ગાંધીનગર સમાચાર
તા. ૪-૮-૨૦૧૩, રવિવાર

તંત્રી સ્થાનેથી.....

મેઘરાજાની મહેર કે લીલો કહેર?

ગુજરાતની ધરતી પર મેઘો મન મૂકીને વરસ્યો છે. હજી શ્રાવણ બેઠો નથી ત્યાં મોસમનો એંશી ટકા વરસાદ વરસી ચૂક્યો છે. મોટાભાગના ડેમ છલકાઈ ગયા છે. ક્યાં તો મહિનો માસ પૂર્વે રાજયના કેટલાક વિસ્તારોને અછતગ્રસ્ત જાહેર કરવાની માગણી સંભળાતી હતી ને ક્યાં આજની ભીની ભીની હકીકત! ઊલટાની હવે તો અત્ર-તત્ર લીલો દુકાળ ના પડે તો સારું એવી મીઠી દહેશત કાને પડી રહી છે. વરસાદ તો રાજા છે. એ કાંઈ આપણા કીધે આવે નહીં અને જાકારો દીધે જાય નહીં. પ્રકૃતિ એના પોતાના નિયમો ઘડે છે. એ માણસની ઈચ્છાને તો ત્યારે જ અનુકૂળ બને જ્યારે તે પોતાના અભિમાનના અંચળા ઉતારી એને માતા સ્વરૂપે ઉપાસે. કાળા માથાનો માનવી પ્રકૃતિને બારબાળા સમજી બેઠો છે, પછી એને ગાંઠી ખરી?? ઉત્તરાખંડમાં સાક્ષાત્ દેવાધિદેવ મહાદેવની નજર સામે એણે માણસજાતને પોતાની પ્રચંડ તાકાતનો પરચો બતાવી દીધો એ ઘટના હજી તાજી જ ગણાય. ગુજરાતમાં છેલ્લાં થોડાંક વરસથી મેઘરાજાના ચારે હાથ રહ્યા છે. નીતિશાસ્ત્ર કહે છે- રાજા કાલસ્ય કારણમ્. માનો ન માનો, પ્રકૃતિને પણ નરેન્દ્ર મોદી ગમી ગયા છે. અમરસિંહ ચૌધરી ઘણા સૌમ્ય મુખ્યમંત્રી હતા એમના શાસનકાળમાં સળંગ ત્રણ વરસ દુકાળ પડેલો! નર્મદા છલાંગો ભરતી ૧૩૦ મીટરની ઊંચાઈ આંબી ચૂકી છે. આજે નર્મદા ડેમ નાયગ્રાના ધોધમાં ફેરવાઈ ગયો છે. ભરૂચના ગોલ્ડન બ્રિજ નીચે થઈ સમુદ્રને મળવા બહાવરી બની ગયેલી મદમસ્ત રેવા (નર્મદા) ૨૪ ફૂટની ભયજનક સપાટી વટાવીને ૩૨ ફૂટે કુદકારા ભરી રહી છે. વહીવટતંત્ર ચિંતામાં પડી ગયું છે. નીચાણના વિસ્તારો ખાલી કરાવાઈ રહ્યા છે. તીર્થધામ ચાણોદ ડૂબું ડૂબું થઈ રહ્યું છે. એ જ રીતે દક્ષિણ ગુજરાતની તમામ નદીઓને રાતોરાત જોવનાઈ ફૂટી છે. નદીઓ ઋતુમાં આવે ત્યારે કેવી બેબાકળી બની જાય એનો અનુભવ ગુજરાતને પ્રમાણમાં ઓછો છે. મહીસાગર ડેમ છલકાતાં લુણાવાડાના પુલ પરથી બે ગાડીઓ તણાઈ ગઈ. માતાજીએ તાબડતોબ બે નરબલિ ઓળવી લીધા! મંદાકિનીમાં આલમોડાના સબડિવિઝનલ મેજિસ્ટ્રેટ- ડેપ્યુટી કલેકટર જ તણાઈ ગયાના સમાચાર પણ તાજા જ છે. સાબરમતી પ્રમાણમાં શાંત નદી છે. દધીચિ અને ગાંધીજી જેવા તપસ્વીઓને એણે પાળ્યા પોષ્યા છે. સામાન્ય સંજોગોમાં સૂકી ભંઠ રહેતી આ 'કોરી નદી' પણ આજકાલ બે કાંઠે વહી રહી છે. ગુજરાતમાં અત્ર-તત્ર-સર્વત્ર મેઘરાજાની મહેર વરસાઈ રહી હોય ત્યારે પાટનગરના પરોણા ઉજાગરા વેઠી રહ્યા છે. ૨૦૩ ગામોમાં એલર્ટ જાહેર કરી દેવાયો છે. અધિકારીઓને હેડક્વાર્ટર્સ નહીં છોડવાનો આદેશ કરાયો છે. ભારે વરસાદથી નહીં ટેવાયેલા ગુજરાતમાં એકી સાથે બે-પાંચ ઈંચ પાણી પડી જાય ત્યારે સ્વાભાવિક રીતે જ ગભરાટ ફેલાઈ જતો હોય છે. ધોધમાર વરસાદી રાતે જળ જંપી ગયું હોય ત્યારે જે સાંબેલાધાર દિવ્ય સંગીત પ્રગટે છે એ એલૌકિક ચેતનાના ધસમસતા પ્રવાહ સમું બની રહે છે. આમ જુઓ તો લીલાલહેર. કવિ રહિમે ગાયું છે: 'બિન પાની સબ સૂન.' પાણી વગર બધું જ નકામું, બિગ ઝીરો! પરંતુ આવી મેઘમહેર ક્યારેક લીલો કહેર- લીલો દુકાળ પણ બની જાય. અતિરેક બધે જ ખોટો. ખેડૂતો મેઘરાજાને ખમૈયા કરવા વીનવી રહ્યા છે. આપણે પણ હાલ પૂરતા એમના સૂરમાં સૂર પુરાવીએ.

છોકરી વિનાનું ગામ નાટક ભજવાયું

અખિલ ભારતીય સામાજીક સ્વાસ્થ્ય સંઘ દ્વારા યોજાયેલા મહિલાલક્ષી કાર્યક્રમમાં મહિલાઓની વિશેષ ઉપસ્થિતિ

ગાંધીનગર, તા. ૩

અખિલ ભારતીય સામાજીક સ્વાસ્થ્ય સંઘ ગાંધીનગર જિલ્લા દ્વારા સંસ્થાનો પ્રથમ કાર્યક્રમ ગાંધીનગરના ડૉ. આંબેડકર ભવન ખાતે યોજાયો હતો. આ કાર્યક્રમમાં નારી શક્તિને ઉજાગર કરતા કાર્યક્રમોનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. આ સમારંભણાં તેમની ભગિની સંસ્થા 'માતૃછાયા' નારી સંરક્ષણ ગૃહની બહેનો પણ ઉપસ્થિત રહી હતી. આ પ્રસંગે 'ભજવાયેલ છોકરી વિનાનુ ગામ'નાટકે આકર્ષણ જન્માવ્યુ હતુ અને પ્રેરક સંદેશો આપ્યો હતો.

અખિલ ભારતીય સામાજીક સ્વાસ્થ્ય સંઘ દ્વારા આયોજીત કાર્યક્રમમાં સૌ પ્રથમ આવેલ બહેનોને સૌદર્યવર્ધક માહિતી આપવા માટે ડૉ. શ્વેતા મહેતા દ્વારા ખુબજ રોચક અને બહેનોને ઉપયોગી માર્ગદર્શન આપવામાં આવ્યું હતું. ત્યારબાદ સંઘની જ બાલીકાઓ ખુશ્બુ, ચંદ્રીકા, પલ્લવી દ્વારા પ્રાર્થના દ્વારા કાર્યક્રમનું શુભારંભ કરાવવામાં આવ્યો હતો. ત્યારબાદ ભારતીય સામાજીક સ્વાસ્થ્ય સંઘના પ્રમુખ શર્મિષ્ઠાબેન દવે દ્વારા મહેમાનોનું શાબ્દીક સ્વાગત કરવામાં આવ્યું હતું. તેમાં તેમણે ઉમેર્યુ હતું કે સંઘના જ આશાબેન દ્વારા સમગ્ર કાર્યક્રમ માટે અનુદાન આપવામાં આવ્યું. નારી પોતાના જીવનકાળ દરમ્યાન સમાજને કેટલીય બાબતોમાં ઉપયોગી થાય છે તેની રોચક માહિતી આપી હતી. આ કાર્યક્રમાં ઉપસ્થિત અતિથિવિશેષ તરીકે કૃષ્ણકાંત જહાએ જણાવ્યું હતું કે 'મને આ કાર્યક્રમમાં આવીને માતૃશક્તિના દર્શનનો લાભ મળ્યો છે. આજ ગાંધીનગરની દિકરીઓમાં સારા સંસ્કારના કારણે એક દિવસ ગાંધીનગરનું સુકાન નારીશક્તિના હાથમાં હશે. તેમણે ભગિની સંસ્થા 'માતૃછાયા'ને 'મા'નું ઘર કહીને પણ સંબોધ્યુ હતુ.' સાથોસાથ ગાંધીનગર જિલ્લા પંચાયતના પ્રમુખ હિનાબેને જણાવ્યું હતું કે આજે હું જે કાઈ પણ છુ તે આજ સામાજીક સંસ્થાઓના કારણે છુ. આ કાર્યક્રમમાં ગાંધીનગર મહાનગર પાલીકાના કાઉન્સીલરો પરાગીબેન પંડ્યા, અને પિન્કીબેન પટેલ પણ ખાસ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. ગાંધીનગર સેક્ટર-૧૬ મહિલા પોલીસ સ્ટેશનના પી.આઈ. મિનાક્ષીબેને મહિલા કોઈપણ ક્ષેત્રમાં પોતાની કાબીલીયત બતાવી સમાજ અને પોતાના માતા પિતાનું નામ રોશન કરી શકે છે. તેમ જણાવ્યુ હતુ. સમગ્ર કાર્યક્રમના અંતે સંસ્થા તરફથી આવેલ બહેનોને કાયમી સ્મૃતિમા રહી જાય તેવુ છોકરી વિનાનું ગામ નાટક જે પિલવાઈ કોલેજ દ્વારા તૈયાર કરવામાં આવેલ. તે સર્વે બહેનોને નિહાળ્યુ હતુ. આ નાટક કોલેજના જ પ્રોફેસર કાર્તિકેય ભટ્ટે લખ્યું હતું. નાટકમાં કોલેજના બિહોલા ગજેનુ, બિહોલ કૃપાલ, નાયક સોહલ, સિપાહી સદામ, પટેલ ગૌરવ, રાઓલ કૃષ્ણપાલસિંહ, પટેલ સચિન, પટેલ દિવ્યાંગ, વ્યાસ આકાશ, સેનમા ભરત, રાઠોડ અજીત, પટેલ રીપલ, પટેલ કરિશ્મા, પરમાર મિતલ દ્વારા મંચ ઉપર ભજવવામાં આવ્યું હતું. બાદમાં સર્વે મહિલાઓએ નાટક દ્વારા સમાજને બોધપાઠ લેવો જોઈએ તેવી પણ ચર્ચા થતી હતી. સમગ્ર કાર્યક્રમનું આયોજન સંસ્થાના મંત્રી લીનાબેન મહેતા અને કાર્યક્રમનું સંચાલન જયશ્રીબેન ખેતીયા દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું.

તારા જુના ફ્રેન્ડે મને તારી સાથે ફ્રેન્ડશીપ કરવા સજેસ્ટ કર્યો છે, તે હવે છુટવા માંગે છે!!!

ભારે વરસાદના કારણે હેન્ડબોલ સ્પર્ધા મુલતવી

ગાંધીનગર, તા. ૩

ગાંધીનગર હેન્ડબોલ એસોસિએશન દ્વારા ૪થી ઓગષ્ટના રોજ યોજાનાર જિલ્લા કક્ષાની અંડર-૧૮અને અંડર-૧૭ ભાઈઓ તથા બહેનોની હેન્ડબોલ સ્પર્ધા ભારે વરસાદના કારણે મુલતવી રાખવામાં આવી છે. આ સાથે પ્રેરણા વિદ્યાલયમાં એસોસિએશનની સામાન્ય બેઠક મળશે.

ગાંધીનગર હેન્ડબોલ એસોસિએશન દ્વારા જિલ્લા હેન્ડબોલ સ્પર્ધા મુલતવી રખાઈ છે અને એસોસિએશનની સામાન્ય સભાની બેઠક આજે પ્રેરણા વિદ્યાલય સેક્ટર-૫ ગાંધીનગર ખાતે સવારે ૯.૩૦ કલાકે રાબેતા મુજબ યોજાશે. જેમાં એસોસિએશનના હોદ્દેદારોની નિમણુંક કરવામાં આવશે. ગાંધીનગર જિલ્લાના તમામ હેન્ડબોલ પ્રેમીઓ, ભુતપૂર્વ રમતવીરો, શાળાના વ્યાયામ શિક્ષકો અને હેન્ડબોલ કોચીઝીને આ પ્રસંગે ઉપસ્થિત રહેવા વાઈસ પ્રેસિડન્ટ રવીન્દ્રસિંહ રાજપૂતે ખાસ જણાવ્યું છે.

જિલ્લાની રસ્સાખેંચ સ્પર્ધામાં જે.એમ. ચૌધરી શાળાનો પ્રથમ ક્રમ

ગાંધીનગર, તા. ૩

ગાંધીનગર શહેરની સેક્ટર-૭માં આવેલી જે.એમ. ચૌધરી સાર્વજનિક વિદ્યાલય ગ્રાન્ટેડના વિદ્યાર્થી ખેલાડીઓએ તાજેતરમાં જિલ્લા કક્ષાની રસ્સા ખેંચ સ્પર્ધામાં પ્રથમ નંબર પ્રાપ્ત કરી શાળાનું ગૌરવ વધાર્યું છે.

જિલ્લાકક્ષાની રસ્સાખેંચ સ્પર્ધા તાજેતરમાં બાલવા મુકામે યોજાઈ હતી. સ્પર્ધામાં ગાંધીનગરની જે.એમ. ચૌધરી શાળાની વિદ્યાર્થિનીઓ સુખી ચૌધરી, અસ્મિતા, ધારા, ભૂમિ, આરજુ, મનિષા, કેતુ, વિમળા, એકતા ચૌધરીએ જિલ્લાકક્ષાની રસ્સા ખેંચ સ્પર્ધામાં પ્રથમ નંબર મેળવી રાજ્યકક્ષાની સ્પર્ધામાં ઉમેદવારી નોંધાવી દીધી છે. જે બદલ શાળાના આચાર્યા સંતોકબેન અને વ્યાયામ શિક્ષિકા બહેનોએ વિદ્યાર્થિની ખેલાડીઓને અભિનંદન પાઠવ્યા છે.

મેવા દ્વારા સ્પર્ધાત્મક પરીક્ષાના તાલીમ વર્ગનું આયોજન

ગાંધીનગર, તા.૩

સરકારી નોકરીઓ માટે યોજાતી વિવિધ જગ્યાઓ માટેની સ્પર્ધાત્મક પરીક્ષાઓની તૈયારી કરવા માટે મેવા દ્વારા સ્પર્ધાત્મક પરીક્ષાના તાલીમ વર્ગનું આયોજન કરવામાં આવ્યું છે. તાલીમ લેવા માંગતા વિદ્યાર્થીઓએ ૧૦મી ઓગષ્ટ સુધી પોતાના નામ જીલાની સૈયદ અથવા મુસ્તુફા ખેડુવોરાને નોંધાવા જણાવ્યું છે.

મુસ્લિમ એજયુકેશન એન્ડ વેલ્ફેર એસોસિએશન (મેવા) ગાંધીનગરના મુસ્લિમ સમાજના ઉમેદવારોને રાહત દરે સ્પર્ધાત્મક પરીક્ષાની તાલીમ મળી રહે તે માટે ગાંધીનગરની પ્રતિષ્ઠિત અને પ્રોફેશનલ ઈન્સ્ટિટયુટ દ્વારા તાલીમ કાર્યક્રમ યોજાશે. તાલીમ સંભવતઃ ૧૬મી ઓગષ્ટથી શરૂ થશે. આ અંગેના અરજી ફોર્મ **www.mewagnr.in** પરથી ડાઉનલોડ કરી સ્નાતક ઉમેદવારોએ જીલાની સૈયદને પ્લોટ નં. ૧૫૪૫/૨, સેકટર-૩-ડી, અથવા મુસ્તુફા ખેડુવોરા પ્લોટ નં. ૧૪૬૩/૨, સે-૫-બી ગાંધીનગરને પહોંચાડવા જણાવ્યું છે.

એમ.એમ. વસા પ્રાથમિક શાળાનું ગૌરવ

ગાંધીનગર કેળવણી મંડળ કોબા સંચાલિત મધુરી મનસુખલાલ વસા પ્રાથમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓએ તાજેતરમાં વિજ્ઞાન મેળામાં પ્રથમ નંબર મેળવી શાળાનું ગૌરવ વધાર્યું છે. પ્રાથમિક કક્ષાનો વિજ્ઞાન મેળો તાજેતરમાં જૂના કોબા ગામે યોજાયો હતો. વિજ્ઞાન મેળામાં એમ.એમ. વસા પ્રાથમિક શાળાના વિદ્યાર્થી વિધિ પટેલ અને ચેલ્સી પટેલ 'ગ્રીન હાઉસ અસરને ઘટાડવાના ઉપાયો' વિષય પર પોતાની વિજ્ઞાન કૃતિ રજૂ કરી હતી. શાળાના આ વિદ્યાર્થીઓની કૃતિએ પ્રથમ નંબર મેળવી શાળાને ગૌરવ વધારતા ટ્રસ્ટીગણ, નિયામક અને આચાર્યએ વિદ્યાર્થીઓને અભિનંદન પાઠવ્યા હતા.

ઉનાવા પ્રાથમિક આરોગ્ય કેન્દ્ર ખાતે રેટીનો થેરાપી કેમ્પનું આયોજન થયું

ગાંધીનગર, તા.૩

ગાંધીનગર જિલ્લા પંચાયત આરોગ્ય શાખાની ભલામણથી જિલ્લાના ઉનાવા પ્રાથમિક આઇગ્ય કેન્દ્ર દ્વારા ગત રોજ રેટીનો થેરાપી કેમ્પનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં ગામના સર્વે જૈફ વ્યકિતઓએ કેમ્પમાં આવી કેમ્પનો લાભ લીધો હતો.

પ્રાથમિક આરોગ્ય કેન્દ્ર ઉનાવા ખાતે ગત તારીખ ૨ ઓગષ્ટના રોજ સવારથી આ કેમ્પનુંઆયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. આ કેમ્પમાં ડાયાબીટીસના કારણે આંખના પડદા ઉપર શી અસરો થાય તેની સમજ અને માર્ગદર્શન આપવામાં આવ્યું હતું. આ કેમ્પમાં ગામના જ ૧૦૨ લાભાર્થીઓએ લાભ લીધો હતો. સમગ્ર કાર્યક્રમમાં ડોકટર તરીકે માણસા સિવિલ હોસ્પિટલના ડૉ. હેતલ મિસ્ત્રી તેમજ તેમના આસિસ્ટન સી.કે. પટેલ દ્વારા સેવા આપવામાંઆવી હતી. તેમજ ગામના જ પ્રાથમિક આરોગ્ય કેન્દ્રના ડૉ. બીનાબેન પટેલ, આનંદભાઈ બારોટ તેમજ ફિમેલ હેલ્થ વર્કર પ્રિતિબેન શાહ, તારાબેન ઠાકોર, સુપરવાઈઝર વિજયાબેન ઝાલાવાડીયા, મહેશભાઈ વણકર તેમજ આ કાર્યક્રમમાં આશા વર્કર બહેનોએ કાર્યક્રમને સફળ બનાવવા ભારે જહેમત ઉઠાવી હતી.

ગાંધીનગર આઈ.ટી.આઈ. પ્રવેશ કાર્યવાહી ૭મીએ હાથ ધરાશે

ગાંધીનગર, તા.૩

ગાંધીનગર આઈ.ટી.આઈ.માં પ્રવેશ મેળવવા ઈચ્છતા ઉમેદવારોએ પમી સુધી ૫૦ રૂ. ફી સાથે ફોર્મ ભરી રજીસ્ટ્રેશન કરાવી દેવું. રજીસ્ટ્રેશન થયેલ ઉમેદવારો માટેનું મેરીટ ૭મીએ હાથ ધરવામાં આવશે.

ઔદ્યોગિક તાલીમ સંસ્થા, ગાંધીનગર ખાતે ખાલી રહેલ બેઠકો ઉપર પ્રવેશ મેળવવા માટે આઈ.ટી.આઈ. ગાંધીનગર ખાતે રજીસ્ટ્રેશન થયેલ ઉમેદવારોએ પમી ઓગષ્ટ સુધીમાં રૂબરૂ સંપર્ક કરવો અને અગાઉ ફોર્મ ભર્યું ન હોય તેઓએ પમી સુધી ફોર્મ ભરી ૫૦ રૂ. સાથે રજીસ્ટ્રેશન કરાવી દેવું મહિલા ઉમેદવારોએ ઔદ્યોગિક તાલીમ સંસ્થા (મહિલા) ગાંધીનગરનો સંપર્ક કરવો. એડમીશનની કાર્યવાહી મેરીટના ધોરણે ૭મી ઓગષ્ટના રોજ સવારે ૧૧ કલાકે હાથ ધરવામાં આવશે એમ આચાર્યએ જણાવ્યું છે.

ખેલ મહાકુંભના પ્રજ્ઞાચક્ષુઓનો સન્માન સમારંભ યોજાશે

ગાંધીનગર, તા. ૩

રમતગમત, સાંસ્કૃતિક અને યુવા વિભાગ અને સર્વિસ એસોસિએશન ફોર ધી બ્લાઈન્ડ સંચાલિત અંધશાળા ગાંધીનગર દ્વારા ખેલ મહાકુંભ-૨૦૧૨ અંતર્ગત સ્પેશ્યલ ખેલ મહાકુંભના પ્રજ્ઞાચક્ષુ ખેલાડીઓનો સન્માન સમારંભ ૬ ઓગષ્ટ -૨૦૧ ૩ને મંગળવારે સવારે ૯.૧૫ કલાકે અંધશાળા, સેક્ટર-૧૬, ગાંધીનગર ખાતે યોજાશે.

સર્વિસ એસોસિએશન ફોર ધી બ્લાઈન્ડ ગાંધીનગરના યજમાનપદે યોજાયેલ પ્રજ્ઞાચક્ષુ ખેલાડીઓના સન્માન સમારંભમાં ધારાસભ્ય છબીલભાઈ પટેલ અધ્યક્ષ તરીકે હાજર રહેશે. આ પ્રસંગે મુખ્ય મહેમાન પદે નિવૃત્ત શિક્ષક વિમળાબેન ઝવેરી, હીનાબેન પટેલ, જસવંતભાઈ પટેલ, માવજીભાઈ રંગાણી, હિતેષભાઈ પટેલ અને નેહાબેન દવે ખાસ હાજર રહેશે.

આજે ગાંધીનગર અર્બન બેંકની વાર્ષિક સભા મળશે

ગાંધીનગર શહેરની પ્રતિષ્ઠિત સહકારી બેંક એવી ધી ગાંધીનગર અર્બન કો-ઓપરેટિવ બેંક લિ.ની વર્ષ ૨૦૧૨-૧૩ની ૧૪મી વાર્ષિક સાધારણ સભા આજે તા.૪થી ઓગષ્ટ ૨૦૧૩ને રવિવારે સવારે ૯ કલાકે ઈજનેરી સ્ટાફ ટ્રેનિંગ કોલેજ ગાંધીનગર ખાતે મળશે. આ પ્રસંગે તેજસ્વી તારલાઓનું સન્માન કરાશે. બેઠકમાં બેંકના સભાસદોને હાજરી આપવા બેંકના મેનેજીંગ ડિરેક્ટરે જણાવ્યું છે.

આજે બ્રહ્મ સમાજના તારલાઓને ચુંદડીવાળા માતાજી સન્માનશે

ગાંધીનગર, તા. ૩

સમસ્ત બ્રહ્મસમાજ ગાંધીનગર દ્વારા તેજસ્વી તારલાઓને સન્માનવાનો કાર્યક્રમ આવતીકાલે તા. ૪થી ઓગષ્ટ-૨૦૧૩ને રવિવારે બપોરે ૨.૩૦ કલાકે બ્રહ્મભવન સેક્ટર-૧૬ ખાતે યોજવામાં આવશે.

સમસ્ત બ્રહ્મસમાજ ગાંધીનગરના પ્રમુખ પિનાકીન રાવલે જણાવ્યું હતું કે, અગાઉ બ્રહ્મસમાજ દ્વારા ધો. ૭ના તેજસ્વી તારલાઓનું સન્માન કરવામાં આવ્યું હતું ત્યારે હવે આવતીકાલે સ્નાતક અને અનુસ્નાતક કક્ષાના તેજસ્વી તારલાઓનું સન્માન અંબાજીના ચુંદડીવાળા માતાજીના હસ્તે કરવામાં આવશે. આ પ્રસંગે ચૂંદડીવાળા માતાજી વિદ્યાર્થીઓને આશીર્વચન પાઠવશે.

નલિકારહિત ગ્રંથિઓ ઉપર થતી કસરતની અસરો

ફિઝીકલ ફિટનેસ
- કાંતિભાઈ રા. પટેલ

લેખાંક : ૧

ગત લેખાંકમાં જણાવ્યા અનુસાર આ લેખાંકમાં નલિકા રહિત ગ્રંથિઓ (Ductless Glands) ઉપર કસરતની કેવી અસરો થાય છે. તે વિશે માહિતી આપવાની થતી હતી, જે નીચે મુજબ છે.

નલિકારહિત ગ્રંથિઓની કામગીરી પણ કસરતો કરવાથી અસરકારક બનતી હોય છે. આ ગ્રંથિઓની સક્રિયતા, આપણા શરીરનાં વિવિધ તંત્રોની કામગીરીમાં અસરકારકતા લાવવા મદદરૂપ થતી હોય છે. વિવિધ ગ્રંથિઓમાંથી ઝરનારાં ચોક્કસ પ્રકારનાં પ્રવાહીઓને હોરમોન્સ (Hormones) કહેવામાં આવે છે. આ ઝરનાર હરમોન્સને શરીરના જુદા જુદા ભાગમાં લઇ જવા માટે નલિકાઓ હોતી નથી, તેથી આ ગ્રંથિઓને નલિકારહિત ગ્રંથિઓ કહેવામાં આવે છે. આ ગ્રંથિઓનો સ્રાવ અને પચેલા ખોરાકમાંથી ઉત્પન્ન થયેલા રસો (દ્રવ્યો) રસવાહિનીઓ અને સૂક્ષ્મ શીરાઓ (Veins) મારફતે સીધા લોહીમાં શોષાઇ (ભળી) જાય છે અને શરીરના બધા અવયવો સુધી પહોંચે છે, તેથી તેમને અંતઃસ્રાવી ગ્રંથિઓ પણ કહેવામાં આવે છે.

આ ગ્રંથિઓમાં અંતઃસ્રાવમાં, જે ચોક્કસ પ્રકારના રાસાયણિક દ્રવ્યો ઝરતા હોય છે. તેમની ઝરવાની માત્રા કસરત કરવાથી, વધારે પ્રમાણમાં થતી હોય છે. દરેક હોરમોન્સની, આપણા શરીરમાં વિકાસમાં જુદી જુદી અસરો હોય છે. આવી ગ્રંથિઓનાં સ્થાન, તેમના હોરમોન્સ અને તેમની શારીરિક વિકાસમાં થતી અસરોની વિગતો નીચે પ્રમાણે છે.

(૧) શીર્ષસ્થ ગ્રંથિ (Pituitory Gland) :

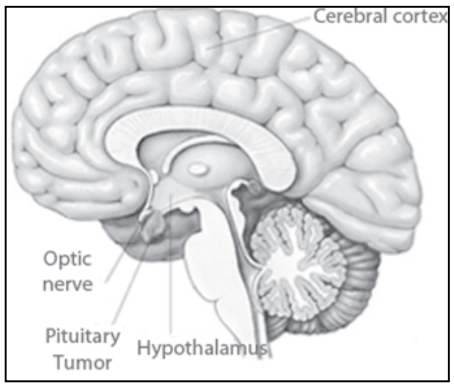
આ ગ્રંથિ ખોપરીમાં મગજની નીચે આવેલી હોય છે. તેનો રંગ લાલાશ પડતો ભૂખરો હોય છે. તેનો આકાર લંબગોળ હોય છે તથા તેની લંબાઇ આશરે ૧ સે.મી. જેટલી હોય છે. તેના આગળના ભાગમાંથી ઉત્પન્ન થતાં અંતઃસ્રાવ હાડકાંની વૃદ્ધિ માટે હોય છે. અને પાછળ ભાગમાંથી ઉત્પન્ન થયો અંતઃસ્રાવ પ્રજોત્યાદનની ગ્રંથિઓનાં વિકાસ અને પોષણ માટે હોય છે.

આ ગ્રંથિના અંતઃસ્રાવને પિચ્યુઇટ્રીન (Pituitrin) કહેવામાં આવે છે. જો માણસના શરીરમાં આ ગ્રંથિના આગલા ભાગમાંથી વધારે પ્રમાણમાં સ્રાવ થતો હોય તો તે માણસનું હાડપિંજર લાંબુ થઇ જાય છે અને તેથા હાથ-પગ લાંબા દેખાય છે. જો આગલા ભાગમાંથી સ્રાવ ઓછા પ્રમાણમાં થતો હોય તો, માણસનું કદ નાનું રહી જાય છે, એટલે કે તે માણસ ઠીંગણો અથવા વામન રહી જાય છે.

આ ગ્રંથિના પાછલા ભાગમાંથી થતાં સ્રાવથી લોહીનાં દબાણ, આંતરડા, પિત્તાશય, ગર્ભાશય અને મૂત્રપિંડ જેવા અવયવો ઉપર અસર થતી હોય છે.

(૨) કંઠસ્થ ગ્રંથિ (Thyroid Gland) :

આ ગ્રંથિ હૈડિયા નીચે શ્વાસનળીની બંને બાજુએ આવેલી હોય છે, તેથી તેનાં જમણાં અને ડાબાં એમ બે ભાગ પડે છે. આ બંને ભાગ વચ્ચેથી જોડાયેલા હોય છે. આ ગ્રંથિમાંથી ઉત્પન્ન થતાં સ્રાવને થાયરોક્સિન (Thyroxin) કહેવામાં આવે છે. આ સ્રાવનું મુખ્ય કામ પચિત થયેલા ખોરાકનું ઓક્સિજન સાથે ઝડપથી સંયોજન થાય તેમાં મદદ કરવાનું છે.



આ ગ્રંથિનો સ્રાવ બાળપણમાં ઉત્પન્ન ના થતો હોય તો બાળકની માનસિક અને શારીરિક વૃદ્ધિ અટકી જાય છે. આ માનસિક અને શારીરિક વૃદ્ધિ અટકી જવાના રોગને ક્રેટિનિઝમ (Cretinism) કહેવામાં આવે છે.

મોટા માણસમાં જો આ સ્રાવ બરાબર ઉત્પન્ન ના થતો હોય તો તેના વાળ ખરી પડે છે. તેમજ ચરબી એકત્ર થવાથી શરીરમાં જાડાપણુ આવે છે અને માણસ આળસુ બની જાય છે. જો આ સ્રાવ વધારે પ્રમાણમાં ઉત્પન્ન થતો હોય તો માણસની આંખના ડોળા બહાર તરી આવેલા દેખાય છે. આંખના આ રોગને ગોઇટર (Goiter) નો રોગ કહેવામાં આવે છે. આ રોગથી કેટલીક વાર માનસિક ગભરામણ અને શરીરમાં ધ્રુજારી આવે છે.

(૩) ઉપકંઠસ્થ ગ્રંથિઓ (Para-Thyroid Glands) :

કંઠસ્થ ગ્રંથિના પાછલા ભાગમાં વટાણા જેવડી ચાર ઉપકંઠસ્થ ગ્રંથિઓ આવેલી હોય છે, આ ગ્રંથિઓનો સ્રાવ પ્રમાણમાં ઓછો હોય તો શરીરના સ્નાયુઓ ખેંચાય છે, શ્વાસની ઝડપ વધે છે. હૃદયનું કાર્ય ઝડપી બને છે, તાવ આવે છે અને કેટલીક વખત થાકથી માણસ મૃત્યુ પણ પામે છે. આ ગ્રંથિઓનાં વધારે પડતા સ્રાવથી લોહીમાં કેલ્શિયમનું પ્રમાણ વધે છે, સ્નાયુઓ નબળાં પડે છે અને જઠર તથા આંતરડામાંથી લોહી વડે છે.

(૪) થાયમસ (વક્ષસ્થ) ગ્રંથિ (Thymus Gland) :

છાતીનાં હાડકાં અને ફેફસાંની વચ્ચે આ ગ્રંથિ આવેલી હોય છે. તેની નીચેનાં ભાગમાં હૃદય અને લોહીની મોટી ધમની તથા શીરા આવેલાં હોય છે. નાનપણમાં થાયમસ ગ્રંથિ મોટી હોય છે, પરંતુ મોટા થતાં તે નાની થતી જાય છે. તે સુંવાળી અને રતુમડા રંગની હોય છે. એમ મનાય છે કે શ્વેતકણોની ઉત્પત્તિ સાથે આ ગ્રંથિનો સંબંધ રહેલો હોઇ તે શરીરની રોગપ્રતિકાર શક્તિ માટે વધારે અગત્યની છે.

આ સિવાયની અન્ય નલિકારહિત ગ્રંથિઓ વિશેની વિગતો, આ પછીના લેખાંકમાં આપવામાં આવશે.

(ક્રમશઃ)