ગાંધીનગર સમાચાર
તા. ૧૪-૧૦-૨૦૧૪, મંગળવાર

તંત્રી સ્થાનેથી....

હુડહુડના તમાચા સામે સરકાર લાચાર

આંધ્ર અને ઓડિશામાં કાળો કેર વરતાવતા ચક્રવાતને 'હુડહુડ' જેવું નામ અપાયું છે તે ભલે કોઇ ગામના નામ પરથી સૂઝેલું હોય પરંતુ એમાં આપોઆપ એની ભયાનકતાનો ધ્વનિ અભિવ્યક્ત થાય છે. કુદરતી આફતો સામે કાળા માથાનો માનવી લાચાર થઇને બેસી જતો હોય છે. હજી સુધી વિજ્ઞાન અતિવૃષ્ટિ, અનાવૃષ્ટિ, વાવાઝોડાં કે ભૂકંપ અને જવાળામુખી જેવી આફતો અટકાવવાનો કોઇ કારગત ઉપાય શોધી શક્યું નથી. વિજ્ઞાનની મદદથી માણસે ફક્ત આ આફતોનો સલામત રીતે સામનો જ કરવાનો રહે છે. અગાઉના સુનામીએ જે તારાજી ફેલાવેલી એ હજી દરિયાઇ પટ્ટીના રહેવાસીઓ ભાગ્યે જ ભૂલ્યા હશે. ગયે વર્ષે સેલેના નામનું વાવાઝોડું ફૂંકાયેલું. વાવાઝોડાં અમેરિકાને પણ છોડતા નથી. એ કોઇ ઓબામા કે મોદીને ઓળખતાં નથી. મોદીને એમના મત વિસ્તાર વારાણસીની મુલાકાત આ કુદરતી આફતનાં સંદર્ભે જ રદ કરવી પડી છે. વાવાઝોડાનું જોર શમી ગયા પછી પણ બે-ત્રણ દિવસ સુધી હવામાન વિપરીત રહેતું હોય છે. આંધ્ર-ઓડિશામાં અથડાયેલા હુડહુડે આઠ માનવબલિ તો લઇ લીધા છે, કેટલાં મૂંગાં પશુપંખી અને જળચરોનો અને વનરાજિનો સોથ વળી ગયો હશે એનું તો હજી હવે સર્વેક્ષણ થશે. હુડહુડને કારણે ભુવનેશ્વરથી વિશાખાપટ્ટનમ વચ્ચેની રેલવે સેવા બંધ કરવી પડી છે. એથી કરોડો રૂપિયાનું નુકશાન રેલવે ઉપરાંત વેપારવણજ ક્ષેત્રને પણ પહોંચ્યું જ હશે. ખેતીના નામનું નામું લખાઇ જતાં ખેડૂતોને તો દિવાળી ટાંકણે જ હોળી સળગી છે. વિશાખાપટ્ટનમ ખાતે રમનારી ક્રિકેટ લીગ મેચ રદ કરવી પડી છે. આમ ગણવા બેસો તો ગણ્યું ગણાય નહીં એવું પાર વગરનું નુકશાન કરીને હુડ હુડ નામની ભુતાવળ હેઠી બેસશે. આંધ્ર અને ઓડિશા ઉપરાંત ઝારખંડ, મધ્યપ્રદેશ, છત્તીસગઢ, બિહાર અને ઉત્તરપ્રદેશ સુધી ભારે વરસાદ અને ઝડપથી ફૂંકાયેલ પવનની અસરો વરતાઇ છે. આંધ્રના મુખ્યમંત્રી ચંદ્રબાબુ નાયડુ હવે મોદી મંડળી સાથે ભણ્યા હોઇ નુકશાની પેટે કેન્દ્ર પાસેથી માતબર વળતરની માગણી કરશે. મોદી પણ આજે મહારાષ્ટ્ર-હરિયાણાની વિધાનસભા ચૂંટણીની પ્રચારસભાઓમાં 'હુડહુડ' જેવો તરખાટ મચાવીને આવતીકાલે વિશાખાપટ્ટનમ જશે. વાવાઝોડાથી થયેલ નુકશાનનું નિરીક્ષણ કરશે, વળતર જાહેર કરશે, અલબત્ત, હવે પછી આ દેશમાં આ પ્રકારનાં કોઇ 'હુડહુડ'ને ઊગતા જ ડામી દેવાશે - એવી ખાતરી આપવાની ચળ તો ઊપડશે પણ એવી બડાશ મારવા જતાં હાંસી થશે એવો ખ્યાલ આવતાં તેઓ ૬૦ વર્ષના કોંગ્રેસી શાસન કરતાં પોતાના શાસન દરમિયાન સત્તા સંભાળતાંની સાથે જ સરકારે આવી કુદરતી આફતો સામે વેળાસર નક્કર પગલાં લઇ ઓછામાં ઓછું નુકશાન પહોંચે અને જાનમાલની સલામતી રહે એવું નક્કર આયોજન ગોઠવ્યું હોવાની માહિતી જરૂર આપશે.

સાબર કોલેજની વિદ્યાર્થીનીઓએ ૧,૧૧,૧૧૧ જમ્મુ-કાશ્મીરના પૂરપિડીતોને આપ્યા

મુખ્યમંત્રી આનંદીબેન પટેલને મળીને ચેક અર્પણ કર્યો : સાથે શુભેચ્છાઓ લખેલું સોવેનિયર પણ ભેટમાં આપ્યું : ગાંધી જયંતિએ ઉઘરાવેલી પસ્તી વેચીને વિદ્યાર્થીનીઓએ અનોખી ગાંધીગીરીના દર્શન કરાવ્યા

ગાંધીનગર, તા.૧૩

ગાંધીનગરમાં તા. ૨જી ઓકટોબરે ગાંધી જયંતિ નિમિત્તે સાબર ઈન્સ્ટીટયુટ ઓફ ટેકનોલોજીની ૫૦૦ વિદ્યાર્થીનીઓએ આખા નગરમાં સેકટરે સેકટરે ફરીને પેપર પસ્તી ઉઘરાવી હતી. આ પેપર પસ્તી વેચીને આ વિદ્યાર્થીનીઓએ જમ્મુ-કાશ્મીરના પૂર પિડીતોને મદદરૂપ થવાના હેતુથી મુખ્યમંત્રી રાહતફંડમાં રૂ. ૧,૧૧,૧૧૧નો ચેક રાજયના મુખયમંત્રી આનંદીબેન પટેલને અર્પણ કર્યો હતો.

સાબરકાંઠા જિલ્લાના મજરા મુકામે આવેલ સાબર ઈન્સ્ટીટયુટ ઓફ ટેકનોલોજી ફોર ગર્લ્સ દ્વારા ૨જી ઓકટોબરે ગાંધીજયંતિની અનોખી રીતે ઉજવણી કરવામાં આવે છે. આ ઉજવણીમાં કોલેજની વિદ્યાર્થીનીઓ ગાંધીનગર, હિંમતનર જેવા શહેરોમાં ઘેર ઘેર ફરીને નગરજનો પાસેથી તેમના ઘરમાં પડી રહેલી નકામી પેપરપસ્તી ઉઘરાવે છે અને તેને એકઠી કરી તેનું વેચાણ કરે છે. આ વેચાણની આવકમાંથી મળતી રકમને તેઓ વિવિધ સેવાભાવી પ્રવૃત્તિઓ કરતી સામાજિક સંસ્થાઓને દાનમાં આપી સેવાની સહભાગી બને છે. આ કાર્ય દ્વારા વિદ્યાર્થીનીઓ ગાંધીજીના આદર્શો પોતાના જીવનમાં ઉતારવા અને નગરજનોમાં ગાંધી સંદેશને પહોંચાડવાનું કાર્ય પણ કરે છે. આ વર્ષે પણ આ વિદ્યાર્થીનીઓએ ગાંધીનગર અને હિંમતનગરમાંથી લોકોના ઘેર ઘેર જઈને પેપર પસ્તી ઉઘરાવી હતી અને આશરે ૧૦,૦૦૦ કિલો પસ્તી એકઠી કરી હતી. જો કે આ વર્ષે આ વિદ્યાર્થીનીઓએ આ પસ્તીના વેચાણમાંથી મળેલા નાણાંનો અલગ ઉપયોગ કરીને અનોખી ગાંધીગીરીના દર્શન કરાવ્યા હતા.

આ વર્ષે આ વિદ્યાર્થીનીઓએ પસ્તી વેચાણમાંથી થયેલી આવકમાંથી જમ્મુ-કાશમીરના પૂર પિડીતોની મદદ માટે રાજયના મુખ્યમંત્રી આનંદીબેન પટેલને રૂપિયા ૧,૧૧,૧૧૧ નો ચેક અર્પણ કરી અદભૂત સેવા ભાવના અને કર્તવ્યભાવના સહિત ગાંધી મૂલ્યોની પ્રતિતિ કરાવી હતી. મુખ્યમંત્રી આનંદીબેન સાથેની મુલાકાત દરમિયાન આ વિદ્યાર્થીનીઓએ ૧૦૦૦ શુભેચ્છા સંદેશ લખેલ એક સોવેનિયર પણ ભેટમાં આપ્યું હતું. મુખ્યમંત્રી આનંદીબેન પટેલે પણ આ વિદ્યાર્થીનીઓના પ્રયાસને અને કોલેજ દ્વારા કરવામાં આવતી પ્રવૃત્તિઓને બિરદાવી હતી અને ભવિષ્યમાં પણ આવી સમાજોયોગી પ્રવૃત્તિઓ કરતા રહેવા શુભેચ્છાઓ આપી હતી.

અત્રે ઉલ્લેખનીય છે કે ગાંધી જયંતિના દિવસે વિદ્યાર્થીનીઓએ પેપર પસ્તી ઉઘરાવવાની સાથે સાથે એક નવતર પ્રયોગરૂપે વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીની સ્વચ્છતા અભિયાનની હાકલને પણ ઉપાડી લેતા તેને અનુરૂપ શેરી નાટકો પણ ગાંધીનગરના દરેક સેકટરમાં કર્યા હતા. આ શેરી નાટકો દ્વારા વિદ્યાર્થીનીઓએ નગરજનોને સ્વચ્છતાનું મહત્વ સમજાવ્યું હતું.

ટાઈક્વોનડો બોર્ડ ઓફ ઈન્ડિયા દ્વારા નેશનલ ચેમ્પિયન ઓફ ટાઉકવોનડો (કીક-બોકસિંગ) દિલ્હી ખાતે યોજાઈ હતી. જેમાં સમર્પણ આર્ટસ એન્ડ કોમર્સ કોલેજ, ગાંધીનગરનાં પ્રથમ વર્ષના વિદ્યાર્થી ધવલ બરંડાએ ગોલ્ડ મેડલ મેળવી નેશનલ ચેમ્પિયન બનેલ છે. આ ઉપરાંત તાલકટોરા સ્ટેડીયમ, દિલ્હી ખાતે યોજાયેલ ડૉ. આંબેડકર સેકંડ નેશનલ ગેમ્સ ૨૦૧૪માં પણ ગોલ્ડ મેડલ મેળવી નેશનલ ચેમ્પિયન બની કોલેજ તથા ગુજરાતનું નામ રોશન કર્યું છે. આ વિદ્યાર્થીને તાલીમ આપી પ્રોત્સાહિત કરનાર ફીઝીકલ ઈન્સ્ટ્રક્ટર પ્રો. મહેન્દ્રભાઈ મોડીયા પણ અભિનંદન આપવામાં આવ્યા છે. સમર્પણ કોલેજનાં મેનેજીંગ ટ્રસ્ટી શંકરસિંહજી વાઘેલાએ વિદ્યાર્થીનું વિશેષ સન્માન કર્યું હતું. તથા સમર્પણ કોલેજનાં ટ્રસ્ટી ડૉ. કિશોરસિંહ સોલંકી અને આચાર્ય ડૉ. ઋચાબેન બ્રહ્મભટ્ટે પણ વિદ્યાર્થિને અભિનંદન પાઠવ્યા હતા.

રાજપૂત સમાજ સમાજના ઉમેદવારોને સ્પર્ધાત્મક પરીક્ષા માટે માર્ગદર્શન આપશે

ગાંધીનગર, તા. ૧૩

શ્રી કચ્છ કાઠિયાવાડ રાજપૂત સેવા સમાજ અને રાજપૂત સમાજ ગાંધીનગર દ્વારા રાજપૂત સમાજના ઉમેદવારો માટે સ્પર્ધાત્મક પરીક્ષા અંગે માર્ગદર્શન શિબિરનું આયોજન કરવામાં આવ્યું છે.

આગામી સમયમાં ગુજરાત ગૌણ સેવા પસંદગી મંડળ દ્વારા બિન સચિવાલય ક્લાર્ક અને ઓફિસ આસિસ્ટન્ટ વર્ગ-૩ જગ્યા માટે સ્પર્ધાત્મક પરીક્ષા લેવામાં આવનાર છે. ત્યારે કચ્છ કાઠિયાવાડ રાજપૂત સમાજ અને રાજપૂત સમાજ ગાંધીનગર દ્વારા સમાજના યુવક-યુવતિઓ માટે તા. ૩ નવેમ્બરથી ૨૨ દિવસ શિબિર યોજવામાં આવશે. શિબિર બ્લોક નં. ૧૪૬/૪, ચ-ટાઈપ, સેક્ટર-૧૭ ખાતે યોજવામાં આવશે.

હરિની દૃષ્ટિ...

ભારતમાં ઓલી બાજુ, લોકો હુડ હુડ થાય છે, અહીં આપણે તહેવાર ઉજવવા માટેની તૈયારીમાં હાઇડ - હાઈડ થાઈએ છીએ...!!

વર્ગ-૧ અને વર્ગ-૨ની સ્પર્ધાત્મક પરીક્ષાની પ્રાથમિક કસોટી સંપન્ન

ગુજરાત જાહેર સેવા આયોગ દ્વારા ૧૨મી ઓક્ટોબરના રોજ ૨૮ જિલ્લા કેન્દ્રો ખાતે ૬૪ મથકોએ વર્ગ-૧ અને વર્ગ-૨ ની પ્રાથમિક પરીક્ષાની કસોટી યોજવામાં આવેલી. કુલ ૨,૩૮,૯૫૭ ઉમેદવારોએ પરીક્ષા આપેલ છે. આયોગ દ્વારા આશંકિ આંશિક અંધ અને શારીરિક અશક્ત ઉમેદવારો માટે પરીક્ષામાં જરૂરી વ્યવસ્થા ગોઠવી હતી. ૫૭ ટકા ઉમેદવારોએ પરીક્ષા આપી હતી. પ્રશ્નપત્ર-૨ માં ગુજરાતી માધ્યમની ઈ સીરીઝ પ્રશ્નપત્રના ક્રમ-૭૬ અને ૭૭ ના છાપકામમાં ક્ષતિ આયોગના ધ્યાન પર આવેલ છે. તે માટે વિચારણા કરી તે કોઈને અન્યાય ન થાય તે જોવાશે. પ્રાથમિક કસોટીના પરિણામના આધારે મુખ્ય પરીક્ષા લેવામાં આવશે.

પરીક્ષામાં આંતર કોલેજ બેઠક વ્યવસ્થા ગોઠવવાની માંગણી

અમદાવાદ, તા.૧૩

ગુજરાત યુનિવર્સિટી સાથે જોડાયેલી આટર્સ, કોમર્સ અને સાયન્સ કોલેજોમાં અભ્યાસ કરતાં વિદ્યાર્થીઓની પરીક્ષાની બેઠક વ્યવસ્થા હાલ પોતાની કોલેજમાં જ ગોઠવવામાં આવે છે. વિદ્યાર્થીઓએ પોતાની જ કોલેજમાં પરીક્ષા આપતાં હોવાથી ગેરરીતિને ભારે ઉત્તેજન મળી રહ્યું છે. કેટલીક કોલેજના સંચાલકો પોતાની કોલેજનું સ્તર ઉંચું બતાવવા માટે બેફામ ચોરીઓ કરાવી રહ્યા છે. આ સ્થિતિ કુલપતિ જો પરીક્ષાની વિશ્વસનીયતા પરત લાવવા ઈચ્છતા હોય તો પરીક્ષાની બેઠક વ્યવસ્થા વિદ્યાર્થીઓની પોતાની જ કોલેજના બદલે અન્ય કોલેજમાં ગોઠવવામાં આવે તેવી માંગણી જુદી જુદી કોલેજ વહીવટી કર્મચારીઓ દ્વારા કરવામાં આવી છે.

વર્ષો પહેલા ઈન્ટરનલ પરીક્ષા પોતાની કોલેજમાં આપવાની હોય પણ, યુનિવર્સિટી દ્વારા લેવાતી વાર્ષિક પરીક્ષા જ્યાં નંબર આવે તે કોલેજમાં આપવી જવી પડતી હોય છે. ૧૦ વર્ષ પહેલા આ સિસ્ટમમાં ફેરફાર કરીને પહેલા અને બીજા વર્ષની પરીક્ષા કોલેજ દ્વારા લેવામાં આવે-ત્રીજા વર્ષની પરીક્ષા યુનિવર્સિટી દ્વારા લેવામાં આવતી હતી. ત્યારબાદ કેટલાક નિયુક્તિ પછી ફરીવાર કોલેજની ત્રણે વર્ષની પરીક્ષા યુનિવર્સિટી દ્વારા લેવામાં આવે તેવી વ્યવસ્થા ગોઠવવામાં આવી હતી. ત્યારબાદ કેટલાક સંચાલકો પોતાના બિલ્ડીંગ પરીક્ષા માટે આપતા ન હોવાના કારણોસર વર્ષ ૦૫-૦૬ પછી દરેક વિદ્યાર્થીઓ જે કોલેજમાં અભ્યાસ કરતાં હોય, યુનિવર્સિટીની વાર્ષિક પરીક્ષા લેવો તેવો નિર્ણય કરવામાં આવ્યો હતો.

આપણે સૌ ઋતુઓના આ ફેરફારને તેમજ તહેવારોના આ ઉલ્લાસને તાજગીસભર બની મનભરીને માણીએ!

વિચારસભા
તહેવારોની તાજગી તંદુરસ્તીને સંગ
નેહલ જયદીપ ગઢવી

નવરાત્રીના નવ-નવ દિવસો સુધી ગરબે ઘૂમ્યા પછી થાક્યા વિના ખેલૈયાઓ શરદપૂર્ણિમાની રાત્રીએ પણ મનભરીને માણે છે. પૂર્ણકળાએ ખીલેલા ચંદ્રથી આખીયે સૃષ્ટિ જાણે ઝળહળી ઊઠે છે. દૂધ-પૌઆની લિજ્જત માણવાની સાથોસાથ ગરબાની રમઝટ તો કરી જ! શરદપૂર્ણિમાનું સૌંદ્રર્ય વર્ણવીએ તો આ પંક્તિ ચોક્કસ યાદ આવે...

"આ સીમ ભરીને સોનું રે કોઇ સોનું લ્યો!
ઝગમગતું ઝાકળભીનું રે કોઇ સોનું લ્યો!
આ કિરણ કણસલે ડોલે રે કોઇ સોનું લ્યો!
પીળચટી હવાને ઝાલે રે કોઇ સોનું લ્યો!"

નવરાત્રીને માત્ર ગરબા કે નૃત્યનું પર્વ નથી એ પર્વ છે મા આદ્યશક્તિની આરાધના અને ઉપાસનાનું પર્વ! નવ દિવસ દરમિયાન ઘણા લોકો નકોડા ઉપવાસ, એકટાણા, વ્રત અને પૂજા-પાઠ શ્રદ્ધાપૂર્વક અને ભાવસભર બની કરે છે. પોત-પોતાના કુળદેવીને નૈવેદ્ય દ્વારા પ્રસન્ન કરવા માટે ઉલ્લાસપૂર્વક ઘરે કે વતનમાં જઇને વિવિધ પ્રસાદ પણ બનાવે છે. માતાજીની આરાધનાનું આ પર્વ ભક્તિની દૃષ્ટિએ તો અગત્યનું ખરું જ પરંતુ, સ્વાસ્થ્યની દૃષ્ટિએ પણ આ દિવસો દરમિયાન એકટાણા કરવાને કારણે કે ઉપવાસ કરવાને કારણે શરીર વધુ સ્ફુર્તિમય બને છે. તેમાં વળી રાત્રીના સમયે ગરબા કરવા એ પણ શારીરિક હચનચલનને વધુ વેગમય બનાવે છે. આપણા શાસ્ત્રોમાં લખાયેલી અને વર્ષોથી ચાલી આવતી આ તમામ પરંપરાઓ પાછળનું શારીરિક સ્વાસ્થય સાથેનું અનુસંધાન પણ આપણે આ રીતે તો જોડી જ શકીએ! શરદ-પૂર્ણિમાની રાત્રે પણ દૂધ-પૌઆ ખાવાનું કારણ નવરાત્રીની સમાપ્તિ બાદ ઋતુચક્રમાં પરિવર્તન આવવાને કારણે શરીરમાં વધી રહેલી પિત્ત-વૃત્તિનું શમન કરવાનું જ હોય તેમ લાગે છે! દર વર્ષે તો નરવાત્રી દરમિયાન આખી-આખી રાતના ઉજાગરાને કારણે થોડું-ઘણું શારીરિક સંતુલન ખોરવાય તેવી શક્યતાઓ રહેતી પણ ખરી પરંતુ, આ વર્ષે તો રાત્રે બારના ટકોરે ગરબાની પૂર્ણાહૂતિ અને સૌ-કોઇ બીજા દિવસથી નિયમિત રૂપે પોતાની દિનચર્યામાં વ્યસ્ત એટલે ઉજાગરાના કારણે લાગતા થાક અને કંટાળાની તો જાણે છુટ્ટી જ! અને એમાંય યુવાનોને તો વળી નરવાત્રી એક નવું જ જોશ અને જોમ આપીને જાય! નવરાત્રીની ઊજવણીએ તેમનામાં નવચેતના તથા નવીન ઉર્જાનો સંચાર કર્યો હોય તેમ દીસે છે! કવિશ્રી સુરેશ દલાલ લખે છે કે તેમ,

"અમે વનવનમાં પાન થઇ ફરકી રહ્યાં,
અમે પંખીનાં ગાન થઇ મરકી રહ્યાં,...
અમે દરિયો થઇ આભને પંપાળી રહ્યાં,
અમે તારલા ઉગાડનારા માળી થયાં!"

નવરાત્રી અને શરદપૂર્ણિમા બાદ તરત જ દિવાળીની શરૂઆતના બ્યુગલ વાગવા લાગે છે. સૌ કોઇ - પોતપોતાના ઘર, દુકાન, ઓફિસો વગેરેની સાફ-સફાઇ કરવાના કાર્યમાં હોંશપૂર્વક જોડાઇ જાય છે. દિવાળીના તહેવારનું મુખ્ય આકર્ષણ રહે છે સ્વચ્છતા તેમજ સુશોભન! સૌ-કોઇ પોતપોતાના ઘર તથા કાર્ય કરવા સ્થળને સ્વચ્છ તેમજ સુશોભિત કરવાની દોડા-દોડીમાં સ્વાસ્થ્ય અંગે બેદરકાર બની જતા હોય તેવું લાગે છે અને તેથી જ શરદઋતુથી દિવાળી દરમિયાન વાયરલ ઇન્ફેક્શનનું પ્રમાણ થોડું વધી જાય છે. રાત્રીના સમયે શરૂ થઇ રહેલી શીતળતા અને દિવસે પડતી અસહ્ય ગરમીને કારણે બે ઋતુનો અનુભવ સૌ કોઇ કરે છે. પરિણામે, ઠંડા પાણી - ઠંડા પીણાના સેવનથી ંરઙ્ઘૈ હકઙ્કર્ષ્ઠૈહ અને તેનાં કારણે ઙ્ઘૈઙ્ઘિઙ્ગ કીદ્દીિનો ભોગ બને છે! તહેવારોનો આનંદ જો પૂર્ણ પણે મેળવવા ઇચ્છતા હોઇએ તો સૌથી અગત્યની બાબત છે સ્વાસ્થ્યની યોગ્ય જાળવણી. શરીર તો આપણા હાથમાનું ઓજાર છે. એનો જેવો ઉપયોગ કરવા ધારીએ તેવો થાય. જો શરીરની યોગ્ય કેળવણી અને માવજત કરવામાં આવે તો તે એકધારું કામ આપે છે. ગુણવંત શાહ લખે છે કે, "એક જમાનામાં ચીનના લોકો ગામમાં કોઇ માંદુ પડે તો દાકતરને સજા કરતા" સેમ્યુખલ બટલરે એક એવા આદર્શ સમાજની કલ્પના કરેલી કે જેમાં માંદા પડનાર માણસને કેદની સજા થાય.

દિવાળીની તૈયારીમાં અને ખરીદીની ભાગદોડ કરવામાં આપણે જાણે-અજાણે પોતાના જ શરીર સાથે નિર્દયતાપૂર્વક વર્તવાનું શરૂ કરી દઇએ છીએ. તહેવારનો આનંદ ચોક્કસપણે માણીએ પણ શરીરને પૂરતો આરામ અને પૂરતું પોષણ પણ આપીએ! વર્ષ દરમિયાન આપણા રોજિંદા કાર્યો અને અનિયમિતતાને કારણે આપણે શરીરને અપમાનિત કરતા હોઇએ છીએ! ખાટલામાં પડેલું જુવાન શરીર એ તો આવા શારીરિક અપમાનો અસહ્ય બની ગયા પછી શરીર દ્વારા શરૂ થયેલો સવિનય કાનૂન ભંગ છે. હૃદયરોગનો હુમલો કોઇને રાતોરાત આવતો નથી. શરીરે અનેકવાર ચેતવણીરૂપી ઙ્ઘિ જૈસ્નહઙ્કઙ્ગ આપ્યું જ હોય છે પરંતુ, આપણે શરીરને પોટલાની જેમ એક જ જગ્યાએથી કલાકો સુધી ઓફિસમાં બેસાડી રાખીને અને ગમે તે સમયે, ગમે તેવું અને ગમે તેટલું ખાઇએ તો પરિણામ ભયજનક આવે તે અત્યંત સ્વાભાવિક છે. હોસ્પિટલોમાં મોટા-ભાગના ખાટલા ખાલી રહે તે જ હોસ્પિટલની ખરી શોભા ગણાય! ઓ.પી.ડી.માં કીડીયારું ઉભરાય, એ તો આપણા આ સભ્ય ગણાતા સમાજની શરમ ગણાય. કુદરતે આપેલા આ સુંદર શરીરની યોગ્ય જાળવણી ન કરીએ આપણે ઇશ્વરના ગુનેગાર તો બનીએ જ છીએ પરંતુ, સાથોસાથ સ્વચ્છ સમાજના ઘડતરમાં પણ બાધા ઊભી કરીએ છીએ. દશેરાના શુભ પર્વે આપણે વાહનની પૂજા કરીએ, ફાફડા-જલેબી પણ ખાઇએ પરંતુ, આ સર્વેની સાથોસાથ પોતાના શરીરમાં વસેલી અંતરઆત્માને સાક્ષી રાખીને પ્રણ લઇએ કે શરીરની જાળવણીની બાબતમાં બેદરકારી નહિ જ રાખીએ! કોઇ પણ બિમારી રાતોરાત શરીરમાં આવતી નથી આવતાં પહેલાં તે આગમનની ચેતવણી આપે છે અને જો એ ચેતવણીને આપણે અવગણીએ તો તે શરીર પર આક્રમણ કરી દે છે. એકવાર શારીરિક સંકટ આવ્યા બાદ તેને ફરી યથાવત્ સ્થિતિમાં લાવવા માટે અનેક પ્રયત્નો કરવા પડે છે. આપણા આ શરીર અને આત્મામાં શક્તિનો અખૂટ સ્ત્રોત પડેલો છે! કવિ યોગેન્દ્ર ભટ્ટ લખે છે તેમ,

"હીરા-માણેક-રત્ન-ખજાના... બધ્ધું જો, જા, અંદરગોત!
સૂરજ-ચંદર ને ધ્રુવ તે તારા... બધ્ધું છે... જા, અંદર ગોત!
આપત્તિના પહાડી કિલ્લા કંઇકને આડા આવ્યા છે;
અટકીશ મા, ઘર બુદ્ધિ, સદ્ધદ શક્તિ-સ્ત્રોત પુરંદર ગોત!
ઝાઝાં થોથાં, ઝાઝી બુદ્ધિ, ઝાઝા વાદ-વિવાદે શું?
જડીબુટ્ટી તો આ સામે રહી : સત્ય, શિવને સુંદર ગોત!"

તહેવારોની આ સુનહરી મોસમને મન ભરીને માણવા માટે યોગ્ય રીતે શરીરની જાળવણી કરીએ. મંદિરમાં પ્રવેશતી વખતે જેમ અનિષ્ટ અને દૂષિત વસ્તુઓને ત્યજીને તેમાં પ્રવેશીએ તે જ પ્રમાણે શરીરમાં પણ જરૂર પૂરતી જ અને પૌષ્ટિક વસ્તુઓને જ પ્રવેશવા દઇએ. સાથોસાથ પૂરતી ઊંઘ અને યોગ્ય આરામ કરી શક્ય તેટલા સ્ફૂર્તિમય બની રહીએ કે જેથી આ તહેવારોને મનભરીને ઉલ્લાસ પૂર્વક માણી શકીએ! કવિશ્રી દિલીપ જોશી લખે છે તેમ,

"મ્હેક, મ્હેક, મ્હેક, મ્હેક, મ્હેક, મ્હેક....
ઉમરાથી ઓસરીથી ઘરમાંથી શેરીએથી
ઘમઘમતી જાય જુઓ મોસમની વરણાગી પાલખી!"

તો આવો આપણે સૌ ઋતુઓના આ ફેરફારને તેમજ તહેવારોના આ ઉલ્લાસને તાજગીસભર બની મનભરીને માણીએ!