

R.N.I. No. 14593/1957

પાગદંડી

PAGDANDI

તંત્રીઓ : અશ્વિન ભાલદે * શાંતિ રંબિયા * ચંદ્રકાન્ત નંદુ

VOL.64 ISSUE NO. 2 - MAY 2021 - RS. 15/-



Shree Kutchi Visha Oswal Seva Samaj
C.V.O.D., Jain Mahajanwadi, 3rd Floor, 99-101, Keshavji Naik Road, Chinchbunder, MUMBAI - 400 009.
Phone : 2371 4674 / 2377 3032 Email : ksevasamaj@gmail.com



સમાજના વિકાસ માટે સતત કાર્યશીલ સંસ્થા

શ્રી ક.વિ.ઓ. સેવા સમાજ

કોવિડ-૧૯ એ ગભરાવા જેવી બીમારી નથી, સામાન્ય ફ્લૂનો એક નવો અવતાર છે. ખરાખી ફક્ત એ છે કે તે સંસર્જની વધારે ફેલાય છે.

સામાન્યપણે ૮૦% દર્દીઓને હોસ્પિટલાઈઝેશનની જરૂર નથી. ફક્ત ૧૦%માં કદાચ જરૂર પડે અને ફક્ત ૧% માટે એ જોખમી બની શકે.

આપણા સમાજમાં મરણનું પ્રમાણ વધી રહ્યું છે, જેને નિવારવાની ખાસ જરૂર છે.

લોકો કદાચ શરૂઆતમાં RT-PCR Test કરાવવાનું ટાળે છે. કદાચ ડર. કદાચ Quarantine થવા માટે જગ્યાનો અભાવ વળે વળે.

લોકો કદાચ શરૂઆતમાં ઘરગણ્યું ઉપાયો પર વધુ મદાર રાખે છે. આવા ઘરગણ્યું ઉપાયો કોઈ પુરવાર થયેલ નથી. યોગ્ય ડોક્ટરની યોગ્ય સલાહ લો અને whatsapp પર બહુ મદાર રાખવો નહીં.

આ બીમારીના લક્ષણો હમણા અસર છે. જે માટે ચોક્સાઈ રાખવી અયંત જરૂરી છે.

હાલની બીમારીની પ્રગતિ ખૂબ જ જડપી હોવાનું જણાઈ રહ્યું છે. સમય વેડફ્લો નહીં.

ઝરૂરી Blood Test અને Chest Test જ્યારે કરવાનું કહેવાય ત્યારે તુરંત જ કરાવી લેવા.

માસ્ક અનિવાર્ય છે. આ વખતના જીવાણું હવા દ્વારા ફેલાય છે. બની શકે તો ઘરમાં પણ માસ્ક પહેરવું.

બજે મહાજનોએ કોવિડ - ૧૯ સામે લડી રહેવા કરેલા નીચેના પ્રયાસો માટે
શ્રી ક.વિ.ઓ. સેવા સમાજ તેમની કામગીરીને બિરદાવે છે.



શ્રી કચ્છી વિસા ઓસવાળ દેરાવાસી જૈન મહાજન-મુંબઈ
શ્રી કચ્છી વીસા ઓસવાળ સ્થાનકવાસી જૈન મહાજન-મુંબઈ

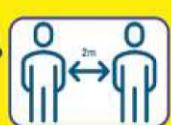


પન્નિકાના માધ્યમથી છેલ્લા ૧ વર્ષથી વધુથી સમાજને જાગૃત રાખવાનું કાર્ય કરી રહ્યા છે. પરંતુ આપણા સમાજના વ્યક્તિઓ ખૂબ જ લાપરવાહીથી વર્તી રહ્યા છે અને પરિણામ આપણી સમક્ષ છે. હજુ પણ સમય છે ચેતો.....



અયંત ઝરૂરી કામ સીવાય ઘર બહાર જવાનું ટાળો...

જરૂરી કામથી બહાર જવાનું હોથ તો માસ્ક પહેરો, સોશિયલ ડિસટન્સિંગ જાળવો,
બહારગામ ફરવા લગ્ન-ધાર્મિક કાર્યક્રમોમાં જવાનું ભેગા થવાનું ટાળો
સરકારી નીચેમોનું પાતન કરો જેથી કોરોના સામેની લડાઈ જુતી શકીયે.



‘સ્વરથ સમાજ સમૃદ્ધ સમાજ’

પગાંડી

એપ્રિલ ૨૦૨૧

અનુક્રમણિકા

લેખ	લેખક	પાના નં
તત્ત્વી સ્થાનેથી		
‘મા ફલેષુ કદાચન’		
પ્રમુખશ્રીની કલમે	ડૉ. મંજુલા વી. શાહ.....	૫
પગાંડીને પત્ર.....	વાયકોના પત્ર.....	૧૧
પગ મેં ભમરી કોરોનાના કપરા કાળમાં કચ્છમાં આરોગ્યસેવાઓ	લીલાધર માણોક ગડા	૧૪
કચ્છના ઈતિહાસના પાનેથી	વસંત શાહ.....	૧૬
દટક સંતાન	CA સંજય વિસનજી છેડા.....	૨૫
મેડિકલેમ નકારવા માટે તરંગી તુકા	ધીરજ રાંભિયા.....	૩૦
સકારાત્મક વિચારો	લઘુ ગોવિંદ ઉર્ફ ધનજી કાનજી છેડા..	૩૩
સાહિત્ય અમૃત	આલેખન : ચંદ્રકાન્ત નંદુ	૩૪
વર્દ્ધ સ્લીપ દે (WORLD SLEEP DAY).....	ડૉ. મણિલાલ ગડા.....	૩૮
	ડૉ. દીપિં શાહ (ગડા).....	૩૯
AN INSPIRATION IN MY LIFE	Khyati Anil Haria	૪૧
From Challenges to Cheers	લવંગિકા દામજી સાવલા	૪૪
વાત છે મારી-તારી-આપણી.....	પ્રેમજી ભવાનજી છેડા	૪૭
ઉર્મિલલહર.....	સંપાદન : વિશન નાગડા.....	૪૮
કોરોના અને અસંજીવની	માનદુ મંત્રીઓ.....	૫૨
સાંત્વન.....	૫૬

પગાંડી કાર્યાલાય ફોન - ૨૩૭૧ ૪૬૭૪ ટેલી ફેક્સ - ૨૩૭૭ ૩૦૩૨

Printed and Published by Aswin Popatlal Malde on behalf of K.V.O. Seva Samaj. Printed at Meghart Colour Crafters, 42, Ideal Indl. Estate Mathuradas Mill Compound, Senapati bapat Marg, Lower Parel, Mumbai -400013. and published from Shri Kutchhi Visa Oswal Seva Samj, C.V.O.D. Jain Mahajanwadi, 3rd Floor, 99/101, Keshavji Naik Road, Chinch Bunder, Mumbai -400009. Editor : Aswin Popatlal Malde

“આજે લગનમાં શું જમવાતું હશે ?”
 એ ઉત્સુકતાનો અંત આવે
 જ્યારે મહેમાન
ગાલા કેટરર્સ નો ટેગ જોયે
“જે હશે બધું ભાવતું જ હશે !”

અમે કાઢીથાવાડી, ગુજરાતી, કચ્છી, પંજાની, સાઉથ ઈંડીયન તેમજ કોન્ટીનેન્ટલમાં
 થાઈ, મેક્ટીકન, ઈટાલીયન અને ચાયનીઝ, પ્રોટ વેજેટેરીયન વાનગીઓ પિરસીએ છીએ.



કાર્પોરેટર સેમીનાર, એક્ઝિબીશન માટે

૧૦,૦૦૦ થી વધુ મેહમાનોને
 કેટરીંગ સર્વિસ આપવા સક્ષમ

Some of our Corporate Clients:
 RELIANCE INDUSTRIES LTD, PARLE AGRO PVT.LTD
 THE PHOENIX MILLS LTD., ACHARYA PRODUCTS
 CAMBRIDGE SHIRTS, GODAVARI PAINTS MAYKA GROUP,
 JUST IN TIME, GANGAR EYENATION ETC.

આજકાલનો નવો ટ્રેનિંગ

ડેસ્ટીનેશન વેડિંગ

આપના પ્રસંગોને બનાવો યાદગાર.
 ૨૦૦ થી ૩૫૦૦ કેપેસીટીના ભારતના કોઇપણ સ્થળે
 હોટેલ, રિસોર્ટ, તથા કલબમાં સંગીત સંદર્ભાં, મહેંદી
 રસમ, સમુત્તા, લગ્ન, રીસીષન એર્ટેજ કરી,
 વિવિધ વાનગી પિરસી પ્રસંગને યાદગાર બનાવશું



Gala Caterers

FINEST IN FOOD INDUSTRY

SINCE 1971

પ્રવીણ ગાલા :
9892183338

પ. નારાનાના નિદ્દોગ, ઉલ્લમી નારાનાના લેન, મારુંગા (સે.રેલે), મુન્ડી-૧૬. ફોન: ૨૪૦૨ ૪૩૯૬, ૨૪૦૧ ૩૫૪૦
 E: galacaterers@gmail.com, ksevasama@gmail.com • W: www.galacaterers.in

Google

અતુલ ગાલા : 9322221205 • રાજેશ ગાલા : 9820032010 • નિમેશ ગાલા : 9322226085

રોહિત ગાલા : 9820099251 • સિરાગ ગાલા : 9702029280 • જ્યારેશ છેડા : 9819818170

તંત્રીરચાનેચી



‘મા ફલેષુ કદાચન’

॥ કર્મણ્યે વાધિકારસ્તે
મા ફલેષુ કદાચન ॥

ગીતામાં અનાસકત કર્મનો યોગની કક્ષાએ સ્થિત કરેલ છે. ગીતાના દ્વિતીય અધ્યાયમાં ૪૭મા શ્લોકમાં કર્મ અંગોનો આ વિચાર વ્યક્ત થયેલ છે. આ વિચારનો ખૂબ પ્રસાર થયેલ છે. ગીતા પરનાં પ્રવચનો, વિવેચનો, પુસ્તકોમાં આ વિચારની ખૂબ વિસ્તૃત ચર્ચા થયેલ છે. તે છીતાં આજના સમયની એક વિડબના એ છે કે આ વિચાર અંગો સતત મંથન કરનારના આચરણમાં પણ જવલ્લે જ આ વિચાર ચરિતાર્થ થયેલ જણાય છે. અહીં સ્પષ્ટ નિર્દેશ છે કે કર્મ આપણા અધિકાર ક્ષેત્રમાં છે, પણ એનાં ફળ પર આપણા કશો જ અધિકાર નથી.

આપણો કર્મ એટલે કાર્યની વાત કરી રહ્યા છીએ. કાર્ય કરણીય હોય એટલે એ આપણું કર્તવ્ય બની રહે છે અને કર્તવ્ય પરત્વે સંપૂર્ણ નિષ્ઠા હોવી અનિવાર્ય છે. કાર્ય પરત્વેની એકાગ્રતા - સમર્પિતતા એટલે કાર્યનિષ્ઠા.

જગતમાં દરેકની, દરેક કાર્યમાં સંપૂર્ણ નિષ્ઠા હોય તો આ જગતમાં હૃદ્ય, વિસંવાદ, અશાંતિ હોય જ નહીં. આ પ્રકારની સંપૂર્ણ નિષ્ઠા એ એક એવી સ્થિતિ છે જે સદાય દૂર જ રહી છે અને રહેશે કારણકે માનવી ક્યારેય સંપૂર્ણ ન થઈ શકે. અપૂર્ણતા એ માનવજીવનથી અવિભાજિત છે.

ઇતિહાસનાં પૃષ્ઠો ફેરવતાં એ જણાઈ આવે છે કે આજે નિષ્ઠા વધુ ને વધુ ક્ષીણ થતી રહી છે. આનો સીધો સંબંધ આપણી અપેક્ષાઓ, ઈચ્છાઓ સાથે છે. પરિણામ, ફળની આશા આપણાં દરેક કાર્ય સાથે વણાયેલી છે અને વધુ ને વધુ તીવ્રતા ધારણ કરે છે. વિશ્વ સમસ્ત ભૌતિકતા તરફ ઢળી રહેલ છે અને એ સાથે કાર્યનિષ્ઠા ઘટતી રહે છે.

સ્વનિષ્ઠાથી વૈશ્વિક નિષ્ઠા સુધી દરેક કાર્યમાં કે ક્ષેત્રમાં નિષ્ઠા કેળવવાની આવશ્યકતા આજે જેટલી છે એટલી ક્યારેય ન હતી. નિષ્ઠાના અભાવથી આજે વિશ્વના તમામ પ્રશ્નો ઉપસ્થિત થઈ રહ્યા છે.

આપણી આસપાસની વાસ્તવિક સ્થિતિનું નિરીક્ષણ કરતાં એવું ચિત્ર સુરેખપણે દર્શયમાન થાય છે કે આપણી નિજા વધુ ને વધુ વિભાજિત થતી રહી છે. ફુટુંબની વાત કરીએ તો ફુટુંબ પ્રત્યેની આપણી નિજામાં ઓટ આવતી જણાય છે. આ અંગે વધુ વિવરણ ન કરતાં, ફુટુંબના સભ્યોમાં પરસ્પર પ્રત્યેની ફુટુંબભાવનાના તારથી વણાયેલું ફુટુંબનું પોત હવે ઢીલું પડતું જાય છે. કૌટુંબિક વિભવાદો અને વિસંવાદિતા પહેલાં પણ હતાં, પરંતુ ફુટુંબ પ્રત્યેની નિજાના આંતરિક પ્રવાહો ફુટુંબને સુગાઠિત રાખી શક્યા હતા, પરંતુ આજે ભાંગી રહેલાં ફુટુંબો જ પૂર્ણ કથા કહી રહ્યાં છે.

નિજાનું ધોવાણ ફુટુંબવ્યવસ્થાની જેમ જ દરેક ક્ષેત્રમાં એકસરખું છે. શિક્ષણ હોય, આરોગ્ય હોય, ગ્રામ્ય સંસ્કૃતિના એકમો હોય, સેવા સંસ્થાઓ હોય કે પછી રાજકીય પક્ષો કે આ પક્ષોની સંસ્થાઓ હોય કે મજાકીય દૈનંદિની વ્યવહાર હોય, તમામે તમામ ક્ષેત્રો નિજા વિભાજિત થઈ ચૂકી છે અને ક્યાંક તો એનું સંદર્ભ ધોવાણ થઈ ગયું છે.

શિક્ષણ ક્ષેત્રો આપણી માચીન વ્યવસ્થા અને આજની શિક્ષણવ્યવસ્થાની તુલના કરતાં જ આપણી નિજાના સ્તરમાં થયેલ અધઃપતનનો ખયાલ આવે છે. આપણી માચીન શિક્ષણવ્યવસ્થા એટલે આશ્રમવ્યવસ્થા જેમાં ગુરુ-શિષ્ય વિદ્યા પ્રદાન અને વિદ્યા ઉપાર્જનનું કાર્ય સંપૂર્ણ નિજા સાથે કરતા. શિષ્યની નિજા એના ગુરુ દ્વારા પ્રદાન થતી વિદ્યા ઉપાર્જિત કરવામાં હતી અને ગુરુની નિજા શિષ્ય દરેક પ્રકારની વિદ્યા સક્ષમતાપૂર્વક ગ્રહણ કરી શકે એવી નિપુણતાનું શિષ્યમાં આરોપણ કરવામાં હતી. આજે ચિત્ર પૂર્ણપણે બદલાઈ ચૂકેલ છે. આજે આશ્રમને સ્થાને કોચિંગ કલાસેસ અને કોલેજોનું સ્થાપન થયેલ છે જ્યાં શિક્ષણ (વિદ્યા નહીં) વેચાય છે અને વિદ્યાર્થી ખરીદાર બની ખરીદે છે. આશ્રમવ્યવસ્થામાં ગુરુ અને શિષ્ય બસે માટે વિદ્યા પરમ લક્ષ્ય કે ઉદેશ હતા અને એમની સંપૂર્ણ નિજા વિદ્યા પરત્વે હતી. આજે શિક્ષણ કેવળ માધ્યમ છે અને શિક્ષણાના માધ્યમ દ્વારા પદવી-દિશ્રી મેળવી એના વિનિયોગથી અર્થ ઉપાર્જન કરવાનું અંતિમ લક્ષ્ય નિર્દ્દિષ્ટ કરાય છે. આ તફાવત છે વિદ્યા અને શિક્ષણમાં.

વિદ્યા એ ઉદેશ્ય છે, શિક્ષણ એ માધ્યમ છે. વિદ્યાર્થી (શિષ્ય) આજે અવફવમાં છે. એની નિજા કોની પરત્વે હોય? ડિશ્રી પ્રત્યે જ શું એની નિજા કેન્દ્રિત છે? વિદ્યાર્થીને સતત ઠસાવવામાં આવે છે કે ડિશ્રીનું લેબલ લાગી જાય તો બસ છે. આમ વિદ્યા એ વિદ્યાર્થીની નિજાનું કેન્દ્ર નથી રહ્યું. આરોગ્ય ક્ષેત્રની વાત પણ નિરાળી નથી. શુંતબીબની અખંડિત નિજા આજે દર્દીના સ્વાસ્થ્ય પરત્વે છે!

આપણી ગ્રામ્ય સંસ્કૃતિનો તો રાજકારણીઓએ એમની ગંડી રમતના ઘાદા તરીકે જ ઉપયોગ કરેલ છે. રાજકીય પક્ષો અને આ પક્ષો સાથે સંલગ્ન સંસ્થાઓને તો નીતિ અને નિષ્ઠાથી છ ગાઉનું છેટું રહેલ છે, કોઈક અપવાદને બાદ કરતાં.

પરંતુ આ સર્વની વચ્ચે સામાજિક સેવા-સંસ્થાઓની ભૂમિકા ધ્યાનાર્હ બની રહે છે. આપણી આ સેવા-સંસ્થાઓ સરકારી તંત્રથી સ્વતંત્ર છે અને મહદુંદંશે આ સંસ્થાઓનો ઉદેશ્ય પ્રજાકીય સેવાનો રહેલો હોય છે, પછી એ શિક્ષણ ક્ષેત્રે હોય, આરોગ્ય ક્ષેત્રે હોય, રોજગારી ક્ષેત્રે હોય, કોઈ કલાના ક્ષેત્રે હોય, રમતગમત અથવા અન્ય ક્ષેત્રે પણ હોઈ શકે. આ સેવા-સંસ્થાઓનું કાર્ય-ક્ષેત્ર પ્રજાકીય સેવાનું હોતાં આ તમામ સંસ્થાઓમાં કાર્યભાર વહન કરનારાઓની કાર્યનિષ્ઠા ઉચ્ચતર કષાની હોય એ અત્યંત આવશ્યક છે. આમાંની કેટલીક સેવા-સંસ્થાઓએ ઉદાહરણારૂપ કાર્યનિષ્ઠા દાખવી છે અને એમની આ કાર્યનિષ્ઠાને કારણે સમાજમાં આવી સંસ્થાઓની ખૂબ ઊજળી પ્રતિભા ઊભી થયેલ છે.

આજે આપણા ક.વી..ઓ. સમાજની સંસ્થાઓનું અવલોકન કરતાં આ સંસ્થાઓના પરિવર્તન પામતાં ચિત્રો આપણી સન્મુખ આવી રહ્યાં છે. આ સંસ્થાઓ એટલે આપણાં નાનાં મોટાં મહાજનો, ફાઉન્ડેશનો, ગ્રામ્ય મંડળો, મહિલા સંસ્થાઓ અને અન્ય તમામ સંસ્થાઓ અને સમૂહો. મહદુંદંશે આ તમામ સંસ્થાઓ પ્રજાકીય સેવાના ક્ષેત્રે પ્રવૃત્ત છે. આજથી કેટલાક વર્ષો પૂર્વે આ સંસ્થાઓ પ્રત્યે સામાન્યતઃ સમાજનું વલણ અલિપ્ત હતું. કેટલાંક કાર્યકરો નિષ્ઠાપૂર્વક સંસ્થાઓને પ્રવૃત્ત રાખી સેવાકાર્ય કરી રહ્યા હતા, પરંતુ કેટલાંક વર્ષો પૂર્વે સમાજની વધુને વધુ વ્યક્તિઓ સંસ્થાઓની કાર્યવાહીમાં રસ લેતી થઈ અને ત્યારે એવું જણાયું કે સમાજની કતૃત્વભાવના જાગૃત થઈ છે અને સંબંધિતો સમાજનું ઋષણ સમજ એમનું યોગદાન આપવા પ્રવૃત્ત થઈ રહ્યા છે, પરંતુ આ ખયાલ વધુ સમય ટકી શક્યો નહીં અને ધીરેધીરે એ સ્પષ્ટ થતું ગયું કે આપણી સંસ્થાઓના વહીવટમાં સમાજની સ્વીકૃતિ પ્રાપ્ત કરી જોડાવાથી પ્રતિષ્ઠા અને મોભો મળે છે અને આ પ્રકારે મળતી પ્રસિદ્ધ જ આકર્ષણનું મુખ્ય કારણ છે અને આમ નિષ્ઠા વિભાજિત થતી ગઈ, કાર્યનિષ્ઠા ફંટાતી રહી.

અને છતાં કેટલીક વ્યક્તિઓની નિષ્ઠા અખંડિત રહી શકી છે અને આવી વ્યક્તિઓ કશીય બેવના વગર નિષ્ઠાપૂર્વક એમનું યોગદાન આપી રહી છે. જ્યારે કેટલીક પ્રસિદ્ધ-પરસ્ત વ્યક્તિઓના લક્ષણો પણ દૃશ્યમાન થઈ રહ્યાં છે અને સમાજે એમને ઓળખવાની જરૂર છે.

આ માંહેની કેટલીક વ્યક્તિઓ આર્થિક સામર્થ્ય ધરાવે છે અને આવી વ્યક્તિઓનું આર્થિક યોગદાન પણ સમાજ-હિતનાં કાર્યોનું પીઠબળ બની રહેતું હોય છે, પરંતુ એમની નિષ્ઠા વિભાજિત હોય છે અને એમની નિષ્ઠાનું કેન્દ્ર જે તે સંસ્થાની નીતિ અને વહીવટ પર વર્ચસ્વ સ્થાપિત કરવાનું હોય છે અને એને માટે આવી વ્યક્તિ એની અન્ય ઉજળી બાજુને એકતરફ મૂકીને યુક્તિ-પ્રયુક્તિઓ અને દાવપેચની રમત રમતા પણ ખચકાટ નથી અનુભવતી. આર્થિક સક્ષમતા ધરાવતી કેટલીક વ્યક્તિઓનો ઉદેશ્ય સંસ્થાઓ પર આડકતરું વર્ચસ્વ મેળવવાનો હોય છે. આવી વ્યક્તિઓ એમની વાતમાં ફરી જતાં નાનપ નથી અનુભવતી. એમનો અહ્મૃ અને જીદ એમની નિષ્ઠા સામે દીવાલ બની ઊભાં રહે છે. અન્ય એવી વ્યક્તિઓ છે જે મની નેતૃત્વધારક પ્રતિભા અને વાક્યટા એમની આસપાસ ટેકેદારોનું કવચ ઊભું કરી જાણો છે. આવી વ્યક્તિઓને કોઈ વાતમાં ગુલાંટ મારવાની સારી ફાવટ હોય છે અને અસત્ય ઉચ્ચારણમાં એમને કશુંય અનુચ્ચિત નથી જણાતું અને એવી પણ વ્યક્તિઓ છે જે મની પાસે કાર્યક્ષમતા તો છે, પણ એ એમનો કાર્યભાર અન્ય પર ધકેલી દેવામાં માહેર હોય છે. આવી વ્યક્તિઓ એવું ચિત્ર ઊભું કરી શકે છે કે એમની ફુનેછ અને દૂરંદર્શાને કારણો જ બધું થઈ રહ્યું છે. મોટે ભાગો આવી વ્યક્તિઓ એવી ગ્રંથિથી પીડાતી હોય છે જેને કારણો આવી વ્યક્તિ એમ જ સમજતી હોય છે કે બધું એને કારણો જ છે. હકીકતમાં તો એણો પોતાનો કાર્યભાર અન્ય પર જ ઢોળી દીધેલ હોય છે. આ બધા જ કિસ્સાઓમાં એક સમાન મુદ્રો એ છે કે દરેકની નિષ્ઠા વિભાજિત થયેલ છે. એવું નથી કે આ દરેક વ્યક્તિની સંસ્થાના ઉદેશ્ય પરત્વેની નિષ્ઠા શૂન્ય છે, પરંતુ એમની નિષ્ઠાની આડે એમનો અહ્મૃ અને પ્રસિદ્ધિની લાલસા એક અંતરાય બનીને ઊભાં રહે છે.

આની સામે એવી વ્યક્તિઓ છે જે મનું ઊજળું પાસું છે એમની અશ્વષણ નિષ્ઠા. નથી એમને કોઈ પદની ખેવના કે નથી એમને પ્રસિદ્ધિની કામના. કર્મ પરત્વેની એમની સંપૂર્ણ સમર્પિતતા છે. સ્વામી છે એ એમની કાર્યનિષ્ઠાના. પછી શાને હોય એમને ફળની ફિકર?

કુદરતો આજે જ્યારે માનવી સામે સત્ય ધરી દીધું છે કે એની કશી જ વિસાત નથી ત્યારે આપણો સૌ પૂર્ણ સમર્પિતતા સાથે કાર્યનિષ્ઠા દાખવીએ, અહ્મૃને ઓગાળી પરિણામને સાક્ષીતાવે નીરખવાની સક્ષમતા કેળવીએ.

મંદ, મધુર સ્વર કણ્ઠપટ પર આવી રહ્યા છે:

॥ કર્મણ્યે વાધિકારસ્તે
મા ફલેષુ કદાચન ॥



પ્રમુખશ્રીની કલમે

* ડૉ. મંજુલા વી. શાહ *

‘મધાર્સ ડે’

‘મા’ની કુખમાં નવ મહિના રહ્યા પછી જેનો જન્મ થાય તે “માનવ”. બાળકમાં પહેલો અક્ષર ‘બા’ છે અને માણસમાં પહેલો અક્ષર ‘મા’ છે. હાલમાં પુસ્તકો અને સામયિકોમાંથી વાંચી ઘણું જાણવાનું મળ્યું. આપના હાથમાં અંક આવશે ત્યારે મધર્સ કે ઊજવાઈ ગયો હશે, પરંતુ માના પ્રેમને ઊજવવા માટે મધર્સ તેનું આયોજન કેવા સંજોગોમાં થયું એ વિશે જાણવા મળ્યું. એ બદલ અત્યારે અહીં લખવા બેસીએ તો આઠ પાનાંની પુરવણી પણ ઢૂંકી પડે.

એના જર્વિસ - જન્મ અમેરિકાના વર્જિનિયા સ્ટેટમાં થયો. એની માતાનું નામ શિરીન જર્વિસ. એના ભણવામાં સાવ કાચી. જે કાંઈ ભણો એ બધું તેને યાદ રહે, પરંતુ બીજા દિવશે નવું ભણો કે તરત જ આગળ ભણોલું તે ભૂલી જાય. એના પરિવારમાં તથા શાળામાં પણ એકલી. કાકા, મામા, ભાઈ-બેન, મિત્રો બધા એને ઉતારી પાડે અને ઢબ્બુ કહે. આવી પરિસ્થિતિમાં એનાને કોઈનો લાડ કે પ્રેમ મળતો નહિ. જ્યારે પણ એના કોઈની પણ પાસેથી નાસીપાસ થઈને પાછી મમ્મી શિરીન પાસે આવે ત્યારે એ એનાને પોતાની પાસે બેસાડીને સમજાવે. સમજાવે અને કહે, “નવી વાત શીખતી વખતે તું જૂની વાત ભૂલી જાય છે એ તો ભગવાનનો ગુણ છે. ભગવાન આજે આપણાને કંઈ પણ આપે છે, પણ એ આવતી કાલે બીજી ચીજ આપતી વખતે ગઈકાલે શું આપેલું તે ભૂલી જાય છે, ‘ડોન્ટ બી અપસેટ, તું ગોડ્સ ગિફ્ટ છે’ અને એટલે જ તું પણ ભગવાનની જેમ જૂની વાતો તરત જ ભૂલી જાય છે”. મા શબ્દનો અર્થ સમજવાનો નથી, ‘મા’ને સમજવાની છે. કોઈ પણ બાળકની નબળાઈ કે માનસિક ખામીને દુનિયા આખી ખામી તરીકે જુઓ. પણ મા ને મનએ ખામીઓમાં પણ ખૂબી અને સારપની છાંટ દેખાતી હોય છે. શ્રી ગણેશજીએ માની પ્રદક્ષિણામાં આખી પૃથ્વીની પ્રદક્ષિણા જેટલું પુણ્ય પ્રાપ્ત કર્યું.

માતાને લીધે એના મહામુશકેલીએ કોલેજ સુધી પહોંચી. માતા શિરીન સિવાય બીજા કોઈનો પણ ટેકો ન હતો. કોલેજમાં પહોંચી, પણ ત્યારે જ એનાની માતાનું મૃત્યુ થયું. એના એકલી પડી ગઈ અને કોલેજ છોડવી પડી. કામ કરવાની કોશિશ કરી, પણ કામમાં ભૂલી જવાનો પ્રશ્ન આવ્યો.

પરિણામે બે - ગ્રાણ જગ્યાએથી નોકરીમાંથી બાકાત. ગ્રીજી જોંબ છૂટવાના એક જ વીકમાં અમેરિકામાં સિવિલ વોર શરૂ થયું. આ સિવિલ વોરમાં સેના અને અમેરિકન રહેવાસીઓ આમને-સામને આવી ગયાં, જેમાં હજારો લોકો ઘાયલ થયા. એનાથી આ જોવાયું નહીં અને તેણે ઘાયલ થયેલાઓની સારવાર શરૂ કરી. આખો દિવસ સારવાર કરે અને રાતે ઘરે આવે. બીજા દિવસે સારવાર માટે હાજર. એની ટૂંકી યાદશક્તિના કારણો ગમે ત્યારે ગમે એ કેંખ્પમાં દાખલ થઈ જતી. બે દિવસ એ સૌલ્જર કેંખ્પમાં તો ગ્રીજા દિવસે એ સિવિલ સૌલ્જરની સેવા કરે. આ ભૂલી જવાના કારણો બજે કેંખ્પના સૌલ્જરને લાગ્યું કે એના હરીફ સૌલ્જરની જાસૂસ હશે. પરંતુ તપાસ કરતાં ખબર પડી કે એનાને ભૂલી જવાની બીમારી છે. આ બીમારી સાથે એ બિચારી નિસ્વાર્થભાવે કોઈની પણ પાટાપિંડી કરવામાં લાગી જાય છે. એના હવે બજે કેંખ્પની દયાની દેવી બની ગઈ.

સિવિલ વોર પૂરું થયું. સંપૂર્ણ શાંતિ થઈ, પરંતુ આ શાંતિ વચ્ચે સૌ કોઈને આ દયાની દેવી યાદ હતી. અમેરિકન સરકાર તેમ જ અનેક સંસ્થાઓએ એનાનું સન્માન કર્યું. દરેક સન્માનમાં એના એની મમ્મી શિરીન જાર્વિસના શબ્દો કહેતી, “નવી વાત શીખતી વખતે..... તું ગોડુસ ગિફ્ટ છે, એટલે જ તું પણ ભગવાનની જેમ.....” અને છેલ્લે એના પ્રત્યુત્તરમાં કહે છે, આ નબળાઈને મેં મારો સ્વભાવ બનાવી લીધો. અમેરિકન ગવર્નરે જ્યારે એનાને મેડલ આપ્યો ત્યારે એ મેડલ પરત કરીને એક જ માંગણી કરી કે તેની માની પુણ્યતિથિને મધર્સ તે જાહેર કરવામાં આવે. આવા સમયે મારી માએ મને સાચવી ન લીધી હોત તો આજે મારું અસ્તિત્વ જ ન હોત. એનાની માંગણી સ્વીકારવા માટે ખૂબ રાજકીય ખેલો થયા. મે મહિનાના બીજા અઠવાડિયાના એક દિવસને ‘મધર્સ તે’ની મંજૂરી આપવામાં આવી, પણ વિરોધ પક્ષે એ દરખાસ્ત ઉડાડી દીધી. આ સમય દરમિયાન એનાએ પોતાની લોકસેવાનું કાર્ય ચાલુ જ રાખ્યું હતું. એક તબક્ક એ બિચારી પોતાની માંગ પણ ભૂલી ગઈ, પરંતુ લોકોએ તેની આ માંગણી યાદ અપાવવાનું ચાલુ રાખ્યું. ૧૯૦૮માં એને મંજૂરી મળી, પણ સ્થાયી સ્તર પર ન હતી. આ મંજૂરી યુનોએ ૧૯૩૬માં આપી અને વિશ્વ સ્તર પર એનો અમલ ૧૯૪૭થી શરૂ થયો. યુનોએ એના અને એની મમ્મીનું સર્વોત્તમ સન્માન કર્યું. એનાની ઈચ્છા મુજબ ૧મે દિવસને યુનોએ મધર્સ તે તરીકે જાહેર કર્યો. એનાનો આ દિવસે જન્મદિવસ હતો. સાથેસાથે યુનોએ એ જાહેર કર્યું, “એનાની મમ્મીએ એનાને જન્મ આપ્યો જેના લીધે આપણાને સિવિલ મધર મળી.”

ભગવાન બધે પહોંચી ન શક્યા એટલે એમણે ‘મા’નું સર્જન કર્યું. “મા” વગરનું ઘર અને ઘર વગરની “મા” આ જમાનાની સૌથી વધુ કરુણ ઘટના છે. ‘મા’, ‘માતૃભૂમિ’ અને ‘માતૃભાષા’ - આ ગ્રાણો કોઈ બીજો વિકલ્પ જ નથી. માનાં ચરણોમાં શત કોટિ વંદન.

મો. ૮૩૭૨૮ ૮૧૨૮૦



પગાંડીને પત્ર

આ વિભાગમાં છપાયેલ પત્રો સાથે તંત્રીઓ સહમત છે એમ માનવું નહીં - તંત્રીઓ

એક રૂપક કથા: જમાઈ અસાંજ ખાસ્સા ત
બોરા.... ભલા.... આ.... આ....

ત્રણ વર્ષથી મનસુખભાઈ (કાલ્યનિક નામ છે) પોતાની દીકરી માટે યોગ્ય મુરતિયો શોધી રહ્યા હતા. ઘણી વખત બધી વાતો અનુકૂળ, પણ જ્યારે છોકરાવાળા છોકરીના ગામમાં તપાસ કરે તો જવાબ મળે ખાનદાની ઘર છે... માણસો સારા છે... છોકરી પણ ગુણીયલ છે પણ "નંદે ભડવારા અઈ". બસ થઈ રહ્યું સગપણાની વાત ધમાય નમ:

પણ કહે છે કે સગપણ સ્વર્ગમાં નક્કી થાય છે. અને છેલ્લે એક છોકરા સાથે સગપણ નક્કી થયું અને વિવાહ પણ રંગોચંગો સપત્ર થયા.

લગ્ન પછી "જૈનમ" જમાઈ (નામ કલ્યના આધારિત) પહેલી વખત સાસરે આવ્યા. સાસુ-સસરાએ મીઠો આવકાર આઘ્યો. ઘણી મજાક-મસ્તી થઈ. અલકમલકની વાતો થઈ. થોડી વાર પછી સસરાજીને વિચારમળન જોઈ જમાઈએ પૂછ્યું, "પણ શું વિચારો છો?" સસરાએ કહ્યું, "બેટા, મનમાં એક સવાલ છે." જમાઈએ કહ્યું, "શું સવાલ છે, પણ પૂછો?" સસરાએ સવાલ કર્યો, બેટા તમે દેરાવાસી અને અમે સ્થાનકવાસી, આ વાતનો તમને વાંધો ન પડ્યો? તમે હા પારી? જમાઈ કહે, "જુઓ પણ, તમે અને હું, આપણે મૃથમ જૈન છીએ, પછી બીજી વાત, આપણો એ જોવાનું કે જૈનની છોકરી જૈનના ઘરમાં જાય છે કે નહિં. કોઈ માંસાહારીના ઘરમાં જૈન છોકરી જાય એના કરતા ભલેને મારા ઘરમાં આવી. પોતાના સ્થાનકવાસી ધર્મનું

પાલન કરે એ વધારે સારું કે નહીં?" સસરા કહે, "વાહ બેટા, વાત તો તમે અતિઉત્તમે કરી."

પાછા સસરાજી વિચારમાં લીન. જમાઈ સમજ ગયા. હજુ કંઈ પૂછ્યું હોય તો નિઃસંકોચ પૂછો. સસરા કહે, અલગ-અલગ રીતીરિવાજ કેવી રીતે એડજસ્ટ કરશો? જમાઈ કહે - સિમ્પલ, હું દેરાસરમાં જઈશ અને જૈની (નામ કાલ્યનિક છે, પત્ની) સ્થાનકમાં જશે, બસે સંસ્કારો ચાલુ રહેશે. હવે તો અમને ડબલ લાભ થશે! ગૌચરી બસે તરફના સાધુ - સાધીજી ને વહોરાવવાનો લાભ થશે. સસરા બોલ્યા, ધન્ય છે બેટા તને... ખમ્મા, ઘણી ખમ્મા....

અને ત્યાં તો સસરાનો ત્રીજો અને આખરી સવાલ: પણ બેટા બાળકોનું શું? એ કયા પંથે ચાલશે. કયો માર્ગ અપનાવશે? જમાઈ બોલ્યા, પણ.... ખીજ આટલું લાંબું ન વિચારો, એના પણ રસ્તા છે. બાળકો નાનાં હશે ત્યારે દરેક સ્થળે જશે અને મોટાં થશે ત્યારે પોતાને ગમતું, ફાવતું અને અનુકૂળ હશે એ રસ્તો પોતે નક્કી કરી લેશે.

"મુંજા જમાઈ ખાસા.... ત.... બોરા ભલા", સસરા ઉવાચ.

ત્યાં તો સાસુજી છણાકો કરતાં બોલ્યાં, "મુંજા મુંજા કોરો ક્યો તા? ઈ ચોયો... જમાઈ પાંજા "સુધીરા" ને "સમજુ" બોરા.... આ.... આ.... આ..... ભલા.

વિસનજી આદવજી ધરોડ
ગામ - પત્રી, મલાડ - ઈસ્ટ
મો. ૯૩૨૦૮૪૮૮૪૫



અંબીકા બેગ હાઉસ

: ઉત્પાદક અને વિકેતા :

સર્વ પ્રકારની લેડીજ બેગ્સ, સ્કૂલ બેગ્સ,
મની પર્સાસ અને કોમ્પ્લીમેન્ટરી આઈટમ્સ

૩૨૧, અબ્દુલ રહેમાન સ્ટ્રીટ, શોફર્ડ માર્કેટ પાસે, મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૦૩.
ફોન : ઓફિસ : ૨૩૪૩ ૫૪૨૯, ૨૩૪૩ ૮૪૭૪ • ફેક્સ : ૫૭૩૫ ૬૦૪૪



લક્કી બેગ હાઉસ

૬૫, મારલેન રોડ, BST ક્વાર્ટર્સ સામે, મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૦૮.

ટેલિફોન : ૨૩૦૨ ૧૬૪૨, ૨૩૦૨ ૧૬૪૪

www.luckybaghouse.com

આદરણીય શ્રી લીલાધરભાઈ ગડાએ એમનું પુસ્તક ‘પગમેં ભમરી, ચરણ - ૫’ મોકલ્યું છે. ચારચાર દાયકાથી ‘પગાંડી’માં ‘પગમેં ભમરી’ની શબ્દયાત્રા ચલાવવી એ વિસ્યકારી બીના છે. લીલાધરભાઈ આયુના આઠ દાયકા વટાવી ચૂક્યા છે, પણ પગ વાળીને બેસે એ લીલાધરભાઈ નહિ. થોડા મહિના પહેલાં એમને આંખે તકલીફ થઈ હતી. ગંભીર પ્રકારની વ્યાધિ હતી. મેં ટેલિફોનથી ખબરઅંતર પૂછ્યા. તે એકદમ હળવાશથી કહે, ‘એ તો ચાલ્યા કરે. ઠીક છે બધું’.

લીલાધરભાઈને પગની વ્યાધિ તો છે જ. પુસ્તકના પ્રારંભમાં તેઓ કહે છે, ‘મારું ભમણ અટકી જશો તો પગમેં ભમરીને કેટલો ન્યાય આપી શકીશા ? પાંચમું ચરણ કદાચ છેલ્લું

ચરણ હોય.’ લીલાધરભાઈ, દિલમાં કોઈ વરસવસો ન રાખો. આપે જે આખ્યું છે એ અલ્ય નથી, અણણ છે. સૌને માટે એ અમૂલ્ય જીવનપાથેય છે. વાચક એને વાગોળે, મનન કરે અને એમાંથી પ્રેરણા મેળવી સમાજલક્ષી પ્રવૃત્તિ તરફ ઢણે તો એ કેવી ધન્ય ઘડી હશે !

‘પગાંડી’એ અમારા બે વચ્ચે મૈગી સ્થાપવામાં પુરોહિતની ભૂમિકા અદા કરી છે. દક્ષિણામાં ફક્ત ‘આભાર’ એટલું જ કહીશ.

- શાંતિલાલ ગઢિયા.

૧૦૩, સિરીન એલિગાન્સ.

૧૨ બી, પ્રતાપગંજ,

વડોદરા - ૩૬૦ ૦૦૨.

ફોન - ૦૨૬૫-૨૭૫૦૨૭૫

પ્રતિબિંબ

ઓહ...નહીં લક્ષ્મીબાઈ નહીં - મારો - હજુ વધારે મારો. તમારાથી વીંઝાય એટલા કોરડા વીંઝો.પણ... પણ પરાયા પુરુષને હું મારો દેહ હરગિજ નહીં સાંપું.... હું... હું ખાનદાન પરિવારની દીકરી છું, કંઈ વૈશ્યા નથી. ભલે મને કમલેશ ભોળવી ગયો - ભલે તમારી સાથે મારો સોદો કરી ગયો. પણ... પણ... લક્ષ્મીબાઈ, હું ખાનદાન માતા-પિતાનું સંતાન છું. મારા ખાનદાનનું હું નામ નહીં બોણું. તમે કમલેશને જેટલા પૈસા આપ્યા એના કરતાં હું ભમણા પૈસા મંગાવી દઉં. પણ... પણ મને પરાયા પુરુષના હાથનું રમકું ન બનાવો

લક્ષ્મીબાઈ. દરેક યુવતીને એની શીલની કિંમત હોય છે. મારી જગ્યાએ તમે...તમે હોવ તો લક્ષ્મીબાઈ ?

ન કોરડો વીંઝાતો બંધ થઈ ગયો. કાકલુદી કુસુમને લક્ષ્મીબાઈએ છાતીએ વળગાડી દીધી. એની આંખોમાંથી શ્રાવણભાદરવો વરસવા માંડ્યા. આંખોમાંથી અશ્રુની વણથંભી ધારા વહેવા માંડી.

કુસુમમાં એને વીસ વરસ પહેલીની લક્ષ્મીનું પ્રતિબિંબ દેખાયું

મહિલાલ ડી. રૂધાણી, રાણાવાવ

એવું જુમણી

* લીલાધર માણેક ગડા *

કોરોનાના કપરા કાળમાં કચ્છમાં આરોગ્યસેવાઓ

પછિદાટ આપવી એ કુદરતનો કમ છે તો પડીને ઊભા થવું એ માણસનો સ્વભાવ છે. તમામ આફિતોને મનુષ્ય પડકાર આપે છે અને શક્ય એટલી આફિતોને તે અવસરમાં બદલે છે, કારણકે એ માણસ છે. અનાવૃષ્ટિ, અતિવૃષ્ટિ, પૂર, વાવાજોડાં, ધરતીકુપ, રોગચાળા, મહામારીઓ, યુદ્ધો.... કુદરતી કે માનવસર્જિત હોનારતો-દુર્ઘટનાઓનો માણસ સાક્ષી બને છે. સહન કરે છે, સામનો કરવાનું સાહસ બેડે છે અને અંતે વિજયી નીવડે છે. ફરી પાછી નવી આફિત એના આંગાજો આવી ઊભી રહે છે. પછિદાટો પછી માણસનું ઊભા થવું સ્વયં એક ઈતિહાસ બને છે. વ્યક્તિગત રીતે કે સંયુક્તપણે માણસ પ્રકોપો સામે લડાઈ કરે છે તેની નોંધો નાના સ્તરે કે મોટા પાયે લેવાય તે અગત્યનું છે, કારણકે આવા નાના-મોટા પ્રેરક ઈતિહાસો ભવિષ્યની લડાઈઓ માટે માણસના ભાથામાં તીરની જેમ સચવાઈ જાય છે.

રોગચાળા કે મહામારીઓ સામે માણસની લડાઈ અવિરત છે, માનવસૃષ્ટિના જન્મથી છે. વર્તમાન સમયમાં માણસને મહામારી સામે ત્રણ મોરચે લડાઈ આપવાની હોય છે. મહામારીને કારણે ઉત્પન્ન થતી આર્થિક અને સામાજિક વિષમ પરિસ્થિતિમાં ટૂંકા અને લાંબા ગાળાની શરતો આપવી, રોગની આડઅસરો સામે લડત આપવી,

દર્દીઓને ઔષધો આપવાં અને આ રોગોને ઊગતા ડામવા માટે રસીઓનું સંશોધન અને આવિષ્કાર કરી, મોટા પાયે રસીકરણ કરી માનવજાતને એ રોગમાંથી મુક્તિ અપાવવી.

કોરોના મહામારી માનવજાતે જોયેલી, જાણેલી અને અનુભવેલી મહામારીઓમાં વિશિષ્ટ પ્રકારની છે. એના સંક્ષમણના વ્યાપના ગ્રમમાણમાં એનાથી થતાં મૃત્યુનું ગ્રમમાણ ઓછું છે પરંતુ એનો ભય, ડર, હાઉ વધારે છે. એનું એક કારણ આજે માહિતી આદાન-પ્રદાનની સુવિધા અને સરળતા છે. ઇતાં પણ અન્ય કોઈ બીમારીઓ કરતાં કોરોનાએ આર્થિક, સામાજિક અને ધાર્મિક ક્ષેત્રે વધારે આડઅસરો કરી છે. અહીં એની વિગતે વાત નથી કરવી., પરંતુ નાના સંવેદનશીલ સમૂહો કે વ્યક્તિઓએ અસરગ્રસ્ત વ્યક્તિ કે સમુદ્ધારોની પડખે ઊભા રહી એને રાહતો પહોંચાડી છે એની નોંધો ટપકાવવી મુનાસિબ છે, જરૂરી છે.

પણ્ણિમ કચ્છના અબડાસા, લખપતા, નખત્રાણા અને માંડવી તાલુકાનાં લગભગ ૪૦૦ ગામડાં પૂર્ણકાલીન આરોગ્યસેવાઓથી વંચિત છે. પાંખી વસ્તી અને મોટો વિસ્તાર ધરાવતા આ વિસ્તારોને આમ પણ આરોગ્યસેવાઓ પ્રદાન કરવી સરળ નથી. માંડવી તાલુકાના પણ્ણિમ છેડે અંતરિયાળ વિસ્તારમાં બારસો જેટલી વસ્તી

ધરાવનાર ગામ ભોજયમાં ભોજય સર્વોદય ટ્રસ્ટ નામે સંસ્થા નવા અભિગમ અને દાખિકોણ સાથે આરોગ્ય ક્ષેત્રે આ વિસ્તાર માટે કાર્ય કરે છે. વિવિધ મેડિકલ ફેકલ્ટીઓના પૂર્ણકાલીન ડૉક્ટરો નાના ગામડામાં આવે નહીં એટલે સંસ્થા સૌથી વધારે જરૂરત હોય તેવી ગ્રાન્ચ-ચાર ફેકલ્ટીઓના નિષ્ણાત ડૉક્ટરોને મુંબઈથી બોલાવી નિશ્ચિત સમયાંતરે મેડિકલ કેંપ્યોનું આયોજન કરે છે અને આવી પ્રત્યેક શિબિરમાં ૫૦ થી ૬૦ જેટલાં ઓપરેશનો થતાં હોય છે. આવી શિબિરોમાં નિદાનથી ઓપરેશન સુધીની સર્વ સુવિધાઓ વિનામૂલ્યે આપવામાં આવે છે.

આંખોના રોગ મુખ્યત્વે મોતિયા માટે અને મહિલાઓનાં પ્રજનન અવયવોના રોગો માટેની જરૂરિયાત સૌથી વધારે હોય છે. આંખ વિભાગમાં કાયમી ડૉક્ટર હોવાથી એ વિભાગમાં ઓપરેશનો દુદ ટકા રાહતથી કરવામાં આવે છે અને વૃદ્ધ, નિરાધાર દર્દીઓનાં ઓપરેશનો વિનામૂલ્યે થાય છે.

સ્ત્રીરોગ શિબિરોનો લાભ લેતી મહિલાઓને બે રોગ બહુ પીડા આપે છે અને આ પીડા માત્ર શારીરિક નથી હોતી. કિન્તુ માનસિક રીતે પણ એને થકવી નાખે છે. ગર્ભશયની ગાંઠો-fibroids, ઓવરીની ગાંઠને કારણે યોનિમાંથી રક્તસ્ત્રાવ સતત થયા કરે છે. એને કારણે હિમોગ્લોબિન ઘટે છે, વજન ઘટે છે, થાક વરતાય છે અને તે કૃશકાય થતી જાય છે. બીજી સમસ્યા છે ગર્ભશયનું કાયામાંથી બહાર આવી જવું. જેને prolapse of uterus કહે છે. આ શારીરિક સમસ્યા ઉપરાંત સામાજિક સમસ્યા બની રહે છે.

દર્દી ખાંસી ખાય છે, માનસિક તાણમાં હોય છે, લઘુશંકા કે ગુરુશંકાએ જાય છે ત્યારે ગર્ભશય કાયામાંથી બહાર આવી જાય છે, જેને ગંદા હાથો વડે પાછું કાયામાં ધકેલવું પડે છે. અમુક કિસ્સાઓમાં એ અંદર જતું નથી અને બહાર લટક્યા કરે છે. એનાથી ઈન્ફેક્શન થાય છે, પડુ જમા થાય છે અને અસાધ દુર્ગંધ આવે છે. મહિલાને આની સાથે જીવવાનું છે. મહિલાઓના પ્રજનન અવયવોના આ રોગોનો એકમાત્ર ઉપાય છે ગર્ભશયનું કાઢી નાખવું - hysterectomy. નાનાં શહેરોમાં આવાં ઓપરેશનોનો ખર્ચ રૂ. ટ્રીસેક હજાર આવે, જ્યારે મોટાં શહેરોમાં રૂ. પચાસ હજારથી એક લાખ જેટલો ખર્ચ આવે છે. ગરીબ કે મધ્યમ વર્ગના પારિવારિક બજેટમાં મહિલા આરોગ્ય માટેનું પ્રાવધાન સૌથી છેલ્લે આવે છે, એટલે આટલી મોટી રકમ ઓપરેશન માટે ફાળવવી મુશ્કેલ હોય છે. આ સંજોગોમાં આવાં ઓપરેશનો માટે સરકારી હોસ્પિટલો, સખાવતી હોસ્પિટલો અથવા મેડિકલ કેંપ્યો પર આધાર રાખવો પડે છે. ભોજય સર્વોદય ટ્રસ્ટ ૧૯૯૮ થી એટલે કે છેલ્લાં વીસ વર્ષથી પ્રજનન અવયવોના રોગથી પીડાતી મહિલાઓ માટે કામ કરે છે. વીસ વર્ષ દરમિયાન પ્રતિ વર્ષ ચારથી પાંચ શિબિરોનું આયોજન કરી અત્યાર સુધીમાં અંદાજે પાંચ હજારથી વધારે બહેનોની ઓપરેશન દ્વારા તકલીફોને દૂર કરી છે.

વર્ષ ૨૦૧૯ - ૨૦૨૦ની છેલ્લી શિબિર

પ્રથમ લોકડાઉન ૨૪ માર્ચથી ૨૧ દિવસ માટે લાંબું થયું. એક પખવાડિયામાં જ માનવ-જીવનમાં વિવિધ ક્ષેત્રો અને પાસાં પર પડેલી

વિપરીત અસરો વર્ત્તાવા લાગી જે દિવસો જતાં વધારે વિકટ બની, જેનો અનુભવ દરેક વક્તિ, પરિવાર અને સમાજને થયો. અહીં આપણો આરોગ્ય ક્ષેત્રો ઉભી થયેલી સમસ્યાઓ અને અસરોની વાતો કરીશું. લોકડાઉનના પ્રથમ સપ્તાહમાં દવાખાનાં, નર્સિંગ હોમો, ખાનગી અને સખાવતી હોસ્પિટલો લગભગ બંધ થઈ ગયાં અથવા આંશિકરૂપે ઓપીડી વિભાગો ચાલુ રહ્યા. નગાયું સંઘ્યામાં દર્દીઓને દાખલ કરવામાં આવતા અને ઓપરેશનો કરવાનું બંધ જ હતું. આ સિલસિલો દોઢેક મહિનો લંબાયો. આ સમયગાળા દરમિયાન કોરોનાને કારણો મૃત્યુ પામનારાઓ કરતાં સારવારના અભાવે અન્ય રોગોને કારણો મૃત્યુશરણ થયેલા દર્દીઓની સંઘ્યા વધારે છે. સરકારી હોસ્પિટલો અને કેટલીક સખાવતી હોસ્પિટલો કોરોનાના દર્દીઓની સારવાર માટે મુકરર થઈ. આનાથી ગરીબ દર્દીઓને મફત અથવા રાહતના દરે મળતી આરોગ્યસેવાઓ છીનવાઈ ગઈ. ખાનગી દવાખાનાં, નર્સિંગ હોમો અને હોસ્પિટલોએ આનો ફાયદો ભરપૂર માગ્રામાં ઉઠાવ્યો. ચિકિત્સા, પરીક્ષણો અને ઓપરેશનના ભાવ બમળાથી વધારે થઈ ગયા અને ગરીબ માણસ આરોગ્યસેવાઓથી વંચિત થઈ ગયો. મેડિકલ કેંખ્યો પણ બંધ થઈ ગયા એટલે એમની એના પરની આશા પણ ગઈ. લોકડાઉનના દોઢ મહિના પછી બહેનોના ફોન આવવા લાગ્યા અને ઘણી બહેનો પગો ચાલી અથવા જે વાહન મળ્યું તે લઈ રૂબરૂ આવી.

ભોજય સર્વોદય ટ્રસ્ટનો સ્ટાફ એના સંચાલકો કરતાં વધારે સંવેદનશીલ છે. મહિલાઓના પ્રજનન અવયવોની બીમારીની

ગંભીરતા તેઓ મહેસૂસ કરતા હતા. તેઓ જાણતા હતા કે આ રોગના ઉપયારમાં થનારો વિલંબ જીવલેણ બની શકે છે. જે મહિલાઓનું હિમોગ્લોબિન વધારે માગ્રામાં ઓછું થઈ જાય તેમને લોહી ચડાવવું જરૂરી બને છે. લોકડાઉન સમયમાં લોહીના દાતાઓએ પણ લોહી આપવાનું બંધ કર્યું. ધંધાદારી લોહી આપનારાઓ પાસેથી લોહી મેળવવું પણ બહુ મૌંદું બની ગયું. કોરોનાની આવી કેટલીય અગણિત આડઅસરોનો માનવ-સમુદાય ભોગ બન્યો હશે.

હોસ્પિટલના સ્ટાફ સંચાલકો પાસે મેડિકલ કેંખ્યો અને આંખની હોસ્પિટલમાં ઓપરેશનો શરૂ કરવાની વિનંતી કરી અને તે માટે જિલ્લા આરોગ્ય અધિકારી પાસે ગરીબ દર્દીઓની તકલીફો અને પરેશાનીની વિગતો રજૂ કરી સંસ્થાની વિશિષ્ટ આરોગ્યસેવાઓ શરૂ કરવા મંજૂરી માંગી. જિલ્લા આરોગ્ય અધિકારી અને તાલુકા આરોગ્ય અધિકારીએ અમારી વાત હમદર્દીથી સાંભળી. ગરીબ દર્દીઓની લાચારી એમને પણ સ્પર્શી ગઈ અને અમુક શરતોને આધીન એમણે મેડિકલ કેંખ્યો કરવાની મંજૂરી આપી. મેડિકલ કેંખ્યમાં ક્ષમતાના ૪૦ ટકા દર્દીઓનાં ઓપરેશનો કરવાં અને તમામ દર્દીઓના કોવિડ-૧૯ ટેસ્ટ કરાવી લેવા. સૌથી મુંજુલાભરી શરત હતી કે મેડિકલ કેંખ્યોમાં સ્થાનિક ડૉક્ટરો દ્વારા ઓપરેશનો કરાવવાં, કારણકે મુંબઈથી આવનાર ડૉક્ટરોને ૧૪ દિવસ સુધી ફરજિયાત કરોરેન્ટાઈન રહેવું પડે. એમની છેલ્લી શરત અમને આશીર્વાદરૂપ નીવડી. સ્થાનિક ડૉક્ટરોની ફુશણતા અને ક્ષમતા અંગે એમને સાચો પરિચય થયો અને મેડિકલ કેંખ્યો માટે મુંબઈ પરનું અવલંબન ઘણી ગયું.

જૂન મહિના દરમિયાન સ્ત્રીરોગ શિબિર અને જનરલ સર્જરી શિબિર દરમિયાન ત્રીસ ઓપરેશનો થયાં અને આંખનાં સિતેર ઓપરેશન મળી કુલ એકસો ઓપરેશન થયાં. જૂન મહિનાની કાર્યવાહીનો ખર્ચ હિસાબ કરતાં અમારા આશ્ર્ય વચ્ચે જાણવા મળ્યું કે અગાઉના કેંઘ્પો કરતું અત્યારના કેંઘ્પના ખર્ચમાં ગીસેક ટકા જેટલો ઓપરેશન દીઠ ખર્ચ ઓછો થયો છે. મુંબઈથી આવનાર સ્વયંસેવકો અને ડૉક્ટરોની મુસાફરીનો ખર્ચ બાદ થઈ ગયો. ઓપરેશનોની સંખ્યા મર્યાદિત હોવાથી અન્ય લોજિસ્ટિક ખર્ચ પણ ઓછા થયા. સૌથી આનંદની વાત એ હતી કે ઓછા ખર્ચ કેંઘ્પો થતા જાણી અનુદાતાઓ પણ રાજી થયા અને એમણો હોશેહોશે વર્ષ ૨૦૨૦-૨૦૨૧નાં તમામ મેડિકલ કેંઘ્પો અને ઓપરેશનો માટે અનુદાન આપ્યું. અમે પ્રતિ બે મહિને શિબિરો યોજવાને બદલે પ્રતિ મહિને આરોગ્યશિબિરોનું આયોજન નિશ્ચિત કર્યું જેથી વાર્ષિક કાર્યવાહીમાં બહુ ફરક ન આવે અને એટલી જ સંખ્યામાં દર્દીઓને રાહત મળે.

આ ઘટના નાની છે જે વિશ્વના નકશા પરના એક નાનાશા ટપકા જેવા સ્થળે બની છે, પરંતુ એની પાછળનું વિચારબીજ અનોખું છે. કોરોના સામેના મહાયુદ્ધને માણસે જીતવું પડશે. આવી લડાઈઓ અસ્તિત્વ માટેની લડાઈઓ છે. રામસેતુની બિસકોલી જેમ દરેકનું પ્રદાન જરૂરી છે. આવી નાનીનાની હજારો નોંધો ટપકાવીને એક ઈતિહાસનું સર્જન થાય છે. અસ્તિત્વ માટેના સંઘર્ષનો ઈતિહાસ લખાય, સચવાય અને વંચાય એ જ અગત્યનું છે.

વિશિષ્ટ બાળકો (મંદભુદ્ધિ ધરાવતાં) માટેની નિવાસી તાલીમ શાળાઓ ‘માનસ’ (ભોજય-કચ્છ) તથા ‘માનસી’ (બિદા-કચ્છ)માં આ વર્ષે ઉનાણું વેકેશન સમય કરતાં વહેલું અચાનક આવી ગયું હતું. કોરોના નામના દેત્યથી બચવા સરકારે છોડેલા હુકમોનો અમલ બધા તુરંત કરવા લાગ્યા હતા. આ બધી બાબતોથી આણજાણ અમારી બંને સંસ્થાનાં બાળકો માટે અમારે વાલી સાથે મળીને નિર્ણય લેવાનો હતો.

આ બાળકોમાં કાં તો વધારેપડતો ડર લાગવો અથવા બિલકુલ ડર નહીં લાગવો એવાં બે અતિમાં હોય છે. એટલે સૌપ્રથમ વહેલું વેકેશન મળે છે તેની ખુશી સાથે બાળકોને ઘરે જતાં વેકેશન દરમિયાન શું શું ધ્યાનમાં રાખવું તેની તાલીમ શરૂ કરી દીધી હતી. શિક્ષકોએ દરેક બાળક માટે ઘરે બેસીને કરવાનાં કાર્યોની યાદી બનાવી દીધી હતી. વાલીઓ સાથે ઊડાણપૂર્વક વાત કરીને બાળકોને ધ્યાનમાં રાખી ઘરમાં પ્રવૃત્તિઓ કેવી રીતે કરાવવી તે પણ સમજાવવામાં આવ્યું હતું.

કેટલાક વાલીઓનું કહેવું હતું કે અમે ઘરે લઈ જઈએ તેના કરતાં આ બાળક આપની પાસે વધારે સ્વસ્થ અને સલામત છે. અમે આ વાત બખૂબી જાણતા હતા, પણ આ સમર્યા અલગ હોવાથી બાળકોને વેકેશન આપવાનું નકી કર્યું હતું. નજીકના ગામેથી વાલીઓ વાહન સાથે આવ્યા અને બાળકોને લઈ ગયાં, પણ દૂર રહેતાં કે બહારગામનાં બાળકોને લઈ જવાં કે મોકલવાં સહેલું નહોતું. આથી વેકેશન આપવાની પ્રક્રિયા લગભગ એક મહિના જેવી ચાલી. મુંબઈના બાળકો જઈ શક્યાં નહીં અને સંસ્થામાં જ રહ્યાં.

समांतरे लोकडाउन-१ पूरुं थतां भीजुं शरु थयुं अने लंबातुं गयुं त्यारे शिक्षको तथा अन्य कर्मचारीओने पण घरे पाणा जवानी अगवड वेठवी पडी. आ बाणको लांबा समय सुधी घरमां पुराई रहे तो वर्तनसंबंधी समस्याओ उद्भवशे ज ए जाणा हती.

बंने संस्थाना शिक्षको सतत वालीओना संपर्कमां रहेता हता जेथी बाणकोने समज शकाय. जून महिनामां बाणको साथेनी वातचीत दरभियान अमे महेसूस करी शक्या के केटलांक बाणको घरमां मूऱाई रह्यां छे तो केटलांक विहूवण थई रह्यां छे. केटलांक बाणकोने शिक्षको साथे वात करवी गमती हती एटले वालीओ पण विनासंकोचे संपर्क करी रह्या हता.

जेमजेम लोकडाउन लंबातुं हतुं तेमतेम अमारी मथामणो वधती हती. आभरे अनलोक शरु थवाना समाचार मण्या एटले बघा ज कर्मचारी अने शिक्षकोनो एकसरभो सूर आव्यो. वाहनो शरु थतां ज अमे संस्थामां आवी जईशुं अने कोरोनासंबंधी दरेक बाबतोने धानमां राखी तेनो अमल करीशुं. शाणाओ शरु करवानी छूटछाट न मणे तोपणा बघानो अभिगम ए ज हतो के बाणको अहीं वधारे सलामत अने स्वस्थ रहेशे.

आभरे १५ जुलाई सुधी ५०% बाणकोने बोलावी लेवानो निर्णय बघाए मणीने लीधो. सरकारी शाणाओ हमणां खूलवानी नथी ज ए जाणा होवा छतां बंने संस्थानी टीमे सकारात्मक वलणा अपनाव्यु. वालीओनो सूर पण एक ज हतो के ज्यारे कहेशो त्यारे बाणकने पाणो तालीम माटे मूकी जईशुं. प्रथम तबक्कानी तैयारीओ

जुलाईना बीजा अठवाडियाथी शरु थई गई हती अने मानस-मानसीमां १७ जुलाईथी ५०% बाणको आववां शरु थई गयां. बाणकोना वालीने पहेलेथी ज बधी तैयारी करी राखवानी होवाथी प्रवेश वर्खते बिलकुल समय बगाड्या वगर बधी माहिती लई लेवामां आवी.

तालीमशाणामां बाणको तथा कर्मचारीओ ए कोरोनासंबंधित मुख्य नियमो बराबर पाण्या छे. बाणको राज्यभुशीथी तालीमशाणामां आव्यां छे तेनो अमने आनंद हतो, पण दीकराओ अने दीकरीओनां वर्तन विशेनी समस्याओमां खूब फरक हतो. दीकरीओ घरकामनी प्रवृत्ति साथे भणतर, वगोरेमां परोवायेली रही तेथी अन्य कोई फरियादो नहोती, पण दीकराओने सतत प्रवृत्तिमय नहीं राखवाने कारणे वर्तनसंबंधी समस्याओ घणी हती.

छल्ला सवा महिनामां जे तारणा काढ्युं ते ऐवुं रह्युं के बाणकोनी क्षमताओ घटी गई हती. केटलीक दीकरीओ पोतानी बहेनपणी मणशे ते विचारे खुशीथी आवी हती, पण ५०%मां तेनी साथेनी सहेली न देखातां शाणामां तालीम वर्खते ध्यान केन्द्रित करी शक्ती नथी. सामान्य शानमां पण घटाडो थयो छे. काश, अमे जून महिनामां ज शाणा शरु करी शक्या होत.

कोरोना के ऐना जेवी कोई आफ्त समये ४३ नियमोने वणगी रहेवाने बदले संजोगो प्रमाणो निर्णयो लईने अनुसरवुं जोईअे, कारणा, संजोगो एकसरभा होता नथी. निर्णयोमां लवचीकता लाववी ए ज आपणी दूरंदेशी होवी जोईअे ऐवुं अमे सौ मानीअे छीअे.



કચ્છના ઈતિહાસના પાનેથી

* વસંત શાહ *

સરકારી દરખારી પ્રશ્નોત્તરી લખનાર

- વૃજલાલ ભગવાનલાલ છાયા

કચ્છના ઈતિહાસ સંબંધે કાંઈ પણ લખવું ત્યાર પહેલાં સ્વર્ગસ્થ રા.રા. આત્મારામભાઈ કે શવજી દવેના નામનું સ્મરણ કરવું જોઈએ. કચ્છ વિષે જે જે અંગ્રેજ લોકો લખી ગયા છે, તેમનાં પુસ્તકો સામાન્ય રીતે જનસમુદાયના વાંચવામાં આવતાં હોય એમ હું માનતો નથી. મરહૂમ માસ્તર સાહેબ ચતુરભૂજ શિવજીનું લખેલું કચ્છ વૃત્તાંત નામનું પુસ્તક પણ બહુધા કચ્છી પ્રજાજનોમાં વંચાતું હોય એમ લાગતું નથી. કચ્છ રાજ્ય તરફથી પણ કચ્છના સાધિસ્તર ઈતિહાસ લખાવી-ઇપાવી કચ્છી પ્રજાની ઐતિહાસિક સામગ્રીમાં વૃદ્ધિ કરી પ્રજાજનોમાં કચ્છ વિષે ખરો ખયાલ આપી પ્રજા વદ્યમાં કચ્છ ભાવના પ્રકટાવવાનું કાર્ય અધ્યાપિ પર્યત થયું નથી. કચ્છના માજી દીવાન સ્વર્ગસ્થ સાક્ષર શ્રી રણાધોડભાઈ ઉદ્યરામે કચ્છના ઈતિહાસ લખેલો છે એ હકીકત પણ કાંઈ ગુપ્ત નથી છતાં પણ એઓશ્રી તરફથી એ ઈતિહાસ માત્ર હસ્તલિખિત સ્થિતિમાં શા માટે પડ્યો રાખવામાં આવ્યો હશે અથવા તો એમના શ્રીમાન પુત્ર રા.રા. કનૈયાલાલભાઈ પણ એ ઈતિહાસ શા કારણો ઇપાવી પ્રકટ નહીં કરતા હોય એ વિષેની ચર્ચા કરવાનું અને કશું પ્રયોજન નથી. આપણો તો એટલું જાણીએ

છીએ કે કચ્છના ઈતિહાસકર્તા એટલે રા.રા. આત્મારામભાઈ અને કચ્છના ઈતિહાસ એટલે આત્મારામભાઈ તરફથી ઇપાઈ બહાર પડેલાં બે પુસ્તકો, આ બે પુસ્તકો પૌરી એક નાનું શાળાપયોગી ઈતિહાસ તરીકે જાણીતું છે અને બીજું, મોટું પુસ્તક છે. આટલા પૂરતી ઈતિહાસ સામગ્રી પૂરી પાડવા માટે આત્મારામભાઈનો કચ્છી પ્રજાએ ઉપકાર માનવો જોઈએ. વળી ખરી ખૂબીની વાત તો એ છે કે જે કચ્છનાં બાળકો માટે આ પુસ્તકો લખાયાં છે તેમને કચ્છની શાળાઓમાં કચ્છના નાના ઈતિહાસથી જ સંતોષ માનવો પડે છે અને નાના ઈતિહાસમાં આપેલી હકીકતો થોડીધણી સમજ્યા બાદ કચ્છી વિદ્યાર્થીઓના અભ્યાસકર્મનાં ઉપલાં ધોરણોમાં કચ્છના મોટા ઈતિહાસનું પુસ્તક અધ્યાપિ પર્યત કચ્છની નિશાળોમાં ઐતિહાસિક પાઠ્ય પુસ્તક તરીકે દાખલ કરવામાં નથી આવ્યું. શું કચ્છના ઈતિહાસ જરા વધારે વિસ્તારપૂર્વક સમજવાથી કચ્છી વિદ્યાર્થીઓનાં ફુમળા અને ફૂણા મગાજ પર અણાઘટતો બોજો નહીં લાદવાની નેમથી એ પ્રમાણો થયું હશે? કે શું સ્વદેશ પ્રીતિમાં વળી કંઈ ઓર વૃદ્ધિ થઈ જવાનો ડર રહેતો હશે? એ જે હોય તે પરંતુ આટલી માન્યતા

તો કચ્છી જનતાની ખરી છે કે કચ્છનો ઇતિહાસ સંતોષકારક રીતે જાણવાને જોઈતાં પુસ્તકોની મોટી ખામીને લીધે કચ્છી પ્રજા પોતાના દેશના ભૂતકાળની પરિસ્થિતિથી જોઈએ તો ટલા પ્રમાણમાં વાકેફગાર નથી. અતે આ ઉપયોગી વિષયની વિશેષ ચર્ચામાં નહીં ઉત્તરતા સ્વ. આત્મારામભાઈ કૃત કચ્છના ઇતિહાસની પ્રસ્તાવનામાં-

Mis-cellaneous Information connected with the province of cutch નામક જે અંગ્રેજ લેખ માટે ઈશારો કરવામાં આવ્યો છે, તે લેખ શું છે અને તેમાં કેવી તરેકની વિગતો આપેલી છે તે જાણવાની કેટલાક કચ્છી બંધુઓની ઇચ્છા મારા જાણવામાં આવતાં, આ લખાણ કોના તરફથી થયું છે, કોના તરફથી છપાયું છે અને એની અંદર કેટલા પ્રમાણમાં ઐતિહાસિક બાબતનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે તે વિષે જ અહીં લખાણ ધાર્યું છે.

અસલ અંગ્રેજ લેખનો હતું શીખરકનો અર્થ “કચ્છ પ્રાંત વિષે પરચૂરણ માહિતિ” એ પ્રમાણો છે.

આ લેખ સરકાર તરફથી છપાયેલો છે. અને ૧૮૪૮ના મે માસની ૧૮મી તારીખે કચ્છ સંબંધી હકીકત મેળવવા કચ્છના પોલિટિકલ એજંટસાહેબ તરફથી કચ્છના મહારાઓશ્રીને લખવામાં આવ્યું હતું અને એ સરકારી યાદીના ઉત્તરમાં સને ૧૮૫૦ ના નવેમ્બર માસની ૧૭મી તારીખે રાઓશ્રી તરફથી જે લખાણ મોકલવામાં આવ્યું તેને

ઉપર દર્શાવેલા નામથી સરકાર તરફથી છાપવામાં આવ્યું છે. કચ્છ દરખાર તરફથી પોલિટિકલ એજંટને મળેલો ઉત્તર:-

તમારા લખાણ પરથી મેં જાણ્યું છે કે રાજપુતો છ જુદાંજુદાં મૂળમાંથી ઉતરી આવેલા છે. મારું મૂળ અન્નિ ઋષિમાંથી છે. જેમાંથી ચંદ્રવંશી રાજ જદ્દુ થયા. જેમાંથી કૃષ્ણપત્ની, જાંબુવતીના પુત્ર સામ્બ થયાં. કૃષ્ણ જ્યારે બાણાસુરની સામે લડવા શોષિતપુર ગયા અને તેને હરાવ્યો ત્યારે તેની પુત્રી ઉખાને કૃષ્ણપુત્ર અનિરુદ્ધને વેરે પરણાવી. પછી બાણાસુર સદેહ સ્વર્ગ સિધાર્યો અને મહાદેવમાં મળી ગયો. તે પોતાનું રાજ્ય પ્રધાન કુભાંડને સૌંપતો ગયો. ઉખા જ્યારે અનિરુદ્ધને પરણી ત્યારે આ પ્રધાન પૂત્રી રમા તેની સાથે આવી. આ રમા સામ્બને પરણી અને તેને ઉખીક નામનો પુત્ર થયો. જાદવાસ્થળી પહેલાં કુભાંડ કૃષ્ણ પાસે આવ્યો, ઉખીકને બોલાવ્યો અને પોતાને પુત્ર ન હોવાથી શોષિતપુર અને મિશ્ર દેશનું રાજ તેને આપ્યું. કેટકેટલી પેઢીઓ થઈ. ક્યાક્યા રાજાઓ થયા અને ક્યાંક્યાં રાજ કર્યું એ હકીકત સાથેનાં ટિપ્પણીથી સમજાશે અને તે ટિપ્પણી પરથી મારું મૂળ અમે ક્યાંક્યાં વસ્યા, અને ક્યાંક્યાં રાજ કર્યું તે પણ જણાઈ આવશે.

(૨) કચ્છમાં રાજપુતોની બીજી છ જાતો છે : વાધેલા, સોઢા, જાલા, ગોહેલ, સરવઈઆ અને જેઠવા, પરંતુ કચ્છમાં તેમની મોટી જાગીરો ન હોવાને લીધે તેમના ભાટો તેમની વંશાવળી બાબતમાં ખરી હકીકત આપી શકે

એમ નથી. જે સ્થળોએ એ જાતના રજપૂતોની રાજસત્તા હોય ત્યાંથી એમના વિષે તપાસ કરાવવી. આ સિવાય કચ્છમાં રજપૂતોની બીજી ઘણી જ્ઞાતિઓ છે જે મજૂરી જેવો ધંધોધાપો કરી ગુજરાન ચલાવનારી છે, જે ગુજર રજપૂતો તરીકે ઓળખાય છે, પણ તેમના ભાટો તેમના મૂળ વિષે કે તેમના ઝર જાગીર વિષે કશી માહિતી આપી શકે એમ નથી.

તમારા તરફથી ઉઠી મે સને ૧૮૪૮ની યાદમાં જાડેજાઓના ઈતિહાસ સંબંધે પાંચ પ્રશ્નપત્રો મોકલાયેલા છે. આ પ્રશ્નોની બાબતમાં તમારી તરફ નંબર ૧ એકવાળો પત્ર રવાના કરવામાં આવેલ છે. આ પાંચ પ્રશ્નો પૈકીના બે પ્રશ્નો વિષે કર્નલ ટોડ પોતાના પુસ્તકમાં લખે છે કે ભાગવતમાં એમ લખ્યું છે કે કેરને જાડેજા અને જુડબન એ નામના બે પુત્રો હતા. ભાગવતના સુપ્રસિદ્ધ પુસ્તકમાં આ બાબતની મારી રૂબરૂમાં પંડિતોને બેસાડી તપાસ કરાવી, પરંતુ ઉપર મુજબનું લખાણ ક્યાંય પણ જોવામાં આવ્યું નહીં, એટલે એ બે પત્રો વિષે કાંઈ ખાસ જવાબ વાળી શકાય એમ નથી, પરંતુ આટલું બરાબર છે જે જદુ દેવતાઓના વંશાજ હતા અને જાડેજાઓ તોમના વંશના છે અનો એક નંબરની નિશાનીવાળો જે વંશાવળી પત્ર મોકલ્યો છે તોના ઉપરથી તે હકીકત મળી શકશે. આ સિવાયના પ્રશ્નોના ઉત્તરો તમારી માહિતી માટે મોકલવામાં આવે છે.

અતે આદિ નારાયણથી માંડી રાઓશ્રી

દેશલજી પર્યત વંશાવળી આપવામાં આવી છે. એ સિવાય રાજધાનીનાં નામ અને પાછલા સમયથી રાણીઓનાં નામ પણ આપેલાં છે.

વંશાવળી આપ્યા બાદ નીચે પ્રમાણે પૂર્તિરૂપે વર્ણિન છે:- દેવેન્દ્રને ચાર પુત્રો હતા. નબી મહમદનો જન્મ તે કાળમાં થયો હતો. તેણે સર્વેને પોતાના ધર્મમાં લાવવાનો પ્રયત્ન કર્યો, એટલે એ ચારે ભાઈઓ મિસરથી નાઢા અને ઉરમરા (Oormara)ને બંદરેથી વહાણો ચરી ઓસમ (Osom)ની ટેકરી પર ચરી ગયા. નબી મહમદ પણ પોતાના ચમત્કારને પ્રતાપે ત્યાં ઓચિંતા આવી લાગ્યા. ચારે ભાઈઓમાંના સૌથી મોટાભાઈ ઉગ્રસેન નબી મહમદના ધર્મમાં જોડાયા, ત્યાર પછી તેનું નામ અસપત પડ્યું. બીજો ગજપત સુરત (Surat) ભણી ગયો જ્યાં તેણે રાજ કર્યું તેના વંશજો ચુડાસમા કહેવાય છે. ગીજ નરપતે ફિરોજશાહ બાદશાહને મારી ગજની લીધું અને ત્યાં રાજ કર્યું. ચોથો ભૂપત જેના વશજો ભર્ણી કહેવાય છે. તે પાછળથી મુસલમાન થયા. તેઓ છ શાખાઓમાં વહેચાઈ જઈ સિંધમાં આવ્યા અને કચ્છ પરગણા પર રાજ કરતા. ફિરોજશાહના દીકરા સુલતાનશાહે નરપતના દીકરાસમા જામને ગજનીની ગાડી પરથી ઉઠાડી મૂક્યો. તે જગાએથી સમા જામ ભીજુરાનંદા નામની જગાએ રહેવા લાગ્યા. સમા જામની વંશાવળીમાં જામ લાખીઆરનું નામ જોવામાં આવશે જે લાખીઆર સિંધમાં નગર સામે તરફ આવ્યો અને ત્યાં રાજ કર્યું. ત્યાર પછી

નગરસામૈને રાજધાનીના શહેર તરીકે મુકરર કર્યું.

વંશાવળીમાં જામ રાયધણજીના પિતા જામ લાખાજુનું નામ ૧૫૫ની સંખ્યાના આંકે આપવામાં આવ્યું છે. આ લાખાજુના સમયથી જાડેજા નામ ચાલુ થયું છે. આ જાડેજા નામ માટે બે કારણો છે. ૧૫૪ના આંકે દર્શાવેલ જામ જાડાને પુત્ર નહોતો, તે સમયે તેના નાનાભાઈ વીરજીની રાણી રૂપાંજુબા ચહુંઆણને બેલદું જન્મ્યું જેમાંના મોટાનું નામ લાખાજુ અને નાનાનું નામ લાખીઆરજી રાખવામાં આવ્યું. બેલડાં માટે સિંધી ભાષામાં “જાડા” શબ્દ વપરાય છે. વળી જાડા જામે લાખાજુનો દત્તક લીધા હતા તેથી લાખાજુ જાડેજા એટલે જાડાના કહેવાયા, અને બેલડાના એટલે પણ જાડા-જાઝા અથવા જાડેજા સિંધી ભાષા પ્રમાણો થયા. આ પ્રમાણો જાડેજા શબ્દનો મૂળ અર્થ છે, અને ત્યારથી લાખાજુના વંશજો જાડેજા તરીકે ઓળખાય છે. જાડા જામે લાખાજુનો દત્તક લીધા પછી તેને એક પુત્ર થયો. જ્યારે એ મોટો થયો ત્યારે તેણો લાખા જામ પાસેથી ગાદીની માગણી કરી. લાખા જામે સામૈ નગરની ગાદી તેને સાંપી. દરમિયાન વંશાવળીમાં દર્શાવેલા ૧૪૭માના વંશમાં થયેલા પુઅરા ઘાડાનીના વંશનો અંત આવ્યો, જેથી એ પુઅરા ઘાડાનૂંની રાણી રાજેંએ નગર સામૈથી લાખાજુને બોલાવી લીધા અને તેના હાથમાં કચ્છનું રાજ સૌંઘ્યું.

(૩) રાજાઓની વંશાવળીમાં ૧૬૮મે

આંકે બે રાજાઓના નામ લખેલ છે, કારણકે ખેંગારજી અને તમાચીજી એ બને ભાઇઓ હતા.

(૪) “જામ” શા માટે કહેવાયા તેની હકીકત નીચે પ્રમાણો છે. નરપતે જ્યારે ગજની શહેર લીધું અને પોતાની ટોળી જમાવી ત્યારે એના પોતાના પક્ષવાળાઓએ તેમ જ તે પ્રદેશના લોકોએ એમને “જામ” એવા માનકારી નામથી બોલાવ્યા, કારણ કે મોટા સરદારો અને મોટા માણસો માટે એ શબ્દ તે દેશમાં વપરાતો. ૧૫૬માં રતા રાયધણના ગ્રીજા પુત્ર ગજણજી હતા જેનો ઢીકરો હાલો થયો. તે નામ પરથી એના વંશજો “હાલા” કહેવાયા, જેઓ નવા નગરના જામની સાથે હાલારમાં રહે છે.

(૫) ૧૬૫મી સંખ્યાએ દર્શાવેલા રાઓ ખેંગારજીને રાઓ નો ઈલકાબ અમદાવાદના મહમદશાહ પાદશાહ તરફથી મળ્યો.

રાઓ પ્રાગમલજીના સમયમાં નવા નગરના જામ તમાચીજીને હાંકી કાઢવામાં આવ્યા હતા જેથી તે પ્રાગમલજી પાસે આવીને રહ્યા. પ્રાગમલજીએ તેની સાથે પોતાના પુત્ર અને વારસ ગોડજીને લશકર સહિત મોકલ્યા અને ગાદી ઉપર પાછા બેસાડ્યા તે વખતથી “મહારાઓશ્રી”ના ઈલકાબની શરૂઆત થઈ છે. ત્યાર પછી રાઓ શ્રી લખપતજીએ દિલ્હીના અહમદશાહ પાસેથી “મહારાઓશ્રી મીરજાં” નો ઈલકાબ અને “માહે મુશ તબ” મેળવ્યાં.

ઉપર મુજબ હકીકત દર્શાવ્યા બાદ પોલિટિકલ એજંટસાહેબ તરફથી પુછાયેલા પ્રશ્નોનો ઉત્તર આપવામાં આવેલ છે તે નીચે પ્રમાણો:-

**મિસ્ટર ટી. ઓગાલ્વી પોલિટિકલ એજંટ
કચ્છ તરફથી પુછાયેલા પ્રશ્નો.**

૧. શહેરો, પરગણાંઓ અને જિલ્લાઓનાં
નામો શાં છે ?

**ડિઝ હાઇનેસ કચ્છના રાઓ તરફથી
અપાયેલા ઉત્તરો.**

૧. શહેરો, પરગણાંઓ અને જિલ્લાઓનાં
નામો શાં છે ?
૨. સત્યુગમાં આ ભુજ શહેરનું શું
નામ હતું ?
૩. ત્રેતાયુગમાં એ શહેરનું શું નામ
હતું અને એ નામનું મૂળ શું ?
એ નામ શા કારણો પડ્યું ?
૪. દ્વાપરયુગમાં એ શહેરનું શું નામ
હતું અને એ નામનું મૂળ શું ?
૫. કળીયુગમાં એ શહેરનું નામ શું હતું
અને નામનું મૂળ શું ?
૬. આ શહેર (ભુજ)માં જૂની ઈમારતો
કેટલી છે અને તેનાં નામ શાં ?

૧. વંશાવળીમાં ૧૬૫મી સંઘાએ દર્શાવેલા
રાઓશ્રી ખેંગારજીએ સંવત ૧૬૦૫ (સને
૧૫૪૮)માં સ્થાપેલું ભુજ નગર રાજધાનીનું
શહેર છે. દેશના પેટા-વિભાગોનાં નામ
નીચે પ્રમાણો છે:-

૧ પાવર, જેમાં ભુજ આવેલું છે, ૨ વાગડ જિલ્લા
૩ અંજાર પથક, ૪ કાંઈ પરગણું
૫ અબડાસા પરગણું, ૬ મોડસર પરગણું
૭ ગરડા પથક, ૮ કંડ પરગણું
૯ માખ પરગણું, ૧૦ બની
૧૧ પચ્છમ થખી, ૧૨ ખડીર થખી
કેટલાંક ગામડાંઓ ખાલસા એટલ દરબારનાં છે,
કેટલાંક ભાયાતો અને તેમના આશ્રિતોનાં છે
અને ભુજ દરબારની સત્તા હેઠળનાં કેટલાંક ધર્માદા
છે. કોઈ જુદો જિલ્લા નથી, બધાં ભુજની
હેઠળ છે.

૨-૩-૪-૫ બધાના ઉત્તર નીચે પ્રમાણો
ચારે યુગમાં જાણીતું થયેલું એવું કોઈ શહેર
આ દેશમાં નથી. રાજધાનીના શહેર ભુજનો અર્થ
એમ છે જે રાઓશ્રી ખેંગારજીએ જામ રાવલ જેણે
રાજ દબાવી લીધું હતું તેને પોતાના ભુજ એટલે
હાથનાં કંડા ના બળે હાંકી કાઢ્યા હતા જેના
પરથી જ્યારે નવું શહેર વસાવ્યું તેનું નામ
ભુજ રાખવામાં આવ્યું.

૬ સંવત ૧૬૦૫ પહેલાંની અહીં કોઈ
ઈમારત જ નથી.

૭. આ દરેક ઈમારતની મૂળ હકીકતનું અન્ય વર્ણન આપો. ક્યા વંશના રાજાઓએ ક્યા યુગમાં બંધાવી અને રાજાઓના હાલના વંશજો ક્યાં રહે છે તે પણ જણાવો.
૮. મંહિરોના પૂજારીઓ અથવા લાગતા-વળગતાઓને આપવામાં આવેલી સનદોની અને કોઈ જૂના લેખ પત્રોની નકલો મળે તો સારું.
૯. આ દેશનાં દેવદેવસ્થાનોની જગાએ કેવા પ્રકારનાં તપ કરવામાં આવે છે. અને કેવી તરેહની આહૃતિઓ અપાય છે તથા કેવા ધાર્મિક મેળા ભરાય છે તે દર્શાવો.
- ૧૦ ક્યા પુસ્તકોમાં આ શહેર (ભુજ) વિષે ઈશારત કરવામાં આવી છે.
- ૭ આ શહેર પુરાણું નથી, એટલે વર્ણન આપવાલાયક કોઈ ઈમારત છે જ નહીં અને વિગતવાર વાસ્તવિક હકીકત મળી શકે એમ પણ નથી.
- ૮ ભુજ શહેર રાઓશ્રી ખેંગારજીએ સ્થાપ્ય અને હાલે રાજ્યનું મુખ્ય ધામ એ છે, જેથી પુરાણા કાળનાં કોઈ મંહિરો કે જગાઓ અસ્તિત્વ ધરાવતાં નથી.
- ૯ યાત્રાનું મુખ્ય સ્થળ નારાયણ સરોવર છે. જ્યાં પ્રાચીન બર્દીના દશ પ્રયેતાના નામથી પ્રભ્યાત થયેલા દશ પુત્રોએ દશહર વર્ષ પર્યત તપ કર્યું હતું, જેનું વર્ણન ભગવત પુરાણા ચોથા ભાગમાં કરવામાં આવ્યું છે. જૂના કાળમાં ધણા લોકો એ જગ્યાએ તપ કરતા. અનેક લોકોએ આહૃતિઓ અર્પેલી છે અને ઈચ્છિત ફળ પ્રાપ્ત કર્યું છે. એ સ્થળ પુરાણું છે તથા ચારે યુગમાં એ જ નામથી ઓળખાયું છે, સ્કંદ પુરાણાંતર્ગત હીંગુલાની ખંડમાં આશાપુરાજનું વર્ણન છે. કચ્છનાં આશાપુરાજ પણ પુરાણા કાળનાં છે અને યાત્રાનું ધામ છે. નારાયણ સરોવરમાં વર્ષમાં બે વખત મેળો ભરાય છે. કાર્તિક સુદિ ૧૫ પૂનમ અને ચૈત્ર સુદિ પૂનમની તિથિએ, જ્યારે આશાપુરાજને સ્થાને માત્ર આસો સુદ ૮ નોમની તિથિએ મેળો ભરાય છે. વસ્તીના જુદાંજુદાં વર્ગો યાત્રાએ આવે છે. હિંદુ અને મુસ્લિમાનો પોતપોતાને યાત્રા સ્થાને જાય છે.
- ૧૦ આ શહેર અર્વાચીન છે એટલે એના વિષે કોઈ પણ પુસ્તકમાં લખાણ નથી.

ઉપર મુજબ મહારાઓશ્રી બીજા દેશણજીના રાજ્ય અમલ દરમિયાન સરકાર દરખાર વચ્ચે જાડેજાઓની વંશાવળી સંબંધે અને અન્ય પ્રશ્નો સંબંધે ચાલેલા પત્રવ્યવહારની સમાપ્ત થાય છે.

દત્ક સંતાન

* CA સંજય વિસનજુ છેડા *

ઇન્ટરનેટ પર દત્ક સંતાન વિશેની માહિતી વાંચી રહ્યો હતો અને જે વાંચ્યું એ વાંચી સમજશક્તિ બહેર મારી ગઈ. એક રિપોર્ટ અનુસાર ભારતમાં ગ્રાણ કરોડથી વધારે બાળકો અનાથ છે, નિરાધાર છે, નિરાશ્રિત છે, તો સામે છેડે એટલી જ સંખ્યા નિસંતાન યુગલોની છે, જે એક યા બીજી રીતે સંતાનપ્રાપ્તિ માટે ડૉક્ટરોની વિવિધ સારવાર, વિવિધ ટેક્નોલોજી વગેરે હેઠળ માતૃત્વ, પિતૃત્વ મેળવવાના પ્રયત્ન કરી રહ્યાં છે અને એનાથી પણ વધારે નવાઈની વાત એ છે કે આ ગ્રાણ કરોડમાં યુગલમાંથી માત્ર અમુક હજાર યુગલોએ જ સંતાન દત્ક લેવા માટે પોતાનું નામ રજિસ્ટર કરાવ્યું છે.

કેવા એકસરખા આંકડાઓ. જેટલા અનાથ બાળકો, એટલી જ સંખ્યામાં નિસંતાન યુગલો અને છતાં આ વિષમતા. કેવી કરુણતા. (આ સત્તાવાર આંકડાઓ છે. બિનસત્તાવાર આંકડાઓના બિહામણા સ્વરૂપની આપણો માત્ર કલ્યના જ કરી શકીએ)

અને એમાં પણ દર વર્ષ દત્ક લેવાતાં સંતાનોની સંખ્યા જોઈએ તો ખૂબ જ નિરાશાજનક. ૨૦૧૦માં જ્યાં પદ્દટ બાળકો દત્ક લેવાયાં હતા એની સામે ૨૦૧૮ માં આંકડો સતત ઘટતો રહીને ઉત્ત્પ્રી પર આવી ગયો. એક તરફ ઊમરની કેમોગ્રાફીના ધોરણો, આપણી ગણાના આખા

વિશ્વમાં સૌથી યુવા દેશોમાં થાય છે અને ત્યારે દત્ક લેવાતાં બાળકોની કુલ બાળકોની સંખ્યા સામે ટકાવારી કાઢીએ તો માથું શરમથી નમી જાય. એટલે વિચાર્યુ કે ચાલો આજે આ આંકડાઓને સમજવાનો પ્રયત્ન કરીએ અને સાથેસાથે એવો પણ પ્રયત્ન કરીએ કે આ વિષમતા દૂર કરવામાં આપણો કોઈક રીતે મદદરૂપ થઈ શકીએ.

સંતાન દત્ક લેવા અંગેની લોકોની ઉદાસીનતાનાં કેટલાંક કારણો :

૧. લોકો શું કહેશે

કોઈ પણ ધર્મ હોય, કોઈ પણ જ્ઞાતિ હોય, શિક્ષિત હોય કે ઓછા શિક્ષિત, ગામડાના હોય કે શહેરી, ધનવાન હોય કે ગરીબ, દરેક વર્ગના લોકોમાં સંતાન દત્ક ન લેવા પાછળનું સૌથી મોટું કોઈ કારણ હોય તો એ છે “સબસે બડા રોગ, ક્યા કહેંગો લોગ”. લોકો શું કહેશે, શું વિચારશે, બસ એ વિચારીવિચારીને કેટલાય પરિવાર પોતાનું નામ રજિસ્ટર નથી કરાવતા. નિસંતાન હોવું અનાં કેટલાંય કારણો હોઈ શકે. પણ આપણાં સૌની આ બાબત પ્રત્યેની માનસિકતા એ આખી પ્રક્રિયામાં સૌથી મોટો અવરોધ છે. બાળક કઈ જાતિનું હશે, ક્યા ધર્મનું હશે, શા માટે

ત્યજી દેવાયું હશે. બસ આવા પ્રક્રિયાની વણાજારમાં નિસંતાન દંપતી એક સારું પગલું લેતાં લેતાં પાછું ફરી જાય છે. લોકો શું કહેશે એ વિષે હજી ચાર પાનાં ભરીને લખી શકાય, પણ એ નકારાત્મક વિચારોને આ લેખમાં ફરી રિપીટ કરી એમને હજી મહત્વ નથી આપવું. એટલે થોડામાં જાણું સમજો.

૨. માહિતીનો અભાવ

બાળકને દત્તક લેવું હોય તો ક્યાં રજિસ્ટર કરવું પડશેથી માંડીને દત્તક બાળકના અધિકારો, માતા-પિતાની ફરજો વગેરે, બધા પર કોઈ નક્કર માહિતી કોઈ એક જગ્યાએ નથી મળી રહી. કેટલી ઉંમર સુધી માતા-પિતા આના માટે રજિસ્ટર કરી શકે, બાળક વિષેની શું માહિતી માતા-પિતાને મળશે અને કઈ બાબત છેવટ સુધી ગોપનીય રહેશે. દરેક બાબત પર ગુગલ કરી જોયું. પણ એક સરકારી વેબસાઇટ સિવાય કોઈ ચોક્કસ માહિતી મળી નહીં. આ આખા વિષય પર કોઈ જાગૃતતાના હોવાને કારણો કોઈ માહિતી નહીં અને એની ઉપર વળી ખોટી માહિતીનો ઓવરફ્લો, એટલે સરવાળે કોઈ યુગલ આ વિષે વિચારવા ઈચ્છે તોપણ સરવાળે ત્યાં ના ત્યાં.

૩. સરકારની ઉદાસીનતા

આ આખા વિષયમાં એવું પણ દેખાઈ રહ્યું છે કે અનાથ, તરછોડાયેલાં, નિરાશ્રિત બાળકો પૈકી બહુ ઓછાં બાળકો (એક અંદાજ પ્રમાણો લગભગ પાંચ લાખ) દત્તક લેવા માટેની સિસ્ટમમાં રજિસ્ટર થયેલાં

હોય છે. મોટા ભાગનાં બાળકો વિવિધ પ્રકારની સંસ્થાઓ, અનાથાશ્રમો, વગેરેમાં હોય છે, પણ બહુ ઓછી સંસ્થાઓ કે અનાથાશ્રમો સરકારની મશીનરી સાથે જોડાયેલાં છે અને એટલે દત્તક લેવા માટે ઉપલબ્ધ એવાં બાળકોની સંખ્યા ઓછી જ રહી છે. સરકારની આ ઉદાસીનતા પાછળ પણ ઘણાં કારણો હશે. કોઈ આ પ્રોસેસનાં ગોરફાયદો ન લે એ માટે વધુપડતાં કાયદા, વધુપડતી પૂછપરછ પણ એક કારણ હશે. વળી આ ઉમરનાં બાળકો સાથે કોઈ વોટ બેન્ક પણ નથી હોતી. આવા કેટલાંચ કારણો હોઈ શકે સરકારના આ ઉદાસીન વલણ માટે.

૪. કેટલીક લોંબીઓ

મારી અંગત માન્યતા છે (અને હું ઈચ્છું છું કો એ ખોટી હોય) કે જ્યારે કરોડો યુગલો બાળક માટે લાખો રૂપિયા ખર્ચને વિવિધ પ્રકારની સારવાર કરાવતાં હોય, તો એવી કોઈ લોંબી પણ હશે જે ઈચ્છતી હોય કે બાળકને દત્તક લેવાની વિધિ વધુ વેગ ન પકડે. દરેક નિસંતાન યુગલ, “પોતાનું” સંતાન પામવા માટે વિવિધ પ્રકારની દવાઓ, સારવારના કોર્સ પાછળ નહીંનહીં તોચ લાખથી લઈને પાંચ લાખ તો સહેજે ખર્ચી નાખતું હોય અને જો એવા ત્રણ કરોડથી વધારે યુગલ હોય, તો વિચારી લો કે આવી સારવારની કેટલી ખોટી માર્કેટ હશે અને જો આટલી ખોટી માર્કેટ હોય તો કોઈ ચોક્કસ દિશામાં જ કામ કરનારી લોંબીની મારી ગણતરી પણ ખોટી તો નહીં જ હોય.

૫. બધુ લાંબી પ્રોસેસ

આ આખી પ્રોસેસનો દુરુપયોગ ન થાય, દરેક બાળકને યોગ્ય માતા-પિતા મળે એ હેતુથી બનાવેલ કાયદાઓ જ ક્યાંક ને ક્યાંક આખી પ્રોસેસને એકદમ ધીમી કરી નાખે છે. પેરેન્ટ્સનો રેફરન્સ ચેક કરવાથી માંડીને યોગ્ય બાળક શોધવામાં, બાળકના હેલ્થના, ફિટનેસના, નીરોગી હોવાના પેપર્સ, માતા-પિતાની આર્થિક સંદર્ભના, આ બધી જરૂરી કાર્યવાહીમાં ગ્રણથી ચાર વર્ષ નીકળી જતાં હોય છે. વળી મોટા ભાગો, બધાં દંપતીઓ બધી જ સારવાર, બધા ડૉક્ટરોના દવાખાને ચઘ્ગલ ઘસીઘસીને દત્તક લેવાના પર્યાયને છેલ્યે હાથમાં લેતાં હોય. અને આટલી મોડી શરૂઆત પછી આ લાંબી પ્રોસેસ અને ત્યાં સુધીમાં દત્તક લેનાર દંપતીની પોતાની ઉમર પણ એક મહિન્યનો ભાગ ભજવતી હોય છે.

૬. બાળકના એંજ ચૂપ

બાળક દત્તક લેવા ઈચ્છિતું દરેક યુગલ એકદમ નાનું બાળક ઈચ્છે છે. લોકો માને છે અને એ વાત થોડીધણી સાચી પણ છે કે બાળક જેટલું નાનું હોય, પરિવારમાં એને વળી લેવામાં, એનો પરિવારના સદસ્ય તરીકે સમાવેશ કરી લેવામાં સરળતા રહે છે. પણ ગ્રણ કરોડથી વધુ બાળકો અનાથ છે, કે પછી જે પાંચ કે સાત લાખ બાળકો જે આ રીત દત્તક લેવા માટે સંસ્થાઓમાં રજિસ્ટર છે. એ બધાં તો વિવિધ ઉમરના બ્રેકેટમાં હોય. એટલે બે કે ગ્રણ વર્ષનાં બાળકો બધાને તો ન જ મળી શકે. વળી યુગલના દેખાવ,

બાંધા વગેરેને અનુરૂપ બાળક શોધવામાં ઘણી જ તકલીફો આવે છે. પહેલાં જણાવ્યું એમ એક તરફ ગ્રણથી ચાર વર્ષની આ સમગ્ર પ્રક્રિયા અને બીજી તરફ એક મહિનાથી બે કે ગ્રણ વર્ષની ઉમરના બાળકની જૂજ સંઘ્યા. આ બધું જ સમગ્ર પ્રક્રિયાને વધુ ને વધુ ધીમી કરી નાખે છે.

આ બધા ફેક્ટરને કારણો, દરેક નિસંતાન યુગલ માટે સંતાન દત્તક લેવું એ કદાચ છેલ્લો વિકલ્ય હોય છે અને જ્યારે એ દંપતી બધા ઉપાયો કરી છેવટે બાળક દત્તક લેવા માટે આગળ આવે, ત્યારે તેમની પોતાની વધી ગયેલી ઉમર પણ એક નેંગેટિવ ફેક્ટર બની જાય છે.

પરિણામ

આ બધા ફેક્ટર્સને કારણો એક તરફ કોમળ ભૂલકંઓ એક પરિવારની છગછાયા, એક કુટુંબની હુંફ મેળવવાથી વંચિત રહી જાય છે, જ્યારે બીજી તરફ કેટલાંય યુગલો પોતાને મળી શકનાર માતૃત્વ, પિતૃત્વથી વંચિત રહી જાય છે. જરાક શાંતિથી બેસી વિચારી જુઓ કે, જો આ પ્રક્રિયા થોડીક સરળ બની જાય, આપણો સૌનો આ બાબત પ્રત્યેનો અભિગમ બદલાઈ જાય તો કેટલાંય નિર્દોષ ભૂલકંઓને માતા-પિતાની છગછાયા મળી જાય અને કેટલાય દંપતીઓની આંગણાં બાળકના કલરવથી ગુંજુ ઊઠે.

આ જ વિષય પર વધુ ગૂગલ કરતાં કેટલીય રસમદ માહિતી મળી આવી. કેટલાય એવા મહાનુભાવો, કેટલાય લેખકો, કલાકારો, જેવા

કે મરલિન મનરો, સ્ટીવ જોબ્સ, નેલ્સન મંડેલા, પદ્મશ્રી નારાયણ ગંગારામ સુર્વે, આ બધાં જ મોટા ગજાનાં નામ, બધા દત્તક લીધેલ સંતાન હતાં. વિચારી જુઓ, અનાથ, નિસહાય એવા આ બાળકો, અને કોઈ દત્તક માતા-પિતાની આંગળી જાલી જિંદગીના કેવા મુકામ પર પહોંચી ગયા. તો ચાલો ભિત્રો. આ વિષય પર કંઈક વધુ નક્કર પરિણામ માટે, આપણો શું કરી શકીએ એનો વિચાર કરીએ.

ઉપાય

૧. વિચારધારામાં બદલાવ

આ આખી સિસ્ટમ આટલી ધીમી થવા પાછળ આપણો સૌ, સમાજના કહેવાતા “લોકો” ક્યાંક ને ક્યાંક જવાબદાર છીએ અને આપણો જ આ પરિસ્થિતિને બદલી શકશું. અને એટલે જ એનો એક ઉપાય આપણી પાસે પણ છે.

સૌથી જરૂરી છે સમાજની, લોકોની વિચારધારામાં બદલાવ, સંતાન પોતાનું છે કે દત્તક લીધેલું, એવી કોઈ વ્યાખ્યા જ ન હોવી જોઈએ. એ બાળકના બાળપણથી માંડીને એનઈ લગ્નની વાત સુધી, આ વાતને ગર્વથી જોડો. ફક્ત એનો જન્મ આ ઘરમાં નથી થયો એ વાતને ભૂલી જઈને, એનો ઉછેર, એનું સંસ્કારસિંચન, બધું જ આ ઘરમાં થયું છે, એ વાત પર વધુ મહત્વ આપવું જરૂરી. હા, જ્યાં સુધી એ સંતાન પરિપક્વ ન થાય, જ્યાં સુધી આ સમાજ પરિપક્વ ન થાય ત્યાં સુધી એ બાળકની આ વાત થોડી ઢાંકીને રાખવી જરૂરી, પણ છુપાવવા માટે નહીં, પણ થોરય સમયે એને જણાવવા માટે.

૨. સન્માન / પ્રોત્સાહન

સમાજ ક્ષેત્રે, આવા દંપતીઓને પ્રોત્સાહિત કરવા જરૂરી છે, રક્તદાન કે પેટેલેટ દાન કે અવયવ દાન જેટલું જ આ બાબતનું સન્માન કરવું પણ મહત્વનું છે. જે દંપતીઓ આગળ આવીને નામ નોંધાવે, એમનું સન્માન કરી, એમના આ પગલાને હિંમત, પ્રોત્સાહન અને જરૂરી માર્ગદર્શન આપવું જરૂરી છે. (એ અલગ વાત છે કે આપણે હજી પણ એ યુગમાં જીવી રહ્યા છીએ, જ્યાં લગ્નના સગપણ સેતુમાં નામ લખાવવામાં પણ લોકો નાનપ કે ભોઈપ અનુભવે છે). અને મારું અંગત રીતે માનવું છે કે આ બધી માનસિકતા માટે આપણો (“લોગ કર્યા કર્યેંગો” માં જેમનો ઉલ્લેખ થાય છે એ “લોગ”, આપણો જ છીએ) જવાબદાર છીએ અને એટલે આ સમસ્યાનો ઉકેલ પણ આપણો જ કાઢવો રહ્યો.

૩. સરકાર દ્વારા વિવિધ સવલતો

સરકાર તરફથી પણ આવાં દંપતીઓને પ્રોત્સાહિત કરવા જેટલું કરો એટલું ઓછું છે. આ દંપતીઓને આવકવેરામાં કોઈ બાદ આપી શકાય કે પછી આવકવેરા ભરનારાને જેવા સર્ટિફિકેટ મળે છે એવા કોઈ સન્માન વિષે વિચારી શકાય. આ બાળકોની સ્કૂલ કે કોલેજની ફીસ માફ કરી શકાય. આવાં તો કેટલાંય પગલાં ભરી શકાય (હા, એ બાબતનું ધ્યાન રાખવું વધુ જરૂરી છે કે એવું કંઈ ન કરીએ જેથી બાળક એની સીધી, સરળ, સામાન્ય જિંદગી જીવી ન શકે. આ બાળક, અન્ય બાળકોથી કોઈ રીતે ન અલગ હતું, ન છે કે ન રહેશે, એવાં પગલાં અત્યંત જરૂરી.)

આ લેખ દ્વારા એક નાનકડો વિચાર રજૂ કર્યો છે. જો સમાજની સંસ્થાઓ, દાતાઓ, સોશિયલ વર્કર વગેરે જોડાય અને એક યોગ્ય દિશામાં કામ આરંભ કરવાનું શરૂ કરીએ તો કદાય, ખબરપત્રિકા, સાદગી, સંજીવની, આવાસ યોજનાની જેમ આપણો દત્તક સંતાન લેવામાં પણ અન્ય સમાજને માટે દીવાદાંતી બની શકીએ. વિચારી જુઓ. આપણી આસપાસ, આપણાં સગાંવહાલાં, આપણા મિત્ર વર્તુળમાં આવાં કેટલાંય યુગલો હશે. તો ચાલો આપણો સૌ આંગણી ચીંધવાનું પુછ્ય તો પાભીએ. શક્ય છે, આપણો જે પણ પહેલ કરીએ એમાંથી એક યુગલ

પણ આગળ આવશે તો આપણાને એ પરિવારના તેમ જ એ સંતાનના આયુષ્યભર ન ખૂટે એટલા આશિષ મળશે.

(સંતાન દત્તક લેવા હચ્છુક માતા કે પિતા www.cara.nic.in (Central Adoption Resource Authority) પર ફોર્મ ભરી પોતાનું નામ નોંધાવી શકે છે. આ વેબસાઇટ પર સંતાન દત્તક લેવા અંગે જરૂરી એવી બધી માહિતી, બધા કાયદા, વગેરે વિષે સંપૂર્ણ વિગત આપેલ છે)

રતાડિયા ગણોશવાલા

૯૯૯૨૮૧૫૩૬૭

આગામી અષાઢી બીજના કચ્છી નવું વર્ષ ઉજવાશે

દર વર્ષની જેમ આ વર્ષ પણ કચ્છ શક્તિ તરફથી આગામી અષાઢી બીજ-કચ્છી નવા વર્ષની સૌમવાર, તા. ૧૨ જુલાઈ, ૨૦૨૧ ના મુંબઈના યોગી સભાગૃહ, દાદર-મુંબઈ ખાતે સાંજે ઉજવણી કરાશે એમ સંસ્થાના ગ્રમુખ હેમરાજ શાહે જણાવ્યું છે. કચ્છ શક્તિનું આ સતત ૪૧મું વર્ષ છે. રંગારંગ કાર્યક્રમ સાથે સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કચ્છી ભાઈ બહેનોને કચ્છ શક્તિરાષ્ટ્રીય એવોર્ડ પણ એનાયત કરાશે. સાથે-સાથે સૌરાષ્ટ્ર ટ્રસ્ટના સહયોગથી આજાદીનું અમૃત મહોત્સવ નિબંધ સ્પર્ધા વિજેતાઓને પુરસ્કાર પણ અપાશે, એમ પણ અખબારી યાદીમાં જણાવ્યું છે.

કચ્છ શક્તિ રાષ્ટ્રીય એવોર્ડ માટે આ વર્ષ નીચે મુજબની પસંદગી સમિતિ નીમવામાં આવી છે.

- | | | |
|--------------------------|----------------------------|----------------------------|
| (૧) હેમરાજ શાહ (કન્વીનર) | (૨) સૌ. તરલાબેન જ્યંત છેડા | (૩) લલિત શાહ-ભવન્સ |
| (૪) ડૉ. નાગજી રીટા | (૫) દેવચંદ છેડા | (૬) કનૈયાલાલ જોશી |
| (૭) હીરાચંદ દંડ | (૮) બિપીન નાગડા | (૯) અંડ. પીયૂષ એમ. કે. શાહ |
| (૧૦) ચીમન મોતા | (૧૧) વેલજ અખેરાજ બોરીચા | |

મેડિકલેમ નકારવા માટે તરંગી તુકા

* ધીરજ રાંબિયા *

માર્ચ, ૨૦૧૮માં બશે પગ પર સોજા આવવાના કારણે ફેમિલી ફિલ્મિશિયનને બતાડતાં કિડની કાર્ય કરવામાં તીવ્ર રીતે અક્ષમ થઈ હોવાનું નિદાન કર્યું અને આથી તર્ફું હોસ્પિટલમાં દાખલ કરવાની, વિશાદ તપાસણી કરીને તાત્કાલિક ઈલાજ કરાવવાની ભલામણ કરી. મળેલી સલાહ મુજબ ૨૦૧૮ની ૨૬ ફેબ્રુઆરીના ગીતાબહેનને પી. ડી. છિન્દુજા હોસ્પિટલમાં દાખલ કરવામાં આવ્યાં અને કિડનીની બાપોખ્સી કરવામાં આવી. સ્વસ્થ થતાં ૨૦૧૮ની ૩ માર્ચના હોસ્પિટલમાંથી રજા આપવામાં આવી.

વીમા કંપનીનું કલેમ ફોર્મ ભરી હોસ્પિટલનાં પ્રિસ્ક્રિપ્શન તથા બિલ વાઉચર આમેજ કરી ૭૫,૦૦૦ રૂપિયાનો કલેમ દાખલ કરવામાં આવ્યો. ૨૦૧૮ની ૧૩ મેના પત્ર દ્વારા ઈરિક્શન ઈન્શાયોરન્સ TPA પ્રાઇવેટ લિમિટેડ નીચે મુજબ કારણો દર્શાવી કલેમ નામંજૂર કર્યો:

૧) હોસ્પિટલમાં દાખલ થતી વખતે દરદીને પીઠની નીચેના ભાગમાં દુખાવો હતો, પરંતુ મહત્વના તમામ અવયવો બરાબર કાર્યશીલ હતા તથા સામાન્ય સ્થિતિ ઘરાવતા હતા.

૨) કલેમ સાથે આમેજ કરેલા કેસ પેપર્સમાં રીનલ બાપોખ્સી કરવામાં આવેલી એવો કોઈ ઉલ્લેખ નથી.

૩) વિવિધ ઈન્વેસ્ટિગેશન્સ બાદ દરદીની સક્રિય સારવાર કરવામાં આવી નથી. આપી એવું જણાય છે. કે દરદીને હોસ્પિટલમાં માત્ર રોગનિદાન તથા ચકાસણી માટે જ દાખલ કરવામાં આવેલાં.

૪) પોલિસીના ધારાધોરણ મુજબ માત્ર રોગનિદાન તથા ચકાસણી માટે હોસ્પિટલાઈઝેશનના થયેલ ખર્ચની રકમ ચૂકવવા પાત્ર નથી. આથી આપનો દાવો નામંજૂર કરવામાં આવે છે.

૨૦૧૮ ની ૨૫ મેના પત્ર દ્વારા ટીપીએને જવાબ મોકલવામાં આવ્યો, જેમાં જણાવવામાં આવ્યું કે હોસ્પિટલ ડિસ્ચાર્જ સમરી કાર્ડમાં જણાવવામાં આવેલી વિગતોથી આપના ૨૦૧૮ની ૧૩ મેના પત્રમાં જણાયેલી વિગતો ભિન્ન છે અને સત્યથી વેગળી છે. આથી ડિસ્ચાર્જ સમરી કાર્ડ મુજબ દાવો મંજૂર કરવા વિનંતી છે. TPAના બાબુઓની તુકાબાજી પકડાઈ જતાં તેઓ મૌનીબાબા બની ગયા. અતઃ વીમા કંપનીને દાવો મંજૂર કરવાની વિનંતી કરતો પત્ર પાઠવવામાં આવ્યો. ૨૦૧૮ની ૧૩ ડિસેમ્બરના પત્ર દ્વારા વીમા કંપનીએ પણ દાવો નામંજૂર કર્યો અને TPAએ આપેલાં કારણોની પુનરુક્તિ કરી.

આજકાલ કરતાં નવ મહિનાનો સમય પસાર થઈ ગયો, પરંતુ વસ્તુસ્થિતિ યથાવત્ જ રહી.

આ પહેલાં તરુણ ભિત્ર મંડળ સંચાલિત જનાધિકાર સમિતિના થાણા કેન્દ્રનો લાભ લીધેલો હોવાથી કેન્દ્રના નિયામક રાજેનભાઈ ધરોડનો સંપર્ક કરી પોતાની વેદનાની વાત વિસ્તારથી કરી. રાજેનભાઈએ ગીતાબહેનની વિંબણા દૂર કરવા નિવારવા વીમા લોકપાલ યંત્રણાનો ઉપયોગ કરવાના હેતુથી લોકપાલ કાર્યાલયને ઉદેશીને ૨૦૧૯ની ૧૯ ડિસેમ્બરની તારીખનો ફરિયાદ પત્ર બનાવી આપ્યો જે જીવન સેવા એનેક્સી, ગીજે માણે, એસ. વી. રોડ, સાંતાકુજ (વેસ્ટ), મુંબઈ - ૪૦૦૦૫૪ સ્થિત વીમા લોકપાલ કાર્યાલયને મોકલી આપવામાં આવ્યો.

૨૦૨૦ની ૨૮ જાન્યુઆરીના પત્ર દ્વારા લોકપાલ કાર્યાલયે ગીતાબહેનને જણાવ્યું કે આપની ફરિયાદ મળી છે તથા રજિસ્ટર કરવામાં આવી છે. આપને જણાવવાનું કે:

૧) ધ છન્સ્યોરન્સ ઓમ્બૃડસમેન રૂલ્સ, ૨૦૧૭ ના રૂલ ૧૩(૨) મુજબ લોકપાલશ્રીને આપ તથા વીમા કંપની વચ્ચેના વિવાદ માટે લવાદ તરીકે નિમણૂક કરો છો. અને વિવાદના નિવારણ અર્થે લોકપાલને ભલામણો આપવા વિનંતી કરો છો એમ જણાવતો પત્ર મોકલાવશો તથા

૨) આ પત્ર સાથે મોકલેલા એનેક્સચેર VI(A) ભરીને આપના દાવાના સમર્થન કરતા દસ્તાવેજો, આપે વીમા કંપની સમક્ષ કરેલી લેખિત રજૂઆતો તથા વીમા કંપનીના પ્રત્યુત્તરની ફોટોકોપીઓ તેમ જ વીમાપોલિસીની આપે સહી કરેલી ફોટોકોપી આ પત્ર મળ્યાના દસ દિવસમાં મોકલશો.

જો જણાવેલી સમયમર્યાદામાં ઉપર જણાવેલી માહિતી તથા દસ્તાવેજો નહીં મળે તો વધુ પત્રવ્યવહાર કર્યા વગર ઉપરોક્ત ફરિયાદની ફાઇલ બંધ કરી દેવામાં આવશે.

ઉપરોક્ત જરૂરિયાતો પૂરી કરતાં સુનાવણી ૨૦૨૦ની ૨૨ જૂનના સવારના ૧૧ વાગ્યે રાખવામાં આવી છે એ જણાવતો પત્ર લોકપાલ કાર્યાલયમાંથી મળ્યો. ગીતાબહેને ફોન કરી રાજેનભાઈનો પત્રની વિગતો જણાવી. રાજેનભાઈએ સેન્ટર પર ફાઇલ લઈને આપવા જણાવ્યું. આપેલા સમય અને દિને ગીતાબહેન સેન્ટર પર ફાઇલ લઈ પહોંચ્યાં. રાજેનભાઈ તથા સાથીઓએ વીમા લોકપાલશ્રી સમક્ષ કર્દું રજૂઆતો કેવી રીતે કરવી એની વિસ્તારપૂર્વક સમજણ આપી.

સુનાવણીના દિને ગીતાબહેન સવારના સમયસર લોકપાલ કાર્યાલયમાં પહોંચી ગયાં. ૧૧ના ટકોરે સુનાવણી શરૂ થતાં ગીતાબહેનને તેમનો પક્ષ માંડવા લોકપાલશ્રીએ જણાવ્યું. રજૂઆત કરતાં ગીતાબહેને જણાવ્યું કે ૨૦૧૯ની ૨૬ ફેબ્રુઆરીથી તેમના બસે પગમાં સોજો થતાં ફેફિલિ ફિલ્મિશિયનને બતાડવા ગયા. તપાસણી બાદ તેમણે સોજાના કારણે મૂત્રપિંડની કાર્યવાહીને નુકસાન થયું હોવાનું જણાવ્યું તથા તરત હોસ્પિટલમાં દાખલ થવાની સલાહ આપી. અતઃ પી. ડી. છિન્દુજા હોસ્પિટલમાં દાખલ કરવામાં આવ્યાં, જ્યાં તેમની કિડનીની બાયોપ્સી કરવામાં આવી અને એમીલોડાયોલિસ હોવાના કારણે એન્ટિ-હાપરટેન્સિવ દવાઓ શરૂ કરવામાં આવી. ગીતાબહેને વધુમાં જણાવ્યું કે સારવાર કરનાર

ડૉક્ટરે આ સારવાર આઉટ પેશન્ટ ડિપાર્ટમેન્ટ (OPD) બેઝિસ પર કરવી શક્ય નથી એમ જણાવતાં ફરજિયાત હોસ્પિટલમાં દાખલ થવું પડ્યું. અતઃ વીમા કંપનીને મેડિકલેમને પૂર્ણપણે મંજૂર કરવાનો આપશ્રી આદેશ આપો એ વિનંતી છે.

ફરિયાદીની રજૂઆત પૂર્ણ થતો લોકપાલશ્રીએ વીમા કંપનીના પ્રતિનિધિને રજૂઆત કરવા જણાવતાં તેમણે જણાવ્યું કે દરદીને હોસ્પિટલમાં દાખલ કરતી વખતે તેમને માત્ર પીઠની નીચેના ભાગમાં દુખાવો હતો, બાકીના બધા અવયવોની કામગીરી સામાન્ય અને બરાબર હતી. દરદીની માત્ર રીનલ બાયોસ્સી જ કરવામાં આવેલી તથા મુખ વાટે દવાઓ આપવામાં આવેલી જેથી વધેલા કીઆટનીનને અંકુશમાં રાખી શકાય. ટૂંકમાં માત્ર વિવિધ ચકાસણીઓ કરવામાં આવેલી, કોઈ વિશેષ સારવાર કરવામાં આવી ન હોવાથી પોલિસીના કલોઝ-નં. ૪.૧૮ મુજબ કલેમ નામંજૂર કરવામાં આવ્યો જે નિયમાનુસાર તથા બરાબર છે.

બસે પદ્ધતિને સાંભળીને રજૂ કરવામાં આવેલા દસ્તાવેજોના અધ્યયન બાદ લોકપાલશ્રીએ ચુકાદો આપતાં જણાવ્યું કે:

૧) પીઠની નીચેના ભાગમાં તીવ્ર પીડાની ફરિયાદ સાથે ફરિયાદી હોસ્પિટલમાં દાખલ થયેલા.

૨) ફરિયાદી છ દિવસ હોસ્પિટલમાં સારવાર હેઠળ હોવાથી તેમની તબિયત સામાન્ય હતી એમ ન તો કહી શકાય કે ન તો માની શકાય.

૩) સારવાર કરનાર ડૉક્ટરે દરદીને એમીલોડાયોસિસ હોવાનું પ્રતિપાદિત કર્યું છે.

આથી અન્ટિ-હાઇપરટેન્સિવ દવાઓ આપવાની સલાહ આપવામાં આવી.

ઉપરોક્ત બાબતોના પરિપ્રેક્ષ્યમાં વીમા કંપનીએ લીધેલો નિષાર્ય યોગ્ય ન હોવાથી નોન-મેડિકલ ખર્ચની રકમ ઉપરાંતનો તમામ ખર્ચ ન્યાયિક દૃષ્ટિએ ચુકવવાપાત્ર જણાય છે. આથી વીમા કંપનીના નિર્ણયમાં હસ્તક્ષેપ કરવા નીચે મુજબનો આદેશ આપવામાં આવે છે:

આદેશ શું આવ્યો ?

સુનાવણીમાં રજૂ કરવામાં આવેલી હકીકતો તથા ઘટનાક્રમના પરિપ્રેક્ષ્યમાં નેશનલ ઈન્શ્યોરન્સ કંપની લિમિટેડને શ્રીમતી ગીતા મામણિયાના કલેમ અન્વયે ૭૫,૦૦૦ રૂપિયા ચુકવણી કરવાનો આદેશ ફરિયાદની પૂર્ણ સમજૂતી તરીકે કરવામાં આવે છે.

(અ) ઈન્શ્યોરન્સ ઓમબ્બાસમેન્ન રૂલ્સ ૨૦૧૭ની કલમ ૧૭ (૬) અન્વયે આદેશ મળ્યાના ૩૦ દિવસની અંદર ચુકવણી કરવાની રહેશે.

(બ) તથા રૂલ્સ ૧૭(૮) મુજબ ઉપરોક્ત આદેશ વીમા કંપનીને બંધનકારક રહેશે.

ફરિયાદીને ઉપરોક્ત આદેશ માન્ય ન હોય તો તે અન્ય ફોરમ કોર્ટમાં રાખ્યા કાયદા અનુસાર જઈ શકે છે.

તરુણ મિત્ર મંડળ જનાધિકાર અભિયાનના થાણા કેન્દ્રના નિયામક રાજેન ઘરોડ તથા અન્ય સાથીઓની જહે મતથી ગીતાબહેનના ૧૫ મહિનાના માનસિક સંતાપનો સુખદ અંત આવ્યો તથા ફાઇટ ફોર યોર રાઈટની વિભાવનાનો ફરી એક વખત વિજય થયો.

સકારાત્મક વિચારો

લઘુ ગોવિંદ ઉર્ફ ધનજી કાનજી છેડા

પુરુષાર્થ કરતાં પહેલાં માનવ વિચારે કે હું સફળ નહીં થાઉં તો ? એ નકારાત્મક વિચાર કહેવાય. પણ પુરુષાર્થ નહીં કરું તો જીવનમાં કદી સફળ નહીં થાઉં, માટે પુરુષાર્થ કરવો જ જોઈએ એ સકારાત્મક વિચાર છે.

માનવીએ આત્મમંથન કરીને મનને સારા વિચારોમાં પ્રવૃત્ત કરવું જોઈએ. માનવ જો તોલી-માપીને વિચારીને જરૂર પુરતું જ બોલે તો એના હાથે ખરાબ કાર્ય ન થાય ને કર્મબંધન ઘટે. સદ્ગુરૂ જીવનને સહી દીશા આપે છે, પ્રગતિ પંથે ચડાવી દે છે, સાફલ્યની દેન આપે છે. માટે વિચારો વચ્ચે અમ-વાદળાં આવે તો વિભેરી દેવા. જીવન સફળ સુંદર- બનશે.

સારું કાર્ય કરવા સારા વિચારો જોઈએ. શુભ સંકલ્પથી સંસારમાં બધુ મેળવી શકાય છે. માટે મનોમંથન કરીને સારા વિચારોના પ્રવાહે વહેવું. એનાથી માનવના બાધ્ય સંબંધો કપાય છે. સ્વ સાથે જોડાઈ જાય છે. મોહ પ્રેમમાં પલટાય છે. રાગની જગ્યાએ વૈરાગ્ય જગી જાય છે.

આજે કરેલા શુભ વિચારો જીવનને બદલી નાખે છે. જીવ સુખ, શાંતિ ને સમૃદ્ધિથી તરબુતર બની જાય છે, પણ જો સંયમી જીવ નિર્વિચારી બનો. તો એના જીવનમાં સ્થિરતા છવાઈ જાય છે.

શુભ વિચારોમાં જોડાવાથી જીવનનો ભાર ઓછો લાગે છે. પણ વિચારો એ વિચારો છે ક્યારેક શુભ વિચારો પણ ચિંતામાં રૂભાડી દે છે. આ સ્થિતિ જો લાંબો સમય ચાલે તો માનવમન

તણાવગ્રસ્ત બની જાય છે. માટે થોડો સમય શુભ વિચારોથી મુક્ત થઈને નિર્વિચારી બનવું જરૂરી છે. માનવ જો ધ્યાનમાં સરે તો વિચારોનો પ્રવાહ અટકી જાય.

મનમાં શુભ વિચારો ને સકારાત્મક વિચારો વહેતા થાય એ માટે ઊઠતા-બેસતાં સતત ચિંતન કરવું, તો અર્ધજાગૃત મનમાં વિચારો વલોવાશેને સકારાત્મક વિચારો તરફ દોરી જશે. જે જોઈએ છે, જે મેળવવાની જંખના છે તે માટે એકચિતે તલ્લીનતાથી વિચારો તો સેવેલી ઈચ્છા-જંખના જરૂર પૂર્ણ થશે. સારું સારું મેળવવાની આશા કરે ને એ આશાનો પાક મેળવવા સકારાત્મક પુરુષાર્થનું હળ ખેડો.

પ્રબળ ને સકારાત્મક ઈચ્છાઓને પૂર્ણ કરવા પુરુષાર્થનો સંગ જોઈએ, તો સમય કે સંજોગો નડતા નથી. સંજોગો સ્વયં સુધરી જાય છે મનમાં સફળતા સકારાત્મક વિચારો રમતા હોય એ જીવની દરેક લડાઈમાં સફળતા મેળવે છે. ત્યારે ચોધાડિયા કે સાડા સાતી પણ આડા આવતા નથી. એ યશ મેળવીને ન જાય છે. નિઃસ્વાર્થ ભાવે બીજાના સારાના વિચાર આવે એ જીવ અધ્યાત્મની ઊંચી ભૂમિકા પામી હશે.

માનવ જો વિવિધ કલ્યનાઓની પાંખોથી ઊડવા લાગે તો એ સકારાત્મક ને સર્જનાત્મક વિચારોમાં વ્યોમમાં પહોંચી જાય છે.

- લઘુ ગોવિંદ

એ-૧૧, સંધ્યારાગ, આગ્રા રોડ,
કલ્યાણ - ૪૨૧ ૩૦૧

સાહિત્ય-અમૃત

આલેખન : ચંદ્રકાળ નંદ

સાહિત્યની ઉત્તમ કુતિઓના અંશો, કુતિના આલેખનમાં પ્રવાહિતા જળવાઈ રહે એ હેતુથી
ટિપ્પણીઓ સાથે આપવામાં આવેલ છે.

પુસ્તક	: દેવોની ધારી
લેખક	: ભોગાભાઈ પટેલ
પ્રકાશક	: આર. આર. શેડની કંપની - મુખ્ય/અમદાવાદ
પ્રકાશન વર્ષ	: ૧૯૯૩ (બીજી આવૃત્તિ) - [૧૯૯૮ (પ્રથમ આવૃત્તિ)]

ત્રિવેન્દ્રમ-બેંગલોર આઈલોન્ડ એક્સપ્રેસ ઉત્તર તરફ ધર્સી રહેલ છે. કેરળના સીમાડા
વટાવી કણ્ણાટકમાં પ્રવેશ થશે, પણ કેરળ હજુ છૂટતું નથી. એકવીસ દિવસ ભાષા અને
સાહિત્યના માહોલમાં ગાયા, પણ આ એકવીસ દિવસમાં તિરુવનન્તપુરમ્ નગરે એવી
માયા લગાડી છે કે આ નગરથી છૂટા પડતાં એક બેચેની ઘેરી વળે છે.

રેલગાડીએ તિરુવનન્તપુરમ્ છોડ્યું. દાઢિ બારી બહાર છે. કેરળની રમ્ય નિસર્ગશી
જડપથી ઊર્ધ્વગતિએ દોડી રહી છે. લેખકનો રાષ્ટ્રગીત 'વંદે માતરમ' યાદ આવે છે.
બંકિમયંદે સુજલામ્ સુફલામ્ મલયજ શીતલામ્ જેવા શબ્દો તો બંગાભૂમિ માટે ગીતમાં
ગૂંઘા છે, પરંતુ એવું લાગે છે કે આ બધું કેરળ ભૂમિનો વધુ લાગુ પડે છે.

લેખકનું મન વિચારે ચડે છે. એકવીસ દિવસના તિરુવનન્તપુરમ્ નિવાસમાં આ
નગર સાથે એવી પ્રિત બંધાઈ છે કે આ નગરથી વિખૂટા પડવાની વેદનાથી લેખક
વ્યગચિત છે. પૂરપાટ ધપતી રેલગાડીમાં પણ ચિત્ત તો પરોવાયેલું છે તિરુવનન્તપુરમ્ની
રમ્ય સંધ્યાઓ, બાઈન હિલ પરની ધોઘમાર વર્ષાની હેલી, નગરનાં મંદિર, ચર્ચ, મસ્જિદ,
અને યુનિવર્સિટીના પરિસરમાં. બધું છોડીનો જઈ રહ્યા છે લેખક.

ત્રિવેન્દ્રમ આમ તો કેરળનું પાટનગર, પણ સૌ અને ‘બ્યૂટિફૂલ ટાઈની સિટી ઓફ કેરલા’ કહે છે. નાણિયેરી, સોપારી અને કેળ લગભગ દરેક ઘરનાં નાનામાં નાનાં આંગણાંમાં પણ હોય, ઘણી વાર ઘર એમાં ઢંકાઈ ગયું હોય. ગાડીમાંથી પસાર થતાં ગ્રામનગર જોઉં છું અને

એ બધાં ઘરોની આ વિશિષ્ટતા પરમાણું છું. નાણિયેરી કેરળ મજાનું કલ્યાણ લાગે છે. ઉપયોગિતા તો ખરી, પણ એ આખી ભૂમિનો અલંકાર છે. કેરળની સ્કાયલાઈન ઊંચી ઈમારતોથી નહીં, ઊંચી નાણિયેરીઓથી રચાય છે.

આજે મુંબઈ, અમદાવાદ જેવાં મહાનગરોમાં ઊંચીઊંચી બહુમાળી ઈમારતોએ (ટાવરોએ) શહેરોની આકાશ-રેખાને વિકૃત કરી મૂકી છે ત્યારે ઊંચી નાણિયેરીઓથી રચાતી આકાશરેખાની કલ્યાણાથી પણ મન આનંદિત થઈ જાય છે. આંખો મીંચી મનઃચક્ષુ સામે નાણિયેરીઓથી અલંકૃત આકાશરેખાનું દૃશ્ય કેવું મનોરમ ભાસે છે.

રઘુવંશમાં કવિ કાલિદાસે ભારતના ખૂણોખૂણાની સુંદરતાને ગાઈ છે. કવિએ દક્ષિણાની આ ભૂમિની કથા પણ ઊલટથી કાવ્યમાં વણી લીધી છે. કવિ કહે છે. ‘દિશિમંદાયતે તેજો દક્ષિણાસ્યાં રવેરપિ’ કવિએ દક્ષિણાં ચંદનવનોની, એલાયચીની, તજની, સોપારીનાં વૃક્ષોથી શોભતા સાગરતટની વાત કેવી આનંદપૂર્વક કહી છે.

કેરળની વાત કરતાં કાલિદાસે રાજ્ય પર રઘુ દ્વારા આકમણ થતાં ભયથી ભૂષણો છોડી ભાગતી કેરળયોષિતા કૈરાલીઓના કેશમાં સેનાના ચાલવાથી ઊડેલી રેત પડતાં તે કેસરના ચૂણી જેવી શોભે છે એવી વાત કરી છે. ફેંચ કવિ બોંદલેરે પણ ‘કોઈ એક મલબારની કન્યાને’ એ શીર્ષકથી કૈરાલી વિષે કવિતા કરી છે, પણ આ બધું છોડીને ગાડી દોડી રહી છે. ત્રિવેન્દ્રમ દૂર થતું જાય છે. વેલી આવ્યું અને વેલીના બેંકવોર્ટ્સ અને તે દિવસે જોયેલું ઈન્ડ્રધનુષ યાદ આવ્યાં.

વાદળાયો દિવસ છે. કોલ્યમ ગયું અને વિશાળ અષ્ટમુરીકાયલના બેંકવોર્ટ્સની સુંદરતા પાછળ ઝેંચતી રહી. વચ્ચે વચ્ચે નદીઓ પસાર થાય છે. મીનાંચલ અને તે પછી નીલી મંગલમ્. વાદળ વરસાદનાં નથી, શેત છે, જેમાંથી ભૂરું આકાશ દેખાય. ડાંગરનાં લીલાંછમ ખેતરોમાં કાળાં ચમકતાં શરીર વાંકાં વળેલાં હોય. મલયાલી નવલકથાકાર તક્ષીએ અની નવલકથા ‘બશોર ધાન’માં આ બધા ખેતમજૂરોની વાત લખી છે.

૨૧ દિવસની આ કાર્યશાળા દરમ્યાન બીજી એક નવલકથાની ચર્ચા થઈ. મહંમદ બશીરની નવલકથા ‘નાનાનો હાથી’ અને ‘પાતુમ્ભાની બકરી’. કેરળમાં મુસલમાન અને પ્રિસ્ટી લેખકોએ સાહિત્યનું સર્જન કર્યું છે મલયાલમ ભાષામાં જ. અને આ લેખકોએ મલયાલમ સાહિત્યને ખૂબ સમૃદ્ધ કર્યું છે. આપણો ભારતને - એની વૈવિધ્યસભાર સંસ્કૃતિને કેટલી જાણીએ છીએ ! ભારતને જાણવા તો આપણો બધું વાંચવું પડશે.

આ તો સાહિત્ય અને ભાષાની વાતોમાં ઉત્તરી પડ્યા. પૂર્વપાટ દોડતી આ ગાડીની બારી બહારનું સૌંદર્ય તો ફરીફરી ત્યાં જ ધ્યાન દોરી લે છે.

લાલ માટીના મારગ ક્યાંક્યાં જતા દેખાય છે ! અને કેળ, સોપારી, નાળિયેરીથી આવૃત્ત ઘર. ડાંગરનાં ખેતર, વહેતાં પાણી વચ્ચે શ્રમનિરત નારી. ક્યાંક જમતા પહાડો પસાર થાય છે. એક સ્ટેશન પર ‘ઠંડીકૂત પાણી’ ઠંડા પાણી માટે લખેલું જોઈ જરા હસવું આવી ગયું.

વળી એરાંકુલમ્બુ આવતાં તો ઉત્તરી જવાની દીઢ્યા થઈ હતી, એરાંકુલમ્બુ એટલે કોચીન. કેરળના જે નગરનું નામ નાની વયથી સાંભળતો

આવ્યો હતો તે આ કોચીન. મારો બચપણનો મિત્ર કોચીનમાં રહેતો હતો. એણો અનેક વાર ત્યાં જવા કહેલું. આજે પણ એ નગર પાસેથી પસાર થઈ રહ્યો છું. મનમાં અફસોસ રહેશે. યુરોપિયનોએ પહેલો કિલ્લો આ કોચીનમાં બનાવેલો. પોર્ટુગિઝોએ અહીં સોળમી સદીમાં મહેલ બાંધ્યો હતો. ડચ લોકોએ પણ અહીં પગપેસારો કર્યો હતો. પેલા ઈતિહાસપ્રસિદ્ધ વાસ્કો-ડી-ગામાનાં હાડ અહીંના સંત ફાન્સિસ ચર્ચની જમીન તળે દટાયેલાં છે.

કેરળે તો એની આગવી ઓળખ જાળવી રાખી છે. સંવર્ધિત કરી છે. પણ શું આપણો આપણી ગુજરાતની અસ્મિતાને જાળવી શક્યા છીએ ? લેખક અફસોસ વ્યક્ત કરે છે.

કેરળની પોતાની આગવી સંસ્કૃતિ છે, આગવી ઓળખ છે. આપણી પણ એક જુદી સંસ્કૃતિ છે, પણ એના પર ગુજરાતની દઠ મુદ્રા ખરી, એવો પ્રશ્ન થાય. ભારતીય હોવા છતાં કેરળે પોતાની સંસ્કૃતિની અલગ મુદ્રા ઉપસાવી છે. સંસ્કૃત અધ્યયનની પરંપરા, મોહિનીઅહુમ્બ, કુદિયાહુમ્બ અને કથકલી જેવાં નૃત્ય નાટ્યરૂપોમાં

તમને એ જણાઈ આવે. અહીંની એક બીજી ઓળખ તે મુંડ-લુંગી. કેરળ તો શિક્ષણમાં સૌથી આગળ છે, પણ અહીંના સુશિક્ષિત લોકોએ પણ પહેરવેશમાં લુંગીને ટકાવી રાખી છે. ઔપચારિક સમારંભોમાં તો ખાસ લુંગી પહેરે. આપણો તો ધોતીને તિલાંજલિ આપી દીધી છે.

કેરળની ઓળખ અને સંસ્કૃતિની વાત કરીએ તો અહીંના એક ઉત્સવ ઓણમને કેમ ભૂલી શકાય. આ એક જલોત્સવ છે. લાંબી લાંબી હોડીઓમાં સૌ નીકળે નૌકાદોડની સ્પર્ધાઓ થાય અને કુચેલવૃત્ત ગવાય. કુચેલ એટલે આપણા સુદામા. કૃષ્ણ-સુદામાની જ વાત છે. કુચેલવૃત્ત પર અહીં મોહિનીઅહૃમ્ નૃત્ય જોઈને આનંદિત થઈ જવાય અને કેરળની માતૃપ્રધાન સંસ્કૃતિની વાત કરતાં લેખક લખે છે.

કેરળની એક બીજી ઓળખ તે અહીંની માતૃપ્રધાન સંસ્કૃતિ. કેરળના નાંબુદ્રી બ્રાહ્મણો દેશમાં જાણીતા છે. મલયાલમ શબ્દ છે નંપૂતિરિ. આ નાંબુદ્રી બ્રાહ્મણોમાં ઘરનો મોટો પુત્ર જ પોતાની જ્ઞાતિમાં લગ્ન કરી શકે. બાકીના બીજા પુત્રો નાયર જાતિની છોકરીઓ સાથે ‘સંબંધમ્’ કરે. સંબંધમ્ એટલે લગ્ન, પણ એમાં છોકરી પતિને ઘરે જતી નથી. પતિ પત્નીને ઘરે જાય,

કેરળની અદ્ભુત નિર્સર્ગશ્રી, પ્રદેશની અલગ જ ભૂગોળ, એના ઉત્સવો, સંસ્કૃતિ, એનું સ્થાપત્ય, સંસ્કૃતિ સાથે જીવનશૈલીની એકાત્મકતા, શિક્ષણનું સ્તર અને જીવનપ્રવાહમાં વણાયેલી અનૌપચારિકતા! કેરળ અદ્ભુત છે. કેરળ, કેરળ છે. પરશુરામની આ ભૂમિને અલવિદા કહેવાનો સમય આવી ગયો છે.

હવે પછી... કણ્ણાટક પ્રવેશ

ફોન: ૮૩૨૩૫૪૧૩૫૧

હું સવાર ને પૂછ્યું કે
હે સવાર તુ રોજ પડે છે તો તને વાગતુ નથી.
સવારે સુંદર જવાબ આપ્યો કે,
પાગલ વાગે તો છે પણ હું જાકળ બની રહ્યું
તે કોઈને સમજાતું નથી.

આપણો વિકાસ ત્યારે નથી થતો
જ્યારે પરિસ્થિતિઓ સરળ હોય છે,
ત્યારે થાય છે જ્યારે
આપણો વિકટ પરિસ્થિતિનો
સામનો કરીએ છીએ.

વર્લ્ડ સ્લીપ ડે (WORLD SLEEP DAY)

૧૮ માર્ચ, ૨૦૨૧, ભાગ-૨

ડૉ. મણિલાલ ગડા સિનિયર મનોચિકિત્સક

ડૉ. દીપિં શાહ (ગડા) મનોચિકિત્સક તથા બાળ મનોચિકિત્સક

આપણે ગયા લેખમાં (ભાગ-૧) જાગ્યું કે વર્લ્ડ સ્લીપ ડે - જાગતિક વિશ્વ નિદ્રા દિવસ - ૨૦૦૮ થી માર્ચ મહિનામાં મનાવાય છે. વિશ્વ નિદ્રા દિવસના જાહેર જનતાની જાણકારી માટે કાર્યક્રમ યોજાય છે જેમાં સ્કૂર્ટિંગાયક તથા સ્વાસ્થ્યમય ઊંઘ અને ઊંઘની સમસ્યાઓ માટે તથા સારવાર માટેની વૈજ્ઞાનિક માહિતી અપાય છે.

આ વર્ષ ૧૮ માર્ચ, ૨૦૨૧, શુક્રવારના દિવસે વિશ્વ નિદ્રા દિવસ મનાવાયેલ. આ વર્ષનું સૂત્ર છે “નિયમિત ઊંઘ, સ્વાસ્થ્યમય ભવિષ્ય” (Regular Sleep, Healthy Future).

બ્રેઇનમાં આવેલ શારીરિક અવયવો (લિંગ્બિક સિસ્ટમના અવયવો હાઈપોથેલામસ, સુપ્રાકાઈસ્મેટિક ન્યુકિલયસ, બ્રેઇન સ્ટેમ, થેલામસ, પિનિયલ ગ્રંથિ) ઊંઘનું નિયમન કરે છે. મેલેટોનીન તથા ગાબા ન્યુરોટ્રાન્સમીટર્સ મહત્વનો ભાગ ભજવે છે.

બ્રેઇન વેવ તથા ન્યુરોનલ પ્રક્રિયા પરથી ઊંઘના તબક્કાઓનું વર્ગીકરણ કરાયેલ છે. નોન-

રેપીડ આઈ મુવમેન્ટ સ્લીપ (NREMS)-સ્ટેજ-૧, સ્ટેજ-૨, સ્ટેજ-૩ તથા રેપીડ આઈ મુવમેન્ટ (REM) તબક્કાઓ છે.

મનુષ્યને સપનાં આર.ઈ.એમ. તબક્કામાં આવે છે. પરોઢિયે આવેલાં સપનાં ઘણી વખત યાદ રહે છે.

આ લેખમાં ઊંઘની સમસ્યાઓ તથા સારવાર વિષે માહિતી મેળવીએ.

ઊંઘની સમસ્યા (અનિદ્રા) (Insomnia)

૧. ઊંઘ મોડેથી આવે :- શરૂઆતમાં ઊંઘ આવવામાં તકલીફ થાય. (Early Night Insomnia). એક વખત ઊંઘ આવે પછી ઊંઘમાં ખલેલ ન પહોંચે.
- ૨ રાત્રિના વચ્ચેના સમયમાં ઊંઘ ઉડી જાય:- (Middle Night Insomnia) શરૂઆતમાં ઊંઘ આવે, પણ વચ્ચે ઊંઘ ઉડી જાય અને પછી ઊંઘ ન આવે, પરંતુ પરોઢિયે ઊંઘ આવે. સવારના સમયસર ઊંઘ ઉડી જાય.
- ૩ વહેલી સવારે ઊંઘ ન આવે:- (Early

Morning Insomnia) પરોછિયે વહેલી ઊંઘ ઊડી જાય અને પછી ઊંઘ ન આવે.

ઊંઘ આવવા માટેની બધી સગવડો હોવા છતાં ઉપરોક્ત તકલીફમાંથી એક અથવા વધારે તકલીફ હોય / થાય તો અનિદ્રાની તકલીફનું નિદાન થાય છે.

નિદાન :

અનિદ્રા એ બીમારીનું લક્ષણ છે બીમારીનું નિદાન નથી. અનિદ્રાના લક્ષણનું બે વિભાગમાં વર્ગીકરણ કરાય છે.

૧) પ્રાથમિક (Primary Insomnia)

૨) દ્વિતીય (Secondary Insomnia)

અનિદ્રાની ફરિયાદ દ્વિતીય કે અન્ય બીમારીને લીધે હોય તો મૂળ બીમારીની યોગ્ય સારવાર કરવાથી મૂળ બીમારી કાબૂમાં આવે છે તથા અનિદ્રા લક્ષણ પણ દૂર થાય છે. અનિદ્રા માટે અલગથી સારવાર કરવાની આવા કિસ્સામાં જરૂર નથી. ટાઈફોઇડની બીમારીવાળા દરદીને મૂળ બીમારી ટાઈફોઇડ માટે દવા અપાય છે, નહીં કે તાવ માટે.

સારવાર :

અનિદ્રાની ફરિયાદ પ્રાથમિક અનિદ્રાની બીમારી તરીકે હોય કે કોઈક વખત દ્વિતીય બીમારીની યોગ્ય સારવાર બાદ પણ અનિદ્રાની ફરિયાદ રહે તો નીચે મ્રમાણો સારવાર કરાય છે.

દવા સિવાયની સારવારની પદ્ધતિઓ (Non-Pharmacological Methods) :

(અ) ઊંઘ માટેના સોનેરી નિયમો તથા ટેવો : (Good Sleeping Habits, Sleep Hygiene):

- ૧) બેડરૂમ શાંત, આરામદાયક, અંધકાર/હળવા પ્રકાશવાળો હોવો જોઈએ. બહારથી ખલેલ ન પહોંચો.
- ૨) શરીરની સ્થિતિ (position) સૂતી વખતે આરામદાયક હોવી જોઈએ.
- ૩) પથારીનો ઉપયોગ ફક્ત સૂવા માટે જ કરો. દિવસના ભાગમાં કે સાંદે પથારીમાં આળોટવાનું ટાળો.
- ૪) સવારના ઉઠવાનો સમય નિયમિતપણે એક જ રાખો. રાતના ગમે તેટલી મોટેથી ઊંઘ આવી હોય તોપણ સવારના રોજના સમયે ઉઠી જાઓ.
- ૫) રાતના પોતાના સમયે સૂઈ જાવ. ઊંઘ ન આવે તોપણ પથારીમાં સૂતા રહો. પથારીમાં રિલેસેશન કરો. ભગવાનના નામનું રટણા કરો. આંખો બંધ જ રાખો.

(બ) મનને ઉત્સેધિત /અશાંત કરનારી પરિસ્થિતિ/ ધાટનાઓથી દૂર રહો : (Stimulus Control):

- ૬) ચા, કોઝી, કોલાયુક્ત ઠંડા પીણા સાંજ બાદ ન લો.
- ૭) સાંજ બાદ ધુમ્રપાન, તંબાકુનું સેવન ન કરો.

- ૮) રાતનું જમવાનું યોગ્ય સમયે લો.
શક્ય હોય તો સુવાના સમયની બે
કલાક પહેલાં જમી લો. રાતનું
ભોજન હળવું લો. રાત્રે પેટ ભરીને
ન જમો.
- ૯) સુવાના સમય પહેલા દલીલબાળ
ટાળો. મનને ઉત્તોજિત કરનારી
પરિસ્થિતિ ટાળો.
- ૧૦) બપોરના સુવાનું ટાળો.
- ૧૧) સાંજ બાદ જોમભરી (Vigorous)
શારીરિક કસરત ન કરો.
- ૧૨) રાતના ટીવી જોવાનું ટાળો (ઉંઘ ન

આવે તો પણ, શક્ય હોય તો રાતના
૧૧.૦૦ વાગ્યા બાદ લાઈટ બંધ
કરી દો.

૧૩) ઉંઘ ન આવે તો પણ રાત્રે ઘડિયાળ
ન જુઓ.

૧૪) ઉંઘ ન આવે તો પણ પથારીમાં
રહો, રીલેસેશન કરો. પથારીમાંથી
બહાર ન આવો.

૧૫) રાત્રે ૧૧.૦૦ વાગ્યા બાદ મોબાઈલ
ફોન, કોમ્પ્યુટરનો ઉપયોગ ટાળો.
સારવારની અન્ય પદ્ધતિઓ વિષે હવે
પછીના લેખ - ભાગ - ઉમા જાણકારી મેળવશું.
(કમશા:)

મુલચંદ લાલજી એન્ડ ક્યુ.

MULCHAND LALJI & CO.

Importers & Wholesale Dealers in:
**One Side Coated Paper, Wet Strength Paper, Mettalized Paper,
Glassine Paper, CCK Paper**

Admn. Office : 229/231, Perin Nariman (Bazar Gate) Street, 1st Flr., Fort, Mumbai-400 001.

Phone: (+91-22) 2261 7273 • 2261 7878 • 2261 7299 • Fax: 2261 1207

Email : info@mulchandlalji.co • Mobile : +91 98201 27299

Shop & Reg. Office : 202/203, Bora Bazar Street, Near Jain Temple, Fort, Mumbai-400 001.



AN INSPIRATION IN MY LIFE



KHYATI ANIL HARIA

It's a simple three letter word: MOM. Yes! My mother is a hero of my life - A true warrior: My constant Inspiration in my Life.

For me heroes really exist in reality. And for me my super hero is my mother. She is actually an ordinary woman, but for me she can do extra ordinary things. She has brought me up with a strong faith and a power to face the toughest challenges in life.

She is the one who has helped me read, write and explore things in life. With the fact that she has not studied from an English Medium School, still she managed to make me study by buying text books in Gujarati, so that she can compare our school textbooks with the Gujarati ones to make me understand each and every line of the book. Today when I sit and realize I feel overwhelmed for what I am today is all because of her. She has always pushed me to study hard so that I can achieve my life's goal. She is an inspiration in everything I do.

Everyday, my mom inspires me to be the best I can and so I feel the world needs more women like my mother. Her support, her drive, her strength, her hard work, her perfection and heart cannot be

found just anywhere. I am blessed to call her my mother. My mother is the perfect example of what I aspire to be. She is like a role model for me. She has been a teacher to me when I needed to learn something, she has been a coach to me when I am low and frustrated in my life, she has been my all-time tailor and designer whenever my clothes needed alteration and beautification, and she has also become my healer when I am being hurt.

Like we all have a **Smart Phone** in today's hi- tech technology world, I can proudly say I have a smart phone as well as a **Smart Mom**. Where **Google Maps** helps us show the right path / route to reach our destination, my mom has always shown me the correct path which has helped me reach several destinations in my life. My smart mom is no less than the **Weather Forecast** feature on our phone. No matter in whichever corner of the world I am, she never fails to remind me to take necessary precautions suiting the weather. She is the **Google** for all my doubts and queries. Wherever I am stuck and confused, she is one who is just a call away to help me answer all my questions. I believe that it is important to get mothers advice, particularly because they



have had many years of experience and have gone through so much in their lives. Like **Google**, my mom has constantly been there for me no matter the problem. Where our social media app **Facebook** always asks us "**what's on our mind?**", my mom has always been an observant person, she has always known where there was something irritating me, when I am stressed, upset or angry, happy and excited. She clearly knows what's going on in my mind? I mean sometimes I feel, she has inserted and inbuilt device inside me to know what is going on inside my head. Like the **Clock** in our smart phones who always reminds us to be on time, my mom has always taught me to be punctual in life. She reaches always before time, may it be she has to catch a train or bus, meet someone, or she has an appointment with any doctor. No matter what the situation is, she is always way ahead of time. This is where I am inspired by her, because I feel punctuality is more than just being on time. It is a practice that cultivates respect for other human beings. My mom has helped me build this practice as I was a kid, and today I can proudly say that this is one of the most invaluable practice that instills an attitude of inner discipline in everything. It is truly a gift for me. No matter how old I am, my mother stills takes care of me medically. She keeps a regular check on my health just like my smart phone **Health Feature** does for me. She constantly advice me on what to eat, when to eat, how much to eat, when to rest, when to take a break. My all in one

health records which includes exercise records, sleep records, and diet records are taken care by my smart mom. My mom has been my constant **Youtube Channel** who helps me enhance my cooking skills. She has also been my live **Commutree**, who leaves no stone unturned to explain me the various relations in our community. Our relation is more than any other friendship that my **Gallery** of life is filled with infinite memories with her. In short, in my Life's **Playstore** I am grateful to have installed and inherited perfection, honesty, multitasking, confidence, kindness, being independent and many other skills from my mom which I will never **Uninstall** from my life.

It is true that all women are born managers. And so is my mother. She requires no certificate or a professional degree to prove her managerial skills. Whether its time, house or family, cooking, managing kitchen or multitasking, her managerial skills are beyond compare. I firmly believe she has got this from her mother -in - law. I can proudly say that all I have inherited today of being a perfect manager and a strong mother is all because of her. And I am so proud to be born in such family who believes in instilling life's important values deep within us which can never be forgotten or neglected.

My mom has taught me so much throughout my life. She never really taught me lessons, but showed me by examples. Her decision making abilities

is what I have inspired the most. With every decision I make, I think to myself, "what would mom do?". I admire my mother because of how she faces her struggles, how she respects herself, how she has accomplished so much and for everything she has done for me in my life. No matter how many times I have heard from her: "In our days, this never happened.... we always listened.... we never had freedom you have and so on and so forth" but in reality she has so easily adapted to the new rules of the age which in turn becomes smooth for our relationship to nurture. I am so glad and inspired by her that she is not stuck in the world of her childhood or her age, but has been more understanding and adapting to the changing lives.

She is a firm believer of Lord Ganesh. Never even once has she has failed to remind me to carry Ganesha idol during my travel. She believes it will help me to steer clear of the obstacles in my path. That's how I have learned, inspired and gained my faith in worshipping Lord Ganesha. She has also taught me Jainism and the powers that you get from the mantras and how it just soothes our mind and we get positive vibes and energy. Whenever I am stuck at any difficult situation, this positive energy guides me towards the solution. Her faith in religion has laid a strong foundation in my life.

Today she has made me capable in the world to be independent, even though she doesn't hold any professional

degree of her own. I can proudly say that all my confidence and drive to be independent is what I have gained from her. Right from the start, my mom was the one who nurtured me, prayed for me, worried about me, guided me and supported me in every step of my life. With now me being a mother of an 8 yr. old, I feel I am already turning into how she is. And I am very thankful for this. Even things like emphasizing on eating more vegetables, limiting screen time are so important to me now as a mom. All those years she taught me to tidy up the house, look presentable and be perfect in whatever work you do. This is how she has always been doing things, and I feel I have been practicing and teaching my son the same. Truly I feel blessed to have learned a lot from her.

On this Women's Day, I honor each and every woman who are not only working hard for their living but also bringing happiness in their son, daughter, husband, families and friends too! I truly thank KVO Lady Graduates Association for always coming up with fantastic events and giving this wonderful opportunity to write, express and share a little bit about the women who made me who I am today. I hope that I can be half the mother and wife that my mother is.

Thank You.

Contact No: 9833412825

Email ID: khyati123@gmail.com

Village: Halapur



From Challenges to Cheers



શ્રી ક.વી.ઓ. લેડી ગ્રેજ્યુઅફ્સ એંસોસિયેશને વુમન્સ કે નિભિતે "Women Symbol of Power"ના શીર્ષક હેઠળ નિબંધ સ્પર્ધા આયોજિત કરી હતી. નિષાયિકો દ્વારા ઉત્તમ નિબંધ (૧) From Challenges to Cheers - written by Simpal Manish Nagda (Bhojay)ને પ્રથમ પારિતોષિક અને (૨) From Challenges to Cheers - written by Lavangika Damji Savla (Suvai)ને દ્વિતીય પારિતોષિક આપવામાં આવ્યું હતું. ગયા અંકમાં પ્રથમ વિજેતાનો નિબંધ છાપવામાં આવેલ હતો અને આ અંકમાં દ્વિતીય વિજેતા લવંગિકા દામજ સાવલા ગામ સુવર્ણનો નિબંધ છુપાશે.

જિંદગીથી ના ડરે તે મોતને ઢારી શકે
આગાને જે પી શકે તે આગાને ઢારી શકે
ટાંકણાના ધા સહીને પણ તૂટે નહીં
એ જ આરસપહાણ નિજ પર શિલ્પને ધારી શકે.

સફળ માણસોનો ઈતિહાસ હોય છે અને એમની કારકિર્દીની ભૂગોળ હોય છે. 'સાહસ વગર સિદ્ધિ નથી' જેમણે જીવનમાં સામી છાતીએ પડકાર જીવ્યા હોય છે, એવા નરબંકા અને વીરાંગના પ્રસિદ્ધિ પામે છે, એમના જ પાળિયા પૂજાય છે.

પડકાર જીવવાનું સામાન્ય માણસનું તો ગજું પણ નથી હોતું. બે સરક ફંટાય તો ચીલેચીલે તો ઘણા ચાલે પણ ઓછા ખેડાયેલ રસ્તે વીરલા જ ચાલી શકે. વેણીભાઈ પુરોહિત લખે છે કે,
દશા પર દૂરનારા અને દશા પર દારનારા
નથી હોતા ખુમારીથી જીવનમાં જૂરનારા
દશા તો છે સરક જેવી, સરક ચાલી નથી શકતી
સરકને ખૂંદનારાને સરક જાલી નથી શકતી

જ્યારે સરકને ખૂંદનાર વાયુવેગે ચાલતો હોય અને ધરતી પર પગ પણ ન છબતો હોય તો સરક ક્યાંથી એને જાલી શકે? યુવાનીમાં તો જોમ પણ વધુ હોય અને જેમને પડકારભર્યા કામ કરવામાં જ આનંદ આવતો હોય એ એમની જન્મજાત સાહસિકતા પુરવાર કરે છે. શ્રી જવેરચંદ મેઘાણીએ લઘ્યું છે,

ઘટમાં ઘોડા થનગાને, આતમ વીજે પાંખ
અણાઈઠેલી ભોમ પર યૌવન માંડે આંખ

આ સાહસવીરો ગમે ત્યાં નીકળી પડે. ભોમિયાની પણ જરૂર ન પડે અને દુંગારા ભમવાના શોખીન હોય. ‘થા હોમ કરીને પડો, ફ્ટેઇ છે આગે’ એ ‘નર્મદ’ નો મંત્ર યાદ રાખીને ઝંપલાવી દે અને ધૂળમાંથી પણ એ લોકો જ રતન પેદા કરી લે. કિનારે બેસી છબદ્ધબિયા કરનારને મોતી ક્યાંથી મળે? મોતી મેળવવા તો સમુદ્રને ઉલેચવો પડે, પછી ભલે ને ગમે એટલી પ્રતિકૂળતા હોય. સાચો સમર્થ નાવિક જ અને કહેવાય જે પ્રતિકૂળ ધારા સામે નાવ ચલાવી શકે.

શોધે છે શું કિનારે શોધનારા? કોઈ અને શંખલા દેશો તને કિનારા
વસ્તુ કદીય મૌંધી મળતી નથી સહજમાં, મોતી મેળવે છે મજધારે દૂબનારા

એવરેસ્ટ શિખર પર પહોંચ્યા બાદની ખુશી તો ચિચિયારીઓ દ્વારા જ વ્યક્ત થાય. પુલવામા હુમલા પછી આપણો પાઈલટ ‘અભિનંદન-વર્ધમાન’ જ્યારે પાકિસ્તાનની પકડમાંથી બહાર આવ્યો ત્યારે એની અને આપણી ખુશીનો પાર ન હતો. કેટલું વેઠ્યું હશે એણે પાકિસ્તાનમાં? હંમણાં ઉત્તરાંડમાં હિમશિલા તૂટી પડી અને અનેક જણા દબાઈ ગયા ત્યારે જવાનોએ ભગીરથ પ્રયાસ કરીને અમુકને જીવતા બહાર કાઢ્યા. એક યુવાન જે જીવતો બહાર નીકળ્યો અને હવામાં હાથ ઉછાળીને પોતાની ખુશી મ્રકટ કરી એ દૃશ્ય આંખમાં વસી ગયું. કેટલા પડકારો વચ્ચે એ અંદર જીવંત રહ્યો હશે અને કેટલા પડકારો વચ્ચે જવાનોએ અને બહાર કાઢ્યો. ચિચિયારી પાડવાનું મન થઈ જ જાય. જેટલા મોટા પડકાર એટલી જ મોટી ચિચિયારી.

આજાદી પણ આપણાને સસ્તામાં નથી મળી. તે માટે કેટલાય જવાનોએ શહીદી વહોરી છે. દેશદાઝ ધરાવતા નેતાઓએ કુરબાની આપી છે. આજે પણ દેશપ્રેમની ધગશ ધરાવતા શૂરવીરો આતંકવાદ સામે લડે છે અને શહીદી પણ વહોરી લે છે. આપણા વડા પ્રધાન ‘નરેન્દ્ર મોદી’ કેટકેટલા પડકાર વચ્ચે કામ કરી રહ્યા છે. છખન ઈચ્ચની છાતી ધરાવનાર જ દૂરંદેશી વડે આવેલ વિટબણાઓને પહોંચી વળી શકે.

દર વખત આંસુ વહે એવો નથી કોઈ રિવાજ
કોઈ વેળ આંખમાંથી લોહી પણ દડદવું જોઈએ

આકોશ હોય તો જ અન્યાય સામે લડવાની તાકાત આવે, હિંમત આવે અને ‘હિંમતે મર્દ તો મદદે ખુદા’. પતંગ હંમેશાં પવનની સામે અને સાથે જ ઊડે છે ત્યારે જ આકાશમાં આટલી ઊંચાઈએ પહોંચી શકે છે.

ધરતીમાં બીજ વાવીએ અને પણ વૃક્ષ બનતા પહેલાં ધરતીને ચીરીને પાણી ન મળે ત્યાં સુધી સૌંસરા ઊતરવું પડે છે ને મૂળને જાંદું કરવું પડે છે અને ત્યારે એ વૃક્ષ પર પક્ષીઓ કિલ્લોલ કરી શકે છે. આમ કોમળ મૂળિયાં પણ મજબૂતી ધારણા કરીને પોતાનું સ્થાન બનાવી શકે છે. નારીને અભળા ગણવામાં આવે છે, પણ ખરેખર તો એનું બળ માપી નથી શકતા એ રીતે એ ‘અ-બળા’ છે. ઈતિહાસ એનો સાક્ષી છે. ક્યારે એ રણાંદ્રી બનીને જગદબાનું રૂપ ધારણા કરીને મે ૨૦૨૧  ૪૫

ભલભલાને ‘ભૂ’ પાઈ દે એટલી શક્તિ અનામાં છે. જાંસીની રાણી લક્ષ્મીબાઈએ પડકાર કરીને કહુંકે, “મેરી જાંસી કબી નહીં દૂળી” ત્યારે એ વીરાંગના સાબિત થઈ. પર્વતારોહક બચોન્નીપાલ હોય કે દોડવીર પી. ટી. ઉષા, અવકાશયાત્રી કલ્યના ચાવલા હોય કે પ્રથમ આઈ.પી.એસ. ઓફિસર કિરણ બેદી, આવી અનેક સ્ત્રીઓએ દરેક ક્ષેત્રે પડકારો ઝીલીને સફળતા હાંસલ કરી છે અને પ્રસિદ્ધ પામી છે.

અત્યારે કોરોનાકાળમાં તો દરેક વ્યક્તિ પડકારરૂપ જિંદગી જીવી રહી છે અને આ પડકારોએ જ જિંદગીનું ખુલ્યું મૂલ્ય સમજાવ્યું છે કે પરિસ્થિતિ આવે એનો સામનો કરવાનો છે. એક વિશ્વાસ સાથે આગળ વધવાનું છે. પરિણામ મળે અને ન પણ મળે ન મળે ત્યારે કરોણિયાને યાદ કરવો રહ્યો. પ્રયત્ન કરી કરીને એ જીજ બનાવ્યા કરે છે. ભલે અનેક વખત ભાઁય પર પછાય.

નિસાસાની ચાદર હું વણતો નથી ને વેરાનના મંગો ભણતો નથી
વસંતોમાં મેં વિશ્વાસ રાખ્યો છે, તૂટેલા પાનને હું ગણતો નથી

નિષ્ફળતાને ભૂલાવીને સફળતા તરફ પગરણ માંડતાં માંડતાં મંજિલ કયોરક ને ક્યારેક જરૂર મળશે અને ત્યારે જે આનંદ મળશે તે અનોખો જ હો.

એકસરખી ધારા જળની જો પડે, ગમે તેવા પાખાણને પણ ભેદી શકે
ભાગ્ય પલટાય ના ઈચ્છા વડે, યત્ન કરો ખંતથી એ જ પયગામ છે

આપણાને માનવજન્મ મળ્યો એ જ દુર્લભ છે. આ ભવને સાર્થક કરવા પણ ખૂબખૂબ મહેનત કરવાની છે. આત્મામાં લીન થઈને કેટલાય જીવ ‘સિદ્ધ’ થઈ શાચત સુખમાં આળોટી રહ્યા છે. આપણો પણ આ ભીતરના પડકારને ઝીલીને આનંદની અનુભૂતિ માણવા આત્મા પ્રત્યે લક્ષ કેળવવાનું છે.

સવારનો ધુમ્મસ પણ એ
શીખવાડે છે કે,
બહુ આગળનું જોવું
નક્કામું છે.
ધીમેધીમે આગળ
વધતા રહો, રસ્તા
આપોઆપ ખુલ્લા થઈ જશે.

‘કળિયુગમાં’
પ્રભુના દ્વારે પણ પોતીસપહેરો ?
આ માણસનો કેવો બવહાર છે !
અરે ! આ શાંત શહેરમાં સત્રાટો કેમ ?
હા ! જરૂર આજે કોઈક તહેવાર છે !
પ્રવીણ ગોગારી , દહીસર
ફોન ૨૮૮૫ ૩૪૫૮

વાત છે મારી-તારી-આપણી

પ્રેમજી ભવાનજી છેડા

શ્રી જૈન શ્વેતાંબર કોન્કરન્સનું સોળમું અધિવેશન શ્રીમાન શોઠશ્રી મેઘજી સોજપાલ (લાયજા)ના પ્રમુખપદે ઈ.સ. ૧૯૪૫, એટલે કે ૭૬ વરસ પહેલાં રાખવામાં આવેલ.

એમાં એમણો આપેલું ભાષણ તા. ૮-૪-૧૯૪૫ના જયભારત સાપ્તાહિકના ૮માં અંકમાં છાપવામાં આવેલ જેમાં ૧૨ પાનાંમાં સમગ્ર જૈન સમાજ માટે નીચે મુજબના વિષયો પર એમણો પોતાના વિચારો, પ્રશ્નો અને ઉકેલો દર્શાવેલ છે.

બીજા વિશ્વયુદ્ધ પછી આપણા સમાજની પરિસ્થિતિ વિષે પણ ખાસ ચિંતા વ્યક્ત કરેલ છે. કેટલાક પ્રશ્નો ઉદ્દેશ્યો હોય કે જૈન સુસંગત લાગે છે.

એમણો વિશ્વબિગ્રહ, કેળવણી, પશુધન, દીક્ષા, મધ્યમ વર્ગ, શિપિંગ ઉદ્યોગ, હોસ્પિટલ, આવાસ, ગૃહઉદ્યોગ, સાહિત્ય અને જૈન ધર્મ સંબંધી ઘણાંઘણાં વિભાગો પર વિચારો રજૂ કર્યા છે.

હું અહીં ૧૨ પાનાંમાંથી બે થી ગણ વિષયો પર એમના જ શબ્દોમાં વિચારો રજૂ કરીશ. એમની દીર્ઘદૃષ્ટિ તથા સાધર્મિક ભક્તિ અને આજના કોવિડ-૧૯ની મહામારીથી જે

પરિસ્થિતિ સર્જઈ છે, જે ત્યારે વિશ્વવિગ્રહ થકી સર્જઈ હતી. ટૂંકમાં “મધ્યમ વર્ગને રાહત તથા બેકારી નિવારણા”.

“હવે હું જે પ્રશ્નો તાત્કાલિક નિવેદો માંગે છે તે પ્રશ્નો પર આવીશા. વર્તમાન વિશ્વયુદ્ધથી જે અત્યાંત મૌંઘવારી થઈ છે તેથી બીજા સમાજની સાથે જૈન સમાજ પણ અત્યાંત વિષમ આર્થિક સ્થિતિમાં મુકાયો છે. સમાજનો મધ્યમ અને ખાસ કરીને નોકરિયાત વર્ગ અત્યાંત મુશ્કેલીમાં મુકાયો છે. તોમનો માટે જીવનનિર્વાહ સરળતાથી કરવો શક્ય નથી”.

આ માટે તેમણો સરકારની જેમ ખોટ ખાઈને અનાજ વગેરે સહાયની વાત કરી છે. નાના નાના ઉદ્યોગો કે જેમાં થોડી મદદ મળવાથી માણસ ઉદ્યમે ચડી શકે છે. એક સહકારી મંડળી સ્થાપવાની વાત કરે છે જે રાહત દરે લોન આપે.

મોટામોટા ધંધા-ઉદ્યોગો માટે કો-ઓપરેટીવ બેન્ક સ્થાપવાની વાત કરતાં ઉદ્યોગ મંદિરો સ્થાપવાની વાત કરે છે. આપણી સંસ્થાઓમાં- પેઢીઓમાં, ઓફિસોમાં જ્યાં જ્યારુ હોય ત્યાં મધ્યસ્થી કરી નોકરીઓ આપવી જોઈએ.

સાધારણ ખાતું મજબૂત કરવું જોઈએ જેથી જેનોને પણ જેન સંસ્થાઓમાં નોકરી આપી શકાય. સંસ્થાઓની જગ્યાઓ વધુ ભાડાની લાલચ ન કરતાં આપણા ભાઈઓને હાલ પૂરતું ઓછા ભાડામાં રહેઠાણ માટે આપવી જોઈએ.

પ્રાથમિક કેળવણી પર પણ ખૂબ ભાર આપતાં જણાવે છે કે, ધાર્મિક શાળાઓમાં પણ અક્ષરજ્ઞાન આપવું જોઈએ એ વખતમાં પણ સ્કીલ ડેવલપમેન્ટની વાત કરતાં જણાવે છે કે, “માધ્યમિક કેળવણી સંબંધી અનુભવીઓનો એવો મત થયો છે કે કેવળ ભાષાજ્ઞાન, ઇતિહાસ-ભૂગોળ, ગણિત, વિજ્ઞાન જાણવાથી જીવનનિર્વાહ થઈ શકતો નથી, માટે માધ્યમિક શાળાઓમાં હુશર ઉદ્ઘોગોનું શિક્ષણ આપવું જોઈએ જેથી કેળવણી પૂરી થતાં કોઈ પણ માણસ જીવનનિર્વાહ સરળતાથી કરી શકે.”

કન્યાઓ માટે પણ હુશર અને લલિતકળાઓ શિખાડવા પર ભાર મૂકે છે અને સંસારજીવનમાં પણ ઉપયોગી થાય એવી કેળવણી સ્ત્રીઓને આપવી જોઈએ.

ઉપસંહારમાં તેઓ ભાષણ આપતાં કહે છે, મને જે ગ્રન્થો થયા છે એ રજૂ કર્યા છે. નિવેદો લાવવો તે આપણા હાથમાં છે. આજે આપણાં દાનનો પ્રવાહ યોગ્ય દિશામાં વાળવો જરૂરી છે. આપ પણ અને મતભેદો ભૂલી જઈ સમાજનું શ્રેય કેમ થાય તે દૃષ્ટિથી કામ કરશો. આપણી પૂર્વની જાહોરલાલી હાલમાં રહી નથી તેનો ખયાલ કરી પૂર્વસ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવા માટે વ્યવસ્થિત પગલાં ભરશો. ઉપસંહાર હજી લાંબો છે, પણ શું નથી લાગતું કે ૭૫ વરસ પછી પાછી જે પરિસ્થિતિ નિર્માણ થઈ છે ત્યારે એમના વિચારો આજે પણ સુસંગત લાગે છે.

૨૦૧, શીતલ, સર્વોદય નગર,
નાહુર રોડ, મુલુંડ (વેસ્ટ).
મો. ૯૮૩૩૦૨૮૪૨૧

આકાશમાં નજર આવતા તારા
ગણવા આસાન છે, પરંતુ સાથે
રહેતા કોણા-કોણા આપણા છે
તે ગણવા મુશ્કેલ છે.
બહરાથી દેખાય તેં ફક્ત
અલાક હોય છે સાહેબ,
પણ અંદરથી દરકે
વ્યક્તિ અલગ હોય છે.

કશું ના હોય ત્યારે
અભાવ નરે છે,
થોડું જ હોય ત્યારે
ભાવ નરે છે,
જીવનનું એક
કડવું સત્ય છે
બધું જ હોય ત્યારે
સ્વભાવ નરે છે.

ગુર્ભિલહર

સંપાદક : વિશન નાગડા

સવારી

ન રડ ન હકલ કિએ, જેં કે જિતા ખબર પિએ;
તિતા મિડે ધોડી લગા મુંજુ સારવારમેં.
કું નારાયો કું ધુરાયો કું વરી સણગારેઓ;
કો'ક વરી ગીત મૂંજા ગાતાં ઉછકારમેં.
સાનસેં સવારી મુંજુ હલછ સમસાન ફુરા;
આઉં મૂંકે ડિસી પેઓ અચરજ વિચારમેં.
જ્યયરે ન આવઈ એડી મોય મજા આવઈ 'તેજ';
અગાહ કરું માન જુડ્યો ન જમારમેં.



શ્રી તેજપાલ ધારશી નાગડા, કવિ "તેજ"

વલા,

અ જ જો ઢી કીંક ન્યારો આય !
પાં ગે મેણો વિછોડે જુ ગાલ કિએ સે વિછોડો
હિકડો, ને અજ કવિ તેજપાલ ધારશી નાગડા
"તેજ" દેવ શિએ વ્યા ઈ સમાચાર આયા ને જુકો
વિછોડો ઘો આય સે વરી તેનું પ વડો !
પોણી સધી તઈ કચ્છી કવિતા જે ભાગ કે-
બોકાઈધલ મરમી માયતર "તેજ" જડે તેજમેં
ભિરી વ્યા વેં, તોર હીં ત આંધારો ઘો ડિસજે.
પ પાંકે ઉન તેજ જે ડિનલ ઊજારે જો વડે
આસરો આય.

તેજ ચેંતા,

"પિંફજેં કે પિંફળુ લગો, પડુકેં નોલી
અંડી આય કચ્છ ડેસજુ, હી બાબાણી બોલી".
પાં, કાને મંતર વિગર જેં સબધેંજુ ગાલ કયું
તા. ચારી ચારી કાવ-સંઘરા રીધલ ઈન અવતારી
કવિ બ સંઘરા અંડા ડિનેં આય જેંજે નામેં કાનું
મંતર કીં નાંય !
ઈ સંઘરા અઈ.....

(૧) અધપ(સ્ત્રી.) અદબ. (f.) Modesty

(૨) પપન (વિ.) (ખાસો) સારું, ઉત્તમ, (adj.) Best
"પપન" શબ્દ મૂંજો ય સુષાલ નાંય. 'તેજ' ભા
અભડાસેજુ અસલ ભોમકામેં ઉગાલ વનવાસી
કવિ, ઈનીજે હથે ઓડે કંઈક શબ્દેં કે ઊજાસમેં
અચેજો અવસર મિલ્યો આય !

('પપન' શબ્દ જુ કે જાણકારી વે ઉ જરૂર ઈનજી
ઇણાવટ કરીએ !)

પનપટી : ચોટવારા ચાબખા મારણા ઈ તેજ જુ
કવિતાજુ તાસીર, પણ તેજ ત મરમ જા કવિ !
ઈની વટે વિચાર ને વાણીજુ જુકો સું (સૌંદર્ય)
આય તેજે હિકડો નિમૂનું "પપન" મિંજા.

બચપણ જુ ગુંગી જિલ

બચપણ સોભે અંડો

જાણો ભગીયો મેં ફૂલ

મિઠીયું ડિનેજો મન થીએ

'તેજ' જેંજુ ગુંગી જિલ !

તેજ

ભલેં તડે ઈંગીયા પ માણીયું તેજવાણી કે.....

વિશન

હુંકારેજ હેલી

બાબીડેજા બોલ સુણીને, આઉં જાગી વિઈસ વેલી;
જાગી વિઈસ વેલી જેડલ, મુંકે જાધ પેઆ બેલી. બાબીડેજા...
વડ પિરોજો ચંધર ચડેઓ, રાત ધૂચી વિઈ મેલી;
રંગ રૂપારી ચાંધરીમેં, ફૂટી પાંખડી પેલી. બાબીડેજા...
મારા ખણીને નિકરઈસ બારા, જોગણ આઉં જેગેલી;
હીંયાં હીંયેકે હકલું કર્યો, હલઈ હુંકારેજ હેલી. બાબીડેજા...
હલી હેકલી હરે કરે મું, બિલંધી ખોલઈ ડેલી;
સજણ ઉથીને સામે આયા, સેંધ વધી પિઈ સેલી. બાબીડેજા...

❖❖❖❖❖

સામડો સુભાગી

માડી રે જસોડા તોંજો સામડો સુભાગી,
સામડો સુભાગી તોંજો કાનુડો સુભાગી; માડી રે...
ગોકલ ગંજેજિયું જેલાય સિર્ક પિઈયું સેરિયું,
વંસી વજાયતો અંડી જડ પેંતા જાગી; માડી રે...
મિઠા મિઠા વેણ જેજા નિંદા નિંદા નેણ નિમરા,
ભલેં નેણ નિંદા નજરું નિકાલકે તાગ્યો; માડી રે...
ગોપિયન ઘેર્યો ડિઠો વિઠો વનરાવનમેં,
ડિસણમેં રાગી વાલો વસણમેં વેરાગી; માડી રે...
'તેજ' એ મુંતા જુઆરોઓ જમુનાંતે જાધવો,
જેં સામડો ન સમરોઓ ઉ હીંયા હતભાગી; માડી રે...

❖❖❖❖❖

તીરથ

'તેજ' તીરથેં ઘોડેઓ હામી ન આયો હથ;
જડેં હીંયેમેં આયો તર્ફેં તનડો લગો તીરથ.

જુઆરે જુઆરે

સજણ કીં ન આયો સંભારે સંભારે;
અખડિયું થકિયું વાટું ન્યારે ન્યારે.

ઉમેધું વરઈયું મુંજિયું અંધરમે જ ઊંઘિયું;
જું લોરિયું વરેં પાછિયું કિનારે કિનારે.

વલું પોખદયું તેંકે વરેની વષ વેઆ;
ન ફૂલેં ફોરઈયું પાણી પીઆરે પીઆરે.

મોધું ભરજેં ઈતરિયું અંદી ફરિયાધું;
સુષાદીયાં કેંકે વટ વેઆરે વેઆરે.

વાવડ મિલે તાં લિખાં હુંઢી છિન હીંયેજ;
માન ડિસંધે જિને હથ સીકારે સીકારે.

મિલેં જ સરૂપેં સામીં વિઝી સમજાઈયાં;



ડિસા !

સાધુજે હથમે

મું

નિંદો હોકાયંત્ર ડિઠો

તર્ફે પુછેઓ

ભલા હી એં કુલા રખોતા ?

ત ચેઓં-

ડિસા ન્યારેલા.

મું ચેઓ... હે !

અંજા આંકે ડિસાજી

ખબર નાંય પિઈ ?

"તેજ"

અમર “તેજવાળી” જ કુલડા

ભિલી તિન ભિલી તિન
હી મોભત જો મેડો
ચંઈ હિંએજે ખેલ મે
“તેજ” ખોભરો કેડો ? !

સજણ અર્દી સોણું ખાસો ડિઈ વેઆ,
ને કાયમ પ્રેમ જો પાસો ડિઈ વેઆ !
આં મથાનું ચિત ચુસે નતો “તેજ”
ભલ અંડો કોઈ જાધજો જાસો ડિઈ વેઆ !



મેડો મે હટડી મંઢીયું
ધિરાકી કિતરી વાર ??
ખટ તાં ‘તેજ’ અંડી કજો
જુકો હલે સજુ જમાર.....



પાડોસી.....

કો’ક પાડોસી સગોનું સલારા,
કો’ક ઘઉસ ધિલધારી એ ન તીંઓ;
કો’ક આફિતમેં અગીયા ઊભા હુવેં,
કો’ક મંડો ત બુઅારી એ ન તીંઓ.



હિકડા ખંધા ને, બ્યા ખુણસીલા
ન્યા થધા ને થોભી
“તેજ” ચે, ઈ સમાજ કીં સુધરે
જેંજા મોથાજ વે મોભી!



સફરજા માંડળા ને
મુસાફર જો મરો
નિકાં હલકારે જે કોથરે મેં
પિંઢજો વે કુરો
“તેજ”



મેંમાણ નેં મહધલ ડિસી અચેં તીં,
રાતજો જ વધુ અચેં, મોતનેં ભીં !



કાંધી આંજા ભલો થીએ
કાંધી આંકે વંધ !
હલણા સીખ્યાસીં તેં વટા જ
અસીં હલી કેઓ પંધ !
અજ ચડાયા એં કંધ,
નકાં મા જો ઉખણ સંભરે !
“તેજ”

ધરીયે જેડી તેજવાળી મિંજા હી અંજલિ
તેજ પ્રેમીઓ - કચ્છી કાવ મરમીઓ જે હથમે..



નીયો વે તાંય ઊજાસ તે સજે ઘરકે
હી ત વો સિજ, “તેજ” ડિઈ બ્યો
ધુનીયાં ભરકે !

કોરોના અને સંજીવની

જુલાઈ ૨૦૨૦

(માનદ મંત્રીઓ)

માર્ચ ૨૦૨૦ મહિનાથી કોવિડ-૧૯ને લીધે લોકડાઉન આવ્યું એપ્રિલમાં તો આ કોરોનાએ ઉલ્કાપાત રચી દીધો. સામાન્ય રીતે સંજીવનીની તૈયારી મે - જૂન મહિનાથી થતી હોય છે. કન્વીનાર શ્રી અધિનભાઈ તથા અધિકારીઓ આ બે મહિના સતત નોંશનાલ ઈન્સ્યુરન્સ કંપનીના સાહેબો તથા વિવિધ ઈન્સ્યુરન્સ બ્રોકરો સાથે સંપર્કમાં રહેલ. પ્રીમિયમ વધશે કે નહીં? વધશે તો કેટલું વધશે? પ્રીમિયમ કલેક્ટ કેમ કરવું? પ્રીમિયમ કલેક્ટ કરવા લોકડાઉનમાં સેન્ટરો કેમ ઊભા કરવાં? આવા અનોક વિષય પર ચર્ચા ચાલી રહી હતી. આ ચર્ચાઓનો અંતે ઉકેલ એ આવ્યો કે આ વર્ષ પ્રીમિયમ વધારવામાં નહીં આવે, પરંતુ પોલિસીમાં નવી વ્યક્તિને ઉમેરવામાં નહીં આવે અને પોલિસી વિગતમાં કોઈ પણ ફેરફાર સ્વીકારવામાં નહીં આવે, ફક્ત મૃત્યુ તથા અન્ય અધિકૃત કારણાસર પોલિસીમાં રહેલ વ્યક્તિને રદ કરવા દેવામાં આવશે. બીજી બાજુ કોરોનાના કારણો લોકોનાં ધંધા તથા મહેનતાણાં બંધ થઈ ગયા હતાં, કેટલાક લોકો આનો કારણો પોતાના ગામમાં જતા રહ્યા હતા.

ગત વર્ષ ૨૦૧૯માં સંજીવનીમાં આશરે ૮૬૬૬ પોલિસીધારક હતા અને લગભગ

૨૭૦૦૦ લોકોનું મેડિકલેઇમ કવર હતું. આ વર્ષ જો બધી પોલિસી રિન્યુ થાય તો અંદાજીત રૂ. ૨૧ કરોડનું પ્રીમિયમ આવે. આ દરમ્યાન હજુ એક મુશ્કેલી સામે આવી. લોકડાઉનના કારણો બેન્કો તથા ઈન્સ્યુરન્સ કંપનીમાં સ્ટાફની હાજરી નહીંવિત હોવાને કારણો બશે પક્ષોએ ચેક સ્વીકારવાની ના પાડી અને આ વર્ષ ઈન્સ્યુરન્સ કંપનીએ સોવા સમાજને ફેસીલેટર બની બધા પોલિસી-ધારકોના ચેક પોતાના નામ પર કલેક્ટ કરી રીન્યુઅલની છેલ્લી તારીખ પહેલા ઈન્સ્યુરન્સ કંપનીનો એક ચેક આપવાની જોગવાઈ કરી.

હવે અધિકારીઓ સામે બે મોટા સવાલ હતા : ૧) કોઈ પણ પોલિસીધારકની પોલિસી પ્રીમિયમ ન ભરવાનાં કારણો રેથી ન જોઈએ. ૨) આવા લોકડાઉનમાં આટલા બધા લોકોનું પ્રીમિયમ કલેક્ટ કેવી રીતે કરવું, આ બશે વિષયો પર ઘણી ચર્ચા કરવામાં આવી અને પહેલા સવાલ માટે તાત્કાલિક કારોબારી તથા વરિષ્ઠ સમિતિની એક મિટિંગ બોલાવામાં આવી અને રૂ. ૩.૫ કરોડ રાહત પેટે અને રૂ. ૧.૫ કરોડ બ્રિજ લોન પેટે એમ એકંદરે રૂ. ૫ કરોડનો બજેટ ફાળવવામાં આવ્યું. બીજા સવાલ માટે વિવિધ બેન્કો તથા ફુર્ઝિયર કંપની સાથે સંપર્ક

કરવામાં આવ્યો પરંતુ કચાંક ને કચાંક લોકડાઉન તો નડતું જ હતું.

આ સમયે સેકેટરી શ્રી જિતેન દેઢિયા એ પ્રીમિયમ ઓનલાઈન કલેક્ટ કરવાનું સૂચન કરેલ, પરંતુ સંજીવનીમાં મોટા ભાગે વૃદ્ધ અને મધ્યમ વર્ગના લોકો હોવાને કારણે કદાય ૬૦% લોકો પ્રીમિયમ ઓનલાઈન ભરી નહીં શકે એવું લાગતું હતું. સમય પોતાના વેગથી વહી રહ્યો હતો અને બીજો કોઈ ઉપાય જડતો ન હતો અને જૂન મહીનો પૂરો થયો.

જુલાઈ મહિનાં શરૂ થયો અને લોકડાઉનમાં કોઈ છૂટ ન આવી. અંતે સેવા સમાજના સેકેટરી શ્રી જિતેન દેઢિયા અને શ્રી બિમલ વોરાએ સંજીવની ઓનલાઈન લઈ જવાનું બીંદું ઉપાડ્યું. અને બુક બોન્કનાં યંગ કાર્યકરોના સંગાથે ઓનલાઈનની પ્રોક્રિટલ અડચણો અને એમના ઉપાયો વિષે ચર્ચા / અભ્યાસ કરી એક માળખું તૈયાર કર્યું. અને દિવસ-રાત એક કરી અઠવાડિયાની અંદર સંજીવની રીન્યૂઅલ ૨૦૨૦ ઓનલાઈન લઈ ગયા. આ માટે પૂરા ખાનને નાના એરિયામાં તણીલ કરવામાં આવ્યું. જેમ કે હેલ્પલાઈન સપોર્ટ, જાહેરાત, ઓનલાઈન પેમેન્ટ ગોટવે, બોન્ક લાઇસનિંગ, સોફ્ટવેર, પ્રીમિયમ રિકન્સિલેશન, ગામ મહાજનાં સાથે સંપર્ક, બિજ લોન, ઈન્સ્યુરન્સ કંપની લાઈસનિંગ વગેરે અને દરેક એરિયાના સૂત્રધાર સંસ્થાના અધિકારી તથા કરોબારીને નીમવામાં આવ્યા.

જુલાઈ ૧૨, ૨૦૨૦થી સંજીવની

ઓનલાઈન રીન્યૂઅલ પ્રીમિયમ લેવાનું ચાલુ થયું, લોકોને પ્રીમિયમ ચૂકવવા બે ઓખાન આપવામાં આવ્યા ૧) NEFT જેમાં પોતાની બોન્કમાં જઈ NEFTનું ફોર્મ ભરી સેવા સમાજના બોન્ક ખાતામાં પેસા મોકલાવવા અને પોતાનો મળેલા UTR નંબર સેવા સમાજનો મોકલાવવાં અનો પ્રીમિયમ રિકન્સિલેશન થયા બાદ રસીદ મેળવવી. ૨) ઓનલાઈન સેવા સમાજની વેબસાઇટ પર પેમેન્ટ ગોટવેના માધ્યમથી પ્રીમિયમ ભરી તુરંત રસીદ મેળવવી. તા. ૨૭ જુલાઈ સુધી સેવા સમાજે રૂ. ૧૭.૫૦ કરોડ જમા કરી લીધા જેમાંથી રૂ. ૧૩ કરોડ એટલે લગભગ ૭૫% ઓનલાઈન પેમેન્ટથી મળ્યા અને બાકીના NEFTથી મળ્યા. આ પ્રીમિયમ કલેક્ટ કરવામાં બુક બોન્કનાં લગભગ ૩૦ કાર્યકરોનો મોટો ફાળો હતો અને એમનું આ કાર્ય બિરદાવાલાયક છે. હવે ૨૮ જુલાઈ સુધી ઈન્સ્યુરન્સ કંપનીને રૂ. ૨૦.૫૩ કરોડ મોકલાવવાના હતા એટલે સેવા સમાજે તુરંત જમા થયેલ રકમમાં રૂ. ૩ કરોડ નાખી એ કામ પણ પૂરું કર્યું.

પણ જાણો મુશ્કેલીઓએ સાથ છોડવો ન હતો. એકતરફ લગભગ ૨૨૦૦ NEFT આવેલ એનું રિકન્સિલેશન કરવાનું એક મોટું કામ હતું જે સેવા સમાજના કારોબારી સભ્ય શ્રી સુનીલ દેઢિયા અને તેમના ઓફિસ સ્ટાફ અને કેપાલીન બ્રોકરની ટીમ અને બુકબેન્કના કાર્યકરો સાથે મળી ખૂબ જ જહેમત ઉપાડીને પાર પાડ્યું. બીજી તરફ લગભગ ૪૦૦ થી ૫૦૦ પાંખિસીધારકોનું રીન્યૂઅલ થયું ન

હતું. આ માટે અધિકારીઓ, બુકબોન્કના કાર્યકરો તથા ઓફિસ સ્ટાફ મળીને ફક્ત ૨ દિવસમાં બધા બાકી રહેલ રૂપની થી ૪૦૦ પાંલિસીધારકોનો સંપર્ક કરવામાં આવ્યો. આ કાર્ય જહે મતભર્યું હતું કારણકે ઘણા લોકોનાં મોબાઈલ તથા ઈતર ફોન નંબર બદલાયેલ હોવાથી તેમનો ડાયરેક્ટ સંપર્ક થાય એમ નહોતું એ માટે એમના ગામ તથા એરિયાની ઓળખતી વ્યક્તિનો સંપર્ક સાધી તેમનો સંપર્ક સાધવામાં આવ્યો.

એ દરમ્યાન બાકી રહેલ પાંલિસી-ધારકોનાં વિવિધ કારણોનો ખયાલ આવ્યો, જેમ કે, ૧. ઘણા લોકો મહામારીના કારણો દેશમાં ચાલ્યા ગયા હતા. એમને ખયાલ પણ ન હતો કે રીન્યૂઅલ ચાલુ થઈ ગયું છે. ૨. ઘણા લોકોએ તા. ૧૩ જુલાઈ થી ૧૬ જુલાઈ દરમ્યાન NEFT કરેલ, પરંતુ બોન્કની ટેક્નિકલ ફોલ્ટના કારણો એ NEFT તેમનાં બોન્ક ખાતામાં પરત ગયેલ જેમની તેઓને જાણ ન હતી. તેઓને તુરંત ૪ ફરી NEFT અથવા ઓનલાઈન પોમેન્ટ કરાવી પાંલિસી રીન્યૂ કરાવાઈ. ૩. ઘણા લોકોએ પોતાની રીતે નોશનલ ઈન્સ્યુરન્સ કંપની ને ડાયરેક્ટ પોમેન્ટ કરી પોતાની પાંલિસી રીન્યૂ કરાવી હતી, પરંતુ તેની જાણ સેવા સમાજને કરી ન હતી. ૪. અમુક પાંલિસીધારકોના મૃત્યુ થવાના કારણો આ વર્ષ રીન્યૂઅલ ન હતું જેની જાણ સેવા સમાજને કરી નહોતી. ૫. ઘણા પાંલિસીધારકોએ પોતાની પાંલિસી બીજી ઈન્સ્યુરન્સ કંપનીમાં પોર્ટ કરાવી હતી જેની જાણ સેવા સમાજને કરવામાં આવી

ન હતી. ૬. અંતે બાકી રહેલ પાંલિસીધારકો એવા હતા કે આર્થિક મંદીને કારણો એમણો પાંલિસી રીન્યૂ ન કરવાનો નિર્ણય લીધો હતો, એવા લોકોને સેવા સમાજની બ્રિજ લોન ટીમે સંપર્ક કરી એમને મેરિકલેઇમની વિશેષતા જણાવી એમને રિન્યૂ કરવાની જોગવાઈ કરી અનો એવા લોકોનો બ્રિજ લોનની વ્યવસ્થા કરી આપવામાં આવી આ કાર્યમાં ઘણા ગામના મહાજનોએ પણ મદદ કરેલ. આમ એકોએક પાંલિસીધારકનો સંપર્ક કરવામાં આવ્યો.

આવી આકરી આર્થિક પરિસ્થિતિના કાળમાં સેવા સમાજની હાકલને માન આપી ગામનાં મહાજનોએ જરૂરિયાતમંદ વ્યક્તિઓની રાહત આપી હતી. તદ્વપરાંત સેવા સમાજે આગોતરા જાહેર કર્યા મુજબ ૧ લાખ થી ૨.૫ લાખના પાંલિસીધારકોને એમના પ્રીમિયમમાં ૨૦%-ની રાહત તથા બાકી રહેલ પાંલિસીધારકોનો એમના પ્રીમિયમમાં ૧૦%-ની રાહત જાહેર કરેલ.

હવે છેલ્લે સેવા સમાજે જાહેર કરેલ રાહત પાંલિસીધારકોને કેવી રીતે પહોંચાડવી એ સવાલ હતો. ફરી બધા જ ઉપાયો જેમ કે સૌન્ટર, કુરિયર કુ., બોન્ક વિગોરે પર ચર્ચા કરવામાં આવી, પરંતુ ફરી લોકડાઉન નાતું હતું અનો આખરે રાહતને પણ ઓનલાઈન લઈ જવાનો નિર્ણય લેવામાં આવ્યો. અનો પાંલિસીધારકોને પત્રિકા તથા વોટ્સઅ૱પ દ્વારા પોતાના બોન્ક ખાતાની વિગત સેવા સમાજને ઓનલાઈન મોકલવાની વિનંતી

કરવામાં આવી, જેનો ખૂબજ સારો પ્રતીસાદ મળ્યો અને આજની તારીખ સુધી ૮૦૨૬ પોલિસીધારકોને રૂ. ૨.૭૦ કરોડ રાહત પેટે એમનાં બેન્ક ખાતામાં જમા થઈ ગયેલ છે. છેલ્લે રાત-દિવસ એક કરી સંગ, સર્મર્પણ અને સંગઠનના મંત્રને ધ્યાનમાં રાખી કાર્ય કરનાર કાર્યકરોને યાદ કરવા જરૂરી છે.

મહેક મિલન મોતા - બીદડા (ટીમ લીડર), હેતલ ભાવેશ સાવલા - મોથારા, પારસ લહેરચંદ વીરા - કારાઘોધા, વિશાલ ભરત વોરા - મ્રાગપર, નીરવ જ્યંતીલાલ સોની - વડાલા, ઉર્વી સંજ્ય છેડા - બગડા,

હિરલ આશીષ ગડા - હુમરા, રિંકલ મિતોશ કેનિયા - કપાયા, કુતિ દર્શન નાગડા - હુમરા, તન્વી સુરેન્દ્ર ગાલા - સાડાઉ, દર્શ વસંત ગાલા - કંડાગરા, યશવી યોગોશ ગોસર - ગાઢશીશા, સમીર મોણશી દેઢિયા - ભુજપુર, ધીતી સચીન ગોગરી - ગ્રગડી, જીલ ભાવેશ ગંગર - નાંગલપર, હસ્તિતા રાજેશ સાવલા-રામાણિયા, હર્ષ અરુણ ગોસર - હુમરા, અવનિ લીનેશ કુરિયા - મેરાઉ, અવનિ મહેશ સાવલા - કોડાય, ટ્રવીકી કેતન સાવલા - વડાલા, મેહુલ મણિલાલ સાવલા - કારાઘોધા કુનાલ મુકેશ ધરોડ - ગુંડાલા.

બુકે

દિનકરભાઈ આજે કામધંદે જવા માટે અડધો કલાક વહેલા નીકળ્યા. નિકોલસ ફ્લોરિસ્ટને ત્યાં બુકેનો ઓંડર આપવાનો હતો. પણાનો જન્મદિવસ હતો.

સુંદર બુકે પસંદ કરી દિનકરભાઈ ફૂલવાળાને પણાનું એડ્રેસ, ફોન નંબર વગેરે આપતા હતા. દરમિયાન ચંચળ હરિણીશી એક છોકરી આવી. સહેજ ભીને વાન, પહેરવેશ એકદમ સાદો, થોડી વાર ઊભી રહી. પણી ફૂલવાળાને કહ્યું, ‘પેલી બાસ્કેટમાં છે એમાંથી સરસ ફૂલો તારવીને આપશો. હાર બનાવવો છે.’ ફૂલવાળાએ કહ્યું, ‘અમે બનાવી આપીએ? ઘેર પહોંચાડી પણ દઈશું’. ‘ના. મારાં બા પોતે હાર બનાવશે બાપુજીના ફોટાને ચડાવવો છે. એમની પુષ્યતિથિ છે’. છોકરી નીચું જોઈ ગઈ. દિનકરભાઈ એક ક્ષણ અવાક્-સ્થિર મૂર્તિ બની

ફ્લોરિસ્ટની વિદાય લઈ દિનકરભાઈ રસ્તા પર ચાલતા હતા. છોકરીના બોલના પડધા સતત મનમાં પડતા હતા. માંયલો બોલી ઊઠ્યો-‘પિતા હયાત નથી, છતાં કાગળ અને કાચના નિર્જવ પદાર્થમાં મા-દીકરી એમની હથાતી અનુભવે છે અને હું મારા જીવંત પણાની ઉપેક્ષા કરું છું. નહિ... નહિ... પણાને હું રૂબરૂ મળીશ. જન્મદિવસના પ્રણામ કરીશ’.

દિનકરભાઈ થોડાંક જ ડગલાં ચાલ્યા હશે અને પાછા ફર્યા, નિકોલસ પર આવ્યા. ફૂલવાળાને કહ્યું, ‘બુકે તૈયાર રાખજો. પેલા એડ્રેસ પર ના મોકલશો. હું જ બપોરે રૂબર આવી લઈ જઈશ’.

- શાંતિલાલ ગઢિયા, (વડોદરા)

સંપર્ક : ૦૨૬૫-૨૭૫૦૨૭૫

સાંબન

અવસાન નોંધ

(તા. ૧ માર્ચ ૨૦૨૧ થી તા. ૩૧ માર્ચ ૨૦૨૧)

ચક્ષુદાન : દેહ /ત્વાચાદાન : અવયવદાન :

પ્રાર્થના રાખેલ નથી

નામ	ઉંમર	ગામ	હાલે	નામ	ઉંમર	ગામ	હાલે
ગ. સ્વ. મણિભેન રામજી વેલજી દેઠિયા	૭૧	લૂણી	કલ્યાણ	મોરાજી સોજપાર ગડા	૮૮	લાયજા	મીરા રોડ
અ.સૌ. મંજુલાબેન શાંતિલાલ રતનશી સાવલા	૭૩	મો.આસંભિયા	ભાયખલા	કુ. અંકિતા ખુશાલ મેધજી સાવલા	૨૮	તેપા	ઘાટકોપર
પુષ્યાબેન દામજી કલ્યાણજી ગડા	૭૩	ખારુઅા	વાડોલા	અનિલા પોપટલાલ રામજી ગાલા	૪૬	સાડાઉ	ડાંબિવલી
નિર્મલાબેન ધનજી શિવજી કેનિયા	૭૮	બારોઈ	દાદર	અ.સૌ. રેખા કેતન નેમજી ગંગર	૪૩	સમાધોંધા	પનવેલ
ઉમરભાઈ રતનશી વેલજી નિસર	૮૨	દેવપુર	ગઢેશીયા	મા. સાકારબેન વસનજી વીરજી વોરા	૭૫	ગેલડા	મીરા રોડ
દામજી હુંવરજી પચાણ શેઠિયા	૮૫	લાખાપુર	શિવડી	જયંતીલાલ બાબુભાઈ છેડા	૭૭	લાકડિયા	ગામદેવી
ગ.સ્વ. જવેરબેન વેલજી મોણશી ગોગરી	૮૫	ભુજપુર	ભુજપુર	મા. દેમલતાબેન મંગલભાઈ લીલાધર સાવલા	૭૭	રામાણિયા	નાસિક
જેકી શાંતિલાલ ભાણજી સતરા	૩૩	ગુંદાલા	કાંદિવલી	પુનશી શિવજી ઘેલા ગંગર	૮૩	નાગલપુર	પરેલ
અનિલ હીરજી શિવજી ગાલા	૫૦	કોડા - રોડા	પુના	જગદીશ હુંગરશી શામજી ગોગરી	૬૦	ભુજપુર	મુલુંડ
દશબેન ખુશાલ દેવજી સોની	૫૪	બાંબાઈ	કલ્યાણ	જયંતીલાલ શિવજી ભીમશી સત્રા	૭૪	ગુંદાલા	ડાંબિવલી
શાંતિલાલ શામજી કશવજી કુરિયા	૮૦	ગેલડા	ગોરેગામ	ગ.સ્વ. રૂક્મિદ્ધી ગોવિંદજી જેતશી ગાલા	૭૫	લાખાપુર	વલસાડ
અ.સૌ. દયયંતીભેન મેધજી રતનશી નંદુ	૭૨	વાંઢ	ખેતવાડી	ગાંગજી આસુ મુરજી સાવલા	૮૧	ભીસરા	ભાયખલા
લીલાવંતી સુરજી લાલજી લાલન	૭૭	કોડાય	થાણા	ખીમજી શિવજી મોણશી ગાલા	૮૨	વડાલા	વિરાર
ચેતન ભવાનજી શામરદાસ શાહ (કુરિયા)	૪૮	દુર્ગાપુર	દુર્ગાપુર	મા. જવેરબેન કલ્યાણજી ચંપશી લાલન	૮૩	કોડાય	થાણા
હિમંત નાગજી દેવજી ગડા	૬૫	સાભરાઈ	ડાંબિવલી	ખેતબાઈ મુરજી નાનજી લાપસિયા	૮૪	ગુંદાલા	મુલુંડ
મનસુખલાલ ખીમજી માલશી કુરિયા	૭૮	બિદડા	માટુંગા	મા. નાનભાઈ મેધજી વેલજી ગોગરી	૮૪	ગરી	મલાડ
પ્રેમજી ખીમશી દેવજી શાહ (વીરા)	૮૧	નાની ખાખર	સાંતાકુજ	અ.સૌ. અનુપમાબેન લક્ષીયંદ શામજી ગોગરી	૬૬	પત્રી	જોગેશ્વરી
મા. મણિભાઈ નાનજી દેવજી શેઠિયા	૮૫	લાખાપુર	ઘાટકોપર (૧ થ.)	હેમરાજ વેરશી હીરજી હરિયા	૮૮	શેરી	માટુંગા
જસુમતી સુર્યકંત લાલજી સાવલા	૬૫	નાની તુંબરી	મુલુંડ	મુલયંદ દેવરાજ શિવજી મારુ	૭૪	બિદડા	મહાલક્ષી
તરુણા મણિલાલ વેલજી ગોગરી	૭૨	નવાવાસ	વાંદરા	અ.સૌ. ભાનુમતી લખમશી વેલજી વિસરિયા	૮૫	ફુંદોડી	જલગામ
ગ.સ્વ. જવેરબેન મોરાજી શાંપશી ભેદા	૮૨	મોખા	ડાંબિવલી	મા. કસ્તૂરબેન ભવાનજી કાનજી દેઠિયા	૮૬	નાની ખાખર	દાદર

નામ	ઉંમર	ગામ	હાલે	નામ	ઉંમર	ગામ	હાલે
ભરત હરખંદ ભાષજ સાવલા	૬૭	મોટી રાયશા	વલસાડ	રતનબેન વેલજુ ઘેલાભાઈ ગાલા	૮૫	વડાલા	મલાડ
અ.સૌ. મીના નવીન કેશવજી સાવલા	૭૨	બેરાજા	દેવલાલી	જેઠાલાલ ધારશી દના ગાલા	૭૬	વડાલા	કાંદિવલી
મા. કેસરબેન રામજી રતનશી ગડા	૭૭	ગુંદાલા	પુના	લક્ષ્મીંદ કાનજી કુંવરજી દેઢિયા	૬૨	મેરાઉ	દર્દીસર
મા. મંજુલાબેન કાફુભાઈ ઉમરશી ફુરિયા	૮૫	બિદા	ઘાટકોપર	ચીમનલાલ હંસરાજ ગણપત વિસરિયા	૬૭	મોખા	થાણા
લક્ષ્મીંદ મુરજી માલસી કેનિયા	૬૫	કપાયા	કાંદિવલી	લક્ષ્મીંદ રામજી પ્રેમજી રાંભિયા	૭૭	નાના ભાડિયા	સોલાપુર 
વનિતાબેન અમૃતલાલ લાલજી ગાલા	૭૩	છસરા	છસરા	હલિલાલ કુંવરજી માલસી વોરા	૮૪	નારાણપુર	કલ્યાણ
મા. લક્ષ્મીબેન લાલજી જેઠા નિસર	૮૫	દેવપુર	નેરુલ, નવી મુંબઈ	મા. રાણભાઈ ભાષજ કુંવરજી નાગડા	૮૫	નરેડી	ઘાટકોપર
પંકજ હીરજી વેરશી મામણિયા	૫૬	કપાયા	મલાડ	વેજભાઈ પ્રેમજી મુરજી દેઢિયા	૮૦	નાના સ્તાડિયા	બોરેડી
દિનેશ રવજી ઘેલાભાઈ સાવલા	૬૭	નાની તુંબડી	માટુંગા (૧ થ.)	ચંદ્રકાંત વેલજુ વેરશી સાવલા	૮૨	નવાવાસ	ચેખુર
મોરારજી નાનજી રાયશી છેડા	૮૫	કાંડાગરા	ચેખુર	કિશોર લખમશી ડેમરાજ મામણિયા	૫૧	પુનદી	થાણા
પ્રાગજી વેલજુ દેવજી રંભિયા	૬૦	રામાણિયા	પરેલ	પ્રભોધ ઉમરશી ખીયશી પોલિયા	૬૬	બિદા	પરેલ
કરણ શૈલેશ કુંવરજી ગંગર	૨૮	મેરાઉ	મુલુંડ	દિનેશયંત્ર નાનજી ભેદા	૬૮	નાના ભાડિયા	તાડદેવ
વિજયકુમાર ઉમરશી લાલજી પાસડ	૬૬	શેરી	કરાડ	લક્ષ્મીંદ દેવજુ મેરગ ગંગર	૭૬	છસરા	બોરીવલી
ભરત લીલાધર જેઠુ દેઢિયા	૭૧	હમલામંજલ	ધરણગાંધી	પ્રેમજી શામજી કરમશી મામણિયા	૭૬	ભુજપુર	ચેખુર
ધીરજલાલ રામજી ખીમરાજ દેઢિયા	૭૭	ભુજપુર	ભુજપુર	આણંદજી જેઠા દેઢિયા	૭૮	ગોધરા	બોરીવલી
વેલજુ મુરજી ઘેલા નાગડા	૮૦	કોટી (મહા)	ભાંસુપ	પુરભાઈ ગાંગજી વજપાર છેડા	૮૨	મોખા	થાણા (૨ થ.)
કેસરબેન કેશવજી વીરજી દેઢિયા	૮૩	દેશલપુર	ભુજ	સુરેશ પ્રેમજી ટોકરશી છેડા	૫૬	ભુજપુર	નાલાસોપારા
પદમશી દેવજુ રતનશી સંગોઈ	૮૭	ગુંદાલા	બોરીવલી	ચંચળબેન શામજી ગાંગજી મામણિયા	૭૪	કપાયા	વાંદરા
મા. જેઠીભાઈ વીરજી કોરશી રાંભિયા	૬૦	ગુંદાલા	મલાડ	ભરત લખમશી નેણશી છેડા	૭૫	રાયશા	ડાલીના
અ.સૌ. જ્યોતિબેન વીરેન્દ્ર કાનજી સાવલા	૬૨	કોડાય	ચેખુર	મા. દયયંતીબેન દામજી મુરજી દેઢિયા	૭૬	ના. આસંભિયા	થાડો
હરખંદ રવજી આણંદ સતરા	૬૬	ગુંદાલા	દાદર	વસંતલાલ ચુનીલાલ હંસરાજ ફુરિયા	૭૮	મેરાઉ	વિલેવાં
ખેરાજ ગણશી મેધજુ મોતા	૭૩	દેવપુર	ડાંબિવલી	લીલાવંતીબેન ઉમરશી નથુ સાવલા	૮૦	નાની તુંબડી	થાણા
વસનજી ધનજી કોરશી સતરા	૭૮	ગુંદાલા	કાંદિવલી	દામજી ટોકરશી ભેદા	૮૮	મોટી ખાખર	કલ્યાણ
કુંવરજી રવજી પુંજા છેડા	૮૪	લૂણી	ગોરેગામ	રાજેશ કલ્યાણજી ઉમરશી ધરોડ	૬૧	ગુંદાલા	થાણા
પુષ્પાબેન પ્રેમજી ખીમજી નંદુ	૮૭	રાયશા	ડાંબિવલી	ભાઈલાલ હીરજી લાલજી ગડા	૭૫	મો. આસંભિયા	વલસાડ 
મીનાબેન મનસુખ દામજી સંગોઈ	૭૩	નાગલપુર	નાલાસોપારા	સરલાબેન વીરજી ભાષજ સોની	૭૭	દેશલપુર(કંડા)	વડાલા
રેખા (ભાષાભાઈ ઉમરશી કરમજી	૭૦	-	ગોરેગામ	લતાબેન પોપટલાલ દેવજુ સૈયા	૫૭	ગેલડા	કાંદિવલી
સેયા ગેલડાનાં પુંજી)				જયંતીલાલ ખેતરશી મોઝારી રાંભિયા	૬૭	રામાણિયા	અંધેરી (૧ થ.)
શાંતિલાલ વસનજી કુંગરશી સાવલા	૭૨	સમાધોધા	દાદર	મધુબેન જયંતીલાલ રમજી શાંદ (છેડા)	૬૮	ડોશા	મુંબઈ સેન્ટ્રલ
મા. દેવકુંવરબેન દેવરાજ ખીયશી પાસડ	૮૨	દેડિયા	ડાંબિવલી	નાગજી દેવજુ કોરશી છેડા	૮૫	ડોશા	વડાલા

નામ	ઉંમર	ગામ	હાલે	નામ	ઉંમર	ગામ	હાલે
વેજબાઈ પ્રેમજી મુરજી દેઠિયા	૬૦	નાના રતાદિયા	બોરડી ઈંગ્લી	વલ્લભજી ધનજી હીરજી દેઠિયા	૬૫	ઉનડોઠ	જાલના
સોનબાઈ પ્રેમજી ગોસર વોરા	૬૪	નવીનાણ	ભાઈંદર	અ.સૌ. તરલા સુરેશ મુરજી ગાલા	૭૨	ભુજપુર	કોટનગીન
ખીમજી જેટુ વિસરિયા	૭૦	ભોજાય	કલ્યાણ	નેમજી વીજપાર સોની	૭૫	દેશલપુર	ડૉબિવલી
રમેશ પ્રેમજી ગાંગજી કુર્દિયા	૭૨	બિદા	ડૉબિવલી	પ્રવીણાંદ્ર નાગજી થેલા સેંચા	૭૭	કારાધોઢા	વાશી, નવી મુંબઈ
કેસરબેન ભાણજી લધા માવાડી (ગડા)	૭૬	લાકડીયા	ઘાટકોપર	કાંતિલાલ રામજી હીરજી છેડા	૭૮	બિદા	માટુંગા
મુરજી ગણારી ગલુ ગડા	૭૭	ભોજાય	વડોદરા	હેઠાબેન લખીંદ્ર પુંજા કક્કા	૮૨	નાંગલપુર	હેંડોર
કસ્તૂર લાલજી દેવજી સતરા	૭૮	ગુંદાલા	ડૉબિવલી	લખીંદ્ર પુંજા વશવીર કક્કા	૮૬	નાંગલપુર	હેંડોર
શા. રામજી ખીમજી માણોક ગડા	૮૫	પત્રી	દિલાઈલ રોડ	સુંદરજી ખીમજી કાનજી ગંગર	૮૨	મેરાઉ	કાલાચોડી
મુરજી ખીમજી જેવત ધરોડ	૮૮	પત્રી	પોંટીચેરી	લખમશી કુંગરશી લાલજી બહુઆ	૮૮	નાની તુંભી	થાણા
ઉમરબાઈ કુંગરશી વીરજી ગડા	૮૯	બિદા	બોરીવલી	સાકરબેન નાનજી ભાણજી છાડવા	૮૮	બાડા	દિલાઈલ રોડ
દિનેશ પ્રેમજી દેવજી રાંભિયા	૬૮	ગોધરા	માટુંગા	ભાનુબેન મણિલાલ ચના રાંભિયા	૭૩	નાના ભાડિયા	વાશી
ગિરીશ ઉમરશી શાહ/બોવડ	૭૨	ગુંદાલા	પુના	શામજી જેસંગ હીરજી ગડા	૮૧	નાના ભાડિયા	ચુનાભાડી
વસેત હીરજી હંસરાજ કેનિયા	૭૬	બારોઈ	ઘાટકોપર	અ.સૌ. સાકરબેન જાદ્વજી મુરજી વોરા	૮૨	બિદા	માટુંગા
મા. લક્ષ્મીબેન દામજી બાબુભાઈ છેડા	૮૦	મોખા	અંધેરી				
લક્ષ્મીંદ્ર પુનશી આસરિયા દેઠિયા	૮૨	તલવાડા	દાદર				
માવજી ટોકરશી તેજશી ગોસર	૮૨	હાલાપુર	ઘાટકોપર				
પુખાબેન શાંતિલાલ શામજી ગાલા	૮૪	કોટા-રોહા	માટુંગા				
ભરત તલકરી વીજપાર નંદુ	૫૩	વાંઠ	નાલાસોપારા				
મંજુલા નવીનંદ્ર પ્રેમજી વીરા	૫૮	બિદા	મુલુંડ				
દમયંતી લહેરંદ્ર પ્રેમજી દેઠિયા	૬૦	શેરી	ધરણગામ				
CA ગિરીશ હરિલાલ શામજી છેડા	૭૦	ફુંદરોઈ	નાલાસોપારા				
જવેરંદ્ર તેજપાર નિસર	૭૪	દેવપુર	મુલુંડ				
અમૃતબેન શામજી ઉમરશી છેડા	૭૭	મોટા લાયજા	વસઈ				
નેમજી કરમશી હીરજી ગંગર	૮૩	મોટી ખાખર	ચેનાઈ				
રામજી લાલજી લખધીર મામણિયા	૮૪	મોટા કપાયા	વિરાર				
મા. પ્રમાવતીબેન રમણીકલાલ મળિલાલ વીરા	૮૪	દેશલપુર	થાણા				
હીરાબેન માવજી કેશવજી સેંચા	૮૦	ગોલડા	ઘાટકોપર				
કલ્યાણી અજય નેમયંદ્ર સાવલા	૪૪	ટેપા	પુના				
જીનેશ વીજપાર માણોક સાવલા	૫૧	બેરાજા	મુલુંડ				
દમયંતી હરખંદ્ર વીરજી સાલિયા	૬૦	બિદા	કલવા				
કાંતિલાલ મગનલાલ ગાંગજી કેનિયા	૬૪	બારોઈ	દહીસર				

શ્રી ક.વી.ઓ. સેવા સમાજનું નિનદ્યાદારી મુખ્યપત્ર

સ્થાપના : ૧૯૪૭

વર્ષ : ૭૨

પ્રાંડી

અંક : ૦૨

મે - ૨૦૨૧

- : માનદ તંત્રીઓ :-

અધ્યિન માલદે, શાંતિ રાંભિયા, ચંડકાન્ત નંદુ

મુદ્રક - પ્રકાશક : શ્રી અધ્યિન પી. માલદે

પ્રકાશન સ્થળ : શ્રી ક.વી.ઓ. દ. નવી મહાજન વાડી, ઉજે માળે,
૮૮/૧૦૧, કેશવજી નાયક રોડ, મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૦૬.

ફોન નં : ૨૩૭૧ ૪૬૭૪

www.kvooss.org. - email : ksevasamj@gmail.com

મુદ્રણ સ્થળ : મેદાર્ટ કલર કાફિટર્સ,
૪૨, આઈલિયલ ઇન્ડ. એસ્ટેટ, સેનાપતિ બાપાર માર્ગ,
લોઅર પ્રેલ, મુંબઈ - ૪૦૦૦૧૩. ફોન : ૨૪૮૮ ૧૮૬૪

- : લખાજમ :-

વાર્ષિક : રૂ. ૧૦૦/-, પંચ વાર્ષિક : રૂ. ૪૦૦/-

આજીવન ૧૫ વર્ષ : રૂ. ૧,૦૦૦/- છૂટક નકલ : રૂ. ૧૫/-
વિદેશ માટે અમેરિકન ડોલર ડ્રાફ્ટથી ત્રિવાર્ષિક : ૫૦

ચેક/ડ્રાફ્ટ શ્રી ક.વી.ઓ. સેવા સમાજને નામે લખવા.

COVID 19

1. We may have to live with C19 for months or years. Don't deny or panic. Don't make your life a misery. Let's learn to live with this reality.
2. You can't destroy the C19 virus that has penetrated the cell walls, by drinking liters of hot water - you'll just be going to the bathroom more often.
3. Washing your hands and maintaining a physical distance is your best method of protection.
4. If you do not have a C19 patient at home, there is no need to disinfect your home.
5. Grocery bags / plastic bags, gas stations, shopping carts and ATMs do not cause infection. Wash your hands, live your life as usual.
6. C19 is not a food infection. It is associated with infectious droplets such as flu. There is no demonstrated risk that C19 is transmitted by ordering food.
7. You can lose your sense of smell by using a lot of anti-allergies and viral infections. These are only non-specific symptoms of C19.
8. Once you get home, you don't need to change clothes immediately and take a shower!

Cleanliness is a virtue but not paranoia!

9. The C19 virus does not fly through the air. This is a respiratory drop infection that requires close contact.
10. The air is clean, you can walk to parks and public places (just keep your physical distance for protection)
11. Just use regular soap against C19, no need for anti-bacterial soap. These are viruses, not bacteria.
12. You don't have to worry about your food orders. But you can heat everything in the microwave, if you want.
13. The possibility of bringing the C19 home in your shoes is like being struck by lightning twice a day. I've worked against viruses for 20 years - drop infections don't spread like that!
14. You can't be protected from viruses by consuming vinegar, sugarcane juice and ginger! It's just for immunity not medicine.
15. Wearing a mask for a long time interferes with your breathing and oxygen levels. Wear it only in crowded places.
16. Wearing gloves is also a bad idea; the virus can accumulate in gloves and is easily transmitted if you touch your face. Better to just wash your hands regularly.



શ્રી ક.વ.ઓ. સેવા સમાજ

સંસ્થાની વિવિધ પ્રવૃત્તિઓ



શુક બેંક



સંજીવની સ્વાસ્થ્ય યોજના



પગદાંડી



સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમ



સ્ત્રી ઉક્ષર્થ લોન



ક્રિકેટ, વોಲીબોલ
બાસ્કેટ બોલ, ફુટબોલ



વાંચિત્ત્વ વિકાસ
વક્તુન્તુન્ત સ્પર્ધા
OUTDOOR CAMP
MEET



રહેઠાણ લોન



સમુહ લગ્ન



શિક્ષણ લોન
કોમ્પ્યુટર લોન



રમતગમત



રૌકાણીક સાન્નાન
વિદેશ સેમીનાર
શુંત-ગુણ-ગોરવ

