

સુવિચાર

Year-48

Vol. No. 1

APRIL-2018

Total Page : 36

Yearly Subscriptions Rs. 150-00



સુવિચાર પરિવાર

સમર્પણ વિદ્યાપીઠ, રામદેવનગર બસ સ્ટેન્ડ પાસે,
બેઘપુર ટેકરા, સેટેલાઈટ રોડ, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૧૫



સુવિચારના આઘતંત્રી
સ્વ. શ્રી હરિભાઈ પંચાલનો
અક્ષરદેહ



દીવાદાંડી

દીવાદાંડી લાધી અમને દીવાદાંડી લાધી
સંતો ભર ભવદરિયે અમને દીવાદાંડી લાધી...
એ રે ભવદરિયે ઝંઝા ફૂંકો દે વીજ ઝબૂકે,
ગુરુજી મળ્યા ને ને મારી શમી ગઈ આંધી...
એ રે ભવદરિયે ખડકો આશા, તૃષ્ણા કેરા...
સદુપદેશ-શ્રવણે તળિયે સમી થઈ સપાટી...
એ રે ભવદરિયે મારું જીવન-નાવ ડૂબતું તું...
આંખની અમીમીટે સઘળી ટળી રહે ઉપાધી...
એ રે ભવદરિયે 'હરિ'નું પરમપદ લાધીયું,
ભવનો સુકાની મળીયો જીવનનો સાથી...



બીના શ્રેયસ પંડ્યા આરોગ્ય, શિક્ષણ અને માહિતી સંદર્ભ કેન્દ્ર સદ્વિચાર પરિવાર અને લાઈફ કલબના સંયુક્ત ઉપક્રમે આરોગ્યલક્ષી પ્રવચનશ્રેણીના અનુસંધાનમાં તા.૧૧ માર્ચ, ૨૦૧૮ના રોજ “અનિદ્રાની આધુનિક સારવાર અને નિદાન” એ વિષય પર પ્રવચન યોજવામાં આવ્યું હતું. જેમાં સંસ્થાના મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી શ્રી લહેરી સાહેબે સંસ્થાની પ્રવૃત્તિઓની માહિતી આપ્યા બાદ ટ્રસ્ટી ડો. પંકજભાઈ શાહે વક્તા ડો. કલ્પેશ તલાટીનો પરિચય આપ્યા બાદ ગુજરાત કેન્સર સોસાયટીના જનરલ સેક્રેટરી શ્રી પ્રશાંતભાઈ કિનારીવાળા અને સદ્વિચાર પરિવારના દાતા તેમજ ગુજરાત કેન્સર સોસાયટીના સેક્રેટરી શ્રી કિતીજભાઈ મદનમોહન બંનેનું શાલ, સન્માનપત્ર અને પુસ્તકો દ્વારા સન્માન કરવામાં આવ્યું હતું. સંસ્થાના આમંત્રણને માન આપીને પધારેલા વક્તા ડો. કલ્પેશભાઈ તલાટીને ‘એક ડોક્ટરની પ્રાર્થના’ અર્પણ કરવામાં આવી હતી. ડો. કલ્પેશભાઈ તલાટીએ અનિદ્રાની સારવાર અંગે સમજણ આપી હતી. આ કાર્યક્રમમાં મોટી સંખ્યામાં શ્રોતાઓ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.



સદ્વિચાર પરિવાર સંચાલિત એચ. બી. બેંકર વિકલાંગ પુનર્વાસ કેન્દ્ર - ઉંવારસદના ધો.૧૦ અને ધો.૧૨ના વિદ્યાર્થીઓનો શુભેચ્છા સમારંભ તા.૫-૩-૨૦૧૮ના રોજ યોજવામાં આવ્યો હતો. જેમાં પૂ. શ્રી વેદાંત સ્વામી, અધિકેશ સ્વામી, એસજીવીપી છારોડીના મહંત શ્રી પૂર્ણાનંદ સ્વામી, કપિલેશ્વર મહાદેવ - કલોલના શ્રી જયદીપ બારોટ, બ્રહ્માકુમારી સંસ્થાના હેમાદીદી, રેણુકાદીદી વગેરે સંસ્થાના આમંત્રણને માન આપીને પધાર્યા હતા. આ પ્રસંગે બાળકો દ્વારા સુંદર રીતે પ્રાર્થના રજૂ કરવામાં આવી હતી.



રૂરલ ગ્રામ ટેકનોલોજી અને સદ્વિચાર પરિવાર : મહિલા ઉત્કર્ષ કેન્દ્ર દ્વારા રેકગીનબેગ મેકીંગ તાલીમમાં ટ્રસ્ટીશ્રી લહેરી સાહેબ, પ્રફુલ્લભાઈ અધ્વર્યુ, શ્રી સીંગ સાહેબ, શ્રી મૂકેશભાઈ પ્રજાપતિ દ્વારા બહેનોને સર્ટિફિકેટ વિતરણ તથા સ્ટાઈપેન્ડના ચેક વિતરણ કરવામાં આવ્યા હતા.



સદ્વિચાર પરિવાર અને મેક અ ડિફરન્સ દ્વારા સંચાલિત સ્કુલમાં બાળકોને અંગ્રેજીનું સાદું શિક્ષણ આપવાના ભાગરૂપે હૈદરાબાદથી આવેલા સીડ સ્કૂલના પ્રિન્સીપાલ શ્રીલયાબહેને બાળકોને બે દિવસ રોકાઈને અંગ્રેજી વિષે મહત્વની સમજણ આપી હતી તેમજ રામદેવનગર પ્રાથમિક શાળાના બાળકો માટે ક્વિઝ કોમ્પિટીશન રાખવામાં આવી હતી.



ડાઉન સિન્ડ્રોમ વેલ્ફેર ક્લબ અને સદ્વિચાર પરિવારના સંયુક્ત ઉપક્રમે તા.૨૧-૩-૨૦૧૮ના રોજ 'વિશ્વ સિન્ડ્રોમ દિવસ' નિમિત્તે ડાઉન સિન્ડ્રોમ ધરાવતા બાળકોની અંદર રહેલી શક્તિને બહાર લાવવાના પ્રયત્નના ભાગરૂપે શ્રી રૂપેશભાઈ દ્વારા ગીત-સંગીતનો કાર્યક્રમ યોજવામાં આવ્યો હતો. જેમાં બાળકોએ સંગીતની સાથે ખૂબ આનંદ કર્યો હતો. ક્લબ તરફથી શ્રી યેશાલીબહેન તેમજ મીનબાબહેન દ્વારા આ કાર્યક્રમને સફળ બનાવવા માટે ખૂબ જહેમત ઉઠાવવામાં આવી હતી.

Published on 2nd of Every Month

SUVICHAR APRIL-2018 RNI No. of RNI is 11067/1966

Registered Under Postal Registration No.GAMC-113/2018-2020 Valid up to
31st December-2020 issued by the SSPO's Ahmedabad City Division

Permitted on Post at Ahmedabad PSO on 2nd of Every Month

Lincensed to Post without Pre-Payment No.PMG/HQ/017/2018-2020 Valid up to 31-12-2020



બીના શ્રેયસ પંડ્યા આરોગ્ય, શિક્ષણ માહિતી સંદર્ભ કેન્દ્ર સહવિચાર પરિવાર
અને **લાઈંગ કલબ અમદાવાદ (ઈન્ડિયા)ના** સંયુક્ત ઉપક્રમે
ઉંમર લાયક વ્યક્તિઓની આરોગ્ય સમસ્યાઓ માટેની પ્રવચન શ્રેણી અંતર્ગત
વર્ષ-૩

આઠમું વ્યાખ્યાન

સર્જગ બત્રીસમું વ્યાખ્યાન

વિશ્વ આરોગ્ય

વક્તા : ડૉ. દિલીપભાઈ માવલંકર

(ડાયરેક્ટર : ઈન્ડિયન ઈન્સ્ટીટ્યૂટ ઓફ પબ્લીક હેલ્થ - IIPH)

રવિવાર, ૮ એપ્રિલ ૨૦૧૮, સવારે ૯:૩૦ કલાકે

સન્માન :

ડૉ. ભરતભાઈ ભગત અને ડૉ. પ્રકાશભાઈ ભટ્ટ (હેલ્થ એન્ડ કેર ફાઉન્ડેશન)
ડૉ. આર. કે. પટેલ (નિયામક : યુ. એન. મહેતા કાર્ડિયોલોજી)
ડૉ. પંકજભાઈ આર. શાહ (સંજીવની હેલ્થ એન્ડ રિલીફ કમિટી)

સ્થળ : મદનમોહન રમણલાલ સભાગૃહ સહવિચાર પરિવાર
રામદેવનગર બીઆરટીએસ બસ-સ્ટોપ સામે, બેઘપુર ટેકરા, સેટેલાઈટ રોડ, અમદાવાદ-૧૫.

ઉપરના બધા જ કાર્યક્રમોમાં સહવિચાર પરિવાર સીનીયર સીટીઝન ગૌરવ ગ્રુપ તેમજ
મેગા સિટી સીનીયર સિટીઝન ફેડરેશનના સભ્યો અને રસ ધરાવતા સૌ કોઈને હાર્દિક આમંત્રણ છે.

આગામી પ્રવચન

મેનોપોઝ

વક્તા : ડૉ. કલાબહેન શાહ ● રવિવાર, ૧૩ મે, ૨૦૧૮ સવારે ૯-૩૦ કલાકે

સન્માન : ડૉ. હંસાબહેન નવનીત શાહ, ડૉ. તનુમતીબહેન અને ડૉ. ગિરીશભાઈ

If Undelivered, Please Return to :

SADVICHAR PARIVAR

Ramdevnagar Satellite Road, Ahmedabad-380015. Phone : 079-26861055

સુવિચાર

માનવતાનો મહિમા ગાતું સદ્વિચાર પરિવારનું સામયિક

આદ્ય તંત્રી :

સદ્ગત હરિલાલ વિ. પંચાલ 'નિમિત્તમાત્ર'

તંત્રી :

પ્રવીણ ક. લહેરી

વર્ષ : 49 ❁ અંક : 1 ❁ સળંગ અંક : 637 ❁ એપ્રિલ-2018

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

ટ્રસ્ટી મંડળ

માણેકલાલ એચ. પટેલ
પ્રમુખ
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 શિર્ષક	લેખક	પાનું
1.	'થેન્કસ ઓફ બિઈંગ લેટ' : ટેકનોલોજીના રાક્ષસને નાથવાનો બેજોડ ઉપાય	ડૉ. રંજના હરીશ	5
2.	તર્કસંગત પ્રત્યુત્તર-હરિફને કરે નિરૂત્તર	રણછોડ શાહ	8
3.	આપણા વર્તનમાં દારિદ્ર્ય	નાઝનીન ઓ. સાહેરવાલા	11
4.	યુવાવર્ગની વૃદ્ધજનો પ્રત્યેની ફરજો	કમલેશ દવે	13
5.	અજંપો ને ઉત્તરદાયિત્વ	રમેશ છબીલદાસ દવે	15
6.	સદ્વિચાર પરિવારની સહયોગી- થવા માટેની અપીલ	-	17
7.	એક અનોખું વ્યક્તિત્વ : નાસીરા શર્મા	મોહન દાંડીકર	21
8.	કઠોળને ફણગાવવાની પ્રક્રિયાના- ફાયદા વિશે જાણો	ડૉ. જાનકી પટેલ	23
9.	ઓછો ઉપદેશ, વધુ કામ : લાલબહાદુર શાસ્ત્રી	-	25
10.	હર રાત કા સવેરા હૈ....	ડૉ. પી. પી. બેપ્સી/વેણી રવિ	27
11.	કબીર	ભીમજી ખાચરિયા	29
12.	સૂફી સ્ત્રી સંત રાબિયા	ધીરજલાલ શાહ	31
13.	સદ્વિચાર સમાચાર સેવા	-	33

લેખકોના મત સાથે સંસ્થા સહમત
છે તેમ માની લેવું નહીં.

નિવેદન

દર વર્ષે માર્ય મહિનામાં નાણાંકીય વર્ષના આખરી મહિનાને કારણે સરકારમાં બચેલી ગ્રાન્ટ તાત્કાલિક વાપરવાની હોડ લાગી હોય અને લોકો પોતાના કરવેરા ભરવામાં મુંઝાતા હોય તેવો વિચિત્ર ગુંગળામણનો સમય. વસંતઋતુ પછી ગ્રીષ્મની સતત વધતી ગરમીનો અહેસાસ કરાવતી હોય તેવા સંજોગોમાં વિદ્યાર્થીઓ માટે ખાસ કરીને ધો.૧૦ તથા ધો.૧૨ના પરીક્ષાર્થી માટે તો ભારે તનાવતો સમય.

માર્ય મહિનામાં રૂરલ ટેકનોલોજી ઈન્સ્ટીટ્યૂટ ગાંધીનગરના સહયોગથી ચાલતો 'બેગ મેકીંગ'નો મહિલાઓ માટેનો કોર્સ સમાપ્ત થયો. તેના પૂર્ણાહુતિ સમારંભમાં ઈન્સ્ટીટ્યૂટના ચેરમેનશ્રી મૂકેશ પ્રજાપતિ હાજર રહ્યા તેનાથી સદ્વિચાર પરિવારના કાર્યકરો અને તાલીમાર્થીઓને સારું પ્રોત્સાહન મળ્યું. તાલીમાર્થીઓને શિષ્યવૃત્તિ અને પ્રમાણપત્ર મળતાં ખુશીનો માહોલ સર્જાયો. સદ્વિચાર પરિવાર રૂરલ ટેકનોલોજી ઈન્સ્ટીટ્યૂટ ગાંધીનગરનો આભાર વ્યક્ત કરે છે.

માર્ય મહિનામાં શુભમ્ હોલના સહયોગમાં સાદાઈથી લગ્નનો ઉપક્રમ શરુ થયો. આજે સૌ મોંઘવારીની ફરિયાદ કરીએ છીએ પણ વાર-તહેવારે, જન્મદિવસે, લગ્ન પ્રસંગે શક્તિથી વધારે ખર્ચ કરીએ છીએ. ક્યારેક દેવું કરીને પણ ઉજવણી કરીએ છીએ. સરકાર પણ આવી લાલચમાં આવી જાય છે. કોઈ અભ્યાસુ તો ત્યાં સુધી કહે છે કે જો સરકારો બીનજરૂરી જાહેરાતો માટે અને ઉજવણીના નામે થતો ખર્ચ ન કરે તો આગામી પાંચ વર્ષમાં દેવામુક્ત થઈ શકે ! મધ્યમ અને ગરીબવર્ગના પરિવારોમાં લગ્ન પાછળ માત્ર રૂ.૭,૫૦૦/-નો ખર્ચ થાય તો નવદંપતિને લગ્નના દિવસે જ લક્ષ્મીજીની કૃપા પ્રાપ્ત થાય. કદાચ ૧૦૦-૨૦૦ માણસોને મિષ્ટ ભોજન કરાવવું હોય તો પણ રૂ.૧૨,૫૦૦ થી રૂ.૨૫,૦૦૦ સુધીમાં કામ સારી રીતે થઈ જાય છે. આવી વ્યવસ્થા પશ્ચિમ અમદાવાદમાં ઉપલબ્ધ થતાં સાદગીપૂર્ણ લગ્નની સંખ્યામાં નોંધપાત્ર વૃદ્ધિ થશે. સદ્વિચાર પરિવારની સ્થાપના સમયથી શ્રી હરિભાઈ પંચાલે સાદગીને સુખની પૂર્વશરત ગણી હતી. સમગ્ર જીવન ખાદીનો સાદો પોષાક, ખભે થેલો, સતત સદ્વિચારોના અમલ માટે નિરંતર પરિશ્રમને યાદ કરીએ ત્યારે કોઈ દેખાવ, જાહોજલાલી કે સગવડો વિના કેમ સેવા થાય તેનું જીવંત પ્રતીક સમા શ્રી હરિભાઈની કરુણાસભર આંખો અને

સમર્પિત વ્યક્તિત્વનું સ્મરણ થાય. થોડા સમય પહેલાં શ્રી ગિરીશ દાણીએ પોતાના પુત્રને શ્રી મોરારિભાપુના આશ્રમે સાવ સાદાઈથી પરણાવી રૂપિયા એક કરોડની બચત કરી તે રકમ ગરીબ પરિવારોની કન્યાના માબાપને આપવાનો સંકલ્પ કર્યો. સમાજ પરિવર્તનની પ્રક્રિયા હંમેશાં ધીમી હોય છે, પરંતુ આપણે તો સતત પ્રયત્નો કરવા તે આપણું કર્તવ્ય છે. ગુજરાતનો કોળી સમાજ પણ છેલ્લા ૧૫-૨૦ વર્ષોથી તાલુકે તાલુકે સમૂહલગ્નો યોજી ગરીબ પરિવારોને ભેટ-સોગાદથી નવાજે છે.

સદ્વિચાર પરિવારમાં દાતાઓનો સહયોગ ખૂબ સુંદર રીતે મળી રહ્યો છે. આજની કારમી મોંઘવારીમાં પરિવાર હોય કે સંસ્થા, તેના નિભાવમાં જ ખૂબ મોટી નાણાંકીય જવાબદારીઓ રહેલી છે. આ સંજોગોમાં દાતાઓના ઉદાર દાનથી જ સેવાપ્રવૃત્તિઓ ચાલી શકે છે. અમુક સેવા માટે ખર્ચ જેટલી ફી લઈને અન્ય જગ્યાએ થતા મોટા ખર્ચમાં જરૂરિયાતમંદ માટે નોંધપાત્ર બચત થઈ શકે છે. આરોગ્યની સેવાઓ તેના સમય અને વ્યાપમાં વધારો કરવા માટે વિચારણા ચાલી રહી છે.

રિડીંગ રૂમનો અનેક વિદ્યાર્થીઓ લાભ લે છે. આ વર્ષે પણ યુ.પી.એસ.સી. અને જી.પી.એસ.સી.ની સ્પર્ધાત્મક લેખિત પરીક્ષાઓમાં પરિણામો આવતાં જે ચિત્ર છે તે ઉત્સાહજનક છે. યુ.પી.એસ.સી.માં કુલ ૬ વિદ્યાર્થીઓ ઈન્ટરવ્યૂ માટે બોલાવવામાં આવેલા અને જી.પી.એસ.સી.માં કુલ ૧૬ વિદ્યાર્થી પાસ થયેલ છે. અન્ય વ્યવસાયિક કોર્સિસમાં પણ સફળતા મેળવી વિદ્યાર્થીઓ કારકિર્દીના સોપાન ચડી રહ્યા છે તે જોઈને સૌને ગૌરવ, આનંદ અને સંતોષની લાગણી થાય છે.

સદ્વિચાર પરિવારને આંગણે જાણીતા વિદ્વાન શ્રી વાસુદેવભાઈ પાઠક અને અભ્યાસુ, પીઠ પત્રકાર શ્રી જયંતિભાઈ દવેના વ્યાખ્યાનો યોજાયા. સમાજમાં અનેક પ્રશ્નો અંગે નાગરિકો સાચી સમજ કેળવે તે જરૂરી છે અને તેના ભાગરૂપે સદ્વિચાર પરિવારના ટ્રસ્ટીશ્રી પીયૂષભાઈ દેસાઈ તજજ્ઞોના પ્રવચનો ગોઠવવા પ્રયત્નશીલ છે.

અંતમાં, એપ્રિલ-મેના મહિના એટલે રજાના મહિનાઓ. સૌ પરિવારો સાથે રહે, હરેફરે અને કુટુંબના સ્નેહ-સંબંધોમાં સેતુઓ મજબૂત બની રહે તેવી શુભેચ્છા સહ.

સદ્વિચાર પરિવાર ટ્રસ્ટી મંડળ



‘થેન્કસ ઓફ બિઈંગ લેટ’ :
ટેક્નોલોજીના રાક્ષસને નાથવાનો બેજોડ ઉપાય
ડૉ. રંજના હરીશ

‘થોભો. વિચારો. મનુષ્ય થઈને મશીન બનતા અટકો.’ આ છે ઉપરોક્ત પુસ્તકનો મુખ્ય સ્વર. સમયબદ્ધતા માટે જાણીતા, ઘડિયાળને કાંટે જીવતા પશ્ચિમી દેશોના ૨૧મી સદીના કલાસિક તરીકે પૌખાઈ રહેલ ‘થેન્કસ ઓફ બિઈંગ લેટ’ (2017) હાલમાં પ્રકાશિત થયેલ અત્યંત ચર્ચિત પુસ્તક છે. પોતાના પ્રદાન માટે ત્રણ-ત્રણ વાર પુલિત્ઝર પ્રાઈઝથી સન્માનિત આ પુસ્તકના લેખક થોમસ એલ ફ્રિડમેન (જ.1953) ‘ધ ન્યૂયોર્ક ટાઈમ્સ’ના ખ્યાતિ પ્રાપ્ત કોલમિસ્ટ છે, તેમજ અમેરિકાના નામાંકિત જર્નાલિસ્ટ છે. તેમના ત્રણ વર્ષના પરિશ્રમનું પરિણામ અને જીવન આખાનો નિયોડ એટલે આ પુસ્તક. જેનું સબ ટાઈટલ છે ‘એન ઓપ્ટિમિસ્ટિક ગાઈડ ટુ થ્રાઈવીંગ ઈન ધ એજ ઓફ એકિસલરેશન’ (તીવ્ર ગતિપૂર્ણ યુગમાં ઉમળકાભેર જીવવા માટેની આશાભરી માર્ગદર્શિકા) આ સબ ટાઈટલ પુસ્તકના મુખ્ય કથને સુપેરે વાચા આપે છે. ૨૧મી સદીના આવનાર વર્ષોનો એકમાત્ર મોટો પડકાર હોવાનો છે, તેની કલ્પનાતીત ગતિ. પ્રતિદિન એ ગતિમાં થતો વધારો. તેના થકી મનુષ્યજાતના મનમાં જન્મતો ભય. આવા પડકારને કેમ પહોંચી વળાશે? પળે પળે બદલાતા વિશ્વ સાથે કદમ કેમ મિલાવાશે? આ બધા પ્રશ્નો માટે ફ્રિડમેનનો જવાબ છે: અલબત્ત તીવ્રતમ ગતિથી દુનિયા તો બદલતી રહેશે, પરંતુ આવી ગતિથી ગભરાઈ જવાને બદલે તેને બરાબર સમજી લેવાની જરૂર છે. સહેજ થોભીને, જે બીક પમાડે છે તે સત્યોને તપાસીને, સમજીને તેમને આત્મસાત કરવાની જરૂર છે. જેના માટે શ્વાસ લેવા જેટલો સમય પણ જરૂરી છે. દોડાદોડની જિંદગીમાં

લોકો સમય સાચવવા માટે ઘણું બધું ભુલાવી દેતા હોય છે. લેખકના ભાષણ માટે મોડા પડનાર શ્રોતાઓના ‘સોરી’ નો જવાબ આપતા લેખક કહે છે: ‘થેન્કસ ફોર બિઈંગ લેટ.’ આવા પ્રતિભાવથી ન ટેવાયેલ આજનો મનુષ્ય તેમના આ શબ્દોમાં કટાક્ષ શોધવાનો પ્રયત્ન કરે છે. પરંતુ ના. આમાં કોઈ કટાક્ષ નથી. વકતા તેમને કહે છે કે ‘તમે મોડા આવીને સારું કર્યું કે જેથી તીવ્ર ગતિભર્યા જીવનની દોડાદોડમાં મને વિચારવાનો, આસપાસ જોવાનો થોડો વખત મળી ગયો.’

આવા આજની પાશ્ચાત્ય જીવનશૈલીથી તદ્દન વિપરીત તેવા શીર્ષકની સાર્થકતા આ પુસ્તકમાં સતત અનુભવાય છે. મનુષ્ય જીવન પર હાવી થઈ રહેલ સમયબદ્ધતામાં ક્યાંક ઢીલ મળે તો ૨૧ મી સદીના મનુષ્યને પોતાના વિશે વિચારવાનો સમય મળે.

થોમસ એલ ફ્રિડમેન પોતાને ‘એકસપ્લેનેટરી જર્નાલિસ્ટ’ (સમજાવવા માટે પ્રતિબદ્ધ એવા પત્રકાર) તરીકે ઓળખાવે છે. તેઓ કહે છે, ‘મારું કામ અંગ્રેજીથી અંગ્રેજીમાં અનુવાદનું છે.’ એટલે શું? અનુવાદક તો એક ભાષામાંથી બીજી ભાષામાં વિચાર લઈ જાય! આ બાબતનું સ્પષ્ટિકરણ કરતાં તેઓ કહે છે, ‘કિલ્લ અને ગુંચવાડાભર્યું અંગ્રેજીમાં હું જે વાંચું, સાંભળું, જોઉં અને વિચારું તે સઘળું પચાવીને, તેનું પૃથક્કરણ કરીને, અર્થઘટન કરીને હું સરળ અંગ્રેજીમાં તેને લોકો સુધી પહોંચાડવાનું કામ કરું છું. આ છે મારું અનુવાદ કાર્ય, અઘરા વિચારો અને તેથીય અઘરી અને કિલ્લ ભાષામાં અભિવ્યક્ત થતા જ્ઞાનને સુપાચ્ય અને સરળ બનાવીને લોકો સુધી પહોંચાડવું એ છે મારું અંગ્રેજીથી અંગ્રેજીમાં



તર્કસંગત પ્રત્યુત્તર- હરીફને કરે નિરુત્તર રણછોડ શાહ

સારા વિચારો અને સારી સંગત વ્યક્તિને પ્રગતિના પંથે જ લઈ જાય. આજની તાણયુક્ત જિંદગીની વચ્ચે પણ અનેક લોકો સતત વિધેયાત્મક ચિંતન અને મનન કરતા નજરે પડે છે. આ દુનિયામાં સારી અને ઉદાહરણીય બાબતો કઈ કઈ છે તેની શોધખોળમાં જ તેઓ વ્યસ્ત રહે છે. તેમની નજર ફૂલના સૌંદર્ય ઉપર હોય છે. કાંટા તરફ તેઓ દુર્લભ સેવે છે. તેઓ પ્રત્યેક પ્રસંગમાંથી સારા મુદ્દા તારવી તેના પ્રચાર અને પ્રસાર માટે મંડી પડે છે.

પ્રત્યેક વ્યક્તિએ જીવનમાં અનેક વ્યક્તિઓના સંપર્કમાં આવવાનું થાય છે. તેમાંથી કોણ સારું અને કોણ નરસું તેની પસંદગી કરવામાં જ વ્યક્તિનું ડહાપણ સમાયેલું છે. નિરાશાવાદી, નિંદાખોર, અને નકારાત્મક વિચારો ધરાવતા મિત્રોની પસંદગી કરતી વ્યક્તિને સારી સોબત ક્યાંથી સાંપડે ? સારી મૈત્રી શોધવાની પ્રક્રિયા તો અનાજમાંથી કાંકરા નહીં પરંતુ કાકરામાંથી અનાજ શોધવા જેટલી કઠીન છે. એક કવિએ પ્રભુભક્તિ નીચેની કાવ્ય પંક્તિમાં વ્યક્ત કરી છે.

“નથી કરવા નફા--નુકસાનનાં સરવાળા બાદબાકી,
આજ મળી છે ખુશી, મને એના ગુણાકાર કરવા દે.
મળી જેમને હું મારું અસ્તિત્વ પણ ખોઈ બેસું છું,
એવા મિત્રોમાં મને તારો સાક્ષાત્કાર તો કરવા દે.”

મહાન વૈજ્ઞાનિક આલ્બર્ટ આઈનસ્ટાઈનના જીવનમાં એક ઘટના ઘટી જે સારી વ્યક્તિઓના સંપર્કથી શું પ્રાપ્ત થઈ શકે તેનું ઉત્તમ ઉદાહરણ પૂરું પાડે છે. આઈનસ્ટાઈન ‘સાપેક્ષતાવાદના સિદ્ધાંત’ (Theory of relativity) માટે વિશ્વભરમાં સુપ્રસિદ્ધ છે. વિશ્વને આ મૂલ્યવાન સિદ્ધાંતની ભેટ આપનાર વૈજ્ઞાનિક તરીકે તેઓ સમગ્ર વિશ્વમાં જાણીતા છે.

‘સાપેક્ષતાવાદ’ ને સમજાવવા તેઓશ્રી પૂરી દુનિયામાં ભ્રમણ કરતા હતા. તેમનાં પ્રવચનો એટલે જ્ઞાનનો અખૂટ ભંડાર. તેમની સાથે તેમના ડ્રાઈવર પણ વિવિધ સ્થળોએ જતો. ડ્રાઈવર તમામ પ્રવચનો ધ્યાનથી સાંભળી, શક્ય તેટલી બાબતો સમજવાનો સંનિષ્ઠ પ્રયત્ન કરતો. એક દિવસ ડ્રાઈવરે આઈનસ્ટાઈનને જણાવ્યું, “મેં તમારાં પ્રવચનો સાંભળ્યાં હોવાથી સાપેક્ષતાવાદ મને પણ બરાબર સમજાઈ ગયો છે. વળી એટલો સરળ છે કે હવે તો હું પણ તેના ઉપર પ્રવચન આપી શકું.”

આ સમયે ગુસ્સે થવાને બદલે આઈનસ્ટાઈનને આ આનંદ થયો કે તેઓનો સિદ્ધાંત હવે તો સામાન્ય વ્યક્તિને પણ સમજાઈ ગયો. તે દિવસોમાં પ્રસાર માધ્યમો આટલાં બધાં નહોતાં. તે સંજોગોમાં લોકો આઈનસ્ટાઈન વિશે જાણતા હતા. પરંતુ તેમને જોવાનો લ્હાવો મળતો નહીં. તેઓ ઓળખની રીતે સમાજથી અપરિચિત હતા. એક દિવસ તેઓએ ડ્રાઈવરને કહ્યું કે આજે મારી જગ્યાએ તારે પ્રવચન આપવા જવાનું છે. ડ્રાઈવરે આઈનસ્ટાઈન જેવા કપડાં પહેરી વૈજ્ઞાનિકની અને આઈનસ્ટાઈને ડ્રાઈવર જેવાં વસ્ત્રો પહેરી પોતપોતાની વેશભૂષા તૈયાર કરી લીધી. તેઓ પ્રવચન આપવા માટે હોલ ઉપર ગયા. આઈનસ્ટાઈન હોલમાં છેલ્લી લાઈનમાં બેસી પ્રવચન સાંભળવા લાગ્યા.

ડ્રાઈવરે સ્ટેજ ઉપર જઈ અત્યંત સહજ રીતે કુશળતાપૂર્વક સિદ્ધાંત સમજાવી દીધો. શ્રોતાઓને કોઈ શંકા પણ ન ગઈ. પ્રવચનના અંતે પ્રશ્નોત્તરી થઈ. મોટાભાગના પ્રશ્નોના ઉત્તર અગાઉના વક્તવ્યોમાં આઈનસ્ટાઈને આપ્યા હોવાથી ડ્રાઈવરને કોઈ તકલીફ પડી નહીં.



પરંતુ છેલ્લે એક પ્રશ્ન એવો આવ્યો કે ડ્રાઈવર પાસે તેનો ઉત્તર નહોતો. આવો સવાલ અગાઉ કોઈએ પૂછ્યો નહોતો, જેથી ડ્રાઈવરને તેનો જવાબ આવડતો નહોતો. તેની સમક્ષ સમસ્યા ઊભી થઈ ગઈ. પરંતુ સોબતના સહારે ઉકેલ શોધવામાં સફળ થયા. ગણતરીની સેકન્ડમાં ગભરાયા વિના જવાબ આપ્યો, “ મિત્રો, આ સવાલ તો એટલો બધો સહેલો છે કે તેનો ઉત્તર તો છેલ્લી લાઈનમાં બેઠેલ મારો ડ્રાઈવર પણ આપી શકશે. તેમને વિનંતી કરું છું કે તેઓ આ પ્રશ્નનો જવાબ આપે.”

આઈનસ્ટાઈન ડ્રાઈવરના હાજરજવાબીપણાથી ખુશ થઈ ગયા. તેઓ સીધા સ્ટેજ ઉપર પહોંચી ગયા. પ્રશ્નનો ઉત્તર આપી દીધો. તેની વિગતવાર સમજ પણ આપી દીધી. કાર્યક્રમ સારી રીતે સંપન્ન થઈ ગયો.

જીવન કેવા પ્રકારની વ્યક્તિ સાથે પસાર થાય છે તેના ઉપર પ્રગતિનો આધાર છે. આઈનસ્ટાઈન જેવી વિશ્વ વિભૂતીની ગાડી ચલાવતો અભણ ડ્રાઈવર પણ હોશિયાર થઈ શક્યો તેથી તો આપણે કહીએ છીએ : “ જેવો સંગ તેવો રંગ.” આપણી આજુબાજુ અનેક સજ્જનો રહે છે તો દુર્જનોની પણ આ સમાજમાં ખોટ નથી. વ્યક્તિએ કોણે પસંદ કરવા અને કોને છોડી દેવા તે જાતે સૂઝબૂઝથી નક્કી કરવું પડે છે. આવું જ એક ઉદાહરણ પ્રાણીજગતમાંથી પણ પ્રાપ્ત થાય છે. આ દૃષ્ટાંત વ્યવસ્થાપનના (Management) પાઠ્યક્રમમાં નથી પરંતુ વ્યવહારમાંથી પ્રાપ્ત થાય છે.

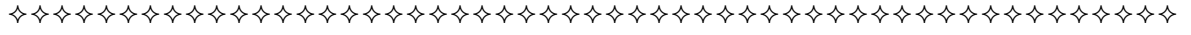
એક દિવસ એક કૂતરો જંગલમાં ફરતો હતો. તે તેના ઘરનો રસ્તો ભૂલી ગયો હતો. ત્યાં તો સામેથી ગર્જના કરતા સિંહને આવતો જોયો અને તેના મોતિયા મરી ગયા. તે ધ્રુજી ઊઠ્યો. તેને લાગ્યું હવે ‘રામ બોલો, ભાઈ રામ’ થઈ જ જશે. પરંતુ ત્યાં તો તેને રસ્તામાં વેરાયેલા સૂકા હાડકાંના ટુકડાઓ જોયા. તેને તરત એક યુક્તિ સૂઝી. તે સિંહ તરફ પીઠ કરી બેસી ગયો. એક હાડકું મોંમાં લઈ ચૂસવા લાગ્યો. મોટે મોટેથી બોલવા લાગ્યો, “ સિંહને મારી નાખી તેને ખાવાની તો કંઈક મજા

જ જુદી હોય છે. જો બીજો એક સિંહ મળી જાય તો મિજબાની થઈ જાય ! ” આમ બોલી તે જોર જોરથી ભસવા લાગ્યો. સિંહ આ સાંભળી વિચારમાં પડી ગયો. તેને વિચાર આવ્યો કે આ કૂતરો તો સિંહનો શિકાર કરી તેને મારી નાંખી ખાઈ જાય છે. માટે તેનાથી તો દૂર રહેવું જ સારું, તેમ સમજીને તે ત્યાંથી ભાગી ગયો. ઝાડ ઉપર બેઠેલો વાંદરો આ ખેલ જોઈ રહ્યો હતો. તેને વિચાર આવ્યો કે જંગલના રાજા સાથે મૈત્રી કરવાની આ એક ઉત્તમ તક છે. જો સિંહ સાથે દોસ્તી થઈ જાય તો પછી તે પણ રાજાની જેમ જંગલમાં ફરી શકેને ! તે વહાલો થવા માટે સિંહ પાસે પહોંચી ગયો. કૂતરાએ કરેલી ચાલબાજી કહેવા માટે તે અધીરો બની ગયો.

કૂતરાને લાગ્યું કે આ લુચ્ચું વાદરું મારી વિરુદ્ધ કંઈક કરી રહ્યું છે. કાંઈ ગરબડ લાગે છે. વાંદરાએ સિંહ પાસે પહોંચી તેને કંઈ રીતે કૂતરાએ બેવફૂક બનાવ્યો તે તમામ વાતો જણાવી દીધી. સિંહ ખૂબ ક્રોધે ભરાઈ ગયો. તેણે કૂતરાને ફાડી ખાવાનો નિર્ણય કરી લીધો. સિંહે વાંદરાને પીઠ ઉપર બેસાડી લીધો અને જ્યાં કૂતરો હતો તે તરફ દોડવા લાગ્યો.

કૂતરાએ સિંહને પોતાના તરફ આવતો જોઈને સમજી ગયો કે નવી મુસીબત આવી રહી છે. પરંતુ પોતાનામાં હતી તે સઘળી તાકાત ભેગી કરીને પુનઃ સિંહ તરફ પીઠ ફેરવીને બેસી ગયો. તેણે બીજી યુક્તિ લડાવી. બરાડા પાડી પાડીને જોર જોરથી બોલવા લાગ્યો. “વાંદરાને એક કલાકથી સિંહને શોધવાનું કહ્યું છે પરંતુ બેવફૂક હજુ સુધી પાછો આવ્યો નથી. સિંહને પટાવીને લઈ આવતાં મૂરખને કેટલીવાર લાગે છે ?” આ સાંભળીને સિંહે તુરત જ તેની પીઠ ઉપર બેઠેલા વાંદરાને નીચે પાડી નાખ્યો અને તેના ઉપર હુમલો કર્યો.

મુશ્કેલીભરી પરિસ્થિતિમાં ક્યારેય વિશ્વાસ ગુમાવવો જોઈએ નહીં. એવા લોકોની મૈત્રી રાખવી જોઈએ કે જેઓ મુશ્કેલીના સમયમાં મદદ કરે. વાંદરાઓથી આ સમાજ ભરેલો છે, તેઓને શોધી કાઢી



તેમનાથી દૂર રહેવું સારું. તેઓ ક્યારે દગો કરશે તે કહી શકાય નહીં. મિત્ર હોશિયાર હોય તો સારું પરંતુ તેનાથી વિશેષ તો તે વફાદાર અને વિશ્વાસુ હોય તે આવશ્યક છે. નજીકની વ્યક્તિઓની પસંદગી કરતી વખતે અત્યંત કાળજી રાખવી જોઈએ. હરીફને હરાવવાનો ઉત્તમ રસ્તો છે તેને તર્કબદ્ધ જવાબ આપી નિરુત્તર બનાવી દેવો જોઈએ.

“ મશહૂર થઈને, ઓળખ ઊભી કરવાનો શોખ મને ક્યાં છે, મને તો, મારા નજીકના લોકો ઓળખે એ જ ઘણું છે.”

* * *

૪૭, સુવર્ણપુરી સોસાયટી, ચીકુવાડી, જેતલપુર રોડ,
વડોદરા-૩૯૦૦૦૭.

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

ધો.૧૦ અને ૧૨ના વિદ્યાર્થીઓને શુભેચ્છા તેમજ વાર્ષિક ડે સમારંભ

સદ્વિચાર પરિવાર સંચાલિત શ્રી એસ. કે. દેસાઈ વિકલાંગ વિદ્યામંદિર -ઉંવારસદના પરિસરમાં અભ્યાસ કરતા દિવ્યાંગ વિદ્યાર્થીઓ માટે ધો. ૧૦ અને ધો. ૧૨નો શુભેચ્છા તેમજ વિદાય સમારંભ ખુબ જ સુંદર વાતાવરણમાં સંસ્થાના સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમની સાથે ઉજવવામાં આવ્યો હતો.

આ પ્રસંગે સંસ્થાના મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી શ્રી પી.કે.લહેરી સાહેબે કાર્યક્રમમાં ઉપસ્થિત મહેમાનોન આવકાર પરિચય આપીને તમામનું સ્વાગત કરવામાં આવ્યું હતું. સમારંભમાં ટ્રસ્ટી શ્રી કે.આર.સિંગ સાહેબે સદર સંસ્થાની શૈક્ષણિક તેમજ ઈતર પ્રવૃત્તિઓનો અહેવાલ આપીને દિવ્યાંગ વિદ્યાર્થીઓએ વિવિધ ક્ષેત્રે મેળવેલ સફળતાને બિરદાવી હતી.કાર્યક્રમમાં દિવ્યાંગ વિદ્યાર્થીઓ દ્વારા તૈયાર કરવામાં આવેલ સુસ્વાગતમ્ ગીત, રાષ્ટ્રભક્તિ ગીત તેમજ ‘અમે ગુજરાતી’ એ વિષયો પર કલાકૃતિ ડાન્સથકી રજૂ કરીને ઉપસ્થિત મહાનુભાવોને તેમજ મહેમાનોને મંત્રમુગ્ધ કર્યા હતા. આ પ્રસંગે ધો. ૧૦ અને ધો. ૧૨ ના વિદ્યાર્થીઓના પ્રતિનિધીએ પોતાના સંસ્મરણો આ સંસ્થામાં રહીને અભ્યાસ કર્યો તે સંદર્ભમાં રજૂ કર્યા હતા.

કાર્યક્રમના અધ્યક્ષપદે કલોલ સ્થિત કપિલેશ્વર મહાદેવના મહંત શ્રી પૂર્વાનંદગીરીજી ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. તેમણે બાળકોને આશીર્વચન પાઠવીને હંમેશાં પહેલા પોતાને ઓળખો અને પુરૂષાર્થ અને આત્મનિષ્ઠા થકી જીવનઘડતરની પરીક્ષામાં સફળતા પ્રાપ્ત થાય તે બાબતે ખુબ જ પ્રેરણાદાયી માર્ગદર્શન આપ્યું હતું. સ્વામીનારાયણ ગુરૂકુળ છારોડીથી પૂ.સંતવર્ય વેદાંતસ્વરૂપ સ્વામી તેમજ પૂ.ઋષિકેશ સ્વામી પધાર્યા હતા. તેમણે પણ દિવ્યાંગ વિદ્યાર્થીઓને સફળતાની સિધ્ધી માટે સખ્ત પુરૂષાર્થ, હકારાત્મક અભિગમ અને કૌશલ્યતા પર સુંદર માર્ગદર્શન આપીને બધા દિવ્યાંગો બોર્ડની પરીક્ષામાં સફળતા પ્રાપ્ત કરે તેવા આશીર્વચન પાઠવ્યા હતા.

અંતમાં, આભારદર્શન કરતાં સંસ્થાના ટ્રસ્ટી શ્રી જે.બી.પંચાલ સાહેબે સૌનો આભાર માન્યો હતો.

સદ્વિચાર પરિવાર : મહિલા ઉત્કર્ષ કેન્દ્ર

તા.૧-૧-૨૦૧૮ થી ૫-૩-૨૦૧૮ દરમિયાન મહિલા ઉત્કર્ષ કેન્દ્ર દ્વારા રેકઝીન બેગ મેકિંગ તાલીમવર્ગ યોજાઈ ગયો. ગ્રામ ટેકનોલોજી ખાતા તરફથી યોજાયેલ કાર્યક્રમમાં રૂરલ વિસ્તારની બહેનોને વિવિધ બેગો બનાવતાં શીખવવામાં આવ્યું. જેમાં બહેનોએ બનાવેલ મુખ્ય નમૂના નીચે મુજબ છે. (૧) શોલ્ડર બેગ (૨) શોપિંગ બેગ (૩) બાર્બીવાળી બેગ (૪) મીની ટ્રાવેલિંગ બેગ (૫) સ્કૂલ બેગ. આ તાલીમ બે મહિના સળંગ ચાલી હતી. તાલીમ દરમિયાન રૂરલ ગ્રામ ટેકનોલોજીના શ્રી સિંગ સાહેબ તથા અન્ય અધિકારીઓએ બેવાર વિઝીટ લીધી હતી. ઉત્સાહી બહેનોએ ઘરે કામ કરવા ફરમા કાપી તૈયાર કર્યા હતા. આ બે માસનું બહેનોને સ્ટાઈપેન્ડ અને સર્ટિફિકેટ આપવામાં આવ્યા હતા.



આપણા વર્તનમાં દારિદ્ર્ય

નાઝનીન ઓ.સાહેરવાલા



ઘણાં લોકો ગરીબોને હડધૂત કરે છે. તેમને નફરત કરે છે. કોક ભિખારી ભૂલેચૂકે અડી જાય તો તેમને કોધ આવી જાય છે. ગરીબોને ક્યારેય તેઓ કશું ખવડાવતા નથી. કશુંક આપવા માટે કોઈ કાંઈ કહે તો તેમાં ફાયદો શો ? એવા પ્રશ્નો તેમને સતાવવા લાગે છે.

ગરીબો પાસે દેખીતી રીતે ભલે કશું ન હોય પરંતુ તેમની પાસે 'હાય' હોય છે. તેમની પાસે કકળતી આંતરડી હોય છે. તેમના હૃદયમાં સંતાયેલી દુવા પણ હોય છે. તેઓ ગરીબ શા માટે હોય છે ? તમે કહેશો તેઓ મહેનત કરતાં નથી, શિક્ષણ લેતાં નથી, આળસુ અને એદી હોય છે, તેમનાં પાપ તેમને નડતાં હોય છે !

પ્રશ્ન એ થાય છે કે આપણે તેમને હડધૂત કરી પાપ કરીએ છીએ તેનું શું ? તેમને જિંદગીમાં પોતાની કક્ષા સુધારવાની તક નથી મળી તેનું શું ?

હકીકતમાં તેના દારિદ્ર્ય પાછળ સામાજિક અન્યાય જવાબદાર છે. તેમને શિક્ષણ મેળવવાની કે કશુંક નકકર કરવાની તક ન મળી તેને માટે આપણી સામૂહિક જવાબદારી છે. આપણે કશુંક એકત્ર કરી ડુંગર બનાવ્યા છે તો ક્યાંક તો ખાડો પડ્યો જ હશે. એ ખાડો તે જ કથળતું દારિદ્ર્ય દર્શાવતી રડતી આંખો ? તેમની ગરીબી પાછળ આપણું સૂક્ષ્મ પાપ રહ્યું છે. આપણી આંધળી લાલચ અને લુચ્ચી સ્વાર્થવૃત્તિએ તેમના હક છીનવી લીધા છે અને તેમને દારુણ ગરીબીમાં તરફડતા કર્યાં છે.

તમે કહો છો કે, ઘણા ભિખારીઓ ઢોંગી હોય છે. વાત કંઈક અંશે સાચી છે પરંતુ બિલકુલ સાચી છે એમ કહી શકાય તેવું નથી. કેટલાયના ઘેર બે ટંક ખાવાનાં ફાંફા હોય છે. ઘરમાં માતા-પિતા માંદગીથી તરફડતાં

હોય છે અને જરૂરી દવાના પૈસા હોતા નથી. ક્યાંક તેજસ્વી બાળકો શિક્ષણ મેળવવા તરફડતા હોય છે પરંતુ મજબૂરી તેમને વૈતરુ કરી કમાણી કરવા મોકલી આપે છે. કેટલીક જગ્યાએ તો તેમના ભાગ્યમાં પીવાનું પાણી હોતું નથી. સ્વચ્છ જળસ્ત્રોત તેમને મળતાં નથી. અહીં કોક ધર્મ કે જાતિના લોકોની વાત નથી.

આ તો સમગ્ર દારિદ્ર સમુદાયની વાત છે જેમના નસીબમાં તાજી રોટલીનો ટુકડો નથી.

સૈદ્ધાંતિક રીતે ભિખારી વૃત્તિને પ્રોત્સાહન ન આપવું જોઈએ તે વાત સાચી લાગે છે પરંતુ તેમાં માનવતા નથી. આપણી લક્ષ્મીને શુદ્ધિની જરૂરત છે. ગરીબોને થોડું દાન કરતાં રહેવું જોઈએ. ગરીબ તેજસ્વી બાળકોને ભણતરની સહાય કરી, યતીમ કે વિધવા કે રોગીઓને ય બની શકે તેટલી સહાય કરવી જોઈએ. ભૂખ્યાને જમાડવાથી તેમની દુવા મળે છે અને આપણને જાણ નથી થતી કે કોની દુવાથી આપણો સંસારરથ આંચકા વિના ચાલતો હોય છે !

રસ્તામાં કોઈ અપંગ મળી જાય તો હડધૂત ન કરવો. આપણી પાસે આપવા માટે છૂટા પૈસા ન હોય તો ' માફ કરો ' એટલું વિનમ્રતાપૂર્વક બોલીને આગળ ચાલવું જોઈએ. તેમને ભીખ માગવી પડે છે તેથી તેમને નીચાજોશું થયું હોય છે. તેમને વધુ હડધૂત કરી વધારે નીચે પાડવા જેવી કૂરતા ન જ દાખવવી જોઈએ.

હઝરત અલી અ.સ. કહેતા કે, 'મજૂરનો પરસેવો સુકાય તે પહેલાં તેમને મજૂરી ચૂકવી દો.'

આપણે ત્યાં કામ કરનારા નોકરો કે મજૂરો પ્રતિ સહાનુભૂતિપૂર્વક વર્તવું જરૂરી છે. તેમના માથે ઓછી ચિંતા નથી. બે સારા શબ્દો બોલવાથી તેમનું દુઃખ ઓછું થાય છે એટલે તેમની ઈજાત કરવી. ઘરમાં જે વસ્તુનો

વપરાશ બે થી ત્રણ વર્ષ સુધી ન કર્યો હોય તે સંઘરવાનો અર્થ નથી. ઘરના નોકરોને કામ લાગે તેવી હોય તો જરૂર આપી દેવી. આમ કરવાથી આપણું કશું જતું નથી. આપણને તો દુવા પ્રાપ્ત થાય છે. વાર-તહેવારે સારી વસ્તુ કે રકમ પણ આપતા રહેવાથી તેમના કામનો ઉત્સાહ બેવડાય છે અને આપણને છોડી બીજી જગ્યાએ કામે લાગી જાય તો અફસોસ ન કરવો. આપણને બીજા મળશે. લેણદેણ પૂરી થઈ એમ માની ચિંતા કરવી નહીં.

ઘરમાં વર્ષગાંઠ, લગ્નની સંવત્સરી આવે તો ક્યારેક ગરીબોને વસ્ત્ર વહેંચણી કે ખોરાકનાં પેકેટ વહેંચવા નીકળવાથી કશુંક સારું કર્યાનો આનંદ મળશે. એકની એક કંટાળાજનક વિધિ કરી કેક કાપવાથી ખાસ કશો ફાયદો નથી. સગાંવહાલાં તથા મિત્રમંડળ વગેરેને ખુશ કરવાં જોઈએ તે વાત સાચી છે પરંતુ ક્યારેક અલગ રીતેય સારા પ્રસંગ ઉજવી શકાય.

પ્રયત્ન કરવાથી દરિદ્રતા મટી જવાની નથી પરંતુ આપણે બધાં સમજીશું તો ઘણાં દુઃખીજનોના ચહેરા પર સ્મિત લાવી શકીશું. ક્યારેક કાઠવ-કીચડ હોય તેવી જગ્યાએ જવાનું થાય. કોક રોગીની નજીક જવાનું થાય તો સૂગ રાખી મોઢું ન મચકોડવું. ઘરે પાછા ફરી સ્નાન કરી કપડાં બદલી નાખવાં. આખરે કોક બીમારીનો ચેપ આપણા કુટુંબીજનોને ન આપવો તે આપણી જવાબદારી છે. ઘરબાર સ્વચ્છ રાખવાં, જાતે રોગમુક્ત રહેવું તે બાબત એટલી જ મહત્વની છે. સમાજસેવા તો કરવી જ.

માત્ર હૃદયમાં રહેલા પ્રેમના કુંજાનું ઢાંકણ ઉઘાડવાની જરૂર છે. પ્રેમ, અનુકંપા, સહાનુભૂતિ, મીઠાશને વહેવા દઈએ..... બસ....વહેવા દઈએ. આપણા વર્તનમાંથી દરિદ્રતાને દૂર કરીએ.

(સૌજન્ય : 'તમન્ના')

ખુદથી પણ, હવે પ્યાર કરો !

સ્ટીવ જોબ્સ (એપલ કું. ના સ્થાપક)

આખી જિંદગી મેં સખત મહેનત કરી છે, પરંતુ ખુદને ખુશ કરવા માટે કે ખુદ માટે સમય કાઢવાનું શક્ય બન્યું નથી. કામચાબી માટે મને ગર્વ થયો છે. પરંતુ મોતની નજીક પહોંચતા એ કામચાબી હવે ફિક્કી લાગવા માંડી છે. આજે હું અંધકારમાં મશીનોથી ઘેરાયેલો છું. હું મૃત્યુના દેવતાને ખૂબ જ નજીક અનુભવી રહ્યો છું.

જ્યારે વ્યક્તિએ ભવિષ્ય માટે પર્યાપ્ત કમાણી કરી લીધી છે ત્યારે વધુ કમાવાની વધુ ઈચ્છા ન રાખવી જોઈએ અને ખુદની ખુશી માટે જીવવાનું શરૂ કરવું જોઈએ. બચપણનો અધૂરો શોખ, જવાનીની કોઈ ખ્વાહિશ કે બીજું કંઈપણ, જે દિલને તસલ્લી આપી શકે.

તમારે કોઈ એવી વ્યક્તિ સાથે સમય વીતાવવો જોઈએ, જેને તમે ખુશી આપી શકો, અને બદલામાં તમે તેવું જ મેળવી શકો ! જે પૈસા મેં કમાયા છે, તે હું સાથે લઈ શકું તેમ નથી.

જો હું કંઈક લઈ જઈ શકું તેમ છું, તો તે થોડી યાદો. તે યાદો જ તમારી, મારી, આપણી 'અમીરી' હોય છે, જેના સહારે શાંતિથી મોત મેળવી શકાય. વીતેલી એ બધી યાદો પર તમારો હકક છે, તેથી એ બધી યાદો તમારી સાથે આવી શકે છે. તે જ તમને સાથ આપશે.

'મોતની પથારી' પર આવીને, કોઈ તમને પ્રેમ કરે તે તમે પૈસાથી ખરીદી શકો તેમ નથી. ધન બધું આપી શકે તેમ નથી. જિંદગીને ખુબસૂરત બનાવવા લોકોનો સહારો જોઈએ. મારી વિનંતી છે કે તમે પરિવારને પ્રેમ કરો, તેમની સાથે સમય વીતાવો. આ બિનકીમતી ખજાનાને બરબાદ થવા ન દો. ખુદથી પણ પ્યાર કરો !

સંકલન- ચંદુ મહેસાણવી



યુવાવર્ગની વૃદ્ધજનો પ્રત્યેની ફરજો

કમલેશ દવે

વૃદ્ધજનો કે વડીલો માટેનો મોભાદાર અને શાલિન શબ્દ છે. “ સિનિયર સિટીઝન ” જે સૌ કોઈનાં જન-માનસમાં માનવાયક શબ્દ બની રહ્યો છે. વૃદ્ધજનો અને વિદ્યાર્થીઓ હંમેશાં મારાં વ્હાલાં, પ્યારાં અને મનગમતાં રહ્યાં છે. હું વૃદ્ધજનોને ચાહું છું, પ્રેમ કરું છું, હેત કરું છું, તેમજ તેઓનાં હૃદયથી વાંચું છું, માણું છું, વૃદ્ધજનો સાથેનો સંપર્ક, સંવાદ, વાર્તાલાપ અને સાંનિધ્ય હંમેશ માટે મને ગમે છે. મારા રસ-રૂચિ અને અભિરૂચિનો વિષય છે. સમાજમાં આપણને સરળ, સીધા-સાદા અને સજજન વૃદ્ધ જોવા મળે. કયાંક મોજિલાં-મસ્તાના, જિંદાદિલ- ટીખળી વૃદ્ધજનો જોવા મળે તો કયાંક વળી વાતોડિયા, જૂનવાણી- રૂઢિચુસ્ત, કડક અને જક્કી વૃદ્ધજનો પણ નજરે ચઢે. સવિશેષ લખું તો જન-સેવા સંકલ્પમાં ઓત-પ્રોત, કર્મઠ-કર્મશીલ, દાનવીર, બુદ્ધિ-જ્ઞાન સંપન્ન સાથે સાથે અનુભવોનું ભાથું ધરાવતા વિચારસમૃદ્ધ વૃદ્ધજનો પણ જૂજ અંશે આપણને સમાજમાં જોવા મળે, જે સોનાં હૈયે વસેલાં હંમેશ માટેના આદર્શ કે સન્માનનીય ઉત્તમ વૃદ્ધપાત્રો બની રહે !

વૃદ્ધજનો-વડીલો પ્રત્યેની યુવાવર્ગની ફરજો સંબંધે થોડું-ઘણું લખું તો-વૃદ્ધજનો-સ્વજનો કે વડીલો જેમાં માતા-પિતા, સગા-સંબંધી અને પાડોશીનો સમાવેશ કરાય. તેઓ પ્રત્યે યુવાવર્ગે પ્રેમ-સ્નેહ-સદ્ભાવ, હૂંફ-લાગણી સાથેનાં સૌજન્યપૂર્ણ વ્યવહાર સાથે જીવવાનું છે. વૃદ્ધજનો માટે પારિવારિક સભ્યોએ વાતચીત માટે ફાળવવો જોઈએ સાથે સાથે તેઓ માટે રોજિંદી જરૂરિયાતો દવા-દારૂ અને પૌષ્ટિક આહારની કાળજી લેવી જોઈએ. આમ વૃદ્ધો માટે પૂરતું ધ્યાન-સારસંભાળ, આદર-સન્માન તેમજ આરોગ્યલક્ષી હૂંફ

આપી તેઓનાં માનસને ખુશી-ખુશી અને ખુશાલીની લહેરીઓથી પરિપૂર્ણ કરવું જોઈએ. આવા હયા-ભયા, આશાવાદી સંબંધસેતુએ વૃદ્ધજનો-સ્નેહીજનો અવશ્ય હરખાય, રાજિપા અને આનંદીમાત્રામાં તૃપ્ત રહે.

અન્ય વૃદ્ધજનો પ્રત્યેની ફરજો લખું તો -વૃદ્ધજનોને તેઓના ભૂતકાળ હરહંમેશ બહુ ગમે, ભૂતકાળને તેઓ સમયાંતરે વાગોળે કે પુનઃ પુનઃ યાદ કરે, માટે જ પરિવારના યુવાસભ્યો દ્વારા વૃદ્ધજન-સ્વજનનાં તેઓના પુરુષાર્થસભર વિતેલા મધુર દિવસો અને વાચાળ વાતોને રસપૂર્વક સાંભળી અનુમોદન આપવામાં આવે તો વૃદ્ધજનો ઊર્જાવાન બની રહે. આ ક્ષણે વૃદ્ધજન એ વૃદ્ધ મટી યુવાન બની જશે, નવું જોમ-જોશ આવશે, તેઓના શ્રવણની માત્રામાં વધારો થશે, નવી ચેતના-ઊર્જા-પ્રકાશ પ્રાપ્તિએ આંખો ચમકેલી આનંદી બનશે. પરિવારના યુવા સભ્યની આ વૃદ્ધ સાથેની વાતો-સંવાદ કે પાંચ-પંદર મિનિટનો મધુરવાણી વ્યવહાર તેઓ માટેની ઉચ્ચ તંદુરસ્તી - શક્તિનું ઔષધ કે ટોનિક બની રહેશે.

વૃદ્ધજનને અનુભૂતિ થશે કે - મારા કુંટુંબે મને સાંભળ્યો, મારી વાતોને સ્વીકારી, મારામાં રસ -રૂચિ દાખવી માન -મોભો અને મરતબોનું જતન કર્યું છે. આજે મારી પરિવારમાં હાજરી સર્વ-સ્વીકાર્ય આવકારદાયક અને સન્માનનીય છે જે તેઓના માનસપટમાં રાજિપા-સુખિયામાં ફેરવાશે. આજની પેઢીએ આમ ઘરડાં વૃદ્ધો સાથે મૈત્રીપૂર્ણ -ભાવભયા વ્યવહારરૂપી ફરજોએ જોતરેલાં અને જોડાયેલાં રહેવાનું છે. આજનાં યુવાવર્ગને આહ્વાન છે. સૌ કોઈએ વૃદ્ધો તરફ આસ્થા, શ્રદ્ધા, સહારો અને ભરોસાનો પ્રજ્ઞવલિત જ્યોતિર્મય દીપક બનવાનું છે. વળી ખાસ ભારપૂર્વક

લખું તો વૃદ્ધજનોની ફરિયાદપેટીને કુનેહપૂર્વક હળવાશથી આનંદપેટીમાં ફેરવવાની કળા -કૌશલ્ય આજની પેઢીના નવયુવાને ખીલવાની અને વિકસાવવાની છે. આ પવિત્ર ભગીરથ કાર્યને હું વૃદ્ધજનો-વડીલોની સુંગધમય સેવા -ચાકરી તરીકે સ્વીકારું છું. આજનાં વૃધ્ધજનો એ ભાવિ પૂર્વજો છે, પ્રભુ -સમાન છે, જીવતાં દેવી-દેવતાઓ છે માટે જ યુવાપેઢીએ સવયં પોતે સેવા -સમર્પણના ભાવે ઘરડાં વૃદ્ધજનોને સુખિયાની અનુભૂતિ આપી શ્રાદ્ધ કરવાનું છે. જેના ફળ-સ્વરૂપે પરિવારના યુવાગણને સુખ -શાંતિ, તંદુરસ્તી, સૌભાગ્ય અને ઊંચું ઐશ્વર્ય પ્રાપ્ત થાય છે.

લેખના અંતે પ્રસન્નચિત્તે લખું તો - જે આશિયાનામાં યુવા-પેઢી-વૃધ્ધ સ્નેહીજનોનું સહિયારું નિર્મળ હાસ્ય

હોય, ઉમંગ-ઉલ્લાસ છલોછલ હોય, પ્રેમ-આનંદ-પ્રસન્નતા અરસપરસ વહેંચાતાં હોય તે આશિયાનાને, આશિયાનો ન કહેતાં પારિવારિક પ્રભુ-મંદિર, દેવાલય કે આનંદાશ્રમ કહી શકાય. વળી જ્યાં પરસ્પર પરિવારમાં માન-સન્માન હોય, શ્રેષ્ઠ તાલમેલ-મેળાપ જોવા મળે તેમજ મીઠા-મધુરા-સ્નેહાળ સંબંધો હોય તે આશિયાનો મધમધતો-મહેકતો ફૂલવાડી જેવો હર્યો-ભર્યો બની રહે ને ! અહીં વળી વૃદ્ધાશ્રમની તો કલ્પના જ ક્યાંથી હોય !

* * *

૮૯, જ્યોતિકલશ સોસાયટી, સેટેલાઈટ રોડ, સુંદરવન પાછળ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫. (મો.) ૯૪૨૯૦૬૮૦૫૦

જ્યારે ચોર શિષ્ય બને છે

સં. ડો. ભરત ભગત

ઝેન ગુરુ શીચીરી કોજુન એક સાંજે સૂત્ર પાઠ કરતાં હતાં ત્યાં એક ચોર તલવાર સાથે આવ્યો અને કહ્યું : ‘તમારા પૈસા મને આપી દો અગર જિંદગી.’

ગુરુએ કહ્યું : ‘જો, પેલાં ખાનામાં પૈસા છે તે તું લઈ લે પણ મને ખલેલ ના પહોંચાડીશ.’ આટલું કહી ગુરુ સૂત્ર પાઠમાં ફરી એકાગ્ર થઈ ગયા.

થોડી વારે એમણે ચોરને કહ્યું : ‘ઊભો રહે, બધા પૈસા લઈ જઈશ નહીં, કારણકે એમાંથી કાલે મારે ટેકસ ભરવાનો છે.’

ચોરે થોડા પૈસા બાકી રાખી ચાલવા માંડ્યું ત્યારે ગુરુએ કહ્યું : ‘તને જ્યારે ભેટ મળે ત્યારે ભેટ આપનારનો તારે આભાર માનવો જોઈએ.’ ચોર આભાર માની વિદાય થયો.

થોડા વખત પછી ચોર પકડાયો અને એણે પોતાના બધા ગુના કબૂલ્યા જેમાં ગુરુ શીચીરીને ત્યાં કરેલી ચોરીનો પણ ગુનો કબૂલ્યો. જ્યારે શીચીરીને સાક્ષી માટે બોલાવ્યા ત્યારે એમણે જણાવ્યું કે, “જ્યાં સુધી મને નિસ્ખત છે ત્યાં સુધી આ માણસ ચોર નથી, કારણ કે મેં એને પૈસા આપેલા અને એણે મારો આભાર પણ માનેલો’.

જેલમાંથી છૂટ્યા પછી ચોર ગુરુ શીચીરીનો શિષ્ય થઈ ગયો.

“ પ્રતિભાશાળી લોકોને સીધી જ પ્રેરણા નથી થતી, એમનો પ્રસ્વેદ એ જ એમની પ્રેરણા હોય છે.”

- થોમસ એડિસન

“ અજ્ઞાની હોવું એ એટલું શરમજનક નથી જેટલું શીખવાની વૃત્તિ ન હોવામાં છે.”

- બેન્જમીન ફ્રેન્ક્લીન

“ સારું દિમાગ હોવું પૂરતું નથી, એનો શ્રેષ્ઠ ઉપયોગ કરતાં પણ આવડવું જોઈએ.” - ચાર્લસ ડાર્વિન



અજંપો ને ઉત્તરદાયિત્વ

રમેશ છબીલાલ દવે

‘માર્ગને મંજિલ ગણી અટકી ગયા છે લોક સૌ’

જીવન ઉપર સૌથી મોટો પ્રભાવ હોય તો તે શિક્ષણનો છે. આ શ્રદ્ધા ડગે તેવા બનાવો રાજ્ય સરકાર, સંચાલક-મંડળો અને વાલીઓ વચ્ચે બની રહ્યા છે. વિદ્યાર્થીઓની અભ્યાસ-ફી અને ડોનેશન અંગેની વાત જાણીએ, ત્યારે અત્યંત વેદના અનુભવવી પડે તેવી ઘટનાઓ સાંભળવા મળે છે. વાલીઓની વ્યથા સમજી સરકારે આખરે કાયદો બનાવવો પડ્યો. ટ્રસ્ટો સેવા માટે હોય છે. એને ક્યારેય કમાણીનાં સાધન ન બનાવવાં જોઈએ.

એવું પણ ધ્યાનમાં આવે કે શિક્ષકોને પૂરા પગારના ચેક અપાય પણ કોઈ રીતે નિયત રકમ પરત લઈ લેવાય.

- ડોનેશનની પહોંચ ન અપાય.
- વિવિધ બાબતોની ભળતી ફી ઉઘરાવાય.
- વિદ્યાર્થીઓને ફીનાં ઉઘરાણાનાં સાધનો બનાવાય. આ શાળામાંથી લઈ જાવ, પરીક્ષા આપવા નહિ મળે.... અરે, ત્યાં સુધી કે એને શાળામાંથી રજા ન અપાય ને સમાચાર અપાય કે ફી ભરી લઈ જાવ.

શાળા - સંચાલનમાં આવું બનતું હોય, તો એ અત્યંત ક્રુણ પરિસ્થિતિ ગણાય. સેવાને બદલે મેવાનો માર્ગ હાનિકારક બનશે. ઈચ્છીએ કે કાયદાના પાલન દ્વારા પરિસ્થિતિનું નિર્માણ થશે.

ભાર વિનાનું ભણતર :

શાળાઓ વિવિધ પ્રકારની છે. એવું કેમ લાગ્યા કરે કે મોટા ભાગના શિક્ષકોને પગાર લેવો છે, કામ નથી કરવું. ક્યાંક વહીવટી તકલીફો છે. ધો. ૯ માં દાખલ થતાં બાળકો સાથે કેમ કામ લેવું તે પ્રશ્નાર્થ છે. નિદાન-ઉપચાર અમલમાં મૂકવા જાય, તો કોર્સ ને પરીક્ષાનો

સવાલ ઊભો થાય છે. મોટા ભાગે અપડાઉનના સવાલોને કારણે વધારાનો સમય નથી આપી શકાતો.

જ્યાં બાલમંદિરથી ધો. ૧૨ સુધીના સંચાલન છે, ત્યાં પરિસ્થિતિ સારી છે, તો ગૃહકાર્ય ને ટ્યૂશનની બાબતો ઘૃણા ઉપજાવે તેવી છે. ગૃહકાર્યના ભારને કારણે કેરોસીનથી આત્મહત્યાના માર્ગ તરફ જનાર તરુણીનો બનાવ તાજો જ છે.

આવી જ બાબત સજાની છે. માધ્યમો આ બાબતો તરફ સમાજ-રાજ્યને ચેતવી રહ્યાં છે. ગુણાત્મક સુધારણા માટે સમર્પિત થવા કેળવણીકારો ચેતવી રહ્યા છે.

પાસ-નાપાસ -ટકાવારી ને પ્રવેશની બાબતો અત્યંત ગંભીર છે, ચિંતા ઉપજાવનાર છે. આ બધા ભાર હેઠળ ધો. ૧૦-૧૨ પછી પ્રવેશ લેનારના ૫૦ ટકા અટકી જતા હશે ! ગુણાત્મક રીતે આ મોટો અપવ્યય ગણાય અને ભાવિ સમાજ પર તેની ચોક્કસ અસર વર્તાય.

ધોરણ ૧૨નાં કોમર્સ, સાયન્સનાં પરિણામો બાદ નિયત અભ્યાસક્રમ, સ્થળ અને છાત્રાલયની પરિસ્થિતિ વિકટ છે. મહિનાઓ સુધી અજંપો રહે છે અને ક્યાંય થોડાક ગુણનો ફરક પડે તો કારકિર્દી નંદવાઈ જાય છે. શિક્ષણના વહીવટમાં પડેલાઓએ યુવાનો, વાલીઓની વિકટ પરિસ્થિતિમાંથી બહાર આવવાના માર્ગો વિકસાવવા જોઈએ.

છાત્રાવાસ માટે સમરસ છાત્રાલયો કદાચ એક સારો વિકલ્પ બનશે. ભાર વિનાના ભણતરને સાર્થક કરીએ.

માહિતી અને કોમ્યુનિકેશન ટેકનોલોજી :

યુવાનો પાસે આંગળીના ટેરવે ગણાય એટલી

અઘતન શિક્ષણસામગ્રી છે.વર્ગશિક્ષણ માટે પણ ઘણાં શિક્ષણની આ વર્તમાન પરિસ્થિતિથી વાલીઓ બાળકો સારાં સોફ્ટવેર છે. પણ શાળાઓ પાસે આના વેદના અનુભવે છે. અમલીકરણની સાચી સૂઝ જોવા નથી મળતી. શિક્ષણમાં ગુણોત્સવ ઊજવાય છે. રમતગમત, સમયપત્રક અને તાસ સંખ્યામાં આનો સમાવેશ વિજ્ઞાન પરત્વે કંઈક થાય છે. શિક્ષણમાં નૂતન પદ્ધતિઓ, કરવો,વર્ગખંડમાં ટેકનોલોજી ઉપલબ્ધ કરાવવી અગર તાલીમો અમલમાં છે. નવીન ઉપકરણો વધ્યાં છે. દૃશ્યશ્રાવ્ય ખંડ ઉપલબ્ધ કરાવવા પડે. આ માટે સૂઝ ને આખી પ્રક્રિયા જીવંત, અસરકારક ને ફળદાયી બનવી સુવિધાની જરૂર પડે. આવી ગયેલો અને આવનાર સમય જરૂરી છે. આનો જવાબ આપશે.

વૈજ્ઞાનિક,વહીવટી અને માનવીય અભિગમ તરફ કેટલીક સંસ્થાઓની દૃષ્ટિ છે પણ હજી અલ્પ સંખ્યામાં છે.

કમ્પ્યુટર શિક્ષણ અંગે સભાનતા આવી છે, એ ઊજળી બાજુ છે. તક મળતાં બાળકો, યુવાનો ઘણું કરી શકે છે. 'લર્નરસેન્ટર્સ કલાસરૂમ' બાળકને તેના વ્યક્તિત્વ વિકાસમાં સહાય કરનારા બનશે. 'સ્ટુડન્ટસ એઝ પ્રોડ્યુસર્સ' ના વિકાસનો આ આધારસ્તંભ છે.

સમણુંના વાયકો મનન કરે ને ઉપાયો સૂચવે.

વાલીઓ થોડાક સજાગ બન્યા છે પણ દરેક શાળાનાં વાલીમંડળો સક્રિય બને તે જરૂરી છે. એક ટીમવર્ક ઊભું થાય, સંચાલકમંડળો સેવાની ભાવના સાથે કામ કરે, સ્વનિયંત્રણ, સમર્પણવિજન, આયોજન ને અનુકાર્ય સાથે અધ્યાપકો કામ કરતા થાય, ભરતીપ્રક્રિયા ઝડપી હોય જે બાળકોના શિક્ષણનું ઉત્તરદાયિત્વ સ્વીકારી સૌ સહભાગીદારીતા કેળવે તો કેવું સારું! આ જ્યાં છે, તેવાં સંચાલક-મંડળો, આચાર્યો, અધ્યાપકોને વંદન.

(સૌજન્ય : 'સમણું')

માલિક કે નોકર ?

એક વેપારી હતો. એને એક દીકરો હતો. એને ઝાઝી અકકલ નો'તી. ઉંમર થઈ એટલે વેપારી મરી ગયો. છોકરાએ દુકાનની દેખભાળ કરવા એક નોકર તરીકે મુનીમ રાખ્યો.

છોકરો તો ઝાઝું સમજતો નો'તો, મૂર્ખ હતો. એટલે મુનીમ ધમકી આપતો, તો હું નોકરી છોડીને ચાલ્યો જઈશ.

એટલે વળી છોકરો વધારે ગભરાતો. એને થતું : આ નહીં હોય તો દુકાન ડૂલ થઈ જશે. એટલે છોકરો માલિક હતો ખરો, પણ નામનો. વાસ્તવમાં મુનીમ જ માલિક હતો.

જૂના જમાનામાં રાજા મહા-રાજાઓના કાળમાં યે આમ જ થતું.

જૂના જમાનામાં રાજા મહા-રાજાઓના કાળમાં યે આમ જ થતું. જો રાજા બુધ્ધિશાળી હોય તો સારું ચાલતું અને રાજા મુરખ હોય તો એનો મંત્રી માલિક બની બેસતો. એમ જો લોકો મૂરખા હોય છે, તો જેમને નોકરી રાખે છે તેઓ જ માલિક બની બેસે છે. મુખ્યમંત્રી કોણ હશે ? તે હશે આપનો મુખ્ય સેવક. એમ જ બાકીના બીજા બધાય વહીવટ કરનારા આપણા સેવકો જ છે, પણ આજે લોકો પોતાના સેવકના-સેવકના સેવકથી યાને સિપાઈથી પણ ડરે છે. જો કે કાનૂન અનુસાર તો તમે માલિક છો- મહારાજા છો.

- વિનોબા ભાવે

સદ્વિચાર પરિવારની વિવિધ સંસ્કારલક્ષી અને સેવાલક્ષી પ્રવૃત્તિઓમાં સહયોગી થવા અપીલ

આપ અથવા આપના સ્વજન સદ્વિચાર પરિવારની સેવાપ્રવૃત્તિઓમાં કઈ રીતે સહયોગી થઈ શકો ?

૧. સદ્વિચાર પરિવારના આજીવન સભ્ય થવાની ફી રૂ. ૬,૦૦૦ છે. એક વખત આ રકમ ભર્યા બાદ આજીવન આપને સુવિચાર માસિક નિઃશુલ્ક મળશે. તે ઉપરાંત રૂ. ૫૦૦/-ની કિંમતના સંસ્કારલક્ષી પુસ્તકો ભેટ તરીકે મળશે.

૨. આપ સુવિચારના ગ્રાહક બનીને પણ સેવાકાર્યને સહાય કરી શકો છો.

૧ વર્ષનું લવાજમ	રૂ. ૧૫૦	૩ વર્ષનું લવાજમ	રૂ. ૪૨૫
૫ વર્ષનું લવાજમ	રૂ. ૭૦૦	૧૦ વર્ષનું લવાજમ	રૂ. ૧૨૦૦

 આપ અમને ચાલુ વર્ષે પાંચ ગ્રાહક નોંધી આપશો તેવી વિનંતી છે.

૩. સદ્વિચાર પરિવારમાં હવે સંસ્કારલક્ષી, આરોગ્યને લગતાં, પ્રેરણાત્મક અને ધાર્મિક પુસ્તકો ઉપલબ્ધ છે. પુસ્તકોની અને સીડીની યાદી સદ્વિચાર પરિવારની વેબસાઈટ ઉપર ઉપલબ્ધ છે. સારા પુસ્તકો ઘરની શોભા છે.

૪. સદ્વિચાર પરિવાર, સેટેલાઈટ, અમદાવાદમાં દરરોજ ‘સંત પુનિત ખીચડી પ્રસાદ કેન્દ્ર’ દ્વારા ભૂખ્યાંને ભોજન આપવાની ફરજ બજાવવામાં આવે છે. આ માટે એક દિવસના રૂ. ૧,૨૦૦ નો સહયોગ આવકાર્ય છે.

૫. પ્રસૂતા બહેનોના સ્વાસ્થ્ય અને પોષણ માટે મ્યુનિસિપલ હોસ્પિટલોમાં ચોખ્ખા ઘીનો શીરો અને સુખડીનું વિતરણ કરવામાં આવે છે. આ માટેનો દૈનિક સહયોગ રૂ. ૧,૨૦૦ સ્વીકારવામાં આવે છે.

૬. અન્નદાન - મહાદાન :

સદ્વિચાર પરિવાર, સેટેલાઈટ, અમદાવાદમાં દિશા ફાઉન્ડેશન પ્રાયોજિત કોમ્યુનિટી કિચન યોજના દ્વારા પાંચ કિલોમીટરની ત્રિજ્યામાં રહેતા સિનિયર સિટીઝન માટે ઘેર બેઠાં ટિફીન પહોંચાડવામાં આવે છે. આ ઉપરાંત આ કિચનના ડાઈનિંગ રૂમમાં ભોજન અને નાસ્તાની સુવિધા ઉપલબ્ધ છે. કોઈપણ જરૂરિયાતમંદ વ્યક્તિ ભોજનાર્થે આવે તો તેને નિઃશુલ્ક ભોજન પૂરું પાડવાની યોજના ‘અન્નદાન-મહાદાન’ માટે આપ વ્યક્તિ દીઠ રૂ. ૫૦ના ખર્ચ સામે આપ ઈચ્છો તેટલી વ્યક્તિઓ માટે ભોજનદાન નોંધાવી શકો છો. રૂ. ૫૦ના ગુણાંકમાં આપનું દાન આવકાર્ય છે.

૭. સામાજિક, સાંસ્કૃતિક કે ધાર્મિક પ્રસંગો યોજવા માટે સેટેલાઈટ રોડ, જોધપુર ટેકરા પર વિશાળ લોન વગેરેની ઉત્તમ સુવિધાઓ ઉપલબ્ધ છે.

૮. સુવિચાર સહયોગ :

સદ્વિચાર પરિવારના મુખપત્ર ‘સુવિચાર’ના ૧૦ હજાર જેટલા ગ્રાહકો છે. આ મેગેઝીન સેવાપ્રવૃત્તિના અને સંસ્કારપ્રસારના હેતુથી ચાલે છે. આપ રૂ. ૫૦,૦૦૦/- આપી એક અંકના સૌજન્ય બની શકો છો. આ ઉપરાંત આપ એક પાનાંની બ્લેક-બોર્ડ જાહેરાતના સાદા પેપરના રૂ. ૬૦૦૦ તેમજ બીજા અને ત્રીજા ટાઈટલ ઉપર જાહેરાતનો ભાવ રૂ. ૧૫,૦૦૦ અને ચોથા ટાઈટલ માટે રૂ. ૨૦,૦૦૦નો ભાવ રાખવામાં આવ્યો છે.

આરોગ્ય સેવામાં સહયોગ

સદ્વિચાર પરિવાર દ્વારા નરોડા વિસ્તારમાં હરગોવનદાસ પ્રભુદાસ સદ્વિચાર પરિવાર આંખની હોસ્પિટલ અને ગોધરામાં પી.ટી. મીરાણી આઈ હોસ્પિટલ અને સ્વ. સદાબા વિઠ્ઠલભાઈ પટેલ મેડિકલ સેન્ટરનું સંચાલન થઈ રહ્યું છે. આ માટે નીચે મુજબ દાનની આવશ્યકતા રહે છે.

ક્રમ	વિગત	રકમ (રૂ.)
૧.	એક દર્દીના મોતીયાનું લેન્સ સાથે ઓપરેશન	૨,૫૦૦
૨.	આંખના દર્દીઓની સારવાર માટે જરૂરી સાધનો. આ બાબતે વધુ માહિતી માટે ડૉ. ઋષિલ દેસાઈનો મો. નં. ૯૪૨૬૫૪૪૬૨૨ પર સંપર્ક કરવો.	૨૦,૦૦૦ થી ૧,૦૦,૦૦૦ સુધીનો ખર્ચ
	૧. યાગ લેસર (છારી)ના ઓપરેશન માટે યાગ લેસર મશીન	૧૨,૫૦,૦૦૦
	૨. લેન્સો મીટર	૨,૦૦,૦૦૦
	૩. ફંડ્સ કેમેરા	૮,૦૦,૦૦૦
૩.	મોતિયાના ઓપરેશન માટે નવું ફેકો મશીન વસાવવા માટેની જરૂરિયાત	૭,૫૦,૦૦૦
૪.	શ્રીમતી કુસુમબહેન હરેશચંદ્ર પારેખ સીનીયર સીટીનર હેલ્થકેર યોજના (આઉટ પેશન્ટ ડિપાર્ટમેન્ટ) માટે આર્થિક સહયોગ	
	૧ દિવસના	૨,૫૦૦
	૧ સપ્તાહ	૧૫,૦૦૦
	૧ મહિનો	૬૦,૦૦૦
૫.	હરગોવનદાસ પ્રભુદાસ સદ્વિચાર પરિવાર હોસ્પિટલ રીનોવેશન ભંડોળ	
	રજતદાતા	૧,૦૦,૦૦૦
	સુવર્ણદાતા	૨,૦૦,૦૦૦
	પ્લેટિનમ દાતા	૩,૦૦,૦૦૦
	ડાયમંડ દાતા	૫,૦૦,૦૦૦
	દાતાઓના નામ તકિતમાં દર્શાવવામાં આવશે.	

હરગોવનદાસ પ્રભુદાસ સદ્વિચાર પરિવાર હોસ્પિટલમાં છેલ્લા વર્ષના કામકાજની વિગત નીચે મુજબ છે.

૧. વર્ષ : ૨૦૧૬-૧૭માં આંખના કુલ કેસ ૧૪૬૮૬ તપાસવામાં આવ્યા છે.
૨. વર્ષ : ૨૦૧૬-૧૭માં મોતિયાના ઓપરેશન કુલ ૧૧૮૩ કરવામાં આવ્યા છે.



એક અનોખું વ્યક્તિત્વ : નાસીરા શર્મા

મોહન દાંડીકર

મુસ્લિમ સમાજના સુધારાવાદી લેખકો તરીકે ડૉ.રાહી માસુમ રઝા,અસગરઅલી એન્જિનિયર, મૌલાના વહીહુદ્દીન અને સઈદ નકવી જેવા વિદ્વાનોના નામોથી તો હું પરિચિત હતો. એમને સાંભળ્યા પછી હતા અને વાંચ્યા પછી હતા. એમને સાંભળતી વખતે અને વાંચતી વખતે અંદાજ તો આવતો હતો, આ સમાજ કેટલો પછાત છે ? કેટલો રૂઢિચુસ્ત છે ? કેવી ભયંકર ગરીબાઈમાં અને બેકારીમાં સબડી રહ્યો છે ? આવા રૂઢિચુસ્ત મુસ્લિમ સમાજને આધુનિક સમાજના વિચારપ્રવાહોથી, શિક્ષણસંસ્કારોથી, સામાજિક રીતરિવાજોથી પરિચિત કરાવીને રાષ્ટ્રીય પ્રવાહમાં નવા સમાજના નિર્માણના કામોમાં જોતરવો કેટલું મુશ્કેલ કામ છે. જ્યાં ૮૦-૯૦ ટકા લોકો અશિક્ષિત છે, જ્યાં અર્ધશિક્ષિત અને અંધશ્રદ્ધાથી ભરેલા મુલ્લા મૌલવીઓની મજબૂત પકડ છે તે સમાજને ૨૧ મી સદીની દુનિયાની હરોળમાં લાવવો તે કામ લોઢાના ચણા ચાવવા કરતાં પણ વધુ કઠણ છે, કપરું છે.

પણ એવું કપરું પડકારરૂપ કામ જ્યારે કોઈ વિદુષી બહેન ઉપાડે છે ત્યારે સ્વાભાવિક રીતે જ આપણને એમને માટે માન થાય, આદર થાય. એ રીતે નાસીરાબહેન તરફ ધ્યાન ગયેલું. વર્ષો પહેલાં ‘સારિકા’માં અને ‘ધર્મયુગ’ માં એમના લેખો વાંચેલા. વાર્તાઓ વાંચેલી. ‘સારિકા’ એ ઈરાન- ઈરાક વિશેષાંક બહાર પાડેલો. તે પણ વાંચેલો. એમના એ લેખો વાંચીને પહેલીવાર એ દેશો તરફ, ત્યાંના લોકો તરફ, ત્યાંના પ્રશ્નો તરફ ધ્યાન ગયેલું. આ તો બધાં આપણા શેઠાપાડોશી. શૈક્ષણિક, સાંસ્કૃતિક અને સામાજિક આચારવિચારમાં લગભગ સમાન રસરુચિ ધરાવનારા દેશો. તેમને વિશે વાંચીને

નાસીરાબહેન માટે વધુ આદર થયો, પણ તેમનો સાચો પરિચય તો ‘રાષ્ટ્ર ઔર મુસલમાન’ વાંચ્યું ત્યારે થયો. ખાસ કરીને એમણે ઈરાન, ઈરાક, અફઘાનિસ્તાન જેવા દેશોનો વારંવાર પ્રવાસ કરીને, ત્યાંના લોકોને અને આગેવાનોને મળીને જે નકકર ઐતિહાસિક વિગતો આપી છે તે વાંચીએ છીએ ત્યારે રૂંવાડાં બેઠાં થઈ જાય છે. તેમાંથી ત્યાંના લોકજીવનનું સાચું ચિત્ર જોવા મળે છે. સાથોસાથ એક ધર્મનિરપેક્ષ રાષ્ટ્રવાદી મુસલમાન તરીકે એમનો પણ સાચો પરિચય થાય છે.

પીડિતોને, વંચિતોને, ગરીબોને પક્ષે ઊભા રહીને તેઓ પોતાની લડાઈ લડે છે. તે પીડિતો ઈરાનના હોય, ઈરાકના હોય, અફઘાનિસ્તાનના હોય, પાકિસ્તાનના હોય, બહારના હોય કે કોઈપણ દેશના હોય, તેમની લડાઈ તેઓ લડે છે. ધર્મનિરપેક્ષ મૂલ્યો તેમની રગેરગમાં ભરેલાં છે. એ જ તેમનું રક્ષાકવચ છે. તેમના આ લેખો વાંચીને કેટલાક મુલ્લા મૌલવીઓના ચમચાઓએ તેમને પત્ર લખીને ધમકી આપી છે : “તમને યજ્ઞની બેટી કહીએ કે રાવણની પુત્રી કહીએ ? તમે પૈસાથી ખરીદાયેલા પત્રકાર છો. તમારે ઈમામ ખૌમેની વિરુદ્ધ લખવા બદલ માફી માગવી પડશે.”

ઈમામ ખૌમેનીના આ ચમચાઓને ખબર નથી કે એ જ યજ્ઞની બેટી, રાવણની પુત્રીની કલમમાં એટલી તાકાત છે કે એ દુનિયાને હલબલાવી નાખવાનું કૌવત ધરાવે છે.

હમણાં તેમના વિશેનું એક બીજું પુસ્તક વાંચ્યું. ‘નાસીરા શર્મા : એક મૂલ્યાંકન’. આ પુસ્તકમાં એમને વિશે, એમણે લખેલાં પુસ્તકો વિશે અભ્યાસીઓના લેખો



કઠોળને ફણગાવવાની પ્રક્રિયાના ફાયદા વિશે જાણો

ડૉ. જાનકી પટેલ

ફણગાવેલાં અનાજ, કઠોળ અથવા બીજાં બીયાને “સ્પ્રાઉટ” કહેવામાં આવે છે. તેમાં ફણગા ફૂટવાની ક્રિયાને સ્પ્રાઉટીંગ કહે છે. તે પોષણ મેળવવાનું ઘણું પ્રચલિત ઘટક છે અને તેને અડધા કાચા અથવા રાંધેલા સ્વરૂપે ખાઈ શકાય છે. ફણગાવેલા કઠોળમાં પોષકતત્ત્વોમાં સારો એવો વધારો થાય છે, જેથી તે આરોગ્યને લગતા અને અન્ય ઘણા ફાયદા કરે છે.

ફણગાવેલાં કઠોળના પોષક ઘટકો :

ફણગાવવાની પ્રક્રિયામાં મૂળ દાણા કરતા પોષકતત્ત્વો ઘણા વધે છે. એટલું જ નહીં પણ તે વધેલા તત્ત્વો શરીરમાં સાદા સ્વરૂપમાં સંગ્રહ થાય છે જેનાથી તે પચવામાં સરળ બને છે. પ્રોટીન તથા વિટામિન લગભગ ૩૦ થી ૪૦ ટકા વધે છે. કોઈ વધારાના ખર્ચા વગર પોષકતત્ત્વો વધે તે તે કેટલું સારું! તેમાં પોષકતત્ત્વો વધવાની સાથે સાથે એન્ટી-ન્યુટ્રીયન્ટ અથવા તો પોષણનો નાશ કરતાં તત્ત્વો ઘટાડી દે છે.

ફણગાવવાની પ્રક્રિયાના કેટલાક ફાયદા નીચે મુજબ છે.

- ફણગાવવાની પ્રક્રિયા દરમિયાન જે સંકીર્ણ અથવા કોમ્પ્લેક્સ કાર્બોહાઈડ્રેટ અને બીજા પોષકતત્ત્વો હોય છે તેમનું સાદા અને પ્રી-ડાઈજેસ્ટેડ (થોડા પચેલા) સ્વરૂપમાં રૂપાંતર થાય છે અને એ રીતે પાચન સારું થાય છે. ઘણા લોકોને સાદાં કઠોળ પચી શકતાં નથી તેમને ફણગાવેલાં કઠોળ પચી જાય છે.
- ફણગાવેલા ક્રિયામાં કઠોળના ઉત્સેચકો વધે છે. ઉત્સેચકો જૈવિક ઉદ્દીપકો છે અને તે શરીરમાં જુદી જુદી પ્રક્રિયાઓનો દર વધારે છે. સ્પ્રાઉટસ પાચન માટેના ઉત્સેચકોથી ભરપૂર હોય છે અને તે

આપણા શરીરના બીજા ઉત્સેચકોને સંગ્રહ કરવામાં મદદ કરે છે. આનાથી પાચન સારું થાય છે અને પોષકતત્ત્વોનું શોષણ પણ સારું થાય છે.

- ફણગાવેલા કઠોળ અને અનાજમાં જે પ્રોટીન અને આવશ્યક એમિનો એસિડ હોય છે, તેમની ગુણવત્તા સુધરે છે. એમિનો એસિડ એ પ્રોટીનના બંધારણ કરનાર તત્ત્વો છે. ફણગાવવાની પ્રક્રિયા દરમિયાન તેમાં રહેલા પ્રોટીનની જૈવિક પ્રાપ્યતા વધે છે આથી તે શરીર માટે પચાવવા અને શોષણ કરવા આસાન બને છે. વળી અમુક એમિનો એસિડનું પ્રમાણ પણ વધે છે.
- ફણગાવવાની ક્રિયામાં બીયામાં ફાઈબર વધે છે, એટલું જ નહીં, પરંતુ વિટામિન બી ૧, બી ૨, બી ૩, બી ૫, બાયોટીન, ફોલિક એસિડ અને વિટામીન સી ના પ્રમાણમાં પણ વધારો થાય છે.
- આ પ્રક્રિયા થવાથી કેલ્શિયમ, મેગ્નેશિયમ, આયર્ન, કોપર અને ઝીંક જેવા ક્ષારોનું શોષણ વધારે સારું થાય છે.
- બીજા બધા ખોરાક કરતા સ્પ્રાઉટમાં આવશ્યક ફેટી એસિડ વધારે મળે છે. વળી પોષણને નુકસાન કરતાં તત્ત્વો જેવા કે ફાયટીક એસિડ, ટેનિન અને લેક્ટીનનો આ પ્રક્રિયામાં નાશ થાય છે. આ પ્રકારના તત્ત્વો અગત્યના ક્ષારો અને બીજા પોષકતત્ત્વોનું શોષણ અટકાવે છે અને એસિડીટી, ગેસ, અથવા પેટની બીજી તકલીફો કરી શકે છે. ફણગા ફૂટવા દરમિયાન આ ઝેરી તત્ત્વો નાશ પામે છે.
- ફણગાવેલાં કઠોળ પ્રોટીનમાં અને ફાઈબરમાં સમૃદ્ધ હોવાથી તથા તેમાં કાર્બોહાઈડ્રેટ ઓછા હોવાથી



ગ્લુકોઝના નિયમનમાં મદદ કરે છે. વળી, ફેણગાવવાની ક્રિયા દરમિયાન તેમાં રહેલો સ્ટાર્ચ ઓછો થઈ જાય છે જેથી તે ડાયાબીટીસમાં ફાયદાકારક છે. આ પ્રકારના અભ્યાસો મગ, બ્રાઉન રાઈસ, જવ અને સોયાબીન પર કરવામાં આવેલા છે અને સાબિત થયેલા છે.

- વજન ઘટાડવા માટે ફેણગાવેલા કઠોળ વિટામિન સી, વિટામિન એ, પ્રોટીન, વિટામિન કે, આયર્ન તથા એન્ટિઑકિસડન્ટમાં સમૃદ્ધ હોવાથી સ્વસ્થ મજબૂત વાળ અને ચમકતી ચામડી જાળવે છે.
- ફેણગાવેલા કઠોળ વિટામિન સી, વિટામિન એ, પ્રોટીન, વિટામીન કે, આયર્ન તથા એન્ટિઑકિસડન્ટમાં સમૃદ્ધ હોવાની સાથે સાથે આવશ્યક ચરબીમાં સમૃદ્ધ હોય છે. આ બધાને કારણે બ્લડપ્રેશર પર કાબૂ રહે છે અને લોહીને શુદ્ધ રાખે છે જેથી લોહીમાં ગદ્દા થતા રોકવાનું અને લોહીની નળીઓને તંદુરસ્ત રાખવાનું કામ કરે છે. વળી તે રોગપ્રતિકારકતા પણ વધારે છે.

મોટાભાગનાં કઠોળ જેવા કે મગ, મઠ, ચણા, મગફળી, સોયાબીન, વટાણા અને આલ્ફાલ્ફાને ફેણગાવી શકાય છે. આ ઉપરાંત જુદાજુદા અનાજ જેવાં કે ઘઉં, જવ બ્રાઉન રાઈસ, મકાઈ, રાગી, બાજરી વગેરે અનાજને પણ ફેણગાવી શકાય છે. ફેણગાવેલા અનાજમાંથી બાળકો માટેના માલ્ટેડ પાવડર બને છે. ફેણગાવેલા જવ અને બ્રાઉન રાઈસ હૃદયના આરોગ્ય માટે ઘણા ફાયદાકારક હોવાનું જણાયું છે. એ જ રીતે ફેણગાવેલા બ્રાઉન રાઈસ ડાયાબીટીસને કાબૂમાં રાખે છે. ફેણગાવેલા બ્રાઉન રાઈસ સ્તનપાન કરાવતી માતાઓની રોગપ્રતિકારકતા માટે ફાયદાકારક છે. આ જ રીતે

શાકભાજી અને હર્બના સ્પ્રાઉટ પણ થઈ શકે છે જેમ કે મેથી, આખા ધાણા, તલ, કોળાના બીયાં વગેરે.

ફેણગાવેલા કઠોળ, અનાજ વગેરેનો ઉપયોગ નીચે મુજબ કરી શકાય.

૧. સામાન્ય રીતે કઠી સાથે ખાવા માટે ફેણગાવેલા મગ અને મઠ લઈ શકાય.
૨. ફેણગાવેલી મેથી, ઘઉં અને મિક્સ કઠોળ ઉમેરીને હાંડવો, ઉસળ, ભેળ વગેરે બની શકે.
૩. ફેણગાવેલા કઠોળને કશ કરીને તેમાં બીજો લોટ ઉમેરી પૂડા, ઢોકળાં કે પરોઠા બની શકે.
૪. તલને ફેણગાવીને તેને બીજા ફેણગાવેલા કઠોળ કે સલાડમાં વાપરી શકાય.
૫. સોયાબીન, ઘઉં, જવ, ચણા ફેણગાવી, સૂકવીને તેમાં જરૂરી ફેલેવર ઉમેરી માલ્ટ પાવડર બને. જો કે આ રીતે માલ્ટ બનાવવા માટે થોડું પ્રોસેસિંગ કરવું પડે છે જે કદાચ ઘરમાં શક્ય ન બને પણ ઓછા પ્રમાણમાં પાવડર બનાવીને તેને જુદી જુદી વાનગીઓમાં ઉમેરી શકાય.
૬. બાસ્કેટ ચાટ, પાણીપૂરીનું ફીલીંગ, મેકસીકન વાનગીઓમાં રાજમાની સાથે ઉમેરણી, ફેણગાવેલા ઘઉંનો ખીચડો, આવી ઘણી રીતે આપણે ફેણગાવેલા કઠોળ કે અનાજનો ઉપયોગ કરી શકીએ. તો ચાલો, આપણે થોડા કીએટીવ બનીને સાદા કઠોળ પૂરતું જ ભોજન મર્યાદિત ન રાખતાં ફેણગાવેલી ચીજોની વાનગીઓ પણ બનાવીએ.



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

❖ આફત જીવનના દ્વાર ખખડાવે ત્યારે અકળાયા વિના કામ કરે તે મહામાનવી.
 ❖ ગઈકાલની ભૂલો અને આવતીકાલનો ભય આજને બગાડે નહીં તે બોબો.
 ❖ પરોપકાર એ એવું ધીરાણ છે કે જે કદી દગો દેતું નથી.



ઓછો ઉપદેશ, વધુ કામ : લાલબહાદુર શાસ્ત્રી

સંકલન

‘સખત કામ કરવું એ પ્રભુની પ્રાર્થના કરવા બરાબર છે.’ આ શાસ્ત્રીજીનું સૂત્ર હતું. તેઓ એમના જીવનના અંત લગી સખત કામ કરતા રહ્યા. જીવન દરમિયાન સખત કામ કર્યું, અને જીવનનો અંત પણ આ કારણે જ બહુ વહેલો આવ્યો.

સતત કાર્યશીલ રહેવાની પ્રેરણા શાસ્ત્રીજીને ક્યાંથી મળી ? એમને આ ‘કર્મની પ્રેરણા ભગવદ્ ગીતામાંથી મળી હોવાનો સંભવ છે. એમની માતા રામદુલારીદેવીને ગીતામાં અનન્ય આસ્થા ! એકવીસ વર્ષની ઉંમરથી માંડીને આજ લગી તેઓ ગીતાનો પાઠ નિયમિત કરે છે. પં.નિષ્કામેશ્વર મિશ્ર, ડૉ. ભગવાનદાસ, મહાત્મા ગાંધીજી, આચાર્ય નરેન્દ્ર દેવ અને પં, જવાહરલાલ નહેરુના ગાઠ સંપર્કમાં આવ્યા. આ બધાના જીવનમાં પરિશ્રમ સર્વોચ્ચ સ્થાને જોયો, અને તેઓ પરિશ્રમના પ્રેમી બન્યા.

બાળપણથી જ શાસ્ત્રીજી સખત મહેનત કરનારા હતા. તેઓ હરિશ્ચંદ્ર હાઈસ્કૂલમાં ભણે, સાંજે આવીને બીજાને ભણાવવા જાય. રાત્રે બાર એક વાગે પાછા આવે. આવીને જમી લઈ સૂઈ જાય. એ જમ્ ત્યારે એમની નાની બહેન સુંદરીદેવી એમનાં બધાં પુસ્તકો એમની પથારી આગળ મૂકી દે. સવારે બરાબર ત્રણ વાગે ઊઠીને શાસ્ત્રીજી વાંચે. આમ આખોય દિવસ તેઓ મહેનત કરતા. હરિશ્ચંદ્ર હાઈસ્કૂલના ગુરુ બેનીપ્રસાદ ગુપ્તને રમત પર બહુ પ્રેમ. હંમેશાં મેદાન પર જાય. બાળકોને નવી નવી રમતો શીખવે. એકવાર એમણે વિદ્યાર્થીઓને કહ્યું, હવે આ મેદાન સાફ કરવાની જરૂર છે. મેદાન પર કાંકરા ખૂબ થઈ ગયા છે. ત્રણ દિવસ પછી તેમણે જોયું તો શાસ્ત્રીજી અને એમના મિત્રોની ટોળકીએ મેદાન સાફ કરી નાખ્યું હતું !

વાચન એ લાલબહાદુરનો પ્રિય શોખ હતો. એકવાર બનારસ વિદ્યાપીઠના આચાર્ય ડૉ.ભગવાનદાસ

વિદ્યાપીઠમાં ફરી રહ્યા હતા. સૂર્ય આથમી ચૂક્યો હતો. રાત ધીમે ધીમે આવતી હતી.

ડૉ. ભગવાનદાસે જોયું કે પુસ્તકાલય હજી ખુલ્લું છે. તેઓ એ તરફ ગયા. અંદર ડોકિયું કર્યું તો કર્મચારી દેખાય નહીં ! ધ્યાનથી જોયું તો ખૂણામાં એક છોકરો બેઠેલો જણાયો. એ વાંચવામાં મશગૂલ હતો. ડૉ. ભગવાનદાસ એની પાસે ગયા. જોયું તો લાલબહાદુર. લાલની અભ્યાસની આટલી બધી તમન્ના જોઈ તેઓ ખુશ થઈ ગયા.

અલ્હાબાદનો ખૂણે ખૂણો શાસ્ત્રીજીને ઓળખે. ગરમી, ઠંડી કે વરસાદ ગમે ઋતુ હોય શાસ્ત્રીજીને કોઈ રોકી શકે નહીં. ક્યારેક રેલગાડીમાં જાય, ક્યારેક એકો કે ઘોડાગાડીમાં જાય, તો ક્યારેક ચાલતા નીકળી પડે ! અલ્હાબાદનું એકેય ગામ એવું નહીં હોય કે જ્યાં શાસ્ત્રીજી ગયા ન હોય. એકેય વિસ્તાર એવો નહીં હોય કે એમણે ભાષણ આપ્યું નહીં હોય !

વહેલી સવારે ઘેરથી નીકળે, મોડી રાત્રે પાછા ફરે. એક પરિશ્રમી ને મૂકસેવક તરીકે તેઓ આખાય વિસ્તારમાં જાણીતા હતા.

શાસ્ત્રીજીના પરિશ્રમની એક વાત તો આજે પણ બહુ ઓછા જાણે છે. હિંદુસ્તાનના સીમા પ્રાંત પેશાવરમાં અંગ્રેજોએ ગોળીબાર કર્યો. આની તપાસ માટે સરદાર વલ્લભભાઈ પટેલના પ્રમુખપદે એક સમિતિ નીમવામાં આવી. આ સમિતિના મંત્રી સ્વ. રફી અહમદ કીડવાઈ હતા. શાસ્ત્રીજી સ્વ. કીડવાઈના સેક્રેટરી તરીકે કામ કરે. પરિણામે રિપોર્ટ છપાવવાનું કામ એમને માથે આવ્યું. આ માટે તેઓ સ્વરાજ્ય ભવનમાં રહેવા આવ્યા.

રોજ સ્વરાજ્ય ભવનથી છાપખાનાના આંટા લગાવે. બસ આ જ એમની દુનિયા. જમીન પર સૂવે. સૂવા માટે પાગરણ બે કામળીનું -એક પાથરે, બીજી ઓઢે.

રિપોર્ટ છપાઈ ગયો. સરદાર વલ્લભભાઈ પટેલે

સહુને મોકલ્યો, પણ સરકારને ખબર પડી જતાં એની બધી નકલો જપ્ત કરી. એ સાથે શાસ્ત્રીજીએ લીધેલો શ્રમ પણ ભૂલાઈ ગયો, પણ એ તો નિષ્કામ કર્મ કરનારા યોગી હતા.

શાસ્ત્રીજી પ્રધાનપદે હતા એ સમયની વાત છે. એકવાર એમના વિભાગના કર્મચારીઓએ કેટલીક જરૂરી ફાઈલો તેમને ન મોકલી, જાતે જ એ કામ પતાવી લીધું, આ ફાઈલો શાસ્ત્રીજી માટે જોવી જરૂરી હતી. એમણે કર્મચારીઓને આવી ફાઈલો મોકલવા કહ્યું. પણ પછી તો જરૂરી કે બિનજરૂરી બધી જ ફાઈલો કર્મચારીઓ એમને આપવા લાગ્યા. શાસ્ત્રીજી આ દેમારથી મૂંઝાય એમ ન હતા. એમણે પોતાના કામના બે કલાક વધારી દીધા એટલે કામ પત્યું.

આવો જ પરિશ્રમ કરીને શાસ્ત્રીજી અંગ્રેજી શીખ્યા હતા. એમનું અંગ્રેજી જવાહરલાલ જેવું છટાદાર નહોતું, પણ પોતાની વાતને સચોટ રીતે રજૂ કરનારુ ને મુદ્દાસરનું હતું. એમના અંગ્રેજી વિશે સહુને શંકા હતી, પણ વડાપ્રધાન તરીકે સોગંદવિધિ લીધા પછી રાષ્ટ્રજોગ વાયુપ્રવચન અંગ્રેજીમાં કર્યું, ત્યારે સૌ આશ્ચર્યમાં પડી ગયા !

વડાપ્રધાન શાસ્ત્રી એમના કુટુંબ સાથે ઓખલા મુકામે પિકનીક પર ગયા પહેલી જ વાર વડાપ્રધાન થયા પછી સતત બે માઈલ ચાલવાનો મોકો મળ્યો. ! ઓખલા આવ્યાને બે કલાક થયા કે લલિતાદેવીને કહ્યું, “ચાલો હવે.”

લલિતાદેવી વિચારમાં પડ્યાં, આ તે કેવી પિકનીક પણ શાસ્ત્રીજી પાસે આનાથી વધુ સમય ન હતો, કામ એમની રાહ જોતું હતું.

શાસ્ત્રીજી રાત્રે સૂતા પહેલાં બધી ફાઈલો તપાસી નાખતા. કાલને માટે કોઈ કામ બાકી રાખતા નહીં.

શાસ્ત્રીજી રાત્રે સૂતા પહેલાં બધી ફાઈલો તપાસી નાખતા. કાલને માટે કોઈ કામ બાકી રાખતા નહીં.

તેઓ તાસ્કંદ ખાતે લાંબી મંત્રણા કરવા ગયા. અને પછી ફરી તે ૧૦, જનપથ ખાતેની પોતાની કચેરીમાં પાછા ન ફર્યા, પણ તાસ્કંદ જતાં પહેલાં તેઓ બધી ફાઈલો તપાસીને ગયા હતા. એમના મુખ્ય ટેબલ પર એકે ફાઈલ

તપાસવાની બાકી ન હતી ! આવી હતી એમની પરિશ્રમશીલતા !

શાસ્ત્રીજીએ એમના જીવનમાં ગાંધીજીનું ઓછા ઉપદેશ, વધુ કામનું સૂત્ર સ્વીકાર્યું હતું.

લાલબહાદુર ક્યારેય કોઈની શેહ કે શરમમાં તણાયા નહીં. નમ્રતા ને સહાનુભૂતિ એમના હૃદયમાં વાસ કરતી હતી. પણ ક્યારેય કોઈની પ્રવૃત્તિ દેશને માટે કે કોંગ્રેસ સંગઠન માટે વિરોધી લાગે, તો એને તરત દૂર કરી દે. પછી ભલે ને એ ગમે તેટલો માણસ મોટો હોય.

પંજાબના પ્રતાપસિંગ કેરોન, સિરાજુદીન મામલામાં સંડાવાયેલા કેશવદેવ માલવિયા અને કાશ્મીરના ગુલામમહમ્મદ બક્ષીને રાજકારણમાંથી દૂર કરવા તરફેણ કરી હતી. સત્ય ને સિદ્ધાંતની બાબતમાં તેઓ બાંધછોડ કરવામાં માનતા ન હતા. તાસ્કંદ જતાં પહેલાં થોડા કલાકો અગાઉ નાણાપ્રધાન ટી.ટી. ક્રિષ્ણમાચારીનું રાજીનામું સ્વીકારી આવી જ મક્કમતા બતાવી હતી.

એમની મક્કમતાની પરાકાષ્ટા તો પાકિસ્તાન સાથેના યુદ્ધમાં જણાઈ. લાહોર-સિયાલકોટ પર ચડાઈ કરવાના હુકમોમાં એમની મક્કમતા છતી થઈ. જે જે સ્થળોએ પાકિસ્તાનના સૈન્યે યુદ્ધ વિરામનો ભંગ કર્યો, તે તે સ્થળે હિંદી લશ્કરે તેનો પ્રતિકાર કર્યો ને તેઓને મારી હઠાવ્યા.

અયૂબખાનની ‘ધોતીદાસો’ ને હરાવવાની મુરાદ ધૂળમાં મળી. આથી પ્રતાપગઢ ખાતે ૧૯૬૫ ના ડિસેમ્બરની અગિયારમી તારીખે એમણે કહ્યું, ‘પ્રમુખ અયૂબખાનને ખુશ કરવા કાશ્મીરની ઓફર કરી ન શકું.

યુદ્ધ સમયે એમણે શ્રી નહેરુને એક વાક્ય વારંવાર કહ્યું, ‘હું માથું કપાવી શકું છું, માથું ઝુકાવી શકતો નથી.’

એમની આ મક્કમતાએ જ પાકિસ્તાનને ઝૂકાવી દીધું. એમનું યુદ્ધકાળ દરમિયાનનું ‘ગમે તેવી આપત્તિ આવે, અમે તેનો સામનો કરવા તૈયાર છીએ.’ એ સૂત્ર તો હજી દરેકે દરેક માનવીના મનમાં ગૂંજે છે.

(સૌજન્ય : ‘ધરશાળા’)

* * *



હર રાત કા સવેરા હૈ

ડૉ. પી. પી. બેપ્સી અને શ્રીમતી વેણી રવિ

મહેશ્વરન ચેન્નઈની એક નામાંકિત કંપનીમાં ફાઈનાન્સ ઓફિસર હતો. મિનાક્ષી તેની પ્રેમાળ પત્ની હતી અને ૧૦ વર્ષનો એક સુંદર દીકરો જેનું નામ કેશવ. મિનાક્ષી તામિલનાડુના એક નાના ગામમાં મોટી થયેલી. નાની ઉંમરે લગ્ન થઈ જવાથી તે પોતાનું શિક્ષણ પૂરું કરી શકી નહોતી. જો કે મહેશ્વરન કંપનીમાં સારા હોદ્દા પર હતો અને તેનો પગાર પણ સારો હતો તેથી મિનાક્ષીને કોઈ ચિંતા નહોતી.

મહેશ્વરનને પોતાના કામ અર્થે વારંવાર બહારગામ જવાનું થતું. ઘણીવાર તો આખું અઠવાડિયું બહારગામ રહેવું પડતું. આવા પ્રવાસોમાં એકલતા દૂર કરવા તે પોતાના ઓફિસના સાથીઓ સાથે સમય પસાર કરતો. એ દરમિયાન તેને સિગરેટ પીવાની આદત પડી. શરૂઆતમાં માત્ર શોખ ખાતર એકાદ- બે કશ લેતો. પણ ધીરે ધીરે તે આદત બનતી ગઈ અને થોડા વર્ષોમાં તો મહેશ્વરનને તેનું વ્યસન થઈ ગયું તે ચેઈન-સ્મોકર બની ગયો. મિનાક્ષીએ તેને ઘણીવાર આ આદત છોડવા કહેલ પણ મહેશ્વરન તેની વાત હસવામાં ઉડાવી દેતો, તો ક્યારેક ગુસ્સો કરી દેતો. અલબત્ત ઘરે કેશવની હાજરીમાં મિનાક્ષી તેને સિગરેટ પીવા ન દેતી.

એકવાર મહેશ્વરનને શિયાળામાં ખાંસી થઈ. શરૂઆતમાં તો સિઝનની અસર માનીને ઘરના ઉપચાર કર્યા. પણ કફ અને ખાંસી મટ્યાં નહીં તો તેમણે ફેમિલી ડોક્ટરને બતાવ્યું. તેમણે દવા આપી તેનાથી પણ ફેર ન પડ્યો એટલે ડોક્ટરે તેમને એક્સ-રે કરાવવાની સલાહ આપી. મહેશ્વરનને પહેલાં તો થયું કે ડોક્ટર ખાલી ખર્ચો કરાવે છે પણ મિનાક્ષી તેને સમજાવીને એક્સ-રે માટે લઈ ગઈ. એક્સ-રેનો રિપોર્ટ લઈને જ્યારે તેઓ પોતાના

ફેમિલી ડોક્ટર પાસે ગયા તો રિપોર્ટ જોઈ ડોક્ટરે તપાસ માટે વેળાસર ન આવવા બદલ તેને ઠપકો આપ્યો. હવે તો મહેશ્વરનને પણ થયું કે તેણે પોતાની બીમારી અંગે બેદરકાર રહીને તેણે કદાચ ભૂલ કરી છે. ડોક્ટરે તેને જણાવ્યું કે તેના રિપોર્ટ તેને કેન્સર હોવાની શક્યતા બતાવતા હતા. ડોક્ટરે વધુ ચકાસણી માટે તેને મલ્ટી સ્પેશિયાલીટી સેન્ટરમાં બ્રોન્કોસ્કોપી અને ઈમેજીંગ કરાવવા માટે કહ્યું બ્રોન્કોસ્કોપીક બાયોપ્સી અને ઈમેજીંગના રિપોર્ટમાં મહેશ્વરનને એડવાન્સ સ્ટેજનું ફેફસાનું કેન્સર હોવાની શક્યતા દર્શાવી. જ્યારે તેના ડોક્ટરે તેને કેન્સરના ડોક્ટરને બતાવવાનું કહ્યું ત્યારે તેને ખ્યાલ આવી ગયો કે કશુંક બહુ જ ખરાબ તેની સાથે થયું છે. મિનાક્ષી પોતાના પતિ સાથે ડોક્ટર પાસે ગઈ પણ તે પોતાના પતિની બીમારી અને એની અસરોથી સાવ અજાણ હતી. બધાં જ પરીક્ષણો અને તપાસના અંતે તેને ફેફસાના કેન્સરની જીવલેણ બીમારી હોવાનું સમર્થન થયું. મિનાક્ષી અને મહેશ્વરન બંને પર જાણે આભ તૂટી પડ્યું. તેમણે ધાર્યું પણ ન હતું કે તેને આવી જીવલેણ બીમારી થઈ શકે. ડોક્ટરે તેને તરત જ સારવાર શરૂ કરવાની સલાહ આપી.

જ્યારે તેઓ ઘરે પહોંચ્યા ત્યારે તેઓ શૂન્યમનસ્ક થઈ ગયા'તા. સારવાર માટે શું કરવું, ક્યાં જવું તે પણ સૂઝતું ન હતું. મહેશ્વરનને ખબર હતી કે તેની પાસે હવે બહુ સમય નથી એટલે એને પોતાના પરિવાર- મિનાક્ષી અને કેશવની ચિંતાએ પણ ઘેરી લીધો. પણ હિંમત હાર્યે ચાલે એમ નહોતું. સારવાર તાત્કાલિક શરૂ કરવી આવશ્યક હતી. એ માટે ખર્ચની પણ જોગવાઈ કરવાની હતી. તેણે તરત જ ડોક્ટરની સલાહ મુજબ પોતાની

સારવાર શરૂ કરાવી. એક વર્ષની સતત સારવાર પછી પણ મહેશ્વરનની તબિયત લથડતી ગઈ અને કમનસીબે કોઈ સારવાર કે દવા મહેશ્વરનને બચાવી શકી નહિ.

મહેશ્વરનના અકાળે મૃત્યુથી મિનાક્ષી જાણે ક્ષુબ્ધ થઈ ગઈ. પતિ વગરનું જીવન, બાળક કેશવની જવાબદારી આ બધું કઈ રીતે કરવું તેની કોઈ જ સમજ તેને હતી નહિ. કોઈની મદદની આશા નહોતી અને તે પોતે અલ્પશિક્ષિત હોવાથી ગૃહિણી તરીકે ઘર સંભાળતી હતી, પણ બહારની દુનિયાની તેને કોઈ જ ખબર ન હતી. જેમ જેમ દિવસ પસાર થતા ગયા, એક વાત તે બરાબર સમજી ગઈ કે હવે પોતે જ ‘કરો યા મરો’ ની જેમ આ જીવન સંગ્રામમાં ઝઝૂમીને જીતવાનું છે.

અલ્પશિક્ષિત હોવાથી તેને કોઈ સારી નોકરી મળી શકે તેમ ન હતી. આથી તેણે કોઈપણ રીતે પોતાનું પુરું કરવાનો નિશ્ચય કર્યો. સાથે એક નાની અમથી પાર્ટ ટાઈમ નોકરી પણ શરૂ કરી. દરેક દિવસ જાણે એક નવો પડકાર લઈને આવતો હતો. પણ મિનાક્ષી જરાપણ ડગ્યા વિના તેનો સામનો કરતી રહી. ધીમે ધીમે તેણે સ્નાતક અને પછી અનુસ્નાતકની પદવી પણ મેળવી. અંતે તેની મહેનત લેખે લાગી અને તેને શિક્ષકની નોકરી મળી ગઈ અને તેના દિવસો બદલાવા લાગ્યા. તે પોતાના દીકરા કેશવને પણ ખર્ચની ચિંતા કર્યા વગર માત્ર પોતાના અભ્યાસમાં ધ્યાન આપવા સતત સલાહ આપતી અને માર્ગદર્શન પણ આપતી રહેતી.

તે હંમેશાં કેશવને કહેતી, “હું તને સંપત્તિમાં માત્ર શિક્ષણ જ આપી શકું છું. પણ એકવાર તું સારી રીતે ભણી લઈશ પછી તેના આધારે તું તારાં બધાં જ સ્વપ્નો પૂરાં કરી શકીશ.”

કેશવે પણ પોતાની માનો સંઘર્ષ અને સમર્પણ જોઈ પૂરી લગનથી અભ્યાસમાં ધ્યાન આપવાનું નક્કી કર્યું.

તે હોશિયાર તો હતો જ. સ્કુલની પરીક્ષામાં તેનું ઉજ્જવળ પરિણામ જોઈ મિનાક્ષીને પણ થયું કે જીવનના સંઘર્ષના સમયમાં તેણે કરેલ મહેનતાનાં ફળ હવે પાકી રહ્યાં છે. કેશવને IIT માં એડમિશન મળી ગયું ઉપરાંત તેના પરિણામના આધારે તેને સ્કોલરશીપ પણ મળી. તે પોતાની માતાનાં સ્વપ્નો પૂરાં કરવા કટિબદ્ધ હતો. તેનો અભ્યાસ પૂરો કર્યા પછી જ્યારે તેને ઉચ્ચપદવી ધરાવતી નોકરી મળી, તેનો પત્ર જ્યારે તેણે પોતાની માતાને બતાવ્યો ત્યારે તેની આંખોમાં હર્ષનાં આંસુ આવી ગયાં. કેશવ જાણતો હતો કે તેને અહીં સુધી પહોંચાડવા તેની માતાએ કેટલી મુશ્કેલીઓનો સામનો કર્યો છે. પોતાના પતિના મરણ પછી એકલા હાથે ઘર ચલાવવું અને પોતાના બાળકને પણ ઉચ્ચ અભ્યાસ કરાવવો અને આટલા ઉચ્ચ હોદ્દા સુધી પહોંચાડવાનું ભગીરથ કામ તેણે સુપેરે પાર પાડ્યું તેનો તેને સંતોષ હતો.

‘ગાઠ અંધકારમાં પણ આશાનું કિરણ જોવાની ક્ષમતા એનું નામ જ આશા છે.’ - દેશમન્ડ દુદુ

ખાસ નોંધ :

ધૂમ્રપાન કરનારાએ પોતાના પ્રિયજનોની સુરક્ષા માટે પણ ધૂમ્રપાન છોડી દેવું જોઈએ. ધૂમ્રપાન દરમ્યાન ધૂમ્રપાન કરનારને તો નુકશાન થાય જ છે પણ એ સિગરેટ કે બીડીનો ધૂમાડો તેમના પરિવારજનો, બાળકોના શ્વાસમાં જતાં તેઓ પણ પરોક્ષ (Passive) ધૂમ્રપાનનો ભોગ બને છે. આમ જે લોકો ધૂમ્રપાન કરતા લોકોની સાથે સતત રહે છે એટલે કે તેમના પરિવારના લોકો, સહકાર્યકરો વગેરેને પણ ધૂમ્રપાન કરતા લોકો જેટલું જ કેન્સર તથા અન્ય શ્વાસની બીમારીનું જોખમ હોય છે.

(સાભાર : “હોપ ટુ કોપ”)

(ગુજરાતી અનુવાદ : શિલ્પા પંડ્યા)

❖ નમ્રતા એવું ઔષધ છે કે જે પથ્થર હૃદયના માણસને પણ પીગળાવી શકે છે.

❖ દુઃખ એ તો દરિયા જેવું છે પહેલાં અંદર ડૂબાડી પછી મોતી આપે છે.



કબીર

ભીમજી ખાયરિયા



વર્તમાન ભારતીય જનસમાજમાં સંપ્રદાય અને ધાર્મિક વિચારધારાના સતત નવા પ્રવાહો ફેલાઈ રહ્યા છે; કોમ અને જાતિ વચ્ચે પણ સામાજિક સંઘર્ષ, શોષણ, અર્થનીતિ, રાજનીતિ અને વિકાસના પ્રશ્નોને કારણે સંઘર્ષ થાય છે. સમય એવો પણ છે કે કબીર હિન્દુ ? મુસલમાન ? કબીર બ્રાહ્મણ ? કબીર કોણ ? આ પણ પ્રશ્નો છે. સાહિત્યજગતમાં ખાસ કરીને ઉત્તર ભારતીય પ્રદેશમાં કબીરને સૌ પોતપોતાના વર્ગ તરફ ખેંચે છે, રાજકીય પક્ષો રાજનીતિના દાવ ખેલી કબીરને વોટ બેંક બનાવવાના પ્રયત્નો કરે છે ત્યારે આપણને પણ પ્રશ્નો થાય છે કે શું કબીર જ્યારે જન્મ્યા હતા, ત્યારે પણ આમ જ હતું ? શું કબીરના સમયમાં પણ વર્તમાન જગતની જે સમસ્યાઓ, અંધશ્રદ્ધા, પાખંડ અને સાંપ્રદાયિક તનાવ છે તે કબીરને પણ અનુભવવા પડ્યાં હતાં ? આ પ્રશ્નો જવાબ છે, હા. પંદરમી સદીનું ભારત પણ આવું જ હતું. જ્યારે કબીર જન્મ્યા હતા એ સમયે હિન્દુ, ઈસ્લામ ધર્મની વિચારધારાઓ, સંસ્કૃતિ, ભાષા વગેરે સામસામે જ હતી. એક બાજુ હિન્દુ ધર્મઆધારિત જ્ઞાતિઓના ઊંચનીચના ભેદભાવ અને ક્રમ હતા. જેના સંરક્ષણમાં શાસ્ત્રો અને હિંદુ સનાતન ધર્મ અને શંકરાચાર્યના મઠો હતા. આ બધાં સામે સંરક્ષણ માટે બૌદ્ધ, જૈન શાકત, સિદ્ધ, નાથ વગેરે ધર્મ તથા મત હતા. સામે પક્ષે, ઈસ્લામ હતો. જેમાં ધાર્મિક કટ્ટરતા, ધાર્મિક સમાનતા છતાં સામાજિક વિષમતા પણ હતી. ઈસ્લામમાં એ સમયે સૂફી વિચારધારા અને સૂફી મત, પ્રેમ તથા માનવતાના સંદેશ આપનારી કવિતા પણ હતી. આ સમયે ભારતીય જનસમાજ ધર્મની આ વિચિત્ર જાળમાં ફસાયેલો હતો. હિન્દુ માનસ ધાર્મિક ભેદભાવ,

જાતિના ભેદભાવ, અંધશ્રદ્ધા અને સાધુ-સંતોના અખાડાઓમાં દબાયેલું હતું. એ સમયે કબીર ગંગાકિનારે જન્મ લઈ મુસલમાન દંપતીના પરિવારમાં ઉછરી કાશીમાં જીવન પસાર કરી અંતે મગહર નામના ગામડામાં છેલ્લા શ્વાસ લઈ દેહ છોડે છે. કબીર ગંગાના મેદાનપ્રદેશમાંથી ગંગાના પ્રવાહની જેમ પોતાના સ્વતંત્ર વિચારોથી ફેલાઈને સમગ્ર ઉત્તર ભારતમાં મધ્યમ, ગરીબ, શ્રમિક તેમજ કચડાયેલા વર્ગનું પ્રતિનિધિત્વ કરી જે કવિતા કરે છે તે કબીરના સમયની રાજ્ય અને ધર્મસત્તાને પડકારતી કવિતા તરીકે મળે છે. કબીર આ સમયમાં બ્રહ્મ, શાસ્ત્ર પંડિત ને ક્રિયાકાંડને છોડી ‘સદ્ગુરુ સત્યનો, પ્રેમનો માર્ગ બતાવે છે. કબીર કહે છે :

કબીર સતગુરુ કી મહિમા અનંત, અનંત ક્રિયા ઉપગાર ।
લોચન અનંત ઉઘાડિયાં, અનંત દિખાવણ હાર ॥

કબીરના સમયમાં ભારતીય મનુષ્યની મનુષ્યતા સામે જ ઘણા પ્રશ્નો હતા. આ સમયમાં ભારતીય હિંદુ હોય કે મુસલમાન, એમને ધર્મનું ધર્મના ઠેકેદારોનું શરણ લઈને ધર્મની સંહિતા મુજબ જ જીવન જીવવું પડતું હતું. લગ્ન, જન્મ, મરણ આદિ કાર્યો હોય કે આજીવિકા હોય, બધું જ ધર્મવેત્તાઓને ઈશારે જ જીવવાનું હતું. માનો કે ભારતીય લોક ધર્માધિકારીઓના હાથમાં ગિરવે હતો. સ્વતંત્રતા, રક્ષા કે વિદ્રોહ જેવા શબ્દો જ ન હતા. હિન્દુ અને મુસ્લીમ બન્ને પ્રજા, બંનેના ધર્માધ શાસકો અને ધર્મનેતાઓ પોતપોતાની શક્તિથી છૂટા પડીને સતત વન ફાંટાઓ ફેલાવતા હતા. આ સમયમાં એક એવા ચરિત્રના નિર્માણની જરૂર હતી જે સમગ્ર ભારતીયતાને ઓળખતું હોય અને તેને રસ્તો ચિંધી શકતું હોય. જે

હિન્દુ અને ઈસ્લામ બન્નેની વાસ્તવિકતાને જાણતો હોય, ધર્મોના ભ્રમનો પણ સારી રીતે ઓળખતો હોય તથા મનુષ્યની મનુષ્યતામાં પણ અપાર શ્રદ્ધા હોય. આવું ચરિત્ર એટલે પંદરમી સદીમાં થયેલા કબીર, જેમનું જીવન જ એ સમયની વિકટ સ્થિતિમાં નિર્માણ પામેલ ભક્તિ અને કાવ્ય રૂપે છે. આ બધાં વચ્ચે કબીર સ્વતંત્ર દૃષ્ટિ, વિચારધારા, સાહસ, સંકલ્પ અને વિવેકનું પ્રમાણ બની રહે છે. કબીરમાં એ સમયે હિન્દુ અને મુસલમાનોની અંધ રૂઢિ, પાખંડની સામે સત્ય કહેવાની તાકાત હતી તથા સામે ઊભા રહી સમગ્ર લોકનું નેતૃત્વ સ્વીકારી યોગ્ય માર્ગે વાળવાની ક્ષમતા પણ હતી. કબીર કહે છે :

સાંચ હી કહત ઓર સાંચ હી ગહત હૈ,
કાંચ કુ ત્યાગકર સાંચ લાગા ।
કહે કબીર યું ભક્ત નિર્ભય હુઆ,
જન્મ ઓર મરન કા મર્મ ભાગા ॥

કબીરને આ સત્ય કોઈ વેદ, કુરાન કે ગ્રંથોમાંથી મળેલ ન હતું. જે સત્ય કબીરને પોતાના સમયના સમાજજીવનના અનુભવોમાંથી, યાતનાઓમાંથી, માન્યતા અને સંઘર્ષોમાંથી મળ્યું હતું. એટલે જ કબીર પોતાની કવિતાને ‘અનભૈ સાંચા’ કહે છે. અનુભવનું સત્ય અને અનભયનું સત્ય. કોઈથી ડરીને નહીં, નિર્ભય રીતે કહેવાયેલું સત્ય તે કબીરનું સત્ય કબીરની કવિતા. ખરેખર તો અનુભવનું સત્ય એ જ સાચું સત્ય છે. બૌદ્ધ પણ આ કહે છે ને ! તને જે સત્ય લાગે, તું જે અનુભવે એ જ તારું અંતિમ સત્ય. કોઈથી મળેલું, ઊછીનું લીધેલું સત્ય એ સત્ય નથી, એ ભ્રમ છે.

જીવનના પ્રસંગોમાં ડગલે ને પગલે સત્યનો અનુભવ આપણને સૌને થાય છે પણ શાસ્ત્ર અને ધર્મના ભયથી એ સત્યને સ્વીકારવાનો આપણને ડર લાગે છે. કબીરમાં આ ડર નથી. કબીર પોતાના સમયમાં નીડર છે એથી જ કબીરની કવિતા છે. કબીરની કવિતાનું શ્રેષ્ઠ લક્ષણ નીડરતા છે. કબીર એમ પણ કહે છે કે જે લોક પોતાના

સત્યને નિર્ભયતાથી રજૂ કરે એ સત્ય હંમેશાં ચિરંજીવ છે. કબીર પોતાના અનુભવના સત્યને શાસ્ત્રના સત્યની સામે આમ મૂકે છે :

મોરા તોરા મનુવા કેસે એક હોય રે,
મૈં કહતા હૂં આંખિન દેખિ, તૂ કહતા કાગદ કી લેખી;
મૈં કહતા સૂરઝાવનહારી, તૂ રાખા ઉરઝાય રે ।
મૈં કહતા જાગત રહના, તૂ રહતા હૈ ઓય રે;
મૈં કહતા નિરમોહી રહિયો, તૂ જાતા હૈ મોય રે ।

કબીર આ સત્યનો સ્વીકાર કરી ભારતીય સમાજની પૂર્વથી બનેલી ઓળખનો અસ્વીકાર કરે છે. કબીરના સમયમાં મધ્યકાલીન ભારતમાં ભારતીય મનુષ્યની ઓળખના મુખ્ય બે આધાર હતા. (૧) ધર્મ : જ્યાં દરેક વ્યક્તિ હિન્દુ છે અથવા મુસલમાન. (૨) જાતિભેદ : જ્યાં દરેક મનુષ્ય હિન્દુ ધર્મમાં બ્રાહ્મણ, ક્ષત્રિય, વૈશ્ય કે શૂદ્ર આ ચારમાંથી ભારતીય મનુષ્ય કોઈ એક સ્તરનો બની ઊંચનીચના ભાવમાં જ જીવે છે. કબીરે પોતાની ઓળખ અને સત્યમાં ન તો ધર્મને માન્યો કે ન માન્યો જાતિભેદ. કબીરે માત્ર મનુષ્યતા જ સ્વીકારી.

હિન્દુ કહો તો મૈં નહીં, મુસલમાન ભી નહીં ।
પાંચ તત્વ કા પૂતલા, કૌબી ખૈલે માંહી ॥

હમ વાસી ઉસ દેશ કે, જહાં જાતિ બરન કુલ નાહિ.

આમ કહીને કબીર પોતાને ધર્મની ઓળખ, જાતિની ઓળખમાંથી મુક્ત કરી સ્વતંત્ર માનવ તરીકે રજૂ કરી સમગ્ર લોકને એ તરફ આવવા નિમંત્રે છે. તત્કાલીન સામાજિક વ્યવસ્થા અને રૂઢિઓની સામે હિન્દુ, ઈસ્લામ બંનેની સામે કબીર સમાજના વિશિષ્ટ ભેદભાવને તોડવાં આ મુજબનો પાઠ આપે છે.

એસા ભેદ બિગુચનિ ભારી
વેદ કતેબ દીન અરુ દુનિયા, કૌન પુરિખ કૌન નારી ।
એક રુધિર એક મલમૂતર, એક ચામ એક ગુદા
એક બુંદ તૈ સૃષ્ટિ રચી હૈ, કૌન બ્રાહ્મણ કૌન સુદા ॥
(વધુ આવતા અંકે) (સૌજન્ય : ‘નવચેતન’)



સૂફી સ્ત્રી સંત રાબિયા ધીરજલાલ શાહ

સૂફી પરંપરાના ઈતિહાસમાં સંત કબીરની જેમ સંત રાબિયાનું સ્થાન અજોડ છે. તેમણે તેમની નાની વયમાં જ તેમનાં માતા-પિતા ગુમાવ્યાં હતાં. અને જ્યારે તેમનો જન્મ થયો હતો ત્યારે તેમને ત્યાં એટલી બધી ગરીબી હતી કે રાતના દીવા માટે તેલ પણ ન હતું. તેમજ ઓઢવા-પાથરવા માટે એકે ચીજ ન હતી.

તે સમયે દેશમાં ભયંકર દુષ્કાળ પડતાં, તેમના સગાંએ તેમને એક શ્રીમંતને ઘેર દાસીરૂપે વેચી દીધાં. શ્રીમંતના ઘરનાં લોક તેમની પાસે, રાત અને દિવસ સખત કામ કરાવતાં હતાં. ક્યારેક ક્યારેક તેમને મારતાં પણ હતાં. રાતના સમયે જ્યારે ઘરનાં બધાં સૂઈ જતાં, ત્યારે તે ભાવ-પૂર્વક ખુદાની બંદગી કરતાં તથા ધર્મગ્રંથોનો અભ્યાસ કરતાં તેઓ ધર્મ અને પ્રભુ ઉપર સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસ ધરાવતાં હતાં. તેમની પ્રભુ પ્રત્યેની પ્રાર્થનાઓ અને બંદગી આજે પણ જગ-વિખ્યાત છે.

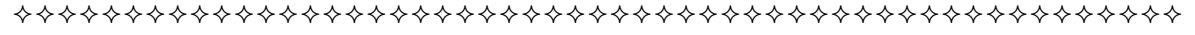
રાબિયા પ્રભુને રોજ નમ્રભાવે પ્રાર્થના કરતાં કહેતાં, “પ્રભુ ! તમે મારા માટે આ લોકમાં જે સુખ નિર્માણ કર્યું હોય, તે તમે તમારા વિરોધીઓને આપજો. અને મારા માટે પરલોકમાં જે સુખ નિર્માણ કર્યું હોય, તે તમે તમારા ભક્તોને આપજો. મને ફક્ત તમારા પ્રેમ સિવાય બીજું કંઈ જ આપશો મા ! કારણ કે હું તમને ક્યારેય ભૂલું નહિ અને તમે મારા ઉપર સદાય રાજી રહો, એ જ મારી તમને નમ્ર વિનંતી છે, નમ્ર પ્રાર્થના છે.

એક દિવસ રાબિયા રાતના સમયે પ્રાર્થના કરતાં પ્રભુને કહેતાં હતાં, “ પ્રભુ ! તમે મને બીજાની મિલકત બનાવી દીધી છે, તેથી દિવસે મને તારી પ્રાર્થના કરવાનો સમય મળતો નથી. જો હું આઝાદ હોત તો તારી આપેલી આ જિંદગીની પળે- પળ મેં તારી પ્રાર્થનામાં જ વ્યતિત

કરી હોત. હશે, જેવી તારી મરજી !

ઉપરોક્ત અવાજ સાંભળીને, તેમના માલિક જાગી ગયા, તેમની આંખ ખુલી ગઈ અને તે અવાજ ક્યાંથી આવતો હતો, તે જાણવા પ્રયત્ન કરતાં, તેમણે જોયું કે રાબિયા રાતના સમયે બંદગીમાં કાંઈક બોલતી હતી તેમજ તેની ચારેબાજુ પ્રકાશ ફેલાઈ રહ્યો હતો. આ જોઈને માલિકને થયું કે રાબિયા કોઈ એક સાધારણ સ્ત્રી નથી, એ એક પવિત્ર સ્ત્રી છે. તેની પાસે કામ કરાવવું, મજૂરી કરાવવી, એ મારા માટે મોટો અપરાધ છે, મહાપાપ છે. બીજા દિવસે સવાર પડતાંની સાથે જ માલિકે રાબિયાને ગુલામીમાંથી મુક્ત કરી અને નમ્રતાથી માફી માગતાં તેમણે કહ્યું, “રાબિયા ! મારાથી મોટી ભૂલ થઈ ગઈ છે. મને માફ કરજે. અબઘડીથી, અત્યારથી તું આઝાદ છે. તારે જ્યાં જવું હોય ત્યાં તું જઈ શકે છે. અને જો તારે અહીં રહેવું હોય તો તું અહીં ખુશીથી રહી શકે છે. અમે તારી સંપૂર્ણ સંભાળ લઈશું.” પરંતુ રાબિયા માલિકનો આભાર માની, તરત જ જંગલમાં જવા નીકળી ગઈ અને ત્યાં એકાંતમાં ઝુંપડી બાંધીને પ્રભુની સેવામાં એકરૂપ બની ગઈ.

સંત રાબિયાના સમયમાં સંત હુસેન લોકોને ધર્મ ઉપદેશ આપતા હતા. વૃદ્ધ રાબિયા દરરોજ સમયસર તેમનો ઉપદેશ સાંભળવા આવી જતી. પરંતુ એક દિવસ તે કોઈ કારણસર મોડી પડી. સંત હુસેન રાબિયાની રાહ જોતાં બેસી રહ્યા. આથી શ્રોતાજનોમાંથી કોઈક બોલ્યું, “હુસેન સાહેબ ! રાબિયા સિવાયના બધા જ લોકો તમારો ઉપદેશ સાંભળવા આવી ગયા છે, તો ઉપદેશ શરૂ કરો ! ઉપદેશ શરૂ કરવાનાં કોઈ વાંધો છે ?” હુસેન સાહેબ નમ્રતાથી બોલ્યા, “સજજનો ! મારા બોલવામાં



જે ભાવ આવે છે, જે તેજસ્વીતા આવે છે, તે બધી રાબિયાના હૃદયમાંથી જ આવે છે. તેથી હું તેમની રાહ જોઉં છું.”

સંત રાબિયાનો અહિંસા પ્રત્યેનો અને સર્વ જીવો (આત્મા) પ્રત્યેનો પ્રેમ જગ-પ્રસિદ્ધ હતો. તેની આ પ્રસિધ્ધી સાંભળીને, એક મહાન સંત, હુસેન બસરીને રાબિયા માટે આદરભાવ જાગતાં, રાબિયાને મળવા માટે, રાબિયા જ્યાં રહેતી હતી ત્યાં જંગલમાં ગયા. જ્યારે હસન બસરી ત્યાં પહોંચ્યા ત્યારે જંગલના પશુઓ અને પક્ષીઓ મૈત્રી ભાવથી સંત રાબિયાને ઘેરીને બેઠાં હતાં. પરંતુ હસન બસરી જેવા રાબિયાની પાસે આવ્યા કે તરત જ હસન બસરીને જોઈને, સર્વ પશુ-પક્ષીઓ ભયભીત બનીને ભાગવા લાગ્યાં. આ જોઈને સંત હસને સંત રાબિયાને પૂછ્યું, “આમ કેમ ?” સંત રાબિયાએ સંત હસનને પૂછ્યું, “તમે આજે શું જમીને આવ્યા છો ?” હસન બસરીએ કહ્યું “માંસ”. રાબિયાએ કહ્યું, “તમે માંસ ખાવ છો, તેથી તે બધાં તમારાથી ડરીને,

ભાગી ગયાં.”

સંત રાબિયાનાં કેટલાંક યાદ રાખવા જેવાં વચનામૃતો : (૧) પ્રભુને પામવા માટે આંખ, કાન કે જીભની જરૂર નથી. ફક્ત હૃદયની જરૂર છે. (૨) આ જગતમાં સર્વત્ર પ્રભુનું જ સામ્રાજ્ય પ્રવર્તે છે, તો પછી તેને છોડીને બીજાં પાસે શા માટે માગવું ? (૩) હું તને ભૂલું નહીં અને તું મને ભૂલ્યા વગર મારા ઉપર સદાય રાજી રહે, એ સિવાય બીજું કશું જ મારે તારી પાસેથી જોઈતું નથી. (૪) તારી સેવામાં મારાં દિવસ અને રાત વ્યતીત થાય, એવી મારી તને પ્રાર્થના છે. (૫) હે પ્રભુ ! મારી તારી પાસે એક જ માગણી છે કે હું સતત તારું નામ રટતી રહું અને મારા દિલમાં તારી યાદ સદા જલતી રહે ! આમીન.



46, Greensward Ln
Sugar Land, TX 77479-2503, U.S.A.

પરમાત્માની પ્રાપ્તિ

એકવાર એક જૈન સાધુને કોઈએ પૂછ્યું : ‘પરમાત્મા કેવી રીતે મેળવી શકાય ?’

‘ જ્યારે ભૂખ લાગે ત્યારે ખાઈ લેવું અને જ્યારે ઊંઘ આવે ત્યારે સૂઈ જવું, એથી જરૂર પરમાત્મા પ્રાપ્ત થશે.’ સાધુએ તદ્દન સરળ જવાબ આપ્યો. સાધુએ તદ્દન સરળ જવાબ આપ્યો.

‘ એવું તો અમે રોજ કરીએ છીએ, છતાં પરમાત્મા ક્યાં મળે છે ? ’ કચવાઈને પેલો બોલ્યો. સાધુ હસ્યા અને કહ્યું : એવું તમે ક્યાં કરો છો ? તમે જમતી વખતે ફક્ત જમતા નથી, પણ તમારા ભાવિની ચિંતા કરો છો ? રાતે તમે નિદ્રા આવે ત્યારે સૂઈ જતા નથી. હજારો વિચારો દ્વારા તમારા મનને થકવી દો છો, જેને લીધે થાકીને મન અચાનક યાંત્રિક રીતે નિદ્રામાં સરી જાય છે. પછી પરમાત્મા કેમ મળે ?

- રજનીશંકર

એપ્રિલ મહિનામાં આવતા આરોગ્ય દિવસો

૨ એપ્રિલ, વિશ્વ ઓટીઝમ દિવસ, ૭ એપ્રિલ વિશ્વ આરોગ્ય દિવસ, ૨૦ એપ્રિલ, પાર્કિન્સન્સ દિવસ, ૨૪ એપ્રિલ, વિશ્વ હેમોફિલીઆ દિવસ, ૨૪-૩૦ એપ્રિલ, (અઠવાડિયું) વિશ્વ ઈમ્યુનીઝેશન દિવસ, ૨૫ એપ્રિલ, વિશ્વ મેલેરિયા દિવસ

બીના શ્રેયસ પંડ્યા આરોગ્ય, શિક્ષણ, માહિતી અને સંદર્ભ કેન્દ્ર, સદ્વિચાર પરિવાર આરોગ્ય વિષયક જુદા જુદા દિવસોની ઉજવણી નિમિત્તે નિષ્ણાત તબીબો દ્વારા લોકભોગ્ય ભાષામાં લેખો તથા જુદી જુદી પ્રાપ્ત માહિતી માટે શ્રી જપન દવે મો.નં. ૯૮૭૯૯૫૭૭૧૫ પર સંપર્ક કરવો.



સદ્વિચાર સમાચાર સેવા

સદ્વિચાર પરિવાર આયોજિત સત્સંગ કાર્યક્રમ

તા. ૨૫-૨-૨૦૧૮ના રોજ સંસ્થાના ટ્રસ્ટીશ્રી પીયૂષભાઈ દેસાઈના પ્રયત્નોથી જાણીતા વિદ્વાન, શિક્ષણવિદ્ અને લેખક તેમજ બૃહદ્ સંસ્કૃત પરિષદના સેક્રેટરીશ્રી વાસુદેવભાઈ પાઠક તેમજ ફાયનાન્સિયલ એક્સપ્રેસના વરિષ્ઠ માજીતંત્રીશ્રી જયંતિભાઈ દવેનો સત્સંગ કાર્યક્રમ યોજવામાં આવ્યો હતો. શ્રી વાસુદેવભાઈ પાઠકે સંસ્કૃત તેમજ ગુજરાતી ભાષા ઉપર વિસ્તૃત માહિતી આપી હતી તેમજ સદ્વિચાર પરિવાર સાથે પણ વર્ષોથી સંકળાયેલો છું તેમ જણાવ્યું હતું. શ્રી જયંતિભાઈ દવેએ વિવિધ ગઝલો અને કાવ્યોનું પઠન કરીને ઉપસ્થિત શ્રોતાઓને રસતરબોળ કર્યા હતાં. આ કાર્યક્રમમાં ટ્રસ્ટી શ્રી પીયૂષભાઈ દેસાઈ, ડૉ. પંકજભાઈ શાહ અને શ્રી પ્રફુલ્લભાઈ અધ્વર્યુ હાજર રહ્યા હતાં.

નિ:શુલ્ક દવાઓ સાથેનો મફત નિદાન કેમ્પ

સદ્વિચાર પરિવાર અને જી.સી.એસ. હોસ્પિટલના સહયોગથી હ.પ્ર. સદ્વિચાર પરિવાર આંખની હોસ્પિટલ - નરોડામાં દર મહિનાના પહેલા અને ત્રીજા શુક્રવારે ફિઝીશીયન, હાડકાંના રોગો, ચામડીના રોગો અને કાન, નાક, ગળાના રોગોનો મફત કેમ્પ યોજવામાં આવે છે. જેમાં માર્ચ મહિનામાં કેમ્પમાં ૪૩ દર્દીઓએ રજિસ્ટ્રેશન કરાવીને સારવારનો લાભ લીધો હતો.

બીના શ્રેયસ પંડ્યા આરોગ્ય, શિક્ષણ અને માહિતી

સંદર્ભ કેન્દ્ર સદ્વિચાર પરિવાર અને

લાઈફ ગ કલબ અમદાવાદ (ઈન્ડિયા)ના ઉપક્રમે

આરોગ્ય સેમિનારનું આયોજન

કાર્યક્રમની શરૂઆતમાં સંસ્થાના ઉપપ્રમુખ અને મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી શ્રી પ્રવીણ લહેરી તેમજ ટ્રસ્ટી ડૉ. પંકજ શાહે સંસ્થાની પ્રવૃત્તિઓ અંગે ટૂંકી માહિતી આપી કાર્યક્રમની શરૂઆત કરી હતી.

દર મહિને ઉંમરલાયક વ્યક્તિઓની આરોગ્યની

સમસ્યાઓ માટેની યોજાતી પ્રવચનશ્રેણીના અનુસંધાનમાં તા. ૧૧-૩-૨૦૧૮ના રોજ ત્રીજા વર્ષનું સાતમું પ્રવચન અનિદ્રાની આધુનિક સારવાર અને નિદાન અંગે ડૉ. કલ્પેશ તલાટીએ અનિદ્રાની સમસ્યા અંગે ઉંડાણપૂર્વક સમજણ આપી હતી. કાર્યક્રમના અંતમાં લાઈફ કલબના પ્રણેતા ડૉ. મુકુંદભાઈ મહેતાએ પણ આ વિષય પર વિગતે સમજાવીને કાર્યક્રમનું સમાપન થયું હતું. દર વખતની પરંપરા મુજબ આ કાર્યક્રમમાં ગુજરાત કેન્સર સોસાયટીના જનરલ સેક્રેટરી શ્રી પ્રશાંતભાઈ કિનારીવાળા અને સેક્રેટરી તેમજ સંસ્થાના દાતા શ્રી ક્ષિતિજભાઈ મદનમોહનનું સન્માન કરવામાં આવ્યું હતું.

પગપાળા યાત્રિકો માટે મેડિકલ કેમ્પ યોજાયો

સદ્વિચાર પરિવાર મણિનગર શાખા દ્વારા ફાગણી પૂનમ નિમિત્તે ડાકોર પગપાળા યાત્રિકોની સેવા માટે તા. ૨૭-૨૮ ફેબ્રુઆરી ૨૦૧૮ના રોજ મહેમદાવાદ તાલુકાના કેસરા ગામે મેડિકલ કેમ્પ રાખવામાં આવ્યો હતો.

સદ્વિચાર પરિવાર અને મેક ઍ ડિફરન્સ

- * માસિક પરીક્ષા લેવામાં આવી.
- * ૩ ફેબ્રુઆરી જનરલ નોલેજ કલબ એક્ટીવીટી અને બાળકોને ગાર્ડનમાં લઈ ગયા.
- * ૮ ફેબ્રુઆરીના રોજ જે બાળકો સ્કૂલે જાય છે અને તેમને ટ્યૂશનમાં પણ આવવું છે. પણ તેમના વાલીઓ ટ્યૂશનમાં આવવાની ના પાડે છે. તેવા વાલીઓને બોલાવી અને તેમની મિટીંગ કરવામાં આવી.
- * ૧૨ ફેબ્રુઆરી થી ૧૭ ફેબ્રુઆરી દરમિયાન બાળકો કેવી રીતે સારું ભણી શકે, સારું ઈંગ્લીશ બોલી શકે તેના માટે હૈદરાબાદ સીડ સ્કૂલના પ્રિન્સિપાલ દ્વારા આપણી સંસ્થાની મુલાકાત લઈ અને શિક્ષકો અને બાળકોને યોગ્ય માર્ગદર્શન પુરું પાડવામાં આવ્યું હતું.
- * ૨૩ અને ૨૪ ફેબ્રુઆરીના રોજ રામદેવનગર પ્રાથમિક શાળા અને વસ્ત્રાપુર રેલવે પ્રાથમિક શાળામાં કવીઝ



કોમ્પીટીશનનું આયોજન કરવામાં આવ્યું, જેમાં બાળકોને જનરલ નોલેજના પ્રશ્નો પૂછવામાં આવ્યા. ત્યારબાદ બધાં બાળકોને સદ્વિચાર પરિવાર તરફથી સોમનાથ મંદિરની પ્રસાદી આપવામાં આવી.

* રૂ ૬ ફેબ્રુઆરીના રોજ બધાં બાળકોને કલરથી ધૂળેટી રમાડવામાં આવી.

લાફ્ટર એન્ડ હેલ્થ મેગેઝીનના

ગ્રાહક થવા માટેની સૂચના

“લાફ્ટર મુવમેન્ટ ફોર હેલ્થ એન્ડ ફિટનેસ” નામના રજિસ્ટર્ડ પબ્લિક ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ નંબર E-૧૧૯૭૪) ના નેજા નીચે લાફિંગ કલબ અમદાવાદ (ઈન્ડિયા)ના ફાઉન્ડર અને કન્વીનર તેમજ ગુજરાત સમાચારમાં ૨૫ વર્ષોથી “ફિટનેસ” અને “હેલ્થ ટીટ્બિટ્સ” ના કોલમ રાઈટર ડૉ. મુકુન્દ મહેતા છેલ્લાં ઘણાં વર્ષોથી રૂપિયા ૪૦૦) ના વાર્ષિક લવાજમથી “લાફ્ટર એન્ડ હેલ્થ ” નામનું માસિક બહાર પાડે છે, જેમાં હાસ્ય અને હેલ્થ અંગેના માહિતી પ્રચુર લેખો પ્રસિદ્ધ થાય છે. બધા જ ગ્રાહકોને મેગેઝીન કુરિયરથી મોકલવામાં આવે છે. ગમે તે મહિનાથી ગ્રાહક થઈ શકાય છે. ગ્રાહક બનવા માટે ચોખ્ખા અક્ષરે પોતાનું નામ, પૂરું સરનામું પીનકોડ સાથે લખી ઉપરોક્ત ટ્રસ્ટના નામનો રૂપિયા ૪૦૦ નો કોસ ઓર્ડર ચેક “લાફ્ટર એન્ડ હેલ્થ” ૮૦૧, એલિગન્સ, સી. એન. વિદ્યાલય પાસે, આંબાવાડી, અમદાવાદ ૩૮૦૦૦૬ ના સરનામે મોકલશો. જો લવાજમ બેન્ક મારફતે મોકલવું હોય તો વિજયા બેન્ક, આંબાવાડી બ્રાન્ચ, અમદાવાદમાં ટ્રસ્ટના નામના સેવિંગ્સ એકાઉન્ટ નંબર ૭૩૦૨૦૧૦૧૦૦૧૦૮૨૯ માં લવાજમ ભરી અને ગ્રાહકના પૂરા નામ સરનામાં સાથે, પૈસા ભર્યા હોય તે સ્વીપની ઝેરોક્ષ કોપી મોકલશો. જે મહિને પૈસા ભર્યા હશે

તેના બીજા મહિનાથી મેગેઝીન શરૂ થશે.

સેવા શહીદની સ્મૃતિસુવાસ

૧૯૭૦ ના વર્ષમાં શ્રી મધુસુદન ઓઝા પુરપીડિતોને સહાય માટે સદ્વિચાર પરિવાર અને લાયન્સ કલબ નરોડાના ઉપક્રમે સુરેન્દ્રનગર જિલ્લાના નાની કઠેચી ગામે રાહત સામગ્રી લઈને ગયેલા ત્યારે પાછા ફરતા બ્રાહ્મણી નદીમાં નાવ ડૂબી જતાં તેઓ મૃત્યુ પામેલા. ત્યારબાદ સદ્વિચાર પરિવારના સ્વ. શ્રી હરિભાઈ પંચાલ તેમજ નારણપુરાના સ્થાનિક લોકોની રજુઆતને ધ્યાનમાં લઈ મ્યુ. કોર્પોરેશને લખુડી તળાવથી અંકુર સુધીના માર્ગને “શ્રી મધુસુદન ઓઝા માર્ગ” નામ આપેલ અને આ માર્ગ ઉપર તેમના નામનું બોર્ડ લાગેલું તેનું નવીનીકરણ કરી આજરોજ તેમની સ્મૃતિને નમ્ર ભાવાંજલિ આપવામાં આવી છે તેમાં આપણા મેયરશ્રી ગૌતમભાઈ શાહનો સહયોગ અને શુભેચ્છા પ્રાપ્ત થયેલ છે તેમજ આપણા કોર્પોરેટર સર્વ શ્રી જયેશભાઈ પટેલ, ગીતાબહેન પટેલ, સાધનાબહેન જોષી અને જયેશભાઈ ત્રિવેદીની ઉપસ્થિતિમાં તકતીનું અનાવરણ થયું હતું. તેમના સત્કર્મોની યાદમાં તેમને અનેક સંતો, મહાત્માઓએ ભાવાંજલિ આપી હતી. પ. પૂ. સ્વામી સત્યમિત્રાનંદજી તથા પૂ. રવિશંકર મહારાજના હસ્તે તેમના તૈલચિત્રોનું અનાવરણ થયું હતું. તેમની યાદમાં ટાગોર હોલમાં અનેક ભજનસત્રો યોજાયા હતા. પ. પૂ. શ્રી કૃષ્ણશંકર શાસ્ત્રીએ તેમના નિવાસે ભાગવત તથા રામાયણ કથા અર્પી હતી. કઠેચી ગામે તેમની શહીદીની યાદમાં સ્મૃતિમંદિરનું નિર્માણ કર્યું છે. સદ્ગતના કરુણામય કોમળ હૃદયમાં પીડિતો માટે સદ્ભાવ હતો અને તેમની સેવામાં સદાય તત્પર રહેતા. તેઓ સાચા અર્થમાં વૈષ્ણવજન હતા.

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**