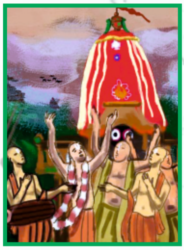
₹ 10/- 1



જીવનપથ

Vol. No. 17, Issue No. 9 (રૂા. ૧૦/- પ્રચાર અર્થે) Mumbai, 15th June 2025
Website : www.jeevanjyot.in Total 44 Pages E-mail : jeevan_jyot@yahoo.in

ॐ સર્વે ભવન્તુ સુખીનઃ સર્વે સન્તુ નિરામયા ।

'શ્રી જલારામ અન્નદાન ક્ષેત્ર... જય શ્રી જલારામ બાપા'
સામાજીક લોકહિત ધરાવતું, બિનધંધાદારી મુખપત્ર
'જીવન જ્યોત®' કેન્સર રિલીફ ઍન્ડ કેર ટ્રસ્ટ'નું નજરાણું

તસ્વીર બોલે છે 'માતુશ્રી કાંતાબેન ચુનીલાલ ગગલદાસ શાહ (સેરીસા-ખેતવાડી)' પ્રેરીત જીવદયાની

ગટરમાં ફરતા મોટી સાઈઝના ગુસ (ઉંદર)ના કરડવાથી જખમી થયેલા કબૂતરને જીવન જ્યોત જીવદયા વિંગ દ્વારા તુરંત સારવાર આપવામાં આવી.

ગરીબ નિરાધાર કેન્સરગ્રસ્ત દર્દીઓના અન્નક્ષેત્રમાં તથા જીવદયા અને ટોય લાયબ્રેરીમાં અનુદાન આપનાર અને આ અંકના સૌજન્યદાતા

મીનાબેન ઉમંગ ધ્રુવ અને નીરૂબેન દુલાભજી ધ્રુવ (બોરીવલી)

તસ્વીર બોલે છે વિગ ડોનેશનની

સમાજ અનેક પ્રકારે જીવન જ્યોત કેન્સર રિલીફ એન્ડ કેઅર ટ્રસ્ટને પોતીકુ ઘણી અવનવી રીતે મદદરૂપ થતું રહે છે. વાળ એ સ્ત્રીનું સૌંદર્ય છે. પરંતુ જ્યારે કેમોથેરાપીની સારવાર દરમ્યાન કેન્સરગ્રસ્ત મહિલાના વાળ ખરી પડે ત્યારે તેના ચહેરાનું સૌંદર્ય જતું રહે છે. ધન્ય છે સમાજની વીર વિરાંગનાઓને જે પોતાના વાળ જીવન જ્યોત સંસ્થામાં દાનમાં આપે છે. એ વાળમાંથી બનેલી વિગ મેળવી આનંદિત થયેલી કેન્સરગ્રસ્ત મહિલા.

તસ્વીર બોલે છે માનવતાની

પગ વિહોણા દર્દીને દાતાના સહયોગથી વોકર અને કૃત્રિમ પગ વિના મૂલ્યે આપવામાં આવ્યા.

સ્થાપના : ૧૯૮૩

જીવન જ્યોત®

કેન્સર રિલીફ એન્ડ કેર ટ્રસ્ટ

૫/૬, કોંડાજી ચાલ, ટાટા હૉસ્પિટલની બાજુમાં, પેટ્રોલ પંપની સામે,
જેરબાઈ વાડિયા રોડ, પરેલ, મુંબઈ-૪૦૦ ૦૧૨.
ટેલી.: ૯૮૬૯૨૦૬૪૦૦/૯૦૭૬૧૬૯૩૫૫

જીવનપથ

પથદર્શક : **સ્વ. ખેતશી માલશી સાવલા** (રાયણવાળા)

સ્થાપક :
હરખચંદ કે. સાવલા (બાડા)

પ્રકાશકઃ જીવન જ્યોત કેન્સર રિલીફ એન્ડ કેર ટ્રસ્ટ

બ્રાંચ ઓફિસો

જલગામ ઓફિસ
શાહ રાઘવજી લાલજી સતરા (ગુંદાલા)
૧૦૯, પોલન પેઠ, જળગામ ૪૨૫૦૦૧.
મો. ૦૯૬૭૩૩૬૪૨૯૦

કલકત્તા ઓફિસ :
વિનેશ શેઠ (ગોપાલ)
૫, ગ્રાઉન્ડ ફ્લોર, ખૈરૂ પ્લેસ,
કલકત્તા - ૭૦૦૦૭૨

સાંગલી - કોલ્હાપુર
મીના જેઠાલાલ મારૂ (હાલાપર)
મો. ૭૭૦૯૯૦૦૪૩૩

નાલાસોપારા ઓફિસ :
૧૨, લક્ષ્મી શોપિંગ સેન્ટર, રાધાકૃષ્ણ હોટલની બાજુમાં, તુલીંજ રોડ,
નાલાસોપારા (ઈ)
ખુશ્બુ ગાલા- ૮૯૨૮૭૬૫૩૦૧

જીવન જ્યોત મેડિકલ સેંટર,
આર/૩, શ્રી સ્વામી સમર્થ સોસાયટી,
દાદોજી કોંડદેવ સ્ટેડિયમની સામે,
થાણે (વેસ્ટ), પીન -૪૦૦ ૬૦૧.

જ્યાં પાના ફરે ત્યાં

તંત્રીની કલમે	૫
ચિંતનના ચિદાકાશમાં	૭
હઠ યોગની મુદ્રા - મહાબંધ મુદ્રા	૯
બોધકથા - જમરૂખના વૃક્ષ નીચે સોનું	૧૧
ભૂખ એને ભરખી ગઈ!	૧૩
કચ્છી નવું વર્ષ એટલે 'અષાઢી બીજ' !	૧૪
સક્ષમ તળપદી કવિ અનિલ જોશી	૧૬
દરેક કેન્સર અને એનો ઈલાજ અલગ છે	૧૮
મોટા અંબાજી ધામ, બોરીવલી, મુંબઈ	૨૦
નવલકથા- 'કુંતી'	૨૨
સંબંધોમાં ખારાશ આવે છે ત્યારે સંબંધોને નિભાવવાનું મુશ્કેલ જ નહિ અશક્ય બને છે.	૨૭
ગુણકારી - કારેલા	૩૧
ધન્ય છે ગોંડલ અને ગોંડલની જનતા	૩૨
કર્ણનું મહાદાન	૩૪
જગન્નાથ પુરીની રથયાત્રા	૩૬
આદુની છાલ છે ગુણોનો ખજાનો	૩૮
રસોઈની રાણી - ત્રિરંગી પેટીસ	૪૧
ઉખાણાં	૪૨

જીવનપથ *દર મહિનાની ૧૫મી તારીખે પ્રગટ થાય છે.*
(કાયદાકીય અધિકાર ક્ષેત્ર મુંબઈ રહેશે.)

હવે વેબસાઈટ ઉપર "જીવનપથ" વાંચી શકો છો. www.jeevanjyot.in
★ ટ્રસ્ટ રજી. નં. P.T.R.E.-17259 (M) ★ F.C.R.A. 083780700
★ CSR Registration No. CSR 00002659
★ Donation Exe. U/S 80 G (S) of I.T. Act
obtained permanently vide No. TECH/MC.ME/80G/53
Email : jeevan_jyot@yahoo.in

ૐ અરિહંતે નમો નમઃ
સંસારના પ્રત્યેક જીવની પ્રત્યેક પળ મંગલમય થાય એવી ભાવના મારી હર પળ હો...

તંત્રીના ટેબલ પરથી.....

ઝરૂખો

"વિચારોનું પરિવર્તન પણ નવા દિવસ તરફ દોરી જાય છે,
માત્ર સૂર્યના ઉગતાની સાથે જ સવાર નથી થતી."

દિવસ ઉગે અને આથમે... પ્રકૃતિનો નિયમ છે... પ્રકૃતિના દરેક અંશ પોતપોતાની રીતે કાર્ય કરતા જ રહે છે... તેઓ સમય પ્રમાણે બદલાવ લાવતા જ રહે છે... સૂરજનો પ્રકાશ કહો કે વહેતી હવાઓ, ઘટાદાર વૃક્ષો કહો કે ખળખળ વહેતા ઝરણાઓ... કુદરતના આ દરેક અંગ સમય પ્રમાણે પોતાનામાં બદલાવ લાવે જ છે. આ એક સંદેશ છે આપણા માટે કે જો પરિસ્થિતિમાં બદલાવ લાવવો હોય તો વિચારોમાં, સ્વભાવમાં અને વર્તનમાં પણ બદલાવ લાવવો જરૂરી છે.

સમય પ્રમાણે માન્યતાઓ બદલવી જરૂરી છે, સમય પ્રમાણે પરંપરાઓ બદલવી જરૂરી છે, સમય પ્રમાણે માનસિકતા બદલવી જરૂરી છે અને સમય પ્રમાણે વિચારસરણી બદલવી જરૂરી છે. કારણકે સમય સતત બદલાતો રહે છે. વધારે પાછળ ના જઈએ તો હજુ થોડા મહિનાઓ પહેલા જ આપણી રહેણીકરણી જુદી હતી અને આજે આપણી રહેણીકરણી જુદી છે. કદાચ આવનારા નજીકના ભવિષ્યમાં આપણે આપણી દિનચર્યા આમ જ રાખવી પડે. સમય બદલાય છે, ધીમેધીમે બદલાય છે અને ક્યારેક અચાનક જ બદલાય છે.

ગાડાયુગમાં આપણા વડીલો જીવ્યા એ આપણી ગૌરવશાળી પરંપરા હતી પરંતુ આજે રોકેટયુગમાં જો એ ગાડાયુગની પરંપરાને વળગી રહીએ તો...? જવાબ આપણે જ શોધવો રહ્યો. આજથી વીસ વર્ષ પહેલાં કોણે વિચાર્યું હતું કે દુનિયા આખી મુટ્ઠીમાં આવી જશે. જ્યાં એક સાધારણ સંદેશ સ્વજનને

મોકલવો હોય પત્ર દ્વારા તે આઠ દસ દિવસે મળતો ત્યાં આજે હજારો માઈલ દૂર બેઠેલા સ્વજનો સાથે આપણે વિડીઓકોલ દ્વારા વાત કરી શકીએ છીએ. આજે સમય પ્રમાણે ના ચાલીએ અને કહીએ કે અમે તો જુનવાણી પત્ર વ્યવહાર દ્વારા જ સંપર્ક સાધશું તો....? આનો જવાબ પણ આપણે જ શોધવો રહ્યો. આવા તો અનેક દાખલા છે જેમાં સમય પ્રમાણે વિચારસરણી બદલવાની વાત કહી શકાય એમ છે. પરંતુ જ્યાં વાચકો સમજદાર હોય ત્યાં વધુ દાખલાઓ આપવા અનુચિત કહેવાય.

એક વાત સમજી લેવી અને સ્વીકાર કરી લેવી અનિવાર્ય છે કે ફકત સૂરજ ઉગવાથી જ નવી સવાર નથી આવતી. જીવનમાં નવી સવાર લાવવા સમય સાથે વિચારો પણ બદલવા પડે છે.

જીવન જ્યોત સંસ્થા પણ સમય અનુસાર ફેરફાર અપનાવતી જ રહે છે. સમય અનુસાર નવા કાર્યો ઉમેરી ૪૨ વર્ષથી અડીખમ રહી આ કપરા સમયમાં ટકી રહી છે. ■

શ્રી જલારામ અન્નક્ષેત્ર

શ્રી એલ.ડી. શાહ (બિદડા) પ્રેરિત શ્રી જલારામ અન્નક્ષેત્ર ટાટા હોસ્પિટલ પાસે, જે.જે. હોસ્પિટલની અંદર તથા સેંટ જ્યોર્જ હોસ્પિટલની અંદર બહારગામથી આવેલ કેન્સરગ્રસ્ત તથા અન્ય મોટી બિમારીને લઈને મુંબઈને આંગણે સારવાર લેવા આવતા પરિવારો માટે કાર્યરત છે જેમાં નિર્ધન, નિરાશ્રિત એવા પરિવારો મોટે ભાગે લાભ લે છે. આપ આપનું અનુદાન **જીવન જ્યોત કેન્સર રિલીફ એન્ડ કેર ટ્રસ્ટ**નો **સેવિંગ એકાઉન્ટ** નીચે આપેલ બેંકમાં ડ્રાફટ, ચેક અથવા રોકડેથી ભરી શકશો. કાઉન્ટર સ્લીપ અમને પોસ્ટ કરો ને ફોન પર અમને જાણ કરો કે કઈ યોજના માટે તમે પૈસા ભર્યા છે. તો અમે તમને સર્ટીફાઈડ રસીદ મોકલી આપીશું. **સંપર્ક મો. ૯૮૬૯૨૦૬૪૦૦/૯૦૭૬૧૬૯૩૫૫**

બેંકનું નામ / IFSC નં.	ખાતા નં.	બ્રાંચ
એચ.ડી.એફ.સી.બેંક HDFC0000357	૧૪૭૩૧૪૫૦૦૦૦૦૧૭	પરેલ

પુણ્યનું ભાથુ બાંધવા માટેના વિકલ્પો

એક સમયનું સંપૂર્ણ સાદુ ભોજન	૧૪,૫૦૦/-
એક સમયનું સંપૂર્ણ મિષ્ટાન ભોજન	૨૬,૦૦૦/-
એક સમય ફ્રી ભોજન (ટાટા હોસ્પિટલ પાસે)	૪,૦૦૦/-
એક સમય ફ્રી મિષ્ટાન ભોજન (ટાટા હોસ્પિટલ પાસે)	૭,૦૦૦/-
જમવા માટેની પંચવર્ષીય મિતી યોજના (ટાટા હો.)	૧૮,૦૦૦/-
જમવા માટેની કાયમી મિતી યોજના (ટાટા હો. પાસે)	૪૫,૦૦૦/-
આખો દિવસ હળદર, સાકર વાળુ દુધ (ટાટા હો. પાસે)	૭૦૦/-
એક સમય ફ્રી ભોજન (જે. જે. / વાડિયા હોસ્પિટલ પાસે)	૪,૦૦૦/-
એક સમય ફ્રી મિષ્ટાન ભોજન (જે. જે. / વાડિયા હોસ્પિટલ પાસે)	૭,૦૦૦/-
એક સમય ફ્રી ભોજન (સાંગલી હોસ્પિટલ)	૨,૫૦૦/-
એક સમય ફ્રી મિષ્ટાન ભોજન (સાંગલી હોસ્પિટલ)	૫,૦૦૦/-
વિશેષ સભ્ય	૩૧,૦૦૦/-
બ્લડ ડોનેશન કેમ્પ	૪૦,૦૦૦/-
દર્દીઓની એક દિવસની પિકનીક	૩૦,૦૦૦/-
ચેરી. એલોપેથીક ડિસ. માસિક ખર્ચ	૩૦,૦૦૦/-
એક કેન્સર ચેકઅપ કેમ્પ (૧૦૦ વ્યક્તિ)	૪૦,૦૦૦/-
વિવિધ પ્રકારના મેડીકલ ચેકઅપ કેમ્પ (૧૦૦ વ્યક્તિ)	૪૦,૦૦૦/-
ટોયબેંક માસિક ખર્ચ	૨૦,૦૦૦/-
ચેરી. હોમિયોપેથીક ડિસ. માસિક ખર્ચ	૧૫,૦૦૦/-
મહિને ૧ દર્દીના (દત્તક)	૨૫,૦૦૦/-
મહિને પ્રતિ દર્દીનું રેડીયેશનનો ખર્ચ	૧૫,૦૦૦/-
એક મહિનાની કબુતરની દવા	૭,૫૦૦/-
એક દિવસીય અનાજ માટેનો નકરો	૨,૫૦૦/-
સામાન્ય સભ્ય	૨,૦૦૦/-
એક દિવસીય સૂકા ઘાસનો નકરો	૨,૦૦૦/-
એક દિવસીય લીલા ઘાસનો નકરો	૧,૫૦૦/-
એક દિવસીય ગાય માટે રોટલી	૧,૦૦૦/-
એક દિવસીય કુતરા માટે દૂધ	૧,૦૦૦/-
વિવિધ કબુતરખાનામાં ચણનો નકરો	૧,૦૦૦/-
એમ્બ્યુલન્સ	૧,૦૦૦/-
ઓઝોનથેરેપી	૫૦૦/-
દાતાને નામે કાયમી યોજના	૧૨,૫૦,૦૦૦/-
સ્પોન્સરશીપ -૧ વર્ષના	૧,૨૫,૦૦૦/-
પેટ્રનશીપ	૧,૨૫,૦૦૦/-
વાઈસ પેટ્રનશીપ	૭૫,૦૦૦/-

સમજી વિચારીને થતી ભૂલ શિક્ષાપાત્ર છે.

ચિંતનના ચિદાકાશમાં

- શ્રીમદ્ વિજય રત્નસુંદરસૂરીશ્વરજી મહારાજ

‘‘અચાનક અહીં ક્યાંથી ?’’

‘‘કોલેજમાં જવા ઘરેથી નીકળ્યો છું. અહીં આપની પાસે આવવાની ગણતરી હતી જ એટલે થોડો વહેલો નીકળ્યો છું.’’

માટુંગાના ઉપાશ્રયમાં ૨૦-૨૨ વરસનો એક કોલેજિયન મળવા આવ્યો છે. જૂનો પરિચિત છે. ભણે છે કોલેજમાં પણ કોલેજ જીવનની સ્વચ્છંદતા એનામાં પ્રવેશી નથી. યુવાન છે પણ નિર્દોષતા ટકાવી રાખી છે. બુદ્ધિ ધારદાર છે પણ શ્રદ્ધાનું ભાથું એની પાસે સારું છે. પ્રવચન શ્રવણનો એને ભારે રસ છે. મિત્રવર્ગમાં એ ભારે પ્રિય છે. યૌવન સહજ દોષથી એ ઘણોઘણો બચ્યો છે.

‘‘બોલ, શું છે ?’’

‘‘સાહેબ, વાસક્ષેપ નાખવાનો છે.’’

‘‘માત્ર એટલા માટે જ ઘરેથી વહેલો નીકળ્યો છે ?’’

‘‘હા, વાસક્ષેપ નખાવવાની સાથે થોડીક વાત પણ કરવી છે.’’

‘‘પહેલાં વાત કરી લે, પછી વાસક્ષેપ નાખું છું.’’

‘‘સાહેબ ! વાત એવી છે કે પ્રભુપૂજા રોજ થાય છે, પાઠશાળામાં પણ રોજ જવાય છે. પ્રવચનશ્રવણની તક મળે તો ઝડપી લેવાનું ચૂકતો નથી. શિબિરોમાં સમય કાઢીને’ય પહોંચું છું પણ ...’’

‘‘પણ શું ?’’

‘‘તપની બાબતમાં હજી જોઈએ તેવી પ્રગતિ સાધી શક્યો નથી. સંયોગો પ્રતિકૂળ હોય છે એવું નથી પણ સત્ત્વ થોડુંક ઓછું પડતું હોય એમ લાગે છે.’’

‘‘બે વરસ પહેલાં નવપદજીની ઓળી કરી હતી ને ?’’

‘‘હા. થઇ તો ગઇ પણ પછી એનો જે અભ્યાસ રહેવો જોઇએ એ અભ્યાસ રહેતો નથી અને અભ્યાસ ન રહેવાના કારણે તપ જ્યારે પણ પ્રસંગોપાત્ત કરું છું ત્યારે એ આકરો પડે છે.’’

‘‘તો એનો અભ્યાસ ચાલુ રાખ.’’

‘‘એ જ વિચારું છું પણ અત્યારે મારે જે વાત કરવી છે એ અલગ છે.’’

''શું છે ?''

''પંદર વીસ દિવસ બાદ પર્યુષણ પર્વ આવે છે ને ?''

''હા.''

''એમાં તપશ્ચર્યા કરવાની ભાવના છે.''

''શું કરવું છે ?''

''૧૧ ઉપવાસ.''

''૧૧ ઉપવાસ ?''

''હા, અઠ્ઠાઇ એક વાર તો કરી છે પણ આ વખતે આગળ વધવું છે, આપે વાસક્ષેપ નાખી દેવાનો છે.''

''નાખી દઉં.''

''પણ એક વાત મારી સાંભળો. ભગવાનના શાસનનો આ તપ છે એટલે કાંઇ હસતાંહસતાં કે રમતાંરમતાં નથી થવાનો એનો મને ખ્યાલ છે. આ તપ પણ પાછો ઉપવાસનો છે અને એ ઉપવાસ પણ બે-ચાર નથી કરવાના, ૧૧ કરવાના છે. એટલે આ તપ કદાચ મને કઠિન તો પડવાનો જ છે. કદાચ માથું દુઃખશે, ઊંઘ નહીં આવે, પગ તૂટશે, બેચેની લાગશે, મોઢું પડી જશે, કે બીજું કાંઇ પણ થશે પણ જે થવું હોય તે થાય. મારે આ તપ પૂર્ણ કરવો જ છે એ મારો દૃઢ નિર્ણય છે.''

''સરસ. તો હવે વાસક્ષેપ નાખી આપું ને ?''

''એવો વાસક્ષેપ નાખી આપો કે તપ શરૂ કર્યા પછી ગમે તેટલી તકલીફો આવે તો'ય મારો તપનો ઉલ્લાસ એવો ને એવો જ ટકી રહે. ગમે તેટલાં વિઘ્નો આવે તો'ય એને ઓળંગી જવાનું સામર્થ્ય મારામાં પ્રગટેલું રહે.''

''આટલી બધી મર્દાનગી ?''

''આમાં મર્દાનગીનો પ્રશ્ન જ નથી. કર્મો ખપાવવાં હોય તો આવું સત્ત્વ દાખવ્યા વિના ક્યાં ચાલે તેમ છે?''

એ યુવકની આ ખુમારીએ મનેય સ્તબ્ધ કરી દીધો. ખૂબ ઉલ્લાસપૂર્વક એના મસ્તકે વાસક્ષેપ નાખ્યો. પર્યુષણ પર્વ પછી એ મળવા આવ્યો ત્યારે એણે વાત કરી કે ''તપમાં તકલીફ તો પડી પણ આપે વાસક્ષેપ નાખ્યો હતો ને? તકલીફોને ગણકાર્યા વિના તપ ચાલુ રાખ્યો અને ૧૧ ઉપવાસ પૂર્ણ કર્યા !!'' ■

વેરને વિનાશ દેખાતું નથી, લોભીને સંતોષ દેખાતો નથી, વહેમને વિશ્વાસ દેખાતો નથી.

મુદ્રા વિજ્ઞાન હઠ યોગની મુદ્રા – મહાબંધ મુદ્રા

ડાબા પગને ઘૂંટણથી વાળી એડીથી યોનિમાર્ગ (શીવની) પર દબાણ આપી રાખવું, જમણો પગ ઘૂંટણથી વાળી, ડાબા પગના સાથળ પર રાખી, કરોડરજ્જુ સીધી રાખી, નવદ્વાર બંધ કરી મહાબંધમુદ્રા બને.

લાભ :

- બધી નાડીઓનું સંચાલન સારી રીતે થાય છે.
- પ્રાણવાયુનું ઉર્ધ્વગમન થાય છે.
- પ્રાણનો પ્રવાહ સુષુમણા નાડીમાં ચાલુ થાય છે. ■

બહારગામથી આવતા દર્દી અને બરદાસીઓ માટે જીવન જ્યોત સંસ્થા અંતર્ગત જલારામ અન્નદાનક્ષેત્રમાં આમરસના દાતાઃ

✻ સોમવાર : ગુંજનબેન નિમેષભાઈ શાહ (માંડવી–પ્રભાદેવી)
ચૈતાલીબેન આશિષભાઈ શાહ (માંડવી–પ્રભાદેવી)

✻ મંગળવાર : આશા (રૂચી) રિતીન ભારાણી (દેશલપુર (કંઠી)–માટુંગા)
પૂર્વી ફેનીલ ભારાણી (દેશલપુર (કંઠી)–માટુંગા)

✻ બુધવાર : ચેતન કલ્યાણજી છેડા (બારોઈ–માટુંગા)
દક્ષાબેન ચેતન છેડા (બારોઈ–માટુંગા)

✻ ગુરૂવાર : રાશી ભાવિન શેઠિયા (લાખાપુર–ચેમ્બુર)
દિશા વિરાજ શેઠિયા (લાખાપુર–ચેમ્બુર)

✻ શુક્રવાર : દિવાળીબેન જાદવજી ભારાણી (દેશલપુર (કંઠી)–માટુંગા)
મે. લક્ષ્મી સિલ્ક હાઉસ (ચેન્નઈ–માટુંગા)

✻ શનિવાર : પંકજ રવિલાલ શાહ (મુંદ્રા– થાણા)

વાવ્યા તે હજાર થયા, રાખ્યા નહીં થઈ રાખ; સદ્માર્ગે ખર્ચ્યા તે થયા એકના લાખ.

સંસ્થાની અનેકવિધ પ્રવૃત્તિઓમાં કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ દાતાઓના નામથી ચાલે છે જેમાં મુખ્યત્વે :

૧) શ્રીમતી નલિનીબેન બિપિનચંદ્ર મહેતા : કેન્સર ડિટેક્શન સેન્ટર
૨) શ્રીમતી ચંપાબેન ઝુમખરામ શાહ : કોલોસ્ટોમી બેગ સેન્ટર
૩) શ્રીમતી સાકરબેન એલ. ડી. શાહ (બિદડા) : જલારામ અન્નદાન ક્ષેત્ર
૪) શ્રીમતી ઉષાબેન મણિલાલ ગાલા (કાંડાગરા-ગોરેગામ) : જલારામ અન્નદાન ક્ષેત્ર
૫) શ્રીમતી પુષ્પાવંતી કિશોરભાઈ ભોજરાજ (મેરાઉ) : એમ્બ્યુલન્સ સેવા
૬) શ્રીમતી નયનાબેન બિપીનભાઈ દાણી (માટુંગા) : વરિષ્ઠ નાગરીક આઈકાર્ડ સેવા
૭) શ્રી મહેન્દ્રભાઈ મણિલાલ ગાંધી (લિંબોદ્રા) : બ્લેક મોલાઈસીસ દવા
૮) શ્રી ડુંગરશી મુલજી મારૂ (કારાઘોઘા) : આધુનિક ઉપકરણો
૯) કુ. સાઈશા-નાઈશા દાણી (માટુંગા) : ટોયબેંક
૧૦) માતુશ્રી ખેતબાઈ દેવરાજ મારૂ (હાલાપુર) : ચેરી. ડિસ્પેન્સરી
૧૧) માતુશ્રી કાંતાબેન ચુનીલાલ ગગલદાસ શાહ (સેરીસા): જીવદયા
૧૨) માતુશ્રી ચંદ્રાબેન જયંતિલાલ ચત્રભુજ મોદી : હલ્દી દુધ યોજના
અને માતુશ્રી લાછબાઈ હીરજી કરમશી ભેદા (સમાઘોઘા)
૧૩) શ્રી હરીરામ માથુરામ અગ્રવાલ (ચેમ્બુર) : ફ્રુટ વિતરણ
૧૪) માતુશ્રી સુશીલાબેન કાંતિલાલ દાણી (હરસોલ): એનિમલ એમ્બ્યુલન્સ મેઈન્ટેનેંસ
૧૫) માતુશ્રી લલિતાબેન બિહારીલાલ શાહ (સાંતાક્રુઝ): ઓઝોન થેરેપી સેન્ટર
૧૬) માતુશ્રી તારાબેન જયંતિલાલ વાઘાણી (માટુંગા): જીવન જ્યોત ડ્રગ બેંક
૧૭) દેવીકા સોમચંદ લાલકા (અમલનેર)
(સ્વ. કુ. હંસાબેન રતનશી લોડાયા) : કોમ્પીટીશન યોજના
૧૮) મયુરભાઈ મહેતા તથા જીતેન્દ્રભાઈ પારેખ : એમ્બ્યુલન્સ નિભાવ ફંડ
૧૯) માતુશ્રી ઈંદુમતિબેન મહેન્દ્રભાઈ ગાંધી (લિંબોદ્રા): પેથોલોજી લેબ
૨૦) શ્રીમતી મંજુલાબેન નટવરલાલ શાહ (હરસોલ) : બ્લડ બેંક
૨૧) શ્રી નટવરલાલ બુલાખીદાસ શાહ (હરસોલ) : મેડિકલ કેમ્પ
૨૨) શ્રીમતી નલિનીબેન રસીકભાઈ જાદવજી શાહ : એમ્બ્યુલન્સ સેવા
૨૩) સ્વ. શ્રી ઈન્દરચંદ લખ્ખીચંદ ખીંવસરા (ધુલિયા) : પસ્તી યોજના
૨૪) ડૉ. રમેશ મંત્રી : અનાજ વિતરણ
૨૫) શ્રીમતી સાકરબેન પ્રેમજી ચેરીટેબલ ટ્રસ્ટ (વર્લી): કેમોથેરેપી વિભાગ

સમાજને ઉપરોક્ત પ્રવૃત્તિઓમાં લાભ લેવા વિનંતી.

શાંતિથી ક્રોધને, ભલાઈથી બુરાઈને, શૌર્યથી દુષ્ટતાને અને સત્યથી અસત્યને જીતો.

બોધકથા

જમરૂખના વૃક્ષ નીચે સોનું

– અનુવાદ : આદિત્ય વાસુ

સમસ્યા

આમ તો તેને પૈસાની એવી કોઈ તંગી ન હતી, પરંતુ બાદશાહનો માળી ભારે કંજૂસ હતો. તે તેની બધી કમાણી બચાવતો રહેતો હતો, પણ તે બધું ક્યાં રાખતો હતો તે કોઈને કહેતો ન હતો. એક દિવસ એણે જોયું તો એનું બધું જ સોનું ગુમ થઈ ગયું હતું એટલે તે મદદ માટે બીરબલ પાસે દોડયો.

બીરબલે પહેલો સવાલ એ પૂછ્યોઃ ''તેં તારું સોનું ક્યાં સંતાડ્યું હતું ?''

માળી : ''જમરૂખના ઝાડ નીચે. દિવસ દરમિયાન હું તેની આસપાસ જ હોઉં છું એટલે મને થયું કે આ સલામત જગ્યા છે.''

બીરબલ : ''તું સોનું દાટતો હતો ત્યારે શું કોઈ તને જોઈ ગયું હતું?''

માળી : ''ના, જનાબ, એ બાબતમાં હું બહુ જ સાવચેત છું.''

બીરબલનો ઉકેલ

બીરબલે થોડો સમય આ વાત ઉપર વિચાર કર્યો અને પછી બીજા દિવસે નગરના બધા વૈદ્યોને દરબારમાં બોલાવ્યા.

દરબારમાં બીરબલે આ બધા જ વૈદ્યોને પૂછ્યું, ''શું જમરૂખના વૃક્ષમાં ઉપચારમાં કામ આવે તેવી ઔષધિ હોય છે?''

એકે કહ્યું, ''ફળમાં હોય છે, પરંતુ પાંદડાં અને ફૂલમાં નથી હોતી.''

પરંતુ એક વૈદ્યે કહ્યું કે, ''જમરૂખના વૃક્ષનાં મૂળિયાંમાં અગત્યની વૈદ્યકીય દવા હોય છે. હમણાં બે દિવસ પહેલાં જ મેં જમરૂખનાં મૂળિયાં વડે એક દર્દીનો કમળો મટાડી દીધો હતો.''

બીરબલ : ''આપનો દર્દી કોણ હતો?''

વૈદ્યરાજ : ''સ્થાનિક વેપારી હસન.''

આથી બીરબલ હસનને મળવા ગયો અને પૂછ્યું : ''તમારા કમળાના રોગ માટે જમરૂખના વૃક્ષનાં મૂળિયાં તમને કોણે લાવી દીધાં હતાં?''

હસન : ''મારા નોકરે.''

બીરબલ : ''એને અહીં બોલાવો ને.''

જ્યારે નોકર આવ્યો ત્યારે બીરબલે એ નોકરને સખત ધમકી આપતાં કહ્યું કે જો તેણે સોનું પાછું આપ્યું નથી તો તેને ફાંસીના માંચડે ચડાવી દેવામાં આવશે. નોકરે તરત કબૂલાત કરી લીધી અને પેલા માળીનું સોનું પરત આપી દીધું.

શીખ - ૧

બેકાળજીના લીધે નાણાં ગુમાવી દેવાં સહેલાં છે અને જ્યારે એક વખત ગુમાવી દીધાં હોય પછી પાછાં મેળવવાં અત્યંત કપરી વાત છે, આપણી પોલીસ અને તેનું તંત્ર, બીરબલ જેટલું ચતુર નથી માટે પસ્તાવાનો વારો આવે તે કરતાં સલામતીપૂર્વક વર્તવું એ ડહાપણની વાત ગણાશે.

શીખ - ૨

ખૂબ જ રક્ષણ હેઠળ રાખેલ સંપત્તિ જો સ્ટાફની પહોંચમાં હોય તો તે ગુમાવવાની તકો ઘણી વધારે છે અને રહસ્ય ગમે તેવા સાચા મિત્ર કે વિશ્વાસુ સાથીના મોંમાંથી પણ અજાણતાં સરી પડતું હોય છે. ■

કેન્સરની ભયાનકતા સામે હૂંફનું કવચ...

નામ	ગામ	એરીયા	રૂપિયા
❉ વિનોદ ચિમનલાલ શાહ		નેરૂલ	૨૧,૦૦૦/-
❉ ઉમેશ દામજી ગાલા	પ્રતાપર	મીરારોડ	૨૦,૦૦૦/-
❉ લક્ષ્મીચંદ નાનજી શાહ		વડોદરા	૧૦,૦૦૦/-
❉ અશ્વિન પ્રવિણકાંત ઉપાધ્યાય		સિક્કાનગર	૫,૧૦૦/-
❉ વર્ષાબેન જયેશ ટોલિયા		દહિસર	૫,૦૦૦/-
❉ મગનલાલ જે. ઠાકર		માટુંગા	૫,૦૦૦/-
❉ કેતન નટુભાઈ ત્રવાદી		અમદાવાદ	૫,૦૦૦/-
❉ મહેન્દ્ર આર. પટેલ		મીરારોડ	૪,૦૦૦/-
❉ ઉષાબેન મણિલાલ ગાલા	કાંડાગરા	ગોરેગામ	૪,૦૦૦/-
❉ કેતકી તેજસ લાલકા		મુલુંડ	૨,૫૦૦/-
❉ સ્વ. ઈંદિરાબેન નવિન પાસડની ૩જી પુણ્યતિથિ નિ. હ. સીએ નવિન લખમશી પાસડ		મુલુંડ	૨,૦૦૦/-

અનાજ વિતરણ

નામ	એરિયા	રૂપિયા
* વૃશાંક મહેતાના જન્મદિવસ નિ. હ. હર્ષદ મહેતા	વિલેપાર્લા	૨,૫૦૧/-

ઈમાનદાર એટલે - હજાર મણકાઓની વચ્ચે જુદો તરી આવતો મણકો કે ચમકતો હીરો.

ગુલાબી દ્રષ્ટાંતકથા

ભૂખ એને ભરખી ગઈ!

બે સાધુ બાવા હતા. બંને પાકા ભાઈબંધ હતા. બધી રીતે એમના સ્વભાવનો મેળ હતો, પણ એક બાબતમાં બંને વચ્ચે ભારે અંતર હતું.

એક હતો શરીરે દૂબળો. એ જેટલા દિવસ ખાતો, એના કરતાં વધારે દિવસ ઉપવાસ કરતો.

બીજો હતો શરીરે તગડો. એ રોજ ચાર વખત ખાતો, અને ખાતો ત્યારે પેટ ફાટફાટ થાય એટલું ખાતો. ઉપવાસી મિત્રને મશ્કરીમાં એ કહેતો પણ ખરો કે, ''તું ભલે ભૂખે મરે, હું નહિ મરું!''

આ બંને સાધુ બાવાઓ ફરતા ફરતા એક શહેરમાં જઈ ચડ્યા. ત્યાં શી ખબર કેવી રીતે કોટવાલે એમને દુશ્મનના જાસૂસ સમજી લીધા અને રાજાના હુકમથી એમને પકડી કોટડીમાં પૂરી દીધા. પછી કોટડીને માર્યું તાળું! પાણી - સિવાય કંઈ જ ખાવા પીવાનું દીધું નહિ.

પંદર દિવસ પછી રાજાને તપાસમાં ખાતરી થઈ કે આ બે જણા નિર્દોષ છે, એટલે એણે કોટવાલને હુકમ કર્યોઃ ''પેલા બે બાવાજીઓને છોડી દો!''

કોટવાલે કોટડીનું તાળું ખોલ્યું, તો માલૂમ પડ્યું કે પેલો તગડો બાવો મરી ગયો હતો અને દૂબળો જીવતો હતો!

રાજાને નવાઈ લાગી કે દૂબળો વહેલો મરી જવો જોઈતો હતો, તેને બદલે આ તગડો કેમ મર્યો?

ત્યારે રાજવૈદે એનો ખુલાસો કર્યો : ''દૂબળાનું શરીર ભૂખથી ટેવાઈ ગયું હતું એટલે ભૂખ એને ભરખી શકી નહિ, પણ તગડો ભૂતથી બીએ તેમ ભૂખથી બીતો હતો એટલે ભૂખ એને ભરખી ગઈ. ■

વાચક ગણ, જીવનપથમાં પ્રસિધ્ધ થતાં લેખ-કાવ્ય-નવલિકા-નોવેલ તથા અન્ય લખાણ જે તે લેખકોના મંતવ્ય હોય છે, એમાં પ્રસિદ્ધ થતાં કોઈપણ લેખ કે અન્ય સાહિત્ય સાથે તંત્રી મંડળ કે ટ્રસ્ટી મંડળ સહમત છે એમ માની લેવું નહીં. આ આખો પ્રયાસ કેન્સરગ્રસ્ત દર્દીઓના ઉત્થાન માટે છે. છતાં ઉપસ્થિત થનાર વાદ માટે ન્યાયક્ષેત્ર મુંબઈ રહેશે. - *જીવનપથ તંત્રી મંડળ*

કચ્છી નવું વર્ષ એટલે 'અષાઢી બીજ' !

શું તમને ખબર છે કે શા માટે કચ્છના લોકો દિવાળી કરતા અષાઢી બીજને વધુ માને છે અને કચ્છી નવું વર્ષ એટલે અષાઢી બીજ જ!!

કચ્છની અસ્મિતતા સૌથી મહાન રક્ષક એવા કચ્છના મેઘજી શેઠ કે જેમના લીધે કચ્છને નવું જીવન મળ્યું અને આજે કચ્છ ભારત સાથે સ્વતંત્ર છે....

ફ્રેન્ચક્રાંતિના પણ પાંચ વર્ષ પહેલાં વિશ્વની સૌ પ્રથમ લોકશાહી ક્રાંતિ કચ્છક્રાંતિના જનક જે એક વ્યક્તિના કારણે કચ્છ આજે પાકિસ્તાનનો ભાગ કે બીજું કાશ્મીર નથી બન્યું. જે વીરે કચ્છના આશાપુરામાતાના મંદિર સહિત કચ્છના તમામ મંદિરોની રક્ષા કરી અને અષાઢી બીજના દિવસે કચ્છી નવું વર્ષ જેના લીધે દિવાળીથી પણ વધુ ઉત્સાહપૂર્વક મનાવવામાં આવે છે એવા કચ્છના મહાન ક્રાંતિવીર રઘુવંશી મેઘજી શેઠનું નામ પણ ૧% કચ્છી લોકો ભાગ્યે જ જાણતા હશે.

વાત છે. ઈ.સ. ૧૭૮૬ ની જયારે કચ્છનો ૧૯ વર્ષનો રાજા રાય રાયધણ મહમંદ પનાહ નામના સૈયદ મુસ્લિમના પ્રભાવમાં આવી ઓરંગઝેબ જેવો કટ્ટર ધર્માંધ મુસ્લિમ બની ગયો હતો.

રાય રાયધણ જાહેરમાં ગૌવધ કરતો મંદિર મૂર્તિ ખંડિત કરતો, ખુલ્લી તલવાર લઈ ફરતો અને બળજબરી ધર્મ પરિવર્તન કરાવતો અને ન માને એની કતલ કરી નાખતો. એણે સાઉદીઓ પઠાણોનો સાથ લઈ પાવડા-કોદાળીવાળા માણસો તૈયાર કર્યા અને એક જ દિવસમાં આખા કચ્છના તમામ મંદિરો, મૂર્તિઓના ટુકડે ટુકડા કરી નાખવાની ભયાનક યોજના બનાવી.

આ સમયે ભુજના એક નાગર ગૃહસ્થની સલાહ માની મહારાણી શોધી સ્વરૂપબાએ ભુજોતના વકા રબારી સાથે મેઘજી શેઠને કહેણ મોકલ્યું કે, ''ધર્મની રક્ષા કરવાનું તમારા શિરે આવી પડ્યું છે. મોટા લશ્કર સાથે ભુજના પંથે પડો.''

સમાચાર મળતાં જ મધરાતે નવસો ઘોડેસવાર સૈનિકો સાથે મેઘજી શેઠ ગઢ બહાર આવી પહોંચ્યા. કોટ બંધ હોવાથી બધા હિંમત કરીને કૂદીને અંદર પડ્યા. મંદિરો તોડવા માટે તૈયાર થઈ રહેલા પઠાણો, સીદીઓ વગેરે ઉપર મેઘજી શેઠના જવાં મર્દો તૂટી પડ્યા.

આ સમયે રાવના સૈનિકો અને પ્રજાબળ વચ્ચે ભુજે કદી ન જોયેલી લડાઈ ચાલી. તલવારોથી અનેકના શિશ કપાયા. રાજા મહેલમાં ભરાઈ ગયો. શેઠે મહેલને

ઘેરી લીધો. ત્રણ દિવસ પછી રાજા શરણે થયો. કચ્છની પ્રજાએ ધર્મની રક્ષા કાજે રાજાને બંદીવાન બનાવ્યા અને સમગ્ર કચ્છની પ્રજા આ દિવસ એટલે કે અષાઢ સુદ બીજના દિવસને દિવાળીના દિવસથી પણ અધિક રીતે ઉજવે છે.

ઈસવીસન કે ગુજરાતી નવા વર્ષ કરતાં અષાઢી બીજ કચ્છનું સવાયું નવું વર્ષ મનાય છે અને આજે પણ કચ્છની ખમીરવંતી પ્રજાએ એ ઉત્સવને ઉજવવાની રીતભાત જાળવી રાખી છે. આ અષાઢી બીજના દિવસે જ મેઘજી શેઠે ફ્રેન્ચ ક્રાંતિ પહેલા વિશ્વનું સૌપ્રથમ પ્રજારાજ બારભાયા રાજની સ્થાપના કરી હતી. આ વર્ષે કચ્છી નવું વર્ષ 'અષાઢી બીજ'નું પર્વ ૨૭ જૂન, ૨૦૨૫, શુક્રવારે ઉજવાશે. કચ્છી નવે વરેજી લખ લખ વધાયું.... જય હિન્દ, જય કચ્છ

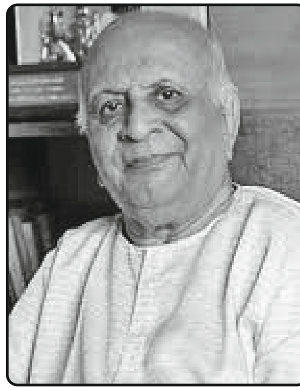
શ્રી જલારામ અન્નદાન ક્ષેત્ર

જઠરાગ્નિ જો તૃપ્ત ન હોય અને બહારગામથી આવેલા કેન્સરના દર્દીઓ અને સાથે આવેલ આપ્તજન પણ ભૂખ્યો તરસ્યો હોય તે સમયે કેન્સર સામે યુદ્ધ ન લડી શકાય. અને તેથી જ જીવન જ્યોત કેન્સર રિલીફ એન્ડ કેર ટ્રસ્ટ આવા નિરાશ્રિત દર્દીઓને દરરોજ બે સમયે શાક-રોટલી, મસાલા-ભાત, ફળ, હલ્દીવાળું દૂધ, સૂકું અનાજ વગેરે જરૂરિયાત પ્રમાણે આપે છે. આપ આમાં સહભાગી થવા **પાના નં. ૫ ઉપર** જણાવેલ બેંકમાં અનુદાન ભરી શકશો. **સંસ્થાને અપાતું દાન ૮૦ જી અંતર્ગત કર રાહતને પાત્ર છે.**

નામ	ગામ	એરીયા	રૂપિયા
❖ ઉદય પાટીલના લગ્નપ્રસંગે			
હ. સિંધુ અને ગોપાલ એસ. પાટીલ અને			
નર્મદા અને ટોકરશી મોરારજી ગોસર		મુલુંડ	૧૪,૦૦૦/-
❖ જીનલ ખુશાલ દેઢિયા	નાની ખાખર	માટુંગા	૧૪,૦૦૦/-
❖ તન્વી ત્રિવેદી		પ્રભાદેવી	૮,૫૦૦/-
❖ હિતેન કપાડિયા		શિવરી	૮,૦૦૦/-
❖ વિરાજ ગિરિશ છાડવાના લગ્નપ્રસંગે			
હ. ગિરિશ એન. છાડવા	ડેપા	સાયન	૪,૦૦૦/-
❖ રૂક્ષ્મણીબેન હંસરાજ ગડા			
હ. વિનય શાહ	મંજલરેલડિયા	અંધેરી	૪,૦૦૦/-
❖ સ્વ. ગીગાબાઈ ગોહિલની પુણ્યતિથિ નિ.			
હ. ધીરજ ગોગાભાઈ ગોહિલ		ડિલાઈ રોડ	૪,૦૦૦/-

વ્યક્તિ વિશેષ

સક્ષમ તળપદી કવિ અનિલ જોશી



''મને ખબર નથી કે હું કેવી રીતે મૃત્યુ પામવાનો છું. પણ એ સત્ય છે કે મનુષ્ય જન્મ લેતી વખતે માત્ર એક જ માર્ગથી સૃષ્ટિ પ્રવેશ કરે છે પણ મૃત્યુના અનેક માર્ગ હોય છે. અમર થઈ જવાની ભ્રાંતિમાં હું જીવ્યો નથી. ક્ષણ જીવી રહ્યો છું.''

આવું કહેનાર અનિલ જોશીએ ૨૬મી ફેબ્રુઆરીએ આપણી વચ્ચેથી વિદાય લીધી.

અનિલ જોશીનો જન્મ ૨૮મી જુલાઈ ૧૯૪૦ના ગુજરાતના ગોંડલ ગામે થયો હતો. ગોંડલમાં જન્મેલા આ સક્ષમ તળપદી કવિ અને બળૂકા નિબંધકારે ૧૯૬૨-૬૯ દરમિયાન હિંમતનગર અને અમરેલીમાં શિક્ષક તરીકે ફરજ નિભાવી. ૧૯૭૧-૭૬ સુધી તેઓ 'કોમર્સ' સામાયિકના તંત્રી રહ્યા. ૧૯૭૬-૭૭માં વાડીલાલ ડગલીના નીજી સહાયક (પી.એ.) તરીકે પરિચય ટ્રસ્ટમાં સહસંપાદન તરીકે કામ કર્યુ. ૧૯૭૭થી મુંબઈ મહાનગરપાલિકામાં ભાષા વિકાસ પ્રોજેક્ટમાં ગુજરાતી ભાષાના મુખ્ય સલાહકાર તરીકે કામ કર્યું. તેમની નિમણૂંક વખતે ડિગ્રીની ટેક્નિકલ સમસ્યા હતી ત્યારે બાળ ઠાકરે તેમની કવિ તરીકેની પ્રતિભા અને ભૂમિકાને કારણે નોકરી અપાવી હતી. નિવૃત્તિ પછી તેઓ ભારતીય વિદ્યાભવન સાથે સંલગ્ન હતા. ૧૯૬૨માં તેમની કવિતા 'પરિઘો' પહેલી વાર ગુજરાતી સાહિત્યિક સામાયિક 'કુમાર'માં પ્રકાશિત થઈ. તેઓ ગુજરાતીમાં આધુનિકતાવાદી સાહિત્યિક ચળવળ 'રે મઠ' સાથે સંકળાયેલા હતા.

તેમનો પહેલો કાવ્યસંગ્રહ 'કડચ' ૧૯૭૦માં પ્રકાશિત થયો હતો. ત્યારબાદ 'અમે બરફના પંખી' ૧૯૮૧ અને 'પાણીમાં ગાંઠ પડી જોઈ' (૨૦૧૨)

જે પોતાનો માર્ગ પોતે શોધે છે તે સફળતાના ઉંચા શિખર પર પહોંચી જાય છે.

પ્રકાશિત થયા. તેમણે ગીત, મુક્તક, શ્લોક અને ગઝલો જેવા વિવિધ કાવ્યસંગ્રહોમાં કામ કર્યું. પરંતુ તેઓ મુખ્યત્વે ગુજરાતી સાહિત્યમાં ગીતમાં તેમના યોગદાન માટે જાણીતા છે. 'સ્ટેચ્યુ' (૧૯૮૮) અને 'પવનની વ્યાસપીઠે' (૧૯૮૮) તેમના નિબંધ સંગ્રહો છે. ૧૯૯૦માં તેમને તેમના નિબંધ સંગ્રહ 'સ્ટેચ્યુ' માટે સાહિત્ય અકાદમી પુરસ્કાર મળ્યો હતો. તેમનું લલિત ગદ્ય તો ક્યારેય નહીં ભૂલાય. એક લેખમાં તેઓ લખે છે, 'રસોડું મને સર્જકતાનું કેન્દ્રબિંદુ લાગ્યું. ઘઉંનો લોટ બાંધુ ત્યારે ઘઉંના ખેતરો દેખાય, પાણી જોઉં તો મને વહેતા ઝરણાં અને નદીઓ દેખાય, ચોખા પલાળું ત્યારે ડાંગર-કમોદના ખેતરો ગળે વળગે, નમકની શીશીમાં આખો દરિયો ભર્યો હોય એવું લાગે છે. અને પાટલો-વેલણ જોઉં ત્યારે મારી બા યાદ આવી જાય.'' ■

કવિતા

અમે બરફનાં પંખી રે

અમે બરફનાં પંખી રે ભાઈ,
ટહુકે ટહુકે પીગળ્યાં
અમે બરફનાં પંખી રે ભાઈ,
ટહુકે ટહુકે પીગળ્યાં

લૂમ તરતો ઘોર ઉનાળો
અમે ઉઘાડે ડિલે
ઓગળતી કાયાનાં ટીપાં
કમળપાંદડી ઝીલે
ખરતાં પીંછે પછડાતી
બપ્પોર મૂકીને નીકળ્યા!
અમે બરફનાં પંખી રે ભાઈ,
ટહુકે ટહુકે પીગળ્યાં.

લીલાં-સૂકાં જંગલ વચ્ચે
કાબરચીતરાં રહીએ
નભમાં ઊડતાં સાંજ પડે તો
સોનલવરણાં થઈએ
રાત પડે ને ડાળ ઉપરથી
કોયલ થઈ ને ટહુક્યાં
અમે બરફનાં પંખી રે ભાઈ,
ટહુકે ટહુકે પીગળ્યાં.

– કવિ અનિલ જોશી

પ્રેરક વાત

દરેક કેન્સર અને એનો ઈલાજ અલગ છે

- ડૉક્ટર જેહાન ધાભર

કેન્સર આજે ઘરેઘર પહોંચી ગયું છે. પાંચમાંથી એક વ્યક્તિ કેન્સરનો ભોગ બની રહી છે. એને જ કારણે મૃત્યુના પ્રખર કારણોમાં આજે પણ કેન્સર ઘણું આગળ છે. ૨૦૨૨માં ૯ લાખ ૭૦ હજાર લોકો દુનિયામાં કેન્સરને કારણે મૃત્યુ પામ્યા હતાં, છતાં જલ્દી થતું નિદાન, નવી નવી દવાઓ અને ઈલાજને કારણે કેન્સર સર્વાઈવર વધતા જાય છે. જેમ જેમ કેન્સર દિવસે દિવસે વધારે ફેલાતો જાય છે એમ એમ કેન્સરના ઈલાજમાં પણ દિવસે દિવસે પ્રગતિ થઈ રહી છે.

કેન્સરનો રોગ એક નથી. વ્યક્તિએ વ્યક્તિએ એ રોગ જુદો છે. આપણા જે કોષો શરીરમાં અનિયંત્રિત માત્રામાં વધવા લાગે અને ગાંઠ બનાવે છે એ કેન્સર. પરંતુ જેમ શરીર અલગ છે એમ અનિયંત્રિત રીતે વધતા કોષો પણ અલગ છે અને એની પાછળ એના વધવાના કારણો પણ અલગ છે. કેન્સરનો ઈલાજ શરૂ થયો ત્યારે એક જ વસ્તુ મહત્વની હતી એ હતી સર્જરી. ટ્યુમર થાય એટલે એને શરીરમાંથી કાઢી નાખો, પરંતુ સમય જતાં એ સમજાયું કે આ તકલીફ શરીરના એક ભાગની નથી, આખા શરીરમાં એક એવો બદલાવ આવે છે, જેનો ઈલાજ કરવાની જરૂર છે એટલે કીમોથેરાપી શરૂ થઈ. પણ કીમોથેરાપીની તકલીફ એ હતી કે ફક્ત કેન્સરના કોષોને નહીં પણ શરીરના બીજા તંદુરસ્ત કોષોને પણ અસર કરતી હતી. જેને લીધે એની આડઅસર પણ ઘણી હતી. એટલે હવે પ્રિસિઝન ઓન્કોલોજીનો ઉપયોગ શરૂ થયો. જે જગ્યાએ તકલીફ છે એના મૂળમાં શું છે ? આ તકલીફ પાછળ આપણા 'ડીએનએ'માં કોઈ બદલાવ આવ્યો છે એ ઘટના છે. તો એવી દવા જોઈશે જે આ બદલાવ પર કામ કરે. આમ કેન્સરનો ઈલાજ દિવસેને દિવસે વધુને વધુ આધુનિક અને એડવાન્સ થતો જાય છે.

આ માનવ જાતની એક રોગ સાથેની લડાઈ છે જેમાં રોગને જેટલો વધુ સારી રીતે સમજી શકાશે એમ એનું નિદાન, ઉપાય અને એમાંથી નિજાત સારી રીતે મેળવી શકાશે.

કેન્સર હવે એક ક્રોનીક રોગના તબક્કામાં આવતો જાય છે. ડાયાબિટીસ કે બ્લડપ્રેશર જેવા રોગને ક્રોનીક રોગ કહેવાય છે કારણ કે આ રોગ લાંબા ગાળાના રોગ છે. એ ધીમે ધીમે શરીરમાં અસર કરે છે. એને કાબુમાં રાખવા માટે દરરોજ દવા લેવી પડે છે. આમ આધુનિક એડવાન્સ ઈલાજ સાથે કેન્સરનું પણ એવું જ થતું જાય છે. જેમાં સર્જરી, કીમોથેરાપી કે રેડીયેશનના વિકલ્પ બધા માટે નથી. એક ખાસ પ્રકારના કેન્સરમાં ફક્ત ઓરલ દવા જ આપવામાં આવે છે, જે નિયમિત ખાવાથી કેન્સર કાબુમાં રહે છે અને ઘણા કેસમાં તો નાબુદ પણ થઈ જાય છે. ■

માતુશ્રી ચંદ્રાબેન જયંતિલાલ ચત્રભુજ મોદી *અને* માતુશ્રી લાછબાઈ હીરજી કરમશી ભેદા (સમાઘોઘા) હલ્દી દુધ યોજના

ગાયનું દુધ અને હલ્દી પાવડર જેવા ઔષધી ગુણ વડે કેન્સરગ્રસ્ત દર્દીઓની એસિડીટી, દવાઓની તીવ્ર ગરમી સામે રક્ષણ મળે અને તેમની રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધે એવા આશયથી હલ્દી દુધ યોજના ચાલુ કરવામાં આવી છે. જેનો એક દિવસનો નકરો રૂ. ૭૦૦/- રાખવામાં આવ્યો છે. એવા સહૃદયી દિલેરદાતાઓની યાદી આ પ્રમાણે છે.

સંસ્થાને અપાતું દાન ૮૦ જી અંતર્ગત કર રાહતને પાત્ર છે.

❖ માતુશ્રી લાછબાઈ હીરજી કરમશી ભેદાના આત્મશ્રેયાર્થે			
હ. પરિંદાબેન રશ્મીકાંત ભેદા	સમાઘોઘા	માટુંગા	૧,૫૦૦/-
❖ ઉષાબેન મણિલાલ ગાલા	કાંડાગરા	ગોરેગામ	૧,૧૦૦/-
❖ પિતાજીની પુણ્યતિથિ નિ.			
હ. જ્યોતિ મહેન્દ્ર શાહ		મલબારહિલ	૭૦૦/-
❖ ચેતન સંગોઈ		મુલુંડ	૭૦૦/-

પ્રવાસનું વર્ણન

મોટા અંબાજી ધામ, બોરીવલી, મુંબઈ

જગતજનની જગદંબા, આદ્યશક્તિ, પરાશક્તિ, અંબા... એક સર્વોપરી શક્તિરૂપમાંથી જ માનાં અનેક સ્વરૂપ પ્રગટ થયા છે. સ્વરૂપ જુદા, નામ જુદા, આયુધ જુદા, શણગાર જુદા પરંતુ માની અનુભૂતિ તેના ભક્ત માટે સમાન જ રહે છે. આવું જ એક અત્યંત સુંદર, સૌમ્ય, આશીર્વચની અને દુર્લભ 'રૂદ્રાણી' સ્વરૂપ બોરીવલી (ઈસ્ટ)માં આવેલા મોટા અંબાજી માતાનું છે. અહીં અષ્ટભૂજાળી અંબામાં ભક્તો માટે હાજરાહજૂર છે. ઉત્તર મુંબઈનું સૌથી મોટું અને જૂનું-પુરાણું ગણાતું આ અંબાજી ધામ સમગ્ર મુંબઈ અને ગુજરાત સહિત દેશ-વિદેશના લાખો શ્રદ્ધાળુઓ માટે આસ્થાનું ધામ છે. અહીં દર પૂનમે અને આસો અને ચૈત્ર મહિનાની નવરાત્રીમાં હજારોની સંખ્યામાં ભક્તો માનાં દર્શને આવે છે. ભાદરવી પૂનમે સમગ્ર મુંબઈ અને ગુજરાતથી પગપાળા આવતા યાત્રીઓથી મંદિર ઉભરાય છે. ભક્તો માને છે કે ઘર, સંતાન, ધન, ઐશ્વર્ય, સ્વાસ્થ્ય જે માગો એ મા આપે જ છે.

૧૯૫૦માં બોરીવલી-પૂર્વમાં કાર્ટર રોડ નંબર-૩ પર શ્રી મોટા અંબાજી ધામ નામનું મંદિર બંધાયું હતું. જ્યાં માના પ્રતિક સ્વરૂપે ૫૧ શક્તિપીઠોમાંના એક એવા ગુજરાતનાં અંબાજીના ગબ્બર પર્વત પર પ્રજ્જ્વલિત અખંડ જ્યોત ૧૯૫૧માં લાવવામાં આવી હતી. એ છેલ્લા ૭૫ વર્ષથી અખંડ પ્રગટે છે. આ મંદિરને ૭૫ વર્ષ થયા છે અને એની અમૃત મહોત્સવની પાંચ દિવસની ઉજવણી કરી હતી.

અંબા મા મુંબઈમાં આવીને વસ્યા એની પાછળ પણ ખૂબ રસપ્રદ વાત છે. આ મંદિરના આદ્યસ્થાપક ગુરુદેવ રણછોડલાલ જાની મૂળ સૌરાષ્ટ્રના મહુવા તાલુકાના દુધાળા ગામના વતની હતા. અંબામાના ભક્ત અને હઠયોગી એવા ગુરુદેવ માને પામવા ફરતાં-ફરતાં ૧૯૪૭ની સાલમાં મુંબઈ આવીને બોરીવલીમાં સ્થાયી થયા. તેમણે તપ અને સાધનાના બળે માની ઉપાસના શરૂ કરી. ૧૯૫૦માં તેમણે એક જ પથ્થરમાંથી અંબાજીની મૂર્તિ જયપૂરના મૂર્તિકાર પાસે બનાવડાવી. તેમણે માને કહ્યું, 'મા, તું જનકલ્યાણ માટે અહીં બિરાજ.'' માને વિનવવા માટે તેમણે એક

વર્ષ સુધી હઠયોગ કર્યો જેના ભાગરૂપે ગુરુદેવે તેમનું આખું શરીર માટીથી ઢાંકીને એના પર જવારા વાવ્યાં. આ કારણે શરીરમાં ઝેર પ્રસરી જતાં ડોક્ટર અને પરિવારજનોએ હઠયોગ છોડવા કહ્યું. પણ હઠ છોડે તો એ હઠ શાની?' બાવીસ દિવસની તપસ્યા બાદ ત્રેવીસમે દિવસે માતાજીએ પ્રસન્ન થઈને તેમનું ત્રિશુળ ગુરુદેવ પર પાડ્યું અને ત્યારથી માતાજીએ આ જ સ્થાને બિરાજવાનું વચન આપ્યું એ દિવસે અખાત્રીજ હતી. ત્યારથી આ દિવસ મંદિરના પાટોત્સવ તરીકે ઉજવાય છે.

ગુરુદેવ અંબાજીના 'રૂદ્રાણી' સ્વરૂપના ઉપાસક હતા. આ સ્વરૂપની વિશિષ્ટતા એ છે કે એમ તો માતાજીની દરેક ભુજામાં આયુધ હોય અને તેમનો એક હાથ આર્શીવાદ આપતી મુદ્રામાં હોય પરંતુ અહીં બિરાજતાં માતાજીએ આશીર્વાદ આપતા હાથમાં રૂદ્રાક્ષની માળા ધારણ કરી છે જેથી એને માતાજીનું દુર્લભ એવું 'રૂદ્રાણી' સ્વરૂપ માનવામાં આવે છે.

કોઈ પણ રીતે ભક્તિ કરીએ પણ જો એ ગુપ્ત રીતે થાય તો વધુ સારું. એથી આપણે પણ માળા કરીએ ત્યારે હાથ ઢાંકીને રાખીએ છીએ. મા તો વર્ષોથી માળા કરતાં હોવાથી તેમના હાથને હંમેશા ઢંકિલો રાખવામાં આવે છે. ક્યારેક સાડીના છેડા દ્વારા તેમના જમણા હાથને ઢાંકવામાં આવે છે. તો ક્યારેક લાકડાનો બનાવેલો હાથ જેના પર સોનાનું પાણી ચઢાવાયું છે એ પહેરાવીને આર્શીવચની મુદ્રામાં મા દર્શન આપે છે.

આ ધામના પરિવારના સભ્ય કહે છે કે, ''અમારા ઘરના કણકણમાં માનો વાસ છે. ક્યારેક અચાનક કોઈ અત્તરની સુગંધની લહેર તમને કંપારી કરાવી દે તો ક્યારેક આખા રૂમમાં માની હાજરી વર્તાતી હોય એમ ઠંડક ભરાઈ જાય. ઘરચોળું પહેરીને મા તેમના રૂમમાં જતા હોય એવો ભાસ પણ અનેક લોકોને થયો છે. અમારા માટે આ કોઈ પરચો કે ચમત્કાર નથી. અમારા માટે તો અંબામા અમારી સાથે હોવાની અનુભૂતિ છે. લોકોની બાધા-માનતા ફળી હોય એવા સેંકડો પરચાના અમે રોજેરોજ સાક્ષી બનીએ છીએ.'' ■

આ પુસ્તક વાંચી લીધા પછી **પસ્તીમાં** નાંખી ન દેતાં તમારા કુટુંબમાં કે મિત્રોમાં ફરતું રહે અને **કેન્સરના** દર્દીઓ માટે **હુંફનું કવચ** બનવા અનુમોદન અર્થે ફેલાવો કરતાં રહો એવી અનુમોદના.

નવલકથા

'કુંતી'

(ગતાંકથી ચાલુ)

- રજનીકુમાર પંડ્યા

અદ્‌ભુત રોમાંચ થઈ આવ્યો કુંતીને એ પત્ર હાથમાં લેતાં ! અર્જુન એના હાથમાં પત્ર મૂકીને કશું પણ બોલ્યા વગર ટ્યૂશન ક્લાસમાં જવા નીકળી ગયો – જાણે કે મમ્મીને એના પહેલા પુત્રને પ્રથમ વાર શાંતિથી મળવા માટેનું મનભર એકાંત આપતો ગયો. કુંતી પણ કર્ણ સાથેના ભલે પરોક્ષ પણ પ્રથમ મિલનને માણી લેવા વ્યાકુળ થઈ ગઈ. એણે પત્ર હાથમાં લીધો અને કર્ણના સ્પર્શનો વાત્સલ્યભર્યો રોમાંચ અનુભવી લીધો. અરે, જેના કાલાઘેલા બોલ સાંભળવાના સુખ વગર જ જુવાની વીતી ગઈ એ પુખ્ત વયના પુત્રની માતા ઉપરના પત્રરૂપે આમ અચાનક જ નવાજેશ થશે એની કલ્પના ક્યાંથી હોય !

જરૂર, કર્ણ હવે બાળક નહોતો, પુખ્ત હતો. પોતાની પૂરી કહાણી એ જાણતો હશે. બ્રિગેટ-ઓલીવરે એને બધી જ પૂર્વકથાથી વાકેફ કર્યો હોય અને હવે એ લોકોને એ ડર પણ રહ્યો ન હોય કે ઍલન, એટલે કે કર્ણ એમની પાસેથી છીનવાઈ જશે. સરલાબહેન દ્વારા મળેલા નવા સરનામે પત્રમાં કુંતીએ એટલી બધી વ્યથા અને આજીજી ઠાલવ્યાં હતાં કે ગમે તે માણસ પીગળી જાય. એમણે એ વાત ઍલનને કરી જ હોય અને પછી એને કુંતી પર સીધો કાગળ લખવાની સૂચનાય આપી, પોતે માર્ગમાંથી ખસી ગયાં હોય. આ સમજદારી હતી, ખાનદાની હતી, અને કર્ણ એની અસલ માતા ઉપર સીધો જ પત્ર લખી બાવીસ-તેવીસ વરસના આ નિષ્ઠુર મૌનના કિલ્લામાં પહેલવહેલું ગાબડું પાડે એ પણ માતા-સંતાનના કુદરતી સ્નેહ-સંબંધને છાજે તેવું સ્વાભાવિક ગણાય.

એણે કવરમાંથી પત્ર બહાર કાઢ્યો, સુંવાળા, આછી લીટીવાળા કાગળની ચાર ઘડી વાળેલી હતી. એ ખૂલશે અને એ સાથે જ કર્ણની અક્ષરછબી ઊપસશે! એણે પત્ર ખોલ્યો.

એની બાવરી નજર પ્રથમ તો 'મમ્મી'ના સંબોધનને શોધવા ફરી વળી, પણ એ ક્યાંય ન જડ્યું. પત્રના મથાળે, વચ્ચે કે અંતમાં, કોઈ પણ છેડે કે કોઈ પણ ખૂણે એ નહોતું, માત્ર તારીખ હતી, બસ, એને કારણે એ પેરેગ્રાફને બદલે પત્ર લાગતો હતો. પત્રના છેવાડે 'લિખિતંગ'માં તારી છોરુ - તારો પુત્ર કે એવા કોઈ શબ્દો નહોતા. માત્ર 'ઍલન' એટલું જ લખ્યું હતું. સહી પણ ગણાય અને નામ પણ. એમાં નિકટતાનો કોઈ સ્પર્શ નહોતો.

કેમ આમ ? કદાચ પત્રમાં જ એ બધું હોય. કદાચ ત્યાં પત્ર લખવાની ઢબ જ આવી હોય. અગિયાર માસની ઉંમરથી આજ સુધી ત્યાં મોટો થયો છે એટલે ત્યાં જે રીતે લખાતો હોય એમ પત્ર લખ્યો હોય. બાકી પત્ર હતો એ તો નક્કી હતું. એક વિખૂટા પડી ગયેલા દીકરાનો એને માટે ટળવળતી માતા ઉપરનો એ પહેલો પત્ર હતો. માત્ર પત્ર શબ્દ બોલતાંની સાથે જ મોઢું ભરાઈ જાય છે, એટલે.... એણે પત્ર વાંચવાની શરૂઆત કરી. અંગ્રેજીમાં હતો, પણ સુઘડ અક્ષર અને સમજાય તેવી ભાષામાં હતો.

''મારાં મા-બાપ પરનો તમારો પત્ર વાંચ્યો. ઘણો આભાર. અહીં અમે આખો પરિવાર મઝામાં છીએ ને ત્યાં તમે પણ હશો જ એવી શુભકામના કરીએ છીએ. હું તમારી લાગણીઓ સમજું છું અને તમારી વ્યાકુળતા સમજી શકું છું. આજ સુધી મેં તમને એટલા માટે જ પત્ર લખ્યો નહોતો કે...''

આ પછી પત્રમાં બેચાર વાક્યો લખીને ભૂસી નાખ્યાં હતાં. શું હશે ? શા માટે એણે આજ સુધી પત્ર લખ્યો નહોતો, એના કારણમાં એણે શું લખીને શું ભૂસ્યું હશે ? શા માટે ભૂસ્યું હશે ? કુંતીની છાતીમાં ધડક ધડક થઈ રહ્યું.

એણે આગળ પત્ર વાંચ્યો, '...કારણ કે હું અહીં બહુ સુખમાં છું અને મારાં મા-બાપ સાથે મારે ઘણો સારો મેળ છે. આને કારણે હું તમારા પ્રત્યે કોઈ લાગણી અનુભવી શકતો નથી. આપણી વચ્ચે લાગણીનો કોઈ સેતુ હોય એમ મને લાગતું નથી. બીજી કોઈ વ્યક્તિને માતા તરીકે હવે હ્રદયમાં સ્થાન આપી શકું તેમ નથી. કૃપા કરીને મને ખલેલ ન પહોંચાડશો. બીજું, હું મારાં

મા-બાપથી ત્રણસો કિલોમીટર દૂર રહું છું એટલે એમના મારફત પણ મને પત્ર લખીને પહોંચાડવાનો પ્રયત્ન ન કરશો. હું સુખી છું તો મને સુખી રહેવા દેશો. તમને પણ સુખી ઇચ્છું છું. આશા છે કે મારી આ ભાવનાને તમે સમજી શકશો અને તે પ્રમાણે વરતશો. તમને મારા આ છેલ્લા સલામ... – ઍલન...'

કોઈએ લમણામાં જબરો લોખંડી પ્રહાર કર્યો હોય એમ કુંતીની આંખે અંધારા આવી ગયાં. એ શું વાંચતી હતી? ફૂલોનો વરસાદ ઝીલવા માટે એણે ખોળો ધરી રાખ્યો હતો અને એમાં ઠંડાગાર બરફના કરા જેવું શું પડ્યું હતું ! ઊભા રહેવા માટે પહેલાં ભીંતનો ટેકો લેવો પડ્યો. બે ક્ષણ પછી એને કળ વળી. પત્રમાં હજુ કશુંક એવું વાંચવાનું બાકી રહી ગયું હોય, જે આ બધા આગલા લખાણને ધોઈ નાખે – જેમ કે ''મા, ચમકી ગઈ ને ! પત્ર દ્વારા પહેલી મુલાકાતમાં હું તને જબરદસ્ત આંચકો સરપ્રાઈઝ આપવા માગતો હતો. અમારે અહીં સ્વિડનમાં હમણાં હમણાં આવી જાતના લેટર બોમ્બ દ્વારા મશ્કરી કરવાની ફેશન ચાલી રહી છે, જેમાં છેડે સુરસુરિયું હોય. મારો આ પત્ર પણ તને એવો જ આંચકો આપી ગયો ને ! પણ મમ્મા, રીઅલી, આઈ લવ યુ, આઈ મિસ યુ વેરી મચ.'' (હું તને ચાહું છું. તારા વગર જિંદગી સૂની છે.)

કોઈ ભિખારણ ઘઉંના થોડા દાણા શોધવા માટે અનાજના પાત્રને ઢબકારી ઝબકારીને ઊંધું વાળે એમ પત્રને એ વારંવાર આંખોથી ફેંદતી-ફંફોસતી રહી, પણ ક્યાંયથી એક વાક્ય તો શું, એક શબ્દ પણ એવો ન મળ્યો કે જેના કારણે તણખલા જેટલો આધાર મળે. પથ્થરની જેમ ઍલનના, એના કર્ણના અક્ષરો પણ અવિચળ રહ્યા અને એના વારંવારના વાંચનથી આંખો પણ જાણે કે છોલાતી રહી, લોહીલોહાણ થતી રહી.

કુંતીએ સામે ભીંત પર ટિંગાડેલી કર્ણની તસવીર તરફ એક નજર ફેંકી, એમાં એ બહુ મીઠું મીઠું હસતો હતો; પણ હવે કદાચ એ હાસ્ય મીઠું મીઠું રહ્યું નહોતું, મશ્કરીભર્યું મજાકિયું બની ગયું હતું !

એક ક્ષણ એના મનમાં વંટોળ ઊઠ્યો. આ બધું જ, આ સંબંધોની દુનિયા, આ લાગણીનો વરસાદ, સંવેદનોના વારંવાર અનુભવાતા ઉકરાંટા અને વાણીથી

વ્યક્ત થતો પ્રેમ પણ... બધું એક મહાછળ લાગવા માંડ્યું. આજ સુધીની તપશ્ચર્યા, સંઘર્ષ અને ઝુરાપો એ બધું કર્ણે પત્રમાં છેકેલાં પેલાં વાક્યોની જેમ કાળી શાહીથી છેકી નાખવા જેવું લાગ્યું.

શો અર્થ હતો એ બધાંનો ? કોણે કહ્યું કે લોહીનો સાદ લોહીને સંભળાય છે ? માણસનું જણ્યું પણ સાપના અણસલા જેવું જ. એ જન્મે ત્યારથી જ અલગ દિશામાં ચાલવાનો આરંભ કરી દે છે. પણ આ બધું એકાદ-બે ક્ષણ જ ચાલ્યું, બીજી-ત્રીજી ક્ષણે તો એના ગળામાં એકદમ ડૂમો ભરાયો. એ સાથે જ આંખો છલકાઈ ઊઠીને થોડી વારમાં એ આખો પત્ર ભીનો ભીનો થઈ ગયો.

થોડી વારે એ એમાંથી પણ સ્વસ્થ થઈ ઊભી થઈ. પત્રને ફરી ગડી વાળીને કવરમાં મૂક્યો. ફરી એક નજર કર્ણની તસવીર તરફ નાખીને પલંગ પર બેઠી.

કોઈ અકળ મક્કમતા એના મોં પર તરવરી રહી.

થોડી વારે અર્જુન આવ્યો. આંસુથી ધોવાયેલો એનો ચહેરો જોઈને કશું બોલ્યા વગર જાતે જ ખૂણામાં ગેસ પરથી સવારનું ખાવાનું ઢાંકેલું તે લઈને બે થાળી એણે પીરસી ને કુંતી પાસે આવ્યો. સ્ટૂલ નજીક કરીને થાળી મૂકી, પછી એક રોટલીના ટુકડાનો અને શાકનો કોળિયો બનાવીને એની મા તરફ, એના હોઠ સુધી લંબાવ્યો.

આટલા દુઃખ વચ્ચે પણ કુંતીથી જરી મરકી જવાયું, હોઠ ખોલ્યા અને કોળિયો મોંમાં લઈ લીધો. અર્જુનનું કાંડું પ્રેમથી પકડી લીધું.

''મમ્મી !'' એણે કુંતીને પૂછ્યું : ''મોટાભાઈને મળવા તારે સ્વિડન ક્યારે જવાનું છે ?''

(ક્રમશઃ) ■

અમો હૃદયથી આભારી છીએ

☛ **કોમ્પ્યુટર સર્વિસ** : રક્ષાબેન કીર્તિભાઈ (કોટડા) ★ ટ્રાયકોર્ન સિસ્ટમવાળા (દાદર)
☛ **સંસ્થાને લાગનારા સ્ટીકર** : ડાયમંડ સ્ટીકરવાળા દિનેશભાઈ ગોગરી (બિદડા)
☛ **બેનર અને એડર્વટાઈઝમેન્ટ** : ૧) બેનર હાઉસ - નરેશ દેઢિયા
૨) વિક્ટોરિયા ડિઝીટલ-જીતુભાઈ નાગડા (મોથારા)
☛ **ડાયરીઓ** : ગુડલક બુક ઈન્ડસ્ટ્રીઝ - વિસનજીભાઈ હંસરાજ દેઢિયા (ગઢસીસા)

બિપિનભાઈ દાણી (હરસોલ) એકતા પરિવાર (I.G.) માટુંગાની પ્રેરણાથી કેન્સરગ્રસ્ત દર્દીઓના લાભાર્થે

નામ	એરીયા	યોજના	રૂપિયા
☛ સ્વ. શામળદાસ જમનાદાસ શાહના આત્મશ્રેયાર્થે હ. ભાવેશ મહેન્દ્ર શાહ (હરસોલ)	બોરીવલી	જીવદયા	૫,૦૦૦/-
☛ સ્વ. શાંતાબેન શામળદાસ શાહના આત્મશ્રેયાર્થે હ. ભાવેશ મહેન્દ્ર શાહ (હરસોલ)	બોરીવલી	જીવદયા	૫,૦૦૦/-
☛ સ્વ. અરવિંદભાઈ વલ્લભદાસ સોનેચાના આત્મશ્રેયાર્થે હ. હંસાબેન અરવિંદભાઈ સોનેચા પરિવાર	કાંદિવલી	દવા	૨,૦૦૦/-
☛ સ્વ. મહેન્દ્રભાઈ મણિલાલ ગાંધી (લિંબોદ્રા)ના આત્મશ્રેયાર્થે હ. ઈન્દુબેન, અલ્પેશ, સંજય ગાંધી પરિવાર	બોરીવલી	જીવદયા	૧,૨૦૦/-
☛ ઈન્દીરાબેન ચંપકલાલ સોની	અમદાવાદ	હલ્દીદૂધ	૧,૦૦૦/-
☛ સ્વ. નટવરલાલ બુલાખીદાસ શાહ (હરસોલ)ના આત્મશ્રેયાર્થે હ. મંજુલાબેન નટવરલાલ શાહ પરિવાર	કાંદિવલી	જીવદયા	૧,૦૦૦/-
☛ સ્વ. કમળાબેન અને સ્વ. કાંતિલાલ નગીનદાસ શાહ (હરસોલ)ના આત્મશ્રેયાર્થે હ. કાંતિલાલ નગીનદાસ શાહ પરિવાર	ભાયંદર	દવા	૧,૦૦૦/-
☛ સ્વ. કમળાબેન અને સ્વ. બેચરદાસ દોશીના આત્મશ્રેયાર્થે હ. દિલીપ બી. દોશી	મુલુંડ	દવા	૫૦૦/-
☛ સ્વ. શારદાબેન અને સ્વ. ચિમનલાલ સાકળચંદ શાહ (ઉવારસદ)ના આત્મશ્રેયાર્થે હ. હેમા પ્રદિપ શાહ	પૂના	જીવદયા	૫૦૦/-

સંતો શીખવાડવા નહીં, જગાડવા માટે આવતા હોય છે.

સંબંધોમાં ખારાશ આવે છે ત્યારે સંબંધોને નિભાવવાનું મુશ્કેલ જ નહિ અશક્ય બને છે.

- હેમાબેન વીરા *(ગામ-બેરાજા)*

કોઈએ સાચું જ કહ્યું છે કે જ્યારે ફૂલ જેવા નાજુક સંબંધોનો ભાર લાગવા લાગે છે ત્યારે જીવનમાં એક ખૂબસૂરત વળાંક પર તેને છોડી દેવું જોઈએ. આખરે આવા સંબંધોને જાળવી રાખવાનો અર્થ શું છે? આમ પણ સૌ લોકો જાણે છે કે તાળી હંમેશા બે હાથથી જ પડે છે. ઘણીવાર સંબંધો બગડી જાય છે. પરંતુ સંબંધો બગડવાનો અર્થ એ તો નથી જ કે તમે જીવવાનું છોડી દો.

સંબંધો તૂટવા એ સમાજમાં સામાન્ય બની ગયું છે. સંબંધો સ્વાર્થના બની ગયા છે અથવા એમ કહો કે આજે અનેક લોકો પોતાનો ફાયદો જોઈને સંબંધ બાંધે છે. જ્યાં સુધી તેમનું તમારી પાસેથી કામ નીકળે છે ત્યાં સુધી બધું બરોબર ચાલે છે, પણ કામ જેવું પુરૂં થયું કે દોસ્તી (સંબંધ) ખતમ.

એ અંગે પંકજનું કહેવું છે કે આપની પાસે પૈસો હોય તો પણ એને મિત્ર બનાવો બરાબર નથી. મારા એક ખાસ મિત્રે મારો ઘણો જ લાભ લીધો અને પછીથી મને દગો આપ્યો. જેના કારણે મને ઘણો આઘાત લાગ્યો, તે દિવસથી અમારી મિત્રતાનો અંત આવી ગયો અને આજે અમે બન્ને એકબીજા માટે અજાણ્યા છીએ, એટલે મિત્ર તરફથી દગો થાય એ પહેલાં જ તમારે સાવચેત થઈ જવું જોઈએ. આવી મિત્રતાને આગળ વધારવી ન જોઈએ.

મોટા ભાગે જોવા મળ્યું છે કે મિત્રતામાં દગો ત્યારે જ મળે છે જ્યારે એક મિત્ર બીજા મિત્રને પોતાનો સારો મિત્ર સમજી તેની નાની મોટી ભૂલ તરફ વણજોયું કરે છે અને તેની જરૂરિયાત પૂરી કરે છે. પછી અચાનક તેને આઘાત લાગે છે જ્યારે તે દગાનો ભોગ બને છે, આવું ત્યારે જ શક્ય હોય છે જ્યારે તમે તમારા મિત્ર પર જરૂર કરતા વધુ વિશ્વાસ કરો અને એ વાત તે સારી રીતે સમજતો હોય. આ સ્થિતિમાં બીજા પક્ષને માફ કરવાનો અર્થ છે તેને બીજી ભૂલ અથવા દગો દેવા માટે સોનેરી અવસર આપવો. એટલે નાની-મોટી તકરારોને પહેલેથી જ ભયની ઘંટી સમજીને સાવચેત બનો અને તેને મોટી ભૂલ કરવાનો મોકો જ ન આપો.

જ્યારે માળા તૂટી જાય છે ત્યારે ફરી જોડવાથી તેમાં ગાંઠ પડી જાય છે. બરાબર એજ રીતે જ્યારે સંબંધ તૂટે છે ત્યારે ફરી જોડવા જાઓ તો પણ ગાંઠ પડે છે અને તેમાં પહેલા જેવો પ્રેમ, ત્યાગ, સહકાર, સમર્પણનો ભાવ રહેતો નથી. ત્યાં પછી નાની-મોટી વાતો પણ સંબંધને કડવી બનાવતી રહે છે.

આપણા સમાજમાં આવા અનેક દાખલા છે. જેમાં મા-બાપ માત્ર પોતાના બાળકો માટે સાથે રહે છે. તે સિવાય તેમના સંબંધો બધી રીતે પૂરા થઈ ગયેલા હોય છે.

આવા જ બે ભાઈઓ જે તેમને ન તો એકબીજા સાથે બને છે અને ન તો તેમની પત્નીઓને એકબીજા સાથે બને છે. ક્યારેક બંને વચ્ચે મોટો ઝઘડો થઇ જાય છે. મોટા ભાઇએ પોતાની તમામ મિલકત દગાબાજી કરીને કબજો કરી લીધો છે. મોટા ભાઈ કોઈ મોટી કંપનીમાં છે ને નાનો ભાઈ કોઈ નાની પોસ્ટ ઉપર છે. ઘણા સમયથી બંને જુદા રહે છે. વાર તહેવારે એકબીજાને શુભેચ્છા પાઠવવાનો તો દૂર, એકબીજાના ચહેરા જોવાનું પણ પસંદ કરતા નથી, આવા સંબંધોને સુધારવા માટેના પ્રયાસો ગમે તેટલા કરાય પણ કયારેય સુધરશે નહિ.

સંબંધોનું તૂટવું એ હંમેશા દુઃખદાયક હોય છે, પરંતુ આગળ વધવું એનું નામ જીવન છે, જીંદગી છે. એટલે બને એટલી ઝડપથી આપણે આપણા મગજમાંથી એ વાતને હટાવી દેવી જોઈએ, તાણ ઓછી કરવા જુદા જુદા કામોમાં દિલ લગાવવું જોઈએ

દરેક વ્યક્તિને પોતાનો તરીકો અને સહનશક્તિ હોય છે કે તે સંબંધો તૂટવાની વાત કેવી રીતે લે છે. ઘણાં લોકો વધુ દુઃખી થાય છે અને તાણમાં જીવે છે. સૌથી વધુ યુવાનો ઉપર નકારાત્મક અસર થાય છે, આ સ્થિતિ તેમના માટે મુશ્કેલ હોય છે કારણ કે તેને તેના મિત્રો, મા-બાપ કરતા વધુ પ્રિય છે કારણ તેમની સાથે વધુ સમય પસાર કરે છે એટલે આ વાતને તરત જ મન અને મગજમાંથી દૂર કરીને અભ્યાસમાં અથવા ગમતી પ્રવૃતિમાં લાગી જવું જોઈએ તેથી માહોલ બદલાઇ જશે.

આવું ત્યારે જ બને જ્યારે આપણે આપણા સંબંધોમાં અપેક્ષાનો ભાવ રાખીએ અથવા મેં મારા મિત્રને મદદ કરી છે તો તેણે પણ મને મદદ કરવી

જોઈએ. જો કે આવી ભાવના ખોટી કે અયોગ્ય નથી. પરંતુ જ્યાં કોઈ પાસેથી આશા અથવા અપેક્ષા પૂરી ન થાય ત્યાં તો સંબંધો વણસવાની શરૂઆત થઈ જાય છે. એટલા માટે આપણે સ્વીકારીને ચાલવું જોઈએ કે સંબંધો તૂટવાનો અર્થ દૂનીયા છોડીને એકાંતવાસમાં રહેવાનો નથી, પરંતુ દરેક દુઃખ ભૂલી આગળ વધવાનું નામ જ જીવન છે.

અંતે કોઈ બીજા માટે તમારું જીવન શા માટે રોકીને બેસી રહો કે જ્યારે સામેની વ્યક્તિ પર તેની કશી અસર નથી પડતી ! આ એક મોટું સત્ય છે. જીવન કોઈના માટે થોભતું નથી.

સંબંધોમાં જો દગો મળે ત્યારે ઉદાસ થવાના બદલે આપણે ખુશ થવું જોઈએ કે પહેલેથી જ તે વ્યક્તિની વાસ્તવિકતા આપણી સામે આવી ગઈ, નહિ તો ભવિષ્યમાં વધુ પરેશાની ઉઠાવવાનો સમય આવત. એટલે નવા નવા લોકોને મળો ત્યારે એકદમ તેમને તમારા મિત્ર માની ન લેવા જોઈએ. રાહ જોવાનું ફળ હંમેશા મીઠું હોય છે.

નફરતથી ચોવીસ કલાક પણ કાઢી શકાતા નથી. ત્યારે પ્રેમથી જનમોજનમ સાથે રહી શકાય છે માટે આપણું સરનામું પ્રેમનું હોવું જોઈએ. ■

શ્રી જલારામ અન્નદાન ક્ષેત્ર : પંચ વર્ષિય મીતી યોજના

નામ	એરીયા	રૂપિયા
❖ રણછોડદાસ કે. ઠક્કરની પુણ્યતિથિ નિ.	બોરીવલી	૮,૦૦૦/-
❖ મુલજી ઓધવજી ઠક્કરની પુણ્યતિથિ નિ.	બોરીવલી	૮,૦૦૦/-
❖ વિદ્યાબેન લક્ષ્મીદાસ ઠક્કરની પુણ્યતિથિ નિ.	બોરીવલી	૮,૦૦૦/-
❖ શાંતાબેન આર. ઠક્કરની પુણ્યતિથિ નિ.	બોરીવલી	૮,૦૦૦/-
❖ ઓધવજીભાઈ ઠક્કરની પુણ્યતિથિ નિ.	બોરીવલી	૮,૦૦૦/-
❖ લક્ષ્મીદાસ એમ. ઠક્કરની પુણ્યતિથિ નિ.	બોરીવલી	૮,૦૦૦/-
❖ મણીબેન ઓધવજીભાઈ ઠક્કરની પુણ્યતિથિ નિ.	બોરીવલી	૮,૦૦૦/-
❖ ગીતા ઠક્કર (સંપત)ના જન્મદિવસ નિ.	બોરીવલી	૮,૦૦૦/-

ગત મહિનામાં સંસ્થાએ કરેલ પ્રવૃત્તિનો ચિત્તાર

- અન્નક્ષેત્રે ભોજનના ૩૭ કાર્ડ અને હલ્દી દૂધના ૧૬ કાર્ડ બનાવી આપ્યા.
- ૧૬૩ કેન્સરગ્રસ્ત દર્દીઓના પરિવારોમાં અનાજ વિતરણ કરવામાં આવ્યું.
- પ્રતિદિન ૭૨૪ દર્દીઓને ફળનું વિતરણ કરવામાં આવ્યું.
- ૧૧ દર્દીઓને બ્લડ માટે સહાય કરવામાં આવી.
- ૧૬ દર્દીઓને રહેવાની સગવડ કરી આપવામાં આવી.
- ૧૩ દર્દીઓને અલગ અલગ ટ્રસ્ટમાં સારવાર માટે અપીલ લેટર બનાવી આપવામાં આવ્યા અને અન્ય સંસ્થાઓમાંથી સારો એવો પ્રતિસાદ મળ્યો.
- કેન્સરના દર્દીઓને રૂ. ૮,૦૬,૫૨૦/-ની દવા લઈ આપવામાં આવી.
- અન્ય દર્દીઓને રૂ. ૩,૪૬,૮૩૦/-ની દવાઓ આપવામાં આવી.
- અપંગ વ્યક્તિઓને ૧ વૉકર, ૩ વૉકિંગ સ્ટીક, ૪ કમોડચેર, ૫ વ્હિલચેર, ૭ પલંગ, ૬ ઓક્સિજન મશીન અને ૩ ઓક્સિજનના બાટલા આપવામાં આવ્યા.
- ૮ વ્યક્તિઓને કેન્સર જણાતા એમની ફાઈલ બનાવી આપવામાં આવી.
- ૬૭ દર્દીઓએ ફ્રી એમ્બ્યુલન્સ સેવાનો લાભ લીધો.
- ૬ દર્દીઓને કોલોસ્ટોમી બેગ રાહતના દરે આપવામાં આવી.
- ૨ લાવારિશ કેન્સરગ્રસ્ત દર્દીની કફન-દફન વિધિ કરવામાં આવી.
- રસ્તામાં બેહાલ સ્થિતિમાં પડી રહેલા ૩ વ્યક્તિઓને વૃધ્ધાશ્રમમાં ભરતી કરવામાં આવી.

❖ ❖ ❖

માઝા મુકતી મોંઘવારી, અસહ્ય બનતી સારવાર, કપરી પરિસ્થિતિમાં ગરીબી અને બે છેડા ભેગા કરવા મુશ્કેલ હોય છે. એવી પરિસ્થિતિમાં આપ દિલેર દાતા રણમાં વીરડી સમાન લાગો છો. અહીં આપેલ પ્રવૃત્તિઓમાં સાથ સહકાર આપવા વિનંતી :

જમાડવાનો એક દિવસનો ખર્ચ	₹ ૨૫,૦૦૦/-
અનાજનો એક દિવસનો ખર્ચ	₹ ૨,૫૦૦/-
કેન્સર સારવાર	₹ ૨૫,૦૦૦/-
દવા માટે	₹ ૧૦,૦૦૦/-
કેમોથેરેપી સારવાર માટે	₹ ૪૦,૦૦૦/-
વ્હિલચેર	₹ ૬,૫૦૦/-
કાખઘોડી	₹ ૬૦૦/-
વોકર	₹ ૧,૨૦૦/-
કાનનું મશીન	દાતાના સહાયથી
એમ્બ્યુલન્સ	₹ ૧,૦૦૦/-

ગુણકારી - કારેલા

કારેલા ગઠિયા, વાઈ અને પ્લીહાના રોગોમાં ગુણકારી છે. એના ફળ તથા પાન કુષ્ઠ, બવાસીર, પીલીયા (કમળા)ના રોગોમાં આપવામાં આવે છે. તાજા પાનનો રસ બાળકો માટે હલ્કા જુલાબનું કામ કરે છે.

કારેલાંનો રસ મધ સાથે મેળવી ને પીવાથી મોંમાં પડેલાં ચાંદાનો રોગ દૂર થાય છે. માસિક ધર્મમાં જયારે તકલીફ પડે ત્યારે કારેલાનો રસ આ રીતે જ લેવો જોઈએ. એની જડને પીસીને બવાસીર પર લેપ કરો. કારેલાને સુકવીને બારીક પાવડર બનાવીને કુષ્ઠના ફોલ્લાં પર લગાવવાથી લાભ થાય છે. આ પાવડર અલગ-અલગ પ્રકારના ફોલ્લાં પર લગાવી શકાય છે.

કારેલાં મધુમેહની એક પરીક્ષિત દવા છે. એમાં ઇન્સુલીનથી મળતો-ઝુલતો એક પદાર્થ હોય છે, જે લોહીમાં અને પેશાબમાં સુગરની અધિક્તાને ઓછી કરે છે. મધુમેહના રોગીઓને બે કારેલાં, બે ટામેટા તથા એક ખીરા કાકડીનો રસ લાંબા સમય સુધી પીવાથી લાભ થાય છે.

કારેલાનું ચૂર્ણ બનાવી પણ પ્રયોગ કરી શકે છે. મોટા આકારના પાંચ કિલો કારેલાં લો, એને વચ્ચેથી કાપીને બે ટુકડાં કરી લો, ધ્યાન રહે કે એને છાયડાંમાં સુકવવાના છે. તાપ બિલકુલ લાગવો ન જોઇએ.

એમાંથી અડધા સુકાઇ જાય, એના દાણેદાર છોડા ચપ્પુથી ઉતારી લો તથા તેને પીસીને બારીક ચૂર્ણ બનાવી લો. આ ચૂર્ણ ૧૨ ગ્રામ પ્રાતઃ ખાલી પેટ અને ૧૨ ગ્રામ રાત્રે સૂતાં પહેલાં પાણીની સાથે લેવું જોઇએ. ૧૫ દિવસથી ૧ મહિના સુધી લેવાથી મધુમેહના રોગીને ભવિષ્યમાં પણ હાર્ટએટેક તથા રક્તચાપ ની સંભાવના રહેશે નહી.

મધુમેહના રોગી દ્વારા કારેલાંના રસને નિયમિત પ્રયોગ કરવાથી ઈન્સુલીન સ્વભાવિક રૂપથી સ્રાવિત થવા લાગે છે. જે રોગી ઈન્સુલીનના ઇન્જેક્શન લે છે, એના માટે કારેલાનો રસ રામબાણ છે. ■

પ્રસંગ કથા

ધન્ય છે ગોંડલ અને ગોંડલની જનતા

જે તે સમયે ગોંડલ નેક નામદાર હાઈનેસ મહારાજા સાહેબ શ્રી ભગતવસિંહજીએ એક નિયમ બનાવેલો કે માણસની અંતિમયાત્રા નગરમાંથી નીકળે એટલે દરેક પ્રજા (હિન્દુ, મુસલમાન, શીખ, ઈસાઈ દરેકે દરેક) યથાશક્તિ ફાળો અબોલ જીવ માટે આપે. આ પ્રથા આજે પણ ચાલુ છે.

આજે એક સ્વજનના અવસાન બાબતે ગોંડલ જવાનું થયું. સ્મશાનયાત્રા નીકળી ત્યારે જોયું કે સમગ્ર અંતિમયાત્રા દરમિયાન રસ્તાની બંને તરફ લોકો કતારબદ્ધ લાઈનમાં ઊભેલા હતા. થોડી નવાઈ લાગી.

જરા આગળ જતાં જોયું એટલે સમજાયું કે અંતિમયાત્રા વાહનમાં ડ્રાઈવરની કેબીનની બન્ને તરફ મોટા મોટા થેલાઓ લટકાવેલા હતા અને દરેક ઘર, શેરી, દુકાન પાસેથી સ્મશાનયાત્રા પસાર થાય એટલે ત્યાં ઉભેલા લોકો તે થેલામાં દાન કરવા રૂપિયા નાખતા હતા.

સામે મળતા વાહન ચાલકો પણ પોતાના વાહન ઊભા રાખી દોડીને દાન માટે પૈસા નાખતા હતા. શેરીની અંદરના ઘર હોય તો એ લોકો પણ દોડી દોડીને આવીને પૈસા નાખે. ખૂબ લાંબા માર્ગમાં આ સળંગ જોવા મળ્યું જાણે આખા ગામનો આ નિયમ જ છે.

એક બે વાર દરિદ્રનારાયણ ભિક્ષુકોએ પણ પોતાની તમામ ભિક્ષારૂપી મળેલી ચલણી નોટો આ દાન પાત્રમાં નાંખી એ નજરે જોયું. એટલું જ નહીં પણ રસ્તામાં આવેલ મુસ્લિમ સમાજના ઘર અને દુકાનોના સ્ત્રી-પુરુષોએ પણ આ દાનપાત્રમાં દાન કર્યું અને અંતિમયાત્રાને પ્રણામ કર્યા. મોક્ષધામ પહોંચતા બન્ને બાજુએ રાખેલા થેલાઓ સંપૂર્ણ ભરાઈ ગયા હતા. રૂ. ૫ કે ૧૦ની જ નહીં પણ ૧૦૦-૨૦૦ અને ૫૦૦ની નોટ પણ એમાં જોવા મળી.

તપાસ કરતાં જાણવા મળ્યું કે ગૌ માતા ગૌવંશ અને તમામ અબોલ જીવોના નિભાવ અને બિમાર થાય તો સારવાર માટે આ નાણાંનો ઉપયોગ થાય છે. જીવનમાં પ્રથમવાર જ મેં આવું જોયું જેમાં સમગ્ર ગામના તમામ નાગરિકો

સ્મશાનયાત્રા વાહનને નિહાળી એક રિવાજની જેમ દાન કરવા આટલી વિશાળ સંખ્યામાં રસ્તા પર આવી જતા.

ગોંડલ શહેરમાં આ જૂની પરંપરા નેકનામદાર મહારાજા શ્રી ભગતવસિંહજી સાહેબે કરાવી હતી તેવું જાણવા મળ્યું. આખા ગામના તમામ ઘર, દુકાન, રાહદારી જે અંતિમયાત્રા જુએ એ દાન કરે જ એવો વણલખ્યો નિયમ જ છે.

આટલી સ્વયંશક્તિ, શિષ્ટાચાર, સંસ્કાર દરેક નગરમાં દરેક રહેવાસીમાં આવી જાય તો તમામ જીવોનું કલ્યાણ થાય અને આ દેશનો સુવર્ણયુગ પાછો આવી જાય. ગોંડલના રાજવીઓના સંસ્કાર અને ઉમદા રાજકાજની વાતો સાંભળેલી પણ તેનું પ્રમાણ આજ નજરોનજર નિહાળ્યું. મહાન રાજવીઓએ સીંચેલા સંસ્કાર આજે પણ આ ગામમાં સુવાસ ફેલાવે છે.

ધન્ય છે ગોંડલ ગામને અને એની જનતાને. ■

માતુશ્રી કાંતાબેન ચુનીલાલ ગગલદાસ શાહ (સેરીસા)ના સૌજન્યથી

જીવદયા

- રૂા. ૪,૬૪,૩૦૦/- રૂપિયાની દવાઓ અબોલ પ્રાણીઓ માટે વાપરવામાં આવી.
- મુંબઈમાં ટ્રાફિકથી ધમધમતા માર્ગ પર અકસ્માત નડતા ૩૭ પશુ-પક્ષીઓને સારવાર માટે હોસ્પિટલમાં મોકલવામાં આવ્યા.

નામ	ગામ	એરીયા	રૂપિયા
સુનિલ સુમતિલાલ દોશી		સાંગલી	૮,૦૦૦/-
કેતન પારેખ		પૂના	૭,૫૦૦/-
નયના ભુપત સારદા		સાંતાક્રુઝ	૫,૦૦૦/-
નેહા જાખરીયા ગુઢકા		અંધેરી	૩,૩૩૩/-
વિનોદકુમાર કારનાની		અંધેરી	૨,૧૦૦/-
સતીશ નવનીતલાલ શાહ		અંધેરી	૨,૧૦૦/-
લોપા અજય મહેતા		કાંજુરમાર્ગ	૨,૦૦૦/-
પુષ્પાબેન વસંતલાલ મહેતા		મલાડ	૧,૫૨૧/-
ઉષાબેન મણિલાલ ગાલા	કાંડાગરા	ગોરેગામ	૧,૧૦૦/-
સંદિપ કલ્યાણજી સંગોઈ	નાની તુંબડી	બોરીવલી	૧,૦૦૧/-

બાળકેકારવ

કર્ણનું મહાદાન

સૂર્યના સોનેરી કિરણો ઝીલતાં-ઝીલતાં નદીના નીર વહેતા હતાં. એને તીરે દાનવીર કર્ણ બંધ નેત્રે સૂર્યને વંદન કરતો હતો. કાંઠા પરના વૃક્ષોનાં ડાળ-પાંદડા પવનથી મંદ-મંદ હાલી રહ્યા હતા. ધીમે ધીમે કર્ણે આંખ ઉઘાડી, ત્યાં તેની નજર સામેની હરિયાળી પગદંડી પર પડી. એ પગદંડી પરથી નદી તરફ કોણ આવી રહ્યું હતું ? યાચકના વેશમાં આ કોણ ધીમે પગલે તેના તરફ ડગ માંડી રહ્યું હતું ? કર્ણની નજર એ દિશામાં આતુરતાથી ઠરી રહી. જોતજોતામાં યાચક નજીક આવી ઊભો હતો. પોતાનો અતિથિ માનીને કર્ણે યાચકને વંદન કર્યા.

''કુશળ તો છો ને વત્સ?'' અતિથિએ પૂછ્યું.

''આપ જેવાની કૃપાથી કુશળ છું. કહો આપની શી સેવા કરી શકું ?''

વૃદ્ધ અતિથિની આંખો સ્હેજ નીચી ઢળી. જાણે તેને કર્ણના આ વચનો સાંભળી કંઈક મુંઝવણ ન થઈ હોય ! પછી તે બોલ્યા, ''વત્સ, કામ તો ખાસ કાંઈ નથી, એમ જ આવ્યો. એમ માનીને કે દાનેશ્વરી કર્ણના દર્શન કરું. બસ, મારી આંખો ધન્ય બની ગઈ.''

કર્ણનું મોં હાસ્યથી ઝળકી ઉઠ્યું. તે વિનયથી બોલ્યો, ''મારા દર્શન ? દર્શન તો યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણના કરવાના હોય. મારા જેવું કંઈ કામ હોય તો કહેવામાં સંકોચ કરશો નહીં.''

અચકાતાં અચકાતાં અતિથિએ કહ્યું, ''સાચું કહું તો હું એક કામ માટે જ આવ્યો છું. અહીં આવ્યો ત્યારે એમ હતું કે જે કામ છે તે ફટાફટ કહી દઈશ પણ હવે જીભ ઉપડતી નથી. કહેતાં હિંમત ચાલતી નથી. કદાચ મને જે જોઈએ છે તે તું આપી નહીં શકે !''

કર્ણ મંદ-મંદ હસ્યો. નદીના જળની લહેરખી પર નાચતા સૂરજના પ્રતિબિંબ પર તેણે દ્રષ્ટિ માંડી અને બોલ્યો, ''કર્ણને દ્વારે જ્યારે જ્યારે કોઈએ સાદ કર્યો છે ત્યારે ત્યારે તેને ખાલી હાથે પાછા ફરવું પડ્યું નથી. આ હું અભિમાનથી નથી કહેતો. મને એમ કહેવામાં આનંદ મળે છે. જેમ જેમ દાન કરતો જાઉં છું તેમ તેમ મારો આનંદ વધતો જાય છે. હું મારો પ્રાણ પણ આપવા તૈયાર છું. એનાથી વળી કિંમતી શું છે

કે આપતાં જીવ ન ચાલે ? દાન આપવામાં જ મારો આનંદ છે, મારી મુક્તિ છે. દાન આપવાની ભાવનાનો જ્યારે અંત આવશે ત્યારે મને પળવાર પણ જીવવું નહીં ગમે.''

''તો તું વચન આપે છે કર્ણ ?'' એક ક્ષણ અતિથિના મનમાં માંગુ કે નહીં એની મૂંઝવણ થઈ. આંખો નીચી ઢળી.

એ જોઈ કર્ણ બોલ્યો, ''આવતી કાલે મનની શી સ્થિતિ હશે તે જે જાણતો નથી તેને વચન આપવું પડે. દાન કરવું એ મારું વ્રત છે. માંગો દેવ, સુખેથી માંગો.''

અતિથિએ જરા કંપતા સ્વરે કહ્યું. ''તો સાંભળ કર્ણ, તારા જન્મ સમયે સૂર્યદેવ પાસેથી તને કવચકુંડળ મળ્યાં છે ને? એની ભિક્ષા લેવા જ આવ્યો છું.''

કવચ અને કુંડળ! કર્ણના શરીર સાથે એ વસ્તુઓ જડાયેલી હતી. અતિથિથી માંગતા મંગાઈ ગયું પણ કંઈક ખોટું કર્યું હોય એવો તેમને અફસોસ થવા લાગ્યો. તેમણે નજર ઊંચી કરી તો ત્યાં કર્ણ પોતાનાં કવચ-કુંડળ શરીર પરથી ઉતારી રહ્યો હતો. લોહીની ધારા ઝરી રહી હતી.

અતિથિએ કર્ણનો હાથ પકડી લીધો. ''કર્ણ, તું મહાન છે. તારી દાનવૃત્તિને ધન્ય છે. પણ હું કોણ છું તેની તને ખબર નથી!'' એ બોલ્યા.

કર્ણ મધુર, પ્રેમાળ સ્વરે બોલ્યોઃ ''તમે અર્જુનપિતા ઈન્દ્રદેવ છો. કાલે રાતે જ મારા પિતા સૂર્યદેવે મને ચેતવ્યો હતો કે કર્ણ, તારી પાસે ઈન્દ્રદેવ કવચ કુંડળ લેવા આવશે. આ કવચકુંડળ જો મારી પાસે રહે તો યુદ્ધમાં મને કોઈ જીતી શકે નહીં. આ કવચકુંડળને એવું વરદાન છે. તમે એ અર્જુન માટે લેવા આવ્યા છો જેથી યુદ્ધમાં અર્જુન વિજયી બને એવી તમારી ઈચ્છા છે.''

વિસ્મયથી ઈન્દ્ર બોલી ઊઠ્યા, ''જાણ્યા છતાંય તેં ના પાડી? મને લજ્જા આવે છે કર્ણ! લઈ લે તારા આ દિવ્ય કવચ કુંડળ.'' વંદન કરી કર્ણ બોલ્યો. ''ઈન્દ્રદેવ, આજે મારું જીવન સાર્થક થયું. યુદ્ધમાં અર્જુનને લલાટે જ જયતિલક થવા નિર્માયું હોય, તો તેમ જ બનો. યુદ્ધમાં વિજય મેળવવાને મોહે હું મારો દાનધર્મ ચૂક્યો હોત તો મારું જીવન આજે જ ધૂળધાણી થઈ જાય. સજલ નેત્રે ઈન્દ્રએ કર્ણના મસ્તક પર હાથ મૂકી આશીર્વાદ આપ્યા. અને બોલ્યા, ''તારું કલ્યાણ થાઓ બેટા. ઈતિહાસમાં તારું નામ અમર થાઓ. માનવીના હૃદયમાં તારા મહાદાનની જ્યોતિ ચિર ચમકતી રહે.''

હજી આજે પણ દાનની વાત નીકળતાં લોકોના હૃદયમાં દાનેશ્વરી કર્ણના મહાન દાનની સ્મૃતિ ઉભરાઈ આવે છે. ■

જે ખરા સમય પર કામ કરે છે, તે હંમેશા સફળ થાય છે.

આપણાં તહેવારો

જગન્નાથ પુરીની રથયાત્રા

ભારતમાં મુખ્ય રથયાત્રા જગન્નાથ પુરીની રથયાત્રા છે. ગુજરાતમાં અમદાવાદમાં જગન્નાથ મંદિરેથી નીકળતી રથયાત્રા ગુજરાતની સૌથી મોટી રથયાત્રા છે.

ભગવાન જગન્નાથ (શ્રીકૃષ્ણ), સુભદ્રા અને બલરામની મૂર્તિઓનું જગન્નાથ મંદિરમાં તો આખું વર્ષ પૂજન અર્ચન કરાય જ છે. પણ વર્ષમાં એક વખત, અષાઢી બીજને દિવસે ત્રણે મૂર્તિઓને મોટા રથમાં પધરાવી બડા ડન્ડા તરીકે ઓળખાતી પુરીની મુખ્ય બજારમાં લઈ આશરે ત્રણ કિ.મી. દૂર સ્થિત ગુંડિચા મંદિરે લઈ જવાય છે અને જાહેર જનતાને દર્શનનો લાભ આપવામાં આવે છે. આ તહેવાર 'રથયાત્રા' તરીકે ઓળખાય છે. આ રથ ખૂબ જ મોટા પૈડાવાળા, સંપૂર્ણ કાષ્ટના બનેલાં હોય છે. જે દર વર્ષે નવા બનાવવામાં આવે છે અને ભાવિકો દ્વારા ખેંચીને લઈ જવાય છે. જગન્નાથજીનો રથ આશરે ૪૫ ફીટ ઊંચો અને ૩૫ ફીટનો ચોરસ ઘેરાવો ધરાવતો હોય છે જેને બનાવતા બે મહિના જેટલો સમય લાગે છે. પુરીનાં કલાકારો અને ચિત્રકારો આ રથનાં વિશાળ પૈડાંઓ કાષ્ટમાંથી કોતરેલા રથ અને ઘોડાઓ પર ફૂલપાંદડીઓ અને અન્ય આકૃતિઓ ચીતરી સુંદર રીતે એને શણગારે છે.

રથયાત્રા સાથે સંકળાયેલી ખાસ નોંધપાત્ર વિધિ 'છેરા પહેરા'ની છે જેમાં તહેવાર દરમિયાન ગજપતિ રાજા (ગજપતિ રાજ્યનો રાજા) સફાઈ કામદારનો પહેરવેશ સજી મૂર્તિઓ અને રથની આસપાસની જગ્યા પાણી વડે ધોવાની વિધિ કરે છે. રથયાત્રાનાં આગમન પૂર્વે રાજા અત્યંત ભક્તિભાવથી સોનાના હાથાવાળાં સાવરણાથી રથયાત્રાનો માર્ગ સાફ કરે છે તેમ જ તેનાં પર સુખડનું સુગંધી જળ અને પાવડર છાંટે છે. રિવાજ પ્રમાણે ગજપતિ રાજા એ કલિંગ સામ્રાજ્યનો સર્વોચ્ચ હોદ્દેદાર અને મહાનુભાવ વ્યક્તિ ગણાય છે. તે પણ જગન્નાથજીની સેવામાં નાનામાં નાનું કામ કરે છે અને એ દ્વારા એવો સંદેશ અપાય છે કે ભગવાન જગન્નાથ સમક્ષ મહાશક્તિશાળી સમ્રાટ કે સામાન્ય ભક્ત વચ્ચે કોઈ ભેદ હોતો નથી.

રથયાત્રાના તહેવારમાં મૂર્તિઓને જગન્નાથ મંદિરેથી રથમાં ગુંડિચા મંદિરે લઈ જવાય છે. જ્યાં તે નવ દિવસ સુધી રહે છે તે પછી મૂર્તિઓ ફરી રથ પર બિરાજીને શ્રી મંદિર પધારે છે. એને 'બહુડા યાત્રા' કહે છે. આ પરત વેળાની યાત્રામાં ત્રણે રથ મૌસીમાં મંદિરે વિરામ લે છે. ત્યારે ત્યાં ભાવિકો 'પૌડા પીઠા'નો પ્રસાદ લે છે.

જગન્નાથની આ રથયાત્રા છેક પુરાણ કાલિન હોવાનું જણાય છે. બ્રહ્મ પુરાણ, પદ્મપુરાણ અને સ્કંદ પુરાણમાં આ રથયાત્રાનું આબેહુબ વર્ણન જોવા મળે છે. કપિલ સંહિતામાં પણ રથયાત્રાનો ઉલ્લેખ મળે છે. મુઘલ કાળ દરમિયાન પણ જયપુર, રાજસ્થાનના રાજા રામસિંહે પણ ૧૮મી સદીમાં પુરી ખાતે યોજાતી જગન્નાથજીની રથયાત્રાનું વર્ણન કરેલું છે.

ભારતની બહાર પણ અનેક દેશોમાં છેલ્લા ચાલીસેક વર્ષથી રથયાત્રાનું આયોજન થાય છે જેનો શ્રેય ઈસ્કોનનાં સંસ્થાપક આચાર્ય એ. સી. ભક્તિવેદાંત સ્વામી પ્રભુપાદને જાય છે. અમેરિકાનાં લોસ એન્જેલિસ, ન્યુયોર્ક, સાન ડિયેગો, સાન ફ્રાન્સિસ્કો શહેરો તેમ જ ઈંગ્લેન્ડનાં લંડન, બર્મિંગહામ, કોવેન્ટ્રી, બ્રાઈટન વગેરે શહેરો, પેરિસ, ટોઝેન્ટો, બુડાપેસ્ટ વગેરે અનેક શહેરોમાં ઈસ્કોન દ્વારા જૂન-જુલાઈમાં રથયાત્રાઓનું આયોજન કરવામાં આવે છે. આ રથયાત્રાઓ પશ્ચાત્વ દેશોની પ્રણાલીને અનુસરતા તથા ત્યાંના કાયદાઓનું પાલન કરતા મોટે ભાગે શનિ-રવિવારે યોજવામાં આવે છે.

આ વર્ષે આ રથયાત્રાનો તહેવાર અષાઢ સુદ બીજ-૨૭મી જૂન ૨૦૨૫, શુક્રવારે યોજાશે. ■

પ્રિય વાચકો, આપે આપનું લવાજમ ન ભર્યું હોય તો વાર્ષિક (રૂા.૨૦૧/-) કે આજીવન (રૂા.૨૦૦૧/-) લવાજમ ભરી સંસ્થાને સહાયભૂત થાઓ.
જો આપની પાસે બે કોપી આવતી હોય તો સંસ્થાના કાર્યાલયમાં ફોન કરી જણાવશો.
મોબાઈલ નં. ૯૮૬૯૨૦૬૪૦૦/૯૦૭૬૧૬૯૩૫૫
'જીવનપથ' માસિક ગુજરાતી, હિંદી અને અંગ્રેજી - ત્રણ ભાષામાં પ્રકાશિત થાય છે.
જીવન જ્યોત કેન્સર રિલીફ એન્ડ કેર ટ્રસ્ટ - ૫/૬, કોંડાજી ચાલ, ટાટા હૉસ્પિટલની પાસે, જેરબાઈ વાડિયા રોડ, પરેલ, મુંબઈ-૧૨.

આરોગ્ય ગંગા

આદુની છાલ છે ગુણોનો ખજાનો

ચા, ઉકાળો કે કોઈ મસાલેદાર ચટપટી વાનગીઓ આદુ વગર સ્વાદને વધારવો અશક્ય છે એમ કહીએ તો ખોટું તો નથી જ. આદુ નાંખતી વખતે આપણે એની છાલને કચરો સમજી કાઢી નાંખીએ છીએ પણ એના ઘણાં ફાયદા છે.

આદુની છાલમાં એન્ટી ઓક્સીડન્ટસ અને ફાઈબર ભરપૂર પ્રમાણમાં હોય છે જે સ્વાસ્થ્યને ફાયદો કરે છે. એમાં બળતરા વિરોધી અને એન્ટિમાઈક્રોવ્યલ ગુણધર્મો છે જે પાચનક્રિયાને સરળ બનાવવાનું અને રોગપ્રતિકારક શક્તિને વધારવાનું કામ કરે છે. આદુની છાલ પોષક તત્ત્વોથી સમૃદ્ધ હોવાથી એને ફેંકવી ન જોઈએ. શિયાળામાં આદુનું સેવન ભલે સર્વશ્રેષ્ઠ માનવામાં આવે છે પણ ઉનાળામાં પણ એ આરોગ્યપ્રદ છે. ઉનાળામાં વધુ ગરમીને કારણે પાચન સંબંધિત સમસ્યાઓ થતી હોય છે અને ઘણીવાર મસાલેદાર આહારનું સેવન કરવાથી એસીડીટીની તકલીફ થાય છે. તેથી જો આદુની છાલનું સેવન કરવામાં આવે તો આ સમસ્યાનું નિરાકરણ થાય છે. એ કબજીયાતથી છૂટકારો અપાવે છે. અને પેટની તકલીફને શાંત કરે છે. સાથે સાથે આંતરડાની પ્રકૃતિને સુધારવામાં મદદ કરે છે.

ઋતુ બદલાય એટલે શરદી અને ઉધરસ થવી બહુ જ આમ વાત છે. આમ તો આદુ અને એની છાલના ગુણધર્મો એકસમાન હોય છે તેથી તેની છાલને ફેંકવા કરતાં એને ઉધરસની દવા તરીકે ઉપયોગમાં લઈ શકાય. આદુની છાલને તડકામાં સુકવી એનો પાવડર કરી મધ સાથે એક ચમચી રાત્રે લેવાથી ફાયદો થાય છે. આદુની છાલને ચા બનાવવામાં નાંખી ઉપયોગમાં લેવામાં આવે તો ફ્લુમાં આરામ મળે છે.

દયા કરવી તે માનવતાનું ઉચિત લક્ષણ છે.

આદુની છાલથી રૂમ ફ્રેશનર પણ બનાવી શકાય. આદુની છાલને પાણીમાં નાખી ઉકાળી લેવી પછી એમાં લીંબુનો રસ નાંખી ફરીવાર ઉકાળવું. આ પાણી ઠંડુ કરીને એક બોટલમાં ભરી લેવું. એ પાણીને સ્પ્રે કરીને રૂમ ફ્રેશનર તરીકે ઉપયોગમાં લઈ શકાય. બાથરૂમ અને સિન્કની દુર્ગંધને દૂર કરવામાં આ પાણીનો ઉપયોગ કરી શકાય.

આ છાલનો ઉપયોગ જંતુનાશક દવારૂપે પણ કરી શકાય છે. સામાન્યપણે આપણે છોડને જીવજંતુથી બચાવવા માટે બજારમાંથી મળતા રસાયણો નાંખીએ છીએ. એના કરતાં આદુની છાલનું પાણી અને એ છાલને સૂકવી એનો પાવડર કરી માટીમાં ભેળવી દેવાથી આ સમસ્યાનો નિવેડો આવે છે.

આદુ તાજું અને સ્વચ્છ હોય તો એની છાલ ખાવાથી કોઈ સમસ્યા થતી નથી. ખાસ કરીને સૂપમા નાંખીને ખાઈ શકાય છે. આ છાલને સૂકવ્યા બાદ એને બરણીમાં રાખી કોઈ પણ સમયે શાકમાં નાંખીને પણ ખાઈ શકાય છે. આજકાલ પેસ્ટીસાઈડસનો ઉપયોગ ખૂબ જ વધી રહ્યો છે ત્યારે એની છાલને સારી રીતે ધોઈ પછી જ એનો વપરાશ કરવો. ■

સિંધવ મીઠું : આરોગ્યપ્રદ મીઠું

સમુદ્રી સફેદ મીઠા કરતાં પહાડી સફેદ મીઠામાં અનેક ઔષધિ ગુણો છે. સફેદ સમુદ્રી મીઠું જે આપણે રોજિંદા આહારમાં વાપરીએ છીએ, જે હાઈબ્લડપ્રેશર અને એને લગતી અનેક વ્યાધિઓને નોતરે છે. કેન્સર જેવી ઘણી બિમારીઓમાં જ્યારે સાદું મીઠું ખાવાની મનાઈ હોય છે અને વૈષ્ણવ લોકોના ઉપવાસમાં જ્યાં સાદું મીઠું વપરાતું નથી ત્યાં દરેક જગ્યાએ પહાડી સિંધવ મીઠું વપરાય છે.

દર્દીઓના લાભાર્થે સિંધવ મીઠું - ૫૦/- રૂા. કિલો
ગાયનું શુદ્ધ ઘી ૬૫૦/- રૂા. કિલો
કાચી ઘાણીનું શિંગતેલ - ૩૮૦/- રૂા. કિલો

'જીવન જ્યોત કેન્સર રિલીફ એન્ડ કેર ટ્રસ્ટ' માંથી દરેક વ્યક્તિઓને મળી શકશે.
ફક્ત વાપરનાર વ્યક્તિઓ જ આ યોજનાનો લાભ લે. સમય : (૧૧ થી ૫) (રવિવાર બંધ)
સરનામું : ૫/૬, કોંડાજી ચાલ, જેરબાઈ વાડિયા રોડ, ટાટા હોસ્પિટલની બાજુમાં, પરેલ, મુંબઈ-૧૨.
ટેલી : ૯૮૬૯૨૦૬૪૦૦.

માનવતાના સાદને મળેલો પ્રતિસાદ

નામ	ગામ	એરીયા	રૂપિયા
❖ હંસાબેન નાનજી ગડા	રાયધણજર	વિલેપાર્લા	૫૧,૦૦૦/-
❖ રમેશ કલ્યાણજી દેઢિયા		ડોંબિવલી	૨૫,૦૦૦/-
❖ દુધીબેન દેવચંદ મહેતા ચેરી. ટ્રસ્ટ		વડાલા	૨૦,૦૦૦/-
❖ ઉમેશ બિપિન દલાલ		અંધેરી	૨૦,૦૦૦/-
❖ અરૂણા યશવંતસિંહ ચાડ		કાંદિવલી	૧૦,૦૦૦/-
❖ અરૂણા હસમુખલાલ શાહ		માટુંગા	૧૦,૦૦૦/-
❖ કલ્યાણજી જેઠાલાલ ધારશી ગાલા	વડાલા	સાંતાક્રુઝ	૧૦,૦૦૦/-
❖ ટુર માર્ટ - હ. ઝુબીન કે. મોદી		લોઅર પરેલ	૬,૦૦૦/-
❖ સુનિતા ભુપેન્દ્ર પરીખ		તારદેવ	૫,૦૦૦/-
❖ સ્વ. ઉષાબેન શશીકાંત શાહના જન્મદિવસ નિ. હ. નીતા અશ્વિન મહેતા		બરોડા	૫,૦૦૦/-
❖ માયરા મિલન ધનાણી હ. જયંત રાજદા		પરેલ	૫,૦૦૦/-
❖ સ્વ. રૂક્ષ્મણીબેન હંસરાજ લીલાધર ગડાની પુણ્યતિથિ નિ. હ. ભરત અને હસમુખ - હંસરાજ ગડા	મંજલરેલડયિા	મુલુંડ	૨,૧૦૦/-
❖ સાધના નરેન્દ્ર રતિલાલ નાગડા		માટુંગા	૨,૦૦૦/-
❖ ઉષાબેન મણિલાલ ગાલા	કાંડાગરા	ગોરેગામ	૧,૧૦૦/-

'શબ્દો' તો રાત પડતા જ સુઈ જાય છે,
'વિચારો'ને જ આખી રાત જાગવું પડે છે.

માણસ ગમે એટલો 'સમજદાર' હોય પણ જો કોઈની 'લાગણી' ન સમજે તો એવી 'સમજદારી'નો કોઈ જ મતલબ નથી.

દુઃખનું કારણ કર્મનો અભાવ, તો સુખનું કારણ છે કર્મનો પ્રભાવ; શાંતિનું કારણ પોતાનો સ્વભાવ છે.

વાનગી વિશેષ

રસોઈની રાણી - ત્રિરંગી પેટીસ

- આશાબેન દસોંદી (માટુંગા)

સામગ્રી : *સફેદ રંગના મિશ્રણ માટે*

- ૫૦૦ ગ્રામ બટેટા
- ૧ ૧/૨ ચમચો ચણાનો લોટ
- ૧ ચમચી આદુ-મરચાની પેસ્ટ
- ૧ ચમચો લીંબુનો રસ
- મીઠું સ્વાદ પ્રમાણે

લીલા રંગના મિશ્રણ માટે

- ૨૫૦ ગ્રામ લીલા વટાણા
- ૧ ચમચી આદુ-મરચાંની પેસ્ટ
- થોડીક ખાંડ-મીઠું સ્વાદ પ્રમાણે
- લીંબુનો રસ
- થોડો બાફેલા બટાટાનો માવો

પીળા રંગના મિશ્રણ માટે

- ૨૦૦ ગ્રામ પનીર
- ૧/૪ ચમચી હળદર
- ૧/૨ ચમચી આદુ-મરચાંની પેસ્ટ
- મીઠું સ્વાદ પ્રમાણે
- આરારોટ અથવા કોર્ન ફ્લાર જરૂર મુજબ

રીતઃ

(૧) બટેટાને બાફી છોલી એનો માવો કરવો. પછી અન્ય વસ્તુ ઉમેરી એના ગોળા વાળવા.

(૨) વટાણાને પણ બાફીને છુંદો કરવો એમાં થોડા બટાટાનો માવો મિક્સ કરી, સાથે મીઠું, ખાંડ, લીંબુનો રસ અને આદુ મરચાંની પેસ્ટ નાંખી મિશ્રણ તૈયાર કરવું.

(૩) પનીરને છીણી એમાં હળદર, આદુ-મરચાંની પેસ્ટ અને મીઠું નાંખી એનું પણ મિશ્રણ તૈયાર કરવું. હવે પનીરના મિશ્રણના નાનાં ગોળા વાળવા તેમ જ વટાણાના પૂરણના થોડા મોટા ગોળા વાળવા.

પનીરનો ગોળો લઈ એના ઉપર વટાણાના પૂરણની પૂરી થેપી ગોળ વાળવી. પછી એના પર બટાટાના માવાનું પડ કરવું. આમ બધી પેટીસ તૈયાર કરવી. આ પેટીસને એક પછી એક કોર્ન ફ્લાર અથવા આરારોટમાં રગદોળી ગરમ તેલમાં ગોલ્ડન બ્રાઉન તળી લેવી. ઠંડી થાય પછી વચ્ચેથી કાપી લીલી ચટણી ને ટોમેટાં કેચઅપ સાથે સર્વ કરવી. ■

ઉખાણાં

સં. - આશાબેન દસોંદી *(માટુંગા)*

૧ હું સૂર્યમંડળનો એક સભ્ય, સૌથી સુંદર લાગું છું.
પીળાશ પડતો રંગ મારો, મારી ફરતે બર્ફીલા વલયો.

૨ વડ જેવાં પાનને શેરડી જેવી પેરી; મોગરા જેવાં ફૂલ ને આંબા જેવી કેરી.

૩ ટન ટન બસ નાદ કરે, ઘડિયાળ જોઈ સાદ કરે,
સ્કૂલે નિશાળે એ લટકે, રણકે તો બાળકો છટકે.

૪ નામ બારણા સંગે આવે, હવા ઉજાસ ઘરમાં લાવે,
ઋતુઓ સામે રક્ષણ આપે, કોઈને તેના વિના ન ફાવે.

૫ પીળા પીળા પદમસીને પેટમાં રાખે રસ;
થોડાં ટીપાં વધુ પડે તો દાંતનો કાઢે કસ.

૬ ઘરમાં મહેમાનોને દેવાય, વોટમાં નેતાઓને દેવાય, આરામ કરવામાં વપરાય.

૭ ચારે બાજુથી વૃક્ષોથી ઘેરાયો, પથરાય મુજ પર ઘાસ,
પશુ પક્ષીનું ઘર છું હું, મને ઓળખો કોણ છું હું?

૮ ઘેર ઘેર દિવડા પ્રગટાવે, અમીર ગરીબ સૌ આનંદ લૂંટે,
વેરઝેરની આજે વાતો ભુલાય, મીઠાં મોં કરી સૌ મલકાય.

૯ નાનું મોટું મળે ને પાણીમાં એ તરે; સૌ સવારી કરે, તેને વાહન કયું કહે?

૧૦ ખારા જળમાં બાંધી કાયા, રસોઈ રોજ મારી માયા,
જનમ ધર્યા ને પારા છોડા, મારા દામ તો ઉપજે થોડા.

૧૧ એની અછત ઝટ વરતાય, એનાં વગર સૌ પરસેવે ન્હાય,
એને પામવા વિકલ્પો શોધાય, એના વગર લગીરે ન જીવાય.

જવાબો :

૧) શનિ ગ્રહ ૨) આકડો ૩) ઘંટ ૪) બારી ૫) લીંબુ ૬) ખુરશી
૭) વૃક્ષ ૮) દિવાળી ૯) હોડી ૧૦) મીઠું ૧૧) હવા

ડિઝાઈનીંગ અને ટાઈપસેટીંગ : **સમીર પારેખ, ક્રિએટીવ પેજ સેટર્સ,** ગોરેગામ, મુંબઈ

તસ્વીર બોલે છે જલારામ અન્નદાનક્ષેત્રની

જીવન જ્યોત જલારામ અન્નદાનક્ષેત્ર અંતર્ગત આંબાની સિઝનમાં
આંબાના રસ સાથે ભોજન મેળવી રહેલાં કેન્સરગ્રસ્ત દર્દીઓ અને બરદાસીઓ.

તસ્વીર બોલે છે અનુકંપાદાનની

આપ દાનવીર દાતાના ઘરેથી આવેલી એક્સરસાઈઝ સાઈકલ અનેક દર્દીઓને ઉપયોગમાં આવી.

RNI. MAHGUJ/2008/39251 Post Reg. MCE/163/2024-26.
Licence to Post Without Prepayment No. MR/TECH/WPP-185/EAST/2024-26.
Posted at Mumbai Patrika Channel Sorting Office, Mumbai- 400 001
Published and Posting on 15th of every month.

To,

કૌન બનેગા કરોડપતિ ફેમ

તસ્વીર બોલે છે વેદના અને સંવેદનાની

ચોકલેટ અને ખૂબજ મહેનત માંગી લે એવી ક્રોસિયોથી ગૂંથીને બનાવેલ રંગબેરંગી ટોપી કેન્સરગ્રસ્ત બાળકીને આપી એના મુખ પર ખુશી લાવવાનો પ્રયાસ કરી રહેલાં સંસ્થાના સ્થાપક અને મેનેજીંગ ટ્રસ્ટી શ્રી હરખચંદભાઈ સાવલા (બાડાવાલા).

Printed, Published, Edited & Owned by - **Mr. H. K. Savla,** Published from **Jeevan Jyot Cancer Relief & Care Trust,** 3/9, Kondaji Chawl, Jerbai Wadia Road, Near Tata Hospital, Parel, Mumbai - 400 012. & Printed at **P. H. Printer,** 18-P, D. L. Jain Compound, Opp. Voltas Ltd., 64, Dr. B. A. Road, Chinchpokli (E), Mumbai 400 012 ***Editor*** : **H. K. Savla**