

ISSN 0976 – 9609 V-Vidyanagar

वर्ष: २१ || अंक: ५ || मे २०१८ || सङ्ग अंक : ५७१

# वि-विद्यानगर



**CHARUTAR VIDYA MANDAL**

(Est: 1945)

Vallabh Vidyanagar-388120

[www.vvidyanagar.co.in](http://www.vvidyanagar.co.in)

# જીસેટ કોલેજના વાર્ષિકોત્સવ ની ઉજવાણી



ચારુતર વિદ્યામંડળ સંચાલિત જી. એચ. પટેલ કોલેજ ઓફ એન્જિનિયરીંગ અને ટેકનોલોજીના ૨૩મા વાર્ષિકોત્સવ નિમિત્તે લેવાયેલ વિવિધ તસવીરોમાં મંચસ્થ સીવીએમના અધ્યક્ષશ્રી ઈજનેર ભીખુભાઈ બી. પટેલ, મુખ્ય અતિથિ બી.કે. બાસુ (વાઈસ પ્રેસિડેન્ટ એન્ડ હેડ એલ એન્ડ ટી પાવર), અતિથિ વિશેષ સુરેશ જે. પટેલ (ચેરમેન એન્ડ મેનેજિંગ ડિરેક્ટર બોદાલ કેમિકલ્સ લિમિટેડ), માનદમંત્રી શ્રી ડૉ. એસ. જી પટેલ, કુલપતિશ્રી ડૉ. ભાવેશ પટેલ, સંસ્થાના આચાર્યશ્રી ડૉ. હિમાંશુ સોની, વાર્ષિકોત્સવના સંચાલક ડૉ. વિજય મકવાણા તથા અન્ય મહાનુભાવો દૃશ્યમાન થાય છે. અન્ય તસવીરોમાં મુખ્ય મહેમાનને સ્મૃતિચિહ્ન અર્પણ કરતા અધ્યક્ષશ્રી, વિદ્યાર્થીઓને પારિતોષિક વિતરણ કરતા તથા પ્રસંગોચિત ઉદ્બોધન કરતા મહાનુભાવો નજરે પડે છે.



તંત્રી  
ઉર્વીશ છાયા

પરામર્શન

નરેશ વેદ • રાજેન્દ્રસિંહ જાડેજા  
જયન્ત ઓઝા • ભગીરથ બ્રહ્મભટ્ટ  
આર.પી. પટેલ

સંપાદન-સહાય

અનિતા એ. સાળુંકે, વિજય સુથાર

પ્રકાશક

ડૉ.એસ.જી. પટેલ

માનદ મંત્રી, ચારુતર વિદ્યામંડળ  
વલ્લભ વિદ્યાનગર-૩૮૮૧૨૦

•

મુદ્રક

આણંદ પ્રેસ, ગામડી- આણંદ

વૃત્તિ અને પ્રવૃત્તિએ વિદ્યાનગરની વિભાવનાને મૂર્ત કરતું વિશાળ જ્ઞાનસંકુલ

પ્રાથમિક અને માધ્યમિક કક્ષાએ ગુજરાતી તથા અંગ્રેજી માધ્યમમાં શિક્ષણ સુવિધાઓ • ઉચ્ચતર માધ્યમિક શિક્ષણ સંકુલના વિજ્ઞાન, સામાન્ય, ગૃહવિજ્ઞાન પ્રવાહ • ઉચ્ચ શિક્ષણ ક્ષેત્રે વિનયન, વાણિજ્ય, વિજ્ઞાન, ગૃહવિજ્ઞાન, યંત્રવિજ્ઞાન, ઈજનેરી વિજ્ઞાન, ઔષધ વિજ્ઞાન, લલિત કલાઓ-ચિત્ર, સંગીત, નૃત્ય, શારીરિક શિક્ષણ, આયુર્વિજ્ઞાન, બાયોટેકનોલોજી, હોટેલ મેનેજમેન્ટ ટુરિઝમ ટ્રાવેલના અભ્યાસક્રમોને આવરી લેતી કોલેજ ઓફ બિઝનેસ એન્ડ એડમિનિસ્ટ્રેશન, અંગ્રેજી ભાષાશિક્ષણ તથા પ્રશિક્ષણ વ્યવસ્થાની કોલેજ

- અનુસ્નાતક કક્ષાએ વાણિજ્ય અને વ્યવસ્થાપન, વિજ્ઞાન, ઔષધવિજ્ઞાન, ગૃહવિજ્ઞાન, ઈજનેરી, દર્શનશાસ્ત્ર, અંગ્રેજી પ્રશિક્ષણના અભ્યાસક્રમો
- વિવિધ વિદ્યાશાખાઓમાં વ્યાપક સંશોધનની સુવિધાઓ
- કલા, વિજ્ઞાન અને માનવવિદ્યાઓના વિમર્શની ભૂમિકા રચી આપતાં પુસ્તકો-સામયિક પ્રકાશનો
- વિદ્યાકીય વાતાવરણને ધબકતું રાખતી વિવિધ વ્યાખ્યાનમાળાઓ
- સર્જકો, સારસ્વતો, કર્મચારીઓના સન્માનની ઉજવણ પરંપરા, રમતગમત ક્ષેત્રે રાષ્ટ્રીય સ્પર્ધાઓનું યુવકોનમુખ આયોજન
- પ્રાથમિકથી લઈ અનુસ્નાતક કક્ષાનાં વિદ્યાર્થી ભાઈબહેનો માટે છાત્રાલયો, અધ્યાપક નિવાસો તેમજ આચાર્ય નિવાસોની સુવિધાઓ
- સતત વિકાસની પરંપરામાં વલ્લભ વિદ્યાનગર ઉપરાંત ન્યૂ વલ્લભ વિદ્યાનગર ટાઉનશીપમાં વિવિધ અભ્યાસક્રમોવાળી શિક્ષણસંસ્થાઓની સ્થાપના થતી રહી છે
- રાજ્યની પ્રથમ મહિલા ઈજનેરી કોલેજ, સરદાર પટેલના જીવન અને કાર્ય માટે દેશની સર્વપ્રથમ સંશોધન સંસ્થા તેમજ સમગ્ર ગુજરાતમાં અંગ્રેજી માધ્યમની સ્નાતક કક્ષાની પત્રકારત્વ અને સમૂહ માધ્યમોની કોલેજ
- ગુજરાતની યુવાપેઢીને સનદી સેવાઓમાં પ્રવેશ આપવા માટેની સીવીએમ આઈએએસ એકેડેમી
- કાયદાશાસ્ત્ર અને ન્યાયશાસ્ત્રની અનોખી કોલેજ
- ઈન્ટરિયર ડિઝાઇન અને આર્કિટેક્ચરની સ્કૂલ ઉપરાંત ફાઈન આર્ટ્સની ડિગ્રી કોલેજ.

• અંકની છૂટક કિંમત: ₹ ૧૫/- • રવાનગી ખર્ચ ₹ ૧૦/- • વાર્ષિક લવાજમ: ₹ ૧૫૦/-

• વિદ્યાર્થી લવાજમ: ₹ ૧૦૦/- • આજીવન લવાજમ: ₹ ૧૫૦૦/-

વિ-વિદ્યાનગર  
ચારુતર વિદ્યામંડળ પ્રકાશન  
મે - ૨૦૧૯  
વર્ષ: ૨૧ અંક: ૫  
સળંગ અંક: ૫૭૧

ISSN 0976-9609-V Vidyanagar

ચારુતર વિદ્યામંડળ  
વલ્લભ વિદ્યાનગર ૩૮૮ ૧૨૦  
સ્થાપના વર્ષ: ૧૯૪૫



કર્મણ્યેવાધિકારસ્તે

અધ્યક્ષ

શ્રી ભીખુભાઈ બી. પટેલ

માનદ મંત્રી

ડૉ.એસ.જી. પટેલ

કુલપતિ

ડૉ. ભાવેશ પટેલ

માનદ સહમંત્રીઓ

શ્રી બી.પી. પટેલ • શ્રી એમ.જે. પટેલ • શ્રી મેહુલ ડી. પટેલ  
શ્રી આર.સી. તલાટી • શ્રી વી. એચ. પટેલ • શ્રી કે.એસ. પટેલ

વલ્લભ વિદ્યાનગરના આઘસ્થાપકો પૈકી એક ભાઈકાકાએ ઈ.સ. ૧૯૬૪માં આ વિદ્યાકેન્દ્ર ઉપરથી એક સામયિક પ્રકાશિત થાય જેમાં સાહિત્ય અને શિક્ષણ વિષયક સંસ્કારલક્ષી સામગ્રી રજૂ થાય અને ઉચ્ચ અભ્યાસ અર્થે આવતી કિશોર-યુવાપેઢી એથી લાભાન્વિત થાય, વિદ્યાર્થીઓ અને અધ્યાપકો પણ એમાં સક્રિય રસ લેતા થાય એવી મનીષા પ્રગટ કરી હતી. ફલસ્વરૂપ ૧૯ નવેમ્બર ૧૯૬૪ના રોજ 'વલ્લભ વિદ્યાનગર' પાક્ષિકનો આરંભ થયો. પછીથી એ માસિક સ્વરૂપે 'વિદ્યાનગર' નામે પ્રગટ થતું રહ્યું. વિ. નામે એનો ત્રીજો અવતાર થયો ત્યારથી પૂર્વ અધ્યક્ષ ડૉ.સી. એલ. પટેલની નિસબત અને ઉદારતાના ફળસ્વરૂપે તે નવપલ્લવિત થયું, અને ઈ.સ. ૧૯૯૯ થી નિયમિતપણે 'વિ-વિદ્યાનગર' એ નામથી પ્રકાશિત થતું રહ્યું છે.

### વિ-વિદ્યાનગર

'વિ-વિદ્યાનગર' [www.vvidyanagar.co.in](http://www.vvidyanagar.co.in)  
પર મુકવામાં આવે છે. દેશ-વિદેશના વાચકોને પ્રતિભાવ જણાવવા વિનંતી.

સતિ પ્રદીપે સત્યગ્નૌ સત્સુ તારારવીન્દુષુ ।  
વિના મે મૃગશાવાક્ષ્યા તયોભૂત મિદં જગત્ ॥

દીવો, અગ્નિ, નક્ષત્ર, સૂર્ય અને ચંદ્ર વિદ્યમાન છતાં પણ સ્ત્રી વિના આ જગત મને અંધકારમય જણાય છે.

(સંકલન કર્તા : પ્રિ. ઘનશ્યામ સિંહ એન. ગઢવી)



આતમ અનુભવ જ્ઞાન કી, જો કોઈ પૂછે બાત,  
સો ગૂંગા ગુડ ખાઈ કે, કહે કૌન મુખ સ્વાદ!

-કબીર

(અમીઝરણામાંથી સાભાર)

॥ કુલપતિની કલમે ॥ Education in India during British Period- IV

» Dr. Bhavesh Patel ..... 3

॥ પ્રાથમ્ય ॥ મનની કેળવણી

» એસ. જી. પટેલ..... ૦૫

॥ આપણો વૈભવ અને વારસો ॥ (પદ્ય વિભાગ)

» દાસી જીવણ, મંજુકેશાનંદ, કબીર ..... ૦૭

॥ આપણો વૈભવ અને વારસો ॥ (ગદ્ય વિભાગ)  
બાળકના ઘડતરમાં ઘર

» ઝીણાભાઈ દેસાઈ ( સ્નેહરશ્મિ) ..... ૦૮

॥ નવાં કાલ્યો ॥

» કિશોર મોદી, પરબતકુમાર નાથી 'દર્દ',  
જિત ચુડાસમા ઠાડચકર, મુશ્તાક એમ. શેખ ૦૯

॥ ચિંતન ॥ ભારતીય પરંપરાઓ

» નરેશ વેદ ..... ૧૦

॥ લલિત નિબંધ ॥ આપણે સૂરજના ઋણી છીએ

» રમેશ પટેલ ..... ૧૪

॥ પ્રેરક પ્રસંગો ॥ માનવતાનાં મૂલ્યો

» શીલા વ્યાસ..... ૧૫

॥ આસ્વાદ ॥ અજવાળાંની આરાધના

» જિતેન્દ્ર પ્રજાપતિ..... ૧૬

॥ વિશેષ ॥ કરેલાં નાનાં નાનાં સત્કર્મો જ  
જીવનનું સાચું ભાથું છે.

» બ્રહ્માકુમાર પ્રફુલ્લચંદ્ર શાહ ..... ૧૮

॥ અભ્યાસ ॥ પ્રશ્નોપનિષદ

» પ્રિ. ઘનશ્યામ એન. ગઢવી..... ૧૯

॥ અનુભવ કથા ॥ એક કપ કોફીનું પરિણામ

» મનીષા મકવાણા..... ૨૫

॥ અભ્યાસ ॥ ૨૧ વીં સદી કી સંચારક્રાંતિ ઔર  
અસ્મિતા કી ચુનૌતિયાં

-પાર્વતી ગોસાઈ ..... ૨૯

॥ અભ્યાસ ॥

Language learning through Authentic  
Materials; the possibilities

» Suganthi S. Kumar\*, P. Sunil Solomon\*\*33

॥ રમત-જગત ॥ કામદારો માટે રમતગમતનું  
આયોજન

» પી.ડી.શર્મા ..... ૩૬

॥ વિદ્યાવૃત્ત ॥ ..... ૩૮

## India during British Period- IV

Dr. Bhavesh Patel

In the previous article, third in the series on Indian education during British Raj, we saw the juggling with education-related philosophy vis-à-vis administrative, political and financial issues during the Victorian era followed by Lord Curzon. During this period, so far either Company officials or British Government officials were taking initiatives for education 'reforms'. This is the fourth article in the series on Education in India during the British Period. This period started with a proposal in the year 1910 by Gopal Krishna Gokhale, a freedom fighter, an Indian political leader and a social reformer; a first time where an Indian initiative or engagement was observed.

### Education Policy 1913

At the beginning of the 20th century, Indian people started recognizing that the country needed an organized system of education based on cultural inheritance. In 1910, Gokhale proposed a bill for free and compulsory primary education in India. However, the British Government rejected it. Subsequently, in 1913 the Government of India passed the resolution stating the need for wide expansion of primary education; more useful and practical curriculum development; additional facilities for higher education within India, and more. Unfortunately, these recommendations could not be implemented due to the outbreak of the First World War. Moreover, different administrative problems surfaced, as there were only five universities in India with numerous affiliated colleges, causing the challenging issue of control.

### Calcutta University Commission (1917-19)

These circumstances led to the reformation of university commission known as Calcutta University Commission, 1917. The commission is also known as the "Sadler Commission" after the name of its Chairman Dr. Michael E. Sadler. The Commission made the following significant recommendations:

- Remove the intermediate degree of two years after matriculation and merge it with secondary schools. Thus to make 1f + 3 degree programme.
- Increase the duration of the first degree to three years.
- Establish Boards of Secondary and Intermediate education.
- Limit the role of Universities to granting undergraduate, graduate and research degrees.
- Establish a department in each University, for teaching education as a subject at BA level.
- Establish the Inter-University Board.

In 1919, with the passage of Government of India Act 1919, first-time democratic form of Government was introduced, and elected provinces came into existence. The function of education was transferred to provinces but the finance was kept with the Centre, which leads to funding issues and issues of dissimilarities between the curriculums of different provinces. In 19f1, the Union Government created the Central Advisory Board of Education (CABE) for resolving some conflicts. Its mandate was to (a) define the general aims of educational policy, (b) give advice and assistance to local governments and Universities, and (c) supply organized information for the development of educational ideas. However, the CABE was abolished in 19f3 due to the paucity of funds.

Later on, the Hartog Committee (19f9) made wide-ranging proposals for development of both, general and professional education. The Committee submitted its report in September 19f9, with main findings as below:

- Primary education is of national importance but is ineffective in producing even literacy.
- Because of rapid expansion, a number of schools and colleges had led to the deterioration of education standards.
- Large number of failure in matriculation is a mere wastage.
- The transfer of power from the Central Government to Provincial Governments had been too sudden and undesirable.
- It also gave the main recommendations as follows:
- Consolidate and improve the system by reducing stagnation and wastage.
- Introduce varied curricula in middle vernacular schools and retain a large number of students.
- Divert boys to industrial and commercial careers at the end of middle school.
- Stop indiscriminate admissions at University level and focus on only those students, though fewer, for enhancing the quality of education.
- Establish a centralized educational agency in Delhi.

In a way, Hartog Committee worked like Macaulay's filtration theory and stopped the progress of the growth of primary education, but focused on needs for quality improvement.

These recommendations saw the revival of the Central Advisory Board of Education (CABE) in 1935 and the revival of the Bureau of Education in 1945. Compulsory education started gradually with these changes and it brought the end of direct colonial responsibility for education. Division of subjects and centralization of finance created a conflict of interest leading the Disobedience Movement by Indian National Congress.

**Bhavesh Patel, Ph. D.**  
Kulpati  
Charutar Vidya Mandal

This article is an extract and compilation of the following sources:

Chapter III Education Policies in India Under the British Rule. Website: [http://shodhganga.inflibnet.ac.in/bitstream/10603/10f6f9/11/11\\_chapter%ff03.pdf](http://shodhganga.inflibnet.ac.in/bitstream/10603/10f6f9/11/11_chapter%ff03.pdf) accessed on 1st February f019.

Introduction to the Calcutta University Commission (1917-1919), website of Krishna KantaHandiqui State Open University, [http://www.kkhsou.in/main/education/calcutta\\_university.html](http://www.kkhsou.in/main/education/calcutta_university.html) accessed on fnd March f019.

<https://www.gktoday.in/gk/wardha-scheme-of-education-1937/> accessed on fnd March f019.

'I acknowledge the active support Dr. PoonamAmrutia, Executive Assistant gave to me in summarising selected literature on the topic and in preparing the initial draft.'





વિચારો એ મનના કારખાનામાંથી ઉત્પન્ન થયેલી સૂક્ષ્મ ઊર્જાનો સ્ત્રોત છે. તે નરી આંખે જોઈ શકાતા નથી પણ તેનાથી ઉપજતી અસરો માણી શકાય છે. તેથી સારા વિચારો એવા સૂક્ષ્મ બીજનું કાર્ય કરે છે. જેમાંથી બધી ક્રિયા-પ્રતિક્રિયાઓ થાય છે. તેથી સારા વિચારોથી સારી પ્રવૃત્તિઓ થાય છે. જ્યારે નબળા વિચારો થી પતન તરફ દોરી જતી ઘટનાઓ બને છે. તેથી તમે તમારા મનની શક્તિદ્વારા તમારી જાતનું ઉદ્ધર્વાકરણ કરી શકો છો. એટલે જ કહેવાય છે કે મન તમારું મિત્ર પણ બની શકે અને દુશ્મન પણ. જ્યાં સુધી મનુષ્ય પોતાને જીવનની પાઠશાળાના આજીવન વિદ્યાર્થી તરીકે જોતો નથી, ત્યાં સુધી તે પોતાના જીવનમાં સતત શીખી શકતો નથી.

મનુષ્ય દરરોજ, નિયમિત રીતે એકાંતમાં જાય અને શાંતિથી પોતાના મન-હૃદયને તપાસે, એટલે એની શીખવાની પ્રક્રિયા શરૂ થાય છે. મનુષ્ય પોતાના વિચાર-વાણી-વર્તન સંબંધી મનમાં અનેક પ્રશ્નો પૂછી શકે. જ્યારે મનુષ્ય આવા પ્રશ્નો કરી, અંતરાત્માને વલોવે છે એટલે કે વિચાર કરે ત્યારે તેના સ્વવિકાસની શરૂઆત થાય છે. જેમ જેમ વર્ષો વીતતા જાય, તેમ તેમ આપણે બધા જૂના વિચારોને વિસરતા જઈ શકીએ છીએ. જીવનમાં આવતા વિવિધ પ્રસંગોમાંથી ધિક્કાર, તિરસ્કાર, વેરઝેર અને બદ્ધરાદાઓના વિચારો વિસરાઈ જાય તો સારા માણસ બનવા તરફ પ્રગતિ થાય. નબળા વિચારોને દફનાવતાં પહેલાં તેમાંથી ઉપયોગી પદાર્થ પાઠો તારવી લેવા જોઈએ. આવા પદાર્થ પાઠો શીખવાથી આપણે વધારે શક્તિશાળી બનીએ છીએ.

મનુષ્યના જીવનમાં ઘણી બાબતો મહત્વની હોય છે, છતાં તેમાંથી સૌથી વધારે અગત્યની સમજ સંબંધોની છે. કેટલાક એવું માની લે છે કે જેમની પાસે ઘણા સારા મિત્રો, સાથીઓ અને સ્નેહીઓનું વર્તુળ રચાયેલ હોય તેઓ વધારે ભાગ્યશાળી અને નસીબદાર ગણાય છે. ખરેખર તો બધા

સંબંધીઓમાં સૌથી શ્રેષ્ઠ સંબંધ આપણો પોતાની જાત સાથેનો હોવો જોઈએ. જીવનમાં હર દિન એક નવા જન્મ સમાન છે. દરેક નવો દિવસ મનુષ્ય માટે નવી આશા, નવી શરૂઆત અને નવી પ્રાપ્તિની સંભાવનાઓ લઈને ઊગે છે. જ્યારથી આપણે આપણી જાત સાથે વધારે રહેવાનું શીખીએ ત્યારથી નવા જીવનની શરૂઆત થાય છે. તેનાથી આપણે નૂતન વિશ્વ અને નવેસરથી સભ્યતાનું સર્જન કરી શકીએ છીએ. ભૂતકાળમાંથી શીખીને આપણે નવા હેતુ, નવા આદર્શોમાંથી પ્રેરણા લઈને નવા જીવનની તેજસ્વી શરૂઆત કરી શકીએ છીએ. નિષ્ફળતા ખરેખર તો સફળતાની સીડી છે. મનુષ્યનું કોઈપણ ધ્યેય હોય, તે હાંસલ કરવા પ્રયત્નો કરે, તો શક્ય છે કે પ્રયાસોમાં નિષ્ફળતા મળે તો તેનાથી નિરાશ થવાની જરૂર નથી. તેની દરેક નિષ્ફળતા તેને કોઈ ચોક્કસ શાણપણ શીખવવા માગતી હોય છે. નિષ્ફળતા કરતાં વધારે સારો શિક્ષક બીજો કોઈ નથી. તે મનુષ્યને અનુભવો દ્વારા મહાનતા અને શાણપણ તરફ દોરી જતો હોય છે.

આપણું જીવન પદાર્થપાઠોની હારમાળા જેવું છે. જેઓ ધગશ, હિંમત, ખંત અને પુરુષાર્થથી એ પાઠો શીખી લે છે તેઓ વધારે શુદ્ધ, શાણા અને આનંદી બને છે. મનુષ્યના જીવનમાં પણ કર્મ અને ફળ, ક્રિયા અને પ્રતિક્રિયા, પ્રયત્ન અને પરિણામ, કારણ અને અસર વગેરેનું સંતુલન જળવાવું હોય છે. મનુષ્ય જાતે જ જીવનનો રાહી છે, અને રાહબર પણ તે પોતે જ છે. તેનું જીવન તેનું પોતાનું જ સર્જન છે. જેઓ કોઈ બાધ મદદ પર નહીં, પરંતુ ખુદ પોતાની ઉપર જ મદદ રાખે છે. પોતાનો દિવડો પોતે ખુદ બને છે તેઓ જ છેવટે સફળતાના સર્વોચ્ચ શિખરે પહોંચે છે.

મનની સ્થિરતા અને શાંતિ એ મનુષ્યના શાણપણની સૂચક છે. સ્વનિયંત્રણ માટે પોતાનામાં પવિત્રતા, નમ્રતા, મધુરતા અને ધીરજવાળા પ્રયત્નો ખૂબ જ ઉપકારક નીવડે છે. જે મનુષ્ય આવી શાંતિનો સ્વામી બને છે તે તેની પરિપ્કવતાને શિખરે બિરાજમાન થાય છે. શાંતિમાં મહાન શક્તિ છે. મનુષ્યની શાંતિ એ તેના શક્તિશાળી, ધીરજપૂર્વક તાલીમ આપેલ, શિસ્તબદ્ધ મનની સૂચક છે. શાંત મનુષ્યને પોતાની શક્તિ પર વિશ્વાસ છે.

તે મિતભાષી હોવા છતાં અસરકારક છે. તેનાં પગલાં સુઆયોજિત હોય છે અને દૂરંદેશી દૃષ્ટિથી ખૂબ આગોતરું જોઈ શકે છે. તે શત્રુસમી સમસ્યાઓને પડકાર સમાન તક સમજી મિત્ર બનાવી દે છે.

મનુષ્ય જેમ જેમ પોતાની જાતને વધારે ઓળખતો થાય એમ એ વધારે શાંત બની શકે છે. વ્યક્તિની જેવી વિચારસરણી એવી જ એની પ્રતિભા ઉપસતી હોય છે. આ વાત પોતાના માટે તેમજ અન્યના માટે સાચી છે એવું સમજતો થાય એટલે તે પોતાનું અને અન્યોનું નિરીક્ષણ કરતો થાય છે. આ બધાને પરિણામે તે નાહકની ચિંતાઓ કરવાનું, ધૂંધવાવાનું, ખોટી હોહા કરવાનું અને દુઃખી થયા કરવાનું છોડી દે છે. તે ક્રમશઃ વધુને વધુ શાંત, સ્થિર અને મક્કમ બનતો જાય છે. મનુષ્ય સફળતા અને સમૃદ્ધિ મેળવવા ઈચ્છા રાખે તો તેણે શક્તિશાળી બનવું જરૂરી છે, શક્તિ હંમેશાં શાંતિમાંથી પેદા થાય છે. શાંતિ કેળવવા માટે મનુષ્યે સ્વનિરીક્ષણનો પુરુષાર્થ અને સમજણનો વ્યાપ વધારવો પડે છે. શાંતિ ધારણ કરનાર માણસ પોતાનું સંચાલન સફળતાપૂર્વક કરી શકે છે. તે તેના સાથીઓ સાથે સૌથી વધારે અનુકૂળન સાધી શકે છે અને એ સાથીઓ તમારી આધ્યાત્મિક શાંતિને આદર આપતા થઈ જાય છે. તેઓ એવું સમજતા થાય છે કે આ માણસ પાસેથી કશુંક શીખવા જેવું છે અને વિશ્વસનીયતા વધે છે.

મનુષ્ય જેટલો શાંત બને છે એના પ્રમાણમાં એની સફળતા પણ મહાન બને છે. તેની શુભકાર્યો કરવાની કાર્યક્ષમતા અને પ્રભાવશાળી વ્યક્તિત્વ તેના મનની શાંતિભરી અવસ્થાના સમપ્રમાણમાં હોય છે. દરેક માણસને એવી વ્યક્તિઓ સાથે વ્યવહાર કરવો ગમે છે

જેમનું વ્યક્તિત્વ અને વર્તન તેમને ખૂબ ગમે છે. શાંત અને શક્તિશાળી વ્યક્તિને બધા લોકો સન્માનભાવથી જુએ છે. તેઓ જાણે વેરાન પ્રદેશમાં એક શીતલ છાંયડો આપતાં વૃક્ષ સમાન, ભેંકાર રણમાં મીઠી વીરડી સમાન અને ભયંકર તોફાનમાં રક્ષણ આપતા અડગ ખડક સમાન ગણાય છે. શાંત અને પ્રસન્ન હૃદયવાળા મનુષ્યનો સ્વભાવ મીઠાશ અને સંતુલિત જીવનથી ભરપૂર હોય છે. આવા મનુષ્યો વિકટ પરિસ્થિતિમાં પણ પડકારોનો સામનો કરવા સક્ષમ હોય છે. આવું મીઠાશ ભરેલું વ્યક્તિત્વ સૌને ગમે તો ખરું જ પણ બીજા ઘણા બધા માટે પ્રેરણાસ્ત્રોત બની રહેતું હોય છે.

દરેક મનુષ્ય શાંતિની ઝંખના માટે અહીં-તહીં ફાંફા મારતો હોય છે. તે ગમે તેટલી પ્રાર્થનાઓ કર્યા કરે છતાં પોતાના આવેગો-આવેશોને વળગી જ રહે છે. એક જ હૃદયમાં અશાંતિ અને શાંતિ, ઘિકકાર અને પ્રેમ સાથે સાથે રહી શકતા નથી. સમજી લઈએ કે ઉશ્કેરાટ, અધીરાઈ, ચિંતા, અકળામણ વગેરે ભાવોથી કોઈ અનિષ્ટનો નાશ થઈ શકતો નથી અથવા કોઈ સમસ્યાનો ઉકેલ જડતો નથી. આવા ગુણોથી મનુષ્યની મુશ્કેલીઓ અને દુઃખોમાં વધારો જ થાય. મનના શાંત અભિગમની કેળવણીથી જ મનુષ્ય કશુંક ઉપયોગી કરી શકે છે. તે જીવનનો સાચો આનંદ માણી શકે છે.

છેલ્લે, મીઠાશભર્યું, પ્રેમથી ઉભરાતું અને સફળતાઓને વરેલ જીવન જીવવા માટે શાંત મન માત્ર જરૂરી નહીં પણ અનિવાર્ય છે એટલે જ કહેવાય છે કે : સ્વનિયંત્રણ જ સાચું બળ છે, સારા વિચારો જ નિપુણતા છે અને સાચી શાંતિમાં જ સાચી શક્તિ છે.

- માનદમંત્રી, ચારુતર વિદ્યામંડળ, વલ્લભવિદ્યાનગર

બિન્દુની સિંધુમાં કશી વિસાત નથી એમ કેમ માની શકાય? સિંધુ બિંદુઓનો જ બનેલો છે. શું જાણ્યું કે આપણા જ એક મતને લીધે સારો ઉમેદવાર એકની વધુમતીથી નહિં ચૂંટાઈ આવે? વિચાર કરતાં જણાશે કે મત ન આપવો એ પણ મત આપવા બરાબર જ છે, ચૂંટણીનું જે પરિણામ આવવાનું તેમાં આપણા મતની ગેરહાજરી પણ ભાગ ભજવતી જ હોય છે, આપણો એક મત તે નાનકડી વસ્તુ છે, પણ તેની અસરકારકતા ન-ગણ્ય છે એ માનવાની ભૂલ ન કરવી જોઈએ. ચૂંટાવા નીકળેલાઓ અત્યારે મોં બતાવે છે ને પછી પાંચ વરસ આપણી સામું નહિં જોવાના; ચૂંટણી વખતે મતદાતાઓને ભરમાવી સત્તાસ્થાને પહોંચી જવું એ જ એમની દાનત છે; આપણને એમાં શો રસ? પણ રસ લીધા વિના છૂટકો નથી, કેમકે ચૂંટાયેલાઓ દ્વારા જ રાજ ચાલવાનું છે. બે ઉમેદવારો હોય, બંને આપણને ખરાબ લાગતા હોય, તો પણ બેમાંથી જે ઓછા ખરાબ તેને માટે (પથથર અને ઈંટાળામાંથી ઈંટાળા માટે) આપણે પસંદગી બતાવવી એ જ માર્ગ છે. જેઓ સારા હોય તેમણે પોતે ઉમેદવારો તરીકે બહાર આવવું જોઈએ. અહીં હજાર વરસો પૂર્વે પ્લેટોએ સમજાવ્યું છે કે જો સારા માણસો રાજ્ય સંચાલનનો બોજો ઉઠાવવા બહાર નહિં આવે તો ખરાબ માણસોથી શાસિત થવાની સજા એમણે ભોગવવી પડશે.

-ઉમાશંકર જોશી



॥ આપણો વૈભવ અને વારસો ॥ (પદ્ય વિભાગ)

## મારા નાથનાં નેણાં ઉપર હું તો ઘડીએ..

મારા નાથનાં નેણાં ઉપરે હું તો ઘડીએ ઘોળી જાઉં..  
શિદ્ધ કરું એકાદશી શિદ્ધ ત્રીજે ટેકે ખાઉં?

નાથજીના નેણાં નીરખી, ભાવના ભોજન પાઉં રે..

- મારા નાથનાં નેણાં ઉપરે...૦

આંગણ ગંગા ગોમતી, હું શિદ્ધ રેવાજી જાઉં?

અડસઠ તીરથ આંગણે, હું તો નિત્ય ત્રિવેણીમાં નાઉં રે..

- મારા નાથનાં નેણાં ઉપરે...૦

શામળા કારણ સેજ બીછાવું, બ્રજ થકી બોલાઉં,

મેરમજી મારે મોલે પધારે, પ્રેમ કરી પધરાઉં રે..

- મારા નાથનાં નેણાં ઉપરે...૦

દાસી જીવણ સત ભીમનાં ચરણાં, હેતે હરિ ગુણ ગાઉં,

સતગુરુને ચરણે જાતાં, પ્રેમે પાવન થાઉં રે..

- મારા નાથનાં નેણાં ઉપરે...૦



-દાસી જીવણ

## કાયાથી જીવ ન્યારો રે

કાયાથી જીવ ન્યારી રે, તેને આત્મા કહીયે;

એને બ્રહ્મ માની રે, હરિને શરણે જૈયે. ટેક.

ચિદાકાશમાં તેજ પુર મધ્યે, રહે સદા ભગવાન;

એ જ પ્રભુએ કરી કીપા, પધાર્યા ભોમી પર સુખધામ;

એવા તો શ્રીહરિના રે, ભજનમાં ઝુંકી રહીયે. કાયાથી૦

અનંત બ્રહ્માંડમાં વ્યાપક થૈને, ન્યારા રહે પ્રભુ આપ;

એવા નિરંજન શ્રીકૃષ્ણ ભજીએ, તો મીઠે સૌ સંતાપ;

માટે નારાયણનું રે, નામ સહજ તો લૈયે; કાયાથી૦

બ્રહ્મરૂપને જાણ્યા વિના, કહે જગત છે બ્રહ્મ;

જીવ ઈશ્વરને પુરુષોત્તમનો, મૂઢ ન જાણે મર્મ;

માટે ઉપમા રે, પામરને શી દઈયે? કાયાથી૦

અનંત બ્રહ્માંડને સમજાવે, પ્રલે નાશ કરે પ્રભુ એક;

મંજુકેશાનંદ કહે માટે, કરવો સંત વિવેક;

પ્રભુ ભજીને રે, પરમ આનંદ પામે. કાયાથી૦

(બૃ.કા.દોહન-૧માંથી)

-મંજુકેશાનંદ



## ગરવ કીયો સોઈ નર હાર્યો સિયારામજીસે...

ગરવ કીયો સોઈ નર હાર્યો, સિયારામજી સે ગરવ કીયો  
સોઈ નર હાર્યો રે..

ગરવ કીયો એક રત્નાકર સાગરે, રત્નાકર સાગરે  
નીર એનો ખારો કરી ડાર્યો...સિયારામજી સે ગરવ કીયો  
સોઈ નર હાર્યો રે..

ગરવ કીયો એક વનની ચણોઠડીએ, વનની ચણોઠડીએ  
મુખ એનો કારો કરી ડાર્યો...સિયારામજી સે ગરવ કીયો  
સોઈ નર હાર્યો રે..

ગરવ કીયો જબ ચક્રવાને ચક્રવીએ, ચક્રવાને ચક્રવીએ  
રૈન વિયોગ કરી ડાર્યો...સિયારામજી સે ગરવ કીયો સોઈ  
નર હાર્યો રે..

ગરવ કીયો જબ અંજનીના જાયાએ, અંજનીના જાયાએ  
પાંવ એનો ખોડો કરી ડાર્યો...સિયારામજી સે ગરવ કીયો  
સોઈ નર હાર્યો રે..

ગરવ કીયો જબ લંકાપતિ રાવણે, લંકાપતિ રાવણે  
સોને કેરી લંક જલાયો... સિયારામજી સે ગરવ કીયો સોઈ  
નર હાર્યો રે..

કહત કબીરા સુનો ભાઈ સાધુ, સુન મેરે સાધુ રે..

શરણે આવ્યો વાં કો તાર્યો...સિયારામજી સે ગરવ કીયો  
સોઈ નર હાર્યો રે..

## જોતાં રે જોતાં રે અમને જડિયાં રે...

જોતાં રે જોતાં રે અમને જડિયાં રે સાચાં સાગરનાં મોતી...  
લીલાં લીલાં મોતીડાં રે હાં... સંતો ભાઈ! પીળાં પીળાં...  
તખત તરવેણીના તીરમાં... સાચાં સાગરનાં મોતી...

જોતાં રે જોતાં રે....

ઝીણાં ઝીણાં મોતીડાં રે... સંતો ભાઈ! નેણલે પીરોતી

ગગન મંડળમાં હીરલા રે સાચાં સાગરનાં મોતી...

જોતાં રે જોતાં રે....

ઈ રે મોતીડાં રે હાં...સંતો ભાઈ! કોઈ લાવો ગોતી...

એનો રે બનું રે હું તો દાસ રે... સાચાં સાગરનાં ....

જોતાં રે જોતાં રે....

કહત કબીરા રે હાં... સંતો ભાઈ! સૂનો મેરે સાધુ...

સાધુડાં લેજો રે મોતીડાં ગોતી રે... સાચાં સાગરનાં મોતી...

જોતાં રે જોતાં રે....

-કબીર



## બાળકના ઘડતરમાં ઘર

ઝીણાભાઈ દેસાઈ ( સ્નેહરશ્મિ)

બાળક શાળામાં જતો થાય તે પહેલાં એની સમજ અને એના જ્ઞાનનો પાયો સુદૃઢ રીતે નંખાઈ ગયો હોય છે. અભિમન્યુએ ગર્ભમાં રહ્યારહ્યાં કોઠાવિદ્યાનું જે જ્ઞાન મેળવેલું તે કોઈ કવિ કલ્પના ન હતી, પણ મનોવિજ્ઞાનનું એક મોટું સત્ય હતું. એ આજના શિક્ષણશાસ્ત્રીઓએ સિદ્ધ કરેલું છે. આથી ઘરની સૌથી પહેલી ફરજ બાળકનો સ્વાભાવિક વિકાસ થઈ શકે એવું વાતાવરણ સર્જવાનો ગણાય.

બાળક પોતાની આસપાસના વાતાવરણમાંથી પોતાના વિકાસ માટેના સાધનો મેળવતું હોય છે. મનુષ્યને મળેલી એક મહાન ભેટ તે વાણી દ્વારા પોતાના વિચારોને અભિવ્યક્તિ આપવાની એની શક્તિ. ભાષા દ્વારા સર્જાતી આ ક્રિયામાં ઘરમાં વપરાતી ભાષાનો ઘણો મોટો ફાળો હોય છે. આથી ઘરમાં થતી વાતચીત અને અન્ય વાણીવ્યવહાર બાળકોના ભાષાજ્ઞાનના પાયારૂપ બને છે.

ઘરમાં થતી વાતચીત અને તેમાં વપરાતી ભાષાની જેમ બાળક પર અસર થાય છે તેમ કુટુંબમાં એકબીજા સાથેના વ્યવહારની, આડોશી-પાડોશી સાથેના વ્યવહારની અને માનવસંબંધોમાં થતાં વિવિધ આદાનપ્રદાનોની બાળકના મન ઉપર સતત અસર થતી રહે છે અને એનાથી એનું રુચિતંત્ર ને વર્તન ઘડાય છે.

મોટેરાંઓ નાનેરાંઓ પાસેથી પોતાને મનફાવે ત્યારે કામ

કરાવવાનો પોતાનો અબાધિત અધિકાર લેખે છે. આની બાળક પર કેવી અસર થતી હોય છે એનો એક નાનકડો કિસ્સો નોંધું : મારા એક મિત્રની સાત-આઠ વર્ષની દીકરી એક ચિત્ર દોરવામાં નિમગ્ન હતી. હું અને તેના પિતા વાતો કરતા બેઠા હતા. તેના પિતાએ એને કહ્યું, “નીતા, જા પાણી લઈ આવ તો.” તેણે જવાબ આપ્યો : “પપ્પા મારું ચિત્ર અધૂરું છે. તમે જ લઈ આવો ને.” બાળક પાસેથી કામ જરૂર લેવું. પરંતુ એને પોતાને પોતાના રસનાં આગવાં ક્ષેત્રો પણ હોય છે એ ભૂલી જઈ આપણને ઠીક લાગે ત્યારે આપણે એને ગમે તે કામ ચીંધીએ, તો બાળકના વિકાસમાં અવરોધ અવશ્ય ઊભા થાય છે.

બાળકને વાત સાંભળવી અને વાત કહેવી ગમતી હોય છે. જગતનું બાલસાહિત્ય આ દષ્ટિએ ઘણું સમૃદ્ધ છે. બાળકની કક્ષાને અનુરૂપ ઘરમાં નાનકડું બાળપુસ્તકાલય જો વસાવી શકાય તો આવું પુસ્તકાલય અનેક રીતે બાળકના વિકાસમાં ફાળો આપી શકે. એ સાથે બાળકોને રોજ કુટુંબમાંથી કોઈ ને કોઈ વ્યક્તિ એકાદ નાનકડી વાત કહે તો બાળકોની કલ્પના, ઊર્મિઓ અને જીવનદષ્ટિને ઘણી મોટી પ્રેરણા મળે. ‘રામાયણ’ અને ‘મહાભારત’ની કથાઓ તો બાળકોને ગળથૂથીમાંથી જ મળતી થવી જોઈએ.

આમ, ઘરમાં શાળા કરતાં પણ વધુ સમૃદ્ધ એવી કેટલી બધી શિક્ષણની સામગ્રી અને સુવિધાઓ રહેલી છે એનો ખ્યાલ આ થોડાક અછડતા નિર્દેશોથી પણ આવી શકશે.

(‘અરથી સદીની વાચનયાત્રા’માંથી સાભાર)



॥ नवां काव्यो ॥

## समीप छुं

किशोर मोदी

वडला, पीपळी, लीमडा समीप छुं,  
तमरांनो स्वर ने आगिया समीप छुं.

तोक्षान अेनुं स्मरगिका बनी नहीं,  
भेरुं तण्णी संवेदना समीप छुं.

कोई नही दखियानुं नाम कोतरे,  
दिलथी वमणनां म्हायरां समीप छुं.

तनहाईनी तसवीर नोपी ने अलग,  
सीमा गगननी वायरा समीप छुं.

पादर, इणियुं, पाणियाने सलाम,  
किशोर शैशवना लीटा समीप छुं.

kishoremodi@icloud.com



## कमानमां

परबतकुमार नाथी 'दई'

हुं अेटले कायम रव्हो सौना निशानमां,  
छे सत्यना कांटा धाण मारी जबानमां!

अे थड हुंतुं अेने किंकर शुं पानपर विशे?  
इइडाट इेलाई गयो'तो पानपानमां.

सौ रंग-रोगानो करे छे ब्हारथी छतां,  
पाण, होय छे काणी जगा निजना मकानमां!

मारा विशेना प्याल सौने छे अलग अलग,  
मारी धाणी भूभी नथी माराय ध्यानमां!

जे 'दई' मां वींघाय ते वींघी शडे अहीं,  
आ तीर मणतां होय ना सौनी कमानमां!

(मु. बुकण, ता. वाव, जि. बनारसकांठा-३८५५७५  
मो. ७८८०२८१८३)



## पूछी जो

जित बुडासमा 'ठाडयकर'

हाथमां कोना हती तलवार, पूछी जो.  
आपशे अे धाव भीजा चार, पूछी जो.

हाथ नरसिंहनो बण्यो'तो त्यां ठिमा रहीने;  
केम करवो शब्दनो विस्तार, पूछी जो.

दीकरीनो बाप छे, अेरो जील्यां छे अे;  
केटलो छे आंसुओनो त्मार, पूछी जो.

प्राण पूरवामां हवे भयकाय छे शाने?  
तें ज आप्यो'तो मने आकार, पूछी जो.

अेक बूट्टी पीड तें आपी छे अेने,  
क्यां सुधी अे काढवानो धार, पूछी जो.

भीणबती श्वास छेळा लई रही छे  
कोण करशे दूर आ अंधार, पूछी जो.

(मु. पो. थाडय, ता. तणाजा, जि. भावनगर)



## छाईकुं

मुश्ताक अेम. शेभ

१. मिलन क्षाण धरा पर भीलती  
बनीने तृण

४. मारा शमाणां  
धरती पर वहे  
बनी ञराणां

२. सूकातां टग कागण पर जूअे  
वर्षाना रंग

५. काणा वाढण  
महेकी उठे धरा  
यालतुं हण

३. बन्ने किनारा रात-दिवस शोधे  
कोना सडारा?

६. धुजतुं धर  
अंधकारमां भोगे  
जूनी चादर

(ईस्ट रेल्वे यार्ड, राज प्रोविजन स्टोर्सना भीजा माणे  
अब्रामा रोड, वलसाड, ता. जि. वलसाड- ३८६ ००२  
ईमेल: cutemastar@gmail.com)



## ભારતીય પરંપરાઓ

નરેશ વેદ

પરાપૂર્વથી ચાલ્યા આવતાં રિવાજો, રૂઢિઓ અને પ્રણાલિકાઓને પરંપરા કહેવામાં આવે છે. વર્ષો પૂર્વે કોઈએ એક વિચાર, ઉચ્ચાર કે આચારના નવપ્રસ્થાન રૂપે એનો પ્રયોગ કર્યો હોય છે. અને પછીની પેઢીઓ એનું અનુસરણ એક રિવાજ, રૂઢિ અને પ્રણાલિકારૂપે સતત કરતી રહે છે, અને એનો સિલસિલો ચાલુ રહે છે, ત્યારે આપણે એને પરંપરા તરીકે ઓળખીએ છીએ. એક હળવા ઉદાહરણથી સમજાએ તો નદીનું વહેતું પાણી એ પરંપરા છે અને પાઈપલાઈન દ્વારા એને ઘર સુધી લાવી, નળ મૂકી, જરૂર હોય ત્યારે વહાવીએ એ પ્રયોગ થયો. જીવનમાં આવી પ્રયોગ અને પરંપરાની પરિપાટી ચાલતી રહેતી હોય છે. ક્યારેક એ તૂટે છે, ક્યારેક નવી સર્જાય પણ છે.

દરેક રાષ્ટ્રની પ્રજા આવી પરંપરાઓ ધરાવતી હોય છે. ભારતીય પ્રજાએ કેવી પરંપરાઓ ઊભી કરી છે અને નિભાવી છે, એની વિગતો જોઈએ. વિચારની વ્યવસ્થા અને અભ્યાસની સુગમતા ખાતર આપણે એનું સામાજિક, શૈક્ષણિક, આર્થિક, ધાર્મિક, રાજકીય, વૈચારિક અને સાંસ્કૃતિક પરંપરાઓ એ રૂપે વિભાજન કરીને સમજાએ.

### સામાજિક પરંપરાઓ :

પુત્ર કે પુત્રી લગ્નયોગ્ય ઉંમરનાં થતાં યોગ્ય પાત્ર શોધીને એમના વાગ્દાન અથવા વેવિશાળની વિધિ કરવામાં આવે છે. પછી તેઓનું સ્વજનો, સગાંઓ, સ્નેહીઓની હાજરીમાં અગ્નિની પવિત્ર સાક્ષીએ વિવાહ ઉર્ફે લગ્ન કરવાની પરંપરા છે. યુવતી કુંવારી હોય ત્યાં સુધી સારાં વર અને ઘર મળે એ માટે ગૌરીવ્રત કરતી હોય છે. જ્યારે પરિણીત મહિલાઓ પોતાનો ચૂડીચાંદલો સલામત રહે એ માટે કડવાચોથ, વટસાવિત્રી પૂર્ણિમા, ઋષિપંચમી અને જ્યાપાર્વતી જેવાં વ્રતો કરતી રહે છે. પરિણીતા સગર્ભા થતાં ખોળો ભરવાની ઉર્ફે ગોદભરાઈ કે સીમંતની વિધિ કરવામાં આવે છે. બે ભાઈઓ વચ્ચે અન્ય કુટુંબની બે કન્યાઓનો વિવાહ કરાવતી પરંપરા સાટાપેટાની કહેવાય છે. કન્યા

વિવાહિત થયા પછી એના પિયરિયા આણાપરિયાણાનો વિધિ કરતા રહે છે. લગ્નવય ધરાવતાં યુવકનું મૃત્યુ થતાં એની પાછળ લીલ પરણાવવાનો વિધિ પણ પરંપરાગતરૂપે થાય છે. કુટુંબમાં બાળકનો જન્મ થતાં છઠ્ઠે દિવસે વિધાત્રિ એના ભાગ્યલેખ લખે એ માટે છટ્ટીનો ઉત્સવ ઉજવાય છે. અને એ રીતે નવાંગતુક માટે ગર્ભાધાન, પુંસવન, સીમંત, જાતકર્મ, નામકરણ, નિષ્ક્રમાણ, અન્નપ્રાશન, કેશકર્તન, કણવિધ, વિદ્યારંભ, ઉપનયન, વેદારંભ, કેશાંત, સમાવર્તન, વિવાહ અને અત્યંષ્ટિ-જેવા સોળ સંસ્કારોનો વિધિ કરવાની પરંપરા છે. બાંધકામ પછી નવા મકાનમાં રહેવા જતાં પૂર્વે વાસ્તુવિધિ કરવામાં આવે છે. કોઈના મૃત્યુ બાદ તર્પણ, શ્રાદ્ધ અને વરસીની તથા અસ્થિ વિસર્જનની તેમજ બેસાણાંની, ઊઠમણાંની, પઘડીની, સાદડીની કે પ્રાર્થનાસભા રાખવાની વિધિ કરવાની પરંપરા છે. વર્ષો પૂર્વે આપણે ત્યાં નગરોમાં નગરવધૂની, મંદિરોમાં દેવદાસીની કે સતી થવાની પરંપરાઓ પણ હતી; જે હવે નાબૂદ થઈ છે. ચાર વાર્ણ, આશ્રમ અને પુરુષાર્થની પણ પ્રથાઓ હતી.

### શૈક્ષણિક પરંપરાઓ :

અગાઉ આપણા દેશમાં મનુષ્યનું સરેરાશ આયુષ્ય ૧૦૦ વર્ષનું ગણી, તેના ૨૫-૨૫ વર્ષોના ચાર તબક્કાઓમાં તેનાં ધર્મકર્મને વહેંચવામાં આવ્યાં હતાં. એમાંથી પ્રથમ તબક્કો હતો બ્રહ્મચર્યાશ્રમનો. એ કાળમાં આજની માફક શાળા-મહાશાળાઓ ન હતી, પરંતુ વિખ્યાત ગુરુઓના ગુરુકુળો હતાં. ગુરુનું સમાજમાં અત્યંત આદરણીય સ્થાન હતું. બાળકો કોઈ ગુરુનાં ગુરુકુળમાં જઈ, પ્રવેશ મેળવી, ત્યાં જ બે તપ (એટલે ચોવીસ વર્ષ) રહી, શ્રવણ અને કર્તવ્યપાલન દ્વારા જીવન જીવવામાં ઉપયોગી એવી વ્યવહારુ વિદ્યાઓ શીખતા હતા. એમાં શારીરિક, માનસિક, ઔર્મિક, વૈચારિક અને બૌદ્ધિક શક્તિઓની કેળવણી લેવાતી હતી. અધ્યયન પૂર્ણ થતાં સમાવર્તન સંસ્કાર થતો. ગુરુ શિષ્યને જીવનમાં સફળ અને સાર્થક થવાની શિખામણ આપી, વિદાય કરતા. શિષ્યો યથામતિશક્તિ ગુરુદક્ષિણા આપી સ્વગૃહે જવા વિદાય થતો. પરંતુ ગુરુશિષ્ય વચ્ચેનો નાતો જળવાતો. ગુરુએ આપેલ માહિતી, જ્ઞાન, વિદ્યા, શાણપણ, સંસ્કાર અને શિસ્તની પરંપરા ઉત્તરોત્તર

જળવાતી અને વિકસતી હતી. એમાં શિક્ષણ પ્રશિક્ષણ કેળવણી દ્વારા જીવનઘડતર માટેનું ભણતર અપાતું. હવે એની જગ્યાએ પૂર્વપ્રાથમિક, પ્રાથમિક, માધ્યમિક, ઉચ્ચતર માધ્યમિક અને ઉચ્ચ - એમ વિવિધ તબક્કાવાર શિક્ષણ આપવાની પરંપરા અખત્યાર કરવામાં આવી છે. એમાં શીખવા (લર્નિંગ) કરતાં ગોખવાની (કેમીંગ)ની પદ્ધતિ સ્વીકારાઈ છે. પરસ્પર નિકટ બેસીને ગુરુ-શિષ્ય સંવાદની અગાઉની પદ્ધતિને બદલે વ્યાખ્યાન (લેકચરિંગ)ની પદ્ધતિએ શિક્ષણ અપાય છે. સ્કૂલો, કૉલેજો અને યુનિવર્સિટીઓની સંખ્યા વધી છે, પરંતુ રાષ્ટ્રની સભ્યતા, સંસ્કૃતિ અને પરંપરાને અનુરૂપ વ્યક્તિત્વનિર્માણ અને ચારિત્ર્ય ઘડતરની આખી પ્રક્રિયાની બાદબાકી થઈ છે. અભ્યાસક્રમ, પાઠ્યપુસ્તકો, પરીક્ષા, ટકાવારી, ટ્યૂશનનો મહિમા થયો છે. વિદ્યામંદિરો લક્ષ્મીપ્રાસાદોમાં ફેરવાતાં જાય છે. એમાં સ્માર્ટકલાસરૂમમાં અઘતન ટેકનોલોજી વડે પાવરપોઈન્ટ પ્રેઝન્ટેશન વડે ભણાવવાની પ્રથા ચાલી રહી છે. અંગ્રેજો શિક્ષણનો જે ઢાંચો છોડીને ગયા હતા, એમાં આપણા દેશકાળની જરૂરિયાત અનુસાર આપણે જે પરિવર્તનો કરવાં જરૂરી હતાં, એ થયાં ન હોવાથી, એને અપર્યાપ્ત અને અયોગ્ય સમજી આપણું યુવાધન શિક્ષણ માટે ભારે ખર્ચા વેઠી યુરોપ-અમેરિકા તરફ વળતાં દેશમાં બૌદ્ધિકસ્ત્રાવ (બ્રેઈન ડ્રૌઈન)નો કડવો અનુભવ થઈ રહ્યો છે.

### આર્થિક પરંપરાઓ:

અગાઉ દેશમાં શિક્ષણ, વેપારવણજ અને ઉદ્યોગોના અભાવમાં ખેતી અને પશુપાલન - એ બે મુખ્ય વ્યવસાયો હતા. ગાય, ભેંસ, બળદ, બકરાંઘેટાં પાળવામાં આવતાં હતાં. અને એને પશુધન માનવામાં આવતું હતું. જેની પાસે ઝાઝું પશુધન એ સુખી અને સંપન્ન એમ મનાતું હતું. સરકારી ચલાણના અભાવમાં ખરીદી વિનિમય પ્રથા (બાર્ટર સિસ્ટમ) થી થતી હતી. એટલે કે એક વસ્તુ આપીને એને બદલે અવેજીમાં બીજી વસ્તુ મેળવાતી હતી. બેન્ક, ચેક અને ડ્રાફ્ટના અભાવમાં હૂંડી-હવાલાની પ્રથા હતી. ત્યારબાદ શિક્ષણ, વેપારવણજ અને ઉદ્યોગોનો વિકાસ થતાં સિક્કા કે નોટોરૂપે નાણાંનું ચલાણ શરૂ થયું, બેન્કો દ્વારા થાપણ-ધીરાણ-વ્યાજની પરંપરા શરૂ થઈ.

શાસકવર્ગ તરફથી ઝઝીયાવેરો, આવકવેરો, પુરવઠાની હેરફેર ઉપર જકાતવેરો એવી પરંપરાઓ શરૂ થઈ હતી. ખેડૂતો, વેપારીઓ, ઉદ્યોગસાહસિકો માટે ઋણ પરંપરા અપનાવાઈ હતી. ઘર, ઘરવખરી, શિક્ષણપ્રાપ્તિ, વ્યવસાય નિર્માણ અને વિકાસ, વાહન ખરીદી વગેરે માટે ધીરાણની પરંપરા શરૂ થઈ હતી, જે હાલ પણ ચાલુ છે. પ્રજા પાસેથી આવકવેરો, વેચાણવેરો, નાકાવેરો, વસ્તુવેરો, સેવાવેરો ઉઘરાવવાની પરંપરા વિકસી છે. આ બધા વેરાઓમાંથી પ્રાપ્ત થતી આવક દ્વારા શાસન વાહનવ્યવહાર, સંદેશાવ્યવહાર અને પ્રજાકલ્યાણ માટેની રોડ, પુલ, ઊર્જા, ડેમ, આરોગ્ય, શિક્ષણ અને રોજગારી નિર્માણની કામગીરી કરી રહ્યું છે. આપણું શાસન અર્થતંત્ર સમૃદ્ધ કરવા ક્યારેક મુક્ત, ક્યારેક મિશ્ર, ક્યારેક જાહેરસાહસ, ક્યારેક ખાનગીસાહસ, ક્યારેક લાયસન્સ, પરમીટ વગેરે યુક્ત, ક્યારેક સરકારી, ક્યારેક સહકારી અર્થતંત્ર અપનાવી રહ્યું છે. હેતુ માથાદીક આવક (પરકેપિટા ઈન્કમ) અને રાષ્ટ્રીય આવક (નેશનલ ઈન્કમ) માં વૃદ્ધિ કરી પ્રજાને સુખી કરવા મથી રહ્યું છે. પંચવર્ષીય યોજનાઓ અને ગેટસકારો દ્વારા રાષ્ટ્રને આર્થિક આબાદી તરફ દોરી જવાની હાલ મથામણ ચાલી રહી છે. તેમ છતાં હજુ આપણો દેશ ગરીબી, બેકારી, ગ્રામોદ્ધાર, પ્રજાકલ્યાણની સમસ્યાઓ ઉકેલવામાં સફળ થઈ શક્યો નથી. એ માટે ક્યારેક નીતિ, ક્યારેક રીતિપદ્ધતિ, ક્યારેક યુક્તિ બદલતા રહેવું પડશે.

### ધાર્મિક પરંપરાઓ :

જીવનને સુખી અને સાર્થક બનાવવા માટે અગાઉ સત્ય, અહિંસા, અસ્તેય, અપરિગ્રહ અને બ્રહ્મચર્ય જેવા યમ અને શૌચ, સંતોષ, તપ, સ્વાધ્યાય અને ઈશ્વરપ્રણિધાન જેવાં નિયમો દ્વારા નૈતિક ધોરણો સ્વીકારવામાં આવેલાં હતાં. એકાંતસેવન, મૌન, વ્રતપાલન, પ્રાર્થના, ઉપવાસ, યજ્ઞ, મૂર્તિપૂજા, ભક્તિ જેવાં ધાર્મિક ધોરણો સ્વીકારવામાં આવેલાં હતાં. અને વિવેક, વૈરાગ્ય, શમ, દમ, તપ, તિતિક્ષા, ઉપરામ અને સમાધાન, આરાધના, ઉપાસના, સાધના, શાસ્ત્રો અને ગુરુવચનોનું શ્રવાણ, મનન, ચિંતન, વિમર્શણ અને નિદિધ્યાસન જેવાં આધ્યાત્મિક ધોરણો સ્વીકારવાની પરંપરા હતી. તેથી દાન, દક્ષિણા, પરિક્રમા, તીર્થાટન,

ધૂન-કીર્તન-ભજન, સામૈયા, ધ્વજારોહણ, મૂર્તિપ્રતિષ્ઠા જેવી પરંપરાઓ રચાઈ હતી. પૌરાણિકકાળમાં થતાં હતાં એવા રાજસૂય, અશ્વમેધ, પુત્રકામેષી જેવાં યજ્ઞો હોમહવનોની જગ્યાએ હવે ગાયત્રીયજ્ઞ, નેત્રયજ્ઞ, દંતયજ્ઞ, સેવાયજ્ઞ જેવાં યજ્ઞોની પરંપરા શરૂ થઈ છે. એ જ રીતે દેશમાં સત્યનારાયણ, રામાયણ, મહાભારત, ભાગવત, દેવીભાગવતની કથાઓની, શિવપુરાણ, દેવીપુરાણ અને અન્ય પુરાણોની કથાઓની પણ પરંપરા ચાલી રહી છે. યજ્ઞોપવિત, સુન્નત, બાપ્ટિઝમ જેવી પ્રથાઓ પણ ચાલી રહી છે. કંઠીબંધન, સંન્યસ્ત દીક્ષા, યોગદીક્ષા, બ્રહ્મસંબંધ, કારસેવા, લંગર અને ભંડારા જેવી પ્રથાઓ પણ ચાલી રહી છે. હિન્દુઓ શ્રાવણમાસમાં, મુસ્લિમો રમજાન માસમાં, જૈનો પર્યુષણ માસમાં, ખ્રિસ્તીઓ ક્રિસ્ટમસમાં ધાર્મિક પરંપરાઓ નિભાવી રહ્યા છે. ભારતીય સંસ્કૃતિ આધ્યાત્મિક સંસ્કૃતિ છે. ભારતીય પ્રજા ધાર્મિક અને આસ્થાળુ હોવાથી આવી ઘણી બધી ધાર્મિક પરંપરાઓ આપણે ત્યાં ચાલી રહી છે.

### રાજકીય પરંપરાઓ :

ભારત રાષ્ટ્ર તરીકે નવું છે, પણ દેશ તરીકે પ્રાચીન છે. તેથી અહીં રાજકીય શાસનની લાંબી પરંપરાઓ રહી છે. જેમ કે સૂર્યવંશી, ચંદ્રવંશી, મરાઠાવંશી, મુગલવંશી, પાટીદારવંશી, કાંટિયાવરણવંશી રાજકીય પરંપરાઓ રહી છે. મૌર્યવંશ, ચાલુક્યવંશ, ગુપ્તવંશ -એમ અનેક વંશોની રાજાશાહી રહી છે. દેશ આઝાદ થયો એ પૂર્વે દેશમાં આવાં કુલ પદ્મ રજવાડાંઓ હતાં. એમાંથી ૨૨૨ રજવાડાં તો કેવળ કાંટિયાવાડમાં હતા. એક સમયે કચ્છમાં બારભાયાને નામે ગણતંત્ર હતું એમ દેશના જુદાજુદા ભાગોમાં પણ ગણતંત્રની વ્યવસ્થા હતી. વિદ્યર્મી વિદેશીઓના આક્રમણો અને શોષણોને કારણે આપણી પરંપરામાં ઘણી ઊથલપાથલ થઈ હતી. પરંતુ અંગ્રેજ અને પોર્ટુગીઝ સલ્તનતોને હઠાવીને આપણે આઝાદ થયા પછી આપણે પ્રજાસત્તાક ગણતંત્રવાળી લોકશાહી રાજકીય પરંપરા અપનાવી છે. એ નિમિત્તે હર પાંચ વર્ષે સ્થાનિક, પ્રાંતિક અને રાષ્ટ્રીય કક્ષાએ ચૂંટણીઓ થાય છે અને પ્રજા મતદાન વડે પોતાની પસંદગીના સભ્યો ચૂંટીને

રાજકીય શાસનની ધુરા એક યા બીજા પક્ષને સોંપે છે. દેશમાં આવી સરકાર હોવા છતાં હજુ દેશના અંતરિયાળ પછાત પ્રદેશોના સમાજમાં પ્રજાના પ્રશ્નો હજુ ખાપ ઉર્કે ગ્રામપંચાયતો ઉકલે છે. સિવિલ અને ક્રિમિનલ અદાલતો, હાઈકોર્ટ અને સુપ્રીમ કોર્ટ હોવા છતાં હજુ ક્યાંક આવી ખાપ સંસ્થા ઉર્કે પંચાયતો શાસન કરી રહી છે.

### વૈચારિક પરંપરાઓ :

આપણા દેશની વૈચારિક પરંપરા ઘણી ઉજ્જવળ છે. આપણે ત્યાં સાંખ્ય, યોગ, ન્યાય, વૈશેષિક, પૂર્વમીમાંસા અને ઉત્તરમિમાંસા રૂપે છ દર્શનો જાણીતાં થયાં છે. પણ ખરેખર તો આપણે ત્યાં ચૌદ જેટલાં તત્ત્વદર્શનો વિકસ્યાં છે. એમાંના કેટલાંક આસ્તિક છે, તો કેટલાંક નાસ્તિક છે. ધર્મ, અર્થ, કામ અને મોક્ષ-એ ચાર જીવનના મુખ્ય પુરુષાર્થ મનાયા હોવાથી, એને અનુસરીને આ બધાં દર્શનો વિકસ્યાં છે. એ ઉપરાંત સ્મૃતિ, શ્રુતિ અને સંહિતાઓ, બ્રાહ્મણો, આરણ્યકો, ઉપનિષદો, પુરાણો અને સૂત્રગ્રંથોમાં આપણી વૈચારિક પરંપરા સચવાયેલી છે. આપણા દેશમાં ચાર મુખ્ય ધર્મો વિકસ્યા, જેમાં હિન્દુધર્મ, જૈનધર્મ, બૌદ્ધધર્મ અને શીખધર્મ મહત્ત્વનાં છે. આ ચારેય ધર્મોને પોતાની આધારશીલારૂપે તત્ત્વદર્શનો છે. વળી, આપણા દેશમાં વૈષ્ણવ, શૈવ, શાકત, ગાણપત્ય અને સૌર- એમ પાંચ સંપ્રદાયો વિકસ્યાં. એટલે એમની પણ વૈચારિક પરંપરાઓ ઉપલબ્ધ છે. દેશમાં ધર્મ અને અધ્યાત્મ ક્ષેત્રના પુરસ્કર્તાઓમાંથી સ્વામી દયાનંદ સરસ્વતી, રામકૃષ્ણ પરમહંસ, મહર્ષિ અરવિંદ, મહાત્મા ગાંધી, જીડુ કૃષ્ણમૂર્તિ, ઓશો રજનીશની વૈચારિક પરંપરા પણ પ્રબળરૂપે પ્રહવમાન છે. એમ તો દેશમાં ડાબેરી (લેફ્ટિસ્ટ) અને જમણેરી (રાઈટિસ્ટ) વિચારધારાઓ પણ છે, પરંતુ એ હજુ પોતાનું દૈવત કે કૌવત બતાવી શકી નથી.

### સાંસ્કૃતિક પરંપરાઓ :

આપણો દેશ હજારો વર્ષોથી અસ્તિત્વ ધરાવે છે. એની ધરોહર અને વિરાસત ઘણી મોટી છે. આપણા દેશમાં વર્ણ, કોમ, ભાષા, રીત-રિવાજ, ખાનપાન, પહેરવેશ, જીવનશૈલીમાં ઘણી ભિન્નતા છે. જુદા જુદા ધર્મ, પંથ, મત, સંપ્રદાય, ફિરકકાના લોકો પોતપોતાની માન્યતાઓ

સાથે અહીં જીવે છે, સંપીજંપીને જીવે છે. એ બધાએ પોતાની પરંપરાઓ વિકસાવી છે. એમાંની કેટલીકનો માત્ર ઉલ્લેખ કરીશું તો પણ ખ્યાલ આવશે. એ છે હોળી, ઘૂળેટી, દિવાળી, ઓણમ, પોંગલ, ભાઈબીજ, રક્ષાબંધન, વીરપસલી, અક્ષયતૃતીયા, જન્માષ્ટમી, રામનવમી, શિવજયંતી, મહાવીરજયંતી, બુદ્ધજયંતી, નાનકજયંતી, ઝુલેલાલજયંતી ઉપરાંત નવરાત્રીપર્વ, દુર્ગાપર્વ, ઈસ્ટર, ઈદ, કરબલા, ઉર્ષ વગેરે મુખ્ય છે. હિન્દુઓમાં ચાર ધામ યાત્રાની અને પ્રત્યેક યાત્રાને અંતે એક વસ્તુના ત્યાગની, મુસ્લિમોમાં હજયાત્રાની, જૈનોમાં ચાતુર્માસની એવી પરંપરાઓ છે. રાષ્ટ્ર પોતાના વીરોની જયંતીઓ પણ ઉજવે છે. એક વિલક્ષણ પરંપરા આપણા દેશમાં છે; તે છે: સરિતા પરિક્રમા, ચૌયાસી કોષની પરિક્રમા, ગિરનારની પરિક્રમા, નર્મદા પરિક્રમા, લીલી પરિક્રમા એનાં ઉત્તમ ઉદાહરણો છે.

## ઉપસંહાર

આ રીતે ભારતીય પ્રજા પરંપરા પૂજક છે. સમય સાથે કેટલીક પરંપરાઓ એ છોડતી કે ત્યજતી જાય છે, પણ નવી પરંપરાઓ જોડતી પણ જાય છે. દુનિયાના અન્ય રાષ્ટ્રોની સંસ્કૃતિઓ વિશે વિચાર કરીએ ત્યારે ખ્યાલમાં આવે કે ગ્રીક રોમન અને મિસ્ર જેવી પ્રાચીન સંસ્કૃતિઓમાં પૌરાણિક અને આધુનિક સંસ્કૃતિ વચ્ચે સાતત્ય રહ્યું નથી. એમની વચ્ચે કાં તો તિરાડ પડી છે કે પછી મોટી ખાઈ પડી છે. જ્યારે આપણા દેશમાં પરંપરા વિચ્છેદ કરતાં પરંપરા સાતત્ય વધુ સચવાયેલું છે. એમાં જૂની અને નવી સભ્યતા અને સંસ્કૃતિ વચ્ચે આવી દરાર કે ખાઈ જણાતી નથી. એ અર્થમાં આપણો દેશ ભલે પૂર્ણ અંશે આધુનિક (મોડર્ન) નથી, પણ એ અનુઆધુનિક (પોસ્ટ માડર્નિસ્ટ) અવશ્ય છે.

(૩૫, પ્રોફેસર્સ સોસાયટી, મોટા બજાર, વલ્લભ વિદ્યાનગર. ફોન નં. ૦૨૬૯૨-૨૩૩૭૫૦ મોબાઈલ નં. ૯૭૨૭૩૩૦૦૦)



આજના લોકતંત્રમાં જનતાનું સ્થાન સાવ નહિવત છે. ચૂંટણી થતાં મતદાન પેટીમાં મત નાંખી આવવો, બસ એટલું જ છે. ઉમેદવારની પસંદગીનો, ઉમેદવારને અંકુશ કે નિયંત્રણમાં રાખવાનો, એના કામનો હિસાબ લેવાનો જનતાને કોઈ અધિકાર નથી. પ્રતિનિધિ જનતાના છે પણ એનો કોઈ અંકુશ નહિ! આ વિસંવાદ દૂર થવો જોઈએ... આપણું લોકતંત્ર બહુ સંકુચિત આધાર વડે ટકેલું છે. માથાના આધારે ટકેલા પિરામિડ જેવું એ છે એટલા વાસ્તે આ પ્રકારની વ્યવસ્થાને પાયામાંથી જ બદલવાનો હું હિમાયતી છું.... કરોડોની સંખ્યામાં વેરવિખેર પડેલા વ્યક્તિગત મતદારો રેતીના કણોના એવા ઢગલા સમાન છે, જે કોઈ પણ રચનાનો પાયો ન બની શકે. રેતીના કણોને તો ઈંટોના કોંક્રિટમાં રૂપાંતરીત કરીને જ કોઈ ઈમારતના થાંભલા બનાવી શકાય. એને માટે, લોકો જ્યાં એકસાથે રહે છે. જ્યાં લોકોના જીવનની હિલચાલ સાથે સાથે થાય છે, એવા જીવંત એકમોમાં જઈને લોકશક્તિ બંધી કરવી જોઈશે... આજે જે શક્તિ કુંઠિત છે, સૂતેલી છે એને જાગૃત કરવી પડશે, સંગઠિત કરવી પડશે.

-જયપ્રકાશ નારાયણ



## આપણે સૂરજના ઋણી છીએ!

રમેશ પટેલ



દરેક ઋતુઓનો સ્વાદ ભિન્ન હોય છે. ઋતુ એ સૂરજની આસપાસ આપણી વસુંધરા પોતાની ધરી પર ફરતી રહે છે. પ્રત્યેક સવાર નવો સૂરજ લઈને આવે છે. સૂરજ પધારે અને નવો દિવસ થાય છે.

કૅલેન્ડરમાં તારીખ એક ડગલું ભરે છે. નવો દિવસ આવે છે.

ઉનાળોનો દિવસ શિયાળા કરતાં લાંબો હોય છે. સાંજે સૂરજના ચહેરા પર થાક વર્તાતો જોવાય છે. ઉનાળામાં સૂરજની ગતિ મંથર હોય છે. શિયાળામાં સૂરજની ગતિ ઝડપી હોય છે.

ઉનાળે દિવસ દરમિયાન આપણને થાક વધુ લાગે છે. પ્રસ્વેદથી ભીંનું બનેલું શરીર પવનની લહેરખી ઝંખે છે. શરીર તરસ અનુભવે છે. જીભ પાણી વિના સૂકાય છે. માટલીનું ઠુંડુ પાણી સમગ્ર શરીરમાં શીતળતા વહેવડાવે છે!

ખેડૂત અને પરિશ્રમ કરતાં માણસોને ઉનાળો અળખામણો લાગે છે. ઉનાળે ભરબપોરે વૃક્ષોના ચરણ દાઝી જાય તેથી તેઓ પોતાના જ પડછાયામાં ઊભા હોય છે. વૃક્ષો સૂરજને કહે છે: 'સૂરજ ધીમા તપો'!

ઉનાળે સૂરજ આળસુ બનેલો જણાય છે. શિયાળે સૂરજ સ્ફૂર્તિથી ચાલતો નજરે ચઢે છે.

ઉનાળે ગુલમહોર તપસ્વી બની હસતાં જણાય છે. કેસુડાના ફૂલોનો રંગ ઉનાળાને રંગે છે! ગરમાળાના પીળા ફૂલો ધરતી પર પાથરી સૂરજનું સ્વાગત કરતાં જણાય છે. ઉનાળાનો થાક સૂરજને પણ લાગે છે.

દર ઉનાળે મારા બાગમાં હેલિકોનિયાનું દોઢેક ફૂટ લાંબું ફૂલ ખીલી ઊઠે છે. એ ફૂલ-છોડ હું કેરાલાથી લાવેલો. મારા બાગની શોભા ઉનાળે હેલિકોનિયાના ગુલાબી લાંબા ફૂલથી વધે છે.

શું સૂરજને પોતાનો તાપ નહીં લાગતો હોય. ગામડે વડને છાંયડે ગાયનું ઘણું ઉનાળો વાગીને છે.

ઉનાળે વટેમાર્ગુઓને વૃક્ષોનો છાંયડો મીઠો લાગે છે. કડવા લીમડાનો છાંયડો કુદરતનું એ.સી. છે. લીંબોળીની ગંધ સૂંઘવા ઉનાળો આવે છે લીમડા નીચે!

ઉનાળે રાત્રે અગાસીમાં સૂતા સૂતા તારાઓ જોવાની ઘણી જ મજા આવે છે. આકાશદર્શન મારો પ્રિય વિષય છે. આકાશમાં પ્રથમ પ્રવેશે છે શુક્રનો તારો. મંગળના તારાનો ઝળહળાટ મનને મલકાવે છે! પૂનમની રાતે ચાંદની પીવાની મજા આવે છે! ચંદ્રના બદલાતા આકાર જોઈ હું ચોકકસ તિથિ કહી શકું છું.

સૂર્યકિરણ રોજ સવારે મારી બારીએથી પ્રવેશે છે ત્યારે ઘર કલરવ કરી ઊઠે છે! સૂર્યકિરણ રોજ સવારે ઘરની દીવાલ પર સુંદર ચિત્રો દોરે છે. પાણી ભરેલો કાચનો ગ્લાસ ઈન્દ્રધનુ રચે છે ટેબલકલોથ પર!

રોજ સવારે લોટો પાણી રેડી સૂરજની પૂજા કરીએ છીએ. સૂરજ આપણા માટે 'નારાયણ' છે. નરમાંથી નારાયણ આપણને સૂરજની ઊર્જા બનાવે છે. એ આપણી આર્યદૃષ્ટિ છે. નરમાંથી નારાયણ બનવાની આર્યદૃષ્ટિ, આર્યદૃષ્ટિ જ સૂરજને 'નારાયણ' કહે છે.

સૂર્ય વસુંધરાની ચેતના છે. મનુષ્યને ચેતનવંતો રાખવા સૂરજ જરૂરી છે. સૂર્ય આપણો ઊર્જાસ્ત્રોત અને પોષકસ્ત્રોત પણ છે.

સૂરજ વિનાની કલ્પના કરી જુઓ! સૂરજ સૌના માટે - જગત માટે દિવસ બને છે. સૂર્યાસ્ત પછી રાત અંધારું લીપી છે.

સૂરજ ઘુવડની આંખમાં કચરું પડે એમ ખૂંચે છે. ભરબપોરે ઘરમાં પ્રવેશતાં જ અંધારું આપણી જોડે ભટકાય છે.

ઉનાળે આમ્રવનમાં થતો કોયલનો ટહુકો, ખીલેલાં ફૂલો, કેરીના રસનો આસ્વાદ મળીને જીવન આનંદમય બની રહે છે. ઉનાળાના લાંબા દિવસો મને સર્જનમાં સહાયભૂત થાય છે. આથી નારાયણ-દેવતાનો હું ઋણી છું. અસ્તુ.

(પ્રાંજલ, ૩૦, આનંદવાટિકા સોસાયટી, સરદાર પુલ પાસે, અડાજણ, સુરત-૯, મો. ૯૮૨૫૧૦૦૨૫૫)



અમારી સોસાયટી પાસેના જલારામ કોમ્પ્લેક્ષ નીચે દુકાનોની હારમાળા. એમાં હરિઓમ કિરાણા સ્ટોરવાળો નામે કિસન. પણ સૌ કોઈ એને કિસાભાઈ કહે. સાદોસીધો છવ્વીસ વર્ષનો યુવક. દેહે પાતળો ને જરા શ્યામ સરીખો. નાના-મોટા ગ્રાહકો એની દુકાને આવતા. દૂધ-દહીં, પાન-મસાલા, અનાજ, કઠોળ ને સાબુ-શેમ્પુ જેવી રોજિંદા વપરાશની વસ્તુઓનો એ સામાન્ય વેપારી. દિલનો ભલો માણસ!

હું શાળાએથી છૂટી ઘેર જતી વખતે મને મળેલી યાદી પ્રમાણે એની દુકાને જાઉં અને જરૂરિયાત પ્રમાણે ચીજ-વસ્તુઓ લેતો જાઉં. જેવો હું કીસાની દુકાને પહોંચું કે તરત જ ‘સાહેબ’ નું સંબોધન ઉચ્ચારી, હાથ ઊંચો કરી મારું અભિવાદન કરે. હું પણ સામે ‘હરિઓમ’ કહી દેતો. એ ગમે તે ગ્રાહક માટે કામ કરતો હોય, મને જુએ એટલે બીજા બધાના કામ પડતા મૂકી મારી જરૂરિયાત પ્રત્યે ધ્યાન આપે. પછી હું જે કહું તે ફટાફટ જોખી-બાંધી આપી દે. બિલ વિશે પૂછું તો કહે, “સાહેબ મારા પૈસા ક્યાં ભાગી જવાના છે? ને હું ક્યાં લીધા વગર મરી જવાનો છું? આપજોને તમતમારે મહિનો પૂરો થયે. આ લખી રાખું છું. બસ?” કહી ડાયરીમાં ઉધારે લખે. “સારુ ત્યારે” કહેતા હું હસતા વિદાય થાઉં.

આવો અમારો સાવ સરળ ગ્રાહક-વેપારીનો નાતો. કોઈ વખત સાંજે જમીને મીઠું પાન લેવા જાઉં ત્યારે વળી નવરો હોય તો વાતોએ ચડે. મોંઘવારી, સરકાર, કાંતો... મેચ. નહીં તો અનામત આંદોલન વિશે પ્રશ્નો પૂછે હું એની જિજ્ઞાસા સંતોષવા સ્પષ્ટતા કરું. મૂળ મારો માસ્તરનો જીવ ખરો ને??

એક દિવસ હું ઉતાવળે એની દુકાને પહોંચ્યો, કશુંય બોલવા જઉં એ પહેલાં તો એણે ઊંઘા ફરીને મોંમાંથી પિચકારી મારી. “એ...એય...આ શું કર્યું? કહેતાક હું તાડૂક્યો. એણે જોયું કે મારા ખમીસની બાંચ પર ચિત્રકામ થઈ ગયું છે. “અરે .... સોરી .... સોરી... સાહેબ, ભૂલ થઈ ગઈ.” કહેતા પોતાના રૂમાલથી લૂછવા માંડ્યું. મારો મૂડ ગયેલો જોઈ એ સાવ દિલગીર થઈ ગયો. ફરી બોલ્યો,

“માફ કરજો સાહેબ! મારું ધ્યાન જ નહીં કે આપ આવીને ઊભા છો...” મેં પણ મન વાળીને કીધું, “ઠીક છે, વાંધો નહીં હવે બીજું શું? ઘેર જઈને ઠપકો સાંભળવો પડશે.” પછી ઝડપથી મારે લેવાની વસ્તુઓ લઈને ચાલતી પકડી. એ ખાસ્સો ઝંખવાણો પડી ગયેલો...

પછી મારે લગભગ અઠવાડિયા સુધી જવાનું ન બન્યું. ને એ પિચકારીવાળી વાત પણ ભૂલી ગયો. એવામાં એક દિવસ એ મને બી.ઓ.બી.ના ચોકમાં મળી ગયો. સાઈકલ પરથી નીચે ઊતરીને ત્યાં રસ્તામાં જ મારી માફી માંગતા પગે પડવા લાગ્યો. મેં એના ખભે હાથ મૂકી સાંત્વના આપતા કહ્યું, “કંઈ નહીં દોસ્ત, આવું તો અજાણતા બન્યા કરે. એમાં આટલું બધું દુઃખી ન થવાય, એ તારાથી નહીં તો કદાચ કોઈ બીજાથી પણ આવું બની શકે.” ત્યાં તો મને અટકાવતા વચ્ચે જ બોલી પડ્યો, “ના સાહેબ, હું બીજા જેવો નથી. મારા દિલમાં તમારા માટે ખાસ આદર-માન છે. મારાથી ખરેખર ભૂલ થઈ કહેવાય. મને જરાય આણસાર નહોતો કે આપ આવીને ઊભા છો. જે મેં એમ જોયા વગર જ પિચકારી..” સાહેબ, હવે તમે કહો તેમ. આજથી હું તમારો ગુલામ! મેં કહ્યું, “અલ્યા, હું શા માટે કોઈને ગુલામ-નોકર બનાવું? તું તો મહેનત કરીને વેપાર કરે છે. તારે શી કમી?”

તો મને કહે, “સાહેબ, તમારા જેવા મેં દિલદાર માણસ નથી જોયા. તમારી જગ્યાએ કોઈ બીજો ગ્રાહક હોય તો મને બે તમાર્યા મારી દીધા હોય. મારી સાથે ઝઘડો કર્યો હોય, પણ તમે તો બહુ મોટા મનના રાજા માણસો છો. કાંઈ ગુસ્સો કે ધોલ-ધાપટ ન કરી, ને મને એમ જ માફ કરી દીધો? હું તો સાવ નાનો માણસ. મારી આદત જ ખોટી ને મોટી છે, પણ હાહરીની આ લત છૂટતી નથીને! હું જાણું છું કે પડીકી મોઢામાં ઠાલવીને, ડૂચો ચાવી ચાવીને જ્યાં ત્યાં થૂંકવાની કટેવ જ બહુ ભૂરી છે. પણ શું કરું? કેમેય કરીને છૂટતી જ નથી ને. તમે કાંક ઉપાય બતાવો તો થાય.” એકધારું આટલું બધું બોલીને, મારી સામે બે હાથ જોડીને ઊભો રહી ગયો.

મેં હસતાં-હસતાં હા પાડી કહ્યું, “સારું ભાઈ, તું ભૂલી ગયો પણ હું તારું મન પારખી ગયો. તારી ઈચ્છા હશે તો આમાંથી તને જરૂર છોડાવીશ.” બસ આવી ખાતરી આપી હું આગળ વધ્યો ને એ હરખની ઘંટડી વગાડતો, સાઈકલ પર સવાર થઈ ઉપડ્યો.....

(આર્દસ-કોમર્સ કોલેજ, બોરસદ, જિ.આણંદ.)



॥ आस्वाद ॥

## अजवाणांनी आराधना

### जितेन्द्र प्रजपति

तेजना अणुसार माटे जगवानुं,  
ने तमस पर वार माटे जगवानुं,

मौनना संयार माटे जगवानुं,  
वातना वहेवार माटे जगवानुं,

आपवाना होय नहि ओणभना पत्रो,  
भीतरी विस्तार माटे जगवानुं,

शाभ तो मोसम मुजब झूटी य जशे,  
मूणना आधार माटे जगवानुं,

धाव आपीने समय ऊंधी जशे पाण;  
आपणो उपचार माटे जगवानुं,

स्मित, आंसु पाण इरजनो भाग हो त्यां;  
जुवना शाणगार माटे जगवानुं.

ध्यान यूकधी पग प्रसार नहि अे जेवा;  
छीछरा 'हुं-कार' माटे जगवानुं.

### -लक्ष्मी डोबरिया

जगवुं अेटले शुं? सवार पडे ने आंभ ऊधडे अे पाण  
जगृतता कडेवाय तेमज ऊंडा अंधारेथी प्रकाश तरङ्ग दृष्टि  
इंटाय ते पाण जगृतता ज कही शकाय. अनेक संदर्भ  
लई आवतो जगृततानो अर्थ अजवाणांनी पीठ लईने  
आवे छे. प्रकाशमय पणो अे अंधाराना साम्राज्य सामे  
कान्ति गण्ठावी शकाय. आपणी भाषाना आंगणो आजना  
समयमां कविओ तो पोतानुं अजवाणुं पाथरी रखा छे,  
पाण साथे साथे क्वयित्रीओ पाण पोतानो प्रकाश पाथरीने  
जगतने अजवाणी रही छे. लक्ष्मीबेन डोबरिया पाण आवुं  
ज अेक अजवाणांभर्युं नाम छे. २०१५मां 'तासीर जुद्दी छे'  
नामक गजल संग्रह द्वारा पोतानी ओणभ ऊभी करनार  
लक्ष्मीबेन सामयिकोना सथवारे प्रजानी आंभे वंयाता रडे  
छे. जुवने शिवमां आराधती प्रस्तुत गजल अंतरनी आंभ  
उघाडवा माटे जाणो के आपणने ईजन आपे छे.

तेजना अणुसार माटे जगवानुं;  
ने तमस पर वार माटे जगवानुं.

अंधारानी कडेमां पुरायेला अजवाणांने आजाद करवा  
माटे जगवानी वात क्वयित्री आपणने करे छे. गंगासतीनुं  
भावसत्वर संवेदन पाण अही टांकी शकाय.

वीजणीने यमकारे मोतीडां परोवो पानभाई  
अयानक अंधारां थाशे रे....

गंगासती वीजना यमकाराने आकांक्षी रखां छे अने  
जेना अजवाणे मोतीडां परोववानी वात करी रखां छे  
अे ज वातने आजनी क्वयित्री सहेज जुद्दी रीते अे ज  
अनुसंधान साथे संलग्न थईने व्यक्त करे छे. तेजना  
अणुसारने पामवानो तो छे ज पाण साथे साथे अंधारने  
मडात पाण करवानो छे.

मौनना संयार माटे जगवानुं;  
वातना वहेवार माटे जगवानुं.

जगवानी वात कयांथी कयां पळोथी छे अेनो अणुसार  
आपणने गजलना अेक अेक पगथिया समा शे'रथी  
अनुभववाय छे. मूर्धन्य कवि उमाशंकर जोशीना शब्दोमां  
कहीअे तो "छेदलो शब्द मौनने ज कडेवानो होय छे."  
उमाशंकरनी आ वाणीने विस्तारवामां आवे तो जाणी  
शकाय के मौननी पाण पोतानी अेक महत्ता होय छे; अेने  
पाण पोतानुं आगवुं व्यक्तित्व छे. प्रस्तुत गजलना संदर्भ  
तरङ्ग नजर करीअे तो अेटलुं योक्कसपाणो कही शकाय के  
वाणीना विकास माटे तेमज तेना आराम माटे जगवुं  
जडरी छे.

आपवाना होय नहि ओणभना पत्रो,  
भीतरी विस्तार माटे जगवानुं.

अंतरने अजवाणवा माटे दुन्वथी प्रलोभनोथी पर  
थईने जगता रडेवुं पडशे. पोतानी भीतरना अंधारने  
अजवाणांना आधारे ज तागी शकाय छे. 'तुं तारा हिलनो  
दीवो थाने' अेवी लोकप्रिय ભજનની કડી આ ક્ષણે કેટલી  
યથાર્થ लागे छे!

શાખ તો મોસમ મુજબ ફૂટી ય જાશે;  
મૂળના આધાર માટે જાગવાનું.

ફળોથી લચી પહેલા વૃક્ષ પર જોવા મળતા પરિવર્તનની વાત અહીં વર્ણવવામાં આવી છે. થડનું હોવું મૂળ પર નિર્ભર છે, પણ આ શે'રમાં મૂળના આધાર માટે, તેના જતન માટે જાગતા રહેવાની વાત કરવામાં આવી છે. પ્રથમ નજરે ઔપચારિક જણાતા આ સંવેદનની સૂક્ષ્મતા જિંદગીની માવજત તરફ આપણને દોરી જાય છે.

ધાવ આપીને સમય ઊંઘી જશે પણ,  
આપણે ઉપચાર માટે જાગવાનું.

‘આ સમય પણ ચાલ્યો જશે.’ કોઈક સુવિચાર સમી આ પંક્તિ દુઃખના દિવસોમાં સધિયારા સમી લાગે છે અને સુખના સમયમાં હુંકારને નિયંત્રણમાં રાખવાનું સૂચવે છે. સમયના સંદર્ભમાં પ્રયોજાયેલો ક્વચિત્રીનો વિચાર દુન્વયી સંકટોને સહન કરવાની સલાહ આપે છે અને તેના ઉપચાર માટે, તેમાંથી રસ્તો કાઢવા માટે પ્રવૃત્તિશીલ રહેવાની વાત પણ આપણને કરે છે.

સ્મિત, આંસુ પણ ફરજનો ભાગ હો ત્યાં,  
જીવના શણગાર માટે જાગવાનું.

અર્કિચન માણસ માટે આંસુ મોંઘેરી મિરાત છે, અને સામા પક્ષે જોઈએ તો બાળક જેવું હળવું ફૂલ સ્મિત પણ કિંમતી જણાસ છે. આંખમાં આવતા આંસુને કવિશ્રી ભગીરથ બ્રહ્મભટ્ટ કેટલી સુંદર રીતે મૂલવે છે.

‘બીડયાં નેણે ઝગમગ હોવા ઝરણા જેમ વછૂટે’

બીડાયેલા લોચનમાં ઝગમગ થતા દીવાની ઉપમા કવિએ આંસુને આપી છે. એની સાથે સાથે તેમાં સમાયેલા

અગણિત સ્મરણો અને દૃશ્યોને પણ કવિએ સ્પર્શથી બેઠા કર્યા છે. પ્રસ્તુત શે'ર સંદર્ભે જોવામાં આવે તો સુખ અને દુઃખ જીવનનો જ એક ભાગ છે એમ સમજીને શિવ સ્વરૂપ જીવને શણગારવાની વાત અહીં કરવામાં આવી છે.

ધ્યાન ચૂકથી પગ પસારે નહિ એ જોવા;  
છીછરા ‘હું-કાર’ માટે જાગવાનું.

ગઝલના અંતિમ પગથિયા પર પહોંચેલા ક્વચિત્રી આપણને સ્વયંના અહંથી એટલે કે સ્વયંથી બચવાની વાત કરે છે. કવિશ્રી કિરણસિંહ ચૌહાણનું સંવેદન અહીં ટાંકી શકાય.

હવે આપ આવી શાખર સર કરી લ્યો,  
અમારો અહં તો હિમાલય થયો છે.

સપ્ત શે'રની આ ગઝલયાત્રામાં આપણે જોઈ શકીએ છીએ કે કોઈને કોઈ રીતે ક્વચિત્રી આપણને જાગવાની વાત કરે છે. પછી એ અજવાળું અંતરનું હોય કે આંખોનું. આ બંને અજવાળાંના આદર્શોથી અંતર અને આંખની લગોલગ રહેતા અંધારાને ભેદવાની વાત આ કાવ્યમાં મુખરિત થતી જોવા મળે છે. જીવને અજવાળાંના દિવ્ય જળમાં ઝબકોળીને ભીના થવાનો સ્પર્શ ગઝલના પ્રત્યેક શે'રમાં અનુભવાય છે.

(મુ.પો.બગદાણા, વાયા-દળિયા,  
જિલ્લો- ભાવનગર પિન-૩૬૪૧૪૫  
મો. ૯૬૨૪૬૫૭૩૫૪)



॥ विशेष ॥

## કરેલાં નાનાં નાનાં સત્કર્મો જ જીવનનું સાચું ભાથું છે.

બ્રહ્માકુમાર પ્રફુલ્લચંદ્ર શાહ



વડાપ્રધાન બન્યા પછી એક શિક્ષક દિને શ્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદીએ દેશની સ્કૂલના વિદ્યાર્થીઓ સાથે ટી.વી. પર સીધો વાર્તાલાપ કર્યો હતો. તે સમયે તેમને પૂછેલા એક પ્રશ્નના જવાબ દરમ્યાન તેમણે જણાવ્યું હતું કે જીવનમાં કાંઈક બનવાના લક્ષ કરતા કાંઈક કરવાનું લક્ષ વધુ મહત્ત્વનું છે. તેમને જ્યારે પૂછવામાં આવ્યું કે શું તમે વડા પ્રધાન બનવાનું સ્વપ્ન સેવ્યું હતું? તેના ઉત્તરમાં તેમણે જણાવ્યું હતું કે વડાપ્રધાન બનવાનું સ્વપ્ન તો નહોતું સેવ્યું પરંતુ જીવનમાં કાંઈક નવીન કરવું છે તેવું સ્વપ્ન જરૂર રાખ્યું હતું અને તેના પરિણામ સ્વરૂપે જ આજે આ સ્થાન પર પહોંચ્યો છું.

જીવનમાં સદ્વિચાર તેમજ શુભભાવનાઓનું જરૂર મહત્ત્વ છે, પરંતુ તેનાથી પણ વધુ મહત્ત્વના છે વ્યક્તિના સત્કર્મો. કોઈપણ વ્યક્તિ જ્યારે કોઈ કર્મ કરે છે તે પહેલાં તે કર્મ કરવાનો વિચાર મનમાં આવે છે, ત્યારબાદ તે કર્મ કરવાની ભાવના પેદા થાય છે, ત્યારબાદ તે કર્મ કરવાનો નિર્ણય કરે છે અને અંતે તે કર્મ કરે છે. પરંતુ વિચારો, ભાવનાઓ કે નિર્ણયો જો કર્મમાં ન પરિણામે તો તે વિચારો કે ભાવનાઓનું વિશેષ કોઈ મહત્ત્વ રહેતું નથી. એટલે જ આપણે ત્યાં કહેવાયું છે કે કર્મ જ બળવાન છે. વિશ્વ નાટકનો જો કોઈ મહત્ત્વપૂર્ણ શાશ્વત સિદ્ધાંત હોય તો તે કર્મનો સિદ્ધાંત છે. તેમાં પણ તે જ કહેવાયું છે કે જેવું કરશો તેવું પામશો, જેવું વાવશો તેવું લાગશો. મનોવિજ્ઞાન પણ એમ કહે છે કે વ્યક્તિના વ્યક્તિત્વનો આધાર તેના અર્ધજાગૃત મન પર પડેલી છાપો છે. આ પડેલી છાપોમાં કર્મોથી પડેલી છાપો ખૂબ જ ઊંડી તેમજ ગહન હોય છે. એટલે વ્યક્તિના સકારાત્મક કે નકારાત્મક વ્યક્તિત્વના ઘડતરમાં પણ તેના દ્વારા થતાં કર્મો જ મહદ્ અંશે જવાબદાર છે.

ગાંધીજીને પૂછવામાં આવ્યું કે, ‘તમારો વિશ્વને શું

સંદેશ છે?’ ત્યારે તેમણે ઉત્તર આપેલો કે મારું જીવન જ મારો સંદેશ છે. અર્થાત્ ગાંધીજીએ પોતાના જીવનમાં પ્રેક્ટિકલ જે કાંઈ કરીને બતાવ્યું તે જ તેમનો સંદેશ છે. ગીતામાં પણ કર્મયોગનું જ મહત્ત્વ બતાવવામાં આવ્યું છે, તું જે સત્કર્મો કરું છું તે જ યોગ છે.

આ સત્કર્મોમાં પણ નિયમિત રૂપે દિવસ દરમ્યાન કરેલા નાનાં નાનાં સત્કર્મોનું ખૂબ જ મહત્ત્વ છે. એકાદ મોટું સત્કર્મ કરી, જીવનમાં કોઈ સિદ્ધિને પ્રાપ્ત કરી દુનિયામાં પ્રત્યક્ષ થવા કરતાં કોઈના ખાસ ધ્યાન પર ન આવે એવા નાનાં નાનાં સત્કર્મો કરી અનેકોને મદદરૂપ થવું અને અનેકોની દુઆઓ મેળવવી તે જ જીવનનું સાચું ભાથું છે. પછી તે કર્મો સાવ સામાન્ય કેમ ન હોય.

કોઈ ગંદા સ્થાનની સફાઈ કરી દેવી; કોઈ અપંગ કે અંધને રસ્તામાં મદદ કરી દેવી; રસ્તામાં ફસાયેલી પોતાની લારીને બહાર કાઢવા મથતા વ્યક્તિને ટેકો આપી લારી બહાર કાઢવા મદદરૂપ થવું; અકસ્માતમાં ઘવાયેલા વ્યક્તિને તુરંત હોસ્પિટલમાં લઈ જવો; ઘવાયેલા પશુ કે પક્ષીની પ્રેમથી માવજત કરવી; ફી નહિ ભરી શકવાના કારણે સ્કૂલ છોડવાની પરિસ્થિતિમાં મુકાએલા વિદ્યાર્થીની ફી ભરી ચાલ્યા જવું; વૃક્ષોની માવજત કરવી તેમજ નવા વૃક્ષોનું રોપણ કરવું; ખાસ કરીને બાળકો, મહિલાઓ પ્રતિ સ્નેહ અને સન્માનપૂર્વક વ્યવહાર કરવો; પાણી તેમજ વીજળીની બચત કરવી; કોઈને આધ્યાત્મિક જ્ઞાનની સાચી સમજ આપી જીવનની સાચી દિશા તરફ વાળવો; નિરાશ કે હતાશ થયેલા વ્યક્તિમાં ઉમંગ ઉત્સાહ ભરી દેવા વગેરે.

આ પ્રકારના સત્કર્મો ખાસ કોઈના ધ્યાન પર આવતા નથી તેમજ આપણે કોઈ પ્રત્યક્ષ ફળ પણ મેળવતા નથી. એટલે આવા કર્મો મહદ્ અંશે સંચિત થઈ જાય છે અને આપણા અનેક જન્મો સુધરી જાય છે. આ ઉપરાંત આવા પ્રકારના સત્કર્મોથી જીવનમાં જે ખુશી અને સંતોષનો અનુભવ થાય છે તે અન્ય કશામાંથી પ્રાપ્ત ન થઈ શકે. વિશ્વની દરેક વ્યક્તિ જો દિવસમાં આવા ત્રણ થી પાંચ સત્કર્મો કરે તો આપણી કલ્પનાના રામરાજ્યની સ્થાપના સરળ બની જાય.

આ દિશામાં લોકોને જાગૃત કરવા તેમજ આવા સત્કર્મો માટે પ્રોત્સાહિત કરવા અનેક સંસ્થાઓ દ્વારા અનેક પ્રયાસ થઈ રહ્યા છે. પરંતુ પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલય દ્વારા જે “સાત અબજ સત્કર્મોની મહાયોજના”નું વૈશ્વિક સ્તર પર આયોજન કરવામાં આવ્યું છે તે ખૂબજ પ્રશંસનીય છે. આ યોજના અંતર્ગત સંસ્થાના અનેક સેવાધારી ભાઈ-બહેનો વિશ્વના લોકોનો સંપર્ક કરી રહ્યાં

છે અને તેઓને દિવસ દરમ્યાન આવા નાનાં-નાનાં સત્કર્મો કરવા પ્રેરણા આપી રહ્યાં છે. લોકો પાસેથી સત્કર્મો કરવા માટે સંકલ્પ પત્રો પણ લઈ રહ્યાં છે. સાત અબજ જેટલા સત્કર્મો એકત્રિત કરવાનું સંસ્થાએ લક્ષ રાખ્યું છે. આપ પણ જો સત્કર્મોનો સહયોગ આપશો તો આપણે વિશ્વમાં કાંઈક બદલાવ લાવી એક શ્રેષ્ઠ સમાજની સ્થાપના કરી શકીશું.

મો.: ૯૮૨૫૮૯૨૭૧૦



॥ અભ્યાસ ॥

## પ્રશ્નોપનિષદ

### ઘનશ્યામ એન. ગઢવી

#### પ્રારંભ

સુકેશા ભારદ્વાજ, સત્યકામ શૈલ્ય, સૌર્યાચાર્યી ગાર્ગ્ય, આશ્વલાયન કૌસલ્ય, ભાર્ગવ વૈદર્ભિ અને કબંધી કાત્યાયન આ ષડ્ઋષિઓ વેદપરાયાણ તપોનિષદ અને પરમતત્ત્વશોધક હતા. તેઓ સર્વે મળીને ગુરુ પિપ્પલાદ પાસે સમિત્પાણિ થઈને જાય છે.

શ્રદ્ધાવનત કબંધીએ પિપ્પલાદ ઋષિને પરબ્રહ્મના જ્ઞાનાર્થે કંઈક જણાવવા કહ્યું. તેમાં પ્રથમ પ્રશ્ન ૧૬, દ્વિતીયમાં ૧૩, તૃતીયમાં ૧૨, ચતુર્થમાં ૧૧, પંચમમાં અને ષષ્ઠમાં ૮ મંત્રો આપ્યા છે.

ભાર્ગવના ત્રણ પ્રશ્નોમાં પંચમહાભૂતો, ઈન્દ્રિય, અંતઃકરણ અને પ્રાણની શ્રેષ્ઠતા પ્રતિપાદિત કરી છે.

આશ્વલાયનના છ પ્રશ્નોમાં ઉત્તર રૂપે પ્રાણાપાનાદિની વ્યાખ્યા કરીને પછી બધાની ઉત્પત્તિ પરબ્રહ્મ સંબંધિત દર્શાવી છે.

ગાર્ગ્ય દ્વારા જીવાત્મા-પરમાત્માના સ્વરૂપ સંબંધિત પ્રશ્નમાં ઉદાત્ વાયુ જ મનુષ્યના કર્મફળમાં રૂપાંતરિત થઈ હૃદયગુહામાં પહોંચે છે.

સત્યકામના પ્રશ્નોત્તરમાં ગુરુ પિપ્પલાદ ‘ઓમકાર’ને બ્રહ્મરૂપે નિર્દેશિત કરે છે.

અન્તિમ પ્રશ્નમાં સોળ કલાવાન પુરુષના સ્વરૂપમાં સૃષ્ટિનો ક્રમિક વિકાસ પ્રાણ, શ્રદ્ધા, પંચમહાભૂત, ઈન્દ્રિય, અન્ન, વીર્ય, તપ, મંત્ર અને કર્મનું પ્રતિપાદન કરાયું છે.

પરંતુ અહીં બ્રહ્મનિષદ ઋષિ પિપ્પલાદે તેઓને મુદત આપી કે તમો એક વર્ષ પર્યન્ત તપઃપૂર્વક વર્તો અને પછી મને પ્રશ્ન પૂછી શકશો અને તે પણ તે સમયે જો હું જાણતો હોઈશ તો જણાવીશ.

અહીં ઉપર કહ્યું તેમ તપઃપૂત, વેદપરાયાણ ગુરુસાંનિધ્ય અને સાથે સાથે “યદિ વિજ્ઞાસ્યામઃ સર્વં હવો વક્ષ્યામ ।” બાદમાં શરતો મુજબ વર્તીને કબંધી કાત્યાયનની પ્રસન્ન “ભગવન્ કુતો હ વા ઇમાઃ પ્રજાઃ પ્રજાયન્ત. ઇતિ ।” આમ સૃષ્ટ્યોત્પત્તિ વિષયક પ્રશ્નથી આ ઉપનિષદનો પ્રારંભ થાય છે.

#### ષ્ટ્યોત્પત્તિ

આ જ ઉત્કંઠા શિષ્યને અધ્યાત્મના પથે ચલાવે છે. અર્જુન કે ઉમા કે તેવા અનેક જીજ્ઞાસુઓના પ્રશ્નના ઉત્તર રૂપે આપણને અનેક શાસ્ત્રો પ્રાપ્ત થયા છે. અહીં પણ “તસ્મૈ સ હોવાચ પ્રજાકામો વૈ પ્રજાપિતઃ સ તપોડતપ્યત ।”<sup>(પૃ.૧-૪)</sup> પુરુષાર્થ ચતુર્થ માટેનો યત્ન કહી દીધો. જે તુરીયાવસ્થા હેતુ અનિવાર્ય છે. જ્યાં એક તો પ્રજાપતિ તાપપૂર્વકસ રિચ

અને પ્રાણનામક યુગલ અને એનાથી અનેક પ્રજા બનશે. એટલે પ્રથમ તે યુગ્મને રચ્યું. આ પ્રાણ અને રવિના સ્વરૂપ બાબતે સવિસ્તર સમજાવ્યું.

## પ્રાણ

સૂર્ય સૃજન શક્તિ છે જેને પણ નપ્રાણથ કહેવાય છે

ध्येयः सदा सवितमण्डलमध्यवर्ती नारायणः

सरसिजासनसन्निविष्टः।

केयूरवान् मकरकुण्डलवान् किरीटीहारी

हिरण्मयवपुधृतशंखचक्रः॥

એટલે તો અદિતિથી બાર આદિત્યો ઉત્પન્ન થયા. સૂર્યનારાયણ એક વર્ષમાં બાર રાશીઓનો ભોગ કરે છે, અને તેને જુદા જુદા નામોથી ઓળખાવાય છે. તે મંડલકારે કુંભારના ચાકની જેમ ફરે છે. દ્વાદશ જ્યોતિરાદિત્યોમાં મિત્ર-બધા માટે પ્રેમાળ, રવિ-ફેરફાર માટે કારણભૂત, સૂર્ય-પ્રવૃત્તિ, પ્રેરક, ભાનુ-પ્રકાશિત, બગ-આકાશચારી પુષ્પિણ-પોષક હિરણ્યગર્ભ-બધાનો સમાવેશાષક, મરિચી-કિરણયુત, આદિત્ય-દેવ, સવિ-ઉત્પન્ન કર્તા, અર્ધ-પૂજનીય, ભાસ્કર-અલૌકિક એવા વિવિધ સ્વરૂપે કાર્યશીલ સૂર્યનારાયણ નૈકવિધ ભાવોથી જીવસૃષ્ટિ માટે પ્રેરક બને છે. સવિતામંત્ર ગાયત્રી સૂર્યનું વંદન કરતાં તેજ પ્રાણશક્તિને કેમ પ્રાપ્ત કરાય તે જણાવે છે.

બીજા એક સંશોધન પ્રમાણે વડવાઓના કહેણ નવહેલા સૂઈ જે ઊઠે તે વીર, બળ બુદ્ધિને ધન વધે સુખમાં રહે શરીરથ કે ચિરકાળથી કહેવામાં આવે છે કે નપાંચે ઊઠ,દસે ખાવથ. આધુનિક વિજ્ઞાને સાબિત કરેલું કે રાત્રે નવથી દશમાં સૂઈ જવાથી શરીરના ચોક્કસ અવયવોને આરામ મળે છે. જેમાં ક્રમશઃ પ્રાણસંચારને સમય મળી રહે છે. પરંતુ આજની લાઈફસ્ટાઈલને કારણે બાર વાગ્યા પછીનો ઊંઘનો સમય કે રાત્રિના મોડે સુધીના કામકાજને કારણે પ્રથમ પ્રહરના આ બેનીડીસિયલ ટાઈમને અવગણીને આપણે આપણું જ નુકસાન કરીએ છીએ. જૈનધર્મમાં પણ આ જ પરીપાટીને સુપેરે જણાવી કે સાંજના વહેલા ભોજનાદિની આજ્ઞા જ છે. કે તેથી શરીરધર્મનું પાલન

થતાં આપણી આધ્યાત્મિક યાત્રાને પ્રગટ થવાનો અવસર મળે.યુનિ. ઓફ સ્ટોકહોમ અને ડો. જોર્જેગ હર્બર વ, એ સંશોધન કરીને જણાવ્યું કે સવારે વહેલા ઊઠનારાઓમાં સફળતાનો ગ્રાફ જલદી ઊંચો જતો હતો. તેઓની નેગેટિવીટી દૂર થતી હોય છે અને તેઓ પોતાના કાર્યમાં સક્રિય, કો-ઓપરેટીવ, અગ્રીએબલ, કોમ્પલેક્સ પ્રોબ્લેમને સોલ્વ કરવા માટે તેઓ ચપળ હોય છે. બીજી રીતે આ ઊંઘને સોનાની કહી છે. રાત્રે નવથી બારની ઊંઘને અને સવારની છથી નવની ઊંઘને લોખંડના પાચે ચાલતી પનોતી જેવી કહી છે, જેમાં આપણે લગભગ સરતા જતાં અને સૂર્યવંશી કહેવડાવવામાં ગર્વ કરતાં થઈ ગયા છીએ. નરસિંહની આ પંકિત સાંભળો ષટ્ઘડી બાકી રહે ત્યારે ઊઠી જવું.થ વૈદ્ય હડીકર કહેતા કે સૂર્યોદય પહેલાં આ સમય એટલે એકસો ચુંબાલીસ મિનિટ પહેલા ઊઠી જાય તો એ ચોવીસ મિનિટમાં સમર્પિના તારામાંથી વહેતી ઓરાનો લાભ બ્રહ્મરંધ્ર વડે મેળવે છે. એ સમયે ઉઠનાર અંતિમ કાલે જાગૃત રહી શકે છે. સાથે સાથે સમાધિ મૃત્યુને વરી શકાય તેવી સાધનાના હકદાર બની શકે છે. આમ ટૂંકમાં તેનો ફાયદો અકથ્ય છે. (અનુલ શાહ, તા.૨૫-૩-૧૯ દૈનિક પૂર્તિ, કુલછાબ)

એકત્ર ધ્વનિવિજ્ઞાન પ્રમાણે નાડી બોતેર ગણાઈ ત્યાં સૂર્યની નવ રશ્મિઓ પૃથ્વી ઉપર આવે છે જ્યારે ત્યારે તેની ટક્કર આઠ વસુઓ સાથે થાય છે અને તેમાંથી બોતેર પ્રકારની ધ્વનિઓ ઉત્પન્ન થાય છે, તે જ બધા વ્યંજન બની ગયા. આ સૂર્ય સાથે સંકળાયેલો વિષય થયો.

આ જ સવિતાને વેદમાં યન્ત્ર કહ્યો અને સૂર્યાકર્ષણથી આણુમાત્ર સ્થિર રહ્યું છે તેમ કહેવાયું -

सविता यन्त्रैः पृथिवीमरमणादस्कम्भने सिवता  
द्यामद्वंहत् । (ऋ.૧૦-૧૪૯-૧)

## સમગ્રતયા-

एकाक्षरं परं ब्रह्म प्राणायामाः परं रूपः।  
सावित्र्यास्तुपरं नास्ति मौनात्सत्यं विशिष्यते । (મનુ.૨૮૩)

યોગશાસ્ત્રમાં પ્રાણ “પ્રાણાયામો હિ શ્વસનપ્રક્રિયાયાઃ સ્વેચ્છયા નિગ્રહાર્થમ્, સ્થિતિપ્રબોધનાર્થઞ્ચ અભ્યસ્યતે,



યતો હિ, કસ્યચિદપિ જીવનસ્ય કૃતે પ્રાણવાયોઃ શ્વસનપ્રશ્વસનં પરમાવશ્યકમ્ । અમુના પ્રાણાયામવિધિના સાધકઃ મનસો જાગર્તિ. વિકાસયિતું. સાહાય્યમવાજ્નોતિ, અપિ ચ અયં મનનિગ્રહણં પ્રતિષ્ઠાપયિતું, સહાયકો ભવતિ । આરમ્ભે નાસિકાભ્યાં મુખેન શરીરસ્ય અન્યૈઃ રન્ધ્રૈશ્ચ શ્વસનપ્રશ્વસનપ્રવાહસ્યાભિજ્ઞાનવિકાસપુરસ્સરમ નુષ્ટીયતે । અનન્તરઞ્ચપૂરકકુમ્ભકરેચકેતિપ્રક્રિયાયા અયં શ્વસનાદિપ્રવાહઃ નિયમનનિયન્ત્રણનિભાલનદ્વારા પરિષ્ક્રિયતે યથા પૂરકકાલે શ્વાસપૂર્તિ, કુમ્ભકે શ્વાસસ્થિર્ય, રેચકે પ્રાણવાયોર્પ્રશ્વાસઃ।

આમ યોગશાસ્ત્રે કરણ રૂપે બહુ પ્રચલિત પ્રાણ કહેવાયો.

ગાયત્રીમંત્રને કોણ ન જાણે? સૂર્યોપાસનાને મૂળ મંત્ર છે-ગાયત્રીમંત્ર તરીકે પ્રખ્યાત જેને માનીએ છીએ તે

તો-

ૐ (પરમાત્મા) ભૂઃ (પ્રાણસ્વરૂપ) ભુવઃ (દુઃખનાશક) સ્વઃ (શુભ સ્વરૂપ)  
 તત્ (ત) સવિતુઃ (તેજસ્વી) વરુણ્યં (શ્રેષ્ઠ) ભગઃ (પાપનાશક) દેવસ્ય (દેવની)  
 ધીમહિ (ધારણ કરે) ધિયો (બુદ્ધિ) યઃ (જે) ને (અમારી)  
 પ્રચોદયાત । (પ્રેરિત કરે).

જે સર્વવિદ્યાઓને ધારણ કરે, જેના ધ્વનિતરંગો ઉપજતા જ આકાશમંડળને વ્યાપે અને જે ૬૪ કલાઓ-૬ શાસ્ત્રોનો દર્શનો કે ૮૪ વિદ્યાઓને પ્રકાશિત કરે, જે ધનુર્વિદ્યાદિ વિદ્યાઓ અથવા ત્રિકાળજ્ઞાન ઉતાષ્ટદિ નિધિ અને નવાદિ સિદ્ધિઓની પ્રાપ્ત બનતી, ઉપાર્જન અને સંહારની ધારક છે.

હે અર્જુન હું જ સર્વ પ્રાણીઓના હૃદયમાં રહેલો આત્મા છું અને સમગ્ર સૃષ્ટિના જીવોનો આદિ વ. છું. (ગી ૧૦-૨૦) અન્નને હું જટરાગ્નિ થઈ તમામ પ્રાણીઓના શરીરમાં રહી, પ્રાણાપાન બનીને ચાર પ્રકારના અન્નને પચાવું છું. (ગી ૧૫-૪)

આજ રીતે વીર્યાદિને પણ સમજવા.

પ્રાણી-

-નામ-સ્થાન-કાર્ય

-પ્રાણ -દયથી કંઠસુધી-ગ્રહણ

અપાન-નાભિથી મૂલાધાર સુધી -ઉત્સર્ગ

-ઉદાન-કંઠથી ઉપર-ઉત્ક્રમણ

-વ્યાન-સમગ્ર શરીર-રઘિરાભિસરણ

-સમાન-નાભિથી હૃદય -પાચનાદિ

» પંચોપપ્રાણ

» નાગ-સંકોચ

» કૂર્મ-શુધાદિ

» દેવદત્ત-નિદ્રા-નંદ્રા

» ધનંજય -શરીર ફૂલી જવું

‘તસ્મૈ સ હોવાચાકાશો હ વા ણ્ણ દેવો વાયુરગ્નિરાપઃ પૃથિવિ વાડ્મનશ્ચક્ષુઃ શ્રોત્રં ચ । તે. પ્રકાશ્યાભિવદન્તિ વયમેતદ્ બાણમવષ્ટ્યવિધારયામઃ।’

વેદર્ભિ ભાગવિ મહર્ષિ પિપ્પલાદને આ પ્રશ્ન પૂછ્યો કે હે ભગવન્ પ્રાણીઓના શરીરને કયા કયા દેવો ધારણ કરે છે? અને તેમાં શ્રેષ્ઠ કોણ? પ્રત્યુત્તરમાં કહ્યું કે આકાશાદિ આ શરીરધારી દેવો છે. આ બધા સ્વશક્તિ પ્રકટ કરીને પરસ્પર અભિમાનપૂર્વક કહેવા લાગ્યા, “અમે આ શરીરને આશ્રય આપીને ધારણ કરી રાખ્યું છે.” તેમાં મુખ્ય પ્રાણે કહ્યું કે “તમે મોહિત ન થાઓ. હું જ મારા સ્વરૂપને પંચધા કરીને, આ શરીરને ધારણ કરી રાખું છું.” આ સાંભળીને અન્યોને પ્રાણના આ વાક્ય પર અશ્રદ્ધા થઈ. ત્યારબાદ મુખ્ય પ્રાણો અભિમાનપૂર્વક શરીરની બહાર નીકળવા લાગ્યા. તેની સાથે અન્યો પણ ઓટોમેટીક બહાર નીકળવા લાગ્યા. તેમના સ્થિર થવાથી અન્ય દેવો પણ સ્થિર થવા લાગ્યા. જેમ મધુમક્ષિકાઓનો રાજા બહાર નીકળ્યા બાદ અન્યનું પણ તેમ થાય તેવી જ રીતે અહીં પણ થયું. વાણી આદિ પ્રાણની શ્રેષ્ઠતા જોતાં તેની પ્રશંસા કરવા લાગ્યા. પ્રાણવિદ્યાનો આમ અહીં મહિમા ગવાયો. જેમ હથેળી ન માત્ર અંગુષ્ઠ, તર્જની મધ્યમા, અનામિકા પરંતુ કનિષ્ઠિકા સહિત રૂપાળી લાગે તેમ આ બધા મળીને એકને અન્ય બનાવે છે. આવું જ કંઈક છાંદો. ૧-૧૧-૧૫, કૌસૌ.

ઉ.૩-૧ જેનો અર્થ બ્રહ્મ કર્યો અને બ્ર.યુ.૧-૧-૨૩૫. માં જ્યાં અર્થવિસ્તારમાં બ્રહ્મથી ઓછો પણ અર્થ પ્રાણનો કર્યો છે. જ્યાં કરણ તેવા પ્રાણો પંચ કહ્યા. આ જ વાતને સમર્થન બૃહદારણ્યકની ૩-૧ અને છાંદો. ૫-૧ આપે છે.

જેનો સીધો સાદો અર્થ પ્રાણ એટલે જીવનની શક્તિ. આત્મા-દેહ વચ્ચેનો પુલ એટલે પ્રાણ. મૃત્યુ એટલે જ આત્મવિયોગ કે પ્રત્યક્ગાત્માનું પ્રાણનું જવું સૂચવે છે. ત્યારબાદ કૌસલ્ય આશ્વલાયન મહર્ષિને આ પ્રશ્ન કરે છે તો પ્રાણ કેમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે? અને તે શરીરમાંથી કેમ બહાર થતો અને પંચમહાભૂતીય શરીરને કેવી રીતે ધારે છે? મહર્ષિએ ક્યું આ અતિપ્રશ્ન હોવા છતાં બ્રહ્મનિષ્ઠ હોવાથી કહ્યું છે કે ‘આત્મન---શરીર’<sup>(પ્ર.૩૩)</sup> જેમ નસપ્રાટ અધિકારીઓને તમે આ ગામોમાં રહો તેમ નિયુક્ત કરે તેમજ આ પ્રાણ, બીજા પ્રાણોને આ શરીરમાં પૃથક પૃથક નિયુક્ત કરે છે. થ જેમાં ગુદોપસ્થમાં અપાનાદિ. સ્વયં રહે છે અને મધ્યમાં સમાન ને તથા જેને પુરાણ બ્રહ્મા કહેતા નારાયણનામિજન્મ પણ કહે છે. આ પ્રાણ મનસંકલ્પાધારે શરીરમાં પ્રવેશે અને જેવા મનોરથો તેવા કર્મો અને તે મુજબ સંસ્કાર અને તેના અનુગામી સંકલ્પો તે મુજબ જ જીવની ગતિ આવી પ્રણાલી છે. મનોકૃતેનાયાત્યસ્મિજ્જરીર આમ કર્મનું સત્ય સમજાવી દીધું. વ્યાન નામક, ઉદાન પ્રાણો તથા નાડીવિજ્ઞાન પણ સંક્ષેપમાં સમજાવી દીધું. પાનબાઈના શબ્દો ‘વીજળીને ચમકારે મોતીડાં પરોવો પાનબાઈ’ કે બોતેર હજાર નાડી જ આપણી નરસિંહની નકુળ એકોતેર તાર્યા રેથ એ ક વધારે આમ બોતેર હજાર પેઢીનું તારક આ જ્ઞાન થઈ જતું બતાવ્યું છે. એટલે અહીં આ નાડીજ્ઞાન કે કહો શરીરવિજ્ઞાન ‘જ્ઞાદિ હ્યેષ આત્મા---’<sup>(પ્ર.૩-૬)</sup> જીવાત્મા દયમાં વસે છે કૃષ્ણ ‘હૃદદેશે વસામિ’ કહે છે. તેમાં સો સો નાડીઓ પ્રત્યેક શાખાઓમાં બોતેર બોતેર પ્રતિશાખા અને તેમાં વ્યાનનું વિચરણ બતાવાયું. ઉદ્વ ઉદાન ક્ષ્યો. જે સુષુમ્ણા તરફ વહેતો પુરુષશાળી કરતો, મૃત્યુ વખતે ઉદાન આધારી બને છે. જે તેની મરણોત્તર ગતિ નક્કી કરે છે. આ જ કક ‘શતં ચૈકા ચહૃદયસ્ય નાડ્યહસ્તાસાં મૂર્ધાનમભિનિઃ સૃતૈકા’

તયોર્ધ્વમાયન્નમૃત્વમેરિ. વિષ્વત્ડ્ન્યા ઉત્ક્રમણે ભવન્તિ<sup>(ક્ર-૨-૩-૧૬)</sup> જો જીવાત્માનું ઉર્ધ્વ તરફ ક્રમણ તો ઉચ્ચતા નહીં તો અન્ય યોનિઓમાં ગમન આના વડે સૂચિત થયું છે. જેને કર્મનો સિદ્ધાંત પણ ઉચ્ચરે છે. જે આત્માનો કોશ પણ છે તે પ્રાણનો એક નોર ધોન અને બીજો શરીર બંને ને શક્તિપૂરક પ્રાણ છે અને તે જો મંદ હોય તો અપ્રગટ અને નહીં તો ‘બલહીનેન ન લક્ષ્યઃ’ કહેતા તેની મજબૂતાઈના પ્રયત્નોને શાખ પૂરે છે અહીં નિષ્પ્રાણ સાધકની કોઈ ગતિ નહીં જ થાય. તેના પરિણામો જોઈ શકાય પણ તેઓને નહીં તેથી યોગશાસ્ત્ર તેના એક સ્વરૂપને પ્રાણાયામથી શરીરને પ્રબળ બનાવવાની વાત પ્રસ્તુત કરે છે. ત્યાં સાધન રૂપે સંયમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ વ. નામે વ્યકત છે.

રચિ-

અમૂર્તમૂર્ત પદાર્થો રચિ છે. સૂર્યને અહીં પ્રાણધારક શક્તિ કહ્યો અને ચંદ્ર તેનાથી પ્રકાશિત થાય છે. પ્રકૃતિના મૂર્તામૂર્ત તત્ત્વો રચિ છે. “સંવત્સરો વૈ પ્રજાપતિસ્તયાયને દક્ષિણં ચોત્તરં ચ ।” સંવત્સર, પ્રજાપતિ પરમાત્મા છે. તેના બે અયન છે. દક્ષિણાયન અને ઉત્તરાયણ. ઈષ્ટાપૂર્ત કર્મો જ કર્તવ્ય છે. જેવા કે ઈષ્ટ એટલે યજ્ઞાદિ કર્મો અને પૂર્ત એટલે ધર્મશાળા, ઔષધાલયાદિ લોકોપકારીકાર્યો. કામનાવાળા દક્ષિણાયન પ્રતિ જઈ ઈષ્ટાપૂર્તનું પાલન કરતાં, ચન્દ્રલોકાનુગામી બનતાં પુનઃ અહીં આવે છે. જેને પિતૃયાન કહેવાય છે. તેજ રચિ. છે. બીજી રીતે રચિ એટલે ‘માસો વૈ---’<sup>(પ્ર-૧-૧૨)</sup> આ માસ પ્રજાપતિ છે. કૃષ્ણપક્ષ જ માં સકામી યજ્ઞાદિ કર્મો કરે છે. તે રચિમાં પરિણામે છે. રાત્રિ જ રચિ છે. દિવસે સ્ત્રીસંગી બનતો પ્રાણ ક્ષીણ કરે છે.

પ્રાણમાર્ગ ‘અથોત્તરેણ તપસા બ્રહ્મચર્યેણ શ્રદ્ધયા વિદ્યયા---’ તપપૂર્વક, બ્રહ્મચર્યાદિ પાલન કરતો, શ્રદ્ધાથી સૂર્યલોકાનુગામી, અમૃતપદ પ્રાપ્ત અભયગતિક થતાનું અત્રાગમન વિલય પામે છે. રાત્રે સ્ત્રીસંગી પ્રાણસંચયી બને છે.

નતપ તો સૃષ્ટિનું સંચાલક અને અન્યત્ર તો ‘ઋતં

च सत्यं चाभीद्धात्तपसोऽध्य जायत ।' <sup>(अधधर्म सुक्त)</sup> मां क्लृप्तुं.  
मानसकार कहे છે

सुत तप तें दुर्लभ कछु नाही तपबल तें जग सृजई  
बिधाता ।

तपबल विष्णु भए परित्रास । तपबल संभु करहि  
संघारा ॥

तप ते अगम न कछु संसारा ॥ <sup>(आल ૩.૧.૩૩)</sup>

આજ બાબતે કોષ્ટકમાં જોઈએ તો -

રયિ-પ્રાણ

સૂર્ય-ચન્દ્ર

દક્ષિણાયન-ઉત્તરાયણ

કૃષ્ણપક્ષ-શુકલપક્ષ

પિતૃયાન-દેવયાન

ઈષ્ટાપૂર્ત-અધ્યાત્મ

પ્રકાશિત-પ્રકાશક

પુરાગમન-પરમપદ

આને ચીની ચિંતન યાંગ-ચિન નામે ઓળખાવે છે.

-યાંગ-ચિન

-વિધાયક-નિષેધક

-પુરુષવાચક-સ્ત્રીવાચક

-સક્રિય-નિષ્ક્રિય

-હુંફાળું-શીતળ

-સૂકું -ભીનું

-અજવાળું-અંધારું

-સ્થિર-પરિવર્તનશીલ

-વ્યકત -અવ્યકત

-અગ્નિતત્ત્વ -જલતત્ત્વ <sup>(ભાણદેવ)</sup>

ઉભયની આંતરક્રિયાના પરિણામે સૃષ્ટિ અને ભારતીય  
દર્શનને આંશિક અનુસરતું હોય તેવું પ્રતીત થાય.  
છે. પરસ્પર વિરોધી અને અન્યોન્ય પૂરક સાબિત થતાંનું  
ઉપાદાન તૃતીય તત્ત્વ બ્રહ્મ છે.

અવસ્થા-

નિદ્રાવસ્થા વિષયક ઋષિ સૌર્યાયણીને પ્રશ્ન અને

માંડૂકયોપનિષદે જાગ્રતાદિ અવસ્થાઓ સમજાવી છે તેવી જ  
રીતે અહીં 'एतस्मिंस्तेजोमण्डल एकीभवन्ति ।' <sup>(૫-૪-૨)</sup>  
હે ગાર્ગ્ય જેમ સૂર્યાસ્તે તેજોમંડળ એકીભૂત તેમ ઇન્દ્રિયો  
પરમદેવમાં સંકલિત થાય છે. ત્યારે ન જીવાત્મા સાંભળે,  
સૂંઘે, સ્પર્શે વ. ત્યાં નિદ્રાવસ્થાનું વર્ણન છે. જ્યાં ઇન્દ્રિયને  
દેવ અને દેવાધિપતિ નમનપ નામક ઇન્દ્રિયને ગણાવી  
છે. જાગ્રતાવસ્થામાં મનની વૃત્તિઓ ઇન્દ્રિય દ્વારથી બાહ્ય  
વિષયો પ્રતિ ક્રમણ કરે છે. જ્યારે મનની વૃત્તિઓ શમે  
ત્યારે આ બધો વ્યાપાર બંધ પડે છે. જેને નિદ્રા કહે છે.  
જ્યાં ઇન્દ્રિયો એટલે ન નાક સ્થળાદિ પણ તેનું ચૈતન્ય  
સમજવું. ત્યારબાદની ચાલુ થતી સ્વપન-સુષુપ્તિ અવસ્થાનું  
વૈશિષ્ટ્ય જણાવે છે.

સ્વપ્નાવસ્થા 'अत्रैव देवः स्वप्ने महिमानमनुभवति  
।' <sup>(૫.૪-૫)</sup> જીવાત્મા દેવ-ઇન્દ્રિયાધિપતિ પોતાની  
વિભૂતિઓનો અનુભવ કરે છે. વિવિધ દેશ-દિશાઓને  
વારંવાર જોયેલું આદિ ફરીથી જુએ છે. જે વિદ્યમાન છે  
તે તો જુએ પણ નથી તે પણ બધું પોતે બનીને જુએ છે.  
સ્વપ્નાવસ્થામાં જીવનો બાહ્ય જગત સાથે સંપર્ક રહેતો  
નથી, પરંતુ મનના વ્યાપારો ચાલું રહે છે. મનમાં આ  
અવસ્થામાં અનુભવનો જે સંગ્રહ હોય છે તેના આધારે  
માત્ર તેટલું જ નહીં, સ્મૃતિના ટેકે અધિક પણ જુએ છે.  
એટલે તો લોકગીતમાં કવિના શબ્દો નઆજ રે સપના મેં  
તો ડોલતો ડુંગર દીકો જો, બળબળતી નદીયું રે સહેલી  
મારા સપનામાંપ, કે ઓખાને આવેલું સપનું અને ન માત્ર  
સ્વપ્ન પણ વિવાહ પણ તેમાં જ થઈ જાય છે અને ખરેખર  
ઓખાનું સ્વપ્નું - સ્વપ્નામેં પિયુ આવિયા, આવી લાગી  
ધાય, બલિહારી એ સ્વપ્નાકી રે.મત સ્વપ્ન હો જાય રે.

સ્વપ્નાંતરમાં દીકી સોરઠીયાની જાન રે, સ્વપ્નાંતરમાં  
વડસસરો ભગવાન રે. અને -

જાગ રે ઓખા જે જોઈએ તે મા રે, ઓખા ભરી રે નીં  
દરમાંથી જાગી. <sup>(ઓખાહરણ- ઓખાનું સ્વપ્ન. ૮.૫.૧૮,૧૯)</sup> અથવા  
તુલસી અનુનય સપનેહુ સાચેહુ મોહિ પર જોં હર ગૌરિ  
પસાડ । <sup>(માનસ-બલ.૧૫)</sup>

ભલે જાગ્રતાવસ્થાનો એક ભાગ સ્મૃતિ પણ સ્વપ્નાવસ્થામાં તે વિશિષ્ટ રીતે અનનુભૂત કામ કરે છે.

આધુનિક સ્વપ્નવિજ્ઞાન પ્રમાણે ચતુર્વિધ સ્વપ્નો અંકિત કરાયા છે. -સ્મૃત્યાધારિત, ઇચ્છાપૂર્વર્થે, ભવિષ્યકાલિક અને સૂક્ષ્મજગતીય. જ્યારે અન્યેન્દ્રિયોનો વ્યાપાર બંધ હોય ત્યારે મનના વ્યાપારો ચાલુ તે અવસ્થા એટલે સ્વપ્નાવસ્થા.

સુષુપ્તાવસ્થા આ અવસ્થા બાદની તે પણ જ્યાં ન હોય તે અવસ્થા એટલે સુષુપ્તાવસ્થા 'યદા રેજ સાભિભૂરો ભવત્યત્રૈવ દેવઃ સ્વપાન્ન પશ્યત્યથ તદૈરુસ્મિઞ્શરીરતત્સુખં ભવતિ ।' <sup>(મ.૪-૬)</sup> મન જ્યારે તેજથી અભિભૂત થતું અસ્વપ્ન બની અનુભવ કરે ત્યારે સુષુપ્તિની ચરમ પર હોય છે. હે સૌમ્ય તે તેના આ કાળમાં જેમ પક્ષીઓ સ્વસ્થાને નિવાસ કરે તેમ ઇન્દ્રિયાદિની વૃત્તિઓ આત્મામાં પ્રતિષ્ઠિત થાય છે. પ્રશ્ન તે કે મન કોના તેજથી અભિભૂત થાય છે? જેનાથી ક્રિયાશૂન્ય બનતો જીવાત્મા સુખાસીન સુષુપ્તાવસ્થાનો અનુભવ કરે છે. આને જ કંઈક આગળ પડતી સમાધિવસ્થાને યોગ આત્મપ્રાપ્તિનું સાધન ગણાવે છે. આ બંનેમાં મૂળગત ભેદ એક છે કે સમાધિવસ્થામાં આંતરિક જાગરિકતા ચાલું રહે છે પણ સુષુપ્તાવસ્થામાં નહીં.

સમાધિ એટલે નમહાન યોગીની ણાપ પાડતો કોઈ ચોક્રોર જગ્યા છોડીને તેમાં ચાર દિવસ દટાઈને પાછો ઊભો થઈ જાય તે નહીં પણ જેમ ઇલેક્ટ્રીક પ્લગમાં આપણે તાર નાંખીએ અને સ્વીચ ચાલુ કરીએ તો વીજળીનો પ્રવાહ તારમાં વહેવા લાગે છે. તેમ જ આ વિશ્વ તદ્દ્યેતનાથી ભરપૂર જેમાં આ ચેતના સમાધિવસ્થા-પ્રબળ તેમાં જ્ઞાનધારા વહેવા લાગે છે. 'સાધકને જીવમાંથી શિવમાં લઈ જાય છે અને જેને વિવર્ત કે પરિણામવાદ કહો પણ ઉપાસક ઝૂંપાંતરિત થતો સયુજ સખાય બને છે. સુષુપ્તાવસ્થાને વિભાષિત કરતા યોગશાસ્ત્ર 'અભાવપ્રત્યાલમ્બના વૃત્તિર્નિદ્રા' અભાવ પ્રત્યયનું આલંબન લેનારી વૃત્તિ એટલે નિદ્રા' જ્યાં વૃત્તિનિરોધ નથી ગણાય પણ અન્ય

વૃત્તિઓમાં જેમ કોઈ નિશ્ચિત પ્રત્યય (ચિત્તનો વિષય) તેમ અહીં અભાવનો પ્રત્યય છે. અન્ય ભાવાત્મક પ્રત્યય કરતાં અભાવ પ્રત્યયનું અલગ સ્વરૂપ અને વિરોધી છે. અહીં વૃત્તિનો અભાવ નહીં, પણ અભાવની વૃત્તિ છે. અને તેને જ નસમાધિય કહેવાય છે. એટલે જ મૂઢ-સંમૂઢનો ભેદ શ્રીકૃષ્ણ સ્થિતપ્રજ્ઞતા કાળે ગણાવે છે. તે આજ ભાન -બેભાન-સભાનાવસ્થા છે. સુષુપ્તાવસ્થામાં આત્મવસ્થિતિ ન પણ સમાધિમાં રહેવી તે આ બંનેનો મૂળગત ફેર છે. સુષુપ્તાવસ્થામાં પ્રગતિ નહીં. તેથી સમાધિથી એક સ્ટેપ પાછળ છે આ અવસ્થા. જેમ દૂધ દહીં બનવામાં મેળવણ કારણ સ્વયં ન બની શકે તેમ જાગ્રત-સુષુપ્ત-સમાધિવસ્થાઓ ગણવી.

### સકલપુરુષ

શકલ-સકલપુરુષ-અસ્તિત્વનું કેન્દ્ર 'અથ હૈનં સુકેશા ભારદ્વાજઃ પ્રપચ્છ ।' ભગવન્ કૌસલદેશીના રાજકુમાર હિરણ્યકેશીએ મને પૂછેલું કે હું ભારદ્વાજ, તમે સોળ કળાયુકત પુરુષને જાણો છો? કારણ હું ન જાણતો તને કેમ કહું કે હું જાણું છું, જો જાણતો હોત તો તને કહેત; પણ અસત્ય કેમ કહું કારણ કે અસત્ય ન બોલવું. સત્યમહિમા

સુનૃતં સર્વશાસ્ત્રાર્થનિશ્ચિતજ્ઞાનશોભિતમ્ ।

ભૂષણં સર્વવચસાં લજ્જેવકુયોષિતામ્। <sup>(સુભાષિતરત્નભંડાગર.</sup>

પૃ. ૨૦૬).

રાજકુમાર ચૂપચાપ ચાલ્યો ગયો. તે જ પ્રશ્ન હું આપને પૂછું છું કે તે પુરુષ કયાં છે? રામચરિતમાનસ આને

એકઅનીહઅહ્મપઅનામા।અજસચ્ચિદાનંદપરધામા।।  
વ્યાપક બિસ્વહ્મપ ભગવાના । તેહિં ધરિ દેહ ચરિત  
કૃત નાના ॥

કે

અગુન સગુન બિચ નામ સુસાખી । ઉભય પ્રબોધક  
ચતુર દુભાષી ॥ <sup>(ભાલ.૨૦-૪)</sup>

ભગવાન કૃષ્ણ પૂર્ણ પુરુષોત્તમ

ઉત્તમઃ પુરુષસ્ત્વન્યઃ પરમાત્યેદાહૃતઃ।

યો લોકત્રયમાવિશ્ય બિભર્ત્યવ્યય ઈશ્વરઃ ॥ <sup>(ગી.૧૫-૧૭)</sup>

તે જ જ્યાં પ્રશ્ન, રાજકુમાર, બ્રહ્મનિષ્ઠતા અને સત્યમહત્તાને અનુક્રમે વ્યક્ત કરતો આ સંવાદ અહીં રજૂ થયો છે. કુલ ચંદ્ર સોળ કળાએ ખીલે તો પૂર્ણિમા પૂર્ણિતા કહેવાય તેમ અહીં તે કેન્દ્ર પુરણ છે, તેથી ‘ૐ પૂર્ણમદઃ પૂર્ણમિદમ્--૧’ કહેવાયું. આનો ઉત્તર ઋષિ પિપ્પલાદના મુખે અપાયો કે ‘બ્રહ્માંડનું કેન્દ્ર’ તે જ પુરુષના શરણમાં, તે ચૈતન્ય, આત્મા, દેશી કે અસ્તિત્વ અને તેથી ‘યદ્ પિપ્પલે તત્ બ્રહ્મણ્ડે’ કહેવાયું. તૈત્તરીયમાં વરુણે ભૃગુને આજ દર્શાવ્યું હતું કે નચ્ચજેમાંથી આ બધું જન્મે છે. તે જાણવું જ લક્ષ્ય છે. તે જ બ્રહ્મ છે. સૃષ્ટિનું જનન જેમાંથી ‘સ પ્રાણમસૃજત ૧’<sup>(પ્ર.૬-૪)</sup> તે પ્રતિષ્ઠિત થવાથી તેણે પ્રાણ રચ્યો. તેમાંથી શ્રદ્ધા, આકાશાદિ પંચમહાભૂત, અંતઃકરણ સહ ઇન્દ્રિયો, અન્ન, વીર્ય, ત્યાર બાદ તપ, મંત્ર, કર્માદિ લોકની ઉત્પત્તિ થઈ. ગીતાના મતે ‘અન્નાદ્ ભવન્તિ ભૂતાનિ । સમષ્ટિનો પ્રાણ-હિરાણ્યગર્ભ કહેવાયો.

જેને ઇશોપનિષદ પણ પ્રસ્તુત કરે છે- હિરણ્મયેન પાત્રેણ સત્યસ્યાપિહિતં મુખમ્ ।<sup>(ઇસ. ૧૫)</sup>

### ઉપસંહતિ

જેમ સમુદને લક્ષ્ય કરીને નદીઓ વહે, તેમાં જ વિલય પામે; તેવી રીતે નામરૂપાત્મક સૃષ્ટિ જ્યાંથી આવી તેમાં જ લય પામે છે. તે અકલ, અમૃત પણ છે

અરા ઈવ રથનાભૌ કલા યસ્મિન્ પ્રતિષ્ઠિતાઃ ।  
તં વેધં પુરુષં વેદ યથા મા વો મૃત્યુઃ પરિવ્યથાર્થિતિ ॥  
(પ્ર.૬-૬)

આપણે આપણા યથાર્થ કેન્દ્રે જવું તે જ અંતિમ લક્ષ્ય અહીં જણાવ્યું. સરિતાનું ગંતવ્ય જેમ સાગર યથાવત્ જીવનું ગમન શિવ પ્રતિ તેને તું જાણી લે.

(નલિની અરવિંદ એન્ડ ટી.વી. પટેલ આર્ટ્સ કોલેજ,  
વલ્લભ વિદ્યાનગર-આણંદ)



॥ અનુભવ કથા ॥

### એક કપ કોફીનું પરિણામ

મનીષા મકવાણા

“મમ્મી.. ઓ મમ્મી! મમ્મી...!!!”

“ઓહ! હા દીકરા..” “ક્યાં ખોવાઈ ગયા???” હું ક્યારનો તમને બોલાવું છું! તમે કોઈ વિચારોમાં ખોવાયેલા લાગો છો. શું થયું?? કહો ને મમ્મી!!!”

મીતાબેન હાથમાં પકડેલો કોફીનો કપ નીચે મૂકતા બોલ્યા, “એ તો આ કોફી પીતાં પીતાં વર્ષો પહેલાંની એક ઘટના યાદ આવી ગઈ.”

“ઓહ! શું થયું હતું મમ્મી?? પ્લીઝ મને પણ કહો ને!”

“હા દીકરા.. ચોક્કસ કહીશ. ચાલ તું મારી સાથે હીંચકા પર ગોઠવાઈ જા પછી આપણે નિરાંતે વાત કરીએ..”

“હા મમ્મી...”

આજથી ૨૧ વર્ષ પહેલાંની આ વાત છે. સન ૧૯૯૮. મીની બારમાં ધોરણમાં અભ્યાસ પૂરો કરે છે. બાર સાયન્સની આકરી તપસ્યા પછી એને કચ્છની એક એન્જિનિયરિંગ કોલેજમાં અભ્યાસ કરવાની તક મળે છે. મીની એક સામાન્ય મધ્યમવર્ગીય પરીવારમાં મોટી થઈ હોય છે. એ સૌથી મોટી અને બે નાના ભાઈઓ. પિતાની સરકારી નોકરી. ઓછી આવકમાં, ભાડાના ઘરમાં તદ્દન નજીવી સુવિધાઓ ઉપલબ્ધ હોવાં છતાં એની ભણવાની ધગશ જોઈ એના પપ્પાને મીનીના ઉચ્ચ અભ્યાસ માટે જે પણ દેવું કરવું પડે એ તમામ કરવા મક્કમ હતા.

આજથી વીસેક વર્ષ પહેલાં દીકરીઓને ઘરથી દૂર ભણવા મોકલવી એ એટલું સહેલું ન હતું. સમાજનો ડર. સગાવહાલાના વાંધાવચકા. દીકરી ને તે કઈ આટલે દૂર ભણવા મોકલાતી હશે?? કઈ આડુંઅવળું થઈ ગયું તો?? એકલા રહેવાનું એકલાં ભણવાનું તમને કઈ ભાન

પડે છે?? વળી દીકરી તો પારકું ધન. તમને ક્યાં કમાઈને આપવાની હતી! શું કામ ખોટો ખર્ચો કરો છો?? એના કરતાં એને નજીકની કોઈ કોલેજમાં એડમિશન આપવી દો એટલે શાંતિ.

“દીકરી નજર સામે રહે તો માવતરને ઝાઝી ઘિંતા નહીં. સમજ્યા રમણભાઈ!!!”

પરંતુ સમાજની પરવા કર્યા વિના એ તો દીકરીને ગમે તે સંજોગોમાં ઉચ્ચ અભ્યાસ કરાવવાનું બીડું ઝડપી ચૂક્યા હતા. આપનો જે અભિપ્રાય હોય એ, પણ મારી દીકરી મને દીકરાઓ જેટલી જ વહાલી છે અને એના અભ્યાસ માં હું કોઈ ક્યાસ નહીં રાખું. ભલે જે મુશ્કેલી પડે હું તો એને ચોક્કસ ઍજિનિયર બનાવીશ.

આખરે એડમિશન અટપટી કાર્યવાહી પૂર્ણ કર્યા બાદ એ દિવસ આવી ચડે છે જ્યારે મીનીને ઘરથી વિદાય લઈ દૂર કચ્છ ભણી મીટ માંડવાની હોય છે. કચ્છ એટલે તો રણ. છેક છેવાડાનો પ્રદેશ. બસ કે ટ્રેનમાં દસ થી બાર કલાકની મુસાફરી. આજની જેમ મોબાઈલ તો હતા નહીં કે સતત સંપર્કમાં રહી શકાય. ઘરનું વાતાવરણ થોડું ગંભીર થઈ જાય છે. ચાર વર્ષની વસમી વિદાય થોડી અઘરી તો ચોક્કસ હતી બંને માટે. પરંતુ કંઈક મેળવવા કંઈક ગુમાવવું પણ પડે છે.

મમ્મીના આંખમાં આંસુ છે, તો પપ્પા પણ પોતાની લાગણી છુપાવવાનો ડોળ કરે છે. પણ અંદરથી તો એ પણ રડી રહ્યા હતા. આખરે બાપ દીકરીનો અનોખો સંબંધ. બાપ ને દીકરીથી વિશેષ કોણ ઓળખી શકે ભલા??

જો બેટા! આપણે બસમાં મુસાફરી કરતા હોય ત્યારે કોઈ કંઈ આપે તો ખાવું ના જોઈએ..કોઈ અજાણી વ્યક્તિ સાથે વાત ન કરવી. કોઈનો વિશ્વાસ ન કરવો.. પોતાના સામાનનું ધ્યાન રાખવું..વિગેરે વિગેરે... આ સર્વ સામાન્ય વડીલો દ્વારા અપાતી શિખામણ ધ્યાનમાં રાખીને મીનીને બસમાં વળાવવા એનો પરીવાર આવે છે.

ઘરથી લગભગ ૫૦૦ કિલોમીટર દૂર અભ્યાસ અર્થે જવાનું સહેલું ન હતું. જે છોકરી ક્યારેય ઘરથી

૫ કિલોમીટર પણ દૂર એકલી ન ગઈ હોય એને આમ અચાનક આટલા દૂર એકલા મુસાફરી કરવાની, અને એ પણ મર્યાદિત અને મોટાભાગે જર્જરિત ગુજરાતની એસ. ટી. બસ. અને વળી પાછો રાતનો સફર.. શરમાળ પ્રકૃતિની મીની મક્કમ થઈને એ પણ સ્વીકારી લે છે. એના હૈયામાં એક જ હામ છે કે મારે તો ભણવું જ છે ભલે ગમે તેટલી અગવડ અડચણ આવે.

બસ, આ જ નિર્ધાર સાથે મીનીની રોમાંચક ઉચ્ચતર શૈક્ષણિક કારકિર્દીની શરૂઆત થાય છે.

એકવાર આવી જ રીતે રાતની સફર કરવાની હોય છે. મીની ઘરેથી થેલાઓ તૈયાર કરીને પોતાનો સામાન વ્યવસ્થિત ગોકવીને સજ્જ થઈને મમ્મી પપ્પા સાથે બસસ્ટેન્ડ આવી છે. મમ્મી પપ્પાને કહે છે તમે જાઓ હવે હું મારી રીતે જતી રહીશ. તમે ઘિંતા ના કરશો.

“ભલે બેટા! પણ પહોંચીને ફોન કરજે...”

“હા મમ્મી..!!”

બસ આવી.બધા મુસાફર ઘક્કામુક્કી કરતાં કરતાં ચઢી ગયા.. પણ બિચારી મીની માંડ એના બે મોટા થેલા લઈને ખીચોખીચ ભરેલી બસમાં ચઢે છે. બસ ચાલુ થાય છે..બેસવાની જગ્યા મળે એનો તો પ્રશ્ન જ નહોતો. ઊભા રહેવા મળે એ પણ મોટી વાત હતી. અને વળી કચ્છ સુધી જનારી આ એક જ બસ. એટલે બીજો કોઈ વિકલ્પ પણ ન હતો.પણ મીની જરાય પાછળ પડે તેમ નહોતી. મદદ માટે આજીજી કરી ને સીટ મેળવવાનું તો એના સ્વભાવ માં હતું નહીં. એ તો બસની સીટના લોખંડના સળીયા પકડીને સંતુલન જાળવવાનો પ્રયત્ન કરતી ઊભી હોય છે. ઊભાઊભા મુસાફરી કરવાની છે. એ તો એની માનસિક તૈયારી હોય છે જ. પણ આજે એને કંઈક ચક્કર જેવું લાગતું હતું. એની તબિયત અચાનક બગડવા લાગી. ઊબકા શરૂ થયા..બસ એક સ્ટોપ ઉપર થોડીવારમાં ઊભી રહે છે.. મીની નીચે ઉતરી ને એક ખૂણામાં જઈને ઊલટી કરતી હોય છે.. ઓણે દુકાનમાંથી એક સોડાની બોટલ ખરીદી અને પીવા લાગી. કદાચ આનાથી સારું થઈ જશે એમ માની ને. પણ એ પીધા પછી તો ફરીથી એને વધારે ઊલટી

થવા લાગી.. બસનો હોર્ન વાગ્યો... બધા બસમાં ચઢવા લાગ્યા.. મીની પણ દોડીને ચઢી ગઈ.. ફરીથી ભીડમાં સીટના સળીયા પકડીને એ જ મુસાફરી કરવાની હતી.

પણ હવે એની હાલત વધારે ખરાબ થતી ગઈ .. બિચારી માંડ માંડ ઊભી હતી.. હાલકડોલક થતી બસમાં. આખી ભરચક બસમાં સદ્દનસીબે એક વ્યક્તિ મીનીની આ પરિસ્થિતિ, આ હાલત જોઈ રહ્યો હતો... એને આ છોકરી પર દયા આવી.. એ ભાઈ એની સીટ પરથી ઊભો થઈ ગયો અને મીનીને બેસવા માટે જગ્યા આપી. આનાકાની કરતી મીની આખરે એ જગ્યા પર બેસી જાય છે. મીની આભાર માને છે અને ભાઈ મીનીની જગ્યાએ ભીડમાં કાંઈ બોલ્યા વિના માત્ર એક સ્મિત આપીને ગોઠવાઈ જાય છે. હજી તો ઊંઘવાનો અસફળ પ્રયત્ન કરે છે ત્યાં થોડીવાર પછી ફરીથી એક સ્ટોપ પર બસ ઊભી રહે છે. બધા મુસાફરો નીચે ઉતરે છે. એ ધ્રાંગધ્રા સ્ટેશન હતું.

મીની બસમાંથી નીચે ઊતરે છે . હજી પણ સારું લાગતું નથી. મૂંઝવણમાં એ બિચારી એક નાનકડાં બાંકડા પર બેઠી બેઠી પોતાના સાજા થવાના ઉપાયો વિચારતી હોય છે. એને ઘરની યાદ આવે છે. મમ્મીની કાળજી પપ્પાની હુંફ. હોસ્ટેલના ભોજન માટે કાયમ ચિંતા કરતી મમ્મી એને યાદ આવે છે. વિચારોના વાદળોમાં ઘેરાઈ જાય છે. આસપાસ કોઈ નથી અને કોઈનું ધ્યાન પણ એની પર નથી જેની પાસેથી એ મદદની અપેક્ષા રાખી શકે..

એટલામાં એ જ અજાણી વ્યક્તિ એના માટે કોંઈનો કપ લઈને આવે છે. મીની જ્યાં બેઠી હોય છે ત્યાં એની પાસે જઈને ઘરે છે.

“આ કોંઈ પી લો. એનાથી સારું થઈ જશે.”

મીની અવાજની દિશામાં જુએ છે તો એ જ ભાઈ હતા જે છેલ્લા બે કલાકથી પોતાની સીટ મીનીને આપીને પોતે ઊભા ઊભા મુસાફરી કરતા હોય છે.

કોંઈનો કપ જોઈ મીનીને વડીલોની શિખામણો યાદ આવે છે.. “કોઈની પાસેથી કંઈ લેવું નહીં.. વાત ન કરવી.. વિશ્વાસ ન કરવો..”

કોંઈનો કપ હાથમાં લેતા ખચકાટ થાય છે.. મીનીને વિચારોમાં ખોવાયેલી જોઈને ફરીથી પેલી અજાણી વ્યક્તિ વિનંતી કરે છે.

“આ કોંઈ પી લો સારું થઈ જશે..થોડો આરામ મળી જશે.”

અંતે વિશ્વાસ રાખીને મીની કોંઈ પી જાય છે.. અને ખરેખર થોડીવાર પછી એને સારું લાગે છે.. એના ઊબકા શાંત થઈ ગયા.. એને ઘણું સારું લાગ્યું..

“જ્યારે પણ આવું થાય મુસાફરી દરમિયાન ત્યારે કોંઈ પી લેવી .. કોંઈથી સારું થઈ જાય.”

“ભલે.. ધન્યવાદ..”

ફરીથી બસનો હોર્ન વાગે છે.. બધા બસમાં ચઢવા લાગ્યા.. મીની પણ બસમાં ફરીથી બસની સીટના સળીયા પકડી ઊભી રહે છે.. પણ પેલા ભલા માણસ કહે છે અરે તમે બેસી જાઓ અને થોડી ઊંઘ ખેંચી લ્યો. આરામ મળી જશે તો સારું લાગશે. હું ઊભો રહીશ.. જાણે એ ભાઈ માં રામ વર્યા હોય એમ મીનીને લાગ્યું .

મીનીને સીટમાં બેઠા બેઠા ક્યારે નીંદર આવી ગઈ એની ખબર જ ન રહી... કંડકટરે આદિપુર ... આદિપુર ... ની બૂમો પાડવાનું ચાલુ કર્યું એટલે મીનીની આંખ ખૂલી.. ઊઠી ને બસમાં ચારેતરફ નજર ફેરવે છે પણ પેલા અજાણ્યા ભાઈ દેખાતા નથી. કદાચ આગળ ઉતરી ગયા હશે.

અરે ! હું તો એમને આભારના બે શબ્દો પણ બરાબર ના કહી શકી એનો રંજ રહી જાય છે આજીવન..

ના એ ભાઈનું નામ જાણ્યું ના એ ક્યાંના હતા એ જાણ્યું... બસ એક યાદ રહી ગઈ...

એ પહોંચીને મમ્મીને ફોન કરે છે અને મુસાફરીનું વર્ણન કરે છે.

નક્કી કોઈ સંત હશે. ભગવાન એ ભલા માણસનું હર્મણું સારું કરજો... મમ્મીના મોઢામાંથી શબ્દો સરી પડે છે.



અને જ્યારે પણ એ ઘટના યાદ આવે મનમાં સહજ એના પ્રત્યે આદરનો ભાવ થાય. દુનિયામાં બધા ખરાબ નથી હોતા.. ગણ્યાગાંઠ્યા ખરાબ અનુભવોના આધારે આપણે એક નિયમ બનાવી દઈએ છે કે અજાણ્યાં હમણાં ખરાબ જ હોય.. પરંતુ સો માંથી ૯૫ ટકા અનુભવો સારા હોય છે..

તો આપણે આપણા બાળકોને એવું કેમ ના શીખવી શકીએ કે બેટા અજાણ્યાં પણ સારા હોઈ શકે થોડી સાવચેતી રાખવી જરૂરી છે પણ દર વખતે આમ અવિશ્વાસ કરવો યોગ્ય નથી... આપણે પણ જરૂર પડ્યે કોઈક અજાણી વ્યક્તિની મદદ ચોક્કસ કરવી જોઈએ..

વાત સાંભળીને નાનો તીર્થ પણ ખુશ થઈ ગયો..એને પૂછ્યું પણ મમ્મી આ મીની કોણ છે???

મમ્મીએ હસીને જવાબ આપ્યો... તારી મમ્મી બેટા...!!!!

તું પણ મોટો થાય ત્યારે આમ કોઈને પણ જરૂર હોય ત્યારે મદદ કરજે અને એક કપ કોફી આપજે. . કોફીથી સારું થઈ જશે...

બન્ને મા દીકરા ફરીથી હસતાં હસતાં હીંચકા પર ઝૂલવા લાગ્યા....

આજે મિતાબહેન એક ઍજિનિયરિંગ કોલેજમાં પ્રોફેસર તરીકેની સેવાઓ આપી રહ્યા છે. તેઓ આંતરરાષ્ટ્રીય નારીદિન નિમિત્તે ભાઈબહેનોને સંબોધન કરતા. હું મારા અનુભવને આધારે તમને કહી રહી છું.

આપણાં બાળકો હજી તો શાળામાં અભ્યાસ કરતાં બાળકો મોંઘા દાટ મોબાઇલ લઈને નીકળી પડે છે. અને હજી પણ આ ટેકનોલોજીના યુગમાં બાળક પરિવારથી છૂટું જલદી પડી શકતું નથી. મોબાઇલ ફોનથી પણ પળની ખબર લેતા મા-બાપ બાળકોને જાણે અજાણ્યે પરાધીન બનાવી દે છે. સોશિયલ મીડિયાને લીધે જેટલું ઓન લાઇન મિત્ર વર્તુળ અને સંપર્ક વધ્યો એનાથી વિપરીત એનાથી તીવ્ર ગતિએ પ્રત્યક્ષ વાતચીત અને

સંપર્ક ઘટ્યો છે. જાણીતા ઓળખીતા લોકો સાથે માંડ વાતચીત થતી હોય ત્યાં અજાણ્યા મુસાફરને બોલાવાનું તો દૂર છે. વધુમાં સતત બાળકોની સાર સંભાળમાં, નાની નાની દરેક કઠિન પરિસ્થિતિમાં બાળકોને ફોસલાવતા માવતરે એમના વ્યક્તિગત વિકાસની ચિંતા કરવા જેવી તો ખરી. પોતાની રીતે સહન કરતાં શીખવાની, તકલીફ માંથી બહાર નીકળતા શીખવાની પાયાની સમજશક્તિ કેળવવા જેવી છે આજના બાળકોમાં. વાલીઓ સંતાનોને મોંઘા દાટ મોબાઇલ, લક્ઝરી બસની ટિકિટ, બ્રાંડેડ કપડાં જેવી ભૌતિક સાધન સંપન્નતા પૂરી પાડી તેમની મહેનતની કમાણીનું અવમૂલ્યન કરે છે.

બસમાં ટ્રેનમાં ઘણી યુવતીઓ આવા અનુભવોમાંથી પસાર થતી હોય છે. આપના સમાજનું એ દુર્ભાગ્ય છે કોઈ સ્ત્રી જલ્દીથી કોઈ અજાણ્યા પુરુષ પર વિશ્વાસ નથી રાખી શકતી. ચારેબાજુ બળાત્કારીઓનો ભય, લૂંટારાઓનો ભય.

મારી જેમ ઘણી યુવતીઓ કોફીનો કપ લેતાં ખચકાતી હશે.. મનમાં પેલા જ વાક્યો ઘૂમરાયા કરતાં હશે.

હજારોની ભીડ વચ્ચે પણ પોતાને એકલી મેહસૂસ કરતી હશે. આપણે કેમ આ માહોલ ના બદલી શકીએ. દુર્લભ ભારતે જન્મની વાતો કરતો સમાજ એક સ્ત્રીને સુરક્ષા કેમ ના આપી શકે? બધા જ પુરુષોને અને બધી જ સ્ત્રીઓને આપણે પૂર્વધારણાથી મૂલવીએ છીએ તે ખોટું છે.

સ્ત્રી સ્વાતંત્ર્ય કે સ્ત્રી સશક્તિકરણ માત્ર વાતો કરવાથી કે કાર્યક્રમો કરવાથી નહીં જ આવે. સમાજમાં સ્ત્રી દાક્ષિણ્ય નું મૂલ્ય ત્યારે જ સાકર થઈ શકશે જ્યારે ભીડમાં સ્ત્રી ભય અને શંકાની જગ્યા એ આદર અને સુરક્ષાનો અનુભવ કરી શકશે. જ્યારે દરેક વ્યક્તિમાં દયા, અનુકંપા અને કૃપા ની લાગણી ઉદ્ભવે ત્યારે જ આદર જન્મી શકે. અને એ માટે કાંઈ વિશિષ્ટ પ્રયત્ન કરવાના નથી. જેમ વાર્તામાં એક પુરુષ આજની વ્યક્તિની વેદના અનુભવી અને એનાથી શક્ય એવી મદદ કરે છે, એ નાનાં અમથા કૃત્ય થી પણ ઉદાહરણ દાખવી શકાય. (અનુસંધાન પાન નં.-૩૨ ઉપર)

## २१ वीं सदी की संचारक्रांति और अस्मिता की चुनौतियाँ

पार्वती गोसाईं



“कितना मुश्किल होता है

हरे पत्तों में हरे पत्ते

मिट्टी में मिट्टी

नमी में नमी

गीले में गीला

पानी में पानी

धूप में धूप

हवा में हवा

संबंधों में संबंध

तलाशना या ढूँढ लाना

इस पथरीले कुहासे भरे

संवेदनाहीन समय में

भयानक, कठिन, आसद समय में।”१

सच में, उपर्युक्त काव्य की पंक्तियाँ आज के समय में मुझे एकदम सार्थक लगती हैं। कर लो दुनिया मुझे में..., एक आइडिया जो बदल दे आपकी दुनिया... जो फिट है वह हीट है... जो दिखता है वह बीकता है... जैसे मीडियायी सूर्ों में आज हम जी रहे हैं तब सच में लगता है कि क्या बचा है हमारे पास जो अपना है?! सबकुछ पा लेने की होड में आज अपना खूद का कुछ भी नहीं बचा हमारे पास। आज हमारे चारों ओर विकास एवं परिवर्तन के नाम पर बहुत कुछ ऐसा हो रहा है जिसे हम जब तक जानने समझने की कोशिश करे तब तक वह बदल चूका होता है। आज हमारे चारों ओर संचारक्रांति की तडक-भड़क ने प्राकृतिक लालिमा को नष्ट करने में कोई कसर नहीं रखी। हमारी आँखों के सामने सारी जमीन और दीवार, गली, चौराहे, सडकें, छतें आदि सबकुछ बिकते जा रहे हैं, साथ ही भावना, उत्साह, श्रम, सेवा, संवेदना, सत्य, सहृदयता, सहिष्णुता भी मीटती जा रही है। जमी की तरह जमीर भी इन संचारक्रांति के कारण कहीं-न-कहीं खोखले

होते जा रहे हैं। हम चंद पैसों और क्षणिक सुख के लिए यह भूल गए हैं कि हमें कहा ले जाया जा रहा है। अपने मन की लगाम को पहले इस कदर मशीनों के हवाले न किया था। आज हालात यह हैं कि हमारा न मन पर अधिकार है और न तन पर अधिकार है। मन क्या देखेगा और तन क्या पहनेगा यह फैसला सोच समझकर नहीं, बल्कि स्क्रीन पर देखकर, सुनकर लिया जा रहा है। आज संचारक्रांति के कारण जनमाध्यमों की माया ने अपने को पराया और पराए को अपना बना दिया है।

सबकुछ मुठ्ठी में करने की चाहत में, ज्यादा से ज्यादा जानने, मनोरंजन प्राप्त करने की अंधी दौड़ में हम भूल गए हैं कि हमारा कायाकल्प हो रहा है। इस कायाकल्प के कारण हमारे मन में भारतीय के बजाय आप्रवासी भारतीय बनने की कामना तेजी से बढ़ रही है। यहीं तो मीडिया की माया है। अपने संस्कार, परंपरा, रीत रिवाज, उत्सवों, त्यौहारों को दरकिनार करके अंधों की तरह कभी न प्राप्त होनेवाली, कभी न पूरी होनेवाली मृगजलीय इच्छाओं की ओर दौड़ना चाहते हैं। यह हमारी भारतीय अस्मिता का विनिमय है। हमारी अस्मिता के सामने आज अनेकों चुनौतियाँ खड़ी हैं। व्यक्तित्व व अस्तित्व के प्रश्न तेजी से उठ रहे हैं। विमर्श, अधिकार एवं न्याय के प्रश्न उठ रहे हैं। जो लोग अपनी पहचान और अधिकारों के लिए लड़ रहे हैं वे माध्यमों द्वारा बनाई जा रही पहचान के खतरों की अनदेखी कर रहे हैं। पाश्चात्य संस्कृति को मीडिया के माध्यम से भारतीय प्रजा पर मायावी रूप से प्रभाव पड़ने के कारण उपभोक्तावादी संस्कृति का उदय हो गया है। उपभोक्तावादी संस्कृति में मनुष्य गौण और वस्तु का महत्व प्रमुख होने से मनुष्य की गरिमा महिमा को दरकिनार कर दिया गया है। आज नीचे जमीन पर बैठकर भोजन करना, चारपाई पर सोना, मटके का पानी पीना, घर में पका हुआ खाना खाना, एक दूसरे के घर जाकर मीलना-बैठना, लौकिक क्रियाकलाप करना आदि तुच्छ समझा जाने लगा है। आज विवाह प्रथा जन्मोजन्म का रिश्ता न रहकर ‘ऐग्रीमेण्ट’ बनता

जा रहा है। लैंगिकता के नाम पर अकुदरती रीशतों को मान्यता मील रही है। संतानोत्पत्ति को बोझ एवं जीमेदारी के नाम पर तीलांजलि दी जा रही है। ऑन लाईन एड्युकेशन के नाम पर काम से जी चुराकर छाओं को खुली छूट दी जा रही है कुछ भी करने की। संवेदना एवं संवाद को खत्म करके संचारक्रांति के माध्यमों द्वारा जिस तरह का आभाषी माया जाल फैलाया जा रहा है, वह सुखद या लाभदायी परिणाम की ओर इंगित नहीं करता।

जब हमने अपनी विवेकबुद्धि को ताला लगा दिया है, अपना है उसे भूलते जाओ, छोड़ते जाओ और नयेपन के नाम पर कुछ भी अपनाते जाओं की मानसिकता के कारण बहुत कुछ खो दिया जिसे वापस लाने में लोहे के चने चबाने पड़ेंगे। आज सारी दुनिया में एक ओर पाश्चात्य अस्मिता है, दूसरी ओर देशी अस्मिता है। देशी अस्मिताओं के संरक्षण और पल्लवन के लिए जरूरी है कि इन मीडियायी माया को संपूर्ण तिलांजलि दी जाए। यही है जो हमे हमारे मूल की कोर वापस लौटाएँगा। हमें एक प्रबुद्ध नागरिक की तरह इन मीडिया की माया को पहचानना होगा। 'वस्तु' को केन्द्र से हटाकर 'व्यक्ति' की महता को कायम करना होगा। हमें इनके प्रति आम लोगों में ठंडे दिमाग से वैचारिक चेतना पैदा करनी होगी। उन क्षेयों को जानना होगा जहां से सांस्कृतिक हमला आ रहा है। साथ ही संस्कृति का वैकल्पिक ढाँचा भी बनाना होगा। ऐसा करने में यह भी ध्यान में रखना होगा कि अस्मिता बनी रहे, संस्कृति बची रहे। क्योंकि मीडिया को माया मे माल सर्वोपरी होने से अस्मिता को स्वीकारा नहीं जाता। वह तो सिर्फ माल की अस्मिता का पूजारी है। उपभोक्तावादी संस्कृति के झरिए मीडिया पहले तो हमारी दबी हुई अस्मिताओं को इच्छा का नाम देकर, आवश्यकता बताकर, परिवर्तन एवं बदलाव का नारा लगाकर पहले तो उभारता है, उनको अपना कवरेज बनाकर पेश करता है। ऐसा करने में अपनी वैधता और प्रसार का व्यापक जनाधार भी प्राप्त करता है। बुद्धि को किनारे रखनेवाले इसे बढ़ावा देकर,

उसके पक्षधर बनकर खुश होते हैं और अनजाने में ही बाजारीकरण, नफा एवं विक्रय की संस्कृति को जन्म दे देते हैं। धीरे-धीरे हम अपनी आवश्यकता दायरा बढ़ाते जाते हैं और फिर उसे हर हाल में अपना एक तरह का 'स्टेटस' बनाए रखने के लिए भी न चाहते हुए भी इसमें फंसते चले जाते हैं। इस तरह से मीडिया अपने मायाजाल से अलग-अलग तरह के 'ओडिऑस' का निर्माण भी कर लेता है। उच्च, मध्यम एवं निम्न इन तीनों क्षेयों को अपने प्रभाव में लाकर उनको अपने गुणवत्ता के गुणगान गवाते हैं। प्रथम श्रेणि में कॉर्पोरेट एवं सेलिब्रिटी टाईप के लोग आते हैं जो इन मीडिया की माया को ही अपनी माया बताते हैं। और मन ही मन आनंद लेते हैं। दूसरी श्रेणी में आज भद्र लोग आते हैं जो आम तौर पर माध्यमों का सबसे बड़ा उपभोक्ता है। इसके लिए भद्र प्रेस, टी.वी., रेडियो, फिल्म आदि के साथ साफ सुथरे कार्यक्रमों की व्यवस्था में फंसकर एक प्रकार का स्तर निर्धारित करने में लगे रहते हैं। तीसरी श्रेणि में घटिया या वल्गर निम्न वर्ग के दर्शक आते हैं। जो अपनी विकृत मानसिकता को मीडिया के झरिए ज्यादा से ज्यादा फैलाकर समाज व संस्कृति को गंदा करने का काम करते हैं। खुले तौर पर पोर्न विडियो, फोटो, सनसनीखेज खबरे छापकर, सही सूचना को पीछे धकेलता है, और गलत बातों को फर्जी विडियो बनाकर अशांति एवं विकृति फैलाता है। इससे सिर्फ छद्म सेक्स, हिंसा, अंधराष्ट्रवाद, उन्माद और अपसंस्कृति ही फैलते हैं। विज्ञापन के माध्यम से मीडिया की माया हर वर्ग, हर उम्र व हर जाति के वर्ग को मोहांध बनाने में सफल रहा है। बाजार के विकास में संस्कृति का विनाश इन मीडिया के कर्ताओं को मंजूर है। विज्ञापन को पूंजीवाद की संजीवनी भी इसी लिए कह सकते हैं। भारत जैसे देश में कुछ बी चल सकता है यह मानकर कुछ विज्ञापन कंपनियां और मीडिया मालिकों ने सटोरियों का बाजार भी गर्म कर रखा है। इसके साथ ही जनहित प्रसारण संस्थाओं को तेजी से व्यावसायिकता की ओर ठेला जा रहा है। मनोरंजन केंद्रित कार्यक्रमों के प्रसारण के लिए दबाव पैदा किया

जा रहा है। इसमें भी सिनेमाई मनोरंजन पर ज्यादा जोर दिया जा रहा है। इससे जनमाध्यमों की विकासमूलक भूमिका खत्म हो रही है। राष्ट्रीय संप्रभुता, स्वायत्तता, जातिय संस्कृतियों, जातिय भाषाओं और देशी जीवनशैली को खतरा पैदा हो गया है। इस दबाव के कारण देशी माध्यमों में व्यावसायिकता का रुझान तेज हुआ है। व्यावसायिकता के कारण अधिकांश कार्यक्रम प्रायोजित होते हैं। जो प्रायोजित नहीं है उसके प्रसारण की व्यवस्था नहीं है। इसके कारण मीडिया में पूंजीवादियों का दखल भी बढ़ा है। व्यावसायिक कंपनियाँ अब इन मीडिया पर अपनी विज्ञापन नीतियाँ बदलने के लिए भी दबाव डाल रहा है, यहाँ तक कि कार्यक्रमों की अंतर्वस्तु भी सुझा रही है। इसका सीधा अर्थ यह हुआ कि यह बाज़ारवाद, व्यावसायिक कंपनियाँ मीडिया की मूला प्रायोजक नहीं बल्कि नीति निर्धारक और नियंता भी बन चुकी है।

चिंता की बात यह है कि यह कंपनियाँ मीडिया के माध्यम से बेशुमार मुनाफा कमा रही है और आम जनता को उपभोक्तावाद की अंधी दौड़ में शामिल होने के लिए मजबूर कर रही है। एक तरह से यह नव-औपनिर्देशिकता का दौर चला रही है जिसमें शामिल न होनेवाला अपने आपको हीन समझने लगे। दूसरी चिंता यह भी है कि मीडिया के द्वारा टेलिविज़न पर जो कार्यक्रम जिस तरह के कार्यक्रम प्रस्तुत हो रहे हैं उससे जो सांस्कृतिकबोध और राजनीतिक बोध पैदा हो रहा है उसका जमीनी वास्तविकता से कोई संबंध नहीं है। इससे जो भ्रामक विश्वदृष्टि बन रही है उससे अपने घर, परिवार, समाज को समझना संभव नहीं है। दूसरी सच्चाई यह भी है कि औद्योगिक समाज में उत्पादन का लक्ष्य राष्ट्रीय और अंतर्राष्ट्रीय बाज़ार होता है इसके कारण अमूमन स्थानिय हितों की उपेक्षा होती है। स्थानीय जरूरतों की पूर्ति नहीं हो पाती। स्थानीय जनता का अधिकांश हिस्सा उत्पादन की प्रक्रिया के बाहर रहता है। पूँजीपति वर्ग विकसित तकनीकी और बहुत कम हाथों की मदद से ज्यादा से ज्यादा मुनाफा हासिल करने की कोशिश करता है। फलतः गरीब

और गरीब एवं अमीर और अमीर होता जाता है। इस तरह से देखा जा सकता है कि इतना बड़ा आर्थिक लाभ नज़र में रखकर भूमण्डलीय चैनलों को भी बिना कोई कानून बनाए प्रसारण की अनुमति भी दे दी गई जिससे ये तेजी से आम लोगों के जीवन पर छा जाए और उन्हें गैर-जरूरी चीजों, मुद्दों पर उलझा दिया जाए। इसके साथ इनकी चालाकी यह भी देखें कि ये साथ ही यथस्थित वादी दृष्टिकोण, विश्वास और मूल्यों का प्रचार करते फिरते हैं जिसके कारण इन्हें जल्दी स्वीकृति भी प्राप्त हो जाती है। नागरिकबोध की बजाय उपभोक्ताबोध जनमाध्यमों की चैनलों की देन ही है। मौलिक अधिकारों की बजाय मनोरंजन के अधिकारों की मांग की पूर्ति की जा रही है। मास कल्चर को प्रभावी बनाकर विकृति को परोसा जा रहा है।

समाचारों में भी सूचना, खबर कम से कम और विज्ञापन की पुनरावृत्ति ज्यादा से ज्यादा देकर निरर्थकताबोध पैदा किया जा रहा है। भाषा तथा चिाण का तो सत्यानाश हो ही चुका है। संक्षेप में कहें तो सांस्कृतिकता की घोर खोदने में मीडिया की माया ही कारणभूत है। सांस्कृतिक गुलामी आर्थिक एवं राजनीतिक गुलामी से भी ज्यादा खतरनाक होती है। एक तरह से मीडिया के द्वारा दर्शकों पर स्व-आरोपित गुलामी है। सारे युद्ध, चिंतन, दर्शन, समस्याओं आदि को स्क्रीन पर दिखाकर असरकारकता कम की जा रही है। राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय संबंधों को सुधारने बिगाड़ने का काम भी मीडिया ही कर रहा है। स्त्री, कामुकता और सेक्स समाज की वास्तविकता बन चुके हैं। बच्चों तो बच्चों, बूढ़े भी बीगडने की कगार पर हैं। भारत को यदि अपनी अस्मिता की पहचान बनानी है तो उसे मीडिया के मायाजाल से बाहर निकलना ही होगा। जो अस्मितापंथी हैं उन्हें भी मीडिया की भाषा पर सवाल खड़े करने होंगे। किस तरह मीडिया के मायाजाल से, घोर सांस्कृतिक हीनता से, अतिकल्पनावाद से, बाजारवाद, उपयोगितावाद एवं उपभोक्तावाद से बाहर निकलने के लिए देश के बुद्धिजीवी जो अभी तक सोये हुए हैं, हाशिये पर हैं उन्हें जागना पड़ेगा और मीडिया

के खतरों को आँखें खोलकर देखना होगा तभी कुछ हो पायेगा। इस सन्दर्भ में मुक्तिबोध की यह काव्यपंक्तियाँ एकदम सार्थक महसूस होती हैं-

“अब अभिव्यक्ति के सारे खतरे  
उठाने ही होंगे।

तोड़ने होंगे ही मठ और गढ़ सब।

पहँचना होगा दुर्गम पहाड़ों के उस पार

तब कहीं देखने मिलेंगी हमको

नीली झील की लहरीली थाहें

जिसमें कि प्रतिपल काँपता रहता

अरुण कमल एक,

घँसना ही होगा

झील के हिम-शीत सुनील जल में।

जादुई जिल को करनी ही होगी मेरी प्रतिक्षा।”

सन्दर्भसूची :-

१. तर्मान साहित्य अंक-फरवरी ८०१३, संपादक-  
नमिता सिंह, प्रकाशन-अलिगढ़, उत्तरप्रदेश,  
पृ-४४
२. गजानन मा. मुक्तिबोध-प्रतिनिधि कविताएँ, राज  
कमल प्रकाशन, नई दिल्ली, प्रथम संस्करण-१९८४,  
अशोक वाजपेयी द्वारा संपादित पृ-१६१ से  
समाद्धृत।

आसिस्टन्ट प्रोफेसर  
अनुस्नातक हिन्दी विभाग  
सरदार पटेल युनिवर्सिटी  
वल्लभ विद्यानगर, आणंद  
गुजरात  
parvgosai3@gmail.com  
Mob- ९७७३८३०५७९



(पान नं.-२८थी ચાલુ)

એક સ્ત્રીને અબળા સમજીને મદદ નથી કરવાની. જો આદરભાવથી મદદ થાય તો એમાં મદદ કરનાર વ્યક્તિનો અહમ કે કર્તાપણું દૂર થાય છે, અને મદદ મેળવનાર પણ મીનીની જેમ કૃતજ્ઞતાનો અનુભવ કરે છે .

આપણો સમાજ અને એની વિચારધારા સ્ત્રી પુરુષના ભેદભાવ વિના સુસંસ્કારી બનશે એ દિવસે ખરા અર્થમાં સ્ત્રી સ્વાતંત્ર્ય આવશે. બહેન-દીકરીની સુરક્ષા કરવાની જવાબદારી નિઃસ્વાર્થ ભાવે આદર ભાવથી જ્યારે દરેક વ્યક્તિ લેવા માંડશે એ દિવસ ખરો નારી દિવસ કહેવાશે.

(મીક્રોનિકલ એન્જી. વિભાગ,  
એડી પટેલ ઈન્સ્ટીટ્યુટ ઓફ ટેકનોલોજી,  
ન્યુ વલ્લભ વિદ્યાનગર મો.:૯૯૦૪૨૩૭૮૪૭)

## Language learning through Authentic Materials; the possibilities

Suganthi S. Kumar\*

P. Sunil Solomon\*\*

### What are authentic materials?

The word authentic means genuine or original in the general sense. A newspaper article, an advertisement, a pop song, a strip cartoon, or even a bus ticket, soap wrapper the list is endless to mention the examples of authentic materials.

Authentic material is any material written in English that was not created for intentional use in the English language classroom. Using this content to teach the English language can make the learning process even more engaging, imaginative and motivating for students. It can also be useful to elicit genuine responses from learners.

The great thing about using authentic material is that it is everywhere, which makes it easy to find, and simple for learners to practise English in their own time. Remember that it is not limited to articles from newspapers and magazines. Songs, T.V Programmes and Movies, radio and podcasts, leaflets, menus – anything written in English constitutes authentic material.

It's important not to overwhelm learners with the first piece of authentic material. Therefore, to begin with, choose articles, songs or sections of TV programmes or movies which aren't too difficult to understand or take too long to get through.

There are lots of resources available to English language teachers today: from textbooks to online teaching tools, they can all support and enrich English lessons. Many teachers introduce authentic English material into their lessons to expose learners to the language as it is spoken in the real world.

### Why should we use authentic materials?

How can the authentic materials fit into the English classrooms? An authentic material needs to be used to create the language learning motivation among the learners and to generate the curiosity and interest. One of the significant reasons for learning a new language is to get closer to its language, to get closer to its speakers, to understand them better and take part in their lives, in other words the integrative motivation. Authentic materials utilise this motivation very strongly by their ordinariness and flavour of everyday life; they seem exotic and exciting, the very essence of strange foreign life. For students who have this motivation, authentic materials are highly effective ways of bringing the target culture closer.

### Advantages of Authentic Materials:

- Help prepare learners for the 'real' world of communication;
- Guide learners toward the language they need for their particular context/situation;
- Motivate learners to communicate, because they help make communication 'real'.

### Areas of Authenticity:

'Shopping', 'Banking', 'Getting a job',

‘Eating out’, or general discussion, ‘Is transport degenerating?’, ‘Should smoking be banned in public places?’, or in some other way. The authentic materials are not the point of the course, but a way of achieving that point. They have to be selected in terms of their language and content.

### **Different authentic encounters:**

Taglines/Pickup lines are the common language indicators that we come across in our day to day lives. Exs: KFC: Finger licking good, State Bank of India: If you are satisfied with our services tell others; if not tell us, Asian Paints: think of colour, think of Asian Paints etc., In each punch line the message is carried across in a subtle but sureshot manner. For instance, Revlon lipstick: Add colour to life. The one line speaks volumes about the product and the services offered. There is a lot to be learnt and taught through these Taglines. Adjectives, subject verb agreement, use of similes and metaphors and most importantly, the collocations (the co-occurrence of parts of speech). Americans spells it out as “In God we trust” instead of we trust in God. Different ways of using different phrases and expressions and highlighting the specific components; all these are very meaningfully learnt through these authentic materials. In the English and Foreign Languages University, Hyderabad there are research dissertations submitted on these areas.

### **Newspapers:**

Press reporters use a certain style, tone and tenor of the language that appropriately suits the text and context; combines the word and the world in

an appealing manner. For instance, to mention the burglary happened very early in the morning hours the expression used is “in the wee hours/small hours/early hours”. For a mother who lost her son in a tragic accident in the U.S “Destiny played a cruel joke on her”. The family was crestfallen to listen to the death news. They were inconsolable. The articles on scenery and greenery introduces phrases such as Breathtaking, lap of nature, lung space, tranquil environs etc., There are research articles published on the use of newspapers in effective English language teaching. Authentic materials are the show-stealers when it comes to emphasising the originality of using the language in realistic situations.

### **Social Media:**

Social media is one the authentic materials which we all accept without a trace of doubt. English language has countless rules and each rule has its exceptions.

### **English-language learning groups:**

Facebook is an excellent platform to learn from each other, share videos, chat live, instruct, facilitate, teach and learn in an interesting and exciting way. But the question is how best are the teachers and learners are making the most of this.

- Grammar Girl: Mignon Fogarty, a.k.a. Grammar Girl, offers “quick and useful tips” on grammar. She posts videos and articles to help English learners. One can follow her on Facebook and Twitter.
- Scribendi – Posts all kinds of grammar articles, ranging from fun, interactive

quizzes to instructional how-to articles. One can follow them on Facebook and Twitter

- Inklyo – Inklyo posts various articles and images for English learners. Follow them on Facebook and Twitter.

### **YouTube to learn pronunciation:**

There are countless videos and tutorials that explain English grammar and pronunciation.

Learn English with Let's Talk-Free English Lessons: English lessons on pronunciation, grammar and word choice.

Rachel's English: Helps non-native English speakers with pronunciation. Rachel, the host, provides a variety of fun videos to help one improve English speaking skills.

Anglo-Link: Grammar, Tenses and Pronunciation can be learnt.

The best authentic content to select depends on the learners, their level of English and the course content the teacher wishes to focus on. It's also a good idea to find out the learners' interests – after all, there's no point trying to get students fascinated by a text which they are not interested about.

### **Songs: recognising English lyric**

Listening to songs with English lyrics is a great way of boosting skills in listening and pronunciation, and confidence in using the language. And students will always respond positively to a lesson that involves their favourite singer or bands.

Learners need to be directed to write down their favourite artist and a song by them that they like and have listened to a few times. They can then try to remember

the lyrics, or look at the video on YouTube – they only need to write down a few lines of the song.

This should be followed by the Focussed or attentive listening to the lyrics for useful vocabulary, phrases and expressions for everyday language that includes colloquial speech. The language used in lyrics can be casual, narrate a simple story or convey strong emotions, which should help learners to establish a connection with the language because it will give them new ways to describe their feelings in different situations. You could even ask them to come up with alternative words, as a way of further increasing and using their vocabulary.

Some song lyrics are commonly misheard, so a quiz can be organized in which learners have to choose the next words – words that grammatically fit into the lyrics. This can be a funny lesson – for the teacher as well as the students.

### **How can one teach authentic materials?**

One of the important concerns in teaching authentic materials is whether the activities one uses are natural or not. For instance, it is perfectly natural to look at a train timetable to discover the next train to Mumbai, or the fastest train to Delhi, or the one that has a buffet car; though the activity in the classroom is unnatural to the extent that the students do not really want this information here and now, it is a possible way of using the timetable that they may need at some time in the future outside the classroom.

The teacher can exploit the grammatical and lexical richness of the authentic materials by various comprehension and



discussion techniques.

## Summation:

The article has tried to explore some of the implications of using authentic materials in the classroom. The essence of the paper is that the authentic materials are indeed a valuable part of the teachers' and learners' stock in trade, and can do some things that other materials are not capable of. However, inevitably they have to be used in small doses, must be carefully selected and controlled, and need well-thought out teaching exercises to be fully exploited.

## References:

H. Widdowson, Teaching Language as Communication, OUP, 1978.

B. Abbs, V.J. Cook & M. Underwood, Authentic English for Reading 1, OUP, 1980.

[https://www.scribendi.com/advice/use\\_social\\_media\\_to\\_improve\\_english.en.html](https://www.scribendi.com/advice/use_social_media_to_improve_english.en.html)

\*Associate Professor of English  
PSG College of Technology  
Coimbatore

Research Supervisor  
Bharatiar University, Coimbatore

\*\*Assistant Professor of English  
Sri Indu College of Engineering and Technology  
Hyderabad

PhD., Scholar  
Bharatiar University, Coimbatore



॥ रमत-जगत ॥

## કામદારો માટે રમતગમતનું આયોજન

પી.ડી.શર્મા

રમતગમતનું જેટલું મહત્વ સામાન્ય માનવી માટે છે એટલું જ મહત્વ કામદાર વર્ગ માટે પણ છે. શરીર સ્વસ્થ રાખવા માટે તેમજ ફુરસદના સમયનો સદુપયોગ કરવા માટે રમતગમતની પ્રવૃત્તિ સર્વશ્રેષ્ઠ ગણાય છે. આમ તો વ્યાયામ કરવાની કેટલીક પદ્ધતિઓ છે, છતાં પણ 'રમતગમત દ્વારા વ્યાયામ'ની પદ્ધતિને સર્વશ્રેષ્ઠ ગણવામાં આવી છે કારણકે રમતો રમવાથી ફક્ત શારીરિક સ્વાસ્થ્યની જ પ્રગતિ થતી નથી પરંતુ માનસિક સ્વાસ્થ્ય તેમજ સામાજિક સ્વાસ્થ્યનો પણ વિકાસ થાય છે. રમતો દ્વારા કેટલીક જીવનોપયોગી ટેવો જેવી કે ખેલભાવના, સંઘભાવના, રાષ્ટ્રભાવના, શિસ્ત વગેરેનો વિકાસ પણ થાય છે. મનોવૈજ્ઞાનિક દ્રષ્ટિએ પણ રમતોનું ખૂબ જ મહત્વ છે. કારણ કે કેટલીક પ્રાકૃતિક ઈચ્છાઓ જેવી કે દોડવું, કૂદવું, ફેંકવું, બીજાને પરાજિત કરવું વગેરે સહેલાઈથી પૂરી કરી શકાય છે. સામાજિક દ્રષ્ટિથી પણ 'ફુરસદના સમય'નો સારામાં સારો ઉપયોગ રમતગમતમાં ભાગ લઈને કરી શકાય છે. આ બધા કારણોસર વિદેશોમાં એટલે વિશેષ

કરીને સામ્યવાદી દેશોમાં અને અત્યારે તો ભારતમાં પણ રમતગમતનું મહત્વ સમજાવવા માંડ્યું છે.

## આયોજનના મુદ્દાઓ :-

કામદારો માટે રમતગમતનું આયોજન કરતી વખતે નીચેની બાબતો ખાસ ધ્યાનમાં રાખવી જોઈએ.

- આર્થિક દ્રષ્ટિએ રમત મોંઘી ન હોવી જોઈએ. એટલે એવી રમતો પસંદ કરવી જોઈએ કે જેની અંદર ઓછામાં ઓછા સાધનો તથા ઓછામાં ઓછી જગ્યામાં પણ રમી શકાય, જેવી કે કબડ્ડી, ખોખો, વોલીબોલ વગેરે. મોટા શહેરોમાં અત્યારે મોટા મેદાનો મળવા ખૂબ જ મુશ્કેલ થતા જાય છે.
- ઈન્ડોર ગેમ્સ એટલે વ્યાયામશાળા અથવા જિમ્નેશિયમની અંદર રમી શકાય તેવી રમતોને પસંદગી આપવી જોઈએ. એવી રમતોની અંદર ટેબલટેનિસ, કેરમ, ચેસ વગેરેનો સમાવેશ કરી શકાય.
- ભારતીય વ્યાયામને પશ્ચિમી વ્યાયામ કરતાં વધારે અગ્રિમતા આપવી જોઈએ કારણ કે તે તેની સરખામણીમાં સસ્તું અને સહેલું હોય છે, દા.ત. કુસ્તી, ટંડ-બેકક, મલાખમ, સૂર્યનમસ્કાર, યોગાસન,

પ્રાણાયમ વગેરે. પરંતુ જ્યાં આગળ સગવડો હોય ત્યાં આગળ સરસ પશ્ચિમી રમતો જેવી કે ફૂટબોલ, હોકી, ક્રિકેટ, બાસ્કેટબોલ વગેરેને અગ્રિમતા આપી શકાય.

- ઉચ્ચ વર્ગમાં રમાતી રમતો જેવી કે બિલીયર્ડ્સ, સ્નૂકર, ટેનિસ, ગોલ્ફ, રોલર સ્કેટિંગ, બેડમિંટન વગેરેને ઓછી પસંદગી આપવી જોઈએ કારણ કે તે ખૂબ જ મોંઘી રમતો છે.

### રમતોની પસંદગી :-

કામદારો માટે રમતગમતની પસંદગી કરતી વખતે અથવા વ્યાયામનો પ્રકાર નક્કી કરતી વખતે આ વાતનું ખાસ ધ્યાન રાખવું જોઈએ કે એમના ચાલુકામ દરમ્યાન શરીરના જે ભાગનો ઉપયોગ વધુ થતો હોય તેના કરતાં વિરુદ્ધ ભાગનો ઉપયોગ રમતગમતની અંદર થવો જોઈએ. દા.ત. જો કોઈ કામદાર ચાલુ કામમાં કમરથી ઉપરના ભાગનો ઉપયોગ વધુ કરતો હોય તો એણે એવી રમતો અથવા એવી કસરતો કરવી જોઈએ કે જે દ્વારા એના શરીરના કમરથી નીચેના ભાગોને કસરત મળે. એવી રીતે જ કોઈ કામદાર ચાલુ કામમાં કમરથી નીચેના ભાગનો વધારે ઉપયોગ કરતો હોય તો એણે એવી રમતો અથવા કસરતો પસંદ કરવી જોઈએ કે જેના કારણે એના શરીરના કમરથી ઉપરના ભાગને કસરત મળી શકે. આમ કરવાનું એટલા માટે આવશ્યક છે કે શરીરના સર્વાંગી વિકાસ માટે શરીરના દરેક અવયવને કસરત મળવી જોઈએ. જો શરીરનો વિકાસ સંતુલિત ઢંગથી કરવામાં ન આવે તો શરીરનું ‘પોસ્ટ્યર’ એટલે શરીરનો દેખાવ બગડી જવાની શક્યતાઓ રહે છે.

### કામદારોના સ્વાસ્થ્યની જાળવણી:-

આધુનિક યુગમાં કામદારોનું સ્વાસ્થ્ય સારું રાખવા માટે અને તેમને સંપૂર્ણ મનોરંજન પૂરું પાડવા માટે પુષ્કળ ભાર મૂકવામાં આવે છે. એ બાબતને ધ્યાનમાં રાખીને અત્યારે દરેક કારખાનાં અને મિલોમાં કામદારો માટે રમતગમત અને બીજી મનોરંજનની સગવડો રાખવાનું ફરજિયાત બન્યું છે. કામદારોનું સારું સ્વાસ્થ્ય તેમની ‘ઉત્પાદન શક્તિ’ પણ વધારે છે. આરોગ્યશાસ્ત્રે સિદ્ધ કરી આપ્યું છે કે શરીર અને મગજને બે જુદા જુદા ભાગોમાં વહેંચી શકાય નહિ. આજથી હજારો વર્ષ પહેલાં ગ્રીસ દેશના લોકો

પણ ‘સાઉન્ડ માઈન્ડ ઈન સાઉન્ડ બોડી’ એટલે ‘સ્વસ્થ શરીરમાં સ્વસ્થ મસ્તિષ્ક’ હોય છે એ વાત સમજી ગયા હતા અને તેના ઉપયોગને આધારે પોતાની શિક્ષણ પદ્ધતિનું નિર્માણ કર્યું હતું.

### સામ્યવાદી દેશોમાં કામદારો માટે સગવડો:-

સામ્યવાદી દેશો જેવા કે રશિયા, ચીન, હંગેરી વગેરેની અંદર કામદારોનું સ્વાસ્થ્ય સારું રાખવા માટે રમતગમતની પ્રવૃત્તિ ઉપર ખૂબ જ વધારે ભાર મૂકવામાં આવે છે તેમજ પુષ્કળ ધન પણ ખર્ચવામાં આવે છે. ત્યાં આગળ મોટા ભાગે બધા જ કારખાનાં અને મિલો સરકારના હસ્તક હોય છે, એટલે બધી જાતની સગવડો આપવાની ફરજ સરકારની જ થઈ જાય છે. ત્યાં આગળ દરેક સપ્તાહની અંદર નિયમિત રીતે કામદારો વચ્ચે રમતગમતની હરીફાઈઓ યોજવામાં આવે છે. મારા પૂર્વ જર્મનીના અભ્યાસ દરમ્યાન આ જાતની હરીફાઈઓ મેં જાતે નિહાળી છે. પૂર્વ જર્મનીની સરકાર ‘જેટલા વધારે રમતના મેદાન તેટલાં ઓછાં દવાખાનાં’ના સિદ્ધાંતની અંદર સંપૂર્ણ વિશ્વાસ રાખે છે અને એ રીતે જ એને અમલમાં પણ મૂકે છે. ફિનલેન્ડ અને ડેનમાર્કમાં કામદારો આરામના સમયની અંદર સંગીત સાથે સામૂહિક રીતે વ્યાયામ કરી શકે તેવી સગવડો દરેક કારખાનાં અને મિલોની અંદર કરવામાં આવે છે.

### સ્વાસ્થ્ય અને ઉત્પાદન શક્તિ:-

આ રીતે કામદાર વર્ગ માટે સસ્તી અને ઓછી જગ્યામાં રમી શકાય તેમજ શરીર અને મનને સ્વસ્થ કરી શકે તેવી રમતો માટેની સગવડો દરેક કારખાનાની અંદર કરવી જોઈએ. આ વાતમાં બે મત ના હોઈ શકે કે કામદારોના સ્વાસ્થ્યની સીધી અસર તેમના ઉત્પાદન પર પડે છે. આ વાત પણ નિર્વિવાદ છે કે દરેક સ્વસ્થ મનુષ્યની ઉત્પાદન શક્તિ એક અસ્વસ્થ મનુષ્યની ઉત્પાદન શક્તિ કરતાં વધારે હોય છે. જો આ વાતનો વિચાર મોટા પાયા ઉપર કરવામાં આવે તો એની સીધી અસર ‘રાષ્ટ્રની ઉત્પાદન શક્તિ’ ઉપર પડે છે.

### રમતગમતની સગવડો:-

ભારતમાં અને ગુજરાત રાજ્યમાં અત્યારે કામદારો માટે રમતગમતની સગવડો ઉપર વધુ ભાર મૂકવામાં આવે

છે અને પહેલાં કરતાં વધારે ખર્ચ પણ કરવામાં આવે છે. છતાં પણ વિદેશોની સરખામણીમાં આપણે ઘણા પાછળ છીએ. કોઈપણ રાજ્ય અથવા રાષ્ટ્રની પ્રગતિ માટે ઉત્પાદન વધારવું ખૂબ જ આવશ્યક હોય છે. ઉત્પાદન વધારવા માટે કામદારોનું સ્વાસ્થ્ય સારું હોવું જરૂરી છે અને કામદારોનું સ્વાસ્થ્ય સારું રાખવામાં રમતગમત ખૂબ જ અગત્યનો ભાગ ભજવે છે.

આમ કોઈપણ રીતે વિચારીએ તો કામદાર વર્ગ પોતાના 'કુરસદના સમય'નો સારામાં સારો ઉપયોગ

રમતગમતની પ્રવૃત્તિ દ્વારા કરી શકે છે. આ રીતે સાચા અર્થમાં રમતગમતની પ્રવૃત્તિ કામદારોના જીવનનું એક અંગ બની જવું જોઈએ તથા સરકાર અને કારખાનાંના માલિકોએ પણ રમતગમત માટેની અને તેટલી સગવડો કામદાર વર્ગ માટે પૂરી પાડવી જોઈએ.

(બી.૧ સ્વીઝ એવન્યુ પટેલ કોલોની, માણેક બાગ હોલ સામે, આંબાવાડી, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫ મોબા. ૯૮૯૮૯૭૦૮૪૦)



॥ વિદ્યાવૃત્ત ॥

## ચારુતર વિદ્યામંડળ અને વિશિંગ ફેક્ટરી એનજીઓનો એમઓયુ



વિદ્યાર્થીઓના શૈક્ષણિક તેમજ સર્વાંગી વિકાસ ઉપરાંત સ્વચ્છ અને સ્વસ્થ સમાજના નિર્માણ માટે અડધા દાયકા કરતાં વધુ સમયથી કાર્યરત ચારુતર વિદ્યામંડળ (સીવીએમ)ની યશકલગીમાં વધુ એક પીંછુ ઉમેરાયું છે. તાજેતરમાં સીવીએમના ઉપપ્રમુખ શ્રી મનીષભાઈ પટેલ અને વડોદરા સ્થિત એનજીઓ 'વિશિંગ ફેક્ટરી'ના સંસ્થાપક શ્રી પાર્થ ઠાકુરે એક એમઓયુ પર હસ્તાક્ષર કર્યા છે.

થેલેસેમિયા એ રક્ત સંબંધિત જનીનિક ખામી છે. થેલેસેમિયા માઈનર યુગલ દ્વારા જન્મતું બાળક થેલેસેમિયા મેજર હોવાની સંભાવના અનેકગણી વધારે હોય છે. આવું બાળક સમયાન્તરે બ્લડ ટ્રાન્સફ્યુઝનની શારીરિક અને માનસિક યાતના તો ભોગવે છે સાથેસાથ મા-બાપ પણ આર્થિક રીતે પાયમાલ થઈ જતા હોય છે. આટલું કર્યા પછી પણ તે બાળક અઢાર કે વીસ વર્ષથી વધારે જીવી શકતું નથી. લ્યુકેમિયા અને થેલેસેમિયાથી પીડિત આવા બાળકોને સારવાર પૂરી પાડવા તેમજ તેમને શિક્ષણ અને રોજગાર મળી રહે તે માટે મદદરૂપ થવાના શુભ આશયથી નટુભાઈ વિ. પટેલ કોલેજ ઓફ પ્યોર એન્ડ એપ્લાઈડ સાયન્સીઝ, વિ.વિ. નગરના ભૂતપૂર્વ વિદ્યાર્થી પાર્થ ઠાકુરે વિશિંગ

ફેક્ટરી નામના એક એનજીઓની સ્થાપના કરી છે. આ એનજીઓ સાથે કરેલા એમઓયુ અંતર્ગત સીવીએમ અને વિશિંગ ફેક્ટરીના સંયુક્ત પ્રયાસો દ્વારા સીવીએમની તમામ શૈક્ષણિક સંસ્થાઓમાં થેલેસેમિયાથી બચાવ માટેના જાગૃતિ કાર્યક્રમો યોજવા તથા થેલેસેમિયાગ્રસ્ત વિદ્યાર્થીઓને સ્વસ્થ જીવનશૈલી માટે જરૂરી મેડીકલ કાઉન્સેલિંગ પૂરું પાડવું જેવી પ્રવૃત્તિઓ હાથ ધરવામાં આવશે. આ પ્રસંગે સીવીએમના નોન-એકેડેમિક ફોરમના કો-ઓર્ડિનેટર ડો. યોગેશ પટેલ તથા સીવીએમની વિવિધ શૈક્ષણિક સંસ્થાઓના અધ્યાપકો મોટી સંખ્યામાં ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

## ચારુતર વિદ્યામંડળ સંચાલિત ટી.વી.પટેલ હાયર સેકન્ડરી સામાન્ય પ્રવાહના ૪૩મા વાર્ષિકોત્સવની ઉજવણી

ચારુતર વિદ્યામંડળ સંચાલિત ટી.વી.પટેલ હાયર સેકન્ડરી સામાન્ય પ્રવાહનો ૪૩મો વાર્ષિક પારિતોષિક વિતરણ સમારંભ સી.વી.એમ.ના ઉપપ્રમુખ માનનીય શ્રી મનીષભાઈ પટેલ, ઓફિસર ઓન સ્પેશિયલ ડ્યુટીશ્રી પી.ડી.પટેલ, એમ.એસ.મિસ્ત્રી શાળાના આચાર્યશ્રી કાંતિભાઈ પટેલ, શાળાના આચાર્યશ્રી વિજયકુમાર સુથાર, સુપરવાઈઝરશ્રી સી.કે.યોધરીની મંચસ્થ ઉપસ્થિતિમાં યોજાયો હતો. આ પ્રસંગે સંસ્થામાં વર્ષભર યોજાયેલી વિવિધ શૈક્ષણિક અને સહૈક્ષણિક પ્રવૃત્તિઓના ૧૦૫થી વધુ વિજેતાઓને પારિતોષિક અને પ્રશસ્તિપત્ર તેમજ સ્પોર્ટ્સમાં રાષ્ટ્રીય અને આંતરરાષ્ટ્રીયક્ષેત્રે વલ્લભવિદ્યાનગર, ચારુતર વિદ્યામંડળ અને સંસ્થાનું નામ રોશન કરનાર

વિદ્યાર્થી ભાઈ-બહેનોને ગૌરવ પુરસ્કારથી પ્રોત્સાહિત કરવામાં આવ્યા હતાં. સી.વી.એમ.ના ઉપપ્રમુખશ્રી મનીષભાઈ સાહેબે વિદ્યાર્થીઓને જીવનમાં કારકિર્દીના ઉચ્ચ શિખરો સર કરવા પ્રેરણા આપી હતી જ્યારે શ્રી પી.ડી.પટેલે વિદ્યાર્થીઓને આશીર્વાચન પાઠવ્યા હતાં આચાર્યશ્રી વિજયકુમાર સુથારે વિદ્યાર્થીઓને અભિનંદન પાઠવ્યા હતાં. સમગ્ર કાર્યક્રમનું સંચાલન શ્રી હરિકૃષ્ણ પટેલ અને શ્રી હર્ષદકુમાર વાઘેલાએ કર્યું હતું.

**ગો. જો. શારદા મંદિર તથા કોમ્યુનીટી સાયન્સ સેન્ટર દ્વારા વિજ્ઞાન પ્રદર્શન યોજાયું.**

ચારુતર વિદ્યામંડળ સંચાલિત ગો. જો. શારદા મંદિર તથા કોમ્યુનીટી સાયન્સ સેન્ટર વિદ્યાનગરના સંયુક્ત ઉપક્રમે વિજ્ઞાન પ્રદર્શન યોજવામાં આવ્યું.

જેમાં પ્રાથમિક વિભાગની વિદ્યાર્થીનીઓએ હાઈડ્રોલિક બ્રીજ, પેરિસ્કોપ, જવાળામુખી, પવનચક્કી, પૃષ્ઠતાણ સિદ્ધાંત વિગેરે પર મોડેલ બનાવ્યા હતા. શાળાની ૫૦ ટકા જેટલી વિદ્યાર્થીનીઓએ ૧૩૦ જેટલા મોડેલ્સ બનાવ્યા હતા. તો ૫૦ ટકા બાકીની વિદ્યાર્થીનીઓએ આર્ટ્સ એન્ડ ક્રાફ્ટના વિવિધ નમૂના બનાવી પ્રદર્શનમાં મૂક્યા હતા. શાળાની વિદ્યાર્થીનીઓએ ઉત્સાહભરે ભાગ લીધો. જેમાં શિક્ષકો એ માર્ગદર્શન, પ્રેરણા અને પ્રોત્સાહન પૂરાં પાડ્યાં.

આ પ્રસંગે ચારુતર વિદ્યામંડળના માનદ્વ સહમંત્રીશ્રી વિશાલભાઈ પટેલ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા અને વિદ્યાર્થીનીઓની સર્જનાત્મકતા બહાર લાવવા બદલ અભિનંદન પાઠવ્યા હતા. કોમ્યુનીટી સાયન્સ સેન્ટરના નિયામક વિભાબેન વૈષ્ણવ ઉપસ્થિત રહ્યા અને આ કાર્યક્રમને સફળ બનાવવા યોગદાન આપ્યું. શ્રેષ્ઠ પાંચ મોડેલને પસંદ કરી તેઓને પ્રોત્સાહક ઈનામ આપ્યા.

આ પ્રદર્શન મોટી સંખ્યામાં વાલીઓએ નિહાળ્યું તથા સંતોષ વ્યક્ત કર્યો. પાંચેક જેટલી અન્ય શાળાઓના વિદ્યાર્થીનીઓએ પણ પ્રદર્શન નિહાળ્યું હતું. સમગ્ર કાર્યક્રમ આચાર્ય રીટાબેન પટેલ અને મુખ્ય શિક્ષિકા બીનાબેન મોદીના માર્ગદર્શન હેઠળ શિક્ષકોના ટીમવર્કથી સફળ બન્યો.

**ચારુતર વિદ્યામંડળ સંચાલિત એમ.યુ.પટેલ (ટેક.) હાઈસ્કૂલ, વિદ્યાનગર ખાતે મતદાન જાગૃતિ નાટક યોજાયું.**

ચારુતર વિદ્યામંડળ સંચાલિત એમ.યુ.પટેલ (ટેક.) હાઈસ્કૂલ, વલ્લભ વિદ્યાનગર ખાતે લોકશાહીના મહાપર્વ ચૂંટણી સંદર્ભે મતદાન જાગૃતિ નાટક સમાજવિદ્યા વર્તુળ દ્વારા ભજવવામાં આવ્યું હતું.

આ કાર્યક્રમમાં શાળાના આચાર્યશ્રી ડૉ.શંકરભાઈ એસ.પારગી, નિરીક્ષકશ્રી ગુણવંતભાઈ એ.વાળંદ, સમાજવિદ્યા વર્તુળના કન્વીનર શ્રીમતી ઈન્દુબેન પરમાર, સહાયક શ્રીમતી મિતલબેન ગજજર, ગુજરાતી સાહિત્ય વર્તુળના કન્વીનર કુ. ધર્મિષ્ઠાબેન ધારીયા, આદર્શ વિદ્યાર્થી બનીએ કાર્યક્રમના કન્વીનર શ્રીમાન દિલીપભાઈ પટેલ તથા વિદ્યાર્થીઓ મોટી સંખ્યામાં ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

શાળાના વિદ્યાર્થીવૃંદ દ્વારા પ્રભુપ્રાર્થના બાદ શ્રીમતી ઈન્દુબેન પરમારે મતદાન જાગૃતિ કાર્યક્રમ અંતર્ગત નાટક અંગે વિશદ્ માહિતી આપી લોકશાહી પર્વ ચૂંટણી પ્રક્રિયાની વિગતવાર માહિતી પૂરી પાડી હતી. શાળાના બાળકોએ ‘મતદાન જાગૃતિ’ અંગે સુંદર અભિનય દ્વારા મતદાનની મહત્તા સ્પષ્ટ કરી હતી. સુંદર અભિનય બદલ તમામ બાળકલાકારોને પુરસ્કૃત કરવામાં આવ્યા હતા. સમાજવિદ્યા વર્તુળના વક્તૃત્વ સ્પર્ધાના વિજેતાઓ, કન્ઝુમર કલબના સદસ્યો, ગુજરાતી સાહિત્ય વર્તુળની સ્પર્ધાના ઈનામો વિજેતાઓને એનાયત કરવામાં આવ્યા હતા. આદર્શ વિદ્યાર્થી બનીએ એ વિષય અંતર્ગત શ્રી દિલીપભાઈ તથા શ્રી ગુણવંતભાઈ દ્વારા વાર્તાલાપ યોજાયો હતો. શાળાના આચાર્યશ્રીએ પ્રાસંગિક ઉદ્બોધન કર્યું હતું. શ્રી હસમુખભાઈ ધામેયાએ આભારવિધિ કરી હતી.

**આઈ.બી.પટેલ ઈંગ્લિશ સ્કૂલ દ્વારા શૈક્ષણિક પ્રવાસનું આયોજન**

ચારુતર વિદ્યામંડળ, વલ્લભ વિદ્યાનગર સંચાલિત આઈ.બી.પટેલ ઈંગ્લિશ સ્કૂલ(માધ્યમિક વિભાગ) દ્વારા વિદ્યાર્થીઓ માટે ‘સ્ટેચ્યુ ઓફ યુનિટિ’ તથા સરદાર સરોવર પ્રોજેક્ટનો શૈક્ષણિક પ્રવાસ ૨૮મી માર્ચ, ૨૦૧૯,

શુક્રવારના રોજ આયોજન કરવામાં આવ્યું. શાળાના મોટી સંખ્યામાં વિદ્યાર્થીઓ તથા શિક્ષકો પ્રવાસમાં જોડાયા. શાળાના સુપરવાઈઝર શ્રી ભાસ્કરભાઈ પટેલના માર્ગદર્શન હેઠળ ૧૮૨ મીટરની ઊંચાઈ ધરાવતી વિશ્વની સૌથી ઊંચી પ્રતિમા 'સ્ટેચ્યુ ઓફ યુનિટિ'ની મુલાકાતનું શાળાના વિદ્યાર્થીઓ માટે આયોજન કરવામાં આવ્યું. પ્રવાસ દરમ્યાન વિદ્યાર્થીઓને માહિતગાર કરવામાં આવ્યા કે 'સરદાર વલ્લભભાઈ પટેલ રાષ્ટ્રીય એકતા ટ્રસ્ટ' દ્વારા આ પ્રોજેક્ટની યોજના કરવામાં આવી. વિદ્યાર્થીઓને એલિવેટરની મદદથી સ્ટેચ્યુનું પ્રદર્શન, મેમોરિયલ ગાર્ડન, પ્રદર્શન હોલની મુલાકાત લીધી. પ્રવાસ દરમ્યાન નર્મદા ડેમ, સરદાર સરોવર પ્રોજેક્ટની પણ મુલાકાત લીધી. શાળાના આચાર્યશ્રી મહેશભાઈ ખિસ્તી શૈક્ષણિક પ્રવાસમાં વિદ્યાર્થીઓ સાથે જોડાઈ પ્રવાસના આયોજન માટે તમામ શિક્ષકો તથા વિદ્યાર્થીઓને અભિનંદન પાઠવવામાં આવ્યા.

### આઈ.બી.પટેલ ઈંગ્લિશ સ્કૂલમાં યોજાયેલ નિવૃત્ત શિક્ષકો માટેનો વિદાયમાન સમારંભ

ચારુતર વિદ્યામંડળ દ્વારા સંચાલિત આઈ.બી.પટેલ ઈંગ્લિશ સ્કૂલ(મા., ઉ.મા.), વિદ્યાનગરમાં નિવૃત્ત શિક્ષકો માટેનો વિદાય-માન સમારંભ યોજાઈ ગયો.

સરકારી કર્મચારી માટે વ્યોચિત નિવૃત્તિ એ એમની કારકિર્દીનું જ એક સોપાન છે, જેને સૌએ સ્વીકારવું જ રહ્યું. આઈ.બી.પટેલ ઈંગ્લિશ સ્કૂલ(મા., ઉ.મા.), વિદ્યાનગરમાં માધ્યમિક વિભાગમાં સેવા આપતા શિક્ષિકા શ્રીમતી પુષ્પાબેન એ.પરમાર તથા ઉચ્ચતર માધ્યમિક વિભાગમાં સેવા આપતા શિક્ષક શ્રી રાજેશભાઈ જે.પટેલ કે જેઓ વયમર્યાદાને કારણે ખાતાકીય સેવામાંથી નિવૃત્ત થવા જઈ રહ્યા છે ત્યારે તેમને માટે વિદાય માન સમારંભનું આયોજન શાળા દ્વારા કરવામાં આવ્યું.

કાર્યક્રમમાં પ્રમુખ તરીકે ચારુતર વિદ્યામંડળના માનદ મંત્રીશ્રી ડૉ.એસ.જી.પટેલ તથા મુખ્ય મહેમાન તરીકે ઠાસરા યુનિટના બ્રહ્માકુમારી જીગીશાબેન, શાળાના નિવૃત્ત કર્મચારીઓ તથા અન્ય મહેમાનોએ હાજરી આપી હતી.

આચાર્યશ્રી ડૉ.મહેશ સ્ટેલીન ખિસ્તી દ્વારા મહેમાનોનું સ્વાગત કરીને પરિચય આપવામાં આવ્યો. મહેમાનોનું સ્વાગત પુષ્પગુચ્છથી કરવામાં આવ્યું. શાળાના વિદ્યાર્થીઓ વશીતા દરજી અને કુન્દન લામસેએ શાળાના નિવૃત્ત થવા જઈ રહેલા શિક્ષકો પ્રત્યેની પોતાની લાગણીઓને પંખાળી. શાળાના શિક્ષકો શ્રી કે.એસ.એન.મૂર્તિ તથા શ્રીમતી કે. આઈ.પટેલે બંને શિક્ષકો સાથેના શૈક્ષણિક અનુભવોને વાગોળ્યા અને તંદુરસ્ત જીવનની શુભેચ્છાઓ પાઠવી હતી. નિવૃત્ત શિક્ષકોના સ્નેહીજનોએ પણ તેમની કૌટુંબિક પ્રતિભાને રજૂ કરીને શુભેચ્છાઓ વ્યક્ત કરી હતી. શાળાના શિક્ષકો શ્રી રાજેશભાઈ એમ. ભટ્ટ તથા શ્રીમતી રેખાબેન ડી.સાધુ દ્વારા આ બંને શિક્ષકો માટેના સન્માનપત્રનું વાંચન કરવામાં આવ્યું હતું. આમંત્રિત મહેમાનો દ્વારા તેઓનું શાલ અર્પણ કરી, સન્માનપત્ર સહિત બહુમાન કરવામાં આવ્યું. શાળાના શિક્ષકો દ્વારા પણ નિવૃત્ત શિક્ષકોનું પુષ્પગુચ્છ દ્વારા સન્માન કરી શુભેચ્છાઓ વ્યક્ત કરી હતી. બંને શિક્ષકોએ શાળાકાળ દરમ્યાનના પોતાના અનુભવોનું ભાથું પીરસ્યું. તેમણે સમગ્ર શૈક્ષણિક કાળ દરમ્યાન અનુભવેલી લાગણીઓને વ્યક્ત કરી. શાળા તરફથી મળેલ ભેટનો તેમણે સહર્ષ સ્વીકાર કર્યો. બંને શિક્ષકોએ યથાશક્તિ શાળાના વિકાસ અર્થે દાનની જાહેરાત કરી.

મુખ્ય મહેમાન બ્રહ્માકુમારી જીગીશાબેને બંને શિક્ષકોને સારી તંદુરસ્તીના આશીર્વાચન આપ્યા. સાથે સાથે નિવૃત્તને બદલે પ્રવૃત્ત જીવન જીવવાની શુભેચ્છાઓ આપી.

કાર્યક્રમના પ્રમુખશ્રી ડૉ. એસ. જી. પટેલ સાહેબે બંને નિવૃત્ત શિક્ષકોને નિવૃત્તિકાળ દરમ્યાન પ્રવૃત્ત રહી તેમના અનુભવોને સામાજિક ઉપયોગીતા અર્થે ઉપયોગ કરવા જણાવ્યું. તેમના તંદુરસ્ત જીવન માટે ખૂબ-ખૂબ શુભેચ્છાઓ આપી.

કાર્યક્રમની આભારવિધિ શ્રી ભાસ્કરભાઈ એ.પટેલ દ્વારા કરવામાં આવી.

સમગ્ર કાર્યક્રમનું સંચાલન શાળાના શિક્ષકો શ્રી દર્શન એચ.સુથાર તથા શ્રી ભાવેશ જી.ભટ્ટ દ્વારા કરવામાં આવ્યું.



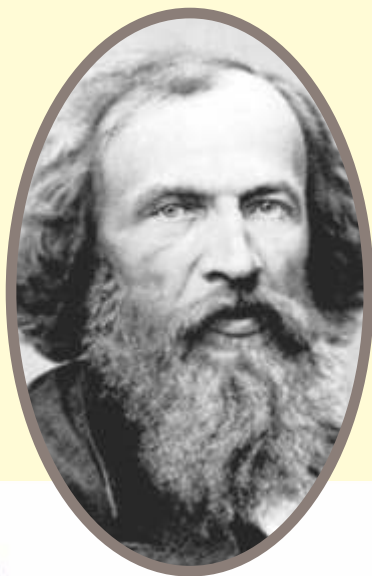


ચારુતર વિદ્યામંડળના ઉપપ્રમુખશ્રી મનીષભાઈ પટેલ તથા એન. વી. પટેલ કોલેજ ઓફ ધ્યોર એન્ડ એપ્લાઇડ સાયન્સીઝના ભૂતપૂર્વ વિદ્યાર્થી શ્રી પાર્થ ઠાકુર દ્વારા સ્થાપિત એન.જી.ઓ વિશિંગ ફેક્ટરી વચ્ચે થયેલ એમ.ઓ.યુ. પ્રસંગે લેવાયેલ તસવીરમા સીવીએમના નોન-એકેડમિક ફોરમના કો-ઓર્ડિનેટર ડૉ.યોગેશ પટેલ તથા વિવિધ શૈક્ષણિક સંસ્થાઓના અધ્યાપકો દૃશ્યમાન થાય છે.



ગુજરાત કલીનર પ્રોડક્શન સેન્ટર, ગાંધીનગર, ગુજરાત પોલ્યુશન કંટ્રોલ બોર્ડ, મિનિસ્ટ્રી ઓફ એન્વાયરમેન્ટ ફોરેસ્ટ એન્ડ કલાઈમેટ ચેન્જ, ન્યૂ દિલ્હીના સંયુક્ત ઉપક્રમે યોજાયેલ સંશોધન પ્રતિયોગિતામાં પર્યાવરણના ક્ષેત્રમાં ઉત્તમ સંશોધન બદલ ચારુતર વિદ્યામંડળ સંચાલિત આઈસ્ટાર સંસ્થાના પ્રાધ્યાપિકા ડૉ. ધૃતિ પટેલ તથા આચાર્યશ્રી ડૉ. નિર્મલકુમાર પારિતોષિક તથા પ્રમાણપત્ર સ્વીકારતા દૃશ્યમાન થાય છે.

# Dmitri Ivanovich Mendeleev (1834-1907)



Discovered the Periodic Law on  
 March 1, 1869.

*“I saw in a dream a table where all elements fell into place as required. Awakening, I immediately wrote it down on a piece of paper, only in one place did a correction later seem necessary.”*

- Mendeleev,  
 as quoted by Inostrantzev

1																	18
H																	He
2																	10
Li	Be	d-block										B	C	N	O	F	Ne
11	12	13	14	15	16	17	18										
Na	Mg	Al	Si	P	S	Cl	Ar										
19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
K	Ca	Sc	Ti	V	Cr	Mn	Fe	Co	Ni	Cu	Zn	Ga	Ge	As	Se	Br	Kr
37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54
Rb	Sr	Y	Zr	Nb	Mo	Tc	Ru	Rh	Pd	Ag	Cd	In	Sn	Sb	Te	I	Xe
55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72
Cs	Ba	Lu	Hf	Ta	W	Re	Os	Ir	Pt	Au	Hg	Tl	Pb	Bi	Po	At	Rn
87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104
Fr	Ra	Lr	Rf	Db	Sg	Bh	Hs	Mt	Ds	Rg	Cn	Nh	Fl	Mc	Lv	Ts	Og
f-block																	
71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88
La	Ce	Pr	Nd	Pm	Sm	Eu	Gd	Tb	Dy	Ho	Er	Tm	Yb				
89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106
Ac	Th	Pa	U	Np	Pu	Am	Cm	Bk	Cf	Es	Fm	Md	No				

The United Nations has even named 2019 as the International Year of The Periodic Table of Chemical Elements.  
 (Highlighted in Yellow colour- Elements Discovered in June 2016)

Source: wikipedia