

સુરત મિત્ર
ભાગ્યશ્રી પૂર્ણિ
તા.૧૮-૧૨-૨૦૨૨
વૈશ્વિક સ્તરે, મિલેનિયલ અને જનરેશન ઝેડ વચ્ચે ઈકો-સેન્સિટિવ ઉત્પાદનોની માંગ વધી રહી છે. વિશ્વભરના ૮૫% ઉપભોક્તાઓએ છેલ્લા પાંચ વર્ષમાં ટકાઉ ઉત્પાદનો તરફ તેમનું વર્તન બદલ્યું છે. ભારતના ઉત્પાદકો પણ આ પ્રકારનું વલણ બતાવી રહ્યા છે. આના પર આધારિત એક સ્ટાર્ટઅપ બેકો વિષે આજે આપણે વાત કરીશું.

આઈડિયાનો જન્મ અને શરૂઆત

અમુક સમયે, તમે બિઝનેસમાં આવવાની યોજના નથી કરતા. તમે અચાનક બિઝનેસમાં આવી જાવો છો. મુંબઈમાં ત્રણ મિત્રો સાથે આવું જ બન્યું હતું. ૨૦૧૯માં એક સપ્તાહના અંતે બધા કાર્યકરો બીચ ચોખ્ખો કરવા ગયા હતા. ત્યાં અક્ષય વર્મા, આદિત્ય રુઈયા અને અનુજ રુઈયાને ચોકલેટ બ્રાન્ડનું પ્લાસ્ટિક રેપર મળ્યું. બીચ સફાઈમાં ચોકલેટનું રેપર મળવું કઈ નવાઈની વાત નથી પરંતુ તેઓ આઘાત ત્યારે પામ્યા જ્યારે એમનામાંથી કોઈના પિતાએ રેપર ઓળખીને કહ્યું કે આ ચોકલેટ તો ૧૯૯૦માં બંધ થઈ ગઈ હતી. આ આઘાતજનક ઘટનાએ એમને વિચારતા કાર્ય કે આજે વપરાતી દરેક પ્લાસ્ટિકની વસ્તુ એક દિવસ ફરી પછી આવશે. આ કઠોર વાસ્તવિકતાએ તેમના મગજમાં રોજિંદા આવશ્યક ચીજવસ્તુઓ માટે ઈકો-ફ્રેન્ડલી અને ટકાઉ વિકલ્પોના વ્યવસાયમાં પ્રવેશવાની જરૂરિયાતને ઉત્તેજિત

કરી. આઈ આઈ ટી-મદ્રાસના ભૂતપૂર્વ વિદ્યાર્થી અક્ષય વર્માએ આગળ પી એન્ડ જીમાં કામ કરી ચુકેલા અનુજ બિટ્સ પિલાનીના સ્નાતક આદિત્ય સાથે

સમય પછી બંધ થઈ ગયું હતું. આદિત્યએ જ્યારે તેઓ કોલેજના ત્રીજા વર્ષમાં હતા ત્યારે વ્યાવસાયિકો માટે આંતર-સંસ્થાકીય મેસેજિંગ પ્લેટફોર્મ

ક્લીનર, ડીશ વોશિંગ લિક્વિડ્સ, ગાર્બેજ બેગ્સ, ફરીથી વાપરી શકાય તેવા ક્રિયન દુવાલ, વાંસના ટીશ્યુ અને ટૂથબ્રશ, ટોઈલેટ રોલ્સ, ફેસિયલ

પ્લેટફોર્મ અને મુંબઈ અને બેંગલુરુમાં ૨૦૦૦થી વધુ ઓફલાઈન સ્ટોર્સ પર ઉપલબ્ધ છે. કંપની તેની પ્રોડક્ટ રેન્જને વિસ્તારવાની



૨૦૧૯માં બેકો શરૂ કરવા માટે હાથ મિલાવ્યા. અક્ષય અને આદિત્યને આગળ સ્ટાર્ટઅપ શરુ કરવાનો અનુભવ હતો. અક્ષયે પાલતુ પ્રાણી ધરાવતા લોકો (પેટ ઓનર્સ) માટે પેટ ઈટ અપ નામનું એક એક સોશિયલ નેટવર્કિંગ પ્લેટફોર્મ શરૂ કર્યું હતું. જે એક વર્ષ કે તેથી વધુ

ક્વોર્ગની સ્થાપના કરી હતી. તેણે બે વર્ષમાં આ સાહસ વેચી દીધું.

બેકો શું છે?

મોટા પાયે આર એન્ડ ડી અને વપરાશ-બજારોના વિશ્લેષણ પછી બેકોની શરૂઆત કરવામાં આવી હતી. બેકો વાંસ આધારિત રિટરજન્ટ, ફ્લોર

ટીસ્યુસુધીના પર્યાવરણને અનુકૂળ ઉત્પાદનો પ્રદાન કરે છે. ટકાઉ અને પરવડે એવું ઉત્પાદન એ તેમની પ્રાથમિકતા છે. તમામ ઉત્પાદનો પ્લાન્ટ-આધારિત ઘટકોમાંથી બનાવવામાં આવે છે, અને તે ઈકો મર્સ માર્કેટપ્લેસ, ઓનલાઈન ગ્રોસરી રિલિવરી

યોજના ધરાવે છે. આપણે ઘણી વાર ટકાઉ ઉત્પાદનોને જોતા હોઈએ છીએ પરંતુ તેમની ઊંચી કિંમતો આપણને તે ખરીદતા અટકાવે છે. બેકો આ સ્ટીરિયોટાઈપને તોડવા માંગે છે જે ટકાઉ જીવનશૈલી ન અપનાવવાનું બહાનું પૂરું પાડે છે.

પ્રગતિ અને સેલેબ્રીટી ઈન્વેસ્ટર્સ

ટૂંકા ગાળામાં, બેકો ભારતમાં હોમકેર સ્પેસમાં પ્રથમ ડિટ્રી કંપની બની ગઈ છે. આગામી ૩ વર્ષમાં ૫૦૦ કરોડના મહત્વાકાંક્ષી લક્ષ્યાંક સાથે તે હવે આ ક્ષેત્રમાં વધુ ક્રાંતિ લાવવા માટે કામ કરી રહ્યું છે. ભારતીય ઉપભોક્તાઓની વર્તણૂકમાં સ્પષ્ટ નમૂનારૂપ પરિવર્તનનો લાભ ઉઠાવીને

અને કંપનીમાં રોકાણકાર તરીકે અભિનેત્રી અને પર્યાવરણવાદી દિયા મિર્ઝાને પણ જોડવા. આ ઉપરાંત રોહિત શર્મા, ભૂમિ પેડનેકર, રણબીર કપૂર અને આમિર ખાન પણ બેકોમાં રોકાણકાર બની ચુક્યા છે.

ફોકસ અને ભવિષ્ય

આ ટૂંકા ગાળામાં બેકોની પ્રભાવશાળી વૃદ્ધિ પણ કંપનીની પ્રોડક્ટ



બેકોએ તેના પ્રારંભિક તબક્કામાં બુટસ્ટ્રેપ સ્ટાર્ટઅપ બનાવથી પ્રભાવશાળી વૃદ્ધિના માર્ગની પ્રગતિ હાંસલ કરી છે. કંપની છેલ્લા ૬ મહિનામાં જ રિજિટલ વેચાણમાં ૬ ગણી વૃદ્ધિ નોંધાવીને મજબૂત બની છે. જુલાઈ ૨૦૨૧ માં, તેણે રૂ. ૪ કરોડનું બીજ ભંડોળ એકત્ર કર્યું. તેને ક્લાઈમેટ એન્જલ્સ ફંડ, ટાઈટન કેપિટલ, સેકવોઈયા સ્પ્રાઉટ, બેટર કેપિટલ અને રુકમ કેપિટલ તરફથી પણ મહત્વપૂર્ણ સમર્થન મેળવ્યું હતું. જાગરૂકતા વધારવા અને તેની માર્કેટ પ્રોફાઈલને વધુ મજબૂત કરવાના હેતુથી, કંપનીએ તેના ઉત્પાદનોને સમર્થન આપવા

ઈનોવેશન પ્રત્યેની પ્રતિબદ્ધતાનું પરિણામ છે. તે સતત કાચા માલના સોર્સિંગ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીને અને ઉત્પાદન પ્રક્રિયાઓને સુધારવામાં રોકાણ કરીને તેના ઉત્પાદનોને સુધારવામાં સતત પ્રયત્નશીલ છે. કંપની માટે અન્ય ફોકસ એ માન્યતાને તોડી પાડવાનું છે કે ગ્રીન પ્રોડક્ટ્સ લક્ઝરી કેટેગરીની છે કારણ કે તેમની કિંમત વધારે છે. આનો સામનો કરવા માટે, બેકોએ નવી આર્થિક ઉત્પાદન પ્રક્રિયાઓ ગોઠવીને તેના ઉત્પાદનોને સસ્તું બનાવ્યું છે. તેમના ઉત્પાદનોની બાયો ડિઝે ડિબિટી,

પરપોટો

સુરત મિત્ર
ભાગ્યશ્રી પૂર્ણિ
તા.૧૮-૧૨-૨૦૨૨
આશરે ૪૦ વર્ષ પહેલાંની વાત છે .દિશા નામક છોકરી દિપક નામક છોકરાં સાથે મુલાકાત થાય છે.વાત કરતાં કરતાં પ્રેમ થઈ જાય છે .ત્યારે હજુ બન્ને ભણતાં હોય છે. બન્ને હળે - મળે ને ખૂબ મસ્તી કરે અને પ્રેમ નો સીલસીલો ચાલુ થયો.દિશાને એમ કે દિપક સારો છોકરો છે . વિશ્વાસુ છે.પાછા બન્ને એક જ ગામમાં રહેતાં હતાં. થોડો વખત બન્નેનું પ્રેમ મિલન ચાલ્યું. છોકરો ભણતો હતો એટલે કમાતો નહતો પણ દિશાની આંખે તો પાટા બાંધ્યા હતા.પ્રેમમા પાગલ એને ખોટું કંઈ દેખાતું નથી. પછી એક વખત દિપકને શું સુજ્યુ કે દિશાને કહ્યું કે તારા ઘરે પૈસા,દાગીના લઈને આવતી રહેજે. આપણે બન્ને ભાગીને લગ્ન કરી લઈએ.પૈસા , દાગીના થી થોડાં દિવસ

ગુજરાન ચલાવીશું. પછી નોકરી શોધી લઈશ. લગ્ન પછી બધાં અપનાવશે જ. દિશા દિપકની વાતોમાં આવી ગઈ અને ભોળવાઈ ગઈ.ને બન્ને ભાગી ગયા.

ત્રણ- ચાર દિવસ રહ્યા પછી દિપકે કહ્યું બહાર જવું છે ચાલ એમ કરીને દિશાને રસ્તા પર ઉતરી જતો રહ્યો .ફૂતહલ પૂર્વક રાહ જોતી દિશાને એમ કે દિપક આવશે. ધીમેધીમે સાંજ થતાં દિશાનો વહેમ વિશ્વાસમાં પરીણમ્યો.

દિશાના પૈસા અને દાગીના બધું લઈને દિપક ભાગી ગયો.

દિશા પાસે નીચે ધરતી ને ઉપર આકાશ જ રહ્યું.દિશાના પગ તળે તો જાણે જમીન સરકી ગઈ.આવી દશામાં ઘરે પણ ના જઈ શકે.દિશાની દશા બેસી ગઈ.

દિશાના પ્રેમ અને વિશ્વાસનો પરપોટો ફૂટી ગયો.દિશા રોતી કકડતી જીવ બાળતી રહી.

પરિવાર નો સ્થાપ

સુરત મિત્ર
ભાગ્યશ્રી પૂર્ણિ
તા.૧૮-૧૨-૨૦૨૨

ઘર નાનું હોય કે મોટું એનાંથી કોઈ ફરક નથી પડતો, ઘરમાં રહેતા લોકો એ કબીજાની નજીક હોય તો જ હું ફ વતયિ.....નાના ઘરમાં આત્મિયતા વધુ રહે એવું ઘણાં માને છે.નાના ઘર ની મજા અનોખી છે.ગમે એવડું ઘર હોય, ઘરનાં લોકો એ કબીજાની નજીક હોય એ મસ્ત મજાની જિંદગી માટે જરૂરી છે.

મોટાં પહાડ પર બેસીને તપ કરવું સરળ છે પણ પરિવાર બધાં ની વચ્ચે રહીને ધીરજ રાખવી ઘણી કઠણ છે અને એ જ તપ છે .પરિવાર માં ધીરજ ખૂટી છે .સહપરિવાર સાથે રહેવું ગમતું નથી.સહનશકિત કોઈનાં માં રહી નથી.માણસ કચકડા જેવો થઈ ગયો છે.પોતાના બોલેલા શબ્દો પર પણ કાયમ રહી શકતો નથી.આશ્ચર્ય હોય છે પોતાનાં બોલેલા શબ્દો પર જલ્દી થી પોતાની ભૂલ

ભીજા પર થોપી દે છે અને ફરી જાય છે .દરેક સંબંધ માં આત્મિયતા ખૂટી છે.મન તો છે બધાં પાસે તો પણ મન થી કોઈ જીવતું નથી.બધુ મેળવીને પણ એક ખૂજાનો ખાલીપો ભરાતો નથી.

પરિવાર માં એકબીજાનું સહન કરી સહપરિવાર સાથે રહેવું જોઈએ.કોઈ સંપૂર્ણ નથી બધાં ને એકબીજા ની જરૂર છે જ.સંબંધ નું નામ ગમે તે હોય પણ સાચી સમજણ હોવી જોઈએ તો જ જીવન જીવવાની મજા આવે.બાકી ભીજા ને સલાહ આપવી હોય તો આપણે મોટા મહારથી,શૂરવીર બની જઈએ છીએ અને એ જ સલાહ પોતાની જાતને આપવી હોય તો કાયર, ડરપોક બની જઈએ છીએ.માટે જ સાથ, સલાહ અને સહકાર સાથે એકબીજાને સમજી ને રહેવું જોઈએ.

પરિવાર નો સાથ એટલે મુઠ્ઠી- -- મુઠ્ઠી એટલે તાકાત.

- **બીના એન પીઠડીયા, વૈદેહી, અમદાવાદ**

સુરત મિત્ર
ભાગ્યશ્રી પૂર્ણિ
તા.૧૮-૧૨-૨૦૨૨

પુસ્તક એક એવો દરિયો છે જેમાં તમે જેટલા ઊંડા ઉતરો એટલા જ સુંદર જ્ઞાનના મોતી મળે છે ,અને એટલે જ દરેક મનુષ્યે એમાં ડૂબકી મારવી જોઈએ,જેથી કરીને આપણું જીવન સરળ અને સુઘડ બની રહે.

આજે ઘણા સમય પછી મારા હાથમાં મારા કોલેજકાળ સમયનું સંગ્રહ કરી રાખેલું એક પુસ્તક આવ્યું, જે એક નવલકથા હતી,જેનું નામ "સમયદ્વિપ" હતું.

ઘણાં સમય બાદ જોવાથી મને ઘણી ખુશી થઈ અને ક્ષણિક પણ રાહ જોયા વિના તરત મેં એ પુસ્તક ખોલ્યું, અને હું વાંચવા લાગી, આ પુસ્તક પણ એ જ હતું અને કથા પણ એ જ હતી,છતાં કંઈક અલગ હતું, જેમાં પરિવાર અને પત્ની વચ્ચે પીસાતો પુરુષ, ગામડા



માટે બહુ ઓછું લખાયું છે, પુરુષ માટે તો એક તરફ નદી અને એક તરફ ખાઈ હોય છે, મતલબ

આત્મનિર્ભર

સુરત મિત્ર
ભાગ્યશ્રી પૂર્ણિ
તા.૧૮-૧૨-૨૦૨૨

શિયાળાની સાંજ અને તેમાં પણ કડકડતી ઠંડી, બે નાનકડાં માસુમ ભૂલકાઓને નહિ સ્વેટર કે નહીં ચપ્પલ, બંને ફૂટપાથ પર ફુગ્ગામાં હવા ભરી વેચતા હતા. એમાં છોકરીની

ઉંમર લગભગ અંદાજે સાત વર્ષ થશે અને છોકરાની ચાર વર્ષની.

છોકરી ફૂટપાથ પર બેસીને ફુગ્ગામાં હવા ભરી ભરી તેના નાનકડા ભાઈને સાચવવા આપતી હતી,ઠંડા પથ્થર પર બેસતા એ નાનકડો છોકરો "હે ફૂજા

વિશ્વાસ

સુરત મિત્ર
ભાગ્યશ્રી પૂર્ણિ
તા.૧૮-૧૨-૨૦૨૨

અંધારી રાતે વરસાદે

જોર પકડ્યું. આયખું ગામ જાણે તળાવ બની ગયેલું. વીજળીના ચમકાર સિવાય ક્યાંય રોશની ન દેખાઈ. હું ધીમે ધીમે ગામની બહાર નીકળવાનો પ્રયાસ કરવા લાગી. આંખે આંસુ તો વરસાદે ધોઈ નાખ્યાં; પણ કાળજું કંપતું હતું. ભીનાં લુગડે આમતેમ થતી આગળ તો વધી, પરંતુ હવે ટાઢ પડવા લાગી. આસપાસ નજર નાખી તો ક્યાંય છત ન જડી. સાલું જીવન જમને કોતરવા આવેલું.

ત્યાં એક નાનકડું ગલૂડિયું થર થર કાપતું જોયું. એને ઉપાડીને બાજુની દુકાન પર નાનકડા પગથિયાં પર મૂક્યું.

" (ગલૂડિયાંને તેડીને)



ગલૂડિયું માથુસ ચહેરો કરીને મને જોતો રહ્યો. જાણે તે પોતાનું દુ:ખ આંખો વડે વ્યક્ત કરી રહ્યો હતો. ધીમે ધીમે વરસાદ થંભ્યો.

ગલૂડિયું મારા ખોળામાં સુઈ ગયું હતું. સ્વસ્થ બનીને હું ગલૂડિયું ઉપાડી ગામની બહાર જવા લાગી. ત્યારે ગામના છેવાડે કોઈકને મારી સામે આવતો જોયો.

કાળા રંગનું શર્ટ 'ને સફેદ રંગની પેન્ટમાં કોઈ માણસ ઊભેલો. " ઘરે પરત ચાલ. આખી રાત તારી શોધમાં ભટકી રહ્યો છું. " કહીને હાથ જોડીને ઊભો.

મારી આંખે આંસુડાં આવી ચડ્યાં. " હવે, માફી શાની ? જ્યારે મારા વિશ્વાસના કટકા થયાં ત્યારે વિચાર ન આવ્યો કે શું એક પત્નીને એના પતિની દરેક વાતથી જાણ હોવાનો કોઈ અધિકાર નથી ગૌરવ ? "

" હા, સખી. મને માફ કરી દેજે. હું કોઈ દિવસ તારાથી કશું નહિ છીપાવું. મારી ભૂલ થઈ ગઈ. " કહીને ગૌરવ રડવા લાગ્યો 'ને સખી વળગી પડી. પછી ગલૂડિયાંને પોતાનાં ઘેર લઈ ગયા.

- **જુલી સોલંકી ' સચેત 'ભુજ-કચ્છ**

સમજી શક્યો નહિ

સુરત મિત્ર
ભાગ્યશ્રી પૂર્ણિ
તા.૧૮-૧૨-૨૦૨૨

એવી ઘણીય વાતને સમજી શક્યો નહિ,

કોશિશ કરું છું, આપને સમજી શક્યો નહિ,



હાવી બની ગયો છે નશો દિલ દિમાગ પર, કારણ કે તું શરાબને સમજી શક્યો નહિ.

કોશિશ કરી છે સૌને સમજવાની એટલે, ખુદ હું જ મારી જાતને સમજી શક્યો નહિ.

- **આશિષ મકવાણા**

પો ખણશમ ભાવ અને સંપૂર્ણપણે પ્લાસ્ટિક-મુક્ત પ્રકૃતિ તેમને અલગ બનાવે છે. તેઓ ટૂંક સમયમાં મધ્ય-પૂર્વ અને અમેરિકા જેવા પ્રદેશોમાં નિકાસ કરશે, જેથી સમગ્ર વિશ્વમાં ટકાઉપણું વધારી શકાય.

બેકો એક મજબૂત સંદેશ મોકલવા માંગે છે કે, ‘હમણાં જ કાર્ય કરો!’ પ્લાસ્ટિક આપણને સરળતાથી છોડતું નથી, તે જીવનને ગૂંચળાવે છે". ઈકો-ફ્રેન્ડલી એ ફેડ ન રહેવું જોઈએ પરંતુ જીવનશૈલી બનવું જોઈએ. બેકો એક કેમિકલ-ફ્રી ક્લીનર કેટેગરીનું નિર્માણ ચાલુ રાખવા, વધારાના હોમકેર સેગમેન્ટ્સ બનાવવા અને તેના વર્તમાન ૫૦૦૦ સ્ટોર્સ પરથી ૧૦૦૦૦ સ્ટોર્સમાં તેના વિતરણને વિસ્તારવા માટે રોકાણ કરવાની યોજના ધરાવે છે. આગામી પાંચ વર્ષમાં, કંપનીએ રૂ. ૧૦૦૦ કરોડની બ્રાન્ડ બનવાનું લક્ષ્ય નક્કી કર્યું છે. તેઓ તેને આઈપીઓ સ્કેજ પર લઈ જવા માંગે છે. ભારત સરકાર આગામી વર્ષમાં તેના યુ એન દ્વારા સૌંપાયેલ સસ્ટેનેબલ ડેવલપમેન્ટ ગોલ્સ તરફ આગળ વધી રહી હોવાથી, બેકો આ અનુકૂળ વાતાવરણનો લાભ લેવા અને સમુદાયોના ટકાઉ વિકાસ અને વૃદ્ધિને સુનિશ્ચિત કરવામાં મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવવા માટે તૈયાર છે. આપણે પણ વધુ સભાન પસંદગીઓ દ્વારા અને ટકાઉ જીવનશૈલી પસંદ કરવાથી પરિવર્તન લાવી શકીએ છીએ. -**ભાગ ૧૨૬**

દેશની બેંકો આપઘાતને માર્ગે તો બધીને...?

સુરત મિત્ર
ભાગ્યશ્રી પૂર્તિ
તા.૧૮-૧૨-૨૦૨૨
- રવીન્દ્ર પારેખ

૧૯૬૯માં બેંકોનું રાષ્ટ્રીયકરણ થયું તે સાથે જ ગલીએ ગલીએ બેંકો ફટી નીકળી. એ પછી છેલ્લાં થોડાં વર્ષોમાં બેંકોનાં મજરનો પવન ફૂંકાયો. મજરથી બેંકોનાં મજબૂતીકરણનો ખ્યાલ સરકાર રાખે છે ને રાષ્ટ્રીયકરણને વિકલ્પે ફરી એક વખત ઘણાં ક્ષેત્રોમાં ખાનગીકરણનો મહિમા વધ્યો છે. આ બધાંમાં ઠરેલપણું ઓછું અને તથ્વભીપણું વધારે છે. છેલ્લે છેલ્લે ૮ નવેમ્બર, ૨૦૧૬ની મધરાતે નોટબંધીનો અખતરો કાળું નાણું બહાર કઢાવવા થયો. એમાં કાળુંનાણું તો બહુ હાથ ના લાગ્યું, પણ કાળું, ધોળું જરૂર થયું. હજાર, પાંચસોની નોટ એટલે બંધ કરી કે મોટી નોટોનો સંગ્રહ ઘટે, પણ ગમ્મત એ થઈ કે હજારની નોટને બદલે બે હજારની નોટ બહાર પડી, એમાં તો સંગ્રહખોરોને સગવડ થઈ ગઈ. હજારની નોટ જેટલી જગ્યા રોકે એનાં કરતાં બે હજારની અડધી રોકે એવું સામાન્ય ભુદ્ધિવાળો પણ સમજ શકે, પણ આ બધા અસામાન્ય ભુદ્ધિમત્તાના ખેલ હતા એટલે એમાં સામાન્ય માણસે તો ચાંચ મારવા જેવી જ નથી. એ પછી વધારે અક્કલ તો એમાં વપરાઈ કે ત્રણેક વર્ષથી



છે તે હકીકત છે. ખબર નહીં, હવે ક્યો તુક્કો અજમાવાય છે તે, પણ છેલ્લાં પાંચ વર્ષમાં દેશની બેંકોએ ૧૦.૦૯ લાખ કરોડની લોન માંડી વાળી છે એ તુક્કો નથી, હકીકત છે.

હા, નોન પરફોર્મિંગ એસેટ્સ (એનપીએ) હેઠળ ૧૦,૦૮,૫૧૧ કરોડની લોન માંડી વળાઈ છે. રિઝર્વ બેંકના નિયમો અનુસાર નફામાંથી આટલી રકમ અલગ કાઢીને પડીકું વાળી દેવાયું છે. આની વધામણી ખાતાં કેન્દ્રીય નાણાંમંત્રી નિર્મલા સીતારામને કહ્યું કે માંડવાળ કરવામાં આવેલ રકમ પરત મેળવવા બેંકો કાર્યવાહી કરી રહી છે ને પાંચ વર્ષમાં ૧૩ ટકાને હિસાબે ૧,૩૨,૦૨૬ કરોડ પાછા આવ્યા પણ છે. નાણાંમંત્રીએ એ પણ ખુલાસો કર્યો છે કે લોન માંડી વળાય છે એનો અર્થ એવો નથી કે ધિરાણ મેળવનારની જવાબદારી પૂરી થઈ ગઈ છે. બેંકો તો કાનૂની રાહે લોન મેળવવાના પ્રયત્નો ચાલુ રાખે જ છે. છેલ્લાં પાંચ વર્ષમાં બેંકોએ ૬,૫૮,૫૮૬ કરોડ પાછા મેળવ્યા

પરત આવે છે તો એ નફામાંથી અલગ કરાયેલી રકમમાં એડજસ્ટ કરાય છે. ક્યારેક બેંકો સિક્યુરિટી તરીકે બેંક પાસે મુકાયેલ મિલકતની નીલામી કરીને પણ રકમ વસૂલતી હોય છે અને એ રીતે આવેલી રકમ પણ નફામાંથી અલગ કઢાયેલ રકમમાં એડજસ્ટ કરાય છે.

લોન માંડવાળ કરનાર ટોચની પાંચ બેંકોમાં સ્ટેટ બેંક ઓફ ઈંડિયાના ૨,૦૪,૪૮૬ કરોડ, પંજાબ નેશનલ બેંકના ૬૭,૨૧૪ કરોડ, બેંક ઓફ બરોડાના ૬૬,૭૧૧ કરોડ, યુનિયન બેંક ઓફ ઈન્ડિયાના ૫૬,૧૩૨ કરોડ અને આઈસીઆઈસીઆઈના ૫૦,૫૧૪ કરોડ છે. આ રીતે અપાયેલી લોનમાં બેંકોના અધિકારીઓ કે કર્મચારીઓએ નીતિ વિષયક નિર્ણયો લેવામાં ભૂલ કરી હોય કે લોન પાસ કરવામાં ગ્રાહકની તરફેણ કરી હોય તો તેમની સામે પણ કાર્યવાહી કરવામાં આવે છે ને ૩૩૧૨ જેટલા ઉચ્ચ અધિકારીઓ કે કર્મચારીઓ સામે છેલ્લાં પાંચ વર્ષમાં કાર્યવાહી કરવામાં આવી પણ છે. આમાં માત્ર અધિકારીઓ જ સંડોવાયા હોય એવું નથી. રાજકીય પક્ષો કે નેતાઓ કે ઉદ્યોગપતિઓ પણ બેંકો પર જોખમ ઊભું કરવામાં પાછું વળીને જોતાં નથી. વારુ, અધિકારીઓ જવાબદાર હોય ને તેમની સામે શિક્ષાત્મક પગલાં લેવાય તો પણ, જે જંગી રકમ સંડોવાઈ હોય એ પરત આવવાના પ્રશ્નો તો રહે જ છે. એક તરફ અબજો અબજોની લોન લઈને

પ્રકારની યોજના અને સ્કિલ હોય છે, પણ તેની પાસે સિક્યુરિટી તરીકે મૂકવા માટે કોઈ મિલકત કે ડોક્યુમેન્ટ્સ નથી હોતાં. એ લોન ડુબાડે એમ નથી, પણ તેને લોન મળતી નથી, તેને થોડો ટેકો મળે તો તે ઘણું કરી શકે એમ છે, પણ ડોક્યુમેન્ટ્સના અભાવમાં તે પાછો પડે છે ને પેલા ઉદ્યોગપતિઓ બધી જ ફોર્માલિટીઝ પૂરી કરે છે, છતાં તેની લોન બેડ લોનમાં ફેરવાઈને જ રહે છે, કારણ તેનો હેતુ જ લોન અને વ્યાજ ભરપાઈ કરવાનો નથી. તે ગરીબ નથી, પણ પૈસા પરત કરવાની તેની દાનત નથી. રિઝર્વ બેંકના આંકડા જ કહે છે કે ૨૦૨૧-૨૨માં આ રીતે ૪૦ હજાર કરોડ રૂપિયા કોભાંડીઓને સોંપવામાં આવ્યા હતા ને આ આંકડો ૨૦૨૦-૨૧માં તો ૮૧ હજાર કરોડનો હતો.

આટલી રકમ કયા આધારે ને કોના કહેવાથી કોને અપાય છે તે તો આપનાર ને લેનાર જ જાણે, પણ આ રીતે બેફામ લોન આપવાનું ઉત્તેજન સરકારે પણ આપ્યું છે તેની ના પાડી શકાશે નહીં. વધારે દૂર ન જતાં ૨૩ મે, ૨૦૨૦ ને રોજ નાણામંત્રીએ બાપોકાર જાહેર કર્યું હતું કે સીબીઆઈ, સીવીસી, કે સીએજીથી ડયાં વગર જાહેર ક્ષેત્રોની બેંકો લોન આપે. જાહેર ક્ષેત્રની બેંકો અને નાણાંકીય સંસ્થાઓના મુખ્ય કાર્યકારી અધિકારીઓની બેઠકમાં નાણામંત્રીએ છોર્યોક કહ્યું હતું કે બેંકોએ લોન આપતાં ડરવું નહીં. કારણ કે સરકાર તરફથી એ વાતની ૧૦૦ ટકા ગેરંટી આપવામાં આવે છે કે લોન અંગેનો નિર્ણય લેવામાં કોઈ ભૂલ થાય છે કે કોઈ નુકસાન જાય છે, તો તે વ્યક્તિગત અધિકારી કે બેંક વિરુદ્ધ નહીં જાય. આટલી ખાતરી સરકાર જ આપતી હોય તો બેંકો બેફામ લોન આપે અને રિકવરીની ચિંતા ન કરે તો તેનો શો વાંક કાઢવાનો? વચ્ચેના ગાળામાં રિઝર્વ બેંકે પણ ધિરાણની નીતિઓમાં ભારે ઉદારતા દાખવીને લોન માટે લોકોને આકર્ષવાના ઘણાં પ્રયત્નો કર્યા છે. આડેપડ ધિરાણને આમ ઉત્તેજન અપાતું હોય તો એનપીઓનો આંક આઘાતજનક રીતે વધે એમાં નવાઈ નથી. ગ્રાહકોને ખાતરી હોય કે લોન માંડી વાળવામાં આવશે ને અધિકારીઓને પણ વિશ્વાસ હોય કે લોન આપવામાં થતી ભૂલ કે ગ્રાહકની થતી ફેવર જો માફ થવાની હોય તો તે જાણી જોઈને બેદરકારી દાખવે કે કમિશન ખાઈ ભ્રષ્ટાચાર કરે તો તેને રોકવાનું મુશ્કેલ છે. એક તરફ દેવા માફીની ને બીજી તરફ અધિકારીઓને ભૂલ બદલ માફી આપવાની વાત હોય તો ૩૩૧૨ જેટલા અધિકારીઓને જવાબદાર ઠેરવવાનો કોઈ અર્થ ખરો? એક તરફ માફી અને બીજી તરફ સજા-ની બેવડી નીતિ સરકારની વિશ્વસનીયતાને જોખમમાં મૂકે છે. આ ઠીક નથી.

એક વાત સ્પષ્ટ છે કે કોઈ પણ લોન પરત આવે એ હેતુથી જ અપાતી હોય છે. એ લોન છે, દાન નથી. લોન વ્યાજ સાથે પરત આવે એ સિવાયની બધી જ વાતો નિરર્થક છે. લોનધારકને બેંકો લોન આપીને તેના ધંધા ઉદ્યોગના વિકાસમાં મદદરૂપ થાય છે. હવે જો ધંધાનો વિકાસ થતો હોય તો લોનધારકની નૈતિક ફરજ છે તે લોન વ્યાજ સહિત પરત થાય એ જોવાની. બેંકોની પણ એ જવાબદારી બને છે કે લોનની રકમ વ્યાજ સહિત લોનધારક ભરપાઈ કરે તે જુએ. મંદી કે અન્ય આફતોને કારણે લોનધારક લોન ભરપાઈ કરવામાં મોડો પડે તો તેની હમાની મુદત વધારી શકાય, પણ લોન પરત આવે તે તો બેંકે જોવાનું રહે જ છે. લોનધારક મૃત્યુ પામે ને લોન પરત આવે એવી કોઈ શક્યતા જ ન હોય તે સંજોગોમાં લોન માંડવાળ કરવી પડે એ સમજ શકાય. લાખો કરોડની લોન માંડી વાળવામાં એવું કોઈ કારણ તો નથી દેખાતું. ટૂંકમાં, ૧૦.૦૯ લાખ કરોડની લોનની રકમ વસૂલ ન કરવાની વૃત્તિ કે લોન ભરપાઈ ન કરવાની દાનત જરા પણ સહજ અને ક્ષમ્ય નથી. બેંકો અને લોનધારકની પરસ્પર વફાદારીના અભાવમાં જ આ શક્ય છે. એવું નથી લાગતું કે અપ્રમાણિકતા અને અસત્ય જ હવે રાષ્ટ્રીય ચરિત્રની ઓળખ છે?

રાજ રણછોડરાયજીને ખીચડાનો ભોગ કેમ ધરાવવામાં આવે છે?!

સુરત મિત્ર
ભાગ્યશ્રી પૂર્તિ
તા.૧૮-૧૨-૨૦૨૨
સૂર્ય જયારે ધનુર રાશિમાં પ્રવેશ કરે તે દિવસથી ધનુર્માસ શરૂ થાય છે. સામાજિક કાર્યો લગ્ન જેવા માટે અશુભ ગણાયો છે. ભારદ્વાજ સંહિતા, પંચરાત્રમા બ્રહ્મ હંસ સંવાદમાં કુલ છ અધ્યાયમાં આનું વિશેષ મહત્વ સમજાવ્યું છે. એક કથા છે કે સતપસંદ નામનો રાજા નર્મદાના તીરે એક નગરમાં રાજ્ય કરતો હતો તેનાથી ધનુર્માસમાં એક પાપ થઈ ગયું. તેથી તેને એક સર્પદશનું ફળ મળ્યું. તેને પ્રભુની ભક્તિ અને દાન પુણ્ય કર્યું. આથી ભગવાન

વિષ્ણુ પ્રસન્ન થયા મૃત્યુબાદને વૈકુંઠમાં ગયો. આ માસમાં પ્રભુ પ્રભુની કરવી તે પુણ્યને વધારી આપે છે. માગસર માસ દેવતાઓનો પ્રાતઃકાળ ગણાય છે. આ સાત્ત્વિક ગણાય છે. આ માસમાં નવા ધાન્ય ખેતીનો નવા પાક ધઉ, ચોખા, તલ, ગોળ ઉત્પન્ન થાય છે. આ બધુ પ્રભુને અર્પણ કરી સંસારિક કામમાં લેવું. આ બધા ધાન્યનો ખીચડો, બનાવી ડાકોરજીને ધરાવવામાં આવે છે. આ માસમાં મંગલમૂર્તિ ભગવાનનાં દર્શન કરવાં

ધનુર્માસમાં દિવસ ટૂંકો બને છે. ઘણા મંદિરોમાં સરસવ અને તેલના દાવા પ્રકટાવવામાં આવે છે.

આ માસમાં બ્રહ્મભોજનનું મહત્વ છે. યુધિષ્ઠિર એક સ્વયં પાકા શુધ્ધ પવિત્રને જમાડ્યો તેનું પતરાળુ ઉપાડ્યું તો નીચે બીજુ પતરાળુ હતું. આમ યુધિષ્ઠિરે ૧૦૦૦ પતરામાં ઉઠાવ્યા. ભગવાન કૃષ્ણે કહ્યું કે તને એક હજાર બ્રાહ્મણ જમાડવાનું પુણ્ય મળશે. ધનુર્માસ દરમ્યાન સૂર્યોદય વખતે મુદ્ગાગ્ર ભગનો શીરો પ્રભુને ધરાવવામાં આવે છે. આ ધનુર્માસમાં પ્રભુની ભક્તિ કરવી.

- સુનીલ રાજેન્દ્ર બર્મન, સુરત

બગોદરા-અમદાવાદ-રાજકોટ દ્વારે: અહીં અજબોગરીબ અવાજ સંભળાતી રહે છે

સુરત મિત્ર
ભાગ્યશ્રી પૂર્તિ
તા.૧૮-૧૨-૨૦૨૨
બગોદરા અમદાવાદ રાજકોટ વિશે તો તમે સાંભળ્યુ હશે. આ હાઈવે ટ્રાફિકથી સતત ધમધમતો હાઈવે છે. અમદાવાદથી તમે રાજકોટ જશો તો તમને વચ્ચે બગોદરા આવે છે. આ હાઈવે પર સતત અક્સ્માતના બનાવો બનતા રહે

છે. જે લોકો રાતના સમયે હાઈવે પરથી વાહનો લઈને જાય છે તેઓનું કહેવુ છે કે, અહીં અજબોગરીબ અવાજ સંભળાતી રહે છે. આ અવાજ વાહનચાલકોનું ધ્યાન ભટકાવે છે. આ રીતે અક્સ્માત થાય છે. તેમનુ કહેવુ છે કે, આ હાઈવે પર જો તમને કોઈ રહસ્યમયી મહિલાઓ અને ભીખારી દેખાય તો તેમના પર ધ્યાન ન આપો.



બરફ નો ગોળો

સુરત મિત્ર
ભાગ્યશ્રી પૂર્તિ
તા.૧૮-૧૨-૨૦૨૨
જમનાબેન ને નાનપણથી જ બરફનો ગોળો ખાવાનો શોખ. એ શોખ લગ્ન થયા પછી પણ તેમના પતિ રમણલાલે પૂરો કર્યો હતો. ક્યારેક બન્ને સાથે પણ

બરફ ગોળો ખાતા. આજે પાંસઠ વરસની ઉંમરે પણ ચાર પાંચ દિવસે બરફની લારી આવે એટલે જમનાબેન બરફ ગોળો ચૂસી જ લેતા. ત્રણ દિવસે આજે લારીવાળો આવ્યો. ઓટલે બેઠેલા જમનાબેને વહુને બૂમ પડી.. વહુ, બે રૂપિયા

આપો..ગોળો લેવો છે...ત્યાં તો વહુએ છાસિયું કર્યું, આ ડોસી ઘડપણમાં પણ ગોળો ખાવાનું ભૂલતી નથી...ને...સસરાએ સાંભળ્યું... રમણલાલ ગુસ્સે થઈ બોલ્યા, વહુ, ..જુભાનને લગામ રાખો...હજુ મારું પેન્શન આવે છે.. સાંભળી

પતિ ઇંગ્નોર કરે તો તમે દયાળુ રહો

સુરત મિત્ર
ભાગ્યશ્રી પૂર્તિ
તા.૧૮-૧૨-૨૦૨૨
રુઠવું મનાવવું જીવનનો હિસ્સો બની જાય છે. કહેવાય છે કે સંબંધમાં થોડું રુઠવું મનાવવું રિલેશનશિપને મજબૂત બનાવવાનું કામ કરે છે. જો કે કેટલીક વાર હાલત એટલી બગડી જાય છે કે એવું લાગે છે કે સંબંધ તૂટવાની કગાર પર આવી ગયો આવી હાલતને બહેતર બનાવવા માટે ધૈર્યની જરૂર પડે છે. તમારા પતિ જો સતત તમને ઇંગ્નોર કરે છે તો કેટલીક વાતોને અપનાવીને તમે તમારા સંબંધને ફરીથી મજબૂત બનાવી શકો છો.

પતિ ઇંગ્નોર કરે તો કરો આ કામ પોતાને ઇંગ્નોર ફીલ કરવાની જગ્યાએ જો તમે તમારા પતિને થોડો સ્પેશ આપો અને તેને પોતાની સમસ્યાઓ સાથે ડીલ કરવાનો મોકો આપો. વિશ્વાસ રાખો કે થોડા સમય પછી પોતાની જ ફીલિંગ્સને પોતાનાઓ સાથે શેર કરવા તે આવશે. એટલે જ

થોડા ધૈર્યથી કામ લો. દયાળુ રહો બની શકે છે કે તમે તમારા પતિની મુશ્કેલીઓ જાણતા ન હો અને તમારા પતિ પણ એ હાલતમાં ન હોય કે તે દરેક વાત સમજી વિચારીને તમારી સાથે શેર કરે. આવામાં તમે કરુણતા દેખાડો અને પોઝિટિવ રહેતા હાલતને ઠીક કરો. તેમ કરવાથી તેમના મનમાં તમારા પ્રત્યેનો પ્રેમ અને ઈજ્જત વધી જશે.

વાતચીત કરો લગ્નમાં સંવાદ સાંધવો ખુબ જરૂરી છે. એવામાં જો તમે તમારા પતિને ઇંગ્નોર કરો છો તો એક કદમ વધારતા તમે જાતે જ પૂછી લો કે વાત શું છે? આરોપ લગાડ્યા વિના એકબીજા સાથે વાતચીત કરો.

જરૂરિયાતો પૂરી કરો જો તમારા પતિને કોઈ વસ્તુની જરૂર હોય તો તમારે આ જવાબદારી નિભાવવી જોઈએ. આ માટે તમે તમારી જાતને પૂછી શકો છો કે તમે તેમને મદદ કરવા માટે શું કરી શકો.



(નોંધ: પુર્તિમાં આપવામાં આવેલી માહિતી ઘરગથ્થુ ઉપચાર અને સામાન્ય માહિતી પર આધારિત છે. તેને અપનાવતા પહેલા, કૃપા કરીને તબીબી સલાહ લો. સુરત મીત્ર આની પુષ્ટિ કરતું નથી.)



આત્મ-શાંતિ તથા સંતોષ જ જીવનનું રહસ્ય છે.

સુરત મિત્ર

ભાગ્યશ્રી પૂર્ણિ

તા.૧૮-૧૨-૨૦૨૨

એક મહાન સંત હતા કે જેઓ પોતાનો એક આશ્રમ બનાવવા ઈચ્છતા હતા અને તેના માટે તેઓ અનેક લોકો સાથે મુલાકાત કરતા હતા અને તેના માટે તેમને એક જગ્યાએથી બીજી જગ્યાએ જવું પડતું હતું. આ યાત્રા દરમ્યાન તેમની મુલાકાત એક સાધારણ લાગતી વિદુષી (વિદ્વાન) સ્ત્રી સાથે થાય છે. વિદુષીએ તેમનું સ્વાગત કર્યું અને સંતને થોડો સમય માટે પોતાની કુટીયામાં આરામ કરવા વિનંતી કરી. તેના મીઠા વ્યવહારથી પ્રસન્ન થઈને સંતે તેના આગ્રહનો સ્વીકાર કર્યો.

વિદુષી પોતાના હાથથી સ્વાદિષ્ટ ભોજન બનાવીને સંતને જમાડે છે અને ત્યારબાદ તેમના આરામ માટે એક ખાટલા ઉપર ગાદહું પાથરી પોતે જમીન ઉપર ચાદર પાથરી સૂઈ જાય છે. વિદુષીને તો તુરંત ઉંઘ આવી જાય છે. તેના ચહેરાના હાવભાવથી ખબર પડતી હતી કે વિદુષી ચૈનથી સુખદ ઉંઘ લઈ રહી હતી. બીજી તરફ સંતને ખાટલામાં મખમલ જેવા મુલાયમ ગાદલામાં પણ

ઉંઘ આવતી નહોતી. સંત સમગ્ર રાત્રિ દરમ્યાન આ વિદુષીના વિશે વિચારે છે કે આવી કઠોર ધરતી ઉપર ફક્ત ચાદર પાથરીને તેના ઉપર સૂઈ રહી છે તેમ છતાં કેટલી આરામથી ઉંઘી રહી છે.

બીજા દિવસે સવારે સંત વિદુષીને પુછે છે કે તમે આવી કઠોર ધરતી ઉપર કેવી રીતે આરામથી ઉંઘી શક્યા હતા? ત્યારે વિદુષીએ સરળતાથી જવાબ આપ્યો કે હું ગુરૂદેવ. મારા માટે આ મારી નાનકડી ઝૂંપડી એક મહેલ સમાન છે તેમાં મારા શ્રમની સુગંધ મહેંકે છે. જો મને એક ટાઈમ જ ભોજન મળે તો પણ હું મારી જાતને ભાગ્યશાળી માનું છું. સમગ્ર દિવસ દરમ્યાન કામકાજથી થાકીને જ્યારે હું જમીન ઉપર સૂઈ જાઉં છું ત્યારે મને માં ના ખોળાનો આત્મીય અનુભવ થાય છે. હું દિવસ દરમ્યાન મારા સંતકર્મોનો વિચાર કરીને પ્રભુ પરમાત્માના નામ સુમિરણ કરીની આરામથી સુખ-ચૈનથી ઉંઘ લઉં છું. મને એવો અહેસાસ પણ નથી થતો કે હું કઠોર ભૂમિ ઉપર સૂઈ રહી છું.

આ સાંભળીને સંત જ્યારે વિદ્યાય થાય છે ત્યારે વિદુષી પુછે છે કે ગુરૂદેવ.. શું આપના આશ્રમના નિર્માણના

માટે ધન એકત્રિક કરવા હું આપની સાથે આવી શકું? ત્યારે સંતે વિનમ્રતાથી જવાબ આપ્યો કે બાલિકા.. આજે તમે મને જે જ્ઞાન આપ્યું છે તેનાથી મને ખબર પડી ગઈ છે કે ચિત્તનું સાચું સુખ ક્યાં છે? હવે મારે કોઈ આશ્રમ બનાવવાની ઈચ્છા નથી. આમ કહીને સંત પરત પોતાના દેશમાં ચાલ્યા જાય છે અને ભેગું કરેલું તમામ ધન ગરીબોમાં વહેંચી દે છે



અને પોતે એક ઝૂપડી બનાવીને આરામદાયક જીવન જીવે છે. આત્મ-શાંતિ તથા સંતોષ જ જીવનનું રહસ્ય છે. જ્યાં સુધી માનવના જીવનમાં સંતોષ આવતો નથી ત્યાં સુધી જીવનની મોહમાયામાં ફસાયેલો રહે છે અને જે આ મોહમાયામાં ફસાય છે તેને ક્યારેય સુખ-

ચૈન મળતું નથી. જીવનમાં સુખ સંતોષથી આવે છે. ભાગ્ય અનુસાર જે કંઈ મળ્યું છે તેમાં જ ખુશીઓને શોધે તો તે જ ક્ષણે તમામ સુખોનો અનુભવ થાય છે.

જેમ વિદુષી એક ટાઈમ ભોજન મળે તો પણ તેને પોતાનું સૌભાગ્ય સમજતી હતી અને કઠોર ભૂમિ ઉપર સુખ-ચૈનથી સૂઈ રહેતી હતી અને બીજી બાજુ સંત વૈરાગી હોવા છતાં અને સુવાળી સેજ ઉપર સુવા છતાં સુખ-ચૈન

એટલો ડુબી જાય છે કે તેને પરમતત્વની પ્રાપ્તિ થતી નથી. જ્યારે કોઈ ક્ષોત્રિય બ્રહ્મનિષ્ઠ સદગુરૂ પરમાત્માનું જ્ઞાન પ્રદાન કરે છે ત્યારે સંતોષ આવે છે. સંસારમાં લોભથી તુચ્છ વિનાશકારી તત્વ બીજું કોઈ નથી, તમામ અનર્થોનું મૂળ લોભ છે, લોભથી મનુષ્યની બુદ્ધિ અને વિવેક નાશ પામે છે તેથી તે પાપકર્મમાં પ્રવૃત્ત થાય છે. ગીતામાં કામ, ક્રોધ અને લોભને નરકના દ્વાર કહ્યા છે. લોભ સમાન કોઈ દુઃખ નથી અને ત્યાગ સમાન કોઈ સુખ નથી. પ્રારબ્ધ અનુસાર જે કંઈ મળ્યું છે તેમાં સંતોષ માની જીવન જીવવું પણ લોભ ન રાખવો.

ધીરજ અને સંતોષની અવસ્થા ધારણ કરનારના જીવનમાં આનંદ પ્રાપ્ત થાય છે. જ્યારે પ્રભુ હૃદયમાં વસી જાય તો વિનમ્રતાનો ભાવ સહજમાં જ આવી જાય છે. જીવનમાં ગમે તે સમયે ગમે તેવી પરિસ્થિતિ નિર્માણ થાય તેમ છતાં સંતોષ રાખવો. મનની વૃત્તિઓ સ્થિર કરવાથી જ સંતોષ અને સુખની પ્રાપ્તિ થાય છે.

જેવી રીતે પગમાં જોડા પહેરીને ચાલવાવાળાને કાંકરા અને કાંટાનો કોઈ ભય હોતો

ડિજિટલ જેલ માંથી મુક્ત શાવું છે?

સુરત મિત્ર

ભાગ્યશ્રી પૂર્ણિ

તા.૧૮-૧૨-૨૦૨૨

એના માટે તમારે સકારાત્મકતાની સીડી ચઢવી પડશે. એના માટે આરોહણ કરવું પડશે. આરોહણ એટલે ચડાઈ કરવી, જીત મેળવવી. સુરતમાં ડો પ્રણવ પચ્ચીગર્ તમને મદદ કરશે આ સમસ્યામાંથી બહાર લાવવામાં.

આરોહણ એ કર્મ સાયકિયાટ્રી ક્લિનિક અને સાયકોલોજિયા કનેક્ટ દ્વારા એક પહેલ છે.

આરોહણ એ એક જૂથ છે જે જાગૃતિ કાર્યક્રમો, જ્ઞાનની વહેંચણી, સહાયક જૂથો, તાલીમ અને અન્ય ઘણા બધા માધ્યમો દ્વારા સભ્યોને સમાન મુદ્દાઓ સાથે જોડવામાં અને એકબીજાને મદદ કરવામાં મદદ કરે છે.

તે ક્રિયાના માર્ગ, ભક્તિના માર્ગ અને જ્ઞાનના માર્ગ દ્વારા જીવનશૈલી અને સુખાકારી વૃદ્ધિ માટે પરંપરાગત અને આધુનિક અભિગમોને જોડે છે. આ વાત આપણે એક ઉદાહરણથી સમજીએ. રમા એક સ્કૂલ ટીચર છે, તે પહેલા ધોરણમાં શીખવાડે છે, છોલ્લા કેટલાક અકવારિયાથી તેણે તેની સ્ટુડન્ટ હીના વિશે કંઈક અસામાન્ય જોયું હતું. તે સમજી શકતી ન હતી કે શું ખોટું છે તેથી તેણે આ વિશે શાળાના કાઉન્સેલર સાથે વાત કરવાનું નક્કી કર્યું.

તેણીએ વર્ગમાં હીના વિશે તેના સાથીદારો સાથે અને તેણીનું હોમવર્ક કેવી રીતે રજૂ કરશે તે તેણીએ વર્ણવ્યું હતું. ટૂંકી ચર્ચા પછી, તેણીને સમજાયું કે હીનાને શીખવાની અક્ષમતા હોઈ શકે છે. તે જ ક્ષણે, તેણીએ તેના વિશે વધુ જાણવાનું નક્કી કર્યું અને તેણી તેના વિદ્યાર્થીને કેવી રીતે મદદ કરી શકે.

શિક્ષકની ભૂમિકા ઔપચારિક રીતે શીખવાની અક્ષમતાનું મૂલ્યાંકન કરવાનું નથી, પરંતુ તેઓએ વિદ્યાર્થીની સમસ્યાઓ, વર્તન, શીખવાની શૈલી, સાથીદારો સાથે વાતચીત કરીને તેમને મદદરૂપ થઈ શકે તેવી કોઈપણ વસ્તુની યાદી આપવી જોઈએ. આ માત્ર શિક્ષકને જ મદદ કરતું નથી પરંતુ આનાથી વિદ્યાર્થીઓ, માતા-પિતા અને નિષ્ણાતોને બાળકનું વધુ સારી રીતે મૂલ્યાંકન કરવામાં અને અસરકારક હસ્તક્ષેપની યોજના બનાવવામાં મદદ મળે છે.

શિક્ષકો આ રીતે વિદ્યાર્થીને સમજી શકે.

૧) ઓળખો: જ્યારે શિક્ષક બાળક વિશે કંઈક અસામાન્ય અનુભવવાનું શરૂ કરે છે, ત્યારે તે નોંધો બનાવે છે અને તેમની સાથે વાતચીત કરીને બાળકના વધુ સમસ્યારૂપ વિસ્તારો શોધે છે. બાળકના વિકાસમાં માતા-પિતા પછી શિક્ષક સૌથી મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવે છે.

૨) સહાયક વાતાવરણ બનાવો: જો વર્ગખંડમાં શિક્ષક બાળકની શીખવાની અક્ષમતાથી વાકેફ હોય, તો શિક્ષક બાળકને પ્રવૃત્તિઓમાં અને જૂથની ભાગીદારીમાં વધુ સામેલ કરવામાં મદદ કરી શકે છે, આ તેમને વર્ગમાં સામેલ થવાનો અનુભવ કરવામાં મદદ કરશે.

૩) વિવિધ શીખવાની શૈલીઓનો ઉપયોગ કરો: દરેક બાળકની શીખવાની શૈલી હોય છે, અને

રાજ સ્પંદન

દિલીપ વી. ઘાસવાલા

અને સમગ્ર વર્ગને વધુ સારી રીતે અને અસરકારક રીતે શીખવામાં મદદ મળશે.

૪) મિત્રને સોંપો: વર્ગના મિત્રની જેમ સરળ બનીને તેમની સામાજિક કુશળતા વિકસાવવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો જે માત્ર નોંધો અથવા અભ્યાસમાં જ મદદ કરતું નથી પરંતુ જ્યાં બાળક તેની જરૂરિયાતો વ્યક્ત કરવાનું શીખે છે અને અન્ય લોકો સાથે વાતચીત કરે છે.

૫) માતા-પિતા/નિષ્ણાત સાથે વાત કરો: માતા-પિતા/નિષ્ણાતો સાથે નિયમિત ફોલો-અપ માત્ર બાળકની પ્રગતિ જાણવામાં જ મદદ કરશે નહીં પરંતુ બાળક માટે વધુ સારી હસ્તક્ષેપ યોજના વિકસાવવામાં ટીમને પણ મદદ કરશે.

૬) તમારી જાતને શિક્ષિત કરો: વિષય વિશે તમારી જાતને શિક્ષિત કરવાથી તમને તમારા બાળકને વધુ સારી રીતે સમજવામાં મદદ મળશે

આપણે ડિજિટલ મીડિયાના યુગમાં છીએ. ઈન્ટરનેટ આપણા રોજિંદા જીવનનો એક ભાગ બની ગયું છે અને માતા-પિતા તરીકે, આપણે આપણા બાળકો ઈન્ટરનેટ પર શું કરી રહ્યા છે તે અંગે વધુ સતર્ક રહેવું જોઈએ. પરંતુ આને સંબોધિત કરવું જરૂરી છે કારણ કે તે ઘણી સમસ્યાઓ તરફ તે દોરી શકે છે.



કેટલાક સ્ટુડન્ટ

- ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવામાં અને ધ્યાન આપવામાં મુશ્કેલી અનુભવતા હોય છે
- નબળી ઊંચની ગુણવત્તા
- ચીડિયાપણું અને મૂડ
- ચિંતા અને હતાશાનું જોખમ વધુ જોવા મળે છે.

જો તમે તમારું બાળક સ્કીનનું વ્યસની છે, તો આદત તોડવા માટે તેને કેટલાક ઉપાયો આ કરી શકો છો:

- સ્કીન સમયની મર્યાદા સેટ કરો અને તેને વળગી રહો.
- તમારા બાળકને અન્ય પ્રવૃત્તિઓ શોધવા માટે પ્રોત્સાહિત કરો જે તેઓ સ્કીનની બહાર માણે છે.
- તમારા બાળક સાથે સ્કીન એડિક્શનના

જોખમો વિશે વાત કરો અને તેનો સ્કીન સમય મર્યાદિત કરો.

શું તમને લાગે છે કે સ્કીનનું વ્યસન તમારા બાળક પર અસર કરી રહ્યું છે?

બાળકો અમારો મહાન અરીસો છે! - અમે જે કહીએ છીએ અને કરીએ છીએ તે બધું તેઓ પ્રતિબિંબિત કરે છે.

- તમે ઘણીવાર તમારા બાળકોને ગેજેટ્સ આપી તેમને વ્યસ્ત રાખો છો.. પરંતુ શું આપણને ખ્યાલ આવે છે કે જ્યારે આપણે તેને આમ કરીએ છીએ, ત્યારે આપણે તેમના ફી ટાઈમમાં ટેકનો ઉપયોગ કરવાની આદત બનાવી રહ્યા છીએ?

જ્યારે તમે તેમને ફોન આપો છો ત્યારે તમે તેમના તેમના ફી ટાઈમમાં ફોનનો ઉપયોગ કરવાની મંજૂરી આપો છો અને પછી તમે અચાનક તે છીનવી લો ત્યારે, તે તમારા માટે મૂંઝવણ પેદા કરે છે જ્યારે તેઓ ઈચ્છે છે ત્યારે હવે કેમ નહીં? આપણે સચેત રહેવાની અને સ્પષ્ટપણે વાતચીત કરવાની જરૂર છે કે તેઓ તેમના ફોનનો ઉપયોગ ક્યારે કરી શકે છે અને શા માટે તેનો સચેતપણે ઉપયોગ કરવો મહત્વપૂર્ણ છે.

આ તેમને તેમના સ્કીન સમયને સ્પષ્ટ રીતે સમજવામાં મદદ કરશે અને જ્યારે તેઓને સભાન સમજ હશે ત્યારે સ્કીનના વિકલ્પો સાથે સર્જનાત્મક રીતે કામ કરશે

તમારે યાદ રાખવાની મહત્વની બાબત એ છે કે તમારે સંપૂર્ણ હોવું જરૂરી નથી. તમારે ફક્ત ટીક રહેવાનું છે. તે સાર્વત્રિક રીતે જાણીતું અને સાબિત થયું છે કે બાળકો તમે જે કંઈ પણ કરો છો તેની નકલ કરશે તેમાં અવિચારી અથવા મૂર્ખ નાની ક્રિયાઓનો સમાવેશ થાય છે.

લાર્નિંગ ડિસેબિલિટી હોવાનો અર્થ એ છે કે કોઈ વ્યક્તિને એક ચોક્કસ (અને ક્યારેક એક કરતાં વધુમાં) ખામી હોય છે. તેને બુદ્ધિ સાથે કોઈ લેવાદેવા નથી. ચાલો આપણે આપણા બોલીવુડ સ્ટાર્સના ઉદાહરણ સાથે આને જોઈએ

અભિષેક બચ્ચન તેઓ બાળપણથી જ ડિસ્લેક્સિયાના કારણે મુશ્કેલીઓનો સામનો કરતા હતા. નવ વર્ષની ઉંમરે તેમને ડિસ્લેક્સિયા હોવાનું નિદાન થયું હતું.

હતિક રોશન ડિસ્લેક્સીયાથી પીડિત હતા અને આજે આપણે જોઈએ છીએ તેવી સરળ વાતચીત કૌશલ્ય ધરાવતા ન હતા. સ્પષ્ટ અને યોગ્ય રીતે બોલવા માટે તેને ૬ વર્ષની ઉંમરથી જ તીવ્ર સ્પીચ થેરાપી સેશનમાંથી પસાર થવું પડ્યું હતું. આમાંના ઘણા લોકો શીખવાની અક્ષમતા હોવા છતાં પણ ઉત્પાદક જીવન જીવે છે કારણ કે તેઓ વિકલાંગ નથી પરંતુ

વિવિધ રીતે સક્ષમ છે. આપણા ભારતીય સેલિબ્રિટીઓ ઉપરાંત, વિશ્વભરના ઘણા જાણીતા લોકો છે, જેમણે તેમના જીવનમાં ડિસ્લેક્સિયા સામે લડત આપી છે. જુરાસિક પાર્ક ફિલ્મના ડિરેક્ટર સ્ટીવન સ્પીલબર્ગ ને છ વર્ષની ઉંમરે નિદાન થયું.

ટોમ ક્રૂઝ, સ્ટીવ જોબ્સ, આલ્બર્ટ એસ્ટ્રિચન અને ઘણા વધુ. તેથી માતા-પિતા શિક્ષકો શિક્ષણશાસ્ત્રી માર્ગદર્શક તરીકે તમારી જવાબદારી છે કે તમે ચાર્જ લો અને સમજો તમારા બાળકને તેની ક્ષમતાઓને બહાર લાવો.

ટુંકમાં આરોહણ એટલે અવ્યેષણ કરો અનલર્ન રીલર્ન અને આગળ વધતા રહો

અસ્તુ,

- દિલીપ વી ઘાસવાલા

નથી, તેવી જ રીતે જેના મનમાં સંતોષ છે તેના માટે હંમેશાં બધી જગ્યાએ સુખને સુખ જ છે.. દુઃખ છે જ નહીં! ભક્તોને મન બધી વસ્તુઓની કિંમત હોતી નથી અને યોગ્ય સમયે મને મળશે તેની ખાત્રી તેમને હોય છે તેથી તે સંતુષ્ટ હોય છે. મનુષ્યે હંમેશાં જે મળ્યું છે તેમાં સંતોષ રાખવો જોઈએ.. વધુની ઈચ્છા ન કરવી. હંમેશાં મધુર વાણીનો જ ઉપયોગ કરવો.. અભદ્ર વચનો ક્યારેય ન બોલવાં. કોઈપણ પ્રકારનું અભિમાન ન કરવું.

સંસારમાં સૌથી વધુ દુઃખી અસંતોષી છે. અસંતોષના લીધે માનવ પાપ અને ખરાબ આચરણ કરે છે. જગતના તમામ પદાર્થો મળી જાય તો પણ માનવને સંતુષ્ટ કરી શકતા નથી એટલે વિષયના માટે નહીં વાસુદેવના માટે જીવો. ધન જીવનની

આવશ્યકતા છે ઉદ્દેશ્ય નથી.

જો આપણે બધા સુખી થવા માંગતા હોઈએ તો અમારે અમારી સરખામણી અન્ય સાથે ન કરવી જોઈએ. આપ આપ છો, આપ સમાન અન્ય કોઈ નથી તો પછી કેમ બીજા સાથે આપણી સરખામણી કરી ઈર્ષા કરવી? આ જ અમારી સમસ્યા છે. અમે અનાવશ્યક રીતે બીજાની સાથે અમારી તુલના કરીને દુઃખી અને ઉદાસ રહીએ છીએ. મનની ચંચળતાના કારણે અમોને જે મળ્યું છે તેની અમોને કદર નથી અને તેથી અમે દુઃખના વિષયકમાં ફસાઈ જઈએ છીએ.

તમામ મનુષ્યો સુખી બનવા ઈચ્છે છે પરંતુ તેના માટે સુખની ચાવી મેળવવી પડશે તથા બીજાઓ સાથે અમારી તુલના કરવાનું છોડી દેવું પડશે કારણ કે બીજા સાથે

તુલના કરવી એટલે દુઃખને આમંત્રણ આપવા બરાબર છે.

અમે હંમેશાં બીજાઓને જોઈને ખોટી રીતે પોતાની તુલના બીજા સાથે કરીને દુઃખી થઈએ છીએ. ભગવાને આપણે સૌને અલગ અલગ બનાવ્યા છે અને દરેકને અલગ અલગ ગુણો આપ્યા છે, અમે તેના મહત્વને સમજ્યા વિના જાણ્યા વિના દુઃખના ચક્રમાં ફંસાતા જઈએ છીએ એટલે બીજાઓની પાસે જે કંઈ છે તેને જોઈને બળ્યા વિના અમારી પાસે જે છે તેનાથી ખુશ રહેવાનું શિખવાનું છે.

ખુશી બહાર શોધવાથી નથી મળવાની પરંતુ તે અમારી અંદર છુપાયેલી હોય છે.

- વિનોદભાઈ માછી

નિર્ન્કારી

પોસ્ટમોર્ટમ

સુરત મિત્ર

ભાગ્યશ્રી પૂર્ણિ

તા.૧૮-૧૨-૨૦૨૨

સવારે ડોક્ટરકાકા સાયકલ પર વિઝીટે જતા. સરકારી દવાખાનામાં ડોક્ટરને રિટાઈર્ડ થવાને દોઢ વર્ષ જ બાકી હતું પણ ફરજ પર

એમના જેટલા નિયમિત કોઈ નહીં. આટલા વર્ષની નોકરીમાં ભાગ્યે જ રજા લીધી હશે. એમની બધી રજા લેપ્સ હતી. એમને એ



નવલિકા

ચામિની વ્યાસ

બાબત કોઈ પૂછે તો જવાબ આપે, "સામે આપી નદી વહેતી હોય એ બધું પાણી પી થોડું જવાનું હોય! રજાને દિવસે પણ કોઈને જરૂર હોય તો દવાખાનું જાતે ખોલી એને દવા આપે. પટાવાળા કે કમ્પાઉન્ડર તો હોય નહીં. તેઓ પણ સાહેબની અતિ ફરજપરસ્તીથી કંટાળતા ને ડોક્ટરકાકાના ઘરવાળા પણ. લગ્ન, મરણ કે સામાજિક પ્રસંગે પણ તેઓ જવાનું ટાળતા. એમના પત્ની તો હસવામાં કહેતાં, "પોતાના પુદના લગ્નમાં હાફ સી.એલ.વી.હી હતી, બોલો. તો કોઈના લગ્ન માટે તો ક્યાંથી લે? મૃત્યુ માટે તો કામ્ય કહે, "એકલા આવ્યા ને એકલા જવાના." વળી કહેતા, "મરીશ ત્યાં સુધી કામ કરીશ. ડોક્ટર કંઈ રિટાઈર્ડ થતા જ નથી."

એમને એક દીકરો સૌમ્ય. એ પણ એમના જેવો જ. જ્યારે પણ કોઈને જરૂર હોય ત્યારે દોડી જાય. ભણવામાં તે જ એણે પણ મેડીકલમાં એડમિશન લીધું. પપ્પાની જેમ જ સેવા કરવી હતી.

એકવાર ડોક્ટરકાકાના મિત્ર ખૂબ ધનિક બિઝનેસમેન પરિવાર સાથે ઘરે આવ્યા. તેઓ પણ પતિપત્નીને દીકરો રાજ. વર્ષો પછી બે પરિવારો મળ્યા. ખૂબ આનંદ થયો. ડોક્ટરકાકાના મિત્રને ડોક્ટરકાકાની સાદી રહેણીકરણી ખૂબ ગમી ગઈ. સાદું ભોજન અને તનતોડ મહેનત. ડોક્ટરકાકાના મિત્ર રાજને

શીખવાનું છે, દોસ્ત." કહી એમણે રજા લીધી. એટલીવારમાં ડોક્ટરકાકાના કેટલા પેશન્ટ્સ આવી ગયા ને તેઓ કામે વળગ્યા. એ જ સમયે એક પોસ્ટમોર્ટમ આવ્યું. પાણીમાં ડુબેલી ફૂલી ગયેલી લાશ હતી. ડોક્ટરકાકા ફક્ત એ કામમાં કંટાળતા. કેટલા દિવસની, કેવી લાશ! મોઢે, નાકે માસ્ક હોય પણ એ ગંધ કેટલા દિવસ સુધી એમને વળગી રહેતી. તેઓ કહેતા, "લોક આ રીતે કેમ મરતા હશે? એ પણ ઓળખાય નહીં એવી લાશ? અરે! જીવન એવું જીવીએ કે પોસ્ટમોર્ટમ સુધીનો વારો ન આવે."

સાંજે પાછા દવાખાને આવ્યા ત્યારે રાજ ધુઆપુંઆ થતો આવ્યો અને હેલ્મેટ ટેબલ પર અફાળી કંઈ કેટલુંય ડોક્ટરકાકા સાથે લડી ગયો અને એટલી જ સ્પીડમાં ગયો. ડોક્ટરકાકા જેનું નામ. એ બધું ભૂલી પેશન્ટ તપાસવામાં પરોવાયા. મોડે સુધી એમનું કામ પતાવી ઈન્સ્પેક્શન મુકવા વિઝીટે ગયા અને કામ પત્યાની હાશ માણવા ગયા ત્યાં જ પટાવાળો કહેવા આવ્યો, "સાહેબ, એક પોસ્ટમોર્ટમ છે. ડોક્ટરકાકાના મોઢા પર અણગમતો ભાવ જોતા કહ્યું, "સાહેબ, લાશ તાજી છે." ડોક્ટરકાકા પહોંચ્યા ને જોયું તો રાજ." એમનાથી ચીસ પડાઈ ગઈ અને ટેબલ પર અફળાયેલું ઊંધું પડેલું હેલ્મેટ ધીમે ધીમે હલતું હતું.

-ચામિની વ્યાસ

ચુંટણી

સુરત મિત્ર

ભાગ્યશ્રી પૂર્ણિ

તા.૧૮-૧૨-૨૦૨૨

ચૂંટણી દેશમાં એક

તહેવાર બનીને આવે છે. જેનો એક લોકશાહી દેશમાં ધામધૂમથી ઉજવણી કરવામાં આવે છે. લોકો મત આપવા જશે તો પણ સોશિયલ મીડિયા પર ફોટો મુકી અફરાતફરી મચાવી દેશે. આ જ લોકો સરકાર બનાવી શકે છે તો એક જૂથ થઈને "મેક ઈન ઈન્ડિયા" ન બનાવી શકે? "મેરા ભારત મહાન"

કહેવાથી, ૧૫મી ઓગસ્ટ અને ૨૬મી જાન્યુઆરી ના દિવસે ત્રિરંગો લહેરવવાથી અને ચૂંટણી સમયે મત આપી દેવાથી ભારત દેશ આગળ નહીં આવી શકે. માત્ર ભારત દેશ ત્યારે આગળ આવી શકશે જ્યારે સરકાર કોઈ પણ હોય પરંતુ ભ્રષ્ટાચાર ન હોય, વસ્તુ હોય તે ભારતમાં બનેલી અને ભારતમાં જ વધુ