



ક.દ.ઓ. પ્રકાશ સમીક્ષા

CDO PRAKASH SAMIKSHA

(Gujarati & English Bilingual) FORTNIGHTLY

Since 1924...

સર્ગ વર્ષ ૧૦૨મું

VOLUME : 06 • ISSUE : 14 • PAGES : 36 • MUMBAI • DATE : 20TH MAY 2026

BIL EDITION • YEARLY SUBSCRIPTION RS. 250/-

HD Fire Protect Limited

Corporate HQ: D-6/2, Road No. 34,
Wagle Estate, Thane 400604, India
Tel: +(91) 22 35287000 Email: info@hdfire.com



HD FIRE PROTECT
Protecting what matters most to you

TM

90 COUNTRIES. 1 PROMISE. PEACE OF MIND.

35

YEARS
OF TRUST

With a customer-centric approach, extensive manufacturing capabilities, and a commitment to service excellence, you can rest easy knowing that we have got your back.



Distributed 90+ countries



Trusted by 2K+ clients



Global Certifications



www.hdfire.com

With Best Compliments from:



6D 0301



0045



SIL 3 IEC 61508



ATEX 94/9/EC

MICROFINISH VALVES PVT. LTD.

REGISTERED OFFICE:
B-161/162, Industrial Estate,
Gokul Road, Hubballi - 580030,
Karnataka, India.
Tel: +91-836-2212404 / 2210611
Email - sales@microfinishgroup.com
Website - www.microfinishgroup.com

WORKS: Block no.23B, Plot no.1 to 6,
Hubballi - Dharwad Bypass Road,
Itigatti Village, Dharwad - 580114,
Karnataka, India.

Tel: +91-836-2310015/16/19/25

BRANCH OFFICES:
Ahmedabad, Baroda,
Bengaluru, Chennai,
Delhi, Hyderabad, Indore,
Kanpur, Kolkata, Mumbai,
Pune.



માતા વૈષ્ણોદેવી મંદિર ખાતે અર્પિત થતા ચાંદીના આભૂષણોમાંથી મોટા પ્રમાણમાં આભૂષણો નકલી હોવાનું બહાર આવવું એ માત્ર એક ઘટના નથી, આ તો ભક્તોની આસ્થા પર ખુલ્લો ડાકો છે.

ભક્તો શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસ સાથે બજારમાંથી આભૂષણ ખરીદી ભગવાનને અર્પણ કરે છે. તેઓ માને છે કે જે તેઓ અર્પણ કરે છે તે શુદ્ધ અને સાચું છે પરંતુ હકીકત એ છે કે બજારમાંના ઘણા દુકાનદારો અને જવેલર્સ ભક્તોને છેતરી રહ્યા છે. અંદાજે ૮૫% સુધી નકલી અથવા નીચી ગુણવત્તાવાળા ચાંદીના આભૂષણો વેચાઈ રહ્યા છે, આ આંકડો ભયજનક છે. આસ્થા ઉપર ડાકો જ છે.

મંદિર વ્યવસ્થાપન પર આક્ષેપ કરવો સરળ છે, પરંતુ વાસ્તવિકતા એ છે કે ભારે ભીડ વચ્ચે દરેક આભૂષણની તપાસ કરવી પ્રાયોગિક રીતે શક્ય નથી. પ્રશ્નનો મૂળ સ્ત્રોત બજાર છે, તે દુકાનદારો અને જવેલર્સ છે, જે જાણતા હોવા છતાં ભક્તોને છેતરી રહ્યા છે.

આ સમસ્યા માત્ર મંદિરો સુધી મર્યાદિત નથી. એક તાજેતરનો અનુભવ આ વાતને વધુ સ્પષ્ટ કરે છે. ઘાટકોપર વિસ્તારમાં એક પ્રતિષ્ઠિત જવેલર પાસેથી વર્ષો પહેલાં ખરીદાયેલું સોનું, જ્યારે વેચવા માટે લઈ જવાયું, ત્યારે જાણવા મળ્યું કે ૨૪ કેરેટ તરીકે વેચાયેલું સોનું હકીકતમાં ૧૬ કે ૧૮ કેરેટ હતું. વધુ દુઃખની વાત એ છે કે તે જવેલર, જે ઓળખીતો પણ હતો, તેણે મુદ્દાને ટાળવાનો પ્રયત્ન કર્યો.

આ બંને ઘટનાઓ એક જ સત્ય તરફ ઈશારો કરે છે, વિશ્વાસનો ભંગ.

જ્યાં ભક્તિ છે ત્યાં છેતરપિંડી, જ્યાં વિશ્વાસ છે ત્યાં વ્યાપારિક લાભ સ્વીકાર્ય નથી. હવે સમય આવી ગયો છે કે આવા લોકોને ખુલ્લા પાડવામાં આવે અને કડક સજા આપવામાં આવે.

દુકાનદારો અને જવેલર્સ માટે કડક કાયદાકીય કાર્યવાહી ફરજિયાત બનવી જોઈએ.

ગ્રાહકોની સુરક્ષા માટે હોલમાર્કિંગ અને પ્રમાણપત્રની વ્યવસ્થા કડક રીતે અમલમાં મુકવી જોઈએ. અને સૌથી મહત્વનું, આવી છેતરપિંડી કરનારા વેપારીઓના નામ જાહેર કરવા જોઈએ.

જો આજે આપણે ચૂપ રહીશું, તો આવતીકાલે આ છેતરપિંડી વધુ ફેલાશે. ધર્મ અને વેપાર વચ્ચેની આ રેખા જો અદ્રશ્ય થઈ જશે, તો સમાજમાં વિશ્વાસનું સ્થાન જખતમ થઈ જશે.

આખરે, પ્રશ્ન માત્ર આભૂષણનો નથી, પ્રશ્ન છે ભક્તોની લાગણીઓનો. અને જે લોકો આ લાગણીઓ સાથે રમે છે, તેઓને માફી નહીં મળવી જોઈએ.

વિશ્વાસ ઉપર વહાણ ચાલે છે, એ ઉક્તિ અનુસાર જગતની આને જીવનની ઘણી બધી બાબતો વિશ્વાસ ઉપર જ ચાલે છે. આવી ઘટનાઓ એના ઉપર પ્રહાર સમાન છે. મંદિર હોય કે હોસ્પિટલ, કોઈના વિશ્વાસને ઠેસ પહોંચાડવી નિંદનીય છે.

આધતંત્રીઓ

“પ્રકાશ”

ડૉ. વેલજી પાશ્ચીર ગોસર

“સમીક્ષા”

સનત્ શાહ અને ગોવિંદજી જીવરાજ લોડાયા

“પ્રકાશ સમીક્ષા”

સનત્ શાહ

રાયચંદ રતનશી નાગડા

તંત્રી : CA હીરાચંદ પ્રમિલાબેન-દામજી દંડ

સહતંત્રી : શિલ્પાબેન અજાણી

ટ્રસ્ટ રજી. નં : F - 69260

પ્રમુખ : CA હીરાચંદ પ્રમિલાબેન-દામજી દંડ

મંત્રી : એડ. ઉદયન લાલજી લોડાયા

કોષાધ્યક્ષ : હેમાંગ લાલજી શાહ (લોડાયા)

અન્ય ટ્રસ્ટીઓ

કિરીટ લક્ષ્મીચંદ લાપસીયા કાશ્મીરાબેન વિરેન્દ્ર લુઠીયા
કેશરસિંહ આણંદજી ખોના એડ. શૈલેશ સનત્ શાહ
તિલકચંદ કુંવરજી લોડાયા કિરીટ ખેતસી શાહ
શિલ્પાબેન અજાણી જયંત વિશ્વનજી છેડા
એડ. કેતન મધુકાંત લોડાયા

સરનામામાં ફેરફાર અંગે વિશેષ વિનંતી.

આપના રહેઠાણના સરનામામાં ફેરફાર અંગેની નોંધ હવેથી kdoaddress@gmail.com ઉપર મોકલવા.

વૉલ્યુમ : 05, અંક : ૧૪, તા. ૨૦-૦૫-૨૦૨૬

: કાર્યાલય :

પોસ્ટ/કુરીઅર પત્રવ્યવહાર માટે સરનામું

PRAKASH SAMIKSHA

A/704, Remi Bizcourt, Plot No. 9,
Shah Indl. Estate, Off Veera Desai Road,
Andheri (W), Mumbai-400 053.

: જાહેરાત સંપર્ક :

હેમાંગ લાલજી શાહ - મો.: 99206 46846

E-mail : kdoprakash@gmail.com

વિશેષ નોંધ : પ્રકાશ સમીક્ષામાં પ્રકાશિત થતા દરેક પ્રકારના લેખ અને મંતવ્યોમાં વ્યક્ત વિચારો જે તે લેખકના છે. પ્રકાશ સમીક્ષાનું તંત્રી મંડળ તે વિચારો સાથે સહમત છે તેમ માનવું નહીં. - તંત્રી મંડળ

પ્રકાશ-સમીક્ષા હવે નેટ પર....

www.prakashsamiksha.com

જાહેરાતની રકમ ભરવા બેંક એકાઉન્ટની વિગત

For NEFT Transfer

Type of Account : Saving
Account Number : 004003000002
Name of the Bank : Shri Arihant Co-op Bank Ltd.
Branch : Chinch Bunder, Mumbai - 400 009.
IFSC Code : ICIC00ARIHT (after ICIC it is zero zero)
MICR Code : 400800005
Name of the Account: Shri C D O Prakash Samiksha Samiti
For Mobile App Transfer
Our MMID Code : 8359011

You must write/mail separate letter giving payment reference number, amount and date of transfer.

For old subscribers-Just give your Subscription Number.
For New Subscribers - Give full residence address with native village (Kutch Halar).

જાહેરાત મોકલ્યા પછી બેન્કનો રેફરન્સ નંબર, રકમ તથા તારીખની વિગત અલગથી મોકલવી.

જુના ગ્રાહકોએ ફક્ત ગ્રાહક નંબર મોકલવો.

નવા ગ્રાહકોએ હાલનું પૂર્ણ સરનામું પોતાના (કચ્છ-હાલાર)ના ગામ સાથે લખી મોકલવું.

For Cheque Payment

Draw your cheque in the name of

"Shri C D O Prakash Samiksha Samiti" and payable at par at Mumbai.

ચેકથી જાહેરાતની રકમ ભરનારાઓએ ચેક

Shri C D O Prakash Samiksha Samiti નાં નામથી મોકલવો.

ચેક at par મુંબઈ હોવો જોઈએ.

પ્રકાશ-સમીક્ષાના જાહેરાત દર ૧ એપ્રિલ ૨૦૧૯ થી

ક્લર પાનાની જાહેરાત

પ્રકાર	સાઈઝ	ક્લર	GST 5%	ટોટલ
મુખપૃષ્ઠ	167 x 190 mm	11,000/-	550/-	11,550/-
આખું પાનું	167 x 233 mm	10,000/-	500/-	10,500/-
અડધું પાનું	167 x 114 mm	6,000/-	300/-	6,300/-
પા પાનું	82 x 114 mm	4,000/-	200/-	4200/-

બ્લોક એન્ડ હાઈટ પાનાની જાહેરાત

પ્રકાર	સાઈઝ	B/W	GST 5%	ટોટલ
આખું પાનું	160 x 225 mm	6,000/-	300/-	6,300/-
અડધું પાનું	160 x 111 mm	3,500/-	175/-	3,675/-
પા પાનું	77 x 111 mm	2,000/-	100/-	2,100/-
૧/૮ પાનું	77 x 54 mm	1100/-	55/-	1155/-
૧/૧૬ પાનું	77 x 27 mm	600/-	30/-	630/-

બેંક C.D.O. PRAKASH SAMIKSHA SAMITI ના નામે લખવા

‘પ્રકાશ-સમીક્ષા’ પાક્ષિક

દર મહીને ૫ અને ૨૦ તારીખના પ્રગટ થાય છે. લેખો, સમાચારો આગામી કાર્યક્રમો-પ્રવૃત્તિઓની જાહેરાતો ઇત્યાદી અનુક્રમે ૧ અને ૧૫ તારીખ સુધીમાં મોકલાશે તો તે મેટર જે તે અંકોમાં પ્રકાશિત કરવાનું અમને શક્ય બનશે.

આપણી નામ-તમારી ઓળખ, કામ-તમારું ગૌરવ...

ધરોહર

એડ. કેતન મધુકાંત લોડાયા-કોઠારા (ગાંધીધામ), મો.:૯૮૭૯૫૨૨૬૪૨



આપણી સંસ્કૃતિ પ્રમાણે બાળકનું નામ રાશિ અને જન્મ સમયે ચંદ્ર કઈ રાશિમાં છે તે મુજબ અક્ષર કાઢી અર્થપૂર્ણ નામ પસંદ કરવામાં આવે છે અને એવું માનવામાં આવે છે કે નામ પ્રમાણે બાળકના ગુણ હોય છે. આજકાલ ટૂંકા, મોર્ડન અને યુનિક નામ રાખવાનો ટ્રેન્ડ વધ્યો છે ભલે તેનો અર્થ ખબર ના હોય પણ અલગ નામ રાખવાની હોડ વધી છે. નામ ફક્ત અક્ષર નથી પણ સૌભાગ્ય છે. નામકરણ એક સંસ્કાર છે જે ૧૬ સંસ્કારમાંથી એક છે. તે નામ એ વ્યક્તિના નામ પાછળ એમના કૌટુંબિક વારસો એટલે કે અટક જ જોડવામાં આવે છે અને એવી રીતે એને કાયદાકીય ઓળખ મળે છે.

નામથી તમારી ઓળખ થાય છે અને તમારા કામથી તમારી વ્યક્તિગત ઓળખ બને છે. નામની વાહ વાહ તો દરેકને સ્વભાવમાં છે, સમાજ હોય કે ઘર, મારું નામ તો આવવું જ જોઈએ એવો આગ્રહ રાખતા હોય છે. નામમાં શું રાખ્યું છે તેવું કહેવાવાળા લોકો પણ નીચે પોતાનું નામ લખાવતા હોય છે. આપણે બધા અહીં આવ્યા છીએ આપણી ઓળખ બનાવવા માટે, કોઈક ઇતિહાસ બની જાય છે કોઈક ઇતિહાસ રચી જાય છે. વ્યક્તિને બધા ઓળખે તેવો પ્રયાસ કરે છે પણ તેને કોઈ ઓળખી જાય તે ઇચ્છતા નથી. એક જ નામની અનેક વ્યક્તિઓ હોય છે પણ નામ સાથે તમારું કામ પણ જોડાશે ત્યારે જ તમારું કામ જ તમારા નામનું ગૌરવ વધારશે અને તમે જે પણ ક્ષેત્રમાં કામ કરતા હો ત્યાં તમે એવું કામ કરો કે લોકો તમારા કામના કારણે તમારું નામ યાદ રાખે.

પરિવારનું નામ રોશન કરવાના ઘણા રસ્તા છે પણ એ સેવાકીય પ્રવૃત્તિમાં જોડાઈ સમાજનું નામ રોશન કરે છે ત્યારે એ વ્યક્તિને એના કામના કારણે યાદ રાખવામાં આવે છે. ઇતિહાસના પાનામાં તમારું નામ અંકિત થાય તે માટે તમને

કંઈક અલગ જ કરવું પડશે જેથી અન્ય કરતા તમે અલગ તરી આવો. આજે પણ અમુક એવી વ્યક્તિઓ છે જે પોતાનું નામ છુપું રાખીને પણ કામ કરે છે, એવી વ્યક્તિને સલામ છે અને આ ઓળખાણ વગરના હીરો પોતાના નામથી નહિ પણ પોતાના કામથી ઓળખાય છે. આજકાલ સસ્તી પ્રસિદ્ધિ માટે સોશિયલ મિડિયામાં ખોટા દેખાડા કરતા હોય છે પણ આપણે જાણીએ જ છીએ કે આ સ્ટેટ્સ અને સ્ટોરી ૨૪ કલાકમાં નીકળી જાય છે જે લાંબા સમયે કોઈ યાદ કરતું નથી.

પિતાના નામથી ઓળખાતી વ્યક્તિ જ્યારે પોતાના નામની ઓળખ મેળવવા મથે છે ત્યારે જરૂરથી સફળ થાય છે, અને પોતાનું નામ બનાવવા મહેનત કરશે ત્યારે પોતાનું અને સમાજનું નામ જરૂરથી રોશન કરી ગૌરવ વધારશે. પણ પરિવારના નામની લીટી ટૂંકી કરી પોતાના નામની લીટી મોટી કરવી નહીં.

વ્યક્તિ પોતાના ઉત્તમ અને સમાજલક્ષી કાર્યોના કારણે અન્યનો આત્મવિશ્વાસ વધારે છે. લોકો આપણને ઓળખે છે આપણા કાર્યોથી પ્રેરણા લઈ અન્યો પણ આ કાર્યોમાં જોડાય છે. તમને જોઈ તમને રોલ મોડલ બનાવી તમારા જેવાં બનવા ઇચ્છે ને તમારા જેવું કામ કરે એ જ તમારા કામની સાચી ઓળખ છે. નામ એવું બનાવો કે તમારું નામ કામ થઈ જાય અને કામ એવું કરો કે તમારું નામ બની જાય. જ્યારે ઇતિહાસ લખાય તેમાં તમારું નામ તમારા કામના કારણે સુવર્ણ અક્ષરે લખાય તેવી શુભકામના.

સોનલ આર્ટ (ધાણા) શાંતિભાઈ : 99678 41792
બટકસબ, મોચી ટાંકો, જીક કસબ, પારસી, પીટા, હાથ અને મશીન વર્કની સાડીઓ, ચણીયાઓનીનો રેડી સ્ટોક તથા ઓર્ડરથી બનાવવામાં આવશે.
'શિવમ', ડી-૨૦૧/૨૦૨, રઘુનાથ નગર, વાગલે એસ્ટેટ, રોડ નં. ૯, શિવસેના ઓફીસની સામે, થાણા-૪૦૦ ૬૦૪



હવે રોજ- રોજ એમ થતું કે બસ હવે આટલામાં જ આપણી દુનિયા સંકોચાઈ ગઈ છે. પરંતુ નહીં, એમાં પણ થોડી- થોડી સોનેરી પળો એવી આવતી કે એમાં જીવવાનો આનંદ બેવડો થતો જાય.

જ્યારે - જ્યારે મારો દીકરો ઓફિસેથી ઘરે જલ્દી આવે અને રૂમમાં આપણા પલંગ પાસે કુર્સી લઈને બેસે અને આપણને પૂછે, મમ્મી તું કેમ છે? મજામાં ને? દવા ગોળી બધું બરાબર લે છે ને? બરોબર જમે છે ને? આટલું પૂછે તોય આપણું મન ગદગદ થઈ જાય.

એક દિવસ રાત્રે જમતા જમતા વહુરાણી બોલ્યા, મમ્મી જી તમને રાત્રે ભારે જમણા પચતું નથી ને. તમારી માટે સૂપ, રાબ કે ખીચડી બનાવી આપું તો ? ખાવામાં ય સારું પડે અને પચવામાં યે હલકું. વહુની આટલી નાની વાત મન પર કેવડો મોટું ચમત્કાર કરી ગઈ. કેટલી ચિંતા કરે છે મારી?

દવાની ગોળીઓ ખાતી વખતે ચશ્મા લઈને વાંચો તોય વંચાય નહીં. એ જોઈને મારી પૌત્રી આવીને બોલી, દાદી હું તમને સવાર, બપોર, સાંજની ગોળીઓ અઠવાડિયાની અલગ અલગ કરીને મૂકી દઈશ. તમને ઇઝી થશે ને?

વાત કેટલી નાની હતી પણ એની લાગણી જોઈને મન ભરાઈ આવ્યું.

મારા લાડકા પૌત્રનો જન્મદિવસ આવી રહ્યો હતો તો એ આવીને કહે દાદી, મારા ફેન્ડ્સને તમારા હાથના બનાવેલા લાડવા બહુ ભાવે છે. મારા જન્મદિવસ પર તમે બનાવી આપશો ને?

શું કામ નહીં? મને બહુ જોશ આવી ગયો. ફટાફટ સામાન મંગાવી લીધો અને મારા લાડકા પૌત્રને ગમતા લાડવા અને દહીંવડા પણ બનાવી નાખ્યા અને જ્યારે એના ફેન્ડ્સ જમીને મારા વખાણ કરવા લાગ્યા ત્યારે હું તો જાણે નાચવા જ લાગી હતી.

થોડા દિવસ પહેલા જ મારી વહુ મારા માટે બે - ત્રણ ડ્રેસ અને બે - ત્રણ ગાઉન લઈ આવી. મને કહે મમ્મી હવે તમે સાડી પહેરવાનું બંધ કરો. સાડી પગમાં અટકે, ખુલી જાય કે પડવાની બીક રહે એના કરતા ડ્રેસ અને ગાઉન પહેરવાનું એકદમ સરળ છે. શરીર પણ ઢાકેલું રહેશે અને પડવા આખડવાનો ડર પણ નહીં. ત્યારે મને થયું મારી વહુ મારુ કેટલું ધ્યાન રાખે છે, નહીં?

એક રવિવારે દીકરો કહે, મમ્મી તું હમણાં ઘરની બહાર નીકળતી જ નથી. જલ્દી - જલ્દી તૈયાર થઈ જા. આપણે બધા લોંગ ડ્રાઈવ પર જઈએ. તને સારું લાગશે. મજા આવશે. ઘણા દિવસ પછી ઘરથી બહાર નીકળ્યાનો આનંદ, પ્રકૃતિને મન ભરીને માણી લેવાની મજા, કંઈક અનેરી જ હતી.

આવી આપણા જીવનની સોનેરી સાંજના ખાતામાં ખાટ્ટા-મીઠા સંભારણા વગોવીએ તો જીવન જીવવાનું સરળ થઈ જાય. હવે આપણી અપેક્ષાઓ પણ કેટલી ઓછી રહી ગઈ હતી.

કોઈ આવે અને આપણને ફક્ત એટલું જ પૂછે કેમ છો ? તો પણ ભયો ભયો .

જમણા પીરસીને થાળી લઈને કોઈક દિવસ વહુ પોતે આવે અને સામે બેસીને પ્રેમથી જમાડે, ચાર વાતો કરે, તો આપણો દિવસ સુધરી જતો.

પૌત્ર - પૌત્રીઓ ક્યારેક આવે અને પોતાની સ્કૂલ, કોલેજ વિશેની વાતો હોય કે મિત્રો વિશે કોઈ માહિતી આપણી સાથે શેર કરે તો આપણને બલ્લે - બલ્લે થઈ જાય.

કોઈ આવીને ધીરેથી ફક્ત માથા પર હાથ ફેરવીને જાય તો પણ કેટલું સારું લાગે.

તો આવી હોય છે આપણા જીવન સંઘ્યાકાળની નાની - નાની, ખાટી -મીઠી વાતો. કડવી યાદોને ભૂલીને નાની-

નાની મીઠી યાદોના સંભારણા સાચવીએ તો આપણી જિંદગી ખૂબ સુંદર બની જાય એમાં કોઈ શંકાને સ્થાન નથી. શું લાગે છે તમને?

દોહીયુડ

ચાલો શરૂ કરીએ સેકન્ડ રાઉન્ડ!

આ રાઉન્ડમાં દરેક સ્પર્ધક એક ગુજરાતી ફિલ્મી ગીત અને એક હિન્દી ફિલ્મી ગીત ગાવાનું રહેશે.

બંને ગીતોના ૨-૨ મિનિટના વિડિઓ બનાવવાના રહેશે.

વિડિઓ શરૂ કરતાં પહેલા કૃપા કરીને તમારું નામ... તમે કઈ ફિલ્મનું ગીત ગાઈ રહ્યા છો... મૂળ ગાયક કલાકારનું નામ... જણાવજો ત્યારબાદ ગીત શરૂ કરજો. આ વિડિઓમાં તમે મ્યુઝિક અને માઈકનો ઉપયોગ કરી શકો છો.

વિડિઓ મોકલવાની અંતિમ તા. ૦૫-૦૬-૨૦૨૬, રાત્રે ૧૦.૦૦ વાગ્યા સુધી. ત્યારબાદ મળનાર વિડિઓ સ્વીકારવામાં આવશે નહીં.

માલતીબેન ધરમશી-Mo. 98692 89345



Heartily Congratulations

Architect Shri Rishabh Ritesh Shah (Nagda) of 2025 (C. G. P. A: 7.71 - First Class with distinction), Karad/Lala is associated with the construction of a commercial cum Residential complex of **Shri KDO Jain Mahajan, Gadag along with his father Architect Shri Ritesh Dilip Nagda, Karad.**

At present he is working with an Architecture Firm in Ahmedabad.

Well Wishers : Relatives and friends

તમે જ..

તમે જ મારી પ્રેરણા ને પ્રેરણાસ્ત્રોત્ર છો
તમે જ મારી આત્મા ને આત્મવિશ્વાસ તમે છો
તમે જ મારા સૂરજ ને તમે જ રોશની છો
તમે જ ચંદ્ર ને ચાંદની પણ તમે જ છો
તમે જ ટીમટીમ તરલાથી ભરેલો આકાશ
ને વિશાળ ધરતી પણ તમે જ છો
તમે જ મારા કવિ ને કવિતા પણ તમે જ છો
તમે જ મારી પાઠશાળા ને મારા ગુરુ તમે છો
તમે જ મારી ઊંઘ અને સ્વપ્ન પણ તમે જ છો
તમે જ મારા માર્ગદર્શક ને માર્ગ પણ તમે જ છો
તમે જ મારી શક્તિ ને હિંમત પણ તમે જ છો
તમે જ હૈયું ને એની ધડકન તમે જ છો
મારા અનસુલજેલા પ્રશ્નનોના જવાબ પણ તમે જ છો
તમે જ મારી ખુશી ને આનંદ તમે જ છો
તમે જ મારું માન ને અભિમાન પણ તમે છો
તમે જ મારી ઓળખ ને તમે જ ઓળખાણ છો
તમે જ મારા ચક્ષુ ને નજર પણ તમે જ છો
તમે જ મારી રાહ ને મંજિલ પણ તમે જ છો
તમે જ મારા જીવનની પંક્તિ ને ભક્તિ પણ તમે જ છો
તમે જ પ્રાર્થના ને આશીર્વાદ તમે જ છો
તમે જ મારું સર્વસ્વ ને તમે જ મારી દુનિયા છો
તમે જ મારા શ્વાસ ને જીવન પણ તમે જ છો
તમે જ મારા સંગીત ને રાગ પણ તમે જ છો
તમે જ મારી લાગણી ને સ્પર્શ પણ તમે જ છો
તમે જ મારા શબ્દો ને અર્થ પણ તમે જ છો
કહે કનુ અરિહંતને...

આપણો રિશ્તો આમજ સદાય કાયમ રહે
હું તમારી અને તમે મારા રહો સમયના હર વળાંક પર
રહે તમારો સાથ કાયમ માટે
રહે મારા હાથમાં તમારો હાથ
સુખમાં સ્મિત ને દુઃખમાં સહારો બનો
મારા હર શબ્દોની તમે કવિતા બનો
વચન છે, ભલે પરિસ્થિતિ બદલાય, હું નહીં બદલું.
રહેશે આ જ પ્રેમ સદાય.

- કનક જયેશ અજાણી - મારુંગા (કોઠારા)

kanakajani@gmail.com



પ્રકાશ સમીક્ષા શતાબ્દી મહોત્સવ પ્રસંગે પ્રકાશિત
કોફી ટેબલ બુક 'પ્રકાશ વિશેષ' માંથી ક.દ.ઓ.
વ્યક્તિ વિશેષોની લેખમાળાનો બત્રીસમો મણકો પ્રકાશિત છે.



આગામી દરેક અંકમાં ક્રમશઃ એક મણકો પ્રકાશિત થશે. - CA હીરાચંદ પ્રમિલાબેન-દામજી દંડ

વિજય મોતીલાલ લોડાયા

જે સમજે સમય, તો બને સુખમય

કંઈક કરી બતાવવાની ધગશ સફળતાનો રનવે સર્જે છે.
ફાર્માસ્યુટિકલ્સ પેકેજિંગ ક્ષેત્રમાં આ સ્વજન આગવું સ્થાન ધરાવે છે.
સમાજનું ઋણ ફેડવાના મામલે પણ એવા જ છે



સ દંતર શૂન્ય નોલેજ સાથે કોઈ કામ હાથમાં લેવાનું સાહસ એ વ્યક્તિ કરી શકે જેને વિજય મેળવવો હોય અથવા કહો કે, નામ જ વિજય હોય. કચ્છ મોટી ખાવડી એમનું વતન. માબાપ જયાબહેન મોતીલાલ લોડાયા. ભાઈ-ભાભી લતા-દિનેશ, મીના-મુકેશ અને દીપ્તિ-મયૂર.

વિજયભાઈ લોડાયાએ સાતમા ધોરણ સુધી હાલારના મોટી ખાવડીમાં શિક્ષણ મેળવ્યું. આઠમું-નવમું એમ બે વરસ જામનગરમાં શ્રી નાગશી જીવરાજ દેવાણી કચ્છી દશા ઓશવાલ જ્ઞાતિના વિદ્યાર્થીગૃહમાં અભ્યાસ કર્યો. પછી મુંબઈ આવી સાત વરસ ઘાટકોપરમાં શ્રી વીરજી લઘાભાઈ કેડીઓ જૈન વિદ્યાર્થીગૃહમાં રઘ્વા-ભણ્યા. દરમિયાન, પિતાએ ઘાટકોપરના અસલ્કા વિસ્તારમાં રૂમ લીધી. ૧૯૮૪માં પરિવાર ત્યાં સ્થળાંતરિત થયો. બિઝનેસ વિકસાવવાની સાથે પરિવાર વિકસ્યો.

સાથે, વિજયભાઈના જીવનમાં અનેક પ્રસંગો બન્યાં. મૂળ કચ્છ સાંઘવ હાલ ઘાટકોપરના લાખબાઈ કાંતિયંદ ગોવિંદજી ખોનાનાં દીકરી નીતા સાથે લગ્ન થયાં. ૧૯૮૮માં મોનિકનો જન્મ... ૧૯૮૩માં પ્રિન્ટિંગ બિઝનેસની શરૂઆત... એ પહેલાં એક વરસ કાપડ બજારમાં નોકરી કરી. વિજયભાઈ કહે છે, “પહેલેથી એક વાત મનમાં હતી કે નોકરી નથી કરવી. યોગાનુયોગ ગણો કે બીજું કંઈ, ૧૯૮૦થી ૧૯૮૫ વચ્ચે અમે જેટલા મિત્રો હોસ્ટેલમાં સાથે હતા એમાંથી ૮૦ ટકા નોકરીમાં નથી. અમે મોટાભાગના મિત્રો આપબળે આગળ આવ્યા અને સારી રીતે થાળે પડ્યા, સંપન્ન છીએ. સૌએ કંઈક તો પ્રાપ્ત કર્યું જ છે.” પ્રિન્ટિંગ લાઇનમાં કેવી રીતે આવ્યા એ વિશે વિજયભાઈ કહે છે, “હોસ્ટેલના મિત્ર, ચિંતન ગ્રાફિક્સના મુકેશભાઈ લોડાયાને પાર્ટનરની જરૂર હતી. મારે વેપારનું કોઈક ક્ષેત્ર જોઈતું હતું. મેં ત્રણ વરસ એમની સાથે કામ કરીને ૧૯૮૭માં જાતે કામ શરૂ કર્યું.” વિજયભાઈનો બીકોમ સુધીનો અભ્યાસ

મુંબઈમાં થયો. ગામમાં સાતમા ધોરણ સુધી શાળા હતી એટલે આગળ ભણવા જામનગર ગયા. પિતા નોકરી કરતા, તેથી ઘરની વ્યવસ્થા થાય એ પહેલાં ભણવાનું ઘરથી દૂર રહીને શક્ય હતું. જોકે આગળનો અભ્યાસ મુંબઈમાં કરવાની ઇચ્છાને તેઓ છેવટે મુંબઈ આવ્યા.

૧૯૮૭માં પ્રિન્ટિંગની સાથે પેકેજિંગનું કામ શરૂ કર્યું. એ વરસને એમના માટે ટર્નઅરાઉન્ડનું વરસ કહી શકાય. શરૂઆતમાં પ્રિન્ટિંગમાં વિઝિટિંગ કાર્ડ, સ્ટેશનરી સંબંધિત કામ કર્યા પછી પેકેજિંગ શરૂ કરતાં ફાર્મા ઉદ્યોગ સંબંધિત બોક્સીસનું કામકાજ શરૂ થયું.

વિચારસત્વ

“પહેલા દિવસથી સખત મહેનત કરી છે. એટલો હું નસીબવંતો ખરો કે મારા જીવનમાં બહુ ચડઉતર નથી આવી કે નથી થઈ આસમાની-સુલતાની. ધીમેધીમે પણ મક્કમપણે આગળ વધવાનું થયું છે.” ૧૯૮૫માં પિતાનું અવસાન થયું. નાની વયે ઘરથી દૂર રહેવા વચ્ચે અપેક્ષા એક જ: સેટલ થવું છે, આગળ વધવું છે, પરિવારને સુખી કરવો છે. પ્રિન્ટિંગનું કામ કરતાં કરતાં બેશક એમનાં સપનાં સાકાર થયાં. આજે એવી સ્થિતિમાં છે જોઈતું હતું એ મળ્યું અને પરમાત્માએ અન્યોની મદદ કરવાની ક્ષમતા આપી છે.

પ્રિન્ટિંગની જેમ પેકેજિંગનું ક્ષેત્ર વ્યાપક અને વિશાળ. એમાં પહેલેથી પ્રસ્થાપિત ખેલાડીઓ હતા. એમાં સ્થાન બનાવવું પડકાર ગણાય. વિજયભાઈ કહે છે, “શરૂઆતમાં વિકોલીની એક ફેક્ટરીનું કામ કરતો. મૂળે સ્ટેશનરી પ્રિન્ટિંગનું કામ. મારો સ્વભાવ એવો કે હું કોઈ વાતની ના પાડું નહીં. નવા કામને હા પાડીને કામ સિદ્ધ કરવા બનતા તમામ પ્રયાસ કરું. ઝીરો નોલેજ હોય તો શું? પડકારો નવું, અલગ અને ખબર ના હોય એવું કરીને જાતનો આવિષ્કાર કરવાની તક આપે છે. પેકેજિંગમાં થયું એવું કે મારા આજના સૌથી મોટા ક્લાયન્ટ, મનીષ ફાર્માસ્યુટિકલ્સ ત્યારે પેકેજિંગની એક પ્રોડક્ટ નેધરલેન્ડ્સથી આયાત કરતા. ત્યાંના સુનીલભાઈ શાહે મને પ્રોડક્ટ બતાવીને



પૂછ્યું, “તમે આ કરી શકશો?” પ્રોડક્ટ વિશે મારી પાસે કોઈ જાણકારી નહોતી, છતાં મારા મોઢામાંથી નીકળ્યું- “આઈ કેન ડુ ઇટ. ટ્રસ્ટ મી.” વિજયભાઈએ ક્લાયન્ટ પાસેથી સેમ્પલ લીધું. સપ્લાયરની મદદથી ત્રીસ-ચાલીસ દિવસમાં સેમ્પલ બનાવ્યું. કંપનીને પડતી હતી એની અડધી કિંમતે. સોંઘા ભાવે આપવા છતાં નફાનું માર્જિન સાડું હતું. બસ, એ સાથે શરૂ થઈ સફળતાની સુંદર ગાથા.

“આ ૨૦૦૧ના વરસની આસપાસની વાત. મેં ત્યારે ના પાડી હોત તો એક મોટી શરૂઆત ના થઈ હોત, પણ મેં કહ્યુંને કે મારો સ્વભાવ કે ના પાડવી નહીં. સાથે, મારી પ્રગતિમાં સુનીલભાઈનો સિદ્ધફાળો છે.” નિખાલસતા સાથે વિજયભાઈ ઉમેરે છે, “ક્યારેક એમ પણ થાય કે વ્યવસાય અને વચના આ તબક્કે ક્યાં કડાકૂટવાળું કામ લઈએ. છતાં, પડકારજનક કામમાં અંદરથી થાય, ચાલ વિજય, કરી લઈએ.” અત્યાર સુધી આ જુસ્સો અકબંધ છે. આજે પણ કોઈ નવી પ્રોડક્ટ આવે કે વિજયભાઈ કામે લાગે. કંપની પણ વિશ્વાસ મૂકીને કંપની કામ આપે છે.

સમર્પિતતાથી છલકતા વિજયભાઈ જાત મેહનતે આ મુકામે પહોંચ્યા છે, “મારા કામમાં કોરલ ડ્રો સોફ્ટવેર વાપરવું ત્યારે અનિવાર્ય હતું. મેં એને બરાબર શીખી લીધું, ભલે કઠણાઈ પડી. આજે પણ ડિઝાઇનિંગ સહિત બધું ક્રિએટિવ કામ કોરલમાં કરી શકું છું. કોઈના પર મદાર રાખવો પડતો નથી. ફાયદો એ કે પાર્ટીની દરેક જરૂરિયાત બરાબર સમજીને પાર પાડી શકું છું.”

વિજયભાઈના ક્લાયન્ટ્સ મર્યાદિત છે. એમાં બે-ચાર સૌથી મોટા અને મુખ્ય છે. જેમનું પણ કામ કરે તેમની ૮૦થી ૯૦૬ જરૂરિયાતો એકલા હાથે પૂરી કરે છે. મનીષ ફાર્માસ્યુટિકલ્સની નિકાસનું કામ આઠથી દસ વરસ સુધી તેમણે એકલા હાથે સંભાળ્યું. ઉપરાંત, સ્કીનકેર પ્રોડક્ટમાં દેશની એક અગ્રણી કંપની એચએન્ડએચનું ૯૫૬ કામ વિજયભાઈ પાસે છે. “ફાર્મા પેકેજિંગનું ક્ષેત્ર બહુ મોટું છે. અમારા કામમાં તગડા ખેલાડીઓ સેંકડો છે. એમની વચ્ચે કદાચ હું ક્યાંય નથી, પણ મારા સ્તરે અને મર્યાદાઓ વચ્ચે જે

કરી રહ્યો છું એનો ભરપૂર સંતોષ, આનંદ છે. આમ છે એ કામ અપેક્ષા અને જરૂરથી વધુ છે. બની શકે મારા આખા વરસ જેટલો વેપાર કોઈક પ્રતિસ્પર્ધી મહિના કરતો હશે પણ તેથી શું? એની શી ચિંતા? હાયવોય શાને? જીવનમાં સુખની સૌથી મોટી ગુરુચાવી સંપત્તિની નહીં, સમજણની આવક છે. ખાઈપીને ખુશ હોવું પર્યાપ્ત છે. પરમાત્માએ આટલું કરી આપ્યું એ ઘણું છે. મને અને પરિવારને જોઈતું મળી રહે છે અને ઇચ્છા થાય એ આનંદ માણી શકીએ છીએ.”

“જીવનમાં ઘણું થઈ શક્યું હોત, પણ ક્યારેય એવી વૃત્તિ કે વિચાર રહ્યો નથી કે બધું મળે. મને વસવસો આ કે પેલું નહીં મળ્યાનો અસંતોષ નથી. બીજા આગળ નીકળી ગયા, આપણે પાછળ રહી ગયા એવો વિચાર સપનેય નથી આવતો. મેં ખોટી મહત્વાકાંક્ષા રાખી નથી. શું જોઈએ અને શું ન મળ્યું એનો વિચાર કરવા બેસીએ તો અંત નથી. બધા મુકેશ અંબાણી નથી બની શકવાના,” વિજયભાઈ જીવનમાં ઉતારવા જેવી વાત કરે છે.

સાથ આપનારા સ્વજનોની વાત પણ તેઓ કરે છે, “વેપારની શરૂઆતમાં હું મુકેશભાઈ લોડાયા સાથે, કાશ્મીરાબહેન અનિલ શિયાલના ઘરેથી કામ કરતો. એમનું ઘર અમારી ઓફિસ હતી. તેમનો ઘણો સપોર્ટ હતો. ધંધો શરૂ કરવા મને પપ્પાએ પૈસા આપ્યા હતા. એ પછી પૈસા ઓછા પડ્યા ત્યારે મિત્ર શૈલેષ બદાણીએ પૈસા ઉછીના આપ્યા હતા. પોતે નોકરી કરતો પણ મને મદદ કરી. મોટી ખાવડીના મૂળનાયક શ્રી ચંદ્રપ્રભુદાદા, શ્રી શંખેશ્વર પાર્શ્વનાથદાદા તથા મારાં ગુરુ છે મહોદયશ્રીજી, યશોદયશ્રીજી મ.સા.માં મને અપાર શ્રદ્ધા છે. તેમના આશીર્વાદથી હું દરેક કાર્ય શરૂ કરું છું.”

સેવાવિશ્વ

સફળ એ છે જે સફળતા મેળવ્યા પછી સમાજને વળતું આપી શકે. ભેગા કરવા કરતાં વહેંચવાનો આનંદ વધારે છે. વિજયભાઈએ આ સંસ્કાર આત્મસાત્ કર્યા છે. જામનગરના માતુશ્રી મોંઘીબાઈ નાગશી જીવરાજ દેવાણી કન્યા છાત્રાલયમાં તેઓ



૨૦૦૯થી ટ્રસ્ટી છે. અન્ય ટ્રસ્ટીઓ સાથે તેઓ એનો વહીવટ સુંદર રીતે સંભાળે છે. “કન્યા છાત્રાલયનું મકાન પૂર્વ એક માળનું હતું. ૨૦૦૯ પછી બીજા બે માળ ચડાવ્યા. એક સમયે ૩૬ દીકરીઓ લાભ લેતી. સમાજના સાથ-સહકારથી આ સંપૂર્ણપણે નિઃશુલ્ક સંસ્થામાં દાતાઓ ઉત્સ્કુર્ત રીતે દાન આપે છે. દીકરીઓ સંખ્યા વધે તો એમને વધુ વિકાસ અને બહેતર શિક્ષણ પૂરું પાડવા કટિબદ્ધ છીએ.”

જામનગરમાં શ્રી કચ્છી દશા ઓશવાલ જૈન સહાયક સમિતિ ટ્રસ્ટનું વિદ્યાર્થીગૃહ અને સેનેટોરિયમ છે. ત્યાં વિજયભાઈએ અભ્યાસ કર્યો હતો. પછી ટ્રસ્ટી અને હવે પ્રમુખ તરીકે સેવા આપી રહ્યા છે. એના મકાનનું હાલમાં નૂતનીકરણ જારી છે. ૧૦ રૂમનું અતિથિગૃહ પણ બની રહ્યું છે. વિજયભાઈ કહે છે, “જામનગરની બેઉ સંસ્થામાં મને સેવા આપવાની તક મળી એ મારું સૌભાગ્ય છે.”

મોટી ખાવડી જૈન સંઘમાં તેઓ ત્રણ વરસ ટ્રસ્ટી હતા. સેવાનાં કામ જાતે કરવામાં માને છે, “સંતોષભર્યું જીવવા માટે સમર્પિતપણે કરેલી સખત મહેનત અને થોડું ભાગ્ય જરૂરી છે. મહેનત તો ગધેડો પણ કરે, પણ નસીબ સાથ આપે તો સફળતા મળે. સાથે, સમયસર અને યોગ્ય નિર્ણય લેવા જરૂરી છે. ઘણીવાર રાહ જોવામાં કે કામ હાથમાં લેવામાં વિલંબ કરતાં તક સરી જાય છે. એ દિવસે કલાયન્ટે પૂછ્યું કે તમે કરી શકશો, ત્યારે ના પાડીને નીકળી ગયો હોત તો આજે કદાચ હાથમાં થેલીને લઈ દુકાને દુકાને અને ઓફિસે ઓફિસે ફરતો હોત.”

“ઘણીવાર એવું થાય કે ગ્રાહકને સેમ્પલ બનાવીને આપવામાં ખર્ચ થાય. પછી ઓર્ડર મળશે કે નહીં એની ખાતરી હોતી નથી. મેં એવા સમયે પણ સાહસ ખેડ્યાં છે. એકવાર એક સેમ્પલ બનાવી આપવા રૂ. ૨૦,૦૦૦ ખર્ચાયા હતા. ઓર્ડર મળવાની ખાતરી નહીં છતાં. ત્યારે મારી માસિક આવક પણ આટલી માંડ હતી. મારા માટે એ મોટું જોખમ હતું. પણ મારો એ સમયસરનો નિર્ણય મને ફળ્યો હતો. એ નિર્ણયે જીવનમાં નાટ્યાત્મક અને સકારાત્મક બદલાવની

શરૂઆત કરી,” વિજયભાઈ કહે છે.

અને પ્રકાશ સમીક્ષા વિશે...

“જ્ઞાતિને એકતાંતણે બાંધવાનું કામ પ્રકાશ સમીક્ષા નિઃસ્વાર્થભાવે, પેઢી દર પેઢી કર્યું છે. અમે ગામમાં રહેતા ત્યારે પ્રકાશ સમીક્ષાની રીતસર રાહ જોવાતી. જ્ઞાતિના સમાચાર મેળવવાનું એ એકમાત્ર માધ્યમ હતું. અત્યારે પણ કાગડોળે રાહ જોઈએ છીએ. તેમાં જ્ઞાતિલક્ષી તમામ સામગ્રી પ્રસિદ્ધ થાય છે. દરેક પાનું માહિતી અને જાણકારીનો ખજાનો છે. બહારગામ હોઈએ તો પાછા ફરતા સમય ફાળવીને પ્રકાશ સમીક્ષા અચૂક વાંચું છું. ઘરનાઓને પણ ખબર કે વિજય આવશે કે પ્રકાશ સમીક્ષા જોઈશે. એટલે મારા માટે અંકો સાચવીને રાખે,” વિજયભાઈ ગર્વભરે કહે છે. જ્ઞાતિના ગરવા પ્રકાશનને સદી થઈ રહી છે ત્યારે

અસંખ્ય જ્ઞાતિજનોની જેમ તેઓ આનંદ અને ગૌરવ અનુભવે છે, “ક્યા બાત હૈ! આ સદી ખરેખર સીમાચિહ્ન છે. સાથે એ એક નવી સદીના ગૌરવશાળી પ્રારંભનો મુકામ છે. પ્રકાશ સમીક્ષા કાયમ આગળ વધતું રહ્યું છે અને કાયમ આગળ વધતું રહેવાનું છે. મને ખાતરી છે.”



રમત

કદી ઉપર કદી નીચે અજબ છે આ રમત, જિંદગીને જાણ તું સાપસીડીની રમત. આ પ્રેમ બીજું કંઈ નથી છે વેદના, ઘાવ નકરાં ઘાવ ને તલવારની રમત. સાત કાખ્યાં તેર લૂંટ્યાં દોર પણ ખૂટી ગયાં, લાલ પીળાં કનકવાં ઉડાવવાની આ રમત. શ્વેત કાળાં ચોકકાંમાં ચાલવું કદી દોડવું, હાર ક્યારેક જીતને સ્વીકારવાની આ રમત. કાંકરા કદી હીરલાં જિંદગીનાં આંગણે, સાવ બાલિશ લાગતી જીવવાની આ રમત.

- પ્રફુલ જોષી



૬) ટમેટા : ટમેટામાં લાયકોપીન, બીટાકેરોટીન, વિટામીન E અને C તેમજ ફાઈબર ભરપૂર હોય છે, સાથે પોટેશ્યમ, ફ્લેવેનોઈડ અને ફોલેટ હોય છે. એમાં રહેલ લાયકોપીન શરીરનું મહત્વનું અંગ-લીવરને ડીટોક્ષ કરી તંદુરસ્ત રાખે છે, હાર્ટને હેલ્થી રાખે. LDL ખરાબ કોલેસ્ટ્રોલ ઘટાડે, ત્વચાને સૂરજના UV કિરણોથી બચાવે, તેમજ કેન્સરનું જોખમ ઘટાડે. બીટાકેરોટીન અને બીજા એન્ટીઓક્સિડન્ટ આંખના સેલ્સને સ્વસ્થ રાખે આંખોનું તેજ વધારે, ત્વચા ચમકદાર રાખે. શરીરના કોષોને નુકશાન થવાથી બચાવે, વિટામીન E અને C પ્રતિકાર શક્તિ વધારે. તેમાં રહેલ ફાઈબરને લીધે પાચન બરાબર થાય, કબજીયાત મટે, કોલેસ્ટ્રોલ અને ચરબી પ્રમાણમાં રાખે, તેથી વજન વધુ હોય તો ઘટાડે. કાચા અને પાકા ટમેટા બન્ને પિત્ત વધારનાર છે તેથી પિત્ત વધુ હોય, એસીડીટીની તકલીફ વધુ થતી હોય કે પેટમાં બળતરા થતી હોય તેમણે ટમેટાનો ઉપયોગ ટાળવો. પાચનની સમસ્યા હોય, જેમને ખાધેલું અન્ન જઠરમાંથી અન્નનળીમાં પાછું ધકેલાતું હોય (GERD Gastro Esophageal Refluxdisease) હોય, જે મને Autoimmune Disease હોય, શરીરમાં સોજા હોય તેમણે ટમેટા ઓછા પ્રમાણમાં ખાવા. એ સિવાય અન્ય સૌ નિયમિત ૧ ટમેટું સલાડમાં કે એમને એમ કાપી મરી, મીઠું નાખી, ખાઈ સર્વ ફાયદા મેળવવા.

૭) વધુ પડતું વિચારવાથી થતું આરોગ્યને નુકશાન : આજે ઝડપી અને ગતિશીલ જીવનમાં વધુ વિચારવાની આદત સહજ છે. આ આદત ફક્ત માનસિક નહીં શારીરિક સ્વાસ્થ્ય પર પણ અસર કરે છે. નાની બાબતો પર વધુ વિચારવાથી મન પર નોંધપાત્ર દબાણ આવે છે, માનસિક થાક, ચિંતા, ઉંઘ ઓછી થવી, ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવામાં મુશ્કેલી થવી વગેરે ફરિયાદો શરૂ થાય છે. કોર્ટિમોલ નામના સ્ટ્રેસ

હોર્મોન વધુ ઝરવાથી આરોગ્ય પર ખરાબ અસર પડે છે. ચિડિયાપણું આવે, દૈનિક પ્રવૃત્તિ ખોરવાય. આ તકલીફ વધુ સમય ચાલુ રહે તો માનસિક સમતોલન બગડે, રક્ત પરિભ્રમણને પ્રભાવિત કરે, હૃદયના ધબકારા વધે. પરિણામે BP વધે. અહિં દિનચર્યામાં ફેરફાર કરવો જરૂરી છે, ધ્યાન, યોગ કસરત નિયમિત કરો, સવાસન કરો, હળવું ગીત-સંગીત સાંભળો, ૭-૮ કલાક પુરતી ઉંઘ લ્યો, આમ કરવાથી મન શાંત થશે. 'ચિંતિતું શીદને ચિંતા કરે, કૃષ્ણને કરવું હોય તે કરે' ને જીવનમાં અપનાવી નાની-નાની વાતમાં વધુ વિચારવાનું છોડી દેવું. કોઈપણ કાર્યમાં પૂરેપૂરી મહેનત કરી પરિણામ પ્રભુ પર છોડી દેવું, સકારાત્મકતા અપનાવી, પોતાની જાતને હળવી રાખવા પ્રયત્ન કરવો. સંતુલિત જીવશૈલી અપનાવી વધુ વિચારવાની આદત છોડી આરોગ્યને સંભાળો.

૮) સ્કીન સમય, મોબાઈલ ગેમ્સ અને જુની રમતો : આજની નવી ટેકનોલોજી, ઈમોજી યુગ ખરાબ નથી પણ તે માણસને માણસથી દૂર કરવા લાગે ત્યાર ભૂલાયેલી રમતો, પુસ્તક વાંચન જ આપણને સંવેદનાના કિનારે પાછા લાવશે. મોબાઈલ-લેપટોપ કલાકો સુધી સમય પસાર કરતાં (પોતાના દૈનિક કાર્ય ઉપરાંત ટાઈમપાસ માટે) યુવાનોને જીવનમાં નિરસતા, ડિપ્રેશન, આપઘાતની ભાવના હવે વધવા લાગી છે. આજે વેકેશન છે તો બાળકો પણ મોબાઈલ ગેમ્સની મોજ માણવામાં કલાકો ગાળે છે. ત્યારે સૌએ જુની રમતો તરફ વળવાની જરૂર છે. વીડીયો ગેમ્સ, વોટ્સએપ, ઈન્સ્ટાગ્રામ સમય પસાર કરવા વાપરીયે જે આપણા મગજમાં માત્ર 'ડોપામાઈન' હોર્મોન રીલીઝ કરે છે જે એક પ્રકારની ક્ષણિક ઉત્તેજના છે. માણસને તે વધુ એકલવાયા અને તેના વ્યસની બનાવે છે જ્યારે પરિવાર સાથે કે મિત્રો સાથે રમાતી પત્તા, કેરમ, ચેસ, સાપસીડી, લ્યુડો વગેરે રમોત

રમવાથી 'ઓકસિટેશન' મગજમાં ઝરે છે જે પ્રેમ અને લાગણીના હોર્મોન છે. ચેસ, પત્તાની વિવિધ રમતો મગજને કસે છે, યાદદાસ્ત વધારે છે, પરિવાર કે મિત્રો સાથે રમતાં-હસી-મજાક કરતાં સૌ વચ્ચે લાગણીના સ્ત્રોત વહાવે છે. આ રમતોમાં થતી હાર-જીત વ્યક્તિને જીંદગીના પથ પર થતી હાર-જીત માટે સહજ સ્વીકાર કરતાં અને ફરી બાજુ પલટાવી શકાય તેની ભાવના આપે છે. આજના અધીરા બની ગયેલા માણસને ધીરજ અને વ્યુહરચનાના ગુણો પાછા લાવવાનું કામ કરે છે. આજે વેકેશનમાં કે અભ્યાસ પછી રીલેક્સ થવા જે મોબાઈલ ગેમ્સનો ઉપયોગ થાય છે તે ટાળી આપણી જુની રમતોમાં જોડાવું અતિ ફાયદાકારક છે. યુવાનોને કાર્ય અર્થે લેપટોપ, મોબાઈલનો ઉપયોગ કરવો જ છે પણ થોડો સમય પસાર કરવા ફેસબુક કે ઈન્સ્ટાગ્રામનો આનંદ લેવો જોખમી છે. ૨૦૨૪ના એક અભ્યાસમાં જણાવ્યું કે વધુ પડતા સ્માર્ટફોનના ઉપયોગને લીધે ૬ કલાકથી ઓછી

ઉંઘ લેવાને કારણે તેઓની સ્મરણશક્તિ, એકાગ્રતા અને સમજ ક્ષમતામાં સતત ઘટાડો થાય છે, એકાગ્રતા તર્ક અને નિર્ણય લેવાની ક્ષમતા માટે કામ કરતાં મગજનાં કોર્ટિકલ વિભાગ નબળો પડે છે. મોબાઈલના ઉપયોગથી થતો ડોપામાઈન હોર્મોનનો સ્ત્રાવ મગજને ઉત્તેજિત કરે છે અને સમય જતાં ડોપામાઈન રીસેપ્ટરો પ્રતિસાદ નથી આપતા, પરિણામે વ્યક્તિ સ્ક્રીન પર વધુ સમય પસાર કરવા પ્રેરાય છે જેને વૈજ્ઞાનિકો 'ડીજીટલ ઓબેસીટી' કહે છે, જે આરોગ્ય માટે ખૂબ નુકસાનકારક છે. આમ લેપટોપ, મોબાઈલની માયાજાળમાંથી બહાર નીકળી જુની રમતો તરફ વળીએ એ વધુ આરોગ્યદાયી છે.

નમ્ર નિવેદન :

જ્ઞાતિજનો, સંસ્થાઓ તથા મહાજનોને નિવેદન છે કે સમાચાર, જાહેરખબર કે અન્ય માહિતી મોકલતી વખતે ઈ-મેલમાં આપનો કોન્ટેક્ટ નંબર લખવો.

શ્રી કર્ણી દશા ઓશવાસ જૈન સમાજ કેળવણી ઉત્કર્ષ ટ્રસ્ટ

સંચાલિત

શ્રી કાનજી ભાણજી મોતા અને શ્રી દેવકાબાઈ કાનજી મોતા, તેરાવાલા શાળા ફી, પુસ્તક સહાય ફંડ



શ્રી ભવાનજી અરજણ ખીમજી એજ્યુકેશનલ કેમ્પસ લક્ષ્મી નિવાસ, કામાલેન, ઘાટકોપર (વે), મુંબઈ - ૪૦૦૦૮૬ ફોન : ૮૬૫૭૬ ૩૭૩૨૦



નર્સરી થી ધોરણ ૧૦ માટે શાળા ફી તથા પુસ્તક સહાય

ફોર્મ ભરવાની છેલ્લી તા. ૩૧મી ઓગસ્ટ ૨૦૨૬ છે.

નોંધ : અરજીફોર્મ - www.kdoedu.com વેબ સાઈટ પરથી ડાઉનલોડ કરી, પૂર્ણ ભરી જરૂરી ડોક્યુમેન્ટ સાથે સંસ્થાનાં ઉપરોક્ત એડ્રેસે કુરીયરથી મોકલાવવાના રહેશે.

પ્રતિ વર્ષ, પ્રતિ વિદ્યાર્થીને વધુમાં વધુ રૂ. ૪૦૦૦૦/- સુધીની ફી સહાય આપવામાં આવે છે.

વિશેષમાં વાલીના આધારકાર્ડ, પેનકાર્ડ તથા જે બેંકમાં ખાતું હોય તે બેંકના કેનસલ્ડ ચેકની ફોટો કોપી મોકલાવવાની અગત્યની રહેશે.

જ્ઞાનદાન શ્રેષ્ઠદાન

મિશન'એ કેડીઓ જૈન જ્ઞાતિ

પ્રિય જ્ઞાતિજનો અને યુવાન મિત્રો,

શ્રી અનંતનાથજી મહારાજ દેરાસર, ૧૫૦ વર્ષ જુનો ઐતિહાસિક કુવારો, વીરજી લઘાભાઈ વિદ્યાર્થીગૃહ, નલિયા બાલાશ્રમ, ધુલીયા વિદ્યાર્થીગૃહ તથા કન્યાછાત્રાલય, કચ્છના ભવ્ય દેરાસરો, ગઢગ સીડીઓ સ્કુલ, અરિહંત બેંક, અનંત ભુવન, મસ્જીદના માળાઓ, વિદ્યાર્થીસંઘ, શિક્ષણ પ્રસારક સમિતિ, વસ્તીપત્રક પ્રકાશન સમિતિ કદઓ જ્ઞાતિની આન બાન શાન છે.

૧૯૨૫ના વસ્તીપત્રક પ્રમાણે કદઓની વસ્તી ૧૧૦૮૮ હતી જે વધીને હમણાં લગભગ ૨૬૦૦૦ની આસપાસ છે. દુનિયાભરના આશરે સાંઈઠ લાખ જૈનોની વસ્તીમાં ૧૧૦૮૮થી ૨૬૦૦૦ની મુઠ્ઠીભર જ્ઞાતિએ આકાશ આંબવાનું કામ કર્યું છે અને કરતી રહેશે એમાં શકાંને સ્થાન નથી. કેટલીક કેડીઓ સંસ્થાઓ ૧૦૦ વર્ષથી વધારે જુની છે અને હજી પણ ઉન્નતી કરી રહી છે. આવી કેટલીય સંસ્થાઓ દેશભરમાં જ્ઞાતિનો ધબકાર બની ચુકી છે, આપણું અવિભાજ્ય અંગ બની ચુકી છે, જેનો આપણને સૌને ગર્વ છે.

પ્રિય જ્ઞાતિજનો, આ બધી સંસ્થાઓને ઉભી કરવામાં અને ધબકતી રાખવામાં તમે તન-મન અને ધનથી જરૂર ફાળો આપ્યો છે, પણ એના કરતાં સંસ્થાઓ ઉભી કરવામાં તમારી જ્ઞાતિદાઝ, ભાગીદારીનો આનંદ, હરખ અને સંતોષ ભરપૂર છે. તમે ઉપરની સંસ્થાઓની તવારીખ અને કામગીરી ઉપર નજર નાખો તો શું અનુભવો દ્વેદ્ય અને મનમાં? આંખ સામે જ્ઞાતિનો ગર્વીલો ઈતિહાસ તરવરે છે? પણ આ બધા પ્રત્યે તમારું ધ્યાન દોર્યું તો જ્ઞાતિના બંધારણે (એટલે કે જેમ શરીરની નસો છે) ૨૦૦ વર્ષ પહેલા

કદઓ જ્ઞાતિનું ભવિષ્ય ભાખ્યું હતું અને એને દીશા, દોર અને સ્થિરતા આપી. શું લાગે છે? હજી આ વાત તદન સાચી છે પણ આપણું ધ્યાન એ તરફ નથી ગયું.

સમય ત્યારથી તીવ્ર ગતી કરી રહ્યો છે અને હવે આપણે ૫ જી અને ૬ જીમાં પહોંચી ગયા. દુનિયા મુઠ્ઠીમાં / મોબાઈલમાં આવી ગઈ છે. અહિં એક શબ્દનો ઉલ્લેખ કરી અને આત્મસાત કરવો જરૂરી છે, અને એ શબ્દ છે 'મિશન', જીવન ધ્યેય અથવા અભિયાન.

અહિં જણાવેલ દરેક સંસ્થાનું મિશન-ધ્યેય એક જ છે, કદઓ જ્ઞાતિજનોનો સામાજિક, માનસીક, શારિરીક અને આર્થિક રીતે વિકાસ. આ સંસ્થાઓના સ્થાપકો મોટા ભાગે સામાન્ય જ્ઞાતિજનો હતા. આઝાદીની લડાઈમાંથી એમને પણ વતન પ્રેમ અને જ્ઞાતિદાઝ જાગી અને એમણે ૨૦૦ વર્ષ પહેલા જ્ઞાતિને જગાડવાની, નવો દૃષ્ટિકોણ અપનાવવાની અને ભવિષ્યની પેઢીને ભણતરથી માંડી ઘર માટે સગવડ અને સહાય મળી રહે એવી સંસ્થાઓ ઉભી કરી. આ સંસ્થાઓમાંથી મોટા તપસ્વી સંતો, ભક્તો, બાહોશ ધંધાદારીઓ, તંત્રવિજ્ઞાનીઓ, ડોક્ટરો અને હીરા જેવા જ્ઞાતિજનો મળ્યા છે. એના કારણે જ્ઞાતિ આજે શિક્ષિત, સક્ષમ અને મજબૂત છે. આર્થિક રીતે પણ સધ્ધરતા પ્રાપ્ત કરી છે. અપવાદો જરૂર હશે અને છે.

જ્ઞાતિમાં અને એની સંસ્થાઓમાં આજે પણ સક્ષમ અને બાહોશ જ્ઞાતિજનો છે અને જ્ઞાતિલક્ષી વિવિધ કાર્યો સૂચારૂરૂપે પાર પાડી રહ્યાં છે. જ્ઞાતિની બહેનો પણ હિમતવાન, ધૈર્યશીલ, ખંતીલી, દિર્ઘદૃષ્ટા અને કદઓ વિચારસરણીને અનુસરનાર છે. ધાર્મિક ભાવના પણ ધરાવે છે. કદઓ જ્ઞાતિની સક્ષમતા અને સબળતાનો મજબૂત પાયો આપણી બહેનો છે.

જ્ઞાતિ પાસે બધા જ સાધનો છે અને તીર્થંકર પ્રભુઓના આશીર્વાદ વરસી રહ્યાં છે. દુનિયામાં જે સામાજિક, ધાર્મિક, સાંસ્કૃતિક અને સભ્યતામાં ધરમૂળથી બદલાવ થઈ રહ્યાં એમાં આપણી જ્ઞાતિને ક્યાં ઉભી રહેલી જોઈએ છીએ? અસહિષ્ણુતા, અસભ્યતા અને વિકૃતિઓએ હવે સામાજિક, ધાર્મિક અને સાંસ્કૃતિક ક્લેવર ધારણ કરી લીધા છે જેને અપનાવવામાં હવે છોછ નથી લાગતો અથવા અપનાવવા પડે છે.

વડીલો, બહેનો, માતાઓ અને યુવાન મિત્રો, હાણે આગળ કોરો ? અહીંયાથી આગળ કેમ વધવું? અને

૨૦૦ વર્ષની સુંદર સંસ્કૃતિ અને સભ્યતા ટકી તો રહેશે ને? તાજેતરમાં નાસીકમાં ટાટા કંપનીમાં બનેલી ઘટના ખબર છે? શું આ પ્રશ્નો તમારા મનમાં ઉઠે છે? નક્કી ઉઠતા હશે.

એક આડ વાત, ગયા મહિને બિદડાની કુદરતી આરોગ્યધામ સંસ્થાને એક અદ્યતન એમ્બ્યુલન્સ ભેટ આપવામાં આવી છે અને એનું અર્પણ પુજ્ય મહારાજ સાહેબના હસ્તે થયું.

- એડ. ઉદયન લાલજી શાહ(લોડાયા)
મોટી સિંઘોડી (મુલુંડ)



વડીલોનું વિશ્વ

ચાલો... જીવન સંઘ્યાને ઉત્સવ બનાવીએ.....

તિલકચંદ કે. લોડાયા-ચેન્નઈ

(Former Chief Commissioner of IncomeTax) Mob.: 99406 36646



જીવનભર માણસ પરિવાર, વ્યવસાય અને જવાબદારીઓ પાછળ દોડતો રહે છે. પણ વૃદ્ધાવસ્થામાં મન ધીમેથી કહે છે -“હજુ ઘણું બાકી છે, કેટલાક સંબંધો સુધારવાના, કેટલાક સપનાઓ પૂરા કરવાના, થોડું મન હળવું કરવાનું અને થોડું સાચું જીવન જીવવાની જરૂર રહે છે.”

આ માટે વરિષ્ઠ નાગરિકોએ જીવનનું સુવ્યવસ્થિત આયોજન કરવું ખૂબ જરૂરી છે અને નીચે મુજબના મહત્વના પગલાંઓ અપનાવી શકો છો.

૧. સંબંધોને પ્રાથમિકતા આપો. જૂના મનદુઃખ દૂર કરો. “આભાર”, “માફ કરજો” અને “તમે યાદ આવો છો” જેવા શબ્દો સંબંધોમાં નવી ઉષ્મા ભરે છે.

૨. સ્વાસ્થ્યનું ધ્યાન રાખો. નિયમિત ચાલવું, યોગ, યોગ્ય આહાર અને સમયસર ચેકઅપ જીવનને હળવું અને સક્રિય બનાવે છે.

૩. અધૂરા શોખ ફરી જીવો. વાંચન, સંગીત, પ્રવાસ,

લેખન કે સેવાકાર્ય જેવી પ્રવૃત્તિઓ જીવનમાં નવી તાજગી લાવે છે.

૪. આર્થિક અને વ્યવહારિક ગોઠવણી કરો. જરૂરી દસ્તાવેજો, વસીયત અને આર્થિક માહિતી વ્યવસ્થિત રાખવાથી પરિવારને ભવિષ્યમાં સરળતા રહે છે.

૫. એકલતા નહીં, સક્રિયતા અપનાવો. મિત્રો, સમાજ અને નવી પેઢી સાથે જોડાયેલા રહો. વ્યસ્ત રહેવું અને ઉપયોગી થવું માનસિક આનંદ આપે છે.

૬. સ્વીકાર અને શાંતિ અપનાવો. સમય, સંજોગો અને નવી પેઢીના વિચારોને સ્વીકારવાથી મનમાં શાંતિ આવે છે.

વૃદ્ધાવસ્થા જીવનનો અંત નથી; તે અનુભવ, શાંતિ અને આત્મસંતોષનો સુંદર સમય છે. ઉંમર વધવી કુદરતી છે, પરંતુ હૃદયથી જીવંત રહેવું એ કળા છે. અંતિમ સફર પહેલાં એટલું તો કરી જઈએ - થોડો પ્રેમ વહેંચીએ, થોડી ક્ષમા માંગીએ અને મનમાં શાંતિનો દીવો પ્રગટાવી જઈએ.

સાઠ પછીના સંબંધોનું આકાશ

‘સંબંધ’ નામ જ કેવું? તરતજ આંખ સામે કેટકેટલા સંબંધો યાદ આવી જાય. જેમાંથી કેટલાક જન્મની સાથે આવી મળે તો કેટલાક વય વધવાની સાથે મળતા રહે. જેમાંથી કેટલાક લોહીના સંબંધ હોય તો કેટલાક લાગણીના. પણ આજે વાત કરવી છે આયખાના સાઈઠ વર્ષ વટાવ્યા પછીના સંબંધ વિશે.

શાળાનો અભ્યાસક્રમ તો એકાદ બે ડીગ્રી સાથે પૂરો થાય છે, પરંતુ સાઠ વર્ષ પછી જીવનનો સાચો અભ્યાસક્રમ એક કોરા પાના સાથે શરુ થાય છે. હાથમાં કલમ અને માથે અનુભવોનું આકાશ લઈને નીકળીએ છીએ ત્યારે સમજાય છે કે આપણે જીવનમાં નિવૃત્ત નથી થઈ રહ્યા પણ વાસ્તવિકતાએ તો જીવનમાં સૌથી અધિકૃત અને સુંદર પ્રકરણમાં પ્રવેશી રહ્યા છીએ.

છ દાયકા બાદ સૌ પ્રથમ નોકરીયાત વર્ગને નોકરીમાંથી વયનિવૃત્ત થવાની ફરજ પડે છે ત્યારે બોસ અને કર્મચારી તરીકેના સંબંધનો અંત થાય છે. પરંતુ જ્યારે જીવનમાં ચાર દાયકા ‘કામને જ પ્રાધાન્ય આપી’ આર્થિક યોગદાન આપ્યા બાદ હવે ઘર પરિવારમાં અર્થના અભાવે તેમની સાથે કેવું વર્તન કરવામાં આવશે તેના સાક્ષી બનાવે છે લોહીના સંબંધ.

આજકાલની ઝડપથી બદલાતી જીવનશૈલીમાં મા - બાપ કે ભાઈ - બહેન જેવા સંબંધો માટેનું સ્થાન નહિવત્ થઈ ગયું છે, ત્યારે લગભગ સાઠ વર્ષ વટાવ્યા હોય તેવા વડીલોને ઘરના સભ્ય તરીકે બિનજરૂરી ઠેરવી ઘરડાઘરમાં ગોઠવાઈ જવા વિવશ બનાવી દેવાય છે. ત્યારે પોતાના પેટ જણ્યા માટે મનમાં તીવ્ર કડવાશ આવી જાય છે. પણ વૃદ્ધાશ્રમમાં તેમના સમદુખિયાં અને સમવયસ્કો સાથે નવા સંબંધો બંધાય છે અને જીવન પુનઃ જીવવા જેવું લાગે છે.

સાઠ વર્ષની વયે પરિણીત દંપતીઓ પૈકી એક સાથી સ્વર્ગની સફરે સિધાવ્યા હોય ત્યારે ભલે દરેક સંબંધીઓ તેના જીવનમાં હોય છતાં એકલતાનો અનુભવ થયા કરતો હોય. આ સમયે અચાનક કોઈક આગંતુક તેના જીવનમાં આવી હાથ પકડીને કહે મારી સાથે મૈત્રી સંબંધ બાંધવા તૈયાર છે?

અને આપણે તેનો સ્વીકાર કરીએ. ત્યારબાદ ટૂંક પરિચયમાં તેમની સાથે સમય વિતાવવો સુખદ લાગવા માડે અને અચાનક એક દિવસ તે આપણા ખભે હાથ મૂકીને કહી જાય ‘ઘબરાઈશ નહીં, જે નથી તેનું દુઃખ વિસારી દે, હું છુંને તારા સુખ દુઃખમાં સહભાગી થવા’. બસ આ ક્ષણે જાણે વિશ્વ સકળની સંપત્તિ મળી ગયાનું અનુભવાય છે. આ વયે એકમેક પ્રત્યે શારિરીક આકર્ષણ તો ભૂતકાળ બની ગયું હોય પણ લાગણીના બંધાયેલ આ નવા સંબંધમાં હવે જિંદગીમાં એક નવા ઉમંગની રંગોળી રચાય છે.

સાઠ વર્ષ વટાવ્યા બાદ આપણા સંતાનો પણ સંતતિ સુખના સ્વામી બની ગયા હોય ત્યારે દરેક પરિવારજનો પોતપોતાની પ્રવૃત્તિઓમાં વ્યસ્ત હોય ત્યારે સ્વભાવિક છે પહેલાં જેટલું મહત્વ ઘરમાં આપણને ના મળે તેવા સમયે ઘરકામ કરવા આવતા સદસ્યો, સોસાયટીના વોચમેન કે સફાઈ કામદાર સાથે બાંધેલા નામ માત્રના સંબંધ છતાં તેઓ તરફથી મળતા આદર સન્માન ઘણી વખત પરિવારના વ્યવહાર સાથે તુલના કરવા વિવશ બનાવી જાય છે.

છ દાયકા પછીનું આપણું વિશ્વ એક અલગ જ અનુભવ કરાવે છે. આપણા હાથ પગ પહેલાં જેવા કાર્યશીલ રહેતા નથી. કાને બહેરાશ, ઘુંટણમાં દુખાવો, દ્રષ્ટિ દોષ વગેરે વગેરે વ્યાધિઓથી પરવશ બની ઘરમાં જ ગોંઘાઈ રહેવું પડે, ત્યારે મોબાઈલ મેનીયાથી મુક્ત થઈ આપણો પૌત્ર કે પૌત્રી પાસે આવી ખબર અંતર પૂછી સેવા ચાકરી કરે તો આપણા સંતાનોને સિંચેલ સંસ્કાર નજર સમક્ષ જાણે ઘેઘૂર વડલાની અનુભૂતિ કરાવી જાય છે.

અભ્યાસક્રમ પૂર્ણ થાય તેની સાથે બ્લેક બોર્ડ, પાટલી - ખુરશી, સમયાંતરે વાગતી બેલ, પાઠ્યપુસ્તકો, શિક્ષક કે અધ્યાપક સાથેના સંબંધોનો અંત આવે છે. પણ સાઠ પછીના સમયમાં આપણી પાસે સમયનો અવકાશ વધુ પડતો મળી રહે છે તેવા સમયે એક પગલું સાહિત્ય સર્જન ક્ષેત્રે પાડવાનો પ્રયાસ કરીએ તો સંભવ છે, પ્રારંભમાં થોડી મુંઝવણ અનુભવાય પણ આજના યુગમાં AI, chat

GPT અને You-Tube જેવા માધ્યમ દ્વારા યોગ્ય માર્ગદર્શન મેળવી ધીમે ધીમે મૌલિક સર્જનની દિશા તરફ આગળ વધી શકાય છે અને ત્યારે બંધાય છે આપણો પુસ્તક પ્રેમ અથવા સાહિત્ય સર્જન સાથેનો સંબંધ. જેની જેટલી ઉપાસના થાય તેટલો સંબંધ મજબૂત બને છે અને સમાજમાં પાછલી વયે પોતાની સ્વતંત્ર આગવી ઓળખ ઉભી કરવામાં નિમિત્ત બની શકાય છે.

સંબંધોમાં હવે મારે સુરજતણો તાપ નથી જોઈતો,
બસ, રાતના આકાશ જેવી શીતળતા ને
તારાઓનો સાથ જોઈએ છે.

છ - સાડા છ દાયકા સુધી આપણે સમાજ સાથે સંકળાયેલા હોઈ પ્રતિષ્ઠા, દીક્ષા, ચૈત્ય પરિપાટી, પ્રવાસ કે સ્નેહમિલન સમારોહ જેવા નાના મોટા સમાજલક્ષી આયોજનમાં સહભાગી થઈએ છીએ અને તેના હોદ્દાદારો તેમજ કાર્યકરોને બિરદાવીએ છીએ પણ હવે પ્રાપ્ત થતો ફાજલ સમય, જો આપણે પણ આવી જ કોઈ સામાજિક કાર્ય

કરતી સંસ્થા સાથે સંકળાઈ આપણા અનુભવ દ્વારા તેમાં માનદ સેવાઓ પ્રદાન કરીએ તો આ વયે પણ પુનઃ પ્રવૃત્ત રહી સમાજ સાથે એક નવો સંબંધ બાંધીએ શકીએ.

અનુભવોની મૂડી જ્યારે સમાજને કામ લાગે,
ત્યારે જ સાચું જીવન સાર્થક થતું લાગે.

જીવનના આ વળાંક પર સમજાય છે કે હોદ્દો અને સત્તા તો કામચલાઉ છે, પણ આત્મીયતા એ જ કાયમી મૂડી છે. વ્યવસાયિક દોડાદોડ પુરી થાય પછી હૃદયના સંબંધોને નવેસરથી જીવવાનો આ સોનેરી અવસર છે.

આમ છ દાયકા પછીની તરડાયેલ અને મૃતઃપ્રાય થયેલ જીજીવિષામાં નવા નવા શાલીનતાસભર સંબંધો સાથે જીવનમાં એક ચેતનાનો નવસંચાર કરી 'ઘરડા જ ગાડા પાછા વાળે' ઉક્તિને સાર્થક કરવા સમર્થ બનીએ છીએ તેની સ્વ તથા સમાજને પ્રતીતિ કરાવીએ.

- જ્ઞાનેશ જયચંદ લાપસિયા

મુલુંડ ચેકનાકા, મો.: ૯૯૨૦૫૧૩૪૯૩

-: વગર વ્યાજે લોન / શિષ્યવૃત્તિ :-

શ્રી કચ્છી દશા ઓશવાલ જૈન શિક્ષણ પ્રસારક સમિતી ટ્રસ્ટ

શ્રી વીરજી લઘાભાઈ કે.ડી.ઓ. જૈન વિદ્યાર્થીગૃહ,
શ્રી ભવાનજી અરજણા ખીમજી એજ્યુકેશનલ કેમ્પસ,
લક્ષ્મીનિવાસ, કામાલેન, ઘાટકોપર (વેસ્ટ), મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૮૬.
ફોન : ૮૬૫૭૬ ૩૭૩૨૦

શ્રી અનંતનાથજી મહારાજ જૈન ટેમ્પલ અને તેના સાધારણ ફંડ ટ્રસ્ટ

વીરજી લઘાભાઈ ટ્રસ્ટ

તથા

શ્રી રાયચંદ હંસરાજ ધરમશી ચેરીટેબલ ટ્રસ્ટ



ના સહયોગથી કોલેજના વિદ્યાર્થી/વિદ્યાર્થીનીઓને કોલેજ ફી, પ્રાઈવેટ કોચીંગ ક્લાસીસ ફી તેમજ હોસ્ટેલ ફી માટે વગર વ્યાજે લોન/શિષ્યવૃત્તિ આપવામાં આવે છે.

ફોર્મ સંસ્થાની વેબસાઈટ www.kdoedu.com પરથી ડાઉનલોડ કરી શકાશે.

વધુ વિગત કાર્યાલયમાંથી મેળવી લેવી.

એક ગામનો પુનર્જન્મ

કચ્છના અબડાસા વિસ્તારમાં આવેલું એક નાનું ગામ. એક સમય એવો હતો કે આ ગામમાં જીવન છલકાતું હતું. સવાર પડતા ગાય-ભેંસના ગળામાં બાંધેલી ઘંટડીઓનો મધુર અવાજ, ચકલાઓની ચીચિયારી, મોર અને કોયલના ટહુકા, બાળકોના શાળાએ જવાના ઉત્સાહભર્યા અવાજ, તળાવ પર પાણી ભરતી પનિહારીઓ અને સાંજ પડતા ચોરાહે વડીલોની હળવી ગપસપ. આ ગામ માત્ર વસવાટ નહોતું એ એક જીવંત સંસ્કૃતિ હતી. પણ ધીમે ધીમે સમય બદલાયો. યુવાનો ભણવા લાગ્યા અને રોજગાર માટે મુંબઈ, સુરત, અમદાવાદ તરફ વળ્યા. શરૂઆતમાં લાગ્યું - થોડા દિવસ માટે જઈ રહ્યા છીએ પણ થોડા દિવસો વર્ષોમાં બદલાઈ ગયા અને પછી ગામ ધીમે ધીમે ખાલી થતું ગયું. ઘરોનાં દરવાજા બંધ, આંગણાં સૂના, મંદિરની આરતીમાં અવાજ ઓછો થતો ગયો. જે ગલીઓમાં ક્યારેક જીવન દોડતું હતું ત્યાં હવે ફક્ત પવન ફરી રહ્યો હતો. વર્ષે એકાદ વખત કોઈ પરિવાર આવતો સવારે આવીને સાંજે પાછો જતો, કારણ કે તેમને રોકાવાની કે ખાવાપીવાની કોઈ વ્યવસ્થા હતી નહિં. ગામ રાહ જોતું રહ્યું પણ કોઈ રોકાતું નહોતું.

એ જ ગામનો એક દીકરો મુંબઈમાં સફળ વેપારી, મોટું ઘર, ગાડી, નામ, પ્રતિષ્ઠા - બધું મળ્યું પણ અંદર ક્યાંક એક ખાલીપો હતો. એક દિવસ તેઓ કચ્છ આવ્યા અને વર્ષો પછી પોતાના જૂના ઘરના બારણે ઊભા રહ્યા. તૂટેલી દિવાલ, જર્જરિત છત અને આંગણામાં ઉગેલા ઝાડ-ઝાંખરા. તેમણે આંખો બંધ કરી તો બાળપણની યાદો જીવંત થઈ ગઈ. માતાનો અવાજ, પિતાની મહેનત, મિત્રો સાથે રમેલી ગલીઓ આંખોમાંથી અશ્રુ વહી ગયા. એ ક્ષણે તેમણે સંકલ્પ કર્યો હું ફક્ત મારું ઘર નહીં મારું આખું ગામ પાછું જીવંત કરીશ. તેમણે આ વિચાર પોતાના સુધી રાખ્યો નહીં. મુંબઈમાં રહેતા ગામજનોને જોડ્યા વોટ્સએપ ગ્રુપ બનાવ્યું, મીટિંગો યોજી. શરૂઆતમાં કેટલાક લોકો હસ્યા, કેટલાકએ

કહ્યું - આ શક્ય નથી, પણ એક વ્યક્તિનો વિશ્વાસ ધીમે ધીમે આખા ગામનો વિશ્વાસ બની ગયો.

શરૂઆત થઈ, પોતાનું જૂનું મકાન તોડી ને નવું બનાવ્યું. ગામમાં સાફ-સફાઈ અભિયાન, ભોજનાલય અને વાડીનું નવીનીકરણ, ઉત્સવો અને પાટોત્સવનું આયોજન અને સૌથી મહત્વપૂર્ણ નિર્ણય દરેક પરિવારને પોતાના ગામમાં એક મકાન હોવું જોઈએ. જેની પાસે જમીન હતી પણ પૈસા નહોતા તેમને મકાન બનાવવા આર્થિક સહાય મળી. જેની પાસે જમીન નહોતી, તેમને ગામની હદમાં નવી વસાહતમાં મકાન મળ્યું. એક વર્ષ બે વર્ષ, ધીમે ધીમે જે ગામમાં સન્નાટો હતો ત્યાં હવે જીવન પાછું આવવા લાગ્યું. દિવાળીમાં દીવડાં ઝગમગવા લાગ્યા, નવરાત્રીમાં ગરબા ફરી ગુંજ્યા, મંદિરોમાં આરતીમાં ભક્તો વધ્યા અને સૌથી સુંદર દ્રશ્ય, હવે ગામમાં કોઈ પણ ધાર્મિક ઉત્સવ હોય તો લોકો મોટી સંખ્યામાં આવવા લાગ્યા કારણ કે હવે દરેક પાસે પોતાનું ઘર હતું. બાળકો ફરી ગલીઓમાં દોડવા લાગ્યા.

ગામડાની સવારથી સાંજ સુધીનો સ્વાદ, વહેલી સવારે ચૂલા પરથી નીકળતો ધૂમાડો અને તાજા બાજરાના ગરમાગરમ રોટલા ઉપર ઘરનું સફેદ માખણ ધીમે ધીમે ઓગળતું, સાથે દૂધનું મીઠું શિરામણ. આવો નાસ્તો નહિં એ તો દિવસની શરૂઆતમાં મળતી તૃપ્તિ હતી. બપોર પડે ખેતરમાંથી પરત ફરેલા થાકેલા શરીર માટે સાદું પણ સ્વાદિષ્ટ ભોજન તૈયાર. ગરમ રોટલા, શાકમાં ઘરનું સુગંધીત માખણનો એક લોંદો, તાજું દહીં અને ખાટું-મીઠું અથાણું, પેટ ભરાતું જ નહિ મન પણ સંતોષાઈ જતું. સાંજ પડે સૂર્ય ઢળે અને ગામ શાંત થવા લાગે. ચૂલા પર ધીમે ધીમે રંધાતી ખીચડી તેની સુગંધ આખા આંગણે ફેલાતી સાથે ગરમ કઢી, માટીના વાસણમાં દૂધ અને છાસ. આ ભોજન નહિં એ તો દિવસભરની મહેનત પછીની શાંતિ હતી.

એક દિવસ પાટોત્સવ હતો. મંદિર દીવડાઓથી ઝગમગી રહ્યું હતું. ગામમાં મેળાની જેમ માહોલ હતો. એ



જ્ઞાતિને સ્પર્શતા સમાચારો ટૂંકમાં પાનાની એક બાજુએ સારા અક્ષરે કાર્યક્રમ પૂર્ણ થાય કે તરત લખી મોકલવા વિનંતી.

સુયેશ રાજીવ મોમાયાનું સન્માન

સુયેશ રાજીવ મોમાયા-વરાડિયા હાલે તિરુપુર એ માનવતાનું ઉત્તમ ઉદાહરણ પૂરું પાડતાં તા. ૦૧ મે ૨૦૨૬ના પ્રયત્ની મક્કલ અમૈપુ દ્વારા આયોજિત રક્તદાન કેમ્પમાં પ્રથમ વખત રક્તદાન કર્યું. તેમને ડૉ. ભારતી અને સતીશ એચ. નાગડા (ઉપપ્રમુખ, પ્રયત્ની મક્કલ અમૈપુ)ના હસ્તે પ્રશંસાપત્ર તથા શિલ્ડ આપી સન્માનિત કરવામાં આવ્યા.



શ્રી પ્રગતિ મહિલા મંડળ, મોટી સિંધોડી



મંડળ દ્વારા તા. ૫.૫.૨૬ના મુલુંડ ખાતે કાર્યક્રમ ઉજવાયો. ભારતદેશના જૂદાં જૂદાં રાજ્યોના પોષાક-ખોરાક-વાનગીઓ-સંસ્કૃતિ-કલા વગેરેનો આનંદ માણી વિવિધતામાં એકતા નિહાળી, કચ્છ, મહારાષ્ટ્ર, રાજસ્થાન, બંગાળ, બિહાર, મધ્ય પ્રદેશ, તામિલનાડુની વિવિધ ઝાંકીઓ જોઈ સભ્ય બહેનોએ ભરપૂર આનંદ માણ્યો. જજ તરીકે અ.સૌ. કાજલબેન તિલકભાઈ લોડાયા હતા. વિજેતાઓને પુરસ્કાર તથા ભાગ લેનાર તમામને પ્રોત્સાહન ઇનામો આપવામાં આવેલ.

પ્રબોધ મુનવરને સમાજરત્ન એવોર્ડ



જયશ્રી ફાઉન્ડેશન ભુજ દ્વારા કચ્છ કલગી એવોર્ડ-૨૦૨૬ જાહેર કરાયા હતા. જેમાં માનવજ્યોત ભુજનાં શ્રી પ્રબોધ મુનવરને સમગ્ર કચ્છમાં ચાલી રહેલી તેમની સેવાકીય પ્રવૃત્તિઓને ધ્યાને લઈ 'સમાજરત્ન' એવોર્ડ અર્પણ કરાયો હતો. ભુજ સ્મૃતિવન મધ્યે યોજાયેલ કચ્છ કલગી એવોર્ડ સમારોહમાં મિલનભાઈ સોની, દેવ્યાનીબેન સોની, સુભાષભાઈ બી. સોની, કચ્છી સાહિત્યકાર ડૉ. કાન્તીભાઈ ગોર, સાહિત્યકાર ગૌતમભાઈ જોષી, ડૉ. દક્ષાબેન મહેતા, પારૂલબેન પટેલ, અનિરૂદ્ધભાઈ આહિર અને રામ મોરી સાહેબનાં વરદ્ હસ્તે શ્રોતાઓની વિશાળ ઉપસ્થિતિમાં સમાજ રત્ન એવોર્ડ અર્પણ કરવામાં આવેલ.

કે.ડી.ઓ. દિવ્યાંગ-માતૃદિન ઉજવણી



શ્રી સમસ્ત કેડીઓ જૈન મહાજનની દિવ્યાંગ સમિતિ દ્વારા માતૃદિન ૨૦૨૬ની ઉજવણી તા. ૭ મે, ૨૦૨૬ના

રોજ, ઘાટકોપર સ્થિત, વીએલવીજી ખાતે થઈ હતી. કાર્યક્રમમાં કુલ ૩૫ સહભાગીઓ, ૫ સમિતિ સભ્યો, અને સમસ્ત મહાજનના કાર્યકરો ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

શરૂઆતમાં, વિડીયો કોલ પર પરમ પૂજ્ય નરેશ મુનિ મહારાજસાહેબે માંગલિક સંભળાવ્યું હતું. ત્યારબાદ વિવિધ રમતો સાથે ગરબા યોજાયા હતાં.

કાર્યક્રમના આકર્ષણરૂપ “મી એન્ડ મોમ” ફોટો સ્પર્ધાના વિજેતાઓને ઈનામ તથા અન્ય તમામ સહભાગીઓને પ્રોત્સાહનરૂપે ઈનામ આપવામાં આવ્યા હતા.

માતાઓએ પોતાના જીવનના હૃદયસ્પર્શી અનુભવો વ્યક્ત કર્યા હતા. દિવ્યાંગ સંતાનોએ પણ પોતાની માતાઓ પ્રત્યેની જવાબદારી, લાગણી અને કાળજીની જે અદ્ભૂત ભાવના વ્યક્ત કરી હતી તે સૌ માટે પ્રેરણારૂપ બની હતી.

માતૃદિનના કેક કટિંગ બાદ, માતાઓને સન્માન સ્વરૂપે પર્સ ભેટ આપવામાં આવ્યા હતા.

શ્રી પ્રબોધ મુનવરને ‘અનસંગ એવરીડે હીરોઝ એવોર્ડ’

ધી આર્ટ ઓફ લીવીંગ બેંગ્લોર દ્વારા પૂ. ગુરુદેવ શ્રી શ્રી રવીશંકરજીના ૭૦મા જન્મદિન નિમિત્તે



ગાંધીધામ મધ્યે પ્રબોધ મુનવરને સમાજસેવા ક્ષેત્રે તથા હીરલબા ચૌહાણને સ્પોર્ટ્સ ક્ષેત્રે “અનસંગ એવરીડે હીરોઝ એવોર્ડ” અર્પણ કરાયો હતો. પ્રબોધ મુનવરે આભારની લાગણી વ્યક્ત કરતાં કચ્છભરમાં માનવજ્યોત સંસ્થા ભુજની ચાલી રહેલી પ્રવૃત્તિઓની માહિતી આપી હતી. જ્યારે હીરલબા ચૌહાણે સ્પોર્ટ્સ ક્ષેત્રે મળેલ એવોર્ડ બદલ આભારની લાગણી વ્યક્ત કરી સ્પોર્ટ્સ અંગેની માહિતી આપી હતી.

દીપકભાઈ ગુપ્તા, નરેન્દ્રભાઈ કચ્છી, અશોકભાઈ પરીખ, શિક્ષક માઝાભાઈ આહિર તથા સમગ્ર ટીમે કાર્યક્રમની વ્યવસ્થા સંભાળી હતી.

શ્રીમતી કાજલ પ્રભાત નાગડા-નાંદેડ



નાંદેડ શહેરમાં શ્રીમતી કાજલ પ્રભાત નાગડા (વિજય હીરાચંદ મોમાયાની પુત્રી) દ્વારા KFit Studio અને KFit Diet Cloud Kitchen નો શુભારંભ કરવામાં આવ્યો.

આ પ્રસંગે મુખ્ય અતિથિ તરીકે નાંદેડ જિલ્લાના માનનીય કલેક્ટર રાહુલ કરડિલે સાહેબ, વિશિષ્ટ અતિથિ તરીકે પ્રણીતા દેવરે-ચીખલકર (ભાજપ મહિલા મોરચાની પ્રદેશ ઉપાધ્યક્ષા તથા જિજાઉ મા સાહેબ મહિલા અર્બન બેંક, નાંદેડની અધ્યક્ષા) તથા કેતનભાઈ નાગડા (ગુજરાતી શિક્ષણ સંસ્થા અને ગુજરાતી સમાજ, નાંદેડના પ્રમુખ), ડૉ. પ્રેમ સોનવણે (જગુઆર સ્ટ્રેન્થના સ્થાપક) અને રાષ્ટ્રીય સ્તરની ફિટનેસ એથલીટ વૈષ્ણવી ચૌહાણ ઉપસ્થિત રહ્યાં હતા.

શ્રી ખુશાલ મૈશેરીનું બહુમાન

શ્રી ખુશાલ વેલજી મૈશેરીનું કેનેરા બેંક મેન શાખા બીકેસી-મુંબઈમાં મોટા એકાઉન્ટ હોલ્ડર તરીકે બેંકના સર્વોચ્ચ અધિકારી દ્વારા વિશેષ બહુમાન કરવામાં આવ્યું.



શ્રી છત્તીસગઢ કદઓ જૈન જ્ઞાતિ મહાજન-રાયપુર

મહાજન દ્વારા સંચાલિત શ્રી કુંથુનાથ જિનાલય (અચલગચ્છ-વિધિપક્ષ)ની ૫૨ચીરમી વર્ષગાંઠ અને ૨૬મી ધ્વજમહોત્સવ તા. ૩.૫.૨૦૨૬ના હર્ષોદ્ઘાસ સાથે મનાવવામાં આવેલ. ધ્વજાનો વરઘોડો (શોભાયાત્રા) ઢોલ નગારાની ધુન, રાસની રમઝટ સાથે જિનાલયમાં આવેલ. દીપ પ્રજ્વલન પછી જૈન ધ્વજારોહણ મહાજનના પ્રમુખ શ્રી

ચંદ્રેશ વીરચંદ છેડાના હસ્તે ફરકાવવામાં આવેલ. વિધિકાર શ્રી રાજા જયંતિલાલ નંદુ-વાંઢ (ડોંબિવલી)

આ શુભ અવસરે રાયપુરના વિભિન્ન જિનાલયોના ટ્રસ્ટીગણ પધારેલ સાથે રાયપુર લોકસભા ક્ષેત્રના સાંસદ શ્રી બ્રજમોહન અગ્રવાલજીએ હાજરી આપેલ. એમનું મોમેન્ટો, શાલ, શ્રીફળથી બહુમાન કરવામાં આવેલ. વર્ષીતપના તપસ્વી શ્રી અશોકકુમાર સુરાનાજીનું બહુમાન કરવામાં આવેલ. આર્યબિલમા બે અને એકાસણામાં ત્રણ લોકો હતા.

આ કાર્યક્રમમાં રાયપુર સહિત ભિલાઈ, ભાટાપારા, ધમતરી, અમદાવાદ, મુંબઈ, ગાંધીધામ, હુબલીથી ભાવિકો આવેલ. જીવદયાના કાર્યમાં ગાયને ઘાસચારો, કલીંગર ખવડાવવામાં આવેલ. અનુકંપા દાનમાં બાલક, બાલિકા આશ્રમમા શાળામાં ભોજન, મિષ્ઠાન, ફળનું વિતરણ કરવામાં આવેલ. સંપૂર્ણ જિનાલય પરિસરની સુંદર લાઈટીંગ, રંગોલીથી સજાવટ કરેલ.

જ્ઞાતિ મહાજનના પ્રમુખ શ્રી ચંદ્રેશ વીરચંદ છેડા દ્વારા પધારેલ સર્વે જ્ઞાતિજનો, અતિથીઓ, શ્રી કુંથુનાથ મહિલા મંડળ, શ્રી ક.દ.ઓ. જૈન યુવા મંડળની ટીમ, સંપૂર્ણ કાર્યક્રમમાં શ્રી ભરતભાઈ નારાયણજી મૈશેરી, શ્રી જયેશ કલ્યાણજીભાઈ નાગડા, સૌ ભાવનાબેન કીર્તિભાઈ પોલડીયા, સૌ. પૂજાબેન હિતેશભાઈ મોમાયા, સૌ. સુનયના અમિતભાઈ મૈશેરી, જિનાલયના સ્ટાફ, કેટરીંગવાલા શ્રી પાલીવાલ જી. સાઉન્ડ સિસ્ટમ, ટેન્ટવાલાનો આભાર માનવામાં આવેલ.



પાસ થયા - અભિનંદન...

કૃપાલી દર્શના - વિશાલ ધરમશી
સુથરી (મુલુંડ)

HSC - 91%, સંસ્કૃતમાં 99%



હિત રિતિકા - દિપેન મોમાયા
નલિયા (મુલુંડ)
SSC (CBSE) - 94%



વતનના વર્તમાન
સંકલન : કેસરસિંહ ખોના

હરેકૃષ્ણ સરોવર, મદનપુરા

માંડવીના કોડાય પાસે મદનપુરામાં એક વિશાળ જળાશય નિર્માણનું કામ છેલ્લા તબક્કામાં પહોંચ્યું છે. કચ્છ કડવા પાટીદાર લક્ષ્મીનારાયણ સનાતન સમાજના સહયોગથી હરે કૃષ્ણ ઉમિયા સરોવરનું નિર્માણ કરી ગામના મુંબઈ નિવાસી શ્રેષ્ઠીઓએ એક અનુકરણીય દાખલો રજૂ કર્યો છે. આ જળાશય દસ એકર વિસ્તારમાં સરેરાશ દસ ફુટ ઉંડાઈના નિર્માણમાં કરોડો લીટર પાણીનો સંગ્રહ થવાનો અંદાજ છે. તળાવ ગામનું પ્રથમ જળમંદિર બનશે એવી આશા છે. તળાવ પેય જળ, પશુપક્ષીઓનો પાણીની જરૂરિયાત પૂરી કરવા સાથે ગામના ભૂગર્ભીય જળનું સ્તર ઊંચે લાવવામાં મદદરૂપ થશે.

ગામના મુંબઈ સમાજના મહામંત્રી શાંતિલાલ રતનશી રૂડાણીએ નાનામોટા દાતાઓનો આભાર માનતા જણાવ્યું હતું કે ખાણેત્રાનું કામ સવજીભાઈ ઘોળકીયા ફાઉન્ડેશનના સહકારથી પૂરું થઈ રહ્યું છે. તેમણે વધુમાં ઉમેર્યું હતું કે તળાવ ફરતે વૃક્ષારોપણ કરાશે. તળાવ અને વૃક્ષોની જાળવણી ગામજનો કરશે.

કચ્છ રાજ્ય રત્ન સન્માન

મહારાણી પ્રીતિદેવી સાહેબાએ મહારાવ પ્રાગમલજી ૧૧૧ની સ્મૃતિમાં કચ્છની ધરોહર, કળા કસબ અને સંસ્કૃતિના વિષયે અમુલ્ય યોગદાન આપનારી પાંચ મહત્વની વ્યક્તિઓને કચ્છ રત્ન સન્માન જાહેર કર્યા છે.

સન્માનમાં કચ્છ રાજ્યના ચલાણ કોરી આધારિત શુદ્ધ ચાંદીની ટ્રોફી (૧) અમી શ્રોફ, સૃજનના મેનેજિંગ ડિરેક્ટર અને એલએલડીસીના ટ્રસ્ટીને કચ્છ કસબ અને કસબીઓ બાબત કામગીરી માટે એનાયત કરાયો છે. (૨) જુગલ કિશોર તિવારીને પર્યાવરણ અને પ્રકૃતિ સંરક્ષણ કામગીરી

માટે (૩) હસમુખભાઈ વેલજી મચ્છરને કસબ સંબંધી કામગીરી માટે (૪) જયેન્દુ દેવશંકર શુક્લને યુવાઓને રમતગમત ક્ષેત્રે પ્રોત્સાહન બદલ તથા (૫) પદ્મશ્રી નારાયણ જોશી 'કારાયલ'ને કચ્છી ભાષાના વિકાસમાં યોગદાન માટે પુરસ્કાર પ્રદાન કરાયા છે.

વિશ્વ સંગ્રહાલય દિન (માહિતી : કચ્છમિત્ર)

વર્ષ ૧૯૭૭ થી દર વર્ષે ૧૮મે અને આસપાસ વિશ્વ સંગ્રહાલય દિન/સમાહની ઉજવણી કરાય છે. આ નિમિત્તે કચ્છમાં પ્રવૃત્ત સંગ્રહાલયો પર વિહંગમ દષ્ટિ નાખીએ.

પશ્ચિમ ભારતનું પ્રથમ મ્યુઝીયમ ૧૮૭૭માં મહારાઓ શ્રી ખેંગારજી દ્વારા કળા શાળાના ભાગરૂપે જુલાઈ ૦૧, ૧૮૭૭ના દિને સ્થાપિત થયો હતો જે આજે કચ્છ મ્યુઝીયમ તરીકે જાણીતું છે.

સ્મૃતિવન સંગ્રહાલય-ભુજ, ભૂકંપમાં પ્રાણ ખોનારા નાગરિકોની સ્મૃતિમાં ભુજિયા ડુંગર ઉપર દેશના ટોચના આર્કિટેક્ટ બાલકૃષ્ણ દોશી દ્વારા તૈયાર કરાયેલી ડિઝાઈન મુજબ સંગ્રહાલયનું નિર્માણ કરાયું છે.

ભારતનું પ્રથમ ફોર ડી મ્યુઝીયમ વંદે માતરમ મ્યુઝીયમ ભુજોડી ખાતે હીરાલક્ષ્મી ફાઉન્ડેશન દ્વારા સ્થાપિત કરાયું છે. જેમા આઝાદીની ચડવડને રજુ કરતા ૧૭ એપિસોડ રજુ કરાયા છે.

ઘોળાવીરા પુરાતત્ત્વ સંગ્રહાલય

ઘોળાવીરામાં મળી આવેલા સેંધવ સંસ્કૃતિના અવશેષો, મુદ્રા, વગેરે અવલોકન અને અભ્યાસાર્થે રજુ કરાયા છે.

રાજમહેલ સંગ્રહાલય

કચ્છ રાજ્યના ભારત સંઘમાં વિલય બાદ રાજ પરિવારના વિજય વિલાસ મહેલ-માંડવી, આયના મહેલ-ભુજ તથા પ્રાગ મહેલ-ભુજ ટ્રસ્ટોને સોંપી સંગ્રહાલયમાં પરિવર્તિત કરાયા છે. જેમાં રાજ પરિવારના રાયરચીલા, પહેરવેશ, દુલભ ગ્રંથ, કચ્છી હસ્તકળાના નમુના, અસ્ત્રશસ્ત્ર ભંડાર, પેઈન્ટિંગ વગેરે પ્રસ્તુત કરવામાં આવ્યા છે.

હસ્તકળા સંગ્રહાલય એલએલડીસી

કચ્છના કસબ અને હસ્તકળાના નવસર્જન અને જાળવણી કરતી સંસ્થા સૃજન દ્વારા અજરખપુર (ભુજ નજીક) ખાતે આંતરરાષ્ટ્રીય કક્ષાના લિવીંગ એન્ડ લર્નિંગ ડિઝાઈન સેન્ટર (એલએલડીસી)નું નિર્માણ કરવામાં આવ્યું છે. આ સંગ્રહાલય ભવનને ત્રણ રાષ્ટ્રીય પુરસ્કાર પણ પ્રાપ્ત થયા છે.

કચ્છનું પ્રથમ જૈન સંગ્રહાલય- નાની ખાખર

જૈન શ્રેષ્ઠી માતૃશ્રી મમીબાઈ કાનજી ઘેલા દેઢિયા પરિવારના સહયોગથી પ્રથમ જૈન સંગ્રહાલયની નાની ખાખર ગામે સ્થાપના કરવામાં આવી છે. જેમા જૈન ગ્રંથ, પૂજન સામગ્રી વગેરે રજુ કરાયા છે.

રામસંગ રાઠોડ સંસ્કૃતિ દર્શન સંગ્રહાલય

પૂર્વ વન અધિકારી રામસંગજી રાઠોડ દ્વારા સેવાકાળ દરમિયાન એકત્ર કરેલી કચ્છની વિવિધ દૈનિક જીવનની વસ્તુઓ અને કળા સામગ્રી પ્રસ્તુત કરાઈ છે. દર્શનીય સંગ્રહાલયની અવશ્ય મુલાકાત લેવા જેવી છે.

બત્રી ચિત્તા

ચિત્તા (ચેતરો) કચ્છમાંથી ૧૯૦૦ના વર્ષ પહેલા જ વિલુપ્ત થઈ ગયા. હવે બત્રી ગાય બત્રીની કુંઢી ભેંસ (મે) સાથે હવે બત્રી ચિત્તા પણ જોવા મળશે.

બત્રીના વિશ્વ વિખ્યાત અને એકમાત્ર ઘાસના મેદાનની એક બાજુ સોલર મેદાન બની રહ્યું છે. અને હવે ચિત્તાનું મેદાન બનશે.

તાજેતરમાં નેશનલ ટાઈગર કન્ઝર્વેશન ઓથોરિટી (NTCA)ને ઓગસ્ટમાં બે જોડી (નર-માદા) ચિત્તા કેન્યાથી લાવવાની મંજૂરી મળી જતાં કચ્છી ચિત્તા માટે ગૌરવ લઈ શકશું.

અને હા, પહેલી ખેપ આવ્યા પછી એક વર્ષમાં ૧૨ ચિત્તા લાવવાની યોજના છે.

એક પાનાના વાર્ષિક શુભચિંતક દાતા : જયેશ દામજી નથુભાઈ દંડ - મંજલ રેલડીયા (મુલુંડ)

નખત્રાણામાં બ્લડ બેન્ક

પાટીદાર સર્વોદય સેવાસંઘ સંચાલિત દેવાશીષ હોસ્પિટલમાં બ્લડ બેન્ક શરૂ થઈ છે. આ બ્લડ બેન્ક દ્વારા નખત્રાણા, અબડાસા અને લખપતના દરદીઓને રાહત દરે બ્લડ (રક્ત) ઉપલબ્ધ કરાશે. બ્લડ બેન્કના ઉદ્ઘાટન પ્રસંગે આયોજિત રક્તદાન કેમ્પમાં ૨૮ બોટલ રક્ત એકત્ર થયું હોવાનું જાણવા મળે છે.

અબડાસામાં ઘઉંનો પાક

અબડાસામાં ઘઉંનો મબલખ પાક થયો છે. ટેકાના ભાવ રૂ. ૨૫૮૫ જાહેર થયા છે. કંડલા બંદરથી ઘઉંની નિકાસ બંધ હોઈ ભાવ દબાણ હેઠળ છે. નલીયા કેન્દ્રમાં લગભગ ૨૨૦ કિવંટલ ઘઉં ટેકાના ભાવે ખરીદાયા છે.

માંડવી મસ્કા રોડ મરીન હનુમાન

માંડવીના નાગલપુરક મસ્કા રોડ પર સ્થિત મરીન પોલીસ કમાંડો કેમ્પસમાં હનુમાનજીના મંદિરનો શિલાન્યાસ કરવામાં આવ્યો હતો. મસ્કાના પૂર્વ સરપંચ માંડવી તાલુકા પંચાયતના સભ્ય કીર્તિભાઈ ગોર, મસ્કા ગુજરાતી સમાજના સ્થાપક પ્રમુખ ડૉ. ચંદ્રકાંત ચોથાણી, ગોધરાના ચંદ્રકાંતભાઈ મોતા વગેરે એ સહયોગ આપ્યો હતો.

અનુસંધાન પાના નં. ૨૮

વિશેષ નોંધ : પ્રકાશ સમીક્ષામાં પ્રકાશિત થતા દરેક પ્રકારના લેખ અને મંતવ્યોમાં વ્યક્ત વિચારો જે તે લેખકના છે. પ્રકાશ સમીક્ષાનું તંત્રી મંડળ તે વિચારો સાથે સહમત છે તેમ માનવું નહીં. - તંત્રી મંડળ

નવા/બદલાયેલા સરનામા/ફોન

(પુરૂં નામ અને નવું સરનામું મોકલવાની સાથે જુનું રદ કરવાનું સરનામું અવશ્ય જણાવવું)

Shri Kunal Rajnikant Khona (PS-1786)

A-302, Prathmesh View Residency,
Opp. CEAT Tyre, Village Road,
Nahur (West) MH - 400 078.
M. : 98330 13100.

Smt Chandrika Rameshchandra Lodaya (PS-7482)

B-12, KDO Residency, 3rd Floor,
Manoj Paradise, Kusugal Road,
Near Sanskaar School,
Hubali, KR - 580 023. M. : 90350 51355.

Shri Sanjay Shantilal Chheda (PS-7483)

D-703, Satyam Skyline, Opp Torrent Power,
ACE Cross Road, Naranpura,
Ahmedabad GJ - 380 013.
M. : 98253 07910.

હુવેથી kdoaddress@gmail.com ઉપર
મોકલવા વિનંતી છે.

Shri Dilip Bhavanji Lodaya (PS-1739)

A-1704/1705 Premnagar Legacy,
J N Road, Near Apna Bazaar,
Mulund (West) MH - 400 080.
M. : 80970 29029.

Shri Pravin Hirji Dand (PS-15650)

C-2, 501 Lok Everest, J. S. Road,
Cement Company,
Mulund (West), MH - 400 080.
M. : 98218 44144.

Smt Rajula Jayesh Nagda (PS-1718)

B-3605, Enigma Oberoi,
Next to Kenvue, LBS Marg,
Mulund (West), MH - 400 080.
M. : 81692 55302.

Shri Bhavesh Vijay Poladiya (PS-7484)

A-006, Aastha Vatika, Sun Pharma Road,
Atladara, Vadodara, GJ - 390 012.
M. : 95276 86319.



U M KHONA AND COMPANY
CLEARING | FORWARDING | LOGISTICS



COMMITMENT TO EXCELLENCE



OUR PRESENCE AT:

- MUMBAI
- JNPT
- HAZIRA
- KOLKATA
- HALDIA
- CHENNAI
- KANDLA
- MUNDRA
- PIPAVAV

U M KHONA AND COMPANY

1011, Universal Majestic,
Behind RBK International Academy,
Off Ghatkopar – Mankhurd Link Road,
Chembur, Mumbai 400 088.

jayant.lapsia@gmail.com

Tel.: 6155 9901

Email : harsh.lapsia@umkhona.com

Tel : +91 22 6155 9999 / +91 98190 30311

Fax : +91 22 6155 9955

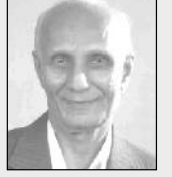
www.umkhona.com

CB: 11/189

જીવન ચક્ર

જન્મ - સગપણ - લગ્ન - મરણ નોંધ

સંપાદક : રમેશ પદમશી દંડ (શાહ) - ભરૂચિયા
મો. : 98197 93610 / E-mail : rpshah41@yahoo.com



જન્મ

૧૫.૦૨.૨૦૨૬	સિકંદરાબાદ	જૈવિક, દર્શિતા-આશિષ ધરમશી	કોઠારા	પુત્ર
૧૫.૦૨.૨૦૨૬	હેદ્રાબાદ	વિશ્વવિત, પદ્મવી-મહેક મોતા	વારાપધર	પુત્ર

જ્ઞાતિ સગપણ

૨૦.૦૪.૨૦૨૬	ભુજ	દીપ ગિરીશ હિરાચંદ મોમાયા	રાણપર-લાલા	૨૬
	જામો	મિરલ લહેરચંદ લખમશી મૈશેરી	મોટી સિંઘોડી	૨૪
૧૨.૦૫.૨૦૨૬	ગાંધીધામ	પ્રિન્સ ધનપતી સોમચંદ નાગડા	નલીયા	૨૯
	આદીપુર	ભૂમી વસંતભાઈ પદમશી લોડાયા	નલીયા	૨૮
૧૪.૦૫.૨૦૨૬	હુબલી	ગૌરવ મનીષ ગુલાબચંદ ખોના	નલિયા	૩૦
	ડોંબિવલી	ધનિષ્ઠા મનીષ કલ્યાણજી ધરમશી	મોટી સિંઘોડી	૨૫
૧૫.૦૫.૨૦૨૬	ઘાટકોપર	કેવિન શશીકાંત વાલજી ખોના	મોટી ખાવડી	૨૯
	ડોંબિવલી	મયુરી લલિત મણીલાલ દંડ	સેવક ભરૂચિયા	૨૭
૧૭.૦૫.૨૦૨૬	મુલુંડ	કરન સુભાષ જીવરાજ વોરા	રંગપુર	૨૯
	મુલુંડ	કિંજલ પૂર્વેશ મુલચંદ લોડાયા	બાંડીયા	૨૫

અંતરજ્ઞાતિ સગપણ

૨૭.૦૪.૨૦૨૬	મુલુંડ	સેતુ દિપેન ગાલા	ફરાદી	--
	થાણા	ઉર્વી હિરેન મૈશેરી	મોટી સિંઘોડી	૩૭
૦૩.૦૫.૨૦૨૬	વાશી	ખુશાલ પરમાનંદ ઈસ્તારી ચકરાલ	જનગામ	૨૭
	ડોંબિવલી	ધ્વની કિશોર લક્ષ્મીચંદ છેડા	જસાપર	૨૭
૦૪.૦૫.૨૦૨૬	કરાડ	અનીલ રતિલાલ શામજી ખોના	નલિયા	૩૫
	નાલાસોપારા	રૂપાલી પ્રદીપ શિવરામ આગરે	દાપોલી	૩૩
૧૩.૦૫.૨૦૨૬	રાયપુર	રોનક વિજય શીવજી લોડાયા	મોટી સિંઘોડી	૩૨
	બીલાસપુર	સ્વાતી કે. ઈશ્વરરાવ	વિશાખાપટ્ટનમ	૨૭
૧૯.૦૫.૨૦૨૬	બેંગલોર	આયુષ સતીશ દેવજી મૈશેરી	નલિયા	૨૭
	નોઈડા	આકાંક્ષા સુખવિંદર અદલાખા	સધુરા	૨૮

જ્ઞાતિ લગ્ન

૨૭.૦૪.૨૦૨૬	મુલુંડ	કરણ હિરેન માણેકજી મૈશેરી	નાની સિંઘોડી	૨૮
	ગાંધીધામ	હાર્દિકા રમેશભાઈ લાલજીભાઈ મોમાયા	સાંચરા	૨૬

આંતરજ્ઞાતિ લગ્ન

૨૫.૦૪.૨૦૨૬	બુરહાનપૂર ઈંદોર	ચિંતન રાજેન્દ્ર રતિલાલ મૈશેરી આયુષી સંજય રાંકા	જખો --	૩૩ --
૨૮.૦૪.૨૦૨૬	કોઠારા કોઠારા	નીરવ પ્રદિપકુમાર ઝવેરચંદ મુનવર પ્રીન્સા ગીરીશભાઈ ઈશ્વરલાલ રાજગોર	કોઠારા સાંધાણ	૨૮ ૨૭
૧૦.૦૫.૨૦૨૬	અમદાવાદ મુલુંડ	ઋષભ ઉજ્જવલ પટેલ જિનલ ભરત માલદે	પીપલાવ દલતુંગી	૪૩ ૩૭

મરણ

૦૩.૦૫.૨૦૨૬	ગદગ	લલિત રાયમલ નાગડા	નલીયા	૬૧
૦૫.૦૫.૨૦૨૬	પોંડીચેરી	હીરાબેન પ્રવિણ વિશનજી નાગડા	નલીયા	૮૫
૦૬.૦૫.૨૦૨૬	માટુંગા	મંજુલાબેન સુરેન્દ્ર લક્ષ્મીચંદ નાગડા	તેરા	૭૫
૦૬.૦૫.૨૦૨૬	જામનગર	પ્રભાબેન શાંતિલાલ મોતા	સુથરી	૭૯
૦૮.૦૫.૨૦૨૬	ડોંબિવલી	નીતીન નરશી લોડાયા	રાપરગઢવારી	૬૮
૦૮.૦૫.૨૦૨૬	વડોદરા	સંજય નારાણજી દંડ	લાલા	૮૬
૦૮.૦૫.૨૦૨૬	મુલુંડ	વિજયભાઈ રાયચંદ કાનજી ધુલ્લા	સુથરી	૬૯
૧૧.૦૫.૨૦૨૬	રાપરગઢ	પ્રભાવંતીબેન શીવજી લોડાયા	અરીખાણા	૮૩
૧૧.૦૫.૨૦૨૬	બેંગલોર/ભોપાલ	મણીલાલ નરશી દંડ (પટેલ)	લાલા	૮૬
૧૧.૦૫.૨૦૨૬	મસ્જીદબંદર	લક્ષ્મીચંદ જીવરાજ દંડ	સાંધવ	૬૯
૧૨.૦૫.૨૦૨૬	વર્ધમાનનગર	લતાબેન કલ્યાણજી ડાઘા	સુથરી	૬૫
૧૨.૦૫.૨૦૨૬	મસ્જીદબંદર/માટુંગા	ચંદ્રબાલા જેઠાભાઈ ઘરમશી	મંજલ રેલડીયા	૮૫
૧૨.૦૫.૨૦૨૬	હૈદરાબાદ	માણેકજી શામજી લાલકા	વાંકુ	૭૭
૧૫.૦૫.૨૦૨૬	હૈદરાબાદ	હિરાચંદ જેતસી ધુલ્લા	દલતુંગી	૭૭
૧૯.૦૫.૨૦૨૬	મુલુંડ	સોમચંદ કરમશી લોડાયા	મોટી ખાવડી	૭૫

વતનના વર્તમાન : નાનીનું મંદિર-હિંગલાજ તીર્થ

બલુચિસ્તાનના વીઘોકોટ વિસ્તારના હિંગોલ નદીના કાંઠે પહાડી ગુફામાં માતાનું મંદિર છે. હિંગલાજ માતા ૫૧ શક્તિ પીઠમાં સર્વોચ્ચ છે જે માતાની શીર્ષનું સ્થાન છે. ઉલ્લેખનીય છે કે મા હિંગલાજની મૂર્તિ નથી પણ સ્વયંભૂ પીંડી છે. જેની ભક્તો ઘૂંટણીયે ચાલીને દર્શન યાત્રા કરે છે. પાકિસ્તાનની પ્રજા પણ હિંગલાજ માતામાં શ્રદ્ધા રાખે છે. ભાનુશાલી સમાજના મૂળ બલુચિસ્તાનના વીઘોકોટના મનાય છે.

હાલમાં તા. ૧૭ થી ૧૯ એપ્રિલ દરમિયાન ત્રણ દિવસનો માતાનો મેળો યોજાયો હતો. જેમાં પાકિસ્તાનના વિવિધ વિસ્તારોમાંથી લગભગ ત્રણ લાખ હિંદુ માતાજીના દર્શને આવ્યા હતા. સામાન્યપણે વરસભરમાં લગભગ દસ લાખ હિંદુ માતાજીના દર્શન યાત્રા કરે છે. પાકિસ્તાની મુસ્લિમો પણ માતાજીમાં શ્રદ્ધાથી શીશ નમાવે છે અને મંદિરને 'નાનીનું મંદિર' માને છે. ભારતમાંથી ખાસ કરીને ભાનુશાલી લોકો સ્થિતિ અનુકૂળ હોય ત્યારે દર્શને જાય છે.



Updesh Shravan

- Shilpa Ajani (B.com, DG, FGA (Lon), FFIG)



Among the many forms of Gurupasti, regularly listening to the Guru's discourses (*dharm shravan*) occupies a very special place. Even modern science supports this fact. A recent study conducted by researchers from Harvard University found that deaths from despair (due to addiction or suicide) are significantly less common among people who attend religious services (which include religious discourses) at least once per week. Such attendance was associated with a 68% lower hazard of death from despair among women and a 33% lower hazard among men compared to those without attendance.

Acharya Hemchandra explains the benefits of regularly hearing Guru's discourses:

1. It is through the Guru's explanation that the true meaning of scriptures enters the heart. Regular listening to discourses removes doubts, weakens attachment and aversion, and awakens right understanding leading to Right Faith (*samyak darshan*). And opens the door to Right Knowledge (*Samyak Gnan*).

2. The Guru's words also serve as a mirror. We begin to accept our vices and faults, and try to shun them. Slowly, virtues such as humility and compassion, begin to blossom.

3. It protects us from agitation providing peace and stability amidst worldly stress.

4. It cures us of distractions and mental fickleness, making us more focused and

balanced.

King Pradeshi was known for his ruthlessness, cruelty, and disbelief in the existence of the soul, considering it a physical byproduct of the body. He tortured many and caused immense pain to his subjects. A revered monk named Keshikumar visited the King's court. Through a calm, logical 'vyakhyan' and deep philosophical discourse, the monk gave physical demonstrations that helped the King realise the distinction between the physical body and the soul. The sermon washed away the King's skepticism. He transformed into a devout follower of ahinsa and a just, compassionate ruler.

Therefore, listening to the Guru's discourses is not a ritualistic formality. Through receptive listening and surrender, the shravak remains spiritually connected to the timeless path of the Jins.

Next time we will talk about *vaiyyavrutya* (serving the gurus within the limits of Jain discipline).

કલા-કસબ અને કલરનો અનોખો સમન્વય


Sarees
Matunga (E)

Kasab-Zik Kasab-Pita-Butkasab
Chaniacholi-Sarees-Borders
Gharchola-Bandhni-Patola

Behind Arora Theatre, Ph.: 022-2404 3995 / 83692 52836
Follow us on instagram @jyotisaree (SUNDAY CLOSED)



A marriage brings together two distinct personalities as well as their family and values too. Once married, every aspect, ideally, should be looked at from the “WE” viewpoint instead of “ME” standpoint. This shift subtly starts from the moment the thought for marriage sets in. Family / education background, work / travel experiences, social involvement, food preferences, travel experiences vary. Understanding, acknowledging and aligning to these is key.

One of the most pertinent and important aspects of each individual that needs understanding is each one's comfort / relationship with their money matters. The courtship phase is one of the best times to share (ideas/views) and listen. Alongside movie, coffee and shopping dates, once reasonable comfort sets in, do spare quality time to discuss personal finance matters too. Apart from individual preferences, likes & dislikes, career & personal priorities, dependencies; it is very important to get clarity on money too. The quality time spent together during this period will go a long way to build lifelong faith, honesty, trust and confidence in each other.

Money matters is one of the most sensitive topic for discussion, in a new found relationship. For example wedding expenses, extent of self-financing, lifestyle preferences, personal finance matters such as: bank

accounts, insurance coverage, debts outstanding, budgeting spends, identifying savings for financial goals.

There is a possibility of both managing successful careers. Women today are very well able to manage marriage, taking care of parents, motherhood, including any relocation that may be required to pursue career growth. For dual-income couples, one of the method of expense sharing is 50:50 income ratio, or a proportionate split based on income ratio. Retain some flexibility for financial independence. One could consider to continue maintaining separate bank & investment accounts, open joint bank & investment accounts for fresh financial decisions, revisit nominations / will, start maintaining a financial diary to log inflows & outflows, work out a family budget. Refine the process and realign the amounts as you move along. Once you have evaluated current spending habits, identify & enhance saving opportunities aligning them to SMART financial goals. Invest wisely the savings as per risk appetite and aligning liquidity with financial milestones.

There's no one-size-fits-all approach when it comes to couples' finances. Every couple should decide what works best for them. Remember, you are both in the same team, not just as spouses but as financial partners too.



What is Advance Care Planning?

Advance Care Planning (ACP) is essentially the process by which individuals make plans for future medical care. This may include expressing their preferences regarding the nature and extent of medical care they would like or would not like to receive. It may also involve selecting the place of care, stating intentions about organ donation, and designating who would serve as a healthcare representative.

Advance Medical Directive (AMD)

An Advance Medical Directive (AMD) is a legal document through which an individual can record choice for medical treatment when his/her capacity to express them is lost.

AMDs may be invoked when a person permanently loses decision-making capacity, suffers from a life-limiting illness, or is in a persistent vegetative state with no reasonable hope of recovery or cure.

In 2018, the Supreme Court of India recognized AMD, affirming that the right to medical autonomy is enshrined in the fundamental right to life with dignity under Article 21 of the Constitution, and issued guidelines for their implementation.

Currently, there is no prescribed format for an AMD, but there are some samples available that one may choose to utilise.

Who can write an AMD?

An Advance Medical Directive (AMD) can be prepared by any adult aged 18 years or older who is of sound mind, capable of making informed decisions about one's medical care,

and voluntarily chooses to prepare and execute the directive. This ensures that the individual has the mental capacity and autonomy required to document one's healthcare preferences legally and effectively.

Who can be nominated as a healthcare representative?

A healthcare representative should be the one who understands the philosophy of your life and is willing to take decisions on your behalf, and who is not listed as a witness to the AMD.

It is good practice to nominate more than one representative, designating them in order of priority.

When does the AMD come into effect?

An AMD takes effect only under the following conditions:

1. It becomes operative when the person who executed it no longer has the capacity to make medical decisions regarding one's care.
2. When terminally ill, or in a persistent vegetative state, and there is no reasonable prospect of recovery or of regaining an acceptable quality of life.

How do I prepare an AMD?

1. Identify the medical interventions you would like to have carried out or withheld in the event that you become incapacitated and unable to make decisions for yourself. It is useful to consult your treating physician for medical advice regarding these decisions.

2. Have a conversation with your family & carers and discuss the people you wish to nominate.

3. You are now ready to draft your AMD. You may seek counsel from your medical team, legal advisors, or any other sources that could help you.

4. The AMD must be signed before a Notary Public or Gazetted Officer, in the presence of two witnesses.

5. Provide a copy of the signed and notarized AMD to your family/treating doctor for inclusion in your medical records, to your nominated healthcare representatives, your immediate family, and retain one copy for yourself.

6. The AMD must also be submitted to designated personnel in your local government for record-keeping purposes. Not doing so or not being able to do so does not invalidate the AMD.

Can minors prepare AMDs?

No, minors cannot prepare an AMD, as their parents or legal guardians retain the right to provide consent on their behalf.

Can I revoke my AMD?

Yes, you may revoke your AMD. This can be done verbally also, in the presence of your treating team.

When the time comes, how is an AMD executed?

In the event that you are unable to express your decisions, your healthcare representative must bring the AMD to your medical team's attention. The healthcare team will then carry out the process as prescribed by the Supreme Court.

PD Hinduja hospital launched India's first dedicated Living Will Clinic in June 2025 to assist individuals in preparing legally recognized Advance Medical Directives. The clinic offers expert guidance to document preferences for future medical care, including

terminal illness, in accordance with Supreme Court guidelines. Clinic Details: Location: P.D. Hinduja Hospital, Veer Savarkar Marg, Mahim, Mumbai - 400016. Timings: Saturdays, 10:00 am to 12:00 noon. Appointments/Contact: Call 022-6766 8181 / 4510 8181. Led by: Senior neurologist Dr. Roop Gursahani and Palliative Medicine consultant Dr. Smriti Khanna. Services Provided: Counseling: Expert guidance on the significance and legalities of a living will. Documentation: Help in drafting and registering the document with designated custodians, as mandated in Maharashtra. Decision Support: Assistance in defining preferences for palliative care, ventilation, feeding tubes, and CPR in case of terminal illness. The clinic is available for healthy individuals, those with stable long-term illnesses, and those with advanced disease. Make Your Living Will with Expert Help. Everyone wants to lead a happy, healthy life till the end. But given life's uncertainties, what if someone was faced with a chronic or terminal illness...

Weekly AMD Clinic in Bangalore.

An initiative of the Karunashraya - MAHE Centre of Excellence for Advance Care Planning at Bangalore Hospice Trust - Karunashraya, Bengaluru

Every Saturday 10:00 AM - 12:00 PM

Address: 40, Varthur Main Road, Vaikuntam Layout, Lakshminarayana Pura, Kundalahalli, Marathahalli, Bengaluru, Karnataka - 560037

Landmark: Next to Sankara Eye Hospital

For enquires, regarding AMDs or to book a session:

advancedirective@karunashraya.org

Landline: +91 80 42685666, 28476133

Mobile: +91 9886036567.



For many middle-class families today, salary day no longer feels exciting. Within a few days, a large part of the income quietly disappears — home loan EMI, car loan EMI, credit card bill, personal loan deduction, school fees, and monthly expenses. What remains is often just enough to get through the month... until the next salary arrives.

On paper, life may look comfortable. A good job, a decent car, family vacations, upgraded gadgets, and a modern lifestyle. But beneath that appearance, many individuals are carrying a constant financial burden that rarely gets discussed openly.

The reality is that debt has slowly become a normal part of everyday life. Easy credit cards, instant loan apps, “Buy Now Pay Later” offers, and zero-cost EMIs have made spending feel painless. The problem is that while purchases happen instantly, repayments stay for months — sometimes years.

And over time, something subtle begins to happen. Financial decisions stop being about goals and start becoming about managing EMIs.

The heaviest cost of debt is often not financial — it is emotional. The stress of juggling repayments, the anxiety of unexpected expenses, and the feeling of working hard without moving ahead can quietly drain peace of mind.

The good news, however, is this: debt problems usually build gradually... and they can also be solved gradually, with clarity, discipline, and the right financial habits.

The First Step Is Clarity, Not Panic

Many people avoid looking at their complete debt picture because it feels

uncomfortable. But financial recovery begins the moment you stop guessing and start facing the numbers honestly.

List down every liability: Home loan, Car loan, Credit card dues, Personal loans, App-based instant loans etc. Alongside each loan, write the interest rate and EMI amount. This simple exercise often becomes a wake-up call.

The Snowball Method: Small Wins Build Momentum

One of the most practical ways to reduce debt is the Snowball Method.

The idea is simple: continue paying minimum dues on all loans, but aggressively close the smallest loan first. Once that loan is cleared, redirect that EMI amount toward the next loan.

Why does this work so well? Because progress creates motivation. Every closed loan gives psychological relief and builds momentum to tackle the next one.

Some people prefer the “highest-interest-first” approach, which is mathematically efficient. But in real life, behaviour matters more than formulas. The best strategy is the one you can stick to consistently.

The Road Back to Stability

Becoming debt-free rarely happens overnight. It requires discipline, patience, and sometimes difficult short-term choices. But every EMI reduced creates breathing space. Every closed loan brings back confidence.

Most importantly, stop measuring success by lifestyle upgrades. Measure it by financial peace.

Because true wealth is not about how much you spend. It is about how much control you have over your financial life.



NATURE has provided very STRONG & DURABLE band of tissues, BELT shape attached and connected from heel bone to front portion of toes below. This BAND helps person thro'out the life in WALKING, STANDING, RUNNING, CLIMBING UP & DOWN, DANCING, JUMPING. It act as CUSHION & SHOCK ABSORBER.

Reasons like INJURY, WEAR & TEAR, INFLAMMATION, can cause PAIN (bearable or unbearable)

FACTORS WHICH INFLUENCE THE DISCOMFORT /PAIN ARE:

- Running, standing, dancing, jumping, power yoga for Long time, with excessive forces.
- Flat foot (high arched foot) since birth.
- Running, jumping, dancing, standing, climbing up & down, walking power yoga on uneven, hard, rough surface.
- Ill-fitting foot wears .over weight. Wear and tear of sole, age factor. Drawing, pulling of

NERVES.

MOSTLY SEEN between 40 to 60 age. The above cause's constant pressure, compression, pulling, pushing force on the sole band, hence PAIN.

TREATMENT

- REDUCE OR STOP FOR FEW DAYS walking, running, jumping, dancing, standing activities
- Ice pack fomentation 4 times for 10 to 15 min.
- Keep golf ball on the mid bottom part of the sole, move leg front & back slowly sp.morning before getting up and going to bed.
- Well-fitting foot wears, soft, thick cushion, use insoles
- Stretching exercise of foot.
- FOR UNBEARABLE PAIN MEDICINES AND INJ. OF STEROID IN HEEL FROM YOUR DOCTOR.RARELY SURGERY.

Understanding the Meaning of Mudra

In the previous article, we explored how Mudra Therapy brings **health on our fingertips** through simple and gentle practices. Before learning different mudras, it is important to understand the true meaning and foundation of the word **Mudra** itself.

The word **Mudra** comes from ancient Sanskrit word, "मुद्" (Mud) means joy, or inner happiness, and "रा" (Ra) means to flow or give. Together, mudra can be understood as a gesture that help to create harmony, balance, and positive energy within the body and mind.

Mudra Therapy is based on the ancient

principle: "**Brahmandi te Pindi, Pindi te Brahmandi**" What exists in the universe exists within the human body, and what exists within us is connected to the universe.

Our body is considered a miniature form of nature. The same energies and elements present in the universe also exist within us.

In the next article, we will understand more deeply how disturbed elements (tattvas) gradually create disease in the Body.

- Dimple Prashant Lodaya

(Mudra Therapist)

Kothara (Bangalore),

M. 87225 22100



શું આપ વિદેશ ફરવા જઈ રહ્યા છો?

આપને ખાવાની ચિંતા સતાવે છે ?

મુંઝાશો નહીં...

ઘર જેવી સ્વાદિષ્ટ વાનગીઓનો સ્વાદ
આપ વિદેશમાં પણ માણી શકશો



ઈટ ઈઝી



ના સથવારે...

ગરમ પાણી નાખો અને

ફક્ત 5 મિનિટમાં
સ્વાદિષ્ટ જમણ તૈયાર

ઈટ ઈઝી શા માટે?

- ખૂબ જ સ્વાદિષ્ટ
- બનાવવા માટે સરળ
- બધા પોષકતત્વો અકબંધ
- જૈન અને નોન જૈનમાં ઉપલબ્ધ
- No preservatives
- Easy to carry

Freeze
Dehydrated
Food



50% સુધી વધુ ક્વોન્ટિટી
(અન્ય કરતા)

હવે ઘરનો સ્વાદ મળે વધુ માત્રામાં,
માત્ર ઈટ ઈઝી સાથે!



30+ વેરાચટી

પાવભાજી | પનીર બટર મસાલા | દાલ ખિચડી
કોલ્હાપુરી | દાલ મખની | શેઝવાન રાઈસ | પનીર ભુરજી |
વેજ. બિરચાની | ઉપમા | પૌઆ | દાલ તડકા | મિસળ | આમરસ

Available at all leading stores in Mumbai and Gujarat

www.eateasyfoods.com

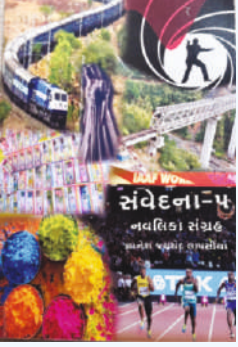


76765 07070 NOW

BINITA S. MARU - 9869034162

સમાચાર

જ્ઞાનેશ લાપસિયાના પુસ્તકનું વિમોચન



આપણી જ્ઞાતિના લેખક જ્ઞાનેશ જયચંદ લાપસિયા-દલતુંગી (મુલુંડ)ની મૌલિક રચનાઓનો નવલિકા સંગ્રહ 'સંવેદના - પંનું' વિમોચન કરવામાં આવેલ છે. જેની નકલ માટે સંપર્ક : ૯૯૨૦૫ ૧૩૪૯૩ ઉપર આપનું નામ, સરનામું, મોબાઈલ નં. પર મોકલી આપવા જેથી અનુક્રુળતા મુજબ પુસ્તક નજરાણું આપને વિનામુલ્યે ઘેર બેઠા મળી શકશે.

આદિપુર ખાતે જિનાલયની વર્ષગાંઠ ઉજવાઈ



નાકોડા નગર આદિપુર મધ્યે શ્રી નાકોડા પાર્શ્વનાથ દાદાના જિનાલયની સાતમી વર્ષગાંઠ, આઠમી ધ્વજા રોહણ અને ૧૮ અભિષેક મહોત્સવ પરમ પૂજ્ય આચાર્ય ભગવંત શ્રીમદ વિજયકીર્તિચંદ્ર સુરીશ્વરજી મ.સા.તથા પરમ પૂજ્ય આચાર્ય ભગવંત શ્રીમદ વિજયકીર્તિદર્શન સુરીશ્વરજી મહારાજ સાહેબ તેમજ પરમ પૂજ્ય મુનિરાજ શ્રી હિતવર્ધનસાગર મહારાજ સાહેબ તથા શ્રી જયધર્મા મ. સા. આદી સાધુ સાધ્વી ભગવંતો આદિ ચતુર્વિધ સંઘની નિશ્રામાં હર્ષોલ્લાસથી ઉજવાયો. વિધિકાર શ્રી રાજા નંદુ-મુંબઈ, સંગીતકાર ભાવિનભાઈ શેઠ-સુરેન્દ્રનગર રહ્યા હતા.

શ્રી નયનભાઈ ભેદાએ અતિથી વિશેષ પદ શોભાવ્યું



શ્રી અખિલ ભારત અચલગરહ અને શ્રી કર્ણી દશા ઓસવાલ જૈન જ્ઞાતિ મહાજનના પ્રમુખ શ્રી નયન અશોક ભેદાએ કેરલ સરકારના આમંત્રણને માન આપી મુખ્યમંત્રી શપથવિધિ સમારોહમાં જૈન સમાજ વતીથી અતિથિ વિશેષ પદ શોભાવ્યું હતું.

અમારા લાડલા જમાઈને ખોબલે ખોબલે અભિનંદન



શ્રી ચંદ્રેશ દિનેશભાઈ નાગડા (નલિયા - વડોદરા) કે જેઓ વિવિધ સંસ્થાઓમાં પોતાનું યોગદાન આપી રહ્યાં છે, તેમની કાર્યક્ષમતાને લક્ષમાં રાખી જીતો સંસ્થાએ સમગ્ર ગુજરાત ઝોનના કન્વીનર (JTR-JITO TOWN REPRESENTATIVE) તરીકે એમની નિમણૂક કરેલ છે.

જીવનમાં સત્કાર્યો તથા સમાજલક્ષી કાર્યો કરવાની પ્રભુ એમને ક્ષમતા અર્પે એજ અમારા સૌની અભ્યર્થના.
 માતુશ્રી ચેતનાબેન પિતાંબર ખોના (જૈન) પરિવાર સાંધવ (મુલુંડ)
 માતુશ્રી માનભાઈ દામજી ખીંચશી મૈશેરી પરિવાર લાલા (મુલુંડ)

If not delivered please return to :

C/o. A/704, Remi Bizcourt, Shah Indl. Estate,
 Off Veera Desai Road,
 Andheri (W), Mumbai - 400 053.