

Issue: 4 / Oct. - Dec.  
Vol.: 5 / 2020



ISSN: 2395-339X

# Saarth

## E-Journal of Research

UGC Peer Reviewed,  
Multidisciplinary Research Journal  
Published in  
English, Hindi, Gujarati & Sanskrit

Chief Editor:  
Dr. J.M. Rathod  
Co-Editor:  
Brijesh Thaker

Managing Editor:  
Abhishek Dahaulia  
Surabhi Dahaulia

Published by:  
Sarth Publication, Anand

## Oct. To Dec. / 2020 contents

Sr. no	DOI No	Issue	Content	Author name
1	5/4/2020	4	Study on the Diversity And use of some wild Edible Plants	Dhwani m Patel
2	5/4/2020	4	Bharat ma vastina valano	Bina R Chaudhry
3	5/4/2020	4	A Comparative Study of Emotional Maturity Among tribal & Non-tribal students	Dr.Jitubhai R Khaniya
4	5/4/2020	4	Indian Diaspora: The Ancient History	Dr.Malti h Shukla
5	5/4/2020	4	Current position of indian Migrants : The Covid 19 Effect	Dr.Malti h Shukla
6	5/4/2020	4	Finger Magic: Achieving Well Being of the Society	Dr. Girish Patel
7	5/4/2020	4	India and World Trade Organisation	Mr. Patel Fenil Khandubhai
8	5/4/2020	4	Impact of Demonetizations and GST in Service Sector Industry of Gujarat	Hemraj Rana
9	5/4/2020	4	Understanding Different Approaches towards Achieving Wellbeing of Society	Dr.Jyoti Joshi
10	5/4/2020	4	Impact of Yoga on Mental Health: A Review study	Dr. Krupa A Vyas
11	5/4/2020	4	BIO-MEDICAL WASTE MANAGEMENT	Vipulbhai Virabhai Nakum
12	5/4/2020	4	LAGANETAR SAMBANDHO AEK SAMAAJIK SAMASYA	Shubhash v. virola
13	5/4/2020	4	AEROBIC TRAINING AND PHYSICAL FITNESS	Prof. Madhuben S. Thakor
14	5/4/2020	4	SAMAJIK VIGYANO GYAAN PRAPRTI NI SAMASYA	Shubhash v. virola
15	5/4/2020	4	MANAGEMENT CONCEPTS	Dr. Dashrathkumar K. Patel
16	5/4/2020	4	DEPICTION OF CULTURE CLASH IN AMISH TRIPATHI'S IMMORTALS OF "MELUHA"	Hemant J. Kharadi, Dr. Neerja A.Gupta
17	5/4/2020	4	'हैरी कब आएगा' में दलित चेतना की बेबाक अभिव्यक्ति	डॉ.अमितभाई एन. पटेल
18	5/4/2020	4	MANAGEMENT AREA PLANNING PROCESSES AND QUICK AND ECONOMICAL GOALS	Dr. Prin. Harish M. Shah
19	5/4/2020	4	"भूआरो' मां निरूपित दलित शोषणनी वार्ताओ.	Dr. Varsha C. Bhahmbhatt
20	5/4/2020	4	IMPACT OF SOCIAL MEDIA IN ECONOMY OF INDIA WITH SPECIAL REFERENCE TO BIHAR	Deepakkuamar Chandan, Ajaykumar Jha
21	5/4/2020	4	SHUKSHM, LAGHU, OUR MADHYAM UDHYOG KA ARTHVYVASTHA KE ARTHIK VIKAS MEN YOGADAN	Dr. Manjusha Shreevasatva
22	5/4/2020	4	निराला: निबंध एवं गद्य साहित्य	डॉ. अजय के. पटेल.

# Saarth

## E-Journal of Research

ISSN NO: 2395-339X

### AEROBIC TRAINING AND PHYSICAL FITNESS

Prof. Madhuben S. Thakor\*

#### ABSTRACT

Today we are in 21<sup>st</sup> century there is a landmark development in the science & Technology including space, defence, atomic energy, computer, internet service etc. By the internet invention we can collect required information within a fraction of second from any part of the universe. Due to this advanced scientific technological invention the body movements of the human being have been restricted. Tension & competitive feeling increased. Man has been felt the prey of stress, hypo kinetic and psychosomatic diseases. So time has come that man should not ignore the importance of Aerobic training.

Every one desires good health and it is the ultimate objective of all those who want happiness in life. Each & everyone have to follow good health practices in their routine life. Minor health disorders are quite common to all. In the case of major health problems, the precautionary measures are plenty. Some people control their diseases like blood pressure, diabetes, acidity, asthma, etc. by disorders on the other hand; it leads to several other adverse health problems.

KEY WORDS: Aerobic Training, Physical Fitness, Health, Diseases, Cure.

#### INTRODUCTION

The body falls ill due to many reasons, main reason, as per modern science is harmful bacteria causing infection or a disorder. But ailments caused by mental stress etc. have no physical basis and are caused by mental stress etc. All functions of the body are controlled by brain through complete nervous system. With mental stress function all systems is impaired and ailments start attacking the body and reaction starts. The main reason for bad health is incorrect food and overeating. To give energy to body, keeping the blood stream clean and all organs to function in alert manner depends on our food habits.

---

\*Prof. Madhuben S. Thakor, Associate Professor, Dept.of Physical Education.Maniben mahila arts college, kadi Dist- Mehsana

# Saarth

## E-Journal of Research

**ISSN NO: 2395-339X**

Incorrect food, imbalance food, overeating, irregularity cause diseases to creep in the body.

### **AEROBIC TRAINING IS A SCIENTIFIC WAY TO HEALTH**

Aerobic training is a Systematic and methodical process to control and develop the mind and body to attain good health, balance of mind and self-realization. Though Aerobic training has the potential power to make us healthy add to our vigor, still most people lack the knowledge of systematic practice of Aerobic training. They performs Aerobic exercises for a short period and when they are health improves, they discontinue the Aerobic training practice. For this reason, the effective results of Aerobic practices cannot be determined perfectly. Many scientists, doctors, psychologists etc. all over the world are extensively studying the beneficial aspects of Aerobic training which encourages us to attain positive health through Aerobic training.

Aerobic training is for him who is moderate in eating and recreation, in actions systematic in sleeping and working more than that, it is Aerobic training, which ultimately eliminates all the health hazards and misery of human life. The systematic Aerobic practices not only eliminate and control several diseases but also keep the mind perfect, clean and peaceful. In the present difficult living situations, mental agitation, anxiety and depression are quite common. Aerobic training practice helps to cure several diseases and to develop the concentration of mind and eases stress and tension.

The great master of YOGIC DARSHANA, Patanjali gives 'Eight-fold path' which helps a seeker to realize self and to attain perfect state of mind. Aerobic training is an art of living and Yogasana is a scientific procedure. This is the only exercise which affects the inmost parts of the body. The health of our body and mind depends on the soundness of the health of our internal organs- the heart, lungs, digestive systems, glands, the nervous systems etc. If the organs inside the body are active and the body has adequate resistance power. Aerobic exercises activate systems in our body, better functioning of different glands and improving immune system. The brain includes on the higher nerve centres, it activates the whole body by means of these centres. Yogasana keep our brain and whole nervous system

# Saarth

## E-Journal of Research

**ISSN NO: 2395-339X**

active and functional. Pranayama also makes the nerves calm and active, the mind steady and increases self- confidence.

### **EFFECTS OF AEROBIC TRAINING & YOGASANAS ON HEALTH**

- Aerobic training & Yogasanas are very effective in throwing out all our body wastes and bring control over the body and organs are proper functioning of which depends our health and happiness.
- The exercise & asanas improve mental power and health in controlling the sense organs.
- It increases the elasticity of our body and makes the body more active and supple.
- The blood circulation takes place more smoothly and properly and the body becomes capable of more works.
- It improves our resistance power against diseases and to not allow any external matter to accumulate in the body, they keep the body free from diseases.
- The different exercises & asanas clean the blood circulation drains of our body and circulates bloods freely in all parts of our and helps keep our body free from impurities.
- Aerobic exercises are the best means to keep organs in proper functioning order.
- Aerobic exercises & Yogasanas not only improve body health, they also have sobering effects on the mind. The mind becomes balance and peaceful,
- The practice of Aerobic exercises & Yogasanas is very effective activating on various glands, so that they secrete their juices in the required quantity function properly.

### **EFFECTS OF PRANAYAMA ON HEALTH**

- Pranayama is controlling the normal breathing cycle, it increases the expansion and contraction of our lungs so that they become capable of purifying more and more blood.
- Mind becomes capable of concentration.
- It has a unique power to throw waste products from the body.
- It creates resistance power in the body against diseases.

# Saarth

## E-Journal of Research

**ISSN NO: 2395-339X**

### **EFFECT OF SIX TYPES OF YOGIC PURIFICATION- PRACTICES ON HEALTH**

Our body has three basic properties - Vaat, Pitt and Cough. If these three are present in the body in a balanced form, the body remains pure and disease free. Six fold yogic purification practices help to maintain them in a balanced form our present they habit of consuming undesirable food and leading fast life are the cause of several body disorders through the accumulation of impurities in the body. To remove these diseases the six fold yogic purification practices are prescribed so that the body may function properly in its natural way. The six types of yogic purification practices are neti, dhauri, nauli, basti, kapalbhati and trataka.

### **EFFECT OF PROPER DIET ON HEALTH**

Proper diet has all along insisted on a nourishing but non-stimulant, vegetarian one who wants to advance on the path of Aerobic training should first pay attention to his diet. There is no conflict between Aerobic training and modern science as far as the principle of balance diet is concerned. But proper diet would exclude all those food items which are non-vegetarian and intoxicating, because according to Aerobic & Yogic training food in not physical fitness alone, it also affects mental and spiritual state of a being. Aerobic training lays emphasis on sattvic food. Food which promote longevity, intelligence, health, happiness and delight which are sweet, bland, nourishing and agreeable, are dear to the sattvic type of man. Aerobic exercises & Yogic diet not only helps the body to remain strong and active but also lead one to high mental and spiritual attainments.

### **PRESENT STATUS OF GAMES AND SPORTS ON INTER-NATIONAL SCREEN**

As far as concerned about the present status of games & sports of India it is found that we are much behind of International competitions even to smaller countries. Like Japan, South Korea has made many land marks of achievement in international contest. Therefore, it is the time to think seriously that how this regretted situation could be overcome. Some research personnel in the field of Aerobic training and physical education are of this view and opinion Aerobic exercises & Yogic practices could be much more useful to develop and



# Saarth

## E-Journal of Research

**ISSN NO: 2395-339X**

maintain the sport performance and make the psychological preparation of the sport man. They have suggested various areas of the physical education and sports, where the Aerobic exercises & yogic practices could be combinely utilized.

### **CONCLUSION**

#### **1. AEROBIC TRAINING FOR PROMOTION OF HEALTHY LIFE & SPORTS**

##### **A) TO DEVELOP BASIC FITNESS**

Fitness is that state which characterizes the degree to which the person is able to function. It implies the ability of each person to live most efficiently with his potential. Ability to function depends upon physical, mental, emotional and social component of fitness, all of which are related to each other. The various health related fitness parameters Viz; cardio respiratory endurance, muscular strength, muscular endurance, flexibility, co-ordination ability can be develop through Aerobic exercises & yogic practices.

##### **B) DEVELOPMENT OF SPECIFIC SPORTS SKILL**

Development of sports skills depend on various factors. Out of these neuromuscular co-ordination is one of the main factors, Yogic practices & Aerobic exercises are greatly useful to develop the neuromuscular co-ordination balancing efficiency, accuracy etc. As well as stretching also improves the performance of sports man. The purpose of steady stretching could be solved by asanas.

##### **C) TO DEVELOP PSYCHOLOGICAL FACTORS**

Psychological factors are playing very important role in the performance of daily life as well as sports. Psychological disorders like emotions, anxiety, stress, depression are controlled properly; these could be

# Saarth

## E-Journal of Research

**ISSN NO: 2395-339X**

contributed to improve the performance. Emotions are governed by autonomic nervous system. Control over autonomic nervous system brings the emotional disturbances down. Yogic practices like Asanas, Pranayama, and Dhanya and physical Aerobic exercises are excellent in conditioning the autonomic nervous system.

### **2. AEROBIC TRAINING FOR PREVENTION AND CURE SPORTS INJURIES**

Muscle stretching procedure prevents the athletic injuries. Paschimottanasana, Padhasthasana, Ugrasana etc. are good stretchers. These exercises not only prevent sports injuries but also cure some injuries like sprain, strain etc. and some psychological disorders.

### **3. MAINTENANCE OF PHYSICAL FITNESS**

Aerobic exercises & Yogic practices are useful to lowering the anxiety level, tension, stress and keeping the person in his/her normal state during the routine life which is a tension free state for that person. Sometimes he feels nausea after the exercise. In this state there is a possibility for lowering the fitness. Therefore in this period Aerobic exercises & Yogic practices may help in maintaining fitness and promote rest and relaxation. When physical structure is healthy the mind is serene, which, in turn, activates the inner powers. The man becomes steady and concentrated. This boosts our working capacity and success follows our efforts. We acquire the power of facing to them. Thinking becomes positive and constructive and our actions have the right direction.

### **REFERENCES**

1. Dr. Vipul H. Upadhyay & Dr. Vipul A. Desai, 2021 “**Sports Biomechanics**”, Sarth Publication, Anand (Gujarat).
2. Dr. Vipul H. Upadhyay & Dr. Vipul A. Desai, 2021 “**Kinesiology**”, Sarth Publication, Anand (Gujarat).



# Saarth

## E-Journal of Research

ISSN NO: 2395-339X

3. Dr. Vipul H. Upadhyay & Dr. Vipul A. Desai, 2021 “**Sports Medicine**”, Sarth Publication, Anand (Gujarat).
4. Dr. Vipul H. Upadhyay & Dr. Vipul A. Desai, 2021 “**Exercise Physiology**”, Sarth Publication, Anand (Gujarat).
5. [https://www.researchgate.net/publication/339040549\\_Aerobic\\_Exercise\\_and\\_Health\\_Benefits](https://www.researchgate.net/publication/339040549_Aerobic_Exercise_and_Health_Benefits)
6. <https://europepmc.org/article/MED/21345470>
7. [https://en.wikipedia.org/wiki/Aerobic\\_exercise](https://en.wikipedia.org/wiki/Aerobic_exercise)
8. [https://www.researchgate.net/publication/309295823\\_Effect\\_of\\_aerobic\\_exercises\\_on\\_primary\\_dysmenorrhoea\\_in\\_college\\_students](https://www.researchgate.net/publication/309295823_Effect_of_aerobic_exercises_on_primary_dysmenorrhoea_in_college_students)

# Saarth

E-Journal of Research

## Certificate

DOI:- 2021/VOL6/ISSUE1/06

ISSN: 2395-339X

### TO WHOM SO EVER IT MAY CONCERN

Sarth E-Journal of Research hereby certifies that the Research Paper / Article with subject **“Aerobic Training And Physical Fitness”** sent by **Author(s) Prof. Madhuben S. Thakor** accepted and is published in our journal wide Volume 6 Issue 1. We believe that our collaboration will help to accelerate the global knowledge creation and sharing one step further. The journal looks forward to provide continues services.

ABHISHEK DAHAULIA  
MANAGING EDITOR

Dr.J.M. RATHOD  
CHIEF EDITOR

BRIJESH THAKER  
CO-CHIEF EDITOR

# Saarth

## E-Journal of Research

ISSN NO: 2395-339X

"મુંઝારો" માં નિરૂપિત દલિત શોષણની વાર્તાઓ.

Dr. Varsha C. Bhahmbhatt\*

સદીઓથી ઘર કરી ગયેલ વર્ણવ્યવસ્થાને કારણે. શુદ્ધોનું સામાજિક અધઃ પતન થતું રહ્યું. સમાજના આ ચોક્કસ વર્ગને અવિકસિત રાખવાના તમામ પ્રયત્નો સમાજના કહેવાતા ઉચ્ચવર્ગ તરફથી થતાં રહ્યા છે. આ વર્ગ સતત દબાયેલો કચડાયેલો અને શોષિત રહ્યો. સતત ઉપેક્ષાનો સામનો કરતો આ વર્ગ ઢોરથી પણ બદતર જીવાન જીવીને ગરીબી, ભૂખમરો અને શોષણનો શિકાર થતો રહ્યો.

ગાંધીજીના સતત પ્રયત્નો અને ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર જેવા અપવાદરૂપ દલિત આગેવાનોના પ્રયત્નોને કારણે આ વર્ગ 'હરિજન' અને ત્યારબાદ 'દલિત' તરીકે ઓળખવામાં આવ્યો. આઝાદીના ૬૮ વર્ષ બાદ પણ દલિત સમાજ Main Stream એટલે કે મુખ્ય પ્રવાહમાં પા પા પગલી માંડી રહ્યો છે.

દલિત વાર્તાકાર દલપત ચૌહાણનો 'મુંઝારો' વાર્તાસંગ્રહ કેટલાય અમાનવીય અત્યાચારો વિરુદ્ધ ઉઠેલો એક ચિત્કાર હોય એમ અનુભવાય છે.

"મુંઝારો" એટલે દલપત ચૌહાણનો દલિતોના શોષણ, વ્યથા, અસમાનતા દલિતોના આશા - આરમાનો જેવા વિષયવસ્તુને ઊંડાણથી સ્પર્શતો વાર્તાસંગ્રહ

"મુંઝારો" માં પોતે અડોઅડ જોયેલા પાત્રોની મનોવ્યથાને વ્યક્ત કરવાનો એક સફળ પ્રયાસ. પ્રસ્તુત વાર્તાસંગ્રહમાં 'બદલો', 'દરબાર', 'કાતોર', 'એરુંઝાંઝું', 'ગંગામા', 'ચાંલો', 'ઠંડુ લોહી', 'ભૂખ', 'ના ખપે', 'ન્યાય' અને 'મુંઝારો' જેવી ૧૮ વાર્તાઓ મળે છે.

દલિત વાર્તાની ઓળખને ઈંગિત કરનારા પરિબળોને તારવતા મોહન પરમાર કહે છે

- જેમાં દલિત પરિવેશ
- વિષયવસ્તુ લેખે દલિતોની મૂળભૂત સમસ્યાઓનું નિરૂપણ
- દલિત પાત્રોના વાણી-વર્તન અને તેની રીતભાત.
- દલિત સંવેદન અને સમગ્ર જ્ઞાતિનો અર્થસંદર્ભ

આ ચાર મહત્વના પરિબળોને આધારે વાર્તાને મૌલવી શકાય.

સંગ્રહની પ્રથમ વાર્તા 'બદલો' માં ઉપકારનો બદલો અપકાર જેવું વિષયવસ્તુ નિરૂપાયું છે. 'વાસ' તરીકે ઓળખાતા મહોલ્લામાં દસ-બાર કાચા માટીના ઘરોમાં વણકર, ચમારની વસ્તીમાં રહેતો બિમાર, દલિત ગોકળની અપાર મનોવેદના છપ્પનીયા દુષ્કાળ જેવા કાળમાં બચાવવા 'કાંકીણિયો' આપીને જેણે જીવન બચાવ્યું હતું તેવા સર્વજ્ઞના હાથે જ માર અને અપમાનનો 'બદલો' પામતાં ગોકળની અસહાયતા નિરૂપિ છે. વજ્રેસંગ બિમાર ગોકળને એના નીચાપણાનું ભાન કરાવવા ફટકારે છે. દલિત વેદના-સંવેદનાને પ્રસ્તુત કરતી આ વાર્તા ખરેખર દલિતો સાથે થતાં અમાનવીય વ્યવહારને પ્રસ્તુત કરે છે.

---

\*Dr. Varsha C. Bhahmbhatt, Associate Professor, Maniben M.P.Shah Mahila Arts College, Kadi

# Saarth

## E-Journal of Research

ISSN NO: 2395-339X

સંગ્રહની બીજી વાર્તા 'દરબાર' સ્વગતોક્તિના સૂરમાં લખાઈ છે. એક દલિત શિક્ષક ગામના જબરા માણસને મોટા માને ચઢાવી 'દરબાર' સંબોધન કરી કેવી રીતે વશ કરે છે તેની વાત છે. સમાજવ્યવસ્થામાં દલિતોનું સ્થાન અને દલિતો પ્રત્યેનો છુપો અણગમો તેમજ દલિતોના વ્યક્તિ સ્વાતંત્ર્યનો અસ્વીકાર વાર્તાકારે સફળતાપૂર્વક વ્યક્ત કર્યો છે.

"રોટલો" વાર્તામાં અંધવિશ્વાસ અને અંધશ્રદ્ધામાં જીવતા ગરીબ, અભણ દલિતોનું ભૂવાઓ દ્વારા થતું શોષણ નિરૂપાયું છે. બિમાર મા ની રોટલો ખાવાની તીવ્ર ઈચ્છા તેની સામે એ જ રોટલો ડોશીને જીવંત રાખવા બાધા સ્વરૂપે એની ઉપરથી ઉતારીને કુતરાઓને નાખવામાં આવે છે. ડોસી પોતે રોટલો ખાવા તલસે છે. રોટલાના ટુકડા માટે ઝઘડતા કુતરાઓના અવાજ વચ્ચે મૃત્યુ પામતી ડોસી કરુણા જન્માવે છે. પ્રસ્તુત વાર્તામાં દલિતવર્ગની ગરીબી અને સાથે સાથે અંધશ્રદ્ધાની વાસ્તવિક પરિસ્થિતિ આલેખાઈ છે.

"મુંઝારો" એટલે " ઘર " વાર્તામાં પાકા મકાનમાં જીવવાની આશા સાથે જીવતા કાળું અને પનીની મહેનતથી અને અગાઉથી અનેક શરતો સાથે મંજૂર કરાવેલ મકાનને સવર્ણો દ્વારા સળગાવી દેતા એમાંથી ઊંડેલી જ્વાળાઓ અને એ જ્વાળાઓની સાથે ઉડતા કાળુ-પની જેવા દલિતના નિઃસાસાઓ.

"મુંઝારો" એટલે "કાતોર"માં આભડછેટનો શિકાર બનતો કચરો અને ગરમ ગરમ કોંકણિયોથી દાઝતા એના હાથ, કચરાએ લાવેલ કાતારથી જ શક્ય બનતા રાવણામાં આભડછેટ રાખી તેની હથેળીમાં દૂરથી જ કોંકણિયો પિરસાય છે. આવી અપમાનજનક સ્થિતિએ કચરાની વેદનાને વ્યક્ત કરતું એક સફળ સર્જન છે. આમ, અપમાન અને આભડછેટના કડવા કડવા ઘૂંટડા પીતાં દલિતવર્ગની દયનીય પરિસ્થિતિને નિરૂપી છે.

"એરું ઝાંઝરું" વાર્તા "મુંઝારો"ને અભિવ્યક્ત કરવાની ચરમસીમા છે. સવર્ણ સમાજની સ્વાર્થી નીતિ રીતિઓને પ્રગટ કરે છે. કૂવામાં પડી ગયેલ ગાયને બહાર કાઢવા કરગરતો મોહન દલિત એવી વિરાના દીકરા શિવલાને તેડી લે છે. વીરો પોતાના જાનના જોખમે ગાય બહાર કાઢે છે. એ જ મોહન જ્યારે વિરાના દીકરા શિવલાને એરું આભડે છે ત્યારે મોહન રબારીને ડંખનું ઝેર આભડે છે ત્યારે મોહન રબારીને ડંખનું ઝેર ચૂસવામાં આભડછેટ નડે છે. શીવલો મૃત્યુ પામે છે ત્યારે વીરો થૂંકીને ગુસ્સો વ્યક્ત કર્યા સિવાય કંઈ કરી શકતો નથી. શું દલિતોના જીવની કિંમત પશુ જેટલીયે નથી? કહેવાતા સવર્ણ સમાજની માનસિકતા અને દલિત સમાજની અસમર્થતા સર્જકે બખૂબી રજૂ કરી છે.

એમની જરૂરે બોલાવે  
તો યે "દલિત" હોવાનો અહેસાસ કરાવે,  
ઉપકાર ઉપર અપકાર કરે  
કયા ભવનું એ વેર વાળે'

સવર્ણ એવા રાયસંગ મુખીની પુત્રવધુને સુવાવડ કરાવવા, અસ્પૃશ્યતા અને આભડછેટના પગલાઓ વચ્ચે દાયણ ગંગામાં તેની સુવાવડ કરાવે છે. દલિત ગંગામાથી ચોક્કસ અંતર અને આભડછેટ રાખનાર મુખીનો છોકરો પથુ દલિત ગંગામાંના છોકરા પસાની વહુની લાજ લૂંટે છે. ત્યારે આભડછેટ નડતી નથી. દીકરાની વહુના મડદા પાસે બેઠેલા ગંગામા દુઃખી થઈ પોંકારી ઊઠે છે કે

# Saarth

## E-Journal of Research

ISSN NO: 2395-339X

"ચીયા ભવનું વેર વાળ્યું ભાયના દિયોરે" આપત્તિ સમયે દલિતવર્ગ પાસેથી પૂરેપૂરી મદદ લઈ લીધા બાદ આભડછેટનું ભૂત તો ઘૂણ્યા જ કરે છે આવી સવર્ણોની માનસિકતા પ્રસ્તુત વાર્તામાં વ્યક્ત થઈ છે.

"ચાંલ્લો" એક એવી વાર્તા છે જેમાં જૂની પીડાને વર્ષો જીવાઈ છે. જુવાનિયા ઉત્સાહમાં કરેલી કહેવાતી "ભૂલ"ની અનેકગણી સજા એની પીડાની શૂળ સાથે વણાઈ છે "ચાંલ્લા"માં દબાતો એ ડાઘ જાણે એક અપરાધ હોય તેમ અનુભવતું શિવા પંડ્યાનું પાત્ર "ચાંલ્લો" નઈ કરું નઈ કરું એમ બોલીને "ચાંલ્લા" નીચે દબાતા ઘા નો "મુંઝારો" વ્યક્ત કરે છે લેખક સવર્ણ સમાજની જો હુકમી અને નાની સરખી ભૂલની સજા આપવાની સવર્ણોની વૃત્તિ નિરૂપે છે.

"ઠંડુ લોહી" વાર્તામાં દલિતવર્ગનો છોકરો ભણી-ગણીને મોટો ડોક્ટર થાય છે. તેમ છતાં સવર્ણ વર્ગના મનમાંથી આભડછેટ અને નાત-જાતના ભેદભાવ જતા નથી. લોહીની જરૂર પડતાં ડૉ.દેવેન્દ્રનું લોહી લેવાની ના નથી પાડતા પણ જ્યારે ડોક્ટર પીવાનું પાણી ધરે છે ત્યારે મુખી "તરહ નહીં, તરહ નહીં" કરીને નકારી દે છે.

સમાજના આવા દંભીપણને લેખકે વાત કરીને "અસ્પૃશ્યતા" ના સામાજિક રોગની વાત કરી છે.

"હડકાયું કૂતરું" વાર્તામાં દલિતવર્ગનો અભણ પરિવાર કે જે કૂતરું કરડવા જેવી ઘટનાને સામાન્ય ગણી છીંકણી ભરીને તાંબાનો પૈસો મૂકીને પાટો બાંધવાથી સાડું થઈ જાય તેવું માને છે છ-સાત મહિને છોકરાનું હડકવાથી મૃત્યુ થાય છે. કૂતરું કરડવાની ઘટના સામાન્ય ન ગણી શકાય. યોગ્ય દાક્તરી સારવાર જરૂરી તે અંગેની સામાજિક જાગૃતિ આણવાનો વાર્તાકારનો પ્રયાસ છે.

"ભૂખ" વાર્તામાં દલિત મજૂર પ્રતિષ્ઠિત સવર્ણોના સમાજમાં સૂની પરબ હોવા છતાં અને ખૂબ તરસ લાગી હોવા છતાં દલિત જાણે આભડછેટના ભયથી પાણી પી શકતો નથી. વાર્તાને અંતે રતનફઈની સાસુનું વર્તન તેમજ "વેઠીયા અને કુતરા બધા સરખા" જેવા વેણ વાર્તાનાયકના હૈયાસોંસરવા ઉતારી જાય છે. દલિતની આવી વેદના-સંવેદનાને વાર્તાકારે અસરકારક રીતે નિરૂપી છે

"ના ખપે" વાર્તામાં દલિતવર્ગનો ભણી-ગણીને સારી નોકરી મેળવીને આર્થિક રીતે સંપન્ન થયેલા વાર્તાનાયકમાં સ્વાભિમાનની ભાવના જાગૃત થયેલી જોવા મળે છે. વાર્તાનાયક કારીગર ડાહ્યાને મફત કામ કરે તો પણ પોતાનું ઘર બનાવવાનું કામ આપવા માંગતો નથી. કેમ કે "ડાહ્યા તપોધનને" દલિતની યા ન ખપે ત્યારે ખિન્ન વાર્તાનાયક - "જાને દિયોર તારી છાશ અમને ના ખપે" એવું સ્પષ્ટ કહી દે છે.

અહીં દલિતવર્ગમાં આવેલ આત્મવિશ્વાસ અને આત્મસન્માનની ભાવના છલકતી જોવા મળે છે.

\* સંદર્ભ ગ્રંથસૂચિ

૧. "મુંઝારો" પ્રથમ આવૃત્તિ - ૨૦૦૨

દલપત ચૌહાણ, હર્ષ પ્રકાશન અમદાવાદ - ૭

૨. ગુજરાતી દલિત સાહિત્ય : સ્વાધ્યાય અને સમીક્ષા પ્રથમ આવૃત્તિ - ૨૦૦૧, સંપાદકો: મોહન પરમાર, હરીશ મંગલમ, યુનિવર્સિટી ગ્રંથનિર્માણ બોર્ડ અમદાવાદ - ૬

૩. ગુજરાતી દલિત વાર્તા અદ્યતન આવૃત્તિ - ૨૦૧૩ સંપાદન : મોહન પરમાર, હરીશ મંગલમ, ડિવાઈન પબ્લિકેશન, અમદાવાદ.



# Saarth

## E-Journal of Research

### Certificate

DOI:- 2022/VOL5/ISSUE4/18

ISSN: 2395-339X

#### TO WHOM SO EVER IT MAY CONCERN

Sarth E-Journal of Research hereby certifies that the Research Paper with subject **“Munjharo” ma Nirupit Dalit Shoshanni Vartao** sent by **Author(s) Dr. Varsha C. Bhahmbhatt** accepted and is published in our journal Vide Volume 5 Issue 4. We believe that our collaboration will help to accelerate the global knowledge creation and sharing one step further. The journal looks forward to provide continues services.



**ABHISHEK DAHAULIA**  
MANAGING EDITOR



**Dr. J. M. RATHOD**  
CHIEF EDITOR



**BRIJESH THAKER**  
CO-CHIEF EDITOR



Issue: 3 / July. - Sept.  
Vol.: 5 / 2020



ISSN: 2395-339X

# Saarth

## E-Journal of Research

UGC Peer Reviewed,  
Multidisciplinary Research Journal  
Published in  
English, Hindi, Gujarati & Sanskrit

Chief Editor:  
Dr. J.M. Rathod  
Co-Editor:  
Brijesh Thaker

Managing Editor:  
Abhishek Dahaulia  
Surabhi Dahaulia

Published by:  
Sarth Publication, Anand

July To Sept. / 2020 contents

Sr. no	DOI No	I s s u e	Content	Author name
1	5/3/2020	3	Atmnirbhar Bharat Abhiyaa-Time For Industrial & agricultural	Dr Jinal Patel
2	5/3/2020	3	Management for NPA:A challenge for indian banking industry in Post covid era	Dr Mobin Shaikh
3	5/3/2020	3	Covid Pandemic Brings A Digital transformation in Industrial and bussiness	Dr Jinal Patel
4	5/3/2020	3	Domestic Violence against Women	Prof. C. H. Jariwala
5	5/3/2020	3	FEMALE SECURITY AND HUMAN-RIGHT-SUMMARY	PRO-Jigisha.R.Vyas
6	5/3/2020	3	Study On Perception Of Consumers Towards Pradhan Mantri Yojana In Respect To Vapi Region	Darshil Jayker Mehta
7	5/3/2020	3	A study on impact of Demonetisation on Indian Society.	Tathagat P. Patel
8	5/3/2020	3	Effect of Demonetization and GST	Avnit Kaur Chadha
9	5/3/2020	3	Hygiene And Sanitation	PROF. TANVI P DESAI
10	5/3/2020	3	The Tribal Economy: Close to the Nature	PROF. SHANKERBHAI L. ROT
11	5/3/2020	3	CULTURAL CONFLICTS IN THE NOVEL “THE NAMESAKE” OF JHUMPA LAHIRI	Ms. Priyankababen Jashubhai Kharadi, Dr. B. C. Rathod
12	5/3/2020	3	CHETAN BHAGAT'S NOVELS AND ITS CINEMATIC ADOPTIONS	Katara Jigneshbhai Dilipbhai
13	5/3/2020	3	કચ્છના પ્રાચીન સ્થાપત્યો	ડૉ. રાજેશકુમાર મં ગળદાસજાદવ
14	5/3/2020	3	PSYCHOLOGICAL STUDY OF WOMEN EDUCATION AND SOCIAL REFORMATION	D. K Chaudhari
15	5/3/2020	3	સુરેશ જોશીની વિવેચન સૃષ્ટિ	Prof. H.H. Parmar
16	5/3/2020	3	NAYI SHIKSHA NITI 2020	Dr. Kalpana Niranjana
17	5/3/2020	3	હાસ્ય : સ્વરૂપ -પ્રકાર	ડૉ. હરીશ પારેખ

# Saarth

## E-Journal of Research

ISSN NO: 2395-339X

### PSYCHOLOGICAL STUDY OF WOMEN EDUCATION AND SOCIAL REFORMATION

D. K Chaudhari \*

#### ABSTRACT

There are two distinct groups of progressive movements aimed at emancipation of Indian women. Both groups recognized the restrictive and coercive nature of the social customs and institutions. One group opposed these customs and institutions as they contradicted the democratic principles of liberty and freedom. This group was called the Reformers. The other group demanded the democratization of social relations and removal of harmful practices on the basis of revival of the Vedic society in modern India, which according to them, was democratic. This group came to be known as the Revivalists. The social reformers believed in the principle of individual liberty, freedom, and equality of all human beings irrespective of sex, colour, race, caste, or religion. They attacked a number of traditional, authoritarian, and hierarchical social institutions and launched social reform movements to liberate the Indian women from their shackles. Though many of the reformers were mainly men, the reform movement aimed at improving the status of Indian women. But apart from the social aspects, psychological analysis for this issue is also equivalent important.

**KEY WORDS:** Psychology, Women, Reformation, Society, Development

#### INTRODUCTION

Raja Ram Mohan Roy was one of the greatest social reformers of India. He was concerned about a number of evil customs planning the Indian society. These included “Saha Marana” or Sati, female infanticide, polygamy, infant marriages, Purdah, absence of education among women, and the Devdasi system. Raja Ram Mohan Roy led a crusade against the evil and inhuman practice of Sati, in which a widow was forced to immolate herself on the funeral pyre of her deceased husband. Sati was in practice in many parts of India. It was accepted and condoned on the grounds that it would secure “Moksha” for widows. It was also felt that a woman could be led astray if she continued to live after the death of her husband. This feeling was disproved by Raja, who felt that a woman could be led astray even during her husband’s lifetime. In fact, after the death of her husband, a woman is under the protection of her family, so she can be watched over with greater vigilance. Raja strongly refuted the contention that Sati was a free, voluntary act of the widow, and called it a monstrous lie. Raja’s arguments and anti-Sati activities led Lord William Bentinck to legislate for the prohibition of Sati, which resulted in the passing of the Prohibition of Sati Act in 1829.

Ishwar Chandra Vidyasagar was another great social reformer who sought to improve the condition of widows by legalizing widow remarriages. Since he felt that his own life should set an example for others to follow, he took a pledge that he would allow his daughters to study, and married all his daughters after they were 16 years of age. He also pledged that if

# Saarth

## E-Journal of Research

ISSN NO: 2395-339X

any of his daughters were widowed and they wanted to get remarried, he would allow them to do so. He was also against the prevalent custom of polygamy. Justice Mahadev Govind Ranade was instrumental in laying down the foundation of an all Indian organization to carry on the struggle for social reform—the Indian National Social Conference. This organization was the first national institution to carry on collectively, in an organized way, and on a national scale the social reform movement. He took up the problems of widow remarriages and was an active member of a society, which worked for widow remarriages. In fact, the Shankaracharya had excommunicated him for attending the first widow remarriage in 1869. Ranade worked toward educating women. He and his wife started a school for girls in 1884. Maharishi Karve showed great concern for the plight of widows and the problem of widow remarriages. He revived the Widow Remarriage Association and started the Hindu Widow's Home Karve also made efforts to improve the education levels of girls as well as widows. He created the Kane Women's University. His efforts in the movement to liberate the Indian women are of great significance, and the extensive and successful work brought about a change in the attitudes of people towards widows. In order to set an example for others, he married a widow after the death of his first wife. As a result of the social reform movement, a number of institutions and organizations were established. The institutions started by the reformers covered the whole country with their activities.

### **SOCIAL ASPECTS**

Let us have an overview upon the social aspects of then India and its development stage for the reformation. As the education spread widely in the society, gradually the reformations in the society started as a fresh wind and thus the traditional wrong rituals were about to change. Some key transformers of the society who actively participated at this transformation are presented herewith:

**The institutions established during this period are as follows:**

#### **The Gujarat Vernacular Society:**

This social institute was established in 1848. The aim of this institute was to decrease the large-scale illiteracy and superstitious beliefs that was a feature of the Gujarati society. It was associated with all social reform activities concerning women in Gujarat. The society worked for the cause of women through education. It started a number of co-educational schools. It published literature on women's issues in the vernacular press. It tried to organize elocution competitions and provide a platform for women to talk about their issues and problems.

#### **The Deccan Education Society:**

This society was formed in 1884. The society started girls' schools and encouraged education of women in Maharashtra.

# Saarth

## E-Journal of Research

ISSN NO: 2395-339X

### **The Ramakrishna Mission:**

The Ramakrishna Mission was established in 1897. It set up homes for widows and schools for girls. It also gave refuge to invalid and destitute women, ante- and post-natal care for women, and provided education for women to become midwives.

### **The Arya Samaj:**

Though started as a revivalist organization, the Arya Samaj emphasized women's education. Girls received instructions in home science and domestic affairs. Fine arts were also included in the curriculum for girls. It also included instructions in religion and religious ceremonies for women. It provided shelter to distressed women in times of difficulty.

### **The Hindu Women's Education Institute:**

This institute was started in 1896 to meet the demand of women, whether married, unmarried or widowed. By imparting education to young unmarried girls in various fields, it tried to prevent early marriages. It tried to impart skills and education to married women to enable them to carry on domestic life efficiently and economically. It also gave education to widows to make them economically independent.

### **S.N.D.T. Women's University:**

This university was established to meet the needs for higher education for women in such a manner that women's requirements were satisfied. It provided education in the mother tongue. It was established exclusively for the education of women.

### **The Seva Sadan:**

Seva Sadan was started in 1908, with a view to bringing together enlightened women of different communities who desired to work for the upliftment of backward women. Its main activity was to provide social and medical aid to women and children of the poor classes, irrespective of their caste or creed. It also established a home for destitute and distressed women and children. It also provided education to poor women in domestic crafts to enable them to earn a livelihood. The Seva Sadan in Poona was established to educate women in religious, literary, medical, and industrial subjects. It also emphasized on all-round development of a woman's personality. It stressed on economic self-sufficiency of women.

### **The Indian National Social Conference:**

Some of the activities taken up by this organization were—to deal with disabilities of child marriages, sale of young girls, the practice of polygamy, and the issue of widow remarriages. It also took up the problem of access to education for women.

### **All India Women's Conference:**

The primary focus of this organization was women's education as well as social reforms. Its aim was to work actively for the general progress and welfare of women and children. It passed various resolutions in different sessions in order to elevate the status of women. It also dealt with the evils of early marriages, polygamy, and prohibition of divorce.



# Saarth

## E-Journal of Research

**ISSN NO: 2395-339X**

It advocated complete equality for women in property matters. It sought to improve working conditions for women. It also agitated against immoral traffic in women and children, and against the inhuman custom of Devadasi.

### **EDUCATION**

Education is estimated utilizing long periods of tutoring. The general research data determines the long periods of tutoring variable from the most significant level of instructive accomplishment. The first inquiry sorts the most elevated level of instructive fulfilment into gatherings like graduate degree, graduate confirmation or authentication, college degree, testament III or IV, secondary school certificate, and beneath. Appropriately, the long periods of tutoring are determined by the standard span to finish each degree of instructive achievement level. For instance, assuming respondents report that their level of instructive fulfilment is a four year certification, their long stretches of tutoring are set as 15, consolidating twelve years of elementary school, optional school, secondary school, and three years of undergrad review. Psychological practices, social associations, and pay are analyzed as expected components to intervene the impacts of instruction on prosperity. For social contact estimation, the accompanying inquiry is posed: "by and large, how frequently do you get together socially with companions and family members not living with you". The responses range from "Consistently" to "Less frequently than once like clockwork". Finally, the logarithm of genuine yearly expendable family pay is utilized to address pay in this paper to make information more symmetric from the right-slanted appropriation of pay.

### **CONCLUSION**

This review looks at the impact of women education on prosperity utilizing the data. In the wake of tending to the social reformation issue of instruction by utilizing the survey methodology, the discoveries propose that education can further develop women's degree of prosperity, including social prosperity, gluttonous prosperity, positive effect, and a decrease in Psychological Distress Scale. Likewise, this relationship is intervened by proactive tasks, diminished smoking, social connections, and higher pay. All things considered, this examination has constraints. This review is based on the secondary data available online and in depth analytical research was not done. Furthermore, this review utilizes the emotional estimation of prosperity and reformation. In this way, a few objective estimations of prosperity could be utilized to investigate different parts of prosperity, which education might influence. To advance a more significant level of prosperity among women later on, a few arrangement suggestions can be considered to (1) urge women to get a more elevated level of instruction and (2) catalyze the positive relationship. In view of the current insights introduced in the presentation segment, policymakers should keep on working with women and little youngsters' education through specific activities or intercessions. For instance, more prominent admittance to schools for female understudies ought to be exceptionally upheld, by bringing issues to light of the significance of youth instruction among guardians and families.



# Saarth

## E-Journal of Research

ISSN NO: 2395-339X

This arrangement is particularly critical in far off regions, where restricted admittance to education actually exists. For more significant levels of instruction, despite the fact that there is an increment in workforce investment and expanded women levels of education, this can be improved by making more great conditions for women, for example, adaptable working plans, childcare support, and parental leave approaches. Furthermore, orientation pay hole is additionally an issue with Australian women.

Finally, the total intercession of the education, reformation & prosperity relationship by sound practices firmly proposes that holes in conventional education can be moderated by endeavours to increment solid practices, and in these manner interest in general psychological efforts is unequivocally suggested. Besides, successive actual work ought to be embraced or joined into school educational plans to advocate women to have more dynamic lives, in this manner catalyzing the advantages of education on prosperity.

### REFERENCES

1. Mincer JA. Education, Experience, and Earnings. 1974
2. Angrist JD, Krueger AB. Does Compulsory School Attendance Affect Education and Earnings? Q J Econ. 1991;106: 979–1014.
3. Torr BM. The Changing Relationship between Education and Marriage in the United States, 1940–2000. J Fam Hist. 2011; 36: 483–503. pmid:22164893
4. Powdthavee N, Lekfuangfu WN, Wooden M. What's the good of education on our overall quality of life? A simultaneous equation model of education and life satisfaction for Australia. J Behav Exp Econ. 2015;54: 10–21. pmid:28713668
5. Hu Y, Guo D, Wang S. Estimating Returns to Education of Chinese Residents: Evidence from Optimal Model Selection. Procedia Comput Sci. 2014;31: 211–220.
6. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31592177/>
7. [https://en.wikipedia.org/wiki/Female\\_education](https://en.wikipedia.org/wiki/Female_education)
8. <https://www.intechopen.com/chapters/57306>

# Saarth

## E-Journal of Research

ISSN NO: 2395-339X

સુરેશ જોશીની વિવેચન સૃષ્ટિ

Prof. H.H. Parmar\*

### પૂર્વભૂમિકા:

ગુજરાતી સાહિત્યને 'સુધારક યુગ', 'પંડિત યુગ', 'ગાંધી યુગ', 'આધુનિક' અને 'અનુઆધુનિક' એવા તબક્કાઓ પાડીને જોવાનો એક ચાલ પડ્યો છે. આ યુગવિભાજનમાં બે તબક્કા એવા છે જેના પર કોઈ એક વ્યક્તિની જબરદસ્ત પકડ હોય. 'ગાંધીયુગ'માં ગાંધીજી પૂર્ણકદના સાહિત્યકાર ન હોવા છતાં એમની ચળવળો, વ્યક્તિત્વ, વિચારો અને લખાણોનો એટલો મોટો પ્રભાવ પડ્યો હતો કે એમના સમકાલીન એવા અનેક પ્રતિભાશાળી સાહિત્યકારોની ઉપસ્થિતિ છતાં 'ગાંધીયુગ'થી એ તબક્કો ઓળખાય છે. બીજી વાર બન્યું આધુનિક ગુજરાતી સાહિત્યના સંદર્ભે. સુરેશ જોશીએ પોતાની બળવાખોર વિવેચના, મજબૂત આધાર ઊભો કરતી નવલિકાઓ, લઘુનવલના પ્રયોગો, નિબંધો અને કવિતાઓ તેમજ વિવિધ સામયિકો, ઉદાપોહ દ્વારા જે વારાવરણનું નિર્માણ કર્યું તે 'ઘટના' પોતે જ એટલી સક્ષત બની રહી કે આધુનિકતા અને સુરેશ જોશી અભિન્નરીતે સંકળાઈ ગયા. આ ગાળાને 'સુરેશયુગ' કહીએ તોય ચાલે.

ચાવીરૂપ શબ્દો: વિવેચન, સાહિત્ય, સંવેદના, સર્જન, વાચક

### વાર્તા વિવેચન:

ભલે 'મલિયાનિલ'થી વાર્તાઓ લખાવાનો આરંભ થયો હોય, પણ ગુજરાતી ટૂંકીવાર્તાનું કાઠું 'ધુમકેતુ'એ ઘડી આપ્યું. એમણે વિષયો, નિરૂપણરીતિઓ, વૈવિધ્યસભર ભાવો અને અસરકારક અનુભૂતિ વિશ્વ સર્જવામાં અભૂતપૂર્વ સફળતા પ્રાપ્ત કરી તો 'દ્વિરેક' અને 'સુન્દરમે' થોડો જૂદો માર્ગ પણ ચીંધી બતાવ્યો- 'સાવ છેવાડા'ના માણસ સુધી પહોંચવાની મહેનતનું પરિણામ એ આવ્યું કે ટૂંકી વાર્તા એ કલાપ્રકાર હોવાની વાત જાણે ઢંકાઈ જ ગઈ. દેશમાં આઝાદીની ચળવળો ચરમસીમાએ હતી, આઝાદ થવાની વાત હોય કે સામાજિક બદલાવની, શહેર-ગામડાં વચ્ચેના ભેદને સ્પષ્ટ કરવા હોય, હાંસીયામાં ધકેલાઈને સદીઓથી જીવતા માણસોની સંવેદનાઓ હોય કે શહેરીકરણના ચક્રડામાં જોતરાઈ ગયેલા નગરવાસીની દશા હોય- દરેક લેખક નવી સિચ્યુએશન, નવી ચોટ, નવી વાર્તા- કરીને ભાવકના ચિત્તમાં લાગણીના ઉભરાઓ સર્જવાની હોડમાં મથી પડ્યો હોય એવું વાતાવરણ જામ્યું હતું. નિવડેલા પોતાની કેડીઓને મોટા માર્ગમાં પરિવર્તિત કરવામાં પડેલા, નવા એને એનુસરવામાં ને લેખકપણાનો નવો નવો કેફ સ્વાદવામાં મદમસ્ત હતા, હા 'જયંતી ખત્રી' - 'જયંતી દલાલ' કે 'બકુલેશ' જેવા કેટલાક અપવાદો પણ મળે - પણ મોટાભાગનાને મજા હતી જાણીતી ગોળીઓને ચૂસવાની- જાણીતી રીતિઓ, થોડા ફેરફારો સાથે આવતા હોઈ 'નવા' લાગતા વિષયો, વર્ણનો, વિવિધ વર્ગમાંથી આવતા પાત્રો જોઈને આફરિન પોકારી જતા આપણાં ભાવકો મજેથી કથારસમાં ડૂબકાં ખાતા હતા ને કમનસીબે વિવેચકો પણ ખાસ કશી ચિન્તા વિના છબછબિયાનો આનંદ ઉઠાવતા હતા.

1957માં સુરેશ જોશી એમનો પહેલો વાર્તા સંગ્રહ- 'ગૃહપ્રવેશ' લઈને આવે છે. સાથે એમની અતિ જાણીતી થયેલી પ્રસ્તાવના- 'કિંચિત્'-પણ ગુજરાતી સાહિત્યમાં ઝીંકાય છે. આ વાર્તાઓ અને આ પ્રસ્તાવના દ્વારા એમણે રજૂ કરેલ વાર્તા- વિભાવનાએ સર્જકો, ભાવકો અને વિવેચકો- એમ સાહિત્યજગતના બધા જ સ્ટેકહોલ્ડરો માટે ભૂકંપની અસરો સર્જેલી. તત્કાલીન સર્જકો ગીન્નાયા એટલે કે એમની લખાવટ, એમની સિદ્ધ-પ્રસિદ્ધ થઈ ચૂકેલી વાર્તાઓનો છેદ ઉડતો હતો, ભાવકો એટલે નારાજ થાય એવી સ્થિતિ થઈ કે- તૈયાર ભાણે મળતો વાર્તારસ, ચમચીએ ચમચીએ કરાવાતું ભાવન કે રસાસ્વાદ અહીં સહેલાઈથી ઉપલબ્ધ નહોતો- સુરેશ જોશીની વાર્તાને પામવા મથામણ કરવાની જરૂર પડતી હતી, જેની એને ટેવ જ નહોતી. અને વિવેચકો માટે તો સ્વાભાવિક જ આ પડકાર અણધાર્યો હતો.

---

\*Prof. H.H. Parmar, Smt. M.M Shah Mahila Arts College, Kadi

# Saarth

## E-Journal of Research

ISSN NO: 2395-339X

વર્ષોથી તૈયાર મળેલી વિભાવનાઓ, આદિ-મધ્ય ને અંતના ચોખઠાં, પાત્રાલેખન કલાથી માંડી ભાષાના અલંકરણોની પરંપરાગત પદ્ધતિએ આંગળી ચીંધીને બતાવી શકાય એવી રચનાઓ ઉપર તો એમની દુકાનો ચાલતી હતી- એમની પર સુરેશ જોષીએ આકાર, ઘટના તિરોધાન, લીલા પ્રવૃત્તિ અને રુપાન્તરણ સિદ્ધ કરવાની વાત મુકી સાથોસાથ સાહિત્યનું પ્રયોજન- ચેતો વિસ્તાર, ચેતનાના પરિધિને વિસ્તારવું-એમ કહીને રીતસરના ચાલ્યાં આવતાં ચોકઠાંઓને ઉખાડી ફેંક્યા. આ સ્થિતિ અસહ્ય હતી બધાં માટે અને એટલે જ એના પ્રત્યાઘાતો પણ બહુ આકાર પડ્યા હતાં. શરુઆત ‘ગૃહપ્રવેશ’ની પ્રસ્તાવના લખી આપનાર ત્યારના અગ્રણી વાર્તાકાર શ્રી ગુલાબદાસ બ્રોકરથી જ થઈ ગયેલી..! પછી તો જાણીતા અને અજાણ્યા, ક્યારેક નનામા તો ક્યારેક ઉછીના નામ ધરીને કેટલાય વિવેચકોએ સુરેશ જોષીની વિચારણાને અને એમની વાર્તાઓ વિશે- ‘એમની વાર્તામાં પ્રતીકો અને કલ્પનો આવવા ખાતર આવે છે’, કશી અનિવાર્યતાથી નહિ’, ‘બીન જરૂરી પુનરાવર્તનો’, ‘એક જ સરખા કલ્પનો’, ‘પ્રતીકોની ભરમાળ’ ‘સંવેદનવિશ્વોની એકવિધતા’ -વિશે બળાપા કાઢવામાં આવ્યા, કેટલાકોએ એમની વાર્તામાંથી એકસરખા શબ્દો, પ્રતીકો, પદાવલિઓ- અલગ કાઢી યાદીઓ કરીને કહ્યું કે ‘જુઓ આ વાર્તામાં કશું જ નથી’.

સમકાલીન એક સર્જકે તો સાવ સામા છેડે જઈને કહ્યું કે ‘હું તો ઘટના વિના એક ડગલું પણ ભરું નહીં’- ‘ઘટના નહીં તો વાર્તા નહીં’- એવા લેખકો બમણા જોરથી સુરેશ જોષી ના વિચારોથી વિપરિત વાર્તાઓ લખવા માંડેલા- આ ગોકીરો એટલો મચ્યો ને વિદ્વાન વિવેચકો, સુપ્રસિદ્ધિમાં ન્હાતા લેખકોની આવી બૂમરાણે ગભરાયેલો ભાવક- બીચારો ગૂંગળાઈ ગયો. સામાન્ય રીત તો એવી છે કે, માણસને નવું ગમે છે, માણસમાં વિસ્મય જન્મે તે તો સૌને ગમે, કંઈક નવું હોય એટલે ખચકાટ જરૂર હોય પણ સાથોસાથ એ મનોમન નવું જોવા-સ્વીકારવા અને એની મજા લેવા તૈયાર થવાય મથે- પણ બૂમરાણ એટલી મચી કે કેટલાક વિવેચકોએ તો સુરેશ જોષી ઉપર એવું આળ પણ ચડાવી દીધું કે ‘એમણે ગુજરાતી ટૂંકી વાર્તાથી વાચકને વિમુખ કરાવી દીધો’. હજી પણ સામાન્ય છાપ એવી જ છે કે, સુરેશ જોષીને વાંચવા અઘરા પડે.

આવું કેમ થયું છે ?- એ સમજવા જેટલી આપણે સૌએ સહુષ્ણુતા દાખવવી પડે. સંસ્કૃત, અંગ્રેજી, બંગાળીથી માંડી વિદેશી સાહિત્યથી જે સમૃદ્ધ થયેલા છે એ સુરેશ જોષી ઈચ્છે તો તમને ને મને ગલગલિયા કરાવે એવી પ્રણયકથાઓ, જાસૂસકથાઓ કે પછી ગોવર્ધનરામ કે ‘દર્શક’ જેવી ઉભયમાર્ગી પ્રશિષ્ટ કથાઓ ઘસડી શકે એવી પ્રતિભા તો ધરાવતાં જ હતા- છતાં એ માર્ગ છોડીને શા માટે સરસ મજાની ચાલમાં રમમાણ એવા ગુજરાતી સાહિત્યને ઉપર-તળે કરવાની અને આવું આળ માથે લેવાની ઉધામાત એમણે કરી હશે ? એ સમજવા એમની રચનાઓને, એમની વિવેચનાને, એમના વિચારોને સમજવા પ્રયત્ન કરવો પડે. સદનસીબે- એમની હયાતીમાં જ એ પ્રયત્નો શરુ થઈ ગયેલા. અને હવે સમય એવો છે કે, માત્ર આધુનિક જ નહીં, પછીના અનુઆધુનિક કે કન્ટેમપરેરી ગુજરાતી સાહિત્યને સમજવું હોય તો પણ સુરેશ જોષીને સમજ્યા વિના ચાલે એમ નથી- એ એમનું પ્રદાન છે.

આ વાર્તાઓ આજે વાંચીએ છીએ ત્યારે ગુજરાતી સાહિત્યએ વચ્ચેથી છએક દાયકા વટાવી દીધા છે. એમની સાથે જ જેમની વાર્તાઓ પ્રકાશિત થતી હતી એવા કેટલાક વાર્તાકારો બદલાયેલા પ્રવાહો સાથે કદમ મિલાવીને આજે પણ સક્રિય છે- આજે ફરી પાછા સહેલાઈથી હાથમાં આવે એવી ઘટનાઓ, પરિવેશ, પાત્રો, મૂલ્યો, કશાક સંદેશ, કોઈ વાદ, વર્ગ કે આરંભ-મધ્ય કે અંતની વાર્તાઓના યુગમાં આવી પહોંચ્યા છીએ પણ એને તપાસીએ તો પણ સુરેશ જોષીએ જે પ્રયુક્તિઓ, જે રુપાન્તરણ અને ભાષા સાથે કામ લેવાનો વિશિષ્ટ આગ્રહ રાખેલો તેના સુ-ફળ જોઈ-પામી શકીશું. એમને વિરોધભાવે કે સમર્થનભાવે વિસારી શકીએ એમ નથી.

એમના કુલ પાંચ વાર્તાસંગ્રહો- ‘ગૃહપ્રવેશ’, ‘બીજી થોડીક’, ‘અપિ ચ’, ‘ન તત્ર સૂર્યો ભાતિ’, ‘એકદા નૈમિષારણ્યે..’માં કુલ વાર્તાઓ જોઈએ તો 62 જેટલી થવા જાય છે. અને શિરીષ પંચાલ કહે છે તેમ- સુરેશ જોષી જેવા સર્જકો ભિન્ન ભિન્ન કૃતિઓ દ્વારા એક આખું વિશ્વ ઊભું કરતા હોય છે. એટલા જ માટે આવા સર્જકોની બધી કૃતિઓને એકસાથે ધ્યાનમાં રાખવી પડે. [સુરેશ જોષીનું સાહિત્યવિશ્વ(કથાસાહિત્ય) પૃ.15, પ્ર. ગુજરાત સાહિત્ય અકાદમી. ગાંધીનગર] અને આમ પણ સુરેશ જોષી આપણે જે રીતે સાહિત્યસ્વરૂપોની વિભાવનાઓ બાંધીએ છીએ એનો સ્વીકાર કરવાને બદલે એને વિવિધ ‘રસકોટિઓ’ તરીકે ઓળખાવતા હતા. એટલે એમના નિબંધો, વાર્તાઓ, લઘુનવલના પ્રયોગો કે કવિતા બધામાં તમને કશીક સર્ળગસૂત્રતાનો, કશાક સમાન સંવેદનવિશ્વનો અનુભવ થતો હોય છે. એને મર્યાદારૂપે પણ જોવામાં આવ્યું છે તો સામે છેડે કહી શકીએ કે આ એક એવો સર્જક છે જે પોતાના ચિત્તમાં

# Saarth

## E-Journal of Research

ISSN NO: 2395-339X

પડેલું છે એને મૂર્ત કરવા, ઉત્તરોત્તર વધારે સઘન, વધારે આકારબદ્ધ, વધારે રૂપાન્તરિત કરીને આપણી સામે લાવવા ઈચ્છે છે અને એટલે વિવિધ ટેકનિક- પુરાણકથાઓ, દષ્ટાંતકથાઓ, પ્રતીકો, સન્નિધિકરણ, કપોળકલ્પનાઓથી માંડી વિવિધ ઓઝારો વાપરી વાપરીને એક અ-પૂર્વ એવો સર્જક ધર્મ બજાવી રહ્યાં છે. એ સમાજ પાસેથી સીધેસીધું ઉછીનું લેતા નથી, વિવિધ વિચારો, સંદેશાઓ, સિચ્ચુએશનો, અપાર માનવમહેમરામણના પ્રશ્નો, જાણીતા સામાજિક પ્રશ્નો- આદિમાં જવાને બદલે એ પોતાની સાચકલી અનુભૂતિ છે- એ એમની આસપાસનું જગત બદલાઈ રહ્યું છે, ખાસ કરીને ભય અને કૂતુહલની આખી દુનીયા ખોઈ નાંખી છે, આસપાસના પરિવેશને, પ્રકૃતિને બાદ કરીને જ જીવવા લાગ્યા છીએ-પરિણામસ્વરૂપ જે ગુમાવ્યું છે તે, આજના આપણાં જીવનમાં ખોખલાઈ હોવા છતાં ટકાર ખડું હોવાના દમ મારતું જીવી રહ્યું છે- એ છળને, એ હકીકતના મૂળ સુધી જવામાં રસ ધરાવે છે. આ પ્રશ્નોથી પલાયન કરવાને બદલે પોતે શૈશવમાં ને પછીથી પણ જીવનરસનો સાચો અનુભવ કર્યો છે એ બંનેને સામસામે મુકવાની મથામણ કરે છે. પાછી આવી મથામણ પણ જાણીતા અને સાવ જ લપટાં પડી ગયેલા રસ્તે નહીં- સાથોસાથ કલાકૃતિનું ઉચિત ગૌરવ થાય, કલાકારનું સાચું ગૌરવ થાય એ રીતે. એ સમયની સાથે વાસી થઈ જતાં વાર્તાકારને નથી ઈચ્છતા એટલે કલાધર્મનો આકરો રસ્તો શોધવાની મથામણ કરે છે. આમ કરતા આ વાર્તાકારને થોડી વધારે ધીરજથી સમજવો રહ્યો.

(1) ટૂંકીવાર્તા વિશે એમણે પહેલી વાર કહી તે સર્જનના પ્રયોજનની- અને એ છે લીલા. અને આ લીલા શબ્દને વધારે સ્પષ્ટ કરતા કહે છે- ‘અહૈતુક નિર્માણની પ્રવૃત્તિ’. પછી વાતને આગળ વધારતાં કહે છે કે- ‘સ્થાયી ભાવ આઠ કે નવ ગણાવાયા છે પણ એ બધામાં વિસ્મયનો અંશ અનિવાર્યતયા રહ્યો જ હોય છે. આ વિસ્મય જ આપણી ચેતનાને વિસ્તારે છે. રસમાત્રનો આદિ સ્રોત આ વિસ્મય જ છે. એને ચમત્કાર કહો કે ચેતોવિસ્તાર કહો, એ જ સર્જન માત્રનું પ્રયોજન છે.’[કિંચીત્. સુરેશ જોશી.નું સાહિત્યવિશ્વ(કથાસાહિત્ય) પૃ.-11.]

(2) બીજી વાર કરી તે તિરોધાનની, પરિહારની. વધું સરળ કરવા કહ્યું- ‘આપણે જે કહેવા ઈચ્છીએ છીએ તેને એનાથી જેટલે દૂર જઈને કહીએ તેમ વધારે મજા પડે. રમતમાં પ્રતિપક્ષી જેમ વધારે હંફાવે એવો હોય તેમ વધારે મજા.’

(3) ‘સૃષ્ટિના સર્જનનું કેન્દ્ર માનવી છે એ માન્યતાને ઘડીભર અળગી કરીએ ને સામે છેડેથી જોઈએ તો ફરી આવીને ઊભા રહીએ fantasy આગળ..! નહીં ખાતરી થતી હોય તો બાળકની કીડા જુઓ, એમાં ખુરશી ગુસ્સે થાય છે, લાકડી ઘોડો બને છે. બાળકમાં જીવનનો એવો તો ઉચ્છલ સ્રોત વહે છે કે એ પૂરવાળી નદીની જેમ વસ્તુવસ્તુના પાર્થક્યના કાંઠાને તોડીને બધું સમતળ કરી મૂકે છે. લાકડી, ખુરશી, ખીલો, ઢીંગલી - બધું એની સમક્ષ બનીને જીવવા માગે છે. બાળક બધાંને જીવનની લહાણ કરે છે. કળાકાર પણ ! એટલે સત્યના સર્વાશ્વેષી પ્રસારમાં તો fantasy ને absurdity પણ સમાઈ જાય છે. સત્યના આલિંગનની જે બહાર રહ્યું તેની ક્ષમ્તિ ? સત્યના ઘણા મૂલ્યવાન અંશો આ fantasy અને absurdityની અંદર દટાઈને પડ્યા રહ્યા છે. કળાકાર સિવાય એનો ઉદ્ધાર કરવાનું બીડું કોણ ઝડપે ?

(4) ‘જ્ઞાનગત સત્યો તો ગોચર છે જ, એને પ્રગટ કરવામાં કળાનો વિશેષ રહેલો નથી. કળાનો વિશેષ રૂપવિધાનમાં છે, નવ-નિર્માણમાં છે.’ સતત પર્સપેક્ટિવ બદલતાં રહેવા પડે, સીધું કથન કે એક જ બાબતને ફોકસમાં રાખીને વાર કહેવાને બદલે એકાધિક પરિમાણો, સન્નિધિકરણ, પારદર્શિતા, ક્રિયાત્મકતા ઉમેરવી પડે- નવી રીતે કહેવું પડે.

હવે, એમની કેટલીક વાર્તાઓને પ્રત્યક્ષ રીતે તપાસીને એમની વાર્તા-વિભાવનાને પણ સ્પષ્ટ કરતા જઈએ.

‘ગૃહપ્રવેશ’ની મોટાભાગની વાર્તાઓમાં પરમ્પરા સાથેનો અનુબન્ધ સ્પષ્ટ વરતાય છે, સાથોસાથ એ પોતે જે નવો રાહ લેવા ઈચ્છે છે તેના પ્રયોગ કરવાનું વલણ પણ આ રચનાઓ સાથે ક્રમશઃ વિકસતું દેખાઈ આવે એવું સ્પષ્ટ છે. જે કહેવું છે, એનાથી દૂર રહીને કહેવાની લીલા રચે છે. એ માટે એમની પ્રિય પ્રયુક્ત રહી છે સન્નિધિકરણની. ઘણી રચનાઓમાં આ ટેકનિકનો આશ્રય લીધો છે. આરંભની ‘જન્મોત્સવ’ કે ‘નળદમયંતિ’ જેવી રચનાઓમાં આ ટેકનિક એટલી ઘનીભૂત થઈ નથી એ જોઈ શકીએ છીએ-તેમ છતાં સમાન્તરે બે ઘટનાઓ, દશ્યો મુકીને કંઈક ત્રીજું જ પરિમાણ સર્જવાની દિશામાં એ સફળ રહે છે. કૃષ્ણજન્મનું દૃષ્ય અને સમાન્તરે જ મણકીની કૂંખે જન્મતા બાળકની ઘટના- બંને છેવટ જતાં બેકગ્રાઉન્ડમાં રહી જાય અને જે ઘેરું સંવેદનવિશ્વ સર્જવું છે તે મુખ્યરૂપે ઉપસી રહે તો ‘નળદમયંતિ’-ની ચિત્રાનો જીવનસંઘર્ષ અને નળ-દમયંતિનો જીવનસંઘર્ષ ભલે ધરાતલ જૂદાં હોય, પરિમાણો જૂદાં હોય પણ

# Saarth

## E-Journal of Research

ISSN NO: 2395-339X

સતિત્વના નવાં જ પરિમાણ સાથે, સાથોસાથ સૂક્ષ્મ આંતરસંઘર્ષ અને જીવનઆનંદ બ-બુબી આકારિત થતો અનુભવીએ છીએ.

‘વાર્તા કહોને’ ની ચંપા- જે ગતિએ ઈન્દુભાઈના ઘરમાં પ્રવેશે છે, ચાંગળે ચાંગળે ઘી ખાય છે- એ, એ દરમિયાન ઈન્દુભાઈની પોતાની બાહ્ય અને ચૈતસિક સ્થિતિ કેટલા આછા અમથા લસરકે આપણી સામે ઉપસી રહે છે. આરંભના સંકેતોથી બંધાતી વાર્તાની દિશા ક્રમશઃ અંત આગળ આવતા કેવા કારુણ્યને, સાથોસાથ વાત્સલ્યને પ્રગટાવે છે તે સુરેશ જોશીની સર્જકીય પકડને સ્પષ્ટ કરનારી છે. આ વાર્તા સીધી જ તત્કાલીન પરમ્પરા સાથે જોડાયેલી અનુભવીએ છીએ. પણ એમાં આલેખનની આંતરરીતિ બદલાઈ ગઈ છે. ચંપાની ક્રિયાઓમાંથી જન્મતો નિઃસંતાન હોવાનો અભાવ ને સામે છેડે અચાનક આવી પડેલી આ સ્થિતિમાં ઈન્દુભાઈનું વર્તન, મૃત્યુ પામેલી પુત્રી સાથે સધાતું સન્ધાન આ વાર્તાને નવતર બનાવે છે.

આ રચનાઓમાં પ્રયોજેલી ટેકનિકને તેઓ હાથવગી કરતાં કરતાં ક્યાંના ક્યાં લઈ આવ્યા છે- એ ‘રાક્ષસ’, ‘કપોલકલ્પિત’થી માંડી ‘બે સુરજમુખી અને’ સુધીમાં વિકાસતારૂપે જોઈ શકીએ એમ છીએ. આરંભની વાર્તાઓથી જ ખપમાં લીધેલી આ પ્રયુક્તિને જુદી જુદી રીતે, જૂદા જૂદા સંદર્ભો સાથે, વધુને વધુ ભાતીગળ રીતે આલેખતા રહ્યાં છે.

સુરેશ જોશી.ની વાર્તાઓમાં આવતા સ્થળો, પાત્રોના નામો, પુનરાવર્તિત થતાં રહેતા કલ્પનો, ક્યાંક એક સરખાં લાગતાં અધ્યાસો આદિનો સ્વતંત્ર અભ્યાસ પણ કરવા જેવો છે. મને એવું લાગ્યું છે કે આમ થવા પાછળ સુરેશ જોશી.ની મર્યાદિત એવું અનુભવ જગત નહીં પણ ચોક્કસ આગ્રહને પ્રગટ કરવા માટેની મમત જવાબદાર છે. મર્યાદિત લાગતા વિષયો પાછળ એ સંવેદન, એ વાત, કે વિષયને નવી નવી રીતે પ્રગટ કરવાના, રૂપનિર્માણ કરવાના પ્રયત્નમાં રત રહ્યાં છે. અને જેટલું આલેખ્યું છે એનાથી અનેકગણું એ અનુભવી ચૂક્યા હશે- એવું ચોક્કસ કહી શકીએ. કેમકે, એ જે રીતે જગતને જુએ છે, અને જોયા પછી એ જે નવું જગત સર્જવાની તીવ્ર ખેવના ધરાવે છે- એ ભાગ્યે જ કોઈ ગુજરાતી લેખકમાં જોવા મળી છે, કે મળશે.

### સંદર્ભસૂચિ:

1. સુરેશ જોશીનું સાહિત્યવિશ્વ (કથાસાહિત્ય) પૃ. 15, પ્ર. ગુજરાત સાહિત્ય અકાદમી. ગાંધીનગર
2. કિંચીત્. સુરેશ જોશી.નું સાહિત્યવિશ્વ(કથાસાહિત્ય) પૃ.-11.
3. એજન. પૃ-176.
4. એજન પૃ.187-88
5. એજન. પૃ.-224