર જાંકી જોતાં રૂરી જળહળ મળશે.

કવિ હરીશ પંડ્યાની ગજલોનો મુખ્ય સ્વર સાદગીનો છે. આ સાદગીને સંવેદન અને અર્થની સૂક્ષ્મતાથી સૌંદર્યમય બનાવે છે કવિની ભાવુકતા અને હૃદયની સર્વાઈ.

કવિની ગજલોના મોટાભાગના વિષયો તો પૂર્વના જ છે. પરંતુ કવિનો અભિગમ મુસલસ બદલાઈ એક પ્રકારની હૃદયંગમ તારીર નિષ્પત્ત કરી રહ્યો છે. તેમની ગજલોમાં અભિવ્યક્ત થયેલા મોટાભાગના શે'રોમાં રંગ-એ-તસવુફનો રંગ ચઢેલો દેખાય છે, જે તેમનો ગજલ સંગ્રહ “રાહબર મળતાં નથી”માંથી પસાર થતા જણાઈ આવે છે. આવા જ આધ્યાત્મિક રંગો જવાહર બક્ષી અને રાજેશ વ્યાસ ‘મિસ્કીન’ની ગજલોમાં દેખાય છે.

હજ્જ છંદ લગાગાગા ના ચાર આવર્તનમાં લખાયેલી કવિની એક ગજલના બે શે'ર જુઓ :

કસાયો કે કસાયો મોહના કળણો મને એણો,
રચેલી જાણ છોડીને જરું તો કયાં જરું મારે.
કદી અંધાર વચ્ચે જાત લઈને આથડું રાતે,
પરમની જાણ છોડીને જરું તો કયાં જરું મારે.

કવિની ગજલોમાં જે લય લાલાપિત છે તે મનાકર્ષક, ચિન્ત્ય અને તિરક્કશ છે. શબ્દોની રિવાયત ઘણા ગૂઢ અર્થો ખોલી રહી છે. સરળતા સાથે સાદગીભર્યા શબ્દોને કારણો અર્થો પકડવા સરળ થઈ પડે છે. કવિનો વધારે એક શે'ર જોઈએ :

પ્રેમને પૂજા કહો કે તપુ કહો કે સાધના તો,
પહાડ જેવો એક માણસ આજ પળમાં ઓગળ્યો છે.

રમલ મુસભ્મન ગાલગાગા ના ચાર આવર્તનમાં લખાયેલી આ ગજલ વાંચતા મને કતિલ શિફાઇનો એક શે'ર યાદ આવે છે.

દફ-અતન મિલ જાતી નજરે ઉનકી જો આપ સે
આદમી વો ફેઝ હો જાતે જહાં મેં આપ સે.

કતિલ કહે છે કે જેમના ઉપર સનમ (અહીં ઈશ્વર - અલ્લાહ)ની અચાનક જ નજર પડે છે એ માણસ ભલે મુફ્તિસ હોય તો પણ ન્યાલ થઈ જાય છે. આખી દુનિયામાં નામ કમાઈ જાય છે.

જે કાવ્યમાં વંગ કે ગર્ભિત અર્થ ન હોય કે હોય અથવા તો નહિવત જેવો હોય, તો તે કાવ્યને આલંકારિકોએ અધમ કહું છે ને તેમાં પણ અનુપ્રાસાદિ શબ્દાલંકાર જ હોય તેને ઉપમાદિ અથલંકારથી યુક્ત કાવ્યથી નીચું ગણ્યું છે.

કવિ હરીશ પંડ્યાના કાવ્યોમાં આત્મલક્ષી ઉદ્ગારો પૂર્ણપણે ખીલ્યાં છે અને ચિંતનરસનું અજવાણું જિલ્બિલે છે.

કવિનો આવો જ સંક્ષેપ અને સાંકેતિક ભાવથી ભર્યો શે'ર જુઓ :

ઉદાસી સાગરે વ્યાપી ગુમાવી જળ પ્રખર તાપે,
મિલન જેતું થવાનું એ નદી છલકાય પાછળથી.

આનંદ કેવળ ઈન્દ્રિયોગત સુખમાં જ નથી સમાયો. તે આનંદ તો ક્ષણિક હોય છે. ઐન્દ્રિક સુખો તો માણસને આચરણથી પણ અળગો પાડે છે. આનંદ એ તો આત્માનો પુરસ્કાર છે. સાચો આનંદ આત્મામાંથી આવિભાવ પામે છે. આજે માણસ શરીરની ઉત્તરતી એટલે કે વૃદ્ધાવસ્થા તરફ જતી સ્થિતિ જોઈને વધિત થઈ રહ્યો છે ત્યારે કવિએ રચેલી પ્રશ્નગજલનો એક શે'ર જોઈએ :

અરીસો સાવ સૂનો આજ પૂછી છે હવે એરું,
બનીને આમ નિરાધાર બેઠાં છો તમે શાને?

આ પ્રશ્નનો જવાબ આપણા લખ્યપ્રતિષ્ઠિત ઉર્દુ શાયર અહ્મદ ઇલ્હામાદી આ રીતે આપે છે :

બાર-બાર આઈના દેખા, બાર-બાર સબ નયાં દેખા,
આઈના વહી થા, પર ના મૈંને વહી પેકર જવાં દેખા.

શાયર કહે છે કે મેં જ્યારે અરીસામાં જોયું ત્યારે મને તેમાં બધું જ નવું દેખાયું. કાલે જે જવાનીનો તરવરાટ હતો, મસ્તી હતી, તાજગી હતી એ બધું હવામાં ડાડી ગયું હતું. ત્યાં માગ્ર બુટાપો દેખાયો. અરીસો તો એ જ હતો, શરીર પણ એ જ હતું. પરંતુ સમયની થપાટે બધું જ બદલાવી નાયું હતું.

કવિ હરીશ પંડ્યાનો વધુ એક શે'ર માણીએ :

કાચઘરમાં વાસ તોયે વાત પથ્થરની કરે,
મન ઘણું મેલું છિતાં એ વાત અતારની કરે.

ગજલમાં વર્ણનને સ્થાન નથી હોતું તથા સીધો બોધ નથી અપાતો. જે કાંઈ કહેવું હોય તે બે લીટીમાં સંકોપ અને સાંકેતિક રીતે જ કહેવાતું હોય છે.

સાહિત્ય એ અભિવ્યક્તિની કલા છે. કવિની અભિવ્યક્તિ કેવી છે, તેમાં નાવિન્યતા કેવી છે, અસાધારણ બળ કેવું છે તેના પર રચના આધારિત રહે છે. અર્થાત્ અભિવ્યક્તિની મુદ્રા પર આખી રચનાનો આધાર હોય છે. પ્રજા નવનવોને શાલિની પ્રતિભા મતા । પ્રતિભા વગર કાચ ન રચાય અને રચાય તો સત્તવહીન ઠરે છે.

ગજલમાં સંવેદનની છાંટ અનિવાર્ય છે. પરંતુ ઘણીવાર સંવેદનની વધારે પડતી તીવ્રતાને કારણે પણ ગજલ ગજલિયત ગુમાવતી જોવા મળે છે. કવિએ આ વાતને બરોબર સમજ વિચારીને સર્જન કર્યું છે. તેમનો આ શે'ર જુઓ :

કૂલને અતાર થયાનો વસવસો,
પણને બે-દર થયાનો વસવસો.

કવિએ અહીં બે ઘટનાઓ વચ્ચે રહેલો વિસંવાદ રજૂ કર્યો છે. ફૂલને અત્તર બન્યાનો વસવસો છે. જો ફૂલ પોતાની જાત ન્યોચાવર કરીને સુગંધી અત્તર ન થયું હોત તો એ પણોની વચ્ચે મોજથી જુલી રહ્યું હોત. તો તેની સામે પાંડાંઓને બેઘર થયાનું દુઃખ છે, વ્યથા છે, વસવસો છે. પણની શોભા ફળ અને ફૂલથી જ હોય છે. કવિએ અહીં સુંદર કલ્પના કરી છે.

જેમ ઈશ્વરે પોતાનું દર્શન કરવાને સૃષ્ટિ રચી છે તેમ સર્જક પણ ભાવસૃષ્ટિ સર્જને જ દર્શન પામી શકે છે. દર્શન કૃતિનું નિયામક તત્ત્વ નથી. કૃતિની નિર્મિતિ દ્વારા જ દર્શન સિધ્ય કરી શકાય છે એમ કવિ સુરેશ જોશી પણ સ્વીકારે છે.

કવિનો માનવમન પર, માનવ સ્વભાવ પરનો એક શે'ર:

હોય સુખની વેળા જ્યારે, લોકટોળાં ઉમટે,
પીડમાં એકાઉ જણ ભળતું રહે એવું નથી.

પરંતુ દુઃખમાં કોઈ શા માટે સાથે નથી ચાલતું? આ પ્રશ્નનો જવાબ આપણા જીણીતા સાક્ષર મહિલા કવિયત્રી પ્રજાબેન વશી બહુ સહજતાથી, સરળતાથી અને આપણને તરફીન થાય, સંતોષ થાય તે રીતે આપે છે.

તું આતને ન જોતરે તો કોઈ શું કરે?
ચીલો નવો ન ચાતરે તો કોઈ શું કરે?
માંગો મદદ તો કોઈપણ રસ્તો ચીંધી શકે,
તુજને અહેમ જો આંતરે તો કોઈ શું કરે?

- પ્રજા વશી

પદ્ધાલિત્ય એ કાવ્ય લક્ષણનો એક આવશ્યક અંશ છે. કેવળ શબ્દ ચ્યમત્કૃતિ જ કાવ્યને માટે અપેક્ષિત છે, એ સમજવું વ્યાજબી નથી. સાથે અર્થચ્યમત્કૃતિ અને અર્થગૌરવ પણ અનિવાર્ય છે.

કાવ્યમાં ભાવ - સંવેદન - વિચાર વગેરે અભિવ્યક્ત કરવાનું હોય છે. કાર્યકારણ સંબંધ સ્પષ્ટ ન થાય તો ગઝલ પોતાનું વજન ગુમાવે છે, ગરિમા ગુમાવે છે. શબ્દની માંહણી અન્વય નિર્માણરીતિ એ એનું આંતરબાધ્ય શિલ્પ સમું કલેવર છે. માત્ર પ્રાસ - અનુપ્રાસ (રદીફ - કાફિયા) ચ્યમકની રચના એ અક્ષરના જ કાવ્યોમાં તો નકલી, કૃત્રિમ શોભા સમાન છે. શબ્દ પાક કરતાં અર્થપાક વિશેષ ચ્યમત્કારી હોય છે. કવિનો એક શે'ર જોઈએ:

વને મળતું ઘણુંયે ધાસ ઊગલું,
હવનમાં જોઈએ એ દર્ભ જુદો છે.
વતનને પ્રેમ કરનારાં અહીં વસતાં,
ભલેને રંગ, રૂપ કે વર્ણ જુદો છે.

આ કવિના કાવ્યોમાંથી પસાર થતાં તે કાવ્યો માત્ર શબ્દોનો

શાણગાર નથી બન્યા, તેમાં ભાવનાની પૂર્ણ અભિવ્યક્તિનો અર્થ પણ સાધન તરીકે પ્રયોગયેલો છે. કવિની મોટાભાગની ગજલોમાં અભિવ્યક્ત થયેલા શે'રોમાં આધ્યાત્મિક અર્થ ગૂઢ સમાયેલો છે. જોકે, કવિની શૈલીમાં પ્રાચીનતા કે પંડિતાઈનો દેખાડો તો નથી જ. સરળ ભાવે ભાવસાહિત્ય રચાયું છે અને લોકોએ તેને જીલ્યું પણ છે.

કવિના આધ્યાત્મિક અર્થ ગૂઢ રીતે પ્રગટાવતા થોડાંક શે'રો જોઈએ :

અમનો છે વાસ સધણે, સત્ય આ પણ જાણતો,
જોઈ શક્ય જો ચણો તો પાડ માનું અમનો.



હોઠ પર છે નામ - જ્ય ને હાથમાં માળા ધરી,
જડ અને ચેતન બધે, આદિત્યમાં પણ તું જ છે.



આ મેલાં-ફાટયાં વલ્લો મુજને ના ગમતાં,
નામ-રટણ છે હોઠે, કાળો કામળ મળશે.

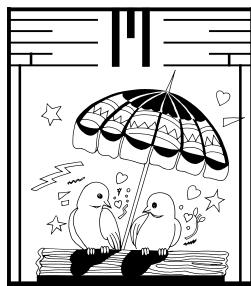


એક તારક ટમટો છે આભ કેરા ગોખલે,
અમનું ચોપાસમાં તો વિસ્તારેલું દૂર છે.

“સંસ્કૃતિ દર્શન” કાયાલય,
રતનપરા શેરી નં.-૧, નીલકંદ નંગલાની સામે,
બાગ દરવાજા, માણાવદ-૩૬૨ દાઢ. (મુ. જૂનાગઢ)
મો. ૮૯૩૪૮ ૦૨૪૮૮



કાશ કોરોના ભી સરકારી ફંડ જૈસા
હોતા.....
જનતા તક પહુંચતા હી નહી સિર્ફ
નેતાઓં મે હી બટ જાતા...! 😊😊



નવલિકા

ભૂરા આકાશમાં શૈત હંસોની હાર



આજ....

આજ એટલે સાંજે. આજ એટલે ગઈકાલ કે આવતીકાલ નહીં.

અંગણામાં ઊગેલો આસોપાલવ પણ આજે ચૂપ જણાયો.
કદાચ તે મને જોઈ પ્રસંગતા ન અનુભવી શક્યો હોય!

આજે અંગત રીતે મારો સૂર્યોદય મોડો થયો હતો. સવારે ઉઠતાં જ બેચેની અનુભવી. આવી અને આટલી બેચેની અગાઉ કો'ક દિ' પણ નહોતી અનુભવી. પથારીમાંથી ઉઠવાનું મન ન હતું. છતાં ઊઠીને સ્ટવ પર પાણી ગરમ કરવા માંડયું. સ્ટવ આજે સળગવાનો ઈન્કાર કરતો હતો. પીન કરી. મહા પ્રયત્ને સ્ટવ સળગ્યો. સ્ટવ પર એલ્યુમિનિયમની પાણી ભરેલી દેગડી મૂકી પછી બ્રશ કરી લીધું. શૌચક્રિયા આટોપવા ૧૫થી ૨૦ મિનિટનો સમય ખરચી નાખ્યો હશે! સાબુ વડે હાથપગ સાફ કરી પ્રથમ સ્ટવ બંધ કરી ગરમ પાણી પ્લાસ્ટિકની બાલદીમાં રેઝયું. બાથરૂમમાં સ્નાન કરવા પ્રવેશ્યો. આમ તો મને સંગીતમાં ઘણો જ રસ. સવારે ‘આકાશવાણી’ પરથી પ્રસારિત થતો ભક્તિ-સંગીતનો કાર્યક્રમ અચૂક સાંભળ્યું, પણ બાથરૂમ સિંગર અવશ્ય છું. આમ તો રાગ, ભંસાસૂર પણ – “અવળી-સવળી કરનારા તારી કરુણાનો કોઈ પાર નહીં” એવું બાથરૂમમાં ચેપ્ટીક ચેપ્ટીક ગાઈ લેતો.

કોણ જાણે કેમ આજે ગાવાનુંય ન સૂઝ્યું!

સ્નાન કરતાં કરતાં નજર બાથરૂમની શૈત દીવાલ પર પડી. જોયું તો એક અલમસ્ત ગરોળી, જીભ લબ્ધકારી તુર્ત જ એક નાનકડું જવું સ્વાહા કરી ગઈ. ‘જીવો જીવસ્ય જીવનમ્ભુ’નું સૂત્ર સાકાર થતું આજે સવારે અનુભવ્યું. આ નિહાળેલા દશ્ય પછી માથું સહેજ ભારે થયેલ જણાયું.

સ્નાન કરી લીધા પછી બાથરૂમમાં અરીસા સામે જોયું. આજે ઘણા સમયે ચહેરા પર ઉદાસી વાંચી. જીવનમાં તડકો ને છાંચડો અવારનવાર આવતો જ હોય. જીવન રંગબેરંગી છે. બિન્દુ-બિન્દુ રંગોના મિશ્રણથી નૂતન રંગ સર્જતા હોય છે. નૂતન રંગોનો આવિજ્ઞાર પામી જીવન ધન્ય બની જાય છે. રંગોમાં ભૂરો રંગ પ્રિય રંગ છે. આથી જ મેં ગાડીનો રંગ પણ ભૂરો પસંદ કર્યો હશે! ભૂરો રંગ ઊડાણનું પ્રતીક છે. જીવનમાં ઊડાણ પામવા આજદિન સુધી મથતો રહ્યો છું. ભૂરાં આકાશમાં વાદળાંની વિષિ વાંચવાનો પાગલ

રસ છે. ઘણીવાર અગારીએથી ખુલ્લા નિરભ્ર આકાશને જોયા કરતો. મારા મનની ઉદાસીને ભૂરા રંગોમાં બોળી પ્રસંગતાનું ચિત્ર ઉપસાવી લઇ છું પણ આજે એ ભૂરા રંગ પાછળનો અવકાશ મને ગુંગળાવી ગયો! એકાડી રહેવા છતાં મેં કદી આવી ગુંગળામણ નહોતી અનુભવી. પણ આજે...

ફાગણ બેઠો હતો. હોળી-ધૂળેટી નજીક હતી. ઠંડીએ વિદાય લીધી હતી. ગરમી ધીમે ધીમે વધતી જતી હતી. વાતાવરણમાં ઉનાળાનો અનુભવ વર્તાતો હતો. સ્નાન કર્યા પછી શરીરે પરસેવો થયો! સામાન્ય રીતે સ્નાન કર્યા પછી તુર્ત જ પરસેવો વધુ થતો હોય, એવું મેં કોઈક મિત્ર પાસેથી સાંભળેલું. નેપક્કિનથી પરસેવો સાફ કર્યો.

સૂરજનાં કિરણોની સાક્ષીએ રોજની માફક આજે પણ પૂર્વજોના ફોટાને નમસ્કાર કર્યા! તે વેળાએ ચકલી ફોટા પાછળથી પાંખો ફફડાવતી ઊરીને બહાર આસોપાલવના વૃક્ષ પર ચાલી ગઈ! આસોપાલવ પર જોયું તો એક બિસકોલીનું બચ્ચું ડાળીઓ પર ગેલ કરતું ચઢ-ઉત્તર કરતું હતું. કાગડાએ કા...કા... કર્યું ત્યાં તો બચ્ચું પોતાના માણામાં છુપાઈ ગયું. દૂરથી કૂતરાનો રડવાનો કર્કશ અવાજ સંભળાયો.

દુશ્રપૂજા કરી - અગરબતી સળગાવી. આથી ઓરડો મહેક મહેક થઈ ગયો પણ મને એ સુગંધ ન ગમી. ચા બનાવી પીધી. એલચી નાંખેલી ચા પીવાની ટેવ પડી ગઈ હતી. પણ આજે એલચી પણ ઘરમાં ન હતી. તેથી વગર એલચીની ચા પીવી પડી!

ચા પીધા પછી ઓટલા પર આવી ઊભો રહ્યો. સામેના ભાણાભાઈએ ભૂમ મારી કહ્યું, ‘આજે પણ કરફયું છે. આજે તો ઘણા ઓછા સમય માટે કરફયું મુક્તિ છે. સવારે ૬.૦૦થી ૧૦.૦૦ અને સાંજે ૫.૦૦થી ૬.૦૦. ચાલો, સમય હોય તો બજાર તરફ આવવું હોય તો તમારી કંપની રહેશે!’

પ્રત્યુત્તરમાં હાથ હલાવી ના પાડી દીધી. પોતે વિચારોના વમળમાં ફસાયા. “શા માટે આ સ્વાર્થી નેતાઓ સામાન્ય માનવીને પરસ્પર લડાવી મારે છે? લોકશાહીમાં વ્યક્તિ સ્વતંત્ર છે. વ્યક્તિ ચાહે તેને મતદાન કરી શકે. મત તો કિંમતી જ હોય! પણ આજે ચોક્કતી ચૂંટણીમાં ‘બોગસ’ મતદાન થતું હોય છે ત્યાં મતની

કિંમત કયાં શુદ્ધ રહી છે? જ્ઞાતિ-જાતિ અને સંકુચિત દટ્ઠિને બહેકાવીને ચ્યુટણી જુતાય છે. જે જુતે છે એમાં સાચી લોકશાહીનું પ્રતિભિંબ પાડે છે એમ ના કહેવાચ! આજે તો ગુંડાગીરીને મોકણું મેદાન મળી ગયું છે. અસામાજિક તત્ત્વોનું સમાજમાં વર્ચસ્વ વર્તાય છે. થોડાક મુદ્દીભર લોકો શાશ્વા - સુજ્ઞ માણસોને બાનમાં લઈ શકે છે. ચ્યુટણી માટે ખેલદિલી શબ્દ અદશ્ય થઈ ગયો છે. નેતાઓ સર્વત્ર પ્રપંચજીણ ફેંકતા હોય છે. એ જાળમાં નિર્દોષ અને અભણ પ્રજા સપદાતી રહે છે. લોકશાહીના નામે ટોણું સંદર્ભ ખોટી માંગણી પણ મંજૂર કરાવી શકે છે. (તદ્દન બુઢો માણસ જ આજકાલ રાજકીય નેતા બનવાની લાયકાત ધરાવી શકે છે.) ‘સેવાના નામે મેવા’ સૂત્ર જૂનું બની ગયું છે. ‘ચ્યુટણી પાછળ પૈસા ખર્ચ્યા ને અનેકગણું ચ્યુટણી જીત્યા પછી કમાવો’ એ સૂત્ર સાર્થક બનતું જણાય છે.”

રોજ મજૂરી કરી જીવી લેતી પ્રજા પર કરફ્યુના કારણે શી શી વીતતી હશે તે તે એમનું જ મન જાણો! ખાદા-પીધા વિના દુઃખદાયક યાતના ભોગવતી પ્રજાની વેદના ગેડાની ચામડી ધરાવતા અસામાજિક વ્યક્તિત્વોને કચારે સ્પર્શશી!

શા માટે આવું વિચારી મનને ડહોળી નાખ્યું! સાચે જ આ દેશ રામભરોસે જ ગતિ કરતો રહ્યો છે. સર્વત્ર અવ્યવસ્થાની જ ચોક્કસ વ્યવસ્થા જણાય છે. નોકરીએ જવા માટે બસની પ્રતીક્ષા માટે કલાક - દોઢ કલાક જોઈએ. બસમાં પણ પગ મૂકવાની જગ્યા નહીં. ‘મારે તેની તલવાર’ જેવી સ્થિતિ બસમાં હોય. ખુદાબક્ષ મુસાફરોની બહુમતી અને દાદાગીરી સહન કરવી પડે છે. ટિકિટ લેનારા વેદિયા ગણાય છે.

ભૂલકાંનાં એડમિશન માટે ત્રણ આંકડાની મોટી રકમ આપવી પડે છે! કોઈ પણ નોકરી માટે ‘વજન’ મૂકવું પડે છે. ઇન્ટરવ્યૂ માત્ર દેખાવ માટે જ યોજાય છે. આવું બધું કેટલાક ખંધા મિત્રો પાસેથી સાંભળેલું. આવું બધું સાંભળીને સીધી લીટીના માણસને જરૂર આશર્ય થાય! **સારા અને પ્રામાણિક માણસોની કોઈ કિંમત નથી.** પ્રપંચી માણસો દેશના ચારિત્રયને ડાખ લગાડી રહ્યા હોય એમ લાગે છે.

આજે શહેરમાં સંચારબંધી હોવાથી મહોલ્લાનાં ટાબરિયાંઓએ મહોલ્લાને ઘોંધાટથી ભરી દીધો છે. શહેરમાં જઈ શકાતું નથી. મહોલ્લામાં સંચારબંધી નથી. નાના-મોટા સૌ અફવાઓના ગુલાલ ઉડાડે છે. નાની વાતને બહિર્ગોળ લેન્સ વડે જોતા હોય તેવા વિરાટ સ્વરૂપે રજૂ કરે છે. એક નગરમાં ઊભેલું ટાવર ચારેકોર નજર કરે ને સમયની અફવા ફેલાવ્યા કરે.

સામેના ઘરની ચકલીના માળામાં કાબર પ્રવેશે છે. બીજી ચકલીઓ ટેલિફોનના તાર પર બેસીને ભયના રાગમાં ચી... ચી... કરે છે.

બાજુના આંગણામાં પાણીનો છંટકાવ થયો. ભીના ભીના

પવનની લહેરખી મારા અંગને સ્પર્શી ગઈ અને મને શેતા ચાદ આવી ગઈ. શેતા પણ આવી જ રીતે પોતાના ઘરના આંગણામાં સાંજે પાણી છાંટતી. એને આવી કુદરતી ઠંડક ઘણી જ ગમતી.

શેતા અને હું કોલેજમાં સાથે જ અભ્યાસ કરતા હતા. શેતા દેખાવે અસ્થરા જેવી જ લાગતી. એનો ગોળમટોળ સુંદર ચહેરો, મધ્યમ ચપટું નાક, વાંકડિયા વાળ, સહેજ જાડા હોઠ, શુલાબી ગાલ, પાતળી કમર અને ઋજુતાભરી ચાલ પર હું મનોમન મોહી ગયેલો. હું એનો દિવાનો બની ગયેલો પણ આ તો એકતરફી પ્રેમ.

એક દિવસ હું અને મારો મિત્ર હંસલ કોલેજના લીલાંછમ ઘાસની લોન પર બેઠાં હતાં, ત્યાં અચાનક શેતા અમારી સામે આવી બેસી ગઈ. અને કહે -

“આકાશ, તમે તો વક્તૃત્વ સ્પર્ધામાં કોઈને જીતવા દો એમ નથી. તમારી આ કળા પર સૌ આફરીન છે. તમે એક ઉત્તમ વક્તા છો. મારી આપને એક નામ, અતિ નામ વિનંતી છે કે આપ આવતીકાલે યોજનારી વક્તૃત્વ સ્પર્ધામાં ભાગ ન લો તો સારું!”

આથી અચાનક આવી પડેલી ઓફરથી હું ખચકાયો. પછી તુર્ટ જ નક્કી કરી જણાયું. “જેવી તમારી મરજ શેતાજી! હું આવતીકાલે એ વક્તૃત્વ સ્પર્ધામાં ભાગ લઈશ નહીં એની હું આપને ખાતરી આપું છું. પણ કદર રૂપે મને શું આપશો?”

“તમારી સમર્પણની ભાવનાના પ્રતીકરૂપે હું આપને એક ડાયરી અને કલમ ભેટ આપીશ. સ્વીકારશોને?”

મે ડોંકું હલાવી ‘હા’ પાડી.

તે દિવસથી અમારી દોસ્તી શેતા જોડે બરાબર જામી. દિવાળી વેકેશન દરમિયાન કોલેજમાંથી દિલ્હી-આગ્રા-મધુરાના પ્રવાસે શેતાના આગ્રહથી જ પ્રવાસમાં જોડાયેલો.

શેત સંગેમરમરનો કલાત્મક મકબરો ‘તાજમહલ’ જોતાં જ શેતાએ મને કહેલું : “મારી યાદમાં આવું જ કોઈ પ્રતીક... આકાશ, તું બનાવશો ને?”

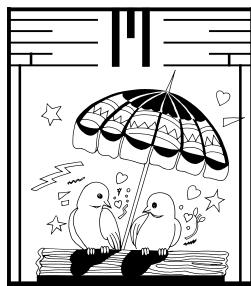
મે ગુસ્સે થઈને કહ્યું : ‘તું તો મારાથીય ઘણું જીવે એવું હું ઈચ્છું છું. તો પછી તારે જ મારી યાદમાં કોઈ સ્મૃતિશેષ નમૂનો તૈયાર કરવો પડશે ને? તું તો નૂરજહાંથીય વિરોધ છે. તારા વિનાની એક ક્ષણ હું કલ્પી શકતો નથી... શેતા.’

“આવો મોટો શાહજહાં. આપણો પ્રેમ તો હદ્યમાં કાયમ રહે તેથી હું તારી પાસે એક વચ્ચન લેવા માગું છું. તું એ વચ્ચન મને આપશો ને?”

“હા, માંગ. તારા માટે તો હું આકાશના તારા તોડી લાવવા તૈયાર છું!”

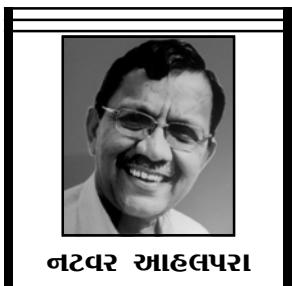
“તારા આકાશમાં હદ્યાકાશમાં ટમટમતો નિકટનો તારો છે... શેતા.”

(અનુસંધાન : જુખો પાના નં. - ૩૦ ઉપર)



પ્રસંગ કથા

એક ભણે સૌને તારે



તલગાજરડા ગામની બજારનો ખૂણો. સવિતા રોજ સાંજે પાંચ વાગે ખૂણો દાતણ વેચવા બેસી જાય. પતિ સવજી સવિતાથી થોડે દૂર શાકબજારની બહાર રેંકડી ઊભી રાખી શાક વેચે.

અંધારું થાય એ પહેલાં સવિતા સવજી પાસે પહોંચી જાય. ઘરે પહોંચવાની અને પોતાના બાલુડાને મળવાની હોંશમાં ને હોંશમાં ક્યારે ઘર આવી જાય તેની બંનેને ખબરેય ન પડતી. આજેય એવું જ બન્યું. હજુ તો ઘરની જાપલીએ પહોંચે ત્યાં તો કાલું-ઘેલું હસતા જગદીશ અને મંજુલા દોડીને માતા-પિતાને વળગી પડ્યા.

“અરે, અમારા બાળરાજાઓ, ખાંધું-પીંધું? ... ભજ્યા? નિશાળે મજા આવીને?”

જાણો કેટલાય વર્ષો પછી પોતાના બાળકોને મળતા હોય એ રીતે સવિતા - સવજીએ હેત પ્રગટ કર્યું.

જગદીશ હતો સાતમા ધોરણમાં, મંજુલા હતી પાંચમાં. ગામને છેડે નદીકાંઠે દેવીપૂજક વાસમાં સવજીનું નાનું એવું ઘર. ગારથી લીપેલું, ધોળી ખડી કરેલું. ઓરડો, ઓસરી, રસોડું ને દ્વારિયાવાળું ચોક્કું ચણાક મકાન. ફળિયા ફરતે કાંટાળી વાડ. ઘર પછવાડે નાનો એવો શાકનો વાડો. થોડુંક શાક ઉગાડે, થોડું માર્કેટ યાર્ડમાંથી ખરીદે.

દેવીપૂજકનું ઘર ભારે સંસ્કારી, હેતપ્રીત અને ધર્મ ભાવનાથી ભર્યું ભર્યું.

“મા, નિશાળે અમારા ટીચરે અમને ખૂબ ભણજો એવું કીંધું. નહીં ભણો ને તો દુઃખી થઈ જશો એમેય કીંધું.” મંજુલાની કાલી વાળી સાંભળી મા રાજુ થઈ ગઈ.

મંજુલાની વાત સાંભળી જગદીશથી ન રહેવાયું. તે બોલ્યો : “બાપુ, હું હમણાં દસમા ધોરણમાં આવી જઈશ. મન લગાવીને ભણીશ, ને સારા માર્કસે પાસ થવાનો છું, જો જો.” દીકરાના આત્મવિશ્વાસથી પિતાની આંખ્યું હરખથી છલકાઈ ગઈ.

સુખથી છલોછલ દિવસો. ચોમાસું. સાંજ. વીજળીના કડાકા-ભડાકા. સવિતા સવજી પાસે માંડ-માંડ પહોંચી. બેય રેંકડી લઈ ભાગ્યા. રસ્તામાં મોટા ઝડપવાની આડશે ઊભા રહી ગયા.

પતિના માથે પોતાની ઓઢથી રાખી સવિતા બોલી, “મેઘરાજા, ભલે વરસો પણ અમારા ઘેર બાલુડાની સંભાળ રાખજો. અરે રે! જગદીશના બાપુ, જેને કોઈ આશરો નહીં હોય, એનું અત્યારે શું થાતું હશે? ભગવાન સૌને સાજા નરવા રાખે.”

સવિતા - સવજી માંડ માંડ ઘેર પહોંચ્યા. ફાનસના અજવાળે જગદીશ અને મંજુલા ભણતા હતા.

બા-બાપુને જોઈ હડી કાઢી, ભેટી પડ્યા. “અરે મારા બાલુડા, ભગવાન સૌનો છે. ખાંધું-પીંધું કે ભૂખ્યા તરસ્યા છો?” સવિતાએ વાત્સલ્ય પ્રગટ કરતા કહ્યું.

“હાલો, હાલો, સાથે બેસી વાળું કરી લઈએ. મેઘરાજ દયાળું છે. ઈ ભલે વરસ્યા કરે!” સવજીએ પોતાની લાગણી વ્યક્ત કરી.

માળામાં આમને આમ સુખથી દિવસો પસાર થતા હતા. દીકરો જગદીશ મેટ્રિકમાંય પહોંચી ગયો. એકાગ્ર ચિત્તે મંડચો ભણવા. ઘેરથી નિશાળે, નિશાળેથી ઘેર. નાની બહેનનેય ભણવામાં મદદરૂપ થાય.

જગદીશ વિચાર્યું કે, બા-બાપુનો ધંધો જોવા તો જાવ! કોઈ શરમ સંકોચ વિના માતાની સાથે દાતણ વેચવા બેઠો. પછી જગદીશ તેના બાપુ પાસે ગયો તો ખરો... પણ...? ગભરાઈ ગયો. તેના બાપુના મોંડામાંથી કંઈક ખરાબ વાસ આવતી હતી. તે ડોલતા હતા. જગદીશ મૂંગો મૂંગો તેના બા-બાપુ સાથે ઘેર આવ્યો.

બધા વાળું કરવા બેઠા. જગદીશ ધુસકે ધુસકે રડતા બોલ્યો : “બાપુ, મોંડામાંથી ખરાબ વાસ આવે ઈ આપણાને શોભે? દેવીપૂજક થયા એટલે દારુ પીવાનો? તમે મારા બાપુ, હું તમારો બાળ. મારે તમને કાંઈ કહેવાય નહીં. પણ બાપુ, તમે ભોળા છો. તમને કોઈ કુસંગ થઈ ગયો લાગે છે. કોણે આ રવાડે ચડાવ્યા?”

જગદીશના વેણ સવજીના હેયે ઉત્તરી ગયા. “મારા દીકરા, મારી ભૂલ છે. હવે હું દારુ પીશ ને તો મને માતાની આણ્ય, બસ!”

સવજી બહુ પસ્તાણો. ઉંડા વિચારે ચડી ગયો. “ભગવાન

કેટલો દ્યાળું છે. મારા છોકરાને મેં કોઈ સંસ્કાર નથી આપ્યા, તો ય કેવા ડાવ્યા છે! અરે ભગવાન, મારી મતિ બગડી ગઈ છે કે શું?" સવજીને સવિતા, જગદીશ ને મંજુલા સામે મોહું દેખાડવા જેવું ન રહ્યું. પણ તેણે ઈશ્વરનો પાડ માન્યો. "પ્રભુ જે થયું, તે સારું થયું. કળજુગમાં મારા દીકરાએ મારી આંખ ઉઘાડી નાખી."

ને સવજી મન લગાવી શાક વેચવા મંડ્યો ને જગદીશ - મંજુલા વધુ ગંભીર થઈ ભણતા. તો વળી ક્યારેક નિર્દોષ ધીગામસ્તી કરી લેતા.

જગદીશે રાત-દિવસ જોયા વિના મેટ્રિકમાં મહેનત કરી. મહેનત ફળી. પંચાસી ટકા માર્ક્સ મળ્યા. તેણે મનોમન ગાંઠ વાળી - ચાર્ટર્ડ એકાઉન્ટન્ટ થવું છે.

અગિયારમું ધોરણ સ્થાનિક પરીક્ષા હોવાથી, તેને થયું, મારા સમાજના તેમજ કુબામાં રહેતા અન્ય જ્ઞાતિના બાળકોને સમય કાઢી રાતે ફાનસના અજવાણે ભણવવાનું કાર્ય ઉપાડ્યું.

સેવા થાય ને ભણવાનુંથી પણ. બારમું ધોરણ બોર્ડની પરીક્ષાનું હોવા છતાં જગદીશ ઓડો સમય કાઢી બાળકોને ભણવાવી લેતો. ફુટપાથ પર રહેતા, હરિજનવાસમાં વસતા દેવીપૂજકોના દીકરા-દીકરીને જોઈ તેને તેમના પ્રત્યે અપાર કરુણા જાગતી. જગદીશની સેવા ભક્તિના ફળરૂપે બારમા ધોરણમાં કેન્દ્રમાં પાંચમો નંબર મળ્યો.

પરિણામ લઈ જગદીશ વેર આવ્યો. આટલું સારું પરિણામ છતાં તે રાજી થવાને બદલે ઉદાસ થઈ ગયો. દીકરાની રાહ જોતાં સવજી-સવિતા મંજુલાનો હરખ ઓસરી ગયો.

"દીકરા જગદીશ, તું કેમ કાંઈ બોલતો નથી? પાસ તો થઈ ગયો છો ને?"

સવિતા બોલ્યા વિના રહી શકી નહીં.

"મા, ધ્યાર્યું પરિણામ મળ્યું. આપણા ભાવનગર જિલ્લામાં પાંચમો નંબર મળ્યો છે. પણ હવે અમદાવાદ, મુંબઈ ભણવા જું પડશે. તેનો ખર્ચ કચાંથી લાવશું, તેની ચિંતા થાય છે." જગદીશે જવાબ આપ્યો.

"મારા દીકરા, હું તારા માટે બાપુ પાસે ખોળો પાથરીશ. તું શું કામ ચિંતા કરે છે?"

પછી તો જગદીશ તેની ઈચ્છા પ્રમાણે અમદાવાદ ચાર્ટર્ડ એકાઉન્ટન્ટનું ભણવા માંડ્યો. શહેરમાંય પોતાના ભણતરમાંથી સમય કાઢી અનાથ, નિરાશ્રિત, કુબામાં રહેતાં બાળકોને ભણવવા જતો. તેની સાથે પ્રેમથી વાતો કરતો : "જુઓ બાળકો, ભણતર તો દીવો છે. દીવો પ્રકાશ આપે. દીવો નહીં બનો તો તમે તમારી જતનેય નહીં ઉજળી શકો. માટે ભણો. હવે ઉચ્ચ ભણતર સિવાય બીજો કોઈ વિકલ્પ

નથી."

જોતજોતામાં જગદીશના સી.એ.નો અભ્યાસક્રમ પૂરો થઈ ગયો. તેણે ચાર્ટર્ડ એકાઉન્ટન્ટ તરીકે પોતાની પ્રેક્ટિસ પણ શરૂ કરી દીધી.

સમય પસાર થતો હતો. હનુમાન જ્યંતીનું પાવન પર્વ હતું.

કુદરતથી હર્યોભર્યો, માનવપ્રેમથી છલોછલ તલગાજરડા ગામના ચિત્રકુટ ધામમાં હનુમાનજી મહારાજની સંનિધિમાં ભક્તિમય વાતાવરણ સર્જયું હતું. સવારના આઠ વાગ્યાથી જ ચિત્રકુટ ધામમાં ભક્તોની લીડ જામી હતી.

સુંદરકાંડના પાઠથી વાતાવરણ ભક્તિમય બની ગયું હતું.

પૂ. મોરારિબાપુનું આગમન. પર્વ ઉજવણીના સૂત્રધાર શ્રી હરિશ્ચંદ્રભાઈ જોખીએ પ્રારંભ કર્યો : "આજે હનુમાન જ્યંતીના પવિત્ર અવસરે સંગીતના દિંગજે આદરણીય પંડિત જસરાજજનું, આદરણીય શિવકુમાર શર્માજનું, નૃત્યાંગના સોનલ માનસિંહજનું, પૂ. મોરારિબાપુ હસ્તે હનુમંત એવોર્ડ અર્પણ કરી અભિવાદન થાય એ પૂર્વે

જગદીશભાઈ તાંત્રિણ્યાને, તેમના પિતા સવજીભાઈ, માતા સવિતાબેનને અહીં પધારવા વિનંતી છે. પૂ. મોરારિબાપુ ચાર્ટર્ડ એકાઉન્ટન્ટ થયેલા દેવીપૂજક પરિવારના જગદીશભાઈનું અને તેમના માતા-પિતાનું અભિવાદન કરશો."

તાળીઓનો ગડગડાટ. જગદીશ, સવજી-સવિતા સજજ આંખે પૂ. મોરારિબાપુને તાકી રહ્યા. સવિતા બોલી : "બાપુ, તમે મારા દીકરાનું, અમારું જીવતર ઉજળી દીધું."

'શ્રી પવનતનય', પ્લોટ નં. ૬૪ ડી/એ, વિમલ નગર, શેરી નં.-૩, આવાય સેન્ટ્યુરી પાછળ, ચુનિવર્સિટી રોડ, રાજકોટ-૩૬૦ ૦૦૪. • મો. ૯૮૭૪૦ ૦૬૦૪૮

ચક્રો : અરે બકા, તારું તો કાલે ઓપરેશન છે ને આજે હોસ્પિટલમાંથી પાછો ઘરે આવી આમતેમ આંટા કેમ મારે છે?

બફ્ફો : હું હોસ્પિટલમાં ગયો હતો પણ નર્સને કારણે પાછો આવી ગયો.

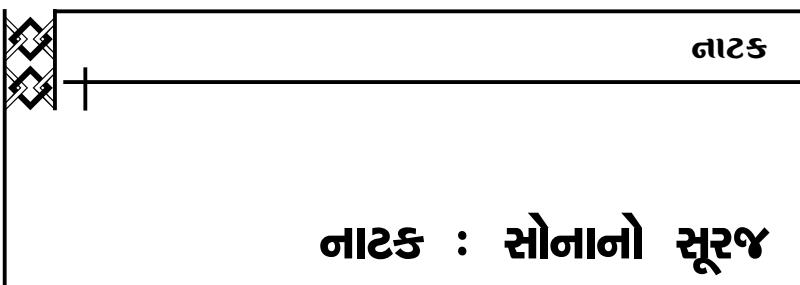
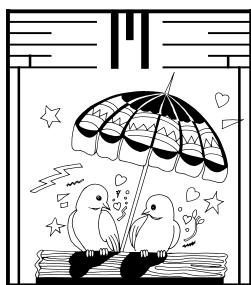
ચક્રો : કેમ નર્સે શું કર્યું?

બફ્ફો : મને ઓપરેશન થિયેટરમાં લઈ ગયા પછી નર્સ બોલ્યા કરતી હતી કે આ તો નાનું ઓપરેશન છે. એમાં ડર શું રાખવાનો?

ચક્રો : સાચી વાત છે!

બફ્ફો : અલ્યા અક્કલમાઠા! એ મને નહીં પણ ડોક્ટરને કહેતી હતી.





નાટક : સોનાનો સૂરજ

પાત્રો : રામાકાંકા, ધનજી, દુકાનદાર, કંડકટર, મુસાફર, રાહદારી.

(રામાકાંકા બહારગામ જવાની તૈયારી કરી ધનીયાને શોધે છે....)

રામાકાંકા : (મોટેથી) એલા.... ધનીયા!... ક્યાં મરી ગયો? કવ છું આખ્યાં ભર... તને ખબર નથીય મારે આજે જૂનેગાઢ જવાનું સે તે મોદું થાય છે... કઉસું, હાલ્ય પેલા મને બસ ઈસ્ટાને મેલી જા અને પસે તારે જે કરવું હોય ઈ કર.

ધનજી : મને બધી જ ખબર છે કાકા! પણ હજુ તો અર્ધા કલાકની વાર છે, બસના ટાઈમને... અત્યારમાં શું છે?

રામાકાંકા : હવે ટેઈમવારીના...! ડાયો થાતો હવે જલદી તિયાર થાને... મને મૂકી જા, તને ખબેર ના પડે આ બહવારા કાંઈ ઓસીના નથી! કંયેક વેલાહારેય બહ ભગાડી મૂકતા હાયસે, એનો ક્યાં ધો સે? એટલે કવસું વલાહાર મેલી જા તો બહ સૂકી ના જવાય અને બહમાં જગાયે હારી મળી જાય. જૂનેગઢ કાંઈ હુંકું થોળું સે?

ਥਨਾ : ਠੀਕ, ਤੈਧਾਰ ਜ ਛੁ. ਹਵੇ ਵੇਖੁਂ ਨੇ ਮੋਹੁੰ... ਮੂੜੀ ਜਾਵ ਛੁ ਬਸ... ਹਾਲੋ ਤਾਰੇ ਜੇਵੀ ਤਮਾਰੀ ਮਰਣ...

(બસ સ્ટેન્ડ પહોંચ્યા બાદ... દૂરથી એક બસ આવતી દેખાય છે....

નજીક આવતા જ રામાકાંકા દોડીને ચડવા જાય છે...)

રામાકાંકા : જો આ આયવી આ બસ... હું નોતો કેતો વેલાહારે આવવું હ્યારું!

ધનજી : પણ કાકા, જુઓ તો ખરા... આ જુનાગઢની બસ નથી, આ તો ભાવન

ના રે ભાઈ! વાંસતા આવડતું હોય તો તને મેલી જવા.

(થોડીવારું બાદ દરથી બીજી બસ આવતી દેખાય છે...)

૪૭૭ : (દર્શાવું જ બોર્ડ વાંચીને...) હ્યો કાકા! હવે આ આવી જનાગઢની બસ.

રામાકૃષ્ણ : ઓયલી બહુ પણ આવી જ લાગતીતિ... એટલે મને થ્યા ઈંદ્રાચેય જનાર્થ

ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਅਥਵਾ ਤੋਂ ਬਹੁਤੀ ਅਰਖੀ ਜ਼ਿਲ੍ਹੇ ਦੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ।

અ. ઈ અસ. હો! છવે છું કોક ભાગેલાને પસીને પસે જ બે

૪૧૭ : સારું. હવે નિરાંતે સારી જગ્યાએ બેસી જાવ અને અહીંની ચિંતા કરતા નઈ... અને જૂનાગઢથી પેલું છ.એફ.સી.નું ઈન્દ્રામી યોજનાવાણિં ખાતરું લેવાનં નો ભલત્તા! આવજો...

(ਤ੍ਰਿਂ ਤੇ ਬਸ ਤ੍ਰਿਪਤੀ ਜਾਧ ਦੇ ਧਨਜ਼ ਧੀਮੰ ਅਭਕੇ ਦੇ...)

ધનજી : આવા નિરસ્થુરી ક્યાં અધી ભીજને હેતુન ફરતા રહેશે?

(જનાગણ પહોંચીને રામાકાશ એક રાહદારીને પદ્ધતિ દે)

ગમાણકી : આટલી બધી દર્શાવોમાં પસું કોને? એ ભાઈ ઓળિ ખાતરની દર્શાવવાગી થેલી હ્યું બાં મળો?

બાળકી : અને દાદા જો ઓલી ગંડાળ શેરીમાં વળો એવલે મારણની ખાજમાં % હે. વાંચી લેજે

ગામાદાદ : અરે ભર્તલા વાંસતા આવતં હોત તો માં % શં ધમ? ઈં કુ તો હં યાં % ધોંને પણી લદ્દિં

(અને દાદ માર્ગા માર્ગા અનુભૂતિ કથાને માર્ગાનો ૬૧)

କାହାରେ କୁଣ୍ଡଳ କୁଣ୍ଡଳ କାହାରେ କୁଣ୍ଡଳ କାହାରେ...)

- હુકાનદાર : કયું કાકા? આ જી.એફ.સી. જ કે?
- રામાકાકા : હા... હા... હતું તો કાંઈક આવું જ નામ... હોય તો આલ ને મારા ભૈ.
- હુકાનદાર : વ્યો કાકા... આ ઈનામનું પેકેટ ને આ ખાતર... લાવો ૨૨૦૦ રૂપિયા...
- રામાકાકા : હા...હા... (એક... બે... તણ... નોટ બે વાર ગણીને...) લે ભાઈ, આ લે બાવીહો રૂપિયા...
(રામાકાકા તો ઈનામી પડીકું અને ખાતર લઈને હાલતા થઈ જ્યા...)
- હુકાનદાર : વ્યો, આજ તો સોનાનો સૂરજ ઉંઘોને કાંઈ... આવા ને આવા અભણ ઘરાક આવતા હોય તો તો મોજ પડી જાય ને... ૧૨૦૦ વાળું ખાતર ૨૨૦૦માં દીઘું... અને એચ ચાલુ કંપનીનું... કેટલાક હશે આવા આપણા દેશમાં...???
- (રામાકાકા બજારમાં ફરી, ચીજવસ્તુ લઈ, તેમનું કામ પતાવી પાછા બસ સ્ટેન્ચે આવે છે...)
- રામાકાકા : ઓ..હો...હો... આટલી બધી બહુ... વળી હંધેથી હરખી... મારા પૂસવું કોને કે કી બહ મારા ગાઈમ જાય સે...
(રામાકાકા એક મુસાફરને પૂછે છે...)
- રામાકાકા : એ ભઈલા, આમાં પડધરીની બહ કઈ?
- મુસાફર : અરે, કાકા... હુંય તમારી જેમ અભણ સુ... એટલે તો તમારી જેમ હુંય આંટા મારું છું ક્યુંનો! હાલો, ઓલા ટિકિસ માસ્તર જાય અને પૂસી લઈ.
- રામાકાકા : એ... ટિકિસ માસ્તર... પડધરી જાવાની બહ આમાંથી કઈ સે?
- કન્ડકટર : એ... ઓલી રાજકોટની બસની બાજુમાં... જાવ જલદી...
- રામાકાકા : આંટા કોણ ભાણું સે... તેં ખબર પડે કઈ બહ રાજકોટની...
- કન્ડકટર : જુઓ કાકા... એ સાવ છેલ્લી બસ છે ને... એની પેલાની બસ... એ... જો પેલા લાલ રંગની સાડીવાળા બેન ઊભા છે ને... એની પાસેની બસ...
(રામાકાકા બસમાં ચડીને...)
- રામાકાકા : હાઈશ... (પરસેવો લૂધતા, નિસાસો નાખતા...) હવે નિરાંત થઈ. થોડી ટાઈફક વરતાણી... પણ હળું ભઈણા હોત તો હારું થાત... સાપુ-બાપુંય વાસવાતો થાત!
(ત્રણોક કલાક બાદ રામાકાકા પોતાને ગામ ઘેર પહોંચીને...) (લાંબો શાસ લઈને...) હાઈશ... હવે શાંતિ થઈ...! ઘર ઈ ઘર હોં! (મોટેથી) એના ધનીયા... ક્યાં મરી જ્યો? આયાં ગુડા... હું તો કેટલાય ને પૂસી પૂસીને થાયકો... માંડ આપણા ગામની બહ ભેગો ઓ... આજ તો મારું હાળું એમ થદ જ્યું કે હું ભદ્ધણો હોત તો હારું થાત... કોઈની ઓશિયાળી તો નદ...! (ઈનામની થેલી અને ખાતર ધનીયાની તરફ ધરતા)
લે... આ તે કીધું તું ઈ ઈનાવારું ખાતર...
- ધનજી : લાવો... પણ કાકા, આ ખાતર તો મેં કીધુંતું એ નથી. આ તો સાવ ચાલું ખાતર છે... અને કેટલાનું આવ્યું?
- રામાકાકા : બાવીહો રૂપિયાનું...
- ધનજી : પણ કાકા, થેલી ઉપર બારસોની ડિમત લખેલી છે.... તમે હજાર રૂપિયા વધારે દઈ આવ્યા... અને લાવ્યા તોય ચાલુ ખાતર...
- રામાકાકા : હું...એ... ઓલા મૂઆ હુકાનદારે મને તો હારો સેઈતરો... નખ્ખોદ જાય એનું...!
- ધનજી : કાકા, એમાં એનું શું નખ્ખોદ જવાનું હતું! એ તો તમે ભણ્યા નહીં ને... એનું પરિણામ. આ રહ્યા અમે. અમને તો કોઈ છેતરી જાય? અને જ નો છેતરી લઈ?? કાકા, હવે જાવા ઘો અને અફસોસ કરવા કરતાં થોડુંક વાંચવા-લખતાં શીખો એ જ સાચું છે.
- રામાકાકા : (હસીને) એલા... ઈ તો જો મારા હામું... ધોરામાં ધૂળ લખવીશ મારે... હું આવડો મોટો... ક્યાં ભણવા જાવ?
- ધનજી : હવે આ જમાનામાં આવડા-તેવડાનું નથી રહ્યું. મોટાઓને પણ અમારા જેવડાં ઘર-ઘરે જઈને ભણાવે

એવી સરકારે યોજના ઘડી છે... ને એનું નામ છે 'સાક્ષરતા અભિયાન.' જેમાં અમારા જેવા યુવાનો, મોટેરાઓને નવરાશના સમયે ભણવશે. જે માટે જોઈતી જરૂરી ચીજવસ્તુઓ પણ સરકાર જ પૂરી પાડશે. અને હવે તો કાયદાય થઈ જવાનો છે કે જ્યાં ક્યાય જરૂરી કાગળોમાં અંગુઠો નહીં ચાલે. સહી જ કરવી પડશે. એટલે અત્યારથી જ સમજ જાઓને... **જગત ત્વારથી સવાર સમજુને સાક્ષરતા અભિયાનમાં જોડાઈ જવ...** અરે... બીજા ગામમાં તો લોકોએ કેદુના ભણવાય લાગી જ્યા છે... અને ખબર છે ને... તે દિ આપણા ગામમાં રેલી નોતી નીકળી? ને તમારા જેવડાં બધાય નિરક્ષરોના નામ સરકાર પાસે છે. તેને દરેકને ફરજિયાત ભણવું પડશે.

રામાકાંકા : હા... આ.... એવું હોય તો તો બવ હારું કેવાય... મારો તો ભણવું જ સે... અને ઓલા... વાલા... નાથા... મેપા... રઘાને એ હંધાયને સોરે બેઠે ઈ હંધાય ને કઈ દઈશ... ને લેતો આવીશ હાઈરે... હંધાય ભણે... ને આપણું ગામ પાસળ રઈ જાય? ને ઈ યે હું બેઠો હોય ત્યાં લગી???

જનજી : (ખુશ થઈને) અરે વાહ કાકા, વાહ! તો તો હવે સોનાનો સૂરજ ઊગશે આપણા ગામમાં... અને ખેરદીમાં ઉંડો વાગી જાશે ભણતરનો... તો તો સાક્ષરતા અભિયાનનો હેતુયે સિધ્ય થઈ જવાનો... ખરેખર હોં...
જગત દીપે સૂરજના તરે,
જવન દીપે ભણતરના તરે...

રામાકાંકા : એલા... ઈ શું બોયલો?

જનજી : એ તો કાકા, તમે ભણશોને... તો તમનેય સમજાય જાશે સંધુય...

રામાકાંકા : અરે ઘનિયા, તું જે જે ને... હું તો શું ગામ આખુંય ભણે નાય તો મારું નામ રામો નાય!!!

જ/આ, ગાંધીગ્રામ, "શાલીગ્રામ",
એસ.કે. ચોક પાસે, ૧૫૦' સ્ટિંગ રોડ, ગાજીકોટ-૩૬૦ ૦૦૭. • મો. ૯૯૩૯૩ ૦૯૦૪૨

ભૂરા આકાશમાં શેત હંસોની હાર

(અનુસંધાન : પાના નં. - ૨૫ ઉપરથી ચાલુ)

"શેતા, તું આવું શા માટે વિચારે છે? સદાનો તારો આ ગુલામ તારી સેવામાં હંમેશ હાજર છે."

"મને તારા પર વિશ્વાસ છે. પણ મને એવા ભયંકર સપનાં આવે છે કે મારા શરીરમાંથી કોઈ વિચિત્ર જંતુ લોહી પી રહ્યું છે ને મારું શરીર કરમશ: કરમાઈ રહ્યું છે!"

"સપનાં કદ્દી સાચાં હોતાં નથી. એ તો અર્ધજાગ્રત મનમાં ચાલતો મનોવ્યાપાર છે."

"સપનાં અમંગળ અને ભયાનક ન આવે આથી સૂતા પહેલાં પ્રાર્થના કરવી જોઈએ."

"બસ... રહેવા દે તારું સ્વભાવ-વિવેચન. પણ તું મને એક પ્રોમિસ આપ કે હું આ ધરા પર કદાચ કાલે ન હોઉં તો તું જવનભર કુંવારો રહીશ ને?... આકાશ."

"હા... પ્રિય હદ્યેશરી... મને મંજૂર છે. હું તને પ્રોમિસ આપું છું, બસ!"

"આજે હું ઘણી જ પ્રસન્ન છું."

થોડાક મહિના પછી શેતાને લ્યુકેમિયા કેન્સર થાય છે અને ત્યારથી આજસુધી શેષ જિંદગી શેતાની યાદમાં એકાડી રહી પસાર

કરું છું. શેતાને પ્રિય એવું ગીત રેખિયો પરથી સંભળાય છે :

"યાદ મેરી ઉનકો ભી આતી તો હોગી
જ રે ઓ તિતલી ખબરિયાં ઉનકી ભી લે આ..."

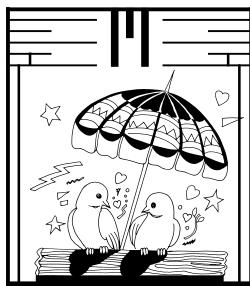
અચાનક જ હાથપગ ભારે થતા જણાયા. એક વખત ગિરનાર ચઢી ઊતર્યા પછી જે હાલત પગની થઈ હતી તેવી દશા આજે થઈ હોય એમ લાગ્યું. માથું સખત દુઃખતું હતું. જાણે હમણાં જ 'વોમિટ' થશે એવા ઊબકા આવવા લાગ્યા. ચક્કર આવી ગયા. આંખે અંધારા આવવાથી સોફા પર બેસી ગયો. શરીરે પરસેવો થયો. બેચેની વધતી ચાલી... છાતીમાં સખત દુઃખાવો ઊપજ્યો. શાસોચ્છવાસની કિયામાં તકલીફ પડતી હોય એવું લાગ્યું! ઊભા થઈને પંખાની સ્વિચ ઓન કરવા જેટલી શક્તિ પણ રહી નહોતી. શક્તિનો ભાગાકાર થતો હતો!

પવનમાં આસોપાલવનું એક સૂક્કું પીળું પર્શ ઊરીને મારા બિધાને આવી પડ્યું!

મેં આંખો બંધ કરી દીધી! જોયું તો ભૂરા આકાશમાં શેત હંસોની હાર ઊરી રહી હતી....!

(આકાશવાણી અમદાવાદ - વડોદરા કેન્દ્ર પરથી પ્રસારિત)

'પ્રાંગણ', ૩૦, આનંદ વાર્ટીકા સોસાયટી,
અરદાર પુલ પાસે, અડાજાણ રોડ,
સુરત-૩૬૦ ૦૦૬. મો. ૯૯૨૫૧ ૦૦૨૫૫



નારી ગૌરવગાથા - ૩

હંસાબા સરવૈયા : 'નારી શક્તિની મિશાલ'



ડૉ. શિલા વ્યાસ

વર્ષ ૨૦૨૦માં કોવિડ-૧૯ની મહામારીમાં માસ્ક, ડિક્ટા વિતરણની પ્રવૃત્તિ બદલ મુખ્યમંત્રીશ્રીના હસ્તે સંભાનિત

શ્રીમતી હંસાબા ગંભીરસિંહ સરવૈયાનો જન્મ ભાવનગર ખાતે તા. ૨ નવેમ્બર, ૧૯૬૨માં. વતનમાં પ્રથમ વર્ષ બી.એ. સુધી અભ્યાસ બાદ ૧૯૮૮માં લગ્ન થતા બોરસદમાં સ્થાયી થયા. ગૃહિણી તરીકેની જિંદગી માણસી એમના જીવનભાગમાં વિરેન્દ્રસિંહ અને બ્રિજરાજસિંહ નામના બે પુત્ર-પુષ્પો ખીલ્યા.

અધૂરા અભ્યાસના અફસોસે એમને મનગમતી પ્રવૃત્તિ તરફ વાળ્યા. ૧૯૮૪માં બોરસદની ભગિની સેવા વિકાસ સમાજમાંથી WCGM તથા TTNCની તાલીમ મેળવી આગેકદમ માંડતા રહ્યા. જ્યાં વર્ષ ૨૦૦૪ સુધી દીકરીઓ તથા મહિલાઓ માટે ટેલરીંગ અને એમ્બ્રોયડરીના વર્ગ ચલાવતા વિવિધ સ્પર્ધા અને પ્રવૃત્તિઓ કરતા રહ્યા. આ જ સંસ્થામાં વર્ષ ૨૦૧૪ સુધી કારોબારી સભ્ય તરીકે સક્રિય ભૂમિકા ભજવતા રહ્યા. બહેનો માટે અવનવું કરવાના ખંતથી વર્ષ ૨૦૧૫માં અભિલ હિંદ મહિલા પરિષદ ગુજરાત શાખાના પ્રતિનિધિ તરીકે કાર્યરત રહ્યા. એમની નિષા, નિયમિતતા તથા વિશિષ્ટ પ્રવૃત્તિ બદલ લેસ્ટ ટેલરિંગ ટીચર્સ અન્ડ ઓર્ડર પ્રામ થયો. જેને તેઓ પરિવારના સાથ-સહયોગનું પ્રતીક ગણાવે છે.

વર્ષ ૨૦૧૨થી બોરસદ ઈનરલિલ કલબમાં જોડાયા. સન સિટી તરીકેના નામના પ્રામ બોરસદમાં સૂર્ય મંદિર ટ્રસ્ટ તથા ભગિની સેવા સમાજના નેજા હેઠળ ગ્રામ્ય પ્રદેશની બહેનોના ઉત્કર્ષ માટે કાર્ય કરવાનું સ્વભ સાકાર કરવા, વર્ષ ૨૦૧૭થી ઈનર લિલ કલબના આઈ.એસ.એ. તરીકેના પદને સક્રિય ભૂમિકા ભજવી શોભાવી રહ્યા, તે બદલ એકિટિવ ISO એવોર્ડ પ્રામ કર્યો.

તદ્વારાંત વડોદરા સ્વરોજગાર વિકાસ સંસ્થા BSVS માં વિઝિટિંગ ફેફલ્ટી તરીકે સાત વર્ષ સેવા આપી. ૨૦૧૮માં ગાંધીનગર દ્વારા લેસ્ટ ટીચર અન્ડ ઓર્ડર પ્રામ કરી પોતાની સેવા અને શક્તિનો પરિચય કરાવ્યો. આમ, આજદિન સુધી ઈનર લિલ કલબના પ્રેસિડેન્ટ તરીકે પ્રવૃત્તિશીલ રહેવા બદલ વિવિધ સંસ્થા દ્વારા કુલ સાત પુરસ્કારો પ્રામ કરી આ પંથકની બહેનો



હંસાબા સરવૈયા - બોરસદ
મો. ૯૬૬૨૩ ૧૩૨૨૪

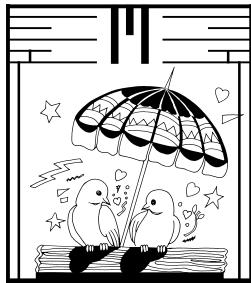
માટે હંસાબા પ્રેરણામય વ્યક્તિત્વ બની રહ્યા.

મનમાં મક્કમતા, તનમાં તાકાત અને જીવનમાં સાથીના સંગાથએ, પોતાના નિવાસ સ્થાને “દુર્ગા હસ્તકલા મહિલા કેન્દ્ર”ની સ્થાપના કરી, આજદિન સુધી કુલ સો જેટલી બહેનોને તાલીમ આપીને સ્વનિર્ભર બનાવી ચૂક્યા છે. મહિલા લઘુ ઉદ્યોગ કે સરકારી યોજનાનો લાભ અપાવીને કુલ વીસ બહેનોને પોતાની સિલાઈની દુકાન સ્થાપવા સફળ કામગીરી બજાવી છે. બોરસદ તથા આસપાસની ગ્રામીણ, ગરીબ, નિભન સ્તરની જરૂરિયાતમંદ કુલ પચાસ જેટલી બહેનોને સિલાઈ મશીન અપાવ્યા તથા નીડલ કાફ્ટ અને હસ્તકલા કેન્દ્ર દ્વારા નિયમિત તાલીમ આપીને આત્મનિર્ભર બનાવી છે. આજના અતિ મોંઘવારીના સમયમાં પરિવારને આર્થિક રીતે મદદરૂપ બનતી બહેનો આજે માસિક આઠ-દસ હજારની કમાણી કરવા સક્ષમ બની છે.

તો અભ્યાસ કરતી બહેનો-દીકરીઓને ફાજલ સમયમાં રૂમાલ, માસ્ક, થેલી, પર્સ, કવર સીવતા શિખવાડીને સામુહિક રૂપી સશક્તિકરણના ઉમદા કાર્યને પાર પાડ્યું છે. નારી પ્રતિભા શોધ સ્પર્ધા, સ્વચ્છતા અભિયાન, વાનગી સ્પર્ધા, બેટી બચાવો - બેટી પઢાવો, બાળ મહિલા જાગૃતિ અભિયાન વગેરે જેવી અનેકવિધ પ્રવૃત્તિઓ હાથ ધરીને સામાજિક સેવા - વિકાસ સાધતા રહ્યા. વર્ષ ૨૦૨૦માં કોવિડ-૧૯ની મહામારીમાં માસ્ક - ડિક્ટા વિતરણની પ્રવૃત્તિ બદલ મુખ્યમંત્રી શ્રી વિજયભાઈ રાણીએના હસ્તે સંભાનિત થયા છે. તો, બોરસદ રાજ્યપુત સમાજ દ્વારા પણ તેમનું અભિવાદન કરી સન્માન આપવામાં આવ્યું છે.

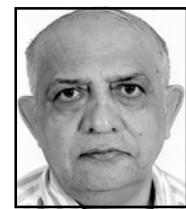
એમનો ટૂંકો પ્રતિભાવ : “સમાજના ઉત્કર્ષમાં સેવા પ્રદાન કરીને હું આનંદ અને સંતોષ અનુભવું છું.”

એસોસિએટ પ્રોફેસર - ગુજરાતી વિભાગ,
આર્ટ્સ, કોમર્સ, સાયન્સ કોલેજ,
નોરસદ-૩૮૮ ૫૪૦ (પિ. આણં). • મો. ૮૨૩૮ ૩૩૨૨૭૧



યાદગીરી

સુમિરે.... બલભીરા (સ્મૃતિપત્ર પર સંભારણાં)



સંપાદન :
બલભીરસિંહ જાડેજા

(કોઈપણ વાચક પોતાના જીવનના સંભારણાંની વિગત
આ વિભાગમાં મોકલાવી શકે છે.)

સંકલ્પનો સ્વીકાર ને સાખિતી

(સ્વાનુભવ પ્રેરિત રૂપાંતર)

“બ્રિજેશ...?”

“જુ સર.”

“હું જાણું છું કે ઘણા સમય પછી તેં રજા લીધી છે પણ એક અગત્યનું કામ આવી ગયું છે, જે તારે જ કરવું પડે તેમ છે. માટે ઓફિસે આવી જ ભાઈ.” સાહેબનો ફોન આવ્યો.

કેટલાય વરસો પછી હક્ક રજાના નામે માંડ માંડ ૨૦ દિવસ માટે, છ વરસની દીકરી અને પત્ની માટે લીધેલ રજા, છતાં સાહેબે બોલાવ્યો એટલે બ્રિજેશે ઓફિસે જવું પડ્યું.

“શું પ્લાન છે તારો રજા ગાળવાનો, બ્રિજેશ?”

“હજુ તો આજથી જ રજા ચાલુ થઈ એટલે પત્ની સાથે વાતચીત નથી કરી શક્યો. હવે બંને જણા વિચારીને, બજેટ પ્રમાણે નક્કી કરીશું. દીકરીને પણ મજા આવે એવું કાંઈક વિચારીશું. પણ શું કામ આવી ગયું, સર?”

“જો ભાઈ, હું જાણું છું, પણ એકાએક હેડ ઓફિસમાંથી મદ્રાસ (ચેન્નાઈ) ટ્રેનિંગમાં એક એન્જિનિયરને મોકલવાનો પરિપત્ર આવ્યો છે. એટલે નાશ્ટકે મારે તને જ મોકલવો પડશે. તું પત્ની અને દીકરીને લઈને મદ્રાસ જા. સવારે ટ્રેનિંગમાં જજે, બપોરે ત્રણ વાગે છૂટીને બંને સાથે ફરવા જજે. ટ્રેનિંગનો સમય સવારના નવથી બપોરના ગાણ સુધીનો જ છે. તમારો બધાનો સંપૂર્ણ ખર્ચ હું સ્પે. કેસ તરીકે મંજૂર કરાવીશ. બોલ, જઈશ ને?”

“ભલે, સર.”

મદ્રાસ શહેર અને આજુબાજુ ફર્યા. શનિ-રવિ બંગલોર પણ જઈ આવ્યા.

“અરે, તમારે તિરુપતિ નથી જવું?”

“ના યાર, આ વખતે મેળ નહીં પડે. હવે જો ઘરમાં દીકરાનું આગમન થશે તો બાલ મોવાળા ઉત્તરાવવા અને મુંડન કરાવવા તિરુપતિની યાત્રાએ ચોક્કસ આવીશ.”

વરસ પછી બ્રિજેશને ત્યાં ૧૪ ફેબ્રુઆરી – વેલેન્ટાઇન ૩

ના દિવસે પુત્ર રૂદ્ર જન્મ્યો. બે વરસ સુધી વાળનો જથ્થો લઈને ફરતો રૂદ્ર, ધુંધરાળા વાળ, ગોરો વાન અને કપાળમાં લાલ લીટી જેવું લાખું એટલે સૌનો વહાલો બની ગયો. કપાળનું લાલ લીટી જેવું લાખું જાણે ભગવાન તિરુપતિની કૃપાનું ફળ હોય એમ સમજ્ઞને, પતિ-પત્ની બંને ખૂબ રાજ થતા હતા. મોટા વાળને લઈને ઓળખામાં તકલીફ થતી હોઈ, વહેલી તકે, બાળ મોવાળા ઉત્તરાવવા માટે તિરુપતિ જવાનું નક્કી કર્યું.

એ વખતે નવજીવન એક્સપ્રેસ અમદાવાદથી ચેન્નાઈ વાયા રેનીગુંટા થઈને જતી હતી, જે તિરુપતિ જવા માટે નજીકનું રેલવે સ્ટેશન હતું. વહેલી સવારે રેનીગુંટા ઉત્તરીને, સારી હોટેલમાં જઈ પહોંચાયા. ચા-નાસ્તો કરી, તૈયાર થઈ, તિરુપતિ કેવી રીતે જવાય તે તપાસ કરતા ખબર પડી કે બસ દ્વારા અને ચાલતા પણ જઈ શકાય અને જલ્દી પહોંચાય.

“ચાલો, ચાલતા જઈશું?”

“હા પણ્ણા, ચાલોને ચાલતા જઈએ, મજા આવશે.” દીકરી મેઘાએ ઉત્સાહથી કહ્યું. પત્ની પત્રાએ પણ સહમતિ બતાવી.

“હું તો ચાલીશ, પણ આ રૂદ્ર...?”

“એને હું ખભા પર તેડી લઈશ.”

એ વખતે ચાલીને તિરુપતિ જવાનો રસ્તો હજુ બનતો હતો. કોઈ જગ્યાએ પગથિયા તો કોઈ જગ્યાએ કાચો, સીધા ચઢાશવાળો રસ્તો હતો. જુન જુલાઈનો સમય હોવાથી વરસાદી જાપટા ચાલુ બંધ થતા રહેતા. વરસાદમાં પલળતા, ચઢતા ને આરામ કરતા ફરી ચઢતા, ફરી આરામ કરતા, સાંજ કયારે પડી ગઈ ખબર ના રહી. તિરુપતિ પહોંચાય ત્યારે વરસાદ જોરદાર તૂટી પડ્યો ને બધા પૂરા ભીજાઈ ગયા. રસ્તામાં સાથે લાવેલા બિસ્કીટ અને પાણી જ મળ્યું હતું એટલે બધાને ખૂબ પણ લાગી હતી. એટલે સૌપ્રથમ ફેરિયા પાસેથી કોઝી અને ઈડલી ખાઈને પેટપૂજા કરી. વરસાદ ચાલુ જ હતો. બીજા કોરા કપડાં તથા બીજો સામાન નીચે રેનીગુંટા હોટેલમાં હતો. બ્રિજેશે વરસતા વરસાદમાં જઈને સામાન લાવવાનું વિચાર્યુ. પણ, કોઈને પૂછતા ખબર પડી કે જઈને પરત, તરત નહીં આવી શકાય. બસની આવન-જવાન બંધ થઈ જશે. હવે, નાશ્ટકે ભીજાયેલા કપડે, સૌંદર્ય અહીં જ રહેવાનું નક્કી કર્યું. વરસતા વરસાદમાં ગેસ્ટ હાઉસની ઓફિસમાં જઈને એક બંગલો બુક કર્યો. સાથે બે ગરમ ધાબળા મળ્યા. બંગલામાં જઈને જોયું તો સગવડના નામે બે ખુરશી અને એક નાનું ટેબલ સિવાય કંઈ જ નહોતું. બે રૂમ ને રસોડું હતું પણ દરેક રૂમમાં વરસાદનું પાણી ટપકતું

હતું. ફરી બધાએ ઈડલી - કોકી મંગાવીને નાસ્તો કર્યો. ખાઈને, એક રૂમમાં જ્યાં પાણી નહોતું ટપકતું એ જગ્યા પસંદ કરી, ટેબલ વચ્ચે રાખી, બંને બાળકોને ખોળામાં સુવડાવીને માથે ધાબળા ઓઢી સૂવાનો પ્રયત્ન કર્યો. વરસતો વરસાદ, વીજળીના ચમકારા, ને વાદળની ગડગડાટીમાં ઊંઘ ક્યાંથી આવે? મા-બાપની હુંફમાં બાળકો તો સૂઈ ગયા પણ પતિ-પત્નીએ જેમતેમ રાત પસાર કરી ને સવાર પડી.

સવાર પડી ત્યારે સરસ મજાનો તડકો નીકળ્યો હતો. વરસાદ બંધ થઈ ગયો હતો એટલે હાશકારો થયો. ફરી કોકી ઈડલીનો નાસ્તો કરી, બ્રિજેશ બસ પકડી નીચે હોટેલમાં આવી, વળતી બસે પાછો આવ્યો. ત્યાં બપોરનો સમય થઈ ગયો હતો. સૌપ્રથમ મુંડન વિષિ કરી, રૂદ્ર અને પોતાના પણ બ્રિજેશે વાળ ઉત્તરાબ્યા, જેથી બાળક રૂદ્રને એકલવાયું ન લાગે. ફરી જલ્દી જલ્દી નાસ્તો કરી, દર્શનની લાઈનમાં ઊભા રહી ગયા. ગમે તે કારણે ભીડ સામાન્ય હતી એટલે બે કલાકમાં મંદિરમાં પહોંચી જવાયું.

હજુ ભગવાન તિરૂપતિની નજીક પહોંચ્યા જ હતા ત્યાં જ, ખનન કરીને, બ્રિજેશના પગ પાસે કાંઈક પડ્યું. રૂદ્રને ખનેથી નીચે ઉતારી, નીચા નમી હાથમાં લીધું, તો ત્રાંબાના ગોળાકાર સિક્કા જેવું કાંઈક હતું. આગળ પાછળ કાંઈક અવાચ્ય લખેલું હતું. ભગવાનજા મંદિરના કપાટ ઉપર એવા જ સિક્કાઓ લાગેલા હતા. ભગવાનજા દર્શન તો સારી રીતે થયા જ, પણ સંતોષ પણ થયો, કે ભગવાન તિરૂપતિએ મારી યાત્રા, ભલે કષ પડ્યું છતાં સ્વીકારીને પ્રસાદીરૂપે એમના કપાટના સિક્કાની ભેટ આપી, યાત્રા સફળ થયાનો સંકેત આપ્યો. આટલા બધા દર્શનાર્થીઓ હતા, છતાં કપાટનો એ સિક્કો મને જ કેમ મળ્યો? હું ધન્ય થઈ ગયો પ્રભુ, ધન્ય થઈ ગયો.



સલામ, ઉપેન્દ્રભાઈ!

આજના કપરા સમયમાં એક વાત યાદ આવે છે.

સાલ બરાબર યાદ નથી. પણ લગભગ પચ્ચીસેક વર્ષ પહેલા...

ઉપેન્દ્ર નિવેદીની ફિલ્મી ડેરિયર વધતી ઉમરને કારણે લગભગ સમાપ્તિના આરે. હા, એમની ગ્રામ્ય સમાજમાં લોકપ્રિયતા જળવાઈ રહેલી અને એ લોકપ્રિયતાના જોરે એમને સાબરકાંડા વિસ્તારમાં ભીલોડા વિધાનસભાની ટિકિટ મળી અને તેઓ ચુંટાયા.

ત્યારે દુષ્કાળ જેવી પરિસ્થિતિમાં ભીલોડા વિસ્તારને રાજ્ય સરકારે દુષ્કાળ અસરગ્રસ્ત જાહેર કર્યો અને આ વિસ્તારના લોકોને ન્યુનતમ રોજગારી મળે તે માટે ત્યાં સરકારે તળાવને ખોદીને ઉંંક કરવાની કામગીરી શરૂ કરી.

રાહતકામની એક સવારે દસ વાગ્યાની આસપાસ તળાવ ખોદવાની મજુરીકામ માટે અરવલ્લી વિસ્તારના આસપાસના લોકો પાવડા, તગારા લઈને આવવા લાગ્યા. સવાર સવારમાં જ આ સુકીભંડ ધરતી પર સૂરજ દાદાની ૪૨ ડિગ્રીની અગન જવાળાઓ દેણ દગ્ગાડતી હતી.

ત્યારે જ ત્યાં એક એમ્બેસેડર ગાડી આવી. તેમાંથી લગભગ

પચાસેક વર્ષની ઉમરના એક ભાઈ ઉત્તર્યાને રાહતકામ કરનારું આખું ટોળું કામ રહેવા દઈને એમને વેરી વણ્ણું. હા, એ એમના મતવિસ્તારના ધારાસંબ્ય ઉપેન્દ્ર નિવેદી હતા. પણ ધારાસંબ્ય કરતાં લોકોને અભિનેતા ઉપેન્દ્ર નિવેદીમાં વધુ રસ હતો. બધાને પ્રેમથી નમસ્કાર કરીને ઉપેન્દ્રભાઈએ કહ્યું, ‘મને જોવામાં, મળવામાં સમય ન બગાડો. હું આખો દિવસ તમારી સાથે છું. બધાને વ્યક્તિગત મળીશ. કામે લાગો...’

ત્યાં કામગીરીની દેખભાળ રાખનાર તલાટી પાસે રાહત કામગીરીના મજુરોમાં પોતાનું નામ લખાવી, પાવડો કોદાળી લઈને લોકો સાથે કામમાં જોડાયા. માટી ખોદી, તગારામાં ભરી તળાવની પાળે નાખવાની....

આજે દુષ્કાળગ્રસ્તો દુકાળ ભૂલ્યા. એમનામાં એક અનેરો ઉત્સાહ હતો કેમકે પડદા પર જોયેલો જેસલ જાઓજા, અમરસિંહ રાઠોડ, વીર માંગડાવાળો, હલામણ જેઠવો, મેહુલો લુહાર, માલવપતિ મુંજ, ગોરો કુંભાર, રાજી ગોપીચંદ... એમની સાથે ખેતે તગારા ઉંચકતો હતો....

બપોરના સમયે એક પીલવાના જાડના હુંઠા નીચે બધાની સાથે જમ્યા. જમવાનું પણ એ લોકો જે લાવેલા એમાંથી બધા જોડે બટકું બટકું રોટલો લઈને....

પોતાની ફિલ્મોના પ્રસિધ્ય ગીતો ગાતા ગાતા લોકોનો ઉત્સાહ વધારતા માટી ખોદી, તગારા ઉંચક્યા....

સાંજે છ વાગે મજુરી લેવા બધાની સાથે લાઇનમાં ઊભા રહી રાહત કામગીરીના મસ્તરમાં સહી કરી સોણ રૂપિયા અને સાંછદ પેસા લીધા (આ રેકોર્ડ હજુ મોજૂદ છે).

તે દિવસે કામ કરનાર દુષ્કાળગ્રસ્તોને થાક લાગ્યો ન હતો. તેમના માટે એ મજુરીનો દિવસ આનંદમય સંભારણું હતો. આને અભિનેતા કહેવો કે નેતા....

આજ... દેશના જુદા જુદા પ્રદેશોમાં દુષ્કાળની વાતો મીઠિયામાં આવે છે. કેટલાક મંત્રીઓ નેતાઓ ત્યાં દોઢ કરોડની ગાડી લઈને મુસ્કાન સાથે, પાછળ દુષ્કાળગ્રસ્તો આવે એ રીતે સેલ્વી પડાવવા જાય છે. આ નેતા કોઈ દુષ્કાળના સેટ પર અભિનેતા જાય તેમ જાય છે. ત્યારે અભિનેતાએ વાસ્તવમાં કરેલ નેતાનો ચોલ યાદ આવી ગયો....

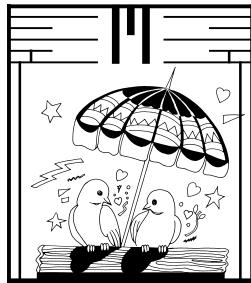
સલામ ઉપેન્દ્રભાઈ....

(આ રાહત કામગીરી કરતા કરતા જ ઉપેન્દ્રભાઈને પણાલાલ પટેલની નવલકથા ‘માનવીની ભવાઈ’ પર ફિલ્મ બનાવવાનો વિચાર આવેલો. એ ફિલ્મના પોતે જ ઉયેકેક્ટર હતા. કાળુના મુખ્ય પાત્ર માટે આભિનય કરી છાપનિયા દુકાળ પરની માનવીની ભવાઈ ફિલ્મ બનાવેલ હતી. એકવાર ભુજમાં ઉપેન્દ્રભાઈને મળવાનું થયું ત્યારે તેમણે મેકરણ દાદાનો રોલ ભજવવાની ઈશ્યા હોવાની વાત પણ કરી હતી.)

અતુલભાઈ સોની - અમદાવાદ કૃસ્ટી : શ્રી કર્ણી સ્માજ - અમદાવાદ, તંગીશ્રી : ‘ઝાતિસોટુ’



સંપાદકનું સરનામું : ૧૨, ઘરાંગાણ ફ્લેટ્સ, પ્રોફેસર કોલોની સામે, વિજય ચાર સ્ટ્રીટ, નવરંગપુરા, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૬. • મો. ૯૮૨૪૭ ૦૦૦૬૬



સમાધાન

નિયતિ, Best of Luck



એમ. ડી. સોલંકી

નિયતિ, તમારા પતિ નિર્મિષ અને તમારી વચ્ચે જે કંઈ બની ગયું એનાથી તમે કૃષ્ણ બની ગયા છો. હકીકત જ એવી બની છે કે તમારા અંતરમાં વહેતી પસ્તાવાની વેદના અને વ્યથાની વાત બીજા કોઈને કહીને કહીને તમે તમારા મનને હળવું કરી શકો એવી કોઈ શક્યતા જ નથી અને એટલે જ તો તમારા દાંપત્ય જીવનમાં ઘટી ગયેલી આ ઘટના વિશે મારે જ તમને બે વાત કહેવી છે. બનવાજોગ — એ સાંભળ્યા પછી આજા થઈ ગયેલા તમારા મનને કદાચ સાંત્વના મળી જાય. સાંભળો....

ગાંધીનગર સચિવાલયમાં સેક્શન ઓફિસર તરીકે ફરજ બજીવતા તમારા પતિ નિર્મિષ એમની ઓફિસે જવા નીકળી ગયા પછી તરત જ બારણું બંધ કરીને તમે ડ્રોઇંગ રૂમના સોફા પર ફસડાઈ પડ્યા! તમારું સમગ્ર ચિત્તતંત્ર નિર્મિષ કહેલી વાતો સાંભળીને જાણે કે જિન્હે બની ગયું હતું. આમ જુઓ તો નિયતિ, તમારા પતિએ જે હકીકત તમને કહી એ વાસ્તવમાં તો સાચી જ હતી ને? તમે પોતે એ વાતનો ઈન્કાર કરી શકો એમ નથી જ. હા, પણ સ્વખભાંય એવી કલ્યાણા તો તમે કરી જ નહોની કે તમારા પતિ નિર્મિષ પાસેથી આવી વાત તમારે સાંભળવી પડશે.

સરળ, સૌભ્ય અને શાંત પ્રકૃતિ ધરાવતા તમારા પતિ બલે ઉચ્ચ હોદ્દો ધરાવતા હોય, બાકી સ્વભાવે નિર્મિષ મૂઢુભાપી અને સમજદાર વ્યક્તિ છે. કારણ વગર એ ક્યારેય બોલતા જ નથી. એટલું જ નહીં, એ જે કંઈ બોલે છે એ બરાબર સમજી - વિચારીને, શાદીને જોખી જોખીને જ બોલે છે. આજે નિર્મિષે તમને જે કંઈ કહ્યું એ હકીકત છેલ્લા આઠ-આઠ વર્ષથી એમણે એમના અંતરના અતિલ ઊંડાણમાં ઉતારી દીધી હતી. જેથી કોઈ પણ કાળે એ બહાર આવી ન જાય! હેયાની વાત હોઠ ઉપર ક્યારેય આવે જ નહીં, એની નિર્મિષે હંમેશાં તકેદારી રાખી હતી. પણ આજે સંજોગો જ એવા ઉપરિસ્થિત થઈ ગયા કે એ કડવી પણ સત્ય હકીકત નિર્મિષે તમને કહેવી પડી. જે સાંભળીને તમે પોતે સાવ હતપ્રભ બની ગયા! નિયતિ ખરું પૂછો ને તો આવી વિષમ પરિસ્થિતિ સર્જવામાં બસ તમે પોતે જ જવાબદાર છો. જાણે કે તમે જાતે જ પેટ ચોળીને શૂણ ઊભું કર્યું! વાતાવરણ જ એવું સર્જયું કે નાદ્યાટકે નિર્મિષે મોં ખોલવું જ પડ્યું. નિયતિ, તમારા પતિએ કહેલી વાસ્તવિકતાની વાતોએ ખરેખર તમને

અકળાવી મૂક્યા! પણ આખરે તો તમારી પોતાની જ ભૂલ ગણો તો ભૂલ કે પછી ગેરસમજના કારણે આવી પરિસ્થિતિ સર્જઈ ગઈ હોય એ પણ એટલું જ સાચું છે. બરાબરને નિયતિ?

સચિવાલયમાં ફરજ બજીવતા તમારા પતિ નિર્મિષ બપોરે જમવા માટે ઘેર નહોતા આવતા પણ પટાવાળા મારફતે ઘેરથી ટિફિન મંગાવી લેતા હતા. ઓફિસ અને ઘરનું અંતર વધારે નહોતું. એટલે આવી વ્યવસ્થામાં આજ સુધી કોઈ વાંધો નહોતો આવ્યો. પણ...

એક દિવસ ટિફિન લેવા આવેલા ઓફિસના પટાવાળા શનાજીએ વાતવાતમાં ઓફિસમાં નવી ભરતીમાં કોમ્પ્યુટર સ્ટાફમાં આવેલી કાવેરીની વાત કરી. એટલું જ નહીં, કાવેરી અને સાહેબ ક્યારેક સાથે બેસીને જમે છે એવું પણ કહી દીધું. પટાવાળા પાસેથી આવી વાત સાંભળ્યા પછી નિયતિ, તમે કાળજાળ બની ગયા. શનાજી તો ટિફિન લઈને ચાલ્યો ગયો પણ કાવેરી કોણ હશે? કેવી હશે? નિર્મિષ અને કાવેરી વચ્ચે કેવા સંબંધ હશે? આવા પાર વગરના પ્રશ્નોની હારમાળા તમારા મનમાં એ મૂક્તો ગયો.

બીજા દિવસે ટિફિન લેવા આવેલા શનાજીને મીઠો આવકાર આપી, કડક-મીઠી ચા પીવડાયા પછી નિયતિ, તમે શનાજીને કાવેરી બાબતે પૂછપરછ કરી. તમને જાણવા મળ્યું — કાવેરી વીસ-બાવીસ વર્ષની યુવાન છે. દેખાવ અને સ્વભાવમાં એ ખૂબ જ સારા છે. એટલું જ નહીં, એમના આવ્યા પછી હસમુખા અને મિલનસાર સ્વભાવને કારણે અમારી આખીય ઓફિસનું વાતાવરણ એકદમ જીવંત અને ખુશનુમા રહે છે.

શનાજીના ગયા પછી નિયતિ, તમારા મનનો કબજો જાણે કાવેરીએ જ લઈ લીધો! અને એટલે જ તમે પાણી આવે એ પહેલા જ પાણ બાંધવાનું મનોમન નક્કી કરી લીધું. રાતે જમ્યા પછી ડ્રોઇંગરૂમમાં સોફા પર બેસીને ટી.વી.માં ન્યૂજ જોઈ રહેલા તમારા પતિની અડોઅડ બેસીને તમે એકદમ સાહજિકતાથી કહ્યું, ‘નિર્મિષ, આવતીકાલથી ટિફિન લેવા પટાવાળાને મોકલશો નહીં. સવારે તમે ઘેરથી જમીને જ ઓફિસે જવાનું રાખજો.’

‘પણ... કંઈ કારણ?’ અવાજનું વોલ્યુમ ધીમું કરતા નિર્મિષે પૂછ્યું.

‘બસ, એમ તો ખાસ કોઈ કારણ નથી. પણ બપોરે તમારે

જમવાનું મોકું થઈ જય છે. સવારે તમે જમીને જ ઓફિસે જવ તો હું પણ મારા કામથી વહેલી પરવારું અને પછી સ્ક્રૂલેથી આવતા કાવ્ય-કવિતાને એમનું હોમર્વર્ક કરવામાં થોડી મદદરૂપ બની શકું.' તમે ઠાવકાઈથી કહ્યું.

નિયતિ, તમે કરેલી આવી 'ગોઠવણ'ની વાત તમારા પતિએ બીજી કોઈપણ જાતની ચર્ચા કર્યા વિના ચોખ્યા ધી ની મધમઘતી સોડમવાળા શીરાના કોળિયાની જેમ ગળે ઉતારી દીધી, એટલે કે સ્વિકારી લીધી. અને ત્યારે તમને પણ માનસિક સંતોષ થઈ ગયેલો. બસ, હવે કોઈ વાંધો નહીં આવે!

મુઢીમાંથી સરકતી રેતીની જેમ સમય પસાર થતો રહ્યો. નિર્માણ ઘેરથી જમીને ઓફિસ જવા લાગ્યો. હા, ક્યારેક આકાશી વીજળીની જેમ નિયતિ, તમારા મનમાં કાવેરી 'ઝબકી' જતી હતી.

ચારેક મહિના પછી એક રવિવારે શાક માર્કેટમાં શાકભાજની ખરીદી વખતે નિયતિ, તમને ઓફિસના પટાવાળા શનાજીનો આકસ્મિક ભેટો થઈ ગયો. સામાન્ય વાતચીત દરમિયાન તમે શનાજીને પૂછ્યું, 'શનિવારે ઓફિસ મોડે સુધી ચાલુ હતી?'

'ના મેડમ, ઓફિસ તો રેંગ્યુલર ટાઈમ મુજબ જ હતી. પણ તમારે એવું કેમ પૂછ્યું પડ્યું?'

'શનિવારે તમારા સાહેબ દરરોજ કરતાં બે કલાક મોડાં આવ્યા હતા.'

થોડીવાર વિચાર્ય પછી શનાજીએ કહ્યું, 'હા, હા, યાદ આવ્યું... મેડમ, શનિવારે અમારી ઓફિસના સ્ટાફ મેમ્બર કાવેરીબેનનો બર્થ-ડે હતો. એટલે એમણે ઓફિસના સ્ટાફને બર્થ ડે પાર્ટી આપી હતી. સાહેબ અને અમે બધા એ પાર્ટીમાં ગયા હતા. એટલે મોકું થઈ ગયું હશે.'

શનાજી તો આટલી વાત કહીને ચાલ્યો ગયો પણ એણે કહેલી વાત સાંભળીને નિયતિ, તમારો ગુસ્સો સાતમા આસમાને પહોંચી ગયો. તમે ધૂંવાપૂંવા થઈ ગયા. ઉતાવળે ઘેર પહોંચીને ડ્રોઇંગરૂમમાં બેઠેલા તમારા પતિ નિર્માણને તમે લગભગ 'ધમકાવી' નાંખેલા! 'એ કાવેરી તમારી કઈ 'સગી' થાય છે કે એની બથડી પાર્ટીમાં તમે ગયા? તમારે એની સાથે કેવા સંબંધ છે? આ વાતની તમે અત્યારે જ ચોખવટ કરી દો એટલે પછી હું પણ મારો રસ્તો કરી લઉં.'

નિયતિ, ઉશ્કેરાટભરી તમારી વાત શાંત ચિત્તે સાંભળ્યા બાદ પણ તમારા પતિ તો સાવ નિરુત્તર જ રહ્યા! તમે જેવું અને જેટલું બોલ્યા એ બધુંય એમણે સાંભળી જ લીધું. પ્રતિઉત્તરમાં નિર્માણ એક પણ શાબ્દ ન બોલ્યા અને એટલે જ તમારા મનમાં જાગેલી શંકાને જાણો કે આડકતરું સમર્થન જ મળી ગયું. તમને મનમાં થયું - નિર્માણ પાસે બોલવા જેવું હોય તો બોલે ને? જરૂર, નિર્માણ

અને કાવેરી વચ્ચે કંઈક તો રંધાતું જ હશે અને પછી તો નિયતિ, તમારા મનમાં આ બંનેના સંબંધો બાબતે વહેમના કાળા ડિબાંગ વાદળો છિવાઈ ગયા અને આવા વહેમના વાદળોની આડે સમજણનો સૂરજ ઢંકાઈ જઈને સાવ જાંખો પડી ગયો.

સવારે દસ વાગે ઓફિસે જવા તૈયાર થયેલા નિર્માણને નિયતિ, તમે ફરીથી કહ્યું : 'નિર્માણ, મેં તારે કહેલી વાતનો તમે કેમ કોઈ જવાબ ન આપ્યો? કે પછી 'સાચી વાત' સાંભળ્યા પછી તમારું મોં સિવાઈ ગયું! હવે ઓફિસેથી સીધા જ ઘેર આવજો. અહિયા ઘેર અમે રાહ જોયા કરીએ અને ત્યાં સાહેબ એમની 'માનીતી'ની બથડી પાર્ટીમાં મહાલતા હોય! ઘરમાં બે બાળકો હોય ત્યારે તમને આવું કરતાં શરમ આવવી જોઈએ. નિર્માણ, મેં તમને આવા તો નહોતા જ ધાર્યા! તમે તો હદ કરી નાખ્યી!'

મર્સિદીઝ ગાડીમાં બેસવા પહોંચેલો નિર્માણ ઘરમાં પાછો આવ્યો અને બારણા પાસે ઊભેલી નિયતિને કહ્યું, 'નિયતિ, સારું છે કે આપણા બંને સંતાનો એમના મોસાળમાં નાનાને ઘેર ગયા છે. આજે મારે તારા શંકાશીલ મનમાં ઉદ્ભબેલા તમામ સવાલોના એકસામટા ઉત્તરો તને આપી જ દેવા છે. મારા મૌનને તું મારી નિર્ભળતા ના સમજશ. તેં અત્યાર સુધી જે કાંઈ કહ્યું, એવી બાલીશ વાતોની ચર્ચા કરવાની કે એના જવાબ આપવાની મને જરૂર જણાતી નહોતી. પણ હવે મારી ધીરજનોય અંત આવી ગયો છે. આજે તેં લક્ષ્મણરેખા પાર કરી દીધી છે એટલે હું મોં ખોલું છું....

...કાવેરી મારા કોલેજકાળના સહાય્યાથી કેતનની પત્ની છે. એ મારી ઓફિસમાં હાજર થવા આવી ત્યારે એની સાથે એનો પતિ એટલે મારો મિત્ર કેતન પણ આવ્યો હતો. તે દિવસે કાવેરીને મેં પ્રથમવાર જ જોઈ હતી. મને સેક્શન ઓફિસરના હોદા પર જોઈને કેતનને આનંદ થયેલો. સાથે મારા કારણે કાવેરીને નવી ઓફિસના કામકાજમાં સેટ થઈ જવામાં કોઈ તકલીફ નહીં પડે એવો સંતોષ પણ થયેલો. નિયતિ, ઓફિસના કામ બાબતે ક્યારેક કાવેરી સાથે વાતચીત પણ કરવી પડે. બસ, આટલો વ્યવહાર મારો એની સાથે છે. એના બથડિની પાર્ટીમાં ઓફિસના તમામ સ્ટાફને આમંત્રાશ હોય, વળી એ મારા મિત્રની પત્ની પણ હોય ત્યારે કચેરીના વડા તરીકે હું બથડી પાર્ટીમાં ન જાઉં તો કેવું અજુગતું લાગે? બાકી કાવેરી સાથેનો આજ સુધીનો મારો વ્યવહાર એકદમ મર્યાદાપૂર્ણ જ રહ્યો છે અને રહેશે. તેં મનમાં જેવી ધારણાઓ બાંધી લીધી છે એવું અમારી વચ્ચે કશુંય નથી. હા, અનુભવીઓ એવું કહી ગયા છે કે જેની આંખમાં પીળાશ હોય, એને તો પછી આ આખીય દુનિયા બસ પીળી જ દેખાય!

'એટલે, તમે કહેવા શું માંગો છો?' નિયતિ ઉતાવળે બોલી.

'નિયતિ, તું તારા મનમાં જેવું વિચારે છે એવું કાવેરી સાથે મારે કોઈ જ સંબંધ નથી. તું વિચાર્ય વિના જ મારી પર ખોટા આંશેપો કરે છે. બાકી તું આપણા લજન પહેલા જ તારા ગામના

પેલા છેલબટાઉ કિરણ સાથે છાનીમાની ભાગી ગઈ હતી અને દસ દિવસે પાછી આવી હતી એ વાત તું સાવ ભૂલી જ ગઈ છે કે શું? તારા મનમાં તો બસ એવું જ હશે કે તેં કરેલા આવા ‘પરાકમ’ની વાત બીજા કોઈ જાણતા જ નહીં હોય! આપણા લગ્ન પહેલા જ તારા પખ્ખાએ મને આ હકીકત એકદમ નિખાલસતાથી જણાવી હતી. છતાંય ‘માણસ માત્ર ભૂલને પાત્ર!’ એવું સમજીને મેં તારી સાથે લગ્ન કર્યા હતા. તે સમયે મેં મનોમન માન્યું હતું કે સમય અને સંજોગોને કારણો કોઈ વ્યક્તિ ક્યારેક ભૂલ કરી બેસે તો એને માફ કરી દેવાય. મેં આખીય વાતને વિસારે પાડી દીધી હતી. આપણા દાંપત્ય જીવનના આઠ-આઠ વર્ષ દરમિયાન મેં ક્યારેય તારી સમક્ષ એક યા બીજ રીતે આ વાતને ક્યારેય ઉજાગર કરી જ નથી. મારી સામે સાવ મનઘડંત આક્ષેપો કરતા પહેલાં નિયતિ, તારે તારા ભૂતકાળ પર નજર નાખી લેવાની જરૂર હતી.’

અને પછી તો નિર્માણ ઓફિસે જવા નીકળી ગયો.

નિયતિ, દિવસ આખોય તમે સાવ સુનમુન બનીને બેસી રહ્યા. તમારા પતિ નિર્માણ કહેલી વાત પર તમે ગંભીરતાથી વિચાર્યું તો જે કંઈ બની ગયું એમાં તમને તમારી જ ભૂલ દેખાઈ! સાવ ક્ષુલ્લક બાબતોનો અવળો અર્થ કરી નિર્માણના બેદાગ વ્યક્તિત્વ પર શંકા કરી એના ઉજળાં ચારિત્રને કલંકિત કરવાની ભૂંડી ચેષ્ટા કરી. નિયતિ, તમને પોતાને પાર વગરનો પસ્તાવો થયો. સાંજે તમારા પતિ નિર્માણ ઘેર આવ્યા ત્યારે આંખમાં જળજણ્યાં સાથે ઠંડા પાણીનો ગલાસ આપી, તમે તમારા પતિના ખબે માયું મૂકીને ધૂસકે ધૂસકે રડી પડ્યા. ‘નિર્માણ, મને માફ કરો. જે કંઈ બની ગયું એમાં ભૂલ તો મારી જ હતી. સાચી વાત સમજ્યા વગર મેં તમારા ચારિત્રને પર શંકા કરી. પણ આખરે સત્ય સામે આવી ગયું. લગ્ન પહેલાં મેં કરેલી અકષ્મ્ય ભૂલને જાણ્યા પછી પણ તમે મારી સાથે રાજ્યખુશીથી લગ્ન કર્યા. મને ક્ષોભ ન થાય એટલે આપણા દાંપત્ય જીવનના આઠ-આઠ વર્ષ સુધી એ વાત તમે તમારા હૈયામાં સંઘરી રાખી. નિર્માણ, તમારું મારા પરનું આ ઋણ હું જન્મોજનમ સુધી નહીં જ ચૂકવી શકું.’

રડતી નિયતિની આંખના આંસુ લૂછતા નિર્માણ કહ્યું, ‘નિયતિ, હવે ગાંધી ગુજરીને ભૂલી જઈને નવેસરથી જિંદગીમાં આગળ વધવું જોઈએ. આપણા ભવિષ્ય પર ભૂતકાળનો કોઈ જ પડછાયો ક્યારેય પડવો જ ના જોઈએ. મારા મનમાં તારા પ્રત્યે કોઈ જ પૂર્વગ્રહ નહોતો અને ભવિષ્યમાં પણ ક્યારેય રહેશે જ નહીં. એમ કહેવાય છે કે, વિશ્વાસથી વહાણ ચાલે છે. હું એમાં થોડો સુધારો કરીને કહું છું કે વિશ્વાસથી દુનિયા ચાલે છે, વિશ્વાસથી દાંપત્ય જીવન ચાલે છે. પતિ-પત્નીનો એકબીજ પરનો અતૃપ્ત વિશ્વાસ જ દાંપત્ય જીવનને મજબૂત, મધુર અને મીઠાશલ્ય બનાયે છે. દાંપત્ય જીવનની જીવનનોકા

સંસારઝીપી સમુદ્રમાં વિશ્વાસના વહાણથી જ ગમે તેવા ઝંગાવાતમાંચ સડસડાટ હેમખેમ કિનારે પહોંચી જાય છે.

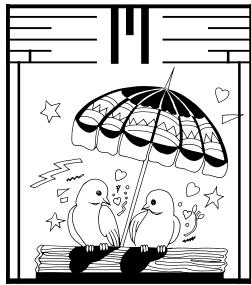
તમારા પતિ નિર્માણની વાત સાંભળીને નિયતિ, તમને ગૌરવ થવું જોઈએ કે તમને ઉમદા વ્યક્તિત્વ, વિશુદ્ધ ચારિત્ર અને પ્રેમાણ પતિના પત્ની છો. જીવનમાં આવા સમજદાર પતિનો સથવારો હોય તો પછી ચાર દીવાલોવાળા એ ઘરને સ્વર્ગ બનાવવા તમારે જાડી મહેનત કરવી જ ના પડે. હા, પણ તમારે એટલું તો યાદ રાખવું જ પડશે કે ક્યારેક આપણો આપણા જ માપ વડે દુનિયા આખીને માપવા નીકળીએ છીએ. પણ આવું કરતા પહેલા સહેજ અટકીને આપણે વિચારતું જોઈએ કે દુનિયા આખીને માપવા તો નીકળ્યા છીએ, પણ કચાંક આપણા પોતાના જ માપમાં તો ભૂલ નથી ને?

બસ નિયતિ, હવે તમારા મનનું સમાધાન થઈ ગયું હશે. તમારા પતિએ તમને માફ કરી જ દીધા છે. એટલે હવે તમે તમારા મનમાં કોઈ જાતનો ક્ષોભ કે સંકોચ રાખશો જ નહીં. તમારા પતિનું સ્વમાન અને ગૌરવ જળવાય એવા વાણી-વવહાર અને વર્તન રાખશો તો પછી તમારું દાંપત્યજીવન તાજ જ ખીલેલા ગુલાબના ફૂલની જેમ મધુમધી ઉઠશે. તમારો સંસારબાગ આનંદથી તરબતર બની રહેશે.

નિયતિ, Best of Luck.

૩/૨૮, ઇન્ડપ્રસ્ટ્રી સોસાયટી, મુ. કલિક્સ, ડા. ઘોટકા, નિ. અમદાવાદ. • મો. ૯૦૯૯૯ ૪૧૨૪૦





જીવનશૈલી

સુવિધાથી છલકાતો આજનો માનવી સુખી છે?



જયબેન દેસાઈ 'દર્પણ'

આજનો અનેક સુવિધાથી છલકાતો માનવી સુખી છે કે આજથી ૮૦-૧૦૦ વર્ષ પહેલાનો અગવડતામાં રહેતો, સગવડતા વિહીન માનવી સુખી હતો? શું સગવડતાઓ સુખ આપી શકે છે? તેમ છતાં સુખ પ્રાપ્ત કરવા માટે સગવડતાઓ હોવી, એ પણ પૂરતું નથી.

આ એક આજનો સણગતો - સાંપ્રદાત સવાલ છે. ત્યારે આપણે વિચારીએ કે સુખ એટલે શું? એ વિશે બહુ ટૂંકમાં સમજાએ તો માત્ર એટલું જ કહી શકીએ કે દિવસ આખો વિવિધ કામો કર્યા પછી શાંતિથી ઊંઘ લઈ શકીએ છીએ ખરા? જો પ્રત્યુત્તર 'હા' જ હોય તો સાચું સુખ... શું આજનો માનવી આર્થિક, કોર્ટબિક, વ્યવસાયિક, વ્યવહારીક, શારીરિક વગેરે ક્ષેત્રે સુખ પ્રાપ્ત કરી શકે છે?

આજના માનવીને સવારથી રાત્રિ સુધી અને સૂવા વિશેની સગવડતાઓ હોવા છતાં સુખી કેમ નથી?

આજના માનવીનું સુખ પોકળ છે. આનું સૌથી મહત્વનું કારણ એ છે કે આજે માનવી અનેક સુવિધાઓ ઉપલબ્ધ થઈ જતાં તેનો ગુલામ બની ગયો છે. આથી જરાક પણ અને થોડા સમય માટે જો આ સુવિધાઓમાં વિક્ષેપ પડે ત્યાં તો માનવી 'ધાંધો' થઈ જાય છે, દુઃખી દુઃખી થઈ જાય છે. સુવિધાઓનો આમ ગુલામ બની ગયો છે. જ્યારે પહેલાના જમાનામાં માનવી પાસે સુવિધાઓનો અભાવ હતો, તો એ પોતાની પાસે જે હતું તેનાથી ચલાવી લેતો. એ પંખા વિના, એ.સી. વિના રહી શકતો. હરવા ફરવા તેને ગાડું જ ખારું લાગતું. ફાનસના અજવાળા તેને પ્રહૃતિલિત કરતા. રેફિજરેટર વિના રસોડાની અનેક ચીજવસ્તુઓ બગડતી નહીં. આમ, કેટલાય દાખલા ગણાવીએ. ટેલિફોન હોવા દુષ્કર હતું. આ સામે આપણે શું કરી બેઠા! સુવિધાઓમાં જરાક તકલીફ થાય કે દુઃખી થઈ જવાય છે.

બીજી બાજુ, વળી એ જમાનાના લોકોની જરૂરિયાતો સીમિત હતી. વધુ પ્રાપ્ત કરવા પ્રયત્નો કરવા પડતા નહીં. પરંતુ આજે માનવીની જરૂરિયાતો અતિ વિશાળ અને વૈવિધ્યસભર થઈ ગઈ છે. પરિણામે ટકી રહેવા, વધુને વધુ સુવિધાઓ પ્રાપ્ત કરવા 'હવાતિયા' માર્યા જ કરે છે. હકીકતમાં આવી જરૂરિયાતો સુખ પ્રદાન કરવાને બદલે દુઃખ જ આપે છે. સુવિધાઓ પ્રાપ્ત કરવાની ભૂખ કદી સંતોષાતી નથી.

પહેલાના જમાનાના માનવીને દેખાદેખી ન હતી. 'એમને એ છે, તો મને કેમ નહીં?' બસ, બીજાને છે એ પ્રાપ્ત કરવા ગમે તેવા સારા અને માઠા રસ્તાઓ દ્વારા એ પ્રયત્નો કરે છે. અને તેથી એને ક્યાંય નિરાંત નથી. ઉગ્રતા અને વ્યગ્રતા રહ્યા જ કરે છે. જે સુખ નહીં, પરંતુ દુઃખ ઉપઝવે છે.

વળી આજે એખણાઓ ઉપર માનવીને ખુદનો અંકુશ નથી. આથી એક એખણા પૂરી થાય ત્યાં નવી આવીને ઊભી હોય. વળી, એને પૂરી કરવા ફરી ફરી મારવા પડે ત્યારે સુખી ક્યાંથી થાય? અરે, આજે આપણે શાંતિથી સૂવાની વાત તો કચાં, શાંતિથી બોજન પણ લઈ શકતા નથી.

આજે જીવનના અનેક ક્ષેત્રોમાં ગળાકાપ હરીફાઈ રહેલી છે. તેથી તેમાં સમતોલન મેળવતા રહેવા માનવીને ખૂબ જ શ્રમ કરવો પડે છે, જે કદી સુખ આપી ના શકે. આથી, ઉપલબ્ધ સુવિધાઓનો સાચી દિશામાં ઉપયોગ કરી શકતો નથી. ખોટે માર્ગ ચડી જવાય છે. તેમાંથી અનેક નુકસાનો વધી પડે છે. જાણો હાડકું લઈ કૂતરું ભાગ્યું. આમ કૂતરું હાડકું ચૂસતું જ્યા તેમાં કંઈ મળે કે ન મળે પણ મૂકે નહીં. એમ આજનો માનવી ઉઠતાવેંત આવી અનેક વર્ષ બાબતો પાછળ પડી જાય છે.

સાચું સુખ પ્રાપ્ત કરવા આપણે વિવિધ સુવિધાઓના ગુલામ બિલકુલ બનવાનું નથી. આ સુવિધાઓ આપણી જરૂરિયાતો સંતોષવા અર્થે આખરે સાધન જ છે. એ સાચું નથી.

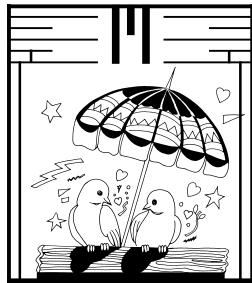
વળી, આપણી જરૂરિયાતોને સીમિત રાખવાની જરૂર છે. જે એ વિશે ગંભીર નહીં બનીએ તો એ આપણને સંતોષ અને સુખ આપે એ કક્ષાએ કદી પૂરી થવાની નથી.

આપણી એખણાઓને આપણી મર્યાદાઓને જાણીને એ મુજબ સીમિત રાખવી જરૂરી છે. આથી કહેવાય છે, 'પછેડી પ્રમાણે સોડ તાણવી.' અદેખાઈ, દેખાદેખી 'મને કેમ નથી? પડોશીને કેમ છે?' એવી આપણી ઘાતકવૃત્તિ આપણને દુઃખી જ કરવાની.

ઈશ્વર ભક્તિ, સ્વચ્છ - માયાળુ - કલ્યાણી - ધાર્મિક જીવનશૈલીથી સાચું સુખ પ્રાપ્ત થશે. સત્સંગ, સાચા ગુરુનો સંગ. સારા પુસ્તકોનું વાંચન - તેના આદર્શોને જીવનમાં સ્થાન આપવાથી જ સાચું સુખ પ્રાપ્ત થશે.

જે કંઈ પણ આપણી પાસે ઉપલબ્ધ છે, એ સ્વીકારીને તેમાંથી સુખ પ્રાપ્ત કરવાના માર્ગો અને પ્રયત્નો જ આપણને સાચું સુખ આપશે. એ ગુરુમત્ર જાણીને અપનાવવો પડશે. પરિસ્થિતિઓનો સ્વીકાર અને પ્રતિકૂળતામાંથી બહાર આવવા અર્થે સાચા - સારા માર્ગો પ્રયત્નો જ આપણને સુખ આપી શકશે.

'નીતયમ', સહકારનગર મેળન રોડ,
મહિલા કોલેજ પાછળ, ઐયા રોડ, રાજકોટ.
મો. ૮૪૨૮૩ ૪૬૮૧૨



સ્વાસ્થ્ય

વર્લ્ડ સ્લીપ ડે - ૩ (World Sleep Day)



ડૉ. મિલિન્ડ ગઢા
(સિનિયર
મનોયિક્ટસક)



ડૉ. દીપિં શાહ (ગડા)
(બાળકો તથા પુષ્ટવાય માટેના
મનોયિક્ટસક)

આપણે આગળના લેખોમાં જાણ્યું કે વર્લ્ડ સ્લીપ ડે - જાગતિક વિશ્વ નિંદ્રા દિવસ ૨૦૦૮થી દર વર્ષે માર્ચ મહિનામાં મનાય છે. આ વર્ષે ૧૮ માર્ચ શુક્રવારના રોજ જાગતિક વિશ્વ નિંદ્રા દિવસ મનાવાયો હતો. આ વર્ષનું સૂત્ર છે : “નિયમિત ઊંઘ,
સ્વાસ્થ્યમય ભવિષ્ય” (Regular Sleep, Healthy Future).

આપણે એ પણ જાણ્યું કે બ્રેઇનમાં આવેલ શારીરિક અવયવો (લિબિક સિસ્ટમના અવયવો) ઊંઘનું નિયમન કરે છે. આમાં મેલેટોનિન તથા ગાબા ન્યુરોટ્રાન્સમિટર્સ (ક્રમિકલ્સ) મહત્વનો ભાગ ભજવે છે.

અનિંદ્રા, એ બીમારીનું લક્ષણ છે; બીમારીનું નિદાન નથી. અનિંદ્રાના લક્ષણનું બે વિભાગમાં વર્ગીકરણ કરવામાં આવે છે : (૧) પ્રાથમિક અનિંદ્રા (Primary Insomnia), (૨) દ્વિતીય અનિંદ્રા (Secondary Insomnia).

દવા સિવાયની સારવારની પદ્ધતિઓમાં મહત્વનું છે કે ઊંઘવાનો સમય નિયમિતપણે એક જ રાખો તેમજ ઉઠવાનો સમય પણ નિયમિતપણે એક જ હોવો જોઈએ. રાત્રે મોબાઇલ, ટી.વી. જોવાનું ટાળો. લાઈટ બંધ જ રાખો. રાત્રે ઘડિયાળ જોવાનું બંધ જ કરી દો. આપણે (૧) ઊંઘ માટેની સોનેરી ટેવો તથા (૨) મનને ઉત્સેધિત / અશાંત કરનારી પરિસ્થિતિથી દૂર રહેવાની પદ્ધતિઓ વિશે જાણકારી મેળવી.

આ લેખમાં સારવારની અન્ય પદ્ધતિઓ વિશે જાણકારી મેળવીએ.

(૩) માનસિક શિથિલતા (Mental Relaxation) :

માનસિક શિથિલતા મેળવવા સક્રિય (Active) પ્રયાસ કરવો જરૂરી છે. સારી રીતભાત તથા યોગ્ય વર્તણું જેમ શીખી શકાય છે તેમ માનસિક શિથિલતા મેળવતા પણ શીખી શકાય છે. દરરોજ નિયમિત એની પ્રેક્ટિસ કરવી ખૂબ અગત્યનું છે.

સંશોધન દ્વારા પુરવાર થયું છે કે યોગ્ય માનસિક શિથિલતાથી મગજના જ્ઞાનતંત્રાંઓમાં હકારાત્મક રાસાયણિક ફેરફારો થાય છે. જ્ઞાનતંત્રાંઓમાં કદ, રચના તથા કાર્ય પદ્ધતિમાં હકારાત્મક ફેરફારો

થાય છે. ન્યુરોટ્રાન્સમિટર્સમાં પણ હકારાત્મક ફેરફારો થાય છે. જેથી રાત્રે ઊંઘ સારી આવે છે.

યોગ, વિપશ્યના, ધ્યાન, ચિંતન (મેડિટેશન), શવાસન વગેરે માનસિક શિથિલતા મેળવવાની અલગ અલગ પદ્ધતિઓ છે જેમાંની કોઈપણ એક અથવા વધારે પદ્ધતિઓ વ્યક્તિ અપનાવી શકે છે. આ પદ્ધતિઓ નિયમિત રીતે, દરરોજ એક ચિંતે થવી જોઈએ.

રાતના સૂતી વખતે આરામદાયક શરીરની સ્થિતિમાં (Comfortable Body Position) માનસિક શિથિલતાનો પ્રયાસ કરવાથી ઊંઘ આવવામાં મદદ મળે છે.

૪. શારીરિક કસરત (Physical Exercise) :

સવારના રોજ નિયમિત રીતે શારીરિક કસરત કરવાથી પણ બ્રેઇનમાં હકારાત્મક ન્યુરોટ્રાન્સમિટર્સ ઉત્પન્ન થાય છે. હળવી, વ્યક્તિને માફક આવે એ પ્રમાણેની શારીરિક કસરતો કરવી જરૂરી છે. અન્ય વ્યક્તિ જોડે તુલના કરવાની નથી.

નિયમિત સવારના ચાલવાનું (મોર્નિંગ વોક), નિયમિત રમવાનું (ટેબલ ટેનિસ, બેડમિન્ટન વગેરે), નિયમિત તરવા જવાનું (સ્વિમિંગ) વગેરે શારીરિક કસરત ક્ષમતા પ્રમાણે કરવાથી મન પ્રકૃતિલિત રહે છે. જેની હકારાત્મક અસર ઊંઘ પર થાય છે તથા રાત્રે સારી ઊંઘ આવે છે.

ઉપરોક્ત શારીરિક કસરત નિયમિત ત૦થી ૪૦ મિનિટ થવી જોઈએ.

આગળના લેખ-૨ માં જણાવ્યા મુજબ સાંજ બાદ જોમભરી (Vigorous) શારીરિક કસરત ન કરવી.

૫. કોગનિટિવ થેરાપી (Cognitive Therapy) :

આ એક પ્રકારની કાઉન્સિલિંગની પદ્ધતિ છે. આ પદ્ધતિમાં વ્યક્તની ઊંઘ વિશેના વિચારો, માન્યતાઓ, વલણ વગેરે વિશે નિખાલસપણે માહિતી મેળવવામાં આવે છે. અનુભવથી જાણવા મળ્યું છે કે ઊંઘ વિશે લોકોમાં તથા સમાજમાં ઘણી જ ભૂલભેલી માન્યતાઓ છે. વૈજ્ઞાનિક સત્યથી વેગળી માહિતી લોકોમાં તથા દર્દીમાં હોય છે, જે સારવારમાં અવરોધ બને છે.

(અ) સાચકો એજ્યુકેશન (Psycho Education) :

સૌપ્રથમ વ્યક્તિ તથા પરિવારજનોને ઊંઘ વિશેની વૈજ્ઞાનિક માહિતી બધા સમજી શકે એવી સાદી સરળ ભાષામાં આપવામાં આવે છે (વર્દ્દ સ્લીપ ડેનો લેખ પહેલો ભાગ-૧) જેથી ભૂલભરેલી ખોટી માન્યતાઓ દૂર થાય છે. ખાસ કરીને ઊંઘનો સમય, કેટલા કલાક ઊંઘવું જરૂરી છે, ખરાબ ભયંકર સપનાઓ વગેરે વિશે ચર્ચા કરી વૈજ્ઞાનિક માહિતી અપાય છે. આ શ્રેણીનો પહેલો ભાગ (મંગલ મંદિર : માર્ચ-૨૦૨૧નો અંક) ફરીથી વાંચવા સૌને વિનંતી છે.

(બ) ઊંઘ વિશેની ચિંતા (Anxiety) :

લગભગ બધા જ દર્દીઓમાં એક ચિંતા હોય છે કે “મને આજે રાત્રે ઊંઘ આવશે કે નહીં?” તથા આવી અન્ય ચિંતાઓ વિશે કાઉન્સેલિંગ કરવામાં આવે છે. જેથી આવી અકારણ ચિંતા દૂર થાય અને દર્દી ચિંતામુક્ત થઈ રાત્રે વ્યવસ્થિતપણે સૂર્ય શકે.

દવાઓ (Pharmacology)

અનિન્ડ્રાની ફરિયાદ દૂર કરવા માટે અલગ અલગ પ્રકારની દવાઓ ઉપલબ્ધ છે. અલગ અલગ દવાઓ બ્રેઇનમાં અલગ અલગ ટેમિકલ્સ (ન્યુરોટ્રાન્સમિટર્સ) પર અસર કરે છે.

અલગ અલગ પ્રકારની દવાઓ જેવી કે (૧) મેલેટોનિન, (૨) સીડેટિએટ્સ / હિન્નોટિક્સ, (૩) બેન્જોડાયેપેન, (૪) એન્ટી ડિપ્રેશન્ટ, (૫) એન્ટી સાઇકોટ્રિક્સ – સેકન્ડ જનરેશન બજારમાં મળે છે.

દવાઓ કઈ આપવી, કેટલી માત્રામાં આપવી, કેટલો વખત આપવી – એ સારવારની કળા (Art of Prescription) છે. ડોક્ટર કે મનોચિકિત્સક આમાં નિષ્ઠાત છે. એમની સલાહ મુજબ સારવાર કરવી અગત્યનું છે.

● વ્યક્તિગત સારવાર :

ઉપરોક્ત સારવારની અલગ અલગ પદ્ધતિઓમાંથી એક કે એકથી વધારે પદ્ધતિઓ અનિન્ડ્રાના દર્દી માટે અપનાવાય છે. દર્દીના લક્ષણો, દર્દનું વ્યક્તિગત, સ્ટ્રેસ લેવલ તથા અન્ય સંજોગો ધ્યાનમાં લઈ સારવાર વ્યક્તિગત રીતે કરાય છે.

● સારાંશ :

- અનિન્ડ્રાની ફરિયાદ બીમારીનું લક્ષણ છે, બીમારીનું નિદાન નથી.
- વ્યક્તિગત રીતે યોગ્ય નિદાન કરવું જરૂરી છે.
- સારવારમાં (અ) દવાઓ સિવાયની પદ્ધતિઓ તથા (બ) દવાઓ દ્વારા વ્યક્તિગત રીતે સારવાર શક્ય છે. આથી ધ્યાર્ય પરિણામો મળે છે.

(સંપૂર્ણ)

યોગને જાણીએ અને માણીએ...

(અનુસંધાન : પાના નં. – ૪૦ ઉપરથી ચાલુ)

અને બાકી વ્યક્તિને ભોજનમાંથી મળે છે. તેથી ભોજનમાં ચરબી અને કોલેસ્ટેરોલને ઘટાડવા જરૂરી છે.

યોગ હાનિકારક કોલેસ્ટેરોલનો દુશ્મન છે. તેનો તે મૂળથી નાશ કરી દે છે. તમારી ઈચ્છાશક્તિ મજબૂત હોય અને તમને યોગ પર વિશ્વાસ હોય તો યોગથી તમને ઘણો લાભ થઈ શકે છે. આનો અભ્યાસ નિયમિત કરવો જરૂરી છે.

સર્વિંગાસન, ઉત્તાનપાદાસનનો અભ્યાસ કરવાથી કબુજિયાત, ગેસ, સ્થૂળતા વગેરે દૂર થઈ ભૂખ વધે છે અને હાનિકારક કોલેસ્ટેરોલ ઘટે છે.

પવન મુક્તાસનનો અભ્યાસ કરવાથી પેટની વધેલી ચરબી દૂર થાય છે. અમ્લપિતા, હદ્યરોગ, ગાઠિયો અને કમરનો દુઃખાવ વગેરે દૂર થાય છે.

દીર્ઘ નૌકાસનનો અભ્યાસ કરવાથી હદ્યને શક્તિ મળે છે અને કોલેસ્ટેરોલ બળી જાય છે. શશકાસનનો અભ્યાસ કરવાથી પણ હદ્યને શક્તિ મળે છે.

વકાસન કમરની ચરબીને ઘટાડે છે. પશુ વિશ્રામાસનથી કમરના પાછળના ભાગમાં વધેલી ચરબી ઘટે છે.

દ્વિ-ચક્કિકાસનથી પણ સ્થૂળતા ઘટે છે અને હાનિકારક કોલેસ્ટેરોલ નાશ પામે છે. અર્ધ હલાસન, પાદવૃત્તાસનથી પણ બિનજરૂરી ચરબી બળી હાનિકારક કોલેસ્ટેરોલ ઘટે છે.

ભસ્ત્રિકા પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરવાથી ત્રિદોષનું શમન થાય છે. લોહી શુદ્ધ થાય છે. શરીરના ઝેરીલા પદાર્થો બહાર નીકળી જાય છે. હાનિકારક કોલેસ્ટેરોલ ક્યારેય વધી શકતો નથી.

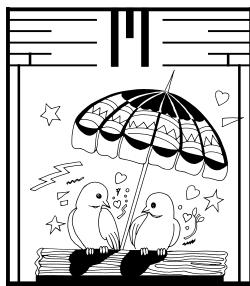
કપાલભાતી પ્રાણાયામ કરવાથી હદ્ય, ફેફસાં તથા મગજના બધા રોગ દૂર થાય છે અને યકૃતમાં અનાવશ્યક ચરબીનું નિર્માણ થતું નથી. જેનાથી હાનિકારક કોલેસ્ટેરોલ વધતું નથી. પેટના બધા જ રોગ આનાથી દૂર થાય છે.

અનુલોમ-વિલોમ કે નાડીશોધન પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરવાથી બોંટેર કરોડ, બોંટેર લાખ, દસ હજાર બસ્સો નાડીઓ શુદ્ધ થાય છે. કોલેસ્ટેરોલ, ટ્રાયગ્લિસરાઇડ્સ, એચ.ડી.એલ. અથવા એલ.ડી.એલ. વગેરેની અનિયમિતતા દૂર થાય છે. સારા પરિણામ માટે આ પ્રાણાયામનો અભ્યાસ ૧૦થી ૧૫ મિનિટ સુધી કરો.

તો આજે જ નહીં, કાયમ માટે યોગને અપનાવીને આપણા શરીરને રોગમુક્ત બનાવીએ. આવો, આજથી આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિવસને કાયમી યોગ દિવસ તરીકેની ઉજવણી કરીએ.

સંદર્ભ : વિકીપીડિયા, વિવિધ અભિવારી અહેવાલો.

“પરમેશ્વરી”, પ્લોર નંબર ૧૬૫, હોલ્સ્પિટ રોડ, વિજયનગર એર્પીએ, મુજફા, કર્ણાટક ೫೯೦ ૦૦૨. મો. ૯૮૨૮૦ ૭૭૨૮૫



સ્વાસ્થ્ય

યોગને જાણીએ અને માણીએ....



ડૉ. ભિહિર એમ. વોરા

આપણા વડાપદ્ધાનશીના પ્રયત્નથી દર વર્ષે ૨૧મી જૂનના રોજ યોગ દિવસની ઉજવણી આખા વિશ્વમાં થાય છે. ભારત માટે આ ઘણો મોટો દિવસ છે. ભારતની સંસ્કૃતિ હવે ધીરે ધીરે પણ મક્કમ પગલે દુનિયાભરમાં અસર પામતી થઈ છે. મિત્રો, જાણીતા ગુજરાતી વિવેચક અને લેખક સૌરભ શાહે એક વાત સાચી લખી છે કે, “ગુજરાતી ભાષામાં ગાંઠિયાના વિવિધ સ્વરૂપો સેવ, પાપડી, ફાફડા, રતલામી, ભાવનગરી વગેરે કુલ દોઢ ડઝન કરતાં વધુ વિકલ્પો છે. આપણી પાસે ધન, લક્ષ્મી, પૈસા, રૂપિયા, દામ વગેરે માટે એથીય વધુ શબ્દો છે પણ આપણી માતૃભાષામાં હિંમત, સાહસ, કસરત, તાકાત, થાક કે પરસેવા માટે શાબ્દિક માંડ બે-ત્રાણ પર્યાયો છે.” વધુમાં તેઓ જણાવે છે કે, “નાસ્તામાં ગાંઠિયા - ચેવડા ખાઈને શરીર સુદ્રદ બનતું નથી. આખો દિવસ બાઈક પર રખીને કે ખુરશીમાં બેસીને બોડી બિલ્ડિંગ થતું નથી. ગુજરાતીઓમાં જ નહીં, ભારતની મોટા ભાગની પ્રજાઓમાં શારીરિક સ્વાસ્થ્ય માટેની સભાનતા ખૂબ મોડી આવી. અમેરિકા - બ્રિટનની પ્રજાઓ જયારે આ બાબતમાં ખૂબ આગળ નીકળી ગઈ હતી ત્યારે ભારતના આમ આદમીઓ આ ક્ષેત્રે પહેલું ડગલું ભરતા થયા હતા. રાજી-મહારાજાઓના કાળમાં અખાડા અને વ્યાયામશાળાઓ હતા, પણ માત્ર રાજ્યના મહ્લે અને સૈનિકો માટે! આમ પ્રજા માટે નહીં. માત્ર અધિમુનિઓ જ યોગ કરતા હતા, જે આગામ જતાં લોકપ્રિય બન્યું.

મિત્રો, જો આપણા વડીલોને પૂછશો તો તેઓ જણાવશે કે ૧૯૬૦ના દાયકામાં ભારતમાં કસરત માટેનું એક સાધન વેચાતું - ‘બુલવર્કર’ હતું. રીડર્સ ડાયજેસ્ટમાં એની એડ આવતી હતી. ‘બુલ વર્કર’ના બેઉ છેડા એકબીજા સાથે પ્રેસ કરીને એક ઈચ્ચ પણ સરકાવી શકતું નહીં. એની બેઉ બાજુના પ્લાસ્ટિકનાં દોરડાં ગમે એટલા બેંચો, સહેજ પણ ખસકતા નહીં. આજે તો હવે તમામ શહેરોમાં ડઝનથી વધુ જાણીતી ફેન્ચાઈઝીવાળા જિમ ખૂલી ગયા છે. વિદેશથી મંગાવેલા આધુનિક સાધનો પર પરસેવો પાડીને ફિટનેસ જળવાય છે. પણ એક વખત, માત્ર એક વખત જિમ છોડીને ઘરમાં વ્યાયામ કરી જુઓ. તમને અંદરથી ખરેખર માનસિક શાંતિ જણાશો. ઘરમાં બારસાખ સાથે એક દાંડો ફિટ કરીને તમે જિમ જેટલી જ ઈંફેક્ટિવ એક્સરસાઈઝ કરી શકો છો. જિમના બંધિયાર અને ક્ર્યારેક પ્રદૂષિત વાતાવરણમાં શરીરને લાભ થવાને

બદલે નુકસાન થઈ જતું હોય છે. પ્રોપર ટ્રેનિંગ ન હોય તો વેઇટ્સ ઊંચકતી વખતે કમર, ગરદન, સાંખાઓને લાંબાગાળાનું નુકસાન થઈ શકે છે. આથી જ આવી જોખમી કસરતો મૂકીને યોગ જેવી શુષ્ણ યોગક્રિયાઓ અપનાવીએ. ભારતના યોગી પતંજલિએ યોગાસન, એ દુનિયાને આપેલી બેટ છે.

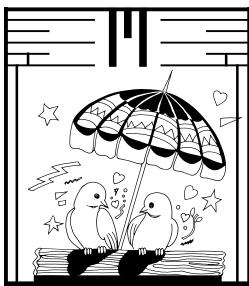
ભારતમાં આમ પ્રજા યોગાસન કરતી થઈ એ પહેલા આપણા યોગગુરુઓ વિદેશોમાં જઈને ત્યાંની પ્રજાને એનું ધેલું લગાડી આવ્યા હતા. યોગી આયંગરજી આજીવન એક યોગી પુરુષ તરીકે જ રહ્યા હતા. કૃપાળુ મહારાજે યોગાસન વિશેનું એક સચિત્ર પુસ્તક “તલવલકર્સ” લખેલું હતું. કૃપાળુ મહારાજથી લઈને બાબા રામદેવ સુધીના અનેક ગુરુઓએ ભારતમાં અને ભારતની બહાર યોગનો પ્રચાર કર્યો છે.

મિત્રો, જિમિંગની સામે કોઈ મોટો વિરોધ નથી, પણ એકવાર ઘરમાં યોગ કરી જુઓ, તો જિમિંગને ખૂલી જશો. સૂર્ય નમસ્કાર જો પદ્ધતિસર અને પૂરતો સમય આપીને કર્યા હશે તો શરીરમાંથી એટલો જ પરસેવો છુટશે જેટલો અદ્યો કલાકના જિમિંગ પછી તમને થતો હોય છે. યોગાસન ધીરજ માંગી લે છે, મનની શાંતિ માંગી લે છે.

મિત્રો, આજે ટેકેટેકાણે કેટલાક આધુનિક જિમમાં હજુ મુખ્ય દરવાજો ખોલો ત્યાં ડિસ્કોમાં પ્રવેશતા હો એવું ધામ ધુમ ચુંઝિક સંભળાય છે. એવા સંગીત સામે પણ વ્યાયામ કરવાની મજા આવી શકે છે. પણ આપણું મન તદ્દન નીરવ શાંતિ મહેસૂસ કરતું હોય એવા ઘરના પોતીકા વાતાવરણમાં યોગાસન કરી જુઓ. તમને અંદરથી જણાશે કે ખરેખર માનસિક શાંતિવાળી કસરત એટલે થોડો ફેરફાર કરો, નિયમિત વ્યાયામ કરો અને યોગ્ય ખોરાક લો. મોટાભાગે કોલેસ્ટેરોલ વ્યક્તિના લીવરમાં બને છે

યોગની શરૂઆત સૂર્ય નમસ્કારથી કરવામાં આવે છે. સૂર્ય નમસ્કારથી શરીર જ નહીં મન પણ શાંત થઈ જશે. કોઈ રોગીજ શરીરવાળી વ્યક્તિ યોગી નહીં બની શકે. યોગી બનવા માટે પહેલા ભોગ છોડવો પડે, તો જ યોગ કરવાની મજા આવે. મિત્રો, આપણે યોગ અપનાવીને કોલેસ્ટેરોલને કાબૂમાં રાખી શકીએ છીએ. દૈનિક જીવનમાં થોડો ફેરફાર કરો, નિયમિત વ્યાયામ કરો અને યોગ્ય ખોરાક લો. મોટાભાગે કોલેસ્ટેરોલ વ્યક્તિના લીવરમાં બને છે

(અનુષ્ઠાનિક : જુનો પાના નં. - ૩૬ ઉપર)



કારકિર્દી

MCQ પ્રકારના પ્રેશનોમાં માર્ક સભળ કરવાની IMP ટિપ્પણી



હૈરેન દવે

અત્યારના સમયમાં છ.પી.એસ.સી. સહિતની અનેક સ્પર્ધાત્મક પરીક્ષાઓ એમ.સી.ક્યુ. સ્વરૂપે લેવામાં આવે છે ત્યારે આ ‘એલિમિનેશન રાઉન્ડ’માં મહત્વમાં એસ્પીરન્ટ નિષ્ફળતા મેળવે છે. બહોણું વાંચન ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓ પણ ક્યારેક તેમાં નિષ્ફળતા મેળવે છે ત્યારે સફળતાનો શોર્ટ કટ કેવો હોય તેની ચર્ચા કરીએ.

કોઈ પ્રેશન સહેલો કે અધરો હોતો નથી પણ ઓપ્શન તેને સહેલો કે અધરો બનાવે છે. બહુ ઓછા લોકોને ચોક્કસ જવાબ આવડતો હોય છે પણ ઓપ્શનને આધારે ખોટો જવાબ એલિમિનેટ કરી શકાય! મોટા ભાગે સફળતા એલિમિનેટ કરવાની ટેલેન્ટ પર આધારિત હોય છે!

જેમકે ‘ભારતમાં કર્કવૃત કયા રાજ્યમાંથી પસાર થતી નથી?’ (એ) ગુજરાત, (બી) મધ્યપ્રદેશ, (સી) કર્ણાટક, (ડી) પશ્ચિમ બંગાળ. આ પ્રેશનમાં જો જવાબ ન પણ ખ્યાલ હોય તો પણ ઉપર ઉપરથી ભારતનો નકશો જોયેલ હોય તો એટલો આઈડિયા આવી જાય કે કર્કવૃત લગભગ મધ્યમાંથી પસાર થાય છે એટલે કર્ણાટકમાંથી પસાર થાય નહીં. આમ જવાબ ખ્યાલ ન હોવા ઇતાં એલિમિનેશનથી સાચા ઉત્તર સુધી પહોંચી શકાય છે. પણ જો આ જ પ્રેશનમાં ઓપ્શન બદલી કાઢીએ તો, ‘ભારતમાં કર્કવૃત કયા રાજ્યમાંથી પસાર થતી નથી?’ (એ) રાજ્યસ્થાન, (બી) ત્રિપુરા, (સી) મિઝોરામ, (ડી) મણિપુર. હવે સાચો વિકલ્પ શોધવો ઘણાને ટફ લાગે છે.

ધણા ટોપર જેવું નોલેજ ધરાવતા હોય પણ જો આવી ટેલેન્ટ ન હોય તો બહુ ઓછા માર્ક મેળવે છે. જો પરફેક્ટ જવાબ આવડતો ન હોય તો પ્રેશન છોડી ન દો, ઓપ્શન જોશો તો ખ્યાલ આવશે કે એકાદ તો એવો વિકલ્પ હશે કે જેને તમે ચોક્કસપણે કહી શકો – કે આ વિકલ્પ ખોટો છે. જો ચારમાંથી ત્રણ વિકલ્પો એવા મળી જાય તો ૧૦૦% સાચા જવાબ સુધી પહોંચી શકાય. પણ જો ૧૦૦% સાચો જવાબ ન પણ મળે તો ઓછામાં ઓછો એક વિકલ્પ તમારી પાસે રહેલા નોલેજનો ઉપયોગ કરીને એલિમિનેટ કરીને બાકીના વિકલ્પોમાંથી પસંદ કરી શકો. પરફેક્ટ સાચા જવાબનો આગ્રહ રહેવા દો અને વધુમાં વધુ ટીક કરવાનો પ્રયત્ન કરો. પણ જો એક પણ વિકલ્પ એલિમિનેટ કરી ન શકો તો પ્રેશન છોડીને આગળ વધો!

દરેક પ્રેશન બે વખત વાંચીને પછી જ સાચા વિકલ્પની પસંદગી કરો! પણ જો એક પણ વિકલ્પ ખ્યાલ ન હોય તો તેવા પ્રેશન પાછળ સમય ન બગાડો.

જો જવાબ માત્ર પૂર્વધારણાને આધારે ‘ગોસ કરીને’ લખવાનો હોય તો એવી કોઈ માન્યતા ન રાખો કે ઉપરના બે પ્રેશનોના જવાબ વિકલ્પ ‘બી’ હોય તો ત્રીજાનો જવાબ પણ તે જ હોય. આવી કોઈ સિક્વન્સ પરીક્ષામાં જોવામાં આવતી નથી.

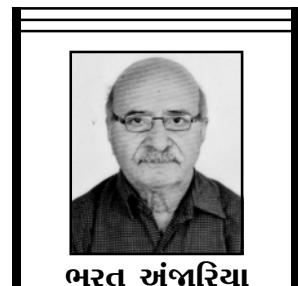
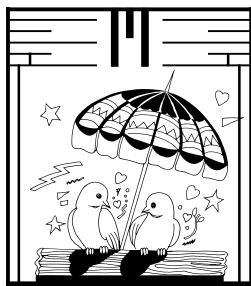
સૌથી વધુ અધરા પ્રેશનો એ હોય છે કે કેમાં ‘નીચે પેકી કયા વિદ્યાનો સાચા છે?’ પૂછવામાં આવેલ હોય. તેમાં બહુ ચોક્કસ બનીને જવાબ આપવો પડે છે. આવા પ્રેશનોમાં અનેક એમ.સી.ક્યુ.નો અભ્યાસ કરીને આવું તારણ કાઢવામાં આવેલ છે કે માત્ર ૨૧% પ્રેશનોનો ઉત્તર ‘ઉપર પેકી એક પણ નહીં’ હોય છે. આથી જો તમે શ્યોર હોવ તો જ આવો વિકલ્પ ટીક કરો. જ્યારે કદાચ, લગભગ, મોટા ભાગે, જવલ્લેજ વગેરે ટર્મ હોવાની શક્યતા ખૂબ વધુ હોય છે.

સામાજિક વિજ્ઞાનના વિષયો જેવા કે ઈતિહાસ, અર્થવ્યવસ્થા, રાજ્યવ્યવસ્થા વગેરેમાં ૦% કે ૧૦૦%, હંમેશાં, ક્યારેય નહીં જેવા એકસ્ટ્રોમ શબ્દો જો જોવા મળે તો તેની સાચા હોવાની શક્યતા ઘટી જાય છે. જ્યારે કદાચ, લગભગ, મોટા ભાગે, જવલ્લેજ વગેરે ટર્મ હોવાની શક્યતા ખૂબ વધુ હોય છે.

સૌથી પહેલા તો જ્યારે પરીક્ષા આપવા જાઓ ત્યારે મનમાં કોઈ પૂર્વધારણાઓ બાંધીને ન જાઓ! કેટલા પ્રેશનોનો ઉત્તર ટીક કરશો તેને પૂર્વનિર્ધરીત ન કરો! તમારે બસ કટ-ઓફથી ઉપર રહેવાનું છે. પેપર સહેલું હોય તો કટ-ઓફ ઉપર જશે નહિતર નીચે પણ જઈ શકે. પેપર જોઈને નક્કી થાય કે કેટલા પ્રેશનો ટીક કરવા.

મોટાભાગના પરીક્ષાર્થીઓ એમ.સી.ક્યુ.થી અને નેગેટિવ માર્કથી ડરતા હોય છે. આ ડર તદ્દન ખોટો. તેને મનમાંથી કાઢી નાખો!

ઉપરના પોઈન્ટ ધ્યાનમાં લઈને તૈયારી કરશો તો ચોક્કસ તમારા માર્કમાં ખૂબ જ વધારો થશે! આ ટિપ્પણી ખૂબ જ લાંબા શૈક્ષણિક અનુભવને આધારે તથા સંભાવનાના સિદ્ધાંતોને આધારે તૈયાર કરવામાં આવેલ છે. તેને આધારે સ્પર્ધાત્મક પરીક્ષાઓમાં સ્કોર બુસ્ટ કરી શકાશે અને કટ-ઓફ કોસ થઈ જશે!



ગ્રાહક દેવો ભવ!

આપણા સમાજમાં તથા આર્થિક વ્યવહારો અને વેચાણ સંબંધી બાબતોમાં વેપારીની નજરે ગ્રાહકનું સ્થાન અગત્યનું છે. સામાન્ય રીતે ગ્રાહકને દેવ સમાન માનવામાં આવે છે અને તેથી જ ‘ગ્રાહક દેવો ભવ’ કહેવામાં આવે છે. ગ્રાહક છે, તો વેપારી છે અને વેપારી છે તો વેપાર છે. વેપારની વ્યવસ્થામાં બોલે તેના બોર વેચાય છે. વેપારી લોકો ગ્રાહકનું માન સન્માન જળવાય અને પોતાની ગરિમા પણ જળવાય તેવા પ્રયાસો કરતા હોય છે. ગ્રાહકોને આકર્ષવા વળતર કે ડિસ્કાઉન્ટ આપે કે અમુક વસ્તુની સાથે અમુક વસ્તુ નિઃશુલ્ક આપે તેવું બને છે. ટેલિકાર્ડ વેપારીઓ ગ્રાહકોને ઉધારીમાં માલ આપીને પોતાનું વેચાણ વધારવા પ્રયાસો કરતા રહે છે.

ધડા વેપારીઓ પોતાની દુકાનમાં બૉર્ડ પડા લખતા હોય છે : “ગ્રાહકોનો સંતોષ એ જ અમારો મુદ્રાવેખ છે.” કેટલાક વેપારીઓ વેચેલો માલ પરત રાખતા નથી. કેટલાક વેપારીઓ બધોરે ૧ થી ૩ માં જ માલ બદલી આપે છે. ગ્રાહકોને જો પૂરતી સવલતો અપાય તો ગ્રાહક જરૂર આકર્ષણ્ય છે.

આપણે ત્યાં સાતમ-આઠમ કે દિવાળીના તહેવારોમાં વેપારીઓ સેલ પણ રાખતા હોય છે. ગ્રાહકોને ફાયદો થતો હોવાથી ગ્રાહકો ખરીદી માટે કતારો લગાવે છે. ગ્રાહકોની માંગ તથા અપેક્ષાઓ ધર્શનીવાર ઊંચી હોય છે, જે સંતોષવાનું વેપારીઓ માટે ધર્શનીવાર અશક્ય હોય છે.

વેપાર જગતની વાત કરીએ તો ઘણા વેપારીઓની વાણી એકદમ મીઠી હોય છે, જે ગ્રાહકોને ગમે છે. કેટલાક વેપારીઓ ઉડાઉ જવાબ આપે કે અખૂરો જવાબ આપે તે ગ્રાહકોને પસંદ હોતું નથી. કેટલાક વેપારીઓ તો ગ્રાહકોને ચા કે ઠંડા પીણાની ઓફર પણ કરતા હોય છે. પોતાની નવી દુકાનના ઉદ્ઘાટન કે જૂની દુકાનમાં ફેરફારોના સમયે પોતાના ગ્રાહકોને નિમંત્રણ આપીને જલપાન કે આઈસ્ક્લીમથી સ્વાગત કરતા હોય છે. વેપાર વધારવાની તથા સંબંધો જાળવવાની આ એક રીત છે.

આજે હરીફાઈનો યુગ છે. તેથી ગ્રાહકો, જો વોટ્સએપમાં પોતાને જરૂરી ચીજોનું લિસ્ટ મોકલી આપે, તો વેપારીઓ હોમ રિલીવરી પણ કરતા હોય છે.

ગ્રાહકની સુરક્ષા માટે સરકાર પણ પગલા લે છે. ગ્રાહકોના પ્રશ્નો કે કરિયાદો માટે અલગ અદાલત કે 'કળજ્યમર કોરમ'

પણ ચાલે છે. ગ્રાહકોને વેપારી તરફથી કે વીમા કંપની તરફથી કોઈ અન્યાય થયો હોય તો કેસ દાખલ કરી શકાય છે. ગ્રાહકની તરફે ષામાં ચુકાડો આવે તો ગ્રાહકને ફાયદો પણ થાય છે.

ગ્રાહકોને અંગેજમાં ‘Consumer’ તથા હિંદીમાં ‘ઉપભોક્તા’ કહેવાય છે. ડૉક્ટર માટે દર્દી ગ્રાહક છે. ઘણા વેપારીઓ દિવાળીના સમયમાં કેલેન્ડર, ડાયરી, સૂકો મેવો વગેરે ગ્રાહકોને આપતા હોય છે. વેપારીઓ પોતાના પરિવારના પ્રસંગે પોતાના ગ્રાહકોને પણ હાજર રહેવા માટે આમંત્રણ આપતા હોય છે.

ધણીવાર બેંક, વીમા કંપની, પોસ્ટ ઓફિસ, મ્યુનિ. કોર્પોરેશન, ઈલે. બોર્ડ, ટેલિફોન, રેલ્વે વગેરે પોતાની સેવાઓ સમયસર આપતા નથી. તેથી ગ્રાહકો પોતાની ફરિયાદો કરતા હોય છે. ધણીવાર વેપારીની ભૂલને કરણે ગ્રાહકો દંડાતા પણ હોય છે. અમુક વેપારીઓ કે સંસ્થાઓ પોતાના ગ્રાહકો માટે પાણીની તથા બેસવા માટે ખરશીની વ્યવસ્થા પણ કરતા હોય છે.

ગ્રાહક છે તો વેપાર થાય છે. ગ્રાહક વિના વેપાર સંભવિત નથી. ગ્રાહકોને સાચવવાની જવાબદારી વેપારીની પણ છે. આવા સમયમાં ગ્રાહક અને વેપારીના સંબંધો જળવાઈ રહે તે જરૂરી છે. ગ્રાહકને અપાયેલી સેવાઓથી વેપારમાં તથા લક્ષ્યીમાં વૃદ્ધિ થઈ શકે છે. ગ્રાહકને દેવતુલ્ય માનનાર વેપારી સફળતાના શિખરો સર કરી શકે છે. માટે ગ્રાહકને દેવ માને, તે વેપારી વેપાર વધિ કરી શકે છે.

“આસોપાલવ”, રાંકમેન્ડ્સ સોસાયટી,
ફેલ્લા રોડ, રાજકોટ-૩૬૦ ૦૦૭. • મો. ૯૪૨૬૪ ૧૯૮૪૪

આનંદ એ કોઈ ઘટના નથી. નથી એ બહારથી આવતી
અનુભૂતિ. એ તમારી અંદર જ ઉગતી લાગડી છે. તમે એ
લાગણીને સતત ઉંઘાડ્યું કરો તો જ એ વૃદ્ધિ પામશે. જે કોઈ
કાર્ય કરો તેમાં આનંદ અનુભવો. અણગમતું કાર્ય કરવાનું આવે
ત્યારે પણ, કામમાં અણધાર્યો વિક્ષેપ આવે ત્યારે પણ.
અણગમતી પરિસ્થિતિમાં મુકાઓ ત્યારે પણ.

જવનનો આંદ ખૂબ જ નાનકડી બાબતોમાંથી મળે છે.
બાળકનું સિમત, શાળાએ જવા નીકળતી દીકરીનું ઝડપી ચુંબન,
આભારભરી એક દંદિ, હદયપૂર્વક પ્રશંસા – અગણિત, અતિ
સૂક્ષ્મ, સ્નેહાળ લાગણીઓની કાણિક અભિવ્યક્તિમાં જ ઉછેણ
છે આનંદનો ઉદ્ઘાટ.

SOME GOLDEN THOUGHTS....

Presentation : Dinesh R. Mehta

*The virtue of all achievements is victory over oneself.
Those who know this, can never know defeat."*

"Even if you are on the right track, you'll get run over if you just sit there."

"Success is connected with action. Successful people do make mistakes, but keep moving ahead."

"You are the only person on this earth who can use own ability."

"It is not the situation, but the way we respond to the situation that's important."

"The most practical, beautiful philosophy in the world won't work if you don't."

"Those who say it can't be done are usually interrupted by others doing it."

"For the resolute and determined there is time and opportunity."

"You need to accept the fact that from this moment on, your situation and future is in capable hands – yours."

"People pay more attention to what you do than what you say."

"All great men are made of failures. And that's the secret of their success."

"Of all the things you wear, your expression is the most important."

"You can't climb the ladder of success with your hands in your pockets."

"Success occurs when opportunity meets preparation."

"One reason people never attempt new things is their fear of failure. Shun it."

"When you are looking at the Sun, you see no shadows."

"No one can make you feel inferior without your consent."

માહિતી

બેટરી કે પાવર વિના કામ કરતું ગેસ લાઇટર

શક્તિ પેદા કરતા મોટાભાગના સાધનોને વીજળી કે બાધ્ય શક્તિની જરૂર પડે. પરંતુ ગેસ લાઇટર એવું સાધન છે જેમાં કોઈ શક્તિની જરૂર પડતી નથી, પરંતુ તણખાઓ પેદા થાય છે. ગેસ લાઇટરની રચના સારી છે. લાંબી નલીમાં સ્થિર વડે દબાણ પેદા કરતા ધાતુના બે ટુકડા પરસ્પર અથડાય તેવી રચના હોય છે. બટન દબાવો એટલે ખટાક અવાજ થઈને તણખો પેદા થાય છે. તેમાં વપરાતી ધાતુને પિઝો ઈલેક્ટ્રિક કહે છે. પિઝો એટલે દબાણ. ધાંધી ધાતુઓમાં દબાણ કે ઘર્ષણથી તણખા પેદા થાય છે તે તમે જોયું હોશે. જૂના વખતમાં ચકમક લોઢાના ટુકડા સાથે અથડાવીને અજિ પેદા કરાતો. જૂના વખતના લાઇટરમાં પથ્થર વપરાતો, જેને ઘસારો લાગે તો તણખો પેદા થતો. ગેસ લાઇટરમાં ઊંચા પ્રકારના પિઝો ઈલેક્ટ્રિક ધાતુના ટુકડા હોય છે. આ ધાતુને આધાત થાય ત્યારે પોઝિટિવ અને નેગેટિવ આયનો છૂટા પડે. બેટરીની જેમ ઓછો વીજભાર હોય તે તરફ કરંટ વહે. આ ધાતુના એક ચોરસ સેન્ટિટરના ટુકડા ઉપર ૫૦૦ કિલો વજનનું દબાણ થાય તો ૨૫૦૦ વોલ્ટ જેટલી વીજળી પેદા થઈ શકે. આપણા ગેસને પેટાવવા એક જ તણખો જોઈએ એટલે કે ગેસ લાઇટર સામાન્ય હળવા દબાણથી કામ કરી શકે છે.

સીએનજી શું છે? તે શેમાંથી બને છે?

વાહનો પેટ્રોલ કે ડીજલ વડે ચાલે છે. પરંતુ હવે વાહનો માટે પેટ્રોલ કે ડીજલને સ્થાને સીએનજી નામનું નવું ઈંધણ વપરાય છે. સીએનજી એટલે કોમ્પ્રેસ નેચરલ ગેસ. નેચરલ ગેસને ખૂબ જ દબાણ હેઠળ સંકોચી સીએનજી મેળવાય છે. ગેસનું વિજ્ઞાન જ્ઞાનવા માટે તે શું છે તે સમજવું પડે. કુડ કે કુદરતી તેલ ચીકણું કાણું ઘણ પ્રવાહી છે. તેમાંથી કેરોસીન, ડીજલ અને પેટ્રોલ સહિત ઘણી બધી પેટ્રોલિયમ પેદાશો મળે છે. પરંતુ નેચરલ ગેસ એ હાઇડ્રોકાર્બન પ્રકારના વાયુ છે જેમાં કાર્બન અને હાઇડ્રોજનના અણુઓનું સંયોજન હોય છે. મિથેન, પેન્ટેન, હેક્ઝેન વગેરે હાઇડ્રોકાર્બન વાયુઓ છે. આ વાયુઓ ઈંધણ તરીકે વાપરી શકાય છે.

તેલના ફૂવામાંથી કૂડ અને નેચરલ ગેસ એક સાથે મળી આવ છે. નેચરલ ગેસનું શુદ્ધિકરણ કરીને ઉપયોગમાં લેવાય છે. સીએનજી બળે ત્યારે પ્રદૂષણ ઉત્પન્ત કરતું નથી એટલે તેને ગ્રીન ફ્યુલ કહે છે. સીએનજી વડે ચાલતા વાહનોના એન્જિનની રચના પણ થોડી જુદી હોય છે.

એક જ વાક્યમાં અંગ્રેજીના એ ટુ ગેડ અક્ષરો...

અંગ્રેજીના આઙ્કારારો માટે આ વાક્ય ખૂબ જ રસપ્રદ છે : “The quick brown fox jumps over the lazy dog.” આ વાક્યમાં અંગ્રેજ બારાખડીના ‘એ’ થી માંડીને ‘અડ’ સુધીના બધા જ અક્ષરો આવી જાય છે.

ઓક્સિજનની અસરોનો શોધક એન્ટોઇન લેવોઈજિયર

પૃથ્વીના વાતાવરણમાં ઓક્સિજન વાયુ છે એટલે જ સજ્જવ સૂચિનો વિકાસ થયો છે. ઓક્સિજનને પ્રાણવાયુ પણ કહે છે કેમકે તે જીવનનો આધાર છે. આ ઉપરાંત ઓક્સિજનની વિવિધ અસરો અને ઉપયોગ જાળીતા છે. ધાતુઓ પર કાટ લાગવાની કિયા પણ ઓક્સિજનની અસર છે. કોઈ પણ વસ્તુ સરળો ત્યારે ઓક્સિજનની જરૂર પડે છે. એટલે ઉર્જા પેદા કરવા પણ ઓક્સિજન જરૂરી છે. આ બધી જ શોધો એન્ટોઇન લેવોઈજિયર નામના વિજ્ઞાનીએ કરી હતી. લેવોઈજિયરે વિજ્ઞાન ક્ષેત્રે રસાયણ શાખનો પાયો નાંખ્યો હતો.

એન્ટોઇન લેવોઈજિયરનો જન્મ ઈ.સ. ૧૭૪૮ના ઓગસ્ટની ૨૬ તારીખે પેરિસના એક સમૃદ્ધ પરિવારમાં થયો હતો. પેરિસની માજારિન કોલેજમાં રસાયણશાખ, વનસ્પતિશાખ, ખગોળશાખ અને ગણિતનો અભ્યાસ કર્યો હતો. ઈ.સ. ૧૭૮૮માં તોણે ફેન્ચ એકેડેમી ઓફ સાયન્સમાં સ્થાન મેળવ્યું હતું.

લેવોઈજિયરે ઓક્સિજન વાયુની અસરોની શોધો કરી હતી. લેવોઈજિયર વિજ્ઞાન ઉપરાંત રાજકારણ અને અર્થશાખનો પણ અભ્યાસુ હતો. રાજકીય પ્રવૃત્તિમાં તે ભાગ લેતો હતો. ઈ.સ. ૧૭૮૮માં ફાન્સમાં થયેલા બળવામાં તે બળવાઓર સાબિત થતાં તેને ફાંસીની સજા થઈ હતી. ઈ.સ. ૧૭૮૮ના મે માસની ૮ તારીખે તેને ફાંસી અપાઈ હતી. આમ, એક મહાન વિજ્ઞાનીનો દુઃખદ અંત આવેલો.

મધ્ય રાત્રિએ સૂર્ય દર્શન....

અડ્ધી રાત્રે આકાશમાં સૂર્ય દેખાય તે માની શકાય તેવી વાત નથી પરંતુ પૃથ્વી પર એવા થોડા સ્થળો છે કે જ્યાં રાત્રે પણ સૂર્ય દેખાય છે. કુદરતી અજ્ઞાતની જેવી આ ઘટના ચોક્કસ

સમયગાળામાં ચોક્કસ સ્થળે જ બને છે.

પૃથ્વી ૨૪ કલાકમાં પોતાની ધરી પર એક ચક પૂરું કરે છે. સૂર્ય સ્થિર છે. એટલે પૃથ્વી પર દિવસ રાત થાય છે અને ૧૨ કલાક સૂર્ય દેખાતો નથી. પૃથ્વી સૂર્યની પ્રદક્ષિણા પણ કરે છે. આ ગતિવિધિનો સમયગાળો ચોક્કસ નથી. શિયાળામાં દિવસ ટૂંકો અને રાત લાંબી હોય છે અને ઉનાળામાં તેનાથી ઉલદ્દ હોય છે તે જાણીતી વાત છે.

પૃથ્વીની ધરી રૂ.૫ અંશના ખૂણે નમેલી છે. આ ગ્રાંસી ધરીને કારણે ખુલ્લો ઉપર છ મહિનાનો દિવસ અને છ મહિનાની રાત સર્જય છે. ૨૧મી જૂને ૬૬ અંશ ઉત્તર અક્ષાંસથી ૮૦ અંશ ઉત્તર અક્ષાંસ વિસ્તારમાં ૨૪ કલાક સૂર્ય દેખાય છે. કેલેન્ડર પ્રમાણે દિવસ, રાત અને સમય વિતે છે. ઉત્તર ધૂવ નજીક અલાર્કા, ગ્રીનલેન્ડ, નોર્ચ, સ્થિડન, ફિનલેન્ડ વગેરે દેશોમાં આ ઘટના બને છે. દક્ષિણ ધૂવ વિસ્તારમાં વસતિ ૪ નથી.

નોર્બના હેમટફેસ્ટ શહેરમાં મદ્યરાત્રિનો સૂર્ય જેવા પ્રવાસીઓ આવે છે. તેને મિડનાઇટ સન સિટી પણ કહે છે.

મોબાઇલ કે કમ્પ્યુટર / લેપટોપ દ્વારા વીડિયો મીટિંગ સમયે ધ્યાન રાખવાની બાબતો...

આપણા સૌની ન્યુ નોર્મલ લાઈફમાં સ્કૂલના કલાસ, ટ્યુશન અને બિજનેસ મીટિંગથી લઈને પારિવારિક દરેક પ્રકારના પ્રસંગો તથા સ્વજનના હૃદય મૃત્યુ પછીની પ્રાર્થનાસભા સુધીનું બધું હવે વીડિયો મીટિંગના માધ્યમથી થવા લાગ્યું છે. ડિજિટલ સાધનોના ઉપયોગમાં બધી રીતે આપણાં કરતાં વધું સ્માર્ટ બાળકો વીડિયો મીટિંગ સાથે સહજતાથી એડજસ્ટ થઈ જાય છે, પરંતુ મોટા લોકોને આ માધ્યમ સાથે ગોઠવાતા હજી વાર લાગી રહી છે.

આ સ્થિતિમાં વીડિયો કોલિંગ વિશે કેટલીક વાતો બરાબર સમજી લેવા જેવી છે. આ બધી બાબતો ઝૂમ, ગૂગલ મીટ, માઈકોસોફ્ટ ટિભ્સ, વોટ્સઅપ વગેરે લગભગ બધી વીડિયો કોલિંગ ઓપ્સને લાગુ પડે છે.

વીડિયો મીટિંગ દરમિયાન વારાફરતી માત્ર એક વ્યક્તિ બોલે અને બાકીના સાંભળે તો જ વાતચીત સરળ ભને છે. મીટિંગમાં સામેલ સૌ કોઈ પોતપોતાના માઈક્રોફોન ઓન રાખે તો એ બોલતા ન હોય તો પણ રૂમમાં થતા અવાજથી સમગ્ર મીટિંગમાં ધોંઘાટ થઈ શકે છે. આથી મીટિંગ દરમિયાન બોલી રહેલી વ્યક્તિ સિવાય અન્ય લોકો પોતાના માઇક્રોફોન મુશ્કુલ રાખે તો સૌને સરળતા રહે છે.

મીટિંગ હોસ્ટ કરનાર વ્યક્તિ મીટિંગની શરૂઆતથી પોતાના

સિવાય અન્ય તમામ સભ્યોના માઈકોફોન મ્યુટ રાખી શકે છે. એ સિવાય ચાલુ મીટિંગે પણ તે અન્યના માઈકોફોન મ્યુટ કરી શકે છે. ખાસ કરીને પારિવાહિક મીટિંગ વખતે કોઈ સભ્યને પોતાનો માઈકોફોન મ્યુટ કરતા ફાવતું ન હોય ત્યારે તેમના વતી હોસ્ટ આ કામ કરી શકે છે.

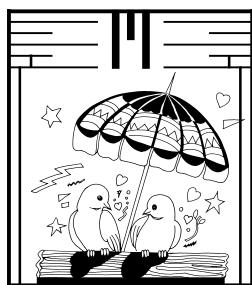
મીટિંગ શરૂ થાય તે પહેલાં તમે જે મોબાઇલ કે લેપટોપથી મીટિંગમાં જોડાવાના હો તેનો કેમેરો ઓન કરીને તમારો એન્ગાલ, રૂમમાં લાઈટિંગ તથા તમારું બેકગ્રાઉન્ડ બરાબર તપાસી લો. પ્રકાશ તમારી પાછળથી નહીં પરંતુ સામેથી આવતો હશે તો મીટિંગમાં સામેલ અન્ય લોકો તમને વધુ સારી રીતે જોઈ શકશે.

તમારા રૂમની ગોઠવણ એ પ્રકારની હોય કે તમારી મીટિંગ ચાલુ હોય ત્યારે પરિવારની અન્ય વ્યક્તિઓ તમારી પાછળના ભાગમાં આવન-જવન કરતી હોય તો તમે વર્ચ્યુઅલ બેકગ્રાઉન્ડ પસંદ કરી શકો છો. આ રીતે મીટિંગમાં સામેલ અન્ય લોકોને માત્ર તમે જ દેખાશો. બિઝનેસ મીટિંગ્સ માટે સોલીડ કલર બેકગ્રાઉન્ડ વધુ ચોગય રહેશે.

જે રીતે વાસ્તવિક મીટિંગ સમયે આપણું ધ્યાન મીટિંગ સિવાયની બાબતોમાં પરોવાયેલું રહે એ યોગ્ય નથી લાગતું, એ જ રીતે વીઠિયો મીટિંગ દરમિયાન પણ તમારું સંપૂર્ણ ધ્યાન મીટિંગ તરફ રાખવું ઈચ્છનીય છે. અલબાટ મોબાઇલ પર વીઠિયો મીટિંગ ચાલુ હોય ત્યારે તમે લેપટોપ પર તેના મુદ્દાઓ નોંધતા જાઓ એમાં કશું ખોડું નથી.

ચાલુ મીટિંગે તમે મીટિંગની નોંધ કર્મયુટરમાં ટપકાવી લેવા માંગતા હો તો તમારું માઈક્રોફોન અચૂક ભ્યુટ કરશો. તમારા કી-બોર્ડનો અવાજ અન્ય લોકો માટે ખાસ્સો લાઉડ બની શકે છે!

ગુજરાતી સાહિત્ય નોલેજ બેંક – (૧)ના જવાબ....



ગોમસ ગેલેરી

વિશ્વ યોગ દિવસની ઉજવણી યોગ ગોમસ



ભાવના એ. અપેરી

આ ગેમ દ્વારા યોગ વિશેની સમજ - જાગૃતિ લાવવાનો નમ્ર પ્રયાસ છે. આપેલ ચિત્રની કલર પ્રિન્ટ રમનારની સંખ્યા પ્રમાણે કરાવી રાખો. દરેકને પેપર-પેન આપો. તેમાં દરેક ચિત્રમાં ચાર રાઉન્ડ આપેલ છે. કુલ ૨૦ રાઉન્ડ છે. તે દરેકમાં ૧થી ૮૦ અંકમાંથી મનગમતા નંબર લખી નાખો. આ થઈ તમારી યોગ ગેમની તૈયારી.

ચિત્ર વિશેની સમજ :

- (૧) વૃજાસન, (૨) એકપાદ ચકાસન, (૩) એક પાદ વિપરીત દંડસન, (૪) વીરભદ્રાસન, (૫) પદ્માસન - ધ્યાનાસન.

રમાઉનાર હાઉસીનું બોર્ડ - ટોકન નંબરથી આ ગેમ રમાઉશે.

દ્રિક્ષટ : નિયમ પ્રમાણે જે રાઉન્ડના નંબરો થશે તેને તે આસન કરવાનું રહેશે તો જ માન્ય ગણાશે નંબર વેરિફિય કરવાના.

નિયમ વિશે જાણકારી :

૧. વૃજાસનના નંબર થાય તે વિનર. આસન કરી બતાવવું.
૨. એકપાદ ચકાસનના નંબર થાય તે વિનર. આસન કરી બતાવવું.
૩. એકપાદ વિપરીત દંડસનના નંબર થાય તે વિનર. આસન કરી બતાવવું.
૪. વીરભદ્રાસનના નંબર થાય તે વિનર. આસન કરી બતાવવું.
૫. પદ્માસન - ધ્યાનાસનના નંબર થાય તે વિનર. આસન કરી બતાવવું.
૬. પહેલા બીજાના $4 + 4 = 8$ નંબર. બંને આસન કરવા.
૭. ગ્રીજા ચોથાના $4 + 4 = 8$ નંબર. બંને આસન કરવા.
૮. જેના એક - ત્રણ - પાંચના બધા નંબર થાય તે વિનર. ત્રણેથી આસન કરવા.
૯. પ્રથમ વિનર : જેના બધા જ નંબર થાય તે વિનર. તેણે



બધા જ આસન કરવાના. તેને "પરફેક્ટ યોગ વ્યક્તિ"નું બિરુદ્ધ આપવું.

૧૦. દ્વિતીય વિનર : જેના બધા જ નંબર બીજા કમાંકે થાય તે વિનર. તેણે બધા જ આસનો વિશેની સમજ આપવી. તેને "ફિટનેસ પર્સન"નું બિરુદ્ધ આપવું.

લઘુ કાવ્યો

ન બધાં સૂત્રો
સર્વમાન્ય
નથી બધા
બંધન માન્ય
વિચારોમાં
નથી સાચ્ય
સદ્ગુણો
નથી સાંખ્ય
પણ ક્યાં છે
હવે, રામરાજ્ય?

સદાચાર,
સદ્ગુણો
ધર્મચાર,
આ બધાં
સુ-આચારનું હવે શું?
હવે તો માનસ પર
રાજ કરે છે
ભષ-આચાર.

અરુણા અરુણ ટક્કર 'માદાવી'
- મુજ, કચ્છ
મો. ૮૮૭૬૪ ૩૬૭૯૮

**પ્રેમ, શાંતિ અને ખુશીનો શાસ અંદર – નફરત, ગુર્સો અને છાયાનો શાસ બહાર...
સાદી અને સરળ આ છે યોગની વ્યાખ્યા • આ છે યોગના આસનો....**

અર્ધ ચંદ્રાસન	મૌનાસન	પશ્ચિમોત્તાસન	મકરાસન
શૈતાનાસન	ભૂધરાસન	મંડુકાસન	હસ્ત ઉત્તાનાસન
વજપાદાસન	નિકોણાસન	સિંહાસન	અષ્ટાંગ નમસ્કાર
પાદહસ્તાસન	ઉત્કટાસન	સલભાસન	પૂર્ણ ભુજંગાસન
પદ્માસન	મધુરાસન	અર્ધ હલાસન	નાડી શોધન પ્રાણાયામ
વજાસન	તુલાસન	દ્વિયકીકાસન	ભામરી પ્રાણાયામ
નિમગ્નાસન	સર્વાંગાસન	પ્રજ્ઞાસન	શીતકારી પ્રાણાયામ
પરિવર્તનાસન	કુંફકુટાસન	એકપાદ વિપરીત હંડાસન	શીતલી પ્રાણાયામ
હીરકાસન	હાસ્યાસન	ધ્યાનાસન	સીસકારી પ્રાણાયામ
મનુકમાસન	અંગ્યાશાસન	પર્વતાસન	ભણ્ણિકા પ્રાણાયામ
પ્રપદાસન	વેસ્ટનાસન	સ્ટીક યોગા	ક્રૂલભાતી પ્રાણાયામ
બંધકાસન	શકુલાસન	ગ્રદ્ધાસન	ભાઘ્ય પ્રાણાયામ
સિંહાસન	મંગલાસન	નૌકાસન	ઉજ્જયી પ્રાણાયામ
અશ્વસંચાલાસન	ઉત્કટાસન	સુમ વજાસન	કર્ષ રોગાંતક પ્રાણાયામ
પર્વનાસન	અશારોહાસન	બકાસન	ઉદ્ગીથ પ્રાણાયામ
યોગનિંદ્રા	વીરાસન	બધ પદ્માસન	અનુલોમ-વિલોમ પ્રાણાયામ
ત્રાટકાસન	વિષયાસન	સુમ વજાસન	સિધ્ધાસન
ઓમકારાસન	પદ્મપાશ્વરાસન	અર્ધ ધનુરાસન	શિર્ષાસન
તાડાસન	ખેડિકાસન	શરણાસન	ચેર યોગા
સર્વાંગાસન	યુઠાસન	હનુમ્રાંહાસન	હીલ યોગા
ચકાસન	ભુજંગાસન	વિગાહકાસન	ચલીત પવનમુક્તાસન
ગોમુખાસન	પૂર્ણ તિતલીસન	સવાસન	મર્સ્સાયન
વકાસન	પાદહસ્તાસન	પવન મુક્તાસન	ગર્ભાસન
મર્કટાસન	સૂર્ય નમસ્કાર	અર્ધ તિતલીસન	મનુશિરાસન
પાદવૃત્તાસન	શવાસન	શશાંકાસન	
એકપાદ ચકાસન	પ્રાણવ પ્રાણાયામ	નૌકાસન	
વીરભદ્રાસન	હલાસન	મર્સ્યાસન	

ખાસ ધ્યાન આપશો

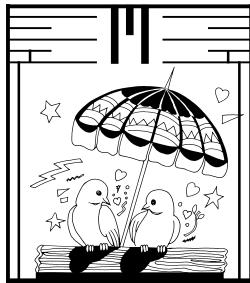
કોરોના વાયરસ સંક્રમણ તથા મ્યુકરમાઈકોસિસ રોગના નાખૂદ થયેલ નથી અને હજુ અસ્તિત્વ ધરાવે છે.

તે માટે સાવધાન રહેશો.

કોરોના સંક્રમણથી બચવા સાવયેતી રાખીએ...

★ માસ્ક પહેરો. ★ હાથ વારંવાર સાબુ કે સેનેટાઇઝરથી સાફ કરો તથા બે મીટરનું સોશિયલ ડિસ્ટન્સ રાખો.
★ સતર્ક રહો. ★ સુરક્ષિત રહો. ★ કોરોના - વેક્સિન અભિયાનને સફળ બનાવો.

■ ■ ■ મ્યુકરમાઈકોસિસ રોગનો પ્રતિકાર કરવા તથા તેના સંદર્ભમાં થતી બ્લેક એન્ડ વ્હાઇટ ફંગસને ટાળવા સતર્ક રહીને પોગ્ય તથીબી કાર્યવાહી કરશો.



ગોમસ ગેલેરી

ગુજરાતી સાહિત્ય નોલેજ બેંક - (૧)

(ગુજરાતી સાહિત્ય માટે ઉપયોગી)



“મંગલ મંદિર” એક કદમ આગે...

સાહિત્ય સંબંધી પોતાના જ્ઞાનનું સ્તર વાયક જીતે જ ચકાસી શકે તેવા ઉદ્દેશ સાથે ‘મંગલ મંદિર’ સામયિકમાં એક નવી કોલમ ‘નોલેજ બેંક’ને સ્થાન આપવામાં આવ્યું છે.

આશા છે, આપ સો આ પ્રયાસને બિરદાવશો.

‘મંગલ મંદિર’ માટે ખૂબ આનંદનો વિષય છે કે, આ કોલમનું સંકલન અને પ્રસ્તુતિ સુરત સ્થિત જાણીતા લેખક-કવિશ્રી તથા આકાશવાણી અમદાવાદ – વડોદરા કેન્દ્રના માન્ય ગજલકાર રમેશભાઈ પટેલ દ્વારા થઈ રહી છે. તેઓ શ્રીએ B.Sc., M.Ed. સુધીનો અભ્યાસ કર્યો છે અને તેમની અનેક સાહિત્ય કૃતિઓ સાન્માન અને ઓવર્ડથી વિભૂષિત પડા થઈ છે.

ઉપરોક્ત નોલેજ બેંકનો પ્રથમ મણદીકો અને પ્રસ્તુત છે.

– ડાની મંડળ

૧. ‘ગુજરાત સમાચાર’માં પ્રગટ થતી કોલમ ‘ઈટ અને ઈમારત’ના લેખક કોણ?
૨. ‘હાઈકુ’ કાવ્ય પ્રકારના પ્રાણેતા કોણ?
૩. ‘અસૂર્યલોક’ નવલકથાના સર્જક કોણ?
૪. ‘કુમાર’ અને ‘કવિલોક’ના તંત્રી - સંપાદક કોણ હતા?
૫. ‘મંગલ મંદિર’ માસિકમાં ‘દિલની જબાન’ નામક જાણીતા ગજલકારોનો પરિચય કયા કવિ વિવેચક આપે છે?
૬. ગુજરાતી ભાષાનું સૌથી જૂનું માસિક કયું?
૭. ‘ગુજરાતી સાહિત્ય પરિષદ’નું મુખ્યપત્ર કયું છે?
૮. ‘ગંગા’ના અંતિમ શે’રમાં કવિનું નામ કે ઉપનામ હોય તે શે’રને શું કહેવાય છે?
૯. ‘સાંવરિયો’, ‘સૂર્યમુખી’, ‘સાદગી’ અને ‘સગપણ’ જેવા ગજલ સંગ્રહ કયા ગજલકારના છે?
૧૦. ગુજરાતની પ્રથમ નવલકથા કઈ છે?
૧૧. ‘ગુજરાત મિત્ર’, ‘ગુજરાત ગાર્ડિયન’ અને ‘ધબકાર’ જેવા દૈનિક ક્યાંથી પ્રગટ થાય છે?
૧૨. ‘મહાભારત’ મહા કાવ્યના રચયિતા કોણ?
૧૩. ‘નિરંકુશ’ અને ‘ગુંદરમ્ભ’ ઉપનામ કયા કવિ - સાહિત્યકારનું છે?
૧૪. મનુભાઈ પંચોળી ‘દર્શક’ની નાટ્યકૃતિ કઈ છે?
૧૫. નર્મદ સાહિત્ય સભાનું સ્થળ કયાં આવેલું છે?
૧૬. ગુજરાતી ભાષામાં સૌપ્રથમ ‘સોનેટ’ કાવ્ય પ્રકારની રચના કર્યા કવિએ કરી હતી?
૧૭. રમેશ પટેલની રચના ‘શબ્દ : મારો ધબકાર’નો સાહિત્ય પ્રકાર જણાવો.
૧૮. ‘અટલ મીડિયા’ માસિક ક્યાંથી બહાર પડે છે?
૧૯. ભારતમાં સૌપ્રથમ અંગ્રેજ સામાઝિક કયું હતું?
૨૦. ‘મૂર્તિદીવી એવોઈ’ કયા ક્ષેત્ર માટે આપવામાં આવે છે?
૨૧. કવિ ‘નર્મદ’નું પૂરું નામ જણાવશો.
૨૨. ગુજરાતી સાહિત્ય પરિષદનું પ્રથમ અધિવેશન કયા શહેરમાં યોજાયું હતું?
૨૩. ‘શિક્ષાપત્રી’ અને ‘વચનામૃતો’ની રચના કોણે કરેલી છે?
૨૪. ભારતીય વિદ્યા ભવનની સ્થાપના કોણે કરી હતી?
૨૫. સુરતના જાણીતા વિજ્ઞાન લેખક અને સાહિત્યકાર તરીકે કોણ જાણીતું છે?
૨૬. ગુજરાત રાજ્ય માથમિક શિક્ષણ બોર્ડનું સામયિક કયું છે?
૨૭. ‘બિલ્લો - ટિલ્લો - ટય’ સ્મરણ કથાના લેખક કોણ છે?
૨૮. ‘સમૂહી’ નવલકથાના લેખક કોણ?
૨૯. ‘મંગલ મંદિર ખોલો... દ્યામય મંગલ મંદિર ખોલો...’ આ પંક્તિ કયા કવિની છે?
૩૦. ‘શબ્દસેતુ’ પ્રકાશનના માલિક કોણ છે?
(જવાબો આ જ અંકમાં અન્યત્ર આપવામાં આવ્યા છે.)

કચ્છના નવસર્જનના સ્વાનંદ્રા : કાંતિસેન શ્રોફ

કચ્છના સર્વાંગી વિકાસના સ્વખંડણ અને જિલ્લાના નવ સર્જનના નિર્માતા કાંતિસેનભાઈ શ્રોફનું હતું. ૧૩મી મે, ૨૦૨૧ ગુરુવારની વહેલી સવારે એક સાધક અને સંસારી સાધુને છાજે એ રીતે દુઃખ અવસાન થતાં માત્ર કચ્છ જ નહીં પણ સમગ્ર ગુજરાતના વિવિધ ક્ષેત્રોમાં શોકનું મોજું ફરી વળ્યું હતું.

એગ્રોસેલ નામક ઔદ્યોગિક પ્રતિષ્ઠાન સાથે સંકળાયેલા ઉદ્યોગપતિ, કચ્છની બિનસરકારી સંસ્થાઓ ‘સહજીવન’ તથા ‘અભિયાન’ના સ્થાપક અને માર્ગદર્શક મોવડી, માંડવીમાં ‘વિવેકાનંદ રિસર્ચ ટ્રેનિંગ ઇન્સ્ટિટ્યુટ’ના સ્થાપક અને કચ્છની હસ્ત કલાકારીગરીને સમર્પિત સંસ્થાનો ‘શુજન’ તથા ‘લર્નિંગ એન્ડ લિલિંગ ડીઝાઇન સેન્ટર’ (એલ.એલ.ડી.સી.)ના મોવડી, સેવા અને ઉદ્યોગક્ષેત્રે સમર્પિત વ્યક્તિ એવા કાંતિસેનભાઈનું કચ્છ અને ભાવનગરમાં ઉદ્યોગ અને સંશોધન ક્ષેત્રે મુહૂર્ત ઊંચેરું સ્થાન હતું.

કાંતિસેનભાઈનો જન્મ ૧૯૨૨માં કચ્છના માંડવી ખાતે એક ભાટ્યા પરિવારમાં થયો હતો. આરંભમાં મુંબઈને કર્મભૂમિ બનાવ્યા પણી ભાવનગર ખાતે એગ્રોસેલ નામના ઔદ્યોગિક પ્રતિષ્ઠાનની સ્થાપના કરી હતી. ભૂદાન પ્રવૃત્તિના પ્રણેતા આચાર્ય વિનોબા ભાવેના માતૃભૂમિની સેવા કરવાના આદેશને માન આપી વતન કચ્છની સેવા કરવાનો ભેખ લીધો અને રામકૃષ્ણ પરમહંસ અને સ્વામી વિવેકાનંદના અંતેવાસી એવા કાકાના નામથી જાણીતા એવા કાંતિસેનભાઈએ ૧૯૬૮થી કચ્છમાં પગ મૂક્યો ત્યારથી સતત કચ્છની સેવા કરવામાં ક્યારેય પાછું વળીને જોયું નથી. ૧૯૬૮માં કચ્છમાં પડેલા દુષ્કાળના દુઃખ અવસરે રામકૃષ્ણ મિશન દ્વારા કચ્છમાં ભુજ તાલુકાના ઘાણેટી ગામે ચલાવતા રાહત કાર્યમાં જોડાવા કચ્છ આવ્યા અને એ પછી કચ્છના અદના માનવીઓ અને કારીગરોની સેવામાં એવા જોતરાઈ ગયા કે તેમના ધર્મપત્ની ચંદાબહેન શ્રોફને હસ્તકળાના વિકાસ ક્ષેત્રની કામગીરી ‘સોયારોથી કાંતિ’ આણવા બદલ ૨૦૦૬માં એક લાખ યુ.એસ. ડોલરનો આંતરરાષ્ટ્રીય ખ્યાતિ ધરાવતો રોલેક્ષ એવોર્ડ એનાયત કરવામાં આવ્યો હતો. કચ્છના લોકપ્રિય કાકા તથા કાકીના પ્રયાસોથી જ કચ્છના ૧૨૦ ગામોની ગ્રામ હજારથી વધારે હસ્તકળા કારીગર બહેનો શુજન સાથે જોડાઈ આત્મનિર્ભર બની હતી.

કચ્છમાં કાકાએ સ્થાપિત વી.આર.ટી.આઈ.ના માધ્યમથી કરવામાં આવેલા જળ સંચયના કામોની કદરરૂપે કાંતિસેનભાઈને દેશનો સર્વપ્રથમ રાષ્ટ્રીય જળ સંચય અભિયાન એવોર્ડ ૧૯૬૮માં ભારત સરકાર દ્વારા અપાયો હતો. કચ્છ, સૌરાષ્ટ્ર ઉપરાંત મહારાષ્ટ્રમાં પણ તેમના માર્ગદર્શન હેઠળ જળ સંચયના માતબર

કામો કરાયા છે અને તેમના આ કામની કદર ૧૯૮૧માં હાવર્ડ સ્કૂલ ઓફ ઇન્ડિયા એવોર્ડ અર્પણ કરવામાં આવ્યો હતો. આ ઉપરાંત તેમની આ સંસ્થાને જમનાદાસ બજાર ફીચર બિઝનેસ પ્રેક્ટિસ એવોર્ડ ૧૯૮૨માં તથા ગુડ કોર્પોરેટ સિટીઝન એવોર્ડ ૧૯૮૩-૮૪ અપાયા હતા.

આંતરરાષ્ટ્રીય ખ્યાતિપ્રાપ્ત સામાજિક “વીક” એ ૧૯૮૫માં કાકાને “મેન ઓફ દ યર”નું બહુમાન આપ્યું હતું. એવા કાકાના માર્ગદર્શન નીચે વી.આર.ટી.આઈ., શુજન તથા એલ.એલ.ડી.સી. દ્વારા કરાતી કચ્છના નવસર્જન, હસ્તકળાની વિકાસની કામગીરીની નોંધ કચ્છ જ નહીં સમગ્ર ગુજરાત અને ભારતે લીધી હતી. તો દેશ-વિદેશથી કચ્છ આવનાર દરેક પ્રવાસી એમના કાર્યની અચૂક નોંધ લેતો.

કાકાની સંસ્થાઓ દેશની અનેક સંસ્થાઓ માટે રોલ મોડેલ બની ગઈ હતી. આંતરરાષ્ટ્રીય સંસ્થાઓ પણ તેમનું માર્ગદર્શન લેતી હતી. ચોક્કસ દિઝિકોણથી કામ કરનારા માટે કાકા જાણે મેનેજમેન્ટની ઇન્સ્ટિટ્યુટ બની ગયા હતા. છેલ્લા પાંચ દાયકામાં કચ્છના ગામડાંઓમાં જે વિકાસ થયો છે, એમાં કયાંક ને કયાંક કાકાનું નામ તો જોડાયેલું છે. તેઓ પોતાના જીવનની છેલ્લી પણ સુધી કચ્છના વિકાસનો જ વિચાર કરતા હતા. કચ્છમાં ભૂકુંપ હોય, વાવાઝોડું હોય, દુષ્કાળ હોય કે કચ્છના આધુનિક વિકાસની ઘટના હોય — દરેકમાં કાકાનું યોગદાન અને તેમની દીર્ઘદિની હાજરી અનુભવાય જ. કચ્છની ખેતી, પાણી, શિક્ષણ, હસ્તકળા, ગ્રામોત્થાન અને સાહિત્ય વિકાસના દરેક કાર્યો કાંતિસેનભાઈના માર્ગદર્શન હેઠળ થતાં રહ્યા છે.

એક સફળ ઉદ્યોગપતિ અને જનસેવાના મસીહા એવા કાકાના માંબલામાં એક કલાકાર પણ વસતો હતો. કાકાએ શાંતિ નિકેતનમાં કલાનો અભ્યાસ કર્યો હતો. શુજરાતની કલા પ્રવૃત્તિ કરતી સંસ્થા કલા પ્રતિષ્ઠાન સાથે કાકા છેક ૨૦૧૩થી સંકળાયેલા રહ્યા હતા. ઉદ્યોગ ધંધાની જવાબદારી સ્વીકારતાં પિંછી કોરાણે મૂકાઈ હતી. પરંતુ કલા પ્રતિષ્ઠાનના સંપર્કને કારણે અંદરનો કલાકાર જાગૃત થયો હતો અને છેક ૨૦૧૮માં ૬૬ વર્ષની વયે પેન્સિલ અને પિંછી વડે એમણે એક સાથે ચારસો જેટલા ચિત્ર દોર્ચા અને એલ.એલ.ડી.સી. દ્વારા ‘કાકાસ આર્ટ વર્ક’ નામનું ખાસ ચિત્ર પ્રદર્શન પણ યોજાયું હતું.

કાંતિસેનભાઈ કલા પ્રતિષ્ઠાનના ભાામશા બની રહ્યા હતા અને પ્રતિષ્ઠાનની અનેક પ્રવૃત્તિઓને સંવર્ધિત કરતા રહ્યા હતા. કલા પ્રતિષ્ઠાન દ્વારા એમના સહયોગથી શ્રીમતી ચંદાબેન શ્રોફ પુરસ્કૃત ગૂર્જર કલારન્ટ એવોર્ડ પ્રતિવર્ષ આપવામાં આવે છે.

કલા પ્રતિષ્ઠાન દ્વારા પ્રકાશિત કરાતા કલાગ્રંથોના પ્રકાશનમાં સહયોગી બનીને કલાવિષ્યક સાહિત્યના સંવર્ધનમાં

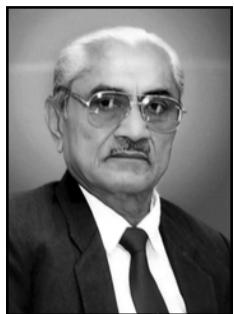
ચિત્રકાર એવા કાંતિસેનભાઈના કાંતિસેન શ્રોદ્ધ આર્ટ ફાઉન્ડેશનનો સિંહફાળો રહ્યો હતો.

વયોવૃદ્ધ એવા કચ્છના હામી એવા કાંતિસેનભાઈએ લાંબા સમયથી ભોજન, ફળ, દૂધ વગેરેનો ત્યાગ કર્યો હતો અને માત્ર પાણી પર રહેતા હોવા છતાં જીવનના અંત સુધી એમની ઓજસ્વિતા અકબંધ રહી હતી. સતત જાગૃત અને પ્રવૃત્ત એવા આ મહામાનવના નામે અનેક પ્રવૃત્તિઓ લખાયેલી છે. એમના નિધનથી સમગ્ર ગુજરાતને ન પૂરી શકાય એવી ખોટ પડી છે.

- નરેશ શાંતાલી, જનપ્રિય

શબ્દાંજલિ

શ્રી શશીકાન્ત મોહનલાલ ઠક્કર



શ્રી કચ્છ ડેવલપમેન્ટ કાઉન્સિલ - અમદાવાદના ઉપાધ્યક્ષ, શ્રી અભિલ કચ્છ લોહાણા મહાજન તથા શ્રી માધાપર-કચ્છ લોહાણા સમાજના પ્રથમ પૂર્વ પ્રમુખ તેમજ અનેક સામાજિક સંસ્થાઓમાં વિવિધ હોદ્દા પર રહીને સામાજિક સેવાઓને સમર્પિત રહેલા શ્રી શશીકાન્તભાઈ મોહનલાલ ઠક્કરનું તા. ૨૮-૪-૨૦૨૧ના રોજ માધાપર - કચ્છ ખાતે દુઃખદ નિધન થતાં સંબંધિત સંસ્થાઓના પરિવારજનોમાં ઊડ શોકની લાગડી પ્રસરી જવા પામી હતી. કચ્છના સામાજિક, આર્થિક તથા સાંસ્કૃતિક વિકાસના હેતુવાળી કચ્છ ડેવલપમેન્ટ કાઉન્સિલ - અમદાવાદની અનેકવિધ પ્રવૃત્તિઓમાં સદ્ગતશ્રી લાંબા સમયથી સક્રિય રહ્યા હતા. સરકારી ઊચ્ચ હોદ્દા પરથી સ્વૈચ્છિક નિવૃત્તિ લઈ એક એડવોકેટ તરીકે છેલ્લા સમય સુધી કાર્યરત હતા. સાહિત્ય ક્ષેત્રે રસ ધરાવનારા સદ્ગતશ્રી 'મંગલ મંદિર' ઉપરાંત

અન્ય સામયિકો અને વર્તમાનપત્રોમાં મુખ્યત્વે મહેસુલ ક્ષેત્રના પ્રશ્નો સંબંધિત પ્રસંગોપાત લેખ લખતા હતા.

એમના દિવ્ય આત્માને પ્રભુ શાશ્વત સુખ આપે એવી પ્રાર્થના.



હંસાબેન હંસરાજભાઈ કંસારા



કચ્છના સામાજિક, આર્થિક તથા સાંસ્કૃતિક વિકાસના હેતુલક્ષી - શ્રી કચ્છ ડેવલપમેન્ટ કાઉન્સિલ - અમદાવાદના સક્રિય સભ્ય તથા શ્રી કચ્છી સમાજ - અમદાવાદના મુખ્યપત્રના પ્રથમ પૂર્વ મુખ્યતંત્રી તેમજ માનદું સલાહકાર શ્રી હંસરાજભાઈ ઠાકરશી કંસારાના ધર્મપત્ની હંસાબેન હંસરાજભાઈ

કંસારા (૩.૧.૮૩)નું સોમવાર, તા. ૩-૫-૨૦૨૧ના રોજ દિલ્હી મુકામે દુઃખદ નિધન થયું છે. આજના અનોખા સામાજિક પરિવર્તનની વચ્ચે પણ સદ્ગત સંયુક્ત પરિવારની ભાવના ધરાવતા હતા. હંસાબેનના આ વ્યક્તિત્વની આમન્યા આજ પર્યત તેમના પરિવારે જાળવી રાખી છે. એમના પિતાશ્રી અંજારના જાણીતા જવેરી હતા અને સમાજના અગ્રણી તરીકે કચ્છમાં તેમની સારી નામના હતી. જ્યારે હંસરાજભાઈ ૧૯૮૪માં દિલ્હી મધ્યે સ્થિર થયા ત્યારે તેઓએ નોકરી ઉપરાંત પાર્ટ ટાઇમ કામકાજ સાથે પોતાનો અભ્યાસ ચાલુ રાખ્યો હતો. તે સમયે સદ્ગત પોતાના પતિના અભ્યાસ સંબંધી બધી જ સગવડ અને વ્યવસ્થા ખૂબ જ સંભાળપૂર્વક કરતા હતા. એટલું જ નહીં પરંતુ હંસરાજભાઈની સાહિત્યિક અને સામાજિક પ્રવૃત્તિઓમાં પણ રસપૂર્વક સાથ-સહકાર આપતા હતા. સદ્ગત વાત્સલ્યની વીરડી, પ્રેરણાની પરબ, પ્રેમની પ્રતિમા અને વસુંધરાના વૈભવ સમાન પોતાનું જીવન જીવા.

ઈશ્વર એમના દિવ્ય આત્માને ચિર શાંતિ અપે એ જ પ્રાર્થના.

આંજો કાગર

સિવિલ હોસ્પિટલ - અસારવાનો જાત અનુભવ

થોડા સમય અગાઉ અમારા ધરમાં કુલ ૪ જીજાને કોરોના પોઝિટિવ થયો હતો. તે કારણે અમે બધા ધરમાં જ કવોરન્ટાઈન થયા હતા. ગ્રાન્ડ દિવસ બાદ મને શારીરિક રીતે વધારે તકલીફ થતાં ૧૦૮ નંબરવાળા વાહનથી અસારવા ખાતેની સિવિલ હોસ્પિટલમાં દાખલ કરવામાં આવી હતી અને ત્યાં તરત જ તબીબી સારવાર આપવામાં આવી હતી. હોસ્પિટલમાં હું પાંચ દિવસ હતી. તે દરમિયાન ત્યાંના મેડિકલ, પેરા મેડિકલ સ્ટાફ વોરિયર્સ તરીકે સવારથી રાત્રિ સુધી સારી સેવા આપી હતી. જરૂરી દવા અને ઇન્જેક્શન પણ સમયસર આપ્યા હતા. વોર્ડમાં સફાઈ કામ પણ સરસ રીતે થતું હતું. એટલું જ નહીં પરંતુ આયુર્વેદિક ડોક્ટર દ્વારા દવા પણ આપવામાં આવતી હતી અને સમયસર નાસ્તો, ભોજન, છૂટ વગેરે અપાતા હતા. હોસ્પિટલ દરમિયાન આ હતો મારો જાત અનુભવ.

જ્યોતસના નિપેન્ડ ગોગરી - અમદાવાદ

૧	૨	૩	૪	૫	૬	૭	૮
૯		૧૦	૧૧		૧૨	૧૩	૧૪
		૧૫		૧૬	૧૭		
	૧૮	૧૯		૨૦			૨૧
૨૨			૨૩		૨૪		
	૨૫	૨૬		૨૭	૨૮		૨૯
૩૦		૩૧	૩૨		૩૩	૩૪	
૩૫	૩૬	૩૭	૩૮	૩૯		૪૦	
૪૧			૪૨			૪૩	૪૪
	૪૫	૪૬	૪૭		૪૮		
૪૬			૪૯	૫૦	૫૧	૫૨	૫૩
૫૪			૫૪		૫૬		

શાબ્દ રમત ભરનારનું નામ : _____

સરનામું : _____

ફોન/મો. _____

આપણીના જવાબો તા. ૩૦-૦૬-૨૦૨૧ સુધીમાં શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - પાલીના સરનામે મોકલાવવા વિનંતી.

આડી ચાવીઓ

૧. ઘર બેઠાં કરી શકાય તેવો ઉધોગ (૪)
૫. ગાય, ગૌ માતા (૨)
૭. દવાઈ, ઓસડ, ઔષધ (૨)
૮. મક્કા - મદીનાની યાના (૨)
૧૦. તથલાં વગાડનાર (૪)
૧૨. મનનું કચવાનું તે, અસંતોષ (૪)
૧૪. રસ્તો, પ્રતીક્ષા, રાહ (૨)
૧૫. જેમાં પગ મૂકતાં કણી જવાય એવી જમીન (૩)
૧૬. સંસ્થાન, કોલોની, બીજે કરાતો વાસ (૪)
૧૮. વૃદ્ધ, પાકી ઉત્તરનું (૩)
૨૦. નહેર, વીજ માર્ગ, ટી.વી. જોવા વપરાનું ઉપકરણ (૩)
૨૨. છોકરીઓને પહેરવાનું એક વખ (૩)
૨૩. જન્મારો, સંસાર (૨)

૨૪. દરકાર, ગરજ (૩)
૨૫. કમ તાકાત, દુર્બળ (૪)
૩૧. રાતે ક્યાંક મુકામ કરવો તે (૪)
૩૩. વધારે પડતી ચંચળતા, ઘરી સરખું ન રહેવું તે (૪)
૩૪. પક્ષીઓનો મધુર અવાજ (૪)
૩૮. ઈસ્લામી ન્યાયાધીશ, કાજી (૨)
૪૧. અવાજ, ખચી, નાદ (૨)
૪૨. જૈનોનો એક મંત્ર (૪)
૪૩. અંત:કરણ, દિલ, ઈચ્છા, મરજ (૨)
૪૪. તળાવ (૯) (૨)
૪૭. સવારનું મજેદાર પીણું (૧)
૪૮. ઉત્તમ નટ, શ્રીકૃષ્ણ (૪)
૫૧. વારસામાં જિતરેલું (૪)
૫૪. કાપડ ફાટવાનો આવતો અવાજ (૩)
૫૫. પગ, કવિતાની કરી (૩)
૫૬. માણસ, જણ, જનતા (૨)

ઓની ચાવીઓ

૧. સંસારી માણસ ધરમાં રહેનાર (૩)
૨. પાણીનો કુંડ (૨)
૩. નવાઈનો બનાવ, ટોળ, મશકરી (૪)
૪. ચલણી નાણું, કરન્સી (૩)
૬. ધંધામાં ખોટ જવી તે (૪)
૭. ખડિયો (૩)
૮. રસ્તો, પ્રતીક્ષા (૨)
૧૧. તાકાત, શક્તિ, જોર (૨)
૧૩. અવરજવર, દોડવામનો અવાજ (૬)
૧૪. વાર્તા, કથા, હડીકિત (૨)
૧૫. હાથનું એક ધરેણું (૨)
૧૬. વચલું, વચમાંનું (૩)
૧૭. ઈશારો, સેકેત, અકલ (૨)
૧૮. ગ્રાહક, કસ્ટમર (૩)
૧૯. ગણિતના દાખલાની સંખ્યા (૩)
૨૧. વનમાં પોતાની મેળે સણગતો અગિન, દવ (૪)
૨૩. ક્રેકેચીનો પુત્ર (૩)
૨૬. જોરવાનું, બળવાન (૪)
૨૭. દિવાળીનો ગુજરાતી મહિનો (૨)
૨૮. નિર્ઝય, જમીન બેડવાનું ઓઝર (૨)
૨૯. _____ સે જલ. ભારત સરકારની પાણી માટે યોજના (૨)
૩૦. વિદ્ધષક, મશકરો (૩)
૩૨. ભગવાન વિષ્ણુનો પાંચમો અવતાર (૩)
૩૩. પ્રધાન, શતરંજનું એક મહોદું (૩)
૩૪. શંકા, સંદેહ, ભ્રમ (૩)
૩૫. હાથ, વેરો (૨)
૩૬. પ્રેમપત્ર (૯) (૪)
૩૭. વરદાન, પતિ (૨)
૩૮. દિલ, અંત:કરણ (૨)
૩૯. સફેદ શરીર, પીળી કલગીવાનું પક્ષી (૪)
૪૦. સોનું (૨)
૪૪. હરકત, વિધન (૪)
૪૬. પરભીડિયું (૩)
૪૮. ખેડૂત (૩)
૫૦. ગંધેડો, કઠોર (૨)
૫૨. આણું, ધૂળનો રજકણા, જરાક (૨)
૫૩. ઈશારો, સંકેત (૨)

સમયની સાથે બદલાઈ જાવ

અથવા તો

સમયને બદલતા શીખો.

૭ NanoNine® શબ્દ રમત-૧૭૦નો ઉકેલ

ક	મ	લ	હા	સ	ન	અ	ત	ના	વ
બૂ	મ		લ	ત		અ	નુ	જ	ગ
ત	ત્વ		ર	ત	ન	પ	સ		રિ
રા		જ	કું	શો	ર	મ	ક	ક	ર
	મ	ણ		ખં		તિ	મુ	રા	રિ
પ		લે	દ	ભા	વ	શ	કિં		શા
રો	જિં	કુ		ત	હે	વા	ર	ક	લ
ટ	ગ		મ	મ	દ	મ	સ્ત		ર
	ર	સા	ણિ	યો		ળી	દ્વિ		ખા
ર		ક્ષી		સૌ	ર	ગ		ખ	ખા
ઝ	ગી		લા		ખા	કું	ગ	જા	ન
ડી		ન	જા	ક	ત	શ		નો	ર

માસ માર્ચ-૨૦૨૧ના અંકમાં છપાયેલ નેનો શબ્દ રમત-૧૬૮ના
બધા સાચા ઉકેલ મોકલાવનારના નામ

- | | | |
|----|---------------|-----------|
| ૧. | સરલા શાહ | - અમદાવાદ |
| ૨. | સ્થિતા શાહ | - અમદાવાદ |
| ૩. | ચંદ્રા શાહ | - અમદાવાદ |
| ૪. | દમયંતી દંડ | - અમદાવાદ |
| ૫. | વર્ષા પારેખ | - અમદાવાદ |
| ૬. | ઈન્હુબેન પટેલ | - અમદાવાદ |
| ૭. | પ્રભા શેઠિયા | - વલસાડ |

માસ એપ્રિલ-૨૦૨૧ના અંકમાં છપાયેલ નેનો શબ્દ રમત-૧૭૦ના
બધા સાચા ઉકેલ મોકલાવનારના નામ

- | | | |
|----|---------------|-----------|
| ૧. | સરલા શાહ | - અમદાવાદ |
| ૨. | દમયંતી દંડ | - અમદાવાદ |
| ૩. | ધૂવી શાહ | - અમદાવાદ |
| ૪. | ઈન્હુબેન પટેલ | - અમદાવાદ |

ઉત્તર મોકલાવનારમાંથી શબ્દ રમત-૧૬૮ અને શબ્દ રમત-૧૭૦ના
સંયુક્ત લક્ષી ડ્રો અનુસાર વિજેતાના નામ નીચે પ્રમાણે છે.

ધૂવી શાહ - અમદાવાદ

(નોંધ : ટપાલની અનિયમિતતાના કારણે શક્ય છે કે, કેટલાકના
ઉત્તર અત્રે મળ્યા નથી. જેથી ઉત્તર મોકલાવનારની યાદીમાં તેમના
નામનો સમાવેશ ના હોય, તે સ્વાભાવિક છે.)

આપણે અવા સમાજ રચીને બેઠા છીએ કે
જ્યાં ભોળપણ હાસ્યાસ્પદ ગણાય છે
અને કપટ સ્માર્ટનેસમાં આવે છે.

બોધ કથા : પ્રાણી સેવા

એક ગામમાં એક મોટા શેઠ રહેતા હતા. તે પ્રભુભક્ત હતા. વહેલી સવારે ઉઠી, પૂજા-પાઠ કર્યા પછી જ દુકાને જતા. તેમને એક પુત્ર હતો. તે પણ પ્રભુભક્ત અને સેવાભાવી હતો. તે દરેકને મદદરૂપ થતો.

એકવાર શેઠાણીએ તેના પુત્રને દૂધ અને મીઠાઈનો પ્રભુને ભોગ ધરવા માટે મંદિરે મોકલ્યો.

શેઠનો પુત્ર હસતો-હસતો મંદિરે ગયો. ત્યાં તેણે જોયું તો એક ભૂખી બિલાડી ચારેબાજુ ઢોરી રહી હતી. કદાચ કંઈક ખાવાનું મળી જાય તે માટે તે પ્રયત્ન કરતી હતી.

શેઠના પુત્રને બિલાડી પર દયા આવી. પ્રભુને ધરવાનું દૂધ બિલાડીને પીવડાવી દીધું. બિલાડી ખુશ થતી મૂંગા આશીર્વાદ આપી ચાલતી થઈ.

મંદિરના પુત્રએ પૂજારીએ આ બધું જોયું. તેણે શેઠના પુત્ર ઉપર કોષે ભરાઈ કહ્યું : “અરે, તેં દૂધ બિલાડીને શા માટે પીવડાવી દીધું? દૂધ પ્રભુને ધરવાનું હતું. પ્રભુની પ્રસાદીનો દુરુપ્યોગ કર્યો છે.”

શેઠના પુત્રએ પૂજારીને સરસ જવાબ આપતા કહ્યું : “ભૂખી બિલાડીમાં મને પ્રભુના દર્શન થયા. તેથી દૂધ મેં બિલાડીને પીવડાવી દીધું. પ્રાણી સેવા ઉત્તમ સેવા છે.”

પૂજારી આગળ કંઈ બોલી શક્યા નહીં. તેમને પોતાની ભૂલ સમજાઈ ગઈ.

પ્રાણી સેવા, એ માનવનો ઉત્તમ ધર્મ છે.

અમૃત રામદેપુણ્ય, શિક્ષકશ્રી - રાજકોટ

મો. ૯૮૭૯૮ ૮૫૬૬૭

પૈસાથી....

- | | |
|------------------|------------------|
| પથારી મળી શકે | - ઊંઘ નહીં. |
| પુસ્તક મળી શકે | - બુદ્ધિ નહીં. |
| ખોરાક મળી શકે | - ભૂખ નહીં. |
| મકાન મળી શકે | - ઘર નહીં. |
| ઔષધ મળી શકે | - આરોગ્ય નહીં. |
| સત્તા મળી શકે | - સ્નેહ નહીં. |
| સંપત્તિ મળી શકે | - સંસ્કૃતિ નહીં. |
| આનંદ મળી શકે | - સુખ નહીં. |
| શાંગાર મળી શકે | - સુંદરતા નહીં. |
| સંપ્રદાય મળી શકે | - શરણ નહીં. |
| ગુરુ મળી શકે | - ગોવિંદ નહીં. |

NanoNine® Sudoku

માર્ચ-૨૦૨૧ ના અંકમાં છપાવેલ

સુડોકુ-૧૧૨૭ના બધા સાચા ઉકેલ મોકલનારના નામ

- | | |
|----------------------|-----------|
| ૧. ફાલગુની હીરેન શાહ | - અમદાવાદ |
| ૨. પ્રભા શેઠિયા | - વલસાડ |
| ૩. ફેમી ગડા | - અમદાવાદ |
| ૪. સરોજ શાહ | - અમદાવાદ |
| ૫. ઈન્હુબેન પટેલ | - અમદાવાદ |
| ૬. ચંદ્રા શાહ | - અમદાવાદ |
| ૭. સિમતા શાહ | - અમદાવાદ |
| ૮. અવંતી દંડ | - અમદાવાદ |
| ૯. ભાવના ગોગરી | - અમદાવાદ |
| ૧૦. જ્યે ગોગરી | - અમદાવાદ |

એપ્રિલ-૨૦૨૧ ના અંકમાં છપાવેલ

સુડોકુ-૧૧૨૮ના બધા સાચા ઉકેલ મોકલનારના નામ

- | | |
|----------------------|-----------|
| ૧. ફાલગુની હીરેન શાહ | - અમદાવાદ |
| ૨. જૈનમ શાહ | - અમદાવાદ |
| ૩. કૃષ્ણાલ શાહ | - અમદાવાદ |
| ૪. સરોજ શાહ | - અમદાવાદ |
| ૫. અવંતી દંડ | - અમદાવાદ |
| ૬. ઈન્હુબેન પટેલ | - અમદાવાદ |
| ૭. કહાન પારેખ | - મુંબઈ |

ઉત્તર મોકલવાનારમાંથી સુડોકુ-૧૧૨૭ અને
સુડોકુ-૧૧૨૮ ના સંયુક્ત લક્કી ક્રો અનુસાર
વિજેતાના નામ નીચે મુજબ છે.

કહાન પારેખ - મુંબઈ

ખબર-અંતર પૂછવાનો જમાનો ગયો,
માણસ ઓનલાઈન દેખાય
એટલે સમજ લેવું કે બધું બરોખર છે.

ઉકેલ :
ક્રમાંક - ૧૧૨૮

A	2 4 6 1 5 9 7 8 3
1 8 3 7 6 4 2 5 9	
7 5 9 3 8 2 4 6 1	
4 5 1 6 2 3 9 7 8	
9 2 8 4 7 5 3 1 6	
3 6 7 8 9 1 5 4 2	
6 7 9 5 3 8 1 2 4	
8 3 4 2 1 7 6 9 5	
5 1 2 9 4 6 8 3 7	

B

8 2 4 6 7 3 5 1 9
9 5 6 4 1 8 2 7 3
1 3 7 5 9 2 4 8 6
6 8 9 7 4 1 3 5 2
3 7 5 8 2 6 1 9 4
2 4 1 9 3 5 8 6 7
4 9 2 1 5 7 6 3 8
5 6 3 2 8 9 7 4 1
7 1 8 3 6 4 9 2 5

C

9 4 3 6 5 1 2 8 7
7 2 6 3 9 8 4 1 5
8 1 5 4 7 2 9 3 6
6 8 7 9 1 3 5 2 4
4 3 9 5 2 6 8 7 1
2 5 1 7 8 4 6 9 3
5 7 4 8 3 9 1 6 2
1 6 8 2 4 7 3 5 9
3 9 2 1 6 5 7 4 8

D

9 3 4 5 7 6 8 1 2
6 7 2 1 8 9 5 4 3
5 8 1 3 2 4 9 7 6
2 1 8 6 4 7 3 5 9
4 9 3 2 1 5 6 8 7
7 6 5 9 3 8 1 2 4
8 5 6 4 9 2 7 3 1
3 2 9 7 5 1 4 6 8
1 4 7 8 6 3 2 9 5

Nano 9®
kitchenware

in new avatar



NanoNine®
INNOVATIVE KITCHENWARE
Bana De Life Aasaan!

Mfg By: Shree Balaji Metal Industries, Vasai.

◎ : (+91) 88792 99950 | E: care@nanonine.in | W: www.nanonine.in

AHMEDABAD: Authorised Distributors: Devam Enterprises : M. 96385 21024, 97245 00513

MUMBAI: Authorised Distributors: Vasant Marketing: (+91) 98206 72501 / KK Associates: (+91) 93234 04736



બાલુડેં જયું ગાલ્સિયું

સંકલન : ગુલાબચંદ ધારશી રાંભિયા

બાળો

અધા : પુતર બચુડા?

બચુડો : કો અધા કુરો કમ આય?

અધા : પાંજે સામે જુકો જખુબાપા રેતા અનીજે કુટુંબ વારા છ જણા અજ ઉગેજો અઠે વગે દવાખાને તપાસ કરાયલા વ્યાતે તેર ગાલીયું કંઈધા વા અજ ઉગઈમેં ચાય નાસ્તો ક્યોં તેર કેં કેં ચાયમેં ને નાસ્તેમેં કોઈ સ્વાદ નતે આવ્યો સે મણીકે કોરોના જો પ્રા લગોતે અતરે તપાસ કરાય ગેનું, ત પાંકે સારવારજી ખબર પે.... સે જરા તપાસ ત કર, મણીજો રિપોર્ટ કોરો આવ્યો?

બચુડો : (તપાસ કરે ને ચેં) મણીજો રીપોર્ટ તા નેગેટિવ આવ્યો અતરે પ્રજેજી જરૂર નાય. પણ નોકર મુંકે ચેં તે, અજ આંઊ ચાય નાસ્તો ક્યોં ત ચાયમેં શક્કર વજેજો ભૂલાજે બો વો ને નાસ્તેમેં મીઠો ન વો. અતરે કેંકે સ્વાદ નતે આવ્યો. સે મહે પ્રજે વ્યા.

ખિલજા મ ભલા

ભગો : અલ્યા જગા, તારી પત્ની આ બ્યુટી પાર્લરમાં ગઈ પછી તું તેના નોટિસ બોર્ડ પર શું લખી આવ્યો?

જગો : એ તો હું લખી આવ્યો કે પિતળની ચમચીને ગમે તેટલું ઘસો તો પણ તે ક્યારેય સોનાની ન બને!

☺ ☺ ☺ ☺ ☺

ગાભાજી : આજકાલ દરેક ક્ષેત્રમાં હરીફાઈ ખૂબ વધી ગઈ છે.

મંગાજી : તું ક્યા આધારે કહે છે?

ગાભાજી : આપણે જ્યારે કોઈને આપણા દુઃખ વિશે કહેતા હોઈએ છીએ ત્યારે સામેની વ્યક્તિ આપણા કરતા ઉબલ દુઃખ જ જણાવતો હોય છે.

☺ ☺ ☺ ☺ ☺

પત્ની : (શરમાતા શરમાતા પતિને...) જ્યારે આપણા લગ્ન થયા ત્યારે હું રસોઈ બનાવીને લાવતી, ત્યારે તમે ઓછું

ખાતા અને મને વધુ ખવડાવતા હતા. પણ હવે તમે બહુ બદલાઈ ગયા છો.

પતિ : એટલે...?

પત્ની : તમે બરાબર જમો છો પણ મને વધુ ખવડાવવાનો આગ્રહ કરતા નથી. એનું કારણ શું?

પતિ : હવે તને રસોઈ બનાવતા બરોબર આવડી ગઈ છે.

☺ ☺ ☺ ☺ ☺

શનાભાઈ : અરે, તમારે ત્યાં પોપટલાલ છે?

ચનાભાઈ : ના, ભાઈ ના.. અમારે ત્યાં તો ફક્ત લીલા પોપટ જ છે.

☺ ☺ ☺ ☺ ☺

શિક્ષક : એવી કઈ જગ્યા છે, જગ્યાં ઘણા બધા લોકો હોય તો પણ એકલવાયું લાગે?

પર્વ : સાહેબ, પરીક્ષાખંડ...!!

☺ ☺ ☺ ☺ ☺

પતિ : (પત્નીને) હવેથી તને કદી ઝડ્પો કરવા માટે કોઈ તક નહીં આપું.

પત્ની : હું તમારા તરફથી મોકો મળે એની રાહ નથી જોતી. હું તો આત્મનિર્ભર હું. જોતે જ મોકો ઊભો કરી લઈ હું.

☺ ☺ ☺ ☺ ☺

ચંદુ : પત્ની કેટલી જરૂરથી ભાગી શકે છે એ ચેક કરવા શું કરવું / કહેવું?

ચંપક : રસોડામાં દૂધ ઊભરાય છે એમ કહેવું.

ચંદુ : પતિમાં કેટલી જરૂર છે એ ચેક કરવા શું કહેવું જોઈએ?

ચંપક : તમારા મોબાઈલની રીંગ વાગે છે, ઉપાંડં...?

☺ ☺ ☺ ☺ ☺

છગન : પત્નીને સંસ્કૃતમાં શું કહેવાય?

મગન : સંસ્કૃતની વાત છોડ... દુનિયાની કોઈ પણ ભાષામાં પત્નીને કશું કહી શકાય નહીં.

☺ ☺ ☺ ☺ ☺

ડોક્ટર : મને કહેતા અફસોસ થાય છે કે તમારી પત્ની હવે બે દિવસની મહેમાન છે.

પતિ : એમાં અફસોસ શાનો? બે દિવસમાં તો ચપટીમાં વીતી જશે.

☺ ☺ ☺ ☺ ☺

ભરત : તે મને લાઝો કેમ માર્યો?

ભારતી : તારા ગાલ ઉપર મચ્છર બેહું હતું.

ભરત : પણ તેનું શું?

ભારતી : હું જવું છું ત્યાં સુધી તારું લોહી કોઈ બીજો પીવે એ મને મંજૂર નથી.

૮/૬, ગંગામણિ ફ્લેટ્સ, વસ્તંત્રનગર સોસાયટી,
ગોપાલગઢ, મહિનગઢ, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૮.

ફોન : ૨૪૮૬૮૯૬૦

સમાજ દ્વારા

સરનામા ફેરફાર

- **જુતેન કલ્યાણજી ગડા**
૮, નવનીત ભવન,
આણંદજી કલ્યાણજી જૈન નગર,
બહેરામપુરા પોલીસ ચોકી સામે,
અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૨૨.
મો. ૯૮૨૫૦ ૦૫૭૩૬
- **રાજેશ હરિલાલ મોરબિયા**
એફ-૨૦૩, સત્ત્વ એપાર્ટમેન્ટ,
પીપીસીસી ગ્રાઉન્ડ, શાંતિવન, પાલડી,
અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૦૯.
મો. ૯૬૩૮૪ ૧૮૩૫૦
- **અવસાન નોંધ - પુષ્પાંજલિ**
- **બુધવાર, તા. ૧૪-૦૪-૨૦૨૧**
શિવાબેન નીતિનભાઈ મોમાયા (ઓ.વ. ૭૨)
(તેરા - સુરત)
- **શનિવાર, તા. ૨૪-૦૪-૨૦૨૧**
વીરુબેન જીવરાજ ગોપાલજી મહેતા (ઓ.વ. ૮૪)
(વાંદ્ધિયા - અમદાવાદ)
(શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના ઉપપ્રમુખ
શ્રી મનુભાઈ ગોવિંદલાલ શાહના સાસુજી)
- **શનિવાર, તા. ૨૪-૦૪-૨૦૨૧**
રાકેશ વિનોદચંદ્ર શાહ (ઓ.વ. ૪૪) (મંજલ - અમદાવાદ)
- **સોમવાર, તા. ૨૬-૦૪-૨૦૨૧**
સપના પલકભાઈ પૂજા (ઓ.વ. ૩૦)
(ભીમાસર - અમદાવાદ)
- **બુધવાર, તા. ૨૮-૦૪-૨૦૨૧**
કનકલાલ હેમચંદ શેઠ (ઓ.વ. ૮૦)
(કાંડાગરા - અમદાવાદ)
- **ગુરુવાર, તા. ૨૯-૦૪-૨૦૨૧**
કિરણકુમાર અમૃતલાલ જેવત શાહ (ઓ.વ. ૭૦)
(ભૂજ - અમદાવાદ)
- **બુધવાર, તા. ૨૬-૦૪-૨૦૨૧**
શ્રીમતી રતનબેન મનુભાઈ શેઠ (ઓ.વ. ૮૬)
(કાંડાગરા - અમદાવાદ)

- **મંગળવાર, તા. ૪-૦૫-૨૦૨૧**
હંસાબેન રમેશભાઈ સાવલા (ઓ.વ. ૮૦)
(વાંકી - અમદાવાદ)
 - **બુધવાર, તા. ૫-૫-૨૦૨૧**
કસુરીબેન સોમચંદ છેડા (ઓ.વ. ૮૨)
(જસાપર - અમદાવાદ)
 - **ગુરુવાર, તા. ૬-૫-૨૦૨૧**
કમલાબેન પ્રવીણચંદ્ર પાસુભાઈ શાહનંદ (ઓ.વ. ૭૨)
(હુમરા - અમદાવાદ)
 - **મંગળવાર, તા. ૧૧-૦૫-૨૦૨૧**
અરવિંદભાઈ હેમચંદ સંઘવી (ઓ.વ. ૭૬)
(ભૂજ - અમદાવાદ)
 - **સોમવાર, તા. ૧૨-૦૫-૨૦૨૧**
અલકાબેન અરવિંદભાઈ હેમચંદ સંઘવી (ઓ.વ. ૭૩)
(ભૂજ - અમદાવાદ)
 - **મંગળવાર, તા. ૧૪-૫-૨૦૨૧**
અમૃતબેન ખીમજી નાનજી ગાલા (ઓ.વ. ૭૨)
(દેવપુર - અમદાવાદ)
 - **બુધવાર, તા. ૧૬-૫-૨૦૨૧**
કિરણકુમાર અમૃતલાલ જેવત શાહ (ઓ.વ. ૭૦)
(ભૂજ - અમદાવાદ)
 - **ગુરુવાર, તા. ૨૬-૦૫-૨૦૨૧**
શ્રીમતી રતનબેન મનુભાઈ શેઠ (ઓ.વ. ૮૬)
(કાંડાગરા - અમદાવાદ)
- સદગતશ્રીઓના આત્માના શ્રેયાર્થે પ્રાર્થના.**

સાભાર સ્વીકાર

હીરેન રમેશભાઈ છેડા (નલિયા - અમદાવાદ) તરફથી
૧ નંગ વોકર ભેટ મળેલ છે.
જેનો સાભાર સ્વીકાર કરવામાં આવેલ છે.

માસિક મુખ્યપત્ર “મંગલ મંદિર” : લવાજમની વિગત

■ ૧ વર્ષના	: રૂ. ૧૫૦/-
■ ૩ વર્ષના	: રૂ. ૪૦૦/-
■ ૫ વર્ષના	: રૂ. ૬૦૦/-
■ આજીવન (૧૫ વર્ષના)	: રૂ. ૧,૫૦૦/-

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ
સામાજિક સુરક્ષા અને મેડિકલ સહાય સમિતિના ઉપક્રમે
આર્થિક સહાય

આથી સમાજના સભ્યોને જણાવવાનું કે સમાજના સભ્ય પરિવારોમાં કોઈ સભ્ય કોરોના વાયરસથી સંકષિત થયેલ હોય અને હોસ્પિટલમાં કે ધેર રહ્યાને સારવાર લીધી હોય તેવા આર્થિક રીતે જરૂરિયાતમંદ સભ્યોને મેડિકલ સહાય આપવાનું નક્કી કરેલ છે. આ પ્રકારના જરૂરિયાતમંદ સભ્યોએ પોતાની અરજી, નક્કી કરેલા ફોર્મમાં સંપૂર્ણ વિગત સાથે (૧) સામાજિક સુરક્ષા સમિતિ, (૨) મેડિકલ સહાય સમિતિને મોકલી આપવી.

નક્કી કરેલ ફોર્મ શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - પાલડીના કાર્યાલયમાંથી મળશે.

સમાજ દ્વારા આ અરજીઓનો અભ્યાસ કરીને નિયમ મુજબ યોગ્ય સહાય આપવામાં આવશે.

પ્રમુખશ્રી / મંત્રીશ્રી
શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ

તત્પર રહેજો

તમારા પાસા અવળા પડે ત્યારે મનમાં કડવાશ ધોળશો નહીં,
જે કાર્યો મફળતાપૂર્વક પાર પડ્યા છે તને માટે
ઈશ્વરનો અંતઃકરણપૂર્વક આભાર માનજો.

જેમણે તમને હુઃખ પહોંચાડ્યું છે તેવા લોકોને સત્તવરે ભૂલી જાએ,
જેમણે તમને મદદ કરી છે તેવા લોકોને જ યાદ રાખજો.

તમને દસે દિશાઓમાંથી જે કંઈ સારું આવી મળ્યું છે,
તને અનેકગણું કરીને પરત કરવા માટે તત્પર રહેજો.

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદને
ઓક્સિજન કોન્સન્ટ્રેટર મશીન -
તેનાં ઉપયોગ માટે મળ્યા

ક્રપદવંજ કેળવણી મંડળ (પ્રથમ ફાઉન્ડેશન - યુ.એસ.એ. અને વિનમાર ઇન્ટરનેશનલ) તરફથી શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદને વર્તમાન પ્રવર્તતી કોરોના મહામારીના સમય સુધી અગર કોઈ દર્દની જરૂર હોય તો ઓક્સિજન કોન્સન્ટ્રેટર મશીન નંગ-૪, તેનાં યોગ્ય ઉપયોગ કરવા માટે મળ્યા છે.

અતે ઉલ્લેખનીય છે કે, ઉપરોક્ત મશીન-૪ કોરોના મહામારીના સમય સુધી શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - પાલડી ખાતેના મેડિકલ સેન્ટરના મેડિકલ ઓફિસર ડૉ. દક્ષાબેન રામાવતના પ્રયત્નોથી પ્રાપ્ત થયેલ છે.

શ્રી ક્રપદવંજ કેળવણી મંડળ (પ્રથમ ફાઉન્ડેશન - યુ.એસ.એ. અને વિનમાર ઇન્ટરનેશનલ) સંસ્થાનો ખૂબ ખૂબ આભાર.

બહેરામપુરા - અમદાવાદ ખાતે
નવનીત ભવનના ફ્લેટ ધારકોની સમિતિનાં
સભ્યશ્રીઓની યાદી

બહેરામપુરા - અમદાવાદ ખાતે આવેલ નવનીત ભવનના ફ્લેટ ધારકોની સમિતિમાં તાજેતરમાં નીચે જણાવેલ સભ્યશ્રીઓ કાર્યરત છે : સર્વશ્રી દિનેશભાઈ શાહ, મોનીષભાઈ વોરા, મનિષભાઈ દેઢિયા, અલેશભાઈ શાહ, રમેશભાઈ મૈશેરી, અભયભાઈ સતરા તથા દીપભાઈ દંડ.

સમિતિના ઉપરોક્ત સભ્યશ્રીઓ, તમામ ફ્લેટ ધારકના સાથ-સહકારથી પોતાના ભવન સંબંધી દરેક કામગીરી ખૂબ સરસ રીતે નિભાવી રહ્યા છે, તેવું સમિતિની એક નોંધમાં જણાવાયું છે.

તબીબી સાધનો વપરાશ માટે આપવાની યોજના

શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - પાલડી પર નીચે મુજબના તબીબી સાધનો ડેનિક ભાડાના ધોરણે મળી શકશે. જેઓને આ સાધનોની જરૂરિયાત હોય તેઓ શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - પાલડી પર ફોન : ૨૭૫૭૮૮૮૮ / ૨૮૫૧૫૦૧ પર સંપર્ક સાધી શકશે.

૧. એર બેડ	રૂ. ૧૦/-	૫. વોકર	રૂ. ૨/-	૯. બેડ પાન	રૂ. ૨/-
૨. છીલ ચેર	રૂ. ૩/-	૬. વોકિંગ સ્ટીલ	રૂ. ૧/-	૧૦. ફાઉલર બેડ	રૂ. ૧૦/-
૩. ઓક્સિજન સિલિન્ડર (નાંનો)	રૂ. ૫/-	૭. ક્રોડ ચેર	રૂ. ૩/-	૧૧. ટેબલ ટોપ (ફાઉલર બેડ માટે)	રૂ. ૨/-
૪. નેફ્યુલાઇઝર	રૂ. ૫/-	૮. સેલાઇન સ્ટેન્ડ	રૂ. ૨/-	૧૨. ઇલેક્ટ્રિક ઓક્સિજન મશીન	રૂ. ૫૦/-

નોંધ : (૧) સ્ટોકમાં હશે ત્યાં સુધી આ સાધનો રીપોર્ટ આપીને ભાડેથી મેળવી શકશે. (૨) સાધનો પાલડી ભવન પરથી લઈને ત્યાં જ પરત કરવાના રહેશે.

પ્રદીપ સૂરજલાલ મહેતા - માનદ મંત્રી, શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ

રોજબરોજના વપરાશની વસ્તુઓ માટે માહિતી

ગયા મહિને આપણો કેમિકલ ફી અને જંતુનાશક દવાઓના ઉપયોગ વગરના અનાજ, કઠોળ અને શાકભાજી વગેરે માટે વિગતવાર માહિતી આપી હતી. હવે આ અંકમાં આપણો રોજબરોજના વપરાશમાં આવતી મુળભૂત વસ્તુઓ જેવી કે ગોળ, ખાંડ, ધી, તેલ, મીઠું, દાળ, કઠોળ, છિંગ, મરચું વગેરે માટે માહિતી આપવાનો પ્રયાસ કરીશું.

- **દરિયાઈ મીઠું :** મોટેભાગે આપણો ફેક્ટરીમાં પ્રોસેસ કરેલું સમુદ્રી કે દરિયાઈ મીઠું ઉપયોગમાં લેતા હોઈએ છીએ. આમાં ખાસ ધ્યાન રાખવા જેવી બાબત એ છે કે મીઠું કુદરતી રીતે અગરિયા દ્વારા તૈયાર કરેલું હોય તો તેમાં કેલ્બિયમ, મેળેશિયમ અને ખાસ કરીને સોડિયમ જેવા પોષકતત્વો હોય છે, જે આપણા શરીરને જરૂરી પ્રમાણમાં પોષણ પૂરું પાડે છે. પરંતુ જ્યારે દરિયાઈ મીઠું પ્રોસેસ કરવામાં આવે ત્યારે તે ફરીથી ગાંગડા સ્વરૂપે ના થઈ જાય તે માટે તેમાં કેમિકલ (કુંકિંગ એજન્ટ) વપરાય છે.
- **સિંધવ મીઠું :** સિંધવ નમક કે હિમાલયન પિંક સોલ્ટ, પણ કુદરતી રીતે સિંધ પ્રદેશના પથ્થરોમાંથી કુદરતી રીતે મળી આવતું મીઠું છે. તેમાં પણ કોઈ કેમિકલની પ્રોસેસ કર્યા વગરનું જ્યારે ઉપલબ્ધ થતું હોય તો તેને પ્રાધાન્ય આપવું. સિંધવ મીઠુંમાં પોટેશિયમની માત્રા વધુ પ્રમાણમાં હોય છે અને સોડિયમ ઓછી માત્રામાં.
- એટલે ફક્ત દરિયાઈ મીઠું કે સિંધવ મીઠું જ ખોરાક તરીકે લેવું નહીં... બંને પ્રકારના સોલ્ટ (મીઠું) રોજિંદા વપરાશમાં લેવા જોઈએ કારણકે દરિયાઈ મીઠુંમાં સોડિયમ વધારે મળે અને સિંધવ મીઠુંમાં પોટેશિયમ.
- **અક્ષ્યાની છિંગ :** છિંગ જ્યારે ગાંગડા સ્વરૂપે હોય ત્યારે તે ખૂબ જ તેજ હોય છે અને તેને રસોઈમાં વાપરવાની પણ એક કળા છે. ઓછી કે વધારે પડતી છિંગથી રસોઈ બગડે છે. માટે તીવ્ર પ્રકારની છિંગના ગાંગડાનો ભૂકો કરીને પાવડર બનાવાય છે અને તેમાં બજારમાં મળતી છિંગમાં મોટેભાગે ઘઉંનો કે ચોખાનો લોટ ઉમેરાય છે. આપણે જે છિંગ આપીએ છીએ તેમાં કોઈપણ પ્રકારનો લોટ ઉમેર્યા વગર આપીએ છીએ.
- **ખાંડ, ગોળ, ખડી સાકર :** ખાંડના અલગ અલગ ૪ પ્રકાર છે. ગલુકોઝ (શેરડીમાંથી તૈયાર થયેલ), હુક્કોઝ (ફળમાંથી મેળવાય છે), સુકોઝ (પ્રોસેસ કર્યા પછીની ખાંડ), લેક્કોઝ (ઢરી પ્રોફક્ટમાંથી તૈયાર કરાય). જ્યારે ફેક્ટરીમાં ખાંડમાંથી સુકોઝ અને ગલુકોઝના ઘટકોને છુટા પડાય છે તે સમયે ઘણા બધા કેમિકલનો ઉપયોગ થાય છે અને તેવી ખાંડ આપણા સ્વાસ્થ્ય માટે સારી નથી. જેનાથી ડાયાબિટીસ, મેદસ્લીપણું, હદયના રોગો વગેરે વધવાની શક્યતાને નકારી શકાય નહીં.
- જ્યારે શેરડીના રસમાંથી ગોળ અને ખાંડ અલગ અલગ પ્રોસેસ કરીને છૂટી પડાય છે ત્યારે તેનો રંગ મેલો (બ્રાઉન) હોય છે. તેવા પ્રકારનો દેશી ગોળ કે ખાંડ આપણા શરીરમાં ગલુકોઝને ધીમે ધીમે ફેલાવે છે અને શરીરને તાકાત મળે છે. તેમાં ગલુકોઝની સાથે મેળેશિયમ અને આયર્ન જેવા બીજા ખનીજ તત્ત્વો પણ શરીરને મળે છે. પરંતુ ખાંડ કે ગોળને સફેદ કરવા માટે જ્યારે કેમિકલ વપરાય છે ત્યારે તેમાંથી પોષકતત્વો પણ જતા રહે છે અને એકલું ગલુકોઝ કેમિકલની સાથે આપણા શરીરમાં પ્રવેશે છે.
- ખડી સાકર, એ પણ શેરડીમાંથી જ તૈયાર કરાવાય છે અને આયુર્વેદ પ્રમાણે એવું કહેવાય છે કે જ્યારે ખડી સાકર (ખાંડના મોટા ગાંગડા)ને શરદ પૂર્ણિમાની ચાંદની આપવામાં આવે તો તેની ગુણવત્તામાં ચાર ચાંદ લાગી જાય છે અને તે શરીરને નુકસાન કરતી નથી.
- આપણે જે ખાંડ, ખડી સાકર, દેશી ગોળ, ગોળ પાવડર વગેરે આપીએ છીએ, તે કોઈપણ પ્રકારના કેમિકલના ઉપયોગ વગર તૈયાર કરાય છે તેની નોંધ લેશો.
- **તેલ :** શાકોમાં એવું કહેવાય છે કે “તેલસ્ય તિલં” એટલે કે “તેલ તો તલનું જ!” હકીકતમાં સીંગ (મગફળી) એ એક યુરોપિયન તેલીબિયાનો પ્રકાર છે. સીંગ જમીનની નીચે છોડના મૂળમાં તૈયાર થાય છે. તે પૃથ્વી તત્વનું પ્રતીક છે. પૃથ્વી તત્વ એટલે જડતા. જ્યારે તલના છોડમાં તલ હંમેશાં સૂર્યની સામે તપતા હોય છે અને તેવી જ રીતે સૂર્યમુખીના ફૂલ પણ હંમેશાં સૂર્યની સામે જ તૈયાર થાય છે. માટે કોલેસ્ટેરોલ અને ફેટ વગેરે રહિત તેલ એટલે સૂર્યમુખી અને તલનું તેલ. એનો અર્થ એવો નથી કે સીંગતેલ ના ખવાય. પરંતુ સીંગતેલને જ્યારે રીફાઇન અને પ્રોસેસ કરાય છે ત્યારે તેમાં ઘણા બધા કેમિકલ નખાય છે અને તે આપણા સ્વાસ્થ્યને નુકસાન કરે છે. માટે સીંગતેલ હંમેશાં ઘાડીમાં તૈયાર કરેલું અને

ફિલ્ટર (ગાળેલું) ઉપયોગમાં લઈ શકાય.

આપણે ધાર્યામાં તૈયાર કરેલું સીંગતેલ, તવનું તેલ, સૂર્યમુખીનું તેલ, સરસવનું તેલ વગેરે ઉપલબ્ધ કરાવીએ છીએ.

- **પોંઆ અને ગુલકંદ :** કેમિકલ વગરના ચોખામાંથી તૈયાર કરેલ પોંઆ અને દેશી ગુલાબ તેમજ ખડી સાકરની ચાસણીમાં તૈયાર કરાવેલું ગુલકંદ આપણા લિસ્ટમાં છે.
 - **હળદર :** હળદરમાં રહેલા મેળેશિયમ, કેલ્શિયમ વગેરે તો શરીરને મળે છે પરંતુ કુદરતી રીતે હળદરમાં રહેલું “કરક્યુમિન” એ એક એવું તત્ત્વ છે, કે તે એન્ટિઓક્સિડન્ટ, એન્ટિ ફિંગલ, એન્ટિ બેક્ટેરિયલ તરીકે મહત્વની ભૂમિકા ભજવે છે. આયુર્વેદમાં હળદરના ઉપયોગ ધ્રાણ બધા છે. લોહીનું શુદ્ધિકરણ, શરીરની કોષ્ટિકાને બેક્ટેરિયાથી રક્ષણ આપવાનું કામ અને વૃદ્ધત્વને પાછું ઠેલવાનું કામ તેમજ પાચન શક્તિમાં વધારો કરવાનું કામ, કફનાશક તેમજ બીજા અગણિત ફાયદાઓના મૂળમાં આ કરક્યુમિન મહત્વની ભૂમિકા ભજવે છે.
 - આપણે કેમિકલ વગરની હળદરનો પાવડર આપીએ છીએ તેમજ ૭.૪૬%વાળી ઓર્ગેનિસ સર્ટિફાઈડ (નાગાલેન્ડથી મંગાવેલી) પ્રીમિયમ કવોલિટીની હળદર પણ આપીએ છીએ.
 - **સુંઠ અને ગંઠોડા (પીપરામોલ) પાવડર :** જેવી રીતે હળદરના ફાયદાઓ છે તેવી જ રીતે સુંઠ પણ એટલી જ ઉપયોગી છે. સુંઠ હંમેશાં કફનાશક અને શરીરને ઉર્જા પ્રદાન કરનારી છે અને ગંઠોડા (પીપરામોલ) પાવડર પણ રોજ ઉપયોગમાં લેવાથી હાઈ બ્લડ પ્રેશરની બીમારીવાળાને રાહત મળે છે. હાથ પગના દુઃખવામાં પણ ગંઠોડા રાહત અપાવે છે.
 - **દેશી વલોણાનું ધી :** આપણે મોટેભાગે દૂધની મલાઈ ભેગી કરીને તેમાંથી ધી બનાવતા હોઈએ છીએ અથવા બજારમાંથી કીમ લાવીને તેમાંથી ધી બનાવીએ. આને વલોણાનું ધી ના કહી શકાય. હકીકતમાં તો દૂધમાંથી મલાઈ કાઢ્યા વગર, દૂધને દહીનું સાથે મેરવી દઈ પછી વલોણું કરી માખણ કથાય અને ત્યારબાદ તેમાંથી જે ધી તૈયાર થાય તે કદી પણ આપણા શરીરમાં કોલેસ્ટેરોલ વધારતું નથી. બજારમાં એવા કેમિકલ મળે છે કે ફક્ત એક કેમિકલનું ટીપું નાખવાથી વલોણાના દેશી ધી જેવી સુગંધ આવવા લાગે છે. માટે ફક્ત વલોણાનું, ગૌશાળામાંથી ચકાસણી કર્યા બાદ અથવા તો ઓર્ગેનિક રીતે સર્ટિફાઈડ હોય તેવા પ્રકારના ધી ને ઉપયોગમાં લેવાનો આગ્રહ રાખવો.
 - **કઠોળ અને દાળ :** દરેક પ્રકારની દાળ અને કઠોળ હંમેશાં ઉપયોગમાં લેવી જોઈએ. દાળમાં પ્રોટીન અને ફાઈબર વધુ માત્રામાં હોવાને લીધે પચવામાં સરળ અને શરીરનું વજન ઘટાડવામાં ખૂબ જ ઉપયોગી છે. મગની મોગર કે ફોતરાંવાળી દાળમાં મેળેશિયમ, પોટેશિયમ અને ફાઈબર વધુ હોવાથી હૃદયના રોગવાળા લોકો માટે આશીર્વાદ સમાન છે. ડાયાબિટીસને કંટ્રોલમાં રાખે છે, શરીરનું વજન ઘટાડે છે. મોટાભાગની બધા કઠોળ અને દાળમાં વિટામિન-બી કોમ્પ્લેક્સ, પ્રોટીન અને એન્ટિ ઓક્સિડન્ટના ગુણ્ણમર્મો હોવાને લીધે રોજિંદા ખોરાકમાં દાળનો ઉપયોગ વધારવો જોઈએ.
 - **ઓર્ગેનિક પાસ્તા :** આપણે ઘઉના પાસ્તા, રવા-રાગી તેમજ લાલ મસૂરની દાળના પાસ્તા પણ આપીએ છીએ. બજારમાં મળતા પાસ્તામાં મેંદાનો ઉપયોગ થાય છે તે આપ સૌને ખબર જ હશે. જો ઓર્ગેનિક ઘઉં અને પૌષ્ટિક દાળના પાસ્તા મળતા હોય તો તેનાથી ઉત્તમ બીજું શું હોઈ શકે?

ઉપર પ્રમાણેની બધી જ વસ્તુઓનો ઓર્ડર આપવા માટે નીચે આપેલી ગૂગલ લિંકનો ઉપયોગ કરવો : <http://tinyurl.com/>

Kutchhi-Bhavab

ઓર્ડર પ્રમાણેની વસ્તુઓ શ્રી કથ્થી જૈન ભવન - પાલડી પરથી મેળવી લેવાની રહેશે. આપણા ભવન પર હરેશભાઈનો સંપર્ક કરીને પણ ઓર્ડર લખાવી શકાશે. જે સભ્યોને હોમ ડિલીવરી જોઈતી હોય તો તેઓ ગુગલ ફોર્મમાં હોમ ડિલીવરીનું ઓપ્શન સિલેક્ટ કરી શકે છે. હરેશભાઈનો મો. નંબર : ૮૨૬૪૭ ૦૯૬૩૮.

હાલમાં જે કોરોના અને બ્લેક ફંગસ અને વ્હાઇટ ફંગસ જેવી જીવલોણ બીમારીઓ – ખાસ કરીને ડાયાબિટીસવાળા દર્દીઓ તેમજ જેમની રોગ પ્રતિકારક શક્તિ ઓછી છે તેવા લોડોને સંકષિત કરે છે. માટે આવા સંજોગોમાં આપણી રોગપ્રતિકારક શક્તિ જળવાઈ રહે તે માટે આપણું ભોજન પણ સાચ્ચિક અને પૌષ્ટિક હોવું અનિવાર્ય છે. માટે જ આપણે સૌના સહકારથી આપણી આ વિતરણ વ્યવસ્થાને વેગ પણ મળ્યો છે. આપ સૌનો ખુબ ખુબ આભાર.

ਪ੍ਰੰਤ ਮਹੱਤਵ - ਮਾਨਦ ਮੰਤਰੀ

શ્રી કદમ્બી વૈન સેવા સમાજ - અભદ્રાવાદ

વિજ્ઞાપનથી આજા વારતાં લોઝિસ્ટિક સોલ્યુશન આપતી કંપની



આમારી વિશેષતાઓ - સિંગાર વિન્ડો ફોટોફોર્મ

- VT/VX ની ૮૫૦+ રાખાઓ
- ISO 9001:2015 પ્રમાણિત કંપની
- Robust Systems & Processes પર કાર્યરત
- Trace & Track Facility સાથે સંપૂર્ણ કોમ્પ્યુટરાઇઝ નેટવર્ક
- જુડીગ થી ડિલીવરી સુધી સામાને Complete Insurance Cover
- ૧૦ કિલોઘી કુલ ટ્રક લોડ સુધીના પાર્સલ સ્વીકારીએ છીએ
- ૧૦૦૦૦૦+ સંતુષ્ટ આહો
- Hard Freight Surface Transportation માં ક દાયકાનો અનુભવ
- શોર્ક, એ અને રૈલ્સ દ્વારા Door to Door Express Cargo
- વિસ્તૃત થઈ શકતી Supply Chain & Inventory Management



Our other Divisions



Safe and Reliable - For Your Peace of Mind



Warehousing & Inventory Management

આ પુસ્તકોનાં
પ્રાપ્તિસ્થાન

ગુજરાત ગંધરવન કાર્યાલય



ગુજર સાહિત્યભવન

રતનપોળનાકા સામે, ગાંધી માર્ગ,
અમદાવાદ - 380 001
ફોન : 079-22144663.

e-mail : goorjar@yahoo.com

ગુજર

સાહિત્ય પ્રકાશન

102, વેન્ડમાર્ક બિલ્ડિંગ,
ઘર્ટેનીયમ સિટીસેન્ટર પાસે,
સીમા હોલની સામે, અમદાવાદ-15
ફોન : 26934340, મો. 9825268759
ઈમેલ : gurjarprakashan@gmail.com

બાળકોને મોજ પડે એવું બાળ-સાહિત્ય

રમણલાલ સોની

ગલબા શિયાળની 32 વાતો (૧થી 4)	240
મુલ્લા નસરુદીન	100
ઠિસપ બાલ કથાવલિ (પુ. 5)	250
શિશુમંગલ ગ્રંથાવલિ (પુ. 5)	350
કુમારપાળ દેસાઈ	
બાળસાહસકથા શ્રેષ્ઠી (ભા. 1થી 4)	120
કેઢે કારી, ખબે ફાલ	100
ડાખ્લોડમરો	100
બિરાદી	45
મોતીની માળા	75

યશવન્ત મહેતા

પંડિત સરસારામનાં પરાકર્મો 1-5	300
મોટા જાડનાં મીઠાં ફળ 1-5	300
બાલરંજન વાર્તામાળા : પુ. 5	200
વાર્તાકિલોલ ભા. 1થી 4)	250
જાપાનની શ્રેષ્ઠ બાળવાર્તાઓ	120
ચીનની શ્રેષ્ઠ બાળવાર્તાઓ	150
પંચતંત્રની વાતો	100

ગિરા પિનાકીન ભંડ

આફિકના સહપ્રવાસે	90
મજાની સાંબેલડી	60
ઝાઉં...ઝાઉં... દાબેલી-પાઉં	80
હાંદી... હાંદી ને મજા	90
ભાગ માગતી ચાંદપરી	125
શ્રદ્ધા નિવેદી	
ખુશખુશાલ પરી	80
પહેલું ઈનામ	50
ઇમ્મક ઇલ્લો	50

બાળવાર્તાઓ

દોસ્તારીની વાતો	હરિકૃષ્ણ પાઠક	60
સોટી અને પોઢી	ધનંજ્ય પી. શાહ	140
પશુપંખીકથાઓ	મહેન્દ્ર નિવેદી	160
દાદજીની વાતો	જવેરચંદ મેઘાણી	120
ચંદરવો પુ. 5	રતિલાલ સા. નાયક	350
મહાભારતના પ્રસંગો (બહુરંગી)	રતિલાલ બોરીસાગર	250
દાદજીની વાતો	જવેરચંદ મેઘાણી	80
શહેનશાહ ગાંધી અને બીજી વાતો	જયંતી ડી. શાહ	80
દેશ-દેશના બીરબલ	રવીન્દ્ર અંધારિયા	225
બહાદુર બાળકોની સાહસકથાઓ (પુરસ્કૃત)	નટવર હેટાઉ	150
સોનપરી આવી ખરી ! (પુરસ્કૃત)	નટવર હેટાઉ	180
બિહુ વાર્તા કહે છે	લતા ડિરાણી	75
પત્રગિયાની ઉડાન (પુરસ્કૃત)	ગિરિમા ઘારેખાન	70
દે તાલી !	નયના મહેતા	80
અંતેરીગંદેરી ભા. 1થી 5	રતિલાલ સાં. નાયક	350
સોટી અને પોઢી (પુ. 5)	ધનંજ્ય શાહ	250

બાળકાચ્યો

બાળજોડકણાં ગ્રંથાવલિ પુ.5	રમણલાલ સોની	325
હસ હસ હસકણાં (બાળકાચ્યો)	ડૉ. નલિની ગણાત્રા	120
ચણચણ ચકલી ચણાની દાળ	હરિકૃષ્ણ પાઠક	100
મોજમજાનાં ગીતો	યશવંત મહેતા	125
ચોકલેટ ગીતો	યશવંત મહેતા	125
જગમગ જગમગ 1	મહેન્દ્ર નિવેદી	40
જગમગ જગમગ 2	મહેન્દ્ર નિવેદી	40
ધૂવગીત	ધૂવ ભંડ	160

જ્ઞાન-ગમત પ્રવૃત્તિઓ

ચતુરનો ચોતરો	ડૉ. શિલીન શુક્લ	140
અંકડાઓની અજાયબી	ભરત લા. શાહ	80
ગમતું ગણિત	કાન્નિલાલ જે. પટેલ	120
ગણિતવિધાર	બંસીધાર શુક્લ	120
મઝેદાર ગણિત - ભાગ 1થી 5	ડૉ. વી. એમ. શાહ	520
ગણિતના જાહ્રપ્રયોગો	ઇન્જિનીયર ડોક્ટર	100
દીવાસળીની રમતો	વસંતભાઈ દોશી	60
કોસર્વ પઽલ	ગાર્જી મશરૂવાળા મહેતા	60
અલબેલી કોસર્વ પઽલ	ગાર્જી મશરૂવાળા મહેતા	60
અંગોખી કોસર્વ પઽલ	ગાર્જી મશરૂવાળા મહેતા	60

If undelivered please return to :

શ્રી કચ્છી ઐન સેવા સમાજ - અમદાવાદ

શ્રી કચ્છી ઐન ભવન,

૪૩-૪૪, પ્રાચીન મિત્રમંડળ સોસાયટી,
નવચેતન હાઈસ્કૂલની સામે, પાલી - એક્સિસબિલ્ય,
અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૬.
ફોન : (૦૭૯) ૨૬૫૭ ૮૮૯૨, ૨૬૫૮ ૧૫૦૧

To,