૫૯-૮

ણામૂર્તિ બાલસાહિત્યમાળા

ંપાદન: ગિજુભાઈ • તારાબેન

સાજા રહીએ

16000 51

સંપાદકો : ગિજુભાઈ અને તારાબેન

સાજા રહીએ

: લેખિકા :

તારાબેન

અમદાવાદ
૨૭૯

: પ્રકાશક :

આર. આર. શેઠની કંપની

મુંબઈ-૨ ૦ અમદાવાદ-૧

શ્રી દક્ષિણામૂર્તિ બાલસાહિત્યમાળા

પુસ્તક ૬૯ મું

પ્રકાશક
ભગતભાઈ ભુરાલાલ શેઠ
આર. આર. શેઠની કંપની
પ્રિન્સેસ સ્ટ્રીટ : મુંબઈ-૨
ગાંધી માર્ગ : અમદાવાદ-૧

© પ્રકાશકનાં

મુદ્રણ આઠમું : ફેબ્રુઆરી ૧૯૬૬

મૂલ્ય : પચાસ પૈસા

[૮૦ પુસ્તકોના સેટના રૂ. ૪૦-૦૦]

મુદ્રક
જુગલદાસ સી. મહેતા
શ્રી પ્રવીણ પ્રિન્ટરી
સોનગઢ (સૌરાષ્ટ્ર)

સાજા રહીએ

ક્યારે ઊઠ્યા ?

ઊઠ્યા ક્યારે ? નવે વાગે
કેમ મોડું ? મોડા સૂતા.
કેમ મોડા સૂતા ? બેઠા'તા.

*   *

ઊઠશો વહેલા ? હાજી હા.
સૂશો વહેલા ? હાજી હા.
ઉઠાશે વહેલું ? હાજી હા.

*

વહેલા સૂવું, વહેલા ઊઠવું.
ખૂબ ખૂબ ઊંઘી લેવું;
તાજા થઇ ને ઊભા થવું.
ઊભા થઈને કામે લાગવું.

સૂરજ ભગવાન

" જય ભગવાન ! જય ભગવાન ! "
સૂરજ આપણા બાપજી છે.
સૂરજ સૌને જિવાડે.
ગાયભેંશને જિવાડે;
કાગચકલીને જિવાડે.
ઘઉંબાજરાને જિવાડે;
જીવજંતુને જિવાડે.
તડકો લીધે સાજા રહીએ;
તડકો લીધે માંદા મટીએ.
વહેલા ઊઠી તડકે જવું.
પેરણું પોલકું દૂર કરવું;
સૂરજ સામે ઊભા રહેવું.
હાથ જોડીને કહેતા જવું—
" જય ભગવાન ! જય ભગવાન
સોનાનો હાથ અડાડજો;
અમને સાજા રાખજો."

દાંત

સવારે ઊઠીને દાતણ લો.
ચાવી ચાવી કૂચો કરો;
ઘસી ઘસીને દાંત ઘસો.
ફૂ ફૂ કરતા કોગળા કરો;
વાસી મોઢું સાફ કરો.
દાતણ ન મળે મીઠું લો;
કપૂરવાળો ચાક લો.
દાંત બોલશે ચીં ચીં ચીં:
જાણે બોલે છે ચકલી.
દાંત ચળકશે ચળકચળક,
જાણે ધોળી હીરાકણી.
શેરડી ખાજો, રોટલો ખાજો;
સાઠ વરસના ડોસા થાજો.
એવા એવા દાંત હજો.

વાસી=જૂનું રાતનું, મૂકેલું.

આંખ

પાણી છાંટી આંખો ધોશો.
દૂર રાખી ચોપડી વાંચશો.
અંધારામાં વાંચશો નહિ;
અંધારામાં લખશો નહિ.
આવેલ આંખથી ભાગજો દૂર;
કચરા ધૂળને કરજો દૂર;
તો તો આંખ નહિ આવે.
(પણ) આંખ આવે તો શું કરશો?
તો નિશાળે ના જતા;
ચેપ કોઈને ના દેતા.
કોટપેરણે ના લૂતા.
ચોખ્ખા કપડે લૂતા રહો;
ગરમ પાણીએ ધોયા કરો;
દવા ટીપાં નાખ્યા કરો;
પવન તડકે ફરતા નહિ;
એટલે આંખ મટી જશે.

વાળ

વાહ, તમારા વાળ છે!
લાંબા છે.
કાળા છે,
ઝીણા છે, સુંવાળા છે.
કાંચકી રાખજો, દાંતિયો રાખજો;
ઓળીને રોજ સાફ રાખજો;
તેલ નાખી લીસા રાખજો.
અરીઠાં, ખારો, સાબુ નાખી
વારે વારે ધોતાં રહેજો.
એવા વાળ ના ગંધાય;
એમાં જૂઓ ના પડે;
એમાં ગૂમડાં ના થાય;
એમાં ઉંદરી ના થાય.
ઓળ્યું માથું સુંદર દીસે;
વણઓળ્યું તો ભૂંડું લાગે.

નાક

કાચ સામે ઊભા રહો.
નાકનું ટેરવું ઊંચું કરો.
શેડા છે? ગૂંગા છે?
બહાર જઈને શેડા કાઢો;
શેડા ઉપર ધૂળ નાખો.
આંગળીએથી ગૂંગા કાઢો;
આંગળી પાછી ધોઈ નાખો.
કાચ સામે ઊભા રહો.
નાકનું ટેરવું ઊંચું કરો.
જુઓ જોઈએ, કેવું છે?
સાફ સાફ! સરસ સરસ!
શેડા કાઢ્યા, ભીંતે નાખ્યા; ગંદું ગંદું.
ગૂંગા કાઢ્યા, થાંભલે ચોડ્યા; ગંદું ગંદું.
શેડા આવ્યા, બાંયે લૂછ્યા; ગંદું ગંદું.

નખ

જુઓ ને તમારા નખ કેવા?
લાંબા લાંબા પાવડા જેવા?
કાળા કાળા મેલવાળા?
તો તો ઝટ કાતરી લો.
લાંબા નખ ટૂંકા થશે;
કાળો મેલ ખરી જશે.
આ પણે બા છે;
આ પણે બાપા છે;
આ પેલાં ફોઈ છે.
કહો ને નખ ઉતારી દે?
કહો ને તમને કાપતાં શીખવે?
પછી મેળાએ કાપી લેજો,
મેલા નખને કોણ રાખે?
એવા નખે કેમ ખવાય?
એવા નખે કેમ ફરાય?

દિશા-પેશાબ

પેશાબ કરવો છે? હા.
દિશાએ જવું છે? હા.
ક્યાં જશો? ક્યાં બેસશો?
ફળિયામાં? ના ના.
રસ્તામાં? ના ના.
ઘર પાસે? ના ના.
વંડી પાછળ?. ના ના.
મૂતરડીમાં? હા હા.
વાડામાં? હા હા.
આઘે આઘે વગડામાં? હા હા.
એ પેલા જાજરૂમાં? હા હા.
ઝાડાપેશાબે ધૂળ નાખજો;
ધૂળે હાથ ને પગ ધોજો;
ધૂળે કળશો ઊટકી લેજો;
સાફ થજો, સૂફ થજો.

નાહજો નાહજો

ખળખળ વહેતી નદીએ નાહજો;
ધડધડ પડતા ધોધે નાહજો;
ઘૂઘવતા દરિયામાં નાહજો;
કોસકૂવાના થાળે નાહજો.
નાહતાં નાહતાં
મજા કરો, મજા કરો.
હાથ પછાડો, પગ પછાડો;
કૂદકા મારો, ધૂબકા મારો;
નાક દબાવી ડૂબકી મારો;
તરતાં શીખી લેજો તમે—
જેમ હલેસાં હાથ હલાવો,
જેમ હલેસાં પગ હલાવો.
તરતા જાઓ, નાહતા જાઓ;
નાહતા જાઓ, તરતા જાઓ.
નાહતાં નાહતાં
મજા કરો, મજા કરો.

કેમ નાહશો

કળશો પાણી ડિલે રેડ્યું;
એમાં નાહ્યા ન કહેવાય.
જેવો તેવો સાબુ ઘસ્યો;
એમાં નાહ્યા ન કહેવાય.
જેવું તેવું ડિલ ઘસ્યું;
એમાં નાહ્યા ન કહેવાય.
ઘણું બધું પાણી લો;
નિરાંત કરીને નાહવા બેસો.
માથું ઘસો; મોઢું ઘસો;
કાન, આંખ, નાક ઘસો;
કાનની પાછળ અંદર ઘસો.
બગલ બગલ, સાંધાબાંધા,
    ઘસી ઘસીને સાફ કરો
નળિયું લઈને પગ ઘસો.
હવે નાહ્યા કહેવાશે.

ડિલ લૂઓ

નાહ્યા પછી ડિલ લૂજો.
ખાદીનો એક ટુવાલ લો.
ઘસીઘસીને લૂવા માંડો.
માથું મોઢું છાતી પેટ,
હાથ પગ બાજુ પીઠ,
આંખ નાક ભૂલતા નહિ,
કાનની અંદર ચૂકતા નહિ.
વાળ બરાબર કોરા કર્યા ?
દાઢી નીચે લૂછી નાખ્યું ?
બગલ હજી ભીની છે;
પગની ઉપર રેલા છે.
વાંસો લૂવો અઘરો છે ?
રૂમાલ છેડે પકડી રાખો;
સરડ સરડ વાંસો લૂઓ.
એમ કરીને ડિલ લૂઓ.

ચોખ્ખી હવા, ખરાબ હવા

વનવગડામાં ચોખ્ખી હવા.
ટેકરેડુંગરે ચોખ્ખી હવા.
નદીકાંઠે ચોખ્ખી હવા.
તળાવઆરે ચોખ્ખી હવા.
દરિયાકિનારે ચોખ્ખી હવા.
ગામ બહાર ચોખ્ખી હવા.
પણ—
ગામની અંદર ખરાબ હવા.
બંધબારણે ખરાબ હવા.
ઝાઝા માણસે ખરાબ હવા
ખાળપાયખાને ખરાબ હવા.
ઘણા દીવે ખરાબ હવા.
દેવતાસગડીએ ખરાબ હવા.
ખરાબ હવા કાઢી નાખો;
ચોખ્ખી હવા આવવા દો.

કેમ સૂવું

આ જુઓ વિનુભાઈ!
માથે ઓઢીને સૂતો છે;
ચોખ્ખી હવા ક્યાંથી મળે?
બારીબારણાં બંધ છે;
ચોખ્ખી હવા ક્યાંથી મળે?
ઘરમાં બળતી સગડી છે;
બબ્બે બત્તી બળે છે;
ચોખ્ખી હવા ક્યાંથી મળે?
કહું ભાઈ! સાચી વાત?
માથે કદી ઓઢશો નહિ;
બારીબારણાં ઢાંકશો નહિ;
સગડી બળતી મૂકશો નહિ;
દીવા ઘણા રાખશો નહિ.
ચોખ્ખી હવામાં સૂઓ જો
તાજામાજા ઊઠો તો.

નદીનું પાણી

ખળખળ નદી વહે છે;
ચોખ્ખાં પાણી ઝરે છે.
કાચ જેવાં ચોખ્ખાં છે;
કાંકરેકાંકરા ભાળું છું.
હાય હાય! આ શું?
  ચોખ્ખું પાણી ગંદું ગંદું?
  એ તો મેલાં કપડાં ધોયાં.
હાય હાય! પણે શું?
  ચોખ્ખું પાણી ગંદું ગંદું!
  એ તો ભળ્યો ખાળકૂવો.
કેવું ચોખ્ખું પાણી હતું?
કેવું ગંદું થઈ ગયું?
  આ પાણીમાં કેમ નવાય?
  આ પાણીમાં કેમ ધોવાય?
  આ પાણી તે કેમ પિવાય?

પાણી

પાણીમાં ધૂળમાટી.
પાણીમાં જીવજંતુ.
પાણીમાં લીખજૂ.
પાણીમાં જંતુઈંડાં.
પાણીમાં લીલ હોય;
પાણીમાં ખાર હોય;
પાણીમાં કચરો હોય;
નરી આંખે ન દેખાય
    તેવો ઝીણો મેલ હોય.
માટે પાણી ગળી પિવાય.
ફટકડીથી સાફ કરીએ;
ઉકાળીને ઠારી દઈએ.
એટલે કોગળિયું થાય નહિ;
તાવ ઝેરી આવે નહિ;
રોગ કશો થાય નહિ.

ચાવીને ખાઓ

પાણી ખાજે; રોટલો પીજે.
દૂધ ખાજે; રોટલો પીજે.
કઢી ખાજે; ભાત પીજે.
દાળ ખાજે; શાક પીજે.
એમ તે વળી કેમ થાય?
પાણી તે વળી કેમ ખવાય?
રોટલો તે વળી કેમ પિવાય?
દૂધનો ઘૂંટડો મમળાવવો;
ચગળી ચગળીને ઉતારવો.
રોટલો ચાવીને પાણી કરવું,
કટકાંબટકાં ગળવાં નહિ.
મીઠું લાગે ચાવે ખૂબ;
જલદી પચે ચાવે ખૂબ;
દાંત સુધરે ચાવે ખૂબ;
સાજા રહીએ ચાવે ખૂબ.

શું ખાશો?

શું ખાશો? ઘી-રોટલી?
ખાવ ખાવ; સદે તેટલી.
શું પીશો? દૂધબૂધ?
પીઓ પીઓ; સદે તેટલું.
શું ખાશો? શાકભાજી?
ખાવ ખાવ; ભાવે તેટલાં.
શું ખાશો? કેળાંપપૈયાં?
ખાવ ખાવ; સદે તેટલાં.
શું ખાશો? કેરીજાંબુ?
ખાવ ખાવ; સદે તેટલાં.
શું ખાશો? કાકડીચીભડાં?
ખાવ ખાવ; ઘણાં થોડાં.
શું ખાશો? મૂળાગાજર?
ખાવ ખાવ; કાચા કાચા.

કહો ને ?

કહો ને, બદામપિસ્તાં ખાઈએ ?
પહેલાં સાફ ધોઈને, થોડાં થોડાં ચાવીને.
કહો ને, આલુખારેક ખાઈએ?
પહેલાં સાફ ધોઈને, થોડાં થોડાં ચાવીને.
કહો ને, અંજીરધરાખ ખાઈએ ?
પહેલાં સાફ ધોઈને, થોડાં થોડાં ચાવીને.
કહો ને, કાજુશિંગ ખાઈએ ?
પહેલાં સાફ કરીને, થોડાં થોડાં ચાવીને.
કહો ને, ટોપરું ખજૂર–ખાઈએ ?
પહેલાં સાફ ધોઈને, થોડાં થોડાં ચાવીને.
કહો ને, પેપરમીટ–ચાકલેટ ખાઈએ ?
ન ખાઓ તો ચાલે ભાઈ.
કહો ને, લીંબુ–સોડા પીએ ?
ન પીઓ તો ચાલે ભાઈ.

ગામની મીઠાઈ

ચાલો ગામમાં ફરવા જઈએ.
કંદોઈબિંદોઈની દુકાન જોઈએ.
જુઓ ને એનાં લૂગડાં ?
મેલાં મેલાં ઘાણ છે!
જુઓ ને એનું શરીર ?
પરસેવાથી નીતરે છે!
મીઠાઈ અહીંથી નહિ લઈએ.
કેટલી બધી માખીઓ!
ગંદકી પરથી જલેબી પર
ને જલેબી પરથી પેંડા પર.
ભજિયાં પણ આપણે નહિ લઈએ.
સડેલ લોટનાં ભજિયાં છે;
સાથે વાસી ભેળવ્યાં છે.
એને આપણે કેમ ખાઈએ ?
ચાલો ત્યારે પાછા ફરીએ,
ઘેર જઈને બાને કહીએ.

ફેરિયો

મમરાગોળના લાડવા આવ્યા.
કેમ બનાવ્યા ? કોણે બનાવ્યા ?
આમ બનાવ્યા; મેં બનાવ્યા.
　　નહિ જોઈએ, નહિ જોઈએ.
રેવડી આવી; ગોળધાણી આવી.
કેમ બનાવી ? કોણે બનાવી ?
આમ બનાવી; મેં બનાવી.
　　નહિ જોઈએ, નહિ જોઈએ.
હાથ તારા ગંદા છે, વાસણ તારાં ગંદાં છે;
કપડાં તારાં ગંદાં છે, ઉપર ગંદી ધૂળ છે.
ગંદી ગંદી માખી છે; ગંદી રીતે કર્યું છે.
　　નહિ જોઈએ, નહિ જોઈએ !
ચાલો આપણે બાને કહીએ;
ચોખ્ખી રીતે કરી આપે.
　　એવું અમારે જોઈએ છે, જોઈએ છે.

ઘરનું ખાશું, ઘરનું ખાશું

ઘરની ગોળપાપડી ખાશું;
એ બહુ મજાની.
ઘરનો મગજલાડુ ખાશું;
એ બહુ મજાનો,
ઘરનો મમરાલાડુ ખાશું;
એ બહુ મજાનો.
ઘરની તાજી સેવ ખાશું;
એ બહુ મજાની.
ઘરનાં તાજાં ભજિયાં ખાશું;
એ બહુ મજાનાં
ગામનું ગંદું કોણ ખાય?
ગામનું સડેલું કોણ ખાય?
ઘરનું ખાશું; ઘરનું ખાશું;
બાનું બનાવેલ ચોખ્ખું ખાશું.

ના ભાઈ! ના

ચા પીવી છે?
ના ભાઈ! ના
કૉફી પીવી છે?
ના ભાઈ! ના.
મરચું મશાલા?
ના ભાઈ! ના.
રેવડીદાણા?
ના ભાઈ! ના.
મમરાલાડવા?
ના ભાઈ! ના.
ફેરિયાનો આઇસ્ક્રીમ?
ના ભાઈ! ના.
બજારની મીઠાઈ?
ના ભાઈ! ના.
ફેરિયાનું શરબત?
ના ભાઈ! ના.

કોગળા

રોટલો ખાધો? રોટલી ખાધી?
ભાત ખાધા? દાળ ખાધી?
  ખૂબખૂબ કોગળા કરો.
દૂધ પીધું? રાબ પીધી?
ચણા ખાધા? મમરા ખાધા?
  ખૂબખૂબ કોગળા કરો.
શાક ખાધું? ભાજી ખાધી?
  ખૂબખૂબ કોગળા કરો.
મમરાગોળના લાડવા ખાધા?
  ખૂબખૂબ કોગળા કરો.
ગોળપાપડી ને ગાંઠિયા ખાધા?
  ખૂબખૂબ કોગળા કરો.
કાંઈ પણ ખાધું? કોગળા કરો.
કોગળા કરો, કોગળા કરો;
  ખૂબખૂબ ભાઈ! કોગળા કરો.

કપડાં

અરરરર ! કેટલાં મેલાં કપડાં છે?
પરસેવાથી મેલાં છે;
શેડા લોહ્યે મેલાં છે;
ધૂળમાં રમે મેલાં છે;
પરસેવાનાં રોજ ધોઈએ;
રૂમાલેથી શેડા લોહીએ;
ધૂળને બદલે રેતીએ રમીએ;
રમ્યા પછી બદલી નાખીએ.
પણ ધોતાં નથી આવડતું.
ઝટપટ જઈને શીખી લ્યો ને?
પણ અમારે રૂમાલ નથી.
બાને કહી સંપાડાવી લ્યો ને?
ધૂળને બદલે રેતી નથી.
બાપાને કહી નખાવી લ્યો ને?
બદલવાનાં કપડાં નથી.
જૂનાં ધોયેલાં પહેરી લ્યો ને?

પથારી

કેમ ભાઈ તરફડો છો ?
માંકડબાકડ કરડે છે કે ?
કાલે પથારી તડકે નાખો;
ઓછાડ-ગલેફ ધોઈ નાખો.
ખાટલા, ખુરશીબુરશી, બધું
તડકે મૂકી ગ્યાસલેટ છાંટો;
ગરમાગરમ પાણી રેડો.
અરે બિચારા તરફડશે !
અમને એ નહિ ગમે.
સાચી વાત કે ન ગમે.
તો પથારી તડકે નાખીએ;
મેલાં કપડાં ધોળાં કરીએ;
સામાન ઘરમાં થોડો રાખીએ;
વાળીચોળીને સાફ રાખીએ;
એટલે માંકડ પડશે નહિ.

પથારી ઉપાડી ?

કાં, પથારી ઉપાડી?
હા; જુઓ ને, ઊઠતાંવેંત.
ના, ત્યારે એમ નહિ.
જરા વાર રહેવા દો;
પવનતડકો ખવરાવો.
શા માટે ખવરાવવો ?
કેમકે રાતે સૂતા હતા;
પરસેવે એ ભીનાં હતાં.
તડકા-પવને સાફ થશે,
ગંધ હશે તે ઊડી જશે.
માંકડચાંચડ થશે નહિ;
મચ્છરડાંસ આવશે નહિ;
આપણે માંદા પડશું નહિ.
એમ ?
વારુ, ત્યારે એમ કરશું.

ઢાંકી દો

ઢાંકી દો ભાઈ! ઢાંકી દો;
ખાવાનું બધું ઢાંકી દો.
ધૂળ પડે, ઢાંકી દો;
રોગ લાવે, ઢાંકી દો.
માખી બેસે, ઢાંકી દો;
રોગ લાવે, ઢાંકી દો.
ગરોળી પડે, ઢાંકી દો;
ઝેર લાવે, ઢાંકી દો.
સાપ ફરે, ઢાંકી દો;
ઝેર લાવે, ઢાંકી દો.
ભાત ઢાંકો; દાળ ઢાંકો;
શાક ઢાંકો; ભાજી ઢાંકો;
દૂધખાંડ તો ઢાંકો જ ઢાંકો;
ગોળમધને ખાસ ઢાંકો;
ઢાંકી દો, ભાઈ! ઢાંકી દો.

રસ્તો

આ તે ભાઈ! કેવું કહેશો ?
રસ્તા ઉપર થૂંકતો જાય;
રસ્તો ગંદો કરતો જાય !
આ તે ભાઈ! કેવું કહેશો ?
છોકરાં જ્યાં ત્યાં ઝાડા કરે;
ઉપર માખી બેઠા કરે;
ત્યાંથી ઊડી ગોળધી ઉપર,
ખાંડ ઉપર ને ખજૂર ઉપર.
આ તે ભાઈ! કેવું કહેશો ?
જ્યાં ત્યાં બધા પેશાબ કરે;
મોટાં કરે, નાનાં કરે;
એંઠવાડ તો કે' રસ્તા પર;
કચરો પૂંજો ? રસ્તા પર;
ખાળનું પાણી ? રસ્તા પર.
આ તે ભાઈ! કેવું કહેશો ?

રોગના જંતુ

જંતુ એ તે શું હશે?
જંતુ એટલે જીવડાં.
ઝીણાં ઝીણાં જીવડાં;
તલથી નાનાં જીવડાં;
રાઈથી નાનાં જીવડાં;
ખસખસથી યે નાનાં એવાં.
નરી આંખે ન દેખાય;
યંત્ર વડે એ તો દેખાય.
એક ટીપામાં લાખમલાખ!
નાકમાં પેસી માંદાં પાડે;
મોમાં પેસી માંદાં પાડે;
આંતરમાં જઈ માંદાં પાડે;
ફેફસે પેસી માંદાં પાડે.
બસ! એ જ એનું કામ;
ને સૌ રોગનું એ ધામ.

રોગ કેમ થાય!

ક્ષયવાળા થૂંકતા જાય;
થૂંકમાં ઝીણાં જંતુ હોય;
ધૂળમાં થૂંક મળતું જાય;
ધૂળ ઊડીને નાકે જાય;
ધીરે ધીરે ક્ષયરોગ થાય.
ઝાડાવાળાં હંગી મારે;
ઊલટીવાળા ઊલટી કરે;
એઉમાં ઝીણાં જંતુ હોય.
ઊલટીઝાડે માખી બેસે,
ત્યાંથી જંતુ લઈને ખસે.
માખી જંતું લેતી જાય;
સૌને થોડા આપતી જાય.
બાકી જંતુ ધૂળે ભળે;
ધૂળ ઊડીને ભાણે પડે;
જાતજાતના રોગો કરે

શું થાય છે?

કેમ બાપુ! શું થાય છે?
અરે, મને પેટમાં દુખે છે.
કાલે ત્યારે શું ખાધું'તું?
ચણા અને ભજિયાં ખાધાં,
લાડવા અને વાલ ખાધા.
ઘણું બધું ખાધું'તું;
ઝટઝટ ઝટઝટ ખાધું'તું.
કેમ બાપુ! શું થાય છે?
અરે, મારું માથું દુખે છે.
જાજરૂ આજે ગ્યા'તા? ના ના
રોજ ફરવા જાઓ છો? ના ના
ચાવીચાવી ખાઓ છો? ના ના.
કસરતબસરત કરો છો? ના ના.
ઘરમાં બેસી રહો છો? હા હા.
કાચુંકોરું ફાકો છો? હા હા.

ટાઢિયો તાવ

ખાડે ખાડે પાણી સડે;
નદીએ ખાડે પાણી સડે;
કૂવા પાસે પાણી સડે;
મચ્છરભાઈને મજા પડે!
નાનાં નાનાં ઈંડાં મૂકે;
ઈંડાં ફૂટી મચ્છર થાય;
મચ્છર સૌને કરડી જાય;
હુહુહુ-હુહુ ટાઢ વાય.
ટાઢ વાય ને તાવ થાય;
ટાઢિયો તાવ! ટાઢિયો તાવ!
ક્વિનાઈન-કરિયાતે ચાલ્યો જાય.
પણ પાણી શાને સડવા દઈએ?
મચ્છર શાને થવા દઈએ?
શું કામ એને કરડવા દઈએ?
શું કામ તાવને આવવા દઈએ?

ઠેશ લાગી

આ શું થયું ! ઠેશ લાગી;
છરી લેતાં આંગળી કપાઈ.
શું લગાડ્યું ! ધૂળ દાબી..
અરરર ! ધૂળમાં તો જંતુ હોય;
જાતજાતના જંતુ હોય;
ધૂળ નાખે પાકી પડે !
કાઢી નાખો, કાઢી નાખો;
એને બદલે બોરીક છાંટો.
આયોડિન કે બેન્ઝોઈન લો.
ઘરમાં ન હોય તો મગાવો.
ગામડામાં એ ક્યાંથી મળશે ?
ગામડામાં ભાઈ બીજું છે.
ઊંધી ફૂલી ને સમદરસોળ,
એનાં પાંદડાં લગાડો;
રોઠો એની મેળે વળશે.
જોજો કદી ધૂળ ન લેજો.

ખસ થઈ

ખસ થઈ? કેમ થઈ?
કોઈને ચેપ લાગે થઈ;
ચામડી મેલી રહે થઈ;
રોજ નહિ નાહવાથી થઈ.
હવે અમે શું કરીએ ?
દવાવાળો સાબુ લઈ,
ચામડી ચોળી ચોળી નાહી,
પાસપરુ કાઢી નાખી,
સાફસૂફ કરી લઈ,
મલમબલમ ચોપડી દો.
શાળા-નિશાળે જશો નહિં;
બીજા સાથે રમશો નહિ;
કોઈને ચેપ ચોડશો નહિ.
રોજ નાહી ધોઈ બસ,
ખસને કહીએ-દૂર ખસ !

નિયમ હોય તો

નિયમ હોય તો કેવું સારું ?
જ્યાં ત્યાં કોઈએ થૂંકવું નહિ;
જ્યાં ત્યાં શેડા કાઢવા નહિ;
જ્યાં ત્યાં કોઈએ હગવું નહિ;
જ્યાં ત્યાં કોઈએ મૂતરવું નહિ;
જ્યાં ત્યાં દાતણ નાખવાં નહિ;
જ્યાં ત્યાં કચરો ફેંકવો નહિ.
થૂંકવા માટે જગ્યા હોય;
શેડા માટે રૂમાલ હોય;
હગવા માટે પાયખાનાં હોય;
પેશાબ માટે પેશાબખાનું;
કચરા માટે કચરાડબ્બા;
દાતણ માટે કચરાડબ્બા.
ચાલો આપણે નિયમ કરીએ;
ચાલો આપણે પાળવા લાગીએ.

સાજા રહીએ

રોજેરોજ વહેલા ઊઠીએ
રોજેરોજ દાતણ કરીએ.
રોજેરોજ નાક નાક,
રોજેરોજ સાફ કરીએ.
રોજેરોજ નણ આંખ,
રોજેરોજ સાફ કરીએ.
રોજેરોજ જંગલ જઈએ.
રોજેરોજ કસરત કરીએ.
રોજેરોજ હાથપગ ધોઈએ.
રોજેરોજ ડિલે નાહીએ.
રોજેરોજ માથું ઓળીએ.
રોજેરોજ કપડાં ધોઈએ.
એમ કરીને સાજા રહીએ;
સાજા રહીએ, સાજા રહીએ;
એમ કરીને સાજા રહીએ.

સાજા રહીએ

ચોખ્ખી હવા લેવાના.
ચોખ્ખું પાણી પીવાના.
ચોખ્ખું ખાવું ખાવાના.
ચોખ્ખા ચોખ્ખા રહેવાના.
તાજી હવામાં ફરવાના.
કૂણા તાપમાં ફરવાના;
ખુશમિજાજે ફરવાના.
ઘરમાં પવન આવવા દેશું.
ઘરમાં તેજ આવવા દેશું.
ઘરમાં તાપ આવવા દેશું.
ઘરમાં મચ્છર કાઢી નાખશું.
ઘરના ચાંચડ કાઢી નાખશું.
એમ કરીને સાજા રહીશું.
સાજા રહીશું, સાજા રહીશું;
એમ કરીને સાજા રહીશું.

બાળકો માટેની વૈજ્ઞાનિક ગ્રંથાવલિ

જ્ઞાન-વિજ્ઞાન ગ્રંથાવલિ ૦

લેખક : શ્રી ગિરીશ ગણાત્રા ☆ શ્રેણીની બાર પુસ્તિકાઓ

☆

પૃથ્વીની ઉત્પત્તિથી માંડી ધરતી પર માનવીનું આગમન અને ઉત્ક્રાંતિ દ્વારા માનવીએ સાધેલા વૈજ્ઞાનિક વિકાસનાં અનેકવિધ પાસાંઓને આવરી લેતી બાળકો માટે ખાસ અભ્યાસપૂર્વક લખાયેલી વૈજ્ઞાનિક કથાઓ.

☆

વૈજ્ઞાનિક માહિતીથી ભરપૂર પુસ્તિકાઓનો આ સચિત્ર સેટ મેળવવા માટે તુરત સંપર્ક સાધો.

ધરતીની કહાણી
ચાંદામામા
પૃથ્વીના પાડોશીઓ-૧
પૃથ્વીના પાડોશીઓ-૨
આદિ જીવસૃષ્ટિ
સૌથી પહેલા દાદાજી
વિકાસની વણઝાર
સાગરરાજ
સંસ્કૃતિના સોપાને
પ્રગતિનાં ચક્રો-૧
પ્રગતિનાં ચક્રો-૨
ભવિષ્યનાં ભણકારા

☆

[સેટનું મૂલ્ય રૂ. ૭-૫૦]

૦ પ્રકાશક ૦

આર. આર. શેઠની કંપની : મુંબઈ-૨ અમદાવાદ-૧

ઉત્તમ બાલ-કિશોર સાહિત્ય

સ્વ. ગિજુભાઈ સંપાદિત : દક્ષિણામૂર્તિ બાલસાહિત્ય

બાળવાર્તાઓ ૧ થી ૫ ... ... સેટના ... ૧૦-૨૫
બાળલોકગીત સંગ્રહ ૧-૨ ... ... ,, ... ૨-૦૦
બાલસાહિત્ય માળા (૮૦ પુસ્તકો) ... ,, ... ૪૦-૦૦
બાલસાહિત્ય ગુચ્છ (૨૫ પુસ્તકો) ... ,, ... ૧૪-૦૦
બાલસાહિત્ય વાટિકા-૧ (૩૨ પુસ્તકો) ,, ... ૪૨-૫૦
બાલસાહિત્ય વાટિકા-૨ (૧૬ પુસ્તકો) ,, ... ૨૩-૫૦

કિશોર કથાઓ ૧-૨ ૪-૦૦ | ધર્માત્માઓનાં ચરિત્રો ૨-૫૦
રખડુ ટોળી ... ૪-૫૦ | ભગવાન બુદ્ધ ... (છપાશે)

શ્રી નાનાભાઈ ભટ્ટ કૃત

મહાભારતનાં પાત્રો (૧૩ પુસ્તકો) ... સેટના ... ૨૦-૫૦
રામાયણનાં પાત્રો (૬ પુસ્તકો) ... ,, ... ૧૨-૦૦
હિંદુધર્મની આખ્યાયિકાઓ ખંડ ૧-૨ ,, ... ૫-૫૦
શ્રીમદ્ લોકભાગવત ૭-૫૦ | ભાગવતકથાઓ ૩-૫૦

શ્રી મૂળશંકર મો. ભટ્ટ કૃત

સાગરસમ્રાટ ... ૩-૫૦ | પાતાળપ્રવેશ ... ૨-૫૦
સાહસિકોની સૃષ્ટિ ૧-૦૦ | ખજાનાની શોધમાં ૨-૫૦

પાંચ વિશિષ્ઠ ગ્રંથાવલિઓ

નગર ગ્રંથાવલિ...લે૦ ધીરજલાલ ગજ્જર ... સેટના ૮-૦૦
જ્ઞાન-વિજ્ઞાન ગ્રંથાવલિ...લે૦ ગિરીશ ગણાત્રા ,, ૭-૫૦
કમલ કિતાબ (સચિત્ર ૧૦ પુસ્તકો) ... ,, ૭-૫૦
ટારઝન ૧ થી ૧૦...લે૦ શંકર શાહ ... ,, ૧૪-૫૦
સાહસકથાઓ (૨૫ પુસ્તકો) ... ... ,, ૭૦-૦૦

આર. આર. શેઠની કંપની : મુંબઈ-૨ અમદાવાદ-૧

[illegible] શ્રી પ્રવીણ પ્રિન્ટરી, સોનગઢ