ગાંધીનગર સમાચાર
તા. ૧૫-૯-૨૦૧૩, રવિવાર

તંત્રી સ્થાનેથી.....

‘નયી સોચ - નયી ઉમ્મિદ’

આખરે ઘણા લાંબા સમયથી જેની પ્રતીક્ષા અને અપેક્ષા હતી તે ઘટના બનીને જ રહી. ભારતીય જનતા પાર્ટી પાસે કદાચ બીજો વિકલ્પ પણ નહોતો બચ્યો. માતૃસંસ્થા રાષ્ટ્રીય સ્વયં સેવક સંઘ ‘ વિચારધારા ’થી ભટકી ગયેલી પુત્રીવત્ પાર્ટીને હિંદુત્વના રાજમાર્ગ ભણી પાછી વાળવા કૃતસંકલ્પ હતી. ગુજરાતના મુખ્યમંત્રી નરેન્દ્ર મોદીએ ગોધરા પછીની કહેવાતી વિવાદાસ્પદ કાર્યશૈલી થકી હિંદુત્વવાદી જનસમુદાયનાં હૃદય જીતી લીધાં હોઈ સંઘને એ ખૂબ જ અનુકૂળ લાગ્યા હતા. સંઘના વડા મોહન ભાગવત અને વિશ્વ હિંદુ પરિષદના અશોક સિંઘલ જેવા આગેવાનોએ ભારતીય જનતા પાર્ટીના મહત્વાકાંક્ષી સિનિયર નેતાઓ પર દબાણ વધારીને પાર્ટીના કહ્યાગરા પ્રમુખ પાસે પોતાનું ધાર્યું કરાવ્યું. પરંતુ પાર્ટીને બે બેઠકોમાંથી એકસો બ્યાશી બેઠકો લગી પહોંચાડનારા વરિષ્ઠ રાષ્ટ્રીય નેતા લાલકૃષ્ણ અડવાણીને અનેક પ્રયત્નો છતાં ન જ મનાવી શકાયા. આખરે અડવાણીને હાંસિયે ધકેલીને એમની ઈચ્છા વિરુદ્ધ નરેન્દ્ર મોદીને પક્ષના વડાપ્રધાન પદ માટેના ઉમેદવાર જાહેર કરી દેવાયા. નરેન્દ્ર મોદી માટે આ એમના જીવનની સર્વોચ્ચ સિદ્ધિ છે તેમ સૌથી મોટો પડકાર પણ છે. વડનગરના અદના ઘાંચી પરિવારમાં જન્મી, ચાની નાનકડી દુકાન ધરાવતા પિતાને ધંધામાં મદદરૂપ થતાં થતાં ગામની સામાન્ય શાળામાં ભણી રાષ્ટ્રીય સ્વયંસેવક સંઘના અદના સ્વયંસેવક તરીકે શરૂ કરેલી કારકિર્દી આજે ભારતના વડાપ્રધાનપદની અપેક્ષા રાખતી પાર્ટીના સ્વીકૃત ઉમેદવાર સુધીની મજલ કાપી ચૂકી છે. સામે ચૂંટણીનો અફાટ સમુદ્ર છે જે ઓળંગીને વડાપ્રધાનપદ પ્રાપ્ત કરવાનું છે. નરેન્દ્ર મોદી વિશે વિવાદાસ્પદ અભિપ્રાયોનો તોટો નથી, છતાં એક વાત કાનની બૂટ પકડીને કબૂલવી પડે કે આ એક એવા દૃઢ સંકલ્પશક્તિ ધરાવતા પ્રબળ પુરુષાર્થી નેતા છે જે વિશ્વવિજય કરવા નીકળેલા સિકંદરની જેમ જેની ઈચ્છા કરે છે તે મેળવીને બલકે ‘ ઝૂંટવીને ’ જંપે છે. એમણે મુખ્યમંત્રી પદ એ જ રીતે ઝૂંટવી લીધું હતું. એમને સંઘમાંથી ભાજપમાં લઈ આવનાર ભલાભોળા કેશુભાઈ પટેલને સ્વપ્ને પણ કલ્પના નહીં હોય કે આવડી ટચૂકડી જ્ઞાતિમાંથી આવતો અકિંચન પ્રચારક ક્યારેક પોતાનાં બારે વહાણ ડુબાડી દેશે. કેશુભાઈનો ઘડોલાડવો કરતાં પહેલાં આ મહાન કૂટનીતિજ્ઞ નેતાએ પાર્ટીનો ક્ષત્રિય ચહેરો બની ગયેલા અને રાષ્ટ્રીય નેતાગીરીને પણ ન ગાંઠે એવા શંકરસિંહ વાઘેલાને પાર્ટી છોડવાની ફરજ પાડી હતી. ગુજરાતમાં સુરેશ મહેતા, કાશીરામ રાણા અને ડો. એ.કે. પટેલને હાંસિયે ધકેલી દઈ એવી નામોશીભરી સ્થિતિમાં મૂકી દીધા કે એ બધાને કેશુભાઈ પટેલની પરિવર્તન પાર્ટીમાં જોડાવા સિવાય બીજો વિકલ્પ જ ન રહ્યો. ગુજરાતનું મેદાન સાફ કરી દીધા પછી એમણે કેન્દ્ર તરફ નજર માંડી જ્યાં પાર્ટીના ભીષ્મ પિતામહ અને વડાપ્રધાનપદની લાલસા ધરાવતા નેતા અડવાણીને ભોંય ભેગા કર્યા વગર સર્વોચ્ચ સ્થાને પહોંચવું શક્ય જ ન હતું. એ જ અડવાણીએ ક્યારેક પોતાના લાડકા તરીકે નરેન્દ્ર મોદીને રીતસર ઉછેર્યા હતા. કેશુભાઈ પટેલને કાઢવા માટે ગુજરાત ભાજપના વરિષ્ઠ આગેવાનોએ નરેન્દ્ર મોદીનો ઉપયોગ કરવાની વ્યૂહ રચના અપનાવી હતી. કાશીરામ રાણા, સુરેશ મહેતા અને એ.કે. પટેલ મુખ્યમંત્રીપદ મેળવવા અધીરા બની રહ્યા હતા, પરંતુ અડવાણીએ એમની વગ ચલાવીને વડાપ્રધાન અટલબિહારી વાજપેયીની ઈચ્છા વિરુદ્ધ નરેન્દ્ર મોદી જેવા બિનઅનુભવી યુવાનને ગુજરાતના સુકાની તરીકે મોકલી આપ્યા હતા. એ પછી ગોધરાકાંડ બાદ ગુજરાતમાં જે નરસંહાર થયો એની પ્રતિક્રિયા રૂપે વાજપેયી નરેન્દ્ર મોદીનું રાજીનામું લઈ લેવા કૃતસંકલ્પ હતા, પરંતુ અડવાણીએ જ હસ્તક્ષેપ કરીને એમને બચાવ્યા હતા. અડવાણીને ત્યારે સ્વપ્ને પણ કલ્પના નહીં હોય કે એમને હાથનાં કર્યાં હૈયે વાગવાનાં છે! આજે અડવાણી એકલા પડી ગયા છે અને વડાપ્રધાન બનવાનું એમનું સપનું રોળાઈ ગયું છે. નરેન્દ્ર મોદીની વાકછટા, વિકાસપુરુષ તરીકેની રાષ્ટ્રવ્યાપી લોકપ્રિયતા અને હિંદુત્વના હીરો તરીકેની ઈમેજ સામે અડવાણી લોકનજરે તેમજ પાર્ટીના કાર્યકર્તાઓની નજરે ‘ ફ્યૂટી ગયેલી તોપ ’ બની રહ્યા છે, જેને બહુ બહુ તો શોભાની હેરિટેજ આઇટમ તરીકે જ સાચવી શકાય. નરેન્દ્ર મોદી સાથએ પક્ષ, પ્રજા અને સંઘ છે. એમનું નામ પડતાંની સાથે એનડીએ વેરવીખેર થઈ ગયું હતું અને છતાં સંઘ તથા પાર્ટીએ એમની લોકપ્રિયતા તથા હિંદુ મતોનું ધ્રુવીકરણ કરવાની ક્ષમતા જોઈ ગણતરીપૂર્વકનું જોખમ ખેડ્યું છે. પરંતુ નરેન્દ્ર મોદીના સૌથી મોટા દુશ્મનનું નામ પણ નરેન્દ્ર મોદી જ છે. એમનો ડંખીલો સ્વભાવ, તુમાખીપણું અને ફક્ત ચરણસ્પર્શ કરનારાઓને જ સાથે રાખવાની વૃત્તિ કદાચ એમના માટે વડાપ્રધાનપદનો હોઠ લગી આવી ગયેલો પ્યાલો વેગળો રાખવાનું નિમિત્ત પણ બની શકે. ગુજરાતીઓ અને ગુજરાત માટે તો મોરારજી દેસાઈ પછી બીજો એક ગુજરાતી દેશનો સુકાની બને તે ગૌરવની ઘટના જ ગણાય. પરંતુ ખુદ મોદીએ ઘટના ઘટવા દેશે ખરા? તે એક કોયડા જેવો પ્રશ્ન છે!

માઉન્ટ કાર્મેલ શાળામાં હિન્દી દિન તેમજ અંધજન ધ્વજ દિનની ઉજવણી

૧૪ સપ્ટેમ્બર શનિવારના રોજ માઉન્ટ કાર્મેલ શાળામાં પ્રાતઃ કાળથી જ ‘હિન્દીદિન’ની ઉજવણીનો માહોલ સર્જાયો હતો. મીરાબાઈ, પ્રેમચંદજી, કબીર, હરિવંશરાય બચ્ચન જેવા કવિઓ તેમજ લેખકોના પાત્રો તથા પાત્ર પરિચય સાથે બાળકોએ હિન્દી કવીતાઓ ગાતાં ગાતાં લોકોને ‘હિન્દીદિન’ની જાણકારી આપી હતી. શાળામાં સંભાષાણ પણ હિન્દી ભાષામાં જ કરવાની સૂચના અપાઈ હતી. પ્રાર્થનાસભામાં પણ હિન્દીભાષામાં જ રજૂ કરવામાં આવી હતી. વળી, ૧૪ સપ્ટેમ્બરે અંધજન-ધ્વજદિન હોવાથી બાળકોએ પ્રજ્ઞાચક્ષુઓ માટે પ્રાર્થના કરવાની સાથે ફાળો પણ એકત્ર કરી સમાજસેવાના ભાગરૂપે માનવતા દાખવી હતી. શાળાના પ્રિન્સીપાલ સિસ્ટર રેણુકાના માર્ગદર્શન હેઠળ શાળાના હિન્દી શિક્ષકોએ બાળકોને પ્રોત્સાહિત કર્યા હતા.

દિલ્હી રેપ બાબતે ટીવી ડિબેટમાં તજજ્ઞોએ અનેક કારણો આપ્યા, પણ હું માનું છું એવા છોકરા હોય એ જ એક માત્ર કારણ છે.

પ્રતાપસિંહજી હિન્દી વિદ્યાલય ખાતે રાષ્ટ્રભાષા દિન ઉજવાયો

ગાંધીનગર, તા.૧૪

ભારતીય રાષ્ટ્રભાષા તરીકે હિન્દીને ૧૪મી સપ્ટેમ્બરે માન્યતા આપવામાં આવી હતી. રાષ્ટ્રભાષા પ્રચાર સમિતી ગાંધીનગર અને પ્રતાપસિંહજી વિદ્યાલયના સંયુક્ત ઉપક્રમે હિન્દી પખવાડીયાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું.

હિન્દી પખવાડીયા ઉજવણીના ઉદ્‌ઘાટન પ્રસંગે રેલીનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. રેલીનું પ્રસ્થાન પૂર્વ અધ્યક્ષ અને મેરઠ યુનિવર્સિટીના નિવૃત્ત કુલપતિ યુવરાજસિંહ વાઘેલાએ કરાવ્યું હતું. આ રેલીમાં મોટી સંખ્યમાં વિદ્યાર્થીઓ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

૧૪મી સપ્ટેમ્બર હિન્દી દિવસ તરીકે ભારતમાં ઉજવવામાં આવે છે. આ નિમિત્તે ગાંધીનગર શહેરની પ્રતાપસિંહજી હિન્દી વિદ્યાલય અને રાષ્ટ્રભાષા પ્રચાર સમિતી ગાંધીનગર દ્વારા હિન્દી પખવાડીયાનું આયોજન કર્યું હતું. જેના ઉદ્‌ઘાટનના ભાગ રૂપે રેલીનું આયોજન કરાયું હતું. રેલીનું પ્રસ્થાન પૂર્વ અધ્યક્ષ બાજપેઈ અને આચાર્ય યુવરાજસિંહએ કર્યું હતું. સમિતી દ્વારા હિન્દી પખવાડીયા નિમિત્તે સમગ્ર જિલ્લામાં વિવિધ કાર્યક્રમો યોજવામાં આવશે. સપ્ટેમ્બર માસની ઉજવણી રાષ્ટ્રભાષા મહોત્સવ તરીકે કરવામાં આવશે.

સમિતીના કોષાધ્યક્ષ મોતીસિંહ અતિથિઓનું સુતરની આંટીથી તથા ઉપસ્થિત વાલીઓનું શાબ્દિક સ્વાગત કર્યું હતું. અધ્યક્ષ યુવરાજસિંહે ગાંધીનગર શહેર ગાંધીનગરમાં રાષ્ટ્રભાષા હિન્દીના પ્રચાર અને પ્રસાર માટે હિન્દી સાહિત્યના પ્રખર સાહિત્યકારો, સાહિત્ય રસીકો, શહેરી સામાજિક સંસ્થાઓના વડાઓ, પ્રતિષ્ઠિત નગરજનોને જોડવામાં આવશે.

પ્રચાસ સમિતિ ગુજરાત પ્રાંતના અવધેશ ત્રિપાઠીએ સમિતીની વર્ષ દરમ્યાન પ્રવૃત્તિઓની માહિતી આપી હતી. સમિતીના રાષ્ટ્રીય અધ્યક્ષ ડૉ. કૃષ્ણાદેવ શાસ્ત્રીજીએ પત્ર દ્વારા શાબ્દિક અભિનંદન પાઠવ્યા હતા.

આ પ્રસંગે ગાંધીનગર જિલ્લા સમિતીના પદાધિકારીઓ તથા સભ્યો, વાલીઓ, વિદ્યાર્થીઓ મોટી સંખ્યમાં ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

ગાંધીનગરમાં વસતા હિન્દી વિષના શિક્ષકો તથા હિન્દી ભાષી પરિવારોને વિશ્વહિન્દીદિવસના ઉપક્રમે વિદ્યાલયના સમગ્ર શિક્ષક પરિવાર તરફથી અભિનંદન પાઠવવામાં આવ્યા હતા.

એસ.જી.ઈંગ્લિશ મીડિયમ સ્કુલનું ગૌરવ

ગાંધીનગર, તા.૧૪

શિક્ષકોની પ્રતિભા અને તેની વિશિષ્ટ શક્તિને અભિવાદિત કરતો સન્માન કાર્યક્રમ તાજેતરમાં શિક્ષક દિનની ઉપલક્ષમાં કડી સર્વ વિદ્યાલય કેળવણી મંડળ દ્વારા ઉજવાઈ ગયો. શિક્ષકોને આ પ્રસંગે રોકડ રકમ અને પ્રમાણપત્ર આપી તેમનું ગૌરવ વધારવામાં આવ્યું હતું.

કડી સર્વ વિદ્યાલય કેળવણી મંડળ ગુજરાતમાં તેના શ્રેષ્ઠ સંચાલન માટે નામાંકિત બન્યું છે. મંડળે હંમેશા શિક્ષકો અને વિદ્યાર્થીઓને પ્રોત્સાહિત કરવા અનેક પ્રયત્નો કર્યા છે. શાળાના શિક્ષક સતત વાંચતો રહે અને પોતાના વિષયમાં અવ્વલ બને તે માટે વર્ષ ૨૦૦૯થી શિક્ષક અભિયોગના કસોટી યોજવામાં આવે છે. આ કસોટીમાં છેલ્લા ત્રણ વર્ષથી જે શિક્ષક સતત એ ગ્રેડમાં આવ્યા છે. તેવા ૧૦ શિક્ષકોને ૨૫૦૦ રોકડ અનેપ્રમાણપત્ર આપી સન્માનિત કરવામાં આવ્યા છે. આ ઉપરાંત રાજયકક્ષાની સ્કોપ પરીક્ષામાંસી-૨ લેવલ લાવનાર શિક્ષકોનું ૧૫૦૦ રૂપિયા આપી સન્માન કરવામાં આવ્યું હતું. જે અંતર્ગત એસ.જી. ઈંગ્લિશ મીડિયમ સ્કુલના પ્રતિભાશાળી શિક્ષિકા સુવર્ણાબેન ગૌસ્વામીએ સ્કોપની પરીક્ષામાં સી-ટુ લેવલ મેળવી શાળાનું ગૌરવ વધાર્યું છે.

સાર્વજનિક ગણેશોત્સવમાં એસ.જી. સ્કુલ દ્વારા માતૃવંદના

ગાંધીનગર, તા.૧૪

ગાંધીનગરની એસ.જી. ઈંગ્લિશ મીડિયમ પ્રાયમરી સ્કુલના બાળકોએ તાજેતરમાં ગણેશ મહોત્સવ અંતર્ગત સેકટર-૨૨ના રંગમંચ ખાતે માતૃવંદના નો સુંદર કાર્યક્રમ રજૂ કરી દર્શકોના મન મોહી લીધા હતા.

આચાર્યા શ્વેતાબેન શર્માના માર્ગદર્શન હેઠળ શિક્ષક સુખરામભાઈ અને નેહલબેન દ્વારા એસ.જી. શાળાના બાળકોના માતૃવંદન કાર્યક્રમ તૈયાર કરવામાં આવ્યો હતો. ગાંધીનગર સેકટર-૨૨ના રંગમંચ ખાતે સાર્વજનિક ગણેશોત્સવ સમિતી દ્વારા ગણેશ મહોત્સવ ઉજવાઈ રહ્યો છે. ગણેશ મહોત્સવમાં રાત્રી દરમ્યાન અનેકવિધ કાર્યક્રમો યોજાય છે. જે અંતર્ગત ૧૦મી સપ્ટેમ્બરે એસ.જી. પ્રાથમિક શાળાના બાળકોને માતૃવંદના કાર્યક્રમ ખૂબ જ સુંદર રીતે રજૂ કર્યો હતો. શ્રવણના પાત્ર દ્વારા માતાપિતાની સેવાના સદ્‌ગુણનું સુંદર નિરૂપણ કરવામાં આવ્યું હતું.

ધણપ આદર્શ સંસ્કારતીર્થ ખાતે માતૃ સંમેલન યોજાયું

ગાંધીનગર, તા.૧૪

આદર્શ સંસ્કાર તીર્થ ધણપ માધ્યમિક શાળામાં માતૃ સંમેલન યોજાયું હતું. જેમાં વિદ્યાર્થીઓની માતાઓએ મોટા પ્રમાણમાં હાજર રહ્યા હતા. બાળકોના વિકાસમાં તમામ કાર્યોને વિરામ આપી હાજર રહ્યા હતા. અરૂણાબેન, હર્ષાબેન માતૃ સંમેલનને સફળ બનાવવાના નિર્ણય સાથે મહોલ્લા મીટીંગો યોજીને બાળકોને કૂપોષણથી બચાવવા યોગ્ય આહાર અને સાદુપણ સ્વચ્છ અને પોષણક્ષમ ભોજન આપવાના પ્રયોગો પુરા પાડયા હતા. વ્યસન મુક્ત અને શ્રેષ્ઠ સંસ્કારી બાળકોના નિર્માણ માતાઓએ મૂલ્યવાન ફરજ પૂરી પાડતી હોય છે. હર્ષાબેન વિદ્યાર્થીઓ શ્રેષ્ઠ પરિણામ લાવે તે માટે દરરોજ એક કલાક ફાળવવો. આચાર્ય હિતેન્દ્રસિંહ રાઠોડ પણ શ્રેષ્ઠ નાગરિકોના ઘડતર માટે કાર્ય કરીએ. તેવી અપીલ કરી હતી.

સી.એમ. પટેલ નર્સિંગ કોલેજનું ગૌરવ

ગાંધીનગર સેકટર-૧૨માં કડી સર્વ વિશ્વવિદ્યાલય સંચાલિત સી.એમ. પટેલ કોલેજ ઑફ નર્સિંગની વિદ્યાર્થીની ચૌધરી ચંપાબેન ધનાભાઈ ત્રીજા વર્ષમાં અભ્યાસ કરી રહી છે. જનરલ નર્સિંગ એન્ડ મીડવાઈફની પરીક્ષા જે ગુજરાત કાઉન્સિલ નર્સિંગ દ્વારા લેવામાં આવે છે. જેમાં સી.એમ. નર્સિંગ કોલેજની વિદ્યાર્થીએ ગુજરાત રાજયમાં દ્વિતીય ક્રમ પ્રાપ્ત કરેલ છે. નર્સિંગ કોલેજના ડાયરેકટર આર.જે. વ્યાસ, આસી. પ્રિન્સિપાલ ફાલ્ગની મોદી સહિત કોલેજના પ્રાધ્યાપકગણે વિદ્યાર્થીની ચૌધરી ચંપાબેન ધનાભાઈને અભિનંદન પાઠવ્યા હતા.

ભગવાન શ્રીગણેશનો ‘વિઘ્નરાજ’ નામનો અવતાર વિષ્ણુ બ્રહ્મનો વાચક છે, તે શેષ વાહન પર સવાર છે તથા મમતાસુરનો સંહારક છે

વિઘ્નરાજ

વિઘ્નરાજાવતારશ્ચ શેષવાહન ઉચ્યતે ।
મમતાસુર હન્તા સ વિષ્ણુબ્રહ્મેતિ વાચકઃ ॥

ભગવાન શ્રીગણેશનો ‘વિઘ્નરાજ’ નામનો અવતાર વિષ્ણુ બ્રહ્મનો વાચક છે. તે શેષ વાહન પર સવાર છે તથા મમતાસુરનો સંહારક છે.

એક વખતની વાત છે. ભગવતી પાર્વતી પોતાની સખીઓ સાથે વાત કરતાં હસી પડ્યા. તેમના હાસ્યથી એક પુરૂષનો જન્મ થયો. તે જોતજોતામાં પર્વતાકાર થઈ ગયો. પાર્વતીજીએ તેનું નામ મમતાસુર રાખ્યું. તેમણે તેને કહ્યું કે જઈને ગણેશનું સ્મરણ કર. તેમના સ્મરણથી તને સઘળું પ્રાપ્ત થઈ જશે. માતા પાર્વતીએ તેણે ગણેશજીનો ષડક્ષર (વક્રતુણ્ડાય હુમ્) મંત્ર પ્રદાન કર્યો. મમતાસુર માતાના ચરણોમાં પ્રણામ કરીને વનમાં તપ કરવા ચાલ્યો ગયો.

ત્યાં તેની શંબરાસુર સાથે મુલાકાત થઈ. તેણે મમતાસુરને સમસ્ત આસુરી વિદ્યાઓ શીખવાડી દીધી. તે વિદ્યાઓનાં અભ્યાસથી મમતાસુરને બધી જ આસુરી શક્તિઓ પ્રાપ્ત થઈ. તત્પશ્ચાત્ શમ્બરાસુરે તેને વિઘ્નરાજની ઉપાસના કરવાની પ્રેરણા આપી. મમતાસુર ત્યાં બેસીને તે કઠોર તપ કરવા લાગ્યો. તે કેવળ વાયુ ભક્ષણ કરીને વિઘ્નરાજનું ધ્યાન અને જપ કરતો હતો. આ પ્રમાણે તપ કરતાં કરતાં દિવ્ય સહસ્ત્ર વર્ષ વીતી ગયાં. પ્રસન્ન થઈને ગણનાથ પ્રગટ થયા. મમતાસુરે વિઘ્નરાજના ચરણોમાં પ્રણામ કરીને ભક્તિપૂર્વક તેમની પૂજા કરી. તત્પશ્ચાત્ તેણે કહ્યું, ‘પ્રભો! જો આપ મારા પર પ્રસન્ન હોવ તો મને બ્રહ્માંડનું રાજય પ્રદાન કરો. યુદ્ધમાં મારી સાથે કયારેય વિઘ્ન ન આવે. હું ભગવાન શિવ આદિ માટે પણ સદાય અજેય રહું.’ ભગવાન વિઘ્નરાજે કહ્યું, ‘દૈત્યરાજ! તમે દુઃસાધ્ય વર માગ્યો છે, તોય હું તે પૂર્ણ કરીશ.’

વરપ્રાપ્તિ બાદ મમતાસુર પ્રથમ શંબરના ઘેર ગયો. વરપ્રાપ્તિના સમાચાર જાણી તે પરમ પ્રસન્ન થયો. તેણે પોતાની રૂપવતી પુત્રી મોહિનીનો વિવાહ મમતાસુર સાથે કરી દીધો. આ સમાચાર જયારે શુક્રાચાર્યને મળ્યા ત્યારે તેમણે ધૂમધામપૂર્વક મમતાસુરને દૈત્યોનાં રાજા બનાવી દીધોય

એક દિવસ મમતાસુરે શુક્રાચાર્ય સામે પોતાના વિશ્વવિજયની ઈચ્છા વ્યક્ત કરી. શુક્રાચાર્યે કહ્યું, ‘રાજન! તમે દિગ્વિજય તો કરો, પણ વિઘ્નેશ્વરનો વિરોધ કદીય ન કરશો. વિઘ્નરાજની કૃપાથી જ તમને આ શક્તિ અને વૈભવની પ્રાપ્તિ થઈ છે.’

ત્યારબાદ મમતાસુરે પોતાના પરાક્રમી સૈનિકો દ્વારા પૃથ્વી અને પાતાળને પણ જીતી લીધા. પછી સ્વર્ગ પર આક્રમણ કરી દીધું. ઈન્દ્ર સાથે તેનો ભીષણ સંગ્રામ થયો. રક્તની સરિતા વહેવા માંડી, પરંતુ બળવાન અસુરો સામે દેવો ન ટકી શક્યા. સ્વર્ગ મમસાસુરના આધીન થઈ ગયું. યુદ્ધક્ષેત્રમાં તેણે ભગવાન વિષ્ણુ અને શિવને પણ પરાજિત કરી દીધાં. સંપૂર્ણ બ્રહ્માંડ પર મમતાસુર શાસન કરવા લાગ્યો. દેવોને બંદીગૃહમાં નાંખવામાં આવ્યાં. ધર્માચારણનું નામ લેનારૂં પણ કોઈ ન રહ્યું.

સર્વે દેવોએ કષ્ટ નિવારણ કરવા માટે વિઘ્નરાજની પૂજા કરી. એક વર્ષની કઠોર તપશ્ચર્યા પછી ભગવાન વિઘ્નરાજ પ્રગટ થયા. દેવોએ તેમને ધર્મના ઉદ્ધાર તથા મમતાસુરના અત્યાચારમાંથી મુક્તિ અપાવવા માટે વિનંતી કરી. ભગવાન વિઘ્નરાજે નારદને મમતાસુર પાસે મોકલ્યા. નારદે મમતાસુરને કહ્યું, ‘તમે અધર્મ અને અત્યાચાર છોડી વિઘ્નરાજનું શરણું સ્વીકારો, નહિતર તમારો સર્વનાશ નક્કી જ છે.’ શુક્રાચાર્યે પણ તેને સમજાવ્યો, પણ તે અહંકારી અસુર પણ કોઈ પ્રભાવ ન પડ્યો. મમતાસુરની દુષ્ટતાથી વિઘ્નરાજ ક્રોધિત થઈ ગયા. તેમણે પોતાનું કમળ અસુર સેના વચ્ચે છોડ્યું. તેની ગંધથી સમસ્ત અસુરો મૂર્છિત અને શક્તિવિહીન થઈ ગયા. મમતાસુરે ધ્રુજતાં ધ્રુજતાં વિઘ્નરાજના ચરણોમાં ઢળી પડી સ્તુતિ કરી ક્ષમા માંગી. વિઘ્નરાજે તેને ક્ષમા આપી પાતાળલોકમાં મોકલી દીધો. દેવજનો મુક્ત થઈ પ્રસન્ન બન્યા. ચારેકોર ભગવાન વિઘ્નરાજનો જયજયકાર થવા લાગ્યો.

પ્રસંગસર
- માયા ભાનુપ્રસાદ દવે

ફિઝિકલ ફિટનેસના ફાયદાઓ : લેખાંક-3

(ગતાંકથી આગળ...)

(૭) કટોકટીની પળોમાં સામનો કરવાની ક્ષમતા વધવી :

માણસના જીવનમાં અનેક કટોકટીની પળો આવતી હોય છે. આવી કટોકટીઓની અસરો સામાન્ય રીતે માણસના મન અને શરીર ઉપર થતી હોય છે, પરંતુ જે માણસ ઉપસ્થિત થતી કટોકટીઓને માનસિક અને શારીરિક રીતે સ્થિરતાથી સામનો કરી શકે છે. તે જ તે પળોનો ક્ષમતાથી સામનો કરી શકે છે.

પોતાના કુટુંબમાંથી કોઇ વ્યક્તિનું અકાળે અવસાન થાય, અકસ્માત થાય અથવા તેને પક્ષાઘાત થાય તો કુટુંબના અન્ય સભ્યો માનસિક રીતે ભાંગી પડે છે. આવી માનસિક પરિસ્થિતિમાં જે માણસ પોતાના મનને સ્થિર રાખી શકે છે તે જ આવી પરિસ્થિતિનો સક્ષમ રીતે સામનો કરી શકે છે. આવી સ્થિર બુદ્ધિવાળી વ્યક્તિ નિરાશ નહીં થતાં તે પરિસ્થિતિમાં કેવા ઉપાયો કરવા તે વિચારશે અને તેને અમલમાં મૂકશે.

કટોકટીની પળો ફક્ત માનસિક પ્રકારની જ નથી હોતી. તે માનસિક અને શારીરિક બંને પ્રકારની હોઇ શકે.

દા.ત. ધરતીકંપ આવ્યો હોય અને મામસ તેમાં સપડાયો હોય ત્યારે તેણે પોતાના મનને તો સ્થિર રાખવું જ પડે, પરંતુ તેનો સામનો કરવા માટે તેની શારીરિક ક્ષમતા પણ હોવી જોઇએ. જેનામાં શારીરિક ક્ષમતા હોય તે પોતાનો જીવ બચાવવા સારી રીતે ભાગી (દોડી) શકે અને તેનો ખાવાનું ના મળે તો ભૂખ સહન કરવાની તેનામાં શક્તિ પણ હોઇ શકે. આવો સામનો કરવા માણસમાં શારીરિક અને માનસિક સહનશક્તિ પણ હોઇ શકે.

(૮) રમતગમતમાં સફળતા મેળવવી :

સામાન્ય રીતે મોટી ઉંમરની વ્યક્તિઓ રમતગમતમાં વધારે રોકાયેલી હોતી નથી. તેમ છતાં મોટી ઉંમરે સ્વિમિંગ કરવું, ચાલવું, ઢળવી કસરતો કરવી વગેરે શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ તો અવશ્ય કરી શકે. તેથી આવી પ્રવૃત્તિઓ સક્ષમ રીતે કરવા માટે પણ જરૂરી શારીરિક ક્ષમતા તો હોવી જ જોઇએ. આવી પ્રવૃત્તિઓ કરવા માટે તેનામાં તંદુરસ્તી સંબંધી પરિબળો (શરીર સંયોગીકરણ, હૃદય રૂધિરવાહિની યોગ્યતા, નમનિયતા, સ્નાયુ સહનશક્તિ અને સ્નાયુબળ - જે આપણે તા. ૨૫-૮-૧૩ ના લેખાંકમા જાણી ગયા છીએ) માં જરૂરી ક્ષમતા તો હોવી જ જોઇએ.

સાથે સાથે યુવાનોએ પણ પોતાની રમતમાં સફળતા મેળવવા માટેનાં જરૂરી પરિબળો (ચપળતા, સમતોલન, ગતિસુમેળ, શક્તિ સામર્થ્ય, પ્રતિક્રિયા સમય અને ઝડપ - જે પણ આપણે તા. ૨૫-૮-૧૩ ના લેખાંકમાં જાણી ગયા છીએ.)માં ઉત્કૃષ્ટ ક્ષમતા તો હોવી જ જોઇએ.

(૯) અન્ય શારીરિક અને માનસિક ફાયદાઓ થવા :

Thomas D. Fahey, Paul M. Inrd અને Ealton T. Roth લેખકોએ તેમનાં “Fit and Well” પુસ્તકમાં જે શારીરિક અને માનસિક ફાયદાઓ દર્શાવ્યા છે તે ટૂંકમાં નીચે મુજબના છે -

ફિઝીકલ ફિટનેસ
- કાંતિભાઈ રા. પટેલ

(A) શારીરિક ફાયદાઓ :

(૧) હૃદય - રૂધિરવાહિનીનો રોગ, આઘાત અને અમુક પ્રકારના કેન્સરની અભિવૃદ્ધિ અને તેમને કારણે મૃત્યુ પામવાનાં જોખમોની માત્રા ઓછી થવી.

(૨) યુવાનીમાં ડાયાબિટીસ થવાના જોખમની માત્રા ઓછી થવી.

(૩) અસ્થિ છિદ્રતા/હાડકાં પોલા થવાં (Asteoporosis) થી અસ્તિભંગ થવાના જોખમોની માત્રા ઓછી થવી.

(૪) હૃદયની કાર્યક્ષમતા વધવી.

(૫) લોહીના દબાણ બાબતે કાબૂ પ્રાપ્ત થવો.

(૬) લોહીમાંથી ચરબીમાં સુધારો થવો/ઓછી થવી.

(૭) માંસ પેશીઓ/કોષજાળોને ઓક્સિજન પૂરો પાડવાની ક્ષમતા વધવી.

(૮) શરીરની રાસાયણિક ક્રિયાઓમાં સુધારો થવો.

(૯) દબાણ (Stress) ની શારીરિક અસરો સામે સંરક્ષણની માત્રા વધવી.

(૧૦) ઇજાઓ અને માંદગીમાંથી ઝડપથી સુધારો થવો.

(૧૧) થાકના પ્રતિરોધની/સહન કરવાની ક્ષમતા વધવીય

(૧૨) અંગ વિન્યાસ (Posture) અને શારીરિક યાંત્રિકતામાં સુધારો થવો.

(૧૩) સ્નાયુબંધનો (Tendons), અસ્થિ બંધનો (Ligaments) , હાડકાં અને સ્નાયુઓ મજબૂત થવા.

(૧૪) ચરબી વિહોણા જથ્થા (Lean Body Mass) માં સુધારો થવો.

(૧૫) શરીરની ચરબી ઓછી થવી.

(૧૬) ઇજા થવાનું જોખમ ઓછું થવું.

(૧૭) પીઠ નીચેના ભાગ (Low Back) ના દુખાવાનું જોખમ ઓછુ થવું.

(૧૮) સાંધાઓ મજબૂત થવા.

(૧૯) કસરત પછીની સ્નાયુપીડા ઓછી થવી.

(૨૦) રમત પરફોર્મન્સમાં સુધારો થવો.

(B) માનસિક ફાયદાઓ :

(૧) તાણમાંથી રાહત મળવી

(૨) દબાણમાં ચિહનોની માત્ર ઘટવી.

(૩) ઊંઘની ટેવો સુધરવી

(૪) માનસિક થાકના પ્રતિરોધ માટે શક્તિ (Energy) કક્ષા વધવી.

(૫) અન્ય સાથેનાં હકારાત્મક વલણોની તકો વધવી.

(૬) દેખાવ (Appearance) માં સુધારો થવો.

(૭) સ્વ - પ્રતિભામાં સુધારો થવો.

(૮) જીવનની ગુણાત્મકતામાં સુધારો થવો.

હવે પછીના લેખાંકમાં “કઇ શારીરિક વ્યાધિઓમાં કયો ખોરાક લેવો/ના લેવો તે વિશે માહિતી આપવામાં આવશે.”

(ક્રમશઃ)