

## નિવેદન

વર્ષ ૧૯૭૫થી વર્ષ ૨૦૦૪ સુધીના સંભારણાંને લઈને “મંગલ મંદિર”નો આ વિશેષાંક પ્રસારિત કરવામાં આવી રહેલ છે. દરેક અંકનું સંકલન કરતાં, આ વિગત લગભગ ૪૦૦ પાના જેટલી થવા જાય છે. પરિણામ સ્વરૂપે તેને બે ભાગમાં પ્રકાશિત કરવામાં આવી રહેલ છે.

“સંભારણાં વિશેષાંક”ના પ્રથમ ભાગમાં તંત્રીલેખો તેમજ લેખ વિભાગમાંથી જૈન તત્ત્વજ્ઞાન, ધર્મ, માહિતી, વિચાર-મંથન, વિચાર-વિમર્શ, કચ્છ, કચ્છનો પાણીનો પ્રશ્ન, શિક્ષણ, પર્યાવરણ, સમાજ દર્પણ, ખનીજ, પ્રવાસ વર્ણન તથા જીવન ઝરમર વિભાગના લેખોને પ્રસારિત કરી શકાયેલ છે.

“સંભારણાં વિશેષાંક”ના આ દ્વિતીય ભાગમાં તંદુરસ્તી, બોધકથા, વાર્તા, શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ, મહિલા વિભાગ, હળવાશની ક્ષણોમાં તથા બાળ જગતના લેખોનો સમાવેશ કરવામાં આવેલ છે. સાથે સાથે બાલુડે જ્યું ગાલિયું, આંજો કાગર, અન્ય સંસ્થાના સમાચાર, વલોવતન, કાવ્યો, સમાજ દર્પણ, સંસ્થા સમાચાર વગેરે વિભાગો લેવામાં આવેલ છે.

અને છેલ્લે શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદની સ્થાનિક ચાલુ પ્રવૃત્તિઓનો સમાવેશ કરવામાં આવેલ છે.

પાનામાં વચ્ચે રહી જતી ખાલી જગ્યામાં મૂકવામાં આવેલ દૃષ્ટાંતો તથા બોટમ પટ્ટીના સુવાક્યો પણ અગાઉના અંકોમાંથી જ પસંદ કરીને અહીં પ્રસારિત કરવામાં આવેલ છે.

અગર અમારો આ પ્રયાસ આપશ્રીને સફળ થયેલો જણાય, તો તેનો યશ અમારા પુરોગામી તંત્રીશ્રીઓ અને લેખક મિત્રોને જાય છે. કદાચ આ પ્રયાસ યોગ્ય ન લાગે તો તેનો અપયશ અત્યારની ટીમના ભાગે આવે એ સ્વાભાવિક છે.

આવતા અંકોમાં પ્રસારિત કરવા માટે આપશ્રીના પ્રત્યાઘાતોની જરૂરથી રાહ જોઈશું.

— તંત્રી મંડળ

નિયમિતતા, ઉપયોગિતા અને વ્યવસ્થિતતા એ ત્રણ ગુણ જીવન વ્યવહારમાં ખૂબ ઉપયોગી છે.

છેલ્લા ૩૬ વર્ષથી દર મહિનાની ૫ તારીખે નિયમિતપણે પોસ્ટ કરવામાં આવતું “શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ”નું મુખપત્ર

**“મંગલ મંદિર”**

**મુખ્ય કાર્યાલય**

**શ્રી કચ્છી જૈન ભવન,**  
૪૩-૪૪, શ્રી બ્રાહ્મણ મિત્રમંડળ સોસાયટી,  
પાલડી, એલિસબ્રિજ, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૬.  
ફોન : (૦૭૯) ૨૬૫૭૮૮૯૨, ૨૬૫૮૧૫૦૧  
ફેક્સ : (૦૭૯) ૨૬૫૮૨૦૬૦  
ઈ-મેઈલ : kutchi\_jainamd@hotmail.com  
વેબ-સાઈટ : www.kutchijainahd.org

**તંત્રીમંડળ**

અશોક મહેતા (૯૮૨૫૩ ૨૨૬૮૯) – મુખ્યતંત્રી  
મનુભાઈ શાહ (૯૮૨૫૦ ૩૧૫૨૮)  
સૂરજલાલ મહેતા (૦૭૯-૨૬૬૧૨૦૮૯)  
દિનેશચંદ્ર રતિલાલ મહેતા (૯૯૨૪૩ ૪૨૬૨૮)

**વિવિધ વિભાગો**

**વલોવતન**

રજનીકાંત પારેખ (૯૮૯૮૦ ૫૩૫૨૧)

**સાર સમાચાર**

શાંતિલાલ સંઘવી

**બાલુર્ડે જયું ગાલિયું**

ગુલાબચંદ ધારશી રાંભિયા (૦૭૯-૨૫૪૬૮૧૬૦)

**સુડોકુ**

રજનીકાંત પારેખ (૯૮૯૮૦ ૫૩૫૨૧)

**શબ્દ રમત**

સૂરજલાલ મોતીલાલ મહેતા (૦૭૯-૨૬૬૧૨૦૮૯)

**મંગલમંદિર – પ્રશ્નો અને પ્રત્યુત્તર વિભાગ**

રંદ્રા મહેન્દ્ર શાહ (૦૭૯ - ૨૬૭૬૦૨૬૬)

**લેખકોને નમ્ર વિનંતી**

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

એક સાચે એકથી વધુ કૃતિઓ ન મોકલવા વિનંતી.

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

– મુખ્યતંત્રી

**અનુક્રમણિકા – ૨**

**લેખ**

**મંગલ મંદિર સંદર્ભ**

**લેખક પાના નં.**

**લેખ વિભાગ :**

**તંદુરસ્તી**

- કઈ રીતે ઊંઘવું જોઈએ ..... જૂન-૧૯૮૨ ..... ૨૦૫
- ઘરનું ફર્નિચર અને કરોડરજજુની વ્યાધિ ..... જુલાઈ-૧૯૮૨ ..... ડૉ. રઘુવીર શાસ્ત્રી ... ૨૦૫
- અનેક ગુણી ગોળ ..... એપ્રિલ/મે-૧૯૮૩ ..... બાપાલાલ ગ. વૈદ્ય ... ૨૦૬
- લીંબુ ..... ફેબ્રુઆરી-૧૯૮૪ ... જેઠાલાલ ના. ત્રિવેદી ... ૨૦૭
- નેત્ર રત્ન કેવી રીતે જાળવશો? – (૧) ..... જુલાઈ-૧૯૮૬ ..... ૨૦૭
- નેત્ર રત્ન કેવી રીતે જાળવશો? – (૨) ..... ઓગસ્ટ-૧૯૮૬ ..... ૨૦૮
- આપણા દાંતનું સ્વાસ્થ્ય – (૧) ..... સપ્ટેમ્બર-૧૯૮૬ . ડૉ. હીરાલાલ પી. વોરા ... ૨૦૯
- આપણા દાંતનું સ્વાસ્થ્ય – (૨) ..... સપ્ટેમ્બર-૧૯૮૬ . ડૉ. હીરાલાલ પી. વોરા ... ૨૧૦
- ચાલવું – કુદરતની ઉત્તમ ઓષધિ ..... નવેમ્બર/ડિસેમ્બર-૧૯૮૩ ..... નંદલાલ ટી. શાહ ... ૨૧૧
- મીઠું – મિત્ર કે શત્રુ? ..... જાન્યુઆરી-૧૯૮૪ ..... નંદલાલ ટી. શાહ ... ૨૧૫
- ડાયાબિટીસ ..... માર્ચ/એપ્રિલ-૧૯૮૪ ..... નંદલાલ ટી. શાહ ... ૨૧૬
- હાર્ટ એટેક ..... એપ્રિલ-૧૯૮૪ ..... નંદલાલ ટી. શાહ ... ૨૨૦
- ડિપ્રેશન ..... ફેબ્રુઆરી-૧૯૮૫ ..... નંદલાલ ટી. શાહ ... ૨૨૩
- કોલેસ્ટેરોલ ..... મે-૧૯૮૫ ..... નંદલાલ ટી. શાહ ... ૨૨૬
- સ્તનના કેન્સરને સવેળા શોધી કાઢતી પદ્ધતિ – મેમોગ્રાફી .. જુલાઈ-૧૯૮૫ ..... ૨૨૯
- રોગનું મૂળ મંદાગ્નિ ..... ડિસેમ્બર-૧૯૮૫ .. વૈદ્ય નવીનભાઈ ઓઝા ... ૨૩૦
- કિડની કેમ બગડે છે? – કારણો, લક્ષણો અને સંભાળ ..... જાન્યુ.-૧૯૮૬ ... વૈદ્ય મનુભાઈ ગોદાની ... ૨૩૨
- જેને મોઢામાં યાંદા, એ અડધા માંદા ..... એપ્રિલ-૧૯૮૭ ..... કાંતિભાઈ વૈદ્ય ... ૨૩૨
- બ્લડ પ્રેશર અને શવાસન ..... મે-૨૦૦૨ ..... ૨૩૪
- લોક આયુર્વેદ ..... જૂન-૨૦૦૨ ... વૈદ્ય મહેન્દ્રભાઈ વ્યાસ ... ૨૩૫
- છાશ એટલે પૃથ્વીલોકનું અમૃત ..... ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૩ ..... ૨૩૫
- કેન્સર શું છે? ..... ઓક્ટોબર-૨૦૦૩ ..... સુલુ જલદીપ શાહ ... ૨૩૬
- હૃદયરોગ (હાર્ટ એટેક)નો હુમલો થાય ત્યારે અને પછી શું કરશો? ..... નવેમ્બર-૨૦૦૩ ..... ડૉ. વી.કે. શાહ ... ૨૩૮
- વિસ્મૃતિથી કેવી રીતે બચવું? ..... ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૪ ..... હરેન્દ્ર રાવલ ... ૨૪૧
- દાંત માટે શ્રેષ્ઠ છે – દાંતણ ..... સપ્ટેમ્બર-૨૦૦૪ ..... મીના પી. ગોગરી ... ૨૪૨

**બોધ કથાઓ**

- બાંધી મુઢી ..... માર્ચ-૧૯૮૮ ..... મુકુંદરાય પારાશર્ય ... ૨૪૫
- સમાજસેવા ..... એપ્રિલ-૧૯૮૮ ..... ડૉ. ભરત ભગત ... ૨૪૫
- કરકસર ..... જુલાઈ-૧૯૮૮ ..... ૨૪૬
- એક પૈસાની રોટી ..... જુલાઈ-૧૯૮૮ ..... ડૉ. ભરત ભગત ... ૨૪૭
- વાણી વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વની અભિવ્યક્તિ છે ..... ડિસેમ્બર-૧૯૮૮ ..... કનૈયાલાલ ગિ. રાવલ ... ૨૪૮
- હું માનવી માનવ થાઉં તો ઘણું ..... એપ્રિલ-૨૦૦૦ ..... ૨૪૮
- દાનના ધનમાં પસીનાની સુગંધ હોય ..... મે-૨૦૦૦ ..... ડૉ. કુમારપાળ દેસાઈ ... ૨૪૯
- ત્યાગવૃત્તિ ..... જૂન-૨૦૦૦ ..... ગણિ રાજરત્નવિજય ... ૨૫૦
- ઈચ્છાશક્તિ ..... ડિસેમ્બર-૨૦૦૦ ..... ૨૫૦
- ભેદભાવ માનવસર્જિત છે ..... એપ્રિલ-૨૦૦૨ ..... ૨૫૧
- સફળતા ..... ડિસેમ્બર-૨૦૦૨ ..... ૨૫૧
- આત્મવિશ્વાસ ..... મે-૨૦૦૪ ..... ૨૫૨
- શાખ શાહની ..... ડિસેમ્બર-૨૦૦૪ ..... ગગુભાઈ મુનશી ... ૨૫૩

**વાર્તા**

- ધરતીનું ઋણ ..... મે-૧૯૮૦ ..... આનંદકુમાર આડે ... ૨૫૫
- મુલત્વી રહેલું મહાભિનિષ્ક્રમણ ..... જૂન/જુલાઈ-૧૯૮૦ ..... પોપટલાલ નેણશી ધરોડ ... ૨૫૭
- શ્રી શત્રુંજયના શહીદો ..... નવેમ્બર-૨૦૦૧ ..... શ્રી વિશ્વેન્દુ ... ૨૫૮
- નિખાલસતા ..... ડિસેમ્બર-૨૦૦૩ ..... ડૉ. શરદ ઠાકર ... ૨૬૧

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના  
“પદાધિકારીશ્રીઓ”

**મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી**

શ્રી અશોકકુમાર સાકરચંદ મહેતા  
ઘર : ૩૦૧૫ ૦૦૨૨, મો. ૯૮૨૫૩ ૨૨૬૮૯

**ઉપપ્રમુખ-૧**

શ્રી કાંતિલાલ વેલજી સાવલા  
ઘર : ૨૬૫૬૩૩૩૩/૨૬૪૪૯૯૪૪  
મો. ૯૮૨૫૦ ૩૬૬૫૧

**ઉપપ્રમુખ-૨**

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

**માનદ્ મંત્રી**

શ્રી પ્રતાપ નારાણજી દંડ  
ઘર : ૨૬૪૦૫૦૪૭, ઓ. : ૨૬૪૦૧૭૩૫/૪૨  
મો. ૯૪૨૬૭ ૨૫૬૧૮

**સહમંત્રી**

શ્રી હસમુખ બાબુભાઈ શાહ (ખાંડવાલા)  
(ઘર) ૨૬૬૦૩૪૫૮, (ઓ) ૨૬૬૦૫૪૫૩  
મો. ૯૮૨૫૦ ૪૦૬૬૬

**ખજાનચી**

શ્રી ચંદ્રકાંત દામજી શાહ (ઘર) ૨૬૬૦૫૨૨૫

**સહ ખજાનચી**

શ્રી રમણિકલાલ કુંવરજી ગોસર  
ઘર : ૨૬૬૫૦૨૯૯, મો. ૯૪૨૮૩ ૫૧૩૭૦

**શ્રી કચ્છી વિશ્રામ ગૃહનું સરનામું :**

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ  
સંચાલિત  
શ્રી ખનિજ વિકાસ નિગમ લિ. પ્રાયોજિત  
શ્રી કચ્છી વિશ્રામ ગૃહ  
અસ્થિતનગર ટેરાસરની સામે,  
ગાંધી વિદ્યાલયની ગલીમાં, રચના સ્કૂલની પાછળ,  
રાજસ્થાન હોસ્પિટલ પાસે, શાહીબાગ,  
અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૪. ફોન : ૦૭૯-૨૨૮૮૪૫૪૭

**સેવા ભવનનું સરનામું :**

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ સંચાલિત  
માતૃશ્રી કંકુબહેન કાનજીભાઈ રવજી (નાની ખાખરવાલા) સેવા  
ભવન, એસ. ટી સ્ટેન્ડ પાસે, સલ્કાર ગેસ્ટ હાઉસની  
સામે, રૂગનાથપુરા, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૨૨.  
ફોન : ૦૭૯-૨૫૪૬૧૨૭૦

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

**શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ**

- સંસ્થાનો વાર્ષિક અહેવાલ (તા. ૨૭-૨-૧૯૭૭) ..... માર્ચ-૧૯૭૭ ..... પ્રભુલાલ કે. સંઘવી ... ૨૬૩
- મંત્રીશ્રીની કલમેથી -  
શ્રી કચ્છી જૈન ભવનના ઉદ્ઘાટન પ્રસંગે  
(શ્રી કચ્છી જૈન ભવનની વિગત) ..... ડિસેમ્બર-૧૯૮૬ ..... અશોક મહેતા ... ૨૬૯
- માનદ્ મંત્રીશ્રીની કલમેથી  
શ્રી કચ્છી જૈન ભવનના ઉદ્ઘાટન પ્રસંગે  
(ઉદ્ઘાટનની તૈયારીની વિગત) ..... જાન્યુઆરી-૧૯૮૭ ..... અશોક મહેતા ... ૨૭૦
- સ્વપ્નનું નક્કર સ્વરૂપ  
શ્રી કચ્છી જૈન ભવન ઉદ્ઘાટન સમારોહનો  
આંખે દેખ્યો અહેવાલ ..... ફેબ્રુઆરી-૧૯૮૭ ..... સૂરજલાલ મહેતા ... ૨૭૨
- શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ સંચાલિત  
આયુર્વેદિક સારવાર કેન્દ્ર અને ફીઝિયોથેરાપી કેન્દ્રનો  
ઉદ્ઘાટન સમારંભ ..... સપ્ટેમ્બર-૧૯૮૭ ..... ૨૭૬
- ઓળી ઝોળી પીપળ પાન  
(શ્રી કચ્છી જૈન ભવનની નામકરણ વિધિ) ..... ફેબ્રુઆરી-૧૯૮૮ ..... સૂરજલાલ મહેતા ... ૨૭૮
- આંખે દેખ્યો અહેવાલ  
ગુજરાત ખનીજ વિકાસ નિગમ લિમિટેડ પ્રાયોજિત  
શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ સંચાલિત  
“શ્રી કચ્છી વિશ્રામ ગૃહ” ..... માર્ચ-૨૦૦૦ ..... સૂરજલાલ મહેતા ... ૨૮૧
- પ્રમુખશ્રીનો સંદેશ  
મા-ભોમની હાકલ પડી (૨૦૦૧ના ધરતીકંપ બાદ) ..... માર્ચ-૨૦૦૧ ..... ૨૮૪
- ધરતીકંપ  
(શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - અમદાવાદ ખાતે શરૂ કરેલી  
હોસ્પિટલની વિગત) ..... માર્ચ-૨૦૦૧ ..... સૂરજલાલ મહેતા ... ૨૮૬
- શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ સંચાલિત  
સામખિયાળી ભૂકંપ રાહત કેમ્પનો રિપોર્ટ ..... એપ્રિલ-૨૦૦૧ ..... નવદીપ કે. શાહ ... ૨૯૦
- ધરતીકંપ અને શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ ..... માર્ચ-૨૦૦૩ ..... અશોક મહેતા ... ૨૯૨
- શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદનો માસિક અહેવાલ ..... ઓક્ટો.-૨૦૦૪ ..... ૨૯૮
- શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદનો માસિક અહેવાલ ..... નવે.-૨૦૦૪ ..... ૩૦૦

**મહિલા વિભાગ**

- સ્ત્રી સૌરભ ..... એપ્રિલ-૧૯૭૯ ..... પ્રમીલાબહેન કુરુવા ... ૩૦૩
- સ્ત્રી સૌરભ ..... મે-૧૯૭૯ ..... પ્રમીલાબહેન કુરુવા ... ૩૦૩
- બાળ માવજત તથા ઉછેર ..... ઓગસ્ટ-૧૯૮૨ ..... ૩૦૪
- સ્ત્રીઓને મૂંઝવતી સમસ્યા : વધેલા મેંદ-ચરબી (૧) ..... ઓક્ટોબર-૧૯૮૫ ..... ૩૦૫
- સ્ત્રીઓને મૂંઝવતી સમસ્યા : વધેલા મેંદ-ચરબી (૨) ..... નવેમ્બર-૧૯૮૫ ..... ૩૦૬
- સ્ત્રી અને કાયદાકીય જાણકારી ..... માર્ચ-૧૯૮૩ ..... ઉર્વશી ગોર ... ૩૦૬
- મહિલા માથે ઓઢે!!! ..... મે-૧૯૮૩ ..... હંસા ખુશાલ રાંભિયા ... ૩૦૮
- સ્ત્રીધન અને સ્ત્રીની મિલકતો બાબત અધિકારો ..... ઓક્ટોબર-૧૯૮૬ ..... ૩૦૯
- ભારતીય મહિલાની બસ્સો વર્ષની તવારીખ
- નારી હિંદુસ્તાની ..... જાન્યુઆરી-૨૦૦૦ ..... સોનલ શુક્લ ... ૩૧૧
- વીસમી સદીની વીસ સજારી ..... નવેમ્બર-૨૦૦૧ ..... ૩૧૪
- પતિની વિદાય પછી પગભર થવાનો પુરુષાર્થ ..... મે-૨૦૦૨ ..... અજિત પોપટ,  
જ્યોતિ રાવલ, ગોપાલ પંડ્યા ..... ૩૧૫
- લાખ લાખ સલામ આવી નીડર મહિલાઓને ..... મે-૨૦૦૩ ..... બેલા ઠાકર ... ૩૧૭
- ગુજરાતણ ૨૦૦૪ ..... જાન્યુઆરી-૨૦૦૪ ..... અનુરાધા દેસારી ... ૩૧૯
- ઋતંભરા ત્રીપ્ત શિબિર ..... જૂન-૨૦૦૪ .. કાજલ મણિલાલ ગાલા ... ૩૨૦

**હળવાશની કાણોમાં**

- રોટલો ..... જૂન-૨૦૦૩ ..... અરુણા બિલ્ગી જાડેજા ..... ૩૨૨
- હાસ્ય કટાક્ષિકા : જો હું ચૂંટાઈશ તો ..... મે-૨૦૦૪ ..... ચિત્રસેન શાહ ..... ૩૨૪

**બાળ જગત**

- કોઈના ભરોસે રહેશો નહિ ..... એપ્રિલ/મે-૧૯૮૨ ..... શક્તિ દલ ..... ૩૨૫
- ૧ - કિડી અને સાપ ..... એપ્રિલ-૨૦૦૨ ..... ગુલાબચંદ ધારશી રાંભિયા ..... ૩૨૬
- ૨ - સગવડિયો ધર્મ ..... નવેમ્બર-૨૦૦૨ ..... ગુલાબચંદ ધારશી રાંભિયા ..... ૩૨૬
- ૩ - સંતોષે સુખી ..... ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૩ ..... ગુલાબચંદ ધારશી રાંભિયા ..... ૩૨૭
- ૪ - મચ્છરની કમાલ ..... ઓક્ટોબર-૨૦૦૩ ..... ગુલાબચંદ ધારશી રાંભિયા ..... ૩૨૮
- ૫ - સબળા સામે શાણો શૂરો ..... નવેમ્બર-૨૦૦૩ ..... ગુલાબચંદ ધારશી રાંભિયા ..... ૩૨૯
- ૬ - ભલાઈ - એક મહાન સદ્ગુણ ..... ડિસેમ્બર-૨૦૦૩ ..... ગુલાબચંદ ધારશી રાંભિયા ..... ૩૨૯
- ૭ - ઉંદર અને સિંહ ..... ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૪ ..... ગુલાબચંદ ધારશી રાંભિયા ..... ૩૩૦
- ૮ - હોંશિયારી અને મૂર્ખામી ..... સપ્ટેમ્બર-૨૦૦૪ ..... ગુલાબચંદ ધારશી રાંભિયા ..... ૩૩૧
- ૯ - બુદ્ધિથી ભર્યો ..... ઓક્ટોબર-૨૦૦૪ ..... ગુલાબચંદ ધારશી રાંભિયા ..... ૩૩૨
- ૧૦ - લોભીના માલથી ધૂતારા ધરાય ..... ડિસેમ્બર-૨૦૦૪ ..... ગુલાબચંદ ધારશી રાંભિયા ..... ૩૩૩

**બાલુડે જયું ગાલિયું**

- બિલજા મ ભલા ..... ગુલાબચંદ ધારશી રાંભિયા ..... ૩૩૪

**આંજો કાગર**

- આંજો કાગર ..... ૩૩૯

**અન્ય સંસ્થાના સમાચાર**

- રક્તદાન મહાશિબિર - વર્લ્ડ રેકોર્ડ ..... જુલાઈ-૨૦૦૩ ..... ૩૫૪
- ભૂકંપગ્રસ્ત લાઈબ્રેરીનું નવનિર્માણ ..... ઓગસ્ટ-૨૦૦૩ ..... ૩૫૪

**વલોવતન**

- વલોવતન ..... ૩૫૫

**કાવ્યો**

- આઈ આંકે ગોત્યો આય ..... ફેબ્રુઆરી-૧૯૮૫ ..... ઓસમાન સાટી -ભુજપુર ..... ૩૬૨
- સાગર શું સતાવે છે? ..... મે-૧૯૮૭ ..... ગૌતમ એસ. જોષી ..... ૩૬૨
- જીવનની પગદંડી ..... ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૦ ..... રતિલાલ એ. મહેતા ..... ૩૬૨
- સ્વપ્નની રાત ..... ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૦ ..... કાજલ ગિરીશ દેઢિયા ..... ૩૬૩
- કચ્છી નઈ વરે ..... જુલાઈ-૨૦૦૦ ..... કુંજલતા રમણિકલાલ ગોસર ..... ૩૬૩
- મેઘ રાજાને પ્રાર્થના ..... જુલાઈ-૨૦૦૦ ..... અનિલ હેમરાજ મોતા ..... ૩૬૩
- સ્વપ્ન ..... નવેમ્બર-૨૦૦૦ ..... ગુલાબચંદ ધારશી રાંભિયા ..... ૩૬૩
- બેટી ..... ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૧ ..... સલોની નવીન લાલકા ..... ૩૬૪
- રુબાયત ..... ઓક્ટોબર-૨૦૦૧ ..... આનંદકુમાર આડે ..... ૩૬૪
- દિલ માટે ધન છે, પણ પ્યાર નથી! ..... જાન્યુઆરી-૨૦૦૨ ..... આનંદકુમાર આડે ..... ૩૬૪
- કાવ્યકુંજ ..... જુલાઈ-૨૦૦૪ ..... ગુલાબચંદ ધારશી રાંભિયા ..... ૩૬૪

**સમાજ દર્પણ - સંસ્થા સમાચાર**

- સમાજ દર્પણ - સંસ્થા સમાચાર ..... જૂન-૧૯૭૮ થી ઓક્ટોબર-૨૦૦૪ ..... ૩૬૫

**સમાજ દર્પણ - સંસ્થા સમાચાર**

- સમાજ દર્પણ ..... ૩૮૫
- સંસ્થા સમાચાર ..... ૩૮૫
- શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદનો માસિક અહેવાલ ..... ૩૮૧
- ઉડતી નજરે ..... ૩૮૨

## તંદુરસ્તી

## કઈ રીતે ઊંઘવું જોઈએ

અલબત્ત નિદ્રા આપણા આરોગ્ય માટે ખૂબ જ જરૂરી છે. સામાન્ય રીતે એમ કહેવાય છે કે આહાર અને નિદ્રા આપણાં જીવન માટે મહત્વનાં અંગો ગણાય છે.

જે લોકો લાંબા સમય સુધી ઉજાગરા કરે છે તેઓ પોતાનું આરોગ્ય ગુમાવે છે. ઉજાગરા કરવાથી ભૂખ પણ લાગતી નથી. ઉજાગરા કરવાથી શરીર ભાંગીને ભૂક્કો થઈ જાય છે. નિદ્રા વગર આરોગ્ય જાળવી શકાતું નથી આ વાત આપણે સૌ જાણીએ છીએ. જે રાત્રે ઉજાગરો થાય છે તેની બીજી સવારે માણસ ચેતન વગરનો ઢીલો - સુસ્ત બને છે. આ પરથી સાબિત થાય છે કે સૌને માટે ઊંઘ - નિદ્રા જરૂરી છે.

ઘણાં માણસો પોતાની મરજીમાં ફાવે તેમ, ગમે એવી રીતે પથારીમાં સૂઈ જાય છે. ઘસઘસાટ ઊંઘ આવે એ બહુ મજાની વાત છે. નિદ્રા માણસને નવું જીવન પૂરું પાડે છે. શરીરનો વિકાસ સાધે છે અને દેહના અણુએ અણુમાં ભરાયેલા થાકને દૂર કરી નાખે છે. સવારમાં જાગતી વખતે આપણને વાતાવરણ ઘણું પ્રફુલ્લિત લાગે છે. એનું કારણ આપણા દેહમાં નિદ્રાને લીધેલ મળેલ નવી

સ્ફૂર્તિ છે. આખી રાત ઊંઘ ન આવી હોય તો પ્રભાતનું વાતાવરણ સવારમાં કદી પ્રફુલ્લિત લાગતું નથી. ડાબે પડખે સૂવું એ વાતને બહુ જ મહત્ત્વ આપવામાં આવ્યું છે અને એ પ્રમાણે જો બની શકે તો એના જેવું કંઈ જ ઉત્તમ નથી. અલબત્ત, કોઈ કોઈવાર થોડા સમય માટે પડખું ફેરવવાની જરૂર પડે છે. પણ વધુ સમય ડાબે પડખે સુવાય તો વધુ સારું. આખી રાત ચત્તા પડી રહેવાથી ધીમે ધીમે નુકસાન તો એ થાય છે કે ખોરાક બરાબર પચતો નથી અને લાંબે ગાળે પાચનશક્તિ મંદ પડી જતી જોવામાં આવે છે. ઘણા પથારીમાં ઊંઘા સૂએ છે અને પરિણામે હૃદય ઉપર અસર થયા વિના રહેતી નથી. કેટલાંક ત્રણ-ત્રણ ઓશીકા રાખીને માથું ટેકવે છે તો અને એમ ન કરે તો એમને બરાબર ઊંઘ આવતી નથી. આવી જેમને ટેવ છે એવા લોકોની સ્મરણશક્તિ ઉપર ખરાબ અસર થયા વિના રહેતી નથી અને મુશ્કેલીના સમયમાં તેઓ વધુ ગભરાટ અનુભવે છે. આવા માણસો વધુ પડતા લાગણીપ્રધાન હોય છે અને વાતવાતમાં તેમને માહું લાગી જાય છે. કેટલીકવાર આવા લોકોમાં અભિમાન પણ

જોવામાં આવે છે. ઊંચું રાખીને સૂવાની ટેવને કારણે કોઈનું પ્રમાણ પણ સ્વભાવમાં વધુ જણાય છે.

કેટલાંક પગને જેમ ફાવે તેમ સૂતી વખતે રાખે છે અને એથી આંતરડાને નુકસાન થાય છે. પગ ઉપર પગ ચડાવીને અથવા તો પગની આંટી ભરાવીને સૂવાની ટેવને કારણે લાંબા સમયે આંતરડાના રોગ થયા વિના રહેતા નથી.

ઘણા છાતી ઉપર હાથ રાખીને લાકડાની પૂતળીની જેમ આખી રાત પડી રહે છે. પણ હૃદય ઉપર ભાર આવવાને કારણે ઊંઘમાં મન વ્યગ્રતા અનુભવતું હોય છે અને સૂક્ષ્મ મનમાં અનેક પ્રકારની શંકા કુશંકાઓ પેદા થાય છે અને એમાંથી નવા નવા પ્રકારની ભય પમાડે એવી આકૃતિઓ મન સમક્ષ પેદા થાય છે. નિદ્રા દરમિયાન મન એવી રીતે રોકાયેલું રહેવાના પરિણામે શરીરના જ્ઞાનતંતુઓનો થાક બરાબર ઊતરતો નથી અને લાંબે ગાળે જ્ઞાનતંતુઓની નબળાઈ આવી જાય છે.

મંગલ મંદિર, જૂન ૧૯૮૨

## ઘરનું ફર્નિચર અને કરોડરજજુની વ્યાધિ

• ડૉ. શ્રી રઘુભાઈ શાસ્ત્રી •

શારીરિક તકલીફ ઉપર ઘરનાં ફર્નિચરનો ઘણો આધાર છે. ફર્નિચર વાપરનારને કેવી રીતે વાપરવું તેનો પૂરો ખ્યાલ રાખવો જરૂરી છે. જો ફર્નિચર વાપરતાં ન આવડે તો તે ફર્નિચર કરોડરજજુના વ્યાધિ ઉત્પન્ન કરે છે. માટે ફર્નિચર બનાવતી વખતે

નીચેની હકીકતનો ખ્યાલ રાખવો જરૂરી છે. જેમાં વ્યક્તિ બેસે તેમાં તેને દરેક રીતે આરામ લાગે તેવી બનાવટ હોવી જરૂરી છે. તેમાં બેસવાથી કમરમાં કે ગરદનમાં દુઃખાવો થઈ જાય અથવા ગરદન પર દબાણ આવે તો તે ફર્નિચરની ખામી દૂર કરવી

જોઈએ.

પુરશી ઉપર બેસતા પગ લટકતા રહે અથવા ગોઠણનાં સાંધા ઉપર જોર આવે એટલી ઊંચાઈ ન હોવી જોઈએ અથવા ફર્નિચર એટલું બધું નીચું ન હોય કે પગને વાળીને બેસવું પડે. સોફાસેટની પીઠ એટલી બાહ્ય ગોળ હોય કે

સેવાભાવમાં અહંકાર ઘૂસતાં ભક્તિભાવ દૂર થાય છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

માણસની પીઠ કે સોફાની પાછળ ઘણી જગ્યા રહે.

સુતી વખતે ઊંચા કે વધારે તક્રિયા વાપરવાથી ગરદનમાં દુઃખાવો થાય છે તે ગરદનમાં વધી જતાં એની અસર ખભા, હાથ, કોણી તથા આંગળા સુધી પહોંચે છે. જેથી ખભો જડ થઈ જાય છે. રાત્રે સુતી વખતે પડખામાં સપ્ત દુઃખાવો થાય છે અને પડખે સૂવામાં મુશ્કેલ બની જાય છે અને રાત્રિની ઊંઘને હરામ કરે છે. તે રોગને Frozen Shoulder કહે છે.

જો કમરનાં મણકામાં કોઈપણ જાતનો રોગ હોય તો તેવા દર્દીએ ડનલોપ વાળી પથારી વાપરવી નહિ અથવા ઢીલી પાંગતનાં ઢોલિયા અથવા ઢીલી સ્પ્રિંગવાળા ખાટલાનો ઉપયોગ કરવો નહીં. જે દર્દીને ગાદી ખસી જવાનો રોગ હોય તેણે પલંગમાં એક ખડું પાટિયું તેના પર વજન આવતાં વળી

ન જાય તેવું અને તેનાં પર પાતળું ગાદવું કે પાતળું ગોદડું પાથરવું.

મોટર ડ્રાઈવિંગ વખતે જો કમરમાં અથવા પીઠમાં દુઃખાવો થતો હોય તો નેતરની બાહ્ય ગોળાકાર પીઠ તૈયાર કરી લાંબી મુસાફરીમાં ડ્રાઈવિંગ વખતે વાપરવી જેનાથી પીઠ તથા કમરનો દુઃખાવો થશે નહિ અને મોટર હાંકવામાં દુઃખાવો થશે નહિ. આરામ ખુરશીમાં ઘૂંટણ નીચેની નસ દબાય છે. તેથી નીચેનાં પગમાં ઝણઝણાટી થાય છે અને તેમાં લોહીનું ફરવું ઓછું થાય છે. પગમાં ઝણઝણાટી અને કેમ્પસ (ગોટલા ચઢી જાય) છે.

ઈંગ્લેન્ડમાં જયારે બીજા વિશ્વયુદ્ધ વખતે સતત બોમ્બ પડતા હતા ત્યારે કેટલાક લોકો આરામ ખુરશીમાં આખી રાત પડી રહેતા હતા. તેઓને આ જાતનાં દુઃખાવા થતા હતા. કેટલાંક સોફા પર બેસીને ઊંઘવા માંડે છે, પગને

આગળ સરકાવી પીઠને નીચે કરી ઊંઘી જાય છે. તેઓને નીચેની કમરનું સખત દર્દ થઈ આવે છે. ખુરશીનાં આગલા બે પાયા ઊંચી પાછળના બે પાયા પર ખુરશી પર બેસવાની ટેવ ઘણાંને હોય છે. તેનાથી કમર પર સખત વજન આવે છે તેમજ રાહ જોતી વખતે એક પગ પર ઊભા રહેવાની ટેવથી પણ થાપાનાં હાડકાં પર સખત બોજો આવે છે. પગની આંટી મારી બેસવાથી નીચેની કમરમાં દુઃખાવા થઈ જાય છે. રાત્રે પડખા ફરતી વખતે ગરદન તથા પગનાં જોરે પડખા ફેરવવાથી ગરદનનાં અનેક દર્દો થાય છે. ટેબલના ખાના સજજડ થઈ ગયા હોય ત્યારે જોર કરી ખોલવા જતાં કમરમાં આંચકો આવી જાય છે. ડિસ્કનો રોગ થઈ જાય છે. કમર ઝુકાવીને બેસવાની રીત ખોટી છે.

મંગલ મંદિર, જુલાઈ-૧૯૮૨

## અનેક ગુણી ગોળ

● બાપાલાલ ગ. વૈદ્ય ●

ખોરાકમાં ગળપણને સ્થાન છે. ગળપણ માટે આપણે ખાંડ, ગોળ, મધ આ ત્રણેનો ઉપયોગ કરીએ છીએ. ગળપણમાં ઉષ્મા-શક્તિ આપવાની શક્તિ છે. નાના બાળકોથી તે વૃદ્ધો સુધી સૌને ગળપણ પ્રિય હોય છે. મધુર રસને આયુર્વેદે ખૂબ પ્રાધાન્ય આપ્યું છે. પાકેલાં મિષ્ટ ફળોમાંથી પણ ગળપણ પ્રાપ્ત થાય છે.

પરંતુ આજે ગોળનું સ્થાન ખાંડે લીધું છે એ ચિંતાનો વિષય છે. આજે જે રીતે ખાંડ બને છે તે શરીર માટે હાનિકારક છે એમ વિશ્વ આરોગ્ય સંસ્થા જેવી સંસ્થા પણ કહે છે. જે રીતે ખાંડને વધુ સફેદ બનાવવા આજે 'બ્લીચ' કરવામાં આવે છે તે રીતે ખાંડ ખાવા લાયક પદાર્થ રહ્યો નથી. ખાંડના વપરાશથી મધુપ્રમેહ, બ્લડપ્રેશર, પાયોરિયા, ચરબી વગેરે રોગો ખૂબ વધ્યાં છે.

ખાંડનું સ્થાન ગોળે લેવું જોઈએ તેને બદલે આજે ઊલટી ગંગા વહી રહી છે. ચા નાં પ્રચાર સાથે ખાંડનો વપરાશ ઘણો જ વધ્યો છે. આપણા દેશમાં ગોળનો જ મહિમા હતો. સારે માઠે પ્રસંગે ગોળનો જ ઉપયોગ થતો. આજે પણ માંગલિક પ્રસંગે ગોળ-ધાણા વહેંચવાનો રિવાજ પ્રચલિત છે. ગોળનું એ માંગલ્ય છે.

પહેલાનાં વખતમાં બળદ ખૂબ મજૂરી કરીને આવ્યો હોય તો ગોળ ખવડાવવામાં આવતો. આથી મજૂરી કરવાનો થાક ઉતરી જતો. અને જે શક્તિ ખર્ચાઈ હોય તે ગોળથી ભરપાઈ થઈ જતી. ખાંડ પણ શક્તિ ભરપાઈ કરનાર છે જ પણ ગોળની સરખામણીમાં પોષણની દૃષ્ટિએ ખાંડનું સ્થાન ઘણું ઊતરતું છે.

દાળમાં, કઢીમાં આજે ઘણાં ખાંડ નાખતાં થયાં છે. શાકમાં પણ ખાંડ વપરાવા લાગી છે. બહેનોને વિનંતી છે કે ખાંડને બદલે વાનગીમાં ગોળ વાપરો. ગોળમાં ગળપણ (કાર્બોહાઈડ્રેટ) ઉપરાંત ઘણાં ઉપયોગી પદાર્થો છે. ગોળ અમૃત છે, ખાંડ ઝેર છે. ગોળમાં (કેલ્શિયમ) ચૂનો છે, લોહ છે અને ક્ષારો યા ખનીજ પદાર્થો છે, વિટામિન છે. ખાંડમાં આમાનું કશું જ નથી. બાળકોને મગફળી અને ગોળ, કોપરું અને ગોળ, ચણા અને ગોળ અથવા ઘાણી અને ગોળ આપો.

આયુર્વેદ જૂના ગોળને વખાણે છે. તાજા ગોળ કરતાં જૂનાં ગોળમાં ક્ષારો-વલણો ઘણાં હોવાથી એ લોહીની શુદ્ધિ રક્ત પ્રસારિત કરનાર છે. લોહીની શુદ્ધિ કરે છે તેમ લોહી વધારનાર પણ છે. ખાંડની સરખામણીમાં ગોળ

ખાંડ જેટલો શીત ઠંડો નથી. એટલે લોકો ગોળને ગરમ માને છે. ગોળ સ્નિગ્ધ છે. ગોળનાં સેવનથી મૂત્ર અને રક્ત બંને શુદ્ધ રહે છે. ગોળ વાત અને પિત્ત બંને જીતનાર છે. ગોળ મેદ વધારનાર છે. એટલે નાના બાળકો અને સુકલકડી માણસો માટે વધારે સારો છે, શ્રમહર છે.

જૂનો ગોળ હૃદય માટે હિતકારક છે. જૂનો ગોળ પિત્તનો નાશ કરનાર, વાયુને હરનાર, ત્રિદોષ થકી ઉત્પન્ન થતી પીડાઓને મટાડનાર છે. જઠરાગ્નિ પ્રદીપ્ત કરનાર પચવામાં હલકો, શ્રમહર અને પથ્ય છે. આદું સાથે ગોળ લેવાથી તે કફને હણે છે. સૂંઠને સાથે લેવાથી વાતવિકારોને શાંત કરનાર છે. પછાડ લાગી હોય ત્યારે ગોળ લેવામાં આવે છે. કારણકે રક્તનું પ્રસાદન છે. કળી ચૂનો અને ગોળ બંને ભેગા કરી લેપ લગાડવાથી દરદ મટાડે છે.

અનેક શ્વાસની દવાઓમાં ગોળ છૂટથી વપરાયેલો છે. આવો ગુણદાયક ગોળ ત્યજીને નિઃસત્વ ખાંડને વાપરવી એ ગાંડપણ છે. ગોળ દરેક વસ્તુમાં વાપરો તથા બાળકોને દરરોજ થોડાં પ્રમાણમાં આપો.

મંગલ મંદિર, એપ્રિલ/મે-૧૯૮૩

“સંભારણાં” વિશેષાંક

## લીંબુ

• જેઠાલાલ ના. ત્રિવેદી •

લીંબુ એ ખાટું ફળ હોવા છતાં બહુ જ ગુણકારી અને ઉપયોગી છે. લીંબુ ખાટા વાયુને હરનાર, અગ્નિને પ્રદીપ્ત કરનાર, પાચક, રુચિ ઉપજાવનાર અને કૃમિને મટાડનાર છે. તે વાત પિત્ત, કફ તથા શૂળવાળાને પણ હિતકારી છે. તરસ તથા ઊલટીને પણ મટાડે છે.

વર્ષા અને શરદમાં ભેજવાળા હવામાનથી ખોરાકને પચાવનાર ખાટા પાચકરસ પાતળા પડી જાય છે. ત્યારે મંદાગ્નિ, અર્જણ, ગેસ, ઝાડા અને મરડા જેવા દર્દો થાય છે. જેથી આ રોગો દૂર કરવા માટે વર્ષા અને શરદમાં લીંબુનો છૂટથી ઉપયોગ કરવો જોઈએ.

ત્રણે દોષ ઉપર, મંદાગ્નિ, ક્ષણ તથા વાયુ સંબંધી રોગથી પીડાયેલાઓને, ઝેરથી વિહવળ થયેલાઓને ઝાડાની કબજિયાતવાળા તથા કોલેરા વાળાઓને લીંબુ અવશ્ય આપવું એવી મુનિઓની ભલામણ છે. આ ઉપરથી લીંબુનું સેવન કેટલું બધું ઉપયોગી અને લાભદાયક છે તે સમજાઈ જશે.

અર્જણ, કોલેરા, ગેસ, ઉધરસ, દમ, મેલેરિયા, ઊલટી, કબજિયાત, ખસ, દાદર,

ખરજવું, ઊંદરી, કાનનાં ચસકા, પાયોરિયા, દાંતનાં રોગ, બરોળ, કમળો, પાંડુ, આંખના રોગ વગેરે ઉપર લીંબુ ઘણું જ લાભપ્રદ નીવડે છે. લીંબુના રસનું તથા સાકરનું શરબત બનાવીને પિત્ત તથા દાહનું શમન થાય છે અને મોંમા રુચિ પેદા થાય છે. સગર્ભાની ઊલટીનાં પ્રસંગે પણ લીંબુનો રસ મીઠા કે સાકર સાથે આપવાની રાહત મળે છે. **લીંબુનો જમતી વખતે દાળશાકમાં નિયોવીનો ઉપયોગ કરવો પાચનની દૃષ્ટિએ બહુ લાભપ્રદ થશે.**

એકલું લીંબુ ગરમી કે શરદી કરે છે એમ માનવું બરાબર નથી. ઊલટું સાકર સાથે સેવન કરેલો લીંબુનો રસ ગરમી-દાહ કે પિત્તને મટાડે છે. એકાદ વાલ જેટલા સોડા બાય-કાર્બ સાથે લીંબુનો રસ ગરમ પાણી સાથે લેવાથી શરદી, ઉધરસ વગેરે મટાડે છે. **લીંબુથી કફ ઉધરસ કે શરદી થવાની શંકા હોય તો તે ખરી નથી.** છતાં તેવી શંકાવાળાએ લીંબુનો રસ ગરમ પાણીમાં સોડા બાયકાર્બ એકાદ વાલ જેટલો નાખી લેવો. શિયાળા અને વર્ષાઋતુમાં લીંબુના રસ સાથે

આદુંનો રસ મેળવીને લેવાથી પણ શરદીની ફરિયાદ દૂર થશે. પણ ઉનાળામાં તથા શરદઋતુમાં આદુંનો રસ લેવો હિતાવહ નથી.

લીંબુનો રસ ખાટો હોય છે. ખાટો રસ પાચન કરનાર અને આંતરડાને બળ આપનારો છે. એ જ કારણથી વૈદ્યો આંતરડાનાં રોગીઓને લીંબુ, ખાટી છાશ, બિજોરું વગેરે ખટાશવાળા પદાર્થોનું સેવન કરાવે છે. પાચકરસને સબળ બનાવવા ઉપરાંત શરીરની ગરમીને સમતોલ આપવાનું અને ઝેરને દૂર કરવાનું કાર્ય ખાટો રસ કરે છે. **છતાં વધુ પડતો ખાટો રસ નુકસાન કરે છે તે ધ્યાનમાં રાખવું.**

કોઈપણ વસ્તુની અતિશયતા નુકસાન કરનારી નીવડે છે. આ વાત ખાટા રસને પણ લાગુ પડે છે. અતિશય ખટાશનું સેવન કરવાથી પાચકપિત્ત વધી જાય છે. અને જો પોષકતત્ત્વ પૂરા ન હોય તો શરીરની માંસપેશીઓ અને લોહીનું શોષણ કરે છે. આથી આપણે દરેક રસનો માફકસર ઉપયોગ કરવો. અતિશય ઉપયોગ ઈષ્ટ નથી.

મંગલ મંદિર, ફેબ્રુઆરી-૧૯૮૪

## નેત્ર રત્ન કેવી રીતે જાળવશો? - (૧)

‘આંખ’... આંખ એ શરીરનું અતિ મહત્ત્વનું અંગ છે. આંખોનું પણ પોતાનું સૌંદર્ય હોય છે. આંખો હસે, રડે અને ચિંતા બતાવે, આંખ આનંદ અને ખુશાલી બતાવે, બીમારી અને થાક બતાવે. આંખો એ તો ચહેરાનું સૌંદર્ય છે. ચહેરાને એ ખૂબસૂરત બનાવે. પણ એ આંખોની માવજત ન કરો તો... સૌંદર્ય હણાય. ઉપરાંત આંખના અનેક રોગોના ભોગ બનવું પડે. જેથી માણસ હેરાન પરેશાન થઈ જાય. આંખની તંદુરસ્તી માટે તો ખૂબજ કાળજી રાખવી જોઈએ. આંખને શણગારવા તેના પર

જાત જાતના મેક-અપ કરીએ. પરંતુ જો આંખો ફિક્કી - નિસ્તેજ લાગતી હોય તો એનો કોઈ જ અર્થ નથી.

આજકાલ ઘણા બધા માનસિક તણાવોને કારણે તથા આંખોની યોગ્ય માવજત ન કરવાથી તેમજ વિટામિનોની ઊણપને કારણે આંખના રોગો ખૂબ વધ્યા છે. ખાસ કરીને નાનાં બાળકોને ચશ્માંના નંબર હોવા, આંખ ત્રાંસી હોવી કે બીજા અનેક જાતની આંખોની તકલીફો જોવા મળે છે. ઘણા ઓછા પ્રકાશમાં કે રાત્રિએ ન દેખાવું, આંખો લાલ રહેવી,

આંખોમાં બળતરા થવી, તેમાંથી પાણી પડવું, પીયા વળવા, આંખો સૂજી જવી વગેરે અનેક તકલીફો વર્ષો સુધી જોવા મળે છે. આ બધી તકલીફોનાં કારણો સૌપ્રથમ આપણે વિચારીશું.

### ● કારણો :

રાત્રે મોડે સુધી વાંચવાની આદત, સતત માનસિક કાર્ય, મોડી રાત સુધી જાગવું, પ્રકાશ સીધો આંખમાં પડે તે રીતે વાંચવું, સૂતાં સૂતાં વાચવું, કબજિયાત રહેવી, પિત્ત પ્રકૃતિ હોવી, વારસામાં આંખો નબળી મળવી, વારંવાર

ગમે તેટલી ટોચે પહોંચો પણ નજર ધરતી પર રાખો.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

પ્રકાશમાંથી અંધારામાં કે અંધારામાંથી પ્રકાશમાં આવજા કરવી, વધારે ફિલ્મ કે ટી.વી. જોવા, વગેરે અનેક કારણોને લીધે આંખો બગડે છે. ઉનાળામાં ગરમીમાં ફરવાથી કે આંખમાં ધૂળ વગેરે પડવાથી પણ આંખમાં તકલીફ ઊભી થાય છે.

### ● આંખોની સામાન્ય સંભાળ :

**રોજ સવાર અને સાંજે ઠંડા પાણીમાં બે-ત્રણ ટીપાં ગુલાબજળ નાંખી એ પાણીથી આંખ ધોવી.** આથી આંખનું તેજ જળવાઈ રહે છે. ઉનાળામાં રોજ ઠંડા પાણી કે દૂધના પોતાં મૂકવાં. પોટી ગરમીને લીધે આંખ લાલ થઈ જાય છે. આંખોની બળતરા તેમજ પાણી ઝરવાની તકલીફમાં કટિસ્નાન લેવું પણ ખૂબજ લાભદાયી છે.

આંખો ધોવા માટે બજારમાં આઈ કપ મળે છે. **રાત્રે પલાળેલા ત્રિફળાનું પાણી સવારે ગાળી તે પાણી આઈ કપમાં ભરી તેમાં આંખ રાખી વારંવાર ખોલબંધ કરો.** એનાથી આંખમાંનો કચરો સાફ થશે. ઉપરાંત આંખનું તેજ વધશે. આંખોના થાકને દૂર કરવા ઠંડા દૂધનાં પોતાં બતાવી દસ મિનિટ માટે આંખો પર મૂકી સૂઈ જાઓ. આથી આંખોની થકાવટ દૂર થશે.

પામિંગ આંખ માટે ઉત્તમ છે. આંખને હથેળીથી પોલી બંધ કરી ૩-૪ મિનિટ તેજ સ્થિતિમાં રાખો. પછી હથેળી તેજ રીતે ઢાંકેલી રાખીને જ અંદર ૩-૪ મિનિટ આંખો ખૂલ્લી રાખો, પાછી બંધ કરો. આમ કરવાથી પણ આંખોને ફાયદો થાય છે.

દર ૩-૪ કલાકે આંખને રિલેક્ષ કરવી જરૂરી છે. **એ માટે બંને આંખો બંધ કરી હાથની હથેળીથી જરા દબાવો.** તરત જ હાથ ઊંચકી લો. પાછા દબાવો. આમ પાંચ વખત કરો. આનાથી લોહીનું ભ્રમણ પણ વધશે અને આંખ નીચેની કાળાશ પણ ઓછી થશે.

એ સિવાય પણ આંખની માનજાત માટે સૂર્ય સ્નાન કેવી રીતે લેવું? આંખની આજુબાજુના કાળા કુંડાળા કેવી રીતે દૂર કરવા વગેરે બાબતો આપણે આવતા અંકે જોઈશું.

મંગલ મંદિર, જુલાઈ-૧૯૮૬

## નેત્ર રત્ન કેવી રીતે જાળવશો? - (૨)

દીવો નાનો ધરે પ્રકાશે, અંધારું ઝટ ભાગે  
દેહ ધરે નાનકડી આંખે જીવન મંગલ જાગે!

- રમણલાલ સોની

આંખને નિરોગી રાખવા અને તેજસ્વી બનાવવા માટે સૂર્યસ્નાન ખૂબ જ મહત્વનું છે. સવારે ઊગતા તથા આથમતા સૂર્યના કિરણો ખૂબ લાભદાયી છે. એ માટે સૂર્યકિરણો બરાબર ચહેરા પર પડે એ રીતે ચહેરાને ગોઠવવો અને **આંખનાં પોપચાં બંધ રાખી સૂર્ય કિરણો લેવા.** એ માટે ખાસ ધ્યાનમાં રાખવા જેવી વસ્તુ એ છે કે સૂર્યના કિરણો એકદમ કૂણા હોવા જોઈએ. ઊગતા સૂર્યની શરૂઆતની ૫ થી ૧૦ મિનિટના અને આથમતા સૂર્ય પહેલાં ૧૦ થી ૧૫ મિનિટના કિરણો જ લાભદાયી નીડવે છે. ટૂંકમાં એકદમ તેજસ્વી કિરણો આંખ માટે નુકસાનકારક પુરવાર થશે.

આંખ માટે વિટામિન 'એ' 'બી' અને 'ડી' ખૂબ જ જરૂરી છે. વિટામિન 'એ' થી આંખનું તેજ વધે, આંખો થાકેલી લાગવાને બદલે સ્ફૂર્તિયુક્ત લાગે તથા આંખ નીચે કરચલીઓ ન થાય. વિટામિન 'બી' અને 'ડી' થી આંખને સ્ટ્રેસ સહન કરવાની શક્તિ મળે

તથા મોતિયો વગેરે બીમારીથી બચી શકાય. વિટામિન 'એ' દૂધ - માખણ, કોડલીવર ઓઈલ, શાકભાજીમાં ટામેટાં, ગાજર, બટાટા, શક્કરિયાં, ગિલોડાં, કારેલા, ગુવાર, સૂરણ, કોબી, મેથી, પાલખ, તાંદળજો, ધાણા જીરું, આંબલી, રાઈ, મીઠો, લીમડો વગેરેમાંથી; ફળોમાં ખોરાક, પાકી કેરી, ફણસ, પપૈયું, તડબૂચ, કાજુ, શિંગોડાં વગેરેમાંથી; અનાજમાં ઘઉં, બાજરી, જુવાર, સોયાબીન, તુવેર, મગ, અડદ, મસુર, ચોખા વગેરેમાંથી મળે છે. સૌથી વધુ વિટામિન 'એ' તાંદળજાની ભાજીમાંથી મળે છે. **તેથી આંખોનું તેજ વધારવા માટે રોજ તાંદળજાનો રસ પીવો જોઈએ. ગાજરમાંથી પણ પુષ્કળ પ્રમાણમાં વિટામિન 'એ' મળી રહે છે.**

વિટામિન 'ડી' સૂર્યનો કોમળ તડકો, દૂધ-ધી, માખણ તથા કોડલીવર ઓઈલ વગેરેમાંથી મળે છે. વિટામિન 'એ'ની ખામીથી રતાંધળાંપણું આવે છે. શરૂઆતમાં ઓછું દેખાય પછી ડોળો કોરો પડવા માંડે, પોપચાં આળાં થઈ જાય. આંખ દુઃખે, પાણી વહે, આંખો બળે વગેરે તકલીફો થાય છે.

ક્યારે પણ આંખમાં ડોક્ટરની સલાહ

વિના કોઈ પણ લોશન, ટીપાં, ક્રુટ-જ્યુસ કે તેલ કંઈ પણ નાંખવું નહિ. આંખની સહેજ પણ તકલીફ થાય કે તરત જ કોઈ સારા ડોક્ટરની સલાહ લેવી.

રોજ રાત્રે ત્રિફળા ચૂર્ણ પાણીમાં પલાળી, સવારે તે ગાળી તેનાંથી આંખો ધોવાથી આંખોનું તેજ વધે છે તથા ધીમે ધીમે ચશ્માંના નંબર પણ ઓછા થાય છે.

- લીલી વસ્તુઓ (જેવી કે ઝાડનાં પાંદડાંઓ) પર લાંબો સમય સુધી જોવાથી આંખો સુધરે છે.
- સૂર્યના તેજસ્વી કિરણો આંખોને નુકસાન કરે છે.
- શીર્ષાસન કરવાથી આંખોનું તેજ વધે છે.
- અતિ ઊજાગરા કરવાથી આંખોને નુકસાન થાય છે.
- વધારે પડતા ઝીણા અક્ષરો વાંચવાથી આંખોને થાક લાગે છે.
- આંખ માટેની કસરતો કરવાથી આંખો સુધરે છે.

મંગલ મંદિર, ઓગસ્ટ-૧૯૮૬



## આપણા દાંતનું સ્વાસ્થ્ય - (૧)

• ડૉ. હીરાલાલ પી. વોરા •

ઘંટીવાળા! ઘંટી તારી સાફ હંમેશાં રાખ!  
જોઈ તપાસી પછી જ એમાં, દાણો દળવા નાખ!  
- રમણલાલ સોની

આપણાં દાંતનું સ્વાસ્થ્ય આપણાં શરીરનાં સ્વાસ્થ્ય માટે જરૂરી છે. દાંત આપણાં શરીરનાં મુખ્ય સંત્રીઓ છે. દાંત આપણાં વ્યક્તિત્વને ખીલવે છે. રોગીષ્ટ, વાંકાચૂંકા, પીળા-કાળા દાંત ઘણીવાર સામાજિક પ્રશ્નો ઊભાં કરે છે. દાંત અને પેઢા રોગીષ્ટ હોય છે તો તેમાંથી વાસ આવે છે. લોહી અને પુરુ નીકળે છે. માથું દુઃખે છે. કાકડા, ગળા અને આંતરડાની પણ બીમારી થાય છે.

### દાંત વિશે જાણવા જેવી બાબતો, તેના રોગ અને ઉપચાર તથા સંભાળ :

★ દૂધિયા દાંત : સામાન્ય રીતે બાળક ગર્ભાવસ્થાના ચાર મહિના પૂરા કરે છે ત્યારથી એના દાંતનું નિર્માણ શરૂ થઈ જાય છે અને જન્મ પછી છ થી આઠ મહિને દૂધિયા દાંત ફૂટવાની શરૂઆત થાય છે. બાળક બે વર્ષનું થાય ત્યાં સુધીમાં બધા દૂધિયા દાંત આવી જાય છે. આ દૂધિયા દાંત ૬ થી ૧૧ વર્ષની ઉંમરે પડી જાય છે.

દૂધિયા દાંત તો પડી જવાના, પછી એની શું કાળજી રાખવાની હાય એમ માની ઘણાં મા-બાપ દૂધિયા દાંત તરફ બેદરકાર રહે છે. પરંતુ દૂધિયા દાંત પણ કાયમી દાંત જેટલા જ અગત્યના છે. દરેક વખતે દૂધ પીવડાવ્યા પછી બાળકનું મોં સ્વચ્છ કપડાંથી સાફ કરવું જોઈએ. દિવસમાં બે-ત્રણ વખત સાધારણ ગરમ પાણીથી બાળકના હોઠ અને પેઢાં ધોવા જોઈએ. એ માટે નરમ-પાતળા કપડાંનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ.

#### • બાળકોને સારી ટેવો પાડો :

નાનાં બાળકો પોતાનાં દાંત જાતે સાફ કરી શકતાં નથી. માટે મા-બાપે કાળજી રાખી

એમના દાંત સાફ કરવા જોઈએ. બાળક થોડું મોટું થતાં એને જાતે બ્રશ કરતી વખતે ઉપર નીચેના દાંતની સફાઈ કેવી રીતે કરવી એની પણ સમજણ પાડો. જો બાળકનાં દાંત ઉપર કાળું ટપકું લાગે અને જો એ બ્રશથી સાફ ન થતું હોય તો તરત જ દાંતના ડોક્ટરની સલાહ લો. બાળક જો દાંત સાફ કરતું હોય પછી પણ આઠ-દસ દિવસે મા-બાપે દાંત તપાસવા. બાળકને ભલે કોઈ તકલીફ ન હોય તો પણ વર્ષમાં બે વખત દાંતના ડોક્ટર પાસે બાળકના દાંતની તપાસ કરાવો.

બાળક જ્યારે છ વર્ષનું થાય ત્યારે પહેલો કાયમી દાંત ફૂટે છે. આ દાંત જડબામાં એકદમ છેલ્લે એટલે કે દૂધિયા દાંતની પાછળ આવે છે. આ દાંત બહુ જ નાની ઉંમરમાં આવતો હોવાથી લોકો એને દૂધિયો દાંત સમજી લે છે અને એવી માન્યતામાં રહે છે કે એ પડી જશે અથવા કઢાવી નાખશું તો પાછો બીજો દાંત આવી જશે. પરંતુ આ દાંત પડતો નથી. અને જો કોઈ કારણસર કઢાવી નાખવો પડે તો પણ ગમે તેટલી નાની ઉંમર હોવા છતાં પણ પાછો આવતો નથી.

#### • દાંતની રચના :

પહેલું પડ : દાંતની ટોચ ઉપરનું પડ છે જેને 'ઈનેમલ' કહે છે. તે કઠણ અને નિર્જલ હોય છે અને જલદીથી બગડી શકતું નથી. દાંતના મૂળ પરનું પહેલું પડ 'સિમેન્ટમ' કહેવાય છે. દાંતને હાડકાંની સાથે પકડી રાખવામાં તે મહત્વનો ભાગ ભજવે છે.

બીજું પડ : ઈનેમલ અને સિમેન્ટમનું પહેલું પડ પૂરું થયા પછી જે પડ હોય છે, તેને 'ડેન્ટિન' કહેવાય છે. તે પોચું અને જીવંત હોય છે. આ પડ ટોચથી મૂળ સુધી અસ્તિત્વ ધરાવે છે.

ત્રીજું પડ : ડેન્ટિનનું બીજું પડ પૂરું

થયા પછી જે પડ હોય તેને 'પલ્પ' કહેવાય છે. તેમાં રક્તવાહિનીઓ તથા મજાતંતુ હોય છે. જેની મદદથી દાંત જીવંત રહે છે. ડેન્ટિનનું પડ પલ્પનું રક્ષણ કરે છે.

### દાંત તથા પેઢાંના મુખ્ય રોગો, તેનાં કારણો, લક્ષણો અને ઉપચાર :

#### દાંતના રોગ :

દાંત તથા પેઢાંના મુખ્ય રોગ ચાર છે : (૧) પાયોરિયા, (૨) દાંતનો સડો, (૩) દાંતનું કળતર અને (૪) વાંકાચૂંકા દાંત.

૧. પાયોરિયા : પાયોરિયા એ પેઢાંનો મુખ્ય રોગ છે. આ રોગ માણસનો છૂપો દુશ્મન છે. કારણકે આ રોગથી દાંતનો દુઃખાવો જરા પણ થતો નથી. તેથી આપણે એ વિશે બેદરકાર રહીએ છીએ. જ્યારે ખબર પડે છે ત્યારે બહુજ મોડું થઈ ગયું હોય છે અને દાંત એટલા હલી ગયા હોય છે કે તે આખરે કઢાવી નાખવા પડે છે.

કારણો : પાયોરિયામાં બે પેઢાંની આસપાસ અસંખ્ય જીવાણુઓ હોય છે. બે દાંતની વચ્ચે અથવા દાંત અને પેઢાંની વચ્ચે ખોરાકના બારીક કણો ભરાઈ જાય છે ત્યારે એ કણો અને જીવાણુઓના સંગમથી દાંત પર એક પડ જામી જાય છે, તેને પ્લેક કહે છે.

પ્લેક અને થૂંકમાં રહેલા કેલ્શિયમના મિશ્રણથી પથરી બને છે અને દાંતની આજુબાજુ જમા થાય છે. આ પથરી બહુ કઠણ હોય છે. એને કારણે પેઢા રોગીષ્ટ બને છે. પાન અને તમાકુ ખાતી વખતે તેનો મસાલો બે દાંતની વચ્ચે ભરાઈ જાય છે. તપકીર મોઢામાં રાખવાથી કે કોલસાની ભૂકીથી દાંત સાફ કરવા વગેરે ચીજો પથરી થવામાં મદદરૂપ બને છે. વાંકા-ચૂંકા દાંત જે બરાબર સાફ થઈ શકતા નથી, તેથી પણ પ્લેક જમા થવામાં પ્રોત્સાહન મળે છે. ડાયાબિટીસ સિક્કિલીસ વગેરે રોગના કારણે શરીર નબળું પડે અથવા

મનુષ્ય જે કાંઈ ખાય તેનાથી નહિ પણ જે કાંઈ પચાવી શકે છે તેનાથી જ બળવાન બને છે.

વિટામિનો, ખનીજ દ્રવ્યો, પ્રોટીન વગેરેનો અભાવ હોય તો પણ પેઢાં રોગીષ્ટ બને છે.

**લક્ષણો :** પ્લેકને કારણે દાંતની આજુબાજુનાં પેઢાં સૂજી જાય છે. બ્રશ કે દાંત ઘસવાથી પેઢાંમાંથી લોહી નીકળે. બપોરના કે ખાસ કરીને રાત્રે સૂઈને ઊઠ્યા પછી મોંમાંથી વાસ આવે. મોં ચીકણું રહે, પરુ થાય, સમય જતાં દાંતની આજુબાજુના હાડકાંનો નાશ થાય, દાંત મૂળમાંથી હલવા લાગે, ખોરાક ચાવી ન શકાય અને ચવાયા વિનાનો ખોરાક તથા પરુ જવાથી અન્ય બીમારીઓ લાગુ પડે જેવી કે અપચો, સાંધાનો દુઃખાવો તથા ચામડી, આંખ અને હૃદયના રોગો પણ લાગુ પડે. આ બધા લક્ષણો

પાયોરિયાનાં કહી શકાય.

### ● પાયોરિયાની સારવાર :

**(૧) દાંતની સફાઈ :** દાંત સાફ કરાવવાથી ઢીલાં પડી જાય છે એ માન્યતા ખોટી છે. એવું બને કે દાંત પહેલેથી ઢીલા જ હોય પણ પથરીને કારણે તે મજબૂત છે એમ દર્દીને લાગતું હોય. અણીવાળા સાધન વડે દાંત અને તેના મૂળની આજુબાજુ જમા થયેલી પથરી કાઢી નાખી ડાઘ સાફ કરવામાં આવે છે, જેથી લોહી નીકળતું બંધ થાય છે અને વાસ નથી આવતી.

**(૨) પેઢાંની શસ્ત્રક્રિયા :** દાંત-સાફ કર્યા છતાં જો પાયોરિયા કાબૂમાં ન આવે તો પેઢાંને

છેદ મારવો પડે છે. આ સામાન્ય શસ્ત્રક્રિયા છે. એને માટે હોસ્પિટલમાં રહેવું પડતું નથી. દર્દી શસ્ત્રક્રિયા કરાવી એકલો ઘરે જઈ શકે છે.

**(૩) તાર બાંધવાની ક્રિયા :** જો પાયોરિયાને કારણે દાંત થોડા ઢીલા થઈ ગયા હોય તો તેવા દાંતને થોડા સમય માટે તાર બાંધી રાખવાથી તે મજબૂત થઈ શકે છે. પરંતુ જો બહુ નુકસાન થઈ ગયું હોય તો તારથી બચાવી શકાતા નથી.

દાંતના બીજા રોગ વિશે આવતા અંકે.

મંગલ મંદિર, સપ્ટેમ્બર-૧૯૮૬

## આપણા દાંતનું સ્વાસ્થ્ય – (૨)

● ડૉ. હીરાલાલ પી. વોરા ●

આપણે ગયા અંકમાં દાંતની રચના, એના રોગો, રોગ થવાના કારણો અને ઉપચારો વિશે જાણ્યું. હવે આ અંકમાં દાંતના વધુ રોગ વિશે વિચારીશું.

### ● દાંતનો સડો :

પાયોરિયા પેઢાંનો રોગ છે તેમ દાંતનો સડો દાંતનો રોગ છે. દાંતનો સડો એટલે દાંતમાં પડેલો ખાડો.

દાંતના સડાનું મુખ્ય કારણ ચોકલેટ, મીઠાઈ વગેરે વધુ પડતા ગળ્યા તથા ચીકણો ખોરાક છે. આ પદાર્થો દાંતની આજુબાજુ, વચ્ચે અને દાંત ઉપર ચોંટી જાય છે. દાંતની આજુબાજુ રહેલા જંતુઓની મદદથી થોડાજ સમયમાં એમાંથી એસિડ પેદા થાય છે. આ એસિડ દાંતના પહેલા પડ (ઈનેમલ) પર અસર કરે છે. તેથી સડો પેદા થાય છે. વાંકાચૂંકા દાંત બરાબર સાફ ન થઈ શકે, તેથી પણ સડો થવાનો સંભવ છે.

### લક્ષણો :

એસિડથી ઈનેમલ ખવાઈ જાય છે. જેથી દાંત પર કાળા ડાઘ પડી જાય છે. દાંતના સડામાં શરૂમાં દુઃખાવો નથી થતો. ક્યારેક ખોરાક ભરાઈ જવાની ફરિયાદ રહે છે.

દુઃખાવો ન થવાથી કાળા ડાઘ તરફ લોકો સામાન્ય રીતે બેદરકાર રહે છે. તેથી સડો વધતાં ઈનેમલ પછી બીજા પડ ડેન્ટીનમાં પહોંચે છે. આ પડ પહેલા પડ કરતાં પોચું છે. જેથી સડો ઝડપથી ફેલાય છે. પછી ત્રીજા પડમાં (પલ્પ)માં સડો પહોંચે છે. આ વખતે ઠંડું અથવા ગરમ પ્રવાહી પીતા અથવા ખોરાક ભરાઈ જાય તો સખત દુઃખાવો થાય છે. જેથી કામકાજમાં દિલ લાગતું નથી, ઊંઘ આવતી નથી. દાંતના મૂળમાં પરુ થાય છે, મોંમાં તથા મોંની બહાર સોજા આવી જાય છે અને મોઢાંમાંથી વાસ પણ આવે છે.

### સારવાર :

જો દાંતના સડાનું નિદાન જલદી થઈ જાય અને (પલ્પ) નસ સુધી ન પહોંચ્યો હોય તો સારવાર સહેલાઈથી થઈ શકે છે.

### (અ) ચાંદી સિમેન્ટ ભરવી :

જો દાંતનો સડો શરૂઆતના તબક્કામાં હોય તો ડ્રીલ વડે દાંતને સાફ કરી ખાડો પાડી ચાંદી કે સિમેન્ટ ભરવામાં આવે છે. આ ચાંદી કે સિમેન્ટ કોઈ દવા નથી. એ તો જ્યાં સડો સાફ કરવા ખાડો કરેલ છે ત્યાં ફરી સડો ન થાય તે માટે પૂરવામાં આવે છે.

### (બ) મૂળ સુધીની સફાઈ :

જો સડો નસમાં પહોંચી ગયો હોય તો ‘રૂટ કેનાલ’ કરીને દાંતને બચાવી શકાય છે.

### (ક) સોનાનું કવર :

ઘણીવાર સડાને લીધે દાંત તૂટી ગયો હોય પરંતુ જો સડો અંદર નસમાં ન પહોંચ્યો હોય તો સોનાનું કવર લગાડવામાં આવે છે.

### (૩) દાંતનું કળતર :

ઘણીવાર બહુજ સોપારી ખાવાથી, જોર દઈને બ્રશ કરવાથી અથવા કઠણ વસ્તુઓ બળપૂર્વક તોડવાથી (દા.ત. ઘણા યુવાન ઠંડા પીણાનાં ઢાંકણા દાંત વડે ખોલે છે) દાંતનું ઉપરનું પડ ઘસાઈ જાય છે. તેથી ગરમ કે ઠંડું પ્રવાહી પીવાથી કળતર થાય છે. આ વખતે ખાસ પ્રકારની ટુથપેસ્ટ વાપરવાથી ફાયદા થાય છે. જો ટુથપેસ્ટથી ફાયદો ન જણાય તો ચાંદી-સિમેન્ટ કે સોનાનું કવર બેસાડવું પડે છે.

### (૪) વાંકાચૂંકા દાંત :

વાંકાચૂંકા દાંતમાં પાયોરિયા તથા સડાની અસર જલદી થાય છે. ઉપરાંત આવા દાંત સામાજિક તથા માનસિક પ્રશ્નો ઊભા કરે છે.

મુશ્કેલીના સમયે એકબીજાને મદદ કરવાની ભાવના રાખવી જોઈએ.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

**કારણો :** માતા-પિતાના જડબાના આકાર અને દાંતની ગોઠવણ બાળકનાં જડબાં અને દાંતની ગોઠવણ પર અસર કરે છે.

જો કોઈ કારણસર દૂધિયા દાંત સમય કરતાં વહેલાં પડી જાય તો વાંકાયુંકા દાંત આવવાની શક્યતા વધુ છે. અંગૂઠો ચૂસવાથી, બે દાંત વચ્ચે જીભ લાવવા જેવી વિચિત્ર ટેવોથી અમુક દાંત પર વધુ ભાર પડે છે. તેથી તે બહાર આવી જાય છે.

**સારવાર :** વાંકાયુંકા દાંતની સારવાર લાંબો સમય ચાલતી હોવાથી તે બાળકને માતા-પિતાની કસોટીરૂપ હોય છે. આ સારવાર ઉતાવળે પૂરી કરવામાં આવે અથવા અડધે મૂકી દેવામાં આવે તો ઘણું જ નુકસાન થાય છે. સારવાર બે રીતથી કરવામાં આવે છે. (૧) છૂટી કલીપથી, (૨) કાયમી કલીપથી.

### ● દાંતના રોગોનો પ્રતિકાર અને સંભાળ :

રોગ થયા પછી તકલીફ સહન કરવી એનાથી તો સારું છે કે અગાઉથી જ દાંતની પૂરી કાળજી રાખવી.

૧. દરરોજ સવાર-સાંજ બ્રશ કરો. રાતના સૂતા પહેલાં બ્રશ કરવું બહુજ મહત્વનું છે. દરેક દાંતને ચાર બાજુથી સાફ કરો. **ઉપરનાં દાંતને ઉપરથી નીચેની બાજુએ અને નીચેનાં દાંતને નીચેથી ઉપર બ્રશ ફેરવવો જોઈએ.** દાંતને અંદરની બાજુએ તથા ચાવવાની સપાટી પર પણ સાફ કરવા જોઈએ. બ્રશને કઠી ગરમ પાણીથી ન ધૂઓ. તાંતણાં વળી ગયા હોય તો બ્રશ બદલી નાખો. દાંતણથી દાંત બરાબર સાફ થતાં નથી. બે દાંતની વચ્ચેની જગ્યામાં દાંતણના કૂચાનો કચરો ભરાઈ જાય છે. તેથી દાંતણનો ઉપયોગ સલાહભર્યો નથી. ઘરે બનાવેલ દંતમંજન પણ વાપરવું સલાહભર્યું નથી. તે જાડો હોવાથી દાંત ઘસાઈ જાય છે. ઉપરાંત આ પાવડરના કણ પેઢામાં દાંતની વચ્ચે ભરાઈ જાય છે.

૨. કોઈપણ વસ્તુ ખાધા પછી છૂટથી પાણીના કોગળા કરી નાખો.

૩. નાના બાળક જાતે બરાબર દાંત સાફ કરી શકતા નથી માટે મોટેરાએ એમનાં

દાંત સાફ કરી આપવા જોઈએ. એમને સવારે બ્રશ કરવાની આદત પાડો. નવડાવતી વખતે દાંત સાફ કરો. દાંતની તપાસ કરાવો. ક્યાંય કાળો ડાઘ દેખાય તો ડોક્ટરની સલાહ લો. **બાળકના દાંતની કાળજી રાખવાની જવાબદારી મા-બાપની છે.**

૪. ફળ-શાકભાજી તથા ગાજરનો ખાસ વપરાશ વધુ કરો. ગળ્યાં તેમજ ચીકણાં પદાર્થો ખાવાનાં ઓછા કરો અથવા ખાધા પછી તુરત જ છૂટ પાણીથી કોગળા કરો.

૫. દિવસમાં બે-ત્રણ વખત તમારી જીભ બધા દાંતની આસપાસ ફેરવો. જીભ એ સારામાં સારું બ્રશ છે.

૬. બાળક ૧૨ વર્ષનું થાય ત્યાં સુધી વર્ષમાં બે વખત અને ત્યારબાદ વર્ષમાં એકવાર કોઈપણ જાતની તકલીફ ન હોય તો પણ તમારા દાંતની તપાસ ડોક્ટર પાસે કરાવી લો.

મંગલ મંદિર, ઓક્ટોબર-૧૯૮૬

## “ચાલવું” કુદરતની ઉત્તમ ઔષધિ

● સંકલન : નંદલાલ ટી. શાહ - અમદાવાદ ●

- ચાલવું તે ઉત્તમ કસરત ગણાય છે.
- લગભગ દરેક વ્યક્તિ આ કસરત કરી શકે છે.
- તેને માટે સાધનોની ખાસ જરૂર પડતી નથી.
- આ કસરત કોઈપણ જગ્યાએ કરી શકાય છે.
- આ કસરત લોકપ્રિય છે અને સહેજ પણ ખર્ચાળ નથી.

અગાઉ ચાલવાની કસરતને ઘણી સરળ સમજી તેની ઉપેક્ષા કરવામાં આવી છે. પણ હવે તંદુરસ્તી સુધારવાના સાધન તરીકે ચાલવાની કસરત ખૂબ લોકપ્રિય બનતી જાય છે. હાલનાં વર્ષોમાં ચાલવાની કસરતમાં વધુને

વધુ માણસો જોડાતા જાય છે. આ એક જ એવી કસરત છે કે એકવાર ચાલુ કર્યા પછી તેને છોડી દેનારાની સંખ્યા નજીવી છે.

### ● શ્રમનો અભાવ - આજની સમસ્યા:

મોટાભાગના લોકોને રોજિંદા જીવનમાં પૂરતો શ્રમ મળી રહેતો નથી એ વાત નિર્વિવાદ છે. આધુનિક વિજ્ઞાને માનવજીવન આરામદાયી બનાવી દીધું છે. આવું જીવન લાંબા સમય સુધી જીવ્યા પછી કોઈને શ્રમ કરવો ગમતો નથી. એટલું જ નહીં પણ ઘણાને શ્રમ કરવામાં નાનપ લાગે છે. **આપણા શરીરની તંદુરસ્તી માટે શ્રમ અનિવાર્ય છે. તંદુરસ્તી ખરીદી શકાતી નથી, તે માટે પરસેવો પડે છે. આ માટે બે ઉપાય છે :**

શારીરિક શ્રમનો વધારો કરવો.

### ● નિયમિત વ્યાયામના ફાયદા :

- ★ સ્નાયુઓની સ્ફૂર્તિ, શક્તિ અને જોમ વધે છે. સાંધા તેમજ લીગામેન્ટસ સમૃદ્ધ બને છે. તેથી શારીરિક ક્ષમતામાં વધારો થાય છે. શરીર ચેતનવંતુ થાય છે.
- ★ હૃદયનો સ્નાયુ મજબૂત બનાવે છે. હાઈ બ્લડપ્રેશરમાં ફાયદો થાય છે.
- ★ લોહીમાં ગ્લુકોઝનો વપરાશ વધતાં ડાયાબિટીસ ઘટે છે.
- ★ ધૂમ્રપાન જેવા વ્યસનમાંથી મુક્ત બનવાનું સરળ બને છે.
- ★ લાભદાયી ગણાતું HDL - કોલેસ્ટેરોલ વધે છે. તે લોહીના કુલ કોલેસ્ટેરોલનો

પડી પડીને ચડીએ એનું નામ જિંદગી. બાકી તૈયાર પગથિયાં પર તો સૌ કોઈ ચઢે જ છે.

વપરાશ વધારનાર છે. પરિણામે નુક્સાનકર્તા ગણાતું LDL કોલેસ્ટેરોલ અને કુલ કોલેસ્ટેરોલ ઘટે છે.

- ★ વેરીકોઝ વેઈન્સ વધતી અટકે છે.
- ★ હાર્ટ એટેક લાવનારાં પરિભળો ઘટતાં હાર્ટ એટેક અને સ્ટ્રોક થવાની શક્યતાઓ ઘટે છે.
- ★ હાડકાં કેલ્શિયમ વધુ ગ્રહણ કરી શકે છે તેથી તે મજબૂત બને છે. કસરતથી હાડકામાં કેલ્શિયમ ઓછું થવાની પ્રક્રિયા (ઓસ્ટિઓપોરોસિસ)ની પ્રગતિ ધીમી પડે છે.
- ★ શરીરના તમામ ભાગમાં લોહીનું પરિભ્રમણ વધે છે. જ્ઞાનતંતુઓની સંવેદનશીલતા સતેજ બને છે.
- ★ મન સ્વસ્થ રહે છે. તનાવ ઘટે છે. તનાવના પ્રસંગોને હલ કરવાની શક્તિ વધે છે. થાક જલદી લાગતો નથી. તેથી કામ વધુ થઈ શકે છે. ઉત્સાહ અને આશાવાદ વધે છે. આત્મવિશ્વાસ વિકસે છે. ચિંતા અને હતાશા ઘટે છે. ઊંઘ સારી આવે છે. આ બધાંના પરિણામે જીવન આનંદદાયી બને છે.
- ★ તનાવ અને હતાશા પ્રેરિત અતિ આહારની સમસ્યા હળવી થાય છે.
- ★ રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધે છે.
- ★ વૃદ્ધાવસ્થા દૂર ઠેલાય છે.
- ★ આયુષ્ય લંબાય છે. નીરોગી શરીર લાંબુ ટકી શકે છે.

### ● યોગ્ય વ્યાયામની પસંદગી :

કસરતો બે જાતની હોય છે : એરોબિક અથવા ડાયનામિક અને આઈસોમેટ્રિક. જે કસરત તાલબદ્ધ અને વારેવારે કરવાની હોય, જેમાં હલનચલન કરવાનું હોય, મોટા સ્નાયુઓનો ઉપયોગ કરવાનો હોય અને જેમાં લોહીનું પરિભ્રમણ સુધરતું હોય તે કસરત એરોબિક કહેવાય છે. તેમાં ચાલવું, જોગીંગ, સાઈકલ ચલાવવી, રોલર સ્કેટિંગ, તરવું તેમજ સક્રિય રમતગમતોનો સમાવેશ થાય છે. આ કસરતો કાર્યરત સ્નાયુઓને લાંબા સમય સુધી રક્તપ્રવાહ વધારી હૃદય અને ફેફસાંની

ક્ષમતામાં વધારો કરે છે. તેથી તેને એરોબિક કહે છે. આઈસોમેટ્રિક કસરતોમાં વેઈટ-લિફ્ટિંગ જેવી કસરતો આવે છે. તેવી કસરતો સ્નાયુઓને મજબૂત બનાવે છે. પણ હૃદય-ફેફસાંની ક્ષમતામાં ભાગ્યે જ સુધારો કરી શકે છે.

### એરોબિક કસરતોમાં ચાલવું એ શ્રેષ્ઠ

કસરત ગણાય છે. તે સલામત છે અને તેમાં કોઈ આંતરિક ઈજા પહોંચવા સંભવ નથી. માટે સમજદારીપૂર્વક ચાલવાનો કાર્યક્રમ ઘડી તેનો અમલ કરવામાં આવે તો સ્વાસ્થ્યમાં નાટકીય ફેરફાર આવી શકે છે.

### ● ચાલવાની સાચી રીત :

તમે કદી વિચાર નહીં કર્યો હોય પણ એક સાચી રીત છે. દરેક પગલાં વખતે શરીરનું વજન એડીથી અંગૂઠા અને આંગળીઓના મૂળ સુધી પગના પંજા ઉપર આવે છે. પગલું પાડતાં એડીનો ભાગ અડે છે, પછી પંજાનો મધ્યભાગ અડે છે અને છેવટે અંગૂઠો વળે છે. પગલું ભરવામાં સમતલોપણું રાખવું પડે છે. ક્યારેક તમારા પગરખાંની એડી તરફ નજર કરો. જો તેને એક બાજુ ઘસારો લાગ્યો હોય તો સમજવું કે ચાલતી વખતે તમારું વજન એકસરખું વહેંચાતું નથી અને એડીનો એક ભાગ દબાણ સહન કરે છે. તેનાથી લાંબા સમયે તમારા પગ, પંજાના સ્નાયુઓ અને ટેન્ડન્ટ્સને ઈજા પહોંચી શકે છે.

ચાલતી વખતે તમારો અંગવિન્યાસ સાચી રીતનો હોય તે અગત્યનું છે. ચાલવાની આદર્શ રીત પ્રમાણે મસ્તક ટટ્ટાર, પીઠ સીધી અને પેટ સપાટ રાખવું જોઈએ. **બંને હાથને બાજુ ઉપર છૂટથી ઝૂલવા દેવા જોઈએ. ઝડપી ચાલથી લાંબા પણ આરામદાયી પગલાં ભરવાં જોઈએ.** પણ અંતર કાપવા તાણ ન અનુભવવી જોઈએ. ઝડપથી ચાલતાં આગળથી સહેજ નમીને ચાલો. ઊંડો શ્વાસ લો. ચાલતી વખતે વાતચીત ન કરો. પગ ઢસડીને ન ચાલતાં ઉપાડીને ચાલો. લટાર મારવા નીકળું કે બજારમાં ખરીદી કરવા ગયા હોઈએ ત્યારે ચાલવું તે એરોબિક વ્યાયામ નથી.

### ● ચાલવાનું વિજ્ઞાન :

જે કોઈ વ્યક્તિ, ખાસ કરીને જેઓ બેઠાડુ જીવન જીવે છે, તેમણે ચાલવાની કસરતના કાર્યક્રમની શરૂઆતથી જ બંધું કરી લેવાની ઉતાવળ ન કરવી. શરૂઆત હળવેથી કરો અને અમુક સ્તરની કસરતથી ટેવાઈ ગયા પછી વધુ ભારે કસરત તરફ વળો. કસરત કરવાની આદર્શ રીતમાં 'વોર્મિંગ'થી શરૂઆત કરવામાં આવે છે. તેનાથી શ્વાસોચ્છવાસ લોહીનું પરિભ્રમણ અને શરીરનું ઉષ્ણતામાન વધે છે. સ્નાયુઓ ટેન્ડન્ટસ તેમજ કનેક્ટિંગ ટિસ્યુઓ ખેંચાય છે. આ કાર્યવાહી ખૂબ અગત્યની છે. તે શરીરને ભારે કસરત માટે તૈયાર કરે છે. વધુમાં તે શરીરને આંતરિક ઈજા થવાની શક્યતા ઘટાડે છે. **વોર્મિંગ અપ કર્યા સિવાય એરોબિક કસરત કરવી અત્યંત ખતરનાક છે.** શિયાળામાં રક્તવાહિનીઓ સંકોચાયેલી હોય છે. ત્યારે તો લોહીના પરિભ્રમણમાં વધુ મુશ્કેલી સર્જાય છે. 'વોર્મિંગ'નો સમય ૩ થી ૫ મિનિટ જેટલો હોય છે. આમાં હળવી કસરતો કમરેથી આગળપાછળ તથા બાજુએથી નમવા જેવી કસરતોનો સમાવેશ થાય છે. આ વખતે આ ઉપરાંત બીજી ઘણી કસરતો થઈ શકે છે.

'વોર્મિંગ' પછી કન્ડિશનિંગનો સમય આવે છે. શરીરની તંદુરસ્તી પ્રાપ્ત કરવાનો આ ખરો ગાળો છે. આ સમય દરમિયાન ઝડપી ચાલે ૨૦થી ૩૦ મિનિટ ચાલવું જોઈએ. ચાલવાની ઝડપ અને સમય થાક ન લાગે તેટલી હદે વધારવાં જોઈએ. વધુમાં હૃદયના ધબકારા 'લક્ષ્યાંક-દર' સુધી પહોંચવા જોઈએ.

છેલ્લે વ્યાયામ પૂરો કરતાં પહેલાં ત્રણથી પાંચ મિનિટ માટે 'કુલિંગ ડાઉન' માટે ધીમી ચાલે ચાલવાનું રાખવું. કસરત બંધ થતાં શરીરની જરૂરિયાતો ઘટે છે. તેની સાથે શરીરને અનુકૂળ થવા દો. તેનાથી તમારું શરીર ધીમે ધીમે હળવું થાય છે. 'કુલિંગ ડાઉન' કર્યા સિવાય તરત સૂઈ કે બેસી ન જતા કે ઊભા રહી નિષ્ક્રિય બની ન જાવ. થોડી મિનિટ માટે આજુબાજુમાં હળવેથી ચાલવાનું રાખવું. અચાનક કસરત બંધ કરવાથી હૃદયના ધબકારા ધીમા પડે તે પહેલાં

ઈચ્છા દુઃખની મા છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

રક્તપ્રવાહ વધુ ઝડપથી ધીમો પડવાથી હૃદય માટે તે નુકસાનકારક બને છે.

### ● ચાલવાનું યોગ્ય પ્રમાણ :

ચાલવાની કસરતનું પ્રમાણ તમારી શારીરિક ક્ષમતા વધે છે તેમ વધારતા જવું જોઈએ. તેનું વધુમાં વધુ સલામત પ્રમાણ ક્યાં સુધી લઈ જવું તે જણાવવાનો યોગ્ય માપદંડ તમારા હૃદયના ધબકારાનું પ્રમાણ કેટલું હોય છે તે છે. અનેક વૈજ્ઞાનિક સંશોધનો ઉપરથી દરેક ઉંમરની વ્યક્તિઓ માટે સલામત એવા હૃદયના ધબકારાનું પ્રમાણ નિયત કરવામાં આવ્યું છે. તે ગણવાનો એક સાદો રસ્તો છે. તમારી ઉંમરને ૨૨૦ માંથી બાદ કરો તે તમારા હૃદયનો વધુમાં વધુ દર થયો. તમારા વ્યાયામનું પ્રમાણ એટલું રાખવું જોઈએ કે જેથી તમારા હૃદયના ધબકારા આ મહત્તમ દરના ૬૦% થી ૭૦% જેટલા થાય અને લક્ષ્યાંક દર કહે છે. જે વ્યાયામ તમારા ધબકારાને તેથી પણ વધુ ઝડપી બનાવે તે વ્યાયામ તમારા માટે વધુ પડતો ભારે સાબિત થઈ શકે. જે વ્યાયામ તમારા ધબકારાને મહત્તમ દરના ૬૦% થી ધીમા રાખે તે અપૂરતો હોઈ શકે. સામાન્ય રીતે લક્ષ્યાંક દર જાળવી રાખવા કલાકના ચારથી પાંચ કિલોમીટરની ઝડપે ચાલવું જોઈએ. કસરત દરમિયાન વાતચીત દ્વારા કસોટી કરી જુઓ. હાંફ ચડે તો કસરત તમારા માટે વધુ પડતી થાય છે.

એરોબિક કસરતો દરમિયાન તેની તીવ્રતા જાણવા હૃદયના ધબકારા ગણવાની રીત બધે સ્વીકારવામાં આવી છે. આ જાણવું જરૂરી છે કારણ કે લક્ષ્યાંક દર સુધી હૃદયના ધબકારા વધારી ૨૦ મિનિટ માટે સતત કસરત કરવામાં આવે તો જ તે હૃદય - ફેફસાં તેમજ શરીરની યોગ્યતા જાળવી રાખવામાં ફાળો આપી શકે.

વ્યાયામ દરમિયાન હૃદયના ધબકારા કેટલે પહોંચ્યા તે જાણવા થોડી સેકન્ડ માટે વ્યાયામ અટકાવી તરત નાડીના ધબકારા ગણો. દસ સેકન્ડ સુધી ગણી તેને છએ ગુણવાથી એક મિનિટના ધબકારાનો ખ્યાલ આવશે.

### ● ચાલવાની કસરત ક્યારે અને કેટલી વખત કરવી :

નિષ્ણાતો ભલામણ કરે છે કે દરરોજ ન બની શકે તો અઠવાડિયામાં ત્રણથી ચાર વખત ૨૦થી ૩૦ મિનિટ ચાલવાની કસરત કરવી જોઈએ. જો તમારો કાર્યક્રમ વજન ઘટાડવાનો હોય તો પણ અઠવાડિયે ઓછામાં ઓછી પાંચ વખત આ કસરત કરવી જોઈએ. તમે તમારો લક્ષ્યાંક દર શરૂઆતમાં ૬૦% હાંસલ કર્યા પછી ધીમે ધીમે વધારતા જઈ ૭૦% સુધી પહોંચી શકો છો. આ ફક્ત માર્ગદર્શન છે. જેમની ઉંમર ૪૦ ઉપર હોય અથવા જેમને તંદુરસ્તીની કોઈક મર્યાદા હોય તેમણે ડોક્ટરની સલાહ લેવી જોઈએ. આ કાર્યક્રમમાં ક્યારેક અનિયમિત થઈ જવાય તેનો વાંધો નથી, પણ એકધારા વધુ દિવસો કસરત છોડી દેવામાં આવે તો મેળવેલા લાભ જતા રહે તે ધ્યાનમાં રાખવું જોઈએ.

શરૂઆતમાં એક સામટું લાંબુ ચાલી નાખવાનું વિચારશો નહીં. ધીમેથી શરૂઆત કરો. શરીર પૂરતું અનુકૂળ ન થાય ત્યાં સુધી માફકસર ચાલવાનું સ્વીકાર્યું છે. જ્યારે તમે મિનિટમાં ૧૨૦ પગલાં ભરી શકો ત્યારે માનવું કે તમે સારી ઝડપે ચાલી રહ્યા છો.

ચાલવા જવાનો સૌથી લોકપ્રિય સમય વહેલી સવારનો છે. તેમ છતાં અંગત પસંદગી, વ્યવસાયનો સમય, કૌટુંબિક તેમજ બીજી અનુકૂળતાઓ મુજબ સાંજનો સમય પણ પસંદ કરી શકાય. ગોઠવણ એવી કરવી જોઈએ કે કાર્યક્રમ રદ કરવાનો પ્રસંગ ન આવે કે વચ્ચેથી અટકાવવો ન પડે.

સખત ગરમી અને અતિ ભેજવાળા વાતાવરણમાં તેમજ ગરમીમાં જમ્યા પછી ચાલવાની કસરત કરવી સલાહભર્યું નથી. ગરમીમાં તથા પાચનક્રિયા ચાલુ હોય તેવે વખતે પરિભ્રમણતંત્ર ઉપર ભારે બોજો આવે છે. તે વખતે જો કસરતનો બોજ પણ ઉમેરાય તો તેનાથી નુકસાન થવાનો સંભવ વધુ રહે છે. ચાલવાનો વ્યાયામ કરનારે પૂરતા પ્રમાણમાં પ્રવાહી લેવું જરૂરી છે.

### ● સાધનો :

ચાલવા જનાર માટે અગત્યનું સાધન સારી જાતનાં પગરખાં (શૂઝ)ની જોડી છે, કારણકે ચાલતી વખતે આખા શરીરનું વજન પગના પંજા ઉપર આવે છે. ત્યારે શરીરના વજન કરતાં દોઢથી બે ગણું વજન હોય છે. તેથી સારાં પગરખાં વગર સાંધાઓ, સ્નાયુઓ અને હાડકાંને નુકસાન થાય છે. હાલ મળતાં પગરખાંની બનાવટમાં વૈજ્ઞાનિક શોધખોળને અંતે ઘણા સુધારા થયા છે.

★ હલકા વજનનાં, આરામદાયી અને પંજાના વળાંકવાળા ભાગને પૂરતો ટેકો (આર્ક સપોર્ટ) મળી રહે તેવા ચાલવાનાં કે દોડવાનાં પગરખાં સારા ગણાય છે.

★ પગરખાં એવા પસંદ કરો કે પગના અંગૂઠા પાસે પા થી અડધો ઈંચ જેટલી જગ્યા રહે. તેથી ચાલતી વખતે પંજાને વધારાની જગ્યા મળી રહેશે.

★ જાડા સોલના શૂઝ થડકાર સામે કુશનિંગનું કામ કરે છે. તેના તળિયાની ડિઝાઇન (રચના) રસ્તા ઉપર લપસી પડતા અટકાવે છે.

★ ચાલતી વખતે પંજાના કુદરતી વળાંક સાથે શૂઝના તળિયાં સહેલાઈથી વળી શકે તેવાં (ફ્લેક્સિબલ) જોઈએ.

★ ચંપલ કે સ્લીપર પહેરવાં નુકસાનકારક છે. ચાલવામાં પગે તેને ઊંચકવા પડે છે, તેથી ખોટી રીતે સ્નાયુ ખેંચાય છે. વળી ચંપલ કે સ્લીપર પહેરી ચાલતાં પગ પછડાય છે.

★ ચાલવાથી ગરમી ઉત્પન્ન થાય છે. માટે ઉનાળામાં સુતરાઉ, હળવાં અને ઢીલાં કપડાં પહેરવા. શિયાળામાં એક જાડા કપડાં કરતાં બે અથવા વધુ પાતળાં કપડાંથી શરીરની ગરમી જળવાઈ રહેશે.

### ● કસરત દ્વારા વજન ઉપર અંકુશ:

વધુ પડતી ચરબી સાથે ફરવું તે મોટી ઉપાધિ છે. આમ છતાં આધુનિક જમાનામાં તે સામાન્યપણે બધે જોવા મળે છે. છેલ્લાં કેટલાંય વર્ષોથી બાળકો અને યુવાનોમાં ચરબીનું પ્રમાણ ઊંચે જતું જોવા મળે છે.

ગરીબોને પાંગળા નહીં, ભણાવીને સક્ષમ બનાવો.

બાળપણ પછી સ્થૂળતા વહેલી શરૂ થાય તો તે કાયમ રહેવાની ભીતિ રહે છે. શરીરમાં વધુ પડતી ચરબીથી હૃદયરોગ, હાઈ બ્લડપ્રેશર, ડાયાબિટીસ, આર્થરાઈટિસ, ઓસ્ટિયોપોરોસિસ જેવા અનેક રોગો થઈ શકે છે. અમુક જાતનાં કેન્સર પણ વધુ પડતી ચરબીના કારણે થાય છે. વધુ પડતી ચરબી અનેક રોગ થવા માટેનું પરિભળ ગણાય છે. સ્થૂળતાથી આયુષ્યમાં ઘટાડો થાય છે તે પણ હકીકત છે.

વધારે પડતાં વજનનાં કારણો અને તેની સારવાર ગૂંચવાડા ભરેલી છે. છતાં 'એનર્જી' બેલેન્સનો સિદ્ધાંત પ્રમાણમાં સરળ છે. આહારમાં જોઈએ તે કરતાં વધારે પ્રમાણમાં કેલરી લેવામાં આવે તો વધારાની કેલરી ચરબી તરીકે જમા થાય છે. પણ તમે લેવામાં આવેલી કેલરી કરતાં કસરત કે શ્રમ દ્વારા વધારે કેલરી વાપરો તો શરીર તેટલી કેલરી જમા થયેલ ચરબીમાંથી મેળવે છે. આમ આહાર અને કસરતના યોગ્ય સંયોજનથી શરીરની ચરબી અને વજન ઘટાડવાની અસરકારકતા વધે છે.

કસરતથી શરીરની ચયાપચય (મેટાબોલિઝમ)ની ક્રિયા ઉપર સીધી અસર થાય છે. જે લોકોને સ્નાયુનું પ્રમાણ વધારે હોય છે તેમનો ચયાપચયની ક્રિયાનો પાયાનો દર ઊંચો રહેવાનું વલણ ધરાવે છે. કેટલાંક અભ્યાસોમાં જાણવા મળ્યું છે કે સ્ફૂર્તિદાયક કસરતો પછી ચયાપચયની ક્રિયાનો દર કેટલાક સમય સુધી વધેલો રહે છે. પરિણામે આખા દિવસ દરમિયાન વધારે કેલરી વપરાતી રહે છે.

### ● કસરત અને હૃદયરોગ :

કસરત વગરનું જીવન હૃદયરોગ તરફ દોરી જનારું જોખમી પરિભળ બની શકે છે. અભ્યાસો દ્વારા જાણવા મળ્યું છે કે ઝડપી ચાલવાની નિયમિત કસરત કરવામાં આવે તો તે વખતે શરીરની ઓક્સિજન વાપરવાની ક્ષમતા વધે છે, આરામના સમયના ધબકારા ધીમા પડે છે, હૃદય તથા ફેફસાંની કાર્યક્ષમતામાં વધારો થાય છે, હૃદય ઓછી વખત ધબકીને વધુ લોહી ફેંકી યા ધકેલી શકે છે. લોહીનું પરિભ્રમણ સુધરે છે અને હૃદયનો

સ્નાયુ મજબૂત બને છે. કસરતથી વૈકલ્પિક પરિભ્રમણ સુધરી શકે છે.

હૃદયરોગ થવાનાં મુખ્ય પરિભળો ઘટવાથી એન્જાઈના અને હાર્ટ એટેકની શક્યતાઓ ઓછી થાય છે. **હૃદયરોગની આધુનિક સારવારમાં કસરતને સ્થાન આપવામાં આવ્યું છે.** તેનાથી બીજા હાર્ટ એટેકની શક્યતાને પણ ઘટાડી શકાય છે.

### ● તમારા શરીરને સાંભળો :

કસરત વધુ પડતી થઈ જાય અથવા અનૂકળ ન આવે ત્યારે શરીર આપણને ચેતવણી આપે છે. આવી ચેતવણીને આપણે અવગણવી ન જોઈએ. સાંધા કે સ્નાયુમાં દર્દ થાય તો તેનો ઉપાય કરો. કોઈ અસામાન્ય ચિહ્નો જેમ કે બેચેની, છાતીમાં દુઃખાવો, ચક્કર આવવા જેવું જણાય તો ડોક્ટરની સલાહ લો. તકલીફ વધુ ગંભીર બને પછી જઈશું એવી રાહ ન જોતાં સમયસર દાક્તરને મળો. બીજા સાથે હરીફાઈમાં ન ઉતરો. એક્સરખી ઉંમરના અને એક્સરખા દેખાવના માણસોની કસરત કરવાની શક્તિમાં ઘણો ફરક હોય છે.

### ● સક્રિય જીવન પ્રણાલીઓ :

ચાલવા જવાની કસરત શરૂ કરી દીધી એટલામાં બધું આવી જતું નથી. દૈનિક જીવનમાં સક્રિયતાનું પ્રમાણ પણ તમારે વધારવું જોઈએ. **સમય મળતો નથી એમ બચાવ કરનારાઓને સમય હોય છે પણ રસ હોતો નથી.** શ્રમનો સવાલ શારીરિક તો છે જ સાથે માનસિક પણ છે. જો તમને શ્રમમાં આનંદ આવે તેવું કરી શકો તો સમય મળી રહેશે.

★ આનંદ આપે તેવી પ્રવૃત્તિ કરવી, બાગકામ કરવું, મિત્ર સમૂહમાં ફરવું, કુટુંબ સાથે ફરવા નીકળી પડવું, સામાજિક મુલાકાતે જવું.

★ ટૂંકાં અંતર માટે વાહનનો ઉપયોગ નહીં કરતાં ચાલી નાખવું. લિફ્ટને બદલે બેચાર માળના પગથિયાં ચડી જવાં.

★ જાતમહેનત પ્રત્યેનો અભિગમ બદલાવો. ઘરમાં નાનામોટા કામ જાતે

કરી લેવાની ટેવ પાડવી. સવાલ તંદુરસ્તીનો છે. વૈજ્ઞાનિક ઉપકરણો સમય અને મહેનત બચાવે છે. પણ જ્યારે તે શારીરિક સક્રિયતાનું સ્થાન લઈ લે છે ત્યારે તેની મોટી કિંમત ચૂકવી પડે છે. આ બધી નાની દેખાતી પ્રવૃત્તિઓની એક સામટી અસરનો સરવાળો ઘણો મોટો થાય છે.

★ યાદ રાખો કે નિયમિત વ્યાયામ બંધ કરવામાં આવે તો સ્નાયુઓ દર અઠવાડિયે ૧૦% શક્તિ ગુમાવતા જાય છે.

★ દિવસ દરમિયાન કેટલા બિનઉત્પાદક સમયનો ઉપયોગ કરી શકાય. ઘરમાં ટી.વી. જોતા, ટેલિફોનમાં વાતચીત કરતાં, અન્ય નવરાશની પળોમાં તેમજ ઘરની બહાર બેંક કે કોઈ ઓફિસમાં રાહ જોતાં બસની લાઈનમાં કેટલીક કસરતો કરી લેવાય. ઊંચી ચાસ લેવા, પ્રેશર પોઈન્ટ દબાવવા, આંગળા, કાંડા, ખભા, ડોક, પેટના સ્નાયુની કસરત જેવું ઘણું બધું કરી શકો.

### ● હવે તમે શરૂઆત કરી દીધી :

ચાલવાની કસરતની શરૂઆત કરી પછી તેને બંધ ન કરશો. થોડા દિવસ કે મહિના કસરત કરીને પછી તેને ભૂલી જઈશું તેવા ખોટા ખ્યાલમાં રહેશો નહીં. કસરતમાં જીવનભરની વચનબદ્ધતા અને પ્રયત્નોની જરૂર હોય છે. **આહારની ટેવોની માફક કસરત પણ વિંદગીભર સ્વીકારેલી જવાબદારી છે.** જીવનમાં કેટલાંય કાર્યો આપણે સવાલ કર્યા વગર જીવનના એક અંગ તરીકે કરીએ છીએ. દા.ત. દાંત સાફ કરવા, નહાવું વગેરે. કસરત ભૂલેચૂકેય બંધ કરી દેશો તો તેની લાભદાયી અસરો તરત જ જતી રહેશે. શરીરની તંદુરસ્તીનો સંગ્રહ થઈ શકતો નથી. તે સતત ચાલુ રહેતી પ્રક્રિયા છે. તેને સતત બળ મળ્યા કરવું જોઈએ. એકસાથે ઘણી અને ઊંચાવળે કસરત કરી એના તરત ફાયદા મેળવવાની આશા ઠગારી છે.

મંગલ મંદિર, નવેમ્બર/ડિસેમ્બર-૧૯૯૩

પોતાના મનની અંદર જુઓ, ખુદની ઓળખ મળવા લાગશે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

## મીઠું - મિત્ર કે શત્રુ...!!

● સંકલન : નંદલાલ ટી. શાહ - અમદાવાદ ●

દરેક વ્યક્તિએ જીવવા માટે થોડા સોડિયમની જરૂર પડે છે. તેથી કુદરતે લગભગ દરેક ખાદ્ય પદાર્થમાં તેને ખનિજ તરીકે નાખેલ છે. તે શાકભાજી, ફળો, અનાજ, કઠોળ દૂધ વગેરેમાં જુદા જુદા પ્રમાણમાં હોય છે. આપણે રોજિંદા જીવનમાં મીઠું વાપરીએ છીએ તે સોડિયમ ક્લોરાઇડમાં સોડિયમ ૪૦% અને ક્લોરાઇડ ૬૦% છે.

**સોડિયમ લોહીમાં બ્લડપ્રેશર અને બ્લડ વોલ્યુમને સામાન્ય સ્થિતિમાં જાળવી રાખવાનું કામ કરે છે.** સ્નાયુઓ અને જ્ઞાનતંતુઓ યોગ્ય કામગીરી બજાવી શકે છે તે માટે સોડિયમની જરૂર પડે છે. તે શરીરના ટિસ્યુઓમાં પાણીનું સંતુલન જાળવે છે.

સંશોધન સંસ્થાઓના મત મુજબ રોજનું ૧૧૦૦થી ૩૩૦૦ મિલિગ્રામ સોડિયમ પુષ્ટ વ્યક્તિ માટે વાજબી પ્રમાણ ગણાય. અમેરિકન હાર્ટ એસોસિએશન ભલામણ કરે છે કે આહારની દર ૧૦૦૦ કેલરીએ ૧૦૦૦ મિલિગ્રામ સોડિયમ લેવું જોઈએ પણ ૩૦૦૦ મિલિગ્રામથી વધવું ન જોઈએ.

પણ માનવીએ મીઠાના ઉપયોગમાં અતિરેક કર્યો છે. તેથી કેટલાક રોગો કાયમી મહેમાન બની જીવનને અશાંત અને ટૂંક બનાવી રહ્યા છે. **હાઈ બ્લડપ્રેશર, હૃદય રોગ, પક્ષઘાત અને કિડનીના રોગોમાં મીઠાનો અતિરેક કારણભૂત ગણાયો છે.** એક સંશોધન મુજબ આપણે જરૂર કરતાં બેથી ચારગણું મીઠું વાપરવા માંડ્યું છે. તેથી મીઠું મિત્ર મટી શત્રુ બની ગયેલ છે.

આપણને નાનપણથી અપાતા ખોરાકથી સ્વાદની ટેવ પડે છે. તે મોટી ઉંમરે પણ ચાલુ રહે છે, પણ તે જન્મજાત નથી. આ ટેવ બદલવી અઘરી છે પણ અશક્ય તો નથી જ.

તેનાં ગંભીર પરિણામોને લક્ષ્યમાં રાખીને આપણે જીવન પદ્ધતિમાં ફેરફાર કરવાની ખાસ જરૂર છે. તે માટે આ રહ્યાં કેટલાંક સૂચનો :

- જમતી વખતે ઉપરથી મીઠું લેવાની ટેવ કાઢી નાખો.
- કેટલાક લોકો મીઠાનો બિનજરૂરી ઉપયોગ કરે છે. રોટલી, ભાત, છાશ વગેરેમાં મીઠું નાખે છે.
- કચુંબર તરીકે પાકા ટામેટાં, કોબીચ, કાકડી, કાંદા વગેરેમાં મીઠું ભભરાવવાનું બંધ કરી દો. સ્વાદ ખાતર લીંબુ નિચોવો.
- કોથમીર-મરચાં વાપરવાથી મીઠાંની ઊણપ જણાશે નહિ. વિવિધતા ખાતર કચુંબર ઉપર ડ્રેસીંગ તરીકે દહીંનું રાયતું રેડવાથી સ્વાદ અનેરો લાગશે.
- પાપડ, અથાણાં, ચટણીઓ, સોસ વગેરે લેવાથી મીઠાંનું પ્રમાણ હદ બહાર જાય છે. તેના વિકલ્પ તરીકે કચુંબરનો ઉપયોગ વધારી દેવો.
- બજારુ ચટાકેદાર પદાર્થો ઘણી વખત મીઠાંનું નુકસાનકારક પ્રમાણ વધારે છે. ગાંઠિયા, ચવાણું, ચેવડો વગેરેનો વપરાશ ઓછો કરો અથવા બંધ કરો.
- પહેલે તબક્કે, રાંધવામાં મીઠાંનું પ્રમાણ થોડુંક જ ઓછું કરો કે જેથી સ્વાદમાં ખાસ ફરક માલૂમ પડે નહીં. થોડાક દિવસ ટેવ પડ્યા પછી એકાદ વખત આવો પ્રયોગ કરવાથી ઓછા મીઠાથી જીભ ટેવાઈ જશે.
- કેટલીક વાનગીઓ બનાવતી વખતે તેમાં કોથમીર, લીલા મરચાં, લીંબુ, તજ,

લવિંગ, મરી, જીરું, મેથી, હિંગ, લસણ, ડુંગળી વગેરે સ્વાદ વધારનારા મસાલા જુદા જુદા પ્રમાણ અને જુદા જુદા મિશ્રણમાં નાખવાથી મીઠું ઓછું નાખ્યું હોય અથવા ક્યારેક ન પણ નાખ્યું હોય તો આપણી સ્વાદગ્રંથિ તે સ્વીકારી લે છે.

- જુદા જુદા નામથી આવતું દરેક પ્રકારનું સોડિયમ સ્વાદમાં મીઠાં જેવું હોતું નથી. છતાં પણ તે સોડિયમ ગુણધર્મ ધરાવે છે. પેક કરેલા તૈયાર પદાર્થો, બિસ્કિટો, બટર, ચીઝ, હળવાં પીણાં, આઈસ્ક્રીમ વગેરેમાં આવતા સોડિયમનું પ્રમાણ ગણતરીમાં લો.
  - એક ચમચી મીઠામાં ૨૦૦૦ મિલિગ્રામ જેટલું સોડિયમનું પ્રમાણ હોય છે. તેના ઉપરથી રોજિંદા વપરાશનો અંદાજ કાઢો.
  - તૈયાર ખાદ્ય પદાર્થોમાં સ્વાદ લાવવા, સોડમ વધારવા, જાળવણી કરવા વગેરે જુદા જુદા કામ માટે જુદા જુદા નામથી સોડિયમ નાખવામાં આવે છે તેને ઓળખો.
  - ★ મોનો સોડિયમ ગ્લુટામેટ : સ્વાદ તથા સોડમ વધારવા.
  - ★ સોડિયમ બેન્ઝોએટ : પદાર્થોની જાળવણી માટે
  - ★ સોડિયમ કેસીનેટ : ઘટ્ટતા લાવવા.
  - ★ સોડિયમ સાઈટ્રેટ : હળવા પીણામાં એસિડિટી કન્ટ્રોલ કરવા.
  - ★ સોડિયમ ફોસ્ફેટ : ઘટ્ટતા લાવવા.
  - ★ સોડિયમ સેકેરીન : કૃત્રિમ ગળપણ માટે.
- (અનુસંધાન : જુઓ પાના નં.-૨૪૦ ઉપર)

કોઈપણ પરિસ્થિતિમાં જવાબદારીને પૂરી નિભાવો.



● સંકલન : નંદલાલ ટી. શાહ ●

## ડાયાબિટીસ

ડાયાબિટીસ (મધુપ્રમેહ) આજે વ્યાપક પ્રમાણમાં જોવા મળે છે. તેમ છતાં વૈજ્ઞાનિક સંશોધનોના પરિણામે, તેમજ રોગ અંગેની વધુ જાણકારીથી લોકો પહેલાં કરતાં આજે વધુ સુખ્યેનથી અને લાંબું જીવન વિતાવી શકે છે.

### ● ડાયાબિટીસ એટલે શું?

કેટલીક વ્યક્તિઓમાં શરીર અમુક ખોરાકનું યોગ્ય રીતે પ્રોસેસિંગ કરી શકતું નથી. તેમનો ઈન્સ્યુલિનનો પુરવઠો પૂરતો ન હોય અથવા તેની કાર્યક્ષમતા ઓછી હોય ત્યારે ગ્લુકોઝનું શક્તિમાં રૂપાંતર થતું નથી. પરિણામે તે લોહીમાં જમા થયા કરે છે. લોહીમાં ગ્લુકોઝનું પ્રમાણ વધી જતાં તેનું સ્તર ઊંચું જાય છે. આ સ્થિતિને ડાયાબિટીસ કહે છે. ડાયાબિટીસ તે ચયાપચયની ક્રિયા (metabolic process) અવસ્થાનું પરિણામ છે.

### ● ચયાપચયની ક્રિયા :

ચયાપચયની આખી ક્રિયામાં ખોરાકનું પચવું, વિભાજન થવું, સ્વરૂપ બદલવું, તેને શોષવું, તેના ઉપયોગ કરવા, સંગ્રહ કરવો વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. ખાતાં, રમતાં, કામ કરતાં કે ઊંઘતાં ચાલુ રહેતી રસાયણિક પ્રતિક્રિયાઓનો પણ આમાં સમાવેશ થાય છે. આપણે જે કાંઈ ખાઈએ-પીએ છીએ તે હોજરી અને આંતરડાઓમાં પચે છે, પાચન દરમ્યાન અમુક ગ્રંથિઓ પાચકરસ છોડે છે. આંતરડામાં આ પાચકરસો ખોરાકને નાનામાં નાના પદાર્થોમાં વિભાજિત કરે છે, જેથી તે રક્તવાહિનીઓમાં શોષાઈ લોહીમાં ભળી પરિભ્રમણ કરી શકે.

જ્યારે પાચકરસો કાર્બોહાઈડ્રેટ્સ (ખાંડ અને કાંજી)નું પ્રોસેસિંગ કરે છે ત્યારે તેનું ગ્લુકોઝમાં રૂપાંતર થાય છે. શરીરને જોઈતી

શક્તિના ઈંધણનું મૂળ ઉદ્ભવસ્થાન ગ્લુકોઝ છે. જરૂર પડ્યે તેનું દહન કરવામાં આવે છે અથવા ભવિષ્યમાં ઉપયોગ માટે સંગ્રહ કરવામાં આવે છે.

કાર્બોહાઈડ્રેટ્સના પાચન પછી ગ્લુકોઝ લોહીમાં ફરવા લાગે છે, અને છેવટે કોષો (cells) પાસે પહોંચી જાય છે. આ દરમ્યાન પેન્ક્રિયાસ ઈન્સ્યુલિનને છોડે છે. તે પણ લોહીના પ્રવાહમાં થઈ કોષો પાસે પહોંચી તેની સપાટી ઉપર બંધાય છે (binding થાય છે.) આ પછી ગ્લુકોઝ કોષોની અંદર દાખલ થઈ શકે છે. કોષોની અંદર ગ્લુકોઝનું ઓક્સિજનની મદદથી કાં તો ઊર્જામાં રૂપાંતર પામી દહન થાય છે અથવા તેનો સંગ્રહ થાય છે.

શરીરને કોઈપણ સમયે શક્તિની સતત જરૂર રહે છે. આપણે થોડા સમય માટે કાંઈ ખાધું ન હોય ત્યારે કોષો આ સંગ્રહમાંથી ઊર્જા બનાવે છે. આવી રીતે ચયાપચયની ક્રિયાઓ બરોબર ચાલે ત્યાં સુધી લોહીમાં ગ્લુકોઝનું પ્રમાણ નોર્મલ રહે છે - વધુ નહીં તેમજ ઓછું નહીં. પણ અમુક દર્દીને આ ક્રિયાઓમાં ક્યાંક ને ક્યાંક ક્ષતિ હોય છે. તેના પરિણામરૂપ ડાયાબિટીસ થાય છે.

### ચયાપચયની ક્રિયાઓમાં ક્ષતિઓ

#### ● ઈન્સ્યુલિનની અછત :

સામાન્ય રીતે જે જાતનો અને જેટલો ખોરાક લેવાય તેના પ્રમાણે પેન્ક્રિયાસ ઈન્સ્યુલિનને છોડતું હોય છે. વધારે ખવાય તો ઈન્સ્યુલિન વધારે છૂટું કરાય છે. ડાયાબિટીસમાં શરીર કાં તો (૧) પૂરતું ઈન્સ્યુલિન બનાવતું નથી અથવા (૨) તેનો સાચી રીતે ઉપયોગ કરી શકતું નથી. પૂરતા

ઈન્સ્યુલિન વગર ગ્લુકોઝનો અસરકારક ઉપયોગ થતો નથી. તેથી તે લોહીમાં પડ્યું રહે છે. શરીરને જોઈતી ઊર્જા આથી મળી શકતી નથી.

#### ● ઈન્સ્યુલિનનું ખામીભર્યું ઉત્પાદન:

ઈન્સ્યુલિનનું ઉત્પાદન કરવા માટે પેન્ક્રિયાસમાં રહેલા 'બિટા સેલ્સ' નામના કોષોના સમૂહો જવાબદાર છે. ડાયાબિટીસ ટાઈપ-Iમાં એમ માનવામાં આવે છે કે વાઈરસથી કદાચ 'બિટા સેલ્સ' નાશ પામ્યા હોય, જ્યારે ડાયાબિટીસ ટાઈપ-II 'બિટા સેલ્સ' હોય છે. પણ ઈન્સ્યુલિનનું ઉત્પાદન કાં તો ઓછું થાય છે અથવા યોગ્ય સમયે અને યોગ્ય પ્રમાણમાં તેને છૂટું કરવામાં આવતું નથી. એમ પણ બને કે ઉત્પાદન પૂરતું હોય પણ તે અસરકારક બનતું ન હોય.

અભ્યાસ ઉપરથી જાણવા મળે છે કે ઉંમર વધવા સાથે 'બિટા સેલ્સ'ની સંખ્યામાં ઘટાડો થાય છે. બીજા અભ્યાસો નિર્દેશ કરે છે કે જમ્યા પછી જે દરે ઈન્સ્યુલિન છોડાય છે તેમાં સમસ્યા હોઈ શકે. સાધારણ રીતે ખોરાકના સીધા પ્રતિભાવરૂપ ઝડપથી ઈન્સ્યુલિન છોડવામાં આવે છે. કેટલાકને તે છોડવામાં ઢીલ થાય છે. આથી પૂરતા પ્રમાણમાં ઈન્સ્યુલિન હોવા છતાં આવા લોકોને યોગ્ય વખતે તે કામમાં આવતું નથી.

#### ● ઈન્સ્યુલિન પ્રતિકાર (resistance) :

એવું બને કે ઈન્સ્યુલિનની કોઈ સમસ્યા ન હોય પણ શરીરના કોષો અને અવયવો તેને યોગ્ય પ્રતિભાવ ન આપે. તેઓ ગ્લુકોઝને કોષોમાં દાખલ થતું અટકાવે.

મોટાભાગના ડાયાબિટીસ ટાઈપ-IIના દર્દીઓ ઈન્સ્યુલિન પ્રતિકારક હોય છે. અમુક

મુશ્કેલીઓ વખતે ડયા વિના કામ કરશો તો માર્ગ નીકળશે.



અંશે તે ઉંમર વધવાની નિશાનીરૂપ પણ હોઈ શકે આ ઉપરાંત અગત્યની બાબત છે વધુ પડતું વજન. વધારે વજનવાળાના ચરબીના કોષો વધારે પડતા જાડા હોય છે. ચરબીના આ મોટા કોષો ઈન્સ્યુલિનને પૂરતો પ્રતિભાવ આપતા નથી.

ઈન્સ્યુલિન અને ગ્લુકોઝ પરસ્પર અસર (interact) કેવી રીતે કરે છે તે પણ સમસ્યારૂપ હોઈ શકે. ગ્લુકોઝ કોષો કે ટિસ્યુઓમાં દાખલ થઈ શકે તે પહેલાં ઈન્સ્યુલિનને દરેક કોષોની બહાર મુકરર જગ્યાઓએ બંધાવું પડે છે. આ જગ્યાઓ રિસેપ્ટર સાઈટ્સ (receptor sites) કહેવાય છે. એવું જાણવા મળ્યું છે કે વધુ પડતાં વજનવાળા ડાયાબિટીસના દર્દીઓને જોઈએ તે કરતાં ઓછી સંખ્યામાં રિસેપ્ટર સાઈટ્સ હોય છે. પરિણામ એ આવે છે કે ઈન્સ્યુલિન અને ગ્લુકોઝ બંને લોહીમાં પડ્યાં રહે છે. વણવપરાયેલ ગ્લુકોઝ પેન્ક્રિયાસ પાસે ઈન્સ્યુલિનની માંગ (demand) મોકલ્યા કરે છે, એટલે તે વધારે ઉત્પન્ન કરતું રહે છે. આ વધારાનું ઈન્સ્યુલિન પણ ચરબીનો સંગ્રહ વધારે છે.

### ● ડાયાબિટીસના પ્રકાર :

તેના મુખ્યત્વે બે પ્રકાર છે. એમ માનવામાં આવે છે કે દરેક પ્રકારના ડાયાબિટીસ થવાનું વલણ (tendency) જન્મ વખતે હાજર હોવું જોઈએ.

### ડાયાબિટીસ ટાઈપ-I :

આ પ્રકારનો ડાયાબિટીસ મોટાભાગે બાળકો અને યુવાનોને થાય છે. તેમનામાં ઈન્સ્યુલિનનું ઉત્પાદન કરતા કોષો સામાન્ય રીતે નાશ પામ્યા હોય છે. તેથી જીવનભર ઈન્સ્યુલિનનાં ઈન્જેક્શનો લેવાં પડે છે.

### ડાયાબિટીસ ટાઈપ-II :

ડાયાબિટીસના કુલ દર્દીઓમાં ૯૫ ટકા આ પ્રકારના હોય છે આ જાતના ડાયાબિટીસમાં ઈન્સ્યુલિન બને તો છે પણ જરૂરિયાત કરતાં ઓછું. ઘણી વખત ઈન્સ્યુલિન પૂરતા પ્રમાણમાં બનતું હોવા છતાં તે બરોબર કામ કરતું નથી. ખાસ કરીને ૪૦ વર્ષ પછી આવું જોવા મળે છે. આ જાતના ડાયાબિટીસમાં

વારસો ચોક્કસ ભાગ ભજવતો હોવાનું માલૂમ પડ્યું છે.

### ડાયાબિટીસ થવાનાં કારણો

ડાયાબિટીસ થવાનાં ચોક્કસ કારણોની ખબર નથી પણ નીચેના સંજોગોને કારણભૂત માનવામાં આવે છે.

### ● વારસો :

કુટુંબમાં કોઈને ડાયાબિટીસ થયો હોય તો તે વારસામાં ઊતરી આવવા સંભવ છે. તેમાંય તે પિતા અને માતા બંને પક્ષે હોય તો શક્યતા ઘણી વધી જાય છે. વૈજ્ઞાનિકો આ જિનેટિક કારણને ઘણું મહત્ત્વ આપે છે.

### ● વજન :

વધુ પડતું વજન ડાયાબિટીસને બહાર લાવવામાં કારણભૂત માનવામાં આવે છે. ડાયાબિટીસના દર્દીઓમાં મોટાભાગના વધુ વજનવાળા જોવા મળે છે. વધુ વજન ઈન્સ્યુલિનની જરૂરિયાત વધારી દે છે. વળી તેમના વધુ જાડા ચરબીના કોષો ઈન્સ્યુલિનને યોગ્ય પ્રતિસાદ (response) આપતા નથી તેમ મનાય છે.

### ● આહાર :

વધુ પડતી ચરબીવાળા પદાર્થો વજનને બેકાબૂ બનાવી દેતાં અનેક સમસ્યાઓ ખડી થાય છે.

### ● ઉંમર :

ડાયાબિટીસ ગમે તે ઉંમરે થઈ શકે છે પણ ઉંમર વધવા સાથે તે થવાની શક્યતા વધુ રહે છે. ઉંમર વધવા સાથે શરીરના કોષોનો ઈન્સ્યુલિન સામે પ્રતિકાર વધે છે. તેવું જ ઉંમર વધવા સાથે ઈન્સ્યુલિનનું ઉત્પાદન કરતા બિટા સેલ્સની સંખ્યામાં ઘટાડો થાય છે.

### ● સ્ત્રીજાતિ :

પુખ્ત વય સુધી સ્ત્રી-પુરુષ બંનેને સરખા પ્રમાણમાં ડાયાબિટીસ થાય છે. તેમ છતાં ૩૦ વર્ષની વયે તે વધુ સ્ત્રીઓને થાય છે. ૪૫ વર્ષ અને ૬૫ વર્ષની વચ્ચે પુરુષો કરતાં બેગણી સ્ત્રીઓને થાય છે. વળી સ્ત્રીઓને સગર્ભાવસ્થામાં પણ થઈ શકે છે.

### ● બેઠાડુ જીવન :

એવા પુરાવા મળ્યા છે કે જેમની જીવનશૈલી બેઠાડુ પ્રકારની છે તેમને ડાયાબિટીસ થવાની વધુ શક્યતા છે. શારીરિક સક્રિયતા ઈન્સ્યુલિનને સારી રીતે કામ કરતું બનાવે છે.

### ● તનાવ :

તનાવ શરીરના હોર્મોનને અસર કરે છે. તેવા પ્રસંગોએ શરીર લોહીમાં ગ્લુકોઝ છોડે છે. આથી લોહીમાં ગ્લુકોઝનું સ્તર ઊંચું જાય છે અને ઈન્સ્યુલિનની માંગ વધે છે. વળી માનસિક દબાણના પ્રસંગોએ આહાર અને શારીરિક શ્રમના કાર્યક્રમો અસ્તવ્યસ્ત બની જતા હોય છે.

### ● ડાયાબિટીસની ચેતવણીની નિશાનીઓ :

ડાયાબિટીસ ટાઈપ-II સામાન્યપણે ધીમે ધીમે વર્ષો સુધી વિકાસ પામે છે. ક્યારેક કોઈ વહેલી ચેતવણી મળતી નથી. ઘણીવાર ડાયાબિટીસના પરિણામરૂપ કોઈ સમસ્યા થાય ત્યારે જ તેની હાજરીની ખબર પડે. છતાં ઘણા લોકોમાં નીચેનાં લક્ષણો જોવા મળે છે.

- અતિ તરસ લાગવી.
- વારંવાર પેશાબ કરવા જવું.
- ભૂખનું પ્રમાણ વધી જવું
- અશક્તિ અને થાક અનુભવવો.
- ગુહ્ય ભાગમાં ચળ આવવી.
- ઉશ્કેરાટ થવો.
- સુસ્તી લાગવી.
- વારંવાર ચેપ (infection) લાગવો.
- વાગે ત્યારે રૂઝ આવવામાં ઢીલ થવી.
- ઊબકા કે ઊલટી થવાં.
- આંખે ઝાંખું દેખાવું, ચશ્માંના નંબર વારંવાર બદલવા.
- હાથે-પગે ખાલી ચડવી કે ઝણઝણાટી થવી.

### ● ડાયાબિટીસની સમસ્યાઓ :

ડાયાબિટીસની સારવાર ન કરવામાં આવે તો લોહીમાં ગ્લુકોઝનું ઊંચું પ્રમાણ

અણઘડ વ્યક્તિઓની સલાહો નવી સમસ્યાઓ ઉત્પન્ન કરે છે.

સતત રહ્યા કરે છે. તે સ્થિતિ શરીરના દરેક અવયવને નુકસાન કરે છે.

### ● હાઈ બ્લડપ્રેશર :

ડાયાબિટીસ રક્તકણોને કઠણ બનાવે છે. તે આર્ટરીઓમાં પસાર થતાં તેની દીવાલ સાથે ઘસાય છે અને ઉઝરડો થાય છે. આ જગ્યાએ રૂઝ આવી જતાં ચાહું (scar) બને છે. કઠણ અને કડક બનેલી આવી જગ્યા કોલેસ્ટોરોલને જમા થવા અનુકૂળ બની જાય છે. તેથી એથેરોસ્કલેરોસિસ થાય છે અને લોહીને પસાર થવામાં અવરોધ થાય છે. આથી બ્લડપ્રેશર ઊંચું જાય છે.

### ● હાર્ટએટેક :

એથેરોસ્કલેરોસિસથી હાઈ બ્લડપ્રેશર થાય છે, તેવી જ રીતે હાઈ બ્લડપ્રેશરથી એથેરોસ્કલેરોસિસ થાય છે. આમ વિષયક ચાલ્યા કરે છે.

આ કારણો હાર્ટએટેક માટે અગત્યનાં પરિબલો છે.

### ● કિડની :

ડાયાબિટીસ કેપીલરીઓની દીવાલોને જાડી અને નબળી કરે છે. આવી કેપીલરીઓ વડે લોહી બરોબર ફિલ્ટર થઈ શકતું નથી. રોગિષ્ઠ કિડની અંતે નિષ્ક્રમ થઈ શકે છે.

### ● આંખ :

આંખની કેપીલરીઓને નુકસાન થાય તો તેમાંથી લોહી ગળતાં દૃષ્ટિને નુકસાન થાય છે. આમાં અંધાપો પણ આવી શકે છે. ડાયાબિટીસના દર્દીઓને મોતિયો વહેલો આવે છે.

### ● ગેન્ગ્રેન :

પગનાં તળિયા હૃદય માટે લોહી પહોંચાડવા અને મગજ માટે સંદેશાની આપેલ કરવા દૂરની જગ્યા છે. રક્તપ્રવાહ ધીમો બનતાં ચેપ લાગવાની ગ્રહણશીલતા વધે છે અને સંવેદનાઓ ઓછી થતાં ચેપ મટાડવામાં ઢીલ થાય છે. આવી પરિસ્થિતિમાં કેટલાંકને અંગ કપાવવાં પડે છે.

### ● કોમા :

આહાર, શ્રમ અને ઈન્સ્યુલિનની

સમતુલા ન જળવાય ત્યારે લોહીમાં ગ્લુકોઝનું પ્રમાણ ખૂબ વધી જતાં હાઈપરગ્લાયસેમિયા થાય તો કોમા થાય છે. તેવી જ રીતે લોહીમાં ગ્લુકોઝનું પ્રમાણ ખૂબ ઘટી જાય તો હાયપોગ્લાયસેમિયા થાય છે. તેમાં પણ દર્દી કોમામાં જઈ શકે છે. બંને સ્થિતિ ગંભીર છે.

### ● ચેપ :

ત્વચાનાં ચેપી દર્દો થઈ આવે છે ત્યારે મટવામાં ઢીલ થાય છે. સ્ત્રીઓને પેશાબનાં દર્દો વારંવાર થાય છે. પાયોરિયા પણ થાય છે.

### ● અશક્તિ :

ગ્લુકોઝ કોષોમાં દાખલ થઈ શકતું નહીં હોવાથી શક્તિની ઊણપ રહે છે. શક્તિ અને તાજગી વગર જિંદગી માણી શકાતી નથી.

### ડાયાબિટીસની સારવાર :

કાળજીપૂર્વકની યોગ્ય સારવારથી ડાયાબિટીસને અંકુશમાં લાવી શકાય છે.

ડાયાબિટીસને અંકુશમાં રાખવા ત્રણ મુખ્ય સાધન છે.

- આહાર
- શારીરિક શ્રમ
- દવા-ઈન્સ્યુલિન

### આહાર :

ડાયાબિટીસમાં આહારથી સારવાર (dieting) ઉપર ખૂબ ભાર મૂકવામાં આવે છે. તેના સારા આયોજનથી લોહીમાં ગ્લુકોઝનું પ્રમાણ નીચે જાય છે. તેમજ શરીરના ઈન્સ્યુલિનનો ઉપયોગ કરવાની શક્તિ સુધરે છે. આહારનો પ્રકાર, કેલરી તથા સમયના આયોજનથી ઈન્સ્યુલિનની માંગ ઘટે છે. કેલરીના આયોજનથી વજન પણ ઘટે છે. વધારે પડતો ભારે (rich) ખોરાક લેવાની ટેવ બદલીને તંદુરસ્તીનું ધોરણ ઊંચે લઈ જઈ શકાય છે.

આહાર સમતોલ હોવો જરૂરી છે. તેમાં પૌષ્ટિક તત્ત્વો પૂરેપૂરાં મળી રહેવાથી રોગપ્રતિકારક શક્તિ જળવાઈ રહે છે. સમતોલ આહારના આયોજનમાં નીચેના મુખ્ય પદાર્થો મળી રહે તે ખૂબ જરૂરી છે.

### કાર્બોહાઈડ્રેટ્સ :

ડાયાબિટીસમાં કાર્બોહાઈડ્રેટ્સના ઉપયોગની સમસ્યા હોવા છતાં સમતોલ આહાર માટે તેની અગત્ય ઘણી છે. તે શરીરને મોટાભાગની શક્તિ પૂરી પાડે છે. માટે આહારની કુલ કેલરીના ૫૦ થી ૬૦% તેમાંથી મળવા જરૂરી છે. આમ છતાં એવા કાર્બોહાઈડ્રેટ્સ પસંદ નહીં કરવા જોઈએ કે જે ઝડપથી શોષાય. દા.ત. તરીકે ખાંડ, આઈસક્રીમ, મીઠાઈ, પીણાં, મુરબ્બા વગેરે. આવા કાર્બોહાઈડ્રેટ્સ લેવાથી ઈન્સ્યુલિન તેને પહોંચી શકે તે પહેલાં બ્લડ ગ્લુકોઝ ઝડપથી વધી જાય છે. કાર્બોહાઈડ્રેટ્સ મોટાભાગે કોમ્પ્લેક્ષ અથવા સ્ટાર્ચવાળા પસંદ કરવા. તે ધીમે ધીમે શોષાય છે. તે શાકભાજી, ફળો અનાજમાંથી મળે છે.

### પ્રોટીન :

તે સ્નાયુને બાંધે છે અને થોડી શક્તિ પણ આપે છે. ઘણી ચીજોમાં પ્રોટીન સાથે ચરબી પણ હોય છે. માટે તેને પણ ગણતરીમાં લેવી જોઈએ. આહારમાં પણ પ્રોટીનનું પ્રમાણ ૧૨ થી ૨૦% હોવું જરૂરી છે.

### ચરબી :

આપણા શરીરને અમુક ચરબીની જરૂર તો છે જ. માટે વ્યક્તિનું વધુ પડતું વજન હોવા છતાં આહારના ૩૦% કેલરી ચરબીમાંથી આવવી જોઈએ. ચરબીની જાતો અને તેનાં પ્રમાણ પણ અગત્યનાં છે.

સેચ્યુરેટેડ ફેટ્સ : રોજિંદા આહારની ૧૦%થી ઓછી કેલરી આમાંથી મળવી જોઈએ. તે ખાસ કરીને પ્રાણીજ ચરબી છે. તે દૂધ, ઘી, માખણ, ઈંડાં, માંસમાંથી મળે છે. ઉપરાંત તે કોપરેલ, પામ ઓઈલ, વેજિટેબલ ઘી વગેરેમાં હોય છે.

અનસેચ્યુરેટેડ ફેટ્સ : તે મોટે ભાગે વનસ્પતિજન્ય છે. તેમાં પણ બે જાત છે :

(૧) પોલીઅનસેચ્યુરેટેડ ફેટ્સ : તેનું પ્રમાણ આહારની કુલ કેલરીના ઓછામાં ઓછું ૧૦% જોઈએ. તે કોર્ન ઓઈલ સનફલાવર ઓઈલ, સેફલાવર ઓઈલ વગેરેમાં હોય છે.

ધર્મને માટે દાન નહીં, મન જોઈએ.

(૨) મોનોઅનસેચ્યુરેટેડ ફ્રૂટ્સ : બાકીની કેલરી આમાંથી આવવી જોઈએ. તે મગફળીનું તેલ, ઓલીવ ઓઈલ વગેરેમાં હોય છે.

### આહારનું આયોજન :

આહારના આયોજનમાં કેલરીનું મહત્ત્વ ઘણું છે. તમારે કેટલી કેલરીના આહારની જરૂર છે તે માટે તમારા ડૉક્ટર તમારું આજનું વજન નહીં પણ આદર્શ વજન ગણતરીમાં લે છે. દા.ત. તમારી રોજિંદી પ્રવૃત્તિઓ બેઠાડું પ્રકારની હોય તો તમારે એક કિલોગ્રામ આદર્શ વજન દીઠ ૨૨ કેલરી લેવાની જરૂર રહે. માટે ૬૦ કિલોગ્રામ આદર્શ વજનવાળાએ ૬૦ x ૨૨ = ૧૩૨૦ કેલરી લેવાની જરૂર રહે. આ કેલરી ઉપર જણાવેલ મુખ્ય ત્રણ વર્ગમાંથી અને તે સાથે લખેલ પ્રમાણમાં લેવાની ગોઠવણ કરવી જોઈએ.

આ ઉપરાંત પૂરતા પોષણ માટે દરેક પ્રકારનાં વિટામિનો અને ક્ષારો પ્રમાણસર લેવા જરૂરી છે. કેટલાક ખોરાકમાં એક જાત હોય જ્યારે બીજા ખોરાકમાં ઘણી જાતના પણ થોડાં થોડાં પ્રમાણમાં હોય. માટે જ વિવિધ પ્રકારના ખોરાકો પસંદ કરી આહારને સમતોલ બનાવવો જોઈએ જેથી પોષણની ખામી ન પડે.

ડાયાબિટીસના મોટાભાગના દર્દીઓ વધુ પડતા વજનવાળા હોવાથી તેમના માટે વજન ઘટાડવું તે અગત્યની બાબત છે. પરિણામે બ્લડ ગ્લુકોઝ ઘટે છે. આહારના આયોજનથી વજન ઘટાડવામાં મોટો ફાયદો થાય છે. તમારું ઈચ્છનીય વજન રાખવા તમારે કેટલી કેલરી લેવી જોઈએ તેના ઉપર તમારા આહારના આયોજનનો (meal plan) આધાર છે. જો તમે ઓવર વેઈટ હો તો તમારે કેટલીક કેલરી ઓછી લેવાની જરૂર રહેશે. આવા જુદા જુદા ઘટકો ઉપરથી તમારા આહારનું આયોજન થશે.

આહારના સમયપત્રકની પણ અગત્ય છે. તમારું શરીર ઈન્સ્યુલિનનો સારો ઉપયોગ કરી શકે તે માટે સારો રસ્તો એ છે કે જમવાનું

ત્રણ વખતમાં વહેંચી નાખવું. શરીરમાં ગ્લુકોઝ અને ઈન્સ્યુલિનનું પ્રમાણ જળવાઈ રહે તે માટે તમારે દરેક વખતે જમવાનો સમય જાળવવો જોઈએ. જો તમે વજન ઘટાડવાનો પ્રયત્ન કરતા હશો તો વધારે વખત અને થોડું થોડું ખાવાનો લાભ એ થશે કે ભૂખ ઓછી લાગશે અને વજન ઝડપથી ઊતરશે.

### આહારની અદલાબદલી (Exchange system) :

આહારમાં વિવિધતા આવે, પોષક તત્ત્વોનું પ્રમાણ જળવાઈ રહે તે સાથે સ્વાદ પણ જળવાઈ રહે તે માટે આ પ્રથા વિકસાવવામાં આવી છે. તે આજકાલ ઘણી પ્રચલિત છે. આમાં આહારને મુખ્ય પાંચ-છ વર્ગમાં વહેંચી નાખવામાં આવેલ છે. તે દરેક વર્ગમાં આવતી કોઈ પણ ચીજ એકને બદલે વાપરી શકાય છે.

### ● શારીરિક શ્રમ :

ડાયાબિટીસના દર્દી માટે શારીરિક શ્રમનું મહત્ત્વ ઘણું છે. તેને રોજિંદા કાર્યક્રમ તરીકે અપનાવવો જોઈએ. તેમાં તમને મનગમતી અને અનુકૂળ આવતી પ્રવૃત્તિ કરી શકો છો.

કસરતથી ગ્લુકોઝનું ઝડપથી દહન થાય છે. કેલરી વપરાવાથી વજન અંકુશમાં રહે છે, લોહીનું પરિભ્રમણ સુધરે છે, બ્લડપ્રેશરમાં ફાયદો થાય છે. કસરતથી શરીરના ઈન્સ્યુલિનની વપરાશમાં સુધારો થાય છે. તે ઈન્સ્યુલિનની માંગ ઘટાડે છે. તેનાથી વજન ઘટાડવામાં મદદ થાય છે. સામાન્ય વજનવાળાનો પણ કોષોનો ઈન્સ્યુલિન પ્રત્યે પ્રતિભાવ સુધરે છે. તેનાથી ઈન્સ્યુલિન રિસેપ્ટર સાઈટની સંખ્યામાં સુધારો થાય છે. કસરતથી કોલેસ્ટેરોલ ઘટે છે. વધુ પડતી ભૂખ લાગતી નથી. માનસિક તાણ અને દબાણ ઘટે છે. આમ કસરત અનેક રીતે ફાયદાકારક બને છે.

ડાયાબિટીસના દર્દીઓ એરોબિક કસરતો જેમ કે ચાલવું, જોગીંગ કરવું, સાઈકલ

ચલાવવી, તરવું વગેરે કરી શકે છે. તે નિયમિત કરવામાં આવે ત્યાં સુધી જ ઉપર જણાવેલ લાભો મળે છે. માટે તેને રોજિંદા આહારની માફક જ અપનાવી લેવી જોઈએ.

ચાલવાથી વગર તકલીફે અને વગર ખર્ચે કસરત મળે છે. તે ગમે ત્યાં ગમે ત્યારે થઈ શકે છે. કેટલીક નાની લાગતી ટેવો બદલીને ચાલવાનો લાભ મેળવી શકાય. દા.ત. ઘરમાં જોઈતી ચીજો બીજા પાસે માગવાને બદલે જાતે લઈ લેવી, ટૂંકા અંતર માટે વાહન નહીં વાપરતાં ચાલી નાખવું, લિફ્ટના ઉપયોગને બદલે ત્રણ ચાર દાદર ચડી શકાય તેટલા ચડી જવા વગેરે.

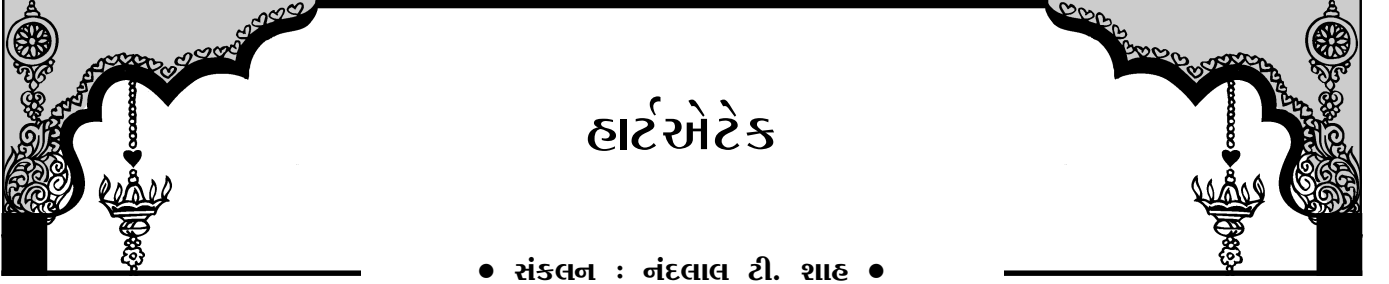
### ● દવાઓ :

જેમને ડાયાબિટીસ ટાઈપ-II થયો હોય તેમને જ મોઢેથી લેવાની દવાઓ અપાય છે. જુદી જુદી દવાઓ ઈન્સ્યુલિનના ઉત્પાદનમાં વધારો કરવામાં મદદ કરે છે. આહાર તેમજ કસરતના આયોજન છતાં ડાયાબિટીસ ઉપર અંકુશ ન આવે ત્યારે ડૉક્ટર આ પ્રકારની દવાઓ લખી આપે છે. આજે દવા લો પછી હંમેશાં લેવી જ પડશે તેવું નથી. વજન ઘટાડવાથી દવા બંધ થયાના અનેક દાખલા છે. ડાયાબિટીસ અંકુશમાં રહી શકે છે પણ મટતો નથી. બીજી તરફ ડાયાબિટીસ ટાઈપ-II ના દર્દીને દવા લેવા છતાં બ્લડ ગ્લુકોઝ ઊંચું રહે તો ઈન્સ્યુલિન લેવાની સલાહ આપવામાં આવે છે.

### ● ઈન્સ્યુલિન :

જેમને ઈન્સ્યુલિન લેવાની સલાહ આપવામાં આવે તેમણે વિશેષ જાણકારી મેળવવાની જરૂર રહે છે. ઈન્સ્યુલિનની જાત, તેનો ડોઝ અને તે લેવાનો સમય તમારા ડૉક્ટર જ નક્કી કરી શકે. માટે તેમના માર્ગદર્શનને અનુસરો. સારું લાગે તોપણ તેમની સલાહ વગર દવામાં ફેરફાર નહીં કરો.

મંગલ મંદિર, માર્ચ/એપ્રિલ-૧૯૯૪



## હાર્ટએટેક

● સંકલન : નંદલાલ ટી. શાહ ●

### ● હૃદય શું છે?

માનવીનું હૃદય એક મજબૂત સ્નાયુનું બનેલ છે. શરીરમાં લોહી ફરતું રાખવા ચોવીસ કલાકમાં તે એક લાખ વખત ધબકે છે. દરેક ધબકારે હૃદય પંપ કરીને આખા શરીરની ૧,૧૨,૦૦૦ કિલોમીટર લાંબી રક્તવાહિનીઓ દ્વારા લોહીને શરીરના દરેક અંગ અને કોષને પહોંચાડે છે. આવી કપરી કામગીરી છતાં થાક્યા વગર ૭૦-૮૦ વર્ષના જીવનના અંત સુધી અવિરત કામગીરી બજાવે છે. તે વ્યક્તિને જિવાડે છે માટે તેને જીવતું રાખવા તેની તંદુરસ્તીનું ધ્યાન રાખવું જરૂરી છે.

### ● આર્ટરીઓ શું છે?

શરીરના અવયવો અને કોષોને ઓક્સિજન તથા પોષક તત્ત્વો આપવા શુદ્ધ લોહી હૃદયમાંથી આર્ટરી (ધમની)ઓ મારફત જાય છે, અને ત્યાંથી કાર્બન ડાયોક્સાઈડ અને કચરો મેળવી વેઈન્સ (શિરાઓ) મારફત હૃદયમાં પાછું ફરે છે. શરીરના અન્ય કોઈપણ અંગની માફક હૃદય પર ઓક્સિજન અને પોષણ ઉપર નભે છે. આ માટે તેને લોહી મળવું જરૂરી છે. પણ જે લોહી હૃદયમાંથી પસાર થાય છે તેમાંથી જ હૃદયના સ્નાયુને ઓક્સિજન કે પોષણ મળતું નથી. તેને માટે અલગ વ્યવસ્થા છે. હૃદયના સ્નાયુને લોહીનો પુરવઠો તેની પોતાની રક્તવાહિનીઓ જે 'કોરોનરી-આર્ટરીઓ' તરીકે ઓળખાય છે, તેની મારફત મળે છે. હૃદયને તંદુરસ્ત રાખવા કોરોનરી આર્ટરીઓ તંદુરસ્ત રહે તે ખૂબ જરૂરી છે. રક્તવાહિનીઓ તંદુરસ્ત હોય ત્યારે સંપૂર્ણ સ્થિતિસ્થાપક મુલાયમ, અંદરથી સાવ ચોખ્ખી અને લીસી હોય છે. તે જ્યારે સ્થિતિસ્થાપકતા ગુમાવે છે અથવા બરડ,

કઠણ, જાડી કે નબળી બને છે ત્યારે ઈજાગ્રસ્ત બની કહેવાય છે. આવી માંદી રક્તવાહિનીઓ હૃદયને માંદું પાડી શકે છે.

### ● હાર્ટએટેક એટલે શું?

પોષણ આપતી રક્તવાહિની ચરબી જેવા પદાર્થો જામવાથી અંદરથી સાવ સાંકડી બની જાય છે. ક્યારેક તેમાં સંપૂર્ણ રૂકાવટ થવાથી અથવા સાંકડી આર્ટરીમાં ક્યારેક લોહીનો ગઢો (clot) અટકી જતાં હૃદયના તેટલા ભાગને લોહી મળવું બંધ થાય ત્યારે હૃદયનો તેટલો ભાગ ઓક્સિજન અને પોષણ વગર મૃત્યુ પામે છે. આને હાર્ટએટેક (હૃદયરોગનો હુમલો) કહે છે. આમ હૃદયના સ્નાયુને સ્થાયી ઈજા કહે છે.

### ● સમસ્યાનું મૂળ : એથેરોસ્કલેરોસિસ:

હાર્ટએટેકના મોટાભાગના કિસ્સાઓમાં એથેરોસ્કલેરોસિસ કારણભૂત જણાયેલ છે. ચરબી જેવા પદાર્થો જે મોટા ભાગે કોલેસ્ટેરોલના બનેલા હોય છે તે આર્ટરીઓની અંદરની દીવાલો ઉપર જામવાથી એથેરોસ્કલેરોસિસ થાય છે. આ ક્રિયા નાની વયથી શરૂ થાય છે અને ધીમે ધીમે આગળ વધે છે. જેમ જેમ ચરબી જમા થતી જાય છે તેમ તેમ આર્ટરી અંદરથી સાંકડી બનતી જાય છે. આ ક્રિયા કોઈપણ જાતનાં ચિત્તો વગર વર્ષો સુધી થતી રહે છે. આર્ટરી સાંકડી બનતાં હૃદયને મળતા લોહીના પુરવઠામાં ઘટાડો થાય છે. હૃદયને ઓક્સિજન ઓછો મળે છે ત્યારે એન્જાઈના થાય છે પણ આર્ટરી સંપૂર્ણ બંધ થતાં હાર્ટએટેક થઈ શકે છે.

### ● હાર્ટએટેકનાં કારણો :

હાર્ટએટેક થવાનાં મુખ્ય કારણભૂત

પરિબળો (Risk Factors) હાઈ બ્લડપ્રેશર, ધૂમ્રપાન, હાઈ કોલેસ્ટેરોલ અને ડાયાબિટીસ છે.

### ■ હાઈ બ્લડપ્રેશર :

હાઈ બ્લડપ્રેશરથી હૃદયને વધું કામ કરવું પડે છે. હાઈ બ્લડપ્રેશર રક્તવાહિનીઓને નુકસાન કર્યા જ કરે છે. તેથી તેની દીવાલો ઉપર ચરબી જામવાનું સરળ બની જાય છે. આ બધી અસરો હાર્ટએટેક લાવી શકે છે. તબીબી વિજ્ઞાન દવાઓ અને જીવન-પદ્ધતિમાં ફેરફારથી બ્લડપ્રેશરને સફળતાપૂર્વક કાબૂમાં રાખી શકે છે. માટે કોઈપણ તકલીફ ન જણાય છતાં ૪૦ વર્ષની ઉંમર વટાવ્યા પછી બ્લડપ્રેશર ચેક કરાવતા રહેવું જરૂરી છે.

### ■ ધૂમ્રપાન :

તમાકુમાં રહેલ નિકોટીન રક્તવાહિનીઓને બરડ બનાવે છે. તે રક્તવાહિનીનું સંકોચન કરે છે. તેથી બ્લડપ્રેશર ઊંચે જાય છે. ધૂમ્રપાનમાં રહેલો કાર્બન ડાયોક્સાઈડ લોહીમાં ભળે છે. તેટલા પ્રમાણમાં શરીરના કોષો તથા અવયવો ઓક્સિજન ઓછો મેળવે છે. ધૂમ્રપાનથી લોહી ગંઠાઈ જવાની શક્યતા વધે છે. હૃદયના ધબકારા અનિયમિત બને છે. ધૂમ્રપાનથી આર્ટરીઓમાં ચરબીના થર સહેલાઈથી જામે છે. આવું બધું થવાને કારણે હાર્ટએટેક થવાની સંભાવના વધે છે.

### ■ કોલેસ્ટેરોલ :

દરેક વ્યક્તિના જીવંત કોષોમાં કોલેસ્ટેરોલ હોય છે. તે અમુક માત્રામાં શરીરને ઉપયોગી છે. શરીર જરૂરી કોલેસ્ટેરોલ જાતે બનાવી લે છે. તે ઉપરાંત પ્રાણીજ આહાર જેમ કે ઘી-દૂધ માખણ-ચીઝ-ઈંડાં વગેરેમાંથી

અહિંસા એક વિજ્ઞાન છે. વિજ્ઞાનના શબ્દકોશમાં નિષ્કળતાને કોઈ સ્થાન નથી.

મળી આવે છે. વધુ પડતું કોલેસ્ટેરોલ નુકસાનકારક છે. લોહીમાં કોલેસ્ટેરોલનું પ્રમાણ વધુ હોય તો આર્ટરીઓની અંદરની દીવાલ પર ચરબી જમા થવાનું વલણ વધારે થાય છે. એથેરોસ્કલેરોસિસ થવા મુખ્યત્વે કોલેસ્ટેરોલને કારણભૂત ગણવામાં આવે છે. એથેરોસ્કલેરોસિસથી હાઈ બ્લડપ્રેશર થઈ શકે છે. આમ એકમેકની અસરો હાર્ટએટેક માટે તત્ત્વો ગોઠવે છે. પશ્ચિમના દેશો હાર્ટએટેક થતો અટકાવવા કોલેસ્ટેરોલ ઘટાડવા પર ખૂબ ભાર મૂકે છે. આહારમાં યોગ્ય ફેરફારથી આ શક્ય બને છે. તેનો સીધો લાભ એ થાય છે કે બ્લડ કોલેસ્ટેરોલના દર એક ટકાના ઘટાડા સામે હાર્ટએટેકનું જોખમ બે ટકા ઘટી શકે છે.

### ■ ડાયાબિટીસ :

ડાયાબિટીસથી રક્તવાહિનીઓને નુકસાન થાય છે. તેનાથી એથેરોસ્કલેરોસિસ વહેલો, ઝડપી અને ગંભીર સ્વરૂપે થઈ શકે છે. ડાયાબિટીસથી હાઈ બ્લડપ્રેશર થાય છે. આ બધી પ્રતિક્રિયાઓ હાર્ટએટેક માટે જોખમી પરિબલો છે. ડાયાબિટીસવાળા પુરુષોને કોરોનરી હાર્ટ ડિસીઝનું જોખમ બેગણું થઈ જાય છે. જ્યારે સ્ત્રીઓમાં ત્રણગણું બની જાય છે. યોગ્ય આહાર, કસરતો અને દવાઓ ડાયાબિટીસને અંકુશમાં રાખી શકે છે.

### ■ વધુ પડતું વજન :

જેમનું વજન સ્ટાન્ડર્ડ વજનના ૨૦% થી વધુ હોય તે મેદસ્વી (Over Weight) ગણાય છે. વજન જેમ વધારે તેમ શરીરના વધારાના હિસ્સાને લોહી પહોંચાડવા હૃદયે વધુ જહેમત ઉઠાવવી પડે છે. કોઈ વ્યક્તિ ૧૦-૨૦ કિલો જેટલું વજન લઈને ચાલે તો થોડી વારમાં થાકી જાય છે. જ્યારે હૃદય આવો બોજો વર્ષો સુધી ચોવીસે કલાક ઉઠાવીને ફરે તો તેની હાલતની કલ્પના કરો! અંતે બોજો હૃદય ઉપર આવે છે. તેથી મેદસ્વી લોકોની જિંદગી ટૂંકી ગણાય છે. વધુ પડતા વજનવાળાને ડાયાબિટીસ થવાની શક્યતા ચારગણી વધી જાય છે. તેવી જ રીતે આવા લોકોમાં ૪૦ ટકાને હાઈ બ્લડપ્રેશર જાણવા મળેલ છે. આદર્શ વજન રાખવા નિષ્ણાતની સલાહ મુજબ

આહાર અને કસરતનું આયોજન કરવું જરૂરી છે.

### ■ આહાર :

આહારમાં 'સેચ્યુરેટેડ ફેટ્સ' (સંતૃપ્ત ચરબી)નું વધુ પડતું પ્રમાણ એથેરોસ્કલેરોસિસને ઝડપી બનાવે છે. હાર્ટએટેક માટે તે ખતરારૂપ છે. સેચ્યુરેટેડ ફેટ્સનું ઊંચું પ્રમાણ ખાસ કરીને પ્રાણીજ બનાવટોમાં હોય છે. માટે તબીબી વિજ્ઞાન ઘી, દૂધ, માખણ, ઈંડાં-માંસ યોગ્ય પ્રમાણમાં લેવા સલાહ આપે છે. ઓછી ફેટવાળા દૂધ-દહીં વાપરવાથી હાનિકારક અસરમાંથી બચી શકાય છે. વળી કેટલાક લોકો અતિ આહાર કરતાં હોય છે. આ બંને પરિસ્થિતિ વજનમાં વધારો કરે છે. તંદુરસ્ત લાંબા જીવન માટે મિતાહાર અનિવાર્ય છે.

### ■ બેઠાડુ જીવન :

આજની જીવન-પદ્ધતિ શ્રમ વગરની બનતી ગઈ છે. પરિણામે પૂરતી કેલરીઓનું દહન થતું નથી. તેથી વજન વધે છે અને કોલેસ્ટેરોલ વધે છે. શ્રમ વગર સ્નાયુઓ શક્તિ (Strength) ગુમાવે છે. હૃદયના સ્નાયુને મજબૂત અને તંદુરસ્ત રાખવા શ્રમ જરૂરી છે.

### ■ મીઠાનો અતિરેક :

વધુ પડતા મીઠાના ઉપયોગથી લોહીમાં પાણીનો સંચય થાય છે. આમ લોહીનો જથ્થો (Volume) વધવાથી હૃદય ઉપર વધુ બોજ આવી પડે છે. તેનાથી બ્લડપ્રેશર વધી શકે છે. મીઠું વધુ ખાવાની નુકસાનકારક ટેવ આપણે જ પાડી છે. માટે તેને આપણે જ બદલી શકીએ.

### ■ માનસિક તનાવ :

આજે તનાવ અને દબાણ વગરના જીવનની કલ્પના અશક્ય છે. બધે સતત ઉશ્કેરાટ, દોડધામ, ઝડપ, ચિંતા જોવા મળે છે. જ્યારે તે હદ વટાવી જાય છે ત્યારે શારીરિક અને માનસિક રીતે નુકસાન કરે છે. પરિણામે કોરોનરી હાર્ટ ડિસીઝ થવાની શક્યતા વધી જાય છે. કસરત કરવાથી તનાવભર્યા પ્રસંગોએ શાંત રહી શકવાની ક્ષમતા આવે છે. ઉપરાંત યોગ અને અન્ય

ટેકનિક ઉપયોગી નીવડે છે.

### ■ ઉંમર :

હાર્ટએટેક ગમે ત્યારે આવી શકે છે પણ ઉંમર સાથે તેનો સંબંધ છે. ઉંમર જેમ વધુ તેમ હાર્ટએટેક થવાની શક્યતા વધુ. ૪૦ વર્ષની ઉંમર પછી ખાસ કરીને ચેતવા જેવું રહે છે.

### ■ પુરુષજાતિ :

સ્ત્રીઓ કરતાં પુરુષોમાં યુવાન વયે હાર્ટએટેકના મૃત્યુનો દર વધુ રહે છે. મધ્યમ વયે સ્ત્રીઓ કરતાં પુરુષોને ત્રણથી ચારગણો વધુ હૃદયરોગ થઈ શકે છે. પણ સ્ત્રીઓને રજોદર્શન બંધ થતાં હોર્મોનના ફેરફારના હિસાબે કુદરતી રક્ષણ ઘટી જતાં હાર્ટએટેકનો દર ઝડપથી વધી જાય છે. જોકે તે દર પુરુષ જેટલો કદી થતો નથી.

### ■ કૌટુંબિક વારસો :

કુટુંબમાં કોઈને હાર્ટએટેક આવ્યો હોય તો તે વારસામાં ઊતરી આવવા સંભવ છે. તેમાંય કોઈનું ૫૦ વર્ષની વય નીચે હૃદયરોગથી મૃત્યુ થયું હોય તો જોખમ વધી જાય છે.

ઉંમર, જાતિ તેમજ કૌટુંબિક વારસો આ ત્રણેય જોખમી પરિબલો એવાં છે જે આપણે કે ડોક્ટર બદલી શકતા નથી કે સુધારી શકતા નથી. તે સિવાયનાં કારણભૂત પરિબલો જીવનપ્રણાલી તેમજ ટેવો બદલી હાર્ટએટેકનું જોખમ ઘટાડી શકાય.

### ● હાર્ટએટેકનાં ચિહ્નો :

હાર્ટએટેકને કેવી રીતે ઓળખવો તે અગત્યનું છે. જો તમે હાર્ટએટેકની નિશાનીઓ અને અપચા વચ્ચે તફાવત પારખી ન શકતા હોય તો તે જાણવો રહ્યો.

દરેકને હાર્ટએટેકનો દુખાવો એકસરખો હોતો નથી. કેટલાકને આ દુખાવો અતિશય પ્રમાણમાં તો કેટલાકને હળવા પ્રમાણમાં થાય છે. કોઈને પણ હાર્ટએટેકનો વિચાર ગમતો નહીં હોવાથી હાર્ટએટેકની નિશાનીઓ દેખાય છતાં તેની શક્યતા સ્વીકારતા ખચકાટ થાય તે સ્વાભાવિક છે. પરિણામે નિર્ણય લેવામાં

મહેનતની કમાણી ન હોય તો સુખ-સમૃદ્ધિ ન આવે.

મોડું થવાથી મોટા ભાગના દર્દીઓ મૃત્યુ પામે છે.

જ્યારે પણ હાર્ટએટેક આવે ત્યારે એકએક પળ અગત્યની હોય છે. માટે રાહ જોયા સિવાય જલદીથી ડોક્ટરની મદદ મેળવો. ખાતરી કરી લો કે નીચેના સંકેતોની તેમને જાણકારી છે. કદાચ તે તમારી અથવા અન્યની જિંદગી બચાવવામાં મદદ કરે.

- ★ છાતીના મધ્યભાગમાં બેચેનીભર્યું દબાણ થાય ભારેપણું (Fullness) લાગે. નિયોવી નાખતું દર્દ થાય, છાતીના મધ્યભાગમાં દુખાવો થવો અને તે બે મિનિટથી વધુ સમય માટે રહે.
- ★ દુખાવો જડણું, ડોક, ગળું, ખભા અથવા હાથ સુધી પ્રસરવો.
- ★ સખત દુખાવો થવો, તમ્મર આવવાં, માથું ભમવું, પરસેવો વળવો, ઊબકા આવવા, શ્વાસ ટૂંકા થઈ જવા, સખત અપચા જેવું લાગવું.
- ★ બધાં લક્ષણો એકસાથે દેખાય / અનુભવાય તેવું ન પણ બને. વળી તીણી શૂળ ભોંકાતી હોય તેવું લાગે ત્યારે મોટાભાગે તે હાર્ટએટેકની નિશાની હોતી નથી.

ઉપર જણાવેલ ભાષાથી શરીર દર્શાવે છે કે હૃદયના લોહીના પુરવઠામાં ક્યાંક ગંભીરપણે વિક્ષેપ પડ્યો છે. હૃદયના તેટલા ભાગને ઓક્સિજન અને પોષણ નહીં મળતા તે નિર્જીવ બને છે. આને 'માયોકાર્ડિયલ ઇન્ફાર્ક્શન' કહે છે.

#### ● હાર્ટએટેકની સારવાર :

હાર્ટએટેક આવે ત્યારે દર્દીને સારવાર માટે હોસ્પિટલના ઇન્ટેન્સિવ કેર યુનિટમાં તરત દાખલ કરવો જોઈએ, જેથી ચોવીસે કલાક ખાસ સાધનો દ્વારા સારવાર મળી શકે તેમજ હૃદયની સ્થિતિનું સતત નિરીક્ષણ થઈ શકે. હાર્ટએટેકથી હૃદયના કેટલાક ભાગને કાયમી નુકસાન થવાની શક્યતા રહે છે. પણ

તાત્કાલિક સારવારથી આ ઘા રુઝાવા માંડે છે અને હૃદયના સ્નાયુને બચાવી શકાય છે. ક્યારેક રુઝાવાની પ્રક્રિયા દરમ્યાન ઈજા પામેલ ભાગની આજુબાજુની રક્તવાહિની બંધ થયેલ આર્ટરીની કામગીરી ઉપાડી લે છે. નવો રક્તપ્રવાહ પણ શરૂ થાય છે. આમ હૃદય પોતાની મેળે કુદરતી રીતે જ બંધ થયેલ આર્ટરીની ખોટ પૂરી કરવા પ્રયત્ન કરે છે અને વૈકલ્પિક પરિભ્રમણ (Collateral Circulation) કહે છે.

હૃદય ખૂબ મજબૂત અવયવ હોવાથી તેના સ્નાયુનો અમુક ભાગ નિર્જીવ બનવા છતાં તેની કામગીરી ચાલુ રહે છે. સારવાર દરમ્યાન ડોક્ટર ખાસ કાળજી લે છે કે રક્તવાહિનીમાં જ્યાં અવરોધ થયો હોય ત્યાં વિશેષ અવરોધ ન થાય. હૃદયના સ્નાયુઓ જે ભાગ કાર્યરત હોય તેનું તે વધુમાં વધુ રક્ષણ કરે છે તેમજ ઉપયોગ કરે છે. આધુનિક દવાઓ અને સાધનોથી આ બધું શક્ય બન્યું છે.

#### ● પૂર્વવત્ સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવી (Rehabilitation) :

હાર્ટએટેકના કારણે ઘણી વખત લોકોને નિરાશા ઉત્પન્ન થાય છે અને ચિંતા થાય છે કે તેમને શારીરિક શક્તિ ફરીવાર પ્રાપ્ત થશે કે નહીં? સામાજિક, ધંધાકીય કે સેક્સ બાબતમાં પહેલાંની માફક સક્રિય થઈ શકશે કે નહીં? સામાન્ય રીતે આ બાબત ચિંતાનું કોઈ કારણ નથી. ખૂબ ગંભીર હાર્ટએટેક આવ્યો ન હોય તેવા દરેક પ્રસંગોમાં વખતસરની અને યોગ્ય સારવારથી પોતે હાર્ટ એટેક આવ્યા પહેલાં જે કાર્યો સામાન્ય રીતે કરતા હતા તે કરી શકે છે.

દર્દીમાં અગાઉ જેવી સ્થિતિ લાવવા પુનરુત્થાનનું કામ દર્દીનું એકલાનું નથી. આખા કુટુંબે તેમાં પોતાનો હિસ્સો આપવો જોઈએ. બધાનો પ્રેમ, સાથ અને સહકાર મળી રહે તો સાજા થવાની ઝડપ વધી જાય છે. આ માટે હાર્ટએટેકની સારવારની જાણકારી

કુટુંબના બધા સભ્યોને હોવી જરૂરી છે. સાજા થવાની પ્રક્રિયામાં કેટલી અપેક્ષાઓ રાખી શકાય છે તે કુટુંબીજનોએ જાણવું જોઈએ. દર્દી જ્યારે એ જાણે છે કે હાર્ટએટેક પછી મોટાભાગના લોકો જીવન-પદ્ધતિ અને કેટલીક ટેવોમાં ફેરફાર કર્યા પછી કામ ઉપર ચડી ગયા છે ત્યારે તેમનો સાજા થવાનો દૃષ્ટિકોણ આશાવાદી બને છે.

હવે તો દર્દી કાર્ડિયાક રીહેબિલિટેશન સેન્ટરનો લાભ મેળવી શકે છે તેથી વૈજ્ઞાનિક પદ્ધતિથી નિષ્ણાતો દ્વારા અને તેમના નિરીક્ષણ નીચે વ્યાયામ પ્રોગ્રામ દ્વારા પૂર્વવત્ સ્થિતિની નજીક પહોંચી શકાય. સાજા થયા પછી મોટાભાગના લોકો કામ ઉપર ચડી જાય છે અને ખરેખર તેમ જ થવું જોઈએ. એ અગત્યનું છે કે લાંબા ગાળાની તંદુરસ્તી માટે દરેક દર્દીએ ડોક્ટર સાથે સંપર્ક ચાલુ રાખી સલાહસૂચના મેળવ્યે રાખવાં જોઈએ.

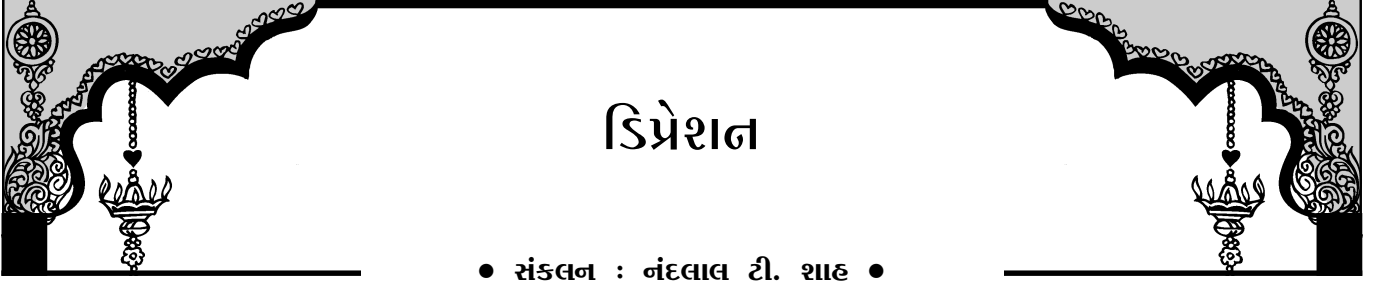
#### ● હાર્ટએટેક પહેલાંની સાવચેતી (Prevention) :

મોટાભાગના લોકો તેમને હાર્ટએટેક થવાનું જોખમ ઘટાડી શકે છે. શક્ય હોય તે કારણભૂત પરિબળો ઘટાડવાનું પોતાના હાથમાં છે. આમ કરી શકાય તો હાર્ટએટેકથી થતાં મૃત્યુમાં મોટો ઘટાડો કરી શકાશે.

એક વાત મગજમાં ઠસાવવાની જરૂર છે કે જ્યારે એક કરતાં વધારે કારણભૂત પરિબળ લાગુ પડતાં હોય ત્યારે જોખમનો સરવાળો નહીં પણ ગુણાકાર થતો હોય છે. દા.ત. હાઈ બ્લડપ્રેશરવાળાને કોલેસ્ટેરોલ પણ ઊંચું રહેતું હોય તો હૃદયરોગનું જોખમ છ ગણું વધી જાય છે. વધારામાં ધૂમ્રપાન ચાલુ હોય તો જોખમ વીસગણાથી પણ વધી જાય છે.

હાર્ટએટેક આવે તે પહેલાં અટકાવવો તે સમસ્યાને હલ કરવાનો ઉત્તમ ઉપાય છે. હૃદયને નુકસાન કરે તેવી ટેવો બદલવામાં ક્યારેય મોડું થતું નથી અને આ તમારા હાથની વાત છે.

મંગલ મંદિર, એપ્રિલ-૧૯૯૪



## ડિપ્રેશન

● સંકલન : નંદલાલ ટી. શાહ ●

ભૌતિક સુખ પાછળની ઘેલછામાં માનવી આજે આંતરિક સુખ ખોઈ બેઠો છે. ડિપ્રેશન એવું જ એક પરિણામ હોઈ શકે.

અમેરિકામાં એક કરોડ માણસો છ માસના ગાળામાં એક વખત ડિપ્રેશનનો ભોગ બને છે. તેમાં સિત્તેર ટકા સ્ત્રીઓ હોય છે. ડિપ્રેશનના કારણે ત્યાં વર્ષે ૩૦,૦૦૦ માણસો આપઘાત કરે છે. આપણે ત્યાં ડિપ્રેશનના કિસ્સા વ્યાપક પ્રમાણમાં જોવા મળે છે. ઉદાસીનતા અને દુઃખની લાગણી જન્મે તેવા પ્રસંગો જીવનમાં સામાન્ય રીતે બનતા હોય છે. તેનાથી આવતી ગમગીની મોટા ભાગે થોડો સમય ટકે છે. સમય જ તેની દવા હોય છે. સમય જતાં મન સ્વસ્થ થાય છે અને ગમગીની દૂર થાય છે. તેમ છતાં વ્યક્તિ માનસિક રીતે સ્વસ્થ બને છે પણ કેટલાક માણસો ઘણા દિવસ સુધી ગમગીનીમાંથી બહાર આવી શકતા નથી. આવી સ્થિતિને ડિપ્રેશન આવી ગયું છે એમ કહેવાય છે.

કુટુંબની એક વ્યક્તિ ડિપ્રેશનનો ભોગ થઈ પડે તેની કુટુંબે આર્થિક, સામાજિક તેમ જ ભાવાત્મક કિંમત ચૂકવવી પડે છે. આમ છતાં આ બીમારી વિશે સમાજમાં ઘણી ગેરસમજો પ્રવર્તતી જોવા મળે છે.

### ● ડિપ્રેશન કોને થાય છે?

ડિપ્રેશન ગમે તે ઉંમરે, ગરીબ, તવંગર યા સમાજની કોઈપણ વ્યક્તિને થઈ શકે છે.

❁ **વૃદ્ધો** : મોટી ઉંમરે શારીરિક તેમજ માનસિક શક્તિઓ ક્ષીણ થવાથી, શરીરમાં કોઈ ને કોઈ બીમારી આવવાથી, આવક ઘટવાથી, નિવૃત્તિ આવતાં પ્રવૃત્તિ ન રહેવાથી, મોભો યા સ્થાન ઘટવાથી, પ્રિયજનના મૃત્યુથી, એકલવાયાપણાથી ખાલીપો આવતાં, સામાજિક સંબંધો અને સંપર્કો તૂટવાથી ડિપ્રેશન આવી શકે છે.

❁ **મધ્ય વયનાઓ** : ખૂબ ઊંચાં અરમાનો, કૌટુંબિક જવાબદારીઓ સંતાનોના પ્રશ્નો ડિપ્રેશનમાં પરિણમે છે. બીજા કોઈપણ વયજૂથ કરતાં આ વયજૂથમાં ડિપ્રેશન વધુ આવી શકે છે.

❁ **યુવાનો** : કિશોરાવસ્થા પૂરી થતાં શરીરમાં ઝડપી ફેરફાર થાય છે. તેમનામાં સામાજિક તનાવોથી મનોભાવમાં મોટી ચઢઊતર આવે છે. તેવે વખતે આવી પડતી સમસ્યાઓનો ઉકેલ ન મળતાં ઘણી વખત હતાશા અનુભવે છે અને ક્યારેક આપઘાત કરવા પણ પ્રેરાય છે. તેમનામાં ઉશ્કેરાટ, આક્રમક વૃત્તિ, અપરાધ વૃત્તિ, ઘરેથી નાસી જવું - આવું ઘણું જોવા મળે છે.

❁ **બાળકો** : માતાપિતા તરફથી ઉપેક્ષા, અણગમો, ધિક્કાર, તરછોડવું તેમજ કુટુંબમાં વિસંવાદી વાતાવરણ ડિપ્રેશન થવા માટે અગત્યનું કારણ બની શકે છે. તેમનામાં અજંપો, બાળ ગુનેગારી, નિશાળની સમસ્યાઓ અથવા મનોદૈહિક ફરિયાદો બાબતમાં નજીકથી તપાસ કરવામાં આવે તો ડિપ્રેશનના મૂળમાં ડોકિયું કરી શકાય.

❁ **પરિણીતો** : પતિ-પત્ની વચ્ચે સુમેળ ન હોય અને હંમેશનો કંકાસ રહેતો હોય તો ડિપ્રેશનમાં પરિણમે એવું બની શકે.

❁ **સ્ત્રીઓ** : ૨૫થી ૪૪ની વચ્ચેના વયજૂથમાં ડિપ્રેશનનું પ્રમાણ વધુમાં વધુ જોવા મળે છે. તેમને ડિપ્રેશન થવાનાં કારણોમાં ઘરની જવાબદારી, બાળઉછેર, છૂટાછેડા કે વૈધવ્ય, સમાજમાં સ્ત્રીઓનું ઊતરતું સ્થાન, દહેજના પ્રશ્નો, સાસરીમાં ત્રાસ વગેરે હોય છે. પતિની ગેરહાજરી અથવા દીકરા-દીકરી ચાલ્યાં જાય ત્યારે માળો ખાલી પડવાથી એકલતા સતાવે છે. આવાં મનોસામાજિક કારણો ઉપરાંત હોર્મોનલ કામગીરી, એ અસર

કરનારું ઘટક છે. સ્ત્રીઓને માસિક સ્રાવ સાથે દબાયેલી લાગણીઓને સંબંધ છે. તેથી ઉશ્કેરાટ આવે છે, સ્વભાવ ચીડિયો બને છે. વર્તન, મનોવલણ તેમજ શરીરમાં ફેરફાર થાય છે.

❁ **પુરુષો** : પુરુષો પોતાની લાગણીઓને વ્યક્ત કરવાને બદલે દબાવી રાખી શકે છે. આ કારણે પણ તેઓ ધૂમ્રપાન, દારૂ અને વ્યસનો તરફ વળતા હોય છે. આ બધાં પરિબળો ડિપ્રેશન તરફ દોરી જાય છે.

### ● ડિપ્રેશન થવાનાં મુખ્ય કારણો :

વૈદ્યકીય સંશોધનોએ ડિપ્રેશનને સમજવામાં ઘણો મોટો ફાળો આપ્યો છે. આમ છતાં વૈજ્ઞાનિકો ડિપ્રેશનની બીમારીઓ લાવતાં ચોક્કસ કારણો હજી જાણી શક્યા નથી. આ બીમારી કોઈ એક જ કારણે આવતી હોય તેવું ન પણ બને. માટે વૈજ્ઞાનિકો બધા કોયડાઓ ભેગા કરી વિચારતા હોય છે. ડિપ્રેશન લાવનારાં મુખ્ય પરિબળો નીચે મુજબ જણાય છે.

❁ **વારસાગત વલણ** : ડિપ્રેશનના કેટલાક કિસ્સાઓમાં વારસાગત વલણ ભાગ ભજવે છે એવું વૈજ્ઞાનિકો હવે માનવા લાગ્યા છે. થોડા વખત પહેલાં જિનના નકશા દોરવાની ટેકનોલોજીએ જોડિયાં બાળકોમાં એકને ડિપ્રેશન હોય તો બીજાને પણ તે થાય તેવો ૭૦% સંભવ રહે છે તે વાતના પુરાવા આપ્યા છે.

❁ **જૈવરાસાયણિક કામગીરી** : સંશોધનો નિર્દેશ કરે છે કે ડિપ્રેશનથી પીડાતી વ્યક્તિના મગજમાં ન્યુરોટ્રાન્સમિટરનું અસંતુલન હોય છે. મગજના કોષો ન્યુરોટ્રાન્સમિટરનું અસંતુલન આપણા વિચારો અને લાગણીઓ ઉપર અવળી અસર કરે છે. પરિણામે વ્યક્તિની વિચારશક્તિ નબળી પડે છે, વધુ પડતી નિરાશાવાદી બને છે. તેઓ આવા

જો તમે સપનાને અનુસરો તો તે તમને તમારા લક્ષ્યાંક સુધી અવશ્ય પહોંચાડે છે.

માનસથી જીવનની ઊજળી બાજુઓ જોઈ શકતી નથી તેમજ પોતાનામાં રહેલી શક્તિઓ પિછાની શકતી નથી. આ ઉપરાંત હાયપરથાયરોઈડીઝ જેવી કેટલીક બીમારીઓ તેમજ સ્ટિરોઈડ જેવી કેટલીક દવાઓ, હાઈ બ્લડપ્રેશરની અમુક દવાઓ, ડિપ્રેશન લાવી શકે છે.

❁ **વ્યક્તિત્વની ખામી :** કેટલાકનું વ્યક્તિત્વ સામાન્ય નથી હોતું. જેઓ પોતાના દોષો, પોતાની લાગણીઓ દબાવી રાખતા (passive) હોય અથવા બીજા ઉપર વધુ પડતો આધાર રાખતા (dependent) હોય તેઓ સહેલાઈથી ડિપ્રેશનનો ભોગ બને છે. વ્યક્તિત્વમાં ખામી હોવાનું એક કારણ તેમનું જન્મજાત નબળું બંધારણ હોવાનું મનાય છે, તો કેટલાકનું બંધારણ બાળપણમાં કૌટુંબિક વાતાવરણ અનુકૂળ ન હોય તો નબળું ઘડાય છે. સાત વર્ષની ઉંમર સુધી બાળકના મગજની કોરી કેસેટ ઉપર ક્ષણે ક્ષણે જે અનુભવો, સંસ્કારો ઝિલાય છે તેની કાયમી અસર અંકિત થતી હોય છે. આ ઉંમરે બાળક અને માતાપિતા વચ્ચેના સંબંધો અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. પ્રેમ, હૂંફ, ટેકો મળવાને બદલે ધિક્કાર, ઉપેક્ષા વગેરે મળવાથી બાળકનું વ્યક્તિત્વ નબળું ઘડાય છે. પરિણામે તેની વિચારસરણી પૂર્વગ્રહયુક્ત બને છે. આવાં બાળકો આગળ ઉપર જીવનમાં બીજા સાથે સહેલાઈથી સુમેળ સાધી શકતાં નથી. તેમનો દષ્ટિકોણ નકારાત્મક બને છે. તેઓ વાસ્તવિકતા જલદી સ્વીકારી શકતાં નથી અને નાની નાની વાતમાં નિરાશ થઈ જાય છે.

આવું વ્યક્તિત્વ બદલવા વ્યક્તિએ સમજપૂર્વક જાતે પ્રયત્ન કરવો પડે છે. પોતાના મગજની કેસેટમાં નાનપણમાં અંકિત થયેલો પ્રોગ્રામ ભૂંસી તેની જગ્યાએ નવો દાખલ કરી શકાય છે. કુટુંબીજનો મિત્રો સારું વાચન, ધાર્મિક વ્યક્તિઓ સહજ રીતે આવી તક પૂરી પાડતા હોય છે.

❁ **વાતાવરણના (બાહ્ય) સ્ટ્રેસ :** આજનો માનવી સામાજિક, આર્થિક કે અન્ય સ્ટ્રેસના બોજ નીચે આવા સ્ટ્રેસ સાથે કામ પાર પાડી શકતું નથી, સમસ્યાનો ઉકેલ લાવી શકતું નથી. સમાધાન સાધી શકતું નથી કે સ્ટ્રેસને જીતી શકતું નથી ત્યારે ડિપ્રેશન આવે છે.

લગ્નજીવનમાં વિખવાદ, છૂટાછેડા, જીવનસાથીનું મૃત્યુ, સેક્સ વિશેની સમસ્યાઓ, આર્થિક ભીંસ, સ્પર્ધાઓ, મોંઘવારી, બેકારી, નિવૃત્તિ, વૃદ્ધોના સન્માનમાં ઘટાડો, ઈન્કમેટેક્સ, સ્કૂલ એડમિશન, અવાજનું પ્રદૂષણ, તકરાર, કોમી તોફાનો, છેતરપિંડી, કાર્યોમાં અનુભવાતી ઢીલ (delays), દલીલબાજીઓ, કામ પૂરું કરવાની સમયમર્યાદા (dead lines), કામ પતાવવા ખાવા પડતા ધક્કા, લાંચ, અપ્રામાણિકતા, પરપીડનવૃત્તિઓનો ભોગ - આ અને આવા સંખ્યાબંધ સ્ટ્રેસથી માનવી અશાંત બને છે, તેની લાગણીઓ ઘવાય છે અને તેની માનસિક સમતુલા ખોરવાય છે. અંતે તે હારી જાય છે. આ બધું ડિપ્રેશન લાવવા ભાગ ભજવે છે. જે લોકોમાં આ રોગ થવાના ઘટકો પહેલેથી પડેલા હોય છે તેઓ વાતાવરણના સ્ટ્રેસથી ડિપ્રેશનનો સહેલાઈથી ભોગ બને છે.

#### ● ડિપ્રેશનનાં લક્ષણો :

ડિપ્રેશનથી વ્યક્તિના વિચારો, લાગણીઓ, મનોભાવ અને વર્તણૂક ઉપર અસર થાય છે. તે નીચેનાં લક્ષણો દ્વારા વ્યક્ત થાય છે. ડિપ્રેશન કેટલાંકને સમયાંતરે ફરી વાર થતું જોવા મળે છે.

#### ❁ માનસિક વલણો :

- ★ દૈનિક કાર્યોમાંથી રસ ઊડી જવો, લોકોથી વિમુખ બનવું.
- ★ એક જગ્યાએ સૂનમૂન બેસી રહેવું, કોઈ સાથે બોલવું નહીં.
- ★ પોતાની જવાબદારીઓ અને પોતાના બાહ્ય દેખાવ પ્રત્યે બેદરકાર બનવું.
- ★ નિર્ણયશક્તિનો અભાવ, યાદશક્તિ નબળી પડવી, ધ્યાન કેન્દ્રિત ન થઈ શકવું, મગજ ધીમું ચાલવું તેમજ વિચાર-શક્તિમાં ગરબડ થવી.
- ★ પ્રસન્નતા ખોઈ બેસવી, કોઈપણ બાબતમાં આનંદ માણી શકવો નહીં. અગાઉ જેમાં આનંદ આવતો, તેમાં હવે આવતો નથી. કોઈપણ સારા સમાચાર કે બનાવથી આનંદ ન થવો.
- ★ સેક્સ બાબત રસ ઘટવો.
- ★ બધા વચ્ચે રહેવા છતાં એકલતા અનુભવવી.

- ★ કુટુંબ, સગા, મિત્રો પ્રત્યે ઉષ્મા ઘટવી, લાગણીશૂન્ય બનવું.
- ★ નિરાશાવાદી બનવું. પોતે પોતાનું મૂલ્યાંકન ઓછું આંકવું. પોતે કાંઈ કરી શકતો નથી, પોતાનામાં કોઈ આવડત નથી કે પોતે ગુનો કર્યો હોય તેવી લાગણી થવી.
- ★ આપઘાતના વિચારો આવવા. આના કરતાં મૃત્યુ વધારે સારું એમ લાગવું. આપઘાતનો પ્રયાસ કરવો.
- ★ વાસ્તવિકતાનો અભાવ, કાલ્પનિક ભય ઊભો કરવો. નાની વાતને મોટું સ્વરૂપ આપવું. જાણે આભ તૂટી પડ્યું હોય તેવી હતાશાં - નિરાશા વ્યાપે.

#### ■ શારીરિક લક્ષણો :

- ★ અનિદ્રા, વહેલા ઊઠી જવું, વધુ પડતું ઊંઘવું.
  - ★ સતત થાકનો અનુભવ થવો, અશક્તિ લાગવી. સામાન્ય કામ પણ ન થઈ શકવું.
  - ★ ભૂખ અથવા વજનમાં ફેરફાર વધવા કે ઘટવા.
  - ★ શારીરિક રોગ ન હોય છતાં માથામાં, વાંસામાં કે પેટમાં દુખાવાની ફરિયાદ કરવી.
  - ★ પાચનતંત્રમાં ગરબડ થવી, ઊબકા, અપચો, મળત્યાગની ટેવો બદલવી.
- ઉપરનાં લક્ષણો પૈકી ચાર લક્ષણો કોઈને બે અઠવાડિયાથી વધુ રહે અથવા તેની અસરથી દૈનિક જીવનની કામગીરીમાં વિક્ષેપ પડે તો ડિપ્રેશન થયેલ છે તેમ માની શકાય. પણ ઘણા આ રોગને ઓળખવામાં ભૂલ કરે છે તેથી ઉપચાર કરવાનું ચૂકી જવાય છે અથવા ઢીલમાં પડે છે.

#### ● ડિપ્રેશનના પ્રકાર :

ડિપ્રેશન ઘણા પ્રકારે થાય છે. તેને નિષ્ણાતો જુદા જુદા નામે ઓળખે છે પણ તેનું વર્ગીકરણ તેની ઉગ્રતા મુજબ કરે છે.

❁ **દળવું ડિપ્રેશન :** મોટાભાગના લોકોને રોજિંદા જીવનમાં કોઈ ને કોઈ કારણસર હતાશા આવી જાય છે. તે ઘણુંખરું ટૂંકા ગાળાની હોય છે. તેનાથી કામગીરીમાં બહુ

રૂપિયાને બધાથી ઉત્તમ માનવા, એ બુદ્ધિભ્રષ્ટ થવાનું લક્ષણ છે.



ગંભીર અસર પડતી નથી. સંજોગો બદલાતાં અથવા સમય જતાં મૂડ ફરી ઊંચકાય છે અને સ્વસ્થ બની જવાય છે. આમાં સામાન્ય રીતે કોઈ દવાની જરૂર પડતી નથી. મનોચિકિત્સાનો ઉપાય કરવામાં આવે તો સ્વસ્થતા ઝડપથી આવે છે.

❁ **મધ્યમ ડિપ્રેશન :** પ્રિયજનનું મૃત્યુ, ધંધામાં મોટી ખોટ જેવા મોટા દુઃખી બનાવ મન પર આઘાત અને ઘેરી અસર પહોંચાડે છે. વ્યક્તિ પોતાને અસહાય માને છે. તેને થાય છે કે મૃત્યુ એ જ ઉપાય છે.

❁ **ઉગ્ર ડિપ્રેશન :** વ્યક્તિનો બહારની દુનિયામાંથી રસ ઊડી જાય છે. આંતરિક સંતુલન ખોરવાય છે. વર્તનમાં કેટલાક ગંભીર અને લાંબાગાળાના ફેરફાર સર્જાય છે. તેમ ભ્રમ પણ થાય છે. આને મેનિક ડિપ્રેસિવ બીમારી કહે છે.

#### ● દર્દનું મૂલ્યાંકન :

યોગ્ય તેમજ ઝડપી ચિકિત્સા માટે દર્દનું મૂલ્યાંકન કરવું ખૂબ જરૂરી હોય છે. નિષ્ણાતો દર્દનો પૂરો ઇતિહાસ જાણવા ઉપરાંત દર્દીના વિચારમાં અને મનોભાવમાં સુમેળ અને સંતુલન તપાસે છે. તે દર્દીની વિચારપ્રક્રિયા, વર્તણૂક અને નાનાંમોટાં લક્ષણોનો મેળ બેસાડે છે.

#### ● ચિકિત્સા :

બધી માનસિક બીમારીઓમાં ડિપ્રેસિવ રોગની ચિકિત્સા સારો પ્રતિભાવ આપે છે. વૈજ્ઞાનિકોએ આ રોગની ચિકિત્સા માટે અનેક પદ્ધતિઓ વિકસાવી છે. ચિકિત્સા મૂળ ત્રણ પ્રકારે કરવામાં આવે છે. કઈ પદ્ધતિ અપનાવવી અને એકસાથે બીજી પદ્ધતિનું સંયોજન કરવું કે કેમ તે નિષ્ણાત જ નક્કી કરી શકે છે.

❁ **દવાઓ :** છેલ્લાં વર્ષોમાં ડિપ્રેશન મટાડનારી અસંખ્ય દવાઓ શોધાઈ છે. તે મગજમાં કેટલાંક રસાયણોની ઊણપ અથવા અસમતોલપણું સુધારે છે. કેટલીક દવાઓ ભય, ચિંતામાં રાહત આપે છે, તો કેટલીક દવાઓ મગજને તનાવમાં રાહત આપનારી હોય છે. દવાઓ ઘટાડવા, બંધ કરવા કે વધુ સમય ચાલુ રાખવા નિષ્ણાતની સલાહ લેવી હિતાવહ છે. ક્યારેક દવાઓની આડઅસર

હોય છે તેમ લાગે ત્યારે ડોક્ટરનું ધ્યાન દોરવું જોઈએ.

❁ **મનોચિકિત્સા :** તેમાં ઘણી પદ્ધતિઓ શોધવામાં આવી છે. નિષ્ણાત અને દર્દી વચ્ચે તેમાં મનોભાવ અને વર્તનની સમસ્યાઓ અંગે વિચારોની આપલે થાય છે. પછી દર્દીના વિચારો, લાગણીઓ, આવેગો અને વ્યક્તિત્વ બદલવા તેનામાં સૂઝ જગાડવામાં આવે છે. આ એક આત્મવિશ્લેષણ અને શિક્ષણ પ્રક્રિયા છે. તેમાં દર્દીને ખબર પડે છે કે ડિપ્રેશન શાથી થાય છે અને તેને અટકાવવા અથવા મટાડવા શું શું કરવું જોઈએ.

❁ **ઇલેક્ટ્રિક શોક પદ્ધતિ :** જ્યારે દવાઓ અને મનોચિકિત્સા કારગત નીવડતાં નથી ત્યારે આ પદ્ધતિ અજમાવવામાં આવે છે. તેનાં પરિણામો પણ ખૂબ અસરકારક માલૂમ પડ્યાં છે.

❁ **આપણી ફરજ :** ડિપ્રેશન એક એવી બીમારી છે કે દર્દી જાતે મોટા ભાગે તેમાંથી બહાર આવી શકતો નથી. તેને આપણા ટેકાની જરૂર હોય છે. આપણે એ વાત સ્વીકારવી જોઈએ કે તે દર્દી છે. તે ઢોંગ કરતો નથી પણ માનસિક રોગથી ખરેખર પીડાય છે. માટે તેની સાથે મૃદુતાથી વર્તાવ કરો. તેની ટીકા નહીં કરો કે તેને ઉતારી નહીં પાડો. તેને પ્રેમ, હૂંફ, સમજણની જરૂર હોય છે. તે પૂરા પાડવામાં ધીરજ ગુમાવશો નહીં. તેની સાથે એવું નહીં કરો કે તેની નબળી પ્રતિભા વધુ નબળી પડે. તેને એકલો પડવા ન દો. તેને કોઈ બોલાવે નહીં તો પણ રોગ વધે છે. માટે તેને વાતચીત અને પ્રવૃત્તિઓમાં રોકી રાખો. તેની જીવ સામે પ્રેમના શસ્ત્રનો ઉપયોગ કરો. તેની સાથે નાના બાળકની માફક કામ લો. તેના વર્તનથી માહું ન લગાડો.

#### ● માનસિક તંદુરસ્તીના ઉપાયો :

માનસિક રોગોથી બચવા દરેકે તંદુરસ્ત જીવનપ્રણાલી અપનાવવી જોઈએ. તન અને મનની તંદુરસ્તીનો આધાર એકબીજા ઉપર રહેલો છે. માટે પૌષ્ટિક આહાર, વ્યાયામ અને ઊંઘ નિયમિત અને પૂરતા પ્રમાણમાં લેવો જોઈએ. તમાકુ, દારૂ જેવાં વ્યસનોથી દૂર રહી કુદરતી જીવન જીવવું જોઈએ. તંદુરસ્તી ક્યાંય વેચાતી મળતી નથી. સાદું જીવન અને ઉચ્ચ વિચારો તેનો મહામંત્ર છે.

મનને કોઈપણ મનગમતી સારી પ્રવૃત્તિમાં રોકાયેલું રાખો. સામાન્ય રીતે નબળું મન નવરું પડે ત્યારે સારા વિચારો કરી શકતું નથી.

રમતગમતમાં રસ લેવો, સારું વાચન કરવું - આ બધું મનની તંદુરસ્તી માટે જરૂરી છે.

વાતને મનમાં ભંડારી ન રાખો. કહેવાય નહીં અને સહેવાય નહીં તેવી પરિસ્થિતિ નુકસાન કરે છે. બીજા પાસે લાગણીઓ વ્યક્ત કરવાથી ઉકેલ મળી શકે છે. ક્યારે ઉકેલ ન મળે તોપણ મનની વરાળ નીકળી જતાં મન હળવું થાય છે. માટે વાત કરવા ઠેકાણું રાખો.

વધુ પડતી ઈચ્છાઓ ઉપર કાબૂ રાખો. તે ઘણાં દુઃખનું મૂળ છે.

એકસાથે વધુ સ્ટ્રેસ ભેગા થતાં ટાળો. એક સમયે એક સ્ટ્રેસને સહેલાઈથી પહોંચી વળી શકાય છે.

જિંદી વલણ છોડો. તેથી મડાગાંઠ પડતી નથી.

બીજા પણ સાચા હોઈ શકે તે દષ્ટિકોણ અપનાવો. આ અનેકાંત દષ્ટિકોણ કહેવાય છે.

પ્રશ્નો ઉકેલવા આત્મવિશ્વાસથી પ્રયત્ન કરો. તેનાથી દૂર નહીં ભાગો.

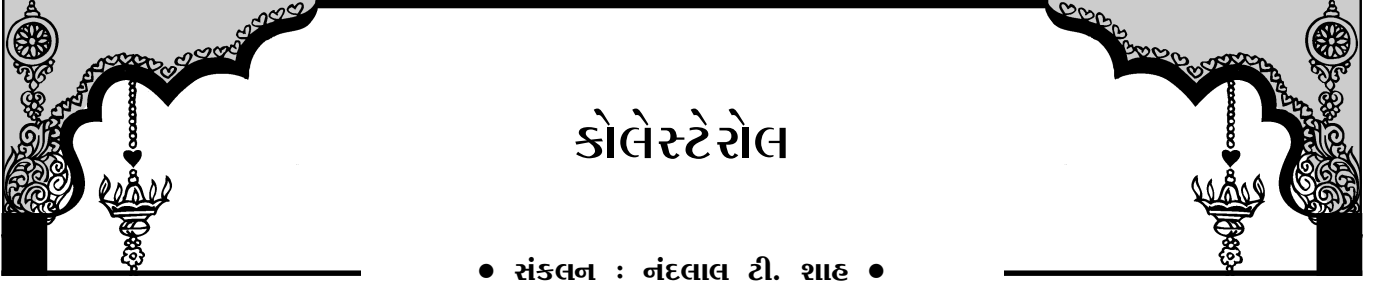
સ્વભાવ આનંદી બનાવો. હાસ્યથી મગજમાં એન્ડોર્ફિન્સનું ઉત્પાદન વધે છે. તે મનને આરામ આપી શાંત કરે છે. મન શાંત થતાં ન્યુરોટ્રાન્સમિટરમાં અસંતુલન ઉપર કાબૂ આવે છે. આમ હાસ્ય ડિપ્રેશનની દવા ગણાય છે.

શવાસન અને ધ્યાન નિયમિત કરો. તનાવમુક્તિ માટે તે પહેલી હરોળની ચિકિત્સા છે. ધ્યાન કરવાથી મગજમાં આલ્ફા તરંગો ઉત્પન્ન થાય છે. તેનાથી ગ્રંથિઓના સ્ત્રાવો સામાન્ય બનતા આપણી વૃત્તિઓ, આવેગો, લાગણીઓ અને મનોભાવ સામાન્ય બને છે. આમ આપણું માનસિક આરોગ્ય સુદૃઢ બને છે.

માનસિક બીમારીને શારીરિક બીમારી કરતા સહેજ પણ ઓછું મહત્ત્વ આપશો નહીં. માનસિક બીમારીમાં પણ આધુનિક સારવાર પદ્ધતિ ખૂબ સફળ પુરવાર થઈ છે. દોરા-ધાગાથી તે મટી શકે એવી માન્યતા ભૂલભરેલી છે.

મંગલ મંદિર, ફેબ્રુઆરી-૧૯૯૫

દુનિયા ધારે એના કરતાં પ્રાર્થનાથી ઘણું વધારે સિદ્ધ થાય છે.



## કોલેસ્ટેરોલ

● સંકલન : નંદલાલ ટી. શાહ ●

કોલેસ્ટેરોલ પ્રત્યે જગતનું ધ્યાન તાજેતરમાં વધુ ખેંચાયું છે, કારણ કે હૃદયરોગથી થતાં મૃત્યુનું જોખમ માનવસર્જિત કારણોથી વધી ગયેલ છે. હૃદયરોગ થવા માટેનાં મુખ્ય પરિબળોમાં એક લોહીમાં કોલેસ્ટેરોલનું ઊંચું પ્રમાણ છે. સદનસીબે તેને નીચું લાવવાથી હૃદયરોગ થવાની શક્યતા ઘટાડી શકાય છે.

### ● કોલેસ્ટેરોલ શું છે?

કોલેસ્ટેરોલ ચરબી જેવો પોચો પદાર્થ છે જે શરીરના દરેક કોષમાં હોય છે. કોષોની દીવાલો, અમુક હોર્મોન તથા બીજા ટિસ્યુ બનાવવામાં અને વિટામિન 'ડી' બનાવવામાં તેની જરૂર પડે છે. તે મગજ અને જ્ઞાનતંત્રમાં ઈન્સ્યુલેશનનું કામ કરે છે.

કોલેસ્ટેરોલ પાણીમાં ઓગળી શકતું નથી. માટે તેને લાયપોપ્રોટીનના નામે ઓળખાતા ચરબી અને પ્રોટીનના બનેલા પરમાણુઓ લોહીના પ્રવાહમાં લઈ જાય છે. કોલેસ્ટેરોલ આપણને બે જગ્યાએથી પ્રાપ્ત થાય છે. શરીરની જરૂરિયાત પૂરતું લિવર પોતે બનાવી લે છે. તે સિવાય આહારમાંથી મળે છે. આ બંને ભેગાં મળી આપણા લોહીના કોલેસ્ટેરોલનું પ્રમાણ બને છે. કોલેસ્ટેરોલનું આ પ્રમાણ જો ઊંચું હોય તો તે હૃદયરોગ અથવા સ્ટ્રોક થવા માટે મોટું જોખમી પરિબળ ગણાય છે.

જે કોલેસ્ટેરોલની તમને લેવાદેવા છે તે આહારમાં લેવાતું કોલેસ્ટેરોલ છે. તે પ્રાણીજન્ય પદાર્થોમાંથી મળે છે. જેમ કે માંસ, મચ્છી, ઈંડાં, દૂધ, ઘી, માખણ, ચીઝ વગેરે. તે વનસ્પતિ આહારમાં ભાગ્યે જ જોવા મળે છે. તે ઉપરાંત કોલેસ્ટેરોલ ઊંચે જવામાં આપણા

આહારમાં રહેલી ચરબીઓ અને ખાસ કરીને ખાદ્ય તેલોનો વધુ પડતો વપરાશ છે.

### ● લાયપોપ્રોટીન્સ શું છે?

લોહીના પ્રવાહમાં કોલેસ્ટેરોલ અને બીજા ચરબીઓનું વહન લાયપોપ્રોટીન્સ કરે છે. વૈજ્ઞાનિકોએ એ શોધી કાઢ્યું છે કે લાયપોપ્રોટીન્સની કેટલીક જાતો છે. તેમાં મુખ્ય ત્રણ છે.

### ❖ LDL (લો ડેન્સિટી લાયપોપ્રોટીન્સ) કોલેસ્ટેરોલ :

LDL - કોલેસ્ટેરોલનો કેટલોક ઉપયોગ લિવર કરે છે, થોડો ઉપયોગ કોષોની દીવાલો બનાવવામાં થાય છે અને બાકી રહે તે લોહીના પ્રવાહમાં ફરતું રહે છે. જો તેનું પ્રમાણ વધુ હોય તો હૃદયને લોહી પૂરું પાડતી કોરોનરી આર્ટરીઓની દીવાલો ઉપર ચોંટે છે. ધીમે ધીમે આર્ટરી સાંકડી અને કડક બને છે જે હાર્ટએટેક માટે અગત્યનું પરિબળ છે. આને એથેરોસ્કલેરોસિસ કહે છે. LDL - કોલેસ્ટેરોલ શરીરના કોષોને કોલેસ્ટેરોલ સંગ્રહ કરવા આપે છે. લોહીમાં LDL કોલેસ્ટેરોલનું પ્રમાણ વધારે હોય તો તે હાર્ટએટેકના વધુ જોખમની નિશાની ગણાય છે. માટે તે 'ખરાબ' કોલેસ્ટેરોલ કહેવાય છે.

### ❖ HDL (હાઈડેન્સિટી લાયપોપ્રોટીન્સ) કોલેસ્ટેરોલ :

તે મોટાભાગે લિવરમાં ઉત્પન્ન થાય છે. કુલ કોલેસ્ટેરોલના ૩૩% જેટલો હિસ્સો HDL - કોલેસ્ટેરોલ વહન કરે છે. સંશોધકોએ શોધી કાઢ્યું છે કે HDL કોલેસ્ટેરોલ આર્ટરીઓમાંથી કોલેસ્ટેરોલને દૂર કરી લિવરમાં લઈ જાય છે. લિવર કોલેસ્ટેરોલને ફિલ્ટર કરીને તેનો નિકાલ

કરે છે. આમ લોહીના પ્રવાહમાંથી કોલેસ્ટેરોલ ઓછું થવાથી એથેરોસ્કલેરોસિસની ક્રિયા ધીમી પડે છે અને હૃદયરોગના જોખમની શક્યતા ઘટે છે. તે હાર્ટએટેક સામે રક્ષણ આપે છે. માટે તેનું પ્રમાણ જેમ વધારે તેમ સારું ગણાય છે. તેથી તે 'સારું' કોલેસ્ટેરોલ કહેવાય છે.

### ❖ VLDL (વેરી લો ડેન્સિટી લાયપોપ્રોટીન્સ) કોલેસ્ટેરોલ :

ડાયાબિટીસના દર્દીઓને આ વધારે અગત્યનું છે. કારણ કે ડાયાબિટીસનું ઓછું નિયંત્રણ VLDL - કોલેસ્ટેરોલ અને ટ્રાયગ્લીસેરાઈડ્ઝ (ચરબીઓ) વધારી શકે છે. તમારું કુલ કોલેસ્ટેરોલ મુખ્યત્વે આ બધાં ભેગાં મળીને બને છે. જેમનું કુલ કોલેસ્ટેરોલ ઊંચું તેમનું LDL કોલેસ્ટેરોલ પણ મોટાભાગે ઊંચું હોય છે.

### ● આહારની ચરબીઓ (સેચ્યુરેટેડ અને અનસેચ્યુરેટેડ ફેટ્સ) :

આહારમાંથી મળતી ચરબી મુખ્ય બે પ્રકારની છે : (૧) સેચ્યુરેટેડ ફેટ્સ અને (૨) અનસેચ્યુરેટેડ ફેટ્સ. સેચ્યુરેટેડ ફેટ્સ ખાસ કરીને પ્રાણીજ આહારમાં હોય છે. તે વધુ નુકસાનકારક છે કારણ કે તે એથેરોસ્કલેરોસિસ થવા માટે ખાસ જવાબદાર છે. અનસેચ્યુરેટેડ ફેટ્સ વનસ્પતિ આહારમાંથી મળે છે. તે ઓછી હાનિકારક છે પણ જ્યારે તેનો હદ બહાર ઉપયોગ થાય છે ત્યારે તે વધુ હાનિકારક બને છે. તેમાં પણ બે જાત છે : મોનોઅનસેચ્યુરેટેડ ફેટ્સ અને પોલિઅનસેચ્યુરેટેડ ફેટ્સ. આ બંને કોલેસ્ટેરોલ માટે લાભદાયી ગણાય છે.

❖ સેચ્યુરેટેડ ફેટ્સ : તે માંસ, દૂધની બનાવટોમાં વધુ પ્રમાણમાં હોય છે. આહારમાં સેચ્યુરેટેડ ફેટ્સનું વધુ પ્રમાણ કોલેસ્ટેરોલને

માણસ જિંદગી વધારવા માગે છે, પણ સુધારવા માગતો નથી.

ઊંચે લઈ જાય છે.

❖ **પોલિઅનસેચ્યુરેટેડ ફેટ્સ :** તે સૂર્યમુખી, કપાસિયા, મકાઈ, કરડી, સોયાબીનનાં તેલોમાં વધુ હોય છે.

❖ **મોનોઅનસેચ્યુરેટેડ ફેટ્સ :** તે ઓલિવ ઓઈલ, મગફળી અને રાઈના તેલમાં વિશેષ હોય છે.

● **લોહીમાં ઊંચા કોલેસ્ટેરોલની હાનિકારક અસરો :**

લોહીમાં ફરતા કોલેસ્ટેરોલનું પ્રમાણ જો ઊંચું રહે તો તે આર્ટરીઓની દીવાલો ઉપર બીજી ચરબીઓની સાથે ચોટવાનું વલણ ધરાવે છે. ઉપરાઉપરી પડ જામવાથી આર્ટરી કઠણ, જાડી અને સાંકડી થાય છે. આ એથેરોસ્કલેરોસિસની પ્રક્રિયાથી લોહીનો પ્રવાહ રૂંધાય છે. તેથી હૃદય ઓક્સિજન તેમજ પૌષ્ટિક તત્ત્વોની અછત અનુભવતાં હૃદયરોગ થાય છે.

લોહીમાં ઊંચા કોલેસ્ટેરોલથી હૃદયરોગની સમસ્યા ઊભી થાય છે. જ્યારે વ્યક્તિને બે અથવા વધુ જોખમી પરિબળો લાગુ પડતાં હોય ત્યારે હૃદયરોગના જોખમનો સરવાળો નહીં પણ ગુણાકાર થતો હોય છે. દા.ત. તમારું કોલેસ્ટેરોલ ૨૪૦થી વધુ હોય તો હૃદયરોગ થવાનું જોખમ છગણું થઈ જાય છે. પણ વધારામાં ધૂમ્રપાન કરતા હોય તો આ જોખમ વીસગણાથી વધુ થઈ જાય છે. વૈજ્ઞાનિકોનું કહેવું છે કે તમે લોહીના કોલેસ્ટેરોલનું પ્રમાણ ૧% ઘટાડી શકો તો તેની સામે હૃદયરોગનું જોખમ ૨% ઘટી શકે છે.

● **લોહીમાં કોલેસ્ટેરોલ ઊંચું થવાનાં પરિબળો :**

લોહીમાં કોલેસ્ટેરોલના પ્રમાણને ઊંચે લઈ જનારા કેટલાંક પરિબળો છે :

❖ **વારસાગત (જિનેટિક) :** તે વારસામાં ઊતરી આવી શકે છે. આવી વ્યક્તિનું શરીર કોલેસ્ટેરોલનું ઉત્પાદન જોઈએ તે કરતાં વધુ કરતું હોય છે. આવા લોકો આહાર ઉપર અંકુશ રાખી ઓછા કોલેસ્ટેરોલ અને ઓછી ચરબીવાળો ખોરાક લેવા છતાં પણ તેમનું કોલેસ્ટેરોલ વધી જતું હોય છે.

❖ **આહાર :** લોહીમાંનાં કોલેસ્ટેરોલ ઉપર આહારની મોટામાં મોટી અસર છે. તમે આહારમાં જે કંઈ ખાઓ છો તેમાં સેચ્યુરેટેડ ફેટ્સ લોહીમાં કોલેસ્ટેરોલના પ્રમાણને સૌથી ઊંચે લઈ જવાનું વલણ ધરાવે છે. ઉપરાંત આહારમાં લેવાતા કોલેસ્ટેરોલના વધુ પ્રમાણથી લોહીમાં કોલેસ્ટેરોલનું પ્રમાણ ઊંચે જાય છે. સેચ્યુરેટેડ ફેટ્સ પ્રાણિજ બનાવટોમાં મોટા પ્રમાણમાં હોય છે. વનસ્પતિજન્ય પદાર્થોમાં તે ભાગ્યે જ હોય છે. તે ફક્ત કોકોનેટ ઓઈલ, પામ ઓઈલ અને કોકો બટર (ચોકલેટ) માં ખૂબ હોય છે. તે સિવાય જ્યારે કેટલીક અનસેચ્યુરેટેડ ફેટ્સનું કેમિકલ પ્રોસેસથી સેચ્યુરેટેડ ફેટ્સમાં રૂપાંતર કરવામાં આવે છે ત્યારે તે નુકસાનકારક બની રહે છે. જેમ કે વેજિટેબલ ઘી.

❖ **પુરુષ :** કુદરતે સ્ત્રીઓને પુરુષો કરતાં સેક્સ હોર્મોનથી વધુ રક્ષણ આપેલ છે. એવું જાણવા મળ્યું છે કે પુરુષોના સેક્સ હોર્મોન HDL - કોલેસ્ટેરોલને ઘટાડે છે.

❖ **ડાયાબિટીસ :** જેમને ડાયાબિટીસ હોય છે તેમને કોલેસ્ટેરોલ તથા ટ્રાયગ્લીસેરાઈડ્ઝનું પ્રમાણ વધી જવા સંભવ છે. સંશોધકોનું માનવું છે કે ટ્રાયગ્લીસેરાઈડ્ઝનું ઊંચું પ્રમાણ HDL કોલેસ્ટેરોલને ઘટાડે છે.

❖ **સ્થૂળતા :** વધુ પડતું વજન ધરાવતી વ્યક્તિઓમાં કોલેસ્ટેરોલનું વધારે પ્રમાણ માલૂમ પડ્યું છે.

❖ **ધૂમ્રપાન :** ધૂમ્રપાન કરવાથી HDL કોલેસ્ટેરોલ ઘટે છે અને એથેરોસ્કલેરોસિસની ક્રિયા ઝડપી બને છે. દર એક સિગારેટ લોહીમાં કોલેસ્ટેરોલના પ્રમાણમાં વધારો કરે છે.

❖ **હાઈ બ્લડપ્રેશર :** તેનાથી પણ એથેરોસ્કલેરોસિસની ક્રિયા ઝડપી બને છે.

❖ **શારીરિક નિષ્ક્રિયતા :** બેઠાડુ જીવન ચરબી અને વજનમાં વધારો કરે છે. તેથી કોલેસ્ટેરોલ ઊંચે જઈ શકે છે. કસરતના અભાવથી HDL કોલેસ્ટેરોલ વધે છે અને HDL કોલેસ્ટેરોલ ઘટે છે. જ્યારે કસરત

કરવાથી HDL કોલેસ્ટેરોલ વધે છે.

❖ **દવાઓ :** લાંબા સમયના હાઈચુરેટિક્સ (પેશાબ વધારનારી દવાઓ) ના ઉપયોગથી કોલેસ્ટેરોલ ઊંચે જતું હોય છે.

● **લોહીમાં કોલેસ્ટેરોલનું સલામત પ્રમાણ :**

કોલેસ્ટેરોલ પ્રમાણની માહિતી લોહીની તપાસ કરાવવાથી જ મળી શકે છે. ક્યારેક ડોક્ટર LDL, HDL વગેરેનું પ્રમાણ જાણવા કહે છે. આ બધાનું સલામત તથા જોખમી વર્ગીકરણ સંશોધનોના અંતે નીચે મુજબ નક્કી થયું છે.

**ટોટલ કોલેસ્ટેરોલ**

પ્રમાણ મિ.મિ.માં	જોખમનું પ્રમાણ
૨૦૦થી ઓછું	સરેરાશથી ઓછું
૨૦૦થી ૨૩૯	સરેરાશ
૨૪૦થી વધુ	સરેરાશથી વધુ

**LDL કોલેસ્ટેરોલ**

૧૩૦થી ઓછું	સરેરાશથી ઓછું
૧૩૦થી ૧૬૦	સરેરાશ
૧૬૦થી વધુ	સરેરાશથી વધુ

**HDL કોલેસ્ટેરોલ**

૪૦થી ૫૦	પુરુષોમાં સામાન્ય
૫૬થી ૬૦	સ્ત્રીઓમાં સામાન્ય
૩૫થી ઓછું	જોખમી

● **લોહીમાં કોલેસ્ટેરોલ ઘટાડવાના ઉપાયો :**

અનેક સંશોધનો દ્વારા પુરવાર થયું છે કે લોહીમાં કોલેસ્ટેરોલ ઘટાડવાથી હૃદયરોગનું જોખમ ઘટી શકે છે.

❖ **આહાર દ્વારા સારવાર :** અમેરિકન હાર્ટ એસોસિએશન આહારમાં ચરબીનું પ્રમાણ ઘટાડવા ખાસ સલાહ આપે છે. માંસ, ઈંડાં, ઘી, માખણને બદલે શાકભાજી, ફળો, અનાજ, કઠોળ વધારવા ભલામણ કરે છે. તેમની એ પણ ભલામણ છે કે રોજિંદા આહારમાં કોલેસ્ટેરોલનું પ્રમાણ ૩૦૦ મિ.ગ્રામથી ઓછું રાખવું જોઈએ. તે જરા પણ

આશા એટલે ઉઘાડી આંખનું સપનું.

લેવામાં ન આવે તોપણ તંદુરસ્તીને હાનિકર્તા નથી, કારણ કે શરીરને જોઈતું કોલેસ્ટેરોલ અન્ય આહારમાંથી તે બનાવી લે છે.

શાકાહારી લોકોને પુષ્કળ પ્રમાણમાં તળેલી ચીજો અને મીઠાઈઓનો શોખ, રસોઈમાં ઘી-તેલનો અતિરેક, આઈસક્રીમનો વધેલો વપરાશ કોલેસ્ટેરોલ વધારવાનાં કારણો પૂરાં પાડે છે. તે શરીરમાં ચરબીઓના પ્રમાણનું સંતુલન ખોરવી નાખી તંદુરસ્તીના ખતરા ઊભા કરે છે.

યાદ રાખો કે લોહીમાં કોલેસ્ટેરોલનું પ્રમાણ ઘટાડવા આહાર તે પહેલી હરોળની સારવાર છે અને તે સલામત પણ છે. મોટાભાગના લોકો માટે તે અસરકારક રસ્તો છે. બને ત્યાં સુધી વનસ્પતિજન્ય આહાર લેવાય તે સારી વાત છે. પણ જેઓ બિનશાકાહારી છે તેઓએ જેમાં ચરબી અને કોલેસ્ટેરોલ ઓછાં હોય તેવા પદાર્થો લેવા જોઈએ. આહાર નિષ્ણાતો તંદુરસ્ત આહાર માટે નીચેની ફોર્મ્યુલા અપનાવવા ભલામણ કરે છે.

**પદાર્થો રોજિંદા આહારમાં ભલામણ**

સેચ્યુરેટેડ ફેટ્સ	કુલ કેલરીના ૧૦% થી ઓછી
પોલિઅનસેચ્યુરેટેડ ફેટ્સ	કુલ કેલરીના ૧૦% સુધી
મોનોઅનસેચ્યુરેટેડ ફેટ્સ	કુલ કેલરીના ૧૦% થી ૧૫%
કુલ ચરબી	કુલ કેલરીના ૩૦% થી ઓછી
કાર્બોહાઈડ્રેટ્સ	કુલ કેલરીના ૫૦% થી ૬૦%
પ્રોટીન	કુલ કેલરીના ૧૦ થી ૨૦%

મોટાભાગના દર્દીઓમાં ફક્ત આહારના નિયમનથી કોલેસ્ટેરોલ ઘટાડવાનું લક્ષ્ય સિદ્ધ કરી શકાય છે. જેઓને આહારના ફેરફારથી ફાયદો થતો નથી તેમને ડોક્ટર વધારામાં દવા લખી આપે છે.

આહારશાસ્ત્રમાં આહારના મૂલ્યનું પ્રમાણ અગત્યનું છે. જરૂર કરતાં વધારે પ્રમાણ નુકસાન કરી રોગો ઉત્પન્ન કરે છે. તેવી જ રીતે જરૂર કરતાં ઓછું પ્રમાણ પોષણની ખામી

ઊભી કરી રોગો ઉત્પન્ન કરે છે.

❖ **આહારમાં રેષા (ડાયેટરી ફાઇબર):**

રેષા ફક્ત વનસ્પતિ આહારમાં જ હોય છે. માંસ, ઈંડાં વગેરેમાં હોતા નથી. આ રેષા આપણે પચાવી શકતા નથી. તે બે જાતના હોય છે.

❖ **પાણીમાં ઓગળી શકે તરી તેવા**

**રેષા :** તે ઘઉંનું થૂલું, આખું અનાજ અને શાકભાજીમાં હોય છે. આ રેષા કદ વધારી મળના નિકાલમાં મદદ કરે છે. પરિણામે કબજિયાતની તકલીફ ઘટે છે અને આંતરડાં (કોલન)ના કેન્સરની શક્યતા ઘટી શકે છે.

❖ **પાણીમાં ઓગળી શકે તેવા રેષા:**

તે ઓટ, ઓટબ્રાન, જવ, કઠોળ, કેટલાંક ફળો અને શાકભાજીમાં હોય છે. સંશોધકોનું માનવું છે કે આ પ્રકારના રેષા લોહીમાં કોલેસ્ટેરોલ ઘટાડવા અને શરીરમાં બ્લડ સુગરના ઉપયોગનું નિયમન કરવામાં ભાગ ભજવતા હોય છે. તે વજન ઘટાડવામાં પણ મદદ કરે છે ઘણા લોકોને ઓટબ્રાન લેવાથી કોલેસ્ટેરોલ ઘટવાના દાખલા નોંધાયા છે.

એવું માનવામાં આવે છે કે રેષાઓની બે પ્રકારની પ્રક્રિયા લાભદાયી બને છે. લીવરને કોલેસ્ટેરોલ બનાવવા જે એન્ઝાઈમની જરૂર પડે છે તેને રેષા અટકાવે છે. બીજું ઓટબ્રાન જેવા રેષા આંતરડામાંથી બાઈલ એસિડને ધોઈ નાખે છે કે જેનું કોલેસ્ટેરોલમાં રૂપાંતર થતું હોય છે.

❖ **વજન :** વધુ પડતા વજનવાળી વ્યક્તિમાં HDL કોલેસ્ટેરોલ ઓછું માલૂમ પડે છે. વજન ઘટાડવાથી તે ઊંચે જઈ શકે છે.

❖ **કસરત :** એરોબિક કસરતો તંદુરસ્તીમાં વધારો કરી કોલેસ્ટેરોલમાં ઘટાડો કરે છે. નિયમિત વ્યાયામ કરનારનું HDL કોલેસ્ટેરોલ હંમેશાં ઊંચું હોય છે. માટે બેઠાડુ વ્યવસાય ધરાવતા લોકોએ કસરતને રોજિંદી પ્રવૃત્તિ બનાવવી જોઈએ.

❖ **ધૂમ્રપાન :** જે ધૂમ્રપાન કરતા નથી તેમનું HDL કોલેસ્ટેરોલ જેઓ ધૂમ્રપાન કરે છે તેના કરતાં હંમેશાં ઊંચું રહે છે. ધૂમ્રપાન બંધ કરવાથી તે ઊંચે જાય છે. તબિયત સુધારવા આ અગત્યનું પગલું મનાયું છે.

❖ **તનાવ :** એવું જાણવા મળ્યું છે કે માનસિક તનાવ લોહીમાં કોલેસ્ટેરોલના પ્રમાણને વધારી દે છે. કસરત, રમત-ગમતમાં ભાગ લેવો, ફરવા જવું, યોગ અને સ્નાયુઓ ઢીલા કરવાની ક્રિયાઓથી તનાવમાં ફાયદો થાય છે. મનગમતી પ્રવૃત્તિમાં મન પરોવવું — જેમકે વાચન, સંગીત સાંભળવું, બાળકો સાથે સમય પસાર કરવો આવી પ્રવૃત્તિઓ તનાવમાં રાહત આપનારી છે. આ ઉપરાંત માનસિક અભિગમ બદલવાથી કાયમી ફાયદો થાય છે. હકારાત્મક વિચારસરણી, બીજાઓ પણ સાચા હોઈ શકે તેવો દૃષ્ટિકોણ, ‘જીવો અને જીવવા દો’ની મનોભાવના તનાવ મુક્તિના ઉત્તમ ઉપાયો છે. વૈજ્ઞાનિકોએ એ પણ નોંધ્યું છે કે પ્રેમ અને સુખની અનુભૂતિ કરનારને તનાવ અને કોલેસ્ટેરોલમાં ઘટાડો થઈ શકે છે.

● **કેટલાંક સૂચનો :**

- ★ એ અગત્યનું છે કે કુટુંબના દરેક સભ્ય તંદુરસ્ત આહારપ્રણાલી અપનાવે. યુવાન વ્યક્તિઓ પણ ચરબી જમા થવાની ક્રિયામાંથી બાકાત નથી.
- ★ ભોજનને સ્વાદિષ્ટ બનાવવાથી આહારની ટેવો બદલવામાં તકલીફ પડતી નથી.
- ★ તળેલા પદાર્થોને બદલે કાચા, બાફેલા, વરાળથી રાંધેલા, શેકેલા પદાર્થો શક્ય હોય ત્યાં અપનાવવા જોઈએ.
- ★ બજારમાં મળતા કેટલાક તૈયાર ખાદ્ય પદાર્થો ચરબીનું હાનિકારક પ્રમાણ ધરાવતા હોય છે.
- ★ રાંધવાનાં વાસણો નોન-સ્ટિક વાપરવાથી તેલ-ઘીના વપરાશમાં ઘટાડો થઈ શકે.

મંગલ મંદિર, મે-૧૯૯૫

## સ્તનના કેન્સરને સવેળા શોધી કાઢતી પદ્ધતિ મેમોગ્રાફી

- કોઈપણ સ્ત્રીને સ્તનનું કેન્સર થઈ શકે છે. એવું નથી કે જેના કુટુંબમાં અન્ય કોઈ વ્યક્તિને પહેલાં આ રોગ થયો હોય તેને જ સ્તનનું કેન્સર થાય.
  - અમેરિકામાં દસમાંથી એક સ્ત્રીને એટલે કે દસ ટકા સ્ત્રીઓને આ રોગ થતો માલૂમ પડ્યો છે.
  - કેન્સરની શરૂઆત થતાં જ જલદીમાં જલદી એ શોધવાનું મેમોગ્રાફીથી શક્ય બને છે. ગાંઠ જેવું લાગે છે તેની પણ પહેલાં બે વર્ષે.
  - જો સ્તનનું કેન્સર આ રીતે જલદી પકડાય તો ૮૦ ટકા કિસ્સાઓમાં એનો સફળતાપૂર્વકનો ઈલાજ શક્ય બને છે.
  - જો રોગ એકદમ શરૂઆતને તબક્કે પકડાય તો સ્તન દૂર કરવાની પણ જરૂર પડતી નથી.
  - મેમોગ્રાફી એ સ્તનનું કેન્સર પારખવાની એકદમ સાદી સરળ રીત છે.
- ★ **મેમોગ્રાફી શા માટે?**
- દરેક સ્ત્રીને માટે સ્તનના કેન્સરનું જોખમ રહેલું છે. પોતે સ્ત્રી હોવું અને અમુક ઉંમર વટાવેલી હોવી એ સ્તનના કેન્સરના જોખમ માટે પૂરતું છે. જો તમારી માતા, બહેન કે પુત્રીને આ રોગ થયેલો હોય તો તમને એ થવાની શક્યતા અલબત્ત વધી જાય છે. પરંતુ એ સિવાય પણ કુટુંબના કોઈને ન હોય તો પણ સ્તન કેન્સર થઈ શકે છે. ટૂંકમાં સ્તનનું કેન્સર કોઈપણ સ્ત્રીને થઈ શકે છે.
  - રોગ વહેલો પકડાય તો જિંદગી બચાવી શકાય છે.

**મેમોગ્રાફી નિયમિત રીતે કરાવવાથી  
સલામતી વધે છે.**

- અમેરિકાની નેશનલ કેન્સર ઇન્સ્ટિટ્યૂટ અને બીજી આગળ પડતી ૧૧ જેટલી સંસ્થાઓ ૪૦ની ઉંમરે પહોંચેલી અને તેથી વધુ ઉંમરની બહેનોને નિયમિત રીતે મેમોગ્રાફી કરાવવાની અને સ્તનની દાકતરી પરીક્ષણ કરાવવાની સલાહ આપતી હોય છે.
- સ્તન-કેન્સર એકદમ શરૂઆતને તબક્કે પારખવા માટે મેમોગ્રાફી અને દાકતરી પરીક્ષણનો સંયુક્ત ઉપયોગ જરૂરી છે.

### સ્તન-કેન્સરની ચકાસણી માટેની માર્ગદર્શક રૂપરેખા :

- ૩૫થી ૪૦ વર્ષે પહેલી વાર મેમોગ્રાફી કરાવવી.
  - ૪૧થી ૫૦ વર્ષમાં બે કે ત્રણ વર્ષે મેમોગ્રાફી કરાવવી.
  - ૫૦ વર્ષની ઉંમરે પહોંચ્યા પછી મેમોગ્રાફી દર વર્ષે કરાવવી.
  - તમારા ડોક્ટરે પણ તમારા સ્તનનું પરીક્ષણ વર્ષમાં એકવાર તો કરવું જ જોઈએ.
  - આ માર્ગદર્શન એવી સ્ત્રીઓને માટે છે જેમનામાં સ્તનના કેન્સરનાં કોઈ ચિહ્નો ગાંઠ કે સ્તનના કેન્સરના કોઈ ફેરફાર જોવા મળ્યા ન હોય. જો કોઈ ચિહ્ન જોવા મળ્યા હો તો તાત્કાલિક ડોક્ટરનો સંપર્ક કરવો જોઈએ.
- મેમોગ્રાફીમાં જોખમ નથી**
- આ એક એવી પ્રક્રિયા છે કે જેમાં રેડિયેશન નહિવત્ થતું હોય છે. વળી મેમોગ્રાફીનું સાધન શોધાયા પછી પાછલાં ૨૦ વર્ષમાં એમાં ઘણા સુધારા-વધારા થયા છે. જેનાથી હવે નુકસાન થવાની શક્યતા નથી.
  - મેમોગ્રાફી એ સ્તનનો એક પ્રકારનો

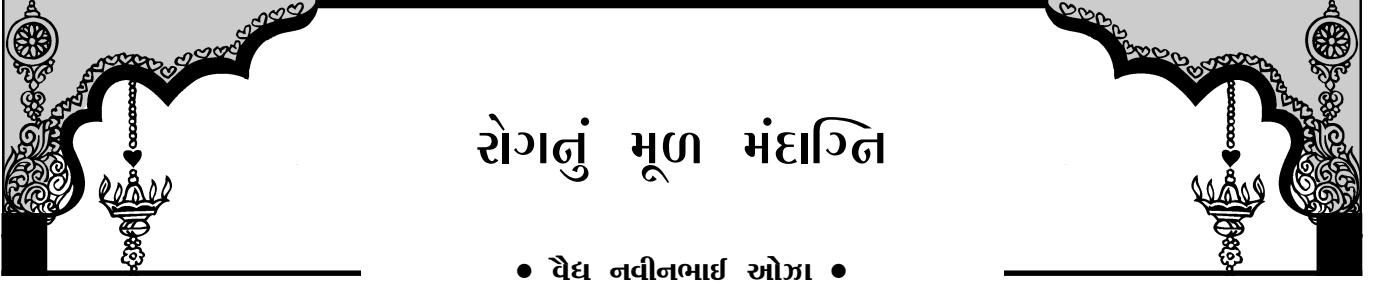
એક્સ-રે જ છે.

### મેમોગ્રાફી સરળ છે

- મેમોગ્રાફીમાં ફક્ત આટલું જ કરવાનું હોય છે.
- સ્તનને પ્લાસ્ટિકની બે પ્લેટની વચ્ચે રાખીને થોડું દબાણ આપવું પડતું હોય છે. જેથી એની છાપ એકદમ સ્પષ્ટ આવે. આમાં કોઈ ઇન્જેક્શન આપવાનું હોતું નથી. આમાં થોડી મિનિટોથી વધારે સમય લાગતો નથી.
- એનાથી એકદમ શરૂઆતના તબક્કામાં હોય તો પણ કેન્સર પારખી શકાય છે. બીજાં કોઈપણ ચિહ્નો ન હોય અને ગાંઠ જેવું પણ ન લાગતું હોય ત્યારે પણ મેમોગ્રાફીથી સ્તન-કેન્સર પકડાય છે. વળી એક બીજી સારી બાબત એ છે કે જો સ્તનનું કેન્સર વહેલું પકડાય તો ૮૦ ટકા સ્ત્રીઓને રોગમુક્ત કરી શકાય છે. એટલું જ નહીં શસ્ત્રક્રિયા પણ વધારે કરવી પડતી નથી અને સ્તનને બચાવી શકાય છે.
- એક જ વાર મેમોગ્રાફી કરાવવી પૂરતી નથી.
- ૩૫-૪૦ વર્ષની ઉંમરે પહોંચેલી અને તેથી વધુ ઉંમરની મહિલાઓએ નિયમિત રીતે મેમોગ્રાફી કરાવવી જોઈએ. ઉંમર વધવાની સાથે સ્તનમાં ફેરફાર થતા હોય છે. અને એથી આ જરૂરી બને છે. કોઈ તકલીફ અનુભવાય કે ગાંઠ જેવું લાગે ત્યાં સુધી રાહ જોવાનું ન રાખો. મેમોગ્રાફી નિયમિત કરાવતા રહો, કારણ કે એવો ટેસ્ટ છે જે તમે કંઈક અનુભવો કે ડોક્ટર કંઈ જાણી શકે, તેનાથી પણ જલદી તમને કેન્સર છે કે નહીં તે કહી આપે છે.

મંગલ મંદિર, જુલાઈ-૧૯૯૫

દુનિયા આપણી કલ્પનાઓનો ચિત્રપટ છે.



## રોગનું મૂળ મંદાગ્નિ

• વૈદ્ય નવીનભાઈ ઓઝા •

અષ્ટાંગ હૃદયમાં બહુ સ્પષ્ટ રીતે લખ્યું છે કે, બધા જ રોગોનું મુખ્ય કારણ મંદાગ્નિ છે. તેમાં પણ ખાસ કરી પેટ અને પાચનતંત્રના રોગો તો મંદાગ્નિને કારણે જ થતા હોય છે. આ અગ્નિ એટલે જઠરાગ્નિ, જે આહારના પાચનનું કામ કરતો હોય છે. અગ્નિ મંદ પડી જતાં ભૂખ ઓછી લાગે છે, ખાવાની રુચિ રહેતી નથી. ખાધેલો ખોરાક સારી રીતે પચતો નથી, જે કાંઈ ખાવામાં આવે તેમાંથી શક્તિ મળતી નથી. ધાતુઓનું પૂરતું પોષણ મળતું નથી. તેથી આયુર્વેદમાં જઠરાગ્નિની જાળવણી ઉપર ભાર મૂક્યો છે. જેનો જઠરાગ્નિ સારો હોય તેનું સ્વાસ્થ્ય સારું રહે છે. આજે મોટાભાગના લોકોને ભૂખ ન લાગવાની અને અપચાની ફરિયાદ હોય છે તેનું મૂળ કારણ તો મંદાગ્નિ જ છે.

### • મંદાગ્નિનું કારણ અતિઆહાર :

શરીરમાં રહેલો જઠરાગ્નિ આહારના પાચનનું કામ કરે છે. આહારનું બરાબર પાચન થાય તો જ તેમાંથી શરીરની ધાતુઓને પોષણ મળે છે અને શરીરને જરૂરી શક્તિ પ્રાપ્ત થાય છે. પરંતુ જઠરાગ્નિની પચાવવાની મર્યાદા હોય છે. જઠરાગ્નિ પોતાની શક્તિ પ્રમાણે જ ચોક્કસ પ્રમાણમાં લીધેલો આહાર પચાવી શકે છે. પરંતુ જો પ્રમાણથી વધારે આહારનું સેવન કરવામાં આવે તો જઠરાગ્નિ ઉપરનો બોજ વધી જાય છે અને પોતાની કામગીરી કાર્યદક્ષ રીતે નિભાવી શકતો નથી અને વધારાનો ખોરાક અપાચિત જ પડી રહે છે. સામાન્ય રીતે બધાની એવી માન્યતા હોય છે કે વધુ ખાવાથી વધુ શક્તિ આવે. ઘણા સ્વાદ ખાતર પેટને પટારો માનીને ઠાંસીઠાંસીને ખાય છે. વધારે ખાધેલો ખોરાક અપાચિત રહીને પેટ અને પાચનતંત્રમાં જાત જાતના રોગો કરશે. માટે જ આયુર્વેદે માપસર સુપાચ્ય ખોરાક

લેવાનો આદેશ આપ્યો છે.

જે લોકો ભૂખ કરતાં વધુ ખાય છે, પ્રમાણભાન વગર ખાય છે, ખાધા પછી પણ ખાય છે, વારંવાર ખાય છે તેના શરીરમાં નીચેનાં લક્ષણો જોવા મળે છે : (૧) વ્યક્તિને અપચો થઈ જાય છે, (૨) ખાધેલા ખોરાકના ઓડકાર આવ્યા કરે છે, (૩) પેટ ભારે અને ડબ થઈ જાય છે, (૪) આળસ ચડે છે. કામ કરવાનું મન થતું નથી, (૫) ભૂખ લાગતી નથી, (૬) પેટ અને આંતરડાનો ગેસ થઈ જાય છે, (૭) વારંવાર વા છૂટ કર્યા કરે છે, (૮) શરીર ઢીલું અને શિથિલ બની જાય છે, (૯) ઝાડા - ઊલટી, પેટનો આફરો પેટનો ગોળો, પેટનો દુખાવો જેવા પાચનતંત્રના વિવિધ રોગો થાય છે.

પ્રમાણસર, માપસર, ભૂખ પ્રમાણે જ ખોરાક લેવાથી - પેટ અને પાચનતંત્રના રોગો થતા નથી. અગ્નિમંદ પડતો નથી, ખાધેલા ખોરાકનું સારી રીતે પાચન થતાં શરીરને પોષણ મળે છે અને શરીરને બળ અને સ્ફૂર્તિ મળે છે. શરીરનો રંગ સુધરે છે અને શરીરનું આરોગ્ય જળવાઈ રહે છે. કેટલીક વ્યક્તિ સાવ મિતાહારી હોય છે. શરીરની જરૂરિયાત કરતાં પણ ઓછું ખાતા હોય છે. વારંવાર એક ટાણાં અપવાસ કરતા હોય છે. આવી વ્યક્તિનું આરોગ્ય પણ જળવાતું નથી. શરીરની ધાતુઓ ક્ષીણ થઈ જાય છે. ગાત્રો શિથિલ થઈ જાય છે, શરીરમાં વાયુનું પ્રમાણ વધી જાય છે. ઊંઘ ઘટી જાય છે. ચક્કર આવે છે, કામ કરવાની શક્તિ ઘટી જાય છે.

આપણે રોજ જે ખોરાક ખાઈએ છીએ તે બે પ્રકારના હોય છે : એક હલકો ખોરાક અને બીજો ભારે ખોરાક. હલકો ખોરાક એટલે સહેલાઈથી પચી જાય તે અને ભારે ખોરાક એટલે જેને પચવામાં વાર લાગે. આથી ભારે

ખોરાક ખાવામાં ધ્યાન રાખવું જોઈએ. હલકા ખોરાકમાં ચોખા અને મગને પ્રથમ સ્થાન આયુર્વેદે આપેલું છે. દાળ, ભાત, ખીચડી હલકો ખોરાક છે કે જે સુપાચ્ય છે અને જઠરાગ્નિને ભારરૂપ નથી. બીજા સ્થાનમાં આવે રોટલી-ભાખરી -રોટલા વગેરે જે ભાત-ખીચડી કરતાં પચવામાં ભારે. જ્યારે ભારે ખોરાકમાં શેરડીની બનાવટો જેવી કે ગોળ-ખાંડ-સાકર અને વધુ ભારેમાં દૂધની બનાવટ એટલે માવાની મીઠાઈઓ વગેરે ઘી-દૂધ-ખાંડની બનાવટ. રોટલી કરતાં ઘઉંનાં લોટના લાડુ ભારે અને તેના કરતાં પણ માવાની મીઠાઈ પેંડા-બરફી વધારે ભારે. જેમ ખોરાક ભારે તેમ તેનું ઓછું સેવન આરોગ્ય માટે હિતકાર મનાયું છે.

આયુર્વેદે હોજરીના પેટના ત્રણ ભાગની કલ્પના કરવાની કહી છે અને તે પ્રમાણે ખોરાક લેવાની સૂચના આપી છે.

પેટના એક ભાગ જેટલો ઘન ખોરાક ખાવો (રોટલી-રોટલા-ભાખરી-ભાત-મીઠાઈ વગેરે) બીજો ભાગ પ્રવાહી ખોરાકથી ભરવો (દાળ, કઢી, સૂપ, પાણી વગેરે) જ્યારે ત્રીજો ભાગ તો ખાલી જ રાખવો. જેનાથી હોજરીનું આકુંચન પ્રસરણ સારી રીતે થઈ શકે. તમે લીધેલા અડધા ઘન અને અડધા પ્રવાહી ખોરાકનું આકુંચન પ્રસરણ સારી રીતે મિશ્રણ થાય અને તેમાં હોજરીમાં ઝમતાં પાચક રસો ભળે અને ખોરાકનું સારી રીતે પાચન થાય. આનો અર્થ એ થયો કે પેટ ખોરાકથી પૂરેપૂરું ભરવું નહિ. તેને ત્રીજા ભાગ જેટલું ખાલી રાખવું અને જે ખોરાક લો તેમાં અડધો ઘન અને અડધો પ્રવાહી ખોરાક જ લેવો.

ચરક સંહિતામાં કાયમ જેનું સેવન કરી શકાય તેવા કેટલાંક આહાર દ્રવ્યો બતાવ્યાં છે. તેમાં પાણી, દૂધ (જે સંપૂર્ણ ખોરાક છે) ખોરાક

હું આવતીકાલથી બીતો નથી, કારણ કે ગઈકાલ મેં જોઈ છે અને આજ મને વડાલી છે.

તરીકે ખવાતા દ્રવ્યોમાં ચોખા-મગ નિત્ય સેવન યોગ્ય છે. ઉપરાંત સિંધવ અને મધ. પણ બંને દ્રવ્ય શુદ્ધરૂપે મળતાં નથી. ભેળસેળિયા હોય છે. તેથી બંને આહાર દ્રવ્યોમાંથી બાકાત કરી શકાય. જ્યારે આમળાં અને જવ પણ રોજ ખાવાની યાદીમાં મુકાયેલ છે.

દૂધ અમૃત તુલ્ય પથ્ય અને હિતકારી છે. ખાસ કરીને ઉપવાસ, લાંબું ચાલીને થાકેલા, બહુ બોલ્યા પછી થાકેલા, સ્ત્રીસંગ પછી થાકેલા, જેને ખૂબ પવનના ઝપાટા લાગ્યા હોય કે તડકામાં રહેવાનું થયું હોય, જેને વજન ઉપાડીને થાક લાગ્યો હોય તે બધાને દૂધનું સેવન હિતકર છે. મંદાગ્નિ માટેનાં બીજાં કેટલાંક કારણોમાં સડેલા-બગડી ગયેલા ઋતુ સિવાયનાં શાકભાજી અને ફળો છે જે નહિ ખાવાં જોઈએ. કાચાં શાકભાજી નહિ ખાવાં જોઈએ.

ચિંતા, ભય, ક્રોધ, દુઃખ વગેરે માનસિક ભાવો છોડીને આનંદથી ભોજન કરવાથી ખોરાકનું સારી રીતે પાચન થાય છે.

અપાચન માટે ઉજાગરા જવાબદાર છે. મોડા સૂવા અને મોડા ઊઠવાથી પાચનક્રિયા મંદ થાય છે. ઉપરાંત દિવસની ઊંઘ પણ પ્રતિકૂળ અસર કરે છે. સવારે સૂરજ ઊગ્યા

પછી પણ સૂઈ રહેવું તે દિવસની નિદ્રા જ કહેવાય. એટલે રાતના ઉજાગરા અને દિવસની ઊંઘ બંધ કરવાથી આહારનું પાચન સારી રીતે થાય છે.

આયુર્વેદે લીંડી પીપર, પાપરિયો ખાર (સોડા બાય કાર્બ) અને મીઠાનો વધુ પડતો ઉપયોગ કરવા સામે લાલબત્તી ધરી છે. તેથી તેનો પ્રમાણસર ઉપયોગ કરવો.

સ્નિગ્ધ ભોજન એટલે ઘી-તેલના પ્રમાણસર માપસર ઉપયોગવાળું ભોજન કરવું. સદંતર લૂખો ખોરાક કે વધુ પડતા ઘી-તેલવાળો ખોરાક હાનિકારક છે. ખોરાક ગરમ જ ખાવો એટલે કે વાસી-ઠંડો ખોરાક લેવો નહિ. ખોરાક લેતી વખતે ચિત્ત શાંત હોવું જોઈએ અને બહુ ઉતાવળા જમવું નહિ જોઈએ તેમ બહુ ધીમે ધીમે પણ ખાવું નહિ.

જે આહારથી આરોગ્ય કથળે તેવો આહાર ત્યજવો જોઈએ. દા.ત. તીખું ખાવાથી પેટમાં બળતું હોય તો તીખાને તીલાંજલિ આપવી જોઈએ. નહિતર અમ્લપિત્ત અને પછી અલ્સર પણ થઈ શકે છે. એટલે સમજૂ વ્યક્તિએ પોતાના આહારની મર્યાદા સ્વીકારી તે પ્રમાણે તેનું આયોજન કરવું જોઈએ.

વિરુદ્ધ આહાર નિષિધ છે. વિરુદ્ધ

આહારને ધીમા ઝેરની ઉપમા આપી છે. તેથી વ્યક્તિએ વિરુદ્ધ આહારથી બચવું જોઈએ. સૌથી વધુ દૂધ સાથે ખાટાં પદાર્થો વગેરે વિરુદ્ધ આહાર છે. આહાર દ્રવ્યોમાં કયા કયા શ્રેષ્ઠ છે તેની યાદી આ પ્રમાણે છે.

શ્રેષ્ઠ ધાન્ય	- ઘઉં
શ્રેષ્ઠ લઘુધાન્ય	- ચોખા
શ્રેષ્ઠ કઠોળ	- મગ
શ્રેષ્ઠ શાક	- પરવળ
શ્રેષ્ઠ ભાજી	- ડોડી
શ્રેષ્ઠ ફળ	- દાડમ
શ્રેષ્ઠ મુખવાસ	- લવિંગ
શ્રેષ્ઠ તેલ	- તલનું તેલ
શ્રેષ્ઠ પેય	- છાસ
શ્રેષ્ઠ ગળપણ	- માટલાનો ગોળ
શ્રેષ્ઠ સૂકોમેવો	- બદામ
શ્રેષ્ઠ ગોરસ	- વલોણાનું ઘી

આમ મંદાગ્નિ થાય જ નહિ તે માટે જો પૂરતી કાળજી લેવાય તો નીરોગી જીવન જીવી શકાય.

મંગલ મંદિર, ડિસેમ્બર-૧૯૯૫

## બાપુજી સાથેનો એક મંગલ પ્રસંગ

૧૯૪૨ની છેલ્લી “હિંદ છોડો”ની લડત વખતે જેલમાં પકડાયેલા બાપુજીની તબિયત બગડતાં તેમને છોડી મૂકવામાં આવ્યા. તબિયત સુધારવા હવાફેર માટે તેઓ મહાબળેશ્વર આવ્યા. તે વખતે હું પણ મારા પિતાશ્રી સાથે ત્યાં જ હતી.

બાપુજીનો સવાર - સાંજ અચૂક ફરવા જવાનો અને પછી પ્રાર્થનાનો નિયમ તો બધાં જ જાણે છે. ફરવા જતી વખતે ઘણાં સાથીઓ તેમની સાથે રહેતાં. ફરતી વખતે બે બહેનો કે બાળાઓ ઉપર હાથ ટેકવીને બાપુજી ચાલતા અને એ બહેનોને ઘોડાના નામે નવાજતા.

એક વખત અમે આવી રીતે ફરવા ગયાં હતાં. બાપુજીનો એક બાજુનો ઘોડો હું હતી અને બીજી બાજુનો ઘોડો મારા એક સંબંધી હતાં. તે દિવસે સમય થઈ જવાથી ઉતાવળમાં મેં ઘડિયાળ પહેર્યું નહિ. ચાલતાં ચાલતાં પરમાત્માની પ્રાર્થનાની વાતો મુખ્યત્વે થતી, બીજા કેટલાંક મુલાકાતીઓ પોતાના પ્રશ્નો એ વખતે મૂકતા અને ચાલતાં ચાલતાં બાપુજી એમની મુશ્કેલીઓનું માર્ગદર્શન કરતા. વચ્ચે જે કોઈ નાનું કે મોટું એમની સામે મળે તેને બે હાથ જોડીને વંદન કરતા. જાણે એ સામેની વ્યક્તિના આત્મામાં રહેલા પરમાત્માને ન વંદતા હોય.

તે દિવસે એવું બન્યું કે બાપુજી પોતાની બંડીમાં જે ઘડિયાળ લટકાવતા તે બગડી ગયું. એટલે થોડો સમય જતાં અર્ધે રસ્તે બાપુજીએ મને પૂછ્યું; “તારા ઘડિયાળમાં કેટલા વાગ્યા?” અને હું ચૂપ રહી એટલે ફરીથી પૂછ્યું, “કેમ આજે ઘડિયાળ નથી પહેર્યું? ઘડિયાળ વગર શી ખબર પડશે કેટલો સમય ગયો?” ક્ષણે ક્ષણનો ઉપયોગ કરતા બાપુજીએ ઘડિયાળનું મહત્ત્વ સમજાવ્યું. મિનિટો ગણીને જ ચાલવાનું. સમય જતાં જ્યાં ઊભા હોય ત્યાંથી જ પાછા ફરવાનો. એક પણ પળનો વ્યય ન થાય એવી કામગીરી ગોઠવી, એ માટે બાપુજી બહુજ કડક પાલન કરતા. સદાયે મોટું ઘડિયાળ એમની બંડીમાં લટકાવેલું હોય જ અને મિનિટે મિનિટનું દરેક કાર્ય અગાઉથી ઘડેલું હોય તે પ્રમાણે જ કરવા અને પોતાના સાથીઓ પાસે કરાવવા સદાયે જાગ્રત રહેતા. તેમના સાથીઓની ઝીણામાં ઝીણી વિગતો પણ તેમના ખ્યાલમાં હોય જ.

તે દહાડાથી ઘડિયાળનું ખરું મહત્ત્વ મને સમજાયું. ઘડિયાળ એ કંઈ શોભામાં વૃદ્ધિ કરવા પહેરવાનું અલંકાર નથી, પણ સમય પ્રમાણે કાર્ય કરવા અને સમય વ્યય ન થાય એ જોવા ખાતર સદા આપણે હાથે બાંધવા આપણો સાથી છે. જીવનનું એક મહામૂલ્ય ભાથું એ સમયે મને મળ્યું.

— પ્રમિલા કર્ણા

મંગલ મંદિર, ઓક્ટોબર-૧૯૭૮

## કિડની કેમ બગડે છે? - કારણો, લક્ષણો અને સંભાળ

• વૈદ્ય મનુભાઈ ગૌદાની

આયુર્વેદમાં કિડનીને 'વૃક્ક' કહેવામાં આવે છે. આપણા શરીરમાં કિડની બે હોય છે. એક જમણી બાજુ અને બીજી ડાબી બાજુ. આકારમાં તે લગભગ કાજુના જેવી પણ કદમાં મોટા ચીકુ જેવડી. બંને બાજુ પાછળના ભાગમાં - પડખામાં કરોડ પાસે પાંસળી નીચે આવેલી હોય છે.

આ વૃક્કનું મુખ્ય કાર્ય લોહીના દૂષિત દ્રવ્યોને મૂત્રમાં પીગાળીને મૂત્રનળીઓ દ્વારા મૂત્રાશયમાં પહોંચાડી બહાર કાઢવાનું હોય છે. પરંતુ જ્યારે વ્યક્તિ ઋતુ અને પોતાની પ્રકૃતિનો વિચાર કર્યા વગર વિષમ અને વિરુદ્ધ આહાર દ્રવ્યોનું સેવન કરે છે ત્યારે આ વૃક્ક અથવા તો કિડનીમાં અનેક પ્રકારની વિકૃતિઓ ઉત્પન્ન થવાની શક્યતા રહે છે. ઘણી વાર અમુક ચેપી રોગો પથરી અને આધુનિક વિપરીત અસરને લીધે પણ કિડની બગડવાની પૂરી શક્યતા રહે છે. શરીરમાં લોહીની ઓછી માત્રા એટલે કે રક્તાલ્પતાને લીધે તથા પાણી ઓછું પીવાથી પણ કિડની બગડવાની શક્યતા રહે છે. જે વ્યક્તિ વધારે પડતી ખારી, ખાટી અને તીખી ચીજોનું અધિક સેવન કરે છે તેમને પણ કિડનીની વિકૃતિઓ થવાની શક્યતા રહે છે.

આ વૃક્કનું સ્વાભાવિક કાર્ય યોગ્ય રીતે ન થવાથી શરીરના વિભિન્ન પ્રકારના પદાર્થો મૂત્ર દ્વારા નીકળવા લાગે છે. જેને આયુર્વેદમાં પ્રમેહ રોગો કહેવામાં આવે છે. જે ૨૦ પ્રકારના ગણાવ્યા છે. જેમાંથી ૧૦ કફથી

ઉત્પન્ન થતા, ૬ પિત્તથી અને ૪ વાયુથી ઉત્પન્ન થતા ગણાવ્યા છે. આમાં કફથી ઉત્પન્ન ૧૦ને સાધ્ય, પિત્તથી થતા ૬ને કષ્ટ સાધ્ય અને વાયુથી થતા ૪ને અસાધ્ય કહેવામાં આવે છે. વારંવાર અને વધારે પડતી મૂત્રપ્રવૃત્તિ તથા ડહોળી મૂત્રપ્રવૃત્તિ પ્રમેહ રોગનું પ્રધાન લક્ષણ ગણાવાય છે.

જે લોકો શારીરિક પરિશ્રમ નથી કરતા તથા અતિ પૌષ્ટિક અને ભારે આહારનો વધારે પડતો ઉપયોગ તથા બેઠાડુ જીવન વ્યતિત કરે છે એવા લોકોમાં આ પ્રમેહ થવાની શક્યતા રહે છે.

વૃક્કમાં ક્ષારીય તત્ત્વોની વૃદ્ધિથી પણ સોજો ઉત્પન્ન થવાની શક્યતા રહે છે. જેને વૃક્ક શોષ અથવા કિડનીનો સોજો કહેવામાં આવે છે. મૂત્રમાર્ગમાં જો ચૂનાના કણો એકત્ર થવા લાગે અને એકત્ર થઈને રેતીના કણોની જેમ ચોંટવા લાગે તો 'પથરી' નામનો રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. જેને આયુર્વેદના ગ્રંથોમાં 'અશ્મરી' કહેવામાં આવે છે. અહીં અશ્મ એટલે પથ્થર ઉપરથી પથરી નામ પડી ગયું હોય એમ લાગે છે.

અનેક કારણોથી જ્યારે વૃક્ક - કિડની પોતાનું સ્વાભાવિક કાર્ય ઉચિત રીતે કરી શકતી નથી ત્યારે અથવા તેમાં કોઈ પણ કારણને લીધે લોહી જામી જાય તો કિડનીમાં ગાંઠ - ગ્રંથિ બની જાય છે. જેને વૃક્કગ્રંથિ રોગ કહેવામાં આવે છે. વૃક્કની આ વિભિન્ન વિકૃતિઓનાં વિભિન્ન લક્ષણો હોય છે.

કિડનીની વિકૃતિઓનાં પૂર્વ લક્ષણોમાં આંખ, મોઢું, પગ અને હાથ પર સોજા, અગ્નિમાંઘ, નિદ્રાનાશ, ત્વચારુક્ષતા, નાડીની ગતિ મંદ અથવા તીવ્ર, સ્વેદાધિક્ય થાય છે.

ખાસ કરીને પથરીના રોગમાં પડખામાં, પેડુમાં અને શિશ્નમાં અસહ્ય વેદના થાય છે. મૂત્રપ્રવૃત્તિ વખતે દાહ-બળતરા, મૂત્રપ્રવૃત્તિમાં અવરોધ, લાલ પેશાબ થવો, લોહીયુક્ત ઊબકા ઊલટી સ્વેદાધિક્ય અને હાથ - પગ ઠંડા પડી જાય છે.

આવા કિડનીની વિભિન્ન રોગોમાંથી કોઈપણ થાય તો પોતાના ચિકિત્સકની સલાહ પ્રમાણે ઉપચાર કમ પ્રયોજવો. કારણ કે આવા રોગની ઉપેક્ષા કરવાથી અનેક રોગો ઉત્પન્ન થાય છે. જેવા કે લિવર અને સ્પ્લીન વધી જવા, હાઈ બ્લડપ્રેશર અને હૃદરોગની ઉત્પત્તિ શિરશૂળ - ચક્કર, કાનમાં અવાજ આવવો, હાથ પગમાં ભારેપણું, કળતર, બેહોશી, ખભા અને ડોકમાં પીડા થવી વગેરે.

કિડનીના મોટાભાગના રોગોમાં મૂત્રપ્રવૃત્તિ વધારે પ્રમાણમાં થાય એવાં ઔષધો અને ઉકાળાઓ વધારે હિતાવહ બને છે. એ સાથે મૂત્રપ્રવૃત્તિ વધારનાર, પીવાની અને ખાવાની ચીજો પ્રયોજવી જોઈએ. તથા દહીં, છાશ, અતિ ખાટી અને ખારી ચીજો, અથાણાં, પાપડ, ટામેટા, પાંદડાંવાળી ચીજો, કેળા, મધ, ખાટાં સંતરા વગેરેનો ઉપયોગ કરવો નહીં.

મંગલ મંદિર, જાન્યુઆરી-૧૯૯૬

## જેને મોઢામાં ચાંદાં એ અડધા માંદા

• કાંતિભાઈ વૈદ્ય •

આપણે ત્યાં મરચું ખાવાનો ઘણો અતિરેક છે. એમ કહું તો કહી શકાય કે આપણે મરચું છથી દસગણું વધારે ખાઈએ છીએ. બધી પ્રમાણસર ચીજ હોય તો તંદુરસ્તી

ઓછી નુકસાન કરે છે. પણ જમવામાં બહુ જ સ્વાદ આવે છે એમ સમજી મરચાના દોઠા ભરી ભરીને ખાવા તે લાંબે સમયે શરીરને મોટી નુકસાનીમાં નોતરે છે. એટલું જ નહીં

અતિ મરચાથી એસિડિટી થાય, વધારે પડતી પિત્ત વિકૃતિ થાય. જેમ વધારે ખટાશથી પિત્ત વિકૃત થાય તેમ વધારે મરચાથી પણ એસિડિટી વધે. અતિરેક થાય તો અલ્સર થાય. વધારે

જેને પોતાને કંઈ કરવું નથી તેને કોઈ કામ અશક્ય લાગતું નથી.

“સંભારણાં” વિશેષાંક



પડતું માસિક આવે, પેશાબના રોગ થાય, ગર્ભાશયના રોગ થાય, ચામડીના વિકારો થઈ ચામડીના રોગ થાય, ચામડીનો રંગ કાળો થવા માંડે, આંતરડાં નબળાં પડે, મરડો થાય, અજીર્ણ થાય, આંખના રોગ થાય, વાળના રોગ થાય, મૂત્રાશયના રોગ થાય, આવા બીજા નાનાં-મોટાં કારણ હોઈ શકે છે. પણ આપણે મરચાની મુખ્ય વાત બતાવીએ છીએ અને તેની સાથે મોઢાનાં ચાંદાનો વિષય લીધો છે એટલે બીજાં નાનાં કારણો છે તેની છણાવટ નહીં કરીએ.

હરસના દર્દે માઝા મૂકી છે અને તેનું કારણ મરચું છે. અતિ મરચામાંથી મરડો થઈ શકે છે. મરડાનાં બીજાં કારણો પણ છે કબજિયાત અને અતિ મરચાનો વધારે ઉપયોગ મુખ્ય કારણ હરસમાં પરિણમે છે.

મોટાભાગની હરસ કે મોઢામાં ચાંદા કે ગરમીના રોગથી પીડાતા દર્દીઓને મરચું ખાવાની મના કરીએ તો ઘરમાં અંગત સ્વજન ગુજરી ગયા હોય અને જેવો શોકમય ચહેરો કુદરતી જ બની જાય તેવો ચહેરો આવા દર્દીનો થઈ જતો જોવામાં આવે છે. કોઈ કોઈ દર્દીને ખાસ ચોક્કસ પરેજી ન પાળે તો એ કોઈ રીતે સાજા થઈ શકે તેમ ન હોય એવા દર્દી મરચા વિના ખોરાક ખાઈ શકતા નથી એટલે કે ભાવતું નથી એમ કહી આમ 'મરચું મારો પરમેશ્વર ને હું મરચાનો દાસ' અને બે ત્રણ દિવસ માંડ પરેજી પાળે, ખાવાનું ખાઈ શકે નહીં એટલે પરેજીની પેટી બંધ કરી અને મરચાનો નક્કી કરેલો મલાજો તોડી નાંખી ફરીથી મોઢું આવ્યું હોય કે ચાંદા પડ્યાં હોય તો તે સિસકારા મારતાં મારતાં તીખા તમતમતા ભોજન શરૂ કરી દે અને પછીના આ ક્રમ ચાલ્યે રાખે તો તેના આકાર રોગ તંદુરસ્તીને તોડીને શરીરમાં પ્રવેશી જાય છે.

આવા સતત હરસથી પીડાતા દર્દીઓ આમ જ મરચું ખાવાનો શોખ છોડતા નથી. તેઓએ હરસ ઊપડેલી સ્થિતિમાં તો રહે છે અને બે ચાર દિવસે ઝાડે જાય ત્યારે લોહી મળદ્વારે નીકળતું જતું હોય છે. થોડીક વાર

કે થોડાક દિવસ અરેરાટી કરે. જો કે બધાય દર્દી આવા હોતા નથી. થોડીક દવા લે પણ મોકો મળે ત્યારે મરચાવાળા ભોજનનો મોહ છોડે નહીં. અવારનવાર આવી જાતના ઊપડી આવેલા હરસ, વારંવાર પડતા લોહી અને બીજી બીજી મરચાવાળો ખોરાક, હરસને આ બધું મટવા ન દે. પણ તેમાંથી અસાધ્ય રોગ છાને ખૂણે અંદરખાને કોઈ કોઈ વખત ઊભો થતો જોવામાં આવે છે અને તે આમણનું એટલે કે રેક્ટમ કેન્સર તરીકે નિદાન થાય છે. શરૂ શરૂમાં તો આ રોગની રોગીને પણ ખબર પડતી નથી. આવા દર્દી જલદી કોઈ તબીબને બતાવતા નથી કે નથી તેની સરખી દવા કરતા. જ્યારે થઈ સ્ટેજમાં પહોંચી જઈ આમણથી અંદરના ભાગમાં કેન્સર પ્રસરી જાય છે ત્યાં સુધી દર્દી બેધ્યાન હોય છે. અમસ્તું હોય પણ આ રોગ અસાધ્ય જેવો હોઈ દર્દીની બેદરકારીને લઈને ત્રણ છ મહિના અસહ્ય વેદના ભોગવી દર્દીનું વેદનાયુક્ત મૃત્યુ જોઈ આપણને પણ સ્પર્શીને અરેરાટી ઉપજાવે છે.

પુરુષો કરતાં આ વધારે પડતું મરચું ખાવાનો શોખ બહેનોને કે કુમારીકાઓને વધારે હેરાન કરે છે. મરચાના એવા કાંઈ મોટા ગુણ નથી કે તેના ગુણનાં વખાણ કરી શકાય. બહેનોના ગર્ભાશયના રોગ ઉત્પન્ન કરવામાં મરચાનો નાનોસૂનો ફાળો નથી. કસુવાવડ, અતિઆર્તવ, સાંધાનો રોગ, વારંવાર કસુવાવડ થવી, પ્રદર રોગ ફલવાહિનીની તકલીફ, અંડાશય વિકૃતિ, ખીલ, એસિડિટી, અલ્સર, ચામડીના રોગ, વાળ ખરવા કે સફેદ થવા આવી અનેક તકલીફ કુમારિકા, યુવાન બહેનોને, આધેડ બહેનોને અને અવસ્થામાં પણ આ મરચું રોગરૂપે પાછળ પડી ગયું હોય છે.

ફરીથી આપણે મોઢાના ચાંદાંની વાત ઉપર આવીએ. શરીરમાં અમુક જાતનાં તત્ત્વો ખૂટે તોય મોઢામાં અવારનવાર ચાંદાં પડે પણ આ ઊભાં થતાં તત્ત્વોનો નાશ કરવામાં, અતિ મરચું ખાવાનો ફાળો કાંઈ નાનોસૂનો નથી! જોકે મોઢામાં ચાંદાં થવામાં મુખ્યત્વે મરચા ઉપરાંત ખટાશ, ફરસાણ અને ગળપણનો પણ

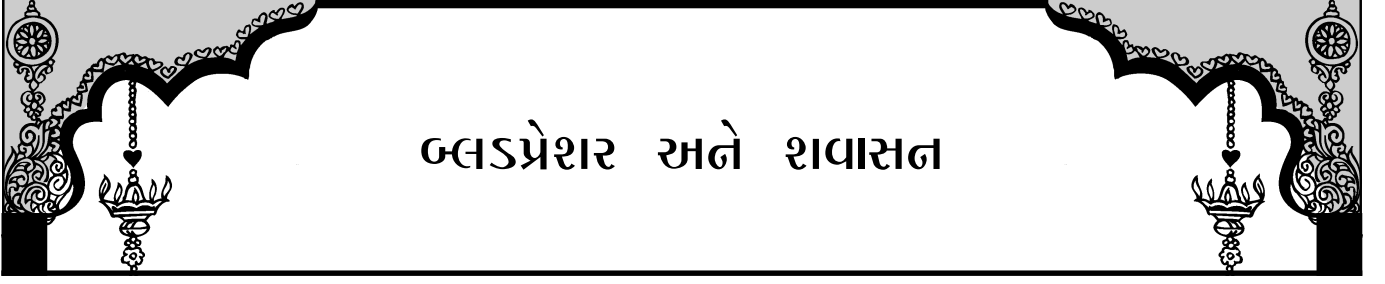
થોડો હિસ્સો ખરો. વળી મરચાનું મારણ ચોકખા ઘી - દૂધ એટલા મોંઘા થઈ ગયા છે કે અત્યારે વેજિટેબલ ઘી ખાવાની પણ મધ્યમ વર્ગમાં ત્રેવડ રહી નથી, તો સામાન્ય સમાજનો નીચલો વર્ગ બિચારો શું કરે! મગફળીનું તેલ પ્રમાણમાં ગરમ કહેવાય છે અને તેલના તેલમાં પ્રમાણમાં ઠંડકનો ગુણ છે. પણ તેલનું ચોખ્ખું તેલ કાઢવું ક્યાંથી અને અત્યારની જનરેશનને તેલના તેલમાં રાંધેલા ખોરાકમાં સ્વાદ આવતો નથી એટલે સૌ મગફળીના તેલના વર્ષે ત્રણ ડબ્બાની જગ્યાએ તેત્રીસ ડબ્બા વાપરે છે. એક વખત એ જમાનો હતો કે મગફળીનું તેલ ખવાય જ નહીં. નાનામોટા ગામડે અને ગામ કે શહેરમાં લતે લતે તેલની ઘાણી ફેરવનારા ધાંચી હતા. એ ઘાણી ગઈ, ધાંચી બીજા કામે લાગ્યા અને તેલનું વાવેતર ઘટી ગયું.

માટે મોઢામાં પડતાં ચાંદાંવાળા દર્દીઓ વહેલી તકે મરચું, ફરસાણ અને ગળપણ બંધ કરે. પરેજી પાળીએ તો રોગ જલદી મટે છે.

આવા દર્દી રોજ હરડેની બે ટીકડી રાત્રે કાયમ લે. મરચું, ફરસાણ અને તમામ જાતની ખટાશ બંધ કરે અને મોળી છાશ પણ નથી લેવાની. મોળું દૂધ, ચાર વખત પીવે. પપૈયું ગરમ માનીને બંધ કરે નહીં. પપૈયું બે વખત લે અને રોજ રાત્રે કાળી દ્રાક્ષના ત્રીસ દાણા લઈ બે-ત્રણ પાણીએ ધોઈ, પાણીમાં રાત્રે પલાળી સવારે આ દાણા ચાવીને નરણા કોઠે ખાઈ જવા. ઉપરાંત આ પ્રયોગ એક વર્ષ કરો. વરિયાળી, ઘાણા, કોથમીર, જીરું, ગળો, ત્રિફળા, સૂકા ગુલાબનાં ફૂલ, સુખડનો પાવડર, લીલવા, એલચી, લીલ, નાગકેશર શતાવરી, સાકર સરખે ભાગે લઈ ચૂર્ણ બનાવીને એક એક ચમચી સવારે રાત્રે દૂધ સાથે લે. આ બધા પ્રયોગ એક વર્ષ કરો.

કોઈને તમાકું, બજર, કિમામ, કોફીનો શોખ હોય તો બંધ કરી દેવો. આટલું વ્યવસ્થિત શ્રદ્ધા રાખીને કરે તો રોગ મટી જાય છે.

મંગલ મંદિર, એપ્રિલ-૧૯૯૭



## બ્લડપ્રેશર અને શવાસન

જોવામાં સહેલું લાગે પણ બધાં આસનોમાં અઘરામાં અઘરું આસન 'શવાસન' છે. વર્તમાન યુગમાં માનવજીવન ખૂબ ઝડપી બનતું જાય છે અને તેના લીધે સુખ-સગવડો, મોજશોખ અને ભોગવિલાસનાં સાધનોમાં ખૂબ જ વધારો થયો છે. છતાંય માણસોને સાચા અર્થમાં સુખચેન છે ખરું? શું તેના મનને શાંતિ છે? પણ ખરી રીતે તો આ યુગ રઘવાટ અને ચિંતાનો યુગ છે. ખરેખર મોટાભાગના લોકો વધુ પડતા માનસિક તનાવમાં જીવે છે. તેથી બ્લડપ્રેશર રોગ વધુ વ્યાપક બનતો જાય છે.

### ● આ રોગનાં મુખ્ય લક્ષણો :

શરીરમાં અશક્તિ લાગે છે. થોડી થોડી વારે ઉશ્કેરાટ અનુભવાય છે. થોડું કામ કરતા કરતા થાક લાગવો, રાતના પૂરતી ઊંઘ ન આવવી, માથાનો દુખાવો, યાદશક્તિની ભ્રામક અવસ્થા, એકાગ્રતાની ખામી વગેરે આ દર્દનાં લક્ષણો છે.

યોગ શિક્ષક પાસેથી દરરોજ નિયમિત રીતે યોગાભ્યાસ કરવો. ધીરે ધીરે દવાની માત્રા ઓછી કરતા જવું. ફક્ત યોગ અભ્યાસથી જ બ્લડપ્રેશર કાબૂમાં રહેશે. ગમે તેટલું બ્લડપ્રેશર હોય છતાં તેના નિત્ય અભ્યાસથી બ્લડપ્રેશરને ચોક્કસ મટાડી શકાય છે.

આસન કરતા કરતા થાક લાગે ત્યારે શવાસન કરવું એ જરૂરી છે. જેથી આગળ આસન કર્યાનો ફાયદો થાય છે.

હવે આ આસન વિશે વિગતવાર જોઈએ.

**અર્થ :** મનની ચંચળ અને અસ્થિર વૃત્તિઓ કે વિચારોને સ્થિરતા બક્ષનારી તેમજ જીવનવ્યવહારમાં એકાગ્રતા અને સ્થિરતા લાવનારી ક્રિયા એટલે શવાસન. “શવ” એટલે મૃતદેહ. આ આસનની પૂર્ણ સ્થિતિમાં શરીર

મૃતદેહની માફક શિથિલ અવસ્થામાં પડ્યું રહે છે. તેથી તેને 'શવાસન' કે 'મૃતાસન' કહે છે.

### ● સ્થિતિ :

૧. જમીન પર પીઠ અડે તે રીતે ચત્તા સૂઈ જાઓ.
૨. બંને પગ વચ્ચે લગભગ એકથી દોઢ ફૂટનું અંતર રાખો. પગના પંજા દાબેલા રાખો.
૩. બંને હાથ ફેલાયેલા અને હથેળીઓ આકાશ તરફ ખુલ્લી રાખો.
૪. આખું શરીર એકદમ ઢીલું અને આંખો બંધ રાખો.

### ● ક્રિયા :

૧. શરીરની તમામ નસો, બધા સ્નાયુઓ અને અવયવોને ઢીલા છોડી દો. સૌ પ્રથમ એક ઊંડો શ્વાસ લઈ ગરદનને ડાબી બાજુ તરફ કરો, ધીરે ધીરે ફરી જમણી બાજુ ગરદન લાવવી. આવી રીતે બે થી ત્રણ વખત કરવું.
૨. બંને આંખો ખોલી, ગોળ ગોળ ઘડિયાળની દિશામાં ફેરવો. પછી થોડીવાર આંખો બંધ કરી તેમને આરામ આપો.
૩. ધીરે ધીરે તમારા મનને 'શ્વાસ અંદર લીધો' 'શ્વાસ બહાર કાઢવાની' ગતિ પર સ્થિર રાખો. તમામ શ્વાસ પ્રશ્વાસને શાંત ચિત્તે જુઓ.
૪. શવાસન દરમિયાન આ રીતે સ્વનું અધ્યનય કરો: 'હું શરીર નથી, પરંતુ ચૈતન્ય શક્તિ છું. અજર અમર આત્મા છું. શરીર મારી મોટર છે. હું આત્મા તો તેનો ડ્રાઈવર છું.'
૫. હવે શાંત ચિત્તે બંને પગના અંગૂઠા પર

મનને લઈ જાવ. તે જ પ્રમાણે ધીરે ધીરે મનને પગની પિંડી તરફ સ્થિર કરો. ત્યારબાદ ઘૂંટણ તેમજ જાંઘના સ્નાયુઓને ઢીલા કરતા જાઓ. ધીરે ધીરે પેટના સ્નાયુઓને ઢીલા છોડી દો અને વિચાર કરો કે પેટના સ્નાયુઓ ઘણા સ્વસ્થ બની રહ્યા છે. મારું પેટ એકદમ હળવું ફૂલ જેવું બની રહ્યું છે. ગેસ, એસિડિટી જેવો કોઈ વિકાર નથી, ધીરે ધીરે ખભા, કોણી, અને કાંડાના સ્નાયુઓને ઢીલા છોડતા જાઓ.

### ● લાભ :

૧. લાગણી પ્રધાન, ધમાલિયા અને ઉચાટવાળા માણસોએ શવાસન અવશ્ય કરવું.
૨. છ કલાકની ઊંઘ જેટલો આરામ માત્ર ૧૫ મિનિટનું સાચી રીતે શવાસન કરવાથી મળે છે. યોગાસન અથવા કોઈ પણ શારીરિક કે માનસિક વ્યાયામ પછી શરીરમાંના કોષો, નાની શિરાઓ ઇત્યાદિમાં મોટી ભાંગફોડ થાય છે. અને રક્તમાં અજલતા વધી જાય છે. સ્નાયુઓનું તંત્ર થાકી જાય છે. શવાસન પુનઃ આ બધાં અંગો-ઉપાંગોના ચણતર અને ઘડતરનું કામ કરે છે.
૩. હૃદયરોગના તથા બ્લડપ્રેશરના દર્દીઓ માટે શવાસન કરવું અત્યંત આવશ્યક સલાહભર્યું છે.
૪. શવાસન વ્યક્તિને અંતર્મુખી બનાવે છે.

**સમય :** ઓછામાં ઓછી પાંચ મિનિટ અને વધુમાં વધુ ગમે તેટલો સમય આ આસનમાં રહી શકાય છે.

મંગલ મંદિર, મે-૨૦૦૨

સતત કામ કરનારી વ્યક્તિ પોતાના મૃત્યુ સમયે જ વૃદ્ધ થતી હોય છે.

## લોક-આયુર્વેદ

• વૈદ્ય મહેન્દ્રભાઈ વ્યાસ •

**“ખાવું તો તોળી તોળી  
પીવું તો ઘોળી ઘોળી  
સૂવું તો રોળી રોળી  
એ ઓસડ એ ગોળી.”**

લોક-આયુર્વેદનું ઉપરોક્ત પદ્ય આયુર્વેદના મૂળભૂત સિદ્ધાંતને સાર્થક કરે છે. વિશ્વમાં આયુર્વેદ જ એક એવું આરોગ્યવિજ્ઞાન છે જે ઔષધપ્રયોગ સિવાય પણ સ્વસ્થ રહેવા માટે સિદ્ધાંત બતાવે છે.

ઉપરની લીટીઓમાં અન્ન-જળ અને નિદ્રા વિશે ટૂંકું છતાં સચોટ વર્ણન કર્યું છે.

પહેલાં આપણે અન્ન વિશે જોઈએ.

**“ખાવું તો તોળી-તોળી.”** આહાર આપણા શરીરનો મુખ્ય આધાર છે. જન્મથી મૃત્યુ પર્યંત એ પોષણ આપનાર ઘટક છે. પણ જો અન્નનો સમ્યક્ માત્રામાં ઉપયોગ કરીએ તો. અન્યથા આજે આહાર ન લેવાથી કે ઓછો લેવાથી થતાં રોગો કરતાં આહાર વધુ લેવાથી થતા રોગોની સંખ્યા અધિક છે. આહાર પાચન થતાં એનું શક્તિમાં રૂપાંતર થાય છે. એટલે આહારની ગુણવત્તા સાથે એની માત્રા પણ એટલી જ મહત્વની છે. જો

અધિકમાત્રામાં આહાર લેવામાં આવે તો એનું સમ્યક્ પાચન ન થતાં એ વિકાર ઉત્પન્ન કરે છે. એટલે ખાવું તો તોળી-તોળીનો અર્થ વજનથી તોળીને, ગ્રામ કે તોલામાં ન ગણતાં વ્યક્તિએ પોતાની ઉંમર, શારીરિક સ્થિતિ, પ્રકૃતિ, ઋતુ અને આહાર લેવાનો સમય, આ બધાં પરિબલોને ધ્યાનમાં લઈ આહાર લેવો જોઈએ.

**“પીવું તો ઘોળીઘોળી.”** પેય પદાર્થોનો સમાવેશ “પીવું” શબ્દથી ગણીશું. આહાર પછીના પોષક પદાર્થ તરીકે પેય પદાર્થ આવે છે. પાણી, દૂધ, છાશ, ફળના રસ તથા આ બનાવટોના સંયોજનથી બનતા બધા પેય પદાર્થો ઘોળી-ઘોળીને પીવાના કહ્યા છે. ઘોળી-ઘોળીનો અર્થ પ્રવાહી પદાર્થ ઘૂંટે-ઘૂંટે, ધીમે ધીમે પીવાનો છે. પશ્ચિમી સંસ્કૃતિમાં seep (ચૂસકી ભરવી)ની પદ્ધતિ છે. એ યોગ્ય પદ્ધતિ છે. પ્રવાહી પદાર્થ એક ઘૂંટમાં વધુ માત્રામાં પીવાથી પેટમાં ઈજા થવાની અને ભાર વધવાની શક્યતા રહે છે. માટે કહ્યું છે કે, “આહાર પીવો અને પ્રવાહી ચાવો.” આ ઉક્તિ પણ યથાર્થ છે.

**“સૂવું તો રોળી-રોળી”**નો અર્થ

સમજાવે. આયુર્વેદ વિજ્ઞાનમાં માનવજીવનના તમામ પાસાંઓની અતિ ઝીણવટથી ચર્ચા કરી છે. નિદ્રા માટે સ્વસ્થવૃત્તમાં જે નિયમો બતાવ્યા છે, તેમાં ભોજન બાદ વામકુક્ષીનો ઉલ્લેખ છે. ડાબા પડખે સૂવું તેને વામકુક્ષી કહેવાય. રાત્રિ ભોજન બાદ સૂવા માટે પ્રથમ ડાબા પડખે, ત્યારબાદ સીધા અને પછી જમણાં પડખે થોડીવાર સૂવું એવું વર્ણન છે. અર્થાત્ પડખાં બદલીને સૂવું. રોળી-રોળીનો લોકઅર્થ “આળોટવું” છે. એટલે ડાબે પડખે, સીધા, જમણે પડખે અને પછી અનુક્રમ ઢોય એમ સૂવું એવું કહ્યું છે. આજે ઘણી વ્યક્તિઓ ફક્ત સીધા (ચત્તા - કમરના આધારે) સૂતી ઢોય છે. આવી વ્યક્તિને પેટ વધવું, પાચન બરાબર ન થવું અને વિબંધ (કબજિયાત) થવો, જેવી તકલીફો થાય છે. એટલે સૂવાના નિયમો પણ એટલા જ જરૂરી છે.

આમ લોકઆયુર્વેદના પદ્યનો અર્થ સમજી જીવન જીવનારને સ્વાસ્થ્ય સંબંધી ફાયદા જરૂર થાય છે. કારણ કે છેલ્લું પદ્ય જે, છે, **“એ ઓસડ અને એ ગોળી”** એ આ રીતે સાર્થક થાય છે.

મંગલ મંદિર, જૂન-૨૦૦૨

## છાશ એટલે પૃથ્વીલોકનું અમૃત

આપણા શરીરના યોગ્ય પોષણ માટે જે જે આહાર દ્રવ્યોની જરૂર પડે છે, તેમાં છાશનું વિશેષ મહત્ત્વ છે. અમે વૈદ્યો આયુર્વેદિક પરિભાષામાં છાશને “તક” કહીએ છીએ. ગુણોની દૃષ્ટિએ છાશ એ ખરેખર મનુષ્ય લોકનું અમૃત છે. છાશના ગુણોને ધ્યાનમાં રાખીને એક કવિએ સંસ્કૃતમાં શ્લોક લખ્યો છે તેનું ભાષાંતર આ પ્રમાણે છે:

“જો સ્વર્ગમાં છાશ હોત તો મહાદેવ એટલે કે શંકરનું ગળું વિષપાનને લીધે કાળું

ન પડત, કુબેરને કોઢ ન થાત, ગણપતિને મોટું પેટ ન હોત અને ચંદ્રને ક્ષય ન થાત.”

છાશ વિશે ભલે આ અતિશયોક્તિ લાગે, પરંતુ છાશમાં જે અનેક ગુણો રહેલ છે, એ બાબતમાં ના કહી શકાય તેમ નથી.

આપણે જાણીએ છીએ કે છાશ દહીંમાંથી બને છે અને તે દહીંનું જ એક રૂપાંતર છે. આધુનિક વૈજ્ઞાનિકો અને ડોક્ટરો છાશ અને દહીંના ગુણધર્મો સરખા જણાવે છે. જ્યારે આયુર્વેદના ગ્રંથોમાં તેના ગુણધર્મોની ભિન્નતા

દર્શાવી છે.

દહીંમાંથી છાશ બનાવવાની જે પ્રક્રિયા છે, તેને આયુર્વેદમાં “મંથન” કહેવામાં આવે છે. લોકવ્યવહારમાં આપણે તેને “વલોવવું” કહીએ છીએ. દહીંમાં પાણી નાખ્યા વિના “મંથન” કરવાથી જે દ્રવ તૈયાર થાય છે, તેને આયુર્વેદમાં “ઘોબ” અને લોકવ્યવહારમાં “ઘોળવું” કહેવામાં આવે છે. આમ તો દહીં અને ઘોળવામાં કંઈ જ ફેર જણાતો નથી. પરંતુ દહીં ઉપર જે વલોવવાની ક્રિયા કરવામાં

હતાશ ન થવું એ સફળતાનો મૂળમંત્ર છે અને સફળતાનું સાચું સુખ પણ એમાં જ છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

આવી તેને આયુર્વેદમાં “સંસ્કાર” આપ્યો કહેવાય છે. દહીં પચવામાં ભારે ગણાય અને ઘોળવું પચવામાં હલકું ગણાય. આમ સંસ્કાર અથવા તો વલોવવાથી ગુણોમાં ફેર પડી જાય છે. સંસ્કારનું મહત્ત્વ કેટલું છે? તે બતાવવા માટે આ ઉદાહરણ પર્યાપ્ત છે.

દહીંમાં ચોથા ભાગનું પાણી નાખીને વલોવવાથી જે દ્રવ બને તેને તક-છાશ કહેવામાં આવે છે. હોટલોમાં જે “લસ્સી” મળે છે તેનો આ પ્રકારમાં સમાવેશ થાય છે. દહીંથી અડધા ભાગનું પાણી નાખી વલોવવાથી જે દ્રવ તૈયાર થાય તેને વૈદ્યકીય ભાષામાં “ઉદશ્ચિત” કહેવામાં આવે છે. છાશના આ બધા સસ્નેહ પ્રકારો છે. એટલે કે તેમાંથી સ્નેહી અંશ (માખણ) કાઢી લેવામાં આવેલ નથી. છાશમાંથી જો માખણ એટલે કે સ્નેહી અંશ કાઢી લેવામાં આવે, તો તે પચવામાં અત્યંત હલકી બની જાય છે. દહીંમાં પાણી અમુક પ્રમાણમાં નાખીને વલોવવાથી થતી છાશનાં અનેક પ્રકારો પાડી શકાય છે. પરંતુ છાશના આ બધા પ્રકારો દહીંને વલોવીને જ થતા હોવાથી, છાશ એટલે કે વલોવાયેલું દહીં, એવી ટૂંકી વ્યાખ્યા આપી છે. મંથન એટલે કે વલોવવાની ક્રિયા વડે છાશમાંથી જે સ્નેહ ભાગ કાઢી નાખ્યો હોય અને જેમાં અડધો અડધ પાણી નાખવામાં આવ્યું હોય, અને જે અતિઘટ્ટ કે અતિ પાતળું પણ ન હોય, અને જે સ્વાદમાં મધુરામ્લ અને થોડું તુરું હોય, તથા સ્વભાવે શીતળ હોય તે દ્રવને તક એટલે કે છાશ કહેવામાં આવે છે.

### ● છાશનાં ગુણધર્મો :

છાશ મીઠી, ખાટી અને તૂરી એમ ત્રણ પ્રકારના સ્વાદવાળી છે. છાશ પચવામાં લઘુ

એટલે કે સહેલાઈથી પચી જાય એવી તથા આહારનું પાચન કરાવીને ભૂખ લગાડનાર અને રૂક્ષ છે. તે કફ અને વાયુના રોગોમાં ઉત્તમ છે. છાશને ઘણા લોકો ઠંડી માને છે, પરંતુ છાશ સ્વભાવે ઉષ્ણ છે. તે લીવરની વૃદ્ધિ, સોજા, અતિસાર, સંગ્રહણી, પાઈલ્સ, ઉદર રોગો, કબજિયાત, પાંડુરોગ, અરુચિ, તૃષ્ણા, ઉનવા, શૂળ અને મેદ માટે ઉત્તમ છે.

મધુર એટલે મીઠી છાશ કફને ઉત્પન્ન કરે છે તથા પિત્તને શાંત કરે છે. જ્યારે અતિ ખાટી છાશ વાયુનો નાશ કરે છે અને પિત્તને વધારે છે. હીંગ, જીરું અને સીંધાલૂણ નાંખેલી છાશ અને અતિ વાતબ્ન એટલે વાયુને એકદમ મટાડે છે. તે અર્શ એટલે મસા અને અતિસાર એટલે પાતળા ઝાડા માટે અતિ ઉત્તમ છે. મૂત્ર પ્રવૃત્તિમાં તકલીફ હોય અને તે ટીપે ટીપે આવતું હોય ત્યારે છાશનો ગોળ સાથે અને પાંડુરોગમાં ચિત્રકમૂળ સાથે ઉપયોગ હિતાવહ છે. આમાં પાંડુરોગની અવસ્થા જોઈને વૈદ્યો ચિત્રકમૂળના ચૂર્ણની માત્રા નક્કી કરે છે.

**છાશ આંતરડામાં રહેલાં આહારને નીચેની તરફ સરકાવનાર અને મળને બાંધનાર છે.** તેથી જ “છાશ”ને આંતરડાનું “ટોનિક” કહેવામાં આવે છે. આજકાલ પેટની અરુચિ, અપચો, ગેસ, કબજિયાત વગેરે વિકૃતિઓ માટે ડોક્ટરો “એન્ઝાઈમ”ની બનાવટો ખૂબ વાપરે છે. છાશમાં આ એન્ઝાઈમ ખૂબ જ રહેલું હોય છે. તેથી જ આવી વિકૃતિઓમાં છાશ ઉત્તમ પરિણામ આપે છે. છાશ પેટના રોગોમાં, જેવા કે અપચો, અગ્નિમાંઘ અને વાયુના રોગમાં કબજિયાત અને અરુચિમાં અમૃત સમાન છે.

કાચી અને તાજી છાશ આંતરડાની ચીકાશ અને વાયુને હણે છે. પરંતુ તે ગળામાં

કફ અને ખરેટ ઉત્પન્ન કરે છે. ઘી, સિંધવ અને હીંગથી યોગ્ય રીતે વધારેલી છાશ ઉધરસ, સળેખમ વગેરે કફના રોગો અને કબજિયાત, આફરો વગેરે વાયુના રોગો મટાડે છે.

### ● છાશનો નિષેધ :

ઉરઃક્ષત (એટલે કે ચાંદુ પછી તે બહારનું હોય કે અંદરનું) વાળાએ છાશનો ઉપયોગ ન કરવો. શરદ અને ગ્રીષ્મમાં, દુર્બળ માણસોએ, મૂર્છા, ભ્રમ, દાહ, રક્તપિત્ત અને કોઢમાં છાશનો ઉપયોગ ન કરાય. સાદી ભાષામાં કહેવું હોય તો કહી શકાય કે છાશથી આહારનું પચન થાય છે અને ભૂખ લાગે છે. આંતરડા પોતાના કાર્યમાં બળવાન અને સક્રિય બને છે. મળ બંધાઈને આવે છે. છાશથી મૂત્રપ્રવૃત્તિ પણ સાફ આવે છે. છાશનો ઉપયોગ શાક, રાયતું, કઢી વગેરેમાં પણ કરવામાં આવે છે. હીંગ, મીઠું, રાઈ, મેથી, ધાણાજીરું અને લસણ વગેરેથી સારી રીતે વધારેલી કઢી કફના અને વાયુના રોગો મટાડે છે. વાયુવાળી વ્યક્તિઓએ છાશનું સેવન કરવું હોય ત્યારે ખાટી છાશમાં સૂંઠ, સીંધાલૂણ અને ધાણાજીરું ઉમેરીને કરવું જોઈએ. આવી જ રીતે કફવાળી વ્યક્તિઓએ સૂંઠ, મરી, પીપર વગેરે ઔષધોના ચૂર્ણો યોગ્ય માત્રામાં ઉમેરીને ઉપયોગ કરવો જોઈએ અને પિત્તવાળી વ્યક્તિઓએ ખાટી છાશનો ઉપયોગ કરવો નહીં પરંતુ તાજી અને મોળી છાશ હોય તો તેમાં યોગ્ય માત્રામાં સાકર નાંખીને તેનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ.

મંગલ મંદિર, ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૩

## કેન્સર શું છે?

### ● સુલુ જલદીપ શાહ ●

સામાન્ય માણસ સમજી શકે તેવી સાદી - સરળ ભાષામાં અને અનેક ચિત્રો દ્વારા કેન્સર જેવા જીવલેણ ગણાતા રોગ વિશે વૈજ્ઞાનિક માહિતી આપતું કેન્દ્ર એટલે ગુજરાત કેન્સર એન્ડ રિસર્ચ ઈન્સ્ટિટ્યૂટ. વિના મૂલ્યે

અપાતી આ સંસ્થાની એક જ મુલાકાત તમને શરીરના જુદા જુદા ભાગોમાં થતા કેન્સર, જેવા કે સ્તન-કેન્સર અને મેમોગ્રાફી, ગર્ભાશયનું કેન્સર અને પેપ ટેસ્ટ, તમાકુ - ગુટકા - ધૂમ્રપાનથી થતા મોઢાના અને ગળાના

કેન્સર વગેરેની જાણકારી ઉપરાંત તેનાં કારણો, લક્ષણો, નિદાન અને સારવાર અંગેની વિશ્વસનીય સેવા પૂરી પાડે છે. આ કેન્દ્ર આપણે આંગણે અમદાવાદમાં, પ્રવીણ નગર - વાસણામાં આવેલું છે. અહીં જુદા જુદા અનેક

મેં જે કહ્યું તેના માટે જ હું જવાબદાર છું, તમે શું સમજ્યા છો તેના માટે હું જવાબદાર નથી. - ઓશો

“સંભારણાં” વિશેષાંક

વિભાગો છે. જેમાં એક કાયમી પ્રદર્શન, જાણકારી માટેનું સારું સ્રોત બની રહે છે. અહીં કેન્સર વિષેનું શિક્ષણ અને જાગૃતિનું કામ સરસ રીતે સામાન્ય જન સુધી પહોંચે છે.

કેન્દ્ર દ્વારા થતી કેન્સર અંગેની સર્વાંગી તપાસ એ આ સંસ્થાનું મુખ્ય કાર્ય છે. કેન્સર કોષોનો રોગ છે. આ કોષોનું નિયમિત રીતે થતું વિભાજન એક કુદરતી પ્રક્રિયા છે. પણ જ્યારે આ વિભાજન અનિયમિત બને અને જ્યારે કરોડોની સંખ્યામાં કોષોનું વિભાજન થાય ત્યારે આ વિકૃત વૃદ્ધિ ગાંઠમાં પરિણમે છે. કેન્સર એકદમ ધીમેધીમે અને શાંતિથી આગળ વધતું રહે છે. તેનું કોઈ બાહ્ય લક્ષણ દેખાતું હોતું નથી. કેન્સરના દર્દી માટે આ મોટામાં મોટું નુકસાનકર્તા પાસું છે. જ્યારે લક્ષણો દેખાવા માંડે છે ત્યારે ઘણું મોડું થઈ ગયું હોય છે. આ સમગ્ર પ્રક્રિયાને ૧૦ વર્ષથી માંડીને ૨૫-૩૦ વર્ષ કે તેથી પણ વધુ લાગતાં હોય છે. કેન્સર એટલે કેબ, અર્થાત્ કરચલો. આ રોગ કરચલાની જેમ આખા અંગ-અવયવોને જકડી લે છે.

કેન્સરની ગાંઠમાં રહેલા કોષોને તપાસીને આગળની સારવાર નક્કી થાય છે. આ નિદાનની ત્રણ રીતો છે : (૧) દૂરબીન તપાસ, (૨) કોમ્પ્યુટરાઈઝ્ડ ટોમોગ્રાફી એટલે સીટી સ્કેન અને (૩) માઈક્રોસ્કોપિક નિદાન. આમ ચકાસણી થયા બાદ દર્દનો તબક્કો નક્કી થતાં તે મુજબની સારવાર અપાય છે. સારવારની મુખ્ય ત્રણ પદ્ધતિઓ છે : (૧) શસ્ત્રક્રિયા (ઓપરેશન), (૨) રેડિયો થેરાપી અને (૩) કીમો થેરાપી.

જેટલું નિદાન વહેલું, તેટલું બચવું સહેલું. કોઈપણ દર્દીની જેમ અહીં પણ રોગ થતો અટકાવવા સાવચેતી લેવી એ જ શ્રેષ્ઠ ઈલાજ છે. જોકે શરૂઆતના (૦ સ્ટેજ) તબક્કામાં હોય તો સો ટકા મટી શકે છે. માટે “કેન્સર એટલે કેન્સલ” એ માન્યતાને જ કેન્સલ કરવી હોય તો દર વર્ષે, ખાસ કરીને ૩૫ વર્ષની વય પછી, બોડી ચેક-અપ કરાવવું જોઈએ.

આ સંસ્થામાં ફક્ત રૂ. ૩૦૦/- જેવા

ખાસ રાહતના દરમાં, રૂટીન - સામાન્ય તપાસણી ઉપરાંત કેન્સર માટેની ખાસ તપાસ જેવી કે મેમોગ્રાફી, પેપ ટેસ્ટ, પી.એસ.એ. વગેરે ટેસ્ટ પણ કરી આપવામાં આવે છે. આનો લાભ દરેકે લેવો જોઈએ.

આ ઉપરાંત આ સંસ્થાની એક બીજી આવી જ ઉપયોગી વીમા યોજના પણ છે. આ યોજના હેઠળ, એક જ વાર, કપલ દીઠ (પતિ-પત્ની માટે) રૂ. ૨,૦૦૫/- ભરવાથી કેન્સર થવાના કિસ્સામાં રૂ. ૭૫,૦૦૦/- સુધીની સારવાર મેળવી શકાય છે. વળી આ વીમાની અવધિ આજીવન છે! આજની ખર્ચાળ મેડિકલ સારવાર કોઈને પરવડે તેવી રહી નથી. મેડીકેર અને મેડી કલેઈમના જેવી, પણ પ્રમાણમાં ઘણી સસ્તી આ યોજનાનો લાભ લેવાનું ચૂકવા જેવું નથી. આ સંસ્થાને આર્થિક રીતે સહાયરૂપ થવા લગ્ન કે અર્થ ૩ પાર્ટી જેવા પ્રસંગોની ઉજવણીના ભાગ રૂપે નાની મોટી રકમનું દાન આપી શકાય, કાયમી સ્મૃતિ માટે કાયમી તિથિ પણ નોંધવામાં આવે છે.

આજે સમાજમાં વધુ પ્રમાણમાં થતા ત્રણ પ્રકારના કેન્સરની વિગતે વાત કરતાં પહેલાં, આપણે જે અંગે સતર્ક રહેવાનું છે એવાં કેટલાંક લક્ષણો જાણી લઈએ. આ લક્ષણો એટલે...

૧. શરીરના કોઈપણ ભાગમાં ન રૂઝાતું ચાંદું,
૨. ઝાડા કે પેશાબની આદતમાં અસામાન્ય ફેરફાર,
૩. વધારે પડતો રક્તસ્રાવ,
૪. સ્તન કે કોઈપણ અવયવમાં કોઈ ગાંઠ અથવા ચાંદું
૫. મોં અથવા જીભ પર સફેદ ચાંદું અથવા ખોરાક ગળવામાં તકલીફ.
૬. કાયમી ખાંસી અથવા અવાજમાં ફેરફાર.
૭. તલ અથવા મસાના કદમાં ફેરફાર.

કેન્સરના વિવિધ પ્રકારો, જે આપણે ત્યાં વધારે પ્રમાણમાં થાય છે.

આપણે ત્યાં સ્ત્રીઓમાં સ્તન અને ગર્ભાશયનું કેન્સર વધુ જોવા મળે છે. અનુભવે

એવું જણાયું છે કે શહેરી બહેનોમાં સ્તન કેન્સર અને ગ્રામ્ય વિસ્તારની બહેનોમાં ગર્ભાશયનું કેન્સર વધુ થાય છે. વળી, દેશ આખામાં મોં અને ગળાનું કેન્સર ગુજરાત અને અમદાવાદમાં સૌથી વધુ છે. આ ચોકાવી દે તેવી અને ચિંતાજનક વાત હમણાં જ બહાર પડેલા સર્વેના અહેવાલોમાં જણાઈ આવી છે.

**સ્તન કેન્સર :** આના નિદાન માટે ત્રણ પદ્ધતિઓ છે : (૧) જાતતપાસ, (૨) તબીબી તપાસ અને (૩) મેમોગ્રાફી. મશીનથી થતી આ તપાસમાં રાઈના દાણાથી પણ નાની ગાંઠ પકડી શકાય છે.

**ગર્ભાશયનું કેન્સર :** શારીરિક સ્વચ્છતાની બેદરકારીને લઈને ગ્રામ્ય વિસ્તારોની બહેનોમાં આ પ્રકાર વધુ જોવા મળે છે. આના નિદાન માટે ‘પેપ ટેસ્ટ’ કરાય છે. દરેક પરિણીત મહિલાએ, ૩૦ વર્ષની વય પછી વર્ષમાં એકવાર આ ‘પેપ ટેસ્ટ’ કરાવવો જોઈએ.

**તમાકુ - ગુટકા - ધૂમ્રપાન :** તમાકુના કોઈપણ પ્રકારના સેવનથી મોં, ગળા, જીભ, જડબું, સ્વરપેટી, અન્નનળી અથવા ફેફસાંના કેન્સરની સંભાવના વધે છે. તમાકુમાં રહેલાં તત્ત્વો કોલટાર, નીકોટીન વગેરે માનવ શરીરના માથાથી માંડીને પગ સુધીના કોષોને ભયંકર નુકસાન કરે છે.

લીલાં શાકભાજી, પીળા રંગનાં ફળો, જેમાંથી વધુ રેષા મળે છે તે ખાવાં જોઈએ. વિટામિન એ, સી અને ઈ યુક્ત ખોરાક લેવો જોઈએ. ખોરાક તાજો અને સાત્ત્વિક હોવો જોઈએ.

*જણાવતાં આનંદ થાય છે કે તા. ૮ સપ્ટેમ્બરે આપણા કચ્છી મહિલા સમાજની બહેનોએ ગુજરાત કેન્સર એન્ડ રિસર્ચ ઈન્સ્ટિટ્યૂટની મુલાકાત લીધી હતી. ત્યાં તેમને મળેલા આવકાર અને વિસ્તૃત માર્ગદર્શન માટે આપણા પ્રમુખ શ્રીમતી ચંદ્રિકાબહેને સૌ સભ્યો વતી સંસ્થાના ઉત્સાહી ડૉ. ઈલાબહેન, પ્રતિમાબહેન અને દર્શનાબહેનો આભાર માન્યો હતો અને કચ્છી મહિલા સમાજે તિથિ દાનનો પણ લાભ લીધો હતો.*

મંગલ મંદિર, ઓક્ટોબર-૨૦૦૩

ઘર મોટું હોવાથી ભેગાં નથી રહેવાતું, મન મોટા હોવાથી જ ભેગાં રહેવાતું હોય છે.

## હૃદયરોગ (Heart Attack)નો હુમલો થાય ત્યારે અને પછી શું કરવું?

• ડૉ. વી. કે. શાહ •

આપણું હૃદય આપણી મુઠ્ઠી જેટલી સાઈઝનો એક ખાસ સ્નાયુઓનો બનેલો પંપ છે. જેનું કામ, આપણા શરીરમાં લોહી પંપ કરી બધે પહોંચાડવાનું છે.

હૃદયની ડાબી અને જમણી બાજુની વચ્ચે પાર્ટીશન હોય છે. ડાબી બાજુ શુદ્ધ લોહી અને જમણી બાજુ અશુદ્ધ લોહી હોય છે. ડાબી અને જમણી બાજુના - ઉપરનો અને નીચેનો ભાગ એમ કુલ ચાર ખાનાં થાય છે. ઉપરનો ભાગ સંકોચાય ત્યારે વાલ્વ વાટે (જે નીચેની તરફ જ ખૂલે છે) લોહી નીચેના ભાગમાં જાય છે. અને નીચેનો ભાગ સંકોચાય ત્યારે ડાબી બાજુથી લોહી શરીરમાં અને જમણી બાજુથી લોહી ફેફસાંમાં શુદ્ધ થવા જાય છે. હૃદયની ડાબી બાજુ સંકોચાય છે ત્યારે શુદ્ધ ઓક્સિજનવાળું લોહી, મુખ્ય ધમની (Aorta)માં ધકેલાય છે અને તે આખા શરીરમાં ધમનીઓ વાટે ઓક્સિજન અને બીજાં પોષણ તત્ત્વો લઈ જાય છે. અશુદ્ધ લોહી શરીરમાંથી પાછું આવે છે અને પછી જમણી બાજુના નીચેના ખાનામાં આવી - ફેફસાંમાં લોહી શુદ્ધ થવા માટે જાય છે. ફેફસાંમાં આપણે શ્વાસમાં લીધેલ હવામાંનું ઓક્સિજન અશુદ્ધ લોહીમાં ભળે છે અને અશુદ્ધ લોહીમાંનો કાર્બન ડાયોક્સાઈડ ફેફસાંમાં જાય છે. આ ક્રિયા (Oxygenation) ફેફસાંના કુગ્ગા જેવા Alveoliમાં થાય છે. આવી રીતે શુદ્ધ લોહી પાછું હૃદયની ઉપરની ડાબી બાજુમાં આવે છે. આમ હૃદય લોહીને પંપ કરવાનું કામ અવિરત, અટક્યા વગર મિનિટમાં લગભગ ૭૨થી ૮૦ વખત જિંદગીભર કર્યા કરે છે. આમ આપણું હૃદય સખત મહેનત કરે છે તો આ કાર્ય કરવા માટે હૃદયને પણ પોષણની અને ઓક્સિજનની જરૂર પડે છે જે

તે લોહી વાટે મેળવે છે. હૃદયને લોહી પહોંચાડનાર નસોને 'કોરોનરી આરટરી' કહેવામાં આવે છે. Coronary Arteryની બે મુખ્ય શાખાઓ છે : ડાબી કોરોનરી અને જમણી કોરોનરી. ઉપરાંત ડાબી કોરોનરીની પણ વધારે શાખાઓ પડી - ડાબીઓ - શાખાઓ ફેલાઈ આખા હૃદયના જુદા જુદા ભાગોને લોહી વાટે પોષણ અને કામ કરવાની શક્તિ આપે છે.

### • લોહીને લઈ જતી ધમનીઓનું ધીમે ધીમે બંધ થવું (સાંકડા થવું) (Athero sclerosis)

જેમ જેમ આપણી ઉંમર વધે છે તેમ તેમ હૃદયને લોહી પહોંચાડતી 'કોરોનરી' નસોમાં 'કોલેસ્ટેરોલ' ચરબી ચોંટે છે અને તેની દીવાલની 'સ્થિતિસ્થાપકતા' ઓછી થવાથી ખરબચડી થતી જાય છે. જેને લીધે ધીમે ધીમે વધારે ને વધારે સાંકડી થતી જાય છે. જેના પરિણામરૂપે હૃદયના સ્નાયુઓને પોષણ અને ઓક્સિજન ઓછું મળે છે. જેને હૃદય, છાતીમાં દુખાવા રૂપે રજૂ કરે છે અને આપણને છાતીમાં શૂળ - દુખાવો ઊપડે છે, બેચેની થાય છે, પરસેવો થાય છે. આ કોરોનરી નસનું બંધ થતા જવું - જેને માટે ઘણાં બધાં કારણો છે - જેથી નાની ઉંમરથી મોટી ઉંમર દરમિયાન અલગ અલગ વ્યક્તિને હૃદયના સ્નાયુઓને લોહી ઓછું મળવાથી અથવા ન મળવાથી 'હાર્ટએટેક' (Myocardial Infraction)નો હુમલો આવે છે. જ્યાં સુધી ૫૦% સુધી કોરોનરી નસ બંધ થાય ત્યાં સુધી લગભગ કોઈપણ દુખાવો અથવા આડઅસર વર્તાતી નથી. પણ પછી ૭૦થી ૮૦% બંધ થાય ત્યારે છાતીમાં દુખાવો અને

પરસેવો, ગભરામણ વગેરે થવા લાગે છે. જેને આપણે 'એન્જાઈના' Anginaનો દુખાવો કહીએ છીએ. જ્યારે ૧૦૦% કોરોનરી નસ બંધ થઈ જાય છે ત્યારે હૃદયના અમુક ભાગને લોહી અને પોષણ મળતું નથી અને આને લીધે હૃદયરોગનો હુમલો Heart Attack આવે છે.

### • હૃદયનો - "Angina" "એન્જાઈના"નો દુખાવો અને "હાર્ટએટેક" "Myocardial Infraction" એ બંનેમાં શું ફરક છે?

એન્જાઈનામાં હૃદયને લોહી પહોંચાડતી કોરોનરી નસમાં સંકડાશ આવવાથી (Blockage) હૃદયને લોહી જરૂર કરતાં ઓછું પહોંચે છે, જેને લીધે છાતીમાં બેચેની જેવું લાગે છે. આ બેચેની અમુક અંતર ચાલવાથી, સીડી ચડવાથી, અમુક કામ કરવાથી થાય છે. પછી જેમ જેમ કોરોનરી નસમાં સંકડાશ વધે છે તેમ તેમ આ દુખાવો થોડું ચાલવાથી, તેમજ પહેલાં કરતાં ઓછું કામ કરવાથી પણ આવવા માંડે છે. છાતીમાં ભીંસ આવે, દુખાવો થાય જે ડાબા હાથ તરફ જાય, ગરદનમાં ઊંચે જાય, ડાબા જડબા તરફ જાય, પેટના ઉપરના ભાગમાં જાય, ધબકારા વધી જાય, પરસેવો થાય - આને એન્જાઈનાનો દુખાવો કહેવાય છે, જે હૃદયને લોહી પ્રમાણમાં ઓછું મળવાથી હૃદયના પોકાર રૂપે - દુખાવામાં પ્રગટ થાય છે. હૃદય આ એક ચેતવણી આપે છે.

ધીમે ધીમે આવો દુખાવો આરામ કરતી વખતે પણ આવે છે અને વધારે સમય સુધી રહે છે. ઘણીવાર અર્ધા કલાક કે વધારે સમય માટે પણ રહે છે જેની સાથે પરસેવો થવો, બ્લડપ્રેશર ઉપર જવું કે નીચે જવું જેવા ફેરફાર

હિતકારી પરંતુ અપ્રિય વાત કહેનાર અને સાંભળનાર બંને મળવા બહુ જ મુશ્કેલ છે.

થાય છે. આવા દુખાવાને હાર્ટ એટેક Myocardial Infraction કહેવાય છે.

આવો દુખાવો ખરેખર હાર્ટએટેક છે કે નહીં, તે નીચે મુજબ તપાસ કરવાથી જાણી શકાય છે :

૧. ડોક્ટરી તપાસ કરીને,
૨. E.C.G. ઈલેક્ટ્રો કાર્ડિયોગ્રામ લેવાથી
૩. Stress Test દર્દીને પટ્ટા ઉપર દોડતા રાખીને તેનું કોમ્પ્યુટરાઈઝ્ડ E.C.G. તેમજ હૃદયના ધબકારાનો દર, તેમજ બ્લડપ્રેશરની નોંધ તેમજ E.C.G.માં થતા ફેરફાર તેમજ આરામ કરવાથી બદલાઈને E.C.G.માં થતા સારા - નોર્મલ થવાના ફેરફાર વગેરેના નોંધથી Stress Test કરાય છે (Positive) સારી છે કે (Negative) ખરાબ છે તેનાથી લોહી પહોંચાડવાની ગોઠવણ કેટલી શક્તિશાળી કે નબળી છે તે જાણી શકાય છે.
૪. Coronary Angiography - કોરોનરી એન્જિયોગ્રાફી હૃદયને લોહી પહોંચાડતી કોરોનરી નસમાં રેડીઓ ઓપેક ડાય નાખીને બ્લોકેજ ક્યાં અને કેટલા પ્રમાણમાં છે તે જોવાની પદ્ધતિ છે.

### ● Coronary Angiography શું છે?

“કોરોનરી એન્જિયોગ્રાફી” એ સૌથી ચોક્કસ - Reliable તપાસ પદ્ધતિ છે જેનાથી હૃદયને લોહી ઓછું પહોંચવાના કારણ - તેમજ કેટલા પ્રમાણમાં અને નસમાં ક્યાં ક્યાં બ્લોક છે તે જાણી શકાય છે.

હોશિયાર અને અનુભવી ડોક્ટરના હાથમાં આ સૌથી સલામત અને ચોક્કસ પદ્ધતિ છે. જેમાં હોસ્પિટલમાં દરદીને એક દિવસ માટે દાખલ કરવામાં આવે છે અને પાસ Coronary Angiography માટે બનાવેલ મશીન અને ફ્લ્યુરોસ્કોપી Visual Controlથી પગની મુખ્ય શિરામાં એક નળી (Catheter) પસાર કરી Local Anesthesia અપાય. જેનાથી દરદી સંપૂર્ણ જાગ્રત અવસ્થામાં રહે

છે. હૃદય સુધી નળીને (Catheter) લઈ જઈ Coronary Arteryમાં જઈ રેડીઓ ઓપેક ડાય નાખવામાં આવે છે. આવી રીતે અલગ અલગ Coronary Arteryની શાખાઓમાં ડાય પહોંચી જઈ, ‘બ્લોક’ ક્યાં અને કેટલા પ્રમાણમાં છે તે ફિલ્મ વાટે જોઈ નક્કી કરવામાં આવે છે. આ આખી તપાસને ૨૦થી ૩૦ મિનિટ લાગે છે. આ પદ્ધતિમાં દુખાવો થતો નથી તેમજ માહિતી ઘણી ઉપયોગી અને ચોક્કસ મળે છે જેનાથી સારવાર હવે શું કરવી તે પણ નક્કી કરી શકાય છે.

### ● હવે “Coronary Artery”માં બ્લોકેજ ક્યાં અને કેટલું છે તે નક્કી થયા પછી સારવાર કઈ કરવી?

૧. દવાઓ - Medical Treatment
૨. કોરોનરી આર્ટરીનો બ્લોક દૂર કરી, કોરોનરીને સાફ કરવી અને પછી તે ન સંકોચાય તે માટે ‘સ્ટેન્ટ્સ’ (STENTS) બેસાડવાની પદ્ધતિને - Angio Plasty એન્જિયોપ્લાસ્ટી કહે છે.
૩. બાયપાસ ઓપરેશન Coronary Bypass Surgery.

### ● ઈલાજ પદ્ધતિના સિદ્ધાંતો શું છે?

દરદીને ઈલાજ પદ્ધતિના ફાયદાઓ અને ગેરફાયદાઓની પૂરી સમજ આપીને, બધા જ Risk Factors ધ્યાનમાં લઈને સૌથી ઉત્તમ, શ્રેષ્ઠ સારવાર આપવી જેથી દરદી બની શકે ત્યાં સુધી સારામાં સારી જિંદગી જીવી શકે અને પગભર રહી શકે એ જ સારવાર પદ્ધતિનો હેતુ છે. જો દવાઓથી રોગને કાબૂમાં લઈ શકાતો હોય અને દરદી પોતાનું જીવન કુદરતી રીતે પોતાની રીતે જીવી શકે તેવું થતું હોય Prevention is better than cure તો તેના જેવું ઉત્તમ કાંઈ પણ નથી. આ માટે દરદીએ પોતાની જીવનશૈલી બદલવી પડે તો બદલવી જોઈએ.

દરદીને એવી દવાઓ આપવામાં આવે છે જેથી હૃદયને પહોંચતા લોહીનું પ્રમાણ વધે,

તેમજ હૃદયના સ્નાયુઓની લોહીની જરૂરિયાત ઘટે. આમ કરવાથી “એન્જાઈના”ને કાબૂમાં રાખી શકાય. સાથે સાથે બીજા રોગો અને વ્યસનોને કાબૂમાં રાખવા જોઈએ. જેવા કે ઊંચું બ્લડપ્રેશર, ડાયાબિટીસ, કોલેસ્ટરોલનું ઊંચું પ્રમાણ, સ્થૂળતા, ધૂમ્રપાન, તમાકુનું સેવન, ચિંતા અને ટેન્શનવાળું જીવન, અનિયમિત જીવન, અસમતોલ આહાર, કસરત વગેરેનું જીવન વગેરે.

હવે જો દરદીને ઓર્થોટો એન્જાઈના પછી હૃદયરોગનો હુમલો આવે એટલે હાર્ટ એટેક (M.I.) આવે તો તરત દરદીને જરા પણ શ્રમ કરાવ્યા વગર એમ્બ્યુલન્સમાં પ્રાથમિક સારવાર અપાવ્યા પછી કે અપાવ્યા વગર જરા પણ વખત ગુમાવ્યા વગર જલદીથી ‘ઈન્ટેસીવ કોરોનરી કેર યુનિટ’ જ્યાં હોય ત્યાં બેડ બુક કરી, દાખલ કરવું જોઈએ. જેટલું જલદી ‘કોરોનરી બ્લોક’ (Blockage of Coronary Artery) દૂર કરી શકાય તેટલું હૃદયના સ્નાયુઓને નુકસાન થતું અટકાવી શકાય અને હૃદયને નબળું બનતું અટકાવી શકાય. હોસ્પિટલના I.C.U.માં Heart Attack આવ્યો હોય તે દરદીને, દવાઓ નસ વાટે આપવામાં આવે છે. મોનીટરીંગ ચાલુ કરાય છે. E.C.G. કાઢવામાં આવે છે તેમજ હૃદયના દુખાવાને, ધબકારાને, શ્વાસને વગેરેને નિયમિત બનાવવા માટે શ્રેષ્ઠ આધુનિક ઉપકરણો વડે સારવાર આપી લોહીના ગદ્દાને ઓગાળવાનો પ્રયત્ન કરી, હૃદયને વધારે નુકસાન ન પહોંચે તેવા દરેક પ્રયત્નો કરવામાં આવે છે. અહીં લોહીની તપાસ કરી હૃદયને કેટલું નુકસાન થયું છે તે પણ જાણી શકાય છે. આજના આધુનિક વૈદ્યકીય વિજ્ઞાનનો આ ફાયદો છે.

### ● એન્જિયોપ્લાસ્ટી શું છે? (Angioplasty)

એન્જિયોપ્લાસ્ટી વિશે આગળ થોડી સમજણ આપી. હવે વિસ્તારથી જોઈએ. કોઈ પણ એક કોરોનરી નસ અથવા તો મુખ્ય ડાબી નસ હોય અને નાની શાખા નસ હોય તે સંપૂર્ણ બંધ ન થઈ હોય ત્યારે

જે દેશમાં તમે જન્મ લીધો છે તેના માટે કર્તવ્યબદ્ધ થઈને જીવવું એ જીવનનું સૌથી મોટું કામ છે.

Angioplastyની સારવારથી દરદીની નસનો Coronary Block દૂર કરી શકાય છે તેમજ તે કોરોનરી નસને ફરીથી લોહી પસાર કરતી બનાવી શકાય તેમજ તે જ સ્થિતિમાં રાખી શકાય છે. આ સારવાર પદ્ધતિને એન્જિયોપ્લાસ્ટી કહેવાય છે.

આમાં શરીરના અમુક ભાગને પોટું પાડી તેમાં નસમાં બલુન કેથેટર - નળી વાટે પસાર કરી, ખાસ તેની માટેના મશીનથી (Cath Laboratory)માં જ્યાં બ્લોક છે ત્યાં પહોંચી, લોહીના ગદ્દાને દૂર કરી, બલૂનથી નસને પહોળી કરી અને સ્પ્રિંગ વડે તે ભાગને ઘણા વખત સુધી પહોળું રાખી શકાય છે. આ સ્પ્રિંગને STENTS કહેવાય છે જે Catheter વાટે જ પણ છાતીમાં કાપો મૂક્યા વગર કે હૃદયને ખુલ્લું કર્યા વગર કરવામાં આવે છે. આ પદ્ધતિમાં સમય ફક્ત એક કલાક જ લાગે છે અને હોસ્પિટલમાં ફક્ત એક જ દિવસ રહેવું પડે છે અને ત્રીજે દિવસે કામ ઉપર પણ જઈ શકાય છે. આ પદ્ધતિ જે દરદી મોટા ઓપરેશન જેવા કે Bypass Surgery માટે યોગ્ય (Fit) નથી તેમજ High Risk દરદીઓ ઉપર પણ થઈ શકે છે.

હવે Angioplasty માં STENTS અને ROTABIATORS અને LASERનો ઉપયોગ કરીને ખૂબ જ સફળ અને સારાં પરિણામ લાવી શકાય છે.

### ● બાયપાસ (ByPass) શસ્ત્રક્રિયા શું છે?

આ પદ્ધતિમાં દરદીને હૃદયમાં રહેલ કોરોનરી બ્લોક (Coronary Arteries Block)ને બીજી લોહીની નસના ઉપયોગથી આંતરીને (ByPass) કરીને - લોહીનું ભ્રમણ પુનઃસ્થાપિત કરવામાં આવે છે.

આ પદ્ધતિ જ્યારે Coronary Arteryની એક કે બે કરતાં વધુ શાખાઓ બંધ થઈ ગઈ હોય અને રોગથી નસોની સ્થિતિ વધારે ખરાબ હોય ત્યારે ByPassથી લોહીનું ભ્રમણ પુનઃસ્થાપિત કરવામાં આવે છે. આ માટે પગમાંથી અથવા હાથમાંથી અથવા છાતીમાંથી લોહીની નસ કાપી લઈ

હૃદયમાં રોપવામાં આવે છે. આ એક મોટા પ્રકારનું ઓપરેશન છે, જેમાં કલાકો લાગે છે અને હોસ્પિટલમાં ૧૫ દિવસ કે વધારે વખત પણ દરદીને રહેવું પડે છે. તેમજ ૩૦થી ૪૫ દિવસ સુધી ઘરે આરામ પણ કરવો પડે છે.

### ● હાર્ટએટેક (M.I.) પછી કેટલો આરામ કરવો? અને કામ ઉપર ક્યારે જઈ શકાય?

હાર્ટએટેકના હુમલા પછી દરદીને હોસ્પિટલમાંથી સામાન્ય રીતે ૧૦થી ૧૨ દિવસ પછી જો બધું બરોબર હોય તો ઘરે જવાની રજા આપવામાં આવે છે. પહેલા અઠવાડિયામાં ઘરે સામાન્ય રીતે આરામ કરવા માટે કહેવામાં આવે છે અને આપવામાં આવેલ દવાઓ અને સાદો પોષક ખોરાક લેવા કહેવામાં આવે છે. ઘરની અંદર ફરવા માટે તેમજ ટોઈલેટનો ઉપયોગ કરવા માટે રજા આપવામાં આવે છે.

બીજા અઠવાડિયા દરમ્યાન તેને થોડા અંતર સુધી બહાર ફરવા માટે રજા આપવામાં આવે છે. તે દરમ્યાન તેને કાંઈપણ તકલીફ થાય (Symptoms) તો જણાવવાનું કહેવામાં આવે છે. ધીમે ધીમે ફરવાનું અંતર વધારી શકાય છે. Symptoms Free Walkingની સલાહ અપાય છે. પછી દરદીને સીડી ચઢવાનું, ઊતરવાનું કહેવાય છે અને આમ ધીમે ધીમે બધી છૂટ આપવામાં આવે છે.

ત્રીજા અઠવાડિયા દરમ્યાન તેને બધું બરોબર હોય તો કોમ્પ્યુટરાઈઝ્ડ સ્ટ્રેસ ટેસ્ટ (Computerized Stress Test) લેવાની સલાહ આપવામાં આવે છે. જો તે ટેસ્ટ બરોબર - સારી આવે તો દરદી ત્રીજા અઠવાડિયા પછી કામ ઉપર જઈ શકે છે. પણ જો C.S.T. બરોબર ન આવે અને તેમાં કાંઈ પણ તકલીફ હોય તો તેને ફરીથી Coronary Angiography કરાવવાનું કહેવામાં આવે છે. અને તેના પરિણામ જોઈને શું કરવું તે નક્કી કરવામાં આવે છે.

આ બધા સમય દરમ્યાન દરદીને પોતાની જીવનશૈલી બદલવાનું કહેવામાં આવે

છે. જો તે સિગારેટ પીતો હોય કે તમાકુનું સેવન કરતો હોય તો આ વ્યસનને છોડી દેવાનું કહેવામાં આવે છે. ડાયાબિટીસ, ઊંચું બ્લડપ્રેશર, ઊંચું કોલેસ્ટેરોલ પ્રમાણ, સ્થૂળતા, ટેન્શન તેમજ નિયમિતતા અને સમતોલ - સારો પોષક આહાર લેવાની સલાહ આપવામાં આવે છે. જેનાથી દરદીને ફરીવાર હાર્ટએટેક ન આવે અને તે સારું જીવન જીવી શકે.

મંગલ મંદિર, નવેમ્બર-૨૦૦૩

### મીઠું - મિત્ર કે શત્રુ?

(અનુસંધાન : પાના નં.-૨૧૫ ઉપરથી ચાલુ)

- ★ સોડિયમ પ્રોપિયોનેટ : ઘનતા અટકાવવા.
- ★ સોડિયમ બાઈકાર્બોનેટ : અનાજ ઝડપથી રાંધવા
- ★ સોડા-એશ : પોચાપણું લાવવા.
- કેટલીક દવાઓમાં સોડિયમનું પ્રમાણ હોય છે. જેમને સોડિયમ ઘટાડવા સલાહ આપવામાં આવી હોય છે તેમણે કેટલીક એન્ટાસીડ દવાઓ, રેચક દવાઓ, એસ્પેરીન વગેરે ડોક્ટરની સલાહ મુજબ વાપરવી. શરીરના દુઃખાવા માટે વપરાતી દવાઓ અને સ્ટેરોઈડ નામની દવા શરીરમાં મીઠાને પાણી સાથે સંગ્રહી રાખે છે. તેથી બ્લડપ્રેશર વધવા સંભવ છે. કેટલીક શક્તિની દવાઓમાં હોર્મોનનું પ્રમાણ આપણી જાણ બહાર હોય છે. તેના પરિણામે પણ બ્લડપ્રેશર ઊંચું જઈ શકે છે.

આ સૂચનો પ્રમાણભૂત અને અનુભવ સિદ્ધ છે. મીઠાનો ઉપયોગ ઘટાડવામાં શરૂઆતમાં થોડીક તકલીફ પડશે. પણ ગંભીરતા પૂર્વક અને દંટતાપૂર્વક વળગી રહેવાથી સ્વાદની ટેવ ધીમે ધીમે બદલી શકાશે.

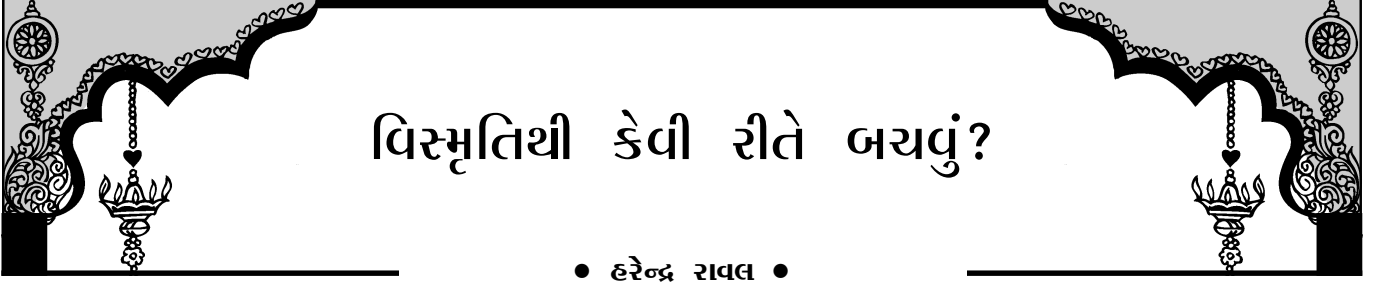
બીમાર પડ્યા પછી પરાણે અંકુશ મૂકવો પડે તે કરતાં પહેલેથી મીઠાનું પ્રમાણ ઘટાડવાથી રોગો આવતા અટકાવી શકાશે, દવા પાછળ થતો ખર્ચ બચાવી શકાશે અને તંદુરસ્તીભર્યું લાંબું જીવન જીવી શકાશે.

મંગલ મંદિર, બન્યુઆરી-૧૯૯૪

કઠિન પરિશ્રમ એ સફળતાનો ગુરુમંત્ર છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક





• હરેન્દ્ર રાવલ •

રણમાં તરસ્યો માણસ મૃગજળથી છેતરાઈને ભોંકો પડે એવી નાજુક સ્થિતિ મીરાની હતી. બબ્બે વારના પ્રણય પ્રસંગની નિષ્ફળતાએ તેનો અજંપો વધાર્યો. અજંપાએ તેને અનિદ્રાનો રોગ લગાડ્યો. ગમે ત્યારે મીરાં ઊંઘમાંથી ઝબકીને જાગી જતી. તેણે આખી જિંદગી એકલવાયી વીતાવવાનું નક્કી કર્યું હતું.

પોતાના ક્લિનિકમાંથી રાત્રે ઘરે આવે ત્યારે તેને ઘર સ્મશાન શું લાગતું. કશોક ખોવાઈ જવા તે મથતી. પણ ખોવાઈ જવું કેટલું મુશ્કેલ છે તેનો તે અનુભવ કરતી. અનિદ્રા ઉપરાંત તે હવે વિસ્મૃતિનો ભોગ બની હતી. સ્મૃતિશક્તિ તેને દગો દેવા લાગી.

ડૉ. મીરા કદી કદી રિક્ષામાં ઘેર આવતી. ઘેર આવે ત્યારે તેને યાદ આવતું કે કાર તો ક્લિનિકનાં પાર્કિંગમાં જ રહી ગઈ હતી. ક્યારેક ક્યારેક તે દર્દીઓનાં નામ ભૂલી જવા લાગી. પ્રિસ્ક્રીપ્શન આપવામાં ગોટાળા થવા લાગ્યા. તેને લાગ્યું કે આવી ઊંડી વેદનાની પળોમાં કોઈની આત્મીયતાની જરૂર પડે છે. આ જ સમયે ડૉ. શ્રીધરનો તેને પરિચય થયો. શ્રીધરે તેની આંખોમાંની ઉદાસી વાંચી. કોઈ, કોઈનું દુઃખ તો કેવી રીતે ફેડી શકે? પણ શ્રીધર એવા સમયે મીરાને મળ્યો કે રુટીનમાં તે ઘણું બધું ભૂલી જતી. કારની ચાવી ક્યાં મૂકી છે તે યાદ કરવામાં તેને તકલીફ પડતી. ગોગલ્સ શોધવામાં તેને મુશ્કેલી પડતી. તે તારીખો ભૂલી જતી. દિવસ આગળ-પાછળ થઈ જતો. હકીકતો વિસારે પડતી.

શ્રીધરે તેને સાથ આપવા માંડ્યો. કદીક રેસ્ટોરામાં લઈ જતો. કદીક બંને શોપિંગ કરી આવતા. એક-બે વાર સ્વીમિંગ પૂલમાં તે બંને જઈ આવ્યા. મીરાની ઉદાસી ઘટી પણ વિસ્મૃતિમાં મોટો ફરક ન પડ્યો. શ્રીધરે ધીરજ સાથે મીરાનો કેસ હાથમાં લીધો. એના માટે કેટલીક ટીપ્સ તૈયાર કરી. છ મહિનાના તેના અથાગ પ્રયત્નો પછી મીરા રૂટીનમાં ગોઠવાઈ શકી છે.

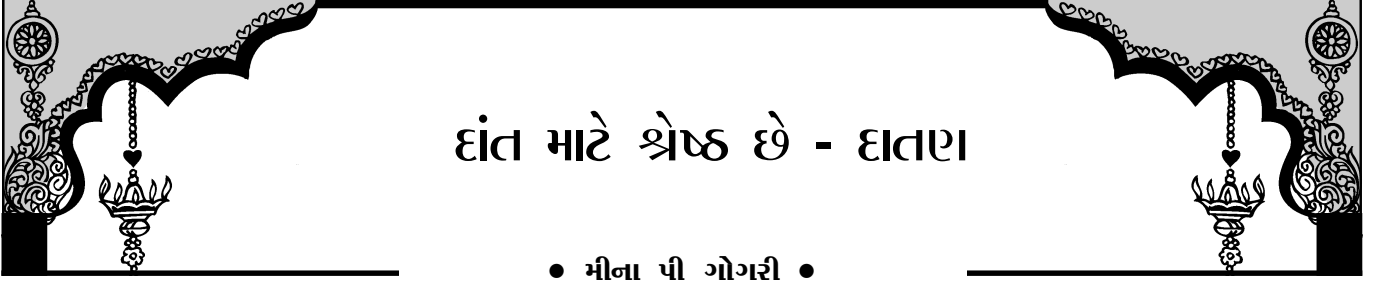
શ્રીધરે મીરાની સ્મૃતિ શક્તિ સુધારવા અને તેને વિસ્મૃતિથી બચાવવા જેન ડાક્ટરની વૈજ્ઞાનિક ફોર્મ્યુલા અપનાવી હતી. જેન કહે છે સ્મૃતિ જુદા જુદા રૂપે આવે છે. કેટલીક ટૂંકા સમય માટેની છે. પણ તમારું મન નક્કી કરે કે તે મહત્ત્વની ઘટના છે તો સ્ટોર કરી શકાય અને જરૂર પડ્યે તેનો ઉપયોગ થઈ શકે. લાંબા સમય સુધી પણ તેનું જતન થઈ શકે. અત્યંત બુદ્ધિશાળી માણસો પણ યશમાં ક્યાં મૂક્યા છે તે ભૂલી જતા હોય છે. **એટલે કે સવાલ રહે છે, વસ્તુ સ્થિતિને કેવી રીતે ઓર્ગેનાઈઝ કરવી - અને સ્મૃતિ શક્તિનું કેવી રીતે જતન કરવું,** તેમજ વિસ્મૃતિમાંથી કેવી રીતે બચવું. એક, શારીરિક કસરત જેથી હૃદયને પમ્પીંગનો લાભ મળે છે અને મસલ્સનું હલન ચલન થાય છે. બ્લડ સરક્યુલેશન થાય છે અને લોહી મગજ સુધી પહોંચે છે. બીજું, પૂરતી ઊંઘ લેવી. ઊંઘ ન આવે ત્યાં સુધી પ્રવૃત્તિમાં રહેવું. ત્રીજું, લોં ફેટવાળા ખોરાકને પસંદગી આપવી. બ્રેડ, રાઈસ અને ગ્રેઈન્સ જેવો કાર્બોહાઈડ્રેટ ખોરાક

સ્મૃતિ શક્તિમાં વિધાયક અસરો જન્માવે છે. ચોથું, અનિદ્રા અને ખિન્નતાભરી લાગણીથી બચવા તમારી સમસ્યાનું નિરાકરણ કરો. જરૂર પડ્યે એક્સપર્ટની સલાહ લો. તમારા ડોક્ટરને મનની વાત કહો અને યોગ્ય દવાઓ લો. હા, વિસ્મૃતિ એક રોગ છે એટલું ભૂલી શકો તો પણ વિસ્મૃતિથી જરૂર બચી શકો.

જેન કહે છે જે વાત તમે ભૂલી જતા હોવ તેનું વારંવાર પુનરાવર્તન કરો. રમતો રમો. સ્વિમિંગ કરો. ચેસને સ્થાન આપો. જુદી જુદી મેમરી ક્વીઝ ટ્રાય કરો. વૈજ્ઞાનિકો સલાહ આપે છે કે જીવનમાં યોગને અપનાવો. લાઈફ સ્ટાઈલ બદલો. સ્મૃતિ શક્તિનું જતન કરવામાં યોગ - લાઈફ સ્ટાઈલ અદ્ભુત પરિણામો આપી શકે છે. **રોકવૂડ કહે છે કે વિસ્મૃતિથી બચવા માટે નિયમિત વ્યાયામ દ્વારા કૉલેસ્ટ્રોલનું નિયંત્રણ કરો અને હાઈપર ટેન્શનથી બચો.**

મનોવૈજ્ઞાનિકો કહે છે કે એક વ્યક્તિની યાદ શક્તિ બીજી વ્યક્તિ કરતાં વધુ સારી હોય છે, તે માટે કોઈ નક્કર કારણો નથી. તમે વધુ સ્માર્ટ છો એનો અર્થ એમ નથી કે તમારી યાદશક્તિ વધુ સતેજ છે. અને હા, યાદશક્તિને સુધારવા બધા પ્રયત્નો કર્યા પછી પણ તમે ભૂલી જતા હો તો વિસ્મૃતિને માનવ જીવનના એક અંગ તરીકે સ્વીકારી લો. વિસ્મૃતિ પાછળ નહીં દોડો તો પણ તેનાથી બચી શકશો.

મંગલ મંદિર, ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૪



## દાંત માટે શ્રેષ્ઠ છે - દાંતણ

• મીના પી ગોગરી •

ટૂથપેસ્ટનો પ્રચાર માત્ર સડો વધારે છે..

વિશ્વમાં ટૂથપેસ્ટની અબજો ડોલરની માર્કેટ ઉપર આધિપત્ય ધરાવતી બે મલ્ટિનેશનલ કંપનીઓ પોતાના માલના પ્રચારની બાબતમાં કાનૂની યુદ્ધમાં પડી ગઈ છે. ભારતમાં પણ ટૂથપેસ્ટના વેચાણમાં ૯૦ ટકાથી વધુ હિસ્સો ધરાવતી કોલગેટ પામોલિવ અને પ્રોક્ટર એન્ડ ગેમ્બલ કંપનીઓ વચ્ચે અમેરિકાની એક ડિસ્ટ્રિક્ટ કોર્ટમાં રસપ્રદ યુદ્ધ જામ્યું છે. આ યુદ્ધમાં બંને કંપનીઓ પોતાના પ્રતિસ્પર્ધી તરફથી કરવામાં આવેલા દાવાઓ જૂઠા અને ગરેમાર્ગે દોરવાના હોવાની કોર્ટમાં રજૂઆત કરી રહી છે. ટૂથપેસ્ટના વપરાશકારોને તેમાંથી ઘણી રસપ્રદ વિગતો જાણવા મળે તેમ છે.

ભારતમાં તો એવી પરિસ્થિતિ છે કે ટી.વી.ની ચેનલો જાણે ટૂથપેસ્ટ અને સાબુ બનાવતી કંપનીઓ જ ચલાવતી હોય તેવો આભાસ થાય. તેમાં પણ કોલગેટ અને પેપ્સોડેન્ટની જાહેરખબરો આપણી ઉપર ચારે તરફથી મનોવૈજ્ઞાનિક આક્રમણ કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે. આ જાહેરખબરોનું મુખ્ય ટાર્ગેટ બાળકો જ હોય છે. કારણ કે આવી બાબતોમાં ઘરમાં બાળકના અવાજને જ વધુ મહત્વ આપવામાં આવતું હોય છે. કોલગેટ કે પેપ્સોડેન્ટની જાહેરખબરના નિર્માતાઓને એ વાતની બરાબર ખબર હોય છે કે બાળકોનું બ્રેઈનવોશિંગ કરવું ખૂબ જ આસાન હોય છે અને એટલે જ વિવિધ બ્રાન્ડની ટૂથપેસ્ટોના નિર્માતાઓ પોતાની જાહેરખબરોમાં અનેક અસત્યો, અર્ધ સત્યો અને ગ્રાહકોને ગેરમાર્ગે દોરતી હકીકતોનો મારો ચલાવે છે.

ટૂથપેસ્ટનું સૌથી મોટું સત્ય એ છે કે

દાંતના આરોગ્યની રક્ષા કરવા માટે કોઈપણ ટૂથપેસ્ટ કોઈ રીતે અનિવાર્ય નથી. કોઈપણ ડેન્ટિસ્ટ આ વાતની ગવાહી પૂરશે. બ્રશ વડે દાંત સાફ કરવા માટે પણ ટૂથપેસ્ટ જરૂરી નથી. તમે આ કામ બ્રશ અને સાદા પાણી વડે પણ કરી શકો છો. ટૂથપેસ્ટની ભૂમિકા તો દાંત અને બ્રશ વચ્ચે ઘર્ષણ નિવારનાર એક માધ્યમ તરીકેની જ છે અને જે કામ ટૂથપેસ્ટ કરી શકે છે તે જ કામ સાદું પાણી કે મીઠું પણ કરી શકે છે. તે માટે મોંઘીદાટ ટૂથપેસ્ટ પાછળ ખર્ચો કરવાની કોઈ જરૂર નથી.

ટૂથપેસ્ટ વિશે બીજી ગેરસમજણ એ છે કે જેટલા વધુ ફીણ થાય તેટલા દાંત વધુ સ્વચ્છ થાય. હકીકતમાં સ્વચ્છતા સાથે ફીણનો કોઈ સંબંધ નથી. દાંત સાફ કરવા ફીણની જરાય જરૂર નથી હોતી. હવે આવે છે. દાંતના આરોગ્યની વાત. અગાઉ ટૂથપેસ્ટમાં માત્ર ચૂનાનો ભૂક્કો, મિન્ટ અને ફીણ ઉત્પન્ન કરનાર તત્વ જ ઉમેરવામાં આવતા હતા. તેને કારણે ટૂથપેસ્ટનો કોઈ ઉત્પાદક દાંતના આરોગ્ય માટે ટૂથપેસ્ટનો પ્રચાર કરતો નહોતો. સ્પર્ધા વધી એટલે 'બિનાકા' નામની ટૂથપેસ્ટના ઉત્પાદકે પોતાની પ્રોડક્ટમાં ફ્લોરાઈડ નામનું તત્વ ઉમેરવાનું શરૂ કર્યું. એવો દાવો કરવામાં આવતો હતો કે ફ્લોરાઈડને કારણે દાંતનો સડો અટકે છે. આ તૂટ વર્ષો સુધી ચાલ્યું. અન્ય ટૂથપેસ્ટના ઉત્પાદકોએ પણ પોતાની પ્રોડક્ટમાં ફ્લોરાઈડ ઉમેરવાનું શરૂ કર્યું. પાછળથી ખબર પડી કે ફ્લોરાઈડની વધુ પડતી માત્રા હકીકતમાં દાંતને અને શરીરને નુકસાન કરે છે અને તેનાથી ફ્લોરોસિસ નામનો રોગ થાય છે. આ સાથે ફ્લોરાઈડના નાટકનો અંત આવ્યો.

ટૂથપેસ્ટ કંપનીઓ આજકાલ કેલ્શિયમનો પ્રચાર કરી રહી છે. દાંતને મજબૂત બનાવવા માટે આપણા આહારમાં કેલ્શિયમ હોવું જોઈએ એ કબૂલ પણ ટૂથપેસ્ટમાં કેલ્શિયમ ઉમેરવાથી દાંતને કોઈ ફાયદો થઈ શકે નહીં. એ તદ્દન સાદી સમજણની વાત છે. દાંતને મજબૂત બનાવવા માટે જે કેલ્શિયમની જરૂર છે તે ખોરાક વાટે પેટમાં જવું જોઈએ અને આંતરડા વાટે લોહીમાં શોષાઈને હાડકાં સુધી પહોંચવું જોઈએ. દાંત ઉપર કેલ્શિયમના ભૂક્કાના લપેડા કરવાથી દાંત મજબૂત ન થાય અને આપણે ટૂથપેસ્ટનો ઉપયોગ ખાવા માટે નથી કરતા પણ દાંત ઉપર ઘસીને તેને થૂંકી નાખીએ છીએ. આ રીતે ટૂથપેસ્ટમાં ઉમેરવામાં આવતું કેલ્શિયમ કદી દાંતોને મજબૂત બનાવી શકે નહીં. આવો પ્રચાર ગ્રાહકોને છેતરવા માટે જ કરવામાં આવે છે. ભારતમાં ટૂથપેસ્ટ બનાવતી કંપનીઓનો લેટેસ્ટ દાવો તેમની જર્મીયેક ફોર્મ્યુલાનો છે. એક મલ્ટિનેશનલ કંપનીએ પોતાની કિટાણુનાશક ફોર્મ્યુલા બજારમાં મૂકી કે તરત જ બીજી કંપનીએ જાહેરખબરોનો મારો ચલાવ્યો કે અમારી ફોર્મ્યુલા "એક લોકપ્રિય બ્રાન્ડ"ની ફોર્મ્યુલા કરતાં બે ગણી વધુ અસરકારક છે. તરત જ પેલી 'લોકપ્રિય બ્રાન્ડ'ના ઉત્પાદકોએ વળતો પ્રહાર કર્યો કે અમારી ફોર્મ્યુલા પાંચ ગણી વધુ અસરકારક છે. આવા દાવાઓ કરવામાં ક્યાં કોઈ પુરાવાઓ આપવાની જરૂર હોય છે. ભલા માણસ ! તમારી ટૂથપેસ્ટની ફોર્મ્યુલા તમારી જ ટૂથપેસ્ટ કરતાં પાંચ ગણી વધુ અસરકારક કેવી રીતે હોઈ શકે ? પણ ગ્રાહકોને મૂર્ખ બનાવવાની હોડમાં આ વાતનો કોઈ વિચાર જ કરતું નથી.

ટૂથપેસ્ટ દ્વારા જો દાંતના આરોગ્યની

કામમાં કંટાળો લાવશો તો તમારી પડતી થવા લાગશે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

ખરેખર રક્ષા થતી હોય તો બાળકોમાં દાંતના સડાનું પ્રમાણ ઘટવું જોઈએ અને ડેન્ટલ હેલ્થમાં સુધારો થવો જોઈએ. આંકડાઓ કંઈક અલગ જ હકીકત સૂચિત કરે છે. ઈન્ડિયન પેડોડેન્ટિસ એન્ડ પ્રિવેન્ટિવ ડેન્ટિસ્ટ્રી દ્વારા હાથ ધરાયેલા એક સર્વેક્ષણમાં ચોંકાવનારી વાત જાણવા મળી છે કે મુંબઈ શહેરમાં ૧૪ વર્ષથી ઓછી ઉંમર ધરાવતાં ૮૦ ટકા બાળકો દાંતના સડાનો ભોગ બન્યા છે. ભારતમાંના કુલ ૩૦ કરોડ બાળકો પૈકી ૭૦થી ૭૫ ટકા દંતરોગોનો ભોગ બન્યા છે. આજે આપણા ઘરોમાં ટૂથપેસ્ટનો જે રીતે ઉપયોગ વધી રહેલો છે તે જોતાં આમાં માનવું પડશે કે ટૂથપેસ્ટના ઉપયોગ છતાં આ ૮૦ ટકા બાળકોના દાંત સડી રહ્યા છે. કદાચ ટૂથપેસ્ટની જાહેરખબરોને કારણે જ આ બાળકોના દાંત સડી રહ્યા છે.

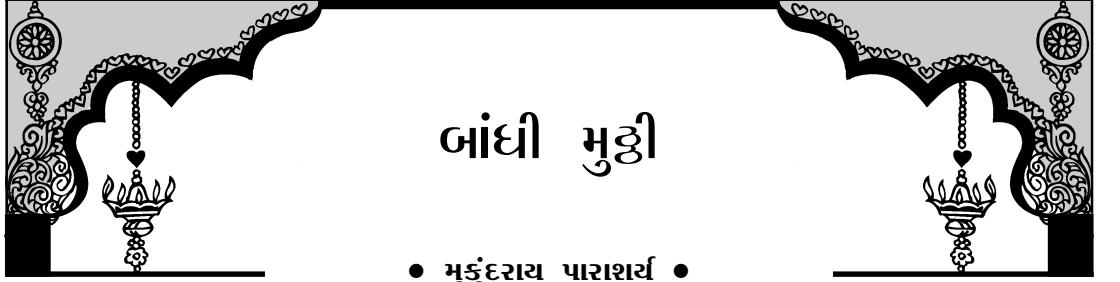
આજે ટી.વી. ઉપર ટૂથપેસ્ટની જે જાહેરાતો આવે છે તે બાળકોને દાંતના આરોગ્યની બાબતમાં ગુમરાહ કરવાનું જ કામ કરે છે. આજ સુધી સમજદાર મા-બાપો પોતાના બાળકોને સમજાવતા આવ્યા છે કે દાંતને સ્વસ્થ રાખવા હોય તો ચોકલેટ, આઈસ્ક્રીમ, ઠંડા પીણાં વગેરેનો ત્યાગ કરવો જોઈએ અથવા તો ખૂબ જ મર્યાદિત ઉપયોગ કરવો જોઈએ. હવે ટૂથપેસ્ટ બનાવતી કંપનીઓ બાળકોને ‘ડિસૂમ ડિસૂમ’ની જાહેરાતો દ્વારા એવો સંદેશો આપે છે કે આઈસ્ક્રીમ ખાવા છતાં પણ તમારા દાંત સડતા નથી. કારણ કે ફ્લાણી ટૂથપેસ્ટ કલાકો સુધી બેક્ટેરિયા સામે લડ્યા કરે છે. આ જાહેરખબર જૂઠી, ગેરમાર્ગે દોરનારી અને ખતરનાક છે. આવી જાહેરખબરો ઉપર સત્વરે પ્રતિબંધ મૂકાઈ જવો જોઈએ.

ટૂથપેસ્ટ બનાવતી કંપનીઓ જો એવો દાવો કરતી હોય કે તેમની પ્રોડક્ટમાં જંતુનાશક દવાઓ ઉમેરવામાં આવે છે તો તે ખૂબ જ ચિંતાની બાબત છે. આ જંતુનાશક દવાઓ પેટમાં જઈ માનવ શરીરને પણ નુકસાન કરી શકે છે. જો ટૂથપેસ્ટના ઉત્પાદકો જંતુનાશક દવાઓ ન વાપરતા હોય તો તેમણે પણ સ્પષ્ટ કરવું જોઈએ કે તેઓ એવો ક્યો પદાર્થ વાપરે છે કે જેના કારણે ટૂથપેસ્ટ વાપર્યાના કલાકો પછી પણ મોઢામાં કોઈ જીવાણુ પેદા થતા નથી. શરીર વિજ્ઞાનીઓના જણાવ્યા મુજબ આપણા મોઢામાં જે ૮૦ પ્રકારના સૂક્ષ્મ જીવાણુઓ પેદા થાય છે. જેમાંના મોટાભાગના શરીર માટે ઉપયોગી છે. જો કોઈ ટૂથપેસ્ટ આ બધા જ જીવાણુઓનો સંહાર કરતી હોય તો તે શરીર માટે ઉપયોગી કેવી રીતે હોઈ શકે ?

કોક અને પેપ્સી કરતાં જે રીતે શેરડીનો રસ અને નાળીયેર પાણી ચડિયાતાં છે તેવી જ રીતે કોલગેટ અને પેપ્સોડેન્ટ કરતાં બાવળનાં કે લીમડાંનાં દાતણ ચડિયાતા છે એ બાબતમાં ભાગ્યે જ કોઈ મતભેદને અવકાશ હોઈ શકે. તકલીફ એ વાતની છે કે આ દાતણના પ્રચારમાં મલ્ટિનેશનલ કંપનીઓને રાતી પાઈ પણ મળતી નથી એટલે તેનો ઉપયોગ ઘટી રહ્યો છે. મુંબઈના મોટા ભાગના પરંઓમાં આજે બાવળના દાંતણ જોઈતા હોય તો સરળતાથી મળી શકતા નથી, જ્યારે ટૂથપેસ્ટ અને ટૂથબ્રશ કોઈપણ ગલીના નાકે મળે છે. રાજકોટની કેટલીક મહિલાઓએ શહેરના ઘરેઘરે દાતણની હોમ ડિલીવરી કરવાની યોજના બનાવી છે. આવી યોજના પ્રત્યેક શહેરમાં અને કસબામાં શરૂ થાય તો જ મલ્ટિનેશનલ કંપનીઓ દ્વારા પ્રેરિત આ સડો અટકી શકે.

‘મંગલમંદિર’, સપ્ટેમ્બર-૨૦૦૪





• મુકુંદરાય પારાશર્ય •

શિયાળાની એક સાંજે હું ગામમાં ગયેલો.

શાકપીઠ પાસે એક વાઘરીબાઈ પાસે રસદાર આમળાં જોયાં, ભાવ પૂછ્યો અને અઢી રૂપિયાનાં જોખાવ્યાં. મારી પાસે છૂટા પૈસા નહોતા, એટલે મેં બાઈને કહ્યું કે, મારી પાસે છૂટા પૈસા તો નથી, પણ દસની નોટ છે.

“કાંઈ વાંધો નહિ, ભૈલા ! મારી પાસેય પાછા આપવા જેટલા પૈસા નથી. તમતમારે આંબળાં લઈ જાવ, અને ગામમાં જતાં-આવતાં બે ચાર દિવસમાં પૈસા આપી જજો.”

બાઈ પાસે છૂટા પૈસા કદાચ ન પણ હોય એ મને સ્વાભાવિક લાગ્યું. મારે બસમાં તરત પાછા ફરવાનું હતું, પણ મનમાં થયું કે અજાણ્યો છતાં વિશ્વાસ રાખીને આ બાઈએ જરાય ખચકાયા વિના આમળાં મને આપી દીધાં, તો મારેય તેને પૈસા આપીને જ જવું સારું. બહુ તો એકાદ બસ જતી કરવી પડશે, પણ પછી વળી આ તરફ શી ખબર ક્યારે

આવવાનું થાય ? અને ત્યાં સુધી આ પૈસા બાકી રહ્યાનો મનમાં ભાર રહ્યા કરે ! બસ ભલે ચૂકી જવાય, ધરમ ન ચૂકવો.

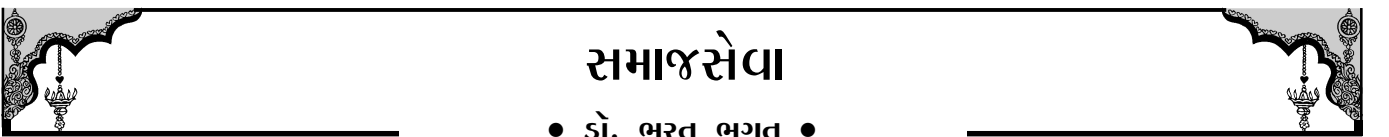
આમ વિચારી બે ચાર દુકાને ફરી એકાદ ચીજ ખરીદીને દસની નોટ વટાવી અને પછી પેલી બાઈ પાસે જઈને તેના અઢી રૂપિયા આપી દીધા. બાકી ન રાખતાં હું તરત પૈસા આપી ગયો એની આ બાઈ કદર કરશે એવું મારા મનમાં હતું, ત્યાં એણે તો કહ્યું કે, “શીદને આંટો ખાધો, ભૈલા. મારી પાસે દસના છૂટા તો હતા જ.”ને એણે કેડેથી સાડલાનો છેડો કાઢી ગાંઠ છોડી તેમાં મેં આપેલા પૈસા મૂક્યા. ખરેખર એની પાસે થોડા પરચૂરણ સાથે સહેજે સત્તર-અઠાર રૂપિયાની નોટો હતી ! આ જોઈને મેં કહ્યું, “ભલી બાઈ, તારી પાસે છૂટા પૈસા હતા તો પછી મને શીદને રખડવા મોકલ્યો ?”

“ભૈલા, આ બે અઢી રૂપિયાની કિંમત બે-અઢી રૂપિયા જેટલી જ. પણ માણસની બાંધી મુઢી લાખ રૂપિયાની છે. હું પરચૂરણ

કાઢું ને તમ જેવા સારા માણસ પાસેથી દસની નોટ જ ન નીકળે તો ? પોતાનો ભરમ જાળવી રાખવા ધરાક બાંધી નોટ હોવાનું કહે છે ઈ અમે જાણીએ. પણ એમ કાંઈ ધરાકની લાખ રૂપિયાની બાંધી મુઢી ઉઘાડી નખાય ? મારા ધરાકનો ભરમ સાચવવો ઈ મારો ધરમ છે.”

એનો જવાબ સાંભળીને પૈસા બાકી ન રાખ્યાનો મારો બધો ગર્વ ઓગળી ગયો. વગર મૂડીએ વેઠ કરી પેટિયું રળનારી આ બાઈ ઘસારો ખમીને પણ ધરાકની પ્રતિષ્ઠા જાળવવાની કેટલી ખેવના રાખે છે ? પૈસે ટકે એ ગરીબ હતી, પણ દિલની એ કેટલી અમીર હતી ! આના બદલે કોઈ રોનકદાર દુકાનને ઓટલે ચડ્યો હોત અને પાસે છૂટા પૈસા ન નીકળત તો ? દુકાનદારે મને શું સંભળાવ્યું હોત તે તમે જ કલ્પી લો. તમેય ક્યારેક તો એ સાંભળ્યું જ હશે ને ?

મંગલમંદિર, માર્ચ-૧૯૯૮



• ડૉ. ભરત ભગત •

બાલચંદભાઈ એમનું નામ. ચહેરા ઉપર અઢાવન વર્ષની ઉંમર અંકિત થયેલી હતી, છતાંયે આંખોમાં નિશ્ચિંતતા વર્તાતી હતી. સ્મિત સદાય રેલાતું હતું. ચોરવાડ ગામમાં પાંત્રીસ વીધાની વાડી ઈજારદારને સોંપી બાર મહિને સાંઈઠ હજારની રોકડી આવક. એ જાણતા હતા કે જમીન વેચી વ્યાજ ઉપજાવીએ તો બાર મહિને ચાર-પાંચ

લાખની આવક થાય. પણ બાપદાદાની જમીન વેચાય નહિ અને એથી વધુ બેઠી આવકથી બાળકો આળસુ-પ્રમાદી થાય, નવરા બેસી કુસંગી બને.

ચલાવતા હતા એમ્બ્યુલન્સ ! પ્રશ્ન થયો ખુદની વાડી મૂકી આ શું કરી રહ્યા હશે. પણ એમણે જ કહ્યું કે રોટલાનું સુખ છે, ઉપર સાથે કંઈ લઈ જવું નથી એટલે આ

સેવા કરું છું. કેટલો પગાર મળે છે ? એ મારો પ્રશ્ન હતો. જવાબ હતો, સાહેબ, આ તો સેવા, માત્ર સેવા કરું છું. એક પણ પૈસો લેતો નથી. દિવસે કે રાત્રે જ્યારે હોસ્પિટલને જરૂર પડે એટલે એટલે દોડી જઈ છું. દર્દી ગંભીર હોય તો રાજકોટ કે અમદાવાદ લઈ જાઉં છું. પણ તમને શું મળે ? અમારો શહેરી પ્રશ્ન હતો. સાહેબ, હું ડોક્ટર તો નથી પણ

બીજાનું કલ્યાણ કરવાની ભાવનામાં સાચું સુખ છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

સમયસર કોઈને સારવાર મળે અને એની જિંદગી બચી જાય તો એનાથી વધારે આપણને બીજું શું જોઈએ? તમારા છોકરાઓનું ભાવિ શું? એવું પૂછતાં જ ભારતીય હૃદય પ્રકાશી ઊઠ્યું, આનાથી મોટા સંસ્કાર હું ક્યા આપી શકું? દીકરા પણ ક્યારેક કોઈકને ખપમાં આવવાનું શીખી લે તો એ પૈસા જ છે ને?

પૈસા, પદ, પ્રતિષ્ઠા પૂરતી માત્રામાં હોવા છતાં માણસોના અંતરમનમાં શું સાચો આનંદ અનુભવાતો હશે? માણસને જે માગે તે, જેટલું અને જે જોઈએ તે, બધું જ આપવામાં આવે તો પણ એના અંતરને કોઈક ખૂણો ખાલી જ રહે છે. કેમ કે બહારની કોઈપણ વસ્તુ અંતરની પ્યાસ બૂઝાવી શકતી નથી. એના માટે તો અંતરતરમાં વહેતા અમૃતનો જ આસ્વાદ લેવો પડે. પછી ખાલીપાનો કોઈ ખૂણો રહેશે નહિ.

બાલચંદભાઈ તો પ્રતીક છે, કારણ કે એમના જેવી અસંખ્ય અનામી વ્યક્તિઓ

સમાજને સતત સમર્પિત થતી રહે છે. એમણે સમાજની ઈમારતના પાયામાં પોતાની જાતને છૂપાવી દીધી છે. પાયામાં છૂપાઈ તેઓએ અંતરતરમાં વહેતા અમૃતનો આસ્વાદ લીધો છે.

કોઈપણ સેવા યજ્ઞમાં, કોઈપણ પ્રવૃત્તિમાં સ્વૈચ્છિક સહયોગ આપનાર નામી કે અનામી કાર્યકરનું સ્થાન પણ ઉપયોગી અને અમૂલ્ય છે. સૌનું ગૌરવ વધે એવો આપણો વ્યવહાર હોય તો સોનામાં સુગંધ ભળે, બાકી રસ હણાઈ જાય.

કોઈપણ સંસ્થામાં સેવા આપનાર હોદ્દદારો અગર કાર્યકર્તાઓ જ્યારે પોતાના સમય, શક્તિ કે સાધન આપતા હોય છે ત્યારે સહુની ફરજ બની રહે છે કે આવા સહુ કોઈને સાથ અપાય. પરંતુ મોટા ભાગે તેઓની નાની નાની ક્ષતિઓને વખોડાય, તેમની ઉપર પ્રશ્નોનો મારો થાય, ભરી સભામાં વસ્ત્રાહરણ થાય તે અત્યંત ખેદની વાત છે. અજ્ઞાણપણે આપણે કોઈના ઉત્સાહને તોડવાનું કામ આવી હરકતોથી કરીએ છીએ.

યાદ રાખવા જેવી વાત છે કે, જે કાર્યની વાત કરે છે હવામાં ઊડે છે, જે કાર્યને બદલે મોટામોટા વિચાર કરે છે તે આકાશમાં ઊડે છે, જે વિચાર કરીને કાર્ય સિદ્ધ કરી બતાવે છે તે જ ધરતી ઉપર બે ડગલાં માંડી શકે છે. પરંતુ જે કશુંયે કર્યા વિના માત્ર તોડવાનું કામ કરે છે તે તો લીલાં ઝાડનાં મૂળિયાં જ કાપી રહ્યાં છે.

બાલચંદભાઈ જેવા અજ્ઞાતમાં રહેલા લોકો પાસે ન કોઈ નામ છે, ન કોઈ નેજો, ન કોઈ સાધન કે ન કોઈ સંસ્થા અને છતાંય માનવતાની જ્યોતને પોતાની શક્તિ મુજબ ઝળહળતી રાખવાનું ભગીરથ કાર્ય ચૂપચાપ કરી રહ્યા છે. આવાં કોડિયાંનો પ્રકાશ ભલે મર્યાદિત ખૂણાને ઉજાળી શકે, પણ અસંખ્ય કોડિયાં ભેગાં થાય તો આખા ઓરડાને પ્રકાશિત કરી શકે. આપણે કોડિયું બનીએ અગર કોડિયાની અંદરની વાટ બનીએ અગર તેનું બળતણ બનીએ, પરંતુ પ્રગટેલી જ્યોતને ખુઝાવવાનું કાર્ય તો ના જ કરીએ.

મંગલમંદિર, એપ્રિલ-૧૯૯૮

## કરકસર

જ્ઞાતિના આગેવાનો ફંડ એકઠું કરવા નીકળ્યા હતા.

ખૂબ જ શ્રીમંત એવા એક જ્ઞાતિબંધુના ઘરમાં પ્રવેશવા જતા હતા ત્યાં જ તમાચાના અવાજ સાથે એક વાક્ય સંભળાયું, “મૂર્ખ જરૂરત વિના તેં દિવાસળી શા માટે સળગાવી ?”

આગેવાનો ઓટલા આગળ થંભી ગયા. એક જણ બોલ્યો, “જે માણસ એક દિવાસળી માટે પોતાના એકના એક લાડકવાયા દીકરાને લાફો મારી દે છે એ મખ્ખીચૂસ આપણને શું દાન આપવાનો છે ?”

“ન આપે તો કંઈ નહીં, પણ દાણો ચાંપી જોવો એ આપણી ફરજ છે. ફાળો લેવા નીકળ્યા પછી ઘર ટાળી ના શકાય,” વડીલે કહ્યું.

અને... સૌ અચકાતા ઘરમાં ગયા. પેલા જ્ઞાતિજને સૌનું સ્વાગત કર્યું ને ફંડ શાને માટે ઉઘરાવાય છે એના અંગે પૂછપરછ કર્યા બાદ, પચાર હજાર રૂપિયાનો ચેક લખીને આગેવાનોના હાથમાં મૂકી દીધો.

ફંડ ઉઘરાવવા ગયેલા આગેવાનો તો સૌ સ્તબ્ધ થઈ ગયા !

એકે તો હિંમત કરીને પૂછ્યું પણ ખરું, “માફ કરજો વડીલ, પણ અમે આપના

ઘરમાં પ્રવેશ કરતા હતા ત્યારે આપે આપના પુત્રને એક દિવાસળી સળગાવવા બદલ લાફો લગાવી દીધો હતો, જ્યારે અમને આટલી મોટી રકમનો ચેક...”

“હા, તમને બધાને આશ્ચર્ય થાય એવી વાત છે પણ એક દિવાસળી પણ વ્યર્થ ના જાય એનું ધ્યાન રાખીને જ આટલો શ્રીમંત થઈ શક્યો છું.”

આ પ્રસંગમાં કરકસરની સાચી વ્યાખ્યા ચરિતાર્થ થઈ છે.

કંજૂસાઈ, કરકસર અને ઉડાઉપણું એ ત્રણ વૃત્તિઓ વચ્ચેની ભેદરેખા બહુ પાતળી અને સૂક્ષ્મ છે.

સહજ, સરળ જીવન જીવો. સદ્કાર્ય દેખાડાની જણસ નથી. જે કરો તે નિર્મળ ભાવથી કરો.

કરકસરમાં સ્વાર્થ ભળે તો એ કંજૂસાઈ બની જાય અને બેદરકારીનો સ્પર્શ થાય તો ઉડાઉપણું કહેવાય.

આવી કરકસર પૂ. ગાંધીજીમાં હતી. ટપાલમાં આવેલા પરબીડિયાની કોરી બાજુનો ઉપયોગ કરવા જેટલો કે કાંતતાં એકઠા થતા નકામા સૂતરમાંથી પૂણી બનાવવા જેટલી સરકાર એમના માટે સહજ હતી.

વ્યક્તિ તેમજ સમાજ બંનેના હિત માટે કરકસર આવશ્યક એવી આદત છે. કરકસર કરવાની સંસ્કારગત આદત હોય એવો માણસ થોડી જરૂરિયાતોથી પણ સંતોષ માને છે. ગમે તેટલી તંગીમાં પણ એની જરૂરિયાતો એને મળી રહે છે. એથી ઓછી આવક હોય તો પણ સંતોષ અને આનંદથી એનું ગુજરાન ચાલી શકે છે.

બીજી દૃષ્ટિએ જોઈએ તો બધી ચીજોનો ઉપયોગ કરકસરથી થાય તો રાષ્ટ્રની સંપત્તિ અને સમૃદ્ધિ વધે છે.

એક પ્રજા તરીકે આપણામાં કરકસરથી જીવવાની દૃષ્ટિ હજી જરા પણ વિકસી નથી. મોટા શહેરોમાં નળ ખુલ્લા રાખીને પાણીનો કેટલો બધો બગાડ કરવામાં આવે છે ! જે રૂમનો ઉપયોગ ના હોય એ રૂમની લાઈટ બંધ કરવાની આપણામાંથી કેટલાને યાદ હશે ? પંખો પણ જરૂર હોય ત્યારે જ અને એટલી જ ઝડપે ચલાવવો જોઈએ એ આપણામાંના કેટલા ધ્યાનમાં રાખે છે ?

કરકસરની આદત બાળપણથી જ પાડવી જોઈએ. એ માટે સૌ પ્રથમ તો સમજણા થયેલા પ્રત્યેક બાળકને વસ્તુનું મૂલ્ય

સમજાય એ માટે પ્રયાસ કરવો જોઈએ. બાળકને રમવા આપેલું રમકડું એ કેટલા સમય સુધી ચલાવે છે એના પરથી એની કરકસર કરવાની વૃત્તિનો ક્યાસ કાઢી શકાય.

આમ કરકસર માત્ર અન્ન, વસ્ત્ર અને પૈસાની જ કરવાની નથી, સમયનો ઉપયોગ પણ કરકસરથી કરવો જોઈએ. “છાણ નાખતી આવું ને છાણ લેતી આવું.” જેવી તળપદી કહેવતમાં પણ સમયની કરકસરનો આદર્શ છુપાયો છે. “એક પંથ દો કાજ” અને “એક કાંકરે બે પક્ષી મારવાં” જેવી લોકોક્તિ પણ કરકસરનો ઉપદેશ આપે છે.

મંગલ મંદિર, જુલાઈ-૧૯૯૮

## એક પૈસાની રોટી

• ડૉ. ભરત ભગત •

ઘણા તેજસ્વી વિદ્યાર્થીઓને પણ ઘણીવાર અત્યંત મુસીબતમાંથી પસાર થવું પડતું હોય છે. ઘણા તો એટલી બધી ગરીબીમાં જીવન ગુજારે છે કે બે ટંક પૂરું ખાવાયે નથી મળતું, અને છતાં જેનામાં અંતરની લગન હોય છે, તેઓ ગમે તેવી મુસીબતોનો સામનો કરીને પણ આગળ વધે છે.

તીર્થરામ પણ આવો જ એક ગરીબ પણ બહુ જ તેજસ્વી વિદ્યાર્થી હતો. ભણવામાં એ એટલો બધો હોંશિયાર હતો કે તેને શિષ્યવૃત્તિ મળતી પણ તેમાંથી જ ખાવા-પીવાનો અને બીજો બધો ખર્ચ કાઢવો પડતો. ઘણીવાર તો શિષ્યવૃત્તિની ઘણીખરી રકમ પુસ્તકો ખરીદવામાં જ ખર્ચાઈ જતી અને ખાવા પીવા માટે જૂજ રકમ બચતી.

એકવાર આવું જ થયું. તીર્થરામે હિસાબ લગાડ્યો તો જણાયું કે એ મહિને

રોજના માત્ર ત્રણ પૈસા ખાવા પાછળ ખર્ચવા બચ્યા હતા. એટલે તે રોજ સવારે બે પૈસાની રોટી લઈને ખાતો અને સાંજે એક પૈસાની.

પરંતુ બે-ચાર દિવસ થયા, અને દુકાનદારે તેને કહી દીધું, “છોકરા, તું રોજ એક પૈસાની રોટી સાથે દાળ મફતમાં ખાઈ જાય છે. જા, હું એક પૈસાની રોટી નથી વેચતો !” તીર્થરામે નક્કી કર્યું કે કાંઈ નહીં, બીજી રકમ ન આવે ત્યાં સુધી હું હમણાં રોજ એક ટંક જ ખાઈશ.

આટલી ગરીબી અને બેહાલી છતાં તીર્થરામ હંમેશાં મસ્તીમાં જ રહેતો. એ કદી નિરાશ ન થતો. અથવા પોતાના રોદણાં ન રડ્યા કરતો. એ ખૂબ જ દિલ દઈને ભણતો. ભણવામાં એ એટલો બધો તેજસ્વી હતો કે તેરમાંથી નવ સવાલના જવાબો જો કરવાના હોય તો એ તો તેરે-તેર જવાબો લખી નાખે ! એટલા વખતમાં બીજા વિદ્યાર્થીઓ

માંડ ત્રણ-ચાર સવાલોના જવાબો લખી શક્યા હોય !

આમ આગળ વધતો વધતો એ બી.એ. થયો, એમ.એ. થયો. બી.એ.માં તો આખી યુનિવર્સિટીમાં એ પ્રથમ નંબરે આવ્યો. ત્યાર પછી એ અધ્યાપક બન્યો. એ પોતાના તંગીભર્યા દિવસો ભૂલ્યો નહોતો. દર મહિને પગાર આવતાવેંત એ કોલેજના જરૂરિયાતવાળા વિદ્યાર્થીઓને અને ચપરાશી વગેરેને મદદ કરતો. પૈસાનો એને કદી મોહ ન થયો. આ સંસારમાં પણ તેનું દિલ ન લાગ્યું. એ તો ઈશ્વરની ખોજમાં હિમાલય તરફ ચાલી નીકળ્યો.

આ તીર્થરામ તે બીજા કોઈ નહીં, પણ આગળ જતાં દુનિયા આખીમાં વિખ્યાત થયેલા, “સ્વામી રામતીર્થ !”

મંગલ મંદિર, જુલાઈ-૧૯૯૮

માણસને માણસ તરીકે જોઈ તેના કલ્યાણની કામના કરો.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

## વાણી વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વની અભિવ્યક્તિ છે

• કનૈયાલાલ ગિ. રાવલ •

“અંધના બધા આંધળા” દ્રૌપદીએ ઉચ્ચારેલા એ ટૂંકાટય વાક્યથી મહાભારત રચાયું અને ભારે વિનાશ વેરાયો. કેવા આકરા છે વાણીના ઘા! કહેવાય છે કે તલવારના ઘા રુઝાય છે. વાણીના નહિ. વાણીથી વ્યક્તિની ઓળખ થાય છે. વાણીથી વ્યક્તિની પરખ થાય છે. વાણીથી વ્યક્તિની જાતિનું અને એના કુળનું પ્રમાણ પણ મળી જાય છે. કહો કે વાણી જ વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વની અભિવ્યક્તિ છે. એવું એક દષ્ટાંત કંઈક આ પ્રમાણે છે.

એક દિવસ એક રાજા અને મંત્રી અને નોકર સાથે શિકાર કરવા જંગલમાં ગયો. ત્રણેય જણા જંગલમાં તો પ્રવેશ્યા પણ જંગલ હતું. અડાબીડ અને એ કારણે તેઓ એકબીજાથી છૂટા પડી ગયા. તેઓ એકબીજાને શોધવા લાગ્યા. એવામાં રાજાનો નોકર જરા આગળ નીકળી ગયો અને જંગલની એક કાંટાળી કેડી નજીક આવેલા એક ઘટાદાર વૃક્ષ

નીચે જઈને ઊભો રહ્યો. એણે જોયું તો એ ઘટાદાર વૃક્ષના થડનો ટેકો લઈને એક આંધળો ફકીર બેઠો હતો અને પ્રભુ ભજન કરતો હતો. રાજાના નોકરે છેક નજીક જઈને એ ફકીરને પૂછ્યું : “એ આંધળા! અહીંથી કોઈ માણસ ગયો? ફકીરે જવાબ દીધો : “ભાઈ! મને ખબર નથી.” થોડીવાર પછી રાજાનો મંત્રીય એ વૃક્ષ નીચે આવ્યો. એણે પેલા અંધ ફકીરને જોઈને પૂછ્યું : “ભાઈ ફકીર! અહીંથી કોઈ માણસ ગયો?” ફકીરે કહ્યું : “હા, હમણાં જ રાજાનો નોકર ગયો.” છેલ્લે રાજા પણ ફરતો ફરતો એ ઘટાદાર વૃક્ષ નીચે આવ્યો. એણે પેલા અંધ ફકીરને પૂછ્યું : “અરે, સુરદાસ! અહીંથી કોઈ માણસ ગયો! ફકીરે કહ્યું : “રાજન! પહેલાં તમારો નોકર આવીને ગયો. પછી મંત્રી આવીને ગયા અને હવે આપ પધાર્યા છો.”

અને આમ રાજા, મંત્રી અને નોકર ફરી પાછા એ અડાબીડ જંગલમાં ભેગા થઈ ગયા.

પરંતુ એ ત્રણેને આશ્ચર્ય એ વાતનું થયું કે અંધ ફકીરે એમને ઓળખ્યા કઈ રીતે? એમના મનમાં સમસ્યા પેદા થઈ અને એના ઉકેલ માટે તેઓ પેલા ઘટાદાર વૃક્ષ નીચે બેઠેલા અંધ ફકીર પાસે ગયા.

અને વૃક્ષ નીચે જઈને રાજાએ ફકીરને પૂછ્યું : “ભાઈ, સુરદાસ! તમે તો અંધ છો. તમે જોઈ શકતા નથી. છતાં તમે અમને ત્રણેયને કેવી રીતે ઓળખી શક્યા?” ફકીરે હસીને કહ્યું : “રાજન! એ તે ખૂબ સરળ વાત છે. તમારા નોકરે મને “આંધળા” કહ્યો. તમારા મંત્રીએ મને “ફકીર” કહ્યો અને આપશ્રીએ મને “સુરદાસ” કહ્યો પછી હું તમને ત્રણેયને કેમ ન ઓળખી શકું?” અને રાજા ફકીરની વાતનો ભેદ પામી ગયો.

સાચે જ વાણી વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વની અભિવ્યક્તિ છે.

મંગલમંદિર, ડિસેમ્બર-૧૯૯૮

## હું માનવી માનવી થાઉં તો ઘણું...

શ્વેત વસ્ત્રો, ચમકતી આંખો, સહેજ લાંબી દાઢી અને સાધુ જેવા લાગતા એક ચિંતક ટ્રેઈનમાં મુસાફરી કરી રહ્યા હતા. કેટલાક મિત્રો એમને વિદાય આપવા આવ્યા હતા. બાજુના કમ્પાર્ટમેન્ટમાં એક સજ્જન બેઠા હતા. તેમને લાગ્યું કે કોઈ મહાત્મા ટ્રેઈનમાં મુસાફરી કરી રહ્યા છે. તેઓ તરત જ તેમની નજીક આવ્યા, પગે લાગીને બોલ્યા, “મહાત્મા, હું આપના સત્સંગની ઈચ્છા રાખું છું.”

મહાત્મા જેવા લાગતા સાધુએ કહ્યું, “પહેલી વાત તો એ કે હું મહાત્મા નથી. કહેવાતા મહાન આત્માઓએ એટલું બધું નુકસાન કર્યું છે કે હવે કોઈ સારો માણસ

મહાત્મા હોઈ શકે નહીં. તેથી આપ ભૂલમાં મને પગે લાગ્યા. કોઈ યુક્તિથી એ પાછું લઈ શકતા હો તો પાછું લઈ લો.”

એ સજ્જન બોલ્યા, “શું આપ મહાત્મા નથી? ઓછામાં ઓછા હિંદુ તો છો ને?”

સાધુએ કહ્યું, “ના હું હિંદુ પણ નથી. હું કેવળ મનુષ્ય છું.”

પેલા સજ્જને પૂછ્યું, “આપ શું કહેવા માગો છો? આપ હિંદુ પણ નથી?”

જાણ્યા વગર પગે લાગવા બદલ તેઓ મુંઝવણમાં મૂકાઈ ગયા. બેચેન બની ગયા. તેમને થયું કે આ માણસ કોણ જાણે ખ્રિસ્તી હશે, મુસ્લિમ હશે કે પારસી હશે?

સાધુએ કહ્યું, “હવે શું કરશો? કોઈ પણ રીતે પગે લાગેલું પાછું લઈ શકાતું હોય તો લઈ લો અથવા તો સાબુથી હાથ ધોઈ લો. હું તમને સાબુ આપું છું.”

સજ્જન બોલ્યા, “નહીં નહીં એવી વાત નથી. આપ કોણ છો એ જાણવા માગુ છું. આપ સાંઈ છો, મુસલમાન છો, આપ કોણ છો?”

“શું મને કોઈ લેબલ વગરના રહેવાનો અધિકાર નથી?”

સજ્જને કહ્યું, “ના, ના.... હક્કની વાત નથી. આપણે કાલે સવારે મળીશું.”

સાધુએ કહ્યું, બેસો તો ખરા.”

કોઈને પણ ભૂરા નહિ માનવાથી ભલાઈ ભીતરથી પ્રગટ થાય છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક



પણ તેઓ એટલા બેચેન થઈ ગયા હતા કે “જે માણસ હિંદુ પણ નથી, મુસલમાન પણ નથી, ઈસાઈ પણ નથી એની સાથે બેસી કેવી રીતે શકાય ?” અને ઉદ્વિગ્ન બનીને સજ્જન ચાલ્યા ગયા.

સાધુ મહાત્મા જેવા લાગતા ચિંતક ઓશો રજનીશ હતા !

આ પ્રસંગ પછી તેમણે બીજા દિવસની સત્સંગ સભાને સંબોધતા કહ્યું કે, “મારી પાસેથી ઊઠીને ચાલી જનાર વ્યક્તિને બેચેની એ હતી કે હું કોને પગે લાગ્યો? જો હું હિંદુ હોત તો એ દોસ્તી બાંધત. જો હું મુસલમાન હોત તો એ દુશ્મની બાંધત. પરંતુ એણે મારી સાથે સંબંધ બાંધવા માટે મારે હિંદુ કે મુસલમાન હોવું જરૂરી હતું તે કેવળ “મનુષ્ય” સાથે સંબંધ બાંધવા તૈયાર નહોતો. શું બે મનુષ્ય વચ્ચે સંબંધ શક્ય નથી? હિંદુ હિંદુ સાથે સંબંધ બાંધી શકે. મુસલમાન - મુસલમાન

સાથે સંબંધ બાંધી શકે પરંતુ ધર્મના લેબલ વગરના મનુષ્ય - મનુષ્ય વચ્ચે નહીં. આવી સ્થિતિમાં આપણો દેશ છે, જ્યાં હિંદુ અને મુસલમાનો રહે છે.”

ઓશોએ એમના એક પ્રવચનમાં કહ્યું હતું કે, “જે પિતા પોતાના દીકરાને હિંદુ બનાવી રહ્યો છે તે પોતાના દીકરાનો દુશ્મન છે કારણ કે તે તેને હિંદુ બનાવી બીજાને ધિક્કારવાનું શિખવાડી રહ્યો છે. એ જ પ્રમાણે જે પિતા પોતાના પુત્રને મુસલમાન બનાવી રહ્યો છે તે પણ એટલો જ ખતરનાક છે. કારણ કે તે પોતાના દીકરાને બીજાની છાતીમાં છુરો ભોંકવાનું શીખવાડી રહ્યો છે. તેથી કોઈ અક્કલવાળો પિતા હશે તો તે પોતાના દીકરાને સારા મનુષ્ય બનવાનું શીખવશે. હિંદુ, મુસલમાન, મંદિર, મસ્જિદ વગેરે ખ્યાલો તદ્દન બેહુદા છે, અર્થહીન છે. ભગવાન આ જગતમાં ને પૂરા વિશ્વમાં વ્યાપ્ત છે. જગતનું

દરેક સ્થળ મંદિર છે, દરેક સ્થળ મસ્જિદ છે. જેને સાચી પ્રાર્થના આવડે છે તે તો કોઈ વૃક્ષની નીચે કે કોઈ નદીના તટ પર કે કોઈ ઘરની અગાશી પર મંદિર બનાવી શકે છે એને કોઈ અલગ જગ્યાએ મંદિર કે મસ્જિદ બનાવવાની જરૂર નથી.”

અલગ અલગ ધર્મસ્થાનો આ જગતને મોંઘા પડી ગયા છે. હવે મંદિર, મસ્જિદ, મૂર્તિઓ કાંઈ જ ના જોઈએ.

ઓશોના આ વિચારો સાથે કોઈ સંમત થાય કે ના થાય તો પણ બુદ્ધિજીવીઓને વિચારતા કરી મૂકે તેવા તો છે જ. વિચારવા જેવું છે કે દર ૪-૫ વર્ષે ભારતને અને ખાસ કરીને અમદાવાદને એક કોમી હુલ્લડની જરૂર કેમ પડે છે? આપણે આવા કોમી તોફાનોથી ક્યારે અને કેમ બચી શકીશું?

મંગલમંદિર, એપ્રિલ-૨૦૦૦

## દાનના ધનમાં પસીનાની સુંગંધ હોય

• ડૉ. કુમારપાળ દેસાઈ •

સમ્રાટ અશોક.

કલિંગનું યુદ્ધ ખેલ્યો. પણ યુદ્ધના મહાસંહારે અશોકના અંતરને અકળાવી દીધું.

સમ્રાટ અશોકને યુદ્ધના વિનાશથી પારાવાર પસ્તાવો થયો. તે સતત વિચાર કરતો કે એવું હું શું કરું કે જેથી મારા દુઃખનો બોજ હળવો થાય.

યુદ્ધમાં મેળવેલા વિજયને કારણે સમ્રાટ અશોકનો ખજાનો સંપત્તિથી છલોછલ ઉભરાતો હતો. એણે દાન આપવાનું શરૂ કર્યું. તે રોજ બ્રાહ્મણોને દાન આપતો હતો.

નગરના બધા બ્રાહ્મણો દાન લેવા માટે આવ્યા, પરંતુ એક ગરીબ બ્રાહ્મણ દાન લેવા માટે આવ્યો નહીં. એને ધનની ઘણી જરૂર હતી, પરંતુ એ દાન લેવા તૈયાર થયો નહીં.

સમ્રાટ અશોકને આશ્ચર્ય થયું કે આ તે કેવો માનવી? બધા બ્રાહ્મણો દાન લઈ ગયા પણ એ બ્રાહ્મણ ગરીબ હોવા છતાં કેમ આવતો નથી?

સમ્રાટ અશોકે બ્રાહ્મણને બોલાવ્યો અને આ સવાલ કર્યો ત્યારે ગરીબ બ્રાહ્મણે નિર્ભયતાથી જવાબ વાળ્યો, “સમ્રાટ, તમે ક્યાં દાન કરો છો? તમે દાન કરતા હો તો જરૂર હું લેવા આવું.”

આ સાંભળી સમ્રાટ અશોકના આશ્ચર્યનો પાર ન રહ્યો. એમણે કહ્યું, “જરા વિચાર તો કર? આટલા બધા બ્રાહ્મણો દાન લઈ ગયા અને તું વળી આને દાન જ કહેતો નથી?” પેલા બ્રાહ્મણે કહ્યું, “દાન તો એનું થઈ શકે કે જે સંપત્તિ મેળવવા માટે તમે જાતે પરસેવો પાડ્યો હોય. તમે આપો છો એ તો રાજની સંપત્તિ છે, પ્રજાનો ખજાનો છે, એમાંથી તમે આપો કે ન આપો એનો કશો અર્થ નથી. તમે જાતે પરસેવો પાડીને મેળવેલા ધનનું દાન કરો તો જ સાચા દાનેશ્વરી ગણાવ.”

સમ્રાટ અશોકની આંખ ખુલી ગઈ. એમણે જાતે શ્રમ કરીને કમાણી કરવાનું નક્કી કર્યું. પંદર દિવસ સુધી એમણે નહેર ખોદવાનો

શ્રમ કર્યો અને પંદર સોનામહોર મેળવી.

આ સોનામહોર લઈને સમ્રાટ અશોક ગરીબ બ્રાહ્મણ પાસે ગયા. બ્રાહ્મણ ખૂબ ખુશ થયો. એણે દાનરૂપે એક સોનામહોર સ્વીકારી અને આશીર્વાદ આપ્યા.

આનો અર્થ એ કે સાચું દાન તે કહેવાય કે જે ધન મેળવવા માટે માનવીએ પ્રયત્ન કર્યો હોય. સામાન્ય રીતે સમાજમાં એવું જોવા મળે છે કે માનવી ગમે તે સાધનથી ધન મેળવે અને પછી એ ધનને ધર્મ કે સેવાને માર્ગે વાપરીને કીર્તિ મેળવે.

જે ધનમાં પસીનાની સુંગંધ ભળી હોય એનું દાન એ જ સાચું દાન કહેવાય. કોઈનું શોષણ કરીને ધન એકઠું કરવામાં આવે અને પછી એ ધનનું દાન કરવામાં આવે તો એનો કશો જ અર્થ નથી. જેમ સાધ્ય શુદ્ધ હોવું જોઈએ તે જ રીતે સાધન પણ શુદ્ધ જ હોવું જોઈએ.

મંગલમંદિર, મે-૨૦૦૦

ભીતરથી પ્રગટેલી ભલાઈ નક્કર અને વ્યાપક હોય છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

## ત્યાગવૃત્તિ

• ગણિ રાજરત્નવિજય •

આ વાત રાસમણી અને રઘુમણી નવદ્વીપના બે ભાઈઓની છે. બંને ભાઈઓ વચ્ચે ખૂબ જ સ્નેહ અને લાગણીનો અખૂટ ઝરો વહેતો હતો. ક્યાંય કોઈ વાતમાં જુદાઈ નહીં. શું વ્યવસાયની વાત કે શું વ્યવહારની વાત. સર્વત્ર બેયની વચ્ચે એકતા રહેતી. આમ છતાં એક દિવસ મોટાભાઈના મનમાં વિચાર ઊગ્યો કે હવે આપણે મિલકતના ભાગ કરી દેવા જોઈએ.

નાનો ભાઈ તો આ વાત સાંભળતા જ ચમકી ઊઠ્યો. એણે તરત ઈનકાર કરી દેતાં કહ્યું : “વહેંચણી તો જ્યાં જુદાઈ હોય ત્યાં જ કરાય. આપણી વચ્ચે તો ક્યાં જુદાઈ છે કે ‘આ તારો ભાગ ને આ મારો ભાગ’ એમ નક્કી કરી શકાય?”

મોટાભાઈએ એની વાત સ્વીકારવા છતાં દલીલ કરી : તારી વાત સાચી છે. છતાં એક વાત તો તને ખબર છે ને કે ‘જર, જમીન ને જોરુ; ત્રણેય કજિયાના છોરુ....?’ આપણામાં નહીં તો આપણા સંતાનોમાં આ મિલકત વિખવાદનું કારણ ન બની જાય એટલા માટે પણ આપણે મિલકતના ભાગ કરવા જોઈએ...’ આખરે ક્યવાતે મને મિલકતના ભાગ કરવાનો નિર્ણય નાના ભાઈએ સ્વીકાર્યો.

નિયત દિવસે મિલકતના ભાગ કરવા બંને ભાઈઓ બેઠા. મોટા ભાઈએ ખૂબ જ વિચારી વિચારીને એકે એક ચીજના ભાગ કેવી રીતે કરવા એ નક્કી કરી રાખ્યું હતું. મિલકતની વહેંચણીમાં નાના ભાઈને જરા પણ ઓછો ભાગ ન મળે એની તકેદારી રાખી હતી. છતાં જ્યારે ભાગની રજૂઆત મોટાભાઈએ વાંચી સંભળાવી ત્યારે તરત નાનો ભાઈ બોલી ઊઠ્યો, “ભાઈ! આ વહેંચણીમાં અન્યાય થાય છે.”

મોટો ભાઈ ચમકી ગયો આ શબ્દો સાંભળીને! પોતાની વહેંચણી પર એને પૂરો વિશ્વાસ હતો. પણ એથીય વધુ વિશ્વાસ નાના ભાઈની પોતાના પરની શ્રદ્ધા અંગે એને હતો. એથી આંચકો ખાઈ જઈને મોટો ભાઈ બોલ્યો, “આમાં તને અન્યાય ક્યાં લાગે છે? તું કહે એ રીતે ભાગ પાડીએ...”

નાનો ભાઈ રહસ્યભર્યા હાસ્ય સાથે બોલ્યો, ‘મોટાભાઈ! જ્યારે મિલકતની વહેંચણીની વાત સર્વપ્રથમ ઉચ્ચારાઈ ત્યારે મેં ઈનકાર કર્યો હતો. તે સમયે મને કહ્યું હતું કે આપણા સંતાનોમાં વિખવાદ ન થાય માટે આ વહેંચણી કરવાની છે. એનો અર્થ એ થયો કે મિલકતની આ વહેંચણી આપણા માટે નથી, આપણા સંતાનો માટે છે. જો આપણા બે વચ્ચે

જ આ વહેંચણી હોત તો વિના આનાકાનીએ આ બે ભાગનો મેં સ્વીકાર કર્યો હોત પરંતુ આ વહેંચણી તો આપણા સંતાનો વચ્ચેની છે. તમારા ત્રણ પુત્રો અને મારો એક પુત્ર, એમ આપણા કુલ ચાર સંતાનો છે. તો આ મિલકતના બે નહીં, ચાર ભાગ થવા જોઈએ. આપણા ચારેય સંતાનોને એક-એક ભાગ મળવો જોઈએ. તો જ સાચો ન્યાય ગણાય. તમે બે જ ભાગ કરો તો એ ખરેખર અન્યાય જ ગણાય.

મોટા ભાઈની આંખમાં આંસુ ઊમટી પડ્યાં. એ નાના ભાઈને ભેટી પડતાં બોલ્યો, “ભાઈ! આવી જ ભાવના જો દરેક ભાઈઓ વચ્ચે વિકસી ઊઠે તો દરેક ઘર સ્વર્ગ બની જાય!!” તે સંપત્તિની બાબતમાં થોડું જતું કરીને જે અત્યંત વિશાળ સ્નેહ સંબંધ અકબંધ કરી દીધો છે તે ફક્ત તારી ને મારી વચ્ચે જ નહીં પરંતુ આપણી આવતી પેઢી વચ્ચે પણ એ અકબંધ રહેશે.

આજ જ્યારે ભાઈઓ - ભાઈઓ વચ્ચે સંપત્તિના નાનકડા ટુકડા માટે પણ ઝઘડા અને પરસ્પર વેરભાવનાના બીજ વાવેલાં જોવા મળે છે ત્યારે ઉપરોક્ત પ્રસંગ પ્રેરણાપ્રદ બની રહે છે.

મંગલમંદિર, જૂન-૨૦૦૦

## ઘરઘાશક્તિ

સામાન્ય વ્યક્તિમાં અને વિશિષ્ટ ગણાતી વ્યક્તિમાં ફરક માત્ર ઈચ્છાનો જ હોય છે.

જોકે, ઈચ્છાની વાત આવે ત્યારે કોઈ પણ વ્યક્તિ કહી શકે કે, ઈચ્છા તો અમને પણ થાય કે, વડાપ્રધાન બનીએ, કરોડપતિ બનીએ, સંત મહાત્મા બનીએ.

ઠીક છે, પણ તે માત્ર પ્રાણી જેવી ઈચ્છા છે, પાંગળી ઈચ્છા છે. બની શકાય તો ઠીક,

નહિ તો કાંઈ નહીં. એવી પ્રમાદી ઈચ્છા છે. જો એ ઈચ્છા તીવ્ર હોય તો જરૂર સફળ થાય છે. ઈંગ્લેન્ડના વડાપ્રધાન લોર્ડ મેલબોર્ન સાથે યુવાન ડિઝરાયેલીનો પરિચય કરાવવામાં આવ્યો. ત્યારે મેલબોર્ને તેને પૂછ્યું, “તમે શું બનવા ઈચ્છો છો?”

ડિઝરાયેલીએ કહ્યું, “અલબત્ત, ઈંગ્લેન્ડનો વડાપ્રધાન!”

ડિઝરાયેલીની જીવનકહાણી એક અદ્ભુત કહાણી છે, અને દરેક માણસે તે વાંચવા જેવી છે. એ વખતે અતિશય હડધૂત એવી યહૂદી કોમમાં જન્મેલી ડિઝરાયેલી પાસે જીવનમાં આગળ વધવાની એક પણ તક નહોતી. તેને લાભકારક હોય એવી ચીજ તેની પાસે નહોતી. જમા પાસું ખાલી હતું અને ઉધાર પાસું ભરપૂર હતું. પરંતુ જમા પાસામાં

ઉદાર હાથે દાન કરવાથી ધન વધે છે, ઘટતું નથી.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

માત્ર તેની અદમ્ય ઈચ્છાશક્તિ હતી અને તે તેના માટે પૂરતી હતી. પાર્લામેન્ટની ચૂંટણી તે ચાર વાર હારી ગયો. લોકો તેનો સતત ઉપહાસ કરતા હતા. જીતીને આમની સભામાં ગયો ત્યારે તેને હડધૂત કરવામાં આવ્યો. જવાબમાં તેણે માત્ર એટલું જ કહ્યું, “એક સમય એવો આવશે, જ્યારે તમે મને સાંભળશો.”

અને આમની સભાએ બે-પાંચ વર્ષ નહિ. પણ અનેક વર્ષો સુધી તેને સાંભળવો પડ્યો. બે વખત તે “ચાન્સેલર ઓફ ધી એક્સ ચેંકર” બન્યો અને પછી વડાપ્રધાન બન્યો - ગણનાપાત્ર અને શક્તિશાળી વડાપ્રધાન.

લિંકનની કહાણી તો એનાથી પણ અદ્ભૂત છે. ડિઝરાયેલી અને લિંકનના વ્યક્તિત્વમાં ફેર છે. ડિઝરાયેલી હોશિયાર, ચાલાક, મોહક અને ક્યારેક લુચ્યો માણસ લાગે છે. લિંકન ભલો અને સામાન્ય લાગે છે. તેનું વ્યક્તિત્વ આકર્ષક નથી. રાજકારણના આટાપાટા ખેલવાની લુચ્યારી તેનામાં નથી પરંતુ ઈચ્છાશક્તિ બંનેની અદમ્ય છે, અને એ ઈચ્છાશક્તિના જોરે જ, બીજા વધારે આકર્ષક વ્યક્તિત્વવાળા અને હોશિયાર ઉમેદવારો હારી ગયા ત્યારે લિંકન પોતાની ઝૂંપડીથી વ્હાઈટ હાઉસ સુધીની મજલ કાપી શક્યો.

હજારો લાખો આંધળાઓ જન્મે છે.

હેલન કેલર પણ અંધ હતી, એટલું જ નહિ, તે બહેરી અને મૂંગી પણ હતી. પરંતુ જીવનમાં તેણે જે પ્રાપ્ત કર્યું તે સંપૂર્ણ સાજા-નરવા હોવા છતાં બહુ ઓછા લોકો પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

સિકંદર માટે મેકોલએ લખ્યું છે કે રણભૂમિમાં તે અનેકવાર પરાજિત થયો હતો, પણ યુદ્ધમાં સદાય વિજયી જ થયો હતો.

ચાર્લ્સ સિમ્મર કહે છે : “જીવન સંઘર્ષમાં ત્રણ વસ્તુઓ જરૂરી છે : પહેલી તો દૃઢ ઈચ્છાશક્તિ, બીજી દૃઢ ઈચ્છાશક્તિ અને ત્રીજી દૃઢ ઈચ્છાશક્તિ.”

મંગલમંદિર, ડિસેમ્બર-૨૦૦૦

## ભેદભાવ માનવ સર્જિત છે...

સ્વામી રામદાસ કોઈ એક ગામથી બીજે ગામ જઈ રહ્યા હતા.

બપોરનો સમય હતો.

ચારેબાજુ ધોમ ધખ્યો હતો.

સ્વામી રામદાસને ખૂબ તરસ લાગી હતી.

તેમણે આજુબાજુ વ્યાકુળતાથી નજર ફેરવવા માંડી તો થોડે દૂર એક કૂવો દેખાયો.

કૂવા પર કેટલીક સ્ત્રીઓ પાણી ભરી રહી હતી.

સ્વામિ રામદાસને થયું, લાવ કૂવા પાસે જવા દે. કોઈ પનિહારી મને પાણી પાશે.

આવી ઈચ્છાથી તેઓ કૂવા પર જઈ પહોંચ્યા.

ત્યાં કૂવામાંથી પાણી ખેંચી રહેલી સ્ત્રીઓમાંથી એક સ્ત્રી પાસે જઈને સ્વામિ રામદાસે કહ્યું, “બહેન, મને થોડું પાણી

પાઈશ?”

પણ એ સ્ત્રીને પાણી પાવાની ના પાડી.

સ્વામિ રામદાસને આથી નવાઈ લાગી.

તેમણે પૂછ્યું, “બહેન, મને તું પાણી પાવાની શા માટે ના પાડે છે? હું કંઈ ચોર લૂંટારો નથી કે કોઈ અધમ આદમી નથી. હું તો ભગવાધારી એક સંન્યાસી છું.”

“તમે ભગવાધારી હિંદુ સંન્યાસી છો એટલે જ તમને પાણી પાવાની હું ના પાડું છું. હું હિંદુ નથી, મુસલમાન છું. મુસલમાનના હાથનું પાણી તમારા જેવા હિંદુ સંન્યાસીને થોડું પીવડાવાય ? મુસલમાનના હાથનું પાણી પીવાથી તો તમે અપવિત્ર બનો !”

પાણી નહીં પાવાનું કારણ હવે સ્વામિ રામદાસને સમજાઈ ગયું.

તેમણે કહ્યું, “બહેન, હું બધી સ્ત્રીઓમાં મારી માતા, બહેન કે દીકરીને જોઉં છું. તું

તો મારી બહેન જેવી છે. તું શું તારા આ ભાઈને પાણી વિના ટળવળતો રાખીશ ? હિંદુ અને મુસલમાન એવા ભેદ તો આપણે માનવીઓએ સર્જ્યા છે, રામ કે રહેમાને નથી સર્જ્યા ?”

પેલી બહેન આ શબ્દો સાંભળીને આનંદથી પુલકિત બની ગઈ.

તેણે પોતાનું વાસણ માટીથી ખૂબ ઘસ્યું અને ઉજળું બનાવ્યું. એમાં પાણી ભરીને તેણે આ વાસણ સ્વામિ રામદાસના હાથમાં મૂક્યું અને કહ્યું, “બહેનના હાથનું જળ પીને મને આભારી કરો.”

સ્વામિ રામદાસ બોલ્યા, “આભારી તો હું કહેવાઉં બહેન, કે તેં મને જળ પાઈને મારી તરસ છીપાવી.”

એટલું કહી તેઓ જળ ગટગટાવી ગયા.

મંગલમંદિર, એપ્રિલ-૨૦૦૨

## સફળતા

અમેરિકાના મહાન પ્રમુખ અને ગુલામોના મુક્તિદાતા અબ્રાહમ લિંકન બાવન વર્ષની ઉંમરના થયા ત્યાં સુધીનું તેમનું જીવન

એક પછી એક નિષ્ફળતાઓથી ભરેલું હતું. તેમના રાજકીય પક્ષે તેમને ચૂંટણીમાં-રાષ્ટ્રપતિની ચૂંટણીમાં ટિકિટ એટલા માટે

આપી હતી કે પક્ષના આ હોશિયાર સંચાલકોનો ખ્યાલ એવો હતો કે આપણો પક્ષ જીવતાનો નથી. એટલે આપણા કોઈ લાયક

માણસ બનવાની કલાને જીવનમાં આત્મસાત કરો.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

માણસને ઊભો રાખીને શું કરવાનું? આપણા કોઈ લાયક માણસને પરાજયનું કલંક મળે તેવું શું કામ કરવું? છતાં કોઈ નબળો તો નબળો ઉમેદવાર ખડો તો કરવો પડશે! ચાલો અબ્રાહમ લિંકનને ઊભા રાખીએ. જીતવાની શક્યતા નથી. હારીશું તો પણ વાંધો નથી. આવા નબળા ઉમેદવારથી હારીએ તો આબરૂ ઓછી ગઈ ગણાશે. લિંકનને તો ખાસ કાંઈ ગુમાવવાનું છે જ નહીં!

અબ્રાહમ લિંકન ચૂંટણીમાં ઊભા રહ્યા પછી પણ તેમનાં પત્ની પતિને એવું મેણું મારતાં રહ્યાં હતાં કે તમને પરણીને હું ક્યાંયની ના રહી! તમારી સામે ઊભેલા ડગ્લાસને પરણી હોત તો ચોક્કસ વ્હાઈટ હાઉસમાં પહોંચી જવામાં શંકા ના રહેત! લિંકનના શ્વસુર પક્ષના અન્ય સભ્યો પણ તેને ઠોઠ જમાઈરાજ ગણતા હતા. પાર્વતીના પિતાનો અભિપ્રાય ભગવાન શંકર માટે ખાસ ઊંચો નહોતો. પણ માણસ શક્તિ બતાવે, સફળતા હાંસલ કરે એટલે ચિત્ર એકદમ બદલાય જાય છે. એનો એ જ માણસ ઊપડ્યો-ઊપડ્યો નથી. સ્વામી વિવેકાનંદનું

નિરીક્ષણ સાચું છે કે સંસાર શક્તિને પૂજે છે, સામર્થ્યને પૂજે છે, નિર્બળની કોઈ ઉપાસના કરતું નથી.

પણ સફળતા શું માણસના હાથની વાત છે? માણસમાં ભરતૂર શક્તિ હોય, લોહી-પસીનો એક કરી પુરુષાર્થ કરવાની વૃત્તિ હોય અને તે બધું કરે છતાં તેને સફળતા કે વિજય ના મળે એવું બનતું નથી? આવું જરૂર બને છે પણ માણસનો નિર્ધાર પાકો હોય અને પરમ શક્તિની કૃપા થાય તો તે ક્યાંક ને ક્યાંક વહેલો કે મોડો સફળતાને વરે છે. ઉપરાઉપરી પરાજયો મળવા છતાં તેણે જંગ જારી રાખવો જોઈએ. એ જો મેદાન છોડી દે તો પછી એ પોતે જ સૌથી મોટો પરાજય છે. રશિયાના મહાન વાર્તાકાર દોસ્તોવસ્કીના મિત્રો એની મશ્કરી કરતા. દોસ્તોવસ્કી સામુદ્રિક વિજ્ઞાનમાં શ્રદ્ધા રાખતા હતા. કોઈક કૂનોલોજીસ્ટે તેમને કહેલું કે તમારી ખોપરી સોકેટિસને મળતી આવે છે! મિત્રો મજાક કરતા કે દોસ્તોવસ્કીની જિંદગી તેના અડતાલીસ વર્ષની ઉંમર સુધી દારિદ્ર્ય, દેવું, બંધન અને તરેહતરેહની કમનસીબીઓથી

ભરેલી હતી પણ તેણે જે કંઈ સહન કર્યું તેમાંથી તેને એટલું બધું મળ્યું કે તે માલામાલ થઈ ગયો. માત્ર વાર્તાકાર તો ઠીક, એક ફિરસ્તો બની ગયો.

જીવનમાં એવું બને છે કે ઘણી વાર આપણને અસુરી બળોની જીત થતી લાગે છે. પાશવી બળોને પ્રબળ બનતાં જોઈને આપણી શ્રદ્ધા ડગવા માંડે છે. ત્યારે આપણને લાગે છે કે કુદરતને ઘેર કોઈ ન્યાય નથી અને જેની પાસે પાશવી બળ છે તે જ જીતે છે. પણ ઘણીવાર પાશવી બળોની આ જીત તેનાં છેલ્લાં પુણ્યોની આખરી ચેતવણી જ હોય છે.

ખરેખર માનવીની જિંદગીમાં નિષ્ફળતા એટલે શું? અમુક અપેક્ષિત ફળ ના મળ્યું. એવું ના બને કે આપણી અપેક્ષાનું ફળ નાનકડું અને નજીવું હોય જ્યારે આપણને ઈશ્વર કૃપાથી-ભાગ્યથી જે ફળ મોડેથી મળવાનું હોય તે વધુ સાડું અને વધુ હિતકારક હોય? નિષ્ફળતાને વધુ મોટી સફળતાનું આહ્વાન ગણી લેવું જોઈએ.

મંગલમંદિર, ડિસેમ્બર-૨૦૦૨

## આત્મવિશ્વાસ

સંત ટોલ્સટોય પાસે એક યુવાન આવ્યો. એમના પગમાં પડી દીન સ્વરે કરગરતો કહેવા લાગ્યો :

“હું ખૂબ-ખૂબ દુઃખી છું. મારી પાસે કશી સંપત્તિ નથી. મારી પાસે એક પૈસો પણ નથી.”

ટોલ્સટોયે હળવાશથી કહ્યું, “હું.... તારી વાત સમજ્યો, તારે ધન મેળવવું છે. તારે સંપત્તિ જોઈએ છે. ખરું ને?”

યુવાને હકારમાં માથું હલાવ્યું.

ટોલ્સટોયે કહ્યું, “જો તને એક સરસ ઉપાય બતાવું. હું એક વેપારીને ઓળખું છું. એ માણસની આંખો ખરીદે છે. એની પાસે જા. તારી બે આંખોના એ વીસ હજાર રૂપિયા આપશે.”

યુવાન ગભરાઈ ગયો. એણે કહ્યું, “અરે! આંખો તે કોઈને વેચાતી અપાતી હશે?”

ટોલ્સટોયે કહ્યું, “કંઈ વાંધો નહિ. એ

વેપારી હાથ પણ ખરીદે છે. તારા બે હાથ આપીશ તો એ તને રોકડા પંદર હજાર રૂપિયા આપશે. તું ધનવાન બની જઈશ.”

“હાથ! હાથ તે અપાતા હશે? હાથ જાય પછી શું રહે?”

ટોલ્સટોયે હળવેથી કહ્યું, “જો ભાઈ! તારે આંખ આપવી નથી, હાથ આપવા નથી, તો એ માણસ પગ પણ ખરીદે છે. તારા બે પગ આપશે તો પણ તારી ગરીબી સાવ દૂર થઈ જશે.”

યુવાન ટોલ્સટોયની વાત સમજી શક્યો નહિ. એણે અકળાઈને કહ્યું, “અરે! આપ કેવી વાત કરી રહ્યા છો!”

ટોલ્સટોયે કહ્યું, “હું સાવ સાચી વાત કરું છું. જો તારે પૈસા જોઈતા હોય તો આખું શરીર વેચી નાખ! એ વેપારી માણસના શરીરમાંથી કંઈ કંઈ કીમતી દવાઓ બનાવે છે. તારા શરીરના બદલામાં એ તને એક લાખ રૂપિયા આપશે!”

યુવાનની ધીરજ ખૂટી. એ બોલી ઊઠ્યો, “અરે! આપ કેવી વિચિત્ર વાત કરો છો? એક કરોડ રૂપિયા મળે તોય હું મારા શરીરને - મારા પ્રાણને વેચવાનો નથી!”

ટોલ્સટોય હસતાં હસતાં કહ્યું, “જે માણસ એક લાખ રૂપિયા લઈને પણ પોતાના શરીરને વેચવા તૈયાર નથી. એ જો એમ કહે કે મારી પાસે એક પૈસા જેટલીય સંપત્તિ નથી, તો એ વાત કેવી વિચિત્ર ગણાય!”

ટોલ્સટોયે યુવકનો આત્મવિશ્વાસ જગાડતાં કહ્યું : “હે નવજુવાન! આ આંખો, આ હાથ, આ પગ, આ શરીર અને આ પ્રાણ - એ ધનના અખૂટ ભંડાર છે. એને ઓળખ અને પરિશ્રમ કર. પોતાની નજરમાં જ પોતાનું મૂલ્ય ઓછું ન કર. જે પોતાનું મૂલ્ય સમજે છે, એને માટે ચાંદી, સોનું જ નહિ પણ ચાંદો અને સૂરજ પણ એના પોતાના બની જાય છે.”

મંગલ મંદિર, મે-૨૦૦૪



## શાખ શાહની

• ગગુભાઈ મુનશી •

૧૨૫ વર્ષ પહેલાંની વાત છે. ત્યારે સૌરાષ્ટ્રમાં રેલવે આવી નહોતી. રાજકોટના રેસિડન્સી એજન્ટ ટુ ધી ગવર્નર મિ. કીથે પોતાના મુનીમ મણિલાલ મહેતાને પૂછ્યું : “આપણે વસૂલ કરેલા રૂપિયા મુંબઈ મોકલવા છે, તેને માટે આ શહેરમાં કોઈ બેંક છે ?” મણિલાલ મહેતાએ કહ્યું, “સાહેબ, આ શહેરમાં કોઈ બેંક નથી પણ ખાનગી શાહ-શરાફી પેઢીઓ છે. તેઓ આપણને ચેક-હૂંડી આપી શકશે.”

મિ. કીથે પૂછ્યું, “મિ. મહેતા આપણે કેટલા રૂપિયા મોકલવા છે તે તમે જાણો છો ? એક પ્રાઈવેટ કંપની આટલી મોટી રકમનો ચેક આપી શકશે ?”

મણિલાલ મહેતાએ કહ્યું, “સાહેબ, હું બધો જ હિસાબ રાખું છું. આપણે ત્રણ લાખ રૂપિયા મોકલવા છે તેની મને ખબર ન હોય એ કેમ બને ?”

મિ. કિથ આ વાત માની શક્યા નહીં. છતાં તેમણે મણિલાલ મહેતાને કહ્યું, “ત્રણ લાખ રૂપિયાનો ચેક આપી શકે એવા શરાફને હમણાં જ તેડી લાવો, મારી સગરામ લઈ જાવ.”

મણિલાલ મહેતા સગરામમાં બેસીને શાહ માધવજી કુંવરજી નામના એક શરાફ પાસે ગયા અને હૂંડીની વાત કરી. શાહ માધવજીએ પોતે હૂંડી આપશે એમ કહ્યું, એટલે તેઓ શાહ માધવજી કુંવરજીને તેડીને અંગ્રેજ એજન્ટ પાસે આવ્યા.

મિ. કીથે પૂછ્યું, “અમારે રૂા. ત્રણ લાખનો મુંબઈનો ચેક જોઈએ છે તે તમે આપી શકશો ?”

શાહ માધવજીએ કહ્યું, “હા, હું આપી શકીશ.”

મિ. કીથે કહ્યું, “પણ મુંબઈ પહોંચી ગયાની ખબર મને મળ્યા પછી જ હું અહીં તમને રૂપિયા આપીશ.”

શાહ માધવજીએ કહ્યું, “મને કંપની સરકાર ઉપર પૂરો વિશ્વાસ છે. ભલે તમે ખબર આવી ગયા પછી મને રૂપિયા આપજો. પણ તેટલા દિવસનું ડટકા લેખે વ્યાજ તમારે આપવું પડશે.”

ડટકા લેખે વ્યાજની માંગણી મિ. કિથને વાજબી લાગી. તેથી તેમણે કહ્યું, “ભલે તમે તમારી ઓફિસે જઈ ચેક લખી લઈ આવો.”

શાહ માધવજીએ કહ્યું, “મને ઓફિસે જવાની જરૂર નથી. અહીં જ મને એક કાગળની કાપલી આપો.” ચાર ઈંચ પહોળી અને આઠ ઈંચ લાંબી કોરા કાગળની એ ચબરખી ઉપર શાહ માધવજીએ લખ્યું :

જત અત્રેથી રાખ્યા કંપની સરકાર પાસેથી રૂ. ૩,૦૦,૦૦૦/- અંકે રૂપિયા ત્રણ લાખ પૂરા રોકડા મુંબઈમાં કંપની સરકારને આ હૂંડી દેખાડ થતાં ભરી દેજો.

લિ. શાહ માધવજી કુંવરજી રાજકોટવાળા

મુંબઈનું સરનામું

શાહ પોપટલાલ અમરશી ચકલા સ્ટ્રીટ, મુંબઈ.

મુંબઈના કોઈ શાહ વ્યાપારી સાથે શાહ માધવજીને ઓળખાણ ન હતી પણ તેમને શાહ પોપટલાલ અમરશીની પેઢીનું નામ યાદ હતું. તે ઉપરથી તેમણે તેમની ઉપર હૂંડી લખી. શાહ માધવજીના મનમાં એમ હતું કે ઘોડા ઉપર હૂંડી લઈને કાસદને મુંબઈ પહોંચતા પાંચ દિવસ લાગશે, તે પહેલાં હું અહીંથી મારા પુત્ર સાથે વહાણથી રૂપિયા મુંબઈ મોકલી

આપીશ.

શાહ માધવજીએ તરત જ પોતાની બધી શાખાઓમાંથી રૂપિયા મંગાવી લીધા અને પોરબંદરથી વહાણમાં પોતાના મોટા પુત્ર સુંદરજી સાથે રૂા. ત્રણ લાખ મુંબઈ રવાના કર્યા. પરંતુ રસ્તામાં પવન સામે વાતો હતો. તેથી વહાણને મુંબઈ પહોંચતા એક દિવસ વધારે લાગી ગયો.

આ બાજુ મુંબઈમાં બે ઘોડેસવારો હૂંડી લઈને ચકલા સ્ટ્રીટમાં શાહ પોપટલાલ અમરશીની પેઢીએ પહોંચ્યાં અને હૂંડી બતાવી. મુનીમે હૂંડી વાંચી શેઠને આપી. બંનેએ વિચાર કર્યા શું કરવું ? મુનીમે કહ્યું “રાજકોટના માધવજી કુંવરજીને આપણે ઓળખતા જ નથી તેથી આ રૂપિયા આપણે આપી ના શકીએ.”

પણ પોપટલાલ શેઠે કહ્યું “રૂપિયા ત્રણ લાખની હૂંડી લખનારો શાહ જેવો તેવો નહીં હોય. તે રૂપિયા જરૂર મોકલી આપશે માટે તમે આ હૂંડીના નાણા ભરપાઈ કરી આપો.”

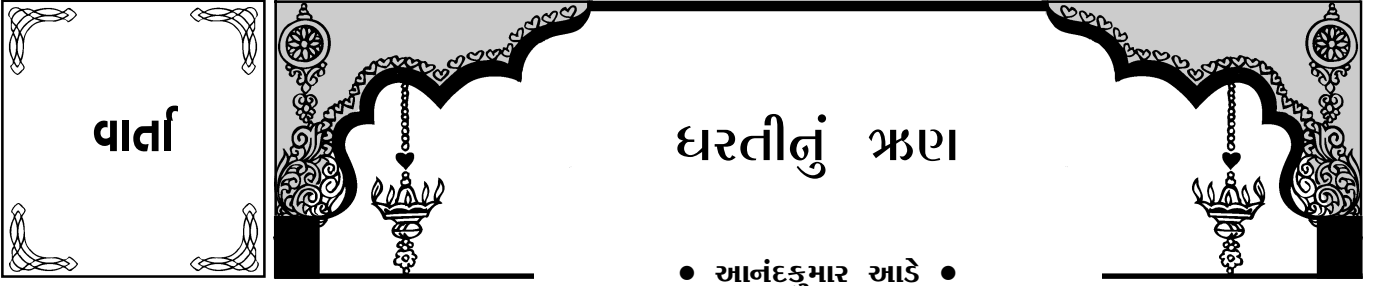
પોપટલાલ શેઠે રૂપિયા તૈયાર કરી તરત જ કાંટો લગાવ્યો અને તોળી તોળીને સરકારી અમલદારોને રૂપિયા આપવા લાગ્યા. અડધી રકમ અપાઈ ગઈ હશે ત્યારે શાહ માધવજીનો પુત્ર સુંદરજી શાહ પોપટલાલ અમરશીની ચકલા સ્ટ્રીટની દુકાને પહોંચી ગયો.

પોપટલાલ શેઠે તેને આવકાર્યો અને જણાવ્યું કે “તમારી હૂંડીના નાણા અપાઈ રહ્યા છે.” સુંદરજીએ પોતાના આવ્યા અગાઉજ નાણા આપવા બદલ પોપટલાલ શેઠનો ઘણો જ આભાર માન્યો. આવી હતી હિંદુસ્તાનના શાહ વ્યાપારીની શાખ! પરંતુ હવે આવી શાખ ક્યાંય રહી નથી તે આપણી કમનસીબી છે.

મંગલ મંદિર, ડિસેમ્બર-૨૦૦૪

સપનાં બધાં હકીકત નથી થતાં, થશે બધું હકીકત તો સપનાં શું જોશો.





વાર્તા

ઘરતીનું ઋણ

• આનંદકુમાર આડે •

આ ઘરતી પ્રત્યે આપણું કંઈ ઋણ છે.

આ ઘરતી પુશહાલ અને આબાદ રહે, આ દેશ પ્રગતિ કરે. એ માટે બહુ જ જરૂરી છે કે આપણે ભાષાના, પ્રાંતના, ધર્મના ભેદભાવો ભૂલી જઈ એક થઈએ. ધર્મ, ભાષાના અને પ્રાંતના ઝઘડાઓએ આ દેશને ખાડામાં નાખી દીધો છે, આ દેશની તાકાતને ક્ષીણ બનાવી દીધી છે. આ દેશના દરેક વિચારવાન માણસની એ ફરજ છે કે આ દેશની એકતા અખંડિત રહે-એ માટેના શક્ય તમામ પ્રયત્નો કરે અને આ દેશની માટી પ્રત્યે પોતાનું ઋણ અદા કરે.

નગીનદાસ પોતાના સુખી અને સમૃદ્ધ કુટુંબમાં પુશ હતા. સરલા જેવી પ્રેમાળ પત્ની અને રંજના, સુનન્દા જેવી બહેનોને શ્રીકાંત જેવો હસમુખો ભાઈ આપીને પરમેશ્વરે પોતાની સંપૂર્ણ કૃપા આ કુટુંબ પર વરસાવી હતી.

દસ વર્ષ પહેલાં નગીનદાસે હૈદરાબાદથી નાગપુર આવીને વસવાટ કર્યો હતો. તેઓ સાધારણ કારકુન હતા. બહુ જ હાડમારીના દિવસો નગીનદાસ અને સરલાબહેને જોયા હતા. બસો રૂપિયાના ટૂંકા પગારમાં પોતાનું ગુજરાન તેઓ કઈ રીતે ચલાવતા હતાં, એ તો તેમનો ઈશ્વર જ જાણતો હતો. પણ નસીબે જોર કર્યું. પ્રેમાળ પ્રામાણિક નગીનદાસના જીવનમાં પલટો આવ્યો. ચોકસાઈ અને સાહસિકતાના બળે તેઓ 'નગીન'માંથી નગીનદાસ શેઠ બની ગયા.

શ્રીકાંતના હાથે રાખડી બાંધનારી બહેનો હવે નાની રહી ન હતી. પોતાના અબૂઝ પ્રશ્નો દ્વારા નગીનદાસ અને સરલાબહેનને બે ઘડી વિચારતા કરી મૂકનાર સુનન્દા હવે ગહન વિચારણીય સવાલો પૂછતી થઈ ગઈ હતી. રંજના અને શ્રીકાંત પણ બહેનને આવા ગહન વિચાર પ્રેરક પ્રશ્નો પૂછવામાં સાથ આપતા

થયા હતા.

‘ગો હત્યા શા માટે થતી હશે ?’

‘હિંદુ અને મુસલમાન વચ્ચે વારંવાર હુલ્લડો શા માટે થાય છે ?’

‘મુસલમાનો સૂરજને દેવ શા માટે નહિ માનતા હોય ? ચંદ્રને શા માટે પવિત્ર માનતા હશે ?’

‘મુસલમાન છોકરીને હિંદુ છોકરો ‘બહેન’ કહીને કેમ ન બોલાવી શકે ?’

મેટ્રિકમાં ભણતી સુનન્દાને નગીનદાસ આવા પ્રશ્નોનો શું જવાબ આપે ? આવા પ્રશ્નો સાંભળી નગીનદાસ ઉદાસ થઈ જતા.

‘પપ્પા, હિંદુ-મુસલમાન વચ્ચે એકતા ક્યારે સ્થપાશે ?’ આ પ્રશ્ન સાંભળતા જ એમની આંખો સામે એમનો જીગરી દોસ્ત ઈબ્રાહીમ આવીને ખડો થઈ જતો.

તેઓ જ્યારે હૈદરાબાદમાં હતા ત્યારે ઈબ્રાહીમ સાથે તેમની મિત્રાચારી થઈ હતી. તેઓ જે મકાનમાં રહેતાં હતાં તે ઈબ્રાહીમનું હતું.

ઈબ્રાહીમના જ્યારે લગ્ન થયા અને તે નવી દુલ્હન રેહાનાને લઈને પ્રથમ વાર ઘરે આવ્યો, ત્યારે ઈબ્રાહીમ માટે પોતાનું ઘર ખાલી કરી આપવાની તૈયારી નગીનદાસે દર્શાવી હતી. સવારના દસ વાગ્યાનો સમય હતો. કોલબેલ બજી ઊઠી. નગીનદાસે બારણું ઉઘાડી જોયું તો સામે ઈબ્રાહીમ પોતાની નવોઢા રેહાના સાથે ઊભો હતો.

‘આવો આવો, હું તમારી જ રાહ જોઈ રહ્યો હતો.’ નગીનદાસે આવકાર આપતાં કહ્યું આમ તેમની સાથે થોડી વાતો કર્યા બાદ નગીનદાસે કહ્યું, ‘ઈબ્રાહીમભાઈ, અમે આવતી કાલે બીજા મકાનમાં રહેવા ચાલ્યા જઈશું.’

‘ક્યાં ?’ ઈબ્રાહીમે નવાઈ પામતાં પૂછ્યું.

‘મંદિરની સામેના નવા મકાનમાં, તમારી આત્મિયતાને માન આપી અમે તમારા મકાનમાં રહ્યા-હવે તમારા માટે આ મકાન ખાલી કરી આપવું અમારી ફરજ છે.’

નગીનદાસની વાત સાંભળી ઈબ્રાહીમ બિન્ન બની ગયો. બોલ્યો, ‘ભાઈ, તમારી પાસેથી આવા ઈન્સાફની મને તમન્ના નહોતી. તમે મને મૂકીને જતા રહેશો ? ભાઈ, તમે કોઈ દિવસ સાંભળ્યું છે કે નાનો ભાઈ લગ્ન કરીને આવ્યો હોય અને એણે મોટાભાઈને ઘરની બહાર કાઢી મૂક્યો હોય ?’ પછી સરલાબહેનને ઉદેશીને કહ્યું, ‘ભાભી, ભાઈ સાહેબને કંઈક તો કહો, મારો શો વાંક છે કે તમે બન્ને મને છોડીને જઈ રહ્યા છો ? હું તમને નહીં જવા દઉં.’

નગીનદાસ અને સરલાબહેન ઈબ્રાહીમની લાગણી જોઈ ધન્ય બની ગયાં. નગીનદાસે આગળ વધીને ઈબ્રાહીમને છાતી સરસો યાંખી લેતાં કહ્યું, ‘ભાઈ, અમે તને મૂકીને ક્યાં જવાના હતા ? અમે તારી સાથે જ રહીશું. આ મકાનમાં બે ભાઈઓ રહેશે.’

અને એ જ દિવસથી બન્ને એક જ મકાનમાં રહેવા લાગ્યા. ઈબ્રાહીમે રેહાનાને નગીનદાસનો પરદો કરવાની ના પાડી હતી.

સુનન્દાના આવા પ્રશ્ન નગીનદાસને ભૂતકાળમાં ખેંચી જતા હતા.

નગીનદાસને ‘ભાઈ-સાબ’ અને સરલાબહેનને ‘ભાભી’ કહીને સ્નેહની અમી વૃષ્ટિ કરનાર ઈબ્રાહીમને યાદ કરીને નગીનદાસ વિહ્વળ બની જતા.

‘પપ્પા, હિન્દુઓ અને મુસલમાનો વચ્ચે એકતા ક્યારે સ્થાપિત થશે ?’ સુનન્દાના

સરળતાથી કંઈ ન મળે તો દુઃખી ન થશો. મળી જાય બધું તો પ્રયત્ન શું કરશો.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

પ્રશ્નોનો ઉત્તર તેઓ આ રીતે આપતાં, ‘જે દિવસે હિન્દુ સાચો હિન્દુ બની જશે અને મુસલમાન સાચો મુસલમાન બની જશે. માનવીનું અંતઃકરણ જો નિર્મળ હોય, તો હિંદુ શું અને મુસલમાન શું? બન્ને એક જ છે? બંનેના ધર્મ વચ્ચે ફરક ક્યાં છે? દરેક ધર્મ એક જ વાત શીખવે છે અને તે એ કે મનથી કાયમ સાચા માનવી બનો.’ અને આવા જ સંસ્કાર તેમણે રંજના અને શ્રીકાંતને આપ્યા હતા. હિન્દુ અને મુસલમાન વચ્ચે એકતા કેટલી હદ સુધી રહી શકે છે. તે તેમણે જાતે અનુભવ્યું હતું, અને આજ કારણે તેઓ હિન્દુ-મુસલમાનનાં કોમી હુલ્લડો પ્રત્યે સખત અણગમો વ્યક્ત કરનાર અને વિદ્રોહ જગાડનાર સુનન્દા, રંજના અને શ્રીકાંતના મનનું સમાધાન કરી શકતાં હતાં.

મેટ્રિકની પરીક્ષાનું પરિણામ જાહેર થયું અને સુનન્દા આખાયે વિદર્ભ વિભાગમાં પહેલી આવી. લાગ-લગાટ ત્યાર બાદ બન્ને વર્ષે રંજના અને શ્રીકાંત પણ પ્રથમ આવ્યા. દિવસો વીતતા ગયા. ત્રણ વર્ષ જેટલો સમય જોતજોતામાં પસાર થઈ ગયો. આશા મુજબ સુનન્દા બી.એ.માં આખી યુનિવર્સિટીમાં પ્રથમ આવી.

અને હવે નગીનદાસ અને સરલાબહેનને એક જ પ્રશ્ન મુંઝવી રહ્યો હતો. સુનન્દાના લગ્નનો પ્રશ્ન. સુનન્દા હવે ઉંમરલાયક થઈ હતી. નગીનદાસ અને સરલાબહેન બન્ને ચિંતાતુર જણાતા હતા.

એક દિવસ સરલાબહેનને કંઈ વિશેષ ચિંતાગ્રસ્ત ભાળી સુનન્દાએ પૂછ્યું, મમ્મી તું અને પપ્પા આજકાલ કંઈ ચિંતામાં હો એવું લાગે છે. શું છે મમ્મી? તમને આમ ચિંતાગ્રસ્ત જોઈ મારું મન ભારે રંજ અનુભવે છે.

‘કંઈ નહીં, બેટી, એ તો અમસ્તુ જ. આજકાલ મારી તબિયત કંઈ બરાબર નથી. બીજું કંઈ નથી. તું ચિંતામાં ન પડીશ.’ માતાએ સહેજ હસવાનો પ્રયત્ન કરતાં કહ્યું.

આ વાતને થોડાક દિવસો વીત્યા હશે, ત્યાં એક દિવસે નગીનદાસે સુનન્દાને પોતાની પાસે બોલાવી, ‘સુનન્દા, જરા અહીં આવ જોઉં!’

સુનન્દાને આજે પિતાના સ્વરમાં કંઈ કંપ જણાયો. તે તેમની પાસે જઈ પહોંચી એવામાં સરલાબહેન પણ રંજના અને શ્રીકાંત સાથે રૂમમાં દાખલ થયાં.

નગીનદાસે સુનન્દાને પોતાની પાસે બેસાડી, એના માથા પર પ્રેમપૂર્વક હાથ ફેરવતાં બોલ્યા, ‘સુનન્દા તારું ભણતર હવે પૂરું થયું છે. પોતાની પુત્રીને ભણાવી ગણાવી એનામાં સારા સંસ્કાર રેડી એક દિવસ કોઈ લાયક યુવક સાથે પરણાવી દેવી દરેક મા-બાપની અચૂક ફરજ છે. આજે મારો મિત્ર ઈબ્રાહીમ યાદ આવે છે. એની ગેરહાજરી અત્યંત સાલી રહી છે. દીકરી તું જ્યારે છ મહિનાની હતી ત્યારે આ ઈબ્રાહીમના નાના ભાઈ મહંમદે ઈબ્રાહીમનની મિલકતના કાગળીયા પર ખોટા હસ્તાક્ષરો કરી આખીયે મિલકત હડપ કરી લીધી. આ વાતની જ્યારે ઈબ્રાહીમને જાણ થઈ ત્યારે એ એટલોતો ગુસ્સે થયો કે મહંમદને મારવા દોડ્યો. બધાએ તેને રોકવાનો, ઝાલી રાખવાનો ઘણો પ્રયત્ન કર્યો. પણ ગુસ્સે થયેલા ઈબ્રાહીમે, કોઈના પણ ઝાલ્યા ન ઝલાતાં, પોતાના હાથમાંનો છરો મહંમદના પેટમાં ભોંકી દીધો અને બોલ્યો, ‘મહંમદ, મારી મિલકત ગઈ એનો મને લગીરે અફસોસ નથી, એનો આ બદલો નથી લીધો. આ બદલો મેં તારી બેઈમાનીનો લીધો છે. આખી મિલકત તો શું પણ તેં મારો જાન માગ્યો હોત તો એ પણ આપવાની મારી તૈયારી હતી. પણ તને વિશ્વાસ ન બેઠો. તારા મનમાં શંકા ઘર કરી ગઈ. પૈસાની લાલચમાં તું ભાવના ભૂલી ગયો. તેં દગો કર્યો. પાપી ભાઈનું પાપ વિસ્તરતું રહે, તેના કરતાં તે ન રહે તો વધુ સારું.’

અને પછી કોર્ટમાં ઈબ્રાહીમને આજન્મ કેદની સજા થઈ. એ સાંભળીને રેહાનાને જબ્બર આઘાત લાગ્યો. પોતાની છ મહિનાની માસુમ બાળકીને મારા અને સરલાના હાથમાં સોંપીને ઈબ્રાહીમના પગ પાસે જ બેહોશ થઈ ઢળી પડી અને હંમેશ માટે ખામોશ થઈ ગઈ.

નગીનદાસની આંખો ભીની થઈ ગઈ હતી. સરલાબહેનની આંખોમાંથી આંસુ ટપકી રહ્યા હતા. રંજના અને શ્રીકાંત નિર્વિકાર ખામોશ નીચું જોઈ બેઠા હતા. સુનન્દા અપલક

પિતાને તાકી રહી હતી.

‘.... હૈદરાબાદથી અમે નાગપુર આવ્યા. એ માસુમ બાળકીને ભણાવી... પિતાનો પ્યાર અને માતાની મમતા આપ્યા. સારા સંસ્કારો આપ્યા... ‘પપ્પા, આ વાત તમે આ અગાઉ અમને ક્યારે નથી કરી. અમારી એ બહેનને હું જરૂર મળીશ. અને આપણે ત્યાં લઈ આવીને રાખીશ. કહો પપ્પા એ ક્યાં છે...’

‘દીકરી, એ માટે જ તો મેં તને બોલાવી છે. તું જેને મળવા આટલી આતુર છે એ બાળકી તું જ છો. દીકરી! હું તારો જન્મદાતા નથી ઈબ્રાહીમ જ તારો પિતા છે. તું સુનન્દા નહીં પણ સલમા છે....’

સુનન્દા પર જાણે વીજળી તૂટી પડી. તે ચિત્કાર કરી ઊઠી.

‘પપ્પા... આ સાચું નથી... એકવાર ... બસ, એકવાર કહી દો કે તમે અમસ્તી મારી પરીક્ષા જ લઈ રહ્યા છો. આ બધું ખોટું છે. હું જ તમારી સુનન્દા... તમારી...’ અને સુનન્દા સરલાબહેનના ખોળામાં માથું મૂકી રડી પડી. સરલાબહેન એના માથા પર હાથ ફેરવતા રહ્યા.

નગીનદાસ આગળ બોલ્યા, ‘દીકરી સુનન્દા, ત્યારે એક મુસલમાનની પુત્રીને મુસલમાન તરીકે ઘરમાં રાખવી સમાજની દૃષ્ટિએ ગુનો હતો. મેં તારું નામ સુનન્દા રાખ્યું. ક્યારેક મારું મન કહેતું કે તને હિન્દુ બનાવવી. પણ તું અબૂધ બાલિકા હતી. તારો ધર્માન્તર કરવાનો મને કોઈ હક્ક નહોતો. દીકરી વાત તો એ છે જાત-પ્રાંત, ધર્મ માનવના સંબંધમાં ક્યારે પણ આડા આવતા નથી. એ તો માનવ નિર્મિત છે, પરમાત્મા એ તરફ ધ્યાન પણ આપતો નથી...’

દીકરી, જ્યારે તું પૂછતી કે, ‘પપ્પા, મુસલમાનો છોકરીને હિંદુ છોકરો બહેન કહીને કેમ ન બોલાવી શકે?’ ત્યારે તને કલ્પના પણ નહોતી કે બહેન કહીને તને બોલાવનાર શ્રીકાંત જ તારા પ્રશ્નનો ઉત્તર છે. સુનન્દા, આજ પછી તું જગતની દૃષ્ટિએ ભલે સલમા હોઈશ, પણ મારે માટે તું હંમેશ સુનન્દા જ રહીશ.’

નગીનદાસે આજે એક એવી વાતનું રહસ્યોદઘાટન કર્યું, જે સૌના હૈયાને

સફળતાનું શ્રેષ્ઠ રહસ્ય છે, આત્મવિશ્વાસ!

“સંભારણાં” વિશેષાંક



હયમયાવી ગયું.

પછી નગીનદાસે એમ.એ. ભણેલા સલીમ નામના એક સુશીલ યુવક સાથે સલમાના લગ્ન કરી આપ્યા. નગીનદાસે જ્યારે સલીમને સલમા અંગેની હકીકતથી વાકેફ કર્યો ત્યારે સલીમ નગીનદાસની મહાનતા અને માનવતા જોઈ અત્યંત પ્રભાવિત થયો, અને એમના ચરણોમાં પોતાનું માથું નમાવી દીધું.

દિવસો પસાર થતા ગયા. રંજના બી.એ. થઈ ચૂકી હતી. શ્રીકાંત બી.એ.માં ભણતો હતો, બન્ને કુટુંબ વચ્ચે ગાઢ સંબંધ હતો. હિન્દુ અને મુસલમાન જેવો કોઈ ભેદ રહ્યો ન હતો. બન્ને કુટુંબ વચ્ચે એક અનોખું બંધન હતું. એ બંધન માનવતાનું હતું. તે સંબંધ પ્રેમનો હતો.

એક દિવસ રંજના સલમાને મળવા

આવી. વાતચીત દરમિયાન રંજનાએ કહ્યું, કે શ્રીકાંત ભણતર મૂકીને ફોજમાં ભરતી થઈ ગયો છે. સલમાના મન પર આ વાતની જબરી અસર થઈ. તે સાંજે સલીમ ઘેર આવ્યો ત્યારે સલમાએ તેને પણ ફોજમાં કમિશન મેળવી લેવા માટે સમજાવ્યો.

સલીમ સલમાની વાત સાંભળી હસી પડ્યો. અને બોલ્યો, ‘હું શા માટે લશ્કરમાં કમિશન મેળવું? ઘરની સુખી જિંદગી છોડી એક સૈનિકનું કઠોર અને યાતનાપૂર્ણ જીવન હું શા માટે અપનાવું? એક દિવસ દુશ્મનની ગોળીએ વિંધાઈને ખતમ થઈ જવા માટે?’ અને સલીમ બેફિકરાઈથી મોટેથી હસી પડ્યો. સલમા ગુસ્સે થઈ ગઈ. બોલી, ‘સલીમ, આવું બોલતા તમને શરમ નથી આવતી? તમે આ દેશમાં રહો છો. આ દેશનું અનાજ ખાવ છો. પછી શા માટે આ દેશની ધરતી પ્રત્યેનું ઋણ

અદા કરતા ખચકાવ છો? શું આ દેશનું રક્ષણ કરવું તમારું કર્તવ્ય નથી? અને આટલું કહી સલમા રડી પડી.’

સલમાનો હાથ પોતાના હાથમાં લઈ સલીમ હસતાં હસતાં બોલ્યો, ‘સલમા આપણા દેશ પ્રત્યેની તારી ઉચ્ચ ભાવના જોઈ મને ખરેખર આનંદ થાય છે. હું પણ આ દેશનો જ એક સપુત છું અને કદી પણ આ દેશના રક્ષણ કાજે લડવામાં પાછી પાની નહિ કરું.’

આટલું કહી તેણે ખીસ્સામાંથી એક કવર કાઢીને સલમાના હાથમાં મૂક્યું, પછી કહ્યું, ‘લે આ વાંચી જો, એક ખુશીના સમાચાર છે!’ સલમાએ કવર ખોલીને જોયું, એમાં સલીમને લશ્કરમાં કમીશન મળી ગયાની સૂચના હતી.

મંગલમંદિર, મે-૧૯૯૦

## મુલત્વી રહેલું મહાભિનિષ્ક્રમણ

• પોપટલાલ નેણશી ઘરોડ •

અને એક દિવસ રાજકુમાર સિદ્ધાર્થ ડ્રાઈવર પાસેથી કાર બહાર કઢાવી નગરમાં ફરવા નીકળ્યા. રસ્તામાં તેમણે એક નેતાનો જયજયકાર કરતા ટોળાને જોયો. કુતૂહલથી તેમણે ડ્રાઈવરને પૂછ્યું, ‘હે ડ્રાઈવર, આ મહાનુભાવ કોણ છે, અને લોકો તેનો જયજયકાર કેમ કરી રહ્યા છે?’

ડ્રાઈવરે કહ્યું, ‘હે રાજપુત્ર, આ મહાનુભાવ આપણા દેશના રાજકીય નેતા છે. આઝાદીની લડતમાં થોડા કલાક જેલમાં જઈ આવ્યા પછી તેઓ નેતા બની ગયા છે. સત્તા અને તેની જોડે આવતી સંપત્તિ તેમને છોડવી ગમતી નથી, અને યેન કેન પ્રકારેણ તેઓ પુરશી જાળવી રહ્યા છે. આ લોકો તેમનો જયજયકાર કરી રહ્યા છે.’

આ સાંભળી સિદ્ધાર્થ વિચારમાં પડી ગયા. ડ્રાઈવરને કાર વાળવાનું કહી તેઓ રાજમહેલે પાછા આવ્યા.

થોડા દહાડા પછી ફરી કુમાર સિદ્ધાર્થ કારમાં બેસી નગરમાં ફરવા નીકળ્યા. એક જગ્યાએ એક મોટી સભા મળી હતી અને લોકો એક વ્યક્તિનું બહુમાન કરી રહ્યા હતા. સિદ્ધાર્થે કૌતુકથી ડ્રાઈવરને પૂછ્યું, ‘હે ડ્રાઈવર, આ લોકો આટલું માનપાન જેને આપી રહ્યા છે તે

મહાનુભાવ કોણ છે?’

ડ્રાઈવરે કહ્યું, ‘હે રાજકુમાર, વર્ષો પહેલાં આ શહેરમાં પોતાના ગામથી દોરી લોટો લઈ આવનાર આ મહાનુભાવ કાળાબજાર, કરચોરી અને ભેળસેળ કરી આજે સૌથી મોટા ધનશ્રેણી બની ગયા છે. પોતે કરેલા આ પાપોની ચર્ચા લોકોમાં ન થાય એ માટે કેટલીક સંસ્થાઓને તેમણે દાનના ટુકડા ફેંક્યા છે. અહીં ભેગો થયેલો આ લોકસમૂહ આ શ્રેણીનું બહુમાન કરી રહ્યો છે.’ સિદ્ધાર્થ ઊંડા વિચારમાં પડી ગયા અને કારને અધવચ્ચેથી પાછી લેવડાવી રાજમહેલે આવ્યા.

થોડા દહાડા રહીને રાજકુમાર સિદ્ધાર્થ ફરી કારમાં બેસી નગરમાં ફરવા નીકળ્યા. રસ્તામાં તેમણે એક અતિ મોંઘી અને વિદેશી કારમાં એક જાજરમાન વ્યક્તિને બેઠેલી જોઈ કુમારે ડ્રાઈવરને પૂછ્યું, ‘હે ડ્રાઈવર, મોંઘીદાટ વિદેશીકારમાં બેઠેલા આ મહાનુભાવ કોણ છે?’

ડ્રાઈવરે કહ્યું, ‘હે કુમાર સિદ્ધાર્થ, આ મોંઘીદાટ વિદેશી કારમાં આપણા રાજ્યનાં અઠંગ દાણચોર, જુગારી અને અંધારી આલમના બેતાજ બાદશાહ બેઠેલા છે. દરેક ક્ષેત્રે તેમનો પ્રભાવ એટલો બધો ફેલાયેલો છે કે આપણા રાજ્યની પોલીસના ભલભલા અમલદારો પણ

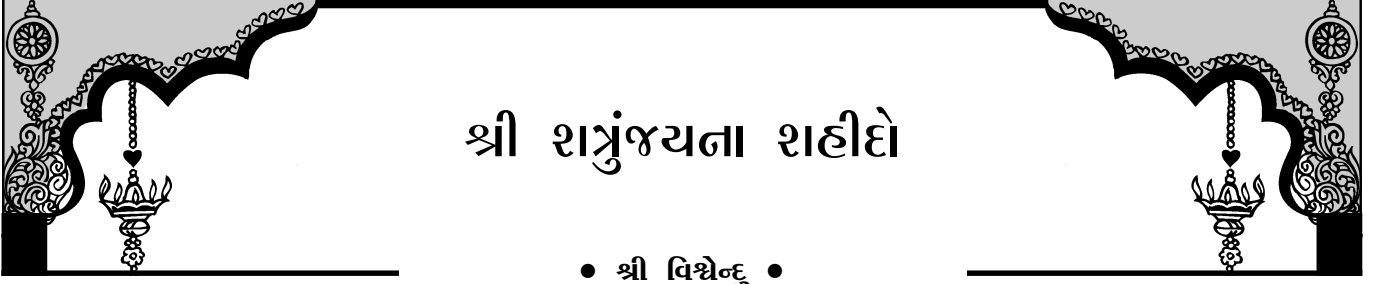
તેમને હાથ લગાડી શકતા નથી, અને તેની આગળ પાછળ બકરી જેવા બની જાય છે.’

સિદ્ધાર્થ ગહન વિચારમાં પડી ગયા. ડ્રાઈવરને કહી તેમણે કારને રાજમહેલ તરફ પાછી લેવડાવી.

તે રાત્રે સિદ્ધાર્થ ઊંડા મંથનમાં ઉતરી પડ્યા હતા. તેમને ઉંઘ આવતી નહોતી. એક નેતા, એક શ્રેણી અને એક દાણચોર તેમના ગહન વિચારનું કેન્દ્ર બની ગયા. તેમના માનપાન, તેમની સુખ સમૃદ્ધિ, તેમનો પ્રભાવ કુમારની આંખ આગળ તરવા લાગ્યા. અંતે સત્ય પ્રકાશનો સૂરજ ઉગ્યો. તેમને જ્ઞાન થયું. સંસારમાં સુખ રાજનેતા થવામાં છે, સુખ શ્રેણી થવામાં છે., સુખ દાણચોર થવામાં છે તેમણે મહાભિનિષ્ક્રમણ કરવાનો નિર્ણય તજ દીધો, અને ભારતના એક પ્રધાન થવાનો નિર્ણય કરી લીધો. તેઓ હળવા થઈ ગયા હતા. ધીરેથી ઊઠી પત્ની યશોધરાના રૂમમાં આવ્યા અને પ્રસન્નતાપૂર્વક પત્ની અને પુત્ર રાહુલની બાજુમાં સૂઈ ગયા.

બીજી સવારે પ્રજાએ તેમને લાડથી બુદ્ધ તરીકે ઓળખ્યા અને દશે દિશાઓમાં તેમનો જયજયકાર થવા લાગ્યો.

મંગલ મંદિર, જૂન/જુલાઈ-૧૯૯૦



## શ્રી શત્રુંજયના શહીદો

• શ્રી વિશ્વેન્દુ •

કર્તવ્યને વિસરી જઈને, તીર્થાધિરાજની આવક પર પોતાના હક્કનો દાવો કરતો, આજનો બારોટ-વર્ગ વિચારે : પોતાના પૂર્વજોનો ઇતિહાસ કેટલો વફાદારીભર્યો ને રોમાંચક છે ! બલિદાનની, ન્યોચ્છાવરીની અને શહીદીની એ ભાવનાને અંજલિ આપતા ત્યારના મહાજને શું કર્યું ? આજે ક્યાં છે એ ન્યોચ્છાવરી ? એ શહીદી ? ને એ વફાદારી ? પણ ? ... ઇતિહાસના સુવર્ણ યુગનું એ તેજસ્વી પાનું સર્વ કોઈને તીર્થની ખાતર જાત ન્યોચ્છાવરી કરવાનું સામર્થ્ય આપો.

હવામાં ભયના પડઘા હતા, પવન પણ થંભી જાય એવા સણસણતા સમાચાર અબઘડી જ પાલિતાણામાં ફેલાઈ રહ્યા હતા.

સુલતાન મહમદ શાહ 'બેગડા'નું નામ સાંભળતાં જ આખું પાલિતાણા કંપી ઊઠ્યું હતું.

'રે! જગવિખ્યાત શત્રુંજયની દેવનગરી શું આજે લુંટાશે? સંસ્કૃતિના સંહારક એ શસ્ત્રોની સામે ઢાલ બનીને, મંદિર-મૂર્તિનું જતન કરનારો કોઈ જંવામર્દ શું નહિ જ મળી આવે?'

સમાચાર જેમ જેમ ફેલાતા ગયા, એમ એમ આખું પાલિતાણા ગંભીર બનતું ચાલ્યું !

હજી નજીકનો જ અતીતકાળ સહુની આંખ આગળ તરવરતો હતો. જૂનાગઢ લૂંટાયું હતું અને ત્યાંનું નંદનવન આજે ઉજ્જડ બનીને ઊભું હતું. બેગડાની આંખનો અગ્નિ પ્રજ્વળ્યો અને જૂનાગઢ ઊભું ને ઊભું બળીને ભડક્યું બન્યું હતું અને એની ઊડતી આંચ બધાને કંપાવી રહી હતી !

જૂનાગઢ અને પાવાગઢની સંસ્કૃતિ પર જીવલેણ મારો મહમદશાહે હજી હમણાં જ ચલાવ્યો હતો અને અજેય ગણાતા આ બે ગઢ

જ્યારે તૂટ્યા ત્યારે દિલે-દિલે દાવાનળ પેટાયા હતા ને મહમદશાહની એ ધર્માધતા પર હજારો ફિટકાર વરસ્યા હતા !

જૂનાગઢ અને પાવાગઢ - આ બે ગઢનો ખાત્મો બોલાવ્યા પછી મહમદશાહ 'બેગડા' તરીકે પ્રસિદ્ધ થયો હતો.

બેગડાનું ધર્મઝનૂન એટલે આ ઉકળતો ચરૂ ! એ જ્યાં જ્યાં જાય, ત્યાં ત્યાં ભડકા ઊઠતા ને રાખનાં અવશેષ જ રહેતા !

મદર્દાનગી ત્યારે મરી પરવારી નહોતી ! જવાંમર્દોએ ત્યારે જૌહર નહોતા કર્યા ! શૂરાતનની ત્યારે શબ-યાત્રા નહોતી નીકળી ચૂકી ! અને પરાક્રમે ત્યારે પારોઠનાં પગલાં નહોતાં ભર્યાં !

માથે મોતનો મુકુટ બાંધી ફરે એવા મદર્દો ત્યારે હતા ! જમરાજને ય જુહાર કરી શકે, એવા જવાંમર્દોનો ત્યારે દુકાળ નહોતો પડ્યો અને શિર પર શોષિતનાં ચાંલલા કરે એવા શૂરવીરોને પકવનારી વીરમાતાઓ ત્યારે વંધ્યા ન હતી !

બેગડાની આંખ જ્યાં જ્યાં કતરાતી અને ધર્મની સામે જ્યાં જ્યાં કત્લેઆમ ચાલતી, ત્યાં ત્યાં આવાં માડીજાયાઓ, કાંડે કર્તવ્યનાં કંકુ પૂરીને, કેસરિયાં કરવાં કૂદી પડતા અને બેગડાનો પંથ, પથ્થરથી રૂંધાઈ જતો !

પણ, ક્યાં સિંહ ! ક્યાં સસલાં !

બેગડાનું બળ એ પથ્થરોનો ભૂકકો બોલાવીને આગળ વધી જતું અને ઘડી પહેલાનાં હસતાં-ખિલતાં દેવમંદિરો ઘડી પછી જ ભગ્ન ખંડેરો બની રહેતાં ને જોનારની આંખનાં આંસુઓને બહાર ખેંચી લાવે એવી ક્રુણતા એ ખંડેરોનાં કણ... કણમાં વ્યાપી જતી !

જૂનાગઢ જીર્ણ શીર્ણ બન્યું ! પાવાગઢ પારેવાનો માળો બન્યું ને હવે મહમદ બેગડાની

આંખ દેવનગરી શત્રુંજય પર કતરાઈ હતી !

'કત્લ... કત્લ'ના પુકારો કરતું બેગડાનું સૈન્ય એક દી' સોરઠ ભણી આગે બઢ્યું !

પવનની પાંખ પર બેસીને 'કત્લ... કત્લ'ના પુકારો પાલિતાણા પહોંચ્યા અને પ્રત્યેકની હૈયા ધરતીએ જબ્બર કંપ અનુભવ્યો !

પાલિતાણાનું જૈન મહાજન ઘડીકમાં એકદું થઈ ગયું, સૌને મન, આ સળગતો પ્રશ્ન પોતાનો પ્રશ્ન હતો, નગરશેઠ મોતીચંદની આંખમાં પણ ભયનાં ઝેંધાણ હતા !

એક બાજુ મહાજન ભેગું થયું ત્યારે બીજી તરફ ધરતી-કંપના આંચકા જગવતાં-જગવતાં આ સમાચારો શહેરભરમાં ધૂમી વળ્યા ને બધે ચકચાર જાગી ઊઠી !

મહાજન જ્યારે વિખરાયું ત્યારે પ્રત્યેકના અંતરમાં આશા-નિરાશાની ધૂપ-છાંવ હતી. ખૂબ જ લાંબા સમય સુધી ગંભીર વિચારણાઓ ચાલતી રહી; પણ માર્ગ જડે અને દિશા ખુલ્લી થઈ જાય એટલી સરળ ને સહેલી એ સમસ્યા ન હતી !

'બેગડા'ને વિનવણી કરવાનો કોઈ અર્થ ન હતો ! સુવર્ણ મુદ્રાના ભાર નીચે દબાઈ જાય એટલું હલકું 'ધર્મઝનૂન' બેગડાનું ન હતું !

પ્રશ્નની ગૂંચ એટલી બધી જટિલ નીકળી, કે જેમ જેમ એને ઉકેલવાની મહેનત ઉગ્ર બની એમ એમ એ ગૂંચ વધુ જટિલ બનતી ગઈ ! ગમે તેવી અંધારી અમાસેય કર્તવ્યની કેડી શોધનારી નગરશેઠની બુદ્ધિ પણ આજે ગુમરાહ બનીને આથડતી રહી !

અંતે એક નિર્ણય લેવાયો - ગામનાં બારોટો જો આ પ્રશ્નને પોતાનો ગણે, અને એ કાજે બલિદાન આપીને શહીદ બનવાનું

બીજાઓના દોષ જોવાથી નથી આપણું ભલું થતું નથી બીજાઓનું.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

ઉત્તરદાયિત્વ તેઓ સ્વીકારે તો કદાચ, બેગડાનું બળ બુદ્ધું બને અને શત્રુંજયની શાન-શૌકતનો દીપ જલતો જ રહે !

મહાજનના મોવડીઓને લઈને નગરશેઠ મોતીચંદ, બારોટોનાં રહેઠાણ ભણી રવાના થયા !

બારોટોની બોલબાલાના એય દિવસો હતા ! એમને 'સરસ્વતીપુત્ર'નું બહુમાન, ઠેરઠેરના રાજાઓ તરફથીય મળતું ! એમનો અવાજ રાજદરબારેય પહોંચતો અને બીજાને નિરાશા જ મળે એવી ઘણીય વાતોમાં બારોટો ફતેહ મેળવી આવતા ! આ બધો પ્રતાપ - પ્રભાવ એમની વિદ્યાનો હતો; એમના મોઢેથી કાવ્યનો લલકાર થતો અને જાણે વીણા-પાણિ સરસ્વતીની વીણાનાં તાર ઝણઝણી ઊઠતાં ! પાલિતાણાનાં બારોટોની આગેવાની ત્યારે 'કાળીદાસ બાપા'ના શિરે હતી. બધાં એમને 'કાભઈ બાપા'ના જ લાડીલાં નામે જ સંબોધતા !

મહાજન જ્યારે કાભઈ બાપાની ડેલીએ પહોંચ્યું ત્યારે ત્યાં ડાયરો જામ્યો હતો, બેગડાના આક્રમણની જ વાત ત્યાં ચર્ચાતી હતી અને કસુંબા ને અફીણ ત્યાં ઘોળાતા હતા !

મહાજનને આવેલું જોઈને બધાં વાત પામી ગયા. નગરશેઠે બેઠક લીધી અને પળનોય વિલંબ હવે ખતરનાક હોવાથી શેઠે સીધી જ વાત શરૂ કરી.

'બાપુ ! મહાજનની આબરૂ આજે તમારા હાથમાં છે, મહમદ બેગડાનું સૈન્ય અહીં આવી રહ્યું છે ને અમારાં દેવનગર પર વિઘ્નોનાં વાદળ-દળ ઘેરાતાં જાય છે....!'

'શેઠ ! અમારા કાં બોલો ? આપણાં કહો ! ધર્મ ભલે અમારો જુદો, પણ બેગડો તમારો એકલાનો જ દુશ્મન નથી ! એ આખી સંસ્કૃતિનો દુશ્મન છે !'

કાભઈ બાપા વચમાં જ બોલ્યા !

'ભૂલ્યો, હાં બાપુ ! આપણાં ! આપણી મૂર્તિઓ પર ઉતરી આવતાં આક્રમણ સામે આપણે ઢાલ નહિ ધરીએ તો મૂર્તિઓ

પગથિયાનાં પથ્થરોમાં જડાશે ને મંદિરો મસ્જિદોમાં પલટાશે.'

'વાત સાચી શેઠ ! પણ સાગરની પાળ તૂટી છે અને પાણી ઘોડા-પૂરે ધસતાં આવી રહ્યાં છે, ત્યાં આપણા જેવા શું કરી શકે ? ફાટ્યાં આભને થીગડું આપવાથી ન સંધાય !'

'ના બાપુ ! સસલાંની આવી ધીમી ચીસો સાંભળવા હું અહીં નથી આવ્યો; મારે તો આ ડેલીએથી જ સિંહ સાદ સાંભળવા છે. આપની અત્યારે બોલબાલા છે ! રાજમાં-કાજમાં, પાંચમાં--પંચમાં આપ આજે પૂછાવ છો ! જો આપ આ પ્રશ્નને ઉકેલવા માંગો તો જરૂર ઉકેલાય !'

'શેઠ ! રા' માંડલિક જેવાઓનાંય બોલ જ્યાં આભમાં વેરાઈને વિખરાઈ ગયા, ત્યાં અમારી શક્તિ શી ? આ બાથ તો બળિયા સામે ગણાય !

'બાપુ ! વાત સાચી, પણ કદીક એવું બને કે સિંહ જ્યાં હારે ત્યાં સસલું જીતે ! બળ જ્યાં પાછું પડે ત્યાં કળનો-બુદ્ધિનો વિજય થાય ! આપની પાસે બુદ્ધીય છે, બલી થવાની શહાદતેય છે ! જો થોડા મરણિયા તૈયાર થઈ જાય તો...? એક મરણિયો તો સોને ભારે પડે !'

શૂરાતન ચઢી ગયું. નગરશેઠની વાત કાભઈના દિલમાં ઘર કરી ગઈ અને બાપુએ સાદ દીધો; 'શત્રુંજય, શહાદત માગે છે ! વીરાઓ ચાલ્યાં આવે....'

'લોહી... બલિદાન...!! શહાદત!!!'

આખી ડેલી પર આ પડઘમ પડવાં લાગી ! થોડીવારમાં આ ડેલીનું આંગણ બારોટોથી ઊભરાઈ ઊઠ્યું.

બાપુએ શહીદોને સાદ દીધો; 'વીરાઓ ! શત્રુંજયને માથે આજે નાશની નોબતો ગડગડી રહી છે. આપણું શૂરાતન જો આજે મેદાને ન પડે તો સોરઠની ધરતી લાજે અને વીરપ્રસૂ સોરઠણોની કૂખે આપણે પથ્થરો પાક્યાં કહેવાઈએ ! મારે આજે લોહીની જરૂર છે : શત્રુંજયની શાન - રક્ષા કાજે શહાદતને વરે એવાં શહીદો ચાલ્યા આવે... જય સોમનાથ !'

ને એક પછી એક સો બારોટો બલિદાન કાજે તૈયાર થઈ ગયા !

હવે મોતની પ્રતીક્ષા જ કરવાની બાકી હતી ! બેગડાના આગમનની વાટે એ શૌર્યવીરોની મીટ મંડાઈ રહી !

મહાજનની આંખમાં આશાની ઉષા ખીલી ઊઠી ! બારોટોના એ ધર્મ-ખમીર પર નગરશેઠ વારી ગયા !

આખું પાલિતાણા 'આવતી કાલ' તરફ મીટ માંડીને બેઠું !

કાળમીઠ પથ્થરને કાળજું હોય તો ત્યાંથી પણ કરુણા જાગી જાય એવું કરુણ દશ્ય શત્રુંજયની પગથારે ખડું થયું હતું !

એક બાજુ કાભઈ બાપાનો વૃદ્ધ દેહ બલિ બનીને ઢળી પડ્યો હતો ને એ દેહમાંથી ઊડતી લોહી-સેરો 'બેગડા'ને આગળ વધવાની 'ના' કહી રહી હતી !

મારા-માર કરતું ધર્મઝનૂન ધસી આવ્યું. સીધું જ શત્રુંજય પર આક્રમણ કરવાં ઈચ્છતું હતું. પણ એનો રસ્તો બલિદાન શોષિતથી ભર્યો પડ્યો હતો; મહમદશાહે જોયું તો શત્રુંજયની વાટને રોકતાં સો મરણિયાં બારોટ ખડાં થઈ ગયા હતા; પણ બેગડાએ તો આદેશ કર્યો; 'આગે બઢો !'

પણ ત્યાં બાપા આગળ ધસી આવ્યા. એમણે ધર્મનું ખમીર બતાવ્યું; 'સુલતાન ! ખડે રહો ! અમારી નસમાં લોહીનું એક પણ ટીપું જ્યાં સુધી વહેતું હશે, ત્યાં સુધી આગળ નહીં વધી શકાય ! પાછા ફરો... જગપ્રસિદ્ધ આ શેત્રુંજયના દેરાં, તમારી તલવારોને બુઢી બનાવવા માટે જૈનોએ નથી ચણાવ્યાં ! એની એક એક ઈંટ પાછળ જૈનોએ પોતાનું દિલ ને દોલત મૂકી છે; માટે પાછા વળો. નહીં વળો તો અમારા લોહીથી આ ધરતી રક્તરંગી બની જશે, સો સો ધડનો ખડકલો તમારી રૂકાવટ માટે ખડકાશે !'

સુલતાનના કાન જાણે ખાલી કાણાં જ બન્યા હતા ! એણે કંઈ ન સાંભળ્યું ને એણે પુનઃ આદેશ કર્યો, 'આગે કદમ... !'

ને કાભઈ બાપુએ પોતાની કટારી પેટમાં

આત્માથી પ્રામાણિક થવામાં સાચી કર્તવ્યનિષ્ઠા રહેલી છે.

ભોંકી દીઘી ! જય શત્રુંજય! જય આદિનાથ!

ને બાપુ ઢળી પડ્યા ! પોતાનો આગેવાન ઢળી પડતા બધા બારોટો ખળભળી ઊઠ્યાં ! બીજા બારોટો બલિ માટે તૈયાર ઊભા હતા, એમાંથી એક બારોટ આગળ ધસી આવ્યો; એણે પુકાર્યું; ‘જય આદિનાથ !’ ને એ ય ઢળી પડ્યો, કટારી એનાં શરીરમાં આરપાર પેસી ગઈ હતી!

પણ ‘બેગડો’ જાણે કાળજું મૂકીને આવ્યો હતો. એના દિલમાં કરુણાનો ક્યારો જાણે સાવ જ સૂકાઈ ગયો હતો! માનવને એ જાણે માટીનાં પૂતળાં રૂપે જોતો હતો અને લોહીમાં એને જાણે પાણી જ દેખાતું હતું!

ત્યાં તો બારોટ પ્રતાપસિંઘ તલવાર ધૂમાવતો ધૂમાવતો આગળ આવ્યો; પોતાના પિતા કાભઈ બાપાના મૃત્યુ-પંથે પગલીઓ ભરવાનું જોમ એનામાં ઊછાળા મારતું હતું. જોબનના જામ એના અંગમાં જણાતા હતા. યૌવનના ઉપવનમાં હજી હમણાં જ એણે પ્રવેશ કર્યો હતો; બાપુના ગઈકાલનાં સાદ એના કાનમાં ગૂંજતા હતા. એણે કહ્યું; ‘સુલતાન ! હજી સમજી જાવ ! નહિ તો લોહીની લેખનીથી, ઈતિહાસમાં તમારું પ્રકરણ ‘લોહીના લેખ’ રૂપે લેખાશે !’

પણ બેગડો એકનો બે ન થયો, એની આંખમાં તો સંહારનાં સપનાં જ ઘોળાઈ રહ્યાં હતાં !

નવજવાન પ્રતાપસિંઘે તલવાર ધૂમાવીને પોતાનું મસ્તક ઊડાવી દીધું; ત્રણ.... ત્રણ બલિના લોહીથી ધરતી કંકુવર્ણી બની ગઈ !

સુલતાન મહમદનો મિજાજ હવે આસમાને પહોંચ્યો ! આ વળી શી ઝંઝટ ? એણે રાડ પાડી; ‘ખુદાવિંદખાન ! સબકો ગિરફતાર કરો !’

સૈન્યના સરદાર સિપહસાલાર ખુદાવિંદખાને સેનાને સાબદી કરવા માંડી !

બારોટોનાં લોહી પણ હવે ઉકળી ઊઠ્યા હતા! એમણે એકી સાથે ને સમસ્વરે પોતાનો આખરી નિર્ણય સુલતાનને જણાવ્યો; ‘અમે બધા ઝમોર કરીને શહાદતને વરશું, પછી અમારી રાખને ખૂંદીને તમે આગળ વધી શકો છો! જય શત્રુંજય!’ ને ભડભડતી ચિતાઓ સળગી ઊઠી! બધાં બારોટોએ તેલ-નીંગળતાં વસ્ત્રો પહેર્યાં અને સામૂહિક ઝમોરની આડે પળો જ બાકી રહી!

ઝમોર! બારોટોનો આ આખરી નિર્ણય સાંભળતાં જ બેગડો ધ્રૂજી ઊઠ્યો; રે! બધાં જ બારોટો શત્રુંજયના શહીદો બનીને શું એક સાથે બળી મરશે!

બેગડો કંપારી અનુભવી રહ્યો હતો, ત્યાં તો સિપાહસાલાર ખુદાવિંદખાને, બધા કાંતિવીર બારોટોને પકડીને કેદ કરવા આગળ કદમ ઊઠાવ્યું!

એક બાજુ ઝમોરના ગણવેશમાં બધા બારોટો સજજ થઈ રહ્યા હતા ને બીજી બાજુ ખુદાવિંદખાન કાંતિને કેદ કરવા તૈયાર હતો!

એક બારોટના લોહીમાં વૈશાખી તાપ ધસી આવ્યો, પોતાની કટારીથી એણે પોતાનું પેટ ચીરી નાંખ્યું અને લાંબા લાંબાં આંતરડાં ખેંચીને એણે સરદાર ખુદાવિંદખાનના ગળામાં નાંખ્યા!

સરદારે ઘણાં ઘણાં મડદાં ચૂંથ્યા હતા, એણે ઘણી વખત પોતાનાં હાથ લોહી તરબોળ બનાવ્યા હતા, પણ બલિદાન વીર બારોટનું એ આંતરડું એનાં ગળામાં પડતાં જ, એ થર... થર કંપી ઊઠ્યો; જાણે કાળોતરો જીવતો-જાગતો નાગ પોતાને ગળે ન વીંટળાયો હોય ! આગે બઢવાની શક્તિ હવે એણે ગુમાવી દીધી, સુલતાનને એણે અરજ ગુજારી; ‘ખુદાવિંદ! કસૂર માફ કરો! હવે મારાથી આગળ નહીં વધાય! આ આંતરડું જાણે કાળોતરો નાગ બનીને મારા એક એક રોમમાં હજાર... હજાર ડંખ ભરતું લાગે છે! હવે આપણે પાછા ફરીએ!’ ને ધ્રૂજતા હાથે એ આંતરડું સરદારે ફેંકી દીધું!

ચિતાઓમાં અગ્નિ પ્રજ્વળી ઊઠ્યો હતો અને બારોટો એક સામટાં એમાં હોમાવાની તૈયારી કરતા હતા! ઝમોરનું કરુણ ને દર્દાલ ચિત્ર બેગડાને ધ્રૂજાવી રહ્યું હતું; એણે ઊંચો હાથ કરીને કહ્યું.

‘બારોટો! તમારી આગળ બેગડો હારે છે! ચિતા બુઝાવી નાખો; હું પાછો ફરું છું! બલિદાનનાં બળની આગળ બેગડાનું બળ નિસ્તેજ છે!’

‘ખુદાવિંદખાન! પીછે કદમ!’

ને બેગડો પાછો ફર્યો!

શત્રુંજયનાં શહીદોની શહાદતે દેવ નગરીની શાન-શૌકત જાળવી રાખી. ને ત્યારથી મહાજને બારોટોને શત્રુંજયના વિશિષ્ટ હક્કો આપ્યા!

મંગલમંદિર, નવેમ્બર-૨૦૦૧

માણસોના મનમાં જેવા વિચાર હોય છે તેવું જ તેના વર્તન અને વાણીમાં પ્રતિબિંબિત થાય છે.



• ડૉ. શરદ ઠાકર •

ઈંગલેન્ડના માંચેસ્ટર (બરી)માં પોતાની ધીકતી પ્રેક્ટિસ ધરાવતા ડૉ. કે. કે. ઠાકરે ઈન્ટરકોમનું બઝર દબાવ્યું. સામેથી અંગ્રેજ સ્ટ્રી-કર્મચારીનો સ્વર સંભળાયો : ‘ગુડ મોર્નિંગ ડોક્ટર !’

‘વેરી ફાઈન મોર્નિંગ, માર્થા ! કેટલા પેશન્ટ્સ એપોઈન્ટમેન્ટ લઈને આવ્યા છે?’ સામે છેડેથી પૂછાયેલા પ્રશ્નનો જવાબ મળવાને બદલે કંઈક જુદી જ માહિતી મળી : ‘હું માર્થા નથી બોલતી, સર ! આઈ એમ ડોલી હિઅર. માર્થા આજે રજા ઉપર છે.’ ‘કેમ, શું થયું છે એને?’

‘બીમાર છે. કદાચ બે-ત્રણ દિવસ સુધી કામ ઉપર નહીં આવી શકે. માર્થાનું કામ અમે ભેગાં મળીને ચલાવી લઈશું.’ ‘ચલાવી લેવાનું સમાધાન તો મારે કરવું પડશે. માર્થા જેટલી બાહોશી તમારામાં કોઈની પાસે નથી, પણ એક કામ કરજે, માર્થાને મળવા જાય ત્યારે મારા વતી ખબર પૂછજે.’ ડૉ. ઠાકરે લાગણીપૂર્વક કહ્યું અને પછી કામના દરિયામાં ડૂબી ગયા.

માર્થા લગભગ પિસ્તાળીસ વરસની કામગરી મહિલા હતી. એનો પતિ એને છોડીને ચાલ્યો ગયો હતો. માર્થાને જીવવા માટે નાનકડી દીકરી અને મસમોટી દરિદ્રતા આપી ગયો હતો. નાનકડી દીકરી માગરિટ જ્યારે ત્રણ વર્ષની હતી ત્યારે ડૉ. ઠાકરે એને નોકરીમાં રાખી લીધી હતી. એ છેલ્લા વીસ વર્ષથી પૂરેપૂરી દક્ષતા અને ઉચ્ચતમ પ્રમાણિકતા સાથે એક પણ દિવસની રજા પાડ્યા વગર એની ફરજ બજાવતી રહી હતી.

બે દિવસ, ત્રણ દિવસ, ચાર દિવસ ! અઠવાડિયું વીતી ગયું. ડૉ. ઠાકર પાસે એટલો સમય ન હતો કે માર્થાના ઘરે જઈને એને મળી આવે.

એકવાર તો ડોલી સિસ્ટરે કહ્યું પણ ખરું :

‘સર, અમે બધા જ કર્મચારીઓ માર્થાના ઘરે જઈ આવ્યા. માર્થાની તબિયત કથળતી જાય છે. પ્રોબેબલી શી હેઝ લંગ કેન્સર. એ તમને બહુ યાદ કરતી હતી.’

ડૉ. ઠાકર સમજી ગયા. માર્થાને અવશ્ય માઈ લાગ્યું હશે. પણ ડૉ. ઠાકર મજબૂર હતા. પ્રેક્ટિસમાં એ અતિશય વ્યસ્ત હતા. દર્દીઓ તપાસવા માત્રથી એમનું કામ ખતમ થઈ જતું નહોતું. અંગ્રેજોની કાર્યપ્રણાલી પ્રમાણે ‘પેપરવર્ક’ પણ લાંબુ ચાલતું. રોજ સાંજે બે થી ત્રણ કલાક જેટલો સમય કોન્ફરન્સ અને મિટિંગમાં જતો હતો. એ ઉપરાંત બ્રિટિશ વેધર અને પોતાની વધતી જતી ઉંમર.

એક સાંજે ડોલીએ સમાચાર આપ્યા : ‘સર, માર્થાની સ્થિતિ ગંભીર છે. કદાચ આજની રાત એ ન પણ કાઢે. હું સવારે જ એને મળવા ગઈ હતી. માર્થા તમારી ઉપર ખૂબ જ ચિઠાયેલી હતી. કહેતી હતી કે આ ઈન્ડિયન લોકો કૃતઘની હોય છે. લાગણીશૂન્ય હોય છે. કેટલાં બધાં મિત્રો, સ્વજનો, સાથી-સંગાથીઓ મારી ખબર પૂછવા આવી ગયા ! કોઈક ફૂલો લઈને આવ્યાં. કોઈ વળી આંખોમાં અંતિમ વિદાય લઈને આવ્યા. એક ન આવ્યા ડૉ. ઠાકર.’ ‘એમ ? માર્થા એવું કહેતી હતી ? તો એનો અર્થ એ કે આટલા વર્ષોના પરિચય પછી પણ એ મને ઓળખી શકી નથી. હું ભારતમાં હતો ત્યારે પણ આ ખબર પૂછવાના ઔપચારિક રિવાજને ધિક્કારતો હતો પણ હું નથી ઈચ્છતો કે માર્થા જ્યારે કાયમને માટે જઈ રહી છે, ત્યારે મારા વિશે કોઈ કડવાશ લઈને જાય. આજે સાંજે જ હું એના ઘરે જઈ આવીશ.’

‘સર, સાથે લઈ જવા માટે આર્થિક કાર્ડની વ્યવસ્થા કરું ? કે પછી મોંઘો સારો બુકે ? માર્થાને ગુલાબનાં ફૂલો બહુ ગમે છે...’ ડોલીએ સૂચન કર્યું.

‘ના ડોલી, મને ખબર છે કે માર્થાને સૌથી વધુ શું ગમશે ?’ એક કલાક પછી ડૉ. ઠાકર માર્થાની મરણપથારી પાસે બેઠા હતા. ‘માર્થા, કેન્સરમાંથી કોઈ છટકી શક્યું નથી. જો તને પૈસાથી બચાવી શકાતી હોય તો મારી તમામ દોલત હું તારા માટે ખર્ચી નાખત. તું શાંતિથી વિદાય લેજે. કોઈ ચિંતા હોય તો મને કહી શકે છે.’

માર્થા મહાપરાણે બોલી : ‘મને ચિંતા મારી માગરિટની છે. બાપ વગરની દીકરી મને જીવથી વધુ વહાલી છે. એને દુઃખ ન પડે એટલા ખાતર જ મેં બીજું લગ્ન ન કર્યું. મને એક એની જ ફિક્કર છે. ઈંગલેન્ડમાં બેકારીનું પ્રમાણ વધતું જાય છે. સામાન્ય જીવનધોરણથી એ ટેવાયેલી નથી. મારી મેગીનું શું થશે ? હું જઉં છું એની ચિંતાને સાથે લઈને...’

ડૉ. ઠાકરે કોટના ખિસ્સામાંથી પત્ર કાઢીને માર્થાના હાથમાં મૂક્યો. ‘આ શું છે, સર ?’

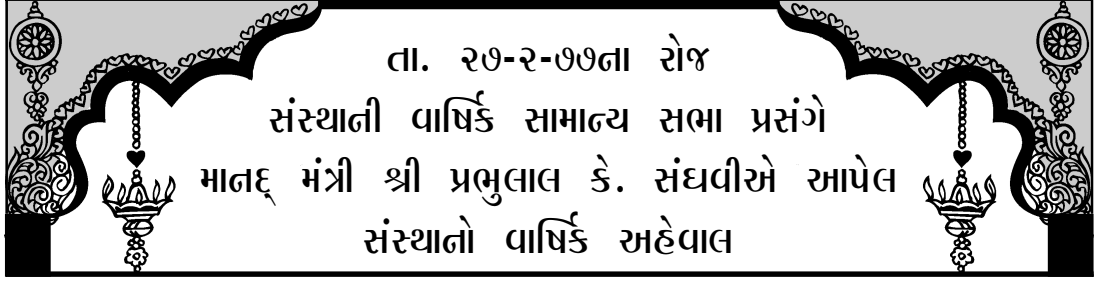
‘માર્થા, કબૂલ કરું છું કે હું ફૂલો કે કાર્ડમાં છપાયેલી શુભેચ્છાનો કૃત્રિમ વહેવાર લઈને અહીં નથી આવ્યો. તું ભલે તારા ડોક્ટરની લાગણીને ન સમજી શકી, પણ તારો ડોક્ટર તારી ચિંતાને બરાબર સમજે છે. અહીં આવતાં પહેલાં જ તારી મેગીને મારી હોસ્પિટલમાં તારી જ જગ્યાએ, તારા જેટલા જ પગારથી નોકરીમાં રાખી લઉં છું. આ કાગળ એ એનો નિમજૂકપત્ર છે. હવે તું શાંતિપૂર્વક વિદાય લઈ શકે છે અને સ્વર્ગમાં જઈને તારા ઈશ્વર પાસે એવી ફરિયાદ ન કરીશ કે આ ઈન્ડિયન લોકો લાગણીશૂન્ય હોય છે.’ માર્થાએ એ રાત્રે જ્યારે અંતિમ શ્વાસ છોડ્યો, ત્યારે એના ચહેરા પર ભારોભાર હળવાશનો ભાવ છવાયેલો હતો.

મંગલ મંદિર, ડિસેમ્બર-૨૦૦૩

પોતાના અંતઃકરણની મલીનતાને કારણે જ બીજાઓમાં દોષ દેખાય છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક





ભાઈઓ,

સંસ્થાની વાર્ષિક સભા પ્રસંગે ઉપસ્થિત થયેલ આપ સૌને આવકારતાં અત્યંત આનંદ અનુભવું છું. ૧૯૭૬ના વર્ષ પર્યંત સંસ્થાની કાર્યવાહીની રૂપરેખા આપની સમક્ષ રજૂ કરવાની રજા લઉં છું.

#### ● વાર્ષિક સામાન્ય સભ્યો :

સૌપ્રથમ સંસ્થાની વાર્ષિક સામાન્ય સભ્યો બનાવવાની કાર્યવાહી ચાલુ કરવામાં આવી. આ વર્ષે આપણી પાસે હાલમાં કુલ ૧૮૫ સભ્યોની નોંધણી થઈ. આપણા સમાજના દરેક કુટુંબના સભ્યોનો સામાન્ય સભ્ય તરીકે સમાવેશ થાય તે વધારે ઈચ્છવાયોગ્ય છે. આ માટે બાકી રહી જતા ભાઈઓને પત્રો લખેલ પરંતુ સમાજના દરેક કુટુંબ હજુ આપણા સભ્ય થયેલ નથી. આથી આપ સૌને મારી નમ્ર વિનંતી છે કે દરેક દરેક કુટુંબે સંસ્થાનું લવાજમ ભરી દઈ સામાન્ય સભ્ય તરીકે નોંધણી કરાવી દેવી જોઈએ. આશા છે કે ચાલુ વર્ષમાં આપણે આથી પણ વિશેષ સભ્યો બનાવી શકીશું.

#### ● અંકની શરૂઆત :

દરેક કુટુંબને નજીક લાવવાના શુભ આશયથી એક માસિક પ્રગટ કરવાનું સંસ્થાની કારોબારીએ નક્કી કર્યું. “પ્રેરણા” નામના માસિકે આપણા સમાજના દરેક ઘેર ઘેર વિના મૂલ્યે જઈને લોકોમાં ઉત્સાહ અને સંસ્થા પ્રત્યેની શ્રદ્ધા જાગૃત કરી. આ માસિકના ખર્ચની જવાબદારીઓ આપણા સમાજના દાનવીરોએ જ ઉપાડી લીધી. જેના કારણથી થોડા ઓછા ખર્ચથી આ માસિક પ્રગટ થવા લાગ્યું. આ માસિકના પોસ્ટ ખર્ચને ઘટાડવા માટે સરકારશ્રી પાસે તેની માન્યતા મેળવવા પ્રયત્નો શરૂ થયા. આ પ્રયત્નોના એક ભાગરૂપે “પ્રેરણા” નામ અન્ય સ્થળે ચાલતું હોવાથી માસિકનું નામ બદલવાની આપણને ફરજ પડી. જેથી “મંગલ મંદિર” જેવું શુભ નામ આપણે પસંદ કર્યું. એટલું જ નહીં, હમણાં થોડા દિવસો પૂર્વે આ માસિકને સરકારશ્રી તરફથી માન્યતા મળી ગયેલ છે. પ્રથમ આપણને આ માસિકને પોસ્ટ કરવામાં ૨૦ પૈસાની ટિકિટ લગાડવી પડતી હતી. જ્યારે હવે ફક્ત ૨ પૈસાની ટિકિટમાં આ માસિક પોસ્ટ થઈ શકશે. સરકારશ્રીની મંજૂરીને આપણે આવકારીએ છીએ અને આનંદ પણ અનુભવીએ છીએ. આ માસિક વિનામૂલ્યે પ્રગટ થાય છે. દર મહિને અમદાવાદ વિસ્તારના તમામ કચ્છી જૈન કુટુંબના ઘરોમાં પોસ્ટથી પહોંચાડવામાં આવે છે. હાલમાં અંકની ૫૦૦ નકલો

પ્રગટ થાય છે. આ વિસ્તારના કચ્છી જૈન કુટુંબો સિવાય સંસ્થાના હિતેચ્છુઓ, શુભેચ્છકો, કચ્છી જૈન સંસ્થાઓ, કચ્છના પ્રતિષ્ઠિત આદરણીય તથા સંસ્થા સાથે સંકળાયેલ વ્યક્તિઓને અંકની નકલ મોકલવામાં આવે છે. અત્યાર સુધી આ માસિકના આપણે કુલ ૧૩ અંકો પ્રગટ કરી ચૂક્યા છીએ. વર્ષના મધ્યાંતરે આપણે એક વિશેષાંક પ્રગટ કરીશું. તેમજ તેની અંદર જાહેરાતો લઈ રકમ એકઠી કરી ખર્ચને પહોંચી વળવા માટે પ્રયત્નો કરવામાં આવશે. જેના કારણસર આ અંકનો ખર્ચ સંસ્થાએ નડતરરૂપ થાય નહીં. આશા છે કે આપણા આ ભાવિ કાર્યમાં આપનો સુંદર સહકાર આપશો એવી આશા રાખું છું.

#### ● ઈનામ વિતરણ સમારંભ :

તા. ૨૫-૭-૭૬ રવિવારે વાર્ષિક પરીક્ષામાં ઉત્તીર્ણ થયેલ સમાજના બાળકોને સન્માનવા એક ઈનામ વિતરણ સમારંભ, ડો. આંબેડકર હોલ, સરસપુર ખાતે યોજવામાં આવ્યો હતો. જેમાં વાર્ષિક પરીક્ષામાં ઉત્તીર્ણ થનાર બાળકોને ઈનામો આપવામાં આવેલ હતા. આ સમારંભમાં શામળાની પોળની બહેનોના મંડળનો રાસ, ગરબા, નૃત્ય, દાંડિયારાસ, રાસલીલા વગેરેના વિવિધ મનોરંજન કાર્યક્રમ રાખવામાં આવેલ હતો. આ સમારંભમાં ખૂબજ મોટા પ્રમાણમાં ભાઈઓ, બહેનો તથા બાળકોએ હાજરી આપી હતી. હોલની જગ્યા પણ નાની પડવા લાગી હતી. આ વખતે એટલો સુંદર ઉત્સાહ દેખાતો હતો કે સમારંભની તમામ ખર્ચની સખાવતો તેજ સ્થળે નોંધાઈ જવા પામી હતી. સૌ ભાઈઓ તથા બહેનો તરફથી ખૂબજ ઉત્સાહ જોવા મળતો હતો. આ અંગે એક ખાસ સ્પષ્ટતા કરવાની રજા લઉં છું કે આવા સમારંભમાં કોઈને કોઈ તરફથી દર વખતે કોઈને કોઈ નારાજગી ઊભી રહેતી માલૂમ પડી રહેલ છે. આવી નારાજગી ઊભી કરવા પાછળ કાર્યકર્તાઓનો કોઈ દોષ હોતો નથી કે કોઈ ઈરાદો પણ હોતો નથી. પરંતુ કાંઈક કાર્યકર્તાઓની મજબૂરી આપણે સૌએ સમજવી જોઈએ. કારણકે વારંવાર જાહેરાતો કરવામાં આવ્યા છતાં જો આપણે સમજીએ નહીં અને આપણે છેક છેલ્લી ઘડીએ આપણા બાળકોના નામ નોંધાવીએ તો કેટલી મુશ્કેલી ઊભી થતી હોય છે, વ્યવસ્થામાં કેટલી ખામી આવતી હોય છે તેનો ખ્યાલ કરી નિયત સમય મર્યાદામાં આપણે સૌએ સમયસર આપણા બાળકોના નામો, પરિણામો સંસ્થાના કાર્યાલયમાં મોકલી આપવા જોઈએ. કાર્યકર્તાઓની મુશ્કેલી સમજી, આપ સૌ ભવિષ્યમાં સુંદર સહકાર આપશો તેવી

બોલેલા શબ્દો હૃદયમાં ઉતરે તો આચરણમાં આવી શકે.

આશા રાખું છું.

### ● વસતિપત્રક :

અમદાવાદ વિસ્તારમાં વસતા તમામ કચ્છી જૈન કુટુંબોનું એક વસતિપત્રક વિસ્તૃત માહિતીથી બનાવવામાં આવ્યું. જેના ખર્ચને પહોંચી વળવા માટે આપ સૌ તરફથી જાહેરાતની સારા પ્રમાણમાં મદદ મળી. જે આપ સૌને આભારી છે. આ મિનિ વસતિપત્રક હોઈ સંપૂર્ણ માહિતી આપી શકાઈ નથી. હજુ વિસ્તારપૂર્વકનું વસતિ પત્રક ભવિષ્યમાં બનાવવાની ભાવના છે. આપ સૌના સહકારથી તે જરૂર મૂર્તિમંત બનશે. આ વસતિપત્રક ગ્રંથનું ઉદ્ઘાટન તા. ૧૨-૯-૦૬ રવિવારના રોજ કરવામાં આવેલ.

### ● મિચ્છામિ દુક્કડમ્ મેળાવડો :

પરસ્પર ખમાવવા માટે સમસ્ત કચ્છી જૈન સમાજનો એક મિચ્છામિ દુક્કડમનો મેળાવડો તા. ૧૨-૯-૦૬ના રવિવારના રોજ શ્રી સ્વામિનારાયણ હોલમાં યોજવામાં આવેલ. તપસ્વી ભાઈ-બહેનોની તેમની ઉગ્ર તપસ્યા નિમિત્તે લહાણી આપી બહુમાન કરવામાં આવેલ. સાથે સાથે મેરાડ કચ્છ નિવાસી શ્રી ચંદુભાભાઈ જાડેજાનો રાસ-દુહાનો કાર્યક્રમ રાખવામાં આવેલ હતો અને અલ્પાહાર બાદ કાર્યક્રમની સમાપ્તિ જાહેર કરવામાં આવેલ. આ સમારંભનો ખર્ચ વગેરે પણ તેજ સ્થળે થઈ જતા લોકોનો ઉત્સાહ નજરે પડતો હતો. સમાજના મોટાભાગના લોકોએ સમારંભમાં હાજરી આપી સમારંભને દીપાવ્યો હતો.

આમ આખું વર્ષ પ્રવૃત્તિથી સભર રહેલું હતું. હજુ પણ ઘણી પ્રવૃત્તિઓ કરવાની બાકી છે. સમાજના ઉત્કર્ષ માટે આપણે સૌએ ખભેખભા મિલાવી સમાજની સમગ્ર પ્રવૃત્તિઓમાં ખૂબજ પ્રેમ અને લાગણીથી આગળ વધવાની તમન્ના રાખી છે તેથી વિશેષ રાખવાની રહેશે.

સમાજને પોતાનું મકાન બનાવવું છે. તે મોટું કાર્ય છે. વારંવાર આ જરૂરિયાત ઉપર ભાર મુકાય છે પરંતુ સક્રિય થવાતું નથી. આપણે એક જ ધ્યેય અને નિશ્ચયથી આ કામ કરવું જ પડશે અને આશા છે કે આપણા આ ભગીરથ કાર્યમાં આપ સૌનો સુંદર સહકાર સાંપડશે જ.

વર્ષ દરમ્યાન મારા તથા મારા સહ કાર્યકર્તાભાઈઓ તરફથી સમાજની પ્રવૃત્તિ અંગે આપ કોઈ પૈકી કોઈને પણ મનદુઃખ થયું હોય તો આ સમયે આપ સૌની અમો માફી ચાહીએ છીએ.

મને મારા કાર્યમાં આપ સૌનો જે સાથ સહકાર મળ્યો છે તે બદલ આપ સૌનો હું ખૂબજ ઋણી છું. મને મારા કાર્યમાં મારા સાથી કાર્યકરોએ જે માર્ગદર્શન તથા પ્રોત્સાહન આપ્યાં છે તે બદલ તેમનો હું અત્યંત આભારી છું.

સંસ્થાને સર્વ રીતે સફળતા ઈચ્છતો.

પ્રભુલાલ કે. સંઘવી - માનદ્ મંત્રી  
મંગલ મંદિર, માર્ચ-૧૯૭૭

## નાગરિક કર્તવ્ય

આપણે સ્વતંત્ર ભારતમાં રહીએ છીએ અને આપણા હક્કો મેળવવા કે ભોગવવા માટે લડત ચલાવીએ છીએ પણ ક્યારે પણ આપણી ફરજ રાષ્ટ્ર પ્રત્યેની, દેશ પ્રત્યેની કે સમાજ પ્રત્યેની પાળતા નથી. આવા વિષમ કાળમાં આપણા સમાજમાં પાછું અમદાવાદમાં એક ઉદાહરણીય દાખલો બની ગયો જે બદલ આપણે ખરેખર ગૌરવ લેવા જેવું છે.

આપણા સમાજના એક સભ્ય શ્રી બાબુભાઈ ખેતશી મહેતાના ચિ. દર્શનભાઈ તા. ૧૭-૫-૦૩ના રોજ વ્યવસાય અર્થે વિજાપુર ગયા હતા. ત્યાંથી પાછા ફરતા બસમાંથી કાલુપુર વિસ્તારમાં રાત્રે ૮ વાગ્યા આસપાસ ઊતર્યા. સાથે સારી એવી રકમ હતી. હજી બહુ મોડું થયું ન હતું. તેથી વિચાર્યું કે શટલ રિક્ષામાં જાઉં તેથી ઓછા ખર્ચે જલદી ઘેર પહોંચી જવાય. એક શટલ રિક્ષા વાડજ - નારાણપુરાના પેસેન્જરો લેતી હતી. તેમાં અગાઉથી ત્રણ વ્યક્તિઓ બેઠી હતી. એ રિક્ષામાં દર્શનભાઈ પણ બેઠા અને રિક્ષા કાલુપુરથી નારાણપુરા આવવા રવાના થઈ. સાથે બેઠેલા પેસેન્જરો ક્રમે ક્રમે ગાંધીબ્રિજ આવ્યા સુધીમાં ઊતરી ગયા. ફક્ત દર્શનભાઈ જ રિક્ષામાં બાકી રહ્યા. ગાંધીબ્રિજ પસાર કર્યા પછી ઈન્કમટેક્સ નજીક રિક્ષાવાળાએ બાજુમાં રિક્ષા ઊભી કરી અને દર્શનભાઈને કહ્યું કે રિક્ષા બગડી ગઈ છે તેથી આગળ ચાલી શકશે નહીં. તમે બીજી રિક્ષામાં ચાલ્યા જાવ. અત્યાર સુધીમાં સાથેના પેસેન્જરોનું અધવચ્ચે ઊતરી જવું અને પછી રિક્ષાનું બગડવું એ વાત શ્રી દર્શનભાઈને ગડ ન બેઠી. તેઓને લાગ્યું કે નક્કી કાંઈક ગરબડ છે. તરત જ તેઓએ પોતાની બેગ ચેક કરી તો તેમાં મૂકેલા રૂ. ૧૧,૩૦૦/- ગુમ થઈ ગયા હતા. શ્રી દર્શનભાઈની અંજલી કીચનવેરની ઓફિસ છે, જે ઈન્કમટેક્સ ઉપર જ આવેલી છે. તેથી આજુબાજુની કેટલીક દુકાનોવાળા ઓળખીતા હોય જ. એટલે તેઓએ ૨/૪ વ્યક્તિઓને ભેગી કરી રિક્ષાવાળાને પકડી લીધો અને બધા સાથે લઈ આવ્યા નારાણપુરા પોલીસ ચોકીએ. રિક્ષાવાળા સામે ફરિયાદ કરી. પોલીસમેનો આ બાબતમાં ખૂબ જ અનુભવી હોય છે. તેઓએ તરત જ રિક્ષાવાળાને ચૌદમું રતન ચપાડી બધી જ વાત ઓકાવી લીધી. બાકીના ત્રણ સાગરીતોનાં નામ જાણી લીધા. તરત જ પોલીસ રવાના થઈ અને થોડા જ સમયમાં ત્રણે વ્યક્તિઓને પકડીને લઈ આવ્યા પોલીસ ચોકીએ. સાથે તેઓએ ચોરેલ રકમ પણ કબજે કરી અને શ્રી દર્શનભાઈને પરત આપી.

આજના આ ગુંડાગર્દના જમાનામાં લોકો ગુંડાઓની બીકને લીધે કે પકડાવશું તો પછી બદલો લેશે - ફરિયાદ કરતા જ નથી. તેમજ પોલીસના લફરામાં કોણ પડે? ખોટા ધક્કા ખાવા પડે એવું વિચારી કતરાય છે ત્યારે શ્રી દર્શનભાઈએ નાગરિક તરીકેની પોતાની ફરજ બજાવી અને સમયનો ભોગ આપી બદમાશોને પકડાવ્યા. તેથી તેઓ બીજા લોકોને છેતરતા અટકે. આ માટે શ્રી દર્શન બાબુભાઈ શાહને ધન્યવાદ તથા સલામ.

પ્રતાપ નારાણજી ઈંડ  
મંગલ મંદિર, જુલાઈ-૨૦૦૩

ઉગ્રતિ કરવી હોય તો જ્ઞાન વધારતા રહો.

“સંભારણાં” વિશેષાંક











## મંત્રીશ્રીની કલમેથી....

(શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - મકાનની વિગત)

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના દ્વિતીય સોપાન પાલડી ખાતેના “શ્રી કચ્છી જૈન ભવન”ના વિશાળ મકાનના નિર્માણનું કાર્ય હવે આખરી ઓપ લઈ રહેલ છે. તે લગભગ પૂર્ણતાના આરે આવીને ઊભું છે અને તેના ઉદ્ઘાટનની તૈયારીઓ થઈ રહેલ છે.

અંદાજે ૧૭૦૦ વારના પ્લોટમાં લગભગ ૨૮,૦૦૦ ચો.ફૂટનું બાંધકામ કરવામાં આવેલ છે. સ્થાપત્યની દૃષ્ટિએ બેનમૂન એવા આ મકાનના સ્થાપત્યનું કામ (આર્કિટેકચરલ કામ) જાણીતા આર્કિટેક્ટ શ્રી મયંકભાઈ ગજજરે સંભાળેલ છે, જ્યારે તેના સ્ટ્રક્ચરલ ડિઝાઈનની જવાબદારી જાણીતા તેમજ બહોળો અનુભવ ધરાવનાર સ્ટ્રક્ચરલ એન્જિનિયર શ્રી નરેશ કે. શાહે સંભાળેલ છે. આપણા સમાજની બાંધકામ સમિતિ છેલ્લા લાગલગાટ ત્રણ વર્ષ સુધી તેના પર સતત નજર રાખતી આવેલ છે. આ મકાન અંગેની ખરીદ સમિતિએ પણ તેની જવાબદારી પંતપૂર્વક અદા કરેલ છે. આ મકાનના એક વિભાગ મેડિકલ ચેક-અપ સેન્ટરના આયોજનમાં ડોક્ટર / સમિતિની ટીમે સતત રીતે તેના દરેક વિભાગના આયોજનની જવાબદારી અદા કરેલ છે.

આ મકાન મુખ્યત્વે ત્રણ વિભાગમાં વહેંચાયેલ છે. આ વિભાગો (૧) સાંસ્કૃતિક કેન્દ્ર, (૨) મેડિકલ ચેક-અપ સેન્ટર તથા (૩) અતિથિ ભવનની કામગીરીનું આયોજન કરવા અંગેના છે.

સાંસ્કૃતિક કેન્દ્ર પ્રથમ માળ પર છે કે જે અંદાજે ૫૦૦૦ ચો.ફૂટના હોલમાં આયોજન પામેલ છે. તેમાં બે ગ્રીન રૂમ તથા બે અન્ય રૂમનું આયોજન કરવામાં આવેલ છે. જરૂરિયાત પ્રમાણે સ્ટેજનું આયોજન પણ આમાં થઈ શકશે. આ વિભાગમાં વિવિધ પ્રકારના સાંસ્કૃતિક, શૈક્ષણિક તેમજ અન્ય સામાજિક પ્રવૃત્તિઓ થઈ શકશે. આ વિભાગના આયોજનના કારણે સભ્યોની વર્ષો જૂની આકાંક્ષા કેટલાયે વર્ષોના પરિતાપ પછી બર આવેલ છે. આ વિભાગ સાથે હોલોપ્લિનથ તથા બેઝમેન્ટ કે જે દરેક અંદાજે ૫૦૦૦ ચો.ફૂટના છે તેની પણ ગણના કરવાની રહે છે.

મેડિકલને લગતી પ્રવૃત્તિ ત્રીજા માળના અંદાજે ૫૦૦૦ ચો.ફૂટના વિશાળ વિસ્તારમાં કરવામાં આવનાર છે. આ વિભાગમાં પેથોલોજિકલ લેબોરેટરી, એક્સ-રે રૂમ, સોનોગ્રાફી, સ્ટ્રેસ-ટેસ્ટ, કન્સલ્ટીંગ રૂમો, ડેન્ટલ વિભાગ, ફિઝિયોથેરાપી, ઓપરેશન થિયેટર વગેરેનું આયોજન કરવામાં આવેલ છે. દરેક જાતના ટેસ્ટ તથા તેને લગતી મેડિકલ સલાહ દરેક બ્રાંચના નિષ્ણાત ડોક્ટરો દ્વારા આપવામાં આવશે. મેડિકલ ચેક-અપ સેન્ટર તથા પોલીક્લિનિકની આ વ્યવસ્થા પોતાના પગ પર નિયમિત રીતે ચાલ્યા કરે તેવું આયોજન કરવામાં આવેલ છે. લગભગ ૨૦ બ્રાંચોના ડોક્ટરોની સલાહ અહીંથી નિયમિત રીતે પ્રાપ્ત થતી રહેશે. આ આયોજન ઉચ્ચ દરજ્જાની સુંદર અને સગવડભરી તબીબી વ્યવસ્થા માટેનું છે. અહીંની કામગીરીનું ધોરણ શક્ય રીતે ઉચ્ચ રાખવામાં આવનાર છે. આયુર્વેદ, એક્યુપ્રેસર વગેરે વિભાગની પ્રવૃત્તિનું આયોજન પણ અહીંથી થઈ રહે તે રીતે વિચારવામાં આવેલ છે.

બીજા તથા ચોથા માળ પર અતિથિ ભવનને લગતી રૂમો તથા ડોરમેટરીની વ્યવસ્થા કરવામાં આવેલ છે. અંદાજે ૨૦૦ ચો.ફૂટની આજુબાજુના સેલ્ફ કન્ટેઈનર નાના-મોટા રૂમો તથા ડોરમેટરીનું આયોજન કરવામાં આવેલ છે. દરેક રૂમ ડબલ બેડનો તથા પૂર્ણ રીતે ફર્નિશ કરેલ હશે. આ રૂમોમાં ટી.વી., ફોન તથા એ.સી.ની વ્યવસ્થા થઈ શકે એ જાતનું આયોજન અત્યારથી જ વિચારી રાખેલ છે કે જેથી તેને જરૂરિયાત પ્રમાણે ઉપયોગમાં લઈ શકાય. કોઈ પણ કચ્છી જૈન માટે આ વ્યવસ્થા ખૂબ જ વાજબી દરે મળી શકશે. બહારગામથી આવતા કચ્છી જૈનો માટે આ વ્યવસ્થા ખૂબ જ આશીર્વાદરૂપ બની રહે તેવી ગણતરી કરવામાં આવેલ છે.

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજની અન્ય દરેક પ્રવૃત્તિઓનું સંચાલન આ મકાનમાંથી થઈ શકશે તેવું પણ આયોજન કરવામાં આવેલ છે.

અમદાવાદમાં રહેતા કચ્છી જૈનોએ જે મકાનના સ્વપ્ન વર્ષોથી સેવેલ હતા તે વિશાળકાય મકાન તેના નિર્માણના આરે આવીને ઊભું છે ત્યારે તેના ઉદ્ઘાટન સમારંભનું આયોજન ભવ્ય રીતે થાય તેવું આયોજન વિચારાઈ રહેલ છે. રવિવાર, તા. ૨૬ જાન્યુઆરી, ૧૯૯૭ના દિવસે આ મકાનનું ઉદ્ઘાટન કરવામાં આવનાર છે. આ પ્રસંગે બે થી ત્રણ દિવસના કાર્યક્રમનું આયોજન વિચારાઈ રહેલ છે. વાસ્તુપૂજા, મનોરંજન કાર્યક્રમ, અમદાવાદ દર્શન, ઉદ્ઘાટન સમારંભ, સમૂહ ભોજન વગેરે કાર્યક્રમો રાખવામાં આવનાર છે. આ પ્રસંગે અલગ અલગ જાતની જવાબદારી ઉપાડી લેવા અનેક સભ્યો સ્વેચ્છાએ આગળ આવ્યા છે અને અનેક સમિતિઓનું આયોજન કરવામાં આવેલ છે. આ બધી સમિતિઓએ પોતપોતાની જવાબદારી અદા કરવાનું ચાલુ કરી દીધેલ છે. બહારગામ રહેતા અન્ય કચ્છી જૈન આગેવાનો, સામાજિક કાર્યકરો, પ્રતિષ્ઠિત વ્યક્તિઓ તથા આ કાર્યમાં ઉમદા સહકાર આપનાર દરેકને આમંત્રણો મોકલાઈ રહ્યાં છે. અનેક મહાનુભાવો આ પ્રસંગે અતિથિ વિશેષ તરીકે હાજર રહેશે તેવા તેમના જવાબો આવવાના પણ ચાલુ થઈ ગયેલ છે, ત્યારે અમદાવાદમાં રહેતા કચ્છી જૈન પરિવારોના હૈયા ઉત્સાહથી ઝુલી રહે તે સ્વાભાવિક છે. આપ સહુ આ પ્રસંગે અમદાવાદમાં નિશ્ચિત રીતે હાજર રહી આ પ્રસંગને દીપાવી ઊઠવા પૂર્ણ કોશિશ કરશો.

જે કોઈ વ્યક્તિ આ પ્રસંગે સેવા આપવા ઈચ્છતી હોય તેમણે પોતાના નામો પાલડી ખાતેના કચ્છી જૈન ભવન પર વેળાસર નોંધાવી જવા વિનંતી.

અશોકકુમાર સાકરચંદ મહેતા - માનદ્ મંત્રી

મંગલ મંદિર, ડિસેમ્બર-૧૯૯૬

વિશ્વને ઈશ્વરનું મંદિર બનાવીએ અને તેના આ બહુવિધરૂપને નિહાળીએ, એની ઉપાસના કરીએ.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

## માનદ્ મંત્રીશ્રીની કલમેથી....

(શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - ઉદ્ઘાટન કાર્યક્રમની વિગત)

‘મંગલ મંદિર’નો આ અંક આપને મળે તે પહેલાં “શ્રી કચ્છી જૈન ભવન”ના ઉદ્ઘાટનને લગતો પત્ર આપને મળી ગયેલ હશે. “ભવન” વિશેની માહિતી આપતી નાની પુસ્તિકા પણ આપને મળી ગયેલ હશે.

“શ્રી કચ્છી જૈન ભવન”ના ઉદ્ઘાટનને લગતી તૈયારી પૂરજોશમાં ચાલી રહેલ છે. તા. ૨૪, ૨૫ તથા ૨૬ જાન્યુઆરી એમ ત્રણ દિવસનો કાર્યક્રમ રાખવામાં આવેલ છે કે જેની પૂર્ણ માહિતી આ અંકમાં અન્યત્ર પ્રસારિત કરવામાં આવેલ છે.

શ્રી ચંદ્રકાંતભાઈ, શ્રી મૂળજીભાઈ, શ્રી હીરજીભાઈ તથા શ્રી બંસીભાઈ મુંબઈ તથા અન્યત્ર ફરી ઠેર ઠેર આમંત્રણ આપવાની કામગીરી બજાવે છે. સાથે સાથે “ડ્રો કૂપનો”ના વેચાણની કામગીરી પણ પ્રશંસાપાત્ર રીતે પૂર્ણતા તરફ આગળ વધી રહેલ છે.

આ કાર્યક્રમ દરમ્યાન ૧૮ જેટલા ‘અતિથિ વિશેષ’ આપણે નક્કી કરેલ છે કે જેઓ આ કાર્યક્રમ દરમ્યાન પૂર્ણ સમય આપણી વચ્ચે રહેવાના છે. આ સિવાય અન્ય અનેક મહાનુભાવો પણ અત્રે પધારી આપણી શોભામાં અભિવૃદ્ધિ કરવાના છે.

તા. ૨૮-૯-૯૬ના સમાજની બોર્ડની મિટિંગમાં ઉદ્ઘાટન કાર્યક્રમની સંપૂર્ણ વ્યવસ્થા કરવા જુદી જુદી સમિતિઓ રચી, સમિતિને જવાબદારી સોંપી છે. આ સમિતિએ કરેલ તથા કરવાના કાર્યો તરફ નજર કરીશું તો તેઓ કાર્યક્રમને સફળ બનાવવા કેવા ભગીરથ પ્રયત્નો કરી રહ્યા છે તેનો અંદાજ આવી શકશે.

આમંત્રણ કમિટી ઉદ્ઘાટન અગાઉના ‘પત્રો’ તથા ‘આમંત્રણ પત્રિકા’ તૈયાર કરીને તેને નક્કી કરેલ સરનામે મોકલવામાં વ્યસ્ત છે. આ એક ભગીરથ જવાબદારી તેઓ નિભાવી રહ્યા છે.

સોવેનિયર કમિટી અનેકવિધ માહિતી એકઠી કરી આકર્ષક સોવેનિયર તૈયાર કરવામાં તથા તેની જાહેરાતો મેળવવામાં વ્યસ્ત છે.

ઉતારા વ્યવસ્થા કમિટીએ અનેક હોટેલોમાં મહેમાનો માટે જરૂરી રૂમો બુક કરાવી લીધેલ છે. જ્યારે બીજા અનેક મહેમાનો જે તે સંબંધિત વ્યક્તિના ઘેર પણ ઉતરવાના છે.

ટ્રાન્સપોર્ટ કમિટીએ જરૂરી બસ, મિની બસ, મેટાડોર, ટેક્સી વગેરેની વ્યવસ્થા કરી રાખેલ છે. સમાજના અનેક સભ્યોએ આ કાર્યક્રમ દરમ્યાન પોતાના ‘વેહીકલ’ સમાજને પૂર્ણ રીતે વાપરવા આપણે તેવી નોંધણી પણ કરાવવાનું ચાલુ કરી દીધેલ છે.

પર્યટન કમિટીએ મહેમાનોને ‘અમદાવાદ દર્શન’ કરાવવાની રૂપરેખા નક્કી કરી લીધેલ છે.

સમિયાણા બાંધકામ કમિટીએ મંડપ બાંધવાના કોન્ટ્રેક્ટ આપવાની તૈયારી આયોજનપૂર્વક કરેલ છે. માર્ક, વીડિયો, ઓડિયો વગેરેની વ્યવસ્થા કરવાનું ચાલુ છે. જરૂરી પોલીસ પરમિશનની વ્યવસ્થા કરવાની વિધિ પણ ચાલુ છે.

મનોરંજન કમિટીએ હાસ્ય - મનોરંજન અંગે જરૂરી કલાકારો સાથે નિર્ણયો લઈ લીધેલ છે. આ માટે હોલ પણ બુક કરાવી લીધેલ છે. અને જે તે આઈટમોના ઓર્ડર અપાઈ ચૂકેલ છે.

‘કૂપન ડ્રો’ કમિટીએ પોતાના કાર્યક્રમનું આયોજન પૂર્ણ રીતે કરી લીધેલ છે અને તેઓ ૨૬ જાન્યુઆરીના રોજ ડ્રો ના કાર્યક્રમ માટે પૂર્ણ રીતે સજ્જ છે.

તા. ૨૪ના ‘પંચ કલ્યાણક પૂજા’ રાખવાનું આયોજન કરવામાં આવેલ છે. કેટલાક જ્ઞાનીઓની સલાહ પ્રમાણે આ પૂજાનું આયોજન કરવામાં આવેલ છે.

આ કાર્યક્રમ વ્યવસ્થિત રીતે પૂર્ણ કરવાની સઘળી જવાબદારી વોલંટિયર્સ કમિટી પર છે. તેઓ આ માટે કટિબદ્ધ છે. આ કમિટીની મિટિંગો અવારનવાર મળે છે. જે - તે વોલંટિયર્સને વ્યવસ્થિત રીતે તથા સુ-આયોજિત રીતે જવાબદારી સોંપવામાં આવનાર છે.

ફંડ કલેક્શન કમિટીની સફળ કામગીરીનો આધાર કાર્યક્રમના દિવસો દરમ્યાન રહેવાનો છે. તેઓ સફળ રીતે પોતાની જવાબદારી અદા કરે તેવી દરેક સભ્યની મહેચ્છા સ્પષ્ટ રીતે દૃષ્ટિગોચર થાય છે.

આ દિવસોના કાર્યક્રમ દરમ્યાન અનેકવિધ નકરાઓ નક્કી કરવામાં આવેલ છે. સભ્યોને આ માહિતી મળતા જ, દરેક વ્યક્તિ પોતાના ઉત્સાહનો પ્રતિસાદ આપે છે. હજુ તો સમાજના સભ્યોને આ માહિતી મળવાની શરૂઆત થયેલ છે ત્યાં તો ફોનની ઘંટડી રણકી ઊઠે છે અને નકરા સ્વરૂપે પોતાનો પ્રતિસાદ કાર્યકરો સમક્ષ વ્યક્ત કરે છે. અમને જણાવતાં અત્યંત હર્ષ ઉપજે છે કે જાહેર કરેલ લગભગ બધા “નકરા”ની જવાબદારી આપણા સભ્યોએ હર્ષ અને ઉલ્લાસથી ઉપાડી લીધેલ છે. આ માહિતી નીચે પ્રમાણે છે.

સત્કર્મોમાં એકબીજાથી ચડિયાતા થવાની હરીફાઈ કરો.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

શુક્રવાર, તા. ૨૪-૧-૯૭

- પંચ કલ્યાણક પૂજા : શ્રીમતી પ્રમીલાબહેન ઉમરશી કુરુવા

શનિવાર, તા. ૨૫-૧-૯૭

- સમારંભ ઉદ્ઘાટક : શ્રી મણિલાલ કુંવરજી ગોસર
- સવારમાં શિરામણ : ગૂર્જર ગંથરત્ન કાર્યાલય
- સમૂહ ભોજન : શ્રી વલ્લભજી ખેતશી શાહ (યુવરાજ ઈન્ડસ્ટ્રીઝ લિ.ના ચેરમેન તથા મેનેજિંગ ડિરેક્ટર)
- સાંજનું ભોજન : શ્રી ઉગરચંદ પોપટલાલ ગટેયા
- મનોરંજન કાર્યક્રમ : શ્રી ભરત રાયચંદ ખોના (એબીસી લિમિટેડના મેનેજિંગ ડિરેક્ટર)

રવિવાર, તા. ૨૬-૧-૯૭

- સવારમાં શિરામણ : શ્રી મહેન્દ્ર મણિલાલ વસા
- સ્વામિવાત્સલ્ય : શ્રી કાંતિલાલ વેલજી સાવલા.

બાકી રહેતા નકરા પણ આ અંક આપના હાથમાં આવશે એ દરમ્યાન પૂર્ણ થઈ ગયેલ હશે તેવી અપેક્ષા રહે છે.

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના દરેક સભ્યો આનંદ અને હર્ષથી પ્રકૃતિલિત છે તેનો પડઘો વાતાવરણમાં ગુંજતો સંભળાય છે. દરેક કાર્યકરો કાર્યક્રમને સફળ બનાવવા તનતોડ મહેનત કરી રહ્યા છે.

**અને અંતમાં :**

બાંધકામ કમિટી 'ભવન'ના બાંધકામને પૂર્ણ કરવામાં વ્યસ્ત છે. ભવનને આખરી ઓપ અપાઈ રહેલ છે. આર્કિટેક્ટ એન્જિનિયર કે કોન્ટ્રેક્ટરો વગેરે બધા દિન-રાત મહેનત કરી આ ભવન ભવ્ય રીતે સમાજને અર્પણ કરવાના અનેરા ઉત્સાહમાં છે.

ત્યારે આપણે બધા ઉદ્ઘાટન કાર્યક્રમમાં હર્ષભેર ભાગ લઈ, આ કાર્યક્રમ સફળ રીતે પાર પાડીએ તેવી મહેચ્છા.

અશોકકુમાર સાકરચંદ મહેતા - માનદ્ મંત્રી

મંગલ મંદિર, બન્યુગારી ૧૯૯૭

## એક ધર્મના કેટલા ટુકડા કરીશું?

એક છોકરો જઈ રહ્યો હતો. ગરમીના દિવસો હતા. તરસ લાગી એટલે એક ઝૂંપડીમાં ગયો. ઝૂંપડીમાં વસતા સાધુએ એને પાણી પિવડાવ્યું. શીળા છાંયડા હેઠળ એ બેઠો, એટલે સાધુએ ભારે સ્નેહથી પૂછ્યું, “અરે બેટા! તું મારો ચેલો થઈશ?”

“એ શું હોય છે મહારાજ?” છોકરાએ જિજ્ઞાસાવશ પૂછ્યું.

“એક ગુરુ હોય અને બીજો તે ચેલો હોય છે” સાધુએ કહ્યું.

છોકરાએ પૂછ્યું, “ગુરુ કોણ હોય છે? અને ચેલો કોણ હોય છે? ગુરુનું કામ શું હોય છે? અને ચેલાનું કામ શું હોય છે?”

સાધુએ કહ્યું, “જે મોટો હોય છે તે ગુરુ હોય છે અને જે નાનો હોય છે તે ચેલો હોય છે. ગુરુ આદેશ આપે છે. ચેલો તેનું પાલન કરે છે.”

પેલા છોકરાએ કહ્યું, “મહારાજ, મારે ચેલા નથી થવું. જો ગુરુ બનાવો તો બનવા તૈયાર છું.”

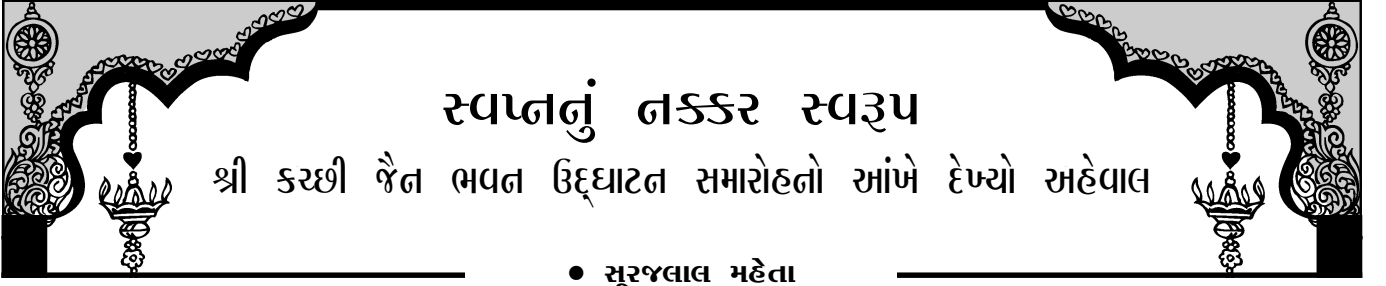
આજે ગુરુ થવાની હોડ લાગી છે. ધર્મમાં પણ ક્યાં ઓછો અહં છે? એક સમર્થ જ્ઞાની પુરુષ થાય એટલે તે પોતાનો જુદો પંથ સ્થાપે. પોતાના અનુયાયીઓની આગવી જમાત ખડી કરે અને એ રીતે મુખ્ય ધર્મથી એ વિખૂટો પડીને, ધર્મના સિદ્ધાંતોમાં થોડો તફાવત કરીને પોતાનો આગવો ધર્મ સ્થાપે છે. જુદો ચોકો ઊભો કરે છે.

આને પરિણામે એક જ ધર્મમાં અનેક ભેદો ઊભા થાય છે અને પછી એ સંપ્રદાયો અંદરોઅંદર એકબીજાની તીવ્ર, અંધ હરીફાઈ કરે છે. એક કરોડનું મંદિર બનાવે, તો બીજો બે કરોડનું મંદિર રચે છે. એક ઉત્સવની પાછળ લાખો ખર્ચે, તો બીજો એને ઝાંખો પાડવા એનાથી વધુ રકમ ખર્ચે છે. આમ એક જ ધર્મના બે સંપ્રદાયો વચ્ચે મહાભારતનું યુદ્ધ ખેલાતું હોય છે અને ક્યારેક યાદવાસ્થળી પણ રચાતી હોય છે.

સાચા ગુરુની શોધ એ મહત્વની બાબત છે. એ ગુરુ એવો હોય કે જેણે અહંનું વિગલન સાધ્યું હોય અને પોતાનો જુદો સંપ્રદાય ખડો કરવાને બદલે પોતાના ધર્મમાં કાર્ય કરતો હોય. પણ આજે તો કોઈને ચેલા થવું નથી. બધે જ ગુરુ થવાની દોડ ચાલે છે.

- કુમારપાળ દેસાઈ

મંગલ મંદિર, મે-૨૦૦૩



## સ્વપ્નનું નક્કર સ્વરૂપ

શ્રી કચ્છી જૈન ભવન ઉદ્ઘાટન સમારોહનો આંખે દેખ્યો અહેવાલ

• સૂરજલાલ મહેતા

એમ કહેવાય છે કે સ્વપ્ન આવવાં એ વિચારોના માત્ર તરંગ છે. સ્વપ્ન સેવવા માત્રથી કોઈ ભવ્ય મહાલય ઊભા થઈ શકતા નથી. એ માત્ર હવાઈ કિલ્લા જ હોય છે. પરંતુ સ્વપ્ન સેવનારની નિષ્ઠા સાચી હોય, સમર્પણ ભાવના હોય, સમર્પિત એવા સાથી મિત્રો હોય, તો હવાઈ કિલ્લાઓને પણ નક્કર જમીન ઉપર ઉતારી સ્થિર કરી શકાય છે. એવા સેવેલાં સ્વપ્નનો એક ભવ્ય મહાલય આજે જમીન ઉપર સ્થિર અને ધબકતો થયેલો જોઈ શકાય છે. અને તે છે “શ્રી કચ્છી જૈન ભવન.”

અમદાવાદનો શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ એની સ્થાપનાથી જ એક સ્વપ્ન લઈને બેઠો થયો હતો કે ગુજરાતના પાટનગર સમા અમદાવાદ શહેરના કોઈ કેન્દ્રીય વિસ્તારમાં પોતાનું એક આગવું મકાન હોવું જોઈએ. જેમાં સમાજોપયોગી અનેકવિધ પ્રવૃત્તિઓ ધબકતી હોય, ધમધમતી હોય, ગૂંજતી હોય. એ સ્વપ્નને સાકાર કરવા માટે સમાજના અગ્રણીઓ અને કાર્યકરોએ પોતાની તમામ બુદ્ધિ શક્તિ ખર્ચી, દિવસ રાત જોયા વિના પુરુષાર્થ કર્યો. જેના પરિપાકરૂપે આ અતિ સુંદર ભવ્ય એવું સમાજનું પોતાનું મકાન ઊભું કરવા શક્તિમાન બન્યા. અનેક સમર્પિત કાર્યકરોના તન-મન-ધનના ફાળા ઉપરાંત ભારતભરમાં પથરાયેલા કચ્છી જૈન સમાજના શ્રેણીવર્ગના સહકાર, હૂંફ અને પ્રેરણાથી સ્વપ્નને નક્કર સ્વરૂપ આપી શકાયું. અને આજનો આ શુભમંગલ, અતિ સુંદર, અત્યંત રોમાંચક, અભૂતપૂર્વ એવા ઉદ્ઘાટનનો પ્રસંગ ઉજવવા અમદાવાદનો કચ્છી જૈન સમાજ ભાગ્યશાળી બન્યો.

તા. ૨૪મી ફેબ્રુઆરી, ૧૯૯૪ને ગુરુવારના શુભ દિને, શુભ ચોઘડિયે એક ભવ્ય મહાલયના ખાત મુહૂર્ત - પાયાવિધિ પછી અટી કરોડ રૂપિયાના કુલ પ્રોજેક્ટમાંના આ ભવ્ય મહાલયને પૂર્ણ કરતાં ત્રણ વરસનો સમયગાળો અનેક ઊતાર-ચડાવ વચ્ચે ગયો. આજે ભારતના ગણતંત્ર દિનની ઉજવણીની સાથોસાથ અમદાવાદમાં વસતા કચ્છી જૈન ભાઈઓને પણ પોતાના સાંસ્કૃતિક - સામાજિક પ્રસંગો ઉજવવા માટે એક સ્વતંત્ર આગવી અને કેન્દ્ર સ્થાને ભવ્ય જગ્યા પ્રાપ્ત થઈ.

આ ભવનનો સમાજને અર્પણવિધિનો એક ભવ્ય સમારંભ તા. ૨૫ અને ૨૬મી જાન્યુઆરી, ૧૯૯૭ના દિવસે ભવનના પટાંગણમાં ભવ્ય રીતે ખૂબ સુંદર આહ્વાદક વાતાવરણ, અનેરા ઉમંગ ઉત્સાહ અને હર્ષોલ્લાસ વચ્ચે ઉજવાઈ ગયો. જેમાં અમદાવાદમાં વસતા કચ્છી જૈન કુટુંબોનો ઉત્સાહ એની ચરમસીમા પર હોય તે તો સમજી શકાય,

પરંતુ કચ્છથી, મુંબઈથી અને દૂરદૂરથી આવેલા મહેમાનોનો પણ ઉત્સાહ, ઉમંગ, ઉલ્લાસ અને આનંદ સમાતો ન હતો તે જ આ ભવ્ય કાર્યક્રમની સાર્થકતા છે.

તા. ૨૫ અને ૨૬મીના ભવ્ય કાર્યક્રમ પહેલાં તા. ૨૪મી જાન્યુઆરી, ૧૯૯૭ને શુક્રવારના દિવસે પંચકલ્યાણક પૂજા, અનેક અનિષ્ટોને ઓગાળીને અરિહંત પ્રભુના આશીર્વાદ મેળવવાના શુભ આશય સાથે બપોરના ૨.૩૦ વાગે ભવન ખાતે કચ્છી જૈન વિધિકાર શ્રી હીરાલાલભાઈ કુબડિયા અને પાર્ટીએ વિધિપૂર્વક ભજાવી હતી. અને બે દિવસના માંગલિક પ્રસંગની શુભ મંગલ શરૂઆત કરી હતી. આ પૂજા માટેનો આર્થિક સહયોગ શ્રીમતી પ્રેમીલાબહેન ઉમરશીભાઈ જેઠાભાઈ કુરુવા પરિવારનો હતો.

શ્રી કચ્છી જૈન ભવનના ઉદ્ઘાટન પ્રસંગે યોજાયેલા બે દિવસના સમારંભનું ઉદ્ઘાટન તા. ૨૫મી જાન્યુઆરી, ૧૯૯૭ના દિવસે સમારંભ ઉદ્ઘાટક શ્રી મણિલાલ કુંવરજી ગોસરના હસ્તે દીપ પ્રગટાવીને સમારંભના કાર્યક્રમનું વિધિવત્ મંગલાચરણ કરવામાં આવે તે પહેલાં, આ પ્રસંગે સમારંભના પ્રમુખ સ્થાને બિરાજેલા સફારી ઈન્ડસ્ટ્રીઝવાળા શ્રી સુમતિભાઈ હેમચંદ્ર મહેતાની સાથે મુખ્ય મહેમાન તરીકે ગુજરાત રાજ્યના નાણાં અને સાંસ્કૃતિક બાબતોના મંત્રી અને કચ્છી એવા શ્રી બાબુભાઈ મેઘજી શાહ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. જ્યારે અતિથિ વિશેષ તરીકે મંચ ઉપર કચ્છના ભુજના ધારાસભ્ય શ્રી મુકેશભાઈ ઝવેરી, ભૂતપૂર્વ ધારાસભ્ય શ્રી ચંપકલાલ શાહ ઉપરાંત શ્રી નેણશીભાઈ લઘાભાઈ ગાલા, શ્રી દામજી જાદવજી છેડા, શ્રી લક્ષ્મીચંદ ધારશી મોતા, શ્રી વલ્લભજી ખેતશી શાહ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. તદુપરાંત શ્રી ટોકરશી શિવજી સાવલા, શ્રી બિપિનભાઈ કાનજી જૈન, શ્રી લક્ષ્મીચંદ વેરશી મસાલાવાલા અને શ્રી નવીનભાઈ ઉમરશી શાહની સભા મંચ ઉપરની હાજરી પ્રસંગને ગૌરવ અપાવતી હતી. શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના ટ્રસ્ટી મંડળના સભ્યો તેમજ કારોબારીના સભ્યો પણ મંચ ઉપર ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

પ્રથમ, શ્રીમતી ફાલ્ગુની હીરેન શાહે પ્રાર્થના ગીત ગાયું.

સમાજના મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી અને પ્રમુખ ડૉ. ચંદ્રકાંત કાનજી દેઢિયાએ સૌ મહેમાનોનું સ્વાગત કર્યા બાદ પોતાના સ્વાગત પ્રવચનમાં જણાવ્યું હતું કે, માણસ જ્યારે અપેક્ષા કરતાં કાંઈક વધુ મેળવે છે ત્યારે આનંદનો મહેરામણ છલકાય છે. એ આનંદમાં સહભાગી થવા મિત્રો - સંબંધીઓને આમંત્રે છે. આજ અમારા આનંદ-ઉલ્લાસના આ પ્રસંગે આપ સૌનું

દુશ્મન એટલે તમારી ભૂલોનો પહેલો શોધક.

“સંભારણાં” વિશેષાંક



સ્વાગત કરતાં મન પુલકિત થઈ ઊઠે છે, રોમાંચિત થઈ ઊઠે છે. ૧૯૬૩માં થોડાક મિત્રોએ એક બી વાવેલું. એ બી માંથી આજે એક મોટું ઘેઘૂર વટવૃક્ષ ઊભું થયું. જેને સમાજને અર્પણ કરતાં હું આનંદ અને ગૌરવની લાગણી અનુભવું છું. આ અવસરને શોભાવવા છેલ્લા બે મહિનાથી કાર્યકરો, મિત્રો, સહયોગીઓ જહેમત ઉઠાવી રહ્યા છે, આખા સમાજનો પણ એમાં સહયોગ છે. કોઈ સમુદાય નથી, કોઈ રેખા નથી. સૌ એક સમાજ, એક સંગઠન બની ખભેખભા મિલાવી કાર્ય કરે છે તે સહુને હું અત્રેથી બિરદાવું છું અને આપ સહુ માનવંતા મહેમાનોનું સ્વાગત કરતાં, આવકારતા આનંદ અનુભવું છું. આપ સર્વે અમારા આ બે દિવસના પ્રસંગમાં - આનંદમાં સહભાગી થશો. વધુમાં તેમણે જણાવ્યું કે અમારા ભાવિ સ્વપ્નાંઓ પણ સાકાર થશે અને એ સ્વપ્નાં સાકાર કરવામાં સમાજનો સાથ અને સહકાર ઊલટભેર મળી જ રહેશે એમાં મને કોઈ શંકા નથી, એ નિર્વિવાદ છે.

શ્રી સુમતિભાઈ મહેતા, શ્રી બાબુભાઈ મેઘજી શાહ, શ્રી મુકેશભાઈ ઝવેરી, શ્રી ચંપકલાલ શાહ, શ્રી નેણશી લધાભાઈ ગાલા, શ્રી દામજી જાદવજી છેડા, શ્રી લક્ષ્મીચંદ ધારશી મોતા, શ્રી વલ્લભજી ખેતશી શાહ અને શ્રી મણિલાલ કુંવરજી ગોસરનું પુષ્પગુચ્છ વડે સમાજના કાર્યકરો દ્વારા સ્વાગત કરવામાં આવ્યું. બાદ સમારંભ ઉદ્ઘાટક શ્રી અને શ્રીમતી મણિલાલ કુંવરજી ગોસરે દીપ પ્રગટાવીને સમારંભને વિધિવત ખૂલ્યું મૂક્યું.

સમાજના માનદ્ મંત્રી શ્રી અશોકભાઈ મહેતાએ સંસ્થાની થઈ રહેલી કામગીરીની વિસ્તૃત જાણકારી આપી અને ભાવિ યોજનાઓ વિશે પણ ઉલ્લેખ કર્યો.

આ તબક્કે પ્રસંગના સંભારણા જેવા સોવેનિયર “સંભારણું”નું શ્રી લક્ષ્મીચંદ ધારશી મોતાના વરદ્ હસ્તે વિમોચન કરવામાં આવ્યું. જ્યારે શ્રી વલ્લભજી ખેતશી શાહે અમદાવાદ - ગાંધીનગર અને આજુબાજુના વિસ્તારોમાં વસતા કચ્છી જૈન પરિવારો અંગે વિસ્તૃત માહિતી પૂરી પાડતા “વસતિ પત્રક - ૧૯૯૬”નું વિમોચન કરી સમાજને અર્પણ કર્યું હતું.

શ્રી નેણશી લધાભાઈ ગાલાએ અમદાવાદના સમાજનું આ નજરાણું સારાયે સમાજને ઉપયોગી બનવાનું છે તેવી ભાવના વ્યક્ત કરી, વધુને વધુ યોગદાન માટે હાકલ કરી હતી. શ્રી વલ્લભજીભાઈ ખેતશી શાહે પ્રાસંગિક પ્રવચનમાં કચ્છીયતની વાત પર ભાર મૂક્યો હતો. ભુજના ધારાસભ્ય શ્રી મુકેશભાઈ ઝવેરીએ પ્રાસંગિક પ્રવચન કરતાં તમામ ટ્રસ્ટી - કારોબારીને ખૂબ ખૂબ અભિનંદન આપતા વધુમાં જણાવ્યું હતું કે લઘુમતી પંચના પ્રમુખે જૈનોને લઘુમતી કોમ જાહેર કરવાની વાત કરી છે તેની સામે સજાગ થવાની જરૂરિયાત પર ભાર મૂક્યો હતો. તેમણે વધુમાં જણાવ્યું હતું કે સમગ્ર ભારતમાં જે દાનનો પ્રવાહ વહે છે તેમાં પર (બાવન) ટકા જૈનોનો હિસ્સો છે. શ્રી મધુભાઈ ભટ્ટે પ્રાસંગિક પ્રવચન દરમિયાન કચ્છી કાર્યકરોને બિરદાવ્યા હતા. બિદડાના ભેખધારી શ્રી લીલાધર માણેકલાલ ગડાએ સાવધાનીનો સૂર કાઢતાં જણાવ્યું હતું કે ભવ્ય મકાન બંધાઈ ગયા પછી તેમાં કરવાની પ્રવૃત્તિઓની જવાબદારી શરૂ થાય છે. એ પ્રવૃત્તિમાં અમદાવાદનો

સમાજ પાછી પાની નહીં કરે તેવું તેમની કાર્યપદ્ધતિ જોતાં લાગે છે. શ્રી મણિલાલ કુંવરજી ગોસર, શ્રી હંસરાજ ગાલા, શ્રી દામજી જાદવજી છેડા, શ્રી વાડીલાલ સંઘવીએ પણ પ્રાસંગિક પ્રવચનો કરીને સમાજની પ્રવૃત્તિની પ્રશંસા કરી હતી. માનનીય શ્રી બાબુભાઈ મેઘજી શાહે પ્રાસંગિક પ્રવચન કરતાં સમાજના કાર્યની ખૂબ પ્રશંસા કરી જણાવ્યું કે, વ્યક્તિ એકલી કાંઈ કરી શકતી નથી, સમાજ મળીને કરે છે. કચ્છી પ્રજા દિલેર - સાગરપેટી છે અને એ જ કચ્છની અસ્મિતાને જાળવી રાખે છે. હું પ્રાર્થું કે જન્મોજન્મ કચ્છમાં જ જન્મ મળે જેથી કચ્છ માટે, એના વિકાસ માટે કામ કરી શકું. નર્મદાના પાણી કચ્છને મળે તેના માટે સરકારમાં રજૂઆત થવાની છે. સ્વૈચ્છિક સંસ્થાઓ પણ જો પીવાના પાણી બાબતે પોતાનો સહકાર સરકારને આપે તો કાર્ય ઘણું હળવું બની જાય. કેમકે સરકારે ૩૦૦ કરોડની જોગવાઈ આ વરસની યોજનામાં કરી છે. એ કામ પૂરું કરવા માટે સ્વૈચ્છિક સંસ્થાઓ પણ જોતરાય તો કામ ઝડપભેર પૂરું થઈ શકે. આ કચ્છી ભવન માટે જે કાર્યકરો ભેખ - મિશન લઈને ચાલ્યા છે તેમને પોતાના તરફથી અને કચ્છ પ્રજા વતી ખૂબ ખૂબ અભિનંદન આપ્યા હતા.

ત્યારબાદ મહેમાનોનું શાલ ઓઢાડી, મોમેન્ટો અર્પણ કરી બહુમાન કરવામાં આવ્યું.

જ્યારે શ્રી બાબુભાઈ મેઘજી શાહના વરદ્ હસ્તે આર્કિટેક્ટ શ્રી મયંકભાઈ ગજજર, સ્ટ્રક્ચરલ ડિઝાઈનર શ્રી નરેશભાઈ શાહ, સંસ્થાના ઈજનેર શ્રી શાંતિભાઈ મિસ્ત્રી, યુવાન કોન્ટ્રેક્ટરો શ્રી અમિતભાઈ ભટ્ટ અને શ્રી પ્રજ્ઞેશભાઈ દોશી તેમજ ભૂતપૂર્વ કોન્ટ્રેક્ટર શ્રી પ્રદીપભાઈ ગુમાને તેમની કામગીરીની કદરૂપે મોમેન્ટો અર્પણ કરી બહુમાન કરવામાં આવ્યું.

છેલ્લે આજના સમારંભના પ્રમુખ શ્રી સુમતિભાઈ મહેતાએ પ્રવચન કરતાં જણાવ્યું કે બહુ ટૂંકા ગાળામાં આ ભવ્ય ઈમારત, આયોજકો ઊભી કરી શક્યા તે અભિનંદનના અધિકારી છે જ પરંતુ તેઓ વાડામાંથી બહાર નીકળી સમગ્ર જૈન ભાઈઓનું સંગઠન કરી કાર્ય કરી શક્યા છે તે વધુ અભિનંદનીય છે. આ સંસ્થા કચ્છની એક એમ્બસી તરીકે કાર્ય કરી ઉત્તરોત્તર પ્રગતિ કરે તેવી અપેક્ષા વ્યક્ત કરી હતી.

સહમંત્રી શ્રી પ્રતાપભાઈ દંડે આભારવિધિ કરી હતી.

ત્યારબાદ મહેમાનો સાથેનું સમૂહ ભોજન યુવરાજ ઈન્ડસ્ટ્રીઝવાળા શ્રી વલ્લભજી ખેતશી શાહ તરફથી યોજવામાં આવ્યું હતું.

સમૂહ ભોજન બાદ બહારગામથી આવેલા મહેમાનોને અમદાવાદ દર્શન કરાવવામાં આવ્યું હતું. સાંજના ભોજન બાદ હાસ્ય સંગીતનો એક કાર્યક્રમ રાખવામાં આવ્યો હતો. જેમાં હાસ્ય કલાકારો શ્રી વસંત પરેશ, શ્રી કિરીટ વ્યાસ અને શ્રી મધુકર પી. ખરસાણીએ શ્રોતાઓનું ત્રણ કલાક ભરપૂર મનોરંજન કરાવ્યું હતું.

#### ● બીજો દિવસ (તા. ૨૬-૧-૯૭) :

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના નવનિર્મિત વિવિધલક્ષી સંકુલના ઉદ્ઘાટન કાર્યક્રમના બીજા દિવસે એટલે કે

આધુનિક મનુષ્ય જાનવર જેવો આકમણ ખોર છે, કારણકે એ ભયભીત છે.

પ્રજાસત્તાક દિન રદમી જાન્યુઆરી, ૧૯૮૭ના રોજ અનેક મહાનુભાવો, સમાજના સભ્યો વગેરેની ભરચક હાજરીમાં મધ્ય પ્રદેશમાંથી ચૂંટાયેલા રાજ્યસભાના સભ્ય કચ્છી શ્રી રાઘવજીભાઈ લખમશી સાવલાએ સંકુલના પટાંગણમાં ધ્વજ વંદન રાષ્ટ્રગીતની સૂરાવલિઓ વચ્ચે કરાવ્યા બાદ પ્રસંગને અનુરૂપ પ્રવચન કર્યું હતું.

ત્યારબાદ સભા મંચ ઉપર સમારંભના પ્રમુખ શ્રી જગશીભાઈ જેઠાભાઈ છેડા ઉપરાંત રાજ્યસભાના સભ્ય શ્રી રાઘવજીભાઈ સાવલા, મુખ્ય મહેમાન શ્રી ટોકરશી શિવજી સાવલા, અતિથિ વિશેષ શ્રી ભવાનજી નરશી છેડા, શ્રી ધીરજલાલ સ્વરૂપચંદ શાહ, જૈન ભવનના ઉદ્ઘાટક શ્રી બિપિનભાઈ કાનજી જૈન, સાંસ્કૃતિક કેન્દ્રના ઉદ્ઘાટક શ્રી ભવાનજી રામજી દેઢિયા, મેડિકલ ચેક-અપ કેન્દ્રના ઉદ્ઘાટક શ્રી લક્ષ્મીચંદ વેરશી મસાલાવાલા, અતિથિ ભવનના ઉદ્ઘાટક શ્રી નવીનભાઈ ઉમરશી શાહે અમદાવાદના કચ્છી જૈન સમાજના ટ્રસ્ટી મંડળના સભ્યો સહિત સ્થાન લીધું હતું.

ઉદ્ઘાટન કાર્યક્રમ નવકારમંત્રના પઠનથી શરૂ થયો હતો.

શરૂઆતમાં સમાજના મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી અને પ્રમુખ ડૉ. ચંદ્રકાંત દેઢિયાએ જણાવ્યું કે અમદાવાદને આંગણે આ ભવ્ય મહાલયનું નિર્માણ શક્ય બન્યું કારણકે એમાં સહુનો સહયોગ સાથ મળ્યો છે. કાર્યકરો અને સાથી મિત્રોની હૂંફ મળી છે અને કાર્ય પાર પાડી શકાયું તેનો આનંદ અનેરો છે. આ ભવન નિર્માણથી અમારું કાર્ય પૂર્ણ થયું તેમ કહેવા કરતાં હવે શરૂ થાય છે તેમ કહેવું વધુ યથાર્થ રહેશે.

મંચ ઉપરના સર્વે મહેમાનોનું પુષ્પગુચ્છ વડે સમાજના કાર્યકરો દ્વારા સ્વાગત કરવામાં આવ્યું.

આ તબક્કે સંસ્થાના માનદ્ મંત્રી શ્રી અશોકભાઈ મહેતાએ સંસ્થાની પ્રવૃત્તિઓનો અહેવાલ આપતાં જણાવ્યું હતું કે અતિથિ ભવનની પ્રવૃત્તિઓ આવતીકાલથી જ શરૂ થઈ જશે. જ્યારે મેડિકલ ચેક-અપ સેન્ટરની પ્રવૃત્તિઓ ટૂંકમાં જ શરૂ થઈ જશે. તેમણે ચાલતી પ્રવૃત્તિઓ જેવી કે મંગલ મંદિર, યુવા પ્રવૃત્તિ, મહિલા ઉત્કર્ષ પ્રવૃત્તિ, સ્વામિવાત્સલ્ય, વાર્ષિક સંમેલન, શૈક્ષણિક પ્રોત્સાહન પ્રવૃત્તિ, તબીબી સહાય પ્રવૃત્તિ, ઉચ્ચ શિક્ષણ સહાય પ્રવૃત્તિ વગેરે અનેકવિધ પ્રવૃત્તિઓની જાણકારી આપી હતી. નવી શરૂ થયેલી બાલ સમૃદ્ધિ યોજનાની વિગતો પણ આપી હતી.

શ્રી બાબુભાઈ નાગડાએ પ્રાસંગિક પ્રવચનમાં જણાવ્યું હતું કે રણમાં હોડી ચલાવવા જેવું કાર્ય કરનાર સમાજ ગૌરવ લઈ શકે તેમ છે. આ જમીન આવા સામાજિક કાર્યો કરવા માટે અનુકૂળ હોવાથી આ ભગીરથ કાર્ય આપણે પરિપૂર્ણ કરી શક્યા. સૂકામાં ચલાવાયેલું વહાણ આવતીકાલથી તરતું થશે. ક્ષેત્રભાવ - દ્રવ્ય - કાળની દૃષ્ટિએ આ જમીન કર્મભૂમિ છે. અને અહીંયાં કામ કરવાનો વધુ આનંદ આવશે એવી શુભ વાણી તેઓએ ઉચ્ચારી સમાજના કાર્યને બિરદાવ્યું.

સમારંભ પ્રમુખ શ્રી જગશીભાઈ જેઠાભાઈ છેડાએ દીપ પ્રગટાવી ઉદ્ઘાટન કાર્યક્રમના મંગલાચરણ કર્યા હતા. **પ્રથમ શ્રી બિપિનભાઈ કાનજી જૈને શ્રી કચ્છી જૈન ભવનનું ઉદ્ઘાટન કર્યું હતું. ત્યારબાદ શ્રી ભવાનજી રામજી દેઢિયાએ સાંસ્કૃતિક કેન્દ્રનું**

**ઉદ્ઘાટન કર્યું હતું. મેડિકલ ચેક-અપ સેન્ટરનું ઉદ્ઘાટન શ્રી લક્ષ્મીચંદ વેરશી મસાલાવાલાએ કર્યું હતું. જ્યારે સેવા ભવનનું ઉદ્ઘાટન શ્રી નવીનભાઈ ઉમરશી શાહે કર્યું હતું.** આમ જુદા જુદા વિભાગના ઉદ્ઘાટન વિધિ બાદ સમગ્ર કચ્છી જૈન ભવન સમાજના ઉપયોગને માટે ખુલ્લું મૂકાયેલું જાહેર થતાં સમાજે રોમાંચ અનુભવ્યો અને તાળીઓના ગડગડાટ સાથે જાહેરાતને વધાવી લીધી હતી.

ત્યારબાદ એક અભિનવ અને એકમેવ એવી યોજના એટલે બાલ સમૃદ્ધિ યોજના. **એ યોજનાને વિધિસર ખુલ્લી મૂકતાં મુખ્ય મહેમાન શ્રી ટોકરશી શિવજી સાવલાએ તા. ૨૬-૧૨-૧૯૯૫ના રોજ જન્મેલા અને જેની પહેલી વર્ષગાંઠ ૨૬-૧૨-૧૯૯૬ના રોજ આવતી હતી એવા ચિ. નિસર્ગ કમલેશ મનુભાઈ શાહ (માતા ચંદ્રિકાબહેન)ને રૂ. ૨,૦૦૦/-નું યુનિટ ટ્રસ્ટનું વાઉચર અર્પણ કરીને બાલ સમૃદ્ધિ યોજનાની શુભ શરૂઆત કરી હતી.** આ ગિફ્ટ વાઉચર ૨૦ વર્ષ બાદ અનેકગણું થઈને ચિ. નિસર્ગને મળશે. જે તેને તેના જીવન વ્યવહારના પ્રથમ ડગ ભરવામાં સહાયરૂપ થશે. તેની સામે શ્રી કમલેશભાઈએ બાલ સમૃદ્ધિ યોજનાના ભંડોળ માટે રૂ. ૨,૦૦૦/-નો ચેક મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી અને પ્રમુખ ડૉ. ચંદ્રકાંત કાનજી દેઢિયાને અર્પણ કર્યો હતો. આ યોજના માટેની મૂળ નાણાકીય સહાય શ્રી માવજી ધારશી ફુરિયા અને શ્રી બાબુભાઈ વી. નાગડાએ શરૂ કરી હતી. આમ એક સુંદર યોજનાની શરૂઆત કરવા બદલ સમાજ તેમને હાર્દિક અભિનંદન આપે તે યોગ્ય જ છે.

ગાંધીધામ મ્યુનિસિપાલિટીના ભૂતપૂર્વ મેયર અને અમદાવાદ કચ્છી જૈન સમાજ સાથે સંકળાયેલા શ્રી ધીરજલાલ સ્વરૂપચંદ શાહે પ્રાસંગિક પ્રવચન કરતાં જણાવ્યું કે કચ્છી જૈન સમાજની આ ઈમારત શાનદાર બની છે. કચ્છના દાનવીરોની દાનની ગંગા અવિરત વહેતી હોય છે કેમકે બીજા બધાએ વિધાતા પાસેથી સમૃદ્ધિ - આરોગ્ય વગેરે માંગ્યા, પણ કચ્છીએ દાનવીરતા માંગી હતી. જેની પ્રતીતિ આપણને અનેક પ્રસંગોએ થાય છે.

મધ્ય પ્રદેશના વિદિશાથી આવેલ રાજ્યસભાના સભ્ય શ્રી રાઘવજીભાઈ સાવલાએ પ્રાસંગિક પ્રવચનમાં જણાવ્યું કે કચ્છીઓ જ્યાં કમાય છે ત્યાં લોકો સાથે હળીમળીને રહે છે. કચ્છીઓ પોતે પોતાના ઉપર ખર્ચ કરવાને બદલે સમાજને ઉપયોગી થવા માટે હંમેશાં તત્પર રહે છે. **તેમણે બાલ સમૃદ્ધિ યોજનાને અનુપમ યોજના ગણાવી હતી.** આ યોજનાના ફળ સ્વરૂપે બાળક જ્યારે પુખ્ત વયનું થાય ત્યારે તેને પોતાના વ્યવહાર માટે કોઈની સામે હાથ ફેલાવવા નહીં પડે, એવી અભિનવ યોજના તરીકે વર્ણવી હતી.

મહેમાનોને શાલ અને મોમેન્ટો અર્પણ કરવામાં આવ્યા. તેની સાથે શ્રી માવજી ધારશી ફુરિયા તરફથી દરેક મહેમાન અને ટ્રસ્ટી મંડળના સભ્યોને ચાંદીના સિક્કા અર્પણ થયા. ઉપરાંત મહિલા સમાજને તેમજ યુથ એસોસિએશન - સંકલ્પને પણ ચાંદીના સિક્કા અર્પણ થયા.

શ્રી પ્રેમજીભાઈ કાનપુરિયાએ સમગ્ર સમાજના સન્માનરૂપે સંસ્થાના પ્રમુખશ્રીને શાલ ઓઢાડીને પ્રાસંગિક પ્રવચન કર્યું હતું. શ્રી કુંવરજીભાઈ નરશી લોડાયાએ મુંબઈના ભાઈઓ વતી પ્રમુખ અને

અજ્ઞાન એ બધા દુભાગ્યનું મૂળ છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

માનદ્ મંત્રીનું બહુમાન કર્યું હતું. ઉપરાંત કચ્છી ભવનના પ્રેરક દાતા શ્રી માવજીભાઈનું શાલ ઓઢાડીને અભિવાદન કર્યું હતું.

સમારંભના પ્રમુખ શ્રી જગશીભાઈ જેઠાભાઈ છેડાએ પ્રમુખકીય પ્રવચન કરતાં સમાજ વધુને વધુ પ્રગતિ કરે તેવી ભાવના વ્યક્ત કરી હતી.

શ્રી હીરજીભાઈ પાસુભાઈ શાહે કૃપનના વેચાણમાં અને ખરીદવામાં જેમણે જેમણે સાથ અને સહકાર આપ્યો છે તે તમામનો હૃદયપૂર્વક આભાર માન્યો.

વિશિષ્ટ વ્યક્તિ સન્માન તરીકે શ્રી માવજીભાઈ કુરિયાએ સમાજના પ્રમુખ ડૉ. ચંદ્રકાંતભાઈ દેઢિયા અને સમાજના માનદ્ મંત્રી શ્રી અશોકભાઈ મહેતાને મોમેન્ટો અર્પણ કરી તેમની કામગીરીને બિરદાવી હતી. તેજ રીતે શ્રી હીરજીભાઈ અને શ્રી મૂરજીભાઈનું સન્માન શ્રી જગશીભાઈ છેડાએ કર્યું હતું.

જ્યારે શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજના ટ્રસ્ટી મંડળ તથા કારોબારીના સર્વે સભ્યોએ સંસ્થા પ્રમુખ ડૉ. ચંદ્રકાંત કાનજી દેઢિયાને તથા માનદ્ મંત્રી શ્રી અશોકભાઈ મહેતાને સન્માનપત્ર અર્પણ કરી સમાજ પ્રત્યેની તેમની સેવાની પ્રશંસા કરી, દીર્ઘાયુની અભ્યર્થના કરી હતી. જવાબમાં ડૉ. દેઢિયાએ આ સન્માન તેમનું નહીં પણ ટીમવર્કનું સન્માન છે તેમ જણાવ્યું હતું. શ્રી અશોકભાઈએ પણ આ સન્માન સહિયારા પ્રયાસનું છે એવો અભિપ્રાય વ્યક્ત કર્યો હતો.

ત્યારબાદ ડ્રો કૃપનની ડ્રો અંગેની પદ્ધતિ વિશે ડ્રો સમિતિના કન્વીનર શ્રી આણંદજી વેલજી વીરાએ સમજ આપી હતી. આવેલા મહેમાનોમાંથી શ્રી રતનશી પ્રેમજી ગોગરી (હેદ્રાબાદ), શ્રી ઉમરશી પાસુભાઈ શાહ (સાંગલી) આ ડ્રો અંગેની કાર્યવાહીમાં તટસ્થ નિરીક્ષક તરીકે ઉપસ્થિત રહીને ડ્રોની કાર્યવાહી કરી હતી. કુલ ૨૦૮૬ ભેટ કૃપનોના વિતરણના પૈસા સમાજને મળ્યા છે. **આ કૃપનનો ડ્રો કરતા ભાગ્યશાળી કૃપન તરીકે ૧૩૭૭ નંબરની કૃપન આવેલ હતી. ઉપરોક્ત ભેટ કૃપન નંબર ૧૩૭૭, હોટેલ સુપ્રીમ પ્રાઇવેટ લિમિટેડ - મદુરાઈને અપાયેલ છે. આમ, મદુરાઈના હોટેલ સુપ્રીમના માલિક કોડાયના શ્રી રવજીભાઈ મોરારજી લાલન ભાગ્યશાળી બન્યા છે અને ડ્રો કૃપનની યોજના અનુસાર તેઓશ્રી જે નામ સૂચવશે તે નામ આ આખાય સંકુલને આપવામાં આવશે.** નામ સૂચવવા માટે તેમને જાણ કરવામાં આવશે.

ત્યારબાદ મેડિકલ ચેક-અપ સેન્ટર અને અતિથિ ભવનના રૂમોની ફાળવણી માટેનો ડ્રો યોજવામાં આવ્યો હતો. મેડિકલ ચેક-અપ સેન્ટરના નાના મોટા કુલ ૧૮ રૂમો છે. તેમાં પાંચ મોટા રૂમ અને સાત નાના રૂમના ફાળા આવી ગયેલ હોવાથી તે અંગેનો કયો રૂમ કયા દાતાના નામની તક્તીથી શોભશે તે નક્કી કરવા માટે ડ્રો કર્યો હતો અને પરિણામે પાંચ મોટા રૂમના દાતાઓ પૈકી શ્રી મેઘજી ક્યારાભાઈ છેડાને - ૩૦૬, શ્રી લક્ષ્મીચંદ વેરશી કારાણીને - ૩૦૭, શ્રી શાંતિલાલ મૂળજી સાવલાને - ૩૦૮, શ્રી પ્રેમચંદ માણેકચંદ મહેતા પરિવારને ૩૧૨ અને શ્રી પદમશી કાનજી મૈશરીને - ૩૨૦ નંબરના રૂમની ફાળવણી થઈ હતી. જ્યારે સાત નાના રૂમોના દાતાઓ પૈકી

શ્રી બિપિનચંદ્ર કાનજી રવજી પબ્લિક ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ - ૩૦૪, શ્રી ચાંપશી દેવશી નંદુને - ૩૦૪, શ્રી ઝવેરચંદ લાલજી છેડાને - ૩૧૩, શ્રી ઉગરચંદ પોપટલાલ ગઢેયાને - ૩૧૫, શ્રી અરજણ એન્ડ દેવજી ખીમજી સાર્વજનિક ટ્રસ્ટને - ૩૧૭, શ્રી ભવાનજી પ્રેમજી દેઢિયાને - ૩૨૨ અને શ્રી માલશી મેઘજી ચરલાને - ૩૨૩ નંબરના રૂમની ફાળવણી થઈ હતી કે જે રૂમો ઉપર તેમના નામની તક્તી મૂકાશે.

અતિથિ સેવા ભવનમાં કુલ ૧૮ રૂમોની વ્યવસ્થા છે. તે પૈકી નવ મોટા રૂમ અને દસ નાના રૂમ છે. અતિથિ ભવનના રૂમ ઉપર દાતાના નામની તક્તી મૂકવા માટેનો ડ્રો પણ યોજાયો. જેમાં ચાર મોટા રૂમના દાતા તથા ત્રણ નાના રૂમના દાતાના નામની તક્તી કયા રૂમ નંબર ઉપર મૂકવી તે અંગે ડ્રોના પરિણામે શ્રી ગિરીશ દામજી પોલડિયાને - ૨૦૫, શ્રી મણિલાલ પ્રેમચંદ વસાને - ૪૦૧, શ્રી શાંતિલાલ મગનલાલ રાંભિયાને - ૪૦૬ અને શ્રી રવજી દેવરાજ રાંભિયાને - ૪૦૭ નંબરના રૂમની ફાળવણી થઈ. તેજ રીતે ત્રણ નાના રૂમો પૈકી શ્રી મણિલાલ મૂલચંદ છેડાને - ૨૦૨, શ્રી વીરજી પ્રેમજી ગાલાને - ૨૧૩ અને શ્રી જયંતીલાલ ડુંગરશી મોતાને - ૪૧૦ નંબરના રૂમની ફાળવણી થઈ કે જે રૂમ ઉપર તેમના નામની તક્તી મૂકાશે.

સભામંચનું સફળ સંચાલન કરવા બદલ શ્રી કલ્યાણજી હીરજી સાવલા “ઊર્મિલ”નું સમારંભ પ્રમુખ શ્રી જગશીભાઈ જેઠાભાઈ છેડાએ શાલ ઓઢાડીને બહુમાન કર્યું હતું. શ્રી ઊર્મિલે પોતાની આગવી શૈલી અને વર્ણનકળાથી સમારંભને જીવંત વાતાવરણ આપી બંને દિવસ મંચનું સફળ સંચાલન કર્યું હતું. સમાજે પણ તેમનું અભિવાદન કર્યું હતું.

આ બંને દિવસોમાં દાનની ગંગા અવિરત વહેતી જ રહી હતી. જેની વિગત અન્યત્ર આપવામાં આવી છે.

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજની યુવા પાંખ એટલે “સંકલ્પ.” આ બંને દિવસમાં રસોડાની સંપૂર્ણ જવાબદારી સંભાળી તેને સફળ રીતે પાર પાડી હતી. ઉપરાંત મનોરંજન કાર્યક્રમ વખતે પણ સંકલ્પે વ્યવસ્થા સંભાળી હતી. જ્યારે પંચકલ્યાણક પૂજાથી શરૂ કરીને મહેમાનોને ઉતારવા જવા, તેમની રહેઠાણની વ્યવસ્થા, સભા મંડપની અંદરની વ્યવસ્થા વગેરે કાર્ય માટે શ્રી કચ્છી જૈન સમાજના યુવાનોએ સ્વયંસેવક તરીકે ફરજ બજાવી, અગ્રણીઓ અને વડીલોને વ્યવસ્થા અંગેની ચિંતામાંથી મુક્ત કરવા બદલ આ સર્વે યુવાવર્ગનો આભાર માનવામાં આવ્યો.

ઉપરાંત સવેતનિક કાર્યકરોનો પણ આભાર માની આ ભવ્ય કાર્યક્રમની સફળતા બાદ દરેક કર્મચારીને એક પગાર બોનસ તરીકે જાહેર કરી સમાજે અદનામાં અદના આદમીને પણ યાદ કર્યા અને તેમની યથાશક્તિ કદર કરી.

આમ બે દિવસનો ભવ્ય સમારંભ પૂરો જાહેર કરતાં પહેલાં શ્રી મુરજી નરશી શાહે આભારવિધિ કરી હતી.

અંતમાં શ્રી કાંતિલાલ વેલજી સાવલા પરિવાર તરફથી આજનું સ્વામિવાત્સલ્ય ભોજન લઈ સૌ એક ચિરમરણીય પ્રસંગની યાદ સાથે આનંદવિભોર વાતાવરણમાં છૂટા પડ્યા હતા.

મંગલ મંદિર, ફેબ્રુઆરી-૧૯૯૭

અવિશ્વાસ એ વિશ્વાસઘાતની સામે બચવાનું એકમાત્ર સાધન છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

## શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ

સંચાલિત

આયુર્વેદિક સારવાર કેન્દ્ર અને ફીઝિયોથેરાપી કેન્દ્રનો

**ઉદ્ઘાટન સમારંભ**

૨૬-૧-૨૦૧૧ના રોજ શ્રી કચ્છી જૈન ભવનના ઉદ્ઘાટનના મીઠાં સંભારણાં હજુ સમાજ વાગોળે છે, ત્યારે સમાજના કાર્યકર્તાઓએ આપેલા વચનને પરિપૂર્ણ કરવાનું એક કદમ ભરીને કચ્છી જૈન ભવનમાં સારવારના બબ્બે કેન્દ્રોના ઉદ્ઘાટનનો એક સમારંભ ભારતની આઝાદીની સુવર્ણજયંતી જેવા રાષ્ટ્રીય પર્વના દિવસે એટલે કે ૧૫-૮-૧૯૮૭ના રોજ સમાજના પ્રતિષ્ઠિત મહાનુભાવોની ઉપસ્થિતિમાં યોજાયો હતો.

સ્વાભાવિક રીતે જ ભારતની આઝાદીની સુવર્ણજયંતી પર્વનો દિવસ (એટલે કે ૧૫મી ઓગસ્ટ - ૧૯૮૭) હોવાને કારણે ઉદ્ઘાટન સમારંભની શુભ શરૂઆત પણ મુંબઈથી આવેલા આપણા સમાજના અતિથિ શ્રી પ્રભુદાસભાઈ અમીરચંદ શાહના વરદ્ હસ્તે ધ્વજવંદનથી થઈ.

ત્યારબાદ બહેનોએ પ્રસંગને અનુરૂપ દેશભક્તિનાં ગીતો ગાઈ સમારંભની શુભ શરૂઆત કરી.

સમાજના પ્રમુખ ડૉ. ચંદ્રકાંત દેદિયાએ પોતાના સ્વાગત પ્રવચનમાં સહુ અતિથિઓને આવકારતાં જણાવ્યું કે, વ્યક્તિની તંદુરસ્તી એ સમાજની તંદુરસ્તી છે એવી ભાવના સાથે અહીં એક શરૂઆત કરી રહ્યા છીએ ત્યારે મારે કહેવું જોઈએ કે કોઈપણ સમાજનું કાર્ય તેના કાર્યકરોની નિષ્ઠાને આભારી છે. અમે અહીં જે કાંઈ કરી શક્યા છીએ અને ભવિષ્યમાં પણ જે પ્રવૃત્તિઓને આકાર આપી શકીશું તેમાં, સમાજના મારા સાથી કાર્યકરોનો હિસ્સો બહુ મોટો હશે. એક બિન્દુને બિન્દુ સાથે જોડતાં જેમ સુરેખ રેખા થઈ શકે છે, તેમ કાર્યકરોની સુંદર ટીમ જ સુંદર સર્જન કરી શકે છે, અને એનું ઉમદા ઉદાહરણ સમાજની આ ભવ્ય ઈમારત છે. ડૉ. શ્રી ચંદ્રકાંતભાઈએ શ્રી બી. જે. દિવાન અને શ્રી શ્રેણિકભાઈ કસ્તુરભાઈને આઝાદીની સુવર્ણ જયંતી પ્રસંગે અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશને “નગર ભૂષણ”ના ખિતાબથી નવાજ્યા તે બદલ હર્ષ વ્યક્ત કરી બન્ને મહાનુભાવોને અભિનંદન આપ્યા.

શ્રી લીલાધરભાઈ માણેકલાલ ગડા કે જેઓ મુંબઈમાં કચ્છી જૈન સમાજના એક નિષ્ઠાવાન કાર્યકર તેમજ માડુ હોસ્પિટલના સક્રિય કાર્યકર છે અને જેઓ અમદાવાદના કચ્છી જૈન ભવનના આયોજન સમયથી જ તબીબી સવલતો માટે કેવું આયોજન કરવું જોઈએ તેનું માર્ગદર્શન આપતા રહ્યા હતા તેઓ સમાજના આપણા પ્રથમ પગલાં

વખતે ઉપસ્થિત રહ્યા છે તે આપણા સમાજ માટે ગૌરવની વાત છે. શ્રી ચંદ્રકાંતભાઈ દામજીભાઈ શાહ પણ મુંબઈમાં સમાજના એક જાણીતા સેવાભાવી કાર્યકર છે.

આજના આ શુભપ્રસંગે પધારેલા મહાનુભાવો શ્રી બી. જે. દિવાન, શ્રી લીલાધરભાઈ ગડા, શ્રી ચંદ્રકાંત દામજી શાહ, શ્રી શ્રેણિકભાઈ કસ્તુરભાઈ, ડૉ. કુમારપાળ દેસાઈ, શ્રી ગિરીશભાઈ પાઠક, ડૉ. કે.કે. શાહ તેમજ શ્રી પ્રભુદાસભાઈ શાહનું પુષ્પગુચ્છથી સ્વાગત કરવામાં આવ્યું.

માનદ્ મંત્રી શ્રી અશોકભાઈ મહેતાએ સમાજની પ્રગતિ અને ભાવિ કાર્યક્રમ વિશે માહિતી આપી.

શ્રી લીલાધર ગડાએ દીપ પ્રગટાવીને ફીઝિયોથેરાપી વિભાગ ખુલ્લું મૂકતાં ૨૬ જાન્યુઆરીના પર્વના દિવસે આ ભવ્ય ભવન ખુલ્લું મૂકાયું ત્યારે અપેક્ષા રાખી હતી કે તબીબી વિભાગ થોડા સમયમાં શરૂ કરી શકાશે. અને તે વચન આજે ૧૫ ઓગસ્ટના પવિત્ર પર્વ પૂરું કરવામાં પ્રથમ પગલું ભરી આઝાદીની ઉજવણી કરવામાં આવી રહેલ છે. આપણે આશા કરીએ કે દર વર્ષે આવા પર્વના પ્રસંગે નવા નવા પગલાં ભરીને સાચા અર્થમાં સામાજિક પ્રયાસ કરીને અનેક તકલીફોનું નિદાન અને ઉપચાર થશે. આ પ્રકારની કામગીરી એક ઓલટરનેટિવ મેડીસીન છે. આ બધી પ્રવૃત્તિ જલદીથી શરૂ થાય તેવી શુભેચ્છા વ્યક્ત કરી.

શ્રી ચંદ્રકાંત દામજીભાઈ શાહે દીપ પ્રગટાવીને આયુર્વેદિક સારવાર કેન્દ્રને ખુલ્લું મૂકતાં કહ્યું કે કચ્છી જૈન સેવા સમાજ સારી પ્રવૃત્તિ કરે છે. **મેં એક સારી વસ્તુના દર્શન અહીંયાં આવીને કર્યા કે દરેક કાર્યકર બીજા કાર્યકરના વખાણ કરતા હોય છે, દરેક જણ બીજાને આગળ કરતા હોય છે.** આ એક બહુ જ મોટી ક્વોલિટી અહીંના કાર્યકરો-આગેવાનોમાં છે. તેમણે તબીબી વિભાગ માટે ૫૧ હજારનું દાન જાહેર કર્યું.

અતિથિ વિશેષ ડૉ. કે.કે. શાહે પોતાની વાત કરતાં જણાવ્યું કે આ જગ્યા સુંદર અને ચારેબાજુ હરિયાળી છે. પ્રદૂષણ ન ફેલાય એવી રીતે આ ઈમારત ઊભી થઈ છે. સમાજ જે પ્રયત્ન કરે છે તેમાં આ માત્ર સારવારનું કેન્દ્ર કે હોસ્પિટલ જ ન બને પણ જરૂરિયાતવાળા સર્વેને માટે વિશ્રામનું સ્થાન બને, આશ્વાસનનું સ્થાન બને, બિદડા જેવું વટવૃક્ષ બને એવી અંતરની પ્રાર્થના છે.

**જ્યાં સુધી તમે તમારી ફરજ પૂરી કરી શકતા નથી ત્યાં સુધી બીજાની આલોચના ન કરો.**

“સંભારણાં” વિશેષાંક

અતિથિ વિશેષપદેથી પ્રખ્યાત એડવોકેટ શ્રી ગિરીશભાઈ પાઠકે કહ્યું કે રવિશંકર મહારાજે કહ્યું હતું જે મિલકતમાં પગ મૂકતાં મન પ્રકૃતિલિત થાય તે મિલકત વસાવવી જોઈએ. આ ભવનમાં પગ મૂકતાં ખરેખર મન પ્રસન્ન થાય તેવું છે. 'SUCCESS IS LADDER NOT AN ESCALATOR.' આપણે પૃથ્વી ઉપર મનુષ્ય તરીકે અવતર્યા છીએ ત્યારે આ પૃથ્વી ઉપર રહેવાનું ભાણું આપણે ચૂકવવું જ જોઈએ. કોઈની ભીની આંખના રૂમાલ બનવું જોઈએ, આંસુ લૂછવા જોઈએ. આપણે સહુ ભિક્ષુક છીએ મંદિરની અંદરના અને બહારના બહુ તફાવત નથી.

અતિથિ વિશેષ કટાર લેખક, સાહિત્યકાર ડૉ. કુમારપાળ દેસાઈએ પોતાના વક્તવ્યમાં આ ભૂમિને સંગમ તીર્થ એટલે કે કલા-કચ્છ-કરુણાનું ત્રિવેણી તીર્થ તરીકે ઓળખાવતાં વતનપ્રેમ અંગે એક માર્મિક વાત કરી કે બે કચ્છી મળશે તો કચ્છી ભાષામાં જ વાત કરશે એ તેમનો વતન પ્રત્યેનો આદર કે પ્રેમ છે. રણમાં રહેતો રણ વચ્ચે હોવા છતાં મનથી હર્યોભર્યો છે. ગુજરાતી માટે કહેવાય છે કે કલદારનું ગુજરાત છે. પણ એની સામે કચ્છનું નામ રોશન કરે એવા કલાકારો પણ છે. શ્રી દુલેરાય કારાણી, અલાદીન, સુંદરજી કોને યાદ કરું, કોને વિસરું. આ બધા સપૂતોને આ વિશાળ ભવનના એકાદ ખૂણામાં સ્થાન મળે તેવું કોઈક આયોજન પણ વિચારજો. આ ભવનને સાંસ્કૃતિક ભવન બનાવીને બધાને ભેગા થવાનું કુર્યું છે. મહાવીરની કરુણાની જેમ નાનામાં નાના માણસ સુધી કરુણા વહેવડાવવી જોઈએ. દુઃખની વાતમાં આંખમાં આંસુ આવવા જોઈએ. હતાશાને દૂર કરવાનું કામ કરીએ. આ સમાજ પાસે અનેક કાર્યકરો છે, અને જ્યાં અગ્રણીઓ સાથે નિષ્ઠાવાળા કાર્યકરો હોય તે સમાજ પ્રગતિ કરે જ.

મુખ્ય મહેમાન જૈન શ્રેષ્ઠી શ્રી શ્રેણિકભાઈ કસ્તુરભાઈએ પોતાના પ્રવચનમાં જણાવ્યું કે હમણાં મને ધર્મ તરફ વળવાનો લહાવો મળ્યો છે. મનુષ્ય જન્મ અનેક મુશ્કેલીઓ પછી મળે છે ત્યારે મનુષ્ય જન્મમાં આપણે કરુણાની પ્રવૃત્તિ કરીએ. એલોપથીની ટીકા માટે નહિ પણ

મારો અંગત દાખલો આપીને કહ્યું કે મને માયોસીનીયા નામનો રોગ થયો એટલે કે મારી પાંપણની મસલ્સ કમજોર થઈ અને પોતાની મેળે ઉઘડ-બંધ થઈ શકતી ન હતી, એલોપથીએ આ રોગની કોઈ દવા નથી એમ કહ્યું જ્યારે આયુર્વેદની સલાહ લેતાં તેમણે મને દોઢ વરસ સારવાર આપી અને મને ફરી કુદરતી રીતે પાંપણ ઉઘડ-બંધ થઈ શકે તેવી સારી કરી આપી. આપ જે આયુર્વેદની પ્રવૃત્તિ કરો છો તેનો લાભ સર્વેને મળે તેવી આશા અપેક્ષા છે.

સમારંભ પ્રમુખ ગુજરાત હાઈકોર્ટના નિવૃત્ત મુખ્ય ન્યાયમૂર્તિ શ્રી બી. જે. દિવાને જણાવ્યું કે શ્રી શ્રેણિકભાઈએ પોતાનો આયુર્વેદનો અનુભવ કહ્યો, એવી રીતે માત્ર આયુર્વેદ પદ્ધતિમાં જ લ્યુકોડરમની સારવાર થાય છે, એલોપથીમાં એની કોઈ કારગત દવા નથી. આયુર્વેદ માત્ર દર્દનું નિદાન સારવાર જ કરે છે એવું નથી, પણ તમારી પ્રતિકાર શક્તિ બિલ્ટ અપ કરે તેવા કેટલાંય ઔષધો છે જેમાં કુકુરિયાતું એક છે. અને તમારી પ્રતિકાર શક્તિ સારી હોય તો બીજા દર્દોમાં ઓછા સમયમાં સારા થઈ શકાય. બાકી વૈદો માટે જૂના સંસ્કૃતનો એક શ્લોક છે કે “**યમ અને વૈદ સહોદર છે કેમકે યમ તો માત્ર પ્રાણ હરે છે જ્યારે વૈદ પ્રાણ અને ઘન પણ હરી લે છે**”. આયુર્વેદની સાથે ફીઝિયોથેરાપી વિભાગ શરૂ કર્યો છે ત્યારે તેનો લાભ સામાન્ય દર કે રાહત દરે આપવાની જોગવાઈ કરો. એવા કેટલાય પ્રોજેક્ટો પણ છે જેમાં કરેલા દાનને ૧૦૦ ટકા ટેક્સ માફી મળે છે. ૨૬ જાન્યુ.એ શરૂ કરેલ અને ૧૫ ઓગસ્ટે વધુ વિકસાવેલ પ્રવૃત્તિ આવતી ૨૬ જાન્યુઆરીએ વધુ ધમધમતી થાય એવી શુભેચ્છા છે.

અતિથિ શ્રી પ્રભુલાલભાઈ શાહે પણ તબીબી વિભાગને ૨૫ હજારનું દાન કર્યાની જાહેરાત કરી હતી.

અંતમાં ઉપપ્રમુખ શ્રી મૂરજીભાઈ શાહે આભારવિધિ કર્યા બાદ “વંદે માતરમ્” ગાનથી કાર્યવાહી સમાપ્ત થઈ.

મંગલ મંદિર, સપ્ટેમ્બર-૧૯૯૭

## વૃદ્ધાવસ્થામાં.....

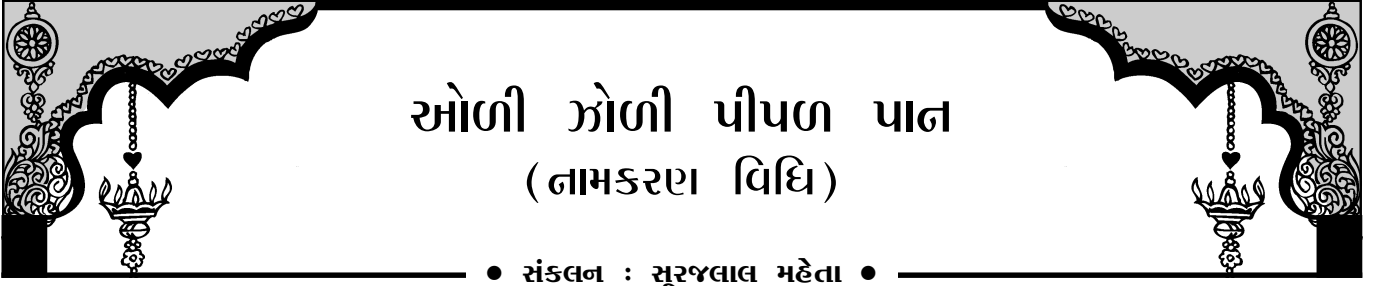
વડીલશાહીનો ડગલો ખીંટીએ ટીંગાડી દેવો.  
ગણા અણગમા ટાળવા.  
પોતાને લગતા હળવાં કામો જાતે કરી લેવાં.  
કુટુંબમાં સૌના પ્રત્યે સમાન દષ્ટિ કેળવવી,  
ઘરમાં કે બહાર વણમાગી સલાહ આપવાનું બંધ કરવું.  
સદ્ પુસ્તકો સાથે મૈત્રી કરવી.  
સવાર-સાંજ નિયમિત ફરવા જવું.  
પ્રકૃતિ સાથે તાદાત્મ્ય કેળવવું.  
સફાઈ કામનો કે બાગકામનો હળવો શ્રમ કરવો.  
સવાર-સાંજ નિયમિત પ્રાર્થના કરવી.  
ઘરનાં નાનાં બાળકો સાથે નિર્દોષ આનંદ માણવો.

જમાનાને અને સંજોગોને અનુકૂળ બનવું.  
પારકી પંચાત અને નિંદાથી દૂર રહેવું.  
શરીર સ્વસ્થ હોય તો સમયનો સદુપયોગ કરવા સેવાનું  
મનપસંદ કામ કરવું.  
અન્યના સુખની ઈર્ષા કરવાને બદલે બીજાનું સુખ જોઈ સુખી થવું.  
અધિક કે સમાન સદવિચારી મિત્રોનો સત્સંગ કરવો.  
દરેક દિવસ જિંદગીનો છેલ્લો દિવસ છે તેમ માનીને  
પ્રભુ સ્મરણ કરો  
અને સાવધાનીથી અને મસ્તીથી જીવો.

મોકલનાર : મનુભાઈ ડી. ઝવેરી - અમદાવાદ  
મંગલ મંદિર, મે-૨૦૦૨

મિથ્યાભિમાની વ્યક્તિ કુલાઈ શકે છે ખરી, પરંતુ ફેલાઈ શકતી નથી.

“સંભારણાં” વિશેષાંક



## આંખે દેખ્યો અહેવાલ

આજે બરાબર ૩૬૫મા દિવસે શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજના આંગણે ફરી એક અનેરો અવસર આવ્યો — ઓળી ઝોળી પીપળ પાન કરવાનો, જેની ઝંખના ૨૬-૧-૧૯૮૭થી જ કરવામાં આવી હતી કે કૂપન ડ્રોના યશસ્વી દાતાનું નામ ક્યારે આ ભવન પર લાગશે? અંતે એ ઈતજારની ઘડી ખતમ થવાનો વખત આજે આવ્યો, ત્યારે નામ પાડનાર અને સમાજના કાર્યકરોનો ઉત્સાહ ક્યાંય સમાતો ન હતો. ૨૬-૧-૧૯૮૭ના રોજ સમાજને એક ભવ્યાતિભવ્ય ઈમારત અર્પણ કરતાં જે હર્ષોલ્લાસનો અનુભવ કર્યો હતો એવો જ આનંદ અને ઉત્સાહ આ નામકરણ સમારોહમાં પણ દૃષ્ટિગોચર થતો હતો.

રવિવાર તા. ૨૫-૧-૧૯૮૮ના દિવસે સવારના ૧૦ વાગ્યે પ્રાર્થનાથી નામકરણ વિધિના બે દિવસના સમારોહનો શુભારંભ થયો.

શ્રી મદનકુમાર અંજારિયા “ખ્વાબ” એ મંચનું સંચાલન કરતાં સહુ પ્રથમ મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી અને પ્રમુખ ડૉ. ચંદ્રકાંત કાનજી દેઢિયાએ અમેરિકાથી આ શુભ અવસર પર પોતાની અનુપસ્થિતિના કારણો દર્શાવતો શુભેચ્છા સહિતનો પત્ર વાંચી સંભળાવ્યો.

તા. ૨૫-૧-૧૯૮૮ના દિવસના સમારંભના પ્રમુખ તરીકે હૈદરાબાદના શ્રી ધીરજલાલ ટોકરશી કાપડિયા હતા, જ્યારે અતિથિ વિશેષ તરીકે શ્રી વિજયભાઈ ધારશી છેડાની સાથે શ્રી ગોપાલજી કાનજી ત્રેવડિયા, શ્રી ચાંપશી હરશી તુંબડીવાળા, શ્રી લક્ષ કે. જૈન તથા શ્રી તિલકચંદ કુંવરજી લોડાયા

બિરાજમાન હતા. સાથે સાથે શ્રી રવજી મોરારજી લાલન, શ્રી છત્રપતિ નરશી જેઠાભાઈ દંડ, શ્રી ચંદુલાલ ગાંગજી કેમવાલા, શ્રી દામજી જીવરાજ વરંડીવાલા, શ્રી રવિલાલ એલ. પારેખ, શ્રી લક્ષ્મીચંદ વેરશી મસાલાવાલા, શ્રી રતનશી પ્રેમજી ગોગરી, ડૉ. મંજુલાબહેન વેલજી શાહ, શ્રી મહેન્દ્રભાઈ ગોવિંદજી લાલકા વગેરે મહાનુભાવો મંચ પર બિરાજમાન હતા.

સંકલ્પ ગ્રૂપની યુવતીઓએ સ્વાગત ગીતથી અને સંસ્થાના ઉપપ્રમુખ શ્રી કાંતિલાલ વેલજી સાવલાએ સ્વાગત પ્રવચન દ્વારા મહેમાનો અને સમાજના સભ્યોનું સ્વાગત કર્યું.

સમારંભ પ્રમુખ શ્રી ધીરજલાલ ટોકરશી કાપડિયા, અતિથિ વિશેષ શ્રી વિજયભાઈ છેડા, શ્રી ગોપાલજી કાનજી ત્રેવડિયા, શ્રી ચાંપશી હરશી તુંબડીવાલા, શ્રી લક્ષ કે. જૈન, શ્રી તિલકચંદ કુંવરજી લોડાયા વગેરે મહાનુભાવોનું સમાજના વિવિધ કાર્યકરો દ્વારા પુષ્પગુચ્છથી અભિવાદન કરવામાં આવ્યું.

શ્રી લક્ષ્મીચંદ વેરશી મસાલાવાલાએ તેમજ શ્રી રતનશી પ્રેમજી ગોગરીએ દીપ પ્રગટાવીને સમારંભનું વિધિવત ઉદ્ઘાટન કર્યું.

સી.એન. ફાઈન આર્ટસના વિદ્યાર્થીની કુમારી સંગીતા ગાલાએ પોતે દોરેલ ચિત્રની સમાજને અર્પણ વિધિ કરી, જેને સમાજે તાળીઓના ગડગડાટથી વધાવી કુમારી સંગીતાને અભિનંદન આપ્યા.

સમાજના માનદ્ મંત્રી શ્રી અશોકભાઈ મહેતાએ સંસ્થાની કામગીરી વિશે વિસ્તૃત

અહેવાલ આપ્યો.

ત્યારબાદ અનેક નિર્માણ દાતાઓ (૨૫ કૂપન લેનાર)નું સન્માન જુદા જુદા મહાનુભાવો દ્વારા કરવામાં આવ્યું.

અતિથિ વિશેષ શ્રી વિજયભાઈ છેડાએ પ્રાસંગિક પ્રવચન દરમિયાન જણાવ્યું કે, અમે બિદડા સર્વોદય ટ્રસ્ટ અને મુંબઈની માડ્ર હોસ્પિટલમાં આરોગ્ય ક્ષેત્રે કામગીરી કરી રહ્યા છીએ, એ ક્ષેત્રમાં અહીંયાં જે કાંઈ સહકાર જોઈશે તે અમો આપવા તત્પર રહીશું. **મુંબઈ અને વિદેશથી બિદડા હોસ્પિટલમાં સેવા આપવા જતા ડોક્ટરોની સેવા અહીં પણ ઉપલબ્ધ થઈ શકે તેવું પણ વિચારી શકાય.**

અતિથિ વિશેષ શ્રી ચાંપશી હરશી તુંબડીવાલાએ પ્રાસંગિક પ્રવચન દરમિયાન જણાવ્યું કે, સહકાર - સંગઠન - સેવા - મૈત્રીના પાયા ઉપર આવું સમાજ ભવન નિર્માણ પામે છે. અહીંના કાર્યકરોએ હૃદયની ભાવનાથી ભેગા મળી જે કાર્ય કર્યું છે તે અભિનંદનીય છે. બાલ સમૃદ્ધિ યોજનાને કાર્યાન્વિત કરનાર સમાજના કાર્યકરો અભિનંદનના અધિકારી છે. તમો બધા સારી માનવીય પ્રવૃત્તિ કરતા રહો તો સમાજ હંમેશાં તમારી પડખે રહેશે.

ત્યારબાદ જુદા જુદા ખંડો માટે એક લાખ કે તેથી વધુ રકમનું દાન આપનાર દાનવીરોનું અલગ અલગ મહાનુભાવો દ્વારા અભિવાદન કરવામાં આવ્યું.

રાજકોટમાં પણ આરોગ્ય ક્ષેત્રે સારું કામ થઈ રહ્યાની વિગત શ્રી જે. વી. શેઠિયાએ

કપરા સંજોગોમાં જે હિંમત રાખીને ચાલે છે તેને વહેલી કે મોડી સફળતા મળે જ છે.

આપી હતી. શ્રી તિલકચંદ લોડાયાએ પ્રાસંગિક પ્રવચન કર્યું. શ્રી લક્ષ કે. જૈને પ્રાસંગિક પ્રવચન દરમિયાન શિક્ષણ ક્ષેત્રે વધુ સારી કામગીરી થાય એ તરફ લક્ષ કેન્દ્રિત કરવા પર ભાર મૂક્યો. સમાજે યોગ્ય વિદ્યાર્થીને બધી સવલત પૂરી પાડવી જોઈએ. આપની સંસ્થા એવી બનવી જોઈએ કે જેમાં લોકોનો વિશ્વાસ જળવાઈ રહે. ડૉ. મંજુલાબહેન શાહ સમાજના સભ્યોને વ્યાજરહિત લોન મળી રહે તેવી કોઈક વિચારણા કરવાનો અનુરોધ કર્યો.

મહેમાનો અને અતિથિ વિશેષોનું મેમેન્ટો આપીને અભિવાદન કરવામાં આવ્યું. એની સાથે શ્રી માવજી ધારશી કુરિયા તરફથી પણ ચાંદીના સિક્કા દ્વારા મહેમાનોનું અભિવાદન કરવામાં આવ્યું.

સમારંભ પ્રમુખ શ્રી ધીરજલાલ ટોકરશી કાપડિયાએ પ્રવચન કરતાં જણાવ્યું કે, સમાજમાં આવતી કોઈપણ તકલીફ માટે એકાદ સમિતિની રચના કરીને સમાજના દરેક સભ્યના સારા - માદા પ્રસંગે મદદ કરવા માટે તત્પર રહેવું જોઈએ. કચ્છી બેન્ક માટે પણ વિચાર કરવા જેવો છે. એવી જ રીતે આવાસ યોજના માટે તેમજ આઈ બેન્ક માટે પણ કોઈક યોજના ઘડી કાઢવી જોઈએ. **ભવિષ્યના વિકાસની દૃષ્ટિએ જ્યારે શહેરમાં જમીન દુર્લભ થતી જાય છે ત્યારે આઉટ સ્કર્ટમાં જમીન લઈ રાખીએ તો ભવિષ્યના કામોમાં તે મદદરૂપ બની શકશે.**

ભવનના ભોંયતળિયે આવેલ “શીતલધારા”, લિફ્ટ, સંકુલની ઓફિસ તેમજ જેના ઉપર ૨૫ કૂપનવાળા નિર્માણ દાતા, ૧૦ કૂપનવાળા સન્માનનીય દાતા, ૫ કૂપનવાળા સમાજ શુભેચ્છક દાતા અને ૧ કે વધુ કૂપનના દાતાઓના નામ કંડારાયેલા છે, તેવી ૧૯ જેટલી જુદી જુદી તક્તીઓની અલગ અલગ ઉદ્ઘાટકોએ અનાવરણ વિધિ કરી. તે જ રીતે પહેલા - બીજા - ત્રીજા અને ચોથા માળે આવેલા જુદા જુદા ખંડો તેમજ સમાજની ઓફિસ, ભોજન કક્ષ, રિસેપ્શન કાઉન્ટર, પ્રતીક્ષા ખંડ, જનરલ વોર્ડ વગેરે ઉપરની તક્તીઓનું જુદા જુદા ઉદ્ઘાટકોએ અનાવરણ કર્યું. આમ સમાજ ભવનના જે તે રૂમને તેના

દાતાના નામ સાથે જોડી દેવાયા.

શ્રી હીરજી પાસુભાઈ શાહે આભારવિધિ કરી.

રાત્રે અમદાવાદના દિનેશ હોલ ખાતે “સંકલ્પ” શ્રી કચ્છી જૈન યુથ એસોસિએશન દ્વારા એક મનોરંજન કાર્યક્રમ આયોજિત કરવામાં આવ્યો હતો. જેમાં ભારતની આઝાદીની સુવર્ણ જયંતીને અનુલક્ષીને બ્રિટિશરોએ આ દેશમાં કઈ રીતે પગપેસારો કર્યો તેમજ ત્યારબાદ આઝાદીની લડત, ગાંધીજીની અહિંસક લડત વગેરેની બખૂબી ઝલક દર્શાવીને ઈતિહાસની યાદ તાજ કરાવતો, તેમજ આઝાદી પછી દેશની એકતા અને એની સંસ્કૃતિની ઝલક દર્શાવતો કાર્યક્રમ રજૂ થયો હતો. પછીના બીજા ભાગમાં યુવાનોએ દેશભક્તિનાં ગીતો અને ફિલ્મી ગીતો ગાઈને મહેમાનોનું મનોરંજન કર્યું.

**સમગ્ર કાર્યક્રમની ખૂબ પ્રશંસા સાથે, ૩૦ હજાર રૂપિયા કરતાં પણ વધુ રકમના પ્રોત્સાહક ઈનામો સંકલ્પને પ્રાપ્ત થયાં, જે આ કાર્યક્રમની લોકપ્રિયતાનો નિર્દેશ કરતા હતા.**

આ સ્ટેજ પ્રોગ્રામની લાઈટિંગ વ્યવસ્થા સમાજના જ એક યુવાન વેપારી ફોકસ લાઈટિંગવાળા શ્રી પંકજ દેઢિયાએ કોઈ પણ ચાર્જ લીધા વગર કરી હતી.

**સોમવાર, તા. ૨૬મી જાન્યુઆરી, ૧૯૯૮**

બીજા દિવસે એટલેકે ૨૬મી જાન્યુઆરી, ૧૯૯૮ના પ્રજ્ઞસત્તાક દિને અનેક મહાનુભાવો, પધારેલા માનવંતા મહેમાનો, સમાજના સભ્યો વગેરેની ભરચક હાજરીમાં ઉત્તર પ્રદેશના એરિશનલ ઈન્સ્પેક્ટર જનરલ ઓફ પોલીસ શ્રી મહેન્દ્રભાઈ ગોવિંદજી લાલકા, આઈ.પી.એસ.ના વરદ્ હસ્તે સંકુલના પટાંગણમાં ધ્વજવંદન રાષ્ટ્રગીતની સૂરાવલિઓ વચ્ચે થયું. શ્રી ચંદુલાલ ગાંગજી ફેમવાલાએ માતૃભૂમિ વંદનાનું ગીત ગાયું. બાદ, મહેમાનોએ મંચ પર પોતાનું સ્થાન લીધું, જેમાં આજના સમારંભ પ્રમુખ તરીકે સફારી ઈન્ડસ્ટ્રીઝના શ્રી સુમતિચંદ્ર હેમચંદ્ર મહેતા, મુખ્ય મહેમાન તરીકે શ્રી પૂનમચંદ હંસરાજ

શાહ, અતિથિ વિશેષ તરીકે શ્રી રવજી મોરારજી લાલન તથા શ્રી દામજી જીવરાજ વરંડીવાલા, શ્રી છત્રપતિ નરશી જેઠાભાઈ દંડ, શ્રી ચંદુલાલ ગાંગજી ફેમવાલા, શ્રી મહેન્દ્રભાઈ ગોવિંદજી લાલકા, શ્રી રવિલાલ એલ. પારેખ હતા. ઉપરાંત શ્રી ધીરજલાલ ટોકરશી કાપડિયા, શ્રી વિજયભાઈ છેડા, શ્રી ચાંપશી હરશી તુંબડીવાલા, શ્રી મૂલચંદભાઈ શેઠ, શ્રી રતનશીભાઈ ગોગરી, શ્રી લક્ષ્મીચંદભાઈ મસાલાવાલા, ડૉ. મંજુલાબહેન શાહ, શ્રી રાયચંદ કોરશી, શ્રી પારસ પદમશી કાનજી મૈશેરી, શ્રી બાબુભાઈ વી. નાગડા, શ્રી રામજીભાઈ મોતા અને શ્રી કૈલાસભાઈ રવજી લાલન સાથે સમાજના ઉપપ્રમુખ શ્રી કાંતિલાલ વેલજી સાવલા, માનદ્ મંત્રી, સહમંત્રી વગેરેએ પણ મંચ પર સ્થાન લીધું.

ઉપપ્રમુખ શ્રી કાંતિલાલ વેલજી સાવલાએ સ્વાગત ઉદ્બોધન કરી સહુને આવકાર્યા.

મંચ ઉપર બિરાજમાન મહેમાનોનું પુષ્પગુચ્છથી સ્વાગત કર્યું.

શ્રી અશોકભાઈ મહેતાએ આવકાર પ્રવચન આપ્યું.

શ્રી દામજીભાઈ વરંડીવાલાના હસ્તે નામકરણ વિધિનો આરંભ થયો. દેશદેશાવરથી આવેલા અતિથિઓ, ડ્રો કૂપનમાં યશસ્વી રહેલ દાતા શ્રી રવજી મોરારજી લાલન અને તેમના પરિવારના સભ્યો તથા અમદાવાદના કચ્છી જૈન સમાજના સભ્યોની બહોળી હાજરીમાં મંચ પર રાખેલ પારણાને આપણા સમાજની ચાલી આવતી રૂઢિ અનુસાર ઓળી ઝોળી પીપળ પાન.... ગાન સાથે જૂલાવીને તેમજ ભવનના સંકુલ ઉપર આવેલી નામની તક્તીનું અનાવરણ કરી -

**“શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ”**

*સંચાલિત*

**“માતૃશ્રી સાકરબહેન રવજી મોરારજી લાલન (કોડાય - સુપ્રીમવાલા) શ્રી કચ્છી જૈન ભવન”**

વિધિવત નામાભિધાન કરવામાં આવ્યું. આમ આ સમાજ ભવન હવે આ નવા નામથી

**સફળતા મેળવવાનો કોઈ ટૂંકો રસ્તો નથી, બીજાની નકલ કરીને તમે ક્યારેય મહાન બની શકશો નહિ.**

ઓળખાશે.

આ પ્રસંગે શ્રીમતી ભારતીબહેન કેલાસ રવજી લાલને પ્રાસંગિક ઉદબોધન કર્યું અને “પહેલું સુખ તે જાતે નર્ચા” પુસ્તિકાનું વિતરણ કર્યું. શ્રી હીરજી પાસુ શાહે દાતાનું મેમેન્ટો અર્પણ કરી બહુમાન કર્યું.

ડૉ. હિતેન્દ્રભાઈ શાહે દાંત અને એના આરોગ્ય વિશે વિસ્તૃત માહિતી આપી.

ડૉ. ગાર્ગીબહેન વસાવડાએ પંચકર્મ અને તેના ફાયદાઓ વિશે સવિસ્તાર માહિતી આપી.

ત્યારબાદ શ્રી રવિલાલ એલ. પારેખે સમાજના ભવન સંકુલમાં આવેલ દંત ચિકિત્સા વિભાગનું દીપ પ્રગટાવીને ઉદ્ઘાટન કર્યું.

શ્રી પારસ પદમશી મૈશેરી તેમજ શ્રી રાયચંદ કોરશી શાહે સમાજ ભવન સંકુલમાં આવેલ પંચકર્મ ચિકિત્સા વિભાગનું દીપ પ્રગટાવીને ઉદ્ઘાટન કર્યું.

શ્રી કચ્છી જૈન ભવનના નિર્માણમાં જેમણે સહયોગ આપ્યો છે તેવા વિવિધ મુખ્ય દાતાઓને મેમેન્ટો અર્પણ કરી સન્માનિત કરવામાં આવ્યા.

શ્રી પૂમનચંદ હંસરાજ શાહે પ્રાસંગિક પ્રવચન કર્યું, શ્રી છત્રપતિ નરશી જેઠાભાઈ દંડે પ્રાસંગિક પ્રવચન દરમિયાન કચ્છી સમાજની પોતાની બેન્ક ઊભી કરવાના સૂચન સાથે આશ્રમશાળા કે છાત્રાલયની જરૂરત ઉપર તેમજ વિવિધલક્ષી જીવનોપયોગી શિક્ષણની જરૂરત ઉપર ભાર મૂક્યો. તેઓશ્રીએ સંકલ્પની પ્રવૃત્તિને સારી રીતે બિરદાવી હતી. શ્રી રવિલાલ એલ. પારેખે પ્રાસંગિક પ્રવચન કર્યું. શ્રી ચંદુલાલ ગાંગજી ફેમવાલાએ પ્રાસંગિક પ્રવચનમાં પ્રસંગને અનુરૂપ ગીત પણ ગાયું, અતિથિ વિશેષ શ્રી મહેન્દ્રભાઈ લાલકાએ પ્રાસંગિક ઉદબોધન દરમિયાન ઉત્તર પ્રદેશની મુલાકાતે આવવા ભાવભર્યું આમંત્રણ આપ્યું.

કુમારી સંગીતા ગાલાને તેના ચિત્રો સમાજને અર્પણ કરવા બદલ સમારંભ પ્રમુખ શ્રી સુમતિચંદ્ર હેમચંદ્ર મહેતાના હસ્તે સન્માનિત કરવામાં આવી.

શ્રી રવજી મોરારજી લાલન તરફથી સંકલ્પ ગ્રૂપનું સન્માન કરવામાં આવ્યું. સંકલ્પના પ્રમુખ શ્રી હીરેન શાહે સંકલ્પની પ્રવૃત્તિની રૂપરેખા આપતાં સમાજને વિનંતી કરી કે પોતાનાં બાળકોને આવી પ્રવૃત્તિમાં સામેલ થવા પ્રોત્સાહિત કરે.

સમારંભ પ્રમુખ શ્રી સુમતિચંદ્ર હેમચંદ્ર મહેતાએ પ્રમુખ સ્થાનેથી બોલતા જણાવ્યું કે, અમદાવાદના કચ્છી જૈન સમાજની એકતા દાખલારૂપ છે. અહીંયાં સારી પ્રવૃત્તિ માટે દાનનો પ્રવાહ વહેતો જ રહેશે. “સંકલ્પ” એ આપણી ભાવિ મૂઠી છે.

માનદ્ મંત્રી શ્રી અશોકભાઈ મહેતાએ આભાર વિધિ કરી. સાથે સાથે સંકલ્પ તેમજ અન્ય વોલન્ટિયર્સ ગ્રૂપની રસોડાની, રેલવે સ્ટેશન પરની તેમજ અન્ય કામગીરીને ખૂબ જ સરસ રીતે બિરદાવેલ હતી. આ પ્રસંગે બંને ભવન પરના સ્ટાફની કામગીરીને પણ બિરદાવવામાં આવેલ હતી. આ પ્રસંગે વિવિધ સમિતિઓની કામગીરી અને તેમાંયે શ્રી અશ્વિનભાઈ સાવલાની જહેમતની નોંધ લઈ તેઓની પ્રશંસનીય કામગીરી બદલ અભિનંદન આપવામાં આવેલ હતા.

બે દિવસ સુધી મંચ સંચાલન કરનાર કવિ શ્રી મદનકુમાર અંજારિયાએ જે રીતે આપણને જકડી રાખ્યા તેની પ્રશંસા કરવામાં આવી.

બપોરના સ્વામિવાત્સલ્ય ભોજન બાદ કાર્યક્રમની સમાપ્તિ થયેલ હતી.

શ્રી કચ્છી જૈન ભવન નામકરણ વિધિનો બે દિવસનો સમારોહ નિર્વિઘ્ને સંપન્ન થાય તે અર્થે શ્રીમતી લક્ષ્મીબહેન માવજી ધારશી હુરિયાએ તા. ૨૩-૧-૧૯૮૮ના રોજ પંચ કલ્યાણકની પૂજાનું આયોજન કર્યું હતું.

શ્રી કચ્છી જૈન મહિલા ભક્તિ મંડળની બહેનોએ ધરણીધર દેરાસર ખાતે ભાવપૂર્વક પંચકલ્યાણક પૂજા ભણાવી હતી.

બહારગામથી પધારેલ મહેમાનોએ તા. ૨૬-૧-૮૮ના રાતના અને તા. ૨૭-૧-૮૮ના સવારમાં વિદાય લીધેલ હતી.

મંગલ મંદિર, ફેબ્રુઆરી-૧૯૮૮

## વિદ્યાનો વેપાર ન હોય!

વકીલાતની પરીક્ષા પસાર કરીને બાલ ગંગાધર તિલકે કોઈ ઉચ્ચ સરકારી નોકરી લેવાને બદલે શાળાના શિક્ષક તરીકેની નોકરીનો સ્વીકાર કર્યો.

તેમનાં સગાંવહાલાંઓ અને મિત્રોને આ ગમ્યું નહિ.

આટલું ભણ્યા પછી તિલક એક સામાન્ય શિક્ષક બને એ તેમને માટે અણગમતી વાત બની રહી.

એક દિવસ તિલક પાસે તેમનો એક મિત્ર આવ્યો અને બોલ્યો : ‘સ્વતંત્ર વકીલાત કરવાનું કે સરકારી ખાતામાં કોઈ ઉચ્ચ પદવીની નોકરી કરવાનું છોડીને તમે શાળાના એક ‘મામૂલી’ શિક્ષક બન્યા એ અમને જરાયે પસંદ નથી. સરકારી ખાતામાં નોકરી હોય તો સારો દરમાયો અને પ્રતિષ્ઠા બંને મળી શકે!’

તિલકે કહ્યું, ‘તમારી દૃષ્ટિએ એ બધું સાચું હશે, પણ મારી દૃષ્ટિએ એ સાચું નથી.’

વધુમાં તેમણે સામેથી મિત્રને કહ્યું, ‘ઊંચો દરમાયો કે પ્રતિષ્ઠાના લોભથી મારે વિદેશી સરકારના ગુલામ નથી બનવું અને સ્વતંત્ર વકીલાત કરવાનું પણ હું ઈચ્છતો નથી.’

‘કારણ?’

‘કારણ એ કે વકીલાતના વ્યવસાયમાં ક્ષણે ક્ષણે જૂઠનો આશ્રય લઈને, પૈસાના લોભમાં સત્યનું પૂન હું કરી શકું તેમ નથી.’

‘પણ શિક્ષકની નોકરી એક મામૂલી નોકરી ગણાય.’

‘ના, એ નોકરી મામૂલી ન ગણાય. એમાં જે વિદ્યા આપણે મેળવી છે તેનું બાળકોના જીવનઘડતર માટે આપણે વિતરણ કરીએ છીએ. બીજા વ્યવસાયમાં તો વિદ્યાનો વેપાર જ કરતા હોઈએ છીએ! આ ત્રીસ રૂપિયાના દરમાયાવાળી શિક્ષકની નોકરીથી હું મરતી વેળા કશું બચાવી શક્યો હોઈશ નહિ અને મરતી વેળાના કફનના પૈસા પણ મારી પાસે હશે નહિ એમ ઘણા લોકો મને કહે છે! પણ એની ચિંતા હું શા માટે કરું? ગામની સુધરાઈ મારા શબને કંઈ પડ્યું તો નહિ રહેવા દેને? અંતિમ સંસ્કાર કરવાની જવાબદારી સુધરાઈની છે, પછી એની ચિંતા હું શા માટે કરું?’

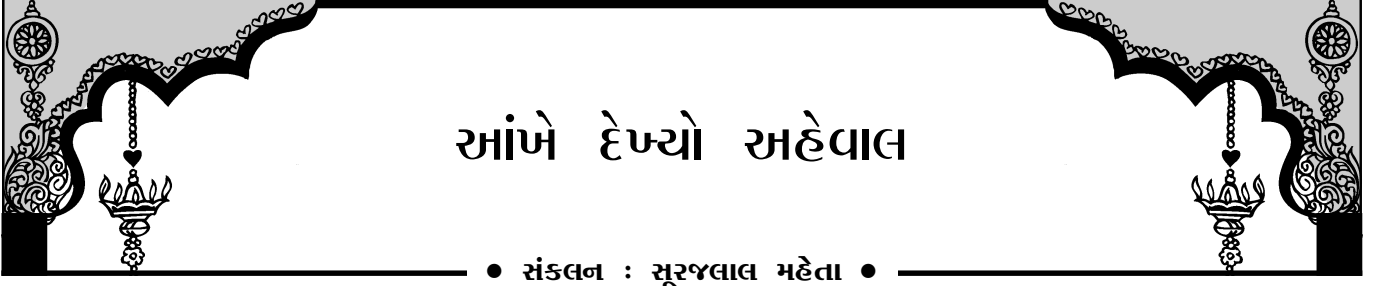
અને આખરે તિલક એક શિક્ષક બનીને જ રહ્યા!

‘સત્યમ્’ના પ્રેરક પ્રસંગોમાંથી સાભાર  
મંગલ મંદિર, ઓક્ટોબર-૧૯૯૭

વ્યક્તિએ મહત્વના બનવું તેના કરતાં સારા બનવું વધારે મહત્વનું છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક





ગુજરાત ખનીજ વિકાસ નિગમ લિમિટેડ પ્રાયોજિત  
શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ સંચાલિત  
“શ્રી કચ્છી વિશ્રામ ગૃહ”

પોતાના માદરે વતન કચ્છથી સેંકડો ગાઉ દૂર બેઠેલા કચ્છી માડુને પળવાર માટે પણ વિચારવાનો જ્યારે સમય મળે છે ત્યારે એના દિલમાં સહુ પ્રથમ વલોવતન કચ્છ જ દેખાય છે. આ કચ્છી માડુ જે દેખાય છે વામન, પણ અંદરથી કેટલો વિરાટ છે તેને લોક કવિ આ રીતે ન્યાય આપે છે -

જિતરા કચ્છી કચ્છમં, તેનું બિમણા બાર,  
પર્યા વસેતા કચ્છનું, ભૂલે નતા લિખવાર.

કચ્છના અદનામાં અદના આદમીનો પણ વિચાર હંમેશાં જેના હૈયે વસેલો છે, તેવો કચ્છી પોતાના ભાંડુઓ માટે પણ વિચારતો જ હોય છે. પોતાના વતનના દૂર બેઠેલા ભાંડુને પોતે કઈ રીતે વધુ ઉપયોગી થઈ શકે તેનો વિચાર તેને પ્રથમ આવે છે. વતનના ગામમાં તો પોતાની યથાશક્તિ મદદ કરતો જ રહે છે, પણ પોતાના વ્યાવસાયિક ક્ષેત્રમાં રહીને, પોતાના વ્યાવસાયિક સમયમાંથી સમય કાઢીને, મોટા શહેરમાં પોતાના ભાંડુ માટે શું સુવિધા ઊભી કરી શકાય, કઈ રીતે મદદરૂપ થઈ શકાય, તેનું પણ વિચાર-દોહન ચાલતું જ હોય છે, અને તેવા વિચાર - દોહનના પરિપાકરૂપે આજના આ નવા “વિશ્રામ ગૃહ”નો પાયો નખાઈ રહ્યો છે. જે કચ્છી માડુને અમદાવાદ જેવા ફુલતા ફાલતા કોન્ક્રીટના નગરમાં થોડીક સુવિધા ઊભી કરી આપશે. કચ્છના ગામમાં કુટુંબમાં કે સગાં-વહાલામાં કોઈ બીમાર પડે ત્યારે ઘરનો વડીલ મૂંઝવણ અનુભવે છે અને તેમાંય અમદાવાદ જેવા શહેરમાં સારવાર લેવી પડશે તેની જાણ થાય ત્યારે તેની મુસીબત અનેક ઘણી વધી જાય છે. દર્દીને તો હોસ્પિટલમાં દાખલ કરી દે, પણ અમદાવાદ જેવા શહેરમાં પોતે ક્યાં આશરો લે તેવા પ્રશ્નથી ઘેરાયેલો ઘરનો વડીલ તેને આ નવા વિશ્રામ ગૃહમાં વિસામો મેળવશે ત્યારે તેને કાંઈક રાહત મહેસૂસ થશે. આ બધી પરિસ્થિતિને નજરમાં રાખીને જ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજે આટલો મોટો પડકાર સહુના સહિયારા સાથે સહકારથી ઉપાડ્યો છે. જે કચ્છમાંથી સારવાર લેવા આવનાર દર્દીની સાથેના તેની દેખભાળ અને સરભરા કરનાર વ્યક્તિને હૂંફ-આશરો આપશે, અને જાણે વતનમાં જ હોય તેવી લાગણી અનુભવશે.

● શનિવાર, તા. ૧૨ ફેબ્રુઆરી - ૨૦૦૦

શાહીબાગ ખાતે “શ્રી કચ્છી વિશ્રામ ગૃહ”ના ભૂમિ પૂજનના તા. ૧૩-૨-૨૦૦૦ના કાર્યક્રમ પહેલાં તા. ૧૨-૨-૨૦૦૦ના રોજ ગુજરાત ખનીજ વિકાસ નિગમ લિમિટેડના ચેરમેન અને ભુજના વિધાનસભ્ય શ્રી મુકેશભાઈ ઝવેરીના વરદ્ હસ્તે “શ્રી કચ્છી વિશ્રામ ગૃહ” માટે આપેલ દાનની રકમના ચેકની અર્પણ વિધિનો એક ભવ્ય કાર્યક્રમ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના પાલડી ભવન ખાતે માનવંતા મહેમાનોની હાજરીમાં સંપન્ન થયેલ હતો.

શરૂઆતમાં શ્રીમતી ફાલ્ગુની હીરેન શાહ અને વૃંદે રાષ્ટ્રીય ગીતો ગાયા હતા.

ત્યારબાદ સમારંભના પ્રમુખ શ્રી ધીરુભાઈ શાહ, જી.એમ.ડી.સી.ના ચેરમેન શ્રી મુકેશભાઈ ઝવેરી, મેનેજિંગ ડિરેક્ટર શ્રી વી. આર. એસ. કૌલગી તેમજ ડાયરેક્ટરો શ્રી સુનીલભાઈ સીંગી અને શ્રી જયંતીભાઈ પટેલ, મુખ્ય મહેમાન શ્રી રામજીભાઈ આર. પટેલ, શ્રી ધીરજલાલ ટોકરશી કાપડિયા, અતિથિ વિશેષ શ્રી તારાચંદભાઈ છેડા, શ્રી સુમતિભાઈ મહેતા, શ્રી ધીરજલાલ વેલજી કુબડિયા, શ્રી અમરચંદ રામજી ગાલા, શ્રી ચંદ્રકાંત વીરજી સંઘવી, શ્રી વિજયભાઈ કલ્યાણજી છેડા, શ્રી રાજેશભાઈ કાંતિલાલ મોતા વગેરે મહાનુભાવોને સમાજના જુદા જુદા ટ્રસ્ટીઓ સભા મંચ પર દોરી ગયા હતા અને તેઓનું પુષ્પગુચ્છથી સન્માન કરવામાં આવ્યું હતું.

આજની સભાના સમારંભ શિરોમણિ શ્રી નાનજી પ્રેમજી ગાલાએ દીપ પ્રગટાવીને આજની સભાને વિધિવત ખુલ્લી મૂકી હતી. ડુ. કાજલ ગાલાએ મંગલગીત ગાઈને વાતાવરણને મંગલમય બનાવ્યું.

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજના માનદ્ મંત્રી શ્રી પ્રતાપ નારાણજી દડે મહેમાનોને આવકારતું પ્રવચન કર્યું હતું.

સમાજના ટ્રસ્ટી શ્રી અશોકભાઈ મહેતાએ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજની પ્રવૃત્તિઓની રૂપરેખા આપી સંસ્થાનો ટૂંક પરિચય આપ્યો હતો તેમજ “શ્રી કચ્છી વિશ્રામ ગૃહ”નું નિર્માણ કઈ રીતે થઈ રહેલ છે તેની પાર્શ્વભૂમિકાની વિગતો સમજાવેલી હતી.

તમે તમારી જાતને મહાન માનતા હો તો એનું પ્રદર્શન કરવાની ભૂલ ક્યારેય ન કરતા.

આ તબક્કે ગુજરાત ખનીજ વિકાસ નિગમ લિમિટેડના ચેરમેન શ્રી મુકેશભાઈ ઝવેરી, મેનેજિંગ ડાયરેક્ટર શ્રી વી.આર.એસ. કૌલગી તથા અન્ય ડાયરેક્ટરો શ્રી સુનીલભાઈ સીંગી અને શ્રી જયંતીભાઈ પટેલે નિગમ વતી શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજના ટ્રસ્ટીઓ અને પદાધિકારીઓને શાહીબાગ ખાતેના “શ્રી કચ્છી વિશ્રામ ગૃહ”ના ભવ્ય સંકુલનાં નિર્માણ માટે તાળીઓના ગડગડાટ અને હર્ષોલ્લાસના વાતાવરણમાં રૂપિયા એક કરોડના ચેકની અર્પણ વિધિ કરી હતી.

શ્રી મુકેશભાઈ ઝવેરીએ મંતવ્ય વ્યક્ત કરતાં જણાવ્યું હતું કે, આજે કચ્છના લોકો માટે એક નાનું યોગદાન આપવાનો મોકો મળ્યો છે એનો મને આનંદ છે. સમગ્ર કચ્છના લોકો માટે અમદાવાદનું શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ એક સરસ સુવિધા ઊભી કરી રહ્યું છે અને એમાં ગુજરાત ખનીજ વિકાસ નિગમ નિમિત્ત બને છે. નિગમે કચ્છ પ્રત્યેની પોતાની જવાબદારી અદા કરવાના એક કામ તરીકે અદનામાં અદના આદમીનો વિચાર કરીને અમદાવાદ શહેરમાં આ સુવિધા ઊભી થાય તેમાં પોતાનું યોગદાન આપેલ છે.

શ્રી વી.આર.એસ. કૌલગીએ પ્રાસંગિક પ્રવચન કરતાં જણાવ્યું કે, જૈનોની સાદગી અને ખંત વખાણવા યોગ્ય છે. આ નવા પાંચ કરોડના પ્રકલ્પ માટેનું ભંડોળ એકઠું કરવામાં તેઓ પાછી પાની નહીં કરે. દર્દીઓને વૈદકીય સારવાર ઉપરાંત પ્રેમ - હૂંફથી જીવન જીવવાનું બળ મળે છે અને આ નવા સંકુલમાં એ પ્રેમ - હૂંફની ઊણપ નહીં રહે. તેઓએ વધુમાં જણાવ્યું હતું કે, કચ્છમાં શૈક્ષણિક ક્ષેત્રે હજુ ઘણું કરવાનું બાકી છે, તેમાં કચ્છને માટે અલગ યુનિવર્સિટીનું નિર્માણ, ભુજમાં થાય તો કચ્છ કેળવણી ક્ષેત્રે પણ નામ કાઢી શકે તેવું છે. આ પરિયોજના પૂર્ણ કરવા માટેના સમાજના આત્મવિશ્વાસને અને દિલેરીને તેઓએ બિરદાવ્યો હતો.

શ્રી સુનીલભાઈ સીંગીએ પ્રાસંગિક પ્રવચનમાં જણાવ્યું હતું કે મારી સેવાનો જ્યાં જ્યાં ઉપયોગ હોય ત્યાં ત્યાં જરૂરથી જણાવશો, હું આ પ્રોજેક્ટની સાથે જ છું.

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ સંકુલના તબીબી સારવાર કેન્દ્રમાં ત્રણ નવા વિભાગ શરૂ કરતાં પહેલાં તે અંગેની વિસ્તૃત માહિતી ડૉ. હિતેન્દ્રભાઈ શાહે આપી હતી.

આ ત્રણ નવા વિભાગોમાં (૧) હોમિયોપથી વિભાગ, (૨) નેફ્રોલોજી વિભાગ અને (૩) પિડિયાટ્રિક સર્જરી વિભાગ. આ ત્રણે વિભાગને મુંબઈથી ખાસ પધારેલા આમંત્રિતો શ્રી વિજયભાઈ છેડા, શ્રી અમરચંદભાઈ ગાલા અને શ્રી રાજેશભાઈ કાંતિલાલ મોતાએ દીપ પ્રગટાવીને જાહેર જનતા માટે ખુલ્લા મૂક્યા હતા.

અતિથિ વિશેષપદેથી શ્રી તારાચંદભાઈ છેડાએ પ્રાસંગિક પ્રવચન કરતાં જણાવ્યું કે, આ વિશ્રામ ગૃહ એ ખરેખર “ભગવાનનું મંદિર” છે જેમાં આપણને આમ આદમીના દર્શન થશે. ભુજનો વીસા ઓસવાલ સમાજનો આ પ્રોજેક્ટમાં સંપૂર્ણ સહયોગ રહેશે.

અતિથિ વિશેષ શ્રી ધીરજલાલભાઈ કાપડિયાએ પ્રાસંગિક પ્રવચન કર્યા બાદ, બીજા અતિથિ વિશેષ ભુજના શ્રી રામજીભાઈ

આર. પટેલે પ્રાસંગિક પ્રવચનમાં જણાવ્યું હતું કે ભૂજમાં કિફાયત ભાવે સમાજના જરૂરતમંદને તબીબી સેવા પૂરી પાડવા માટે અમારા પ્રયાસો ચાલુ છે. જી.એમ.ડી.સી.એ સીટી-સ્કેન માટે રૂપિયા એક કરોડ આપ્યા છે અને હજુ વધુ તેમનો સહકાર મળતો રહેશે તેવી અપેક્ષા વ્યક્ત કરેલ હતી.

એ દરમિયાન શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજના મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી ડૉ. ચંદ્રકાંત દેઢિયાના અમેરિકાથી આવેલા ફેક્સ સંદેશાનું વાંચન કરવામાં આવ્યું.

આ તબક્કે શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના પ્રેરક અને પાયાના પથ્થર એવા શ્રી માવજી ધારશી કુરિયાની સેવાઓને પણ બિરદાવવામાં આવી હતી.

સમારંભના પ્રમુખ શ્રી ધીરુભાઈ શાહે પ્રવચન દરમિયાન શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદની પ્રવૃત્તિઓની સરાહના કરી હતી અને આ સમાજની પ્રવૃત્તિમાંથી પ્રેરણા લેવા જેવી છે તેવું જણાવેલ હતું. ભવિષ્યનું બહુ મોટું કામ હાથ ઉપર લીધું છે. દર્દીના પરિવારને વિશ્રામ મળે તેવી વ્યવસ્થા કરી છે એ બહુ મોટું યોગદાન છે. સંસ્થાએ એટલો વિશ્વાસ સમાજનો પેદા કર્યો છે કે જેથી જી.એમ.ડી.સી.એ રૂપિયા એક કરોડ આપ્યા છે. આ સમાજનો બાકી પૂટતી રકમ એટલે કે રૂ. ચાર કરોડ જોડવા માટેનો આત્મવિશ્વાસ એટલો બધો મજબૂત છે, કે કાર્યની સફળતા સિધ્ધ થશે જ એવી મને અચળ શ્રદ્ધા છે.

**શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - પાલડી ખાતે રહીને સૂર્ય ઊર્જા શક્તિ દ્વારા શક્તિનો સ્ત્રોત મળે તેવા સંશોધન માટે ૪૧૧ ઉપવાસનો સંકલ્પ લઈ તા. ૧-૧-૨૦૦૦થી ઉપવાસ શરૂ કરનાર શ્રી હીરા રતન માણેકનું આ તબક્કે અભિવાદન કરાવ્યું હતું.**

જ્યારે મંચ પર બેઠેલા અતિથિ વિશેષો, મહાનુભાવોનું મેમેન્ટો અને નવભારત સાહિત્ય મંદિર પ્રકાશન તરફથી એક પુસ્તક અર્પણ કરી પધારેલ સહુ અતિથિઓને તાળીઓના ગડગડાટ વચ્ચે સન્માનિત કરવામાં આવ્યા હતા. અંતમાં સહમંત્રી શ્રી વીરેન્દ્રભાઈ આશારીઆ મૈશેરીએ આભારવિધિ કર્યા બાદ સહુ આમંત્રિતો ભોજન લઈને ફરી તા. ૧૩-૨-૨૦૦૦ના રોજ ભૂમિપૂજન વિધિ માટે મળવાની રજા સાથે છૂટા પડ્યા હતા.

આ શુભ પ્રસંગે રાત્રે ૮.૩૦ વાગ્યે ટાઉનહોલમાં એક મનોરંજન કાર્યક્રમ ગોઠવાયો હતો, જેમાં સમાજના જ યુવાનોએ ભાગ લઈને “જેસલ તોરલ” નાટિકા સુંદર રીતે સ્ટેજ ઉપર ભજવી હતી. આ નાટિકાની રજૂઆત - પાત્રાલેખન - અવૈતનિક અદાકારોની અદાકારી વગેરે એટલાં બધા સુંદર અને સરસ હતાં કે “વન્સ મોર” કહેવાઈ જાય. ત્યારબાદ શ્રીમતી બીજલ વિપુલ હરિયાના “કૂચી પૂડી” નૃત્યને તાળીઓના ગડગડાટથી વધાવી લેવાયું, શાસ્ત્રીય નૃત્યમાં બહુ ઓછાને રસ પડતો હોય છે, પણ આ નૃત્ય જોયા પછી પ્રશંસામાં તાળીઓ માટે બે હાથ ભેગા કર્યારે થયા તેની જ ખબર રહી નહીં, એટલા મંત્રમુગ્ધ સહુ થયા હતા. ત્યારબાદ મંચ ઉપર અતિથિ વિશેષો શ્રી વિજયભાઈ છેડા, શ્રી કીર્તિભાઈ ખત્રી અને શ્રી સુરેશભાઈ શાહનું

વ્યક્તિના જીવનમાં પ્રેમથી મોટું કોઈ તપ, કોઈ કળા કે કોઈ સાધના નથી.

બુકે દ્વારા સ્વાગત થયા બાદ અને પ્રાસંગિક પ્રવચનો બાદ ફિલ્મી સંગીત દ્વારા પ્રેક્ષકોનું મનોરંજન કરવામાં આવ્યું. આ સમગ્ર કાર્યક્રમ સમાજના જ યુવાનોએ પાર પાડ્યો હતો એટલે યુવાનોની જેટલી પ્રશંસા - તારીફ કરીએ તેટલી ઓછી જ છે. બધા કલાકાર મિત્રોને ખૂબ ખૂબ અભિનંદન.

### ● રવિવાર, તા. ૧૩-૨-૨૦૦૦ : બીજો દિવસ

મંગળકાર્યની શુભ શરૂઆત રૂપે સવારે ૭.૩૦ વાગ્યે શ્રી રમણિકલાલ કુંવરજી ગોસર, શ્રી ખુશાલભાઈ પોપટલાલ સંઘવી, શ્રી નીતિન ધનજી ગાલા, શ્રી કિશોરભાઈ રતનશી, શ્રીમતી સુનિતા નીતિનભાઈ, શ્રીમતી કોકિલાબહેન ભોગીલાલ, શ્રીમતી દમયંતીબહેન ચંદ્રકાંત મોતાએ વિધિ વિધાન સહિત વિશ્રામ ગૃહના પ્લોટ ઉપર અષ્ટપ્રકારી સ્નાત્ર પૂજા ભણાવી મંગળ કાર્યની શુભ શરૂઆત કરી હતી.

સવારના ૮.૦૦ વાગ્યે ભૂમિ પૂજન, ખનન વિધિ અને શિલા સ્થાપન વિધિમાં દસ-દિગ્પાલ પૂજન વિધિ શ્રી શાંતિલાલભાઈ સોમૈયા, શ્રી દામજી લાલજીભાઈ શાહ, શ્રી પ્રતાપ નારાણજી દંડ તથા શ્રી હીરજી પાસુભાઈ શાહ એ કરાવી હતી. નવગ્રહ પૂજન વિધિ શ્રી અમરચંદભાઈ આર. ગાલા, શ્રી ચંદ્રકાંત વીરજી સંઘવી, શ્રી મૂરજી નરશી લોડાયા અને શ્રી હસમુખ ઉગરચંદ ગઢેયાએ કરાવી હતી. એ જ રીતે અષ્ટ મંગલ પૂજન વિધિ શ્રી જગશી જેઠાભાઈ છેડા, શ્રી અશોકકુમાર સાકરચંદ મહેતા, શ્રી નવીનચંદ્ર નાનજી પોલડિયાએ કરાવી હતી. ખનન વિધિ શ્રી શાંતિલાલભાઈ સોમૈયા, શ્રી દામજી લાલજી શાહ, શ્રી અમરચંદભાઈ આર. ગાલા અને શ્રી ચંદ્રકાંત વીરજી સંઘવીના વરદ્ હસ્તે સંપન્ન થઈ હતી અને ખનન વિધિ કર્યા બાદ ત્યાં જે શિલા સ્થાપન વિધિ કરવામાં આવી તેમાં સમાજના શ્રી ઉગરચંદ પોપટલાલ ગઢેયા, શ્રી આણંદજી વેલજી વીરા, શ્રી પ્રતાપ નારાણજી દંડ, શ્રી શાંતિલાલ છગનલાલ શાહે ભાગ લીધો અને મજબૂત પાયાનો પથ્થર મૂકી શુભકામના સાથે શાસ્ત્રોક્ત વિધિ અનુસાર એક સારા કામના યશભાગી બન્યા. આ બધી વિધિ-વિધાન વિધિકાર શ્રી હીરાલાલભાઈ જાદવજીભાઈ શાહે શાસ્ત્રોક્ત વિધિથી કરાવી હતી.

શ્રીમતી ફાલ્ગુની હીરેન અને કલા વૃંદે ભક્તિ ગીતો ગાયા. જ્યારે સવારના ૧૦.૦૦ વાગ્યે મંચ પર મહેમાનોનું સ્વાગત કરી આજના સમારંભના શિરોમણિ શ્રી ઉગરચંદ પોપટલાલ ગઢેયાએ મંગળ દીપ પ્રગટાવી સમારંભને વિધિવત ખુલ્લો મૂક્યો હતો.

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજના માનદ્ મંત્રી શ્રી પ્રતાપ નારાણજી દંડે મહેમાનોને આવકારતું ઉદબોધન કર્યું હતું.

ત્યારબાદ મંચ ઉપર ઉપસ્થિત વિશિષ્ટ અતિથિઓને પુષ્પગુચ્છથી સન્માનિત કર્યા જેમાં શ્રી ધીરુભાઈ શાહ, શ્રી ધીરજલાલ ટોકરશી કાપડિયા, શ્રી દામજી લાલજી શાહ, શ્રી અમરચંદભાઈ આર. ગાલા, શ્રી ચંદ્રકાંત વીરજી સંઘવી, શ્રી જગશી જેઠાભાઈ છેડા, શ્રી સુનીલભાઈ સીંગી, શ્રી રામજીભાઈ આર. પટેલ, શ્રી શાંતિલાલભાઈ સોમૈયા, શ્રી શંકરભાઈ સચદે વગેરે મહાનુભાવો મુખ્ય હતા.

બાંધકામ સમિતિના કન્વીનર શ્રી હસમુખ ઉગરચંદ ગઢેયાએ વિશ્રામ ગૃહના પ્રોજેક્ટ અંગે વિસ્તૃત માહિતી આપી હતી અને જમીન સંપાદનથી માંડીને તેની ડિઝાઈન - નકશા વગેરેની કામગીરી કરી

રીતે સંપન્ન થઈ તેની વિસ્તૃત વિગતો આપી હતી.

શ્રી સુનીલભાઈ સીંગીએ પ્રાસંગિક પ્રવચન કર્યું.

ત્યારબાદ સમારંભ પ્રમુખ શ્રી ધીરુભાઈ શાહે પોતાના વક્તવ્યમાં જણાવ્યું કે, યોગ્ય વ્યક્તિ યોગ્ય સ્થાન ઉપર બેઠી હોય તો યોગ્ય નિર્ણયો પણ લેવાય જ છે. શ્રી મુકેશભાઈ ઝવેરી એવી યોગ્ય વ્યક્તિ યોગ્ય સ્થાન ઉપર બેઠી છે અને એણે જે નિર્ણય કર્યો છે અને એ યોગ્ય નિર્ણયને શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજે યોગ્ય રીતે જ ઝીલી લઈને નિમ્ન વર્ગના લોકો માટે હૂંફનું કવચ પૂરું પાડવાની દિશામાં ડગ ભર્યા છે તે આવકાર્ય છે. આપણો આતિથ્યભાવ પ્રશંસનીય છે અને એ ભાવનાને આ વિશ્રામ ગૃહ મૂર્ત સ્વરૂપ આપશે તેવી મને પૂરી શ્રદ્ધા છે. અહીં દાનનો પ્રવાહ પણ ચાલુ જ છે. સંપત્તિને સાચા માર્ગે વાપરવાથી સંપત્તિ વધે છે. એક આનંદના સમાચાર છે કે મુંબઈ - ગાંધીધામ વચ્ચે આપણને એક બીજી વધારાની ટ્રેઈન પ્રાપ્ત થશે તેવા સંકેત પ્રાપ્ત થયા છે.

શ્રી જગશી જેઠાભાઈ છેડાએ પણ પ્રાસંગિક પ્રવચન કર્યું હતું.

આ દરમિયાન દાનનો પ્રવાહ સતત વહેતો જ રહેલ હતો જેની સંપૂર્ણ યાદી છેલ્લે આપી છે.

શ્રી દામજી લાલજીભાઈ શાહ એન્કરવાલાએ પ્રાસંગિક પ્રવચન કર્યું હતું.

“કચ્છ મિત્ર”ના તંત્રી શ્રી કીર્તિભાઈ ખત્રીએ પ્રાસંગિક પ્રવચન કરતાં કહ્યું કે desert is always ruling. ઈઝરાયલ હોય, અરબસ્તાન હોય કે પછી કચ્છ હોય, રણ પ્રદેશના લોકોમાં એક ઠંડી તાકાત હોય છે. એક ખુમારી હોય છે, જે એ પ્રદેશની અસ્મિતા બની રહે છે. રણ પ્રદેશનો વતની કદી પાછી પાની કરતો નથી.

શ્રી શાંતિલાલભાઈ સોમૈયાએ પ્રાસંગિક ઉદબોધનમાં જણાવ્યું કે, આ એક પવિત્ર ભૂમિ છે એના ઉપર આજે ઈતિહાસ સર્જઈ રહ્યો છે અને શ્રી કીર્તિભાઈએ કહ્યું તેમ રણ પ્રદેશનો માણસ પોતાની ખુમારીથી જીવે છે એ પોતાના હૃદયથી કામ કરી રહ્યો છે.

મહેમાનો શ્રી શાંતિલાલભાઈ સોમૈયા, શ્રી દામજી લાલજીભાઈ શાહ, શ્રી અમરચંદભાઈ ગાલા, શ્રી ચંદ્રકાંત વીરજી સંઘવી, શ્રી જગશી જેઠાભાઈ છેડા તેમજ આજના સમારંભના શિરોમણિ શ્રી ઉગરચંદ પોપટલાલ ગઢેયાને મેમેન્ટો તેમજ નવભારત સાહિત્ય મંદિર તરફથી એક પુસ્તક આપીને સર્વેનું બહુમાન કરવામાં આવેલ હતું.

બંને દિવસ મંચનું સફળ સંચાલન મુંબઈથી ખાસ પધારેલા શ્રી કલ્યાણજીભાઈ સાવલા “ઊર્મિલ”એ કર્યું હતું. સમારંભ પ્રમુખ શ્રી ધીરુભાઈ શાહનાં હસ્તે શ્રી ઊર્મિલનું બુકેથી બહુમાન કરવામાં આવ્યું હતું. તદુપરાંત રૂપિયા એક લાખ કે તેથી વધુ દાનની રકમ જાહેર કરનાર દરેક દાનવીરનું પણ આ તબક્કે પુષ્પગુચ્છથી સન્માન કરવામાં આવ્યું હતું.

અંતમાં સમાજના સહમંત્રી શ્રી વીરેન્દ્ર આશારીઆ મૈશેરીએ આભારવિધિ કરી હતી. અને ત્યારબાદ સહભોજન લઈને એક સારા કામમાં સહભાગી થયાના ઉલ્લાસ ઉમંગ સાથે સહુએ વિદાય લીધેલ હતી.

મંગલ મંદિર, માર્ચ-૨૦૦૦

ચંદ્ર અને ચંદન કરતાં પણ સજ્જનોની સંગત વિશેષ શીતળ હોય છે.



## પ્રમુખશ્રીનો સંદેશ

### મા-ભોમતી હાકલ પડી...

(૨૦૦૧ ઘરતીકંપ બાદ)

નવી સદીના પ્રથમ પ્રજાસત્તાક દિન - ૨૬મી જાન્યુઆરી, ૨૦૦૧ના સવારના પ્રલયકારી ભૂકંપે મા-ભોમ કચ્છને ઘમરોળી નાંખ્યું. પ્રચંડ વાવાઝોડા બાદ સતત દુષ્કાળનો સામનો કરી રહેલ કચ્છને મરણતોલ ફટકો કુદરતે આપ્યો છે. થોડી જ ક્ષણોમાં કલ્પનાતીત જાનહાનિ થઈ છે. અસંખ્ય લોકો ઘરબાર વગરના થયા, ઈજાગ્રસ્ત પૈકી હજારોની સંખ્યામાં લોકોને પરાધીન અપંગાવસ્થામાં તેમની બાકીની જિંદગી ગાળવી પડશે. કેટલાય બાળકો અનાથ થઈ ગયા છે, તો અનેક વૃદ્ધજનોની આધાર લાકડી જ ભાંગી ગઈ. કોણ કોને રડે! ભુજ, અંજાર, ભચાઉ, રાપર જેવા શહેરો ઉપરાંત માદરે વતનના અનેક ગામોમાં ભેંકાર ભૂતાવળ નાચે છે. આ ગામોના દશ્યો ભલભલા હૃદયને પણ હચમચાવી નાંખે છે.

તા. ૨૬મીના સવારના જ આ વિનાશક શક્તિએ સંદેશ વ્યવહારની બધી જ વ્યવસ્થા ખોરવી નાંખી. છેક સાંજે ચાર વાગ્યે અમદાવાદ દૂરદર્શન મારફત આ વિનાશ વેરતા પ્રપાત વિષે થોડી સત્તાવાર માહિતી બહારની દુનિયાને મળી શકી. પરંતુ બીજા બે દિવસ સુધી કચ્છ સાથે કોઈ સંપર્ક થઈ શક્યો ન હતો. પણ મહાવિનાશનો અણસાર તો આવી જ ગયો હતો. ટેલિફોન કે અન્ય કોઈ સંદેશ વ્યવહારની સવલત વગર પણ મા-ભોમની હાકલ દરેક કચ્છીને સંભળાતી જ હતી. આ સાદ સૂણીને શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના ટ્રસ્ટ બોર્ડ તથા કારોબારી સભ્યોની આપાતકાલીન તાકીદની એક બેઠક તા. ૨૭મી જાન્યુઆરી, ૨૦૦૧ના રોજ મળી હતી. ત્યાં સર્વાનુમતે થયેલ નિર્ણય મુજબ તૈયાર ખાદ્ય સામગ્રી, પાણી, દવાઓ વગેરે રાહત સામગ્રી સાથે યુદ્ધના ધોરણે અસરગ્રસ્ત વિસ્તારોમાં પહોંચી જવા કાર્યકરો તૈયાર થઈ ગયા. ત્યારથી શરૂ કરેલ આપણી રાહત છાવણી સતત ધબકતી જ રહી છે. માનવતાના આ કાર્યમાં માત્ર કચ્છીઓ જ નહીં પરંતુ અમદાવાદના તેમજ પડોશી રાજ્યોના કેટલાક નાગરિકો આપણી સાથે જોડાઈને સેવા આપી રહ્યા છે.

શ્રી હીરેન કુંવરજી શાહ (નલિયા)એ ખૂબજ કુશળતાપૂર્વક સ્વયંસેવક દળને મોબીલાઈઝ કર્યું છે. દરેકને સૈનિકોની જેમ રાહત યુદ્ધ માટે સજ્જ કર્યા છે. આ સૈનિકો કોઈ સગવડ - અગવડ જોયા વગર, રાહતસામગ્રી સાથે સમગ્ર કચ્છના અંતરિયાળ વિસ્તારોમાં ફરી વળ્યા. શરૂઆતમાં આ વિતરણ કામગીરી શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - પાલડી પરથી કરવામાં આવી. પરંતુ કામગીરીનો વ્યાપ વધતા જતાં, નવો મોરચો ઊભો કરવાની જરૂરત જણાઈ. જેથી કચ્છના પ્રવેશદ્વાર

સમા સામખિયાળી ગામ પાસે, સ્થાનિક રાહત છાવણી - બેઝ કેમ્પ શરૂ કરવામાં આવેલ છે. આપણા પીઠ કાર્યકર અને સંસ્થાના માજી પ્રમુખ શ્રી હીરજી પાસુ શાહ (શેરડી)ના માર્ગદર્શન હેઠળ આ બેઝ કેમ્પની સંપૂર્ણ જવાબદારી શરૂઆતમાં શ્રી બિપેન્દ્ર મેઘજી ગોગરી (ડોણ) અને પાછળથી શ્રી નવદીપ કુંવરજી શાહ (નલિયા)એ ખૂબજ નિષ્ઠાપૂર્વક સંભાળેલ છે. શ્રી પ્રફુલ શામજી ઘરમશી (કોઠારા) પણ ત્યાં પહોંચી ગયા છે. કોઈ પાકા મકાનમાં નહીં પણ એક કામચલાઉ તંબુમાં જ આ રાહત છાવણી ચાલુ છે. કડકડતી ઠંડીમાં પણ સ્વયંસેવકો સહિત બધા જ આ તંબુઓમાં જ રહે છે. શ્રી શણગાર ડેકોર પ્રા. લિ. તરફથી વિના મૂલ્યે આ વિશાળ તંબુ, ખૂબ જ ટૂંકી નોટિસથી તૈયાર કરી આપવામાં આવેલ છે, જે બદલ શ્રી મૌલિકભાઈ અને શ્રી સમીરભાઈને ધન્યવાદ.

ખૂબ જ વિપુલ પ્રમાણમાં રાહત સામગ્રી સતત આવતી જ રહે છે. એ માટેના સ્વીકાર કાઉન્ટરની વ્યવસ્થા શ્રી ભાઈલાલભાઈ કાનજી પટેલ (નખત્રાણા)એ સંભાળી લીધેલ. બહારથી આવતા અને અસરગ્રસ્ત વિસ્તારોમાં બહાર જતા માલસામાનની સંપૂર્ણ નોંધ આ વિભાગમાં થતી રહી છે. આ કાર્યમાં શ્રી હીરેન અમૃતલાલ પોલડિયા (તલવાણા), શ્રી કિરીટ પ્રેમજી નંદુ (રાયણ), શ્રી કલ્યાણજીભાઈ પટેલનો સાથ મળી રહ્યો. હવે શ્રી બાબુભાઈ (મીઠુભાઈ) ખેતશી મહેતા (ભુજપુર) આ કામગીરી સંભાળી રહ્યા છે. આવેલ ખાદ્ય સામગ્રીને નાના પેકિંગમાં ભરવા તથા અન્ય આનુષંગિક કામગીરીમાં શ્રી કચ્છી જૈન ભક્તિ મંડળ અને શ્રી કચ્છી મહિલા સમાજની બહેનો તરફથી ઉલ્લેખનીય સેવાઓ મળી રહી છે.

રાહત સામગ્રી લઈ જવા માટે ઘણી મોટી સંખ્યામાં ટ્રકો અને અન્ય વાહનો ઉપલબ્ધ કરવાની કપરી કામગીરી, સંસ્થાના એક ટ્રસ્ટી શ્રી વીરેન્દ્ર રાઘવજી લોડાયા (બાંદિયા)એ ખૂબ જ સરળ કરી આપી હતી. તેમને શ્રી મુકેશ મુરજી લાલકા (લાલા)નો સહયોગ મળી રહેલ છે.

શ્રી કચ્છી જૈન ભવનના શ્રી પ્રેમજી જેઠાભાઈ છેડા સાંસ્કૃતિક કેન્દ્રને, ભૂકંપમાં ઈજાગ્રસ્ત દર્દીઓ માટેની કામચલાઉ હોસ્પિટલમાં ફેરવવામાં આવેલ અને તે માટેનો સંપૂર્ણ સહયોગ શ્રી વિશ્વ ગુજરાતી સમાજ અને તેના પ્રમુખ શ્રી કૃષ્ણકાંતભાઈ વખારિયા તરફથી મળેલ છે. આ હોસ્પિટલની વ્યવસ્થા વિશ્વ ગુજરાતી સમાજ વતી ડૉ. હર્ષદભાઈ મહેતા અને આપણી સંસ્થા વતી ડૉ. હિતેન્દ્ર મોહનલાલ

પોતાના ગુણોનું અભિમાન હોવાથી જ બીજાઓમાં દોષ દેખાય છે.

શાહ (અંજાર) અને શ્રી અશ્વિન હીરજી સાવલા (દેશલપુર - કંઠી)એ સંભાળી હતી. કુ. રાજુલ કાંતિલાલ કુરિયા (બિદડા)એ હોસ્પિટલના દર્દીઓની જે સેવા કરી છે અને દરેકને કૌટુંબિક હૂંફ આપેલ તેને આ દર્દીઓ અને તેના પરિવારજનો જીવનભર યાદ કરશે.

હોસ્પિટલના દર્દીઓ સાથે તેમના કુટુંબીઓ, કચ્છના અસરગ્રસ્ત વિસ્તારમાંથી સ્થળાંતર કરી અમદાવાદ આવેલ લોકો તથા દિવસ રાત ફરજ બજાવતા વોલન્ટીયરો અને કાર્યકરો મળીને સરેરાશ દરરોજ ૨૫૦ - ૩૦૦ વ્યક્તિઓને દરરોજ બે ટંક સાત્વિક ભોજન અને ચા-પાણીની ઉત્તમ પ્રકારની સવલત વિના મૂલ્યે પૂરી પાડનાર કુમુદ દ્રાવેલ્સવાળા શ્રી પ્રતીક રસિકલાલ શાહની સેવા ભાવનાને કયા શબ્દોમાં બીરદાવવી?

રાજ્ય સરકાર તેમજ અન્ય સ્વૈચ્છિક સંસ્થાઓ સાથેના સંકલનમાં શ્રી હસમુખ ઉગરચંદ ગટેયા (ફતેહગઢ - રાપર)નું સારું એવું પ્રદાન રહ્યું છે.

શરૂઆતમાં જ શ્રી નવનીત પરિવાર (રાયણ), શ્રી વિસત ઓટોમોબાઈલ્સ (તુંબડી - નાની) અને શ્રી બિપિનભાઈ જૈન (નાની ખાખર) તરફથી મળેલ આર્થિક સહયોગથી આ રાહત કાર્ય શરૂ કરવામાં આવ્યું. ત્યારથી અનેક નામી - અનામી દાતાઓ તરફથી રોકડ તથા માલ સામાનના દાનનો અવિરત પ્રવાહ હજી સુધી ચાલુ જ રહ્યો છે.

છેલ્લા એક મહિનાથી ધમધોકાર ચાલતી પ્રવૃત્તિઓના કારણે સંસ્થાના સ્ટાફના બધા જ સભ્યો પર સારું એવું વધારાનું ભારણ આવેલ છે. મેનેજર શ્રી જિગેશભાઈ અને સૌ કર્મચારીઓએ આ વધારાની કામગીરીને ખેલદિલીપૂર્વક સંભાળી લીધેલ છે.

આ બધાની સાથે શ્રી પ્રતાપ નારાયણ દંડ (તેરા), શ્રી નવીનભાઈ નાનજી પોલડિયા (તલવાણા), શ્રી કાંતિલાલ વેલજી સાવલા (તુંબડી), શ્રી શાંતિલાલ મુરજી સાવલા (તુંબડી), શ્રી મગનલાલ મોતીચંદ સંઘવી (મુંદ્રા), શ્રી ઘનશ્યામભાઈ પ્રેમજી ઠક્કર

(ભુજ), શ્રી દિલીપભાઈ આર. પટેલ, શ્રી મુરજીભાઈ નરશી લોડાયા (કોઠારા), શ્રી નીતિન ઘનજી ગાલા (કોટડા - રોહા), શ્રી બાલુભાઈ કેશવજી ગોગરી (કપાયા), શ્રી અમૃતલાલ પોપટલાલ સંઘવી (માંડવી) વગેરે અગ્રણીઓની શ્રી કચ્છી જૈન ભવન પર નિયમિત હાજરી ખૂબ જ ઉપયોગી રહી હતી.

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદની આ પ્રવૃત્તિને આમ જનતાનો જે પ્રતિભાવ મળ્યો અને અવિરત દાનનો જે પ્રવાહ ચાલુ રહ્યો તેમાં પ્રચાર માધ્યમોનો હકારાત્મક ફાળો રહ્યો છે. આપણી કામગીરીને અખબારો, આકાશવાણી અમદાવાદ, રાષ્ટ્રીય અને અમદાવાદ દૂરદર્શન, સ્ટાર ટી.વી., ઝી ટી.વી., સ્થાનિક ટી.વી. ચેનલો વગેરે મારફત સ્થાનિક તેમજ દેશ-વિદેશમાં ઘણી જ સારી પ્રસિધ્ધિ મળેલ છે. પ્રચાર માધ્યમો સાથેના સંકલનની કામગીરી ફાલ્ગુની હીરેન શાહ ખૂબ જ કુનેહપૂર્વક કરી રહેલ છે. સંસ્થાના જનસંપર્ક અધિકારી તરીકે તેમની ખૂબ જ ઉત્કર્ષ સેવા સમાજને મળી રહી છે.

આપણી સંસ્થા તરફથી પહેલી જ વાર આટલા વિશાળ પાયા પર આ પ્રકારની પ્રવૃત્તિ આપણે ઉપાડી છે અને આયોજનબદ્ધ રીતે આગળ વધી રહ્યા છીએ. આ સમગ્ર સંકલનની જવાબદારી શ્રી અશોકભાઈ મહેતા (ભુજપુર) ખૂબજ કુશળતાપૂર્વક સંભાળી રહ્યા છે. જ્યાં જ્યાં ગૂંચ ઊભી થાય અથવા અણધાર્યું વિઘ્ન આવે ત્યારે ત્વરિત નિર્ણય લઈ એ રસ્તે આગળ વધવા માર્ગદર્શન આપી રહ્યા છે.

મા-ભોમ પર પડેલ કારમો આઘાત સહેજ હળવો કરવાના યત્નિચિત પ્રયત્નમાં, સાથ અને સધિયારો આપનાર આ સાથીઓ તેમજ અન્ય નામી - અનામી, જૈન અને જૈનેતર સૌ મિત્રોની લાગણી, ભાવના અને કર્તવ્યપરાયણતાને વંદન કરું છું અને શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ વતી સૌનો ઋણ સ્વીકાર કરું છું.

ચંદ્રકાંત દેદિયા - મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી અને પ્રમુખ

મંગલ મંદિર, માર્ચ-૨૦૦૧

## ભારતની પ્રથમ મહિલાઓ

- \* દિલ્હીના સિંહાસન પર બેસનાર પ્રથમ મહિલા શાસક : રઝિયા સુલતાના
- \* પ્રથમ મહિલા વિધાનસભા અધ્યક્ષ : શન્નો દેવી
- \* પ્રથમ મહિલા આઈ.પી.એસ. : કિરણ બેદી
- \* સંયુક્ત રાષ્ટ્ર સંઘની સામાન્ય સભાની પ્રથમ મહિલા પ્રતિનિધિ : વિજયાલક્ષ્મી પંડિત
- \* પ્રથમ મહિલા ઉપન્યાસકાર : સ્વર્ણકુમારી દેવી
- \* ભારતીય રાષ્ટ્રીય કોંગ્રેસની પ્રથમ મહિલા અધ્યક્ષા : એની બેસેન્ટ
- \* પ્રથમ મહિલા ઓલિમ્પિક ખેલાડી : મેરી ડિસુજા, નીલિમા ઘોષ
- \* પ્રથમ મહિલા માઉન્ટ એવરેસ્ટ વિજેતા : બછેન્દ્રી પાલ
- \* પ્રથમ મહિલા પ્રધાનમંત્રી : ઈંદિરા ગાંધી
- \* પ્રથમ મહિલા મુખ્યમંત્રી : સુચેતા કૃપલાની
- \* પ્રથમ મહિલા આઈ.એ.એસ. : અન્ના રાજન જોર્જ

- \* ઈંગ્લિશ ચેનલ પાર કરનાર પ્રથમ મહિલા : આરતી શાહ
- \* પ્રથમ મહિલા વ્યાપારિક પાઈલોટ : હરપ્રીત આહલૂવાલિયા
- \* જ્ઞાનપીઠ પુરસ્કાર પ્રાપ્ત કરનાર પ્રથમ મહિલા : આશાપૂર્ણા દેવી
- \* દાદા સાહેબ ફાળકે પુરસ્કાર પ્રાપ્ત કરનાર પ્રથમ મહિલા : દેવીકા રાની
- \* પ્રથમ મિસ વર્લ્ડ : રીટા ફારિયા
- \* પ્રથમ ભારતીય મિસ યુનિવર્સ : સુસ્મિતા સેન
- \* બુકર એવોર્ડ પ્રાપ્ત કરનાર પ્રથમ ભારતીય મહિલા ઉપન્યાસકાર : અરુંધતી રોય
- \* પ્રથમ મહિલા અંતરિક્ષયાત્રી : કલ્પના ચાવલા

“સહેલી”માંથી સાભાર, સંકલન : સ્મિતા વી. શાહ

મંગલ મંદિર, જૂન-૧૯૯૮

## ધરતીકંપ

(શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - અમદાવાદ ખાતે શરૂ કરેલી હોસ્પિટલની વિગત)

• સંકલન : સૂરજલાલ મહેતા •

તા. ૨૬મી જાન્યુઆરીનો બાવનમો પ્રજાસત્તાક દિન એટલે આનંદનો દિવસ. સવારના ૮.૪૫ વાગ્યા સુધી સહુ આ આનંદના દિવસની ઉજવણીની તૈયારીમાં હતા અને અચાનક સવારના ૮.૪૬ વાગે ધરતી ધ્રુજ ઊઠી. કચ્છ અને અમદાવાદ સહુથી વધુ ધ્રુજ્યા. જાન અને માલની નુકસાનીનો અંદાજ ન મેળવી શકાય તેટલી મોટી ખુવારી થઈ. આમ પ્રજાસત્તાક દિનની ઉજવણી રોળાઈ-ચોડાઈ ગઈ. લોકો બેબાકળા બન્યા અને એક આતંક છવાઈ ગયો. કેટલાય લોકો આ બે મિનિટના કંપનમાં માલમિલકત વિહોણા થઈ ગયા. કંઈ કેટલાય કુટુંબો નામશેષ થઈ ગયા અને જે બચ્યા તેમાં કેટલાકે ઘરનો મોભી ખોયો, કોઈએ પોતાનો જીવનસાથી ખોયો, પોતાનો સંસાર ઉજળતો નજર સામે દીઠો, કેટલાય બાળકો અનાથ થયા. આ બધું વર્ણન કરવાથી જલદીથી ના સમજી શકાય તેવી ઘટના છે. જેણે આનો અનુભવ કર્યો છે, જે ઘરમાં જાનહાનિ થઈ છે, જેણે પોતાની જિંદગીભરની કમાણી માત્ર બે મિનિટમાં ધૂળભેગી થતી જોઈ છે તેમનું આર્કંદ, પથ્થર હૃદયના માનવીને પણ પીગળાવી જાય તેટલું હૃદય દ્રાવક હતું. કચ્છમાં જે બન્યું એનો ચિતાર રજૂ કરવા માટે શબ્દો ઓછા પડે. ગમે તેટલા શબ્દોના સાથિયા પૂરીએ પણ તેનું સંપૂર્ણ વર્ણન અશક્ય છે. પરંતુ આ બધામાંથી આપણે બહાર આવવું જ રહ્યું. જે કાંઈ બચ્યું છે તેના સહારે જીવન નવેસરથી શરૂ કરવાનું જ રહ્યું. કુદરતની આ ઘટમાળ, જીવન છે ત્યાં મૃત્યુ છે, એનો શોક જેટલો ઓછો કરી શકાય અને જે આગળ છે તેનો કેવી રીતે ઉપભોગ કરી શકાય તેના હકારાત્મક વિચારો જ નવું જીવન - બચ્યું જીવન સુખમય બનાવી શકે.

અમદાવાદના શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજે આ કુદરતી આપત્તિમાં જે સેવા કાર્ય શરૂ કર્યું તે માટે સમાજના પદાધિકારીઓથી માંડીને નાનામાં નાના કાર્યકર સુધીના સહુ કોઈ અભિનંદનના અધિકારી છે. સમાજના સભ્યો આ આપત્તિને પોતાની અંગત આપત્તિ ગણીને રાત દિવસ જોયા વગર જે સેવા યજ્ઞ શરૂ કર્યો અને તેમાં સમાજના અને ઈત્તર સભ્યોએ જે દાનનો પ્રવાહ વહાવ્યો, ખાદ્ય સામગ્રી, તંબુ, ધાબળા, વાસણ વગેરે અનેક ઘરવખરીની ચીજો ઉપરાંત રોકડ નાણાની જે સહાય કરીને સમાજના સેવાયજ્ઞમાં સાથ આપ્યો તે પણ એટલો જ પ્રશંસનીય છે. થોડા દિવસની સામગ્રી કે બીજી મદદથી જે ત્રસ્ત થયા છે તેમને સાંત્વન જરૂર આપી શકાય પણ તેમના હૃદયના જખમને શાંત તો માત્ર સમયનો મલમ પટો જ કરી શકે. સમય એ આપણા જીવનનું બહુ મોટું બળ છે. તેમ છતાં સમાજની કામગીરીથી તાત્પૂરતું સાંત્વન ઘણા કુટુંબોને પહોંચાડી શકાયું તેનો સમાજ ગર્વભેર ઉલ્લેખ કરી શકે તેટલી સુંદર કામગીરી સમાજે કરી છે. આપણે સહુ પણ

આ કાર્યમાં જેટલો બને તેટલો સહકાર આપીને આપણે આપણા ભાઈ-ભાંડુ પ્રત્યેની ફરજ નીભાવીએ અને દાનની ઝોળી ભરી દઈને સમાજના કાર્યમાં સહભાગી બનીએ. જેથી આવતા દિવસોમાં જે બેઘર - બેહાલ થયા છે તેમને ઘર માટે કે તેમના ધંધા રોજગાર માટે આપણે આર્થિક સહાય કરી ત્રસ્તને નવું જીવન જીવવા માટેનું ભાથું બંધાવી શકીએ. આ પુણ્યકાર્યમાં સહુનો સાથ સહકાર મળશે તો જ સમાજ તેમાં આગળ વધી શકશે. આપનો સહકાર બહુમૂલ્ય છે અને તેના વગર સમાજ પોતાની મંજિલ પાર કરી શકે નહિ તે બહુ સ્વાભાવિક બાબત છે.

સમાજે પોતાના કર્તવ્ય તરીકે પ્રથમ તો ખાદ્ય સામગ્રી અને પાણી પૂરું પાડવાનું કાર્ય બીજા જ દિવસે ચાર ટ્રકો મોકલીને શરૂ કર્યું અને એની સાથે અમદાવાદમાં સમાજના પાલડી ભવન ખાતે એક કામચલાઉ હોસ્પિટલ ઊભી કરી. જે લોકો ઈજાગ્રસ્ત થયા હતા તેમને કચ્છમાંથી લાવીને તેની સારવારનું કાર્ય પ્રથમ તબક્કામાં શરૂ કરીને સેવાયજ્ઞની શરૂઆત કરી. પછીના દિવસોમાં કચ્છની તાતી જરૂરત તંબુની હતી તેના માટે દાતાઓનો સહયોગ લઈને જરૂરતમંદોને તંબુઓ અને સાથે વાસણ - થોડી ખાદ્ય સામગ્રી પણ પહોંચાડી. હવે પછી સમાજ કામચલાઉ આવાસ આપવાનું આયોજન કરી રહેલ છે અને ત્યાર પછીના તબક્કામાં અસરગ્રસ્તને કાયમી ધોરણે મકાન અને ધંધા રોજગાર માટેની મદદ પહોંચાડવાનું આયોજન વિચારી રહેલ છે. આમ ટૂંકાગાળાની રાહત પછી સમાજ બેસી રહેવાને બદલે લાંબાગાળાની રાહત માટેનું આયોજન કરીને તેને ઝડપથી કાર્યાન્વિત કરવા માટેના તેના બધા સાધનોનો ઉપયોગ કરીને કાર્ય કરી રહેલ છે.

સમાજે પ્રથમ તબક્કામાં જે રાહત પહોંચાડી અને ગામડામાં જઈને પ્રત્યક્ષ રીતે જરૂરતમંદને જરૂરી સહાય મળે તેવા પ્રયત્ન કરવા માટે અમદાવાદથી ટ્રકમાં જરૂરી ખાદ્ય સામગ્રી અને વોલેન્ટિયર્સ ભાઈઓ અને એક ડોક્ટરને પણ સાથે લઈ ગયા હતા. જેથી તાત્કાલિક સારવાર આપી શકાય. ત્યાં ખાદ્ય સામગ્રીનું વિતરણ કર્યા બાદ એજ ટ્રકમાં વળતી વખતે ભૂકંપથી ઈજાગ્રસ્ત થયેલ લોકોને અમદાવાદ લાવવામાં આવ્યા હતા અને તેમને શ્રી કચ્છી જૈન ભવન ઉપર કામચલાઉ ધોરણે ઊભી કરાયેલી હોસ્પિટલમાં રાખી ઓપરેશન વગેરે કરી, તેમની સારવાર કરવામાં આવી હતી. શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - પાલડીના શ્રી પ્રેમજી જેઠાભાઈ છેડા સાંસ્કૃતિક હોલ ખાતે કામચલાઉ હોસ્પિટલ શરૂ કરવામાં આવી, જેમાં દવા અને સાધનોનો ખર્ચ વિશ્વ ગુજરાતી સમાજ ઉઠાવશે તેવી ખાતરી મળેલ છે. શ્રી વિશ્વ ગુજરાતી સમાજના પ્રમુખ શ્રી

પ્રસન્નતા, એ હૃદયરૂપી બાગમાં આવેલ વસંત ઋતુ છે, એનાથી આસપાસનું તમામ વાતાવરણ મહેકી ઊઠે છે.-

“સંભારણાં” વિશેષાંક

કૃષ્ણકાંત વખારિયા લગભગ દરરોજ આ દર્દીઓની ખબર અંતર પુછવા પણ આવતા હતા. આ હોસ્પિટલ માટે વિશ્વ ગુજરાતી સમાજ વતી ડૉ. હર્ષદ મહેતાએ સેવાઓ આપી હતી. આ હોસ્પિટલનું આટલું ભગીરથ કાર્ય ઉપાડવામાં જેમણે તન - મન - ધનથી મદદ કરી તેવા ઓર્થોપેડિક સર્જન ડૉ. હેમાંગ અંબાણી અને ડૉ. પુલીન શાહ, કે જેમણે કચ્છથી આવેલા બધા દર્દીઓના ઓપરેશન - સાધનો સહિત - પોતાના નર્સિંગ હોમ ખાતે કર્યા, એટલું જ નહીં પણ પોસ્ટ ઓપરેશન ટ્રીટમેન્ટ માટે દરરોજ શ્રી કચ્છી જૈન ભવન ખાતે આવતા અને દર્દીઓને સધિયારો પણ આપતા હતા. તેમની આ નિ:શુલ્ક માનવીય સેવાને બિરદાવવા માટે આપણા શબ્દો ઓછા પડે તેમ છે. આ સેવા કાર્યમાં આ બંને સર્જનોને મદદરૂપ થનાર એનેસ્થેસીસ્ટ ડૉ. નીરવભાઈને પણ કઈ રીતે ભૂલાય. ઉપરાંત આ સેવા કાર્યમાં બીજા ડોક્ટર્સ જેમકે ડૉ. સ્નેહલ શાહ, પ્લાસ્ટિક સર્જન ડૉ. શ્યામલ મુનશી અને ડૉ. કેતુ પટેલ, ફિઝિશિયન ડૉ. નીતુબહેન પારેખ, સર્જન ડૉ. અપૂર્વ પટેલ, પીડિયાટ્રિશિયન ડૉ. પરેશ શાહ, ગાયનેકોલોજિસ્ટ ડૉ. પ્રફુલ્લાબહેન પાનાગારની સેવાની કદર કરવી જ રહી. એ ઉપરાંત ડૉ. વીરાજ શાહ, બોલીબહેન, ક્ષિતિ, કીજલે જે મેડિકલ ઓફિસર તરીકે સેવા આપી તેનો ખાસ ઉલ્લેખ પણ કરવો જ રહ્યો.

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના કાર્યકરોએ આ હોસ્પિટલનું સુચારુ સંચાલન થાય તેને માટે જે જહેમત અને પોતાના સમયનો ભોગ આપીને ભૂકંપ પીડિતોને આશ્વસ્ત કર્યા અને આપણી લાગણી અને સેવાની સારી છાપ લઈને દર્દી વિદાય થયા તેમાં જે સભ્યોએ સુંદર નમૂનારૂપ કામગીરી બજાવી તેવા ડૉ. હિતેન્દ્ર શાહ, શ્રી અશ્વિનભાઈ સાવલાનો કયા શબ્દોમાં આભાર માનીએ. જો કે ઘરની અંગત વ્યક્તિ હોય તેવા કુટુંબના સભ્યોનો આભાર માનવાનો હોય નહીં, પણ બીજા સભ્યો કરતાં ઊંચા ઊંઠીને કામગીરી કરે ત્યારે તેમની પીઠે શાબાશીનો હૂંફાળો હાથ ફેરવવો જ રહ્યો.

આ સિવાય આપણા તબીબી સારવાર કેન્દ્રના નાના મોટા સહુ કર્મચારીઓ તેમજ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના મેનેજર અને કર્મચારીઓની માવજત અને જહેમતની કદરરૂપે પ્રશંસા કરવી જ રહી અને તેમના કામને બિરદાવવા જ રહ્યા.

કુલ ૧૯ દર્દીઓને હોસ્પિટલમાં રાખ્યા હતા અને તેની સારવાર ૧૭-૧૮ દિવસ કરી, તેમને હરતા ફરતા કરી હોસ્પિટલમાંથી રજા આપી હતી. આવા કેટલાક દર્દીની વ્યથા કથા જુદી આપી છે.

### વ્યથા કથા

કચ્છના ભૂકંપથી જે ઘરો પડી ગયા અને પડતા મકાનોના કાટમાળમાં દટાઈ ગયા એવા કેટલાક લોકોએ જાન ગુમાવ્યા, કેટલાક એમાંથી ઈજાગ્રસ્ત થઈને સમયસરની મદદને કારણે જીવતા બચી શક્યા, પરંતુ હાથ પગ ભાંગી પડતા સારવાર માટે હોસ્પિટલનો સહારો લેવો પડ્યો. ભુજ, અંજાર, ભચાઉ, રાપર વગેરેની હોસ્પિટલો

પોતે પણ ભાંગી પડી હતી તેથી આવા ઈજાગ્રસ્તોને નજીકની હોસ્પિટલમાં ભરતી કરવા પડે તેમ હતા. શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજે જે ખાદ્ય સામગ્રીની પ્રાથમિક સહાય ટ્રક મારફત મોકલી હતી તે ટ્રક વળતાં ખાલી ન લાવતાં તેમાં આવા ઈજાગ્રસ્તોને સારવાર માટે અમદાવાદ લાવવામાં આવ્યા. શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - પાલડી ખાતે પ્રેમજી જેઠાભાઈ સાંસ્કૃતિક હોલમાં કામચલાઉ ઊભી કરેલી હોસ્પિટલમાં ૧૯ વ્યક્તિઓને સારવાર આપવામાં આવી. એ પૈકીના દર્દીની વ્યથા - કથા રૂબરૂ સાંભળી આપણું હૃદય દ્રવી ઉઠ્યું. આ ૧૯ વ્યક્તિમાં ચાર વર્ષના બાળકથી માંડીને ૭૦ વર્ષના માજી સુધીનાને હાથ - પગના ફેકચરના ઓપરેશન કરીને સારવાર આપવામાં આવી રહી છે.

### (૧) અમિત નારાયણ આહીર

ઉંમર - ચાર વર્ષ. ગામ : રતનાલ, તા. અંજાર. મકાન પડી જતાં તેમાં દબાઈ ગયેલ. ત્રણેક કલાકની મહેનત બાદ તેને શોધી કાઢવામાં આવ્યો હતો. અત્રે અમિતના દાદીમા સાથે આવ્યા હતા. તેઓને કોઈ ઈજા થઈ નહોતી. મકાન વગેરે પડી ગયેલ છે. ઘરમાં મા-બાપ કે ભાઈ-ભાંડુને ઈજા થઈ નથી. પિતા સૂકી ખેતી કરે છે. પણ છેલ્લા બે વર્ષથી ખેતીમાં કાંઈ નીપજતું નથી. પિતા નારાણભાઈ પોતે પણ ક્ષયના દર્દી છે. અત્યારે તો ઉપર આભ નીચે ધરતી જેવી હાલત છે. અમિતને હાથમાં ઈજા થતા અંગૂઠો અને પ્રથમ આંગળી કાપી નાખવી પડી છે. એનું ભવિષ્ય કેવું એ તો આવતા દિવસો જ કહેશે.

### (૨) આઝરાબહેન ઈશાભાઈ

૬૦ વર્ષના માજી તુણા અંજારના વતની છે. ભૂકંપમાં મકાનની ભીંત પગ ઉપર પડતાં ઢીંચણમાં ફેકચર થયું, મકાન પાકું હતું. ઘરના બીજા બધા સલામત છે. જાનહાનિ થઈ નથી પણ ઘર જ પડી ગયું, તેમજ છૂટક મજૂરી કરીને ગુજરાન કરતા હતા તે મજૂરી પણ હાલમાં તો ઝૂંટવાઈ જતાં આર્થિક બેહાલીનું વર્ણન થઈ શકે નહીં તેવું છે. સમાજ ઉપર સમાજની ટૂક દ્વારા આવ્યા હતા.

### (૩) અલીમાબહેન કાસમભાઈ

ઉંમર ૩૦ વર્ષ. અંજારના વતની છે. પોતાનું પાકું મકાન પડી જતાં તેમાં ફસાયા હતા. કાટમાળમાંથી જહેમતથી બહાર કાઢેલા. બાદ સમાજની ટૂક દ્વારા અમદાવાદ આવ્યા હતા. ઘરના ધંધા હતા, દુકાન હતી. પતિ ચાર બાળકો સલામત છે. અલીમાબહેનને કમરના મણકા ખસી ગયા છે અને પગમાં પણ ફેકચર થયેલ છે. એમના પરિવારમાંથી બીજા સાત જણાએ જાન ગુમાવ્યા છે. એમના જેઠ ઈબ્રાહીમભાઈ પણ અહીં સમાજમાં સારવાર અર્થે આવ્યા છે. પોતાના મકાન - દુકાન બંધું પડી જતાં હાલ તો બેઘર - બે સહારા થઈ ગયેલ છે.

પ્રસન્નતા અમૃત છે. સંસારરૂપી સાગરમાં દુ:ખરૂપી વલોણાના મંથન દ્વારા જ તે પ્રાપ્ત થાય છે.

**(૪) ઝરીનાબહેન ગફરભાઈ.**

ઉંમર ૩૨ વર્ષ. ભુજના વતની છે. ઘર પડી જતાં તેમાં દટાયા હતા. ત્રણ કલાકની જહેમત બાદ કાટમાળમાંથી બહાર લાવી શકાયા હતા. તેઓ ડાયાબિટીસ પેશન્ટ છે. ૬ વર્ષનું બાળક છે. પતિ પણ સલામત છે. છૂટક મજૂરી કામ કરતા હતા તેથી આર્થિક હાલત હવે પછીના દિવસોમાં પણ દયાજનક જ રહેશે.

**(૫) કરીમાબહેન તુરીઆ.**

ઉંમર ૭૦ વર્ષ. અંજારના વતની છે. ઘર પડી જતાં તેમાં ફસાયા હતા. હાથમાં ફેક્યર થયેલ છે. સારવાર માટે અમદાવાદ જાતે જ આવ્યા છે. આઈસ્ક્રીમની દુકાન હતી. દુકાન પડી ગયેલ છે.

**(૬) આયશાબહેન સુલેમાન**

ઉંમર વર્ષ - ૩૦. અંજારના વતની છે. મકાન પડી જતાં સીડી દ્વારા નીચે આવતાં પગની પાનીમાં ફેક્યર થઈ ગયું. કરીમાબહેન તેમના સાસુ થાય. બંને અહીં અમદાવાદમાં સારવાર લઈ રહ્યા છે.

**(૭) ગંગાબહેન કે. નાચી**

ઉંમર વર્ષ ૫૮. ભયાઉમાં સરકારી કન્યા શાળામાં શિક્ષિકા હતા. મૂળ મહુડી પાસેના સંગપુર ગામના વતની છે પણ છેલ્લા ૧૭ વર્ષથી ભયાઉની શાળામાં શિક્ષિકા છે. તેમના પતિ પણ ભયાઉની શાળામાં જ શિક્ષક હતા. તેઓ આ ભૂકંપનો ભોગ થઈ ગયા. જ્યારે ગંગાબહેન ત્રણ દિવસે કાટમાળમાં જીવતા બચી શક્યા. કાન ઈજા અને ડાબા હાથનું ફેક્યર થયું છે. ભયાઉમાં પોતાનો ફ્લેટ હતો જે પડી ગયેલ છે. સંતાનમાં ૨૫ વરસનો એક પુત્ર છે, તેને કોઈ ઈજા થઈ નથી. અત્યારે તો ગંગાબહેને બંને છત્ર - પતિ અને ઘર ગુમાવ્યા છે. ૧લી માર્ચે તો શાળામાંથી નિવૃત્ત થવાના છે. પતિ - પત્ની બંને નિવૃત્તિ બાદ વતન જતા રહેવાનો ઈરાદો રાખતા હોવાથી ફ્લેટના વેચાણનો સોદો પણ પાકો કરી લીધો હતો. એ રકમમાંથી વતનમાં મકાન લેવાનું હતું. અત્યારે તો ભવિષ્ય અંધકારમય છે.

**(૮) બબીબહેન**

ઉંમર વર્ષ ૩૫. ગાંધીધામ. મકાનની દીવાલ પગ ઉપર પડતાં પગમાં ફેક્યર થયેલ છે. ગાંધીધામમાં છૂટક મજૂરી કરી રોજગારી મેળવે છે. ઘરના બીજા બધા સલામત રહ્યા છે.

**(૯) ઈબ્રાહીમ મુસાભાઈ લુહાર**

વર્ષ ૪૫. અંજાર. અંજારમાં દરજી કામ કરીને રોજગારી મેળવતા હતા. ઉપર ઘર હતું. નીચે દુકાન હતી. સાત ભાઈઓનો પરિવાર મા-બાપ સાથેનો હતો. બીજા ભાઈઓ પણ બેકરી - ઠંડા પીણા વગેરે નાના મોટા ધંધામાં રોકાયેલા છે. ઈબ્રાહીમભાઈએ પોતાના કુટુંબના મા-બાપ-બહેન - સગર્ભા પત્ની અને ત્રણ બાળકો મળીને કુલ સાત સભ્યોને ગુમાવ્યા છે. એમનું એક માત્ર બાળક

બચી શક્યું છે. પોતાને પગમાં ફેક્યર થયેલ છે. અત્યારે તો જીવનમાંથી રસકસ ઊડી ગયા છે, સમય જ આ ઘા રુઝવી શકે તેમ છે. અહીં સમાજ ઉપર તેમના ભાઈના પત્ની પણ ફેક્યર થવાથી ખાટલે પડ્યા છે. સમાજની ટ્રકમાં અહીં લાવવામાં આવ્યા હતા.

**(૧૦) નારણભાઈ ધરમશીભાઈ સુથાર**

ઉંમર ૪૯ વર્ષ. ભયાઉ - ભવાનીપુર. ભયાઉમાં સુથારીકામ દ્વારા રોજગારી મેળવે છે. ઘરનું પાર્કુ મકાન હતું તે પડી જતાં પગમાં ફેક્યર થયું અને અત્રે લાવવામાં આવ્યા છે. ઘરમાં બીજી કોઈ જાનહાનિ થઈ નથી. માલમિલકતને નુકસાન થયેલ છે.

**(૧૧) અબ્દુલ ગફુરભાઈ.**

ઉંમર વર્ષ-૪૦. ભુજના વતની છે. મકાન પડી જતાં તેમાં દબાયા હતા. ત્રણ કલાકની જહેમત બાદ બહાર આવી શક્યા. ભુજમાં છૂટક મજૂરી કરીને રોજી મેળવતા હતા. અહીં પત્ની સેવા કરવા સાથે આવેલ છે. હાથમાં ફેક્યર થયેલ છે અને કમર ઉપર પણ નુકસાન થયેલ છે.

**(૧૨) કાસમભાઈ જુસાભાઈ.**

ઉંમર - ૨૦ વર્ષ. મીઠી રોહર ગાંધીધામના વતની છે. પગમાં ફેક્યર થયેલ છે. ઉપરાંત ડાબા હાથની બે આંગળીઓમાં પણ નુકસાન થયેલ છે. મકાન ઉપર પડતાં નુકસાન થયું. મકાન પૂરું તૂટી ગયેલ છે. છૂટક મજૂરી કરીને રોજી મેળવે છે. રિકવરી સારી હોવાથી ૧૪-૨ના રોજ ઘરે જવાની રજા આપવામાં આવી છે. ફરી ચેક-અપ માટે એકાદ માસ પછી આવવાનું રહેશે.

**(૧૩) ગોપાલ મૂળુભાઈ રાજપુત**

ઉંમર વર્ષ - ૨૪. ભયાઉ મૂળ મોટી ચીરઈના છે. રેલવે કર્મચારી છે. મકાનનો ભાગ પડતાં પગે ફેક્યર થયેલ છે. અહીં સમાજમાં ટ્રક મારફત આવ્યા હતા. સારવારથી રિકવરી થઈ રહી હોવાથી ૧૪-૨ના રોજ હોસ્પિટલમાંથી ડિસ્ચાર્જ કરવામાં આવ્યા. ઘરમાં બીજી કોઈ જાનહાનિ થઈ નથી.

**(૧૪) શાંતાબહેન મેમાભાઈ**

ઉંમર વર્ષ ૬૫. ચીરઈ ભયાઉ પોતાનું મકાન હતું. પડી જતાં નીચે દબાવાને કારણે હાથમાં ફેક્યર થયું અને જમણા હાથની ત્રણ આંગળીઓ કાપી નાંખવી પડી. માજીને પોતાની ત્રણ આંગળી કપાયાનો બહુ અફસોસ થતો હતો કારણકે તેનાથી જાતે કામ કરવાની મુશ્કેલી થશે. ઘરના બીજા બધા સલામત છે. ખેતી વ્યવસાય છે.

**(૧૫) મોંઘીબાઈ બાબુભાઈ**

ઉંમર વર્ષ ૪૫. નાની ચીરઈ, ભયાઉ. મકાન પડી જવાને કારણે પગમાં ફેક્યર થયું, એમના સસરાને મૂઠ માર વાગ્યો હોવાથી ઘરે જ દવા કરે છે. સૂકી ખેતીનો વ્યવસાય છે. ઘરના બીજા બધા સલામત

પ્રસન્નતા શરીર અને મન માટે મિત્રની ગરજ સારે છે.



રહ્યા છે.

### (૧૬)ભરત વસ્તા

ઉંમર વર્ષ - ૧૦. ચીરઈ - ભયાઉ. મકાન પડતાં ડાબા હાથે ફેક્યર થયેલ છે. હવે સારું છે. તેના દાદીમાએ જાન ગુમાવ્યો. મા-બાપ સૂકી ખેતી કરીને રોજ મેળવે છે.

### (૧૭)વર્ષાબહેન વિનોદકુમાર રાઠોડ

ઉંમર વર્ષ-૨૦. ભયાઉ. મકાન પડી જતાં હાથમાં ફેક્યર થયેલ છે. કુટુંબ બિલ્ડીંગ કોન્ટ્રેક્ટર્સનો ધંધો કરે છે.

### (૧૮)રોશનભાઈ હુસેનભાઈ

ઉંમર ૨૫ વર્ષ. ગામ પધર (ભુજ). પોતાનું મકાન પાકું હતું. પડી જવાથી પગમાં નુકસાન થયું. આ ભૂકંપમાં પોતાનું એક બાળક ગુમાવ્યું. પધરમાં હેર કટિંગ સલૂન છે. ઘરના બીજા બધા સલામત રહી શક્યા છે.

### (૧૯)બાઈમા કાદરશાહ સૈયદ

ઉંમર - ૩૫ વર્ષ. મોટા આસંબિયાના છે. છૂટક મજૂરી કરીને રોજ કમાય છે. મા-બહેન મકાન નીચે આવી ગયા, પોતાને પગે ફેક્યર થયેલ છે. એક છોકરીનું પગનું ઓપરેશન ભોજાય હોસ્પિટલમાં કરવામાં આવ્યું છે. પોતાને માંડવી - મસકા, સલાયાની હાજી હસન હોસ્પિટલમાં ડોક્ટર નહોતા અને તેથી બીદડા લાવ્યા. પરંતુ બીદડામાં જગ્યાના અભાવે અહીં મોકલવામાં આવ્યા છે.

આ બધાની કરુણ કથની સાંભળીએ ત્યારે સંસાર પ્રત્યે ઘડીભર વૈરાગ્ય આવી જાય. પણ દરેકે પોતાનું કર્તવ્ય નિભાવવાનું છે, કોઈ પોતાની જવાબદારીમાંથી છટકી જાય તે કાયરતા છે. આ બધાને પણ પ્રશ્ન રહેશે કે હવે પછી શું? છૂટક મજૂરી કરનારને માટે તો પ્રશ્ન ઘણો જ વિકટ છે. તેમ છતાં સમય વીતતો જશે તેમ આ બધા ઘા રૂઝાતા જશે અને માનવી પોતાની આપત્તિને વિસારે પાડીને સંસારના ચક્રમાં ફરી પાછો ચક્કર મારતો થઈ જશે. સમય જ માત્ર બળવાન છે.

મંગલ મંદિર, માર્ચ-૨૦૦૧

## ચાંપો : નખશિખ આર્ય

ધન ભરેલી વાંસળી કેડે નાંખીને ઊંટ ઉપર બેઠેલો ચાંપો વાણિયો જંગલમાંથી પસાર થતો હતો. રસ્તે ત્રણ લૂંટારા મળ્યા.

ત્રાડ નાંખીને થોભી જવાનો આદેશ કરીને પૂછ્યું, ‘એય વાણિયા, તારી પાસે ધન છે ખરું?’ સત્યભાષી ચાંપોએ કહ્યું, ‘જરૂર છે. આ વાંસળીમાં છે અને શરીર ઉપર પણ છે.’

લૂંટારાઓના સરદારે કહ્યું, ‘તે બધુંય ધન અહીં મૂકીને જવું પડશે.’

ચાંપો : ‘જો તમે ત્રણેય ભિખારી હો તો દાનરૂપે આમાંનું કેટલુંક ધન દઈ દેવાની મારી તૈયારી છે. નહિ તો રાતી પાઈ પણ દેવાનો નથી.’

સરદાર : ‘અમે તો લૂંટારુ છીએ. લૂંટીને લીધા વિના રહેવાના નથી.’

ચાંપો : ‘તો થઈ જાઓ તૈયાર, લડવાને. લડીને જ તમે ધન લઈ શકો, લૂંટીને તો કદાપિ નહીં.’

આટલું બોલીને મદદ ચાંપો ઊંટ ઉપરથી નીચે ઊતરી ગયો. આથી આશ્ચર્ય પામીને સરદારે નીચે ઊતરી જવાનું કારણ પૂછ્યું.

ચાંપોએ કહ્યું કે, ‘લડવા માટે બંને પક્ષે સરખી ભૂમિકા ઉપર રહેવું જોઈએ. આ યુદ્ધની નીતિ છે. તમે ધરતી ઉપર અને હું ઊંટ ઉપર એ બરોબર નથી.’

આટલું કહીને ચાંપોએ તીરના ભાથામાં ત્રણ તીર રહેવા દઈને બાકીનાં તમામ તીર તોડી નાખ્યાં. આથી ફરીવાર આશ્ચર્યચકિત થઈને સરદારે તેમ કરવાનું કારણ પૂછ્યું.

ચાંપો : ‘તમે ત્રણ છો. માટે મારે માત્ર ત્રણ જ તીર ઘણાં છે. વધુ તીરની શી જરૂર?’

સરદાર : ‘તે શું તું મનમાં એમ માને છે કે તારાં ત્રણ તીરમાં એકેય નિષ્ફળ નહીં જાય અને અમે ત્રણેય ઘાયલ થઈ જ જઈશું?’

ચાંપો : ‘ચોક્કસ, કેમકે હું કુશળ તીરંદાજ છું. મારું તીર અમોઘ છે.’

સરદાર : ‘તો આ આકાશે ઊડતા પંખીને એક જ તીરે ઢાળી દે જોઈ.’

ચાંપો : ‘નિરપરાધી પંખીને મારવામાં હું માનતો નથી. બાકી તમે કહેતા હો તો તમારામાંનો એક પેલા વૃક્ષના થડથી થોડો દૂર ઊભો રહે. એના માથે મારી ગળાની માળા જરાક ઊંચી ટેકવીને મૂકી. મારું બાણ એ માળાને ઉપાડી લઈને થડમાં પેસી જશે.’

આ સાંભળીને સરદાર પોતે જ તૈયાર થયો.

ખરેખર તીર માળા ઊંચકીને થડમાં ભરાઈ ગયું.

સત્યવાદી, ન્યાયપ્રિય, ઉદાર, મદદ અને તીરંદાજ વાણિયાને સહુ ટગર ટગર જોઈ રહ્યા.

સરદારે તેને નામ પૂછતાં ચાંપો વાણિયાએ પોતાનું નામ જણાવ્યું.

સરદારે તેને કહ્યું, ‘ભાઈ! તારા જેવા મદદની સાથે યુદ્ધ કરીને આ ધરતી ઉપરથી અમારે તને નામશેષ કરવો નથી. તારા જેવા મદદની તો અમારે જ ખૂબ જરૂર છે.’

ભાષાનું ખૂબ જ ઊંચું ધોરણ જોઈને ચાંપોએ પૂછ્યું, ‘તમે લૂંટારુની જાત હો તે મારા મગજમાં બેસતું નથી. સત્ય પ્રગટ થાય તેમ ઈચ્છું છું.’

સરદારે કહ્યું, ‘હું વનરાજ ચાવડો છું. રાષ્ટ્રરક્ષા માટે ધન એકઠું કરવા આ માર્ગે નહૂટકે નીકળ્યો છું.’

‘જ્યારે મને રાજ મળેલું જાણવા મળે ત્યારે મારી પાસે જરૂર આવી જવું. તારી શક્તિનો મારે લાભ ઉઠાવવો છે.’

ચાંપો : ‘અહો! આપ પોતે જ વનરાજ છો? તો તો આ સઘળી સંપત્તિ આપના ચરણે છે. વાણિયાનું ધન અવસરે રાષ્ટ્રરક્ષામાં વપરાતું હોય તો તેનું મોટું સદ્ભાગ્ય ગણાય. સ્વીકારો મારી સંપત્તિ. રે! આપ આજ્ઞા કરતા હો તો આ પ્રાણ આપના ચરણે મૂકી દઉં છું. આપ મને ચાહે તે આજ્ઞા કરી શકો છો.’

પોતાની રૈયતની વીરતા ઉપર આફરીન પોકારી જતાં વનરાજની આંખમાં હર્ષનાં બે આંસુ આવ્યાં. ભાવિના ગગને દુઃખનાં વિખરાતાં વાદળો એણે જોયાં.

પૂ.પંચાસ ચંદ્રશેખરવિજયજી ‘ટયુકડી કથાઓ’માંથી સાબાર

મંગલ મંદિર, માર્ચ-૧૯૯૭

માતા-પિતા અને બાળકો વચ્ચે વાર્તાલાપ અને પરસ્પરની સમજણ એજ કૌટુંબિક સત્સંગ.

## શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ સંચાલિત સામખિયાળી ભૂકંપ રાહત કેમ્પનો રિપોર્ટ

ક્યાંથી શરૂઆત કરવી તેની જ ખબર નથી પડતી!? હા, સામખિયાળી ભૂકંપ રાહત કેમ્પનાં એ દિવસો યાદ કરું છું તો દિલ દ્રવી ઊઠે છે. કાશ આપણા જીવનમાં ૨૬-૧-૨૦૦૧નો દિવસ ઉગ્યો જ ન હોત. ખરેખર અમદાવાદ તથા કચ્છની પરિસ્થિતિમાં આસમાન - જમીનનો ફેર હતો.

આમ તો હું તા. ૨૮-૧-૦૧ના રોજ ટ્રક સાથે ગાંધીધામ, ભચાઉ તથા નાની ચીરઈ, મોટી ચીરઈ વગેરે ગામડાઓમાં રાહત કામમાં જઈ આવ્યો હતો પરંતુ આત્માને હજી કામ કર્યાનો સંતોષ થતો ન હતો તેથી રોજ કચ્છી જૈન ભવન પર બપોર પછી આવતો હતો. તા. ૮-૨-૦૧ના સાંજે શ્રી અશોક મહેતાના ખૂબ જ ટૂંકા તથા મુદાસર વાર્તાલાપ પછી ૧ કલાકમાં જ ઘરેથી બે દિવસ રોકાવાના ઈરાદાથી સામાન સાથે ભવન પર પરત ફર્યો. રાત્રે લગભગ ૧૧.૩૦ વાગ્યે હૈદરાબાદથી આવેલ સ્વયંસેવક સાથે ટ્રકમાં બેસી સામખિયાળી જવા રવાના થયો. સવારે ત્યાં પહોંચ્યા બાદ ભાઈ શ્રી બિપિન ગોગરી તથા ભાઈશ્રી પ્રબોધ ગોગરી સાથે આખો દિવસ ત્યાં કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદની કાર્યપદ્ધતિ, ત્યાં પડતી મુશ્કેલીઓ વગેરેની ચર્ચા વિચારણા કરી. અલબત્ત ત્યાં સમાજના વડીલ ટ્રસ્ટી શ્રી હીરજીકાકાનો બહોળો અનુભવ તથા માર્ગદર્શન તો સહાયરૂપ હતા જ. ૧ દિવસ બાદ બિપિનભાઈ તથા પ્રબોધભાઈના ગયા બાદ જ મારી જવાબદારીઓ વધી. ૪૦-૫૦ સ્વયંસેવકોની ટીમને લીડ કરી સમાજના ધ્યેયને સિદ્ધ કરવા આગળ ધપવાનું હતું. તેથી રોજ સવારે વહેલા ઊઠી રોજેરોજનું કાર્ય વ્યવસ્થિત રીતે સોંપાયા બાદ જ આગળ વિચારવાનો સમય મળતો હતો. રોજિંદા જીવન કરતાં કંઈક અલગ જ પ્રકારનું કાર્ય હતું તથા આટલી મોટી ટીમના કેપ્ટન તરીકે જ્યારે તમે કામ કરતા હો ત્યારે તમારી જવાબદારી અનેકગણી વધી જાય છે કેમકે ત્યાં નવદીપ શાહ નહીં પરંતુ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ તરીકે તમારે વર્તવાનું હોય છે તેથી તમારી એક ભૂલ સમાજને આર્થિક ઉપરાંત બીજી રીતે પણ ઘણી જ નુકસાનકારક થઈ શકે. તેથી ખૂબ જ ધીરજ, સંયમ, ખંત, મીઠાશ તથા સારા શ્રોતા બનીને દૂરદૂરથી સેવાના ભાવથી આવેલ ભાઈઓ પાસેથી પ્રેમથી વ્યવસ્થિત તથા યોગ્ય દિશામાં કામ લેવાનું હતું. હા, કદાચ આ જ રીતનું કામ હું ફિલ્મ દિગ્દર્શક તરીકે પણ લેતો હોઉં છું તેથી તે અનુભવ મને ખૂબ જ કામ લાગ્યો.

કચ્છના સૌથી વધારે અસરગ્રસ્ત ભુજ, રાપર, ભચાઉ તથા અંજાર તાલુકાઓના નાના નાના ગામોમાં રોજ સ્વયંસેવકોની ટુકડીઓ રવાના કરવામાં આવતી. ૨-૩ કે ૩-૫ના જૂથમાં આ સ્વયંસેવકો વહેંચાઈ જઈ અલગ અલગ ગામોમાં ઉતરી પડતા. ગામમાં થયેલ

પુવારીની વિગતો, મકાનોની પરિસ્થિતિ, મરણઆંક, ત્યાં શું શું પ્રાથમિક જરૂરિયાત છે? ત્યાં બીજી સંસ્થાઓ શું શું કાર્ય કરે છે? સરકારી સહાય મળે છે કે કેમ? ત્યાં ઈજાગ્રસ્તોની સારવાર કેવી રીતે થાય છે? શું ડોક્ટરની જરૂર છે? - આમ ખૂબજ મહેનત માંગી લે તેવું આ કામ હોય છે. ભૂખ, તરસ ભૂલી જઈ ગામમાં જે કંઈ મળે તે ખાઈ લઈ પોતાના કામમાં સૌનો સાથ - સંગાથ લઈને જરૂરી માહિતી તથા વિગતો એકઠી કરવાની હોય છે. આ માહિતી સરકારી માણસો પાસેથી પણ લેવાની હોય છે પણ મોટા ભાગે તો અસરગ્રસ્તો પાસેથી જ લેવાની હોય છે. ખરેખર જેના કુટુંબના ૩-૫ માણસો દટાઈ ગયા હોય, હજી સુધી મળ્યા ન હોય કે લાશ કાઢવાની બાકી હોય, જેનું મકાન સંપૂર્ણ નાશ પામ્યું હોય ત્યારે તેવા કચ્છી માડુના ખભે હાથ મૂકી તેના આંસુ લૂછી તેના દુઃખમાં શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ પણ તેની સાથે છે તેવો અહેસાસ કરાવી, તેને જોઈતી રાહત સામગ્રી બીજા જ દિવસે પહોંચી જશે તેવો વિશ્વાસ આપવાનો હોય છે. વાંચવામાં જેટલું સહેલું લાગતું કે વાંચીને વિચારતાં જેટલું સહેલું દેખાય તેવું આ કામ નહોતું. અને આ જ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદનું મુખ્ય કામ હતું. ગામના અસરગ્રસ્તોમાંથી કોને કેટલું નુકસાન છે? કોને શું શું આપવું જોઈએ? અને પ્રાથમિકતા કોને મળવી જોઈએ - દરેક જૂથ ગ્રૂપમાં ગયેલા સ્વયંસેવકો આખો દિવસ ગામેગામ ફરી આ માહિતી એકઠી કરતા તથા સાંજે કે મોડી રાત્રે દરેક ટ્રક, છકડો કે સ્કૂટર પાછું આવતું તથા દરેકે દરેક મિત્રો પોતાના જાત અનુભવો રાત્રે ચર્ચતા અને ત્યારે લાગતું કે શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના ટેબલ પર રાત્રે દરેક ગામડું કે દરેક અસરગ્રસ્ત માણસ પોતાની આંખમાં એક સ્વપ્ન લઈને આવતું કે આ સંસ્થા આવી પડેલ આ પરિસ્થિતિમાં આપણને જરૂર કાંઈક મદદ કરશે જ. આપણા સમાજે ક્યારેય અસરગ્રસ્તો હિંદુ છે કે મુસલમાન, શીખ છે કે પારસી, પૈસાદાર છે કે ગરીબ, જૈન છે કે હરિજન એવા કોઈ જ ભેદભાવ વગર આ માહિતી એકત્ર કરાવી. જેનાથી કચ્છમાં શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદની એક જુદા જ પ્રકારની પ્રતિભા ઉપસી.

**દિવસના અંતે બધા જ સ્વયંસેવકોના રિપોર્ટ આવી જતાં બીજા દિવસના કામનો નકશો તથા તેની રૂપરેખા તૈયાર થતી.** અમદાવાદથી આવેલ સ્ટોકમાં પડેલ જીવનજરૂરી ચીજવસ્તુઓ, અનાજ, પાણી વગેરેનો સ્ટોક, આપણી પાસે કેટલાં વાહનો છે, આપણી પાસે કેટલા સ્વયંસેવકો છે તે બધી જ માહિતીઓના આધારે બીજા દિવસે શું શું માલ / જીવનજરૂરી ચીજો ક્યાં ક્યાં મોકલવી તે નક્કી થતું. ઉપરાંત હાજર સ્વયંસેવકોની જુદી જુદી ટીમ બનાવી તેનો લીડર નક્કી

સંત અને સત્યપ્રિય વ્યક્તિનું અપમાન કોઈને પણ ભારે પડી શકે છે.

કરાતો અને તે જ રીતે જુદા જુદા વાહનોના રૂટ તૈયાર થતા. આમ દિવસના અંતે આવતાં રિપોર્ટોના આધારે મોડી રાત સુધી બીજા દિવસના કામકાજનો નકશો તૈયાર થાય અને બીજા દિવસે સવારથી જ ટ્રકોમાં માલ ભરાય. સ્વયંસેવકો તેમાં જવા પોતાની ટીમનાં સભ્યોને એકઠા કરે તથા અમદાવાદથી આવેલ ટ્રકમાંથી જીવનજરૂરી ચીજવસ્તુઓ, તાડપત્રી, ટેન્ટ, પાણી વગેરે ઉતારવાનું કામ ચાલતું. આમ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના કેમ્પમાં રોજ નવો દિવસ નવા ઉમંગ, નવા ઉત્સાહ તથા નવા થનગનાટ, નવા મિત્રો, નવા સ્વયંસેવકો, નવી ઓળખાણો સાથે ઉગતો અને આ જ રીતે આથમતો.

કેમ્પના રોકાણ દરમિયાન સારા - ખરાબ એમ બંને રીતના અનુભવો થયા. પરંતુ સમાજનું કામ કરવાનો ખૂબ જ આનંદ થયો. હા, ત્યાં આનંદ કરવા માટે જવાનું જ ન હતું પરંતુ તમને સોંપાયેલ કામને તમે સારી રીતે અને સાચો ન્યાય આપો ત્યારે આત્માને ખૂબ જ સંતોષ મળતો હોય છે. અને એ જ તો આનંદ છે. આપણો કેમ્પ સામખિયાળી ગામમાં શાંતિધામ - શ્રી કચ્છી વીસા ઓસવાળ જ્ઞાતિના મકાનની બહારના ભાગમાં હતો જે હાઈવેને અડીને જ હતો. તેથી પસાર થતા લગભગ દરેક કચ્છી માડુઓ પાણી પીવાના બહાને પણ આપણા કેમ્પમાં આવતા. સંસ્થાની કામગીરી જોઈને પોતાના મંતવ્યો રજૂ કરતા. ઘણાં સરકારી માણસોને પણ મળવાના પ્રસંગો બનતા અને તેમની સાથેની વાતચીત પરથી લાગતું કે તેઓ પણ આપણી કાર્યપદ્ધતિથી ખૂબ જ પ્રભાવિત હતા. શાંતિધામના ટ્રસ્ટીઓ શ્રી મુરજીબાપા તથા શ્રી પોપટમામા સાથે પણ કામ કરતાં તેમના અનુભવોનો નીચોડ સંસ્થાને ખૂબ જ ઉપયોગી થયો અને તેઓ પણ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદની ભૂકંપ રાહત કેમ્પની કામગીરીથી ખૂબ જ પ્રભાવિત હતા તથા તેમણે ભવિષ્યમાં ગમે તે કામસર શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ માટે પોતાની સંસ્થાના બારણાં ઉઘાડા રાખ્યા છે, જે ભવિષ્યમાં આપણને ખૂબ જ કામ લાગશે. આપણું ધ્યેય ફક્ત જે તે જગ્યાએ રાહત સામગ્રી પહોંચાડી દેવી તેવો ન હતો પરંતુ ખરેખર જેઓ સાચા છે, માંગી શકતા નથી કે ભીડમાં પાછળ ઊભા છે તેમને ટોળામાં કે ભીડમાંથી શોધી કાઢી તેમના ખભે હાથ મૂકી, પ્રેમથી તેમને સધિયારો આપી, દુઃખમાં ભાગીદાર બની, આપણાથી થાય તેટલી મદદ કરવાનો હતો. કેમ્પના રોકાણ દરમિયાન ઘણું બધું શીખવાનું મળ્યું. કુદરતની ભાષા સમજો તો તમે ઘણું બધું શીખી જ શકો. માનવ સેવા એ જ પ્રભુ સેવા છે. તેથી પૈસો ફક્ત મંદિરો કે દેરાસરોમાં રોકાય તેના કરતાં કોઈના આંસુ લૂછી શકવા માટે વપરાય ત્યારે તે યથાર્થ રીતે વપરાયા હોય તેવી લાગણી થાય છે. કચ્છી માડુની ખુમારી શું કહેવાય તે આ રોકાણ દરમિયાન જાણવા મળી. તમારી સામે બેઠેલા માણસના ઘરના ૪ કે ૫ સભ્યો મૃત્યુ પામ્યા હોય તથા ઘર પણ નાશ પામ્યું હોય તે છતાં તે કચ્છી ભગવાનને દોષ આપતો નથી કે તમારી પાસે નથી ભીખ માંગતો પણ ફક્ત એટલું જ કહે છે કે અમે ઊભા તો જાતે જ થઈ જશું પરંતુ થોડો સમય લાગશે. આમ એક કચ્છી હોવાનો ગર્વ થયો!!

હમણાં મને કોઈએ પૂછ્યું કે તારો કયો સ્વયંસેવક BEST હતો? ત્યારે મેં જવાબ આપ્યો કે મારા માટે આખી ટીમના દરેક સભ્યો BEST હતા. શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદે મારા ભાથામાં ઘણા બધા શસ્ત્રો આપ્યા હતા જે દરેકે દરેક મારા માટે એકસરખા જ મહત્વના હતા. ટ્રકનો ડ્રાઈવર પણ જેટલા મહત્વનો હતો તેટલા જ મહત્વનો મારા માટે આપણો રસોઈયો કે મહારાજ હતા. કેમકે આટલી મોટી ફોજમાં કોઈ એક જણાની નાનકડી ભૂલથી આપણું આખું ચક્ર ખોટવાઈ જાય! કે ૨ કલાક પણ સવારે તમે કામમાં મોડા હો તો આખો દિવસ તમારા બધા જ કામમાં તમે મોડા પડો અને ત્યારે તમને દરેકે દરેક વ્યક્તિની કિંમત સમજાય. ટ્રક ભરનાર બિહારનો રણજીત પણ જેટલું મહત્વ ધરાવતો હતો તેટલું જ ચોકીદારના કામનું મહત્વ હોય છે. આમ આખી ટીમમાં દરેકે દરેક મેમ્બરો ખૂબ જ ખંતથી, મહેનતથી તથા પ્રેમ અને શિસ્તથી કામ કરતા હતા જેથી આ આખો યજ્ઞ સારી રીતે પાર પડ્યો.

મારા મતે સામખિયાળી કેમ્પ કરવાથી શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદે ખૂબ જ ઉમદા તથા માનવતાનું કામ કરેલ છે. હું સંસ્થાનો ખૂબ જ આભારી છું કે આવા મહાન કાર્ય માટે તેમણે મારી પસંદગી કરી. મેં ફક્ત તેમના વિશ્વાસને સાચો ઠેરવવાનો નમ્ર પ્રયાસ માત્ર કર્યો છે. હું કેટલો સફળ થયો છું, તે તો માત્ર શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ જ નક્કી કરી શકે પણ એક વાત છે કે સારા આશયથી, સારા કામ માટે તમે તૈયાર થાવ છો ત્યારે ભગવાન પણ તમને સાથ આપે છે.

કચ્છના આવા કપરા દિવસોમાં તેમના જ આંગણે ઊભા રહી, શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદે માનવતાનો એવો ધ્વજ લહેરાવ્યો છે કે જે દૂરદૂરથી આવનાર પણ જોઈ શકે અને ભવિષ્યમાં આવા કોઈ પણ કામમાં જોડાવવા માટે તત્પર થશે જ. **સમાજની કામગીરીથી પ્રેરાઈને તથા સારી અને સાચી કાર્યપદ્ધતિને કારણે કેમ્પમાં મુંબઈ, કાનપુર, ઝેંગલોર, કરાડ વગેરે ઘણા સ્થળોએથી આવતી રાહત સામગ્રીનો સામાન આપણા કેમ્પમાં ઉતારવામાં આવતો. જે બતાવે છે કે દૂર દૂર સુધી શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના કામકાજની નોંધ લેવાઈ રહી છે.**

ફરી એક વખત હું શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદનો મને આવું ઉમદા કામ કરવાની તક આપી, આવા મહાન કામનો એક અંશ બનાવવા બદલ ખૂબ ખૂબ આભારી છું અને ફરી ક્યારે પણ સાદ પડશે ત્યારે હું આવા કે બીજા કામોમાં જોડાવા માટે તૈયાર હોઈશ. આટલા દિવસ આવા કામ માટે મોકલવા માટે હું મારા કુટુંબનો પણ આભારી છું.

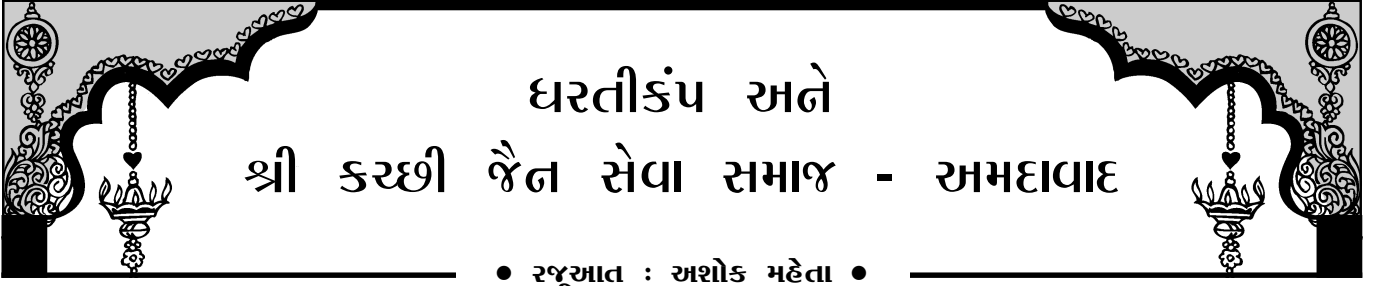
નત મસ્તકે માતૃભૂમિને પ્રણામ.

નવદીપ કે. શાહ

(ડી-૧૨, સુકૃતિ ફ્લેટ્સ, માણેકલાગ સોસાયટી પાસે,  
નહેરુનગર ચાર રસ્તા, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૧૫.  
ફોન : (ઘર) ૬૬૧૨૯૪૬, પેજર : ૯૬૩૨-૪૬૦૦૩૬)

મંગલ મંદિર, એપ્રિલ-૨૦૦૧

જે આળસુ છે તેમના માટે જ ઈશ્વરે આવતીકાલનું નિર્માણ કર્યું છે.



• રજૂઆત : અશોક મહેતા •

હિંદુ પુરાણો, વેદો વગેરે ધાર્મિક ગ્રંથોમાં પૃથ્વીના પ્રલયની વાતો આવતી હોય છે. સાત પાતાળ અને સૂર્યની આસપાસ પૃથ્વી ફરે છે તેવું વેદોમાં સ્પષ્ટપણે જણાવેલ છે.

આ સાત પાતાળ એ પૃથ્વી પરની સાત પ્લેટો (જમીનની પટ્ટીઓ) હોઈ શકે. ભારતીય પ્લેટ, એશિયાટીક પ્લેટ, આફ્રિકન પ્લેટ, અમેરિકન પ્લેટ, પૂર્વ પેસિફિક પ્લેટ, પેસિફિક પ્લેટ અને એન્ટાર્કટિક પ્લેટ તરીકે આ પ્લેટો ઓળખાય છે. આ પ્લેટોની જમીનના પોપડા નીચે ૫ થી ૫૦ કિલોમીટરની ઊંડાઈએ, પૃથ્વીના પેટાળમાં લાવા રસ હોય છે કે જેના પર આ પ્લેટો તરતી હોય છે. આ લાવારસના પ્રવાહો પૃથ્વીના પેટાળમાં સતતપણે ફરતા રહેતા હોય છે. લાવારસના ફરતા રહેવાના કારણે અને તેના પર આ પ્લેટો તરતી રહેવાના કારણે જ્યારે આ પ્લેટો એકબીજાથી ટકરાય ત્યારે ધ્રુજારીઓ અને કંપનો પેદા થાય છે કે જેને આપણે ધરતીકંપ કહીએ છીએ. આ ધરતીકંપ કેટલીક વખત “મહા વિનાશકારી” હોય છે. પૃથ્વીના પ્રલયની જે વાત છે તે આ વિનાશકારી ભૂકંપ હોઈ શકે.

ભગવાન શ્રીરામના ૬૦૦ વર્ષના પૂર્વજ “સાગર” રાજાના સમયમાં સમુદ્ર - અરબ સાગર હિમાલય સુધી હતો કે જે કાળાંતરે ભૂસ્તરીયે ફેરફારોના કારણે દક્ષિણ તરફ સરકતો ગયો અને તે આજની પરિસ્થિતિએ પહોંચેલ છે. ઉપરોક્ત ભૂકંપની પ્રતિક્રિયાનો જ આ ભાગ કહેવાય.

ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે પૃથ્વીના પડની જાડાઈ વિવિધ સ્થળે ૫ થી ૫૦ કિલોમીટર સુધી ઊંડી હોય છે કે જેની નીચે લાવારસના થર સતતપણે ફરતા હોય છે. કચ્છ, સૌરાષ્ટ્ર અને આજુબાજુના સમુદ્ર વિસ્તારમાં આ થરની જાડાઈ માત્ર ૫ થી ૭ કિલોમીટર એટલે કે ખૂબ જ પાતળી હોવાથી આ પ્લેટોના ટકરાવના સમયે અહીં કંપનોની માત્રા ખૂબ જ વધી જાય છે અને ભૂકંપની “મહા વિનાશકારી” અસર આ વિસ્તારમાં વધુ પ્રમાણમાં થાય છે. અહીં ભારતીય પ્લેટ, એશિયન પ્લેટ સાથે ટકરાવમાં આવે છે.

ભૂતકાળમાં ઈ.સ. પૂર્વે ૩,૦૦૦થી ૨૨૮૦ વર્ષના વચ્ચેના ગાળામાં એટલે કે આજથી ૨૨૦૦ વર્ષ અગાઉના સમયગાળામાં વિનાશકારી ભૂકંપ થયેલ કે જેનો ઉલ્લેખ વેદોમાં મળે છે. ગુજરાતના સરદાર, આણંદપર, ભડલી વગેરે વિસ્તારો કે જે એક સમયે સમુદ્રની અંદર ગરક હતા તે ઊંચકાઈ આવીને સમુદ્રની સપાટીથી ૩૬૦ મીટર ઊંચા આવી ગયા છે. આ વિસ્તારો સમુદ્રની અંદર

હતા તેવા અનેક પુરાવા આજે પણ મળી રહે છે.

કચ્છના ભૂતકાળમાં બાર જેટલા મહાનગરો દટાયેલા હોવાનું ઈસરોના ગુજરાતના વિજ્ઞાનીઓએ ઉપગ્રહ મારફતે તાજેતરમાં શોધી કાઢેલું છે.

કચ્છના મોટા રણનો અત્યારનો પ્રદેશ એક સમયે સમ સિંધુનો પ્રદેશ કહેવાતો. એ સમયે સિંધુ, સરસ્વતી, જેલમ, બિયાસ અને સતલજ નદીના નીર અહીંથી પસાર થઈને છેક ખંભાતના અખાતમાં ઠલવાતા. બારમી સદીના મહાપ્રલયકારી ભૂકંપે આ વિસ્તારનો સિનેરીયો સંપૂર્ણપણે બદલી નાંખ્યો. આ નદીઓના પાણી ખંભાતના અખાતમાં ઠલવાતા બંધ થયા. સરસ્વતી નદી લુપ્ત થઈ ગઈ. સિંધુ નદીના વહેણ લગભગ ૩૦૦થી ૪૦૦ કિલોમીટર પશ્ચિમ તરફ ખસી ગયા. તેના પાણીની એક શાખા માત્ર કચ્છની પશ્ચિમે આવેલ કોરી કીકમાં મળવા લાગી, કે જેના કારણે લખપત તરફનો વિસ્તાર ઓછા-વત્તા અંશે સમૃદ્ધ રહી શક્યો.

સને ૧૮૧૯ના ભૂકંપે પણ તેવોજ વિનાશ વેર્યો. તા. ૧૬ જૂન, ૧૮૧૯ના સાંજે ૬.૩૦ વાગે પવનની સખત આંધી ઉપડી અને જમીનમાંથી ગડગડાટીના મોટા અવાજો આવવા લાગ્યા. ધરતી વિનાશક રીતે ધ્રુજવા લાગી. આ ભૂકંપ ૮ રિક્ટરનો હતો. સિંધુ નદીની એક શાખા કે જે કોરી કીકમાંથી લખપત તરફ આવતી હતી તે જમીનનો અમુક ભાગ ઊંચો આવી જવાથી, આ તરફ આવતી બંધ થઈ ગઈ. જમીનનો સારો એવો પહોળો વિસ્તાર ૪ કિલોમીટરની લાંબી પટ્ટીમાં ૧૮ ફુટ ઊંચો ચડી આવી ભૂશિર બની ગયો. આ એક બંધ બની ગયો કે જે “અલ્લાહના બંધ” તરીકે જાણીતો થયો. સિંધુ નદીના વહેણ આ તરફ આવતા સંપૂર્ણપણે બંધ થયા. કાળાંતરે સમગ્ર પ્રદેશ સૂકો થઈ ગયો. આજ ધરતીકંપના કારણે કચ્છની કોરી નદી પર આવેલ સિંધડીનો પુરાણો કિલ્લો અને પુરાણું બંદર જમીનના પેટાળમાં ગરક થઈ ગયા. મૂળ જમીનની સપાટીથી સિંધડી બંદર તથા તેની આજુબાજુના અનેક ચોરસ મીટરના વિસ્તાર ૧૨ ફુટથી ૧૫ ફુટ નીચે આવી જતાં, તેના પર સમુદ્રના ખારા પાણી ફરી વળ્યા અને આ પ્રદેશ સમુદ્રમાં ગરક થઈ ગયો. અહીં રહેતી માનવ વસતિની કાળના થપાટમાં શું પરિસ્થિતિ થઈ હશે તે આપણે સારી રીતે કલ્પી શકીએ છીએ.

૧૮૧૯ના આજ ભૂકંપના કારણે ભુજમાં ૭૦૦ મકાનો પડી ગયા અને ૧૨૦૦ લોકોના મૃત્યુ થયા. તે સમયની ઓછી વસતિના

અન્યની નિંદા-ટીકા કરનાર પોતાના આત્માને નિરર્થક પાપથી બાંધે છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

પ્રમાણમાં આ જાનહાનિ ઘણી જ કહેવાય. અંજાર, માંડવી, લખપત, ભયાઉ વગેરે અનેક વિસ્તારોમાં પારાવાર નુકસાની તેમજ જાનહાનિ થયેલ હતી.

૧૯૫૬ના ભૂકંપે પણ તેવી જ તારાજી સર્જી. આ ભૂકંપની અસર અંજાર શહેર અને તેની આજુબાજુના વિસ્તારો પર સવિશેષ રહી. ભયાઉ વિસ્તારમાં પણ આ ભૂકંપે સારી એવી તારાજી સર્જી.

ત્યારબાદ આવ્યો એકવીસમી સદીના ભારતના પ્રથમ પ્રજાસત્તાક દિને આવેલો ભૂકંપ. તા. ૨૬મી જાન્યુઆરી, ૨૦૦૧ના દિવસે સવારમાં ૮.૪૩ વાગ્યે આવેલ ભૂકંપ લગભગ ૧૧૦ સેકન્ડ સુધી એટલે કે ૧૧૧ (પોણા બે મિનિટ) લગી ચાલેલ. આ ભૂકંપની સમગ્ર ગુજરાતની આંકડાકીય માહિતી ઉપર આપણે એક નજર નાંખીએ :

- રીયર સ્કેલનો અંક : ૬.૯ (વિવાદાસ્પદ છે)
- ભૂકંપનું કેન્દ્ર બિંદુ : ૨૩.૩ ઉત્તર અક્ષાંસ અને ૬૯.૮ પૂર્વ અક્ષાંસ
- ભુજથી ૨૦ કિ.મી. દૂર - ઉત્તર પૂર્વ દિશામાં - લોડાઈ ગામ પાસે.
- ભૂકંપની અસર : લગભગ ૧૫૦૦ કિલોમીટરની ત્રિજ્યામાં
- અસરગ્રસ્ત તાલુકાની સંખ્યા : ૧૮૧
- અસરગ્રસ્ત ગામોની સંખ્યા : ૭,૬૩૩
- અસરગ્રસ્ત વસ્તી : ૩,૭૮,૦૦,૦૦૦
- માનવ મૃત્યુ : ૧૯,૯૦૪ (કદાચ તેનાથી વધુ પણ હોઈ શકે)
- પશુ મૃત્યુ : ૨૧,૨૫૮
- સંપૂર્ણ નાશ પામેલ મકાન : ૧,૭૧,૬૨૨
- સંપૂર્ણ નાશ પામેલ કાચા મકાન : ૧,૬૭,૦૩૫
- અંશત: નાશ પામેલ મકાન : ૪,૮૮,૨૮૮
- અંશત: નાશ પામેલ કાચા મકાન : ૩,૪૫,૭૩૨

આ ભૂકંપની માત્ર કચ્છને લગતી આંકડાકીય માહિતી પર પણ એક નજર નાંખી લઈએ.

કચ્છના ગામડામાં થયેલ મૃત્યુ : ૫૭૨૬

#### કચ્છના છ શહેરોમાં થયેલ મૃત્યુ

ભુજ	:	૨૩૬૦
અંજાર	:	૧૫૫૭
ભયાઉ	:	૧૪૮૦
ગાંધીધામ	:	૭૩૭
રાપર	:	૯૯
માંડવી	:	૧૬

કચ્છમાં થયેલ કુલ મૃત્યુ : ૧૧,૯૭૫

સંપૂર્ણ નાશ પામેલ પાકા મકાનોની સંખ્યા : ૩૩,૮૦૦

જોખમી રીતે નુકસાન પામ્યા હોય અને પાછળથી બુલડોઝરથી અથવા બ્લાસ્ટિંગથી તોડી પડાયેલ હોય તેવા અંદાજિત મકાનો : ૧૦,૦૦૦

જો કે આ ભૂકંપના કારણે પ્રદેશની રચનામાં ખાસ કોઈ મોટા તફાવત પડ્યા નથી તેમ છતાં ઉપરની આંકડાકીય માહિતી જોતાં આ ભૂકંપને ચોક્કસપણે મહાવિનાશકારી ભૂકંપમાં ગણી શકાય.

કાળાંતરે આવા બનાવ તો બનતા જ રહે છે અને છેક આદિ કાળથી માનવ આવા પ્રકોપોનો અને આપત્તિઓનો સામનો કરતો આવેલ છે, પરંતુ જેમ જેમ વિજ્ઞાન આજના આધુનિક જમાનામાં વિકાસ પામતું જાય છે તેમ તેમ આવા વિનાશોનો સામનો કરવાની સજ્જતા પણ વિકસતી જાય છે.

આ ભૂકંપની વાત કરીએ તો તે અણચિંતવ્યું આવ્યું છે તેમ તો આ વિષયના નિષ્ણાતો માટે તો ના જ કહેવાય. કચ્છના આ ભૂકંપ પહેલાં ભાવનગરમાં ભૂકંપના અનેક આંચકાઓ આવેલ હતા. આ આંચકાઓથી ચેતી જઈ ગુજરાત સરકારે તથા ડિઝાસ્ટર મિટિગેશન ઈન્સ્ટિટ્યૂટ પૂરતી તકેદારી રાખવી જોઈતી હતી અને લોકોને ચેતવવા જોઈતા હતા, તેમજ સરકારી તંત્રને પણ સાબૂત રાખવું જોઈતું હતું પરંતુ આપણા સૌના કમનસીબે તે થઈ શકેલ નથી. ગુજરાત સરકારનું સમગ્ર તંત્ર ભૂકંપનો સામનો કરવા બિલકુલ સજ્જ નહોતું.

આવા વિનાશકારી પ્રસંગે સંદેશા વ્યવહાર ખૂબ અગત્યનું સ્થાન ભજવે છે. યોગ્ય સંદેશાની આપ-લે ના થઈ શકે તો રાહત સામગ્રી પહોંચાડવામાં પુષ્કળ વિલંબ થાય છે. દુર્ઘટના પછીના ૪૮ કલાક બહુ જ અગત્યના હોય છે. આ ભૂકંપની દુર્ઘટના બન્યા પછી છ કલાકે તો આ ભૂકંપનું કેન્દ્ર બિંદુ ભુજ પાસે છે તેની જાણ થઈ અને ૧૬ કલાક પછી આ ભૂકંપે કચ્છમાં તીવ્રતમ વિનાશ વેર્યો છે તેની જાણ કચ્છના કલેક્ટર તરફથી રાજ્ય સરકારને પહોંચી. કચ્છના ગામડાઓની જાણ તો કેટલાયે કલાકો પછી મળી. આ પરિસ્થિતિમાં આ બધા સ્થળે ત્વરિત મદદ પહોંચે કઈ રીતે?

ઉપરોક્ત હકીકતની જાણ થયા બાદ ટી.વી.ના પ્રસારણ માધ્યમે (ખાનગી ક્ષેત્ર) સારી એવી સેવા બજાવી અને આ બાબતને ટી.વી.ની દરેક ચેનલે પ્રાધાન્ય આપી તેની રજેરજની માહિતી દિવસના લગભગ ૨૪ કલાકના હિસાબે દિવસો સુધી પ્રસારિત કરવાનું ચાલુ રાખ્યું. વર્તમાન પત્રના માધ્યમે (આ પણ ખાનગી ક્ષેત્ર) પણ સારી એવી સેવા બજાવી. તેઓ ભૂકંપના કારણે થયેલ નુકસાનીના ફોટા સહિતના સમાચાર દિવસો સુધી છાપતા રહ્યા. પરિણામ એ આવ્યું કે માત્ર ગુજરાત કે ભારત માત્ર નહીં પરંતુ સમગ્ર દુનિયામાં આ પ્રશ્ને અનુકંપા જાગી ઊઠી અને સમગ્ર દુનિયાએ દાનનો ધોધ ગુજરાત અને તેમાંયે વિશેષરૂપે કચ્છ તરફ વહેવડાવવાનો ચાલુ કરી દીધો. દરેક સ્થળના મંડળ, સમાજ, મહાજન, સામાજિક સંસ્થા, વ્યાપારી સંસ્થા તેમજ વૈયક્તિક રીતે ખાદ્ય સામગ્રી, ફુડ પેકેટ્સ, ખાદ્ય તેલ, મિલ્ક પાવડર,

કોઈની તમારી ઉપર નજર ના હોય ત્યારે જ પૂરેપૂરી નિષ્ઠાથી કાર્ય કરવું એનું નામ ક્વોલિટી.

જીવન જરૂરિયાતની ચીજવસ્તુઓ, અનાજ, પાણીના પાઉચ, કપડાં, ધાબળા, તબીબી સહાય, દવાઓ, તંબુઓ, જરૂરી વાસણો, વગેરેનો ધોધ વહેવડાવી દીધો. કચ્છ તરફ ઉપરોક્ત માલ ભરેલી ટ્રકોની વણઝાર લાગી ગઈ. આ કટોકટીના સમયે સામાજિક સંસ્થાઓ બહાર આવી અને ઝડપભેર પોતાની કામગીરીનો આરંભ કરી દીધો. ખાનગી ક્ષેત્રે અણકલ્પ્યા કાર્યની સારી એવી જવાબદારી ઉપાડી લીધી.

જ્યારે દુનિયાભરની સામાજિક સંસ્થાઓ અનુકંપાના આ ક્ષેત્રે કાર્યરત થઈ ગયેલ હતી ત્યારે કચ્છી માડુની પોતાની સંસ્થા - શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ આ પ્રશ્ને પાછળ પડે તે તો શક્ય જ ના બને. આ સંસ્થા પણ મા-ભોમ કચ્છ પર આવી પડેલ આફતના નિવારણ કાજે પોતાની જવાબદારી તેમજ ફરજ સમજી ત્વરિતપણે કામે લાગી ગઈ.

ભૂકંપના દિવસે એટલે કે તા. ૨૬-૧-૦૧ના સાંજે જ કેટલાક ટ્રસ્ટીઓ તથા કાર્યકરો મળ્યા અને જરૂરી કાર્યવાહીની શરૂઆત કરી દીધી. તા. ૨૭-૧-૦૧ના ટ્રસ્ટ મંડળની મિટિંગ બોલાવી, ત્વરિત નિર્ણયો લેવાયા અને તા. ૨૮-૧-૦૧થી રાહતની કામગીરી શરૂ કરી દેવામાં આવી. તા. ૨૮-૧-૦૧ના ૪ ટ્રકો જરૂરી ખાદ્ય સામગ્રી, પાણીના પાઉચ તથા કેરબા વગેરે લઈ કચ્છ તરફ રવાના થઈ ગઈ. સાથે સાથે સ્વયંસેવક ગ્રૂપ તથા ડોક્ટરોને આ ટ્રકોમાં મોકલવામાં આવ્યા. જરૂરિયાતવાળી જગ્યાએ આ સામગ્રી પહોંચાડવામાં આવી અને ત્યાંના ઈજાગ્રસ્ત લોકોને પ્રાથમિક સારવાર આપી, આ જ ટ્રકમાં વળતા અમદાવાદ લાવવામાં આવ્યા. પાલડી ખાતેના શ્રી કચ્છી જૈન ભવનના સાંસ્કૃતિક કેન્દ્રમાં હંગામી ધોરણે એક હોસ્પિટલ ચાલુ કરી દઈ, આ દર્દીઓને અહીં સારવાર અર્થે દાખલ કરવામાં આવ્યા. આ હોસ્પિટલ ચલાવવામાં વિશ્વ ગુજરાતી સમાજનો સહયોગ પૂર્ણપણે સાંપડી રહ્યો.

બીજા તબક્કામાં તંબુ, ધાબળા, વાસણોની કિટ્સ, લોટ, મસાલા, ચા, દૂધ, ખાંડ વગેરે મોકલવાનું ચાલુ કરી દેવામાં આવ્યું. કચ્છમાં અનેક લોકોના મૃત્યુ થયેલ હોવાથી, શબને જલાવવા ત્યાં લાકડાં પણ ખૂટી ગયાની બૂમ આવવાથી લાકડાં ભરેલી ટ્રકો પણ મોકલવાનું ચાલુ કરી દેવામાં આવ્યું. દરેક ટ્રકમાં સ્વયંસેવકોની ટુકડી મોકલવામાં આવતી અને તેઓ દૂરના ગામડાઓમાં જઈ, ઘરે ઘરે ફરી, જરૂરિયાતવાળા લોકોને જરૂરી સામગ્રીઓ પહોંચાડતા રહ્યા.

ત્યારબાદ તા. ૫-૨-૦૧ના દિવસથી સામખિયાળી ખાતે શાંતિધામ પર એક બેઝ કેમ્પ ચાલુ કરી દેવામાં આવ્યો કે જ્યાં પ્રથમ બધી સામગ્રીઓ એકત્રિત કરવામાં આવતી અને ત્યાંથી જરૂરિયાત મુજબના ગામડાઓમાં આ સામગ્રીઓ નાના ટેમ્પો દ્વારા વિતરણ કરવા માટે મોકલી આપવામાં આવતી. અહીં ૪૦થી ૫૦ સ્વયંસેવકોની ફોજ અને ટ્રક, ટેમ્પા, સ્કૂટર વગેરેની સુવિધા પૂરી પાડવામાં આવી.

સ્વયંસેવકો પ્રથમ દૂર દૂરના ગામડામાં સર્વે કરવા જતાં અને

ત્યારબાદ ત્યાંની નોંધ મુજબ બીજા દિવસે જે તે વ્યક્તિઓનો અંગત સંપર્ક સાધી, બધી સામગ્રીઓ પહોંચતી કરવામાં આવતી.

ફેબ્રુઆરી ૨૦૦૧ના અંત સુધીમાં અમદાવાદથી ડાયરેક્ટ નીચેના ગામડાઓમાં જીવન જરૂરિયાતની વસ્તુઓ, તંબુઓ, ખાદ્ય સામગ્રી વગેરે પહોંચાડવામાં આવ્યા :

માંડવી તાલુકાના ગામો	-	૨૭
મુંદ્રા તાલુકાના ગામો	-	૧૨
અબડાસા તાલુકાના ગામો	-	૧૩
રાપર તાલુકાના ગામો	-	૨૬
ભયાઉ તાલુકાના ગામો	-	૧૪
ભુજ તાલુકાના ગામો	-	૯
નખત્રાણા તાલુકાના ગામો	-	૪
અંજાર તાલુકાના ગામો	-	૧૧
લખપત તાલુકાના ગામો	-	૭
સુરેન્દ્રનગર જિલ્લાના ગામો	-	૧૯
<b>કુલ</b>		<b>૧૪૨ ગામ</b>

આ સિવાય સામખિયાળી પરના બેઝ કેમ્પ પરથી કચ્છના દસેય તાલુકાના લગભગ અન્ય ૨૫૦ ગામોમાં આ સામગ્રી પહોંચતી કરવામાં આવેલ હતી. આ રીતે ગણતરી કરીએ તો શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદે કચ્છના લગભગ ૪૦૦ ગામોમાં આ સામગ્રી પહોંચતી કરેલ હતી. આ કાર્યવાહી અદ્વિતીય ગણાય.

સામખિયાળીના બેઝ કેમ્પ પર ભારતભરના શહેરો જેવાં કે મુંબઈ, નાસિક, કાનપુર, બેંગલોર, જયપુર, કલકત્તા, રાયપુર, રાઉરકેલા વગેરે અનેક સ્થળોએથી જીવન જરૂરિયાતની વસ્તુઓ વગેરે આવેલ અને જરૂરિયાત મુજબના ગામડાઓમાં તથા જરૂરિયાતવાળા કુટુંબોને આ વસ્તુઓનું વિતરણ કરવામાં આવેલ.

આ સમયે નીચે મુજબના સ્વયંસેવકોએ રાત-દિવસ જોયા વગર પૂરતી જાત મજૂરી કરી પૂર્ણ સમયે સાથે રહી આપદગ્રસ્તોની સેવા કરેલ હતી.

- અમદાવાદના વિવિધ વિસ્તારોમાંથી આવેલ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજના તથા અન્ય સ્વયંસેવકો ૯૬
- આર્ય સમાજ સ્કૂલ, ભોપાલથી આવેલ સ્વયંસેવકો ૩૪
- આર્મી કેન્ટોનમેન્ટ યુથ તરફથી આવેલ સ્વયંસેવકો ૨૦
- વિશ્વ ગુજરાતી સમાજ - અમદાવાદ તરફથી આવેલ સ્વયંસેવકો ૧૦

**કુલ** **૧૬૦**

“હું દિલગીર છું” “સોરી” એટલું બોલતાં ક્યારેય ખચકાટ ન અનુભવો.

આ સ્વયંસેવકો પાસેથી વિવિધ કામો લેવાના આયોજનની જવાબદારી શ્રી હીરેન કુંવરજી શાહે સંભાળેલ હતી.

વિવિધ વસ્તુઓના “સ્વીકાર કાઉન્ટર”ની જવાબદારી શ્રી ભાઈલાલ કાનજી પટેલ, શ્રી બાબુભાઈ ખેતશી મહેતા, શ્રી હીરેન અમૃતલાલ પોલડિયા, શ્રી કિરીટ પ્રેમજી નંદુ, શ્રી કલ્યાણજીભાઈ પટેલ વગેરેએ સંભાળેલ હતી.

વિના મૂલ્યે ટ્રકો મેળવવાની અને અસરગ્રસ્ત વિસ્તારોમાં રાહત સામગ્રી પહોંચાડવાની જવાબદારી શ્રી વીરેન્દ્ર રાઘવજી લોડાયા તથા શ્રી મુકેશ મુળજી લાલકાએ સંભાળેલ હતી.

મેડિકલ સારવાર વિભાગમાં “વિશ્વ ગુજરાતી સમાજ”નો સહયોગ સાંપડેલ હતો. વિશ્વ ગુજરાતી સમાજના પ્રમુખ શ્રી કૃષ્ણકાંત વખારિયાએ બરાબર સંપર્ક જાળવી રાખેલ હતો. ડૉ. હર્ષદ મહેતા તેમના તરફથી સારવાર અર્થે સેવા આપી રહ્યા હતા.

શ્રી કચ્છી જૈન ભવનના સાંસ્કૃતિક કેન્દ્રમાં હંગામી ધોરણે ઊભી કરેલ હોસ્પિટલની જવાબદારી ડૉ. હિતેન્દ્ર મોહનલાલ શાહ તથા શ્રી અશ્વિન હીરજી સાવલાએ સંભાળી લીધેલ હતી.

શ્રી કચ્છી જૈન ભક્તિ મંડળની તથા શ્રી કચ્છી મહિલા સમાજની બહેનોએ અનાજ વગેરે સાફ કરવામાં તથા મોટા પેકિંગમાં આવેલ સામગ્રીને નાના પેકિંગમાં તૈયાર કરવા માટેની સતતપણે સેવા આપેલ હતી.

દરરોજ ૨૦૦થી વધુ વ્યક્તિ અહીંના રસોડે જમતી હોવાથી, રસોઈ બનાવવાની જવાબદારી કુમુદ ટ્રાવેલ્સવાળા શ્રી પ્રતીક રસિકલાલ શાહે સંભાળી લીધી હતી, જ્યારે આ વિભાગમાં જમાડવા વગેરેની વ્યવસ્થા કરવા તથા મેડિકલ વિભાગમાં સ્વયંસેવિકા તરીકે સેવા આપવા કુ. રાજુલ કાંતિલાલ કુરિયા, કુ. નેહલ ઠાકોરભાઈ શાહ તથા અન્ય બહેનો કાર્યરત હતી.

દરેક વિભાગની કામગીરીની વિવિધ ચેનલો દ્વારા પ્રસારણની જવાબદારી શ્રીમતી ફાલ્ગુની હીરેન શાહે સંભાળી લીધેલ હતી.

શરૂના મુખ્ય ડોનેશન્સ નવનીત પરિવાર, વિસત ઓટોમોબાઈલ્સ પરિવાર, ગઢેચા પરિવાર, શ્રી બિપિનભાઈ કાનજીભાઈ રવજી (નાની ખાખરવાલા) ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ તથા અન્ય લોકો તરફથી સાંપડેલ હતા કે જેના કારણે આ પ્રવૃત્તિઓ ચાલુ કરી શકાઈ અને તેને પૂર્ણપણે ગતિમાં લાવી શકાઈ.

શાંતિધામ - સામખિયાળી ખાતેના બેઝ કેમ્પની જવાબદારી શ્રી હીરજી પાસુ શાહ, શ્રી બિપેન્દ્ર મેઘજી ગોગરી, શ્રી નવદીપ કુંવરજી શાહ, શ્રી પ્રફુલ શામજી ધરમશી તથા શ્રી જયંતીલાલ સાકરચંદ મહેતા વગેરેએ સંભાળી લીધેલ હતી. આ બેઝ કેમ્પ પર મંડપ વગેરેની વિનામૂલ્યે વ્યવસ્થા શણગાર ડેકોર પ્રા.લિ.ના શ્રી સમીરભાઈ તથા શ્રી મોલિકભાઈ તરફથી કરવામાં આવેલ હતી.

સમાજના ટ્રસ્ટીઓ તથા કાર્યકરો શ્રી પ્રતાપ નારાણજી દંડ, શ્રી નવીન નાનજી પોલડિયા, શ્રી કાંતિલાલ વેલજી સાવલા, શ્રી

શાંતિલાલ મુળજી સાવલા, નવનીત પરિવારના સભ્યો શ્રી છોટુભાઈ, શ્રી શાંતિભાઈ, શ્રી રાજુભાઈ વગેરે, શ્રી મગનલાલ મોતીચંદ સંઘવી, શ્રી નરેન્દ્ર છગનલાલ શાહ, શ્રી મુળજી નરશી લોડાયા, શ્રી નીતિન ધનજી ગાલા, શ્રી બાબુભાઈ કેશવજી શાહ, શ્રી અમૃતલાલ પોપટલાલ સંઘવી, શ્રી ખુશાલ પોપટલાલ સંઘવી, વગેરેએ સતતપણે આ પ્રવૃત્તિઓ પર દેખરેખ રાખેલ હતી.

શ્રી ઘનશ્યામ પ્રેમજી ઠક્કર, શ્રી લક્ષ્મીદાસભાઈ ઠક્કર, શ્રી હરીશ રણજિત રંગવાલા, શ્રી દિલીપ રામજી પટેલ વગેરે કાર્યકરોનો પણ સારો એવો સહયોગ સાંપડેલ હતો.

સમગ્ર રાહત કાર્યના સંકલનની જવાબદારી ડૉ. ચંદ્રકાંત કાનજી દેઢિયા તથા શ્રી અશોકભાઈ મહેતાએ સંભાળેલ હતી.

આ રાહતકાર્યનો પ્રથમ તબક્કો ખાઘ પદાર્થો, વાસણોની કિટ્સ, કપડાં, ધાબળા તેમજ જીવન જરૂરિયાતની અન્ય સામગ્રીઓ પહોંચાડવાનો હતો.

દ્વિતીય તબક્કામાં રહેવા માટે તંબુ, ઘરવખરીનો સામાન વગેરે મોકલી લોકોને હંગામી ધોરણે સ્થિર કરવા માટે કોશિશ કરવાનો હતો.

ઉપરોક્ત બંને તબક્કા પૂરા થતાં, શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદે ત્રીજા તબક્કાના કાર્યની શરૂઆત કરી. આ તબક્કામાં પ્રિ-ફેબ્રિકેટેડ મકાનો બનાવી, કચ્છના વિવિધ ગામડાઓમાં આ મકાનો ઊભા કરી, જ્યાં લગી પાકા મકાન તૈયાર ન થાય ત્યાં લગી એટલે કે વર્ષ - બે વર્ષ માટે રહેવાની સુવિધા પૂરી પાડવાનો હતો.

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદે નીચેના સ્થળોએ હંગામી આવાસો ઊભા કરેલ હતા :

૧. લાકડિયા (ભચાઉ)	૬૦ આવાસ
૨. બાંઢિયા (અબડાસા)	૨૫ આવાસ
૩. ભુજ શહેર	૧૩ આવાસ
૪. તેરા (અબડાસા)	૧૨ આવાસ
૫. શેરડી (માંડવી)	૧૦ આવાસ
૬. માંડવી દેરાસરના કમ્પાઉન્ડમાં (ત્યાંના પૂજારી માટે)	૧ આવાસ
૭. સારસ્વતમ્ સ્કૂલના શિક્ષકો માટે રામાણિયા (મુંદ્રા)	૮ આવાસ
છસરા (મુંદ્રા)	૭ આવાસ
ગુંદાલા (મુંદ્રા)	૭ આવાસ
કોટડા રોહા (અબડાસા)	૭ આવાસ
કોટડી મહાદેવપુરી (માંડવી)	૭ આવાસ
<b>કુલ</b>	<b>૧૫૮ આવાસ</b>

આ સિવાય નીચે મુજબના પાકા આવાસો પણ આ સમાજે

“મારાથી ભૂલ થઈ ગઈ” એવું કહેતા અચકાવ નહિ.

## તૈયાર કરાવેલ હતા :

નાગ્રેયા (માંડવી)	૩૫ મકાન
કુવાપધર (અબડાસા)	૨૦ મકાન
મોરજર (નાખત્રાણા)	૧૦ મકાન
કોઠારા (અબડાસા)	૧ મકાન
<b>કુલ</b>	<b>૬૬ મકાન</b>

ચોથા તબક્કામાં આ સમાજે કચ્છની વિવિધ સંસ્થાઓને તેમના દવાખાના, સ્કૂલ, રહેવા માટેના પાકા મકાન વગેરે તૈયાર કરવા અંદાજિત રૂા. એક કરોડથી વધુ રકમના અનુદાન મોકલી આપેલ હતા કે જેમાંની કેટલીક વિગતો નીચે મુજબ છે :

	(રૂા.)
૧. અંજાર જૈન ભૂકંપ રાહત પીડિત સમિતિ - અંજાર	૪૦,૮૬,૫૦૦/-
૨. સારસ્વતમ્ સંસ્થાની બાડા, ગુંદાલા તથા કોડાય ગામની શાળાઓ માટે	૧૦,૮૭,૦૦૦/-
૩. શ્રી કલ્યાણજી ઠાકરશી એન્ડ સન્સ જૈન વિદ્યાનિકેતન - ગોધરા	૭,૫૦,૦૦૦/-
૪. શ્રી કોઠારા સાર્વજનિક દવાખાના ટ્રસ્ટ - કોઠારા	૬,૫૦,૦૦૦/-
૫. શ્રી મહાવીર ભૂકંપ રાહત સમિતિ- ભુજ	૩,૦૦,૦૦૦/-
૬. શ્રી ગાંધીધામ જૈન સેવા સમિતિ - ગાંધીધામ	૩,૦૦,૦૦૦/-
૭. શ્રી ભુજ ભાનુશાળી મહાજન - ભુજ	૩,૦૦,૦૦૦/-
૮. શ્રી ક.દ.ઓ. જૈન મહાજન - કચ્છ એકમ	૩,૦૦,૦૦૦/-
૯. શ્રી ભચાઉ જૈન શ્વેતાંબર મૂર્તિપૂજક મહાજન - ભચાઉ	૩,૦૦,૦૦૦/-
૧૦. નાની તુંબડી ગામના દવાખાના માટે - નાની તુંબડી	૨,૫૧,૦૦૦/-
૧૧. નાની તુંબડી ગામની લાઈબ્રેરીના કામ માટે - નાની તુંબડી	૨,૦૦,૦૦૦/-
૧૨. બાંઢિયા સાર્વજનિક આરોગ્ય ટ્રસ્ટના બાંધકામ માટે - બાંઢિયા	૨,૫૦,૦૦૦/-
૧૩. શેરડી ગામની પ્રાથમિક શાળાના કામ માટે - શેરડી	૨,૦૦,૦૦૦/-
૧૪. સર્વ સેવા સંઘ - ભુજ	૧,૫૦,૦૦૦/-
૧૫. શ્રી ભોજાય ટ્રસ્ટ - ભોજાય	૧,૦૦,૦૦૦/-
૧૬. શ્રી ક.વી.ઓ. જૈન સમાજ - ભુજ	૧,૦૦,૦૦૦/-
૧૭. શ્રી લાયજા મોટા ગ્રામ વિકાસ સમિતિ - લાયજા	૧,૦૦,૦૦૦/-
૧૮. વિવિધ ગામોની ૫૧ વ્યક્તિઓને વ્યક્તિગત સહાય	૬,૯૦,૦૦૦/-
<b>કુલ</b>	<b>૧,૦૧,૧૪,૫૦૦/-</b>

ઉપરોક્ત કાર્યો કરવા શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદને નીચે મુજબની કિંમતના માલ-સામાન તથા ડોનેશન્સ પ્રાપ્ત થયેલ હતા :

૧. વિવિધ ખાદ્ય પદાર્થો, તંબુ, જીવન જરૂરિયાતનાં સાધનો, દવાઓ, ધાબળા, ચાદર, કપડાં વગેરે	અંદાજિત રૂા.	૧.૦૦ કરોડ
૨. વિવિધ વ્યક્તિઓ તથા સંસ્થાઓ તરફથી આવેલ ડોનેશન્સ	રૂા.	૧.૮૯ કરોડ

ભારત બહારથી સમાજને રૂા. ૧.૦૦ લાખથી વધુ રકમના મળેલ ડોનેશનની વિગતો

	(રૂા.)
૧. જૈન એસોસિએશન ઓફ સધર્ન કેલીફોર્નિયા (અમેરિકા) (શ્રી રશ્મિકાંત નટવરલાલ શાહના પ્રયત્નોથી)	૫૮,૦૬,૦૦૦/-
૨. વર્લ્ડ વોટર ફોર ઓલ - મેરીલેન્ડ (અમેરિકા) (ડૉ. બીના અનિલ શાહ પરિવારના પ્રયત્નોથી)	૨૭,૮૭,૦૦૦/-

‘મને ખબર નથી’ એમ કહેતાં સંકોચ ન અનુભવો.



૩. મે. સ્વસ્તિક ટેક્સટાઈલ એન્જિનિયરિંગ પ્રા. લિ. (ઈજિપ્ત)	૨,૨૯,૦૭૪/-
૪. શ્રીમતી શિલ્પા રાઘવન (મલેશિયા)	૧,૨૦,૪૮૨/-
૫. શ્રી રશ્મિકાંત નટવરલાલ શાહ (અમેરિકા)	૧,૦૦,૦૦૧/-
૬. શ્રી સવર્ણ હિંદુ સમાજ - શ્રી સી.ડી. શર્મા (સાઉથ આફ્રિકા)	૧,૦૦,૦૦૦/-
૭. ડા. ૧.૦ લાખથી ઓછી રકમની અન્ય વ્યક્તિઓની આવેલ કુલ વિદેશી સહાય (બહેરીન, અમેરિકા, જર્મની, સાઉથ આફ્રિકા વગેરે દેશોમાંથી)	૨,૬૭,૧૮૫/-
<b>કુલ વિદેશી સહાય</b>	<b>૮૪,૦૯,૭૫૨/-</b>

ભારતભરમાંથી જ્યાંથી ડા. ૧ લાખ કે તેથી વધુ રકમના ડોનેશન્સ પ્રાપ્ત થયા તેની વિગત :

૧. ધી ગુજરાત અર્થકવેક રિલીફ કમિટી	રાઉરકેલા	૭,૪૦,૦૦૦/-
૨. મે. જી. એમ. પેન્સ ઈન્ટરનેશનલ પ્રા.લી.	ચેન્નાઈ	૬,૧૦,૬૭૬/-
૩. શ્રી નવનીત પબ્લિકેશન્સ	અમદાવાદ	૫,૦૦,૦૦૦/-
૪. શ્રી ગુજરાતી સમાજ અર્થકવેક રિલીફ ફંડ	નાગપુર	૨,૪૩,૦૦૦/-
૫. શ્રી બિપિનચંદ્ર કાનજીભાઈ રવજી (નાની ખાખરવાલા) પરિવાર	મુંબઈ	૨,૦૦,૦૦૦/-
૬. શ્રી અમદાવાદ કોટન વેસ્ટ મર્ચન્ટ એસોસિએશન	અમદાવાદ	૧,૬૧,૦૦૦/-
૭. ધી રૂરકેલા ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઈન્ડસ્ટ્રીઝ	રાઉરકેલા	૧,૫૧,૦૦૦/-
૮. મે. તામિલનાડુ ન્યુઝ પ્રિન્ટ એન્ડ પેપર્સ લી.	ચેન્નાઈ	૧,૫૦,૦૦૦/-
૯. શ્રી ઉગરચંદ પોપટલાલ ગઢેચા પરિવાર (મે. અંજલિ જવેલર્સ)	અમદાવાદ	૧,૧૧,૦૦૦/-
૧૦. મે. દીપ ઈન્ડસ્ટ્રીઝ	ગાંધીનગર	૧,૦૦,૦૦૦/-
૧૧. મે. કે. જે. શેઠના	અમદાવાદ	૧,૦૦,૦૦૦/-
૧૨. શ્રી કચ્છી વીસા ઓસવાળ જૈન સમાજ	બેંગ્લોર	૧,૦૦,૦૦૦/-
૧૩. ડા. ૧ લાખથી ઓછી રકમના અન્ય વ્યક્તિઓ / સંસ્થાઓ તરફથી મળેલ સહયોગ ડા.		૬૩,૨૨,૦૦૦/-
<b>કુલ રકમ</b>	<b>ડા.</b>	<b>૮૪,૮૮,૭૮૭/-</b>

ઉપરોક્ત હકીકતો જોતાં એ પ્રતિપાદિત થાય છે કે શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદે આ દિવસો દરમ્યાન ખૂબ જ યશસ્વી કામગીરી કરી બતાવી.

પ્રથમ તબક્કામાં તૈયાર ફુડ પેકેટ્સ, બિસ્કીટ, પાણી વગેરે ધરતીકંપના અસરગ્રસ્ત વિસ્તારમાં મોકલ્યા.

દ્વિતીય તબક્કામાં તંબુઓ, ધાબળા, ઘરવખરીના વાસણો, વગેરે આ વિસ્તારમાં મોકલી આપ્યા.

તૃતીય તબક્કામાં કામચલાઉ આવાસો ઊભા કરી લોકોને હંગામી ધોરણે વસવાટ કરવામાં સહાય કરી.

ચતુર્થ અને અંતિમ તબક્કામાં કચ્છના અલગ અલગ વિભાગોમાં અને ગામડાઓમાં જરૂરિયાતવાળી સંસ્થાઓને તથા જરૂરિયાતવાળી વ્યક્તિઓને દવાખાના, સ્કૂલ, રહેવા માટેના મકાન,

વગેરે ફરીથી ઊભા કરવા સહાય કરી.

**ઉપરોક્ત બધા જ તબક્કાઓ માટે જરૂરી માલસામાન તથા સહાય રૂપે અંદાજિત ડા. ૩.૦૦ કરોડ જેટલી રકમના કાર્ય આ દિવસો દરમ્યાન આ વિસ્તારમાં પૂર્ણ કર્યા અને ત્યારબાદ પોતાના કાર્યક્ષેત્રને લગભગ સમેટી લીધું.**

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ જેવી દરેક રીતે સક્ષમ સંસ્થાએ પોતાનું કાર્યક્ષેત્ર ચતુર્થ તબક્કા બાદ સમેટી કેમ લીધું? જે રીતે “અભિયાન” જેવી અનેક સંસ્થાઓ આજે પણ કરોડોના બજેટવાળા કાર્યો કચ્છના વિવિધ વિભાગોમાં પૂરતા જોશથી કરે છે ત્યારે કચ્છ પર આવી પડેલ આ આપત્તિને અવસરમાં પલટી નાંખવાની વધુ તક આ સંસ્થાના કાર્યકરો ઝડપી ના શકત? સંસ્થાના કાર્યકરોએ આ અંગે મનન કરવાની જરૂરત નથી લાગતી?

મંગલ મંદિર, માર્ચ-૨૦૦૩

વખતે વખતે આપણે આપણું મૂલ્યાંકન કરી અને દોષોનું નિવારણ કરી લેવું જોઈએ.

## શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદનો માસિક અહેવાલ

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ પોતાની રીતે વિવિધ પ્રવૃત્તિઓમાં સક્રિય રહ્યા કરે છે અને તેના કાર્યકરો અવારનવાર આવી પ્રવૃત્તિઓ પાછળ પોતાના સમયનો ભોગ આપી, શક્ય સામાજિક પ્રવૃત્તિઓ કરતા રહે છે. એવું નક્કી કરવામાં આવેલ છે કે હવે પછી સમાજના મુખ્યપત્ર “મંગલ મંદિર”માં સમાજના સભ્યોની જાણ માટે આ પ્રકારનો “માસિક અહેવાલ” પ્રસિદ્ધ કરવો કે જેથી સમાજના સભ્યોને આ સમાજની વિવિધ પ્રવૃત્તિઓ પાછળની ગતિવિધિનો ખ્યાલ આવે.

પ્રતાપ નારાયણ દંડ - માનદ્ મંત્રી

### ઓક્ટોબર - ૨૦૦૪

#### ● તા. ૨-૧૦-૦૪

☆ “સમસ્ત મહાજન” નામની સંસ્થા ગુજરાતની વિવિધ પાંજરાપોળોને ઘાસચારા માટે સ્વનિર્ભર બનાવવા કોશિશ કરે છે. તે માટે કચ્છની ૧૧ પાંજરાપોળના પ્રતિનિધિઓ સાથેનું ૧૮ સભ્યોનું પ્રતિનિધિમંડળ ગુજરાત - કચ્છની વિવિધ પાંજરાપોળની મુલાકાતે નીકળ્યું. શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના પ્રતિનિધિ તરીકે શ્રી હીરજી પાસુ શાહ ચાર દિવસના આ કાર્યક્રમમાં જોડાયા. શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ, આ પ્રકારની પ્રવૃત્તિઓને ઉત્તેજન આપવાની ઈચ્છા ધરાવે છે.

#### ● તા. ૩-૧૦-૦૪

☆ મુંબઈથી કચ્છ તેરાના વતની અને મુંબઈની સોમૈયા કોલેજવાળા શ્રી શાંતિલાલભાઈ સોમૈયા અમદાવાદ પધારેલ હતા ત્યારે તેઓએ શ્રી કચ્છી જૈન ભવનની મુલાકાત લીધેલ હતી. સમાજના કાર્યકરો સાથે શિક્ષણને લગતા કાર્યક્રમો માટે સારી એવી ચર્ચા કરવામાં આવેલ હતી. શ્રી અશોક મહેતા, શ્રી કાંતિલાલ વેલજી સાવલા, શ્રી પ્રતાપ નારાયણ દંડ તથા શ્રી હસમુખભાઈ ગઢેયા આ મુલાકાતના સમયે ઉપસ્થિત રહેલ હતા.

☆ ઈન્ડો જર્મન આયુર્વેદ એસોસિએશન તથા અમદાવાદ મેનેજમેન્ટ એસોસિએશન તરફથી આયુર્વેદને લગતો એક સેમિનાર અમદાવાદ મેનેજમેન્ટ એસોસિએશનના હોલમાં રાખવામાં આવેલ હતો. સમાજ તરફથી

શ્રી અશોક મહેતા તથા શ્રી કાંતિલાલભાઈ સાવલા આ સેમિનારમાં ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

#### ● તા. ૫-૧૦-૦૪

☆ પ્લાનિંગ કમિશનના ભૂતપૂર્વ અધ્યક્ષ શ્રી વાય. કે. અલઘને આજે તેમના નિવાસ સ્થાને, કચ્છ નર્મદા બ્રાંચ કેનાલની વિગતો સમજવા અંગે સમાજના કાર્યકરો તેમને મળેલ હતા. મુખ્ય પ્રશ્ન (૧) કચ્છને ફાળવવામાં આવેલ નિયમિત પાણીનો જથ્થો, તથા (૨) ગ્રેવિટી કેનાલને લગતી વિગતો અંગેનો હતો. આ બાબતે સાનુકૂળ વાતાવરણમાં ચર્ચા કરવામાં આવેલ. ડો. ચંદ્રકાંત દેઢિયા, શ્રી અશોક મહેતા, શ્રી પ્રતાપ નારાયણ દંડ તથા શ્રી હસમુખભાઈ ગઢેયા આ મુલાકાતના સમયે ઉપસ્થિત રહેલ હતા.

#### ● તા. ૬-૧૦-૦૪

☆ જૈન ડોક્ટર્સ ફેડરેશનના માનદ્ મંત્રી શ્રી કમલેશભાઈ શાહ તથા ડોક્ટર શ્રી ધીરેન કુરિયા સાથે અમદાવાદ સ્થિત સાધુ-સાધ્વીજી મહારાજ સાહેબો માટે ફુલ બોડી ચેક-અપ કાર્યક્રમ અંગે શ્રી કચ્છી જૈન ભવન પર ચર્ચા કરવામાં આવી. સમાજ તરફથી તેઓને પૂર્ણ સહકાર મળી રહેશે તેમ તેઓને જણાવવામાં આવેલ તથા સમાજના મેડિકલ સેન્ટરમાં વિના મૂલ્યે આ ચકાસણી કરી આપવામાં આવશે તેવું તેઓશ્રીને સમાજ તરફથી જણાવવામાં આવ્યું. આ મુલાકાતના સમયે ડો. ચંદ્રકાંત દેઢિયા, શ્રી અશોક મહેતા, શ્રી કાંતિલાલ સાવલા, શ્રી હસમુખ ગઢેયા, ડો. હિતેન્દ્ર શાહ તથા શ્રી અશ્વિન

સાવલા ઉપસ્થિત રહેલ હતા.

#### ● તા. ૧૦-૧૦-૦૪

☆ આજે શ્રી કચ્છી જૈન ભવનના મેડિકલ સેન્ટરમાં જૈન ડોક્ટર્સ ફેડરેશનના સહકારથી ૩૪ સાધુ - સાધ્વીજી મહારાજ સાહેબોના ફુલ બોડી ચેક-અપ કરાવવામાં આવ્યા.

☆ આજે ભુજ ખાતે સવારમાં ૧૦.૦૦ વાગ્યે શ્રી ક.વી.ઓ. સમાજના ભવનમાં કચ્છ ડેવલપમેન્ટ કોન્સિલની પ્રથમ બેઠક મળેલ હતી કે જેમાં ડો. ચંદ્રકાંત દેઢિયા તથા શ્રી અશોકભાઈ મહેતા ઉપસ્થિત રહેલા હતા. કચ્છના વરસાદી પાણી તથા નર્મદાના પીવાના પાણી, કચ્છની હેલ્થ પ્રવૃત્તિ (ભુજની સિવિલ હોસ્પિટલ વગેરે), ઉદ્યોગ અને પર્યાવરણ, ઉચ્ચ શિક્ષણ (કચ્છ યુનિવર્સિટી વગેરે) તેમજ ફંડ રેઈઝિંગ સમિતિ એમ શરૂઆતના તબક્કે પાંચ પેટા સમિતિની રચના કરવામાં આવેલ હતી.

☆ આજે ભુજ ખાતે બપોરના ૨.૩૦ વાગ્યે યુનેસ્કોમાં કચ્છના અમુક વિભાગોને “હેરિટેજ” તરીકે જાહેરાત કરાવવા માટે ખ્યાતનામ ભૂસ્તરશાસ્ત્રીઓ ડો. ડી. એમ. સીંગારપુરે તથા ડો. એસ.વી. દેશપાંડે સાથે શ્રી કીર્તિભાઈ ખત્રી, શ્રી લીલાધર ગડા, શ્રી લાલ રાંભિયા વગેરેની ઉપસ્થિતિમાં એક મુલાકાત ગોઠવવામાં આવી. ડો. ચંદ્રકાંત દેઢિયા તથા શ્રી અશોકભાઈ મહેતા આપણા સમાજ તરફથી ઉપસ્થિત રહેલ હતા.

☆ આજે સાંજના ૪.૦૦ વાગ્યે ભુજ ખાતે “અભિયાન” સંસ્થામાં શ્રી કાંતિસેન

શ્રોફ, શ્રી સંદીપ વીરમાણી, સુશ્રી સુખ્યા આયંગર, શ્રી લીલાધર ગડા, શ્રી લાલ રાંભિયા સાથે કચ્છમાં ચેક-ડેમો તથા વોટર શેડ્યુલ યોજનાઓ માટે ચર્ચા કરવામાં આવી. આ કાર્યક્રમો સારા પ્રમાણમાં આગળ ધપાવવા તેવું નક્કી કરવામાં આવ્યું. સમાજ તરફથી ડો. ચંદ્રકાંત દેઢિયા તથા શ્રી અશોકભાઈ મહેતા ઉપસ્થિત રહેલ હતા.

● તા. ૧૩-૧૦-૦૪

☆ આજે કચ્છ જળ સંકટ નિવારણ સમિતિનો નર્મદાના પ્રશ્ને હાઈકોર્ટમાં કેસ ચાલવાનો હતો. આ પ્રશ્ને વિગતો જાણવા શ્રી અશોકભાઈ મહેતા, શ્રી પ્રતાપ નારાણજી દંડ, શ્રી હીરજી પાસુ શાહ તથા શ્રી કે.ડી. શાહ હાઈકોર્ટમાં ઉપસ્થિત રહેલ હતા. આ કેસ તા. ૨૦-૧૦-૦૪ પર મુલતવી રાખવામાં આવેલ હતો.

☆ આજે નવા પ્રોજેક્ટ સમિતિની મિટિંગ યોજવામાં આવેલ હતી. શ્રી અશોક મહેતા, શ્રી કાંતિલાલ વેલજી સાવલા, શ્રી પ્રતાપ નારાણજી દંડ, શ્રી હસમુખ ગઢેયા, શ્રી હીરજી પાસુ શાહ, શ્રી શાંતિલાલ મુળજી સાવલા, શ્રી બાબુભાઈ કે. શાહ આ મિટિંગમાં ઉપસ્થિત રહેલ હતા. મુખ્યત્વે ચર્ચા મણિનગરમાં મેડિકલ સેન્ટર સ્થાપવા અંગેની હતી. અંતિમ નિર્ણય લઈ શકાયો ન હતો.

● તા. ૧૫-૧૦-૦૪

☆ આજે મેડિકલ સમિતિની મિટિંગ યોજવામાં આવેલ હતી. આજની મિટિંગમાં ડો. હિતેન્દ્ર એમ. શાહ, શ્રી અશોક મહેતા, શ્રી કાંતિલાલ વેલજી સાવલા, શ્રી રમણિકલાલ કુંવરજી ગોસર, શ્રી રજનીભાઈ પારેખ, શ્રી નરેન્દ્ર છગનલાલ શાહ તથા ડો. વી. એમ. શાહ ઉપસ્થિત રહેલ હતા. શ્રી કચ્છી જૈન ભવન પરના મેડિકલ સેન્ટર અંગેના વિવિધ વિષયોની ચર્ચા કરવામાં આવેલ હતી.

● તા. ૧૬-૧૦-૦૪

☆ શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - પાલડી પર આજે રાત્રે ૧૦.૦૦ વાગ્યા બાદ નવરાત્રિ કાર્યક્રમ યોજવામાં આવેલ હતો. સમાજના ૨૦૦થી વધુ લોકો ઉપસ્થિત રહેલ હતા. વિવિધ વિભાગોમાં અગ્રતાક્રમે આવેલ વ્યક્તિઓને સન્માનવામાં આવ્યા હતા. જજ તરીકે શ્રી સંદીપ મહેતા તથા શ્રીમતી જિગીષા મહેતાએ ફરજ બજાવેલ હતી.

● તા. ૧૭-૧૦-૦૪

☆ “કચ્છના વિકાસના પ્રશ્નોની માહિતી” વિશેનો તા. ૫-૯-૦૪ના રોજ મુંબઈમાં યોજવામાં આવેલ સેમિનારની વિડીયો કેસેટ બતાવવાનો કાર્યક્રમ આજે સાંજના ૪.૩૦ વાગ્યે શ્રી કચ્છી જૈન ભવન પર યોજવામાં આવેલ હતો. જો કે સંખ્યા જૂજ હતી પરંતુ ઉપસ્થિત લોકોને સેમિનારના દૃશ્યો તાદૃશ્ય થયેલ હતા.

● તા. ૨૪-૧૦-૦૪

☆ આજે શ્રી કચ્છી જૈન ભવન પર ફી આઈ કેમ્પ તથા હોમિયોપથી કેમ્પ યોજવામાં આવેલ હતો. આઈ કેમ્પમાં અંદાજિત ૧૫૦ વ્યક્તિઓએ લાભ લીધેલ અને અંદાજિત ૪૫ વ્યક્તિઓના મોતિયાના ઓપરેશન કરવાનું નક્કી કરવામાં આવેલ હતું. **હવે પછીના દિવસોમાં માત્ર રૂા. ૨૫૦૦/-ની કિંમતમાં આ ઓપરેશનો શ્રી કચ્છી જૈન ભવન પરના ઓપરેશન થિયેટરમાં ફેકો ઈમલ્સીફિકેશન પદ્ધતિથી કરવામાં આવશે.** હોમિયોપથી કેમ્પમાં અંદાજિત ૫૦ વ્યક્તિઓએ લાભ લીધેલ અને દરેકને એક અઠવાડિયાની દવા વિના મૂલ્યે આપવામાં આવેલ હતી. આ કેમ્પનું ઉદ્ઘાટન મેડિકલ સેન્ટરના દાતા શ્રી શાંતિલાલ રામજી ગાલા (નવનીત પરિવાર) દ્વારા કરવામાં આવેલ હતું. ટ્રસ્ટ મંડળ તથા કારોબારી સમિતિના અનેક સભ્યો આ કાર્યક્રમના સમયે ઉપસ્થિત રહેલ હતા.

● તા. ૨૮-૧૦-૦૪

☆ આજે શ્રી કચ્છી જૈન ભવન પર સભ્યપદ સમિતિની મિટિંગ યોજવામાં આવેલ કે જેમાં શ્રી પોપટલાલ નેણશી ધરોડ, શ્રી મગનલાલ મોતીચંદ સંઘવી, શ્રી સૂરજલાલ મહેતા તથા શ્રી કે. ડી. શાહ ઉપસ્થિત રહેલ હતા અને સભ્યપદ અંગે આવેલ નવા ફોર્મ્સ પર ચર્ચા-વિચારણા કરી યોગ્ય અરજીઓને સભ્યપદ આપવા ટ્રસ્ટ મંડળને ભલામણ કરવાનું નક્કી કરવામાં આવેલ હતું.

☆ દર વર્ષની માફક આ વર્ષે પણ શ્રી કચ્છી જૈન ભવન પર શરદ પૂનમનો કાર્યક્રમ યોજવામાં આવેલ હતો. ઓરેકેસ્ટ્રાના સહારે અનેક લોકોએ ગરબા તથા દાંડિયા રાસની રમઝટ માણેલ હતી. વિવિધ વિભાગોમાં અવ્વલ નંબરે આવેલ અનેક લોકોને ઈનામોથી નવાજવામાં આવ્યા હતા. જજ તરીકે શ્રીમતી ફાલ્ગુની હીરેન શાહ તથા શ્રી હીરેન કે. શાહે સેવા આપેલ હતી. ઉપસ્થિત અંદાજે ૨૦૦ વ્યક્તિઓએ દૂધ-પોંઆની મજા માણી હતી.

● તા. ૩૦-૧૦-૦૪

☆ આજે રાત્રે શ્રી કચ્છી જૈન ભવન પર મેડિકલ સમિતિની મિટિંગ યોજવામાં આવેલ હતી. આ મિટિંગમાં ડો. હિતેન્દ્ર શાહ, શ્રી અશોક મહેતા, શ્રી કાંતિલાલ વેલજી સાવલા, શ્રી અશ્વિન હીરજી સાવલા, શ્રી રમણિકલાલ કુંવરજી ગોસર તથા ડો. વી. એમ. શાહ ઉપસ્થિત રહેલ હતા. મેડિકલ સેન્ટરના વિવિધ વિષયે ચર્ચાઓ કરી, યોગ્ય નિર્ણયો લેવામાં આવેલ હતા.

● તા. ૩૧-૧૦-૦૪

☆ આજે સવારમાં ૧૦ વાગ્યે શ્રી કચ્છી જૈન ભવન પર ટ્રસ્ટ મંડળ તથા કારોબારી સમિતિની સંયુક્ત મિટિંગનું આયોજન કરવામાં આવેલ હતું. ૨૫ સભ્યો આ મિટિંગમાં ઉપસ્થિત રહેલ હતા. વિવિધ વિષયે ચર્ચા-છણાવટ કરી, યોગ્ય નિર્ણયો લેવામાં આવેલ હતા.

મંગલ મંદિર, ઓક્ટોબર-૨૦૦૪

સુવ્યવસ્થા જાળવવા નીતિ પણ ચોખ્ખી હોવી જોઈએ.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

## શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદનો માસિક અહેવાલ

નવેમ્બર - ૨૦૦૪

### ● તા. ૧-૧૧-૦૪

☆ શ્રી કચ્છી જૈન ભવન પાલડી પર મેડિકલ ચેક-અપ સેન્ટરના પ્રશ્નો અંગે એક અવિધિસરની મિટિંગનું આયોજન કરવામાં આવેલું હતું. ડૉ. ચંદ્રકાંત દેઢિયા, શ્રી અશોકભાઈ મહેતા, શ્રી કાંતિલાલ વેલજી સાવલા, શ્રી પ્રતાપ નારાણજી દંડ, શ્રી અશ્વિન હીરજી સાવલા તથા ડૉ. હિતેન્દ્ર શાહ આ મિટિંગમાં ઉપસ્થિત રહેલ હતા. મેડિકલ સેન્ટરને લગતા વિવિધ પ્રશ્નોની ચર્ચા કરવામાં આવેલી હતી.

### ● તા. ૫-૧૧-૦૪

☆ ગાંધીનગરમાં ભૂતપૂર્વ મુખ્યમંત્રી શ્રી સુરેશચંદ્ર મહેતા સાથે મુંદ્રા તાલુકાના લાખાપર ગામની કોલ ફેક્ટરીનાં પર્યાવરણ ભંગને લગતા પ્રશ્નોની ચર્ચા કરવામાં આવેલી હતી. કોલ ફેક્ટરી દ્વારા પર્યાવરણને જે કાંઈ નુકસાન પહોંચાડવામાં આવી રહેલ છે તેમજ જમીનમાંથી જે કંઈ ભૂગર્ભ જળ ખેંચવામાં આવી રહેલ છે તે બધા જ પ્રશ્નો અંગે વિગતવાર ચર્ચા કરવામાં આવેલ તેમ તેના ઉકેલો શું હોઈ શકે તેની પણ ચર્ચા કરવામાં આવેલ. આ માટે પોલ્યુશન કન્ટ્રોલ બોર્ડના ચેરમેન શ્રી ભાનુજન સાથે દિવાળી બાદ મુલાકાત ગોઠવી આપવાની જવાબદારી શ્રી સુરેશભાઈ મહેતાએ સ્વીકારેલ હતી. સમાજ તરફથી ડૉ. ચંદ્રકાંત દેઢિયા, શ્રી અશોકભાઈ મહેતા તેમજ શ્રી પ્રતાપ નારાણજી દંડ ઉપસ્થિત રહેલ હતા.

☆ નર્મદા નિગમના ડાયરેક્ટર (કેનાલ) શ્રી એસ.જે. દેસાઈ સાથે નર્મદા ભવન, ગાંધીનગરમાં એક મુલાકાત

ગોઠવવામાં આવેલ હતી. આ મુલાકાતના સમયે તેઓશ્રીએ જણાવેલ કે ડિસેમ્બર-૨૦૦૪ના અંત ભાગે કચ્છ બ્રાંચ કેનાલના કેટલાંક કામો બનાસકાંઠા અને કચ્છમાં પણ ચાલુ કરી દેવામાં આવશે. તેઓશ્રીએ એમ પણ જણાવેલ કે ૨૦૦૭-૨૦૦૮ના વર્ષ દરમ્યાન કચ્છ બ્રાંચના મુખ્ય કામો પૂરા કરી દેવાની ધારણા છે. આ બાબતે તેઓશ્રી સાથે વિગતે ચર્ચા કરવામાં આવેલી હતી. આ પ્રતિનિધિ મંડળમાં ડૉ. ચંદ્રકાંત દેઢિયા, શ્રી અશોકભાઈ મહેતા તથા શ્રી પ્રતાપ નારાણજી દંડ સામેલ હતા.

### ● તા. ૮-૧૧-૦૪

☆ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજની “સામાજિક સુરક્ષા સમિતિ”ની કચ્છી જૈન ભવન, પાલડી પર એક મિટિંગ બોલાવવામાં આવેલી હતી કે જેમાં શ્રી મગનલાલ સંઘવી, શ્રી રવિલાલભાઈ પારેખ, શ્રી હસમુખભાઈ ખાંડવાલા તથા શ્રી મહેન્દ્રભાઈ શાહ ઉપસ્થિત રહેલ હતા. મેડિકલ વીમા તથા અકસ્માત વીમાના લાભ લેનાર સભ્યોની યાદી તૈયાર કરવામાં આવેલ હતી. તેમજ આ યોજનાને લગતા પ્રશ્નોની ચર્ચા છણાવટ કરવામાં આવેલ હતી.

### ● તા. ૧૦-૧૧-૦૪

☆ સરદાર સરોવર નર્મદા નિગમ લિમિટેડના શ્રી બી.કે. ભીડિને કચ્છ વિભાગના નર્મદાના સિંચાઈના નીરની વહેંચણી અંગેની સહકારી મંડળીઓ વિષે એક પત્ર લખવામાં આવેલ હતો.

### ● તા. ૧૧-૧૧-૦૪

☆ કચ્છમાં સેન્ટ્રલ એક્સાઈઝ માફી એક વર્ષ માટે વધુ લંબાવવામાં આવેલ છે, જે માટે કાપડ મંત્રી શ્રી શંકરસિંહ

વાઘેલાનો સહયોગ હોવાથી તેમની કર્તઝી મુલાકાતનું આયોજન રાપર વિભાગના ધારાસભ્ય શ્રી બાબુભાઈ મેઘજી શાહ દ્વારા ગોઠવી આપવામાં આવેલ હતું. આ પ્રતિનિધિ મંડળમાં શ્રી બાબુભાઈ મેઘજી શાહ ઉપરાંત માંડવી વિભાગના ધારાસભ્ય શ્રી છબીલદાસ પટેલ, ડૉ. ચંદ્રકાંત દેઢિયા, શ્રી પ્રતાપ નારાણજી દંડ, શ્રી હીરજી પાસુ શાહ, શ્રી મુળજી નરશી લોડાયા, શ્રી મણિલાલ કુંવરજી ગોસર તેમજ શ્રી કે.ડી. શાહનો સમાવેશ થયેલ હતો. આ કાર્ય માટે સમાજ તરફથી માનનીય શંકરસિંહ વાઘેલાનો અભાર માનવામાં આવેલ હતો અને આ જકાત મુક્તિ ડિસેમ્બર-૨૦૦૫ના બદલે ડિસેમ્બર-૨૦૦૭ સુધી લંબાય તેવા પ્રયાસો કરવા વિનંતી કરવામાં આવેલ હતી.

### ● તા. ૧૩-૧૧-૦૪

☆ નૂતન વર્ષના આગમન નિમિત્તે શ્રી કચ્છી જૈન ભવન પાલડી પર નૂતન વર્ષ મિલન સમારંભનું આયોજન કરવામાં આવેલું હતું. બહોળી સંખ્યામાં લોકો ઉપસ્થિત રહેવા પામેલ હતા. સૌએ એકબીજાને નૂતન વર્ષના અભિનંદન રૂબરૂમાં આપેલ હતા. મનગમતા અલ્પાહાર તથા મોહું મીઠું કરી હર્ષોલ્લાસ સાથે સહુ છૂટા પડ્યા હતા. આ પ્રસંગે સમાજના ટ્રસ્ટ મંડળ તથા કારોબારી સમિતિના મોટા ભાગના સભ્યો ઉપસ્થિત રહેલ હતા.

### ● તા. ૧૭-૧૧-૦૪

☆ સંસ્થાની “શ્રી કચ્છી જૈન ભવન સમિતિ” તેમજ “પરચેજ સમિતિ” ની એક સંયુક્ત મિટિંગ પાલડીના કચ્છી જૈન ભવન ખાતે બોલાવવામાં આવેલી હતી કે જેમાં શ્રી કે.ડી. શાહ શ્રી

જેણે બહુ ભૂલ કરી હોય તેજ બીજાને બહુ ગભરાવતો હોય છે. - મોરારિબાપુ

“સંભારણાં” વિશેષાંક

બાબુભાઈ મહેતા, શ્રી હસમુખભાઈ ખાંડવાલા, શ્રી રવિલાલભાઈ પારેખ તેમજ શ્રી રજનીકાંત પારેખ ઉપસ્થિત રહેલ હતા. પાલડી ભવનના કલર કામ તેમજ અન્ય બાબતો અંગે ચર્ચા કરી નિર્ણય લેવામાં આવેલ હતા.

● તા. ૨૧-૧૧-૦૪

☆ આપણા મેડિકલ ચેક-અપ સેન્ટરમાં પૂ. સાધુ સાધ્વીજી મહારાજ સાહેબો માટે જૈન ડોક્ટર્સ એસોસિએશન દ્વારા એક મેડિકલ ચેક-અપનું આયોજન કરવામાં આવેલ હતું જેમાં ૩૫ સાધુ-સાધ્વીજી મહારાજ સાહેબોના સ્વાસ્થ્યની ચકાસણી કરવામાં આવેલ. ઉપરોક્ત ચેક-અપ દરમ્યાન નીચે પ્રમાણે ચેકિંગ કરવામાં આવેલ હતું. ફિઝીશિયન ૨૦, આંખ-૧૯, ઓર્થોપેડિક-૮, સ્કીન-૬, ઈ.એન.ટી.-૬, યુરોલોજી-૩, લેબોરેટરી-૧, એક્સ-રે - ૫, સોનોગ્રાફી-૪.

☆ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ અમદાવાદના એક પ્રતિનિધિ મંડળે કચ્છ ડેવલપમેન્ટ કાઉન્સિલને લગતા કાર્યો માટે ભુજની મુલાકાત લીધી હતી. આ પ્રતિનિધિ મંડળમાં ડૉ. ચંદ્રકાંત દેઢિયા, શ્રી અશોકભાઈ મહેતા તથા શ્રી મણિલાલ કુંવરજી ગોસરનો સમાવેશ કરવામાં આવેલ હતો. તેઓએ ભુજમાં વિવિધ પ્રશ્નોની ચર્ચા કરવા અલગ અલગ સમયે શ્રી મુકેશભાઈ જવેરી, શ્રી કીર્તિભાઈ ખત્રી, શ્રી જે. એસ. ઠક્કર,

શ્રી પ્રભુલાલભાઈ નાકરાણી (પટેલ), શ્રી આર.આર. પટેલ, શ્રી મુળજીભાઈ એમ. રોજગાર, શ્રી રસિકભાઈ મામતોરા, ડૉ. જ્ઞાનેશ્વર રાવ તથા પ્રો. જિતેન્દ્ર અંતાણી તેમજ શ્રી વિનોદ ગાલાની મુલાકાત લીધી હતી. આ સંયુક્તપણે “નવનિર્માણ અભિયાન”માં સંયુક્તપણે શ્રી કાંતિસેન શ્રોફ, શ્રી મધુભાઈ માંકડ, શ્રી લીલાધર ગડા, શ્રી સંદીપ વીરમાણી, સુશ્રી સુખ્માબહેન આયંગર તેમજ શ્રી યોગેશ જાડેજા સાથે એક મિટિંગ યોજેલ હતી અને કચ્છના નવા બનાવવામાં આવનાર ચેક ડેમોના લોકેશન્સ વિશે ચર્ચા કરેલ હતી.

● તા. ૨૨-૧૧-૦૪

☆ ઉપરોક્ત પ્રતિનિધિ મંડળે ગાંધીધામની મુલાકાત લીધેલ હતી. તેઓ ગાંધીધામ ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ એન્ડ ઈન્ડસ્ટ્રીઝના પ્રમુખ શ્રી બાબુલાલજી સીંઘવી, ભૂતપૂર્વ પ્રમુખ શ્રી અશોક શર્મા તેમજ શ્રી અનિલભાઈને મળેલ હતા. અને કચ્છ ડેવલપમેન્ટ કાઉન્સિલે આગળ ઉપર કરવાના વિવિધ કામોની ચર્ચા કરવામાં આવેલી હતી. આ પ્રતિનિધિ મંડળે ત્યારબાદ શ્રી પદમશીભાઈ લાલકા, અંજાર વિભાગના ધારાસભ્ય શ્રીમતી નીમાબહેન આચાર્ય તેમજ મિ. આચાર્ય અને શ્રી એ.ટી. કંસારાની પણ મુલાકાત લઈ વિવિધ પ્રશ્નોની છણાવટ કરેલ હતી. ગાંધીધામમાં શ્રી લલિતભાઈ મોમાયાનો સારો એવો સહકાર સાંપડેલ

હતો.

● તા. ૨૪/૨૫-૧૧-૦૪

☆ શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - પાલડી પર “શ્રી કચ્છી જૈન ભવન સમિતિ” તેમજ “પરચેઝ સમિતિ”ની એક સંયુક્ત મિટિંગ બોલાવવામાં આવેલ હતી કે જેમાં શ્રી બાબુભાઈ મહેતા, શ્રી કે.ડી. શાહ, શ્રી રવિલાલ પારેખ તેમજ શ્રી રમણિકભાઈ ગોસર ઉપસ્થિત રહેલ હતા. તેઓએ આ બાબતે અનેક વિષયે યોગ્ય નિર્ણયો લીધા હતા.

● તા. ૨૫-૧૧-૦૪

☆ શ્રી કચ્છી જૈન ભવન પર “સભ્યપદ સમિતિ”ની એક મિટિંગ મળેલ હતી કે જેમાં શ્રી પોપટભાઈ ધરોડ, શ્રી સૂરજલાલ મહેતા, શ્રી મગનલાલભાઈ સંઘવી અને શ્રી કે.ડી. શાહ ઉપસ્થિત રહેલ હતા. નવા સભ્યો બનવા માટે આવેલ અરજીઓની ચકાસણી કરવામાં આવી હતી.

● તા. ૨૮-૧૧-૦૪

☆ ટ્રસ્ટ મંડળની એક મિટિંગ મળેલ હતી કે જેમાં ૧૨ સભ્યો ઉપસ્થિત રહેલ હતા. મુંબઈનું અતિથિ ભવન, કચ્છ ડેવલપમેન્ટ, કાઉન્સિલ કચ્છમાં બનાવવામાં આવનાર નવા ચેક-ડેમોના લોકેશન્સ વગેરે અનેક પ્રશ્ને ચર્ચા કરી, યોગ્ય નિર્ણયો લેવામાં આવેલ હતા.

મંગલ મંદિર, નવેમ્બર-૨૦૦૪

## કચ્છી રૂઢિપ્રયોગો

- ચાવી વિનાઈ વિજણી - પાગલ થઈ જવું
- છ કોઠા બુજેતો - ઘણી બધી બાબતોમાં હોશિયાર
- જુંઈ મેંજા પીતા કઢણા - નાની વાતમાં મોટા દોષ જોવા
- અંધેજી ગોં જો અલા રખવારો - નિરાધારનો આધાર ઈશ્વર
- આખાણી મંઢણી - લાંબી લાંબી વાત કરવી
- આશાપુરજો પાડો - બલિદાનનો બકરો
- આંગર સુજી થંભ ન થીયેં - આંગળી સૂઝી થાંભલો ન થાય
- ઉગો ઉથલો કેણું - વાયદા કરવા.

ગુલાબચંદ દારશી રાંભિયા

મંગલ મંદિર, જૂન-૨૦૦૩

## જરાક વિચારજો... પૈસાનું ગ્રૂપ તપાસ્યું?

જિંદગીનું પ્રથમ કપડું ‘ઝભલું’ જેમાં ખિસ્સું ન હોય અને જિંદગીનું છેલ્લું કપડું ‘કફન’ એમાંય ખિસ્સું ન હોય.

વચગાળાના જીવન માટે આટલી બધી ઉપાધિ, આટલા બધા દગા અને પ્રપંચ શા માટે?

લોહી લેતાં પહેલાં ‘ગ્રૂપ’ ચેક કરાય છે.

તો... પૈસા લેતાં પહેલાં ‘ગ્રૂપ’ ચેક નહિ કરવાનું?

પૈસો ન્યાયનો છે કે હાયાનો છે કે પછી હરામનો છે?

ખોટા ગ્રૂપનું લોહી - શરીરમાં અશાંતિ

ખોટા ગ્રૂપનો પૈસો - કુટુંબમાં અશાંતિ

બેંક બેલેન્સ વધે પરંતુ ફેમિલી બેલેન્સ ઘટે તો સમજવું કે પૈસો આપણને સૂટ થયો નથી.

## લિંકન ભક્ત નહીં, પણ દેશભક્ત

અમેરિકાના પ્રમુખ અબ્રાહમ લિંકને સંરક્ષણ મંત્રી તરીકે જે વ્યક્તિની પસંદગી કરી હતી તે લિંકનનો પ્રખર વિરોધી હતો. એણે લિંકનની ટીકાઓ કરવામાં કશું બાકી રાખ્યું નહોતું. આવી વ્યક્તિની નિમણૂક થતાં સહુને આશ્ચર્ય થયું. કેટલાકને એમ લાગ્યું કે પ્રમુખે એમના વિશે ગમે તેમ બોલનારને આવો હોદ્દો આપવો જોઈતો નહોતો.

અબ્રાહમ લિંકનના કેટલાક હિતચિંતકો એમની પાસે ગયા અને પ્રમુખને કહ્યું, ‘આપે જે વ્યક્તિની સંરક્ષણ મંત્રી જેવા ઉચ્ચ હોદ્દા પર નિમણૂક કરી છે એનો આપને અંતરંગ પરિચય છે ખરો? આપ એને વિશે કોઈ જાણકારી ધરાવો છો ખરા?’

અબ્રાહમ લિંકને કહ્યું, ‘હા, હું એમને ઓળખું છું. અને એમની કાર્યશક્તિનો પરિચય પણ છે.’

એક વ્યક્તિએ કહ્યું, ‘અરે! પણ એ આપને વિશે હંમેશાં ઉદ્વેગિત થી બોલે છે. આપને માટે સદાય અપમાનજનક શબ્દો વાપરે છે અને વખત આવે તમારું અપમાન કરવામાં પણ એ પાછો પડતો નથી.’

અબ્રાહમ લિંકને કહ્યું, ‘હા, હું એ બધું જાણું છું. મારા વિશે એ શું કહે છે એનાથી વાકેફ છું.’

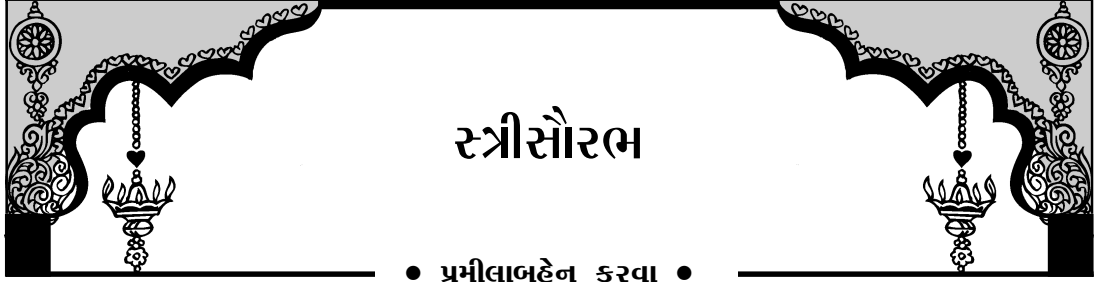
બીજી વ્યક્તિ બોલી, ‘અરે! એણે આપને ઘણીવાર ‘ગોરીલા’ છો એમ કહ્યું છે એની આપને જાણ છે ખરી?’

અબ્રાહમ લિંકને હકારમાં ડોકું હલાવ્યું. આ જોઈને એક વ્યક્તિએ કહ્યું, ‘આપને એ વ્યક્તિ વિશે આટલી બધી ખબર છે તેમ છતાં આવા મહત્વના હોદ્દા પર કેમ મૂક્યો? આવી વ્યક્તિને તો બરાબર પાઠ ભણાવવાનો હોય. એને બદલે તમે તો એને ઊંચું પદ આપ્યું. તમને એવું નથી લાગતું કે આવા મહત્વપૂર્ણ હોદ્દા પર ખોટા માણસની નિમણૂક કરીને તમે મોટી ભૂલ કરી છે?’

અબ્રાહમ લિંકને કહ્યું, ‘એ ભલે મારું અપમાન કરતો હોય, પરંતુ દેશને એના જેવા બાહોશ અને કાર્યકુશળ વ્યવસ્થાપકની જરૂર છે. અંગત દ્વેષને કારણે આવી કુશળ વ્યક્તિને હું કઈ રીતે દૂર રાખી શકું? એની શક્તિનો દેશને લાભ મળવો જોઈએ. દેશના કામ માટે લિંકન ભક્તની મારે જરૂર નથી, રાષ્ટ્રભક્તની જરૂર છે.’

આ વાત અમને એટલા માટે યાદ આવી કે આજે દેશમાં મહત્વના સ્થાને થતી નિમણૂકમાં વ્યક્તિગત વફાદારી જોવાય છે. અંગત સ્વાર્થ જોવાય છે પરંતુ દેશ જોવાતો નથી. સ્વાર્થભક્ત એકઠા થાય છે પણ દેશભક્ત દેખાતો નથી.

મંગલ મંદિર, માર્ચ-૧૯૯૭



• પ્રમીલાબહેન કુરુવા •

શરણાઈનાં સુમધુર સુર અને પરિવારની આનંદની છોળો વચ્ચે નવવધૂ સુરભીએ ઘરમાં પ્રવેશ પગલાં પાડ્યાં. અને એનાં હૈયામાં હલચલ મચી ગઈ. પરન્તુ એનાં હૈયાની સુમધુર હલચલ કરતાં વિપરિત હલચલ વડીલ નારીવર્ગમાં મચી રહી. ધરતીકંપનો જાણે આંચકો સૌએ અનુભવ્યો ન હતો !

“આ શું ? શરમ લાજ બધું નેવે મૂક્યું છે ? અમારા જમાનામાં આવું ન હતું બાઈ ! વગેરે ચણભણાટ નારી સમુદાયમાંથી આવતાં ઘરનાં મોભી દાદાએ આંખ કરડી કરીને ઈશારાથી બધાંને ચૂપ રહેવા આજ્ઞા કરી.”

ચૂપ રહે એવો એ મહિલા વર્ગ નહોતો. ઘણુંબધું નવું બની રહ્યું છે. છતાં પોતાનાં ઘરમાં નવીનતા અપનાવવા બધાં તૈયાર નથી હોતાં. એ ઘરનો વડીલવર્ગ જૂની રૂઢિને વશ વરરાજાની ફઈ, કાકી અને માતાનાં આંખમાં ગુસ્સો અંતે વાણીમાં રોષ ઉભરાઈ આવ્યા. “અમારા ઘરનો રિવાજ છે. ધૂમટો તો તાણવો જ પડશે. ફેનફુતુરા અમારા ઘરમાં નહિ ચાલે.” અને ઉશ્કેરાયેલી લાગણીઓ ગણગણાટ સંભળાવા લાગ્યો. વરરાજાનાં દાદા, જમાનાને ઓળખતાં થયાં હતાં, જમાનાની પલટાતી તાસીર ભણી આંખમીંચામણાં કરે ચાલશે નહિ. ઉગતી

પેઢીમાં વિચારોને પુષ્ટિ આપી અપનાવવા પડશે. નહિ તો નકામો સંઘર્ષ ઊભો થશે. જીવનનાં પ્રારંભથી જ ઘરનાં યુવાનોની મનોભૂમિમાં મોટી તિરાડ પડી જશે. સમજીને દાદા આગળ આવ્યા. હાથ પસારી નવ વર-વધૂને બાથમાં લેતાં આશીર્વાદ આપ્યા... “લાંબુ, ખૂબ સુખી જીવન જીવો, સાથે સૌને સુખી કરો...” દાદાની અમીનજર ભળતાં જ નરેન ગળગળો થઈ ગયો, અને નરેને સુરભી સાથે આંખ મેળવી ઈશારો કરતાં બન્ને દાદાને પગે પડ્યાં... એક પછી એક બધાં જ આશ્ચર્ય વિભોર બની ગયાં અને પ્રાથમિક વિધિ પતી જતાં સુરભીની આસપાસ નાનો મહિલા વર્ગ વીંટળાઈ વળ્યો.

મોડી રાત્રે સગાં સ્નેહીઓ વિખરાઈ જતાં ઘરનો પરિવાર ભેગો થયો. મનમાં ઊભરાતી વાત ફઈબાએ તરત જ મૂકી, “ગમે એટલું ભણ્યા પણ આપણાં રિવાજ પ્રમાણે તો રહેવું જ જોઈએ ને ?” નરેનની માતા બોલ્યાં, “હા, વહુઆરુએ તો લાજ-મર્યાદા રાખવી જોઈએ. હું પણ ઘુંઘટ નથી કાઢતી ?” નાનકડી નણંદે પણ એમાં ટાપશી પૂરી.

...અને વિહવળ બનેલાં નરેને દાદાની ભણી મીટ માંડી, આ બધાં વડીલોની સામે થવા એને ઈચ્છા ન હતી. તેમજ જીવનની

નવી દૃષ્ટિ પણ એની ખીલી હતી. એટલે નવા જૂનાનો મેળ બેસાડવા પ્રથમ દિવસે જ ઝંઝાવત ઊભો થતાં તેનો ચહેરો કરમાઈ ગયો. થનગનતાં મને આંચકો અનુભવ્યો. વાત ખૂબ જ નજીવી છે. પણ રૂઢિચુસ્ત માનસે એને ખૂબ ગંભીર સ્વરૂપ આપી દીધું.

થોડો સમય તો દાદા હસતાં જ રહ્યાં. બધાંને ઉભરો ઠાલવવા દીધો. પણ અચાનક પોતાની વયોવૃદ્ધ પુત્રીને પૂછ્યું. “અલી, તું પરણી ત્યારે તને ધૂમટો ગમ્યો હતો ? સાચી વાત કરજે ?” વીતેલાં વર્ષોની ઝાંખી મનપર ઉપસાવતાં ફઈબા જરા ભોંઠા પડ્યાં. ન મનાય છતાં મનમાં તો થયું જ કે મને પણ ધૂમટો તાણવો ગમતું તો ન હતું જ ! કિલકિલાટ મસ્ત મને રમવાની અને માણવાની ઉમરે આ શો ખોટો પડદો !

દાદાએ બધાંને શીખ આપી, જુઓ ધૂમટાથી કંઈ લાજમર્યાદા ઢંકાતી નથી. વાણી અને વર્તન દ્વારા પણ લાજ મર્યાદા રાખી શકાય છે. જડ ઘાલી બેઠેલા રિવાજોની સારાસાર સમજી યોગ્ય વસ્તુ અપનાવવી જોઈએ. નાની બાબત પર જીદ કરી નાનાંનાં મન ડહોળી ન નાંખો.

મંગલમંદિર, એપ્રિલ-૧૯૭૯



• પ્રમીલાબહેન કુરુવા •

ભારતની ‘ફ્લોરેન્સ નાઈટિંગલ’ અમરબાઈ :

ઢોલીડો ધ્રુબકે છે. મંગળ ગીતો ગવાય છે. ચારેકોર ઉત્સાહનો માંગલિક પ્રયોગ પૂર્ણ

થતાં કન્યાવિદાયનું કરુણ દૃશ્ય સર્જાય છે.

આહીર જેવી ધોંગી જાતિની એ કન્યાનું નામ છે અમરબાઈ. દીકરી અનોખી ગુણોથી ભરેલી છે, પ્રકૃતિનાં સાંનિધ્યમાં એ ઉછરી છે.

દેવાંશી એનાં રૂપ છે અને ઋષિ સરખી એની મનોભૂમિ છે. નાનપણથી જ એ સમાજના અનાચારો અત્યાચારોથી આઘાત પામતી માનવી સમાજની સ્વાર્થપરાયણતા અને

જ્યારે પણ કોઈને મદદ કરો, તદ્દન ઉદાર મનથી કરો.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

નીતિબ્રજતા એને હૈયે ખૂંચે છે. પ્રકૃતિની નિર્મળતા સાથે અનુકંપા અનુભવે છે. એક અજાણ્યો અકળ વિષાદ એના દિલને ભરી દે છે.

ઘણીવાર એ પિતાને પૂછે છે, “બાપુ, આ મનખાદેહ મળ્યો છે તે શું માત્ર હાડયામનું પોષણ કરવા ? ઊંચા મહેલ અને ગોખ રચાવવામાં જ આ જિંદગીનો હેતુ આવી જાય છે !”

પિતા અભણ છે ચાલી આવતી રૂઢિઓને આધારે જીવતા પિતા કહે છે, “આવા આવા વિચાર ન કરવા દીકરી ! તમને અમે સુખ સાહ્યબીમાં પરણાવીશું સંસારમાં પડશો એટલે ઊંચા મહેલનાં મનોરથ જાગશે.”

દીકરીના મન પર આ શબ્દોની સારી અસર ન થઈ. એને આ ચીલાચાલુ જિન્દગી બીજી અનોખી કોઈ જિંદગી હોય તેનો માર્ગ સૂઝતો ન હતો. સંસારનાં ચાલુ સુખના મનોરથો એના હૈયામાં નહોતાં પણ પુરાણી રૂઢિનાં માતાપિતાએ એનાં લગ્ન લીધાં કન્યાને વિદાય અપાઈ. વાતાવરણ ભારે લાગ્યું, જાણે કોઈ અભૂતપૂર્વ બનાવ બની જવાનો ના હોય !

મોટા ઘરની જાન હતી. નવોઢાને લઈ

તેઓની લાંબી હાર વગડો વીંધતી પોતાને ગામ જવા ઊપડી. પંથ લાંબો હતો. રસ્તામાં બળદને આરામ આપવા અને જાનૈયાઓને શિરામણ કરાવવા એક ઘટાદાર વડ નીચે જાન થંભી. અહીં પાસે જ સંત દેવીદાસની જગા હતી, એ જગા અનોખી હતી. એમાં રક્તપિત્તનાં દુઃખિયારાં રોગીઓનો વિસામો હતો.

આ જીવલેણ રોગ માનવીને કદરૂપ દુર્ગધયુક્ત અને ક્ષીણ બનાવવાની પ્રક્રિયા એટલી મંદ ગતિએ કરે છે કે રોગી અત્યંત બિહામણો ને બિભત્સ બની જાય છે, આવા રોગીઓને વસતીથી દૂર ધકેલી દેવાનો સામાન્ય રિવાજ છે. જનસમાજ કોઈ ભીષણ પાપના પરિણામને આ રોગનો ભોગ ગણાવતો. ત્યારે સંત દેવીદાસે સમાજનાં આ હડધૂત દુઃખી દર્દીઓને સહાય કરવા વગડા વચ્ચે ઝૂંપડાં બાંધીને આશ્રમ સ્થાપ્યો. તેઓ અહીં પ્રેમથી રોગીઓને નવડાવતા, ધોવડાવતા, તેમનાં કપડાં ધોતા, ઔષધ નિર્માણ કરી ચોપડતા, પ્રેમથી સૌને જમાડતા અને વાત્સલ્યથી સારવાર કરતા. થોડા સમયમાં જ સંતના આ પુનિત આશ્રમની ખ્યાતિ ચોતરફ પ્રસરી ગઈ અને રક્તપિત્તિયાનાં ટોળેટોળાં અહીં આવવા લાગ્યાં.

વડ નીચે બેઠાં બેઠાં નવવધૂ અમરબાઈએ આ પુનિત આશ્રમની કથા સાંભળી. દૂરથી આશ્રમની ગતિવિધિ જોઈ. એના અંતરમાં કોઈ દેવી પ્રેરણા જાગી. આ ગરીબડાંઓની સેવાશુશ્રૂષા માટે જીવન સમર્પણ કરી દેવાની પ્રબળ ભાવના ઊઠી. ઓચિંતી એ ખેંચાઈ હોય એમ ઊભી થઈ. મિથ્યા જણાતી એને જિંદગીનો એક સદુપયોગ લાધી ગયો. પોતાનાં શણગાર, કપડાં ઉતારી સાદાં વસ્ત્રો પહેર્યાં. સાસુ-સસરાને પગે પડી અને પોતાને માફ કરવા વિનંતિ કરતાં કહ્યું, “મને વીસરી જાણે. મારું મન સંસારમાં નથી ચોંટવાનું” અને એણે આશ્રમ ભણી પગલાં માંડ્યાં.

વડીલોએ ચમકીને એને રક્તપિત્તિયાનો ભય દેખાડ્યો આ સોનલવણી કાયામાં લહાય લાગી જશે. કહ્યું પણ અમરબાઈ ચાલતી જ રહી. સંત પાસેથી ભગવું વસ્ત્ર માંગ્યું અને સંસાર બંધનરૂપ છેલ્લું રંગીન વસ્ત્ર પણ ફેંકી દીધું. ઈંગ્લેન્ડની ફ્લોરેન્સ નાઈટિંગેલની જેમ સર્વસ્વનો ત્યાગ કરી ભયંકર રોગથી પીડાતા દર્દીઓની સારવાર કરનારી ભારતની પ્રથમ નારી પરિચારિકા તે આ અમરબાઈ.

મંગલમંદિર, મે-૧૯૭૯

## બાળ માવજત તથા ઉછેર

બાળ ઉછેર એ નારીજીવનનું અતિ મહત્વનું કાર્યક્ષેત્ર છે. એક માતા સો શિક્ષિકાઓ બરોબર છે. માતા સુસંસ્કારી, કેળવાયેલી અને સમજદાર હશે તો જ એની ભાવિ પ્રજા સંસ્કારી તથા કેળવાયેલી અને સમજદાર ઘડાશે. બાળપણમાં રોપાયેલાં બીજ વખત જતાં ફાલી ફૂલીને ફળસ્વરૂપ પાકતાં એનો સમસ્ત આધાર એનાં ઉછેર તથા માવજત ઉપર નિર્ભર છે.

સર્વ પ્રથમ તો Child should not come by chance but by Sincere desire એટલે આજનાં યુગમાં બાળકનું અચાનક આગમન થાય એનાં કરતાં જ્યારે એની ઈચ્છા અને જરૂરિયાત માતા-પિતા અનુભવે ત્યારે થાય એ વધારે ઈચ્છવા જોગ છે.

એથી બાળકનાં જન્મ પહેલાંથી જ એનો ઉછેર જ પૂરી સમજદારી અને જ્ઞાન બન્નેને તથા ખાસ કરીને માતાને હોવું જરૂરી છે. જે બાબત આધુનિક માતા-પિતા ઘણું કરીને સમજ્યાં છે અને ભાવવિભોર બનીને પોતાનાં લાડકડાંઓનાં ઉછેર અને જ્ઞાન પાછળ હવે સારો એવો રસ ધરાવતાં સમય પણ આપે છે.

બાળકનાં આગમન પૂર્વેની તૈયારીથી ઘરનું વાતાવરણ અનુકૂળ અને પ્રસન્ન બનાવવું રહેવું જરૂરી છે. અનુભવી અને સંસ્કારી વડીલો પાસેથી પણ અગત્યની માહિતી સુલભ્ય બને છે. ગર્ભાવસ્થામાં સ્ત્રીએ પોતાનાં વિચારો સુંદર, પવિત્ર અને પોતાની પ્રજાને અનુકૂલ, એવા ગૌરવશાળી રાખવા જોઈએ. મંગળમય વાંચન અને સંસ્કારી સંગતથી સમય પ્રસાર

કરવો, આહાર વિહાર, આચાર વિચાર વગેરેમાં ખૂબ જ સાવચેતી રાખવી.

ગર્ભસ્થ નારીએ પોતાનાં સૂવાના ઓરડામાં મહાન પુરુષો અને સંતના ફોટા ઉકતાં વેંત નજરે ચડે એવી રીતે ગોઠવવાં. મનોહર, સ્વાસ્થ્ય હૃષ્ટપુષ્ટ બાળકની છબી પણ રાખવી. અને મનમાં જેવું બાળક જોઈતું હોય તેનું ચિંતન કરવું. ઈચ્છાઓ અનુકૂળ રાખવી જેવી ભાવના આ સમય દરમિયાન માતાના મનમાં જાગૃત થાય એવાં સંસ્કારો બાળકનાં મન ઉપર પડશે. અને એનાં હસ્તે જે સર્જન થવાનું છે. તેને ધાર્યો ઘાટ એ આપી શકશે.

ઘણી બહેનોને ગર્ભાવસ્થા દરમિયાન શરીરે આળસ અને સુસ્તી જણાય છે. આરામ



જરૂર કરવો, હંમેશ કરતાં બે કલાક વધારે આરામ કરવો, પણ શરીરને કસરત મળે તેવું કાર્ય તથા હલનચલન અવશ્ય કરવું. જેમ સ્નાયુઓને કસરત મળશે તેમ પ્રસૂતિ સરળ બનશે. બહાર ચોખ્ખી હવામાં ધીમી ગતિએ ફરવા જવાની કસરત સૌથી ઉત્તમ છે.

ખોરાકની કાળજી સવિશેષ લેવી, તીખો તમતમતો ખૂબ મરચાં મસાલાવાળા, ખારો

ખોરાક ઓછો લેવો. પૌષ્ટિક વિટામિનો અને પ્રોટીનથી ભરપૂર ખોરાક સમયસર લેવો કેલશિયમ તથા લોહતત્ત્વથી ભરપૂર ફળશાક, કઠોળ, દૂધ, દહીં, છાશ, નાળિયેરનું પાણી, સૂકો મેવો વગેરે ખોરાક સાથે લેવાય એટલા લેવાં. ખાવા પીવાનાં દોહદો પૂરા કરવા. પ્રસૂતિની બાબત ચિંતા કરવી નહિ. મન હંમેશાં પ્રસન્ન રાખવું.

આટલી કાળજી અવશ્ય ગર્ભવિસ્થા દરમ્યાન રાખવી. કુટુંબની દરેક વ્યક્તિએ નવા આવનાર માટે દરેક રીતની તૈયારી કરવામાં સહાયરૂપ થવું. ભાવિ પ્રજા બળવાન તેજસ્વી અને સંસ્કારી બનાવવા દરેક તરફની તૈયારી નવાસર્જન માટે જરૂરી છે.

મંગલમંદિર, ઓગસ્ટ-૧૯૮૨

## સ્ત્રીઓને મુંઝવતી સમસ્યા : વધેલા મેદ-ચરબી - (૧)

સુડોળ શરીર હોવું એ સૌંદર્યનો આદર્શ ગણાય છે. આરોગ્ય નિષ્ણાતોના મતે પાતળી અને સપ્રમાણ એટલે કે સુડોળ કાયા ધરાવનાર વ્યક્તિઓ વધુ શક્તિ અને સ્ફૂર્તિ ધરાવતી હોય છે. **એટલે કે સૌંદર્ય અને આરોગ્ય બંને માટે સુડોળ શરીર હોવું જરૂરી છે.** પરંતુ મેદવાળું શરીર સુડોળ લાગતું નથી. તો આ મેદવાળા શરીર પરના મેદને દૂર કરવો જ રહ્યો. આ મેદ શાથી વધે છે તે જોઈએ.

### ● મેદવૃદ્ધિના કારણો :

૧. વારંવાર ખાવું.
૨. ભારે ગળ્યા, ઠંડા, ચીકણા અર્થાત ચરબીવાળા પદાર્થો, મીઠાઈ, ઠંડા પીણા, આઈસ્ક્રીમ, વધારે પૌષ્ટિક તથા તળેલો ખોરાક વગેરે વધુ લેવાથી, વગેરે કારણોથી મેદવૃદ્ધિ થાય છે.
૩. વ્યાયામ ન કરવો. અર્થાત બેઠાડુ જીવન હોય કે શરીરની કેલરી વપરાય તેવાં કાર્યો ન કરવાથી પણ મેદ વધે છે.
૪. હંમેશાં ખુશ મિજાજમાં રહેનાર, ક્યારેય પણ ચિંતા-શોક વગેરે માનસિક વિકૃતિઓથી ન ઘેરાનાર અર્થાત આનંદી સ્વભાવ વાળી વ્યક્તિનો મેદ વધે છે.
૫. માતા-પિતા જો સ્થૂળ હોય, તો તેમના સંતાનોમાં આનો વારસો ઉતરે છે.
૬. પ્રસૂતિ સમયે વાયુ વધારનાર કે ચરબીવાળા ખોરાક વધુ ખાવાથી પણ શરીરમાં ચરબી જમા થાય છે.

### ● મુખ્ય કારણ :

થાઈરોઈડ અને પીટ્યૂટરી વગેરે

અંતઃસ્રાવી ગ્રંથિઓની વિકૃતિ પણ એમાં મુખ્ય ભાગ ભજવે છે. આ ગ્રંથિઓ બરાબર કાર્ય કરી શકતી નથી. પરિણામે Basal metabolism ઓછું થઈ જાય છે. જેથી ચરબીનું સંપૂર્ણ પાચન થઈ શકતું નથી. પરિણામે તે ધાતુઓમાં એકઠી થઈ સ્થૂળતા પેદા કરે છે.

### ● લક્ષણો :

૧. મેદસ્વી વ્યક્તિઓના શરીરમાં કોઈ પણ કાર્ય કરવાનો ઉત્સાહ હોતો નથી.
  ૨. તેઓ થોડો શ્રમ કરતાં પણ થાકી જાય છે કે હાંફી જાય છે.
  ૩. મેદના સ્વેદોત્પાદન ગુણને લીધે શરીરમાં દુર્ગંધ તથા પરસેવો વધુ થાય છે.
  ૪. મેદસ્વી વ્યક્તિઓને ભૂખ તથા તરસ વધુ લાગે છે. સ્થૂળ વ્યક્તિઓના કોઠામાં વાયુ વધુ હોય જેથી તે વાયુ અગ્નિને વધુ તેજ બનાવે છે. પરિણામે ભૂખ વધુ લાગે છે.
- મેદ વૃદ્ધિ ચાલીસ વર્ષની ઉંમર પછી વધુ થાય છે. પુરુષો કરતાં સ્ત્રીઓમાં ચરબીનું પ્રમાણ વધુ જોવા મળે છે.
- મેદસ્વી વ્યક્તિઓને અનેક રોગો થાય છે. આરોગ્યની દૃષ્ટિએ જોતાં પણ મેદવાળી વ્યક્તિએ ચરબી ઉતારવી ખૂબ જ જરૂરી છે. ચરબીવાળી વ્યક્તિને હાઈ બ્લડપ્રેશર, હૃદયરોગ, ડાયાબિટીસ, સાંધાની બીમારી, મસા, ભગંદર, વાયુના અનેક રોગો તેમજ અપચો વગેરે થાય છે.

વધારે પડતી ચરબીના કારણે

રક્તવાહિનીઓ પર વધુ દબાણ આવે છે. અને તેથી તે પાતળી બની જાય છે. **જેથી રક્ત પરિભ્રમણ બરાબર થઈ શકતું નથી. તેને કારણે બ્લડ પ્રેશરની બીમારી થાય છે.** ક્યારેક તે વધી જાય છે, તો ક્યારેક ઘટી જાય છે. જ્યારે કેટલાક લોકોને કાયમ માટે બ્લડપ્રેશર વધઘટ રહ્યાજ કરે છે. જેના પરિણામ સ્વરૂપે હૃદયરોગ થાય છે.

**જેમ શરીરમાં ચરબી વધે છે તેમ લોહીમાં પણ ચરબીનું પ્રમાણ વધે છે જેને કોલેસ્ટરોલ કહે છે.** ધીમે ધીમે ચરબી રક્તવાહિનીઓની દીવાલ પર જામી જાય છે. તેથી રક્ત પરિભ્રમણ બરાબર થઈ શકતું નથી. જેથી હૃદયરોગનો હુમલો શક્ય બને છે.

આખા શરીરનો ભાર સાંધાઓ પર વધારે આવી જવાને કારણે સાંધાઓ પર સોજો આવી દુઃખાવો થાય છે. તે જ રીતે મેદવાળી વ્યક્તિઓના શરીરમાં વાયુ વધારે હોય છે. તેથી તે સાંધા પકડે છે. માટે સાંધાનો વા પણ થાય છે.

તે જ રીતે ચરબીવાળી વ્યક્તિનો પાચકાગ્નિ વિકૃત હોવાને કારણે તે ખાંડનું યોગ્ય પાચન પણ કરી શકતી નથી. તેને કારણે ડાયાબિટીસ પણ થાય છે. આમ મેદસ્વી વ્યક્તિ તો રોગનું ઘર જ હોય છે. તો બહેનો, આજે આપણે શરીરમાં મેદનો વધારો શેનાથી થાય છે, અને મેદ વધવાથી કયા કયા રોગો થઈ શકે તે વિશે જાણ્યું. હવે ચરબી ઉતારવાનાં ઉપાયો આપણે આવતાં અંકે જોઈશું.

મંગલ મંદિર, ઓક્ટોબર-૧૯૮૫

## સ્ત્રીઓને મૂંઝવતી સમસ્યા : વધેલા મેદ-ચરબી - (૨)

ગયા અંકમાં આપણે શરીરમાં મેદનો વધારો શેનાથી થાય છે તથા એનાથી કયા કયા રોગો થઈ શકે એ વિશે વિચારેલું. આ અંકમાં ચરબી ઉતારવાનાં ઉપાયો વિશે વિચારીશું. એમાં સૌ પ્રથમ આવે છે :

### ● ચિકિત્સા :

૧. અતિ પૌષ્ટિક તથા ઠંડા ખોરાકનો ત્યાગ કરો. દિવસે સૂવું નહીં.
૨. નિયમિત વ્યાયામ કરવો અથવા શરીરને શ્રમ મળે તેવું કામ કરવું .
૩. મેદસ્વી વ્યક્તિએ લૂખા, કડવા, હલકા ખોરાક વધુ લેવા. જવ, સામો , કળથી, મસૂર, મગ, વગેરેનો ખોરાક ઉત્તમ છે. શાકમાં પરવળ, આમળાં તથા લીલાં શાકભાજી વગેરે વધુ લેવાં.
૪. નરણાં કોઠે ખાંડ વિનાનું મધ તથા ઉનું પાણી પીવું. મધનું પાણી જેને હની ગ્લોબીસ કહેવાય છે. તે મેદસ્વી વ્યક્તિ માટે ઉત્તમ છે.
૫. દૂધ અગર લેવું હોય તો ત્રણ ચાર વાર ઉકાળીને મલાઈ કાઢી નાંખી તેમાં વાવડીંગ, સૂંઠ વગેરે નાંખીને ઉકાળેલું દૂધ લેવું. ખાટી છાશ ફાયદાકારક છે.

આ ઉપરાંત ઝડપથી તથા કાયમી મેદ ઓછો કરવા માટે પદ્ધતિસર ઉદ્ધર્તન, સોના બાથ વગેરેનો નિશ્ચિત કોર્સ લેવાથી આ બેડોળપણાથી કાયમી મુક્તિ મેળવી શકાય છે. કસરતો તથા યોગાસનોથી પણ મેદ ઉતરે છે.

**મેદસ્વી વ્યક્તિને કસરત તો ખૂબ**

**જ જરૂરી છે. કસરતથી શરીરમાં ગરમી વધે છે.** તેથી ચરબીનું પાચન થાય છે અને વધારાના કાર્બોહાઈડ્રેટ્સનું પણ પાચન થાય છે. તેથી ધીમે ધીમે ચરબી ઓછી થાય છે. મેદ ઉતારવા મુખ્યત્વે નીચે પ્રમાણે કસરતો કરવી.

૧. બંને પગ પહોળા રાખી ટટ્ટાર ઊભા રહેવું. પછી શ્વાસ અંદર ભરી બંને હાથ સીધા લેવા. ત્યારબાદ ધીમે ધીમે શ્વાસ બહાર કાઢતાં કાઢતાં બંને હાથને નીચા કરી કમરમાંથી વાંકા વળી પગના અંગૂઠા પકડવાનો પ્રયત્ન કરવો. આ સમયે ઢીંચણ વળી ન જાય તેનું ખાસ ધ્યાન રાખવું. પછી ધીમે શ્વાસ ભરતાં ભરતાં સીધા થાઓ. આ કસરત દસ વખત કરવી.
૨. બંને પગ લાંબા કરી જમીન પર સીધા બેસી જાઓ. પછી ધીમે ધીમે માથું નમાવી બંને હાથથી પગના અંગૂઠા પકડવાનો પ્રયત્ન કરો. પગ ટટ્ટાર રાખવા.

### ● ડાયેટિંગ :

મેદવાળી વ્યક્તિને વ્યાયામની જેમ જ આહાર નિયમન ડાયેટ કંટ્રોલની પણ ખાસ જરૂર છે. પરંતુ તે સમજીને જ કરવું જોઈએ.

**મોટા ભાગની સ્ત્રીઓ ડાયેટિંગની બાબતમાં અજાણ હોવાને કારણે ભૂલ કરતી હોય છે.** તેઓ ખોરાક બંધ કે ઓછો કરવાની સાથે સમજ્યા વિના પ્રોટીન, વિટામિન્સ, ખનીજ પદાર્થ વગેરે પણ રોકે છે. જેના પરિણામે

શરીરમાં અશક્તિ આવી જાય છે અને અનેક રોગો થાય છે. માટે ડાયેટિંગ પણ બને ત્યાં સુધી ડોક્ટરની સલાહ પ્રમાણે જ કરવું હિતાવહ છે.

### ● શું ખાવું :

આવી વ્યક્તિઓને કડવા, તીખા, તૂરા રસવાળો તથા રૂક્ષ એટલે કે ઉષ્ણ-તીક્ષ્ણ ગુણવાળો ખોરાક શ્રેષ્ઠ છે. જવ, બાજરી, જુવાર, બંટી, કાંગ, મગ, કળથી, ચણા વગેરે અનાજ આમળાં, પરવળ, પાલખ, તાંદળજો, મેથી, કોબીજ, કારેલા, કંકોડા, રીંગણ, સરગવો, ગલકાં, દૂધી, મૂળા, મોગરી, ગાજર વગેરે શાકભાજી હિતાવહ છે. આવી વ્યક્તિઓએ ઘઉંને બદલે જવની ભાખરી, ચોખાને બદલે કોદરી ખાવી. ઉપરાંત મગ, આદું, હળદર, ફુદીનાની ચટણી, ગ્રીન સલાડ વગેરે લેવું.

### ● શું ન લેવું :

મેદસ્વી વ્યક્તિએ આહારમાં મીઠું એકદમ ઓછું કરી દેવું. ઉપરાંત ઘઉં ચોખાની બનાવટો, મીઠાઈ, ઘી-તેલ, માખણ, સૂકો મેવો, કઠોળ, સીંગ, સુરણ, શક્કરિયાં, રતાળું, પાપડી, ફલાવર, વટાણા, કેળાં વગેરે ન લેવાં.

મેદ ઉતારવા માટે વ્યાયામ, ડાયેટિંગ તથા ઔષધોપચાર વગેરે સાથે જો વધારે ચરબીવાળી વ્યક્તિ હોય તો મસાજ, સોનાબાથ કે સ્ટીમબાથ (જેને બાષ્પસ્વેદ કહે છે) વગેરે આપવું જરૂરી છે.

મંગલ મંદિર, નવેમ્બર ૧૯૮૫

## સ્ત્રી અને કાયદાકીય જાણકારી

### ● ઉર્વશી ગોર ●

કોઈપણ સ્ત્રી કાયદાઓનો પ્રશ્ન ઊભો થાય છે ત્યારે તેના અમલીકરણની વાત પહેલી થાય છે, પણ પહેલી વાત તો એ છે કે

કાયદાકીય જાણકારી પછી જ તેના અમલીકરણની વાત આવે છે, મોટેભાગે બધા સ્ત્રીઓનાં કાયદાઓ કાગળ પર વધારે

અમલમાં છે. ખાસ કરીને કોઈ ગુનો થાય છે ત્યારે બહેનો અને ખાસ કરીને તેનાં કુટુંબીજનો એક આઘાતથી અને બીજું કાયદા

ઈચ્છાનો અંત લાવ્યા વિના શાંતિ અને પ્રસન્નતા ચિત્તમાં વસી શકતા નથી.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

કાનૂની જાણકારીનાં અભાવને લીધે આગળ કાંઈ પણ પગલાં ભરતાં નથી. ઘણીવાર એવું પણ બને છે કે તે બહેન કાનૂની કાર્યવાહી કરે તો પણ તેમાં ક્યાંક અધૂરાશ રાખી દેવામાં આવે છે અને પાછળથી તેનાં લીધે જ કેસ નબળો પણ પડી જાય છે ખાસ કરીને જ્યારે કોઈપણ અત્યાચારનો ગુનો બને છે ત્યારે સૌથી અગત્યની શરૂઆત તે ફરિયાદની છે. ફરિયાદમાં કોઈ વિગત બાકી રહી જાય તો કેસને અસર પહોંચે છે. જો કે ન્યાય મળે તે માટે કાયદાના અમલની જવાબદારી તંત્રની છે. પણ તેની દેખરેખ ત્યારે જ રાખી શકાય જ્યારે આપણને ખબર હોય કે કઈ બાબતો જરૂરી છે અને એટલે જ આજે સ્ત્રી અપમૃત્યુનાં બનાવ કદાચ વધતા જાય છે. અહીં એફ.આઈ.આર. બાબતમાં અમુક એવી માહિતી આપવામાં આવી છે જે સ્ત્રીઓને ખાસ ઉપયોગી થઈ શકે છે.

- (ક) પ્રથમ માહિતી રિપોર્ટ (એફઆઈઆર) માં આરોપીનું નામ અને સરનામું.
- (ખ) ગુનો થયો હોય તે દિવસ. સમય, તારીખ અને જગ્યાનું વર્ણન.
- (ગ) ફરિયાદીએ પોતાનાં શબ્દમાં જ ગુનાનું વર્ણન લખવું જોઈએ.
- (ઘ) અને જો કોઈ સાક્ષી હોય તો સાક્ષીનું નામ સરનામું વગેરે લખાવવા.
- (ચ) આ એફ.આઈ.આર.ની નોંધણી પોલીસ સ્ટેશનમાં બે નકલમાં કરવાની પોલીસવાળાની ફરજ છે. તેમાંથી એક નકલ ફરિયાદીએ પોલીસ સ્ટેશનમાંથી તેજ સમયે મેળવી લેવી જોઈએ અને જો ફરિયાદ લખાવનાર બહેન કે ભાઈ અભણ હોય તો પોલીસ તે એફ.આઈ.આર. લખીને તેને વાંચી સંભળાવે ત્યારે જ તેનાં પર તે ફરિયાદીને સહી કરવાની હોય છે.
- (છ) પોલીસ સામે ફરિયાદ કરવાની હોય ત્યારે તેનાં ઉપર અધિકારી પાસે જ આ ફરિયાદ આપવાની રહે છે.
- (૨) જો.... તમને તમારા પતિ કે

સાસરાવાળા તરફથી નીચે દર્શાવેલ કોઈ પણ રીતે ત્રાસદાયક વર્તન કરતા હોય.

- (ક) તમારા પતિ અથવા સાસરામાંથી કોઈપણ વ્યક્તિ તરફથી કૂરતાભર્યું વર્તન કરવામાં આવે.
- (ખ) અથવા તમને કોઈ જગ્યામાં બંધ કરી દેવામાં આવે અથવા ક્યાંય આવવા જવા પર પાબંધી મૂકવામાં આવી હોય તો.
- (ગ) તમને જમવાનું આપવામાં આવતું ન હોય તો.
- (ઘ) તમને કે તમારા પિયરવાળાને કે બન્નેમાંથી કોઈને પણ દહેજ માટે સતાવવામાં આવે તો.
- (ચ) અથવા તમારી જાનને જોખમ હોય તો.
- (છ) અથવા તમને આત્મહત્યા કરવા માટે મજબૂર કરવામાં આવતા હોય.
- (જ) અથવા તમને કોઈપણ શારીરિક કે માનસિક રીતે સતાવવામાં આવતા હોય તો.

તો આ માટે બહેન બાજુનાં પોલીસ થાણામાં આઈ.પી.સી.ની કલમ ૪૯૮ એમાં ફરિયાદ દાખલ કરાવી શકે છે. આ ફરિયાદ તે સ્ત્રીએ જાતે જ કરવી એવું જરૂરી નથી. તેનાં પરિવારનાં કોઈ સભ્ય કે બીજા કોઈપણ સગા સંબંધીઓ દ્વારા પણ થઈ શકે છે.

- (૩) સ્ત્રીને ગિરફતાર કરવા માટેની જોગવાઈઓ.
- (ક) કોઈપણ સ્ત્રી પોતાની ગિરફતારીનાં કારણો જાણવા પૂરેપૂરી હક્કદાર છે અને પોલીસને કહેવાની પણ ફરજ છે.
- (ખ) કોઈપણ સ્ત્રીને સૂર્યાસ્ત પછી ગિરફતાર કરી શકાય નહીં.
- (ગ) ગિરફતાર કરતી વખતે મહિલા પોલીસ હોવી જરૂરી છે.
- (ઘ) મહિલાને રાત્રે પોલીસ ચોકીમાં રાખવામાં આવે ત્યારે મહિલા પોલીસ ત્યાં હાજર હોવી જરૂરી છે અને જો ન હોય તો તે સ્ત્રી તેની માંગણી કરી

શકે છે. જો માંગણી સ્વીકારવામાં ન આવે તો પોલીસ ચોકીમાં રહેવા ઈનકાર કરી શકે.

- (ચ) ગિરફતાર કરેલ બહેનને ૨૪ કલાકની અંદર મેજિસ્ટ્રેટ સમક્ષ લઈ જવાની પોલીસની જવાબદારી છે.
- (૪) કોઈપણ નવપરિણીત સ્ત્રી પતિનાં ઘેર અથવા સાસરિયામાં આપઘાત કરે અને તેણીને ગેરવર્તણૂક કે ત્રાસ દ્વારા તેનાં પતિ કે સાસરી પક્ષનાં લોકો દ્વારા આપઘાતની ફરજ પડી છે તેવો પુરાવો મળે તો અત્યાચાર કરનાર વિરુદ્ધ ઈન્ડિયન પીનલ કોડની કલમ ૩૦૬ મુજબ પોલીસ કામ કરે છે.
- (૫) જ્યારે કોઈ પરિણીત સ્ત્રીની ઉંમર ૩૦ વર્ષથી નાની હોય, દશ વર્ષ તેનાં લગ્નને પૂરા થયા ન હોય અને બહેનનું અપમૃત્યુ થાય તેવા કેસમાં સાસરાવાળા પોલીસને જાણ કર્યા વગર બાળી નાખે કે બીજી રીતે નાશ કરે તો આવા શંકાસ્પદ કેસોમાં પોલીસ એસ.એસ.પી.ની ફરજ છે કે તે જાતે તપાસ કરે અને આવા કેસોમાં ગુજરાત પોલીસ મેન્યુઅલ વોલ્યુમ-૩, રૂલ-૨૨૩ બી મુજબ ખૂનનો ગુનો દાખલ કરે છે.
- (૬) કોઈપણ સ્ત્રી લગ્નજીવનમાં ૧૦ વર્ષની અંદર પોતાનાં પતિ સાથે કે સાસરીયામાં રહેતી હોય ત્યારે આપઘાત કે અપમૃત્યુ થાય અથવા તેના મૃત્યુ અંગે કોઈ સગાએ સંશય વ્યક્ત કર્યો હોય અથવા મૃત્યુ સંબંધી કોઈ શંકા હોય ત્યારે ઈન્કવેસ્ટ ભરવાની સત્તા હોય તે એક્ઝિક્યુટિવ મેજિસ્ટ્રેટ જાતે સ્થળ પર ઈન્કવેસ્ટ ભરશે. જ્યારે ઈન્કવેસ્ટ ભરવામાં આવે એ જ સ્વરૂપમાં અલગ રેકર્ડ તૈયાર કરવામાં આવે જેમાં મહિલા સુરક્ષા સમિતિનાં સભ્યો કે કોઈપણ મહિલા સંસ્થાનાં સભ્યો પોતાની સહમતિ દર્શક સહી કરવાની હોય છે.

મંગલમંદિર, માર્ચ-૧૯૯૩

છેવટે ભવિષ્ય પણ આપણાં કર્મો જ નક્કી કરે છે.

## મહિલા માથે ઓઢે !!!

• હંસા ખુશાલ રાંભિયા •

આપણા જૈન સમાજમાં દેરાસરોમાં આરતી-મંગલ દીવો, પૂજા-પૂજન, અભિષેક શાંતિ-કળશ; ઉપાશ્રયોમાં કે અન્ય ક્રિયા કે વિધિઓના સમયે વખતો-વખત મહિલાઓને માથા ઉપર સાડીનો છેડો રાખવાનો-માથે ઓઢવાનો આગ્રહ થતો હોય છે.... શું એ યોગ્ય છે કે ? શું આનો ચોક્કસ ઉલ્લેખ કોઈ શાસ્ત્રો કે આગમોમાં છે ?

આના ઊંડાણમાં જતાં માથા ઉપર છેડો રાખવાની વાત ઘૂંઘટ ભારતમાં ઈસ્લામના પ્રવેશ કે ઉદયની જોરદાર અસર જણાય છે. આપણે ત્યાં છ આઠ સૈકા પૂર્વે ઘૂંઘટ અસ્તિત્વમાં આવ્યું; જે માત્ર ઈસ્લામની દેન છે. એક હાથમાં તલવાર અને બીજા હાથમાં કુરાન લઈને ધાર્મિક ઝનૂનીઓનો હિંદુસ્તાનમાં પ્રવેશ પ્રજા અને મહિલાઓ ઉપર બેસુમાર અત્યાચાર, યુવતીઓને ઉપાડી જવા કે ભ્રષ્ટ કરવાની જંગલિયાત પ્રવૃત્તિઓ કલ્પનાતીત હતી. મુસ્લિમ મહિલાઓ બુરખામાં રહેતી, ત્યારે ભારતીય નારીઓને બચાવવા તેનું મોહું કે સ્વરૂપ ન દેખાય તે માટે ઘૂંઘટની પ્રથા દાખલ થઈ. કાળક્રમે તે રૂઢ થતી ગઈ અને નારીના પોષાક સાથે વણાઈ ગઈ. એની સાથે ધર્મને જરાપણ લાગતું વળગતું નથી.

ભારતમાં ઈસ્લામના ઉદય અને પ્રવેશ અગાઉના આપણા પ્રાચીન શ્વેતામ્બર કે દિગંબર તીર્થોનું બારીકાઈની નિરીક્ષણ કરતાં એના શિલ્પ-સ્થાપત્યની કોતરણીમાં દેવી, યક્ષણી કે નૃત્યાંગનાઓ સિવાયની નારીઓના મસ્તક પર વચ્ચનો છેડો શોધ્યો જડે તેમ નથી. તે સમયે જૈનધર્મના શાસ્ત્રો કે આગમોની નકલો આપણો સાધુ-સમુદાય લખતો કે લહિયાઓ મારફતે કાગળ કે તાડપત્રો ઉપર લખાતો. ત્યારે એ લખાણની બાજુમાં નીચે કે સામે લખાણના પ્રસંગોનાં ચિત્રો દોરવામાં આવતા. આવા ચિત્રોમાં નારીનાં ચિત્રો પણ છુટથી મૂકાતા. ઈસ્લામના ઝનૂની પ્રચાર પૂર્વે હસ્તલેખિત પ્રતો અને પોથીઓ આપણે ત્યાં

સચવાયેલી છે. પણ આ પ્રતોમાં ક્યાય નારીના મસ્તકે વચ્ચ જણાતું નથી. આ એક નક્કર અને સાબિત થયેલી વાત છે. એટલે મસ્તકે વચ્ચનો છેડો રાખવાનો કોઈ આધાર શાસ્ત્ર કે આપણી સંસ્કૃતિ સ્વીકારતી જ નથી.

આ સદીમાં આઝાદી અને ભણતરની પ્રગતિની રફતાર સાથે સાથે ઘૂંઘટ ટૂંકો થતો થતો માથા ઉપર આવી નીચે સરી ગયો અને ભારતીય નારીનો પહેરવેશ એના મૂળ સ્વરૂપમાં આવી ગયો છે. ત્યારે ચોક્કસ ધર્મસ્થાને અને ક્રિયાકાંડોમાં યુવતીઓના આજના પરિધાન (ડ્રેસ) સ્પષ્ટ રીતે નકારવામાં આવે છે અને જાણે સાડી કે ઓઢણીને જૈનોએ... જ પ્રમાણિત કરી હોય તેમ જણાવવામાં આવે છે.

યુવતીઓનું પરિધાન એ પંજાબી પહેરવેશનું રૂપાંતર છે. જે હવે લગભગ રાષ્ટ્રીય પોષાક તરીકે ભારતભરના દરેકે દરેક સમાજમાં યુવતીઓ દ્વારા અપનાવાયો છે. જે મારા નમ્ર અભિપ્રાય મુજબ ખરેખર મર્યાદિત છે અને અનેકગણું સગવડદાયક છે.

જૈનો સિંધ, પંજાબ, હરિયાણાથી માંડીને પૂર્વ-પશ્ચિમ, મધ્ય તેમજ દક્ષિણ ભારત સુધી સ્પષ્ટ રીતે ફેલાયેલા છે. ભલે તેમનું સંખ્યાબળ ઓછું હોય. યુગપ્રવર્તક પ.પૂ. આત્મારામજી મ.સા. (આત્મારામજી એટલે વિજયાનંદસૂરિ કે જેઓ પંજાબકેસરી વલ્લભસૂરિ મ.સા.ના ગુરુ હતા. એમની મૂર્તિઓ અનેક દેરાસરોમાં વિદ્યમાન છે. પંજાબ જેમની કર્મભૂમિ હતી, તેવા એક સ્થાનકવાસી જૈનોના મોટા આચાર્ય પણ પંજાબ કેસરી કહેવાતા. પાકિસ્તાન-પંજાબમાં આવેલ ગુજરાનવાલામાં અત્યારે પણ આત્મારામજી મહારાજની સમાધિ મોજૂદ છે. પાકિસ્તાનના મુલ્તાન અને લાહોરમાં પણ જૈનો હતા ત્યાં મૂર્તિ-વિહોણા દેરાસરોના ખંડિયેરો અત્યારે પણ છે.) અને પંજાબકેસરી વિજય વલ્લભસૂરિ મ.સા.ના અનુયાયીઓ પંજાબમાં બહોળા પ્રમાણમાં હતા. અત્યારના

પાકિસ્તાનના અમુક ભાગોમાં ત્યારે જૈનો હતા. તેમનો અને પંજાબની સ્ત્રીઓનો પોષાક પંજાબી હતા અને પંજાબની શ્રાવિકાઓ દેરાસરમાં સેવા-પૂજા તેમજ ઉપાશ્રય કે ઘરમાં સામાયિક પ્રતિક્રમણ કરતી ત્યારે કોઈ પ્રમાણિત જૈન સાડી-ઓઢણીમાં નહિ પણ પંજાબી પોષાકમાં જ રહેતી. આજના સમયમાં પણ મોટી ઉંમરની જૈન પંજાબની મહિલાઓને પંજાબી-પોષાકમાં ક્રિયા-વિધિ વગેરે કરતાં જોઈ છે. તો શું આપણે તેમને જૈન નહિ કહીએ ?

દક્ષિણ ભારતમાં ઈસ્લામનો ઝનૂની પ્રચાર મોડો અને પ્રમાણમાં ઓછો હતો. તેની અસર-રૂપે મહારાષ્ટ્ર અને દક્ષિણ-ભારતની જૈન મહિલાઓ તેમના મૂળભૂત પહેરવેશ ધોતી માફક સાડી પહેરતી. દક્ષિણ ભારતના હિંદુ કે જૈન સમાજની કોઈપણ મહિલાઓ ખુલ્લા માથે જ કોઈપણ ધાર્મિક કે સામાજિક પ્રસંગોમાં રહે છે. તો પછી આ મહિલાઓને આપણે જૈન તરીકે નહિ સ્વીકારીએ ?

મહિલાઓનો પહેરવેશના મર્યાદા-પૂર્વકનો હોવો જોઈએ. તેમાં બે મત નથી. સાડી કે ઓઢણીના પહેરવેશમાં હજી પણ ક્યાં ને ક્યાં નારી-દેહ દેખાતો હોય છે. પરંતુ પંજાબી-પહેરવેશ ઓઢણી સાથે પહેરેલ હોય ત્યારે નારીની મર્યાદા અનેક ગણી સચવાય છે. આમ તો વર્ષો સુધી પુરુષોના માથે પાઘડી, સાફા, ફેંટા, ટોપી વગેરે હતા. પ્રાચીન તીર્થોના પૂજારીઓ પૂજાના કપડાં સાથે તેમના પ્રદેશની પાઘડી પૂજા-વિધિ કે ગભારાના અંદરના કામકાજમાં પહેરતા તે સમયના રણ-પ્રદેશો અને ગામડાના વસવાટના કારણે સૂર્યના પ્રખર તાપ નીચે અથાગ મહેનત કરતી પ્રજા માટે પુરુષ કે સ્ત્રી માટે માથે વચ્ચનું રક્ષણ રહેતું જેને માન-મર્યાદાના નામે ધર્મ સાથે જોડી લેવું યોગ્ય છે ? શું આજના ઝડપી શહેરીજીવન સાથે આ સુસંગત છે ? તો પછી આજે ધાર્મિક ક્રિયાકાંડોમાં પુરુષોને માથે ટોપી કે પાઘડીનો આગ્રહ કેમ નહિ ? માથે

ક્ષમતા પર વિશ્વાસ રાખો, દોરી સંચાર ઉપરવાળો કરશે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

ઓઢવાનો આગ્રહ પરંપરાગત રીતે કેટલાક સાધુ-સાધ્વીઓ, કેટલાક ભાઈ-બહેનો, વિધિકારો કરતા હોય છે. આશ્ચર્ય તો ત્યારે થાય કે મોટા ડિગ્રીધારી ભણેલ-ગણેલ વાઈટ કોલરમાં ખપતાઓમાંથી કે ક્યારેક માથા પર છેડાનો બોજો વેઢારી આનો વિવાદ કરતી મહિલાઓ, જેમનું ધ્યાન ન તો ધાર્મિક ક્રિયાઓમાં જોડાય કે ન ધર્મની સાચી સમજણ કે ઓળખાણ થાય ત્યારે તેમની બુદ્ધિ પર હસવું કે રડવું? પુરુષ પ્રધાન સમાજની આ બલિહારી છે. ધર્મી મુસ્લિમોની જેમ કેટલોક રૂઢિચુસ્ત અને બ્રેઈનવોશ થયેલો મહિલા-વર્ગ જકડીને આ બાબતને ધર્મની સાથે જોડી દે છે. વળી જ્યાં બહેનો જ જાતે ઊઠીને આવું બધું આંખો અને મગજ બંધ કરીને સ્વીકારે અને મંડળોમાં તેને લગતાં નિયમો ઘડવામાં આવે છે. એ અપૂર્ણ સમજ કે અજ્ઞાનની નીપજ છે-કે આગે સે ચલા આતા હૈ વહી

સહી હૈ! પણ એની પાછળના કારણો વિષે કોણ વિચારવા બેસે? હા, જેને પોતાની મરજીથી માથે ઓઢવું હોય તે ભલે ઓઢે, પણ એના માટે આ દુરાગ્રહ શા માટે? યુવતી કે વયસ્ક મહિલા જ્યારે પોતાના પિયરે હોય ત્યારે પોતાના વડીલો-દાદા-પિતા, બાપા (પિતાના મોટાભાઈ) કાકા ફૂઆ, નાના, મામા, માસાનું માથે ઓઢતી નથી... પોતાના સાસરે પિયર-પક્ષનું કોઈ વડીલ આવે ત્યારે પણ સહજ રીતે માથે નથી ઓઢતી. પરંતુ જે મહિલાઓએ હજી પણ માથે ઓઢવાની પ્રથા જાળવી છે, તેઓ ઘરમાં સસરા-દાદા સસરા, જેઠ, નણંદોઈ, કાકાસસરા વગેરે શ્વસુર પક્ષના વડીલોની ઉપસ્થિતિમાં માથે ઓઢી લે છે. હવે આ યુવતીનો પિયર પક્ષના વડીલો સામે શું ભાવ હોય છે? આ બન્ને ભાવોની તુલના કરીએ. આ બન્ને તુલના વિષે વિચારતાં જિન-પ્રતિમા કે ધાર્મિક પ્રસંગોએ શ્વસુર પક્ષનો

મર્યાદાભાવ ન હોય પણ પિયરપક્ષનો અનરાધાર પ્રેમ-સંબંધ, મમતાનો સંબંધ પોતાનું જ સર્વસ્વ ત્યાં છે તે ભાવ ન્યોચ્છાવર કરવાનો ભાવ હોય.

જેમના પદો શ્વેતામ્બર, દિગંબર સર્વે સંપ્રદાયોને માન્ય છે તે અધ્યાત્મયોગી આનંદધનજીનું સ્તવન...

‘ઋષભ જિનેશ્વર પ્રીતમ માહરો રે’... આ ભાવ સાથે મસ્તકે વસ્ત્રનું મર્યાદા રૂપે રાખવું કેટલું યોગ્ય કે જરૂરી છે? પુરુષ-પ્રધાન સમાજના જ વિચારો જેમનામાં રૂઢ થયા હોય તેવી વ્યક્તિઓએ આ વાચ કદાચ વધારે પડતી કે ખટકતી જણાશે. પણ બદલાતા સમયની સાથે શહેરીકરણ થયેલા આ સમયમાં વિચારક કે અભ્યાસી વર્ગ આ વાત સમજીને જરૂર આવકારશે...

મંગલમંદિર, મે-૧૯૯૩

## સ્ત્રીધન અને સ્ત્રીની મિલકતો બાબત અધિકારો

‘સ્ત્રીધન એટલે સ્ત્રીની મિલકત, પણ બધી મિલકત નહી. સ્ત્રીધન એ સ્ત્રીની મિલકતોનો એક ભાગ છે.’

પુરાણકાળથી હિંદુ શાસ્ત્રોમાં, સ્મૃતિઓમાં મનુથી યજ્ઞવલ્કય સુધીના ઋષિમુનિઓએ કઈ મિલકતોને સ્ત્રીધન કહેવાય, સ્ત્રી પોતાનું સ્ત્રીધન કેવી રીતે વાપરી શકે, ઉપભોગ કરી શકે, સ્ત્રીના મૃત્યુ બાદ તેનું સ્ત્રીધન વારસામાં કોને મળે વગેરે બાબતોની ચર્ચા કરી છે.

આ ચર્ચાઓમાં ઊભી થયેલ જુદી જુદી વિચારશ્રેણીઓ પ્રમાણે નિયમો ઘડાયા, જે સ્ત્રીધન વિષેનો હિંદુ કાયદો મનાયો અને કોર્ટોએ એ કાયદા પ્રમાણે પોતાના ચુકાદા આપ્યા.

પરંતુ ૧૯૫૬માં હિંદુ વારસા ધારો અમલમાં આવ્યો ત્યારથી સ્ત્રીધન વિષે જુદી જુદી વિચારશ્રેણીઓ હેઠળના જૂના હિંદુ કાયદાઓ દૂર થયા અને એ ધારાની ૧૪મી

કલમે સ્ત્રીઓને મિલકતો ધરાવવા બાબત પુરુષોની સમકક્ષાએ મૂકી દીધી એટલું જ નહિ પણ આર્થિક ક્ષેત્રે સ્ત્રીને નિમ્નસ્થિતિમાંથી ઉચ્ચ સ્થિતિએ લઈ જઈ ગૌરવ, સન્માન પ્રદાન કર્યું.

એ કલમની જોગવાઈઓ જોઈએ તે પહેલાં સ્ત્રીધન વિષેના જૂના હિંદુ કાયદા પર અને સમયાનુસાર તેમાં પરિવર્તન આવતાં, ૧૯૩૭માં ઘડાયેલ ‘હિંદુ વીમેન્સ રાઈટ્સ ટુ પ્રોપર્ટી એક્ટ’ પર થોડો દ્રષ્ટિપાત કરી લઈએ.

કારણ કે, જૂના હિંદુ કાયદામાં ‘સ્ત્રીધન’ ગણાતી યા ન ગણાતી મિલકતો કોઈ સ્ત્રી પાસે હોય યા વારસો, વેચાણ, બક્ષિસથી કે અન્યથા તેવી મિલકતો તે સ્ત્રી પાસેથી બીજા પાસે હોય તો તે મિલકતોમાં તે સ્ત્રી કે બીજા શપ્સના હક્ક, ટાઈટલ નક્કી કરવા, સ્ત્રીધન અંગેના જૂના હિંદુ કાયદાની થોડી જાણકારી જરૂરી છે.

મનુએ છ જાતની મિલકતોને ‘સ્ત્રીધન’

તરીકે ગણાવી હતી : (૧) લગ્ન વખતે લગ્નવેદી સમક્ષ સ્ત્રીને મળેલી બક્ષિસો (૨) સ્ત્રી પિતાના ઘરેથી પતિગૃહે જતી હોય ત્યારે તેને મળેલી બક્ષિસો (૩) લગ્ન વખતે સાસુ-સસરા તરફથી સ્ત્રીને મળેલી બક્ષિસો તથા વડીલોને પગે લાગતાં સ્ત્રીને મળેલી બક્ષિસો. (૪) લગ્ન વખતે સ્ત્રીને પિતા તરફથી મળેલી બક્ષિસો. (૫) માતા તરફથી મળેલી બક્ષિસો અને (૬) ભાઈ તરફથી મળેલી બક્ષિસો.

જુદા જુદા સ્મૃતિકારોએ ઉપરોક્ત તથા બીજી મિલકતોને ‘સ્ત્રીધન’ તરીકે ગણાવેલ છે. લગભગ બધા સ્મૃતિકારોએ લગ્ન વખતે સ્ત્રીને પતિ તરફથી મળેલ ઘરેણાં, કપડાં તથા બીજી ચીજો ‘સ્ત્રીધન’ ગણાવેલ છે.

સ્ત્રી આવી ‘સ્ત્રીધન’ તરીકે ગણાતી મિલકતો પોતાના જીવનકાળ દરમિયાન પોતે ચાહે તે રીતે વાપરી શકતી. ઉપભોગ કરી શકતી કે વેચી શકતી. સિવાય કે પતિ જ્યારે મુસીબતમાં હોય ત્યારે પતિનું એ મિલકત

મન, મોતી ને વેણ - એને નહિ સાંધો, નહિ રેણ.

બાબત ઉપરવટું રહેતું આવી “સ્ત્રીધન” મિલકત સ્ત્રીના મૃત્યુ બાદ તેના વારસદારોને વારસામાં જતી.

પરંતુ અમુક મિલકતો, જે સ્ત્રીને ફારગતિ વખતે યા વારસામાં મળી હોય તે મિલકતોનો સ્ત્રી પોતાના જીવનકાળ દરમિયાન ઉપભોગ કરી શકતી, તેની આવક પોતાની મરજી પ્રમાણે ખર્ચી શકતી, પરંતુ કાયદેસરની જરૂરિયાત યા ધાર્મિક હેતુઓના કારણો સિવાય, સ્ત્રી આવી મિલકતો વેચી શકતી નહિ કે બક્સિસ કે વીલથી આપી શકતી નહિ. આવી મિલકત સ્ત્રીની ‘સ્ત્રીધન’ મિલકત ન ગણાતી અને આવી મિલકત ધરાવનાર સ્ત્રીના મૃત્યુ પછી તે મિલકત, જે પુરુષ કે સ્ત્રી પાસેથી તેને મળી હોય તે પુરુષ કે સ્ત્રીના વારસદારોને વારસામાં જતી.

જો કે અમુક વિચારશ્રેણીઓમાં ‘સ્ત્રીધન’ની વ્યાખ્યા. તેના વપરાશ અને વારસા બાબત થોડી ભિન્નતા હતી.

સ્ત્રીને મળતી મિલકતો, જેનો સ્ત્રી તેના જીવનકાળ દરમિયાન ઉપભોગ કરી શકતી પણ કાયદેસરની જરૂરિયાત યા ધાર્મિક હેતુઓના કારણો સિવાય વેચી શકતી નહિ કે વીલથી યા બક્સિસરૂપે આપી શકતી નહિ તે મિલકતો તે સ્ત્રીની લિમિટેડ એસ્ટેટ યા વુમેન્સ એસ્ટેટ તરીકે ઓળખાતી.

આમ સ્ત્રીને જે મિલકતો લગ્ન વખતે બક્સિસરૂપે મળતી કે તે પછી વારસામાં યા ફારગતિ વખતે યા ભરણપોષણના અવેજમાં યા જાતમહેનત કે કૌશલ્યથી મળતી, જેમાંથી કેટલીક ‘સ્ત્રીધન’ ગણાતી અને કેટલીક ‘સ્ત્રીધન’ ન ગણાતી પણ તે બધી મિલકતો ધરાવવા, ઉપભોગ કરવા, વેચવા કે કોઈને વીલથી યા બક્સિસરૂપે આપવા બાબત, ઓછા વધુ અંકુશો હતા યા મર્યાદાઓ હતી.

ત્યારબાદ સમયાનુસાર વિચાર-પરિવર્તન આવતાં. ૧૯૩૭માં હિંદુ વીમેન્સ રાઈટ્સ ટુ પ્રોપર્ટી એક્ટ (મિલકતોમાં હિંદુ સ્ત્રીઓના હક્કોનો ધારો) અમલમાં આવતાં, હિંદુ સ્ત્રીઓને મિલકતો બાબત થોડા વધુ હક્કો આપવામાં આવ્યા.

ઉપરોક્ત કાયદો અમલમાં આવ્યો તે

પહેલાં સ્ત્રીને, તેના પતિનું વીલ કર્યા વગર મૃત્યુ થાય ત્યારે તેના દીકરા હોય તો પતિની મિલકતમાં ભરણપોષણ સિવાય બીજો હક્ક ન મળતો. ઉપરોક્ત કાયદાથી પતિનું મૃત્યુ થાય ત્યારે દીકરા હોય તે છતાં સ્ત્રીને દીકરા જેટલો જ ભાગ મળતો.

બીજું ઉપરોક્ત કાયદો અમલમાં આવ્યો તે પહેલાં, પતિના મૃત્યુ વખતે સંયુક્ત હિંદુ કુટુંબની મિલકતોમાં પતિનો જે હક્ક, હિસ્સો હોય તે તેની વિધવાને ન મળતો પણ પતિનો હિસ્સો સંયુક્ત કુટુંબના પુરુષ કો-પાર્ટનરો વચ્ચે વહેંચાઈ જતો. ઉપરોક્ત કાયદાથી સ્ત્રીને, તેના પતિના મૃત્યુ વખતે પતિનો હિંદુ સંયુક્ત કુટુંબની મિલકતોમાં જે હક્ક, હિસ્સો હોય તે આપવામાં આવ્યો અને તેને ફારગતિ માગવાનો તથા સંયુક્ત કુટુંબની મિલકતોમાં પોતાનો હિસ્સો મેળવવાનો અધિકાર આપવામાં આવ્યો.

જોકે આ કાયદા હેઠળ મળેલ મિલકતો પણ સ્ત્રી તેના જીવનકાળ પર્યંત જ વાપરી શકતી.

આમ આ કાયદાએ પણ સ્ત્રીને થોડા વધુ પણ મર્યાદિત હક્કો આપ્યા.

૧૯૫૬માં હિંદુ વારસા ધારો અમલમાં આવ્યો અને તેની કલમ ૧૪મીએ સ્ત્રીના મિલકતો ધરાવવાના, ઉપભોગ કરવાના અને વેચવાના હક્કો પર જે અંકુશો હતા યા મર્યાદાઓ હતી તે દૂર કરી.

એ કલમની જોગવાઈઓ પ્રમાણે હિંદુ સ્ત્રીએ એ કાયદો અમલમાં આવ્યો તે પહેલાં કે પછી, લગ્ન વખતે પતિ, સાસુ-સસરા માતા-પિતા, ભાઈ, સગાંવહાલાં કે અન્ય પાસેથી બક્સિસરૂપે મિલકતો મેળવી હોય કે મેળવે, યા વારસાથી, ફારગતિ વખતે, ભરણપોષણના અવેજમાં યા પોતાની મહેનત યા કૌશલ્યની મિલકતો મેળવી હોય કે મેળવે યા મિલકતો ખરીદી હોય યા લાંબા સમયના ભોગવટાથી મેળવી હોય કે, મેળવે યા એ કાયદો અમલમાં આવ્યો તે પહેલાં ‘સ્ત્રીધન’ તરીકે મિલકતો ધરાવતા હોય, તે તમામ સ્થાવર-જંગમ મિલકતોની તે સ્ત્રી એક મર્યાદિત માલિક નહિ પણ સંપૂર્ણ માલિક બને છે.

જો કે એ કલમ હેઠળ એક ખુલાસો કરવામાં આવ્યો છે કે કોઈ બક્સિસ, વીલ યા કોઈ દસ્તાવેજની શરત પ્રમાણે યા કોઈ દસ્તાવેજની શરત પ્રમાણે યા કોઈ ડીકી કે એવોર્ડની કોઈ કલમ પ્રમાણે સ્ત્રીને કોઈ મિલકતમાં મર્યાદિત હક્કો આપવામાં આવ્યા હોય તો ઉપરોક્ત કાયદાથી એ હક્કો સંપૂર્ણ હક્કોમાં ફેરવાઈ જતા નથી.

પરંતુ આવી જોગવાઈ તો પુરુષોને પણ લાગુ પડે છે.

ટૂંકમાં સ્ત્રીએ ઉપરોક્ત કાયદો અમલમાં આવ્યો તે પહેલાં કે તે પછી કોઈપણ સ્થાવર કે જંગમ મિલકત કોઈપણ કાયદેસર રીતે મેળવી હોય કે મેળવે તેનો તેના કુલ માલિક તરીકે તે કબજો ભોગવવો કરી શકે છે. વેચી શકે છે ગીરો મૂકી શકે છે, વીલથી ચાહે તે રીતે આપી શકે છે, કે અન્યથા નિકાલ કરી શકે છે અને તેમાં તેના પતિનો કે સાસુ-સસરાનો કે માતા-પિતાનો કે તેના દીકરા-દીકરીઓનો કોઈ હક્ક, હિસ્સો, પ્રતિબંધ કે અંકુશ રહેતો નથી.

આવી મિલકતો ધરાવતી સ્ત્રી વીલ કર્યા વગર મૃત્યુ પામે તો તે મિલકતો હિંદુ વારસા ધારા પ્રમાણે તેના વારસદારોને મળે છે.

સ્ત્રી અધિકારો અને સ્ત્રી સન્માનની દિશામાં હિંદુ વારસા ધારાની ૧૪મી કલમ જબરદસ્ત સીમાચિહ્ન છે.

‘મંગલમંદિર, ઓક્ટોબર-૧૯૯૬

આપણું બચપણ,

મા-બાપનું ઘડપણ

આપણે બાળક હતા ત્યારે જે મા-બાપે અનેક રાતોના ઉજાગરા વેઠીને માંદગીમાં આપણી સારવાર કરીને આપણી બાળહઠને પ્રેમથી પોષી, આપણા પ્રત્યે વાત્સલ્ય વહાવ્યું, આપણને નોકરી, કામધંધો મળે તે માટે અનેક સ્થળોએ દોડધામ કરી, અનેક વાતની લાગવગ લગાડી, આપણો ધંધો વિકસાવવા ઘર વેચીને કે પેન્શનમાંથી ઉપાડ કરીને નાણાં મેળવી આપ્યાં, એ મમતાળુ મા-બાપનું ઘડપણ પ્રેમથી પાળવામાં ને એમના સ્વભાવ કે આગ્રહને નિભાવી લેવામાં સાચી સમજદારી નથી?

જ્યાં સુધી કોઈ સાથે કાંઈ પણ પ્રયોજન રહે છે ત્યાં સુધી વાસ્તવિક ત્યાગ થતો નથી.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

## ભારતીય મહિલાની બસ્સો વર્ષની તવારીખ નારી હિન્દુસ્તાની

• સોનલ શુક્લ •

‘સ્ત્રી નરકની ખાણ છે’ ત્યાંથી માંડીને ‘સ્ત્રી જ્યાં પૂજાય ત્યાં દેવોનો વાસ હોય છે’ જેટલી ઉક્તિઓ આપણા જૂના ગ્રંથોમાંથી મળી આવે. તો માનવ ઇતિહાસમાં ખરેખર તેનું સ્થાન ક્યાં અને કેટલું?

આમ તો સામાજિક વિકાસની પ્રક્રિયામાં સ્ત્રી અને પુરુષ બંનેએ સરખો ફાળો આપ્યો છે. પણ રાજપાટ, વંશવારસ, વહીવંચાવલીઓમાં નોંધ વગેરે માત્ર પુરુષોની જ થાય એટલે સ્વાભાવિક રીતે જ સ્ત્રીઓના ઇતિહાસની માહિતી ઓછી મળે છે. કેટલીક ઉદામવાદી મહિલાઓએ history - his story ને બદલે Herstory એટલે કે her story કહીને સ્ત્રીઓનો ઇતિહાસ શોધવાનો પ્રયત્ન કર્યો છે. આમેય સામાન્ય માણસોને જેની સાથે લાગતું વળગતું હોય તેવા ઇતિહાસને જાણવાનું કામ થોડા દાયકાઓથી જ થયું છે. તેમાં સ્ત્રીઓનું યોગદાન શોધવાનો વિચાર તો એનાથીય નવો છે તેમ છતાં માત્ર ઉપરછલ્લી રીતે નોંધાયેલી ભારતીય તવારીખ જોઈએ તો પણ સ્ત્રી વિશ્વ પર સીધી કે આડકતરી રીતે મોટી અસર કરનારી કેટલી બધી ઘટનાઓ બની ગઈ છે! અહીં આપણે માત્ર છેલ્લી બે સદીની વાત કરીએ....

◆ **૧૮૧૭** : કલકત્તાના એક પરામાં ખ્રિસ્તી મિશને બંગાળી છોકરીઓ માટે પહેલવહેલી શાળા શરૂ કરી. અહીં ભણવા માટે કોઈ ફી નહોતી. ૧૭૫૭માં પ્લાસી (પલાશી)ના યુદ્ધ પછી ત્યાં અંગ્રેજ રાજ આવી ગયું હતું જે ભારતના અન્ય ભાગોમાં ધીરે ધીરે પાછળથી ફેલાયું. પશ્ચિમ ભારતમાં આવી પહેલી મિશન શાળા મરાઠી છોકરીઓ માટે અહમદનગરમાં સ્થપાઈ હતી.

◆ **૧૮૨૪** : કિટુરની રાણી ચનમ્માએ ઈસ્ટ ઇન્ડિયા કંપનીનો સામનો કર્યો. એમને કેદ કરવામાં આવ્યા અને જેલવાસ દરમિયાન જ ૧૮૩૦માં એમનું અવસાન થયું.

◆ **૧૮૨૯** : બંગાળમાં સતીનિષેધ થયો. મુંબઈ અને મદ્રાસ ઈલાકામાં આ કાનૂન બીજે વર્ષે અમલમાં આવ્યો.

◆ **૧૮૪૦** : જ્યોતિબા ફૂલેએ કન્યાશાળા શરૂ કરી. એમનાં પત્ની સાવિત્રીબાઈ ફૂલે પ્રથમ ભારતીય શિક્ષિકા બન્યાં. એમની આ ગુસ્તાખીથી નાખુશ થઈ સનાતનીઓ અને બીજા એમને ગાળો દેતા અને એમની પર કચરો અને ગંદવાડ ફેંકતા.

◆ **૧૮૪૯** : ગુજરાત વર્નાક્યુલર સોસાયટી (હવે ગુજરાત વિદ્યાસભા) દ્વારા અમદાવાદમાં પહેલી કન્યાશાળા ખૂલી. હરકુંવર શેઠાણીએ તેને માટે પંદર હજાર રૂપિયાનું દાન આપ્યું. પહેલે વર્ષે એમાં એક વિદ્યાર્થીની હતી. બીજે વર્ષે સંખ્યા વધીને છ જેટલી થઈ.

◆ **૧૮૫૬** : વિધવા વિવાહની છૂટ આપતો કાનૂન બન્યો. ભારતમાં વિધવા વિવાહ આમ તો મોટા પ્રમાણમાં પ્રચલિત હતા, માત્ર બ્રાહ્મણ, વણિક, જેવા સમાજમાં એના પર બંધી હતી.

◆ **૧૮૫૭** : ઝાંસીનાં રાણી લક્ષ્મીબાઈ અંગ્રેજો સામે રણે ચડ્યાં.

સ્ત્રીઓ માટેનું સામાજિક સ્ત્રીબોધ શરૂ થયું. ૧૮૫૨-૫૩ના અરસામાં ભારતનું પ્રથમ સ્ત્રીમાલિકા મરાઠીમાં શરૂ થયેલું પણ થોડા વખતમાં બંધ પડી ગયેલું. ગુજરાતી સ્ત્રીબોધ નેવુંથી વધારે વર્ષ ટકી રહ્યું.

એક પારસી બહેને મુંબઈ યુનિવર્સિટીની

મેટ્રિકની પરીક્ષામાં બેસવાનો પ્રયત્ન કર્યો પણ તે અભ્યાસ માત્ર છોકરાઓ માટે જ છે એમ ગણી તેને મનાઈ ફરમાવવામાં આવી.

◆ **૧૮૫૮** : રાણી લક્ષ્મીબાઈનું લડાઈ દરમિયાન અવસાન થયું.

◆ **૧૮૭૦** : બંગાળી એક કુલીન બ્રાહ્મણ સ્ત્રીએ પતિ પર ભરણપોષણનો દાવો કર્યો. અદાલતે તેને મહિને પંદર રૂપિયા મળવા જોઈએ એવો ફેસલો આપીને સનસનાટી સર્જી, પણ પતિએ એ ન ચૂકવ્યા અને જેલમાં ગયો.

◆ **૧૮૭૨** : દેશી પ્રજાનાં લગ્નો બાબત કાનૂન ઘડાયો જેમાં આંતરજાતીય લગ્નને માન્યતા મળી.

◆ **૧૮૮૨** : કેશવચંદ્ર સેને બંગાળમાં પહેલી મહિલા કોલેજ સ્થાપી.

ભારતમાં આ સમયે કુલ બે ટકા છોકરીઓ શાળામાં જતી હતી. પંડિત રમાબાઈએ આર્થ મહિલા સમાજની સ્થાપના કરી. આ પહેલી મહિલા સંસ્થા હતી.

◆ **૧૮૮૪** : ઓલ ઇન્ડિયા મોહમ્મડન એજ્યુકેશન સોસાયટીની મહિલા પાંખનો જન્મ થયો.

◆ **૧૮૯૬** : મહર્ષિ કર્વેએ વિધવાશ્રમની સ્થાપના કરી.

◆ **૧૯૦૨** : વિદ્યાગૌરી નીલકંઠ અને શારદા મહેતા ગુજરાતમાં સર્વ પ્રથમ ગ્રેજ્યુએટ મહિલા બન્યા. મુંબઈમાં ગુજરાતી હિંદુ સ્ત્રીમંડળ (હવે માત્ર સ્ત્રીમંડળ)ની સ્થાપના થઈ.

◆ **૧૯૦૪** : ટાગોર પરિવારના સરલાદેવી ચૌધરીએ કોંગ્રેસના અધિવેશનમાં મહિલા જૂથ

પ્રતિભા નિખારશો તો તેને જરૂર ઓળખ મળશે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

તૈયાર કરીને વંદે માતરમ્ ગાયું.

સર સૈયદ અહમદે ઉર્દૂમાં ખાતૂન નામનું પહેલું સ્ત્રી સામાજિક પ્રગટ કર્યું.

◆ **૧૯૧૩** : મેડમ કામાએ આંતરરાષ્ટ્રીય સમાજવાદી પરિષદમાં ભારતનો પહેલો ધ્વજ ફરકાવ્યો.

◆ **૧૯૧૬** : મહર્ષિ કર્વેએ ધ ઈન્ડિયન વિમેન્સ યુનિવર્સિટીની સ્થાપના કરી. આજે તે એસએનડીટી (શ્રીમતી નાથીબાઈ દામોદર ઠાકરસી યુનિવર્સિટી) તરીકે ઓળખાય છે.

◆ **૧૯૧૭** : એની બેસંટે ઈન્ડિયન વિમેન્સ એસોસિએશનનો પાયો નાખ્યો.

◆ **૧૯૨૭** : અખિલ હિંદ મહિલા પરિષદની શરૂઆત થઈ. પાછળથી દેશભરમાં એની શાખાઓ ફેલાઈ.

◆ **૧૯૩૦** : દાંડીકૂચમાં મૂળ ત્રીસ પુરુષો હતા પણ સરોજિની નાયડુ વગેરે મીઠાના સત્યાગ્રહમાં જોડાયાં. ધરાસણાની ધાડ નામે જાણીતી ધરાસણા મીઠા અગર પરની કૂચના એ સેનાપતિ હતાં.

◆ **૧૯૩૩** : સશસ્ત્ર ભૂગર્ભ ક્રાંતિકારી સ્વાતંત્ર્યવાદી બંગાળી મહિલા કલ્પના દત્તાની લશ્કરના જાટ રેજિમેન્ટનો સામનો કરતી વખતે ગોળીબાર કર્યા બદલ ધરપકડ થઈ.

◆ **૧૯૩૭** : તેવી જ સશસ્ત્ર ક્રાંતિકારી બીના દાસે બંગાળના બ્રિટિશ ગવર્નર પર ગોળીબાર કર્યો. એને નવ વર્ષની જેલ થઈ.

◆ **૧૯૩૯** : મણિપુરમાં વસતા મારવાડી વેપારીઓ ચોખાને વેપાર માટે બહાર મોકલી દઈને સ્થાનિક વિસ્તારમાં અછત ઊભી કરતા હતા. એ સામે ચાલીસ હજારથી વધુ સ્ત્રીઓએ બ્રિટિશ રાજકીય એજન્ટનો ઘેરાવ કર્યો. વર્ષને અંતે ચોખા આસામ, બંગાળ વગેરે મોકલી દેવાનું બંધ થયું.

◆ **૧૯૪૧** : લાજ - ઘૂમટા વિરોધ માટેની પરિષદમાં પાંચ હજાર મારવાડી સ્ત્રીઓએ ભાગ લીધો. કેટલીક સ્ત્રીએ ઘોડેસવારી કરી અને એક સ્ત્રીએ મોટર ચલાવી. (સાઉદી અરેબિયામાં રૂઢિચુસ્ત શાસન અને સમાજ વિરોધ દર્શાવવા દસ વર્ષ અગાઉ

કેટલીક સ્ત્રીઓએ જાહેરમાં મોટરકાર ચલાવી હતી જેની પર ત્યાં પ્રતિબંધ છે.)

◆ **૧૯૪૫** : આઝાદ હિંદ ફોજમાં સુભાષચંદ્ર બોઝના માર્ગદર્શન હેઠળ રાણી ગાંડી નામની મહિલા બટાલિયનનું નિર્માણ થયું. એમણે આંદામાનને બ્રિટિશ હકૂમતમાંથી છોડાવ્યું. આગળ જતાં ઈશાન સીમાએ ઈમ્ફાલ પાસે હાર થઈ ત્યારે ઘણી મહિલાઓ ભૂખમરામાં મરી ગઈ.

◆ **૧૯૪૭** : ભારત આઝાદ થયું.

◆ **૧૯૫૦** : ભારત પ્રજાસત્તાક બન્યું. નવું સંવિધાન અમલમાં આવ્યું. જેમાં ધર્મ, જ્ઞાતિ વગેરેની જેમ સ્ત્રી-પુરુષ ભેદનો નિષેધ થયો અને સ્ત્રીઓને બંધારણીય સમાનતા તથા નાગરિક સ્વાતંત્ર્ય પ્રાપ્ત થયાં. જો કે ધાર્મિક સ્વાતંત્ર્યની કલમ હેઠળ અલગ અલગ ધર્મની સ્ત્રીઓને ઓછાવત્તા અધિકારો મળ્યા.

◆ **૧૯૫૫** : હિંદુ લગ્ન ધારો પસાર થયો. હિંદુ પતિઓનો એકથી વધુ પત્ની રાખવાનો અધિકાર રદ થયો.

◆ **૧૯૫૬** : હિંદુ વારસા ધારો પસાર થયો, દીકરીઓને વારસા હક મળ્યો.

◆ **૧૯૫૯** : મહિલાઓને વ્યવસાયિક તાલીમ મળે તે માટે મહિલા પોલીટેક્નિક કોલેજોની સ્થાપના થઈ.

◆ **૧૯૬૧** : દહેજ વિરોધી કાનૂનનું ઘડતર થયું. દહેજ આપવું કે લેવું ગેરકાનૂની જાહેર થયું.

◆ **૧૯૬૬** : ઈંદિરા ગાંધી ભારતના વડાપ્રધાન બન્યાં. વિશ્વના ઈતિહાસમાં આ હોદ્દે આવનારા એ બીજા મહિલા હતાં. એ અગાઉ શ્રીલંકામાં સિરિમાઓ ભંડારનાયક વડા પ્રધાન બની ચૂક્યાં હતાં.

◆ **૧૯૭૧** : ગર્ભપાત કાનૂની બનાવાયો.

◆ **૧૯૭૫** : આંતરરાષ્ટ્રીય મહિલા વર્ષ જાહેર થયું. આ પછી ૧૯૭૫-૮૫ને મહિલા દશક જાહેર કરવામાં આવ્યું.

ભારતમાં મહિલાઓની વાસ્તવિક પરિસ્થિતિની જાંચ તપાસ માટે નિમાયેલી

સમિતિનો અહેવાલ પ્રગટ થયો. સ્ત્રીઓના પ્રશ્નોને સમજવા માટે આ અહેવાલે આપેલા માહિતી અને આંકડા અત્યંત મહત્વના બન્યા.

◆ **૧૯૮૦** : આદિવાસી કન્યા મથુરા પર બળાત્કાર કરનારા બે પોલીસ કોન્સ્ટેબલોને સર્વોચ્ચ અદાલતે છોડી મૂક્યા. એ ચુકાદાનું વિવરણ કરતાં ઘણી બધી સ્ત્રી વિરોધી અને ગરીબ આદિવાસી વિરોધી બાબતો અને અભિગમ સ્પષ્ટ થયાં. દેશભરમાં હોહા થઈ. મુંબઈમાં બળાત્કાર વિરોધી મંચ ઊભો થયો. થોડા સમય બાદ નારી અત્યાચાર વિરોધી મંચ નામ હેઠળ એણે દેશની સર્વ પ્રથમ બળાત્કાર વિરોધી પરિષદનું આયોજન કર્યું. આગળ જતાં બળાત્કાર અંગેના કાનૂનમાં સરકારે થોડો ફેરફાર કરવો પડ્યો.

◆ **૧૯૮૪** : ઈંદિરા ગાંધીની હત્યા થઈ. લખનઉનાં બચેન્દ્રી પાલ એવરેસ્ટ શિખર સર કરનાર પ્રથમ મહિલા આરોહણકાર બન્યાં.

◆ **૧૯૮૫** : ઈન્દોરના શાહબાનુએ તલ્લાક પછી પતિ પર ભરણપોષણ માટે દાવો માંડેલો તે ખટલામાં તેઓ સર્વોચ્ચ અદાલતમાં જીતી ગયાં. ચુકાદામાં ન્યાયમૂર્તિએ મુસ્લિમ અંગત ધારાની ટીકા કરીને સમાન નાગરિક ધારાની આવશ્યકતા જાહેર કરી. રૂઢિચુસ્ત મુસ્લિમ નેતાઓએ તેની સામે મોટો વિરોધ કર્યો જેની આગેવાની સમાજવાદી તરફી ગણાતા શહાબુદ્દીને લીધી.

◆ **૧૯૮૬** : રાજીવ ગાંધી સરકારે મુસ્લિમ સ્ત્રીઓના તલ્લાક પછીના અધિકારોની કહેવાતી સુરક્ષા વિશે કાનૂન ઘડ્યો જેમાં પતિ પાસેથી તલ્લાકના સો દિવસ પછી નિયમિત ભરણપોષણ માગવાનો ફોજદારી કાનૂન હેઠળનો હક પણ રદ કરાયો. મુસ્લિમ સ્ત્રીઓને ફરી એક વાર સરકારે નિરાશ કરી.

◆ **૧૯૮૭** : રાજસ્થાનમાં દેવરાલી ગામે રૂપકુંવર નામની યુવતીને સતી ગણી પતિના શબ સાથે બાળવામાં આવી. એ સ્વેચ્છાએ અને આપમેળે અગ્નિ પેટાવી સતી થઈ એ પ્રકારના દાવા થયા. એને દેવી ગણી ધામધૂમથી પ્રજાઉત્સવ થયા. સરકારે દોઢસોથી વધુ વર્ષ બાદ એક નવો સતી વિરોધી કાનૂન બનાવ્યો.

શરણે આવનારની મદદ કરવામાં ખરી માનવતા છે.



◆ **૧૯૮૮** : ગર્ભલિંગ ઓળખ કરી માત્ર દીકરી હોવાને કારણે ગર્ભહત્યા કરવા - કરાવવા સામે મહારાષ્ટ્ર સરકારે પ્રતિબંધ જાહેર કર્યો.

◆ **૧૯૯૦** : રાષ્ટ્રીય મહિલા કમિશનની સ્થાપના થઈ.

◆ **૧૯૯૨** : પંચાયત રાજનો સુધારિત ખરડો પસાર થયો. ગ્રામપંચાયતથી માંડીને મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશન સુધીની કક્ષાએ તંત્રીસ ટકા બેઠકો મહિલાઓ માટે અનામત રાખવામાં આવી.

આ તવારીખ લાંબી લાગી હશે, પણ સંપૂર્ણ નથી. અહીં આપેલી તવારીખ નારી ઇતિહાસના મુખ્યત્વે રાજકીય અને શૈક્ષણિક ઇતિહાસની એક રૂપરેખા માત્ર છે.

ઇતિહાસમાં સારી - ખોટી બંને બાબતો હોય છે. તેમ છતાં મુખ્યત્વે આ તવારીખ સામાજિક માનસિકતામાં અને કાનૂની ક્ષેત્રે પ્રગતિ થયેલી દેખાડે છે. આ બધાની તેમજ આર્થિક વિકાસની અસર આપણને મધ્યમ વર્ગની સ્ત્રીઓને મળતી તકો અને છૂટછાટમાં દેખાય છે. એમને હવે મોટા પ્રમાણમાં શિક્ષણ, પહેરવેશ વગેરે બાબતે મોકળાશ મળી છે. સ્ત્રી આજે નોકરી કરવા જઈ શકે છે. ગુજરાતી મધ્યમ વર્ગમાં એવું ઓછું બને છે પણ મહારાષ્ટ્ર, કેરળ વગેરેમાં તો મુરતિયા આગ્રહ રાખે છે કે એમને કમાતી - ધમાતી સ્ત્રી જ પસંદ છે. આમ, તો દહેજપ્રથાનો પણ આ એક ભાગ છે. તે છતાં સ્ત્રીઓ કમાતી થાય, મૂડીરોકાણ કરતાં શીખે, બેંકોમાં જાય એ બધી પ્રગતિની જ નિશાની છે.

પચાસ વર્ષની આઝાદી પછી પણ લોકસભામાં માત્ર સાત ટકા મહિલાઓ છે એટલે ત્યાં પણ અનામત બેઠકો રાખવાની વાત થાય છે. સ્ત્રીઓએ જાહેર જીવનમાં વધુ રસ લઈ સમાજ અને રાષ્ટ્ર માટે મોટે પાયે સઘન કાર્ય કરી પાત્રતા મેળવવાનો સમય પાકી ગયો છે. સત્તા વિના સામર્થ્ય શક્ય નથી. સત્તા એટલે જવાબદારી અને ખોટી શેખી કે કાવાદાવા નહીં તેવી વ્યાખ્યા બાંધવાનો મોકો સ્ત્રીઓને વીસમી સદીને અંતે મળી રહ્યો છે.

મંગલ મંદિર, જાન્યુઆરી ૨૦૦૦

## આદર્શ પત્રકારની શહાદત

બધાં દેશી રાજ્યો સ્વતંત્ર ભારતમાં જોડાઈ ગયાં હતાં, પણ નિજામનું રાજ્ય જોડાયું નહોતું. કેન્દ્રે નિજામને ઘણા સમજાવ્યા પણ તેમણે ભારતમાં જોડાવાનો સાફ ઈન્કાર કર્યો.

નિજામના પડખે ચઢ્યા હતા રજાકારો! હૈદરાબાદ રાજ્યનાં લોકોને નિજામ હેરાન કરે, પરંતુ નિજામ વિરુદ્ધ લોકો એક શબ્દ પણ ઉચ્ચારે નહિ તે માટે રજાકારો લોકોની જબાન બંધ કરવા હિંસાનો આશ્રય લઈ રહ્યા હતા.

એ રજાકારોનો સરદાર હતો કાસીમ રઝવી!

રઝવીએ પ્રલોભનો અને ધાકધમકીથી અખબારોની જબાન પણ બંધ કરાવી. બધા જ અખબારો નિજામની તરફેણમાં લખવા લાગ્યા!

પણ ઉર્દૂ અખબાર “ઈમરોઝ”ના તંત્રી શોઈબુલ્લાખાને તો નિજામ વિરુદ્ધ લખવાનું ચાલુ જ રાખ્યું.

કાસીમ રઝવીએ શોઈબુલ્લાખાનને નિજામ વિરુદ્ધ નહિ લખવા બદલ લાખો રૂપિયા આપવાનું પ્રલોભન આપ્યું, પણ ખાને એ પ્રલોભનને ઠેસ મારી અને કહ્યું : “હું નિજામનો ભાટચારણ બનવા માગતો નથી. હું તો મને જે યોગ્ય લાગશે તે નિર્ભયતાથી લખ્યા જ કરીશ!”

પછી ખાનને હત્યાની ધમકી અપાઈ, તો

તેણે કહ્યું : “એકવાર તો બધાએ મરવાનું જ છે, તો પછી ભારતની એકતા માટે લખાણ લખીને શા માટે ન મરવું?”

અને એકવાર રજાકારોએ શોઈબુલ્લાખાન પર ગોળીઓ ચલાવી! ઘાયલ થઈને તે પોતાને ઘેર આવ્યો.

તેની પત્ની પણ વીરાંગના હતી.

તે હાથમાં બંદૂક લઈ પોતાના પતિના હત્યારાઓને ખતમ કરવા જવા તૈયાર થઈ કે પતિ ખાને કહ્યું : “ના, હત્યાનો બદલો હત્યા ન હોય! વેરનો બદલો વેર નહિ, પ્રેમ હોય! આ ગાંધીચીંધ્યા માર્ગને તમે કેમ ભૂલી જાઓ છો!”

અને પત્નીએ બંદૂક હેઠી મૂકી દીધી.

તેણે પતિનું માથું ખોળામાં લીધું.

મરણ પામતાં પામતાં આ પઠાણબચ્ચો શોઈબુલ્લાખાને અંતિમ પળે આ શબ્દો ઉચ્ચાર્યા : “મને આ મરતી વેળાએ એ વાતનો પરમ સંતોષ થઈ રહ્યો છે કે કોઈ પ્રલોભનમાં ફસાયા વિના અને હત્યાની કશી પરવા કર્યા વગર, એક પત્રકારની શાન કાયમ રાખીને હું આંખ મીંચી રહ્યો છું!”

- “સત્યમ્”ના પ્રેરક પ્રસંગોમાંથી સાબાર.

મંગલ મંદિર, જુલાઈ-૧૯૯૯

## વાત્સલ્ય આપો, સેવા પામો

આપની પુત્રી સાસરે ગયા પછી આપની પુત્રવધૂ જ આપની પુત્રી છે એમ ગણજો, કારણ કે પુત્રી તો સાસરે મોકલ્યા પછી આપણા ખબરઅંતર લેવા ક્યારેક જ આવી શકવાની છે. જ્યારે પુત્રવધૂ તો આપના જીવનની સમાપ્તિ સુધી ખબરઅંતર લેતી જ રહેવાની છે. એટલે એના પ્રત્યે પૂરેપૂરો વાત્સલ્યભાવ વરસાવજો અને એના હૃદયમાં સેવાભાવ જગાડજો.

## સુખડ

વિષધરથી વીંટળાવા છતાં એની સુગંધ ઝેરી ન જ બની. કુહાડે કપાવા છતાં એના કાળજામાં કશોય કુભાવ ન જ જાગ્યો. અગ્નિમાં જલાવવા છતાંય એણે તો પવિત્રતાનો પમરાટ જ પસાર્યો. પથ્થર સાથે ઘસી ઘસીને માનવી એને ખતમ કરી દેવા મથ્યો તોય એણે તો શીતળતા ને સુગંધની જ ભેટ ધરી.

અપકાર ઉપર ઉપકાર કરતા રહેવાની ને પીડા વેઠવા છતાંય પરિમલ પ્રસારતા રહેવાની આ તે કેવી સુંદર સમર્પણ કળા!

સુખડ જેવી સમર્પણ કળા સોહાવીએ.

મન પરચરંગી છે. ક્ષણેક્ષણે તેના રંગ બદલાય છે. એક જ રંગના રંગાયેલા કોઈ વીરલા જ હોય છે.

## વીસમી સદીની વીસ સજ્જારી

જીવનમાં ઝંઝાવાત સામે ઝડપથી અને જ્ઞાન તથા પોતાની ક્ષમતાનો પ્રકાશ પાથરતી વીસમી સદીની વીસ સ્વયં સિદ્ધા.

૧. મેરી ક્યુરી (૧૮૬૭-૧૯૩૪) ફ્રેંચ રેડિયો કેમિસ્ટ પતિ પિયરે ક્યુરી સાથે મળીને રેડિયો એક્ટિવિટીના ક્ષેત્રમાં સંશોધન કરી ૧૯૦૩માં પતિ સાથે ભૌતિકશાસ્ત્રનું નોબેલ પારિતોષિક મળ્યું. ૧૯૧૧માં તેમને પોલોનિયમ અને રેડિયમની શોધ માટે રસાયણ શાસ્ત્રમાં નોબેલ પારિતોષિક મળ્યું.
૨. આઈરિન જોલિયેટ ક્યુરી : (૧૮૯૭-૧૯૫૬) પિયરે અને મેરી ક્યુરીની તેજસ્વી પુત્રી. રેડિયો એક્ટિવિટીના ક્ષેત્રે ગહન સંશોધન કર્યું. ૧૯૩૫માં તેમને તથા તેમના પતિ ફ્રેડરિક જોલિયેટને રસાયણ શાસ્ત્રમાં નોબેલ પારિતોષિક મળ્યું. દુર્ભાગ્યે રેડિયો એક્ટિવિટી સાથેના સતત સંસર્ગને કારણે તેમની માતાની જેમ તેમનું મૃત્યુ પણ લ્યુકેમિયા રોગને કારણે થયું.
૩. રીટા લેવી - મોન્ટાલ ચીની (૧૯૦૯-) ઈટાલીના ન્યુરો વૈજ્ઞાનિક અને સંશોધક. મજબૂત-જ્ઞાનતંતુના વિકાસના ઘટકની શોધ માટે ૧૯૮૬ની તબીબી ક્ષેત્રનો નોબેલ પારિતોષિક (અન્ય વૈજ્ઞાનિકો સાથે) મળ્યો.
૪. ગરટુડ બેલે એલિયોન (૧૯૧૮-) ખ્યાતનામ બાયો કેમિસ્ટ. ૧૯૮૮માં તબીબી ક્ષેત્રનું નોબેલ પારિતોષિક મળ્યું.
૫. મારિયા મોન્ટેસરી (૧૯૭૦-૧૯૫૨) બાળ શિક્ષણ સાથે અમીટ સંબંધ ધરાવતું નામ. બાળકોને પોષતી રચનાત્મક શિક્ષણની રીત શોધી, શિક્ષકો માટેની તાલીમ પદ્ધતિનો વિકાસ કર્યો.
૬. હેલન આદમ્સ કિલર (૧૮૮૦-૧૯૬૮) અંધ અને બધિર હોવા છતાં અન્ય માણસો સાથે સંભાષણ કરવાની અનોખી

રીત વિકસાવી શક્યાં. અંધ-બધિર માટેનું અનેરું-પ્રેરણાદાયી કામ કર્યું.

૭. એલોનેર રૂઝવેલ્ટ (૧૮૮૪-૧૯૬૨) માનવતાની સેવાને જીવનમંત્ર બનાવ્યો. પતિ ફ્રેન્કલિન ડી. રૂઝવેલ્ટ (અમેરિકાના પ્રમુખ)ના કાર્યને સામાજિક પરિમાણ આપ્યું. યુનોના માનવ અધિકાર પંચના અધ્યક્ષ.
૮. મધર ટેરેસા(૧૯૧૦-૧૯૯૮) પીડિત-દીનદુઃખી માટે વાત્સલ્યમૂર્તિ. ૧૯૭૯માં શાંતિ માટેનું નોબેલ પારિતોષિક મળ્યું.
૯. ઈલા ભટ્ટ (૧૯૩૩-...) તેમણે શરૂ કરેલી “સેવા” (Self employed Womens Association) સ્ત્રી સંગઠન ક્ષેત્રનું ઝળકતું નામ. સ્ત્રીઓની શ્રમ શક્તિને ગરિમાના પદ પર સ્થાપી.
૧૦. પર્લ એસ. બક (૧૯૨૨-૧૯૭૩) કલમ પર અદ્ભુત પ્રભુત્વ. ચીન-અમેરિકાના જનજીવનનું પ્રતિબિંબ પાડતું સાહિત્ય. ૧૯૩૮માં સાહિત્ય માટેનું નોબેલ પારિતોષિક મેળવ્યું.
૧૧. ગેબ્રિયાલા મિસ્ત્રાલ (૧૮૮૯-૧૯૫૭) ચિલીના કવિયત્રી ૧૯૪૫માં સાહિત્ય માટેનું નોબેલ પારિતોષિક મળ્યું.
૧૨. સિમોન દ બુઆ (૧૯૦૮-૧૯૮૬) ફ્રેન્ચ નવલકથાકાર, નારીવાદનાં અનોખા પુરસ્કર્તા, ૧૯૫૩માં પ્રગટ થયેલું પુસ્તક “ધ સેકન્ડ સેક્સ” વૈચારિક ક્ષેત્રે અનોખું હતું. જ્યાં પોલ સાર્ટ્ર સાથે મળી અસ્તિત્વવાદની સંકલ્પના સ્પષ્ટ કરી.
૧૩. ટોની મોરિસન (૧૯૩૧-...) અશ્વેત પ્રજાની વેદના-વ્યથાને અહીં સહજ અસરકારક વાચા ફૂટે છે. ૧૯૮૩માં સાહિત્ય માટેનું નોબેલ મેળવનાર પ્રથમ આફ્રો અમેરિકન.
૧૪. એમલાઈન પેન્ક હર્સ્ટ (૧૯૫૭-૧૯૨૮) સ્ત્રી મતાધિકારની ચળવળની પ્રણેતા.

૪૦ વર્ષ સુધી લડતને અંતે સફળતા મળી.

૧૫. માર્ગારિટ હિલ્ડા થેયર (૧૯૨૫-...) બ્રિટનના પ્રથમ મહિલા વડાપ્રધાન. રૂઢિચુસ્ત પક્ષને સક્ષમ નેતૃત્વ પૂરું પાડ્યું.
  ૧૬. ગોલ્ડા મેયર (૧૯૯૮-૧૯૭૮) ઈઝરાયલના રાજકારણના દેદીપ્યમાન નક્ષત્ર હતા. ઈઝરાયલ રાજ્યને મજબૂત કરવામાં તેમની સશક્ત-અગત્યની ભૂમિકા.
  ૧૭. વિજયાલક્ષ્મી પંડિત (૧૯૦૦-૧૯૯૦) ભારતના સ્વાતંત્ર્ય સંગ્રામમાં સક્રિય. ૧૯૫૩માં સંયુક્ત રાષ્ટ્ર સંઘની સામાન્ય સભાના તે પ્રથમ મહિલા અધ્યક્ષ.
  ૧૮. ઈદિરા ગાંધી (૧૯૧૭-૧૯૮૪) ભારતના સશક્ત રાજકારણી, જે ચાર દાયકા દેશના વડાપ્રધાન બન્યા. પણ તેમની શાસન પદ્ધતિ એકહથ્થુ રહી. ૧૯૭૫માં કટોકટી જાહેર કરી લોકશાહીના મૂલ્યોને અસ્થિર કર્યાં.
  ૧૯. ઓંગ સાન સુ કુઈ (૧૯૪૫-....) મ્યાનમાર (બર્મા)માં અહિંસક ક્રાંતિના પ્રણેતા. ૧૯૯૧માં શાંતિ માટેનું નોબેલ પારિતોષિક મળ્યું.
  ૨૦. રિગબેર્ટા ટુમ માંચુ (૧૯૫૯-...) દેશની પીડિત પ્રજાના માનવ અધિકારના સુદૃઢ સમર્થક. ગ્વાટેમાલાથી ઊઠેલો તેમનો અવાજ જગતવ્યાપી બન્યો છે. ૧૯૯૨માં શાંતિ માટેનું નોબેલ પારિતોષિક મળ્યું.
- વીસમી સદીની અનેક સ્ત્રીઓએ વિવિધ ક્ષેત્રોમાં સિદ્ધિ મેળવી છે. તે સાથે ઘણી સ્ત્રીઓએ ગૂમનામ રહી સ્ત્રીઓના કાર્યને ગરિમા અર્પી છે અને પોતાની રીતે અન્યાયનો સામનો કર્યો છે. આવી સ્ત્રીઓને એકવીસમી સદીના આરંભમાં અનેક વંદન. તેમના સહારા પર જ ૨૧મી સદીની સિદ્ધિ રચાશે.

મંગલ મંદિર, નવેમ્બર-૨૦૦૧

મોટા માણસોના શબ્દો - ગહન અને સઘન અનુભવ અને અનુભૂતિમાંથી પ્રગટે છે.

## પતિની વિદાય પછી પગભર થવાનો પુરુષાર્થ

• અજિત પોપટ, જ્યોતિ રાવલ, ગોપાલ પંડ્યા •

આજે તો તમે એને જુઓ તો એમ જ લાગે કે શરૂથી કોઈ કેરિયરને વરેલી જાજરમાન મહિલા છે. સવારના સાડા સાત-આઠ વાગે તો સંતાનો માટે જરૂરી રસોઈ તૈયાર કરાવી, પોતાનું લંચબોક્સ લઈ દક્ષિણ મુંબઈના વાલકેશ્વર વિસ્તારથી શહેરના છેક બીજા છેડે ચારકોપ આવેલી ફેક્ટરીએ જવા રવાના થઈ જાય. પાંચથી છ કલાક ફેક્ટરીમાં પાર્ટનર સાથે, મેનેજર, ફોરમેન કે સુપરવાઈઝર સાથે તદ્દન સ્વસ્થપણે જરૂરી ચર્ચા કરવાની, આવશ્યક નિર્ણય લેવાના અને બપોરે ચાર-સાડા ચારના સુમારે ફરી વાલકેશ્વર તરફ રવાના.

સંજોગો અને વિધાતા સામે લડીને આ મહિલા પ્રોફેશનલ બની છે. જૈન પરિવારમાં જન્મેલી હિના સુખી શ્રીમંત ઓટોમોબાઈલ ડીલરને પરણી ત્યારે માવતરના હરખનો પાર નહોતો. એક દીકરો અને એક દીકરી થયાં. ધીકતો ધંધો, ફૂલ જેવાં રૂપકાં સંતાનો અને પરસ્પર સરસ સ્નેહ. હિનાને તો જાણે સંસારમાં જ સ્વર્ગ સાંપડી ગયું.

પરંતુ પતિ ચંદ્રકાન્ત ૪૪-૪૫ વરસના હતા ત્યાં એક દિવસ અચાનક ખબર પડી કે પતિને કેન્સર છે. પાન, બીડી, સિગારેટ-શરાબ જેવું કોઈ વ્યસન નહીં, મરી મસાલેદાર ખોરાકની ટેવ નહીં, તદ્દન નિયમિત રહનસહન અને છતાં કેન્સર? એલોપથી, હોમિયોપથી, નિસર્ગોપચાર, શિવામ્બુ, દોરાધાગા, મંત્ર-તંત્ર, બધીય ઉપચાર પદ્ધતિ અજમાવી. પણ હવે સુખનો ઘડો કદાચ છલકાઈ ગયેલો. અને એક દિવસ ચંદ્રકાન્તનો જીવનદીપ બુઝાઈ ગયો.

‘સ્કૂલમાં ભણતી વખતે માથે આભ તૂટી પડ્યું. અવાચક થઈ જવાયું.... એવા બધા

રૂઢિપ્રયોગો વાંચેલા. પરંતુ પલંગ પર એમનું પડખું ફેરવવા જતાં મારા હાથમાં એ ઢળી પડ્યા. જરી કલ્પના કરો. ખરેખર મને આખો ઓરડો ગોળ ફરતો લાગ્યો. ઘરનો મોભ તૂટી પડ્યો. પછી શું થયું?... મને આજેય ખબર નથી. દિવસો સુધી હું જીવતી લાશની જેમ ઘરમાં ફરતી રહી...’

તો પછી આ કાયાપલટ શી રીતે થઈ? થોડો વિચાર કરીને જવાબમાં હિનાબહેન કહે છે, ‘મને લાગે છે કે બે બાબત એમાં નિમિત્ત બની ગઈ. સારા વાંચનનો શોખ અને મારાં સંતાનો. ચંદ્રકાંત ગયા ત્યારે મારી દીકરી રિમ્પલ ૧૭ વરસની ને અનિક ૧૩ વરસનો હતો. ઓપેરા હાઉસ જેવા વિસ્તારમાં ઓટોમોબાઈલનો વરસોથી જમાવેલો ધંધો. એક વિદેશી લેખક બ્રાયન્ટનું વાક્ય મને યાદ આવ્યું. હિંમત કેળવ અને ધ્યેય સિદ્ધ કરવા કમર કસી લે. ધીરજ અને સહનશીલતામાંથી જન્મેલી સફળતા તારે પડખે જ ઊભી છે... હરીન્દ્ર દવેના ચિંતનલેખો પણ પ્રેરક નીવડ્યા.’

અને હિનાબહેન ઓપેરા હાઉસની દુકાને પુત્રની સાથે જવા માંડ્યા. ગળાકાપ સ્પર્ધાવાળી બજારમાં એક બાઈ માણસે સતત લડવાનું હતું. કેટલાક અદેખા વેપારીઓએ દુકાનના સ્ટાફને ઉશ્કેરવા માંડ્યો. એક સ્થાનિક દાદાએ પ્રોટેક્શન મનીની ઉઘરાણી કરવા માંડી અને ઓટોમોબાઈલ સ્પેર પાર્ટસના ધંધામાં નાની-મોટી હજારો ચીજવસ્તુ મેન્યુફેક્ચરર પાસેથી મંગાવવાની. એના ભાવ યાદ રાખવાના અને ગ્રાહકને સંતોષ થાય એ રીતે વેચવાનું. બધી કડાકૂટ ઉપરાંત ઘર અને સંતાનો સાથે કુટુંબ-સમાજનો વ્યવહાર સાચવવાનો. કામ કામને શીખવે. ધીમે ધીમે હિનાબહેન ટેવાતાં ચાલ્યાં. સંતાનો પણ સંજોગો સમજીને મમ્મીને સાથ

આપતાં.

પરંતુ કુદરત હજુય હિનાબહેનની કસોટી કરવા માગતી’તી. સ્થાનિક અનિષ્ટ તત્વોની કનડગત ચાલુ જ હતી. પુત્રી રિમ્પલ પરણીને અમેરિકામાં સેટલ થઈ ગઈ. એક દિવસ પુત્ર અનિક કહે : ‘મમ્મી, આ રોજની શી માથાકૂટ! દુકાન કાઢી નાખીએ. એને બદલે કંઈક નવું કરીએ.’ હિનાબહેન વિચારમાં પડ્યાં. પાકા ઘડે કાંઠા ચડાવવાની વાત હતી. પોતે માત્ર મેટ્રિક ભણેલાં. દુનિયાદારી સમજે એ પહેલાં તો લગ્ન થઈ ગયેલાં.

એવામાં એક ફેમિલી ફેન્ડ આગળ આવ્યા. એ મિત્રનો દીકરો દર્શન એન્જિનિયર છે. હિનાબહેનનો અનિક અને પ્રદીપભાઈનો સંજુ બન્નેએ યોજના ઘડી : ઈન્ડિયામાં મોટરકારમાં પ્લાસ્ટિકના ટકાઉ વાઈપર મળતા નથી. આપણે પ્લાસ્ટિક વાઈપરની ફેક્ટરી કરીએ.

‘ફરી એક વાર મેં હિંમત કરી. એક-બે જાણકારોના મત લીધા. ફેક્ટરીમાં દુકાન કરતાં વધુ મોટી સંખ્યામાં સ્ટાફ હોય. બધાને સાચવવા-સંભાળવાના. મુંબઈ-મહારાષ્ટ્રમાં તો યુનિયનોય માથાભારે છે. છતાં લાંબા ગાળાનું વિચારી અમે દુકાન કાઢી નાખી. ચારકોપ (કાંદિવલી)માં ફેક્ટરી નાખી. હવે મારે વધુ બિઝી રહેવું છે. દીકરી પરણી ગઈ. દીકરો ફેક્ટરીમાં જાય તો હું ઘરમાં એકલી શું કરું?’

ચંદ્રકાન્તની વિદાય પછી હિનાબહેનના વ્યક્તિત્વનું ઓર એક પાસું પ્રગટ થયેલું. વિષાદયોગની બહાર નીકળવા અને અર્જુનની જેમ કટિબદ્ધ થઈને લડવા હિનાબહેને પતિ સાથેના છેલ્લા દિવસોની ડાયરી લખેલી. એક પ્રતિષ્ઠિત લેખકે એ મઠારી આપી, ને એ પુસ્તિકા રૂપે પ્રગટ થઈ : ‘સૂર્યાસ્ત પછી

ઉદાસીના ઘરમાં રહેવાનું પ્રેમને ગમતું નથી.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

સંધ્યાની વેદના..." એ વાંચનારા સ્નેહી સ્વજનો હિનાબહેનને પૂછે છે : આજકાલ શું લખો છો?

મુંબઈના ચન્દ્રકાન્ત દોશી માંદગીને કારણે ગયા, તો રાજકોટની જયેશ પબ્લિસિટીના જયેશ દેસાઈની ૧૯૯૭માં હત્યા થઈ ગઈ. જયેશનાં પ્રેમલગ્ન જયશ્રી સાથે થયાં હતાં. ૧૯૭૬માં બન્નેએ આંતરજાતીય લગ્ન કર્યાં. એમના પ્રેમનાં પ્રતિક સમું જોડકું જન્મ્યું. એ જોડિયા ભાઈ-બહેન સુહાની અને સોહમ આજે ૧૯ વર્ષનાં છે.

જયેશની હત્યા થઈ ત્યારે મને ચારેકોર અમાસનો અંધકાર દેખાતો હતો. મારું તન મન જાણે બધર થઈ ગયેલાં. બે-ત્રણ દિવસ તો કશું સમજાય જ નહીં. ચોથા દિવસે મારા મોટા ભાઈ કિરીટે પૂછ્યું : હવે જયેશની ઓફિસનું શું કરવું છે? ત્યારે હું વાસ્તવિકતાની દુનિયામાં પાછી ફરી.' જયશ્રીબહેન ચિત્રલેખાને કહે છે.

બારમું-તેરમું પતી ગયું એ સાથે પંદરમાં દિવસે જયશ્રીબહેન કંપનીની ઓફિસે આવતાં થયાં. 'સ્ટાફના આઠેઆઠ સાથીઓ અને જયેશના મિત્ર ગિરીશભાઈએ મને કહ્યું : તમે ચિંતા ન કરો. અમે તમારી સાથે જ છીએ. શરૂમાં તો કંઈ સમજાય નહીં. છાપામાં જાહેરખબર માટે સિંગલ કોલમ સેન્ટિમીટર ને ક્લાસિફાઈડ જેવી ભાષા બોલાતી હોય. જયેશના ટેબલમાં કયા ખાનામાં શું પડ્યું છે તેનીય મને ખબર નહોતી. બે-ત્રણ મહિનામાં ફાવટ આવી ગઈ. આજે નાના-મોટા અઢીસો ક્લાયન્ટ છે અમારા.'

પરિસ્થિતિ સામે ઝઝૂમવાની ફાવટ જયશ્રીબહેનને માની કૂબમાંથી મળી છે. મહાભારતના અભિમન્યુની જેમ જ. એ ચિત્રલેખાને કહે છે, 'હજુ હું મારી માના ગર્ભમાં હતી ત્યાં પિતાનું અવસાન થયું. એટલે મેં તો પિતાને દીવાલ પર મઢાયેલી છબી રૂપે જ જોયા છે. મારા જન્મ્યા પછી મારાં મમ્મી ફરી ભણ્યાં, ટીચર તરીકે જોબ મેળવી ને અમને ચારે ભાઈ-બહેનને ઉછેર્યા. **મારાં મમ્મી સીતાબહેન જ મારી પ્રેરણામૂર્તિ બની રહ્યાં છે. એમણે અમને બધાં ભાઈ-બહેનને**

**હિંમતથી જીવતાં શીખવ્યું છે.'**

ગાંધીજી જેમને ગુરુ માનતા એ શ્રીમદ્ રાજચંદ્રને જયશ્રીબહેન પોતાના પ્રેરક ગુરુ માને છે. એમનાં સંતાનોને પણ પિતાના વ્યવસાયમાં જ આગળ વધવું છે. જયશ્રીબહેનનો પુરુષાર્થ એળે નથી ગયો. રાજકોટની ટોચની એડ એજન્સીઓમાં જયેશ પબ્લિસિટીનું આજે નામ છે.

આ બન્ને બહેનો હિના દોશી અને જયશ્રી દેસાઈ કરતાં ભદ્રાબહેન પુરાણીની કર્મકથા થોડી જુદી છે. એમના પતિ પ્રભાકર પુરાણી રેવન્યુ ખાતામાં અવ્વલ કારકુન હતા. દુનિયાભરમાં ફર્નિચરથી વખણાયેલા સંખેડાના ડોક્ટરની ભૂલના કારણે પ્રભાકરભાઈને ધનુર થયું અને કોઈને કંઈ સમજાય એ પહેલાં પ્રભાકરભાઈ કેલાસવાસી થઈ ગયા.

'તમે કલ્પના કરી જુઓ.' ભદ્રાબહેન કહે છે, 'માંડ પાંચ હજારની વસતિનું ગામ. સાસરામાં કોઈ વડીલ નહીં. શહેર સાથે કોઈ પહોંચ-પરિચય નહીં. ત્રણ સંતાનો. મારી ઉંમર ફક્ત ૩૮ વરસની. મારો અભ્યાસ માત્ર સાત ધોરણનો. આટલું ઓછું હોય તેમ નર્મદાતટે વસતા રૂઢિચુસ્ત બ્રાહ્મણ સમાજની પરંપરા સાચવીને વૈધવ્ય વિતાવવાનું. પણ છોકરાઓનાં મોઢાં જોઈને મને જીવવાનું બળ મળ્યું.'

ત્રણ સંતાનોમાં ચૌદ વરસની દીકરી મોટી. બે દીકરા - એક દસ વરસનો, બીજો માત્ર સવા વરસનો. સરકારી નિયમ પ્રમાણે પ્રભાકરની નોકરી ભદ્રાબહેનને મળી શકે. ભદ્રાબહેને ચંપલનાં તળિયાં ઘસાઈ જાય એટલા બધા ધક્કા વડોદરાની કલેક્ટર ઓફિસમાં ખાધા કે વાત ન પૂછો. આખરે ત્યાંથી જવાબ મળ્યો કે તમે તો માત્ર સાત ધોરણ ભણ્યાં છો. એસએસસી થયાં હોત તો કંઈક વિચારત.

ભદ્રાબહેને ત્રણ બાળકો પર દષ્ટિ રાખીને આગળ ભણવાનું શરૂ કર્યું. સાથોસાથ ટ્યૂશનો કરે. એસએસસી થયા પછી સરકારી નોકરી માટે ધક્કા ખાવાને બદલે કોચિંગ ક્લાસ શરૂ કર્યાં. પોતાની જ્ઞાનભૂખ જાગ્રત થયેલી એટલે સંતાનોની સાથોસાથ પોતેય ભણતાં રહ્યાં.

આજે એ પરિશ્રમ અને પરસેવાની મધમીઠી સુગંધ ફોરે છે. કારેલીબાગ જેવા ભદ્ર

વિસ્તારમાં ભદ્રાબહેનની ખ્યાતિ પ્રસરતાં એમના કોચિંગ ક્લાસ પ્રભાકર વિદ્યાલયમાં પરિણમ્યા છે અને સ્કૂલનાં પ્રિન્સિપાલ છે ભદ્રાબહેન. એમની પુત્રી પ્રીતિ એમ.કોમ. થઈ ચૂકી છે. મોટો દીકરો વિકાસ એમ.કોમ. - એમ.બી.એ. થઈને ગુજરાત આલ્કલીમાં ઓફિસર છે અને નાનો દીકરો કક્કુ મદ્રાસમાં એમ.સી.એ.ના ફાઈનલ સેમિસ્ટરમાં છે.

આ ત્રણે મહિલાઓની સંઘર્ષકથા વાંચીને તમને પણ અમારી જેમ આ પંક્તિઓ યાદ આવવાની :

**કદમ અસ્થિર હોય તો**

**કદી મારગ નથી મળતો.**

**અડગ મનના મુસાફરને**

**હિમાલય પણ નથી નડતો.**

*મંગલ મંદિર, મે-૨૦૦૨*

## પરિવાર

**પરિવારમાં....**

બંધારણ ન હોય પણ વ્યવસ્થા હોય  
સૂચન ન હોય પણ સમજણ હોય.  
કાયદો ન હોય પણ ભરોસો હોય  
શોષણ ન હોય પણ પોષણ હોય  
ક્લેશ ન હોય પણ કદર હોય  
આગ્રહ નહીં પણ આદર હોય  
સંપર્ક નહીં પણ સંબંધ હોય  
અને સમજણ સાથે સર્જન હોય  
એ જ સાચો પરિવાર કહેવાય.

## સફળતા ને વિફળતા

સફળતા.... માણસને નશો ચડાવી દે છે અને તે માણસ સ્વપ્નોમાં વિહરવા લાગે છે. તેના પગ જમીનથી અધર રહે છે. ફરી તેના પગ જમીન પર ટકી રહે તે માટે જીવનમાં વિફળતા જરૂરી છે.

વિફળતાથી માણસે નાસીપાસ થવાની જરૂર નથી.

પડી જવું અગત્યનું નથી

પરંતુ પડી ગયા પછી ઊભા થઈ ફરી ચાલવું અગત્યનું છે.

**પ્રેમ ભલે આંધળો હોય પણ દૂરનું જોઈ શકે છે.**

## લાખ લાખ સલામ આવી તીડર મહિલાઓને

• બેલા ઠાકર •

જો તક આપવામાં આવે તો મહિલાઓ પુરુષો કરતાં પણ સારો વહીવટ કરી શકે છે અને રાજકારણમાં સક્રિય ભાગીદારી નોંધાવી શકે છે. એ વાત અમદાવાદમાં યોજાયેલ પંચાયત મહિલા મહોત્સવમાં ભાગ લઈ રહેલી ૫૦૦ જેટલી મહિલા સરપંચોએ ઉજાગર કરી. તેમણે એ પણ સાબિત કરી આપ્યું કે નેતૃત્વને સાક્ષરતા સાથે એટલી નિસબત નથી જેટલી હિંમત, ધગશ અને આવડત સાથે છે. ગુજરાતના ગામડાઓમાં સરપંચ તરીકે ફરજ બજાવી રહેલી મોટા ભાગની મહિલાઓ નિરક્ષર છે અથવા તો તદ્દન ઓછું ભણેલી છે. તેમ છતાં જે હિંમત, લગન અને કોઠાસૂઝથી તે ગામનો વહીવટ સંભાળી રહેલ છે તે કાબિલે દાદ છે.

કચ્છ જિલ્લાના ઝરપરા ગામના સરપંચ **સોનબાઈ ગટવી** મહિલા સરપંચ તો છે, પણ તેઓ મહિલાઓ માટેની બેઠક પરથી ચૂંટણી નથી લડ્યા, બલકે સામાન્ય બેઠક પરથી ચૂંટાયા છે. આ પહેલાંની ૧૯૮૫ની સરપંચ પદની ચૂંટણીમાં આ જ ગામમાં મહિલા અનામત પરથી નાગશ્રીબહેન સરપંચ તરીકે ચૂંટાયા હતાં. એટલે પછીની ટર્મમાં સરપંચ પદ માટે કોઈ મહિલા અનામત બેઠક નહોતી. તેમ છતાં બારોટ કોમની તદ્દન અભણ એવી સોનબાઈએ સામાન્ય બેઠક પરથી સરપંચ માટેનું ફોર્મ ભર્યું. તેમની સામે ત્રણ પુરુષો ઊભા હતા. એ ત્રણેને હરાવીને સોનબાઈ ૧૨૫ જેટલા મતોની લીડથી વિજયી થયા. પોતાના આ વિજય માટે તે ગામની મહિલાઓએ તેમને ટેકો આપેલો અને આ પહેલાના મહિલા સરપંચ નાગશ્રીબહેને ગામ માટે કરેલી અપૂર્વ સેવાને કારણભૂત ગણાવે છે. સોનબાઈ કહે છે, “ગામડાઓમાં હજુ

એવી માન્યતા છે કે સ્ત્રીઓને રાજ કરતાં, વહીવટ કરતાં ના આવડે. પરંતુ અમારા ગામમાં પાંચ વર્ષ સુધી સરપંચ તરીકે રહેલા નાગશ્રીબહેને ગામ લોકોનો આ ભ્રમ દૂર કરી દીધો. તેમણે ગામની ગોચર જમીન પર કબજો જમાવવા આવી રહેલી એક કંપનીને ભગાડી દીધી અને તેમની સૂઝબુઝથી ગામની ગોચર જમીન બચી ગઈ. **ગામના વિકાસ માટે તેમણે વિરોધીઓ સામે ભારે સંઘર્ષ ખેડ્યો અને ગામ વિકાસના એવા કામો કર્યા કે સહુ મોમાં આંગળા નાખી ગયા.** એટલે ગયા વર્ષે જ્યારે ફરી વાર સરપંચ પદની ચૂંટણી આવી ત્યારે ગામ લોકો, ખાસ કરીને ગામની સ્ત્રીઓ ઈચ્છતી હતી કે આ વખતે પણ સરપંચ કોઈક મહિલા જ બને. મહિલા માટે અનામત બેઠક એ વર્ષે નહોતી છતાં સામાન્ય બેઠક પરથી હું ચૂંટણી લડી અને ત્રણ પુરુષોને હરાવીને હું વિજયી બની.

સહેજ મલકાતાં તેઓ એ પણ જણાવે છે કે વિરોધીઓ હવે માથું ફૂટતા કહે છે કે એક બહેનથી માંડ છુટકારો મળ્યો હતો ત્યાં બીજી આવી! હજુયે કંજરી, છાલ અને પરાણ (ગ્રામીણ કચ્છી સ્ત્રીઓનો પરંપરાગત પોષાક) પહેરતાં સોનબાઈ શહેરી શિક્ષિત મહિલાઓને કદાચ અભણ, અજ્ઞાની મહિલા લાગે પણ એમને કાયદાનું જેટલું જ્ઞાન છે તેટલું કદાચ શહેરની શિક્ષિત મહિલાઓને પણ નહીં હોય. એક સ્વૈચ્છિક સંસ્થા દ્વારા લેવામાં આવેલી કાયદાશાસ્ત્રની પરીક્ષામાં તેઓ અન્ય શિક્ષિત મહિલાઓને પાછળ રાખી પહેલા ક્રમે ઉત્તીર્ણ થયા છે. કાયદાની મોટા ભાગની કલમો એમને મોઢે છે. તેઓ પતિથી છૂટા થઈ ગયા છે. સરપંચ બન્યા પછી તેમણે ગામના ચાર કેસોનો સમાધાન દ્વારા ઉકેલ આપ્યો છે. તેમના

ગામમાં હજુ પત્ની હોવા છતાં ઉપપત્ની રાખવાના ઘણા કિસ્સા બને છે. આવા કિસ્સાઓમાં તેમણે અન્યાયનો ભોગ બનેલી સ્ત્રીઓને ભરણપોષણ, રહેઠાણ વગેરે અપાવ્યું છે. દરિયાની નજીક આવેલા તેમના ગામમાં પીવાના મીઠા પાણીની ખૂબ જ વિકટ સમસ્યા હતી. આવા સંજોગોમાં ૧૦૦ કિ.મી. લાંબી લાઈન લઈને ગામના ૫૦૦ કુટુંબો માટે પીવાના પાણીની સગવડ કરી આપી. જરૂરિયાત હતી એટલે ઉધાર પૈસા લઈનેય કામ ચાલુ કરાવી દીધું. ગ્રાન્ટ તો પાછળથી મળી. કેન્દ્ર સરકારની ગ્રાન્ટથી કન્યાશાળામાં બે નવા ઓરડા બનાવ્યા. પોતે ભણ્યા નથી એટલે વસવસો છે કે બધું પૂછી પૂછીને કરવું પડે છે. એટલે ગામની છોકરીઓ ભણે એવી એમની ઈચ્છા છે. ગામની પંચાયતમાં અત્યારે એક સભ્ય બહેન આગામી ચૂંટણીમાં સરપંચ બનવાની ઈચ્છા ધરાવે છે. તેમને સભ્યપદનું તેમનું ફોર્મ પાછુ ખેંચી લેવા માટે ગામલોકોએ રૂ. ૨૫,૦૦૦/-ની ઓફર કરી હતી. પણ આ મક્કમ મહિલા કહે છે, “આગામી ચૂંટણીમાં માત્ર સરપંચ જ નહીં, બલકે આખી પંચાયત જ મહિલાઓની હોય એવી મારી ઈચ્છા છે.”

સોનબાઈની જેમ **નાનીબા સોલંકી** પણ એક અભણ મહિલા છે. જે વડોદરા જિલ્લાના સાવલી તાલુકા પંચાયતના પ્રમુખ છે. આશ્ચર્ય તો એ વાતનું છે કે તેઓ દરબાર કોમના છે, જે કોમ હજુ પણ ઘણી રૂઢિચુસ્ત છે અને આ કોમની મહિલાઓને હજુ ઘરની બહાર નીકળીને કામ કરવા પર ઘણો પ્રતિબંધ છે. આવા **રૂઢિચુસ્ત સમાજની મહિલા તાલુકા પંચાયતની પ્રમુખ બને એ જ બદલાઈ રહેલા સમાજની નિશાની છે.** નાની બા કહે

પ્રેમની ભાષા આંખમાં હોય છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

છે, “જમાનો સુધરે તેમ બહેનોએ પણ સુધરવું રહ્યું. મને મારા પતિ અને ઘરના લોકોએ ઘણો ટેકો આપ્યો. પહેલાં હું ઘરની બહાર નહોતી નીકળતી, પણ ગામનાં બચત મંડળીની પ્રમુખ બની પછી ધીરે ધીરે મિટિંગોમાં જતી થઈ. શિબિરોમાં તાલીમ માટે ગઈ અને એવી રીતે જાગૃતિ આવી કે બહેનોએ પણ કામ કરવું જોઈએ. ગામના વહીવટમાં ભાગ લેવો જોઈએ. પહેલા ગામમાં પાંચ વર્ષ સુધી પંચાયતના સભ્ય તરીકે રહેલા. પછી ચૂંટણીમાં સરપંચ માટેનું ફોર્મ ભર્યું અને ચૂંટાઈ આવી. સરપંચ થયા પછી જૂથના ૧૧ ગામમાં આર.સી.સી.ના રસ્તા કર્યા, ગામમાં કોમ્યુનિટી હોલ બનાવ્યો, ચેક ડેમ બાંધ્યા, ઈન્દિરા આવાસ યોજના હેઠળ ઘરો બનાવ્યા. એક અભણ અને મહિલા હોવા છતાં મેં ઘણું સારું કર્યું એમ લોકોને લાગ્યું એટલે તાલુકા પંચાયતની ચૂંટણીમાં મને ઊભા રહેવા આગ્રહ થયો અને હું ચૂંટાઈ આવતાં મને તાલુકા પંચાયતની પ્રમુખ બનાવવામાં આવી. અત્યારે હું દરરોજ કચેરીએ જઈ છું. જરૂરી કામો વહીવટ કરું છું અને રાત્રે બાજુમાં રહેતા એક શિક્ષક પાસે લખતા-વાંચતા શીખું છું.”

તદન નાના ગામમાંથી આવતી આ અભણ મહિલા સરપંચો, ટી.ડી.ઓ., ગ્રાન્ટ, જિલ્લા અધિકારી, કમિશનર જેવા શબ્દો આસાનીથી બોલી લે છે. એટલું જ નહીં સરપંચ તરીકેના પોતાના અધિકારો અને ફરજોથી પણ સારી પેઠે વાકેફ છે. સાબરકાંઠાના છેક છેવાડાના, રાજસ્થાનની સરહદને અડીને આવેલા રામેળા ગામના મહિલા સરપંચ જયવંતીબહેન કટારા કહે છે, “પંચાયતી રાજનો મને કોઈ અનુભવ નહોતો પણ સરપંચો માટેની તાલીમ શિબિરમાં ગયા પછી મને ઘણું જાણવા મળ્યું. આત્મવિશ્વાસ આવ્યો. હવે હું તાલુકામાં જઈ ટી.ડી.ઓ. સાહેબ કે અન્ય ઉચ્ચ સરકારી અધિકારીઓ સાથે નિઃસંકોચ વાતચીત કરી શકું છું. મારા પ્રશ્નોની રજૂઆત કરી શકું છું.” તો હિંમતનગરના આગિયોલ ગામના સરપંચ કેસરબહેન કહે છે, “પતિએ કહ્યું એટલે સરપંચ તરીકેનું ફોર્મ તો ભર્યું, પણ પેન પકડતાંયે હાથ ટ્રૂજતો હતો. ઓછું ભણેલી છું,

સ્ત્રી છું, પુરુષો વચ્ચે કેવી રીતે કામ કરીશ એવા બધા સવાલો સતાવતા હતા, પણ હવે તો ગામના કામોમાં એટલો રસ પડી ગયો છે કે ઘર બાજુએ રહી ગયું છે. ગ્રામ પંચાયત જ મારું ઘર બની ગયું છે. ગામના લોકોના પ્રશ્નો જાણવા ઘેર ઘેર ફરી વળું છું.”

૧૯૮૩માં દેશના બંધારણમાં ઐતિહાસિક સુધારો કરી પંચાયત અને નગરપાલિકાઓમાં મહિલાઓ માટે ૩૩% અનામત બેઠકો ફાળવવામાં આવી ત્યારે એક ઉદાહરણ એ પણ થયો હતો કે ગ્રામીણ કક્ષાએ હજુ મહિલાઓમાં નિરક્ષરતાનું પ્રમાણ ઘણું મોટું છે. આવી નિરક્ષર કે ઓછું ભણેલી મહિલાઓ ગામનો વહીવટ કેવી રીતે સંભાળશે? મોટા ભાગે તો તેઓ તેમના પતિ, પિતા કે સસરાના હાથની કઠપૂતળીઓ જ બની રહેશે. પરંતુ, આ વાત બધી જ મહિલા સરપંચોને લાગુ નથી પડતી. ઘણી મહિલા સરપંચોએ પોતાની કોઠાસૂઝથી અને આવડતથી મુશ્કેલ કામો પાર પાડ્યાં છે.

પુરુષ પ્રધાન સમાજમાં આખા ગામની આગેવાની જ્યારે મહિલા સંભાળતી હોય ત્યારે તેને સંઘર્ષ તો ઘણો કરવો પડે છે. વિરોધીઓ વિધ્નો ઊભા કરે છે અને ક્યારેક તેમના ચારિત્ર્ય સામે કીચડ પણ ઉછાળવામાં આવે. તેમ છતાં આ બધા સંઘર્ષોનો મક્કમતાપૂર્વક સામનો કરીને આ મહિલાઓએ ગામનો વહીવટ કુશળતાપૂર્વક ચલાવ્યો છે. ગામમાં બોર કરાવ્યા છે, ફૂવાઓ અને રસ્તાઓ કરાવ્યા છે. મકાનો બંધાવ્યા છે, કોમી રમખાણો વચ્ચે પોતાની કોઠાસૂઝ અને કુનેહથી ગામલોકોને સમજાવી પોતાના ગામને કોમી હુતાશનીની જવાબાઓથી બચાવી લીધું છે અને સહુથી વધુ તો ગામની અન્ય સ્ત્રીઓને ન્યાય અપાવ્યો છે. ઝરપરાના સોનબાઈ કહે છે, “હું માત્ર સહી સિક્કા કરવાવાળી સરપંચ નથી. ગામના વિકાસના કામો થાય અને ગામની બહેનોને ન્યાય મળે એ હેતુથી જ હું સરપંચ બની છું.”

પંચાયતોમાં તો મહિલાઓ માટે ૩૩% બેઠકો અનામત થવાથી મહિલાઓ પંચાયતમાં આવી શકી, પણ હજુ સંસદમાં તેમના માટે

અનામત બેઠકો નથી. તો મહિલાઓ શું કરે? એવા પ્રશ્નના ઉત્તરમાં આ નીડર, સ્પષ્ટ વક્તા ગ્રામીણ સ્ત્રી કહે છે, “સરકાર ના આપે તો કંઈ નહીં, બહેનોએ મારી જેમ સામાન્ય બેઠક પરથી ચૂંટણી લડવી જોઈએ. પણ હા, તેઓ ત્યારે જ જીતી શકે, જ્યારે અન્ય સ્ત્રીઓ પણ તેમને સાથ આપે. જેમ મારા ગામની સ્ત્રીઓએ મને સાથ આપ્યો.”

સંસદમાં મહિલાઓનું પ્રતિનિધિત્વ હજુ સાત ટકાથી ઉપર નથી પહોંચ્યું, પરંતુ દેશમાં પંચાયત અને નગરપાલિકાઓમાં લગભગ દસ લાખ જેટલી મહિલાઓ આજે પ્રવેશી છે, જેમાંની ઘણી સરપંચ પણ બની છે. હજુ કદાચ મોટા ભાગની મહિલાઓ પ્રોક્સી સરપંચ હશે, પણ પચીસથી ત્રીસ ટકા મહિલાઓ એવી પણ છે કે જેમની રાજકીય વર્તુળમાં હાજરી એક વિધાયક પરિબળ સાબિત થઈ છે.

મંગલ મંદિર, મે-૨૦૦૩

## જવાબદારી

હે પુણ્યવાન માતા-પિતાઓ!

તમારાં બાળકો પ્રત્યેની તમારી જવાબદારી સમજો. તમારા સંતાનોના હિત ખાતર તમારા અંદરઅંદરનાં મતભેદો, મનભેદો અને સંઘર્ષોને અંદર જ સમાવી દો. બહારની સપાટી પર આવવા ન દેશો. કલેશની એ જવાબાઓ તમારાં બાળકોના જીવનને અને તમને પણ ભરખી જશે.

## અંધશ્રદ્ધા

અંધશ્રદ્ધા એ પલાયનવૃત્તિ છે. અને તે મનુષ્યના અસ્તિત્વ જેટલી જ જૂની છે. જીવનની સમસ્યાનો સામનો કરો, તમારી મર્યાદાઓને ઓળખો અને નિષ્ફળતાને સ્વીકારો. તો અંધશ્રદ્ધાનો આશ્રય લેવાની તમને ક્યારેય ઈચ્છા નહીં થાય.

## અહંકાર

જો તમારામાંથી અહંકાર ચાલ્યો ગયો હોય -

તો કોઈ પણ ધર્મપુસ્તકની એક લીટી પણ વાંચ્યા વિના કે કોઈ પણ દેવાલયમાં પગ મૂક્યા વિના તમે જ્યાં બેઠા છો ત્યાં જ મોક્ષ પ્રાપ્ત થઈ જશે. - સ્વામી વિવેકાનંદ

કાયર માણસો પ્રેમ કરી શકતા નથી.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

## ગુજરાતણ ૨૦૦૪

### • અનુરાઘા દેરાસરી •

૨૦૦૪માં નવલ પ્રભાતના અજવાળા શું દેખાય છે! આભની અટારીએ મને બે પ્રતિબિંબ દેખાય છે. ગુજરાત ૧૯૦૪ની સાલની ગુજરાતણ અને ગુજરાતણ-૨૦૦૪ (બે હજાર ચાર)ની ગુજરાતણ. બન્ને છબીઓમાં આસમાન જમીનનો તફાવત છે. ૧૯૦૪ની ગુજરાતણ શાંત, સૌમ્ય, જૂના વિચારોમાં ગંકિત, મુક્ત વિચારો કરવા અસંભવ જાણે ગોવર્ધનરામ ત્રિપાઠીની નવલકથા 'સરસ્વતીચંદ્ર'ની નાયિકા કુમુદ કે રમણલાલ દેસાઈની નાયિકા 'મંજરી' તેની પ્રતિનિધિ. બીજી છબી ૨૦૦૪ની ગુજરાતણ. જે Frank, Fearless and positive, મુક્ત નીડર, નિખાલસ, જૂના વિચારોના કોચલામાંથી બહાર આવતી, કુંદનિકા કાપડિયાની નવલકથા 'સાત પગલા આકાશ'ની નાયિકા કે, ટીવીની વી. જે. મલાઈકા અરોરા કે અવકાશયાત્રી કલ્પના ચાવલા. આ બદલાવ એકલી યુવાપેઢીમાં જ નથી, આજની મધ્યમવર્ગીય ગૃહિણી અને આજે જે દાદીમાઓ છે એટલે સાંઈઠ વર્ષની ઉપર છે તેમનામાં પણ જોવા મળે છે. **ફેરફારની માત્રા પેટી પ્રમાણે વધતી ઓછી છે. સ્વાભાવિક રીતે યુવાપેઢીમાં તે વધારે જોવા મળે છે.**

પહેલાની યુવાપેઢીની છોકરીઓનો સાદો પહેરવેશ, માથામાં ફૂલ કે ગજરો હોય, માતાપિતા જે માર્ગ ચીધે તે માર્ગ ચાલવાનું. ગજા સુધી ભણીને ઘર સંભાળી લેવાનું. જ્યાં જાય ત્યાં પણ છોકરીઓજ ટોળામાં રહેતી; આ તેમની પ્રકૃતિ હતી. આજે સિક્કાની બાજુજ પલટાઈ ગઈ છે.

આ માટે એક કોલેજ કે સ્કૂલ પાસેનું દૃશ્ય જુઓ. કપડાં પહેરવામાં, રીતભાતમાં કેવું પરિવર્તન આવ્યું છે? પેન્ટ પર શોર્ટ ટોપ, સ્લીવલેસ કે લો-કટ હોય. પંજાબી હોય તોય તેમાં લો કટ. મીની કે મીડી, ફોક અને જૂની ટાઈપના સલવાર કમીઝને સાવ તિલાંજલિ અપાઈ છે. મોટાભાગના છોકરા - છોકરીઓ

એક જ ટોળામાં બેઠા હોય, એક જ સ્કૂટર પર ખભે હાથ મૂકી છોકરો અને છોકરી બેઠા હોય (સંપૂર્ણ નિર્દોષ દોસ્તી છે). **આ યુવતીઓની નવી પેટી સંપૂર્ણ 'ડાઉન ઓન ધ અર્થ' છે, વાસ્તવવાદી છે.** રૂઢિવાદી કે આદર્શવાદી નથી. ગાંધીજીના સમયના આદર્શો તેમના મનમાંથી ભૂંસાઈ ચૂક્યા છે. તેમની રોલ મોડેલ્સ ઐશ્વર્યા રાય, પ્રિયંકા ચોપડા, રાની મુખર્જી કે કાજોલ છે. જૂની પેઢીની છોકરીઓની જેમ માતાપિતા સામે હકારમાં માથું હલાવવામાં માનતી નથી. ફોન પર કોઈવાર માતાએ ગપ્પાં માર્યા હોય અથવા તેને લાગે કે માતા અહીં ખોટી છે તો મોઢે જ કહી દે છે. તેમનો ગમો, અણગમો સ્પષ્ટ છે. આથી આજની મધ્યમ વયસ્ક પેઢીને તે ઉદ્ધત લાગે છે. છેલ્લા દસકામાં તો અણધાર્યું પરિવર્તન આવ્યું છે. ખોરાકની રુચિમાં પણ ફેરફારો થયા છે. આ પેઢી પોતાની રુચિ પ્રમાણે પોતાના ભાવિનો નિર્ણય કરે છે.

દ્વિચકી વાહનો પૂરપાટ ભગાવી સમયની રફતાર સાથે તે જાણે સ્પર્ધા કરે છે. તે ભણે પણ છે ઉપરાંત તેને ટેનીસ રમવું છે. આધુનિક ડાન્સ અને સંગીત સાંભળવા છે અને ડિસ્કોથેકમાં જવું છે. તેને છત્રી લઈને સ્કૂટર પર જતો પતિ પસંદ નથી. સલમાન ખાન જેવો મસ્ક્યુલીન, વેલસેટલ પતિ જોઈએ છે. પછી એ પૈસો ભલે શોર્ટ કટ દ્વારા અપ્રમાણિક રસ્તાનો હોય. તાજેતરના એક લગ્નનો જ દાખલો જોઈએ. દહેજમાં લગ્નમાં પિતાએ મારુતિ આપવાની કબૂલાત કરી. વરરાજાએ મેટીઝ મોડેલની માગણી કરી અને છોકરીએ પણ તેજ મોડેલનો આગ્રહ રાખ્યો.

**સૌથી મોટો ફેરફાર તો એ છે કે પુરુષ સામે પોતાની હક્કની માગણી હક્કથી કરે છે, જે અત્યાર સુધીની પેટી કરી શકતી ન હતી.** આજની યુવતીઓ ઘરમાં કામ કરવાનું કહેશે તો જવાબ આપશે કે હું ક્યારો વાળું, ભાઈ વાસણ ગોઠવે. આ છે

ભાવિ ગુજરાતણ ૨૦૦૪.

ઘરેલું વસ્તુઓ બનાવવાની પ્રવૃત્તિ ઓછી થઈ ગઈ છે. મોટાભાગનો સમય ઘરના સભ્યોનો સમય સાચવવામાં ને બાકી રહે તે સમય બ્યૂટી પાર્લરમાં જવામાં કે જાતે ઘેર મેનીક્યોર, પેડીક્યોર કે ફેશિયલ કરવામાં જાય છે. **આજની મોટાભાગની ગૃહિણી આર્થિક ઉપાર્જન પણ કરે છે.** તે ઘરની બહાર નીકળી છે આથી વિચારોમાં વિશાળતા આવી છે. ટી.વી.ના કાર્યક્રમમાં તેને અનહદ રસ છે. એક જ ડ્રોઈંગરૂમમાં બેસી ભારત અને પાકિસ્તાનની મેચ સસરા અને વહુ સાથે બેસીને જુએ છે (પહેલાના જમાનામાં વહુઓ સસરાની લાજ કાઢતી)

આજની ગૃહિણીના બાળ ઉછેરમાં પણ ફેર પડ્યો છે. વાંચન, રામાયણ, મહાભારત, પંચતંત્રની વાર્તાઓની જગ્યાએ તે પોતાના બાળકોને નાનપણથી જ સ્વિમિંગ, સ્કેટિંગ, ચિત્ર, સંગીત બધીજ પ્રવૃત્તિઓ કરાવવામાં માને છે. કારણ કે બાળક આગળ જતાં ભણતરના બોજ નીચે દબાઈ જાય છે. બધી જ જવાબદારી છતાં તે બાળકના ભણતર માટે સજાગ છે. પોતે મહેનત કરાવી આગળ લાવવામાં માને છે.

આજની ગૃહિણીઓ 'ફીગર' કોન્શિયસ છે. જિમ્નેસ્ટિક કરવું, ચાલવા જવું, ગમે તેમ કરીને તે પોતાની 'ફીગર' જાળવવા કોશિશ કરે છે. પહેલાંની જાડી અને સ્થૂળકાય ગુજરાતણ તો અદૃશ્ય થઈ જ ગઈ છે.

આજની ગૃહિણીઓ જીવન જીવી લેવામાં માને છે. તેને કિટીપાર્ટીમાં રસ છે. નાનું ઘર હશે પણ તે લોન લઈ ઘરમાં ટી.વી., ફીજ, મિક્સી, બોસ જેવી સુવિધાની વસ્તુઓ વસાવવામાં માને છે. બચત ભલે ના થાય, દિવાળીની ઉજવણી કરતા તેને કિસમસની ઉજવણીમાં રસ છે. સિનેમા, પાર્ટી, પિકનિક તે આનંદમાં માને છે. ૬૦ ટકા વિચારો ફી વેસ્ટર્ન સ્ટાઈલની રહેણીકરણી અને સ્વતંત્ર

માણસને ભૂલ કરવાનો અધિકાર છે, પણ ભૂલોની પરંપરાનો અધિકાર નથી.

કુટુંબવાળી ભારતીયતામાં માને છે, જૂનવાણી વિચારોમાં નહિ.

**આજની ગૃહિણીમાં ઘરખમ ફેરફાર થયો છે. તે વૈધવ્ય ધારણ કરે તો પણ સફેદ કપડા પહેરતી નથી, એજ તેનો પહેરવેશ ચાલુ રાખે છે. આ છે ૨૦૦૪ ગૃહિણી ગુજરાતણ.**

જે પેઢી અત્યારે સાંઈઈ ઉપર છે તેનામાં પણ બદલાવ છે. ૫૦ વર્ષ પહેલાની વૃદ્ધ પેઢી તો ચુલા-ચોકાથી આગળ જ આવી ન હતી. જ્યારે આજની વૃદ્ધ પેઢીમાં દાદીમાઓ ઘણી શિક્ષિત છે. આથી વિચારોની વિશાળતા જોવા મળે છે. રસ્તા પર જુઓ તો જૂજ, પરંતુ ધોળા વાળવાળી ઘણી સ્ત્રીઓ મારુતિ અને કાર્ડનેટિક ચલાવતી જોવા મળે છે. આજની સાસુ, વહુનું સાંખી નથી લેતી. પતિનું દેહાંત થયું હોય

અને વૃદ્ધ સ્ત્રી એકલી હોય પરંતુ સ્વતંત્ર રહેતી જોવા મળે છે. આજે સમાજમાં ઘણા કિસ્સાઓમાં વૃદ્ધ સ્ત્રીઓ એકલી રહેતી હોય છે. સાથે રહેતા હોય તો પણ સલાહ સૂચનથી દૂર રહે છે.

એકજ ઘરમાં સાસુ-વહુ સાથે જ બ્યૂટી પાર્લરમાં જતાં જોવા મળે છે. આ ઉંમરની ઘણી સ્ત્રીઓ બ્યુટીફિકેશનમાં પણ માને છે. રવિવારે સાદા રેસ્ટોરામાં કે કલબમાં જાઓ તો ઘણા દાદીમાની હાજરી જોવા મળે છે.

સૌથી મોટો બદલાવ વૃદ્ધ પેઢીમાં એ છે કે તે મંદિર, માળાઓથી પ્રમાણમાં દૂર છે. તેમનો મોટો ભાગ ટી.વી.ના કાર્યક્રમો જોવામાં અથવા વહુ કે છોકરી નોકરી કે કોઈ ગૃહઉદ્યોગ કરતી હોય તો છોકરા ઉછેરવામાં જાય છે. ટી.વી.નો મોટો દર્શક વર્ગ સાસુઓનો છે.

આથી 'તુ તુ મેં મેં', અને 'સાંસ ભી કભી બહુ થી' જેવી સીરિયલો બને છે.

ટૂંકમાં પરિવર્તનની પ્રક્રિયા છેલ્લા દસ વર્ષથી વેગ પકડતી હતી; પરંતુ પાંચ વર્ષમાં પરિવર્તનનું વાવાઝોડું ફૂંકાયું છે. ૨૦૦૪ની ગુજરાતણ બાહ્ય અને આંતરિક બંને રીતે બદલાઈ ગઈ છે. તેના વિચારો, રીતભાત, અભિગમ, ગમા-અણગમા, ટેસ્ટમાં જવાલામુખીવત્ ફેરફારો થયા છે.

તો પ્રશ્ન થાય છે કે શું ૨૦૦૪ની નારી સંપૂર્ણ રીતે 'વેસ્ટનાઈઝડ' થઈ ગઈ છે? ના! તે છે ગુજરાતણ જ પણ નવાં સ્વરૂપે, નવા વિચારો સાથે, નવા અભિગમ સાથે.

વેલકમ! ગુજરાતણ ૨૦૦૪.

મંગલ મંદિર, જાન્યુઆરી-૨૦૦૪

## ઋતંભરા ગ્રીષ્મ શિબિર

### ઋતંભરા ગ્રીષ્મ શિબિર

સાપુતારા - ગુજરાતનું એકમાત્ર ગિરિમથક. પ્રકૃતિની નયનરમ્ય અદાઓથી ભાવવિભોર બનાવતું આ સાપુતારા એટલે ઋતંભરા ગ્રીષ્મ શિબિરનું પ્રવેશદ્વાર.

મહિલાઓ માટે શારીરિક, માનસિક, આધ્યાત્મિક અને મિલિટરી તાલીમની પરિપૂર્ણતા એટલે ઋતંભરા વિશ્વ વિદ્યાપીઠ. આ સંસ્થાના ચેરમેન પદ્મભૂષણ શ્રીમતી પૂર્ણિમાબહેન પકવાસા દ્વારા દર વર્ષે મે મહિનામાં યોજાતી "ગ્રીષ્મ શિબિર" સમગ્ર ભારતમાં અજોડ અને અનન્ય છે. પૂજ્ય પૂર્ણિમા 'દીદી' તેમના નિષ્ણાત, અનુભવી અને નિષ્ઠાવાન ઈન્સ્ટ્રક્ટરો સાથે આવા કેમ્પ સફળતાપૂર્વક આયોજે છે. જેમાં અત્યાર સુધી ૨૬,૦૦૦થી પણ વધુ બહેનો તાલીમ લઈ ચૂકી છે.

માત્ર પંદર દિવસના ટૂંકા ગાળામાં લાઠી, કરાટે, જમૈયા, રાઈફલ શુટિંગ જેવા સ્વરક્ષણના દાવ તથા પર્વતારોહણ, રોપ કોસિંગ, ઘોડેસવારી, પરેડ, સંગીત, લેઝીમ જેવી વિવિધ તાલીમ કેમ્પમાં આવનાર દરેક કેડેટ બહેનોને શક્તિ અને આત્મવિશ્વાસથી

ભરી દે છે. વળી, ધ્યાન અને યોગથી મનની શાંતિ અને એકાગ્રતા વધે છે. ઉપરાંત ગ્રૂપ ડિસ્કશન, કેમ્પ ફાયર, ડિબેટિંગ જેવી પ્રવૃત્તિઓ બહેનોની ટેલેન્ટને બહાર લાવવામાં અસરકારક ભૂમિકા ભજવે છે. આદિવાસી ગામડામાં યોજાતી એક દિવસની ટૂર તેમની જીવનશૈલીને નજીકથી જોવાનો મોકો આપે છે.

ઋતંભરા વિશ્વ વિદ્યાપીઠના ધ્વજ નીચે છેલ્લા એકાવન વર્ષથી આ શિબિર યોજાય છે. માનનીય રાષ્ટ્રપતિ ડૉ. અબ્દુલ કલામ, સંરક્ષણ પ્રધાન શ્રી જયોર્જ ફર્નાન્ડિઝ, ભૂતપૂર્વ વડાપ્રધાન તથા નાયબ વડાપ્રધાન અનુક્રમે શ્રી અટલબિહારી વાજપેયી અને શ્રી એલ. કે. અડવાણી સહિતના મહાનુભાવોએ આ શિબિરના પૂર્ણાહૂતિ સમારોહમાં અતિથિ વિશેષ પદ શોભાવ્યું છે. આ કેમ્પની સુવર્ણ જયંતી શિબિરનું ઉદ્ઘાટન સાબરમતી જેલમાં કરવામાં આવ્યું હતું.

**આ કેમ્પની સૌથી મોટી ખાસિયત એ છે કે અહીં જે પણ પ્રવૃત્તિઓ શીખવવામાં આવે છે, તેનું લાઈવ ડેમોન્સ્ટ્રેશન કેડેટ બહેનો દ્વારા તેમના માતા-પિતા, મહેમાનો અને અતિથિ વિશેષો સમક્ષ**

રજૂ કરવામાં આવે છે. આવું ડેમોન્સ્ટ્રેશન ભાગ્યે જ કોઈ કેમ્પમાં જોવા મળે છે.

ખરેખર, આજના કળીયુગમાં જ્યારે મહિલાઓ માટે સ્વરક્ષણના દાવ શીખવા તેમજ પોતાનો આત્મવિશ્વાસ વધારવો અનિવાર્ય છે ત્યારે ઋતંભરા વિશ્વ વિદ્યાપીઠ પૂજ્ય પૂર્ણિમા 'દીદી'ના નેજા હેઠળ આ કામ ખૂબજ સફળતાથી પાર પાડી રહ્યું છે.

પૂજ્ય પૂર્ણિમા દીદીની સીધી દેખરેખ અને તેમના સંચાલન હેઠળ આ શિબિરમાં સહભાગી બનવું ખરેખર એક લહાવો છે.

આ વર્ષે આપણા સમાજની પાંચ બહેનો - હું, કિંજલ શાહ, નિશા ગોગરી, સુજલ શાહ તથા ધ્વનિ દૌલતે આ શિબિરમાં ભાગ લીધો હતો. મેં પરેડ કમાન્ડર તથા કુ. નીશાએ પાઈલટની કામગીરી બજાવી હતી. બધી જ બહેનોએ મહેનત અને ખંતથી તાલીમ લીધી, તે બદલ તેમને ખૂબ ખૂબ અભિનંદન.

અંતમાં, આપણા સમાજની વધુ ને વધુ બહેનો આ શિબિરમાં સહભાગી થાય તેવી આશા સાથે જય હિંદ, જય જિનેન્દ્ર.

— કાજલ મહિલાલ શાહ  
મંગલ મંદિર, જૂન-૨૦૦૪



## તપની મહત્તા

ક્યાંક એવું લખેલું છે કે ભગવાન મહાવીરનાં ૨૫૦૦ વર્ષ પૂરાં થયા પછી જૈન ધર્મની મહત્તા અને પ્રચાર ઘણાં વધી જશે. આ લખાણ સાચું હોય તેમ તેના ઔદાણ તરીકે જૈનોમાં તપશ્ચર્યાનું પ્રમાણ ઘણું વધી ગયું છે. જૈનોની વસતિવાળા દરેક સ્થળમાં ચોમાસામાં પુષ્કળ પ્રમાણમાં તપશ્ચર્યાઓ થાય છે. બે-ચાર અને આઠ ઉપવાસ ઘણા જણા કરે છે. કોઈક વર્ષી ૧૫ કે ૩૦ ઉપવાસ પણ કરે છે.

પૂજ્ય ગાંધીજીએ અહિંસા અને ઉપવાસોને અપનાવીને જૈન ધર્મની મહત્તામાં અપાર વધારો કરી દીધો છે. ગાંધીજીના એક-એક ઉપવાસથી લાખો માણસોના જીવ હલબલી ઊઠતા હતા.

તપ એ સાધનાની એક મહત્ત્વની કડી છે. તપ એ ભવસાગર તરી જવાનું એક ઉત્તમ સાધન છે. પરંતુ તપ એ બધું જ નથી.

એક મહાન જૈનાચાર્યે કહ્યું છે કે “આત્માના જ્ઞાન વિના માત્ર તીવ્ર તપથી ભવદુઃખનો અંત આવતો નથી. મનના કષાયોને મોળા પાડ્યા વગર માત્ર ઉપવાસો કરવાનો અર્થ નથી. દેહ આપણો દુશ્મન છે. એને કારણે જ જન્મ-મરણના ફેરા ફરવા પડે છે એમ માની લઈ કાયાની સામે યુદ્ધ ચડવું એમાં વિવેક નથી. આઠ કે પંદર ઉપવાસ કરીએ અને છતાં જે વ્યક્તિ સાથે પહેલાં અબોલા હતા તે અબોલા ઉપવાસો પછી પણ ચાલુ જ રહે તો એ ઉપવાસોનો, કાયાને સૂકવવા સિવાય બીજો કોઈ અર્થ નથી.

બીજી એક ખાસ વાત એ છે કે મોટી વયનાઓ પોતાની શક્તિના પ્રમાણમાં ભલે ગમે તેટલા ઉપવાસો કરે તે બરાબર છે પરંતુ કુમળી વયના એટલે કે ૧૪થી ૨૦ વર્ષની વયનાં બાળકોને બે-ત્રણથી વધારે ઉપવાસ કરવા દેવા જોઈએ નહીં. આ વયનાં બાળકો જો ૬, ૮ કે ૧૦ ઉપવાસ કરે તો તેથી તેમનાં શરીરનાં અંદરના અવયવો ચીમળાઈ જાય છે અને તેની માઠી અસર પાછળથી વર્ષો સુધી તેમને ભોગવવી પડે છે.

**શ્રી ગગુભાઈ પુનશી સંગોઈના પ્રાસાદિક પરિપત્રોમાંથી સાબાર**

**નોંધ :** આપણે જોઈએ છીએ કે કેટલાક નબળો બાંધો ધરાવતાં મોટી વયનાં સ્ત્રી-પુરુષો પણ પોતાની શક્તિ બહારના ઉપવાસ કરે છે કે જે તેમની કાયા સહન કરી શકતી નથી. પરિણામસ્વરૂપે પાછળથી તેઓમાં ખૂબ જ નબળાઈ આવી ગયેલ હોય છે અથવા તો તેઓ શારીરિક રીતે હેરાન થઈ જતા હોય છે. પોતાની શક્તિ બહાર, માત્ર દેખાદેખીથી અથવા તો સમાજમાં પોતાનું સારું દેખાડવા વધારે પ્રમાણમાં ઉપવાસ કરવા તે કોઈપણ રીતે ઈચ્છનીય નથી. તપની મહત્તા જળવાઈ રહે તે પ્રકારના તપ જ અનુમોહનીય ગણાવા જોઈએ.

- સંપાદક

મંગલ મંદિર, ઓગસ્ટ-૨૦૦૪

## અહંકારનો અંધકાર

ગ્રીસના એથેન્સનગરનો અત્યંત ધનાઢ્ય રાજપુરુષ ગ્રીસના સુપ્રસિદ્ધ તત્ત્વચિંતક સોક્રેટિસને મળવા આવ્યો. એ વિરાટ અને વૈભવી મહેલ ધરાવતો હતો. અપાર વૈભવવાળો એ મહેલ જેટલો બહાર ધરતી પર હતો, એનાથી વધુ આ રાજકુમારની ચિત્તભૂમિ પર હતો. મહેલનો વૈભવ એની આંખોને આંજી નાંખતો હતો, તો એની ભીતરનો મહેલ એનામાં અહંકાર સર્જતો હતો.

અહંકાર ભલે મનમાં વસતો હોય, પણ તે શરીરમાં ડોલતો હોય છે. અહંકારી વ્યક્તિની વાણીમાં એ સતત ટપકતો હોય છે. અહંકાર એના સમગ્ર વ્યક્તિત્વને ઘેરી વળેલો હોય છે.

આ રાજપુરુષ સોક્રેટિસ પાસે આવ્યો અને કોઈને કોઈ રીતે વાત કાઢીને પોતાના વૈભવની પ્રશસ્તિ કરવા લાગ્યો. સોક્રેટિસે થોડીવાર એની વાત સાંભળી. પછી એ રાજપુરુષને કહ્યું.

“જરા થોડીવાર થોભશો? પહેલાં તમને એક જરૂરી વાત પૂછી લઉં, પછી તમારી બાકીની વાત નિરાંતે સાંભળીશ.”

આમ કહીને સોક્રેટિસ પોતાના શિષ્યને સમગ્ર બ્રહ્માંડનો નકશો લાવવા કહ્યું. પછી એ નકશો ઉઘાડીને સોક્રેટિસે રાજપુરુષને પૂછ્યું, “જરા, આપણો દેશ ગ્રીસ શોધી આપો તો?”

રાજપુરુષે નકશા પર ઝીણી દૃષ્ટિ દોડાવી. માંડ માંડ યુરોપ ખંડ મળ્યો અને ઘણી મહેનતે ગ્રીસ શોધી શક્યો. એણે એક નાના બિંદુ પર આંગળી રાખીને રાજપુરુષે કહ્યું કે આ ગ્રીસ છે.

સોક્રેટિસે વળતો પ્રશ્ન કર્યો, “જરા આપણું નગર એથેન્સ શોધી આપશો ખરા?”

રાજપુરુષે એક સાવ નાનું બિંદુ દર્શાવતાં કહ્યું, ‘બસ, આ અત્યંત નાનું ટપકું તે એથેન્સ. બરાબર ને!’

સોક્રેટિસે કહ્યું, ‘આ એથેન્સમાં તમારો ભવ્ય વૈભવી મહેલ ક્યાં છે?’

રાજપુરુષ કહે, ‘આમાં વળી મારો મહેલ ક્યાંથી હોય?’

સોક્રેટિસે કહ્યું, ‘જુઓ, આ નકશો તો માત્ર પૃથ્વીનો જ છે. માથે રહેલો સૂર્ય તો એનાથી આઠ ગણો મોટો છે. અને આપણો આ સૂર્ય તો ઘણો સામાન્ય છે. એનાથી ઘણાય મોટા સૂર્ય બ્રહ્માંડમાં છે. આ આખાય સૌરમંડળનો નકશો બનાવીએ તો શું થાય? વળી આ સૌરમંડળ તો એક સામાન્ય સૌરમંડળ છે. આવા તો બીજા લાખો સૌરમંડળ છે. આ સૌરમંડળમાં જેના તમે ગુણગાન ગાવ છો તે વૈભવી મહેલનું સ્થાન શું?’

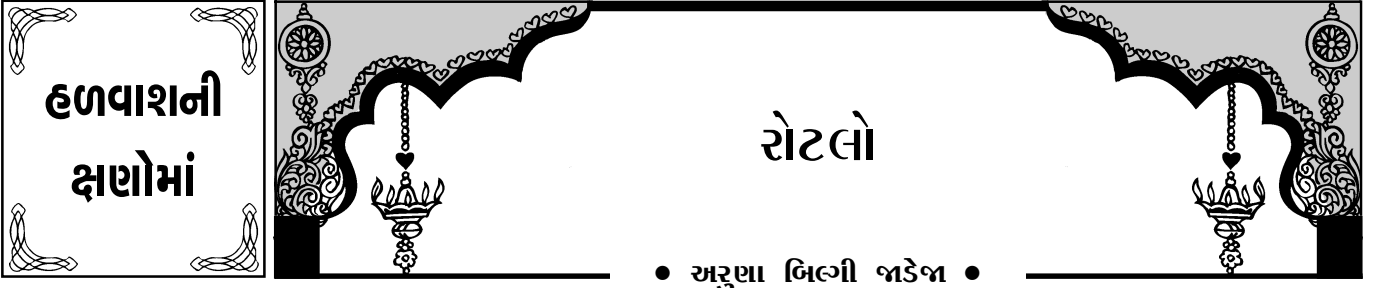
સોક્રેટિસની વાતનો મર્મ રાજપુરુષ પામી ગયો અને એને ઘેરી વળેલો અહંકારનો અંધકાર ઊતરી ગયો.

કુમારપાળ દેસાઈ

મંગલ મંદિર, સપ્ટેમ્બર-૨૦૦૩

સંગીત તમને બહારથી ઠેઠ અંદર સુધી લઈ જાય છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક



સૂરજ માથે આવે અને બધા રોટલા ભેગા થાય. ફળિયામાંથી ભાથું ભેગું કરતો કરતો ભથવારો વાડીએ આવે. જેવું ભથાયણું ખૂલે કે દરેક આદમી માત્ર મોંકળા જોઈને જ કળી જાય કે ક્યો રોટલો કોને ઓટલેથી આવ્યો છે. આ તે કેવા રોટલા પારખું અને આ તે કેવી રોટલાકળા?

રોટલાનું નામ પડતાં જ પગ વતનની વાટ પકડે. અમેરિકાના 'મેકડોનાલ્ડ'માંથી બહાર નીકળીનેય આ રોટલાની અંગાખરી ગંધ ક્યાંકથી આવીને દેશી માડુના નાકમાં પરાણે પેસી જાય અને આંખને પાછી પલાળતીય જાય. ક્યાંકથી શું? એ તો માટીનાં મૂળિયામાંથી જ ઝમતી હોય.

How green was my velly!

વાત છે આ અંગાખરા રોટલાની. આ રોટલો પ્રાયમસ, સગડી કે ગેસ પર પણ થઈ શકે. પણ ગોબરિયાળી ગંધે ગૂંદાયેલો અને લીંપેલા-ગૂંપેલા ચૂલે ચડેલો રોટલો તો નિરાળો જ. તડતડતા અંગારે ખરો થયેલો આ જ ખરો અંગાખરો! રસ્તાની એક કોરે પડાવ નાખીને બેઠેલી વણજારણે ત્રણ ઢેખાળા પર ઠીકરું મૂકીને સાંઠીકડાના તાપે ચડાવેલો રોટલો તો મોડી રાતે જામતી મહેફિલની રંગત લઈને આવે. શરત એટલી જ કે ભૂખ કકડીને લાગેલી હોવી જોઈએ. 'એને માણવું એ જ છે કે લહાણ.'

રોટલો આમ તો પાણી જેવો. જ્યાં જાય ત્યાં ભળી જાય. એકલા મીઠા સાથે પણ ચાલે,

બેકલા ડુંગળી-મરચા સાથે તો દોડે. નખરાળો જરાય નહીં. હા, લાડ લડાવો તો ઔર ખીલે. ચારેકોર લદબદતા ઘી સાથે કે લસલસતા માખણ સાથે, શેડકઢા દૂધ સાથે કે ઘાટી રોડ છાશ સાથે. ગમે તેની સાથે જમો. જાત જ મૂળે મીઠી. એમ તો રોટલાને પાછું પોતાપણું ખરું. રાય કે રંક એવી સાડીબારી નહિ. જો કે રંક તરફ પલ્લું ઢળે. ગરીબોનો બેલી ખરોને, ઓડકાર તો એકસરખો જ.

કલેડીથી ઊતરતો ગરમાગરમ ફૂલીને ફાળકો થયેલો રોટલો ખાઓ કે સમાધિસ્થ યોગી જેવો ટાઢો રોટલો ખાઓ, ધુંવારેલા ભડયા સાથે ખાઓ કે પછી ગાંઠિયાના ખાટા શાક સાથે ખાઓ. શાક મસાલે ચડિયાતું જોઈએ. બટકે ખાઓ કે ચોળીને, વહાલો લાગ્યા વિના ન રહે. રોટલાની સંગતે વલોણાંના તાજાં છાશ - માખણની તોલે કોઈ ના બેસી શકે. ગોળ - રોટલાની જોડી તો ભલભલી મીઠાઈયુંને પણ પછાડે. હરિની જેમ એનાં હજારો રૂપ. ઘો રોટલાનો ટુકડો, આવે હરિવર ઢૂંકડો. શિરામણ શું કે વાળું શું, રોટલાના બટકે બટકે દૂધના ઘૂંટેઘૂંટડા સાથે અદ્ભુત રસાયણ રસાતું જાય. છાશ - રોટલાની જુગલબંધી તો ક્યાંય ન જડે. એ તો પછી જેવી જેની તાસીર. બાકી એંસી વર્ષના સાસુમા પણ મને તો ખરો (કડક) ખપે, ગારો (પોચો) નહિ. સાત દાયકા વટાવી ચૂકેલા શહેરી બાપુને આજે પણ લીટર દૂધ અને મસમોટો રોટલો વાળુ ટાણે ખાતાપીતા અને પચાવતા જોયા છે. આ રોટલાના જોમે

વૃદ્ધાવસ્થાને એવી ને એવી અકબંધ રાખી છે. એવી છે રોટલાની કરામત.

એની આપણ પાછી એકહથ્થુ. 'ડોમિનેટિંગ પર્સનાલિટી'. દેશ વિદેશ ફરેલા નામાંકિતો અને શ્રીમંતોને સામે ચાલીને ખુશીથી રોટલાનું જમણ નોતરી લેતા જોયા છે. I heartily myself to 'DESI' dinner (સામે ચાલીને તમારા દેશી જમણનું આમંત્રણ માગી લઉં છું.)

ઘંટલો અને હાથદળણું તો હવે રહ્યાં ઈતિહાસમાં. એનાં સત્ત્વ-તત્ત્વ શોધ્યાં ન મળે. છતાંય રોજેરોજ દળાતા તાજા લોટનો સ્વાદ ચડિયાતો. વાસી લોટ વંકેય ન વળે. સ્વાદેય નહિ ને સિકલેય નહિ. લીંપણકળાની જેમ ટીપણકળામાંયે આવડત તો ખરી જ. રોટલો અને ચોટલો બંનેમાં હાથનો કસબ સમાયો છે. ઘડાતા રોટલા સાથે ટીપીટીપીને સંઘાડેવાટ સુંદર રચના આકારતી જાય.

રોટલા ભાતીગળ. લોટનું જાડું ખીરું તાવડી પર થેપીનેય રોટલા થાય. દક્ષિણ ગુજરાતની અમુક કોમ ચોખાના રોટલા એવી રીતે બનાવે. શહેરી લોક વણીને કરે, પાટલી પર થેપીને કરે. પણ સૌથી શ્રેષ્ઠ તો બે હાથે ટીપી ટીપીને ઘડાયેલો રોટલો. રોટલો અમુક બાબતમાં મિજાજ ખરો. જલદી માની ન જાય અને એમ કાંઈ ચૂલે ચડી બેસવાથી કે કેટલીય સાત ઉતાવળ કરવાથી રોટલા ના ઘડાય. સાત પાણીનો રોટલો અને એક પાણીની ખીચડી. એક એક રોટલાનો લોટ લેવાતો જાય.

મીઠાવાળું પાણી ધીમે ધીમે ઉમેરાતું જાય, લોટ બરાબર મસળાતો જાય, કણકણ સમરસાતો જાય. બહાર બેઠેલા પરોણા રોટલાનું બટકું તોડતાની વારમાં જ પારખી લે કે અંદર બેઠેલા ઘરવાળાનાં કાંડામાં કેટલું જોર છે. આજ કાંડાબળને જોરે જિંદગી જોમે જોમે જીવાતી જાય. ફરતી કોરે એકસરખો રોટલો ટીપાતો જાય. સાસરે જનાર દીકરીઓને મા વચ્ચે વચ્ચે ટપારેય ખરી. છીંક કે ઉઘરસની જેમ ટપાકાયે બહાર ન જવા જોઈએ. ઘરની વાત ઘરમાં જ. સરખો ઘડાયેલો રોટલો સરખા ફરતા તાપે તપેલી કલેડી પર એક હાથે સાયવીને નાંખવાનો. ન ફાવે તો બે હાથે સુવડાવવાનો. ધ્યાન રહે ભમરો ન ઊઠે. નહિ તો રોટલાનું રૂપ રોળાઈ જાય. વળી પાછા અપશુકન. મા ચેતવે. સાયવીને બેટા. સાસુમા ભમરો જોઈને મમરો મૂકે : ભમરાળી વહુને રોટલે ભમરો જ ને! વખતોવખત તાપ વત્તોઓછો થતો રહે. ધુમાડા ફૂંકી ફૂંકીને ફેંફસાં બળૂકાં થતાં જાય. કોક વળી ઊંધું લે. ધુમાડામાં ફૂંકણીનું કામ કરતા ફરે.

શહેરમાં રહેતી દીકરીઓને ચૂલિની (ગેસની) ટેવ તે ચૂલા શાના ફાવે? એમ તે કાંઈ ચાલે? ચાલ વતનમાં, ભાભુ કે કાકીમાની ટ્રેનિંગ લેવા. મહિનોમાસ ચૂલે બેસો (સાવ નજીકના ભૂતકાળ પંદરવીસ વર્ષ પહેલાં). પાકે ઘડે કાંઠા ન ચડે એ વાત સાચી પણ પાકી વયે રોટલો જરૂર ચડે એની આ લખનારને ચોક્કસ ખબર છે. પણ હા, ચૂલાની ધગધગતી ધગશ ખાસ જરૂરી.

ઊના ઊના રોટલાનું ફૂલેકું નીકળતું જોઈને ઘરઘણી તો શું મહેમાન સિક્કે તેડાની રાહ જોયા વિના પાટલે બેસી જાય. પછી તો ચડે એટલી વાર ખરી, ઠરવાની વાટ કોણ જુએ? આ રોટલો, એક વાર હેવાયો થઈ જાય પછી તો તમારો જ. ઘડાયેલા હાથે ટપોટપ રોટલા ઘડાતા જાય. ચૂલાની ભીંતે

સૈનિકોની જેમ એક હારમાં શિસ્તબદ્ધ ગોઠવાતા જાય.

કચ્છ કાઠિયાવાડમાં ખાસ જોવા મળતો ભાતીલો રોટલો. ખાડાવાળો રોટલો. કલેડી પર ચડી રહેલા રોટલાના ઉપલા પડ પર કાણાવાળી નાની કૂચીથી ઝીણી ઝીણી નકશી ઉપસાવવામાં આવે. નક્સીવાળો ઉપલો ભાગ પલટાવીને ખરો કરવામાં આવે. આ નાના નાના ખાડામાં ઊંનું ઊંનું ધી પૂરીને ગોળ સાથે જમવાની મજા પડી જાય. પણ ખરી મજા તો ખાડાવાળા રોટલા પર થીનું ધી કે માખણ ચોપડીને ખાધે જ રાખો. 'વીક-એન્ડ'માં 'બાય-રોડ' જતાં જતાં લસણનાં 'ટોર્પીંગ્સ'વાળો 'ડિઝાઈનર્સ એમ્બોસ્ટ' રોટલો ખાસ જુઓ. સ્વર્ગ વેંત છેટું જ લાગશે. 'મોઝરેલા ચીઝ'થીયે ચાર ચાસણી ચઢે એવો આ દેશી 'પીઝા.'

રોટલો ભલે રહ્યો થોડો મિજાજી પણ છે તો શિવજી જેવો ભોળોભટ્ટ. એમ કહોને સાવ અલગારી. ન પાટલી-વેલણ, ન મરી-મસાલા, ન તેલ-મોણ. બે વાનાં, મીઠું અને પાણી. જમનારને ભાવતું અને કરનારને ફાવતું. અધરાતે મધરાતે ચૂલો ભભકી ઊઠે અથવા તો બંદોબસ્ત પતાવીને મોડી રાતે ઘરે પાછા ફરનારા નિશાયરો માટે હાથવગી રસોઈ એક જ, રોટલો. ઊંધરેટી આંખે અને કાયમી હથોટીએ મજાનો રોટલો ઘડાય. દૂધનું તાંસળું છલકાય અને ભરથારનું મન ભરાય. નિતનવીન અને અદ્યતન વાનગીઓ પીરસનારી જાણીતી હોટલના માલિક પણ રાત્રે દોઢ વાગ્યે ઘરે આવીને માગે તો એક જ રોટલો. આ ભોળાબ્રહ્મને અમથો લોકોએ ફટવી માર્યો છે. કંઈ મોંઘો કરી નાખ્યો છે ! મોંઘામૂલો ખરો ને? એ તો બત્રીસો, બત્રીસે કોઠે દીવા કરે એવો.

ઈતિહાસની સાથે ધર્મ પણ રોટલાની હામાં હા ભણે છે. ઘરમાં ગેસનો બાટલો

ખલાસ થઈ જાય, ઈંધણ ઓછું પડે કે કલેડી નંદવાઈ જાય તો 'ઈમરજન્સી'માં પરમકૃપાળુ પતિદેવ કે સર્વસત્તાધીશ સાસુમાના તણખિયા માથાનો 'હાજર સો હથિયાર' તરીકે ઉપયોગ થઈ શકે. ગેસ અને કલેડીની બચત થાય એ વળી નફામાં. રોટલો ફૂલીને દડા જેવો થશે એની સો ટકા ખાતરી મુક્તાભાઈ આપે છે. કુંભારની હડતાળને કારણે કલેડી અલભ્ય હોવાથી ભાઈ જ્ઞાનેશ્વરની તાવથી ધગધગી પીઠ પર બહેને રોટલો ફૂલાવેલો.

સંત જ્ઞાનેશ્વરનાં બા નાનપણમાં જ દેવ થયેલાં નહિ તો દરેક પુરુષની જેમ એમના મોંએ પણ આ જ બ્રહ્મવાક્ય હોત ! મારી બા જેવો રોટલો કોઈનો નહિ. આ સનાતન સત્યમાં માની મમતા ઉપરાંત દશકા જૂનો કરતબ કામ કરી જતો હોય છે.

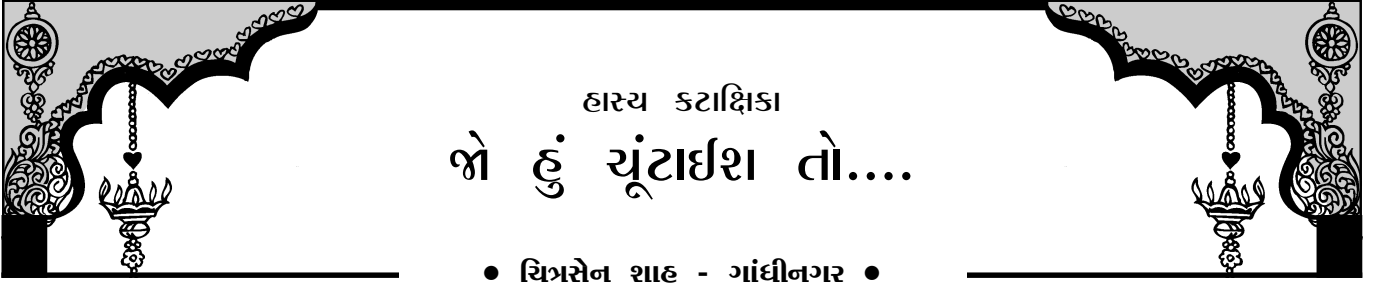
સચરાચરમાં વ્યાપક એવો આ રોટલો ગુજરાતમાં વેસણ રોટલાના રૂપે, મહારાષ્ટ્રમાં ઝુણકા ભાકરના રૂપે કે પંજાબમાં મક્કી-કી-રોટી, સરસોં કા સાગરૂપે સમાયેલો છે. ઘઉંનો રોટલો ભલે રહ્યો રૂડો કે જાંરનો રહ્યો ભલે રૂપાળો પણ કામણગારો તો બાજરાનો જ (સીદીભાઈને સીદકાં વહાલાં). બાજરા સાથે વણાયેલું છે કચ્છ - કાઠિયાવાડ. મેઘાણી હોય કે કારાણી, બધે બાજરાનો જયજયકાર.

ધીંગા તોજાં હથડાં ધીંગી બાજરજી માની દેવ કે પણ દુર્લભ મીઠડી માજી માની (શ્રી કારાણી)

અર્થાત્ માનો હાથ શું કે બાજરો શું બધું જ જોમવાન, દેવોને પણ દુર્લભ એવો મીઠો માડી તારો રોટલો (માની = રોટલો).

વાળુ ટાણે રોટલા ઘડતા ઘડતા બે હાથ જોડી (વચમાં રોટલો રાખી) હજાર હાથવાળાને માડી શું વિનવતી હશે; બારે દહાડા સહુને રોટલાભેગા કર, એ જને.

મંગલમંદિર, જૂન-૨૦૦૩



## હાસ્ય કટાક્ષિકા જો હું ચૂંટાઈશ તો....

• ચિત્રસેન શાહ - ગાંધીનગર •

‘તેરે દ્વાર ખડા ભગવાન ભગત ભર દે રે જોલી....’ જો હું ભૂલતો ન હોઉં તો આ ગીત જૂના નાસ્તિક પિક્ચરનું છે. પરંતુ અહીં તો ભગવાનદાસ નામના ચૂંટણીના એક ઉમેદવારના પ્રચારમાં તેના સમર્થકો ઘેર ઘેર ફરીને ઉપરોક્ત ગીતની પેરોડી દ્વારા ઉમેદવારની ‘જોલી’ મતથી છલકાવી દેવા મતદારોરૂપી ભક્તોને વિનંતી કરે છે. મતદારો ભગવાનને કહે છે કે હવે તમે અમારા દ્વારે આવી જ ગયા છો તો વચનો તો છેવટે આપતા જાવ!

અને જવાબમાં ઉમેદવાર વચનોનું લિસ્ટ બહાર પાડે છે! લિસ્ટમાં છપ્પન વચનો હતાં! પિક્ચરના નામ જેવું લાગે છે ને?!

‘અબ તક છપ્પન!’

હવે વચનોનું તો એવું છે કે, પ્રેમી તેની પ્રેમિકાને આપે તેવા જ કે તેના કરતાં પણ વધારે અફલાતૂન વચનો ઉમેદવાર તેના મતદારોને આપે છે! (પ્રેમી પોતાની પ્રેમિકાને વચન આપે છે! ‘તું કહીશ તો આસમાનના તારા પણ તોડી લાવીશ.’ જો કે આ વચન પણ હવે બિન અસરકારક અને જરીપુરાણું થઈ ગયું છે કારણ કે ‘પ્રેમિકાઓએ’ પણ આવા વચનોના ‘ઈતિહાસ’ વાંચ્યા કે સાંભળ્યા હોય છે!

ઉમેદવાર - મતદારો વચ્ચે પણ કાંઈક આવું જ હોય છે!

ચૂંટણીમાં ઊભેલા દરેક ઉમેદવારોનું એક વચન તો લગભગ ‘કોમન’ હોય છે અને તે છે - ભ્રષ્ટાચાર દૂર કરીશ! (થઈને આસમાનના તારા તોડી લાવવાની વાત!)

બે - ત્રણ વાર ‘ઈન્ચાર્જ - વડાપ્રધાન’

રહી ગયેલા એક સ્વર્ગીય રાષ્ટ્રીય નેતાએ દાયકાઓ પહેલાં આખા ભારતમાંથી અઢાર મહિનામાં ભ્રષ્ટાચાર દૂર કરવાનું વચન આપ્યું હતું! લોકોએ એ સમયે પણ તેને હસી કાઢ્યું હતું. તો આજના ડાયનોસોર કદના કૌભાંડોથી ભરપૂર મહાલોમાં તો મતદારો જ કદાચ ઉમેદવારને કહેશે - ‘જો તમે આ વચન આપશો તો અમે તમને મત નહીં આપીએ! તેના કરતાં શહેરના રાજમાર્ગો પર રખડતાં ઢોરોનો ત્રાસ દૂર કરવાનું વચન આપો તો પણ ચાલશે.’ **મતદારો વાસ્તવિકતા સમજતાં હોય છે કારણકે એ લોકો જમીન પર રહે છે જ્યારે ઉમેદવારો આસમાનમાં ઊડતાં હોય છે!**

એક પક્ષનો એક ઉમેદવાર તેના દરેક મતદારને વચન આપતો ફરતો હતો કે - ‘હે પ્રિય મતદાર ભાઈ કે બહેન, દરેક ઘરમાંથી એક વ્યક્તિને અમે રોજગાર આપીશું. અરે તમે હજુ તો વોટિંગ મશીનમાં બટન દબાવતાં હશો તેટલીવારમાં તો તમને રોજગારી પૂરી પાડવાના પ્રયાસો શરૂ થઈ ગયા જ સમજો!’

આ વચન બાબત પક્ષના મોવડીમંડળમાં અફડાતફૂડી મચી ગઈ! મોવડી મંડળે ઉમેદવારને બોલાવી ખાનગીમાં ખખડાવી નાખ્યો! અખબારોની ભાષામાં કહીએ તો ઉમેદવારનો ‘ઉધડો’ લીધો! ઈલેક્ટ્રોનિક મિડિયાની હિંદી ચેનલની ભાષામાં કહીએ તો ‘ઉમેદવાર કો આડે હાથ લીયા!’ પક્ષના મોવડીમંડળે ઉમેદવારને કહ્યું, ‘અરે મૂર્ખ, વચનો આપવામાં શબ્દો તો યોગ્ય રીતે મૂકવા જોઈએને! ‘રોજગારી આપીશું’ એમ નહીં પરંતુ ‘રોજગારી આપવાના પ્રયાસો કરીશું’ એમ કહેવું જોઈએ!

મોવડીમંડળે ઉમેદવારને ખખડાવતા તો ખખડાવી નાખ્યો પરંતુ પાછળથી પોતાની ભૂલ સમજાઈ કે જ્યારે કોઈએ મોવડીમંડળના સભ્યોને કહ્યું - ‘અરે આ ઉમેદવાર તો માથા ફરેલ છે! પચ્ચીસ લાખમાં ‘બ્લેક’માં લીધેલ ‘ટિકિટ’ના પૈસા પાછા માગે છે!’ મોવડીમંડળે વાત વણસે તે પહેલાં વાળી લીધી અને અંતે ધી ના ઠામમાં ધી પડી રહ્યું!

વર્ષો પહેલાં બિહારના લાલુપ્રસાદે ત્યાંના લોકોને વચન આપેલું કે - ‘બિહારના રસ્તા હું હેમા માલિનીના ગાલ જેવા બનાવી દઈશ!’ અમે થોડા સમય પહેલાં જ બિહારના બોધગયા, નાલંદા, વીરાયતન વગેરે જગ્યાએ ગયેલા. એવાં જ બિસ્માર રસ્તા. બિહારના એક સિનેમાહોલમાં અમે ‘બાગબાન’ પિક્ચર પણ જોયું!

**બિહારના રસ્તા અને હેમા માલિનીના ગાલ - એ બંનેમાં વર્ષો પછી પણ કોઈ ફરક પડ્યો નથી!**

ચૂંટણીમાં અપાયેલા વચનોની બાબતમાં હવે એક છેલ્લી વાત.

સેકન્ડરી સ્કૂલની એક પરીક્ષામાં ગુજરાતીના પેપરમાં એક પ્રશ્ન - ‘જો હું ચૂંટાઈશ તો....’ એક જ વાક્યમાં ખાલી જગ્યા પૂરવાની હતી, પેપર સેટરના મગજમાં જવાબ હતો - ‘ચૂંટણીમાં આપેલાં સર્વ વચનો પૂર્ણ કરીશ.’

**પરંતુ એક ટીબળી વિદ્યાર્થીએ આજની વાસ્તવિકતા દર્શાવતો જવાબ લખ્યો હતો -**

**‘ફરીથી પાંચ વર્ષે મારું મોઢું બતાવીશ!’**

મંગલ મંદિર, મે-૨૦૦૪

હૃદયમાંથી આવતું સંગીત એ મહામૂલી ચીજ છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક



• શક્તિ દલ •

એક ખેડૂત પાસે એક ગાય હતી અને એક ઘોડો હતો, તે બંને જંગલમાં સાથે જ ચરતાં, ખેડૂતની પડોશમાં એક ધોબી રહેતો હતો. ધોબીની પાસે એક ગધેડું અને એક બકરી હતી. ધોબી પણ તેમને તે જ જંગલમાં ચરવા માટે છૂટાં મૂકી દેતો. રોજ સાથે સાથે જ ચરવાથી ચારે વચ્ચે દોસ્તી બંધાઈ હતી, તેઓ સાથે જ ચરવા જતાં અને સાંજે જંગલમાંથી ચરીને સાથે જ પાછાં ફરતાં.

તે જંગલમાં એક સસલું પણ રહેતું હતું. તેણે ચારે વચ્ચે થયેલી દોસ્તી જોઈ વિચાર્યું, કે, 'આમની સાથે મારી દોસ્તી થઈ જાય તો સારું! આવડાં મોટાં પશુઓ સાથે મારી દોસ્તી થવાથી કોઈ કૂતરું મારું નામ પણ નહિ લઈ શકે! હેરાન કરવાની તો વાત જ દૂર રહી.'

તે ચારની પાસે સસલું વારંવાર આવવા લાગ્યું. તેમની આગળ તે ઉછળતું, કૂદતું અને તેમની સાથે જ ચરતું. ધીમે ધીમે તે ચારે સાથે દોસ્તી થઈ ગઈ હવે સસલું ખૂબ ખુશ થયું. તેણે માન્યું કે હવે કૂતરાનો ભય દૂર થઈ ગયો છે.

એક દિવસ એક કૂતરું તે જંગલમાં આવ્યું અને સસલાની પાછળ પડ્યું, સસલું દોડતું દોડતું ગાય પાસે આવ્યું અને બોલ્યું, 'ગાય માતા આ કૂતરું ઘણું ખરાબ છે. તે મને મારી નાખવા મારી પાછળ પડ્યું છે.

તમે એને તમારાં શિંગડાથી મારો.'

ગાયમાતાએ કહ્યું, 'સસલાભાઈ, તમે ઘણા મોડા આવ્યા. મારો ઘેર પાછા ફરવાનો વખત થયો છે, મારું વાછરું ભૂખ્યું હશે અને વારંવાર મને પોકારી ભાંભરતું હશે ઘેર જવાની મને ઉતાવળ છે. તમે ઘોડા પાસે જાઓ!'

સસલું દોડતું ઘોડા પાસે ગયું અને બોલ્યું, 'ઘોડાભાઈ! હું તમારો દોસ્ત છું, આપણે બંને સાથે જ અહીં ચરીએ છીએ. આજે આ દુષ્ટ કૂતરું મારી પાછળ પડ્યું છે. એનાથી મને બચાવો અને તમારી પીઠ પર બેસાડી મને ક્યાંક દૂર લઈ ચાલો!' ઘોડાએ કહ્યું : 'તમારું કહેવું બરાબર છે, પણ મને બેસતાં આવડતું નથી. હું તો ઊભો ઊભો જ ઊંઘું છું. મારી પીઠ પર તમે બેસશો કેવી રીતે?' હમણાં હમણાં મારી ખરી વધી ગઈ છે, તેથી મારું ઝડપથી દોડવાનું તો બાજુએ રહ્યું, પણ લાત પણ મારી શકતો નથી!

ઘોડા પાસેથી નિરાશ થઈ સસલું ગધેડા આગળ ગયું. તેણે ગધેડાને કહ્યું, ભાઈ લંબકર્ણ! આ અભાગિયા કૂતરાને તમે લાતે લાતે ધોઈ નાખો. તો મારો જીવ ઉગરી જાય!

ગધેડું બોલ્યું, 'હું તો દરરોજ ગાય અને ઘોડાની સાથે જ ઘેર પાછો ફરું છું. તે બંને જઈ રહ્યાં છે. જો હું તેમની સાથે

ન જતાં પાછળ રહી જાઉં, તો મારો ધણી ધોબી ડફણું લઈ દોડતો આવશે અને મારી મારીને અધમૂઓ કરી નાંખશે. હું હવે અહીં રોકાઈ શકું તેમ નથી.'

છેવટે સસલું બકરી પાસે ગયું. બકરીએ તેને જોતાં જ કહ્યું, 'સસલાભાઈ! આ તરફ તમે ફરકશો નહિ. મહેરબાની કરીને મારી પાસે ન આવતા, કોક બીજે રસ્તે ચડી જાવ. તમારી પાછળ કૂતરું પડ્યું છે, તે તમારી પાછળ જ દોડતું આ તરફ આવી રહ્યું છે. હું તેનાથી ઘણી બીઉં છું માટે મારું કહ્યું માની બીજી બાજુ વળી જાઓ. જેથી મારો અને તમારો બંનેનો બચાવ થાય. જો જો ભૂલ ન થાય!'

બધી બાજુથી નિરાશ થઈ સસલું ત્યાંથી નાહું. દોડતાં દોડતાં તે એક ઝાડીમાં જઈને લપાઈ ગયું. કૂતરાએ સૂંઘી સૂંઘીને તેને ખૂબ શોધ્યું, પણ સસલાનો પત્તો લાગ્યો નહિ કૂતરું જ્યારે જતું રહ્યું, ત્યારે સસલું ઝાડીમાંથી બહાર આવ્યું. તે ચારે બાજુ જોઈ નિસાસો નાખતાં બોલ્યું, બીજાઓને ભરોસે રહેવામાં હંમેશાં જોખમ સમાયેલું છે. પોતાની જાતને દરેકે જાતે જ મદદ કરવી જોઈએ. કહ્યું જ છે ને - આપ સમાન બળ નહિ અને મેઘ સમાન જળ નહિ.'

મંગલ મંદિર, એપ્રિલ/મે-૧૯૮૨

- ★ દરેક નાની નાની વસ્તુમાં ખુશી શોધવાની કોશિશ કરો.
- ★ એક જ કામ કરો : ક્યાંય ગાંઠ પડવા ન દો અને કોઈનાય પ્રત્યે ગાંઠ પડી ગઈ હોય તો એને વહેલી તકે ઉકેલી દો.
- ★ સફળતા આપણા હાથમાં નથી પણ મહેનત આપણા હાથમાં છે.
- ★ હંમેશાં શુભ વિચારોનું ચિંતન કરો. ખોટા વિચારો આવે ત્યારે કોઈપણ સારા પુસ્તકનો સ્વાધ્યાય કરો.

સંગીત કોઈને નુકસાન પહોંચાડતું નથી.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

## (૧) – કિડી અને સાપ

• ગુલાબચંદ ધારશી રાંભિયા •

બાળ દોસ્તો, દુનિયાની અજબ જીવ સૃષ્ટિમાં જાતજાતના પશુ પંખી, જીવ જંતુનો સમાવેશ થાય છે. આમાં ઘણા જીવ કિડી જેટલા નાના, તો કેટલાક મહાકાય હોય છે. સૌ જીવોને પોતાની અલગ અલગ દુનિયા હોય છે.

જીવ સૃષ્ટિમાં કિડી જેવો નાનકડો જીવ પણ ઘણો અગત્યનો અને મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. કિડીઓનું પોતાનું આગવું જીવન હોય છે - આગવું વર્તન હોય છે. કિડી ખૂબ મહેનતુ હોય છે. નાનકડી કિડી ઘણી વખત પોતાનાથી પણ વજન વધારે હોય તેવા કણ ખેંચી જતી હોય છે. કિડી ખૂબ સંપીલી અને ઉદમી હોય છે. ઘણી બધી કિડીઓ ભેગી મળી મોટું વજન ખેંચી જતી હોય છે.

ઉનાળામાં કિડી ગોળ, ખાંડ, ચોખા, વિવિધ અનાજના દાણા બધું ખેંચી જાય છે.

મરેલા જીવડા પણ લઈ જાય છે. ચોમાસા માટેનો ખોરાક શિયાળા ઉનાળા દરમિયાન જ ભેગો કરી લે છે.

ખોરાક લેવા જાય ત્યારે બધી કિડીઓ એક જ લાઈનમાં જતી હોય છે. એક જંગલમાં આવી રીતે જ ઘણી બધી કિડીઓ અનાજ ભેગું કરવા લાઈનમાં જતી હતી. પણ તેમના રસ્તા પાસેથી એક સાપનો રસ્તો પણ જતો હતો. આ સાપ વારંવાર કિડીઓને કચડી લાઈન તોડી આમતેમ જતો હતો. થોડો વખત તો કિડીઓએ સહન કર્યું પણ જ્યારે સહનશીલતાની હદ આવી ગઈ ત્યારે એક યુવાન કિડીએ સાપની ફેણ પર જોરથી ચટકો ભર્યો. સાપે પણ ગુસ્સામાં આવી ખૂબ જોરથી ફેણ પછાડી. ચટકનાર કિડી તો ત્યાં જ ચોંટી ગઈ. સાપને લોહી નીકળ્યું. આ લોહીમાં બાકીની કિડીઓ પણ ચોંટી ગઈ અને ચટકા

ભરવા લાગી. વેદનાને લીધે સાપ પણ જોરજોરથી ફેણ પછાડવા લાગ્યો. આથી લોહી પણ ખૂબ જ નીકળવા લાગ્યું. સાપને એટલી બધી વેદના થઈ કે ફેણ પછાડી પછાડી તે મૃત્યુ પામ્યો.

કિડીઓ તો રાજી રાજી થઈ ગઈ. કિડીઓને તો વર્ષભર ચાલે એટલું ભોજન મળી ગયું. બધી જ કિડીઓ ભેગી થઈને સાપને ખેંચી ગઈ.

બાળ દોસ્તો, નાનકડા જીવને પણ ક્યારેય નબળા માનવા જોઈએ નહીં. ક્યારેક તેઓ ભેગા મળી તેમની શક્તિનો પરચો બતાવી આપે છે. આને અનુલક્ષીને એક કહેવત છે કે :

ઝાઝા નબળા લોકથી,

કદીએ ન કરીએ વેર.

મંગલમંદિર, એપ્રિલ-૨૦૦૨

## (૨) – સગવડિયો ધર્મ

બાળદોસ્તો, ઘણા બધા લોકો પોતાનું કાર્ય કરવામાં એમની સગવડ સાચવતા હોય છે. સગવડ મળી રહે તે માટે નીતિનિયમો પણ છોડી દેતા હોય છે અને જ્યારે તેમની સગવડ મુજબ ન થાય ત્યારે બૂમાબૂમ કરતા હોય છે અને ગુસ્સે થતા હોય છે.

જૂના જમાનાની આ વાત છે. એક બ્રાહ્મણ મહાત્મા હતા. તેમની પાસે ઘણું બધું જ્ઞાન હતું અને ઘણી બધી જાણકારી હતી. આથી તેમના ભક્તો પણ ખૂબ હતા. ભક્તો તેમને માનપાન આપતા અને તેમના ભોજન માટેનો પણ પ્રબંધ કરતા હતા. બ્રાહ્મણ મહાત્માને રોજ જુદા જુદા ભક્તો તરફથી જમવાનું આમંત્રણ મળતું.

આવી જ રીતે એક દિવસ એક ભક્તે બ્રાહ્મણ મહાત્માને જમવાનું આમંત્રણ આપ્યું. તેમના માટે જાતજાતના પકવાન બનાવ્યા અને

તમતમતા ફરસાણ પણ બનાવ્યા.

જમવાનો સમય થયો એટલે મહાત્માજી પધાર્યા. યજમાને તેમને કહ્યું, ‘મહાત્માજી, આપ સ્નાનવિધિ પતાવી લો પછી જમવાનું પીરસીએ.’ પણ એ દિવસે પુષ્કળ ઠંડી હતી. આથી મહાત્માજીને નહાવા માટે આગસ થતી હતી. યજમાને બે-ત્રણ વાર સ્નાન માટે આગ્રહ કર્યો પણ મહાત્માજીએ સ્નાન કર્યું નહીં અને કહેવા લાગ્યા, ‘અમારે સ્નાન કરવાની કોઈ જરૂર જ નથી. અમારું જ્ઞાન એજ અમારી ગંગા અને એ જ્ઞાન ગંગામાં ડૂબકીઓ મારી અમે કાયમ નહાતા જ હોઈએ છીએ.’

યજમાનને મહાત્માજીની વાત ગમી નહીં પણ કચવાતે મને તેમણે ચલાવી લીધું. અને ખૂબ જ આગ્રહપૂર્વક મહાત્માજીને જમાડ્યા. પકવાન અને ફરસાણ ખૂબ ખૂબ આગ્રહ કરી ખવડાવ્યા. મહાત્માજીને તો આ ભોજન

કરવામાં ખૂબ મજા પડી ગઈ. તેમણે તો ચારેકોર ઠાંસી ઠાંસીને ભોજન કર્યું.

ભોજન વિધિ પતાવ્યા પછી યજમાને તેમને આરામ કરવા માટે સુખાસન પણ આપ્યું. સરસ મજાના ગાદલા પર મહાત્માજી તો સૂઈ ગયા. ભારે ખોરાકથી ઊંધ પણ તરત જ આવી ગઈ.

આ વખત યજમાને મહાત્માજી પાસે જે પાણી ભરેલ લોટો હતો તે લઈ લીધો. અને ઓરડાને બહારથી બંધ કરી દીધો. તે ઉપરાંત ઘરના સર્વેને કહ્યું, ‘મહારાજ ગમે તેટલી બૂમો પાડે, મને બોલાવે, પાણી પાણી કરે પણ તમારે દરવાજો ખોલવો નહીં. કારણ કે ઊંધ પૂરી થયા બાદ મહાત્માજી એક અનુષ્ઠાન કરવાના છે. માટે બારણું ખોલવું નહીં.’

એકાદ કલાક મજાથી ઊંધ્યા બાદ મહાત્માજી જાગ્યા અને પોતાનો લોટો લેવા

સંગીત ધંધો નથી, એ આધ્યાત્મિકતા છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

માટે હાથ લંબાવ્યો પણ લોટો એની જગ્યાએ જણાયો નહીં. એક તો ભારે ખોરાક અને તમતમતા ફરસાણ ખાધા હતા તેથી મહાત્માજીને ખૂબ તરસ લાગી હતી. પાણી વગર તેમનું મોં સૂકાતું હતું. આથી મહાત્માજીએ તો યજમાનના નામની બૂમો પાડવા માંડી. પણ અગાઉથી નક્કી કર્યા પ્રમાણે કોઈએ કાંઈ જવાબ જ આપ્યો નહીં અને પાણી પણ આપ્યું નહીં. પાણી વગર મહાત્માજી તો ખૂબ અકળાઈ ગયા હતા.

અંતે અમુક સમય પસાર થયા પછી યજમાન હાજર થયા અને કહ્યું, 'કેમ મહાત્માજી, કેમ આટલા બધા ગુસ્સે થઈ ગયા

છો અને બૂમબરાડા પાડો છો?' 'યજમાનજી, તમે ક્યાં ચાલ્યા ગયા હતા? અહીં તો કોઈ સાંભળતું જ નથી. મને ખૂબ તરસ લાગી છે અને મારો લોટો પણ કોઈ લઈ ગયું છે. મને પાણી આપો.' યજમાને કહ્યું, 'મહાત્માજી, પાણી માટે કે લોટા માટે તમારે આટલા બધા આકુળવ્યાકુળ થવાની જરૂર જ નહોતી. તમારી પાસે તો જ્ઞાનરૂપી ગંગા હાજરાહજૂર છે તો તેમાંથી જ પાણી પી લેવું જોઈએને!' મહાત્માજીએ કહ્યું, 'જ્ઞાનગંગાના પાણીથી તો કંઈ તરસ છીપાતી હશે?'

યજમાને કહ્યું, 'જ્ઞાન ગંગાથી નહાઈ શકાતું હોય તો પછી લોટા બે લોટા પાણી

તો આરામથી પી શકાય.'

આવો વ્યંગ સાંભળી મહાત્માજીને સાચું જ્ઞાન થયું, તેમની આંખો ઊઘડી ગઈ અને યજમાનની માફી માંગી અને સાચું જ્ઞાન કરાવવા બદલ ઉપકાર પણ માન્યો.

બાળ મિત્રો, આપણે સૌએ પણ નિયમોમાં કે આચારોમાં કોઈ બાંધછોડ કરવી ના જોઈએ કે સગવડિયો હોય તેવો ધર્મ આચરવો ના જોઈએ. નહીં તો સામાન્ય માણસ પણ આપણને બોધ વચનો કહી જાય અને આપણે તે ચૂપચાપ સાંભળવા પડે.

મંગલમંદિર, નવેમ્બર-૨૦૦૨

### (૩) - સંતોષે સુખી

બાળ દોસ્તો, જીવનમાં સંતોષ ખૂબ અગત્ય અને મહત્વની ચીજ છે. સંતોષી નર સદા સુખી.

વાત તો એક ભિક્ષુકના જીવનની છે પણ એક ભિક્ષુક પણ પોતાના વિચારથી-વલણથી, વૃત્તિથી ઘણું બધું શીખવી જાય છે.

એક વખત એક ભીખારી જે એક હાથે અને એક પગે અપંગ હતો તે પોતાની જરૂરિયાત માટે ટ્રેનમાં ભજન ગાઈ અને મુસાફરો જે કાંઈ આપે તેનાથી સંતોષ પામી પોતાનું ગુજરાન કરતો હતો.

એક સવારે આ ભિખારી રાબેતા મુજબ જ ભજન ગાતો ગાતો ડબ્બામાં ફરી રહ્યો હતો અને તે કેટલાક યુવાનોને કે જેઓ ધાંધલ ધમાલ કરી રહ્યા હતા ત્યાં આવી પહોંચ્યો અને હાથ લાંબો કરી કાંઈક આપવા કહ્યું. પણ આ તો બધા યુવાનીના નશામાં પાગલ યુવાનો હતા. તેઓ તો હાહા... હીહી... કરી પોતાનામાં જ મશગૂલ હતા. તેમને ભજનમાં જરાય રસ નહોતો. તેમનામાંથી એક યુવાને કહ્યું, 'છોડ આ ભજનીયા, ગાવું હોય

તો કોઈક ફિલ્મી ગીત ગા.' યુવાનની માંગણી ભિખારીને જરાય ગમી નહીં પણ 'પેટ કરાવે વેઠ' એ નાતે અંતે તે ફિલ્મી ગીત ગાવા મજબૂર બન્યો.

અવાજ તો ભિખારીનો સુંદર જ હતો અને ગીત પણ સારું પસંદ કર્યું હતું. આથી બધા યુવાનો ખુશ થઈ ગયા - ફરી પાછા બીજા યુવાને બીજું ગીત ગાવા કહ્યું. ભિખારીએ પણ બીજું ગીત ગાયું. આમ ચાર પાંચ ગીતો ગાયા પછી ભિખારીએ ફરી યાચના કરતો હાથ લાંબો કર્યો.

યુવાનો તો બધા પૈસાદાર હતા. બધા યુવાનોએ પોતપોતના ખિસ્સામાંથી પરચૂરણ કાઢી એક યુવાનના ખોબામાં ભેગું કર્યું. પછી પેલા યુવાને ભિખારીને કહ્યું, 'ચલ ઉઠાવી લે જોઈએ એટલા. આજે તો તું પણ યાદ કરીશ.' આજુબાજુના બધા મુસાફરો પણ સમજ્યા કે ભિખારીનો દિવસ સુધરી ગયો. ખોબામાં લગભગ પંદરેક રૂપિયા જેટલું પરચૂરણ હતું પરંતુ પેલા ભિખારીએ તો તેમાંથી માત્ર એક ચાર આનાનો સિક્કો જ ઉપાડ્યો અને આગળ

વધવા લાગ્યો. પેલા યુવાનો તો ભિખારીના આ વર્તનથી સ્તબ્ધ જ થઈ ગયા અને ભિખારીને કહ્યું, 'જ્યારે આ ખોબો ભરીને પરચૂરણ તને આપવા તૈયાર થયો છું ત્યારે તેં માત્ર એક જ સિક્કો કેમ લીધો?'

ભિખારીએ હસતાં હસતાં જવાબ આપ્યો કે, 'ભાઈઓ, હું તો ભિખારી છું, લુંટારો નહીં.'

આજકાલ જ્યારે ચારે તરફ જે મળે તે હડપ કરી જવાની, હરામનું લઈ લેવાની મનોવૃત્તિ ધરાવતા લોકોને આવા સંતોષી ભિખારીનો જવાબ ખરે જ જોરદાર ઝાટકો આપનારો બની રહે. ભિખારીના જવાબથી આજુબાજુના મુસાફરો પણ દંગ રહી ગયા.

બાળ દોસ્તો, હંમેશાં પોતાની મહેનત મુજબ જ અપેક્ષા રાખવામાં આવે અને હડપ કરવાની વૃત્તિ છોડી દેવામાં આવે તેવા સંતોષી લોકો જ સુખી થઈ શકે છે અથવા સુખી હોય છે.

મંગલમંદિર, ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૩

- ★ એક કઠોર શબ્દ, એક ધારદાર વાગ્બાણ કોઈના દિલને લાંબા સમય સુધી કોતર્યા કરશે અને મૂકી જશે એક કાયમી જખ્મ.
- ★ સ્વીકારો કે બીજાએ તમારાથી જુદા છે, જુદી રીતે વિચારે છે, જુદી રીતે વર્તે છે, કાંઈક જુદું અનુભવે છે અને બોલે છે.
- ★ શબ્દો શાંતિ પમાડે તેવા હોવા જોઈએ. જે લોકોને એકમેક સાથે જોડી આપે અને સુખચેનનો અહેસાસ કરાવે.

પ્રકૃતિ એ પરમાત્માનો આવિષ્કાર છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

## (૪) - મચ્છરની કમાલ

બાળ દોસ્તો, આ પૃથ્વી ઉપર જાતજાતના પ્રાણીઓ અને પક્ષીઓ રહે છે અને દરેકને પોતપોતાની ખૂબી અને ખામીઓ હોય છે. પૃથ્વી ઉપર હાથી જેવા વિશાળકાય પ્રાણીઓ પણ છે અને મચ્છર જેવા સાવ મગતરાં પણ છે.

એક જંગલ હતું. તેમાં જાતજાતના પ્રાણીઓ અને પક્ષીઓ રહેતા હતા. આ જંગલમાં એક હાથી રહેતો હતો. આ હાથીને પોતાની શક્તિનું ખૂબ અભિમાન હતું. શક્તિના કારણે તે ખૂબ ઘમંડી બની ગયો હતો અને બધા જ પ્રાણીઓને તે હેરાન પરેશાન કરતો. કારણ વગર પણ તે બધાને સતાવ્યા કરતો અને જે મળે તેની સમક્ષ પોતાની તાકાતના બણગા ફૂંકતો. જંગલના પ્રાણીઓ પણ હાથીની આ કનડગતથી તંગ આવી ગયા હતા પણ કોઈ તેની સામે કશું બોલતા નહીં.

એક દિવસ એક નાનકડો સસલો ખેતરમાંથી જઈ રહ્યો હતો ત્યાં જ તેની નજરે આ ઘમંડી હાથીભાઈ પડ્યા. સસલો તો હાથીભાઈને જોઈ ડરી ગયો પણ હિંમત રાખી આગળ વધવા લાગ્યો. ત્યાં તો હાથીની નજર તેના ઉપર પડી. નજર પડતાં જ હાથી બરાડી ઊઠ્યો, 'એઈ સસલા, સવાર સવારના ક્યાં ચાલ્યો?'

સસલો બોલ્યો, 'અરે હાથીભાઈ તમે છો.... આજ તો સવારના જ તમારા દર્શન થઈ ગયા, મારો તો દિવસ સુધરી ગયો. હું તો મારા ખેતરમાં જતો હતો.'

હાથી બોલ્યો, 'ઊભો રહે... તારા માટે ખેતર અગત્યનું કે હું?' સસલો પણ શાણો હતો. તેણે તો તરત જ હાથીની ખુશામત કરવાનું શરૂ કરી દીધું. 'હાથીભાઈ, મારા માટે તો તમે જ ભગવાન. મારું એવું કિસ્મત ક્યાંથી કે તમારા જેવા જંગલના રાજાધિરાજ મારી સાથે વાત કરે?'

હાથી તો પોતાના વખાણ સાંભળી ખૂબ ખુશ થઈ ગયો અને સસલાની સમજદારીના

વખાણ કરવા લાગ્યો.

હાથીએ સસલાને પૂછ્યું, 'બોલ આ જંગલમાં મારા જેવો શક્તિશાળી કોઈ છે?' ભલભલાને હું ચપટીમાં જ ચોળી નાખું. વાઘ-સિંહ ચિત્તો-શિયાળ બધા જ મારાથી ડરીને ચાલે અને મારી દોસ્તી માટે મરવા પડે. પણ હું કોણ? મહાબળવાન હાથીભાઈ. ગમે તેવા મગતરાં સાથે તો હું વાત જ ન કરું.'

સસલાએ પણ ખુશામત કરતાં કહ્યું, 'તમારે શા માટે કોઈની સાથે વાત કરવી જોઈએ? તમારી તોલે કોઈ ન આવી શકે.'

હવે આજ રીતે હાથી બધાને દબડાવ્યા કરતો. ત્યાં એક ઝાડના પાન ઉપર એક નાનકડો મચ્છર બેઠો હતો. તે ક્યારનો આ બડાઈખોર હાથીની વાતો સાંભળી રહ્યો હતો અને મનમાં ને મનમાં મલકી રહ્યો હતો. તેણે વિચાર્યું કે આ હાથીને હજી મારી સાથે પનારો પડ્યો નથી. આમ તો હાથી સામે મારી કોઈ વિસાત નથી, પણ આ અભિમાનમાં અક્કડ બનેલાને મારે કાંઈક તો શીખવાડવું જ પડશે જેથી તેની શાન ઠેકાણે આવે.

મચ્છરે હવે હાથીની બડાશથી તંગ આવી હાથીને જ પાઠ ભણાવવાનું બીડું ઝડપ્યું અને વિચાર્યું કે એવો પાઠ ભણાવું કે જંગલના બધા જીવોને શાંતિ થઈ જાય.

મચ્છરે સંકલ્પ કર્યો અને પહોંચ્યો હાથીના કાન પાસે... ગણગણાટ કરતા કરતા કહેવા લાગ્યો 'અરે ઓ મોટા ડુંગરા, ભગવાને તને આટલી મોટી કાયા આપી તો તું શા માટે ખોટુંખોટું અભિમાન કર્યા કરે છે? તને જરા પણ શરમ નથી આવતી?'

હાથીએ પોતાની ચૂંચરી આંખોથી આજુબાજુ જોયું, અને પૂછ્યું, 'અલ્યા મગતરા તું વળી મારી ટક્કર લે છે? સામે આવ તારા બાર વગાડી દઉં?'

મચ્છર તો કાન પાસેથી ઉડ્યો અને પહોંચ્યો હાથીની પીઠ ઉપર અને માર્યો એક ચટકો... હાથીએ તો પૂંછડી ઊંચી કરી જોરથી

પછાડી પણ મચ્છર તો ત્યાંથી ઊડી આંખ ઉપર જઈ બેઠો અને ભર્યો એક જોરદાર ચટકો. હાથી ફરી ધૂધવાઈ ગયો અને સૂંઢ ઊંચી કરી પછાડી. પણ મચ્છર તો ત્યાંથી પણ ઊડી ગયો. મચ્છર તો બચી ગયો પણ હાથીને પોતાની જ સૂંઢ એટલી જોરથી વાગી કે તેને તમ્મર આવી ગયા. પછી તો મચ્છરે પણ હાથીના શરીરે આમ તેમ બધી જગ્યાએ ઊડી ઊડી ચટકા માર્યા અને હાથીને ગાંડો કરી મૂક્યો. હાથીએ ઘણા પ્રયાસ કર્યા પણ મચ્છરને કાંઈ કરી શક્યો નહીં. મચ્છર ફરી કાન પાસે પહોંચ્યો અને કહેવા લાગ્યો, 'કેમ રે ઘમંડી હાથી, ક્યાં ગઈ તારી તાકાત? તારામાં તાકાત હોય તો મને મારી બતાવ.' મચ્છર તો આમ તેમ ઊડી હાથીને ચટકા ભરવા લાગ્યો. હાથી તો આ ત્રાસથી જાતજાતની મુદ્રામાં નાસવા લાગ્યો. સસલો આ જોઈ ખૂબ આનંદમાં આવી ગયો અને તાળીઓ પાડવા લાગ્યો. વધારામાં તે આજુબાજુથી પણ ઘણાં પ્રાણીઓને હાથી-મચ્છરનો ખેલ જોવા બોલાવી લાવ્યો.

અંતે હાથીભાઈ થાકીને લોથપોથ થઈ ગયા અને મચ્છરને વિનવવા લાગ્યા. 'મચ્છરભાઈ હવે મહેરબાની કરી તમે મને સતાવવાનું બંધ કરો. હવે હું જરા પણ બડાઈ નહીં કરું. કોઈને પણ હેરાન નહીં કરું.'

હાથીની કાકલૂદીથી અંતે મચ્છરે હાથીને જવા દીધો.

બાળ દોસ્તો, જોયું નાનકડો મચ્છર પણ મોટા હાથીને ભારે પડી શકે છે, અશક્ય વાતને શક્ય બનાવી શકે છે. માટે ક્યારેય અભિમાન કરવું નહીં. શેરને માથે હંમેશાં સવાશેર હોય જ છે. જે નમ્રતાથી રહે છે તે જ શાંતિથી રહી શકે છે.

અભિમાનમાં અક્કડ બની ચાલે જે વાંકો નાનકડો પણ મચ્છર ઉતારે તેનો ફાંકો હાથી કરે ધમાલ, મચ્છર દેખાડે કમાલ જોઈ મચ્છરનું કામ, હાથી પણ કરે સલામ.

મંગલમંદિર, ઓક્ટોબર-૨૦૦૩

માણસની ઈચ્છા ઈશ્વર તરફ વળે એનું નામ પ્રાર્થના.

“સંભારણાં” વિશેષાંક



## (૫) – સબળા સામે શાણો શૂરો

બાળ દોસ્તો, જીવન વ્યવહારમાં રોજબરોજ કાંઈ કેટલાય સાથે સંપર્કમાં આવવું પડતું હોય છે. કંઈ કેટલાયનું કામ પડતું હોય છે. ઘણીવાર સામે પક્ષે સબળો હોય તો ઘણીવાર સામે પક્ષે નબળો. આથી આપણો વ્યવહાર એવી રીતે ગોઠવવો જોઈએ કે ક્યાંય આપણે ફસાઈ ગયા હોઈએ તો સરળતાથી તેમાંથી માર્ગ કાઢી શકીએ.

એક નગરમાં એક મોટું ઝાડ હતું. આ ઝાડ ઉપર અન્ય પક્ષીઓ સાથે કાગડાઓ પણ રહેતા હતા અને આનંદ પ્રમોદમાં સમય વિતાવતા. કાગડા કાગડીઓ પોતપોતાના માળામાં શાંતિથી રહે અને જીવન પસાર કરે. અન્ય પક્ષીઓની જેમ કાગડીઓ પણ ઈંડા મૂકતી અને બચ્ચા આવે તેની પ્રતિક્ષા કરતી. પણ આવો ખુશીનો અવસર તેમના જીવનમાં આવતો નહોતો. અને આનું કારણ એ હતું કે એ ઝાડની બખોલમાં એક મોટો સાપ રહેતો હતો અને જ્યારે જ્યારે કાગડીઓ ઈંડા મૂકતી ત્યારે ત્યારે સાપ ઝાડ ઉપર ચડી ઈંડા ખાઈ જતો હતો. કાગડા કાગડીઓ મોં વકાસી એકબીજા સામે જોઈ રહતો પણ કાંઈ કરી શકતા નહીં કારણકે સાપની સામે કાગડાઓનું કાંઈ ઉપજી શકે એમ નહોતું.

કાગડાઓ સાપથી તંગ આવી ગયા હતા. ત્યાં એક દિવસ તેમના જોવામાં એક શિયાળ આવ્યું. શિયાળ પ્રાણી જગતમાં મહા ચતુર ગણાય છે. શિયાળ ખૂબ શાણું પ્રાણી છે. પોતાની બુદ્ધિ ચતુરાઈથી સરળતાથી પોતાનું કામ કાઢી લે અને મુશ્કેલીમાં કોઈને

સલાહ સૂચન પણ આપે.

કાગડાઓએ પોતાની સમસ્યા શિયાળને કહી અને વિનંતી કરી, કોઈ યોગ્ય અસરકારક ઉપાય સૂચવવા કહ્યું. શિયાળે કાગડાઓની વાત ધ્યાનપૂર્વક સાંભળી અને પછી કહ્યું, ‘આ વિષયમાં તમારે ડરવું નહીં. હું તમને એવો માર્ગ દેખાડીશ કે તમારે કોઈ મોટું સાહસ કરવું નહીં પડે અને તમારો દુશ્મન નાશ પામશે.’

શિયાળે કાગડાઓને કહ્યું, ‘અહીં બાજુમાં જ એક મોટું સરોવર છે. ત્યાં રાજકુંવરી તેની સખીઓ સાથે સ્નાન કરવા આવે છે. સ્નાન કરતા પહેલાં રાજકુંવરી પોતાના અલંકાર કાઢીને કિનારે મૂકે છે. આવે વખતે તમે ત્યાં જઈ રાજકુંવરીના એક બે દાગીના ઉપાડી લેજો અને એ પણ રાજકુંવરી જુએ એ રીતે. અને તમારે તે દાગીના રાજકુંવરીની સખી કે ચોકિયાત જુએ એ રીતે તમારે સાપવાળી બખોલમાં નાંખવા.’

કાગડાઓને આ સરળ ઉપાય બહુ પસંદ પડ્યો. આમાં તો લાઠી પણ ભાંગે નહીં ને સાપ મરી જાય. બીજે દિવસે જ કાગડાઓએ શિયાળે બતાવેલ યોજના અમલમાં મૂકી. રાજકુંવરી જ્યારે દાગીના ઉતારી સરોવરમાં નહાવા પડી ત્યારે જ કા...કા...કા...કા... કરતા ત્યાં જઈ પહોંચ્યા અને હાર તેમજ બીજા બે-ત્રણ દાગીના ચાંચમાં પકડી ઊડવા માંડ્યા. રાજકુંવરીએ આ જોયું અને માંડી ચીસાચીસ કરવા. આ સાંભળી તેની સખીઓ અને ચોકીદાર કાગડાઓને પકડવા પાછળ પડ્યા.

કાગડાઓ ઊડતા ઊડતા ઝાડ પાસે આવી પહોંચ્યા અને ચોકીદાર જુએ એ રીતે દાગીના સાપની બખોલમાં નાખ્યા અને ઝાડ ઉપર જઈને બેસી ગયા.

ચોકીદારે તો તરત લાકડી સાપની બખોલમાં નાખી દાગીના કાઢવા પ્રયાસ કર્યા. પણ ત્યાં જ ફુંકાડા મારતો સાપ આવી પહોંચ્યો અને માંડ્યો ફુંકાડા મારવા. ચોકીદારે પણ તરત જ લાકડીના પ્રહાર કરી સાપને મારી નાખ્યો અને બખોલમાંથી દાગીના કાઢી લીધા.

કાગડાઓ કા...કા...કા... કરી પોતાનો દુશ્મન મરાયો તેની ખુશી વ્યક્ત કરવા લાગ્યા. કાગડાઓ તરત શિયાળ પાસે પહોંચ્યા અને આવી યુક્તિ બતાવવા બદલ ખૂબ ખૂબ આભાર માનવા લાગ્યા. શિયાળે તેમને કહ્યું, ‘જ્યારે પણ દુશ્મન આપણાથી વધુ બળવાન હોય ત્યારે ગભરાવું નહીં. પણ યુક્તિ પ્રયુક્તિથી જ કામ કરવું. જેથી દુશ્મનનો નાશ કરી શકાય.’

શત્રુ હોય જો મોટો, સામે ન મૂકો દોટો બને જે તે સમયે શાણો, દુશ્મન તેનો મરાણો.

બાળ દોસ્તો, દુશ્મન મોટો હોય - બળવાન હોય ત્યારે સલાહ સૂચન લઈ યુક્તિ પ્રયુક્તિથી જ તેનાથી બચવા પ્રયત્ન કરવા જોઈએ. એવો માર્ગ શોધવો જોઈએ જેથી ખોટી ભૂમાભૂમ કરવી ન પડે. દુશ્મન સરળતાથી નાશ પામે અને આપણો માર્ગ સાફ થઈ જાય.

મંગલમંદિર, નવેમ્બર-૨૦૦૩

## (૬) ભલાઈ – એક મહાન સદ્ગુણ

બાળ દોસ્તો, દરેક મહાન માણસોમાં કોઈને કોઈ સદ્ગુણ હોય છે અને આવા સદ્ગુણ જેનામાં પણ હોય તે અવશ્ય મહાન બને છે. વ્યક્તિમાં જો ભલાઈનો ગુણ હોય

તો તે બધા ગુણોથી ચડિયાતો ગણાય છે.

એક શહેર હતું. તેમાં એક ધનાઢ્ય માણસ રહેતો હતો. તેણે પોતાના પૈસાથી એક મોટું મંદિર બનાવ્યું અને પૂજા-અર્ચના વગેરે

માટે એક પૂજારી પણ રાખ્યો. મંદિરના કાયમી નિભાવમાં કોઈ તકલીફ ન પડે એ માટે પોતાની પાસેના વાડી-બગીચા-જમીન મકાન પણ મંદિરના નામે કરી દીધા હતાં.

બાળકને તમે બે જ વસ્તુ આપી શકો, એક તો એનાં મૂળિયાં અને બીજી તેની પાંખ.

આ મંદિરમાં ગમે તે વ્યક્તિ નાતજાત કે ઊંચનીચના ભેદભાવ વગર પ્રવેશ કરી શકતા અને પ્રસાદ પણ મેળવી શકતા. સાધુ સંતો બહારથી આવે તેમને બે ચાર દિવસ રોકાવું હોય તો પણ તેમની તમામ સગવડ સચવાતી. આમ તો બધું બરાબર ચાલતું હતું, પણ આ ધનવાન માણસે એવું નક્કી કર્યું કે આ મંદિરની વ્યવસ્થા અને વહીવટ માટે એક એવો માણસ મેનેજર તરીકે રાખવો કે જેથી ભવિષ્યમાં પણ સંચાલન સરળતાથી ચાલતું રહે.

મેનેજર તરીકે પોતાને રખાવવા માટે ઘણી વ્યક્તિઓ રૂબરૂ પણ મળતી, તો કોઈક કોઈકની ભલામણ પણ લાવતું, પણ ધનવાન માણસે તો સહુને કહી રાખ્યું હતું કે મેનેજર તરીકે યોગ્ય વ્યક્તિને હું જાતે જ શોધીશ. ધનવાન માણસના આવા વલણથી લોકો તેને મૂર્ખ પણ સમજતાં.

ધનવાન માણસ રોજ સવારથી જ પોતાના મકાનની અગાસીમાં બેસતો અને મંદિરના દર્શને આવનાર વ્યક્તિઓનું નિરીક્ષણ કરતો.

એક દિવસ આવી જ રીતે તે નિરીક્ષણ કરતો હતો, ત્યાં તેની નજર એક મેલાઘેલા, ફાટેલા કપડાં પહેરેલા એક સામાન્ય માણસ પર પડી. મંદિરમાંથી દર્શન કરી તે જ્યારે બહાર નીકળતો હતો ત્યારે ધનવાન માણસે તેને પોતાની પાસે બોલાવ્યો અને થોડી વાતચીત કરી, તેને કહ્યું કે “શું આપ આ મંદિરના મેનેજરની કામગીરી સંભાળશો?”

પેલા માણસ તો આ સાંભળી ખૂબ નવાઈ પામ્યો અને કહ્યું, “શેઠ સાહેબ હું તો બહુ સામાન્ય માણસ છું. બહુ ભણેલો ગણેલો પણ નથી કે આવડા મોટા મંદિરનો કારોબાર સંભાળી શકું.” ધનવાન માણસે તેને કહ્યું, “મારે ખૂબ ભણેલો ગણેલો માણસ નથી જોઈતો પણ મારે તો ભલો માણસ જ જોઈએ છે.” પેલા માણસે કહ્યું કે, “આપશ્રીએ મને કઈ રીતે ભલો માણસ માની લીધો?”

ધનવાને કહ્યું, “જ્યારે તમે મંદિરમાં આવતા હતા ત્યાં રસ્તા વચ્ચે એક ઈંટ ખૂંપેલી જોઈ. તમને એનાથી જરાપણ વાગ્યું નહીં, છતાં તમે મંદિરમાં આવી, પાવડો લઈ જઈ ઈંટનો અણીવાળો ભાગ ખોદી કાઢ્યો અને

તેને દૂર ફેંકી આવ્યા અને રસ્તો સરખો કરી નાખ્યો. મેં તો રોજ કેટલાય માણસો એવા જોયા કે જેઓ આ ઈંટ વાગવાથી પડતા આખડતા પણ કોઈએ કદી કાંઈ કર્યું નહીં, જ્યારે તમે આ કામ કર્યું.”

પેલા માણસે કહ્યું કે, “આ કોઈ મોટી વાત નથી. રસ્તામાં પડેલા કાંટા-કાંકરા-પથ્થર કે જેનાથી કોઈને ઈજા થાય તે રસ્તામાંથી હટાવવા જોઈએ અને આ તો દરેકની નૈતિક ફરજ છે.”

ધનવાને કહ્યું, “ફરજ તો બધા માટે હોય છે પણ જેઓ તેનું યોગ્ય પાલન કરે તે જ લોકો ભલા હોય છે.”

આમ આવો સામાન્ય માણસ પણ ભલાઈના ગુણને કારણે મોટા મંદિરનો મેનેજર બની ગયો અને તેણે ખૂબ સુંદર રીતે મંદિરનો વહીવટ કર્યો.

બાળ દોસ્તો, હક્ક અને ફરજ વિષે તમે બધા ભણતા હો છો - હક્ક માટે દાવા પણ કરો છો પણ ફરજનું પાલન કરવામાં આવે તો જ તમે મહાન બની શકો.

મંગલમંદિર, ડિસેમ્બર-૨૦૦૩

## (૭) - ઉંદર અને સિંહ

બાળ દોસ્તો, પૃથ્વી ઉપરના બધા જીવો, પછી તે નાના હોય કે મોટા પણ દરેકનું આગવું કામ હોય છે. અને આવી કામગીરીથી જ જગતના વ્યવહાર ચાલતા હોય છે.

એક મોટું જંગલ હતું. તેમાં જાતજાતના પશુઓ અને પક્ષીઓ રહેતા હતા. આ જંગલમાં જંગલનો રાજા ગણાતો સિંહ પણ રહેતો હતો. તેની શાન અનોખી હતી. સિંહે પોતાના રહેઠાણ તરીકે એક ગુફા પસંદ કરી હતી. શિકાર કર્યા પછી તે તેના કુટુંબ સાથે આ ગુફામાં આવતો અને આરામ કરતો.

એક દિવસ આવી જ રીતે સિંહ શિકાર કર્યા પછી બપોરે પોતાની ગુફામાં નિરાંતે સૂતો હતો. એ સમયે એક નાનકડો ઉંદર ત્યાં આવી ચડ્યો. સિંહ તો એની ઊંઘમાં મસ્ત હતો.

આથી આ ઉંદર ધીમે ધીમે સિંહની નજીક ગયો અને પછી તો હિંમત ખુલી જતા તે સિંહ ઉપર ચડ-ઉતર કરવા લાગ્યો. ઉંદરને તો સિંહની રૂંવાટીવાળી ચામડી પર મજા આવી ગઈ. પછી આવી ચડ-ઉતરથી થોડીવાર પછી સિંહની ઊંઘમાં ખલેલ પડી. એક નાનકડો ઉંદર પોતાના ઉપર આમ ચડીને કૂદાકૂદ કરતો હતો, તેથી સિંહે તો ગુસ્સે થઈને કહ્યું, “અલ્યા હું જંગલનો રાજા સિંહ. મારી આજુબાજુ પણ કોઈ ન ફરકે. જ્યારે તું તો મારી ઉપર ચડ ઉતર કરી રમત કરે છે. મારી ઉંઘ બગાડે છે માટે હવે તારા બાર વાગી ગયા સમજ.”

સિંહનું આવું વિકરાળ રૂપ જોઈ ઉંદરના તો મોતીયા જ મરી ગયા અને થર થર કાંપવા માંડ્યો અને કરગરવા લાગ્યો, “મહારાજ મને

માફ કરો. હું તો સાવ નાનકડો છું. આપ તો જંગલના મહારાજ છો. મારો આટલો ગુનો માફ કરો અને મને જીવતદાન આપો. હું તમારો ઉપકાર જિંદગીભર નહીં ભૂલું. કોક દિવસ હું તમારી જરૂર મદદ કરીશ.”

સિંહ તો ઉંદરની આવી ગુસ્તાખીભરી વાતથી હસી પડ્યો અને કહ્યું, “તારી વિનંતી હું માન્ય રાખું છું, પણ હવે પછી કદી આવું ન કરતો.”

આમ કહી સિંહ તો ઉંદરને પોતાના પંજામાંથી મુક્ત કર્યો. ઉંદર તો દોડીને પોતાના દરમાં જતો રહ્યો.

થોડા સમય પછી આજ જંગલમાં કેટલાક શિકારીઓ આવી ચડ્યા અને તેમણે સિંહને પકડવા માટે જાળ પાથરી અને સિંહને પણ

પ્રાર્થના જેવી કોઈ શક્તિ નથી.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

ખબર ન હોવાથી શિકારીઓએ પાથરેલી જાળમાં ફસાઈ ગયો. જાળમાંથી છૂટવા સિંહે ખૂબ ધમપછાડા કર્યા, પણ જાળમાંથી છૂટી શક્યો નહીં. સિંહે તો જોરજોરથી ગર્જનાઓ કરવા માંડી... સિંહની આવી ગર્જના ઉંદરે સાંભળી અને તરત જ, તે શું થયું તે જોવા માટે ત્યાં આવી પહોંચ્યો. સિંહને જાળમાં ફસાયેલો જોઈ ઉંદરે કહ્યું, “મહારાજ તમે જરા શાંતિ રાખજો. હું થોડા સમયમાં જ તમને આ જાળમાંથી મુક્ત કરીશ.” એમ કહી ઉંદર તો પોતાના તીક્ષ્ણ દાંત વડે જાળ કાતરવા માંડ્યો.

થોડીવાર પછી જોયું તો જાળમાં મોટું બાકોટું થઈ ગયું હતું. આમ જાળ કપાયેલી જોઈ સિંહ તેમાંથી બહાર આવ્યો.

બહાર આવી સિંહે ઉંદરને શાબાશી આપી. સિંહને હવે સમજ પડી કે ઉંદર જેવા નાના જીવ પણ ક્યારેક મોટું કામ કરી બતાવે છે. ઉંદર તો સિંહે પોતાના પર કરેલા ઉપકારનો બદલો વાપ્યો તેથી ખૂબ ખુશ હતો. ઉંદર સલામ કરી ત્યાંથી મલકતો મલકતો પોતાના દરમાં ચાલ્યો ગયો.

બાળ દોસ્તો, આપણી આ વિશાળ સૃષ્ટિમાં આવા તો કેટલાય બનાવો બનતા હોય છે. દરેક જીવમાં કોઈને કોઈ ખાસિયત હોય છે. અને એ રીતે તે ઘણી વખત બીજાને મદદરૂપ પણ બનતો હોય છે. આથી નાનો જાણી કદી કોઈની ઉપેક્ષા કે હાંસી કરવી નહીં.

હોય ભલે જીવ નાનો, માનો નહીં નકામો

સમય આવે ત્યારે, તે કામ કરે મજાનું.

મંગલમંદિર, ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૪

## (૮) – હોંશિયારી અને મૂર્ખામી

બાળ દોસ્તો, અક્કલ હોંશિયારી બધામાં સરખી હોતી નથી, એ તો ઈશ્વરની ભેટ છે. કોઈમાં જરા વધારે હોય, તો કોઈમાં ન પણ હોય. એટલે જ બધા માણસોનું મૂલ્ય પણ તેની અક્કલના હિસાબે અંકાય છે. એટલે જ કોઈને સો મળે તો કોકને પાંચસો અને આવા હોંશિયાર માણસોનું જ મૂલ્ય અંકાય છે.

એક ગામ હતું. તેમાં એક શેઠ રહેતા હતા. શેઠને એક અનાજ કરિયાણાની દુકાન હતી. તેમાં તેમણે એક મુનીમ રાખ્યો હતો અને વર્ષોથી તે કામ કરતો હતો. બધી વાતમાં તે હોંશિયાર, અનુભવી અને વિશ્વાસુ. દુકાન લગભગ તે જ સંભાળતો. આથી શેઠ પણ તેને બરાબર માન આપતા અને ટાણે પ્રસંગે સારી બક્ષિસ પણ આપતા. સામે પક્ષે મુનીમ પણ પૂરો વફાદાર હતો. પૂરી કાળજીથી શેઠનું કામ કરતો.

શેઠની પાસે મુનીમનું આટલું બધું મહત્ત્વ હતું તે શેઠાણીથી સહન થતું નહીં. આથી તે મુનીમને નોકરીમાંથી કઠાવવાની વેતરણમાં જ રહેતા અને તેની જગ્યાએ પોતાના બેકારભાઈને ગોઠવવાનું વિચારતા. આથી મુનીમથી તેઓ ખૂબ દુશ્મની રાખતા. પ્રસંગે પ્રસંગે મુનીમ માટે ઘસાતું પણ બોલતા અને ગમે તેમ હલકો ચીતરતા. પણ શેઠ કાંઈ વિશેષ ધ્યાન આપતા નહીં કારણ કે આવો વિશ્વાસુ, ખંતીલો અને વફાદાર માણસ મળવો મુશ્કેલ હતો.

પણ એક વખત શેઠાણીએ જીદ કરી કે તમે મુનીમને પગાર આપ આપ કરો છો, તો શું તે તમારો સગો છે? સગાનો તો ભાવ પણ પૂછતા નથી. મારો ભાઈ કેટલાય દિવસથી કામધંધા વગરનો છે, તેને નોકરીએ રાખો અને મુનીમને છૂટો કરો. શેઠ તેમના સાળાને બરોબર ઓળખતા હતા અને જાણતા હતા કે મુનીમ જેવું કામ તેનાથી થશે નહીં. પણ શેઠાણીના અતિશય દબાણને લીધે અને ઘરમાં કંકાસ ન થાય માટે સાળાને મુનીમની જગ્યાએ રાખ્યો. દેખાડા પૂરતું મુનીમને રજા આપી પણ પગાર ચાલુ રાખ્યો. આથી મુનીમ દુકાને જતો નહીં પણ બારોબાર બધા કામ કરતો.

આ બાજુ અનુભવ વગરનો નવો મુનીમ - શેઠનો સાળો કોઈ કામ બરોબર કરી શકતો નહોતો અને આમે તે કામચોર હતો.

હવે એક વખત ગામમાં ૫૦૦ ગાડવા ધી વેચાવા આવ્યું. આથી શેઠે તે લેવા નવા મુનીમને મોકલ્યો. પહેલા ફેરે તે ધીનો ભાવ પૂછી આવ્યો. પછી દરેક ગાડામાં કેટલું ધી છે તે પૂછી આવ્યો. ત્રીજે ફેરે ગામમાં ધીના શું ભાવ છે તે પૂછવા ગયો. આમ ત્રણ-ચાર ફેરે થોડો મેળ તો પડ્યો પણ ધી લેવાય કે નહીં તે નક્કી કરી ન શક્યો. પોતાની તો હોંશિયારી હતી જ નહીં. આથી શેઠે કહે તેટલું જ કરતો. આથી શેઠ કંટાળી ગયા.

બીજી બાજુ જૂનો મુનીમ પણ સવારના બજારમાં ગયો હતો. તેણે તુરત જ ૫૦૦

ગાડવા ધીનો સોદો કરી લીધો અને બે રૂપિયા નફો લઈ છૂટક છૂટક ૫૦૦ ગાડવા વેચી દઈ નફાના ૧૦૦૦ રૂપિયા શેઠ આગળ રજૂ કર્યા અને બધી વાત કરી.

જૂના મુનીમની વાતથી શેઠ ખૂબ જ રાજી થયા અને શેઠાણીને કહ્યું કે, “જો તારો ભાઈ ચાર ચાર ધક્કા ખાઈને એમ જ પાછો આવ્યો. જ્યારે જૂના મુનીમે પોતાની હોંશિયારી અને અનુભવથી ધી ખરીદી અને વેચી પણ દીધું અને ૧૦૦૦ રૂપિયા નફો પણ ઉતાર્યો.” શેઠાણી પણ સમજ્યા તો બધું પણ તેમને તેમનો ભાઈ જ હોંશિયાર દેખાતો હતો. એટલે તેમણે શેઠને કહ્યું, “એ તો ધીરે ધીરે શીખી જશે.”

શેઠાણીએ પણ પોતાના ભાઈને છાનામાના ધમકાવ્યો અને હોંશિયારીથી કામ કરવાની સૂચના આપી અને કહ્યું કે “એક સાથે અનેક કામ કરવાની ટેવ રાખવી.”

શેઠને એક છોકરી હતી. ૨૧ વર્ષની થવા આવી હતી. એથી એને લાયક યોગ્ય વર શોધવા શેઠાણીના ભાઈને કામ સોંપવામાં આવ્યું અને એમ કહ્યું કે છોકરો સારા ખાનદાનનો, હોંશિયાર અને ૨૪ વર્ષનો હોવો જોઈએ તો જ નક્કી કરવું. વધુ ઓછી ઉંમરનો ન ચાલે. અને સાથે એમ કહ્યું કે આ વાત માટે તારે જે કાંઈ વધુ પૂછવું હોય તે પૂછી લે, જેથી વારેવારે પૂછવા ન આવવું પડે. આથી શેઠાણીના ભાઈએ તો લાગતો જ

જ્યારે તમે કશું કરતા જ નથી ત્યારે તમે ખોટામાં ખોટી વસ્તુ કરો છો.

ખુલાસો કર્યો કે બધી વાત બરાબર હોય પણ ઉંમર ૨૫ વર્ષ ન હોય તો ૧૨-૧૨ વર્ષના બે શોધું તો ચાલશે ને?

આ સાંભળી શેઠાણીને પણ ખૂબ ગુસ્સો આવ્યો. આથી તેને આ કામ સોંપ્યું નહીં અને કહ્યું કે, જા તું હમણાં દુકાનના જ કામ કરે રાખ.

થોડા સમય પછી શેઠ માંદા પડ્યા. તબિયત વધારે બગડી. આથી શેઠાણીએ પોતાના ભાઈને કહ્યું કે જા, જલ્દી ડોક્ટરને બોલાવી લાવ. આથી ભાઈએ વિચાર્યું કે ડોક્ટરને તો બોલાવી લાવું પણ સાથેસાથે ઘણીવાર મને એક સાથે અનેક કામ કરવાની શિખામણ આપ આપ કરે છે, તો લાવ બીજા કામ પણ કરતો જ જાઉં. આમ વિચારી ડોક્ટરને તેણે ઘેર મોકલ્યા અને પોતે ખાંપણ,

નાળીયેર, કાથી, વાંસા વગેરે મૈયતનો સામાન લેવા ગયો. વળી વિચાર્યું કે સાથે સાથે બધા સગાંઓને પણ કહેતો જ જાઉં કે તેઓ પણ પહોંચે.

થોડીવારે બધા સામાન સાથે શેઠાણીનો ભાઈ ઘેર પહોંચ્યો અને સામાન ખૂણામાં મૂક્યો. એટલે શેઠાણીએ પૂછ્યું, “આ બધું શું છે?” તો તેણે કહ્યું કે, “તું કાયમ કહેતી હતી કે એક સાથે ઘણા કામ કરવા. આથી ડોક્ટરને કહ્યા પછી મૈયતનો સામાન પણ લેતો આવ્યો અને બધા સગાંઓને પણ કહેતો આવ્યો. તેથી ચાર પાંચ ધક્કા ખાવા ન પડે.” આટલી વાત કરતો હતો ત્યાં તો ચાર-પાંચ સગાંઓ આવી પહોંચ્યા અને પોક મૂકી.

શેઠાણીને હવે પોતાના ભાઈ પર ખૂબ ગુસ્સો આવ્યો અને કહ્યું કે તું તારા બનેલીના

મોતનો વિચાર કરે છે? તું હમણાં જ અહીંથી ચાલ્યો જા.

શેઠે જૂના મુનીમને પાછો બોલાવ્યો અને કામ ઉપર રાખ્યો.

ખરે જ, માણસે માણસે મતિ જુદી જુદી હોય છે. બધામાં કાંઈ સરખી બુદ્ધિ ન હોય. કોક ગમે તેટલા પૈસા ખરચવા છતાં ન મળે અને થોડા રૂપિયામાં પણ ઢગલા માણસો કામ માટે મળે.

કહ્યું છે કે, :

માણસે માણસે હોય ફેર

એક નાણા ખર્ચે ના મળે

જ્યારે બીજા દોકડાના તેર.

મંગલમંદિર, સપ્ટેમ્બર-૨૦૦૪

## (૯) – બુદ્ધિથી બર્યો

બાળ દોસ્તો, માણસ જાત પાસે બુદ્ધિ એક એવી વસ્તુ છે કે જેનાથી ગમે તેવા સંકટોમાંથી તે ઊગરી જાય છે. બુદ્ધિ વડે તે ગમે તેવા કોયડા ઉકેલી શકે છે.

જૂના જમાનાની વાત છે. એક નગર હતું. તેમાં એક રાજા રાજ્ય કરતો હતો. રાજાનું નામ હતું બુદ્ધિસેન. તેના દરબારમાં અન્ય દરબારીઓ સાથે એક વિદૂષક પણ હતો. નામ તેનું બુદ્ધિધન. બુદ્ધિ જ તેનું ધન હતી. વિદૂષક હોવાને નાતે રમૂજનો તે રાજા હતો, ચતુર હતો અને હિંમતવાળો પણ ખરો. પોતાની આગવી અદાઓ અને કટાક્ષથી તે દરબારમાં જે કોઈ પણ મનમાની કરે કે વિચિત્ર વર્તન કરે તેના માટે કટાક્ષયુક્ત મજાકો કરતો અને રાજા તેમજ અન્ય દરબારીઓને હસાવતો.

દરબારના કેટલાક રાજપુરુષો વિદૂષકના આવા વર્તન અને વલણથી નારાજ હતા. વિદૂષકની મર્મભેદી વાણીથી તેઓ ખૂબ અકળાતા પણ કાંઈ કરી શકતા નહીં. પણ હંમેશાં ઈચ્છતા કે રાજા નાખુશ થાય અને વિદૂષકને સજા કરે. આમ તો વિદૂષક રાજાનો

કૃપાપાત્ર હતો તેથી તેની વિરુદ્ધ કોઈ કાનભંભેરણી કરી શકે તેમ નહોતું.

પણ એક દિવસ ન બનવાનું બન્યું. વિદૂષક એક દિવસ વિવેક ચૂકી ગયો અને તેણે રાજાની પણ હાંસી ઊડાવી. રાજાને વિદૂષકના આવા વર્તનથી ખૂબ ખોટું લાગ્યું. રાજા તો ખૂબ ગુસ્સે થઈ ગયા અને આવેશમાં આવીને કહી દીધું, “બુદ્ધિધન, હું તને મોતની સજા ફરમાવું છું.”

રાજાનો હુકમ સાંભળી વિદૂષકથી નારાજ રહેનારો વર્ગ તો ખૂબ ખુશ થઈ ગયો અને આનંદમાં આવી ગયો. પણ બિચારો વિદૂષક થરથર ધ્રુજવા લાગ્યો.

વિદૂષકને હવે સમજાણું કે તે તેની હદ ચૂકી ગયો છે. તે વિનયની મર્યાદા ઓળંગી ગયો હતો. તે રાજાને પગે પડ્યો અને કરગરવા લાગ્યો. અભયદાન માટે યાચના કરી પણ તે નક્કામી ગઈ. દરબારીઓ પણ રાજાએ કરેલા હુકમનું પાલન થાય એમ જ ઈચ્છતા હતા. રાજાએ વિદૂષકની ખૂબ આજીજી પછી એટલું કહ્યું કે તારી મોતની સજા તો માફ નહીં જ થાય પણ તારા પર એટલી દયા કરું

છું કે તારે કઈ રીતે મરવું છે એ તારી જાતે નક્કી કરવું - ફાંસીના રસ્સાથી, શિરચ્છેદથી, ગુંગળાઈને કે પછી તું જે રીતે નક્કી કરે એ રીતે પણ નિર્ણય તારે ઝડપથી કરવાનો છે.

આ તો બુદ્ધિમાન હતો. તેણે તરત જ બુદ્ધિ કસી અને પોતાનો જીવ બચાવવાનો ઉપાય પણ શોધી કાઢ્યો. તેણે રાજાને કહ્યું, “આપ નામદાર સાહેબ મને મારા ઘડપણમાં કુદરતી રીતે જ મરવા દેજો.”

રાજા પણ બુદ્ધિધનની આવી ચતુરાઈભરી વાત સાંભળી ખૂબ ખુશ થઈ ગયો અને કહ્યું કે, “હું તારો ગુનો માફ કરું છું.”

બાળ દોસ્તો, જોયું ને બુદ્ધિ - હાજરજવાબીને લીધે બુદ્ધિને પોતાની મોતની સજા પણ ફેરવી કઢાવી પણ હા... બુદ્ધિ વાપરવાની છૂટ, પણ એમાં એટલી બુદ્ધિ અવશ્ય વાપરવી કે જેનાથી વિવેક ચૂકી ન જવાય અને સામો માણસ એકદમ ખફા ન થઈ જાય કે જેનાથી સંબંધ પણ બગડી જાય.

મંગલમંદિર, ઓક્ટોબર-૨૦૦૪

તમે તમારી જાતનો આદર નહિ કરો તો બીજા તમારો શું કામ આદર કરે?

## (૧૦) – લોભીના માલથી ધૂતારા ધરાય

બાળ દોસ્તો, લોભને પાપનું મૂળ ગણવામાં આવે છે. માણસના જે સારા લક્ષણો હોય છે તે પણ લોભના કારણે ઢંકાઈ જાય છે અને લોભીના માલ હંમેશાં ધૂતારા ખાતા હોય છે.

એક ગામ હતું. તેમાં એક પૈસે ટકે ખૂબ સુખી, પાંચમાં પૂછાય એવા પટેલ રહેતા હતા. પટેલની ગણતરી ભારે, પણ પટલાણીમાં બહુ બુદ્ધિ નહોતી એટલે ઘરકામ કર્યા કરે. સવારના ચા-નાસ્તામાં સમય જાય, છોકરા છેંચા સાચવે અને મજા કરે. પટેલના બે છોકરા હતા. એ પણ ખાઈ પીને લહેર કરે.

એક દિવસ એ ગામમાં એક બ્રાહ્મણ પધાર્યા અને કથા વાંચવાનું કામ કરતા. પટલાણીએ અડોશપડોશમાંથી સાંભળ્યું કે બ્રાહ્મણ કથા સારી કહે છે. એટલે બીજે દિવસે પટલાણીએ જલદી તૈયાર થઈ મોટા છોકરાને ખેતરે ભાત આપવા મોકલ્યો અને પોતે ગયા કથા સાંભળવા. કથા સાંભળી પટલાણીને પણ ખૂબ આનંદ થયો.

સાંજે પટેલ ખેતરેથી આવ્યા એટલે પટલાણીએ પટેલને કહ્યું, “આજે હું કથા સાંભળવા ગઈ હતી અને કથામાંથી, રોજ એક બ્રાહ્મણને સીધું આપવું એવો નિયમ લઈ આવી છું.”

પટેલ તો ભારે લોભી અને એમાં પણ બ્રાહ્મણને વગર મફતનું સીધું આપવાનું થયું એટલે તો વળી ખૂબ ગુસ્સે થયા અને પટલાણીને જેમ તેમ બોલવા લાગ્યા અને મોટા છોકરાને કહ્યું, સીધું બીધું આપવાનું નથી. તારી માને કહી દેજે.

ત્રણ-ચાર દિવસ થયા ને ઓચિંતા પટલાણી બીમાર પડ્યા. એવો તાવ આવ્યો કે ઉતરવાનું નામ ન લે. ઘણા ઉપચાર કર્યા પણ કાંઈ ફાયદો થયો નહીં. પટેલ લોભી તો હતા પણ સાથે સાથે વહેમીલા પણ ભારે. આથી તરત તેમના મનમાં ઠસાઈ ગયું કે પટલાણીએ નિયમ લીધો હતો અને સીધું ન આપ્યું, તેથી જ બીમાર પડ્યા હશે, તેથી મનમાં સીધું આપવાનું વિચારી એક મા'રાજને ત્યાં પહોંચ્યા અને કહ્યું, “સીધું આપવામાં શું શું વસ્તુઓ

જોઈએ?” મા'રાજે તો ગણાવી દીધું : શેર લોટ, પા શેર ઘી, પા શેર ગોળ, પા શેર દાળ અને પા શેર ચોખા. આટલી વસ્તુઓ આપતા સહેજે બે રૂપિયા થઈ જાય એમ હતું. આથી મહારાજને રામ રામ કરી ફરી ખેતરે ગયા. રસ્તામાં વળી બીજા મહારાજ મળ્યા. તેમને પૂછ્યું કે સીધું આપવામાં શું શું જોઈએ ? હવે તો આ મહારાજ પૂરેપૂરા ઠગ હતા. આખા પંથકમાં તે ધૂર્ત શિરોમણિ ગણાતા. તેમણે તો લોભી પટેલને કહ્યું કે શેર બાજરાનો લોટ અને પાશેર ગોળ.

લોભી પટેલને આ સીધા સામગ્રી પસંદ પડી ગઈ. એટલે ઘેર આવતાંવેંત જ પટલાણીને કહ્યું કે ભોજા મહારાજ આપણે ઘેર સીધું લેવા આવે તો આપી દેજે. હું તો ચાલ્યો ખેતર.

સીધું આપવાનું કહી પટેલ તો ખેતરે જતા રહ્યા. થોડીવાર પછી ભોજા મહારાજ આવ્યા. પટલાણીએ તો હોંશથી તેમનું સ્વાગત કર્યું અને પૂછ્યું કે મારે સીધામાં શું શું આપવાનું છે.

ભોજા મહારાજ પણ ઉસ્તાદ હતા. તેમણે કહ્યું કે એક મણ ઘઉં, અડધો મણ ઘી, એક મણ ગોળ, એક મણ ચોખા, એક મણ દાળ, પટલાણીએ પણ થોડી જ વારમાં ભોજા મહારાજે કહેલ વસ્તુઓ આપી દીધી અને વસ્તુઓ મળી એટલે ભોજા મહારાજે તાત્કાલિક ઘરભેગી કરી દીધી. પણ ભોજા મારાજ જાણતા હતા કે પટેલ ભારે લોભી છે અને તેમને જો આ વાતની ખબર પડશે તો તેમના ગુસ્સાનો પાર નહીં રહે. આથી ઘરે આવી પત્નીને બધું સમજાવી દીધું અને ખૂબ માંદા પડી ગયા હોય તેવો દેખાવ કર્યો. કપડામાં ગોળનું પાણી લગાડી દીધું અને થોડું ગોઠડામાં પણ છાંટી દીધું.

હવે રાત્રે પટેલ ઘેર આવ્યા ત્યારે વાત થઈ. પટલાણીએ આપેલા સીધા સામગ્રીની વાત સાંભળી પટેલ તો દોડ્યા લાકડી લઈને ભોજા મહારાજને ઘેર. પટેલને આવતા જાણી આ બાજુ ભોજા મહારાજની વહુએ તો રોવાનું ચાલુ કરી દીધું અને કહેવા લાગી, “પટેલ આવું તો કેવું સીધું આપ્યું ? સીધું તેમને ખૂબ ભારે પડ્યું અને તે તો ખૂબ માંદા પડ્યા છે. જો એમને કાંઈ થશે કે મરી જશે તો હું દરબારે જઈ ફરિયાદ

કરીશ કે પટેલના સીધાથી જ મારાજ મરી ગયા છે.”

પટેલ તો લોભી-વહેમીલા તો હતા જ. સાથે બીકણ પણ ભારે. તે તો લડાઈ કરવાના વિચારથી આવ્યા હતા તે વાત તો ભૂલી ગયા અને જો ભોજા મહારાજ મરી જશે તો મારું શું થશે અને વિચારવા લાગ્યા અને ઘેર પાછા ચાલ્યા ગયા.

થોડીવાર પછી રાત્રે ભોજા મહારાજના સંબંધીઓ ત્યાંથી નીકળવા લાગ્યા અને રોવા લાગ્યા કે ભોજા મહારાજ મરી ગયા. સંબંધીઓએ પણ અગાઉથી ગોઠવણ કર્યા પ્રમાણે ખોટી ખોટી ઠાઠડી કાઢી ભોજા મહારાજને બાળી આવ્યા.

પટેલે આ વાત જાણી કે સીધાથી જ મારાજ મરી ગયા છે. એટલે એમના હોશકોશ ઊડી ગયા. તેઓ તો પહોંચ્યા તેમના સંબંધીઓ પાસે અને ફરિયાદ ન કરવા વિનંતી કરવા લાગ્યા. પહેલા તો કોઈ માન્યા નહીં પણ પછી જો પટેલ મારાજના કારજ માટે ૧૦૦ રૂ. આપે તો ફરિયાદ ન કરવાનું નક્કી કર્યું. મહા લોભી પટેલે પણ સજાની બીકથી તુરત રૂપિયા ગણી આપ્યા. જો કે હોંશિયારી કરી તેમણે ભોજા મારાજની પત્ની પાસે એવું લખાવી લીધું કે ભોજા મારાજ પટેલના ત્યાંથી સીધું લઈ ગયા નથી.

બાર દિવસ પછી નાતીલાઓએ પટેલના પૈસે જ જમણ કર્યું અને છૂટા પડ્યા. આ વાતને છ મહિના થયા ત્યારે એક દિવસ પટેલે ભોજા મહારાજને જીવતા જોયા. પટેલને તો ખૂબ નવાઈ લાગી અને કહ્યું, “આ શું ? તમે તો દેવ થઈ ગયા હતા ને...?”

ભોજા મારાજે કહ્યું કે, “ભાઈ, તમારું તો સીધું ખૂબ ભારે પડ્યું. ભગવાને મને સ્વર્ગમાં પણ ન રાખ્યો.” પણ હવે કાંઈ થઈ શકે તેમ નહોતું.

બાળ દોસ્તો, બે રૂપિયાનું સીધું બચાવવા જતા પટેલ રૂપિયા બસોના ખાડે ઉતરી ગયા. ખરેખર આથી જ કહ્યું કે લોભીનો માલ ધૂતારા ખાય.

મંગલ મંદિર, ડિસેમ્બર-૨૦૦૮



(સંદર્ભ : મંગલ મંદિર, જાન્યુઆરી-૧૯૯૬થી ડિસેમ્બર-૨૦૦૪)

“બાલુડે જ્યું ગાલિયું” વિભાગની શરૂઆત વર્ષો અગાઉ શ્રી પોપટલાલ નેણશી ધરોડે કરેલ હતી. છેલ્લા કેટલાયે વર્ષોથી આ વિભાગ શ્રી ગુલાબચંદ ધારશી રાંભિયા સંભાળી રહેલ છે. આ વિભાગના ‘ખિલજા મ ભલા’ વિભાગના કેટલાક રમૂજી ટુચકા આ બધા અંકોમાંથી પસંદ કરીને અત્રે લેવામાં આવેલ છે.

— મુખ્યતંત્રી

### ખિલજા મ ભલા

જતીનભાઈ : આ કૂતરો ક્યારનો મારી સામું કેમ જોયા કરે છે?

યતીનભાઈ : જવા દો ને... અમસ્તુ...

જતીનભાઈ : પણ કાંઈ તો હશે જ.

યતીનભાઈ : એના વાટકામાં કોઈ ચા પીવે એ તેને ગમતું નથી.



સાઈકલસવાર : અલ્યા ભાઈ, એક તો મેં તારી સાથે સાઈકલ અથડાવી તને પાડી નાખ્યો અને ઉપરથી તું મને બે રૂપિયા આપે છે? નવાઈની વાત છે!

રાહદારી : સૂરદાસને દાન તો આપવું જ જોઈએ ને....



એર હોસ્ટેસ : શ્રીમાન સિંઘસાહેબ, તમે અડધા કલાકમાં લગભગ ચાર વખત ટોઈલેટ ગયા તોય તમને ચેન નથી?

શ્રીમાન સિંઘ : ચેન તો છે, પણ ખૂલતી નથી.



મોગીલાલ : મારી પત્ની રાતના દોઢ-બે વાગ્યા સુધી ઊંઘતી નથી. તેથી હું બહુ હેરાન રહું છું.

છોગીલાલ : જાગતી રહીને એ શું કરે છે?

મોગીલાલ : મારી રાહ જોયા કરે છે.



રાજેશ : આજે કોઈના ઉપર વિશ્વાસ રાખવા જેવું રહ્યું જ નથી. પેલા દુકાનદારે મને પાંચનો ખોટો સિક્કો ભેરવી દીધો.

રમેશ : ક્યાં છે, બતાવ જોઈએ....?

રાજેશ : એ તો મેં શાકવાળીને ભેરવી દીધો.



પહેલવાન : શું મારે પ્રવાસ કરવા માટે કૂતરાની ટિકિટ લેવી પડશે? ટિકિટ માસ્ટર: ના, તમે માણસની ટિકિટ પર જ મુસાફરી કરી શકશો....



શિક્ષિકા : બોલ શ્રદ્ધા, સત્ય અને ભ્રમ વચ્ચે શું તફાવત છે? શ્રદ્ધા : બહેન, તમે અમને ભણાવો છો એ સત્ય છે અને અમે ભણીએ છીએ એમ તમે માનો છો એ ભ્રમ છે.



શિક્ષક : શિયાળામાં સંકોચન પામે અને ઉનાળામાં વિસ્તરણ પામે એવી કઈ વસ્તુ છે?

શ્રેય : નિશાળમાં પડતી રજાઓ.



સુજાતા : પ્રિયે, આપણા આ નવા ફ્લેટમાં દીવાલો એટલી બધી પાતળી છે કે આપણે જે વાતો કરીએ તે પાડોશીઓ સાંભળી લે છે.

સુમન : સારું. હું કાલે કડિયાને બોલાવી દીવાલ જાડી કરાવવાનું કહીશ.

સુજાતા : એવું ન કરતાં. નહીં તો પછી પાડોશીની વાતો આપણને સાંભળવા નહીં મળે.



નોકર : શેઠ, તમારે ત્યાં કામ કરતા મને ત્રીસ વરસ થઈ ગયાં. કામ કરતાં કરતાં મારા વાળ પણ સફેદ થઈ ગયા. હવે તો મારી સામે જુઓ.

શેઠે થોડીવાર પછી ખિસ્સામાંથી દસ રૂપિયા કાઢીને આપ્યા અને કહ્યું, ‘જા સલૂનમાં જઈને વાળ કાળા કરાવી આવ.’



મગન : કેમ છગન, રાત્રે સૂવા જાય છે ત્યારે પણ સફારી-સૂટ પહેર્યું છે, માથું બરોબર ઓળ્યું છે અને પાછો સ્પે પણ છાંટ્યો છે?

છગન : એ તો વાત એમ છે કે હું કોઈના સપનામાં આવું તો ગંદો-ગોબરો ન લાગું ને....!



મનુ : મોટા ભાગની ફિલ્મોમાં લગ્નનો સીન મૂકી ફિલ્મ પૂરી કેમ કરી દેતા હશે?

કનુ : લગ્ન પછીનાં દુઃખદ દશ્યો જોવાં ન પડે એ માટે.



માણસને પોતાનું એકાંત માણતાં પણ આવડવું જોઈએ.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

- પત્ની : જો લોકો સમજીને વર્તન કરે તો ઝઘડા તથા છૂટાછેડાના કેસ બંધ થઈ જાય.
- પતિ : જો લોકો સારી રીતે સમજે તો લગ્ન જ બંધ થઈ જાય.
- પૂછપરછ બારીમાં બેઠેલી એક સુંદર યુવતીને જોઈ યુવક ત્યાં ઊભો રહ્યો.
- યુવતીએ હસીને પૂછ્યું, 'તમારે શું જોઈએ છે?'
- યુવક : તમારું સરનામું.
- મકાનમાલિક : જુઓને તમારાં બાળકોએ દીવાલ પર ચિત્રો દોરીને આપો રૂમ કેવો બગાડી નાખ્યો છે?
- કૌશલ : એમાં બાળકોનો ક્યાં કોઈ વાંક જ છે. તમે જ તો મકાન ભાડે આપતી વખતે કહ્યું હતું કે આ ડ્રોઈંગ-રૂમ છે.
- મજૂર : મને જે પગાર આપ્યો તેમાં ૨૦ રૂપિયા ઓછા છે.
- મુકાદમ : ગયા અઠવાડિયે ભૂલથી ૨૦ રૂપિયા વધારે અપાઈ ગયા ત્યારે ચૂપચાપ કેમ લઈ લીધા હતા?
- મજૂર : એ બરાબર છે. પહેલી ભૂલ સામે આંખ આડા કાન કરી શકાય. બીજી ભૂલ થાય તો ફરિયાદ તો કરવી પડે ને!
- જયેશ : યાર હરેશ, તમારું દાંપત્યજીવન સુખી તો છે ને?
- હરેશ : સુખી તો ન કહી શકાય પણ મનોરંજક કહી શકાય.
- જયેશ : એ કઈ રીતે?
- હરેશ : અમે બંને જ્યારે ઝઘડતાં હોઈએ છીએ ત્યારે પાડોશીઓને સારું મનોરંજન માણવા મળે છે.
- શેઠ : અલ્યા રામુ, આ બિલાડી મરી ગઈ એમાં તું આટલું બધું કેમ રડે છે?
- રામુ : શું કરું શેઠ, હું જ્યારે દૂધ પી જતો ત્યારે બિલાડીનું નામ લેતો હતો. હવે કોનું નામ લઈશ?
- અસીલ : સાહેબ, મારે છૂટાછેડા લેવા છે.
- વકીલ : કોઈ ઠોસ કારણ ખરું?
- અસીલ : હા સાહેબ, મારી પત્ની ત્રણ મહિનાથી મારી સાથે બોલતી જ નથી.
- વકીલ : આ કારણથી છૂટાછેડા ન મળે. આજકાલ આવી પત્નીઓ ક્યાં મળે જ છે?
- બબલુ : પપ્પા, પપ્પા, એન્ટાર્કટિકા ક્યાં છે?
- પપ્પા : (ગુસ્સે થઈને) મને હેરાન ન કર. બધી વસ્તુઓ તારી મમ્મી મૂકે છે. એને જઈને પૂછ.
- સુકેતુ : હલ્લો, પોલીસ સ્ટેશન? હલ્લો, મારી પત્નીનું અપહરણ થયું છે અને અપહરણકર્તાઓએ ધમકી આપી છે.
- ઈન્સ્પેક્ટર : શી ધમકી આપી છે?
- સુકેતુ : હું જો તેમણે માંગેલા પૈસા ન ચૂકવી આપું તો તેઓ મારી પત્નીને ઘરે પાછી મૂકી જશે.
- પતિ : (વીમા એજન્ટને) આજે હું મારી પત્નીનો વીમો ઊતરાવું અને કાલે મરી જાય તો મને શું મળે?
- વીમા એજન્ટ: ફાંસી.
- મુલાકાતી : આ બે જન્મકુંડળીઓ જુઓ, ને મેળવી આપો કે મળે છે કે કેમ?
- જ્યોતિષી : અરે આ બંને કુંડળીઓ તો સ્ત્રીઓની જ છે.
- મુલાકાતી : બરાબર છે. મારી દીકરી અને તેની થનાર સાસુની કુંડળી છે. મેળાપ છે કે કેમ?
- જ્યોતિષી : પણ પતિના ગ્રહો?
- મુલાકાતી : એ તો મારી દીકરી મેળવી લેશે.
- મોહન : તું અચાનક આટલો પૈસાદાર કઈ રીતે થઈ ગયો?
- સોહન : મારી ભૂલી જવાની આદતને કારણે.
- મોહન : એ કઈ રીતે?
- સોહન : જ્યારે મારા કરોડપતિ કાકાને હૃદયરોગનો હુમલો થયો ત્યારે હું ડોક્ટરને બોલાવવાનું ભૂલી ગયો.
- એક સેક્સમેન: બિચારો રાજુ લગભગ બહેરો થઈ ગયો છે. મને ડર છે કે એ નોકરી ગુમાવશે.
- બીજો સેક્સમેન: ના, એવું નહીં બને. શેઠે રાજુની બદલી ફરિયાદ વિભાગમાં કરી નાખી છે.
- દુકાનદાર : જો તમે સમયસર રૂપિયા આપી શકતા નથી તો તમારી

તમારી સંમતિ વિનાના તમે કદીય લઘુતાગ્રંથિ અનુભવી ન શકો.

- પત્નીને શોખની વસ્તુઓ ઉધાર પર લઈ જતા રોકતા કેમ નથી?
- કરજદાર : દુકાનદાર સાથે માથાકૂટ કરવી સહેલી છે પણ મારી પત્ની સાથે માથાકૂટ કરવી અઘરી છે.
- ☺ ☺ ☺ ☺ ☺
- શેઠ : (નોકરાણીને) ઘરની બહાર તારો કોઈ બોયફ્રેન્ડ તારી રાહ જોતો ઊભો છે.
- નોકરાણી : પણ શેઠજી, આપે એને ઓળખ્યો કઈ રીતે?
- શેઠ : એ મારી ટાઈ પહેરીને ઊભો છે.
- ☺ ☺ ☺ ☺ ☺
- મૌલિક : તમે ઘર મોટું કર્યું એમ સાંભળ્યું છે, સાચી વાત?
- આલોક : હા, સાચી વાત.
- મૌલિક : કેટલો ખર્ચ કર્યો?
- આલોક : ખર્ચ કર્યો નથી. ઘરમાં જે મોટો કબાટ, સોફાસેટ, તિજોરી વગેરે હતાં તે વેચી દીધાં.
- ☺ ☺ ☺ ☺ ☺
- મગનલાલ : શું તમારું નામ મગનલાલ છે?
- બીજી વ્યક્તિ : ના... પણ તમે કેમ પૂછો છો?
- મગનલાલ : કારણ કે તમે જે છત્રી ઉપાડી છે તે મગનલાલની છે અને એ મગનલાલ હું છું.
- ☺ ☺ ☺ ☺ ☺
- તરલિકા : આજે અમારા ઘરઘાટીની રજતજયંતી છે.
- મલ્લિકા : ખૂબ સરસ... આજના જમાનામાં ૨૫-૨૫ વરસ એક જ નોકરને સાચવવો ખૂબ જ કપરું કામ છે.
- તરલિકા : ના, ના એવું નથી. આ તો આ વરસમાં જ અમારો આ પચ્ચીસમો નોકર છે.
- ☺ ☺ ☺ ☺ ☺
- કરજણ બાપા : હું આટલો મોટો થયો પણ કદી ખોટું બોલ્યો હોઉં એવું યાદ નથી.
- મોન્ટુ : એમાં તમારો વાંક નથી. આ ઉંમરે કાંઈ બધું જ યાદ ન રહે.
- ☺ ☺ ☺ ☺ ☺
- પત્ની : હું મરી જાઉં તો તમે શું કરો?
- પતિ : કદાચ જીવી જ ન શકું. ક્યારેક વધારે પડતી ખુશી પણ માણસને મારી નાખે છે.
- ☺ ☺ ☺ ☺ ☺
- જિગર : યાર પ્રણવ, તું તો ભારે નસીબદાર છે. એક તીરથી તેં તો બે શિકાર કર્યા. પૈસાદાર બાપની એકની એક છોકરી સાથે તેં લગ્ન પણ કર્યા અને મિલકત પણ મેળવી...
- પ્રણવ : યાર, આ કિસ્સામાં તો એક તીરથી બે નહીં પણ ત્રણ શિકાર થઈ ગયા. પૈસાદાર બાપની છોકરી તો મળી, પણ પછીથી ખબર પડી કે એ ગર્ભવતી પણ હતી.
- ☺ ☺ ☺ ☺ ☺
- શરાબી : શરાબ કરતાં તો દુનિયામાં પાણીએ લોકોના જીવ વધારે લીધા છે.
- હસમુખ : નવાઈ કહેવાય. આવું કઈ રીતે બની શકે?
- શરાબી : પૂરથી જેટલા લોકો મર્યા છે, એટલા શું દારૂથી ક્યારેય મર્યા છે....?
- ☺ ☺ ☺ ☺ ☺
- પ્રાહક : પહેલાં આ કબાટમાં ઘણા વખતથી પુસ્તકો પડ્યાં હતા. વેચાતાં પણ નહોતાં. તો એ બધા પુસ્તકો ક્યાં ગયાં?
- દુકાનદાર : મેં ત્યાં એવું બોર્ડ મૂક્યું કે આ પુસ્તકો વાંચવાં અઘરાં છે અને તેને માટે ઊંચા જ્ઞાનની જરૂર છે. થોડા જ વખતમાં બધાં પુસ્તકો વેચાઈ ગયાં.
- ☺ ☺ ☺ ☺ ☺
- ડોક્ટર : તમારા પગે સોજા છે. પણ મને એમાં ચિંતા જેવું કાંઈ લાગતું નથી.
- દર્દી : સાહેબ, આપના પગે સોજા હોય તો મને પણ એમાં ચિંતા જેવું લાગે નહીં.
- ☺ ☺ ☺ ☺ ☺
- ડોક્ટર : બહેન, તમારી ઉંમર કેટલી?
- સ્ત્રી : વીસ વર્ષ ને થોડા મહિના.
- ડોક્ટર : કેટલા મહિના?
- સ્ત્રી : ૮૪ મહિના.
- ☺ ☺ ☺ ☺ ☺
- ડોક્ટર : આ દવા તમે લઈ લો. આના પછી તમારે બીજી કોઈ દવાની જરૂર નહીં પડે.
- દર્દી : ના સાહેબ, હજુ હું થોડા દિવસ વધારે જીવવા માગું છું.
- ☺ ☺ ☺ ☺ ☺
- આદિત્ય : પપ્પા, પપ્પા, પેલો ગરીબ માણસ રોડ ઉપર ક્યારનો બૂમો પાડે છે, 'બે રૂપિયા આપો...' તો હું તેને આપી આવું?
- પપ્પા : લે આ બે રૂપિયા. પણ એ કહેતો ખરો, શેની બૂમો

માણસના હૃદયની પાનખરને દૂર કરવા માટે હાસ્ય જેવી વસંત કોઈ નથી.



પાડતો હતો...?  
 આદિત્ય : આઈસ કેન્ડી.... આઈસ કેન્ડી....  
 ☺ ☺ ☺ ☺ ☺  
 શિક્ષક : તમારો છોકરો સાવ ઠોઠ છે.  
 હસુભાઈ : કેમ સાહેબ, એમ કેમ કહો છો?  
 શિક્ષક : મેં પૂછ્યું કે 'સોમનાથનું મંદિર કોણે લૂંટ્યું હતું?'  
 તો જવાબ આપ્યો કે 'મેં નથી લૂંટ્યું.'  
 હસુભાઈ : સાહેબ, સાચી વાત છે. મારો છોકરો જૂઠું બોલે એવો નથી.  
 ☺ ☺ ☺ ☺ ☺

ભગવાને પહેલાં પુરુષ ઘડ્યો અને પછી સ્ત્રી ઘડી. એવું કેમ કહ્યું હશે?  
 ભગવાનને પોતાના કામમાં કોઈ સલાહ આપ્યા કરે તે પસંદ નહોતું.  
 ☺ ☺ ☺ ☺ ☺

મહેમાને પૂછ્યું, બેબી, બોલ તું ડાહી છે કે ગાંડી?  
 બેબીએ કહ્યું : ગાંડી.  
 માતાએ કહ્યું, કેમ એવું કહે છે?  
 બેબી : હું મૂર્ખાઈ ભરેલા પ્રશ્નોનો જવાબ મૂર્ખાઈ ભરેલા જ આપું છું.  
 ☺ ☺ ☺ ☺ ☺

પરેશ : રમેશ, લડાઈ થાય તે તને કેમ નથી ગમતું?  
 રમેશ : લડાઈ થાય એટલે ઈતિહાસ રચાય. અને ઈતિહાસનો વિષય મને નથી ગમતો.  
 ☺ ☺ ☺ ☺ ☺

આ કવિસંમેલનમાં કેદીઓને જોઈને નવાઈ લાગે છે. એમને કાવ્યમાં સારો રસ હોવો જોઈએ.  
 શાનો રસ? સખત કેદની સજાના એક ભાગરૂપે એમને અહીં લાવવામાં આવ્યા છે.  
 ☺ ☺ ☺ ☺ ☺

તમારા પતિને તમારી લગ્નતિથિ યાદ રહે છે?  
 ના રે ના. અને એ જ સારું છે. એ બહાને વરસમાં બે વાર તેમની પાસેથી ભેટ લઈ શકું છું.  
 ☺ ☺ ☺ ☺ ☺

શ્રદ્ધાળુ ભક્ત શ્રીકૃષ્ણને કહે છે, પ્રભુ, તમે તો યુગે યુગે અવતાર લેવાનું વચન આપ્યું છે ને આ યુગમાં આવતા કેમ નથી?  
 કૃષ્ણ કહે, 'હે ભક્ત, તારી સરકાર 'બે બસ'ના નારા લગાવે છે. હું તો દેવકીનું આઠમું સંતાન હતો.'  
 ☺ ☺ ☺ ☺ ☺

ડોક્ટર : કાકા, આજે તમને હું નવી શોધાયેલી દવા આપીશ કે જેથી તમે ફરીથી યુવાન બની જશો.  
 દર્દી કાકા : ના સાહેબ, એવું ના કરતા. નહીં તો મારું પેન્શન બંધ થઈ જશે.  
 ☺ ☺ ☺ ☺ ☺

મનુ : તને આ માથામાં વાગ્યું કેવી રીતે?  
 કનુ : આ તો અમસ્તુ જ. મારી પત્ની પાસે તારી પત્નીના વખાણ કરવા બેઠો તેથી.  
 ☺ ☺ ☺ ☺ ☺

પત્ની : તમે જઈને માધવપુરા બેંક પાસે લાગેલી લાઈનમાં ઊભા રહો.  
 પતિ : પણ ત્યાં તો આપણું ખાતું નથી.  
 પત્ની : પણ લોકોને તો લાગે ને કે આપણા લાખ્ખો રૂપિયા ત્યાં પડ્યા છે.  
 ☺ ☺ ☺ ☺ ☺

ચટપટલાલ : તમારો છોકરો મારા છોકરાના દાખલાની કોપી કરે તેનો મને વાંધો નથી.  
 ખટપટલાલ : તો પછી તમે ના કેમ પાડો છો?  
 ચટપટલાલ : દાખલો ખોટો પડે તો મારા છોકરાને મારે છે એટલા માટે.  
 ☺ ☺ ☺ ☺ ☺

વિકાસ : તમે ટાઈપિસ્ટ કેમ બદલી નાખી?  
 સુહાસ : તે ઘડીએ ઘડીએ આનો સ્પેલિંગ શું? આનો સ્પેલિંગ શું? એમ પૂછી પરેશાન કરતી હતી.  
 વિકાસ : એટલા માટે બદલી નાખી?

સુહાસ : ના, મારે વારે ઘડીએ કહેવું પડતું હતું 'મને નથી આવડતો.... મને નથી આવડતો...' અને એ મને ખરાબ લાગતું હતું. માટે બદલી નાખી.  
 ☺ ☺ ☺ ☺ ☺

ડો. પારેખ : ડો. શાહ, તમારી પાસે આવનારી સ્ત્રીઓને તમે થોડા શબ્દો કહી સાજી કેમ કરી શકો છો?  
 ડો. શાહ : હું માત્ર એટલું જ કહું છું કે આ તકલીફો તો ઘડપણે થવાની જ. એટલે સ્ત્રીઓ શાંતિથી જતી રહે છે.  
 ☺ ☺ ☺ ☺ ☺

ગ્રાહક : ઓ વેઈટર... આમ આવ, અહીં મારો રૂપિયાનો સિક્કો પડી ગયો છે. જરા જો તો, દેખાતો નથી.  
 વેઈટર : (આમ તેમ જોયા પછી) સાહેબ, જડતો નથી.  
 ગ્રાહક : સારું. જડે તો ટીપ તરીકે તારી પાસે રાખી લેજે.  
 ☺ ☺ ☺ ☺ ☺

સ્મિતથી વધારે સુંદર કોઈ વસ્તુ નથી.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

રંગીલી : પાછળના ટેબલ ઉપર જે ગ્રે કલરનો સૂટ પહેરીને બેઠો છે તે મને ક્યારનો ટીકી ટીકીને જોઈ રહ્યો છે... મારી સુંદરતા પર એ ફિદા થઈ ગયો લાગે છે.

રસીલી : હું તેને ઓળખું છું.

રંગીલી : કોણ છે એ? શું ધંધો કરે છે?

રસીલી : એ કબાડી છે... જ્યારે પણ એને જૂનો પુરાણો કાટમાળ નજરે પડે ત્યારે તે આમ જ ટીકીટીકીને જોયા કરે છે.

☺ ☺ ☺ ☺ ☺

શિક્ષક : પાટલૂન એક વચન છે કે બહુવચન?

શ્રદ્ધા : ઉપરથી એકવચન, નીચેથી બહુવચન.

☺ ☺ ☺ ☺ ☺

મનહરભાઈ : તમારા છોકરાએ મારા છોકરાને પથ્થર માર્યો.

પરેશભાઈ : પથરો તમારા છોકરાને વાગ્યો?

મનહરભાઈ : એ જરાકમાં બચી ગયો.

પરેશભાઈ : તો તે મારો છોકરો નહીં હોય, કારણકે મારો છોકરો અચૂક નિશાનબાજ છે.

☺ ☺ ☺ ☺ ☺

શિલ્પા : સાચું કહેજો, આ પાર્ટીમાં મારાથી વધુ સુંદર કોઈ સ્ત્રી હતી?

અક્ષય : ના, તારા જેવી કોઈ સુંદર નહોતી.

શિલ્પા : ઓહ તમે કેટલા સારા, સમજદાર અને વફાદાર છો?

અક્ષય : અને ડરપોક પણ....

☺ ☺ ☺ ☺ ☺

પતિ-પત્ની વચ્ચે રાત્રે ખૂબ જ ઝઘડો થયો. બીજે દિવસે સવારે પતિના એક મિત્રે ઝઘડાનું કારણ જાણવા માટે પૂછ્યું, ‘ભાઈ, તમારો ઝઘડો કેવી રીતે પત્યો?’

‘છેવટે મારી પત્ની જ ઘૂંટણિયે પડી...’ પતિએ કહ્યું.

અચ્છા, તો મેડમે ભૂલ સ્વીકારી લીધી.... શું કહ્યું તેણીએ?

શું કહેવાની હતી? આવીને બોલી, ‘નીકળો પલંગ નીચેથી. ફરીથી મારી સાથે જીભાજોડી કરવાની હિંમત ન કરતા.’

☺ ☺ ☺ ☺ ☺

પ્રેમીકાનો બાપ: હું નથી ઈચ્છતો કે મારી પુત્રી જીવનભર કોઈ ગધેડા સાથે જીવન વિતાવે.

પ્રેમી : એટલે જ તો હું આપની પુત્રી સાથે લગ્ન કરવા માગું છું.

☺ ☺ ☺ ☺ ☺

નેતા : (ભાષણમાં) જો આપ સૌ મને ચૂંટણીમાં જિતાડો તો હું પેટ્રોલની ૫૦ ટકા સમસ્યા હલ કરી દઈશ.

શ્રોતાઓ : એ કઈ રીતે?

નેતા : હું બધી સડકો ઢાળવાળી બનાવી દઈશ. જેથી કાર, સ્કૂટર એમને એમ ચાલ્યા કરે.

શ્રોતાઓ : પણ પાછા ફરવાનું શું?

નેતા : એટલે જ મેં ૫૦ ટકાની વાત કરી છે.

## માનવતાની મહેક

ઘણાં વર્ષો અગાઉ ધંધાર્થે પોરબંદર જવાનું થયું. પાછા વળતા પોરબંદરથી ઊપડતી સૌરાષ્ટ્ર એક્સપ્રેસમાં મુસાફરી કરી. ગાડી ઊપડવાના થોડા સમય બાદ ટિકિટ ચેકર આવ્યા. બધાની ટિકિટો ચેક કરી. એક ગામડાંનો ગરીબ માણસ કે જે સુથારીકામ કરી પોતાનું જીવન ગુજારતો હતો તે પણ રોજીરોટી કમાવવા મુંબઈ જવા આ ડબ્બામાં મુસાફરી કરતો હતો. તેની પાસેથી ટિકિટ માંગતાં તેણે ગજવાં ફંફોસ્યાં પણ ટિકિટ મળી નહીં. તેણે દયનીય દૃષ્ટિથી ટિકિટ ચેકર સામે જોયું અને કહ્યું કે “સાહેબ ટિકિટ મળતી નથી. કદાચ ખોવાઈ ગઈ છે.” ટિકિટ ચેકરે પૂછ્યું કે ખરેખર તે ટિકિટ તો લીધી છે ને? તો પેલા ભાઈએ કહ્યું કે સાહેબ, આટલે લાંબે જવું છે એટલે ટિકિટ તો લેવી જ પડે. જોગવાઈ ન હોતા પાસપોશમાંથી ઉછીના લઈને ટિકિટ લીધી છે.

ટિકિટ ચેકર ભાઈ ભલા હતા. તેથી કહ્યું કે વાંધો નહીં. ટિકિટ લીધી હશે તો ક્યાં જશે. ગભરાવાની જરૂરત નથી. હજી મારે બે ડબ્બા ચેક કરવાના છે ત્યાં સુધી શોધી રાખ. હું પછીથી આવું છું. અડધા એક કલાક પછી ટિકિટ ચેકર ફરીથી આવ્યા. પેલા ભાઈએ તે દરમ્યાન પોતાનો સામાન, ખિસ્સાં વગેરે તથા કદાચ ડબ્બામાં જ ક્યાંક પડી ગઈ હોય તો તે પણ ફંફોસી લીધા પણ ટિકિટ નળી નહીં. તેથી ટિકિટ ચેકરને કહ્યું કે “સાહેબ ટિકિટ મળતી નથી. આપ

કહો તો આવતા સ્ટેશને હું ઊતરી જાઉં અને ફરીથી પોરબંદર પહોંચી નવી ટિકિટની વ્યવસ્થા કરું.”

ભલા ટિકિટ ચેકરે કહ્યું કે “ભાઈ, તારા કહેવા મુજબ આ ટિકિટ પણ તેં ઉછીના પૈસા લઈને લીધી છે. અને વળી પાછી બીજી ટિકિટના પૈસા ઉછીના લેવા અને તેમાં વળી ૨/૪ દિવસો બગડશે. તારે ટિકિટ તો લેવી જ પડશે અને દંડ પણ ભરવો પડશે. એમ કર, તારી પાસે જેટલા પૈસા હોય એટલા આપ. બાકીના ડબ્બામાંના મુસાફરો પાસેથી દાનમાં મેળવીએ. અને તેમાં પણ ખૂટશે તો હું નાખી આપીશ. પણ તારે હવે સમય બગાડી પાછા જવાનું નથી.” પેલા ગરીબ માણસે ખિસ્સાં ફંફોસ્યાં. તેમાં કેટલીક પરચૂરણ નોટો ૨/૫/૧૦ની આડીઅવળી પડી હતી. ગણવા માટે સરખી કરતા હતા તો તેની વચ્ચેથી ટિકિટ નીકળી આવી. તેની આંખમાં હર્ષાશ્રુ આવી ગયા. પેલા ટિકિટ ચેકર ભાઈ મુસાફરોને વિનંતી કરી રકમ ભેગી કરતા હતા. તેમને હાથ જોડીને કહ્યું, “સાહેબ, મારી ટિકિટ મળી ગઈ છે. હવે મારા માટે ફાળો એકઠો કરવાની જરૂરત નથી.” આ કિસ્સામાં ટિકિટ ચેકરની માનવતાના તથા પેલા સુથારભાઈની ઈમાનદારીનાં દર્શન થયા. ડબ્બામાં હાજર સૌને ખૂબ જ આનંદ થયો તથા બંને વ્યક્તિઓને બિરદાવ્યા.

પ્રતાપ નારાયણ દંડ  
મંગલ મંદિર, નવેમ્બર-૨૦૦૩



વર્ષ ૧૯૮૬થી વર્ષ ૨૦૦૪ સુધીના ૧૮ વર્ષના ગાળા દરમ્યાન મંગલ મંદિર પર અનેક વિચારક વાંચકોએ “આંજો કાગર” વિભાગમાં વિવિધ પત્રો રજૂ કરી પોતાના વિચારોને મૂર્ત સ્વરૂપ આપેલ છે. એ પત્રો રજૂ કરતી વખતે વાંચકોએ પોતાની ખુશાલી વ્યક્ત કરેલ હશે કે રોષ વ્યક્ત કરેલ હશે, પોતાના અભિપ્રાયો રજૂ કરેલ હશે કે અન્યોના અભિપ્રાયો પર પોતાના પ્રતિભાવ આપેલ હશે, અભિનંદન આપેલ હશે કે કેટલીક પ્રવૃત્તિઓની ટીકા પણ કરેલ હશે, નવી પ્રવૃત્તિઓના સૂચનો કરેલ હશે કે ચાલુ પ્રવૃત્તિઓની ટીકા પણ કરેલ હશે.

એ બધો જ પત્ર વ્યવહાર સળંગ સ્વરૂપે વાંચવાથી આપણે પણ ઊંડા મનો-મંથનમાં સરી પડીએ તેવું બનવાની પૂરેપૂરી શક્યતા રહેલ છે.

એ પત્રોમાંથી કેટલાક પત્રોની પસંદગી કરી, તેને અત્રે રજૂ કરેલ છે કે જેથી આપશ્રી પણ વિચાર-મંથનમાં ઊંડા ઊતરી જઈ, કાંઈક યોગ્ય સાર કાઢવાના પ્રયાસ રૂપે કાંઈક યોગ્ય પ્રતિભાવ “આંજો કાગર” વિભાગ પર મોકલી આપો તેવી અપેક્ષા રાખવામાં આવે છે.

— મુખ્યતંત્રી

## ઘૃત ઉછામણી (એક ચર્ચાપત્ર)

પર્વાધિરાજ પર્યુષણ પર્વ શરૂ થઈ રહ્યું છે. જેમાં કોઈક તપશ્ચર્યા કરી, કોઈક સુવાક્યો સમા વ્યાખ્યાન સાંભળીને તેમજ કોઈક ઘૃત ઉછામણી કરી આ પર્વ ઊજવશે.

પર્યુષણ પર્વ સાદાઈ અને સંયમથી ઊજવવાનો હોય કે વૈભવી પ્રદર્શન અને આડંબરથી તે અંગેની ચર્ચા ઘણા સમયથી ભારતભરમાં જૈનબંધુઓને સતાવી રહી છે.

ઘૃત ઉછામણીથી દેવદ્રવ્યના ભંડારો છલકતા રહ્યા છે ત્યારે આપણને ચોક્કસ વિચાર આવશે કે આ દેવદ્રવ્ય શું છે? શાના માટે છે?

જ્યારે આ કપરા સંજોગોમાં મધ્યમ અને ગરીબ વર્ગ કાળી મોંઘવારીમાં પિસાતો રહ્યો છે. જેને નથી મકાન ખરીદવાની શક્તિ, નથી બાળકોને ઉચ્ચ શિક્ષણ આપવાની શક્તિ. સારા શિક્ષણ માટે ડોનેશન શબ્દ આગળ આવે છે.

માનવને ઉપયોગી થનાર પૈસો આજે પથ્થરોમાં આકાર લઈ રહ્યો છે. એક તરફ આપણા સમાજનો એક એવો પણ વર્ગ છે કે જેમને રહેવા માટે ઘર નથી, કામ કરવા પૂરતો ધંધો-રોજગાર નથી.

જ્યારે બીજી તરફ આપણા સમાજનો અઢળક પૈસો જૈન મંદિરોના નિર્માણ પાછળ ખર્ચાઈ રહ્યો છે. એવા કરોડો રૂપિયાના ખર્ચે બંધાતાં જૈન મંદિરોના બાંધકામ ક્યાં જઈ અટકશે?

એ જ કરોડો રૂપિયાથી આપણે આપણા સમાજના નબળા વર્ગને ઊંચે ઉઠાવી શકીએ છીએ. પરંતુ ‘દેવદ્રવ્ય’ એ શબ્દ વચ્ચે આવે છે.

મારા આ વિચારો રૂઢિચુસ્ત જૈનબાંધવોને કદાચ નહીં ગમે પણ એમની સામે એક પ્રશ્ન ઊભો જ છે.

જ્યારે પ્રભુ-દરબાર સૌને માટે સમાન છે ત્યારે પર્યુષણ પર્વમાં ધૃતની બોલીઓથી બધા જ લાભ ધનિકોને શા માટે? ધીની બોલીને બદલે ઉપવાસ - એકટાણા, આયંબીલ - નવકારવાળી સામાયિક વધુ કરે તેને એ લાભ કેમ નહીં? પછી એ ચાહે કોઈ પણ હોય — ધનિક હોય કે મધ્યમ વર્ગના માનવી બધા જ એનો સરખો લાભ લઈ શકે. શું આ વિચારવું જરૂરી નથી?

લલ્લિકુમાર બી. મોમાયા  
મંગલ મંદિર, સપ્ટેમ્બર-૧૯૮૬

## દેવદ્રવ્ય (ચર્ચા પત્ર)

સપ્ટેમ્બર '૮૬ના અંકમાં લલ્લિકુમારે દેવદ્રવ્યની બાબતમાં લખી બહુ અગત્યનો પ્રશ્ન ઉઠાવ્યો છે.

દેવદ્રવ્યને દેરાસરો બાંધવા અને જીર્ણોદ્ધાર સિવાય કોઈપણ રીતે નહીં વાપરવાનો રિવાજ જ્યારે શરૂ થયો ત્યારે યોગ્ય જ હતો. પણ વર્તમાન સંયોગોમાં આ કેટલે અંશે યોગ્ય છે એ વિચારવાનો સમય પાકી ગયો છે.

દુર્ભાગ્યે કેટલાક રૂઢિચુસ્ત શ્રાવકો અને સાધુ-સાધ્વીઓ આ બાબતને જરૂર કરતાં વધારે ગંભીરતાથી લે છે અને એમાં ફેરફાર કરવાથી જાણે ધર્મનો નાશ થઈ જવાનો હોય એવું આત્યંતિક વલણ લઈ રહ્યાં છે. ખરી રીતે આ બાબતમાં દેશકાળનો ફેરફાર કરવાથી જૈન ધર્મના મૂળભૂત સિદ્ધાંતોને કોઈ જાતનો બાધ આવતો નથી.

હાલમાં મોટાં જૈન તીર્થસ્થાનો પાસે અબજો રૂપિયાની મિલકતો વણવપરાયેલ પડી છે. (સાંભળવા મુજબ એકલા પાલિતાણા તીર્થની મિલકત જ લગભગ એક અબજ જેટલી થવા જાય છે.) અને એમાં વધારો થયા જ કરે છે. આ રકમ જૈન ધર્મ અને સિદ્ધાંતોને અનુરૂપ માનવરાહત, પશુરાહત, અભયદાન, ધર્મશિક્ષણ, પ્રાચીન ગ્રંથોનું સંશોધન અને પ્રકાશન, શાકાહારના પ્રચાર, ધર્મપ્રચાર વગેરે માટે વાપરવામાં આવે તો શાસનનો મહિમા ખરા અર્થમાં વધશે એ વાત નિર્વિવાદ છે.

લાખો - કરોડો રૂપિયા તીર્થસ્થાનોને દેવદ્રવ્ય તરીકે આપતા જૈન સમાજ પાસે અત્યારે પોતાના ધર્મનું સાચું શિક્ષણ આપવા માટે એક પણ સંસ્થા નથી. સાધુ-સાધ્વીઓને પણ ધર્મનું શિક્ષણ આપવા માટે શ્રમણ-શ્રમણી વિદ્યાપીઠોને હવે વિદ્વાનોની ખોટ પડી રહી છે. હજારોની સંખ્યામાં ધર્મશાસ્ત્રોની બહુમૂલ્ય હસ્તપ્રતો, સંપાદન -

તમારે ખરેખર સાચી સલાહ જોઈતી હોય તો વૃદ્ધ માણસ સાથે મસલત કરો.

પ્રકાશનના અભાવે ધૂળ ખાઈ રહી છે અને વિદેશ જઈ રહી છે. જૈન યુવાનોમાં માંસાહાર સહિત અનેક વ્યસનો વધી રહ્યાં છે. એનો સામનો કરવા કંઈ જ નથી થઈ રહ્યું. વિદેશોમાં વસેલા જૈન કુટુંબોની નવી પેઢી જૈન રહે જ નહિ એવા બધા જ સંયોગો દેખાઈ રહ્યા હોવા છતાં આને રોકવાના પ્રયત્નો મહાસાગરમાં મીઠા પાણીનો ઘડો રેડવા બરાબરના જ થઈ રહ્યા છે.

આ બધી બાબતો માટે દેવદ્રવ્યનો ઉપયોગ કરવામાં શું અજુગતું છે એ ખરેખર ન સમજાય એવી વાત છે. આવું બધું મૂળભૂત રીતે વિચારવાના બદલે આપણો ચતુર્વિધ સંઘ, તિથિ વાર અને સ્થૂળ ક્રિયાકાંડોના તથા નાતજાત અને વાડાઓના ઝઘડામાંથી ઊંચો ન આવતો હોય તો જૈન સમાજનું ભાવિ કેવું રહેશે એ વિચારવું જ રહ્યું.

જૈન સમાજનો સમજદાર અને વિચારશીલ વર્ગ, ખાસ કરીને યુવાન વર્ગ આ બાબતમાં પોતાનો અવાજ ઉઠાવે અને નાણાં આપનાર વર્ગ પણ આ રૂઢિમાં ફેરફાર ન થાય ત્યાં સુધી દેવદ્રવ્યમાં નાણાં આપવાનું બંધ કરે તો રૂઢિચુસ્ત વર્ગ ઉપર જરૂર અસર થાય. આ બાબત હવે જેમ ચાલે છે એમ જ ચલાવી ન શકાય.

**મગનલાલ સંઘવી - અમદાવાદ**  
**મંગલ મંદિર, નવેમ્બર-૧૯૮૬**

• • • • •

સમાજનાં યુવાન-યુવતીઓ તથા વડીલોને આગ્રહભરી વિનંતી છે કે આપણો સમાજ હવે જાગૃતિ માંગે છે - સારા લેખકો, સારા વાચકો - વિચારકો - બૌદ્ધિકો - સમાજસુધારકોને આપની સમક્ષ ઉપસ્થિત કરવાના પ્રયત્નો સમાજની કારોબારી સમિતિએ અલગ અલગ પેટા સમિતિઓની રચના દ્વારા શરૂ કરી દીધા છે.

આવા કાર્યક્રમોમાં હાજરી આપવાનું કામ અમુક ચોક્કસ લોકોને સોંપીને સમાજનો મોટા ભાગનો વર્ગ પોતાના જીવનનિર્વાહની જવાબદારી નિભાવવામાં પડ્યો છે. પણ “વાણિયાઓ પૈસા જ કમાવી જાણે” એ તદ્દન સાચું મહેણું હવે ભાંગવાનો સમય પાકી ગયો છે.

ગૂર્જર ગ્રંથરત્નના સંચાલક શ્રી મનુભાઈ શાહ માને છે કે લોકોમાં જાગૃતિ લાવવાનું કામ તેમના જેવા પ્રકાશકોનું છે; અને એમ માનીને તેઓશ્રી ઘણીબધી મહેનત કરીને મોટી હસ્તીઓને આપણી સમક્ષ ઉપસ્થિત કરી છે અને તેમ છતાં આવી જવાબદારી સારી રીતે નહીં નિભાવી શકવાના વિચારે દુઃખી છે.

જ્યારે મારા મતે આ જવાબદારી દરેક વડીલની છે; જે એમ ઈચ્છે છે કે મારી આવતી પેઢી ‘૨૦૦૦ની સદીમાં પ્રવેશે’ તો કંઈક શીખીને, કંઈક બનીને પ્રવેશે. આ જવાબદારી દરેક ભણેલ માણસની છે; જેને આ લાભ પોતાના ભણતરના લીધે મળી શક્યો છે, કે મળી શકે છે. તેણે આ લાભ લોકો સુધી પહોંચાડવામાં મદદરૂપ કડી બનવાનું કામ કરવાનું છે.

આપણે કચ્છી જૈનો પૈસા કમાવવા ઉપરાંત જો આપણા બૌદ્ધિક સ્તરને ઉપર લઈ જવાનું કામ નહીં કરીએ; તો ઈતિહાસ સાક્ષી છે; કે જે પ્રજા માત્ર આર્થિક સધ્ધરતાના સહારે રહી છે; તેની આ સધ્ધરતા

લાંબું ટકી શકી નથી!!

એકવાર ડૉ. શ્રી કુમારપાળ દેસાઈએ કહ્યું હતું કે જૈનોનાં નામો કૌભાંડોમાં સૌથી વધુ વાર દેખાય છે; તેની જવાબદારી જૈનોની જ છે. કેમકે આપણે માત્ર પૈસા કમાવવાનું જ શિક્ષણ પુત્રોને આપીએ છીએ; અને કયો રસ્તો સાચો કે ખોટો છે તેની સમજ ન આપીએ; તો પુત્રો ગમે તે રસ્તે પૈસા કમાય!!

તો એક બહુ જ સારા સમાજના સભ્યો તરીકે આપણે સારા વિચારોનું વાતાવરણ ઊભું કરીને આપણી સમૃદ્ધિને શોભાવીએ!!

અને આવા કાર્યક્રમોની સામેથી તપાસ કરીને તેને માણીએ; એવો આજે મહાવીર જયંતીના રોજ નિયમ લઈએ.

**હીરેન શાહ - અમદાવાદ**  
**મંગલ મંદિર, એપ્રિલ-૧૯૯૯**

• • • • •

મંગલ મંદિર ભલે અમદાવાદના કચ્છી જૈન સેવા સમાજના મુખપત્ર તરીકે પ્રકાશિત થાય છે છતાં એમાં આવતા સમાચારોનું સંકલન / લેખો સમસ્ત કચ્છી જૈન સમાજ માટે માર્ગદર્શક બની રહે છે. વલોવતનમાં આવતા કચ્છ અંગેના ટૂંકા સમાચારો શ્રી પોપટલાલ નેણશી ધરોડના માર્ગદર્શન હેઠળ ચાર ચાંદ લગાવી જાય છે. રોજિંદા પત્રોમાં જે સમાચારો (આપણા માદરે વતન કચ્છના) અમે MISS કરીએ છીએ તે દર મહિને મંગલ મંદિરમાંથી મેળવતાં ખરેખર આનંદ થાય છે.

એવી જ રીતે વ્યક્તિત્વ વિકાસ અંગેની લેખમાળામાં હીરેન શાહ સમાજની પ્રગતિ માટે સોનેરી ચાવીઓ આપી રહ્યા છે, જે સમાજની એકે એક પ્રગતિ ઈચ્છતી વ્યક્તિ માટે માર્ગદર્શક બની રહેશે.

મંગલ મંદિર હંમેશાં પ્રગતિના પંથે રહે એ જ અભ્યર્થના.

**નાગજી હંસરાજ છેડા - મુલુંડ (મુંબઈ)**  
**મંગલ મંદિર- જૂન ૧૯૯૯**

• • • • •

## કચ્છી જૈન જ્ઞાતિઓની બહાર પરણતી

### બહેન-દીકરીઓના સભ્યપદ બાબત

મારી માહિતી પ્રમાણે ૨૧-૧૦-૧૯૯૯ ના રોજ ટ્રસ્ટ બોર્ડની મિટિંગમાં જે નિર્ણય લેવાયો છે તે મને યોગ્ય લાગ્યો નથી અને તેથી હું સ્પષ્ટપણે માનું છું કે આપણા સમાજની બહેન-દીકરીઓ જે કચ્છી જૈન જ્ઞાતિની બહાર પરણી હોય તે કચ્છી જૈન કહેવાય જ નહીં. તેથી તેને સભ્યપદ અપાય નહીં.

આપણું બંધારણ સ્પષ્ટ કહે છે કે કચ્છી જૈન હોય તે જ સભ્ય થઈ શકે છે. તેથી કચ્છી જૈન જ્ઞાતિ સિવાયની બહેન દીકરીઓ સભ્ય થઈ શકે નહીં.

આ અંગે સમાજના સર્વે સભ્યોને મારી નમ્ર વિનંતી છે કે આ બાબતમાં પોતાનાં મંતવ્યો સ્પષ્ટ રજૂ કરે અને આમાં કોઈની પણ

તમે જે બોલો છો એના વિશે કદાચ લોકોને શંકા થાય, પણ તમારા કર્મ વિશે કદી કોઈને શંકા થતી નથી.

શેહશરમ રાખ્યા વગર તાત્કાલિક સમાજને લખી જણાવે. આમાં કોઈએ પણ ઢીલ કરવાની નથી.

**બંસીલાલ મગનલાલ ગડા - નાના ભાડિયા**  
મંગલ મંદિર, એપ્રિલ-૨૦૦૦

• • • • •  
**કચ્છી જૈન જ્ઞાતિઓની બહાર પરણતી**  
**બહેન-દીકરીઓના સભ્યપદ બાબત**

એપ્રિલ - ૨૦૦૦ના “મંગલ મંદિર”ના અંકમાં “આંજો કાગર” વિભાગમાં શ્રી બંસીલાલ મગનલાલ ગડાએ વ્યક્ત કરેલા મંતવ્ય પ્રત્યે હું સંમત થાઉં છું. કચ્છી જૈન જ્ઞાતિની બહેન-દીકરીઓ જો કચ્છી જૈન જ્ઞાતિઓ બહાર લગ્ન કરે તો તેમને શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજનું સભ્યપદ મળવું જોઈએ નહીં. આ સવાલ વર્ષોથી આ સમાજની સભાઓમાં ચર્ચાય છે પણ સમાજના પદાધિકારીઓ જાણીજોઈને આ બાબતનો નિવેડો લાવવાનાં પગલાં ભરતા નથી; એટલું જ નહીં આ સાદા સવાલને ગૂંચવી નાંખે છે. ત્રણ-ચાર વર્ષ પહેલાં આવી બહેન દીકરીઓને સમાજના સભ્ય બનાવવાના ટ્રસ્ટ મંડળના ઠરાવને સામાન્ય સભાએ સ્વીકાર્યો ન હતો અને નક્કી કર્યું હતું કે આ માટે અલગ સામાન્ય સભા બોલાવી આ બાબતની ચર્ચા કરી નિવેડો લાવવો. પદાધિકારીઓએ સામાન્ય સભાના ઠરાવો પ્રત્યેનું સન્માન અને ઔચિત્ય ભૂલી, ફરી, જે ટ્રસ્ટ મંડળના ઠરાવને સામાન્ય સભાએ સ્વીકાર્યો ન હતો તે જ ટ્રસ્ટ મંડળમાં ફરી આ બાબત લાવ્યા; જે બાબત સામાન્ય સભાએ ટ્રસ્ટ મંડળ પાસેથી લઈ લીધી હતી તે જ બાબત ફરી ટ્રસ્ટ મંડળમાં લાવવાનો પદાધિકારીઓનો શું હેતુ હશે?

અમદાવાદના શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજના સભ્યો જો જાગૃત નહીં રહે તો આજે કચ્છી જૈન સમાજની જ્ઞાતિઓ બહાર પરણેલી બહેન-દીકરીઓને સભ્ય બનાવવાની વાત છે. કાલે આવી બહેન-દીકરીઓનાં પુત્ર-પુત્રીઓને સભ્ય બનાવવાની વાત આવશે (કારણ કે આવી બહેન દીકરીઓ આવા લગ્ન પછી જો કચ્છી જૈન વ્યક્તિ ગણાય તો તેમનાં પુત્ર-પુત્રીઓ પણ કચ્છી જૈન વ્યક્તિ જ ગણાય તેવી દલીલ આવશે) અને પરમ દિવસે તો તેમના પતિઓ અને પરિવારજનોને પણ આ જ દલીલથી આ સમાજનું સભ્યપદ અપાશે; એટલું જ નહીં, પછી તો કોઈ પણ કચ્છી વ્યક્તિ (તે જૈન ન હોય તોપણ) આ સમાજની સભ્ય બની શકે તેવી વાત આવશે. સરવાળે, આ સમાજ કચ્છી જૈન સમાજ મટી ફક્ત સામાન્ય સમાજ રહી જશે.

તેથી દરેક સભ્ય આ બાબતનો ગંભીરતાપૂર્વક વિચાર કરી, હવે આવતી સામાન્ય સભા મળે ત્યારે તેમાં હાજર રહી, કોઈની શેહ-શરમમાં આવ્યા વગર, પોતાનો મત વ્યક્ત કરે એવી વિનંતી છે.

**પોપટલાલ નેણશી ઘરોડ - અમદાવાદ**  
મંગલ મંદિર, મે-૨૦૦૦

• • • • •

શ્રી કચ્છી જૈન જ્ઞાતિ બહાર પરણેલી સમાજની સ્ત્રીઓ કચ્છી જૈન ગણાય જ નહિ. પછી તેના કચ્છી જૈન સેવા સમાજના સભ્યપદનો સવાલ ઊભો થતો જ નથી. એમને આ સમાજના સભ્ય બનાવવા જ નહીં. “મંગલ મંદિર”ના એપ્રિલ-૨૦૦૦ના અંકમાં શ્રી બંસીલાલ મગનલાલ ગડાએ જે વિચારો વ્યક્ત કરેલા છે, તે વિચારો સાથે મારી સંમતિ છે.

**માવજી ઘારશી કુરિયા - અમદાવાદ**  
મંગલ મંદિર, મે-૨૦૦૦

• • • • •

છેલ્લા ઘણા સમયથી સમાજનો આ પ્રશ્ન એક અગત્યનો - મહત્વનો પ્રશ્ન બની ગયો છે. આ અંગે મારા મનમાં જે કેટલાક પ્રશ્નો ઉદ્ભવ્યા છે તે સમાજ સમક્ષ મૂકી રહ્યો છું કે જેથી આ પ્રશ્નના ઉકેલ માટે સમાજની વ્યક્તિઓને થોડુંઘણું માર્ગદર્શન મળી રહે.

“લગ્ન” એ તો ઉપરથી નક્કી થાય છે, અર્થાત્ ઈશ્વરીય દેન છે. અને આ વાત લગભગ સર્વસ્વીકૃત છે. અને આના અનુસંધાનમાં કોઈ કચ્છી યુવતી અન્ય જ્ઞાતિમાં પરણે તો શું તે સભ્યપદથી વંચિત રહી જાય?

૨૦-૨૧ વર્ષ મા-બાપ સાથે વિતાવ્યા બાદ લગ્ન અન્ય જ્ઞાતિમાં કરે તો શું યુવતી માબાપની મટી જાય છે?

આજે જ્યારે આપણે ૨૧મી સદીમાં પ્રવેશ્યા છીએ ત્યારે સમાજની જ કોઈ એકલદોકલ યુવતી અન્ય જ્ઞાતિમાં પરણે તો તેને સભ્યપદથી વંચિત રાખી સામાજિક બહિષ્કાર કરાય તો તે કેટલું યોગ્ય ગણાય?

આપણો સમાજ જ્યારે સામાજિક પ્રવૃત્તિઓનો વિસ્તાર વિશાળ પાયા પર કરવા માટે પ્રવૃત્ત બને ત્યારે સમાજની જ એક પ્રવૃત્તિ મેડિકલ સેન્ટરનો લાભ સમાજના વિશાળ ફલક પર ફેલાય, સર્વ કોમની વ્યક્તિઓ તેનો લાભ લે તે માટે જાહેરાતો થાય, કેમ્પ યોજાય ત્યારે સમાજની જ કોઈ યુવતી કે જેણે ગમે તે કારણસર લગ્ન અન્ય જ્ઞાતિમાં કર્યા હોય તેવી યુવતીઓને સભ્યપદ જેવી વસ્તુથી પણ બાકાત રાખી, જાણે કે સમાજની સભ્ય બની સમાજનો ઘણો બધો લાભ લઈ જતી હોય એવી રીતે વર્તીએ ત્યારે આ પ્રવૃત્તિ સમાજના ઉત્કર્ષ માટે કેટલી યોગ્ય ગણાય? અને તેની બીજી બાજુએ બીજી કોઈ પણ જ્ઞાતિની યુવતી લગ્ન કરી કુટુંબમાં આવે તો તે આપોઆપ સભ્ય બની જાય એ કેટલું વિચિત્ર ગણાય?

આપણો સમાજ જ્યારે માત્ર કચ્છની જ હોય પછી ભલે તે ગમે તે જ્ઞાતિની હોય આવી યુવતીઓ પણ જ્યારે કોઈ સિદ્ધિ મેળવે તો ત્યારે સમાજને કાંઈપણ લેવાદેવા ન હોય તોપણ સમાજના માસિકમાં પણ તેના ઉલ્લેખ થતા હોય પણ સમાજના જ સભ્યની દીકરી માત્ર બહાર બીજી જ્ઞાતિમાં પરણે તો તેની સભ્ય તરીકે ગણના પણ ન કરાય કે સભ્યપદ પણ ન આપવું જોઈએ એના માટે સમાજનો ગણ્યોગાંઠ્યો વર્ગ સખત વિરોધ કરતો હોય જાણે કે બહાર પરણેલ યુવતીએ કોઈ

તમારા શબ્દો બોલે છે એના કરતાં કર્મ જાડું બોલી શકે છે.

મહાન દેશદ્રોહ કે સામાજિક દ્રોહ કર્યો હોય એ રીતે સભ્ય ન જ ગણવા જોઈએ એવું જાહેર કરતા હોય અને તેમના વિરોધ પછી આ સમસ્યા કાયમ સળગતી જ રખાતી હોય તો તે કેટલું યોગ્ય ગણાય?

આવા સમયે કે જ્યારે હવે સમાજના સર્વે ક્ષેત્રે યુવતીઓને સમાન અધિકાર અપાતા હોય ત્યારે આપણો સમાજ આ પ્રશ્ન સળગતો જ ન રાખે આથી સમાજના દરેકેદરેક વ્યક્તિઓએ પોતાના વિચારો દર્શાવી જે સત્ય - શ્રેય હોય એવું પગલું લેવું જોઈએ.

**ગુલાબચંદ દારશી રાંભિયા - અમદાવાદ**

**મંગલ મંદિર, મે-૨૦૦૦**

### આધારસ્તંભ લેખમાળા

“મંગલ મંદિર”માં શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના આધાર સ્તંભોની લેખમાળાના લેખો બહુ રસપ્રદ અને પ્રેરણાત્મક છે. આ આધારસ્તંભોની લેખમાળામાં વ્યક્તિ વિશેષોની રજૂઆત કરાવનાર લેખકો અને લેખિકાઓને સુંદર અને સચોટ રજૂઆત માટે ધન્યવાદ.

કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ અને તેના મુખપત્ર “મંગલ મંદિર”ના સંપાદન સાથે સુશ્રી ચંદ્રિકાબહેન દેઢિયા પ્રારંભથી અથવા શરૂઆતનાં વર્ષોથી સંકળાયેલાં છે. મેગેઝિનના સંપાદન અને પ્રકાશનની જવાબદારી નાનીસૂની હોતી નથી. ઘણી માથાકૂટ અને સખત મહેનત કરવી પડતી હોય છે. “મંગલ મંદિર” લગભગ નિયમિતપણે પ્રગટ થતું રહે છે એ પણ કાંઈ નાનીસૂની સિદ્ધિ ન ગણાય. “મંગલ મંદિર”એ અમદાવાદના કચ્છી જૈન પરિવારોને જોડતી એક મજબૂત કડી (ચેઈન) છે અને અરસપરસ આદાન પ્રદાનનું એક વર્કશોપ છે. ઉપરાંત અમદાવાદ શહેર બહારના અમારા જેવા તેના વાચકો અને ચાહકોને પણ તે ઉપયોગી માહિતી પ્રદાન કરે છે અને સેવા સમાજના અપ્રત્યક્ષ રીતે જીવંત સંપર્કમાં રહીએ છીએ તેવી લાગણીનો અનુભવ કરીએ છીએ અને એટલે જ તેના સંપાદનમાં સુશ્રી ચંદ્રિકાબહેન દેઢિયાની ભૂમિકા સરાહનીય છે. તેવી જ રીતે અન્ય જે પણ વ્યક્તિઓએ એમાં યોગદાન આપ્યું હોય અને મહત્વનો ભાગ ભજવ્યો હોય તેમની પણ આધારસ્તંભોની લેખમાળામાં વિશેષથી અલગ નોંધ લઈ તેમને પ્રોત્સાહિત કરવા જોઈએ.

શ્રી ચંદ્રકાંતભાઈ દેઢિયા અલબત્ત, એક મોટા ગજાના (હાઈ કેલીબર) દષ્ટિવંત નેતા - કાર્યકર છે અને આધારસ્તંભની લેખમાળામાં તેમના વિષેના લેખમાં સાથેસાથે ચંદ્રિકાબહેન દેઢિયા વિશે ઉલ્લેખ કરવામાં આવ્યો હતો એટલે તેમની અવગણના થઈ છે. પરંતુ તેમને પણ એક અલગ આધારસ્તંભ ગણીને તેમની પ્રશંસનીય કામગીરીને યોગ્ય દાદ આપવા નમ્ર વિનંતી છે. ભારતીય નારી લગ્ન પછી પોતાના અલગ અસ્તિત્વ અને વ્યક્તિત્વ પ્રગટ કરવાના તેમના સ્વાતંત્ર્યને આપણે સ્વીકારવું અને બિરદાવવું જોઈએ. ચંદ્રિકાબહેને પોતાની સક્રિય કામગીરીથી “ભાણભાઈ નેણશી કન્યા વિદ્યાલય” મુંબઈ અને શ્રી હીરજી ઘેલાભાઈ સાવલા વિદ્યાલય માટુંગા - મુંબઈનું નામ રોશન કર્યું છે.

આ આધારસ્તંભોની લેખમાળા પૂરી થયેથી, આ લેખમાળાના લેખોને પુસ્તિકા સ્વરૂપે પ્રગટ કરવાનું પણ મારું નમ્ર સૂચન છે. જેથી આ બધા ઘરદીવડાઓની ગૌરવગાથાઓ અને જીવનકથાઓ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના દરેક પરિવારના ઘરે હાજરાહજૂર હોય અને તેમાંથી પ્રેરણા લઈ આપણી યુવા પેઢી આપણને બીજી હરોળના આવા જ બીજા આધારસ્તંભો - નેતાગીરી પૂરી પાડે. સારા અને હેતુલક્ષી નક્કર કામ માટે આપણા સમાજમાં પૈસાની ક્યારેય ખેંચ પડી નથી, પરંતુ કસાયેલા, ઘડાયેલા, મૂલ્યનિષ્ઠ કાર્યકરો અને નેતાઓની ટીમ વગર મોટાં કામ સુપેરે પાર પડે નહીં. પ્રથમ કચ્છી જૈન ભવન અને હવે શ્રી કચ્છી વિશ્રામગૃહનો ભગીરથ પ્રોજેક્ટ જે રીતે કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદે પાર પાડ્યો તે દર્શાવે છે કે તમે બધા Honesty of Purpose ટીમ સ્પિરિટથી કામ કરો છો, બાકી તો આજે આપણા કચ્છી જૈન સમાજોમાં હુંસાતુંસીનો પાર નથી. બધા ટોમ, ડીક અને હેરી પોતાને નેતા સમજે છે, પછી ભલે તેમનામાં લીડ (Lead) કરવાની ક્ષમતા, સુસજ્જતા હોય કે ન હોય. એટલે તમારી આ ટીમ સ્પિરિટને બિરદાવું છું અને ભવિષ્યમાં આ ટીમ સ્પિરિટથી કચ્છી જૈન સેવા સમાજની સર્વાંગી પ્રગતિ નવાં નવાં સોપાનો સર કરે તેવી હાર્દિક શુભેચ્છા પાઠવું છું.

તમારે હાલે અથવા નજીકના ભવિષ્યમાં સમગ્ર ગુજરાતના કચ્છી જૈન સેવા સમાજના સંકલનની જવાબદારીનો ભાર વહન કરવો પડશે, કારણ કે એક તો અમદાવાદ સેન્ટરમાં છે અને તમારી સંસ્થા સુસજ્જ કાર્યક્ષમ અને મજબૂત છે એટલે તમે લોકો CATALISTની ભૂમિકા ભજવશો તો જ આ કામ પાર પડશે, સાથે સાથે તેમાં વડોદરા - સુરત - વલસાડ - કચ્છ - સર્વ જિલ્લા અને શહેરોનાં આપણા ભાઈ બહેનોએ પણ જરૂરી સાથ સહકાર તમને આપવો જોઈએ.

બીજો પ્રોજેક્ટ અમદાવાદ ખાતે એક ભવ્ય કચ્છી સંસ્કૃતિ ભવન ઊભો કરવાનો છે. જેની વિભાવનામાં કચ્છનો ઇતિહાસ, કળા - કચ્છી સાહિત્ય, કચ્છી કળા - કારીગરી કસબ તેમજ કચ્છી ભાષા-સાહિત્ય વગેરેનું દર્શન અને રસદર્શન કરાવે તેવું મ્યુઝિયમ જેવું કાંઈક પ્રોજેક્ટ કરવાનું છે. બહુ મોટું કામ છે અને લાંબી ચર્ચા વિચારણા માગે છે. આમાં સરકારી સહાય પણ કદાચ મળી શકે.

**જેઠાલાલ ગાલા - ગાંધીધામ**

**મંગલ મંદિર, ઓક્ટોબર-૨૦૦૦**

અમો મદ્રાસથી અમદાવાદ આવ્યા. આવવાનું કારણ - મારાં પત્ની ઈન્દિરાના બંને પગનાં ઘૂંટણના જોઈન્ટ બદલીનું ઓપરેશન. મદ્રાસ, મુંબઈ અને અમદાવાદ ત્રણે જગ્યાઓના નામી ડોક્ટરોનાં - ઓપરેશન તેનાં પરિણામો તેમજ બીજી અમુક બાબતોનો વિચાર કરતાં અમારી પસંદગી અમદાવાદના ડૉ. વિક્રમ શાહ પર ઊતરી.

અમોએ અમદાવાદની અને આપણા પાલડી ખાતેના કચ્છી જૈન ભવનની મહેમાનગતિ પણ માણી. અહીં અમને ઘર જેવું હૂંફાળું વાતાવરણ મળ્યું. ઘૂંટણનું ઓપરેશન જે હાર્ટના ઓપરેશન જેવું જ

**માણસને ચંદ્ર પર મૂકવો એ સાહસિકતા જ છે, પણ માણસને પૃથ્વી પર સ્થિર રાખવો એ નાની સૂની વાત નથી.**

નહીં પણ વધારે પીડાદાયક હોય છે. આવું ઓપરેશન બહારગામ કરાવવું એટલે વધારે મુશ્કેલીઓનો સામનો કરવો એમ લાગે. પણ જરૂર પડ્યે અડધી રાત્રે પણ ફોન કરી બોલાવી લેવાની તૈયારી નીચેના મહાનુભાવોએ બતાવી ત્યારે અમારી આવનારી બધી જ તકલીફોનો બોજ જ જાણે અદૃશ્ય થઈ ગયો.

એ હતા શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજનાં ડૉ. ચંદ્રકાંતભાઈ દેઢિયા, શ્રી હીરજીભાઈ પાસુભાઈ, શ્રી નીતિનભાઈ ધનજી ગાલા તેમજ ઈન્ડિયન બેંકના મેનેજર શ્રી કાંતિભાઈ ડી. કુરિયા. અમો તેઓ સહુના ખૂબ ખૂબ આભારી છીએ.

આ ઉપરાંત અમો અમારા માટે જરૂર પડે રક્તદાતાઓની ગોઠવણ કરનાર ભવનના મેનેજર શ્રી જિગેશભાઈ તેમજ અમોને મળેલ દરેક પ્રકારના સહકાર બદલ ભવનના અન્ય ઓફિસ સ્ટાફનાં પણ આભારી છીએ.

**દિનેશ ઘનજી પેથાણી (દેઢિયા) (બીદા - મદ્રાસ)**

**[નોંધ : સંસ્થાની પ્રવૃત્તિઓના પ્રત્યક્ષ અનુભવથી પ્રભાવિત થઈને શ્રી દિનેશભાઈએ શ્રી કચ્છી જૈન ભવનના પાલડીના રૂમ નં. ૪૧૧ માટે રૂ. ૧,૨૧,૦૦૦/- (અંકે રૂપિયા એક લાખ એકવીસ હજાર પૂરા)નું અનુદાન માતૃશ્રી સાકરબહેન ધનજી વીજપાર પેથાણીના નામે શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદને આપવાનું જાહેર કરેલ છે. - ધન્યવાદ.**

**ચંદ્રિકા દેઢિયા - સંપાદક**  
**મંગલ મંદિર, ડિસેમ્બર-૨૦૦૦**

• • • • •

### સમાજની કામગીરી

એપ્રિલ મહિનાનો અંત શરૂ થાય તે પહેલાં એક વહેલી સવારે શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજના એક અગ્રણી સ્થાપક ટ્રસ્ટી અને મારા મિત્ર એવા શ્રી હીરજીભાઈ પાસુ શાહે કચ્છની મુલાકાતનું તાત્કાલિક આમંત્રણ આપ્યું અને મારી કેટલાંય વર્ષોની એષણા, મારી એક વખતની કર્મભૂમિ અને પ્રેરણા ભૂમિ એવા કચ્છની મુલાકાતનું સ્વપ્ન પૂરું થવાની શક્યતા ઊભી થઈ. ૨૬ જાન્યુઆરીના ધરતીકંપ પછી શૂન્યમાંથી સર્જન કરી શકે, કુદરતી આફતોની સામે પણ ટક્કર ઝીલી શકે એવી કચ્છી પ્રજાને પડકાર ઝીલતાં જોવાનો.

જરૂરિયાતવાળા બેઘર કુટુંબોને પછી તે ગમે તે જ્ઞાતિની હોય, પણ જે થઈ શકે તે મદદ કરવાની ભાવનાથી ઉપાડેલ અનેક કામો પૈકી કામચલાઉ આવાસો જુદાં જુદાં ગામો અને ભુજમાં બાંધવાની યોજના અંતર્ગત આવાસ વિતરણ કાર્યક્રમો નજીકથી જોવાનો અને એના એક ભાગ તરીકે હાજર રહેવાનો મોકો મળ્યો. શેરડી ગામે દસ આવાસો કચ્છનું અગ્રણી દૈનિક “કચ્છમિત્ર”ના તંત્રી શ્રી કીર્તિ ખત્રીના હસ્તે અર્પણ થયા. શ્રી કીર્તિભાઈની મુલાકાત વખતે જ ખ્યાલ આવ્યો કે દૃઢતા દૃઢના સમય દરમિયાન જ્યારે મારી કર્મભૂમિ કચ્છ હતી ત્યારના મારા પ્રેરણામૂર્તિ ડૉ. જયંત ખત્રીના સુપુત્ર બીજા કોઈ

નહીં પણ કીર્તિભાઈ છે. ડૉ. જયંત ખત્રી કે જેમણે મને જીવનની મુશ્કેલીઓ સામે ઝઝૂમવાની અને નાસીપાસ નહીં થવાની પ્રેરણા આપી હતી. માંડવી ખાતે શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ દ્વારા સમાજોપયોગી એવા બે પ્રસંગોએ હાજર રહી, સેવાપ્રવૃત્તિ જોવાનો અવસર મળ્યો. માંડવી જૈન યુવક સંઘે યોજેલા તથા શ્રી ગોસ્વામી જ્ઞાતિના સમૂહલગ્નોમાં નવયુગલોને શુભેચ્છા રૂપે ઘરવખરીની સામગ્રીની કીટ નાત-જાત, ધર્મના ભેદભાવ વગર આપવામાં આવી. સમાજ સેવા કેટલી સરસ રીતે થઈ શકે છે!

આ ઉપરાંત અબડાસા તાલુકાના બાંઢિયા ખાતે ૧૫ આવાસો બાંધી ગુજરાત સરકારના કચ્છ માટેના પ્રભારી મંત્રી શ્રી હેમંતભાઈ ચપટવાલાના હસ્તે અને ડૉ. ચંદ્રકાંત દેઢિયાના પ્રમુખપદે અપાવી સુંદર દાખલો બેસાડ્યો. તદ્દુપરાંત તે જ દિવસે કોઠારાની સાર્વજનિક હોસ્પિટલના મકાન બાંધકામ માટે રૂ. ૬૦ લાખના માતબર ફાળાને કોઠારાની જનતા કેવી રીતે ભૂલી શકશે.

આ ઉપરાંત ભુજ ખાતે ૧૨ કામચલાઉ આવાસો બાંધી શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદે બીજી સંસ્થાઓને પ્રેરણા આપી. તદ્દુપરાંત શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ દ્વારા આયોજિત અને ગુજરાત સરકારના ભૂતપૂર્વ મંત્રી શ્રી બાબુભાઈ મેઘજી શાહની રાહબરી નીચે લાકડિયા ખાતે બંધાયેલા ૬૦ કામચલાઉ આવાસો તથા મહિલા સંસ્થાને ધરતીકંપથી થયેલ નુકસાનમાંથી કેવી રીતે ફરીથી જીવનને ધબકતું કરવાની કાર્યવાહી ચાલે છે તે પણ જોયું / જાણ્યું.

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના ટ્રસ્ટીઓ શ્રી અશોકભાઈ મહેતા, શ્રી હીરજીભાઈ શાહ, ડૉ. ચંદ્રકાંત દેઢિયા, શ્રી મુરજી નરશી લોડાયા, શ્રી વિરેન્દ્રભાઈ લોડાયા તથા તે ઉપરાંત વિશ્વ ગુજરાતી સમાજના પ્રતિનિધિ શ્રી સત્યમ પટેલ વગેરે સાથે સત્સંગનો લાભ લીધો. આ સર્વેનો હું ઋણી છું અને મારાથી થઈ શકતી કોઈપણ સેવા સમાજને આપવા તત્પર છું.

**પ્રમોદભાઈ બનાતવાલા - અમદાવાદ**

**મંગલ મંદિર, ઓગસ્ટ-૨૦૦૧**

• • • • •

### શૈક્ષણિક સહાય

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ તરફથી અનેક પ્રવૃત્તિઓ કરવામાં આવે છે, જે ખરેખર પ્રશંસનીય છે.

મારાં કેટલાંક સૂચન / વિચાર શક્ય હોય તો યોગ્ય રીતે મંગલ મંદિરના આગામી અંકમાં પ્રગટ કરવા વિનંતી.

શ્રી કચ્છી જૈન સમાજ વિદ્યાર્થીઓને ઉચ્ચ અભ્યાસ માટે આર્થિક મદદ કરે છે, જેનો લાભ સમાજના ઘણા વિદ્યાર્થીઓ લે છે.

સરકાર તરફથી હાઈસ્કૂલ તેમજ કોલેજને “સેલ્ફ ફાઈનાન્સ” તરીકે ચલાવવાની મંજૂરી આપવામાં આવે છે. જે રૂ. ૧૦,૦૦૦/- કે તેથી વધારે ફી લે છે.

**પ્રાપ્તિ અને સફળતા વચ્ચે પણ ભેદ હોય છે, પ્રાપ્તિ તમારી મહેનતનું પરિણામ છે અને સફળતા એ તમારી પ્રાપ્તિની પ્રશંસા છે.**

આ ઉપરાંત ઉચ્ચ અભ્યાસક્રમમાં પેમેન્ટ સીટ ઉપર પણ ખૂબ જ ઊંચી ફી લેવામાં આવે છે. જે સામાન્ય રીતે સમાજના દરેક પરિવારને પોષાય નહીં. જેથી ઘણા વિદ્યાર્થી નાછૂટકે અન્ય અભ્યાસક્રમમાં જોડાઈ પોતાના ભવિષ્યને સામાન્ય બનાવે છે.

આ માટે જો આપણા સમાજ તરફથી જે વિદ્યાર્થી / વાલી આર્થિક લાભ લેવાને બદલે લોન લેવા ઈચ્છતા હોય તો તેમના માટે વગર વ્યાજની લોનની વ્યવસ્થા કરાય, તો તે સમાજના ઘણા પરિવારો માટે ઉપકારક સાબિત થશે.

ધોરણ-૧૦થી સામાન્ય રીતે મોટાભાગના વિદ્યાર્થીઓને ટ્યૂશન / ક્લાસીસ જોઈન્ટ કરવાની ફરજ પડે છે. ખાસ કરીને સાયન્સ લાઈનમાં ટ્યૂશન ફી આશરે રૂ. ૨૫થી ૫૦ હજાર જેટલી થાય છે.

આ માટે આપણા સમાજ પાસે પાલડીમાં વિશાળ જગ્યા છે. જેમાં ટ્યૂશન ક્લાસીસ રાહત દરથી ચલાવવામાં આવે તો ઘણાં વિદ્યાર્થી તેનો લાભ લઈ શકે.

આવા ટ્યૂશન ક્લાસીસ શક્ય હોય તો આપણા સમાજનાં ભાઈ-બહેનો દ્વારા ચલાવવામાં આવે અને તે માટે તેઓને વિદ્યાર્થી દીઠ કમિશન આપવામાં આવે.

દર વર્ષે આપણા સમાજ તરફથી વિદ્યાર્થીઓને પુરસ્કાર આપી પ્રોત્સાહિત કરવામાં આવે છે. શક્ય હોય તો સમાજ તરફથી દરેક વિદ્યાર્થીને અભ્યાસક્રમ મુજબ પુસ્તકો આપવામાં આવે, જે વર્ષ પૂરું થતાં પરત લઈ, બીજા વરસે બીજા વિદ્યાર્થીને આપી શકાય.

આ માટે પુસ્તકની કિંમતના ૨૦ થી ૨૫ ટકા ચાર્જ લેવામાં આવે તો પણ વિદ્યાર્થીઓને ફાયદો થશે.

મારા ઉપરોક્ત સૂચનો ઉપર સમાજનાં બીજાં ભાઈ-બહેનો પણ પોતાના વિચારો પ્રસ્તુત કરશે તો તે સમાજ માટે પ્રેરણારૂપ નીવડશે.

**નવીનચંદ્ર વી. મહેતા - અમદાવાદ**  
મંગલ મંદિર, ઓગસ્ટ-૨૦૦૧

• • • • •

મંગલ મંદિરના ઓગસ્ટ-૨૦૦૧ના અંકમાં શૈક્ષણિક સહાય બાબતમાં શ્રી નવીનચંદ્ર મહેતાના લખેલ પત્રના અનુસંધાનમાં લખું છું.

હું નવીનચંદ્રભાઈના વિચારો સાથે સહમત થાઉં છું. વગર વ્યાજે લોન આપવી, જેથી તે ભણીગણી કમાતો થાય ત્યારે માસિક હપ્તાથી લોન પરત કરે તો બીજાને મદદરૂપ થાય. તેમને પણ આગળ જતાં સંસ્થાને સહાય કરવાની ઈચ્છા થશે કારણ કે એને એમ થાય કે જે કંઈ હાલમાં હું છું તે આ સંસ્થા થકી છું.

બુક બેંક ચાલુ કરવાથી ઘણા વિદ્યાર્થીઓને સહાય થશે તે પણ યોગ્ય છે. મુંબઈમાં તથા બીજાં શહેરોમાં ઘણા સમાજો આ કાર્ય ચલાવી રહ્યા છે.

હાલમાં જે સમાજો કે સંસ્થા આ સહાય આપે છે તેમને આ

સહાયમાંથી ભણેલાં બાળકો જ બીજાને ભણવા માટે લોન પરત કરી વધારાની સહાય સંસ્થાને કરે છે. જેથી વધુ ને વધુ બાળકો આ લાભ લઈ શકે છે.

સમાજને વિનંતી કરું છું કે, સૌથી પહેલાં વગર વ્યાજની લોન તથા બુક બેંકની સગવડ ચાલુ કરે, જેથી આપણા સમાજનાં બાળકો આર્થિક નબળાઈને કારણે ભણતરથી વંચિત ન રહે.

આપણા સમાજનું દરેક બાળક ભણી ગણીને પોતાના પગ પર સ્વમાનભેર ઊભું રહે.

**નિરંજન પૂનમચંદ મૈશેરી - અમદાવાદ**  
મંગલ મંદિર, સપ્ટેમ્બર-૨૦૦૧

• • • • •

‘મંગલ મંદિર’ આવે છે. સમયસર વાંચું છું. ખૂબ સારું સંકલન હોય છે.

**રામજી ઠાકરશી દેદિયા - અંધેરી, મુંબઈ**  
મંગલ મંદિર, જુલાઈ-૨૦૦૨

• • • • •

## આધારસ્તંભો

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના “આધાર સ્તંભો”ને ખરેખર સમગ્ર કચ્છી જૈન સેવા સમાજને ધાર્યું પરિણામ લાવનાર પરિભળો તરીકે નવાજવા જ પડશે. કઠિન પરિશ્રમનું સુંદર પરિણામ નજરે જોઈ શકીએ છીએ. નાના મોટા સૌ કાર્યકર્તાઓ, સમિતિઓના કન્વીનરો, ટ્રસ્ટીઓ, આધાર સ્તંભો - આપ સૌનાં સુંદર કાર્યો માટે અભિનંદન....

‘મંગલ મંદિર’માં સુવિચારો, પ્રોત્સાહક - પ્રેરણાદાયક ટ્યુકડા લેખો માટે એકાદ પૃષ્ઠ વધુ ફાળવશો એવી અપેક્ષા. ધન્યવાદ.

**અશોક નાનજી હરિયા - વડોદરા**  
મંગલ મંદિર, સપ્ટેમ્બર-૨૦૦૨

• • • • •

## એક સફળ પ્રયાસ

કચ્છના રણને અઢેલીને આવેલું એક નાનકડું ગામડું નીરવ રાત્રિને આલિંગન આપતું ભરનિદ્રામાં પોઢી ગયું છે. મધ્યરાત્રિ ઢળવા આવી છે. ઓચિંતી આંખો ખૂલી જાય છે. આશ્ચર્ય સાથે કાને અથડાય છે, શબ્દોને સાથ આપતો.... સૂનકાર રાતને છલકાવતો કોઈ વાદ્યનો ધોર ગંભીર નાદ. રાત્રિનું સમગ્ર અસ્તિત્વ એ વાદ્યના નાદમાં જાણે ઘૂંટાઈ રહ્યું હતું. સંગીતનો આટલો ઉન્માદ - આટલો નશો તો મહાનગરમાં પણ માણવા નહોતો મળ્યો. જેમ નાગ મુરલીની ધૂન પાછળ દોડતો આવે તેમ હું એ સંગીતના સગડ મેળવતો ઠેઠ હરિજનવાસે આવી પહોંચ્યો. ભજન મંડળી જામી હતી. એક ભજનિક પોતાના મધુર કંઠ વડે ગાઈ રહ્યો હતો અને એક નાનકડું વાજિંત્ર

મોટાભાગના માણસો ઝઘડતા એટલા માટે હોય છે, કારણ કે એ લોકો દલીલ નથી કરી શકતા.



કલ્પનામાં ન આવે એટલું નાનકડું ફક્ત બે હોઠોની વચ્ચે સમાઈ ગયું હતું. એના એક છેડાના તાર પર વગાડનારની આંગળીનો જાદુઈ સ્પર્શ થતો હતો. એમાંથી ઊપસતું હતું અમરાપુરીની યાદ આપતું સંગીત!!!

હા, એ વાદ્ય હતું “મોરચંગ”

અર્ધી સદી પહેલાંની આ ઘટનાની યાદ અપાવી “મંગલ મંદિર”ના ૩૦૦માં અંકમાં “મોરચંગ” વિશે પ્રકટ થયેલા લેખે. તે સમય હતો... સીમમાં ઘેટાંબકરાં ચરતાં હોય, એમનો માલિક એકાદ ઝાડના થડને અઢેલી મોરચંગ વગાડતો હોય. આવાં દૃશ્યો ત્યારે ગામડે ગામડે સામાન્ય હતા અને આજે અડધી સદી પછી સંભળાય છે કચ્છમાંથી મોરચંગના વગાડનારા વિદાય થઈ રહ્યા છે. મન ગમગીન થઈ ગયું.

‘મંગલ મંદિર’માં પ્રકાશિત થયેલ “મોરચંગ” વિશેનો લેખ એક નાનકડા વાદ્યની કેટલી બધી માહિતી આપે છે! કેટલા એના પ્રકાર! કેટલાં એનાં નામ! કેટકેટલા પ્રદેશોમાં એનું અસ્તિત્વ! આવો સંશોધનાત્મક લેખ ભાગ્યે જ હાથમાં આવે. ‘મંગલ મંદિર’ અને તે લેખના લખનાર બંનેને ધન્યવાદ આપું છું.

સાધારણ રીતે જાહેર સંસ્થાઓનાં આવાં મુખપત્રો બહાર પડે છે ત્યારે તેમનું અસ્તિત્વ તસવીરો અને જાહેરાતોમાં ખોવાઈ જતું હોય છે. ‘મંગલ મંદિર’માં ‘મોરચંગ’ વિશેનો લેખ વાંચ્યા પછી જેમ જેમ પાનાં ફેરવતો ગયો તેમ તેમ એક પછી એક સાહિત્યના રત્નો ઉપસતાં ગયાં.

“સાતથી વધુ ફોલ્ટ” નિષ્ણાત હોય તે જ આવું લખી શકે. એક અન્ય લેખ છે “કચ્છ અને તેની પાણીની સમસ્યા” કચ્છમાં વહેલામાં વહેલી તકે નર્મદાનાં નીર મળી રહે તે માટેનો વ્યવહારિક ઉકેલ સૂચવ્યો છે આ લેખમાં. “તવારીખે કચ્છ”, “કચ્છની સંસ્કૃતિના આરાધક”, “કચ્છના નરબંકા”, “કચ્છમાં નોંધાયેલા ભૂકંપોની યાદી”, “કચ્છી સર્જકો”, “પગી”, “ગાંડો બાવળ”, “કલ્પસર યોજના” અને અન્ય ઘણું બધું મંગલ મંદિરનો પ્રયાસ સફળ થયો છે. અમારી વાચનભૂખ સંતોષાઈ છે. આ અંકના સર્જકોને ખૂબ ખૂબ અભિનંદન.

ટોકરશી વોરા - હૈદરાબાદ

મંગલ મંદિર, મે-૨૦૦૩

• • • • •

આતુરતાપૂર્વક રાહ જોઈને બેઠો હતો તે એક શુભ દિવસે કૂરિયરે હાથમાં આપ્યું. ખોલીને જોયું તો મારું પ્રિય માસિક “મંગલ મંદિર” અંક ૩૦૦. કચ્છી જેન સમાજ પ્રથમ પાનાનું લખાણ વાંચ્યું. ધીરજ ખૂટી ગઈ. સંપાદિકાની કલમે વાંચ્યું, અનુક્રમણિકા જોઈ, ધીરજ ખૂટી ગઈ. એક સ્થળે બેસીને મોટા ભાગનાં તમામ લખાણો જાહેરખબરો સહિત વાંચ્યાં. આંખ થાકી જાય ત્યારે પાણી છાંટીને પણ એક જ બેઠકે પૂરું કર્યું.

અંક ૩૦૦ના તમામ લેખો, માહિતીસભર, જાણ્યું જોયું

અનુભવ્યુંની અનુભૂતિ કરાવી. જે વસ્તુનો ખ્યાલ નહોતો તેની માહિતી પણ મળી. સમાજે અથાગ પ્રયત્નો વડે કરેલી સગવડતા તેમજ નવા કામોના સ્વપ્ન સંપત્તિ સમાજનાં લખાણો વાંચી - સમાજને કેટલું વધારવા કોશિશ કરી રહ્યા છે તે જાણ્યું. પ્રભુ સ્વપ્ન સિદ્ધ કરવાની શક્તિ અર્પે એ જ પ્રાર્થના.

અંક પાછળ લીધેલી મહેનત - સમય - ધીરજ અને શાંતિ કાબિલે દાદ માંગી લે છે.

અંક ૩૦૦ ભવિષ્યની પેઢી માટે એક રેફરન્સ બુક તરીકે ખ્યાતિ મેળવશે એ વિશે શંકા નથી.

વાંચવાનું પૂરું કર્યું ત્યારે મોઢામાંથી શબ્દો નીકળી ગયા પાંજો કચ્છ અદ્ભુત અદ્ભુત.

અંતમાં આધારસ્તંભ મણકો-૧૩માં એક સૂચન છે. સંપાદિકાને બદલે તંત્રી એ શબ્દને હું પણ દોહરાવું છું. ભવિષ્યમાં ‘મંગલ મંદિર’ના સંપાદિકાને બદલે તંત્રી શબ્દ વાંચી અત્યંત પ્રસન્ન થઈશ.

ઈશ્વર આપને - સદાબહાર - આયુષ્યની સાથે તંદુરસ્તી બક્ષે અને સમાજને વરસો સુધી આવી અને ઈતર પ્રવૃત્તિઓ આપતા રહો એ જ શુભકામના સાથે.

હીરાબાઈ દોશી - અમદાવાદ

મંગલ મંદિર, મે-૨૦૦૩

• • • • •

આત્મિયજન ડૉ. ચંદ્રકાંતભાઈ,

નમસ્કાર. પ્રસન્ન કુશળ હશે. દેરાવાસી મહાજનના ટ્રસ્ટી તરીકેની થયેલી મારી વરણી બદલ અભિનંદન આપતો તમારો પત્ર મળ્યો હતો. પહોંચ લખવી હતી પણ સરકારી દફતર જેવી નહીં, થોડી મોડી પણ મોળી તો નહીં જ. પત્ર બદલ હૃદયપૂર્વક આભાર માનું છું.

લગભગ ૨૭ વર્ષના દીર્ઘકાળ પછીની એકહથ્થુ સત્તા જ્યારે ઊથલી પડે ત્યારે તેના વહીવટ પર જામેલા મેલના પોપડા ઉખેડવા અને તેનું નવનિર્માણ કરવા જે સમય, શક્તિ, દૃઢતા અને ધીરજ જોઈશે. કદાચ એ જ અમારી કસોટી હશે. સંસ્થાની આરસી સમી અનુપલબ્ધ મિનિટ્રસ બુક્સ, હાજરી બુક્સ, ચેરિટી કમિશનર સાથેનો પત્રવ્યવહાર, બીજા અનેક દસ્તાવેજો ઉપરાંત ખુરશી બચાવવા માટે કાનૂની તજવિદો પાછળ ખર્ચાયેલી આઠ આંકડાની રકમો અને એની પાછળ છુપાયેલો ભ્રષ્ટાચાર આ બધું જ વિચારું છું ત્યારે થાય છે કે, દેરાવાસી મહાજનના ઈતિહાસનું કાળું પાનું તો કદાચ કાલે લોપાઈ જશે પણ સમાજના વીતી ગયેલા સુવર્ણકાળનું શું? આપણી એક સમગ્ર પેઢી ઉત્તરદાયિત્વ વિનાની રહી ગઈ.

આ તો સારું થયું કે સમાજના નબળા અને મધ્યમ વર્ગના શૈક્ષણિક, આર્થિક અને સામાજિક ઉત્થાન માટે સેવા સમાજે પોતાને ખભે ભાર ઝીલી આ વિશાળ સમાજને સેવાની શુંખલાથી જોડી રાખ્યો. અન્યથા સ્વયંસંચાલિત માહિતીના આ યુગમાં આપણે અંધારાં ઉલેચવા

પ્રતિભા એ ગરીબ માણસની સંપત્તિ છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

પડત.

બેર, જે થયું તે. કરોડોની મિલકત ધરાવતા દેરાવાસી મહાજનના દીપને પ્રકટતો રાખવા અમે ઈધણ પૂરીશું. મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી તરીકેની જવાબદારી વહન કરવા આપશ્રી જેવા સહૃદયી મિત્રોની શુભેચ્છા અને માર્ગદર્શન મળી રહેશે.

બખરપત્રિકાનું બદલાયેલું ક્લેવર આપે જોયું હશે. ધીમી પણ મક્કમ ગતિ અને વહીવટી પારદર્શકતા એ અમારો મુખ્ય ધ્યેય હશે. રાહ જોઈએ; આવનારો સમય જ એ વિશે વધુ કહી શકશે.

“મંગલ મંદિર” દ્વારા અમદાવાદના આપણા સમાજની પ્રવૃત્તિઓ અને ગતિવિધિઓ વિશે જાણી શકું છું. સાંપ્રત અંક ખૂબ ખૂબ સુંદર બન્યો છે. “ધર્મ અને સમાજ” પરના મારા વિચારોને આ ગૌરવદાયી અંકમાં સ્થાન મળ્યું છે એ બદલ હર્ષ અનુભવું છું.

અમદાવાદના આપણા સમાજે ભરેલી હરણફાળ આપ સહુની, વિશેષતઃ આપશ્રીની દીર્ઘદૃષ્ટિ, નેતૃત્વ અને સંગઠનનું પરિણામ સમજું છું.

ભાઈ અશોક મારા પૂર્વાશ્રમના સહાધ્યાયી છે. નર્મદા વિષયક તેમના લેખ બે માથોડા લઈને વહેતી નદીના પૂરની જેમ માથેથી વહી જાય છે, છબછબિયાં પણ શક્ય નથી બનતા.

શ્રી કાંતિભાઈ સાવલા પણ તાજેતરમાં એક લગ્નમાં મળ્યા હતા. સહુને મારા પ્રિય સ્મરણ.

આપશ્રીની શક્તિ અને સામર્થ્યનો લાભ કચ્છી પ્રજાને વિશેષ ને વિશેષ મળતો રહે એવી અભ્યર્થના સાથે.

ભવદીય,

પણાલાલ ખીમજી છેડા - મુંબઈ  
મંગલ મંદિર, જૂન-૨૦૦૩

• • • • •

પ્રત્યેક અંકની જેમ “મંગલ મંદિર”નો જુલાઈ-૨૦૦૩નો આખો અંક વાંચીને ખુશ થઈ ગયો. સાંપ્રત કાળમાં સામાયિક ચલાવવું, નિયમિતતા જાળવીને સાતત્યપૂર્વક પ્રકાશિત કરવું એ લોઢાના ચણા ચાવવા જેવું કપરું કામ છે. તે છતાં આપે એક સુંદર સામયિક પ્રકાશનના કપરા કામને જે રીતે આસાન બનાવ્યું છે તે અવશ્ય સરાહનીય છે. ખરેખર આપ સૌને તથા સર્વ સહયોગીઓને ધન્યવાદ.

“આંજો કાગર” વિભાગ વિચારવિનિમય માટે ઉપયોગી પ્લેટફોર્મ છે એ જરૂર નોંધવું જોઈએ. જુલાઈના અંકમાં મા. શ્રી જેઠાલાલભાઈ ગાલાએ કચ્છના કેટલાક પ્રશ્નો સંદર્ભે જે ઉપયોગી વિગતો છણાવટપૂર્વક રજૂ કરી છે તે અનુમોદનીય છે. કચ્છના વિકાસ અને સમૃદ્ધિ ચાહતા લોકો માટે શ્રી જેઠાલાલભાઈ ગાલાએ પ્રેરક માર્ગદર્શન આપ્યું છે એમ કહી શકાય. તેમાંય કચ્છના વિશાળ વિસ્તારની દૃષ્ટિએ વિધાન સભ્યો અને ધારાસભ્યોની સંખ્યામાં વધારો થવો જ જોઈએ, તેમની એ વાત ખૂબ જ ગમી. સામાજિક, સાંસ્કૃતિક, સાહિત્યિક, શૈક્ષણિક અને અન્ય વિકાસને લક્ષ કરતા જે પત્રો પ્રગટ થાય છે તે “આંજો કાગર”ના ઘરેણારૂપ શણગાર સમા ઉપયોગી હોય છે.

આ રીતે મૂલવીએ તો “મંગલ મંદિર” દ્વારા જનજાગૃતિના અને પ્રતિભા પ્રસારવા જેવાં ઉપયોગી કાર્યો થઈ રહ્યાં છે તે નોંધપાત્ર બાબત છે.

કચ્છી નઉં વરે (સં. કુંજલતા ગાલા), મેઘરાજાને પ્રાર્થના (અનિલ મોતા) સાથે અન્ય વાચન સામગ્રી વાંચી રાજપાની લાગણી અનુભવી. સૌને ધન્યવાદ.

બાબુલાલ ગોર - ભુજ  
મંગલ મંદિર, ઓગસ્ટ-૨૦૦૩

• • • • •

વિષય : વાનગીઓ અંગે...

મહોદય, સવિનય જય જિનેન્દ્ર સાથે જણાવવાનું કે મંગલ મંદિર ભરપૂર માહિતીસભર બહાર પાડવામાં આવે છે તે બદલ અભિનંદન.

ટાઈટલ પેજમાં દર્શાવ્યા પ્રમાણે કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદનું આ “મુખપત્ર” છે એમ દર્શાવેલ છે.

કોઈપણ ફીરકાના જૈન સમાજમાં કંદમૂળ અને તેમાં પણ કાંદા-બટાટા અને લસણ ખાવાની છૂટ આપવામાં આવી નથી.

જુલાઈ ૨૦૦૩ અને અગાઉના અંકોમાં વિવિધ વાનગીઓ કેવી રીતે બનાવવી, તેની માહિતી પૂરી પાડવામાં આવેલ છે. જુલાઈના આ અંકમાં નવ વસ્તુઓ બનાવવાની માહિતી છે. તેમાં એક સિવાયની બધી જ વાનગીઓમાં કાંદા - બટાટા, ગાજર, આદિની જરૂરિયાત બતાવી છે અને તમે તેને પ્રેમથી છાપી પણ છે.

વ્યક્તિ કરતાં સમૂહનું પાપ ઘણું જ મોટું હોય છે. ઘરે વ્યક્તિ ગમે તે કરતો હોય તે તેનું પાપ છે, પરંતુ આખા સમાજને જે માહિતી પૂરી પાડી ખાવાની સલાહ આપવી તે સમષ્ટિનું ગુણાકારનું પાપ બને છે.

જૈન મુખપત્રમાં ભગવાન મહાવીર અને સમસ્ત જૈન ફિરકાઓ દ્વારા કંદમૂળ ત્યાગની વાત કરેલી છે ત્યારે આવી વસ્તુઓવાળી વાનગી બનાવતાં સમાજની મહિલાઓને શીખવીને આપ શેનો પ્રચાર કરવા માંગો છો?

સુધારાવાદ તો આને ન જ કહી શકાય. અગાઉ પણ મેં આવો પત્ર લખવાનો ઈરાદો રાખેલ પણ તે લખી ન શક્યો. ત્યારે હવે બધી જ વાનગીઓ કાંદા-બટાટા અને ગાજરવાળી વસ્તુઓની જાહેરાતો સાથે પ્રચાર જેવું લાગે છે. આ વર્જ્ય છે. આપણા જૈનોના મુખપત્રમાં આ બરાબર નથી.

વ્યક્તિ ઘરે કાંદા-બટાટા ખાતા હોય પણ પોતાના લગ્ન કે જાહેર પ્રસંગે યોજતા જમણમાં આવી વાનગીઓ પીરસતી નથી તેથી આવી વાનગીઓની જાહેરાત પ્રગટ કરવાની જરૂર લાગતી નથી. તે બંધ થાય તે ઈચ્છનીય છે.

કષાયે ક્ષમા. અવિનય બદલ દરગુજર.

જેમની પાસે પ્રતિભા હોય છે એને તકની કઈ ઝાઝી તમા નથી હોતી.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

એચ. જે. કુબડિયા - અમદાવાદ  
મંગલ મંદિર, ઓગસ્ટ-૨૦૦૩

• • • • •

## કામ કરતી સરકાર - શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ

તાજેતરમાં મેં શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજની બે દિવસની ટૂંકી મુલાકાત લીધી. સંસ્થાની વ્યવસ્થામાં જ્યાં ખામી જોઈ તે સૂચનાબુકમાં લખી નાખી.

કહેવાની જરૂર નથી. અહીં તો કામ કરતી સરકાર છે. ખૂબ જ ટૂંકા સમયમાં અધિકારીશ્રીનો પ્રત્યુત્તર મળ્યો, જેમાં સૂચનોનો નમ્ર ભાવે સ્વીકાર હતો 'ખામી દૂર કરવા પ્રયત્નશીલ છીએ' જરૂરી પગલાં લીધાં છે, જેવો જવાબ મળતાં અત્યંત આનંદ થયો. ઉપરાંત "તેમના સેવાકાર્યમાં જરૂરી સુધારા વધારા કરવા ખાસ ધ્યાન દોરતા રહેશો," જેવું આમંત્રણ પણ હતું. સંસ્થાના સર્વે અધિકારીવર્ગને હાર્દિક અભિનંદન.

આ પહેલાં એક જાગૃત નાગરિક તરીકે અનેકાનેક સંસ્થાઓને નમ્ર સૂચનો કરતો આવ્યો છું. વ્યવસ્થામાં રહેલી ત્રુટિઓ જાણાવતો આવ્યો છું, પણ કદી કોઈ પત્રનો સ્વીકાર કે તેનો જવાબ હજુ સુધી મળ્યા નથી.

અહીં પાલડી ખાતે શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજમાં ટ્રસ્ટી મહાશયો સર્વે કામ કરતી સરકાર છે, જેમને સમાજ માટે કાંઈક રચનાત્મક ઉત્કર્ષનું અને તે પણ નિષ્ઠાપણે અને નિઃસ્વાર્થપણે નક્કર કાર્ય કરવું છે.

કુલીબકાંત ચાંપશી લુહિયા  
"માનવ જ્યોત", મુલુંડ (વેસ્ટ) - મુંબઈ.  
મંગલ મંદિર, સપ્ટેમ્બર-૨૦૦૩

• • • • •

ઓગસ્ટ-૨૦૦૩નો "મંગલ મંદિર"નો અંક એની આન અને શાન પ્રમાણે સુંદર સજાવટ સાથે અને પ્રેરક - માહિતીપ્રદ વાચન સામગ્રી સાથે પહોંચી આવ્યો. આનંદ આનંદ થઈ રહ્યો.

સંપાદિકા સૌ. ચંદ્રિકાબહેન દેઢિયાએ સંપાદકીય લેખમાં કચ્છ પ્રત્યેની મમતા અને લાગણીના જે ભાવ વહેણ વહેતા કર્યા છે તેનું આચમન દરેક કચ્છ પ્રેમીને લાગણીસભર બનાવ્યા વિના નહીં જ રહે.

બહેનશ્રીએ સાચું જ કહ્યું છે કે "કચ્છની ખમીરવંતી પ્રજા આ બધી યાતનાઓ સહન કરીને પણ હસતે મુખે જીવી જાણતાં શીખી ગઈ છે. ધન્ય છે! કચ્છના કચ્છી માડુઓને કે જેમણે કચ્છનું ખમીર જાળવી રાખ્યું છે." આ સંદર્ભમાં મને સદ્ગત અમૃત ઘાયલના કચ્છ વિશેના શબ્દો યાદ આવે છે. એમણે લખ્યું છે:

સ્નેહનું પાણી, શૂરનું પાણી,  
પોતાના પ્રચંડ પૂરનું પાણી  
હસનું રમનું રણમાં ઠીકું  
સત અને સિંદૂરનું પાણી  
વાહરે ભાઈ કચ્છનું પાણી.

અને કવિ સદ્ગત મહેન્દ્ર સમીરે પણ લખ્યું છે :

આતમના અસવારો  
આંખમાં જોયો રંગ કમુંબલ  
જીવન ઝબકારો  
આ કચ્છને કામણગારો

સંપાદકીય આખું લખાણ એમાં અનુસ્યુત કચ્છ પ્રત્યેની લાગણીનો સ્પંદ વાચકને સ્પર્શી જાય છે. ધન્યવાદ.

"આધારસ્તંભો" લેખમાળા જેમ જેમ આગળ વધે છે તેમ તેમ વાંચવાના આનંદની વિશેષ પ્રાપ્તિ થાય છે અને વધુને વધુ ઈતેજારી વધતી જાય છે. શ્રી અશોકભાઈ મહેતાએ મણકો-૧૮માં ડૉ. હિતેન્દ્ર મોહનલાલ શાહ વિશે સરસ યથાર્થ માહિતી રજૂ કરી છે. ડૉ. ભાવનાબહેન મહેતા, ડૉ. ગોવર્ધનભાઈ શર્માએ "કચ્છના જ્યોતિર્ધરો" નામક પુસ્તક પ્રકાશિત કર્યું છે. તે અંગે પ્રકાશ પાડતાં તેઓએ લખ્યું છે "જે લોકોએ વર્તમાન કચ્છના નિર્માણ, વિકાસ અને સંવર્ધનમાં આગવું યોગદાન પ્રદાન કર્યું છે, ઈતિહાસની સમય શિલા પર જેમનાં ચરણ ચિહ્ન અંકિત છે, પ્રત્યક્ષ અથવા પ્રચ્છન્ન રીતે જે કચ્છના લોક-માનસને સ્થાપિત કરવામાં નિમિત્ત બન્યા છે, જેમણે કચ્છની અસ્મિતાને સફળતાપૂર્વક પ્રક્ષેપિત કરી છે એવી વ્યક્તિત્વોની રેખાઓ અહીં સુપેરે આલેખેલી છે." "મંગલ મંદિર"ના માધ્યમથી આધાર સ્તંભો લેખમાળા દ્વારા આવું સુંદર કામ થઈ રહ્યાનો અહેસાસ થાય છે. તદુપરાંત હંમેશની જેમ આ અંકમાં પણ રસનીય, ઉપયોગી જે સામગ્રી આપવામાં આવી છે તેમાં જર્મન સ્કોલરશિપ-ડાડ, "સ્પંદન"ના યુકેઈન પ્રવાસ કાર્યક્રમ, ભૂકંપગ્રસ્ત લાઈબ્રેરીનું નવનિર્માણ, ફૂલપાંખડી (અનિલ મોતા), રાખી (કુંજલતા ગાલા), ટાઉન પ્લાનિંગ (અલકા સંઘવી) આ કાવ્ય વાંચતાં હાલ કચ્છમાં થઈ રહેલ ટાઉન પ્લાનિંગનાં દશ્યો તાદૃશ્ય થયાં. આ રીતે સર્વાંગ સુંદર વાંચન સામગ્રીથી સજ્જથજ્જ "મંગલ મંદિર"ના અંકો પ્રતિ માસે આપ સર્વે પ્રકાશિત કરતા રહો છો તે માટે ધન્યવાદ.

બાબુલાલ ગોર - ભુજ  
મંગલ મંદિર, સપ્ટેમ્બર-૨૦૦૩

• • • • •

"મંગલ મંદિર"ના ઓગસ્ટ-૨૦૦૩ના અંકના "આંજો કાગર" વિભાગમાં "વાનગીઓ અંગે"નું શ્રી એમ. જે. કુબડિયાનું મંતવ્ય વાંચ્યું.

અત્રે એ જણાવવું જરૂરી છે કે અમદાવાદની "શ્રી કચ્છી જૈન

આજીવિકાની પળોજણમાં માણસ જીવવાનું ભૂલી ગયો છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

સેવા સમાજ” એ ધાર્મિક સંસ્થા નથી અને પાયાની રીતે તે સામાજિક સંસ્થા છે. આ સંસ્થાના નામમાં જે “જૈન” શબ્દ છે તે ધર્મ-સંપ્રદાય દર્શક નથી, પરંતુ “કચ્છી જૈન” એ શબ્દો સંયુક્ત રીતે જ્ઞાતિદર્શક છે. એટલે કે કચ્છની વિવિધ જૈન જ્ઞાતિઓ એવો થાય છે. જૈન જ્ઞાતિઓના અન્ય જાહેર પ્રસંગોમાં કે લગ્ન સમારંભોમાં કંદમૂળની વાનગીઓ ઘણે સ્થળે પીરસાતી જોઈ છે. જૈન જ્ઞાતિઓમાં અન્ય સ્થળે જે વાનગીઓ સામાન્ય રીતે ખાવાલાયક ગણાય તેવી વાનગીઓ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ પોતાની કેન્ટીન વગેરેમાં પીરસે કે ‘મંગલ મંદિર’ આવી વાનગીઓની માહિતી પ્રગટ કરે તેમાં કશું ખોટું નથી.

પોપટલાલ નેણશી ઘરોડ  
મંગલ મંદિર, સપ્ટેમ્બર-૨૦૦૩

• • • • •

મંગલ મંદિરના ઓગસ્ટ-૨૦૦૩ના અંકના “આંજો કાગર” વિભાગમાં ભાઈ શ્રી એચ. જે. કુબડિયા - અમદાવાદનો એક પત્ર છપાયેલ છે કે જેમાં મંગલ મંદિરના જુલાઈ-૨૦૦૩ના અંકમાં વાનગીઓની જે વિગત આપવામાં આવેલ છે તેમાં કાંદા-બટાકા વાપરવા અંગે ભાઈશ્રીને વિરોધ છે.

જૈન શબ્દનો બે રીતે વપરાશ થાય છે. એક “ધર્મ” માટે અને બીજી “જ્ઞાતિ” માટે. શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ એ ધાર્મિક સંસ્થા નથી પરંતુ જ્ઞાતિના બેઝ ઉપરની સામાજિક સંસ્થા છે. સામાજિક સંસ્થાઓમાં ધર્મની વાતો ન થાય તો સારું. ધાર્મિક સંસ્થાઓમાં અથવા તો વ્યક્તિગત રીતે લોકો પોતાની ધાર્મિક માન્યતા પ્રમાણે વર્તન કરે તે બરાબર છે, પરંતુ સામાજિક સંસ્થાઓમાં ધાર્મિક વાતો ન લાવીએ તે વધુ ઉચિત છે.

જૈનો મેડિકલ કોલેજ પણ સ્થાપે છે અને જૈનો ડોક્ટરો પણ બને છે. ત્યાં દેડકા તથા ઊંદર પર અનેક પ્રકારના પ્રયોગો કરવામાં આવે છે. તો શું ભાઈશ્રી કુબડિયાના મત પ્રમાણે આ બધી બાબતોનો ત્યાં નિષેધ રાખવો? આ શક્ય જ નથી. તેથી ધાર્મિક માન્યતાનો ઉપયોગ અન્યત્ર ન થાય તે વધુ હિતાવહ છે.

નીતિન દેદિયા  
મંગલ મંદિર, સપ્ટેમ્બર-૨૦૦૩

• • • • •

ભાઈશ્રી કુબડિયાએ ‘મંગલ મંદિર’ના ઓગસ્ટ-૨૦૦૩ના અંકમાં એક પત્ર લખેલ છે કે જે તે અંકના “આંજો કાગર” વિભાગમાં છપાયેલ છે.

કાંદા-બટાકાની વાત ધાર્મિક સંસ્થામાં અથવા તો વ્યક્તિગત રીતે થાય તે ઉચિત છે. સામાજિક સંસ્થાઓએ આ વાત પર ધ્યાન આપવું ન જોઈએ. સામાજિક સંસ્થાઓમાં ધાર્મિક વાતોને આગળ ધરવી એ બરાબર નથી. ધાર્મિક બાબતો પર અનેક પ્રકારના વાદવિવાદો થઈ શકે કે જેનો કોઈ અંત જ ન આવે.

ધાર્મિક સંસ્થાને ધાર્મિક રીતે અને સામાજિક સંસ્થાને સામાજિક

રીતે મૂલવીએ એ જ વધુ યોગ્ય રહેશે.

પ્રકાશ સંઘવી  
મંગલ મંદિર, સપ્ટેમ્બર-૨૦૦૩

• • • • •

તા. ૧૪-૯ના આપણે ધાર્મિક સમારંભ ઊજવ્યો અને તેજસ્વી વિદ્યાર્થીઓ અને અન્ય ક્ષેત્રે સિદ્ધિઓ મેળવનાર બાળકોનું સન્માન કર્યું.

છેલ્લા ૨-૩ વર્ષથી એક વાત સતત મનમાં ખૂંચી રહી છે, આજે એને “મંગલ મંદિર”ના માધ્યમ દ્વારા વાચા આપી રહ્યો છું.

કોઈપણ બાળક જ્યારે કોઈ સિદ્ધિ મેળવે છે ત્યારે તેની પાછળ અનિવાર્યપણે તેની માતાનો મોટો ફાળો અને તેની મહેનત હોય છે, પછી તે અભ્યાસના ક્ષેત્રે હોય કે કલાના.

અફસોસની વાત એ છે કે આવાં બાળકોના કરાતા સન્માન પ્રસંગે સ્ટેજ ઉપર અને અપાતા સન્માનપત્રોમાં પિતા અને વધારામાં દાદાનાં નામ હોય છે પણ બાળકોની આ સિદ્ધિઓ પાછળ વધારેમાં વધારે ભોગ અને સમય આપતી તેઓની માતાઓના નામનો ઉલ્લેખ જ નથી હોતો. આને પુરુષપ્રધાન સમાજનું લક્ષણ સમજવું કે આયોજકોમાં નવું વિચારવાની દૃષ્ટિનો અભાવ સમજવો?

આશા છે કે ભવિષ્યમાં આયોજકો આ ભૂલ સુધારી લેશે.

મગનલાલ એમ. સંઘવી  
મંગલ મંદિર, ઓક્ટોબર-૨૦૦૩

• • • • •

“મંગલ મંદિર” ઓગસ્ટ-૨૦૦૩ અંક નં.-૩૦૪ માં સંપાદિકાની કલમે.... “કચ્છને કોની નજર લાગી?” એ સંપાદકીય લેખ સમયસરનો અને બિલકુલ પ્રસ્તુત હતો એટલે ખૂબ જ ગમ્યો. તે જ રીતે સપ્ટેમ્બર-૨૦૦૩ અંક નં.-૩૦૫માં નર્મદાના પ્રશ્ને “કચ્છ વાસ્તવિકતા સ્વીકારશે?” પણ તેની મુદ્દાસર, યોગ્ય અને સબળ રજૂઆતના કારણે અતિ ઉત્તમ સંપાદકીય લેખ છે. કચ્છના ચૂંટાયેલા પ્રતિનિધિઓ બહુ સક્રિય નથી અને એટલે જ કચ્છની પ્રજા અને તેને ભોગવવી પડતી હાડમારી અને કચ્છની સળગતી સમસ્યાઓ તરફ ઉદાસીન વલણ ધરાવતા માધાંતા મહાનુભાવો વિધાનસભાની ચૂંટણીમાં નરેન્દ્ર મોદી - મુખ્યમંત્રી તરફ ચૂંટણી સમયે અતિ બળવાન વેવ (WAVE) હોવા છતાં નામોશીભરી હાર અને પછડાટ ખાધી છે અને આવતી લોકસભાની ચૂંટણીમાં પણ જો ગુજરાત સરકારશ્રી તેમજ કેન્દ્ર સરકારશ્રી એક રાજ્ય કરતાં પણ વધુ ભૌગોલિક વિસ્તાર એવા કચ્છ પ્રદેશની સમસ્યાઓના નિવારણ માટે તાત્કાલિક અને અસરકારક પરિણામલક્ષી પગલાં નહીં ભરે તો લોકસભાની ચૂંટણીમાં પણ તેનો પડઘો ચોક્કસપણે પડશે જ તે સંબંધિત સર્વે મહાનુભાવોએ સમયસર સમજી લેવું જોઈએ.

જેઠાલાલ ઠાકરશી ગાલા - ગાંધીધામ  
મંગલ મંદિર, જાન્યુઆરી-૨૦૦૪

• • • • •

બીજાની મહેનતનું ફળ ખાવાની માણસને ઈચ્છા થઈ ત્યારથી દુનિયામાં પાપની શરૂઆત થઈ.

## પ્રાર્થના સભા/બેસણાં

ઘણી વખત પ્રાર્થના સભામાં હાજરી આપનાર વ્યક્તિઓ પ્રાર્થના સભા પૂરી થયા બાદ, અવસાન પામનાર વ્યક્તિનાં નજીકના સગાઓને મળવા જાય ત્યારે તેઓ અવસાન પામ્યાથી કુટુંબીજનો ઉપર તૂટી પડેલાં દુઃખોની યાદ જાણતા કે અજાણતા અપાવતા હોય છે. તેથી અવસાન પામનાર વ્યક્તિના કુટુંબીજનો આશ્વાસન પામવાને બદલે, અવસાન પામનાર વ્યક્તિને યાદ કરી વધારે રડે છે. ક્યારેક વધારે પડતું રડવાથી તેઓની તબિયત ઉપર પણ અસર થાય છે. અને ક્યારેક અવસાન પામનાર વ્યક્તિનાં કુટુંબીજનોએ પ્રાર્થના સભામાં આવનાર વ્યક્તિઓને પોતાનાં કુટુંબીજનોને રૂબરૂમાં ન મળવાની વિનંતી કરવી પડે છે.

તે જ રીતે ઘણીવાર પ્રાર્થના સભામાં સ્તવન ગાવા માટે સંગીતકારોને બોલાવતા હોય છે. તેઓ પણ પોતાની કવિતાઓમાં અવસાન પામેલા સભ્યનાં કુટુંબીજનોનાં નામો સાથે કવિતા બનાવી ગાતા હોય છે. જે સાંભળી-પરિવારજનો ખરેખર યાદ કરી વધારે દુઃખી દુઃખી થતા હોય છે.

આ બધી પ્રથાઓ હવે સુધારો માંગે છે. પ્રાર્થના સભાઓ અવસાન પામનાર વ્યક્તિનાં કુટુંબીજનોને આશ્વાસન આપવા માટે હોય છે, ન કે વધારે દુઃખ પહોંચાડવા માટે.

પ્રતાપ નારાયણ દેસ  
મંગલ મંદિર, ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૪

શ્રી અશોકભાઈ મહેતા “આધારસ્તંભો”ની લેખમાળા મંગલ મંદિર માર્ચ-૨૦૦૨થી ફેબ્રુઆરી ૨૦૦૪ સુધી રેગ્યુલર આપતા હતા. શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના પાયાના પથ્થરો વિશે ઘણી બધી માહિતી તેમના લેખો દ્વારા જાણવા મળી, એના માટે આભાર માનીએ કેમકે એમના બિઝી શેડ્યુલમાંથી ટાઈમ ફાળવી વ્યક્તિની રૂબરૂ મુલાકાત કરી, ઈન્ટરવ્યૂ લેતા હતા અને આપણને “મંગલ મંદિર”માં રેગ્યુલર વાંચવા મળતું હતું.

શ્રી અશોકભાઈ મહેતા બહુજ સારા લેખક છે. એમને “આંજો કાગર” દ્વારા વિનંતી કરું છું કે આવી જ કોઈ સમાજના વિશેષ વ્યક્તિઓ વિશે નવી લેખમાળા ચાલુ કરે જેથી આપણને આપણા સમાજની વિશેષ વ્યક્તિઓ વિશે જાણવા મળશે.

ચંદ્રકાંત દામજી શાહ (કે. ડી. શાહ)  
મંગલ મંદિર, માર્ચ-૨૦૦૪

## પ્રશંસનીય નિર્ણય

આજે સૌથી વધુ ઝડપે કોઈ દોડતું હોય તો તે છે - મોંઘવારી! અને આ મોંઘારતની વધુમાં વધુ માઠી અસર થઈ હોય તેવા બે ક્ષેત્રો એટલે શિક્ષણ અને મેડિકલ ટ્રીટમેન્ટ.

આ પરિસ્થિતિમાં આપણા સમાજે તેના સૌ સભ્યોને મેડિકલ ટ્રીટમેન્ટના ખર્ચમાં રાહત ૫૦ ટકાથી વધારીને ૭૫ ટકા સુધીની કરી આપીને સાચા અર્થમાં મોટી રાહત આપી છે.

આવો અનુમોદનીય અને અભિનંદનીય નિર્ણય લેવા માટે સૌ હોદ્દેદારો અને માનનીય પ્રમુખશ્રીને જેટલા ધન્યવાદ આપીએ તેટલા ઓછા છે.

સુલુ જલદીપ શાહ  
મંગલ મંદિર, એપ્રિલ-૨૦૦૪

## “મને મૂંઝવતા પ્રશ્નો”

૧. તમામ તીર્થકરોના જન્મ માત્ર આપણા જ દેશમાં શા માટે?
  ૨. બધા તીર્થકરો આપણા દેશના અમુક જ પ્રદેશમાં શા માટે?
  ૩. પ્રાચીન કાળમાં બધા જ રાક્ષસો માત્ર આપણા જ દેશમાં શા માટે?
  ૪. વિષ્ણુના તથા અન્ય દેવી દેવતાઓ અને ભગવાનોના અવતારો માત્ર આપણા જ દેશમાં શા માટે?
  ૫. હવે જ્યારે કળિયુગ આવ્યો છે અને હવે જ ખરેખર તીર્થકરોની અને અવતારોની સાચી જરૂર છે ત્યારે બધાએ અવતાર લેવાનું સાવ બંધ શા માટે કર્યું? સતયુગમાં તેમની જરૂર વધારે કે કળિયુગમાં?
  ૬. પ્રાચીન કાળમાં બધા ઈશ્વરો, તેમના અવતારો, દેવી-દેવતાઓ માત્ર આપણા જ દેશમાં પેદા થયા અને અન્ય દેશમાં ન ગયા એ માટે આપણે ખુશ થવું જોઈએ કે આપણી ભયંકર નાલેશી સમજીને દુઃખી થવું જોઈએ? જેને ત્યાં વારંવાર ડોક્ટરો આવ્યા કરે તે સારું કે જેને કદી ડોક્ટરોની જરૂર ન પડી તે સારું?
- નોંધ :** જે ભોળા લોકો (અહીં ભોળા એટલે મૂર્ખ) વારતાઓને સાચી માનીને આપસઆપસમાં ઝઘડયા કરે છે તેને આ પત્ર સપ્રેમ અર્પણ.

શાંતિલાલ સંઘવી - અમદાવાદ  
મંગલ મંદિર, એપ્રિલ-૨૦૦૪

તાજેતરમાં માંડવી તાલુકાના ગોધરા ગામે દાદા આદિનાથ કેસરિયાજીના જિનાલયનો શતાબ્દી મહોત્સવ તા. ૧૫ એપ્રિલથી ૨૪ એપ્રિલ દરમિયાન ઊજવાયો.

દાદાના કહેવાતા પ્રતિમાના ઉત્પન્ન સ્થળ દરબારગઢમાં તા. ૨૧-૪ના રોજ એક દિવસ માટે ઊજવવામાં આવેલ તીર્થકર પરમાત્માનો સ્નાત્ર મહોત્સવ માટે લગભગ દસ લાખ રૂપિયાના ખર્ચે મેરુ પર્વતનો સેટ ઊભો કરવામાં આવેલ અને અત્રે સ્નાત્ર મહોત્સવ તેમજ સાંજના કુમારપાળ રાજાની આરતીનું અહીં રૂ. ૫,૬૬,૬૬૬ના ચડાવાથી બોલાયેલી બોલીથી આરતી ઉતારવામાં આવેલ. અહીં દાદાની અસલ

માનવ જાતિના હિતનો કોઈ વિચાર કર્યા વગર મરતાં તમારે શરમાવું જોઈએ.

પ્રતિમાજીની નહીં પણ એકેલીક ફાઈબરથી બનાવેલ પ્રતિમાની આરતી ઉતારવામાં આવેલ. મુખ્ય જિનાલય તેમજ જિનાલયમાં બિરાજમાન દાદા આદિનાથ આ દૃશ્ય જોઈ જરૂર વિચારતા હશે કે શતાબ્દી મહોત્સવ જિનાલયનું કે દરબારગઢનો દસ દિવસનો મહોત્સવ? ફક્ત દરબારગઢનો ઠાઠ બતાવવા જ જાણે મહોત્સવનું નિર્માણ કરાયું હોય તેમ ગામવાસીઓને જણાતું હતું. દસ દિવસમાં રૂપિયા સિત્તેર લાખ જેટલા ખર્ચ બાદ ગામમાં અથવા સમાજના નબળા વર્ગ માટે ક્યાંય એક રૂપિયો ઊગી નીકળ્યો હોય તેવું દેખાયું નહીં. તો ધર્મના નામે આવાં નાટક શા માટે? હવે સમાજને ચેતવાની જરૂર છે. તમે પૈસા આપ્યા છે તેનો કેવો વહીવટ થાય છે, તેની નજર રાખવી તથા આયોજકો પાસેથી હિસાબ માંગવો જોઈએ. આપણા સમાજમાં ઘણા નબળા લોકો છે, જેને કેમ જીવન ગુજારવું તેની ચિંતા સતત છે તેવા આપણા ભાઈઓને મદદ કરીશું તો ખરેખર આપણે દાદા જિનાલયનો શતાબ્દી મહોત્સવ ઊજવ્યો ગણાશે. સમાજમાં આપણા અમુક ભાઈઓને આવતીકાલે શું ખાશું તેની ચિંતા હોય છે ત્યારે આપણે આવા નાટકથી દૂર રહેવું જરૂરી છે.

મહિલાલ કુંવરજી ગોસર  
મંગલ મંદિર, જૂન-૨૦૦૪

• • • • •

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના પદાધિકારીઓ,

“મંગલ મંદિર”ના દળદાર ૩૦૦માં અંકથી શરૂ થયેલ યાત્રા અવિરત વરસતી પ્રેમવર્ષામાં ભીંજતા રહ્યા છીએ. આપના મળી રહેલ

કીર્તિ કરમશી દેદિયા - અંધેરી, મુંબઈ  
મંગલ મંદિર, જુલાઈ-૨૦૦૪

• • • • •

શ્રી કર્ણી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ દ્વારા કચ્છના વિકાસના ચાલુ પ્રશ્નો અંગેના એક સેમિનારનું મુંબઈ મધ્યે, રવિવાર તા. ૫-૯-૨૦૦૪ના આયોજન ગોઠવવામાં આવેલ છે. તેના અનુસંધાને આવેલ કેટલાક પત્રોની વિગતો “આંજો કાગર” વિભાગમાં અગ્રે પ્રસ્તુત કરેલ છે.

- સંપાદક

કચ્છના સર્વાંગી વિકાસ અંગે મુંબઈમાં રાખેલ સેમિનારમાં આવવાનું આપનું આમંત્રણ મળ્યું. જે માટે આપનો બહુ જ આભાર. આ સેમિનારમાં હાજરી આપવાની ઘણી ઈચ્છા હોવા છતાં નાદુરસ્ત તબિયતના કારણે આવી શકું તેમ નથી. તો ક્ષમા કરશો. આશા છે કે વતનપ્રેમી કચ્છીઓ સારી સંખ્યામાં આ સેમિનારમાં આવશે અને કચ્છના સર્વાંગી વિકાસ માટે નક્કર પગલાં લેવાશે. આ સેમિનાર યોજવા માટે આપ સૌને ખૂબ ખૂબ ધન્યવાદ.

જીલ્લા બડેજા - વડોદરા

• • • • •

કચ્છના પ્રશ્નો આપણા જ છે. તો એ માટે આપ જાગૃત થઈ જે સુંદર કાર્ય કરી રહ્યા છો એ બદલ આપને ખૂબ ખૂબ ધન્યવાદ આપું છું.

અમદાવાદ મઘે આપ બધાએ ખભેખભા મિલાવી છેલ્લા ૮/૧૦ વર્ષમાં ખૂબ સુંદર કાર્યો કરેલ છે, જે આપના માસિક “મંગલ મંદિર”થી જાણી ખૂબ આનંદ થાય છે. થોડા સમયમાં ખૂબ મોટા કાર્યો કર્યાં. જેથી આપ સર્વે ધન્યવાદને પાત્ર છો.

દામજી બાવણી છેડા - દુબલી

• • • • •

આપની સંસ્થાએ કચ્છના પ્રશ્નોના ઉકેલ માટે જે સુંબેશ ઉપાડેલ છે તે માટે આપ સર્વેને ખૂબ ખૂબ ધન્યવાદ આપું છું. કચ્છના ગામડે ગામની સેંકડો સંસ્થાઓ મુંબઈમાં આવેલી છે ને તેના સક્રિય હોદ્દેદારો મજકુર સેમિનારમાં હાજર રહે તો ઘણું આવકારદાયક થશે.

રજનીકાંત એમ. ઠક્કર - યાણે, મુંબઈ

• • • • •

આપ સૌ કચ્છના પ્રશ્નો વિશે આટલા જાગૃત છો તે જાણી આનંદ થયો. કચ્છ આપણું માદરે વતન છે અને એની પ્રગતિ આપણને આનંદ આપે તે સહજ છે. આપના દરેક કાર્યમાં મારો સાથ આપની સાથે છે. હું સેમિનારમાં હાજર રહીશ.

જેઠાલાલ વી. ગંગર “મંગલમ્” - જોગેશ્વરી, મુંબઈ

• • • • •

આપની સંસ્થા કચ્છ, કચ્છમાં વસતી પ્રજા, અન્ય વસવાટ કરતી કચ્છી પ્રજા અંગે બહુ ઉત્કૃષ્ટ છે અને સરાહનીય કાર્ય કરી રહી છે. આપને આપનાં કાર્યો / પ્રોજેક્ટમાં હરહંમેશ સફળતા મળતી રહે

ઈર્ષ્યા, એ લીલા કાય જેવી આંખોવાળો રાક્ષસ છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

તેવી શુભેચ્છા પાઠવું છું.

**શાંતિલાલ મુલજી શાહ - વિલેપાર્લે (ઈસ્ટ), મુંબઈ**

• • • • •

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદે કચ્છના મહત્વના મુદ્દાઓ માટે સેમિનાર યોજેલ છે તે બદલ ઘણો જ ધન્યવાદ. કચ્છની જનતાને ઘણું જાણવાનું મળશે. આપને આ કાર્યમાં ઘણી જ સફળતા મળે એ જ શુભેચ્છા.

**બયુબાઈ રાંભિયા - શ્રી નીદડા સર્વોદય ટ્રસ્ટ**

• • • • •

પ્રથમ તો આપ બહાર વસતા કચ્છી ભાઈઓને ખૂબ જ અભિનંદન. આપ કચ્છની બહાર રહીને પણ કચ્છ (વતન) પ્રત્યે આટલી લાગણી બતાવો છો કે બદલ અમો કચ્છમાં વસતા કચ્છીઓ ગર્વની લાગણી સાથે આપ સૌનો આભાર માનતા હર્ષની લાગણી અનુભવું છું.

**માવજીભાઈ કે. પટેલ**

**ફેડરેશન વાઈસ પ્રેસિડન્ટ - ફેડરેશન ૩-બી, બાયન્ટસ ગ્રુપ ઈન્ટરનેશનલ, ભુજ (કચ્છ)**

• • • • •

મને ખૂબ જ આનંદ થાય છે કે આપ બહાર રહેતા કચ્છીઓ કચ્છવાસીઓ પ્રત્યે જે લાગણી બતાવો છો તેના બદલ આપ સૌને ખૂબ ખૂબ હાર્દિક અભિનંદન પાઠવું છું.

**રતનબહેન માવજી ભગત**

**પ્રમુખ - શ્રી અખિલ ભારતીય કચ્છ કડવા પાર્ટીદાર મહિલા સમાજ, નખખાણા, કચ્છ.**

• • • • •

પરિપત્રમાં જણાવેલ વિષયો બાબત, ત્રણ-ત્રણ કલાકના બે સત્રોમાં વિચાર વિનિમય કરવાનું અતિ મુશ્કેલ જણાશે. છતાંય કચ્છના સર્વાંગી વિકાસ બાબતની જાણકારી પ્રસ્તુત કરવાનો આપનો પ્રયાસ સરાહનીય છે.

**લાહીરી શાહ - હૈદરાબાદ**

• • • • •

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદની પ્રવૃત્તિઓથી તેમના મુખપત્ર “મંગલ મંદિર” દ્વારા સારી રીતે વાકેફ છું. કચ્છના પ્રશ્નો હાથ ધરી તમે સમકાલીન જાગૃતતા દાખવી રહ્યા છો. સેમિનાર અનેક રીતે લાભકારી રહેશે તેમાં શંકા નથી.

**કાંતિલાલ કેશવજી મોતા - મુલુડ (વેસ્ટ), મુંબઈ**

• • • • •

અમારી ખાસ રજૂઆત નોંધમાં લેવા નમ્ર સૂચન છે કે ૧૦૦ કરોડના ખર્ચે ભુજમાં અદ્યતન હોસ્પિટલના અનુસંધાનમાં મેડિકલ કોલેજ માટે પણ પ્રસ્તાવ નક્કી કરી સેમિનારમાં રજૂ કરી શકાય.

**ડૉ. નંદલાલ કે. માનસેતા - અમદાવાદ**

• • • • •

કચ્છ પ્રત્યે લાગણી દર્શાવી આપ આ સેમિનાર યોજો છો તે બદલ ધન્યવાદ.

**કુ. જાગૃતિબહેન બાબુભાઈ શાહ પ્રમુખ, જિલ્લા પંચાયત, કચ્છ-ભુજ.**

• • • • •

કચ્છના પ્રશ્નો બાબતે આપના અથાગ પ્રયત્નો બાબત ધન્યવાદ. ઉન્નતિનાં શિખરો સર કરવા પ્રભુ આપને શક્તિ આપે.

**ચંપકલાલ ઘનજી હરિયા - વાપી**

• • • • •

કચ્છના ચાલુ પ્રશ્ને સેમિનારનું આયોજન ખરેખર ખૂબ જ પ્રશંસનીય છે. આવા આયોજનોથી કચ્છના પ્રાણપ્રશ્નોને વાચા મળશે.

**પ્રબોધ એચ. મુનવર, બોઈન્ટ સેક્રેટરી - રેલવે વિસ્તરણ અને કચ્છ પેસેન્જર્સ એસોસિએશન - ભુજ (કચ્છ)**

• • • • •

હવે નર્મદાના નીર કચ્છમાં બધા તાલુકાને મળી શકે એ અતિ જરૂરી છે. આખો કચ્છ હવે પાતાળમાંથી પાણી ખેંચીને ખેતી તો ભલે કરે પણ બીજા અનેક બાંધકામો પણ પાતાળના પાણી ખેંચીને કરે છે. એક દિવસ પાતાળ ખાલીખમ થઈ જશે, પછીનું કચ્છ કેવું હશે એ કલ્પના કરતાં પણ ધ્રુજારી આવે છે. અબડાસામાં તો ચોવીસ કલાક બોરથી પાણી ખેંચાય છે. તેનાથી ખેતી થાય છે. સાથે સાથે ઝીંગા ઉછેર જેવા ધંધા પણ થાય છે. પાતાળમાં ભેજ ઘટશે પછી એની અસર ઊભેલી વનરાઈને થશે. તેનાં મૂળિયાં ઊંડાં ઊતરીને શું પીશે? પછી “વન વેરાણ અને પાં હેરાણ” જેવો તાલ થશે. એટલે નર્મદાનું પાણી કચ્છમાં આવે એ બાબત પર જોર આપવામાં આવે એ જરૂરી છે.

**કવિ તેજ - નલિયા (કચ્છ)**

• • • • •

એ દિવસોમાં મુંબઈ હોવાનું બનશે તો આપને આગોતરી જાણ કરી “જ્ઞાનની ખાણ” જેવા આ આયોજનમાં હાજર રહી જાતને સમૃદ્ધ કરવાની સોનેરી તક અવશ્ય ઝડપીશ.

**જયંતી બેધી “શબાબ”, પ્રસાર ભારતી, આકાશવાણી, ભુજ (કચ્છ)**

• • • • •

આપની Work Teamને ઉપરોક્ત સેમિનારમાં ઘણી સફળતા મળે એ જ પ્રભુ પ્રાર્થના. આજે આખા ભારતમાં આપનો સમાજ જે સેવા આપે છે તેવો કોઈ સમાજ નથી. તેમજ ભારતમાં આપના જેવું અતિથિ ગૃહ ક્યાંય પણ નથી. આ બાબત મુંબઈના મહાજનોએ ભેગા થઈને આપના ઉદ્દાહરણને સાકાર કરવું જોઈએ, ને ભવ્યાતિભવ્ય અતિથિગૃહ કચ્છી સમાજને ભેટ આપવું જોઈએ.

**રાયચંદ માલશી મહેતા - અરીસીપાલ્યમ, સાલેમ મંગલ મંદિર, ઓગસ્ટ-૨૦૦૪**

• • • • •

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ આયોજિત  
“કચ્છના વિકાસના પ્રશ્નો વિશેનો સેમિનાર” રવિવાર  
તા. ૫-૯-૨૦૦૪ના મુંબઈ ખાતે સારી રીતે યોજાઈ  
ગયેલ હતો કે જેના અનુસંધાને આવેલ કેટલાક પત્રોની  
વિગત અત્રે “આંખે કાગર” વિભાગમાં રજૂ કરીએ છીએ.

- સંપાદક

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ દ્વારા ચેમ્બુર મુંબઈમાં આયોજિત સેમિનાર અત્યંત માર્ગસૂચક બની રહ્યું. સેમિનારના આયોજન પરત્વેની દૃષ્ટિનું પ્રતિબિમ્બ આપ સહુના વક્તવ્યમાં ઝિલાતું રહ્યું. દરેક વિષયના તજજ્ઞોનું અભ્યાસપૂર્ણ અને પારદર્શક ઉદ્બોધન આ સેમિનારનું સબળ પાસું બની રહ્યું.

ઠાલી પ્રશંસામાં સરી પડ્યા વિના કહી શકું કે, અમદાવાદના કચ્છી જૈન સમાજને સાંપડેલા બળૂકા નેતૃત્વ ઉપરાંત કાર્યકરોની સમગ્ર હરોળમાં જોવા મળેલી એક વાક્યતા અજોડ હતી, જેમાં કચ્છની અસ્મિતાનું ગૌરવ હતું. એનો ખાલીપો પૂરવાનો સુરાપો હતો. પ્રત્યેક વિષયમાં જાગતાં પ્રશ્નોની પૂરેપૂરી સભાનતાને કારણે કચ્છને હમદર્દીનું પાત્ર બનાવવા કરતાં કચ્છની આબોહવામાંથી પ્રાપ્ત થતી ખુમારીને તાદૃશ રીતે રજૂ કરવામાં સૌ તજજ્ઞોને સંપૂર્ણ સફળતા સાંપડી હતી.

પક્ષીય રાજકારણ વિના, રાજકારણીઓ આ વ્યાસપીઠ પર સાથે હોય તો વિચાર અને આચારની સંવાદિતા સઘાય - કોઈ પણ સાચો પ્રશ્ન અમલદારશાહીમાં અટવાયા વિના તેના અંતિમ ચરણ સુધી પહોંચવાને પાત્ર બને એ અભિગમ પ્રત્યેક રાજકારણી કેળવે તો દરેક ક્ષેત્રમાં કચ્છ શિરમોર બની રહે.

વધારે ગાજ્યા વિના અમદાવાદના કચ્છી જૈન સમાજે, કર્મઠ કાર્યક્રમોની ઠંડી તાકાત અને દીર્ઘદૃષ્ટિ સાથે કચ્છના પ્રશ્નોને વાચા આપવા યોજેલા આ સફળ સેમિનાર માટે હાર્દિક અભિનંદન આપું છું કે જે સ્વીકારશો.

દરેક સત્રમાં જળવાયેલ શિસ્ત અને પ્રત્યેક ઉદ્બોધનને અંતે પ્રવક્તાઓ દ્વારા અસ્ખલિત રીતે વહેતા વાણીપ્રવાહમાં લાલિત્ય તો હતું જ, સાથે વિષય પરત્વેની ઊંડી સમજ અને વાક્યાતુર્ય સેમિનારનું નજરાણું બની ગયા.

પશ્ચાલ પીમણુ છેડા, છેડા જવેલરી માર્ટ - મુંબઈ  
મંગલ મંદિર, ઓક્ટોબર-૨૦૦૪

• • • • •

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના સર્વે કાર્યકરોને શ્રી ભુજપુર સેવા સમાજ પરિવારના નત મસ્તકે વંદન.

શિક્ષક દિનના સોનેરી દિવસે કચ્છના વિકાસના દરેક પ્રશ્નોને સેમિનારમાં આવરી લઈને મેળવેલ ઝળહળતી સફળતા બદલ લાખ લાખ અભિનંદન.

જુદા જુદા નિષ્ણાતો તથા કચ્છની રાજકીય નેતાગીરીને સેમિનારમાં બોલાવી, સંગઠનની જે કેડી કંડારી છે અને એકતાનાં બીજ વાવ્યાં છે તેનાં મીઠાં ફળો ભવિષ્યની પેઢીને કાયમી સ્વરૂપે ચાખવા મળશે. આટલાથી સંતોષ ન માનતા, સેમિનારના ફળસ્વરૂપે

“કચ્છ ડેવલપમેન્ટ કાઉન્સિલ”ની રચના કરવામાં આવી તે પણ પાસેરામાં પહેલી પૂરીથી કચ્છના વિકાસના પગરણ મંડાયા.

ખરેખર આપની સંસ્થાના કાર્યકરોના વતનપ્રેમ, કાર્યપદ્ધતિ, સંગઠન અને સેવા ભાવનાનાં વખાણ કરવાં અમારી પાસે શબ્દો ઓછા પડે.

અંતમાં ફરી એકવાર સેમિનારના સફળ આયોજન માટે આપ સહુને લાખ લાખ અભિનંદન.

પ્રમુખ, શ્રી ભુજપુર સેવા સમાજ - મુંબઈ  
મંગલ મંદિર, ઓક્ટોબર-૨૦૦૪

• • • • •

કહેવત છે “મકાન ભાડે મળે પણ ઘર નહીં” પણ અમારી બાબતમાં આ કહેવતથી ઊલટું થયું.

મારો પુત્ર અચાનક કેન્સરની બીમારીમાં સપડાયો અને ચિંતાઓ અપાર થઈ. સારવાર, ધ્યાન, ઘર જેવું વાતાવરણ, ચોખ્ખાઈ હોય તેની શોધ હતી. ભાઈ કચ્છમાં પાનધ્રો જી.એમ.ડી.સી.માં નોકરી કરે અને સાથે રહેતા. તે અનુસંધાને ‘કચ્છી વિશ્રામ ગૃહ’માં રહેવાની, જમવાની, સારી વ્યવસ્થા હોય છે તે જાણ્યું. પણ તેથી વિશેષ જ્યારે આ રૂબરૂ અહીં મહિનાઓ સુધી રહેવાનું થયું અને અહીંના પરોપકારી સેવાભાવનાવાળા સદા હસમુખા સ્વભાવના શ્રી નીતિનભાઈ તથા સ્ટાફ કર્મચારી શ્રી ઝાલાસાહેબ તથા પરમારભાઈ સર્વે સાથે પારિવારિક નાતો બંધાયો. એક ઘર ઊભું થયું. અહીંની ખાસ વિશેષતાઓને લીધે મારા પુત્રની સારવારમાં સહકાર મળ્યો તે આભાર અને ઉપકાર કચ્છી વિશ્રામ ગૃહનો છે.

સ્વચ્છતા અહીંની ઊડીને આંખે વળગે તેવી છે. સ્ટાફનો સહકાર અને ટ્રસ્ટીશ્રીઓ દરેક અહીં નામ નથી આવડતા તેથી ઉલ્લેખ કરી શકાય નહીં પણ સર્વેનો સ્નેહભર્યો સહકાર. અહીંની ભોજન-વ્યવસ્થા દર્દીને માફક આવે તેવી અને દર પણ આર્થિક રીતે પરવડે તેવા! જે ઉપયોગી થયા.

ઘણીવાર મારો પુત્ર અને તેમની મમ્મી એકલા જ રૂમ રાખી રહેતા અને રોજ સિવિલમાં સારવાર અર્થે જતા છતાં ક્યારેય કોઈ મુશ્કેલી નહીં.

સતત ત્રણ વર્ષ. વચ્ચે આવવું જવું અને બે વાગ્યે - ચાર વાગ્યે પણ અહીંનો સ્ટાફ ખરેખર તૈયાર. બહારથી અર્થાત્ દવાખાનાથી અહીંયાં (કચ્છી વિશ્રામગૃહમાં) આવીએ ત્યારે જાણે આપણે ઘરે આવ્યા હોય તેવો અહેસાસ અમારા હૃદયમાં થતો.

“કચ્છી વિશ્રામગૃહ” એ ખરેખર ઘર જેવું જ નહીં જાણે ઘર જ હોય એવી અનુભૂતિ થઈ. સારવારમાં સ્વચ્છતા ઘણી અગત્યની હોઈ જેનો લાભ અમને મળ્યો.

આજે મારા પુત્રની તબિયત ઓકે છે. તેના યશના ભાગીદાર તરીકે કચ્છી વિશ્રામગૃહના ટ્રસ્ટીશ્રી અને સ્ટાફ, જી.એમ.ડી.સી. છે તે ક્યારેય ભૂલી શકાય નહીં.

આવા સેવાભાવી ટ્રસ્ટો માનવીઓને ખૂબ જ ઉપયોગી બને છે તે અનુભવે ખ્યાલ આવે.

એ. બી. મકવાણા - પાનધ્રો, કચ્છ.  
મંગલ મંદિર, ઓક્ટોબર-૨૦૦૪

• • • • •



આપનો માર્ચ-૨૦૦૩નો અંક નંબર-૩૦૦ જ્યારે મળ્યો, ત્યારે જ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદની કાર્યશક્તિનો પરિચય થઈ ગયેલો. ત્યારે અમારાં અભિનંદન પાઠવવાનું અમે ચૂકી ગયા પરંતુ હાલ સપ્ટેમ્બર માસમાં શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજે અમદાવાદને બદલે મુંબઈ આવીને કચ્છના પ્રશ્નો વિશે જે સેમિનારનું આયોજન કર્યું તેમાં જાતે હાજર રહીને જે કાંઈ જોયું, જાણ્યું અને માણ્યું તે પછીથી સમાજના હોદ્દાદારોને ખૂબખૂબ અભિનંદન આપવાં જ જોઈએ. સેમિનાર ખૂબ જ વ્યવસાયિક રીતે સંપન્ન થયો. સમાજના હોદ્દાદારોએ ખામી રહિત આયોજન કર્યું હતું. સેમિનારને અનુરૂપ વિષયો તથા તે વિષયના ખરેખર નિષ્ણાતોને વક્તા તરીકે પસંદ કરવામાં આવ્યા હતા અને તેઓ પણ સારી તૈયારી કરીને આવ્યા હતા. જેથી ફાળવેલા સમયમાં જ પ્રશ્નોની છણાવટ અને ઉપાયોનાં સૂચન કરી શક્યા.

આવા સફળ આયોજન બદલ સંબંધિત સર્વે ભાઈ-બહેનોને ખૂબ ખૂબ અભિનંદન અન ખૂબ ખૂબ શુભેચ્છા.

*“કચ્છ ગુર્જરી” સંચાલક મંડળના તમામ સભ્યો વતી  
મંગલ મંદિર, નવેમ્બર-૨૦૦૪*

*યોગ્યતા મેળવ્યા વગર ઉજ્જવળ ભવિષ્યની કલ્પના કરવી  
વ્યર્થ છે. સફળતા માટે પુરુષાર્થ કરવો પડે છે.*

## નોબેલ પુરસ્કાર

વિશ્વભરમાંથી કોઈપણ સાક્ષર વ્યક્તિ એવી નહીં હોય કે જે નોબેલ પુરસ્કાર વિશે ન જાણતી હોય. બધા જ પુરસ્કારોમાં પ્યાતિની દૃષ્ટિએ નોબેલ પુરસ્કાર ઉચ્ચતમ મનાય છે.

સર્વ પ્રથમ નોબેલ પુરસ્કાર ઈ.સ. ૧૯૦૧ની દસમી ડિસેમ્બરના રોજ આપવામાં આવ્યો હતો. એને ૧૦૦ વર્ષ પૂરાં થઈ ગયાં. નોબેલ પુરસ્કાર મૂળ સ્વીડનના રહેવાસી ઓલ્ફેડ બર્નહાર્ડ નોબલની યાદગીરીમાં આપવામાં આવે છે. આ માટે નોબેલે ૯૦ લાખ ડોલરની માતબર રકમનું ટ્રસ્ટ બનાવેલ. ૧૦ લાખ ડોલરનું ઈનામ વ્યક્તિગત તેમજ સંયુક્ત રીતે પણ અપાય છે.

૧૦૦ વર્ષમાં કુલ ૬૯૮ વ્યક્તિઓને અને ૧૩ સંસ્થાઓને નોબેલ પુરસ્કાર આપવામાં આવ્યો છે. સૌથી વધુ અમેરિકી ૨૫૫ નાગરિકોને આ પુરસ્કાર મળ્યો છે. ત્યારબાદ બ્રિટન - ૯૪, જર્મની - ૮૮ અને ફ્રાન્સ - ૫૧. કુલ ૪૪ દેશના નાગરિકોનાં નામ યાદીમાં છે.

૬૯૮માંથી માત્ર ૭ જ ભારતીય નામ નોબેલ પુરસ્કાર માટે યોગ્ય ગણવામાં આવેલ.

◆ રવીન્દ્રનાથ ટાગોર	સાહિત્ય	૧૯૧૩
◆ સર સી.વી. રામન	ભૌતિકશાસ્ત્ર	૧૯૩૦
◆ હરગોવિંદ ખુરાના	મેડિસિન	૧૯૬૮
◆ મધર ટેરેસા	શાંતિ	૧૯૭૯
◆ ડૉ. એસ. ચન્દ્રશેખર	ભૌતિકશાસ્ત્ર	૧૯૮૩
◆ અમર્ત્ય સેન	અર્થશાસ્ત્ર	૧૯૯૮
◆ નાઈપોલ	સાહિત્ય	૨૦૦૧

રસાયણ શાસ્ત્રના ક્ષેત્રમાં હજી ભારતને આ પુરસ્કાર મળ્યો નથી.

ઈનામ નહીં મેળવનાર જે આશ્ચર્યકારક નામ છે તેમાં ગાંધીજી, માર્ક ટ્વેઈન, લીઓ ટોલ્સ્ટોય અને મેક્સિમ ગોર્કી છે.

દુનિયાભરમાંથી ૪ વૈજ્ઞાનિકો એવા છે જેમને આ નોબેલ પુરસ્કાર બબ્બે વખત મળ્યા છે.

◆ માદામ ક્યુરી	ભૌતિકશાસ્ત્ર - ૧૯૦૩ રસાયણશાસ્ત્ર - ૧૯૧૧
◆ લીનસ પાઉલીંગ	રસાયણશાસ્ત્ર અને શાંતિ
◆ જોન બર્ડિન	ભૌતિકશાસ્ત્રમાં ૨ વખત.
◆ ફેડરિક સેંગર	બંને વખત રસાયણ શાસ્ત્ર માટે.

નોબેલ પુરસ્કાર ભૌતિકશાસ્ત્ર, રસાયણ શાસ્ત્ર, શરીર શાસ્ત્ર અથવા ઔષધશાસ્ત્ર, સાહિત્ય, અર્થશાસ્ત્ર અને શાંતિ માટે આપવામાં આવે છે.

*ગુલાબચંદ ધારશી રાંભિયા*

*મંગલ મંદિર, મે-૨૦૦૨*

*જિંદગી એ જુગાર છે એમાં શંકા નથી, પણ એમાં પાનાં તમારાં પોતાનાં જ છે.*

## અન્ય સંસ્થાના સમાચાર

### રક્તદાન મહાશિબિર - વર્લ્ડ રેકોર્ડ

શ્રી સ્થાનકવાસી જૈન લીબડી અજરામર સંપ્રદાય દ્વારા મુંબઈના ગોરેગાંવમાં અન્ય સંસ્થાઓ સાથે આયોજિત રક્તદાન મહા શિબિરમાં તા. ૧લી જૂન, ૨૦૦૩ના એક જ દિવસમાં વિક્રમી ૧૧,૪૫૧ બોટલ રક્ત ભેગું કરી, ૧૪ વર્ષ જૂનો અમેરિકામાં નોંધાયેલ ૩,૧૫૫ બોટલ રક્ત ભેગું કરવાનો વર્લ્ડ રેકોર્ડ તોડી નવો રેકોર્ડ સ્થાપેલ છે.

બ્લડ ડોનેશન કેમ્પમાં આવનાર ડોનરો માત્ર પંદર મિનિટમાં બ્લડ ડોનેટ કરીને ફરી બહાર નીકળી શકે એવી ઝડપી કાર્યવાહી માટે ૫૦૦ પથારીની વ્યવસ્થા સાથે હિમોગ્લોબીન - બ્લડ પ્રેશર વગેરેની કોમ્પ્યુટરમાં ઓટોમેટિક એન્ટ્રી માટે ગુજરાત - મહારાષ્ટ્ર - મુંબઈની ૬૦ બ્લડ બેંકના ડોક્ટરો, ટેકનિશિયનો, સોશિયલ વર્કર સહિત ૪૦૦ જણનો સ્ટાફ હાજર હતો. ઉપરાંત વિવિધ સામાજિક સંગઠનોના એક હજાર જેટલા કાર્યકર્તાઓએ સેવા આપી હતી.

અમદાવાદ, ઔરંગાબાદ, નાગપુર વગેરેની બ્લડ બેંકોને મુંબઈથી ખાસ પ્લેનમાં બ્લડ બેગ્સ મોકલવાની વ્યવસ્થા જેટ એરવેઝ તરફથી ફી ઓફ ચાર્જ સેવા પૂરી પાડવામાં આવી હતી.

તા. ૧-૬-૨૦૦૩ના સવારના ૬.૪૫ વાગે મુખ્ય દાતા પરિવારના શ્રી ધીરજ પોપટલાલ નંદુએ રક્તદાન કરીને શિબિરનો આરંભ કર્યો હતો. વહેલી સવારથી જ દૂરદૂરથી રક્તદાતાઓનો ધોધ શરૂ થઈ ગયો હતો. રાત્રે ૧૦ વાગ્યે આશરે બે હજાર રક્ત દાતાઓને વિનંતી કરવામાં આવી હતી કે અમે હવે વધુ લોહી લઈ શકીએ એવી સ્થિતિમાં નથી.

રક્તદાતાઓમાં કચ્છી - ગુજરાતી બહેનોમાંથી ૭૦થી ૮૦ ટકા બહેનો, લોહીમાં હિમોગ્લોબીનની ઊણપને કારણને રક્તદાન કરી શકી નહોતી. આ માટે બહેનોએ સજાગ થવાની જરૂર છે. સ્ત્રીને માસિક સ્નાવ થાય ત્યારે નવું લોહી બનવું જોઈએ. **એ માટે લીલી ભાજી, દૂધ, આયર્ન (લોહ તત્ત્વ)વાળો ખોરાક લેવો જોઈએ. મોટાભાગની બહેનો કાળજી લેતી નથી એટલે હિમોગ્લોબીનની ઊણપ સર્જાય છે.**

અશક્ય લાગે એવા આ પ્રોજેક્ટને શક્ય બનાવવા માટે શ્રી અજરામર રક્તદાન શિબિર સમિતિના અધ્યક્ષ શ્રી નેણશીભાઈનું આયોજન અને આ શિબિરના મુખ્ય આયોજક શ્રી પોપટલાલ નંદુ તરફથી મળેલ રૂા. ૧૧.૦૦ લાખનું દાન ખરેખર સરાહનીય અને અનુમોદનીય છે. આ વર્ષે અજરામર સંપ્રદાયના જૈનાચાર્ય શ્રી અજરામરજી સ્વામિના ૨૫૦મા જન્મોત્સવ નિમિત્તે, કોઈ ધાર્મિક ક્રિયાકાંડને બદલે સમગ્ર સમાજ માટે ઉપયોગી અને ઉદાહરણરૂપ બની રહે એવા આ રચનાત્મક કાર્ય માટે પ્રેરણા આપનાર જૈન મુનિશ્રીઓને વંદન.

ગીનેસ બુક ઓફ વર્લ્ડ રેકોર્ડ્સમાં નોંધ લેવા માટે રક્તદાન શિબિરની બાર કલાકની ત્રણ કેસેટ મોકલવામાં આવી છે.

જરાય અંધાધૂંધી ન થાય તે રીતે આવા વિરાટ પાયે કેમ્પ યોજવો એ કંઈ ખાવાના ખેલ નથી.

સમાજોપયોગી, રચનાત્મક અને સફળ આયોજન બદલ શ્રી

નેણશીભાઈ શાહ, શ્રી પોપટલાલ નંદુ તેમજ તેમના સહ કાર્યકર્તાઓ અને દાતાઓને હાર્દિક અભિનંદન.

મંગલ મંદિર, જુલાઈ-૨૦૦૩

### ભૂકંપગ્રસ્ત લાઈબ્રેરીનું નવનિર્માણ

શ્રી તુંબડી દેરાવાસી જૈન મહાજન દ્વારા નવનિર્મિત લાઈબ્રેરીનું ઉદ્ઘાટન તા. ૬-૭-૨૦૦૩ના રોજ શ્રી તુંબડી મહાજનના ટ્રસ્ટી તેમજ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના એક ટ્રસ્ટી શ્રી કાંતિલાલ વેલજી સાવલાના વરદ્ હસ્તે કરવામાં આવ્યું હતું. આ પ્રસંગે અમદાવાદ સમાજના ટ્રસ્ટી અને માનદ્ મંત્રી શ્રી પ્રતાપ નારાણજી દંડ તેમજ અન્ય એક ટ્રસ્ટી શ્રી મણિલાલ કુંવરજી ગોસર ઉપરાંત કચ્છ જિલ્લા પંચાયતના પ્રમુખ કુ. જાગૃતિબહેન બાબુભાઈ શાહ, ભુજ નગર પાલિકાના મેયર શ્રીમતી હંસાબહેન તારાચંદ છેડા, ભુજ ક.વી.ઓ. મહાજનના પ્રમુખ શ્રી તારાચંદ જગશી છેડા તથા તુંબડી મહાજન મુંબઈના શ્રેણીવર્ધો હાજર રહ્યા હતા. આ લાઈબ્રેરીની મુખ્ય તક્તીની અનાવરણ વિધિ શ્રી પ્રતાપ નારાણજી દંડ તથા શ્રી મણિલાલ ગોસરે કરી હતી. આ લાઈબ્રેરીના નવ નિર્માણ માટે શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના “ભૂકંપ રાહત નિધિ” મારફત સહયોગ આપવામાં આવેલ.

શ્રી તુંબડી મહાજનના શ્રી રમણિકલાલ સતિયાએ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદની સેવાઓને બિરદાવીને જણાવ્યું હતું કે ધરતીકંપ થયાના બીજા જ દિવસે આ સમાજના કાર્યકરો રાહત કાર્ય માટે કચ્છ પહોંચી આવ્યા હતા. તેઓએ સંસ્થાના શિસ્તબદ્ધ અને પારદર્શક વહીવટની પ્રશંસા કરી હતી.

અમદાવાદ સમાજના માનદ્ મંત્રી શ્રી પ્રતાપ નારાણજી દંડે જણાવ્યું હતું કે શ્રી તુંબડી મહાજને આ લાઈબ્રેરીનું નિર્માણ કરી, જ્ઞાનની ગંગા વહાવી છે. ધરતીકંપ વખતે અમારી સંસ્થા પાસે આવેલ રાહત ભંડોળને અમે જરૂરિયાતવાળાઓને ફાળવ્યા હતા, જેના ફળ સ્વરૂપે આજે આ લાઈબ્રેરીનું ઉદ્ઘાટન થયેલ છે. વધુમાં તેઓએ જણાવેલ કે અમદાવાદ સમાજના ટ્રસ્ટ મંડળમાં ત્રણ ત્રણ ટ્રસ્ટીઓ તુંબડી ગામના જ છે અને તેઓ અમારા ફક્ત અગ્રણી કાર્યકર્તાઓ જ નહીં પણ દાતા તથા પથદર્શક પણ છે. તેથી તુંબડી સાથે હંમેશાં અમારી આત્મીયતા રહી છે.

શ્રી તારાચંદ જગશી છેડાએ પોતાના પ્રવચનમાં શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદની સેવાઓને બિરદાવી હતી. અત્યારના તબક્કે નર્મદા પ્રશ્ને તેઓ તરફથી ચાલતી કાર્યવાહીને સંપૂર્ણ સાથ અને સહકાર આપવાની અપીલ કરી હતી. વધુમાં તેઓએ જણાવ્યું હતું કે આ કાર્યકરો ગાંધીનગરની નજીક છે અને અત્યારે નર્મદા કેનાલ પ્રશ્નનો ઉકેલ લાવવા માટે અનુકૂળ સમય છે અને મને ખાતરી છે કે જો શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદને આપણે સાથ અને સહકાર આપીશું તો તેઓ ટૂંક સમયમાં આ બાબતનો ઉકેલ લાવી શકશે.

શ્રી મણિલાલ ગોસરે પણ પ્રસંગોચિત પ્રવચન કરેલ.

મંગલ મંદિર, ઓગસ્ટ-૨૦૦૩



(સંદર્ભ : મંગલ મંદિર, જાન્યુઆરી-૧૯૯૫થી ડિસેમ્બર-૨૦૦૫)

- ★ **ભુજ - નલિયા ટ્રેઈન** : બે દાયકા પૂર્વે સંરક્ષણના મુદ્દે નિર્માણ પામેલી ભુજ - નલિયા મીટર ગેજ ટ્રેઈન સેવા છેલ્લા ત્રણેક વર્ષથી નિર્જીવ હાલતમાં છે. આ રેલવે લાઈન પર ટ્રેઈન સેવા શરૂ કરવાની માંગણી, ટ્રાફિક 'નથી મળતો'ના બહાના હેઠળ, રેલવે તંત્રે ગ્રાહ્ય નથી રાખી. ૧૧૨ કિ.મી.ની આ ટ્રેઈન સેવા પુનઃ જીવંત કરવાની માંગણી જોર પકડતી જાય છે.
- ★ **કોક ઉદ્યોગ - મુંદ્રા** : મુંદ્રા તાલુકામાં આવી ગયેલા તથા આવી રહેલા કોક ઉદ્યોગની સામે ઉગ્ર આંદોલનનું આયોજન કરવા નવરચિત ગ્રામ્ય હિતરક્ષક અભિયાનની ખાસ બેઠક મુંદ્રા ખાતે મળી હતી. જેમાં મુંદ્રા તાલુકાના વિવિધ ક્ષેત્રોના આગેવાનો તથા સરપંચો, તાલુકા અને જિલ્લા પંચાયતના સભ્યો તથા મહાજનના સભ્યો હાજર રહ્યા હતા અને ગાંધી ચિંધ્યા માર્ગે આંદોલન તથા હાઈકોર્ટ - સુપ્રીમ કોર્ટમાં જવાનું ઠરાવ્યું હતું.
- ★ **હેવર પોર્ટ - જખો** : કોસ્ટ ગાર્ડના જહાજ દ્વારા જખો દરિયાઈ વિસ્તારમાં પેટ્રોલિંગ શરૂ થઈ ગયું છે. તેમજ હેવર પોર્ટનો પ્રારંભ થયો છે. આ અંગે જખો બંદરે કોસ્ટ ગાર્ડને સોંપાયેલી ૧૦ એકર જમીનમાં હેવર પોર્ટનું ભૂમિપૂજન કરવામાં આવ્યું હતું જે બે માસમાં પૂર્ણ થશે.
- ★ **કચ્છ યુનિવર્સિટી** : ક્રાંતિગુરુ શ્યામજી કૃષ્ણવર્મા કચ્છ યુનિવર્સિટી શૈક્ષણિક વર્ષ ૨૦૦૪-૦૫માં કાર્યાન્વિત થતાં સર્વપ્રથમ સ્વતંત્ર રીતે કાયદાના પ્રથમ વર્ષની પરીક્ષા લેવાઈ હતી.
- ★ **સુમતિચંદ્ર મહેતા** : પ્રખ્યાત સફારી ઈન્ડસ્ટ્રીઝના કર્તાહર્તા, કચ્છી શ્રીમાળી ગૂર્જર જૈન જ્ઞાતિના અગ્રણી એવા કચ્છી ઉદ્યોગપતિ સુમતિચંદ્ર એન. મહેતાનું ૮૦ વર્ષની વયે લીવરના કેન્સરની બીમારીથી મુંબઈમાં અવસાન થતાં કચ્છીઓમાં ઘેરા શોકની લાગણી પ્રવર્તી હતી.
- ★ **કારિયાધામ - ભચાઈ** : ગુજરાત પ્રદૂષણ નિયંત્રણ બોર્ડ દ્વારા હિંદુસ્તાન પેટ્રોલિયમ લિમિટેડની મુંબ્રાથી નવી દિલ્હીની મલ્ટી પરપઝ યુઝ્ડ પાઈપ લાઈન માટે પર્યાવરણીય મંજૂરી મેળવવાર્થે લોક સુનાવણીનો કાર્યક્રમ ભચાઈના કારિયાધામ ખાતે યોજાયો હતો.

- ★ **લક્ષ્મીચંદ વેરશી કારાણી** : મૂળ ડુમરા (તા. અબડાસા)ના વતની અને મુંબઈમા મસાલાના પ્રસિદ્ધ વેપારી તથા કચ્છી વીસા ઓસવાળ જૈન જ્ઞાતિના આગેવાન સમાજસેવક લક્ષ્મીચંદ વેરશી કારાણીનું ૬૦ વર્ષની વયે મુંબઈમાં ટૂંકી માંદગી બાદ અવસાન થતાં સમાજમાં ગમગીની ફેલાઈ હતી. તેમની યાદ કાયમી રાખવા ગામમાં “સ્વ. લક્ષ્મીચંદ વેરશી કારાણી સ્મૃતિ ભવન” બનાવવાનો નિર્ણય લેવાયો હતો.
- ★ **ભૂકંપ બાદ રસ્તાના કામો** : કચ્છના ભૂકંપ બાદ વિવિધ યોજનાઓ હેઠળ અંદાજિત રૂા. ૧૯૦ કરોડના ખર્ચે ૧૭૮ રસ્તાના કામો માર્ગ અને મકાન વિભાગ (રાજ્ય) દ્વારા ઝડપથી હાથ ધરવામાં આવ્યા છે. ગાંધીધામ - સામખિયાળીનો ૪ લાઈનનો માર્ગ બની રહ્યો છે. ગાંધીધામ - મુંદ્રા - માંડવીનો ૬૦ કિ.મી. લંબાઈનો માર્ગ ૧૦ મીટર પહોળો કરવામાં આવ્યો છે. કચ્છમાં ૮૮૧ મકાનોનું બાંધકામ પૂર્ણ કરવામાં આવ્યું છે અને અન્ય જાહેર મકાનોનું કામકાજ ચાલુ છે.
- ★ **ચેરિયાના કારણે ફાયદો** : દક્ષિણ ભારતમાં સુનામી અંગે એક અવલોકન કચ્છે યાદ રાખવા જેવું છે. ૨૬મી ડિસેમ્બરે આવેલા વિનાશકારી મોજાઓમાં આંદામાન - નિકોબારથી ઉત્તરમાં આવેલા દરિયા કિનારાથી માત્ર ૭૦ મીટર દૂર આવેલી એક શાળાને આ વિસ્તારમાં ફેલાયેલા ગીચ ચેરિયાને કારણે કોઈ જ નુકસાન થયું નહોતું. આ ચેરિયાના કારણે રાક્ષસી મોજાઓનો વેગ ૬૦ ટકા જેટલો ઘટી ગયો હતો અને તેને પરિણામે જ્યારે દરિયાનું પાણી માર્ગ સુધી પહોંચ્યું ત્યાં સુધીમાં તેનું જોર ખૂબ ઘટી ગયું હતું. કચ્છમાં પણ દરિયા કિનારે થતાં ચેરિયાને રક્ષણ આપવું જરૂરી છે અને ખૂબ વૃક્ષોનું વાવેતર કચ્છમાં કરવું જરૂરી છે.
- ★ **ડુમરા જળ સ્રોત** : પૂના સ્થિત ખાનગી કંપનીની સહાયથી ડુમરા (તા. અબડાસા) વિસ્તારમાં સીમતળમાં ખેતીલાયક જળ સ્રોત મળી આવતાં ૫ હજાર એકર બંજર જમીન નવસાધ્ય થઈ છે અને હજી એટલી જ ભૂમિ નવસાધ્ય થવાની આશા રખાઈ રહી છે.
- ★ **કચ્છમાં પશુ ગણતરી** : તાજેતરમાં પશુઓની ગણતરી દરમ્યાન માલૂમ પડ્યું કે કચ્છમાં ૧૪,૯૮,૩૫૧ જેટલા જુદા જુદા વર્ગના પશુઓની વસતિ છે (કચ્છમાં માનવીઓની વસતિ પણ લગભગ એટલી જ છે) નાના માલ ગણાતા ઘેટાં બકરાંની વસતિ ૯.૫ લાખ જેટલી છે.
- ★ **પક્ષીઓની ગણતરી** : દર વર્ષની જેમ આ વર્ષે પણ વેટલેન્ડ ઈન્ટરનેશનલ કુઆલાલમ્પુર (મલેશિયા) તરફથી ૨૦૦૫ જાન્યુઆરી ૮થી ૨૩ સુધી સમગ્ર એશિયામાં જલપલ્લવિત પ્રદેશ (વેટલેન્ડ) પર જોવા મળતા જળચર પક્ષીઓ તથા જળ આધારિત પક્ષીઓની ગણતરી કરવાના ભાગ રૂપે કચ્છમાં પણ આ ગણતરી થઈ હતી. જે અનુસાર ૪૫ જાતના યાયાવર પક્ષીઓ કચ્છ

આદર્શવાદી માણસ એટલે એવો માણસ જે બીજાઓને સમૃદ્ધ થવામાં મદદ કરે છે.

- આવ્યા. ૨૨ સ્થળો પર કુલ ૧૦,૦૮૧ પક્ષીઓની નોંધ થઈ હતી.
- ★ **કલ્યાણજી સાવલાનું સન્માન** : કચ્છી કવિ શ્રી કલ્યાણજી સાવલા “ઉર્મિલ”ને દિલ્હીમાં ઓલ ઈન્ડિયા હ્યુમન રાઈટ્સ એસોસિએશન દ્વારા “માનવ મિત્ર”ના ઈલકાબથી સન્માનિત કરવામાં આવ્યા હતા.
- ★ **કચ્છમાં નર્મદા પેયજળ** : કચ્છમાં નર્મદાના પેય જળનો પુરવઠો શરૂ કરવામાં આવ્યો છે. કચ્છ માટે ૭૦ એમ.એલ.ડી. પાણી પંપીંગ કરવામાં આવશે. આથી કચ્છના ૪૦૦ ગામોને નિયમિત પાણી મળશે. કુલ ૧૦૦ એમ.એલ.ડી. પાણી અપાશે જેમાંથી ઉઘોગોને પણ પાણી મળશે. ભુજિયા સંપમાં આ પાણી પહોંચી આવતાં હવે ભુજવાસીઓને આ પાણી નિયમિત રીતે મળશે.
- ★ **કચ્છનું મધ** : ફેબ્રુઆરી ૧૫મીથી મે ના અંત સુધીના અઢી માસના ગાળામાં કચ્છમાં ૨ હજાર ક્વિન્ટલ મધનું ઉત્પાદન થયું છે. આ ગાળામાં ૧૫૦૦ શ્રમજીવી કુટુંબોને રોજગારી પ્રાપ્ત થઈ છે. પૂના સ્થિત સેન્ટ્રલ બીઝ રીસર્ચ ઈન્સ્ટિટ્યૂટે કચ્છના મધને ભારતનું શ્રેષ્ઠ મધ જણાવ્યું છે. મધની આડપેદાશના ભાગરૂપે ૨૫ લાખનું મીણ પણ એકત્રિત કરાયું છે.
- ★ **કચ્છની પડતર જમીન કોર્પોરેટ જગતને** : મુંબઈ ખાતે યોજાયેલા કચ્છભરના આંતરરાષ્ટ્રીય વેપાર મેળાના ઉદ્ઘાટન પ્રસંગે કચ્છ જિલ્લા કલેક્ટર પ્રદીપ શર્માએ જિલ્લાની પડતર તમામ જમીનનો કોર્પોરેટ જગતને કોન્ટ્રેક્ટ - ઈજારા પદ્ધતિથી આપવાની કરેલી જાહેરાત કચ્છની ખેતી અને ખેડૂતો માટે કમનસીબી બની રહેશે તેવી લાગણી ‘સંવાદ’ સંસ્થાએ વ્યક્ત કરી આ મુદ્દે કચ્છીઓ અવાજ ઊઠાવે તેવી માંગ કરી હતી.
- ★ **ગાંધીધામથી ભુજ દોડવાનું** : ગાંધીધામના ૧૯ વર્ષીય દેવીપ્રસાદ ભોલેપ્રસાદ પ્રજાપતિ નામના યુવાને ગાંધીધામથી ભુજ સુધીનું ૫૭ કિ.મી.નું અંતર દોડતા દોડતા માત્ર ચાર કલાકમાં કાપીને વિક્રમ નોંધાવ્યો હતો.
- ★ **ચેરનું નિકંદન** : રાજાશાહી યુગના ચેરના જંગલોનું નિકંદન નીકળી રહ્યું છે. અદાણી પોર્ટ લિ. નામની ખાનગી કંપની દ્વારા અંદાજે ૨૦થી ૨૨ કિલોમીટરના વિસ્તારમાં રેવન્યુ તંત્ર હસ્તકની જમીનમાં આવેલા ચેરના જંગલોનું નિકંદન કાઢવા ભારે મશીનરી ઉતારવામાં આવી હતી. ચેરના જંગલોનો સોથ વળી રહ્યો છે એ વિશાળ જમીન સૂચિત સ્પેશિયલ ઈકોનોમિક ઝોનમાં આવરી લેવાયેલ છે. નજીકના ભવિષ્યમાં જમીન સંપાદન વેળાએ ચેરના વન, મંજૂરીમાં બાધારૂપ ન બને એ માટે તેનો ચૂપચાપ સોથ વાળવામાં આવ્યો હોવાની માહિતી જાણવા મળે છે.
- ★ **કચ્છ જિલ્લા પંચાયત** : કચ્છ જિલ્લા પંચાયતની યોજાયેલી સામાન્ય સભામાં જિલ્લા પંચાયત પ્રમુખ જાગુબહેન શાહ સામેની અવિશ્વાસની દરખાસ્ત શૂન્ય વિરૂદ્ધ ૨૧ મતોથી પસાર થઈ જતાં કોંગ્રેસી છાવણીમાં સોપો પડી ગયો હતો. દરખાસ્તની તરફેણમાં
- કોંગ્રેસના હાજર ૧૦ સભ્યો અને ભાજપના ૧૧ સભ્યોના કુલ ૨૧ મત પડ્યા હતા. જ્યારે પ્રમુખની તરફેણમાં એક પણ મત નહોતો પડ્યો.
- ★ **કોઠારા ગ્રીન હાઉસ** : કચ્છના સૂકા અને ગરમ વિસ્તાર માટે માફક આવે તેવું એરીડ એરિયા ગ્રીન હાઉસ (સૂકા વિસ્તારનું ગ્રીન હાઉસ) વિકસાવીને તેમાં ટમેટાં, કેપ્સીકમ, મરચાં વગેરે પાકો લેવા માટે અમદાવાદના આઈ.આઈ.એમ.ના સેન્ટર ફોર મેનેજમેન્ટ ઈન એગ્રિકલ્ચરના પ્રોફેસર ડૉ. ગિરજા શરણને વિશ્વબંક દ્વારા ૧.૫૦ લાખ યુ.એસ. ડોલર ગ્લોબલ ડેવલપમેન્ટ માર્કેટ પ્લેસ ૨૦૦૫ એવોર્ડ એનાયત કરાયો છે. આયું ગ્રીન હાઉસ તેમણે પ્રાયોગિક ધોરણે કોઠારા (તા. અબડાસા) ખાતે તૈયાર કર્યું છે. જેમાં ત્રણ વર્ષથી આ પાકો સફળતાપૂર્વક વર્ષમાં બે વાર લઈ શકાય છે.
- ★ **એલ્યુમિનિયમ પ્રોજેક્ટ** : કચ્છમાં અત્યાર સુધીના સૌથી મોટા સાહસમાં આશાપુરા ગ્રૂપ ઓફ કંપની ડા. ૧૧૯૦ કરોડના મૂડીરોકાણ સાથે મહત્વાકાંક્ષી એલ્યુમિનનો પ્રોજેક્ટ સ્થાપવા જઈ રહી છે. કંપનીના મેનેજિંગ ડિરેક્ટર ચેતનભાઈ શાહે જાહેરાત કરી હતી કે ચીની ભાગીદારી સાથેના આ પ્રોજેક્ટના નિર્માણની શરૂઆત ચાલુ વર્ષની આખર સુધીમાં કરી દેવાશે અને અંદાજે બે વર્ષમાં તે કાર્યાન્વિત થઈ જાય તેવી શક્યતા છે.
- ★ **મુંદ્રા હોસ્પિટલ** : મુંદ્રામાં સ્પેશિયલ ઈકોનોમિક ઝોન ખાતે અદ્યતન સુવિધાઓ સાથેની હોસ્પિટલ બનાવવા એપોલો હોસ્પિટલ ગ્રૂપે અદાણી ગ્રૂપ સાથે સમજૂતી પત્ર (એમ.ઓ.યુ.) પર કરાર કર્યો છે. આ સુચિત હોસ્પિટલ ૨૦૦૬ના અંત સુધી નિર્માણ પામી, શરૂ થઈ જવાની શક્યતા છે.
- ★ **નખત્રાણા - વૃક્ષો** : નખત્રાણા તાલુકાના મોરજર ગામના યુવાનો, પંચાયત અને વન વિભાગે સંયુક્તપણે કાળજીપૂર્વક વાવેતર - જતન કરતાં ખૂબ ટૂંકા ગાળામાં હાલ ૪૦ એકર જમીન પર અંદાજે ૧૦ હજારથી વધુ વૃક્ષો બરાબર પાંગરી રહ્યા છે અને આખા પંથકને નવું સ્વરૂપ મળ્યું છે.
- ★ **જખણિયા ફાર્મસી કોલેજ** : માંડવી તાલુકાના જખણિયા ખાતે કાર્યરત થયેલી વીરાયતન વિદ્યાપીઠને ફાર્મસી ડિગ્રી કોલેજની મંજૂરી મળી છે. આ સંસ્થાએ માંડવી - ભુજ રોડ પર આગવું શૈક્ષણિક ધામ ઊભું કર્યું છે.
- ★ **કાટમાળ કૌભાંડ** : બસ્સોથી વધુ આરોપીઓને સાંકળતા ડા. ૧૦.૮૩ કરોડના ભુજ તાલુકાના કાટમાળ કૌભાંડમાં માજી સરપંચ એવી છ મહિલાઓ તથા ત્રણ ભૂકંપ આવાસ નિરીક્ષકો સહિત વધુ નવ તહોમતદારોની ધરપકડ કરવામાં આવી હતી.
- ★ **બિદડા સર્વોદય ટ્રસ્ટ** : બિદડા સર્વોદય ટ્રસ્ટે માંડવી અને મુંદ્રા તાલુકાની શાળાઓમાં શરૂ કરેલા આરોગ્ય સંભાળ અભિયાનમાં એવી ચોંકાવનારી માહિતી મળી છે કે ગ્રામીણ વિસ્તારના પ્રત્યેક બાળકમાં ત્રણથી ચાર ખામી રહેલી છે અને

કટાઈ જવા કરતાં ઘસાઈ જવું વધારે શ્રેષ્ઠ છે.

તે દૂર કરવામાં ન આવે તો ભવિષ્યમાં બીમારીઓ પણ થઈ શકે છે. આ ખામીઓમાં મુખ્યત્વે સ્વચ્છતાનો અભાવ, પેટમાં કરમિયાં, ઓછું લોહી, નબળાઈ, કાનમાં મેલ અને દાંતની તકલીફનો સમાવેશ થાય છે.

- ★ **કચ્છમાં તેલ સંશોધન :** સાંસદ શ્રી પુષ્પદાન ગઢવીએ સંસદમાં કેન્દ્રીય પેટ્રોલિયમ મંત્રી સમક્ષ રજૂઆત કરી હતી તે મુજબ કચ્છના સિરકીક વિસ્તારમાંથી તેલ મળવાની પૂરેપૂરી સંભાવના છે. જખૌ સામેના સમુદ્રમાં તથા ભૂ-ભાગમાં સંશોધન થાય તો “ઓફ શોર” અને “ઓન શોર” બંને રીતે તેલ મળી શકે તેમ છે. સિરકીકમાં તેલ મળી શકે તેવી સંભાવના ભૂતકાળમાં ઓ.એન.જી.સી.એ દર્શાવી હોવાથી ત્યાં સંશોધન થવું જોઈએ.
- ★ **કચ્છીઓને નુકસાન :** ૨૬ જુલાઈના મુંબઈમાં પડેલા ભારે વરસાદના મેઘ તાંડવે મુંબઈ અને આજુબાજુના વિસ્તારોમાં અભૂતપૂર્વ અકલ્પનીય તબાહી મચાવી હતી. આ તબાહીનો ભોગ કચ્છી વ્યાપારીઓ પણ બન્યા હતા. હજારો કચ્છી વ્યાપારીઓની પરા અને ગલીએ ગલીમાં અને મુખ્ય માર્ગો પર આવેલી અનાજ - કરિયાણાની દુકાનો રેડીમેઈડ ગારમેન્ટ્સ, હોઝિયરી, ડ્રાયફ્રુટ્સ, મેડિકલ વગેરે દુકાનોમાં કરોડો રૂપિયાનું નુકસાન થયું છે.
- ★ **સતનામાં કચ્છી વિદ્યાર્થિની :** મૂળ બેલા (તા. રાપર)ના અને હાલ સતના (મધ્ય પ્રદેશ)માં વસતા જુહી ગુણવંતલાલ જૈન (વોરા) મધ્ય પ્રદેશના સેકન્ડરી એજ્યુકેશન બોર્ડના વિજ્ઞાન પ્રવાહમાં ૭મા ક્રમે આવ્યા છે.
- ★ **ધારાસભ્ય શ્રી બાબુભાઈ શાહની રજૂઆત :** રાપર વિભાગના ધારાસભ્ય અને ભૂતપૂર્વ નાણામંત્રી શ્રી બાબુભાઈ મેઘજી શાહે એક નિવેદનમાં કેરલ ખાતે કોક કંપનીનું એકમ બંધ કરવાના આદેશને કચ્છ માટે દાખલારૂપ લેખાવીને આ નુકસાનકારક કારખાના બંધ કરવા માંગણી કરી હતી. તેમણે જણાવ્યું હતું કે સૂકા કચ્છ જિલ્લામાં પાણીના કોઈ સ્ત્રોત નથી. માત્ર ભૂગર્ભ જળને સહારે કચ્છ ટકી રહ્યું છે. અગર મોટા ઉદ્યોગો ભૂગર્ભ જળનો સોથ વાળી નાખશે તો લોકો અને ખેડૂતો મુશ્કેલીમાં મૂકાશે.
- ★ **ભદ્રેશ્વર :** એક જમાનામાં સમગ્ર હિંદ મહાસાગર અને ઈસ્ટ આફ્રિકાના દરિયાઈ વેપારનું મધ્યબિંદુ ભદ્રેશ્વર બંદર (તા. મુંદ્રા) હતું અને એ કચ્છનું સૌથી જૂનું અને ગુજરાતનું ખંભાત પછીનું બીજું મહત્વનું બંદર હતું એવી મહત્વપૂર્ણ જાહેરાત એક વિસ્તૃત અભ્યાસ બાદ જાપાનની સીગા સ્ટેટ યુનિવર્સિટીના લેક્ચરર સૂ યામાનીએ કરી હતી. વળી તેમના તારણ અનુસાર ભદ્રેશ્વરની લાલાશાપીરની દરગાહ સૌથી પ્રાચીન દરગાહ પૈકીની એક છે.
- ★ **કચ્છી પ્રથમ સ્થાને :** મૂળ વાંકુ (તા. અબડાસા)ની કુ. હીરલ પ્રતાપ મોતાએ મુંબઈ યુનિવર્સિટીની એલ.એલ.બી.ની એપ્રિલ-૦૫માં લેવાયેલી પરીક્ષામાં પ્રથમ સ્થાન મેળવ્યું હતું.
- ★ **કચ્છને નર્મદા પાણી :** કચ્છને નર્મદામાંથી કુલ ૨૦૦

એમ.એલ.ડી. પાણી મળે છે જેમાંથી ૧૫૫ એમ.એલ.ડી. પાણી પીવા માટે અને ૪૫ એમ.એલ.ડી. પાણી ઉદ્યોગોને અપાઈ રહ્યું છે. ઉદ્યોગોને હજુ ૩૦૦ એમ.એલ.ડી. પાણીની જરૂરિયાત છે. આ જરૂરિયાત પૂર્ણ કરવા ૧૧૦ એમ.એલ.ડી. પાણીની એક એવી બે પાઈપ લાઈનો નાંખવાની યોજના પ્રગતિમાં છે, એવી માહિતી પાણી પુરવઠા મંત્રી હરજીવન પટેલે ગાંધીધામમાં યોજાયેલ કચ્છ ઔદ્યોગિક સેમિનાર-૨૦૦૫માં આપી હતી.

- ★ **વાગડ વેલફેર હોસ્પિટલ :** પાંચ વર્ષ પહેલાં ભૂકંપમાં જમીનદોસ્ત બનેલી ભયાઉની વાગડ વેલફેર હોસ્પિટલને ટાઈમ્સ ઓફ ઈન્ડિયા રિલીફ ફંડના રૂા. ૬ કરોડના ખર્ચે પુનઃ નિર્માણ પામેલી અદ્યતન હોસ્પિટલને અનેક આગેવાનોની ઉપસ્થિતિમાં ખુલ્લી મૂકાઈ હતી. આ હોસ્પિટલ જિલ્લામાં ખાનગી કક્ષાની સર્વ પ્રથમ મોટી પૂર્ણ કદની હોસ્પિટલ છે.
- ★ **ઓપરેશન બાદ આંખ ગુમાવી :** રૂા. ૧૩૦ કરોડથી વધુ ખર્ચે બંધાયેલી સમગ્ર એશિયામાં બેનમૂન ગણાતી અને વડાપ્રધાનના ફંડમાંથી બંધાયેલી ભુજની જી. કે. જનરલ હોસ્પિટલમાં આંખના મોતિયાના ઓપરેશન બાદ કોઈક કારણસર ચેપ લાગવાથી ચાર દર્દીઓએ એક-એક આંખ કાયમ માટે ગુમાવી હતી. આ પ્રશ્ને સત્તાવાર તપાસ આરંભાઈ છે. આંખે રોશની ગુમાવનાર આ દર્દીઓને તપાસવા રાજકોટથી તજશોની એક ટુકડી ભુજથી આવી હતી.
- ★ **ત્રાસવાદીને ફાંસીની સજા :** ભુજ તાલુકામાં રણકાંધીએ એ.કે.-૫૬ રાઈફલ તથા ૨૮ કિલો આર.ડી.એક્સ સહિતના મોતના સામાન સાથે પકડાયેલા ત્રાસવાદી શાહનવાઝ અબ્દુલ ગફુર ભટ્ટીને ભુજની ફાસ્ટ ટ્રેક અદાલતે ફાંસીની સજાની ભલામણ કરી હતી. કોઈ ત્રાસવાદીને ફાંસીની શિક્ષા થવાની રાજ્યની આ પ્રથમ ઘટના છે.
- ★ **ટેક્ષ હોલી ડે મુદત :** કેન્દ્ર સરકારે ભૂકંપગ્રસ્ત કચ્છ જિલ્લામાં સ્થપાનારા ઉદ્યોગો માટે ટેક્ષ હોલી ડે ની મુદત વધુ એક વર્ષ માટે લંબાવી છે. તેને અપૂરતી ગણાવીને રાજ્યના મુખ્યમંત્રી શ્રી નરેન્દ્ર મોદીએ પૂરા પાંચ વર્ષ માટે આ યોજના લંબાવી આપવા વડાપ્રધાનને અનુરોધ કર્યો હતો.
- ★ **ગામડાંમાં વીજળી :** કચ્છમાં ૩૨૨ ગામડાંને જ્યોતિગ્રામ યોજના હેઠળ સમાવી લેવાયા પછી હવે આગામી માર્ચ સુધીમાં વધુ ૩૩૦ ગામોને આ યોજનામાં સમાવી લેવાશે એવું કચ્છના વીજળી બોર્ડના નવા નિયુક્ત વિશેષ ઈજનેરે જણાવ્યું હતું. આ યોજના અંતર્ગત આ ગામોને ૨૪ કલાક વીજળી મળતી થઈ જશે.
- ★ **ઈન્ટરસિટી ટ્રેન :** કચ્છના ઔદ્યોગિક વિકાસને પગલે રેલવે ગુડ્ઝ ટ્રેઈનોનું ભારણ રહેતાં કચ્છથી અમદાવાદ સુધીની ઈન્ટરસિટી પેસેન્જર ગાડી હાલ શક્ય નથી પરંતુ યોગ્ય સમયે એ અંગે નિર્ણય લેવાશે એવું પશ્ચિમ રેલવેના જનરલ મેનેજરે

દર વખતે પોતે ભૂલ કરીને શીખવું નકામું છે, બીજાની ભૂલો પરથી પણ શીખી શકાય છે.

ગાંધીધામના ચેમ્બરના પ્રતિનિધિ મંડળને જણાવ્યું હતું.

- ★ **શ્યામજી કૃષ્ણવર્મા કચ્છ યુનિવર્સિટી** : રૂપિયા ૪૨ કરોડના ખર્ચે નિર્માણ થનાર કાંતિગુરુ શ્યામજી કૃષ્ણવર્મા કચ્છ યુનિવર્સિટીના સંકુલનું ભૂમિપૂજન રાજ્યના મુખ્યમંત્રી શ્રી નરેન્દ્ર મોદીએ કર્યું હતું અને કચ્છના શૈક્ષણિક ઇતિહાસનું એક નવું પ્રકરણ આલેખાયું હતું. આ ભૂમિપૂજન ભુજના મુંદ્રા રોડ ઉપર મંગલેશ્વર મહાદેવ મંદિર પાસે યોજવામાં આવ્યું હતું.
- ★ **કચ્છ અને સરસ્વતી નદી** : પ્રખર વિદ્વાન અને સરસ્વતી નદીના પૌરાણિક મહત્ત્વ તથા તેના અસ્તિત્વ વિશે સંશોધન કરનાર વિદ્વાન કે.કા. શાસ્ત્રીએ ૨૫ (પચ્ચીસ) વર્ષ પહેલાં ગહન સંશોધન કર્યા બાદ એવું તારણ રજૂ કરેલું કે હિમાલયમાંથી નીકળેલી સરસ્વતી નદીનો પ્રવાહ આજે પણ ભૂગર્ભમાં વહી રહ્યો છે. શાસ્ત્રીજીના આ સંશોધનને હાલ ઈસરોના વૈજ્ઞાનિકો દ્વારા પણ સમર્થન મળ્યું છે કે સરસ્વતીનો પ્રવાહ આજે પણ કચ્છના પેટાળમાં વહે છે.
- ★ **ટેક્સ હોલી ડે** : કેન્દ્ર સરકારે કચ્છના ટેક્સ હોલીડેમાં બાંધકામની મુદત નહીં વધારતા હવે નવા ઉદ્યોગોને ૩૧મી ડિસેમ્બર પહેલાં ઉત્પાદનની સ્થિતિએ આવી જવાનું હોવાથી જિલ્લા કલેક્ટરે ઉદ્યોગકારોની બેઠક બોલાવી તેમના પ્રશ્નો દિવાળી સુધી ઉકેલવાની ખાતરી આપી હતી.
- ★ **મુખપત્ર ‘સેતુ’** : કચ્છી માઝ કંસારા સોની જ્ઞાતિ મંડળ - અમદાવાદ દ્વારા પ્રસિદ્ધ થનારા જ્ઞાતિના પ્રથમ મુખપત્ર “સેતુ”નું અમદાવાદમાં વિમોચન કરાયું હતું.
- ★ **ડો. નીમાબહેન આચાર્ય** : લોકસભાની ચૂંટણી વખતે સોનિયા ગાંધીને વડાપ્રધાન પદનો આગ્રહ નહીં રાખવાની સલાહ સહિતની કથિત ગેરશિસ્ત બદલ અંજારના ધારાસભ્ય ડો. નીમાબહેન આચાર્યને પ્રદેશ કોંગ્રી સમિતિના મંત્રીપદેથી દૂર કરાયા હતા. આ બરતરફી અંગે પોતાના પ્રત્યાઘાત આપતાં ડો. નીમાબહેન આચાર્યે કહ્યું હતું કે આ બરતરફીનો નિર્ણય વિચારવિહીન અને હાસ્યાસ્પદ છે.
- ★ **આદિમાનવ અશ્મિ** : માધાપર (તા. ભુજ) ગામથી દક્ષિણ તરફ આશરે ૫ કિ.મી. દૂર આવેલા ગંગેશ્વર મહાદેવ મંદિર પાસે ગંગેશ્વર - ડોમ તરીકે ઓળખાતા ડુંગરાળ વિસ્તારમાં પ્રથમ વખત કચ્છમાંથી “આદિ માનવ”ના પગલાંની છાપના અશ્મિ મળી આવતાં ભૂસ્તરશાસ્ત્ર ઇતિહાસના જાણકારો તેમજ રસ ધરાવનાર લોકોમાં અચરજ ફેલાયું છે. આ આદિ માનવનું પગલું ૪૦ સે.મી.ની લંબાઈનું છે. જાણકારોના કહેવા મુજબ મળેલી આ છાપ “હોમીનીડ”ની હોઈ શકે. જે વર્તમાન માનવીનો પૂર્વજ - પૂર્વ માનવ હતો. આ અંગે વધુ અભ્યાસની જરૂર છે, જેથી કોઈ નિષ્કર્ષ પર પહોંચી શકાય.
- ★ **ઝાકળમાંથી પીવાનું પાણી** : કચ્છ જેવા પાણીની કારમી

અછતનો સામનો કરતા પ્રદેશમાં ઝાકળ બિંદુમાંથી પીવાનું પાણી બનાવવાના નવતર વિચારની કદર વિશ્વ બેંકે કરી છે. વિશ્વ પ્રસિદ્ધ ઈન્ડિયન ઈન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ મેનેજમેન્ટ દ્વારા કોઠારા (તા. અબડાસા)માં કાર્યરત આ પ્રોજેક્ટને વીસ હજાર અમેરિકી ડોલર (અંદાજે નવ લાખ રૂપિયા)નું ઈનામ જાહેર કરવામાં આવ્યું છે.

- ★ **કચ્છ યુનિવર્સિટી** : નાણાંમંત્રી વજુભાઈ વાળાએ વિધાનસભા ગૃહમાં જાહેરાત કરી હતી કે કચ્છમાં સ્થપાયેલી શ્યામજી કૃષ્ણવર્મા યુનિવર્સિટીને જૂન-૨૦૦૪થી સંપૂર્ણ કાર્યરત કરવામાં આવશે. કચ્છ યુનિવર્સિટીના મકાન અને ભવનોના બાંધકામ તથા અન્ય સુવિધા ઉપલબ્ધ કરવા માટે રૂા. ૨૮ કરોડની જોગવાઈ બજેટમાં કરવામાં આવી છે.
- ★ **હેડિ હુડાં** : મૂળ કચ્છના વતની વિનોદ ગણાત્રા દિગ્દર્શિત બાળકો માટેની ફિલ્મ “હેડાં હુડાં” આંતરરાષ્ટ્રીય તસ્મા પર ખૂબ મહત્ત્વનું સ્થાન મેળવી રહી છે. જૂનમાં હેમ્બર્ગ (જર્મની)માં યોજનાર આંતરરાષ્ટ્રીય ફિલ્મ મહોત્સવનું ઉદ્ઘાટન “હેડાં હુડાં” દેખાડીને કરવામાં આવશે.
- ★ **કચ્છમાં જમીન વેચાણ** : કચ્છમાં વિકાસના નામે રાજ્ય સરકાર તરફથી ૨૦ પૈસાથી માંડીને ચાર રૂપિયા પ્રતિ ચોરસ મીટરના ભાવે સેંકડો એકર જમીનનું વેચાણ કરવામાં આવ્યું છે. આ જમીન આજે બારોબાર રૂા. ૪૦૦ પ્રતિ ચોરસ મીટરના ભાવે વેચાઈ રહી છે એવો ગંભીર આક્ષેપ તા. ૮-૬-૦૪ના કચ્છ કોંગ્રેસના ધારાસભ્ય શ્રી બાબુભાઈ મેઘજી શાહે વિધાનસભામાં કર્યો હતો અને આ પ્રકરણની તપાસ કરવાની પણ તેમણે માંગણી કરી હતી.
- ★ **રાષ્ટ્રપતિના હસ્તે સન્માન** : ઈન્ડિયન બિહર્સ કોંગ્રેસે ગત વર્ષ દરમ્યાન ભારતભરમાં નિર્માણ પામેલી તમામ ઈમારતોની ચકાસણી કર્યા બાદ, ત્રણ ઈમારતોના આર્કિટેક્ટનું રાષ્ટ્રપતિ એ.પી.જે. અબ્દુલ કલામના હસ્તે સન્માન કરવામાં આવ્યું હતું જેમાંની એક ઈમારત ભુજની જી. કે. જનરલ હોસ્પિટલ પર પસંદગી ઉતારવામાં આવેલ.
- ★ **કચ્છ ટ્રેડ ફેર** : બાંદ્રા - કુર્લા કોમ્પ્લેક્સ ખાતે કચ્છ ઈન્ટરનેશનલ ટ્રેડ ફેરને રંગારંગ કાર્યક્રમ સાથે શ્રી દામજીભાઈ એન્કરવાલાએ ખુલ્લો મૂક્યો હતો. આ ફેરમાં કચ્છથી ખાસ બોલાવવામાં આવેલા લોક કલાકારોનો સંગીતમય કાર્યક્રમનું કેન્દ્ર બન્યો છે. લાલ રાંભિયાના માર્ગદર્શન હેઠળ આ કાર્યક્રમ યોજાયો છે. મળેલા સમાચાર મુજબ પ્રથમ ચાર દિવસમાં દોઢ લાખથી વધુ લોકોએ કચ્છી ટ્રેડ ફેરની મુલાકાત લીધી હોવાનો અંદાજ છે.
- ★ **ભુજ જનરલ હોસ્પિટલ** : વડા પ્રધાનના રાહત ફંડમાંથી ફરી ઊભી થયેલી જી. કે. જનરલ હોસ્પિટલ - ભુજમાં વિવિધ સેવાઓ શરૂ થઈ છે. તેનો સમય રોજ સવારે ૯ થી ૧ અને સાંજે ૪ થી ૬ નો રહેશે. બી.પી.એલ. કાર્ડધારકોને નિ:શુલ્ક

નાણાં ઉધાર આપવાં એ પણ દુશ્મન બનાવવાની કળા ગણી શકાય.

તબીબી સેવાઓ આપવામાં આવશે.

- ★ **પરીક્ષા કેન્દ્ર** : કચ્છના વિદ્યાર્થીઓની પી.જી. - અનુસ્નાતક કોર્ષની પરીક્ષા માટે ગુજરાત યુનિવર્સિટીએ કચ્છને પરીક્ષા કેન્દ્ર ફાળવવાનો નિર્ણય કર્યો છે.
- ★ **ઁકરવાલા અહિંસા ધામ** : પ્રાગપર (તા. મુંદ્રા) પાસેના ભગવાન મહાવીર પશુ રક્ષા કેન્દ્ર ઁકરવાલા અહિંસાધામમાં આશરો લઈ રહેલા ૧૬૭ જેટલા અપંગ પશુઓ માટે “કૃત્રિમ પગ” બનાવવાનો પ્રકલ્પ કાર્યાન્વિત કરાયો છે, જેમાં બિદડા સર્વોદય ટ્રસ્ટના પુનર્વસન કેન્દ્રમાં પગ બેસાડવાનું શરૂ કરાયું છે. બીજું, આ અહિંસાધામમાં આશ્રય સ્થળે ઁક દાયકામાં ઁક લાખ કરતાં વધુ સારવાર અને બારસો કરતાં વધારે પશુઓની શસ્ત્રક્રિયાઓ થઈ છે.
- ★ **નવનીત ગ્રૂપ** : પ્રકાશન ક્ષેત્રે અગ્રણી ઁવું નવનીત પ્રકાશન ગ્રૂપ હવે કચ્છભરના મધ્યાહ્ન ભોજન કેન્દ્રોને વાસણ ક્ષેત્રે સ્વાવલંબી બનાવવાની કામગીરી કરશે. સમસ્ત ગુજરાતના કોઈપણ ઠેકાણે આવું આયોજન થયું ન હોવાથી અનેક સામાજિક સંસ્થાઓનું આ યોજનાએ ધ્યાન ખેંચ્યું છે.
- ★ **ભરત ગૂંથણ ક્ષેત્રે પુરસ્કાર** : હસ્તકલાના કસબ સાથે સંકળાયેલી કચ્છની સંસ્થા સૃજનના માર્ગદર્શન હેઠળ કામ કરનાર ગૌરીબહેન વડસરાને ભરત-ગૂંથણના ઁમના કલા-કૌશલ માટે ૨૦૦૦ના વર્ષ માટેનો પુરસ્કાર રાષ્ટ્રપતિ શ્રી ઁ.પી.જે. અબ્દુલ કલામના હસ્તે ઁનાયત થયો હતો.
- ★ **રાષ્ટ્રીય પારિતોષિક** : ભુજ તાલુકાના ભુજોડી ગામના યુવાન કારીગર વણકર ગમનલાલ પ્રેમજીને નવી દિલ્હી ખાતે ૨૦૦૧ના વર્ષનો રાષ્ટ્રીય પારિતોષિક રાષ્ટ્રપતિના હસ્તે ઁનાયત કરીને તેમનું યોગ્ય સન્માન કરવામાં આવ્યું હતું.
- ★ **ભુજ હોસ્પિટલનું લોકાર્પણ** : વડા પ્રધાનના રાહત ફંડમાંથી રૂ. ૧૩૦ કરોડના ખર્ચે બંધાયેલી ભુજની જી. કે. જનરલ હોસ્પિટલનું વડાપ્રધાન શ્રી અટલબિહારી વાજપેયીના હસ્તે લોકાર્પણ થયું હતું.
- ★ **દિનદયાળ નગર** : ભૂકંપમાં તારાજ થયેલા જગવિખ્યાત પુરાતત્ત્વીય સ્થળ ધોળાવીરામાં પુનઃ નિર્મિત વસાહત “દિનદયાળ નગર”નું લોકાર્પણ મુખ્યમંત્રી શ્રી નરેન્દ્ર મોદી દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું.
- ★ **સંગીતકાર કલ્યાણજીભાઈ** : વિખ્યાત સિને સંગીતકાર કચ્છના શ્રી કલ્યાણજી વીરજી શાહની યાદમાં મુંબઈના પેડર રોડ અને બહેરામજી ગામડિયા રોડના જંકશન પર આવેલા ચોકને “સંગીતકાર પદ્મશ્રી કલ્યાણજી વીરજી ચોક” નામ આપવાનો સમારોહ મુંબઈમાં યોજાયો હતો. આ પ્રસંગે અનેક નામાંકિત ફિલ્મ હસ્તીઓ અને કચ્છી સમાજના અગ્રણીઓ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.
- ★ **૨૭ વર્ષ બાદ ચૂંટણી** : સુપ્રીમ કોર્ટે મુંબઈના કચ્છી વીસા ઓસવાળ દેરાવાસી જૈન મહાજનની ચૂંટણી યોજવાનો આદેશ આપતાં છેલ્લા ૨૭ વર્ષથી ચૂંટણી યોજવા અંગેના અવરોધો દૂર થયા છે. મુંબઈ હાઈકોર્ટે દ્વારા ચૂંટણી કમિશનર શ્રી હરખચંદ ગડા (સોલીસીટર)ની નિમણૂકને સુપ્રીમ કોર્ટે માન્ય રાખી છે. મુંબઈ હાઈકોર્ટે ચૂંટણી યોજવાના કરેલ હુકમ સામે માણેકલાલ આણંદજી અને બીજાઓએ સુપ્રીમ કોર્ટમાં સ્પેશિયલ લિટિગેશન અરજી કરી હતી, જેનો ચુકાદો ઉપર મુજબ આવ્યો હતો. આ મહાજનની ચૂંટણી છેલ્લે ૧૯૭૫માં યોજાઈ હતી.
- ★ **વર્ધમાન નગર આવાસ** : ધરતીકંપના કારણે અસરગ્રસ્ત બનેલા ભુજના જૈન સમાજના અલગ અલગ તમામ ફીરકાના સભ્યોએ નગરથી ૧૦ કિ.મી. દૂર ભુજોડી ગામ નજીક ૧૧૨૫ આવાસોવાળી જૈનોની વસાહત વર્ધમાન નગર બનાવી, ઁક જ સ્થળે વસવાટનો નિર્ણય કર્યો હતો. આ આયોજનના પ્રથમ ચરણ રૂપે તૈયાર થયેલા ૨૫૦ આવાસોનું રાજ્યપાલ શ્રી સુંદરસિંહ ભંડારીના હસ્તે લોકાર્પણ કરવામાં આવ્યું હતું.
- ★ **મારૂ હોસ્પિટલ** : પરેલ (મુંબઈ)માં બિદડા સર્વોદય ટ્રસ્ટ, મુંબઈ સંચાલિત મારૂ હોસ્પિટલના બે વિભાગો - ડિસ્પેન્સરી અને ડેન્ટલ વિભાગનું ઉદ્ઘાટન શ્રી દામજીભાઈ ઁકરવાલાના હસ્તે કરવામાં આવ્યું હતું. આ પ્રસંગે આચાર્યા ચંદનાશ્રીજી, ટ્રસ્ટીઓ અને આગેવાનો ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.
- ★ **ક્રિકેટ ટીમમાં કચ્છી** : વર્લ્ડ કપમાં ભાગ લેનાર કેન્યાની ટીમનો ઁક હીરો આસિફ કરીમ મૂળ સુથરી (તા. અબડાસા) ગામનો છે. તેના વડવાઓ ૧૯૩૭થી કેન્યામાં સ્થાઈ થયા હતા.
- ★ **‘કચ્છમિત્ર’ પત્રકારને ઁવૉર્ડ** : કચ્છના દૈનિક “કચ્છ મિત્ર”ના પત્રકાર નવીનભાઈ જોષીને સને ૨૦૦૨ના વર્ષના ગુજરાત દૈનિક અખબાર સંઘનો શ્રી હરસુખભાઈ સાંઘાણી પત્રકારત્વ ઁવૉર્ડ આપવાના નિર્ણયની જાહેરાત કરાઈ હતી.
- ★ **કચ્છી સંગીતકારને ફાળકે ઁવૉર્ડ** : જાણીતા સંગીતકાર કલ્યાણજી આણંદજી જોડીમાંના આણંદજીભાઈને મુંબઈ ખાતે દાદાસાહેબ ફાળકે ઁકેડેમી તરફથી દાદા સાહેબની ૧૩૪મી જન્મ જયંતી નિમિત્તે લાઈફ ટાઈમ ઁચીવમેન્ટ ઁવૉર્ડ ઁનાયત થયો હતો.
- ★ **ખાવડામાં નર્મદા** : સરહદી વિસ્તાર ખાવડામાં નર્મદાના પાણી આવી પહોંચતા લોકો ખુશખુશાલ થઈ ગયા હતા. ખાવડામાં વ્યવસ્થિત પાણી વિતરણ શરૂ થઈ જતાં આ પાણી સરહદની તરફ છોડવામાં આવનાર છે.
- ★ **સાંઘી સિમેન્ટ** : અનેક અડચણોને પાર કરીને પશ્ચિમ કચ્છમાં દુનિયાનો સૌથી મોટો સિમેન્ટ પ્લાન્ટ સ્થાપનાર સાંઘી સિમેન્ટના મેનેજિંગ ડાયરેક્ટર રવિ સાંઘીનું ભુજમાં ૧૫૧થી વધુ સંસ્થાઓ દ્વારા જાહેર અભિવાદન કરવામાં આવ્યું હતું.

આપણે બધા સાહસિકો જ છીએ, કેમકે જીવ ઁ લાંબો જુગાર અને મોટું સાહસ છે.

- ★ **કાંતિવીરના અસ્થિ** : કચ્છના સપૂત અને કાંતિવીર શ્યામજી કૃષ્ણવર્માના અસ્થિ લેવા માટે ઓગસ્ટ માસના અંતે ગુજરાતના મુખ્ય પ્રધાન શ્રી નરેન્દ્ર મોદી અને ભાજપના સાંસદ શ્રી કિરીટ સોમૈયા જીનીવા જશે. શ્યામજી કૃષ્ણવર્મા ૧૯૩૦માં જીનીવામાં મૃત્યુ પામ્યા હતા અને તેમના પત્ની ભાનુમતી વર્માએ ત્યાં લોકરમાં તેમના અસ્થિ સાચવીને મૂક્યા હતા.
- ★ **શિરોમણિ એવોર્ડ** : ભુજ મર્કેન્ટાઈલ કો.ઓ. બેંકના ચેરમેન શ્રી મહેન્દ્ર મોરબિયાને બેન્કિંગ, વ્યવસાયિક અને સામાજિક ક્ષેત્રે કરેલી નોંધપાત્ર કામગીરી બદલ નવી દિલ્હી ખાતે યોજાયેલા જાહેર સમારંભમાં “રાજીવ ગાંધી શિરોમણિ એવોર્ડ”થી સન્માનિત કરાયા હતા. શ્રી મહેન્દ્રભાઈ વ્યવસાયે ચાર્ટર્ડ એકાઉન્ટન્ટ છે.
- ★ **ઈકોનોમી ઝોન** : કેન્દ્ર સરકારે મુંદ્રામાં સ્પેશિયલ ઈકોનોમી ઝોનની દરખાસ્તને મંજૂરી આપતાં બંદરના વિકાસનો બીજો તબક્કો શરૂ થવાની ઉજળી તકો ઊભી થઈ છે.
- ★ **બાંદ્રા ગાંધીધામ ટ્રેઇન** : બાંદ્રા ગાંધીધામ વચ્ચે શરૂ થયેલી નવી ટ્રેઇન ગાંધીધામથી રાત્રે ૯.૨૦ વાગે ઉપડી બીજા દિવસે બપોરે ૧.૩૦ વાગે બાંદ્રા પહોંચશે અને બાંદ્રાથી બપોરે ૨.૫૦ વાગે ઉપડી બીજા દિવસની સવારે ૭.૪૫ વાગે ગાંધીધામ પહોંચશે. આ નવી ટ્રેઇનને ૯૬૦૧ અને ૯૬૦૨ નંબર આપવામાં આવ્યા છે.
- ★ **બ્રિટિશ એવોર્ડ** : મૂળ ભુજના અને મુંબઈમાં ભાભા અણુશક્તિ મથક ખાતે અણુ વૈજ્ઞાનિક તરીકે ફરજ બજાવતા પરેશ રવિન્દ્રરાય વૈદ્યને તેમના ડોક્ટરેટ મહાનિબંધ માટે તૈયાર કરેલા સંશોધન પેપરમાં આપેલા લોકોપયોગી સંશોધન માટે લંડનની બ્રિટિશ ઈન્સ્ટિટ્યૂટ તરફથી એવોર્ડ અને ૩૦૦ પાઉન્ડનું પારિતોષિક એનાયત થયું છે.
- ★ **આહિરપટ્ટીમાં તળાવ** : ભુજ તાલુકાના રણ અને રણકાંધીના લાંબા આહિરપટ્ટી વિસ્તારમાં કુનરિયા અને કોટાય વચ્ચે ૨૬ જાન્યુઆરીના ભૂકંપ સાથે પાણીના ફુવારા છૂટ્યા હતા. આ સ્થળે ધીરે ધીરે તળાવ બનતાં રેડકોસ સંસ્થાએ અઢી લાખના ખર્ચે વ્યવસ્થિત તળાવનું ખોદકામ કરાવીને પાણી બાંધી આપતા મેકરણ સરોવર બન્યું છે અને ડિસેમ્બર માસના અંતે આ તળાવ ઓગન્યું છે.
- ★ **ખારેક ટીસ્યુ કલ્ચર** : કચ્છના અર્થતંત્રમાં મહત્વનું પ્રદાન આપતી ખારેકની ઉત્તમ જાતના રોપા ખેડૂતોને પૂરા પાડવા ગુજ. યુનિ. સંચાલિત મુંદ્રા ખાતે ખારેક સંશોધન કેન્દ્રમાં ડૉ. ૨૫ લાખના ખર્ચે નવી બંધાયેલી ખારેકની ટીસ્યુ કલ્ચર લેબોરેટરીને કૃષિ મંત્રીશ્રીએ ખૂલ્લી મૂકી હતી.
- ★ **બાવળમાંથી વીજળી** : અબડાસા તાલુકાના કોઠારા ગામ પાસે ગાંડા બાવળમાંથી વીજળી ઉત્પન્ન કરવાનો ગેસીફાયર પ્લાન્ટ આખરે શરૂ થઈ ગયો છે અને પ્રતિ કલાકે ૪૦૦ યુનિટ વીજળીનું ઉત્પાદન થાય છે. આ પ્રકલ્પ રોજ પથી ૬ કલાક ચાલુ રખાય છે.
- ★ **ઉમરગામમાં વસવાટ** : વાગડના વીસા ઓસવાળોએ વાગડના બદલે દક્ષિણ ગુજરાતમાં વસવાટ કરવા માટે ઉમરગામમાં એકસો બંગલા બાંધવાની યોજના કરી છે. સાથે પાણી યોજના, ભોજનશાળા, સેનેટોરિયમ ધર્મ સ્થાનકનું ભૂમિપૂજન કર્યું હતું.
- ★ **ટેક્ષ હોલીડે જાહેરનામું** : વિનાશક ભૂકંપમાં સૌથી વધુ અસરગ્રસ્ત એવા કચ્છ જિલ્લાને બે મહિના સુધી રાહ જોવડાવ્યા બાદ આખરે કેન્દ્રના નાણા મંત્રાલય તરફથી પાંચ વર્ષ સુધી કચ્છમાં સ્થાપનારા ઉદ્યોગોને એક્સાઈઝ મુક્તિ આપવાની જોગવાઈ કરતા ટેક્ષ હોલીડે જાહેરનામું બહાર પાડવામાં આવ્યું છે.
- ★ **હુમલામાં કચ્છીઓનો બચાવ** : અમેરિકાના ન્યુયોર્ક શહેરના વર્લ્ડ ટ્રેડ સેન્ટરમાં ૮૪મા માળે એક મોટી કંપનીમાં ફરજ બજાવતા મૂળ પત્રી (તા. મુંદ્રા)ના દિનેશ છેડા, ત્રાસવાદીઓએ કરેલા હુમલામાંથી બચવા પામ્યા હતા. તેવી જ રીતે અમેરિકી સંરક્ષણ વિભાગ (પેન્ટાગોન)માં ફરજ બજાવતા મૂળ પલાંસવા (તા. રાપર)ના જયંત ભાઈચંદ ત્રેવાડિયા પણ ત્રાસવાદી હુમલામાંથી બચી ગયા હતા.
- ★ **ભૂકંપથી લેવલ વધી** : ભૂકંપ અગાઉ ભુજ અને આસપાસના વિસ્તારોની મીન સી લેવલ (સમુદ્રની સપાટીથી ઊંચાઈ) ૮૨ મીટર હતી તેને ભૂકંપે ૨ મીટર જેટલી ઊંચકી લીધી છે.
- ★ **મુંદ્રા બંદરે માલગાડી** : ઝડપભરે વિકસી રહેલા મુંદ્રા બંદરને દેશના બાકીના ભાગ સાથે જોડતી રેલવે સેવાનો વિધિવત્ આરંભ થયો હતો. ગુજરાત અદાણી પોર્ટ લિ.ની ૫૮ ડબ્બાવાળી પ્રથમ માલગાડી મુંદ્રામાં આવી પહોંચતા મુંદ્રાની જનતાએ હર્ષોલ્લાસ સાથે તેને વધાવી લીધી હતી.
- ★ **હોડી સ્પર્ધામાં કચ્છી પ્રથમ** : હરિ ઓમ આશ્રમ પ્રેરિત અને ગુજરાત સરકાર દ્વારા આયોજિત મુંદ્રાથી માંડવી વચ્ચેની યોજાયેલી ૨૩મી મહાજન સ્મારક સમુદ્ર હોડી સ્પર્ધામાં માંડવી તાલુકાના મોઢવા ગામના ઓસમાણા ઈશા ચબાની માલિકીની ‘અલ ઉસ્માની’ હોડીએ છ કલાક દસ મિનિટે ૨૦ નોટીકલ માઈલનું અંતર કાપીને ૧૬ સ્પર્ધકો વચ્ચે પ્રથમ સ્થાન મેળવ્યું હતું.
- ★ **કોમી એકતા** : કચ્છ કોમી એકતા માટે વિખ્યાત છે. માંડવી તાલુકાના મોટી ખાખર ગામે આનું શ્રેષ્ઠ ઉદાહરણ પૂરું પાડ્યું છે. મોટી ખાખરમાં નૂરમામદ શેરમામદ ભૂકેરા તથા હરેન્દ્રસિંહ મહેન્દ્રસિંહ જાડેજા નામની વ્યક્તિઓએ ધંધા રોજગાર એક સાથે મળીને ‘મિયાં મહાદેવ પ્રોવિઝન સ્ટોર’ નામની ગામમાં દુકાન

જ્યારે પૈસાની ભાષા બોલાય છે ત્યારે સત્યની વાચા હણાઈ જાય છે.



શરૂ કરી છે.

- ★ **જેલમાં રોટલીનું મશીન** : અમદાવાદની સાબરમતી જેલમાં ખૂનના ગુનામાં જન્મટીપની સજા ભોગવતા રામપર વેકરા (તા. માંડવી)ના રવજીભાઈએ રોટલીનું મશીન શોધી સરળતા કરી આપી છે. આ જેલમાંના ૨૦૦૦ કેદીઓ માટે દરરોજ ૧૬ હજાર રોટલી એક કલાકમાં બને છે. જેલમાં રહી રવજીભાઈએ બી.એ.ની ડિગ્રી પણ મેળવી છે.
- ★ **સમાજરત્ન એવોર્ડ** : મૂળ ભુજના પરંતુ હાલે કર્નૂલને કાર્યક્ષેત્ર બનાવનાર સામાજિક સેવા ક્ષેત્રના અગ્રણી મહિલા શ્રીમતી હાસ્યલતાબહેન દિનેશ મહેતાને મુંબઈની કચ્છી જૈન ગૂર્જર જ્ઞાતિ - પખાડી સંસ્થા દ્વારા 'સમાજ રત્ન'નો એવોર્ડ અર્પણ કરાયો હતો. તે અગાઉ આંતરરાષ્ટ્રીય ફુલબ્રાઈટ સ્કોલરશિપ પ્રોગ્રામ હેઠળ વિકલાંગ વ્યક્તિઓની કામગીરીના ક્ષેત્રે વધારે જાણકારી પ્રાપ્ત કરવા તેમજ તે સંબંધી વિચાર વિનિમય માટે રાષ્ટ્રીય સ્તરે પસંદગી થતાં યુવોની સંસ્થા અને શિકાગો (અમેરિકા) ગયેલા હતા.
- ★ **'લગાન' ફિલ્મનું શૂટિંગ** : આમીર ખાનની ફિલ્મ 'લગાન'નું શૂટિંગ કચ્છમાં ચાલી રહ્યું છે. આ ફિલ્મમાં અંગ્રેજોની ભૂમિકા ભજવવા આવેલ અદાકાર જેમી અને કેટકીન, કુનરિયા (તા. ભુજ) ગામે ખરેખર લગ્ન કરતાં ગામલોકોએ તેમનો લગ્નોત્સવ ઉજવ્યો હતો. તેમનું લગ્ન સંપૂર્ણ હિંદુ વિધિ અનુસાર થયું હતું.
- ★ **કચ્છી વિદ્યાર્થી પ્રથમ** : ગુજરાત માધ્યમિક શિક્ષણ બોર્ડ દ્વારા ઓક્ટોબર ૧૯૯૭માં લેવાયેલી ધોરણ-૧૨ની હાયર સેકન્ડરી સામાન્ય પ્રવાહની પરીક્ષામાં મુંદ્રાના રહીમ નૂરદીન હેમતાણી સમગ્ર રાજ્યમાં પ્રથમ ક્રમાંકે ઉત્તીર્ણ થયા હતા.
- ★ **ખનિજ નિગમના ચેરમેન** : ખનિજ નિગમના ચેરમેનપદે પ્રથમવાર કચ્છી માડુ શ્રી બહાદુરસિંહ જાડેજાની નિમણૂક થતાં જિલ્લામાં આનંદની લાગણી પ્રસરી હતી.
- ★ **કચ્છના ધારાસભ્ય સ્પીકરપદે** : રાપર વિધાનસભા મત વિસ્તારમાંથી ચૂંટાયેલા ધારાસભ્ય શ્રી ધીરજલાલ સ્વરુપચંદ શાહ વિધાનસભાના સ્પીકરપદે સર્વાનુમતે ચૂંટાઈ આવ્યા હતા.
- ★ **ખેડોઈમાં અંજીરના વૃક્ષો** : તાજેતરમાં પ્રગતિશીલ ખેડૂત તરીકે રાજ્ય સરકારનું સન્માનપત્ર મેળવનાર શ્રી રાયચંદભાઈ કે. શાહે પોતાના ખેડોઈ સ્થિત અમૃત બાગમાં પ્રયોગો કરીને અંજીરના વૃક્ષો વાવ્યા છે.
- ★ **લાખા કુલાણી** : ઐતિહાસિક ગામ કેરા (તા. ભુજ)માં ૧૧મી સદીમાં થઈ ગયેલા વિખ્યાત રાજવી જામા લાખા કુલાણીનું ઘોડેસવાર બાવલું મૂકવામાં આવ્યું છે. તે સમયે આ ગામ કેરાકોટ તરીકે ઓળખાતું હતું. એક કથા અનુસાર કચ્છમાં બાજરાના પાકની શરૂઆત કરનારા લાખો કુલાણી હતા. એટલું જ નહીં આ પ્રદેશને કચ્છ નામ આપવાનું શ્રેય પણ તેમના ફાળે જાય છે.



કાવ્યો

કાવ્યો

## આઉં આંકે ગોત્યો આય

ઉગધે સૂરજ જે આસપાસ, આઉં આંકે ગોત્યો આય  
ઉલધે ચંધર જે આસપાસ, આઉં આંકે ગોત્યો આય;  
હે મુંજી અખિયેજા તારા! હે મુંજે જિગર જા ઉજારા!  
હેકલો હેકલો તારે મેં, આઉં આંકે ગોત્યો આય.

મંધર અને મસિતે મેં, આઉં આંકે ગોત્યો આય,  
પ્રાર્થના ને નિમાજે મેં, આઉં આંકે ગોત્યો આય;  
મુંજે રૂંગે જે અંગારે મેં, આઉં આંકે ગોત્યો આય,  
ટુટેલે સોણે જે ટુકરે મેં, આઉં આંકે ગોત્યો આય.

આંકે ગોતેજી ગાલ ઈકીં, ચાર ડિયેજી ગાલ નાંચ,  
આંકે ગોતેજી ધૂન ઈતાં, જન્મો જન્મજી સોધ આય;  
આંકે ગોતી ઘે ગાતી ઘે, ભલે જિંધગીજો અંત અચે,  
ફરી ફરીને હર જન્મ મેં, આઉં આંકે ગોત્યો આય.

કરેંક આભાસ થીયેતો, એ મુંજે આસપાસ અયો,  
અને હર પલ મુંકે મિલેલાં, તન મનસે ઉદાસ અયો;  
આંકે પામે જી ધૂન મેં, ધોડી ધોડીને થકી રાં તો,  
તેર મુંજી ભેશુધી મેં પણ, આઉં આંકે ગોત્યો આય.

આંજી સોધમેં, 'સાટી'જી, એડી કઈ અધૂરાસ હુવી?  
સનમ આખર અંઈ, ન મિલ્યાસે મિલ્યા જ ન!  
નિકા: હકડી હર રાત, હર સાંજીને હર સવાર,  
મુંજી તમામ તાકાત સે, આઉં આંકે ગોત્યો આય.

ગોસમાન સાટી - ભુજપુર  
મંગલ મંદિર, ફેબ્રુઆરી-૧૯૯૫

મી

દુઃખમાં મા યાદ આવે છે, મુસીબતમાં મા યાદ આવે છે  
પણ એવું હોય ત્યારે જ મા કેમ યાદ આવે છે?  
એટલા જ માટે કે મા, સુખમાં ભાગ નથી પડાવતી  
એ તો દુઃખમાં જ ભાગ પડાવે છે.  
ઓ મા! તું તારા સ્વાર્થી દીકરાને, માફ કરજે  
જે તને, અંધારામાં યાદ કરે છે અને અજવાળામાં ભૂલી જાય છે.

## સાગર શું સતાવે છે?

નાની અમથી વાતમાં, તું અવસર બગાડે છે;  
આરજું તારી છે અનેક, મુકદ્દર બતાવે છે;  
બે ઘડીની જિંદગી, ને મદહોશી કાં આટલી?  
બેકાબૂ થયો છે જામ આ મંતર પછાડે છે.  
તારા વગરની સાંજ, સાવ શૂન્યમાં રહી;  
આકાશે પ્રગટે ચાંદ, જે હમસફર વધારે છે;  
સુગંધની તો માંગણી પતંગા કરતા નથી;  
ફૂલ પણ આજે કંઈ ઔર ચિતાર નિહાળે છે.  
જીવવું બસ, જીવવું એ જીવન વ્યર્થ છે;  
'ગૌતમ' સદાય વહેતો સાગર શું સતાવે છે?

ગૌતમ એસ. નેધી  
મંગલ મંદિર, મે-૧૯૯૭

## જીવનની પગદંડી

જીવનની આ પગદંડી માં,  
કોઈક સાથે તો છે કોઈક એકલડાં  
કોઈક વેરાન વગરે વિચરંતા  
તો છે કોઈકના રાહે ફુલડાં  
કોઈક ભટક્યા કરે છે જંગલમાં  
છે કોઈકના રાહે મોતીડાં  
કોઈકને નથી દિપક અંધારે  
છે કોઈકના રાહે અજવાડાં  
છે કોઈક યોદ્ધો યા ભડવિર  
તો છે કોઈક બીચારાં બાપલડાં  
ચેતનવંતો બનીને  
ભ્રમણ કરીશ આ દુનિયામાં  
સમજી વિચારી મુકીશ ડગલાં  
નહીતર ગણના થાસે પાગલમાં  
પ્રેમ પાથરી રહેજે સદા  
એટલું કહું છું જીવલડાં  
“રતિ” જેટલું સાથે નહીં આવે  
જવાનું થાસે એકલડાં  
રચયિતા : રતિલાલ એ. મહેતા - બાપુનગર, અમદાવાદ.  
મંગલ મંદિર, ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૦

જે ભૂલી શકે છે, તે જીવી શકે છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક



## સ્વપ્નની રાત



આંખોમાં એક ચમક આવી,  
જાણે મનમાં ખુશીનાં તરંગ લાવી,  
જે એકબીજાથી કહી નહીં શક્યા,  
તે આંખથી આંખ કહી આવી.

જાણે સાગરની લહેરોમાં ખોવાઈ ગયા,  
જાણે પ્રકૃતિનાં ખોળામાં સમાઈ ગયા,  
પણ ત્યાં નથી ફૂલોની ક્યારી,  
તો પછી ક્યાંથી આ સુગંધ આવી ?

ખરેખર, આંખથી આંખ કાંઈ કહી આવી.  
મારા કલ્પનાના તરંગોમાં ઊડતો રહ્યો,  
હર એક સપનાને હકીકત સમજતો રહ્યો;  
પણ આંખમાં આંસુની એક બુંદ આવી,  
જાણે આંખમાંથી પ્રેમની ભિનાશ આવી.

ખરેખર,  
ખરેખર... મનમાં કોઈની યાદ આવી.

કાજલ ગિરીશ દેડિયા - મુંબઈ  
મંગલ મંદિર, ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૦



## કચ્છી નઉં વરે



આંકે સુખજી ખાણ ડે! કચ્છી નઉં વરે  
નિત-ડીં ખિલણજી લાણ ડે! કચ્છી નઉં વરે  
ઢારી વિજે ડુકારજે, રાંકાસ ધઉસ કે  
એડી જુડીજા બાણ ડે! કચ્છી નઉં વરે  
ચોપા ચરેં પ્યા સીમમેં ડાણા પંખી ચૂણે  
ખાલી ન કેંકે ભાણ ડે! કચ્છી નઉં વરે  
કોઠીયું ભર્યું વે ધાંઈસે, ડેલા ચરો ભરલ  
કો ચીજજી ન ત્રાણ ડે! કચ્છી નઉં વરે  
ડેં-ડૂધ-ધી જી છેલ વે, હર ડીં ભને પિરભ  
મેમાણ ભરી રેઆણ ડે! કચ્છી નઉં વરે  
ડાઢો વખત વિને પાંજે મુલક મથા  
કચ્છકે નયાં પ્રાણ ડે! કચ્છી નઉં વરે

ડુકારજે = દુષ્કાળના, રાંકાસ = રાક્ષસ, ડાઢો = ખરાબ.

સંકલન : કુંજલતા સ્મૃતિકલાલ ગાલા  
મંગલ મંદિર, જુલાઈ-૨૦૦૦

## તથ્ય

ખરી રાત્રિ તો સવારથી શરૂ થાય છે. જુઓ... કુદરત  
જેવી કુદરતને પણ પેટાવવો પડે છે સૂરજનો દીવો.



## મેઘ રાજાને પ્રાર્થના



વરસાદ તારા વગર મંગલ ક્યાંથી થાય?  
ધરતીની પ્યાસ તારા આગમને બુઝાય  
ક્યારેક આવે ને ક્યારેક રીસાય  
તારા આવા વર્તને દિલ સૌના દુભાય.  
હવેના વરસોમાં મન દઈ વરસજે તું,  
ધરતી માતાને ભીંજવી તરબોળ કરજે તું.  
તારું આગમન સુંદર થાય, ધરતી મન દઈ હરખાય  
લીલુડા રંગે ધરતી રંગાય, સૌને હૈયે આનંદ છલકાય.  
મોરલાના ટહુકા મન દઈ સાંભળજે તું  
વૃક્ષોની લીલોતરી આનંદે નિહાળજે તું.  
તું આવીને તહેવારોની રોનક માણજે,  
કેટકેટલા મંગલ વરતાય તે નજરે નિહાળજે.  
ગૌરી વ્રત આવતા ગૌરી ખુશ જણાય  
ઉપવાસ કરી પ્રભુના ધ્યાનમાં ખોવાય.  
રક્ષાબંધન આવતા રાખડીના બજાર લહેરાય  
બહેનીના હૈયે વીરાને મળવાનો તરવરાટ જણાય.  
પર્યુષણ પર્વમાં તપસ્વીઓ ઊભરાય,  
વરસે તું મન દઈને તો તપસ્વીને ટાઢક થાય  
ગણપતિના તો ઠેકઠેકાણે સ્થાપન થાય.  
તારા વગર ગણપતિને તારવવાની મુશ્કેલી સર્જાય  
નવરાત્રી આવતા રાસુડા ખેલાય  
વરસતો હોય તું તો ખેલનો રંગ ભળી જાય  
શ્રાવણ માસમાં ભક્તો નદીએ ન્હાવા જાય  
તું વરસે મન દઈને તો નદી નાળા છલકાય  
દિવાળીના સંગે સર્વત્ર દીપમાલાઓ થાશે,  
નિહાળીને આનંદે પછી ભલે તું જાજે.

અનિલ હેમરાજ મોતા  
મંગલ મંદિર, જુલાઈ-૨૦૦૦



## સ્વપ્ન



સ્વપ્નમાં  
આવવા તો  
ક્યારનો ઈચ્છી રહ્યો છું  
પણ  
તારી  
આંખ મિંચાય તો જ  
એ બની શકે.  
શક્ય  
ઉઘાડી આંખમાં  
સ્વપ્નમાં પણ  
ક્યાંથી આવું?

ગુલાબચંદ ઘારશી રાંભિયા  
મંગલ મંદિર, નવેમ્બર-૨૦૦૦

કોઈનો દીવો ઓલવો નહીં પણ કોઈકના દીવામાં તેલ પૂરો.



## બેટી



હું છું પપ્પાની બેટી રાણી,  
હું છું બેટી બહુ શાણી.  
સ્કૂલે જાઉં દફતર તાણી,  
આવું છ કલાકની સજા માણી.  
ગીત ગાઉં રાગડા તાણી,  
રમવાની મજા પૂરી ન માણી.  
લેસન કરું સજા જાણી,  
વળી ટ્યૂશનના બંધનમાં બંધાણી.  
ટી.વી. જોવા બેઠી પલાઠી તાણી,  
ત્યાં તો મમ્મીની થઈ પધરામણી.  
ભણવા બેસાડી કાન તાણી,  
હવે તો આંખો પણ છે ઘેરાણી.  
હું પપ્પાની બેટી રાણી,  
હું છું બેટી બહુ શાણી.

સલોની નવીન લાલકા  
ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૧



## દિલ માટે ઘન છે, પણ પ્યાર નથી!



મહાનગરની, અજબ જિંદગી, કોઈ પાસે પાડોશ નથી  
કુરસદ કોઈનેય નથી ને સહેજ કોઈને હોશ નથી  
વ્યાકુળ છે હર વ્યક્તિ અહીં ને હરપલ ભાગાભાગ મચી છે  
હર દિલમાં ઉત્પાત રહે છે, હર મનમાં બસ આગ છૂપી છે  
આત્મકેન્દ્રિત જીવનચર્યા, બીજાનો કશો વિચાર નથી  
ધનની માયા નગરીમાં દિલ માટે ધન છે, પણ પ્યાર નથી!  
મનમાં કરુણા નથી ઉપજતી, બંધન છે સંવેદના પર  
મૂલ્યહીન જીવન, મશીન તન, હૃદય છે નપટ ચેતના વગર  
કેવી આજ મોસમ છવાણી હરેક શ્રદ્ધા હરામ થઈ છે  
લાગવગ વધી - ધનવાન થવા મનની શાંતિ હરામ થઈ છે.  
ચમક-દમકદાર બજાર મહીં, સત્યનો ક્યાંય વ્યવહાર નથી  
ધનની માયા નગરીમાં દિલ માટે ધન છે પણ પ્યાર નથી!  
આજે બે-ઘર છે માનવતા, નીકળે છે દમ અરમાનોનો  
આંસુનો કોઈ સગો નથી, ભ્રમ છે અધરો પર મુસ્કાનોનો.  
નિયતિ કૂર છે કુટપાથો પર, ગુજરાન ગુજારે છે માનવ  
અને નીકટ ઊંચા ભવનોમાં, દાનવતાનું દીપે તાંડવ  
છીપે પિપાસા ક્યાંથી, અહીં તો મૃગતૃષ્ણાની ધાર નથી  
ધનની માયા નગરીમાં દિલ માટે ધન છે, પણ પ્યાર નથી.

આનંદકુમાર આડે - ચવતમાલ  
મંગલ મંદિર, જાન્યુઆરી-૨૦૦૨



## રુબાયત



- આનંદકુમાર આડે

ચવતમાલથી ભાઈશ્રી આનંદકુમાર આડેએ ૩૦ જેટલી રુબાયત મોકલી છે. કાવ્યમાં આ એક અધરો પ્રકાર છે. અરબીમાં રુબાઈ તરીકે જાણીતો, પરંતુ આપણે જેને ચોપાઈ-છંદ કહીએ તેવો આ એક અરબી-ફારસી પ્રકાર છે. મરાઠીમાં તેને રુબાઈયાત કહે છે. આપણે એના પ્રકારને બદલે કવિ હૃદયના દિલની વાતને મમળાવીએ.

- સંપાદક

- (૧) ભગવાને બનાવ્યો છે જો ઈન્સાન મને,  
કરવું છે સદાચારનું સન્માન મને,  
હું તો કરું છું નિત્ય મનુજતા ને નમન,  
રસ્તામાં મળી જાય છે ભગવાન મને.
- (૨) કડવું છે ભલે સત્ય પચા'વું પડશે,  
અસ્તિત્વ દયાભાવનું લા'વું પડશે;  
અસ્તિત્વ મનુજતાનું ટકા'વા માટે,  
હર મનમાં મહારાસ રચા'વું પડશે.
- (૩) સમજી લો તમે આજ સદાકત શું છે,  
આગત કે અનાગત કે સમાગત શું છે,  
આ વક્ત તમારો છે, તમે સમજી લો,  
તો બાકી સમજવાની જરૂરત શું છે?
- (૪) દુર્ભાવ માં દિલ-વ્યસ્ત ન થાવા દેજો,  
દુષ્કર્મ નો અંકિત ન થાવા દેજો;  
સદ્જ્ઞાન નું હોવું ય જરૂરી છે ઘણું,  
સૂરજ ને કદી અસ્ત ન થાવા દેજો.
- (૫) કર્તવ્ય ની ગંગામાં હમેશા વસવું,  
વસવું તો કમળ રૂપ જગતમાં વસવું,  
જીવવું છે તમોને તો એવું જીવજો કે  
દુશ્મન ને ગમી જાય તમારું વસવું.

મંગલ મંદિર, ઓક્ટોબર-૨૦૦૧



## કાવ્યકુંજ



હૈ કુદરત!  
સર્જનહાર  
અજબ છે તારી સરજન.  
અંતર અંતર વચ્ચે અંતર.  
છતાં જીવેશીએ  
ઝેર જીવનના  
રમતા રમતા શંકર શંકર.

ગુલાબચંદ ઘારશી રાંભિયા  
મંગલ મંદિર, જુલાઈ-૨૦૦૪

બે ઘરનો મહેમાન ભૂખે મરે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

## સમાજ દર્પણ / સંસ્થા સમાચાર

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદનું માસિક મુખપત્ર ૧૯૭૬માં શરૂ થયા બાદ ડિસેમ્બર-૨૦૦૪ સુધીમાં સમાજના સભ્યોના ઘેર તથા સમાજમાં પણ સારા-નરસા અનેક પ્રસંગો આવી ગયા કે જેની સમય-સમયે મંગલ મંદિરમાં નોંધ લેવામાં આવેલ હતી. એક સમયે સમાજના પ્લેટફોર્મ પરથી પુરસ્કાર લઈ ગયેલ વિદ્યાર્થી, રાજકીય આગેવાન, સામાજિક કાર્યકર, ડોક્ટર, ચાર્ટર્ડ એકાઉન્ટન્ટ કે કલાકાર વગેરે બની આજે પોતાનું અને પોતાના સમાજનું નામ રોશન કરે તે રીતે કાર્યરત થયેલ છે. સમાજમાં કેટલાક દુઃખદ પ્રસંગો પણ બની જવા પામેલ હતા. આ બધા સમાચારોનું વિહંગાવલોકન કરી, તેમના કેટલાક ચૂંટી કાઢેલ સમાચારો આપશ્રી સમક્ષ પ્રસ્તુત કરેલ છે. જે અતીતની યાદને તાજી કરી, આપણા દિલો દિમાગમાં વિવિધ પ્રકારની લાગણીઓ પેદા કરે છે. અતીતની યાદને તાજી કરવા વાંચો અત્રે કેટલાક પ્રસ્તુત કરેલ સમાચારો....

— તંત્રી મંડળ

### ✽ ગાલા બંધુઓનું નવું સાહસ ✽

શ્રી નવનીત પ્રકાશન કેન્દ્ર - અમદાવાદના દશાબ્દી મહોત્સવ પ્રસંગે અંકુર ઓફસેટ પ્રેસનો મંગલદીપ વિધિ બુધવાર, તા. ૧૦-૫-૭૮નાં રોજ શ્રી ટી. ડી. ભૂતપાણી, યુકો બેંકના ડી. મેનેજરના વરદ્ હસ્તે યોજવામાં આવ્યો હતો. અતિથિ વિશેષ પદે ગુજરાત રાજ્ય નાણા નિગમના નિયામક શ્રી સી. પી. ડોક્ટર ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. સારી સંખ્યામાં સમારંભમાં સમાજના તથા અન્ય આમંત્રિતોએ હાજરી આપી હતી.

વિદ્યાર્થીઓ માટે વધુમાં વધુ ઉપયોગી શૈક્ષણિક પ્રકાશનો દ્વારા શિક્ષણ ક્ષેત્રે ઉમદા અને ભવ્ય સેવા બજાવીને નવનીતે પ્રકાશન જગતમાં અને લોકહૃદયમાં પોતાનું અનેરું અને અદ્વિતીય સ્થાન મેળવ્યું છે. શિક્ષણ ક્ષેત્રે ગુજરાત, મહારાષ્ટ્ર અને ગોવાના ખૂણે ખૂણે નવનીતનું નામ ગાજતું થયું છે.

#### શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ

આ કૃપન બતાવનારને નવનીત પ્રકાશનની ગાઈડો ૩૩ ટકાના વટાવથી નવનીત પ્રકાશનની અમદાવાદની મુખ્ય કચેરી અંકુર ઓફસેટ, સરસ્વતી ભવન, ગોમતીપુર, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૨૧થી મળી શકશે.

મંગલ મંદિર, જૂન ૧૯૭૮

### ✽ અભિનંદન ✽

શ્રી પોપટલાલ ધરોડનાં પુત્ર અતુલ પોપટલાલ ધરોડ એસ.એસ.સી.માં બોર્ડમાં ૨૮મા નંબરે પાસ થયા છે. અમદાવાદ શહેરમાં ૧૯૯૦ નંબર લાવ્યા છે અને વિજ્ઞાનમાં ૯૮ ટકા મેળવીને

એસ.એસ.સી.માં બોર્ડનું દ્વિતીય ઈનામ મેળવે છે. કચ્છી સમાજ - અમદાવાદમાં સૌથી વધારે ગુણ મેળવે છે. કચ્છી જૈન સમાજ તરફથી દર વર્ષે અપાતા રૌપ્ય ચંદ્રકના અધિકારી બને છે.

મંગલ મંદિર, સપ્ટેમ્બર-૧૯૭૮

### ✽ પ્રમીલાબહેન કુરુવાની ચિર:વિદાય ✽

અમદાવાદના કચ્છી જૈન સમાજના અગ્રણી મહિલા કાર્યકર, 'મંગલ મંદિર'ના સંપાદિકા, શ્રી કચ્છી મહિલા સમાજના પ્રમુખ તેમજ અનેક સામાજિક પ્રવૃત્તિઓ જોડે સંકળાયેલ શ્રીમતી પ્રમીલાબહેન ઉમરશી કુરુવાનું મંગળવાર, તા. ૧૯-૬-૮૪ના રાત્રે ૧૦ વાગે દુઃખદ અવસાન થયેલ છે. તેમના અવસાનના સમયે તેમના પતિ શ્રી ઉમરશીભાઈ, તેમના પુત્ર અને તેમની બે પુત્રીઓ હાજર હતાં.

તેમની બીમારીના સમાચાર સાંભળી સમાજના ઘણા ભાઈ-બહેનો હોસ્પિટલમાં પહોંચી ગયાં હતાં.

તેમની સ્મશાનયાત્રા બુધવાર, તા. ૨૦-૬-૮૪ના સવારે તેમના નિવાસસ્થાનેથી નીકળી હતી. જેમાં સમાજની ઘણી વ્યક્તિઓએ હાજરી આપી હતી. તેમનું બેસણું ગુરુવાર, તા. ૨૧-૬-૮૪ના સવારે તેમના નિવાસ સ્થાને રાખવામાં આવ્યું હતું.

જીવનના અંત સુધી જાહેર કાર્યોમાં સંકળાયેલા શ્રી પ્રમીલાબહેનની આંખોનું દાન કરવામાં આવ્યું હતું.

તેમના ઓચિંતા અવસાનથી તેમના પરિવાર ઉપરાંત અમદાવાદના કચ્છી સમાજને સખત આંચકો લાગ્યો છે. શ્રી કચ્છી જૈન સમાજ - અમદાવાદ તેમના કુટુંબીજનોને આશ્વાસન પાઠવે છે. તેમનો આત્મા ચિર: શાંતિ પામે.

મંગલ મંદિર, જુલાઈ-૧૯૮૪

બાળકની આગળ ચાલી તેને હંફાવશો નહિ, બાળકની પાછળ ચાલી તેને ચકાસશો નહિ, બાળકની સાચી મૌલિકતા તેની સાથે ચાલી માણો.

## શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ

સંચાલિત

માતૃશ્રી કંકુબહેન કાનજી રવજી (નાની ખાખરવાલા)



## અતિથિભવન



શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ તરફથી ખરીદાયેલ તૈયાર મકાન માટે મુખ્ય દાતા તથા અન્ય તક્તીઓ માટે આવેલ ઓફરો ઉપર પણ વિચારણા કરી જે તે વિભાગ માટે મહત્તમ રકમની આખરી ઓફર સ્વીકારવા એક સામાન્ય સભા તા. ૨૭-૪-૮૬ના રોજ આ નવા અતિથિ ભવન ખાતે મળી હતી.

આ અતિથિભવન સાથે નામ જોડવા મુખ્ય દાન માટે શ્રી કાનજીભાઈ રવજી (ગામ નાની ખાખરવાલા)ના પરિવાર તરફથી આવેલ ઉદાર ઓફર સર્વાનુમતે સાભાર સ્વીકારવામાં આવી હતી અને આ અતિથિ ભવનનું નામ “શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ સંચાલિત માતૃશ્રી કંકુબહેન કાનજી રવજી (નાની ખાખરવાલા) અતિથિ ભવન” રાખવાનું ઠરાવવામાં આવ્યું હતું.

આ અતિથિભવનના ભોંયતળિયાના ચાર રૂમની આખી વિંગ પર નામ માટેની શ્રી માવજીભાઈ ધારશી કુરિયા (ગામ મેરાઉ) તરફથી આવેલ ઉદાર ઓફરનો સાભાર સ્વીકાર કરવામાં આવ્યો હતો. ઉપરના પહેલા માળના ચાર રૂમની વિંગ માટેની ઓફર ખુલ્લી રાખવામાં આવી છે.

તે ઉપરાંત દરેક રૂમ પર નામની તક્તી રાખવા માટે નીચે મુજબના દાતાઓ તરફથી આવેલ ઓફરો પણ સાભાર સ્વીકારવામાં આવી હતી અને જે તે દાતાઓની સૂચના મુજબ તક્તી પર નામ લખવામાં આવશે.

શ્રી મોરારજી હીરજી દેઢિયા (ગઢસીસા) રૂમ નં.-૧

શ્રી ચક્રેશ્વરી ટ્રાન્સપોર્ટ કં. (સાંધવ) રૂમ નં.-૨

શ્રી સ્ટીલ બિલ્ડ (ભુજપુર) રૂમ નં.-૫

શ્રી હરખચંદ કુંવરજી સાવલા (તલવાણા) રૂમ નં.-૬

શ્રી કાંતિલાલ વેલજી શાહ (નાની તુંબડી) રૂમ નં.-૭

શ્રી દામજી રાયશી શાહ (ગુંદાલા) રૂમ નં.-૮

જ્યારે રૂમ નંબર-૩ અને ૪ માટે દાનની ઓફરો આવકાર્ય છે.

જે તે રૂમમાં ફર્નિચર વગેરે પર નામની તક્તી માટે અનુક્રમે (૧) મે. સ્ટીલ બિલ્ડ (ભુજપુર), (૨) શ્રી રમેશચંદ્ર ઉમરશી સાવલા (વાંકી), (૩) કુ. નીતાબહેન દામજી મહેતા (મુંદ્રા) અને (૪) શ્રી નાનજી પ્રેમજી ગાલા (દેવપુર) તરફથી આવેલ ઓફરો પણ સાભાર સ્વીકારવામાં આવી હતી. બાકીના રૂમોના ફર્નિચર માટે દાનની ઓફરો આવકાર્ય છે.

મંગલ મંદિર, મે/જૂન-૧૯૮૬



## અતિથિભવનનું વાસ્તુપૂજન



શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ સંચાલિત માતૃશ્રી કંકુબહેન કાનજીભાઈ રવજી (નાની ખાખરવાલા) અતિથિભવનનું વાસ્તુપૂજન તા. ૧૫-૫-૮૬ને ગુરુવારના શુભ દિવસે પૂ. સાધ્વીશ્રી મ.સા. અનંતગુણાશ્રીજી આદિકાણા ત્રણની શુભ નિશ્રામાં ઉલ્લાસપૂર્વક કરવામાં આવ્યું હતું. શરૂઆતમાં દેરાસરમાંથી લાવેલ ભગવાનની પ્રતિમાને વધાવી એની પધરામણી કરવામાં આવી હતી. ત્યારબાદ શ્રી કચ્છી જૈન સમાજની બહેનોએ સ્નાત્રપૂજા ભણાવી હતી. વાસ્તુપૂજામાં સંગીતની રમઝટ શ્રી હસમુખ વોરા અને મંડળીએ જમાવી હતી. વાસ્તુપૂજનમાં જૈન સમાજના અગ્રણી કાર્યકરો તથા સમાજનાં અન્ય ભાઈ-બહેનોએ સારી એવી સંખ્યામાં હાજરી આપી હતી. પ્રતિમાજીની પૂજાનો લાભ જે કોઈ ભાઈ-બહેનોએ લેવો હોય એમને આપવામાં આવ્યો હતો.

મંગલ મંદિર, મે/જૂન-૧૯૮૬



## અભિનંદન



★ મૂળ કચ્છ ફતેહગઢના અને હાલમાં અમદાવાદ રહેતા ગૂર્જર ગ્રંથરત્ન કાર્યાલયવાળા જાણીતા એક્યુપંક્યરિસ્ટ ડૉ. પી. જી. શાહને ઔરંગાબાદ ખાતે જાન્યુઆરી મહિનામાં યોજાયેલ એક્યુપંક્યર, એક્યુપ્રેશર અને કોસ્મેટિક એક્યુપંક્યરની આંતરરાષ્ટ્રીય પરિષદમાં “ડૉક્ટર ઓફ ટ્રેડિશનલ ચાઈનીઝ મેડિસીન”ની પદવી આપવામાં આવી છે. ડૉ. પી. જી. શાહ છેલ્લાં ઘણાં વર્ષોથી નિયમિત રીતે ‘ગુજરાત સમાચાર’માં આરોગ્ય વિષયક વિવિધ લેખો દર બુધવારે મેડિકેટ કોલમમાં લખે છે. તેમણે લખેલ એક્યુપંક્યર અંગેનું પુસ્તક ગુજરાતી, હિંદી અને અંગ્રેજી ભાષામાં બહાર પડેલ છે. ડૉ. પ્રકાશભાઈ શાહને અભિનંદન.

મંગલ મંદિર, એપ્રિલ-૧૯૯૬

★ કચ્છ બાંઢિયાના હાલ અમદાવાદમાં અભ્યાસ કરતા, જિનાલી જેઠાભાઈ લાલકાએ આ વર્ષની ગુજરાત યુનિવર્સિટીની ટી.વાય.બી.કોમ. પરીક્ષા પ્રથમ વર્ગમાં પાસ કરી છે. અને એમણે આંકડાશાસ્ત્ર વિષયમાં કરમશી જે. સોમેયા ગોલ્ડ મેડલ મેળવેલ છે.

મંગલ મંદિર, એપ્રિલ-૧૯૯૬



## વસતિપત્રક



શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ તરફથી તૈયાર થઈ રહેલ વસતિપત્રક ટૂંક સમયમાં પ્રકાશિત થશે. આ વસતિપત્રક માટે સારી એવી સંખ્યામાં શુભેચ્છકો તરફથી જાહેરખબર મારફત ઉત્સાહપ્રેરક સહયોગ મળેલ છે. તે ઉપરાંત સહર્ષ જણાવવાનું કે આપણી સંસ્થાના એક ટ્રસ્ટી શ્રી નવીનચંદ્ર વેરશી હરિયાના સુપુત્ર ચિ. હેમાંગની અઢાઈ તપ નિમિત્તે, આ વસતિપત્રક અંગેના સંપૂર્ણ ખર્ચની જવાબદારી, તેઓશ્રી તરફથી ઉપાડવાની ઓફર સંસ્થાને મળેલ. જેનો સંસ્થા તરફથી સાભાર સ્વીકાર કરવામાં આવેલ છે.

શ્રી નવીનભાઈ વેરશી હરિયા પરિવારને હાર્દિક ધન્યવાદ.

- માનદ્ મંત્રી

મંગલ મંદિર, ઓક્ટોબર-૧૯૯૬

પોતાનામાં અને બીજાઓમાં નિર્દોષતાનો અનુભવ થવો એ તત્ત્વજ્ઞાન છે, જીવનમુક્તિ છે.



## હાર્દિક અભિનંદન



શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના એક ટ્રસ્ટી તેમજ કચ્છી સમાજના અગ્રણી કાર્યકર શ્રી હીરજીભાઈ પાસુ શાહની ગુજરાત રાજ્ય સરકાર તરફથી, ગુજરાત રાજ્ય ગ્રામ્ય વિકાસ નિગમ લિ. ગાંધીનગરના નિયામક મંડળમાં એક ડાયરેક્ટર તરીકે નિમણૂક કરવામાં આવી છે.

શ્રી હીરજીભાઈને હાર્દિક અભિનંદન. સાથે રાજ્યના ગ્રામ વિકાસ કાર્યક્રમમાં તેઓના સક્રિય યોગદાન માટે શુભેચ્છા.

મંગલ મંદિર, જુલાઈ-૧૯૯૭



## “કચ્છ શક્તિ” એવોર્ડ



શ્રી “કચ્છશક્તિ”ના ઉપક્રમે દર વર્ષે કચ્છી નવા વર્ષ “અષાઢી બીજ”ના સિદ્ધિપ્રાપ્ત કચ્છી ભાઈ-બહેનોને “કચ્છશક્તિ” એવોર્ડ એનાયત કરવામાં આવે છે. આ માટેની પસંદગી સમિતિએ આ વર્ષના “કચ્છશક્તિ સમાજ સેવા” એવોર્ડ માટે, અમદાવાદના કચ્છી અગ્રણી શ્રી હીરજીભાઈ પાસુ શાહની પસંદગી કરી છે.

આ વર્ષે અષાઢી બીજની પૂર્વસંધ્યાએ શનિવાર, તા. ૫મી જુલાઈ, ૯૭ના રોજ પાટકુર હોલ મુંબઈમાં યોજનાર સમારંભમાં આ એવોર્ડ શ્રી હીરજીભાઈને અર્પણ કરવામાં આવશે.

શ્રી હીરજીભાઈને ખૂબ ખૂબ અભિનંદન.

મંગલ મંદિર, જુલાઈ-૧૯૯૭



## શ્રીમતી ફાલ્ગુની હીરેન શાહ વિદેશની સફરે



વિશ્વ ગુજરાતી સમાજની અખબારી યાદી (પ્રેસ નોટ)માં જણાવ્યા મુજબ,

ઈંગ્લેન્ડમાં વસતી ગુજરાતી મહિલાઓને લોકકલાની તાલીમ આપવા માટે “સ્પંદન” સાંસ્કૃતિક સંસ્થાના ડાયરેક્ટર શ્રીમતી ફાલ્ગુની હીરેન શાહ બ્રિટનની એક સંસ્થાના નિમંત્રણથી લંડન અને ઈંગ્લેન્ડનાં વિવિધ શહેરોની મુલાકાતે તા. ૧૦-૬-૯૭ના અમદાવાદથી રવાના થઈ ગયાં છે.

ફાલ્ગુની હીરેન વિશ્વ ગુજરાતી સમાજના સભ્ય છે. તેઓશ્રી વિશ્વ ગુજરાતી સમાજના એક સાંસ્કૃતિક પ્રતિનિધિ તરીકે ઈંગ્લેન્ડનો પ્રવાસ કરશે અને ત્યાંના ગુજરાતીઓને વિશ્વ ગુજરાતી સમાજની પ્રવૃત્તિઓથી માહિતગાર કરશે.

‘સ્પંદન’ સાંસ્કૃતિક સંસ્થા છેલ્લા એક દાયકાથી ફાલ્ગુની હીરેનના નેતૃત્વ હેઠળ ગુજરાતમાં ગુજરાતની લોકસંસ્કૃતિના પ્રચાર માટે પ્રશંસનીય કામગીરી બજાવી રહી છે.

છેલ્લા દસેક વર્ષથી અમદાવાદ દૂરદર્શન ઉપર ન્યુઝ રીડર તરીકે સફળતાપૂર્વક સેવા આપનાર ફાલ્ગુની હીરેનની “સ્પંદન” સંસ્થાને અત્યાર સુધી ગુજરાતના માહિતી અને પ્રવાસન ખાતાએ ખૂબ જ પ્રોત્સાહન પૂરું પાડેલ છે.

હવે વિશ્વ ગુજરાતી સમાજના સાથ સહકારથી “સ્પંદન” સાંસ્કૃતિક સંસ્થા દરિયાપારના દેશોમાં ગુજરાતની લોકસંસ્કૃતિનો ફેલાવો કરવાનું સોપાન ભરી રહી છે. જેને વિશ્વ ગુજરાતી સમાજે શુભેચ્છાઓ પાઠવેલ છે.

કૃષ્ણકાંત વખારિયા  
પ્રમુખ, વિશ્વ ગુજરાતી સમાજ  
મંગલ મંદિર, જુલાઈ-૧૯૯૭



## અભિનંદન



કુ. સ્નેહા પ્રકુલ કલ્યાણજી છેડા (ગામ નાની ખાખર)નું આરંગેત્રલ તા. ૯-૬-૯૭ના રોજ ઠાકોરભાઈ દેસાઈ હોલ, અમદાવાદ ખાતે યોજાઈ ગયું. કુ. સ્નેહાએ નૃત્યની શિક્ષા શ્રીમતી ઈલાક્ષીબહેન ઠાકોર સંચાલિત અમદાવાદની પ્રખ્યાત સંસ્થા નૃત્ય ભારતીમાં શ્રીમતી હીનાબહેન શાહના માર્ગદર્શન હેઠળ પ્રાપ્ત કરી હતી.

આરંગેત્રલના કાર્યક્રમમાં કુ. સ્નેહાએ અલારિપુ, જતિશ્વરમ્, શબ્દમ્, વર્ણનમ્, પદ્મ, કીર્તનમ્, શ્લોકમ્ અને તિલાના રજૂ કર્યા હતા. ફક્ત ૧૧ વર્ષની નાની ઉંમરમાં આરંગેત્રલ રજૂ કરનાર કુ. સ્નેહા કદાચ પ્રથમ હશે.

બહેન સ્નેહાને ‘મંગલ મંદિર’ પરિવાર તરફથી ખૂબ ખૂબ અભિનંદન.

મંગલ મંદિર, જુલાઈ-૧૯૯૭



## મીઠી ખીંકાર



★ શ્રી ધીરજીલાલ સ્વરૂપચંદ શાહ (૪૫ વર્ષ) કચ્છ રાપર વિસ્તારમાંથી પ્રથમ વખત ચૂંટાઈને ગુજરાત વિધાનસભાના અધ્યક્ષપદે ચૂંટાયા. તેઓ વ્યવસાયે વકીલ છે.

ગાંધીધામ મ્યુનિસિપાલિટીના પ્રમુખપદે પણ તેઓ રહી ચૂક્યા છે. સામાજિક ક્ષેત્રની તેમની સેવાઓ નોંધનીય છે. સાહિત્યમાં પણ સારી રુચિ ધરાવે છે.

તેઓ અમદાવાદમાં રહીને અભ્યાસ કરતા હતા તે કાળમાં પણ સમાજની સેવાઓમાં કાર્યરત હતા. તેઓ અમદાવાદના જૈન સમાજ સાથે સુપેરે પરિચિત છે.

ગુજરાત વિધાનસભાના જવાબદારીભર્યા અધ્યક્ષપદે તેઓની વરણી એ કચ્છી જૈન સમાજ માટે ગૌરવની વાત છે. સમાજ ગૌરવ અને આનંદ અનુભવે છે. અમદાવાદ કચ્છી જૈન સમાજની અનેક શુભેચ્છાઓ.

મંગલ મંદિર, એપ્રિલ-૧૯૯૮

★ કચ્છ ભુજની વિધાનસભાની બેઠક ઉપરથી બીજી વખત ચૂંટાઈ આવવા બદલ અમદાવાદનો કચ્છી જૈન સમાજ શ્રી મુકેશભાઈ બાબુલાલ ઝવેરીને હાર્દિક શુભેચ્છાઓ પાઠવે છે.

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ  
મંગલ મંદિર, એપ્રિલ-૧૯૯૮

પોતાનું કામ પોતે જ કરવું જોઈએ એ સ્વાવલંબન છે.



## અભિનંદન



આઝાદીના ૫૦ વર્ષની સુવર્ણજયંતી નિમિત્તે દરેક રાજ્ય પરદેશમાં પોતાના સાંસ્કૃતિક પ્રતિનિધિ મંડળ મોકલે એવું સેન્ટ્રલ ગવર્નમેન્ટ તરફથી આયોજન કરવામાં આવેલ છે.

તેના અનુસંધાને ગુજરાત સરકારે તેના યુવક-સેવા અને સાંસ્કૃતિક વિભાગ તરફથી સારાયે ગુજરાતમાંથી આપણા કચ્છીઓ દ્વારા સંચાલિત “સ્પંદન સાંસ્કૃતિક ટ્રસ્ટ”ને પસંદ કરેલ છે જે આપણા સૌ કચ્છી જૈનો માટે ગૌરવની વાત છે.

ગુજરાત સરકાર તરફથી છેલ્લાં ૩૦ વરસમાં કોઈપણ સાંસ્કૃતિક પ્રતિનિધિ મંડળ પરદેશ મોકલવામાં આવેલ નથી. આટલા લાંબા ગાળા પછી આપણા કચ્છી જૈનોની સંસ્થાને પસંદ કરવામાં આવી છે જેના માટે આપણો સમાજ ખૂબ ખૂબ ગૌરવ અનુભવે છે.

સ્પંદન સાંસ્કૃતિક ટ્રસ્ટના નેજા હેઠળ ૧૭ કલાકારોનું ૧ ગ્રૂપ ગત તા. ૨૪-૪-૮૮ની રાત્રે અમદાવાદથી દુબઈ જવા ઊપડી ગયેલ છે. દુબઈમાં તા. ૧-૫-૮૮ અને ૩-૫-૮૮ એમ બે દિવસ ગુજરાતી ગરબા, રાસ, ફોક ડાન્સ વગેરેનો કાર્યક્રમ યોજવામાં આવેલ છે. આ કાર્યક્રમની વિગતો દુબઈના સ્થાનિક દૈનિકમાં ઘણા ટાઈમથી જાહેર કરવામાં આવે છે. દુબઈમાં ગુજરાતી સમાજ ઉપરાંત અન્ય ભારતીયો તથા અન્ય દેશના વતનીઓ પણ આ કાર્યક્રમ નિહાળવા ઉત્સુક છે.

આપના હાથમાં મંગલ મંદિરનો આ અંક આવશે ત્યારે આપણા કલાકારો આ કાર્યક્રમ પૂર્ણ કરી અમદાવાદ પરત આવી ગયેલ હશે. સ્પંદન સાંસ્કૃતિક ટ્રસ્ટના સંચાલકો ફાલ્ગુની હીરેન, સંદીપ અશોકકુમાર મહેતા તથા નવદીપ કુંવરજી શાહ આ ગ્રૂપ સાથે દુબઈ ગયેલ છે. જેઓને આપણા સારાયે સમાજ વતી ખૂબ ખૂબ અભિનંદન.

મંગલ મંદિર, મે-૧૯૯૮



## અભિનંદન



શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજના ટ્રસ્ટી અને કાર્યકર શ્રી આણંદજી વેલજી વીરા (મેરાઉ - માંડવી) ધી પ્રગતિ કો-ઓપરેટિવ બેન્ક લિમિટેડના ડિરેક્ટર બોર્ડ ઉપર ડિરેક્ટર તરીકે ચૂંટાયા છે તે બદલ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ ગૌરવ અનુભવે છે અને તેમને શુભેચ્છા સાથે અભિનંદન પાઠવે છે.

મંગલ મંદિર, જૂન-૧૯૯૯



## સમાજનું ગૌરવ



રામાણિયા (મુંદ્રા)ના ડૉ. ધીરેન શાંતિલાલ કેશવજી શાહ ઓક્ટોબર-૮૮માં એમ.એસ. (જનરલ સર્જરી)ની પરીક્ષા પાસ કર્યા બાદ ન્યૂરો સર્જરીના ઉચ્ચ અભ્યાસ માટે મદ્રાસ જઈ રહ્યા છે. અભિનંદન. ધોરણ-૧૨ની પરીક્ષામાં અમદાવાદ સમાજમાં પ્રથમ તથા ગાંધીનગર જિલ્લામાં પ્રથમ આવ્યા હતા.

તેમના શોખમાં પેઈન્ટિંગ, મ્યુઝિક અને રીડિંગ મુખ્ય છે.

મંગલ મંદિર, ડિસેમ્બર-૧૯૯૯



## અભિનંદન



★ શ્રી નવીનચંદ્ર વેરશી હરિયા (બાડા - અમદાવાદ)ના પુત્રવધૂ શ્રીમતી બીજલ વિપુલ હરિયાને તા. ૧૫-૧૬ જાન્યુઆરી ૨૦૦૦ના રોજ અમદાવાદમાં યોજાયેલ છઠ્ઠા રાષ્ટ્રીય યુવા મહોત્સવમાં કુચીપુડી શૈલીની નૃત્ય સ્પર્ધામાં દ્વિતીય સ્થાને રહી રજત ચંદ્રક પ્રાપ્ત કરવા બદલ સમાજના ખૂબ ખૂબ અભિનંદન અને શુભેચ્છાઓ.

મંગલ મંદિર, ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૦

★ શ્રી દિનેશભાઈ પ્રેમચંદ શાહ (ભુજ - અમદાવાદ)ના સુપુત્રી કું. કૃપાને શ્રી કચ્છી જૈન ગુર્જર સમાજ માટુંગા (પાખાડી) દ્વારા ભારતભરની શ્રી કચ્છી જૈન ગુર્જર જ્ઞાતિમાં એમ.બી.બી.એસ.ની પરીક્ષામાં ઉચ્ચતમ ગુણ સાથે પ્રથમ સ્થાને ઉત્તીર્ણ થવા બદલ મુંબઈ ખાતે તા. ૧૬-૧-૨૦૦૦ના રોજ સરસ્વતી સન્માનથી સન્માનવામાં આવ્યા હતા. ડૉ. (કું.) કૃપાએ અમદાવાદની બી. જે. મેડિકલ કોલેજમાં રહી અભ્યાસ કર્યો છે અને ગાયનેકમાં પોસ્ટ ગ્રેજ્યુએટ ડિગ્રી પણ બી.જે. મેડિકલ કોલેજમાં અભ્યાસ કરી મેળવવાની ઈચ્છા ધરાવે છે. સમાજના ખૂબ ખૂબ અભિનંદન અને શુભેચ્છાઓ.

મંગલ મંદિર, ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૦



## ઉચ્ચ અભ્યાસ માટે બેન્કોની લોન યોજના



તેજસ્વી વિદ્યાર્થી નબળી આર્થિક સ્થિતિને કારણે ઉચ્ચ અભ્યાસથી વંચિત રહે છે. હવે બેન્કો આવા વિદ્યાર્થીઓની મદદે આવવા તૈયાર છે.

### વિદ્યાર્થીઓ માટેની વિવિધ લોન યોજનાઓ

- ★ દેના બેન્ક : દેના બેન્ક લક્ષ્મી એજ્યુકેશનલ લોન સ્કીમ. લોનની રકમ ૩.૫ લાખ રૂપિયા
- ★ કેનેરા બેન્ક : વિદ્યાસાગર એજ્યુકેશનલ લોન સ્કીમ. દેશમાં ભણતા વિદ્યાર્થીઓ માટે રૂ. ૫૦૦ લાખ. વિદેશમાં ભણતા વિદ્યાર્થીઓ માટે રૂ. ૬૫ લાખ.
- ★ બેન્ક ઓફ બરોડા : દેશમાં ભણતા વિદ્યાર્થીઓ માટે રૂ. ૬.૫ લાખ અને વિદેશમાં ભણતા વિદ્યાર્થીઓ માટે રૂ. ૧૫ લાખ.
- ★ સ્ટેટ બેન્ક ઓફ ઈન્ડિયા : સ્ટેટ બેન્ક ઓફ ઈન્ડિયા એજ્યુકેશનલ લોન સ્કીમ. દેશમાં ભણતા વિદ્યાર્થીઓ માટે રૂ. ૫૦૦ લાખ, વિદેશમાં ભણતા વિદ્યાર્થીઓ માટે રૂ. ૬૫ લાખ.

મંગલ મંદિર, મે-૨૦૦૦

### કાર્ય

તુચ્છ માનવીઓ વિઘ્નના ભયથી કોઈ કાર્યની શરૂઆત કરતા નથી. મધ્યમ શ્રેણીના લોકો કાર્યનો આરંભ કરે છે, પણ મુશ્કેલી આવતાં જ તેને છોડી દે છે. પરંતુ શ્રેષ્ઠ પુરુષો વારંવાર સંકટો આવવા છતાં, હાથમાં લીધેલું કાર્ય કદી છોડી દેતા નથી.

ધર્મની વાત કરવી સહેલી છે પણ તેના માર્ગે જીવવું કપરું છે.





### શોકસભા



શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના ફાઉન્ડર મેમ્બર અને વર્તમાન સહમંત્રી શ્રી વીરેન્દ્રભાઈ આશારીઆ મૈશેરી (શાહ) (૫૮)નું તા. ૧૨-૨-૨૦૦૧ના રોજ કોચી મુકામે અચાનક અવસાન થતાં તેમને શ્રદ્ધાંજલિ અર્પવા માટે સભાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું.

સભામાં ડૉ. ચંદ્રકાંત દેઢિયા (મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી અને પ્રમુખ), શ્રી પ્રતાપભાઈ દંડ (મંત્રી), શ્રી ટોકરશીભાઈ કેશવજી શાહ (મંત્રી - અચલગચ્છ જૈન સંઘ), શ્રી પ્રફુલ શામજી ધરમશી (મંત્રી - શ્રી ક.દ.ઓ. જૈન મહાજન) એ શ્રદ્ધાંજલિ અર્પી હતી. શ્રી વીરેન્દ્રભાઈની સેવાઓને બિરદાવવામાં આવી હતી અને એક સંત્રિષ્ઠ કાર્યકર ગુમાવ્યાનું દુઃખ વ્યક્ત કરવામાં આવ્યું હતું.

સદ્ગતને શ્રદ્ધાંજલિ આપવામાં આવી હતી.

મંગલ મંદિર, માર્ચ-૨૦૦૧



### અભિનંદન



મૂળ લાકડિયા (તા. ભચાઉ)ના વતની અને હાલ અમદાવાદમાં વસતા શ્રી કાંતિલાલ અંબાલાલ પૂજ તા. ૩ ડિસેમ્બર, ૨૦૦૧થી ના. ગુજરાત હાઈકોર્ટમાં એડિશનલ જજ તરીકે નિમણૂક પામ્યા છે. અમદાવાદના કચ્છી જૈન સેવા સમાજના તેઓ પહેલેથી સભ્ય રહ્યા છે. અને અગાઉની કારોબારી સમિતિમાં કારોબારી સભ્ય તરીકે સેવાઓ આપેલ છે. અને સમાજને અત્યાર સુધી કાયદાકીય સલાહકાર તરીકે પણ સેવા આપેલ છે. એમ.એ. અને એલ.એલ.એમ. થઈ ૧૯૭૬થી તેઓએ વકીલ તરીકે કારકિર્દીની શરૂઆત કરી હતી. અભ્યાસમાં તેઓ તેજસ્વી હતા જ અને વ્યવસાયમાં પણ વિવિધ પ્રકારના કેસોમાં તેમણે બુદ્ધિની પ્રખરતા બતાવી છે. આ ક્ષેત્રમાં આટલું ઉચ્ચ પદ મેળવનાર અમદાવાદના તેઓ સંભવતઃ પ્રથમ કચ્છી જૈન છે, જે આપણા સમાજ માટે ગૌરવની બાબત છે. તેમને સમાજ ખૂબખૂબ અભિનંદન અને શુભેચ્છાઓ પાઠવે છે.

મંગલ મંદિર, જાન્યુઆરી-૨૦૦૨



### દાન્યવાદ



શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ ખાતે રાહત કેમ્પ ઊભો કરાયા બાદ રાત-દિવસ કામ ચાલતું હતું, તે દરમિયાન સ્વયં સેવકો તેમજ કાર્યકર્તાઓને ભોજનની નિઃશુલ્ક વ્યવસ્થા કુમુદ ટ્રાવેલ્સવાળા શ્રી પ્રતીકભાઈ રસિકલાલ શાહે કરી હતી, જેનો સમાજ અંતઃકરણપૂર્વક આભાર માને છે.

મંગલ મંદિર, માર્ચ-૨૦૦૧



### નવું સાહસ



શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના ટ્રસ્ટી અને સક્રિય કાર્યકર શ્રી હસમુખભાઈ ઉગરચંદ ગઢેયાએ અમદાવાદના સી.જી. રોડ ઉપર “સુપર મોલ” નામથી વિવિધ શોપ્સ અને શો રૂમ ધરાવતા એવા સંકુલનું ભૂમિપૂજન તા. ૧૩-૧૨-૨૦૦૧ના રોજ કર્યું છે. શ્રી ગઢેયાને શુભેચ્છાઓ. આ પ્રસંગે સમાજના અગ્રણીઓએ ઉપસ્થિત રહી શુભેચ્છા પાઠવી હતી.

મંગલ મંદિર, જાન્યુઆરી-૨૦૦૨



### સમાજનું ગૌરવ



કુ. કાજલ મણિલાલ નાનજી શાહ (ગાલા) (દેવપુર - અમદાવાદ)એ માર્ચ-૨૦૦૧ની ધોરણ-૧૦ S.S.C. બોર્ડની પરીક્ષા ૮૫.૨૮ ટકા સાથે ગુજરાતમાં ૧૧મા ક્રમે તથા અને અમદાવાદમાં ૫મા ક્રમે ઉત્તીર્ણ કરી સમગ્ર કચ્છી જૈન સમાજને ગૌરવ પ્રદાન કરાવ્યું છે.

કુમારી કાજલ બાળપણથી જ બહુમુખી પ્રતિભા સાથે શાળામાં હંમેશાં પ્રથમ નંબરે જ ઉત્તીર્ણ થતી તેની સાથે NCC કેમ્પમાં અવ્વલ, મિલિટરી એન્ડ રાઈફલ ટ્રેનિંગમાં ગોલ્ડ મેડલ, ઋતંભરા વિશ્વ વિદ્યાપીઠ - સાપુતારા ખાતે સેન્કડ કમાન્ડરની પદવી, બૃહદ્ ગુજરાત સંગીત સમિતિની પ્રારંભિક અને પ્રવેશિકા પસાર કરી પોતાની તેજસ્વિતા હંમેશાં પુરવાર કરી છે. ભવિષ્યમાં કુમારી કાજલ એરફોર્સને પોતાનું કાર્યક્ષેત્ર બનાવવા માંગે છે.

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ-અમદાવાદની અનેક શુભેચ્છાઓ.

મંગલ મંદિર, જુલાઈ-૨૦૦૧



### અભિનંદન



★ શ્રી ચંદ્રકાંત દામજી શાહ (સહ ખજાનચી, શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ)ના પુત્ર શ્રી ચેતન ચંદ્રકાંત શાહ નવેમ્બર-૨૦૦૧માં લેવાયેલી સી.એ.ની ફાઈનલ પરીક્ષામાં ૫૭ ટકા માર્ક્સ સાથે ઉત્તીર્ણ થઈને સમાજનું ગૌરવ વધાર્યું છે. શ્રી ચેતનને સમાજના અભિનંદન.

મંગલ મંદિર, ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૨

★ મુંબઈના એન્ટોનિયા ડિ'સિલ્વા હોલ - દાદર ખાતે, રવિવાર તા. ૧૩-૧-૨૦૦૨ના રોજ શ્રી કચ્છી વીસા ઓસવાલ સેવા સમાજ તરફથી યોજાયેલ વક્તૃત્વ સહ ચર્ચા સ્પર્ધા - ૨૦૦૧ના ફાઈનલ રાઉન્ડમાં અમદાવાદના શ્રી મૌલિન પંકજ મેઘજી ગોગરી ગ્રૂપ-સી માં શ્રેષ્ઠ વક્તા તરીકે પસંદ થયા હતા. શ્રી મૌલિને નિર્ણાયકો અને શ્રોતાઓની પસંદગીમાંથી પાર ઊતરી શ્રેષ્ઠતા પ્રમાણપત્ર અને પારિતોષિક વડે સન્માનિત થઈ, અમદાવાદ સમાજનું ગૌરવ વધાર્યું છે.

શ્રી મૌલિને “જીવનની સંજીવની - હાસ્ય” “Laughing is the Best Medicine” એ વિષય ઉપર પોતાનું વક્તવ્ય આપેલ હતું.

મંગલ મંદિર, ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૨

માતાનો પ્રેમ, સમર્પણ અને ત્યાગ ઈશ્વરની સમકક્ષ છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક



## અભિનંદન



સન ૧૯૫૮થી આપણા કચ્છી સમાજની જાણીતી ટ્રાન્સપોર્ટ કંપની - વિજય ટ્રાન્સપોર્ટ કંપની લિમિટેડ એ તેમની નવી કોર્પોરેટ આઈડેન્ટિટીનું વિમોચન તા. ૧૬-૧-૨૦૦૨ના રોજ શ્રી સુરેશચંદ્ર મહેતા, ઉદ્યોગ પ્રધાન, ગુજરાત રાજ્ય તથા શ્રી પંકજ પટેલ, ચેરમેન અને મેનેજિંગ ડાયરેક્ટર, ઝાંઝડસ ગ્રૂપની હાજરીમાં એક શાનદાર સમારંભમાં રાજપથ ક્લબ, અમદાવાદ ખાતે કરવામાં આવેલ. આ પ્રસંગે ગુજરાત તથા મુંબઈના જાણીતા ઉદ્યોગપતિઓ તથા સમાજની જાણીતી વ્યક્તિઓ ઉપસ્થિત રહેલ.

વિજય ટ્રાન્સપોર્ટ કંપનીની નવી આઈડેન્ટિટીના ફળ સ્વરૂપ આ કંપની હવે તેમના નવા નામે ગ્રૂપ-વિ તરીકે ઓળખાશે તથા આ નેજા હેઠળ ત્રણ કંપનીઓ વિ-ટ્રાન્સ (ટ્રાન્સપોર્ટેશન), વિ-એક્સપ્રેસ (ડોર ટુ ડોર એક્સપ્રેસ સર્વિસ), વિ-લોજીસ (વેરહાઉસિંગ એન્ડ ડિસ્ટ્રિબ્યુશન) કાર્યરત થશે. છેલ્લી બે કંપનીઓ તથા સર્વિસીસ આ ગ્રૂપનું નવું સોપાન છે.

ટ્રાન્સપોર્ટેશન જેવા મૂળભૂત ક્ષેત્રે વિજય ટ્રાન્સપોર્ટ કંપની લિમિટેડે લીધેલ હિંમતભર્યા પગલાં બદલ તેમને અભિનંદન તથા શુભેચ્છા.

મંગલ મંદિર, ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૨



## શ્રી ચાંપશીભાઈ નાગડા



ગુજરાતી રંગભૂમિ અને સિનેસ્ટ્રીના વિખ્યાત મહારથી શ્રી ચાંપશીભાઈ નાગડા (બાપુ)એ તા. ૨૧-૧-૨૦૦૧ના રોજ મુંબઈ ખાતે લાંબી માંદગી બાદ છેલ્લા શ્વાસ લીધા હતા. શ્રી ચાંપશીભાઈ મૂળ કચ્છના વતની એવા એક અદના કલાકાર હતા. તેઓએ ૭૨ જેટલાં ગુજરાતી નાટકો અને ૫૦ જેટલી ગુજરાતી ફિલ્મોનું નિર્માણ - દિગ્દર્શન અને અદાકારી કરીને ગુજરાતી રંગભૂમિની સેવા કરી છે. તેઓને તાજેતરમાં “કચ્છરત્ન” એવોર્ડથી સન્માનિત કરાયા હતા. ગુજરાતી કલા - સંસ્કૃતિ અને મંચકલાના પ્રખર ઉપાસક તથા પ્રદાનક તરીકે તેઓ હંમેશાં યાદ રહેશે. “મહેંદી રંગ લાગ્યો” તેમની યાદગાર કૃતિ હતી.

મંગલ મંદિર, ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૨



## કચ્છી કસબી



ગુજરાતી રંગભૂમિએ બોલીવૂડને અનેક કલાકારો આપ્યા છે, તેમ કસબીઓ પણ આપ્યા છે. અને એ કલાકાર - કસબીઓએ હિન્દી ફિલ્મમાં પોતાનો પગદંડો જમાવી દીધો છે. આ કસબીમાં તાજેતરમાં “આંખે” ફિલ્મના દિગ્દર્શક વિપુલ અમૃતલાલ શાહનો ઉમેરો થયો છે. શ્રી વિપુલ શાહે આજથી દસ વરસ પહેલાં “આંખો પાટો” નામનું ગુજરાતી નાટક દિગ્દર્શિત કર્યું હતું અને એ જ વાર્તા પર આધારિત “આંખે” ફિલ્મ પણ દિગ્દર્શિત કરી. આ ઉપરાંત વિપુલ

શાહે “એક મહલ હો સપનોં કા” જેવી ૮૭૫ હપતાની સિરિયલનું દિગ્દર્શન કરીને પોતાને એક સારા દિગ્દર્શકની કક્ષામાં લાવી મૂક્યા હતા.

શ્રી વિપુલ શાહ મૂળ નાગલપુર કચ્છના વતની છે. તેમની મંજિલ વધુ સમૃદ્ધ અને વ્યવસાયને વધુ સમર્પિત બને અને અનેક સિદ્ધિઓ હાંસલ કરે તેવી શુભકામના.

મંગલ મંદિર, મે-૨૦૦૨



## હાર્ટિક અભિનંદન



### ડૉ. ધીરેન શાંતિલાલ રાંભિયા M.S., M.CH.

શ્રી શાંતિલાલ કેશવજી રાંભિયા ગામ રામાણિયા હાલ ગાંધીધામના સુપુત્ર ડૉ. ધીરેન શાંતિલાલ રાંભિયાએ જી.બી. પંત હોસ્પિટલ - ન્યુ દિલ્હી, દિલ્હી યુનિવર્સિટીમાંથી M.CH. (Cardio Vascular and Thoracic Surgery)ની ડિગ્રી પ્રાપ્ત કરેલ છે.

ઓપન હાર્ટ સર્જરીમાં તેઓએ :

1. Heart Operation : (A) Congenital : (જન્મજાત હાર્ટમાં કાણું) (B) Acquirad : (બાપપાસ વાલ્વ)
2. Lungs (કેફસાં)
3. Arteries & Veins : (ધમની અને શીરા)માં specialization પ્રાપ્ત કરેલ છે.

તેમણે M.B.B.S. અને M.S.ની ડિગ્રી સિવિલ હોસ્પિટલ - અમદાવાદમાંથી મેળવેલ છે.

ક.વી.ઓ. જૈન સમાજમાં આ ડિગ્રી પ્રાપ્ત કરનાર તેઓ બીજા સર્જન છે.

સને ૧૯૮૧માં શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદે ધો. ૧૨માં અમદાવાદ - ગાંધીનગર જૈન સમાજમાં પ્રથમ આવવા બદલ સ્ટેજ ઉપર સન્માન કરી વધુ પ્રગતિની શુભેચ્છા વ્યક્ત કરી હતી. ફરી એકવાર, હજી પણ તેઓ વધુને વધુ પ્રગતિ કરતા રહે તેવી આપણા સહુની શુભેચ્છા.

મંગલ મંદિર, જૂન-૨૦૦૨

★ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના ખજાનચી શ્રી મગનલાલ મોતીચંદ સંઘવીના સુપુત્ર પરેશભાઈની સુપુત્રી કુ. કિન્નરી એ ભરત નાટ્યમની સરગમ નર્તન અકાદમીમાં સાત વર્ષની સઘન તાલીમ લઈને રવિવાર તા. ૧૯-૫-૨૦૦૨ના રોજ ઠાકોરભાઈ હોલ ખાતે આરંગેત્રલનો સફળ કાર્યક્રમ આપ્યો હતો.

મંગલ મંદિર, જૂન-૨૦૦૨

કોઈનો ન્યાય તોળવા બેસો ત્યારે બોલવામાં ધ્યાન રાખજો.  
શબ્દો શક્તિશાળી શસ્ત્રો છે,  
જેને કારણે અનેક મહાભારતો સર્જાયાં છે.

આયુ, કર્મ, સંપત્તિ, વિદ્યા અને મૃત્યુ આ પાંચ જીવ ગર્ભમાં હોય ત્યારે જ નિશ્ચિત થઈ જાય છે.



## સમાજનું ગૌરવ



**નામ :** પદ્મા નીતિન મોમાયા

**પિતાનું નામ :** નીતિન પદમશી મોમાયા

**માતાનું નામ :** શીલા નીતિન મોમાયા

**કચ્છ ગામ :** તેરા

**રહેઠાણ :** જી-૯, પારસમણિ ફ્લેટ્સ, રત્નાપાર્ક, ઘાટલોડિયા, અમદાવાદ.

**જન્મ તારીખ :** ૧૩-૪-૧૯૭૬

**અભ્યાસ :** M.Com., C.I.C., E-Commerce, હાલ LL.B.ના બીજા વર્ષમાં

### વિશિષ્ટ સિદ્ધિઓ :

૧. ૧૯૯૦માં ધી ભારત સ્કાઉટ્સ એન્ડ ગાઈડ્સનો રાજ્યપાલ એવોર્ડ. (ગુજરાતનાં રાજ્યપાલ શ્રી મહિપાલસિંહ શાસ્ત્રી દ્વારા આપવામાં આવેલ.)
૨. ૧૯૯૧માં ધી ભારત સ્કાઉટ્સ એન્ડ ગાઈડ્સનો રાષ્ટ્રપતિ એવોર્ડ. (ભારતનાં રાષ્ટ્રપતિ શ્રી આર. વેંકટરામન દ્વારા આપવામાં આવેલ.)
૩. ૧૯૮૭થી ૧૯૯૭ સુધી ગુજરાત રાજ્યમાં ઊંચો કૂદકો, લાંબો કૂદકો તથા દોડમાં પ્રથમ આવેલ તથા ૧૨ વખત ગુજરાત રાજ્યનું નેશનલ એથ્લેટિક્સ ચેમ્પિયનશિપમાં પ્રતિનિધિત્વ કરેલ છે.
૪. ૧૯૮૭માં પ્રથમ વખત અંડર ૧૨ વર્ષની નેશનલ એથ્લેટિક્સ પ્રતિયોગિતામાં દિલ્હી ખાતે ભાગ લીધો હતો.
૫. ત્યારબાદ
  - ૧ વખત નેશનલ સ્કૂલ ગેમ્સ,
  - ૩ વખત જુનિયર ઈન્ટર સ્ટેટ નેશનલ એથ્લેટિક્સ ચેમ્પિયનશિપ
  - ૩ વખત વેસ્ટ ઝોન એથ્લેટિક્સ ચેમ્પિયનશિપ
  - ૧ વખત ઈન્ટર ઝોન એથ્લેટિક્સ ચેમ્પિયનશિપ
  - ૩ વખત નેશનલ વુમન એથ્લેટિક્સ ચેમ્પિયનશિપ
  - ૧ વખત ઓલ ઈન્ડિયા ઈન્ટર યુનિવર્સિટી એથ્લેટિક મીટ
  - ૧ વખત નેશનલ ગેઈમ્સ.
  - ૧ વખત ઓપન ઈન્ટર સ્ટેટ નેશનલ એથ્લેટિક્સ ચેમ્પિયનશિપ્સમાં ભાગ લીધેલ.
૬. ૧૯૯૫માં ગુજરાત યુનિવર્સિટીનો હાઈ જમ્પનો ૧૦ વર્ષ જૂનો રેકોર્ડ તોડી નવો ૧.૫૧ મી.નો રેકોર્ડ સ્થાપ્યો.
૭. ગુજરાત યુનિવર્સિટી દ્વારા સતત ચાર વર્ષ મહિલા બેસ્ટ એથ્લેટનો એવોર્ડ પ્રાપ્ત કરેલ છે.
૮. ગુજરાત રાજ્યની સન ૨૦૦૧ની ડાયરેક્ટ પોલીસ સબ ઈન્સ્પેક્ટર્સની ભરતીમાં પહેલીવાર મહિલા સબ ઈન્સ્પેક્ટર્સની ભરતી કરવામાં આવેલ.

તા. ૧-૮-૨૦૦૨ના દિવસે દીક્ષાંત સમારંભ યોજાયેલ. આ પ્રસંગે નીચેના એવોર્ડ મેળવેલ છે :

- ◆ ગુજરાત પોલીસ એકેડેમીની બેસ્ટ મહિલા એથ્લેટનો એવોર્ડ. (ગુજરાતનાં ગૃહમંત્રી શ્રી ગોરધનભાઈ ઝડકિયા દ્વારા આપવામાં આવેલ.)
- ◆ ઈન્ડોર પરીક્ષાઓમાં ૨૧૩ કેટેગોરીમાં સૌથી વધુ માર્ક્સ મેળવવા બદલ બેસ્ટ ઈન ઈન્ડોરનો એવોર્ડ. (ગુજરાતના ગૃહમંત્રી શ્રી ગોરધનભાઈ ઝડકિયા દ્વારા આપવામાં આવેલ.)
- ◆ બેસ્ટ કેટેગોરી એટલે કે ઈન્ડોર તેમજ આઉટડોરમાં સારા દેખાવ માટેનો પ્રથમ પુરસ્કાર જેને SWORD OF HONOUR કહેવામાં આવે છે તે એવોર્ડ. (ગુજરાતના મુખ્યમંત્રી શ્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદી દ્વારા આપવામાં આવેલ.)

ગુજરાત પોલીસની સ્થાપના બાદ પ્રથમ વખત આ એવોર્ડ કોઈ મહિલાને ફાળે જાય છે. આ એવોર્ડમાં એક SWORD એટલે કે તલવાર તથા કોસ બેલ્ટ આપવામાં આવેલ.

મંગલ મંદિર, સપ્ટેમ્બર-૨૦૦૨



## સમાજના સભ્યોને લાભકારક ઓફર

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના સભ્ય ડૉ. હિમાંશુ આર. શાહ, M.S., M.C.H., યુરોલોજિસ્ટ (કચ્છ - માંડવી)એ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના સભ્યોને માટે કેટલીક ઉદાર રાહતો જાહેર કરી છે, તે મુજબ તેઓ પોતાના ખાનગી કન્સલ્ટિંગ રૂમ ઉપર સમાજના કોઈપણ સભ્ય પાસેથી પોતાની કન્સલ્ટેશન ફી લેશે નહીં.

ઉપરાંત સમાજના કોઈપણ સભ્યને ઓપરેશનની જરૂરિયાત ઊભી થશે તો નીચે દર્શાવેલી કોઈપણ હોસ્પિટલમાં ઓપરેશન કરી આપશે, એવા ઓપરેશન ચાર્જમાં પણ તેઓ ૫૦ ટકા રાહત કરી આપશે. (પરંતુ ઓપરેશન સમયે થતા બીજા આનુષંગિક ખર્ચ જેવા કે, રૂમભાડું, જરૂરી દવા, લેબ તપાસ વગેરે દર્દીએ પૂરેપૂરા ભોગવવાના રહેશે.)

ડૉ. હિમાંશુ શાહની આ ઓફર ઘણી જ સુંદર અને સમાજના સભ્યોને આર્થિક રીતે લાભકારી છે. જરૂર પડે તેમનો લાભ લઈ શકાશે.

૧. ઈન્કમેટેક્સ વિસ્તારમાં, ભોગીલાલ કંદોઈની બાજુમાં નવરંગપુરા - અમદાવાદ ખાતે આવેલી સુખમણિ હોસ્પિટલ (૫૦ બેડ)માં ડૉ. હિમાંશુ દરરોજ સોમથી શનિ સાંજના ૬થી ૮ વાગ્યા સુધી નિયમિત મળશે.
૨. ડ્રાઈવ ઈન રોડ, દૂરદર્શનની સામે S.A.L. હોસ્પિટલમાં (૩૫૦ બેડ) ડૉ. હિમાંશુ શાહ દર સોમ અને ગુરુવારે સવારના ૯થી ૧૧ દરમિયાન મળશે.
૩. સોમેશ્વર કોમ્પ્લેક્સ જૈન દેરાસરની સામે, ૧૩૨ ફૂટના રીંગ રોડ ઉપર મેડિલીન્ક હોસ્પિટલમાં દર સોમવારે બપોરે ૧૨થી ૧૫ દરમિયાન મળશે.

મંગલ મંદિર, સપ્ટેમ્બર-૨૦૦૨

તત્વજ્ઞાન થવાથી કામ-કોધાદિ વિકારોનો અત્યંત અભાવ થઈ જાય છે.



## બાળકોનો સર્વાંગી વિકાસ



આપણાં બાળકોનો સર્વાંગી વિકાસ થાય, તેઓ દરેક ક્ષેત્રે કુશળ બને, બદલાતા જમાના સાથે કદમ મિલાવવામાં પાછળ ન રહી જાય અને શારીરિક ક્ષમતા, લીડરશિપના ગુણો તથા ઘરની બહાર - બીજાં બાળકો સાથે થોડા દિવસ રહીને પોતાની જરૂરિયાતો જાતે પૂરી કરતાં શીખે, તે માટેનો એક પ્રયત્ન આપણે દર વર્ષે કરીએ છીએ - વેકેશનમાં બાળકોનો ટ્રેકિંગ કેમ્પ આયોજિત કરતા રહીએ છીએ.

ગત વર્ષે યોજેલ કેમ્પમાં ૧૫ થી ૨૦ બાળકોએ પોતાના નામ નોંધાવ્યા પછી માત્ર બે જ મા-બાપ પોતાના બાળકોને માઉન્ટ આબુ મોકલવાની હિંમત દાખવી શક્યા!! બાકીનાને ઘરે મામા-માસી રોકાવા આવવાનાં હતાં, જન્મ દિવસ ઉજવવાના હતા, ઘરે પ્રસંગો હતાં, વગેરે વગેરે!

ધન્ય છે એ બે મા-બાપ શ્રી વિજય દેઢિયા અને શ્રી હસમુખ મહેતાને જેમણે આવા બધાં જ કારણો બાજુએ રાખીને તેમનાં પુત્રોને કેમ્પમાં મોકલ્યા!! અને આ બાળકોની હિંમતને તો કેવી રીતે બિરદાવવી, તે સમજાતું જ નથી. કેમકે ૪૦ બાળકના ગ્રૂપમાં આપણા સમાજનાં આ બે જ બાળકો!

બાળકો નમાલાં ન બને અને છૂટાં ફરતાં થાય તેની સંપૂર્ણ જવાબદારી માત્ર મા-બાપની જ છે.

જે બાળક અત્યારે કેમ્પમાં જતું નથી, તે મોટું થઈને રેલવે સ્ટેશને ટિકિટ કઢાવવા કે મુંબઈ જઈને એકલો ઈન્ટરવ્યૂ નહીં આપી શકે, તે આપણને ખ્યાલમાં હોવું જોઈશે.

કચ્છી સાહસિકો દોરી લોટો લઈને મુંબઈ - દુબઈ - આફ્રિકા ગયા અને તેમની ગૌરવ ગાથાઓનો સુવર્ણ ઇતિહાસ લખાયો છે - નવા જમાનાના Young parentsને મારી વિનંતી છે કે દિવાળી વેકેશનને હજુ ઘણી વાર છે તો વેળાસર ગોઠવણી કરી લેજો અને બાળકોને તેમના વિકાસને અગ્રતાક્રમ (પ્રાયોરિટી) ઉપર રાખજો.

યુવા વિકાસ તરફથી ટ્રેકિંગ કેમ્પની જાહેરાત ઓક્ટોબર - ૨૦૦૨ના અંકમાં શોધજો - વાંચજો અને વેળાસર બાળકોને મોકલજો.

**નોંધ :** આપણા સમાજે ૫૦% સુધી કન્સેશનની ભૂતકાળમાં રાહત આપવા છતાં ઘણા ઓછા લોકો લાભ લઈ રહ્યા છે. સમાજ તો પોતાની ફરજ બજાવે છે, મા-બાપે પોતાની ફરજ કેમ ભૂલવી???

હીરેન શાહ - કન્વીનર, યુવા વિકાસ સમિતિ  
મંગલ મંદિર, સપ્ટેમ્બર-૨૦૦૨

### નેતા

પ્રથમ તો આગ ચાંપીશું અમે લોકોની પ્રીતિમાં,  
નિરાંતે જઈને બંસીશું પછી શાંતિ સમિતિમાં,  
અને નેતા છીએ ને અમારું શ્રેય બસ! એમાં  
પ્રજા સપડાયેલી હો કોઈપણ એકાદ ભીતિમાં  
ધમાલોને લીધે જ તો અમારે ઘી-કેળાં છે  
મજા છે રાજનીતિની હવે તારાજ નીતિમાં.

- મુસાફિર પાલનપુરી



## બોડી ચેક-અપ



**હવે ૪૦થી વર્ષથી વધુ ઉંમરના સભ્યો તથા તેમના કુટુંબીજનો માટે ફી**

તા. ૧૨-૧૨-૦૨ના રોજ મળેલ મેડિકલ કમિટીની મિટિંગમાં ચર્ચાને અંતે નક્કી કરવામાં આવ્યું હતું કે શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ દ્વારા હાલ ૪૫ વર્ષથી ઉપરના સભ્યો તથા તેમના કુટુંબીજનો માટે રૂ. ૪૫૦/-વાળું બોડી ચેક-અપ ફી કરી આપવામાં આવે છે તેને બદલે ઉંમરની મર્યાદા ૪૦ વર્ષ કરવી.

આ સૂચન તા. ૧૫-૧૨-૦૨ના રોજ મળેલ ટ્રસ્ટ બોર્ડની મિટિંગમાં મંજૂર કરવામાં આવેલ હતું.

આથી હવેથી શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ, તેમના ૪૦ વર્ષ તથા તેની ઉપરની ઉંમરના સભ્યો અને સભ્યોના કુટુંબીજનોને રૂ. ૪૫૦/-વાળું બોડી ચેક-અપ આપણા મેડિકલ સેન્ટરમાં, વર્ષમાં એક વખત ફી કરી આપશે.

તો દરેક સભ્યોને વિનંતી કે આ સેવાનો અચૂક લાભ લે.

ડૉ. હિતેન્દ્ર શાહ - કન્વીનર, મેડિકલ કમિટી  
મંગલ મંદિર, જાન્યુઆરી-૨૦૦૩

## શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના સ્થાપક પ્રમુખ શ્રી હીરજીભાઈ પાસુભાઈ શાહને થયેલ અકસ્માત

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના સ્થાપક પ્રમુખ શ્રી હીરજીભાઈ પાસુભાઈ શાહને ગત તા. ૧૯-૭-૨૦૦૩ને શનિવારના રોજ રાત્રે ૯.૦૦ કલાકે અમદાવાદથી વડોદરા જતા નડિયાદ પાસે એક્સપ્રેસ હાઈવે પર એક અકસ્માત થયેલ હતો. આ અકસ્માતના પરિણામે શ્રી હીરજીભાઈ તથા તેમના કુટુંબીજનો શ્રી ચંદ્રકાંતભાઈ મોતા તથા શ્રીમતી દમયંતીબહેન ચંદ્રકાંત મોતાને સારી એવી ઈજા થયેલ હતી. તેઓને તાત્કાલિક અમદાવાદની સ્ટર્લીંગ હોસ્પિટલ ખાતે દાખલ કરવામાં આવેલ હતા. તેઓની તબિયત હવે સુધારા પર છે અને બધા જ ભયમુક્ત છે.

અનેક લોકો તેમની તબિયતના સમાચાર જાણવા હોસ્પિટલ પર પહોંચી ગયેલ હતા.

શ્રી હીરજીભાઈ જલ્દીથી સારા - સાજા થઈ પોતાના સમાજસેવાનાં કાર્યો ચાલુ રાખે, તેવી શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ શુભેચ્છા વ્યક્ત કરે છે.

મંગલ મંદિર, ઓગસ્ટ-૨૦૦૩

જે બહુ સસ્તામાં મળી જાય છે તેની આપણે  
અલ્પ કદર કરીએ છીએ,  
ઊંચી કિંમત જ દરેક વસ્તુને તેનું મૂલ્ય આપે છે.

સમય અને સમજણ નસીબદાર માણસોને જ એક સાથે જ મળે છે.



## અભિનંદન



આપણા જ સમાજની સુપુત્રી અને પુત્રવધૂ શ્રીમતી ફાલ્ગુની હિરેન શાહ તાજેતરમાં જ પોતાનું (“સ્પંદન”) ૨૦ જણનું ગ્રૂપ લઈને યુકેઈન દેશમાં યોજાયેલ આંતરરાષ્ટ્રીય લોકનૃત્ય મહોત્સવમાં ભાગ લઈને સફળતાપૂર્વક પાછા ફર્યા છે. UNESCO સંલગ્ન સંસ્થા CIOFF દ્વારા આયોજિત આઠ દિવસીય મહોત્સવમાં સ્પેન, જર્મની, રશિયા, બેલારૂસ, કોએશિયા, સર્બિયા, યુકેઈન તથા ભારતના કલાકારોએ ભાગ લીધો હતો. અને ભારતનું પ્રતિનિધિત્વ કરતાં “સ્પંદન” ગ્રૂપને સંગીત તથા નૃત્યમાં શ્રેષ્ઠ દેખાવ બદલ ખાસ ઈનામ આપીને સન્માનવામાં આવ્યા હતા.

૨૦૦૧માં સ્પંદન આવા જ એક મહોત્સવમાં ભાગ લેવા માટે પોલેન્ડ ગયું હતું. ત્યાં પણ Best performance માટેનો શિલ્ડ સ્પંદને મેળવ્યો હતો. ત્યારે યુકેઈનના પ્રતિનિધિઓ ત્યાં હાજર હતા. એમણે તે વખતે જ સ્પંદનને તેમના દેશમાં ફેસ્ટીવલમાં ભાગ લેવા આમંત્રણ આપ્યું હતું. ભારતમાંથી પહેલી જ વાર આ રીતે કલાકારોનું વૃંદ યુકેઈન ગયું હતું. ૨૦ કલાકારોની ટીમમાં આપણા સમાજમાંથી સાત વ્યક્તિઓએ ભાગ લીધો હતો.

ફેસ્ટીવલ સમાપન સમારોહ વખતે હજારોની મેદની વચ્ચે દરેક દેશના કલાકારોએ પોતપોતાની કૃતિઓ રજૂ કરી. સંગીત અને નૃત્ય માટે સ્પંદન અમદાવાદ Indianનું નામ પડતાં જ તાળીઓના ગડગડાટ વચ્ચે સ્પંદનને સન્માનપત્ર અને ટ્રેડિશનલ ક્લોથ અર્પણ કરાયા હતા. યુકેઈનના કોમસોમોલ્સ્ક શહેરના મેયરશ્રીએ એમના ભાષણમાં ખાસ ઉલ્લેખ કર્યો કે અમે બે વર્ષથી ભારતીય ટીમ “સ્પંદન”ની રાહ જોઈએ છીએ. આ વર્ષે તમે અમારા દેશમાં આવી ભાગ લીધો. જેનો અમને અનહદ આનંદ છે.

૧૯૯૨માં સોવિયેત રશિયામાંથી અલગ થયેલા દેશો પૈકી એક દેશ યુકેઈનના પોલતાવા રાજ્યના એક શહેર કોમસોમોલ્સ્કમાં આ ફેસ્ટીવલ યોજાયો હતો.

આ અગાઉ રશિયાના અસ્ટ્રાખાન પ્રદેશમાંથી આવેલા પ્રતિનિધિ મંડળ સમક્ષ ગુજરાતની સાંસ્કૃતિક ઝલક રજૂ કરવા માટે ગુજરાત સરકારે સ્પંદનને આમંત્રણ આપ્યું હતું. મહેમાનો તથા શહેરના અન્ય પ્રતિષ્ઠિત આમંત્રિતોની હાજરીમાં સ્પંદને કામા હોટેલની લોનમાં કાર્યક્રમ રજૂ કર્યો હતો. જેમાં આપણા સમાજના કુ. દીપ્તિ મોતા, અંકિત ત્રેવાડિયા, હીર શાહ વગેરેએ ભાગ લીધો હતો. રશિયન પ્રતિનિધિ મંડળે દરેક કલાકારોને સ્મૃતિ ચિહ્ન આપીને બહુમાન કર્યું હતું.

ગુજરાત પ્રવાસન નિગમ તરફથી દર વર્ષે “કચ્છ ઉત્સવ”નું આયોજન થાય છે. કુદરતી પ્રતિકૃણતાઓને કારણે છેલ્લાં બે વર્ષોથી ન યોજાયેલ કચ્છ ઉત્સવ આ વર્ષે એપ્રિલ માસમાં ઊજવાઈ ગયો. આ વર્ષે ભુજ ઉપરાંત માંડવી અને ગાંધીધામમાં પણ કાર્યક્રમો યોજાયા

હતા. ૯ દિવસના “કચ્છ ઉત્સવ”માં સ્પંદનની ટીમે ૬ દિવસ અલગ અલગ સ્થળોએ કાર્યક્રમો આપ્યા હતા. જેમાં પણ સ્પંદનના કલાકારોની સાથે સાથે આપણા સમાજના કલાકારોએ ભાગ લીધો હતો.

મંગલ મંદિર, ઓગસ્ટ-૨૦૦૩



## વધુ અભ્યાસાર્થે વિદેશગમન - શુભેચ્છા



ચિ. મિલિંદ પંકજકુમાર મગનલાલ દેઢિયા મૂળ ગામ ભુજપુર (મુંદ્રા)ના વતની અને હાલ અમદાવાદના રહેવાસી ગુજરાત સેકન્ડરી એજ્યુકેશન બોર્ડ, ગાંધીનગર દ્વારા માર્ચ ૧૯૯૭માં લેવાયેલી ધોરણ-૧૦ એસ.એસ.સી.ની પરીક્ષામાં ૭૦૦માંથી ૫૭૪ ગુણ મેળવી, ૮૨.૦ ટકા સાથે ઉત્તીર્ણ થઈ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજના તેજસ્વી વિદ્યાર્થીઓમાં સ્થાન મેળવેલ.

ચિ. મિલિંદ ગુજરાત સેકન્ડરી બોર્ડ - ગાંધીનગર દ્વારા માર્ચ ૧૯૯૯માં લેવાયેલી ધોરણ-૧૨ હાયર સેકન્ડરી (વિજ્ઞાન પ્રવાહ)ની પરીક્ષામાં ૬૫૦માંથી ૪૮૩ ગુણ મેળવી ૭૪.૦૩ ટકા સાથે દ્વિતીય ઉત્તીર્ણ થઈ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદમાં વિદ્યાર્થીઓની અગ્ર હરોળમાં આવેલ.

ચિ. મિલિંદે પોતાનો કોલેજનો અભ્યાસ સી. કે. પીઠાવાલા કોલેજ ઓફ એન્જિનિયરિંગ એન્ડ ટેકનોલોજી (સુરત)માં તેણે બી.ઈ. ઈલેક્ટ્રોનિક્સ એન્ડ કોમ્પ્યુનિકેશન (B.E.E.C.)માં પૂર્ણ કરેલ છે. કોલેજનું રિઝલ્ટ નીચે મુજબ છે.

વર્ષ	માર્ક્સ	ટકા
પ્રથમ વર્ષ	૧૭૦૦/૧૦૮૪	૬૩.૭૬%
બીજું વર્ષ	૧૮૦૦/૧૨૮૭	૭૧.૫૦%
ત્રીજું વર્ષ	૧૮૦૦/૧૨૮૫	૭૧.૩૮%
ચોથું વર્ષ	૧૮૦૦/૧૩૫૭	૭૫.૩૮%

આ સાથે ચિ. મિલિંદે તેનો કોલેજનો અભ્યાસ દરેક વર્ષે ડિસ્ટિક્શન સાથે પૂર્ણ કરેલ છે. તેણે સાઉથ ગુજરાત યુનિવર્સિટીમાં ઈલેક્ટ્રોનિક્સ એન્ડ કોમ્પ્યુનિકેશનમાં બીજો નંબર મેળવી પૂર્ણ કરેલ છે.

હવે ચિ. મિલિંદ તેના આગળના અભ્યાસ માટે યુ.એસ.એ.માં ન્યુજર્સી ખાતેની સ્ટીવન્સ ઈન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ ટેકનોલોજીમાં માસ્ટર ડિગ્રી કરવા ગયા છે. જેમાં તે વાયરલેસ કોમ્પ્યુનિકેશનમાં બ્લૂ ટ્યુ ટેકનોલોજી પર એમ.એસ. કરવા માટે અત્રેથી તા. ૧૭-૮-૨૦૦૩ના રોજ વિદેશગમન કર્યું છે.

ચિ. મિલિંદે દરેક પ્રકારની રમતગમતમાં સ્કૂલ અને કોલેજમાંથી રાજ્યકક્ષા સુધી રમી, સર્ટિફિકેટ તથા મેડલો મેળવેલ છે. તેણે એસ.એસ.સી. બોર્ડમાં ગણિતમાં ૧૦૦ માર્ક અને સમાજવિદ્યામાં ૯૬ માર્ક મેળવી સ્કૂલમાં પ્રથમ સ્થાન મેળવેલ.

ચિ. મિલિંદને સમાજ તરફથી હાર્દિક શુભેચ્છાઓ.

મંગલ મંદિર, સપ્ટેમ્બર-૨૦૦૩

એકાગ્રતાપૂર્વક કરેલાં કાર્યો જ સફળ થાય છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક



### વધુ અભ્યાસાર્થે પરદેશ ગમન



આપણા સમાજના શ્રી રોહિત રણછોડદાસ ગાંધી મુંદ્રા (કચ્છ) હાલે અમદાવાદના સુપુત્ર ચિ. મનન અહીં M.Sc. (Computer Application & Information Technology)ની પરીક્ષા (ગુજરાત યુનિ.માંથી) એપ્રિલ-૦૩માં ૮૩.૮૩% સાથે પાસ કરીને વધુ અભ્યાસ અર્થે Texas A. & M. University (TAMU)માં M.S. in M.I.S.નો કોર્સ કરવા માટે અમેરિકાના કોલેજ સ્ટેશન નામના ગામમાં ટેક્સાસ રાજ્યમાં ગયેલ છે.

ચિ. મનનને વધુ અભ્યાસ માટે TAMU તરફથી Teaching Assistanceship તેમજ સ્કોલરશિપ મળેલ છે.

ચિ. મનનને સમાજ તરફથી હાર્દિક શુભેચ્છાઓ.

મંગલ મંદિર, સપ્ટેમ્બર-૨૦૦૩



### વિદેશગમન - હાર્દિક શુભેચ્છા



ચિ. મયૂર હરખંદ કુંવરજી સાવલા (તલવાણા)

ધોરણ-૧૦ ૮૫% સાથે (૧૯૯૭) અને ધોરણ-૧૨ (સાયન્સ) ૮૪% સાથે (૧૯૯૯) સેન્ટ જેવિયર્સ સ્કૂલ - ગાંધીનગરમાંથી પાસ કરેલ.

૧૯૯૯થી ૨૦૦૩ : નિરમા ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ ટેકનોલોજી  
Electronics & Communication

1st Year : 1106/1450 - 76.3%

2nd Year : 926/1400 - 66.1%

3rd Year : 1068/1500 - 71.2%

4th Year : 1195/1600 - 74.7% 1st Class Dist.

Joining Ohio State University for further studies in Bio-Technology.

મંગલ મંદિર, ઓક્ટોબર-૨૦૦૩



### ચિર વિદાય



● શ્રી કચ્છી સમાજ - અમદાવાદના માજી પ્રમુખ શ્રી નાનુભાઈ હરીરામ ઠક્કરનું શનિવાર તા. ૬-૯-૨૦૦૩ના અમદાવાદ મધ્યે દુઃખદ અવસાન થયેલ છે. તેઓશ્રી વર્ષ ૧૯૯૪-૯૫ દરમ્યાન શ્રી કચ્છી સમાજ - અમદાવાદના પ્રમુખપદે બિરાજમાન હતા.

કચ્છના એક પનોતા પુત્ર તેમજ શ્રી કચ્છી સમાજ - અમદાવાદના એક તરવરાટભર્યા, અડીખમ અને અદના કાર્યકરની ચિર વિદાયથી શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ ઘેરા દુઃખની લાગણી અનુભવે છે.

મંગલ મંદિર, ઓક્ટોબર-૨૦૦૩

● કચ્છના ગામ સમાધોધા (તા. મુંદ્રા)ના મૂળ વતની, બાહોશ પોલીસ અધિકારી તરીકે નિવૃત્ત થયેલ શ્રી હિંમતસિંહજી નારસિંહજી જાડેજાનું સોમવાર તા. ૨૯-૯-૨૦૦૩ના રોજ અમદાવાદ મધ્યે દુઃખદ અવસાન થયેલ છે.

તેઓશ્રી તેમના સેવા કાર્ય દરમ્યાન, અમદાવાદના કોમી રમખાણો વચ્ચે, બહારગામથી આપણા અતિથિભવન પર આવેલ અને

કરફયુના કારણે અટવાઈ પડેલા કચ્છીઓને રેલવે સ્ટેશને પહોંચાડવા, જરૂરી પોલીસ વ્યવસ્થા ગોઠવી અપાવતા. અકસ્માત કે અન્ય કોઈ પણ આપત્તિગ્રસ્ત કચ્છીઓ માટે પણ પોલીસ મદદ કે માર્ગદર્શન માટે પણ તેઓશ્રીની સેવાઓ હંમેશાં તાકીદે ઉપલબ્ધ થતી હતી.

આવા એક નિઃસ્વાર્થભાવે સેવા આપતા કચ્છી પોલીસ અધિકારીની ચિર વિદાયથી શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ આઘાતની લાગણી અનુભવે છે. સદ્ગત આત્માઓની શાંતિ માટે પ્રાર્થના.

મંગલ મંદિર, ઓક્ટોબર-૨૦૦૩



### ગૃહ પ્રવેશ



શ્રી મધુકાંત મોહનલાલ શાહ (અંજાર)ના નૂતન ગૃહ પ્રવેશ નિમિત્તે હાર્દિક શુભેચ્છાઓ.

સ્થળ : ૧, સૌરાષ્ટ્ર સોસાયટી, નવા વિકાસ ગૃહ રોડ, મહાલક્ષ્મી પાંચ રસ્તા પાસે, પાલડી, અમદાવાદ-૭.

મંગલ મંદિર, માર્ચ-૨૦૦૪



### ગાલા પરિવારનો નવો પ્રોજેક્ટ



શ્રી નવનીત પરિવારના રહેઠાણ માટેના અત્યાધુનિક બંગલા “બસંત બહાર - ૩”ના પ્રોજેક્ટનો શુભારંભ તા. ૮મી ફેબ્રુઆરી, ૨૦૦૪ના થયો ત્યારે સ્નેહીજનો, શુભેચ્છકો, મિત્રો, ગ્રાહકો વગેરે બહોળી સંખ્યામાં ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

બોપલ ગામની નજીક ગાલા (નવનીત) પરિવારની અગાઉની સફળ યોજનાઓ “બસંત બહાર-૧ અને ૨” નીચે તૈયાર થયેલ લક્ષ્મીચંદ્ર બંગલાઓના રહેવાસીઓ, કુદરતના સાન્નિધ્યમાં, નૈસર્ગિક વાતાવરણ માણી રહ્યા છે. “બસંત બહાર-૩”ના આ નવા પ્રોજેક્ટ માટે ગાલા પરિવારને હાર્દિક શુભેચ્છાઓ.

શુભ સ્થળ : બસંત બહાર-૩, હોમિયોપેથિક કોલેજ પાસે, બોપલ, અમદાવાદ.

મંગલ મંદિર, માર્ચ-૨૦૦૪



### વસમી વિદાય



આપણા સમાજના કારોબારી સભ્ય અને મેડિકલ સમિતિના કન્વીનર ડૉ. હિતેન્દ્ર શાહના પૂ.માતુશ્રી કમળાબહેન મોહનલાલ શાહ (અંજાર - અમદાવાદ)નું તા. ૧૧-૧૧-૦૪ના રોજ નિધન થયું છે.

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ, સદ્ગતને હૃદયપૂર્વકની શ્રદ્ધાંજલિ અર્પે છે.

મંગલ મંદિર, ડિસેમ્બર-૨૦૦૪



### અભિનંદન



ગુજરાત યુનિવર્સિટી દ્વારા આયોજિત યુથ ફેસ્ટીવલ ઓક્ટોબર-૨૦૦૪માં થયેલ ઇવેન્ટ ઓન ધ સ્પોટ પેઈન્ટિંગમાં અમદાવાદની કુ. સંગીતા મણિલાલ ગાલા (શાહ)ને ગોલ્ડ મેડલ પ્રાપ્ત થયેલ છે.

મંગલ મંદિર, ડિસેમ્બર-૨૦૦૪



## વસતિપત્રક



અમદાવાદ વિસ્તારમાં વસતા સમસ્ત કચ્છી જૈન કુટુંબોના વસતિપત્રકનું તા. ૧૨-૯-૭૬ રવિવારે ઉદ્ઘાટન થયું. આ શુભ પ્રસંગે ઘણી મોટી સંખ્યામાં સમાજના ભાઈ-બહેનો - બાળકોની હાજરી જોઈ આનંદ થયો. વસતિ પત્રકમાં આપવામાં આવેલી માહિતી ઘણી જ ઉપયોગી છે તેવું સૌ કોઈને લાગે છે. પરંતુ એક દુઃખની વાત એ છે કે આ અંકમાં હજુ આપણા ઘણા કુટુંબો બાકી રહી ગયાના સમાચારો મળે છે. જે તે બાકી રહી ગયેલા કુટુંબોને વિનંતી કરવામાં આવે છે કે તેઓ પોતાની માહિતી કાર્યાલયમાં તરત જ મોકલી આપે. આગામી અંકોમાં ક્રમશઃ પ્રગટ કરવામાં આવશે.

વસતિપત્રકની વધારાની નકલ કોઈને જોઈતી હોય તો તેને સંસ્થાના કાર્યાલયમાં સંપર્ક સાધવાથી સ્ટોકમાં હશે ત્યાં સુધી મળી રહેશે.

આ વસતિ પત્રક એ એક મિનિ વસતિપત્રક અંક છે. સમય અને સંજોગોના અભાવે હજુ પણ અત્રે પૂરી માહિતી આપવામાં આવેલી નથી. આ અંગે જે ભાઈ-બહેનોને સૂચન કરવાનું હોય તથા માહિતી મોકલવા માંગતા હોય તેમણે સંસ્થાને મોકલી આપવા વિનંતી છે. જેથી આપણો ભવિષ્યનો અંક ખૂબ જ સમૃદ્ધ અને માહિતીપૂર્ણ બને. આપનું નાનું સૂચન અમને ખૂબ જ ઉપયોગી બનશે.

અંકમાં જાહેરાત આપનાર આપણા સૌ હિતેચ્છુઓનો જેટલો આભાર માનીએ તેટલો ઓછો છે. તેઓના સહકારથી જ આપણે આ સાહસ કરવા શક્તિમાન બન્યા છીએ. ભવિષ્યમાં પણ આનાથી વિશેષ સહકાર મળશે તેવી આશા રાખીએ છીએ.

— સંપાદક

મંગલ મંદિર, સપ્ટેમ્બર/ઓક્ટોબર-૧૯૭૬



## શ્રી કચ્છી જૈન સમાજ - અમદાવાદ



શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદનાં ઉપક્રમે “ધૂપસળી” નાટક, રવિવાર તા. ૧૬-૭-૭૮નાં રોજ શેઠ મંગળદાસ ટાઉન હોલમાં ભરચક પ્રેક્ષકગણ વચ્ચે આનંદ અને ઉલ્લાસભર્યા વાતાવરણમાં ભજવાઈ ગયું. જેના પ્રમુખ સ્થાનેથી પ્રેરક લાક્ષણિક શૈલીમાં બોલતા શ્રી સોમચંદભાઈ ખીંચશી છેડાએ સમાજને ભવિષ્યમાં કોઈ મોટી યોજના માટે જોઈતા નાણાંમાં ફાળો આપવાની પોતાની સહર્ષ તૈયારી બતાવી હતી અને સમાજ આગળ આવે એવી ભાવના સેવી હતી. પ્રારંભમાં સમાજના મંત્રી શ્રી પ્રભુલાલભાઈ કે. સંઘવીએ પ્રમુખશ્રી તથા અતિથિ વિશેષનો પરિચય વિધિ કર્યા બાદ સૌનું ફુલહારથી સ્વાગત કર્યું. સમાજના પ્રમુખશ્રી માવજીભાઈ ધારશી કુરિયાએ સમાજની પ્રવૃત્તિઓનો આછો ખ્યાલ આપી તેનાં વિકાસ માટે સમાજની દરેક વ્યક્તિના સહકારની આવશ્યકતા સમજાવી હતી. અતિથિ વિશેષ શ્રી નરેન્દ્રભાઈ અ. શાહે તથા શ્રી પ્રેમજીભાઈ શાહે પોતાને અતિથિવિશેષ પદ આપી જે માન સમાજે આપ્યું તે બદલ આભારની લાગણી વ્યક્ત કરી હતી અને અંતમાં સહમંત્રી શ્રી ચંદ્રકાંત દેઢિયાએ આભારવિધિ કરી હતી. આ કાર્યક્રમને સફળ બનાવવામાં શ્રી અશોકભાઈ મહેતાએ સારી જહેમત ઉઠાવી હતી.

મંગલ મંદિર, ઓગસ્ટ-૧૯૭૮



## સમાજ દર્પણ



### શ્રી કચ્છી જૈન સમાજ - અમદાવાદ સમારંભ

રવિવાર, તા. ૧૭-૯-૭૮નાં રોજ શ્રી કચ્છી જૈન સમાજ - અમદાવાદનો વાર્ષિકોત્સવ તથા ‘મિચ્છામિ દુક્કડમ’નો અને તપસ્વીઓનું બહુમાન કરવાનો એક સમારંભ સમાજનાં પ્રમુખ શ્રી માવજીભાઈ ધારશીભાઈ કુરિયાના પ્રમુખપણાં હેઠળ શ્રી સ્વામિનારાયણ ઓડિટોરિયમ મણિનગરમાં ઉજવવામાં આવ્યો હતો. જેમાં સમાજના સભ્યોએ સપરિવાર ખૂબ જ મોટી સંખ્યામાં ઉલ્લાસથી ભાગ લીધો હતો. સમાજનાં પ્રમુખ શ્રી માવજીભાઈ તથા માજીપ્રમુખ શ્રી બાબુભાઈ વીરમે પ્રારંભમાં સર્વે સભ્યોને ક્ષમાપના કરાવતાં બધા સભ્યોએ એકબીજાને ‘મિચ્છામિ દુક્કડમ્’ કહી ક્ષમાપના કરી હતી. બાદ પ્રો. માયાએ તેમની માયાજાળનાં જાદુનાં પ્રયોગો કરી બતાવ્યા હતા.

મંત્રી શ્રી પ્રભુલાલ સંઘવીએ સમાજનો સત્કાર કરતાં સમાજની આ વર્ષની પ્રવૃત્તિનો પરિચય આપી અને સભ્યોનાં સહકાર બદલ આભારની લાગણી વ્યક્ત કરી હતી અને હંમેશ આવો જ સહકાર આપવા વિનંતી કરી હતી. વિશિષ્ટ વિદ્યાર્થી તરીકે અનુલકુમાર પી. ઘરોડને સમાજ તરફથી પ્રમુખશ્રી માવજીભાઈનાં વરદ્ હસ્તે રૌપ્ય ચંદ્રક એનાયત કરવામાં આવ્યો. તેજસ્વી વિદ્યાર્થીઓને નાની સુટકેસ ભેટ આપવામાં આવી તેમજ અન્ય દરેક બાળ મંદિરથી કોલેજમાં અભ્યાસ કરતા વિદ્યાર્થીઓને વિવિધ પ્રકારનાં આકર્ષક ઈનામો આપવામાં આવ્યા. બાદ, પ્રમુખ શ્રી માવજીભાઈએ અમદાવાદમાં વસતા કચ્છી જૈન સમાજની ટેલિફોન ડિરેક્ટરી - પોકેટબુકનું ઉદ્ઘાટન કર્યું અને ત્યારબાદ સૌ ઉત્તીર્ણ વિદ્યાર્થીઓને અભિનંદન આપ્યા હતા. ટેલિફોન પોકેટબુક ખિસ્સામાં સમાઈ શકે એવી નાની આકર્ષક પ્લાસ્ટિકના કવરમાં છે. આ ડિરેક્ટરી વિનામૂલ્યે સમાજનાં કાર્યાલય સવાણી ટ્રાન્સપોર્ટમાંથી મળી શકશે. મંગલ મંદિરના તંત્રી શ્રીમતી પ્રમીલા કુરુવાએ સભ્યોને મંગલ મંદિર માટે લખાણો અને સમાચારો મોકલવા જણાવતાં બહેનોને અને યુવકોને તથા બાળકોને પોતપોતાનાં વિભાગ માટે પોતાની કલમ અજમાવી લેખો મોકલવા અનુરોધ કર્યો હતો.

તપસ્વી ભાઈ-બહેનોનું બહુમાન કરતાં શ્રી મુળજીભાઈ નરશી લોડાયા તરફથી સ્ટીલના મોટા કટોરાની લહાણી કરવામાં આવી હતી. સમારંભનાં અંતે દરેકને પ્લાસ્ટિકના પેકેટમાં અલ્પાહાર આપવામાં આવ્યો હતો. અલ્પાહાર સમયે ઈનામી કૂપનોનો લક્કી ડ્રોના પરિણામની જાહેરાત થતાં ભાગ્યશાળી ૧૧ ભાઈ-બહેનોને ઈનામોની વહેંચણી કરવામાં આવી. સમારંભમાં સમાજનાં તમામ સભ્યોએ ખૂબ ઉલ્લાસથી ભાગ લીધો હતો.

### દાતાઓ

રૂા. ૫૦૧/- તપસ્વીઓને લહાણી  
શ્રી મુળજીભાઈ નરશી લોડાયા

વિરોધ જણાય ત્યારે ધીરજ રાખો, તમારો હેતુ પાર પડશે.

- |           |   |           |  |
|-----------|---|-----------|--|
| રૂ. ૫૦૧/- | સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમ ખર્ચ<br>શ્રી પ્રેમજીભાઈ શામજી, શ્રી ભગવાનજી પ્રેમજી,<br>શ્રી જયંતીલાલ ડુંગરશી.<br>C/o. વિસત ઓટોમોબાઈલ્સ, સાબરમતી | રૂ. ૨૦૧/- | ધોરણ-૧૨ના ઈનામો<br>શ્રી વસા ટાઈલ્સ - અમદાવાદ                 |
| રૂ. ૩૦૧/- | બાળ મંદિરના ઈનામો<br>શ્રી વિસત ઓટોમોબાઈલ્સ - સાબરમતી  | રૂ. ૨૦૧/- | ધોરણ-૧ ના ઈનામો<br>શ્રી કલ્યાણજી નાનચંદ મેવાડ્યા             |
| રૂ. ૩૦૧/- | ધોરણ-૨ નાં ઈનામો<br>વિજય ટ્રાન્સપોર્ટ - અમદાવાદ   | રૂ. ૨૦૧/- | શ્રી હરેશ ટ્રાન્સપોર્ટ કું.<br>હ. શ્રી દલીચંદભાઈ સોમચંદ છેડા |
| રૂ. ૩૦૧/- | ધોરણ-૩ નાં ઈનામો<br>શ્રી ચક્રેશ્વરી ટ્રાન્સપોર્ટ - અમદાવાદ  | રૂ. ૧૦૧/- | શ્રી જીવરાજ મેઘજી ડાઘા - સાબરમતી                             |
| રૂ. ૩૦૧/- | ધોરણ-૪ નાં ઈનામો<br>શ્રી વેલજી જેઠાલાલ, શ્રી ભારમલ ગોવર   | રૂ. ૧૦૧/- | શ્રી દેવેન્દ્રભાઈ કરસનજી સંઘવી                               |
| રૂ. ૨૫૧/- | હોલ ભાડા ખર્ચ<br>શ્રી મીઠાપુર ટ્રાન્સપોર્ટ કું.   | રૂ. ૫૧/-  | શ્રી નવભારત સાહિત્ય મંદિર                                    |
|           |   | રૂ. ૨૧/-  | શ્રી ભોગીલાલ છગનલાલ શાહ                                      |
|           |   | રૂ. ૫૪૫/- | લક્કી ડ્રો ટિકિટ વેચાણ.                                      |

મંગલ મંદિર, ઓક્ટોબર-૧૯૭૮

## શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજના સભ્યોને

### મેડિકલ દરમાં કન્સેશન

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના ટ્રસ્ટ બોર્ડની તા. ૨-૫-૮૮ના રોજ મળેલ મીટિંગમાં નિર્ણય લેવાયેલ હતો કે હવેથી દર વર્ષે સમાજના દરેક સભ્ય કુટુંબને ભવનમાં ચાલતા મેડિકલ વિભાગમાં રૂ. ૧,૦૦૦/-ની મર્યાદા સુધીમાં તેના દરોમાં કન્સેશન આપવું. આ માટે સભ્યોએ આ અંકમાં પાના નં. ૨૩ પર છાપેલ ફોર્મ ભરીને વહેલી તકે સંસ્થાના કાર્યાલયમાં મોકલી આપવાનું રહેશે. આ યોજનાના સરળ અમલીકરણ માટે સભ્ય પોતાના પરિવારની વિગત નિયત ફોર્મમાં શક્ય તેટલી વહેલી સમાજના કાર્યાલય ઉપર પહોંચાડવા સૌને વિનંતી. આવા યોગ્ય ભરાયેલા ફોર્મ સામે કાર્યાલય પંદર દિવસમાં કાર્ડ તૈયાર કરશે, જે દરેક સભ્યે સમાજના કાર્યાલયમાંથી મેળવી લેવા વિનંતી. મેડિકલમાં સારવાર લેવાના સમયે આ કાર્ડનો ઉપયોગ કરવાથી પ્રવર્તમાન દરોમાં માત્ર ૫૦ ટકા ચાર્જ ભરી વર્ષ દરમ્યાન રૂ. ૧,૦૦૦/- સુધીનો ફાયદો મેળવી શકાય છે. આ અંગેના વિગતવાર નિયમો ઘડી કાઢવામાં આવેલ છે કે જે ફોર્મની પાછળની બાજુએ છાપવામાં આવેલ છે. આ નિયમોના આધારે જ દરેક સભ્ય કુટુંબને મેડિકલમાં કન્સેશન આપવામાં આવશે.

ઉપરોક્ત નિર્ણયના કારણે અંદાજે ૫૦૦ સભ્ય કુટુંબને દર વર્ષે રૂ. ૧,૦૦૦/-ના હિસાબે ટોટલ રૂ. ૫,૦૦,૦૦૦/-નો ફાયદો થવાની શક્યતા રહે છે.

મંગલ મંદિર, જૂન ૧૯૯૯

પ્રતિકૂળતાઓ અને મુશ્કેલીઓ જીવનની કસોટી છે. એમાં ઘડાઈને મનુષ્યનું વ્યક્તિત્વ ચમકે છે. પ્રતિકૂળતાઓ સામે લડો, હારો નહીં.



## શ્રી હીરા રતન માણેક



શ્રી હીરા રતન માણેક (સુજાપુર-અબડાસા- હાલ કલીકટ)ના ૪૧૧ ઉપવાસના પારણાનો પ્રસંગ બહુ સાદાઈથી પરમ પૂજ્ય પંચાસ શ્રી ચંદ્રશેખરવિજયજી મહારાજ સાહેબની નિશ્રામાં સંપન્ન થયો. સંત કથાકાર શ્રી રમેશભાઈ ઓઝાના વરદ્ હસ્તે શ્રી હીરા રતન માણેકે લીંબુનું પાણી પીને સરદાર સરોવર ધામ, અમદાવાદ એજ્યુકેશન સોસાયટી ગ્રાઉન્ડ, માનવ મંદિર સામે, ડ્રાઈવ-ઈન રોડ, અમદાવાદ ખાતે પારણા કર્યા હતા. પારણાનો સમારંભ શરૂ થતાં પહેલાં સંત શ્રી રમેશભાઈ ઓઝાએ ભગવાન શ્રી કૃષ્ણે કહેલી ભાગવત ગીતાના શ્લોકોનો સાર વર્ણવ્યો હતો. પૂજ્ય પંચાસ શ્રી ચંદ્રશેખરવિજયજી મહારાજે આશીર્વાચન કહી ભૌતિકવાદને બદલે ધર્મ તરફી દોટ મૂકવાની વાત કરી હતી.

૪૧૧ ઉપવાસની જૈન ધર્મ પ્રમાણે વિશિષ્ટ તપશ્ચર્યા કરનાર સૂર્ય ઊર્જા શક્તિના પ્રયોગ વડે વિરલ કાર્ય કરનાર શ્રી હીરા રતન માણેકે, સૂર્ય શક્તિના પ્રયોગથી ભૂખ મટાડી શકો તો ભૂખમરાની બાબત રહેશે નહીં એમ પ્રતિપાદિત કરતાં જણાવ્યું હતું કે, અન્ન જ મનને ભ્રષ્ટ કરે છે. જો અન્ન નહીં લો તો બુદ્ધિ સ્વચ્છ થશે અને સર્વત્ર શાંતિ સ્થપાશે.

આ પ્રસંગે ગુજરાત રાજ્યના ગવર્નર શ્રી સુંદરસિંહ ભંડારી, અમદાવાદના મેયર શ્રી હિંમતસિંહ પટેલ, સેવાભાવી કાર્યકર શ્રી પ્રવીણભાઈ કોટકે પ્રાસંગિક પ્રવચન કર્યા હતા. અને શ્રી હીરા રતન માણેકમાંથી પ્રેરણા લેવાની શીખ આપી હતી.

પારણાની ઉછામણીમાં કચ્છ જખૌના શ્રી શામજી ભવાનજી ઝવેરીએ રૂ. ૧,૫૧,૧૧૧ની બોલી બોલી હતી. આ રકમ કચ્છના ભૂકંપ પીડિતોના રાહતકાર્યમાં વપરાશે.

‘મંગલ મંદિર’, માર્ચ-૨૦૦૧

અરીસો મારો સૌથી શ્રેષ્ઠ મિત્ર છે, કારણકે જ્યારે રડું છું ત્યારે તે હસતો નથી. - ચાર્લી ચેપ્લિન





## બોડી ચેક-અપ



### હવે ૪૦ વર્ષથી વધુ ઉંમરના સભ્યો તથા તેમના કુટુંબીજનો માટે ફી

તા. ૧૨-૧૨-૦૨ના રોજ મળેલ મેડિકલ કમિટીની મિટિંગમાં ચર્ચાને અંતે નક્કી કરવામાં આવ્યું હતું કે શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ દ્વારા હાલ ૪૫ વર્ષથી ઉપરના સભ્યો તથા તેમના કુટુંબીજનો માટે રૂ. ૪૫૦/- વાળું બોડી ચેક-અપ ફી કરી આપવામાં આવે છે તેને બદલે ઉંમરની મર્યાદા ૪૦ વર્ષ કરવી.

આ સૂચન તા. ૧૫-૧૨-૦૨ના રોજ મળેલ ટ્રસ્ટ બોર્ડની મિટિંગમાં મંજૂર કરવામાં આવેલ હતું.

**આથી હવેથી શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ, તેમના ૪૦ વર્ષ તથા તેની ઉપરની ઉંમરના સભ્યો અને સભ્યોના કુટુંબીજનોને રૂ. ૪૫૦/- વાળું બોડી ચેક-અપ આપણા મેડિકલ સેન્ટરમાં, વર્ષમાં એક વખત ફી કરી આપશે.**

તો દરેક સભ્યોને વિનંતી કે આ સેવાનો અચૂક લાભ લે.

*ડૉ. હિતેન્દ્ર શાહ - કન્વીનર, મેડિકલ કમિટી  
મંગલ મંદિર, જાન્યુઆરી ૨૦૦૩*



## શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ



મેડિકલ સેન્ટરમાં પરિવારના દરેક સભ્ય દીઠ રૂ. ૧૫૦૦/-ની

રાહત તેમજ ચાર્જિસમાં ૫૦%ના બદલે ૭૫% રાહત

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના ટ્રસ્ટ મંડળે તાજેતરમાં મળેલ મિટિંગમાં નક્કી કર્યા મુજબ અત્યારે સંસ્થાના સભ્યોને આપણા મેડિકલ સેન્ટરમાં સારવારમાં ૫૦% રાહત અપાય છે તે વધારીને ૭૫% કરવાનો નિર્ણય કર્યો છે. તેમજ અત્યારે દરેક કુટુંબમાં સભ્ય દીઠ વધારેમાં વધારે રૂ. ૫૦૦/-ની મર્યાદામાં જે રાહત આપવામાં આવતી હતી તે વધારીને સભ્ય દીઠ રૂ. ૧૫૦૦/- કરવામાં આવી છે. આ લાભ કુટુંબની સંખ્યા પ્રમાણે કુટુંબના એક કે બધા સભ્યો લઈ શકશે.

તેમજ શ્રી કચ્છી જૈન ભવનના સાંસ્કૃતિક હોલમાં સભ્યને ત્યાં અવસાન નિમિત્તે રાખેલ પ્રાર્થનામાં જે નિભાવ ખર્ચ લેવામાં આવે છે, તે હવેથી પ્રાર્થના માટે શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના સભ્યોને કોઈ પણ જાતના ચાર્જ લીધા વિના આપવું તેમ નક્કી કરવામાં આવ્યું છે.

*મંગલ મંદિર, ડિસેમ્બર ૨૦૦૩*



## કચ્છી સપૂતને અભિનંદન



મૂળ કચ્છના મોથાળા(અબડાસા) ગામના વતની અને હાલે મધ્યપ્રદેશમાં વસતા કચ્છી જૈન માનનીય શ્રી રાઘવજીભાઈ લખમશી શાહ(સાવલા), મધ્યપ્રદેશ વિધાનસભા માટેની તાજેતરની ચૂંટણીમાં, વિદિશા મત વિસ્તારમાંથી ધારાસભ્ય તરીકે ચૂંટાઈ આવ્યા છે અને

સુશ્રી ઉમા ભારતીજીના મુખ્ય પ્રધાનપદે રચાયેલ ત્યાંના નવા પ્રધાન મંડળમાં નાણા પ્રધાન તરીકેનો ખૂબજ મહત્વનો હોદ્દો મેળવેલ છે. તે બદલ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ-અમદાવાદ શ્રી રાઘવજીભાઈને હાર્દિક અભિનંદન પાઠવે છે. તેઓશ્રીની લોકપ્રિયતા અને નિષ્ઠાપૂર્વકની કામગીરીને કારણે આ અગાઉ લોકસભા તેમજ રાજ્યસભામાં પણ ચૂંટાયેલ સાંસદ તરીકે મધ્ય પ્રદેશનું પ્રતિનિધિત્વ કરેલ છે. સાલસ સ્વભાવ, શાંત પ્રકૃતિ તેમજ પ્રામાણિક અને સાદગીભરી જીવનશૈલીના કારણે, મધ્ય પ્રદેશમાં તેઓશ્રી આદરભર્યું સ્થાન ધરાવે છે.

શ્રી મધ્ય પ્રદેશ કચ્છી વીસા ઓસવાલ સેવા સમાજના સ્થાપનાકાળથી જ છેલ્લા બાવીસ વર્ષ દરમ્યાન, એ સંસ્થાની સામાજિક પ્રવૃત્તિઓ સાથે સક્રિય રીતે તેઓ સંકળાયેલ છે.

શ્રી કચ્છી જૈન ભવન-પાલડીના ઉદ્ઘાટન સમારંભ પ્રસંગે એક અતિથિ વિશેષ તરીકે હાજરી આપી શ્રી રાઘવજીભાઈએ તા. ૨૬ જાન્યુઆરી, ૧૯૯૭ના પ્રજાસત્તાક દિને, આપણા આ નવનિર્મિત ભવન પર ત્રિરંગો રાષ્ટ્રધ્વજ લહેરાવીને ધ્વજવંદન કરાવ્યું હતું. ત્યારબાદ પણ આપણી સંસ્થાની તેઓએ ઘણી મુલાકાત લીધેલ છે.

વીજળીની તંગી અને બિસમાર હાલતના આખા રાજ્યના જાહેરમાર્ગોને કારણે બદનામ થયેલ, આર્થિક રીતે અવિકસિત એવા આ મધ્યપ્રદેશ રાજ્યના નાણાકીય સંચાલનની કપરી કામગીરી માનનીય શ્રી રાઘવજીભાઈને સોંપાઈ છે. પોતાની વ્યવહારિક સૂઝ અને વાણિયાબુદ્ધિથી આ 'કચ્છી માડુ' મધ્ય પ્રદેશની નાવને કુશળતાપૂર્વક હંકારશે તેવી શ્રદ્ધા છે.

ગુજરાતની જીવાદોરી નર્મદા નદી પરના સરદાર સરોવર ડેમ અંગે મધ્ય પ્રદેશ અને ગુજરાત રાજ્ય વચ્ચે પડેલ મડાગાંઠના ઉકેલ માટે શ્રી રાઘવજીભાઈ કડીરૂપ બને એવી અપેક્ષા.

*- ડૉ. ચંદ્રકાંત દેદિયા*

*'મંગલમંદિર', જાન્યુઆરી-૨૦૦૪*



## શ્રી માવજી ધારશી કુરિયા તથા

## શ્રી બાબુભાઈ વેરશી નાગડાને ધન્યવાદ



શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ તેના સ્થાનિક સભ્યોના ઉત્કર્ષ માટે અનેકવિધ સામાજિક પ્રવૃત્તિઓ છેલ્લા કેટલાક વર્ષોથી કરતું આવેલ છે કે જે પ્રવૃત્તિઓ અંગે અમુક રકમ "ફીક્સ" યોજનામાં મૂકી તેના વ્યાજમાંથી આ પ્રવૃત્તિઓ ચાલતી આવે છે.

છેલ્લા કેટલાક સમયથી ભારતભરમાં વ્યાજના દરો નીચા ગયેલ હોવાના કારણે આ બધી પ્રવૃત્તિઓ ચલાવવા મુશ્કેલી પડતી હોવાથી તે અંગે ચર્ચા-વિચારણા ચાલતી રહેલ છે.

આ પ્રવૃત્તિઓમાંની બે પ્રવૃત્તિ (૧) બાલ સમૃદ્ધિ યોજના અને (૨) સ્વામિવાત્સલ્ય જમણવાર શ્રી માવજી ધારશી કુરિયા તથા શ્રી બાબુભાઈ વેરશી નાગડાના સહકારથી ચાલુ કરવામાં આવેલ હતી.

આ મુશ્કેલીની વાત ધીરે ધીરે શ્રી માવજીભાઈ તથા શ્રી બાબુભાઈ નાગડાના કાન સુધી પહોંચી. તેઓએ આ અંગે વિચાર

કર્ચો અને શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજના કાર્યકરોને રૂબરૂ મળવા બોલાવ્યા. આ કાર્યકરોએ આ પ્રવૃત્તિઓ ચલાવવા પડતી મુશ્કેલીની વિગતે વાત કરી. બંને વડીલોએ રૂબરૂ ચર્ચા દ્વારા જ નિર્ણય લીધો અને બાલ સમૃદ્ધિ યોજના કે જેનું અત્યારે રૂા. ૮.૦૦ લાખનું ફંડ છે તેમાં બીજા તેટલા જ એટલે કે રૂા. ૮.૦૦ લાખનો અને સ્વામિવાત્સલ્ય જમણવાર કે જેનું અત્યારે રૂા. ૫.૫૦ લાખનું ફંડ છે તેમાં બીજા રૂા. ૭.૦૦ લાખનો વધારો કરી અપાવવાની જવાબદારી સ્વીકારી.

આ રીતે તેઓ બંને મહાનુભાવો તરફથી માત્ર અડધા કલાકની ચર્ચાના અંતે રૂા. ૧૫.૦૦ લાખના વધારાનું દાન એકત્રિત કરી અપાવવાની જવાબદારી સ્વીકારવાની જાહેરાત કરવામાં આવી. જેને સહર્ષ વધાવી લેવામાં આવી.

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજના ટ્રસ્ટ મંડળની મિટિંગમાં પણ ઉપરોક્ત કાર્યની એક અવાજે પ્રશંસા તથા સરાહના કરવામાં આવેલ હતી.

સમાજમાં ચાલતી અન્ય પ્રવૃત્તિઓ માટે પણ આવા પગલાં લેવામાં આવે તો તે ખૂબજ ઉપયોગી બની રહેશે.

મંગલ મંદિર, જૂન ૨૦૦૪

### શ્રી હરખચંદ કુંવરજી સાવલાને અભિનંદન

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના એક ટ્રસ્ટી શ્રી હરખચંદ કુંવરજી સાવલાના સુપુત્ર ચિ. અનુપના લગ્ન તાજેતરના ભૂતકાળમાં જ ઉજવાઈ ગયા.

આ પ્રસંગે શ્રી હરખચંદભાઈ તરફથી સમાજના બાળકોને આગળ અભ્યાસ કરવા જરૂરી લોન માટે રૂા. ૧.૦૦ લાખની રકમની સમાજને દાન આપવાની જાહેરાત કરવામાં આવી.

આ સરાહનીય કૃત્ય બદલ શ્રી હરખચંદભાઈને ખૂબ ખૂબ ધન્યવાદ. શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજના ટ્રસ્ટ બોર્ડ પણ ઉપરોક્ત દાન સ્વીકારતા આ અંગે શ્રી હરખચંદભાઈની મુક્ત મને સરાહના કરેલ હતી.

શ્રી હરખચંદભાઈનો વિચાર એવો છે કે આ પ્રવૃત્તિ માટે સમાજે રૂા. ૧૦ લાખ પ્રતિ વર્ષ વાપરવા જોઈએ અને સમાજના ૧૦ સખી દાતા, તેવી જાહેરાત કરે કે આવતા દસ વર્ષ સુધી તેઓ દર વર્ષે સમાજને રૂા. ૧ લાખનું દાન આપશે તો સમાજને આ કાર્ય સંચાલન કરવા કોઈ જ જાતની મુશ્કેલી નહીં પડે. શ્રી હરખચંદભાઈએ આ અંગે પોતાની તૈયારી પણ દાખવેલ છે.

અગર ઉપરોક્ત બાબત હકીકત રીતે શક્ય બની શકશે તો આ પ્રવૃત્તિના કારણે અનેક બાળકો ઉચ્ચ અભ્યાસ કરી શકશે અને જ્યારે તેઓ પોતાના જીવનમાં આગળ વધશે ત્યારે આ સમાજને હંમેશ માટે

યાદ રાખશે. તેટલું જ નહીં, પરંતુ તેઓમાંના અનેક લોકો ભવિષ્યમાં આ અંગેની પોતાની જવાબદારીનો સ્વીકાર કરી સમાજમાં ઉચ્ચ ભણતરનો નાદ ચાલુ રાખશે.

આ નવા વિચાર બદલ તથા આ પ્રવૃત્તિમાં સક્રિય સાથ અને સહકાર આપવા બદલ શ્રી હરખચંદભાઈને ખૂબ ખૂબ ધન્યવાદ.

મંગલ મંદિર, જૂન ૨૦૦૪

### શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના વિદ્યાર્થીઓને ઉચ્ચ અભ્યાસ માટે લોન

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના સ્થાનિક સભ્યોના બાળકો કે જેમને ઉચ્ચ અભ્યાસમાં રસ છે અને તેમાં પણ કોઈપણ કક્ષાના પ્રોફેશનલ કે ટેકનિકલ અભ્યાસક્રમમાં જવાની ઈચ્છા છે તે હવે પછી જે - તે વિદ્યાર્થીની આર્થિક પરિસ્થિતિના કારણે અટકશે નહીં.

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના ટ્રસ્ટ બોર્ડે આ પ્રકારના વિદ્યાર્થીઓને બધી જ રીતે સહાયભૂત થવાનું નક્કી કરેલ છે અને આ પ્રકારની જવાબદારી આ સમાજની “શૈક્ષણિક સહાય સમિતિ” ઉપાડી લેશે.

રિઝર્વ બેંકે દરેક નેશનલાઈઝ્ડ બેંકને આપેલ આદેશ મુજબ કોઈ પણ વિદ્યાર્થી પ્રોફેશનલ કે ટેકનિકલ કોર્સ લેવા માંગતો હોય તેમને હવે પછી બેંક લોન - ધીરાણ કરી શકશે. ભારતમાં જ રહી આગળ અભ્યાસક્રમ વધારવા માટે વધુમાં વધુ રૂા. ૭.૫૦ લાખ અને ભારત સિવાય અન્ય દેશમાં જઈ અભ્યાસ કરવાનો હોય તો વધુમાં વધુ રૂા. ૧૫.૦૦ લાખ સુધીની લોન, બેંક, જે - તે વિદ્યાર્થીને આપી શકશે.

જો વિદ્યાર્થીએ રૂા. ૪.૦૦ લાખ સુધીની લોન મેળવવાની હોય તો વિદ્યાર્થીના માત્ર વાલીની ગેરંટી ચાલશે પરંતુ રૂા. ૪.૦૦ લાખથી વધુની લોન મેળવવાની હોય તો બેંકને લોનના ૧૦૦ ટકા એમાઉન્ટની કોઈ જરૂરી ગેરંટી આપવાની રહેશે.

વિદ્યાર્થી પોતાનો અભ્યાસક્રમ પૂરો કરી રહ્યા બાદ વધુમાં વધુ ૧૨ મહિનાની અંદર અને જોબ સ્વીકારે તે સંજોગોમાં વધુમાં વધુ છ મહિનાની અંદર આ લોન સરળ હપ્તેથી પરત કરવાની શરૂઆત કરશે. બેંક આ લોન પર ૧૦થી ૧૧ ટકા જેટલું વ્યાજ લેશે.

ઉપરોક્ત પરિપત્રને ધ્યાનમાં રાખી શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ તેના આ પ્રકારના વિદ્યાર્થીને બેંકમાંથી લોન અપાવવા પૂરેપૂરી મદદ કરશે.

હવે પછી જે વિદ્યાર્થીને પોતાના અભ્યાસક્રમ માટે લોન મેળવવાની જરૂરિયાત હોય તેમણે આ સમાજની “શૈક્ષણિક સહાય સમિતિ”નો સંપર્ક કરવાનો રહેશે.

મંગલ મંદિર, જુલાઈ ૨૦૦૪

અંત:કરણ એવી સાસુ છે જે ક્યક્ય કર્યા વિના રહી શકતી નથી.



## “સ્પંદન” સાંસ્કૃતિક ટ્રસ્ટના કલાકારોની વિદેશ યાત્રા



શ્રીમતી ફાલ્ગુની હીરેન શાહ તેમજ શ્રી હીરેન કે. શાહની આગેવાની હેઠળ “સ્પંદન સાંસ્કૃતિક ટ્રસ્ટ”ના ૨૬ જેટલા કલાકારો મંગળવાર, તા. ૨૭-૭-૦૪ના રોજ જર્મની જવા રવાના થઈ ગયેલ છે. આ કલાકાર મંડળી CIOFF (સીઓફ)ની સાથે જોડાણ પામેલ એક અન્ય સંસ્થાના આમંત્રણ હેઠળ જર્મની તથા પોલેન્ડમાં સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમો આપવા ગયેલ છે. તેઓ જર્મનીના વિવિધ ત્રણ શહેરોમાં એક એક અઠવાડિયા સુધી અને પોલેન્ડના એક શહેરમાં એક અઠવાડિયા સુધી વિવિધ સ્થળોએ ભારતના લોકનૃત્યો તેમજ રાસ, ગરબા જેવા સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમો રજૂ કરશે. International CIOFF Folklore Festival ઈન્ટરનેશનલ ફોક ફેસ્ટિવલમાં ભાગ લેવા ૪૦ જેટલા દેશોના અલગ અલગ વૃંદોને આમંત્રિત કરવામાં આવેલ છે. આ ફેસ્ટિવલમાં ભારતનું પ્રતિનિધિત્વ “સ્પંદન” કરશે.

આ કલાકારોમાં શ્રીમતી ફાલ્ગુની હીરેન આ “સ્પંદન” સંસ્થા વર્ષોથી ચલાવે છે. તે એક આર્ટિસ્ટ ઉપરાંત સારી લેખિકા પણ છે. શ્રી કચ્છી સમાજ - અમદાવાદના મુખપત્ર “કચ્છ શ્રુતિ”ની જવાબદારી તંત્રી તરીકે સંભાળે છે. અનેક જાહેર સભાઓનું પ્રવક્તા તરીકે સંચાલન પણ કરે છે. આ રીતે તેની બહુમુખી પ્રતિભા ઉપસી આવેલ છે.

શ્રી હીરેન કે. શાહ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદની “યુવા વિકાસ સમિતિ”ના કન્વીનર છે અને આ સમિતિના નેજા હેઠળ યુવા વિકાસની પ્રવૃત્તિઓમાં સતત કાર્યશીલ રહે છે. તેઓ પોતે સારા વક્તા પણ છે અને “વ્યક્તિત્વ વિકાસ”ના ક્ષેત્રે તેઓ અનેક સ્થળે વક્તા તરીકે નિયમિતપણે લેક્ચર આપવા જાય છે. તેમને ગુજરાત તથા ભારતના અનેક શહેરોમાં વક્તૃત્વ માટે નિમંત્રિત કરવામાં આવે

છે. તેઓ સરસ રીતે ગાઈ પણ શકે છે અને એક સિંગર તરીકે આ પ્રવાસ જૂથમાં જોડાયેલ છે.

આ ગ્રૂપના ૨૬ કલાકારો પૈકી એક - કુ. રેશ્મા બિપિનચંદ્ર જૈન શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના એક કાયમી ટ્રસ્ટી શ્રી બિપિનભાઈની સુપુત્રી છે. તે ઉપરાંત કુ. શ્રદ્ધા વિનોદચંદ્ર મગનલાલ શાહ (ધરોડ) (હૈદરાબાદ - પત્રી), શ્રી કચ્છી સમાજ - અમદાવાદના એક અગ્રીમ કાર્યકર શ્રી પ્રેમજી જેઠાભાઈ પટેલની બે સુપુત્રીઓ ફાલ્ગુની તથા દીપ્તિ તેમજ શાર્પેક્ષવાળા શ્રી રજનીકાંતભાઈ પટેલની સુપુત્રી જીનલ પણ આ ગ્રૂપમાં એક કલાકાર તરીકે જોડાયેલ છે.

કુ. શ્રુતિ અશોક ધોળકિયા કચ્છી નાગર સમાજ - અમદાવાદના એક અગ્રણી અશોકભાઈ ધોળકિયાની સુપુત્રી છે અને રાસ-ગરબાના ક્ષેત્રે સ્પંદનના કલાકાર જૂથમાં સિનિયર આર્ટિસ્ટ તરીકે ગણનામાં લેવાય છે.

આપણી આ કલાકાર મંડળીને તેમના વિદેશ પ્રવાસના સમયે આપણે શુભેચ્છા પાઠવીએ અને ઈચ્છીએ કે તેઓ વિદેશમાં ભારતનું નામ રોશન કરે.

સમાજના અનેક પ્રતિભાવંત યુવક - યુવતીઓએ આ સંસ્થામાં જોડાઈ પોતાની સાંસ્કૃતિક કલાને વિકસાવવા આગળ આવવું જોઈએ.

**શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ સાંસ્કૃતિક કલાના ક્ષેત્રે સમાજના બાળકો આગળ આવે તે માટે સતતપણે વિવિધ ક્ષેત્રે આ બાળકોને સહકાર આપવું આવે છે.**

મંગલ મંદિર, ઓગસ્ટ-૨૦૦૪



## અષાઢી બીજ - કચ્છી નૂતન વર્ષની ઉજવણી અમદાવાદમાં યોજાયેલ “કચ્છી મેળા”ને લોકોનો અદ્ભુત આવકાર



શ્રી કચ્છી સમાજ - અમદાવાદે અષાઢી બીજ - કચ્છી નૂતન વર્ષ નિમિત્તે, રવિવાર તા. ૬-૭-૨૦૦૩ના રોજ “કચ્છી મેળા”ના કાર્યક્રમનું, સંસ્કાર કેન્દ્ર, પાલડી, અમદાવાદ ખાતેના ઓપન પ્લોટ પર આયોજન કરેલ હતું.

“કચ્છી મેળા”ના સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમનું ઉદ્ઘાટન કરતાં મુખ્ય મંત્રી શ્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદીએ જણાવેલ કે કચ્છની પ્રજા ખમીરવંતી છે અને તે પ્રજા પ્રત્યે તથા કચ્છ પ્રત્યે મને અનહદ માનની લાગણી છે. કચ્છમાં નર્મદા નદીના પીવાના પાણી જે રીતે પહોંચતા થયા એ જ રીતે નર્મદાના સિંચાઈના પાણી પહોંચતા કરવા કચ્છની કેનાલના કામો શરૂ કરવા માટે કચ્છની પ્રજાએ કારસેવા

આપવાની શક્યતા વિચારી જવી જોઈએ. કચ્છ એ બીજું સિંગાપોર બની શકે તેમ છે. કચ્છના મુંદ્રા પોર્ટ પર ટૂંક સમયમાં, એક કંપની, રૂા. ૧૫૦૦ કરોડના આયોજનવાળું એક કન્ટેઈનર પ્લાન્ટ ઊભું કરવા માંગે છે. ટૂંક સમયમાં એશિયાભરમાં અદ્યતન એવી જનરલ હોસ્પિટલ ભુજમાં ચાલુ કરી દેવામાં આવશે. ટૂંક સમયમાં કચ્છ યુનિવર્સિટીના કામો પણ ચાલુ કરી દેવામાં આવશે. શ્યામજી કૃષ્ણવર્માના અસ્થિ જીનિવાથી કચ્છ લાવવાના મારા પ્રયાસો ચાલુ રાખવામાં આવેલ છે. તેઓશ્રીએ પોતાના પ્રવચનમાં કચ્છી કવિ નિરંજન તથા કવિ ‘તેજ’ને પણ યાદ કરેલ હતા.

આ અગાઉ કચ્છી સમાજ - અમદાવાદના પ્રમુખ શ્રી

ગમતું મળે તે સુખ અને મળ્યું ગમે તે આનંદ.

“સંભારણાં” વિશેષાંક

મનસુખભાઈ પટેલે કન્યા કેળવણી માટે રૂ. ૧,૧૧,૧૧૧/-નો ચેક મુખ્ય મંત્રીશ્રીને અર્પણ કરેલ હતો.

આ પ્રસંગે માજી મુખ્યમંત્રી શ્રી સુરેશભાઈ મહેતા, ગુજરાત વિધાનસભાના ભૂતપૂર્વ અધ્યક્ષ શ્રી ધીરુભાઈ શાહ તથા ખેતીવાડી અને સહકાર ખાતાના પ્રધાન શ્રી ભૂપેન્દ્રસિંહ ચુડાસમા ખાસ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

આ અગાઉ શ્રી કચ્છી સમાજ - અમદાવાદના પ્રમુખ શ્રી મનસુખભાઈ પટેલે આવકાર પ્રવચન આપેલ હતું. “કચ્છી મેળા”ના મુખ્ય કો-ઓર્ડિનેટર શ્રી અશોકભાઈ મહેતાએ “કચ્છી મેળા”ના આયોજનની વિગતો સમજાવેલ હતી. માનદ્ મંત્રી શ્રી ભરતભાઈ ઓગ્રાએ આભાર વિધિ કરી હતી.

આ પ્રસંગે ભુજ મર્કેન્ટાઈલ કો.ઓ. બેંકના મેનેજિંગ ડિરેક્ટર શ્રી મહેન્દ્રભાઈ મોરબિયા, સાંઘી ઈન્ડસ્ટ્રીઝ લિ.ના શ્રી રવિભાઈ સાંઘી તથા અદાણી ગ્રૂપના વસંતભાઈ અદાણી ખાસ ઉપસ્થિત રહેલ હતા.

આ કચ્છી મેળામાં અંદાજિત ૩૦,૦૦૦થી ૩૫,૦૦૦

વ્યક્તિઓએ મુલાકાત લીધેલ હતી અને સમસ્ત પ્લોટ માનવ મહેરામણથી ઉમટી ઉઠેલ હતો.

સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમ લગભગ ૪ વાગ્યે શરૂ કરવામાં આવેલ, કે જે મોડી રાત્રે ૧૦.૦૦ વાગ્યા સુધી ચાલેલ હતો. આ સમગ્ર કાર્યક્રમની જવાબદારી શ્રીમતી ફાલ્ગુની હીરેન શાહે સંભાળેલ હતી.

આ મેળામાં ૮૦ જેટલા સ્ટોલ્સ ઊભા કરવામાં આવેલ હતા, કે જેમાં કચ્છી બાંધણી, ભરતકામ, હેન્ડીક્રાફ્ટ વગેરે ઉપરાંત ભુજોડી, સાંઘી સિમેન્ટ, ભુજ મર્કેન્ટાઈલ કો.ઓ. બેંક, નવનીત પબ્લિકેશન્સ, ગૂર્જર ગ્રંથ રત્ન કાર્યાલય, આદીશ્વર મોટર્સ પ્રા.લિ., સીમ્કો ફૂડ્સ તેમજ ફાસ્ટ ફૂડના વિવિધ સ્ટોલો રાખવામાં આવેલ હતા. “સેતુ”ના સ્ટોલ પરથી કચ્છી વાનગી પીરસવામાં આવી રહેલ હતી. કચ્છી ખાદ્ય પદાર્થ ખારેક, ગુલાબ પાક, મેસૂક, પેંડા, પકવાન વગેરેના સ્ટોલો પણ લોકોનું સારું એવું ધ્યાન ખેંચતા હતા.

મંગલ મંદિર, ઓગસ્ટ-૨૦૦૩

## શ્રી કચ્છી સમાજ - અમદાવાદ

### ચૂંટાયેલા કચ્છી પ્રતિનિધિઓનો અભિવાદન સમારોહ

અમદાવાદના આંગણે તા. ૨૫-૩-૮૮ના રોજ સાંજના ૭.૦૦ વાગ્યે, શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - પાલડી ખાતે ૧૯૮૮ની વિધાનસભામાં ચૂંટાયેલા કચ્છી ધારાસભ્યો અને મંત્રીશ્રીઓ તેમજ વિધાનસભા અધ્યક્ષશ્રીને સન્માનવાનો એક સમારોહ શ્રી કચ્છી સમાજ અમદાવાદના નેજા હેઠળ ઉજવાયો.

ચૂંટાયેલા કચ્છી પ્રતિનિધિઓમાં શ્રી સુરેશભાઈ મહેતા (મંત્રીશ્રી), શ્રી ફકીરભાઈ વાઘેલા (મંત્રીશ્રી), શ્રી ધીરજલાલ શાહ (વિધાનસભા અધ્યક્ષ) તથા ધારાસભ્યો શ્રી વાસણભાઈ આહિર અને શ્રી ઈબ્રાહીમભાઈ મંદરા ઉપસ્થિત રહેલ.

શ્રી કચ્છી સમાજ - અમદાવાદના પ્રમુખ શ્રી અશોકભાઈ મહેતાના અધ્યક્ષ સ્થાને અતિથિ વિશેષ તરીકે શ્રી કાંતિલાલ વેલજી સાવલા, શ્રી દામજીભાઈ ભાનુશાલી, શ્રી ઉગરચંદ ગઢેયા, શ્રી નવીનભાઈ શાહ (ગાલા પ્રકાશન) હતા. જ્યારે શ્રી લાલજી મેઘજી પટેલ, શ્રી મણિલાલ ગોસર, શ્રી મનસુખભાઈ પટેલ, શ્રી નાનાલાલ ચૌહાણ વગેરે હોદ્દેદારોએ મંચ પર સ્થાન લીધું.

મંચ સંચાલન શ્રી કચ્છી સમાજ - અમદાવાદના માનદ્ મંત્રી શ્રી ધીરજલાઈ સોમપુરાએ સંભાળ્યું.

સમારોહનો શુભારંભ સમૂહ પ્રાર્થનાથી કરવામાં આવ્યો.

સભાના માનદ્ મંત્રી શ્રી ધીરજલાલ સોમપુરાએ સ્વાગત પ્રવચન કર્યું.

પ્રમુખ શ્રી અશોકભાઈ મહેતાએ આવકાર પ્રવચન કર્યું અને

કચ્છના અનેક પ્રશ્નો ઉકેલવામાં આપણા પ્રતિનિધિઓ વધુ સજાગતા બતાવે એવી આશા વ્યક્ત કરી.

પધારેલ મહાનુભાવોનું પુષ્પગુચ્છથી સ્વાગત કરી, શાલ ઓઢાડીને સન્માન કરવામાં આવ્યું.

શ્રી ઈબ્રાહીમભાઈ મંદરાએ પ્રાસંગિક પ્રવચન કર્યું.

સન્માનનો જવાબ આપતાં ઉદ્યોગમંત્રી શ્રી સુરેશભાઈ મહેતાએ જણાવ્યું કે કચ્છના વિકાસમાં પહેલાં કરતાં આ વખતે અમને જે સદ્ગર સધિયારો સાંપડ્યો છે તેનાથી પ્રજાના અનેક પ્રશ્નો ઉકેલવામાં અને કચ્છના સર્વાંગી વિકાસમાં અમારી હિંમત વધશે. અમે સહુ સાથે મળીને કચ્છના વિકાસમાં આવતી આડખીલીઓ પાર કરીને કચ્છનો સર્વાંગી વિકાસ કરી શકીશું તેવી મને શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસ છે.

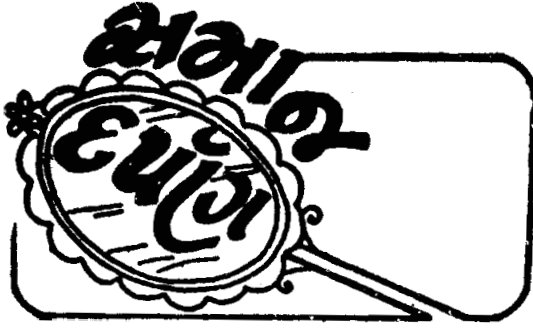
સન્માનનો જવાબ આપતાં વિધાનસભાના અધ્યક્ષ શ્રી ધીરજલાલ સ્વરૂપચંદ શાહે જણાવ્યું કે, “વિધાનસભામાં ચૂંટાયા પછી તરત જ મને આવું વિશિષ્ટ સ્થાન મળતાં મારી જવાબદારીઓ પણ વધી છે. માણસ ઊંચા સ્થાને બિરાજે ત્યારે હૃદયથી વિશાળ થવું જોઈએ. જીવનમાં એક વાત યાદ રાખી છે કે આપણું જે મૂળ છે તેને વિસારવું નહિ. અમે આપના આ સન્માનને યોગ્ય બની રહીએ તેવી પ્રભુને પ્રાર્થના.”

શ્રી હસમુખભાઈ ગઢેયાએ આભારવિધિ કરી હતી.

મંગલ મંદિર, ઓગસ્ટ-૨૦૦૩

કીર્તિ એ શૌર્યભર્યા કાર્યની સુગંધ છે.

“સંભારણાં” વિશેષાંક



### ટેલિફોન નંબરમાં ફેરફાર

#### • શ્રી દિનેશચંદ્ર જગજીવન શાહ

ફોન : (ઘર) ૦૭૯-૨૬૫૬૫૭૩૦, મો. ૯૪૨૬૫ ૭૭૬૭૮

### પરિચય મિલન સમિતિ

સમિતિ દ્વારા તા. ૫-૬-૨૦૧૧ના રોજ શ્રી કચ્છી જૈન ભવન, પાલડી ખાતે ચતુર્થ પરિચય મિલનના કાર્યક્રમનું આયોજન થયું હતું.

સમિતિને પ્રાપ્ત થયેલી માહિતી અનુસાર નીચે જણાવેલ વિગત અનુસાર તા. ૪-૮-૨૦૧૧ના રોજ (સગપણ) ગોળધાણા વિધિ થઈ છે.

#### કૃતિકા જિતેન્દ્ર શાહ (માંડવી) નાગપુર

(પરિચય મિલનની પુસ્તિકાના ક્રમાંક : F/8)

પ્રતીક અનિલ રામજી હરિયા (બાડા - માંડવી) અમદાવાદ

- કન્વીનર

### સૌ રક્તદાતાઓને સલામ!

તા. ૧૮-૯-૧૧ના રોજ શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ સ્વામિવાત્સલ્ય કાર્યક્રમમાં સમૂહમાં એકબીજાને ખમાવ્યા, શૈક્ષણિક અને અન્ય ક્ષેત્રના ઈનામ વિતરણ કર્યું, સમૂહમાં ભોજન લીધું અને સેવાભાવી દાતાઓએ રક્તદાન પણ કર્યું.

રક્તદાન કરવા માટેના વૈજ્ઞાનિક નિયમોને આધીન રહીને નાના-મોટા સૌએ ખૂબ ઉત્સાહપૂર્વક રક્તદાન શિબિરમાં ભાગ લીધો હતો. એશિયાની સૌથી મોટી સિવિલ હોસ્પિટલ - અમદાવાદના બ્લડ બેંક વિભાગમાંથી ડોક્ટરોની ટીમે અદ્યતન સાધન સામગ્રીવાળા કોચમાં રક્તદાનની કામગીરી માટે સમાજને આંગણે આવીને સેવા આપી હતી. કાર્યક્રમના દિવસે કુલ ૫૩ વ્યક્તિઓએ રક્તદાન કર્યું હતું.

આ રીતે સ્વૈચ્છિક રક્તદાન કરનાર દરેક રક્તદાતાશ્રીઓને સિવિલ હોસ્પિટલ - અમદાવાદનું પ્રશસ્તિ પત્ર (રક્તદાન સર્ટિફિકેટ) સાથે શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ તરફથી એક આકર્ષક અને ઉપયોગી ફોલ્ડર પ્રતીક ભેટ આપવામાં આવેલ હતા. સમાજના શુભચિંતક અને હિતેચ્છુ સભ્ય શ્રી હરખચંદભાઈ કે. સાવલાના સૌજન્યથી “The Answer to Cancer” પુસ્તક પણ રક્તદાતાઓને ભેટ આપવામાં આવ્યું.

સર્વે રક્તદાતા, સિવિલ હોસ્પિટલ, રક્તદાન શિબિરમાં સહયોગ પ્રદાન કરનાર તેમજ સૌજન્યદાતા અને સમિતિના દરેક સભ્યશ્રીઓનો ખૂબ આભાર સાથે ધન્યવાદ.

“આજીવન રક્તદાન, મૃત્યુ પછી ચક્ષુદાન.”

કમલેશભાઈ બાબુભાઈ શાહ

કન્વીનર - રક્તદાન, અવયવદાન સમિતિ

### સાભાર સ્વીકાર

૩૧. ૨૫૧/- શ્રી વિજયભાઈ શાંતિલાલ મહેતા - અમદાવાદ તરફથી એમની સુપુત્રી ચિ. કિંજલના અઢાઈ તપ નિમિત્તે સમાજને ભેટ મળેલ છે.
૩૧. ૨૦૧/- શ્રી હર્ષદકુમાર તલકશીભાઈ મહેતા, અમદાવાદ તરફથી એમની સુપુત્રી ચિ. અંકિતા એમ.બી.એ. (ફાઈનલ) પરીક્ષામાં ૭૫ ટકા માર્ક્સથી ઉત્તીર્ણ થવાની ખુશાલીમાં ‘મંગલ મંદિર’ને ભેટ મળેલ છે.
૩૧. ૩૦૧/- ગં.સ્વ. ઝમકુબહેન રસિકલાલ ધરમશીના પરપૌત્ર ચિ. અવયન અનલ રાજેશભાઈની જન્મ ખુશાલીમાં ‘મંગલ મંદિર’ને ભેટ મળેલ છે.

શ્રી કચ્છી વિશ્રામ ગૃહ, શાહીબાગ, અમદાવાદ ખાતે ચાલતા શ્રી જલારામ અન્નક્ષેત્ર યોજનામાં નીચે મુજબ દાનની રકમ મળેલ છે.

૩૧. ૧,૦૦૧/- શ્રી હીરજીભાઈ અબજીભાઈ વોરા
૩૧. ૧,૦૦૦/- શ્રી ભરતકુમાર કેશવલાલ શાહ
૩૧. ૧,૦૦૦/- શ્રી ભાલચંદ્ર શાહ - અમદાવાદ

ઉપર મુજબની રકમનો સમાજ સાભાર સ્વીકાર કરે છે.

દરેકને ખૂબ અભિનંદન સાથે ધન્યવાદ.

બીજાની ભલમનસાઈમાં શ્રદ્ધા હોવી તે માણસની પોતાની ભલમનસાઈ વિશેનું પ્રમાણપત્ર છે.

“સંભારણા” વિશેષાંક

## ॥ નિમંત્રણ ॥

### નૂતન વર્ષ મિલન સમારંભ

વર્ષ ૨૦૧૮ના નૂતન વર્ષ મિલન સમારંભનું આયોજન કારતક સુદ-૧, ગુરુવાર, તા. ૨૭-૧૦-૨૦૧૧ના સાંજના ૫.૦૦ વાગે શ્રી પ્રેમજીભાઈ જેઠાભાઈ છેડા (લાયજવાલા) સાંસ્કૃતિક કેન્દ્ર, શ્રી કચ્છી જૈન ભવન, પાલડી ખાતે યોજવામાં આવેલ છે.

આ પ્રસંગે આપશ્રીને સહકુટુંબ પધારી, સહુ સાથે હળીમળીને નૂતન વર્ષના અભિનંદન પાઠવવા માટે ભાવભર્યું નિમંત્રણ પાઠવવામાં આવે છે.

નૂતન વર્ષે કાનને સ્પર્શે તેવો કોઈ કાર્યક્રમ ન રાખતા માત્ર જીભને અનુકૂળ રહે તેવા કાર્યક્રમને સાથે રહી માણવાની મજા લઈશું.

આપશ્રીને પધારવા ફરી ભાવભર્યું નિમંત્રણ.

**પ્રતાપ નારાયણ દંડ**

માનદ્ મંત્રી

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ

### આગામી કાર્યક્રમો

તારીખ - સમય	સ્થળ	કાર્યક્રમની વિગત
ગુરુવાર, તા. ૨૭-૧૦-૨૦૧૧ સાંજના ૫.૦૦	શ્રી પ્રેમજી જેઠાભાઈ છેડા (લાયજવાલા) સાંસ્કૃતિક કેન્દ્ર, શ્રી કચ્છી જૈન ભવન.	નૂતન વર્ષ મિલન સમારંભ (વર્ષ ૨૦૧૮)
રવિવાર, તા. ૧૩-૧૧-૨૦૧૧ સવારે ૭.૩૦ કલાકથી	ઉત્તમ નગર પબ્લિક ગાર્ડન, મણિનગર.	યુવા વિકાસ સમિતિ દ્વારા આયોજિત ગાર્ડન મીટ.
રવિવાર, તા. ૧૩-૧૧-૨૦૧૧ સવારના ૯.૦૦થી ૧૨.૦૦	મેડિકલ સેન્ટર શ્રી કચ્છી જૈન ભવન, પાલડી.	તબીબી સેવા સમિતિ આયોજિત ઓર્થોપેડિક, ફીઝિયોથેરાપી તથા પેઇન મેનેજમેન્ટ કેમ્પ.
રવિવાર, તા. ૨૦-૧૧-૨૦૧૧, સવારના ૬ થી રાત્રે ૯ વાગ્યા સુધી	શ્રી કચ્છી જૈન ભવન સવારના ૬.૦૦ વાગે	વયસ્ક સમિતિ આયોજિત અમદાવાદથી ઈડર યાત્રા તથા પિકનિક પ્રવાસ.
રવિવાર, તા. ૧૨-૧૨-૨૦૧૧ સવારમાં ૯.૦૦થી ૧૨.૦૦	મેડિકલ સેન્ટર શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - પાલડી	તબીબી સેવા સમિતિ આયોજિત ઈ.એન.ટી., ઓડિયોગ્રામ તથા ડેન્ટલ કેમ્પ.
રવિવાર, તા. ૮-૧-૨૦૧૨ સવારના ૯.૩૦	શ્રી પ્રેમજી જેઠાભાઈ છેડા (લાયજવાલા) સાંસ્કૃતિક કેન્દ્ર, શ્રી કચ્છી જૈન ભવન.	વર્ષ ૨૦૧૧ દરમ્યાન સમાજના અવસાન પામેલ આપ્તજનોને શ્રદ્ધાંજલિ સ્વરુપે સમૂહ પ્રાર્થના.
રવિવાર, તા. ૨૨-૧-૨૦૧૨ સવારમાં ૯.૦૦થી ૧૨.૦૦	મેડિકલ સેન્ટર, શ્રી કચ્છી જૈન ભવન, પાલડી.	તબીબી સેવા સમિતિ આયોજિત ગાયનેક તથા પીડિયાટ્રીક કેમ્પ.
શુક્રવાર, તા. ૧૪-૪-૨૦૧૨	સ્થળ - સમય નક્કી કરવાનું બાકી	શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના ૫૦મા સુવર્ણ વર્ષ મહોત્સવની શરૂઆત તથા તે નિમિત્તે સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમ.

જ્યાં સુધી લક્ષ્ય પૂર્ણ ન થાય ત્યાં સુધી આગળ વધતા રહો. જ્યાં સુધી રસ્તો ન મળે ત્યાં સુધી મનન કરો.

“સંભારણા” વિશેષાંક

## શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ

### સ્વામિવાત્સલ્ય અને વાર્ષિક સ્નેહ મિલન સમારંભનો અહેવાલ

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ દ્વારા તેનો ૪૮મો વાર્ષિક સ્નેહ મિલન સમારંભ, સામૂહિક ક્ષમાપના તથા સ્વામિવાત્સલ્ય જમણના ત્રિવેણી સંગમરૂપી ત્રણ કાર્યક્રમોની ઉજવણીનું આયોજન શ્રી કચ્છી જૈન ભવન ખાતે શ્રી પ્રેમજી જેઠાભાઈ છેડા (લાયજવાળા) સાંસ્કૃતિક કેન્દ્રમાં રવિવાર, તા. ૧૮-૯-૨૦૧૧ના સવારે ૧૦ કલાકે કરવામાં આવ્યું હતું.

કાર્યક્રમ દરમ્યાન જુદી જુદી વાર્ષિક સ્પર્ધાઓના વિજેતાઓને, ઉચ્ચ શિક્ષણ મેળવનારાઓને, ઈતર પ્રવૃત્તિ ક્ષેત્રે શ્રેષ્ઠ દેખાવ કરનારને તેમજ 'મંગલ મંદિર'ના વર્ષ ૨૦૧૦-૨૦૧૧ના ઘોષિત થયેલા 'શ્રેષ્ઠલેખ' અને 'શ્રેષ્ઠ આંજો કાગર' વિભાગના લેખકોને ઈનામ, પારિતોષિક એનાયત કરવામાં આવ્યા હતા.

આ પ્રસંગે શ્રી કચ્છી જૈન ભવન ખાતે કાર્યરત ડોક્ટર્સ, ભવનના સ્ટાફ સભ્યો તથા સમાજની નિયાણી બહેનોના સપરિવારને પણ આમંત્રિત કરવામાં આવ્યા હતા. સમગ્ર કાર્યક્રમમાં અંદાજે ૧૮૦૦ લોકો ઉપસ્થિત હતા.

સમારંભની શરૂઆતમાં, સંસ્થાના મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી અને પ્રમુખ શ્રી અશોક મહેતાએ મંચસ્થ હોદ્દેદારો, અગ્રણીઓ, સભાગૃહમાં બિરાજમાન સમાજના અન્ય આગેવાનો, કાર્યકર્તાઓ તેમજ ઉપસ્થિત સમાજ સમુદાયને હાર્દિક આવકાર આપ્યો હતો. તે સાથે શ્રી કચ્છી વિશ્રામ ગૃહ - શાહીબાગ ખાતે તૈયાર થઈ રહેલા કચ્છ મ્યુઝિયમ, સમાજના સુવર્ણજયંતી વર્ષની ઉજવણી, મુંબઈ ખાતેના અતિથિગૃહ, વિઝન-૨૦૨૦, ગૃહઉદ્યોગ પ્રવૃત્તિ, વયસ્ક સમિતિનો વિદેશ પ્રવાસ, સમાજના અગ્રણી સભ્ય શ્રી હરખચંદ કુંવરજી સાવલાના સૌજન્યવાળી "The Answer to Cancer" બુક વગેરે મુદ્દાઓ અન્વયેની વિગત પ્રમુખશ્રીએ પોતાના આવકાર પ્રવચનમાં જણાવેલ હતી.

કચ્છ મ્યુઝિયમ પ્રોજેક્ટથી અમદાવાદમાં જ કચ્છની સાંસ્કૃતિક સમાન કારીગરી જેમાં - ભરતકામ, છાપકામ, હુન્નર ઉદ્યોગ, નકશીકામ, પહેરવેશ, જિલ્લાની માહિતી વગેરેની આછી ઝલક કાયમી ધોરણે ત્યાં નિહાળી શકાશે. તે ઉપરાંત જૂની વિગતો, લખાણો, ફોટોગ્રાફ્સ, પેઈન્ટિંગ્સ, જૂના કલેક્શન, મિનરલ્સ વગેરે તેની વિગત સાથે ત્યાં પ્રદર્શિત કરાશે અને તે બાબતે સમાજના માનદ્ મંત્રી શ્રી પ્રતાપભાઈ દંડ બૂબ સક્રિયપણે કામગીરી કરી રહ્યા છે, તેમ તેઓશ્રીએ જણાવ્યું હતું.

આ ઉપરાંત સમાજની જરૂરિયાતમંદ વ્યક્તિઓ આર્થિક રીતે પોતાના પગભર થાય તે માટે ગૃહ ઉદ્યોગ પ્રવૃત્તિઓને પ્રોત્સાહન આપીને વિકસાવવાની દિશામાં થઈ રહેલા પ્રયાસોની વિગત અને સમાજનું વિઝન-૨૦૨૦ પરત્વે થઈ રહેલા પ્રયત્નોની રૂપરેખા જણાવેલ હતી. સમાજ દ્વારા મુંબઈ મધ્યે તૈયાર થઈ રહેલા અતિથિગૃહના ભાંધકામ બાબતની ગૂંચ ઉકેલવાના પ્રયાસો જારી છે, તેવી જાણકારી પણ તેઓશ્રીએ ટૂંકમાં આપી હતી.

તા. ૧૪-૪-૨૦૧૨થી તા. ૧૩-૪-૨૦૧૩નાં સમય દરમ્યાન સમાજના સુવર્ણજયંતી વર્ષ નિમિત્તે કેવી રીતે ઉજવણી કરી શકાય તે માટે જુદી જુદી સમિતિઓ પોતપોતાનો કાર્યક્રમ તૈયાર કરી રહ્યા છે અને ટૂંક સમયમાં તેને આખરી સ્વરૂપ અપાશે તેમ પ્રમુખશ્રીએ પોતાના પ્રવચનમાં ઉમેર્યું હતું.

સંસ્થાના માનદ્ મંત્રી શ્રી પ્રતાપભાઈ દંડે સૌપ્રથમ સામૂહિક ક્ષમાપના કરાવેલ હતી અને વર્ષ દરમ્યાન પોતાથી અથવા સમાજના ટ્રસ્ટ મંડળ અને કારોબારી સમિતિનાં સભ્યો દ્વારા જાણતા કે અજાણતા કોઈને મનદુઃખ થયું હોય તો અંતઃકરણપૂર્વક પરસ્પર ક્ષમાયાચના કરી હતી. ત્યારબાદ, વર્ષ દરમ્યાન સમાજની કાર્યવાહી અને પ્રવૃત્તિઓનો વિગતવાર અહેવાલ રજૂ કર્યો હતો. તેઓશ્રીએ સમાજની વિવિધ સમિતિઓ દ્વારા થઈ રહેલ પ્રવૃત્તિઓ સંબંધી પ્રકાશ પાડીને મુખ્યત્વે મેડિકલ, શિક્ષણ અને ઈતર ઉવલપમેન્ટ, યુવા વિકાસ, સામાજિક સુરક્ષા, 'મંગલ મંદિર' સમિતિઓની વિશિષ્ટ સ્વરૂપની કાર્યવાહીને ખાસ બિરદાવેલ હતી. તે સાથે, સમાજ દ્વારા તૈયાર કરવામાં આવનાર વસતિ પત્રક - ૨૦૧૨ તેમજ સમાજની સુવર્ણજયંતી વર્ષની ઉજવણી, સૌ કચ્છીઓ માટે એક યાદગાર પ્રસંગ બની રહેશે તેવી અપેક્ષા તેઓશ્રીએ વ્યક્ત કરી હતી.

સમાજ સંચાલિત શ્રી કચ્છી વિશ્રામ ગૃહ, શાહીબાગ ખાતે ચાલુ થયેલ શ્રી જલારામ અન્નક્ષેત્ર યોજનાનો ઉલ્લેખ કરતાં જણાવ્યું હતું કે તબીબી સારવાર અર્થે કચ્છથી અમદાવાદ પધારતા જરૂરિયાતવાળા દર્દીઓ અને તેમની સાથે રહેનારને સવારના ચા-નાસ્તો તેમજ બપોર-સાંજ જમણની નિઃશુલ્ક વ્યવસ્થા કરવામાં આવી છે અને તેનો સારો પ્રતિસાદ મળ્યો છે. તેઓશ્રીએ કચ્છ ઉવલપમેન્ટ કાઉન્સિલ પ્રાયોજિત કચ્છમાં આર્કિટેક્ચરલ કોલેજ સ્થાપવાના નિર્ણયની પણ વિગત આપી હતી.

આ પ્રસંગે સ્વામિવાત્સલ્ય જમણવારના સંયુક્ત સૌજન્ય દાતાશ્રીઓ માતુશ્રી પાનભાઈ ધારશી કુરિયા, માતુશ્રી વાલભાઈ વાલજી નાગડા, શ્રીમતી લક્ષ્મીબહેન માવજી ધારશી કુરિયા તથા શ્રીમતી સુશીલાબહેન બાબુભાઈ નાગડાના પરિવારજનોનું ખાસ સન્માન કરીને અભિવાદન કરવામાં આવ્યું હતું.

માનવની સંકલ્પશક્તિ એટલી પ્રચંડ છે કે તે માર્ગમાં આવતા દરેક અવરોધોને પગ નીચે કચડીને આગળ વધી શકે છે.

શિક્ષણ અને ઈતર ડેવલપમેન્ટ સમિતિના કન્વીનર શ્રી હીરેન શાહે સમિતિ આયોજિત જુદા જુદા વર્કશોપ, સેમિનાર અને સમાજના યુવાવર્ગના ઉત્કર્ષ માટેની પ્રવૃત્તિઓની વિગતવાર રજૂઆત કરી હતી. યુવાકાળમાં પ્રવેશતી વખતે ઊભી થતી મુશ્કેલીઓ વિશે માર્ગદર્શન, વાલીઓની અપેક્ષાઓ, મિત્રો વચ્ચે કેવી રીતે સમન્વય સાધવો તેમજ દબાણયુક્ત પડકારનો સામનો કેવી રીતે કરવો વગેરે સંબંધિત આયોજિત થયેલા **વર્કશોપની** તેમજ ધોરણ-૯થી ૧૨માં ભણતા બાળકો માટેની **એપીટ્યૂક ટેસ્ટ** અને વ્યક્તિગત રીતે કાઉન્સેલિંગ સંબંધિત સેમિનારની શ્રી શાહે વિગત આપીને, **આ પ્રકારના કાર્યક્રમોમાં સમાજના બાળકો - યુવાવર્ગ મોટા પ્રમાણમાં સામેલ થાય અને તેમના વાલીઓ તે પ્રત્યે કાળજી રાખે તે બાબતે ખાસ ભારપૂર્વક રજૂઆત કરી હતી.**

પુરસ્કાર સમિતિ દ્વારા બાળવર્ગથી ધોરણ-૭ સુધીના ભણતા બધા જ વિદ્યાર્થીઓને પુરસ્કાર આપવામાં આવ્યા હતા. જ્યારે ધોરણ-૮ અને તેનાથી ઉપર ભણતા વિદ્યાર્થીઓને એક અન્ય કાર્યક્રમમાં પુરસ્કાર આપવામાં આવ્યા હતા. ઉપરોક્ત કાર્યક્રમમાં વિદ્યાર્થીઓની ઉંમર અને ધોરણને ધ્યાનમાં રાખીને દરેકને જુદા જુદા પ્રકારની ગીફ્ટ આઈટમો આપવામાં આવી હતી. આ રીતે કુલ ૪૭૪ વિદ્યાર્થીઓને, સમિતિના નિર્ણય મુજબ પુરસ્કાર આપવામાં આવ્યા હતા.

તે ઉપરાંત આ પ્રસંગે **ડો. સોનમ જિતેન્દ્ર રાંભિયા** (બી.ડી.એસ.), **ડો. નેશા સંદીપ સંઘવી** (બી.ડી.એસ.), **દ્રશ્ય જિતેન્દ્ર કુરુવા** (એમ.સાયન્સ) (આઈ.ટી.), **દર્શન નરેન્દ્ર કોઠારી** (એમ.સી.એ.), **વિશાલ હિતેશ દેદિયા** (ધોરણ-૧૨ સામાન્ય પ્રવાહ), **દ્યુતિ જયંતીલાલ વીરા** (ડિપ્લો. એન્જિ.)ને તેમની ઉચ્ચ શૈક્ષણિક સફળતાને બિરદાવીને સન્માનિત કરવામાં આવ્યા હતા.

અગાઉની પ્રણાલી અનુસાર વર્ષ દરમ્યાન નૃત્ય, વિજ્ઞાન, ઉચ્ચ શિક્ષણ જેવા **વિવિધ ક્ષેત્રે વિશિષ્ટ સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરનાર** સમાજના સભ્ય પરિવારજનોની વ્યક્તિઓનું શિક્ષણ અને ઈતર ડેવલપમેન્ટ સમિતિના નિર્ણય મુજબ સન્માન કરીને તેઓને અભિનંદન આપવામાં આવ્યા હતા.

ઉપરોક્ત કાર્યક્રમમાં “મંગલ મંદિર” વર્ષ ૨૦૧૦-૨૦૧૧ની નિર્ણાયક સમિતિના નિર્ણય મુજબ **શ્રેષ્ઠ લેખની શૃંખલામાં** ડો. (પ્રા.) મણિલાલ ગડા - મુંબઈ અને ડો. દિપ્તી એસ. શાહ (ગડા)ને તેમના લેખ “સ્ટ્રેસ ડિસ ઓર્ડર” (સપ્ટેમ્બર-૨૦૧૦)ને પ્રથમ ક્રમાંકે જ્યારે ડો. ગિરીશ વીછીવોરા - મુંબઈને તેમના લેખ “કુદરત - સૃષ્ટિની દૃષ્ટિ” (માર્ચ-૨૦૧૧)ને દ્વિતીય ક્રમાંકે તેમજ શ્રી ગુલાબચંદ ધારશી રાંભિયા - અમદાવાદને તેમના લેખ “પગ ખેંચવા કરતાં પીઠ થાબડવી સારી” (ડિસેમ્બર-૨૦૧૦)ને તૃતીય ક્રમાંકે પુરસ્કાર એનાયત કરવામાં આવ્યા હતા.

**“આંખે કાગર”ની શૃંખલામાં** શ્રી શાંતિલાલ વ. શાહ - અમદાવાદને તેમના પત્ર “આપણે મૌન શા માટે છીએ?” (ઓગસ્ટ-૨૦૧૦)ને પ્રથમ ક્રમાંકે અને શ્રી મૂરજીભાઈ ગડા - વડોદરાને તેમના પત્ર “ભારતની સંસ્કૃતિની ઉદાત્તા સાચે જ” (સપ્ટેમ્બર-૨૦૧૦)ને દ્વિતીય ક્રમાંકે પુરસ્કાર એનાયત થયા હતા. તે સિવાય, “મંગલ મંદિર” પ્રશ્નો અને પ્રત્યુત્તર વિભાગના વિજેતાઓને પણ ઈનામો આપીને તેઓનું અભિવાદન કરવામાં આવ્યું હતું.

યુવા વિકાસ સમિતિ દ્વારા વર્ષ દરમ્યાન આયોજિત ચેસ, ચિત્રકળા, કેરમ, ક્વીઝ કોન્ટેસ્ટ, વક્તૃત્વ સ્પર્ધા, સંભારણા વગેરે સ્પર્ધાઓના વિજેતાઓને તેમજ મહિલા ઉત્કર્ષ સમિતિની જુદી જુદી સ્પર્ધાના વિજેતાઓને પણ ઈનામો આપીને અભિનંદન આપવામાં આવેલ.

ભવનના બેઝમેન્ટમાં **રંગોળી સ્પર્ધાનું આયોજન** કરવામાં આવ્યું હતું, જે નિહાળીને લોકો પ્રભાવિત થયા હતા. ગ્રાઉન્ડ ફ્લોર પર **ગૃહઉદ્યોગ, યૈયાવચ્ચ, દીપોત્સવી મીઠાઈ - ફરસાણ - ડ્રાયફ્રુટના બુકિંગ કાઉન્ટરો** સતત કાર્યશીલ રહ્યા હતા. તે સાથે, ૨૦૧૦-૨૦૧૧માં ઉત્તીર્ણ થયેલા બાળવર્ગથી ધોરણ-૭ના વિદ્યાર્થીઓને પુરસ્કાર આપવાની કાર્યવાહી ચાલુ હતી. રક્તદાન, અવયવદાન સમિતિ દ્વારા રક્તદાન શિબિરનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં સ્વૈચ્છિક રીતે કુલ ૫૩ વ્યક્તિઓએ રક્તદાન કર્યું હતું. તેઓ દરેકને પ્રશસ્તિપત્ર સાથે એક આકર્ષક ગીફ્ટ આપવામાં આવી હતી.

કાર્યક્રમમાં આભારવિધિ સંસ્થાના સહમંત્રી **શ્રી હસમુખભાઈ ખાંડવાલા**એ કરતાં દરેક સ્પર્ધાઓના સૌજન્ય દાતાશ્રીઓ તેમજ સ્વામિવાત્સલ્ય જમણવારના સંયુક્ત દાતાશ્રીઓનો ખાસ આભાર માન્યો હતો. તે સિવાય, દરેક સમિતિઓના કન્વીનર્સ અને સભ્યોની કામગીરીને બિરદાવીને આભાર માન્યો હતો.

કાર્યક્રમનું સંચાલન **શ્રીમતી અલ્પાબહેન મેહુલભાઈ શાહે** ખૂબજ સફળતાપૂર્વક કર્યું હતું.

ત્યારબાદ, યોગ્ય વ્યવસ્થાની જાળવણી અર્થે અગાઉથી અલગ અલગ સમયના વિતરણ કરાયેલા કૂપન મુજબ ઉપસ્થિત સહુએ સ્વામિવાત્સલ્ય જમણવારનો લાભ લીધેલ હતો. જમણવારની ૧૧.૩૦ કલાકે શરૂઆત થઈ હતી અને લગભગ ૩.૦૦ વાગ્યાની આસપાસ પૂરું થયું હતું. આ જમણવારની વ્યવસ્થા અને તેનું આયોજન **જમણવાર સમિતિના કન્વીનર શ્રી સંદીપ અશોકકુમાર મહેતાની સાથે સર્વે સભ્યશ્રીઓએ ખૂબજ સુંદર રીતે કર્યું હતું.** જ્યારે સ્વયંસેવકોએ તેમજ મેનેજરશ્રી પરાશરભાઈ વ્યાસ અને અન્ય સ્ટાફ સભ્યોએ કાર્યક્રમ દરમ્યાન ખૂબજ મહેનતપૂર્વક કામગીરી બજાવેલ હતી, જે પ્રશંસનીય હતી.

સમગ્ર કાર્યક્રમ ખૂબ સારી રીતે સમાપ્ત થતાં સર્વે પરિવારજનોએ હર્ષની લાગણી પ્રદર્શિત કરી હતી.

— દિનેશ આર. મહેતા

યોગ્યતા મેળવ્યા વગર ઉજ્જવળ ભવિષ્યની કલ્પના કરવી વ્યર્થ છે. સફળતા માટે પુરુષાર્થ કરવો પડે છે.



## શિક્ષણ તથા ઇતર ડેવલપમેન્ટ સમિતિ

★ સમિતિની એક મિટિંગ તા. ૨૮-૮-૨૦૧૧ના રોજ શ્રી કચ્છી જૈન ભવન, પાલડી ખાતે રાત્રે ૮.૩૦ વાગે મળેલ હતી. જેમાં નીચે મુજબના સભ્યો હાજર હતા. હીરેન શાહ, વિશાલ શાહ, દેવેન છેડા, રશ્મિ ગાલા, હાસ્યલતાબહેન મહેતા, મનીષભાઈ, પ્રદીપ મહેતા અને નંદક પંડ્યા.

આવતા વર્ષ દરમિયાન સમિતિએ કયા પ્રકારના કાર્યક્રમોનું આયોજન કરવું તેની ચર્ચા વિચારણા કરીને જરૂરી રૂપરેખા તૈયાર કરવામાં આવી હતી.

★ સમિતિની બીજી મિટિંગ તા. ૧૪-૯-૨૦૧૧ના રોજ મળેલ હતી જેમાં નીચે મુજબના સભ્યો હાજર હતા. હીરેન શાહ, વિમેશ શાહ, પ્રદીપ મહેતા, કિરીટ નંદુ, દેવેન છેડા, બોબી શાહ અને પંકજ ગોગરી.

વિવિધ ક્ષેત્રે વિશિષ્ટ સિદ્ધિ મેળવનાર કુલ ૧૪ વ્યક્તિઓમાંથી ગુણવત્તાના ધોરણે યોગ્ય વ્યક્તિઓની એક યાદી આ બેઠકમાં તૈયાર કરવામાં આવી હતી અને તેઓને સમાજના તા. ૧૮-૯-૨૦૧૧ના આયોજિત કાર્યક્રમમાં યોગ્ય રીતે પુરસ્કૃત કરવાનું નક્કી થયેલ હતું.

### એપીટ્યૂડ ટેસ્ટ

■ પાછલા વર્ષની જેમ આ વર્ષે પણ ડિસેમ્બર મહિનામાં શ્રી ક.જૈ.સે.સ.ની શિક્ષણ તથા ઇતર ડેવલપમેન્ટ સમિતિ દ્વારા સમાજના ધોરણ ૯ / ૧૦ / ૧૧ / ૧૨માં ભણતા બાળકોના એપીટ્યૂડ ટેસ્ટ લેવાનું નક્કી કરેલ છે. ટેસ્ટનો સંપૂર્ણ ખર્ચ સમાજ ભોગવે છે.

જો આપનું બાળક ધોરણ-૯ / ૧૦ / ૧૧ / ૧૨માં ભણતું હોય અને હજી સુધી એપીટ્યૂડ ટેસ્ટ આપી ન હોય તો તાત્કાલિક શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - પાલડી પર નિષિ પટેલનો સંપર્ક કરી નામ નોંધાવવા વિનંતી છે.

એપીટ્યૂડ ટેસ્ટ માટેની બાકીની વિગત ભાગ લેનારને ફોન ઉપર જણાવવામાં આવશે.

### ★ ★ ★

■ અગાઉની જાહેરાત અનુસાર સમિતિ દ્વારા સમાજના ૧૧થી ૧૭ વર્ષના બાળકો માટે તા. ૨૫-૯-૨૦૧૧ના રોજ શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - પાલડી ખાતે એક વર્કશોપનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. તેમાં શ્રી નંદક પંડ્યાએ કુટુંબ અને મિત્ર વર્તુળના સંબંધો, રમતો, વાર્તાઓ વગેરે ક્ષેત્રે તેમજ ઓડિયો - વીડિયોના પ્રેઝન્ટેશન દ્વારા વિગતવાર સમજણ પૂરી પાડી હતી. આ કાર્યક્રમમાં ૬૪ બાળકોએ રજિસ્ટ્રેશન કરાવ્યું હતું. જેમાંથી ૫૬ બાળકોએ હર્ષભેર ભાગ લઈને જણાવ્યું હતું કે, આ વર્કશોપના કારણે તેમને ઘણી ઉપયોગી જાણકારી મળેલ છે.

વર્કશોપની સમાપ્તિ બાદ સર્વેએ ચા-નાસ્તાને ન્યાય આપ્યો હતો. પરંતુ વાર્તાલાપનો દોર ત્યારબાદ પણ ચાલુ રહ્યો હતો, જે કાર્યક્રમની સફળતાના નિર્દેશરૂપ હતો.

વર્કશોપની સફળતા માટે સમિતિના દરેક સભ્યશ્રીઓએ મહત્વપૂર્ણ કામગીરી બજાવી હતી.

કન્વીનર, શિક્ષણ તથા ઇતર ડેવલપમેન્ટ સમિતિ

## પુરસ્કાર સમિતિ

શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદ દ્વારા તા. ૧૮-૯-૨૦૧૧ના રોજ બાળવર્ગથી ધોરણ-૭ સુધીના ભણતા બધા જ વિદ્યાર્થીઓને પુરસ્કાર આપવામાં આવ્યા હતા જ્યારે ધોરણ-૮ અને તેનાથી ઉપર ભણતા વિદ્યાર્થીઓને તા. ૨૧-૯-૨૦૧૧ના દિવસે એક અન્ય કાર્યક્રમમાં પુરસ્કાર આપવામાં આવેલ હતા.

વિદ્યાર્થીઓની ઉંમર અને ધોરણને ધ્યાનમાં રાખીને બાળવર્ગ માટે લેસર ભમરડો અને બોલ, ધોરણ-૧ અને ૨ માટે લંચ બોક્ષ અને ગ્લાસનો સેટ, ધોરણ ૩ થી ૭ સુધી થર્મોસ્ટેટ વોટર બોટલ અને ધોરણ-૮ અને તેનાથી ઉપર ભણતા વિદ્યાર્થીઓ માટે ટ્રાવેલીંગ બેગ આપવામાં આવ્યા હતા. આ રીતે કુલ ૪૭૪ વિદ્યાર્થીઓને નક્કી કરેલા ધોરણ મુજબ પુરસ્કાર આપી પુરસ્કૃત કરવામાં આવ્યા હતા.

તે ઉપરાંત સ્વામિવાત્સલ્યના કાર્યક્રમમાં ડૉ. સોનમ જિતેન્દ્ર રાંભિયા (B.D.S.), ડૉ. નેશા સંદીપ સંઘવી (B.D.S.), ચિ. દશ્ય જિતેન્દ્ર કુરુવા (M.Sc. I.T.), ચિ. દર્શન નરેન્દ્ર કોઠારી (M.C.A.), ચિ. વિશાલ હિતેશ દેઢિયા (ધોરણ-૧૨ સામાન્ય પ્રવાહ), ચિ. ધૃતી જયંતીલાલ વીરા (Dip. Engineer)ને તેમની ઉચ્ચ શૈક્ષણિક સફળતાને બિરદાવીને પ્રમાણપત્રો સાથે સન્માનિત કરવામાં આવ્યા હતા.

સમિતિના સભ્યો મનીષ વીરા, વિમેશ શાહ, શશિકાંત ગાલા, પૂજન ગોરજી અને શ્રીમતી સ્મિતાબહેન શાહ એ સમિતિનું કાર્ય ખૂબ જહેમતપૂર્વક કર્યું હતું.

આ કાર્યની સફળતામાં વિશાલ શાહ, રાજેશ ધરમશી, જય ભેદા, નિમેષ ગોગરી, નેશા સંઘવી, ટૂર્વીકલ છેડા, સોનમ રાંભિયા, નીલમ રાંભિયા, મૈત્રી ગડા અને નમ્રતા વીરાનો પૂરો સહયોગ પ્રાપ્ત થયો હતો.

પંકજ ગોગરી, કન્વીનર - પુરસ્કાર સમિતિ

## રંગોળી હરીફાઈનું પરિણામ

તા. ૧૮-૯-૨૦૧૧ના રોજ શ્રી નવીનચંદ્ર લહેરચંદ સંઘવી રંગોળી હરીફાઈનું શ્રી કચ્છી જૈન ભવન ખાતે આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. નિર્ણાયક દ્વારા જાહેર થયેલ પરિણામ નીચે મુજબ છે.

### ● ગ્રૂપ-એ (૧૫ વર્ષ સુધી)

પ્રથમ : કુ. અદિતી મહેશ લોડાયા

### ● ગ્રૂપ-બી (૧૬ વર્ષથી ઉપર)

પ્રથમ : શ્રીમતી યોગિની ચેતનભાઈ શાહ

દ્વિતીય : કુ. શિવાની અરુણભાઈ પટવા

દરેક સ્પર્ધકોએ પોતાની કળા અને આવડતને ખૂબ મહેનતપૂર્વક પ્રદર્શિત કરીને સારું આકર્ષણ કર્યું હતું. નિર્ણાયક, સ્પર્ધકો અને વિજેતાઓને ધન્યવાદ.

કન્વીનર - યુવા વિકાસ સમિતિ

કાટથી લોખંડ જ ખવાઈ જાય છે, પરંતુ આળસથી તો માનવી જ ખવાઈ જાય છે.

## યુવા વિકાસ સમિતિ

### યોજે છે.... ગાર્ડન મીટ

મિત્રો, ગત સપ્ટેમ્બર માસનાં મંગલ મંદિરમાં આપેલ વિગતથી આપ સૌ વાકેફ હશે જ. અમે આપેલ વચન મુજબ આપને મળવા આવીએ છીએ.... આપના વિસ્તારમાં... તો થઈ જાવ તૈયાર.... ને આવી જાવ... નવા મિત્રો બનાવવા, તમારા શોખ - તમારી પસંદ - ખૂબીને અન્યોની સાથે શેર કરવા. આપના વિચારોને રજૂ કરવા અમે આપને આપીશું એક અમૂલ્ય મોકો. તો રખે ચૂકતા આ સોનેરી અવસરને....

ગાર્ડન મીટની શરૂઆત કરીએ છીએ મણિનગર વિસ્તારથી. મણિનગર - ઈસનપુર - ઘોડાસર - હાટકેશ્વર - નારોલ - અસલાલી - વટવા - મણિયાસા - જશોદાનગર - ખોખરા - કાંકરીયા - અમરાઈવાડી - સી.ટી.એમ. - બહેરામપુરા - જમાલપુર - પીરાણા - દાણીલીમડા - રામોલ - વચ્ચાલ.... વગેરે વિસ્તારોમાં વસતા ૧૫થી ૫૫ વર્ષના યુવક / યુવતી / સ્ત્રી / પુરુષ - સૌને પધારવા હાર્દિક આમંત્રણ.

**તારીખ : ૧૩-૧૧-૨૦૧૧, રવિવાર • સમય : સવારે ૭.૩૦ કલાકથી**

**સ્થળ : ઉત્તમનગર પબ્લિક ગાર્ડન, મણિનગર.**

**નોંધ :** આયોજનની સુગમતા માટે આપે ૨૬૫૮૧૫૦૧ ઉપર ફોન કરીને નિધિ પટેલને આપના નામ, ફોન નંબર તા. ૧૧-૧૧-૨૦૧૧ સુધી લખાવવા જરૂરી છે.

તો મિત્રો, આવો છો ને નવા મિત્રો બનાવવા.... જો જો ભૂલતા નહીં... રવિવાર, તા. ૧૩-૧૧-૨૦૧૧ને સવારે ૭.૩૦ કલાકે ઉત્તમ નગર, મણિનગરના પબ્લિક ગાર્ડનમાં.

- કન્વીનર, યુવા વિકાસ સમિતિ

## શ્રી કચ્છી જૈન ભક્તિ મંડળ

મંડળને નીચે મુજબ નકરા / ભેટની રકમ મળેલ છે. જેનો સાભાર સ્વીકાર કરવામાં આવેલ છે.

નામ	રકમ	પ્રસંગ / નિમિત્ત
શ્રીમતી વિમળાબહેન તથા શ્રીમતી ભારતીબહેન મોતા	રૂ. ૧,૦૦૧/-	સ્વ. અનિલભાઈ મોતાની પ્રાર્થના નિમિત્તે.
શ્રીમતી ચંદ્રિકાબહેન ચંદ્રકાંતભાઈ દેદિયા	રૂ. ૧,૧૧૧/-	એમના નૂતન ગૃહ પ્રવેશની ખુશાલીમાં.
શ્રીમતી રોશનીબહેન વિજયભાઈ મહેતા	રૂ. ૫૫૧/-	એમની સુપુત્રી ચિ. કિંજલની અઢાઈ તપની સાંજ નિમિત્તે.
શ્રીમતી ચંદ્રાબહેન લક્ષ્મીચંદભાઈ મોતા	રૂ. ૫૦૧/-	એમના પૌત્ર ચિ. રોહનની અઢાઈ તપની સાંજ નિમિત્તે.
શ્રીમતી રશ્મિબહેન હ. શ્રીમતી ચેતનાબહેન સંજયભાઈ મોતા	રૂ. ૧૦૧/-	ચિ. રોહનની અઢાઈ તપ નિમિત્તે.
શ્રીમતી મધુરીબહેન રમણિકભાઈ ગોસર	રૂ. ૫૦૧/-	એમની અમેરિકાની સફળ યાત્રા નિમિત્તે.
શ્રીમતી લક્ષ્મીબહેન જયંતીલાલભાઈ મોતા	રૂ. ૫૦૧/-	એમની દોહિત્રી ચિ. ધ્રુવીની પાંચમી જન્મદિન વર્ષગાંઠ નિમિત્તે.

- ચંદ્રિકા દેદિયા

## પ્રભાતનું પરમાટભર્યું પુષ્પ

ઘણાં માણસો એવા જોવામાં આવે છે કે જેઓ કામ ઓછું કરતા હોય છે અને પોતે ઘણું કામ કરી રહ્યા છે એવી જાતનો ઢંઢેરો પીટતા જોવામાં આવે છે. આવી મનોવૃત્તિવાળા માણસો જીવનમાં જલદી સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકતા નથી અને એક ઠેકાણે કદી લાંબો સમય ટકી શકતા નથી. એમની ભાષાની ભલકથી અંતે ધાંધલિયા સ્વભાવથી થોડા વખત માટે એવી છાપ જરૂર પડે છે કે એ લોકો ખૂબ કામ કરી રહ્યા છે, પણ કાર્ય પછી ભલે ગમે એવું મોટું હોય કે નાનું, એ પરિણામ દર્શાવ્યા વિના રહેતું જ નથી. આવા માણસના પરિચયમાં આંકડા નજર સમક્ષ આવીને ઊભા રહે છે ત્યારે આપણને ભાન થાય છે કે ખોટી ધાંધલ એ કાર્ય નથી.

હાથમાં લીધેલું કાર્ય તો ત્યારે જ ખીલી ઊઠે છે કે જ્યારે માણસની વાણી મર્યાદિત બને છે અને શક્તિઓ બધી કામે લાગે છે. માણસ પોતેપોતાના કાર્ય વિષે બોલે એના કરતાં કાર્ય પોતે જ ખીલી ઊઠે એમાં જ સિદ્ધિનાં દર્શન આપણને થાય છે.

જે ખરેખર કાર્યકર્તા છે એ કદી પણ બહુ બોલતો નથી અને બીજા લોકોને એમ કહેતો નથી કે આ બધું હું જ કરી રહ્યો છું. અને મારે લીધે જ બધું ચાલે છે. કોઈ પણ વસ્તુના સર્જન વખતે શબ્દો હંમેશાં મૌન ધારણ કરે છે. કવિ, ચિત્રકાર, લેખક, કલાકાર, કારીગર કે શિલ્પી જ્યારે ખરેખર સર્જન કરવા બેસે છે ત્યારે એની જીભ તદ્દન શાંત થઈ જાય છે. જીભ પરનો સંયમ જ્યારે મેળવે છે. ત્યારે એના અંતરમાં એવા પ્રકારની એક શક્તિ પેદા થાય છે કે જેને લીધે એનું કાર્ય વધુ ને વધુ આગળ ધપતું જાય છે. ટૂંકમાં આપણે બહુ બોલ બોલ કરીએ છીએ ત્યારે આજુબાજુના બે-પાંચ માણસો જ એ વાત સાંભળે છે, પણ જ્યારે કામ બોલે છે ત્યારે આખી દુનિયા જાણે છે!

- સ્વ. વજુ કોટક, મંગલ મંદિર, મે-૧૯૯૩

## શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદનો માસિક અહેવાલ

ઓગસ્ટ / સપ્ટેમ્બર — ૨૦૧૧

- ગુરુવાર, તા. ૨૫-૮-૨૦૧૧
- ☆ આજરોજ સિમ્સ હોસ્પિટલના સેલ્સમેન શ્રી કચ્છી જૈન ભવન પર આવેલ હતા કે જ્યારે તેઓએ સિમ્સ હોસ્પિટલ તથા શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદના મેડિકલ સેન્ટરના ટાઈ-અપ વિશે વિવિધ વિભાગોની યોજનાઓ લાવેલ હતા અને એ યોજનાઓમાં કઈ રીતે આગળ વધી શકાય તેની વિગતવાર સમજ આપેલ હતી. એ સમયે શ્રી અશોક મહેતા, શ્રી કાંતિલાલભાઈ સાવલા તથા ડૉ. ચંદ્રકાંત દેઢિયા ઉપસ્થિત રહેલ હતા.
- શુક્રવાર, તા. ૨૬-૮-૨૦૧૧
- ☆ શ્રી કચ્છી જૈન ભવનના કમ્પાઉન્ડની બહાર અને ફૂટપાથ ઉપર અણણા હજારેના સમર્થનમાં શ્રી કચ્છી સમાજ - અમદાવાદ આયોજિત, સવારમાં ૧૦.૦૦ વાગ્યાથી ૬.૦૦ વાગ્યા સુધી ધરણાનો કાર્યક્રમ રાખવામાં આવેલ હતો. આ કાર્યક્રમમાં અંદાજિત ૧૫૦ વ્યક્તિઓ ઉપસ્થિત રહેવા પામેલ હતી. શ્રી અશોક મહેતા, શ્રી કાંતિભાઈ સાવલા, શ્રી કે.ડી. શાહ, શ્રી રજનીભાઈ પારેખ, શ્રી રમણિકલાલ કુંવરજી ગોસર, શ્રી કલ્યાણજીભાઈ રાંભિયા, શ્રી બચુભાઈ રાંભિયા, શ્રી દક્ષેશભાઈ સંઘવી, શ્રી અશ્વિનભાઈ સોની, શ્રી મનુભાઈ શાહ, શ્રી મહેન્દ્ર વશનજી શાહ વગેરે આખો દિવસ ઉપસ્થિત રહેલ હતા.
- રવિવાર, તા. ૨૮-૮-૨૦૧૧
- ☆ આજરોજ શ્રી કચ્છી વિશ્રામ ગૃહ ઉપર કચ્છ મ્યુઝિયમ સમિતિની એક મિટિંગ મળેલ હતી કે જેમાં શ્રી પ્રતાપભાઈ દંડ, શ્રી કે.આર. શાહ, કુ. ચૌલાબહેન કુરુવા, શ્રી સતિષ સદાશીવન (ક્યુરેટર, કચ્છ મ્યુઝિયમ) તથા શ્રી સમિરભાઈ ફોટોગ્રાફર (માધાપર) ઉપસ્થિત રહેલ હતા. કચ્છ મ્યુઝિયમ તૈયાર કરવા માટે બાકી રહેતી કાર્યવાહીની ચર્ચા, ડિસ્પ્લે બોર્ડના ફોટોગ્રાફસની ચર્ચા, ડિસ્પ્લે કાઉન્ટરના કલેક્શન્સની ચર્ચા વગેરે બાબતો વિચારણા કરી ચોક્કસ આયોજનો નક્કી કરવામાં આવેલ હતા.
- ☆ આજરોજ શ્રી કચ્છી જૈન ભવન પર ઈતર ડેવલપમેન્ટ સમિતિની એક મિટિંગ મળેલ હતી.
- બુધવાર, તા. ૩૧-૮-૨૦૧૧
- ☆ શ્રી હરખચંદ સાવલા પ્રાયોજિત “The Answer to Cancer”ની અંદાજિત ૮૦૦ બુક ડિસ્પેચ કરવાની તૈયારી અને તેના માટેનું સંપૂર્ણ લિસ્ટ તૈયાર કરી દેવામાં આવ્યું.
- ☆ મંગલ મંદિર માસિકના ગ્રાહકો ચેન્નાઈમાં બહોળા પ્રમાણમાં બને એ માટે લગભગ ૧૦૦૦ પેક્કેટ શ્રી ભદ્રેશભાઈ શાહને ચેન્નાઈ મોકલવામાં આવ્યા.
- ગુરુવાર, તા. ૧-૯-૨૦૧૧
- ☆ સુવર્ણજયંતી વર્ષની ઉજવણી રૂપે તા. ૧૪-૪-૨૦૧૨થી તા. ૧૩-૪-૨૦૧૩નો બાર મહિનાના મુખ્ય કાર્યક્રમનો મુસદ્દો તૈયાર કરવામાં આવ્યો. ટ્રસ્ટ મંડળની મંજૂરી મળ્યા બાદ, તે અંગે વિગતવાર યોગ્ય કાર્યવાહી કરવામાં આવનાર છે.
- શુક્રવાર, તા. ૨-૯-૨૦૧૧
- ☆ આજરોજ ડૉ. ચંદ્રકાંત દેઢિયાને ત્યાં ડૉ. દેઢિયા, શ્રી અશોક મહેતા, શ્રી કાંતિલાલભાઈ સાવલા, શ્રી નવીનભાઈ હરિયા, શ્રી કે.આર. શાહ, શ્રી નરેન્દ્ર છ. શાહ, શ્રીમતી ચંદ્રિકાબહેન દેઢિયા તથા શ્રીમતી પુષ્પાબહેન કે. શાહ એકત્રિત થયેલ હતા અને સુવર્ણ જયંતી વર્ષ ઉજવણી તથા અન્ય બાબતે અવિધિસર રીતે વિચાર વિમર્શ કરવામાં આવેલ.
- ગુરુવાર, તા. ૮-૯-૨૦૧૧
- ☆ આજરોજ રાત્રે શ્રી કચ્છી જૈન ભવન પર મેડિકલ સમિતિની એક મિટિંગ મળેલ હતી. કે જેમાં ડૉ. દેઢિયા, શ્રી અશ્વિનભાઈ સાવલા, ડૉ. હિતુભાઈ, શ્રી નરેન્દ્રભાઈ ખોના, શ્રી દિનેશભાઈ મહેતા તતા શ્રીમતી દક્ષાબહેન રાણાવત ઉપસ્થિત રહેલ હતા. મેડિકલના રૂટીન પ્રશ્નોની ચર્ચા કરી તેના નિર્ણયો લેવામાં આવેલ હતા. સુવર્ણજયંતી વર્ષના કાર્યક્રમોની પણ ચર્ચા કરવામાં આવેલ હતી.
- રવિવાર, તા. ૧૧-૯-૨૦૧૧
- ☆ આજરોજ મુંબઈમાં ડૉ. ચંદ્રકાંતભાઈ દેઢિયા, શ્રી અશોક મહેતા, શ્રી કાંતિલાલભાઈ સાવલા તથા શ્રી પ્રતાપભાઈ દંડે મુંબઈ ખાતેના અતિથિ ભવન વિશે નીચે મુજબની મિટિંગો ગોઠવી જરૂરી ચર્ચા-વિચારણા કરેલ હતી.
- ★ સાંજના ૪.૦૦ વાગે પ્રથમ તેઓ પૂનમ બિલ્ડર્સના શ્રી પારસભાઈને તેમના ઘેર મળેલ હતા અને આ બાબતે અત્યાર સુધી થયેલ કોર્ટ કાર્યવાહીની વિગત મેળવેલ હતી.
- ★ સાંજના ૫.૩૦ વાગે મિડાઝ ટાવરના પ્લોટ હોલરના એસોસિએશનની કારોબારી સમિતિની મિટિંગમાં ઉપસ્થિત રહેલ હતા. કે જ્યાં શ્રી આશિત દોશી પણ આવેલ હતા. પ્રશ્નના ઉકેલ માટે અને એસ.આર.એ.માં ચૂકવવા રકમની માંગણી અંગે ચર્ચા કરવામાં આવેલ. તે ઉત્સાહપ્રેરક રહેવા પામેલ ન હતી છતાં આ બાબતે ફરી વિચારણા કરવાની કાર્યવાહી ચાલુ રાખવાનું નક્કી કરવામાં આવેલ હતું.
- ★ રાત્રે ૮.૦૦ વાગે શ્રી પૂનમચંદભાઈ બાબરિયાને ત્યાં મળેલ હતા. તેઓશ્રીને આજની કાર્યવાહીની વિગતો સમજાવેલ હતી. સ્કીમના કોમ્પોઝાઈટ બિલ્ડિંગ નં.-૩માં પ્રથમ માળ જેમને ફાળવવામાં આવેલ છે તે વાગડ બે ચોવીસી મિત્ર મંડળનો જરૂરી સહકાર સાંપડી શકેલ નથી તે બાબતે તેમનું ધ્યાન દોરવામાં આવેલ હતું અને જરૂરી નિર્ણયો લેવા તેમને અપીલ કરવામાં આવેલ હતી.

● રવિવાર, તા. ૧૮-૯-૨૦૧૧

☆ આજરોજ શ્રી કચ્છી જૈન ભવન પર વાર્ષિક સ્નેહમિલન સમારંભ તથા સ્વામિવાત્સલ્ય જમણવારનો કાર્યક્રમ ગોઠવવામાં આવેલ હતો. આ સમારંભમાં વર્ષ દરમ્યાન યોજવામાં આવેલ વિવિધ હરીફાઈઓના વિજેતાઓને શિલ્ડ તથા ઈનામો આપવામાં આવેલ હતા. આ સમયે રંગોળી હરીફાઈનો કાર્યક્રમ રાખવામાં આવેલ હતો. જેમાં સમાજમાંથી ૧૦ જણે ભાગ લીધેલ હતો. તે ઉપરાંત મંગલ મંદિરના શ્રેષ્ઠ લેખ અને આંજો

કાગરના લેખકોને પણ શિલ્ડ અર્પણ કરવામાં આવ્યા હતા. બ્લડ ડોનેશન કેમ્પમાં ૫૩ વ્યક્તિઓએ પોતાનું બ્લડ ડોનેટ કરેલ હતું. સ્વામિવાત્સલ્ય જમણવારનો લાભ ૧૭૦૦ વ્યક્તિઓએ લીધેલ હતો. ધોરણ-૭ સુધીના ઉત્તીર્ણ થનાર વિદ્યાર્થીઓને પુરસ્કાર વિતરણ કરવામાં આવેલ હતા.

● ગુરુવાર, તા. ૨૯-૯-૨૦૧૧

☆ આજે રાત્રે ૮.૦૦ વાગે શ્રી કચ્છી જૈન ભવન પર સુવર્ણજયંતી મહોત્સવ સમિતિની એક મિટિંગ મળેલ હતી કે

જેમાં શ્રી અશોક મહેતા, શ્રી હસમુખભાઈ ખાંડવાલા, શ્રી હીરેન કે. શાહ તથા શ્રી વિમેશ શાહ ઉપસ્થિત રહેલ હતા. અગાઉથી આપવામાં આવેલ સૂચિત કાર્યક્રમ અંગે વિગતવાર ચર્ચા કરવામાં આવેલ હતી. તદુપરાંત કેડિટ સોસાયટી, યલો પેજસ, ૫૦૦ ચો.ફૂટના આવાસો, સમગ્ર કચ્છી જૈનોનું મુંબઈમાં સંમેલન, કચ્છના વિકાસ વિષયે કચ્છમાં સેમિનાર, કચ્છ દર્શન વગેરે કાર્યક્રમો અંગે પણ ચર્ચા કરવામાં આવેલ હતી. ■

## હિસતી નજરે....

### ઓગસ્ટ-૨૦૧૧ દરમ્યાન શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદની વિવિધ સેવાઓનો લાભ લેનાર વ્યક્તિઓ

ક્રમ	સેવાઓ	લાભ લેનાર વ્યક્તિઓ
૧.	શ્રી નવનીત મેડિકલ સેન્ટર તથા શ્રીમતી પ્રભાવતીબહેન કાંતિલાલ વેલજી સાવલા મેડિકલ ચેક-અપ સેન્ટર, પાલડી, અમદાવાદ. (અ) કુલ લાભ લેનાર વ્યક્તિઓ ..... કે જેમાંથી - (બ) શ્રી કચ્છી જૈન સેવા સમાજ - અમદાવાદની વ્યક્તિઓ ..... ૩૭૨ (ક) સાધુ-સાધ્વીજી મહારાજ સાહેબો ..... ૨૬ (ખ) મોતિયા - આંખના ઓપરેશન ..... ૧૦ (ગ) સોનોગ્રાફી ..... ૬૨૪ (ઘ) ટી.એમ.ટી. .... ૧૧ (ચ) બોડી ચેક-અપ ..... ૨૨૭ (છ) અન્ય ..... ૩,૫૬૩	૪,૮૩૩
૨.	જી.એમ.ડી.સી. પ્રાયોજિત શ્રી કચ્છી વિશ્રામ ગૃહ - શાહીબાગ, અમદાવાદ કુલ લાભ લેનાર વ્યક્તિઓ ..... ૧,૯૬૯ શ્રી કચ્છી વિશ્રામ ગૃહ - શાહીબાગની કેન્ટીનમાં લાભ લેનાર અન્ય વ્યક્તિઓ ... ૫,૩૨૯ શ્રી જલારામ અગ્રક્ષેત્રમાં લાભ લેનાર વ્યક્તિઓ ..... ૧,૬૨૩	૮,૯૨૧
૩.	માતૃશ્રી કંકુબહેન કાનજીભાઈ રવજી (નાની ખાખરવાલા) અતિથિ ભવન, પાલડી, અમદાવાદ કુલ લાભ લેનાર વ્યક્તિઓ ..... ૭૧૭ શ્રી કચ્છી જૈન ભવન - પાલડીની કેન્ટીનમાં કુલ લાભ લેનાર વ્યક્તિઓ ..... ૨,૭૩૬	૩,૪૫૩
૪.	માતૃશ્રી કંકુબહેન કાનજીભાઈ રવજી (નાની ખાખરવાલા) સેવા ભવન, ગીતા મંદિર, અમદાવાદ કુલ લાભ લેનાર વ્યક્તિઓ ..... ૫૧૮	૫૧૮
	ઓગસ્ટ-૨૦૧૧ દરમ્યાન વિવિધ પ્રકારની સેવાઓનો લાભ લેનાર કુલ વ્યક્તિ .....	૧૭,૭૨૫