



# જાગૃતિ સંદેશ

Price : 5/-

Total Page : 20

Monthly

**JAGRUTI SANDESH**

Vol - 21

Issue No. 6

Mumbai

June 2021



**“માત્ર પરિક્ષામાંથી  
વિદ્યાર્થીઓનું હિત સમાચેલ નથી.”**

કોરોનાએ ઊભી કરી શિક્ષણમાં નવી સમસ્યા - માસ પ્રમોશન પછી હવે કરીશું શું ?



જેજેસી નોર્થઈસ્ટ, નોર્થવેસ્ટ, રોયલ જગડુશા,  
જેમ જગડુશા, લેડીઝવીંગ મુંબઈ ઈસ્ટ

**HELPLINE FOR COVID VACCINE**



**FREE VACCINATION  
REGISTRATION HELP DESK  
30 TO 44 YEARS**

→ 30 થી 44 વર્ષ ના વ્યક્તિઓ ના કોવીડ 19 ના  
રસીકરણ નું રજીસ્ટ્રેશન આપના ઘર બેઠા અમારા  
વોટસએપ નંબર ઉપર મેસેજ મોકલવાથી  
વેક્સીનેશન રજીસ્ટ્રેશન (નોંધણી સહાયતા) કરી આપવામાં આવશે.

કોવીડ વેક્સીનેશન રજીસ્ટ્રેશન હેલ્પ માટે વોટસએપ નંબર



**9869395615**



→ **આવશ્ય સુચના**

અમારા વોટસએપ નંબર ઉપર આપના રજીસ્ટ્રેશન માટે  
આપનો આધાર કાર્ડ નંબર, નામ, જન્મતારીખ તથા મોબાઈલ નંબર  
વોટસએપ મેસેજ ઉપર મોકલવું ફરજિયાત છે.



વધુ વિગત માટે સંપર્ક



જેજેસી સેન્ટર ઓફિસ, ૨, ધનજી દેવશી રાષ્ટ્રીયશાળા કંપાઉડ, ઘાટકોપર (ઈ)  
**25010420, 25010078, 9819862645**





**જૈન જાગૃતિ સેન્ટર સેન્ટ્રલ બોર્ડ**

**જાગૃતિ સંદેશ**

૨૦૧, માથારૂ આર્કડ, સુભાષ રોડ, ગરવારે પોલિસ્ટરની નજીક,  
એક્સિસ બેંકની ઉપર વિલેપાર્લા (પૂર્વ), મુંબઈ-૫૭.  
ફોન: ૦૨૨-૬૬૯૭૩૦૩૮/૦૨૨-૬૬૯૫૬૬૯૯  
Website: www.jainjagruti.com  
E-mail: admin@jainjagruti.com  
editor@jainjagruti.com

માનદ્ તંત્રી : શ્રી ચંદ્રકાંત એફ. શાહ

**કેબિનેટ કમિટી ૨૦૨૦-૨૦૨૧**

- ચેરમેન : શ્રી પ્રફુલ્લ વી. કામદાર  
તા.ભૂ.પૂ.ચેરમેન : શ્રી સંજય બી. શાહ  
વાઈસ ચેરમેન : શ્રી કિશોર એસ. શેઠ  
શ્રી વિનોદ એ. જૈન  
સેક્રેટરી જનરલ : શ્રી જયંતીભાઈ કે. છાડવા  
સેક્રેટરી : શ્રી ઉદય ડી. સંઘવી  
શ્રી અનિલ જી. દોશી  
શ્રી મીતેષ એમ. અંબાવી  
શ્રી ભાવિન જે શાહ  
ડેવલપમેન્ટ સેક્રેટરી : શ્રી રાજેશ સી. ગાંધી  
ખજાનચી : શ્રી રાજેશ આર. ભણસાલી  
શ્રી પ્રફુલ પી મહેતા  
તંત્રી : શ્રી ચંદ્રકાંત એફ. શાહ

**જેજેસી-સેન્ટ્રલ બોર્ડ ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ-કમિટી**

- ચેરમેન / કાયમી ટ્રસ્ટી : શ્રી જિતેન્દ્ર એસ. કોઠારી  
તા.ભૂ.પૂ.ચેરમેન/અનુદાન ટ્રસ્ટી : શ્રી કિશોર એન. શાહ  
વાઈસ ચેરમેન / ટ્રસ્ટી : શ્રી રમેશ જે. મોરબિયા  
વાઈસ ચેરમેન / કાયમી ટ્રસ્ટી : શ્રી સંજય બી. શાહ  
સેક્રેટરી / કાયમી ટ્રસ્ટી : શ્રી પ્રફુલ્લ વી. કામદાર  
સેક્રેટરી / ટ્રસ્ટી : શ્રી આંબેદકર ડી. કોઠારી  
ખજાનચી / ટ્રસ્ટી : શ્રી હસમુખ કે. દેવિયા

(અનુદાન ટ્રસ્ટી)

શ્રી પ્રવીણ જી. શાહ, શ્રી કમલેશ સી. શાહ

કાયમી ટ્રસ્ટી :

- શ્રી હર્ષદ જે. ગાંધી શ્રી અનિલ જી. દોશી  
શ્રી રાજેશ સી. ગાંધી શ્રી રાજેશ આર. ભણસાલી

(ટ્રસ્ટી)

- શ્રી કિશોર એસ. શેઠ શ્રી શૈલેષ ડી. શાહ  
શ્રી જયંતી કે. છાડવા શ્રી ધર્મેશ એસ. જૈન  
શ્રી ચંદ્રકાંત એફ. શાહ

આમંત્રિત

- શ્રી દિનેશ વ્હી. શાહ શ્રી કીર્તિ કે. શાહ  
શ્રી કિરણ એચ. શાહ શ્રી મુકેશ સી. શાહ  
શ્રી રસિક એન. કોઠારી શ્રી મહેંદ્ર પી. શાહ  
શ્રી ઉદય ડી. સંઘવી શ્રી રમેશ જી. લાખાણી

પત્રિકામાં પ્રગટ થતા લેખો કે વિચારો લેખકના અંગત છે. તેની સાથે સંસ્થા કે તંત્રી સહમત છે એમ માની લેવું નહીં.  
કાનૂની કાર્યવાહીનું અધિકાર ક્ષેત્ર મુંબઈ રહેશે.

છૂટક મૂલ્ય રૂ.૫/- વાર્ષિક લવાજમ રૂ.૫૦/-



**Message From The CHAIRMAN.....**



મારા સ્નેહાળ મિત્રો, ભાઈઓ તથા બહેનો - બાળકો,

રીમઝીમ રીમઝીમ વરસાદની બુંદો ધરતી પર પડીને મેઘે ધરતીને લીલીછમ કરી દીધી, તેથી લોકોને ગરમીથી રાહત થઈ સાથે સાથે માટીની ભીનીભીની સુગંધથી વાતાવરણ પણ સુગંધીત થઈ ગયું.

ભારતભરના આપણા જૈન જાગૃતિ સેન્ટરોએ કોરોના કાળના આવા કપરા કાળમાં તન-મન અને ધનથી ઘણી મોટી સહાય કરેલી છે. જેવી કે હોસ્પિટલ, સાધાર્મિક સહાય, રક્તદાન, કોવીડ ઈન્જેક્શન, ઓક્સિજન બાટલા, અનાજની કીટ, કોરોના કીટ જરૂરિયાતમંદો ને ટીફિન, આઈસોલેટ બેડ, આવી અનેક સેવાઓ અલગ અલગ સેન્ટરે આપી તે બદલ હું એમનો અંતઃકરણપુર્વક આભાર માનું છું.

સૂર્ય, ચંદ્ર, તારા, ગ્રહો વગેરે આકાશમાં સંપથી રહે છે. પર્વત, નદી, સાગર વગેરે પૃથ્વી ઉપર સંપથી રહે છે. સંપ સ્નેહથી ઉદ્ભવે છે. જ્યાં સ્નેહ છે ત્યાં જીવનની મધુરતા છે, અને જ્યાં સ્નેહની ઓછપ છે ત્યાં સંઘર્ષ છે.

લાગણી, પ્રેમ અને સ્નેહથી બનાવેલ લુખ્ખી રોટલી પણ મીઠી મધ જેવી લાગે છે અને એ સ્નેહના તાણા-વાણાને જીવંત રાખવા અમીભરેલી દૃષ્ટિ રાખવી પડે છે. દરેક વ્યક્તિને પ્રેમ ભરેલી દૃષ્ટિથી જોવું પડે, કંઈક જવું કરવું પડે એટલે જ પ્રભુએ પ્રત્યેક ઘરમાં માતા, દીકરી, પુત્રવધુની નિયુક્તી કરી છે. દરેક વડિલોને ખાસ પ્રણામ કેમ કે હમણા ઘરમાં રહીને ઘરના વાતાવરણને હળવું બનાવી રાખ્યું છે. ઘરમાં રહેવું એ જ હિતાવહ છે. નાના નાના ભૂલકારો સ્કૂલના તોફાન-મસ્તી મિસ કરે છે. સ્કૂલ નથી જઈ શકતા એટલે ઘરમાં રહીને અભ્યાસ ઓનલાઈન કરે છે અને ખૂબ મોજમાં રહે છે. ચેમ્બુર સેન્ટરના આઈ. પી. પ્રેસિડન્ટ તથા સેન્ટ્રલ બોર્ડના જનરલ સેક્રેટરી શ્રીમાન જયંતિભાઈ છાડવાને શાહ એન્ડ એન્કર કોલેજના ચેરમેન પદે નિયુક્ત કર્યાં. કચ્છ ગામના મોટી ખાખરનું નામ ઉજાળ્યું છે. અંતમા દરેક સેન્ટરો એકમેકને એકરૂપ થઈને આવા અનેક સાધાર્મિક કામો કરીને સંસ્થાનું નામ રોશન કરો તેવી જ હું ભગવાનને પ્રાર્થના કરું છું.

કોરોનાની આપણે બીજી લેઅર પસાર કરી એટલે એમ ના માનવું કે આપણે કોરોના જીતી ગયા છીએ. આપણે સૌએ ત્રીજી લેઅર માટે પુરી તૈયારી રાખવાની જરૂરી છે. જેમ કે દો ગજ કી દુરી, મારુક પહેરવું અને સાથેસાથે ખાસ WHO ના મત પ્રમાણે નાના બાળકોનું ધ્યાન રાખવું તેવી મારી નમ્ર વિનંતિ છે. સાથેસાથે આપણા દેશમાં જે પ્રમાણે યુગ બદલાયો છે તેમાં અત્યારે ખાસ કરીને આપણા નાના બાળકોનો જે સમય સાથે ડીજીટલ યુગ આવ્યો છે તે પણ સ્વીકારાવો પડશે.

અંતમાં આપ સૌ જરૂરીયાત વગર ઘરની બાહર ના નીકળો તેવી સૌને મારી નમ્ર વિનંતી છે.

લિ. પ્રફુલ વી. કામદાર

ચેરમેન : જે. જે. સી. - સેન્ટ્રલ બોર્ડ

# જાગૃતિ સંદેશ

જૈન જાગૃતિ સેન્ટર તથા જૈન જાગૃતિ સેન્ટર-સેન્ટ્રલ બોર્ડ ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટના દ્વારા નીચેનાં પદાધિકારી તથા સર્વે સેન્ટરોના સેન્ટ્રલ બોર્ડના જન્મદિવસ નિમિત્તે ચેરમેન હાર્દિક શુભેચ્છા પાઠવે છે

JULY CHARTER DATE						
Sr. No.	Name Of Centre	Charter Date	President	Mobile No	Secretary	Mobile No.
1	Surendranagar	05-07-1985	Dinesh Shah	9825224322	Chandrakant Shah	9427203290
2	Ladies Wing Surendranagar	06-07-2008	Smita Shah	9427088979	Leena Maniyar	9898118168
3	Ellisbridge	07-07-1996	Hiren Vakil	9978390284	Atul Shah	9909931699
4	Kalol	07-07-1996	Dinesh Shah	9825952900	Paresh Sheth	9825090062
5	Umbergaon	07-07-2012	Hitesh Shah	9824377661	Kalpesh Lunkad	9824488466
6	Morbi	12-07-1997	Jiten Doshi	9825259185	Shirish Doshi	9327545145
7	Ladies Wing Morbi	12-07-2015	Khyati Sheth	9825800424	Nita Doshi	9408187521
8	Ladies Wing Mehsana	13-07-1997	Kashmira Harde	9428960333	Asha Shah	9712989018
9	Anjar	14-07-2002	Danny Shah	9825227740	Paras Shah	9898028204
10	Kalanagari Vadodara	16-07-1995	Dinesh Nanavati	9825711750	Bharat Shah	9824388990
11	Gadhada	16-07-2000	Piyush Shah	9428467765	Mayank Gosaliya	8156011443
12	Palitana	17-07-1999	Rajnikant Chheda	9426455800	Jaydeep Shah	9712822082
13	Ranpur	17-07-1999	Rajesh Shah	9427338015	Prakash Sheth	9426030209
14	Viramgam	22-07-1995	Aswin Shah	9825083750	Pinal Gandhi	9879532747
15	Ladies Wing Kalanagari Vadodara	24-07-2011	Jyotsna Shah	9033007633	Vina Shah	9824661877
16	Vile Parle	26-07-1975	Dinesh Dholakia	9820316559	Kirti Sanghavi	9833393190


**JJC CENTRAL BOARD**

Name : Uday D. Sanghvi

Date of Birth : 21-07-1969

Mobile No. : 9820013861

Email ID : udaysanghvi@gmail.com




**JJC CENTRAL BOARD**

Name : Bhavin J. Shah

Date of Birth : 15-7-1975

Mobile No. : 9825324247

Email ID : shahbhavin041@gmail.com



**JAIN JAGRUTI CENTRE CENTRAL BOARD CHARITABLE TRUST**

Name : Amit D. Kothari

Marriage Date: 06-07-1991

Mobile No. : 9004880001

Email ID : amit@adkothari.com



**“રવિવાર ” એટલે..... !**

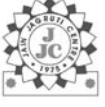
વ્યવસાયમાં વિખરાયેલી જિંદગીને, પરિવાર સાથે બેસીને, થોડું થીગડું મારવાનો દિવસ એટલે રવિવાર...

જીવનમાં રવિવારના બે તબક્કા

બાળપણનો રવિવાર એટલે થાકવાનો રવિવાર... ? અને અત્યારનો રવિવાર એટલે થાક ઉતારવાનો રવિવાર... !

રવિવાર એટલે આ એક્સપ્રેસ જીંદગીની રેલગાડીની સફરમાં આવતું એક નાનું સ્ટેશન...

ક્યારે આવી ને જતું રહે છે ખબર જ નથી રહેતી... !



## જેજેસી-સેન્ટ્રલ બોર્ડ



જૈન જાગૃતિ સેન્ટર-સેન્ટ્રલ બોર્ડ ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ  
દ્વારા આયોજીત



### રઘ્મો સમુહલગ્નોત્સવ



વહેલા તે પહેલાના ધોરણે

૨૧ યુગલોને સમુહ લગ્નમાં લેવામાં આવશે.

સમુહ લગ્ન માટે

જેજેસી ઑફિસમાં સંપર્ક કરવા નમ્ર વિનંતી.

૨૦૧, માથારુ આર્કેડ, સુભાષ રોડ,

વિલે પાર્લે (ઈસ્ટ), મુંબઈ-૪૦૦ ૦૫૭.

ટે. નં. ૦૨૨-૬૬૯૫૬૬૯૯

ટેલિફોન: ૦૨૨-૬૬૯૭૩૦૩૮

Email: [admin@jainjagruti.com](mailto:admin@jainjagruti.com)

● Website: [www.jainjagruti.com](http://www.jainjagruti.com)

## જેજેસી જુહુ બીચ



કોરોનાની ભયંકર મહામારીમાં આશિર્વાદરૂપ કોવિડ -૧૯ વેક્સીન માટેનું રસીકરણ કંમ્પનું આયોજન સમસ્ત જૈન સમાજ માટે કરવામાં આવ્યું હતું. તે માટે જૈન જાગૃતિ સેન્ટ્રલ બોર્ડના ચેરમેન જેજેસી જુહુ બીચના પ્રમુખ તથા સમગ્ર ટીમને અભિનંદન આપે છે.

## જેજેસી ઉપલેટા



જૈન જાગૃતિ સેન્ટર ઉપલેટાએ ૧૬ વર્ષ પૂર્ણ કરી ૧૭માં વરસમાં પ્રવેશની ઉજવણી કરી હતી. તે પ્રસંગે ઉપલેટાની જનતાના લાભાર્થે રાહત દરે નોટબુક ચોપડા વિતરણ નંગ ૧૫૦૦૦ તેમજ સાથેસાથે જરૂરિયાતમંદ વિદ્યાર્થીઓને નોટબુક વિનામુલ્ય આપેલ. તે માટે સેન્ટ્રલ બોર્ડના ચેરમેન તથા પ્રમુખે સમગ્ર ટીમને અભિનંદન આપેલ.



## જેજેસી કાંદિવલી



જેજેસી કાંદિવલી સેન્ટર દ્વારા સમસ્ત જૈન સમાજ તથા અન્ય સમાજ માટે કોવિડ - ૧૯ રસીકરણ કેમ્પનું આયોજન કરવામાં આવેલ હતું તે માટે જૈન જાગૃતિ સેન્ટ્રલ બોર્ડના ચેરમેન જેજેસી કાંદિવલી સેન્ટરના પ્રમુખ શ્રી સંજયભાઈ શાહ તથા સમગ્ર કમિટીને અભિનંદન આપે છે.

## જેજેસી ગોંડલ



જેજેસી ગોંડલ દ્વારા રાહતના દરે નોટબુક તથા ચોપડા વિતરણનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. ગોંડલ ગામના જૈન ભાઈઓને લાભ મળેલ. તેમજ સાથેસાથે જરૂરિયાતમંદ વિદ્યાર્થીઓને ૨૦૦ કીટ (નોટબુક) વિનામુલ્ય આપેલ છે. તે માટે જૈન જાગૃતિ સેન્ટ્રલ બોર્ડ તરફથી સમગ્ર ટીમને ખૂબખૂબ અભિનંદન.

# જાગૃતિ સંદેશ

## જેજેસી બોરીવલી - જેજેસી લેડીઝ વિંગ (બોરીવલી)



જેજેસી બોરીવલી અને જેજેસી બોરીવલી લેડીઝ વિંગ સેન્ટર દ્વારા સમસ્ત જૈન સમાજ તથા અન્ય સમાજના ભાઈઓ અને બહેનો માટે કોવિડ ૧૯ રસીકરણ કંમ્પનું આયોજન કરવામાં આવેલ હતું. તે માટે જૈન જાગૃતિ સેન્ટ્રલ બોર્ડના ચેરમેન, જેજેસી બોરીવલીના પ્રમુખ શ્રી મણીકાંતભાઈ તથા લેડીઝવિંગના પ્રમુખ ભાવીશાબેન બન્ને કમિટીને અભિનંદન આપે છે.



### JOB OPENINGS

Require Young & Dynamic  
FEMALE Candidates for  
Marketing & Sales Profile  
in Office at  
Vikhroli (W), Mumbai

### Required Skills

Graduate Females  
Fluent English  
(English Medium Educated)  
Computer Knowledge with  
MS-Excel, Outlook.  
Excellent Communication.

Self Motivated, Dedicated and  
Career Oriented Candidates  
can call for Appointment

**SIBRAM PHARMACEUTICAL**

Tel: + 91 9819532366, 9967035493

Email: vimalkhokhani@gmail.com

### સંબંધ

જ્ઞાણાનુબંધ સિવાય કોઈપણ વ્યક્તિ

કોઈના સંપર્કમાં આવતું જ નથી.

એટલે જ

જે સંબંધો છે તેને સહનશીલ બનીને સાચવવા

ફરિયાદ કરીને સંબંધના મૂળ ઉખાડવા કરતાં,

ફરી યાદ કરીને સંબંધને પોષણ આપીએ.. નિભાવીએ...

એવું નથી કે સંબંધને, સાચવવા બુદ્ધિ જોઈએ.

એના માટે ફક્ત આપણા, હૃદયની શુદ્ધિ જોઈએ.

મીઠા શબ્દોના ખાલી બે ટીપા.

સંબંધોને કડવો થતા અટકાવે છે

સ્વમાન ભૂલીને પણ જ્યારે સંબંધ

સાચવતા શીખી જશો

ખરેખર ત્યારે તમે ખુદની નજરમાં નિખરી જશો.

જૂન ૨૦૨૧



## જૈન જાગૃતિ સેન્ટર-માંડવી

‘આંતરરાષ્ટ્રીય મહિલા દિન’ નિમિત્તે જૈન જાગૃતિ સેન્ટર, માંડવીની મહિલાઓ દ્વારા સૌ પ્રથમ વખત સમસ્ત જૈન સમાજની મહિલાઓ માટે ઉજવણીનું આયોજન કરવામાં આવેલ હતું. પ્રશ્નોત્તરી તથા હાઉઝી ગેમ્સનું આયોજન કરવામાં આવેલ હતું. માંડવીના ફિઝિયોથેરાપિસ્ટ શ્રીમતિ ડૉ. કિંજલબેન શાહ દ્વારા ‘મહિલાઓમાં ફિઝિકલ સ્ટ્રેન્થ’ એ વિષય પર વક્તવ્ય આપતાં કહ્યું સરળ શૈલીમાં સમજણ આપેલ તથા કેવી રીતે ઘર પર રહીને કેવી કસરતો કરવી તે ડેમો દ્વારા શીખવાડેલ. ખાંડ, મેંદો, આયાવાળી વસ્તુઓ જેવી ખાવા પીવાની આદતો પર કન્ટ્રોલ કરી રેગ્યુલર કસરત કરવાથી મહિલાઓની રોજબરોજની જીંદગી પીડા મુક્ત થઈ શકે છે. બીજા વક્તા શિક્ષણશાસ્ત્રી તથા ચાઈલ્ડ સાયકોલોજીના માસ્ટર શ્રીમતિ બિંદીયાબેન ચંદવાણી એ ‘મહિલાઓ અને બાળ ઉછેર’ એ વિષય પર પોતાના ક્ષેત્રમાં ૨૨ વર્ષના અનુભવનો નિયોડ ઠાલવતાં જણાવેલ કે, જેમ કોઈપણ ફળ તેની સિઝન આવે ત્યારે ઝાડ પર પાકે તો તે ખૂબ મીઠું હોય છે તેમ બાળકો પણ તેની ઉંમર પ્રમાણે વિકાસ પામે તોજ તે સક્ષમ બને છે. આજે આપણે એકથી બે બાળકો હોવાને કારણે તેની દરેક જીંદગી પુરી કરીએ છીએ જે વ્યાજબી નથી. અમુક બીનજરૂરી વસ્તુઓ વિના કે વિપરીત પરિસ્થિતિનો સામનો કરતાં શીખવાડશો તોજ બાળકોનો સંપૂર્ણ વિકાસ થશે. એક માં તથા મહિલા તરીકે આપણાં વાઈબ્રેશન્સની પણ બાળકો ઉપર અસર પડે છે જેથી હંમેશા ‘પોઝીટીવ વાઈબ્રેશન્સ’ રાખવાં. ખાસ રસોઈ બનાવતી વખતે આ વાતનું ધ્યાન રાખવું કેમકે તેની અસર આખા પરિવાર પર પડે છે.

કોવીડ-૧૯ની કોરોના મહામારીની પરિસ્થિતિને કારણે કોરનટાઈન થયેલ માંડવી સમસ્ત જૈન સમાજનાં કોઈપણ પરિવારને ઘરે અને હોટલમાં ટિફીનની જરૂર હોય તો જૈન જાગૃતિ સેન્ટર, માંડવી વિના મૂલ્યે ટિફીન સેવા તા. ૨.૫.૨૦૨૧ થી ૧૫.૬.૨૦૨૧ સુધી ખુલુ કરેલ હતું.

કોરોનાથી સંક્રમિત અથવા તો ક્વોરન્ટાઈન થયેલ કોઈ પણ જૈન પરિવાર ને જરૂર હોય તેમણે બપોરનાં ટિફીન માટે સવારે અને સાંજના ટિફીન માટે વ્યવસ્થા કરવામાં આવેલ હતી.

## જેજેસી-માંડવી

જેજેસી ગ્રુપ દ્વારા સંગીત સંધ્યાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. કોરોનાની વિકટ પરિસ્થિતિમાં સંગીતના સુરોએ હળવાશનો અનુભવ કરાવ્યો હતો અને સૌએ પ્રોગ્રામ મન ભરી ને માણ્યો હતો. જેજેસી સેન્ટ્રલ બોર્ડના સેક્રેટરી શ્રી ભાવીનભાઈ, દર્શનભાઈ, પુનિતભાઈ માંડવીનગર અધ્યક્ષા શ્રીમતી હેતલબેન સોનેજી, જીગનાબેન હોદારવાલા, પારસભાઈ સંઘવી, લાંતિકભાઈ શાહ મુન્દ્રાના જૈન સમાજ અગ્રણી શ્રી ભૂપેનભાઈ અને નીલીમાબેન મહેતા તથા માંડવી જૈન ત્રણ સંઘ પ્રમુખ મયુરભાઈ શાહે મુખ્ય મહેમાન તરીકે શોભા વધારી હતી. ડૉ. ઉષાબેન ગોગરી, સ્વાતિબેન, રજુબેન, નયનાબેન અતિથિ વિશેષ તરીકે જોડાયા હતા. કાર્યક્રમનું સંચાલન મંત્રી ડૉ. પાર્શ્વબેન ગોગરીએ કરેલું. પ્રોજેક્ટ ચેરમેન પ્રમુખ ગીતાબેન વોરા, પાર્શ્વબેન રજુબેન, ચંદ્રીકાબેન, રક્ષાબેન, મમતા બેન હાજર રહ્યા હતા. સાધનાબેન, મનીષાબેન અને ભારતીબેન એ સહયોગ આપ્યો હતો.



**જૈન જાગૃતિ સેન્ટર (સાયન - માટુંગા) ચેરીટેબલ ટ્રસ્ટ**

C/o. ૧૧૭-એ, મધુબન, ફ્લેટ નં. ૪, રોડ નં. ૨૪-એ, સાયન(વેસ્ટ), મુંબઈ-૪૦૦ ૦૨૨.

પ્રાથમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓ માટે શિષ્યવૃત્તિ વર્ષ ૨૦૨૧-૨૦૨૨

**શ્રીમતી ધીરજબેન નંદલાલ ગાંડાલાલ શાહ - વિદ્યાર્થી દત્તક યોજના ફંડ**

સેન્ટરના વહાલા સભ્ય મિત્રો,

સહર્ષ જણાવવાનું કે દરેક વર્ષની માફક આ વર્ષે પણ જૈન પરિવારના જરૂરીયાતવાળા (જેઓની માસિક આવક રૂ. ૧૫,૦૦૦/- થી ઓછી હોય) કુટુંબના પ્રાથમિક શાળામાં અભ્યાસ કરતા હોય અને મુંબઈ (સાઉથ મુંબઈ થી સેન્ટ્રલ મુંબઈમાં થાણા સુધી અને પશ્ચિમ મુંબઈમાં બોરીવલી સુધી)માં જ રહેતા હોય તેવા વિદ્યાર્થીઓ (ટીકરો/ટીકરી) ને શૈક્ષણિક અભ્યાસ માટે દત્તક લેવાનું નક્કી કર્યું છે. દત્તક લીધેલ (પસંદ કરાએલ) વિદ્યાર્થીને આપણાં ટ્રસ્ટ તરફથી ૧૨માં ધોરણ સુધી દરેક વર્ષે અભ્યાસ માટેનો ખર્ચ (શાળાની ફી, યુનીફોર્મસ, બુક્સ, નોટબુક્સ, શુઝ વિગેરે) આપવામાં આવશે.

આ શિષ્યવૃત્તિ મેળવવા માટે વિદ્યાર્થીના વાલીએ સાદા કાગળ ઉપર નીચે મુજબની વિગત સાથે અરજી કરવાની રહેશે.

- ૧) બાળકનું પુરેપુરું નામ, સરનામું, ફોન નંબર.
- ૨) મુળપતન, બાળકની જન્મતારીખ.
- ૩) હાલમાં અભ્યાસ કરતાં હોય તે ધોરણ અને પ્રાથમિક શાળાનું નામ તેમ જ સરનામું.
- ૪) મા-બાપની માસિક આવક અને કુટુંબની સામાન્ય વિગત.
- ૫) બાળકનો ફોટો, રેશનકાર્ડની ઝેરોકસ તથા ધોરણ પાસ કર્યું હોય તેની માર્કસ શીટ.
- ૬) શાળાની ફીનું બંધારણ

અને આ અરજી માતા અથવા પિતાએ તેઓના બાળક સાથે શનિવાર, તારીખ ૧૭ મી જુલાઈ ૨૦૨૧ થી તા. ૭ મી ઓગસ્ટ, ૨૦૨૧ દરમ્યાનના કોઈપણ બુધવારે અથવા શનિવારે સવારના ૧૦.૩૦ થી ૧.૦૦ કલાક દરમ્યાન નીચેના સરનામે રૂબરૂ આપવાની રહેશે.

C/o. સી.એમ.ગાંધી કન્સ્ટ્રક્શન ફંડ.

૧૬, આશીર્વાદ બિલ્ડીંગ, ૪થે માળે, વિઠોબા મંદિરની બાજુમાં, સાયન મેઈન રોડ, સાયન (વેસ્ટ), મુંબઈ - ૪૦૦૦૨૨

પાસ નોંધ : આ દિવસ અને સમય સિવાય કોઈએ મહેરબાની કરી આપવું નહિ.

**કોરોનાને કારણે લોકડાઉન હશે તો કાર્યક્રમમાં ફેરફાર થઈ શકશે.**

જૈન જાગૃતિ સેન્ટર (સાયન-માટુંગા) ચેરીટેબલ ટ્રસ્ટ દ્વારા નીચે મુજબનાં ચેરીટેબલ કાર્યો અને સહાય માટે ફંડો ચલાવવામાં આવે છે.

શ્રીમતી ધીરજબેન નંદલાલ ગાંડાલાલ શાહ - વિદ્યાર્થી દત્તક યોજના ફંડ

શ્રી ગંભીરચંદ ઉમેદચંદ શાહ - કેળવણી - શિક્ષણ ફંડ	શ્રીમતી કાંતાબેન ચંદુલાલ મણીલાલ ગાંધી - ઈન્ફોટેક ફંડ
શ્રીમતી મંજુલાબેન ગુણવંતરાય સી. શાહ - મેડીકલ ફંડ	શ્રીમતી ભારતીબેન રમેશચંદ્ર શાહ - ડાયાલીસીસ ફંડ
શ્રીમતી રંભાબેન ચતુરદાસ મણીલાલ શાહ - માનવ રાહત ફંડ	શ્રીમતી મંગલાબેન જશવંતલાલ શાહ - અનાજ રાહત ફંડ
શ્રીમતી ધીરજબેન નંદલાલ ગાંડાલાલ શાહ - જીવદયા ફંડ	શ્રીમતી સવિતાબેન હ. કમલેશ ચીનુભાઈ શાહ - સ્કોલરશીપ ફંડ

...લી.

સતીષભાઈ સી. શાહ ● જયેન્દ્રભાઈ એમ. સંઘવી  
સુરેશભાઈ કે.શાહ ● હેમંતભાઈ ડી. શાહ  
જીતેન્દ્રભાઈ એમ. શાહ  
ટ્રસ્ટી અને કન્વીનીયર્સ

રાજેશભાઈ સી. ગાંધી  
ચેરમેન

## માત્ર પરીક્ષામાંથી વિદ્યાર્થીઓનું હિત સમાયેલ નથી

બારમા ધોરણની પરીક્ષા લેવી કે ના લેવી એ મુદ્દે કેન્દ્રની અનિર્ણાયકતાએ વિદ્યાર્થીઓ અને વાલીઓને અસમંજસની સ્થિતિમાં ધકેલી દીધા હતા. મમામલો સર્વોચ્ચ અદાલતમાં ગયો અને ત્રીજી જૂને અદાલતને નિર્ણય જણાવવાનો હતુ, પરંતુ એ પહેલાં જ પહેલી તારીખે સરકારે પરીક્ષા રદ કરવાનો નિર્ણય જાહેર કરી દીધો. અદાલતે કહ્યું હતું કે જો પરીક્ષા રદ ન કરવી હોય અને લેવી હોય તો તે માટેનાં નક્કર કારણો જણાવવા પડશે. અદાલતને આવું એટલા માટે કહેવું પડ્યું હતું કે સરકારે ગત વર્ષે માર્ચમાં બારમાના કેટલાક પેપરની પરીક્ષા લેવાઈ ગયા પછી કોરોના સંક્રમણ અને સંપૂર્ણ લોકડાઉનની સ્થિતિને કારણે બાકીના પેપરોની પરીક્ષા રદ કરીને તેને માટે ગ્રેડેશનની પદ્ધતિ નક્કી કરી હતી. એ પ્રમાણે ન લેવાયેલી પરીક્ષાના વિષયોના માર્ક્સ આપી દેવાયા હતા. અદાલતનું કહેવું હતું કે આ વર્ષે પણ માર્ચ-એપ્રિલ-મે માસ દરમિયાન પરિસ્થિતિ ગત વર્ષ જેવી જ રહી છે. તો પછી પરીક્ષા લેવાની વિચારણા શા માટે થઈ રહી છે?

વાત મુદ્દાની હતી. પરીક્ષા રદ કરવાની તરફેણમા પરિસ્થિતિજન્ય વ્યાજબી કારણો પણ છે. સૌ પ્રથમ પાયાનો પ્રશ્ન એ છે કે વિતેલા સમગ્ર શૈક્ષણિક વર્ષ દરમિયાન વર્ગોમાં પ્રત્યક્ષ શિક્ષણ કાર્ય થઈ શક્યું નથી અને ઓનલાઈન એજ્યુકેશન સર્વત્ર એકસરખા પ્રમાણમાં પહોંચ્યું નથી, ખાસ કરીને ગ્રામ્ય વિસ્તારોમાં નેટની ઉપલબ્ધતા સહિતના અનેક પ્રશ્નો રહ્યા હતા. શહેરોમાં પણ ઓનલાઈન શિક્ષણ અપાયું ત્યાં પણ વિદ્યાર્થીઓ ઘણા વિષયોમાં અને પાઠ્યક્રમના અનેક હિસ્સા અંગે અપૂરતી અને અર્ધદુગ્ધ સમજ ધરાવે છે, તો કેટલાક અંશે ગેરસમજ પણ ધરાવે છે અને પ્રત્યક્ષ શિક્ષણના અભાવે તેના વિશેની સ્પષ્ટ સમજ વિકસાવી શકાઈ નથી. એ સ્થિતિમાં પરીક્ષાનો કોઈ મતલબ રહેતો નથી. પરીક્ષાનો આગ્રહ વિદ્યાર્થીઓ માટે એક પ્રકારે અત્યાચાર બની રહે એવી સ્થિતિ હતી. ગ્રામ્ય વિસ્તારોમાં નેટ અને કોમ્પ્યુટરની અપૂરતી સુવિધા તેમ જ વીજળીની અનિયમિતતાને કારણે ઓનલાઈન શિક્ષણ આ વિદ્યાર્થી સમુદાય સુધી નિયમિત પહોંચ્યું જ નથી.

બીજી મહત્વની વાત એ છે કે ગત વર્ષની સરખામણીએ કોરોના સંક્રમણનો બીજો વેવ વધુ ઘાતક અને જીવલેણ બની રહ્યો છે. પરિસ્થિતિ હવે હળવી બની

હોવા છતાં દેશના લાખો પરિવારો હજુ સંક્રમણના ભયના ઓથાર હેઠળ જીવી રહ્યા છે. અઠાર વર્ષથી નીચેની વયના કિશોર-યુવાનો માટે વેક્સિનની સ્વીકૃતિ હજુ હવે મળવાની છે. એ સ્થિતિમાં આ વિદ્યાર્થીઓ માટે પરીક્ષાના હઠાગ્રહથી સંક્રમણનું જોખમ વધારવાનું હિતાવહ નહીં ગણાય. સરકારને માટે સતત બીજા વર્ષે પરીક્ષા રદ કરવાનું મુશ્કેલ ન હતું. અત્યારે યુવાનો અને તેમના પરિવારના જનમાલની સુરક્ષાને અગ્રતા આપવું વધુ યોગ્ય ગણી શકાય.

સરકારની મૂંઝવણ એ હતી કે બારમા ધોરણની પરીક્ષા વિના આગળના અભ્યાસ માટે કૉલેજ એડમિશનની પ્રક્રિયા કેવી રીતે આગળ ધપાવવી? એ પ્રશ્ન તો છે જ, પરંતુ ઘણા શિક્ષણવિદ્વાનોએ સૂચવ્યું છે કે જેમ કેટલીક ફેકલ્ટીમાં પ્રવેશ માટે ટેસ્ટ લેવાય એ રીતે વિદ્યાર્થીઓની એન્ટ્રેન્સ ટેસ્ટ કૉલેજ કે યુનિવર્સિટી લઈને પ્રવેશ આપે. આ વ્યવસ્થા વર્તમાન સંજોગોમાં અનુકૂળ પણ આવે. કેટલાક તો એવી પણ દલીલ કરે છે કે સરકાર નવી શિક્ષણ નીતિમાં પરીક્ષાને ગૌણ બનાવવા માગે છે તો તેની શરૂઆત કરવાનો આ યોગ્ય સમય છે.

વેક્સિન લીધા વિનાના વિદ્યાર્થીઓને પરીક્ષા માટે એક સ્થળે પ્રણેક ક્લાક સુધી બેસાડી રાખવા એ જોખમી હતું. દર વર્ષે બારમા ધોરણમાં લગભગ સવા કરોડ વિદ્યાર્થીઓ પરીક્ષામાં બેસે છે. આ સંખ્યા નાની સુની નથી. સીબીએસસીના નિર્ણયની રાહ જોઈને દેશનાં રાજ્યો બેઠાં હતાં. તેઓ પણ સ્થાનિક સ્તરે તેને અનુરૂપ નિર્ણય લેવા વિચારશે. એ સ્થિતિમાં કેનનો નિર્ણય દૂરગામી અસર કરનારો બની રહેશે. ગુજરાતે તો બારમાની પરીક્ષા રદ જાહેર કરી દીધી છે.

પરીક્ષાની અવેજીમાં શિક્ષણશાસ્ત્રીઓ સૂચવે એ પ્રકારના ગ્રેડિંગની વ્યવસ્થા વિચારવી જોઈએ. યુનિવર્સિટી કક્ષાએ શિક્ષકો, પ્રોફેસરો અને વિદ્યાર્થીઓ તેમ જ વાલીઓમાં પણ પરીક્ષા લેવાના મુદ્દે ભિન્ન-ભિન્ન અભિપ્રાય પ્રવર્તતા હતા, પરંતુ આ સ્થિતિ મહદ્અંશે અનિર્ણયાકતાને સમાવિષ્ટ હોતું નથી, એ યાદ રાખવું જોઈએ. બારમાની પરીક્ષા રદ કરવાના નિર્ણયને એકંદરે સાર્વત્રિક આવકાર મળ્યો છે. સરકાર બારમાનું ગ્રેડિંગ વૈકલ્પિક મૂલ્યાંકન પદ્ધતિઓના આધારે કરશે એ જ રીતે જો કોઈ વિદ્યાર્થીને પરીક્ષા આપવી જ હોય તો સ્થિતિમાં સુધારા પછી તેમને આવી તક અપાશે. મતલબ સરકારે આ બાબતમાં સ્થિતિસ્થાપકતા દર્શાવી છે.

તરુણ દતાણી



## ભગવાનના દોસ્ત બનો

એક બાળક ગરમીમાં ગરમ ડામરના રસ્તા પર પગમાં કંઈ પહેર્યા વિના ટ્રાફિકમાં આમતેમ દોડી સિગ્નલ પડે ત્યારે એક ગાડી પાસે જઈ ફૂલો વેચી રહ્યો હતો. અમુક લોકો તેની પાસે મોલભાવ કરી પૈસા ઓછા કરાવી રહ્યા હતા. અમુક દૂર તગેડી મૂકતા હતા. અમુક લોકો ભાવ પૂછીને પછી ના પાડી દેતા બિચારો સખત ગરમીમાં ફૂલો વેચવાની મહેનત કરી રહ્યો હતો.

ભલે કદાચ તેના પગ ગરમ રસ્તાની ગરમીથી ટેવાઈ ગયા હશે છતાં લાલ થઈ ગયા હતા, પણ તેને તેની પરવા ન હતી. તેને પોતાની પાસેનાં ફૂલો વેચવા હતાં. ત્યાંથી પસાર થનાર એક સજ્જનને તેને જોયો. બળબળતા તાપમાં તે પગમાં કંઈ પહેર્યા વિના ખુલ્લા પગે દોડી રહ્યો હતો. તેની મહેનત પર સજ્જનને માન થયું, પણ તેનાં લાલ દાઝેલા પગ જોઈ ખૂબ દુઃખ થયું. સજ્જનનું હૃદય દ્રવી ઊઠ્યું. તેઓએ મનમાં કંઈ વિચાર્યું અને બે ઘડી છોકરાના પગને બરાબર નીરખી લઈ બજારમાં ગયા અને આશરે છોકરાના માપનાં જૂતા લીધા. દાઝેલા પગ પર લગાવવા કીમ લીધી એ પાછા ટ્રાફિક સિગ્નલ પાસે આવ્યા. છોકરો સિગ્નલ હોવાથી એક ગાડીથી બીજી ગાડી દોડી રહ્યો હતો. સિગ્નલ ચાલુ થયું. ટ્રાફિક ચાલુ થઈ ગયો એટલે છોકરો રસ્તાની એક બાજુ ઊભો રહ્યો. પેલા સજ્જન તેની પાસે ગયા. પહેલાં બે ફૂલ લીધાં. પછી તેણે જૂતાં અને દાઝેલા પગ પર લગાવવાની કીમ આપી અને કહ્યું બેટા, તું ઘણી મહેનત કરે છે. લે, આ તારી મહેનતનું ઈનામ છે. છોકરો ચમકતી આંખે જૂતાં તરફ જોવા લાગ્યો. ચહેરો ખુશીથી ચમકી ઊઠ્યો... કીમ ખિસ્સામાં મૂકી તરત જૂતાં પહેરી લીધાં અને ચહેરા પર રાહતની રેખાઓ ફરી વળી. સજ્જન ખુશ થઈ ત્યાંથી જવા લાગ્યા. ત્યાં છોકરાએ દોડી જઈ તેમનો હાથ પકડી પૂછ્યું, શું તમે ભગવાન છો!! સજ્જન ખોલી ઊઠયા, ના... ના. હું ભગવાન નથી...!

છોકરો હસ્યો, પછી બોલ્યો, તો પછી નક્કી તમે ભગવાનના દોસ્ત હશો... કારણ મેં આજે ભગવાનને બહુ પ્રાર્થના કરી હતી કે આ ગરમીમાં ગરમ રસ્તો દાઝે છે. મને ક્યાંકથી કોઈ ફાટેલાં જૂતાં મળે તેવું કરજે અને તમે નવા જૂતાં લઈને આવ્યા. નક્કી તમે ભગવાનના મિત્ર હશો. તેની વાત સાંભળી સજ્જન હસીને મુખ પર એક સરસ સ્મિત લઈ ત્યાંથી ચાલ્યા અને છોકરો બમણા ઉત્સાહથી કામે લાગ્યો. હવે સજ્જનને સમજાઈ ગયું હતું કે ભગવાનના દોસ્ત કઈ રીતે બનાય... ખુશી વહેંચવાથી ખુશી મળે છે.

### “વીર ફાઉન્ડેશન” દ્વારા વેક્સિનેશન આયોજન

“વીર ફાઉન્ડેશન” માનવતાના કાર્યોમાં હમેશા અગ્રેસર હોય છે. મુંબઈ મેયર કિશોરી પેડણકરે વીર ફાઉન્ડેશન દ્વારા આયોજીત વેક્સિનેશન ડ્રાઈવમાં વિશેષ હાજરી આપી તેમના કાર્યોને બિરદાવ્યા હતા. શનિવાર તા. ૫-૬-૨૦૨૧ના ઘાટકોપર ઈસ્ટમાં આવેલ હિંગવાલા ઉપાશ્રય ખાતે “વીર ફાઉન્ડેશન” દ્વારા વેક્સિનેશનના કાર્યક્રમનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં ૧૫૫૦થી વધુ લોકોએ વેક્સિનનો લાભ લીધી હતો. આના માટે રજીસ્ટ્રેશનની પ્રક્રિયા દ્વારા ઈચ્છુક લોકોને પહેલા લાભ આપવામાં આવ્યો હતો. એ સિવાય પણ ઘણા લોકો જેને પછીથી ખબર પડતા આવ્યા હતા. તેમને પણ આનો લાભ મળ્યો હતો. વીર ફાઉન્ડેશન તથા જૈન જાગૃતિ સેન્ટર નોર્થ ઈસ્ટના પ્રમુખ શ્રી નીતિનભાઈ સંઘવીએ અખબારી યાદીમાં જણાવ્યું હતું કે રજીસ્ટ્રેશન તો ફક્ત ૧૫૦૦ લોકોનું કરવામાં આવ્યું હતું પણ આટલો મોટો રિસ્પોન્સ જોતા અને આવેલા લોકોને ખાલી હાથ ન જવું પડે તેના માટે વેક્સિનની સંખ્યા વધારવામાં આવી હતી. આ કાર્યક્રમ યોજવા માટે ઉપાશ્રયની પવિત્ર જગ્યા આપવા બદલ તમામ કમિટીના સભ્યોનો આભાર માન્યો હતો. આ કાર્યક્રમમાં સાંસદ મનોજ કોટક, વિધાનસભ્ય પરાગ શાહ, નગરસેવક ભાલચંદ્ર શિરસાટ, નગરસેવિકા બિંદુ ત્રિવેદી, નગરસેવિકા રાખી જાધવ, નીતિન શાહ, જૈન અગ્રણી રમેશભાઈ મોરબીયા અને હિંગવાલા ઉપાશ્રયના કમિટી મેમ્બરો સહિત અનેક મહાનુભાવોએ હાજરી આપી હતી.

## લગ્નઈચ્છુક યુવક-યુવતીઓની યાદી

### યુવક

નં	નામ, જ.તા., ઊંચાઈ, અભ્યાસ, વ્યવસાય	જ્ઞાતિ-મૂળ વતન-હાલ	સંપર્ક
૧)	સૌરભ ભરત મહેતા, ૧૫-૩-૧૯૯૧, ૫-૬’ B.AF & M.Com	જૈન દેરાવાસી બોરીવલી-મોરબી	(મો) ૯૩૨૩૧૧૪૬૯૫ (મો) ૯૭૭૩૩૩૮૬૯૮

## પર્યાવરણ સંતુલન માટે

### ઉપભોક્તાવાદથી ઉપયોગની સંસ્કૃતિ તરફ

દરેક નવુંનવું પહેરી-ઓટી લેવું, દરરોજ નિતનવી વિવિધ વાનગીઓ ખાઈ લેવી, એકવીસમી સદીના મંડાણમાં માનવીનું જીવન ઉપભોગલક્ષી દોડમાં સામેલ થઈ ગયું છે.

માત્ર ટોસાની દુકાનમાં પચાસ જાતના વિવિધ ટોસા, આઈસક્રીમની દુકાનમાં સાઠ જાતના આઈસક્રીમ, ચપ્પલ કે શૂઝની સેંકડો, તો વસ્ત્રોની હજારો ડિઝાઈન.

સપ્તસૂરના સારંગમ કે આલાપ, નૃત્ય આલબમ, ફિલ્મી સીડી અને ઓડિયો-વીડિયોની સહસ્ત્ર શૃંખલાએ પાંચ ઈન્દ્રિયો અને છઠ્ઠા મન માટે ભોગ-ઉપભોગની વૈકલ્પિક ભરમાર ઊભી કરી દીધી છે. મનમાં વિકલ્પો અને ફેશનના કારણે કપડાંથી માંડીને ફર્નિચર અને મોટરકાર વારંવાર બદલાય છે.

ઉપભોક્તાવાદની આ સંસ્કૃતિમાં કેટલીય બિનજરૂરી ચીજોની વપરાશ વધી ગઈ. તન-મન માટેની જરૂરી ચીજોનો દેશનિકાલ થયો. દેશની ઉદારીકરણની નીતિને કારણે ભોગ-ઉપભોગ માટે અસંખ્ય વિદેશી વસ્તુઓની આયાત થઈ. બગાડ અને દુરુપયોગથી સામાજિક અન્યાય અને વિષમતા સર્જાઈ.

વિકલ્પોની વણજાર અને ઉપભોક્તાવાદની આંધળી દોડમાં આપણે ક્ષણભર અટકી ચિંતન નહીં કરીએ તો આ જીવનશૈલી આપણાં તન-મનને અશાંત અને પ્રદૂષિત કરી દેશે.

આ સંસારમાં માનવીને ભોગ અને ઉપભોગ માટે અસંખ્ય વસ્તુઓ નિર્માયેલી છે, જેમાં જડ-ચેતન અને મિશ્ર વસ્તુઓની વિશાળ શ્રેણીનો સમાવેશ થાય છે.

ઘોડા પર બેસીને મુસાફરી કરે તો ચેતનનો ઉપભોગ, ઘોડાગાડીમાં બેસીને મુસાફરી કરે તે જડ-ચેતન મિશ્રનો ઉપભોગ અને ફક્ત ગાડી વાપરે તો જડનો ઉપભોગ.

પરિભોગ એટલે એક વસ્તુ વારંવાર વાપરવી. દા.ત., કપડાં, પલંગ, મોટરકાર વગેરે; જ્યારે પરિભોગ અને ઉપભોગ, પરિભોગમાં જો સંયમ અને વિવેક અભિપ્રેત હોય તો તે ઉપયોગ બની જાય છે.

ભોગ, ઉપભોગ કે ઉપયોગનો સંપૂર્ણ ત્યાગ એ વિશુદ્ધ આત્મસ્વરૂપનો સ્વભાવ છે. શુદ્ધાત્માને ભોગ-ઉપભોગની જરૂર નથી. સંસારમાં રહેલા આપણા કર્મધીન જીવને ભોગ-ઉપભોગ

વિના ચાલતું નથી.

સંપૂર્ણ ભોગ-ઉપભોગ કે ઉપયોગવિહીન દશા તે પ્રકૃતિ છે. એટલે આત્માનો સ્વભાવ છે વિવેકસહ, સંયમપૂર્વક ભોગ-ઉપભોગ-ઉપયોગ તે સંસ્કૃતિ અને વિવેકહીન બેફામ ભોગ કે ઉપભોગ એ વિકૃતિ છે.

પ્રકૃતિએ આપેલી તમામ સંપત્તિ એ કોઈ એકલાની માલિકી નથી. સમગ્ર સૃષ્ટિ માલિકોની છે. કોઈ પણ વ્યક્તિને આ કુદરતી સંપત્તિનો બેફામ દુરુપયોગ કરવાનો અધિકાર નથી. વળી અગ્નિ, વાયુ, પાણી, પૃથ્વી અને વનસ્પતિમાં પણ જીવ છે. વિવેકહીન બેફામ ભોગ-ઉપભોગથી આ જીવોની વિરાધના કે હિંસા થશે.

પ્રકૃતિના કોઈ પણ ઘટકનો બેફામ વિવેકહીન ઉપયોગ પર્યાવરણ અસંતુલન પેદા કરે છે. અતિવૃષ્ટિ, અનાવૃષ્ટિ, ભયંકર વાયુચક્રો કે ભૂકંપ જેવી કુદરતી આફતોને નોતરે છે. ભયંકર રોગ અને મહામારીને આમંત્રે છે.

પશ્ચિમની યંત્રવાદની સંસ્કૃતિ બેફામ ભોગ અને ઉપભોગલક્ષી સંસ્કૃતિ છે. વધુ વાપરો, વધુ અને વિવિધ ખાઓ, વધુ ઉત્પાદન કરો અને એ ઉત્પાદન વધારવા નવી શોધો કરો.

શોષણ, હિંસા, પરિગ્રહ અને સામ્રાજ્યવાદ ભોગલક્ષી સંસ્કૃતિની નીપજ છે. ઉપભોક્તાવાદની વિકૃત વિચારધારાએ તન-મનના કેટલાય રોગોને નોતર્યા છે અને જીવસૃષ્ટિને અશાંત કરે છે.

વિશ્વ અશાંતિ ભોગ-ઉપભોગલક્ષી વિચારધારાનું વિકૃત પરિણામ છે, પરંતુ ભગવાન મહાવીરે આ વૃત્તિનું વિશ્લેષણ કરી અલ્પ ઈચ્છા દ્વારા ઈચ્છા પરિમાણ કરવાનું કહ્યું. જરૂરી ઉપયોગ અર્થદંડ છે, પરંતુ બેફામ ભોગ-ઉપભોગ તો અનર્થ દંડ છે. જાગૃતિ અને વિવેકને કારણે અનર્થ દંડથી બચી શકાશે.

ભોગ-ઉપભોગથી કદી સંતોષ થવાનો નથી. દ્રૌપદીનાં ચીર શ્રીકૃષ્ણો પૂર્યાં, પરંતુ તૃષ્ણા અનંત છે, તેનાં ચીર પૂરી શકે તેમ નથી.

ભગવાને સાધકો માટે તો ઈચ્છા પર વિજય મેળવવા ઈચ્છાજયી બનવા કહ્યું, તેથી જ મનમાં ધીરેધીરે વિકલ્પો ઓછા થતાં જશે. જ્યાં વિકલ્પ ઓછા ત્યાં સુખ, શાંતિ અને સંતોષની માત્રા વધારે.

ભોગ-ઉપભોગનું આ બિહામણું અને વિકૃત સ્વરૂપ છે.

પશ્ચિમમાં થયેલી ઔદ્યોગિક ક્રાંતિ પછી ઉપભોક્તાવાદી સંસ્કૃતિ ફૂલીફાલી તેનો કાલિલ અને ઝેરી પવન આપણા દેશને પણ સ્પર્શી ગયો છે.

બ્રશ અને દાઢી કરતાં સતત વોશબેસીનનો નળ ખુલ્લો રાખતી વખતે, વીસ મિનિટ કે અડધો કલાક સુધી ટબબાય કે શોવરબાય લેતાં, સ્વિમિંગ પૂલમાં કલાકેક ગાળતા, વોટર પાર્કમાં વોટર ગેમ કે વોટર રાઈડમાં કલાકો માણતા, આ જગતમાં પીવાનું પાણી સુલભ રીતે ન મળવાને કારણે કેટલા માનવીઓ અને કેટલાં પ્રાણીઓ તરસ્યાં રહી જાય છે તેનું જરૂર એકાદીવાર સ્મરણ કરી લેવું જોઈએ.

વર્તમાનપત્રો નહેતાં ત્યારે સમાચારોની જાણકારી ગામનો ચોરો અને બહેનો માટે પનઘટ જીવંત વર્તમાનપત્ર બની રહેતાં. અમેરિકામાં રવિવારે ૬૦થી ૧૦૦ પાનાંની પૂર્તિઓ છપાય છે. અમેરિકામાં પ્રગટ થતાં આ છાપાંઓની ખાલી એક જ રવિવારની આવૃત્તિ માટે જોઈતો કાગળ બનાવવા માટે પાંચ લાખ ઝાડ કાપવાં અને કરોડો લિટર પાણી વાપરવું પડે. હવે તો ભારતનાં મેટ્રો શહેરોમાં રવિવારનાં છાપાંમાં ૬૦થી વધુ પેજ છપાય છે, તેના ઔચિત્ય અંગે વિચારણા કરવી રહી.

આપણે ત્યાં આ સભ્યતાનાં મંડાણ થઈ ચૂક્યાં છે.

શિષ્ટ સાહિત્યનાં પુસ્તકો કે વર્તમાનપત્રો ઉપયોગી છે, પરંતુ કાગળનો બિનજરૂરી ઉપયોગ ટાળવા જાગૃતિની જરૂર છે.

હિન્દુ ધર્મમાં શ્રાવણ માસમાં એક ફળ અને દૂધ ખાઈને ઉપવાસ દ્વારા અન્નત્યાગ, જૈન ધર્મમાં ઊણોદરી તપ, થોડાથોડા કોળિયાનો આહાર ઘટાડતા જવો (પેટ ઊણું રાખવું, ઠાંસીઠાંસીને ન ખાવું). કેવળ આહાર, માત્ર અમુક કોળિયાનો જ આહાર. દ્રવ્ય, તપ-ખાનપાન, દવા વગેરે મળી માત્ર નિયત દ્રવ્યો, પાંચ, સાત કે દસ દ્રવ્યો (વસ્તુ-વાનગી)થી વધુ દ્રવ્યો એક દિવસમાં ન લેવાં વગેરે તપ-ભોગ-ઉપભોગના સંયમ માટે છે. આ ઉપભોગ ઘટાડવા માટે છે.

સામાજિક, ધાર્મિક કે પરિવારના પ્રસંગ-પાર્ટીમાં કેટરર્સ

તૈયાર કરેલાં જાતજાતનાં પંદર કાઉન્ટરોની સો કરતાં વધુ વાનગીના વિકલ્પવનમાં ભટકતા ભોજન સમારંભોમાં ભયંકર બગાડ નજરે નિહાળતા ‘ભૂખ લાગે તે માટે શું કરવું?’નો વિચાર કરતાં આપણે ‘‘ભૂખ લાગે ત્યારે શું કરવું?’’ની ચિંતા કરનારાઓનું સ્મરણ થવું જોઈએ.

લગ્ન, પાર્ટી કે ખુશીના પ્રસંગે લાખો ફૂલોના કચ્ચરદાણ પ્રકૃતિ પ્રતિ કૂરતા, પૂજાનાં ફૂલ માટે રાત્રિના અંતિમ પ્રહરમાં કુદરતી રીતે ખરી પડેલાં ફૂલોનો પ્રયોગ કરવા જણાવાયું છે. જ્ઞાનીઓએ તો દ્રવ્યપૂજા કરતાં ભાવપૂજાનું જ મહત્વ બતાવ્યું છે.

વિવેકપૂર્ણ ઉપયોગમાં સંયમ અને અચેતન તથા ચેતનજગતના અસ્તિત્વનો સ્વીકાર અભિપ્રેત છે.

અધ્યાત્મના પાયા પર રચાયેલ ભારતીય દર્શનો માને છે કે જગતની તમામ ચીજવસ્તુઓનો મન ફાવે તેમ ઉપયોગ-ઉપભોગ કરવાનો મનુષ્યને અધિકાર નથી. જીવન જીવવા માટે અનિવાર્ય રીતે કેટલાક ભોગ-ઉપભોગની જરૂર છે.

ભયાનક રીતે કુદરતી સંપત્તિ પાણી અને વૃક્ષોને ઓહિયા કરનારી સંસ્કૃતિનો આડેઘડ વિકાસ થશે તો એ વિકૃતિમાં બદલી જશે જ. ભાવિ પેઢી માટે ઝાડને મ્યુઝિયમ પીસ કુદરતની કેટલીય વસ્તુઓ એન્ટિક પીસ, માત્ર ચિત્ર, શિલ્પ કે દંતકથા બની જશે..

પાણીનો વેડફાટ કરનાર પ્રદૂષણમુક્ત સુલભ જળને અમૂલ્ય ઔષધિ જેવું દુર્લભ બનાવી દે તો નવાઈ નહીં.

આપણા ધર્મો તો પ્રકૃતિના તમામ ઘટકોમાં પરમાત્માનો વાસ છે તેમ માને છે તો એકેન્દ્રિય જીવો પ્રત્યે દયા કે અનુકંપા ભાવના નહીં, પણ પૂજ્ય ભાવ હોવો ઘટે. ઉપયોગ એટલે પ્રમાદમુક્તિ, ઉપયોગ શબ્દમાં જાગૃત દશા અને વિવેક અભિપ્રેત છે. જીવનમાં સંયમ અને વિવેક હશે તો પર્યાવરણના અસંતુલન અને વૈશ્વિક તાપમાનના વધારાથી બચી શકીશું. ભોગ પ્રત્યેની આસક્તિ ભાવિ પેઢી માટે કુદરતી સંપત્તિની અછત સર્જશે. આપણે ‘ચયાતિ’ બનીશું તો આપણી ભાવિ પેઢી અકાળે વૃદ્ધત્વને વરશે.

આપણે સૌએ ભયંકર ભોગ-ઉપભોગની વિકૃતિથી પાછા વળી ઉપયોગની સંસ્કૃતિ તરફ વળવાનો સમય પાડી ગયો છે.

- ગુણવંત બરવાળિયા



ફૂલની ગંધથી લઈને કૉસ્મેટિક કે ઊન અને બિલાડીના સંપર્કથી લઈને ઓઈલની વાસ સુધીની ઘણાને એલર્જી હોય છે. એલર્જી એટલે બહારથી એકદમ સાદી

લાગતી બાબત હકીકતમાં એક પ્રકારની બીમારીનો પ્રકાર છે. કોઈ પણ વ્યક્તિને ક્યારેય પણ, કોઈ પણ વસ્તુ બાબત એલર્જી ઉત્પન્ન થઈ શકે છે.

એલર્જી એ શબ્દ મૂળ ગ્રીક ભાષામાંથી ઉત્પન્ન થયો છે. એલર્જીનો અર્થ થાય છે ‘ન માનવું.’ સામાન્ય રીતે મોટા ભાગના લોકોને જે વાતાવરણનો, અણપદાર્થનો, કેમિકલનો ત્રાસ થતો તેવો ત્રાસ થાય તો તે સ્થિતિને આપણે એલર્જી કહીએ છીએ. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો આવા પદાર્થ, વાસ, ખોરાકની પ્રતિકૂળ અસર જે વ્યક્તિને થાય એટલે કે જે તે સહન કરી ન શકે એ અસરને એલર્જી કહેવાય છે. એમ કહેવાય છે કે કુલ વસતિમાંથી ૨૦ ટકા લોકોને કોઈ ને કોઈ પ્રકારના વાતાવરણ કે વસ્તુની એલર્જી હોય જ છે. આ વાત તો થઈ તે લોકોની કે જેમને ખબર છે કે તેમને શાની એલર્જી છે, પરંતુ પોતાને કઈ વસ્તુની એલર્જી છે એ એક આખી જિંદગી ન જાણનાર લોકોની સંખ્યા પણ પુષ્કળ છે.

મનુષ્યની પ્રતિકારશક્તિ બે પ્રકારની હોય છે. એક જન્મતાં જ હોય એવી શક્તિ અને બીજી મેળવેલી પ્રતિકારશક્તિ. ઉંમરની વૃદ્ધિ સાથે શરીર પરિસ્થિતિને અનુકૂળ બનવાનું શીખી લે છે. દાખલા તરીકે જીવાણુ દ્વારા ફેલાતો ચેપ જેટલો નાની ઉંમરનાઓને લાગે છે તેટલો પ્રૌઢ ઉંમરના લોકોને લાગતો નથી.

શરીરનું ઘડતર થતું હોય એ સમયગાળામાં એલર્જી થતી હોય છે. તબીબી વર્તુળોમાં તો મજાકમાં એમ કહેવાય છે કે, **Any thing under the sun, making the sun can cause allergy**, એટલે કે સૂર્ય નીચે વસતી દરેક વ્યક્તિને સૂર્યની પણ એલર્જી થઈ શકે છે. એલર્જીના કેટલાક મુખ્ય પ્રકારો આ મુજબ છે

વાતાવરણમાં થતા ફેરફારને કારણે થતી એલર્જી. આ પ્રકારની એલર્જીમાં સ્વસ્થતાથી શ્વાસ લેવામાં તકલીફ થાય

**જ્ઞાન-વિજ્ઞાન**  
**એલર્જી અને તેના વિવિધ પ્રકાર**  
**■ લલિતકુમાર શાહ**

છે, જે તેનું મુખ્ય લક્ષણ છે. આ પ્રકારના બે ઉપપ્રકારો કહી શકાય - કુદરતી અને અકુદરતી. પરાગરાજ ફૂલોની સુગંધ અને તેના સ્પર્શને લીધે લોકોને એલર્જી થાય

છે. આ કુદરતી એલર્જી છે. પ્રાણીના સહવાસ અથવા તેના વાળને લીધે પણ એલર્જી થઈ શકે છે. તેમાં ભળેલાં જાતજાતનાં જંતુઓ તેમ જ પ્રદૂષણના કારણે આને અકુદરતી એલર્જી કહી શકાય.

**રસાયણો દ્વારા થતી એલર્જી**

આધુનિક જીવનશૈલીના કારણે આપણે સવારે ઊઠીએ છીએ ત્યારે અનેક રસાયણોના સંપર્કમાં આવીએ છીએ તેમ જ ચહેરાને લગાડવામાં આવતા ક્રીમથી લઈને ડીઓડોરેન્ટ, સેન્ટ (અતર)ના કારણે પણ આપણને એલર્જી થાય છે.

**ખાદ્યપદાર્થોની એલર્જી**

એવા અનેક ખાદ્યપદાર્થો છે જે અમુક લોકો માટે એલર્જી પેદા કરે છે. ઉદાહરણ તરીકે અમુક વ્યક્તિઓને જ ખૂબ પ્રોટીનવાળી દાળ, દૂધ, માંસાહારી ખાદ્યપદાર્થોની એલર્જી હોય છે.

**લક્ષણો**

કઈ વસ્તુની એલર્જી થઈ છે તેનાં લક્ષણો આધાર હોય છે. ખાદ્યવસ્તુઓની એલર્જી હોય તો પેટમાં ગડબડ, મરડો, ઊલટી અને ઝાડા થાય છે. રોજિંદી વપરાશની કૉસ્મેટિક એલર્જીમાં તે કૉસ્મેટિક લગાડવાથી ફોલ્લી થાય છે, ચામડીનો તેટલો ભાગ લાલ થઈ જાય છે અને ખંજવાળ આવવી શરૂ થાય છે. વાતાવરણમાંના ઘટકોના કારણે થતી એલર્જીથી આંખમાં પાણી આવે છે અને નાકમાંથી પાણી વહે છે, શરદી થાય છે અને શ્વાસ પણ ચડે છે. આંખો લાલ થઈ જાય છે.

એલર્જીના ત્રાસમાંથી બચવા માટે તે વ્યક્તિએ એ બધી વસ્તુઓ કે વાતાવરણથી દૂર રહેવું જોઈએ. તકલીફ ખૂબ જ વધી જાય ત્યારે ફેમિલી ડૉક્ટરની સલાહ લઈ તેમના માર્ગદર્શન હેઠળ ‘એલર્જી સપ્રેશન’ નામનો ઈલાજ કરાવવો જોઈએ.

## જૈન ધર્મમાં નારીનું ઇતિહાસ

નારી નારાયણની જનની છે એટલે હંમેશા જૈન ધર્મમાં નારીનું સ્થાન ઉચ્ચ છે.

જગતના ધર્મોમાં નારીની સૌથી પહેલી વ્યાખ્યા સૂત્રકૃતાંગ નિર્યુક્તિ ચુર્ણીમાં થયેલી છે. તેમાં નારી બે વિભાગમાં દર્શાવી છે. ૧) દ્રવ્ય સ્ત્રી - નારીનું શારિરિક સ્વરૂપ ૨) નારીનું ભાવના સ્વરૂપ

શ્વેતાંબર અને દિગંબર બંને સંપ્રદાયોના સાહિત્યમાં ઐતિહાસિક નારીઓના ઘણા નામ છે. આમાંની કેટલીક સતીઓના જીવન ચરિત્ર આદર્શ સમાન છે. જૈન શ્રાવકો આવા આદર્શ જીવન જીવવાના પ્રયત્નો કરે છે. એમાંના આદર્શ નારીઓના જીવનચરિત્રની ટુંકી માહિતી નીચે દર્શાવેલ છે.

૧) યુગલિક સમય : યુગલિક સમયમાં છોકરો અને છોકરી સાથે જ જન્મે છે. યુવાનવયમાં જીવનસાથી બની જાય છે. તે સમયમાં સ્ત્રી-પુરૂષનો ઉછેર. સંસ્કાર કોઈપણ જાતના ભેદભાવ વગર. સમાન જ થતો હતો.

કલ્પવૃક્ષ એમની બધી ઇચ્છાઓ અને જરૂરીયાતો પૂરી કરતા હતા. આ રીતે તેમના જીવનમાં અસામ્યતાના કોઈ પ્રશ્નો ઊભા થતા ન હતા. જૈન ઇતિહાસ પ્રમાણે ઋષભદેવ યુગલિક સમયની છેલ્લી વ્યક્તિ હતા અને પહેલી વ્યક્તિ હતા જેણે આ યુગલિક પ્રણાલીનો ભંગ કર્યો હતો. સુનંદાનો યુગલપતિ અકસ્માતમાં મૃત્યુ પામતા સુનંદા એકલી જ જંગલમાં ભટકતી હતી. ત્યારે ઋષભે સુનંદાને આસરો આપવા તેની સાથે લગ્ન કર્યા હતા. અને ઋષભની પહેલી પત્ની સુમંગલાએ ઉદારતા દાખવીને તેનો સ્વીકાર કર્યો હતો.

૨) મરૂદેવી : ઋષભદેવને કેવળજ્ઞાન થયું ત્યારે તેમના માતા મરૂદેવી ભરત ચક્રવર્તી સાથે તેમના દર્શન કરવા આવ્યા હતા. ઋષભદેવનું અપૂર્વ તેજ અને આભા જોઈને મરૂદેવી ધ્યાનસ્થ થઈ ગયા અને તેમને ત્યાં જ કેવળજ્ઞાન ઉત્પન્ન થયું.

મરૂદેવી કેવળજ્ઞાન પામનાર પ્રથમ નારી હતા

૩) બ્રાહ્મી અને સુંદરી:- બ્રાહ્મી અને સુંદરી બંને ઋષભદેવની પુત્રીઓ હતી. ઋષભદેવે બ્રાહ્મીને ૧૮ લિપિ અને સુંદરીને અંકગણિતનું જ્ઞાન આપ્યું હતું.

સુંદરીએ શ્રાવિકા જીવનમાં કઠણ તપ અને બ્રહ્મચર્યની સાધના કરીને પછી દિક્ષા લીધી હતી.

બ્રાહ્મી સંઘની પ્રમુખ સાધ્વી બની હતી તેની નીચે ત્રણ લાખ સાધ્વીઓ અને ચોપન હજાર શ્રાવિકાઓ હતી.

૪) મલ્લિનાથ : શ્વેતાંબરોની માન્યતા પ્રમાણે મલ્લિનાથ સ્ત્રીના જ જન્મમાં કેવળજ્ઞાન પામ્યા હતા અને પછી તેઓ ૧૯મા તીર્થંકર થયા હતા.

૫) રાજુમતી: ૨૨મા તીર્થંકર નેમિનાથ સાથે લગ્ન થવાના

હતા ત્યારે લગ્ન માટેના બલિ માટે રાખવામાં આવેલા પશુઓના પોકારે નેમિનાથને વૈરાગ્ય ઉત્પન્ન થતાં દિક્ષા લઈ સાધુ થવાનો નિર્ણય કર્યો અને ત્યારે રાજુમતીએ પણ દિક્ષા લઈને સાધ્વી બનવાનો પોતાનો સ્વતંત્ર નિશ્ચય કર્યો.

૬) પુષ્પચુલા: ભગવાન પાર્શ્વનાથના સાધ્વીસંઘના પ્રમુખ સાધ્વી હતા. તેમના હાથ નીચે ૧૬,૦૦૦ સાધ્વીઓનો સંઘ હતો.

૭) મહાવીરના સમયમાં નારીનું સ્થાન:

ભગવાન મહાવીર આખી માનવ-જાતને

એકસરખી, સમાન નજરે જોતા હતા.

તેમણે સાધુ-સાધ્વીઓ માટે સરખા

જ સમાન નિયમો બનાવ્યા હતા.

શ્રાવક-શ્રાવિકાઓ માટે પણ સમાન

નિયમો જ બનાવ્યા હતા.

તે સમયની ઉચ્ચ સમાજની સ્ત્રીઓ શિક્ષિત હતી. સંગીત, નૃત્ય વગેરે કળાઓમાં પારંગત હતી. વિદ્વાન અને કવિયત્રી પણ હતી.

શાલિભદ્રની માતા ભદ્રાદેવીએ વિધવા બન્યા પછી પણ પોતાના પતીનો કારભાર કુશળતાપૂર્વક ચલાવ્યો હતો.

ધારિણી, મૃગાવતી, શીવાદેવી, સુજયેષ્ઠા, ચંદનબાળા ભદ્રાશેઠાણી, બહુલિકા વગેરે નારીનાં શ્રદ્ધા, ચરિત્ર અને વીરતાના ગુણો પુરવાર કરે છે.

આ રીતે જોઈએ તો ભગવાન મહાવીરના સમયમાં સમાજ નારી/મહિલાઓને માનની નજરથી જોતો અને તેમની કદર કરતો હતો. નારી માતા તરીકે પૂજાતી અને પતિવ્રતા તરીકે માન પામતી. નારીને ધર્મમાં અડગ શ્રદ્ધા હોવાથી કોઈપણ સંજોગોમાં ધર્મને છોડીને બીજા પ્રલોભનો સામે કદીએ નમી ન હતી.

મહાવીરના સમયમાં સ્ત્રીઓને સરખો દરજ્જો અને માન મળતા અને અંતિમપદ મોક્ષ મેળવવાની લાયકાતમાં કોઈ વિરોધ ન હતો. ઉત્તરાધ્યાનસૂત્રમાં લખ્યું છે કે:

इत्थी पुरुषसिध्य तदेव य नपुसंगा,

स्त्रिभिगे अन्नभिगेय गिहाभिगे।

ખટખંડાગમ અને મૂલાચારમાં બતાવ્યું છે કે પુરૂષ અને સ્ત્રી બંનેમાં ધાર્મિક સાધના કરવાની શક્તિ છે જેના દ્વારા તેઓ જીવનની ઉચ્ચતમ શ્રેણી પર પહોંચીને નિર્વાણ પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

શ્વેતાંબર માન્યતા પ્રમાણે કોઈ આગમ, નિર્યુક્તિ, ચૂર્ણી, ભાષ્યમાં કયાંય સ્ત્રીમાં મોક્ષ પામવાની ક્ષમતા નથી એમ જણાવ્યું નથી.

- કિર્તીબેન મચુરભાઈ મહેતા

## માનવશરીર : કુદરતની અદ્ભુત રચના

માનવશરીર સાચે જ સૃષ્ટિનું આશ્ચર્ય છે. તેની થોડી વિગતે વાત કરીએ તોપણ મોટો ગ્રંથ રચાય. માતા-પિતાના એકવડા ૨૩ રંગસૂત્રવાળા જાતિકોશો જોડાઈને બેવડા એટલે જોડમાં ૪૬ રંગસૂત્રો ધરાવતો પ્રથમ પૂર્ણ કોશ માતાના ગર્ભાશયની ત્વચામાં આસન કરે તે જ ક્ષણથી તેની સ્વતંત્ર વ્યક્તિરૂપે જીવનપ્રક્રિયાનો આરંભ થાય છે. તેની વૃદ્ધિ શિશુના જન્મ પછી પણ ચાલુ રહે છે. તે આશરે ૨૦ વર્ષ સુધીમાં સંપૂર્ણ માણસ સર્જે છે. પ્રાકૃતિક ૯૨માંથી ૨૪ તત્ત્વો શરીરના વિવિધ અંશોની રચનામાં વપરાય છે. તેમાં સૌથી વધારે આર્દ્રવાયુ ૬૩ ટકા હોય છે. ભારની દૃષ્ટિએ જોઈએ તો પ્રાણવાયુ ૬૦ ટકા હોય છે. અલ્પ માત્રામાં ક્લોઈ, જસત અને નૈલ પણ આવશ્યક છે. શિશુનાં ૩૦૦ અસ્થિમાંથી ૯૪ જોડાઈ જતાં પક્વ શરીર ૨૦૬ અસ્થિનું બને છે. આ શરીરમાં ૧૦૦ સાંધા, ૬૫૦ સ્નાયુ, ૧૩ અબજ ચેતાકોશ, એકત્ર ૧ લાખ કિ.મી. લાંબી રક્તવાહિનીઓ અને ૪૫ લિટર પાણી (ભારના ૬૬ ટકા) હોય છે. જન્મ પછી પગ સૌથી વેગે વધતું અંગ છે. જમણા હાથની પહેલી આંગળી તર્જની-નું ટેરવું સૌથી વધારે સંવેદનશીલ અંગ છે. આંગળીના નખ ૪૯ સે.મી. સુધી અને માથાના વાળ ૬૪૦ સે.મી. સુધી વધેલા નોંધાયા છે. દાંતનું ઊપલું ૫૬ ઈનામલ શરીરમાં સૌથી કઠણ પદાર્થ છે. અમ્લથી ખવાય તે સિવાય તે જીવનભર અવિકૃત રહે છે. દાટ સૌથી ધીમું ઊગતું અંગ છે. બે વર્ષની વય પછી દાટ ઊગવાની શરૂઆત થાય છે. તેમાં ડહાપણની દાટ ઊગી રહેતાં ઘણી વાર ૨૦ વર્ષ લાગે છે. કેટલાકને તે ઊગતી નથી, અથવા પૂરી ઊગી શકતી નથી. સાથળનું હાડકું સૌથી લાંબું તથા બળવાન હોય છે. મધ્ય કાનમાં ૫૬૬ નિકટનાં હાડકાંમાં પેંગડું નામનું હાડકું સૌથી નાનું હોય છે. સગર્ભા સ્ત્રીના ગર્ભાશયનો સ્નાયુ ૩૦ ગ્રામથી વધીને એક કિલોગ્રામનો થાય છે. જડબાંના ગ્રાસ સ્નાયુ સૌથી બળવાન હોય છે. તેમનો દાબ ૭૩ કિ.ગ્રા. જેવો હોય છે. હૃદયનો સ્નાયુ વણરોક જીવનભર ધબકતો રહે

છે. બોલીએ ત્યારે ૭૨ સ્નાયુઓ હલનચલન કરે છે. શરીરનું તાપમાન ૩૭ અંશ આસપાસ સ્થિર રહે છે. ૩૫થી ઓછું કે ૪૧થી વધારે તાપમાન ઘાતક નીવડે છે. મગજ હલનચલન નથી કરતું, છતાં તે શરીરનાં પોષણ અને ઈંધણનો સૌથી મોટો ૨૦ ટકા ભાગ વાપરે છે.

શરીર વિવિધ પ્રકારના કોશોનું બનેલું છે. તેમાં ચેતાકોશ ઘણી વાર ૧.૩ મીટર લાંબા હોય છે. એક સેકન્ડમાં વિશ્વભરના ટેલિફોનો કરતાં મગજ વધારે તરંગોની આપ-લે કરે છે. ફેફસાં એક જ એવું અંગ છે, જેનું સંચાલન તેનાથી ભિન્ન પેટમાં આડા આવેલા ઉદરપટલ નામના સ્નાયુથી થાય છે. આ એક જ અવયવ એવો છે, જે જન્મ પૂર્વે તૈયાર હોવા છતાં નિષ્ક્રિય હોય છે, પણ જન્મ સાથે જ તત્કાળ જો કાર્યરત ના થાય તો મરણ થાય છે અથવા ગંભીર ચેતારોગ થાય છે. જઠરનો માંસનો બનેલો સ્નાયુ આહારનાં માંસ તથા ધાતુઓ પચાવી શકે છે, પણ પોતે સુરક્ષિત રહે છે. આંતરડાં સૌથી લાંબું અંગ છે. ચક્રૃત સૌથી મોટો અવયવ છે. તેનો ૦.૧૧ ભાગ નાશ પામે તોય તે પૂરી ક્ષમતાથી કામ કરી શકે છે. જ્ઞાનેન્દ્રિયો, રક્ષાતંત્ર, માનસિક ક્રિયાઓ આદિ ઘણાં ક્ષેત્રે આવાં ઘણાં આશ્ચર્યો છે.

‘અખંડ આનંદ’માંથી સાભાર

### મનુષ્યોને નવ પ્રકારનાં સ્વપ્નો આવે છે

- અનુભવેલી વસ્તુનું સ્વપ્ન આવે
- સાંભળેલી વસ્તુ સ્વપ્નમાં આવે
- જાગતા જોયેલી વસ્તુનું સ્વપ્ન આવે
- પ્રકૃતિના વિકારથી ઉત્પન્ન થયેલાનું સ્વપ્ન આવે
- સહજ સ્વભાવથી ઉત્પન્ન થયેલાનું સ્વપ્ન આવે
- ચિંતાના સ્વભાવથી ઉત્પન્ન થયેલાનું સ્વપ્ન આવે
- દેવતાના સાંનિધ્યથી સ્વપ્ન આવે
- ધર્મકાર્યના પ્રભાવથી ઉત્પન્ન થયેલું સ્વપ્ન આવે
- અતિશય પાપના ઉદયથી સ્વપ્ન આવે



## અખરોટના સેવનથી ડિપ્રેશનનું જોખમ ઘટે

અમેરિકન વયસ્ક નાગરિકો પર હાથ ધરવામાં આવેલા એક અભ્યાસના તારણ મુજબ અખરોટ ખાવાથી ડિપ્રેશનનું



જોખમ ઓછું થાય છે અને એકાગ્રતાનું સ્તર વધે છે.

યુનિવર્સિટી ઓફ કેલિફોર્નિયાના સંશોધકોએ કહ્યું કે જે વયસ્કો નિયમિત અખરોટ ખાતા હતા એમને ડિપ્રેશન થવાનું જોખમ ૨૬ ટકા ઘટ્યું અને જે સીંગ-

વટાણા ઈત્યાદિ 'નટ' ખાતા હતા એમનામાં આ પ્રમાણ આઠ ટકા ઘટ્યું હતું.

અખરોટના સેવનને કારણે ઉર્જાનું સ્તર પણ વધેલું જણાયું તથા એમની એકાગ્રતા પણ સુધરી હતી. સેન્ટર ફોર ડીસીઝ કન્ટ્રોલના સંશોધકોના મત પ્રમાણે પ્રત્યેક છ વ્યક્તિઓમાંથી એક વ્યક્તિ ડિપ્રેશનનો ભોગ બને છે. જેનો ઓછા ખર્ચે ઈલાજ જરૂરી છે. અગાઉ અખરોટની ચકાસણી કાર્ડિયોવેસ્ચ્યુલર તંદુરસ્તી તથા માનસિક શક્તિઓ માટે કરવામાં આવી હતી. જે વ્યક્તિઓએ અખરોટનું સેવન કર્યું હતું એમને નિંદ્રા પણ સારી આવી હતી.

### ક્યારેક સામાન્ય વ્યક્તિ પણ

### વિદ્વાનને કંઈક શીખવી જતી હોય છે

મહાન વૈજ્ઞાનિક આઈઝેક ન્યૂટનની ખિલાડીએ બચ્ચાંઓને જન્મ આપ્યો એ પછી...

સત્તરમી સદીના મહાન વૈજ્ઞાનિક આઈઝેક ન્યૂટનના જીવનની એક જાણીતી વાત છે.

ન્યૂટનને ખિલાડીઓ ખૂબ પ્રિય હતી. તેઓ કામ કરતા હોય એ વખતે તેમના રૂમમાં બીજું કોઈ જઈ શકતું નહીં. તેઓ કલાકો સુધી ટેલિસ્કોપથી તારાઓનો અભ્યાસ કરતા હતા એના કારણે તેમને ઘણી વાર માથાનો દુખાવો ઊપડતો. તેઓ માઈગ્રેનથી પણ પીડાતા હતા. આવી રીતે તેમને માઈગ્રેનને કારણે દુખાવો ઊપડે તો તેઓ પોતાના રૂમમાં અંધારામાં રહેવાનું પસંદ કરતા હતા.

તેઓ એકાંતમાં રહેવા માગતા હોય ત્યારે તેમના રૂમમાં કોઈને જવાની મનાઈ હતી એટલે તેમણે પોતાના રૂમનાં દરવાજામાં એક હોલ કર્યો હતો એમાંથી તેમને ખાવાનું અપાતું હતું. જો કે, તેમની પાળેલી ખિલાડી એ હોલમાંથી તેમના રૂમમાં આવતી-જતી રહેતી હતી. તેને એ છૂટ હતી.

એક વાર એ ખિલાડીએ બચ્ચાંઓને જન્મ આપ્યો. એ બચ્ચાં હાલતા-ચાલતા થયા એ પછી ન્યૂટને તેમના રસોઈયાને

કહીને એ બચ્ચાઓ રૂમમાં અવર-જવર કરી શકે એ માટે બીજો નાનકડો હોલ બનાવવા કહ્યું. તેમના રસોઈયાએ કહ્યું કે સાહેબ જે હોલમાંથી ખિલાડી આવી શકે છે એ જ હોલમાંથી એના બચ્ચાઓ પણ આવી જ શકે ને! તેમના માટે નાનો હોલ કરવાની ક્યાં જરૂરી છે?

ટ્રિનિટી કોલજના પ્રોફેસર જે. એમ. એફ. રાઈટે ૧૮૭૨માં મેમોયરમાં લખ્યું હતું કે ન્યૂટને તેમની ખિલાડીની બચ્ચાઓ માટે પોતાના રૂમના દરવાજામાં બીજો હોલ બનાવડાવ્યો હતો એ વાત સાચી કે ખોટી એ તો કહી ન શકાય, પણ એ હકીકત છે કે તેઓ જ્યાં રહેતા હતા ત્યાં આજની તારીખે પણ તેમના રૂમના દરવાજામાં બે હોલ જોવા મળે છે!

ન્યૂટન તો મહાન વૈજ્ઞાનિક હતા અને તેમણે ગુરુત્વાકર્ષણ સહિત જે શોધો કરી એના થકી તેઓ અમર બની ગયા છે. એટલે તેમના જેવા ધૂની પણ મહાન માણસની આ મુદ્દે મજાક ઉડાવવાની ગુસ્તાખી ન કરી શકાય, પણ આ કિસ્સાનો સાર એ છે કે ઘણી વખત અમુક વિદ્વાન વ્યક્તિઓ પણ કોઈ મુદ્દે હસવું આવે એવી રીતે વિચારતી હોય છે, જ્યાં સામાન્ય બુદ્ધિની જરૂર હોય છે ત્યાં તેઓ ગોથું ખાઈ જતા હોય છે. સામાન્ય બુદ્ધિનો સવાલ હોય ત્યાં તેઓ એકદમ ચોળીને ચીકણું કરી નાખતા હોય છે.

ક્યારેક કોઈ સામાન્ય વ્યક્તિ પણ કોઈ વિદ્વાનને કંઈક શીખવી જતી હોય છે!

- આશુ પટેલ

INCREASE  
STORAGE  
CAPACITY  
by 100%



## KOMPRESS COMPACTORS

### Kompress Product Range:

- Compactors
- Locker / Filing Cabinets
- Shelving Systems
- Multi-tier Racking
- AS/RS & Mini-Load Systems
- Pallet Trucks / Stackers
- Reach Trucks
- Pallet Racking
- Heavy Duty Mobile Racking
- Drive-In / Drive through Racking
- Pallet Shuttle
- Logistic Support
- Forklifts
- Order Picker
- FIFO / LIFO Racking

### Kompress (India) Pvt. Ltd.

Godrej Coliseum, B Wing, Sion East, Mumbai 400022. India.

Tel: +9122 - 61740000 / 24090563 / 24078230 Fax: +9122 - 61740055 / 24096832

ISO 9001 : 2015 | ISO 14001 : 2015 | ISO 45001 : 2018 | ISO 50001 : 2018

[www.kompressindia.com](http://www.kompressindia.com) | Toll Free : 1800 2700 232

Ad Art



# JBW

A JAIN JAGRUTI CENTRE INITIATIVE

## 2021 : THE BEST TIME FOR NEW BEGINNING JJC BUSINESS WORLD APP

offers you a platform to network within the  
community & help your business grow online!



More than 2500 JJC Members  
have already registered their  
business on the app!  
**HAVE YOU DONE IT YET?**

**IT'S UNIQUE | IT'S RELIABLE | IT'S USEFUL**  
**Download the app today!**

**Free for all JJC Members** **Let's grow together!**

Available on

