

સુવિચાર

માનવતાનો મહિમા ગાતું સદ્વિચાર પરિવારનું સામયિક

આદ્ય તંત્રી :

સદ્ગત હરિલાલ વિ. પંચાલ 'નિમિત્તમાત્ર'

તંત્રી :

પ્રવીણ ક. લહેરી

વર્ષ : 50 ❁ અંક : 11 ❁ સળંગ અંક : 659 ❁ ફેબ્રુઆરી-2020

Web Site : www.sadvichar.com ❁ E-mail : sdparivar.org@gmail.com

ટ્રસ્ટી મંડળ

માણેકલાલ એચ. પટેલ
પ્રમુખ
પદ્મશ્રી ડો. પંકજ એમ. શાહ
ઉપપ્રમુખ
પ્રવીણ ક. લહેરી
મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી
પ્રફુલ્લ એચ. અધ્વર્યુ
મંત્રી
જિતેન્દ્ર બી. પંચાલ
સહમંત્રી
કે. આર. સિંગ
કોષાધ્યક્ષ
પીયૂષ ઓ. દેસાઈ
ટ્રસ્ટી
શૈલેષ આઈ. પટવારી
ટ્રસ્ટી
વિનોદ એ. શાહ
ટ્રસ્ટી

અનુક્રમણિકા

ક્રમ.	લેખનું શીર્ષક	લેખક	પાનું
1.	તમે જ તમારું અજવાળું 'માં તુજે સલામ'	મૂ.લે. સુધામૂર્તિ ભાવાનુવાદ : સોનલ મોદી	5
2.	સત્યના પ્રયોગોના તાપમાં ખીલેલ કમળ	રંજના હરીશ	8
3.	મારો શૈક્ષણિક અનુભવ	શારદાબહેન ડી. ગજજર	11
4.	નશો નિર્દોષને પણ નડે	રણછોડ શાહ	13
5.	ફૂડ લેબલની જાણકારી	ડૉ. જાનકી પટેલ	15
6.	સદ્વિચાર પરિવારની સહયોગ અપીલ	-	17
7.	રાષ્ટ્ર વસે છે ઝુંપડામાં	સ્વામી વિવેકાનંદ	21
8.	નિષ્ક્રિયતા એટલે.....	પદ્મશ્રી કુમારપાળ દેસાઈ	23
9.	મૌન	પૂ. શ્રી મોટા	25
10.	જ્યારે લીલા ઘાસનાં સૌંદર્યની- અનુભૂતિ અંધ વિદ્યાર્થીઓને થઈ....	જશુ કવિ	27
11.	ગુજરાતમાં ગામડાનું બદલાતું સ્વરૂપ	મણીલાલ એમ. પટેલ	29
12.	સદ્વિચાર સમાચાર સેવા	-	32
13.	સદ્વિચાર પરિવારને ડિસેમ્બર- માસમાં મળેલ પ્રાપ્ત દાનની વિગત	-	33

લેખકોના મત સાથે સંસ્થા સહમત
છે તેમ માની લેવું નહીં.

નિવેદન

વૈશ્વિક હવામાનમાં થઈ રહેલ ફેરફારોના કારણે આ વખતે વરસાદની ઋતુ લંબાઈ તે જ રીતે શિયાળાની ઠંડી પણ તીવ્ર રીતે લાંબા સમયથી ચાલી રહી છે. અમુક શુભેચ્છકોએ ધાબળા દાન માટે સામે ચાલીને દાનની રકમ મોકલી આપી છે. સ્વયંભૂ દાન આપવાથી સમાજમાં રહેલી સંવેદનાનો પરિચય થાય છે. સમયની જરૂરિયાત મુજબ દાતાઓ સદ્વિચાર પરિવારમાં વિશ્વાસ મૂકીને દાન મોકલે છે ત્યારે દાતાઓ પ્રત્યે અહોભાવ અને આભારની લાગણી થાય છે.

‘મનનો જમણવાર ૨૦૨૦’ અને ‘સ્વ. શ્રી હરિભાઈ પંચાલ સેવારત્ન એવોર્ડ’ પ્રદાનવિધીના કાર્યક્રમો પાંચ દિવસ સુધી ચાલ્યા. દર વર્ષની જેમ ગુજરાતના વિદૂષી સન્નારી જ્યોતિબહેન થાનકીએ ‘સૌ કડીઓમાં વડી, સ્નેહની કડી’ એ વિષય ઉપર પાંચ પ્રવચનો આપ્યા. શ્રી રાજેન્દ્રભાઈ શુક્લ, શ્રી દલપતભાઈ પઢીયાર, શ્રી નિરંજનભાઈ રાજ્યગુરુ અને શ્રી જગદીશભાઈ ત્રિવેદી તેમજ શ્રી સુદર્શનભાઈ આયંગર દ્વારા વિશેષ વક્તા તરીકે ખૂબ જ રસપ્રદ શૈલીમાં અનુભવો અને અભ્યાસ આધારિત મનનીય પ્રવચનોનો લાભ મેળવનાર શ્રોતાઓ ખૂબ પ્રભાવિત થયા. મનના જમણવારના પ્રવચનોનું રેકોર્ડિંગ કર્યું છે તેની પસંદ કરેલી વિગતો આગામી અંકોમાં પ્રકાશિત કરવાની ધારણા છે. આ વર્ષે શક્ય હોય તો મનના જમણવારની સમગ્ર કાર્યવાહી આધારિત એક પુસ્તક પણ તૈયાર કરવાની મહેચ્છા છે. શ્રી હરિભાઈ પંચાલ સેવારત્ન એવોર્ડ માટે લોકસેવા - ખડસલીના શ્રી મનુભાઈ કલ્યાણજીભાઈ મહેતાની પસંદગી થઈ. ૯૩ વર્ષની વયે ખાદી ગ્રામોદ્યોગ, બુનિયાદી શિક્ષણમાં ખૂબ સક્રીય રહીને સુયોગ્ય પ્રદાન કરી રહ્યા છે તેની કદર કરી સદ્વિચાર પરિવારે ધન્યતાની લાગણી અનુભવી છે.

મનનો જમણવાર અને સ્વ. શ્રી હરિભાઈ પંચાલ સેવારત્ન એવોર્ડ કાર્યક્રમના ફોટોગ્રાફ્સ લઈને એક સુંદર આલ્બમ શ્રી પરિતોષભાઈ કટ્ટી તરફથી સંસ્થાને નિઃશુલ્ક આપવામાં આવેલ છે જે માટે અમે સૌ આભાર માનીએ છીએ.

મનના જમણવાર કાર્યક્રમમાં ઉદ્ઘોષક તરીકે શ્રી જશુભાઈ કવિએ ઉત્તમ સેવા આપી તેનો આભાર. કાર્યક્રમમાં

ઉપસ્થિત સૌ દાતાઓ, ગણમાન્ય વ્યક્તિઓએ પ્રસંગની શોભા વધારી તે માટે ઋણ સ્વીકાર.

જાન્યુઆરી માસમાં પરંપરા મુજબ દિવ્યાંગો સાથેનો પતંગોત્સવ તા. ૧૧ જાન્યુઆરીના રોજ ઉંવારસદ મુકામે મનાવવામાં આવ્યો. દર મહિનાના એક રવિવારે યોજાતી આરોગ્ય પ્રવચનશ્રેણી અંતર્ગત સળંગ ત્રેપનમું પ્રવચન તા. ૧૨ જાન્યુઆરી ૨૦૨૦ના રોજ ચામડીના રોગો બાબત ડૉ.શ્રી હેમંત સરૈયા દ્વારા યોજવામાં આવ્યું જેમાં તેમણે ખૂબ ઉપયોગી માર્ગદર્શન આપ્યું. વડીલ માવજત સહાયક તાલીમ કેન્દ્ર દ્વારા પથારીવશ દર્દીઓની સેવા કરી શકે તે માટે તાલીમબદ્ધ માણસો તૈયાર કરવાનું કામ ખૂબ સારી રીતે આગળ વધી રહ્યું છે. તાજેતરમાં ત્રીજી બેંચની તાલીમ પૂર્ણ થઈ તે આનંદ અને સંતોષની બાબત છે.

સદ્વિચાર પરિવારમાં ચાલતા શુભમ્ હોલમાં થતાં સાદગીપૂર્ણ લગ્નોની સંખ્યા વધતી જાય છે. શુભમ્ હોલના સલાહકાર મંડળમાં જસ્ટીસ ડી. કે. ત્રિવેદી સાહેબ (નિવૃત્ત), સેવાના સ્થાપક શ્રીમતી ઈલાબહેન ભટ્ટ, જાણીતા દાતા શ્રી જયેન્દ્રભાઈ ખારાવાળા, શ્રી કાર્તિકભાઈ નિર્મળ વગેરે સૌએ અત્રે કાર્યને વેગ આપવા માટે ચર્ચા-વિચારણા કરી.

સુવિચાર માસિકને સારો પ્રતિભાવ મળતો જાય છે. તેમ છતાં આપણા દાતાઓ, આજીવન સભ્યો અને શુભેચ્છકો દર વર્ષે ૧૦ જેટલાં નવા ગ્રાહકો મેળવી આપવામાં મદદરૂપ થવા વિનંતી. સુવિચારમાં પ્રસિદ્ધ કરવા માટે અનેક લેખો, કવિતાઓ વગેરે મળે છે, પરંતુ સુવિચાર શરુ કરવા પાછળ શ્રી હરિભાઈ પંચાલની મૂળ ભાવના હતી તેને સમાવવા કાળજી કરીએ છીએ. આના કારણે કદાચ સાહિત્યની ઉમદા કૃતિઓ કે અમુક પ્રકારના માહિતી લેખોનો સમાવેશ કરવાનું શક્ય નથી બનતું.

શ્રીમદ્ ભગવત્ ગીતામાં ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે ભક્તના જે લક્ષણો વર્ણવ્યા છે તેમાં અધ્યાય ૧૨:૧૪ ના શ્લોકમાં કહ્યું છે તે યર્થાથ છે.

યોગી સદાય સંતોષી, જિતાત્મા દંઢનિશ્ચયી,
મનબુદ્ધિ મને અપ્યા તે મદ્ભક્ત મને પ્રિય.

સદ્વિચાર પરિવાર ટ્રસ્ટી મંડળ



મૂ. લે. સુધામૂર્તિ



તમે જ તમારું અજવાળું

માં, તુઝે સલામ

ભાવાનુવાદ-સોનલ મોદી



વર્ષો પહેલાંની વાત છે. મારા પિતાની બદલી હિમાચલ પ્રદેશના કાંગડા જિલ્લાના મુખ્ય મથક ટાન્ડા ગામની ગવર્નમેન્ટ હોસ્પિટલના ચીફ મેડિકલ ઓફિસર તરીકે થઈ હતી. મારા વિદ્વાન વાચકો જાણતા જ હશે કે ભારત સરકારે હિમાચલ પ્રદેશના ધર્મશાળામાં તિબેટના અસંખ્ય લોકોને વર્ષોથી રાજ્યાશ્રય આપ્યો છે. એ વિસ્તારના અનેક લોકો ગવર્નમેન્ટ હોસ્પિટલનો લાભ લેતા.

બાપુજીને ઘણી વાર ધર્મશાળા સુધી વિઝીટે પણ જવું પડતું. અમે ભાઈ-બહેન પણ તેમની જીપમાં બેસીને એ તિબેટિયન કોલોનીમાં ફરી આવતાં. ગરમ કપડાં, રંગબેરંગી માળાઓ, ચાઈનીઝ સિલ્કની કોટીઓ તથા ખાસ તો ગુલાબના ગોટા જેવા તિબેટિયન બાળકોનું અમને ઘેલું લાગી ગયું હતું. એ કોલોનીમાં જ અમારી ઓળખાણ માયા નામની એક તિબેટી સ્ત્રી સાથે થઈ. માયા શિક્ષિકા હતી. ધર્મશાળામાં જન્મેલાં તથા મોટાં થઈ રહેલ તિબેટિયન બાળકોને ભાષા તથા સંસ્કાર શીખવવાનું ભગીરથ કાર્ય કરતી હતી. જેથી બાળકો પોતાના સંસ્કારનાં મૂળિયામાંથી સદંતર ઊખડી ન જાય! ખૂબ જ સ્માર્ટ તથા મહેનતુ સ્ત્રી હતી. તેનું મૂળ નામ તો લાંબુ લાંબુ તિબેટિયન હતું. પણ ગૌતમ બુદ્ધની માતા માયાના નામ પરથી તેનું નામ 'માયા' પડી ગયું હતું.

માયા ઘણી વાર શાળાનાં બાળકોને ચેકઅપ માટે હોસ્પિટલ લાવતી. થોડા જ વખતમાં તેને પહેલી સુવાવડ આવવાની હોવાથી ખૂબ નિયમિત રીતે તે અમને મળવા લાગી. અમારું ક્વાર્ટર હોસ્પિટલની બાજુમાં જ હોવાથી તે હંમેશા અમને મળવા આવતી. મારાં બા તેને કાંઈક ખવડાવ્યા વગર ક્યારેય જવા ન દેતાં.

શરૂ શરૂમાં તો માયાને જોઈને અમને નવાઈ લાગતી. અમે તેની દૂધ જેવી સફેદ ચામડી, ચૂંચવી આંખો, જરાક ચીબું નાક તથા બે પાતળા લાંબા ચોટલા સામે જોઈ જ રહેતા. ધીમે ધીમે તે અમારી મિત્ર થઈ ગઈ.

થોડા વખત પછી ટાન્ડા ગામની અમારી શાળામાં માયાની શિક્ષિકા તરીકે નિમણૂંક થઈ. તે અમને સિવણ તથા ભરતગૂંથણ શીખવતી. મને તો ભરતગૂંથણ કરતા માયા તિબેટ વિષે જે વાતો કહેતી તે સાંભળવામાં ઘણો વધારે રસ પડતો. 'અમારો દેશ હિમાલયની પેલે પાર છે. કેટકેટલી નદીઓનું ઉદ્ભવસ્થાન ત્યાં છે. ચીનમાં વહેતી યાંગસ્તે, બ્રહ્મદેશમાં વહેતી ઈરાવટી અને ભારત તરફ વળતી બ્રહ્મપુત્રા, અમારા દેશમાં બટાકા અને જવ જ પાકે છે. કેમ કે ઠંડી ખૂબ તથા જમીન પર્વતાળ.' પોતાના દેશ વિષે વાત કરતાં તે યાદોમાં સરી જતી, ખૂબ જ લાગણીશીલ થઈ જતી અને ઘણી વાર તેની આંખમાં આંસુ આવી જતાં.

મારા દેશની ભૂમિ ખૂબ પવિત્ર છે. દરિયાથી બાર હજાર ફૂટની ઊંચાઈએ આવેલો હોવાથી તિબેટને 'દુનિયાનું છાપરું' કહેવામાં આવે છે. 'હ્યાસા' મારા દેશનું પાટનગર છે. ત્યાંનું હવામાન તદ્દન વિચિત્ર છે - પળેપળ બદલાતું રહે, અમારા લોકો બૌદ્ધ ધર્મ પાળે છે. અમારે ત્યાં બૌદ્ધ ધર્મ ભારતથી જ આવ્યો છે. બંગાળના લોકો આ ધર્મ તિબેટ સુધી લઈ આવ્યા. અમારી લિપિ પર બંગાળી ભાષાનો મોટો પ્રભાવ છે. 'યાક' અમારા દેશનું ખાસ પ્રાણી છે. તમારી ભેંસ જેવું જ. પણ ઘણું મોટું. અમે યાકનું દૂધ જ પીએ છીએ. દલાઈલામા અમારા દેશના સર્વોપરી ધર્મગુરુ છે. જીવનના પ્રત્યેક નિર્ણય માટે તેમનો અભિપ્રાય અમારા

દઉં ?' 'અરે વાહ, યંગમેન, યુ સ્પીક ઈંગ્લિશ રિયલી વેલ.' મેં કહ્યું, 'મેડમ, હું પાંચ વર્ષ ભારતમાં ઊટીની કેટરિંગ કૉલેજમાંથી ગ્રેજ્યુએટ થયો છું. હાલમાં લ્હાસામાં બેકરી અને રેસ્ટોરન્ટ ચલાવું છું. અહીંના લોકોને ઈન્ડિયન ખાણું અને બોલિવુડની ફિલ્મો ખૂબ ગમે છે. મારાં દાદીને ઘણા વર્ષોથી આ જાત્રા કરવાનો અભરખો હતો. તેમણે અમારી ભાષામાં આપનો આભાર માન્યો છે. બીજું કાંઈ નહિ હોં કે, ખોટું ન લગાડતાં.'

'કેમ ભાઈ, મારો આભાર ? મેં શું કર્યું ? ' મેડમ, તમારી સાડી જોઈને તેમને ખાતરી થઈ ગઈ કે તમે ભારતીય છો. તમારા દેશે અમને કેટકેટલી મદદ કરી છે ! દલાઈલામાને રાજ્યાશ્રય આપ્યો અમારા કેટલાય માણસો ભારતને કારણે જ આજે જીવતા છે. અત્યારે રાજકીય કારણોસર, અમે જાહેરમાં ભારત દેશનો આભાર પણ માની શકતા નથી. તમે અમારા દેશમાં

ક્યાંયે દલાઈ-લામાનો ફોટો જોયો ? અમારી પાસે ૧૩ મા લામા સુધીના જ ફોટા, ચિત્રો અને શિલ્પ છે. મારા દાદી મને કહેતાં હતાં, કે કૃતજ્ઞતા એટલે સૌથી મોટો સદ્ગુણ. કોઈપણ સંસ્કૃતિમાં જો ઉપકારવશતાનો ગુણ નહી રહે તો સંસ્કૃતિ વહેલી મોડી નારાજ પામે. હું તો હવે ઘણી બુદ્ધી થઈ ગઈ છું. કાઢ્યા એટલા કાઢવાની નથી. આ ભારતીય બહેનનો હું આભાર નહીં માનું તો ફરી ક્યારેય આવો અવસર નહીં પામું. મૃત્યુ પછીય મારા આત્માને શાંતિ નહીં મળે. હવે આ ઉંમરે હું ઈન્ડિયા ક્યાં જવાની ? ભારત જેવા પવિત્ર કરુણાસભર દેશનો આભાર માનવાનો મારા માટે આ પહેલો અને છેલ્લો મોકો છે.' હવે મને ખ્યાલ આવ્યો કે મારી હથેળીઓ ભીની કેમ હતી ? વર્ષો પછી મને માયા યાદ આવી ગઈ.

(સૌજન્ય : 'તમે જ તમારું અજવાળું' પુસ્તકમાંથી સાભાર)

સદ્વિચાર પરિવારમાં હાલ ચાલતા ફિઝીયોથેરાપી સેન્ટર માટે નીચે મુજબના સાધનોની જરૂર છે.

ક્રમ.	વિગત	કિંમત (રૂ.)
૧.	ન્યુમેટીક કોમ્પ્રેશર સેવન લાઈનર લીકબ થેરાપી સિસ્ટમ	૩૦,૦૦૦/-
૨.	મોઈસ્ટ હીટ હાઈડ્રોપક સિસ્ટમ (Knee રિપ્લેસમેન્ટ પછી અથવા શરીરમાં મેટાલિક પાર્ટ ઈમ્પ્લાન્ટ કરાવેલ હોય તે ભાગની સારવાર માટે)	૨૦,૦૦૦/-

સદ્વિચાર પરિવારમાં શ્રી ચીનુભાઈ આર. શાહ કમ્પ્યુટર સેન્ટરમાં આધુનિકરણ માટે નીચે મુજબ દાનની જરૂરિયાત છે.

રૂ. ૪,૦૦,૦૦૦	અઘતન ૧૫ નંગ કમ્પ્યુટર માટે
રૂ. ૧,૦૦,૦૦૦	૧૫ વર્ક સ્ટેશન ટેબલ માટે
રૂ. ૪૦,૦૦૦	એરકન્ડીશનર માટે
રૂ. ૪૦,૦૦૦	કમ્પ્યુટર સેન્ટરને સ્માર્ટરૂમ બનાવવા માટે
રૂ. ૨૫,૦૦૦	ખુરશીનો માટે

દાન આપનાર વ્યક્તિનું નામ કમ્પ્યુટર સેન્ટરના દાતાઓના બોર્ડ પર રાખવામાં આવશે.



સત્યના પ્રયોગોના તાપમાં ખીલેલ કમળ

ડૉ. રંજના હરીશ

ગાંધી સાર્ધ શતાબ્દી પર્વ નિમિત્તે આ વર્ષે સમગ્ર વિશ્વ ગાંધીજીના વ્યક્તિત્વ તથા કૃતિત્વના પ્રત્યેક પાસાને પ્રેમપૂર્વક સ્મરી રહ્યું છે. અહિંસાના પૂજારી રાષ્ટ્રપિતા ગાંધીજીની લાજર ધેન લાઈફ ઇબીથી અંજાયેલ વિશ્વ, અને આપણે ભારતીયો પણ, લગભગ વીસરી જ ગયા છીએ કે આ વર્ષ ગાંધીજીના પત્ની કસ્તૂરબાનું પણ સાર્ધ શતાબ્દી વર્ષ છે. ગાંધીજીની પ્રતિભા તો નિશ્ચિતપણે અસામાન્ય હતી જ, પણ તેમની તે પ્રતિભાથી અંજાયેલી આપણી આંખ ગાંધીજી નામ જીવનના આધારસ્તંભ સમી કસ્તૂરબા જેવી વીરલ સ્ત્રીને જોઈ ન શકે તે યોગ્ય નથી. ગાંધીજી-કસ્તૂરબા સાર્ધ શતાબ્દી પ્રસંગે પતિના સત્યના પ્રયોગોના આકરા તાપમાં ખીલેલ કમળ પત્ની કસ્તૂરબાની શબ્દ વંદના પ્રસ્તુત છે.

૧૯૪૪માં આગાખાન પેલેસ ખાતેની નજરકેદ દરમિયાન કસ્તૂરબા મૃત્યુ પામ્યાં તે વખતે ગાંધીજીએ તેમને આપેલ અંજલિ હતી, 'શી સ્ટૂડ અબાવ મી... સામાન્ય અર્થમાં ભલે તે નિરક્ષર હતાં, પરંતુ મારી દૃષ્ટિએ તેઓ આદર્શ શિક્ષિત મનુષ્ય હતાં...તેઓ સાચા અર્થમાં વૈષ્ણવ હતાં.' પત્નીને આવી ઉત્તમ અંજલિ આપનાર મહાત્મા ગાંધીના શબ્દો માત્ર પત્ની પ્રેમથી પ્રેરિત ન હતા. પતિ, પુત્રો, પરિવાર તેમજ સઘળા રાષ્ટ્ર કાજે કસ્તૂરબાએ આજીવન કરેલ તપ, ત્યાગ, સેવા અને સમર્પણનો સરપાવ હતા આ શબ્દો. ગાંધીજીના આ શબ્દોમાં ક્યાંય અતિશયોક્તિ ન હતી. ભારતની કાવ્યકોકિલા સરોજીની નાયડુએ કસ્તૂરબાને અંજલિ આપતા 'ભારતીય નારી જીવનના આદર્શ' તરીકે નવાજ્યાં હતાં. તો વળી વર્ષો બાદ પોતાની દાદીનું જીવનચરિત્ર લખતા તેમના પૌત્ર અરુણ ગાંધીએ તેમના

વિષે લખ્યું, 'મારી દાદીની જીવનકથા ફક્ત એટલી જ કે જ્યારે મોહનદાસ સત્યના પ્રયોગો કરતા હતા ત્યારે બા તે પ્રયોગોનો તાપ જીવતા હતા. તેઓ પતિના પ્રયોગોને જીવતા હતા. કસ્તૂરબાનું સઘળું જીવન ગાંધીજીની સત્યની શોધની સૂક્ષ્મતમ પ્રક્રિયાના પ્રત્યક્ષ અનુભવમાં વીત્યું.' સત્યના પ્રયોગોના તાપમાં ઉઘડેલ કસ્તૂરબા નામક કમળ એક મહાન તપસ્વીનીની જીવન સાધનાનું ધોતક છે.

પોરબંદર ગામના સમૃદ્ધ કાપડિયા પરિવારમાં જન્મેલી દીકરી કસ્તૂર (૧૯૧૯-૧૯૪૮) લાડકી હતી. બે ભાઈઓની એકમાત્ર બહેન હોઈ તેના ઠાઠમાં કોઈ કમી નહોતી. તેમ છતાં તે જમાનાના રિવાજ પ્રમાણે તેના માતા-પિતાએ તેને નિશાળે નહોતી મોકલી. પરમ વૈષ્ણવ એવા કસ્તૂરના માતા-પિતા દીકરીના જીવનનું એકમાત્ર ધ્યેય એટલે લગ્ન એવું માનતા હતા. એટલે દીકરી ૧૩ વર્ષની થતાં તેના લગ્ન પોરબંદર ગામના પ્રતિષ્ઠિત કબા ગાંધીના પુત્ર મોનિયા (મોહનચંદ) વર્ષ ૧૯૩૩ માં થયાં. બાલિકાવધૂ કસ્તૂરે ગાંધી પરિવારની ડેલીમાં કંકુપગલાં કર્યાં. આવા સમૃદ્ધ પરિવારમાં પુત્રવધૂના સુખનો પાર નહીં હોય એવું માનનાર કન્યાના માવેતરને ક્યાં ખબર હતી કે પોતાની દીકરી કસ્તૂરના લગ્ન તેના માટે બે દસકા જેટલો આકરો અને એકલવાયો જવાબદારીભર્યો સમય લઈને આવવાના હતા ! કિશોર પતિ મોનિયો પત્નીને પોતાની માલિકીની જાગીર માનતો. તેના પર દાદાગીરી કરવી અને હુકમ ચલાવવો તેને માટે જાણે વટનો વિષય હતો. પણ નાનકડી કસ્તૂર પણ ક્યાં ઓછી હતી ? તે નાનપણથી પોતાના મન પ્રમાણે વર્તવા ટેવાયલી હતી. પતિ તેને કોઈપણ ફરજ પાડે તે તેને

૧૮૮૮ માં તેમના લગ્નસંસારમાં જ્યેષ્ઠ પુત્ર હરિલાલનું આગમન થયું. જેને કસ્તૂરે એકલા હાથે ઉછેરવાનો હતો, કારણકે પુત્રના જન્મની સાથે મોનિયો વિલાયત બેરિસ્ટરનું શિક્ષણ લેવા વિદાય થયો. નિરક્ષર કસ્તૂર અને વિદેશમાં શિક્ષણ પામી રહેલ પતિ વચ્ચે પત્નીયારનો એકમાત્ર સેતુ મોહનચંદનો મિત્ર શેખ મહેતાબ હતો. પિતા વિહોણા હરિલાલના પ્રારંભિક વર્ષોને લીધે હરિલાલનું જીવન કેવું અસ્ત-વ્યસ્ત બની ગયું તેની ચર્ચા ઘણા બધા વિદ્વાનોએ ઊંડાણપૂર્વક કરેલી છે. ‘ગાંધી વર્સીસ ગાંધી’ સિનેમા પિતા-પુત્રની આ જોડીના સંબંધો સમજવાનો પ્રયત્ન હતો.

બેરિસ્ટર મોહનચંદ કરમચંદ ગાંધીના દક્ષિણ આફ્રિકાના સપરિવાર વસવાટ દરમિયાન તેમના તથા તેમની પત્ની કસ્તૂરના વ્યક્તિત્વમાં જે આમૂલ પરિવર્તન થયું તેના કારણો તથા પરિણામોનું પણ વિશ્વસ્તરે દસ્તાવેજકરણ થઈ ચૂક્યું છે. દક્ષિણ આફ્રિકાની ટ્રેનમાં રંગભેદની નીતિના શિકાર બનેલ મોહનચંદ માટે પોતાના દક્ષિણ આફ્રિકાના પ્રવાસ દરમિયાન ભારતીયો તથા અન્ય અશ્વેતોને ન્યાય અપાવવો તે જ જાણે જીવનનો ધ્યેય બની ગયેલો. કમશ: અશ્વેત લોકોના નાયક બનતા જતા પતિને પગલે પત્નીના વિચારો પણ બદલાઈ રહ્યા હતા. પરંતુ વિલાયતમાં ભણેલ પતિ કસ્તૂરને જાતમહેનત તથા અસ્પૃશ્યતા નિવારણનો પાઠ ભણાવવા આશય સાથે જાજરૂ સાફ કરવાની ફરજ પાડેલ એ તો કેમ ચલાવી લેવાય ? કસ્તૂરને મન એ કામ અશક્ય હતું. પતિ પોતે ભલે જાજરૂ સાફ કરે, પરંતુ પત્નીને તેની ફરજ ન પાડી શકે તેવું સ્વાભિમાની કસ્તૂર માનતી હતી. અને તેનું સ્વાભિમાન જીવનની કક્ષાએ પહોંચ્યું ત્યારે પતિએ તેને ઘરથી બહાર પણ કાઢી મૂકી હતી. પરંતુ વતનથી ઘણે દૂર આવી વસેલ નિરક્ષર કસ્તૂર ક્યારેય પોતાની જાતને બિચારી બાપડી માનવા તૈયાર નહોતી. તેનો પ્રતિકાર ચાલુ રહેલો. તેના અસહકાર અને અહિંસક વિરોધ

તેમજ અબોલાના શસ્ત્રોએ ગાંધી જેવા લોકનાયકને વિશ્વને અચંબો પમાડે તેવા અહિંસા, અસહકાર તથા સત્યાગ્રહ જેવા શસ્ત્રોની ભેટ આપેલી, તે વાત ગાંધીજી પોતાની આત્મકથામાં સ્વીકારે છે.

ગાંધીજી તથા કસ્તૂરબાના સહજીવન તથા અરસ-પરસના વિકાસની ભાગીદારીની વાત અગણિત પુસ્તકોમાં ચર્ચાઈ ચૂકી છે. અહીં તો એટલું જ નોંધવાનું કે, બાપુના પારસ સ્પર્શે કસ્તૂરબા કંચન બન્યાં તે વાત સાચી તો ખરી, પરંતુ તે ફક્ત સ્પર્શમાત્રનો કમાલ નહોતો. બા દરેક પગલે બાપુના વિચારો તથા આગ્રહોના તાર્કિક સ્વીકાર સાથે બધું અપનાવતા ગયેલા. તેમણે ક્યારેય ફક્ત પતિના આગ્રહને વશ થઈને કોઈ સિદ્ધાંત સવીકાર્યો નહોતો. ચાર પુત્રોના માતા-પિતા બન્યા બાદ વર્ષ ૧૯૦૬ માં જ્યારે બાપુએ બ્રહ્મચર્યનું વ્રત લીધું ત્યારે તે વ્રતનો સ્વીકાર કસ્તૂરબાએ પતિની ઈચ્છાને વશ થઈને કર્યો નહોતો. તેઓ પોતે બ્રહ્મચર્યમાં માનતા થયાં હતાં. અને તેમની સંપૂર્ણ સંમતિ સાથે બાપુ આ વ્રત લઈ શક્યા હતા. ભારતથી દક્ષિણ આફ્રિકા ગયેલ બેરિસ્ટર મિ. મોહનચંદ કરમચંદ ગાંધી અને કસ્તૂર ગાંધી ત્યાંથી જનનાયક ગાંધીજી અને જગ જનની કસ્તૂરબા બનીને સ્વદેશ પાછા ફરેલા.

ભારત પાછા ફર્યા બાદ સ્વતંત્રતા આંદોલનને સમર્પિત બા-બાપુના જીવનના શેષ વર્ષોમાં સંપૂર્ણ વૈચારિક ઐક્ય હતું. ક્યાંય કોઈ અસંમતિ કે વિવાદને અવકાશ નહોતો. અને તોય ઈતિહાસકાર વિજય લાલ નોંધે છે તેમ તે વર્ષો દરમિયાન વિશ્વભરમાં કોઈ એક વ્યક્તિ બાપુને ટોકી શકે તેમ હોય તો તે કસ્તૂરબા જ હતાં. જરૂર પડે તેઓ પતિથી ભિન્ન પોતાનું મંતવ્ય જણાવતા ક્યારેય અચકાતા નહીં. આટલા બધા ઐક્ય છતાં કસ્તૂરબાએ ક્યારેય નોટબુક ન વાપરવાની પોતાની ટેક જાળવી રાખી. આ વાતનો સંદર્ભ જણાવતા ઈતિહાસકાર અપર્ણા બાસુ પોતાના પુસ્તક ‘કસ્તૂરબા: એ લાઈફ’ માં જણાવે છે કે, નાનપણમાં નિશાળે નહીં

ગયેલાં કસ્તૂરબાના અક્ષર નાના બાળક જેવા હતા. આવા હાલ કરનાર મહાત્માના તેઓ પત્ની હતાં. લોકોને ગાંધીજી તેમને અક્ષર સુધારવા લાઈનવાળા કાગળ પર સોહામણું લાગતું મહાત્માની પત્નીનું પદ સાચવવું કેટલું લખવાનો આગ્રહ રાખતા. એકવાર બા એક લાઈનવાળી આકરું હતું તે તો કસ્તૂરબાનું હૃદય જ જાણતું હતું. નોટબુક લઈને તેમાં શ્રુતલેખન કરવા બેસી રહ્યાં હતાં ગિરિરાજ કિશોર નામક હિન્દી નવલકથાકારે કસ્તૂરબાના ત્યારે બાપુએ તેમને ટોક્યા. ‘અક્ષર સારા થાય પછી જીવન પર આધારિત નવલકથામાં હરિદાસની માતા નોટમાં લખજો.’ પતિના આ શબ્દો બાને આકરા લાગ્યા. કસ્તૂરબાની વાત હૃદયદ્રાવક રીતે વર્ણવી છે.

ત્યારબાદ બાએ આજીવન નોટબૂક ન વાપરી. આ હતો પતિ ગાંધીજીની હાજરીમાં દિલ્હીના આગાખાન પેલેસમાં બ્રિટિશ હકૂમતની નજરકેદમાં અંતિમ શ્વાસ લેનાર કસ્તૂરબાના મૃત્યુએ મોહનદાસ ગાંધીને પેલેસમાં બ્રિટિશ હકૂમતની નજરકેદમાં અંતિમ શ્વાસ લેનાર કસ્તૂરબાના મૃત્યુએ મોહનદાસ ગાંધીને હયમયાવી મૂકેલા. પુત્રવત્ મહાદેવભાઈ દેસાઈની વિદાય સાથે ગાંધીજી એકલા પડી ગયા હતા, પરંતુ હવે બાની વિદાયે તેમને શૂન્યતાથી ભરી દીધા. કસ્તૂર તેમની પત્ની માત્ર નહોતાં. બાપુના મતે તેઓ આજીવન વફાદાર સાથી, સેવક, પત્ની તેમજ માતા પણ હતા.

આવા કસ્તૂરબાને તેમની સાર્થ શતાબ્દી નિમિત્તે ભાવાંજલિ.

આવા કસ્તૂરબાને તેમની સાર્થ શતાબ્દી નિમિત્તે ભાવાંજલિ.

* * *

‘અમરઆશા’ ૪૦૪, સરસ્વતીનગર,
આંબાવાડી વિસ્તાર, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫.

પૂ. શ્રી મોટા પ્રેરિત હરિ:ઓમ સત્સંગ મંડળ - અમદાવાદ દ્વારા

સદ્વિચાર પરિવારના ટ્રસ્ટી

શ્રી પ્રફુલ્લભાઈ અધ્વર્યુનું સન્માન

પૂ. શ્રી મોટા - હરિ:ઓમ સત્સંગ મંડળ, અમદાવાદ સેવાને વરેલી સંસ્થાઓ અને વ્યક્તિઓનું સન્માન કરે તે ઘટના સ્વાભાવિક છે. પૂ. શ્રી મોટાએ શિક્ષણ અને યુવાશક્તિના વિકાસ માટે જે દાનનો પ્રવાહ વહેવડાવ્યો હતો તે ગૌરવવંતુ પ્રકરણ છે. પૂર્વાશ્રમમાં સ્વાતંત્ર્ય સેનાની રહી ચૂકેલા પૂ. શ્રી મોટાની સ્મૃતિમાં વર્ષ ૨૦૧૮ના અંતમાં સ્નેહમિલન યોજી જે સન્માન આપવામાં આવ્યા તેમાં સદ્વિચાર પરિવાર અને માર્ગદર્શકના ટ્રસ્ટી શ્રી પ્રફુલ્લભાઈ એચ. અધ્વર્યુનું નામ સન્માન માટે પસંદ કર્યું તે સંસ્થા માટે આનંદ અને ગૌરવની ઘટના છે. આ પ્રસંગે શ્રી શ્રી પ્રફુલ્લભાઈ એચ. અધ્વર્યુને નિરામય દીર્ઘાયુ પ્રાપ્ત થાય અને સેવાના માર્ગે સતત આગળ વધે તેવી શુભેચ્છા સહ...

ટ્રસ્ટી મંડળ, સદ્વિચાર પરિવાર



મારો શૈક્ષણિક અનુભવ

શારદાબહેન ડી. ગજજર



આપણા ધાર્મિક ગ્રંથોમાં માણસનું આયુષ્ય ૧૦૦ વર્ષનું નક્કી કરેલું છે. જેમાં તમામ અવસ્થા કરતાં વિદ્યાકાળનો સમય સૌથી શ્રેષ્ઠ છે. કેમકે આ દરમિયાન આપણે વિદ્યા પ્રાપ્ત કરવા સિવાય અન્ય કોઈ જવાબદારી હોતી નથી અને અવનવું જાણવાની જિજ્ઞાસા તીવ્ર બને છે. આપણી આ વૃત્તિને પોષણ મળે છે, પહેલાં ગુરુ અને શિષ્ય શબ્દો વપરાતા. આજ આપણે તેને વિદ્યાર્થી અને શિક્ષક જેવા સંબોધનો આપ્યા છે. માતા એ આપણો પ્રથમ ગુરુ છે તો શિક્ષક ! જો ‘મા’ એ ઘર છે તો શિક્ષક એ ઘરનું આંગણું છે. ઘરના વાતાવરણમાંથી બહાર નીકળીએ ત્યારે આપણો પહેલો સંપર્ક શિક્ષક સાથે થાય છે. મા આપણને આંગળી પકડી ચાલતા શિખવાડે છે, જ્યારે શિક્ષક આપણને ચાલતા-ચાલતા અટકી ન જઈએ તે શિખવાડે છે.

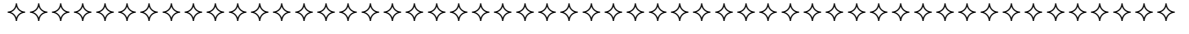
વિદ્યાર્થીકાળ દરમિયાન ઘણા અનુભવો આપણને થતા હોય છે એવું નથી હોતું કે, ફક્ત સારા અનુભવો થયા હોય, ખરાબ પણ થયા હોય. અને કદાચ આપણને પણ તેમની સાથે ખરાબ વર્તન કર્યું હોય બની શકે ને ? હા કે ના ? અરે તમે પછી વિચારો અત્યારે તો મને મારી વાત કરવા દો. હું પાંચમા ધોરણમાં ભણતો હતો ત્યારની આ વાત છે. તળાવની પાળે કાંકરીની રમત રમતાં-રમતાં દીપલો બોલ્યો અલ્યા રવલા કાલે આપણી નિશાળમાં નવા સાહેબ આવવાના છે ને એ આપણને ભણાવવાના છે. મને તો અત્યારથી જ બીક લાગવા માંડી. વાસુડો બોલ્યો. લે અલા, બીક શાની ? આપણે તો ભણવાથી કામ, ભણાવે એટલું ભણીશું ત્યાં હરીયો બોલ્યો અને ના આવડ્યું તો અંગૂઠા પકડાવશે તો પાંચ-પાંચ વખત લખવા આપશે તો ! અરે, લખી નાખશું. બસ, અહીં હું એક વાતની ચોખવટ કરી દઉં, મારું નામ રવલો નહીં પણ રવિ છે.

ગામડાના છોકરાને તો આવી આદત હોય ! દીપકને દીપલો, વાસુદેવને વાસુડો ! મને બધા રવલો જ કહેતા અને અમે એક બીજાને આવી રીતે બોલાવતા. આઈું આઈું અંધારું થવા લાગ્યું. અમે રમી-રમીને થાક્યા એટલે પોત પોતાના ઘરે ગયા.

સવાર પડ્યું નાહીને તૈયાર થઈ અમારું મિત્રમંડળ એકબીજાને બૂમો પાડવા લાગ્યું. હેડ રવલા, એલા, દીપલો ના દેખાયો ? એ આવું છું હરીયા, હજુ શું કરે છે ? જો મોડું થશે તો નવા સાહેબ આપણો વારો લઈ લેશે ? આમ સાથે મળીને શાળામાં ગયા. ફટાફટ અમારા દફતર વર્ગખંડમાં મૂકીને પ્રાર્થના ખંડમાં ગોઠવાયા. હજુ પ્રાર્થના ચાલુ થવાની થોડી વાર હતી. બેત્રણ શિક્ષકો બેઠા હતા. પણ નવા સાહેબ હજુ આવ્યા નહોતા. ત્યાં જ સાહેબે આંખો બંધ કરવાની સૂચના આપી ને પ્રાર્થના શરૂ થઈ. અમે આંખ તો બંધ કરી પણ થોડી થોડી વારે આંખ ખોલીને આજુબાજુ શું ચાલી રહ્યું છે તે જોવાનું ભૂલતા નહીં. બાળકોના સ્વભાવ કેવા હોય છે ! તે અમારા આ વર્તનથી આપને ખ્યાલ આવશે ત્યાં વળી સૂચના મળતી ‘એય’ છોકરાઓ આંખ બંધ રાખો.’

“પહેલાં ગુરુ અને શિષ્ય શબ્દો વપરાતા. આજે આપણે તેને વિદ્યાર્થી અને શિક્ષક કહીએ છીએ.”

પ્રાર્થના પૂરી થયા બાદ નવા માસ્તર આવ્યા કે નહીં તે જોવા અમે કાયદેસરની આંખો ખોલી સામે બેસેલા શિક્ષકોની હરોળમાં તેઓ બેઠા હતા. દેખાવમાં કાંઈ બીક લાગે એવા નહોતા. મારા પપ્પા જેવડા લાગતા હતા અમસ્થા જ વાતો કરીને અમને બિવડાવી દીધા. કાળા કલરનું પેન્ટ ને ઉપર આસમાની રંગનો બુશર્ટ પહેર્યો હતો. વાન ગોરો હતો ને નાકે તેણે પણ રૂપાળા લાગતા હતા. બાકી દેખાતા ‘ઝકાસ’ હતા. મારા મિત્રોએ કેમ એમના



વિષે આવી વાતો ઉપજાવી હતી એ મને સમજાયું નહીં.

અમે સૌ વર્ગખંડમાં ગોઠવાયા. નવા સાહેબ અંદર દાખલ થયા ને સૌએ ઊભા થઈ ‘જયહિંદ’ બોલી એમનું સ્વાગત કર્યું. અમારી સાથે વાતચીત શરૂ કરવા માટે તેમણે પોતાનો પરિચય આપ્યો. અમારો પરિચય મેળવ્યો. પહેલો દિવસ હતો એટલે ખાસ કંઈ ભણાવ્યું નહીં. મજાક મસ્તીમાં દિવસ પૂરો થયો.

બન્યું એવું કે, આ નવા સાહેબ એટલે કે, જનકભાઈ અમારી શાળાના આચાર્યના ઘરે રોકાયા હતા. ગામમાં મકાનભાડે રાખવા શોધતા હતા તે થયું એવું કે, મારી બાજુમાં રહેતા ધનાકાકાનું ઘર તેમને મળી ગયું. હવે તો તે મારી બાજુમાં રહેતા એટલે હું તેમની નજરમાં રહેતો, બહાર બહુ વખત રમવા પણ ન જઈ શકતો.

કોઈક વખત એવું બનતું હોય છે જેના વિષે આપણે પૂર્વાનુમાન કાઢીએ છીએ એ તદ્દન ખોટું પણ હોઈ શકે. શાળામાં અમે એક દિવસ થોડા વહેલા પહોંચી ગયા હતા. બધા વાતે ચડ્યા એય ! દીપલા સાહેબ તો સારા છે. લે, વળી મને શું ખબર ! ત્યાં હરીયો બોલ્યો એ તો નવા છે ને એટલે હમણાં થોડાક વખત પછી ખબર પડી જશે. જનકભાઈ આ બધું સાંભળી ગયા હતા પણ અમને તો અણસાર સુદ્ધાં ના આવ્યો. રોજની જેમ ભણવાનું શરૂ થયું. સાહેબ ખૂબ સરસ ભણાવતા હતા. એમની રીત થોડી કડક હતી. દરેક વિદ્યાર્થી પાસે તેમને ઊંચી અપેક્ષા હતી. અમને આવડે થોડું ને એમની અપેક્ષા ઝાઝી ! ક્યાં મેળ ખાય ! તેમને થતું કે, કોઈ બાળક નબળું ન રહેવું જોઈએ. બધા ‘ટોપલેવલ’ પર હોવા જોઈએ. જો કંઈ કંઠસ્થ કરવા આપ્યું હોય ને એ ના આવડે તો ત્રણ-ચાર વાર લખાવતા. કહેતા, કે લખવાથી વધારે યાદ રહે છે. અને થાય પણ એવું કે, બે ત્રણ વખત લખીએ કે, તરત કંઠસ્થ થઈ જાય, કોઈ કહેતું કે, નથી આવડતું ત્યારે કહે જો બાજુવાળાને આવડે છે તો તને પણ આવડશે. ભગવાને સૌની અંદર અખૂટ શક્તિ મૂકેલી છે. આપણે ગમે તે કરવા સક્ષમ છીએ. પ્રયત્ન કરીએ તો સફળતા મળે જ છે. કોઈ વાર અમે ભૂલ કરતા તો થતું કે, તેઓ મારશે, અંગૂઠા પકડાવશે.

વર્ગખંડની બહાર બેસાડશે. પરંતુ તેઓ આમાંનું કંઈ જ વલણ અપનાવતા નહીં, બલકે પ્રેમથી સમજાવતા.

શૈક્ષણિક અનુભવ માત્ર ખરાબ જ હોય એવું કોણે કહ્યું. જુઓ બીજી એક નાની પણ હૃદયને સ્પર્શી જાય તેવી આપણને નાની-મોટી ખરાબ આદત હોય છે. અમારે સૌને હરીયો, દીપલો એમ કહીને બોલાવવાની આદત હતી તે આ સાહેબ સાંભળી ગયા હતા એ તો મેં તમને કીધેલું. એક વખત અમારા મિત્રમંડળને એક સાથે મળવા બોલાવ્યું. અમારી સાથે વાતો કરી ને પછી કહ્યું કે તમને કોઈ કામ કરવાનું સોંપે એ તમે કરી નાખો પછી વધારાનું કામ કરવાનું તમને ગમે ? અમે વિચારમાં પડી ગયા ‘હા ! કહેવી કે ના.’ ત્યાં તો એમણે જ કહ્યું, ભઈ મને તો ના ગમે. અમે હસ્યા. અમે પણ કહ્યું અમને પણ ના ગમે, તો સાંભળો મારી વાત હરીયા તરફ આંગળી ચીંધતા બોલ્યા આનું નામ શું છે ? બધા ફટ દઈને બોલ્યા ‘હરીયો’ હં.. હું તમને આજ વાત જણાવવા માગું છું એનું નામ છે ‘હરિ’ કેટલું સરળ નામ છે. માત્ર બે અક્ષરનું ને એમાં વળી તમે ત્રીજો અક્ષર ઉમેરીને બોલો છો. એટલે જીભને મહેનત તો ખરી સાથે-સાથે તેનું નામ છે ‘હરિ’ કેટલું સરળ નામ છે. માત્ર બે અક્ષરનું ને એમાં વળી તમે ત્રીજો અક્ષર ઉમેરીને બોલો છો ? બસ તે દિવસથી મેં તો કાન પકડ્યા ! તે દિવસથી આજ સુધી હું કોઈનું પણ નામ બગાડીને બોલતો નથી.

મારા પપ્પાની બદલી થતાં મારે એ ગામ અને શાળા છોડવાં પડ્યાં. પણ આજેય મને નવાસાહેબ ભૂલાયા નથી. એમણે આપેલા શિક્ષણને લીધે આજે હું ખૂબ મોટો અધિકારી બન્યો હોઉં તો કોને ખબર ! અને હા ! આજે મારા બંગલામાં કેટલાય નોકર-ચાકર છે પણ તમામને હું માનથી બોલાવું છું. ‘મગન’ને હું ‘મગના’ ‘જીવણ’ને હું ‘જીવલા’ નથી કહેતો.

- ગૃહિણી



૧, અમૃતકુંજ, શાસ્ત્રી રોડ, બારડોલી.





નશો નિર્દોષને પણ નડે

રણછોડ શાહ



દર્દ સિવાય જિંદગી અધૂરી છે

તો પણ જીવવું જરૂરી છે.

ના કરજો અફસોસ તમારી જિંદગી પર,

કેમ કે,

તમારી જિંદગી વિના કોઈકની જિંદગી અધૂરી છે...”

એક દિવસ હું બીગ બજારમાં ખરીદી કરી રહ્યો હતો ત્યારે મેં કેશિયરને એક પાંચ-છ વર્ષના છોકરા સાથે વાતો કરતો જોયો.

કેશિયર બોલ્યો, “તારી પાસે ઢીંગલી ખરીદવા પૂરતા પૈસા નથી અને તેથી તને ઢીંગલી આપી શકીશ નહીં.”

છોકરો કેશિયરને પુનઃ પૂછી રહ્યો હતો, “તમને ચોક્કસ લાગે છે કે મારી પાસે પૂરતા પૈસા નથી ?”

કેશિયરે ફરીથી પરચૂરણ ગણી જણાવ્યું, “ભાઈ, તારી પાસે ઢીંગલી ખરીદવા માટે સાચે જ પૂરતા પૈસા નથી.”

નાનો છોકરો હજુ પણ ઢીંગલીને છાતીએ વળગાડીને ઊભો રહ્યો હતો. મેં તેના તરફ જોયું. મેં તેને પૂછ્યું, “તું કોને માટે ઢીંગલી ખરીદવા માંગે છે ?”

તેને જણાવ્યું, “મારી નાનકડી ડાહી બહેન છે. હું તેને અનહદ ચાહું છું. હું તેને તેના જન્મદિવસે આ ઢીંગલી ભેટ આપવા માગું છું. મારે આ ઢીંગલી મારા મમ્મીને આપવી છે કે જેથી જ્યારે તે ત્યાં જાય ત્યારે મારી નાની નાની બહેનને જરૂરથી આપે.”

તેની આંખમાં ઉદાસીનતા સ્પષ્ટ નજરે પડતી હતી. તે બોલ્યો, “મારી બહેન ભગવાન પાસે પહોંચી ગઈ છે. પપ્પા કહે છે કે મમ્મી ટૂંક સમયમાં જ પ્રભુને મળવા જવાની છે. મને વિચાર આવે છે કે મમ્મી આ ઢીંગલી લઈને જાય જેથી તે મળે ત્યારે મારી બહેનને આપી દે.”

મારું હૃદય ધબકવાનું ચૂકી ગયું. નાનકડા છોકરાએ મારા તરફ જોયું અને બોલ્યો, “મેં મારા પપ્પાને કહ્યું છે કે તેઓ મમ્મીને હમણાં જવા દેશે નહીં, હું બીગ બજારમાંથી પરત આવું ત્યાં સુધી મમ્મીને થોભી રાખવા જણાવ્યું છે.”

ત્યારબાદ તેને મને નાની બહેનનો હસતાં ચેહરાવાળો ફોટો બતાવ્યો. તેણે મને કહ્યું “મારી મમ્મી આ ફોટો લઈને મારી બહેનને મળે જેથી તે મને ભૂલી ન જાય ! હું મારી મમ્મીને ખૂબ પ્યાર કરું છું કે તે મને છોડીને ન જાય. પરંતુ પપ્પા કહે છે કે તેને મારી નાની બહેન પાસે જવું જ પડશે.”

તેને પુનઃ ઢીંગલી તરફ વિષાદપૂર્ણ ચહેરાથી જોયું. ખૂબ ધીરજ અને શાંતિપૂર્વક તેને નજર ફેરવી. હું તાત્કાલિક ત્યાં પહોંચ્યો અને છોકરા પાસેના ખૂટતા પૈસા ઉમેરી તે ઢીંગલી તેને અપાવી દીધી. વેપારીએ થોડાક પૈસા છોકરાને પરત આપી તેના ઉપર દયા કરી.

છોકરાએ સ્મિતસહ જણાવ્યું, “મને પૂરતા પૈસા કરી આપવા બદલ આપનો ખૂબ ખૂબ આભાર.”

મારા તરફ જોઈ બોલ્યો, “કાલે રાત્રે મેં પ્રભુને પ્રાર્થના કરી હતી કે મને પૂરતા પૈસા આપે જેથી હું ઢીંગલી ખરીદી શકું અને ડાહી બહેનને આપવા માટે મમ્મીને આપી શકું...પ્રભુએ સાચે જ મારી પ્રાર્થના સાંભળી ! વળી મારે મમ્મી માટે સફેદ ગુલાબ પણ લેવાનું હતું, પરંતુ પ્રભુ પાસે વધારે માંગવાની મારી હિંમત ચાલી નહીં. તે યોગ્ય પણ ન કહેવાયને ! પરંતુ તમે મને પૈસા આપ્યા તેમાંથી મેં ઢીંગલી ખરીદી. દુકાનદાર કાકાએ થોડાક પૈસા આપ્યા તેમાંથી મમ્મી માટે સફેદ ગુલાબ ખરીદી લઈશ.”

જુદા જ વિચારો સાથે મેં મારી ખરીદી પૂર્ણ કરી ઘર

તરફ ચાલવા માંડ્યું. પરંતુ હું નાનકડા છોકરાને મારા હૃદયમાંથી દૂર કરી શક્યો નહીં.

“નફરતનો દરિયો તો અમે ક્યારનો હસીને પાર કરી ગયા,

પણ, અમને તો લાગણીનાં ખાબોચિયાંએ ડુબાડ્યા છે...”

ત્યારબાદ સ્થાનિક સમાચાર પત્રમાં આવેલ એક સમાચાર મને યાદ આવી ગયા. તેમાં જણાવ્યા પ્રમાણે દારુ પીધેલા ટ્રક ડ્રાઈવરે રસ્તા ઉપર જતી એક કારને ટક્કર મારી હતી. કારમાં એક સ્ત્રી અને નાની બાળકી હતા. બાળકીનું સ્થળ ઉપર જ મૃત્યુ થયું જ્યારે માતાને કટોકટી ભરી સ્થિતિમાં દવાખાને દાખલ કરવામાં આવેલ છે. માતા આઈ.સી.યુ.માં ઓક્સિજનના સહારે જીવન જીવી રહી હતી. જેવો ઓક્સિજન બંધ થાય કે તુર્ત જ મૃત્યુ થાય તેવી કટોકટી ભરી સ્થિતિમાં તે સ્ત્રી શ્વાસ લઈ રહી હતી. તે યુવાન સ્ત્રી બેભાન અવસ્થામાંથી બહાર આવી શકે તેમ નહોતી. શું આ છોકરો તે કુટુંબનો જ હતો ?

આ ઘટનાના બે દિવસ બાદ મેં સમાચાર પત્રમાં વાંચ્યું કે તે યુવાન સ્ત્રી આ દુનિયાને છોડીને જતી રહી છે. તેને ત્યાં જતાં હું મારી જાતને રોકી શક્યો નહીં. રસ્તામાંથી સફેદ ગુલાબનો બુકે લઈને તેમના ઘરે ગયો. તે નાનકડો છોકરો તેની મમ્મીના મૃત શરીર પાસે બેસી મરણોત્તર વિધિ કરી રહ્યો હતો. મૃતદેહના એક હાથમાં

સફેદ ગુલાબ હતું, બીજા હાથમાં હસતી બાળકીના ચેહરાવાળો ફોટો હતો. મૃત માતાની છાતી ઉપર મસ્ત મજાની ઢીંગલી હતી.

મેં તે સ્થળ છોડ્યું. મારી આંખમાં આંસુ ઊભરાઈ આવ્યા. મને લાગી આવ્યું કે મારી જિંદગી સંપૂર્ણપણે બદલાઈ ગઈ છે. આજે પણ તે નાનકડા બાળકના ચહેરા ઉપરનો તેની માતા અને બહેન માટે નિર્દોષ અને નિવ્યાજ પ્રેમ તેની આંખ મારફત મને સ્પષ્ટ નજરે પડતો હતો. એક દારુ પીધેલ ટ્રક ડ્રાઈવરે ખૂબ થોડી સેંકડોમાં જ તે નાનકડા છોકરા પાસેથી તેની મમ્મી અને બહેન છીનવી લીધાં.

મહેરબાની કરીને માદકપીણું પીને ડ્રાઈવિંગ કરશો નહીં. ઈન્ટરનેટ ઉપરની આ ‘વાર્તા’ ૧૩ લાખ લોકોએ વાંચી. પરંતુ કોઈએ તેના ઉપર લાઈક કે કોમેન્ટ કરી નથી. આપણે કેટલા બધા લાગણીશૂન્ય બની ગયા છીએ ?

આચમન :

“અંદરથી જાગો ત્યારે જ

સાચી સવાર થાય છે ...!

બાકી તો રાત પછી

રોજ એક સવાર થાય છે.”

* * *

૪૭, સુવર્ણપુરી સોસાયટી, ચીકુવાડી, જેતલપુર રોડ,

વડોદરા-૩૯૦૦૦૭

સદ્વિચાર પરિવારની શૈક્ષણિક સહાય નિધિમાં દાન માટે અપીલ

હાલની સ્વનિર્ભર શૈક્ષણિક સંસ્થાઓમાં વિદ્યાર્થીઓને આવકના પ્રમાણમાં ખૂબ ઊંચી ફી ભરવી પડે છે. વિદ્યાર્થીઓના વાલીઓ માટે આ મુદ્દો ખૂબ મહત્વનો બને છે. એક તરફ નાણાંનો અભાવ અને બીજી તરફ પુત્ર-પુત્રીની કારકિર્દીનો પ્રશ્ન હોવાથી આ મૂંઝવણ અકથ બને છે. અનેક લોકો સદ્વિચાર પરિવારમાં મદદની આશાથી નાણાંકીય સહાયની માગણી કરે છે, પરંતુ આ પ્રકારની સહાય માટે કોઈ અલગ નાણાંકીય વ્યવસ્થા ન હોવાને કારણે વાલીઓને નિરાશ થવું પડે છે. અમારી સદ્વિચાર પરિવારના સૌ શુભેચ્છકોને આગ્રહભરી અપીલ છે કે સદ્વિચાર પરિવારના આ કાર્ય માટે એક શૈક્ષણિક સહાય નિધિ શરુ કરવા ઈચ્છે છે તો આ નિધિમાં સૌ શુભેચ્છકો ઉદારહાયે દાન આપે, જેથી જરૂરિયાતમંદ પરિવારોને શૈક્ષણિક સહાય આપી શકાય.



કૂડ લેબલની જાણકારી

ડૉ. જાનકી પટેલ



તમામ પ્રકારના તૈયાર ખાદ્યપદાર્થો પર લેબલ હોય છે. જેમાં તેની અંદરના તત્ત્વો વિષેની જાણકારી હોય છે. આજે મોટાભાગના લોકો કૂડ લેબલ પર તેની એક્સપાયરી ડેટ અથવા તો યુઝ બાય ડેટ વાંચીને જ વસ્તુ ખરીદતા હોય છે. એટલું જ નહીં પણ તેમાં રહેલા પોષકતત્ત્વો પણ વાંચે છે. અને કઈ ચીજ વપરાઈ છે તે પણ જાણી લેતા હોય છે.

કૂડ લેબલમાં ઉપર જણાવ્યા સિવાયની પણ ઘણી માહિતી હોય છે પરંતુ જે આપણે જાણતા નથી. પોષણ અંગેની માહિતીમાં તેમાં રહેલા તત્ત્વો, એડીટીવ્સ અને ઉત્પાદનકર્તા વિષે લખેલું હોય છે. પોષકતત્ત્વોમાં તેમાં રહેલી કેલરી વિષે જણાવ્યું હોય છે જે કિલોજ્યુલ અને કિલો કેલરીના માપમાં હોય છે. આ ઉપરાંત સંતૃપ્ત ચરબી, પ્રોટીન, સોડિયમ, ખાંડ અને કોલેસ્ટરોલની માહિતી હોય છે. આ ન્યુટ્રીશન ઈન્ફોર્મેશન પેનલ કૂડ લેબલનો એક ભાગ છે. તે તમને જણાવે છે કે ક્યાં ખોરાકમાંથી ક્યું પોષકતત્ત્વ કેટલા પ્રમાણમાં મળશે. તમારા આહારમાં ચરબી, ખાંડ અને કોલેસ્ટરોલની માહિતી હોય છે. આ ન્યુટ્રીશન ઈન્ફોર્મેશન પેનલ કૂડ લેબલનો એક ભાગ છે. તે તમને જણાવે છે કે ક્યાં ખોરાકમાંથી ક્યું પોષકતત્ત્વ કેટલા પ્રમાણમાં મળશે. તમારા આહારમાં ચરબી, ખાંડ, કોલેસ્ટરોલ કેટલા મળશે. આપણે એક પેકેટનું લેબલ વાંચીને બીજા સાથે સરખામણી પણ કરી શકીએ. જે લાકો ડાયટ કરતા હોય તેમને આ જાણકારીથી પ્લાનિંગ સરળ બને છે અને એ ચીજમાં ક્યું પોષકતત્ત્વ વધારે છે તે જાણી શકાય છે. લેબલ પર લખેલી માહિતી તે વસ્તુના એક સર્વિંગની હોય છે અને પેકેટના કુલ વજનની પણ હોય છે. પરંતુ

આમાં ઘણી જાગૃતિ રાખવી પડે છે કેમકે લેબલ પર લખ્યું હોય કે તે વસ્તુમાં ૧૦૦ કેલરી અને માત્ર ૫ ગ્રામ ખાંડ છે, પણ જ્યારે નંબર ઓફ સર્વિંગ જુઓ ત્યારે તે ત્રણ હોય તેનો અર્થ એ કે તમને એક પેકેટ આખું ખાવાથી ૩૦૦ કેલરી અને ૧૫ ગ્રામ ખાંડ મળે. આ ખાસ ધ્યાનમાં રાખવું.

આવી જ રીતે ફાઈબર, પ્રોટીન અને સોડિયમ વિષે પણ જાણી શકાય. સોડિયમ ખાવાના મીઠાનું એ ઘટક છે. મોટાભાગના તૈયાર પ્રોસેસડ ખોરાકમાં ઘરના ખોરાક કરતા ઘણું વધારે મીઠું હોય છે. અમુક પ્રમાણમાં સોડિયમ જરૂરી પણ છે પણ વધારે પડતું સોડિયમ શરીરમાં પ્રવાહીનો ભરાવો કરે છે અને બ્લડ પ્રેશર, હૃદયરોગ, કીડનીની કેટલીક તકલીફોમાં તે ઘાતક બની શકે, માટે પેકેટના ખોરાકમાં લેબલ ખાસ વાંચવું.

તમે એવું પણ જાણવા માંગતા હશો કે આ ખોરાકમાં કેટલા વિટામિન્સ અને મિનરલ્સ છે. સામાન્ય નિયમ મુજબ લેબલ પર વિટામીન એ, સી, કેલ્શિયમ અને આર્યનની માહિતી હોય. આ પોષકતત્ત્વો આપણી રોજિંદી જરૂરિયાતના કેટલા ટકામાં છે તે જણાવેલું હોય છે. નીચેના મુદ્દા મોટાભાગના લેબલ પર હોવા જરૂરી છે.

૧. સર્વિંગ સાર્થક વાસ્તવિક હોય
૨. ડેઈલી વેલ્યુના ટકા વિષે સરળતાથી સમજાવેલું હોય.
૩. ખાંડની ડેઈલી વેલ્યુ અચૂક હોય.
૪. કેફિનનું પ્રમાણ જણાવેલું હોય
૫. આખા અનાજ વિષે વિસ્તૃત માહિતી હોય તે ખોરાકમાં રહેલા મૂળ ઘટકો



જે લેબલ પર “ઓર્ગેનિક” છાપવામાં આવેલું હોય તેમાં ઓછામાં ઓછા ૯૫% ઓર્ગેનિક રીતે પાકેલા તત્ત્વો હોવા જોઈએ અને બાકીના ૫% સરકાર દ્વારા માન્ય હોવા જોઈએ. આ બાબતે પરદેશોમાં વધારે ચોકસાઈથી જણાવેલું હાય છે અને આવો આહાર એન્ટિબાયોટીક, ગ્રોથ હોર્મોન, જંતુનાશક દવાઓ, પેટ્રોલિયમ કે સુએઝવાળા ખાતરો, બાયોએન્જિનીયરીંગ કે આયોનાઈઝીંગ રેડિયેશનથી મુક્ત હોવા જોઈએ. તેમાં સર્ટીફાઈંગ એજન્સીનું નામ પણ હોવું જોઈએ. આમાં પણ “૧૦૦% ઓર્ગેનિક” અને મેડ વીથ ઓર્ગેનિક ઈન્ગ્રેડિયન્ટ્સ એવા પ્રકાર હોય છે.

આ ઉપરાંત લેબલ પર એલર્જીની માહિતી હોવી જોઈએ. કેટલાક લોકોને ઘઉંના ગ્લુટીનની, દૂધના લેક્ટોઝની, સોયાબીનની, મગફળીની એલર્જી હોય છે. આથી “એલર્જી એલર્ટ” એવા મથાળા સાથે ઉપરની કંઈ ચીજ છે તે લખવું પડે છે.

વળી, પેકેટમાં રહેલા બધા ઘટકો પૈકી જો કશામાં પણ માંસ, ઈંડા કે માછલીનો કોઈ ભાગ હોય તો ઉપર રેડ ડોટ મૂકવું ફરજિયાત છે અને કંઈ ન હોય અને શુદ્ધ શાકાહારી વસ્તુ હોય તો ગ્રીન ડોટ, વેજિટેરીયનનો “વી” અથવા તો “સ્યુટેબલ ફોર વેજિટેરીયન” લખવું જ જોઈએ. બિનશાકાહારી ચીજોનો ઉપયોગ બેકરીની વાનગીઓ, ચોકલેટ, નૂડલ્સ મેયોનીઝ, અમુક સલાડ

ડ્રેસિંગ અને સોસીઝ તથા બીજી ઘણી ચીજોમાં થતો હોય છે. આમાં પણ ધ્યાન રાખવું કેમકે પરદેશમાં અમુક જગ્યાએ ઈંડા શાકાહારી ગણાય છે. ચોકલેટને અમુક બંધારણ આપવા માટે લેસીથીન વપરાય છે જે ઈંડામાંથી પણ બને અને સોયામાંથી પણ બને છે, માટે સોય લેસીથીન વાંચીને ચોકલેટ ખાવી. આ ઉપરાંત લો સોડિયમ લો-ફેટ, લો-શુગર જેવા દાવા જાહેરાતમાં ખાસ કરવામાં આવે છે. તેવી વસ્તુમાં ખાસ ચીવટથી લો એટલે કેટલું આઈું તે જાણવું. ફળના રસમાં કેટલા ટકા કુદરતી ફળ અને કેટલા ટકા કૃત્રિમ ફળ, એસેન્સ ખાંડ તથા પ્રીઝર્વેટીવ્સ છે તે જોવું. ખાસ કરીને ટી.વી.ની જાહેરાતોમાં નેચરલ, હાઈ-પ્રોટીન જેવા લોભામણા શબ્દો ખૂબ વપરાય છે તો નાના બાળકોને આવી વસ્તુ ધ્યાનપૂર્વક આપવી. જેમાં એસેન્સ, ખાંડ તથા પ્રીઝર્વેટીવ્સ હોય તે બને તો ન જ આપવી.

આમ, ફૂડ પ્રોડક્ટ્સની કંપનીઓ તો પોતાની ચીજ વધુમાં વધુ વેચાય તે પણ ધ્યાનમાં રાખે જ. પરંતુ આપણે લેબલ વાંચવામાં સમજ અને શાણ પણ રાખવું અત્યંત જરૂરી છે.

* * *

૪૫૦, અભિશ્રી કોમ્પ્લેક્સ, સ્ટાર ઈન્ડિયા બજારની સામે,
સેટેલાઈટ રોડ, અમદાવાદ-૧૫. (મો.) ૯૪૨૬૪૦૮૮૪૭

<p>રડ્યા બેઝમ સૌ મારા મરણ પર એ જ કારણથી, હતો મારો જ એ અવસર ને મારી હાજરી નહોતી.</p> <p style="text-align: center;">- બરક્ત વિરાણી 'બેઝમ'</p> <p>હસ્તરેખા જોઈને સૂરજને ફૂકડાએ કહ્યું, આપના પ્રારબ્ધમાં બહુ ચઢ-ઉતર દેખાય છે.</p> <p style="text-align: center;">- ઉદયન ઠક્કર</p> <p>વીજળી ચમકી, ગરજ્યા વાદળ, મેઘ વરસ્યો મુશળધાર, દિલની ધરતી તોયે તરસી, એ પાણ છે કિસ્મતની વાત.</p> <p style="text-align: center;">- આસિમ ચંદેરી</p>	<p>બધો આધાર છે એના જતી વેળાના જોવા પર, મિલનમાંથી નથી મળતા મહોબ્બતના પૂરાવાઓ.</p> <p style="text-align: right;">- મરીઝ</p> <p style="text-align: center;">ગણું છું/યોગિની શુકલ</p> <p>બે ને બે હું પાંચ ગણું છું, સીધોસટ ભૈ આંક ગણું છું ! પૂછો ના એ કોને ખાતર, હું ઝીણો વરસાદ ગણું છું. દોડે વનમાં મૃગ સોનેરી, રાવાળનો ઈતિહાસ ગણું છું, વાદળ વચ્ચે પોરો ખાતા, સૂરજનો હું શ્વાસ ગણું છું. ડાળો સાતે થપ્પો રમતાં, પંખી પારાવાર ગણું છું. ‘ધરતીનો છેડો’, એ-૩, શુકલ સોસાયટી, ગોધરા-૩૮૮૦૦૧</p>
--	--



રાષ્ટ્ર વસે છે ઝૂંપડામાં
સ્વામી વિવેકાનંદ

યાદ રાખો કે રાષ્ટ્રનો-પ્રજાનો વસવાટ ઝૂંપડાઓમાં છે. દેશના એક ભાગમાંથી બીજા ભાગમાં, એક ગામથી બીજે ગામ જવું અને લોકોને સમજાવવા કે, 'હવે વધારે વખત પગ વાળીને બેસી રહેવું પાલવશે નહીં' - આ છે તમારું હાલનું કર્તવ્ય. તેમની ખરી અવસ્થાનું તેમને ભાન કરાવો અને કહો કે, 'ભાઈઓ! બધા ઊઠો! જાગૃત થાઓ! હજી ક્યાં સુધી ઘોરવું છે?' જાઓ અને પોતાની સ્થિતિ કેવી રીતે સુધારવી એ તેમને સમજાવો તથા સ્પષ્ટ અને લોકગમ્ય રીતે રજૂ કરીને શાસ્ત્રોનાં પરમ સત્યો તેમના મગજમાં ઉતારો. ધર્મની બાબતમાં બ્રાહ્મણો જેટલા જ હક્ક તેમને છે એ વાત તેમના મન ઉપર ઠસાવો. નબળા ગણાતા લોકોને પણ તેજસ્વી મંત્રોની દીક્ષા આપો. તે ઉપરાંત જીવનની જરૂરિયાતો, વેપાર, વ્યવહાર, ખેતી વગેરે સંબંધી પણ તેમને સહેલી ભાષામાં જ્ઞાન આપો.

જીવનના બધા વ્યવહારોને આધ્યાત્મિક ભાવથી ભરો :

અનેક સૈકાઓથી, હજારેક વર્ષોથી, જ્ઞાતિઓ, રાજાઓ અને પરદેશીઓએ આ લોકો ઉપર સખત અત્યાચાર ગુજારીને તેમનાં સમગ્ર બળને હરી લીધું છે. એ બળ મેળવવા માટેનું પહેલું પગલું ઉપનિષદોનો આશ્રય લઈ, 'હું આત્મા છું' એમ માનવું એ છે. 'તલવાર મને કાપી શકતી નથી, હવા મને શોધી શકતી નથી, હું સર્વશક્તિમાન છું, સર્વજ્ઞ છું.' વેદાંતની આ બધી વિભાવનાઓ જંગલમાંથી અને ગુફાઓમાંથી બહાર નીકળવી જોઈએ. વકીલો તથા ન્યાયધીશો, ઉપદેશકો અને ઝૂંપડાંઓમાં રહેતા ગરીબ લોકો, માછલાં પકડતા મચ્છીમારો તથા અભ્યાસ કરતા વિદ્યાર્થીઓમાં એ સક્રિય બનવી જોઈએ. વિદ્યાર્થી એમ ધારે કે હું આત્મા

છું તો તે સારો વિદ્યાર્થી બનશે.

કેળવણી ઘેર ઘેર પહોંચવી જોઈએ :

ગરીબ લોકોની અસહાય સ્થિતિ એ ભારતવર્ષનાં બધાં અનિષ્ટોના મૂળમાં છે. કદાચ તમે દરેક ગામડામાં મફત શિક્ષણ આપતી શાળા ખોલો, તો પણ તેથી કંઈ લાભ થવાનો નથી. કારણ હિંદમાં એવી કંગાલિયત છે કે ગરીબ બાળકો નિશાળે આવવા કરતાં ખેતરમાં જઈને પોતાનાં માબાપોને મદદ કરવાનું અથવા તો બીજી કોઈ રીતે કંઈક કમાવાનું પસંદ કરશો. તો પછી જો પર્વત મહમ્મદ પાસે ન જાય, તો મહમ્મદ પર્વત પાસે જવું પડશે. જો ગરીબ બાળક કેળવણીને સ્થળે ન આવી શકે, તો કેળવણીએ તેની પાસે પહોંચવું પડશે. આપણા દેશમાં શુદ્ધ અંતઃકરણવાળા આત્મત્યાગી હજારો સંન્યાસીઓ છે, જેઓ ધર્મનો ઉપદેશ આપતાં એક ગામડેથી બીજે ગામડે ફરે છે. જો તેઓમાંથી ઘોડાને લોકિક બાબતોનું શિક્ષણ પણ આપવાને સંગઠિત કરી શકાય. માત્ર, ધાર્મિક ઉપદેશ, નહીં આપતા બીજું શિક્ષણ પણ આપતા જાય. તેમના જ્ઞાનને પ્રદીપ કરો. તેઓને ઈતિહાસ, ભૂગોળ, વિજ્ઞાન અને સાહિત્યનું શિક્ષણ આપો. અને આની સાથે તે બધા દ્વારા ધર્મના ગંભીર સત્યો પણ તેમને સમજાવો.

જીવનસંઘર્ષમાં રોકાઈ રહેવાથી જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ માટે તેમને તક મળી નહીં. અત્યાર સુધી તેઓએ યંત્રની માફક કામ કર્યું છે અને કેળવાયેલા ચાલાક વર્ગે તેમની મહેનતના ફળનો મોટો ભાગ ઓહિંચા કર્યો છે. પણ હવે સમય પલટાઈ ગયો છે. પછાત ગણાતા સમુદાયના લોકો પણ ધીમે ધીમે આ વસ્તુસ્થિતિ તરફ જાગૃત થતા જાય છે અને તેની વિરુદ્ધ સંયુક્ત મોરચો ખડો કરવા લાગ્યા છે. ગમે તેટલો પ્રયત્ન કરશે તો પણ હવે ઉચ્ચ ગણાતો વર્ગ પછાત વર્ગને વધારે વખત દાબી શકશે નહીં.



નીચલા વર્ગના લોકોને તેમના વ્યાજબી હક્કો મેળવવામાં મદદ કરવામાં જ હવે ઉપલા વર્ગનાં લોકોનું કલ્યાણ સમાયેલું છે, તેથી જ તો કહું છું કે હવે આમ જનતામાં કેળવણીનો પ્રચાર કરવાના કાર્યમાં લાગી જાઓ. તેઓને સમજાવીને કહો કે, 'તમે અમારા ભાઈઓ છો, અમારા શરીરના ભાગરૂપ છો. જો તમારા તરફથી તેમને આવી સહાનુભૂતિ મળશે, તો કાર્ય કરવાનો તેમનો ઉત્સાહ અનેકગણો વધી જશે.

મહાન કાર્યસિદ્ધિ માટે લાગણી :

મહાન કાર્યસિદ્ધિ માટે ત્રણ બાબતોની આવશ્યકતા છે. પહેલું તો એ કે અંતઃકરણપૂર્વકની લાગણી રાખો. તર્કશક્તિમાં કે બુદ્ધિમાં શું છે ? એ તો થોડા પગલાં જઈને અટકી પડે છે. પરંતુ હૃદય દ્વારા દૈવી પ્રેરણા મળે છે. પ્રેમ અતિ દુર્ભેદ દરવાજા ખોલી નાખે છે. તેથી દેશભક્ત થવા ઈચ્છનારા મારા બંધુઓ ! લાગણી રાખો. તમારામાં લાગણી છે ! દેવોના અને ઋષિ-મુનિઓના લાખો કરોડો વંશજો લગભગ પશુ જેવા થઈ ગયા છે, એથી તમને લાગી આવે છે ? લાખો માણસો અત્યારે ભૂખ્યાં મરી રહ્યાં છે અને યુગોથી લાખો માણસો ભૂખમરો વેઠતાં આવ્યા છે એનું તમને દાઝે છે ? કાળી વાદળીની માફક અજ્ઞાન દેશ પર છવાઈ ગયું છે, એમ તમને લાગે છે ? તેને લઈને તમે બેયેન બન્યા છો ? તેને લઈને તમારી ઊંઘ ગઈ છે ? એ લાગણી તમારા રુધિરના તત્ત્વરૂપ બની ગઈ છે ? તમારી નસેનસમાં વહન કરી તમારા હૃદયના ધબકારા સાથે શું એના પણ ધબકારા પડે છે ? તેને લઈને શું તમારી સ્થિતિ ઉન્મત જેવી થઈ ગઈ છે ? સર્વનાશ રૂપ દુઃખના આ એક વિચારે તમારા મનને કબજે કરી લીધું છે ? અને તમે તમારી આબરૂ, તમારું નામ, તમારી સ્ત્રી, તમારા બાળકો, તમારી માલમિલકત, અરે ! તમારા શરીર સુધ્યાંનું ભાન ભૂલી ગયા છો ? તમે આમ કર્યું છે ? આ સૌથી પહેલું પગથિયું છે.

નિરાકરણ :

તો પછી તમે ભલે લાગણી ધરાવો. તમારી શક્તિનો વ્યય કરવાને બદલે તેમને જીવન મૃત્યુમાંથી બહાર

કાઢવા, તેમના દુઃખમાં આશ્વાસનરૂપ થવા તમે કોઈ નક્કર તોડ કાઢ્યો છે ખરો ? આટલામાં પણ કાંઈ બધું આવી જતું નથી. પર્વત જેવડા વિઘ્નો દૂર કરવાનું તમારામાં મનોબળ છે ખરું ? આખી દુનિયા સમશેર ખેંચીને તમારી વિરુદ્ધમાં ખડી રહે, તો પણ તમે જે ખરું માનતા હો તે કરવાની તમારામાં હિંમત છે ?

અડગતા :

રાજર્ષિ ભર્તૃહરિ કહે છે તેમ, 'નીતિનિપુણ લોકો નિંદા કરે કે વખાણે, લક્ષ્મીદેવી આવે કે ફાવે ત્યાં ચાલી જાય, આજે જ મરણ આવી પહોંચે કે યુગો પછી આવે, પરંતુ ધીર પુરુષો ન્યાયને રસ્તેથી એક ડગલું પણ ચલિત થતા નથી.' આવી અડગતા તમારામાં છે ? જો તમારામાં આ ત્રણ વાત હશે, તો તમારામાંના દરેક ગજબનાક ચમત્કારો કરી શકશે.

પૂજારૂપ કાર્ય :

ચાલો, આપણે પ્રાર્થના કરીએ, 'પ્રેમળ જ્યોતિ ! મને દોરો,' એમ કરશું તો અંધકારમાંથી એક કિરણ પ્રકાશશે અને આપણને દોરવા માટે કોઈ હાથ લાંબો થશે. દુઃખ દારિદ્રથી, પુરોહિતોથી અને જુલમથી પીડાતા હિંદના લાખો દલિતોને મુક્ત કરવા આપણે પ્રભુને અહર્નિશ પ્રાર્થના કરવી જોઈએ. ધનિક અને ઉચ્ચ સ્થિતિ ભોગવતા લોકોને ઉપદેશ આપવા કરતાં હું આવા લોકોને ઉપદેશ આપવાની વિશેષ પરવા રાખું. હું બ્રહ્મજ્ઞાની, તત્ત્વેતા કે સંતમહાત્મા નથી. પણ હું ગરીબ છું. ગરીબને હું ચાહું છું. કંગાલિયત અને અજ્ઞાનમાં નિત્ય સબડતા વીસ કરોડને માટે (તે સમયની ભારતવર્ષની જનસંખ્યા) કોની લાગણી છે ? ગરીબને માટે જેને લાગી આવે છે તેને હું મહાત્મા ગણું છું. તેમને માટે કોને લાગણી છે ? તેઓ પ્રકાશ કે કેળવણી પામી શકતા નથી. તેમને દીપક કોણ ધરશે ? ઘેર ઘેર જઈને તેમને કેળવણી કોણ પહોંચાડશે ? આ લોકોને તમારો ઈશ્વર ગણો-નિરંતર તેમના સંબંધી વિચાર કરો, તેમને માટે કાર્ય કરો, તેમને માટે પ્રાર્થના કરો-પ્રભુ તમને માર્ગ બતાવશે.

- સર્વોદય સમાજ



નિષ્ક્રિયતા એટલે...

પદ્મશ્રી કુમારપાળ દેસાઈ



અતિ વ્યસ્તતાથી બોજ જન્મે છે, બોજમાંથી કંટાળો જન્મે છે, કંટાળાથી જીવન બંધિયાર બને છે, એમાંથી નકારાત્મકતા જન્મે છે અને નકારાત્મકતાથી.....

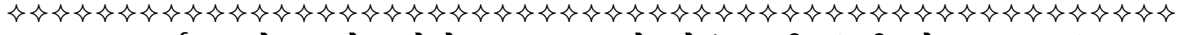
“આ જીવનથી હું સાવ કંટાળી ગયો છું.” એવું અઢળક ધનસમૃદ્ધિ ધરાવનારા વૈભવશાળી ઉદ્યોગપતિથી માંડીને માંડ બે ટંકનું ભોજન પામતા આમ આદમીના મુખેથી સંભળાય છે. જીવન પ્રત્યે આટલો બધો કંટાળો કેમ ? એનું કારણ એ છે કે માણસે એના જીવનને જડ અને ચુસ્ત બંધનોમાં બાંધી દીધું છે. જેટલા જોશથી પોતાનાં જીવનકાર્યોને નિર્ધારિત કરે છે, એટલા જ એ એને માટે ચુસ્ત બંધનરૂપ બને છે. મોટરમાં મહાલતા માણસે ક્યારેક રસ્તા પર ગાતા-ગાતા ચાલવા જવું જોઈએ. જિંદગીની દોડમાં જીવનારી વ્યક્તિએ ક્યારેક પોતાની સ્કૂલના મિત્રોને મળવા જવું જોઈએ અને ‘તને સાંભરે રે...’ની વાત કરવી જોઈએ. બાળપણમાં જે ધરતીની ધૂળમાં પડ્યા-આખડ્યા હોઈએ, કપડાં મેલાં થયાં હોય, એ ધરતીને ફરી સૂંઘવા જવી જોઈએ.

દિનચર્યાના દેઠ બંધનોમાં જકડાયેલો માણસ આવું વિચારી શકતો નથી, ત્યારે આવું કરી કઈ રીતે શકે ? વ્યક્તિ જેમ-જેમ જીવનની મુક્તતા ગુમાવતો જાય છે, તેમ તેમ એના જીવનમાંથી મુક્ત હાસ્યને ગુમાવતો જાય છે. આ હાસ્ય એવું તે ખોવાયું છે કે હવે એને માટે એને હાસ્યના કાર્યક્રમોમાં કે હાસ્યપ્રધાન નાટકોમાં વારંવાર જવું પડે છે. એક સમયે જે પારિવારિક હાસ્ય મળતું હતું, એ પરિવારમાંથી મળતું હાસ્ય ધીરે ધીરે લુપ્ત થતું જાય છે. ઘરમાં સમગ્ર પરિવાર બેઠો હોય અને પછી ઘરમાં કોઈ હસમુખા વડીલ એમની વાણી કે વર્તનથી સહુને આનંદ આપતા હોય એવાં દેશ્યો ભાગ્યે જ જોવા મળે છે.

પોતાના જીવનના કંટાળાને દૂર કરવા માટે વ્યક્તિએ બીજાના જીવન માટે કશુંક સદ્કાર્ય કરવાની જરૂર છે. મહાત્મા ગાંધીજીએ નાના એકમાત્ર ઉપાય તરીકે પરમાર્થને દર્શાવ્યો છે. વ્યક્તિના મનમાં જે ક્ષેત્રમાં સેવા કરવાનો ભાવ હોય, એ ક્ષેત્રમાં એણે યથાશક્તિ કાર્ય કરવું જોઈએ. કોઈને અનાથ બાળકોને માતાપિતાની હૂંફ આપવાનું પસંદ હોય છે તો કોઈને આધુનિક યુવતીના જીવન વિષે કાઉન્સેલિંગ કરવામાં રસ હોય. કોઈ વૃદ્ધ વડીલોને ઉપયોગી થવાનો વિચાર રાખતા હોય, તો કોઈ વિકલાંગોને સહાયભૂત થવાની ભાવના રાખતા હોય.

આમાં મુખ્ય વાત તો એટલી જ છે કે બીજાને માટે તમે કશુંક કરશો, તો તમારા જીવનમાં નવીનતા આવશે, પરંતુ જ્યારે આવું કોઈ કાર્ય હાથમાં લો ત્યારે ક્યા ભાવથી આ કાર્ય કરશો ? બીજાની સેવા કરો છો એવા ભાવને બદલે નિજાનંદ માટે આ કાર્ય કરો છો એ ભાવ રાખવો જોઈએ. ‘મારા જીવનની મોજ ખાતર હું મૂંગા પ્રાણીઓની સેવા કરવા નીકળ્યો છું’ એમ કહેવું જોઈએ. આજે આપણે જોઈએ છીએ કે ‘આ બિયારા અબોલ પ્રાણીઓ કશું બોલી શકતા નથી એટલે એમની સેવા કરીને જીવદયા દ્વારા પુણ્યપ્રાપ્તિ કરવા નીકળ્યો છું’ એમ કહેનારા ઢગલાબંધ માણસો મળે છે અને અહીં જ એ સ્વયંસેવાના આનંદનો છેદ ઉડાડી દે છે. પરિણામે સમય જતાં એમને માટે આ કાર્ય પણ એકવિધ અને કંટાળાજનક બની જાય છે. ધીરે ધીરે એની સેવાવૃત્તિ એને એમ કહેશે કે હવે તારા કામનો પ્રચાર કર. એને પ્રસિદ્ધ આપ અને મૂંગા પ્રાણીઓનાં કાર્ય મારફતે તું સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કર.

આમ આખી અવળી ગંગા વહેશે. સેવા એ



સ્વજીવનના સાર્થક્ય માટે થાય તો જ એ સેવા ગણાય. આવી સેવા દ્વારા વ્યક્તિ અન્યના જીવનમાં પ્રવેશે અને એ રીતે પોતાના કંટાળાજનક બંધિયાર જીવનમાંથી બહાર આવે છે.

વ્યક્તિ પોતાના જીવનસાર્થક્ય માટે સ્વનિર્ભર નથી, કિન્તુ, અન્યને માટે કરેલાં કાર્યો પર નિર્ભર છે અને પરમાર્થનાં કાર્યો કરીને સ્વજીવનના કંટાળાના બોજમાંથી મુક્તિ પામશે. જીવનમાં મૌલિકતા અને નાવીન્યને માટે જાત સાથે ગંભીર રીતે વિચાર કરવાની જરૂર છે. કઈ રીતે મારા જીવનને ચિંતાનો બોજ, સમસ્યાનો ખડકલો અને કસાયેલા આટાપાટામાંથી ઉગારી શકું. આને માટે વ્યક્તિએ પોતાની વર્તમાન જિંદગી પ્રત્યે ધન્યતા અનુભવવી જોઈએ. એને વિષે ફરિયાદ કરવાને બદલે ધન્યવાદનો ભાવ દાખવવો જોઈએ.

જીવનમાં નાવીન્ય લાવવા નવા ક્ષેત્રમાં ઝંપલાવીએ ત્યારે પોતાના સ્થાનને જાળવીને ઝંપલાવવાનું હોય છે. એ સ્થાન મજબૂત રાખીને કોઈ નવું કામ હાથ પર લેવાનું હોય છે. નવા કામમાં વ્યક્તિ નિષ્ફળતા મેળવે અને જૂનું છૂટી જાય તો બાવાનાં બેય બગાડ્યાં જેવું થાય. આથી કંટાળાજનક જીવનમાંથી મૌલિકતા દ્વારા નવી ક્ષિતિજો સર કરવાનાં સ્વપ્નને સાકાર કરતાં પૂર્વે ગંભીર વિચાર ઘણા જરૂરી છે. પ્રોઢ વિચાર કરીને જીવનને એક જ પ્રકારના ઢાંચામાંથી મુક્તિ આપવાનો પ્રયાસ કરવો જરૂરી એ માટે છે કે જીવનમાં જાગેલો કંટાળો સમય જતાં કાંટાળી વાડ બની જાય છે. માણસ એ કાંટાળી વાડની ફરિયાદ કરે છે, પણ એ વાડ કૂદવાની હિંમત ગુમાવી બેઠો હોય છે.

જીવનને એકધારી ગતિએ વહેવા દેવાને બદલે એમાં ક્યાંક કોઈ વળાંકને સ્થાન આપવું જોઈએ, કારણ એટલું જ કે કંટાળાજનક જીવન એ મૃત્યુ સમાન છે. કંટાળાથી ઘેરાયેલો માણસ ધીરે ધીરે નિષ્ક્રિય બની જાય છે. નિષ્ક્રિયતા એ મૃત્યુને સામે જઈને અપાતું હાર્દિક નિમંત્રણ છે. વ્યક્તિ જેમ જેમ નિષ્ક્રિય બનશે, તેમ તેમ જીવનથી પરવારતી

જશે અને ઉત્સાહથી ભાંગતી જશે. આ જીવનમાં હારજીત આપણાં હાથમાં નથી, પરંતુ દાવ ખેલવાનું સામર્થ્ય તો આપણી પાસે છે. જીવનની શતરંજ પર વ્યક્તિ નવા નવા દાવ ખેલતો જાય છે અને એ રીતે સ્વજીવનમાં નવીન ઉત્સાહ સર્જતો જાય છે. આવા ઉત્સાહ માટે આપણી પાસે આદર્શમૂર્તિ છે સ્વામી વિવેકાનંદ. એમના જીવનના અપાર ઉત્સાહે અશક્યને શક્ય બનાવ્યું અને અનેકને પ્રેરણા આપી, પ્રારબ્ધને બદલે પુરુષાર્થના મહિમાની ઘોષણા કરી, સંસ્કૃત સુભાષિત કહે છે,

“ન દૈવમિતિ સચ્ચિન્ત્ય ત્યજેદુદ્યોગમાત્મન :
અનુદ્યમેન કસ્તૈલં તિલેભ્યઃ પ્રાપ્તુમર્હતિ.”

“નસીબમાં હશે તેમ થશે” એમ વિચારીને માણસે પોતાનો ઉદમ છોડવો જોઈએ નહીં. જો માણસ ઉદમ ન કરે, તો તલમાંથી તેલ શી રીતે મેળવી શકશે ?”

માનવીએ ઉદમ કરવો જોઈએ, પછી તે વ્યવસાયમાં હોય કે ધર્મમાં હોય. સ્કુટર કે મોટર ચલાવવાનો પ્રારંભ કરનારે પણ શીખવાનો ઉદમ કરવો પડે. ત્યારે જીવનમાં નવો ઉદમ અજમાવીને વ્યક્તિએ જીવનને વધુ તાજગીપૂર્ણ અને ચૈતન્યપૂર્ણ બનાવે છે.

આજના માનવીની દ્વિધા એ છે કે એકબાજુ એ અતિ વ્યસ્ત છે અને એ એના કામના બોજમાંથી અને વ્યસ્તતામાંથી બહાર નીકળી શકતો નથી. એના જીવનમાં ધીરે ધીરે કંટાળાનું ઘોર અંધારું જામતું જાય છે. આવો કંટાળો માત્ર એના જીવનને જ બંધિયાર બનાવશે. ધીરે ધીરે એનો અભિગમ નકારાત્મક થવા લાગશે. પછી એવું વિષયક સર્જશે કે જીવનના કંટાળામાંથી નકારાત્મકતા જાગશે અને નકારાત્મકતાથી કંટાળો વધશે. આવો કંટાળો આપણા જીવનને દૂષિત કરી જાય નહીં એની સાવચેતી રાખવી જોઈએ.

* * *

પ્રમુખશ્રી, ગુજરાત વિશ્વકોષ, ઉસ્માનપુરા,
અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૩.



મૌન

પૂ. શ્રી મોટા



૧. મૌન

તમે મને જ્યારે જ્યારે શાંત બેસી રહેતો જોતાં ત્યારે ત્યારે ઘણી વખત પૂછ્યા કરતાં કે “તમે શું વિચાર કર્યા કરો છો ? કેમ શાંત છો ? શા વિચારમાં પડી ગયા છો ?” ત્યારે તમને બધાને કંઈ પણ કહેતો ન હતો, પરંતુ તે તે વેળા મૌનની સ્થિતિમાં રહેવાનું બન્યા કરતું. કંઈ વિચાર પણ નહોતો કરતો કે ન તો કોઈ વિષયના ચિંતવનમાં રહેતો. મૌનની ખૂબી જો હું તમને બધાંને સમજાવી શકું તો તમે જરૂર તેમ કરતાં થઈ જાઓ.

એકાંતિક જીવનમાં મૌનને પ્રધાન સ્થાન છે. તેમાંયે સમગ્ર આધારને પ્રભુને સમર્પણ કરવાની ભાવનાને ઉદ્દીપ્ત કરવાને માટે તો મૌનની ખાસ ને ઘણી જ જરૂર છે.

૨. મૌનની શક્તિ

એકલરામને અસહાય દશામાંથી પ્રત્યક્ષ સહાય મળી શકે એમાં સાથ આપનાર એક મૌન છે. મૌન એ તો આપણો જીવતો જાગતો મિત્ર છે. એમાંથી જે શક્તિ ઉત્પન્ન થાય છે એ શક્તિની બરાબર કોઈ શક્તિની તુલના થઈ શકે એમ નથી. પ્રત્યેક જીવને અસહાયતાનો અનુભવ તો થાય છે, પણ તે ટાળવાને કોઈ મથતું નથી. મૌનના જ્ઞાનપૂર્વકના અભ્યાસથી ને તેના અનુશીલન-પરિશીલનથી જીવનમાં તેજસ્વિતા પ્રકટે છે, જીવન વધારે વિશાળ, શાંત અને સમભાવી બને છે. હેતુપૂર્વક ને ભાવનાથી પાળેલા મૌનમાં એવી ગૂઢ શક્તિ છે. તેના અભ્યાસથી જીવનમાં સર્વાંગી સુચિતાનો સંચાર થવા માંડે છે. જ્ઞાનીનું જ્ઞાન, પરમ તત્ત્વની ઝાંખી કરવામાં જે તત્ત્વ અનિવાર્ય છે, તે છે મૌન.

૩. ઈન્દ્રીયાદિનું મૌન

પરંતુ મૌન એટલે માત્ર વાચાનું નહિ, એ તો એનો

સ્થૂળ પાસાંનો અર્થ, સાચું મૌન તો પાંચેય ઈન્દ્રિયોનું હોવું જોઈએ. બધી ઈન્દ્રીયોને પોતપોતાના વિષયમાં રસ લેતી રોકી શકાય ત્યારે જ સાચું મૌન થયું ગણાય, અથવા બીજી રીતે કહીએ તો ઈન્દ્રીયોનું પોતપોતાના વહેવારમાંથી ઉપશમવું. ઉપવાસ એટલે રસદ્રવ્યનું મૌન, ન બોલવું તે વાણીનું મૌન, ને અંતરના ધ્યાનમાં ચક્ષુ, કર્ણ, ત્વચા, આદિને બધાંને સમેટી લેવાં તે પણ મૌન. અનેકની વચ્ચે રહ્યાં કરવાનું બનતું હોવા છતાં એકમાં જ લીન રહેવાયાં કરાય, તે પણ મૌન, સ્થૂળ દેહે ગમે તે સ્થિતિમાં રહીને સૂક્ષ્મ રીતે નિરંતર એકમાં જ, એકના જ ધ્યાનમાં રહેવાં કરાય ત્યારે બધી ઈન્દ્રીયોના એક સામટા, એકાગ્ર ને કેન્દ્રિત બળથી જીવનમાં અપાર શક્તિ એકઠી થાય છે. એવી દશા પ્રકટતાં સારાએ જીવનની દૃષ્ટિમાં ને સૃષ્ટિમાં પલટો થાય છે. સમગ્ર જીવનમાં મૌનથી નવચેતનતા પ્રગટીને નમ્રતા, શાંતિ, ગાંભીર્ય, ધીરજ આદિ ગુણોનું પ્રકટવું સહજ બની જાય છે, મન વિશાળ ને ઉદાત્ત બને છે, ચક્ષુ પ્રેમમય બને છે, બુદ્ધિનો સાત્વિક વિવેક-ધર્મ જાગ્રત થાય છે, ઈન્દ્રિયોના પોતપોતાના પ્રાકૃતિક ધર્મ આપમેળે ત્યજાતા જતા અનુભવાય છે.

૪. મૌન એટલે શાંતિનો સમુદ્ર

મૌનના ગર્ભમાં અપાર શક્તિ ભરેલી છે. મહાસાગરની સપાટી ઉપર ભારે તોફાન છતાં અંતરનાં ઊંડાણમાં પરમ ગહનતા ને શાંતિ પ્રવર્તી રહેલી હોય છે, તેમ મૌનના જ્ઞાનભક્તિ પૂર્વકના સેવનથી હૃદયમાં ભારે મંથન તો થાય છે, પરંતુ પાછું અંતરના ઊંડાણમાં પારાવાર શાંતિ ને સમતા સમાયેલી ને સ્થાપેલી અનુભવાય છે. મૌનથી જીવનની સૂક્ષ્મ પ્રવૃત્તિઓમાં પણ

શાંતિ છવાય છે, મૌનના સેવનથી માનવી પ્રશાંતમૂર્તિ બને છે.

પ. મૌનનાં સુફળ

મૌનના સતત અનુશીલન-પરિશીલનથી હૃદયમાં પરમ સુચિતાનો સંચાર થાય છે, બુદ્ધિમાં યોગ્ય વિવેકધર્મ પ્રકટે છે. એ સુચિતાને વિવેકના સંયોગથી શ્રદ્ધા અને તપશ્ચર્યાની જ્વલંત ભાવના પ્રગટે છે. તપ અને શ્રદ્ધાના જ્ઞાનપૂર્વકના મિલનથી જીવનમાં અખંડિત એવી સમર્પણની શક્તિ જન્મે છે. પ્રતિક્ષણ જે પોતાની જીવન

શક્તિને પરમ કલ્યાણની દૃષ્ટિએ સમર્પે છે તેના સર્વ સમર્પણની શક્તિનું મૂળ તે મૌન છે. જીવનની સર્વ કોઈ પરિસ્થિતિમાં યથાયોગ્ય વર્તન રાખીને મૌન સેવ્યાથી પરમ શાંતિ ને ધૈર્ય કેળવાય છે અને જે ઈષ્ટ કેળવાય છે અને જે ઈષ્ટ હોય તેની પ્રાપ્તિ થાય છે.

લખતે લખતે ક્યાંનો ક્યાંય તણાઈ ગયો ! મારા લખવામાં ભૂલ હોય (શબ્દ કે જોડણીની નહિ, પણ ભાવનાની) તો જરૂર લખશો.

- ગૌરક્ષા

સદ્વિચાર પરિવાર સંચાલિત એચ.બી.બેંકર વિકલાંગ પુનર્વાસ કેન્દ્ર - ઉંવારસદ

પતંગ મહોત્સવ

સદ્વિચાર પરિવાર સંચાલિત એચ.બી.બેંકર વિકલાંગ પુનર્વાસ કેન્દ્ર - ઉંવારસદ, તા.જી. ગાંધીનગરના પરિસરમાં સંસ્થાના ઉપક્રમે દિવ્યાંગ પોતાના પરિવાર સાથે રહીને પર્વની ઉજવણી કરી રહ્યા છે એવો અનુભવ થાય તે માટે તા.૧૧-૧-૨૦૨૦ના રોજ પતંગ મહોત્સવનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું.

આ પ્રસંગે સંસ્થાના ટ્રસ્ટીઓ શ્રી પી. કે. લહેરી, પદ્મશ્રી ડૉ. પંકજભાઈ શાહ, શ્રી પ્રફુલ્લભાઈ અધ્વર્યુ, શ્રી શૈલેષભાઈ પટવારી, શ્રી કે. આર. સિંગ, શ્રી જે. બી. પંચાલ અને અન્ય આમંત્રિત મહેમાનો ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. પતંગ મહોત્સવનો પ્રારંભ મંગલ પ્રાર્થના તેમજ મહેમાનોના સ્વાગતથી થયા બાદ ધો. ૧૧ મા અભ્યાસ કરતા સેવરા હાર્દિકનો જન્મ દિવસ નિમિત્તે સૌ ટ્રસ્ટીઓએ કુલછડી આપીને જન્મદિવસની શુભેચ્છા પાઠવી હતી. સંસ્થાના ટ્રસ્ટીશ્રીઓએ દિવ્યાંગ વિદ્યાર્થીઓની સાથે રહીને પતંગ ચગાવીને બાળકોના આનંદમાં વધારો થાય તેવા પ્રયત્નો કર્યા હતાં. આ પ્રસંગે નીનાબહેન શાહ તેમજ મધુસૂદનભાઈ પણ પોતાના સ્નેહીજનો સાથે ખાસ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

છેલ્લા કેટલાક વર્ષોથી દિવ્યાંગજનોને નિ:શુલ્ક પતંગ અને ફિરકી પૂરા પાડતા શ્રી ઈકબાલભાઈ તેમજ ચિક્કી અને ટોપી માટે શ્રી બાબુભાઈ પટવાનો આભાર માનવામાં આવ્યો હતો.

કાર્યક્રમના અંતે સંસ્થાના ટ્રસ્ટીશ્રી શૈલેષભાઈ પટવારી સાહેબે વિદ્યાર્થીઓ માટે 'સ્ટેચ્યુ ઓફ યુનિટી' પ્રવાસ અંગેની જાહેરાત કરી હતી.

સંવેદનાનો સ્વાદ-ઉત્સવ

આગામી ૮ માર્ચ, ૨૦૨૦ ને રવિવારના રોજ આંતરરાષ્ટ્રીય મહિલા દિવસની ઉજવણી નિમિત્તે સદ્વિચાર પરિવાર અને સહયોગી સંસ્થાઓના સંયુક્ત ઉપક્રમે ગુજરાતભરની પરચીસ પ્રજ્ઞાયક્ષુ મહિલાઓ-કન્યાઓ દ્વારા અનોખા કુડ-ફેસ્ટીવલ 'સંવેદનાનો સ્વાદ-ઉત્સવ' કાર્યક્રમનું આયોજન કરાયું છે.

બપોરે ૪ થી રાત્રીના ૯ દરમિયાન યોજનારા આ કાર્યક્રમમાં પ્રજ્ઞાયક્ષુ મહિલાઓ-કન્યાઓ વિવિધ વાનગીઓ બનાવવાની પોતાની ક્ષમતા અને સજ્જતાનું નિદર્શન કરશે.

જાહેર જનતા માટે ખુલ્લા રહેનારાં કાર્યક્રમમાં ઉપસ્થિત રહી અંધ કન્યાઓ-મહિલાઓના આ પ્રયાસને બીરદાવવા અને તેમના થકી બનેલી વિવિધ વાનગીઓ ચાખવા અમારું ભાવભર્યું નિમંત્રણ છે.



જ્યારે લીલા ઘાસનાં સૌંદર્યની અનુભૂતિ પ્રજ્ઞાયક્ષુ વિદ્યાર્થીઓને થઈ....

જશુ કવિ



અંધજન મંડળની 'હાયર સેકન્ડરી સ્કૂલ ફૉર ધી બ્લાઈન્ડ' માં તે વર્ષે ધો. ૧૨ માં ખૂબ તેજસ્વી વિદ્યાર્થીઓ ભેગા થયેલા. '૭૫ થી '૮૦ નાં એ પાંચેક વર્ષ શિક્ષકો માટે યાદગાર રહ્યાં. શીખવાની ધગશ અને તે માટેની વૃત્તિ-પ્રવૃત્તિવાળા વિદ્યાર્થીઓ મળે ત્યારે શિક્ષકને ભણાવવાના આનંદની લૉટરી લાગતી હોય છે. અન્યની સાથે મને પણ એ લૉટરી લાગ્યાના આનંદોત્સવના અનેક પ્રસંગો યાદ છે. એમાંના એક પ્રસંગની આજે વાત કરવી છે.

ગુજરાતી ભાષાશિક્ષણના પાઠ્યપુસ્તકમાં કવિશ્રી પ્રહ્લાદ પારેખની એક ઉત્તમ કાવ્યરચના : 'ઘાસ અને હું' છે.

'જ્યાં સુધી પહોંચે નજર !

ત્યાં સુધી બસ ઘાસનો વિસ્તાર છે...' મારે શીખવાની હતી. આગલા દિવસે લોગબુકમાં એની નોંધ કરી. હું ફરીથી કાવ્ય સમજવા (કે પામવા ?) ને વિદ્યાર્થીઓ સુધી તેને કેવી રીતે પહોંચાડવું તેની ગડમથલમાં હતો. મારા બધા જ વિદ્યાર્થીઓ પ્રજ્ઞાયક્ષુ હતા, ને તેથી દૂર દૂર નજર પહોંચે ત્યાં છેક ક્ષિતિજ સુધી પથરાયેલાં લીલાઈમ ઘાસના વિસ્તારનો એ નૈસર્ગિક વૈભવ એમને કેવી રીતે આત્મસાત્ કરાવવો એ મારી મૂંઝવણ હતી. દૂર દૂર ક્ષિતિજ સુધી દોડી જતી નજર અને એ નજરને સ્પર્શી જતું ઝાકળભીનું તૃણ અને પછી એના પર વેરાતો તડકો, ને પછી રચાતી તેજછાયાની એક હરિયાળી પથારી ને બસ, એમ થતાં થતાં તો કાવ્યના અંતે કવિને પોતાના શરીર ઉપરની ફરફરતી રુંવાટી-ઘાસના ચાક્ષુસ અનુભવનું-ઘાસમાં રૂપાંતર થયાનો અનુભવ. એક અર્થમાં આ કાવ્ય તો

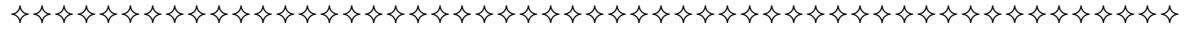
ભણવા ભણાવવાનું નહીં- જોવાનું ને સ્પર્શવાનું હતું.

તે વખતે વર્ગમાં આર. પી. સોની પણ મારા એક વિદ્યાર્થીના રૂપમાં હતા. જે વિદ્યાર્થીમાં એક સારા કવિ બનવાની ક્ષમતા ત્યારે મને દેખાયેલી, તે આજે સાચી પણ પડી છે ! મનોહર વાઘ, ઘનશ્યામ પ્રજાપતિ, સત્યનારાયણ તિવારી, રહીમખાન પઠાણ જેવા વિદ્યાર્થીઓ વર્ગમાં હોય એટલે શિક્ષણ માટે ભણાવવાનો અનુભવ ખુલ્લા આકાશમાં ઊડવાના અનુભવનો અહેસાસ કરાવે- પણ એ માટે પૂરતું ગૃહકાર્ય પણ કરવું પડે ને ?

..એ દિવસે વર્ગમાં એ કાવ્ય ભણાવવાનું માંડી વાળી મેં વિદ્યાર્થીઓને સૂચના આપી દીધી, 'આપણે બધાં આવતીકાલે સવારે ૬ વાગ્યે સંસ્થાની વિશાળ લોનમાં ભેગા થઈશું.' અમારી શાળા નિવાસીશાળા હોવાથી અમને આવો વૈભવ પરવડતો હતો.

..ને એ ઠંડી,ભીની, મહેકતી સવાર ! સંસ્થા અને એની આસપાસનું અમદાવાદ જ્યારે ઊંઘતું હતું ત્યારે જાગતાં હતાં વૃક્ષો. વૃક્ષો પરનાં પંખીઓ ને કવિ પ્રહ્લાદ પારેખની કવિતાને જોવાની ને સ્પર્શવાની ઘેલછાંવાળાં મારાં પ્રજ્ઞાયક્ષુ બાળકોની પ્રજ્ઞા.

આગળના દિવસે વિદ્યાર્થીઓને કહી રાખેલું કે 'બારી બહાર'ના આ વર્ગમાં ખુલ્લા પગે જ આવવું- ને બરેબર તેમ જ થયું. વિદ્યાર્થીઓને એ લોનમાં એક છેડેથી બીજા છેડા સુધી ચાલવા કહ્યું. દોડી પણ શકાય ને પડવાની છૂટ. ઠીક લાગે તો ગુલાંટિયાં પણ મારી શકાય. ટૂંકમાં, તેમણે તેમને ફાવે તે રીતે બધે ફેલાયેલા ઝાકળભીના ઘાસને અનુભવવાનું હતું. સવારની તાજગીમાં કરેલો આ પ્રયોગ સૌના ચિત્તમાં એક તાજો રોમાંચ ખડો કરી ગયો !



હું દૂરથી જોતો હતો. જરૂર જણાય ત્યાં એમની મદદે જતો. પણ મોટે ભાગે તેમને મુક્ત રીતે ઉન્મુક્ત થવા દીધા. ઠીક ઠીક લાંબી ચાલેલી એ 'ઘાસ લીલા' એ કવિતા શીખવવાની જવાબદારી પોતે જ પૂરી કરી દીધી. એ પછી મારે તો ખાસ કશું કરવાનું બાકી રહ્યું જ ક્યાં હતું ?

પછી લોનની ઠંડકમાં ટોળે વળીને અમે સૌ બેઠા. કાવ્યપાઠ કર્યો. કવિને અભિપ્રેત અનુભૂતિની અમે બધા નજીકમાં પહોંચ્યાનો અનુભવ કરતા હતા. ઘાસના સ્પર્શથી અને ગંધના કેફથી અમે બધા તરબતર હતા.

આવા અદભૂત કાવ્યશિક્ષણ પછી 'કર્મકાંડ' જેવા કોઈ પ્રશ્નો મારે પૂછવાના નહોતા, કારણ કે ક્ષિતિજ સુધી વિસ્તરેલા ઘાસનાં સૌંદર્યને મારાં અંધ બાળકોની પ્રજ્ઞા જોઈ શકતી હતી- એક શિક્ષકને માટે આથી વધારે આનંદ અને સંતૃપ્ત કરનારી બીજી કઈ અનુભૂતિ હોય ?

* * *

૨૦/૧૫૦, આઝાદ એપાર્ટમેન્ટ, વિભાગ-૨,
હિંમતલાલ પાર્ક, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫.
(મો.) ૯૩૭૪૦૧૯૫૨૪

ઊંડા અંધારેથી પ્રભુ પરમ તેજે તું લઈ જા...

ડૉ.કુન્દન સરૈયા

પેરીસથી દૂર કૂપે ગામમાં લૂઈ બ્રેઈલનો જન્મ, પિતા સિમન બ્રેઈલ અશ્વજન અને લગામ બનાવવાનો વ્યવસાય કરતાં, ધારદાર ઓજારથી ચર્મ કાપતાં ઓચિંતું હથિયાર ઊડીને આંખમાં પડ્યું અને રક્તધાર નીકળતી રહી. મુખે ચિત્કાર ચીસ સૂણી માતા-પિતા ઉપસ્થિત થયાં. ત્રણ વર્ષની વયનું માસૂમ બાળ ને અસહ્ય વેદના પિતા હોસ્પિટલના નિષ્ણાતો પાસે બાળકને લઈ ગયાં. પણ સારવાર અસંભવ. ખેલકૂદની સુકુમાર વયે નેણલે ઘોર અંધારું. બાળક આત્મનિર્ભર બને તે માટે માતા-પિતા શિક્ષણ આપતાં. ધીમે ધીમે લાકડીના સહારે જીવન વીતતું. એકલગંભીર ઉદાસ મનથી મારગે ભ્રમતાં સર્વ રસ્તાની જાણકારી મેળવી.

પાદરી ફાધર જેકિવસ પેલુઈએ લૂઈ બ્રેઈલને નિસર્ગ પરિચય અને ધર્મ વિષયક ઉમદા શિક્ષણ દ્વારા પ્રકૃતિ ખોળે વિહરી પર્ણફૂલતરુને સંસારરૂપ અનુભૂતિ કરાવતા. પક્ષીઓના મધુર કલરવથી ચૈતન્યનો અહેસાસ કરાવ્યો. સંગીતસૃષ્ટિના પરિચય ઉપરાંત બાઈબલની કથા- વાર્તા સૂણાવી આત્મવિશ્વાસનો સંચાર કર્યો. શક્તિ, ધગશની ખેવના અને આવડતથી શાળા પ્રવેશ મેળવ્યો. અન્ય શાળામાં વિશેષ અભ્યાસ કર્યો. અંધત્વનું નડતર ક્યાંય બાધક ન બન્યું. લેટિન ફ્રેન્ચ ભાષા, ઉપરાંત ઈતિહાસ, ગણિત જેવા વિષયોનું જ્ઞાન મેળવ્યું. ઈતર કાર્યમાં રસરૂચિ લઈ સિવણ સુથારી કામ જેવી હુન્નરકલાઓમાં તે માહિર થયો.

ડૉ.પિગનિયરની ભલામણથી તે જ વિદ્યાલયમાં સહાયક અધ્યાપક બની ધગશ મહેનત ખંતથી તે અધ્યાપક બન્યાં. ઈ.સ. ૧૮૦૯ બારવિયર ૧૨ ટપકાંની બિન્દીઓ દ્વારા સૈનિકોને મોકલતા લૂઈએ ઝીણવટપૂર્ણ અભ્યાસ દ્વારા ઈ.સ. ૧૮૨૫ માં સંશોધન કરી બિન્દીની લિપિ તૈયાર કરી. અંધજનો આંગળીના ટેરવાનાં સ્પર્શે ઉકેલી શકાતી લિપિ બ્રેઈલ લિપિ કહેવાય છે. પરિશ્રમ ખંતથી પ્રજ્ઞાયક્ષુ વ્યક્તિપણ હાંસલ લક્ષ્યાંક સુધી પહોંચી શકે છે તે લૂઈ બ્રેઈલે સિદ્ધ કર્યું.

- કપોળ સમાજ દર્પણ

ફેબ્રુઆરી મહિનામાં આવતા આરોગ્ય દિવસો

૪ ફેબ્રુઆરી, વિશ્વ કેન્સર દિવસ, ૧૨ ફેબ્રુઆરી, જાતીય અને પ્રજનન સ્વાસ્થ્ય જાગૃતતા દિવસ, ૧૪ ફેબ્રુઆરી, રાષ્ટ્રીય અવયવ દાતા દિવસ, ૧૫ ફેબ્રુઆરી, આંતરરાષ્ટ્રીય બાળ કેન્સર દિવસ, ૧૦ થી ૧૬ ફેબ્રુઆરી, ગર્ભાવસ્થા જાગૃતિ દિવસ.



ગુજરાતમાં ગામડાનું બદલાતું સ્વરૂપ

મણીલાલ એમ. પટેલ



માલગુડી ડેઝ, મધર ઈન્ડિયા, ઉજાલે કી ઓર જેવી હિન્દી ટેલિવિઝન શ્રેણીઓ કે ફિલ્મો યા ગોદાન, ગ્રામલક્ષ્મી જેવી નવલકથાઓમાં ગામડાનું જે વર્ણન આવે છે તેવાં ગામડાં હવે શોધવાં મુશ્કેલ બનતાં જાય છે. કવિની કવિતાઓમાં ડોકાતું, દેખાતું અસલ ગ્રામીણ ચિત્ર હવે અદૃશ્ય થતું જાય છે. હવે ગામડાનું, બળદગાડું, ઘંટી કે વલોણું જોવા પણ કોઈ શહેરના મ્યુઝિયમની મુલાકાત લેવી પડે તેવી સ્થિતિ છે.

આજથી પાંચ છ દાયકા પહેલાંના ગ્રામીણ જીવન પર નજર નાખીએ તો સવારની પ્રભાતફેરીથી ગામનો દિવસ શરૂ થતો હતો. ગામના ધૂળિયા રસ્તા પ્રભાત ફેરીના ઘોષથી ગુંજ ઊઠતા અને ચકલાનું ચણ એકઠું થતું હતું. વહેલી પરોઢે ઘંટીએ દળવાના અવાજ સંભળાતા, ઘેર-ઘેર વલોણાંનો નાદ અને નેતરાનો સાદ સંભળાતો, દળણું, ગળણું, વલોણું અને રાંધણ પતાવી સૌ ખેતરે કે વાડીએ જતા. મહોલ્લાના ઘરડા બે-ચાર ડોસા-ડોસી હાથમાં માળા ફેરવતાં ફેરવતાં આખા મહોલ્લાનાં બાળકોનાં ઘોડિયાં સાચવતાં.

તાજી છાસની કઢી, ઘરખેતરનું ગવાર, ચોળી, રીંગણ, પાપડી, ઝાલરનાં લીલાં શાક હોય. બાજરી, જુવાર કે મકાઈના રોટલા હોય, મીઠાઈમાં કંસાર, શીરો કે સુખડી હોય, લાડુ તો લકઝરી આઈટમ ગણાતી. ગામના ચોરેથી મળતાં શાક અનાજના બદલાયાં સાટે કે અર્ધવારના હિસાબે ખરીદાતાં. પૈસાથી કોઈ શાક ખરીદતું નહીં, ઢોર અને માણસ બેઉ એક જ ઘરમાં રહેતાં, ઘરમાં નીચે લીંપણ, ઉપર દેશી નળિયાં, જે દર યોમાસે સંચારવાં પડતાં. ધનતેરસે કંસાર, કાળી ચૌદસનાં વડાં, દિવાળીમાં લાડુ તો બેસતા વર્ષે લાપસી રંધાતા

લગ્નમાં ખાંડને બદલે ગોળ અને ચોખાના બદલે બંટી કે તાંદળા વપરાતાં. ઘરઆંગણે લગ્નો થતાં અને તે પ્રસંગે ગામની બધી જ જ્ઞાતિઓને કામ અને રોજી મળતાં.

ચામડાના કોસ થકી બળદની મદદથી કૂવામાંથી પાણી ખેંચાતું. આખા દહાડામાં માંડ એકાદ વીઠું જમીન પાઈ શકાતી. મહિલાઓ ખેતરે ભાતું લઈને જતી. પુરુષો જાડાં હાથવણાટનાં ધોતિયાં, આંગડી પહેરતા અને માથે ફાળિયું બાંધતા. સ્ત્રીઓ જાડાં રંગીન સાડલા પહેરતી, તે પણ ઉંમર વધે તેમ તેનો રંગ બદલાતો. બદામિયું, મધરાશિયું ને છેલ્લે કાળો, વાદળી કે સફેદ સાડલો પહેરતી. પોષાક પરથી જ્ઞાતિની ઓળખ થાય તેવો વિશિષ્ટ પોષાક હતો.

બાળલગ્નો બહુ થતાં, વિધવા વિવાહ તો થતા જ નહીં. ગામની બાળવિધવા પિયરમાં રહીને બાકીનું જીવન ગુજારતી. અંધશ્રદ્ધા, ભુવા ભોપાળાના દોરાધાગા, ભૂતપલિત વગેરેનું વ્યાપક પ્રમાણ જોવા મળતું. ઘરમાં એરંડિયાના પછીથી ઘાસતેલના દીવા થતા. પુરુષો ખેતરના કૂવે નાહી લેતા. સ્ત્રીઓ ગામતળાવે કે ઘરઆંગણે આડા ખાટલા મૂકીને ઘરની બહાર નાહી લેતી. ગામને પાદરે કે ખેતરે અંધારામાં કુદરતી હાજતે સૌ જતાં. ઘર-ગામમાં જાજરૂ હતાં નહીં દેશી બાવળ કે લીમડો સવારનું બ્રશ હતું. ભાણિયા મોસાળમાં મોટા થતાને ભણતા હતા.

મનોરંજન માટે નાયકની જાતર, તૂરી, નટ, મદારી, કઠપૂતળીના ખેલ જોવા મળતા. ગામના બ્રાહ્મણના ખોરડે રામાયણ, ભાગવત વંચાય અને ગામના વૃદ્ધજનો ત્યાં સત્સંગમાં જતા. ગામમાં તાર આવતા, ફોન હતા નહીં અને તાર વાંચનાર પણ માંડ ગામમાં એકાદ જણ મળતો. અખાત્રીજે ખેડૂતોના સમૂહ હરસોડાં, હોળીનાં લાકડાંની

હોળીને ઘેરેયા,દશેરાની ઘોડદોડ અને બેસતા વર્ષનું રાવણું એમ તહેવારો અનોખી રીતે ઉજવાતા. ખેડૂતો બળદ ખરીદવા પશુમેળામાં જતા.માબાપ માટે ઘરડા ઘર નહોતાં અને ઘરડા બળદ કે ભેંસને પણ કોઈ વેચતું નહીં તથા જીવે ત્યાં સુધી પાળતા પોષતા.શિયાળામાં ગામડાંમાં કૂતરાની ચાટો શીરાથી ભરેલી રહેતી.ગાયો માટે ઘાસ વાવતા. છેલ્લા બે દાયકાથી ગુજરાતના ગ્રામીણ જીવનમાં વ્યાપક પરિવર્તનો જોવા મળે છે. રસ્તા, સંદેશાવ્યવહાર અને વાહનવ્યવહારની ક્રાંતિની સુવિધાએ ગામડાંની કાયાપલટ કરી નાખી છે.પરંપરાગત ખેતી કે સંસ્કૃતિનું અસલ ગામડું ભાગ્યે જ દેખાય છે. ગામમાં સાઈકલ પણ નજરે પડતી નહોતી, ત્યાં બાઈક, ઑટોરિક્ષા, સ્કૂટર પહોંચી ગયા છે. બળદગાડાંની જગ્યા ટ્રેક્ટરોએ લીધી છે.તાર વાંચનાર નહોતું ત્યાં દરેકના હાથમાં મોબાઈલ જોવા મળે છે,કમ્પ્યૂટરો આવ્યાં છે.ગામની અંદરના ધૂળિયા માર્ગો પણ પાકા થવા માંડ્યા છે.

ખેતી કરનાર વર્ગ ઘટતો જાય છે. જે જમીનો ખેડૂતો ખરીદતા તે હવે વેચવા માંડ્યા છે.ખેતી પોષાય નહીં તેવી ખર્ચાળ બનતી જાય છે. લોકોને ખેતીમાંથી રસકસ ઊઠતો જાય છે. લોકોનું શહેરો તરફ સ્થળાંતર વધું છે. ગામડાં ખાલી થતાં જાય છે અને વૃદ્ધાશ્રમ જેવા લાગવા માંડ્યા છે.પરંપરાગત ખેતી છોડી ખેડૂતો આધુનિક અને પ્રયોગશીલ ખેડૂતો બનતા જાય છે. ખેતીની આવક મોટી જમીનવાળા માટે વધી છે,તો જમીનના ટુકડાએ નાના ખેડૂતોની આવક ઘટાડી છે.ખેડૂતો અનાજને બદલે રોકડિયા પાક તરફ વળ્યા છે. ઘરનાં છાણિયાં ખાતરને બદલે રાસાયણિક ખાતરોનો ઉપયોગ વધ્યો છે. કુદરતી ખેતીને બદલે રાસાયણિક ખેતીની બોલબાલા વધી છે, તો જમીનનો ઉપયોગ વધતાં ને રાસાયણિક ખાતરોનો ઉપયોગ વધુ થતાં જમીનો કસ વિનાની બનતી જાય છે.માત્ર ખેતી પર નભતાં પરિવારોની સ્થિતિ હજુયે કફોડી છે. શિક્ષણનું મહત્ત્વ લોકો સમજતા

થયા છે. સરકારી શિક્ષણ કથળ્યું છે, તો ખાનગી શાળાઓની બોલબાલા વધી છે. પશુપાલન થકી ગામડાં ટક્યાં છે. ખેતીની ઘટતી આવકમાં પશુપાલન પૂરક સાધન બન્યું છે તેની સામે ગૌચરની જમીનો ઘટતી જાય છે. પોસ્ટલ અને બેન્કિંગ સુવિધાઓ ગામડાઓ સુધી પહોંચી છે. ગામમાં ચાની લારી કે પાનના ગલ્લા ન હતા તે હવે વધ્યા છે. ખેતીમાં ભેલાણ અટક્યું છે.ઢોર પૂરવાના ડબ્બા હવે ગાયબ થઈ ગયા છે. તાલુકા કક્ષા સુધી કૉલેજોનું ઉચ્ચ શિક્ષણ મળતું થયું છે.

ગામેગામ દૂધ મંડળીઓ વિકસી ને વિસ્તરી છે. ગામમાં સરળતાથી દૂધ મળતું યા મફત છાશ મળતી તે હવે બંધ થયું છે.ગામની દુકાનોથી કોથળીનું દૂધ લોકો ખરીદતા થયા છે. ગામના ઘણા બધાં ઘરોમાં ટીવી, વૉશિંગ મશીનો જોવા મળે છે.હવે તો ગામડામાં પણ લેન્ડલાઈન ફોન ઘટવા માંડ્યા છે. શુદ્ધ તેલ આપતી ધાંચીની ઘાણીઓ ક્યાંય દેખાતી નથી.

લગ્નોમાં તથા નવરાત્રિની ઉજવણીમાં શહેરોની નકલ વધી છે. ગામડાના લગ્નના રિવાજો,પરંપરા અને રીતભાતોએ વિદાય લીધી છે.નવરાત્રિમાં માટી કે વાસણના ગરબા અદૃશ્ય થયા છે. ગામડામાં મંદિરો વધ્યાં છે. પ્રાણ પ્રતિષ્ઠા મહોત્સવો વધ્યા છે. ધાર્મિક સંપ્રદાયોએ મહિલાઓ થકી ગામડામાં પગપેસારો કર્યો છે. સાચી ધાર્મિકતાને બદલે ધર્મપ્રદર્શનો અને ધાર્મિક ઝનૂન, કટ્ટરતા વધ્યાં છે, તો પહેલા કરતાં અસ્પૃશ્યતા ઘટી છે. જો કે દલિતો માટે મંદિર પ્રવેશ બાબતે હજુ જોઈએ તેવાં પરિવર્તનો આવ્યાં નથી. ગામડાંની ભેગા મળીને જીવવાની સંસ્કૃતિમાં ગ્રામ પંચાયતની ચૂંટણીઓએ જ્ઞાતિવાદને વધુ વકરાવ્યો છે. ધારાસભા કે લોકસભાની ચૂંટણી કરતાં ગ્રામ પંચાયતોની ચૂંટણીઓ ગામમાં વધુ વિખવાદ પેદા કરે છે.ગામડાની પ્રાથમિક શાળાઓમાં સામાન્ય ગરીબ વર્ગનાં બાળકો વધ્યાં છે.પ્રમાણમાં ખાધેપીધે સુખી વર્ગ ખાનગી શાળાઓમાં બાળકોને મોકલવા માંડ્યા છે. પાણીના કૂવાને બદલે



સદ્વિચાર સમાચાર સેવા

**બીના શ્રેયસ પંડ્યા આરોગ્ય, શિક્ષણ અને માહિતી
સંદર્ભ કેન્દ્ર સદ્વિચાર પરિવાર અને
લાઈફિંગ કલબ અમદાવાદ (ઈન્ડિયા)ના ઉપક્રમે
આરોગ્ય સેમિનારનું આયોજન**

કાર્યક્રમની શરૂઆતમાં સંસ્થાના મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી શ્રી લહેરી સાહેબે સંસ્થાની વિવિધ પ્રવૃત્તિઓ તેમજ ઉપપ્રમુખ ડૉ. પંકજભાઈ શાહે સંસ્થાની આરોગ્યની પ્રવૃત્તિઓ અંગે માહિતી આપી કાર્યક્રમની શરૂઆત કરી હતી.

દર મહિને ઉંમરલાયક ગૃહસ્થો માટે જાહેર આરોગ્યની સમસ્યાઓ માટેની યોજાતી પ્રવચનશ્રેણીના અનુસંધાનમાં તા. ૧૨-૦૧-૨૦૨૦ના રોજ પાંચમા વર્ષનું ચોથું અને સળંગ ત્રેપનમું પ્રવચન 'પ્લાસ્ટિક સર્જરી' એ વિષય ઉપર ડૉ. હેમંત સરૈયાએ પીપીટી પ્રેઝન્ટેશન દ્વારા દાઝી જવું, અકસ્માતમાં ઈજા થવી, કોસ્મેટીક સર્જરી વગેરે બાબતોમાં પ્લાસ્ટિક સર્જરીની વિવિધ બાબતો અંગે સમજણ આપી હતી. તેમણે જણાવ્યું હતું કે પ્લાસ્ટિક સર્જરી દ્વારા હવે શરીરના કોઈ પણ અંગને યોગ્ય બનાવી શકાય છે. તેમણે ઘણાં બધાં ઉદાહરણો પણ આ પ્રવચનમાં ટાંક્યા હતા. કાર્યક્રમના અંતમાં લાઈફિંગ કલબના પ્રણેતા ડૉ. મુકુંદભાઈએ આ વિષય ઉપર અન્ય માહિતી આપ્યા બાદ કાર્યક્રમનું સમાપન થયું હતું.

શિયાળાની ઠંડીમાં ગરમ ઘાબળાનું વિતરણ

સદ્વિચાર પરિવાર, માનવ કલ્યાણ ટ્રસ્ટ અને પૂ. શ્રી મોટા પ્રેરિત હરિ:ઓમ સત્સંગ મંડળ, રામરોટી મંડળ સંસ્થાઓના સહકારથી દાહોદ જિલ્લાના ગરબાડા તાલુકાની શાળાના ધો. ૧ થી ધો. ૮ના વિદ્યાર્થીઓને વર્ષ ૨૦૧૯-૨૦ની પ્રથમ સત્રાંત પરીક્ષામાં પ્રથમ નંબરે આવેલ ૧૦૦૦ બાળકોને સ્વેટર વિતરણ કર્યું હતું તેમજ કેસરાગામ ખાતેની સંતરામ મંદિરની વનવાસી શાળાના ૫૬ બાળકોને અને

દેવગઢબારિયા તાલુકાની ફાંગીયા શાળાની છાત્રાલયના ૮૧ બાળકોને પણ સ્વેટર વિતરણ કરવામાં આવેલ હતું.

વડીલ માવજત સહાયક તાલીમ કેન્દ્ર

સદ્વિચાર પરિવાર અને અંબુજા સિમેન્ટ ફાઉન્ડેશન દ્વારા પથારીવશ દર્દીઓની સેવામાં જેસીંગભાઈ ભોગીલાલ ચિનાઈ વડીલ માવજત સહાય તાલીમ કેન્દ્રની શરૂઆત કરવામાં ત્યારથી આ તાલીમમાં પથારીવશ દર્દીને પ્રાથમિક સારવાર કઈ રીતે આપી શકાય જેમ કે આરોગ્યની સારસંભાળ, સારસંભાળ આપનારની ગુણવત્તા, આવડત અને જવાબદારીઓ, નાડીના ધબકારા, શરીરનું તાપમાન અને લોહીનું દબાણ માપવાની ચોક્કસ રીતો, વ્યક્તિગત સ્વચ્છતા, પથારી બનાવવાની રીત, દવા આપવાની રીત, તબીબી સાધનોની જાણકારી, શરીરની રચના અને શરીર વિજ્ઞાન, ન્યુટ્રીશીયન, માનસિક આરોગ્ય, યોગાસન વગેરે વિષયનું પ્રશિક્ષણ આપવામાં આવે છે.

આ તાલીમની શરૂઆત જૂન-૨૦૧૯થી કરવામાં આવી. જૂનથી ઓગસ્ટ પ્રથમ તબક્કાની તાલીમમાં કુલ ૧૦ વિદ્યાર્થીઓએ શિક્ષણ લીધું, ત્યારપછી ઓગસ્ટથી ઓક્ટોબર બીજા તબક્કાની તાલીમમાં કુલ ૧૯ વિદ્યાર્થી જોડાયા અને હાલમાં ત્રીજા તબક્કાની તાલીમની પણ પૂર્ણાહુતિ થઈ છે જેમાં કુલ ૧૫ વિદ્યાર્થીઓને સર્ટિફિકેટ એનાયત કરવામાં આવ્યા છે. ચોથી બેચની શરૂઆત તા. ૨૦-૧-૨૦૨૦ ના રોજથી કરવામાં આવી છે.

બે મહિનાની આ તાલીમમાં પ્રેક્ટિકલ અને થિયરીકલ રીતે અનુભવી ડોક્ટર તથા ટ્રેઈનર દ્વારા તાલીમ આપવામાં આવે છે. તાલીમના અંતે સર્ટિફિકેટ આપવામાં આવે છે અને તાલીમ પૂરી થયે તાલીમાર્થીને રોજગારી પૂરી પાડવા માટે મદદ પણ કરવામાં આવે છે.

Publisher, Printer **PRAVINBHAI K. LAHERI** on behalf of Owner **Sadvichar Parivar,**

Printed at **Gujarat Offset Private Ltd.** Station Road, Vatva, Ahmedabad - 382 440 and

Published from Sadvichar Parivar, Samarpan Vidhyapith, Near Ramdevnagar Bus Stand,

Jodhpur Tekra, Satellite Road, Ahmedabad-380015. GUJARAT

Editor : **PRAVINBHAI K. LAHERI**

