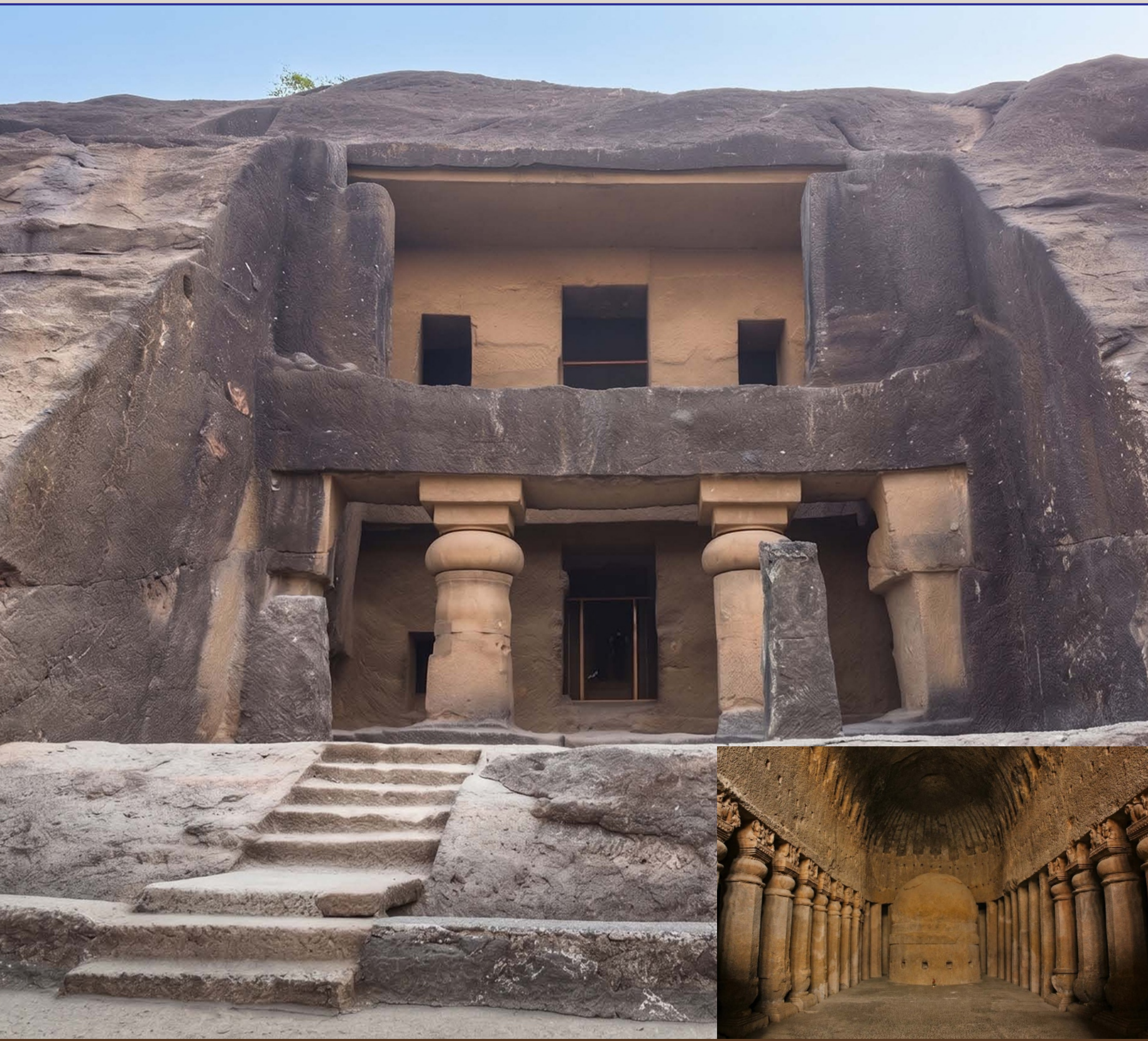
R.N.I. No. 14593/1957

પગદંડી

PAGDANDI

VOL.69 ISSUE NO. 5 - AUGUST 2026 - 52 PAGES - RS. 15/-



Shree Kutchi Visha Oswal Seva Samaj
C.V.O.D., Jain Mahajanwadi, 3rd Floor, 99-101, Keshavji Naik Road, Chinchbunder, MUMBAI - 400 009.
Phone : 23714674 / 2377 3032 - E-mail : pagdandi@kvoss.org

We Navigate
Your Financial Adventure
& Ensure you
a smooth journey of life
from where you are
to where you want to be

A COMPLETE TOUR OF THE FINANCIAL WORLD

We are truly a one stop-shop for all your
Investment & Insurance and other allied services:

- Mutual Fund & Specialized Investment Funds Distributors
- Company FD, NCD, Bond, RBI Bond, Capital Gain Bond, Perpetual Bond
- Tax Planning
- Will Writing and Estate and Succession Planning
- Life Insurance (Through business associates of LIC of India,
- HDFC Life, Birla Sun Life Insurance)

We are your Map for Financial Freedom

GADA & HARIA™
FINANCIAL SERVICES
With you, For you, Always...

Registered Office:
Gada & Haria Financial Services
5, Framroz Court, 2nd floor, Dada Saheb Phalke Road,
Dadar (CR), Mumbai-400014.
Tel: 40794141
www.gadaharia.com
AMFI Registered MF & SIF Distributors - ARN:279933

CA, CFP Rajesh Gada
Village: Bada
98676 23250
rajesh@gadaharia.com

CA Vipul Bheda
Village: Samaghoga
98202 22750
vipul@gadaharia.com

Vikas Vira
Village:Nagalpur
98205 20268
vikas@gadaharia.com

પગદંડી

ઑગષ્ટ ૨૦૨૬

અનુક્રમણિકા

લેખ	લેખક	પાના નં
તંત્રીસ્થાનેથી.......		
આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ - અભિશાપ કે વરદાન ?...	અશ્વિન લક્ષ્મીબેન પોપટલાલ માલદે........	૫
પ્રમુખશ્રીની કલમે .... બચત : સંસ્કારનો વારસો	બિમલ જવેરબેન લાલજી વોરા	૯
લાડુ કે શિખંડ ?.......	ગુલાબ પાનબાઈ રવજી દેઢિયા........	૧૪
હવે આગળ શું ?.......	સંજય ચંદનબેન વિસનજી છેડા........	૧૭
મન સે બાત.......	રાજન ભાનુબેન કાંતિલાલ ધરોડ........	૨૦
આપણા સમાજની પ્રતિભા - તનિષા દીપાલી ભાવેશ છેડા	સંકલનઃ સૂર્યકાંત અમૃતબેન દામજી કક્કા........	૨૩
''સાથ સાથ ફિર ભી દૂર''.......	ડૉ. શિરીષ ભાનુમતીબેન ચુનીલાલ માલદે	૨૭
ન્યુ એજ આન્ટ્રોપ્રોન્યોરશિપ - નવો દ્દષ્ટિકોણ.......	પરેશ કેસરબેન ગાંગજી શાહ (નિઃશબ્દ)........	૩૧
હવે ભેરપો ક્યારે ?.......	દિપેશ વિમળાબેન ચંદ્રકાંત છેડા........	૩૪
પર્યુષણ અને આજની યુવા પેઢી.......	નયન પ્રજ્ઞાબેન હરેશ નિસર........	૩૮
સાધુ તો ચાલતા ભલા.......	રાજેશ જવેરબેન નરશી સાવલા........	૪૦
પગદંડીને પત્ર		
સમત્વ.......	કિશોર મોંઘીબેન હીરજી વોરા........	૪૨
ઉર્મિલહર.......	સંપાદન : વિશન પાનબાઈ દેવરાજ નાગડા........	૪૩
અહેવાલ - કચ્છી ક્રિકેટ ટૂર્નામેન્ટ વર્ષ ૨૦૨૫-૨૬	....	૪૫
સાંત્વન.......	....	૪૮
મુખપૃષ્ઠ ચિત્ર અને માહિતી	ગીતા અમૃતબેન નાનજી સતરા........	૧૩

ટાઈપસેટીંગ : ધીરેન તારાબેન મુરજી ગાલા (કોટડા (રોહા) - ફોર્ટ) મોબાઈલ : ૯૮ ૩૩ ૫૪ ૧૦ ૪૦

પગદંડી કાર્યાલય ફોન :૨૩૭૧ ૪૬૭૪ ટેલી ફેક્સ - ૨૩૭૭ ૩૦૩૨

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

ATUL GALA
MO. 93 2222 1205
ROHIT GALA
MO. 98200 99251

Gala Caterers®
FINEST IN FOOD INDUSTRY
SINCE 1977

RAJESH GALA
MO. 98200 32010/50
CHIRAG GALA
MO. 97 0202 9280

Catering Services

Celebrate The Joy Of Togetherness With Flawless Food Catering...!

- ☑ Birthday Party
- ☑ Wedding Catering
- ☑ Buffet Catering
- ☑ Corporate Catering
- ☑ Business Event
- ☑ Special Occasions

5, Natraj Building, Laxmi Narayan Lane, Matunga (C.R), Mumbai - 400019.
www.galacaterers.in | info@galacaterers.in

તંત્રીસ્થાનેથી

આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ - અભિશાપ કે વરદાન ?

આજે આસપાસ, ચો-પાસ આપણને આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ (AI)ની વાતો જ સંભળાય છે.

એ બાબત ચોક્કસ છે કે આપણા જીવનનાં દરેક પાસાંને એ ક્યારેક ને ક્યારેક સ્પર્શશે, અસર કરશે,

પરંતુ આ AI અથવા આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ શું છે?

- કુત્રિમ રીતે વિકસાવેલ બૌધિક ક્ષમતા.
- જે માનવીની જેમ વિચારી, શીખી, નિર્ણય લઈ શકે છે.
- AI એમાં સંગ્રહાયેલ માહિતી અને અલ્ગોરિધમ્સનો ઉપયોગ કરી માનવીય બુદ્ધિમત્તાની નકલ કરે છે.
- અને મનુષ્ય કરતાં ખૂબ જ ઝડપથી કાર્ય કરે છે.

જે શોધો, નવી નવી બાબતો કરતા મનુષ્યને વર્ષો લાગ્યાં. હવે આવી શોધો માટેની ક્ષમતા AI કદાચ અકલ્પ્ય ઝડપે કરી શકશે. તમો આજે જે વિચારી શકો એ બધી બાબતમાં AI કાર્યરત છે.

પુનરાવર્તિત કાર્યો - સ્વયંસંચાલિતતા, સમસ્યાનું નિરાકરણ અને એવી ઘણી બાબતોમાં AI માહિર છે.

પરંતુ આ AI આજકાલનું નથી.

જહોન મેક્કાર્થી એના જનક માનવામાં આવે છે. છેક ૧૯૫૮માં...

શરૂઆતમાં AIની પ્રગતિ ધીમી, પરંતુ હાલમાં લગભગ ઈ.સ. ૨૦૨૨થી તો એનો ઉપયોગ દિવસ અને રાત અત્ર-તત્ર-સર્વત્ર વધી રહ્યો છે.

જેમ કૉમ્પ્યુટરમાં પ્રથમ જનરેશન, દ્વિતીય જનરેશન વગેરે આવ્યાં તેમ AIનો વિસ્તાર પણ તબક્કાવાર, ચાર તબક્કામાં વર્ણવાયો છે.

અત્યારે કદાચ ત્રીજો તબક્કો ચાલી રહ્યો છે. શરૂઆતના તબક્કામાં ગૂગલ સર્ચ, ગૂગલ મૅપ વગેરેનો ઉપયોગ રોજિંદા જીવનમાં થઈ રહ્યો છે. ઉબેર - ઓલા જેવી ઍપ કે બ્લિન્કિટ, ઝેપ્ટો જેવી ઘરે ચીજો પહોંચાડતી ઍપ જેવી અન્ય ઘણી 'App' છે જેનો આપણે સહજ રીતે ઉપયોગ કરી રહ્યા છીએ.

પરંતુ હાલના તબક્કામાં સૌપ્રથમ Open AIનું ChatGPT આવ્યું અને તુરંત જ બાદ ગૂગલનુંજેમિની આવ્યું, પછી તો ઘણા બધા નવા નવા ચેટબોટ બજારમાં આવ્યા અને આવ્યા કરે છે. અલગ અલગ વ્યવસાયને સ્પર્શતા ને વ્યવસાય આધારિત ચેટબોટ પણ આવ્યા છે.

ચેટબોટ એટલે વાર્તાલાપની બારી.

ટૂંકમાં હાલમાં આ આર્ટિફિશિયલ ઈન્ટેલિજન્સ, આપણે કલ્પના ન કરી શકીએ એવાં ઘણાં બધાં ક્ષેત્રોમાં કાર્યરત છે.

- અવકાશ ક્ષેત્રે આપણે માનવ વિનાના ઉપગ્રહો કે અવકાશયાનો, દૂરના ગ્રહોનાં સંશાધનો માટે મોકલવા સક્ષમ બન્યા છીએ.
- શિક્ષણ ક્ષેત્રે પણ AIની મદદથી હરણફાળ ભરાઈ રહી છે. શાળામાં જૂના બ્લૅકબોર્ડ હવે માહિતીના ખજાના બની ગયા છે. દરેક ભાષાના લેખોનું ભાષાંતર ક્ષણોમાં થઈ જાય છે. નાનામાં નાના પ્રશ્નોનું નિરાકરણ ચેટબોટ પાસે છે.
- હાલમાં મધ્યપૂર્વની લડાઈમાં જોઈ રહ્યા છીએ કે એકદમ ચોક્સાઈના નિશાના પર બૉમ્બ ફેંકવામાં આવે છે, મિસાઈલો છોડવામાં આવે છે. ઈરાનના પ્રથમ હરોળના લગભગ બધા જ નેતાઓ આંખના પલકારામાં દિવ્યાંગત થયા. વિવિધ રીતે ઘાતક મિસાઈલો, ડ્રોન અને રૉકેટતો ખરા જ અને હવે તો મિસાઈલ અને રૉકેટોને અટકાવતા સુરક્ષા કવચથી પણ સામાન્ય જનની જાનહાનિ નિવારાય છે.
- વૈદકીય ક્ષેત્રે પણ વિજ્ઞાન ખૂબ જ ઝડપથી આગળ વધી રહ્યું છે.રોબોટિક સર્જરીની વાત આપણે સાંભળીએ છીએ, પરંતુ એ તો બહુ જ પ્રાથમિક છે. CT Scan, MRI, PET Scan વગેરે પણ આવી જ પ્રાથમિક દેન સમજી શકીએ.
- હાલમાં વાંચવામાં આવ્યું છે એ પ્રમાણે હૉંગકૉંગની કોઈ સંસ્થાએ AIની મદદથી એવી લોહીની તપાસ શોધી છે જે તમારી તબિયતમાં હૃદયરોગની શક્યતાનાં કોઈ પણ ચિહ્ન જોવા મળે, તકલીફ થાય એનાંથી ૧૫ વર્ષ પહેલાં તમને માહિતગાર કરે છે. Echonext અથવા Cardiac CT Scan પણ હૃદયરોગની આગોતરી જાણ કરી શકે છે. હાલમાં અચાનક આવતા મરણતોલ હૃદયરોગના હુમલાને ખાળવામાં કદાચ ઉપયોગી થઈ શકે.
- હાલમાં વેનેજુએલામાં ભયાનક ભૂકંપ આવેલ. એમાં જાનહાનિ મર્યાદિત રહી. સર્પ જેવા સરકતા રોબોટને કાટમાળની વચ્ચે મોકલાયા. આ રોબોટ કાટમાળ હેઠળ ચાલી રહેલ શ્વાસોચ્છવાસ અથવા ધબકારા ઝીલી લઈ એની માહિતી પહોંચાડે અને બચાવની કાર્યવાહી ચાલુ થાય. આ ધરતીકંપમાં આવાં સાધનોથી કાટમાળ હેઠળ દબાયેલ વ્યક્તિઓને ચાર-પાંચ દિવસ પછી પણ જીવતા કાઢવામાં આવ્યાં હતાં.

સિક્કાની બીજી બાજુ જોઈએ તો

- સાઈબર ક્રાઈમવાળા પણ AIનો ઉપયોગ કરી નિત-નવાં પ્રંપચો કર્યાં કરે છે. ગણતરીની ક્ષણોમાં તમારું બૅન્ક ખાતું ખાલી કરવાની ક્ષમતા ધરાવે છે.

- Deepfake દ્વારા તદ્દન અસલ લાગે એવાં ફક્ત ચિત્રો જ નહીં, પરંતુ જીવંત ફિલ્મ બનાવી શકાય છે અને એ વ્યક્તિને ગમે તે કરતો દર્શાવી શકાય છે.

- આ Deepfake અને અન્ય સાધનો દ્વારા સંબંધિત વ્યક્તિઓ દ્વારા ગેર માહિતીનો મારો ચલાવવામાં આવે છે, જેને સામાન્ય-જન સાચી માની લઈ પોતાનું મંતવ્ય બનાવે છે.

- આપણે સમાજને સ્પર્શતા પ્રશ્નોની વાત કરીએ તો આજકાલ 'ખાલીપા'ની ચર્ચા છે. આ 'ખાલીપા'ને નિવારવા માટે AIની પાસે સંસાધનો છે. રેપ્લિકા, એન્થ્રોપિક, બોટર AI જેવા ઘણા ચેટબોટ છે જે તમારી વાત સાંભળે છે, તમારી સાથે સંવાદ કરે છે, તમને હૂંફ આપે છે. હા, તમારી પ્રશંસા પણ કરે છે અને તમારા વર્તન વિશે કોઈ મંતવ્ય બાંધતું નથી. ક્યારેક મૂંઝવણનું સમાધાન પણ કરે છે અને પાછું ૨૪X૭ ઉપલબ્ધ.

આવો જ એક પ્રશ્ન લગ્ન માટે પાત્ર પસંદગીનો પણ છે, જે દરેક સમાજ માટે જટીલ બની રહ્યો છે. Tinder and Bumble જેવા ડેટિંગ પ્લૅટફૉર્મ છે, જે AIના ઉપયોગથી તમારી ચેટ હિસ્ટરીની મદદથી તમારી પસંદગી અને રસનું મૂલ્યાંકન કરે છે અને એના આધારે તમારા માટે યોગ્ય પાત્ર શોધવાની કોશિશ કરાય છે અને હવે તો શાદી.કોમ જેવી ઘણીબધી ધંધાદારી ઍપો એપણ AI વાપરવાની શરૂઆત કરી છે.

તમારા જીવનના દરેક તબક્કે સંવાદ, યોગ્ય સંવાદ જરૂરી છે. Communication Skill વિકસાવવી જરૂરી છે. AI વપરાશકર્તાને સામેવાળાની સાથે વાતચીતની શરૂઆત કેવી રીતે કરવી (Ice Breaking) માટે પણ સૂચનો આપે છે. AI તમારા સંદેશા, લેખો, ઈ-મેઈલ વગેરે ને વધુ સારા અને સ્પષ્ટ બનાવી શકે છે કયાંક બોલવા માટે વકતવ્ય પણ તૈયાર કરી શકે છે અને હા શેર-શાયરી સાથેનું પણ.

પરંતુ બધી બાબતોનાં સારાં-નરસાં પાસાં હોય છે. AI ફક્ત તેમાં સંગ્રહાયેલી માહિતીની આધારે જ કાર્યવાહી કરે છે. ક્યારેક માહિતી ખોટી હોઈ શકે, ક્યારેક અર્થઘટન અલગ હોઈ શકે.

AIમાં માનવીય સંબંધોનો અભાવ છે. લાગણીઓનો અભાવ છે. એની પાસે માહિતીનું સંચય અને સંજોગોની આધીન અલગ-અલગ રીતે કાર્ય કરવાની ક્ષમતા કદાચ નથી, પારદર્શકતા નથી. તમારા પૂછાયેલા પ્રશ્નોના ભયસ્થાનો બતાવતો નથી. સિક્કાની બીજી બાજુ દર્શાવતો નથી.

AIમાં હૂંફ નથી, સંવેદના નથી, હેત નથી, આંસુની ભીનાશ નથી, ન ગમતું હોય તોપણ બીજા ખાતર કરી નાખવાની ભાવના નથી. AI ફક્ત મશીન જ છે, પરંતુ AIના છેલ્લા તબક્કામાં કદાચ આ બધી ત્રુટીઓ નિવારાઈ જશે અને પછી માનવમાં અને AIમાં કોઈ ફરક નહીં રહે સિવાય કે ઝડપ, અકલ્પ્ય ઝડપ.

''રોબોટ'' ફિલ્મ યાદ હશે જ્યાં રોબોટમાં માનવીય સંવેદના નથી અને પછી એ રોબોટભાઈ પ્રેમમાં પડી જાય છે. આવી જ એક ઈંગ્લિશ ફિલ્મ "HER" આજથી ૧૦-૧૨ વર્ષ પહેલાં આવી હતી.

જે હોય તે પણ AI તમારા રોજિંદા જીવનને સ્પર્શતી દરેક બાબત, મને, તમને, સૌને અસર કરવાનું જ છે. AIના ફાયદા અધધ... છે. એની અસર પણ પ્રબળ છે.

સૌ પ્રથમ વાત આવે છે નોકરી-ધંધા પર અસરની. AIનો ઉપયોગ કરી બધા ઓનલાઈન સપ્લાય કરવાવાળા આપણી દરેક જરૂરિઆત માટે આપણા રોજબરોજના જીવનમાં ઊંડો પેસારો કરતા જશે અને કદાચ નાના દુકાનદારોના ધંધાઓને બિનઅસરકારક બનાવતા જશે.

AI દ્વારા પુનરાવર્તિત કાર્યો ખૂબ જ ઝડપથી કરવાની ખાસિયતથી નોકરીઓનો વ્યાપ ઘટતો જશે. ફક્ત IT ક્ષેત્રમાં જ નહીં અન્યત્ર પણ.

Anthropicની નવી ચેટબોટ આવવાથી IT ક્ષેત્ર હચમચી ઊઠ્યું છે. આમેય ત્યાં નોકરિયાતોની છટણી મોટા પાયા પર થઈ રહી છે. હવે તો આ ક્ષેત્રની કંપનીઓને ટકી રહેવા માટે વધુ સ્પર્ધાત્મક બનવું પડશે. વધુ કરકસર કરવી પડશે.

હાલમાં ચાલી રહેલ વિદ્યાર્થીઓના આંદોલનમાં પેપર ફૂટવાની સાથે સાથે બેરોજગારી અથવા યોગ્ય નોકરી મેળવવામાં મુશ્કેલી પણ એટલી જ કારણભૂત હોઈ શકે. ટ્રમ્પના ભારતીય મૂળના નોકરિયાતો માટે, વિસા માટે વારંવાર બળાપાના કારણમાં મૂળભૂત કદાચ આ જ સમસ્યા છે.

પરંતુ બધું જ નિરાશાજનક નથી.

ઓદ્યોગિક ક્રાંતિએ આ વિશ્વમાં મોટા ફેરફાર આણ્યા હતા. Computerની અસરો પણ દૂરગામી હતી. AIના પણ થશે, પરંતુ ફેરફારોને આધીન બધું થાળે પડી ગયું હતું. કદાચ AIની અસર વધુ દૂરગામી અને વધુ તકલીફવાળી હશે.

ભારત એક વિશાળ વસ્તી અને વિશાળ પ્રદેશ ધરાવતો દેશ છે. ઘણા બધા શ્રમ પર આધારિત કાર્યો મળી રહે છે. હાલ પૂરતા એ કદાચ ચાલુ રહેશે. ડિલિવરી બૉયનો નવો ફલક ઊભો થયો છે. પરંતુ જે બધી રીતે સક્ષમ નથી, કોઈ વિષયમાં પારંગત નથી, Skilled નથી એમને નોકરી મેળવવી વધુ ને વધુ મુશ્કેલ બની રહેશે.

અન્ય જોખમમાં AIના કારણે આપણું જીવન ખુલ્લી કિતાબ જેવું બની રહ્યું છે. અંગત કશું રહેશે નહીં. ગોપનિયતાનો અભાવ વધતો જશે. કોઈ પણ ગૂગલ સર્ચ પછી એ વિષયની જાહેરાતોનો મારો બધાએ અનુભવ્યો હશે. કદાચ AI પરની અતિનિર્ભરતા શું આપણને લાચાર નહી બનાવે ? સમય જ જવાબ આપશે.

કદાચ ધંધા-વ્યાપારની કાર્યશૈલીમાં ફેરફાર કરવા જરૂરી બની રહેશે. નાના નાના ધંધા ઉદ્યોગોને બદલે જૂથ રચીને કંઈક મોટું વિચારવું જરૂરી બની રહેશે. આપણા સમાજે પણ રાહતની યોજનાઓની સાથે સાથે અદના આદમીને ઝઝૂમવા માટે કેળવવો પડશે.

આપણે આપણી ક્ષમતાને ચકાસી અને વધારવી પડશે અથવા નવી ક્ષમતા કેળવવી પડશે.

Upskill અથવા Reskill એ હવે આજની તાતી જરૂરિયાત બની રહેશે.

- અશ્વિન લક્ષ્મીબેન પોપટલાલ માલદે (ભુજપુર)
મો : ૯૮૨૦૨ ૧૬૦૩૧

પ્રમુખશ્રીની કલમે

☼ બિમલ જવેરબેન લાલજી વોરા ☼

બચત : સંસ્કારનો વારસો

બચત : સંસ્કારનો વારસો અને સમૃદ્ધ જીવનની મૂડી
ટીપે ટીપે સરોવર ભરાય, રૂપિયે રૂપિયે ભવિષ્ય ઘડાય

''કમાણી માણસને સમૃદ્ધ બનાવે છે, પરંતુ બચત તેને નિર્ભય બનાવે છે. આવક વધે કે ઘટે, બચત કરવાની આદત ક્યારેય ઘટવી ન જોઈએ.

મારા બાળપણમાં બાપુજી અને દાદા બાપા પાસેથી ઘણી એવી વાતો સાંભળવા અને જોવા મળતી, જે આજે મારા જીવનની અમૂલ્ય મૂડી બની ગઈ છે. આપણું મૂળ વતન કચ્છનું એક નાનકડું ગામ, ત્યાં જીવન સાદું હતું, પરંતુ સુખ, સંતોષ અને શાંતિથી ભરેલું હતું. ન દેખાદેખી હતી, ન વૈભવની દોડ હતી. જેટલી કમાણી થાય, તેમાં જ ઘર સંતોષપૂર્વક ચાલતું અને જે થોડું વધતું તેને ભવિષ્ય માટે ખૂબ જ કાળજીપૂર્વક સાચવી રાખવામાં આવતું.

મને આજે પણ યાદ છે... દાદા બાપા અને અમારા દાદીમા ક્યારેક બચાવેલ થોડાક રૂપિયા લોટના ડબ્બામાં મૂકી દેતાં, તો ક્યારેક લાકડાના પટારામાં રાખેલી કપડાની નાની પોટલીમાં બાંધીને સાચવી રાખતાં. એ રકમ મોટી નહોતી, પરંતુ તેમાં તેમનો પરિશ્રમ, દૂરંદેશી અને પરિવારના ભવિષ્યની ચિંતા સમાયેલી હતી. તેઓ હંમેશાં કહેતાં, ''બેટા, આજે બચાવેલો એક રૂપિયો માત્ર આપણો નથી; એ આવનારી પેઢીનો આધાર છે.'' બાળપણમાં આ વાતનો અર્થ પૂરો સમજાતો નહોતો, પરંતુ આજે સમજાય છે કે આપણા વડીલો આપણને માત્ર સંપત્તિ જ નહીં, બચતના સંસ્કાર પણ વારસામાં આપીને ગયા છે.

લોટના ડબ્બામાં કે પટારામાં સાચવેલો એક રૂપિયો બોલી ગયો,
''સંકટ આવે ત્યારે હું જ તારો સાચો સાથી થયો''.

આજે જ્યારે સમાજને નજીકથી નિહાળું છું ત્યારે એક પ્રશ્ન વારંવાર મારા મનમાં ઊભો થાય છે, શું આપણે બચતના સંસ્કાર ક્યાંક ગુમાવી દીધા છે?

એક સમય હતો જ્યારે આવક ઓછી હતી, પરંતુ મન સમૃદ્ધ હતું. લોકો જરૂરિયાત પ્રમાણે જીવતા, શોખ પ્રમાણે નહીં. ''જેટલી ચાદર હોય એટલા જ પગ લાંબા કરવા'' એ માત્ર કહેવત નહોતી, પરંતુ જીવન જીવવાનો સિદ્ધાંત હતો. જે મળ્યું તેમાં સંતોષ હતો. એટલે જીવનમાં શાંતિ હતી. નાની-નાની બચત ભેગી કરીને ભવિષ્યને સુરક્ષિત બનાવવાની સમજ હતી.

મિલકત કરતાં મોટો વારસો વડીલોએ આપણને આપ્યો,
બચતનો અમૂલ્ય સંસ્કાર જીવનનો સાચો દીવો પ્રગટાવ્યો.

આજે સમય બદલાયો છે. ટેક્નૉલૉજી વધી છે, આવકના નવા રસ્તા ખૂલ્યા છે, જીવન વધુ સુવિધાસભર બન્યું છે, પરંતુ સાથે સાથે ઈચ્છાઓ પણ અનેકગણી વધી ગઈ છે. સોશિયલ મીડિયાના આ યુગમાં ઘણી વાર આપણે પોતાની જરૂરિયાત કરતાં બીજાની જીવનશૈલીને જોઈને નિર્ણય લેવા લાગ્યા છીએ. હવે પ્રશ્ન ''મને શું જોઈએ?'' કરતાં ''લોકોને મારું કેવું દેખાશે?'' વધુ મહત્ત્વનો બની ગયો છે.

દેખાદેખીમાં ધન ખૂટે, સંતોષમાં સુખ સમાય,
બતચની નાની શરૂઆત, જીવનને સમૃદ્ધ બનાવાય.

આપણું જીવન સરળ બનવાને બદલે ઘણી વાર દેખાડાની સ્પર્ધામાં ફસાઈ ગયું છે. લગ્ન હોય, જન્મદિવસ હોય, પ્રવાસ હોય કે કોઈ ઉજવણી, ઘણી વાર ખર્ચ પોતાની ક્ષમતા કરતાં વધુ થઈ જાય છે. પરિણામે આવક હોવા છતાં બચત થતી નથી.

બચતનો અર્થ કરકસર કે કંજૂસાઈ નથી. બચત એટલે સમજદારી, બચત એટલે આજના દિવસ સાથે આવતી કાલ વિશે પણ વિચારવાની આદત, જીવનમાં ક્યારે કયો સમય આવી જાય તે કોઈ જાણતું નથી. બીમારી, વ્યવસાયમાં નુકસાન, નોકરીમાં અનિશ્ચિતતા કે કુટુંબની કોઈ જવાબદારી, આવા સમયે બચત જ સૌથી મોટો આધાર બની રહે છે.

બચત એ કરકસર નહીં, દૂરંદેશીનો શણગાર છે,
જે બચતને જીવનમાં આપનાવે, તેનું ભવિષ્ય સદાય સમૃદ્ધ અને સુખમય છે.

મિત્રો જીવનની સુંદર ભેટ છે. તેમની સાથે વિતાવેલી પળો જીવનને આનંદમય બનાવે છે. સંબંધો જાળવવા પણ જરૂરી છે, પરંતુ તેની સાથે એટલું જ જરૂરી છે કે આપણે પોતાના પરિવાર અને ભવિષ્ય પ્રત્યેની જવાબદારી પણ યાદ રાખીએ. આનંદ માટે ખર્ચ કરીએ, પરંતુ આવતી કાલની સુરક્ષા ભૂલીએ નહીં. સાચી સમજદારી એ છે કે જીવનનો આનંદ પણ માણીએ અને બચતનો આધાર પણ મજબૂત રાખીએ.

આજે સૌથી મોટી જરૂરિયાત માત્ર બચત કરવાની નથી. પરંતુ બચતના સંસ્કાર આપવાની છે. આપણે આપણાં સંતાનોને સારી શાળામાં ભણાવીએ છીએ, નવી ટેક્નૉલૉજી શીખવીએ છીએ, પરંતુ શું તેમને બચતનું મૂલ્ય શીખવીએ છીએ? જો બાળક નાનપણથી જ બચતની આદત શીખશે, તો જીવનભર આર્થિક રીતે મજબૂત અને જવાબદાર બનશે.

કમાણીથી ઘર ચાલે, બચતથી ભવિષ્ય ટકે,
જે આજે સંયમ શીખે, તે કાલે નિર્ભય જીવે.

આપણા વડીલોએ આપણને શીખવ્યું કે દરેક રૂપિયા પાછળ પરિશ્રમ છુપાયેલો હોય છે. તેથી દરેક ખર્ચ પહેલાં વિચારવું જોઈએ. આજે પણ જો આપણે દર મહિને આવકમાંથી થોડો ભાગ બચાવવાનો નિયમ બનાવી લઈએ, તો થોડાં વર્ષોમાં એ બચત આપણું સૌથી મોટું બળ બની શકે છે.

એક વાત હંમેશાં યાદ રાખવા જેવી છે કે મોટી આવક માણસને ધનિક નથી બનાવતી, પરંતુ નિયમિત બચત તેને આર્થિક રીતે મજબૂત બનાવે છે. લાખો રૂપિયાની આવક ધરાવતો માણસ પણ બચત વિના મુશ્કેલીમાં આવી શકે છે, જ્યારે મર્યાદિત આવક ધરાવતી વ્યક્તિ નિયમિત બચતથી નિરાંતભર્યું જીવન જીવી શકે છે.

આવક મોટી હોવી જરૂરી નથી, બચતની આદત મોટી હોવી જોઈએ,
સમૃદ્ધિ પૈસામાં નહીં, સમજદારીમાં હોવી જોઈએ.

આપણે ઘણી વાર બાળકો માટે મિલકત બનાવવાની વાત કરીએ છીએ, પરંતુ જો તેમને બચત, સંયમ અને સંતોષના સંસ્કાર આપી શકીએ, તો એ કોઈ પણ મિલકત કરતાં મોટો વારસો બનશે. પૈસા ખૂટે તો ફરી કમાઈ શકાય, પરંતુ સંસ્કાર ખૂટે તો જીવનની દિશા બદલાઈ જાય છે.

ચાલો, ફરી એકવાર આપણા વડીલોના જીવનમાંથી પ્રેરણા લઈએ. સમય બદલાયો છે, જીવનશૈલી બદલાઈ છે, પરંતુ બચતનું મહત્ત્વ આજે પણ એટલું જ અખંડ છે. આધુનિક જીવન જીવીએ, નવી તકો સ્વીકારીએ, પરંતુ ખર્ચ કરતાં પહેલાં એકવાર જરૂર વિચારીએ, શું આ ખરેખર જરૂરી છે ?

જો દરેક પરિવાર બચતને માત્ર આર્થિક બાબત નહીં, પરંતુ એક સંસ્કાર તરીકે અપનાવશે, તો આવનારી પેઢી માત્ર સમૃદ્ધ જ નહીં, પરંતુ જવાબદાર પણ બનશે.

કારણકે...

આજની બચત આવતી કાલની નિરાંત છે.

આજનો સંયમ આવતી કાલની સમૃદ્ધિ છે.

આજે બચાવેલો એક રૂપિયો કાલે અનેક ચિંતાઓથી બચાવી શકે છે.

''પૈસાની સાચી કિંમત કમાવવામાં નથી,

તેને સમજદારીથી સાચવવામાં છે.

ટીપે ટીપે સરોવર ભરાય,

રૂપિયે રૂપિયે ભવિષ્ય ઘડાય,''

ચાલો, આજે જ એક નાનકડો સંકલ્પ કરીએ...

'કમાણી સાથે વડીલોને યાદ કરીને બચત પણ કરીશું અને બચતને આપણા પરિવારનો સૌથી અમૂલ્ય સંસ્કાર બનાવીશું.'

ગામ : નવીનાર, મો : ૯૮૨૧૦ ૭૫૭૦૧

AMBIKA

અંબીકા બેગ હાઉસ

: ઉત્પાદક અને વિક્રેતા :

સર્વ પ્રકારની લેડીઝ બેગ્સ, સ્કૂલ બેગ્સ,
મની પર્સીસ અને કોમ્પલીમેન્ટરી આઈટમસ

૩૨૧, અબ્દુલ રહેમાન સ્ટ્રીટ, ક્રોફર્ડ માર્કેટ પાસે, મુંબઈ–૪૦૦૦૦૩.
ફોન : ઓફિસ : ૨૩૪૩ ૫૪૨૬, ૨૩૪૩ ૮૪૬૪ • ફેક્સ : ૫૬૩૫ ૯૦૪૪

લકી બેગ હાઉસ

૯૫, મારલેન રોડ, BST ક્વાટર્સ સામે, મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૦૮.
ટેલિફોન : ૨૩૦૨ ૧૯૪૨, ૨૩૦૨ ૧૯૪૪
www.luckybaghouse.com

INCREDIBLE INDIA

કાન્હેરી ગુફાઓ (KANHERI CAVES)

મુંબઈના હૃદયમાં છુપાયેલો બે હજાર વર્ષનો વારસો

જંગલની વચ્ચે વસેલું જ્ઞાનધામ

મુંબઈનું નામ સાંભળતાં જ ઊંચી ઈમારતો, ધમધમતું જીવન અને ટ્રાફિક યાદ આવે, પરંતુ એ જ મુંબઈના સંજય ગાંધી રાષ્ટ્રીય ઉદ્યાનની હરિયાળી વચ્ચે લગભગ બે હજાર વર્ષ જૂનું એક અનોખું બૌદ્ધ જ્ઞાન કેન્દ્ર વસેલું છે - કાન્હેરી ગુફાઓ.

''કૃષ્ણગિરિ'' એટલે કે કાળા પથ્થરના ડુંગર પરથી ''કાન્હેરી'' નામ પડ્યું હોવાનું માનવામાં આવે છે. બેસાલ્ટના વિશાળ પર્વતોને કોતરીને બનાવવામાં આવેલી આ ગુફાઓ આજે પણ પ્રાચીન ભારતની કારીગરી અને આધ્યાત્મિક પરંપરાની સાક્ષી બની ઊભી છે.

માત્ર ગુફાઓ નહીં... જીવંત વિશ્વવિદ્યાલય

ઈ.સ. પૂર્વે પ્રથમ સદીથી લઈને ઈ.સ.ની દસમી સદી સુધી કાન્હેરી બૌદ્ધ ભિક્ષુઓ માટે શિક્ષણ, ધ્યાન અને સંશોધનનું મહત્ત્વપૂર્ણ કેન્દ્ર રહ્યું હતું. અહીં દેશ-વિદેશથી ભિક્ષુઓ અભ્યાસ માટે આવતા અને ધર્મ, તત્ત્વજ્ઞાન તથા સંસ્કૃતિનો પ્રચાર કરતા. આજની ભાષામાં કહીએ તો કાન્હેરી માત્ર ગુફાઓનો સમૂહ નહોતો; તે પોતાના સમયનું એક જીવંત રેસિડેન્શિયલ યુનિવર્સિટી કૅમ્પસ હતું.

પથ્થરમાં કોતરાયેલી અદ્ભુત કળા

કાન્હેરી ગુફાઓમાં કુલ ૧૦૦થી વધુ ગુફાઓ છે. તેમાં પ્રાર્થના માટેનું ભવ્ય ચૈત્યગૃહ, ભિક્ષુઓનાં નિવાસસ્થાન, સભાખંડો, શિલાલેખો, બુદ્ધની પ્રતિમાઓ અને કોતરણી આજે પણ અદ્ભુત સ્થિતિમાં જોવા મળે છે. સૌથી આશ્ચર્યજનક વાત એ છે કે આ સમગ્ર સ્થાપત્ય એક જ પર્વતને કોતરીને બનાવવામાં આવ્યું છે.

પ્રાચીન ઈજનેરીનો અદ્ભુત નમૂનો

કાન્હેરીની બીજી વિશેષતા તેની જળવ્યવસ્થા છે. વરસાદી પાણીનો સંગ્રહ કરવા માટે પથ્થરમાં કોતરાયેલા ટાંકા, પાણી વહેવાના માર્ગો અને સંગ્રહની વ્યવસ્થા એ સમયની વૈજ્ઞાનિક સમજ દર્શાવે છે. આજે ''રેઈન વૉટર હાર્વેસ્ટિંગ''ની વાત કરીએ છીએ, જ્યારે કાન્હેરીએ આ વિચાર લગભગ બે હજાર વર્ષ પહેલાં અમલમાં મૂક્યો હતો.

આપણો વારસો... આપણી જવાબદારી

કાન્હેરી માત્ર પ્રવાસન સ્થળ નથી; તે ભારતનાં જ્ઞાન, કલા, આધ્યાત્મિકતા અને વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિકોણનું જીવંત પ્રતીક છે. આવી ઐતિહાસિક ધરોહર આપણને આપણા સમૃદ્ધ ભૂતકાળ સાથે જોડે છે અને ભવિષ્ય માટે પ્રેરણા આપે છે. મુંબઈના ગતિશીલ જીવન વચ્ચે સમય કાઢીને એકવાર કાન્હેરીની મુલાકાત જરૂર લેવી જોઈએ. કદાચ ત્યાંની શાંતિ, પ્રકૃતિ અને બે હજાર વર્ષ જૂનો ઈતિહાસ આપણા જીવનને નવી દૃષ્ટિએ જોવાની પ્રેરણા આપશે.

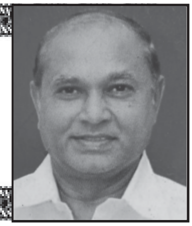
તસવીર અને માહિતી :

ગીતા અમૃતબેન નાનજી સતરા

ગુંદાલા - કાંદિવલી

મો.: ૯૩૨૪૨ ૨૦૪૬૫

લાડુ કે શિખંડ ?



ગુલાબ પાનબાઈ રવજી દેઢિયા

નવરા લોકો બહુ બિઝી હોય છે. એમને ઘડીની ફુરસદ નથી હોતી, કારણકે તેઓ બીજાના વાંક જોવામાંથી નવરાજ નથી થતા. સ્ત્રીઓની વાત આવે કે, ફટ દઈને તરત કહેવાના, સ્ત્રીઓ મૅચિંગમાંથી ઊંચી જ નથી આવવાની. એમને તો પર્સ, સેન્ડલ, રૂમાલ, ચાંદલો બધું જ મૅચિંગ જોઈએ.

આ મૅચિંગની વાત ખરેખર માર્મિક છે. બહેનોને પોતાના શણગારનું મૅચિંગ જોઈએ છે શું ? ના, એવું નથી. એક નારી ક્યાં ક્યાં મૅચિંગ કરે છે, કદી વિચાર કર્યો છે ?

સાસુ સાથે, જેઠાણી સાથે, નણંદ સાથે, પોતાનાં સંતાનો સાથે, પોતાની વહુ સાથે અને સૌથી વધુ તો પિત્તળ જેવા પતિ સાથે આખો જન્મારો સ્ત્રી જ મૅચિંગ કરે છે.

એક સભામાં વક્તાને કહેવામાં આવ્યું, સ્ત્રી અને પુરુષની તદ્દન જુદી રીતે સરખામણી કરો. એમને શેની ઉપમા આપશો ? વક્તાએ સ્ત્રીને શક્તિ અને પુરુષને સહનશક્તિ કહ્યું. સ્ત્રીને પ્રેરણામૂર્તિ ને પુરુષને લોખંડી કહ્યું. પ્રશ્ન પૂછનાર કહે આ નહિ, તદ્દન નવું કહો.

વક્તાએ કહ્યું સ્ત્રી શિખંડ જેવી છે તો પુરુષ લાડવા જેવો છે. અરે ! આ નવું, પણ સમજાવો કેવી રીતે ? વક્તાએ ઉદાહરણ આપ્યું: એક ડબ્બામાં વીસ કિલો લાડવા છે. એ લાડવાને એક પછી એક જુદા જુદા ડબ્બામાં ખાલી કરવાના છે. દસ મિનિટમાં થઈ જશે.

હવે વીસ કિલો શિખંડને એક ડબ્બામાંથી બીજામાં, બીજામાંથી ત્રીજામાં ઠાલવો, વાર તો ઘણી લાગશે, પણ સૌથી વિશેષ તો દરેક ડબ્બામાં થોડો શિખંડ રહી જશે. પેલા લાડુનું એવું નથી.

પુરુષો જ્યાંથી જાય ત્યાંથી નીકળી જ જાય, સ્ત્રીઓ પોતાની થોડી મીઠાશ, પોતાનો સ્પર્શ મૂકતી જાય છે. સભા ખુશ થઈ ગઈ.

સ્ત્રીઓ પાસે અદ્‌ભુત નિરીક્ષણશક્તિ છે. બહુ બારીકાઈથી જુએ, યાદ રાખે. જૂની વાતો ભૂલે નહિ. મૂળ વાત તો સંબંધો સાચવવામાં બહેનો મેદાન મારી જાય છે. પડોશની સ્ત્રી સાથે, બહેનપણી સાથે એવો સંબંધ રાખે કે, સામેની વ્યક્તિ પોતાના મનની વાત કહી શકે.

કોઈને દિલાસો દેવો હોય, હિમ્મત આપવી હોય, આશ્વાસન આપવું હોય ત્યારે સ્ત્રી પોતાની લાગણી, ઉષ્માનો ઉપયોગ કરે છે.

જે બહેનોને ફરવાનો, પ્રવાસનો શોખ છે, તેમની પાસે વિસ્મયનો ગુણ છે. નવું જાણવાની ધગશ છે. નવું શીખવું, નવું જોવું, નવા સાથે એડજેસ્ટ થવું સ્ત્રી માટે સહજ છે.

બહેનોએ વિસ્મય-આશ્ચર્યના ગુણને લેખનમાં કામે લગાડવો જોઈએ, બહેનો પોતાના અનુભવો લખે તો તે જરૂર રસપ્રદ બની શકે. નારી પાસે અનેક ક્ષેત્રની સર્જનશક્તિ તો છે જ. લેખન ક્ષેત્રમાં પોતાની સર્જનશક્તિનો ઉત્તમ ઉપયોગ કરી શકે છે. સ્ત્રી જો પ્રવાસ વર્ણન લખે, નિબંધ, વાર્તા કે કવિતા લખે તો એની છટા અનોખી હોય છે.

જ્યારે જાતઅનુભવનો કોઈ પ્રસંગ સ્ત્રી લખે તો તે ખૂબ જ રસપ્રદ અને પ્રેરણાદાયક બની શકે છે. અન્ય બહેનોને તે માર્ગદર્શનરૂપ બની શકે છે. એકનો અનુભવ બીજા માટે ટેકારૂપ બની શકે છે.

આજે જમાનો જે રીતે આગળ વધી રહ્યો છે. મૂલ્યો બદલાતાં જાય છે. કુટુંબ સંસ્થા નબળી પડી રહી છે. ત્યારે કુટુંબના આધારસ્તંભરૂપ નારીએ પોતાની ભૂમિકાને વધુ ત્રેવડ સાથે ભજવવાની છે. જૂનું ભલે બદલાય, ફૅશન આવે, શિક્ષણ બદલાય પણ અમુક સંસ્કારો તો સર્વકાલીન રહેવા જ જોઈએ.

કરકસર જેવો પારસમણિરૂપ ગુણ કુટુંબમાં નારી જ શીખવી શકે. આજે જમાનો ઉપભોક્તાવાદનો છે. વાપરો ને ફેંકો. વસ્તુઓ ખરીદવા અને વાપરવા માટે જ છે. એવો પ્રચાર જાહેરખબરો દ્વારા જોરશોરથી થઈ રહ્યો છે, જ્યારે વિવેકપૂર્વક કરકસરનો દાખલો સ્ત્રીએ બેસાડવા જેવો છે.

ત્યાગની મૂર્તિ સ્ત્રી છે જ. એ વાત કુટુંબના પ્રસંગોને ટાંકીને લખવા જેવી છે. પરિવારના નાના-મોટા અનેક અવસરોમાં ઉષ્મા કઈ રીતે ઉમેરવી, હૂંફનો સ્પર્શ કઈ રીતે આપવો એ સ્ત્રીએ લખવા જેવું છે.

બહેનો વાતડાહી તો હોય છે, તો કલમડાહી કેમ ન બને! સાદી ભાષા, ટૂંકાં વાક્યો. થોડીક માર્મિક વાતો બહેનો લખશે તો પોતાની સર્જનશક્તિને નવી દિશા મળશે. સર્જનનો આનંદ મળશે. આત્મગૌરવની ભાવના પ્રગટશે.

સમાજમાં હજી જડ રીતરિવાજો નાબૂદ નથી થયા. જર્જરિત ખોટા રિવાજોને હિમ્મતપૂર્વક નારી સમુદાય જ વિદાય આપી શકશે. અનેક સ્ત્રીઓ નાની-મોટી મુશ્કેલીઓ વખતો ચમત્કારોની માયાજાળમાં ફસાઈ જાય છે અને હેરાન થાય છે, એમને સાચો રસ્તો દેખાડવા જેવો છે. લાલ બત્તી ધરવા જેવી છે. આ કાર્ય કરવા ઘરેઘરે તો ન જઈ શકાય પણ કલમથી જરૂર થઈ શકે.

બહેનોએ શિખંડનો ગુણ યાદ રાખવા જેવો છે. સદ્‌ગુણો વહેંચીએ, કોઈને ખભે મમતાભર્યો હાથ મૂકીએ. કોઈની પ્રગતિનો શાબાશી દઈ બિરદાવીએ. નેગેટિવીટી ઘટાડવા પૉઝિટીવ વાતોને કુટુંબમાં, સખીઓ વચ્ચે, સ્નેહીજનો વચ્ચે ચર્ચીએ. હકારનો હાથ ઝાલીએ.

એક સ્ત્રી રસોડામાં કામ કરતી હોય છે, ત્યારે શું બે હાથથી જ કામ કરતી હોય છે? ના, એ તો અષ્ટભૂજા જેવી દેવી છે. આઠ કામ સાથે કરતી હોય છે. હા, વચ્ચે વચ્ચે લાડકા મોબાઈલને પણ વહાલ કરતી હોય છે. બીજાં કામોની વચ્ચે ગૅસ પર દૂધ મૂક્યું હોય છે ત્યાં એની નજર હોય જ છે. ગૃહિણીને

ખબર હોય છે કે, આ દૂધ મારું બેટું, એ જોતું જ હોય છે કે, જેવી હું નજર ચૂકવીશ કે એ ઊભરાઈ જવાનું. એ રાહ જોઈને જ ઊભું હોય છે.

આપણા સમગ્ર જીવનનું પણ એવું જ છે. રોજ સમય પસાર થતો જ રહે છે. જો સદુપયોગ ન કર્યો, પ્રમાદ કર્યો, સમય બરબાદ કર્યો, નકામો વેડફ્યો તો ગયા. ઊભરાઈ જતા દૂધની જેમ બગડતા સંબંધોને સાચવવાના છે. આપણા મનમાં પૂર્વગ્રહો અડ્ડો ન જમાવે તો જોવાનું છે. સાવચેત રહેવાનું છે.

હળવાશથી કહેવું હોય તો કહી શકાય કે, ભગવાને બધી વસ્તુઓનું સર્જન કર્યું. બધાં પ્રાણીઓ, પુરુષો બધાનું સર્જન કર્યું છેલ્લે સ્ત્રીને બનાવી અને હાથ ધોઈ નાખ્યા. સર્જનહારે પોતાના આ અનન્ય સર્જન નારીને સર્જનહાર બનાવી. સ્ત્રી સર્જક છે. સ્ત્રી સંસારબાગને નવપલ્લવિત કરનાર માળી છે. માતાની ભૂમિકાની તો શી વાત કરીએ? ચોક્કસ કહી શકાય કે, માતાના સર્જન પછી સર્જનહારે હાથ ધોયા હશે.

છેલ્લે એ વાત ભારપૂર્વક કહીએ કે, સ્ત્રીએ પોતાને અન્ડરએસ્ટીમેટ નથી કરવાની અને અન્ય કોઈને પણ એમ કરવા નથી દેવાનું. નારી તું નારાયણી છે એ ભૂલવાનું નથી.

નાની ખાખર,
મો. ૯૮૨૦૬૧૧૮૫૨

મુલચંદ લાલજી એન્ડ કું.

MULCHAND LALJI & CO.

Importers & Wholesale Dealers in :

One Side Coated Paper, Wet Strength Paper, Mettalized Paper, Glassine Paper, CCK Paper

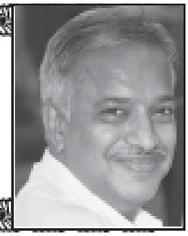
Admn. Office : 229/231, Perin Nariman (Bazar Gate) Street, 1st Flr., Fort, Mumbai - 400 001.

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

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

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

હવે આગળ શું ?



✲ સંજય ચંદનબેન વિસનજી છેડા ✲

સફર હજુ અધૂરી છે.

જ્યારે આપણા સમાજનો કોઈ વિદ્યાર્થી અભ્યાસમાં પ્રથમ આવે, કોઈ બાળક ચિત્રસ્પર્ધા જીતે, કોઈ ખેલાડી ટ્રૉફી મેળવે, કોઈ યુવાન ક્વિઝ, ચેસ, સંગીત કે અન્ય ક્ષેત્રમાં સફળતા મેળવે ત્યારે આખો સમાજ ગૌરવ અનુભવે છે. આ ગૌરવ યોગ્ય પણ છે અને જરૂરી પણ છે, કારણકે દરેક સિદ્ધિ પાછળ બાળકની મહેનત, પરિવારનો ત્યાગ અને સમાજનો ઉત્સાહ જોડાયેલો હોય છે.

પરંતુ આજે કદાચ એક પ્રશ્ન પોતાની જાતને પૂછવાનો સમય આવી ગયો છે. શું ''સમાજમાં પ્રથમ'' બનવું આપણું અંતિમ લક્ષ્ય છે ? કે પછી તે માત્ર લાંબી સફરનું પ્રથમ પગથિયું છે ? જો બાળકની સફર સમાજના મંચ પર પૂરી થઈ જાય, તો કદાચ આપણે તેની સૌથી મોટી શક્યતા અધૂરી છોડી દઈએ છીએ.

સમાજનો મંચ શરૂઆત માટે છે, અંત માટે નહીં

સમાજનો હેતુ માત્ર સ્પર્ધાઓ યોજવાનો કે ઈનામો આપવાનો નથી. સમાજનું સાચું કાર્ય પ્રતિભાને ઓળખવાનું, આત્મવિશ્વાસ આપવાનું અને મોટી દુનિયા માટે તૈયાર કરવાનું છે. જ્યારે કોઈ બાળક પ્રથમ વખત સમાજના મંચ પર ઊભું રહે છે, ત્યારે તેના મનમાં એક વિશ્વાસ જન્મે છે કે - હું પણ કંઈક કરી શકું છું. આ વિશ્વાસ જ સમાજની સૌથી મોટી ભેટ છે, પરંતુ એ પછીની જવાબદારી પણ સમાજની જ છે - તે બાળકને આગળની સફર માટે પ્રેરિત કરવાની.

''પ્રથમ KVO'' ગંતવ્ય નહીં, ટેક-ઓફ હોવું જોઈએ

કલ્પના કરો કે આપણા સમાજનું કોઈ બાળક ચેસમાં પ્રથમ આવે. હવે તેનો આગળનો પ્રશ્ન શું હોવો જોઈએ ? ''આગામી વર્ષે ફરી KVOમાં પ્રથમ આવવું ?'' કે પછી ''હવે મુંબઈ ચૅમ્પિયનશિપમાં રમવું છે ?''

જો કોઈ તરવૈયો સમાજમાં શ્રેષ્ઠ બને તો હવે તેનું લક્ષ્ય રાજ્ય સ્તર હોવું જોઈએ. જો કોઈ વિદ્યાર્થી સમાજમાં પ્રથમ આવે તો હવે તેની નજર UPSC, IIT, IIM, CA Rank National Olympiad કે વિશ્વની શ્રેષ્ઠ યુનિવર્સિટીઓ પર હોવી જોઈએ. સમાજમાં મળેલી ટ્રૉફી અંતિમ સફળતા નહીં, પરંતુ આગળ વધવા માટેનું આમંત્રણ બનવી જોઈએ.

પ્રતિભાને સમાજની સીમામાં કેમ બાંધી રાખવી ?

આપણે ઘણી વાર ''આપણા સમાજમાં પ્રથમ'' કહીને ખુશ થઈ જઈએ છીએ, પરંતુ સાચો પ્રશ્ન એ છે કે આપણા સમાજમાંથી ''મુંબઈમાં પ્રથમ'', ''મહારાષ્ટ્રમાં પ્રથમ'', ''ભારતમાં પ્રથમ'' અને ''વિશ્વમાં પ્રથમ'' કેટલા લોકો તૈયાર થઈ રહ્યા છે ?

આપણી ઓળખ માત્ર આપણા સમાજ સુધી મર્યાદિત ન રહેવી જોઈએ. આજે દેશ અને દુનિયા દરેક ક્ષેત્રમાં પ્રતિભાની રાહ જોઈ રહી છે. જો

આપણા યુવાનો પાસે ક્ષમતા છે, તો તેમની ઉડાન સમાજની સીમા સુધી કેમ અટકવી જોઈએ?

માત્ર રમતગમત નહીં... દરેક ક્ષેત્રમાં શ્રેષ્ઠતા

આ વિચાર માત્ર રમતગમત પૂરતો મર્યાદિત નથી. સમાજમાંથી IAS, IPS, IFS અધિકારીઓ કેમ ન ઊભા થાય? રાષ્ટ્રીય અને આંતરરાષ્ટ્રીય ખેલાડીઓ કેમ ન બને? વૈજ્ઞાનિકો, સંશોધકો, ડૉક્ટર, ચાર્ટર્ડ એકાઉન્ટન્ટ્સ, વકીલો, ઉદ્યોગસાહસિકો, લેખકો, સંગીતકારો, શિક્ષણવિદો, રાજકીય નેતાઓ, AI નિષ્ણાતો, સ્ટાર્ટઅપ સ્થાપકો અને સામાજિક આગેવાનો કેમ ન ઊભા થાય? દરેક બાળકની પ્રતિભા અલગ હોય છે. સમાજે માત્ર એક જ પ્રકારની સફળતાની વ્યાખ્યા ન બાંધવી જોઈએ. જ્યાં પ્રતિભા હોય ત્યાં માર્ગ ખુલ્લો હોવો જોઈએ.

માત્ર વિજેતાઓ નહીં, સપનાં પણ મોટાં બનાવીએ

સમાજમાં પ્રથમ આવવું ગૌરવની વાત છે, પરંતુ એ કરતાં પણ મોટું કામ છે - મોટાં સપનાં જોવાની હિંમત આપવી. ઘણાં બાળકો પોતાની ક્ષમતા કરતાં નાનાં લક્ષ્યો નક્કી કરે છે, કારણકે તેમની આસપાસના લોકો પણ એટલું જ વિચારે છે. સમાજનું કામ માત્ર અભિનંદન આપવાનું નહીં, પરંતુ પ્રેમથી પૂછવાનું પણ હોવું જોઈએ - આ એક પ્રશ્ન બાળકનું આખું જીવન બદલી શકે છે. **''અભિનંદન... હવે આગળ શું?''**

દરેક પ્રતિભા પાછળ આખો સમાજ ઊભો રહી શકે?

દરેક પરિવારમાં સમાન સંજોગો નથી હોતા. કોઈ પાસે સારા કોચ માટે પૈસા નથી, કોઈને બીજા શહેરમાં જઈ તાલીમ લેવી પડે છે, કોઈને પુસ્તકોની જરૂર હોય છે, કોઈને યોગ્ય માર્ગદર્શન મળતું નથી. જો સમાજ સાચા અર્થમાં પરિવાર છે, તો પછી એક બાળકની સફળતા માત્ર તેનાં માતા-પિતાની જવાબદારી કેમ રહે? સમાજમાં કોઈ આર્થિક સહાય કરી શકે, કોઈ કોચ શોધી આપે, કોઈ માર્ગદર્શન આપે, કોઈ યોગ્ય વ્યક્તિ સાથે જોડાણ કરાવી શકે, કોઈ પ્રોત્સાહન આપી શકે. ઘણી વખત પ્રતિભાને માત્ર એક વિશ્વાસની જરૂર હોય છે.

દરેક વ્યક્તિ મૅડલ નહીં જીતી શકે... પરંતુ મૅડલ જિતાડી શકે

સમાજના બધા સભ્યો ખેલાડી બનવાના નથી, IAS બનવાના નથી, બધા ઉદ્યોગસાહસિક બનવાના નથી, પરંતુ દરેક વ્યક્તિ કોઈને સફળ બનાવવામાં પોતાનો ફાળો આપી શકે છે. કોઈ પાસે અનુભવ છે, કોઈ પાસે સંપર્કો છે, કોઈ પાસે સમય છે, કોઈ પાસે જ્ઞાન છે, કોઈ પાસે આર્થિક શક્તિ છે, કોઈ પાસે માત્ર પ્રેરણાના બે શબ્દો છે. ઘણી વખત વિજેતા મંચ પર એકલો દેખાય છે, પરંતુ તેની પાછળ આખો સમાજ ઊભો હોય છે.

સ્પર્ધા સમાજની અંદર નહીં, સમાજની બહાર હોવી જોઈએ

સમાજની અંદરની સ્પર્ધા આપણને વધુ સારા બનવામાં મદદ કરે છે, પરંતુ આખી શક્તિ એકબીજાને હરાવવામાં ખર્ચાઈ જાય તો બહારની દુનિયામાં આગળ વધવું મુશ્કેલ બની જાય છે. આપણું સાચું મેદાન સમાજની અંદર નથી. આપણું મેદાન મુંબઈ છે, મહારાષ્ટ્ર છે, ભારત છે, વિશ્વ છે. સમાજની અંદરની સ્પર્ધા માત્ર તૈયારી છે; સાચી પરીક્ષા બહાર છે.

સમાજનું સૌથી મોટું રોકાણ ક્યાં હોવું જોઈએ ?

સમાજ ભવ્ય હૉલ બનાવી શકે છે, કાર્યક્રમો યોજી શકે છે, ઈનામો આપી શકે છે. આ બધું જરૂરી છે, પરંતુ આવનારા સમયમાં સૌથી મોટું રોકાણ જો ક્યાંય કરવાનું હોય, તો તે પ્રતિભાના વિકાસમાં કરવાનું છે. એક રાષ્ટ્રીય ખેલાડી, એક IAS અધિકારી, એક વૈજ્ઞાનિક, એક આંતરરાષ્ટ્રીય ઉદ્યોગસાહસિક, એક ઑલિમ્પિયન અથવા એક વિશ્વસ્તરીય સંશોધક આખા સમાજની ઓળખ બદલી શકે છે. ઈમારતો સમાજની સંપત્તિ છે, પરંતુ પ્રતિભા સમાજની ઓળખ છે.

યુવાનો એક બીજાને મળે, ઓળખે, પરસ્પર લગ્નની શક્યતાઓ વધે એ માટે નાની મોટી રમત ગમત ઠીક છે. પણ સાચી પ્રતિભાને ઓળખવા, એને રાજ્ય, નેશનલ કે ઈન્ટરનેશનલ લેવલ પર લઈ જવા એને યોગ્ય પ્લેટફૉર્મ અને ટ્રેનિંગ આપવા મટે ફંડિંગ, કોચ, સ્ટ્રેટજી, બધા માટે સંસ્થા લેવલ પર ખૂબ જ ગંભીર રીતે સમય, વિચાર અને મંચ આપવો જરૂરી છે.

આપણે પ્રશ્નો બદલવાનો સમય આવી ગયો છે.

અત્યાર સુધી આપણે પૂછતા આવ્યા છીએ - ''આ વર્ષે સમાજમાં પ્રથમ કોણ આવ્યું ?''

હવે કદાચ નવો પ્રશ્નો પૂછવાનો સમય છે.

''આ વર્ષે UPSCમાં આપણામાંથી કોણ સફળ થયું ?''

''આ વર્ષે ભારતનું પ્રતિનિધિત્વ કોણ કરી રહ્યું છે ?''

''આ વર્ષે રાષ્ટ્રીય કક્ષાએ કયા યુવાનો સ્થાન મેળવ્યું ?''

''આ વર્ષે કયા વિદ્યાર્થીએ વિશ્વની શ્રેષ્ઠ યુનિવર્સિટીમાં પ્રવેશ મેળવ્યો ?''

જ્યારે પ્રશ્નો બદલાય છે, ત્યારે સમાજની દિશા પણ બદલાય છે.

આવતી પેઢી માટે એક નવી વિચારધારા

આપણું સ્વપ્ન એવું હોવું જોઈએ કે સમાજની દરેક સ્પર્ધા, દરેક કાર્યક્રમ અને દરેક સન્માન સમારંભ એક નવા પ્રવાસની શરૂઆત બને. સમાજમાં મળેલું સન્માન બાળકને સંતોષ ન આપે; નવી જવાબદારીની અનુભૂતિ કરાવે. એ દિવસ સાચી સફળતા ગણાશે, જ્યારે આપણા સમાજનો દરેક વિજેતા પોતાના મનમાં કહેશે ''હવે મારી સફર શરૂ થઈ છે.''

સમાજની સાચી ઓળખ

સમાજનું ગૌરવ એ નથી કે દર વર્ષે કેટલાં ઈનામો વહેંચાયા. સમાજનું ગૌરવ એ છે કે દર વર્ષે કેટલા યુવાનો સમાજના મંચ પરથી ઊડીને રાજ્ય, દેશ અને વિશ્વના મંચ સુધી પહોંચ્યા. ચાલો, સમાજમાં પ્રથમ આવનાર દરેક બાળકની ઉજવણી કરીએ, પરંતુ એ ઉજવણી પછી પ્રેમથી માત્ર એક જ પ્રશ્ન પૂછીએ-

''હવે આગળ શું ?''

- રતાડિયા ગણેશવાલા,

મો.: ૯૮૯૨૮૧૫૩૬૭

અસીં સુખમેં કડેં ગજોં ન તા,
નેં ડુખસેં કડેં ડજોં ન તા,
કુધરત વિચારી કુરો કંધી 'તેજ'
અસીં આફત ભરા ધ્રજોં ન તા
કવિ 'તેજ'

મન સે બાત

✻ રાજન ભાનુબેન કાંતિલાલ ધરોડ ✻

Echo Point માત્ર પહાડોમાં નથી... આપણા મનમાં પણ છે

બાળપણમાં જ્યારે હિલ સ્ટેશન પર આવેલા **Echo Point** પર જઈને બૂમો પાડતા, ત્યારે થોડી ક્ષણો પછી એ જ શબ્દો પાછા સંભળાતા. એ સમયે આ એક રમત લાગતી હતી, પરંતુ જીવન જીવતાં સમજાય છે કે આપણું મન પણ કંઈક આવું જ કાર્ય કરે છે. આપણે જે વિચારો, શબ્દો અને માન્યતાઓ તેમાં વારંવાર મૂકીએ છીએ, તે જ થોડા સમય પછી આપણાં વિચારો, નિર્ણયો, વર્તન અને વ્યક્તિત્વ બનીને પાછાં આપણાં જીવનમાં પ્રગટ થાય છે.

કમ્પ્યુટરની દુનિયામાં એક ખૂબ જાણીતો સિદ્ધાંત છે - **GIGO (Garbage In, Garbage Out).** એટલે કે કમ્પ્યુટરમાં કે આજના AI ટૂલ્સમાં જે માહિતી નાખીએ, તે જ પ્રકારનું પરિણામ બહાર આવે. આપણું મન પણ આ જ નિયમને અનુસરે છે. મનમાં નકારાત્મકતા ભરશો તો જીવનમાં નકારાત્મકતા દેખાશે; મનમાં આત્મવિશ્વાસ, આશા અને સકારાત્મકતા ભરીશું તો એ જ આપણા વ્યક્તિત્વનો ભાગ બની જશે.

આપણે સૌથી વધુ વાત કોની સાથે કરીએ છીએ ?

આપણે રોજ અસંખ્ય લોકો સાથે વાત કરીએ છીએ, પરંતુ સૌથી લાંબી અને સૌથી વધુ વાત એક વ્યક્તિ સાથે કરીએ છીએ - અને એ વ્યક્તિ છે આપણે પોતે જાગતા હોઈએ ત્યાં સુધી આપણા મનમાં સતત કોઈ ને કોઈ સંવાદ ચાલતો રહે છે, ક્યારેક પ્રશ્નો, ક્યારેક જવાબો, ક્યારેક ચિંતા, ક્યારેક કલ્પના અને ક્યારેક પોતાની જ ટીકા. આ અવિરત આંતરિક સંવાદને જ **Self-Talk** કહેવામાં આવે છે.

વિશ્વપ્રસિદ્ધ લેખક ડૉ. શેડ હેલ્મસ્ટેટર પોતાના પુસ્તક *What to Say When You Talk to Your Self*માં લખે છે - **"Self-talk is the operating system of the human mind."** જે રીતે ઓપરેર્ટિંગ સિસ્ટમ આખા કમ્પ્યુટરને ચલાવે છે, તેવી જ રીતે પોતાની સાથે થતી વાતચીત આપણા વિચારો, નિર્ણયો, આત્મવિશ્વાસ અને આખા જીવનની દિશા નક્કી કરે છે.

મનનું પ્રોગ્રામિંગ ક્યારે શરૂ થાય છે ?

આપણા મનનું પ્રોગ્રામિંગ જન્મ પછી તરત જ શરૂ જાય છે. બાળપણમાં માતા-પિતા, શિક્ષકો, સગાં-સંબંધીઓ અને સમાજ પાસેથી આપણે હજારો પ્રકારના સંદેશાઓ સાંભળતા હોઈએ છીએ.
તું નથી કરી શકતો, તું બહુ સામાન્ય છે, તારાથી નહીં થાય, આ કામ તારું નથી, ભૂલ ન કરજે.

આવા અસંખ્ય શબ્દો ધીમે ધીમે આપણા અવચેતન મનમાં સંગ્રહાતા જાય છે.

વર્ષો પછી પણ આપણે ઘણી વાર પોતાની ક્ષમતા પ્રમાણે નહીં, પરંતુ આ જૂના પ્રોગ્રામિંગ પ્રમાણે જીવતા હોઈએ છીએ. ઘણી મર્યાદાઓ વાસ્તવિક હોતી નથી; તે માત્ર વર્ષો પહેલાં સાંભળેલા શબ્દોનું પ્રતિબિંબ હોય છે. પરિવર્તનની શરૂઆત ત્યારે થાય

છે જ્યારે આપણે સમજીએ કે આપણા મનમાં ચાલતી દરેક વાત સત્ય નથી.

ઘણી વખત આપણે નકારાત્મક Self-Talk ઓળખતા પણ નથી.

મોટા ભાગના લોકો ક્યારેય એમ નથી કહેતા કે ''હું નિષ્ફળ માણસ છું.'' પરંતુ તેઓ અજાણતા જ બીજી રીતે એ જ વાત પોતાની જાતને કહેતા રહે છે.

''મારું નસીબ જ ખરાબ છે''.

''હું અંગ્રેજીમાં કાચો છું.''

''હવે મારી ઉંમર થઈ ગઈ.''

''હું સ્ટેજ પર બોલી શકતો નથી.''

''અમારા ઘરમાં કોઈએ આવું કર્યું નથી.''

''મને નામ યાદ રહેતા નથી.''

આ બધાં વાક્યો હકીકત નથી, પરંતુ વર્ષોથી ચાલતો **Self-Talk** છે. દુર્ભાગ્ય એ છે કે આપણે તેને સત્ય માની લઈએ છીએ અને પછી આખું જીવન એ જ મર્યાદાઓમાં જીવતા રહીએ છીએ.

મગજ દલીલ કરતું નથી... આદેશ સ્વીકારી લે છે

આપણા અવચેતન મનની સૌથી રસપ્રદ બાબત એ છે કે તે આપણા શબ્દો સાથે દલીલ કરતું નથી. આપણે જે વારંવાર કહીએ છીએ, તે જ તે સ્વીકારી લે છે. જો આપણે સતત કહીએ કે ''મને નામ યાદ રહેતા નથી'', તો ધીમે ધીમે મગજ પણ એ જ રીતે કાર્ય કરવા લાગે છે. જો આપણે સતત કહીએ કે ''હું લોકો સામે બોલી શકતો નથી.'' તો મન પણ એ જ માન્યતા મજબૂત બનાવે છે.

બીજી તરફ, જો આપણે પોતાની જાતને કહીએ કે...

હું ઝડપથી શીખું છું.

હું આત્મવિશ્વાસી છું.

હું દરેક દિવસ વધુ સારો બની રહ્યો છું

તો મગજ પણ એ જ દિશામાં કામ કરવાનું શરૂ કરે છે. કદાચ એટલા માટે જ સફળ લોકો પોતાની સાથે થતી વાતચીત પ્રત્યે ખૂબ જ સજાગ હોય છે.

પરિવર્તનની સફર પાંચ પડાવમાંથી પસાર થાય છે.

ડૉ. હેલ્મસ્ટેટર **Self-Talk**ના પાંચ સ્તરો સમજાવે છે. શરૂઆતમાં માણસ પોતાની મર્યાદાઓને જ સત્ય માની લે છે - ''હું નથી કરી શકતો'', ''મારાથી નહીં થાય.'' પછી એક સમય એવો આવે છે જ્યારે તેને સમજાય છે કે બદલાવ જરૂરી છે. તે પછી નિર્ણય આવે છે કે હવે જૂનાં બહાનાં છોડીને આગળ વધવું છે.

આગળ જતાં માણસ પોતાની નવી ઓળખ સ્વીકારવા લાગે છે.

હું આત્મવિશ્વાસી છું

હું શીખી રહ્યો છું,

હું સતત સુધરી રહ્યો છું.

અંતે તે જીવનને સકારાત્મક દૃષ્ટિએ જોવાનું શીખી જાય છે. મુશ્કેલીઓ હવે તેને રોકતી નથી; તેને વધુ મજબૂત બનાવે છે. આ પરિવર્તન એક દિવસમાં નહીં, પરંતુ સતત અભ્યાસથી શક્ય બને છે.

''હું છું... શબ્દોમાં અદ્‌ભુત શક્તિ છુપાયેલી છે.

આપણે ઘણી વાર કહીએ છીએ - ''હું એક દિવસ સફળ બનીશ'' અથવા ''હું આત્મવિશ્વાસ મેળવવાનો પ્રયત્ન કરી રહ્યો છું'', પરંતુ આપણું મગજ વર્તમાનકાળને વધુ ઝડપથી સ્વીકારે છે. તેથી ''હું સફળતા માટે યોગ્ય નિર્ણયો લઈ રહ્યો છું'', ''હું આત્મવિશ્વાસી છું'', ''હું શિસ્તબદ્ધ જીવન જીવું છું'' જેવાં વાક્યો વધુ અસરકારક બને છે.

આનો અર્થ એ નથી કે આપણે ખોટી કલ્પનાઓ કરીએ. તેનો અર્થ એટલો જ છે કે આપણે પોતાની નવી ઓળખનું નિર્માણ આજથી શરૂ કરીએ. મગજને દિશા જોઈએ છે, માત્ર ઈચ્છા નહીં.

સ્પષ્ટ શબ્દો મનને સ્પષ્ટ દિશા આપે છે

મન અસ્પષ્ટ સૂચનાઓ કરતાં સ્પષ્ટ સૂચનાઓને વધુ સારી રીતે અનુસરે છે. ''મારે સારું બનવું છે'' એ એક ઈચ્છા છે, જ્યારે ''હું દરરોજ ત્રીસ મિનિટ ચાલું છું'', ''હું દરરોજ એક કલાક વાંચું છું'' અથવા ''હું મારી આવક વધારવા માટે નવી તકો શોધું છું'' એ સ્પષ્ટ દિશા છે. આપણું મગજ એક કુશળ સહાયક જેવું છે. તેને જેટલી સ્પષ્ટ સૂચના મળશે, એટલી જ સ્પષ્ટ રીતે તે આપણને એ દિશામાં આગળ વધારશે.

પુનરાવર્તન વિના મન બદલાતું નથી

એક દિવસ સકારાત્મક વિચારવાથી વર્ષો જૂનું પ્રોગ્રામિંગ બદલાતું નથી. જેમ સંગીત, રમતગમત કે કોઈ પણ કળામાં નિપુણતા માટે સતત પ્રૅક્ટિસ જરૂરી છે, તેમ મનને પણ રોજ નવી દિશામાં તાલીમ આપવી પડે છે. વિશ્વના મોટા ખેલાડીઓ માત્ર શરીરની જ નહીં, મનની પણ તાલીમ લે છે. તેઓ સફળતાની કલ્પના કરે છે, પોતાની સાથે સકારાત્મક વાત કરે છે અને વારંવાર પોતાના લક્ષ્યને મનમાં જીવંત રાખે છે. મનને મળતું પુનરાવર્તન ધીમે ધીમે નવી માન્યતાઓનું નિર્માણ કરે છે.

આજના સમયમાં Self-Talk વધુ જરૂરી કેમ બન્યું છે ?

આજનો માણસ કદાચ પહેલાં કરતાં વધુ માહિતી મેળવે છે, પરંતુ વધુ નકારાત્મકતા પણ મેળવે છે. સમાચાર, સોશિયલ મીડિયા, સતત સરખામણી, ટીકા, નિરાશાજનક ચર્ચાઓ અને અનિશ્ચિતતા મન પર સતત અસર કરે છે. જો આપણે મનને સકારાત્મક શબ્દોથી પોષણ નહીં આપીએ, તો બહારની નકારાત્મકતા ધીમે ધીમે અંદર ઘર બનાવી લે છે. તેથી **Self-Talk** કોઈ એક દિવસનો અભ્યાસ નથી. તે જીવનભરની ટેવ છે. જેમ શરીરને દરરોજ પોષણ જોઈએ છે, તેમ મનને પણ દરરોજ સારા વિચારો, સારા શબ્દો અને સારા સંવાદની જરૂર પડે છે.

દરરોજ પોતાની જાતને શું કહેવું ?

દરોરજ થોડો સમય કાઢીને પોતાની જાતને સકારાત્મક અને પ્રેરણાદાયક શબ્દો કહેવાની ટેવ વિકસાવવી જોઈએ.

હું શાંત અને સ્થિર છું.

હું દરરરોજ વધુ સારો બની રહ્યો છું.

હું દરેક પડકારને તકમાં ફેરવી શકું છું.

હું મારા જીવનની સંપૂર્ણ જવાબદારી સ્વીકારું છું.

મારી ક્ષમતાઓ પર મને વિશ્વાસ છે.

આવા શબ્દો માત્ર પ્રેરણાત્મક વાક્યો નથી, પરંતુ મન માટેના નવા પ્રોગ્રામિંગ છે.

જીવન બદલવાનો સૌથી સરળ માર્ગ

દુનિયામાં બે પ્રકારના લોકો હોય છે. એક એવા, જે આખું જીવન બીજાઓએ તેમના વિશે શું કહ્યું છે તેના આધારે જીવતા રહે છે. બીજા એવા, જે એક દિવસ નક્કી કરે છે કે હવે મારી જિંદગીનો સૌથી પ્રભાવશાળી અવાજ મારો પોતાનો હશે. એ દિવસથી તેમની જિંદગી બદલાવા લાગે છે.

આપણે જીવનમાં બીજાને શું કહીએ છીએ તે મહત્ત્વનું છે, પરંતુ તેનાથી પણ વધુ મહત્ત્વનું છે કે આપણે પોતાની જાતને શું કહીએ છીએ, કારણકે આપણા મનમાં આજે ચાલતી વાતચીત જ આવતી કાલનું જીવન ઘડે છે. યાદ રાખો-શબ્દો બદલાશે તો વિચારો બદલાશે; વિચારો બદલાશે તો આદતો બદલાશે; આદતો બદલાશે તો વ્યક્તિત્વ બદલાશે અને વ્યક્તિત્વ બદલાશે તો આખું જીવન નવી દિશા પકડી લેશે.

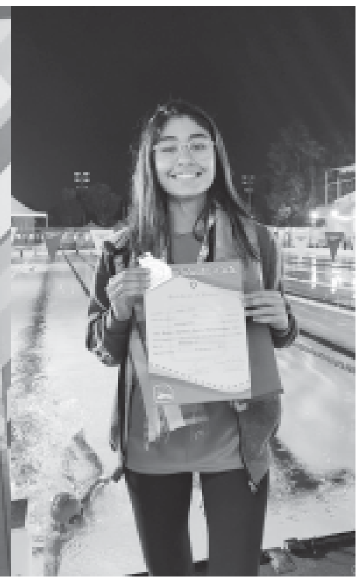
ગામ : લુણી,

મો.: ૯૮૨૦૫ ૩૫૨૭૧

આપણા સમાજની પ્રતિભા – તનિષા દીપાલી ભાવેશ છેડા

સંકલનઃ સૂર્યકાંત અમૃતબેન દામજી કક્કા

સફળતાની ચમક બધાને દેખાય છે, પરંતુ તેની પાછળની વર્ષોની મહેનત, ત્યાગ, શિસ્ત અને સંઘર્ષ બહુ ઓછા લોકોને દેખાય છે. મૅડલ ગળામાં પહેરાય છે, પરંતુ તેને મેળવવા માટે અસંખ્ય કલાકોની મહેનત, અનેક નિષ્ફળતાઓ, સતત પ્રૅક્ટિસ અને અડગ મનોબળની જરૂર પડે છે. આપણા સમાજની પ્રતિભાશાળી દીકરી **તનિષા દીપાલી ભાવેશ છેડા, ડોણ-વડાલા**ની સફર આવી જ પ્રેરણાદાયી છે.



આજે જ્યારે આપણે તનિષાનું નામ **રાજ્ય રાષ્ટ્રીય અને આંતરરાષ્ટ્રીય સ્તરની સ્વિમિંગ સ્પર્ધાઓ સાથે જોડાયેલું સાંભળીએ છીએ.** ત્યારે કદાચ આપણે તેની પાછળની લાંબી યાત્રાની કલ્પના પણ કરી શકતા નથી. આ યાત્રાની શરૂઆત ત્યારે થઈ હતી જ્યારે તનિષા માત્ર પાંચ વર્ષની હતી. આટલી નાની ઉંમરે જે તેણે પાણી સાથે મિત્રતા કરી અને સ્વિમિંગને પોતાના જીવનનો એક અભિન્ન ભાગ બનાવી દીધો.

શરૂઆતના દિવસોમાં કદાચ કોઈને ખ્યાલ નહોતો કે આ નાની બાળકી એક દિવસ દેશનું પ્રતિનિધિત્વ કરશે, પરંતુ મહારાષ્ટ્રના વરિષ્ઠ કૉચ ટાકલે સરની પારખુ નજરે તનિષાની કુદરતી પ્રતિભાને ખૂબ વહેલી ઉંમરે ઓળખી લીધી. ખાસ કરીને બ્રેસ્ટ સ્ટ્રોકમાં તેની કુશળતા જોઈને તેમણે સમજ્યું કે આ બાળકીમાં કંઈક વિશેષ છે. ઘણી વખત પ્રતિભા જન્મજાત હોય છે, પરંતુ યોગ્ય માર્ગદર્શન વિના તે ખીલી શકતી નથી. ટાકલે સરે તનિષાની પ્રતિભાને ઓળખી અને તેની સફરને યોગ્ય દિશા આપી.

સ્પર્ધાત્મક સ્વિમિંગની દુનિયામાં પ્રવેશ કર્યા પછી તનિષા દરરોજ લગભગ પાંચ કલાક સુધી સ્વિમિંગની તાલીમ લેતી હતી. જેમ જેમ સ્પર્ધાનો સ્તર ઊંચો બનતો ગયો તેમ તેમ તાલીમનું પ્રમાણ પણ વધતું ગયું. મિત્રો રજાઓ માણતા હોય, પરિવાર પ્રસંગોમાં વ્યસ્ત હોય અથવા અન્ય બાળકો મોજમસ્તી કરતાં હોય ત્યારે ખેલાડી માટે દિવસનો મોટો ભાગ તાલીમ માટે સમર્પિત કરવો પડે છે. તનિષાએ આ બધું સ્વીકાર્યું.

તેણે પોતાની ઉંમરનાં સામાન્ય બાળકો જેવો માર્ગ પસંદ કર્યો નહોતો. તેણે પડકારોનો માર્ગ પસંદ કર્યો હતો. વહેલી સવારે ઊઠવું, સતત પ્રૅક્ટિસ કરવી, શારીરિક થાકને હરાવવો, અભ્યાસ અને રમતગમત વચ્ચે સંતુલન જાળવવું અને ફરી બીજા દિવસે એ જ ઉત્સાહ સાથે પાણીમાં ઊતરી જવું - આ બધું વર્ષો સુધી કરવું સહેલું નથી, પરંતુ તનિષાએ પોતાના ધ્યેયને કેન્દ્રમાં રાખીને આ શિસ્તને જીવનનો ભાગ બનાવી દીધો.

જિલ્લા કક્ષાની સ્પર્ધાઓ અને ક્લબ મીટ્સથી શરૂ થયેલી તેની સફર ધીમે ધીમે રાજ્ય અને આંતરરાજ્ય સ્તર સુધી પહોંચી. સતત શ્રેષ્ઠ ખેલાડીઓ વચ્ચે ટોપ **૩** થી ટોપ **૫**માં સ્થાન જાળવી રાખવું એ કંઈ સંજોગોનું પરિણામ નહોતું, પરંતુ લાંબા સમય સુધી કરેલી નિયમિત કઠોર મહેનતનું પરિણામ હતું.

તનિષાની કારકિર્દીના વિકાસમાં અનેક પ્રતિષ્ઠિત કૉચનો મહત્ત્વપૂર્ણ ફાળો રહ્યો છે. ટાકલે સર પછી તેને ભારતના અગ્રણી તરવૈયાઓમાંના એક, અર્જુન એવૉર્ડી, ઑલિમ્પિયન અને કૉમનવેલ્થ મૅડલિસ્ટ સંદીપ સેજવાલના માર્ગદર્શન હેઠળ તાલીમ લેવાની તક મળી. આંતરરાષ્ટ્રીય સ્તરે ભારતનું પ્રતિનિધિત્વ કરનાર ખેલાડી પાસેથી મળેલું માર્ગદર્શન તનિષાના વિકાસ માટે મહત્ત્વપૂર્ણ સાબિત થયું. સંદીપ સેજવાલના માર્ગદર્શન હેઠળ તેણે પોતાની ટેક્નિક, સ્પર્ધાત્મકતા અને રમત પ્રત્યેની સમજણને વધુ મજબૂત બનાવી.

પરંતુ રાષ્ટ્રીય સ્તરે વધુ મોટી સફળતા મેળવવા માટે વધુ કઠોર તૈયારીની જરૂર હતી. આ માટે તેણે ભારતના સૌથી પ્રતિષ્ઠિત સ્વિમિંગ કૉચ પૈકીના એક દ્રોણાચાર્ય એવૉર્ડી નિહાર અમીનના માર્ગદર્શન હેઠળ બૅંગલોરની ડોલ્ફિન એકૅડેમીમાં તાલીમ લીધી. ખાસ નોંધનીય બાબત એ છે કે નિહાર અમીન એ જ કૉચ છે જેમણે સંદીપ સેજવાલ જેવા ખેલાડીઓને પણ ઘડ્યા હતા. બૅંગલોરમાં પરિવારથી દૂર રહીને

કઠોર તાલીમ લેવાનો નિર્ણય તનિષા માટે સરળ નહોતો, પરંતુ મોટી સિદ્ધિઓ ઘણી વખત મોટા ત્યાગની માંગ કરે છે. પરિવારની હૂંફથી દૂર રહીને માત્ર પોતાના ધ્યેય માટે જીવવું અને સતત તાલીમ લેવી તેની પ્રતિબદ્ધતાનું ઉત્તમ ઉદાહરણ છે.

આ કઠોર પરિશ્રમનું પરિણામ પણ મળ્યું. તનિષાએ અત્યાર સુધીમાં ૬૦થી વધુ સ્પર્ધાઓમાં ભાગ લઈને અનેક વખત પોડિયમ પર સ્થાન મેળવ્યું છે.

સપ્ટેમ્બર, ૨૦૧૮માં IBSO અંતર્ગત રાજ્ય કક્ષાની સ્પર્ધામાં ૫૦ મી., ૧૦૦ મી. અને ૨૦૦ મી. બ્રેસ્ટ સ્ટ્રોકમાં ગોલ્ડ.

સપ્ટેમ્બર, ૨૦૧૯માં ISSO અંતર્ગત રાજ્ય કક્ષાની સ્પર્ધામાં બ્રેસ્ટ સ્ટ્રોકમાં ૫૦ મી. ગોલ્ડ, ૧૦૦ મી. તથા ૨૦૦ મી. સિલ્વર.

ડિસેમ્બર, ૨૦૧૯માં ક્લબ (રાષ્ટ્રીય) સ્પર્ધામાં ૫૦ મી. ૧૦૦ મી. તથા ૨૦૦ મી. બ્રેસ્ટ સ્ટ્રોકમાં ગોલ્ડ.

જાન્યુઆરી, ૨૦૨૦ ખેલો ઈન્ડિયા યુથ ગેમમાં ભાગ લીધેલ.

માર્ચ, ૨૦૨૧માં SFI ઈન્વિટેશનલ (સિનિયર) અંતર્ગત રાષ્ટ્રીય કક્ષાની સ્પર્ધામાં બ્રેસ્ટ સ્ટ્રોકમાં ૫૦ મી. ગોલ્ડ

માર્ચ ૨૦૨૧ SFI ઈન્વિટેશનલ (સિનિયર) અંતર્ગત રાષ્ટ્રીય કક્ષાની સ્પર્ધામાં બ્રેસ્ટ સ્ટ્રોકમાં ૫૦ મી. બ્રોન્ઝ, ૧૦૦ મી. ગોલ્ડ.

સપ્ટેમ્બર, ૨૦૨૧માં KSA અંતર્ગત રાજ્ય કક્ષાની સ્પર્ધામાં બ્રેસ્ટ સ્ટ્રોકમાં ૫૦ મી. ગોલ્ડ, ૧૦૦ મી. સિલ્વર.

ઑક્ટોબર, ૨૦૨૧માં SFI (જુનિયર) અંતર્ગત રાજ્ય કક્ષાની સ્પર્ધામાં બ્રેસ્ટ સ્ટ્રોકમાં ૫૦ મી. તથા ૧૦૦ મી. માં સિલ્વર.

વર્ષ ૨૦૨૨માં ફ્રાન્સના કેન શહેરમાં યોજાયેલી IB ઈન્ટરનેશનલ સ્કૂલ સ્પોર્ટ્સ સ્પર્ધામાં ભારતનું પ્રતિનિધિત્વ કરીને તેણે માત્ર પોતાનું

નહીં, પરંતુ દેશ અને સમાજનું નામ પણ ગૌરવપૂર્વક ઉજ્જવળ બનાવ્યું.

પરંતુ તનિષાની સૌથી મોટી વિશેષતા માત્ર એટલી નથી કે તે એક સફળ સ્વિમર છે. સ્વિમિંગ તેને જીવનનો એક નવો માર્ગ પણ બતાવ્યો. બાળપણથી જ તેને પોતાના સ્પોર્ટ્સ ન્યુટ્રિશનિસ્ટ પ્રત્યે વિશેષ આકર્ષણ હતું. તેઓ જ્યારે કાર્બોહાઈડ્રેટ્સ, મેટાબોલિઝમ ઊર્જા અને શરીરની કાર્યપદ્ધતિ વિશે સમજાવતા ત્યારે તનિષાના મનમાં અનેક પ્રશ્નો જન્મતા. આઠ વર્ષની ઉંમરથી જ તે સમજવા લાગી હતી કે ખોરાક, શરીરની શક્તિ અને રમતગમતના પ્રદર્શન વચ્ચે અત્યંત ગાઢ સંબંધ છે.

સ્વિમિંગે તેને માત્ર શરીરને નહીં, પરંતુ માનવ શરીરના વિજ્ઞાનને સમજવાની પ્રેરણા આપી. તાલીમ દરમિયાન તે સતત વિચારતી કે શરીર કેવી રીતે ઊર્જા ઉત્પન્ન કરે છે, કેવી રીતે થાકમાંથી બહાર આવે છે, કેવી રીતે પોતાને વધુ મજબૂત બનાવે છે અને કેવી રીતે સતત બદલાતી પરિસ્થિતિઓને અનુરૂપ પોતાને ઢાળી શકે છે. આ જિજ્ઞાસાએ તેને વિજ્ઞાન અને સંશોધનની દુનિયા તરફ આગળ ધપાવી.

આજે તનિષા અમેરિકાની પ્રતિષ્ઠિત એમોરી યુનિવર્સિટી, એટલાન્ટામાં અર્થશાસ્ત્ર, હ્યુમન હેલ્થ અને ન્યુટ્રિશનનો અભ્યાસ કરી રહી છે. શરૂઆતમાં તેનો વિચાર મેડિસિન ક્ષેત્રમાં જવાનો હતો, પરંતુ માનવશરીર, પોષણ અને રમતગમતના પ્રદર્શન વચ્ચેના સંબંધો અંગેની તેની જિજ્ઞાસાએ તેને અલગ માર્ગ પ્રસંદ કરવા પ્રેરિત કરી, હાલમાં તે વારસાગત મેટોબોલિક ડિસઑર્ડર સંબંધિત સંશોધનકાર્ય સાથે પણ સંકળાયેલી છે.

ભવિષ્યમાં તે રજિસ્ટર્ડ ડાયેટિશિયન બનીને રમતવીરો અને સક્રિય જીવનશૈલી ધરાવતા લોકોને વધુ સારું પ્રદર્શન, ઝડપી પુનઃપ્રાપ્તિ અને લાંબા ગાળાના આરોગ્ય માટે માર્ગદર્શન આપવા માગે છે. એક સમય હતો જ્યારે તે પોતાના સ્પોર્ટ્સ ન્યુટ્રિશનિસ્ટ જેવી બનવાનું સપનું જોતી હતી, આજે તે એ જ સપનાને હકીકતમાં પરિવર્તિત કરવાની દિશામાં આત્મવિશ્વાસપૂર્વક આગળ વધી રહી છે.

પાંચ વર્ષની બાળકીથી લઈને આંતરરાષ્ટ્રીય સ્તરે ભારતનું પ્રતિનિધિત્વ કરનારી અને આજે વિશ્વની પ્રતિષ્ઠિત યુનિવર્સિટીમાં અભ્યાસ કરતી યુવા સંશોધક સુધીની તેની યાત્રા આ વાતનું જીવંત ઉદાહરણ છે.

તનિષા છેડા માત્ર આપણા સમાજની ગૌરવશાળી દીકરી નથી, તે નવી પેઢી માટે પ્રેરણાનો દીપસ્તંભ છે. તેની સફર આપણને કહે છે કે મોટાં સપનાં જોવામાં ક્યારેય ડરવું નહીં, કારણકે અડગ મહેનત, યોગ્ય દિશા, મક્કમ મનોબળ હોય તો કોઈ પણ કિનારો દૂર નથી.

બેરાજા, મુલુંડ

મો. ૯૩૨૦૧૦૪૩૬૫

''સાથ સાથ ફિર ભી દૂર''

✻ ડૉ. શિરીષ ભાનુમતીબેન ચુનીલાલ માલદે ✻

પરણ્યા...

કાં તો આ જિંદગીને જીવી લો
અથવા તો રાહ કોઈ બીજી લો
રાવ ક્યાં જઈને કોને નાખો છો?
સસ્તી છે ચુપકીદી ખરીદી લો...
- શોભીત દેસાઈ

ચુપકીદી...!!! હા, ચુપકીદી કેટલાંય યુગલોએ ખરીદી લીધી છે તેનો અંદાજ કાઢવો મુશ્કેલ છે.

લગ્નની બેડીમાં બંધાયા પછી ઓછા-વત્તા પ્રમાણમાં તકલીફો રહેવાની. જો લગ્નજીવન એકંદરે સમાધાની હોય તો બેડો પાર સમજવો, પણ ઘણાં યુગલમાં વિસંવાદિતા રહે છે જે કાળક્રમે વધીને અસહ્ય બને તો તે યુગલ હિંમતભેર નિર્ણય લઈને છૂટાં થઈ જાય છે. છૂટાછેડા લેવું એ આસાન નથી. ઘણા ભાવનીક સંઘર્ષ, કૌટુંબિક અડચણ, આર્થિક પરિબળ અને જો બાળક હોય તો તેની કસ્ટડી, પરસ્પર સંમતિ ન હોય તો થકવી નાખે તેવી કોર્ટ પ્રોસેસ જેવી અનેક ચૅલેન્જનો સામનો કર્યા બાદ કાયદેસર રીતે બંને સાથીઓ છૂટાં પડે છે.

પણ ઘણાં યુગલો અનેક કારણોસર કાયદેસર રીતે છૂટાં ન પડતાં એક જ ઘરમાં, એક જ છત નીચે સાથે રહીને છૂટાછેડા જેવું જીવન જીવતાં હોય છે જેને ''સાયલેંટ ડિવોર્સ'' કહી શકાય.

એક જ ઘરમાં જીવનસાથી નહીં, પણ રૂમમેટની જેમ રહેવું, ઘરને મહદ્અંશે મેન્ટેન રાખવું, પણ આપસમાં કોઈ આત્મીયતા નહીં, કોઈ કોમન ધ્યેય નહીં, ફક્ત કામ પૂરતી જ વાતચીત, કોઈ માથાકૂટ કે ઝઘડા નહીં, પણ સાથે સંબંધમાં કોઈ હૂંફ પણ નહીં, એકબીજાની હાજરી માટે અણગમો રહેવો, એકબીજાની હાજરી ટાળીને વધુ સમય ઘરની બહાર કાઢવો અથવા પોતાની પ્રવૃત્તિમાં રચ્યાપચ્યા રહેવું, એકબીજા પ્રત્યે આદર ન હોવો અને સ્વાભાવિક રીતે કોઈ પ્રકારના શારીરિક સંબંધ પણ ન હોવા. આ પરિસ્થિતિને સાયલેંટ ડિવોર્સ કહેવાય.

લાંબા સમયથી આપસમાં બનતું ન હોય, પુષ્કળ વિરોધાભાસ રહેતા હોય, જીવનસાથી સાથે લગાવ રહ્યો ન હોય તેવી પરિસ્થિતિમાં પણ કોઈ યુગલ છૂટાછેડાનો નિર્ણય અચાનક નથી લેતું. પરસ્પર વિસંગતિ, સ્વભાવ, એટીટ્યુડ, બાંધછોડ માટે તૈયારી, બચત કે ખર્ચ કરવાની વૃત્તિ જેવા અનેક મુદ્દાઓમાં અસમાનતા હોય ત્યારે વિવિધ ઘટના, બનાવોની હારમાળા સર્જાયા બાદ બંને અથવા બંનેમાંથી કોઈ સાથીદાર છૂટાછેડાનો વિકલ્પ માટે વિચાર કરવા માંડે છે.

અમુક બાબતો જેવી કે આર્થિક અથવા ભાવનીક છળકપટ, અમુક રહસ્યનો પર્દાફાશ થાય કે પરસ્પર ભરોસામાં પડેલું મોટું ભંગાણ, વિવાહ બાહ્ય સંબંધ જેવાં કારણોમાં અફરાતફરી છૂટાછેડાનો નિર્ણય લીધો હોય તોય તેનો અમલ કરવામાં મહિનાઓ કે વર્ષો નીકળી જાય છે.

લગ્ન પશ્ચાત સફળ સહજીવન ઑટોમેટીકલી સર્જાતું નથી. બંને જોડીદાર અને તેમના કુટુંબીજનો તરફથી પદ્ધતિસર મહેનત અને સમર્પણ માંગે છે. ભિન્ન પર્સનાલિટી, ઉછેર, વિરોધી લાઈફ સ્ટાઈલ ધરાવનાર બંને પાત્રો સહજીવન શરૂ કરે ત્યારે બંને માટે શરૂઆતનો તબક્કો તાણ-તણાવવાળો રહેવાનો જ. ઓછા–વત્તા પ્રમાણમાં અનુભવાતો અફસોસ કે અપેક્ષાભંગને ડીલ કરવા બંને વચ્ચે સમજદારી નિર્માણ થવી બહુ જરૂરી છે. સગાઈ પછી અને લગ્ન પહેલાંના સમયગાળામાં જે ઉમેદવારોએ સુસંવાદથી એકબીજાને સારી રીતે પીછાણ્યાં હોય તેઓને એડજસ્ટ કરવું પ્રમાણમાં આસાન રહે છે.

કેન્દ્રીય મધ્યસ્થ સમિતિમાં કે પ્રૅક્ટિસમાં આવનાર વૈવાહિક અણબનાવના કિસ્સાસોમાં એવું જોવામાં આવે છે કે લોકો વિવાહ સમારંભ માટે જેટલો સમય, પૈસા અને મહેનત લગાવે છે તેની 10% જેટલી પણ તકેદારી લગ્ન બાદના સહજીવનના આયોજન માટે રાખતા નથી.

એકબીજાને ઓળખવા માટેની ઉદાસીનતા, એકબીજાના સ્વભાવની ભિન્નતાને આદર આપીને સંબંધ નિભાવવાની કચાશ, વિવિધ હઠાગ્રહ અને સંબંધમાં સમર્પણ અને નિષ્ઠાનો અભાવ આ મુખ્ય કારણો છે જેને લીધે બંને સાથીદારો વચ્ચે સ્વસ્થ સંબંધ પ્રસ્થાપિત થઈ શકતો નથી.

વિવાહમાં જ્યારે અણબનાવ ઊભા થાય છે ત્યારે કપલ પોતાની મેળે પ્રૉબ્લેમ સોલ્વ કરવાની કોશિશ કરે છે. સર્વપ્રથમ બંને વચ્ચે અંતર નિર્માણ થઈને અબોલા થાય છે. હકીકતમાં આ તબક્કે બંને વચ્ચે સ્પષ્ટ અને અર્થપૂર્ણ સંવાદ થવો જરૂરી હોય છે. સમસ્યા માટે તેઓ એકબીજાં પર દોષારોપણ કરે છે. ક્યારેક મામલો અપશબ્દો અને પરસ્પર હાથ ઉપાડવા સુધી પણ પહોંચે છે.

નાની-મોટી શારીરિક વ્યાધિ માટે તરત ડૉક્ટર પાસે જનાર વૈવાહિક સમસ્યા અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય માટે કાઉન્સિલર પાસે જવામાં ખબર નહીં કેમ નાનપ અનુભવે છે? કોઈકના સજેશનથી જ્યારે તેઓ મધ્યસ્થ સમિતિ કે કાઉન્સિલર પાસે પહોંચે છે ત્યારે મોટે ભાગે ઘણું મોડું થઈ ચૂક્યું હોય છે. મનમાં સજાવેલ સપનાં ચકનાચૂર થઈ ગયાં હોય છે. બંનેની ભાવનાઓને ઘણી ઠેસ પહોચેંલી હોય છે. બંને વચ્ચે ભરોસામાં મોટું ભંગાણ પડ્યું હોય છે અને તેથી જ કાઉન્સિલિંગ બાદ પણ નિરાશાની ગર્તામાંથી બહાર આવી શકતાં નથી.

આવા કપલ માટે છૂટાછેડા પણ આસાન નથી. તેનાથી ઉદ્‌ભવતા વિવિધ વૈયક્તિક પ્રશ્નો, છૂટાછેડા બાદ રહેઠાણનો પ્રશ્ન, આર્થિક પ્રશ્નો, (જો હોય તો) બાળકની કસ્ટડીનો પ્રશ્ન અને કાયદાકીય આંટીઘૂંટીને લીધે છૂટાછેડા એક કોમ્પ્લેક્સ મેટર બની જાય છે. તેના પ્રત્યાઘાત અને દૂરોગામી અસર ઘણા કપલને ભયાવહ લાગે છે.

અહીંયાં આવે છે ''સાયલેંટ ડિવોર્સ''

ઉપર લખ્યા મુજબ બંને જોડીદારોની વચ્ચે ઊભી થયેલી નાની તિરાડ ક્યારે ધીમેધીમે મોટી ખાઈમાં ફેરવાઈ જાય છે તે ઘણી વાર બંને પાર્ટનરને પણ ખબર પડતી નથી. બંને પતિ-પત્ની તરીકે કે કુટુંબ તરીકે સહજ રીતે રહેતાં નથી અને ઘણાં બધાં કારણોને લીધે છૂટાં પણ પડતાં નથી.

શરૂઆત બહુ ધીમી અને તરત કોઈને ખ્યાલ ન આવે એવી રીતે થાય છે. વાતચીત, સંવાદ ઓછા થતા જાય છે. એકબીજાને અવોઈડ કરવું

અને નાની-મોટી વાતો શેર ન કરવી, ધીમે ધીમે આ એક રૂટીન વર્તણૂક થતી જાય છે, જેમ કે એક જ ઘરમાં રહેવા છતાં અલગ સમયે, અલગ રૂમ અને અલગ પ્રાયોરિટી રાખવી, વાતચીત ફક્ત કામ પૂરતી મર્યાદિત થઈ જાય છે. હવામાન, સ્પોર્ટ્સ પોલિટિક્સ, કૌટુંબિક બનાવ, રોજિંદું દૈનદિન વગેરે અનેક વિષયો પર થતી વાતચીત ખપપૂરતી મર્યાદિત થઈ જાય છે. જમવામાં સાંજે શું બનાવું એવા સવાલો પત્ની તરફથી આવતા બંધ થઈ જાય છે. સ્પેશિયલ ડીશની ફરમાઈશ માટે નકારાત્મક જવાબ આવે છે. રવિવારે આરામ કરવો છે કહીને મૉલ, રેસ્ટોરન્ટ કે અન્ય ઠેકાણે ફરવાનું ટાળવામાં આવે છે. તમારી જોડે રાત્રે લેટ જમવાથી મને ઍસિડિટી થાય છે કહીને પત્ની અલગ જમી લે છે. ક્યારેક તો રસોઈ પણ ભિન્ન બને છે. ટીવી પરના કાર્યક્રમ સાથે જોવાને બદલે મોબાઈલમાં એકલ પંડે જોઈ લે છે. સંવત્સરી કે બેસતા વર્ષ નિમિત્તે સગાં વહાલાંની સાથે થતા ફોન અલગ રીતે થવા માંડે છે. સંસાધનોની કમીને લીધે સાથે થતી ઘણી પ્રવૃત્તિઓ મબલખ ઉપલબ્ધતાને લીધે અલગ રીતે થવા માંડે છે. આમ સુખાકારી પણ અમુક સંકટ સાથે લઈ આવે છે.

મારે નકામી દલીલબાજી અને માથાકૂટ કરવી નથી એમ સમજીને બંને પાત્ર ઝઘડાં ટાળે છે. સાયલેંટ ડિવોર્સનું આ બહુ અગત્યનું લક્ષણ છે. નાની-મોટી વાતોમાં થતી માથાકૂટ પતિ-પત્નીના સંબંધને સુદ્રઢ અને મજબૂત બનાવે છે. આત્મીયતા ઘટવાને લીધે એકબીજાની કાળજી લેવાનું ધીમે ધીમે ઓછું થતું જાય છે.

અન્ય કુટુંબીઓ સાથે વાતચીત અને વ્યવહારના નિર્ણયો એકબીજાને પૂછ્યા વગર જાતે લેવાય છે. પિયરે જાઉં? કેટલા દિવસ માટે જાઉં? આ ભલે ઔપચારિક સવાલ હોય, પણ પત્ની પતિને પૂછ્યા વગર જાતે જ નિર્ણય લે છે અને ઘણી વાર કહ્યા વગર અનિશ્ચિત મુદત માટે પિયર જતી રહે છે. સામે પક્ષે પતિ પણ પિયરે ગયેલ પત્નીની પૃચ્છા કરતો નથી અને જલદી પાછા આવવા માટે કહેતો નથી. સરવાળે, બંને પોતાના અહમ પંપાળીને નાની વાતનું વતેસર બનાવી હિજરાયાં કરે છે. ગેરસમજનું ખાતર મળતા અણબનાવનું નાનું બીજ ધીમે ધીમે વૃક્ષમાં રૂપાંતરિત થાય છે.

ભાવનાત્મક રીતે દૂર થયેલ બંને પાત્રો તરત જ શારીરિક રીતે પણ દૂર થતાં જાય છે. શારીરિક સંબંધ ઉપરાંત રોજિંદા વ્યવહારમાં નાનાં અડપલાં કે પછી સાથે હાથમાં હાથ પરોવીને મૂવી જોવું, માથામાં તેલ માલિશ કરવી જેવા શારીરિક સ્પર્શ પણ પતિ-પત્નીના સંબંધને તરોતાજા રાખે છે. સમાજશાસ્ત્રમાં આ સિદ્ધ થયેલી વાત છે કે તંદુરસ્ત જાતીય જીવન એ બંને પાર્ટનર વચ્ચે ''ફેવિકોલ સે ભી જ્યાદા મજબૂત જોડ'' નિર્માણ કરે છે અને બંને વચ્ચે મજબૂત બોન્ડ બનાવે છે.

વાત ધીમે ધીમે નજીકના કુટુંબીઓથી માંડી અડોશપડોશ અને સમાજમાં પ્રસરે છે. સમજદાર વ્યક્તિ મૂક રહેવું પસંદ કરે છે, પણ ઘણી વખત અણસમજુ વ્યક્તિ જાતે જ આ પ્રકરણને પોતાની ફેવરમાં ચઢાવીને બોલતી થાય છે. કમનસીબે જો તેમને તેવા જ અણસમજુ માર્ગદર્શક મળે તો તેમના વિવાહનું ઉઠમણું થતા વાર નથી લાગતી.

પતિ-પત્ની વચ્ચેનું ઈન્ટરડીપેન્ડન્સ (એકબીજા પર આધાર રાખવો) જ્યારે ઈન્ડિપેન્ડન્સ

(આત્મ નિર્ભરતા) તરફ જાય છે તે સંબંધ માટે એક ખતરાની ઘંટી છે.

શું કરવું આ પરિસ્થિતિમાં ?

કોઈ પણ વ્યક્તિને તેમના લગ્નજીવનમાં વાતચીતમાં સતત મુશ્કેલી જણાય, નાના મુદ્દે પણ વારંવાર ઝઘડા થાય, પરસ્પર વિશ્વાસમાં ઘટાડો થાય, એકલતા અથવા અવગણનાની લાગણી આવે, લાંબા સમય સુધી ગુસ્સો મહેસૂસ થાય, જીવનસાથી જોડેનું ભાવનાત્મક અંતર વધતું હોય કે પછી લગ્ન કર્યાનો પસ્તાવો થઈને અલગ થવાનો વિચાર આવતો હોય ત્યારે પરિસ્થિતિ કાબૂની બહાર નીકળી જાય તેટલી હદે બગડવા ન દેતા ત્વરિત સહાય માટે નજર દોડાવવી.

સારા મિત્રો અને સગાં વહાલાંઓ શરૂઆતમાં સધિયારો અને સાથ આપે છે, પણ ઘણી વખત જરૂરી સહાય કરી શકતાં નથી તે માટે ઘણી વાર પ્રોફેશનલ હેલ્પ લેવી જરૂરી બને છે. કાઉન્સેલર પાસે જવું એટલે લગ્નજીવન તૂટવાની અણી પર છે એવું નથી, પણ સંબંધને સુદ્રઢ, સહજ અને સ્વસ્થ બનાવવા માટેનું એક સકારાત્મક પગલું છે.

શરૂઆતના તબક્કામાં સંબંધમાં આવેલ કટુતાને ઓગાળવા પ્રામાણિકપણે પ્રયત્ન જરૂરી છે. કાઉન્સેલિંગ દ્વારા વ્યક્તિ તેની લાગણી, ગુસ્સો, નિરાશા અને અપેક્ષાને યોગ્ય રીતે વ્યક્ત કરી શકે છે. ગેરસમજ દૂર કરીને બંને પાત્રો વચ્ચેની તિરાડ દૂર કરી શકાય છે.

કાઉન્સેલિંગ દ્વારા સમસ્યાના મૂળ કારણ જેમ કે ઉપેક્ષા, છેતરાઈ જવાની ભાવના, ગુસ્સો, ઈર્ષા, જાતીય સમસ્યા વગેરે સુધી જઈ શકાય છે અને પ્રૅક્ટિકલ પગલાં દ્વારા નિરાકરણ શક્ય બને છે.

કાઉન્સેલિંગ એટલે ઉપદેશ નથી. ધર્મ અને નૈતિકતાની વાતો થકી કાઉન્સેલિંગ નથી થતું. છૂટાછેડાના ભયાનક પરિણામો દર્શાવીને કોઈ પણ કપલને ભેગાં રહેવા મજબૂર ના કરી શકાય. યોગ્ય સમયે યોગ્ય રીતે થયેલ કાઉન્સેલિંગ દ્વારા વેન્ટિલેટર પર રહેલ લગ્નસંબંધને પુનઃજીવન આપીને નવપલ્લવિત જરૂર કરી શકાય છે.

આ વાંચીને કોઈ પણ જાગૃત વ્યક્તિના મનમાં પ્રશ્ન આવે કે લગ્ન પછી યુગલમાં વિખવાદ જ ઊભા ન થાય તે માટે શું કરવું ?

તેનો જવાબ સરળ છે...
''પ્રિ-મૅરેજ કાઉન્સિલિંગ''.

તેને સફળ લગ્નજીવન માટેની વેક્સિન કહી શકાય પ્રિ-મૅરેજ કાઉન્સિલિંગથી મોટા ભાગના વિવાદ ટાળી શકાય છે અથવા તો બંને પાત્રો આપસમાં સમજદારીથી તેનો નિવડો લાવી શકે તે માટે તેમને સક્ષમ કરી શકાય છે.

શિક્ષણ, કેળવણી અને આયોજનમાં સજાગ એવો આપણો સમાજ હજી આ બાબતમાં જાગૃત નથી બન્યો. પોતાના ઘરમાં આગ લાગે ત્યારે જ ફાયર બ્રિગેડની મહત્તા સમજાય એવી પરિસ્થિતિ આવે તે પહેલાં લગ્નગ્રંથિથી જોડાતાં દરેક યુગલ માટે પ્રિ-મૅરેજ કાઉન્સિલિંગના ઝુંબેશ જરૂરી છે.

(ભુજપુર)
મો. : ૯૮૬૯૦૩૦૮૦૯

ન્યુ એજ આન્ટ્રોપ્રોન્યોરશિપ – નવો દૃષ્ટિકોણ

✻ પરેશ કેસરબેન ગાંગજી શાહ (નિ:શબ્દ) ✻

ઉનાળાનો બફારો આ વખતે અસહ્ય હતો. જૂન મહિનાના મધ્ય ભાગની બળબળતી બપોરની ગરમીમાં વરસાદનાં એંધાણ નહિવત્ હતાં. ઉકળાટ ઘટવાનું નામ લેતો ન હોય ત્યારે બનતી કેટલીક ઘટનાઓ હૈયાને ટાઢક પહોંચાડે.

ભાઈંદરમાં આવેલ વર્ષો જૂના હાર્ડવેરના સપ્લાયર મિત્ર પાસેથી થોડો સામાન અર્જંટ મંગાવવો હતો. સામાન્ય સંજોગોમાં આમ જુઓ તો આ સપ્લાયર મિત્ર જોઈતો સામાન પોતાની ગાડીમાં બોરીવલી લેતા આવે, પણ સામાન ત્વરિત મળે એ હેતુસર વી-ફાસ્ટ બુક કરું છું ત્યારે બોર્ઝોની એપ પર પ્રથમેશ વીરા (નામ બદલેલું છે) નામ ફ્લેશ થાય છે.

પાર્સલ પિક-અપ થાય છે ત્યારે પ્રથમેશ વીરા સાથે કામ પૂરતી વાત હિંદીમાં થાય છે, પણ પ્રથમેશ જ્યારે પાર્સલ લઈ મને ડિલિવરી માટે મળે છે ત્યારે પહેલા પાણીનું અને પછી ક.વી.ઓ. હોવા વિશે પૂછું છું.

૧૨મા ધોરણમાં નાપાસ પ્રથમેશ બે વર્ષથી રોજના ૧૦ કલાક ડિલિવરીનું કામ કરે છે અને માસિક ૩૫ થી ૪૦ હજાર કમાવી લે છે. પ્રથમેશ વીરા સાથે ભવિષ્યની વાત પૂછુ છું તો આત્મવિશ્વાસથી જવાબ આપે છે કે પોતે કૉન્ટ્રાક્ટ પદ્ધતિથી હજી આવક વધારવા માંગે છે.

મહેનત અને સૂઝબૂઝ સાથે ધંધો કરવા માંગતા પ્રથમેશ વીરા ન્યુ એજ આન્ટ્રોપ્રોન્યોર તરીકે ઓળખાવામાં ગર્વ અનુભવે ત્યારે પ્રશ્ન ઊભો થાય કે છાપેલા કાટલા જેવી ડિગ્રી સફળ થવા માટે કેટલી હદે જવાબદાર?

હાલ શંખ એવિયેશનને ભારત સરકાર દ્વારા એવિએશન ક્ષેત્રે લાઈસન્સ મળે છે. શંખ ઍરલાઈન્સના સ્થાપક શ્રવણકુમાર વિશ્વકર્માની વાત પરીકથા કરતાં પણ વધુ રોચક લાગે. ૩૫ વર્ષીય શ્રવણકુમાર કાનપુરના મિડલ ક્લાસ પરિવારમાંથી આવે છે. સ્કૂલ પૂરી કરી લોડર અને ટેમ્પો ડ્રાઈવર તરીકે શરૂઆત કરી આજે આ તબક્કે પહોંચેલા શ્રવણકુમાર એક પોડકાસ્ટમાં પોતાની ગમતી કાર વિશે પુછાય છે ત્યારે આંખમાં ચમક સાથે કહે છે કે એમને આજે પણ ટ્રક ચલાવવું વધુ ગમે છે.

શ્રવણકુમારને પોતાની વેપાર કરવાની આવડત માટે જ્યારે પૂછવામાં આવે છે ત્યારે શ્રવણકુમાર પોતાની આ મહત્ત્વાકાંક્ષાનું શ્રેય કાનપુરની ગલ્લીઓ, રસ્તાઓ, શહેરની બજારો, નુક્કડો પર પનપતી જિંદગીઓને આપે છે.

નિયતિ પરિશ્રમની શ્યાહીમાં ઝબોળીને કઈ કલમથી સફળતાની દંતકથાઓ લખતી હશે?

કન્સ્ટ્રક્શન, રોડ-ઈન્ફ્રાસ્ટ્રક્ચર, કૉન્ટ્રાક્ટ વર્ક વગેરે ક્ષેત્રમાં લેબર ફોર્સ માટે કામ કરતા શ્રમિકોમાં

અભ્યાસ કરતાં પણ હુન્નરનું હોવું મહત્ત્વપૂર્ણ સાબિત થાય છે. દૂરદરાજના વિસ્તારમાંથી આવતા પરપ્રાંતીય શ્રમિકો થોડા અનુભવ પછી નાની વયમાં જ ૪૦ થી ૫૦ હજાર કમાવી શકે છે. જ્યારે વર્ષો સુધી સાડી, રેડિમેડ, કટલેરી જેવા રિટેલ સેક્ટરમાં કામ કરતા આપણા ગ્રૅજ્યુએટને ૪૦ વર્ષ પછી પણ પગારના ધોરણ એટલા જ હોય છે.

કચ્છ-ગુજરાતની ઘણી જ્ઞાતિઓમાં લિટરર્સી અંક સો ટકા હોય છે. ગ્રેજ્યુએટ થવાનો દર પણ વધુ હોય છે, પરંતુ વ્યવસાયની દ્રષ્ટિએ આ ડિગ્રીઓ પૂરતી આવક નથી આપી શકતી.

મુંબઈ મહાનગરમાં વસતા ૨૫ થી ૩૫ વર્ષના એવરેજ યુવાનોની દુવિધા એ હોય છે કે એમને નોકરી માટે બાંધછોડ કરવી પડે છે, અર્થાત્ પોતે ઈચ્છે એવા જોબ નથી મળતા અથવા પોતાના કૅરિયર-પાથથી સંતુષ્ટ નથી. મોટા ભાગના ૨૫ થી ૩૫ વર્ષના યુવાનોનાં મા-બાપે પોતે મહેનત કરી પોતાનું ઘર બનાવી લીધું હોય છે. એટલે એમનાં સંતાનોને મોંઘાં ઘર લેવાની જરૂર નથી પડતી એટલે એ રીતે આર્થિક જવાબદારીઓ પૂરી કરવા માટે મહેનત કરવી પડતી નથી.

મોટા ભાગના ૨૫ થી ૩૫ વર્ષના યુવાનો માટે નોકરી સિવાય પડકાર છે પોતાનું કુટુંબ શરૂ કરી સંતાનોની જરૂરિયાતોને પૂરી પાડવી. સંતાનો વધુ ન કરવા પાછળ પણ એક કારણ આર્થિક રીતે નબળી પરિસ્થિતિ હોય છે. સ્કૂલ કૉલેજની ફી અને અન્ય ખર્ચ દિવસે દિવસે વધતો જાય છે. એક પ્રકારની ઘેંટાદોડમાં આપણે બધા દોડી રહ્યા છીએ. અચાનક આવી પડતા ખર્ચ, બીમારી કે તકલીફો માટે કોઈ ઠોસ વ્યવસ્થા નથી હોતી. સરવાળે એવરેજ ઘરોમાં બે છેડા માંડ ભેગા થતા હોય છે.

એવું નથી કે ફક્ત મધ્યમવર્ગીય કે લોઅર મિડલ ક્લાસને આ પ્રશ્નો સતાવે છે. ઉચ્ચ મધ્યમ વર્ગના લોકો માટે પણ સમસ્યાઓ એ જ છે.

અહીં વાત સોચને બદલવાની છે. આજના સમયમાં ફક્ત ગ્રૅજ્યુએટ હોવું પૂરતું નથી. ડિગ્રીના આધારે આવક નક્કી થાય એવી શક્યતાઓ હવે નહિવત્ છે. નોકરીમાં થતી છટણી યુવાનોને સતત ચિંતામાં રાખે છે ત્યારે કચ્છી-ગુજરાતી સમાજના ડીએનએમાં રહેલ આન્ટ્રોપ્રોન્યોરપણાને પુનઃજીવિત કરવાની જરૂર છે.

અહીં આન્ટ્રોપ્રોન્યોરપણું એટલે ફક્ત વેપાર કરવું એમ નહીં. પણ સામાન્ય રીતે નબળા લાગતા વ્યવસાયોને અપનાવી એને કારકિર્દી તરીકે અપનાવવા. વાઈટ કૉલર્સ જૉબને બદલે સર્વિસ ઓરિયેન્ટેડ વ્યવસાય કરવા.

આપણા ઘરમાં રોજબરોજની પ્લમ્બિંગ, ઈલેક્ટ્રિક, સુથારી, સફાઈ ઈત્યાદિ સમસ્યાઓને લઈ તમે કેટલા ચિંતાતુર થાઓ છો ? તમે કેટલી મોહતાજી અનુભવો છો અને કેટલા પૈસા ખર્ચ કરો છો ? કોઈ પણ પ્રકારના વાહન ચલાવતા ડ્રાઈવરોને આપણે કેટલા આદરથી જોઈએ છીએ ? પણ એ જ શ્રમિકો કે વ્યાવસાયિકો પોતાના ૨/૩ સંતાનોના પરિવારને ખુશહાલ રાખે છે અને પોતે સંતોષકારક રીતે જીવે છે.

વાત એ જ કરવાની છે કે કોઈ પણ પ્રકારનું કામ કે વ્યવસાય ઊંચાં કે નીચાં નથી હોતાં. આપણે એ ચોકઠાં ઉભા કરી આપણા યુવાનોને મર્યાદિત કરી દીધા છે. એટલે સુધી કે પાત્ર પસંદગી કરતી વખતે પણ કૉર્પોરેટ જૉબને લઈને રાજી થઈએ છીએ. છોકરો પાણીદાર હશે તો અન્ય વ્યવસાય કરીને પણ આવક ઊભી કરશે. હા, એ તમારી દીકરીને ક્યારેય તકલીફ આવવા નહિ દે.

૩ થી ૪ વર્ષ પછી પણ છૂટાછેડા લેતા પાર્ટનર્સનું વિશ્લેષણ કરીએ તો ખબર પડે કે ઘર ભર્યુંભાદર્યું છે પણ છોકરો હજી પોતાના ખપપૂરતી આવક પણ ઊભી કરી શક્યો નથી. છૂટાછેડાના મૂળમાં પણ ઓછી આવક કે એનાથી સર્જાતી પરિસ્થિતિ કારણભૂત હોય એવા અનેક દાખલાઓ સમાજમાં જોવા મળે છે.

શાકભાજી, ફળફળાદિ વેચતા વિક્રેતાઓ કે ભંગાર આદિ વસ્તુઓ કલેક્ટ કરતા મહેનતકશ લોકોને કઈ રીતે મૂલવીશું? હાઉસકિપિંગ કે ડિલિવરી કૉન્ટ્રાક્ટ લેતા મહેનત કરીને પૈસા કમાવતા લોકોને મળજો અને એમની સ્ટોરી સાંભળજો, આપ અચંબિત થઈ જશો.

મેકઅપ આર્ટિસ્ટ, મહેંદી આર્ટિસ્ટ, સ્ટાઈલિંગ, ડાન્સ કોરિયોગ્રાફી કે કૂકિંગ જેવા વ્યવસાયમાં યુવાનો કેમ કારકિર્દી ન બનાવી શકે?

વર્ષો પહેલાં કચ્છી સમાજ મુંબઈ આવ્યો ત્યારે દાણા, રદ્દી જેવા વ્યવસાયમાં ઝંપલાવ્યું. ખૂબ મહેનત કરીને બે પાંદડે થયા. સવારે ૫ વાગે ઊઠી રાતે મોડે સુધી કામ કરતા. પોતાના ખભે ગૂણીઓ ઊંચકી ડિલિવરી કરતા જ્ઞાતિજનોની મહેનતના ઊજળા પરિણામ સમાજ ભોગવી રહ્યો છે. પોતાનાં સંતાનોને ભણાવી-ગણાવી ડૉક્ટર, એન્જિનિયર કે ચાર્ટર્ડ એકાઉન્ટન્ટ બનાવ્યાં, પણ સમાજના ૧૦ થી ૧૫ ટકા યુવાનો આ રીતે આગળ આવ્યા. બાકીના ૮૫ થી ૯૦ ટકા યુવાનો સામાન્ય ડિગ્રીઓ મેળવી જૉબ કરવામાં જ રહ્યા.

સમાજ ભણતર પર આજે પણ લખલૂટ પૈસા ખર્ચ કરે છે, પરંતુ હુન્નર પર નિર્ભર રહેવાના બદલે યુવાનો પોતાના વ્યવસાયને બદલે નોકરી કરે છે.

માન્યું કે ધંધામાં પણ ખૂબ પૈસા લાગે છે. સફળ થવાની કોઈ ગૅરેન્ટી નથી પણ ન્યુ એજ બિઝનેસને આઈડેન્ટિફાય કરવા માળખાકીય ઢાંચો બનાવવાની જરૂર છે. આજે ઉચ્ચ શિક્ષણ માટે કે વિદેશમાં ભણવા માટે ૨૦/૨૫ લાખ પણ મળી શકે છે તો સ્મોલ કે મીડિયમ આન્ટ્રોપ્રોન્યોરને મદદ કેમ ન મળી શકે?

બાઈબલમાં લખ્યું છે, "Give a man a fish and you feed him for a day; teach a man to fish and you feed him for a lifetime."

ભણેલા-ગણેલા યુવાનોમાં સ્કીલ ડેવલપમેન્ટની આપણે વાત કરીશું. સોફ્ટ સ્કીલની વાત કરીશું. કૌશલ્ય વર્તમાનકાળમાં યુવાનોને કટિંગ એજ આપશે એવું માનતા આપણે આપણા યુવાનોને ''કોઈ પણ કામ નાનું નથી હોતું'' કે 'આ આપણું કામ નહીં' એ માનસિકતામાંથી બહાર ક્યારે લાવીશું?

નિ:શબ્દ, મોટા આસંબિયા
મો.: ૯૮૨૦૧ ૪૫૧૪૩

હવે ભેરપો ક્યારે ?

દિપેશ વિમળાબેન ચંદ્રકાંત છેડા

૨૦૧૫માં શ્રી ક.વી.ઓ. દેરાવાસી જૈન મહાજન અને શ્રી ક.વી.ઓ. સ્થાનકવાસી જૈન મહાજન દ્વારા 'ભેરપો'નું ભવ્ય આયોજન થયું. કેટકેટલા મહિનાનું પ્લાનિંગ, કેટલાય દિવસ સુધી સ્થાનિક ગ્રુપમાં દરેક વયના લોકોની તનતોડ પ્રૅક્ટિસ અને પછી ફાઈનલ પર્ફોર્મન્સ. કેટકેટલા નવા દોસ્તો બન્યા. નવા નેટવર્ક બન્યા. કેટલાય નવા સંબધો રચાયા. આજે એ વાતને એક દસકાથી વધારે સમય વીતી ગયો અને એટલે આજે ફરી એ ભેરપાને યાદ કરીને એને સાદ કરીને બોલાવવો છે ને પૂછવું છે, ''ભાઈ હવે ક્યારે મળીશ?''

ભેરપો માત્ર રમત નહીં, સમાજને જોડતો ઉત્સવ હતો

ભેરપોને માત્ર લગોરી, બેડમિન્ટન, વૉલીબૉલ કે અન્ય રમતોની સ્પર્ધા તરીકે જોવાની ભૂલ ન કરવી જોઈએ. ભેરપોનો સાચો અર્થ ટ્રૉફી જીતવામાં નથી, પરંતુ લોકો વચ્ચેના અંતર ઘટાડવામાં હતો. આજના સમયમાં સમાજને જોડતી પ્રવૃત્તિઓનું મહત્ત્વ સતત વધી રહ્યું છે. જ્યારે લોકો એકબીજાથી દૂર થઈ રહ્યા હોય, ત્યારે રમતગમત તેમને ફરી એક મંચ પર લાવવાનું કાર્ય કરે છે.

સમાજની એકતા, યુવાનોનું જોડાણ, પરિવાર વચ્ચેનો સંપર્ક અને નવી પેઢીમાં સામાજિક જવાબદારીની ભાવના - આ બધું આવા રમતોત્સવ દ્વારા સ્વાભાવિક રીતે વિકસે છે. તેથી આ રમતોત્સવને ખર્ચ નહીં, પરંતુ સમાજનિર્માણના એક મહત્ત્વપૂર્ણ સાધન તરીકે જોવાની જરૂર છે.

મોબાઈલમાંથી મેદાન તરફ

આજનો યુવાન મોબાઈલ, OTT, સોશિયલ મીડિયા અને ગૅમિંગની દુનિયામાં વધુ સમય વિતાવે છે. માહિતીનો પ્રવાહ વધ્યો છે, પરંતુ માનવીય સંબંધોનો સમય ઘટ્યો છે. વર્ચ્યુઅલ દુનિયામાં હજારો સંપર્કો હોવા છતાં વાસ્તવિક જીવનમાં સંબંધો મર્યાદિત બની રહ્યા છે. રમતગમત આ સ્થિતિ સામે એક કુદરતી જવાબ છે. મેદાનમાં પસાર થયેલા થોડા કલાકો માત્ર મોબાઈલથી દૂર નથી લઈ જતા, પરંતુ વ્યક્તિને લોકો સાથે જીવંત રીતે જોડે છે. ડિજિટલ ડિટોક્સ માટે કદાચ રમતગમત જેટલું અસરકારક માધ્યમ બીજું કોઈ નથી.

સ્વાસ્થ્યનો સૌથી મોટો લાભ

બેઠાડું જીવનશૈલી આજના સમયની સૌથી મોટી સમસ્યાઓમાંની એક છે. સ્થૂળતા, ડાયબિટીસ, બ્લડપ્રેસર અને હૃદયરોગ જેવી સમસ્યાઓ હવે નાની ઉંમરે પણ જોવા મળે છે. રમતગમત શરીરને સક્રિય રાખે છે, સ્ટેમિના વધારે છે અને જીવનમાં ફિટનેસ માટેની જાગૃતિ લાવે છે. સ્વસ્થ શરીર વગર સ્વસ્થ સમાજની કલ્પના શક્ય નથી. આપણે બીમારી પછી સારવાર માટે ખર્ચ કરીએ છીએ, પરંતુ રમતગમત દ્વારા આપણે બીમારી પહેલાં જ સ્વાસ્થ્યમાં રોકાણ કરીએ છીએ. તેથી રમતગમત પાછળ થયેલો ખર્ચ હકીકતમાં આરોગ્ય માટેનું લાંબા ગાળાનું રોકાણ છે.

તણાવમુક્તિ અને માનસિક આરોગ્યનું શક્તિશાળી સાધન

આજનો યુવાન અભ્યાસના, વ્યાવસાયિક કારકિર્દીના દબાણમાં છે અને વેપારી વ્યાવસાયિક પડકારોમાં વ્યસ્ત છે. બહારથી બધું સારું દેખાતું હોવા છતાં અંદરથી ઘણા લોકો તણાવ, એકલતા અને ખાલીપણું અનુભવતા હોય છે. રમતગમત વ્યક્તિને માનસિક તાજગી આપે છે. ટીમનો ભાગ બનવાની લાગણી, મિત્રો સાથેનો સમય અને હાર-જીતના અનુભવો વ્યક્તિને અંદરથી મજબૂત બનાવે છે. ઘણી વખત રમતગમત માત્ર શરીરને નહીં, પરંતુ મનને પણ સ્વસ્થ રાખવાનું કામ કરે છે.

યુવાનોને સમાજ સાથે ફરી જોડતો સેતુ

ઘણા યુવાનો આજે પોતાની સ્કૂલ, કૉલેજ, ઑફિસ, મિત્રવર્તુળ અને પડોશ સાથે વધુ જોડાયેલા હોય છે, પરંતુ પોતાના સમાજના લોકો સાથે તેમનો સંપર્ક મર્યાદિત રહે છે. પરિણામે સમાજથી તેઓ અળગા જ રહે છે. રમતોત્સવ આ અંતરને ઘટાડે છે. યુવાનો સાથે રમે છે, સાથે સમય વિતાવે છે અને એકબીજાને ઓળખે છે. ધીમે ધીમે ''મારો સમાજ'' માત્ર એક શબ્દ નહીં, પરંતુ એક જીવંત અનુભવ બની જાય છે.

નવા મિત્રો, નવા સંબંધો અને જીવનભરની ઓળખાણ

રમતગમતની સૌથી સુંદર ભેટ કદાચ ટ્રોફી નહીં, પરંતુ સંબંધો છે. મેદાન પર બનેલી મિત્રતા ઘણી વખત વર્ષો સુધી ટકી રહે છે. સાથે રમનારા ખેલાડીઓ માત્ર ટીમમેટ્સ રહેતા નથી; તેઓ જીવનના વિવિધ તબક્કામાં એકબીજાના સહયોગી બની જાય છે. આવા કાર્યક્રમો સમાજની અંદર નવી ઓળખાણો અને નવા સંબંધોનું નિર્માણ કરે છે. સમાજની મજબૂતી મોટા કાર્યક્રમોથી નહીં, પરંતુ આવા નાના-નાના સંબંધોની જાળથી ઊભી થાય છે.

સંબંધોની શરૂઆત ઘણી વખત મેદાનથી થાય છે

આજના સમયમાં ઘણાં માતા-પિતા એક સામાન્ય ચિંતા વ્યક્ત કરે છે કે સમાજની અંદર યુવક-યુવતીઓ અને તેમના પરિવારો વચ્ચેના સ્વાભાવિક પરિચય ધીમે ધીમે ઘટતો જાય છે. રમતગમતના કાર્યક્રમો આ અંતરને ખૂબ જ સ્વાભાવિક રીતે દૂર કરે છે. અહીં લોકો માત્ર નામ કે બાયોડેટાથી નહીં. પરંતુ વર્તન શિસ્ત, ટીમવર્ક, જવાબદારી અને વ્યક્તિત્વ દ્વારા એકબીજાને ઓળખે છે. ઘણી વખત મેદાન પર બનેલી ઓળખાણો મિત્રતામાં અને મિત્રતા આગળ જઈને પારિવારિક સંબંધોમાં પરિવર્તિત થાય છે.

સમાજની અંદર સારા વૈવાહિક સંબંધો માટે માત્ર માહિતી પૂરતી નથી; પરસ્પર ઓળખ, વિશ્વાસ અને સમજણ પણ એટલાં જ જરૂરી છે. રમતોત્સવ જેવી પ્રવૃત્તિઓ આ વિશ્વાસ અને ઓળખાણ માટે એક સ્વાભાવિક અને સ્વસ્થ માહોલ પૂરો પાડે છે. આ લાભ કોઈ બેલેન્સશીટમાં દેખાતો નથી, પરંતુ સમાજના ભવિષ્યમાં ચોક્કસ દેખાય છે. સમાજમાં વધી રહેલાં આંતરજ્ઞાતિય લગ્નો ઘટાડવામાં આવા ભેરપા જેવા કાર્યક્રમોએ રચાવેલા કેટલાય લગ્ન સંબંધો એક મિસાલ પૂરી પાડે છે.

પેઢીઓ વચ્ચેનો સેતુ

દાદા, પિતા અને પુત્ર એક જ કાર્યક્રમમાં હાજર હોય, પરિવાર સાથે મળીને ખેલાડીઓને પ્રોત્સાહન આપતો હોય અને જુદી જુદી પેઢીઓ વચ્ચે સંવાદ સર્જાતો હોય - આ રમતોત્સવની એક અનોખી વિશેષતા છે.

આવા કાર્યક્રમો સમાજનાં મૂલ્યો અને પરંપરાઓને એક પેઢીમાંથી બીજી પેઢી સુધી પહોંચાડવાનું કાર્ય પણ કરે છે. યુવાનોને વડીલો સાથે જોડવાની અને વડીલોને નવી પેઢીને સમજવાની તક મળે છે.

છુપાયેલી પ્રતિભાનો શોધમેળો

દરેક પ્રતિભા માર્કશીટમાં દેખાતી નથી. કેટલાક યુવાનો મેદાન પર ખીલે છે. રમતગમત ઘણાં બાળકો અને યુવાનોને પોતાની ક્ષમતા ઓળખવાની તક આપે છે. કોઈમાં નેતૃત્વ બહાર આવે છે, કોઈમાં વ્યૂહરચના, કોઈમાં ટીમવર્ક અને કોઈમાં સંકલનક્ષમતા. ઘણી વખત જે યુવાન સામાન્ય દેખાય છે, તે રમતગમત દ્વારા અસાધારણ આત્મવિશ્વાસ પ્રાપ્ત કરે છે.

સ્વસ્થ સ્પર્ધા અને જીવનના અમૂલ્ય પાઠ

રમતગમત જીતવાની ઈચ્છા જગાવે છે, પરંતુ સાથે સાથે હાર સ્વીકારવાની ક્ષમતા પણ વિકસાવે છે. મેદાન શીખવે છે કે સફળતા કાયમી નથી અને નિષ્ફળતા અંતિમ નથી. રમતિયાળ ભાવના, નિયમોનું પાલન, પ્રતિસ્પર્ધા પ્રત્યે સન્માન અને સતત પ્રયત્ન - આ ગુણો માત્ર રમત માટે નહીં, જીવન માટે પણ જરૂરી છે. રમતગમત વ્યક્તિને સારો ખેલાડી જ નહીં, પરંતુ સારો માણસ પણ બનાવે છે.

મેદાન પર સૌ ખેલાડી

સમાજમાં આર્થિક સ્થિતિ, વ્યવસાય, હોદ્દા અને સામાજિક પ્રતિષ્ઠાના ભેદ જોવા મળે છે, પરંતુ મેદાન પર સૌ પ્રથમ ખેલાડી હોય છે. એકસરખી જર્સી પહેર્યા પછી વ્યક્તિની ઓળખ તેનાં વર્તન અને પ્રદર્શનથી થાય છે, સંપત્તિથી નહીં. રમતગમત સમાજની અંદર રહેલી ઘણી અદૃશ્ય દીવાલો તોડે છે અને લોકો વચ્ચેની સરળતા અને નિકટતા વધારે છે.

સ્વયંસેવકો અને ભાવિ નેતાઓનું ઘડતર

દરેક વ્યક્તિ ખેલાડી બની શકે નહીં, પરંતુ દરેક વ્યક્તિ સમાજ માટે ઉપયોગી બની શકે છે. રમતોત્સવમાં રજિસ્ટ્રેશન, સ્કોરિંગ, સંકલન, જાહેરાત, વ્યવસ્થા અને સ્પોન્સરશિપ જેવી અનેક જવાબદારીઓ હોય છે. આ જવાબદારીઓ દ્વારા નવા કાર્યકરો ઘડાય છે. આજનો સ્વયંસેવક આવતીકાલનો આયોજક બની શકે છે અને આજનો ટીમ કૅપ્ટન આવતી કાલનો સમાજનો આગેવાન બની શકે છે. રમતોત્સવ સમાજ માટે નેતૃત્વની તાલીમશાળા છે. (લેખક પોતે આજે જે પણ છે એના માટે ક્યાંક ને ક્યાંક ભેરપોને પણ ક્રેડિટ આપે છે)

મહિલાઓ અને યુવતીઓની ભાગીદારી

આધુનિક સમાજની પ્રગતિ ત્યારે જ શક્ય બને જ્યારે મહિલાઓ અને યુવતીઓ પણ સમાન રીતે ભાગીદાર બને. રમતગમત તેમને આત્મવિશ્વાસ, ટીમવર્ક અને નેતૃત્વ માટેનો મંચ પૂરો પાડે છે. જ્યારે મહિલાઓ અને યુવતીઓ રમતગમતમાં સક્રિય રીતે જોડાય છે ત્યારે આખો સમાજ વધુ સર્વસમાવેશક, વધુ આત્મવિશ્વાસી અને વધુ પ્રગતિશીલ બને છે.

શહેર બહાર વસતા પરિવારો માટે સમાજ સાથેનું જોડાણ

આજે અનેક પરિવારો વિવિધ શહેરો અને દેશોમાં વસે છે. રમતોત્સવ આવા પરિવારો માટે વર્ષમાં એક વખત સમાજ સાથે જીવંત રીતે જોડાવાની તક બને છે. નવી પેઢીને પોતાના મૂળ, પોતાની ઓળખ અને પોતાના સમાજ સાથે જોડવાનું કાર્ય પણ આવા કાર્યક્રમો દ્વારા થાય છે. આ જોડાણનો લાભ આવતી ઘણી પેઢીઓ સુધી પહોંચે છે.

નેટવર્કિંગ અને માર્ગદર્શનનું જીવંત કેન્દ્ર

રમતોત્સવમાં વિદ્યાર્થીઓ, વ્યાવસાયિકો, વેપારીઓ, ઉદ્યોગકારો અને અનુભવી વડીલો એક જ મંચ પર આવે છે. ઘણી વખત કારકિર્દી માટેનું માર્ગદર્શન, મેન્ટરશિપ અને નવી તકો આવા અનૌપચારિક સંપર્કોમાંથી જન્મે છે. આ પ્રકારનું નેટવર્ક સમાજની અંદર વિશ્વાસ, સહકાર અને પરસ્પર સહાયની ભાવનાને વધુ મજબૂત બનાવે છે.

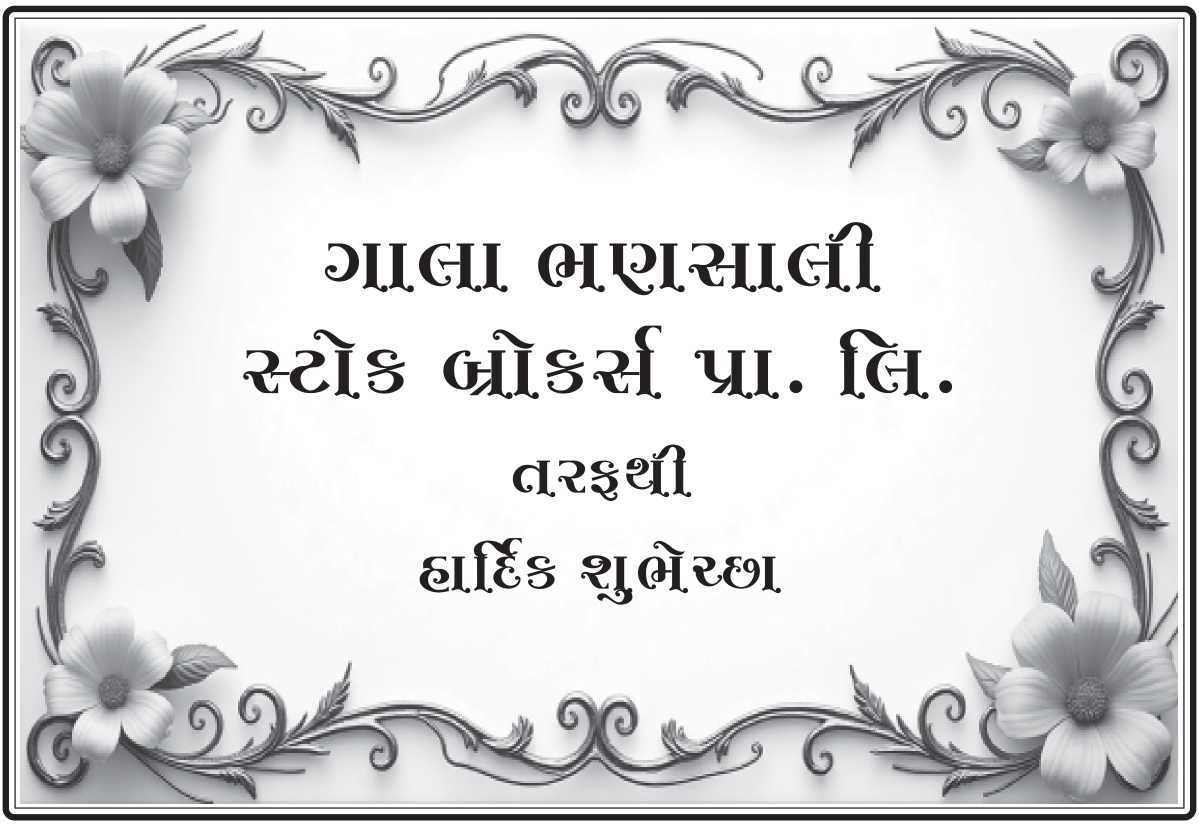
ખર્ચ દેખાય છે, લાભો દેખાતા નથી

પણ તકલીફ ત્યારે આવે છે જ્યારે લોકોને માત્ર મેદાનનું ભાડું, ટ્રૉફી, જર્સી, આયોજન અને અન્ય ખર્ચ નજરે પડે છે. હાં, માન્યું કે આવા આયોજન ખૂબ જ શક્તિ માંગે છે. જંગી ખર્ચ, પુષ્કળ સમય અને ઘણું બધું, પરંતુ કેટલા નવા મિત્રો બન્યા, કેટલા યુવાનો સમાજ સાથે જોડાયા, કેટલા પરિવાર નજીક આવ્યા, કેટલા કાર્યકરો તૈયાર થયા અને કેટલા સંબંધોનો પાયો નખાયો - તેની ગણતરી કોઈ કરતું નથી. સમાજનો સાચો નફો ઘણી વખત બેલેન્સશીટમાં નહીં, પરંતુ સંબંધોની શીટમાં દેખાય છે.

અંતિમ વિચાર : સાચો વિજેતા કોણ ?

ટ્રૉફી થોડા દિવસ યાદ રહે છે, મૅડલ થોડાં વર્ષ યાદ રહે છે, પરંતુ મેદાનમાં બનેલા સંબંધો ઘણી વખત જીવનભર યાદ રહે છે. રમત પૂરી થાય છે, પરંતુ સંબંધોની શરૂઆત થાય છે. તેથી રમતોત્સવનો સાચો વિજેતા કોઈ એક ટીમ કે ખેલાડી નથી. સાચો વિજેતા આખો સમાજ છે. રમતોત્સવ એક કાર્યક્રમ નથી; તે સમાજના ભવિષ્યમાં કરાયેલું લાંબા ગાળાનું રોકાણ છે અને જે સમાજ પોતાના ભવિષ્યમાં રોકાણ કરે છે, તે સમાજ હંમેશાં સમૃદ્ધ બને છે.

બિદડા, લાલબાગ
મો. : ૯૮૩૩૧ ૬૮૫૨૦



પર્યુષણ અને આજની યુવા પેઢી

✻ નયન પ્રજ્ઞાબેન હરેશ નિસર ✻

''खामेमि सव्वे जीवा, सव्वे जीवा खमंतुमे।''

હું સર્વ જીવોને ક્ષમા કરું છું અને સર્વ જીવો મને ક્ષમા કરે.

શું પર્યુષણ માત્ર ઊજવાય છે કે ખરેખર જિવાય છે ?

જૈન સમાજ માટે પર્યુષણ પવિત્ર અવસર છે. તે માત્ર આઠ દિવસ નથી; તે આત્મા સાથેના સંવાદનો સમય છે, પોતાના અંતરમાં ઊતરવાની તક છે અને જીવનને સાચી દિશામાં વાળવાનો અવસર છે.

પર્યુષણ અને આજના યુવાનો વચ્ચેનું અંતર ધર્મનું નથી-સમાજ બદલાયો છે અને તેની સાથે જીવન જીવવાની રીતે પણ ફેરફાર આવ્યો છે. દરેક નવી પેઢી ધર્મને નવી દૃષ્ટિ અને પ્રશ્નો સાથે જુએ છે. તેથી જરૂર યુવાનોને બદલાવાની નથી, પણ પર્યુષણના શાશ્વત સંદેશને તેમની ભાષામાં, તેમની વિચારસરણી સાથે રજૂ કરવાની છે.

ભૂતકાળનો યુવાન-સંસ્કારોમાં ઉછરેલી પેઢી

એક સમય હતો જ્યારે પર્યુષણ જિવાતું હતું. પરિવારના વડીલોના સંસ્કાર, સંતોના સાંનિધ્ય અને ધાર્મિક વાતાવરણથી યુવાનો સ્વાભાવિક રીતે ધર્મ સાથે જોડાતા. ઉપવાસ, પ્રતિક્રમણ અને સામાયિક માત્ર વિધિઓ નહોતાં, જીવન જીવવાની પદ્ધતિ હતાં. શ્રદ્ધા, સંયમ અને સદાચાર તેમના જીવનનાં અભિન્ન અંગ હતાં.

આજનો યુવાન-પ્રશ્નો સાથે જીવતી પેઢી

આજનો યુવાન ધર્મનો વિરોધી નથી; તે સમજણનો આગ્રહી છે. તે દરેક વિધિ પાછળનું કારણ જાણવા માગે છે.

ઉપવાસ શા માટે ?

પ્રતિક્રમણ અને સામાયિકનો મારા જીવન સાથે શું સંબંધ છે ?

''મિચ્છા મિ દુક્કડમ'' માત્ર એક દિવસ બોલવાનું છે કે આખું વર્ષ જીવવાનું ?

આ પ્રશ્નો અધર્મના નથી; તે જિજ્ઞાસા અને સમજણની શોધના છે. ઘણા યુવાનો માટે પર્યુષણનો અર્થ માત્ર ઉપવાસ અને ''મિચ્છા મિ દુક્કડમ'' સુધી સીમિત રહી ગયો છે, પણ પર્યુષણનો સાચો અર્થ પોતાના અંતરમાં ઊતરી, ક્રોધ, માન, માયા અને લોભ જેવા કષાયોને ઓળખી તેમને જીતવાનો છે. તે પોતાની ભૂલો સ્વીકારી, અહંકાર ઓગાળી અને વધુ સારા મનુષ્ય બનવાની આંતરિક યાત્રા છે.

પર્યુષણનાં સત્યો :

પ્રતિક્રમણ - આત્મપરીક્ષણ અને આત્મસુધારણાનો માર્ગ

સામાયિક - મનને શાંતિ અને સ્થિરતા આપે છે.

ઉપવાસ - આત્મસંયમ અને ઈચ્છાઓ પર નિયંત્રણ શીખવે છે.

''મિચ્છા મિ દુક્કડમ'' - અહંકાર ઓગાળીને સંબંધોને મજબૂત બનાવવાનો સંદેશ

આજની પેઢીને ઉપદેશ કરતાં વધુ સમજણ, નિયમો કરતાં વધુ કારણ, અને પરંપરા કરતાં વધુ અનુભવ જોઈએ છે. જ્યારે ધર્મ જીવન સાથે જોડાય છે, ત્યારે જ તે પેઢીઓ સુધી જીવંત રહે છે.

જૈન ધર્મનો સાચો પ્રભાવ

જો આપણે સાચા અર્થમાં ''અહિંસા પરમો ધર્મ'' જીવીશું, તો એ જ સૌથી મોટો ધર્મપ્રચાર બનશે. છેલ્લાં વર્ષોમાં જોવા મળે છે કે કેટલીક વાર આપણે જૈન ધર્મના વિચારો એવી રીતે ફેલાવવાનો પ્રયાસ કરીએ છીએ જે અહિંસા, અનેકાંતવાદ, સંયમ અને પરસ્પર આદર સાથે સુસંગત નથી. આવો અભિગમ ગેરસમજ અને તણાવ ઊભો કરી શકે છે. તેથી દરેક કાર્ય વિવેક અને જવાબદારી સાથે થવું જોઈએ.

જો કોઈ અન્ય તમારા પર તેના વિચારો લાદવાનો પ્રયાસ કરે, તો તમે તેને સ્વીકારી શકશો નહીં. તેથી આપણો પણ અભિગમ એવો જ હોવો જોઈએ. પોતાનાં આચરણ, સંયમ, કરુણા અને ક્ષમા દ્વારા જૈન ધર્મનાં મૂલ્યોને જીવંત બનાવીએ. જૈન ધર્મનો સાચો પ્રભાવ શબ્દોથી નથી, પણ ચારિત્ર્યથી પ્રસરે છે.

સૌથી અગત્યનું કાર્ય એ છે કે આપણે જૈન ધર્મનો પ્રકાશ આપણા યુવાનો સુધી પહોંચાડીએ. જો નવી પેઢી જૈન તત્ત્વજ્ઞાનને સમજીને જીવનમાં ઉતારશે, તો તે આપણા ધર્મનું સૌથી મોટું રક્ષણ બનશે.

સાચો પ્રશ્ન

આપણે વર્ષોથી પૂછીએ છીએ : ''શું આવતી પેઢી પર્યુષણ ઊજવશે ?'' સાચો પ્રશ્ન એ છેઃ શું આપણે આવતી પેઢીને પર્યુષણનો સાચો અર્થ સમજાવી શક્યા છીએ ?

જો જવાબ ''હા'' હોય, તો પર્યુષણ જીવંત રહેશે, જૈન સંસ્કૃતિ જીવંત રહેશે અને ભગવાન મહાવીરનાં મૂલ્યો પેઢી દર પેઢી પ્રકાશિત થતાં રહેશે.

સમાજની જવાબદારી

જો આપણે ઈચ્છીએ કે આવતી પેઢી પર્યુષણને અપનાવે, તો જવાબદારી માત્ર સંતો કે સંસ્થાઓની નથી; તે સમગ્ર સમાજની છે. પરિવારે સંસ્કાર આપવા, સંઘે વિશ્વાસ મૂકવો અને યુવાનોને યોગ્ય અવસર આપવા જોઈએ.

દરેક સંઘે પોતાને પૂછવું જોઈએ.

શું આ વર્ષે એક પણ યુવાન ધર્મ સાથે વધુ ઊંડે સુધી જોડાયો ?

શું કોઈ બાળકને પ્રતિક્રમણનો સાચો અર્થ સમજાયો ?

શું કોઈ પરિવારે જીવનમાં ક્ષમા ઉતારી?

શુ કોઈના જીવનમાં સકારાત્મક પરિવર્તન આવ્યું ?

જો આ પ્રશ્નોના જવાબ ''હા'' હોય, તો જ પર્યુષણની સાચી સફળતા ગણાય, કારણકે ધર્મની સફળતા ભીડથી નથી, પણ પરિવર્તનથી મપાય છે.

પર્યુષણનો સાચો અર્થ

પર્યુષણનો સાચો અર્થ માત્ર ઉપવાસમાં નથી, પણ પોતાના ક્રોધ, અહંકાર અને દ્વેષ પર વિજય મેળવવામાં છે. તેથી પર્યુષણ ક્યારેય અપ્રાસંગિક બની શકે નહીં. ધર્મને સમયાનુકૂળ રીતે રજૂ કરવો એ પરંપરા છોડવી નથી, પણ તેને જીવંત રાખવી છે.

પર્યુષણ માત્ર ''મિચ્છા મિ દુક્કડમ'' કહેવામાં નથી, પણ હૃદયપૂર્વક ક્ષમા માગવામાં અને જીવનમાં પરિવર્તન લાવવામાં છે. જો પર્યુષણ પછી આપણે થોડા વધુ નમ્ર, સંયમી, કરુણાવાન અને સારા મનુષ્ય બનીએ, તો જ પર્યુષણની સાચી આરાધના થઈ કહેવાય.

પર્યુષણનો સૌથી મોટો સંદેશ

''બીજાને બદલવાની અપેક્ષા કરતાં પહેલા, પોતાના અંતરમાં પરિવર્તનની શરૂઆત કરો. વ્યક્તિ બદલાય છે, તો પરિવાર બદલાય છે; પરિવાર બદલાય છે, તો સમાજ બદલાય છે અને સમાજ બદલાય છે, ત્યારે જ ધર્મ સાચા અર્થમાં જીવંત રહે છે.''

મો.: ૯૮૩૩૯૨૨૪૮૪

સાધુ તો ચાલતા ભલા

✻ રાજેશ જવેરબેન નરશી સાવલા ✻

સાધુ તો ચાલતા ભલા, બહુ પ્રાચીન કહેવત છે, પણ આજે આપણે આ કહેવત, આ સિદ્ધાંતથી થોડી જુદી વાત કરવી છે.

જૈન ધર્મ બહુ પ્રાચીન ધર્મ છે. જ્ઞાન, દર્શન, ચારિત્ર્ય અને તપ - આ ચાર પાયા પર જૈન ધર્મ ટક્યો છે અને આપણા સંતો આ જૈન ધર્મનું હાર્દ છે, તેમનું જ્ઞાન અને આધ્યાત્મિક શિક્ષણ, શાણપણ અને આચરણ આપણા માટે શીખ પણ છે અને આપણી સૌથી મોટી સંપત્તિ પણ.

જૈન આચાર મુજબ, એક સાધુ કે સાધ્વી ચોમાસાના ચાર મહિના સિવાય બાકી આઠ મહિના નિરંતર પદયાત્રા કરે છે. કોઈ વાહનનો ઉપયોગ નહીં, કોઈ યાતાયાત સાધન નહીં, એક ઉપાશ્રયથી બીજા ઉપાશ્રય, એક શહેરથી બીજું શહેર, એક રાજ્યથી બીજું રાજ્ય - પગેપગ આખી પૃથ્વીને ખૂંદી વળતાં, તેઓ જૈન શ્રાવકોને ધર્મે બાંધેલા રાખે છે. તેમનું આવું તપસ્વી જીવન ફક્ત ધર્મનો પ્રસાર નથી, પણ આપણી આસ્થા, આપણા વિશ્વાસનું પ્રતીક છે.

પણ આજકાલ આ પદયાત્રા ખૂબ ભયજનક બની રહી છે. વાહનોની સંખ્યામાં વધારો, ટ્રાફિક નિયમો પ્રત્યે લોકો તેમ જ અધિકારીઓની ઉદાસીનતા, વળી તડકો અને તાપ ઓછો રહે એ માટે મોટા ભાગના સંતો વિહાર પણ વહેલી સવારે શરૂ કરતા હોય. આ બધાં કારણોને કારણે આજકાલ રસ્તાના અકસ્માતોમાં સંતોનું આકસ્મિક મૃત્યુ, આપણા સૌ માટે ચિંતાનો વિષય છે.

તાજેતરમાં સુરતમાં જૈન સમાજે આ મુદ્દા પર ધ્યાન આકર્ષિત કર્યું. સંતોના મૃત્યુ સંદર્ભે સમાજમાં આક્રોશ જણાયો, પણ હવે આપણે આગળ વધીએ તો એક મૂળભૂત પ્રશ્ન સામે આવે છેઃ શું આપણે આપણા સંતોની સુરક્ષાને આપણી રૂઢીઓ માટે સતત અવગણી શકાય.

આ વિષયમાં એક અલગ જ દૃષ્ટિકોણ આપણે લેવો જોઈએ. કારણકે સૌ પ્રથમ, આપણા સંતોનું જ્ઞાન અને આધ્યાત્મિક માર્ગદર્શન આપણા સમાજ માટે અત્યંત જરૂરી છે. બીજું, સુરક્ષાનાં કારણોથી છૂટછાટનો હેતુ. આપણા ધર્મગુરુઓની ધર્મ આરાધનાને વિચલિત કરવાનો નથી. ત્રીજું, સાધુઓના આચાર, વિચાર તેમનો પવિત્ર અંગીકાર છે. આપણે એ માટે એમના સદૈવ ઋણી રહીશું, પણ વ્યાવહારિક સુરક્ષા માટે કોઈ વધુ પગલું એ શ્રાવક તરીકે આપણી પણ ફરજ છે.

આ દુર્ઘટનાઓ અટકાવવા માટે પગલાં

સૌથી મહત્ત્વનું પગલું એ છે કે આપણે આગામી અકસ્માતોને રોકવાની તરફ પ્રયાસ કરીશું, ન કે પૂર્વની ઘટનાઓ તપાસવાની. આમાં આપણે બે માર્ગ લઈ શકીએ. પ્રથમ હાઈવે અને રોડ પર ચાલતા સંતોની સુરક્ષા માટે પોલીસ અને નાગરિક સંસ્થાઓનો સમન્વય બનાવવો. વાહનચાલકોને

જાગૃતિનું અભિયાન ચલાવવું. જો કોઈ અકસ્માત થાય તો તુરત તપાસ અને ન્યાયપૂર્ણ ક્રિયા કરવી. આ પ્રયાસ કરતા, કદાચ કોઈ શંકાસ્પદ ઘટના ખૂલી આવે, પણ આપણો ધ્યેય શક્તિ દર્શન કરવાનો નથી, પણ ભવિષ્યમાં આવી દુર્ઘટના ના થાય એની તકેદારી રાખવાનો છે.

બીજું, સાધુઓના પદવિહારના રૂટ્સ પહેલાંથી જણાવીને તેમાં શ્રાવક-સેવકોની સંગઠિત સાંકળ બનાવી એમના આખા વિહારને સુરક્ષિત કરવા પગલાં લઈ શકાય. ટ્રાફિક અધિકારીઓ તેમ જ આ બાબતમાં એક્સપર્ટ એવા લોકોના મંતવ્ય લઈ, કેટલાંક નાનાં, નાનાં પગલાં લઈ શકાય, જેમ કે, સંતોના દંડ, વાહનો તેમ જ એમના સેવકોનાં વસ્ત્રો પર રેફલેક્ટર વગેરેની વપરાશ કરી શકાય.

વિશેષ પરિસ્થિતિમાં વાહનનો ઉપયોગ અને પ્રાયશ્ચિત્ત

કદાચ આ સૂચન કેટલાક માટે સુખદ ન હોય, પણ આપણે એક વાસ્તવિક જરૂરત પર વિચાર કરવો જોઈએ. જો કોઈ ચોક્કસ રૂટ પર વારંવાર આવવા જીવનના ગંભીર અકસ્માતો થતા હોય - આવતો ટ્રાફિક એટલો વધુ હોય કે પદયાત્રા કરવી ખરેખર જોખમી હોય - તો આચાર્ય ભગવંતોની સલાહ અને માર્ગદર્શન હેઠળ સંતો તે વિશેષ જરૂર અનુસાર વાહનનો ઉપયોગ કરી શકે. આ 'જ્ઞાત અપરાધ'ના પ્રાયશ્ચિત્તરૂપે તેઓ કોઈ કઠોર તપ કે આચાર્યની આજ્ઞાથી અન્ય ધર્મીય અનુષ્ઠાન કરે. આપણો મુખ્ય ઉદ્દેશ તેમના અમૂલ્ય પ્રાણો, એમની આરાધના, એમના જ્ઞાનભંડારની રક્ષા કરવાનો છે.

એક જાગૃત અને પરિવર્તનશીલ જૈન સમાજ તરીકે આપણે આપણા સંતોની સુરક્ષા, સેવા અને સંરક્ષણ કરવું એ આપણું પવિત્ર કર્તવ્ય છે. સમગ્ર સમાજની વિવિધ સંસ્થાઓના ટ્રસ્ટીઓ, પદાધિકારીઓ, દાનવીરો અને ધર્મપ્રેમી શ્રાવક-શ્રાવિકાઓ - સૌએ આ દિશામાં કંઈક વિચારવું રહ્યું અને આ પરિવર્તનમાં ભાગ લેવો રહ્યો.

નિષ્કર્ષ

આપણા સંતોની વાણી, જ્ઞાન, તપ, ચારિત્ર્ય અને આચરણ આપણા સમાજને શુદ્ધ રાખે છે. તેમનું તપ અને ધર્મમય જીવન આપણા માટે મૂલ્યવાન છે. આ ભાવના સાથે આપણે એક પ્રયાસ કરીને સૌ મળીને આગામી અકસ્માતો ઓછા કરવાનો ધ્યેય રાખીએ. ''સાધુ તો ચાલતા ભલા'' ઉકિત સારી છે, પણ સમયાનુસાર આપણે એમની સુરક્ષાને પણ એટલું જ પ્રાધાન્ય આપવું રહ્યું.

વાંકી,
મો. : ૯૭૬૯૦ ૦૮૮૧૯

શ્રી ક.વી.ઓ. સેવા સમાજનું
બિનધંધાદારી મુખપત્ર

સ્થાપના : ૧૯૪૭ વર્ષ : ૭૯

પગદંડી

અંક : ૫ ઑગષ્ટ ૨૦૨૬

તંત્રી : અશ્વિન લક્ષ્મીબેન પોપટલાલ માલદે
સંકલન : CA સંજય ચંદનબેન વિસનજી છેડા
મુદ્રક -પ્રકાશક : **શ્રી અશ્વિન પી. માલદે**
પ્રકાશન સ્થળ: શ્રી ક.વી.ઓ. દે. નવી મહાજન વાડી, ઉજે માળે,
૯૯/૧૦૧, કેશવજી નાયક રોડ, મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૦૯.
ફોન નં : ૨૩૭૧ ૪૬૭૪
pagdandi.kvoss.org. - email:pagdandi@kvoss.org
ટાઈપસેટીંગ : **ધીરેન તારાબેન મુરજી ગાલા** (કોટડા(રોહા) - ફોર્ટ)
મોબાઈલ : ૯૮૩૩૫૪૧૦૪૦
મુદ્રણ સ્થાન : **મેઘાર્ટ કલર ક્રાફટર્સ,**
૪૨, આઈડિયલ ઈન્ડ. એસ્ટેટ, સેનાપતિ બાપટ માર્ગ,
લોઅર પરેલ, મુંબઈ -૪૦૦૦૧૩. ફોન : ૨૪૯૨ ૧૯૬૪
-: લવાજમ :-
૧૦ વર્ષ : રૂા. ૧,૦૦૦/- છૂટક નકલ : રૂા. ૧૫/-
ચેક/ડ્રાફટ શ્રી ક.વી.ઓ. સેવા સમાજને નામે લખવા.

પગદંડીને પત્ર

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

સમત્વ (Equanimity)

સૌથી મુશ્કેલ કાર્ય...

ખાસ કરીને મુશ્કેલ પરિસ્થિતિઓમાં શાંત રહેવું. તણાવ હેઠળ મનને સ્થિર રાખવું એ કોઈ મજાક નથી.

આજના સમયમાં સંતુલિત મન એ દરેક વ્યક્તિની જરૂરિયાત છે. બાળકો, યુવાનો અને વૃદ્ધો - બધાંને સંતુલિત મનની જરૂર છે. આજે આપણે ઘણા ઝઘડા, લડાઈઓ, ખૂન અને ઘણુંબધું જોઈએ અને સાંભળીએ છીએ. આ બધું આપણી પ્રતિક્રિયાઓ અને અસંતુલિત મનને કારણે છે.

જ્યારે કોઈ વાસ્તવિકતાને તે જેવી છે તેવી જુએ છે, ત્યારે સમત્વ ઉત્પન્ન થાય છે. આપણે રોજિંદા જીવનમાં જાગૃતિ અને સમત્વને જાણવું અને તેનો વિકાસ કરવો જ જોઈએ. આ એક પૂર્ણ સમયનું (Full-time) કામ છે.

પહેલા પોતાની જાત પ્રત્યે સંપૂર્ણ જાગૃત રહેવું, અને પછી આપણી આસપાસના વાતાવરણ અને આપણી સાથે રહેતા તમામ લોકો પ્રત્યે જાગૃત રહેવું, બાબતોને વધુ સારી બનાવશે. કંઈ ન કરવું અને માત્ર જાગૃત રહેવું એ વાસ્તવમાં જરૂરી બધું જ કરવા બરાબર છે, પરંતુ આજે આપણું જીવન એટલી બધી વસ્તુઓ પાછળ દોડી રહ્યું છે કે, આપણે આપણી પોતાની જાતને કેવી રીતે ઓળખવી તે જ ભૂલી ગયા છીએ.

કોઈ પણ કારણ વગર, નાની નાની દલીલો મોટી લડાઈમાં બદલાઈ જાય છે અને દુઃખની વાત એ છે કે, નિર્દોષ અને અજ્ઞાની લોકો ભોગ બને છે - તેઓ સંપૂર્ણપણે પીડાય છે. કોઈનામાં પણ હવે સમત્વ નથી રહ્યું, બિલકુલ જાગૃતિ રહી નથી. અને તે સમય પણ પસાર થઈ જાય છે... પરંતુ ઘા-માનસિક ઈજાઓ અર્ધજાગ્રત મનમાં હમેશ માટે રહી જાય છે, જ્યારે સંબંધિત વ્યક્તિ તે સંપૂર્ણપણે ભૂલી જાય છે.

આપણું મન ગમા-અણગમા સાથે પ્રતિક્રિયા આપે છે; તૃષ્ણા (લાલસા) અને દ્વેષ આપણને ખ્યાલ આવ્યા વિના પણ આપણા સમગ્ર અસ્તિત્વમાં દેખાવા લાગે છે. સત્ય એ છે કે... આપણે પ્રતિક્રિયા આપવાની નથી- ન તો ગમા-અણગમા રાખવાના છે, ન તો તૃષ્ણા કરવાની છે અને છતાં આ બધું આપણી ઈચ્છા કે નિયંત્રણ વિના થાય છે.

આમ, આજના વર્તમાન સમયમાં જીવવા માટે દરેક સમયે સમત્વ રાખવું એ સૌથી જરૂરી કાર્ય છે.

કિશોર મોંઘીબેન હીરજી વોરા, પ્રાગપર
મો. ૯૬૧૯૬૭૧૫૪૪

પ્રતિભાવ - પ્રતિસાદ

જુલાઈ, ૨૦૨૬ના અંકમાં રેખાબેન પ્રવીણભાઈ નંદુએ 'પહેડી' પર સરસ લેખ લખેલ છે. એમાંથી દરેક નુખવાળાઓએ પ્રેરણા લેવાની છે. દરેક નુખની કમિટીવાળા નીડરતાથી આ રીતે પહેડીનું આયોજન કરે તો આ લેખ લેખે લાગે. લેખ લાંબો હતો, પણ અતિઉપયોગી માર્ગદર્શન મળે એવો હતો. શાબાશ... રેખાબેનને અભિનંદન...

જયંતી લક્ષ્મીબેન વાલજી ગોગરી
ભુજપુર - ઘાટકોપર (ઈસ્ટ)
મો. : ૯૯૬૭૨૮૬૨૦૮

ઊર્મિલહર

સંપાદક : વિશન પાનબાઈ દેવરાજ નાગડા

મિઠા,

ગૅ મેણે પાં (૧) સકર વિ. સાકર જેવું (મીઠું), (૨) સખર - ઊંચી ગુણવત્તાવાળું, (૩) સખર - ગુણિયલ (૪) સખર - નાથી સારું જી ગાલ કિઈ. સખત શબ્દ કચ્છીમેં વપરાજે તો, પણ કચ્છી તરીકે વડે ક ન? ઈ સવાલ વો. પણ સિન્ધોડીવારા થારઈબાઈ ચ્યાં. ''હિતે મિટી બૉરી સખત આય, વલાજે નતી!'' ત ઈ થ્યો સખત કે પણ પાં કચ્છીમેં વડાયૂં.

(૧)સખત (વિ.) સખત, કઠણ (adj.) Hard
સખત જો વાક્ય ત મથે ડિનૂં જ આય.
સખર જેં અરથેંજી ગાલ પાં પૂરી કિઈ, હાણે ઈગીયા.

(૨)સગ (સ્રી.) - શક્તિ, બળ, તાકાત (f) Strength.
(વાક્ય) બ ડીં બરો ઍડો આયો મૂંજી ત સગ હલઈ વિઈ!

(૩)સગત (સ્રી.) - જુઓ 'સગ'માં (આ શારીરિક બળ માટે ખાસ)

(૪)સગત (સ્રી.)-(આર્થિક) બળ, (f) Monitory power
(વાક્ય) ઈ ત સગતવારા માડૂ અંઈ લખૂં ખરચીએં ને કિરોડૂં પણ ખરચીએં.

(૫)સગત (સ્ત્રી) - સગત માતા, એક દેવી વિશેષ (f) a deity

પનપટી : કચ્છીમેં હિકહિકડે શબ્દ વિષે વીચારયૂં ત કોક ને કોક ચૉવક મિલી રે. સગત માતા મથે કોય ચૉવક જાધ ન આવઈ. ત ખણો 'ડેવ'.

ચૉવક આય 'ડેવ રુઠા ને પુઠ વારી વિઠા' (દેવ રીસાયા તો મોઢું ફેરવી બેઠા!). આ એક હળવા કટાક્ષમાં બોલાતી કહેવત છે. જે રોજિંદા ઘર-વહેવારમાં ખૂબ પ્રચલિત છે. જો ઘરની કોઈ દીકરી (નીયાણી) ને કોઈ વાતે વાંકું પડે અને એ રીસાઈ જાય તો મોટેરામાંથી કોઈક તરત જ આ કહેવતનો ઉલ્લેખ કરવાના! દેવ-ઘરની દીકરીનું મનગમતું ન થયું એટલે એ રીસાઈને - મોઢું ફેરવીને, નારાજ થઈને બેસી ગઈ! અહીં કહેવાનું તો ખાસ કંઈ નથી, પણ એના પ્રત્યેનો કટાક્ષ કરવાની ઈચ્છાને ન રોકી શકનાર કાકી, ફઈ કે માસી-મામી આવો મોકો કેમ છોડે? હાં એટલું ખરું કે એ દિકરી પર કટાક્ષ કરતાં એને વધારે વસમું ન લાગે માટે માનાર્થે બહુવચન વાપરવો અને 'દેવ' જેવા ઉત્તમ પ્રતીકનો આસરો લેવો જરૂરી છે, નહીં તો 'માતાજી' કોપાયમાન થઈ શકે!

ભલેં તડેં મિલાંતો વરી !

- આંજો વિશન

મો.: ૯૮૨૦૪૫૬૮૯૯

ભુલ પાંજી પધરી, નેં ભુલ પાંજી ઈ જ.
કિતરા પાણી ચૂસ્યા, નેં કિતરા કઢ્યા ખનીજ,
તડેં કુધરત કઢેં ખીજ, ધરા કે ધુબાયને
કવિ 'તેજ'

''तुम वही हो''

कौन कहता है कि तुम वो नहीं हो?
तुम जरूर हो, खूब भरपूर हो।
कभी गीत तो गुनगुना लो,
तुम्हीं तो हो जो आत्माके सुर हो।
बदल दो अपने ही आपको,
फिर कौन कहेगा कि तुम क्रूर हो?
कि नशे में चूर हो?

खोज लो अपने अंदरके खुदाको,
किसने कहा तुम परमात्मासे दूर हो?
तुम तो जिसस, मुहम्मद, बुद्ध, महावीर हो,
पत्थर न समझो अपने आपको,
तराशो फिर देखो तुम वही कोहिनूर हो।

પ્રવીણ જવેરબેન દામજી ગોગરી (પ્રેમ) -
દહિંસર - ફોન : ૨૮૯૫ ૩૪૫૯

માંક

જિરમિર જિરમિર વસેંતા મોતી
જિતે જુડ્યો લાગ વિઠા ઉત ગોતી
માંક જા મોતી, માંક જા મોતી...

નીલૂડી છબરજી જાજમ જુડઈ લાટ
વિઅણૂં જ નાંય તાં હાણે,
જાડ, પન, ફૂલડેં જો મોંઘો મેડાવો
કડેં નં મિલંધો જાણે,
કિલબલ કરીંધલ પખીએંસે ધોસતી...
માંક જા મોતી, માંક જા મોતી

વેધારા સિજ જિરા ઉગ તૂં મૉડો,
વિનધો કુરો ચૉ તૉજો.
તપજા ટાંઢા સૂંવાલી ઉગૉતે
અડેખા વસાઈયેં કુરેજો.
તાણીયેં કુલાતો સોનેરી
ઉંછણી બિપોતી...
માંક જા મોતી,

દિવ્યા દેઢિયા 'દિવ્ય'

માડૂ થિઈ રૉ

કુલા રખણું જિજો ફૉ,
જીયણજી ધૉડમેં
હલ તૂં રૉ.

ન ડીણૂં કેંકે પ ડૉ,
મ રખ મનમેં બૉરો મૉ.

કોસીસ કરે ભર્લે સૉ,
પાણીમેં નિતો ગરેં કડેં લો.

જિંધગીજી રાંધમેં સચકે ડે ખો,
ત માડૂ જાધ કરે કો.

મનુસ ભવ મિલ્યો,
ત માણસાઈ સેં લગાય મો,

પગ રખી પટતેં જવાન
સંસારમેં માડૂ થિઈ રૉ.

- હરેશ ગડા ... જવાન

મો લગાયણી = પ્રેમ કરવો; માયા લગાડવક

સંસાર સાગર

સંસાર સાગર, હિકડો જ બંધર,
કાયમજી પાંકે, અચે જૅર નિંધર.

વડો વૅ ક નિંઢડો, હુઍ રંક રાજા,
પીસે મિણીકે, ડિસો કાડ જંધર.

ભની વેંધો જીયણ, પાંજો સુખાલો,
રખોં સાફ પાંજ્યું, અખીયું ને અંધર.

મિઠો આવકારો, મિલૅ જિત મિણીંકે,
ઘર વે ગરીભજો, લગેતો ઊ મિંધર.

'મોહન' ભલેં વૅ, કાયમ ઊ અભમેં,
છતાં પાંણ પૂજ્યું, ડિસી બીજ ચંધર.

કવિઃ મોહનલાલ જોષી ''મોહન''

શ્રી ક.વી.ઓ. સેવા સમાજ

આયોજિત

''નવનીત ફાઉન્ડેશન''

પ્રાયોજિત

કચ્છી ક્રિકેટ ટૂર્નામેન્ટ વર્ષ ૨૦૨૫-૨૬ (વર્ષ ૪૧મું)

શ્રી ક.વી.ઓ. સેવા સમાજ દ્વારા છેલ્લાં ૪૧ વર્ષોથી નવનીત પરિવાર (રાયણ-દાદર)ના આર્થિક પીઠબળથી આ ક્રિકેટ ટૂર્નામેન્ટનું આયોજન થાય છે.

દર વર્ષે આ ટૂર્નામેન્ટો જનરલ ગ્રુપ, ગ્રામ ગ્રુપ, ટી-૨૦, લેજન્ડ કપ વગેરે વિભાગોમાં યોજાય છે.

ગામ ગ્રુપ : આ વર્ષે ગામ ગ્રુપમાં ૩૧ ટીમોએ ભાગ લીધેલ. સેમિ-ફાઈનલ સુધીની બધી મૅચો દાદર/માટુંગાના ગ્રાઉન્ડની પિચો પર રમાઈ હતી.

સેમિ-ફાઈનલની મૅચોનાં પરિણામો :
નાંગલપુર ૧૭૮/૯ સામે ભુજપુર - ૧૮૦/૮ વિજયી રહેલ અને ગુંદાલા - ૨૧૧/૬ સામે પુનડી ૨૧૨/૬ વિજયી રહેલ.

ફાઈનલ : પુનડી V/S ભુજપુર

ટૂર્નામેન્ટની ફાઈનલ મૅચ તા.૨૬-૧૨-૨૦૨૫ના રોજ ફાતિમા ગ્રાઉન્ડ, વિદ્યાવિહાર ખાતે યોજાયેલ.

પુનડી : ૧૦૫/૧૦ (હર્ષ નંદુ ૨૨, મલય શાહ ૧૬, મીત દેઢિયા ૨૮/ ૩, ભાવિન ગાલા ૧૦/૨, વીરેન દેઢિયા ૨૪/૨ સામે

ભુજપુર : ૧૧૭/૧૦, (તુષાર ગોગરી - ૫૦, પાર્થ સંગોઈ -૧૬, મહેશ દેઢિયા ૧૨, કેવલ છેડા ૨૭/૪, નિલેશ નંદુ ૩૪/૨, જય છેડા ૧૪/૧)

ગામ ગ્રુપની ફાઈનલમાં ભુજપુર ટીમનો ૧૨ રનથી વિજય થયો.

- **પ્લેઅર ઑફ ધ સિરીઝ** : તુષાર ગોગરી (ભુજપુર)
- **બેસ્ટ બૅટ્સમૅન** : મનન છેડા (પુનડી)
- **બેસ્ટ બૉલર** : મિતેશ ગંગર (જવેરી) (નાંગલપુર)
- **બેસ્ટ ફિલ્ડર** : કેવલ દેઢિયા (પુનડી)

જનરલ ગ્રુપ : આ ટૂર્નામેન્ટ A/B/C/D એમ ચાર વિભાગોમાં યોજાયેલ. સેમિ-ફાઈનલ સુધીની દરેક ગ્રુપની મૅચો દાદર, માટુંગાના ગ્રાઉન્ડની પિચો પર યોજાઈ હતી.

A ડિવિઝનની ફાઈનલ મૅચ તા. ૩૦ જાન્યુઆરી, ૨૦૨૬ના રોજ ફાતિમા ગ્રાઉન્ડ, વિદ્યાવિહાર ખાતે યોજાઈ

A ડિવિઝનની ફાઈનલ : અંતરા એશીઝ v/s છાડવા YECC

અંતરા એશીઝ : ૨૧૯ (મિહિર પાસડ - ૪૮, નિશીત ગોગરી - ૪૫, વિરલ શાહ - ૫૨/૩) સામે
છાડવા YECC : ૨૦૯ (યશ કાપાડિયા - ૯૭, રોહનીલ નંદુ - ૨૫, પુરવ છેડા - ૪૧/૪)

ફાઈનલમાં અંતરા એશીઝનો ૧૦ રનથી ભવ્ય વિજય

❋ **પ્લેઅર ઑફ ધ ફાઈનલ**	: પુરવ છેડા (નાના આસંબિયા)	અંતરા એશીઝ
❋ **બેસ્ટ બૅટ્સમૅન**	: કાર્તિક સાવલા (બેરાજા)	અંતરા એશીઝ
❋ **બેસ્ટ બૉલર**	: મનન છેડા (પુનડી)	યુવામન એસી.
❋ **બેસ્ટ ફિલ્ડર**	: ચિંતન વોરા (નવીનાર)	યુવામન એસી.
❋ **પ્લેઅર ઑફ ધ ટૂર્નામેન્ટ**	: પુરવ છેડા (નાના આસંબિયા)	અંતરા એશીઝ

B ડિવિઝનની ફાઈનલ મૅચ તા. ૨૯ જાન્યુઆરી ૨૦૨૬ના રોજ ફાતિમા ગ્રાઉન્ડ, વિદ્યાવિહાર ખાતે યોજાઈ

B ડિવિઝનની ફાઈનલ : ભુજપુર SC (A) v/s બૉમ્બે મૅટ્રિક્સ YMCC

ભુજપુર SC (A) : ૧૬૮ (તુષાર ગોગરી - ૭૧, ધિરેન દેઢિયા - ૨૯, જીતેન ગડા ૨૨/૨) સામે
બૉમ્બે મૅટ્રિક્સ YMCC : ૧૭૦/૮ (જય મારુ - ૬૩, કાવ્ય હરિયા - ૧૯, મનીષ છેડા - ૨૦/૨)

ફાઈનલમાં બૉમ્બે મૅટ્રિક્સ YMCCનો ૨ વિકેટથી ભવ્ય વિજય

❋ **પ્લેઅર ઑફ ધ ફાઈનલ**	: જય મારુ (રતાડિયા)	બૉમ્બે મૅટ્રિક્સ YMCC (A)
❋ **બેસ્ટ બૅટ્સમૅન**	: ઋષભ છેડા (વાંકી)	દેવપુર CC
❋ **બેસ્ટ બૉલર**	: યશ હરિયા (દેવપુર)	દેવપુર CC
❋ **બેસ્ટ ફિલ્ડર**	: જય મારુ (રતાડિયા)	બૉમ્બે મૅટ્રિક્સ YMCC (A)
❋ **પ્લેઅર ઑફ ધ ટૂર્નામેન્ટ**	: જશ દેઢિયા (તલવાણા)	દેવપુર CC

C ડિવિઝનની ફાઈનલ મૅચ તા. ૨૭ જાન્યુઆરી, ૨૦૨૬ના રોજ DPC ગ્રાઉન્ડ, માટુંગા ખાતે યોજાઈ

C ડિવિઝનની ફાઈનલ : Comfort Challanger CC v/s Mira Road CC

Comfort Challanger CC: ૨૨૯ (અમિત દેઢિયા-૪૧, અક્ષ રાંભિયા-૪૩, સૌરભ છેડા-૪૪/૨) સામે
Mira Road CC: ૨૩૦/૬ (જતીન કારાણી - ૭૮, આશિષ વોરા - ૭૬, ધૈર્ય ગાલા - ૫૨/૨)

ફાઈનલમાં Mira Road CCનો ૪ વિકેટથી ભવ્ય વિજય

❋ **પ્લેઅર ઑફ ધ ફાઈનલ**	: જનીત કારાણી (મકડા)	Mira Road CC
❋ **બેસ્ટ બૅટ્સમૅન**	: કમલ સાવલા (તુંબડી)	Legend 50+
❋ **બેસ્ટ બૉલર**	: જિનેશ શાહ (નવીનાર)	Mulund KVO (B)
❋ **બેસ્ટ ફિલ્ડર**	: દીપેશ છેડા (બિદડા)	YMCC (A)
❋ **પ્લેઅર ઑફ ધ ટૂર્નામેન્ટ**	: આશિષ વોરા (ડોણ)	Mira Road CC

D ડિવિઝનની ફાઈનલ મૅચ તા. ૨૭ જાન્યુઆરી, ૨૦૨૬ના રોજ DPC ગ્રાઉન્ડ, માટુંગા ખાતે યોજાઈ

D ડિવિઝનની ફાઈનલ : છાડવા YECC- JR v/s યુવામન SC A

છાડવા YECC : ૩૧૩ (મલય શાહ - ૧૭૦, ગૌરવ ગડા - ૩૩, દિવ્ય નાગડા - ૨૯/૧) સામે

યુવામન SC A : ૧૫૪ (સ્મિત કુરિયા - ૨૮, નિતેશ નંદુ - ૧૮, ધૈર્ય છેડા - ૪૬/૫)

ફાઈનલમાં છાડવા YECC- JRનો ૧૫૯ રનથી ભવ્ય વિજય

- **પ્લેઅર ઑફ ધ ફાઈનલ** : મલય શાહ (રાયણ) છાડવા YECC- JR
- **બેસ્ટ બૅટ્સમૅન** : મલય શાહ (રાયણ) છાડવા YECC- JR
- **બેસ્ટ બૉલર** : ધૈર્ય છેડા (રાયણ) છાડવા YECC- JR
- **બેસ્ટ ફિલ્ડર** : સમીર ગાલા (કોટડી મહા)
- **પ્લેઅર ઑફ ધ ટૂર્નામેન્ટ** : આર્યન ગાલા (કોટડી મહા)

50+ લેજન્ડ કપ

સળંગ ૧૧ વર્ષથી રમાઈ રહેલ **50+** લેજન્ડ કપ **(50+** વયના) ક્રિકેટ ટૂર્નામેન્ટ - આ વર્ષે **T-20** કપની જેમ રમાઈ, જેની ફાઈનલ મૅચ લોનાવાલા ખાતે યોજાઈ.

50+ લેજન્ડ કપ ફાઈનલ : નવનીત ડાયમંડ v/s નવનીત ગ્લેડિયેટર્સ

નવનીત ડાયમંડ : ૧૦૦ (દિલીપ ગોગરી - ૪૭, અનિલ ગાલા - ૬/૧ વિકેટ) સામે

નવનીત ગ્લેડિયેટર્સ : ૮૫ (નિલેશ છેડા - ૨૭, જવેરચંદ નાગડા - ૧૯/૧)

ફાઈનલમાં નવનીત ડાયમંડનો ૧૫ રનથી ભવ્ય વિજય

- **પ્લેઅર ઑફ ધ ફાઈનલ** : દિલીપ ગોગરી (નાગલપુર) નવનીત ડાયમંડ
- **બેસ્ટ બૅટ્સમૅન** : હિતેન ગાલા (ફરાદ્રી)
- **બેસ્ટ બૉલર** : રમેશ નાગડા (ભોજાય) છાડવા YECC - JR
- **બેસ્ટ ફિલ્ડર** : સુધીર ધરોડ (લુણી) અને શૈલેશ વીરા (દેશલપુર)
- **પ્લેઅર ઑફ ધ ટૂર્નામેન્ટ** : કેકીન છેડા (નાગલપુર)

નવનીત T-20 ગામ ગ્રુપ

૪૭ ગામોની ટીમો વચ્ચે રમાયેલ **T-20** ક્રિકેટ ટૂર્નામેન્ટની ફાઈનલ તા. ૩ એપ્રિલ, ૨૦૨૬ના ખાલસા ગ્રાઉન્ડ ખાતે (**Day-Night**) ફ્લડ્સ લાઈટમાં યોજાઈ.

નવનીત T-20 ગામ ગ્રુપ : બિદડા CC v/s ભુજપુર SC

બિદડા CC : ૧૯૫ (વિરલ છેડા - ૫૪, નિશીત ગોગરી - ૨૯, વીરેન દેઢિયા - ૩૩/૩ વિકેટ) સામે

ભુજપુર SC : ૧૩૭ (ધિરેન દેઢિયા - ૩૬, તુષાર ગોગરી - ૩૪, નયન છેડા - ૨૩/૪)

ફાઈનલમાં બિદડા CCનો ૫૮ રનથી ભવ્ય વિજય

- **પ્લેઅર ઑફ ધ ફાઈનલ** : વિરલ છેડા (બિદડા) બિદડા CC
- **બેસ્ટ બૅટ્સમૅન** : જય છેડા (પુનડી), કાર્તિક સાવલા (બેરાજા)
- **બેસ્ટ બૉલર** : નયન છેડા (બિદડા)
- **બેસ્ટ ફિલ્ડર** : કેવલ દેઢિયા (પુનડી)
- **પ્લેઅર ઑફ ધ ટૂર્નામેન્ટ** : ધિરેન દેઢિયા (ભુજપુર) ભુજપુર SC

સાંત્વન

(તા. ૧ જૂન , ૨૦૨૬ થી તા. ૩૦ જૂન, ૨૦૨૬)

ચક્ષુદાન : દેહ /ત્વચાદાન : અવયવદાન :

પ્રાર્થના રાખેલ નથી

નામ	ઉંમર	ગામ	હાલે
અમૃતબેન રતનશી પ્રેમજી દેઢિયા	૮૨	પત્રી (૩૦ ઉ)	ગોરેગામ
દિનેશ ભવાનજી મેઘજી છેડા	૬૭	નાંગલપુર	બોરીવલી
અમૃતબેન નવીનચંદ્ર શામજી ગડા	૮૭	મોટી રાયણ	પરેલ
રોનક મુકેશ ગાંગજી સૈયા	૩૮	કારાઘોઘા	નાલાસોપારા
ડૉ.ઝુલા (મોટા રતાડિયાનાં મ્જપાાા. શાંતિબેન હરશી ડાહ્યા ગડાની પુત્રી)	૫૯		- ઘાટકોપર
મા. હીરાવંતીબેન ખીમજી પ્રેમજી ગંગર	૮૩	ટુંડા	વિદ્યાવિહાર
શ્રીમતી ભારતીબેન મણિલાલ લાલજી શાહ	૭૩	નાંગલપુર	દાદર
નયનાબેન ચીમન ભવાનજી સંગોઈ	૭૪	ગુંદાલા	મુલુંડ
મા. કસ્તૂરબેન કેશવજી લાલજી વોરા	૮૮	મોટી ખાખર	બોરીવલી
લક્ષ્મીચંદ લાલજી ભાણજી નંદુ	૬૮	લાખાપુર	ડોંબિવલી
પ્રભાબેન લક્ષ્મીચંદ મોણશી દેઢિયા	૮૫	કપાયા	કલ્યાણ
લક્ષ્મીબેન હંસરાજ માણેક ગાલા	૮૬	કાંડાગરા	ડોંબિવલી
હરખચંદ દામજી લધુ વિસરિયા	૬૩	મોટી ઉનડોઠ	નાલાસોપારા
મા. શાંતાબેન વલ્લભજી વેલજી મામણિયા	૮૨	કુંદરોડી	મલાડ
મણિલાલ ગોસર વરસંગ નાગડા	૮૩	કોટડી (મહા.)	ભાંડુપ
ભાનુમતી ઉમરશી વચ્છરાજ વોરા	૭૮	સમાઘોઘા	મદુરાઈ
દીપક લીલાધર પુંજા દેઢિયા	૫૭	રામાણિયા	સાંતાક્રુઝ
રંજનબેન કલ્યાણજી ધનજી દેઢિયા	૬૮	ભુજપુર	નાલાસોપારા
રતનબેન માવજી ધારશી ગાલા	૮૨	મોખા	કાંદિવલી
રાજેશ પ્રેમજી મેઘજી ગાલા	૬૧	બિદડા	ડોંબિવલી
જેઠાલાલ ટોકરશી ઘેલા છેડા	૬૪	દેઢિયા	ડોંબિવલી

નામ	ઉંમર	ગામ	હાલે
મનસુખ કલ્યાણજી ટોકરશી ફુરિયા	૭૨	બિદડા	થાણા
અ.સૌ. નલિની દેવચંદ નરશી દેઢિયા	૭૩	ભુજપુર	ગોરેગામ
કેસરબેન લક્ષ્મીચંદ ખીંયશી છેડા	૭૪	બાંભડાઈ	ડોંબિવલી
હસમુખ હીરજી લખમશી ગાલા	૭૭	સમાઘોઘા	સાયન
કુ ભારતી કાનજી હંસરાજ છેડા	૬૭	નાની તુંબડી	ખારઘર
પ્રકાશ ખીમજી દેવજી છેડા	૭૪	નવીનાળ	પરેલ
અ.સૌ. ઈંદિરા પ્રવીણ પ્રેમજી ગોગરી/પટેલ	૬૪	સાડાઉ	કાંદિવલી
જયાબેન જેઠાલાલ વેલજી મારુ	૭૯	લાખાપુર	ડોંબિવલી
કલરવ હરખચંદ વિશનજી ગડા	૪૬	ભોજાય	વડોદરા
કેતન દેવચંદ વાલજી રાંભિયા	૫૮	નાના ભાડિયા	વાશી
વિશનજી શિવજી શામજી દેઢિયા	૬૬	કોટડા (રોહા)	ડોંબિવલી
રમણીક હેમરાજ ભાણજી ગડા	૬૯	રાયધણજર	મીરા રોડ
છગનલાલ વિશનજી વીરજી સૈયા	૭૦	પત્રી	પત્રી
હીરબાઈ દામજી હરશી ગોસર	૭૯	બાડા	દાદર
મુલચંદ જીવરાજ કુંવરજી છેડા	૮૧	મોટી રાયણ	ગ્રાન્ટ રોડ
લક્ષ્મીબેન પ્રેમજી દેવશી કક્કા	૯૩	બિદડા	બિદડા
વસંત કેશવજી ઉમરશી સાવલા	૬૬	દેશલપુર	દહિંસર
નિલેશ તલકશી પાસુ ગાલા	૫૯	ડોણ	ગોરેગામ
શાંતિલાલ દામજી લખમશી સોની	૬૪	બાંભડાઈ	વસઈ
દિનેશ ખીમજી મોરારજી બૌઆ	૭૫	નાની તુંબડી	અમદાવાદ
મનસુખલાલ રતનશી કક્કા	૭૯	બેરાજા	બૈતુલ (MP)
મા. મણિબેન ખીમજી રામજી છેડા	૯૧	કુંદરોડી	તીરુપુર

નામ	ઉંમર	ગામ	હાલે
મા. અમૃતબેન દામજી આણંદજી રાંભિયા	૯૧	ગુંદાલા	બોરીવલી
જિયા ભરત નાનજી ગડા	૪૮	ડુમરા	અલીબાગ
વિશનજી ગાંગજી વીજપાર વિસરિયા	૭૪	બાડા	બાડા
ખુશાલચંદ ગોવિંદજી રતનશી નાગડા	૭૯	કોટડી (મહા)	ડોંબિવલી
રૂક્ષ્મણી લક્ષ્મીચંદ શામજી છેડા	૮૧	નાની ખાખર	ભીવંડી (૩૫૭)
કુસુમબેન રસિકલાલ માણેકલાલ ગડા	૭૪	નાની ખાખર	સાંગલી
કાંતિલાલ ભીમશી મુરજી સાવલા	૭૭	કોડાય	વાલકેશ્વર
જીવરાજ ગોસર નેણશી નાગડા	૮૭	ગઢશીશા	ચીરાબજાર
વસંતલાલ તેજશી વેલજી વીરા	૭૬	ડોણ	ડોંબિવલી
શાંતિલાલ વીરજી જેવત ગોગરી	૭૯	ટુંડા	ચિંચપોકલી
ચિ. રીકી શાંતિલાલ ભાણજી સતરા	૪૧	ગુંદાલા	દાદર
હર્ષાબેન લક્ષ્મીચંદ ઉમરશી ગલિયા	૬૮	લુણી	ડોંબિવલી
હસમુખ નાગશી પાલણ હરિયા	૭૪	ડેપા	પુના
કાંતિલાલ મેઘજી અખેરાજ નીસર	૫૪	લાકડિયા	કાંદિવલી
જયાબેન કલ્યાણજી પોપટલાલ ગંગર	૭૬	મોટી ખાખર	વિલે પાર્લે
ભરત રવજી ધરમશી સાવલા	૭૬	નાની તુંબડી	બેંગ્લોર
નાગેશ (પ્રાગપુરનાં અ.સૌ. તરલાબેન પ્રેમજી સંગોઈના જમાઈ)	૫૮	—	ઉલવે
અ.સૌ. જ્યોત્સના મુકેશ તેજશી મોતા	૫૯	નાગલપુર	થાણા
હેમકુંવરબેન મુરજી ટોકરશી ધરોડ	૬૪	લુણી	વિરાર
જાદવજી માલશી સતરા	૮૯	વડાલા	કાંદિવલી
મિથિલ રંજના વિસરિયા	૩૦	મોખા	થાણા
ખુશાલચંદ શામજી દેવજી મોતા	૮૦	નવાવાસ	ડોંબિવલી
હરિલાલ મેઘજી વેલજી શેઢિયા	૭૦	વડાલા	નાલાસોપારા
માણેકચંદ ઘેલાભાઈ શિવજી રાંભિયા	૯૪	નાના ભાડિયા	ભાઈંદર
જ્યોતિ રમણીક કુંવરજી વીરા	૫૯	દેવપુર	મુલુંડ
લીલાવંતી લીલાધર ઉમરશી સાવલા	૮૧	ડુમરા	ગ્રાન્ટ રોડ
રૂક્ષ્મણીબેન કાંતિલાલ નાનજી છેડા	૯૫	રતાડિયા ગણેશ	મલાડ

નામ	ઉંમર	ગામ	હાલે
પ્રાર્થના રાખેલ છે			
હંસા રમણીક વશનજી ગડા	૬૬	ભુજપુર	ડોંબિવલી
પ્રભાબેન દિલીપ પોપટલાલ દેઢિયા	૭૬	મોટી ખાખર	ઘાટકોપર
જયંત કરમશી રામજી મોતા	૮૬	પુનડી	વસઈ
સરલા જગદીશ વેલજી મામણિયા /શાહ	૭૧	બિદડા	બોરીવલી
તલકશી ચના શિવજી ગાલા	૭૮	કોટડી (મહા)	વડાલા
તલકશી પ્રેમજી રવજી કારાણી	૮૭	ડુમરા	કાંદિવલી
કાનજી ઠાકરશી પુનશી ફુરિયા	૮૭	બિદડા	વસઈ
મોંઘીબાઈ લક્ષ્મીચંદ મેઘજી નાગડા	૮૨	નરેડી	હૈદરાબાદ
યશવંતીબેન અમૃતલાલ ભાણજી નીસર	૮૭	વડાલા	હૈદરાબાદ
પીયૂષ નવીનચંદ્ર ગાંગજી લાપસિયા	૫૧	કોડાય	પ્રભાદેવી
વિલાસ તલકશી નાનજી ગાલા	૬૩	ચીઆસર	હૈદરાબાદ
શાંતિલાલ ભાણજી ગોસર ગાલા	૮૯	ફરાદી	મુલુંડ
કલ્પેશ જયંતીલાલ નથુ વોરા	૫૦	નવીનાર	પવઈ
હરખચંદ ખીમજી આસુ ગડા	૭૧	વિંઝાણ	અંકલેશ્વર
દીપક લક્ષ્મીચંદ દેવજી ગડા	૬૧	મોટી રાયણ	થાણા
હેમલતા વિશનજી કેશવજી દેઢિયા	૭૪	બિદડા	અંધેરી
મુલચંદ કરમશી રતનશી ગાલા/શાહ	૯૨	નાંગલપુર	માંડવી
ભરત લક્ષ્મીચંદ ભાણજી છેડા	૬૯	વાંકી	અમદાવાદ
દામજી નેણશી દેવજી રાંભિયા	૮૨	રામાણિયા	પ્રભાદેવી
કૌશલ વીરેન્દ્ર મગનલાલ ગડા	૪૧	નવાવાસ	ઘાટકોપર
હીરાલાલ (સાડાઉનાં માતુશ્રી સાકરબેન લાલજી પ્રેમજી ગાલાનાં જમાઈ)	૬૮	—	માટુંગા
પ્રભા પ્રવીણ કુરપાર મારુ	૭૧	ડેપા	સફાલા
અ.સૌ. હેમલતાબેન પ્રદીપ લાલજી વોરા	૭૫	નવીનાળ	માટુંગા
સુશીલા રમણીકલાલ ખીમજી ગાલા	૮૧	ફરાદી	મુલુંડ
કસ્તૂરબેન નાગજી વીરજી વીરા	૮૫	નવાવાસ	ઘાટકોપર
સુંદરબેન મુલચંદ શામજી છેડા	૮૭	ડોણ	દાદર
મા. સાકરબેન ઠાકરશી રણશી સંગોઈ/શાહ	૯૧	પુનડી	ભુજ

નામ	ઉંમર	ગામ	હાલે
પ્રાર્થના રાખેલ છે			
ટોકરશી દેવજી ભારમલ રાંભિયા	૯૧	ગુંદાલા	ગાંવદેવી
મીનાબેન દિલીપ દામજી નીસર	૬૯	દેવપુર	ઘાટકોપર
મા. પ્રભાવતીબેન ઠાકરશી ઘેલા મામણિયા	૮૫	રામાણિયા	ભાયખલા
ભાવિન કિરીટ ધારશી ગાલા	૪૬	ગુંદાલા	ગોરેગામ
મનોજ વસનજી ભાણજી છેડા	૬૩	મોટા આસંબિયા	મુલુંડ
મા. વિમળાબેન હરખચંદ કાનજી છેડા	૮૫	મોટા લાયજા	માટુંગા
રમણીક ભાણજી વાલજી દેઢિયા	૫૨	મોટી ઉનડોઠ	ડોંબિવલી
અ..સૌ. જવેરબેન (જગશી) જે કે શાહ	૮૯	પત્રી	દાદર
ખીમજી ભીમશી રતનશી હરિયા	૯૦	હાલાપુર	વડાલા
લક્ષ્મીબેન અરજણ પુંજાલાલ છાડવા	૯૨	સુવઈ	મુલુંડ

નામ	ઉંમર	ગામ	હાલે
પ્રાર્થના રાખેલ છે			
પ્રીતિ જિતેન્દ્ર ચંપકલાલ દેઢિયા	૫૩	ભુજપુર	થાણા
હેમેન્દ્ર સુરજી પાલણ સતિયા	૫૮	નાની તુંબડી	દાદરપરમાબેન
હીરજી કરમશી ગડા	૮૬	લાકડિયા	ઘાટકોપર
પોપટલાલ રણશી જેઠા છેડા	૮૩	કાંડાગરા	જુહુ સ્કીમ
સુશીલા ધનજી રાયશી ભેદા	૭૪	મોટી ખાખર	સાંગલી
મા. સાકરબેન અમૃતલાલ પ્રેમજી છેડા	૮૬	તલવાણા	મલાડ
કેશવજી જેવત પદુ ગાલા	૧૦૦	સાડાઉ	બોરીવલી
પરેશ પ્રેમજી કરમશી વીરા	૫૮	નાની ખાખર	બોરીવલી
મા. ચંચળબેન ચાંપશી વાલજી મામણિયા	૮૪	નાના રતાડિયા	દાદર
મા. રતનબેન દામજી હંસરાજ પેથડ	૮૪	બિદડા	વાશી (૫ ઉ)

શિખામણ એ સત્ય છે જેને લોકો ક્યારેય ધ્યાનથી નથી સાંભળતા અને
વખાણ એ એવો દગો છે કે જેને લોકો સંપૂર્ણ ધ્યાનથી સાંભળે છે.

Since 2000
100% Pure Vegetarian

श्री गणेश श्री
मिठाई फरसाण बेकरी

Our Products

Bakery & Confectionery • Cakes & Patisserie
Indian Sweets • Hot Farsan
Dry Farsan • Low Calorie Food (Diet Food)

100% PURE JAIN PRODUCTS

3, Minesh Park, Chandavarkar Road, Borivali (W), Mumbai - 400 092
✆ 72 77 88 33 55 / 800 9955 443

network techlab
Adding Values to Work
Monsoon Power
RED ALERT
Keep Yor Data Center running with Reliable Backup & Power Solutions
PROTECTED. POWERED. ALWAYS ON.
UPS SYSTEM
RED ALERT
HEAVY RAIN
POWER OUTAGE
POWER GENERATOR
BATTERY BANK
Uninterrupted Power
Keep Operations running 24/7
Reliable Backup Systems
UPS Batteries & Generators for every scenario
Built for Resilience
Engineered for extreme weather and outages
Real - Time Monitoring
Proactive alerts and remote management
WHEN THE POWER GOES OUT,
WE KEEP YOU ON
info@netlabindia.com | +91 88790 04536 | www.netlabindia.com
Head- Office: - 41, Sarvodaya Ind. Est., Off. Mahakali Caves Road, Andheri (E.), Mumbai, 400093
Main Branch: - Plot no. A-142, Rd Number 23, Wagle Industrial Estate, Thane (W.), Thane, 400604

PAGDANDI (Monthly) August 2026 RNI-14593/1957
Posted at Patrika Channel Sorting Office, Mumbai - 400 001

શ્રી ક.વિ.ઓ. સેવા સમાજ

સંસ્થાની વિવિધ પ્રવૃત્તિઓ

PAGDANDI

If undelivered, please return to

To,

Shri K.V.O. Seva Samaj
Shri C. V. O. D. Jain Mahajanwadi,
99/101, Keshavji Naik Road, Mumbai - 400 009.
Tel. : 022 2371 4674 / 4961 4242 / 4343
E-mail : ksevasamaj@gmail.com
Website : www.kvoss.org