



વર્ષ - ૧ | અંક - ૧ | એપ્રિલ - ૨૦૧૯

સારથી

ઝડપથી પ્રગતિ કરવી સહેલી છે
જો તમારી પાસે યોગ્ય પાર્ટનર હોય.

मेरा वोट
मेरा अधिकार



સાહાર

સહ પરિવાર ઉત્સવ મનાવીશું

23/04/2019



www.rerfindia.org

THANK YOU

નમ્ર નિવેદન

મતદાન કરવું એ આપણો અધિકાર છે
અને મતદાન કરી આપણે રાષ્ટ્ર પ્રત્યેની
જવાબદારીને નિભાવીશું. ભારતના ભાવિ
નિર્માણ માટે મતદાન કરવું આવશ્યક છે.



પ્રમુખ સ્થાનેથી....

રીબર્થ એજ્યુકેશન એન્ડ રીસર્ચ ફાઉન્ડેશન વિસનગરના ૧૦ વર્ષ પૂર્ણ થવા બદલ સર્વપ્રથમ આપ સૌને શુભેચ્છા પાઠવું છું. સંસ્થાને ૧૦ વર્ષમાં વિકાસના શિખરો સર કરવામાં આપ સર્વેનો અમુલ્ય ફાળો રહેલ છે. જે બદલ હું હૃદયપુર્વક આભાર માનું છું. આ ૧૦માં વર્ષની સફળતાના પૂર્ણ અવસરે આપની સમક્ષ છેલ્લા કેટલાક વર્ષોથી આવેલા વિચારને પ્રત્યક્ષ રૂપે આપી 'સારથી' ની રજૂઆત કરતા ખરેખર ગર્વ અનુભવું છું. 'સારથી' ના સેતુબંધથી આપણી વચ્ચેના પ્રચાર-પ્રસાર માધ્યમ દ્વારા પ્રગતિ કરી સફળ બનાવીશું.

સતત નવો મળતો અને સાથોસાથ સતત જુનો થતો હોય તો તે એક માત્ર 'સમય' છે. પ્રત્યેક પળે એ નવા જ સ્વરૂપમાં આવે છે. દેશ અને દુનિયા જ્યારે પ્રગતિના પથ પર અગ્રેસર હોય ત્યારે આપણા સૌના માટે જેમ મહાભારતમાં શ્રીકૃષ્ણએ અર્જુનના 'સારથી' બની જે ગીતા-સાર આપી યુધ્ધ કરવા માટે હતાશ થયેલ અને સામે સૌ કોઈ

પોતાનાને જોઈ ભાગી પડેલ પાર્થને સાચી દિશા બતાવી યુધ્ધના સમયે જ્યારે જ્યારે પણ અસહાયતા મહેસુસ થઈ તેવા દરેક સમયે શ્રીકૃષ્ણએ એક 'સારથી' પણ સાથી હોય તે સમજાવી યુધ્ધમાં વિજયી બનાવેલ, તેવું જ કાર્ય રીબર્થ એજ્યુકેશન એન્ડ રીસર્ચ ફાઉન્ડેશન 'સારથી' દ્વારા કરવા જઈ રહેલ છે.

જગતમાં જાત-જાતના પરિવર્તનો થતાં જ રહે છે. અને માણસને વર્ષોથી નવાનું આકર્ષણ રહ્યું જ છે. આ જ કારણે આ 'સારથી' આપણા વચ્ચે માર્ગદર્શક બની નવીન પગદંડીનું નિર્માણ કરી આપણા ઉદ્દેશોને પાર પાડી ઝડપી વિકાસ કરવા માટે સેતુબંધ બની રહેશે.

રીબર્થ એજ્યુકેશન એન્ડ રીસર્ચ ફાઉન્ડેશન, વિસનગર સાથે જોડાયેલ તમામ સભ્યોને આ 'સારથી' જીવન પરિવર્તનના કોઈના કોઈ કાર્યના ઘડતરમાં ઉપયોગી અંગ સાબિત થશે, અને તે દ્વારા પ્રગતિ લાવશે, તેવો આત્મવિશ્વાસ રાખી રહ્યો છું.

આપના દરેક ક્ષેત્રમાં પ્રગતિ ઇચ્છું છું.

અમૃતભાઈ પી. પટેલ

લોકશાહીનું મહાપર્વનો પ્રારંભ થઈ ચુક્યો છે. તારીખ ૧૧ એપ્રિલથી ૧૯ મે સુધી ચાલનાર આ મહાયજ્ઞ લોકશાહીનો મહાકુંભ છે. આપણા દેશમાં ચૂંટણી આવતી રહે છે, ગ્રામ પંચાયત, નગરપાલિકા કે રાજ્ય સરકાર તેમજ કેન્દ્ર સરકારનું ચયન લગભગ દર પાંચ વર્ષે કરવાનું નિર્ધારિત છે. આમ તો બધીજ ચૂંટણી મહત્વની હોય છે, પરંતુ કેન્દ્ર સરકાર(લોકસભા) ની ચૂંટણીનું ખુબ જ અનેરું મહત્વ હોય છે. કારણ લોકસભા સમગ્ર દેશની નીતિ-રીતિનો નિર્ધારણ કરે છે.

ચૂંટણી શા માટે યોજાય છે? મતદાનનું મહત્વ કેટલું ?

વર્ષોની ગુલામી પછી બ્રિટીશ સલ્તનત પાસે આઝાદી પ્રાપ્ત કરી ભારતે સંસદીય પ્રણાલી અપનાવતા લોકશાહીના માર્ગે ચાલવાનું નક્કી કર્યું. અમેરિકી રાષ્ટ્રપતિ અબ્રાહમ લિંકને લોકશાહીની સરળ વ્યાખ્યા કરતા કહ્યું હતું કે 'લોકો દ્વારા, લોકો વડે અને લોકો માટે ચાલતી સરકાર એટલે લોકશાહી.' જેમાં લોકોને વાણી સ્વાતંત્ર્ય અને વિચાર સ્વતંત્ર હોય છે. લોકો મુક્તપણે પોતાના વિચારો વ્યક્ત કરી શકે છે.

પ્રજા પોતપોતાના ક્ષેત્રોના સાંસદ (મેમ્બર ઓફ પાર્લામેન્ટ) ચૂંટે છે. આ ચૂંટાયેલા સાંસદ અલગ-અલગ પક્ષોના ઉમેદવારોમાંથી એક હોય છે. આ ચૂંટાયેલા સાંસદોનું મંડળ વડાપ્રધાન નક્કી કરે છે. જે પક્ષના સાંસદો વધુ ચૂંટાયા હોય તે પક્ષ કે પક્ષોનું ગઠબંધન સરકાર રચે છે.

આપણા સંવિધાને લોકતંત્રની રક્ષા માટે લોકોને અધિકારો અને જવાબદારીઓનું વર્ગીકરણ કરેલ છે જેમાં મતદાનને એક અધિકાર ગણાવવામાં આવ્યો છે. મતદાન એટલે ચૂંટણીની પ્રક્રિયામાં યોગ્ય ઉમેદવારને ચૂંટવા માટે નાગરિકે, પોતે પોલિંગ બુથ પર જઈ તેમની પસંદગીનો ઉમેદવાર ખાનગીમાં

જણાવવાનો અધિકાર.

સંસદીય પ્રણાલી તેમજ લોકશાહી ને જીવંત રાખવા ને જીવંત રાખવા મત આપવો એ દરેક નાગરિકની ફરજ પણ છે પરંતુ કેટલાક લોકો લોકશાહી ના મહાયજ્ઞ 'ચૂંટણી' માં મતરૂપી આહૂતિ આપવાનું ટાળે છે. આ માટે કેટલાક લોકોની આળસુ, બેજવાબદાર કે લાપરવાહીયુક્ત માનસિકતા કારણભૂત હોય છે. મારા એકના મત નહિ આપવાથી શો ફર્ક પડશે કેટલાક નાગરિકો મતાધિકારનો ઉપયોગ કરતા નથી. તો સામે પક્ષે તેવા કેટલાય વડીલો-વૃદ્ધો અશક્ત-બીમાર હોવા છતાં મત આપવાનું ચુકતા નથી, આવા લોકો અભિનંદનને પાત્ર છે.

આ દેશનું દુર્ભાગ્ય છે કે મોટેભાગે આવી નબળી, નગુણી, લેભાગુ વિચારધારા ભણેલા ગણેલા અને બૌદ્ધિક ગણાતા વર્ગમાં જ જોવા મળે છે જેને કારણે લોભ-લાલચ કે ભ્રમિત કરતા વચનોના પ્રભાવ હેઠળ ગરીબ-અભણ પ્રજા, નેતાઓની કપટલીલા સમજતા ન હોય તેવા લોકોની મતદાનની વધુ ટકાવારી અયોગ્ય ઉમેદવાર ચૂંટવા નિમિત્ત બને છે. શિક્ષણ માહિતીના અભાવને કારણે અસંખ્ય મતદારોને સારી વ્યક્તિ કોણ છે? સારો પક્ષ કયો છે? જેવી બાબતોની સમજ કે વિવેક હોતા નથી. તેમાંના મોટા ભાગના પૈસા કે મફતની લાલચમાં બટન દબાવી આવે છે. જેલમાં બેઠેલાં પણ ચૂંટાઈને આવેલાના કિસ્સાઓ નોંધાયા છે.

હકીકતમાં મતદાન કરતી વખતે દિલ-દિમાગમાં રાષ્ટ્રહિત જ સર્વોપરી હોવું જોઈએ નહિ કે વ્યક્તિગત-જાતિગત જરૂરિયાત-નારાજગી. મતદાનનું પુષ્ટ્ય કે મૂલ્ય તીર્થયાત્રા જેટલું જ છે. મતદાન એ રાષ્ટ્રસેવાનો એક અતિમહત્વનો પ્રકાર છે. મતદાન એ જ મહાદાન.

તમારો-મારો મત શું કરી શકે?

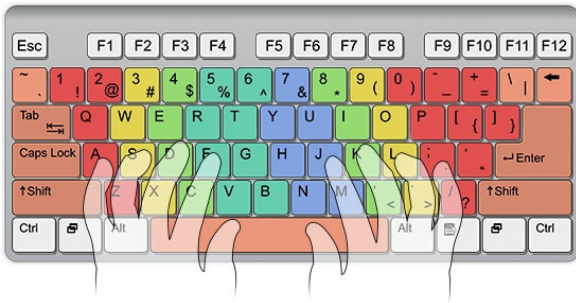
મજબૂત, ભરોસાવાળી, આંતરિક-બાહ્ય દુશ્મનોથી સુરક્ષા, મહિલા-દીકરીને સન્માન-સુરક્ષા, વૃદ્ધોને હુંફ, સુવિધા, સ્વાસ્થ્ય-સુવિધા સુલભ,



સસ્તા દરે વિપુલ પ્રમાણ માં વીજળી ખેડૂતોને સગવડો આપીને કૃષિ-ઉત્પાદન વધારી રોજી રોટીની તકો વધારી શકે, પાણી, અન્ન અને રહેઠાણ આપી શકે, સારા રસ્તા તેમજ દેશનું ગૌરવ વધારી શકે તેવી સરકાર મારો-તમારો મત ચૂંટી શકે છે. મતદારો મતદાનની આ અમૂલ્ય તકનો ઉપયોગ ન કરે અને મતદાનથી નિર્લપ રહે, તો છેવટે પરિણામ નાગરિકોએ જ ભોગવવાનું આવે છે.

લોકશાહીનું મહાપર્વ ચૂંટણી ફક્ત ત્રણ દિવસ દૂર છે. ત્યારે આ મહાપર્વમાં પોતાનું મતરૂપી યોગદાન આપીને પોતાનું ભવિષ્ય નિશ્ચિત કરી શકે છે. યાદ રાખો આ આપનો અધિકાર માત્ર જ નથી, આપણી જવાબદારી પણ છે. લોકશાહીના આ મહાયજ્ઞમાં મત આપી, આપણા તથા દેશના કલ્યાણમાં ગર્વથી સહભાગી થઈએ.

કોમ્પ્યુટર કામમાં ટાઇપીંગ સ્પીડ વધારવા માટેની ટીપ્સ



ટેકનોલોજી દિવસે ને દિવસે વધુ ને વધુ પ્રગતિશીલ બનતી જાય છે. દિન પ્રતિદિન થતી શોધમાં એક અથવા બીજી રીતે કોમ્પ્યુટરનો ઉપયોગ થાય છે. આજે કોમ્પ્યુટર આપણા જીવનનો એક અનિવાર્ય ભાગ બની ગયું છે. આજના ડીજિટલ યુગમાં જો આપ સફળતાનાં શિખરો સર કરવા માંગતા હોવ તો કોમ્પ્યુટરના નિષ્ણાત થવું જ પડશે. કોમ્પ્યુટરના નિષ્ણાત થવું એનો અર્થ એ થાય છે કે આપને કોમ્પ્યુટર અને તેના વિવિધ ઉપયોગો વિશેનું પુરતું જ્ઞાન અને જાણકારી હોવી જરૂરી છે. કોમ્પ્યુટરનું જ્ઞાન એ આજના યુગમાં સૌથી અગત્યનું છે. કોમ્પ્યુટરને પોતાના રોજીંદા વપરાશનું સાધન બનાવવું હોય તો સૌ પ્રથમ તેના કી-બોર્ડ ઉપર કમાન્ડ હોવો જરૂરી છે. જો તમારી કી-બોર્ડ પરથી કોમ્પ્યુટરમાં ડેટા એન્ટર કરવાની સ્પીડ સારી હશે તો જ તમને કોમ્પ્યુટર શીખવાની કે વાપરવાની મજા આવશે. અન્યથા તમને કોમ્પ્યુટરથી અણગમો પેદા થશે. આ અણગમો પેદા ના થાય તે માટે તમારે કી-બોર્ડ ચલાવવાની પ્રેક્ટીસ કરવી પડશે. જેમ જેમ પ્રેક્ટીસ થશે અને કી-બોર્ડની કી યાદ રહેવાનું શરૂ થશે ત્યારબાદ તમને કોમ્પ્યુટર પર કામ કરવાની ખુબ મજા આવશે.



આધુનિક યુગમાં જ્યાં તમારું ટાઇપીંગ વધુ સાડું થતું જશે. કોમ્પ્યુટર, ટેબ્લેટ અને મોબાઇલ સંચારનો મુખ્ય માધ્યમ હોય છે, જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ પ્રોગ્રામર, લેખક અથવા કોઈ અન્ય વ્યવસાય સાથે જોડાયેલ હોય કે જેને ટાઇપીંગની જરૂર હોય, તો વિશેષરૂપે ટાઇપીંગ શીખવું જોઈએ. તમે જોશો કે કેટલીક કંપનીઓ તેમની નોકરીની ખાલી જગ્યા જાહેરાતમાં ઝડપનો ઉલ્લેખ કરે છે. તાજેતરના એક અહેવાલમાં જણાવાયું છે કે કોમ્પ્યુટર પર લેખન ખરેખર વ્યક્તિના મગજની કાર્ય કરવાની ક્ષમતાને સુધારી શકે છે. ટાઇપીંગનું જ્ઞાન હોવા ઉપરાંત તમારા WPM ને સુધારી શકો છો અને તમારી કારકિર્દીમાં પણ તેનો ફાયદો મળી શકે છે.

તમારી ટાઇપીંગ કુશળતા સુધારવા માટે દરરોજ પ્રેક્ટિસ કરવી જરૂરી છે, તેથી કીબોર્ડ પર દરરોજ ઓછામાં ઓછા દસ મિનિટ ટાઇપીંગ તમારી જૂની

ની પ્રેક્ટીસ બહુ મહત્વની છે. તમારા ટાઇપીંગને સુધારવામાં લાંબો સમય લાગશે નહીં, અને એકવાર તમને તેની પ્રેક્ટીસ થઈ જાય પછી તમે ક્યારેય ટેવ પર પાછા આવશો નહીં. ટાઇપીંગ કુશળતા પ્રાપ્ત કરી શકશો. અને પ્રેક્ટીસ થી

તમારું ટાઇપીંગ વધુ સાડું થતું જશે. તમારું ટાઇપીંગ સુધરે તે હેતુ માટે બાજુમાં આપેલી ઈમેજને ધ્યાનથી સમજીને ટાઇપીંગની પ્રેક્ટીસ કરશો જેથી આ જડપથી કી બોર્ડ પર કમાન્ડ મેળવી શકશો.

ટાઇપીંગના ફાયદાઓ

- ઝડપ (આ એક ટાઇપીંગનો પ્રથમ અને સૌથી સ્પષ્ટ લાભ બનશે).
- સમય (તમે ઘણો સમય બચાવી શકો છો પછી તમારે તમારી જાતને અજમાવી લેવી જોઈએ).
- ફોકસ (જ્યારે તમને લખવાનું હોય ત્યારે તમારે સ્ક્રીન પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું પડશે, કીબોર્ડ જોવાની જરૂર નથી.)
- ચોકસાઈ (લેખન કરતી વખતે કાળજી રાખવાની સૌથી મહત્વની બાબતોમાંની એક).
- ફેરફાર (તમે ખોટું ટાઇપ કર્યું છે તો તમે તેને બહુ ઓછા સમયમાં સુધારી શકો છો).

FINGER POSITION ON THE KEYBOARD



કી-બોર્ડ નો ઉપયોગ કોમ્પ્યુટરમાં ડેટા નાખવા માટે થાય છે. સામાન્ય રીતે કોમ્પ્યુટર ના કી - બોર્ડ માં 101 થી 105 કી હોય છે. F1 to F12 – Function Keys, A to Z – Alphabet Keys, 0 to 9 – Number Keys, Shift, Ctrl, Alt, Esc, Enter જેવી Special Keys હોય છે.

ટાઇપીંગ પ્રક્રિયામાં મુખ્ય ત્રણ તબક્કા સામેલ છે:

- પ્રથમ તબક્કો : મુખ્ય પ્રક્રિયા કીબોર્ડના કેપ્સ લોક કીથી પ્રારંભ થાય છે આ નીચે અને ઉપરની કીબોર્ડ ની રો નંબરોની રો, અપર-કેસ અક્ષરો શીખીને અનુસરવામાં આવે છે અને બીજી ખાસ કી.
- બીજો તબક્કો : બીજી પ્રક્રિયામાં વારંવાર વપરાતા અક્ષરો અને ટાઇપીંગ શબ્દોને યાદ રાખવું શામેલ છે.
- ત્રીજો તબક્કો : ત્રીજી પ્રક્રિયામાં માં કુશળતા પ્રાપ્ત કરવા સંપૂર્ણ લખાણ લખવાનો સમાવેશ થાય છે.

લીંબડો

જેના અંગેઅંગ ઔષધમાં વપરાય છે

ગુણધર્મો

લીંબડાનું વૃક્ષ નહીં જોયું હોય એવી ભાગ્યે જ કોઈ વ્યક્તિ હશે. તેના ૪૦-૫૦ ફૂટ ઊંચા વૃક્ષ સર્વત્ર થાય છે. એના ફળ(લીંબોળી) કાચા હોય ત્યારે લીલા અને પાક્યા પછી પીળા થઈ જાય છે. આયુર્વેદિક માટે સ્વાદમાં લીમડો કડવો અને તૂરો પચવામાં હળવો, ઠંડો, વ્રણ-ઘણી શુષ્કિ કરનાર અને હૃદય માટે હિતકારી છે. તે કફ, સોજો, પિત્ત, ઊલટી, હૃદયની બળતરા, કોઢ, થાક, અરુચિ, રક્તના વિકારો, તાવ અને ઉધરસને મટાડનાર છે. લીંબોળીનું તેલ કડવું તથા ગરમ હોય છે. તે હરસ-મસા, વ્રણ, કૃમિ, વાયુ, કોઢ રક્તના વિકારો અને તાવને મટાડે છે.

તેની છાલમાં નિમ્બિન, નીમ્બિડિન, નિમ્બોસ્ટેરોલ, ઉદનશીલ તેલ, તેણીનં, માર્ગોસીન તાંબું એક કડવું ઘટક વગેરે રહેલા છે. લીંબોળીના તેલમાં ગંધક, રલ, ઝ્લાઇકોસાઇડ તથા એક કસર રહેલો છે. આ તત્વો તેના ઔષધિય ગુણો માટે મહત્વના છે.

ઉપયોગ

આપણા પ્રાચીન ઋષિ-મુનિયોને આપણને એક નિયમ આપ્યો છે. ચૈત્ર માહિનામાં પવિત્ર મનથી લીંબડાના કુમળા પાન અને ફૂલનું મરી, હિંગ, સિંધવ, જીરું, અજમો આમલી અને ગોળ

મેળવીને અવશ્ય સેવન કરવું જોઈએ. આ મહિનામાં લીંબડાના સેવનથી આખું વર્ષ શરીર નીરોગી રહે છે.

વ્રણ-ઘા, ગડગૂમડ, ચાંદી, સડો વગેરે ચામડીના રોગો માટે લીંબડાનું તેલ ઉત્તમ ઔષધ. ૧૦૦ ગ્રામ લીંબડાના પાન લઈને તેને લસોટીને ચટણી પેસ્ટ જેવું બનાવી લેવું. પછી એ ચટણીની નાની-નાની ટીકડીઓ બનાવી , ૨૦૦ ગ્રામ તલના તેલમાં તળવી. ટીકડીઓ લાલ રંગની થઈ જાય એટલે તેલ ઉતારીને ગળી લેવું. આ તેલમાં ઘાને સ્વચ્છ કરી રુજ લાવવાનો ઉત્તમ ગુણ છે. નહીં રુજાતા ઘાને લીંબડાના પાન ના ઉકાળાથી સ્વચ્છ કરીને આ તેલવાળું રૂનું પોતું મૂકી પાટો બાંધી દેવો. થોડા દિવસમાં રુજ આવી જશે.

ગુલકંદની જેમ નિમ્બકંદ પાન બનાવાય છે. કાચની બરણીમાં ૫૦૦ ગ્રામ લીંબડાના ફૂલ અને ૫૦૦ ગ્રામ સાકારના વારા ફરતી થર કરી દેવા. એમાં ૧૦૦ ગ્રામ મધ નાંખી રોજ થોડો થોડો સમય તડકામાં મુકતા રેહવું વચ્ચે વચ્ચે હલાવતા રેહવું, એક મહિને નિમ્બકંદ તૈયાર થશે. આંખો, છાતી, હાથ-પગના તળિયા વગેરેમાં બળતરા થતી હોય તેમજ વારંવાર મોઢું આવી જતું હોય તેમણે સવાર-સાંજ આ નિમ્બકંદ ખૂબ ચાવીને ખાઈ જવો. પ્રસૂતા સ્ત્રીઓ માટે લીંબડાના રસ ખૂબ જ હિતકારી છે.



આ ભૂલોકમાં ખરેખર જો કોઈને કલ્પવૃક્ષ કહેવું હોય તો તે છે આપણો 'લીમડો'. શાસ્ત્રીય ઉપચારોની જેમ લીમડાના ઘરગથ્થુ ઉપચારો પણ અગણિત છે. વળી લીમડો સર્વને માટે કલ્યાણકારી પણ છે. આયુર્વેદમાં એટલે તેને 'સર્વતોભદ્ર' નામ આપવામાં આવ્યું છે. લીમડાનું આ ચૈત્ર માહિનામાં વિશેષ મહત્વ છે. ચૈત્ર માહિનામાં લીમડો પીવાનું મહાત્મ્ય આપના પૂર્વજો એ સ્થાપ્યું હતું. જે આજે ધીમેધીમે ઓસરતું જાય છે. એ મહાત્મયને ફરીથી યાદ કરાવવા માટે લીમડા વિશે થોડું નિરૂપણ કરું છું.

પ્રસૂતિ પછી પહેલા દિવસથી જ સવાર-સાંજ બેથી ત્રણ ચમચી લીંબડાના પાનનો રસ આપવાથી ગર્ભાશય જડપથી સંકોચાઈને તેની મૂળ સ્થિતિમાં આવી જાય છે, રક્તસ્રાવ થતો અટકે છે. ગર્ભાશય અને તેની આસપાસના અંગોનો સોજો ઉતરે છે, તાવ આવતો અટકે છે, ભૂખ સારી લાગે છે અને ઝાડા સાફ આવે છે.

આ ઉપરાંત લીંબડાની સાથે બીજી વનસ્પતિને ઉમેરીને ઔષધો બનાવવામાં આવે છે.



દર વર્ષે ૨૨ અપ્રિલ અર્થ ડે મનાવવામાં આવે છે. દર વર્ષે ધરતી સ્વચ્છ રાખવાના સોગંધ ખવાય છે, પણ હાલત બદલાતી નથી. પૃથ્વી પર હવા, પાણી સહીત બધુજ પ્રદુષિત થઇ ચુક્યું છે, પણ હજુ સુધી આપણે ખુદને બચાવવા માટે પણ પૃથ્વી ને નથી બચાવી રહ્યા. બચાવવાની વાતો સિવાય કશું જ નથી કરી રહ્યા...

આપણે ભલે વર્ષોથી વર્લ્ડ અર્થ ડે થકી દેશ દુનિયાને પર્યાવરણ બચાવવાનો સંદેશો આપી રહ્યા હોઈએ પણ તેનાથી પૃથ્વી પર તોળાતા ખતરામાં તસુભાર પણ અસર થઇ નથી. આજે પણ ૬ અજબ કિલોગ્રામ કચરો દરરોજ દરિયામાં પધરાવવામાં આવે છે. ભારત પ્રદુષણના કારણે દર વર્ષે ૨ લાખ કરોડ રૂપિયાનું નુકશાન ઉઠાવી રહ્યું છે. દર ૮ સેકન્ડે એક બાળક ગંદુ પાણી પીવાના કારણે મરણ પામે છે. ૧૦ લાખ ટન તેલ પૈકી એક લાખ ટન તેલ તેની સમુદ્રી સફર દરમિયાન પાણીમાં વહી જાય છે.



તમારી જાતને બચાવવા માટે તો પૃથ્વીને બચાવો

એક સર્વે મુજબ દિલ્હીની હવામાં ધાસ લેવો મતલબ રોજની વીસ સિગરેટ પીવી. જો ખરેખર પૃથ્વી ડે ની ઉજવણી દરમિયાન લેવાતા સંકલ્પો પાળવામાં આવ્યા હોય તો આજે ધરતીની આ સ્થિતિમાં થોડોક તો ફરક પડ્યો જ હોત પણ એવું નથી થયું. અર્થાત આવા ડે ને અમુક શ્રદ્ધાળુઓ સિવાય કોઈ ગંભીરતાથી નથી લેતું. આજે સૌથી મોટો ખતરો તો ગ્લોબલ વોર્મિંગ છે. પૃથ્વીનું તાપમાન સતત વધી રહ્યું છે, વૃક્ષો કપાઈ રહ્યા છે અને ઉદ્યોગોનું સામ્રાજ્ય દિવસે ને દિવસે ફેલાતું જાય છે. છતાં સરકાર સહીત સૌ કોઈ જાણે કશું બન્યું જ નથી. તેમ મોજથી જીવન જીવી રહ્યા છે. વર્તમાનમાં ગ્લોબલ વોર્મિંગ વૈશ્વિક સમસ્યા સ્વરૂપે ઉભરી આવેલ છે. એવું માનવામાં આવે છે કે પૃથ્વીના વાતાવરણના ગરમ થવાનું મુખ્ય કારણ ગ્રીનહાઉસ ગેસના સ્તરમાં થતો વધારો છે. જો તેની અવગણના થઇ અને તેનાથી છુટકારો મેળવવા સમગ્ર વિશ્વનાં દેશો

તરત કોઈ પગલા લેવામાં ન આવ્યા તો એ દિવસ દુર નથી જ્યારે પૃથ્વી તેના અંત તરફ આગળ વધી જશે. ઔદ્યોગિકરણ પછી કાર્બન ડાયોક્સાઈડનું ઉત્સર્જન છેલ્લા ૧૫ વર્ષમાં અનેકગણું વધ્યું છે. આ પ્રકારના ગેસનું ઉત્સર્જન; પ્રયોગના સાધનો, રેફ્રિજરેટર, કમ્પ્યુટર, મોટરસાઈકલ, કાર વગેરેના કારણે થાય છે. વિશ્વમાં પ્રતિવર્ષે ૧૦ કરોડ ટનથી પણ વધુ પ્લાસ્ટિકનું ઉત્પાદન થઇ રહ્યું છે અને તે સતત વધી રહ્યું છે. ગ્રીનહાઉસ ગેસ પણ ગ્લોબલ વોર્મિંગ માટે જવાબદાર છે. એમાં નાઈટ્રસઓક્સાઈડ, મીથેન, ક્લોરોફ્લોરોકાર્બન, ઓઝોન વગેરે સામેલ છે. હવામાન ચક્રમાં થઇ રહેલા બદલાવના કારણે પર્યાવરણ પર સતત ખતરો મંડાયેલો રહે છે. દુનિયાભરમાં ગરમીની સીઝન લંબાતી થઇ રહી છે અને ઠંડીના દિવસો ઘટતા જઈ રહ્યા છે. આ બંધુ પૃથ્વીની સારી હાલતના સંકેત નથી.

ત્યારે કરીશું શું એવો સવાલ પ્રશ્ન ઉભો થાય છે.



Try to Reduce Global Warming or Be Ready to Fry in Future

શાળામાં ભણતા ત્યારે આપણને કહેવામાં આવતું કે ધરતી આપણી માતા છે પણ વર્તમાનમાં પરિસ્થિતિ જોતા લાગે છે કે ધરતીએ તો આપણને પોતાના સંતાન માની લીધાં છે પણ આપણે જ તેને માતા નો દરજ્જો આપી શક્યા નથી. આ બાબતને સમજવા માટે આસપાસમાં નજર કરીશું તો પણ ઘણું બધું સમજાશે. માણસે ઘણી પ્રગતિ કરી લીધી છે. તેણે ખુદના માટે સુવિધાઓનો ઢગલો ખડકી દીધો છે. પણ કદાચ તે એ બાબતથી વાકેફ નહોતો કે આજ જ સુવિધાઓ તેના માટે ખતરો સાબિત થઈ શકે છે. શહેરોમાં તો સાડું કમાતી દરેક વ્યક્તિ પાસે ખુદની કાર છે. કેટલાક પાસે તો ત્રણ-ત્રણ કાર છે. જેમની પાસે કાર નથી તેમના માટે પણ કેબ, ઓટોની સુવિધાઓ છે જે સસ્તામાં વ્યક્તિને જે તે સ્થળે પહોંચાડી દે છે . સ્વાભાવિક છે કે કારની સાથે એસી પણ હોવાનું, ધરમાં પણ એસી, ફ્રીજ, ટીવી, વોશિંગ મશીન વગેરે હોવાનું. સગવડો વધતી ગઈ એમ જવાબદારી પાછળ ધકેલાવા માંડી. ખુદને સગવડો દેતા -દેતા આપણે એ ભૂલી ગયા કે આપણી આ આરામદાયક જિંદગીને કારણે પર્યાવરણને જે નુકશાન થઈ રહ્યું છે તે આગામી સમયમાં આપણું ધરતી પર જીવવું દુષ્કર કરી શકે છે. આ સમસ્યાથી બચવાનાં અનેક રસ્તાઓ વર્ષોથી વૈજ્ઞાનિકો, જાણકારો વગેરે આપણી સમક્ષ મુકતા આવ્યા છે, પણ તેનો કોઈ અર્થ સરતો નથી. કોઈ જાણે કેમ પણ આપણને પહેલેથી જ, જ્યાં સુધી ખુદના પગ તળે રેલો ન આવે ત્યાં સુધી કોઈ સમસ્યાને ગંભીરતાથી લેવાની ટેવ જ નથી. ઉદાહરણ તરીકે, રાજધાની દિલ્હીમાં રહેતી દરેક વ્યક્તિ પોતાના આરોગ્ય અને ત્યાંનાં કથળતાં જતાં વાતાવરણને કારણે દરરોજ, મહિને કે વર્ષે એકવાર તો એવું વિચારતી જ હોય

છે કે તે દિલ્હીને છોડીને બીજે ક્યાંક શિફ્ટ થઈ જાય.

આજે કોઈ પણ સ્થિતિ સુધારવા પર ધ્યાન નથી આપતું. આવું જ ગુજરાતના અમદાવાદ, રાજકોટ, સુરત, વડોદરા, વાપી, અંકલેશ્વર સહિતના ઔદ્યોગિક વિસ્તારોમાં રહેતા લોકોનું છે. ટૂંકમાં સમસ્યા ગમે તેટલી વિકરાળ હોય પણ તે જ્યાં સુધી ખુદને સ્પર્શતી ન હોય ત્યાં સુધી આપણે તેનો ઉકેલ શોધતા નથી . પૃથ્વીને બચાવવા માટેના કેટલાય ઉપાયો વર્ષોથી નિષ્ણાતો જણાવી રહ્યા છે. અનુભવ કહે છે. કે આ પ્રકારની સમસ્યાના ઉપાયો જણાવવા નિર્રર્થક છે. કેમ કે પણ ભાગ્યે જ કોઈ તેનો અમલ કરતું હશે. છતાં ફરજના ભાગરૂપે તે આપની સમક્ષ મુકવા રહ્યા . જેમ કે વ્યક્તિગત કારનો ઉપયોગ કરવાને બદલે પબ્લિક ટ્રાન્સપોર્ટનો ઉપયોગ કરવો ,ઓફીસ નજીક હોય તો કારને બદલે સાઇકલ પર અથવા પગે ચાલીને જવું. ધરમાં પડેલી જૂની વસ્તુઓને કચરામાં ફેંકતા પહેલા રિસાઈકલિંગનો વિકલ્પ વિચારવો. દરેક વ્યક્તિએ ઓછામાં ઓછું એક વૃક્ષ ઉછેરવું . જેથી આસપાસનું તાપમાન નિયંત્રણમાં આવે વગેરે. સ્વયંને બચાવવા માટે પૃથ્વીને બચાવવી રહી , પણ ક્યારે? એ સવાલનો જવાબ હજુ દૂર દૂર સુધી તો દેખાતો નથી.



અબોલ જીવો માટેનો માનવીય અભિગમ

છેલ્લા ૧૦ વર્ષથી વિસનગર તેમજ સમગ્ર ગુજરાતમાં સરકારશ્રીના નિ:શુલ્ક તાલીમ અને રોજગારીના પ્રોજેક્ટ સાથે જોડાયેલી સંસ્થા રીબર્થ એજ્યુકેશન એન્ડ રીસર્ચ ફાઉન્ડેશનના સંચાલકો દ્વારા લુપ્ત થતી જતી જીવસૃષ્ટિને બચાવવા અને ઔદ્યોગિકરણના લીધે અને વધતા જતાં શહેરીકરણને કારણે સ્વાન, ગાય, પક્ષીઓ જેવા અબોલ જીવોને પોતાના ખોરાક માટે ખુબ જ જજુમવું પડે છે. જેના કારણે શાકાહારી પશુ-પંખીઓ પણ ઘણીવાર શિકાર તેમજ પ્લાસ્ટીકની બેગમાં પેકિંગ કરેલા ખોરાક



ખાઈને પોતાનું પેટ ભરતા હોય છે. આ જીવો બચે અને તંદુરસ્ત રહે તે હેતુસર સંસ્થાના ટ્રસ્ટી શ્રી રમીલાબેન અમિતકુમાર પટેલ અને સંગીતાબેન પટેલ આ અબોલ જીવો માટે ખોરાકની વ્યવસ્થા કરવાનું તેમજ તેમના સ્વાસ્થ્ય કે બીમારી સામે રક્ષણ પૂરું પાડવા માટે બીજી સંસ્થા સાંઈ જીવદયાની મદદ લઈ આ અબોલ જીવો માટેની વ્યવસ્થા સ્વૈચ્છાએ સ્વીકારી છે. જીવમાત્રની સેવાના વિચારો સાથે જીવતા આ સંચાલકો તેમજ બીજી મહિલાઓની મદદથી તેઓ રોજ આ અબોલ જીવો માટે રોટલા- રોટલી, દૂધ, બિસ્કીટ, અનાજના દાણા વગેરે આવા અબોલ જીવોને પુરા પાડે છે.

શિયાળાની ઠંડી હોય કે ઉનાળાના ધોમધખતા તાપમાં પણ આ વ્યક્તિઓ પોતાના કાર્યમાં પાછી પાની નથી કરતા, વરસાદમાં પણ આ અબોલ જીવોના પેટની ભૂખ ઠારવા માટે હમેશા તૈયાર રહે છે. સંસ્થાના આ સંચાલકો આપ સર્વેને આ અબોલ જીવોને રક્ષણ આપવા વિનંતી કરે છે. અત્યારના આ ગરમીના દિવસોમાં અને તાપ માં પોતાના ઘરની આસપાસ તેમજ છત પર પશુ પંખીઓ માટે પાણી ભરેલા વાસણો મુકવા જેથી તેમનો જીવ બચાવી શકાય.

‘સારથી’ વિષે અપના સૂચનો અભિપ્રાય કે માહિતી આપવા માટે અહી સંપર્ક કરશો.

રીબર્થ એજ્યુકેશન એન્ડ રીસર્ચ ફાઉન્ડેશન

એડ્રેસ: ત્રીજો માળ, મારુતિનંદન કોમ્પ્લેક્સ,

જી.ડી હાઈસ્કૂલની સામે, વિસનગર, જિ. મહેસાણા.

✉ info@rerfindia.org | 🌐 www.rerfindia.org

☎ 02765-223038

નિ:શુલ્ક માત્ર માર્યાદિત વિતરણ માટે પ્રકાશિત.

