

□□□□□□ □□□□

કોકીલા શાહ ઠે વચ્ચે ધના હત તીંચાથી બળ લકવાની સાથેજીવી થહીયા છે. તેને અપંગત ઠ ટલી બ્ધી તીં થસ નથી આપતે પણ શહેઅં ઘાતે સુવધિનો અભવ. તેકહે છે કે નગચ્ચયિજક ઘણા બ્ધ અપંગ લોકોની જૂથીચાતત્ક ઠ્હુ લાગણીશૂન ઠય થહે છે. મ્ને તથી પોતે મટે જો પોશાક ખથીદવા મટે બ્હાઇ જવુ હોય તે મટે થકિ ઠ ધામં ઠેસવુ પડશે અને દુકાનદાઇ નુમ્ના લાવે તીંચા સુધી થહ જોવી પડશે. આનુ કાથ્થા ઠ છે કે શહેઅં ઠ ક પણ પગદંડી નથી જેના ઉપર ઢળતે થ્સ ઠ તે હોય અથ્મા કહેથે હોય કે જેનો આઘઇ લઈને ઠ ક અપંગ વ ઠયક ઠ તિપહોથી શકે.

મ્ને ખબર છે કે લોકો ઠ્હુ મ્દદૂપ છે, પણ વાસ ઠ ત્મમં અમથ જેવા અપંગ લોકોને ભન કથવે છે કે અમે કોઇ ઉપર નથિ ઠ્હુ નથી અને તેવસ ઠુતઅમ્ને મ્દદ કથ્થે. પણ પુણે મ્હાનગથ્થાલકિ નગિમ્ની મ્દદ સીવાચ અમે પોતના મટે કંઈ કથી શકત નથી. પુણે મ્હાનગર પાલકિ બલિ ઠય ઠસ, ઘસ ઠ પતિલ અને સાથ વજનકિ જગ ઠયા ઠ ને કહેથ અને ઢળત થ્સ ઠ ત ઠનાવવા મટે ફ્થજીચાતકેમ કથત નથી કે જેનાથી અપંગ લોકોને મ્દદ મ્જો. અમટે લોકોની ઉદાથત ઉપર શું કથ્થા નથિ ઠ્હુ થહેવુ પડે ? મ્ને સમ્જાતનથી કે અમથ મટે વશિધિ ઠ ઠ્હુની સેવા કેમ નથી કે જે પેડાવાળી ખુશીવાળા વાપથી શકે ? અમથ વધિ કોઇ પણ વચિઇ કેમ નથી કથ્થુ ? ઠ શહેથ્થા વહીવટી ખાતના અઘકિથી સાથે વાતકથી આવી થીતેપણ ઠ વચિઇ કથ્થુ ઠો કે આપણે આ ઠ્હુપૂર કથી શકીયે જો આપણે ઠ કત ઠ મ્નીને સામ્નો કથીયે. મ્ને લાગે છે કે લોકો મટે આ મ્હતી વનુ છે કે મથ જેવા લોકો સાથેમ્નીને પોતના અઘકિથે મટે ઠુંઠેશ કથે. જે ઠ ને આમં થ્સ છે તે contact@aarogya.com તેથીને આ સાઈટ ઉપર મ્ની શકે છે.

□□□□□□□□ □□□□ □□□□□.

હું કુંટુંબની છ બળકોમં સૌથી નાની દીકથી હતી. છાયા ઠ ક અચ્ચિાળ દીકથી હતી જેના ઉપર પ ઠે અને લાગણી હંશા વચ્ચે ધાતે. તેમી દુખની વાથ ઠત ૧૯૬૫ ચચનઝિ આક ઠથ્થા પછી ત્પતજ ચલુ થઈ, તેથી ઠ પપ૦ સી.સી. લોહી સૈનકિને દાન કથ ઠયા પછી, ઠ ક ઘસ ઠ પતિલની પથથી ઉપર કમ્માથી પીડતિથ્થને પડી.

આ સમ્થે તેથીના ઠંને પગમં તેવ ઠ દથ ઠ ઠયા લાગ ઠયુ. તેથી કહે છે " આ થ્થા પછી હું બીમથ પડવા મંડી. તેદથ્થ ઠયાન ઠ મથી વદિ ઠયાની પદવી ગ ઠથવજિ ઠાનમં ઠ સ ઠડીટી, મ્હાવદિ ઠયાલયમંથી સંપુથ ઠા કથી અને અઘ ઠયાપકની પદવી જાળવી. પણ મટે તેથેકવી પડી કાથ્થકે મ્ને સંઘવિા થ્થો અને પગ ઉપર ચમ્ડીની સમ્સ ઠયા ઠ દેખાવા લાગી જે ઠ સથ્થા મટે તેથાઇ ન હતી. આ તીંચાથે થ્થુ જ ઠયાથે મથે ભઈ મ્ને the All India Institute of Medical Sciences (AIIMS), Delhi લઈ ગયો. ક ઠયાથેક મથી સાથ્થાઇ દથ્થ ઠયાન કેટલાક ઇંજેકશનો જે મ્ને આપવામં આવ ઠયા હત તેમ્માથી મથ ઠંને પગમં સડો ચલુ થઈ ગયો. ૧૬ ઠ કટથેના જુથજે મથ કસિ ઠા ઉપર કામ કથત હત તેમ્થે મથ ઠંને પગ કાપી નાખવાનુ નક ઠ કી કથ ઠયુ. મથી સ ઠથિને લીધેમ્ને ભથે ભુલ આપી શકત નહી અને ઠ કટથે જે મથ ઉપર શસ ઠ તી થક ઠથિા કથત હત તેમી મ્ને જાણ હતી."

મેહત મટે આ આઘાતઠ્હુ દથ ઠનાક હતે. તેથી કહે છે " હું તેમ્ને મથ પગ નહી કાપવા મટે કહેવા લાગી પણ મથ અવાજને ક ઠયાચ જગ ઠયા ન મ્ની." પછી તીંચાં કેટલીક ગુરંવણો વકિસતિથ્થ કાથ્થકે તેથી ઠ દુખ ઠ છુ કથ્થા ઠ કટથ્થી સલાહ લીધ વીના દવા લીધી. "તેમી આડ અસથ્થને લીધેઉરુ અને નીરુ લોહીનુ દબાઇ ચલુ થ્થુ, તેમ્મા ગુથ્થા નધિ ઠ ફળ થ્થા, તેમ્મા ઠાઠુ ફેફસુ પડી ભંગ ઠયુ, ઠંને આંખોમં મેતયિો આવ ઠયો, મ્થેહ, હાડકા બ્હડ થ્થા લાગ ઠયા અને થક ઠમ્માહનિ ઠ સંકોચવાને લીધેલોહીનો પ ઠથ્થાહ ઠ છે થ્થો. આ ઠ ખતવવા મટે કે દવા ઠ ફક ઠતડોક ઠથ્થી સલાહ પ ઠથણે જ લેવી જોઈ " મ્હેત કહે છે.

ચથવદિ દથ્થ ઠયાન મેહત ઠ કૃત ઠથિ અવચવો ઠેસાડવા મટે કોશશિ કથી, પણ તેથીને નથિશાનો સામ્નો કથ્થો પડ ઠયો. તેથી કહે છે "મૂ શથીઇ આ ભઇ નહી લઈ શક ઠયુ, જે મથ ઉપર ઠ ક આઘાતહતે. આ મથ મટે ઘણુ લાગ ઠયુ કે હું મથ પોતના પગ ઉપર ઉભી થ્થી શકીશ. પણ ઠ ક પેડાવાળી ખુશીની મ્દદથી હવે હું તેમ્મા સથ્થ થીતેસંચલન કથી શકીશ. તીંચાથ્થી હું હસ ઠલ્લામં હંશા નપિુથ ઠા હતે ઠ ઠલે ઠે તેમ્મા ઠ ક વ ઠયવસાય ત્થીકે સ ઠ વીકાથ ઠયો. મ્ને મતિ ઠે અને પડોશી પાસેથી ઘણા બ્ધ નથિ ઠેશો મ્જો છે. મ્ને સ ઠવચ ઠીચ વજિય મ્થ ઠ ઠ પાસેથી પુનઃવસવાટ કથ્થા મટે ઠ ક દુથ્થ વની સંચઇ કથ્થાનુ ચંતી ઠ મટે ઠ ક કેબીન મ્ની છે".

આતી મ્નથિ ઠ્હુ થ્થા મટે અને બીજા ઉપર પથ્થશ નહી થ્થા મટે ઠ મૂ સૌથી મેટુ લક ઠ ઠ હુત જે ઠ ને આ વધિ વઘથે જાણકાથી જોઈતે હોય તે તેથીની ઠેનને kiran@kiranarts.org ઇમેલ કથે.

સ ઠવચ ઠીચ છાયા મેહતની સદિ ઠધી .

અપંગો મટે પ ઠેથ્થાતી મ્ક કવતિ ઠ .

□□□□□□□□□□□□ □□□□□□.

જાયાએ ૨૧ વર્ષ ધની ઉંમરે નાચેનું દુઃખ અનુભવ્યું તેને એવો અનુભવ મળ્યો, તેને પગનો લકવા થઈ જશે તે ધરતીનું ન હોત તે કહે છે " શૂંચાત્મક અને વૃદ્ધ લાગતું કે કાઠક કપાઈ ગયું છે. ડાક્ટરે તેમની લીધુંકે અને પગનો લકવા થઈ ગયો છે તે અને ખબર છે, પણ અને ન હતી. તેણે અને જણાવતું તેણે અને કેટલોક સમય લીન થઈ લાગતું. તે ફક્ત તેમને ત્યાં જાએ ખબર પડી જાયાએ મથ પગને હલાવતું પણ તે હલાવતું નહીં, ત્યાં અને સમજાવતું કે શું થયું છે."

દાણાને આશરો આપવા લાગશે કે હું ઉદાસ અથવા ગુસ્સાને નહીં આપું અથવા તેની કોઈ વાત જ નહીં થઈ. હા, અને ગુમવવાનો અફસોસ થયો અને હું ચર્ચા દોડી નહીં શકું તેની ખોટ સમજાઈ અને હવે હું પેડાવાળી ખુશીની સીમ સુધી છું, પણ આ તરફ કામચલાઉ જાણ દી ધ્યાન આવી ગયો.

એ વાસનામં વસનામં તુજાખબર પડી કે મથી મં ઉજા જડ થઈ ગઈ. મથ મતપતિ અસવસ થઈ ગયા અને તે હું હતી જેણે તેને કહ્યું કે હું જાણ દી ચલતી ફરતી થઈ જઈશ અને ચોગતી થીતસામન્ય નચિમતિજીંદગી જીવી શકીશ.

શૂંચાત્મક અદુર હુત આંતરડા અને મુત્તિ થયેલ ઉપર હું નચિત્તી થઈ ગુમવી બેઠો હતો. તેને પેડાવાળી ખુશી વાપરવા મટે મુશ્કેલ પડશે પણ હું વચિત્તી છું કે હું તેની સાથેકેવી થીતસોદો કથી શકીશ. તે નોંધલીધી કે અપંગ લોકો જે ધ્યાન જનાથ છે તે સાથે થીતકથી શકે છે. તે વાસનામં ત્વકિ થીતસથળ છે. જો અને ચેપડી ખીદવા મટે ક દુઃખનમં જવુ પડે અને હું મથી પેડાવાળી ખુશી સાથે આ પગદંડી રડી ન શકું તે હું ક આસપાસ જત વચક તપાસેથી મદ મગી શકું છું. લોકો જેને મદની જૂથ હોય તે તે આપવા આનંદથી મદ કરશે, જે તેને કોઈને આપણે કામ આપવા તેની જાણ થશે અને તેની મૂલ કામ પણ થઈ જશે.

જો હું મથી ખુશીમં બેસીને મથી આ સંથિ બખ્તઉદાસ થઈ જાઉં અને લોકોને ન મળી શકું તે અને વધે દવાપાત્રી લાગશે કે હું પેડાવાળી ખુશીમં બેઠો છું. અને લાગે છે કે અપંગતની સાથેલોકો સંકોરૂપ ન થયું જોઈ અને મદ મંગવી જોઈ. તેમં કાઈ ખયબ નથી. જાયાં સુધી મથી સવાલ છે, હું અપંગ હોવાનું મહેસુસ નથી કરતો જાયાં સુધી લોકો અને કાંઈ પુછવા આવે છે.

હું હંમેશા મથ અનુભવો બીજા સાથેવહેરવા મટે તૈયાર થું છું, જેમને તેની જૂથ છે. હું વાસનામં ત્વકિતમં લોકોને જઈને મળવા મટે તૈયાર છું, તેને મદની જૂથ છે અને અમે અનોપચયકિ થીત ક બીજાના દયે તેને મળવા જઈ છીં. અને લાગે છે કે જો આપણે ક બીજાને મળી તે જ કબીજાને મદ કથી શકશું. સંકોચવા વીના મથી સંપથ ક સાથે contact@aarogya.com.

દુખને જાણવું છે કે કાયાં તેને હાથેથી રલાવત સ વચંગતશીલ ઉપકરણો ભયમં મળશે.

□□□□□□ □□□□□□□□.

" હું મથ બંને પગ અકસમં મતમં ગુમવી બેઠો છું. મથી અનુભવ છે કે ડોક્ટરે વૈદકચિ થીતદચ્છીનો ઉપચય કરે છે, પણ પછી તેમની સાથે શું કરવું જાણત નથી. ઘણીવાર ડોક્ટરે મથી પાસે તેના દચ્છી મેકલે છે અને પુછે છે કે હું કેવી થીતમથ અનુભવની સાથેતેને મદ કથી શકીશ. હમ્યા જ બીજા દચિસે ક સતી થી પેડાવાળી ખુશી ઉપર બંધચેલ હતી અને બહુ નીરુ અનુભવતી હતી. હું તેણીને ક સતી થી મીતી જે પેડાવાળી ખુશીને આધીન હતી તેને મળવા લઈ ગઈ. પોતની ભવનાને વહેચીને તે બંને તેમની અપંગત સાથેથહતમહેસુસ કથી અને હવે તે સાથે થીતનચિત્તી બેસી ગયા છે. આળી પડેલ જગત્યાને કેવી થીતસાથે કચ્છી ની મુખબતજાણકાથી, પગને કેવી થીતવચવવા, કેવી થીત રડેલ ડોક ટચ્છી દુર થ્દેવુ, જે તેને ઘસ પતિલમં શખિવવામં નથી આવતુ હું યસ તમંથી આ શીખતું છું."

□□.□□.□□.□□□□□□□□.

ડા. ર.દાડીવાલ જે ક જુવાન ડોક્ટર છે અને કચ્છકિ દીની શૂંચાત્મક તેને ક દુર ભગતપુથા અકસમં મત્તે લીધેપગમં લકવો થઈ ગયો. ડા.દાડીવાલ આથેગતની સાથે ક સહાયક જુથચલુ કચ્છી છે જેનું લક ધર ચ કરવા ક મર બનાવવુ અને લકવાવાળાની જૂથચાત્તો ઉકેલ લાવવા કે જેનાથી તે સાથે જીંદગી જીવી શકે.

□□□□□□ :

Dr. H. S. Dhaliwal

C/o Col. S. S. Dhaliwal

12/1, Stavely Road,

Behind Wanawadi Post Office,

Camp, Pune, Maharashtra, India.

□□□□□□ □□□□□□.

મથી દૃષ્ટી,પર : " હું લક્ષ્મી સાથે જીવવા કેવું મહેસુસ કથી થઈયો છું. મથી જીંદગી ઉપર લેખી કેવી અસર થઈ છે અને લેખી સાથે હું કેવી થીતે વહેવાર કથી થઈયો છું." હેલો લો, હું સંદેપિ ખતતરૂપ વચ્ચે ધનો છું. મથ લગી ન થયા છે અને મને ઠે વચ્ચે ધનો દકિયે છે. હું વલિ સન મ્હાવદિ ચાલત્યનો વચિ જાનનો સ નાત્ક છું. હું DTP ચલક સહતિકાથ ચાલત્યના મદનશિ ત્થીકે, સીપલા કથી ક ઉપશામ્ક દવાનુ કાળજીનુ કેન દ ં, વાથ્જે, પુણેમં કામ કૂ છુ.

મને ઉમ્મના પહેલા વચ્ચે ધમં લક્ષ્મીની અસર થઈ હતી, મને મેટ્રેથી લક્ષ્મીની દવાની ક મત્ થ સવાથમં અપાર્થ અને ત્થતજ મને સાંજે લક્ષ્મીના લક ધણો દેખાવા લાગ્યા. મથ ંને પગને લક્ષ્મીની અસર થઈ હતી અને હું ચલવા મટે કૂડીનો ઉપયોગ કૂ છું.

ક બળક અને વચસ કના રૂપમં ં અપંગતની સાથે જીવવા શીખી લીધું છે અને ગમે લેખી સમ્સ યા જે સામે આવે છે તેમા થસ ત ગોત્મા શીખી ગયો છું. હું સ વભવથી ક આનંદી મણસ છુ અને જે આપણે વચિયે છે છી તેગણાય છે. જો ક વચક તસ વભવથી આનંદી હોય તે ંધે સમ્ય તે આનંદી થ્દેશે. મનસકિ દૃષ ટીકોણ છે જે મણસને લેખી અપંગતની ઉપર આવવા મદ કયે છે, ત્ યાં લોકો છે જે મદ કથ્વા લેખાઈ હોય છે, પણ ફક તજો તે લેખાઈ હોય તે. ક બળક જે પોલચિયે પ થમવતિ છે, તે છત બળપણની ઘણી યાદો હસુમ્ખ હોય છે. મથી અંધથી ક ધણો મથ અપંગતને લીધે હતી. મને અતથ્વાનો ંહુ શોખ છે, પણ દુથ ભગ યથી હું ં શકતે નથી.

ટલે હું ઘણો સમ્ય બળકોને અત જોતે અને ઈર છતે કે હું પણ લેખી સાથે ં શકુ. ક સામન ય સમ્સ યા જે લોકો સાથે છે તે છે અપંગના રેહથની સાથે છોકથ તેને ંડવે છે. તેણે નજર અંદાજ કથ્વા શીખવુ જોઈ. સૌથી દુખી ભગ છે કે જ યાથે બળકો, અપંગ બળકોને છેડે છે અને કોઈક વાઈ વચસ કલ લોકો પણ લેકયે છે, આ બળકોના મતપતિ આ જોઈને તે ને ભાષા આપવા મટે ંહુ છો પ યત્ન ન કયે છે. આ ખાસ કથીને અશકિ ધતિલોકોમં થય છે. ંશક આ ફક તબળકો મટે સારુ નથી, ઘણીવાઈ વચસ કલ લોકો પણ તથી સામે કદંગી થીતજુ છે અથ્મા સૌથી ખથ ં થીતભ્વા રડાવે છે. બીજી સમ્સ યા બળકોની સામે છે તે પથવાહન છે. ક મ્ધ યમ વચ ગના કુંટુંબંથી આવવાથી ફક ત ક પથવાહનનો થસ તે ંસ છે. દવિસોમં ત યાં જનત ંસ ન હતી. અપંગ લોકો મટે અથ્ક ધતિંસવાની જગ યા પણ ંસમં ન હતી. મથે શાળાના સમ્યમં ંહુ જ ઘ યાન થખવુ પડતુ કથ્થકે શાળા શૂ થસ પહેલા અને પુથી ંયા પછી છોકથ ંહુ ઉતવળમં જવા અને આવવા ઉત સુક થ્દેત અને ગમે તે થસ તમં આવે તેને ઘક કો મથત.

મથ જાતચિ અનુભ્વે મને ંતવ ંયુ છે કે અપંગ બળકોના મતપતિ ખાસ કથીને શૂઆત્મા ત્ક કામં લેખા જીવનમં ંહુ મ્હતી વનો ભગ ભ્વે છે. મતપતિ સમ્યવુ જોઈ કે લેખા બળકને કાઈક પ થતિધ છે અને તે લેખા બળકને લેખી ંહાઈ નીકળવા મટે ંયોગદાન આપવુ જોઈ. મ્ખ ય ચવી છે કે લેખા બળકને સ વત્ત ં પનાવવા ંધ પ ંયાસો કથ્વા જોઈ. આજ નહી તે કાલે તથ બળકે દુનચિાની સામે તેણે પોતે સામ્નો કથ્વો પડશે. ઘણા મતપતિ લેખા બળકને ઘણા સમ્ય મટે ઘથમં જ થપે છે, તેને લીધે બળક બેજા બળકો સાથે હળીભળીને મ્જા કથી શકુત નથી અને તે સમજના થસ ત શીખી શકુત નથી. ખથેખથ પથસિ થતે ંહુ જ દયાજનક છે. ઘણા ગામડાના વસિ તથેમં અથ્મા કેટલાક શકિ ધતિશહેથ્ના કુંટુંબં જ યાં લેખા બળકોને શકિ ધણ આપવાનો ઘન કાઈ કથય છે અથ્મા કેટલાક કસિ સામં આવશ ંચક વસ તુ જેવી કે કૂડી, પૈડાવાળી ખુથ્શી વગેથેની મ્નાઈ કથ્વામં આવે છે.

આ બળકો ફક ત અશકિ ધતિનથી થ્દેત પણ લેખી ઘણા નુ જીવન સ થથે અને ગતશીલતવાળુ છે. તજેત્થમં મૂં વાહન ક અકવાડીયા મટે ગેથેજમં હુત અને આવવા જવા મટે હું દ સીટની થકિ ધા વાપથ્તે. ક થકિ ધા ચલકે મને પુછ ંયુ કે હું કેટલુ ભયેલો છુ અને જો હું કામ કથ્તે હોય તે ક યાં કામ કૂ છુ. ત યાઈ પછી તેણે મને કહ ંયુ કે તેને ક નાનો ભઈ છે અને તેને લક્ષ્મી થ્યો છે, અને તે બલિ કુલ ચલી શકતે નથી. તે લેખા બળકને શાળામં નથી મેકલત. તેને ક પૈડાવાળી ખુથ્શી પણ નથી આપી વચિયેને કે તે તે ઘથમં જ સંભળીને થખી શકશે. તે બળક નચિશ થઈને કલુ થઈ ગયુ અને કાંઈ પણ કથી શકુત નહી. લેખી સાથે કોઈ અતુત નહી અથ્મા લેખા ભઈ અને ંહેન સવિાચ કોઈની સાથે વાતે પણ ન કથ્તુ તે ક કમ સ વત્ત ં હત. તેણે ંહાથ્ની દુનચિા જોઈ ન હતી. અંતમં જ યાથે તે ૧૬-૧૭

વથ ધનો ય્થો ત્તિચાટે તે કદમ નાસીપાસ થઈ ગયો અને તેણે ઘથ્મ આત્મ મ્હત્તિયા કથી. મથ વસિત્ત તથ્મ ક કુટુંબ છે જે સાથી થીતથ્હે છે અને તેને ક દકિથે છે, જે ચલી શકતે નથી. તેણે તેના મટે ક પૈડાવાળી ખુશ્ચી પણ લીધી નથી. તે તેને શાળામ ક વાહનમ લઈ જાય છે. પણ કેટલો સમ્ય તેને ઊપાડીને વાહનમ ંસાડશે અને તેને ભણવાના ંથ્ડામ લઈ જશે. છોકથ પોતપોતનો પ ંથ્ધકથ્થો પડશે, જેમ તેમેટો ય્થો તે તેમુ વજન વધ્શે, તેના ભઈ અને ખ્હેનોના લગ્ન થઈ જશે અને તે તેની જીંદગી જીવવા લાગશે. તેના મતપતિ તેને મદ કથ્વાની સ ંથિતિમ નહી થ્હેશે જેમ તે ઘથ્ડા થા જશે. ઘણા ંધ કુટુંબે આવો વચિય કથ્ત નથી.

આ મતપતિની જવાબ્દાથી છે કે અપંગ બળકના ભવિષ્ચ વધિ વચિય ક્કે. તેને જો મદની અથ્મા મથ ગદથ્ શનની જૂથ્ હોય તે તે NGO નો સંપથ્ ક સાધેજ અપંગ મટે કામ ક્કે છે. મતપતિ યાદ થખુ જોઈ કે જ્ચાટે તેના અપંગ બળકો સ વત્ત્ત્થ થઈ જશે અને ઘણા થેજના કામે પોતની મ્હા કથ્વા લાગશે, ત્તિચાટે તે આથમ્થી મ્થી શક્કે જાણીને કે તે જીવીતથ્હેશે પણ સાથી થીતસક્કળ થીતજીવી શક્કે.

હું લોકો પાસેથી અપેક ધા થખુ છુ કે તે અપંગ લોકોની સામે ક સાધથ્થા મણસની જેમ જુ. ઘણા ંધ અપંગ લોકો ંસ ત ઉપથ્ આવીને મેટા ભગની વસત્ત પોતક્કે છે નહ્તિ તે ંસ ત ઉપથ્ જોખ કથીને નીકળી શકયા ન હોત ક્ચાટેક સૌથી વધે જૂથ્ તેને મદની છે. વશિધ્થૂપે આ કામ્થાથેને નથિ દેશતિક્કે છે. આ લોકોને કદાર અપંગ લોકો મટે અણગમે છે અથ્મા તેની કામ કથ્વાની ક ધમ્ત ઉપથ્ શક છે. મ્ને ઘણી જગત્તયા ઉપથ્ આનો અનુભવ છે. ક પ ંસદિ ઘનોકથી આપતે સંસથ જે શવિાજીનગથ્ સટી ંસ મ્હ ઉપથ્ કામ કથ્વાથી સ ત્તિ થી મ્ને લાજશથ્થ થખ્તયા વીને કહ્ચુ કે પોતેજો આજુબજુમ હોતતે તેણી મૂ નામ નોંધ્મા ન દેત તેના કહેવા પ ંથ્થણે ઘણા નોકથીદાત અપંગ લોકોને નોકથી આપત નથી અને મ્ને કહેવા લાગી કે તે ક્ક તશાથ્થિક દેખાવા ઉપથ્ નક કી ક્કે છે. તે તેકેવી થીતેવ્ને છે કે હું મથ ંળ ઉપથ્ નોકથી મ્હાવુ છુ અને બેજા કોઘની મદ વીના સાથી થીતકામ ક્કૂ છુ. ત્તિયા ઘણા ંધ અપંગ લોકો છે જે કાથ્ચાલયમ, કાથ્ખાનામ કામ ક્કે છે.

મ્ને સથ્કાથ ગમે તેની નોકથીની જગત્તયા જે અપંગ લોકો મટે સુથ્ક ધતિથખી છે તેભ્થે તે મ્ને ગમ્શે. મ્ને ખ્બ નથી કે અપંગ લોકોને વીના મુલત્તય શકિ ધણ આપતે વી ચોજના છે. મ્ને સથ્કાથ વીના મુલત્તય અપંગ બળકોને અને વચસ ક્કે લોકો (જે ંથેજગાથ છે) મટે શકિ ધણ આપવાની ચોજના ચલુ કથ્થે તે ગમ્શે. આ મુખત્તય સાથી વાતને લીધે છે કે મ્ધયમ વથ્ ગના લોકો મટે તેના બળકના શકિ ધણ ઉપથ્ ખ્થે છે કથ્થો ંહુ અઘૂ છે કાથ્થાકે તેને પથ્વિાહન મટે વધે પૈસા અથ્ચા પડે છે. આના સવિાય સથ્કાથે પુથ્ નઃવસવાટ કેન દ થે ચલુ કથ્વા જોઈ, જે આવા લોકોને મદ ક્કે છે. કુબ્ડી, પૈડાવાળી ખુશ્ચી વગેથે જેવા ઉપકથ્થો અપંગ લોકોના સત્તસાથી થ્હત્તયા છે. તે આના ઉપથ્ તેની આખી જીંદગી ખ્થે ચી નાખવાની છે અને તેથી તેને છે ભવે સથ્થાતથી મ્નો છે. આ વસત્ત ંહુ મેંધી છે અને ઘણીવાથ ખાનગી દુકાનોમ હલ કી જાત્ત્મી હોય છે. ક ઘથ્ મ્કિ સંસથમ ક્કેથ મુકવાનો વચિય ંહુ વચાવહાથ્કિ છે. મ્ને ઘણીવાથ આ સમ્સત્તયાનો સામ્નો કથ્થો પડ્ચો છે. આ ક્કેથ સવિાય સીડી ઉપથ્થી ઉત્ત્વુ ંહુ જોખમ્કાથ્ક છે. આ દવિસોમ ક બેજી સમ્સત્તયાનો ઉમ્થે ય્થો છે, ચ્કદાથ અને મટીની લાદી ઉપથ્ કુબ્ડી લપસી જાય છે અને આ કાથ્થાને લીધેપણ મથી ંન ક્કે બ્દલી નાખી છે. પણ લોકો દ્કેક જગત્તયા ઉપથ્ આ લાદી વાપે છે. તે ંટલી ખ્ત્ત્નાક છે કે જ્ચાટે જગત્તયા ભીની હોય અને તેના ઉપથ્ તે ચલો તે તે પડવા મટે ખુલ્લુ નમ્તિ થા આપો છો.

મ્ને સહાયતજુથે દ્કેક શહેથ્મ અને ગામ્ડામ પણ જાય જોવુ ગમ્શે. અપંગ લોકોની ંકકો ચોજીતકથ્વી, તેને મ્ર આપવા મટે કે જેનાથી તે તેના જીવનમ કેટલી સમ્સત્તયાનો સામ્નો ક્કે છે, તેમૈજુદ કથી શકે. ંહુ પથેપકાથી હ્થે કે આ જુથ્મા કેટલાક સભ્ચો/સ વચ્સેવકો તેની મુલાકાતલ્ચે કે જો અપંગ છે અને જોખમ્થ્ચુ કામ કથ્થુ પણ તેના મટે અસંભવ છે. મેટી વાત છે કે ત્મથ કુટુંબના સભ્ચો સવિાય બેજા કોઘ તેની સાથેવાતક્કે. હું જે જગત્તયા ઉપથ્ કામ ક્કૂ છુ ત્તિયા ક વચ્ચવસથ છે, જેમ ક વૈદત્તચકીય સામજીક કામ્ગાથ અને સ વચ્સેવક ક્કે ક થેગથી પીડાત જીવલેણ થેગના છેવટના ત્ત્ક કામ આવેલ દથ્દીની તેના ઘથે જઈને મુલાકાત લ્ચે છે. આ તેના કુટુંબની નાણાકીય પથ્સિ થતિની આકાથ્થી કથીને મદ ક્કે છે અને તેને મથ ગદથ્ શન આપે છે કે તેને મદ ક્ચાંથી મ્ગાશે.

જેથી કથીને મથી જીંદગીને વચ્ચવસ થતિકથ્વા, હું ગમે તેના સક ધમ વચ્ક ત્તિની જેમ જીવવા ઘથ્ છુ છુ. હું ઘણા કામ સ વતકથી શકુ છુ. હું છામ છુ ક કલિમેટથ ચલી શકુ છુ અને તેથી ંધ ખથીદી હું પોતને મ્હા ક્કૂ છુ. મથી પાસે અવથ્જવથ કથ્વા મટે ક મેટથ સાઈકલની પડખે જોડેલી ગાડી છે, જેના ઉપથ્ ંજાથ્થંથી જઈને ઘથે સામ્ગ થી લાવુ છે. પણ હું સાથ વજનકિ પથ્વિાહન ઉપથ્ચાત્ત થ કથી શકુ છુ અને ક્કૂ છુ. ઘણા ંધ સમ્યથી હું અપંગ છુ તેમુ મ્ને લાગુતનથી સવિાય કે બેજુ કોઘ મ્ને યાદ કથ્વે અથ્મા લોકો જ્ચાટે છે છે. હું વચિયુ છુ કે આ અપંગત મ્ને ન હોતતે હું નક કી ક ખેલાડી હોત હું શાથ્થિક વચાચામ ત્ત્થ્સ તથ્હેવા અને મથ હલનચ્લન મટે ક્કૂ છુ.

□□□□ □□□□.

અપંગત ઉપર વનિ.વી.ફાટકનો લેખ.

મથે જનમ પમ થલિ ૩, ૧૯૬૪મં કથેડઅજ જુની વક્રિતસાયેઅથો હતે. પણ આ હુતુ આની ખબ્લ ઘણા વથ ધો પછી પડી. ક બળકના થુપમં હું નવ મ્હીનાનો અથો તીચાથી ચલવા લાગતો. વચિતિ ં વસતુત હતે કે હું ખુ વ હેલી ઉમ્મં ચલવા લાગતો પણ હું નચિમતિ થીતેપડતે, જે મથે ઉતી સુક્તને લીધેચલતે, જચાથે હું ખથેખથ ચલવા મટે ંથાથ ન હતે. સાચી વાત હતે કે આનુ કાથા કોઘ સ નાચુ નો વક્રિથ છે, જેને લીધેહું અંતેપીડતિહતે જેનો કોઘ વચિથ પણ ન કથતો હોચ.

મ્ને કોઘ સ પઘ ં નબ્ળાઈ અથા ચલવામં મ્શ કેલી ન હતે, અને મ્ને ઉઠવામં પણ ંલીફ નહી પડતે. જેવો હું ઉચે થા લાગતો તીચાથે આ સમ્સત્યા હું ભુલી ગયો. હું હવે સથાતથી પડતે નહી અને આ વાત ં ંધકથી નાખી. પણ આ સમ્સત્યા મ્ને નશિ રતિથીતચલુ થી - હું સથાતથી પલાઠી વાળીને ંસી શકતે નહી અને તેપથસિ થતિમંથી ઉભે થઈ શકતે નહી. મથ પગની ઘટી પણ નબ્ળી થઈ ગઈ હતે અને મ્ને લીધેઅપામં પણ ભગ લઈ શકતે નહી જેમં ંડપી પ થકિ થયા સંબ્ધતિ છે. ં ક ં ંથે અને મતિ થે જેવા વો વચિથ કથત કે આ કસિ સો સાદી આળસનો છે અને તેને કાંઈ પણ કથી નહી શકાય. ં ંલે ં પ થૃતે ચલુ કથી જેમં જોમ લગાડવાને આઘથીત છે, જેવા કે પથ વતથેહણ, પહાડ રડવો અને લાંબી દોડ લગાવવી. આવી ંધી મ્શ કેલી હોવા છત તેથે આવી પ થૃતે મં ંપલાવતુ જેમં તેને આથમ મ્ળાતે. હું સ કાઉટનો છોકથે હતે અને સાથે ગોળો ફેકનાથ હતે. વઘથમં મ્ને નાટ ચુભેમં વઘથે થસ હતે.

હું મથે આખી જીદગી ખુ જ દુબ્બો હતે લગભગ ૧૨ વથ ધો સુધી, અને પછી અચનક ં વજન વઘથવાનુ ચલુ અુ અને હું ઉચે પણ હતે. મૂ જીવન સત્તઉચે જાત્મ કશિથપણુ, છોકથી સાથેફથુ અને મ્જબનીમં હંમ્શા પ થાતે કથુતહુત પણ તીચાથ પછી ંથતજ સમ્સત્યા દેખાવા લાગી. હું જચાથે લગભગ ૧૮ વથ ધનો હતે તીચાથે ક દવિસ ં જાણતુ કે હું ફુદી નથી શકતે.

આનુ કાથા મથ વજનને (૧૮૦ પાંઉડ) લીધેહુતઅને ં ંલે ં તે છુ કથવા જાણીબુજીને પ થૃત ન કથતો. પણ આ સમ્સત્યા દુથ જ નહી ગઈ. હકીકતમં તેપથસિ થતિ વઘથે બગડતે ગઈ અને ંબલ ંનસિ અથા ંડમનિ ં ં થત્યા પછી હું ખુ જલ ં થકી જતે. જચાથે હું મથે B.Sc (Physics) ની છેલ લી પથકિ ધા આપતે હતે તીચાથે મ્ને સુક ધ મ જૂતદ વાથ તવ (જે સામન ં થીતમનવામં આવે છે) આવતો જે ૧૦પ ડીગ થી ફેથનહાઈટ ૩ થી ૪ દવિસ સુધી થહતો અને પછી ચલતો ગયો. આને લીધે ૭ દવિસોમં મૂ વજન ૨૦ પાંઉડ છુ થઈ ગયુ અને પછી મથ પગમં વશિધિ ં ં થુ નબ્ળાઈ આવી અને ખાસ કથીને પીડીના સ નાચુ મં. આ ંદુ ઉપર મથે નીચે જવાની ચાતી થ ખથેખથ ચલુ થઈ.

મ્ને ૨૦ વથ ધની ઉમ્થે કથ્પટ ં ંના અવચવના સ નાચુ ને સદોષ આહાથ (LGMD)નુ નદિાન અુ. અહયા હું મથે મતનો આભથ મનુ છુ. (જે ક ખથેખથ અજ ંાતપથેપકાથી વ ચક ત હતે, તેથી મ્ને થેડા વશિ વાસ સાથેઆગળ જોવાનુ બ્તવતુ). તેજાણતે હતે કે તેમો દકિથે ક દવિસ પેડાવાળી ખુથ્શી ઉપર દેખાથે, તેથી બીજી બજુ જોતે હતે, જચાથે હું થત્મી મ્જબનીમં જતે, ં સંબ્ધે થખત્યા અને પીવાનુ ચલુ કથતુ. મ્ને અંતમિ પથણામ્ની ખબ્લ હતે. હું ગળાડુ બીદગીનો આનંદ લુટવા મંડતો, જેવુ મ્ને થુ કથવામં આવતુ હુત જીદગીની વવિધિ જોવા મટે ં ંડપથી વચલા ગાળામં નોકથી ખલાવાની શૂ કથી અને કેટલાક મતિ થેને આનાથી શોક લાગતો.(ત્મને મથ LGMD વષે ખબ્લ ન હતે). ં ક શેથના દલાલના કથ મ્ચથી, વમિનો આડતિયો, નાણાના થેકાણનુ પૃથક કથા કથનાથ, ખાતના સંચલક, EDP નો વડો, કંપનીનો વચવસ થપક, ખથીદી અને ઉઘથણી કથવાનુ, મ્થાના ચથેનુ નથિ મતનો સંપુથ ં જવાબ્દાથુ કામ કથતુ. વથ ત્મનની મથે શાથથિક પથસિ થતિ મ્ને મથે છેલ લી નોકથીમં થજીનામ આપવા મ્જુથ કથતો, જચાં હું ક પૂણેના પ ંખ શેથ બ્ગાથમં સંચલક હતે. હું વથ ત્મનમં ંન ં ંથ્નેટની સેવા, મથે કંપનીના મઘીચમ્થી “Plus Systems” ચલુ કથીને તેમં સામલે છુ.

જેમ્ને આમં અભૂથી હોચ તેથે વનિચનો contact@aarogya.com ઉપર સંપથ ક સાઘ્મો.