

Registered Under RNI No. GUJGUJ/2010/30943

Under Postal Regd. No. GAMC - 1745/2023-2025 Issued by SSP, Ahmedabad Valid Upto 31/12/2025
PUBLISHED AT 1st OF EVERY MONTH PERMITTED TO THE POST OF A'BAD PSO ON 3rd OF EVERY MONTH

યુવા સાથી

(Yuva Saathi Gujarati Monthly)

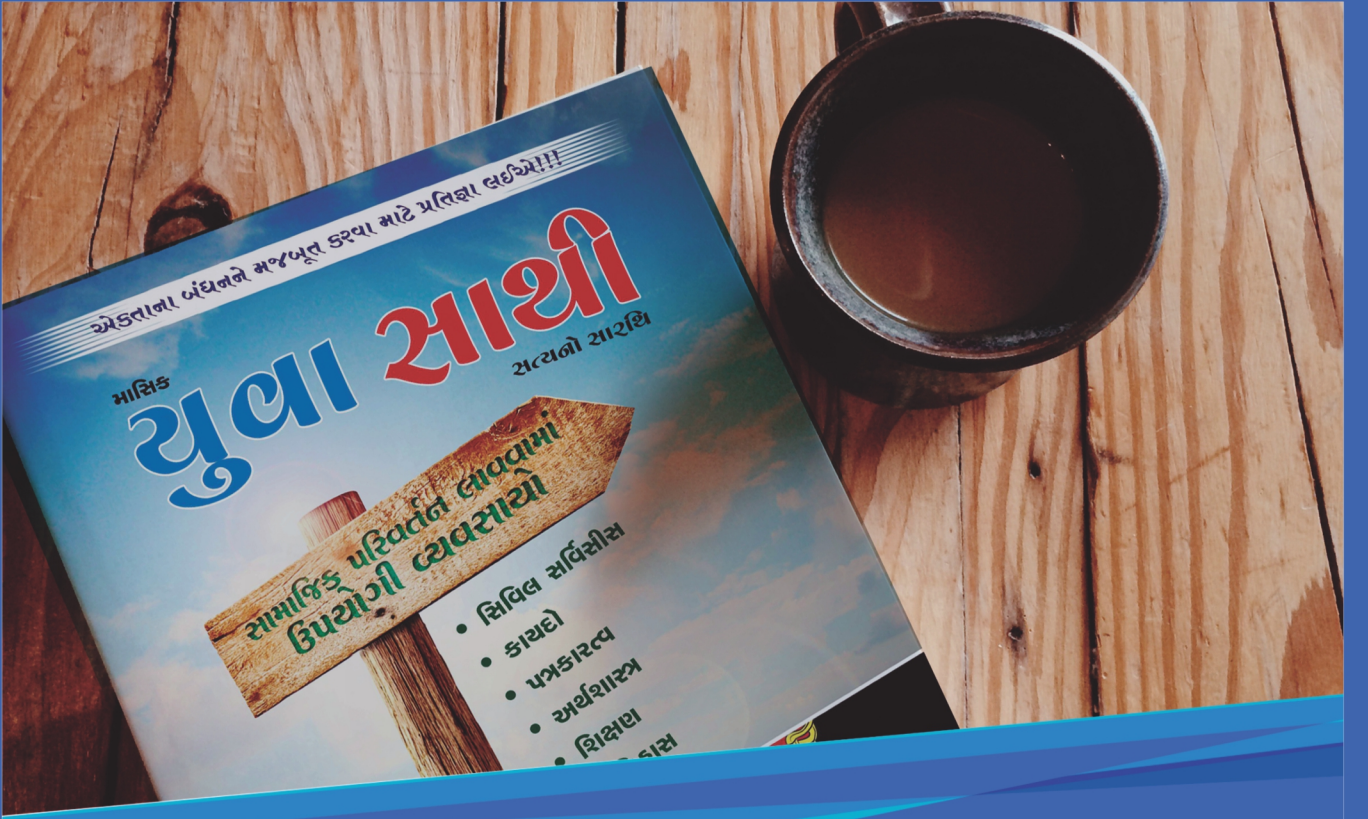


ચૂંટણીના લવારા:
આક્ષેપ-પ્રતિઆક્ષેપ-૨૦૨૪
લોકસભા ચૂંટણી

VOL. NO. 15, ISSUE NO. 05

₹ 25

MAY 2024



એક અવાજ — એક ઉમંગ — એક ચળવળ
જેમના માથે ભારતના ભવિષ્યના ઘડતરની જવાબદારી છે
એવા નિષ્ઠાવાન યુવા મિત્રો તરફથી પ્રકાશિત થતું
એકમાત્ર ગુજરાતી સામયિક યુવાસાથી

સત્ય અને ન્યાયનો વાહક
તટસ્થ અને નીડર વિશ્લેષણ
પ્રગતિ અને સમૃદ્ધિનો વાહક
શાંતિમય સમાજના નિર્માણ માટે
બાળકોના નૈતિક ઘડતર માટે
યુવાનોને સાથી દિશા ચીંધનાર
યુવાનોના દિલની ધડકન

તમારા આ નિષ્ઠાવાન પ્રયત્નોના લીધે આ હૃદયપૂર્વકનો
અવાજ દેશના ખૂણે-ખૂણે ગૂંજી ઊઠશે. ઈન્શાઅલ્લાહ.

વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. 300/-
ત્રિવાર્ષિક લવાજમ : રૂ. 9૫૦/-

મેનેજર, યુવાસાથી ગુજરાતી માસિક : બી-૪, કરિશ્મા કોમ્પ્લેક્સ, સારણી સોસાયટી,
૧૩૨ ફુટ રિંગ રોડ, જુહાપુરા, અહમદાબાદ -૩૮૦૦૫૫ | **M. 9510008614**

YUVASAATHI (GUJARATI MONTHLY)
BANK A/C. NO.: 163110100029661 - (Only NEFT)
BANK: BOMBAY MERCANTILE CO-OP BANK LTD
IFSC CODE: BMCB0000039
AFFILIATED : AXIS BANK LTD



UPI ID: rashidhussain.jh@oksbi

આપની જાહેરાત તેમજ સ્પે. ડોનેશન આપી “યુવાસાથી”ને સહ્યર બનાવી સમાજના નવનિર્માણમાં આપનો સાથ-સહકાર આપો.

માસિક

યુવા સાથી

સત્યનો સારથિ

વર્ષ : ૧૫, અંક : ૦૫ | મે ૨૦૨૪ | પેજ : ૩૬

www.yuvasaathi.com

instagram.com/yuvasaathiguj - facebook.com/yuvasaathiguj - twitter.com/yuvasaathiguj

સંપાદક મંડળ

- એડિટર ઇન ચીફ •
જાવેદઆલમ કુરૈશી
- એડિટર •
જાબિર માનિગર
- સભ્યો •
સાલેહા મલિક
ઈશરત મારિયા
ઈબ્રાહીમ શેઠ
ડૉ. સાકિબ મલિક
સુહેલ તનવીર
મુબશિર શેખ

9510008614

yuvasaathi.monthly@gmail.com

વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૩૦૦/-

ત્રિવાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૭૫૦/-

Printed and published by
Rashid Hussain Akhtar Husain
Shaikh on behalf of
STUDENTS ISLAMI ORGANI-
SATION OF INDIA GUJARAT
ZONE and Printed at Unique
Offset, N.R. Estate,
Tavdipura, Dudheshwar,
Ahmedabad-380004 and
published from B/4, Karishma
Complex, Near Sarni Society, 132
Feet Ring Road, Juhapura,
Ahmedabad - 380055 | Editor :
Rashid Husain Akhtar Husain Shaikh

અંતરની આંખેથી..

મૃત્યુના તાંડવ વચ્ચે આજની આ બિહામણી દુનિયામાં જન્મ લેવાની ઘટનાને યાદ કરી ઉજવણી કરનારાઓની સકારાત્મક માનસિકતાને સલામ કરવાનું મન થઈ જાય એમ છે... જશ્ન અને જોશની જાહોજલાલી તો જુઓ કે મૃત્યુ મોહું ફાડીને ઊભું છે પણ તેના તરફ જોવાની તસ્દી પણ નથી... મૃત્યુ અને મૃત્યુ પછીના જીવનને ભુલાવી દેવા માટેના આપણે કરેલા વિવિધ આયોજનોને વારંવાર તોડીફોડીને અલ્લાહ તમને સીધો માર્ગ અને શ્રેષ્ઠ અંતિમ પરિણામ તરફ બોલાવે છે પણ જેમના હૃદય ઉપર આ જ દુનિયાના જીવનને માણવાની લત અને લાલસાની મ્હોર લાગી હોઈ તેને કોણ સન્માર્ગ દેખાડી શકે.. • ડૉ. ઈફતેખાર મલિક

અનુક્રમિકા

તંત્રી લેખ (ચકચાર)	૪	મહિલા જગત	૧૬
ચૂંટણીના લવારા: આક્ષેપ- પ્રતિઆક્ષેપ - ૨૦૨૪ લોકસભા ચૂંટણી		મહિલા જગત સશક્તિકરણનું આદર્શ ઉદાહરણ	
	મુહમ્મદ ઉમર વહોરા	પ્રો. શેખ મોઈન શેખ નઈમ	
પેગામ	૬	વિશ્વકોશ	૧૯
ચૂંટણી ૨૦૨૪ અને નાગરિક જવાબદારી શકીલ અહમદ રાજપૂત		મહાન રાજકીય વિચારક અલ-ફારાબી સંપાદક મંડળ	
મૂળ પ્રશ્ન	૮	આરોગ્ય	૨૧
જાતિવાદ આધારિત હિંસક ઘટનાઓ : સમાનતાના ધોરણો અને યુસ્ત કાનૂનની તાતી જરૂર		જીવન શૈલીમાં કરો સુધારા, આ રીતે કરો ડાયાબિટીસ ઉપર વાર	
	મુહમ્મદ કલીમ અન્સારી	સંપાદક મંડળ	
ચિંતન	૧૦	કેરિયર	૨૩
વિજ્ઞાન, ધર્મ અને સમાજનું ત્રિકોણ		સફળતા માટે કેરિયર પ્લાનિંગ	
	ડૉ. મુહમ્મદ રિઝવાન	સંપાદક મંડળ	
સૌંદર્ય બોધ	૧૩	લઘુકથા	૨૫
આ સમય પણ વીતી જશે		અસહ્ય વેદના	સંપાદક મંડળ
	તબાના નૂરી	બાળજગત	૨૬

★ લેખકના વિચારોથી સંગઠન અથવા સંપાદકમંડળનું સહમત હોવું જરૂરી નથી.

ચૂંટણીના લવારા: આક્ષેપ-પ્રતિઆક્ષેપ-૨૦૨૪ લોકસભા ચૂંટણી



મુહમ્મદ ઉમર વહોરા
(મહેમાન તંત્રી)

આંસવાડા રાજસ્થાનની ચૂંટણી સભામાં મોદી સાહેબ સાચે જ રંગમાં આવી ગયા અને જાહેર કર્યું કે કોંગ્રેસ પ્રજાની સંપત્તિ લઈ લેશે અને તેને મુસ્લિમોમાં, જેઓ ઘૂસપેઠિયા અને વધુ બાળકો પેદા કરવાવાળા છે તેમને વહેંચી દેશે. અર્બન નક્સલ ફેઝનો પણ તેઓએ અહીં ઉપયોગ કર્યો. અહીં આપણા સાહેબ વડાપ્રધાન ઓછા અને ચૂંટણી પ્રચારક વધુ હોવાનો જે રોલ તેઓ ૨૦૧૪થી સતત કરી રહ્યા છે અને અગાઉ ૨૦૦૧ થી ૨૦૧૩ સુધી મુખ્યમંત્રી કાળમાં ગુજરાતમાં પણ આ જ રોલ તેઓ કરી ચૂક્યા છે, ત્યારે તેમના બેફામ ઉચ્ચારણો તંત્ર તથા પ્રજા બંને માટે કોઈ નવી-નવાઈની વાત નથી. અગાઉ પણ તેઓ “એક સમુદાય જે ચાર પત્નીઓ તથા ૨૫ બાળકો પેદા કરે છે અને જે પહેરવેશથી જ ઓળખાઈ જાય છે” જેવા ઉચ્ચારણ કરી ચૂક્યા છે. ભલે ને રવિશકુમારો ગાંધીજીની પોતડીના પહેરવેશના ઉદાહરણ આપી પ્રજાના શિક્ષણનું કાર્ય કરવાની મથામણ કરતા રહે, આપણા સાહેબ તો સુપેરે પ્રજાને કઈ રીતે અફીણ પીવડાવવું તે જાણે જ છે. ઈસ્લામોફોબિયા તેમના માટે હાથવગું સાધન છે. કર્ણાટકમાં વિધાનસભાની ચૂંટણીમાં તેઓ આનો ભરપૂર ઉપયોગ કરી ચૂક્યા છે. તે સિવાયની બીજી ચૂંટણીમાં પણ તેઓ આ આરએસએસના અમોઘ શસ્ત્રને વાપરતા જરા પણ અચકાતા નથી. બલ્કે એમ કહેવું અતિશયોક્તિભર્યું નહીં હોય કે ભાજપ અને આરએસએસનો ટ્રેડમાર્ક જ ઈસ્લામોફોબિયા છે. હાલની કેન્દ્ર સરકારે ૨૦૨૨માં હેટ સ્પીચ કોમ્પેટ પ્રિવેન્શન એન્ડ પનિશમેન્ટ બિલ દાખલ કર્યું છે, જે રાજસભામાં પડેલું છે, તે મુજબ ધિક્કાર અને તિરસ્કારવાળા ભાષણ પર ૩

વર્ષ સુધી સજાની જોગવાઈ છે. હવે આ બિલને ધ્યાને ન લઈએ તો પણ ભારતીય દંડ સંહિતામાં હેટ સ્પીચ માટે પૂરતી જોગવાઈ છે જ. પ્રિન્ટ-ઇલેક્ટ્રોનિક મીડિયા અને સોશિયલ મીડિયાના આટલા તોફાન પછી પણ ચૂંટણી પંચ એટલે કે ઈલેક્શન કમિશન હજુ શાંત બેઠું છે અને અભ્યાસ કરી રહ્યું છે તેમ જણાવે છે. હાલના મુખ્ય ઈલેક્શન કમિશનર રાજીવકુમારની ચૂંટણીની જાહેરાત વખતની સ્પીચ જોશો તો એ સમજાશે કે તેઓ કેટલા કડક કાર્યવાહી હેટ સ્પીચ સામે કરવા જઈ રહ્યા છે. હવે, જ્યારે આટલી સ્પષ્ટ ધિક્કાર ભરી વાણી ખુદ વડાપ્રધાન જાહેરમાં ઓકી રહ્યા હોય ત્યારે, ચાર દિવસ બાદ પણ, આ લખાઈ રહ્યું છે, ત્યારે તેઓ શેની રાહ જોઈ રહ્યા છે તે પ્રજાને સમજમાં આવતું નથી. સૌને એ વાત યાદ છે જ કે રાહુલ ગાંધીએ કોઈ ચૂંટણી સભામાં જ બધા ચોરની અટક મોદી હોવાની રજૂઆત કરેલ. આ બાબતે ધારાસભ્ય પુર્નેશ મોદીએ સુરતમાં કેસ કરેલ અને આપણી ગુજરાતની નીચલી કોર્ટ તો ઠીક, પરંતુ હાઈકોર્ટે પણ તેમને મહત્તમ બે વર્ષની સજા કરી અને લોકસભાનું સભ્યપદ પણ છીનવી લીધું. એ તો છેક સર્વોચ્ચ અદાલતે રોક લગાવી સભ્યપદ પરત અપાવ્યું ત્યારે મામલો થાળે પડ્યો. હવે જો આની સરખામણી મોદી સાહેબના ભાષણ સાથે કરીએ તો તાત્કાલિક જ તેઓને પદચ્યુત કરવાનો કેસ બને છે એ સ્પષ્ટ રીતે સમજાઈ જાય તેવું છે. જો એક મોદી નામની અટક વાળી નાની સરખી લઘુમતી બાબતે કોર્ટ આટલી સેન્સિટીવ હોય તો આટલા મોટા દેશની આટલી મોટી લઘુમતી બાબતે, સર્વોચ્ચ વડા આપણા દેશના વડાપ્રધાન ખુદ જે ગંદી ભાષાનો ઉપયોગ કરે છે

તેને કેમનું ચલાવી લેવાય? જો કે મોદી સાહેબને પાછળથી આ બાબતનો ખ્યાલ આવતાં અલીગઢની સભામાં તેઓએ મુસલમાનનો ઉલ્લેખ ટાળ્યો. ૧૯મી એપ્રિલના પહેલા તબક્કાના મતદાનમાં ઓછું મતદાન થતાં વડાપ્રધાન ચિંતામાં આવી ગયા અને ટેકેદારોને પાનો ચડાવવા એમના સાચા અસલી સંઘી અંદાજમાં મુસલમાનોને ગાળો કાઢવાનું અને લપેટવાનું ચાલુ કરી દીધું, એવું સ્પષ્ટ રાજકીય નિરીક્ષકોનું માનવું છે. હવે ૨૦૦૬માં મનમોહનસિંઘ જે બોલ્યા હતા તે બધું જ મીડિયા તથા સોશિયલ મીડિયામાં જોઈ-ચકાસાઈ રહ્યું છે. તેમના તે વખતના ભાષણને જોતાં સમજતાં આ વાત સ્પષ્ટ રીતે સમજાઈ જાય છે કે તેઓનો ઉદ્દેશ જે લોકો વંચિત છે તેમનો સ્વાભાવિક રીતે સંસાધનો ઉપર પહેલો હક છે તે બતાવવાનો હતો. સાચર કમિટીના અહેવાલ મુજબ મુસલમાનો સાચે જ તેના પહેલા હકદાર બને છે એવું કહેવામાં કોઈ જ અતિશયોક્તિ નથી. અને ૨૦૦૬ના નિવેદન બાદ ૨૦૧૪ના મોદી આરોહણ સુધી આઠ વર્ષ તેઓ વડાપ્રધાન હતા જ અને કોઈ સંપત્તિ લુંટાવી નથી તે સૌને ખબર જ છે. આવા જૂઠાણા ચૂંટણી સમયે ચલાવવા માટે ભાજપ આઈટી સેલ whatsapp યુનિવર્સિટીનો ભરપૂર ઉપયોગ કરી રહ્યું છે અને તેને રોકવા વાળું કોઈ તંત્ર છે જ નહીં તે સ્પષ્ટ દેખાય છે. સરકારી સંસ્થાઓ સીબીઆઈ, ઈડી, ઈન્કમટેક્સ, ચૂંટણી પંચ જેવી અનેક સંસ્થાઓનો દુરુપયોગ ન તો પ્રજાને ખટકે છે ન તો મીડિયા તેને સાચા સંદર્ભમાં મૂકી પ્રજાને સાચું ચિત્ર બતાવે છે. ગોદી મીડિયાનો ભરપૂર ઉપયોગ ચૂંટણી સમયે સરકારી વાજિંત્ર તરીકે થઈ રહ્યો છે. ન્યાય તંત્ર પણ ધીમું અને સિલેક્ટિવ જણાય છે તેમ કહેવામાં કોઈ જ અતિશયોક્તિ નથી. સરકાર કાનૂનનો પોતાના પક્ષે ભરપૂર લાભ ઉઠાવી રહી છે અને વિપક્ષને જેલમાં ધકેલી ચૂંટણી એક તરફી બનાવી રહી છે. ખુદ ચૂંટણી પંચના વડા લેવલ પ્લેઈંગ ફિલ્ડની વાત કરે છે, પરંતુ સ્પષ્ટ રીતે સરકારનો પંજો બધે ફેલાયેલો અને અસર કરતો દેખાઈ રહ્યો છે. વિપક્ષને સમાન તક તો બાજુએ રહી, મામૂલી તક પણ મળી રહી નથી. બે મુખ્યમંત્રી જેલમાં છે અને સૌથી મોટા કોંગ્રેસ પક્ષનાં ખાતાં ફિઝ કર્યાં છે.

સૂરતમાં કોંગ્રેસ ઉમેદવાર જોડે તેના સમર્થક સાક્ષીઓ સહિત ડીલ કરી, અપક્ષોને ખરીદી, ઐતિહાસિક હેરાફેરી થકી ભજપનો ઉમેદવાર બિનહરીફ વિજયી જાહેર થાય છે. પ્રજા કાં તો ભક્ત બનીને કાં તો લાચાર બનીને આ

તમાશો જોઈ રહી છે. ૪૦૦ પારનો નારો અતિશયોક્તિ વાળો ખુદ મોદી સાહેબને તથા ભાજપને લાગતાં, હવે નેરેટિવ બદલાઈ રહ્યો છે. દરેક તબક્કે ફક્ત કોંગ્રેસ ઉપર ઘા કરવાની મોદી સાહેબની વિશિષ્ટ લાચારી તેમને બેફામ બનાવી રહી છે. કોંગ્રેસ સીપીએમ તથા હજારો નાગરિકોએ ચૂંટણી પંચને એક્શન લેવા માટે રજૂઆત કરી છે. પરંતુ બાંસવાડા ધિક્કાર ભાષણ ઉપર કોઈ કાર્યવાહી થઈ રહી નથી. ચૂંટણીનો બીજો તબક્કો ૨૬ એપ્રિલના રોજ છે અને સાત તબક્કામાં ચૂંટણી પૂર્ણ થવાની છે, ત્યારે નાગરિકની અપેક્ષા નિષ્પક્ષ ચૂંટણી પંચની છે. અને મોદી સાહેબની સામે ચૂંટણી પંચનું વલણ તેની તટસ્થતા નક્કી કરી આપશે કે કેમ તે જોવું રહ્યું.

સેમ પિત્રોડા જેઓ રાજીવ ગાંધીના તથા હાલમાં રાહુલ ગાંધીના પણ સલાહકાર છે, તેઓએ એક નિવેદન આપ્યું કે માલદારોની સંપત્તિ ૧૦ બીલિયન ડોલર કે ઘણી વધારે હોય તો તેને અમેરિકન કાયદા મુજબ પ્રજામાં વહેંચી દેવા માટે અહીંયા પણ વિચારણા થવી જોઈએ. કોંગ્રેસે જો કે આને તેમનું અંગત મંતવ્ય જણાવ્યું છે અને પોતાની જાતને અળગી કરી દીધી છે, પરંતુ આ કાનૂનના ઉલ્લેખ સામે મોદી સાહેબ “જિંદગી કે સાથ ભી જિંદગી કે બાદ ભી” ડાયલોગ બોલી કોંગ્રેસ પ્રજાની સંપત્તિ તેમના મૃત્યુ બાદ પણ લૂંટી લેશે તેમ જણાવી ઉશ્કેરી રહ્યા છે. અદાણી-અંબાણીની સંપત્તિમાં જે રીતે વધારો થઈ રહ્યો છે અને દેશમાં માલેતુજારો અને વંચિતો (have અને have-nots) વચ્ચેની જે ખાઈ બેફામ રીતે વધી રહી છે તેને રોકવા માટે કોંગ્રેસ અને ખાસ કરીને રાહુલ ગાંધી જે પ્રયાસ કરી રહ્યા છે, તેમાં આ મુદ્દો સાચે જ ખૂબ મહત્વનો છે. કોંગ્રેસ તમારી મહેનતની કમાયેલી સંપત્તિ લૂંટી લેશે, બહેનોના મંગલસૂત્ર ઝૂંટવી લેશે તેવા અક્ષેપો કરી ટેકેદારોમાં જુસ્સો પ્રેરવા અને પ્રજાને ગેરમાર્ગે દોરવા ભરપૂર પ્રયાસ કરી રહ્યા છે, ત્યારે વિપક્ષ સાથે મળી એવો નેરેટિવ સેટ કરવો પડશે કે જેથી સરકારને તથા ભાજપને ખુલાસા કરવા પડે. જ્યાં સુધી વિપક્ષો એજન્ડા સેટ કરવાનું પોતાના હાથમાં નહીં લે, નેરેટિવ એટલે કે કથાનક પોતે ઊભું નહીં કરે અને મીડિયાનો સાચી દિશા નો ઉપયોગ નહીં કરે ત્યાં સુધી મોદીને પડકાર આપવો આ ચૂંટણીમાં પણ આસાન નહીં હોય, તેમ કહેવામાં કોઈ અતિશયોક્તિ નથી. ●●●

લેખક: નિવૃત્ત મુખ્ય ઈજનેર
ગેટકો, GEB. મો. ૯૯૨૫૨૧૨૪૫૩

ચૂંટણી ૨૦૨૪ અને નાગરિક જવાબદારી

ચૂંટણી, ચૂંટણી, ચૂંટણી !!!
ચારે કોર એક જ ચર્ચા છે, અને ચર્ચા કેમ ન હોય? ચૂંટણી લોકશાહી વ્યવસ્થાનો ઉત્સવ છે. આપણે એવા સમયે ચૂંટણીની ચર્ચા કરવા જઈ રહ્યા છીએ જ્યારે કે દેશ ખૂબ જ કપરી પરિસ્થિતિમાંથી પસાર થઈ રહ્યો છે. સમગ્ર લોકશાહી વ્યવસ્થા છિન્ન ભિન્ન છે. નામની આચાર સંહિતા લાગુ છે, પરંતુ તે કોમવાદી કે પક્ષપાતી છે. શાસક પક્ષ વિપક્ષને દરેક રીતે નિર્બળ કરવાના આરે છે. તેમના મંત્રીઓને જેલ ભેગા કરવા હોય કે વિપક્ષ પાર્ટીઓના બેન્ક ખાતા સીઝ કરવા હોય, જૂઠા આરોપ ઘડવા હોય કે ભ્રામક પ્રચાર કરવો હોય, દરેક શસ્ત્રનો ઉપયોગ થઈ રહ્યો છે. સૂરતમાં જે થયું તે ઓચિંતા થયું નથી. બધું ફિક્સિંગ હોય અથવા ઉમેદવારને કોઈ ભય હોય ત્યારે જ શક્ય બની શકે. ચૂંટણીમાં પૈસાનો જે ખેલ ચાલે છે તે સામાન્ય માણસ પણ જાણે છે પરંતુ ખબર નહીં ઈલેક્શન કમિશન કઈ રીતે 'અજાણ' રહે છે.

મુક્ત અને નિષ્પક્ષ ચૂંટણી એક એવી પ્રક્રિયા છે જ્યાં તમામ નાગરિકોને બળજબરી, ધાકધમકી અથવા છેડછાડ વિના તેમના પ્રતિનિધિઓને મુક્તપણે પસંદ કરવાની તક મળે છે અને જ્યાં સંપૂર્ણ ચૂંટણી પ્રક્રિયા નિષ્પક્ષ અને પારદર્શક રીતે હાથ ધરવામાં આવે છે. પ્રથમ અને બીજા તબક્કાની ચૂંટણીમાં ઘણા બધા શહરોમાં એવા બનાવો બન્યા જે



આ પ્રક્રિયા માટે કલંકરૂપ છે. બૂથ કેપ્યરિંગ હોય કે કેટલાક બૂથ પર ૧૦૦ ટકાથી વધુ મતદાન થવું હોય, ફાયરિંગ કે EVM મશીનને બાળવાની ઘટના હોય, વળી તેમાં શાસક પક્ષ પ્રત્યક્ષ કે પરોક્ષ રૂપે સંડોવાયેલો હોય તો તે શું સૂચવે છે. એક સામાન્ય માણસ પણ તે સમજી શકે છે. ફી એન્ડ ફેર ઈલેક્શનનું માત્ર નામ બાકી રહી ગયું છે, આવું જ ચાલતું રહ્યું તો એવું લાગે છે કે એ પણ નાબૂદ થઈ જશે. જ્યારે લોકો ભયના કારણે પોતાના અધિકાર માટે અવાજ ન ઉઠાવે તો સમજો લોકશાહી વ્યવસ્થા વેન્ટિલેટર પર આવી ગઈ છે. યાદ રાખો, જ્યાં મુક્ત અવરજવર થકી સડકો ધમધમે છે ત્યાં જ આ વ્યવસ્થા જીવંત રહે છે.

જો આપણે સાચે જ લોકશાહી વ્યવસ્થાને બચાવવા માંગતા હોઈએ તો આપણે મુક્ત અને નિષ્પક્ષ ચૂંટણીની ખાતરી કરવી પડશે. એક નાગરિક તરીકે જાગૃત રહી આપણે નીચેના મુદ્દા ચકાસવા પડશે.

(૧) સાર્વત્રિક મતાધિકાર: તમામ

પુખ્ત નાગરિકોને જાતિ, લિંગ, ધર્મ અથવા સામાજિક આર્થિક સ્થિતિને ધ્યાનમાં લીધા વિના, મતદાન કરવાનો અને ચૂંટણીમાં ઊભા રહેવાનો અધિકાર મળવો જોઈએ. આપણાં દેશમાં આવી પાર્ટીઓ પણ છે જેઓ એક આખા સમુદાયને નજર અંદાજ કરે છે અને જાહેરમાં એવું કહે છે કે તેમને તેમના મતોની જરૂર નથી. આવા નિવેદનો ધ્રુવીકરણ કરનારા અને કોમવાદ ફેલાવનારા છે. આ માનસિકતા આજે એક સમુદાયને નુકસાન પહોંચાડશે તો કાલે બીજા સમુદાયને.

(૨) સમાનતા: દરેક મત સમાન મૂલ્ય ધરાવે છે, અને નાત-જાત, ધર્મ, સંપત્તિ અથવા સામાજિક દરજ્જા જેવા કોઈ પણ માપદંડોના આધારે ચૂંટણી પ્રક્રિયામાં કોઈ ભેદભાવ કરવામાં નહીં આવે.

(૩) વોટની ગુપ્તતા: વ્યક્તિ તેના મનપસંદ ઉમેદવારને મત આપી શકે અને તે કોને મત આપે છે તેને ગુપ્ત રાખવું તેનો અધિકાર છે. ધાક ધમકી, ડર કે લાલચથી તેના અધિકારને છીનવી શકાય નહીં.

(૪) પારદર્શિતા: ચૂંટણી પ્રક્રિયા પારદર્શક હોવી જોઈએ, જેમાં મતદારોની નોંધણી, ઉમેદવારોનું નામાંકન અને મતોની ગણતરીનો સમાવેશ થાય છે. જો કે આજે એવું લાગે છે કે નીચે બુથથી લઈને ઈલેક્શન કમિશન સુધી મોટાભાગે તંત્ર પક્ષપાતી છે.

(૫) નિષ્પક્ષતા: ચૂંટણીના

સંચાલન માટે જવાબદાર ચૂંટણી સત્તાવાળાઓ અને સંસ્થાઓ કોઈ પણ ચોક્કસ ઉમેદવાર અથવા રાજકીય પક્ષ પ્રત્યે પક્ષપાત વિના સ્વતંત્ર અને નિષ્પક્ષ રીતે કાર્ય કરે .

(૬) માહિતી સુધી પહોંચ: મતદારોને ઉમેદવારો, તેમની નીતિઓ અને ચૂંટણી પ્રક્રિયા વિશે સચોટ અને સંબંધિત માહિતીની સીધી પહોંચ હોય, જેનાથી તેઓ યોગ્ય નિર્ણય લેવા સક્ષમ બને.

(૭) સ્વતંત્ર મતદાન અભિયાન: રાજકીય પક્ષો અને ઉમેદવારોને અયોગ્ય પ્રતિબંધો અથવા સેન્સરશીપ વિના મતદારો સુધી પ્રચાર કરવાની અને તેમના સંદેશાઓ પહોંચાડવાની સ્વતંત્રતા મળવી જોઈએ.

(૮) સ્વસ્થ હરીફાઈ: ચૂંટણીના કાયદાઓ અને નિયમો તમામ ઉમેદવારો અને પક્ષો માટે સમાન ક્ષેત્ર સુનિશ્ચિત કરે છે, ચૂંટણીના પરિણામોને પ્રભાવિત કરી શકે એવા તમામ અયોગ્ય અવરોધોને અટકાવવા જોઈએ.

(૯) શાંતિપૂર્ણ રીતે સત્તા પરિવર્તન: ચૂંટણીઓ સત્તાના શાંતિપૂર્ણ પરિવર્તન માટે એક તક પ્રદાન કરે છે, જે બહુમતીની ઈચ્છાને પ્રતિબિંબિત કરે છે અને તમામ હિસ્સેદારોને સ્વીકાર્ય હોય છે. પરંતુ અફસોસ કે આજકાલ ઉશ્કેરણીજનક નિવેદનો, હુલ્લડો અને રમખાણો ઈલેકશનના ટૂલ બની રહ્યા છે. લોકશાહીને જાળવી રાખવા, રાજકીય કાયદેસર પદ્ધતિને પ્રોત્સાહન આપવા અને સામાજિક એકતા જાળવવા માટે મુક્ત અને નિષ્પક્ષ ચૂંટણીઓ સુનિશ્ચિત કરવી જરૂરી છે. સરકારો, ચૂંટણી પ્રબંધન સંસ્થાઓ, નાગરિક

સમાજ સંસ્થાઓ અને આંતરરાષ્ટ્રીય નિરીક્ષકોએ ચૂંટણી પ્રક્રિયાઓની અખંડિતતાને પ્રોત્સાહન આપવા અને સુરક્ષિત કરવા આવશ્યક ભૂમિકા ભજવવી જોઈએ.

ચૂંટણી થાય છે દેશને સુરક્ષિત હાથોમાં સોંપવા માટે અને આશય એ હોય છે કે એવા કાયદા-કાનૂન બનાવવામાં આવે કે જેના થકી દેશ ખૂબ વિકાસ કરે. દેશનું આંતરિક કોમી વાતાવરણ સુમેળભર્યું બને. કાયદા વ્યવસ્થા જળવાય અને દરેક નાગરિકના મૌલિક અધિકારોનું રક્ષણ થાય. તેના માટે રાજકીય પક્ષો પોતાના ઘોષણાપત્રો ઘડે છે અને પોતે કરેલા કામો નાગરિકો સમક્ષ રજૂ કરે છે. બંધારણીય મૂલ્યોને નજર સમક્ષ રાખી એવા ઉમેદવારોને વિજયી બનાવવા જોઈએ જેઓ શિક્ષિત, તટસ્થ, મર્યાદાશીલ, કર્મનિષ્ઠ, વાસ્તવિક મુદ્દાઓને વરેલા તથા પોતાના મેનિફેસ્ટોને સમર્પિત હોય.

વર્તમાન ચૂંટણીને જોઈએ તો તે દેશની વાસ્તવિક સમસ્યો ઉપર આધારિત નથી. સત્તા પક્ષ હંમેશની જેમ કોમવાદી પદ્ધતિ અપનાવી રહ્યો છે અને બીજા પક્ષો માટે વાતાવરણ પ્રતિકૂળ બનાવી રહ્યો છે જેથી ફી એંડ ફેર ઈલેકશનના ઘણા બધા નિયમો ભયંકર રીતે પ્રભાવિત થઈ રહ્યા છે, જે તમામ શાંતિ અને બંધારણપ્રિય નાગરિકો માટે ચિંતાનો વિષય છે. રાજકીય વિશ્લેષકો મુજબ કોંગ્રેસનો વર્તમાન ચૂંટણી ઢંઢેરો સ્વતંત્ર ભારતનો અદ્ભૂત ઘોષણાપત્ર છે, જેના ઉપર નાગરિકોએ વિચાર કરવો જોઈએ. સત્તાપક્ષે જે વાયદાઓ કર્યા છે તેમાં તેઓ નિષ્ફળ નીવડ્યા છે. દેશ સામાજિક અને આર્થિક ક્ષેત્રે ખૂબ જ ભયાવહ

સ્થિતિમાંથી ગુજરી રહ્યો છે, જો સારા લોકોના હાથમાં સત્તા પરિવર્તન નહીં થાય તો શ્રીલંકા જેવી પરિસ્થિતિ ઊભી થઈ શકે છે.

એક બાજુ બંધારણ અને લોકશાહીની સુરક્ષા માટે લાંબા ગાળે સંઘર્ષ કરવાની જરૂર જણાઈ રહી છે તો બીજી તરફ વર્તમાન ચૂંટણીમાં ઈચ્છિત પરિણામો માટે મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવવી પડશે.

આટલું જરૂર કરજો :

વોટર લિસ્ટમાં તમારું નામ તપાસો, મતોને વિભાજિત કરવા ઊભા થયેલ સ્વાર્થી અને લાલચુ ઉમેદવારોથી લોકોને ચેતવો,

કોમવાદી ઉમેદવારોને 'ના' કહો, સ્થાનિક મુદ્દાઓને પણ નજર સમક્ષ રાખો,

કોઈ લોભ લાલચ ન રાખો, ન જ કોઈ ભય રાખો,

ફી એંડ ફેર મતદાન માટે બૂથની નિગરાની કરી શકે તેવી ટીમ બનાવો, જે લોકો મતદાન મથક સુધી પહોંચવા અસમર્થ હોય તેમના માટે યોગ્ય વ્યવસ્થા ગોઠવો.

તમારા મતની ગુપ્તતા સાચવો.


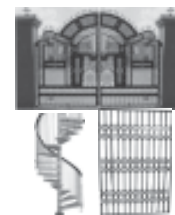
શાંતિ જાળવો.

અને છેલ્લે ...

મતદાન ફરજિયાત કરો.



Prince Fabrication

 <p>Akil bhai Ibrahim bhai Ismail bhai</p>	<p>M. 9426584514 M. 9723713519 M. 9409407917</p>
	<p>ALL KIND OF GATE, GRILL, CHANAL GATE, SPIRAL STAIR, STAIR RAILING</p>
<p>205, LOKHANDWALI'S CHAWL, OPP. MOHAMMADI MASJID, RAKHIYAL ROAD, BAPUNAGAR, AHMEDABAD - 380024 (0) : 079 - 22742658</p>	

જાતિવાદ આધારિત હિંસક ઘટનાઓ:

સમાનતાના ધોરણો અને વ્યક્તિક વ્યવસ્થાની શોધ

ઘટના-૧
ચેન્નાઈના પલ્લીકરનાઈમાં ઓક્ટોબર ૨૦૨૩માં કાર મિકેનિક પ્રવીણએ કોલેજમાં ચોથા વર્ષમાં ભણતી શર્મિલા સાથે ભાગીને લગ્ન કર્યા હતા. પ્રવીણ અનુસૂચિત જાતિનો છે જ્યારે શર્મિલા યાદવજાતિની છે જેનો સમાવેશ ઓબીસીમાં થાય છે. અનુસૂચિત જાતિ એ ઓબીસી જાતિ કરતા વધુ પછાત છે તેવા ખ્યાલ સાથે શર્મિલાના ભાઈઓએ મળીને ફેબ્રુઆરી ૨૦૨૪ માં પ્રવીણની હત્યા કરી દીધી. તેના ૨ મહિના પછી પ્રવીણના દુઃખમાં શર્મિલાએ ૨૨ એપ્રિલ ૨૦૨૪ના રોજ આત્મહત્યા કરી લેતા સુખદ દંપતિનું દુખદ અંત આવ્યો હતો.

ઘટના-૨
મુંબઈ સ્થિત મેનેજમેન્ટ ફર્મના માલિક દત્ત સાહેબે ૧૯ એપ્રિલ ૨૦૨૪ ના રોજ કહ્યું કે અમે જય ભીમ વાળા (દલિત)ને રોજગાર આપતા નથી. આ કથિત ઘટના મુંબઈના ગોરેગાંવ ખાતે બની હતી.

ઘટના-૩
આંધ્ર પ્રદેશ હાઈકોર્ટે દલિત મુંડન કેસમાં પીડિતોને પ્રતિવાદી તરીકે સામેલ કરવા નિર્દેશો જારી કર્યા છે. એમએલસી થોટા ત્રિમૂર્તીલું તથા અન્ય આઠ સામે વિશાખાપટ્ટનમ એસસી એસટી વિશેષ અદાલતે ૧૮ મહિનાની સજા કરી હતી. આ વિશેષ અદાલતના આદેશને ઉપરી અદાલતમાં પડકારવામાં આવ્યો છે.

ભારત દેશની સ્થાપના ૧૯૪૭માં થઈ તે સમયે વર્ણવ્યવસ્થાને નાબૂદ કરી દેશમાં તમામ નાગરિકો સમાન છે તેવું ઘોષિત કરવામાં આવ્યું હતું. પરંતુ પોતાની જાતને ઉંચી હોવાના ભ્રમમાં રાચતા ઉચ્ચ જાતિના લોકોમાં આ વસ્તુ સ્વીકાર્ય નહોતી. તેઓએ વખતોવખત તેનો અહેસાસ દેશના દલિત એસસી એસટીને કરાવ્યો છે. આઝાદીની ૭૫મી વર્ષગાંઠની ઉજવણી તો થઈ ગઈ પરંતુ દેશમાં જાતિ આધારિત હિંસક ઘટનાઓ સ્વતંત્ર દેશ અને સમાન નાગરિકોની યાળી ખાય છે.

કહેવાતા સવર્ણો ૨૦૨૪માં પણ ભણી ગણીને માનસિક બીમાર જ રહ્યા. તેઓ દલિત સમાજના લગ્નમાં વરરાજા ને ઘોડા પર જોઈ શકતા નથી.

લુખી ધમકીઓ આપવામાં આવે છે સવર્ણો તેમની જાતિ થી મેળ ખાતા રીતરિવાજોને દલિતો કરે તે પણ ચલાવતા નથી. દલિત, એસ.સી., એસટીને અડધા માથાથી મુંડન કરી બેઈજ્જત કરવામાં આવે છે. તેમની સ્ત્રીઓને મંદિરોમાં (શ્રદ્ધા હોવા છતાં) પ્રવેશતા અટકાવવામાં આવે છે. સાથે બેસાડવામાં જીવ બળે છે. સાથે ખાવામાં અને નોકરી કરવા પણ તેમની સળી ગયેલી માનસિકતાને તકલીફ પડે છે. આ માનસિકતા દેશના સવર્ણોમાં એવી ઘર કરી ગઈ છે કે પરિસ્થિતિ કાબુ બહાર જતી રહી છે.

કાયદાકીય રીતે દલિત, એસસી અને એસટી માટે પ્રોટેક્શન ઓફ સિવિલ રાઈટ્સ એક્ટ, ૧૯૫૫ અને શેડ્યુલ કાસ્ટ અને શેડ્યુલ ટ્રાઈબ (પ્રીવેન્શન ઓફ એટ્રોસિટી) એક્ટ, ૧૯૮૯ અમલમાં છે પરંતુ સૌથી મોટી તકલીફ છે કે કાયદા બનાવનારા મોટાભાગના સવર્ણો છે અને વ્યવસ્થા તંત્ર અને ન્યાયતંત્રમાં મોટાભાગના લોકો છે જે ઉચ્ચ જાતિના છે તેથી આ બંને કાયદા હેઠળ પણ તેમની રક્ષણની બાયધરી અને સમાન હકો પ્રાપ્ત થતા નથી કેટલાક કિસ્સાઓમાં માંડ માંડ એફઆઈઆર થાય છે જ્યારે કેટલાક કિસ્સાઓ કિસ્સાઓમાં તો પીડિતોને જ આરોપી તરીકે દર્શાવવામાં આવે છે!!!

દેશમાં છેલ્લા દસ વર્ષથી હિન્દુ, હિન્દુત્વ અને હિન્દુ રાષ્ટ્રની બોલબાલા છે આશ્ચર્યની વાત છે કે દલિત એસસી એસટીનો ભાગ ૮૦ ટકા છે હિન્દુ હોવામાં. જો એસસી, એસટી, અને દલિતો આ સરકારને કે જણે હિન્દુત્વનો નારો બુલંદ કર્યો છે પોતાનો કિંમતી મત ના આપે તો શક્ય નથી કે આ સવર્ણોની ભારતીય જનતા પાર્ટી સરકાર બનાવી શકે

પરંતુ કેમ જાણે પણ આ ત્રણેય સમુદાયના મોટાભાગના આગેવાનો ભારતીય જનતા પાર્ટીને સપોર્ટ કરી દે છે તેથી આ સરકાર બની જાય છે અને તેઓ પોતે આ સરકારને પોતાના પર અત્યાચાર કરવાનો મોકો આપી બેસે છે.

નીચલી જાતિના પિતામાહ કે મસિહા તરીકે ડોક્ટર ભીમરાવ આંબેડકર ને ગણી શકાય. એમ તો તેઓ દેશની માનસિકતાથી ખૂબ સારી રીતે વાકેફ હતા અને પોતે પણ દલિત હોવાની કિંમત ચૂકવ્યા છે. તેઓ ઉંમરના આખરી પડાવમાં બૌદ્ધ ધર્મ સ્વીકારીને હિંદુ ધર્મનો ત્યાગ કર્યો હતો. તેઓ સ્વતંત્ર ભારતના પ્રથમ કાયદા મંત્રી હોવા છતાં કદાચ પરિસ્થિતિને બદલવા અક્ષમ હતા. તેથી તેઓએ ધર્મનો ત્યાગ કરવામાં જ પોતાની સલામતી અનુભવી.

હવે આ ત્રણેય સમુદાયો માટે વિચારવાની જરૂર છે કે જ્યારે દેશમાં સવર્ણોએ સંપૂર્ણપણે કબજો જમાવી દીધો છે તો આ પરિસ્થિતિમાં તેઓ

કઈ રીતે તમામ હક્કો મેળવવા સફળ થઈ શકશે???

કિસ્સાઓમાં દલિતોએ બૌદ્ધ કે ખ્રિસ્તી ધર્મ અંગીકાર કર્યો છે અને મહદંશે તેઓ પોતાની દલિત હોવાની છાપ ને ભૂંસી શકવામાં સફળ થયા છે છતાં તેમને જોઈએ તેઓ સન્માન હજી સુધી મળ્યો નથી.

ઘણા દલિતોએ ઈસ્લામ ધર્મનો પણ અંગીકાર કર્યો છે.

ઈસ્લામ એક અવકાશી ધર્મ છે જે તમામ મનુષ્યને એક સમાન ગણે છે. તેની વિચારસરણી મુજબ અમલીરૂપે તેના માનનારાઓને સમાન હક્કો આપવામાં તે સફળ થયો છે. ધાર્મિક રીતરિવાજો અને ઈબાદતોમાં, ધાર્મિક સંમેલન અને તહેવારોમાં, તમામ મુસલમાનો સાથે જોવા મળે છે તેમની અંદર ઊંચનીચને કોઈ અવકાશ નથી.

દલિતો એસસી એસટી સમાજના આગેવાનો અને લોકોએ ઈસ્લામ ધર્મનો જ્ઞાન હાંસલ કરવો જોઈએ અને તેમને આ ધર્મને તેમના અત્યાચાર સામે એક વિકલ્પ તરીકે જોવાની જરૂર છે. ●●●

વાચકો જોગ સૂચના

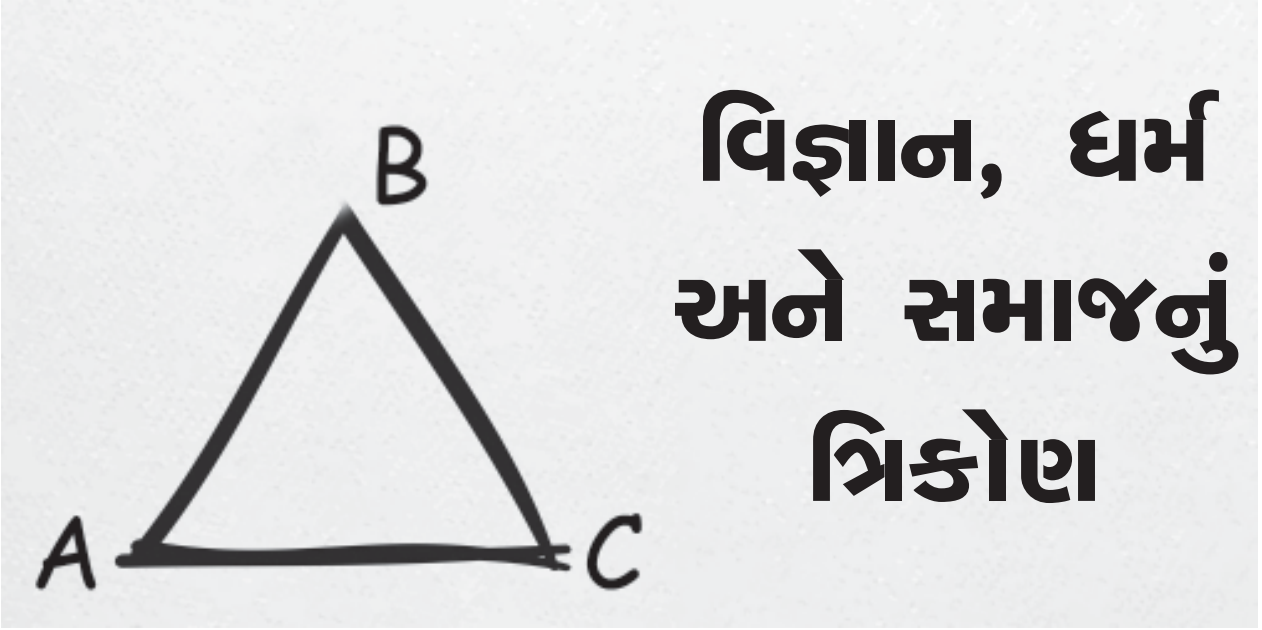
પ્રિય ગ્રાહકો

★ “યુવાસાથી” માસિક દર મહિનાની ૩૦ તારીખે પોસ્ટ કરવામાં આવે છે. જો તે મહિનાની ૧૦ તારીખ સુધી ન મળે તો નજીકની પોસ્ટ ઓફિસમાં તપાસ કરવા અમારા વ્હાલા વાચક મિત્રોને વિનંતી છે.

★ “યુવાસાથી” માસિકનું લવાજમ પૂરું થઈ ગયું હોય તો તેમને નમ્ર વિનંતી છે કે તેઓ ઓફિસના સરનામે મનીઓર્ડર અથવા ચેકથી કે પછી ઓનલાઈન Google Pay, Phone Pe વિ.થી પણ લવાજમ મોકલી આપે.

★ પોસ્ટમેન નિયમિત ડિલિવરી કરતા ન હોવાથી વાચકોને કોપીઓ નિયમિત મળતી નથી. તેથી જે વાચક મિત્રો “યુવાસાથી” કુરિયરથી મંગાવવા ઈચ્છતા હોય તો તેમણે લવાજમની રકમ રૂ. ૩૦૦ ઉપરાંત રૂ. ૧૮૦ વધારે આપવા.

● મેનેજર, “યુવાસાથી” ગુજરાતી માસિક



બુદ્ધિ અને વિજ્ઞાનની પોતાની સીમાઓ નિશ્ચિત છે. વિજ્ઞાન “કેવી રીતે”નો ઉત્તર છે. “શા માટે”નો નહીં. વિજ્ઞાન જડ અને ચેતન બધામાં “કેવી રીતે”થી જોડાયેલ પ્રશ્નોનો ઉત્તર છે. આ “શા માટે”નો પણ કેટલીક હદે ઉત્તર છે, પરંતુ પૂરી રીતે નહીં. “શા માટે”નો ઉત્તર મેળવતાં વિજ્ઞાન એક વિશેષ સ્તર સુધી જઈને અટકી જાય છે. ઉદાહરણ માટે સૂર્ય, ચંદ્ર, તારા તથા અન્ય ગ્રહ-નક્ષત્ર બ્રહ્માંડમાં ફરી રહ્યા છે. આ એટલા માટે ફરી રહ્યા છે, કેમકે આ તમામ એક નિશ્ચિત પ્રણાલી હેઠળ ગુરુત્વાકર્ષણમાં બંધાયેલા છે. તે ગુરુત્વાકર્ષણના લીધે શા માટે ફરી રહ્યા છે. ગુરુત્વાકર્ષણ શા માટે છે? અહીં વિજ્ઞાન મૌન થઈ જાય છે. (જો કે આના ઉત્તર પણ શોધવામાં આવી રહ્યા છે.) આને એક અન્ય ઉદાહરણથી સમજી શકાય છે. સમગ્ર વિશ્વમાં પંદર “સ્થિરાંક” (constants) છે, જેમાંથી ગુરુત્વાકર્ષણ પણ એક છે. પંદર સ્થિરાંક જેવા છે એ એવા જ છે. અર્થાત્ જો આમાં સ્હેજ પણ પરિવર્તન કરવામાં

આવે તો બ્રહ્માંડની ગણિતીય વ્યાખ્યા કરી શકાતી નથી. જો કોઈ પણ એક સ્થિરાંકમાં પરિવર્તન-ફેરફાર કરવામાં આવે તો પૂરે પૂરો ગણિતીય મોડલ ઇન્ન-ભિન્ન થઈ જશે. આથી આ બધા પંદર સ્થિરાંક ગણિતીય પ્રણાલીમાં “કેવી રીતે” ફિટ છે. આનું તો સ્પષ્ટીકરણ મૌજૂદ છે. પરંતુ એ એવી જ રીતે “શા માટે” છે, જેવી રીતે કે તે છે, આનો ઉત્તર આપી શકાતો નથી. ઉદાહરણ માટે જો ગુરુત્વાકર્ષણનો એક અબજમો ભાગ પણ ઓછો થાય છે તો તારાઓ અને નાના ગ્રહોનું નિર્માણ જ સંભવ ન હોત. જો આ આટલા જ પ્રમાણમાં વધુ શક્તિશાળી હોત તો બિગ બેંગ પછી બિગ ક્રન્ચ થઈ જાત. અર્થાત્ બ્રહ્માંડ ઉત્પન્ન થતાં જ નષ્ટ પણ થઈ જાત.

બરાબર આ જ વાત બાકી ચૌદ (૧૪) સ્થિરાંકો વિષે પણ કહી શકાય છે, કે જે પદાર્થ અને બ્રહ્માંડથી સંબંધિત અનેક અંતઃક્રિયાના સમીકરણો (Equations of Interaction)માં જરૂરી હોય છે. ઉદાહરણ માટે

પાયનતંત્રમાં ભોજનના કણોથી ગ્લુકોઝના અધિગ્રહણથી લઈને મંગળ અને પૃથ્વીની વચ્ચે ગુરુત્વાકર્ષણની અંતઃક્રિયા સુધી.

આ સ્થિરાંક કેવી રીતે પરસ્પર ક્રિયા કરે છે, આના માટે તમામ સમીકરણો આપણી પાસે છે, પરંતુ તેમનું સંખ્યાબળ એક સમાન “શા માટે” છે? જે છે, આનો ઉત્તર આપી શકાતો નથી.

વિજ્ઞાન શું છે? આ પ્રશ્નના ટેકનિકલ ઉત્તરને છોડીને આ સમજવું જરૂરી છે કે “વિજ્ઞાન શું નથી?” આ પ્રશ્નનો ઉત્તર એ તમામ સીમાઓ નક્કી કરી શકે છે, જેમની પાયમાલીના કારણના લીધે ધર્મ તથા વિજ્ઞાનની વચ્ચે સંઘર્ષના નૈરેટિવ સેટ થયા. વિજ્ઞાન એક પદ્ધતિ છે. આ “અંતિમ સ્થિતિ” નથી. આ અવલોકન, પરીક્ષણ અને નિષ્કર્ષનું ત્રિકોણ છે.

વિજ્ઞાન ખરું અને ખોટું, સારપ અને બૂરાઈની ચર્ચા નથી કરતું. આથી વિજ્ઞાને મૂલ્યોના મામલે નિરપેક્ષ (Value Neutral) હોવું જોઈએ. એટલે કે સૈદ્ધાંતિક રૂપે આને સારપ અને બૂરાઈનો

સભ્યતાગત માનકોથી અલગ હોવું જોઈએ. આથી વિજ્ઞાને સારપ અને બૂરાઈ, ખરા અને ખોટાના માનક માટે જવાબદાર ઠેરવવા એક અવૈજ્ઞાનિક અને અનુચિત વલણ છે.

આ જ સિદ્ધાંત હેઠળ વિજ્ઞાનને વૈજ્ઞાનિકના ધાર્મિક, સામાજિક, વ્યક્તિગત અને મનોવૈજ્ઞાનિક પક્ષપાતથી પર માનવામાં આવે છે. જો કે વાસ્તવિક દૃષ્ટિએ જોવામાં આવે તો આ શક્ય નથી. જમીની પરિસ્થિતિમાં વૈજ્ઞાનિક પોતાના સામાજિક, રાજકીય, સાંસ્કૃતિક તથા સભ્યતાગત પરિદેશથી પ્રભાવિત થાય છે. આ પરિદેશોથી વૈજ્ઞાનિકોની શોધોનું પ્રભાવિત થવું તદ્દન સ્વાભાવિક છે. આથી વિજ્ઞાનમાં દૃઢતાપૂર્વક આ વાત કહેવામાં આવતી કે વિજ્ઞાને મૂલ્યોથી મુક્ત હોવું જોઈએ. આ આદર્શ સ્થિતિને સર્જવા માટે વિજ્ઞાન, વૈજ્ઞાનિક પ્રયોગ અને આ પ્રયોગોથી પ્રાપ્ત થનારા પરિણામોના અનુમાનો અને નિષ્કર્ષ પર ઉચિત નિયંત્રણ અને સંતુલન (Checks and Balance) લાગુ કરવાનો પ્રયાસ કરવામાં આવે છે. પરંતુ શું આ શક્ય છે? વિજ્ઞાનના ઇતિહાસનું અધ્યયન, કે જે હવે વિધિસર એક જ્ઞાનની શાખા બની ચૂકી છે, બતાવે છે કે આવું ભૂતકાળમાં પણ શક્ય નથી બની શક્યું અને આજે પણ શક્ય નથી.

વિજ્ઞાનનો ઇતિહાસ આપણને જાણાવે છે કે વૈજ્ઞાનિકોએ પરમાણુ-શક્તિની શોધખોળ સંયોગવશ નથી કરી, બલકે પ્રથમ વિશ્વ-યુદ્ધ પછી વિશેષ યુદ્ધ કૌશલ્ય અને યુદ્ધોને જીતવા માટે સૈન્યશક્તિ અને શસ્ત્રોની ઘાતકતામાં વૃદ્ધિ કરવા માટે વૈજ્ઞાનિકોને વિશેષ પૂંજી ઉપલબ્ધ કરાવવામાં આવી કે જેથી તેઓ સંશોધન કરી એને શક્ય બનાવે, જેના

પરિણામ સ્વરૂપ પરમાણુ ઉર્જાના રહસ્યો પરથી પર્દો ઊંચકાયો અને માનવ-ઇતિહાસ લજિજત થયો.

બરાબર આવી જ રીતે ડાર્વિનવાદ તથા અન્ય સંબંધિત સિદ્ધાંતોને સમજી શકાય છે. ચર્ચના અત્યાચારે સમગ્ર યુરોપ અને પશ્ચિમ-જગતના મોટા ભાગના વિસ્તારને ખૂબ જ ખરાબ રીતે પ્રભાવિત કર્યો. બાઈબલના અનુયાયી કે જેમની પાસે રાજકીય-શક્તિ પણ હતી, તેઓ બાઈબલમાં આપવામાં આવેલ વિષયોને તેમના શાબ્દિક અર્થોમાં જ સમજવા ઇચ્છતા હતા. દા.ત. પૃથ્વી સમતલ છે, પૃથ્વી બ્રહ્માંડનું કેન્દ્ર છે, પૃથ્વી ફરતી નથી વિ.. જ્યારે કે વૈજ્ઞાનિક સંશોધન કોઈ અન્ય દિશા તરફ સંકેત કરી રહ્યું હતું. આ કારણથી વિજ્ઞાન અને ચર્ચની વચ્ચે ખેંચતાણ શરૂ થઈ ગઈ, જેના આવશ્યક પ્રભાવ એ કાળના વિકસિત થઈ રહેલા વિજ્ઞાનમાં જોઈ શકાય છે. આથી વિજ્ઞાન વિશે ‘ધર્મ વિમુખ’ કે ‘ધર્મ-વિરોધી’ જેવા યુગની દેણ છે.

ઉપરોક્ત વાતો ત્રણ મુખ્ય વર્ણનોને જન્મ આપે છે. તે આ છે:

- વિજ્ઞાન અંતિમ સ્થિતિ સુધી પહોંચવાનો માર્ગ છે, આ અંતિમ સ્થિતિ નથી. વિજ્ઞાન તથ્યોની વ્યાખ્યા ફક્ત એક નિશ્ચિત સીમા સુધી જ કરી શકે છે. આ પોતાના વાસ્તવિક હોવાનો દાવો નથી કરતો.
- વિજ્ઞાન સ્વયં પોતાનામાં સ્થાયી નથી. એ વિકસિત થઈ રહ્યો છે. પોતાના સિદ્ધાંત, પોતાની વિધિઓ, પોતાના અનુમાનો અને પોતાના તમામ પાસાઓ સાથે.
- વિજ્ઞાન શાશ્વત પ્રશ્નોના ઉત્તર આપવાનો પ્રયાસ કરે છે, પરંતુ આ ઉત્તર સાપેક્ષ હોય છે, અને એક વિશિષ્ટ માળખા પર નિર્ભર કરે છે.

આથી વિજ્ઞાન ધર્મોની શૈલીમાં આપવામાં આવેલા ઉત્તરોનો વિકલ્પ નથી. (આમ છતાં આ શાશ્વત પ્રશ્નોના જે ઉત્તર ધર્મ આપે છે એ માનવીય બુદ્ધિની વિરુદ્ધ છે કે નહીં!)

આથી આ વાત સ્પષ્ટ થઈ કે વિજ્ઞાન, ધર્મ અને સમાજની ચર્ચામાં વિજ્ઞાનને ધર્મ બનાવી લેવો એ એક મોટી ભૂલ છે, જે પ્રાચીન વૈજ્ઞાનિકોથી ઓછી અને આધુનિક વૈજ્ઞાનિકોથી વધારે થઈ છે. આવી જ રીતે નાસ્તિકતા માટે વિજ્ઞાનથી તર્ક લાવવો અને ધાર્મિક સત્યો (જેમના પર દૃઢ વિશ્વાસ હોય છે) માટે વિજ્ઞાનથી તર્ક લાવવા બન્ને જ વ્યર્થ છે. આ બન્ને પ્રક્રિયાઓ સ્વાભાવિક રીતે સાપેક્ષિક ઉત્તર ભણી લઈ જાય છે.

તમામ ધર્મના અનુયાયીઓ પોત-પોતાના પુસ્તકો કે ગ્રંથોના સત્ય હોવા માટે વિજ્ઞાનથી તર્ક લાવે છે. આ સામાન્ય ધાર્મિક ચેતના ઉપર વિજ્ઞાનની જીત અને વર્ચસ્વનું પ્રતીક છે. એ વર્ચસ્વ કે જેનો વિજ્ઞાને કદી પણ દાવો નથી કર્યો, એ વર્ચસ્વ કે જેને વિજ્ઞાન ઉપર થોપી દેવામાં આવ્યો છે. અને આ આધુનિક નાસ્તિકો (New Atheist)નું પરાક્રમ છે. આધુનિક નાસ્તિકોએ ખૂબ ચાલાકીથી નાસ્તિકતાને વધારવા માટે વિજ્ઞાનનો ઉપયોગ કર્યો છે. ચાહે એ રિચર્ડ ડોકિન્સ હોય કે પછી ક્રિસ્ટોફર હિચેસ, ડેનિયલ ડેન્ટ હોય અથવા સૈમ હૈરિસ, આ સૌએ મૂળ રીતે વિજ્ઞાનના એવા વર્ણન (Narrative), જેમાં અસહમતિની ગુંજાયશ મૌજૂદ છે અને જેમની સાપેક્ષતા પર ઘણાં બધા શોધકર્તાઓ સહમત છે, આમને ધર્મની વિરુદ્ધ પ્રસ્તુત કર્યા છે. આથી આ પ્રકારના વર્ણનોએ આધુનિક પીઠીને ખરાબ રીતે પ્રભાવિત કરી છે. કેમકે ડાર્વિનનો

સિદ્ધાંત આ કહે છે કે જે બહેતર (Compete) કરશે એ જ જીવિત રહેશે. તેને જ પ્રાકૃતિક સંશોધનો (Resources) અને ઉત્તર જીવિતા (Survival)ની ગેરેન્ટી મળશે, અને વિજ્ઞાનના આ જ વર્ણનનો ઉપયોગ ઘણી બધી સરકારી નીતિઓને ખરી-સાચી ઠેરવવા માટે પણ કરવામાં આવે છે.

દા.ત. પ્રતિસ્પર્ધામાં જો કોઈને ક્યારીને આગળ વધવું પણ પડે તો આ ઠીક છે, કેમકે જીવતા રહેવા માટે આ જરૂરી છે! આ પણ સમજવું જરૂરી છે કે આધુનિક સમયમાં નાસ્તિકતા (Atheism) એક પ્રોજેક્ટ છે. આની પોતાની ગતિશીલતાઓ (Dynamics) છે. બરાબર એવી જ રીતે કે જેવી રીતે નાસ્તિક લોકો ધાર્મિકતાને એક પ્રોજેક્ટ બતાવે છે. વિજ્ઞાનનો ઉપયોગ બન્ને પ્રોજેક્ટ્સમાં થાય છે. (જો આપણે નાસ્તિકોના આરોપોને ખરા માનીએ તો પણ અને ન માનીએ તો પણ) આવી જ રીતે સાધનો અને સંસાધનોની પ્રાપ્તિ માટે અન્ય મનુષ્યો સાથે ઘટાડો-વધારો થઈ જાય છે તો જીવિત રહેવાની દોડમાં આ ઉચિત છે. દિલચસ્પ વાત આ છે કે આ જ વિજ્ઞાન જૈવિક પરોપકારિતા (Biological Altruism)ની પણ વાત કરે છે, પરંતુ આની તરફ ઓછું જ ધ્યાન આપવામાં આવે છે. જૈવિક પરોપકારિતાનો અર્થ આ છે કે કેટલાક જીવોની જૈવિક વિશેષતા આ છે કે એ અન્ય જીવોના અસ્તિત્વ માટે પોતાના અસ્તિત્વ માટે પોતાના હિતોનો ત્યાગ કરી દે છે. દા.ત. કેટલાક પ્રાણીઓ પોતાના શિકારને અન્ય પ્રાણીઓ સાથે મળીને ખાય છે, વિગેરે. આ કોઈ સાધારણ વાત નથી. વિજ્ઞાન, ધર્મ અને સમાજના ત્રિકોણનો દરેક ખૂણો માનવ સભ્યતાના અસ્તિત્વ અને વિકાસ માટે અપરિહાર્ય છે. આનો અહેસાસ બધા

YUVA SAATHI

જ ગંભીર વિજ્ઞાનના વિશેષજ્ઞોને રહ્યો છે. આઈન્સ્ટાઈનનું પ્રસિદ્ધ કથન કોને યાદ નથી કે:

“Science without religion is lame, and religion without science is blind.” અર્થાત્ ધર્મ વિના વિજ્ઞાન લંગડો છે અને વિજ્ઞાન વિના ધર્મ અંધ છે.

આઈન્સ્ટાઈનના આ કથન ઉપર તમામ પ્રકારની ચર્ચાઓ છે. નાસ્તિક લોકો આની વ્યાખ્યા પોતાની રીતે કરે છે. અને ખ્રિસ્તી ધર્માવલંબીઓ પોતાની રીતે. આના પ્રસંગ તથા સંદર્ભ ઉપર પણ ચર્ચા કરે છે, પરંતુ આ નક્કી છે કે આઈન્સ્ટાઈન જે ધર્મની વાત કરી રહ્યા છે એ ખ્રિસ્તી ધર્મ તો સ્હેજ પણ ન હતો. કેમકે ખ્રિસ્તી ધર્મની વ્યાખ્યામાં સ્વતંત્ર વૈજ્ઞાનિક ચકાસણી માટે કેટલીય સૈદ્ધાંતિક કઠણાઈઓ છે. આથી વિજ્ઞાન, સમાજ અને ધર્મના ત્રિકોણમાં એ વર્તુળોનું હોવું ખૂબ જ જરૂરી છે કે જેમાં આ ત્રણ આયામો વિજ્ઞાન, ધર્મ અને સમાજને કેદ કરી શકાય. આ વર્તુળોની ખરી કે સાચી વ્યાખ્યા વિના આ ત્રણેયના સહયોગ અને આમનામાંથી નીકળેલ નિષ્કર્ષોના પ્રભાવોને નથી સમજી શકાતા. આની સાથે આ પણ ખૂબ જ જરૂરી છે કે વિજ્ઞાન ધર્મ અને સમાજના આ ત્રિકોણમાં મૌજૂદ પ્રત્યેક આયામ (Dimension)ના વિકાસની પ્રક્રિયાને ધ્યાનથી સમજવામાં પણ આવે અને આ વાતને માનવામાં પણ આવે કે આમનામાંનો પ્રત્યેક આયામ વિકસિત થઈ રહ્યો છે. આથી જ્યારે ધર્મોની વાત હોય તો આ જોવું પણ જરૂરી થઈ જશે કે ધર્મ વિકસિત થઈ રહ્યા છે કે નહીં? અથવા ધર્મ વિકસિત થઈ શકે છે કે નહીં? જો ધર્મ વિકસિત થઈ રહ્યા છે, તો શું એ સૈદ્ધાંતિક રીતે

પણ વિકસિત થઈ રહ્યા છે? શું આમના મૂળ સિદ્ધાંતોથી સંબંધિત અવધારણાઓ અને સિદ્ધાંતોની વ્યાખ્યામાં વિકાસ થઈ રહ્યો છે?

નિમ્ન લિખિત બિંદુને જોઈએ અને આ વાત ઉપર પણ વિચાર કરીએ કે વિજ્ઞાને પોતાની સીમાઓનું અતિક્રમણ કરીને કેવી રીતે આ પ્રશ્નોના ઉત્તર આપ્યા.

- શું ઈશ્વરની ખ્રિસ્તી અવધારણા અને ઈશ્વરની ઈસ્લામી અવધારણામાં વિકાસ થયો છે? (વિજ્ઞાન અનુસાર ઈશ્વરની અવધારણા બહુદેવવાદથી એકેશ્વરવાદ સુધી પહોંચે છે.)
- શું ધર્મની નજીક સારપ તથા બૂરાઈની અવધારણા (conception) માં કોઈ વિકાસ થયો છે? (વિજ્ઞાન અનુસાર સારપ અને બૂરાઈ સાપેક્ષાત્મક છે. વાતાવરણમાં ફિટનેસ મેળવવાની રૂએ બદલાતી રહે છે. આથી શાશ્વત બૂરાઈ કે શાશ્વત સારપ કે પૂર્ણ સારપ અને બૂરાઈ જેવી કોઈ વસ્તુ નથી હોતી.)
- શું ખ્રિસ્તી ટ્રિનિટીની વ્યાખ્યામાં વિકાસ થઈ રહ્યો છે અથવા થયો છે?
- ઈસ્લામમાં પાપ અને પુણ્યની અવધારણા અને અન્ય ધર્મોના પાપ-પુણ્યની અવધારણાઓમાં કોઈ વિકાસ થયો છે?

વિજ્ઞાન, ધર્મ અને સમાજની ચર્ચામાં આ પ્રશ્નો પુરાણા કહી શકાય છે, પરંતુ આમના આધુનિક ઉત્તર બિલ્કુલ નવા આયામો તરફ લઈ જાય છે. વિજ્ઞાન, ધર્મ અને સમાજના ત્રિકોણમાં આ ઉત્તરોનું મહત્ત્વ બમણું થઈ જાય છે. ખાસ કરીને જ્યારે આમના ઉત્તર આધિકારિક (Authority) રૂપથી અપાવવા લાગ્યા અને વિજ્ઞાનની તુલનામાં વિજ્ઞાનવાદથી વધુ પ્રભાવિત થવા લાગ્યા. ●●●

આ સમય પણ વીતી જશે



એક રાજાએ પોતાના સેનાપતિને કહ્યું કે દીવાલ ઉપર કંઈક એવું લખો કે જે સારા અને ખરાબ બન્ને સમયે યાદ રાખવાલાયક હોય. સેનાપતિએ લખ્યું : “આ સમય પણ વીતી જશે.” જી હા, ન તો આશા સ્થાયી છે અને ન જ નિરાશા. આ વ્યક્તિ ઉપર આધાર રાખે છે કે એ કોને પોતાની સાથે રાખે છે. આશાને કે નિરાશાને.

દરેક વ્યક્તિ સમય-સમય પર નિરાશા અનુભવે છે. આ ખૂબ જ સામાન્ય બાબત છે. અન્યોના કાર્યો કે સ્થિતિઓ પર આપણી પ્રતિક્રિયાથી નિરાશા આવી શકે છે. કેટલીય બાબતોમાં આ ભાવના અલ્પકાલીન હોય છે અને દરેક દિવસે આપણા મનમાં આવનારી અસ્થાયી ભાવનાઓના ભાગ રૂપે, સ્થિતિ બદલાવાની સાથે સાથે એ બદલાઈ જાય છે. આથી ચિંતાનું કોઈ કારણ નથી. પરંતુ કેટલીક બાબતોમાં કોઈ વ્યક્તિમાં લાંબા સમય સુધી નિરાશા ઘર કરી શકે છે. આ બાબત વ્યક્તિના શારીરિક અને મનોવૈજ્ઞાનિક અસ્તિત્વ માટે ખતરો જન્માવી શકે છે.

નિરાશાનો હેતુ ક્રોધ કે અકળામણ (કે ચીડિયાપણા)ની ભાવના સાથે છે, જે કોઈ વિશેષ વસ્તુ કે કોઈ વ્યક્તિ વિશેષ પર નહીં બલ્કે કોઈ અપ્રિય સ્થિતિની ઉપજે છે. આવું ત્યારે અનુભવાય છે કે જ્યારે કોઈની પ્રેરણા અવરોધક બની જાય છે, અથવા એવું લાગે છે કે કોઈ વસ્તુ પર કરવામાં આવેલ રોકાણ-નિવેશથી કોઈ પરિણામ નથી મળી રહ્યું.

નિરાશા કોઈ પણ પ્રકારના તણાવની પ્રતિક્રિયા છે જે શારીરિક કે મનોવૈજ્ઞાનિક અવરોધો, અપૂર્ણ અપેક્ષાઓ કે નિષ્ફળતાઓ હોઈ શકે છે. આ કાર્યો પર લાંબો દિવસ વિતાવવા, અપ્રત્યાશિત ઘટનાઓ, અતિયોજિત સમય સીમા વિ.ના પરિણામ સ્વરૂપ હોઈ શકે છે. દીર્ઘકાલીન સ્થિતિઓની બાબતોમાં નિરાશા વ્યક્તિના માનસિક અને શારીરિક સ્વાસ્થ્ય ઉપર પ્રતિકૂળ અસર કરી શકે છે, જેનાથી અનિયંત્રિત ક્રોધ તણાવનું સ્તર વધી જવું અને હતોત્સાહની સ્થિતિ સર્જાઈ શકે છે. વ્યક્તિ અલગ અલગ રીતે નિરાશાનો અનુભવ કરે છે, અને વ્યક્ત પણ કરે

છે. આ અંતર મુકાબલો કરવાના કૌશલ્ય તથા લચીલાપણા ઉપર આધાર રાખે છે.

નિરાશા આંતરિક કારકો, વ્યક્તિગત ગુણો અથવા વિશ્વાસોના પરિણામ સ્વરૂપે પણ હોઈ શકે છે અને બાહ્ય કારકોના લીધે પણ હોઈ શકે છે. હતાશાની ભાવનામાં સ્થાયી તણાવ ક્યાં તો માનસિક કે શારીરિક રૂપથી થાય છે, અને આને આપણા જીવનના વિભિન્ન ક્ષેત્રોમાં અનુભવી શકાય છે.

ઘટનાઓના અપ્રત્યાશિત વળાંક, આર્થિક પરેશાની, વણઉકેલ્યા મામલા નિષ્ફળ કે કડવા સંબંધો, જટિલ કાર્યમાનક, અધૂરી સમય-સીમા, માનસિક વિકૃતિ જેવા ખેદ અને પોસ્ટ-ટ્રૉમેટિક સિન્ડ્રોમ ડિસઓર્ડર (PTSD) જેવા કેટલાક કારણો છે જે નિરાશાને જન્મ આપે છે. કેમકે નિરાશા અનુભવવી આપણી દૈનિક ગતિવિધિઓમાં સામેલ નથી અને આપણે એવી રચનાત્મક પ્રતિક્રિયા ઉપર સંપૂર્ણપણે પ્રતિબંધ નથી લગાવી શકતા, આથી આ જાણવું મહત્વપૂર્ણ છે કે આ ભાવનાનો કેવી રીતે સામનો

કરવામાં આવે, અને દરેક નાની અગવડ પર નિરાશ કરનારી ભાવનાને કેવી રીતે ઘટાડવામાં આવે. આના પ્રથમ ઉપાયમાં નિરાશાના સ્રોતોની ઓળખ કરવી સામેલ છે, કે જેથી આ જાણી શકાય કે શાના પર કામ કરવાનું છે.

નિરાશાને દૂર કરવા માટે કેટલાક મુખ્ય ઉપાયોને અપનાવી શકાય છે. સૌ પ્રથમ આપણે ભાવનાત્મકરૂપે બુદ્ધિમાન બનવું પડશે. ભાવનાત્મક બુદ્ધિમત્તા પોતે અને અન્યોની ભાવનાઓને ઓળખવાનો ઉપયોગ કરવા અને પ્રબંધિત કરવાની ક્ષમતા છે. આનાથી નિરાશાનો સામનો કરવામાં યોગદાન મળે છે. આનાથી તમને લોકોના કાર્યો અને પરિસ્થિતિઓ પર વધુ ઉચિત પ્રતિક્રિયા આપવામાં મદદ મળી શકે છે, જે નિરાશાનું કારણ બની શકે છે.

આપણે આશાવાદી વિચારો અપનાવવા પડશે કોઈ સ્થિતિ અથવા કાર્યની જટિલતા તમારા દૃષ્ટિકોણ અને વિચારની પદ્ધતિ ઉપર આધાર રાખે છે. નિરાશ થવું એક નકારાત્મક દૃષ્ટિકોણથી પણ હો શકે છે. જ્યાં આપણે પડકારોને પોતાના નિયંત્રણ પર થઈ જોઈએ છીએ. તમે જે મેળવવામાં સક્ષમ છો તેના બદલે પડકારોથી શીખવા અને વિકાસના ઉજ્જવળ દૃષ્ટિકોણને અપનાવવાથી નિરાશાની ભાવનાથી છુટકારો મળી શકે છે. આ તમને લચીલાં બનાવવામાં મદદરૂપ થઈ શકે છે.

નિરાશાને દૂર કરવા માટે કેટલીક કસરતો અપનાવી શકાય છે. કેમકે નિરાશાની ભાવના તણાવ કે અભિભૂત થવાના પરિણામસ્વરૂપે હોય છે, આથી તમારા મસ્તિષ્કને ઓક્સિજનની આપૂર્તિ કરવા, તમારા દિમાગને સાફ કરવા અને તમને ખુશ રાખવામાં

મદદરૂપ થવા માટે શ્વાસ લેવાની કસરત ખૂબ જ સારી હશે જ્યારે દિમાગ ઉથલ-પાથલની ધૂંધમાં હોય તો ઊંડા શ્વાસ લો ધીમે ધીમે તેને છોડો. આવી જ રીતે આજે વિવિધ કસરતોનો અભ્યાસ પણ કરી શકો છો.

પોતાની ભાવનાઓને દબાવવાથી કે કચડવાથી તમે ઓર વધારે નિરાશા અને ગૂંગળામણ અનુભવવા લાગશો. પોતાની નિરાશાને બહાર કાઢવી એ ફક્ત લાભદાયી હશે એટલું જ નહીં, બલ્કે તમારી માનસિક સ્થિતિને જાળવી રાખવા માટે જરૂરી છે. આ માનસિક

સામેલ છે જે તમારા જીવનમાં તણાવને વધારી શકે છે. તમે એ વસ્તુઓમાં રોકાણ કરવા ઈચ્છા રાખો જે તમને વધુ તાજગી બક્ષે છે. આના માટે તમારા કડવાશભર્યા સંબંધોમાંથી બહાર નીકળવાની પણ આવશ્યકતા હોઈ શકે છે.

જીવનમાં લચીલાપણું અપનાવો. લચીલાપણું એક ટક્કર ઝીલ્યા પછી પાછા કે પરત કરવાની ક્ષમતા છે. આ આપણને તણાવને વધુ સારી રીતે પ્રબંધિત કરવા અને તેના પર કાબૂ મેળવવામાં મદદરૂપ થાય છે.



તણાવ અને હતાશા/નિરાશાને ઓછી કરવાનું પણ એક સાફ સાધન પુરવાર થયું છે. તણાવને મેનેજ કરવાથી નિરાશાને ઓછી કરી શકાય છે, અને કામ કરવાની વચ્ચે વિરામ લેવો આમ કરવા માટેની સૌથી સારી રીત છે કોઈ નાના કે લાંબા ગાળાના કામ પર જતી વખતે કામથી બહાર જવા માટે સમય ફાળવો. શક્ય છે કે તમે પોતાની ગતિવિધિઓ તેમને કરવાની રીતમાં સમાયોજન કરવા ચાહો. આમાં એ જવાબદારીઓમાં ઘટાડો કરવો

લચીલાપણું લાવવાની રીતો પૈકી એક આ સમજવું છે કે પરિવર્તન અને ઘટનાઓનું અપ્રત્યાશિત વળાંક સામાન્ય છે, એ તમારી કોઈ ભૂલ નથી, અથવા તમારી પાસે ક્ષમતાઓની કમી છે.

બહુ વધારે માનસિક તણાવની સાથે મોટા લક્ષ્ય રાખવાના બદલે વિશિષ્ટ, પ્રાપ્ત કરવા લાયક પ્રાસંગિક અને સમય-આધારિત લક્ષ્યોના નાના ભાગો નિર્ધારિત કરવાથી નિરાશામાંથી બહાર નીકળવાનો મોકો મળે છે. આથી સ્વયં માટે યથાર્થધાધી લક્ષ્ય નક્કી કરો.

જીવનમાં ધૈર્ય અને પ્રાર્થનાનો સાથ

“જીવનમાં લચીલાપણું અપનાવો. લચીલાપણું એક ટક્કર ઝીલ્યા પછી પાછા કે પરત કરવાની ક્ષમતા છે. આ આપણને તાણને વધુ સારી રીતે પ્રબંધિત કરવા અને તેના પર કાબૂ મેળવવામાં મદદરૂપ થાય છે. લચીલાપણું લાવવાની રીતો પૈકી એક આ સમજવું છે કે પરિવર્તન અને ઘટનાઓનું અપ્રત્યાશિત વળાંક સામાન્ય છે, એ તમારી કોઈ ભૂલ નથી, અથવા તમારી પાસે ક્ષમતાઓની કમી છે.”

ક્યારેય ન છોડો. જીવનમાં અજમાયશો આવે છે. એવી સ્થિતિમાં આપણે ધૈર્ય ગુમાવવો ન જોઈએ. આ અંગે કુર્આનથી વાતને સ્પષ્ટરૂપથી સમજી શકાય છે : અને અમે અવશ્ય તમને ભય અને ડર, ભૂખ અને પ્રાણ અને ધન-સંપત્તિના નુક્સાન અને આમદાનીઓની ખોટમાં નાખીને તમારી પરીક્ષા કરીશું. તેમને ખુશખબર આપી દો. આ સંજોગોમાં જે લોકો ધીરજ રાખે અને જ્યારે કોઈ મુસીબત આવી પડે તો કહે કે, ‘અમે અલ્લાહના જ છીએ અને અલ્લાહની જ તરફ અમારે પાછા ફરવાનું છે.’ તેમની ઉપર તેમના રબ તરફથી મોટી કૃપાઓ થશે, તેની દયા તેમની ઉપર છાંયડો કરશે, અને આવા જ લોકો સન્માર્ગે ચાલનારા છે. (સૂર: બકરહ, આયતો-૧૫૫, ૧૫૬, ૧૫૭)

ધૈર્ય અને નમાઝથી મદદ લો, નિ:શંક નમાઝ એક ખૂબ જ કઠિન કામ છે, પરંતુ તે આજ્ઞાકારી બંદાઓ માટે કઠિન નથી, જેઓ સમજે છે કે છેવટે તેમને પોતાના રબને મળવાનું છે અને તેની જ તરફ પાછા ફરીને જવાનું છે.” (સૂર: બકરહ, આયતો-૪૫, ૪૬)

ઉપરોક્ત આયતો મુખ્યરૂપે એ લોકો માટે છે જેઓ આશા ગુમાવી બેશે છે અને ઉદાસ થઈ જાય છે. ક્યારેક ક્યારેક આપણને એવું લાગે છે કે આપણી સમસ્યાઓ ક્યારેય સમાપ્ત જ નહીં થાય, અમને કોઈ આશા દેખાતી



જ નથી અને કોઈ ઉકેલ નથી મળી રહ્યો, આપણે આપણી નિરાશામાં સપડાયેલા છીએ. પ્રશ્ન આ છે કે એક સાચા આસ્તિક (ધાર્મિક)એ આ

સ્થિતિમાં શું કરવું જોઈએ ? ઈશ્વર આપણને આ આયતોના માધ્યમથી ઉત્તર આપે છે અને આપણને બતાવે છે કે આપણે કઠિન સમય વખતે કેવો વ્યવહાર કરવો જોઈએ.

ઈશ્વર કહે છે કે આપણે તેનાથી મદદ માગવી જોઈએ અને બે કામ કરવા જોઈએ. સૌ પ્રથમ ધૈર્ય રાખવો જરૂરી છે. આપણે ફરિયાદ ન કરવી જોઈએ, બલકે શાંત રહેવું જોઈએ, અને આશા રાખવી જોઈએ કે આ કઠિનાઈ દૂર થઈ કે મટી જશે. બીજું આ કે આપણે પ્રાર્થનાના માધ્યમથી તેનાથી સહાયતા માગવી જોઈએ. આ વસ્તુઓ આપણને જીવનમાં દુ:ખ અને મુશ્કેલ સમયમાંથી નીકળવામાં મદદરૂપ થશે. ●●●

અસલ સંદેશના જુના અને જાણીતા હાડવેદ™
ડૉ. ઇસ્માઇલભાઈ લાલા
 ડી.ઓ.એમ., એલ.ડી., એમ.ડી. (હર્સલ)

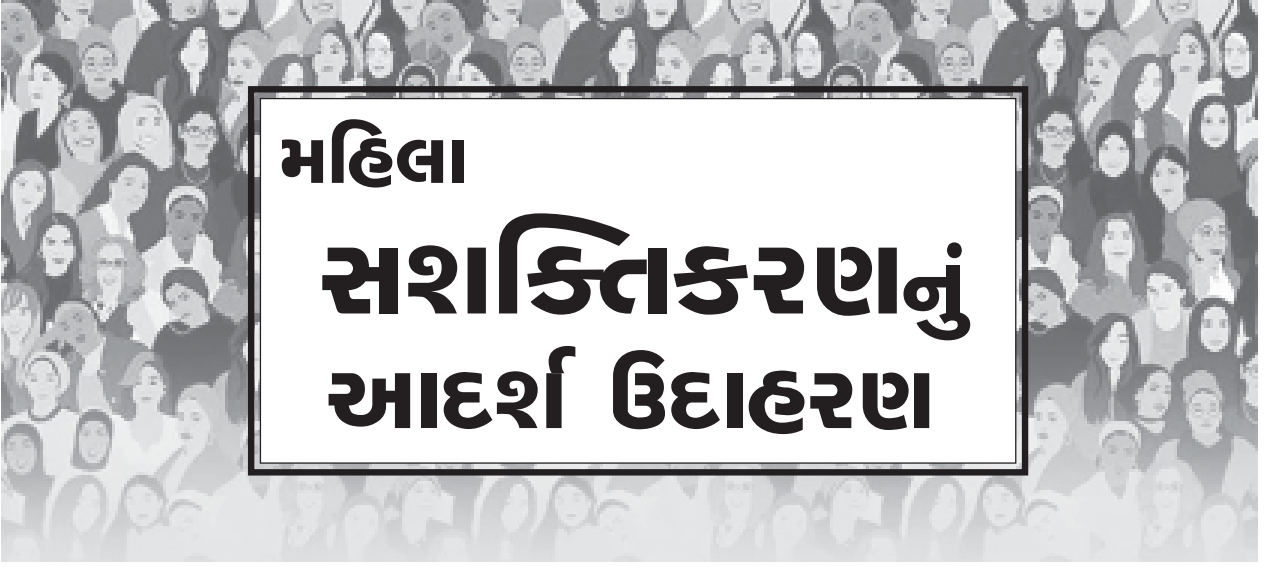
નસ તથા હાડકાના રોગોના નિષ્ણાંત, ઓપરેશન વગર સારવાર

M. 98241 82055, 97126 55055

ફેક્ટર, હાડકાઓનું ગંભીર રીતે ભાંગી જવું, હાડકાના ચૂરેચૂરા થઈ જવા, સાંધાઓનું ઉતરવું, હાડકાનો જૂનો દુ:ખાવો, સ્લીપ ડિસ્ક તથા ખોડ ખાંપણની ખાત્રીપૂર્વક ઉપચાર કરી આપીશું.

Choose with no Regrets

<p>અડાપ્લ ક્લિનિક : An ISI 9001 : 2015 Certified Clinic</p> <p>એલ-ટ, શાર્કુતલ કોમ્પ્લેક્સ, સંઘવી ટાવરની બાજુમાં, અડાજણ રોડ, સુરત - ૩૫૯૦૦૯ (ગુજરાત) ભારત. સમય : સવારે ૯.૦૦ થી ૧.૦૦ (રવિવારે રાહેતા મુજબ, શુક્રવારે બંધ)</p> <p>ફોન: ૦૨૬૧ - ૨૭૮૬૦૫૫</p> <p>એપોઇન્ટમેન્ટ લઈને આવવું.</p>	<p>સંદેશ ક્લિનિક:</p> <p>જી-૧, અમન એપાર્ટમેન્ટ, નાની પારસીવાડ, સંદેશ ગ્રામ, સુરત - ૩૯૫ ૦૦૫ (ગુજરાત) ભારત. સમય : સાંજે ૬.૦૦ થી ૮.૦૦ (રવિવારે ૪.૦૦ થી ૬.૦૦, ગુરૂવારે બંધ)</p> <p>ફોન: ૦૨૬૧ - ૨૭૭૬૦૫૫</p> <p>અહીં કોઈ શાખા નથી.</p>
---	---



મહિલા સશક્તિકરણનું આદર્શ ઉદાહરણ

ભારતમાં ઈ.સ. ૨૦૨૦ની તુલનામાં ઈ.સ. ૨૦૨૧માં મહિલાઓની વિરુદ્ધ અપરાધોમાં ૧૫.૩ ટકાનો વધારો નોંધવામાં આવ્યો. રાષ્ટ્રીય અપરાધ રેકોર્ડ બ્યૂરો (NCRB) દ્વારા બહાર પાડવામાં આવેલ આંકડાઓ મુજબ ઈ.સ. ૨૦૨૧માં મહિલાઓની વિરુદ્ધ અપરાધોની ૪,૨૮,૨૭૮ ફરિયાદો નોંધવામાં આવી. જ્યારે કે ઈ.સ. ૨૦૨૦માં ૩,૭૧,૫૦૩ ફરિયાદો નોંધાઈ હતી. રાષ્ટ્રીય અપરાધ રેકોર્ડ બ્યૂરોના અહેવાલથી આ પણ ઉજાગર થાય છે કે પ્રતિ ૧ લાખની વસ્તી પર મહિલાઓની વિરુદ્ધ અપરાધ ઈ.સ. ૨૦૨૦માં ૫૬.૫ ટકાથી વધીને ઈ.સ. ૨૦૨૧માં ૬૪.૫ ટકા થયા ગઈ છે. આમાં મોટાભાગની ફરિયાદ (૩૧.૮ ટકા) પતિ અથવા તેના સગાઓ દ્વારા કૂરતા આચરવામાં આવી છે. આના પછી ૨૦.૮ ટકા ફરિયાદો મહિલાઓની ગરિમા-ભંગના ઈરાદાથી તેમના પર આક્રમણ કરવાની કરાઈ છે. ૧૭.૬ ટકા ફરિયાદો અપહરણની અને ૭.૪ ટકા બળાત્કારની છે. આ ફક્ત એ આંકડાઓ છે જે ફરિયાદ દ્વારા નોંધવામાં આવ્યા છે. એવા તો અસંખ્ય અપરાધ અવાર-નવાર મહિલાઓની વિરુદ્ધ થાય છે જેમની

ફરિયાદ સુદ્ધાં નોંધવામાં નથી આવતી. આજે આપણે જોઈએ છીએ કે મહિલાઓ વિરુદ્ધ થનારા અપરાધોને અટકાવવાના હેતુથી સખતથી સખત કાયદાઓ બનાવવામાં આવી રહ્યા છે, મહિલાઓને સક્ષમ બનાવવા માટે કરોડો રૂપિયા ખર્ચવામાં આવી રહ્યા છે, સાક્ષરતાનું પ્રમાણ પણ વધતું જઈ રહ્યું છે, પરંતુ ઉપરોક્ત આંકડાઓ આ તમામ પાસાઓનો મજાક ઉડાવતા લાગે છે. અંતે શું કારણ છે કે આટલા સખત કાયદા અને પ્રયત્નો હોવા છતાં મહિલાઓ વિરુદ્ધ અપરાધો અટકવાનું નામ નથી લઈ રહ્યા. આનું મૂળ કારણ આ છે કે આપણે આ ભૂલવું ન જોઈએ કે કાયદા-કાનૂન અને સરકારો મનુષ્યના માત્ર બાહ્ય વર્તનને નિયંત્રિત કરે છે, જ્યારે કે મહિલાઓની વિરુદ્ધના અપરાધોને અટકાવવાના હેતુ માટે આંતરિક નિયંત્રણની વધારે આવશ્યકતા છે. જરૂરત એ શિક્ષણ અને વ્યવસ્થાની પણ છે, જે મહિલાઓને તેમના સાચા સ્થાન ઉપર રાખે છે. જે મહિલાઓ પ્રત્યે પુરુષના હૃદયમાં ઈશભય જન્માવે છે. આ જ શિક્ષણ અને વ્યવસ્થા ઈસ્લામ આપે છે. મહિલાઓ વિરુદ્ધના થતા અપરાધોને અટકાવવા માટેના સૌથી

વ્યવહારિક અને અસરકારક ઉપાય ઈસ્લામ ૧૪૫૦ જેટલા વર્ષો પહેલાં જ પ્રસ્તુત કરી ચૂક્યો છે, જેમાં મનુષ્ય પર બાહ્ય નિયંત્રણની સાથે સાથે આંતરિક નિયંત્રણની પણ ઉચિત વ્યવસ્થા કરવામાં આવી છે.

આજકાલ મોટા પ્રમાણમાં આપણે જોઈએ છીએ કે ઈસ્લામની વિરુદ્ધ દુષ્પ્રચાર, અધૂરી જાણકારી અને લોકોના મોઢે સાંભળેલી વાતો પર વિશ્વાસ કરવા જેવા વિ. કારણોના લીધે લોકોની ધારણા આ બની ગઈ છે કે ઈસ્લામમાં મહિલાઓને ઘણા શોષણ, દમન અને અત્યાચારનો સામનો કરવો પડે છે. પરંતુ શું ખરેખર આવું છે ? શું કરોડોની સંખ્યામાં મુસલમાનો આટલો અત્યાચારી જુલ્મી અને દમનકારી છે ? કે પછી આ ખોટી ધારણાઓને પક્ષપાતી મીડિયા, ઈસ્લામની વિરુદ્ધ દુષ્પ્રચાર અને અધૂરી જાણકારીએ જન્મ આપ્યો છે. ઈસ્લામના સંદર્ભમાં આ ગેરસમજ પોષવામાં અને ફેલાવવામાં આવે છે કે ઈસ્લામમાં સ્ત્રીને પુરુષથી નિમ્નસ્તરની સમજવામાં આવે છે, જ્યારે કે વાસ્તવિકતા આનાથી તદ્દન વિપરીત છે. જ્યારે આપણે નિષ્પક્ષ થઈને ઈસ્લામનું અધ્યયન કરીએ છીએ તો જોઈએ છીએ કે ઈસ્લામે સ્ત્રીને ૧૪૫૦

જેટલા વર્ષો પહેલાં એ સ્થાન અને અધિકારો આજે ૨૧મી સદીના કાનૂન નિર્માતા પણ નથી આવી શક્યા. ઈસ્લામ એક સાર્વત્રિક અને સર્વકાલીન ધર્મ છે અને આમાં સ્ત્રીઓને સમાનતાના જેટલા અધિકારો આપવામાં આવ્યા છે એટલા ક્યાંય પણ નથી. ઈસ્લામે મહિલાઓને તેમના પૂરેપૂરા જાઈઝ અધિકારો અને ન્યાય આપ્યો છે અને તેના નારિત્વની રક્ષા કરી છે. ઈસ્લામની નજરમાં માનવીય હેસિયતથી અધિકારો, કર્તવ્યો અને દાયિત્વોની બાબતમાં મહિલા પુરુષોની સમકક્ષ છે. ઈસ્લામમાં માનું સ્થાન તો આ બતાવવામાં આવ્યું છે કે તેના કદમોની નીચે સ્વર્ગ છે.

ઈ.સ. ૧૯૩૦માં ઐની બેસન્ટે કહ્યું હતું કે : બ્રિટેનમાં સંપત્તિમાં મહિલાના અધિકારોને ફક્ત ૨૦ વર્ષ પહેલાં જ માન્યતા આપવામાં આવી છે, જ્યારે કે ઈસ્લામમાં મહિલાઓને આ અધિકાર આપવામાં આવ્યો છે. આ કહેવું તદ્દન ખોટું છે કે ઈસ્લામ ઉપદેશ આપે છે કે મહિલાઓમાં કોઈ આત્મા નથી.” (જીવન અને મુહમ્મદ સ.અ.વ.નું શિક્ષણ, ઈ.સ. ૧૯૩૨)

ઘણી વખત ઈસ્લામ પર આ આરોપ મૂકવામાં આવે છે કે ઈસ્લામ એક એવો ધર્મ છે જે મહિલાને પુરુષ કરતાં ઓછા અધિકાર આપે છે. જ્યારે વાસ્તવિકતા આ છે કે ઈસ્લામ એક એવો ધર્મ છે જે સ્ત્રીને પુરુષ કરતાં વધારે અધિકાર આપે છે. આને ફક્ત બે ઉદાહરણોથી સમજી શકાય છે :

પ્રથમ આ કે ઈસ્લામે મહિલાઓને આજીવિકાની ચિંતાથી મુક્ત રાખેલ છે. આ તેના પતિની જવાબદારી છે કે એ તેના તમામ ખર્ચ પૂરા કરે. આજીવિકાની ચિંતાથી મોટો કોઈ સાંસારિક બોજ નથી, અને અલ્લાહે સ્ત્રીઓને આનાથી સંપૂર્ણપણે મુક્ત રાખી છે. લગ્નથી પહેલાં આ સ્ત્રીઓ-મહિલાઓના પિતાની જવાબદારી છે અને લગ્ન પછી પતિની બીજું ઉદાહરણ આ છે કે જો મહિલાનો કોઈ સંપત્તિમાં રોકાણ (Investment) અથવા હક્ક હોય અથવા તેની સંપત્તિ વિ. હોય તો ઈસ્લામ કહે છે કે આ ફક્ત મહિલાનો છે, તેના પતિનો આમાં કોઈ ભાગ નથી, જ્યારે કે પતિને ઈસ્લામ આદેશ આપે છે કે જે તમે કમાવ્યું અને બચાવી રાખ્યું છે એ ફક્ત તમારું નથી, બલકે તમારી પત્નીનો પણ આમાં હક્ક-અધિકાર છે. જો તમે તેનો એ હક્ક-અધિકાર અદા ન કર્યો તો તમારે અલ્લાહને આનો જવાબ આપવો પડશે.

ઈસ્લામે સ્ત્રીને એક એવા સમયે માનવીનો દરજ્જો આપ્યો જ્યારે જન્મતાની સાથે જ તેને જીવવાના અધિકાર જેવા મૌલિક અધિકારથી વંચિત કરી દેવામાં આવતી હતી. ઈસ્લામે સ્ત્રીને એ સમયે સમાનતાનો દરજ્જો આપ્યો જ્યારે સ્ત્રીઓનું અસ્તિત્વ ફક્ત દિલ બહેલાવવાની વસ્તુ માનવામાં આવતું હતું. ઈસ્લામે એ સમયે માના કદમોની નીચે જન્નત હોવાની ખુશખબર સંભળાવી જ્યારે સ્ત્રી હોવાને ગુનાહ-

પાપ સમજવામાં આવતું હતું અને ઈસ્લામે ૧૪૫૦ વર્ષો પહેલાં સ્ત્રીને એ સ્થાન અને અધિકાર આપ્યા છે જે ૨૧મી સદીના કાયદાના ઘડવૈયા પણ નથી આપી શક્યા.

ઈસ્લામે સ્ત્રીઓને સૌથી પહેલાં સંપત્તિનો અને સંપત્તિનો અધિકાર ૧૪૫૦ વર્ષ પહેલાં જ આપી દીધો હતો. ઈસ્લામે ૧૪૫૦ વર્ષ પહેલાં પુત્રીના રૂપમાં પિતાની સંપત્તિમાં અને પત્નીના રૂપમાં પતિની સંપત્તિમાં ભાગીદાર ઠેરવી.

ઈસ્લામે જ્યાં પુરુષને બૂરી મહિલાથી મુક્તિ મેળવવાના હેતુથી તલાકનો હક્ક આપ્યો છે, ત્યાં જ સ્ત્રીને પણ “ખુલ્અ”નો હક્ક આપ્યો છે, જેનો ઉપયોગ કરી મહિલા બૂરા જીવનસાથી પુરુષથી મુક્તિ મેળવવાનો પૂરો હક્ક ધરાવે છે.

પૈગમ્બર મુહમ્મદ સ.અ.વ.થી પહેલાં જુલ્મી પતિ કે બૂરી પત્નીથી મુક્તિ કેવી રીતે મળે તેનો કોઈ જવાબ કે નિયમ કોઈ પણ દર્શન-ફિલોસોફી પાસે ન હતો.

પુરુષોને વિધવા મહિલાઓને ઉચિત સન્માન આપીને તેમનાથી લગ્ન કરવા માટે ઈસ્લામ તથા પૈગમ્બર મુહમ્મદ સ.અ.વ.એ પ્રેરિત કર્યા છે. હઝરત મુહમ્મદ સ.અ.વ.એ વિધવા મહિલાઓથી સ્વયં નિકાહ કરી પોતાના અનુયાયીઓને બતાવ્યું કે જુઓ હું કરી રહ્યો છે, તમે પણ કરો. હું સન્માન અને હક્ક આપી રહ્યો છું, તમે પણ



આપો. મુસલમાનો માટે વિધવા અને તલાકશુદ્ધા મહિલાઓથી નિકાલ કરવા એ પૈગમ્બર સ.અ.વ.ની એક સુન્નત પૂરી કરવી છે, જે ખૂબ જ સવાબ (પુણ્ય)નું કામ છે. પૈગમ્બર મુહમ્મદ સ.અ.વ.ની તમામ પત્નીઓ અર્થાત્ ઉમ્મહાતુલ મો'મિનીન (ફક્ત એકને છોડીને) વિધવા કે તલાકશુદ્ધા હતી.

વરની પસંદગીની બાબતમાં ઈસ્લામે સ્ત્રીને આ અધિકાર આપ્યો છે કે એ કોઈને વિવાહ-પ્રસ્તાવને સ્વેચ્છાથી સ્વીકારે અથવા ઈન્કાર કરી શકે છે. ઈસ્લામી કાયદા-કાનૂન મુજબ કોઈ સ્ત્રીનો નિકાલ તેની સ્વીકૃતિ અને પરવાનગી વિના અથવા તેની મરજીની વિરુદ્ધ નથી કરી શકાતો.

કોઈ પુરુષ કેટલો સારો છે, એના મૂલ્યાંકનનું માપદંડ ઈસ્લામે તેની પત્નીને બનાવી દીધી છે. ઈસ્લામ કહે છે કે સારો પુરુષ એ છે જે પોતાની પત્ની માટે સારો છે. અર્થાત્ પુરુષના સારા હોવાનું માપદંડ તેની પત્ની છે.

ઈસ્લામને લઈને લોકોની આ ધારણા છે કે ઈસ્લામમાં નારીની ખૂબ જ ઉપેક્ષા છે. મુસલમાનો એકથી વધુ વિવાહ કરે છે, નારીને ભોગની વસ્તુ માત્ર સમજવામાં આવે છે. ઈસ્લામની ખોટી વ્યાખ્યા અને દુષ્પ્રચારના કારણે લોકોની આ ધારણા બની છે, પરંતુ ઈસ્લામે નારીને પુરુષ સમાન અધિકાર આપ્યા અને ખૂબ જ ઉચ્ચ સ્થાન આપ્યું. તેમને જીવનના દરેક ક્ષેત્રમાં મહત્વ આપ્યું છે. ઈસ્લામ સ્ત્રીને મા, પત્ની, પુત્રી, બહેન અને વિધવા દરેક રૂપમાં સન્માન આપે છે.

માના રૂપમાં

કુર્આનમાં સ્પષ્ટરૂપે કહેવામાં આવ્યું છે કે માના પ્રત્યે કૃતજ્ઞ હોવાનો અર્થ છે અલ્લાહ પ્રત્યે કૃતજ્ઞ હોવું. કુર્આનમાં સ્પષ્ટ લખ્યું છે કે : “અમે મનુષ્યને તેના મા-બાપના મામલામાં તાકીદ કરી છે. તેની માએ શિથિલ થઈને તેને પેટમાં રાખ્યો અને બે વર્ષ તેના દૂધ છૂટવામાં લાગ્યા. મારા (અર્થાત્ અલ્લાહ) પ્રત્યે કૃતજ્ઞ થા, અને

પોતાના મા-બાપ પ્રત્યે પણ, કેમકે અંતત: તમારે મારી તરફ જ આવવાનું છે.”

કુર્આનમાં આ પણ કહેવામાં આવ્યું છે કે : મા-બાપની સાથે સારો વ્યવહાર કરો. જો તેમાંથી કોઈ એક અથવા બન્નેય તમારી સામે ઘરડા થઈ જાય છે તો તેમને ‘ઉફ’ સુદ્ધાં ન કહો અને ન જ તેમને ધુન્કારો, બલ્કે તેમનાથી શિષ્ટતાપૂર્વક વાત કરો અને તેમની આગળ દયાળુતાથી, વિનમ્રતાની ભુજાઓ ફેલાવી રાખો અને કહો, મારા રબ ! જે રીતે તેમણે નાનપણમાં મારું પાલન-પોષણ કે ઉછેર કર્યો છે, તું પણ તેમના પર દયા કર.”

પત્નીના રૂપમાં

કુર્આનમાં ઈશ્વરનો આદેશ છે કે પુરુષે પોતાની પત્ની સાથે ભલો વ્યવહાર કરવો જોઈએ. પત્નીમાં કોઈ એક બૂરી ટેવના લીધે પતિએ તેને બૂરી સમજવી ન જોઈએ. કેમકે બની શકે છે (શક્ય છે) કે તેનામાં કેટલીય સારી ટેવો પણ હોય.

દીકરીના રૂપમાં

પૈગમ્બર મુહમ્મદ સ.અ.વ. સાહેબે ફરમાવ્યું છે કે : જેણે બે દીકરીઓનું સારી રીતે પાલન-પોષણ કે ઉછેર કર્યો અને તેમનો સારી જગ્યાએ નિકાલ કરાવી દીધો, તો એ માનવી કયામતના દિવસે અમારી સાથે હશે. જેણે દીકરીઓના ઉછેર/પરવરિશ દરમ્યાન કષ્ટ ઉઠાવ્યો અને એ તેમની સાથે સારો વ્યવહાર કરતો રહ્યો

તો આ તેના માટે નર્કના દ્વાર બંધ કરી દેશે.

બહેનના રૂપમાં

પૈગમ્બર મુહમ્મદ સ.અ.વ. સાહેબે ફરમાવ્યું છે કે જો કોઈને ત્યાં ત્રણ દીકરીઓ અથવા ત્રણ બહેનો છે અને એ તેમની સાથે સારો વ્યવહાર કરે છે તો તેને સ્વર્ગ મળશે.

વિધવાના રૂપમાં

ઈસ્લામમાં વિધવાની ભાવનાઓનો માત્ર ઘણો ખ્યાલ રાખવામાં આવ્યો છે એટલું જ નહીં બલ્કે તેમની દેખભાળ અને તેમના પર ખર્ચ કરવાને ખૂબ જ પુણ્યનું કાર્ય બતાવવામાં આવ્યું છે. પૈગમ્બર મુહમ્મદ સ.અ.વ.એ ફરમાવ્યું છે કે : વિધવાઓ અને નિર્ધનોની દેખરખ કરનાર એવો છે જાણે કે એ હંમેશાં દિવસમાં રોઝો રાખી રહ્યો હોય અને રાતભર ઈબાદત કરી રહ્યો છે.”

કોઈ પણ કાયદો ન તો માત્ર પુરુષોના હિતમાં હોવો જોઈએ અને ન તો માત્ર મહિલાઓના હિતમાં, બલ્કે ન્યાય પર આધારિત હોવો જોઈએ, અને આ જ વાત ઈસ્લામમાં વિવિધ જગ્યાએ જોવા મળે છે. આજે આવશ્યકતા આ વાતની છે કે આપણે ઈસ્લામના આ શિક્ષણને વ્યવહારિક રૂપથી જીવનમાં ઉતારીએ કે જેથી એ આપણા માટે લાભદાયક સિદ્ધ થાય અને બીજા લોકો માટે ઉદાહરણ. ●●●

Eye Guard Opticals

Irfan Saiyad

Mo. : 98252 84358



We make spectacles as per Dr. Prescription. Fitting of spectacles will be done on Japan Automatic Machine

S-B-3, Sunrise Point, Hanuman Gali, Opp. Kumar Sala No. 1, Raopura, Vadodara

મહાન રાજકીય વિચારક અલ- ફારાબી



અબૂ નસ્ર અલ-ફારાબી (કેટલાક સ્ત્રોતોમાં મુહમ્મદ ઈબ્ન મુહમ્મદ ઈબ્ન તારખાન ઈબ્ન ઉજાલાઘ અલ ફારાબીના રૂપમાં ઓળખવામાં આવે છે.), જેમને પશ્ચિમી-જગતમાં અલ-ફારાબિયસના નામથી પણ ઓળખવામાં આવે છે. અલ ફારાબી એક ઈસ્લામી દાર્શનિક અને વૈજ્ઞાનિક હતા. તેઓ પ્રથમ ઈસ્લામી દાર્શનિક હતા જેમણે દર્શન અને ધર્મની વચ્ચે અંતર કર્યો અને સત્યના સ્ત્રોતના રૂપમાં રહસ્યોદ્ઘાટન પર તર્કને પ્રાથમિકતા આપી. અલ ફારાબીનું માનવું હતું કે દાર્શનિક સ્વભાવિક રીતે રાજકીય શક્તિ ઈચ્છે છે.

તેમણે ફકત અરસ્તૂ (Aristotal) અને પ્લેટો (Plato)ના વિચારોને મધ્ય એશિયા સુધી ફેલાવ્યા એટલું જ નહીં, બલ્કે યુનાની દર્શનશાસ્ત્રને સંરક્ષિત અને

વિકસિત પણ કર્યા. તેમણે દર્શન, ગણિત, સંગીત અને આધ્યાત્મ વિજ્ઞાન માટે મહત્વપૂર્ણ યોગદાન આપ્યો. તેમણે રાજકીય દર્શનશાસ્ત્રમાં શ્રેષ્ઠ કાર્યો કર્યા. રાજકીય દર્શન ઉપર તેમનું સૌથી મહત્વપૂર્ણ પુસ્તક “આરા અહ્લ અલ મદીના અલ ફદિલા” (The People’s View of the Virtual City) છે. આ પુસ્તકમાં અલ-ફારાબીની ન્યાય પર આધારિત એક વ્યવસ્થાની વ્યાખ્યા છે. સાર-અસ્તિત્વની તેમની અવધારણા ઈબ્ને સીનાની તત્ત્વમીમાંસાનો આધાર બની, જેણે પાછળ થોમસ એક્વિનાસના ખ્રિસ્તી ધર્મશાસ્ત્રને પ્રભાવિત કર્યો.

અલ ફારાબી અને ધર્મની વચ્ચે અંતર કરનારા પ્રથમ ઈસ્લામી દાર્શનિક હતા. આ દાવો કરતાં કે બૌદ્ધિક ધારણા પર આધારિત તર્ક, રહસ્યોદ્ઘાટન અને

કલ્પના કરતાં વધુ સારો હતો. તેમણે રાજકારણ અને સમાજશાસ્ત્ર જેવા જીવનના વ્યવહારિક પાસાઓમાં સત્ય અને માર્ગદર્શનના સ્ત્રોતના રૂપમાં દર્શનને પ્રાથમિકતા આપી. તેમણે ધર્મને સત્યના પ્રતીકાત્મક પ્રતિપાદનના રૂપમાં જોયો અને કુર્આનના શિક્ષણને દાર્શનિક સત્યની સાથે સમેટવાનું લક્ષ્ય રાખ્યું.

અલ ફારાબીને આરબ-જગતમાં “બીજો શિક્ષક” (અલ મુઅલ્લિમુલ સાની)ના રૂપમાં ઓળખવામાં આવતો હતો. અરસ્તુ (Aristotal) પર તેમની વિસ્તૃત ટિપ્પણીઓ અને તર્કશાસ્ત્રમાં તેમના કાર્યના લીધે અરસ્તુ “પ્રથમ શિક્ષક” હતા. તેમણે તર્કને બે અલગ અલગ સમૂહોમાં વર્ગીકૃત કર્યો: ‘વિચાર’ (તખૈય્યુલ) અને ‘પ્રમાણ’ (સબૂત).

અલ ફારાબીનો જન્મ ઈ.સ. ૮૭૦માં થયો હતો. તેમના જાતીય મૂળના અલગ અલગ ઐતિહાસિક વિવરણ છે. તેમના વિષે સૌ પ્રથમ જ્ઞાત દસ્તાવેજ અલ ફારાબીના મૃત્યુના લગભગ ૩૦૦ વર્ષ પછી લખવામાં આવ્યા હતા. તેમને વારસા અંગે સૌથી જૂના જ્ઞાન દસ્તાવેજોથી જણાય છે કે અલ ફારાબીના પિતા ફારસી વંશના હતા.

આ નિશ્ચિતરૂપથી જ્ઞાન છે કે ફારાબી ઉચ્ચ અભ્યાસ માટે ઈ.સ. ૯૦૧માં બગદાદ પહોંચ્યા. તેમણે કેટલીય ભાષાઓ અને જ્ઞાનના ક્ષેત્રોમાં નિપુણતા પ્રાપ્ત કરી. અલ ફારાબી છ (૬)



અબ્બાસી ખલીફાઓના શાસનકાળ દરમ્યાન જીવિત રહ્યા. તેમણે મિસ્લ (ઈજિપ્ત), દમિસ્ક (દમાસ્કસ), હારાન તથા એલોપ્યો (હલબ)નો પ્રવાસ ખેડ્યો, પરંતુ હંમેશાં બગદાદ પાછા ફર્યા. તેમનું મૃત્યુ લગભગ ઈ.સ. ૯૫૦માં થયું.

અલ ફારાબી વિષે કેટલીય દંતકથાઓ પણ પ્રચલિત છે, જેમાં આ પણ સામેલ છે કે તેઓ સિત્તેર ભાષાઓના વિશેષજ્ઞ હતા, અને તેઓ એક કીમિયાગર (રસાયણશાસ્ત્રી) હતા, જેમણે પોતાનું જીવન ચિર જીવન સોનું બનાવવાની ફોર્મ્યુલાની શોધમાં વિતાવ્યું.

અલ ફારાબીએ જ્ઞાનમીમાંસાના જટિલ સિદ્ધાંતોમાં એરિસ્ટોટેલિયન અને નેપોલાટોનિક બન્ને તત્ત્વોને સામેલ કર્યા. તેમના મેગેઝીન “ફી એસ અકલ” ને બુદ્ધિ (એ.ક્યુ. એલ)ને ૬ મુખ્ય શ્રેણીઓમાં વર્ગીકૃત કર્યો: વિવેક, સામાન્ય જ્ઞાન, કે જે સ્પષ્ટને ઓળખે છે, પ્રાકૃતિક ધારણા કે જે મૌલિક સત્યો વિષે નિશ્ચિતતાની અનુમતિ આપે છે, વિવેક કે જે સારા અને ખરાબમાં અંતર કે ભેદ કરે છે અને જીવનના અનુભવથી પ્રાપ્ત થાય છે, બુદ્ધિ અને દિવ્ય કારણ, બધા જ બૌદ્ધિક ઊર્જા અને શક્તિના સ્ત્રોત. તેમણે પાંચમી શ્રેણી બુદ્ધિને ૪ પ્રકારોમાં વિભાજિત કરી, સંભવિત

બુદ્ધિ (અફલ બિન કુલ્વહ) વાસ્તવિક બુદ્ધિ (અફલ બિન ફિલ), અર્જિકત બુદ્ધિ (અફલ મુસ્તફદ) અને સક્રિય બુદ્ધિ (અફલ અલ ફા અલ).

કિતાબ ‘અહસા અલ ઉલૂમ’ એ તમામ વસ્તુઓનો એક વિશ્વકોશીય સર્વેક્ષણ હતું જેના વિષે અલ ફારાબીનું માનવું હતું કે આમાં ધાર્મિક અને દાર્શનિક બન્ને પ્રકારનું જ્ઞાન સામેલ હોઈ શકે છે. પુસ્તકમાં પાંચ અલગ અલગ ‘વિજ્ઞાન’ પર અધ્યાય છે. ભાષા, તર્ક, ગણિત (અંકગણિત, ભૂમિતિ, પ્રકાશિકી, ખગોળ વિજ્ઞાન, સંગીત, વજન અને યાંત્રિકી), ભૌતિકી અને તત્ત્વમીમાંસા અને રાજનીતિ વિજ્ઞાન

(ન્યાયશાસ્ત્ર અને શૈક્ષિક ધર્મશાસ્ત્રનું વિજ્ઞાન.)

અલ ફારાબીનું માનવું હતું કે શ્રેષ્ઠ પ્રાકૃતિક કામતા અને અર્જિત સદ્ગુણોવાળા લોકોને સૌદ્ધાંતિક વિજ્ઞાનનું શિક્ષણ અને સારી ટેવોના નિર્માણના માધ્યમથી ચરિત્રના વિકાસના માધ્યમથી સ્વયંને પરિપૂર્ણ કરવો જોઈએ. દરેક અવસરે આ શક્ય નથી કે મનુષ્ય પાસે મહાન શક્તિની સાથે કળા, નૈતિક ગુણ અને વિચારશીલ ગુણ હશે. એક આદર્શ રાજ્ય પ્રાપ્ત કરવો અશક્ય છે, પરંતુ આને પૂરો કરવા માટે પ્રયાસ કરવો જોઈએ.

અલ ફારાબીએ ગણિત, દર્શન, ચિકિત્સા અને સંગીતના ક્ષેત્રે ઉલ્લેખનીય ફાળો આપ્યો. જો કે તેમના કેટલા પુસ્તકો ખોવાઈ ગયા છે, પરંતુ ૧૧૭ મૌજૂદ છે, જેમાં તર્ક ઉપર ૪૩, તત્ત્વમીમાંસા ઉપર ૧૧, નૈતિકતા ઉપર ૭, રાજનીતિ વિજ્ઞાન વિષે ૭, ૧૧ ટિપ્પણીઓ અને સંગીત, ચિકિત્સા અને સમાજશાસ્ત્ર ઉપર ૧૭ સામેલ છે. તેમના સૌથી પ્રસિદ્ધ કાર્ય અલ મદીના અલ ફદીલા (ધી વર્ચ્યુઅલ સીટી), સમાજશાસ્ત્ર અને રાજકીય વિજ્ઞાન ઉપર એક ગ્રંથ, અત્યાધિક મૌલિક હતો. કિતાબ “અલ ઈહસા અલ ઉલૂમ” એ વિજ્ઞાનના મૌલિક સિદ્ધાંતોને વિસ્તૃત કર્યા અને વર્ગીકરણની એક પ્રણાલીનો સુઝાવ આપ્યો. તેમણે સંગીત ઉપર એક ઉલ્લેખનીય પુસ્તક “કિતાબ અલ મુસિકા” (ધી બુક ઓફ મ્યુઝિક) પણ લખ્યું. અલ ફારાબીને ભૌતિકીમાં શૂન્યના અસ્તિત્વના પ્રદર્શન માટે પણ ઓળખવામાં આવે છે. અલ ફારાબીની કેટલીક કૃતિઓનો લેટિન અને હિબ્રુમાં અનુવાદ કરવામાં આવ્યો હતો. ●●●

જીવન શૈલીમાં કરો સુધારા

આ રીતે કરો

ડાયાબિટીસ

ઉપર વાર



આજના સમયમાં તો ડાયાબિટીસ (મધુમેહ) હોવું ખૂબ જ સામાન્ય વાત છે. ડાયાબિટીસમાં લાંબા સમય સુધી લોહીમાં શર્કરાનું સ્તર વધારે રહે છે. લોહીમાં શર્કરાનું સ્તર ઊંચું રહેવાના લીધે વારંવાર પેશાબ આવવા, તરસ લાગવા અને ભૂખમાં વૃદ્ધિ થવાની સમસ્યા થવા લાગે છે. ડાયાબિટીસના લીધે વ્યક્તિનું અગન્યાશય (Pancreas) પૂરતા પ્રમાણમાં ઇન્સ્યુલિનનું ઉત્પાદન નથી કરી શકતું. જો આ સ્થિતિ લાંબા સમય સુધી રહે તો રોગીને અનેક પ્રકારના રોગો થવાની સંભાવનાઓ રહે છે.

ડાયાબિટીસ એક એવો રોગ છે જેમાં સમયસર ઈલાજ કરવામાં ન આવે, તો વ્યક્તિને સ્વાસ્થ્ય સંબંધિત ઘણી બધી સમસ્યાઓનો સામનો કરવો પડી શકે છે. અગાઉ આને વૃદ્ધોની બીમારી માનવામાં આવતી હતી, પરંતુ આજકાલ આ રોગ યુવાનો અને બાળકોને પણ પ્રભાવિત કરી રહ્યો છે. આને 'સાઈલેન્ટ કિલર' પણ કહેવામાં આવે છે, કેમકે આના લક્ષણોને

સહેલાઈથી ઓળખી નથી શકાતા.

ચારગણા વધ્યા ડાયાબિટીસ રોગી વિશ્વ સ્વાસ્થ્ય સંગઠન (WHO)ના એક અહેવાલ મુજબ વર્તમાનમાં સમગ્ર વિશ્વમાં ૪૨.૨ કરોડ લોકો મધુમેહ (ડાયાબિટીસ)ના ભોગ બનેલા છે. આમની સંખ્યામાં પાછલા ૪૦ વર્ષોમાં ચાર ગણો વધારો ફક્ત ઈ.સ ૨૦૧૬માં લગભગ ૧૬ લાખ લોકોના મૃત્યુ મધુમેહ (ડાયાબિટીસ)ના લીધે થયા હતા.

નેશનલ લાયબ્રેરી ઓફ મેડિસિનના અહેવાલ અનુસાર, ૨૦ થી ૭૯ વર્ષીય લોકોના થતા મૃત્યુ પૈકી દર ૯માંથી એક મૃત્યુમાં મધુમેહ (ડાયાબિટીસ)નું યોગદાન હોય છે. આનાથી બચવા માટે સ્વસ્થ જીવનશૈલીને અપનાવવી મહત્વપૂર્ણ છે. આ યોગ્ય આહાર, નિયમિત વ્યાયામ અને તણાવને ઘટાડવાના માધ્યમથી શક્ય છે કે તમે ડાયાબિટીસથી બચી શકો છો. જો તમને લાગે છે કે તમે આ રોગના ભોગ બની શકો છો તો તુરત જ ડોક્ટરની સલાહ લેવી જોઈએ કે જેથી યોગ્ય ઉપચાર શરૂ

કરી શકાય.

એક અધ્યયન અનુસાર ૨૦ થી ૭૯ વર્ષની વયની વયના લોકો ઝડપથી ડાયાબિટીસના ભોગ બની રહ્યા છે. એક અહેવાલ જણાવે છે કે વર્ષ ૨૦૨૧માં સમગ્ર વિશ્વમાં ૫૩૭ મીલિયન લોકો આ બીમારીથી પ્રભાવિત હતા અને આ આંકડા ઈ.સ. ૨૦૩૦ સુધી ૬૪૩ મીલિયન સુધી વધી શકે છે. સાથે જ ઈ.સ. ૨૦૪૫ સુધી આ આંકડા ૭૮૩ મીલિયન સુધી પહોંચી જાય એવા અનુમાન વ્યક્ત કરી રહ્યો છે. એક અન્ય અહેવાલ મુજબ ઈ.સ. ૨૦૧૯માં ડાયાબિટીસના લીધે ૧.૫ મીલિયન મૃત્યુના બનાવોમાં ૭૦ વર્ષ ઓછી વયના લોકોનો આંકડો ૪૮ ટકા હતો. આનાથી આ વાત પુરવાર થઈ જાય છે કે ડાયાબિટીસનો રોગ નવા યુગના લોકોને ખૂબ જ ઝડપથી પોતાની લપેટ-સકંજામાં લઈ રહ્યો છે, જે આવનારા દિવસોમાં મોટો ખતરો છે.

ટાઈપ-૧ અને ટાઈપ-૨ ડાયાબિટીસમાં અંતર

ટાઈપ-૧ ડાયાબિટીસનો રોગ ત્યારે જન્મ લે છે કે જ્યારે શરીરમાં ઈન્સ્યુલિનનું ઉત્પાદન બંધ થઈ જાય છે. આ સામાન્ય રીતે માતા-પિતાથી વારસાગત પણ મળે છે. જો તેમનામાંથી કોઈ એકને પણ ટાઈપ-૧ ડાયાબિટીસ હોય તો.. આ ઉપરાંત તમારા આહાર તથા જીવનશૈલી પણ આને પ્રભાવિત કરી શકે છે. વિશ્વ સ્વાસ્થ્ય સંગઠન મુજબ ઈ.સ. ૨૦૧૭માં ટાઈપ-૧ ડાયાબિટીસવાળા દર્દીઓની સંખ્યા ૯ કરોડથી વધારે હતી, અને આમાં મોટાભાગના લોકો એ દેશોમાં રહેતા હતા જેમની આર્થિક સ્થિતિ વધુ સારી કે બહેતર હતી. ટાઈપ-૨ ડાયાબિટીસના લક્ષણો ઝડપથી જોઈ શકાય છે અને આનો ઉપચાર ઈન્સ્યુલિનની સાથે કરી શકાય છે.

આ ઉપરાંત ટાઈપ-૨ ડાયાબિટીસમાં ઈન્સ્યુલિનનો ઉપયોગ યોગ્ય રીતે નથી થતો અને લક્ષણ હળવા થઈ શકે છે, જે એક સમય પહેલાં જણાતા નથી. આ રોગી શરીરના ઈન્સ્યુલિનનો યોગ્ય રીતે ઉપચાર કરીને અટકાવી શકાય છે અને મોટાભાગે વ્યસ્ક લોકોમાં થાય છે.

પરંતુ આજકાલ આ રોગ બાળકોમાં પણ જોવા મળી રહ્યો છે. ટાઈપ-૨ ડાયાબિટીસ લક્ષણ તરસ, ભૂખ, થાક, વજનનું વધવું કે ઘટવું સામેલ હોઈ શકે છે. આને પ્રબંધિત કરવા માટે ઉચિત આહાર, વ્યાયામ-કસરત અને દવાઓનું યોગ્ય આયોજન કરવું આવશ્યક હોય છે.

બચાવ માટે શું કરવું?

ડાયાબિટીસથી બચવા માટે સૌથી મહત્વપૂર્ણ છે કે તમે તમારી જીવનશૈલીમાં સુધારો કરો. યોગ્ય સમયે જમવાનું રાખો, પૂરી ને સારી રીતે ઊંઘો અને નિયમિત રીતે શારીરિક વ્યાયામ-કસરત કરો. માદક પદાર્થોથી પણ દૂર રહો. ●●●

YUVA SAATHI



તબીબી માર્ગદર્શન કેન્દ્ર

Health & Hygiene Society Medical Guidance Centre
CONNECTING FOR CARE (M.G.C.)
Trust Reg. No. F/17280/Ahd.

ઉદ્દેશ્ય : ગુજરાત અને અન્ય રાજ્યોના જરૂરિયાતમંદ દર્દીઓને સંપૂર્ણ તબીબી માર્ગદર્શન અને સારવારની સુવિધા આપવા

સરકારી, અર્ધસરકારી, ટ્રસ્ટ તેમજ ખાનગી હોસ્પિટલમાં દરેક પ્રકારની સારવાર માટે માર્ગદર્શન આપતી એકમાત્ર સંસ્થા

સયોદ દિશા સૂચન તેમજ યોગ્ય સારવારની માહિતીનું સંપૂર્ણ માર્ગદર્શન આપવામાં આવશે.

- ◆ એન્જીયોગ્રાફી/એન્જીયોપ્લાસ્ટી
- ◆ હૃદયના વાલ્વની સર્જરી/બાયપાસ સર્જરી
- ◆ કિડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટ
- ◆ વેસ્ક્યુલર સર્જરી
- ◆ ડાયાલિસિસ
- ◆ ખોઈન્ટ રિપ્લેસમેન્ટ
- ◆ મગજની ગાંઠની સર્જરી/હેમરેજ સર્જરી
- ◆ દરેક સ્પેશ્યાલીટી અને સુપર સ્પેશ્યાલીટીની ટ્રીટમેન્ટમાં માર્ગદર્શક
- ◆ સ્પાઈન સર્જરી
- ◆ બાળ રોગ અને કિટીકલ કેરમાં માર્ગદર્શક (I.C.U./N.I.C.U) વગેરે...
- ◆ કેન્સર સર્જરી
- ◆ કીમો થેરાપી/રેડિયો થેરાપી
- ◆ લેબોરેટરી અને ઈમેજીંગ સર્વિસીસ
- ◆ કિડની અને પિતાશયની પથરી

શહેરના તથા આસપાસના લોકો અમદાવાદમાં આવે છે ત્યારે જે તે રોગની સારવાર માટે ક્યાં જવું તેની પૂરતી માહિતી હોતી નથી. ખાસ કરીને સ્પેશિયાલિસ્ટ ડોક્ટરો તથા હોસ્પિટલ ની અપૂરતી માહિતીને લીધે ખોટી જગ્યાએ જઈ સમય અને પૈસા બગાડે છે. આ પરિસ્થિતિને નિવારવા શાહીન હેલ્થ એન્ડ હાઈજીન સોસાયટીનું એક નવું સાહસ એટલે મેડિકલ ગાઈડન્સ સેન્ટર શરૂ કરી રહી છે, જેમાં અમદાવાદ શહેરના નિષ્ણાત ડોક્ટરો દ્વારા શ્રેષ્ઠ અને સમયસર ઉપચારનું માર્ગદર્શન દર્દી અને તેના સગાને મળી રહેશે.

બી-૪, કરીશમા કોમ્પ્લેક્સ, સારણી સોસાયટી, ૧૩૨ ફુટ રીંગ રોડ, જુહાપુરા, અહમદઆબાદ-૫૫

**Saiyed Mohammed Hasnain
PRO & EXECUTIVE
M : 9714531345 shhs.guj@gmail.com**





**Dr. Saba Baloch
B.D.S.
(Dental Surgeon)**

Dr. Saba Dental Clinic

Multi Speciality Family Dental Care

:: Our Specialties ::

Dental Implants Surgery | Cosmetic Dentistry | Tooth Reshaping & Contouring | Cosmetic Gum Surgery | Veneers | Single sitting root canal | Tooth Whitening Treatment | Dental Crown and Bridge | Prosthesis | Tooth Cleaning | Tooth Jewellery | Inlays and Onlays | Extractions | Tooth Coloured Restoration

:: Facilities ::

Equipped with latest equipment | Digital X Ray | Endosonic Apex Locator | Wave one rotary system | Imported Dental Chair

Timings : Morning 10:30am-2pm | Evening 4pm-8pm
Available on Emergency Trauma Cases +91 99983 60503

Al-Arsh I, Nr. Bank of India, Gulzar Park, Sarkhej Road, Ahmedabad - 55
Email: drsabadentalclinic@gmail.com | Website: www.sabadentalclinic.com



સફળતા માટે કેરિયર પ્લાનિંગ

કેરિયરને સફળ બનાવવા માટે દરેક વ્યક્તિ પ્રયાસ કરે છે. આના માટે લોકો દેશ-વિદેશની સારી કોલેજ-યુનિવર્સિટીઓથી શિક્ષણ મેળવવા માટે લાખો રૂપિયા ખર્ચ કરે છે, પરંતુ એ પછી પણ તેઓ પોતાના લક્ષ્યને એચિવ નથી કરી શકતા. એવા લોકોની કમી નથી હોતી જેઓ પૂરી મહેનત સાથે પ્રયાસ કર્યા પછી પણ સફળતા મેળવી નથી શકતા. આનું સૌથી મોટું કારણ કેરિયરનું સારી રીતે પ્લાનિંગ ન કરવું હોય છે. આવા લોકોથી સફળતા મોટા ભાગે દૂર રહે છે. વાસ્તવમાં જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ પોતાનું કેરિયર શરૂ કરે છે તો સ્વયં પોતાની આવશ્યકતાઓ, ક્ષમતાઓ અને રુચિના આધારે જોબ હાસલ કરી આગળ વધવાનો પ્રયાસ કરે છે. કોઈ પણ કંપનીમાં કેરિયર પથ વ્યક્તિના હિસાબથી ડિઝાઇન નથી થતું બલકે વ્યક્તિને પોસ્ટ-હોદ્દાના આધારે કાર્ય કરવું પડે છે. સમસ્યા અહીંથી જ શરૂ થાય છે.

YUVA SAATHI

આથી કેરિયર પ્લાન કરીને આગળ વધવું ખૂબ જ જરૂરી છે. કેરિયર પ્લાનિંગ એક એવી વ્યવસ્થિત પ્રક્રિયા છે કે જેના દ્વારા કોઈ વ્યક્તિ પોતાના કેરિયર ગોલ માટે માર્ગ બનાવે છે.

શું છે કેરિયર પ્લાનિંગ?

એજ્યુકેશન પછી લોકો પોતાનું કેરિયર કોઈ સંગઠન, કંપની તથા પોતાના દ્વારા પસંદ કરેલ કોઈ ખાસ ફિલ્ડમાં બનાવે છે. કોઈ સંગઠનમાં કેરિયર પ્લાનિંગ પર્સનલ એડમિનિસ્ટ્રેશનનો આ ભાગ છે, જેનો ઉદ્દેશ્ય એવા માર્ગો વિકસિત કરવા છે, જ્યાં કર્મચારી સમયની સાથે સંગઠનમાં આગળ વધી શકે. કોઈ પણ કંપનીમાં કેરિયર પથ પ્રત્યેક વ્યક્તિ માટે ડિઝાઇન કરવામાં નથી આવતું, બલકે જોબ કરનારી વ્યક્તિઓએ પોતાની પાસે પોતાની આવશ્યકતાઓ, ક્ષમતા અને રુચિ વિ..ના આધાર ઉપર પોતાનો માર્ગ બનાવવો પડે છે. પાછલા

બે વર્ષોમાં જોબ માર્કેટમાં ઘણાં મોટા ફેરફાર થયા છે. તમે કહી શકો છો કે આમાં લોકોનું કેરિયર ગ્રાફ કોસ્ટરની જેમ રહ્યો છે.

જોબ સિક્યોરિટી, દર વર્ષે પ્રોમોશન અને પગાર વધારો હવે જૂની વાતો થઈ ચૂકી છે. ઇકોનોમીની કમજોરીના યુગમાં જોબ માર્કેટમાં પણ અનિશ્ચિતતા એક અપરિહાર્ય સ્થિતિ થઈ ચૂકી છે. આથી કેરિયરની એક બહેતર પ્લાનિંગ ખૂબ જ જરૂરી છે. અહીં અમે કેટલીક એવી માહિતી આપી રહ્યા છીએ, જેમની મદદથી તમે પોતાના કેરિયરને પ્લાન કરી શકો છો.

પહેલાં પોતાને સમજો

કેરિયર પ્લાનિંગ કરતા પહેલાં સ્વયંને સમજવો ખૂબ જ જરૂરી છે. આથી પોતાના માટે થોડોક સમય ફાળવો અને એ બધા જ કાર્યોની સૂચિ બનાવો જે તમે કરવા ચાહો છો, પછી એ વસ્તુઓની સૂચિ બનાવો જેને તમે કરવા નથી ઇચ્છતા. આ રીતે તમે પોતે



સંપર્કમાં રહેશો તો જે પદ કે હોદ્દા પર પહોંચવાનો તમારો લક્ષ્ય છે, તો સૌથી બહેતર આ છે કે તેનાથી જ ટ્રેનિંગ લો. તેની વય, અનુભવ વિ. થી પ્રભાવિત ન થાવ અને જેનાથી શીખવાની તક મળે તેનાથી કંઈ ને કંઈ જરૂર શીખો. નવી ટેકનિક શીખવા માટે તમારી ટીમનો સૌથી નાનો સભ્ય પણ સૌથી સારો ટીચર હોઈ શકે છે. જો તમારી કંપની મોનિટરિંગ મેળવવાની તકો આપી રહી છે તો એ સૌથી સારો વિકલ્પ રહેશે.

લોકોથી કનેક્શન બનાવવાનું શીખો
તમારો જોબ સેક્ટર ગમે તે હોય, લોકો સાથે કનેક્શન/ સંપર્ક મહત્વપૂર્ણ હોય છે. આથી પોતાના કનેક્શનને મજબૂત કરતા રહો. પોતાનું સોશ્યલ સર્કલ વધારો અને એવા લોકોથી સંપર્ક કરો, જેઓ કેરિયરમાં આગળ વધવામાં તમારી મદદ કરી શકે. સાથે જ પોતાની શાળા-કોલેજનો પુરાણો નેટવર્ક પણ દુરસ્ત રાખો. શીખબર ક્યારે કોણ કામ આવી જાય.

એક્શન પ્લાન અવશ્ય બનાવો
કેરિયરને ગ્રોથ આપવા માટે એક એક્શન પ્લાન અવશ્ય બનાવો. પ્લાન બનાવતી વખતે પોતાના એજ્યુકેશન, ક્ષમતા તથા કેરિયર ગ્રોથનું સારી રીતે આકલન કરી લો. પોતાની આશાઓનું હંમેશાં ઊંચા રાખો, પરંતુ તેને વ્યવહારિક બનાવવાનો પ્રયાસ પણ કરો. આ પ્લાનના આધારે સ્વયંને ડેવલપ કરતા આગળ વધો. ●●●

પોતાને સમજીને પોતાના ખરા ઝનૂનનો અંદાજો સહેલાઈથી લગાવી શકો છો.

વર્તમાન જોબ પ્રોફાઈલનું આકલન કરો

આના પછી તમને તમારા કેરિયર ગોલ સેટ કરવા માટે જરૂરી છે. આના માટે તમે તમારા વર્તમાન જોબ પ્રોફાઈલનું આકલન કરી શકો છો. જ્યારે તમે કોઈ ફાઈનેન્શિયલ પ્લાનર પાસે જાવ છો તો એ સૌથી પહેલાં તમારા નાણાકીય લક્ષ્ય વિષે જાણવા ચાહે છે. આ જ ઢબે તમે તમારા વર્તમાન રોલ અને તેના ભવિષ્ય પર વિચાર કરો. તમારી કંપની અવશ્ય ત્રિમાસિક કે છ માસિક સમીક્ષા કરતી હશે. તમે તમારા માટે પડકારોની ઢેલી તકે સમીક્ષા કરો.

લાંબા ગાળાના કેરિયર પ્લાન પર કરો ફોકસ

જે સંસ્થાનમાં તમે કાર્ય કરી રહ્યા છો, જો ત્યાં તમે આગામી ૪-૫ વર્ષમાં લીડરશીપ રોલમાં આવવા ચાહો છો તો તેના પર ફોકસ કરો. એક વખત ઉદ્દેશ્ય પસંદ કરી લીધા પછી એ લક્ષ્ય સુધી પહોંચવા માટે શું કૌશલ્ય હોવું જોઈએ એને ઓળખો. તમે આ જાણવાનો પ્રયત્ન કરો કે જે વ્યક્તિ આ સમયે એ પોઝીશન પર છે તેનું રિઝ્યૂમ કેવું દેખાય

છે. શું તેનામાં કોઈ એવું કૌશલ્ય છે જે તમારે શીખવું જોઈએ. લાંબા ગાળાના લક્ષ્યને પામવા માટે તમને કેટલાય ફંક્શનમાં કાર્ય કરતાં આવડવું જોઈએ. લાંબા ગાળાના લક્ષ્યને ધ્યાનમાં રાખતાં તમારે નાના નાના લક્ષ્યોને પૂરા કરવાની જરૂરત છે.

શીખો અને પોતાનું કૌશલ્ય વધારો

તમે જ્યારે પણ નવી વસ્તુઓ શીખો છો તો તેમનો ઉપયોગ કરવાની તકો શોધો. તમે તમારા સંસ્થાન (કંપની)ના ભાવિ પ્રોજેક્ટમાં કાર્ય કરવાની શક્યતાઓ શોધો અને તેમાં પોતાના કૌશલ્ય (સ્કિલ)નો ઉપયોગ કરો. દા.ત. આજના સમયે ડિજિટલ અવરોધથી દરેક કંપની ઝઝૂમી રહી છે અને આનો સામનો કરવા માટે ટીમ બનાવી રહી છે. આ પ્રકારના પ્રોજેક્ટ પર કામ કરવું ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ હોઈ શકે છે, કેમકે કંપની તમને આમાં દરેક શક્ય સહાય કરે છે.

નિર્દેશ લો

જે પણ કંપનીમાં તમે કાર્ય કરી રહ્યા છો ત્યાં તમારા લીડરની તમારી કાર્યક્ષમતાને સુધારવામાં મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા હોય છે. જો તમે લીડરના

મારા પરિવારમાં માત્ર ચાર વ્યક્તિઓ જ હતી.. મારા પતિ, એક દીકરો અને નાનકડી દીકરી જે માત્ર બોલી જ શકતી હતી.. હું અને મારા પતિ ઈંટોના ભદ્ધમાં કામ કરતા હતા.. બને બાળકો ભદ્ધ પર જ્યાં ઈંટો પાથરવામાં આવતી ત્યાં રમતા રહેતા.. મારા પતિ નકામા ન'હોતા, ખૂબ મહેનત કરતા હતા.. પણ શું કરીએ ભદ્ધવાળાએ ઘણા દિવસથી પૈસા જ નહોતા આપ્યા જેથી ઘરમાં ઘણાં દિવસથી રોટી જ ન'હોતી બની શકી.. પતિ દરરોજ કામ કરતા.. કાચી ઈંટો બનાવતા પણ હવે શરીર સાથ નહોતું આપતું ત્યારે.. અચાનક એક દિવસ ઈંટો પકાવવા ભદ્ધમાં કોલસા નાંખી રહ્યા હતા ને કોણ જાણે કેવી રીતે તેમનો પગ ભદ્ધમાં જતો રહ્યો અને જોતજોતામાં તેઓ પૂરા ભદ્ધમાં સમાઈ ગયા.. જીવતે જીવ બળીને ખાક થઈ ગયા.. મારું તો સર્વસ્વ મારી આંખોના સામે જ બધું જ બધું જ...

તેમના મૃત્યુ પર એ જ ભદ્ધવાળો જેણે ઘણાં દિવસથી પગાર ન'હોતો આપ્યો પૈસા આપવા આવી ગયો.. વળતરની તો કોઈ વાત જ નહીં!! બીજા લોકો પણ ઘણું બધું ખાવાનું આપી ગયા.. ભૂખથી ટળવળતા બાળકોએ એ દિવસે ખૂબ પેટભરીને ખાવાનું ખાધું..

મારી દીકરી ટગર ટગર આ બધું જોઈ રહી હતી..

પતિના મૃત્યુ પછી હું તદ્દન એકલી પડી ગઈ હતી અને તે સાથે મારો દીકરો પણ સતત બીમાર રહેવા લાગ્યો હતો.. હું જે પણ કમાતી દીકરાના ઈલાજમાં ખર્ચાઈ જતું.. ધીરે ધીરે ઘરની ચીજવસ્તુઓ પણ વેચાવા લાગી હતી..

દીકરો સારો થઈ જ રહ્યો ન'હતો

YUVA SAATHI



અસહ્ય વેદના



અને હવે તો ઘરમાં પણ કંઈ જ બચ્યું ન હતું.. છેલ્લા ત્રણ દિવસથી અમે કોઈએ કંઈ ખાધું ન'હતું..

અને.. ત્યારે જ જ્યારે કે હું મારા બીમાર દીકરાને ખોળામાં લઈને બેસી હતી કે સહસા મારી દીકરીએ મારો ખભો જોરથી પકડીને હલાવતાં કહ્યું :

“મા.. મા, એક વાત બતાવો!”

“શું બેટા! શું વાત બતાવું..”

“મા..મા.. મને કહે ને..”

“ભાઈ ક્યારે મરી જશે!!”

મારી દીકરી બોલી અને હું ટિગ્મૂઠ થઈને એને જોતી જ રહી ગઈ.. તે આગળ બોલી હતી..

“મા.. હું તો એટલા માટે કહી રહી છું..”

મા.. મા.. સાંભળો તો ખરા...

“જ્યારે ભાઈ મરી જશે ત્યારે જ તો લોકો આપણા ઘરે આવશે ને.. અને આપણને ઘણું બધું ખાવાનું આપી જશે.. પછી આપણે પેટભરીને ખાઈશું”

આટલું કહીને એ બિચારી તો ચૂપ થઈ ગઈ અને

હું.. હું.. અસહાય થઈને મારી દીકરીને જોતી જ રહી ગઈ..એને શું જવાબ આપું.. એની આંખો જવાબ માંગી રહી હતી...

અને મારી આંખોમાંથી વરસી રહેલા ચોધાર આંસુ મારા દીકરાના માથાને ભીંજવી રહ્યા હતા.. ●●●

(સૌજન્ય: “કાન્તિ” માસિક મે-૨૦૨૪)

MAY 2024

કાશિફની ઈમાનદારી

કાશિફની ઉંમર ૯ કે ૧૦ વર્ષની હતી. તેના ઘરની હાલત ગરીબીની હતી. તેના પિતા બીજાઓને ત્યાં છૂટક મજૂરી કરતા હતા. તેમને ક્યારેક કામ મળતું, તો ક્યારેક ન મળતું. તેની માતા પણ બીજાઓને ત્યાં ઘરકામ કરતી હતી. કાશિફ ચોથા ધોરણમાં ભણતો હતો. શાળામાંથી છૂટ્યા બાદ તે મોટેભાગે પોતાના મિત્રો સાથે રમ્યા કરતો હતો અને રાત્રે પોતાના મોટાભાઈ સાથે દીવાના પ્રકાશમાં અભ્યાસ કરતો હતો.

એક દિવસે કાશિફની માતાએ તેને બે રૂપિયાની નોટ આપી દુકાનેથી ૫૦ પૈસાનું નમક લાવવા કહ્યું. એ ગામમાં એક જ દુકાન હોવાના કારણે ત્યાં ખૂબ જ ભીડ રહેતી હતી, પહેલા જમાનાની વાત છે કે જ્યારે નમક આજની જેમ પેક થેલીમાં મળતું ન હતું, બલકે મોટા મોટા થેલાઓમાં સમુદ્રથી નીકળેલ આખું નમક મોટેભાગે વપરાતું હતું. દુકાનદાર એ નમકના થેલામાં એક ખાલી નાનો ડબ્બો માપ માટે રાખતા હતા, અને એ ડબ્બાની મદદથી નમક વિ. આપતા હતા. કાશિફ દોડતો દોડતો દુકાને પહોંચ્યો ત્યાં ખૂબ જ ભીડ હતી. થોડીવાર સુધી તે ચુપચાપ ઊભો રહ્યો. ત્યારબાદ તે દુકાનદારથી વારંવાર નમક માટે કહેવા લાગ્યો, કેમ કે તેને પોતાના મિત્રો સાથે રમવા જવાનું હતું.

દુકાનદારે તેના વારંવાર બૂમાબૂમ કરવાના કારણે તેની પાસેથી પૈસા લીધા અને નમકના બે ડબ્બા કાશિફની સાથે લાવેલ કપડાની થેલીમાં નાખી દીધા. અને ૪ રૂપિયા ૫૦ પૈસા પાછા આપ્યા. જેવા જ કાશિફે પૈસા જોયા તે મનમાં ને

મનમાં ખુશ થયો. કેમ કે તેણે ફક્ત બે રૂપિયા આપ્યા હતા, પરંતુ દુકાનદારે તેને નમક અને ૪ રૂપિયા ૫૦ પૈસા પાછા આપ્યા. એ ખુશી ખુશી પોતાની અમ્મી પાસે પહોંચ્યો. તેને એવું હતું કે વધુ પૈસા જોઈને તેની અમ્મી પણ ખુશ થઈ જશે. કાશિફે પોતાની અમ્મી પાસે નમકની થેલી અને પૈસા આપીને કહ્યું કે આજે દુકાન ઉપર બહુ ભીડ હોવાના કારણે આસિફચાચાએ વધુ પૈસા પાછા આપી દીધા. કાશિફની અમ્મીએ જ્યારે જોયું કે દુકાનદારથી ભૂલ થઈ ગઈ છે. તેણે ભીડના લીધે બેના બદલે પાંચ રૂપિયાની નોટ સમજીને કાશિફને વધારે રકમ પાછી આપી દીધી છે. કાશિફની અમ્મીએ વધારાની રકમ પાછી આપી આવવા કાશિફને કહ્યું અને સાથે જ તેને આ પણ કહ્યું કે તમારે આ વધારાની રકમ ત્યાં એ જ વખતે પાછી આપી દેવી જોઈતી હતી.

કેમ કે આપણા મજહબમાં કોઈની પણ પાસેથી આ રીતની વધારાની રકમ લેવી જાઈઝ નથી. આપણે હંમેશાં સાચું બોલવું જોઈએ. અને જો બીજાઓથી ભૂલ થઈ પણ જાય તો ઘટતું કરવું જોઈએ.

કાશિફ વધારાની રકમ લઈને દુકાનદાર પાસે પહોંચ્યો અને તેને એ વધારાની રકમ પાછી આપી દીધી. આ જોઈને દુકાનદાર તેનાથી બહુ જ પ્રભાવિત થયો, અને તમામ ગ્રાહકો સામે તેની ઈમાનદારીની પ્રશંસા કરી. આ જોઈને કાશિફને પોતાની ભૂલનો અહેસાસ થઈ ગયો. તેણે હવે પછી જીવનભર ક્યારેય કોઈનાથી પણ આ રીતે વધારે રકમ નહીં લેવાનો સંકલ્પ કર્યો. ●●●



(૧) એક ગોકળગાય દિવસ દરમિયાન ૩ કુટની ઊંચાઈ જેટલું જમે છે અને રાત્રે આરામ માટે સૂઈ જાય છે. સવારે જ્યારે તે જાગે છે તો જુએ છે કે તે એક કુટ નીચે આવી ગઈ છે. તો ૧૯ કુટની દીવાલ સુધી પહોંચતા કેટલા દિવસ લાગે ?

જ : ૨૫૬

(૨) “પિતાજી તમે ક્યાં ગયા હતાં?” ગેરીએ પૂછ્યું. હું માળીયે ગયો હતો, પિતાજીએ કહ્યું અને મને ખબર છે મેં ત્યાં શું જોયું. ત્યાં એક મોટું કરોળિયાનું જાળું હતું, જેમાં દસ કરોળિયા અને માખિઓ હતી. કરોળિયા કેટલા હતા પિતાજી? પુત્રે પૂછ્યું. સ્મિત આપતા પિતાએ કહ્યું ‘કુલ ૭૨ પગ હતાં.’ તો કહો, તેમાં કેટલા કરોળિયા અને કેટલી માખીઓ હતી.

જ : ૨૫૬

વાંચવા, વંચાવવા અને

ભેટ રૂપે આપવા માટે પુસ્તકોનું ઉત્તમ સંગ્રહ

અમારા પુસ્તકોની વિશેષતા

સરળ, હૃદયસ્પર્શી અને
તાર્કિક શૈલી,
મસ્લકી પક્ષપાતથી મુક્ત,
ઈસ્લામનો અસરકારક પરિચય,
આકર્ષક ટાઈટલ,
ઉત્તમ કાગળ,
યોગ્ય કિંમત.



- 📍 બી-૩૦૩, કરિશ્મા કોમ્પ્લેક્ષ, સારણી સોસાયટી,
જુહાપુરા, અહમદાબાદ - ૩૮૦૦૫૫
- ☎ +91 87806 61963
- ✉ ispgujarat2013@gmail.com
- f islamisahityaprakashan
- 📷 ispgujarat

પુસ્તકો
ખરીદવા
સ્કેન કરો



The Character Building

Radiance
Kids
PLAY SCHOOL

ADMISSIONS
Open For 2024-25
Limited seats

OFFICE TIME : 9 AM TO 1 PM

CONTACT NO. : 63531 65188

E-MAIL: RADIANCEKIDSPRAY188@GMAIL.COM

Nr. APMC Metro Station, 132 Feet Ring Road,
Guptanagar (Juhapura), Ahmedabad

IF UNDELIVERED PLEASE RETURN TO :

Yuvasaathi (Gujarati Monthly)

B-4, Karishma Complex, Sarani Society Corner,
132 ft. Ring Road, Juhapura, Ahmedabad -380055