

# કચ્છ રચના

KUTCH RACHANA (Gujarati Monthly)

Editor - BHAWANJI GALA

Vol. 5

Issue No. 4

5 - OCTOBER - 2023

Price Rs. 15=00



કચ્છી ઘોડી નૃત્ય

KUTCH RACHANA (Gujarati Monthly)

1

5 OCTOBER - 2023

**GO FOR  
GREAT**  
—great-white.in

**GreatWhite**  
THE FUTURE OF BRIGHT

# THE JOURNEY OF GREAT.



## **MILESTONES. INNOVATIONS. DREAMS.**

As we touch lives and change countless living spaces through our designs and technology, we keep challenging ourselves. To create, perform and soar.

Our every new electrical product is founded on your needs and keeping you in mind.

Here's to envisioning the path ahead through brighter and greater leaps in the future.

**SWITCHES & AUTOMATION | LIGHTING | MCBs & RCCBs | WIRES & CABLES | FANS | uPVC CONDUITS | SENSORS**

*With Best Compliments*



**Rachit Creations**

304, Pragati Industrial Estate, N. M. Joshi Mumbai-400 011

MOB. 9820155180 : 9167467321 : 9324881292

E-mail : [summerline87@gmail.com](mailto:summerline87@gmail.com)

9323500722

**KESHAR**  
**tea**

**KESHAR**  
**TEA**



**SPECIAL PREMIUM**

Buy now & GET **20%**  
**Discount** on MRP

Email : [shreesaitea@yahoo.co.in](mailto:shreesaitea@yahoo.co.in) / [keshartea@yahoo.co.in](mailto:keshartea@yahoo.co.in)

Website : [www.keshartea.com](http://www.keshartea.com)

G-10, A.P.M.C Market No.1, Kirana Bazar, Vashi, Mumbai - 400 705

**A Symbol of Quality**



**Chetanbhai Chheda  
Chheda Dry Fruits Pvt. Ltd.**

292, Bhanu Jyoti,  
L.N. Road,  
Matunga,

**No Branches**



**Dry Fruits, Sweet &  
Namkeen**

**24141672**

**મુલચંદ લાલજી એન્ડ કું.**

**Importers & Wholesale Dealers in :**

**NEWSPRINT, NEWSGLAZED, LWC & PRINTING PAPER**

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

**Phone : (+91-22) 2261 7223, 2261 7878, 2261 7299**

**Fax : (+91-22) 2261 1207 - E-mail : ntdc@vsnl.com**

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

ઈલેક્ટ્રીકલ્સ સામાન ખરીદવા માટે એક જ વિશ્વસનીય સ્થળ. ગુણવત્તાભર્યા સામાન માટે તેમજ લ્યાજબી ભાવ માટે એક જ વખતબું આપબું આગમન કાયમી વાતો વાંધશે.

## અશોક ઈલેક્ટ્રીકલ્સ

૧૧, પાઠક વાડી, મણી ભુવન,  
લોહાર ચાલ, મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૦૨.  
ફોન : ૨૨૦૧ ૭૩૪૯, ૨૨૦૬ ૫૭૫૩.

## એશીયન ઈલેક્ટ્રીકલ્સ

૧૩૫, તવાવાલા બિલ્ડીંગ,  
લોહાર ચાલ, મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૦૨.  
ફોન : ૨૨૦૬ ૧૫૧૮, ૨૨૦૫ ૧૮૨૮.

પી.વી.સી. કન્શીલ પાઈપ અને એસોસરીઝ

પ્રીન્સીપીયલ • પ્રેસ્ટોપ્લાર્ટ • I.S.I.

વાયર અને ડેબલ

ફીનોલેક્ષ • પોલીડેન • એરીસ્ટો-ડેન • I.S.I.

સ્વીચ

એન્ડર રોમા • M.K. • નોર્થ વેસ્ટ  
લીયોન ઈન્ટરનેશનલ • એરોલાઈટ એલીશ  
પોઈન્ટર • વિનય • કોલર્સ • સાલઝર (જર્મની)



અને ઈલેક્ટ્રીકલ્સને  
લગતી દરેક આઈટમ



ટ્યુબ લાઈટિંગ

અલ્ટ્રા-લાઈટ - ફ્લીપ્સ - કોમ્પટન



એમ.સી.બી. અને ઈ.એલ.સી.બી.

ઈન્ડોડોપ • દાતાર • M.D.S. • સીમેન્સ

## એટલાન્ટા લાઈટ

૧૨૨, હરહરવાલા બિલ્ડીંગ નં. ૩,  
લોહાર ચાલ, મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૦૨.  
ફોન : ૨૨૦૦ ૬૬૫૫.

## એવન્યુ લાઈટ

૧૪૭, સાગર ભવન, પ્રીન્સેસ સ્ટ્રીટ,  
લોહાર ચાલ, મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૦૨.  
ફોન : ૨૨૦૧ ૪૪૫૫, ૨૨૦૧ ૫૫૪૪

ડેકોરેટીવ જુમ્મર • સાઈડ વૉલ ડીટીંગ • ડ્રેસીંગ લાઈટ • મીરર લાઈટ • બાથરૂમ લાઈટ  
• પેસેજ લાઈટ • એકસ્પ્રેસીવ હેલોજન તથા કન્શીલ P.L. ડીટીંગ

॥ शुभ ॐ लाभ ॥



# शुभमाळा



इकत नाम नही, सहियारी प्रगतिनुं प्रतिक !  
सुपर डीलक्स क्वालिटी हीरा अने ९९  
BIS होलमार्क अप्रुव्हड सोनानी अलभ्य  
ज्वेलरी. शुभ प्रसंगोचे सिद्धि सिद्धिने  
वधारती हेदिध्यमान ज्वेलरी



# शुभमाळा



अरसपरसना विश्वासना पाया पर अडीजम ठिमेलो ज्वेलरी शो रुम

पारेज मार्केट, अम.जु.रोड, राजवाडी, घाटकोपर (पूर्व), मुंजर्ग-४०००७७.

फोन : ५७६८३३७२, २१०२२८०४, २१०२१८४७

મનની શાંતી...



સૌથી અલગ સૌથી અનોખી



પ્રે·શિ·ય·સ®  
અગરબત્તીઓ

મેન્યુફેક્ચરર એન્ડ એક્સ્પોર્ટર

હેમ કોર્પોરેશન

મુંબઈ · બંગલોર

ક-૫, રિલી સિટી એપાર્ટમેન્ટ, મીઠાગર કોસ રોડ,

મુંબઈ (ઈ), મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૮૧.

www.hemincense.com · E-mail: marketing@hemco



# કચ્છ રચના ગ્રામ્ય વિકાસ ટ્રસ્ટ

રજી.ઓ. : ૩૩૨, સર્વોદય કોમ.સેન્ટર, સલાપસ રોડ, જી.પી.ઓ.ની પાસે, અમદાવાદ-૩૮૦૦૦૧૨.

(મો.) ૯૮૧૯૨૩૮૪૨૨

મુંબઈ સંપર્ક : C/o. ભાવેશ દામજી કુરીઆ

ઈશ્વરકૃપા બિલ્ડીંગ, ૩જો માળ, રૂમ નંબર-૧૨, ઘનશ્યામ ગુપ્તે રોડ, ન્યૂ ડોન બોસ્કો હાઈસ્કૂલની બાજુમાં,  
ગાંવદેવી, ડોંબીવલી (વેસ્ટ)-૪૨૧૨૦૨. મો. : ૯૩૨૧૬૧૪૬૬૬

## કચ્છ રચના ગ્રામ્ય વિકાસ ટ્રસ્ટ

પ્રવિણભાઈ ભીમશી છેડા  
વાઈસ ચેરમેન - પુનડી



હરખચંદ ખીમજી ગંગર  
ખજાનચી - ચુંનડી - હિંદમાતા



ભવાનજી રામજી ગાલા  
મે.ટ્રસ્ટી - ફરાદી



બંસીલાલ મોરારજી છેડા  
મે.ટ્રસ્ટી - કાંડાગરા



ટ્રસ્ટીઓ  
રમણીકલાલ દામજી ગાલા  
સાંતાકુઝ-ફરાદી

C.A. શાંતિલાલ રાંભીયા  
(સમાધોધા-મુલુંડ)

અમૃતલાલ સાવલા - ફરાદી



કાયદાકીય માનદ્ સલાહકારો  
તરૂણભાઈ શાહ (અમદાવાદ)  
શંકરભાઈ સચદે (ભુજ-કચ્છ)

## કચ્છ રચના

તંત્રી : ભવાનજી ગાલા

(મો. ૦૯૮૧૯૨૩૮૪૨૨)

સહતંત્રી : શામજી ગાલા વ્યવસ્થાપક : મયુર ગાલા  
મોબાઈલ : ૯૬૬૪૮૩૩૪૫૧ મોબાઈલ : ૯૧૬૭૪૬૬૩૩૯  
E-mail : kutchrachana332@gmail.com

“કચ્છ રચના”

દર મહિનાની પમી તારીખે દરેક વાચકને અમદાવાદથી પોસ્ટ  
કરવામાં આવે છે. તેમ છતાં પોસ્ટ દ્વારા થતા વિલંબ અને  
અંક ન મળવા બાબતે અમારી કોઈ જવાબદારી રહેતી નથી.

સરનામામાં ફેરફાર કરવું હોય તો જૂનું અને નવું સરનામું  
વોટ્સઅપ પર મોકલવું - ૯૬૬૪૮૩૩૪૫૧

## અંકો ન મળવાની ફરિયાદ

કચ્છ રચનાના અંકો દર મહિનાની તા.૨૨ સુધી  
ન મળે તો વોટ્સઅપ પર ફરિયાદ કરવી.

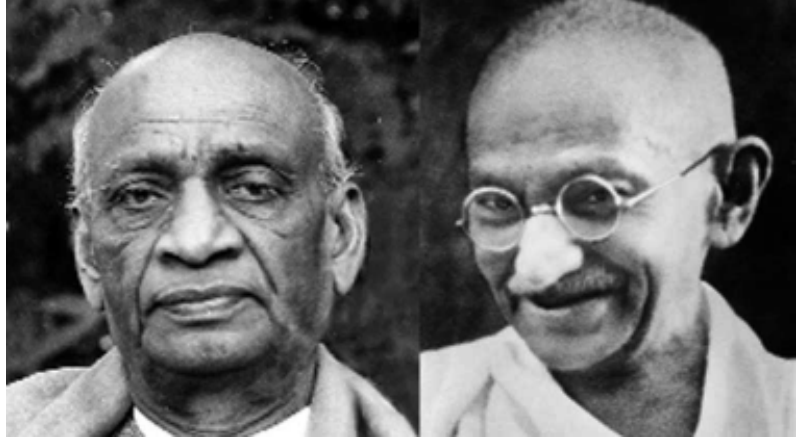
ફોન : ૯૧૬૭૪૬૬૩૩૯

આપનું દાન ઓનલાઈન પણ સ્વીકારવામાં આવશે.  
ઓનલાઈન દાન કર્યા બાદ મો.૯૩૨૧૬૧૪૬૬૬ નંબર પર  
વોટ્સઅપ કરવા વિનંતી.

Kutch Rachana Gramya Vikas Trust

SARASWAT-CO.OP.BANK  
BRANCH : NARANPURA, VADAJ, AHMEDABAD  
A/C. No. : 366100100000346  
IFSC Code : SRCB0000366

સંસ્થાને અપાતું દાન કલમ 80-G મુજબ કરમુક્તિને પાત્ર છે.



**ભારત** એટલે વિવિધ સંસ્કૃતિઓનો સંગમ. જેટલી સંસ્કૃતિ એટલા જ પર્વો, અનેરું મહત્વ ધરાવતી ભારતીય સંસ્કૃતિ સાથે જોડાયેલી પરંપરા, તહેવારો, રહેણી-કરણીએ આપણી આગવી ઓળખ છે.

આ અંક તમારા હાથમાં આવશે ત્યારે ચારે તરફ તહેવારોનો માહોલ હશે. નવરાત્રિ, વિજયા દશમી (દેશરા), શરદપૂર્ણિમા જેવા પર્વો તથા રાષ્ટ્રપિતા મહાત્મા ગાંધી તથા લોહપુરુષ સરદાર વલ્લભભાઈ પટેલની જયંતી પણ ઓક્ટોબર માસમાં જ આવે છે. આપણા દરેક તહેવારોની ઉજવણી પાછળ ઘણી સદીઓની પરંપરા છે. ઓક્ટોબરની શરૂઆત શાંતિના આંતરરાષ્ટ્રીય તહેવાર ‘ગાંધીજયંતી’થી થાય અને તે છેક સરદાર વલ્લભભાઈની જયંતી સાથે વિરામ એ પણ એક યોગાનુયોગ છે. શાળાઓમાં પરીક્ષાઓ પૂરી થઈ જઈ વેકેશનની શરૂઆત, વેકેશન એટલે સ્વૈચ્છિક રીતે શીખવાના દિવસો. કેટકેટલું અવલોકન કરવા મળે, તેનું પૃથ્થકરણ કરી જીવન સાથે અનુબંધ જોડવાનું પર્વ એટલે વેકેશન. કદાચ આવા અનુબંધો જ આપણાં જીવનનું ઘડતર કરે છે. કોઈપણ સમાજના વિકાસમાં શિક્ષણ એ પાયારૂપ પરિબળ રહ્યું છે, પણ સમાજમાં, કુટુંબમાં અને વ્યક્તિના પોતાના વલણોમાં વૈજ્ઞાનિક અભિગમ સાથે વિજ્ઞાનનો સારાસારનાં વિવેક સાથે સદુપયોગ જરૂરી છે.

વિજ્ઞાન એટલે થોડાંક સૂત્રો, અઘરી ગણતરીઓ, રસાયણો, બ્યુરેટયંબુ અને કંટાળાજનક ક્ષેત્ર એ માન્યતા ભૂલ ભરેલી છે. આપણી આસપાસ જે કાંઈ કુદરત સર્જત અને માનવ સર્જત ઘટનાઓ બને છે તેની સાબિતિઓ સાથેના કારણો તપાસી તેની ચોક્કસાઈ કરીને નિરૂપણ કરવું એટલે વિજ્ઞાન અને તેનો વ્યવહારમાં ઉપયોગ કરવો એટલે ટેકનોલોજી. વિજ્ઞાન અને ટેકનોલોજીના ઉપયોગ માનવજાતે

અકલ્પ ભૌતિક સુખ-સગવડતા પ્રાપ્ત કરી છે અને જાણે કે સ્વર્ગ એકાદ વેંત જ છેટું હોય એટલી સમૃદ્ધિ પૃથ્વીલોક ઉપર ઠાલવી દીધી છે. વિજ્ઞાન, કુદરત, અધ્યાત્મ ધર્મ બધા જ એક જ પાયાની શીખ આપે છે એ આપણે શીખતા-સમજતા અને આચાર કરતાં થવાની જરૂર છે. જીવનમાં બધું જ માપવા કરતા પામવાનું શીખીએ. ઓક્ટોબર માસની વિજ્ઞાન ક્ષેત્રની તવારિખ જોઈએ તો ઓક્ટોબર માસમાં જ અમેરિકાના પ્રમુખ ડ્વાઈટ ડી આઈમેન હોપર દ્વારા નાસાની સ્થાપના, અમેરિકન વૈજ્ઞાનિક ગ્રેગરી ઓલ્સનને વિશ્વના ત્રીજા અંતરિક્ષ યાત્રી બનવાનું સદ્ભાગ્ય પ્રાપ્ત થયું હતું. ટેલિવિઝનની ક્રાંતિકારી શોધ થઈ તે મહિનો પણ ઓક્ટોબરનો હતો. કલાકના ૧૨૫ માઈલની ઝડપથી દોડતી પ્રથમ ડિઝલ ટ્રેનની શરૂઆત (બ્રિટનમાં) પણ થઈ, પ્રથમ ભારતીય ટેસ્ટટ્યુબ બાળકી દુર્ગા અગ્રવાલનો જન્મ પણ ઓક્ટોબરમાં, ભારતીય વાયુસેનાના સ્કવાડન લીડર રોકેશ શર્માની અવકાશયાત્રી તરીકેની પસંદગીનો મહિનો પણ ઓક્ટોબર હતો. લંડનમાં કાર્બન પેપર તૈયાર કરી તેની પેટન્ટ પણ શર્લ્સ વેડગુવડ દ્વારા ઓક્ટોબરમાં મેળવાઈ હતી. આઈનેટ ચરણ-૧ ભારતીય દૂરસંચાર દ્વારા ૩૫૦ માઈલ સુધી વાયરલેસ સંદેશા પહોંચાડવાની શરૂઆતનો મહિનો ઓક્ટોબરનો જ હતો. અમેરિકા દ્વારા એપોલો-૧નું પ્રક્ષેપણ અને ૧૬૩ વાર પૃથ્વીની પ્રદક્ષિણા પણ ઓક્ટોબર મહિનામાં, ભારતના મહાન વૈજ્ઞાનિક અગ્નિ મિસાઈલના જનક - ભૂતપૂર્વ રાષ્ટ્રપતિનો જન્મનો મહિનો પણ ઓક્ટોબર. ભારતની પ્રથમ વિમાની સેવા તાતા એરલાઈન્ટનું જે.આર.ડી. તાતા દ્વારા ઉદ્ઘાટનનો મહિનો પણ ઓક્ટોબર હતો.

જર્મન પ્રોફેસર આર્શરકોર્ન દ્વારા હજારો માઈલ દૂર તારથી તસ્વીરો મોકલવાની પદ્ધતિ પણ આ ઓક્ટોબર મહિનામાં જ વિકસાવેયલ હતી. થોમસ આલ્વાએડિસન દ્વારા

ફિલામેન્ટના સ્થાને નાજુક કાર્બન તારનો ઉપયોગ કરી વિશ્વનો પ્રથમ ઈલેક્ટ્રીક બલ્બ પણ ઓક્ટોબરમાં બનાવાયો. ભૂ-વિજ્ઞાન સંબંધી ગ્રંથો રચનાર પ્રથમ ભારતીય લેખક ભૂગર્ભ વિજ્ઞાની ડૉ.દારાશા નૌશેર વાડિયાનો જન્મ પણ ઓક્ટોબરમાં, અમેરિકન શોધક કાર્લ પ્રિન્ટર કાગળની પ્રથમ ઝેરોક્ષ નકલ પણ ઓક્ટોબરમાં કઢાઈ જેનું નામ ઝેરોગ્રાફી રખાયેલ. પૃથ્વીનાં એક માત્ર કુદરતી ઉપગ્રહ ચંદ્ર પર ભારત દ્વારા માનવરહિત ચંદ્રયાન-૧ પણ ઓક્ટોબર ૨૦-૨૦૦૮માં મોકલાવેલ. આપનો ફીવર અંગેનું મહત્વનું સંશોધન કરનાર ભારતીય ભૌતિક વિજ્ઞાની શિશિરકુમાર મિત્રાનો જન્મ પણ ૨૪ ઓક્ટોબર ૧૮૯૦માં થયેલ. વિશ્વમાં પ્રાણી હૃદય બેસાડવાનો પ્રથમ પ્રયાસ પણ ઓક્ટોબર ૨૬-૧૯૮૪માં થયેલ. ભારતીય પરમાણુ યુગનો પાયો નાખનાર હોમી જહાંગીર ભાભાનો જન્મ પણ મુંબઈ મુકામે ઓક્ટોબર ૩૦-૧૯૦૯ના થયેલ અને અમેરિકા દ્વારા પ્રથમ હાઈડ્રોજન બોમ્બ વિસ્ફોટ પણ માર્શલ આઈસલેન્ડ ખાતે ૩૦ ઓક્ટોબર ૧૯૫૨માં કરાવેલ હતો.

કચ્છ રચના સતત અવિરત વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિકોણથી આગવું સાહિત્ય પીરસી રહ્યું છે અને સમાજ, કુટુંબ અને વ્યક્તિના વલણોમાં વૈજ્ઞાનિકતા લાવવા પ્રયત્નશીલ છે. આ અંકમાં અમે આપણી સંસ્કૃતિના ગૌરવમય પ્રતિક ‘ધ્વજ’ની સ્ટોરી સમાવેલ છે જે સૌ કોઈ વાચકને ગમી જાય તેવી છે. કચ્છ રચનાને ટ્રસ્ટીઓ, સલાહકારો, શુભેચ્છકો, સંપાદકો, લેખકો અને આર્થિક સહાય કરનાર સૌ વિજ્ઞાનકારોનો સહયોગ મળી રહ્યો છે. આવતો દળદાર વાર્ષિક વિશેષાંક નવેમ્બર-ડિસેમ્બર-૨૦૨૩નો ‘હોમિયોપોથી વિશેષાંક’ રૂપે આપને મળશે. આપ સૌ તેના સ્વાગત માટે તૈયાર રહેજો. વર્તમાન અંકમાં આપણા ભુજની બાલિકા કુ.કાનન પારસ શુક્લ દ્વારા ગાંધીધામ મુકામે યોજાયેલ ડીસ્ટ્રીક્ટ સ્કૂલ ગેઈમ (સ્વીર્મીંગમાં) ૩ ગોલ્ડ મેડલ સાથે વ્યક્તિગત ચેમ્પિયનશીપ જીતાવેલ છે તો કચ્છ રચના ખૂબ ખૂબ અભિનંદન આપે છે અને આશા છે હવે પછીની રાજ્ય અને રાષ્ટ્રકક્ષાની સ્વીર્મીંગ ચેમ્પિયનશીપ પણ તે કચ્છનું નામ ઉજાળે.

ભવાનજી ગાલા

તંત્રી - ‘કચ્છ રચના’



**Creative Optics**  
& CONTACT LENS CLINIC

- ફ્રેમ્સ** લેટેસ્ટ, કમ્ફર્ટેબલ, વ્યક્તિત્વ નિખારે તેવી.
- ગ્લાસ** વેરાચટી, કવોલીટી અને પરફેક્શન સાથે.
- કોન્ટેક્ટ લેન્સ** સર્વ પ્રકારના, કમ્ફર્ટેબલ, સંપૂર્ણ ચેર્કીંગ અને સરળ પદ્ધતિથી માર્ગદર્શન સાથે.
- ગોગલ્સ** આધુનિક, તાપ અને U.V. કિરણોથી રક્ષણ માટે
- ટેસ્ટીંગ** કમ્પ્યુટરાઇઝડ, કવોલીટીઝડ ઓપ્ટોમેટ્રીસ્ટ દ્વારા.

સર્વે સવલતો તે પણ વ્યાજબી ભાવ સાથે.

**ક્રિએટીવ ઓપ્ટીક્સ**

૨-બી, વીશનજી પાર્ક, M.M.G.S. માર્ગ,  
દાદર (સે.રે.) મુંબઈ ૪૦૦ ૦૧૪.  
ફોન : ૨૪૧૧ ૩૦૬૦  
દાદર (સે.રે.) સ્ટેશનથી બે મિનિટના અંતરે.

**ડેલા ઓપ્ટીક્સ - વલસાડ**

## વાત્સલ્ય પંદના

**દ**ણી વખતે એક પ્રસંગ  
સાહિત્યકારોના મુખ

પ્રવચનકારોના મુખે સાંભળવા મળતો હોય છે

બિમારીમાં મા ગુજરી જતાં નાનો બાળક અનાથ થઈ ગયો. સ્મશાન યાત્રા નીકળેને લોકો ભેગા થાય તે પહેલાં જ નાના દીકરા માટે પતિએ પત્નીનો એક હાથ કાપી ફીજમાં રાખી દીધો. પતિ મા ના હાથમાં કેવો જાદૂ હોય તે સમજતો હતો... અત્યેષ્ટિની વિધિઓ પતી ગઈ. રાત્રે સંતાને માને બહુ યાદ કરતાં... પિતાએ ફીજમાં રાખેલો હાથ છોકરાનાં શરીર પર ફેરવતાં છોકરો શાંતિથી સૂઈ જતો. માની ગેરહાજરીમાં માનો હાથ સંતાનને માની હાજરી જેટલો બળ પૂરો પાડતો. પિતાએ બીજીવાર લગ્ન કર્યા... ઘરે નવી સ્ત્રી આવી પણ એ સ્ત્રી સંતાન સાથે સ્ત્રી મા જેવો વ્યવહાર કરતી નહીં. ઓરમાયો વર્તન કરતી કારણ કે એ ઓરમાન મા હતી... સરખું ખાવાનું ન આપે. સમયસર ખાવાનું ન આપે. પિતાજીની ગેરહાજરીમાં ધમકાવે... મારે... અપશબ્દ બોલે તે છતાં સંતાન સગી માના હાથ શરીર પર ફરતો હોવાને કારણે ખૂબ સ્વસ્થ અને ખુશ રહેતો... પિતા ઓરમાન માના સ્વભાવને સારી રીતે જાણી લીધો. છોકરા સાથેના કર્કશ વ્યવહારની પણ ખબર તે છતાં ચૂપ રહેતાં... રાત્રે બાપ-દીકરો અલગ રૂમમાં રહેતા. રાત્રે ફીજમાંથી માનો હાથ કાઢી શરીર પર ફેરવતા એ રૂમની ચાવી કોઈને આપતા ન હતા. ઓરમાન મા સંતાનના સ્વસ્થભર્યો જીવન જોઈ અંદર અંદર બળતી ને શંકા કરતી કે આ છોકરાને સરખું ખાવાનું નથી દેતી, પ્રેમ નથી દેતી, મારું છું તે છતાં બાળક આટલો ખુશ-સ્વસ્થ કેમ રહે છે?

એક દિવસ ગમે તે કારણસર રૂમ ખુલ્લો રહી ગયો. બાપ-દીકરો ઘરે ન હતા. ઓરમાન મા એકલી ઘરે હતી. અવસરનો લાભ લઈ બાપ-દીકરાના રૂમમાં જઈ સ્વસ્થ રહેવાનું કારણ રૂમમાં શોધતાં ફીજમાંથી માનો હાથ ઓરમાન માના હાથે ચડ્યો. કારણ ઓરમાન માને જડી ગયું. ફીજમાંથી માનો હાથ કાઢી આગમાં એને જલાવી દીધો.

બાપ-દીકરો ઘરે રૂમ પર આવ્યા. રાત્રે ફીજ ખોલતાં હાથ ન મળ્યો. બાપ અફસોસ કરવા લાગ્યા. માના હાથ વિના સંતાન ફૂલની જેમ કરમાવા લાગ્યો, અસ્વસ્થ થવા લાગ્યો, ખુશી ઓછી થવા લાગી. આ વાત કહેવા એ માંગે છે. મરેલી



માનો હાથ સંતાનને સ્વસ્થતા આપી શકતો હોય તો જીવતી માની તો વાત જ શી કરવી? મા-બાપનાં હાથમાં વાત્સલ્ય - મમતા - સ્નેહની સરવાણી વહેતી હોય છે. માને કેવલ સંતાનની જ જરૂર હોય છે.

સંતાન ખોટી બાબતે ચડી ચોરી-ગુંડાગીરી કરતાં દુનિયા છોકરાને ભલે ગુનેગાર માને પણ મા તો એવા સંતાનને ત્યજતી નથી... ઘર પરિવારનાં તમામ લોકો એને છોડી દે પણ મા ગમે તેવા ખરાબ સંતાનને હૈયાનાં હેતથી ભેટતી હોય છે... ગમે તેવો રોગ હોય, ગમે તેટલો બિમાર હોય, ગમે તેવા ચેપી રોગમાં સપડાયો હોય તે છતાં મા પોતાની જાનની પરવા કર્યા વિના સંતાનને વહાલથી નવરાવી દેતી હોય, પ્યાર કરતી હોય, ગલે લગાડતી હોય.

વિદેશમાં કોઈક એવો જીવલેણ ચેપી રોગ ફેલાયો એનાં પંજામાં જે આવતાં તે મરણને શરણ થતાં... એક બેબી એ ચેપી રોગમાં સપડાઈ એની મમ્મી એને હોસ્પિટલમાં એડમીટ કરતાં ડૉક્ટરે ટ્રીટમેન્ટ ચાલુ કરીને માને ખાસ ચેતવણી આપી... જે કાંઈ આપો દૂરથી આપજો બેબીને સ્પર્શતા નહીં, એની પાસે જતા નહીં. આ ચેપી રોગના એવા વાયરસ છે કે એનો ચેપ તમને પણ લાગી શકે છે. ખાવું-પીવું, દવા જે કાંઈ આપવું હોય તે દૂરથી આપી દેજો. સખત ચેતવણીનું મા

પાલન કરે છે. પણ મન ક્યવાય છે. મારી દીકરીને બધું દૂરથી આપવાનું, સ્પર્શ ન કરાય... ! મા પોતાના મનને મારીને દીકરીથી દૂર રહે છે. દીકરીનું શરીર ચેપી રોગથી વધુ ને વધુ ગેરાય છે, શરીર સુકાતું જાય છે, દીકરી કમજોર થતી જાય છે, મૃત્યુ તરફ ડગલા આગળ આગળ ભરતી જાય છે.

એક દિવસે છોકરીએ માને કીધું, “મમ્મી ડૉટ યુ કિસ મી?” મા મને ચુંબન નહીં આપે? મતલબ કે ચુંબનની માંગણી કરી.

મા નો જીવ ન રહ્યો. વિચાર્યું જે થવાનું હશે તે થશે. મારી દીકરીની છેલ્લી ઘડીઓ ગણાય છે. અંતિમ માંગણી કરે છે ને છેવટે મા દીકરીને ગલે લગાડી, છાતી સરસો ચાંપી ચુંબન આપે છે ને દીકરી પ્રાણ છોડે છે.

એ ચેપી રોગના લક્ષણ ત્યારે જ મા માં દેખાય. ડૉક્ટરે તપાસ કરીને પૂછ્યું તમે તમારી દીકરીને ટચ કરી? મા કહે, હા. મારી દીકરીએ જતા જતા ચુંબનની માંગણી કરતાં મેં તેને પ્રેમ ભર્યું ચુંબન કરેલ !!

ડૉક્ટર કહે, તમને ના પાડી હતી તે છતાં તમે એને કેમ સ્પર્શ કર્યો અને ચુંબન આપ્યું?

ત્યારે માએ ડૉક્ટર સાહેબને કીધું, “બીકોઝ આઈ વોઝ હર મધર” કારણ કે હું તેની મા હતી !! આ છે મા, માનો હૃદય છે, માનો પ્રેમ આ છે, મા ની મમતા, માનાં મમતાની તોલે કોઈ ન આવી શકે. સંતાન ગાંડો હોય, સંતાન ગંદો હોય, સંતાન અર્ધગાંડો હોય, સંતાન ખોડ ખાપણવાળો હોય તો પણ મા એટલો પ્યાર કરે.

**કેવી અને વળી કેટલી મા છે મધુરી મઠી વિશે,**

**એની બરોબરમાં ઉભે ના કોઈ એવું જન દીસે,**

**તેથી કહ્યું તજવા વડીલો જે પડ્યા આચારથી,**

**પણ માતને તજવી નહિં એવા ય હોતા હેતુથી. 11૧૧11**

મા આ ધરતી પર કેવી મીઠી મધુરી છે. કેરી ખાટી હોઈ શકે, શેરડી ફીકી હોઈ શકે, મધની મીઠાશમાં પણ ફરક હોઈ શકે, આ જગતની તમામ ખાવાની મીઠી વસ્તુમાં વધ-ઘટ થઈ શકે પણ માની મધુરતામાં ગમે તેટલો સમય બદલાશે તો પણ પરિવર્તન આવવાની સંભાવના નથી.

ઘણું બધું સમયના વહેણમાં તણાઈ ગયું... તણાઈ રહ્યું છે. અનેક યુગનાં કારણે પરિવર્તનો આવી રહ્યાં છે પણ મમતાળુ મા માં એના એ જ ભાવ-લાગણી સંતાનો માટે જોવા મળે છે. ફરી કહીશ કે મા - બાપ રોંગ હોઈ શકે પણ બેડ ન હોઈ શકે.

કલકત્તા હાઈકોર્ટના જજ સૌમાં જાણીતા અને સૌના આદરણીય આશુતોષ મુકરજી વડા ન્યાયમૂર્તિ હોવાની સાથે સાથે બંગાળ યુનિવર્સિટીના વાઈસ ચાન્સેલર પદે હોવા છતાં માતૃભક્ત હતા અને તેઓશ્રી માનતા હતા કે જે કાંઈ મારી પ્રગતિ છે તે મારી માને કારણે છે. ઉચ્ચપદે હોવા છતાં માતૃપ્રેમ જાળવી રાખ્યો હતો. માને ઉચ્ચસ્થાન જીવનમાં આપેલ. એટલા હોંશિયાર - વિચક્ષણ - બુધ્ધિશાળી હતા. વિશેષ અભ્યાસ માટે પ્રોફેસર - મિત્રો એમને વિદેશ ભણવા જવા આગ્રહ કરતા હતા. જ્યારે બધા તરફથી અતિ આગ્રહ અને



**Explore India. Cultured India.**  
B-12/8, BDD CHAWL, GR. FLOOR,  
NEAR APNA BAZAAR, BEHIND  
HINDMATA CINEMA, DADAR (E),  
MUMBAI - 14. TEL:+91-22 24181213/14,  
Cell:+91 8691098888/87  
E-mail jashtour@gmail.com  
B.O. : Anil Niloy house, Ulubari,  
Guwahati, Assam

# Jash

**Tour 'N' Travels**

B.O. : Chulungs, Old Fort Road,  
Leh Ladakh 194 101 (J&K)

**ONLINE RAILWAY, AIRLINE, HELICOPTER  
HOTEL & CAR BOOKING  
AII INDIA TOUR ORGANISER**

<p><b>LEH &amp; LADAKH</b></p> <p>Aichi, Likir, Lamayuru, Shey, Thikshay, Hemis, Pangonglake, Tsomoririlake, Khardongla, Pass, Tyakshi, Turtuk, Kargil, Numa</p>	<p><b>KASHMIR</b></p> <p>Srinagar, Pahalgam, Gulmarg, Sonmarg, Usmarg, Tangmarg, Hajratbal, Dailake, Verinag, Anantnag, Shalimar Garden</p>
<p><b>DARJEELING</b></p> <p>Darjeeling, Tigerpoint, Gangtok, Pelling, Nathula, Lachung, Lachen, Yumthong, Katau, Miriklake, Changulake</p>	<p><b>UTTARANCHAL</b></p> <p>Corbettpark, Ranikhet, Almora, Kausani, Nanital, Haridwar, Rishikesh, Musuri, Kemptyfalls, Laltiba</p>
<p><b>HIMACHAL</b></p> <p>Amritsar, Delhouse, Dharmshala, Kullu-Manali, Rohtangpass, Hadimba Temple, Gulaba, Madhi, Chandigarh, Timbertrail</p>	<p><b>SEVEN SISTER</b></p> <p>Assam, Nagaland, Mizoram, Arunachal, Tripura, Manipur, Meghalya</p>
<p><b>RANDEL BANGALORE</b></p> <p>Jaipur, Jodhpur, Jaisalmer, Udaipur, Ajmer, Alwar, Pushkar, Chhiltorgarh, Mount Abu, Ranthambhor</p>	<p><b>KERALA</b></p> <p>Cochin, Munnar, Thekkady, Allepy, Kumarkom, Kovalam, Trivendrum, Asthamudi, Guruvayur</p>
<p><b>MADHIA PRADESH</b></p> <p>Kanha, Bandhavgadhi, Panchmarhi, Jabalpur, Bhedghat, Khajuraho, Bhopal, Jhansi, Nageshwar, Ujjain, Indore</p>	<p><b>SOUTH</b></p> <p>Bangluru, Mysore, Ooty, Kodakanal, Rameshwar, Madurai, Kanyakumari, Coorg, Kabini, Chikmangloor, Hyderabad... &amp; Many More</p>
<p><b>VARANASI</b></p> <p>Varanashi, Bhagalpur, Champkuri, Shikarjee, Pawapuri, Rajrahi, Nalanda, Kundalpur, Lachuad</p>	<p><b>INTERNATIONAL</b></p> <p>Dubai, Fareast, Bangkok, Pattaya, Kohsamui, Bali, Africa, Mauratius, Maldives, Sri Lanka</p>

દબાણ થવા લાગ્યો ત્યારે બધાને એક જ જવાબ આપતા મારી મા મને રજા આપશે તો જ હું તમારી વાત માનીને વિદેશ ભણવા જઈશ અને જ્યારે મા પાસે રજા માંગી ત્યારે માએ આશુતોષને કીધું બેટા ! સંતાનનો વિકાસ કઈ મા ન ઈચ્છે. તું ખૂબ ભણે ને ખૂબ આગળ વધે. એમાં તો મારી અપાર ખુશી છે. પણ બેટા ! તું મારી કાયા જૂએ છે ને? પાકું પાન છું, ખર્યા પાન જેવી છું... ને હવે બહુ વરસ જીવવાની પણ નથી... મારે તારું ભવિષ્ય નથી બગાડવું... તારો હું ભાવી શું કામ બગાડું...!! પણ તું આંધળાની લાકડી જેવો એકનો એક મારો આધાર છે. ને તું મારી આંખથી દૂર થાય પછી જીવવું શું? મા રડી પડી. આશુતોષને પણ આંખમાં પાણી આવી ગયા... બસ મા ! મારે ક્યાંય નથી જવું... તારી પાસેથી હવે ક્યાંય જવા માંગતો નથી. તારી પ્રસન્નતામાં મા મારી પ્રસન્નતા છે. મા તું સર્વસ્વ છે... તારી ખુશીમાં મારી ખુશી છે અને મિત્રોને વિદેશ જવા ના પાડી દીધી. બંગાળના વાઈસરોય લોર્ડ કર્ઝને આશુતોષને સમજાવવા પ્રયાસ કર્યો. વિદેશ જવા દબાણ કર્યું... તમારે મારી વાત માનવી જ પડશે... અગર નહીં માનો તો પરિણામ સારા નહિં આવે... ખૂબ જ ભાર મૂકી વિદેશ જવા અતિ આગ્રહ કર્યો, ધમકી પણ આપી... ત્યારે આશુતોષે વાઈસરોયને કહ્યું, મારી માની આજ્ઞા પહેલી અને માની આજ્ઞાથી હું કાંઈ જ વિરુદ્ધ નહીં કરું. સર્વપ્રથમ મારી મા પછી તમે... વાઈસરોય કહે હું કોણ? જાણો છો ને? જી... હા... આપ વાઈસરોય પણ મારા માટે સૌથી મોટી વાઈસરોય મારી મા... આપ બહુ બહુ તો મને નોકરીમાંથી પાણીયુ આપી શકો... પણ મારી માની હું આંતરડી કોઈ રીતે કકડાવા માંગતો નથી. મારી માનો આદેશ સર્વપ્રથમ માનીશ. પછી જગતનાં બીજા લોકો... આશુતોષની મક્કમતામાં જોઈ આશુતોષની માતૃભક્તિ પર વાઈસરોય લોર્ડ કર્ઝન નમી પડ્યા. ધન્યવાદ છે તને કે મા ખાતર ઊંચી નોકરી જતી કરવા તૈયાર થઈ ગયા, સલામ છે તારી માતૃભક્તિને. પદ, હોદ્દો - પ્રગતિ મા ખાતર બધું જ જતું કરવા જરા પણ અચકાયા નથી. આશુતોષ મુકરજીને વાઈસરોય લોર્ડ કર્ઝને ત્યાંના પ્રોફેસરો અને ધનાઢ્ય મિત્રોએ શાબાશી આપી પીઠ થાબડી... વાહ... વાહ... માતૃભક્ત આશુતોષને લાખ લાખ ધન્ય...

આજે ભણતર, ડીગ્રીઓ અને કંપનીઓના જોબ કરનારાઓ જે માનો ડગલે પગલે તિરસ્કાર કરી, માને ચૂપ કરી નાંખનારાઓને આ પ્રસંગે વિચારવા જેવો છે. આ પ્રસંગ લપડાક મારે છે. આજે ભણતર વધે છે. મા-બાપ પ્રત્યેની સદ્ભાવના ઘટી રહી છે. સારો જોબ મળતાં લગ્ન સારી કન્યા સાથે થઈ જતાં મા પ્રત્યેની લાગણીઓમાં ખૂબ જ ઘટાડો થતો રહે છે ને મા-બાપને સ્વભાવ સુધારવાની કડક સલાહ સંતાન આપતા થયા છે.



જય અંબે મા      જય આદેશરજી દાદા      જય લાલભ મા

પરમ પુજ્ય વડીલોને નતમસ્તકે વંદન

# Hetal Photo Art

Since 1981...

---

- PHOTO / VIDEO & MULTI SET UP CAMERAS
- LED SCREENS
- PLASMA TV / PROJECTORS
- DIGITAL ALBUMS, FRAMES & GIFTS
- JIMMY JIBS
- CONFERENCES & AWARD NITES
- EVENTS & WEDDING PLANNERS
- SPECIAL TELECAST ON AASTHA, ARIHANT & JAY HO INTERNET TV CHANNEL

---

- PRE WEDDING
- CANDID PHOTOGRAPHY
- CANDID VIDEOGRAPHY
- PORTFOLIO ● FASHION ● JEWELLERY
- INDUSTRIAL, COMMERCIAL & INTERIOR
- DOCUMENTARIES & CORPORATE FILMS
- PRODUCT LAUNCHING FILMS
- HELICAM & HELICOPTER SHOOT

---

Mahesh Shah : 9821050853

## Hetal Photo Art

38/40 Bora Bazar, Fort,  
Mumbai - 400 001  
Tel.: 22641387  
email : hetalphotoart@yahoo.com

---

Karan Shah : 9773109850

## KARAN SHAH

### PHOTOGRAPHY

B-45, Soman Nagar, Chinchpokli (E),  
Mumbai - 400 012  
email : karanshahm@gmail.com

---

Only memories are forever

# આપણી પ્રાચીન સંસ્કૃતિનું પ્રતીક : ‘ધ્વજ’

■ ભારતેન્દુ શુક્લ

**વિ**શ્વની સૌથી પ્રાચીન આપણી મહાન ભારતીય સનાતન સંસ્કૃતિ - વૈદિક સંસ્કૃતિમાં પ્રતીકોનું અત્યંત મહત્વપૂર્ણ સ્થાન છે. આ પ્રતીકોના અર્થ પણ અત્યંત ગૂઢ, રહસ્યમય અને અનોખા હોય છે. આવા પ્રતીકોમાં ‘ધ્વજ’ કેતુ ને આસ્થા, પ્રતિષ્ઠા, યજ્ઞનું પ્રતીક માનવામાં આવે છે. ધ્વજના રંગ આકાર અને તેમાં અંકિત ચિન્હ કોઈ મહાન અભિપ્રાયણને પ્રદર્શિત કરે છે. ભારતના સૌથી પ્રાચીન ગ્રંથ ઋગ્વેદમાં ધ્વજનો ઉલ્લેખ જે મુજબ મળે છે તે મુજબ



**“અસ્માક મિન્દ્રઃ સમૃતેષુ ધ્વજેસ્વ સ્માકચા ઈષવસ્તા જયંતુ,**

**અસ્માકં વીરા ઉત્તરે ભવન્ત્વસ્માં ઉદેદવા અવતા હવેષુ.”**

અથર્વવેદ તો ધ્વજ-પતાકાઓ સહિત રાક્ષસો પર યુધ્ધમાં કૂદી પડવાનું આહવાન કરે છે. ધ્વજ પતાકાઓને વ્યક્તિત્વનું અલંકરણ અને તેજસ્વીનું તેજ માનવામાં આવે છે. તમામ દેવ શક્તિઓની પોતાની આગવી ધ્વજાઓ હોય છે અને તેના આધાર પર તેઓ વિશ્વને ઉદ્દીપ્ત કરતા શોભે છે. આપણે ત્યાં વૈદિક કાળથી જ આ પ્રતીકોનું પોતાના સ્થાન પર વિશેષ મહત્વ છે. રાજાઓ માટે ધ્વજ, શૌર્ય અને રાજયાત્કર્ષનું સૂચક છે. તો વિભિન્ન ધર્મચિન્હોમાં પણ વિભિન્ન પ્રકારની લહેરાતી તેની અલગ અલગ આસ્થાઓનું પ્રતીક હોય છે.

ધ્વજ અનંત આકાશમાં લહેરાઈને પોતાની ઉચ્ચતા, ઉત્કૃષ્ટતાનો ઉદ્દીપ્ત સમગ્ર સંસારમાં કરે છે. મૂળ રૂપે તો ધ્વજનું નિરૂપણ ધર્મ તથા રાજનીતિ માટે થયું, પણ પછીથી સમાજના અનેક મહત્વપૂર્ણ ક્ષેત્રોમાં તેનો વિસ્તાર થતો ગયો. આપણી વૈદિક સંસ્કૃતિમાં ત્યાગ, તપસ્યા તથા બલિદાનનું અત્યંત મહત્વપૂર્ણ સ્થાન છે અને તેનું પ્રતીક ભગવો, ગૌરિક - કેશરિયો માનવામાં આવ્યો. સાધુ સંન્યાસીઓના વસ્ત્ર પણ આ હેતુથી જ ગેરૂઆ રંગના હોય છે. આપણા પ્રાચીનતમ ધ્વજના રંગ પણ ગેરૂઆ રંગ તથા કેશરિયા-

ભગવા હોતા થા અને તે સમયે અરૂણકેતવઃ, ભગવદ ધ્વજ વિ. નામોથી વિભૂષિત હતા. તેનું કારણ એ છે કે એ કાલખંડ યજ્ઞ સંસ્કૃતિનો હતો તથા યજ્ઞમાંથી નીકળતી-પ્રગટતી જ્વાળાઓનાં રંગ પણ લગભગ એવા જ (કેશરિયા) હતા. “ૐ” અંકિત ભગવો ધ્વજ આજે પણ પવિત્ર તથા આપણી સંસ્કૃતિનું પ્રતીક મનાય છે. આપણા દેશના શહીદોએ પણ આઝાદીની લડાઈ સમયે કેશરિયા વાના ધારણ કરેલા હતા અને આ જ કારણવશ જ્યારે દેશ માટે એક રાષ્ટ્રીય ધ્વજના નિરૂપણ માટે ૧૯૩૧માં જે ઝંડા કમિટી બની તેણે પણ રાષ્ટ્રીય ધ્વજના કેશરિયો રંગ નિરૂપિત કરેલ હતો. પરંતુ રાજકીય કારણોવશ પછીથી તેનો રંગ તિરંગો કરવામાં આવ્યો હતો. વૈદિકોત્તરીય સાહિત્યમાં તો ધ્વજ મહત્વનું નિરૂપણ મોટી પ્રમુખતાથી થયું. ભરતમુનિએ નાટ્યશાસ્ત્રમાં રાક્ષસો પર ઈન્દ્રના વિજયને ધ્વજ મહોત્સવ રૂપે મનાવાનો ઉલ્લેખ જોવા મળે છે. આજે પણ હનુમાનજીની વિજય પતાકા પર જય શ્રી રામ અંકિત જોવાય છે.

મહાભારત કાળમાં તો પ્રત્યેક રાજાઓ માટે અલગ-અલગ રંગો તથા ચિન્હોથી યુક્ત ધ્વજ-પતાકાઓનું વર્ણન મળે છે. મહાયોધ્યા કર્ણના રથમાં “કમલ” અંકિત ધ્વજ હતો. અર્જુનના રથ પરના ધ્વજમાં રણચંડી દુર્ગાનું ચિન્હ હતું. મહાપ્રતાપી ભિષ્મના ધ્વજ પર પાંચ તારો સાથે તાડનું વૃક્ષ અંકિત હતું. દુર્યોધનની પતાકા પર મણિમય ગજરાજ અંકિત હતું. આ પ્રમાણે તમામ યોધ્યાઓના અનેક ચિન્હોથી યુક્ત ધ્વજનો ઉલ્લેખ મળે છે. વર્તમાન સમયમાં પણ સમાજમાં ધ્વજનું અત્યંત મહત્વપૂર્ણ સ્થાન છે. સમાજના અનેક મહત્વપૂર્ણ પ્રતિષ્ઠાન, સેના, સ્કાઉટ, રેડક્રોસ, ધર્મ, સંપ્રદાય તથા રાષ્ટ્રોનાં પોતપોતાના ધ્વજ વિભિન્ન ચિન્હોથી યુક્ત



**NanoNine®**  
INNOVATIVE KITCHENWARE  
Bana Do Life Aasaan!



STAINLESS STEEL  
**HOT SERVE**  
INSU-SERVING POT



4 HOURS  
HOT & FRESH FOOD

STAINLESS STEEL  
**HOT CHOICE**  
INSU-SERVING POT



4 HOURS  
HOT & FRESH FOOD

STAINLESS STEEL  
**ROTI SAVER**  
INSU-SERVING POT



STAINLESS STEEL  
**ROYAL SERVE**  
INSU-SERVING POT



STAINLESS STEEL  
**TIFFINY MEAL PACK-1**  
INSU-SERVING POT



GUARANTEED  
5 YEARS  
WARRANTY  
ON LID

STAINLESS STEEL  
**INSULOCK**  
INSU-SERVING POT



WORLD'S  
FIRST

STAINLESS STEEL  
**TIFFINY PRIME**  
CHAPATI COMBO (Pack 2+1)



GUARANTEED  
5 YEARS  
WARRANTY  
ON LID

STAINLESS STEEL  
**AIR-LOCK COMBO**  
PACK 2+1



STAINLESS STEEL  
**UniSteel**  
INSU-BOTTLE WITH INNER STEEL



INSU-STEEL  
HOT COLD

STAINLESS STEEL  
**S.S. SteelBot**  
Single Steel Bottle



WORLD'S  
FIRST

STAINLESS STEEL  
**HOT KING**  
INSU-SERVING POT



HOT COLD  
HEAVY DUTY

STAINLESS STEEL  
**IDLI COOKER**



/ NanoNineOnline

/ nanonine.in

/ www.nanonine.in

/ care@nanonine.in

+ 91 8879 2999 50

## Chheda's

### Chheda Insurance & Investment Services

Contact For :

- Mutual Fund
- General Insurance
- Fixed Deposit
- Life Insurance

**Nilesh L. Chheda**  
+91 9820134626  
**Shaila N. Chheda**  
+91 9819208711

E-mail : [nileshchheda@hotmail.com](mailto:nileshchheda@hotmail.com)



Graphic Designers

Quality Printers

- Packaging Designs
- Stationery
- Brochures
- Books
- Screen Printing
- Offset Printing
- Multicolour Prints
- Banners & Sign Board

**Ketan : 98209 77922**

E-mail : [ketanlchheda@gmail.com](mailto:ketanlchheda@gmail.com)

309-ATLANTIC COMMERCIAL TOWER, RB MEHTA MARG, PATEL CHOWK, ABOVE  
VODAFONE GALLERY, GHATKOPAR (E), MUMBAI-400 077  
Tel. : +91 22 25060549 / 25060283 / 21020495 / 21020692





પીળો અને કફ-સફેદ રંગમાં ત્રિદોષ, ત્રિધાતુનો પ્રસ્તાવિત આયુર્વેદ ધ્વજનો રંગ તિરંગો છે. જેની વચ્ચોવચ્ચ ભગવાન ધન્વંતરીના ચતુર્ભુજ સ્વરૂપને પીળા રંગમાં, ચિત્રની ઉપર ચંદ્રાકાર નીચેની તરફ નીલા કલરમાં તથા નીચે પગ તરફ ઉપર ચંદ્રાકારમાં 'વસુધૈવ કુટુંબકમ્' લીલા રંગમાં, ચિત્રની વચ્ચોવચ્ચ એક તરફ ભગવાન તથા બીજી બાજુ ધન્વંતરિ શબ્દ પીળા કલરમાં છે. આ ધ્વજ પ્રત્યેક ચિકિત્સકો માટે સ્વાભિમાન તથા સન્માનપૂર્વક છે. સાથે સાથે આયુર્વેદ ચિકિત્સકોની પણ સંપૂર્ણ સમાજમાં અલગ ઓળખ છે. આ ધ્વજ ભારતીય ચિકિત્સા પધ્ધતિનું પ્રતીક છે.



છે. વિશ્વની મહાન સંગઠિત સ્વયંસેવી - આરએસએસ - રાષ્ટ્રીય સ્વયંસેવક સંઘ પણ કેશરિયા ધ્વજના પોતાના ગુરૂની ત્યાગ, તપસ્યા અને બલિદાનનું પ્રતીક માને છે.

આઝાદીની લડાઈમાં ક્રાંતિકારીઓએ પણ તિરંગાની પ્રતિષ્ઠા માટે પોતાના પ્રાણની બાજી પણ લગાવી દીધી હતી. આજે પણ રાષ્ટ્રની સેવામાં પોતાના પ્રાણ અર્પણ કરી દેનાર શહીદોના શબ પર તિરંગામાં લપેટવામાં આવે છે. ધ્વજનું ઝૂકી જવું, કપાઈ જવું, અમંગલકારી તથા દુઃખ મનાય છે. આ રીતે સમજી શકાય છે કે સંપૂર્ણ રાષ્ટ્રનો શોક ઝંડાને ઝૂકાવીને વ્યક્ત કરવામાં આવે છે. આજ પ્રમાણે વેદના અંગ આયુર્વેદ જે વિશ્વનું સૌથી પ્રાચીનતમ આરોગ્ય વિજ્ઞાન છે તેના ધ્વજમાં પણ તેના સિદ્ધાંતો તથા ભાવનાઓથી યુક્ત એક ધ્વજ નિર્દેશિત કરાયો છે, જે મુજબ આ ધ્વજ સફેદ રંગના કપડા પર એક ચોરસ મીટર સાર્ઈઝનો છે. જેના હેડ ભાગમાં વાત-નીલો, પિત્ત-

### With Best Compliments

KALYANJI RAMBHIA

PARAS RAMBHIA



- \* B.P.MACHINE
- \* GLUCO METER
- \* WHEEL CHAIR
- \* NEBULIZER
- \* AIR BED
- \* MORNING WALKER

- \* PULSE OXYMETER
- \* ADULT DAIPPER
- \* HOT WATER BAG
- \* HEATING PAD
- \* WEIGHT SCALE
- \* WATER BED

## FORTUNE SURGICALS

C/004, SUPATH-2, NEAR OLD VADAJ BUS STAND,  
ASHRAM ROAD, USMANPURA, AHMEDABAD-380013  
PH.27560480 M.9375022555

‘જ્ઞાનમાં ભગવાન’નું દર્શન કરાવનાર લોકસેવક સંત

## પૂજ્ય મોટા : સૂક્ષ્મ વિવેકના શાલા

૦૨-૧૦-૨૦૨૩ (ભાદરવા વદ-૪) : ૧૨૫મી જન્મજયંતી

■ ભરત ‘કુમાર’ પ્રા. ઠાકર, વૃન્દાવન નગર, અંજાર (કચ્છ) ૯૪૨૭૨ ૨૩૧૫૦

ગુજરાતની ઉજળી સંત-પરંપરામાં એક એવા સિદ્ધસાધક થઈ ગયા, જે

સંતોના બાહ્ય પરિવેશની દૃષ્ટિએ અને બહુવિધ સેવાલક્ષી પ્રવૃત્તિઓને કારણે નોખા-અનોખા તરી આવે. સંન્યાસ પછી એમનું હુલામણું નામ ચોકેર એટલું તો પ્રચલિત બન્યું કે આજે મૂળ નામની ઓછા લોકોને જાણ હશે. ગુર્જરભૂમિના આ ‘સાચા સંસારી સાધુ’ એટલે યુનીલાલ આશારામ ભાવસાર ઉર્ફે પૂજ્ય શ્રી મોટા (૧૮૮૮-૧૯૭૬) !



‘મારે સમાજને બેઠો કરવો છે’ એવા દૃઢ સંકલ્પ સાથે મોટાએ સમાજના સર્વાંગી વિકાસને પોતાનું જીવનધ્યેય બનાવ્યું હતું. વ્યક્તિ અને સમાજ માનસિક-શારીરિક રીતે સ્વસ્થ બને તે માટે જીવનપર્યંત કાર્યશીલ રહેનાર મોટાએ ભગવાં ધારણ કર્યા વિના કે પછી ઘરબાર છોડ્યા વિના આત્મકલ્યાણ સાથે સમસ્ત સમાજ માટે પણ લાંબા ગાળાની અનેક હિતકારી પ્રવૃત્તિઓ શરૂ કરી હતી.

### સ્વરાજ્યની લડતોમાં સામેલ

પૂજ્ય મોટાનો જન્મ ૪થી સપ્ટેમ્બર, ૧૮૮૮ (તિથિ અનુસાર સંવત ૧૯૫૪ના ભાદરવા વદ ચોથ)ના સાવલી (જિ.વડોદરા) ખાતે મધ્યમ પરિવારમાં થયો હતો. પિતા રંગરેજનું કામ કરતા અને ‘ભગત’ તરીકે ઓળખાતા. બાળ યુનીલાલનો ઉછેર સામાન્ય વાતાવરણમાં થયો હતો. પાછળથી ભાવસાર પરિવાર ધંધાર્થે કાલોલ (જિ.પંચમહાલ) આવી વસ્યો હતો. યુનીલાલે માધ્યમિક ભણતર પેટલાદ (જિ.આણંદ) અને કોલેજ શિક્ષણ વડોદરામાં લીધું હતું.

જલિયાંવાલા બાગના નરસંહાર (૧૯૧૯) પછી ગાંધીજીએ સ્વરાજ્યની લડત ઉપાડી. તેમની હાકલ પરથી બે વિદ્યાર્થીઓએ પણ સરકારી કોલેજનો બહિષ્કાર કરી એપ્રિલ, ૧૯૨૧માં ગુજરાત વિદ્યાપીઠ (અમદાવાદ)માં

જોડાયા. આ બંને આગળ જતાં ગુજરાતના મહાન સંતો બન્યા. યુનીલાલ ભાવસાર ‘પૂજ્ય મોટા’ તરીકે, જ્યારે પાંડુરંગ વિકલ વળામે ‘રંગ અવધૂત’ (૧૮૮૮-૧૯૬૮) તરીકે ખ્યાતિ પામ્યા !

વિદ્યાપીઠમાં તેઓ ગાંધીજી (૧૮૬૯-૧૯૪૮), કાલેલકર (૧૮૮૫-૧૯૮૧), કૃપલાણી (૧૮૮૮-૧૯૮૨) અને ગિદવાણી (૧૮૮૯-૧૯૫૭)ના હાથ નીચે રાષ્ટ્રીય ચળવળના રંગે રંગાયા. ગાંધીજીના આદેશથી અસહકારની લડત (૧૯૨૧-૨૨)માં ઝંપલાવ્યું અને અને અભ્યાસ છોડી લોકસેવા કરવા ભરુચ જિલ્લાના ગામડાઓ ખૂંટી વળ્યા. પછી નડિયાદ (જિ.ખેડા) આવી ઈન્દુયાયા (૧૮૯૨-૧૯૭૨)ના માર્ગદર્શન હેઠળ ચાલતા અંત્યજ સેવા મંડળમાં જોડાયા અને હરિજનશાળાની નોકરી સ્વીકારી.

### સેવા અને સાધનાનો સંગમ

પરંતુ મોટું કુટુંબ, સીમિત પગાર, દેવાની ચિંતા, પરિવારજનોનો ઉપહાસ અને ઉપેક્ષા વગેરેથી તેમને વાઈ-મૂર્છાનો રોગ લાગુ પડ્યો. આથી હતાશ થયેલા યુનીલાલે ચિંતાના ભાર તળે ૧૯૨૨માં ગરુડેશ્વરની ભેખડ પરથી નર્મદામાં ઝંપલાવી દીધું, પરંતુ કોઈ દૈવયોગે બચાવ થયો. ત્યારે નર્મદાતટના સંત અવિનાશ મહારાજ (બાળયોગીજી)

## સમકાલીન સંતો વચ્ચે અનોખું સામ્ય !

મહાત્મા ગાંધીએ જલિયાંવાલા હત્યાકાંડ (૧૯૧૯) પછી અસહકાર લડતનો આરંભ કરેલો. તેમની હાકલ પરથી વડોદરામાં ભણતા બે વિદ્યાર્થીઓએ સાથે જ કોલેજ અને કારકીર્દિ છોડી સ્વાતંત્ર્ય આંદોલનમાં જંપલાવીને ગુજરાત વિદ્યાપીઠમાં જોડાઈ ગયા હતા. આ બંનેએ આગળ જતાં ગુજરાતના મહાન સંતો તરીકે નામના મેળવી. સંન્યાસી તરીકે બંનેનું નવું નામ જ એટલું તો પ્રચલિત બન્યું કે આજે મૂળ નામની કદાચ થોડાને જાણ હશે.

આમાં યુનીલાલ આશારામ ભાવસાર 'પૂજ્ય મોટા' તરીકે અને પાંડુરંગ વિઠ્ઠલપંત વળામે 'રંગ અવધૂત' તરીકે ખ્યાતિ પામ્યા ! બંનેએ સાંઈખેડા (જિ.નરસિંહપુર, મધ્યપ્રદેશ) ના સંત ધૂણીવાળા દાદા ઉર્ફે સ્વામી કેશવાનંદજી સુકીર્તિ મહારાજ (૧૮૪૨-૧૯૩૦) પાસેથી આધ્યાત્મિક પ્રેરણા મેળવી હતી.

ગુર્જરભૂમિના આ બે સમકાલીન સંતો વચ્ચે અનેક રીતે સરખાપણું પણ રહેલું છે. એક જ વર્ષ (૧૮૯૮)માં જન્મેલાં રંગ અવધૂત અને પૂજ્ય મોટા બંનેના પૂર્વજો એક જ જિલ્લા (પંચમહાલ)માં સ્થાયી થયા હતા. તો, દક્ષિણ ગુજરાત બંનેની સેવા અને સાધનાભૂમિ બની રહી. બાળગોઠિયા રહેલા આ બંને પાછા સહપાઠી પણ બન્યા ! (વડોદરા કોલેજ અને ગુજરાત વિદ્યાપીઠમાં સાથે અભ્યાસ કરેલો). પૂર્વાવસ્થામાં બંને શિક્ષક રહી ચૂક્યા હતા.

અસહકાર લડત (૧૯૨૧-૨૨) દ્વારા આઝાદીજંગમાં બંનેની ભાગીદારી રહી. કાકાસાહેબ કાલેલકર જેવા પ્રખર વિદ્વાનના હાથ નીચે બંને રાષ્ટ્રીય ચળવળના રંગે રંગાયા. આગળ ઉપર પણ બંનેએ પાછા પોતપોતાની રીતે એક જ ક્ષેત્ર (અધ્યાત્મ)માં વિકાસ સાધ્યો તથા અનુક્રમે નારેશ્વર આશ્રમ અને હરિ:ઠું આશ્રમની સ્થાપના કરી. બંનેના આશ્રમોમાં પાછાં મૌનમંદિરો (એકાંતિક સાધના કુટિરો)નું પણ નિર્માણ થયું છે. કોઈ બે સંતચરિત્રોમાં આવું અને આટલું સામ્ય ક્વચિત્ જ જોવા મળે !

એ એમને ૨૨મી જાન્યુઆરી ૧૯૨૩ (વસંત પંચમી)ના દીક્ષિત કરી 'હરિ: ઠું' મંત્રજાપ કરવા કહ્યું.

આમાં કોઈ ઈશ્વરીય સંકેત માની એમણે 'હરિ: ઠું'નો મંત્રજાપ આરંભ્યો. ચારેક માસમાં જ હિસ્ટીરિયા (ફેફરું) ગાયબ થઈ જતાં આત્મશ્રદ્ધા વધી. ૧૯૨૩માં સાંઈખેડા (જિ.નરસિંહપુર, મધ્યપ્રદેશ)ના અવધૂત સંત ધૂણીવાળા દાદા ઉર્ફે સ્વામી કેશવાનંદજી સુકીર્તિ મહારાજ (૧૮૪૨-૧૯૩૦)નાં દર્શન કરી આધ્યાત્મિક પ્રેરણા પામ્યા. તેઓ એમના ગુરુ હતા.

તે પછી ૧૯૨૮માં સાકોરી (જિ.અહમદનગર,

મહારાષ્ટ્ર)ના બાબા ઉપાસની મહારાજ ઉર્ફે કાશીનાથ ગોવિંદરાવ શાસ્ત્રી (૧૮૭૦-૧૯૪૧) સહિત સંતો-મહાત્માઓનો પરિચય થતાં સેવા સાથે સાધના પણ આરંભી. મન મક્કમ અને ચિત્ત શાંત થયું. પરિણામે ૧૯૩૦માં મનની નીરવતાનો અનુભવ કર્યો.

૧૯૩૦-૩૨ દરમ્યાન નમક સત્યાગ્રહની લડતોમાં ભાગ લીધો અને સાબરમતી, વીસાપુર, નાસિક, યરવડા જેલમાં પણ ગયા. ૧૯૩૨-૪૬ લગી હરિજન સેવક સંઘના સહમંત્રી રહ્યા. સમાંતરે વિકટ સાધનાઓ કરીને ઉચ્ચ આત્મિક વિકાસ સાધતા ગયા. ૧૯૩૪માં દ્વૈત (સગુણ બ્રહ્મ)નો અને આખરે

વિનોદ કે. શાહ ફોન (ઘર) ૨૪૧૪૪૪૪૧

ગામ : મોટા આસંબીયા

વાડીલાલ કે. શાહ ફોન (ઘર) ૨૪૦૯૬૬૯૪

મો. : ૯૮૨૦૦૫૯૬૨૧, ૯૩૨૨૮૬૫૯૪૩

# મેસર્સ ભાવેશ એન્ડ કું.

અનાજ, કઠોળ અને દાળોના જથ્થાબંધ અને  
છૂટક વેપારી તથા કમિશન એજન્ટ

ડી/૩૨, એ.પી.એમ.સી. માર્કેટ નં.-૨, દાણાબંદર, વાશી, નવી મુંબઈ - ૪૦૦૭૦૫.

ફોન : ૨૭૮૩૮૨૮૦, ૨૭૮૪૯૦૧૬

## મોટાનું અનેરું સર્જન : 'મૌનમંદિરો'

(આત્મિક સાધનાની એકાંતિક કુટિરો)



પૂજ્ય મોટાને પ્રારંભિક સાધનાકાળ દરમ્યાન 'એકાન્ત' માટે મુશ્કેલી પડતી હતી. એવી સમસ્યા કોઈ શ્રેયાર્થીને ન નડે એટલા માટે એમણે 'મૌનમંદિર'ની યોજના કરી. તેનો આરંભ અમદાવાદ હરિજન આશ્રમની મીરાકુટિરમાં મૌનએકાંત (૧૯૪૬) થી કર્યો. પરંતુ દક્ષિણ ભારતના પરિભ્રમણ પછી સ્વજનો-ભાવિકો તરફથી યોગદાન મળતાં પ્રથમ કાવેરીને કાંઠે કુંભકોણમ્ (૧૯૫૦)

અને પછી પેઢીને કાંઠે નડિયાદ (૧૯૫૫), તાપીને કાંઠે સુરત (૧૯૫૬) અને સાબરમતીને કાંઠે નરોડામાં 'હરિ:ૐ આશ્રમો' સ્થાપ્યા.

આશ્રમ જેવા નામ પરથી સ્વાભાવિક રીતે બંધાતા ખ્યાલની વિરુદ્ધ અહીં મંદિર-મૂર્તિ, પૂજા-અર્ચના, ટીલાં-ટપકાં, ધૂન-ભજન, ધ્યાન-આરાધન, મંજીરા-ઘંટારવ એવું કશું જોવા ન મળે ! પરંતુ સાદગી, મૌન અને નીરવતાનો પૂરો મહિમા રખાયો છે.

આ આશ્રમોના ઉપક્રમે બહુવિધ સેવાલક્ષી પ્રવૃત્તિઓ ઉપરાંત તેમાં 'મૌનમંદિરો' પણ રચવામાં આવ્યા. આત્મિક સાધના માટેની આ એકાંતિક કુટિરો સંત મોટાની દૃષ્ટિએ જીવાત્માને પરમાત્મા પ્રતિ અભિમુખ કરવા માટેની એક 'આધ્યાત્મિક પ્રયોગશાળા' સમાન છે.

આંખ અને કાન કરતાંય જોરાવર માધ્યમ આપણું મન છે. આંખ-કાન તો બંધ કરી દઈ શકાય, પણ ચંચળ મનને કઈ રીતે સ્થિર કરવું? તેમાં મદદરૂપ થનાર અને સરળ બનાવનાર વ્યવસ્થા તે આ મૌનમંદિર ! મૌન સાધના કરનારને અહીં પૂરી પ્રાથમિક સગવડો અપાય છે, પણ સગવડના પડછાયા ચાલી આવતી જંજાળ એકેય નહિ. કોઈ પણ સાધક પોતાની કક્ષા અને સમય મર્યાદા મુજબ મૌનમંદિરમાં બેસી શકે છે.

અહીં મનને સાંસારિક બાબતો કે વ્યાવહારિક જગત સાથે સંકળાવા માટેનો ખોરાક જેટલો ઓછો મળે તેટલી બહુર્મુખતા ઘટે છે અને અંતર્મુખતા માટેની અનુકૂળતા વધે છે. એટલે જ રોજબરોજના દુન્વચી સંપર્કોથી તદ્દન અલિપ્ત રહીને ઈષ્ટભજન કે આત્મચિંતન કરવા ઈચ્છતી વ્યક્તિઓને યોગ્ય અનુકૂળતા પૂરી પાડવાના હેતુથી જ આવા વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિકોણવાળા અને અઘતન ગુફા સમાન મૌલિક 'મૌનમંદિરો'ની વ્યવસ્થા કરવામાં આવી છે.

## શું તમે સારા આહારથી ફીટ રહેવા ઈચ્છો છો?

બોડીનું  
ચેકઅપ ફી  
કરી આપવામાં  
આવશે

- \* વજન માટે માહિતી
- \* પાચનમાં સુધારો
- \* હાથ-પગ દુઃખાવા
- \* હાર્ટ હેલ્થ
- \* સ્કીન હેલ્થ
- \* બાળકોના માટે ન્યુટ્રીશન
- \* સ્પોર્ટ ન્યુટ્રીશન
- \* એનર્જી અને ફિટનેસ



દવા વગર તંદુરસ્ત જીવન ઈચ્છો છો

વધુ માહિતી આજે જ સંપર્ક : કોડીલા - ૯૯૨૪૬૭૮૪૧૭

૨૯મી માર્ચ, ૧૯૩૯ અને રામનવમીની રાત્રે બનારસમાં એમને અદ્વૈત (નિર્ગુણ બ્રહ્મ)નો સાક્ષાત્કાર થયો.

### ‘મોટા’ કેમ કહેવાયા?

ત્યાર બાદ તેઓ દેશાટને નીકળ્યા. તે દરમ્યાન તામિલનાડુના કુંભકોણમ્ અને તિરુચિરાપલ્લીમાં એન. ગોપાળદાસની પેઢીના ભાગીદાર (અને પછીથી અમદાવાદ હરિજન આશ્રમના કાર્યકર) નંદુભાઈ શાહ ઉર્ફે નંદલાલ ભોગીલાલ શાહ (૧૯૦૪-૨૦૦૪) સાથે તેઓ નિકટના પરિચયમાં આવ્યા, જેઓ પાછળથી એમના સાધક-અંતેવાસી બન્યા.

નંદુભાઈના માતા જેઠીબાએ યુનીલાલને પોતાનો દીકરો માન્યો હતો. બીજા પુત્રો કરતાં તેઓ વયમાં મોટા હોવાથી તેમને ‘મોટા’ તરીકે સંબોધવાનું શરૂ કર્યું. જેઠીબાનો મોટો વખત જતાં યુનીલાલ મટી બધા માટે ‘સંત મોટા’ બની ગયા !

પોતે પ્રારંભમાં અનુભવેલી ‘એકાન્ત’ માટેની મુશ્કેલી બીજા સાધકોને ન પડે તે માટે દક્ષિણ ભારતના પ્રવાસ પછી ગુરુપ્રેરણાથી એમણે કુંભકોણમ્, નડિયાદ, સુરત અને નરોડા ખાતે ‘હરિ:કૃં આશ્રણો’ સ્થાપ્યાં અને તેમાં આત્મિક શ્રેય માટે એકાંતિક વાતાવરણ પૂરું પાડતાં ‘મૌનમંદિરો’ (સાધના કુટિરો)ની પણ યોજના કરી.

### વૈજ્ઞાનિક અભિગમનું ધ્યેય

પૂ.મોટા જે કોઈ વાત કરતા તે કોઈ શબ્દાંબર વિના દિલની ભાષામાં વાત કરતા. એમના મતે આ કાળ વિજ્ઞાનનો છે. કુદરત પોતાની બક્ષીસો આપવા તત્પર છે. આપણામાં ગ્રહણશીલતા કે ભૂમિકા જાગેલી નથી. વિજ્ઞાનનાં આ રહસ્યો ખુલ્લે, એનાં સંશોધનો થાય એ જરૂરી છે. પાંડુરંગ શાસ્ત્રી

(૧૯૨૦-૨૦૦૩)ના ‘છોડમાં રણછોડ’ની જેમ દાયકાઓ પૂર્વે મોટાએ ‘જ્ઞાનમાં ભગવાન’ની વાત કરી. એમની વિજ્ઞાનલક્ષીતા એમને અનન્ય સંત તરીકે સ્થાપે છે.

પૂ.મોટા વિશે ઘણું લખાયું છે. જીવન વિષેની ગહન ફિલસૂફીની ઘણી વાત એમણે ચર્ચી છે. રોજબરોજના વ્યવહાર પરત્વે પણ એમનું ચિંતન સૂક્ષ્મ છે. તેઓ નર્ચા ભક્તિમાર્ગી નહોતા. એટલે તો એમના આશ્રમોમાં પૂજાપાઠ-ક્રિયાકાંડ, કથા-આખ્યાનો, યજ્ઞો-ભંડારા, પાટોત્સવો-મહોત્સવો, સમારંભો-પ્રવચનો, સપ્તાહો-પારાયણો, યાત્રા-રેલી... જેવા કોઈ ક્રિયાકલાપોની ધમાલ નથી !

પણ, વૈજ્ઞાનિક અભિગમના વિકાસ પરત્વે જે ધ્યાન અપાયું છે તે તેને આવાં અન્ય સ્થાનોથી નોખા પાડે છે. આજે પણ એમના આશ્રમોમાં માત્ર ચાર ઉત્સવો (ભાદરવા વદ ચોથ-પ્રાગટ્ય દિન, વસંત પંચમી - દીક્ષા દિન, રામનવમી - સાક્ષાત્કાર દિન અને ગુરુપૂર્ણિમા) સાદાઈથી ઉજવવામાં આવે છે.

### વિવિધ ક્ષેત્રે પ્રદાન

પૂજ્ય મોટાએ જાહેરજીવનના વિવિધ ક્ષેત્રોમાં દાનગંગા વહાવી છે. સાઈકલિંગ, તરણસ્પર્ધા, સ્નાનગારોનું નિર્માણ, કિશોરો માટે ‘બાલભારતી’ અને વયસ્કો માટે ‘જ્ઞાનગંગોત્રી’ ગ્રંથશ્રેણી રૂપે ગુજરાતી વિશ્વકોશ (વીસ ભાગો)નું પ્રકાશન તેમજ સાહસ, શૌર્ય, પરોપકાર, વિજ્ઞાન, તબીબી અને કૃષિ સંશોધનો તથા લલિત અને લલિતેતર કળાઓને પોષવા અને પ્રેરવામાં મોટાજીએ ગુજરાતમાં કરોડો રૂપિયા ખર્ચ્યા છે.

તેમના ટ્રસ્ટે પચીસ જિલ્લામાં લગભગ તેર કરોડ રૂપિયાના ખર્ચે પ્રાથમિક શાળાઓના પોણા નવ હજાર ઓરડાઓ બાંધવામાં સહાય કરી છે. છાત્રાવાસો કે વિદ્યાલયોના મકાનો

J.P. Sangoi,  
Manish J. Sangoi  
Jayesh J. Sangoi  
(Kapayawala)

**PARAS**  
**REXINE HOUSE**

Phone : 24307609

M. : 9820156242

M. : 9820786889

A.C. Show Room

Mattress - Pillows - Cushion

P.V.C. Floor Carpet, P.V.C. Tiles - Wooden Flooring - Wall Paper - Wall Poster - Vertical Blind - Vanishing Blind - Speaker Box Carpet - Roller Blinds - Roman blinds - Suncontrol Films

Plastic Mat - Grass Mat - Bath Mat - Flaxy Mat - Coir Mat - Rubber Mat

Dealers in : \* All Kinds of Art Leather Cloth, Rexine, P.U. Foam, Rubber Foam, Rubberised Coir, Upholstry Materials & ETC. Memory Foam Mattress & Products \* Sleepwell \* Springwel \* MM Foam \* Kurlon \* Centuary \* Libra Mattres \* Mattress, Pillows, Cushion \* Sofa Cover

Tirthankar, Shop No. 5, S.K. Bole Road, Dadar (W), Mumbai-400 028.

Email : parasrexinehouse@gmail.com - Fecabook : parasrexinehouse

Intagama : parasrexinehouse

શુભ પ્રસંગોની  
રંગતમાં સંગત માણવા મહેમાન ને નવાજવા,  
સંતોષના ઓડકારની અપેક્ષા એટલે જ

**Gala Caterers**

FINEST IN FOOD INDUSTRY

SINCE 1977

આ શુભ સ્થળો માટેનાં અધિકૃત કેટરર્સ

**સેટ્રલ મુંબઈ :**

- કામગાર ગ્રાઉન્ડ-પરેલ
- હાલાઈ વાડી-દાદર
- કિંગ જોર્જ હોલ એન્ડ ગ્રાઉન્ડ-દાદર
- વસંત સ્મતી-દાદર
- ગુજર વાડી-માટુંગા
- ગુજરાતી સેવા મંડળ-માટુંગા
- ફ્લેમિંગો હોલ-માટુંગા
- પંજાબ હોલ-માટુંગા
- રામવાડી-માટુંગા
- નારાયણજી શામજી વાડી-માટુંગા
- નપ્પુ હોલ-માટુંગા
- ખાલસા હોલ એન્ડ ગ્રાઉન્ડ-માટુંગા
- લોહારવાડી-માટુંગા
- માનવ સેવા સંઘ-સાયન
- સુમતી ગુજર-કુર્લા
- ભાટિયા વાડી-ઘાટકોપર
- સોમૈયા ગ્રાઉન્ડ-ચુનાભટ્ટી, ઘાટકોપર
- શિવાજી ટેકનિકલ ગ્રાઉન્ડ-ઘાટકોપર
- ધી પેલેસ હોલ-મુલુંડ(વેસ્ટ)
- આર.આર બેન્કવેટ-મુલુંડ (ઈસ્ટ)
- સુરજ વોટર પાર્ક-થાણા
- રીટ્ઝ બેન્કવેટ-થાણા

**સાઉથ મુંબઈ :**

- એસ.આઇ.ઇ.એસ. ગ્રાઉન્ડ-વડાલા
- નીક્કો હોલ-વડાલા
- એસ.એન.ડી.ટી. કોલેજ-વડાલા
- એકર્સ ક્લબ-ચેંબુર
- ચેંબુર જીમખાના હોલ એન્ડ ગ્રાઉન્ડ-ચેંબુર
- ગ્રાન્ડ બેન્કવેટ-ચેંબુર
- ગ્રાન્ડ નાલંદા-ચેંબુર
- સિંધી જીમખાના-ચેંબુર
- ગુજરાત ભવન-વાશી
- આયુષ રીસોર્ટ-પનવેલ

**વેસ્ટર્ન મુંબઈ :**

- એમ.ઇ.ટી.બાન્દ્રા (વેસ્ટ)
- અંધેરી સ્પોર્ટ્સ કોમ્પ્લેક્સ-અંધેરી
- વાગડ વિશા ઓસવાલ મહાજન વાડી-અંધેરી
- કમલ અમરોહી-JVLR
- એફ.એમ.બેન્કવેટ-ગોરેગામ અને રામ મંદીર
- તેરાપંથી ભવન-કાંદીવલી
- વુડ સ્ટોક રીસોર્ટ

**પ્રવીણ ગાલા :**  
**9892183338**

અનુલ ગાલા : 93222 21205 • રાજેશ ગાલા : 98200 32010  
રોહિત ગાલા : 98200 99251 • ચિરાગ ગાલા : 97020 29280

૫, નટરાજ બિલ્ડીંગ, લક્ષ્મી નારાયણ લેન, માટુંગા (સે.રેલ્વે), મુંબઈ-૪૦૦ ૦૧૯  
ફોન : ૨૪૦૨ ૫૩૧૬, ૨૪૦૧ ૩૫૪૭

E: galacaterers@gmail.com | W: www.galacaterers.in



**અમે આઉટ સ્ટેશન તથા કોર્પોરેટ ઓર્ડર્સ સ્વીકારીએ છીએ**

color-sprint.com

બાંધવા કે અન્ય શૈક્ષણિક સુવિધાઓ વધારવા તેમજ દુષ્કાળ રાહતની પ્રવૃત્તિમાં પણ હરિ:ૐ આશ્રમ ટ્રસ્ટ અગ્રેસર રહ્યું છે.

દેવા અને દવાથી કંટાળીને આપઘાત કરવા નીકળનાર મોટાએ એકલે હાથે ભક્તોના દાનથી શિક્ષણ, જ્ઞાનવિજ્ઞાન, વ્યસનમુક્તિ, શારીરિક તંદુરસ્તી, આત્મિક સાધના જેવી અનેકાનેક સત્રપ્રવૃત્તિઓ વિકસાવી બતાવી. શ્રીમોટા અધ્યાત્મ માર્ગના યાત્રી અને સગુણ-નિર્ગુણ બ્રહ્મના સાક્ષાત્કારી સિદ્ધપુરુષ હતા. પરંતુ નાણાંના વહેવારમાં ભારે કાળજીવાળા. સમાજ સાથે જ એક હાથે લીધું ને બીજા હાથે સમાજોપયોગી કામમાં આપી દીધું.

### સમાજસેવાની આદર્શ પ્રતિભા

પૂ.મોટાએ જીવનને ઉત્કૃષ્ટ બનાવે એવા પ્રેરણાત્મક સાહિત્યનું વિપુલ પ્રમાણમાં સર્જન કર્યું હતું. એમના લખાણોમાંથી ૮૩ જેટલા પુસ્તકો સંપાદિત, તેમાંથી ફરી પંદર સંકલિત અને ત્રણ અંગ્રેજીમાં અનુવાદિત થયાં છે. એમના કેટલાંક નોંધપાત્ર પુસ્તકોમાં મનને, જિજ્ઞાસા, તુજ ચરણે, સાધનામર્મ, સંતદ્વેદ્ય, ભાવરેણુ, હરિજન સંતો, જીવનસંગ્રામ, જીવનસૌરભ, જીવનગીતા, જીવનપરાગ, મૌન મંદિરનો મર્મ, મૌનએકાંતની કેડીએ, શેષવિશેષ, ગુણવિમર્શ, શ્રીસદ્ગુરુ, આર્તપોકાર, આત્મચરિત્રનો સમાવેશ થાય છે.

‘મારા અવસાન પછી ઈંટ-ચૂનાનું કોઈ સ્મારક ન કરતાં, જે કાંઈ દાન આવે તેનો ઉપયોગ ગુજરાતમાં શાળાના ઓરડા બાંધવા માટે કરજો’ એવી વસિયત સાથે પૂ.મોટાએ સ્વૈચ્છિક રીતે દેહલીલા સંકેલી લીધી. મહી નદીતટે ફાજલપુર (જિ.વડોદરા) ગામે એલેમ્બિકના માલિક રમણભાઈ ભાઈલાલભાઈ અમીન (૧૯૧૩-૨૦૦૦)ના ફાર્મહાઉસમાં ર૩મી જુલાઈ, ૧૯૭૬ના એમણે અંતિમ શ્વાસ લીધા.

મદ્રાસી રીતની સફેદ ખાદીની લુંગી, ખભા ઉપર ઉપવસ્ત્ર અને માથે કાઠિયાવાડી ઢબનું ફાળિયું... આ એમનો કાયમી પરિચિત બાહ્ય પહેરવેશ રહ્યો હતો. પોતે એક મુક્તાત્મા અને સિદ્ધયોગી છતાં કદી કોઈ ચમત્કારોમાં પડ્યા નહોતા. આનંદ, સાદગી અને નમ્રતાની મૂર્તિ હતા. ગુજરાતના આધ્યાત્મિક-ભૌતિક વિકાસમાં મહત્વનું પ્રદાન આપનાર અને સમાજસેવાના અનેક કાર્યો સાથે સંકળાયેલા રહેનાર મુઠ્ઠીઊંચેરા લોકસેવક સંત પૂજ્ય મોટાનું જીવન સમાજ માટે એક આદર્શ છે. ❀

### ■ સેવા એ જ સાચો ધર્મ અને કર્મ છે

તુલાધાર ઉદાર વિચારસરણી લાવનારા વિદ્વાન હતા. તેઓ ક્યારેય કોઈ ધાર્મિક યાત્રા પર ગયા નહોતા કે દરરોજ મંદિર જતા ન હતા. પૂજા-પાઠ, વ્રત-ઉપવાસ તેમની દિનચર્યાનો ભાગ હતા. એક દિવસ તુલાધારના ઘરે એક સાધુ આવ્યા. તુલાધારે તેમનો યથોચિત સત્કાર કર્યો. પછી બંને વચ્ચે ધર્મચર્યા થવા લાગી. સાધુ તુલાધારથી ખૂબ જ પ્રભાવિત થયા. વાતવાતમાં સાધુ બોલ્યા, ‘બેટા, તું થોડા દિવસ માટે તીર્થયાત્રા કરી આવ.’ સાધુની વાત સાંભળીને તુલાધાર બોલ્યા, ‘મહારાજ, મારા આ ગામમાં ઘણા લોકો ભૂખથી પીડાય છે, કેટલાયને દવાની જરૂર છે, વસ્ત્રોની જરૂર છે. હું મારી કમાણીની કેટલીક રકમ આ લોકોના રોટી, કપડાં અને વસ્ત્રો માટે ખર્ચ કરવાનું ઉચિત માનું છું. આ જ મારી તીર્થયાત્રા છે અને તેનાથી મને પરમશાંતિ મળે છે.’ તુલાધારની વાત માનીને સાધુને પોતાના શિષ્ય આસ્તિકતાનું ભાન થયું અને સેવાકાર્યોમાં જોડાઈ ગયા. સાર એટલો જ છે કે સેવા જ સાચો ધર્મ અને કર્મ છે.

With Best Compliments From

**AMRATLAL K. SAVLA**

**Insurance Advisor**

603, Girner Towar, Plot No.208, Ram Tekdi Road, Sewri, Mumbai-400015

**Mo. : 98212 15265 - 83560 37821**

# “મહિલાઓને લાગેલું મોબાઈલનું ઘેલું”

■ મનુભાઈ શાહ

**આ** જે વિજ્ઞાન રોજરોજ કંઈક ને કંઈક નવી શોધ કરી સમાજ વચ્ચે મૂકે છે. આ શોધથી લાભ ગેરલાભ બંને હોય છે. જે સમાજ મોટા પાયે ખરીદી લે છે. પછી ઉપયોગી કે બિનઉપયોગી હોય. ઘણી વખત ઘરનું આર્થિક પાસું જોવાતું નથી. નવી શોધને અટકાવી શકાતી નથી. આ વસ્તુ ખરીદવાનું મોટું બજાર મહિલાઓનું છે. ખરીદીમાં પુરુષો કરતા મહિલા આગવું સ્થાન ધરાવે છે. મહિલાઓએ ખરીદી માટે બ્રેક મારવી જોઈએ. બ્રેક ન મારવાથી તેનું દુષ્પરિણામ આવે છે.

ઇલેક્ટ્રીક વસ્તુની શોધે હરણફાળ ભરી છે. નિત્ય નવી શોધ બહાર આવે છે. તેમાં મોબાઈલની શોધ અગત્યનું સ્થાન ધરાવે છે. મોબાઈલમાં નવી શોધ થતી રહે છે. આજની શોધ આવતી કાલે જૂની થઈ જાય છે.

આજે તો નાનાથી મોટા પાસે મોબાઈલ હોય જ છે. અરે કોઈ બબ્બે મોબાઈલ રાખે છે. વળી ઘરના નાનાથી લઈ મોટા સુધીના પાસે મોબાઈલ હોય જ છે. મોબાઈલ દરેક વ્યક્તિનું જીવન બની ગયું છે. જરૂરિયાત બની ગયો છે.

મોબાઈલના લાભો અનેક છે. જેમકે સંદેશા વ્યવહાર, વ્યાપાર માટે, ઓફિસો, પેઢીમાં, સારા-માઠા સમાચાર, દૂર પરિવાર સાથેનો સંપર્ક, બીજી ઘણી બાબતોમાં ઉપયોગી થાય છે. દેશ-વિદેશોના સમાચારો વિવિધ નોંધો, વાર્તાલાપો, સંગીત, બીજી સંસ્કાર ઘડતરની વાતો, વિચારો જાણી શકાય છે. વ્યક્તિના ડોક્યુમેન્ટ, બેંક લેવડદેવડ, સરકારના અન્યના બીલો ભરવામાં મોબાઈલ ઉપયોગી થાય છે. આ લાભો મોબાઈલ દ્વારા મળે છે.

ગેરલાભ જોઈએ તો ઘણા મોટા ગેરલાભો છે. જે વ્યક્તિ જીવનમાં સમાજ જીવન અને દેશ માટે ગેરલાભ થાય છે. કઈ કઈ રીતે નુકશાન થાય છે વાયકવર્ગ ઉપર છોડવામાં આવે છે.

આજે મહિલા (ગૃહિણી) અને મોબાઈલ અંગે વિશેષ વિચાર કરીએ.



મહિલાઓ અનેક ક્ષેત્રમાં કાર્યરત રહે છે એટલે તેઓ મોબાઈલનો ઉપયોગ કરે તે યોગ્ય છે. સ્વાભાવિક છે.

અભ્યાસ કરતી કોલેજ મહિલાઓ તેના અભ્યાસ માટે મોબાઈલનો ઉપયોગ કરે તે જરૂરી છે, યોગ્ય છે. પણ જ્યારે આ જ મહિલા તેનો ગેર ઉપયોગ કરે એટલે તેને પરિવાર અને સમાજને ભારે નુકશાન કરે છે.

મોબાઈલ દ્વારા આંખ બગડે, સતત જોવાથી પેટ બગડે, મન બગડે, પરસ્પરનો વ્યવહાર-સંબંધો બગડે. આજે ઘણા કેસ એવા બને છે કે સમાજને નીચા જોવું કરવું પડે છે.

મા-બાપ પોતાના સંતાનોને મોબાઈલ આપી તેનો ઉપયોગ એવો થાય છે કે સંતાનોની જિંદગી બરબાદ થાય છે.

ઘરમાં કામ કરતી ગૃહિણીનો વિચાર કરતા લાગે છે કે ગૃહિણી મોબાઈલમય બની જાય છે. ગૃહિણી મોબાઈલથી પોતાનો પરિવારનો બધી રીતે વ્યવહાર સાચવે છે. બીજા ગૃહિણી મોબાઈલ દ્વારા લાભો મેળવી શકે છે.

સવાલ મોબાઈલના ઉપયોગ માટેનો નથી પણ મોબાઈલ જે રીતે ગૃહિણી વાપરે છે તે છે.

(૧) મોબાઈલ ગૃહિણીનું જીવન સાથી બની ગયો છે. સુતા જાગતા, ઘરકામ કરતા, બાળકોને સાચવતા, રસોઈ કરતા બધી જગ્યાએ તેનો ઉપયોગ કરે છે.

(૨) ગૃહિણી રસોઈ કરતી વખતે મોબાઈલમાં વાતો, ગીતો સાંભળે, બધી પ્રવૃત્તિ કરે છે. રસોઈમાં પૂરું ધ્યાન પણ ન રહે.

(૩) મોબાઈલ અને અગ્નિ દુશ્મન છે. મોબાઈલના



વેલ્કને અગ્નિની જ્વાળા લાગે એટલે મોબાઈલમાં મોટો વિસ્ફોટ થાય છે. ગૃહિણીને શારીરિક નુકશાન કરે છે. માલ સામાનને નુકશાન થાય છે. અરે ઘરમાં આગ પણ લાગી જાય છે. આ ગૃહિણીને કોણ સમજાવે.

ઘણી વખત મિડિયા દ્વારા આવા બનાવો સમાચાર પત્રોમાં સમાચારો આવતા હોય છે. પણ ગૃહિણીની આંખ ખૂલતી નથી હોતી.

ઈલેક્ટ્રોનિક વસ્તુ અગ્નિથી દૂર રાખવી જોઈએ. પણ શું થાય મોબાઈલ વિના કેમ જીવાય?

ઘરમાં માબાપ મોબાઈલનો ઉપયોગ કરતા હોવાથી બાળકો પણ મોબાઈલ જોવાની માંગણી કરતા હોય છે. તે માટે ધમપછાડા પણ કરતા હોય છે. તેનું પરિણામ કદાચ તત્કાલ ન પણ આવે પણ તેની મોટી અસર ભવિષ્યમાં આવતી હોય છે.

ગૃહિણી ઘરમાં કામ બાકી હોવા છતાં મોબાઈલ લઈને બેસી જાય છે. અરે ભોજન કરતી વખતે મોબાઈલ ચાલુ રાખતી હોય છે.

ઘરમાં ઘણી નવરાશ હોવા છતાં કામવાળા કામ માટે રાખે છે અને ગૃહિણી મોબાઈલ લઈ બેસી જાય છે. ભલે કામવાળાને રૂા. ૨૦૦૦ અથવા ૩૦૦૦ આપવા પડે.

બધી જ ગૃહિણી આમ કરતી હોય છે તેવું કેવાનો મારો અર્થ નથી. ઘણી ગૃહિણી સમજણના આધારે ચાલે છે. પણ જીવનનું મૂલ્ય સમજે છે. પરિણામે તે બધી રીતે સુખી રહે છે. પરિવારને સુખી બનાવે છે.

મહિલાઓ નાનપણથી જ મોબાઈલને મિત્ર બનાવી દે છે. તેને એવી ગાંઠ બંધાઈ હોય છે તે છૂટતી નથી. સાસરે જાય ત્યાં પણ તે જ સ્થિતિમાં રહે છે.

મેં એ પણ જોયું છે કે ઓનલાઈન મોંઘાભાવનો મોબાઈલ મંગાવે છે. ત્રણ-ચાર વર્ષ વાપરે એટલે બીજો મોબાઈલ

બજારમાંથી ઊંચા ભાવનો મોબાઈલ લે છે.

જૂનવાણી લોકો, ઘણા કારીગરો, બીજા લોકો નાનો મોબાઈલ સંદેશા લેવા મોકલવા વાપરે છે.

મેં એવું પણ જોયું કે મહિલા, ગૃહિણી, યુવાનો વગેરે મોટો મોબાઈલ વેચાતો લે છે. એક ફેશન બની ગઈ છે. જે ફેશન નુકશાનકારક ન હોય તે લેવામાં કોઈ હરકત નથી હોતી પણ તેનો ખોટો ઉપયોગ થાય જે નુકશાન કરતા નીવડે તે અંગેની વાત વિચાર છે.

આજે શહેરોમાં બીજી ચીજવસ્તુની દુકાનો કરતા મોબાઈલની રિપેરની દુકાનો વધારે જોવા મળશે. અરે તેના ઉપરના કવર પણ જાતભાતના દુકાનોમાં જોવા મળશે.

મોબાઈલે કુટુંબ જીવનમાં કડૂણતા ઊભી કરી છે. તેના વપરાશમાં વિવેક, ઉત્તમ સમયનો ભોગ ખર્ચાય છે. ગુલામી માનસિકતા નજરે દેખાઈ છે.

સમાજમાં અઘડિત બનાવો બને છે તે મોટે ભાગે મોબાઈલ દ્વારા જોવા મળે છે.

બાળકો મેદાની રમતો ભૂલી મોબાઈલમાં આવતી રમતો રમે છે. પરિણામે બધું બગડે છે.

સુખી થવું હોય તો મોબાઈલનો વિવેકપૂર્વક ઉપયોગ કરો.

**ટુંક સમયમાં**  
**નવેમ્બર-ડિસેમ્બરમાં**  
**હોમિયોપેથી વિશેષાંક**  
**બહાર પડશે**

Mahendra M. Gogree  
(M) 9821924090



**CITY STORAGE SYSTEMS**®

Manufacturers of

Slotted Angles/Two Tire Rack/Heavy Duty/Racks/Loft & Mobile Racks/Trolleys/Steel Furniture/Super Market, Display Racks.

Office : B/03, Nyay Sagar, 1st Floor, Old Nagardas Road, Opp. Post Office, Andheri (E),  
Mumbai-400069. E-mail : cityslotted@rediffmail.com - Website : www.cityslottedsystem.com  
Cell : 9821924090, Tel. : 26824141, 65001097 - Tele Fax : 26834742



# ઈતિહાસ - પરિષદ

દિનકર દેસાઈ 'વિશ્વબંધુ'

## માનવ સામાજિક

પ્રાણી હોવાથી એને મિલનો, સંમેલનો, મેળાઓ વગેરેમાં અદ્ભુત આનંદ મળતો હોય છે. યુનિવર્સિટી શિક્ષણ દ્વારા પોતાની જાતને બુધ્ધિજીવી ગણાવતો વર્ગ છેલ્લા કેટલાક દાયકાઓથી જુદી જુદી પરિષદોનું આયોજન કરતો રહે છે, જેમાંની એક ઈતિહાસ પરિષદમાં બાદરાયણ સંબંધથી જોડાઈ ગયેલા અમને એ પ્રસંગ પતી ગયા પછી પણ ભૂલાશે કે કેમ એની શંકા છે.



પરિષદ હતી ઈતિહાસની. અમે ધંધે રહ્યા વેપારી, એટલે રૂ. ૫૦૧ ભરીને પ્રોત્સાહક સભ્ય બની ગયેલા. તેમાં વધુ લાભ તો એ હતો કે કૃષ્ણભક્તિના અમે અનુયાયી હોવાથી દ્વારકાધીશના પવિત્ર દર્શનનો લાભ મળવાનો હતો, ઉપરાંત મોટામાં ગણાઈ જવાના તે વધારામાં. છએક માસથી જેની જાહેરાત થતી હતી તે પરિષદને માટે અમદાવાદથી જનાર સભ્યોમાં અમારો સહકુટુંબ બોગીમાં સમાવેશ કરવા વિનંતી કરેલી અને હા-ના-હા-ના કરતાં એક દિવસ સવારે ટેલિફોન આવ્યો કે, 'મથુરદાસ, રેલવે તરફથી આપણને બોગી મળી ગઈ છે,' એટલે અમારા હરખનો પાર ન રહ્યો.

છ માસની જાત્રાએ જતા હોઈએ એવો સરંજામ પહેરવા-ઓઢવાનો, ખાવા-પીવાનો ઠઠાવીને અમે બોગીમાં ગોઠવાઈ ગયા. કેટલાક પરિચિત અપરિચિત ચહેરાઓ ડબ્બામાં ઝોકાં ખાતા હતા. અમારું ધ્યાન ખાસ તો દર વર્ષે પરિષદ પ્રસંગે જ ઉપયોગમાં આવતાં એમના ગરમ વસ્ત્રોના રંગબેરંગી આયોજન તરફ ગયું અને અમને ખાતરી થઈ ગઈ કે, મોટા ભાગની પરિષદો ડિસેમ્બરમાં ભરાય છે, તેમાં રજાનું તો બહાનું હોય છે, કપડાંનું પ્રદર્શન કરવાની જ એ એક શ્રેષ્ઠ તક હોય છે. ટોપી, મફલર, બંડી, કોટ, શાલ, ધોતિયા પર મોજાં - આ બધો ઠઠારો જોઈને અમે તો ખુશ ખુશ થઈ ગયા. પરિષદમાં શું કરવું, ક્યા સંબંધીને ત્યાં મળવાને બહાને મફત ભોજનનો સ્વાદ માણવો, જૂની ઓળખાણો તાજી કરીને આવી મહાન બૌદ્ધિક પ્રવૃત્તિમાં અમે પણ પાછળ નથી એવો પૂરાવો આપવો, વગેરે વગેરેના વિચારે કેટલાક ચહેરા

ખુશખુશાલ જણાતા હતા, તો કેટલાક વળી મંત્રીઓ સાથે, વરાયેલા પ્રમુખની માંદગીના અનિવાર્ય કારણે ખાલી પડેલી જગ્યા ઉપર કોને બેસાડી દેવા એની વેતરણમાં પડેલા હતા. કોઈને માહું ન લાગે છતાં પોતાની યોજના સફળ થાય એ ધ્યાનમાં રાખીને એક વયોવૃદ્ધ વડીલને આગ્રહ કરીને ચાલતી ગાડીએ જ પ્રમુખ તરીકે નીમી દીધા અને એ રીતે વરાયેલા પ્રમુખશ્રી અત્યંત નમ્રતાપૂર્વક પણ અંદરથી રાજીના રેડ થઈને પોતાના ભાષણની તૈયારી કરવા કાગળ-પેન્સિલ લઈને મંડી પડ્યા.

બીજે દિવસે સવારે છાપું જોયું ત્યારે ખબર પડી કે મંત્રીઓ અને બેત્રણ વિદ્વાનોએ બોગી આગળ ઊભા રહીને ખાસ પડાવેલો ફોટો, માહિતી સાથે, આ ધમધમતિ પ્રવૃત્તિનો પ્રચાર કરી રહ્યો હતો. અમારે અમને મળેલી સૂચના મુજબ સ્ટેશન ઉપર સ્વાગત સમિતિના સભ્યોએ કરેલી વ્યવસ્થાનો લાભ લેવાનો હતો. સર્વ પ્રસિધ્ધ પુરુષો ઓળખીતા-પાળખીતાની ખાસ મોટરોમાં રવાના થઈ ગયા, જ્યારે અમે, સ્વયંસેવકોને 'અમારે શું કરવું?' તે વિશે પ્રશ્નો જ પૂછતા રહ્યા. છેવટે એક ચોપડામાં જોઈને સ્વયંસેવકે કહ્યું, 'તમારે કોલેજની ગર્લ્સ હોસ્ટેલની ૨૨ નંબરની રૂમમાં જવાનું છે,' અને મારાં શ્રીમતીને કહ્યું, 'તમારે બોઈઝ હોસ્ટેલની ૧૧ નંબરની રૂમમાં જવાનું છે.' અને મારો જીવ ઉચાટમાં પડ્યો અને બોલી ઊઠ્યો, 'અલ્યા ભાઈ ! આ બહેન તો મારી બૈરી છે અને અહીં પરિષદમાં જુદાં જુદાં રહેવાની ગોઠવણ તો મહાન

ઉપાધિ ઊભી કરે.' સ્વયંસેવકે કહ્યું, 'અમારે મુખ્ય ઓફિસમાં પૂછવું પડશે.' એક કલાક પછી એ ભાઈ છેવટે પૂછીને આવ્યા અને અમારી સાથે જ રહેવાની ગોઠવણ થઈ.

અગિયાર વાગ્યે વીજળી અને ઉદ્યોગ ખાતાના પ્રધાનશ્રીનું ઉદ્ઘાટન પ્રવચન હતું, એટલે અમે પેંગડે પગ અને બ્રહ્મોપદેશ એવી દશામાં અમારું સ્થાન શોધીને બેસી ગયા. પણ પછી ખબર પડી કે સ્વયંસેવકે અમને બિલ્લો આપવામાં ભૂલ કરેલી. અમારી લાયકાત મુજબ અમને મોટો બિલ્લો મળવો જોઈતો હતો. જો કે એનું દુઃખ અમારા કરતાં અમારા શ્રીમતીને એટલું બધું થયેલું કે આજે પણ એ ભૂલી શકતાં નથી.

પ્રધાનશ્રીના અદાથી થયેલા પ્રવચનથી શ્રોતાઓ પ્રભાવિત થયેલા - અમે નહિ, કારણ એ લોકોના બધા પ્રવચનો એમનાં હોતાં જ નથી, વિદ્વાનોની જ મહેનતનું ફળ હોય છે. ઉદ્ઘાટન વિધિમાં ચક્રચકિત કરેલી દીવીમાં દીવા પ્રગટાવવા માટે સ્થાનિક મંત્રીએ દીવાસળીની પેટી પ્રધાનશ્રીના ચપરાશીના ખિસ્સામાંથી મેળવેલી. એ પ્રસંગ અમારા ઘરના દરેક પ્રસંગે ચોકસાઈ જાળવવા માટે છોકરાઓને પદાર્થ પાઠ લેખે યાદ કરાવું છું.

સંદેશાવાચનનો નીરસ કાર્યક્રમ શરૂ થતાં જ અમારો ભોજનરસ પ્રદીપ્ત થયો, એટલે રસોડાની કુપનોમાંથી એક ફાડીને હાથમાં તૈયાર રાખી. મંત્રીશ્રીએ જ્યારે પરિષદનો પોતાનો અહેવાલ પૂરો કર્યો ત્યારે શ્રોતાજનોમાં અમારા જેવા અનેકોના મુખારવિદ પર નિસ્તેજતાના વાદળ છવાઈ ગયાં હતાં અને એ પૂરું થતાં જ નિશાળેથી છૂટતાં છોકરાં જેમ દોટ મૂકે તેમ બધાએ ભોજનખંડ ભણી દોટ મૂકી ધમાચકડી મચાવી દીધી. મંત્રીઓ જૂના ને નવા પ્રમુખો, સ્વાગત સમિતિના સભ્યો વગેરે સજ્જનોએ પરસ્પર આગ્રહપૂર્વક ભોજન કર્યું અને કરાવ્યું. સેવાભાવથી મંદસ્મિત સાથે પીરસતી બ્રાહ્મણ બાળાઓએ પરિષદના સૂત્રધારની સૂચનાથી અથવા તો આપ બુધ્ધિથી મંદ ગતિએ અને અમારા સ્વાસ્થ્યની કાળજી રાખીને એવી રીતે પીરસ્યું કે સામે બેઠેલા પ્રમુખના મોઢામાં સ્વાગતપ્રમુખે આખો અડદિયો ઘુસાડ્યો ત્યારે અમે તો અવાક જ થઈ ગયા અને એવા સદ્ભાગ્યની ઈર્ષા કરવા લાગ્યા.

મુસાફરીના થાકથી નિદ્રા વધારે આવી ગઈ, એટલે બીજી બેઠકમાં ચા પીધા પછી જ અમે લટાર મારી શક્યા. એક ખૂણામાં ત્યારે મૂઠી હાડકાંના એક વયોવૃધ્ધ, મહામહેનતે તૈયાર કરેલા પોતાના નિબંધના પાનાં ઊથલાવતા અમે જોયા - જો કે તે વખતે તે આનંદમાં હતા કે દુઃખમાં એનું નિરાકરણ આજ સુધી અમે કરી શક્યા નથી.

બીજી તરફ લટાર મારતાં વિદ્વાનોની એક નાનકડી મંડળી ગંભીર પ્રશ્નોની ચર્ચા કરતી દેખાઈ. ઈતિહાસ પરિષદમાં અમારી આ હાજરી પહેલવહેલી હોઈ અમે કુતૂહલથી તેમાં જોડાઈ ગયા. ચર્ચા હતી અંગ્રેજો સામે વાઘેરોના બંડની, એમ તેમના મુખમાંથી બહાર પડતા 'વાઘેર' 'ઓખા' જેવા શબ્દો પરથી જણાયું. ચાલતા ઉગ્ર સંવાદથી અમે એટલા બધા પ્રભાવિત થઈ ઉઠેલા કે ઈતિહાસનો વિષય ક્યાં સુધી પહોંચે છે એનો ઈશારો કરવા અમે પણ સાક્ષી પુરાવી કે, પોલીસ અમલદાર વાત કરે તે ખોટી હોય જ નહિ. ચર્ચાનો બીજો વિષય તો એથીયે રસિક થઈ પડ્યો. મૂર્તિઓ બનાવનારે કોઈ ચોક્કસ માનવ આકારને બદલે જુદાં જુદાં પ્રાણીઓ, ઝાડ, પાન વગેરેને નમૂના તરીકે સ્વીકારતા હોવાથી કેટલાંક મોંઢાં મરઘીનાં ઈંડાં જેવા લંબગોળ, તો કેટલાંક નાગરવેલના પાન જેવા પહોળાં, આંખ માછલી જેવી કે મૃગલી જેવી, કાન 'લ'ના આકાર જેવો, દાઢી કેરીના ગોટલા જેવી, હોઠ ગલગોટા જેવા, પેટનો આકાર ડમરૂ જેવો વગેરે દષ્ટાંત સાથે સમજાવવાનો પ્રયત્ન કરતા વિદ્વાનની વાણીથી મુગ્ધ બનેલા અમે દાઢી ઉપર હાથ ફેરવ્યો તો પણ ક્યાંય કેરીનો ગોટલો દેખાયો નહિ.

એટલામાં એક વિદ્વાને 'હરિવંશ'ની વાત કરતાં સત્તાવાહી અવાજે ઘોષણા કરી કે, 'કૃષ્ણે જે ઉજ્જડ સ્થાન ઉપર નવી દ્વારકા બનાવી એની આજુબાજુ પાણીની ખાઈ હતી.' અમે તરત જ પ્રશ્ન કર્યો કે, 'સોનાના કોટ કાંગરાવાળી પ્રેમાનંદે વર્ણવેલી દ્વારકા સમુદ્રમાંથી ક્યારે બહાર આવવાની?' એ સાંભળીને વિદ્વાનોએ ભવાં ચઢાવીને અમારી સામે એ રીતે જોયું કે જાણે અમે મહાન પાપ કર્યું હોય. પણ અમે લેશ પણ ડગ્યા નહિ અને બીજો પ્રશ્ન પૂછ્યો, 'મુરબ્બીઓ, આપની વિદ્વતા આગળ હું સામાન્ય માનવી છું, છતાં ઈતિહાસમાંથી લાંઘણજ, લોથલ, રંગપુર જેવી જગાઓએ ખોદકામ કરી કરોડો રૂપિયા ખર્ચી, આમ હતું, તેમ હતું, તેવું સાબિત કરવાથી દેશનું શું ભલું થયું તે મને સમજાતું નથી. સોનાની નહિ તો લોખંડની કે કોલસાની ખાણોનું ખોદકામ થતું હોય તો ય અમારા જેવા જીવને ટાઢક વળે અને દેશના ઉદ્યોગો વિકાસ પામે...'

અમે હજુ બોલી નહોતા રહ્યાં ત્યાં જ બધા વિદ્વાનોએ એવી ભાષામાં અને એવી રીતે અમને સંભળાવ્યું કે અમારા જીવનમાં સ્મૃતિશેષ બની ગયેલી આ પરિષદ ભૂલી ભુલાશે નહિ.

મોડી રાત્રે સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમ ગોઠવાયેલો. અમે તો તેમાં થોડોક જ સમય હાજર રહેલા, પરંતુ જે હાજર રહેલા તેમને કાર્યક્રમ કરતાં કાર્યકર્તા અને પોતાનામાં જ વધારે રસ હતો.

સૂવાના સમયે સભ્યોએ અગાઉની બધી ગોઠવણ ઊલટસૂલટ કરી નાખેલી એટલે અમારી પડોશમાં એક અજાણ્યાં દંપતીનો અંગત ઝઘડો સાંભળીને અમારી તો ઊંઘ જ ઊડી ગયેલી. (અમારે મન પરિષદ એટલે મધુરજનીથી પણ કંઈક વિશેષ) મહામહેનતે પરોઢની થોડી ઊંઘ પછી જાગ્યા ત્યારે સ્વયંસેવકો બબ્બે હાથમાં ચા-કોફીની ડોલો લઈને ધમાધમ કરતા જોયા. ચામાં નામ નોંધાવેલું તેને કોફી મળી અને કોફીવાળાને ચા મળી એટલે મોટી ફરિયાદો ઊઠી અને કેટલાંકે તો પરિષદનો ફેરો નિષ્ફળ ગયાનો એકરાર સુધ્ધાં કરી દીધો અને ચા-કોફી બેમાંથી કશું નહિ પીનાર બહેનોને શું પાવું એની વિમાસણમાં બાધા બની ગયેલા સ્વયંસેવકને તો અમે આજે પણ ભૂલી શકતા નથી.

બીજા દિવસના કાર્યક્રમમાં પહેલી બેઠક પુણ્યવિજયજીનગર (લુહાણા જ્ઞાતિ બંધુસમાજની બોર્ડિંગ)માં ચંદ્રકો મેળવનાર વિદ્વતાપૂર્ણ નિબંધોના વાચનથી એવી તો ભરચક બનેલી કે સાંભળનાર સૌનાં મન ‘ઈતિહાસ, ઈતિહાસ’ એ શબ્દથી ઊછળવા લાગેલો. કોઈએ ઉત્ખનનોનું મહાત્મ્ય સમજાવ્યું, કેટલાકે શિલાલેખો અને તામ્રપત્રો ઉપર મહાસાગર ડહોળવાનું આહ્વાન ફેંક્યું, તો કેટલાકે ગુજરાતની બધી યુનિવર્સિટીઓમાં ઈતિહાસની ‘ચેર’ માટે એલાન કર્યું. કેટલાક સિધ્ધ પુરુષાર્થીઓએ બુલંદ ઘોષણા કરી, ‘ઈતિહાસ આપણો પ્રાણ છે, આપણો જન્મ એ ઈતિહાસ છે, આપણું મૃત્યુ એ ઈતિહાસ છે, વિશ્વની કાણેકાણ ઈતિહાસ સિવાય બીજું કશું નથી. એટલે વિદ્વાનોએ (ધૂળધોયાઓએ) ભૂતકાળના ગર્તમાં પડેલા ઈતિહાસને પ્રાણ ફૂંકીને નવજીવન અર્પવું જોઈએ. તાજમહેલ મોગલાઈનું નહિ,

રાજપૂતોનું સર્જન છે, આર્યો આ દેશમાં હતા - ઉત્તર ધ્રુવમાં કે મધ્ય એશિયામાં? એને પ્રાણ પ્રશ્ન બનાવી તે છોડ્યો નહિ. આજનું દ્વારકા નહિ જ, ખરું દ્વારકા તો સમુદ્રમાં ક્યાંક શોધવાનું રહ્યું અને રાવણની સુવર્ણલંકા પણ ઈતિહાસની મદદ સિવાય ભવિષ્યની પ્રજાને કોણ બતાવી શકશે? સજજનો, દ્રવ્યનો સદ્વ્યય કરીને જ્યાં સુધી અમદાવાદ જેવા પાટનગરમાં ઈતિહાસ પરિષદનું આલીશાન મકાન ઉભું ન કરી શકીએ ત્યાં સુધી આપણે “ઈતિહાસ” શબ્દ ઉચ્ચારવા માટે સર્વથા અનધિકારી છીએ.’

બપોરના વિરામ પછી નક્કી કરેલા કાર્યક્રમ મુજબ ખાસ બસમાં બધા ડેલિગેટો ઓખા, બેટ-દ્વારકા વગેરે સ્થળોએ મુલાકાતે ઊપડ્યા. રસ્તામાં પણ ભોજનની વાત કરતાં ‘ગોટા’ શબ્દના ઈતિહાસની ચર્ચા નીકળી અને અનેક ગોટાળા થયા. કેટલાક વિદ્વાનોએ દ્વારકાધીશના ભાવભર્યા દર્શન કર્યા, તો કેટલાકે મંદિરના સ્થાપત્યની શૈલીની ઈતિહાસકથા કહી સંભળાવી. ત્યારે મારા શિક્ષકે કહેલું તે મને યાદ આવ્યું, ‘ઈતિહાસમાં નામો અને તારીખો સિવાય બધું જ ખોટું હોય છે.’

પરિષદની પૂર્ણાહુતિ થતાં અમારી બોગી ગાડીમાં જોડાઈ અને ઊપડ્યા ઘર ભણી. જો કે મોટા ભાગનાઓએ ઘર સાથે જ લીધેલું એટલે ઝાઝી ચિંતા દેખાતી નહોતી. એક જંકશન પર ઠંડા પવનના સુસવાટામાં અમારો ડબ્બો ધ્યાનસ્થ યોગીની જેમ ઊભો રહ્યો કે બે મિત્રોએ પ્લેટફોર્મ પરથી મંત્રીને વિનંતી કરી, ‘આપના ડબ્બામાં જગા છે, અમારી પાસે કન્શેસન છે, પણ ગાડી ચિત્કાર છે, બેસવા દેશો તો અનહદ કૃપા થશે.’ સહાયક

મંત્રીએ કહી દીધું, ‘ફાળે પડતા પૈસા બોગીના આપો તો ભરાઈ પડેલા, પરિષદનો રંગ માણવા આવેલા, ખરીદીના ઉત્સાહમાં વાટખર્યાં પણ ખોઈ બેઠેલા એ બે નિરાધાર ડેલિગેટોની મુખમુદ્રાનું સ્મરણ એટલું બધું ખટમીઠું અને આહ્લાદક છે કે ત્યાર પછીની કોઈ પણ પરિષદની વાત વાંચતાં કે સાંભળતાં અમને કદાચ એલર્જી થઈ જાય !’



**શ્રી ક.વિ.ઓ.બોરીવલી-કાંદીવલી સોશયલ ફોરમ (સ્થ.)**

**દહિંસર, બોરીવલી તથા કાંદીવલી પરિસરમાં વસતા ક.વિ.ઓ. પરિવારોના કલ્યાણ અર્થે કાર્યરત**

**શ્રી ક.વિ.ઓ.બોરીવલી કાંદીવલી સોશયલ ફોરમ દ્વારા થતા ઉચ્ચત કાર્યોની ઝલક નીચે મુજબ છે.**

**આછેરી ઝલક...**

- \* નાતજાતના ભેદભાવ વગર શુદ્ધ અને સાત્વીક સૌને પરવડે એવું રૂ.૫૦/-માં દીફીન સેવા છેલ્લા ૨ વર્ષથી શરૂ આ ચક્રમાં અત્યાર સુધી ૬૩,૦૦૦/- થી વધુ દીફીનોનું વિતરણ.
- \* આર્થિક રીતે નબળા પરિવારો માટે રૂ.૫૧,૦૦૦/-માં સ્વાભિમાનથી સ્વમાન લગ્ન જેમાં લગ્નના સંપૂર્ણ આયોજન બને બાપુથી ૧૦૦ જણમાં કરી આપવામાં આવે છે. જરૂરિયાતમંદ પરિવાર માટે દાતાશ્રીના આર્થિક સહયોગથી લગ્નો તદ્દન ફ્રીમાં પણ થાય છે.
- \* ગરમીમાં ઠંડક પહોંચાડવા ઇસ વિતરણ કેન્દ્ર જેમાં દરરોજના ૨,૫૦૦ થી વધુ ગ્લાસ ઇસનું વિતરણ.
- \* ક.વિ.ઓ. પરિવાર માટે મેડીકલ કેમ્પ, પિકનીક મનોરંજનના કાર્યક્રમ જેમકે સંગીત મહેફીલ, ડાયરા, ચલચિત્ર, મહિલા માટે સિવણ વર્ગો વગેરે વગેરે.
- \* એકલા રહેતા વયોવૃદ્ધ વડીલોના ખબર અંતર પુછવા તેમની સાથે મેળાવડો જરૂરિયાત મુજબ સેવા જેવા કાર્યો થાય છે.

**વધુ વિગત માટે સંપર્ક**

<b>લહેરચંદ મારૂ (ના.ભાડીયા)</b>	<b>રમેશ ગડા (ના.ભાડીયા)</b>
9821064181	9320055122
<b>સુરેશ સંગોઈ (ટોડા)</b>	<b>જખ્ખુ મામા (ભિડા)</b>
8983452796	9323733000
<b>મનીષ મામણીયા (પુનડી)</b>	<b>એડ.લલીત છેડા (રાયણ)</b>
9820072425	9324575746
<b>પંકજ દેટિયા (ભુજપુર)</b>	
9757380573	

# કચ્છી ઘોડી નૃત્ય

■ ડૉ. મિહિર એમ. વોરા



કરવામાં આવે છે.

લગ્નપ્રસંગે વરરાજા પક્ષના જાનૈયાઓના મનોરંજન માટે, તહેવારની ઉજવણી કે અન્ય ખુશીના પ્રસંગોએ આ નૃત્ય કરવામાં આવે છે. કચ્છ જલ્લો તેના પરંપરાગત અને સાંસ્કૃતિક મૂલ્યો માટે જાણીતું છે. કચ્છી સંસ્કૃતિ કલા અને હસ્તકલામાં તેની રચનાત્મકતાઓ માટે જાણીતી છે. ભિન્ન સમુદાયો જેમકે નોમાડિક અને સેમિનોમાડિકે આજે આધુનિક સમય જીવતા કચ્છની સંસ્કૃતિને જાળવી રાખી છે. કચ્છી નૃત્ય સાંસ્કૃતિક પ્રવૃત્તિઓના ઘણા કલા સ્વરૂપોમાંથી એક છે. કચ્છનો લોક નૃત્ય ઘણા વર્ષોથી અસ્તિત્વમાં છે. સૌથી પ્રસિધ્ધ નૃત્ય સ્વરૂપ ગજિઓ અને દાંડિયા રાસ છે. કચ્છમાં ઘણા તહેવારો ઉજવાય છે અને આ ઉજવણી લોક નૃત્ય સ્વરૂપો સાથે કરવામાં આવે છે.

**મિ**ત્રો આ લેખ સંદર્ભ આધારિત છે. મેં માત્ર માહિતી આપી છે જેની નોંધ લેજો. કચ્છી નૃત્ય સાંસ્કૃતિક પ્રવૃત્તિઓના ઘણા કલા સ્વરૂપોમાંથી એક છે. કચ્છનો લોક નૃત્ય ઘણા વર્ષોથી અસ્તિત્વમાં છે. સૌથી પ્રસિધ્ધ નૃત્ય સ્વરૂપ ગજિઓ અને દાંડિયા રાસ છે. કચ્છમાં ઘણા તહેવારો ઉજવાય છે અને આ ઉજવણી લોક નૃત્ય સ્વરૂપો સાથે કરવામાં આવે છે.

કચ્છી ઘોડી નૃત્ય એ એક ભારતીય પરંપરાગત નૃત્ય છે, જેનો ઉદ્ભવ અને વિકાસ રાજસ્થાન રાજ્યના શેખાવટી ક્ષેત્રમાંથી થયો છે. આ નૃત્ય કેવળ રાજસ્થાન જ નહીં, પણ ભારત દેશના અન્ય ભાગોમાં જેમકે મહારાષ્ટ્ર, ગુજરાત વગેરે રાજ્યમાં પણ જોવા મળે છે.

આ નૃત્યમાં નર્તક નક્લી ઘોડા પર સવાર હોય તેમવસ્ત્રો અને વાંસની પટ્ટીઓમાંથી બનાવવામાં આવેલ માળખું પહેરી નૃત્ય કરે છે. આ નૃત્યનું પ્રદર્શન સામાજિક તેમજ વ્યવસાયિક ધોરણે

કચ્છી ઘોડી 'લોક નૃત્યનો મૂળ શબ્દ તો 'કઠ્ઠી' અર્થાત્ કાજ, વાંસ અને ઘાસ વગેરેમાંથી બનાવેલી ઘોડી. જેમકઠપૂતળી કાજ-લાકડામાંથી બનાવેલી પૂતળી એમ 'કઠ્ઠી'નું અપભ્રંશ લોકબોલીમાં કચ્છી થયું હોવાનું માનવામાં આવે છે. કચ્છી ઘોડી નચાવનાર લંઘા, તૂરી કે ભાટને પૂછો તો કહેશે કે 'કચ્છના ઘોડા' સારા વખણાય છે.

હરિયાણી ધરતી, ડુંગરાની ગાળિયું ને જંગલ ઝાડિયુંની વચ્ચે ગુજરાતની પ્રકૃતિપરાયણ લોકસંસ્કૃતિક ખીલી છે. લોકસંસ્કૃતિનું એક મહત્વનું અંગ તે એનું લોકસંગીત. લોકસંગીતની સાથે ગીત અને નૃત્ય જોડાયેલાં છે.

નિસર્ગના ખોળે વસતી લોકજાતિઓની સર્જનાત્મક શક્તિ રસ, રંગ અને રૂપનો અનુભવ લેતી સૌંદર્યની સંપ્રાપ્તિ મેળવે છે. એમાંથી નીપજ્યો છે આપણા ભાતીગળ



લોકનૃત્યનો મહત્વનો ફાલ. ભક્તિ, શક્તિ અને પ્રાકૃતિક સૌંદર્યનો સંસ્કાર પામેલા ગુજરાતના લોકજીવનમાં પ્રગટેલા રાસ, રાસડા, ગરબો, હીંચ, હમચી, ટીટોડો, લુવર, ટિપ્પણી, રાંદલનો ઘોડો, જાગ, પઢારોનું મંજિરા નૃત્ય, ભરવાડોના હુડારાસ.

રૂમાલ રાસ, રાજપૂતો અને મેરના ઢાલ તલવાર રાસ, સીદીઓની ધમાલ, ઉત્તર ગુજરાતના ઠાકોરોનું ઠાગાનૃત્ય, ગોહિલવાડ પંથકનું ઢોલોરાણો. સૌરાષ્ટ્રના સોળંગા અને દાડિયા રાસ, આદિવાસીઓના ઠાકર્યા, ભાસા, ઘેર, આગવા, માંડવા અને નુર નૃત્યોનું કલાસૌંદર્ય આપણને ઊડીને આંખે વળગે છે. આમાં ઉમેરો કરતું એક નૃત્ય છે 'કચ્છીઘોડી'. 'કચ્છીઘોડી' લોકનૃત્યનો મૂળ શબ્દ તો 'કઢી' અર્થાત્ કાષ્ઠ, વાંસ અને ઘાસ વગેરેમાંથી બનાવેલી ઘોડી. જેમકઠપૂતળી કાષ્ઠ-લાકડામાંથી બનાવેલી પૂતળી એમ 'કઢી'નું અપભ્રંશ લોકબોલીમાં કચ્છી થયું હોવાનું માનવામાં આવે છે. કચ્છી ઘોડી નયાવનાર રંધા, તૂરી કે ભાટને પૂછો તો કહેશે કે 'કચ્છના ઘોડા' સારા વખણાય છે. અમે એ ઘોડાની જેમઅમારી ઘોડિયું નયાવીએ છીએ. 'ભારત કે લોકનૃત્ય'માં શ્રી લક્ષ્મીનારાયણ ગર્ગે પણ આવો જ તર્ક કર્યો છે. તે સાચો નથી. કચ્છી ઘૂડખર (જંગલી ગધેડા) વખણાય છે પણ ઘોડા તો સોળે બાબે સરખા કાઠિયાવાડના જ વખણાય છે. લોકસંસ્કૃતિના કીમતી કણ સરખું

કચ્છી ઘોડીનું નૃત્ય પ્રમાણમાં ઝાઝું જાણીતું પણ નથી.

કચ્છી ઘોડીની વાત કરીએ ત્યારે મોટેભાગે લોકો એવું જ માને છે કે કચ્છદેશના ઘોડાની કશીક વાત હશે ! અથવા ઘોડા નયાવવાનું નૃત્ય કચ્છમાં ક્યાંક થાતું હશે? હકીકત તો એવી છે કે કચ્છ સાથે આ નૃત્યને નાવાનીચોવવાનો યનાતો નથી, એવું મારા સંશોધનનું તારણ છે.

વર્ષો પૂર્વે ૮૪ વર્ષના જૈફ કચ્છી લોકસાહિત્યકાર દુલેરાય કારાણી સાથે 'કચ્છીઘોડી' અંગે વાત નીકળતાં તેમણે કહેલું કે 'અમે નાના હતા ત્યારે નાગપંચમીના દિવસે કચ્છના રાજ્ય તરફથી સવારી ચડતી. ત્યારે લંઘા લોકો વાંસની ઘોડી બનાવી, એને શણગારી, કેડયે બાંધીને ઢોલ, શરણાઈના તાલ સાથે નયાવતા નયાવતા સવારીમાં નીકળતા અને જોનાર શહેરીજનોનું મનોરંજન કરતા. હવે કચ્છમાં 'કચ્છીઘોડી' નૃત્યની પરિસ્થિતિ જાણવા લોકસંસ્કૃતિના અભ્યાસી અને મારા મુ.શ્રી રામસિંહજી રાઠોડને એ કાળે પૂછ્યા કરેલી.'

એમણે મને પ્રત્યુત્તરમાં લખ્યું કે, 'તમે પૂછો છો, એવું કચ્છીઘોડીનું નૃત્ય કચ્છમાં થતું હોવાનું ધારવામાં આવતું નથી, પરંતુ નાગપાંચમના ભૂજિયાની અને એવી બીજી મોટી સવારી નીકળતી ત્યારે તેની મીસલમાં સોનાની, રૂપાની અને એવી શણગારેલી 'કોંતલ' નીકળતી. તેમાં ચાલતી ઘોડીઓ, પગે ઝાંઝર પહેરેલી નાયતી નાયતી ચાલતી. ભુજિયાનું યુધ્ધ નાગા બાવાઓએ જીતી આપેલું.

તો મનાો પણ

માતાજીનો રથ વગેરે સવારીમાં ચાલતા, તેમાં પણ તેમની ભગવામાં શણગારેલી ઘોડી રહેતી. રજવાડાં ગયાં એની સાથે આ બધું પૂરું થયું.' દોઢેક દાયકા પૂર્વે દુરદર્શન માટે 'કચ્છીઘોડી' ઉપર એક કાર્યક્રમતૈયાર કરવા હું એમાં જરા વધુ ઊંડો ઊતર્યો. કચ્છીઘોડી નૃત્ય પરંપરા ક્યા ક્યા પંથકોમાં પ્રચલિત છે.

તેનો અભ્યાસ કરતા જાણવા મળ્યું કે ઉત્તર ગુજરાતના વડગામપાસે મેતા અને ચાંગા ગામમાં, દ.ગુજરાતમાં દેડિયાપાડા તાલુકાના અલમાવાડી ગામમાં અને અમદાવાદના પડોશમાં આવેલા સરખેજમાં કચ્છીઘોડી નયાવનાર કલાકારો રહે છે અને આજેય કાર્યક્રમો કરે છે. અલમાવાડીના આદિવાસીઓ પાસે 'કચ્છીઘોડી' નૃત્યની પરંપરા છે તે તેમની અસલ અને જુગજૂની પરંપરા છે. હોળી પ્રસંગે મનોરંજન કરીને ગોઠ (પૈસા) ઉઘરાવવા માટે આ ઘોડી નયાવે છે. આદિવાસીઓ કેડયે બાંધીને એક ઘોડી નયાવે છે જ્યારે તુરી બારોટો બબ્બે ઘોડીઓ જોડમાં નયાવે છે.

ઉત્તર ગુજરાતના આ નૃત્ય પર અને કલાકારોની વેશભૂષા પર રાજસ્થાનની 'કચ્છીઘોડી'ની અસરો સ્પષ્ટપણે જોવા મળે છે. મેતા ગામના કચ્છીઘોડીના બૂઝર્ગ કલાકાર શ્રી ડાહ્યાભાઈ ખુશાલભાઈ તુરી કહે છે કે 'પહેલાં તો અમારા વડવાઓ ઢોલ શરણાઈ વગાડવાનું અને બહુરૂપીના વેશ ભજવવાનું કામકરતા. એ વખતે લગ્ન પ્રસંગે જાનમાં રાજસ્થાનમાંથી કેટલાક લોકો આવતા ને લગ્નમાં ઘોડો નયાવતા. એ જોઈને અમારા દાદાએ હૈયાઉકલતથી કચ્છીઘોડી નયાવી.

લગ્ન

વાળાએ સારું ઈનામઆપીને રાજી કર્યા. બસ ત્યારથી અમે વંશપરંપરાએ 'કચ્છીઘોડી' રમાડીએ છીએ.'

સરખેજમાં રહેતા ગુજરાત લોકકલા ફાઉન્ડેશનના બાજંદા કલાકાર શ્રી રત્નાજી મારવાડી નખશીખ રાજસ્થાની છે. તેઓ રાજસ્થાનથી આવીને અહીં વસ્યા હોવાથી ગીત, સંગીત, નૃત્ય અને વેશભૂષામાં સંપૂર્ણપણે રાજસ્થાની છે અને રાજસ્થાની પરંપરા પ્રમાણે અણીશુધ્ધ રીતે કચ્છીઘોડીનું કામણગારું નૃત્ય કરે છે.

એમનો મૂળ ધંધો સુથારી કામનો હોવાથી નયાવવાની ઘોડી પણ એમણે જાતે જ તૈયાર કરી છે. ઘોડીને નયાવતાં નયાવતાં આગળ પાછળ પગલાં ભરવાં, ઢોલ શરણાઈ સાથે પગે બાંધેલા ઘૂઘરાનો તાલ મિલાવતા જવું, ઘોડીને આગળ પાછળ નયાવવી, કુદાવવી અને સ્ટેજ ઉપર પાટી લેવરાવવી એ કળાના એ ખૂબ જ માહેર કલાકાર છે. તેઓ મારવાડની બોલીમાં આ નૃત્યને 'ઘાંચાઘોડા' તરીકે ઓળખાવે છે. છેલ્લી અવસ્થામાં ગરીબાઈમાં એમણે જીવન પુરું કર્યું. અમે તેમના દીકરાને કચ્છીઘોડીનો વારસો જાળવવા માટે તૈયાર કર્યો છે. મોરના ઈંડાને ચીતરવા ન પડે, દીકરો પણ બાપની જેમજ ખૂબ સુંદર રીતે કચ્છીઘોડીનો કાર્યક્રમકરે છે.

પણ ટી.વી. અને પ્રચાર માધ્યમોની ભરમારમાં એના નૃત્યમાં આજે કોને રસ પડે? હા, વિદેશીઓ આવીને વિશાલામાં એનું મનોરંજન માણે છે. દક્ષિણ ગુજરાતની ડુંગરમાળમાં વસતા વસાવા આદિવાસીઓ આ નૃત્યને 'ઘોડો નયાવવા'ના નામે ઓળખે છે.

દેરિયાપાડા તાલુકાના આલમાવાડી ગામના અમરસંગભાઈ હેરિયાને પૂછતાં એમણે જણાવ્યું કે આ ઘોડા નચાવવાનું અમે લૂમકાપાડા ગામના વસાવા લોકો પાસેથી વર્ષો પૂર્વે શીખ્યા હતા. સામાન્ય રીતે માર્ચ મહિનામાં નવું ધનધાન્ય ઘરમાં આવી જાય પછી આદિવાસીઓ હોળીમાતાનો ઉત્સવ ધામધૂમથી મનાવે છે. ભરૂચ વિસ્તારમાં વસતા વસાવાઓ હોળી અનોખી રીતે ઉજવે છે. વાંસમાંથી ટોપલા-ટોપલીઓ બનાવતા કોટવાળિયાઓ પાસે વાંસની ચીજોમાંથી ઘોડીના શરીરના આકારનું પીજરું બનાવે છે. તેમાં એક માણસ ઊભો રહીને તેને કેડયે બાંધી શકે તેટલી જગા રાખે છે. લાકડામાંથી નાક, કાન, આંખો, કપાળ વગેરે કોતરીને ઘોડીનું મોં બનાવે છે.

ઘોડીના વાંસના માળખાને કપડાની ઝાલરવાળી જૂલ્યથી મઢે છે. ઘોડીનું મોં રંગી નાખે છે. સૂતળીમાંથી ઘોડાની કેશવાળી અને પૂંછડું બનાવે છે. માથે રંગીન



તે દિવસ પૂરતું ખેતી અને મજૂરીના કામમાં અગતો (રજા) પાળવામાં આવે છે.

ઘોડા નચાવવાના પ્રસંગે એક કલાકાર પગે ઘૂઘરા અને માથે સાફો બાંધી આંખે કાળા ગોગલ્સ ચડાવીને આ શણગારેલી ઘોડીને કેડયે બાંધે છે. ઘોડી સાથે બાંધેલા પટ્ટા ખભે પહેરી લેવાથી ઘોડી સહેલાઈથી કમર પર રહી જાય છે. ઘોડી નચાવનાર કલાકાર એક હાથમાં ઘોડીની લગામ અને બીજા હાથમાં તલવાર રાખે છે.

ઘોડેસ્વારની જોડે એક છત્રીવાળો એની આગળ કે પાછળ રહીને ઘોડીની સાથે નૃત્ય કરતો ચાલે છે. એ એક હાથમાં કરતાલ લઈને તાલ આપતો જાય છે.

કચ્છીઘોડીની આગળ પીસવા (નાના પાવા), ઢોલકી, કુંડી (વાઘ), ઘૂઘરા અને કરતાલ જેવા લોકવાદ્યો વગાડનારાઓની



કલગી મૂકે છે.

પછીથી ઘોડીને કપડું, રંગબેરંગી કાગળ, પિત્તળ પાન, ફૂમતાં, ફૂલો વગેરેથી શણગારીને તાલેભાલે કરી હોળી પ્રગટાવ્યાના બીજા દિવસે પૂજન માટે લઈ જાય છે. ત્યાં દેવનો ભૂવો ઘોડીને કંકુના ચાંલ્લા કરી, મંત્ર ભણી દેવને દીવો અને નાળિયેર ધરાવી અગરબત્તી કરે છે.

ઘોડીની આગળ અગ્નિ પ્રગટાવી હોળીમાતાને ચણા અને અન્ય કઠોળની આહૂતિ આપે છે. તે સમયે રંજાડ ન કરે એ માટે કાળિયા ભૂતને ઈંડા અને મહુડાના દારૂનો અર્ધ આપે છે.

દેવની કૃપાથી આ ઉત્સવ નિર્વિધ્ને પૂર્ણ કરવા આ વિધિ કરાય છે. હાજર રહેલા સૌ પ્રસાદી લઈ, નવા કપડાં પહેરી, માથે પીળા સાફો બાંધી ઘોડા નચાવવાની તૈયારી કરે છે. હોળી માતાના આ ઉત્સવમાં આખું ગામજોડાય છે.

મંડળી ચાલે છે. આ વાદ્યોમાં પાંચ વગાડનારા, એક ઘોડી નચાવનાર અને એક છત્રીધારક રહે છે. તેઓની વેશભૂષામાં પીળું પહેરણ, ઘેરા પીળા રંગનો સાફો અને ધોળી ધોતી જોવા મળે છે. લોકવાદ્યકારો અર્ધગોળાકારે ઊભા રહી વાદ્યો વગાડતા વગાડતા આગળ ચાલે છે.

ઘોડી નચાવનાર વચ્ચેના ભાગે ઊભો રહીને વાદ્યોના તાલે તાલે ઘોડીને નચાવે છે. ઘોડી આગળ પાછળ તાલબધ્ધ રીતે ચાલે, ગોળ ગોળ ફૂદડી ફરે.



હમીરસર તળાવ ભુજ મુકામે વીરસાવરકર તરણ સ્પર્ધા

કલાકાર સ્ટેપ લેતો લેતો ઘોડીને 'કાવુ' (વાળવું) ખવરાવે. આમ નાયતાં નાયતાં સૌ ઘેરૈયા બનીને હોળીના બીજા દિવસથી લઈને છેક પાંચમ સુધી ગામેગામ ફરે છે અને જનમનોરંજન કરે છે તથા ગોઠ (પૈસા) ઉઘરાવે છે. 'ઘોડાનાય'ના નૃત્યમાં જંગલમાંથી મળતી પ્રાકૃતિક ચીજવસ્તુઓનો ઉપયોગ, પરંપરિત લોકવાદ્યો, નિયત તાલોની સમજણ, નૃત્યની સરળતા અને સાદગીમધ્યું કલાસૌંદર્ય ઊડીને આંખે વળગે છે. વસાવા આદિવાસીઓને ઘોડાની લાક્ષણિકતાઓનો પરિચય નહીંવત છે. આદિવાસી સંસ્કૃતિમાં ક્યાંય અશ્વનો ઉપયોગ જોવા મળતો જ નથી એટલે દેવદેવીઓને ચડાવવા માટેના કલાત્મક ઘોડા તથા નૃત્ય માટે કઢીઘોડી વગેરે એમની સંસ્કૃતિના મહત્વના અંગો બની રહ્યા છે.

'કચ્છીઘોડી'ના નૃત્યની અસલી નજાકત તો જોવા મળે છે રાજસ્થાનમાં. રાજસ્થાનના ઘણા પંથકોમાં કચ્છીઘોડીનું નૃત્ય જોવા મળે છે, પરંતુ રણની કાંધી પર એનું પ્રવચન વિશેષરૂપે જોવા મળે છે.

સરગડા, કુંભાર, ઢોલી, ભાંભી, બાવરિયા, ઉપરાંત અન્ય અનેક જાતિઓના કલાકારો કચ્છીઘોડી નૃત્યમાં પ્રવીણ ગણાય છે. રાજસ્થાનમાં જુના કાળે ઘણા યુધ્ધો થતાં. ઘોડેસવાર યોધ્યાઓ હાથમાં હથિયારો હિલોળતા લડાઈઓમાં જતા. હાથમાં તલવારો લઈને યુધ્ધમાં ધમસાણ મચાવતા. આ યુધ્ધપરંપરા કચ્છીઘોડીના નૃત્યમાં હૂબહૂ ઉતરી આવી છે. સામાન્ય પ્રજા જૂનાકાળે યુધ્ધ જોવા મેદાનો કે યુધ્ધના સ્થળે જઈ શક્તી નહીં ત્યારે કચ્છીઘોડી નચાવનારા કલાકારો આ યુધ્ધ-ધીંગાણાનું અનુકરણ કરી સામાન્ય પ્રજાનું મનોરંજન કરતા. કચ્છી નૃત્યની સાથે જોડાયેલી રાજસ્થાનની એક કથા 'ભારત કે લોકનૃત્ય' માં શ્રી લક્ષ્મીનારાયણ ગર્વે નોંધી છે.

જુનાકાળે કેટલાક મોગલ પઠાણો ઘોડા લઈને જઈ રહ્યા હતા ત્યારે મારગ માથે મરાઠાઓના ગામમાં રાતવાસો કરવા રોકાયા. રાતવેળાએ મરાઠાઓ આવીને આ ઘોડા ઉપાડી ગયા. સવારે પઠાણો જાગ્યા ને જોયું તો પોતાના ઘોડા ન મળે. તેઓ ઘોડા શોધવા નીકળ્યા.

રસ્તામાં મરાઠાઓનો ભેટો થતાં તેમની સાથે યુધ્ધ થયું. આ યુધ્ધમાં મરાઠાઓ ઘોડા પર છે. તેમના હાથમાં લગામ અને કટાર છે. પઠાણો પાસે ઢાલ અને તલવાર છે. છેવટે પઠાણો મરાઠાઓને હરાવીને પોતાના ઘોડા પાછા મેળવે છે. આ કિંવદંતી સાચી હોય કે ન હોય પણ એક વાત નક્કી છે કે કચ્છીઘોડીનું નૃત્ય મધ્યકાલીન યુધ્ધનું વાતાવરણ અવશ્ય ઉભું કરે છે. આ નૃત્યમાં કેટલીકવાર ત્રાંસાં અને ઝાંઝનો ઉપયોગ પણ જમાવટ કરવામાં મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. પ્રારંભમાં અને અંતમાં ઘોડી નચાવનારા કલાકારો તલવારની પટાબાજી રમીને કાંડાનું કૌવત (તાકાત-બળ) બતાવે છે.

કચ્છીઘોડીનું નૃત્ય સાતથી માંડીને ચૌદ જેટલા નૃત્યકારો



સમૂહમાં રજૂ કરે છે. આ નૃત્ય ગોળાકારે ડાબેથી જમણી બાજુ ચાલે છે. યોધ્યાઓ તલવારનો વાર કરે છે. બીજા એનાથી બચવા ઘોડાને કાવુ ખવરાવે છે. આ બાજુ ઘોડેસવારો કટારનો ઘા કરે છે. પગપાળા નાયનાર ઢાલ દ્વારા આ ઘાને ખાળે છે.

આ નૃત્યની વેશભૂષા પણ મધ્યકાલીન રાજપૂતી અને મોગલશાહી જમાનાની જોવા મળે છે. આ વસ્ત્રો આકર્ષક, રંગીન, ભભકદાર અને શૂરવીરોને શોભે તેવા શાનદાર હોય છે. તેઓ પાઘડી ઉપર બુકાની બાંધે છે. કચ્છી કલાકારો સાથે જ શૂરવીરો લાગે છે. એક અનુમાન એવું થઈ શકે કે યુધ્ધો તો અમુક સમયે જ થતાં. બાકીના સમયમાં યુધ્ધ લડવા માટે તલવારની પટાબાજીની તાલીમ-કસરત ચાલુ રહે તે માટે સૌરાષ્ટ્રમાં શૂરવીરોના ઢાલ-તલવારના રાસ પ્રચલિત બન્યા (આજે બાંટવાના રાજપૂતો, પોરબંદર વિસ્તારમાં મેર અને કચ્છના ઝુરા ગામના જડેજાઓમાં રમાય છે.)

એમ યુધ્ધ માટેની કસરત ચાલુ રાખવા જૂના કાળે યોધ્યાઓ આવી તાલીમ માટે વાર-તહેવારે હય-હથિયારા ઘોડી નચાવતા હોય ! તેમાંથી આ પરંપરા જનમનોરંજન માટે લોકજીવનમાં ઉતરી આવી હોય !

કચ્છીઘોડીની નૃત્ય પરંપરા ગુજરાત ઉપરાંત દેશનાં અન્ય રાજ્યોમાં પણ જોવા મળે છે. ગોવામાં કચ્છીઘોડીનો ખેલ 'ઘોડમોદની' ના નામે જાણીતો છે. ઓરિસ્સામાં કચ્છીઘોડીનું પરંપરિત નૃત્ય 'ચૈતીઘોડી' ના નાયના નામે લોકપ્રિય થયું છે. તાંજોરમાં સ્ત્રી-પુરુષ કલાકારો દ્વારા કલાપૂર્ણ ઘોડીઓ નચાવવાની પરંપરા ઘણી પ્રાચીન મનાય છે. દ.ભારતમાં





મદુરામાં ચાર ઘોડેસવાર સ્ત્રી-પુરુષો કચ્છીઘોડી નૃત્ય કરે છે. તે 'પૂર્વાત્તમા' નામે ઓળખાય છે. કચ્છીઘોડીને મળતી એક પરંપરા મહારાષ્ટ્રની કીર્તન પરંપરામાં આવે છે. તેમાં પાઘડીબંધા બે કલાકારો ઘોડીને બદલે શણગારેલો નંદી શરીર પર ધારણ કરીને ભારુંડનો ખેલ-તમાશો રજૂ કરે છે. આજે અમદાવાદમાં લગ્ન અને જૈનોના વરઘોડામાં કઠપૂતળી નચાવનારા ભાટ લોકો પણ કચ્છીઘોડી નચાવતા જોવા મળે છે.

ગજિયો કચ્છી લોકગીત છે જે આ પ્રદેશમાં ખૂબ પ્રસિધ્ધ છે. કચ્છના મહિલા પરંપરાગત કાપડ પહેરી અને આ ગીત પર પરંપરાગત નૃત્ય કરે છે. ગજિઓ નૃત્ય એક વર્તુળમાં કરવામાં આવે છે જ્યાં કચ્છી સ્ત્રીઓના ગોળાકાર ચક્રમાં ફરે છે.

દાંડિયા રાસ કચ્છના પરંપરાગત લોક નૃત્યમાનું એક નૃત્ય છે. દાંડિયા રાસમાં મંડ, નમન, બેઠીયા, બારિયા, અહીયા,

પંચિયા અને દોઢિયા જેવી વિવિધ શૈલીઓનો સમાવેશ થાય છે. પુરુષો અને સ્ત્રીઓ તેમના હાથમાં નાની લાકડીના દાંડીયા સાથે ગોળ ચક્રમાં ફરી રાસના પગલાંઓ લે છે.

કચ્છના ગઢવી સમુદાયના લોકોની વાસ્તવિક બહાદુરી રજૂ કરે છે. તેઓ તલવાર વળે નૃત્ય કરે છે જેમાં ગઢવી સમુદાયના લોકો નૃત્ય કરે અને જ્યારે બંને હાથમાં તલવાર ફેરવે છે. નૃત્ય કરતી વખતે તેઓ તલવારની કરતબબાજી કરે છે.

કચ્છના લોક નૃત્ય ઉપરાંત લોકો ઘણા ગુજરાતી નૃત્યના સ્વરૂપને પણ અનુસરે છે જેમાં ટીપણી નૃત્ય, ઢોલી નૃત્ય અને મંજીરા

નૃત્યનો સમાવેશ થાય છે. આ બધા નૃત્યોમાં લોકો ઢોલ, મંજીરા, એકતારા, તબલા વગેરે જેવા સંગીત વગાડવાના વિવિધ સાધનોનો ઉપયોગ કરે છે. હિંચ નૃત્યનો વિકાસ ગુજરાતના સૌરાષ્ટ્ર વિસ્તારમાં થયો હતો. સમગ્ર સૌરાષ્ટ્રમાં આ નૃત્ય ખૂબ જ લોકપ્રિય છે. ગાગરની હિંચ મુખ્યત્વે ભાલ પ્રદેશ અને કાઠિયાવાડમાં પ્રચલિત છે. આ પછી, કચ્છની કોળી જાતિની મહિલાઓ અને વઢિયારની રાજપૂતાનીઓ હાથમાં ગાગર લઈને ઢોલના તાલે હિંચનૃત્ય કરે છે. કોડીનારની આસપાસના કરડિયા રાજપૂતોની મહિલાઓ તેમના માથા પર સાત ગાગર સુકાન લઈને હિંચ લે છે. આ સાથે તાળીઓનો તાલ પણ અલગ-અલગ સૂરોની અનુભૂતિ કરાવે છે. ભારતના સૌથી મોટો જિલ્લા હોવાના કારણે, કચ્છમાં વિવિધ લોકનૃત્ય સ્વરૂપોની સમૃદ્ધ સંસ્કૃતિ છે.

**સંદર્ભ : કચ્છી ઘોડી નૃત્ય જોરાવરસિંહ ખાદવ  
લોકજીવનના મોતી**

### અમે ખરીદીએ છીએ

ફર્સ્ટ ૩ કવર, દલાલ, પોસ્ટલ સ્ટેમ્પ, મીનીએચર સાર્ટ, કોમિક, બુક, અનયુઝ સ્ટેમ્પ પેપર, આરબીઆઈએ બહાર પાડેલ પ્રુફ અને યુએનસી સેટ પેન, ઘડિયાળ, મેડલ્સ, ટોકન, એન્ટીક આર્ટમ, જુના સિક્કા, નોટ (ભારતીય - વિદેશી ૧૯૯૦ પહેલાની)

## સાગર નોટ ભંડાર®

કાંદીવલી (વે.), મુંબઈ-૪૦૦ ૦૬૭

☎ 9321530449

email : gangar9@gmail.com

ફક્ત એપોઈન્ટમેન્ટ દ્વારા 24 x 365 x Days

We are Specialist in  
Numismatic & Philatals

Last 30 year's Known as

## SAGAR NOTE BHANDAR®

Kandivali (w), Mumbai-400 067.

Contact us for BEST PRICE of

\* Old Coins \* Notes \* Stamps  
\* FDC Cover \* Medal

More than 50 year's old

☎ 9321530449

email : gangar9@gmail.com

By appointment only 24 x 365 x Days

# શરદપૂર્ણિમાનું રહસ્ય

■ હર્ષદ પંડ્યા 'શબ્દપ્રીત'

**ત**મને ખબર છે, શરદપૂર્ણિમા બટેટાપોંઆ કે કાંદાપોંઆ નહીં અને દૂધપોંઆ જ કેમ ખવાય છે? સાહેબ, આમાંય ફિફિંગ છે. ના, માણસોએ કરેલું નહીં પણ કુદરતે ગોઠવેલું !

વાત જાણે એમ છે કે દૂધ-પોંઆનું મેનેજમેન્ટ, ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ અને એમના બાલસખા અને કલાસમેટ એવા સુદામાની સહિયારી સ્ટ્રેટેજીનું પરિણામ છે. કૃષ્ણ અને માખણ એકબીજાનો



પર્યાય કહેવાય. માખણ છેવટે તો દૂધની જ પ્રોડક્ટ છે ને ! પોંઆ એટલે સુદામાની મોટામાં મોટી એકમાત્ર પ્રોપર્ટી અને છેલ્લામાં છેલ્લું બેલેન્સ ! કહેવાય છે કે દ્વારિકામાં અઠેદ્વારિકા કરીને રહી ગયેલા કૃષ્ણને મળવા માટે સુદામાએ આજ પોંઆનો ઉપયોગ પાસપોર્ટ તરીકે કરેલો ! સુદામાએ કૃષ્ણને પોંઆ ન આપ્યા હોત તો બદલામાં કૃષ્ણએ સુદામાની ઝૂંપડીને મહેલમાં ટ્રાન્સફર ન કરી દીધી હોત. આનો અર્થ એ થયો કે 'થેન્કસ ગિવિંગ ડે' અને 'રિટર્ન ગિફ્ટ'નો શુભારંભ સદીઓ પહેલા સુદામાની ઉમદા ફેન્ડશીપની ભાવનાથી થયેલો !

તમારે સુદામા અને કૃષ્ણ - આ બંનેના એકસાથે સૂક્ષ્મ દર્શન કરવાં હોય તો છેક પોરબંદર કે દ્વારિકા જવાની જરૂર નથી. એ બંને તો તમારા ઘરમાં જ છે, દૂધ અને પોંઆ રૂપે ! ખરેખર તો કૃષ્ણ ભગવાન 'ભગવદ્ ગીતા'માં એવું કહેવાનું નક્કી કરીને જ બેઠેલા કે, "જગતના સૌ હળવા નાસ્તામાં હું દૂધપોંઆ છું" - પણ સુદામાએ એમને એવું કહીને અટકાવ્યા હોવા જોઈએ કે દોસ્ત, દૂધપોંઆએ આપણું કાંઈ બગાડ્યું છે? માખણની છાપ તો કેટલાક 'રાજભક્તો'એ 'લગાવવા' કે 'ચોપડવા'ના સંદર્ભે બગાડી મૂકી. આને તો એટલીસ્ટ બચાવી લઈએ અને ભગવાને તરત જ મિત્રની વાત માની લીધી હોવી જોઈએ.

'હાઉ ટુ એન્ટર એન્ડ લિવ ઈન ફેન્ડઝ હાર્ટ' નામના પુસ્તકમાં સ્વામી હર્ષાનંદ બાપુએ મૈત્રીમીમાંસાનો મહિમા ગાતાં કહ્યું છે કે, 'બે જાની દુશ્મનો પોતાની ચોવીસ કેરેટની

અણીશુધ્ધ દુશ્મની હોવાનો પાકકો દાવો કરતા હોય તો પણ, જો એ બંનેને શરદપૂર્ણિમાની રાતે દૂધપોંઆ ખવડાવો તો બીજા જ દિવસથી એ બંને જાની દુશ્મનો, એકબીજાના જાનીદોસ્તો-મિત્રો બની જશે એમાં શંકા નથી. શરત એટલી કે દૂધપોંઆ માટેનું દૂધ ગાયનું હોવું જોઈએ. આ ગ્રંથના બીજા અધ્યાયમાં તો એવીય ચેતવણી આપી છે કે, "આ વાતમાં જેને શંકા પડવા માંડશે એ જ ક્ષણથી, ભવોભવની મૈત્રી હોવાનો જડબેસલાક દાવો કરનારા બે જિગરજાન મિત્રો, એકબીજાના એવા જાની દુશ્મનો બની જશે કે આવનારા ભવોભવ સુધી એકબીજાને પોતપોતાનો પરચો બતાવવા એકબીજાને શોધતા ફરતા રહેશે."

હું તો જોકે પહેલેથી જ શ્રદ્ધાળુ છું, એટલે મારા મિત્રોથી હું અને મારાથી મિત્રો બચી જશે, પણ સવાલ એ છે કે મારા જ કોઈ મિત્રને આ વાતમાં શંકા પડે, તો એના થકી મારી શી દશા થાય? એ બીકે જ હું દર વર્ષે મારા મિત્રોને દૂધપોંઆની પાર્ટી આપું છું. આમ તો હું અને સુદામા ગરીબીની બાબતે એકબીજાના પર્યાય કહેવાઈએ, પણ ફરક એટલો કે એ જ્ઞાની હતા. એ જ્ઞાની હોવા છતાં કે પછી એ જ્ઞાની હતા એટલે, એની મને ખબર નથી પણ એમના વાઈફે મહેશું મારતાં એમને કહેલું :

**મને એ જ્ઞાન ગમતું નથી ઋષિરાય જી,**

**રૂએ બાળ, લાવો અબ્બ, લાગુ પાય જી.**

તરત જ હાથમાં પોંઆનું પાઉચ લઈ સુદામા ઊપડી ગયા



# સોની કાનજી આણંદજી જ્વેલર્સ પ્રા.લી.

IN MUMBAI  
Since 1968

બી/૧૮, રોયલ ઈન્ડ. એસ્ટેટ, રજે માળે, સહકાર નગરની સામે,  
નાયગાંવ ક્રોસ રોડ, વડાલા, મુંબઈ-૪૦૦૦૩૧. ફોન : ૨૪૧૫૦૫૭૨, ૪૧૭૫૫૫૦૦  
E-mail : admin@sonikanji.com - Website : www.sonikanji.com

કચ્છ : ફરાદીવાલા



મિત્રો, દૂધપોંઆમાં જે તાકાત છે એ બીજા કોઈપણ નાસ્તામાં કે ખોરાકમાં નથી. ગરીબી અને શ્રીમંતાઈના જિંદાદિલ દોસ્તાનાનું પરમદર્શન એટલે જ દૂધપોંઆ !

કેટલાક સંશોધકોએ એવું સંશોધન કર્યું છે કે દૂધપોંઆ ખાવા માટે શ્રાવણી પૂનમ, કે એવી કોઈ બીજી પૂનમ નહીં અને શરદપૂનમ જ કેમ? તો એ લોકોનું કહેવું છે કે, સુદામા અને કૃષ્ણ વરસો પછી એકબીજાને મળ્યા ત્યારે આસો સુદ પૂનમ હતી ! આનો અર્થ એ થયો કે દૂધપોંઆ, વિખૂટા પડેલા બે મિત્રોને ભેગા કરી આપે છે એટલું જ નહીં, પણ એ બેમાંથી જે વધારે સુખી હોય એ બીજાને સુખી પણ કરી દે છે. કૃષ્ણ-સુદામાનું આવું પુનઃમિલન આ દૂધપોંઆની જાદુઈ શક્તિનું, ઉત્તમ

મિત્ર કૃષ્ણ પાસે ! અમુક બાબતે મારું અને સુદામાનું જીવન એક સરખું જ રહ્યું છે. વાઈફના હુકમનું પાલન કરવામાં જ પતિનો ધર્મ જળવાઈ રહે છે - એવું કોઈ વાંઢા લેખકે 'શ્રેષ્ઠ પતિ બનવાની એક હજાર ટિપ્સ' નામના પુસ્તકમાં લખ્યું છે. આ પુસ્તક હમણાં જ મારા બર્થડે પર મારા બોસે મને ભેટમાં આપેલું. એક નિષ્ફળ બોસ પણ સફળ પતિ બની શકે છે એ રહસ્યની ખબર તો મને એ પુસ્તક વાંચ્યા પછી પડી. એક કર્મચારી તરીકે ભલે હું નિષ્ફળ નીવડું, પણ એક પતિ તરીકે મારો વટ હંમેશાં પડતો રહે એવો સફળ પતિ બની રહું એ માટેના મારા પ્રયત્નો આજે પણ હું પ્રામાણિકતાપણે અને નિષ્ઠાપૂર્વક કરતો રહ્યો છું. આ માટે મારે વાઈફનો - ખુદની વાઈફનો આભાર એટલા માટે માનવો જોઈએ કે એ જ મને આવા પ્રયત્નો કરતા રહેવાની સોનેરી તક પૂરી પાડતી રહે છે. મને આજનો લેખ લખતો જોઈને એણે અડધો લખેલો કાગળ ખેંચી લેતાં સુદામાની પત્નીની જેમ જ લાડથી, પણ ડોળા કાઢીને કહ્યું :

**આવા લેખો મને ગમતા નથી, હર્ષદરાયજી મને લાવી આપો iphone, લાગુ પાયજી.**

iphone નો ખર્ચો ટાળવા માટે મેં તરત જ દૂધપોંઆની ફોર્મ્યુલા વિચારી લીધી કે વાઈફ વીફરે અને દુશ્મન કરતાંય વધારે ખતરનાક નીવડે એ પહેલાં દૂધ-પોંઆ એને ધરાવી દઉં તો કેવું ! તરત જ લેખ લખવાનો પડતો મૂકી, દૂધપોંઆની વ્યવસ્થા કરવામાં લાગી ગયો. પડતો મુકાયેલો લેખ તો ક્યારેક લખાય, પણ પડતો મુકાઈ ગયેલો પતિ હંમેશાં એ જ અવસ્થામાં એટલે કે પડતર અવસ્થામાં જ રહેતો હોય છે અને આ અવસ્થામાંથી તો એને ભગવાન પણ બચાવી શકતો નથી.

ઉદાહરણ છે એમ વિચારી સદીઓ પહેલાં એકબીજાથી છૂટાં પડેલા કપલમાં શરદ નામનો પતિ અને પૂર્ણિમા નામની પત્ની - દૂધપોંઆની સાક્ષીએ ભેગાં થઈ ગયા એ મર્યા ત્યાં સુધી સાથે જીવ્યાં ! એના એ જ ભવમાં એકબીજાનો, બીજીવારનો મેળાપ કરવાનો શુભારંભ કરનાર આ બે જણાં - શરદ અને પૂર્ણિમા - જગતના પ્રથમ પતિ-પત્ની હતાં. તેથી જ એ દિવસ એ બંનેનાં સહિયારા નામથી ઓળખાય છે અને આજેય ઉજવાય છે !



WE OFFER  
A VAST RANGE  
OF SERVICES  
CUSTOMISED  
TO SUIT BOTH CORPORATES  
AND INDIVIDUALS



**ભારતીય જીવન बीमा निगम**  
LIFE INSURANCE CORPORATION OF INDIA

**૧૯૯૯થી કાર્યરત**  
C.M. Club મેમ્બર  
M.D.R.T. ક્વોલીફાઈડ  
ઓર્થોરાઈઝડ L.I.C. પ્રિમિયમ  
કલેક્શન સેન્ટર

- \* LIFE INSURANCE PLANNING
- \* RETIREMENT PLANNING
- \* INVESTMENT PLANNING
- \* TAXATION PLANNING
- \* MEDICLAIM
- \* VEHICLE INSURANCE

- \* PROPERTY, SHOP, WAREHOUSE, FACTORY ETC INSURANCE
- \* PERSONAL ACCIDENT POLICY

**શૈલેશ શામજી જેવત મારૂ (બીદસી)**

જીવન વીમા તથા રોકાણ યોજનાઓના સલાહકાર

Shree Sankalp Flat No.1601,  
G.B. Road, Near Vedant Hospital,  
Kasar Vadvali Thane (W) 400615  
મો.: 9869154666, 7021907705  
Email : shaileshsmaru@yahoo.com

# શ્રી સોમનાથ મહાદેવજીનું વિવિધ સુવિધાસભર નૂતન નવ સંસ્કરણ

■ પ્રા.સૂર્યકાન્ત ભટ્ટ - ભુજ

**અ**ષ્ટાધ્યાયી રૂદ્રીના પાંચમાં અધ્યાયમાં મહાદેવજીના અનેક નામોનો ઉલ્લેખ છે. જે શિવ સ્વરૂપને સમજવામાં સહાયભૂત થાય છે. એ ઉલ્લેખ મુજબ જોઈએ તો ભોળાનાથ, શંકર, શિવ, ગિરીશ, મહાકાલ, પશુપતિ, ત્ર્યંબક, નીલકંઠ, આશુતોષ, શૂલપાણિ આદિ નામો છે.

પ્રાચીનકાળમાં મહાન યજ્ઞો પ્રવર્તતા આવા મહાયજ્ઞોની સ્મૃતિમાં શિવલિંગની સ્થાપના કરવામાં આવતી. જે સ્થાન પર અગ્નિ કુંડ કે યજ્ઞજ્યોતિ હોય તે સ્થાન પર લિંગની સ્થાપના થતી, તે લિંગને “જ્યોતિલિંગ” કહેવાય છે. જ્યોતિલિંગ એ શિવલિંગ જ છે એની વિશેષતા નિહાળીએ તો તે યજ્ઞના અવશેષરૂપ હોવાથી તેની પૂરી પરિક્રમા થઈ શકે છે. તેનો પ્રસાદ ગ્રહણ કરી શકાય છે. શિવ મંદિરોમાં જ્યોતિલિંગોનું વિશેષ સ્થાન છે.

સમગ્ર ભારત વર્ષમાં બાર જ્યોતિલિંગ છે. સૌરાષ્ટ્રના પ્રભાસ ક્ષેત્રમાં સોમનાથ, આંધ્રપ્રદેશમાં મલ્લિકાર્જુન, મધ્યપ્રદેશમાં ઉજ્જૈનમાં મહાકાલ, નર્મદા તટ પર ઓમકારેશ્વર, મરાઠાવાડમાં વૈદ્યનાથ, જે બિહાર તથા હિમાચલ પ્રદેશમાં પણ છે. તામિલનાડુમાં રામેશ્વર, મહારાષ્ટ્રમાં ભીમાશંકર, નાગનાથના ત્રણ મંદિરો, ઉત્તરપ્રદેશમાં વારાણસી, નાસિક પાસે ત્ર્યંબકેશ્વર, ઉત્તરાખંડમાં કેદારનાથ, ઔરંગાબાદમાં ધુત્મેશ્વર.

શ્રી સોમનાથ ટ્રસ્ટના અધ્યક્ષ તરીકે વડાપ્રધાન શ્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદી સેવા આપી રહ્યા છે. ગુજરાત રાજ્યના માજી મુખ્ય સચિવ શ્રી પ્રવીણભાઈ લહેર પ્રતિમાસ પ્રગટ થતા “સોમનાથ વર્તમાન”ના તંત્રીપદે સેવા આપી રહ્યા છે. સોમનાથ ક્ષેત્રે મુખ્ય મંદિરના પ્રાંગણમાં શ્રી પાર્વતી મંદિરનું નિર્માણ થઈ રહ્યું છે. મંદિરમાં ૪૪ સ્તંભો બનવા પામશે. એ માર્બલ પથ્થરમાં સુંદર કોતરણીકામ થઈ રહ્યું છે. ૨૩ માસમાં આ નિર્માણ કાર્ય પૂર્ણ થવાનું આયોજન છે. આ દિવ્ય દેવાલયનો પ્રાણપ્રતિષ્ઠા મહોત્સવ ધામધૂમથી ઉજવાશે.

યાત્રિકોની સુખ સગવડ અર્થે અતિ આધુનિક ઉતારા



વ્યવસ્થા અનુકરણીય છે. એચ.પી.સી.એલા કંપનીએ ૨૧.૬૮ લાખના અનુદાનથી અત્યાધુનિક કલોકરૂમનું લોકાર્પણ કર્યું છે. યાત્રિકો પોતાનો સામાન, મોબાઈલ, પર્સ વગેરે સુરક્ષિત રાખી શકે અને શાંતિથી ભગવાનના દર્શનનો લ્હાવો લઈ શકે એ આ કલોકરૂમનો શુભ આશય છે.

સોમનાથ ટ્રસ્ટ દ્વારા સોમનાથ મંદિરની સામે આવેલ યજ્ઞશાળામાં મહામૃત્યુમય યજ્ઞ માટે વ્યવસ્થા કરવામાં આવેલી છે. જે માત્ર રૂપિયા પચ્ચીસમાં કરાવી શકાય છે. યાત્રિકો માટે એ.સી. ડોરમેટરીની વ્યવસ્થા કરાઈ છે. જેમાં ૪૦ બેડની વ્યવસ્થા છે.

તાજેતરમાં માન.ઉપરાષ્ટ્રપતિ શ્રી વેકૈયાનાયડુજીએ દર્શનનો લાભ મેળવી મુલાકાત-પુસ્તિકામાં લખ્યું કે “આ મંદિરની મુલાકાત લઈને મને ખૂબ જ આનંદ થયો છે. શિલ્પની દૃષ્ટિએ આ મંદિર ભવ્યતાનું પ્રતિક છે. સોમનાથ મંદિર ટ્રસ્ટ દ્વારા સોમનાથ મંદિરના ઈતિહાસ વિશે તેલુગુ સહિત ૧૨ ભાષામાં પુસ્તકો પ્રકાશિત કરાયા છે. ઉપરાષ્ટ્રપતિને તેલુગુ ભાષાનું પુસ્તક ભેટ અપાયેલ હતું.”

શ્રી સોમનાથ મંદિરમાં ઉપરાષ્ટ્રપતિશ્રીએ સ્ટેટ બેન્ક ઓફ ઈન્ડિયા દ્વારા અર્પણ કરવામાં આવેલી ત્રણ ઈલેક્ટ્રીક કાર્ટનું ઉદ્ઘાટન કર્યું હતું. આ કાર્ટમાં બેસી તેમણે પરિક્રમા કરી હતી. પર્યટકો કે યાત્રાળુઓ માટે આ વિશેષ સુવિધા બની રહી છે. લગભગ છેલ્લા ૧૨ વર્ષથી બાપા સીતારામ સેવા ટ્રસ્ટના લગભગ ૩૦૦ જેટલા સેવાર્થી ભાઈ-બહેનો શ્રાવણ માસ પહેલાં અત્રે સ્વચ્છતા અભિયાન ચલાવી રહ્યા છે.



## પ્રાચીન ભારતીય ચિકિત્સકોનો ઊંઘ પર અભિપ્રાય

**ઊં**ઘની વાત આવે એટલે રાત-દિવસનો વિચાર અચૂક આવે

જ. હું મારા રાત-દિવસ હાલ કેવા ગાળું છું, એ સદા સાંભર્યા કરનાર દુઃખી નથી થતો. દરેક માનવીને પૂરતી ઊંઘ ખાસ જરૂરી છે. અષ્ટાંગ હૃદય (અધ્યાય-૭, શ્લોક-૫૩)માં જણાવ્યાનુસાર સુખ (આરોગ્ય), દુઃખ (રોગ), પુષ્ટિ, કૃશતા, બળ, નિર્બળતા, વીર્યનો વધારો, વીર્યનો ઘટાડો, જ્ઞાન-અજ્ઞાન અને જીવન મરણ આ બધા ઊંઘને આધારિત છે. ચરકઋષિએ તો ઊંઘની અગત્યતા પર વિશેષ



ધ્યાન આપીને જણાવ્યું છે કે - માનવજીવનમાં દુઃખ અને સુખ, સ્વાસ્થ્ય અને રોગ, શારીરિક વિકાસ અને ક્ષીણતા, બુદ્ધિ અને અજ્ઞાન ઉપરાંત જીવન અને મૃત્યુ, આ બધાં જ ઊંઘ પર નિર્ભર છે, ચરકના મતે ઊંઘ છ પ્રકારની હોય છે. (૧) તમોગુણને કારણે ઉત્પન્ન ઊંઘ (૨) કફના કારણે ઉત્પન્ન ઊંઘ (૩) શારીરિક અને માનસિક થાકના કારણે ઊંઘ (૪) અસમય ઊંઘ (૫) રોગને કારણે ઉત્પન્ન ઊંઘ (૬) પ્રાકૃતિક ઊંઘ જે રાત્રે આવે છે તે. ઉપરોક્ત છ પ્રકારોમાંથી પ્રાકૃતિક ઊંઘ એ છે કે જે રાત્રે આવે છે અને તેને દૈવી કહેવામાં આવેલ છે, જે પ્રાણીઓને જીવિત રાખે છે. તમોગુણથી ઉત્પન્ન ઊંઘ બધા પાયોનું મૂળ છે. જ્યારે બાકીની ચાર પ્રકારની ઊંઘનું રોગોની સાથે વર્ગીકરણ કરવું જોઈએ.

સુશ્રુતે ઊંઘ, એના કારણ અને વિભિન્ન પ્રકારની વ્યક્તિઓમાં એમની પ્રકૃતિનો દાર્શનિકતા પૂર્ણ વિવરણ કરેલું છે. તેઓ કહે છે કે માનવીના હૃદયની નીચેની તરફ ઝુકેલા ખિલેલા કમળની જેમ છે. જાગૃત અવસ્થામાં તે ખીલી ઉઠેલું રહે છે અને સુપ્તાવસ્થામાં તેની પાંખડીઓ બીડાયેલી રહે છે. સુશ્રુતનાં મતે ઊંઘ મોહ-માયા સમાન છે અને અધિક ઊંઘ લેવી પાપ પણ છે. કફ કે જેમાં 'તમ'નું તત્વ મુખ્ય છે અને તે જ્ઞાનેન્દ્રિયોને પ્રભાવિત કરે છે ત્યારે ઊંઘ 'તમ' પ્રકારની હોય છે, જે માનવપ્રણાલી પર વિજય મેળવી લે

છે, 'તમ' પ્રકૃતિવાળાઓને દિવસે ઊંઘ આવે છે અને રાત્રે પણ ઊંઘ આવે છે. જ્યારે રાજસિક પ્રકૃતિવાળાઓને ઊંઘ સમય-અસમય આવે છે અને કારણ વિના ઊંઘ આવી જાય છે. જ્યારે સાત્વિક પ્રકૃતિવાળાઓને ફક્ત મધ્ય રાત્રિએ ઊંઘ આવે છે અને જે વ્યક્તિઓમાં 'કફ'નું તત્વ હોય, જેમાં વાત (વાયુ) તત્વ મુખ્ય હોય અને જેઓ શારીરિક અને માનસિક રોગોથી ત્રસ્ત હોય, તેઓ અનિદ્રાથી પીડિત રહે છે. સુશ્રુતે ઊંઘની વ્યાખ્યા શરીર રચના શાસ્ત્રની દૃષ્ટિથી પણ કરેલ છે. જેનો સાર એ છે કે તમામ પ્રાણીઓને ઊંઘ ત્યારે જ આવે છે જ્યારે હૃદય પર જે સંપૂર્ણ ચેતનાનું કેન્દ્ર છે "તમ" તત્વ વિજય મેળવી લે છે.

ચરક કહે છે કે જો કોઈ વ્યક્તિ રાત્રે નિયમાનુસાર ઊંઘે છે, તો તેનાથી શારીરિક આરામ તથા દીર્ઘાયુ પ્રાપ્ત થાય છે, જેવી રીતે નવલબ્ધ અંતઃજોન વિરાગીઓને મોક્ષ પ્રદાન કરે છે. તેમણે એક અન્ય સંદર્ભમાં આ બાબતને દોહરાવી છે અને કહ્યું છે કે સ્વાસ્થ્યરક્ષા, શારીરિક વિકાસ અથવા દુર્બળતા મુખ્યતઃ આહાર અને ઊંઘ પર નિર્ભર છે. એટલે પર્યાપ્ત ઊંઘ શરીરને આરામ આપે છે અને સ્વાસ્થ્ય જાળવી રાખવામાં સહાયતા પણ કરે છે. દરરોજ પર્યાપ્ત માત્રામાં ઊંઘ લેવાની આવશ્યકતાના મહત્ત્વ પર વાગ્ભટ્ટે પણ વિશેષ ધ્યાન આપ્યું છે. વાગ્ભટ્ટે જણાવ્યું છે કે મનુષ્યે પોતાની જરૂરિયાત અનુસાર રાત્રે ઊંઘવું જોઈએ અને કદાચ રાત્રે

With Best Compliments From



 **JAINAM**

**OPTICS & CONTACT LENS CLINIC**

5-B, HASAN MANZIL, 71-77, A.K. MARG,  
NEAR AUGUST KRANTI MAIDAN,  
GOWALIA TANK, MUMBAI-400036.

**TEL. : 23814446**

E-mail : [jainamoptics@yahoo.com](mailto:jainamoptics@yahoo.com)

**કુંવરજી ઠાકરશી છેડા - (ગામ-તલવાણા)**

જાગવું પણ પડે તો તેની પૂર્તિ પ્રાતઃકાળે ઊંઘી રહીને કરવી જોઈએ. પર્યાપ્ત ઊંઘ પર સુશ્રુતે પણ બળ આપ્યું છે અને જણાવ્યું છે કે પર્યાપ્ત ઊંઘ વ્યક્તિને સારું સ્વાસ્થ્ય, રોગોથી મુક્તિ, શક્તિ, ઉત્સાહ, ઉચિત પ્રકારનો શારીરિક બાંધો, સંપત્તિ અને દીર્ઘ આયુ પ્રદાન કરે છે. જ્યારે ચરકે આનાથી વિપરીત અસમય ઊંઘવું, વધારે પડતું ઊંઘવું અથવા બિલકુલ ઊંઘવું જ નહિ, તે હાનિકારક તો છે જ સાથે સાથે જીવન માટે ઘાતક પણ છે. વાગ્ભટ્ટે પણ આ જ વિચાર વ્યક્ત કરેલો છે.

સુશ્રુતે તો દિવસે ઉંઘવાને બહુ જ ખોટું જણાવેલ છે. તેમણે જણાવેલ છે કે ગર્ભી સિવાય અન્ય કોઈપણ ઋતુમાં દિવસે ઊંઘવું નિષિધ્ય છે. દિવસે, ઊંઘવું એક પ્રકારની રજોવૃત્તિ છે અને એ રીતે તે સ્મૃતિકારોના વિચારોને પ્રતિ ધ્વનિત કરે છે, જે મુજબ દિવસે ઊંઘવું, પાંચ પ્રકારના વ્યભિચારોમાંથી એક છે. સુશ્રુત આગળ જણાવે છે કે દિવસે ઊંઘવું એ પાપ છે અને તે અન્ય પાપો અને બુરી આદતોમાં વૃધ્ધિ કરે છે. ચરકે પણ સ્પષ્ટ કરેલું છે કે સ્વાસ્થ્યના દષ્ટિકોણથી ગર્ભી સિવાય અન્ય મૌસમમાં દિવસે ઊંઘવાથી કફ અને પિત્તમાં વધારો થાય છે અને આ ઋતુઓમાં (ગર્ભી સિવાયની ઋતુઓમાં) દિવસે ઊંઘવું હાનિકારક છે.

દિવસે ઊંઘવાથી જેટલા રોગ ઉત્પન્ન થાય છે, ચરકે તેનું એક લાંબુ લિસ્ટ આપેલું છે. જે વિકારોમાં માથાનો દુઃખાવો, આળસુપણું, અંગોમાં ભારે પણું, ભૂખ ઓછી લાગવી, હૃદયમાં કફની વૃધ્ધિ, આધાશીશીનું દર્દ, અનિદ્રાપણું, ઊંઘહરામ, દમ, ગળામાં વિકાર, સ્મરણશક્તિમાં રૂકાવટ-ગિરાવટ, જવર વિ.નો સમાવેશ થાય છે. સુશ્રુતના મતે દિવસે ઊંઘવાથી દમ, ખાંસી, માથામાં ભારે પણું, શરીરમાં દર્દ, જવર, ભૂખ ઓછી લાગવી ઈત્યાદિ રોગો થઈ જાય છે. વાગ્ભટ્ટે પણ કમસમયે ઉંઘવાથી થતી હાનિઓનો ઉલ્લેખ કરેલો છે. તેમણે જણાવ્યું છે કે કસમયે ઉંઘવાથી જવર, આળસુપણું, માથામાં દર્દ, સૌફા, મતલી, નાકના વિકારો ઈત્યાદિ રોગ થાય છે.

ચરકે એવા લોકોને તમામ ઋતુઓમાં દિવસે ઊંઘવાની સિફારિશ કરેલ છે જેઓ ગાયન, અધ્યયન, મદ્યપાન, ઉલટી આવવી ઈત્યાદિ કારણોથી નબળા પડી ગયા હોય તેમજ એમને માટે પણ ભલામણ કરેલ છે કે જેઓ ઘાયલ હોય, જેઓ ઘાવ ઈત્યાદિને કારણે નબળા પડી ગયા હોય, વૃધ્ધ, નાના બાળકો તથા સ્ત્રીઓ કે જેઓ શારીરિક રૂપે નબળી હોય, દમનાં રોગીઓ માટે તેને લાભદાયી જણાવેલ છે. આ સંદર્ભમાં વાગ્ભટ્ટે પણ આમ જ માને છે, તેઓ કહે છે કે ઉપરોક્ત સ્થિતિઓમાં દિવસની ઊંઘ શક્તિ ઉત્પન્ન કરે છે.

મહત્વની બાબત એ છે કે જેઓ સ્થૂળ હોય, જેઓ

નિયમિતપણે પ્રશમનકારી આહાર લે છે, જેમને કફ અધિક હોય અને જેઓ ખાંસી અને જુકામના દર્દી હોય તેમને માટે તો ગરમીની ઋતુમાં પણ દિવસે ઊંઘવું હાનિકારક છે. વાગ્ભટ્ટે જણાવે છે કે જેઓ ગળાના વિકારોથી પીડિત હોય, તેમણે તો રાત્રે પણ ઊંઘવું ન જોઈએ. સુશ્રુતના મતે જેઓ કફ, સ્થૂળતા અથવા વિષથી પીડિત હોય તેમને માટે તો રાત્રે પણ જાગવું લાભપ્રદ છે. ચરકના મતે જેઓ બહુ જ અધિક ઊંઘે છે તેઓ સુવર જેવા જાડા થઈ જાય છે. આવી વ્યક્તિઓ માટે રાત્રે જાગવું લાભપ્રદ છે.

ભય, ક્રોધ, ચિંતા, ધૂમ્રપાન, વ્યાયામ, ઉપવાસ, વિરેચક ઔષધિઓનું સેવન, એકદમ સખત-કઠોર-કઠણ બિસ્તર-પથારી, સાત્વિક આદત ગ્રહણ કરવી, યોગાભ્યાસ ઈત્યાદિ અધિક ઊંઘવાની આદતથી છૂટકારો મેળવવામાં સહાયભૂત બને છે. આ ચરકનો મત છે અને સુશ્રુતે પણ આવાજ ઉપાયોની ભલામણ કરેલી છે.

સુશ્રુત જણાવે છે કે વાયુ વિકાર અથવા પિત્ત, માનસિક વિકારોથી ત્રસ્ત અથવા ઘાયલ વ્યક્તિ અનિદ્રા રોગથી પીડિત થઈ જાય છે. ચરકનું કહેવું છે કે અતિનિદ્રાના તત્વને સમાપ્ત કરનારા તત્વો અનિદ્રાના કારણ હોઈ શકે છે. તેથી વિરેચક ઔષધિઓનું સેવન, વ્યાયામ, ભય, ક્રોધ કે દુઃખ, ઉપવાસ, કઠણ પથારી ઈત્યાદિ અનિદ્રાનું કારણ હોઈ શકે છે. ચરક જણાવે છે કે વૃધ્ધાવસ્થા, ચિંતા, શારીરિક વ્યાધિઓ અને કેટલીક વ્યક્તિઓમાં પ્રાકૃતિક પ્રવૃત્તિ અનિદ્રાનું કારણ બની શકે છે. અનિદ્રાના બુરા પ્રભાવોમાં શરીરમાં દર્દ, માથુ ભારે લાગવું, બગાસા, માથામાં ચક્કર આવવા, શારીરિક અને માનસિક અશાંતિ અને અજીર્ણ.

અનિદ્રાના રોગીઓ માટે ચરકે તેલમાલિશ, સ્નાન, દૂધ, દહીં, છાલી ચોખા અને વસાયુક્ત વસ્તુઓ ઘી ઈત્યાદિ, માનસિક શાંતિમાં જાપ, સુગંધી અને મનપસંદ સંગીત, નરમ પથારી ઈત્યાદિની ભલામણ કરેલ છે. સુશ્રુતે શરીરની સાથે સાથે માથા પર તેલ માલિશ, ગોળથી બનેલી મિઠાઈઓ, સાકર અને રાત્રે શેરડીની પણ ભલામણ કરેલી છે. પથારી, આસન અને સવારી મુલાયમ અને આરામદાયક હોવી જોઈએ. વાગ્ભટ્ટે ઈલાજ સ્પષ્ટ કરતાં જણાવ્યું છે કે અનિદ્રાથી પીડિતો માટે દૂધ, દહીંનું સેવન જરૂરી છે. તેલમાલિશ, સુખી જીવન, ઈચ્છાઓની પૂર્તિ અને અનુકૂળ પરિસ્થિતિએ ગાઢ ઊંઘ માટે સહાયક છે.

કસરત, ઉજાગરા, ચાલવું, મૈથુન, હસવું, બોલવું અને ગજા ઉપરાંતનું કામ આ બધુ હદ ઉપરાંત - અતિશય કરનાર માણસ, હાથીને ખેંચનારા, સિંહની માફક નાશ પામે છે. દેહ, વાણી અને મનની ચેષ્ટા (કામ) થાકતા પહેલાં બંધ કરવા, ટૂંટિયું વાળીને બહુવાર ચત્તા સુવું પણ નહિ. ❀





## દસજે દબવે દબવે

### ■ ગુલાબચંદ ધારશી રાંભીયા

- ❖ મનુ : દોસ્ત, હું તો બહુ કંટાળી ગયો છું.  
કનુ : તો પછી તું ઊંઘ્યા કર. કંટાળો નહીં આવે.  
મનુ : મને તો ઊંઘમાં પણ કંટાળો આવે છે.  
કનુ : મારો તો ટાઈમ પાસ થઈ જાય છે.
- ❖ મનુ : ઊંઘમાં તું શું કરે છે?  
કનુ : ઊંઘમાં હું સ્વપ્ના જોઉં છું જેથી મારો ટાઈમ પાસ થઈ જાય છે.
- ❖ રમેશ : મીના બેન, તમારું હાર્મોનિયમ આજનો દિવસ આપોને?  
મીનાબેન : કેમ તમારે ઘેર કોઈ પાર્ટી છે કે કેમ?  
રમેશ : પાર્ટી તો નથી પણ હું આજે શાંતિથી ઊંઘવા માંગું છું.
- ❖ મીના : જેની પાસે દસ સંતાન હોય તે વધુ સંતોષી કે જેની પાસે દસ લાખ રૂપિયા હોય તે વધુ સંતોષી?  
ટીના : જેની પાસે દસ સંતાનો હોય તે વધુ સંતોષી.  
મીના : એ કઈ રીતે?  
ટીના : જેની પાસે દસ બાળક હોય તે વધારે માંગતો નથી. પણ જેની પાસે દસ લાખ રૂપિયા હોય તે વધુ પૈસાની ઈચ્છા જરૂર ધરાવે છે.
- ❖ ગ્રાહક : આજે કેમ ક્યોરી નાની હોય એમ લાગે છે, કાલે તો મોટી હતી?  
વેઈટર : નજરનો ફેર છે સાહેબ. ક્યોરી તો ગઈકાલની જ છે પણ આજે પ્લેટ જરા મોટી આવી ગઈ છે.
- ❖ મોહનભાઈ : સોહનભાઈ, કેમ આટલા બીમાર લાગો છો? કાંઈ દવાદારૂ લ્યો છો કે નહીં?  
સોહનભાઈ : દવા તો ભાવતી નથી પણ દારૂ લઉં છું તેથી તબિયતમાં કોઈ ફેર પડતો નથી.
- ❖ મનુ (મકાન માલિકને) : તમારે બીજે માળે રહેતા તારાબહેનને કાંઈ કહેવું જોઈએ. તેઓ આખો દિવસ એમના વર જોડે ઝઘડ્યા કરે છે તેથી પડોશીઓને પણ તકલીફ થાય છે.  
મકાનમાલિક : તમે તારાબહેનના પડોશી છો?

મનુ : ના એમનો પતિ છું.

## દસવાની મનાઈ છે

- ❖ ખુશાલ : આજકાલ તું મારી બહુ સંભાળ રાખે છે.  
ખુશાલી : પાગલ માણસની સંભાળ રાખવી જ પડે ને !
- ❖ ખ્વાબ : દોસ્ત મગન ! તું મારા લગ્નમાં આવીશ ને?  
મગન : જરૂર આવીશ. તને ખાડામાં પડતા જોવાની મને મજા આવશે.
- ❖ ખુશાલી : ગગને મને લાફો માર્યો. હું તારી પાસે આવી રહી છું.  
અનુપમાદેવી : તારા પપ્પા સાથે ઝઘડો થયો છે હું તારી નાનીના ઘરે જાઉં છું.
- ❖ ખીરા એના પપ્પા સાથે બજારમાં ગઈ. પાનવાળાની દુકાન જોઈને બોલી “મારે પાન ખાવું છે.”  
પપ્પા : સારા માણસ પાન ન ખાય.  
ખીરા : તરત બોલી “કાલથી હું સ્કુલે નહિ જાઉં. મારા ટીચર સારા નથી. એ રોજ પાન ખાઈને આવે છે.”
- ❖ ખીલતીનો પતિ સાથે ઝઘડો થયો. એ બોલી “હું પિયર જાઉં છું.”  
રોમેશ : ભલે જા. હું પણ જાઉં છું.  
ખીલતી : ક્યાં?  
રોમેશ : મારા સાસરીએ.
- ❖ ખુશાલ : સરે તને મૂર્ખ કલ્થો તો તું ચૂપ કેમ રલ્થો.  
દિનેશ : મૂર્ખાઓ સાથે વાદ કરવા હું મૂર્ખ થોડો છું.
- ❖ ખુશબુએ એની સહેલીને કહ્યું, “સુહાગરાતે મેં એમને બીડી છોડવાનું કહ્યું એ માટે જીદ પકડી.”  
સહેલી : એમણે છોડી દીધી?  
ખુશબુ : હા છોડી. બીડી નહિ પણ મને જ છોડી દીધી.

### ■ લઘુગોવિંદ

## બચુડો

- અધા : પુત્ર બચુડા?
- બચુડો : કો અધા કુરો આય?
- અધા : હી પાં ભેરા મનજીકાકા હોટલમેં જમેલા આયા વા શે જમે પોય હથ ધુતે જે બદલે બેઝીન કો ધુતાં તે?
- બચુડો : ઈ તા અધા ઈ ગાલ આય કે બેઝીન મથે જોકો પાટીયો લગો વો તેમે લખેલો વો કે “વોશ બેઝીન” શે વાંચે કરે કાકા હથજે ભધલે બેઝીન ધુતાં.

# વાનગી

## ચીજ વેજ ડિસ્ક

**સામગ્રી :** બ્રેડ ૬ થી ૭ નંગ, ડુંગળી ૧/૨ વાડકો, કેપ્સિકમ-૧ નંગ, કોબીજ ૧ બાઉલ, મીઠું જરૂર પ્રમાણે, ચિલી ફલેક્સ જરૂર પ્રમાણે, મોઝરેલા ચીજ જરૂર પ્રમાણે, તેલ-૨ ટેબલસ્પૂન, કેચઅપ જરૂર પ્રમાણે.

**રીત :** સૌપ્રથમ એક પેનમાં તેલ મૂકી તેમાં લસણ, ડુંગળી, કેપ્સિકમ નાખી સાંતળી લો. ત્યારબાદ તેમાં છીણેલી કોબી નાખીને ચડવા દો. હવે તેમાં મીઠું, ચિલી ફલેક્સ નાખો. ત્યારબાદ બ્રેડ લઈ તેના પર વાટકી મૂકીને રાઉન્ડ શેપમાં કટ કરી લો. તેના પર કેચઅપ લગાવી આ તૈયાર મિશ્રણ મૂકી અને આ રીતે બધી જ બ્રેડ તૈયાર કરી લો. ત્યારબાદ આ બ્રેડ પર મોઝરેલા ચીઝ પાથરો. હવે બેકિંગ ટ્રે લઈ તેને પ્રી હીટ કરેલા ઓવનમાં ૨૦૦ ઓશ પર ૧- મિનિટ માટે બેક કરી લો અને સર્વિંગ પ્લેટમાં લઈ સર્વ કરો.

## શ્રી ઈન વન સૂપ

**સામગ્રી :** ૫૦ ગ્રામ છોલેલા બટાકાના ટુકડા, ૫૦ ગ્રામ બીટ છોલેલું. ટેસ્ટ પ્રમાણે બટર, મીઠું, મરી, ફેશ કીમ અને લીંબુનો રસ.

**રીત :** બીટના ટુકડા કરી કૂકરમાં બાફી લેવા. ત્યારબાદ તેનો પલ્પ કરીને રાખવો. તે પલ્પ ૫૦૦ ગ્રામ પાણીમાં ઉમેરી ઉકાળવા મૂકવો. એક વાસણમાં બટર લઈ બટાકા, તેમાં મીઠું, મરી ઉમેરી ધીમા તાપે ચઢાવવા મૂકવું. થઈ જાય એટલે બીટના સ્ટોકમાં ઉમેરી હલાવી લેવું. સ્વાદ અનુસાર લીંબુનો રસ ઉમેરી ગરમાગરમ સૂપ બ્રેડસ્ટિક બટર સાથે ફેશ કીમ રેડી સર્વ કરવું.

## બેકડ સમોસા

**સામગ્રી :** મેંદો ૨૫૦ ગ્રામ, તેલ ૫ ટેબલ સ્પૂન, મીઠું સ્વાદાનુસાર, આદુ-મરચાંની પેસ્ટ ૨ ટેબલ સ્પૂન, બટાકા ૪ થી ૫ નંગ, વટાણા ૧/૨ કપ, ગરમ મસાલો ૧/૪ ટી સ્પૂન, ધાણાજીરું ૧/૨ ટી સ્પૂન, પાણી જરૂર મુજબ, તેલ તળવા માટે (જો તળીને લેવા હોય તો).

**રીત :** સૌ પ્રથમ મેંદાના લોટમાં મોણ ઉમેરીને લોટ બાંધી લેવો. તેને ભીના કપડાંની મદદથી ઢાંકી દેવું. ત્યારબાદ સૌપ્રથમ બટાકાને બાફી લેવા અને ઠંડા પડે એટલે તેને મેશ કરી લેવા. તેમાં વટાણા, આદુ-મરચાંની પેસ્ટ, ગરમ મસાલો, મીઠું, ધાણાજીરું, લીંબુ અને ખાંડ ઉમેરી મસાલો તૈયાર કરી

લેવો. હવે બાંધેલા લોટમાંથી લૂવા લઈ તેમાંથી પૂરી વણીને તેને વચ્ચેથી કટ કરી લેવી અને સમોસાનો શેઈપ આપી તૈયાર કરેલું સ્ટ્રિકિંગ તેમાં ભરી લેવું. હવે આ રીતે બધા સમોસા તૈયાર કરીને બેકિંગ ટ્રે પર રાખવા તેના ઉપર તેલથી બ્રશિંગ કરી લેવું. ત્યારબાદ પ્રી હીટ કરેલા ઓવનમાં ૧૮૦ ઓશ પર ૨૦ થી ૩૦ મિનિટ સુધી બેક કરી લેવા (જરૂર જણાય તો વધુ ૧૦ મિનિટ માટે બેક કરવા) ત્યારબાદ તેને ખજૂર, આમલીની ચટણી સાથે સર્વ કરવા.

## કેનેડિયન પુલાવ

**સામગ્રી :** ૨૫૦ ગ્રામ ઘઉંના ફાડા, ૧૦૦ ગ્રામ શિંગદાણા, ૧૦૦ ગ્રામ મગની દાળ, ૨૫ ગ્રામ લાલ દ્રાક્ષ, ૧ ઝૂડી લીલા ધાણા, ૧ લીંબુ, ૧/૨ ટી સ્પૂન તજનો પાઉડર, ૧/૨ ટી સ્પૂન લવિંગનો ભૂકો, ૧/૨ ટી સ્પૂન મરીનો પાઉડર, મીઠું, મરચું, હળદર, ખાંડ, ઘી, તજ, લવિંગ, એલચી-પ્રમાણસર.

**ઉપર નાખવા માટે :** ૨ ડુંગળી કતરણ કરી ઘીમાં તળેલી, ૧૦ કાજુ ઘીમાં તળેલા કટકા, ૨ બટાકાની ચિપ્સ ઘીમાં તળેલી, ૨ ટેબલસ્પૂન કોપરાનું ઝીણું છીણ.

**વાટવાનો મસાલો :** ૨૫ ગ્રામ નાળિયેરનું ખમણ, ૫ લીલા મરચાં, કટકો આદુ, પાંચ કળી લસણ (એચ્છિક), થોડા લીલા ધાણા નાંખી મસાલો વાટવો.

**રીત :** ઘઉંના ફાડાને ઘીમાં શેકી લેવા. સિંગદાણાને બાફી છોલી, અડધિયા કરવા. એક તપેલીમાં ઘી મૂકી તજ, લવિંગ અને એલાચચીના દાણાનો વઘાર કરી, વાટેલો મસાલો સાંતળવો. પછી તેમાં મગની દાળ નાંખી સાંતળવી. પછી તેમાં થોડું પાણી નાંખી બફાઈને છૂટી પડી જાય એટલે ઉતારી લેવી. ફાડાને વાડકીથી માપી જોવા, એક વાડકી ફાડા હોય તો બે વાડકી પાણીનું પ્રમાણ લેવું. એક તપેલીમાં પાણી ઊકળે એટલે ધીમે ધીમે ફાડા નાખવા અને હલાવતા જવું જેથી ગાંઠા પડે નહીં. તેમાં મીઠું, હળદર, મરચું અને તજ-લવિંગ-મરીનો ભૂકો નાંખી ખૂબ ધીમા તાપ ઉપર સીઝવા મૂકવો. અનુકૂળતા હોય તો થોડો દેવતા ઉપર ભરવો. દાણો બરાબર બફાય અને ખીલી જાય એટલે ઉતારી મગની દાળ, લીંબુનો રસ અને લીલા ધાણા નાંખી હલાવવું. એક મોટા બાઉલમાં પુલાવ કાઢી, ઉપર ડુંગળીની કતરણ, કાજુના કટકા, બટાકાની ચિપ્સ અને કોપરાનું ખમણ નાંખી સજાવટ કરવી. \*

A LEGACY OF OVER  
**9 DECADES**  
IS SURE TO LEAD YOU AHEAD WITH  
**STRENGTH &  
GLOBAL BELIEF**



The foundation of LILADHAR PASOO is built on strong business ethics and a solid legacy since 1919. Business Partner, Innovator, Industry Expert is what you will find every LILADHAR PASOO professional to be.

Our strength includes a solid know-how combined with an extensive geographical offering. We offer global reach being a complete one stop supply-chain solution provider, present in 170 countries worldwide.

LILADHAR PASOO is the only partner you need in logistics.

57, Mulji House,  
41-45, Devji Ratansey Marg.,  
Dana Bunder, Masjid (East),  
Mumbai-400 009. India.  
Tel. : +91-22 6616 6900. +91-22 6743 1800  
Fax : +91-22 6616 6966, +91-22 6631 1875  
E-mail : info@liladharpasoo.com

**Liladhar  
Pasoo LP**  
FUTURISTIC SINCE 1919

kreaté-12072012

[www.liladharpasoo.com](http://www.liladharpasoo.com)

# મારો શું વાંક

■ ધીરજલાલ ડી. તબ્બા-કેશોદ

**સૂ** ચોંદય પહેલાં સતિષ પોતે પોટેલ પલંગનો પરિત્યાગ કરી બ્રશ કરી વોકિંગમાં જવા

નીકળી પડ્યો.

દરવાજો ખોલી બહાર પગ મૂક્યો ત્યાં તો એક ગૃહત્યાગી જોડાના દર્શન થયા. બારિકાઈથી નિરીક્ષણ કર્યું રૂદનથી તેના નયનોમાં નહીં પરંતુ સમગ્ર શરીરમાં અશ્રુબિંદુઓ છલકી રહ્યા હતા. આવી દુઃખદ સ્થિતિ જોડાની જોઈ સતિષને તેના પર દયા આવી અને દયાભાવથી તેમના પરના ઓસબિંદુઓ લુછી કરૂણાસભર સ્વરે પૂછ્યું,

હે જોડારાજ તું આટલો બધો શાને રડી રહ્યો છે? તને કોણે પ્રતાડિત કર્યો છે? વત્સ તું ઇાનો રહી જા, તારું રૂદન મારાથી નથી જોવાતું, અનાયાસે સતિષના મુખેથી બોલાઈ ગયું.

આટલા શબ્દો સુણી જોડારાજ ધ્રુસ્કે ચડી ગયો. સતિષે તેને રડવા દઈ હૃદયનો ભાર હળવો થવા દીધો. પછી પુછતા જોડામાં બોલવાની હામ આવતા બોલ્યો.

શું વાત કરું માનવ કે મારી જિંદગીમાં મેં શું દુઃખ નથી વેઠ્યું? શાંત થતા જોડાએ પોતાની કરમ કહાણી કહેવાની શરૂઆત કરી દુઃખ ન લગાડતા પરંતુ આજ તો મારે સત્ય વાત કરવી છે. આ જગતમાં નિષ્ક્રમમાં નિષ્ક્રમ જો કોઈ પ્રાણી હોય તો તે માનવી છે.

અરે ભઈ આટલું બધુ દુઃખ અને ધિક્કાર માનવ માટે તને કેમ છે?

તમને તો ખબર છે કે અમો એકલા નથી રહેતા સંગાથમાં જ રહીએ છીએ. એટલે જ માણસો અમારા નામથી ગાય છે કે, જોડે રહેજો રાજ, જુઓ અમો સંગાથે રહીએ છીએ વળી પાછા ગાય છે એકવચનથી જોડે છતાંય અમે મન મનાવી લઈએ છીએ કે, ચાલો એ બહાને આપણને યાદ તો કરે છે ! એ અમારી જિંદાદિલી નહીં તો બીજું શું છે?

કથામાં જેમ વચ્ચે હરિ હરિ બોલાય એમ સતિષે પણ તેમાં બરોબર આમ કહી ટાપસી પુરી.

જુઓ અમે કોઈ દિવસ આડાઅવળા ન ભાગીએ. માલિકની મરજી મુજબ ચાલીએ. માણસનો ડાબો પગ જમણી બાજુ વળે તો અમે પણ એજ બાજુ વળીએ છીએ. કદી ઉલટી



દિશા ન પકડીએ. આજ્ઞાકારીની જેમ વર્તીએ છતાંય અમારી કિંમત તો આંગણા સુધીની જ ને? ઘરની અંદર અમને પ્રવેશ પણ ન મળે.

આ તો મેં કદિ વિચારેલ પણ નથી પણ વાત તો તારી સાચી છે.

અમે અમારા માલિકનું કેટલું ધ્યાન રાખીએ. અમે કોઈ દિવસ અમારા માલિકને પગમાં કંકર કાંટા ન લાગવા દઈએ એ માર અમે સહન કરીએ લઈએ છીએ, ખેડૂતના પગમાં વોલબુટના બંધનથી બંધાઈને ઝેરી જાનવરોના ડંખથી પણ માનવને બચાવીએ છીએ. અમે અમારા માલિકના તળીયાની ચામડીને સુરક્ષિત રાખીને અમારી છાતી પર એ ઘા જીલી લઈએ છીએ.

તું ખરેખર સત્ય વદે છે, આમ કહી સતિષે ટાપસી પુરી.

અમારી ઉત્પતિથી અંત સુધી અમારા માલિકની સેવા કરીએ છીએ. અમારા ઉપર પગલા રાખી માનવ પોતે જંગ જીતવા નીકળે છે, પરંતુ હે માનવ એક વખત તો અખતરો કરજે કે કપાસીવાળા પગે અમ સંગાથ સિવાય ચાર ડગલા તો પૃથ્વી પર પાડ તો ખરો? ત્યારે જ અમારી કિંમત સમજાય પણ માનવજાતને કદર કરવાનું ગળથુથીમાંથી જ ભુલાઈ ગયું છે. અમારી વૃધ્ધાવસ્થામાં પણ અમે અમારા માલિકનું વજન ઉપાડીએ ત્યારે અમને કેટલું દર્દ થતું હશે એ કદિ માનવીએ વિચારેલ છે ખરું? કોઈ બે શબ્દો પણ સહાનુભૂતિના



પોતાના દીકરા-દીકરીનું સગપણ થતું ન હોય તો પણ અમારો ઉપયોગ થાય કે કેટલા ઘસ્યા પણ સગપણ ન થયું, શું આમાં પણ અમારો વાંક? ઘસે અમને અને પાછા ટાંટીયા ઘસ્યા કહે ઉંમર એની વધે અને પાછા કહે કે કેટલા જોડા ફાડ્યા. મોટાઈ કોઈકની જોઈ નકલ તેની કરતા પડે પાછો તો અમારા નામથી બદનામી કરે કે એના પગરખામાં પગ ન ગરે. હવે આવું બધું થાય આમાં અમારો શો વાંક ખરો?

ના તમારો કશો વાંક નથી. સતિષે જવાબ આપ્યો.

તમે સમજો છો કે આમાં અમારો કશો વાંક નથી છતાંય જાણ્યે કેમ અમે જ બધું કર્યું હોય? અને આજ તો ખરેખર હદ થઈ ગઈ ! આજ દુ:ખ એ વાતનું થયું કે મારી જિંદગીની વફાદારી ભુલીને વગર

વાંકે માનવીએ મારો એકલાનો ઘા કર્યો ! અને તમારે આંગણે અથડાયો, આમ મને રસ્તે રજળતો મેલી દીધો !

પણ શા માટે? કારણ શું?

કારણ બીજું શું હોય બીજો જોડો કુતરું ઉપાડી ગયું હતું !!



ઉચ્ચારતો નથી ત્યારે અમારું કાળજી કેટલું કપાતું હશે પણ તે નિરખનાર તો કોઈ છે જ નહીં !

તું ખરેખર સાચો છે દુનિયા નિષ્કર છે. સતિષે જોડાની વાતને સપોર્ટ આપ્યો.

ચાલો સહાનુભૂતિના બે શબ્દો ન બોલે તો કંઈ નહીં પરંતુ અમને સારા નામે પણ નથી બોલાવતો. ગર્દભરાજ તેના માલિક માટે તન તોડી નાખે છતાંય માનવી તો તેને ડફણા જ મારે છે ને? એમ અમને પણ ડફણા મારે છે. અમને ખાસડા કહીને બોલાવે ત્યારે અમારું સ્વાભિમાન કેટલું ઘવાય તે માનવીએ વિચાર્યું જ નથી.

માનવીના પગનું અમો રક્ષણ કરીએ છીએ એટલે પગરખુ કહે છે, ત્યાં સુધી તો વાંધો નહીં પરંતુ કોઈ તમારી ભુલ પર ઠપકો આપે તો ત્યાં પણ અમારી આડસ રાખી કહે છે કે જોડા પડ્યા. કોઈને પોતે ઠપકો આપે ત્યારે પણ અમને ઢાલની જેમ ધરી કહે છે કે જોડા માર્યા.

■ મોટાભાગના લોકોમાં ટકી રહેવાની શક્તિ, કામ પાછળ પડી જવાની વૃત્તિ અને સહનશક્તિનો અભાવ હોય છે. તેથી સામાન્ય માણસમાંથી ઉત્તમ અને નિષ્ણાત માણસ બનતાં અટકી જાય છે. મોટાભાગના લોકોને ઉત્તમ માર્ગ કંટકણાયો લાગે છે, મુશ્કેલ લાગે છે. આમ ચીલાચાલુ માર્ગમાં તેઓ જીવનની મુસાફરી પુરી કરી નાખે છે અને સામાન્ય માણસ બનીને રહી જાય છે.

With Best Compliments From



Special IGI પ્રમાણિત અક્ષયકલ્પીવ સુપર ડિલક્સ ડાયમંડ જ્વેલરી અને BIS પ્રમાણિત હોલમાર્ક એન્ટીક અને ટ્રેડીશનલ ગોલ્ડ જ્વેલરી.

• વ્યાજબી ધડામણી • હોલસેલ ભાવ • જુનું સોનુ સારા ભાવે ખરીદ્યું • જુના દાગીના ને એન્ટીક બનાવી આપશું



☎ : 2412 4727  
vardhmandiamonds@gmail.com



☎ : 2412 2244 / 2413 3344  
શ્રી કાલકલ્પ લખમણી મારુ, કચ્છ (લાખાપુરવાલા)

૧૦, ૧૧, વર્ધમાન ફૂમા, ડૉ. આંબેડકર રોડ, પરેલ ટી. ટી., મુંબઈ - ૪૦૦૦૧૨.



# મહિલા મંચ

સંપાદિકા : રેખાબેન શુક્લ



સૌંદર્ય

## કાંડાની કરામત

**મા**નવદેહ એ કુદરતની અજાયબતરી અમૂલ્ય સંરચના છે. શરીરના મુખ્ય છ ભાગ છે. શિર (Head & Neck), મધ્યકાય (Trunk) બે હાથ (Upper or Superior extremities અથવા Upperlimb) અને બે પગ (Lower or Inferior extremities અથવા lower limb) હાથ-પગનો મુખ્ય સંબંધ શરીરના બાહ્યજગત સાથેના કર્મો સાથે છે. આપણા શરીરનો આધાર અને આકૃતિ આપી અંગોનું રક્ષણ, સમતોલન, રક્તકોષોની ઉત્પત્તિ અને મીનરલ્સનાં સંગ્રહણનું કાર્ય શરીરના અસ્થિ કંકાલતંત્રનું છે. આપણાં શરીરમાં અનેક હાડકાં હોય છે અને તે એકબીજા સાથે જોડાયેલાં છે. ઘડની સાથે જે ઠેકાણે હાથને બેસાડેલો હોય છે તે ઠેકાણે બે હાડકાં હોય છે. એક પાછલી બાજુ ચપટું હોય છે અને બીજું હાડકું આગલી બાજુએ કૌસનાં જેવી આકૃતિનું હોય છે. આ બંને હાડકાંના જોડાણથી આપણો હાથ ઘડ સાથે બરાબર બેસાડેલો રહે છે. થાપો અને હાંસડીનાં હાડકાંને લાગીને જે લાંબું હાડકું હોય છે તેને ભુજદંડ રહે છે. તે જ પ્રમાણે કોણી આગળથી કાંડા સુધી બે લાંબા હાડકાં હોય છે, તેના છેડા આગળ કાંડાનાં હાડકાં હોય છે અને પછી હથેળી તથા આંગળાંના હાડકાં હોય છે. કાંડામાં આઠ હાડકાં એકબીજા સાથે જોડાયેલા હોય છે. આપણા તમામ કાર્યોમાં હાથની મદદ લેવી પડે છે. જાણીતો શ્લોક છે - 'કરાગ્રે વસતે લક્ષ્મી: કરમૂલે સરસ્વતી । કરમધ્યે તુ ગોવિંદ: પ્રભાતે કરદર્શનમ્ ॥' હાથના આગળ બે ભાગે લક્ષ્મી, મૂળ ભાગમાં સરસ્વતી અને મધ્યમાં ગોવિંદ હોવાથી સવારે હાથનાં દર્શન કરવાનું વિધાન આ શ્લોકમાં છે. કહેવાનો આશય એ છે કે લક્ષ્મી, વિદ્યા અને ભગવાનને પ્રાપ્ત કરવા માણસના હાથની વાત છે. હાથ એ પુરુષાર્થનું પ્રતીક છે, સવારે હાથના દર્શનથી પુરુષાર્થ પર વિશ્વાસનું નિર્માણ થાય છે. જીવનમાં ઉભા થતા



તમામ પ્રશ્નોનો ઉકેલ આપણા હાથમાં છે.

કાંડાની રચના પ્રાકૃતિક ઉપહાર મનાય છે અને મહિલાઓના નાજુક, કોમળ, લચકીલા ચમકીલા સુંદર મનમોહક કાંડા મહિલાના સૌંદર્યમાં ચાર ચાંદ લગાવી દે છે. યુવતીઓના કાંડાથી તેનું વ્યક્તિત્વમાં નિખાર લાવી દે છે અને સામેની વ્યક્તિ પર જાદુઈ પ્રભાવ પાથરી દે છે. ચૂડીઓ - બંગડીઓ, બ્રેસલેટ પહેરતી વખતે કે પછી મહેંદી ડિઝાઈન કરાવતી વખતે દરેક વ્યક્તિની નજર તેના કાંડા પર સ્થિર જતી હોય છે. ટાઈમ જણાવતી વખતે તો નજીકના લોકો પણ તેના કાંડા પરની ઘડિયાળ તરફ મંડાઈ જાય છે. ભૂલેચૂકેચ ડૉક્ટર પાસે જવાનો પરવાનો નાછૂટકેચ મળી જાય ત્યારે ડૉક્ટર પણ સૌ પ્રથમ કાંડુ પકડીને જ નાડી ચકાસે છે. પ્યાર કા બંધન અર્થાત્ રક્ષાબંધન જેવા નિઃસ્વાર્થ અને ભાઈ-બહેનના પવિત્ર પ્રેમની સાચી સગાઈ જેવા દષ્ટિ પરિવર્તનના તહેવારે પણ હર્ષધિલી બનેલી બહેન ભાઈનાં કાંડે રાખડી બાંધવા બેબાકળી બની જાય છે. કોઈપણ ધાર્મિક વિધિ હોય, ગોરમહારાજ સૌ પ્રથમ તો યજમાનને કાંડે નાડાછડી જ બાંધે છે અને પ્રસંગ નિર્વિધ્ને પાર પડી જાય તેવી શુભેચ્છા વ્યક્ત કરે છે. કેટલાક સાધુ પુરુષો પણ તેમને કાંડે ચુંબકીય આભૂષણ

ધારણ કરે છે. કાંડાનું કૌવત શક્તિનું પ્રતિક મનાય છે. કાંડાની સુંદરતાનો કોઈ ઈન્કાર કરી શકે તેમ નથી. પહેલાના જમાનામાં માથાભારે સાસુઓ પણ તેની પુત્રવધૂઓના મનમોહક કાંડા પર લીલી-લીલી કાચની બંગડીઓ આગ્રહપૂર્વક પહેરાવતી હતી. અલબત્ત તેમનો હેતુ પુત્રવધૂ ઘરમાં-કીચનમાં કામ કરે છે કે નહીં તેની માપણી કાચની બંગડીઓના ખનખન અવાજથી પારખતી હતી. મહિલાઓના પ્રિતમ પણ પ્રિયતમા સાથે રોમાંસ ખેલવા ધીરે ધીરે સરકીને નાજુક કાંડાને પકડી જકડી પોતાની તરફ ખેંચે છે.

સુંદર કાંડુ એ કુદરતની અમૂલ્ય ભેટ હોવા છતાં પણ ક્યારેક હાડકાં કે પછી ઉપસી આવેલી વાદળી નસોવાળા કાંડા મહિલાના વ્યક્તિત્વ પર શુષ્ક નજરે જુએ છે. મહિલાના વ્યક્તિત્વને નિરાકર્ષક બનાવી દે છે. ક્યારેક તો અન્ય મહિલાઓ પણ નજર આડી ફેરવી લે છે. પણ ગોળ સુંદર નાજુક કોમળ લચકીલું કાંડુ મહિલાનું મન મોહી લે છે. પણ ઘણી મહિલાઓનું શરીર જટિલતાઓથી પરિપૂર્ણ હોય છે અને સ્વયં પોતાની બેદરકારી વશ કાંડાને બેડોળ બનાવી નાખતી હોય છે અને પોતાની વાસ્તવિક સુંદરતા ખોઈ બેસે છે. સુંદર હોવાથી પ્રશંસા તો દૂરની વાત બની જાય છે. મહિલા કોઈપણ હોય તે પૂર્ણ સ્વસ્થ અને સુંદર બની રહેવા ઈચ્છુક હોય જ છે, પણ ક્યારેક કોઈ કારણવશ ખાંડવા-પીસવાનું કામ અધિક કરવું પડે, ક્ષમતા કરતાં વધુ વજન ઉંચકવું પડતું હોય કે પછી ફેશનની આંધળી દોટમાં ચુસ્ત આભૂષણ પહેરાતાં હોય કે પછી કાંડે સતત ઘડિયાળ બાંધી રાખવાની આદત હોય અને ઘડિયાળના પટ્ટા પણ પરસેવાની સાથે કાંડાને બેડોળ બનાવી નાખતા હોય છે તો કોઈવાર શરીરમાં સ્નેહ-ચીકાશની અધુરાશને કારણે પણ કાંડાના સૌંદર્યમાં ખોટ આવી જતી હોય છે.

ગમે તે કારણે કાંડુ સુંદર આકર્ષક ન હોય અને કાંડાનું સૌંદર્ય જળવાઈ રહે તે જરૂરી લાગતું હોય તો પ્રકૃતિએ કોઈપણ લક્ષ્યની પૂર્તિ માટે બધા સાધન અને માર્ગ આપેલાં છે. તમે જેવા પણ ઉપકરણ ઈચ્છો તેના ઉપયોગથી કાંડાને સુંદર બનાવી શકો છો. અહીં કાંડાના સૌંદર્યની જાળવણી માટે કેટલીક ટીપ્સ આપેલી છે. તેનો પ્રયોગ કરી આપ કાંડાના સૌંદર્યના ઘટાડાને રોકી કાંડુ સુંદર આકર્ષક બનાવી શકો છો. શક્ય હોય ત્યાં સુધી ખાંડવા-પીસવા-વાટવાનું કામ મિક્સરમાં જ કરો. છાશ-દહીં વલોવવા માટે પણ વલોશાયંત્રનો ઉપયોગ કરો. કપડાં ધોવા-સૂકવવામાં પણ ઉતાવળ ન કરો, જેથી કરીને કાંડા પર દબાણ આવે જ નહીં. ક્યારે પણ ક્ષમતા કરતાં વધુ વજન સતત ન ઉઠાવો. કાંડા પર ચુસ્ત આભૂષણો કે વ્હાઈટ ઘડિયાળ ન પહેરો. ચુસ્ત ઘરેણાં ૦ ઘડિયાળ પહેરવાનું ટાળવાથી, લોહીનું ભ્રમણ નિયમિત રહે છે અને

કાંડું નિસ્તેજ બની જતું અટકે છે. શરીરમાં લોહીની ઉણપ ન રહેવા દો, તે માટે પૂરતાં પ્રોટીન, વિટામીન અને કેલ્શિયમયુક્ત આહારનો સહારો લો. દરરોજ નહાતા પહેલાં કાંડા પર હળવે હાથે તેલમાલિશ કરો. રાત્રે પથારીમાં જતાં પહેલાં કાંડા ખાત્રીવાળુ બદામનું તેલ, લીંબુનો રસ અને મધના મિશ્રણથી માલિશ કરો. આમ કરવાથી કાંડું ચીકાશથી હર્ષુભર્ષુ અને ચમકદાર દેખાશે. દર સપ્તાહે નવરાશના દિવસે એકાદ વાર કાંડાની ઉપસી આવેલી નસો પર મધ-કેળાં તથા મુલતાની માટીનો લેપ અવશ્ય લગાવો. આ લેપ નિયમિત કરતા રહેવાથી કાંડા સુંદર દેખાવા લાગશે. કાંડુ ચીકાશયુક્ત અને કોમળ રાખવા માટે તમે દહીંમાં ઘઉંનો લોટ ભેળવી મસળી તેનો કાંડા પર ઘસશો તો પણ પરિણામ સ્પષ્ટ જોવાશે. તમે કાંડા પર પપૈયું લગાવી સૂકાઈ જવા દઈ પછીથી કાંડાને હળવે હાથે પાણીથી સાફ કરીને પણ કાંડાને ભીનાશ અને કોમળતા બક્ષી શકો છો. ધાર્મિક વિધિમાં નાડાછડી કે મીંઢળના બંધનને પણ પ્રસંગે પત્યે છોડી નાખો. નાડાછડીનાં મંગળ સંસ્કારને પણ ભ્રષ્ટ અને લુપ્ત કરવા પશ્ચિમના અનુકરણે લાલ ફીટ શાહી ન ધારણ કરો. લાલ ફીટ પટ્ટીવાળી પ્રત્યેક ફાઈલને ભયસૂચક બનાવવામાં આવી છે. નાડાછડીને લાંબા સમય અનાવશ્યક બાંધી ન રાખો.

વ્યાયામથી પણ આરોગ્ય જાળવણી અને કાંડાની સાચવણી થઈ શકે છે. કાંડુ હળવું, સ્ફૂર્તિવાળું અને લચકદાર સ્થિતિસ્થાપક બની શકે છે. કાંડાની નબળાઈ પર કાબુ આવી શકે છે. તંદુરસ્ત સ્વસ્થ કાંડા માટેના વ્યાયામમાં તમે આંગળીઓને જેમ બને તેમ બની શકે તેટલી પહોળી કરતા રહો, જેથી કરીને કાંડા પર ઉપસી આવેલી નસો છે બાહ્ય ડોકાતી બંધ થઈ જાય. થોડા સમય સુધી હાથની મુઠ્ઠીઓ વાળી રાખો અને કાંડાને બને તેટલું ગોળ ફેરવતા રહો. વારંવાર હાથની મુઠ્ઠીઓને ઉઘાડ બંધ કરતા રહો. આમ કરવાથી કાંડામાં રક્તચાવ ઝડપી થવા લાગે છે અને કાંડુ આકર્ષક બને છે. પ્રસંગવશ કાંડાની સજાવટ કરવી પડે ત્યારે કાંડા પર ઘરેણાં અને ચૂડીઓ, વસ્ત્રો સાથે મેચિંગવાળા જ પહેરો અને તે પણ ચુસ્ત તો ન જ રાખો. ઘરેણાં ટાઈટ તો ન જ રાખો. ગોળ અને ભરાવદાર કાંડા પર ચુસ્ત અને નાની ચૂડીઓ તથા આભૂષણો ન પહેરો. વધુ પડતાં પાતળા કાંડા પર તો ક્યારેય વધુ મોટી ચૂડીઓ ન પહેરો. જમાનાને અનુકુળ અને ખિસ્સાને પોષાય તેવી ઘડિયાળ ભલે પહેરો પણ જૂની ઘસાઈ ગયેલી ફેશનવાળી ઘડિયાળ તો ન જ પહેરો કારણ કે તેના પર નજર માંડનાર મોઢું મચકોડે છે. જે કાંડે ઘડિયાળ પહેરી હોય તેના પર ચૂડીઓ ન પહેરો. ના છૂટકે જ પહેરવાના સંજોગો ઉભા થાય તો એકાદ-બે જ પહેરો. તમે ઉપર જણાવેલી ટિપ્સ અજમાવી કાંડાને આકર્ષક જરૂર બનાવી શકો છો.

# આપણી પરંપરાના લુપ્ત થઈ ગયેલા ઢીંચણીયા

■ બિંદુ જયેન્દુ - ભુજ

**આ**પણે સૌ પરંપરાની એક કડી હોવા છતાં, એક શરૂ થયેલી રેખા ક્યાંક ખૂબ જાડી અને ક્યાંક પાતળી પડી ગઈ છે, ક્યાંક ઓળખવી પણ મુશ્કેલ પડે છે. પરંપરાનો માણસ નક્કી કરેલી ધારાની સંજ્ઞા ધરાવતો હોવા છતાં પણ તે ધારાનો હવે નથી રહ્યો. પૃથ્વી પર માનવીની જીવનધારા હજી પણ અખંડ હોવા છતાં આજના માણસને પરંપરાથી અલગ થઈને જ પિછાણવો પડે છે. આજે વાત કરવી છે આપણા ખોવાયેલા ઢીંચણીયા વિશે. પહેલાના જમાનામાં ભોજન સમયે થાળી પાટલા પર રાખવામાં આવતી હતી. પાટલો શબ્દ કોશમાં તો છે, પણ હવે તેને મૂળ સ્વરૂપે મ્યુઝિયમમાં સ્થાન આપવું ઘટે. ભોજન સમયે પલાંઠી વાળીને જ જમવાનું રહેતું હતું, પણ હવે પાટલા અને પલાંઠીનું સામ્રાજ્ય ગયું, પગ રહે છે પણ પાટલાના અભાવે પલાંઠી રહી નથી અને હવે માણસો પલાંઠી વાળીને બેસવાનું પણ ટાળી રહ્યા છે અને ઘણાંને તો પલાંઠી વાળીને બેસવાના પણ ફાંફા છે.

પહેલાના જમાનામાં ભોજન કરતી વખતે ગોઠણ નીચે ઢીંચણીયા અવશ્ય રખાતું હતું. ઢીંચણીયું ઉપયોગમાં લેવા પાછળ આયુર્વેદિક સમજ પણ છે, જે મુજબ જમતી વખતે ઢીંચણીયું ડાબા પગના ઢીંચણ નીચે મૂકવામાં આવે તો, જમણી



સૂર્યનાડી શરૂ થાય છે અને જમણી બાજુ મૂકો તો ચંદ્રનાડી શરૂ થાય છે. ભોજનમાં ઘન પદાર્થ જેવા કે દૂધપાક, બાસુંદી, લાડુ, અરીહો જેવા મિષ્ટાન્ન આરોગવામાં આવે ત્યારે સૂર્યનાડીનો



ઉપયોગ થાય છે. આથી ઢીંચણીયું ડાબા પગનાં ઢીંચણ નીચે રાખવામાં આવે તો એ બધું પચી જાય છે. પણ જો ફક્ત એકલું દૂધ, દહીં કે પ્રવાહી પીવામાં આવે તો જમણી બાજુ ઢીંચણીયું મૂકવાથી ચંદ્રનાડી શરૂ થાય છે, જેથી પ્રવાહી હજમ થઈ જાય છે. વિશેષમાં કાંસાની થાળી, બાજોઠ, જમ્યા પહેલાં પિત્તળનો પાણી ભરેલો કળશિયો - લોટો અને તેની સાથે ભોજનની થાળીમાં અગ્નિદેવતા વૈશ્વાનરેન જઠરાગ્નિ ઠારવા આહ્વાન, શ્લોક ઉચ્ચારીને પ્રાર્થના કરીને થાળીને પગે લાગવાની પરંપરા અને આ બધાને સાથ આપનાર ગોઠણ નીચે રાખેલું ઢીંચણીયું અલબત્ત હવે સમય પલટા સાથે એને જુદું સ્વરૂપ અપાઈ રહ્યું છે. આજે તો મોટા ભાગના લોકો કિચન ટેબલ પર થાળી વાટકા અને ખુરશી પર બેઠાં બેઠાં લટકતા કે જમીન પર ટેકવેલા પગ સાથે ખુરશી પર બેઠાં બેઠાં હોંશે હોંશે ખાતા થઈ ગયા છે. ઢીંચણીયાની પ્રથા પરંપરિત એવી સરળ ઓળખ પણ નથી રહી.

હવેના યુગમાં પરંપરાગત ખાંચણાં પણ ખોવાઈ ગયા છે. પહેલાના સમયમાં દરેક ઘરમાં કે ઘરની ચોપાડમાં ખાંચણો - ખાંડણિયો અને ઘરના બારણાંની પાછળ સાંબેલું અવશ્ય રહેતું હતું અને તેનાથી મહિલાઓને વ્યાયામ પણ મળતો હતો. પણ હવે મિક્સર, જ્યુસર, ઈલેક્ટ્રીક છાશ વલોણાં આવી જતાં પરંપરાગત ખાંચણાં તથા સાંબેલા ગાયબ થઈ ગયા છે. ખાંચણાને તાલ આપતો નારીના કંઠનો મુંજાલ અને મહિલાને જોર ચડાવતાં સાંબેલાનો ધબકાર ક્યાંયે સાંભળવા નથી મળતો. ❀



# તમે કેટલી દવા ખાવ છો અને કેટલી ફેંકી દો છો?

■ કૃષ્ણકાંત ઉનડકટ

**દ**વા વિશેની બે હકીકત એવી છે જેની સાથે લગભગ તમામ લોકો સંમત થશે. એક તો એ કે, દવા ખાવી કોઈને ગમતી નથી. બીજી હકીકત એ કે, દવા વગર કોઈને ચાલતું નથી. માંદા પડીએ ત્યારે આપણી પાસે દવા ખાવા સિવાય કોઈ ચોઈસ હોતી નથી. મેડિકલ સાયન્સે આજે કાબિલેદાદ પ્રગતિ કરી છે. દરેક બીમારીની દવા હાજર છે. હજુ પણ એવા સતત પ્રયાસો થઈ રહ્યા છે કે, અત્યારે છે એના કરતાં વધુ સારી અને અસરકારક દવા બને અને દવાની આડઅસરો જેમ બને તેમ ઓછી થાય. મેડિકલ માફિયાઓના કાળા ધંધા વિશે બહુ વાતો થતી રહી છે. આ બધા વચ્ચે એક તથ્ય એ પણ છે કે, માણસજાત માટે સરવાળે દવાઓ ઉપકારક જ સાબિત થઈ છે. લોકોના આયુષ્યમાં વધારો થયો હોય તો તેનો ઘણો બધો યશ મેડિકલ સાયન્સને જાય છે. અલબત્ત, આ વખતે દવા, દવા કંપનીઓ કે દવાઓના ઉત્પાદનની વાત નથી કરવી, પણ વાત દવાના ઉપયોગની કરવી છે.

દવા વિશે દરેકની પોતાની માન્યતાઓ અને માનસિકતાઓ હોય છે. દવા ખાવા કે ન ખાવા વિશે દરેકના આગ્રહો અને પૂર્વગ્રહો હોય છે. કેટલાંક લોકો ડૉક્ટરની દરેકે દરેક સૂચનાનું સિરિલિયસી પાલન કરે છે. આમ તો એ જ રીત સાચી છે કે, ડૉક્ટર કહે એમ જ કરવું. પોતાનું ડહાપણ ન વાપરવું. પોતાના ડૉક્ટર ન બનવું અને ડૉક્ટર ગૂગલ પર તો નયા ભારનો ભરોસો ન કરવો. તબિયત નરમગરમ લાગે તો ડૉક્ટર પાસે જઈને એ કહે એમ કરવું. અને એ જે દવા લખી આપે એ જ ખાવી. અમુક લોકો દવા ખાવાના દાંડ હોય છે. ઘરના લોકોને યાદ અપાવવું પડે છે કે, દવા લીધી? કોઈ પૂછે નહીં તો એ દવા લે જ નહીં. કેટલાંક લોકોને તમે હાથમાં દવા અને પાણીનો ગ્લાસ આપો તો પણ એ દવા ખાવામાં યાગલા થશે. તમારે એના મોઢામાં દવા મૂકવી પડે. જરાકેય ધ્યાન ચૂકવું તો દવા ફેંકી દેવાવાળા લોકો પણ પડ્યા છે. ક્યારેક એને કહેવાનું મન થાય કે, અમારા માટે દવા ખાય છે? સાજું થવું હોય તો દવા લે નહીંતર તારી મરજી ! અમુક લોકો દવા ખાવાની જરૂર ન હોય તો પણ દવા ફાંકતા રહે છે. સહેજ અનઈઝી લાગે કે તરત જ પેરાસિટામોલ લઈ લેશે. થોડુંક પેઈન થતું હશે તો પેઈનકિલર લઈ લેશે. હાથે



કરીને પોતાના શરીર સાથે ચેડાં કરનારની સંખ્યા સતત વધી રહી છે. બાય ધ વે, તમે આ બધામાંથી કયા પ્રકારના લોકોમાં આવો છો? સાચી વાત એ છે કે, ડૉક્ટરને પૂછ્યા વગર કોઈ દવા ન લેવી અને ડૉક્ટરની દરેક સૂચનાનું પાલન કરવું.

બીજી વાત દવાની કોર્સની છે. કેટલીક બીમારી એવી હોય છે કે, ભલે સારું થઈ ગયું એવું લાગતું હોય, પણ એનો કોર્સ પૂરો જ કરવો જોઈએ. મોટા ભાગના લોકો થોડુંક સારું લાગે એટલે દવા લેવાનું બંધ કરી દે છે. પોતાની રીતે જ નક્કી કરી લે છે કે, હવે મારે દવાની કોઈ જરૂર નથી. એના કારણે થાય છે એ કે, દવા પડી રહે છે. તમારા ઘરમાં તપાસ કરશો તો એવી દવા મળી જ આવશે જેની એક્સપાયરી ડેટ ક્યારનીયે પૂરી થઈ ગઈ હોય. ઘણા કિસ્સામાં સારું થઈ જાય એટલે લોકો વધેલી દવા ફેંકી દે છે. ઘણાં શહેરોમાં એવી સંસ્થાઓ કામ કરી રહી છે કે, તમારી પાસે કામની ન હોય એવી દવા હોય તો અમને આપી જાવ, અમે જરૂરિયાતવાળા લોકોને આપીશું. દેશમાં એવા ઘણા ગરીબ લોકો છે જે દવા પણ ખરીદી શકતા નથી.

દવાઓના ઉપયોગ અને વેડફાટ મુદ્દે થોડા સમય અગાઉ આરોગ્ય મંત્રાલય દ્વારા એક સર્વે કરવામાં આવ્યો હતો. આ સર્વેમાં ૩૩ હજાર લોકોએ ભાગ લીધો હતો. આ સર્વેના તારણો ચોંકાવનારા હતા. ૩૬ ટકા લોકોએ એવું કહ્યું હતું કે, તેઓ દસ ટકા જેટલી દવા ફેંકી દે છે. ૨૭ ટકા લોકો ૧૦

થી ૩૦ ટકા દવા ફેંકી દે છે. ૬ ટકા લોકો ૫૦ થી ૭૦ ટકા દવા ફેંકી દે છે. આ અભ્યાસ દરમ્યાન એક બીજી મહત્વની વાત એ બહાર આવી કે, ઘણી વખત દવાની જરૂર ન હોય તો પણ વધારે દવા લેવી પડે છે. દાખલા તરીકે ડૉક્ટરે બે દિવસની દવા લખી આપી હોય અને ત્રણ ટાઈમ ટેબલેટ લેવાનું કહ્યું હોય તો છ ગોળી થાય. મેડિકલ સ્ટોરમાં તમારે દસ ગોળીની આખી સ્ટ્રીપ જ ખરીદવી પડે છે. અલબત્ત, કોઈ કોઈ મેડિકલ સ્ટોરમાં માગો એટલી ટેબલેટ સ્ટ્રીપ કાપીને આપવામાં આવે છે. અમુક વખતે દવા પેકેટમાં કે ડબીમાં હોય છે. જરૂર ન હોય તો પણ આખું પેકેટ કે ડબી ખરીદવી પડે છે. સવાલ તો એ પણ થાય કે, સ્ટ્રીપ દસની જ શા માટે? એનાથી ઓછી ગોળીઓની સ્ટ્રીપ બનાવે તો શું ફેર પડી જવાનો છે? કંઈ નહીં !

દવાઓની આખી સ્ટ્રીપ જ ખરીદવાનું ફરજિયાત નથી. ઓલ ઈન્ડિયા ઓર્ગેનાઈઝેશન ઓફ કેમિસ્ટ એન્ડ ડ્રગિસ્ટ એવું કહે છે કે, મેડિકલ સ્ટોરવાળાઓ ક્યારેય કોઈને વધુ દવા ખરીદવાનું દબાણ કરતા નથી. લોકો પોતાને સાજા થઈ ગયાનું માનીને દવા બંધ કરી દે અને પછી દવા ફેંકી દેવી પડે તો એમાં દવાવાળાઓનો વાંક કાઢવો વાજબી નથી. એક અંદાજ મુજબ આપણા દેશમાં દવાઓનું માર્કેટ રૂપિયા ૧.૮ લાખ કરોડનું છે. આ દવાઓમાંથી દોઢ ટકા જેટલી દવાઓ એક્સપાયરી ડેટના કારણે નકામી થઈ જાય છે. રૂપિયા ૨૭૦ કરોડની દવાઓ એનો ઉપયોગ કરવાનો સમય પૂરો થઈ જાય એ કારણે નક્કામી થઈ જાય છે. મેડિકલ સ્ટોરવાળાઓ એક્સપાયરી ડેટવાળી દવાઓ કંપનીને પાછી મોકલી દે છે.

આપણે ત્યાં તો લોકોને દવાઓની એક્સપાયરી ડેટ જોવાની આદત પણ નથી. ખરીદી વખતે બહુ ઓછા લોકો દવા ક્યારે બની અને ક્યાં સુધીમાં વાપરી શકાય એ જોવાની દરકાર કરતા નથી. કેટલીક દવાઓ એવી હોય છે જે ઘરમાં લાંબા સમયથી પડી હોય છે. જરૂર પડે ત્યારે ઘણા લોકોને એ દવા યાદ આવે છે. એ સમયે એવું વિચારતા નથી કે, આ

દવાનું આયુષ્ય પૂરું થઈ ગયું છે. થોડોક સમય થયો હોય તો લોકો પોતાની મેળે જ એવું વિચારી લે છે કે, એટલું તો ચાલે ! દવા બાબતે આંખ આડા કાન કરવા જોખમી સાબિત થાય છે. સીધી અને સરળ વાત એ છે કે, કોઈ પણ દવા ડૉક્ટરને કન્સલ્ટ કર્યા વગર ન લ્યો. ડૉક્ટરને દવા વિશે પૂછો કે સારું લાગે તો દવા બંધ કરી દઈએ? કોર્સ પૂરો કરવો જરૂરી છે? ઘણા લોકો પોતાની રિલેટિવ દવાની દુકાનમાં ફાર્માસિસ્ટ હોય કે કોઈ દવાખાનામાં કંપાઉન્ડર હોય તો એને પૂછીને એ જે કહે એ દવા લઈ લે છે. કેટલાંક લોકો ગૂગલમાં વાંચીને સેલ્ફ મેડિકેશન કરે છે. પેટમાં દુઃખતું હોય તો કઈ દવા લેવી એવું ગૂગલને નહીં, પણ ડૉક્ટરને જ પૂછવું અને એ કહે એ મુજબ જ વર્તવું. ઓછી દવા ખાવાના કે આડેપડ દવા ખાવાના અનેક ગેરફાયદા છે. આ શરીરનો મામલો છે અને દવાની સીધી અસર શરીર પર થાય છે એટલે મનમાં આવે એવું કરવામાં સાજા થયાને બદલે વધુ માંદા ન પડી જવાય એનું ધ્યાન રાખવું જરૂરી છે. ટૂંકી ને ટય વાત એટલી કે, દવાની બાબતમાં આપણી બુદ્ધિ નહીં વાપરવાની અને ડૉક્ટરનું કહ્યું જ કરવું !

હા, એવું છે !

આજના સમયમાં મેડિકલ સાયન્સ ખૂબ આગળ વધી ગયું છે. માણસને થતી લગભગ તમામ બીમારીઓ પર સંશોધનો થયાં છે અને તેની દવાઓ પણ બની છે. આમ છતાં હજુ એવી અનેક બીમારી છે જેના વિશે મેડિકલ સાયન્સ પણ કંઈ કરી શક્યું નથી. એ બીમારી કેમ થાય છે અને એને દૂર કેવી રીતે કરી શકાય એના વિશે પણ પૂરી જાણકારી નથી. કેટલીક બીમારીઓ બહુ ઓછી સંખ્યામાં થતી હોવાથી મેડિકલ એક્સપર્ટ્સ પણ તેના પર કામ કરવાને બદલે લોકોને વધુ ઉપયોગી સાબિત થાય એવી મેડિસિન્સ પર કામ કરવાનું વધુ પસંદ કરે છે.

✽

॥ શ્રી ગણેશાય નમઃ ॥

ફોન ઘર : ૨૪૦૯૨૦૪૩/૨૪૦૭૬૪૧૮



## શ્રી ઓઘવાનંદ જ્યોતિષ મંગલ કાર્યાલય



સંચાલક : રાજગુરુ હિંમતલાલ ઉત્તમરામ મોતા, જ્યોતિર્વિદ, બી.એ.એસ. - મો.-૯૩૨૨૧૦૩૪૪૫  
 રાજગુરુ હરેશ હિંમતલાલ મોતા, જ્યોતિર્વિદ, બી.કોમ.-મો.-૯૩૨૪૩૯૯૫૭૫ - રાજુભાઈ મો. : ૯૩૨૪૫૨૭૪૨૭ -  
 સચીન મો. : ૯૯૩૦૩૭૨૪૬૨ જન્માક્ષર, વાસ્તુ, ગૃહપ્રવેશ, લગ્ન મુહુર્ત તથા અન્ય મુહુર્તો, લગ્ન રજીસ્ટર્ડ વિધી, જૈન  
 લગ્ન વિધી, રાશી મેળાપક, લગ્ન વિધી, ધાર્મિક કર્મકાંડ, વેદિક મંત્ર જાપ, જયેષ્ઠનક્ષત્ર, મૂળનક્ષત્ર, આસ્પેષનક્ષત્ર,  
 વેદૂતિયોગ, વ્યતિપાતયોગ, વદી ૧૪ અમાવાસ્ય ભારી વેરાઘડી શાન્તીપૂજા વગેરે ક્રિયાઓ કરનાર. ચંડીપાઠ, નવચંડી,  
 શિવચંદ્રાભિષેક, સત્યનારાયણ મહાપૂજા, કુંભ વિવાહ, અર્કવિવાહ, વિષ્ણુ વિવાહ, ભૂમિ પૂજન, નવગ્રહ શાંતી, નવગ્રહ  
 જાપ, નવગ્રહ રત્ન સિદ્ધિ તથા જાપ, ચંત્ર સિદ્ધિ પૂજા કરનાર.

૨૮૨/૪, સેવાકુંજ, જયશંકર યાત્રીક માર્ગ, હિમાલય હોટલ પછી, સન્મુખાનંદ હોલની બાજુમાં,  
 જનતા અને મેઘદૂત સ્ટોરની બાજુમાં, સાયન, મુંબઈ-૪૦૦૦૨૨.

# યોગાનુ યોગ

■ મણીલાલ ડી. રૂઢાણી - રાણાવાવ

**ઠ** હુ વધારે નહીં  
બે અઢી

હજારની વસ્તીનું ભરતપુર ગામ. એમાં કાનજી પટેલનું નામ મોટું. ધંધો ધીરધારનો સોના-ચાંદીનો અવેજ ઉપર મકાન ખેતરના દસ્તાવેજ ઉપર જરૂરિયાતવાળા લોકોને પૈસા ધીરે, સાવ સાફી વ્યાજ કોઈની પાસેથી વધારે વ્યાજ લેવાનું નહીં. કોઈનું ખોટું કરવાનું નહિ. ગરીબ માણસનું પુરું ધ્યાન રાખે. વ્યાજમાં ન પહોંચાય



તો મૂળ રકમ લઈને અવેજ પાછું આપી દે. સંતાનમાં બે દીકરા. મોટા દીકરો રમેશ બાજુના શહેરમાં ધંધો કરે ને નાનો દીકરો જયેશ ખેતી સંભાળે. કાનજી શેઠને સીમમાં એક જ શેઠે પાડાની કાંધ જેવી સો વીઘા જમીન. મબલખ પાક ઉતરે. ઘરને આંગણે વાડામાં ભેંસો, ગાયોને બળધ બાંધે. ખેતીનું કામ સાથી કરે, દુઝાણું ઘણું જરૂરિયાતવાળાને ઘાશ મફત આપે. પટલાણી પણ ભલા. બેય માણસ ભક્તિવાળા જીવન. ધનપુણ્ય કરે. ગરીબ ગુરબાને જમાડે ને ભક્તિનું ભાથું બાંધે. જુનો જમાનો એટલે મુસાફરીનો કંઈ સાધન નહિ. વાહનમાં બળદ ગાડા ને ઘોડા સિવાય કંઈ નહિ અને આસપાસમાં જંગલનો વિસ્તાર. રાત્રે પશુઓની પણ બીક ખરી. રક્ષણ માટે પણ હથિયાર રાખવું પડે. કાનજી પટેલ પણ એક બંદુક રાખેલી.

કોઈના સમાચાર આવે તો દર દાગીના કે દસ્તાવેજ લઈને પરગામ જવું પડે. વળતા આવતા નાણાં જોખમ પણ ખરું !

એક દિવસ કાનજી પટેલને દુરના એક ગામડે જવાનું થયું. પંદરેક ગાવનું અંતર થાય. વચ્ચે ઝાડી ઝાંખરાવાળો રસ્તો આવે. રાતે પશુની બીક ખરી. કાનજી શેઠે ઘોડી પલાણી સાથે બંદુક લીધીને પ્રયાણ કર્યું. કામ પૂર્ણ કરી કાનજી પટેલ પાછા આવતા હતા. ઘણા કામને કારણે મોડું થઈ ગયું. પાછા શિયાળાના દિવસો. સાંજના સાડા છ સાત થાય ત્યાં તો અંધારું થઈ ગયું. કાનજી શેઠે ઘર તરફ પ્રયાણ કર્યું. ધીરે ધીરે રસ્તો કપાતો જતો હતો. ચારે બાજુ નીરવ શાંતિ હતી. થોડીવાર

ત્યાં થોડો સાંકડો રસ્તો આવ્યો. થોડા ચાલ્યા ત્યાં કાનજી પટેલની નજર ગઈ. ન જાણે ક્યાંકથી એક પાગલ થઈ ગયેલો આંખલો સામેથી દોડતો આવતો હતો. સાંકડી “ગારી” કોઈ બાજુથી તરીને નીકળી શકાય તેમ નહોતું. પાગલ આખલો ગમે તે બાજુએથી અડફેટે લઈ લ્યે. જીવનું જોખમ આવી જાય ને અગમચેતી વાપરીને કાનજી પટેલે બંદુક તાકીને ગોળી છોડી. સનનન કરતી ગોળી આખલાના લમણામાં ઘુસી ગઈ. ગડથોલીયું ખાઈને આંખલો પડી ગયો ને તુરંત રામ રમી ગયા. કાનજી પટેલને અફસોસ થયો અરેરે ! આજ મારે હાથે હત્યા થઈ ગઈ. પુણ્યના ઢગલા થતાં હતા ત્યાં એક ડાઘ રૂપ હત્યા થઈ ગઈ. મારા રામ ! માફ કરજે આ હત્યાના પાપમાંથી હું ક્યારે છુટીશ?

આવો અફસોસ કરતાં કરતાં ઘરે આવ્યા. ઈનો જીવ ક્યાંય ચોંટતો ન હતો. સાંજનું વાળુ પણ ન ભાવ્યું. ઘરના બધા પાસે અફસોસ કર્યા. કરમ ભોગવે જ છુટકો ન જાણે કેમ પણ આખલાની હત્યા કર્યા પછી સંસારમાંથી કાનજી પટેલનું મન ઉઠી ગયું. કામમાં ક્યાંય ચિત નહોતું ચોંટતું, કંઈ કામ કરવું ગમતું નહિ.

નાના છોકરાને બધો સામાજિક આર્થિક વહેવારો સોંપીને કાનજી પટેલ નિવૃત્ત થઈ ગયા. પ્રભુની ભક્તિમાં ઉતરી ગયા. ન જાણે કેમ પણ કાનજી પટેલ ઝાઝું ન જીવ્યા. એક વહેલી સવારે કાનજી પટેલનો આત્માએ એનો દેહ છોડી દીધો. ઘરમાં રોકકળ મચી ગઈ. ભગવાનના ઘરનો માણસ

ભગવાનને વહાલો થઈ ગયો.

યમરાજનો ચોપડો ખુલ્યો ! પુણ્યના ઢગલાની સામે માત્ર એક જ પાપ. મુંગા જીવની હત્યા. સજારૂપે મુંગા જીવનો અવતાર લેવાનું ફરમાન થયું. બળદનો અવતાર !

કાનજી પટેલના દેહને હજી તો અગ્નિદાહને લોકો ઘરે આવ્યા ત્યાં તો ગાભણી ગાયે વાછડાનો જન્મ આપ્યો ! કાનજી પટેલનો નવો અવતાર ધારણ થયો એના જ ઘરમાં. હત્યાની સજારૂપે ! વરસો થયા કાનજી પટેલના સંગાથે રહેલા પટલાણીને આ યોગાનુયોગ લાગ્યું. નક્કી જીવ પાછો ઘરમાં જ આવ્યો છે.

બળદનો અવતાર ! એક ફેરે ખાવું ને ત્રણ ફેરે નહાવું એ કહેવામાં નંદીની ભૂલ થઈ ગઈ ને બોલાઈ ગયું ત્રણ ફેરે ખાવું ને એક ફેરે નહાવું ને ત્રણ ફેરે ખાતા માણસને અનાજ પુરું પાડવા નંદીને જીતવું પડ્યું સાતીએ.

સવાર સાંજ બસ ખેતરમાં ઢસરડો જ કરવો છુટકો જ ન હોતો.

પાંચ પાંચ વરસના વહાણા ગયા. પાપની સજા ભોગવાઈ ગઈ ને એક વહેલી સવારે બળદની તબિયત લથડી. ઘરના બધા ભેગા થઈ ગયા. પશુ ડૉક્ટરને બોલાવ્યો પણ ખેલ ખલ્લાસ. હંસલો ઊડી ગયો. ખેડૂતોને પશુઓ પણ દીકરા દીકરી જેટલા વહાલા હોય. ઘરના બધા ચોધાર આંસુએ રડ્યા પણ આ તો પાપની સજા હતી. મુક્તિ તો મળે ને? એ બળદના દેહને ઠેકાણે પાડવાની કાર્યવાહી પુરી થઈ ત્યાં બપોરના સુમારે આંગણે એક વિપ્ર પધાર્યા. સફેદ ધોતી, પીળો ઝભ્ભો, કપાળે તીલક માથે પાઘડી પગમાં સાદા ચંપલ. બધાથે વિપ્રને આવકારો આપ્યો. વિપ્ર એ શુભ સમાચાર આપ્યા તો લાપસીના આંધણ મુકો તમારે ઘેરે પૌત્ર રત્ન પ્રાપ્ત થયું છે. નાના દીકરાને સાસરેથી સમાચાર વિપ્રે આપ્યા હતા. ઘરમાં આનંદ છવાઈ ગયો. વિપ્રને આગ્રહ કરીને રોક્યા. લાપસીનો

આંધણ મૂક્યો. વિપ્રને ભાવ દઈને જમાડ્યા ને પછી વિદાય આપી. પટલાણી એકલા પડ્યાને આ બધી બનેલી ઘટના વિશે વિચારે ચડ્યા. કાનજી પટેલનું જીવું ને વાછડાનું અવતાર પછી બળદનું જીવું ને પૌત્રનું આવતરક કેવો યોગાનુ યોગ? પટલાણીને એમ થયું કે નાનકડા યોગરૂપે કાનજી પટેલ જ અવતર્યા છે.

એક દિવસમાં રાત દિવસ મહેનત કરતા બળદને જવાનો ગમ હતો, હતો ને પૌત્ર જન્મની ખુશી હતી. કોઈ કે યથાર્થ જ કહ્યું છે કે કભી ખુશી કભી ગમ ! અસાર સંસારમાં આવ્યા જ કરે !

## ગાંધી માર્ગ

હજારો ને લાખો પગલાં એના  
પગ પર મૂકાયા છે ને છાય  
લોખંડી બુટોની એના દેહ પર  
અંકાઈ છે બેસુમાર વાહનો  
રોજ એના બદન પર હંકાય છે.  
એને ગેસ ઝેરી પેટ્રોલનો એના  
નાકમાં ભરાય છે પિચકારીઓ  
પાનની એના મોં પર થૂંકાય છે  
ને પશુઓનું મેલુ બધું  
એના માથા પર લીંપાય છે  
રોજ જોઉં છું એ દશ્ય ને દિલ  
મારું દુભાય છે નામ છે  
ગાંધી માર્ગ ત્યાં રોજ ગાંધીજી  
કચડાય છે !

■ મહિલાલ ડી. રૂધાણી - રાણાવાવ



**મિલન**  
મસાલા

મિશ્રણ  
ચાર વા

# મિલન

ખાંડેલા મરચાં  
કેશરી હળદર  
દળેલું ધાણાજીરું

TEL.: 23774209, 23757674. FAX: 23790883



## બૃહદ કચ્છ વર્તમાન

સંપાદક : ભાવેશ કુરિયા

### ગઢશીશા ગામમાં એક દિવસીય નમો કપ ક્રિકેટ ટૂર્નામેન્ટ યોજાઈ

વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીના જન્મદિવસ નિમિત્તે સાંસદ વિનોદભાઈ ચાવડા દ્વારા સમગ્ર કચ્છમાં ખેલ સપ્તાહનાં ઉજવણી કરાઈ હતી. જે અંતર્ગત ગઢશીશામાં યુવાનોને પ્રોત્સાહિત કરવા સરપંચ કોમલબેન ગોસ્વામી અને સંજયગિરિ ગોસ્વામીના સૌજન્યથી ફ્રેન્ડ્સ ગ્રુપ અને મોર્નિંગ ઈલેવન દ્વારા એક દિવસીય નમો કપ ક્રિકેટ ટૂર્નામેન્ટ યોજાઈ હતી, જેમાં ત્રણ ટીમો બનાવવામાં આવી હતી. જેના નામ આયુષ્યમાન ભારત, આત્મનિર્ભર અને સ્વચ્છ ભારત રાખવામાં આવ્યા હતા.

આખો દિવસ ચાલેલી આ ટૂર્નામેન્ટમાં મોટી સંખ્યામાં ક્રિકેટ પ્રેમીઓ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

વ્યવસ્થા જિ.પં.સામાજિક ન્યાય સમિતિના ચેરમેન કેશવજીભાઈ રોશિયા, રામજીભાઈ મજેઠિયા, કાનજીભાઈ સંગાર, દીપકગિરિ ગોસ્વામી, મહેશસિંહ જાડેજા, વિમલસિંહ જાડેજા, શંભુગર ગોસ્વામી, હીરાભાઈ રબારી, પ્રકાશભાઈ ઠક્કર, અલ્પેશ શાહ, કલ્પેશ ઠક્કર, અનિલસિંહ જાડેજા, રાજુભા જાડેજા, જિતેનભાઈ દરજી, જીતુભાઈ સોની, નિર્મલસિંહ સોઢા, સુરેશ ઘાભૈયા ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. કોમેન્ટેટર તરીકે ભવ્ય સોનીએ સેવા આપી હતી. સંચાલન સંજયગિરિ ગોસ્વામીએ કર્યું હતું.

### કચ્છની ૪૦૦ બેન્કની તિજોરી ટૂંકી પડી : થાપણ ૫૦ હજાર કરોડ

ગિરીશ જોશી દ્વારા

ભારતના પશ્ચિમી છેડે અને સરહદને અડીને આવેલા આ કચ્છ જિલ્લાની આમ તો પછાત જિલ્લાની છાપ પડી છે,

પરંતુ બેન્કની ડીપોઝીટ પર નજર કરીએ અને માર્ચ ૨૦૨૩ સુધીનો મળેલો આંકડો અધધ છે. કેમ કે હવે જમા ધનરાશિનો આંક રૂા.૫૦ હજાર કરોડ એટલે કે ૫૦૦ અબજને પાર કરી ગયો હોવાના સત્તાવાર હેવાલ મળ્યા છે. ભલે ૨૦૧૧ પછી જનગણના થઈ નથી, પરંતુ કચ્છની વસ્તી હવે ૨૫ લાખને નજીક પહોંચી ગઈ છે અને કચ્છી માડુઓની આવકના સ્રોત ખૂબ જ વધી ગયા હોવાથી રોકડ રકમ ઘરમાં રાખવાની સાથે બેન્કમાં રાખતા હોવાથી પોતાના બેન્ક ખાતાઓમાં મૂડીમાં સતત વધારો થઈ રહ્યો છે.

૨૦૨૨ માર્ચની તુલનાએ કચ્છમાં એક જ વર્ષમાં રૂા.૧૬૦૦ કરોડનો જંગી વધારો બેન્ક ખાતાઓમાં થયો હોવાથી કચ્છની બેન્કોની તિજોરીઓમાં નાણાંની થોકડીઓ રાખવાની જગ્યા હવે ટૂંકી પડતી હોવાની પણ વિગતો મળી હતી.

બેન્કોની કુલ થાપણના આંકડાની મળેલી ટકાવારી પર પ્રકાશ પાડતાં કચ્છના લીડ મેનેજર મહેશ દાસે કચ્છમિત્રને માહિતી આપતાં જણાવ્યું હતું કે, એક જ વર્ષમાં ચાર ટકાનો મૂડીમાં વધારો થઈ ચૂક્યો છે અને સતત દર મહિને તેમાં ઉછાળો આવે છે.

લીડ મેનેજર મહેશ દાસ વિસ્તૃત માહિતી આપતાં કહે છે કે, માર્ચ-૨૩ સુધી કુલ થાપણ રૂા.૪૯૭૪૮ કરોડ હતી અને ત્યાર પછી ત્રણેક મહિનામાં બસો-અઢીસો કરોડનો વધારો થઈ ચૂક્યો છે.

આ ૫૦ હજાર કરોડમાંથી રૂા.૧૪૭૦૦ કરોડ તો બિનનિવાસી કચ્છી બેન્ક ખાતેદારોના બેન્ક ખાતામાં જમા છે. કચ્છમાં ૪૦૦ બેન્ક શાખાઓ આવેલી છે અને વસ્તીની તુલનાએ ૨૯ લાખ બેન્ક ખાતેદારો હોવાથી બેન્ક સાથેનો આર્થિક વ્યવહાર હવે સામાન્ય અભાણ માણસ પણ કરતો થઈ ગયો છે.

૫૦ હજાર કરોડની થાપણ એટલે દેશના એક નાના રાજ્યનું આર્થિક બજેટ હોય છે અને એટલી રકમ તો કચ્છી લોકોના બેન્ક ખાતામાં જમા પડ્યા છે.

સરકારની નીતિ પ્રમાણે મૂડીરોકાણ સામે બેન્કો દ્વારા લોન-ધિરાણ આપવાનું હોવાથી માર્ચ-૨૦૨૩ સુધીમાં ૨૪ હજાર કરોડનું ધિરાણ આપવામાં આવ્યું છે જે ગયા વર્ષની તુલનાએ રૂ. ૧૩૨૯ કરોડનો વધારો કરવામાં આવ્યો છે અને ૨૦૨૨ના વર્ષની ટકાવારીમાં ૫.૮૫ ટકા લોન વધી ગઈ છે એમ તેમણે જણાવ્યું હતું. ક્યા ક્ષેત્રમાં લોન આપવામાં આવી છે.

એ વિષય પર વાત કરતાં શ્રી દાસે જણાવ્યું હતું કે, એકમાત્ર કૃષિ ક્ષેત્રમાં એટલે કે પાક ધિરાણ રૂપે. ૧૫૨૮૯ કરોડ આપવામાં આવ્યા છે, જે અહીં પણ ગત વર્ષની તુલનાએ રૂ. ૭૭૨ કરોડનો વધારો કરવામાં આવ્યો છે.

ગરીબ અને પછાતવર્ગના લોકોને પગભર કરવાના હેતુસર વિવિધ યોજનાઓ તળે સરકારી માર્ગદર્શન પ્રમાણે ૩૦૯૦ કરોડ ૧૧.૫૦ ટકાના વધારા સાથે ધિરાણ અપાયું હતું.

**અમદાવાદ કચ્છી સમાજ અને  
સી.કે.ડી.માર્શલ આર્ટ ઈન્ડિયા દ્વારા  
નિ:શુલ્ક સ્વ રક્ષણ તાલીમ**

અત્યંત માહિતી સભર અને જીવનના દરેક ક્ષેત્રે ઉપયોગી થાય એવી તાલીમ CKD Martial Art Indiaના International instructor અને international examiner માસ્ટર ધનેશ છેડાએ પોતાની ટીમ, પાયલ લાલકા (૪થી ડિગ્રી બ્લેક બેલ્ટ), ભાવના છેડા (૪થી ડિગ્રી બ્લેક બેલ્ટ) સાથે આ વૈજ્ઞાનિક સ્વ રક્ષણની શિબિરનું આયોજન કર્યું.

થોડાંક વર્ષો પહેલાં આ વર્ગો આપણા ભવનમાં નિયમિત

ધોરણે ખૂબ જ સફળતાપૂર્વક કરાવી ચૂક્યા છે.

ચોય ક્વાંગ ડૉ.માર્શલ આર્ટ ઈન્ટરનેશનલ સંલગ્ન સી.કે.ડી. માર્શલ આર્ટ ઈન્ડિયા દ્વારા શીખવાડવામાં આવતી આ સ્વ રક્ષણની કળા સંપૂર્ણ પણે યોગ આધારિત છે અને અમેરિકાના ડૉક્ટર્સ અને વૈજ્ઞાનિકો દ્વારા ૧૭ વર્ષ સંશોધન કરી બનાવવામાં આવેલ આ કળા ૩ થી ૯૦ વર્ષના દરેક સ્ત્રી પુરુષો ખૂબ જ સરળતાથી શીખી શકે છે. તેમજ જરૂરી પરિસ્થિતિમાં ઉપયોગ કરી શકે છે.

વિજ્ઞાનની વિવિધ શાખાઓ જેવી કે human anatomy, physiologh, psycho neurology, kinesiology, bio-mechanics, chiro practic વિગેરેના ઉપયોગ દ્વારા સંશોધાયેલી આ કળા આપના બાહ્ય તેમજ આંતરિક વિકાસ માટે ખૂબ જ જરૂરી પાસાઓને ઉજાગર કરે છે.

ઉપરોક્ત કળાની તાલીમ વ્યક્તિના માનસિક શારીરિક તેમજ બૌદ્ધિક વિકાસમાં ખૂબ જ મહત્વનો ભાગ ભજવે છે.

Personality Development, Mind and body coordination, Sharp focus, Fast grasping power, memory power, calmness, positive attitude, self discipline વિગેરેમાં વધારો કરવામાં મદદરૂપ એવી આ કળા ડિસ્લેક્સીયા, Add/ADHD, learning disability, dipression, arthritis, spodylitis, diabetes, paralysis, obesity, strokes જેવા રોગોમાં પણ ખૂબ જ સારા પરિણામ આપે છે.

આવી આ ૧૦૦ ટકા સુરક્ષિત, પરિણામલક્ષી, ઈજારહિત સ્વ રક્ષણ તાલીમનો નિયમિત ધોરણે આપણે ત્યાં શરૂ થાય એવી દરેક ભાગ લેનારની ઈચ્છા છે.

**તાલીમ આપનાર : માસ્ટર ધનેશ છેડા**

**Ramesh P. Shah**  
M. : 9321414680

**Sagar R. Shah**  
M. : 9833184943

**Shree Mamal Novelty**

**Mfg, of Hairpins & Hair Accossoiles**

A-15, Bhatiya Estate, Ganesh Nagar, Opp. Garuda Petrol Pump, Kandivali (West),  
Mumbai-400 067. Maharashtra (India) - E-mail : gapu.saga@gmail.com

## હમીરસર તળાવ ભુજ મુકામે વીરસાવરકર તરણ સ્પર્ધા યોજાઈ



એજ ગ્રુપ દસ વર્ષની નીચેની કન્યાઓ માટેની તરણસ્પર્ધા જેનું આયોજન ભુજ બ્લોગર્સ નામની સંસ્થા દ્વારા યોજાયેલ. આ સ્પર્ધાનું અંતર રામધૂન આરાથી રાજેન્દ્ર બાગ (લખોટા) સુધીનું ૨૦૦ મીટર હતું તેમાં કુમારી આશી શુક્લ (ઉ.વ.૯) દ્વારા આ અંતર ૫ મિનિટમાં પુરું કરી પ્રથમ સ્થાન મેળવેલ હતું. જ્યારે એજ ગ્રુપ ૧૨ વર્ષ થી ૧૯ વર્ષનું હતું તેમાં કાનન શુક્લ (ઉ.વ. ૧૩) દ્વારા રામધૂનથી લખોટા અને ત્યાંથી રિટર્ન ટોટલ ૪૦૦ મીટરનું અંતર કુ.કાનન શુક્લ દ્વારા ૮ મીનીટમાં કાપી બંને બહેનોએ મેડલ, સર્ટિફિકેટ તથા પુરસ્કાર મેળવી કચ્છમાં ભુજનું નામ રોશન કર્યું છે. આ સ્પર્ધાન ઓપન કચ્છ હતી.

## યોગ શિબિર ભુજમાં ઉદ્દેશ્ય અંગે સમજ અપાઈ

ગુજરાત રાજ્ય યોગ બોર્ડ દ્વારા આયોજિત દ્વિદિવસીય યોગ શિબિરના દ્વિતિય દિવસે યોગાસન કરાવવામાં આવ્યા હતા. મામલતદાર વિવેક બારહટ, આઈ.એમ.એ. પ્રમુખ ડૉ.સુરેશભાઈ રૂડાની, ડૉ.સમીરભાઈ શાહ, ડૉ.પન્નાબેન પટેલ, લાયન્સ પ્રમુખ અભય શાહ, પી.આઈ.રમેશભાઈ રાતદા, પી.આઈ.કરણભાઈ કાગ, જયશ્રીબેન ગોર, ગ્રાઉન્ડ મેજર સંદીપભાઈ દાવડા વિગેરે દ્વારા દીપ પ્રાગટ્ય કરવામાં આવ્યું હતું. જિલ્લાના કોઓર્ડિનેટર હિતેશ કપુર દ્વારા ગુજરાત રાજ્ય યોગ બોર્ડનાં કાર્યો અને આગામી કાર્યક્રમોની વિશેષ માહિતી આપવામાં આવી. જેમાં જન્મ દિવસ નિમિત્તે યોગ શિબિર યોજાઈ તેના ઉદ્દેશ્ય વિશે જણાવ્યું.

કોચ વર્ષાબેન પટેલ, યોગ કોચ જશોદાબેન ગૌરી દ્વારા સૂક્ષ્મ વ્યાયામ અને સૂર્ય નમસ્કાર અને આસનો કરાવવામાં આવ્યા હતા. ગીતાબેન નાયર દ્વારા ધ્યાન અને શાંતિપાઠ કરવામાં આવ્યા હતા. આભારવિધિ કરૂણાબેન ત્રિવેદી દ્વારા કરવામાં આવી હતી. શિવ તાંડવ નૃત્યની થીમ પર સંગીત સાથે આસનોની રચના સમૃદ્ધિ અને દિવ્યા બાળાઓ દ્વારા પ્રસ્તુત કરવામાં આવી હતી.

કચ્છ જિલ્લાના કોઈપણ સ્થળે અભ્યાસ વર્ગ અને યોગમાં કારકિર્દી બનાવવા માટે ઈચ્છુક નાગરિકો માટે યોગ સહાયતા કેન્દ્ર ભુજ ખાતે શરૂ કરવામાં આવે છે તેવું જણાવાયું હતું. યોગ પ્રશિક્ષક લતાબેન વોરા, દીપીકાબેન પંડ્યા, રીના ગોર, માધવી માલવિયા, શર્મિલાબેન પટેલ, પ્રીતિબેન જોલ્પરા, ગોવિંદભાઈ ભાનુશાલી, અરવિંદભાઈ કોટક સહયોગી બન્યા હતા.



*Good wishes go well with a good gift !*

Greeting Cards	
Books, Music, Movies	Watches, Clocks, Electronics
Photo Albums, Photo frames	Fine Writing Pens, Stationeries
Ties, Wallets, Belts, Cufflinks	Ceramics, Crystals, Stonewares
Perfumes, Cosmetics, Jewellery, Leather Bags	Posters, Prints, Frames
Plants, Murals, Handicrafts	Lamps, Water-fountains, Name-plates
Trophies, Plaques, Awards	Games, Toys

When you want to express your emotions

J.Tata Road, Nr.Eros, Churchgate, Mumbai. P : 22854703 / 04 - C : 9820596961  
Ghantali, Vishnu Nagar, Thane (W). P : 25408714 / 25424224  
e : info@satyamcollection.com



since 1975

## MANSI textiles

*Specialise in :*

Fabric for girl's dresses, infant wear,  
women's night wear and men's shirting

101, Kumar Fun'n'shop, 1st Floor, Old Hindmata Theatre,  
Dr Ambrdkar Rd , Dadar East , Mumbai 400014

TEL : 02224114329 / 02224136151  
Harakhchand Gangar : 9820032030  
Kirti (Ravi) Gangar : 9967768833

## mt MILAN textiles

*Specialise in :*

Exclusive Fancy shirting fabric

21, Saraswati Gally, New Hindmata Cloth Market, Tata  
Mill Compound, Dadar East, Mumbai 400014

TEL : 02224112352 , 02224113032  
Nemchand Gangar : 9821097336

## at APNA® textiles

*Specialise in :*

Fancy shirting fabric

22 , Saraswati Gally, New Hindmata Cloth Market,  
Tata Mill Compound, Dadar East, Mumbai 400014

TEL : 02224120734  
Vinod Gangar : 9321162013  
Hasmukh Gada : 9320031226

## Sankalp SYNTHETICS

*Specialise in :*

Exclusive shirting fabric

37, Kesharbaug , Dr. B. J Devrukhkar Marg, Opposite Progressive  
Co-op Bank, Hindmata, Dadar East, Mumbai 400014

TEL: 02224131661  
Shivji Shah : 9820001312 | Sailesh Shah : 9821016559  
Mayur Shah : 9820790587

## MAYKA® Lifestyle

*Specialise in :*

Casual wear fabrics for men and women

37/38 , Kewal Industrial Estate, Ground Floor,  
Senapati Bapat Marg, Lower PareL, Mumbai 400013

TEL : 02249556666  
Amit Gangar : 9819901234 | Hardik Gangar : 9819577677  
Mayank Gangar : 9820550015

## MAYKA® SYNTEX

*Specialise in :*

100% Cotton shirting garment fabric supplier,  
smart formals and clubwear shirting fabric

52, Kewal Industrial Estate, Ground Flr,  
Senapati Bapat Marg, Lower PareL, Mumbai-400013

TEL : 02262495555  
Jayanti Gangar : 9224500000 | Samay Gangar : 9819032325  
Nirav Gangar : 9773296976 | Nilesh Shah : 9820790572

*With best compliments*

मातुश्री लक्ष्मीबेन भीमशु कानशु गंगर परिवार - चुन्डी





# ONE STOP SOLUTION FOR ALL YOUR INTERIOR NEEDS

Choose from over 2 lakh products & 40 International brands spread across 1 lakh sq. ft. of display area



### ▶ Uro Veneer World

Exclusive Veneers  
Designer Laminates  
Plywood  
Alabaster & MDF  
Designer Charcoal Panels & Acrylam

**Mysore Road RV Road**  
9880589240 9902348240



### ▶ Wood & Mouldings

Wooden Flooring  
Exterior Cladding  
Decking  
Wallpaper  
Dupont Corian  
Door

**Mysore Road RV Road**  
9880589246 8105921000



### ▶ Gala Furniture World

Luxury Sofas  
Dining Tables  
Living Collection  
Recliners  
Artefacts & Carpets

**Mysore Road RV Road**  
9900710000 9980156197



### ▶ Bath World

Flooring Tiles  
Wall Tiles  
CP Fittings  
Sanitaryware  
Faucets  
Kitchen Sinks

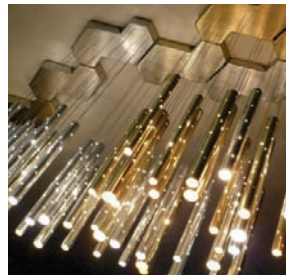
**Mysore Road**  
9880520000



### ▶ Gala Stone World Stone World

Odyssey carvings  
Flex stone cladding  
Orvi stone surfaces  
Stone metal fusion  
Natural stone cladding, Stone décor

**Mysore Road RV Road**  
9036456788 9632811911



### ▶ Euro Lighting World

Decorative Light Fixtures  
Designer Ceiling Fans

**Mysore Road**  
9945446666



### ▶ Gala Curtain World Drapes World

Curtains  
Blinds  
Upholstery  
Mattress  
Home Linen & Accessories

**Mysore Road RV Road**  
9036839449 9844431901



### ▶ Gala Hardware World

Designer Hardware  
Cabinet Handles & Locks  
SS Railings  
Bathroom Accessories  
Glass Fittings

**Mysore Road RV Road**  
9845565779 9945163360



### ▶ Mahaveer Corporation (India)

Aluminum Composite Panels  
Interior & Exterior Grade

**Mysore Road**  
9739300015



### ▶ Gala Kitchen World Hafele & Blum Design Studio

Kitchen & Wardrobe Accessories  
Appliances  
Hobs & Chimneys  
Sliding Fittings

**Mysore Road RV Road**  
9945163360 7829773850

[www.galagroup.in](http://www.galagroup.in)

[info@galagroup.in](mailto:info@galagroup.in)

customer care: 080 26749845

**Anchor**  
Toothpaste



**INDIA'S BEST BRAND**

Awarded and accepted by The Economic Times  
(The Times Group) for 2019

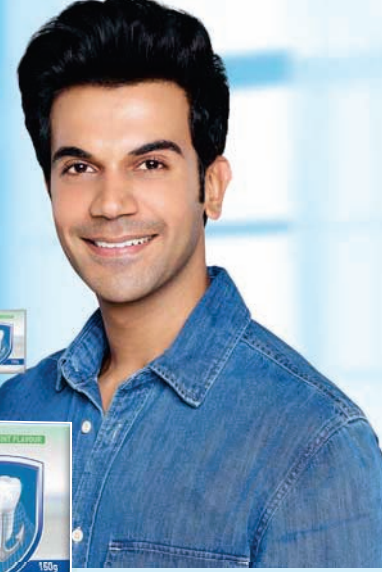


**4**  
અઠવાડિયામાં  
કેવિટીઝ રોકવામાં  
સહાય કરે છે \* !!

**NEW!**

**Anchor**  
TOOTH PASTE WITH  
**HAP**

અન્ય ટૂથપેસ્ટથી તદ્દન અલગ



**— હેપ — એટલે શું?**

હેપ, અથવા હાયડ્રોક્સીએપાટાઇટ વધુ જાણીતું કેલ્શિયમ છે અને કુદરતી રીતે ઉદ્ભવતા કિંમતી ખનિજનું સ્વરૂપ છે.

**પોલાણ (કેવિટીઝ) કઈ રીતે તૈયાર થાય છે?**

આપણી ખાવાની આદતોથી કે વધીઝ તૈયાર થાય છે. એમની માઇક્રોસ્કોપિક રીતે એટલે કે તમારા દાંતના એનામલ પર અતિશય નાનાં છિદ્રોના રૂપમાં શરૂઆત થાય છે. અને જો સારવાર કરવામાં ન આવે તો, એ છિદ્રો મોટાં થાય છે અને આખા દાંતમાં સડો થાય છે.

**હેપના ફાયદા કયા છે?**

હેપ ઘરાવતી ટૂથપેસ્ટનો ઉપયોગ કરવાથી કેવિટીના સમયપૂર્વેના સ્વરૂપોને ઘટાડવામાં સહાય થાય છે જેનાથી સમગ્ર મોઢાની (ઓરલ) બહેતર સ્વાસ્થ્યપ્રદતા રહે છે. આ દાંતના એનામલની ઉપલી સપાટી તથા નીચલી સપાટીમાંની માઇક્રોસ્કોપિક ખામીઓને ઠીક (રિપેર) કરે છે, એનામલની એની મૂળ ખનિજ ઘનતામાં જાળવણી કરે છે અને દાંતોના સડાની શરૂઆત, પ્રારંભિક સડાને ઠીક કરે છે. આ જાળવણીથી એનામલ એના મૂળ ગુણધર્મો ફરીથી પ્રાપ્ત કરે છે. એચએપી આધારિત ટૂથપેસ્ટમાં રહેલી ભરવાની અસર (ક્લિંગ એક્શન) એ સંવેદનશીલતાની સામે તમારું શ્રેષ્ઠ દીર્ઘકાલીન સંરક્ષણ છે. કુદરતી રીતે પ્લાક દૂર કરવામાં અને દાંતને કુદરતી રીતે સફેદ કરવામાં આ ફાયદાકારક છે. તમે હેપ વિશે [www.anchorglobal.net](http://www.anchorglobal.net) પર વાંચી શકો છો.

ટોક્યો મેડિકલ ઍન્ડ ડેન્ટલ યુનિવર્સિટી અને જિંકુ ડેન્ટલ યુનિવર્સિટી દ્વારા કરવામાં આવેલ સંયુક્ત અભ્યાસ બતાવે છે, જે બાળકો નોન- હાયડ્રોક્સીએપાટાઇટ નિયંત્રણની સરખામણીમાં હાયડ્રોક્સીએપાટાઇટ આધારિત ટૂથપેસ્ટથી એમના દાંત દરરોજ બ્રશ કરે છે એવાં બાળકોમાં નવા સડામાં મહત્વપૂર્ણ ઘટાડો દર્શાવે છે.

આ ટૂથપેસ્ટ માત્ર કેવિટીને નથી અટકાવતી પરંતુ સમગ્ર દાંતની સ્વાસ્થ્યપ્રદતા માટેની શ્રેષ્ઠ ટૂથપેસ્ટમાંથી એક છે

**Clinically tested at Universta' Degli Studi Di Pavia, Italy  
and at Dr. D. Y. Patil Dental College & Hospital, Pune.**

\* 4 અઠવાડિયાં સુધી દિવસમાં બે વાર બ્રશ કરવા પર, યુનિવર્સિટા ડેગલી સ્ટડી ડી પાવિઆ, ઇટાલી અને ડૉ. ડી.ય.પાટિલ ડેન્ટલ કોલેજ અને હોસ્પિટલ, પુણે દ્વારા આયોજિત ક્લિનિકલ પરીક્ષણના આધાર પર. \*\* એન્કર દ્વારા કરવામાં આવેલા ક્લિનિકલ ટેસ્ટ મુજબ, Anchor Advanced Cavity Protection with HAP નો સેન્ટિસિટિવિટી ઓછી કરવા પર નિર્ણાયક પ્રભાવ હતો જે સિમિન્ટલાઇઝેશન પ્રક્રિયાના સીવેસીવા પરિણામ હતો. ^ HAP કેલ્શિયમ હાયડ્રોક્સીએપાટાઇટના સંદર્ભમાં છે.

વધુ જાણવા, મુલાકાત લો [www.anchorhap.com](http://www.anchorhap.com)

**RECOMMENDED BY DENTISTS**

**Hydroxyapatite Calcium**

**— HAP —**

**ટૂથપેસ્ટ આ રીતે કામ કરે છે**

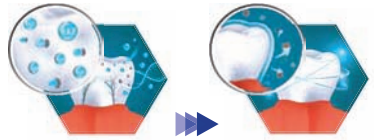
**HAP ટૂથપેસ્ટનો ઉપયોગ ન કરતા પહેલાં**



ખાવા-પીવાની આદતને લીધે સૂક્ષ્મ છીન્નો તૈયાર થાય છે.

આ છીન્નોની સારવાર કરવામાં ન આવે તો કેવિટીઝ થઈ શકે છે.

**HAP ટૂથપેસ્ટનો ઉપયોગ કર્યા પછી**



HAP સૂક્ષ્મ માઇક્રોસ્કોપિક છીન્નો પૂરી દે છે.

સંરક્ષાત્મક આવરણ તૈયાર કરી કેવિટીઝ રોકવામાં મદદ કરે છે.

**Anchor**

**કરોડો લોકોનો અતૂટ વિશ્વાસ**



Internationally recognised Oral Health Foundation, London UK has approved & accepted Anchor Toothpaste as a useful aid for good dental health care



**ZERO  
DEFECT  
CHOICE**



Complete Range of Pipes and Fittings

**Plumbing | Sewerage | Drainage | Agriculture | Borewell | Industrial**

**Toll Free: 1800 267 7555 | [www.princepipes.com](http://www.princepipes.com) |    **

© 2020 Lubrizol Advanced Materials, Inc., all rights reserved. FlowGuard® Plus mark is the property of Lubrizol Advanced Materials. Lubrizol Advanced Materials is a Berkshire Hathaway company. | \*No.1 by the length of pipes installed.

માલિક, તંત્રી, મુદ્રક અને પ્રકાશક : ભવાનજી રામજી ગાલા, મુદ્રણ પ્રકાશન સ્થળ : રચના પ્રિન્ટર્સ  
૩૩૨, સર્વોદય કોમ. સેન્ટર, સલાપસ રોડ, અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૦૧. ફોન : ૨૫૫૦૪૪૮૧

Kutch Rachana = OCTOBER -5 = 2023 = 60