હકારાત્મક રાજનીતિ પર ધ્યાન આપવાની જરૂર : રાહુલ

નવી દિલ્હી,તા. ૨૨

કોંગ્રેસના ઉપપ્રમુખ રાહુલ ગાંધીએ આજે રચનાત્મક રાજનીતિ ઉપર ધ્યાન આપવા કોંગ્રેસના નેતાઓને અપીલ કરી હતી. કોંગ્રેસની બે દિવસીય મીડિયા વર્કશોપ બેઠક શરૂ થયા બાદ રાહુલ ગાંધીએ કેટલાક મુદ્દાઓ પર કોંગ્રેસના નેતાઓને મહત્વપૂર્ણ ટિપ્સ આપી હતી. પક્ષની દૂરસંચાર વ્યૂહરચનાના સંબંધમાં સાવધાન રહેવા પણ પરોક્ષરીતે સૂચના આપી હતી. રાહુલ ગાંધીએ લોકસભા ચૂંટણીથી પહેલા તમામ રાજ્યોમાં પક્ષની દૂરસંચાર વ્યવસ્થાને અસરકારક બનાવવા પર ભાર મુક્યો હતો સાથે સાથે તમામ રાજ્યોમાં સંસ્થાકિય માળખાની રચના ઉપર પણ ભાર મુક્યો હતો. તેમના ઉદ્‌ઘાટન સંબોધનમાં રાહુલ ગાંધીએ કહ્યુ હતુકે આ પ્રકારના પગલા લેવાથી પક્ષની પ્રતિષ્ઠા પહેલાથી જ મજબુત થશે. વ્યક્તિગત ઈમેજ પર લોકોની સુધરશે. હકારાત્મક રાજનીતિ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવા રાહુલે નેતાઓને અપીલ કરી હતી. એક અવાજમાં વાત કરવા અને સંગઠિત રહેવા પક્ષના નેતા ગાંધીએ કહ્યુ હતુ. વ્યક્તિગત તરીકે પોતાને

પ્રોજેક્ટ કરવા પર ધ્યાન ન આપવા રાહુલે કહ્યુ હતુ. રાહુલે આ રીતે વાત કરીને ગુજરાતના મુખ્યમંત્રી નરેન્દ્ર મોદીનો પરોક્ષરીતે વિરોધ કર્યો હતો. વર્કશોપમાં નવા ટેલેન્ટ માટેની તક રહેલી છે. અનુભવી લોકો અને નેતાઓ પાસેથી બોધપાઠ લેવા યુવાઓને ગાંધીએ અપીલ કરી હતી. નવા ભારતના નિર્માણ માટે આગળ આવવા રાહુલે સુચન કર્યુ હતુ. લોકસભા અને કેટલાક રાજ્યોમાં વિધાનસભાની ચૂંટણી આડે ઓછો સમય રહ્યો છે ત્યારે ભાજપ અને કોંગ્રેસ દ્વારા પોત પોતાની રીતે તૈયારી હાથ ધરવામાં આવી ચુકી છે. રાજ્યોમાં કોમ્યુનિકેશન વિભાગોની રચના કરવા તથા ફુડ સિક્યુરિટી બિલના સંદેશાને લોકો સુધી પહોચાડવાની જરૂરીયાત પર કોંગ્રેસના નેતાઓ ભાર મુકી રહ્યા છે. મતદારોની અંદર યુપીએની ગ્રોથ સ્ટોરી રજુ કરવાના પ્રયાસ પણ થઈ રહ્યા છે. આ વર્કશોપમાં ૨૦૦થી વધુ યુવા અને અનુભવી પક્ષના કાર્યકરો ભાગ લઈ રહ્યા છે. દરેક રાજ્યમાંથી પાંચ કાર્યકરો જોડાઈ રહ્યા છે. એઆઈસીસીના રાષ્ટ્રીય પ્રવક્તા, યુવા કોંગ્રેસ અને એનએસયુઆઈના લોકો પણ ભાગ લઈ રહ્યા છે. બે દિવસીય કાર્યક્રમમાં કેન્દ્રિય પ્રધાન પી ચિદમ્બરમ, આનંદશર્મા, જયરામરમેશ, શશી થરુર અને મનિષ તિવારી સંબોધન કરનાર છે. ચિદમ્બરમ અર્થતંત્ર પર પ્રકાશ ફેંકે તેવી શકયતા છે જયારે શર્મા એફડીઆઈ અંગે મેન્યુફેક્ચરીંગ નીતિ પર વાત કરશે. રાહુલ ગાંધીના આજના નિવેદનનો શકીલ અહેમદના સૂચનના અનુસંધાનમાં પણ મહત્વનું ગણવામાં આવે છે. શકીલ અહેમદે હાલમાં જ કહ્યુ હતુકે ગુજરાતમાં સાંપ્રદાયિક હિંસા બાદ ઘણા આતંકવાદી સંગઠનોની રચના થઈ હતી. આ મામલે ખેંચતાણની સ્થિતિ છે ત્યારે રાહુલે હકારાત્મક રાજનીતિની વાત કરીને પરોક્ષરીતે કોંગ્રેસના નેતાઓને ચેતવણી આપી હતી.

ચીનના ગાંસૂમાં પ્રચંડ ભૂકંપથી ૫૪ના મોત

બેજિંગ,તા. ૨૨

ચીનના ઉત્તર પશ્ચિમ પ્રાંત ગાંસૂમાં આજે સવારે આવેલા પ્રચંડ ભૂકંપના કારણે ઓછામાં ઓછા ૫૪ લોકોના મોત થઈ ગયા છે અને ૩૦૦થી વધુ લોકો ઘાયલ થઈ ગયા છે. મોતનો આંકડો વધવાની દહેશત પ્રવર્તી રહી છે. ઈજાગ્રસ્તો પૈકી ઘણા ગંભીર રીતે પણ ઘાયલ થયા છે. સ્થાનિક અધિકારીઓએ કહ્યું છે કે પ્રચંડ ભૂકંપ બાદ બચાવ અને રાહત કામગીરી તરત જ હાથ ધરવામાં આવી હતી. અમેરિકાના ભૂકંપ સંબંધિત વિભાગના અધિકારીઓના જણાવ્યા મુજબ ડિંગજી શહેર નજીક આવેલા આ ભૂકંપની તીવ્રતા ૬.૬ જેટલી આંકવામાં આવી છે. પ્રથમ આંચકો નોંધાયા બાદ થોડાક સમય ગાળા બાદ વધુ એક આંચકો નોંધાયો હતો. પહેલા આંચકાની તીવ્રતા ૬.૬ અને બીજા આંચકાની તીવ્રતા ૫.૬ જેટલી આંકવામાં આવી હતી.

મીનજિયાંન કાઉન્ટીમાં ૩૯ લોકોના મોત થયા હતા જ્યારે ઝાંગજિયાન કાઉન્ટીમાં ૧૫ લોકોના મોત થયા હતા. આ બંને વિસ્તારમાં ભારે નુકસાન થયુ છે. એક સ્થાનિક અહેવાલમાં જણાવવામાં આવ્યું છે કે ભૂકંપના કારણે અનેક ઈમારતો ધારાશાયી થઈ ગઈ હતી. રાહત કર્મચારીઓ ઘટના સ્થળે પહોંચી ગયા છે. ડિંગજીના સ્થાનિક અધિકારીઓનું કહેવું છે કે ભૂકંપના કારણે મોટી સંખ્યામાં મકાનો ધરાશાયી થઈ ગયા હતા. આ અગાઉ વર્ષ ૨૦૦૮માં ચીનના સિચ્યુઆન પ્રાંતમાં આવેલા ભૂકંપમાં આશરે ૯૦ હજાર લોકોના મોત થયા હતા અને લાખોની સંખ્યામાં લોકો બેઘર થયા હતા. ચીનની સરકારી સંસ્થાના જણાવ્યા મુજબ સ્થાનિક સમય મુજબ સવારે ૭.૪૫ વાગ્યાની આસપાસ મિસિયાન અને જાગસીયાન કાઉન્ટીમાં ભૂકંપનો આંચકો આવ્યો હતો. આ વિસ્તાર

ગાંસૂનના પાટનગર લાંજુથી આશરે ૧૭૦ કિલોમીટરના અંતરે સ્થિત છે. સવારે ૯.૧૨ વાગ્યાની આસપાસ ૫.૬ની તીવ્રતાનો વધુ એક ભૂકંપનો આંચકો આવ્યો હતો. ગાંસૂન પ્રાંતના ભૂકંપ સંબંધિત વિભાગના સૂત્રોએ કહ્યું છે કે મોટી સંખ્યામાં લોકો ઘાયલ થયા છે. ગાંસૂના જાગસિયાંગમાં ઓછામાં ઓછા ૫૬૦૦ જેટલા મકાનો સંપૂર્ણપણે નાશ પામ્યા છે. ૩૮૦ મકાનો તૂટી પડ્યા છે. ઘણા વિસ્તારોમાં વિજળી ડૂલ થઈ ગઈ હતી. મોબાઈલ સેવા ખોરવાઈ ગઈ હતી. પરિવહન સેવાને માઠી અસર થઈ હતી.

મોતનો આંકડો વધવાને લઈને પણ ભારે ચર્ચા ચાલી રહી છે. સ્થાનિક લોકોએ માહિતી આપતા કહ્યુ છે કે ઘણા વૃક્ષો અને મકાનો ધરાશાયી થયા હતા. એક મિનિટ સુધી આની અસર જોવા મળી હતી. લાંગનાન, તિનાશૂઈ અને પ્રાંતિય પાટનગર લાંઝૂમાં પણ ભૂકંપના આંચકા અનુભવાયા હતા. ઊંચી ગગનચૂંબી ઈમારતના ૩૧મા માળે રહેલા લોકોને સૌથી વધારે અસર જોવા મળી હતી. વહીવટી તંત્રએ સૈનિકો, પોલીસ અને ૩૦૦થી વધારે સ્થાનિક જવાનોને રવાના કર્યા છે.

કરંટ લાગવાના કારણે ફિલ્મ પ્રોડયુસરનું મૃત્યુ

નવીદિલ્હી, તા. ૨૨

સરકારી વિભાગની બેદરકારીના કારણે નવી દિલ્હીના ગ્રીનપાર્કમાં એક ફિલ્મ પ્રોડયુસર્સનું મૃત્યુ કરંટ લાગવાના કારણે થયું છે. ગ્રીન પાર્કની આસપાસ ઘણા દિવસોથી વીજળીના ખુલ્લા વાયરો લટકતા હતા અને આ વાયરોનો સ્પર્શ આનંદ ભાસ્કર મરોલા નામના શખ્સને થઈ જતા તેનું મૃત્યુ થયું હતું.

કરન્ટ લાગ્યા બાદ ભાસ્કરને હોસ્પિટલમાં લઈ જવામાં આવી રહ્યો હતો ત્યારે તેનું મૃત્યુ થયું હતું. આનંદ મરોલા પોતે એક ડોક્યુમેન્ટરી પ્રોડયુસર હતા તેઓ શનિવારે ગ્રીનપાર્કમાં આવેલી બેંક ઓફ ઈન્ડિયામાં ગયા હતા. તેઓ જ્યારે બેંકનું કામ કાજ પતાવી પરત ફરી રહ્યા હતા. ત્યારે અચાનક જ ગાડીનો દરવાજો ખોલતા કરન્ટ લાગ્યો હતો. અને કરંટ લાગ્યા બાદ આનંદને જ્યારે હોસ્પિટલ ખાતે લઈ જવામાં આવ્યો ત્યારે રસ્તામાં જ તેનું મૃત્યુ થયું હતું.

દિલ્હીમાં મુશળધાર વરસાદને કારણે જનજીવન અસ્તવ્યસ્ત

નવીદિલ્હી, તા. ૨૨

રાજધાની દિલ્હીમાં શુક્રવાર સાંજથી વરસાદ શરૂ થઇ ગયો છે. શનિવાર અને રવિવારે મોટાભાગની ઓફિસો બંધ હોવાને કારણે મુશળધાર વરસાદની ખાસ નોંધ લેવાઈ ન હતી. પરંતુ શનિવારે મોડી રાત્રે અને રવિવારે સતત ચાલુ રહેલા વરસાદને કારણે નિચાણવાળા વિસ્તારમાં પાણી ભરાઇ ગયા હતા અને સોમવારે પણ રાજધાની દિલ્હીમાં મુશળધાર વરસાદે વરસવાનું ચાલુ રાખ્યું હતું. જો કે સતત વરસી રહેલા વરસાદને કારણે મોસમ ખુશ્નુમા બની ગયો છે. પરંતુ વરસાદને કારણે ઓફિસે અને સ્કૂલે જનારા લોકોએ ભારે સમસ્યાનો સામનો કરવો પડ્યો છે. સતત બે દિવસથી ચાલી રહેલા વરસાદ, નીચાણવાળા વિસ્તારમાં ભરાઇ ગયેલા પાણીને કારણે રોડ નદીમાં પરિવર્તીત થઇ ગયા હતા. જેને કારણે ટ્રાફિકની સમસ્યા ઉદ્‌ભવી હતી.

ટ્રાફિક પોલીસનાં અધિકારીએ જણાવ્યું હતું કે દિલ્હીનાં મોટાભાગનાં તમામ વિસ્તારોમાં ટ્રાફિક જામ છે. હંમેશા સોમવારે પિકઅવર્સમાં સડક પર વાહનવ્યવહાર વધુ હોય છે.

દક્ષિણ દિલ્હીનાં એક રહેવાસીએ જણાવ્યું હતું કે તે રીંગરોડ વિસ્તારમાં એવી રીતે ફસાઈ ગયો હતો કે તેના માટે ગંતવ્ય સ્થળે પહોંચવું કે પાછા ફરવું બંને બાબતો સમાન રીતે કઠિન હતી. તે હજી સુધી એ બાબત સમજી શકયો નથી કે વરસાદ શરૂ થવાની સાથે ટ્રાફિકની સમસ્યા કેમ શરૂ થઈ જાય છે ?

પૂર્વ દિલ્હીનાં શ્રીલક્ષ્મીનગરમાં લોકોના ઘરોમાં પાણી ભરાઇ ગયા છે હજુ પણ વરસાદ ચાલુ જ છે. વરસાદમાં પણ ઓફિસ કે ધંધાનાં કામ અર્થે જનારા લોકોને ઘણી મુશ્કેલી વેઠવી પડી છે કારણ કે બસોની સંખ્યા ઘટાડી દેવામાં આવી છે. જેને કારણે વરસાદમાં બસની રાહ જોઇ રહેલા લોકોને નિરાશ થવું પડ્યું છે.

દક્ષિણ દિલ્હીનાં મસ્જીદ મોઠ વિસ્તારમાં વરસાદ અને ટ્રાફિકને કારણે પરેશાન થઈ ગયેલા લોકોને છેલ્લા એકથી દોઢ કલાકથી બસની રાહ જોવા છતાં હજી સુધી તેમને નિરાશા જ હાથ લાગી છે. પગપાળા ચાલનારા લોકો અને ટુવ્હિલર ચલાવનારા લોકો મુશળધાર વરસાદને કારણે રસ્તા પર તથા મેટ્રો ઓવરબ્રિજની નીચે ફસાઈ ગયા છે. તેને કારણે પણ ટ્રાફિકજામની સ્થિતિમાં વધારો થયો છે. બે દિવસ અગાઉ શનિવારે રાષ્ટ્રીય રાજધાનીમાં ૧૨૩ મી.મી. વરસાદ થયો હતો જે ગત ૧૦ વર્ષોમાં નોંધાયેલો સૌથી વધુ વરસાદ હતો.

સેન્સેક્સ ૯ પોઈન્ટ સુધરીને ૨૦૧૫૯ની નવી સપાટીએ

મુંબઈ,તા. ૨૨

શેરબજારમાં આજે કારોબારના અંતે ફ્લેટ સ્થિતિ રહી હતી. જો કે કારોબાર શરૂ થયા બાદથી છેલ્લે સુધી ઉથલપાથલ જોવા મળી હતી. એલએન્ડટીમાં ભારે અફડાતફડી જોવા મળી હતી. એલએન્ડટી દ્વારા તેના નિરાશાજનક પ્રથમ ત્રિમાસિક ગાળાના કમાણીના આંકડા જારી કર્યા હતા. લાર્સન એન્ડ ટુબ્રોમાં ૭.૪૬ ટકાનો મોટો ઘટાડો થઈ ગયો હતો. આજે કારોબારના અંતે સેન્સેકસ નવ પોઈન્ટ સુધરી ૨૦૧૫૯ની સપાટીએ રહ્યો હતો જ્યારે નીફ્ટી ત્રણ પોઈન્ટ સુધરી ૬૦૩૨ની સપાટીએ રહ્યો હતો. વિશ્વના બજારોમાં પણ અફડાતફડી જોવા મળી હતી. મોટા ભાગના એશિયન બજારોમાં પણ અંતે તેજી રહી હતી. ટોકિયોના નિક્કીમાં ૦.૫ ટકાનો સુધાર રહ્યો હતો. બીએસઈ કેપિટલ ગુડ્‌સ ઈન્ડેક્સમાં આશરે છ ટકાનો ઘટાડો જોવા મળ્યો હતો.

ઓઈલ એન્ડ ગેસ, પાવર, પીએસયુ, રિયાલિટી અને કન્ઝ્યુમર ડ્યુરેબલ ઈન્ડેક્સમાં ૧-૨ ટકાનો ઘટાડો રહ્યો હતો જો કે બીએસઈ ઓટો અને બેકેક્સ તથા આઈટી ઈન્ડેક્સમાં એક ટકા સુધી સુધાર જોવા મળ્યો હતો. ભેલના શેરમાં સાત ટકા જેટલો કડાકો બોલી ગયો હતો. જે શેરમાં તીવ્ર મંદી નોંધાઈ હતી તેમાં તાતા સ્ટીલ, ઓએનજીસી, ડોક્ટર રેડ્ડી, સિપ્લા અને ગેઈલનો સમાવેશ થાય છે. જે શેરમાં નફો નોંધાયો હતો તેમાં એચડીએફસીના શેરમાં સૌથી વધુ ત્રણ ટકાનો સુધારો સેન્સેક્સના શેરોમાં જોવા મળ્યો હતો. મહિન્દ્રા એન્ડ મહિન્દ્રા, સનફાર્મા, એચયુએલ, આઈસીઆઈસીઆઈ બેંક સહિતના શેરોમાં પણ ઉલ્લેખનીય સુધારો રહ્યો હતો. આ તમામમાં ૨-૩ ટકા વચ્ચેનો ઉછાળો નોંધાયો હતો. બ્રડર માર્કેટમાં ફ્લેટ સ્થિતિ રહી હતી. માર્કેટ બ્રિડથ નકારાત્મક જોવા મળી હતી. ૧૨૨૯ શેરમાં મંદી અને ૧૦૩૭ શેરમાં તેજી રહી હતી. બ્રોડર માર્કેટની વાત કરવામાં આવે તો સ્થિતિ ફ્લેટ રહી હતી.

અપહરણ કરાયેલ જહાજ મુક્ત : ૨૦ લોકો સલામત

રાસાયણિક ટેન્કર એમવી કોટનને સમુદ્રનાં ચાંચીયાઓનાં ચુંગલમાંથી મુક્ત કરાવી લેવામાં આવ્યું છે. હવે આ ટેન્કર ભારતીય ચાલક ટૂકડીનાં સભ્યોનાં નિયંત્રણમાં છે. ચાલક ટૂકડીનાં તમામ ૨૦ સભ્યો સુરક્ષીત છે. અત્રે ઉલ્લેખનીય છે કે શંકાસ્પદ ચાંચીયાઓએ ગતસપ્તાહ દરમિયાન ગૈબનનાં તટ પરથી આ ટેન્કરનું અપહરણ કરી લીધું હતું.

વિદેશ મંત્રાલયનાં પ્રવક્તા સૈયદ અકબરૂદ્દીને ટ્વિટર ટ્વિટ કર્યું હતું કે એમવી કોટન ચાલક ટુકડીનાં તમામ સભ્યો સલામત છે. એમ માનવામાં આવે છે કે તુર્કીનાં આ ટેન્કરનું રવિવારે સમુદ્રી ચાંચીયાઓએ અપહરણ કરી લીધું હતું. જ્યારે આ ટેન્કર ગુઆનામાં લંગર નાખવાની રાહ જોઈ રહી હતી.

મોંઘેરા મોતી (પાના નં. ૪નું ચાલુ)

સત્યમ્ સારવાર કેન્દ્ર અને ઓમ સત્યમ્ હર્બલના ડાયરેક્ટર ડો. પાયલ અને નીતુબહેન દ્વારા અત્યારે સફેદ દાગ, સોર્યાસીસ, કેન્સર જેવા રોગોનું રિચર્સ કરે છે. જેમાં કેન્સરના દર્દીઓને નિદાન વિના મૂલ્યે અને કાથલાથોરમાંથી બનાવેલી મેડીસીન વિના મૂલ્યે આપવામાં આવે છે.નબળી પરિસ્થિતિના દર્દીઓ પાસેથી નિદાનચાર્જ કે દવાઓનો ચાર્જ લેવામાં આવતો નથી. હાલમાં ૧૫૦થી વધારે દર્દીઓ દર મહિને ફાઇલ બતાવીને દવાઓ લઇ જાય છે. સફેદ દાગમાં આ સંસ્થાએ ૧૦૦ ટકા પરિણામ આપ્યું છે. સફેદ દાગ એ માત્ર રોગ નથી. પરંતુ સામાજિક રોગ થઇ ગયો છે. જેથી દીકરા-દીકરીઓને ઘણી સામાજિક પરિસ્થિતિનો સામનો કરવો પડે છે. અમુક દર્દીઓને સગાઇ-લગ્ન સમયે ખોડ-ખાપણવાળા પાત્રોની પસંદગી કરવી પડે છે. ગામડાઓમાં તો આ રોગને અંધશ્રદ્ધાનું સ્વરૂપ માનવામાં આવ્યું છે. સફેદ દાગ થયા હોય, એવી દીકરીઓને રસોડામાં પણ પ્રવેશવા દેતા નથી અને ધાર્મિક કાર્યમાં આભડછેટ લાગે તેવી પ્રથા થવા લાગી છે. આવી સમસ્યાઓ માત્ર એક જ ઉપાય છે કે દર્દી રોગમુક્ત થઇ જાય અને સામાજિક સમસ્યામાંથી મુક્ત થઇ જાય.

સફેદ દાગ સામે સત્યમ્ સારવાર કેન્દ્ર દ્વારા એક ઝુંબેશ ચલાવવામાં આવી છે. પોસાઇ શકે તેવા દર્દી પાસેથી ચાર્જ સેવામાં આવે છે અને પહોંચી ના શકે તેવા દર્દીઓ પાસે ચાર્જ લેવામાં આવતો નથી. સ્વાર્થ અને પરમાર્થ બંને હેતુ સિદ્ધ થાય અને સંસ્થા પણ મજબૂત બનીને ચાલી શકે એવા હેતુથી આ કાર્ય કરવામાં આવે છે. કોઇ પણ જાતના રોગોમાં કોઇ પણ વ્યક્તિ સંપર્ક કરી શકે છે. ઘરઘથ્થુ અને રસોડામાં ઘણાં એવા ઉપચાર હોય છે જે ફોનથી જણાવવામાં આવશે.

ઉપરાંત તમામ પ્રકારના અસાધ્ય રોગોમાં આયુર્વેદ સારવાર ઉપલબ્ધ છે. રોગો જેવા કે બ્લડપ્રેશર, ડાયાબિટીશ, કોલેસ્ટ્રોલ, ડિપ્રેશન, માથાનો દુખાવો, ચામડીના રોગો, સોરાઇસીસ, સફેદ દાગ, વજન વધારે હોવું, નબળાઇ, હિમોગ્લોબીનની ઉણપ, વાળની સમસ્યા, એલર્જી, શરદી, ગાયનેક પ્રોબ્લેમ વગેરે રોગોની સારવાર - સત્યમ્ સારવાર કેન્દ્ર, ૧૪, મનોહર પ્લોટ, ડો. પ્રકાશ મોઢાની હોસ્પિટલ પાછળ, રાજકોટ - ખાતે આપવામાં આવેલ છે.

એમના મો. નં. છે : ૯૮૨૫૭૬૫૬૧૯

પોઝિટિવ થિન્કિંગ (પાના નં. ૪ નું ચાલુ)

તે હંમેશા માનસિક તનાવ અને આવેગોથી મુક્ત થવાના ઉપાયો શોધતી રહે છે. એ માટે તે અનેક વાર દારૂ, બીડી-સિગારેટ અને નશીલી દવાઓનું સેવન કરવાની કોશિશ કરે છે. માનસિક અશાંતિ દૂર કરવા માટે તે કેટકેટલાં ‘ટ્રાંક્વિલાઇઝર્સ’ અને ‘ડ્રગ્સ’નો ઉપયોગ કરે છે. આવી વસ્તુઓના સેવનથી જ થોડા સમય માટે તો દુઃખને ભૂલી જાય છે, પરંતુ દવાની અસર દૂર થતાં જ પહેલાંની સ્થિતિમાં તે આવી જાય છે. પોતાની જાતને ભૂલવા માટે તે વધુ નશો કરે છે. આમ કરવાથી તો વધુ વ્યસનોથી મુક્ત મેળવી શકાતી નથી. માનસિક તનાવોથી ઊભી થયેલી પરિસ્થિતિથી દૂર ભાગવાનો અર્થ છે પ્રગતિની દિશામાં અવરોધ ઊભો કરવો.

પ્રતિકૂળ સંજોગોને બદલવાનું માનવી માટે સંભવિત નથી. પરિસ્થિતિ પ્રત્યેનાં આપણા દૃષ્ટિકોણને જરૂર બદલી શકાય છે. એનાથી માનવી માનસિક તનાવો અને આવેગોથી મુક્ત થઇ શકે છે. પરિસ્થિતિઓનો સામનો કરવાથી શારીરિક અને માનસિક શક્તિઓનો વિકાસ થાય છે.

વૈજ્ઞાનિક શોધોએ ‘ન્યૂરો-એંડોફ્રાઇન નર્વસ સિસ્ટમ’ સાથે સંબંધિત અનેક રહસ્યો શોધી કાઢ્યા છે. એનું સ્વરૂપ શું છે? એમાં હોર્મોન્સ માનવીનાં મન અને શરીરને કેવી રીતે અસર કરે છે? કયું રસાયણ કઇ મનોવૃત્તિને ઉદ્‌ભાવિત કરવા કે શમન કરવા નિમિત્ત બને છે? - આ માટે જુદી જુદી ભાષાઓમાં ખૂબ જ સાહિત્ય પ્રકાશિત થઇ રહ્યું છે, પરંતુ વિજ્ઞાન પાસે આ સમસ્યાનું કોઇ સમાધાન નથી કે ગ્રંથિઓના એ સ્ત્રાવોને - રસાયણોને કેવી રીતે બદલી શકાય, જે માનવીને સારા કે ખરાબ બનવા માટે જવાબદાર છે. પ્રેક્ષાધ્યાન પદ્ધતિ એક એવી વૈજ્ઞાનિક પદ્ધતિ છે, જેનાથી અંતઃસ્થાવી ગ્રંથિઓનાં સ્ત્રાવોને બદલવા અને એને સંતુલિત બાનરી રાખવાનું નિશ્ચિત આશ્વાસન છે.

વિચાર યાત્રા (પાના નં. ૪ નું ચાલુ)

સાચું નહીં બોલવાનું આપણે ત્યાં માખણનો ઉપયોગ જેટલો ખાવા માટે નથી થતો એટલો તો લગાવવા માટે થાય છે, અને જે લગાવી જાણે છે તે જ આગળ ધપે છે. બટર-પોલિશ કરતા ન આવડે તો બૂટ-પોલિશ કરવાનો વારો આવે છે. જેવા બનવું નથી પણ બનવું પડે તે વ્યવહારિકતા.

એક અરેબિયન કવિતા વાંચી હતી, જે અહીં બંધબેસતી જણાય છે.

**ઘાસ પર રમતા’તા
રેતીના કિલ્લા બાંધતા’તા...
એ બધુ સ્વપ્ન થઇ ગયું
પણ પછી તો વરૂઓ મળ્યાં માણસના ચહેરામાં
આપણને ભયભીત કરી મૂકે એવા
મા એ કહ્યું હતું કે જૂઠ્ઠું ન બોલતો
પિતાએ સાચું બોલવાની સલાહ આપી હતી
પણ જયારથી કદરૂપાને રૂપાળા કહેવાની
સમાજમાં પ્રથા જોઇ
નર્યા દંભની કથા જોઇ
ત્યારથી જૂઠ્ઠું કંઇ રીતે બોલાય
એની કળા હું શીખી ગયો**

● ● ●

લાફ્ટર ચેલેન્જવાળા જોકને આગળ ચલાવે છે કે - બાળક બોસને કહે છે કે, ‘પપ્પા કહે છે કે પપ્પા ઘરે નથી’ - પણ...

સમાચાર ઝલક

- **નવા આતંકવાદી મોરચા ખોલવા લશ્કરે તોયબાની ધમકી.**
- **ગુજરાતીઓ માટે ફેવરીટ સ્થળ દમણ-દીવમાં શરાબ ઉપર એક્સસાઇઝ ડ્યુટીમાં વધારો.**
- **આશારામ બાપુના સાંનિધ્યમાં મોટેરા આશ્રમમાં ગુરૂપૂર્ણિમાનો મહોત્સવ ઉજવાયો.**
- **બિહારમાં મધ્યાહન ભોજનમાં ઝેરી જંતુનાશકો હતા, ફોરેન્સિક અહેવાલ, તપાસ ચાલુ.**
- **આંધ્રમાં ૧૬૦ અબજ ડોલર રોકાણ કરવાની ચીનની ઇચ્છા.**
- **રેલ્વે પ્રોજેક્ટોને ઝડપથી અમલી કરવા રેલ્વેતંત્રની તૈયારીઓ.**
- **ભારતમાં કેન્સરના કેસની સંખ્યામાં વધારો.**
- **સિઝનનો ૫૫ ટકા વરસાદ ગુજરાતમાં થયો, છતાં ઉત્તર ગુજરાતનાં ડેમો ખાલીખમ.**
- **હિન્દુ-મુસ્લિમ ભાઇ-ભાઇ, નવું સંશોધન બંનેના જીન્સ પણ એક્સમાન છે.**
- **૨૭ વર્ષની મહિલાનાં મગજમાં ૧૨ મીમી કાણું પાડી માંસભક્ષી માખીઓ ઘુસી ગઇ.**
- **હિન્દુ બેંક સ્થાપવા માટેનાં ચક્રો ગતિમાન, ટૂંકમાં જ બેંક સ્થપાશે.**
- **હવે બાળકોને ડાન્સ, રિયાલીટી શોનાં નામે નાણાં ખંખેરવાનો કારસો, ગુજરાતમાં આવી અનેક ટોળકીઓ સક્રિય.**
- **શાકભાજી મોંઘાદાટ બનતા કઠોળનો વધતો વપરાશ.**
- **કાળઝાળ મોંઘવારીમાં ડિઝલના ભાવ વધવાથી તમામ જીવન જરૂરી ચીજો મોંઘી થઇ. સામાન્ય માનવીની હાલત કફોડી.**
- **૩૮ શિક્ષકોનું ભાવપૂજન કરતા રમેશભાઇ ઓઝા.**
- **સિંધાવદરમાં ૧૧૧ વર્ષનાં દાદીમાના અવસાનથી ઉત્તરક્રિયાના બદલે ૧૨૫ વૃક્ષારોપણ કર્યા.**
- **જગન્નાથપુરીમાં ઓડીસી નર્તકી ઇલિના સીટારિસ્ટીને ધક્કે ચઢાવી.**
- **જુલાઇમાં મુડી બજારમાંથી ૧૭,૦૦૦ કરોડ રૂપિયા પાછા ખેંચાયા છે.**
- **અમદાવાદમાં સાબરમતી નદી આત્મહત્યાનું કેન્દ્ર બની.**
- **બિહારમાં મધ્યાહન ભોજનકેન્દ્રમાં સૂચના બોર્ડ મુકાશે.**
- **‘નશા’ પિક્ચરના પોસ્ટરોનો ઉગ્ર વિરોધ થવા લાગ્યો.**
- **એમબીબીએસના પ્રવેશ મામલે રિવ્યુ પિટીશન થશે.**
- **તહેવારોની શરૂઆત થતાં કાપડ ૧૦ થી ૧૫ ટકા મોંઘુ થવાની શક્યતા.**
- **દક્ષિણ ગુજરાતમાં ડેમો ઓવરફ્લો થતાં ૨૪ કલાકમાં ૭ કરોડનું વીજ ઉત્પાદન થયું.**