

‘હું મારી સરકારમાં ખોટું ના કરી શકું’ કહેનાર જ ગુજરાતને શ્રેષ્ઠ શિક્ષકો આપી શકે
(જી.એન.અસ., પ્રશાંત દ્વારા) બોબડા હથે, પણ તમારી કલ્યાણ ભાજપની સરકાર બને તેવા આશાર કમન્સિબી તલાટી કાકા થોડા વર્ષો મિડીયાની જવાબદારી સંભાળી શકે વ્યાસ સ્ક્રટર ઉપર ગાંધીનગર પોતાની લઈ લેવી જોઈએ, અને હર્ષદ પટેલે પગારમાં પંદર દિવસનો વધુ પગાર

(જી.અન.એસ., પ્રશ્નાત દ્વારા)
હમણાં ભાજપમાં આવેલી નવી પેઢીને
કદાચ તલાઈ કાકાનું નામ પાછ નહીં
હોય, ભાજપનું પ્રદેશ કાર્યાલય પહેલી
ખાડીયાના એક નાનકડા ઘરમાં
ચાલતું હતું અને ત્યાર બાદ ભાજપનું
પ્રદેશ કાર્યાલય અમદાવાદના
ખાનપુરમાં આયું ત્યારે મારી પહેલી
વખત પરિચય થયો તલાઈ કાકા
સાથે, જો કે ત્યારે ભાજપની સ્થિતિ
સારી નહોતી જેના કારણે મારા જેવા
ગણ્યા ગાઠયા પત્રકારો જ ભાજપના
પ્રદેશ કાર્યાલયમાં આવતા હતા,
તલાઈ કાકા આપણાને જુવે એટલે
હથનો ઈશારો કરી પુછે પાણી પીશો,
તમે હા પાડો તો પાણી લઈ આવે પછી
પાછા ઈશારો કરી પુછે કે છા પીશો
અને અને હા પાડો તો સેવકને કહી
છા મંગાવે, આટલું વાંચ્યતા તમને
લાગ્યું હશે કે તલાઈ કાકા બેઠા

બાબડા હશે, પણ તમારી કલ્યાના
ખોટી છે. તલાઈ કાકા બેઠા બોબડા
નહોતા, તેઓ જનસંઘના સમયથી
જો ડાયેલા કાર્યકર હતા, જ્યારે
જનસંઘની કોઈ ટીકીટ લેવા તૈયાર
નહોતું અને ચુંટણી આવે તો પ્રચાર
કરવાના પણ પૈસા નહોતા ત્યારે
તલાઈ કાકા રંગ અને પીછી લઈ
રસ્તા ઉપરની દિવાલો ઉપર
જનસંઘને મત આપજો અને પણી
ભાજપને મત આપજો તેવું લખવા
જતા હતા, ભાજપન તેમને કોઈ પૈસા
આપતું નહોતું કારણ ભાજપ પાસે જ
પૈસા નહોતા, ભાજપ તેમને રંગ અને
કુચ્છો લાવી આપે એટલે રોજ રાતે
શહેરની દિવાલો ઉપર તેઓ
ભાજપના સ્લોગનો લખવા જતા
હતા, તલાઈ કાકાને મનથી ઈચ્છા
હતી કે કેન્દ્રમાં ભાજપની એકલા હાથે
સરકાર બને, જ્યારે રાજ્યમાં પણા

માજપની સરકાર બન તવા આશાર
 હોતા ત્યારે એક સાવ સામાન્ય
 વર્ધકર સ્વમ જોતો હતો કે એક દિવસ
 ન્દ્રમાં ભાજપની સરકાર બનશે.
 ન્દ્રમાં ભાજપની સરકાર બનશે તેવી
 નપેશામાં તલાટી કાકાએ એક બાધા
 લીધી હતી તેમણે જ્યાં સુધી કેન્દ્રમાં
 સરકાર બનશે નહી ત્યાં સુધી મૌન
 તત ધારણ કરવાની બાધા લીધી હતી.
 ના કારણે તેઓ કોઈની સાથે
 બોલીને વાત કરતા નહોતા, તેઓ
 વાત કરવા માટે કાગળ અને પેન સાથે
 આપતા હતા, તેઓ તેમની બધી જ
 વાત કાગળ ઉપર લખીને કહેતા
 હતા., અમે મઝકમાં કહેતા તલાટી
 રી જશો, તો પણ તમારી સરકાર
 આવશે નહી હવે બોલી નાખો, ત્યારે
 તલાટી કાકા બડખાડત હસી પડતા
 નને કાગળ ઉપર લખતા સરકાર
 આવશે જરૂર આવશે, પણ

બાબુ તલાટી કાકા થોડા વખ્યા
કેન્દ્રમાં સરકાર જોયા વગર
માટે વિદાય લઈ ગયા આવા
માં લાખો કાર્યકરો છે જેના
ભાજપને સત્તા મળ્યા પછી
વાવુ કોઓરેસ અને અન્ય વિરોધ
ટે શક્ય બનન્તુ નથી. નરેન્દ્ર
નને અમિત શાહ સામે એકસો
યોગ તો પણ તલાટી કાકા જેવા
ન કાર્યકરોને ફૌજ ભાજપ
જે તેમની તાકાત બની ગઈ
દસ્તપમાં ગુજરાતમાં ભાજપને
વખત સત્તા મળી પરંતુ
હવેલાની સત્તા લાલસાએ
તોડી પારી હતી. પરંતુ માર્ય
માં ભાજપને ફરી સત્તા મળી
ભાજપને કેશુભાઈ પટેલને ફરી
સુકાન સોષ્યુ હતું. ભાજપની
ફરી બનતા કેશુભાઈ પટેલને
મુખ્યમંત્રી કાર્યાલયમાં

જાની જવાબદારી સત્ત્વાળી શક
 હર્યકરને જરૂર હતી, ભાજપના
 કાર્યલિમાં મિડીયાની
 દારી સાંભળા હર્ષદ પટેલ અને
 વ્યાસ હતા, સ્વભાવે બંસે સૌચ્ચ
 પત્રકારોના છાણકા અને
 ને સહન કરી તેઓ ભાજપની
 વી રીતે મિડીયા દ્વારા લોકો સુધી
 હોતે પહોંચે તેવો જ પ્રયાસ કરતા
 યમલ વ્યાસ તો વ્યવસાયે ચાર્ટડ
 નન્ટ હતા, પણ તેમને ભાજપ
 નથણી લગાવ હતો. કેશુભાઈ
 કાર્યલિમાં દ્વારા સચિવાત્ત્યમાં
 પત્રકારો સાથે સંવાદ કરે તેવી
 કેતની માગણી પ્રદેશ ભાજપ
 વી ત્યારે ભાજપે હર્ષદ પટેલ અને
 વ્યાસને મુખ્યમંત્રીના
 યમાં જવાનો આદેશ આપ્યો,
 આઠ હજારનો પગાર નક્કી
 ને રોજ હર્ષદ પટેલ અને યમલ

સ્કુટર ઉપર ગાંધીનગર પાતાના
 માટે નિકળી હતા હતા,
 આની ૪૫ ડિગ્રી ગરમીમાં પણ
 મને સ્કુટર ઉપર ગાંધીનગર જતા
 હતા., અમે ક્યારેક તેમને મજાક
 રતા ભાજ્ય ભાજ્ય કરશો નહીં
 ગણગી જાવ નહીંતર એક દિવસ
 માં હાઈવે ઉપર ઢબી જશો અને
 નગર હાઈવેને યમલ-હર્ષદ માર્ગ
 આપવામાં આવશે. ત્યારે તેઓ
 તલાટી કાકા જેણું નિર્દેખ હાસ્ય
 ના હતા. યમલ અને હર્ષદ
 વાઈ પેટેલની સરકારમાં જોડાયા
 થોડા મહિનામાં હર્ષદ પેટેલને
 વાદની વાસણા કોલેજમાં
 એક તરીકે નોકરી મળી હતી.,
 પેટેલે ત્યારે શુ કરવુ જોઈએ તેવી
 છ હરેન પંડ્યાની લીધી અને
 એ કહ્યુ પાર્ટીનું કામ તો કરો પણ
 મારી નોકરી મળતી હોય તો પણ

લિખવા જાઈએ, અને હર્ષદ પટેલ નું શિક્ષણનું કામ પસંદ કરી સ્વીકારી લિખી, જો કે પ્રાથમિક નોકરી મળ્યા બાદ પણ મેં વખત હર્ષદ પટેલને વાયલના ચક્કર કાપતા હતા, હિવસ મેં પુછ્યુ તે ભાઈ નોકરી ગઈ તો હવે ભણાવો, ગાંધીનગર મ આવો છો. હર્ષદ પોતાની જગ્ઘાવી કે કેશુપાઈ પટેલની સમાંથી તેમને જે પગાર મળ્યો માં કઈક ભુલ થઈ છે અને પંદર નો વધુ પગાર મને ચુકવ્યો છે. ગાર પાછો આપવા માટે હું આવું મારી વાત કોઈ સમજવા તૈયાર જાયારે કોઈ પણ પક્ષની સરકાર ત્યારે તેના કાર્યકરો કઈ રીતે રનો ફાયદો લઈ પૈસા કમાવી તેવા પ્રયાસમાં હોય છે ત્યારે પનો એક કાર્યકર પોતાને મળેલા પગારમાં પંદર હિવસના વધુ પગાર આવી ગયો છે તે પરત આપવા માટે ધક્કા ખાઈ રહ્યો હતો. હર્ષદ પટેલને વધુ મળેલા પૈસા માટે ૨૦૦૧ સુધી હર્ષદ પટેલ ધક્કા ખાધા અને પૈસા જમા કરાવ્યા હતા. આમ સાવ સામાન્ય બાબત લાગે, પણ મારી સરકાર છે અને હું મારી સરકાર સાથે ખોડું કરી શકું નહીં તેવું વિચારવા વાળા કાર્યકરો પણ આ પાર્ટી પાસે છે. ત્યાર બાદ પ્રાથમિકની નોકરી સાથે હર્ષદ પટેલ ભાજપના મિડીયાની જવાબદારી સંભાળતા રહ્યા, વર્ષો પછી ભાજપને હર્ષદ પટેલ અંગે વિચાર આવ્યો અને મુખ્યમંત્રી વિજય રૂપાણી સરકારે હર્ષદ પટેલને ટીચર્સ યુનિવર્સિટીના વાઈસ ચાન્સલર તરીકે નિયુક્ત કર્યા છે. આજથી હવે હર્ષદ પટેલ એક નવી ભૂમિકા છે, અપેક્ષા એટલી જ તેઓ ગુજરાતને શ્રેષ્ઠ શિક્ષકો આપશે.

બાળકીએ પાલવ ન છોડ્યો અને મહિલા પોલીસ રડી પડી, બની બતાવ્યું શ્રેષ્ઠ માતા

(જી.એન.એસ, પ્રશ્નાંત દ્વાળા) ૨૧૧૪ની વાત છે, તે દિવસે હું અમદાવાદના ખોખરા પોલીસ સ્ટેશનમાંથી મારી નોકરી પૂરી કરી ઘર તરફ જઈ રહી હતી. મેં જોયું તો બસ સ્ટેન્ડ ઉપર લોકોનું ટોળુ ઊભુ હતું, એક તરફ કુતુહલ પણ હતું, સાથે પોલીસ તરીકે પણ મારે ત્યાં શું થઈ રહ્યું છે તે જોવાની જવાબદારી હતી. હું લોકોનું ટોળુ પાર કરી ત્યાં પહોંચી તો મેં જોયું તો બસ સ્ટેન્ડ ઉપર એક પ્લાસ્ટિકની થેલી પડી હતી, લોકોની નજર થેલી તરફ હતી, કારણ થેલીમાં કઈક હલનયાલન થઈ રહી હતી. મેં સાવચેતી સાથે થેલી ખોલી જોયું અને થેલીના અંદર નજર કરતા હું પોલીસ હોવા છાતાં મારી શરિરમાંથી લખલાયું પસાર થઈ ગયું, થેલીમાં એક નવજાત બાળકી હતી. આ શહેરો હાલમાં ઈસનપુર પોલીસ સ્ટેશનમાં હેડ કોન્સટેબલ તરીકે ફરજ બજાવતા શરૂતલા પરિહારના છે. હેડ કોન્સટેબલ શરૂતલા પોતાની વાત આગળ વધારતા કહે છે. મેં તરત વિચાર કર્યો કે આ નવજાત બાળકી કોની છે અને કયાંથી આવી તેનો તપાસ કરવાનો સમય નથી પહેલા આ બાળકી હોસ્પિટલ પહોંચે તે જરૂરી છે. મેં ૧૦૮ એભ્યુલન્સને ફોન કર્યો અને મિનિટોમાં એભ્યુલન્સ આવી ગઈ, બાળકીને મેં મારા પોલીસ યુનિફોર્મના હૃપ્પટા પકડી રાખી હતી. મને ખબર નથી બાળકી એભ્યુલન્સ સ્ટાફને સૌંપવાને બદલે હું પોતે જ કેમ બાળકીને લઈ એભ્યુલન્સમાં બેસી ગઈ અમે અમદાવાદ સિવિલ હોસ્પિટલ પહોંચ્યા. ડોક્ટરે સારવાર શરૂ કરી, બાળકીની તબીયત નાજુક હતી કારણ એકદમ તાજી જન્મેલી હતી. મને લાયુ કે આ મારી જ બાળકી છે. ડોક્ટર મને બહારથી દવાઓ લઈ આવતી હતી, પોલીસ તરીકે મારી ફરજ પૂરી થઈ ગઈ હતી, પણ જ્ઞાન મારુ એક માતા તરીકેનું મન મન ત્યાંથી ખસવા દેતું નહોંનું, હું પંદર દિવસ સિવિલ હોસ્પિટલમાં તેની સાથે રહી મારે તેની સાથે કોઈ સંબંધ નહોતો છતાં મને લાગતું હતે તે મારી જ છે. મારી ઘરે પણ મારી એક દીકરી હતી, છતાં મને આ બાળકી સાથે લગાવ થઈ ગયો હતો. પંદર દિવસ પછી બાળકીની તબીયત સારી થતાં હોસ્પિટલે બાળકીને નારી સ્વરક્ષણ ગૃહમાં મોકલવાનો નિર્ણય કર્યો કારણ કે અમે પંદર દિવસ સુધી બાળકીને માતા કોણ છે તેને શોધી શક્યા નોતા. હું બાળકને નિયમ પ્રમાણે સ્વરક્ષણ ગૃહમાં મુકવા ગઈ, જ્યારે હું નારી સ્વરક્ષણ ગૃહમાં

બાળકીને સાંપી રહી હતી ત્યારે
બાળકીએ તેની નાનકડી
માંગળીઓથી મારો ડ્રેસ પકડી રાખ્યો
તો. જાણો તે મને કહી રહી હતી કે
તું તેને છોડીને ના જાઉ, મારી આંખોમાં
સુઅ વહેવા લાગ્યા. હું મારી જ
કરીને છોડી જઈ રહી હોઉં તેવું મને
ગાગી રહ્યું હતું, તે દિવસે ઘરે ગઈ
જાણ રાતભર બાળકીનો ચહેરો મારી
આમે આવી રહ્યો હતો, હું સુઈ શકી
પછી, બીજા દિવસે હું ફરી નારી
વરકાણ ગૃહ પહોંચી મેં કહ્યું હું
બાળકીને દટક લેવા માણું છું, તેમણે
ને સવાલ કર્યો કે તમારે તો એક
કરી છે, તમારે કેમ આ દીકરી
ઠેરીએ છે. મેં કહ્યું આ પણ મારી જ
કરી છે, હું તેના વગર રહી શકુ
પછી, તેમણે મારી પાસે દટક આપવા
નાટેના ફોર્મ ભરાવ્યા, સરકારી
નિયમ પ્રમાણે સરકારી
મધ્યકારીઓએ મને દટક આપતા
હેલેવા બોલાવી, તેમને પણ આશ્વય
તું કે એક દીકરીની માતા હોવા છતાં
કેમ તેને દટક લઈ રહી છું, તેમને
ર એવો પણ હતો કે જો મને ફરી
જીજુ કોઈ સંતાન થાય તો હું આ
કરીને સંભાળ રાખીશ નહીં, મેં
માતરી આપી કે હવે હું બાળકને જન્મ
નાપીશ નહીં, છતાં સરકારી
મધ્યકારીઓને મારી વાતનો સંતોષ

દી, તેમણે મને મારી આવિષક્તિ
પુછી મેં કહ્યું પોલીસને નોકરી
મારી પાસે કઈ નથી બસ એક
સરકારી અધિકારીએ કહ્યું તમે
ધીકરીના નામે તમારું ઘર કરી
નાં હા પાડી અને મેં ધીકરીના
ર કરી દીધું, આખરે સરકારી
ને આવીન મને ધીકરી મળી.
ધીકરી છ વર્ષની છે તેને અમે
ધીકરીના નામ આપ્યું છે. મારી
ધીકરી અને અનામીકા ખાસ
થઈ ગયા છે. પોલીસની
દરમિયાન અનેક ગુંડાઓને
નું કામ કર્યું છે. સરકારે મારી
દો ભર્યા કામના ઈનામ પણ
છે પણ મને લાગે છે તેમાં સૌથી
મારા જીવનમાં કઈ હોય તો
કાનું આગમન છે. અનામીકા
નાને મારા પરિવારનો અતુલ્ય
છે. હેડ કોન્સ્ટેબલ શકુંતલા
ની વાત સંભળી મને લાગ્યું
હુરો માત્ર સરહદ ઉપર હોય
નથી આપણી આસપાસ પણ
જેવા બહાદુરો હોય છે. આ
એની કંઈ તાકાત જ સમાજને
રાખે છે. બધું જ ખાડે ગયું છે
લાગે ત્યારે શકુંતલા અને
ધીકરીની કહાની આપણાને
નું બળ આપ છે. અમે
ને સલામ કરી છીએ.

લાક લોકોને મળો તો તેમની દર હોય છે કે તેમને એક સાથે ઊંઘ જ નથી આવતી. તેઓ અંગી જાય છે. આરોગ્ય તો મુજબ, રાતના એકાદ વાર સામાન્ય બાબત છે, પરંતુ જો તે તમે એકથી વધુ વાર જાગી હો તો તમારી અંદર કોઈ જીવ સમસ્યા છે તે મ તમારે એબીસી ન્યૂઝ ઓસ્ટ્રેલિયાએ મુંહ હતું કે ઐતિહાસિક રીતે, જીત માટે બે તબક્કાની ઊંઘ હતી. અર્થાત્ લોકો બે માંનાં ઊંઘ લેતા હતા. તમે જો જાણતા હો તો આજથી દસ-પર્ય પહેલાં સુધી લોકો સૂર્યાસ્ત નાસ જમી લેતા અને પછી સૂર્ય હેતા. ગામડામાં હજુ પણ આ પર્યાજનવાપેલી છે. જે લોકો આ હેલવા સૂર્ય જતા તેઓ કેટલાક પછી જાગી જતા અને એકાદ સુધી જગેલા રહેતા. તે પછી તબક્કાની ઊંઘ લેતા. હવે તો ચોવીસે કલાક ઉપલબ્ધ હોય ના કારણે સૂર્યાસ્ત પછી પણ સમય જાગવાનું શક્ય બન્યું છે. ઇન્ટરનેટ અને મોબાઈલના હવે રાત્રે જ મહેફિલ જામે છે. મહેફિલનો અર્થ ઊંઘો ન લેતા ચીજોને પર સિરિયલો રાતે આઈ વાગ્યા પછી જ સારી શરૂ થાય છે. સમાચાર પણ રાતે નવ વાગ્યે જ વધુ સારા અને વિશ્વેષણાત્મક આવે છે. જૂનાં ગીતો જોવા હોય તો રાતના નવ પછી જ આવે છે. નોકરિયાતો માટે આખો દિવસ વોટ્સએપ ન જોઈ શક્યા હોય તેઓ રાતે સંદેશાઓ જોઈ લે છે. ફેસબુક પર આંટો મારી આવે છે. યુવાનો તેમના દોસ્તો સાથે સ્કૂલ/કોલેજ પછી પણ રાત્રિના સંપર્કમાં ચેટ દ્વારા રહે છે અથવા પણજ જેવી ગેમ તેમના દોસ્તો સાથે મળીને રમે છે. ટૂંકમાં, હવે દિનચર્યાએવી બની ગઈ છે કે રાતના બાર વાગ્યા સુધી જાગવું તો લગભગ સામાન્ય છે. સિવાય કે એવાં ઘરો હોય જેમાં માતા કે પિતાની નોકરી ખૂબ વહેલી સવારે હોય કે અપડાઉન કરવાનું હોય કે પછી સંતાનની વહેલી સવારની શાણા હોય. આપણી મૂળ વાત રાતના ઊંઘમાંથી જાગવાની હતી. જો તમે ઊંઘમાં વારંવાર જાગી જતા હો તો તેનો અર્થ એ થયો કે તમને મળતી ઊંઘ આરામદાયક નથી. ઊંઘમાંથી તમારા જાગવાનાં કારણો અનેક હોઈ શકે જેમાં તણાવ, લઘુશંકા કે ગુરુશંકા, બહુ ગરમી લાગતી હોય વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. આમાંથી કેટલીક ચીજોને તો જીવનશૈલીમાં સામાન્ય ફેરફારો દ્વારા દૂર કરી શકાય છે, પરંતુ

તે એકથી વધુ વાર જાગી જવું શું આરોગ્ય સમસ્યા હોઈ શકે...!!?

બાબતો તમારી આરોગ્યની વિશે દરખાં છે. જો તમને શાસની વિશે હોય જેને અંગ્રેજમાં સ્લીપ થા કહે છે, તો પણ તમે ઊંઘમાંથી શકો છો. આ તકલીફ તમને રાત્રે જ હેરાન કરે તેવું નથી. દેવસે ઊંઘશો તો પણ તમને આ હેરાન કરી શકે છે. તમે નસકોરાં થવવા, જાગો ત્યારે હાંઝી ગયા વો નુભવ, વહેલી સવારે માથું વું અથવા દિવસ દરમિયાન મન ગવું જેવાં જો લક્ષણો અનુભવતા તમારે બને તેટલું તરત તમારા રને બતાવવું જોઈએ. ધાળી વાર વો ત્રાસ પણ અનુભવાતો હોય પાતનો ગ્રાસ એ હુંસ્વમથી જુદો પાતનો ગ્રાસ એ છે કે જેમાં લોકોને લાગે કે તેઓ જાગો તો છે પણ શું રહણું છે તે જાણતા નથી. જ્યારે જાગે છે ત્યારે તેમને કયું સ્વમ વું હતું તે યાદ નથી હોતું. જો એ આવી તકલીફ થતી હોય તો એ ઊંઘના વિશે ખજને બતાવવું એ. તે તમને તમારી ઊંઘની પતા સુધારવામાં મદદ કરી શકે. લોકો એમ માને છે કે અનિદ્રાનો થાય છે સૂઈ ન શકવાની ક્ષમતા. દ્રાનો આ એક પ્રકાર થયો. પરંતુ મે એકધારું સૂઈ ન શકતા હો તો તમને અનિદ્રા જેને અંગ્રેજમાં ઈન્સૉન્નિયા કહે છે તે હોઈ શકે. આરોગ્ય નિષ્ઠાતોના મત મુજબ, રાત્રિ દરમિયાન અનેક વાર ગવું એ તથાવના કારણે થતી અનિદ્રાનો એક પ્રકાર છે. સારા સમાચાર એ છે કે તંદુરસ્ત ઊંઘવાની હિન્ચર્યા જેવા જીવનશૈલીમાં પરિવર્તન દ્વારા તેની સામાન્ય રીતે સારવાર થઈ શકે છે. તમે વધુ પડતું ટીવી કે મોબાઇલ જુઓ તો તેની અસર તમારા મગજ પર થાય છે. તેના કારણે તમારા ઝોન, કમ્પ્યુટર કે ટેલ્વિટમાંથી નીકળતો ભૂરો પ્રકાશ તમને ઊંઘમાંથી જગાડી શકે છે. રાતના ઊંઘમાંથી જાગવું ન પડે તે માટે સૂવા જવાના ઓછામાં ઓછા અડથો કલાક પહેલાં ઝોનનો પાવર ડાઉન કરી દો. કેટલાક લોકોને વ્યગ્રતા અને હતાશના કારણે પણ ઊંઘમાંથી જગવાનું કારણ બની શકે છે. વ્યગ્રતા અને હતાશ તેમજ અનિદ્રા બંને સાથે ચાલે છે. એ કેવું મુશ્કેલ છે કે કોના કારણે કયું આવે છે, અર્થાત્ વ્યગ્રતા અને હતાશના લીધે અનિદ્રા આવે છે કે અનિદ્રાના કારણે વ્યગ્રતા અને હતાશા. એક વાત ચોક્કસ છે કે ચિંતાવાણું મગજ કે હતાશ મગજ હોય તો ઊંઘવામાં મુશ્કેલી પડે અથવા ઊંઘમાંથી અનેક વાર જાગો જાવ તેવું બને. અને અપૂર્તી ઊંઘ વ્યગ્રતા અને હતાશમાં વધારો જ કરે છે. (જ.અન.એસ)

ગુજરાત મંત્રીમંડળ વિસ્તરણઃ ધરના ઘંટી ચાટે અને પારકાને આંટો

(જી. એ ના. એ સા. તખુ ભાઈ સાંડસુર) તાજેતરમાં ગુજરાત મંત્રીમંદળનું વધુ એક વખત વિસ્તરણ કરવામાં આવ્યું. લગભગ તમામ વિસ્તરણ કોણે સમાંથી ભાજપમાં પ્રવેશ પામેલા ધારાસભ્યોને મંત્રીપદ તાસક માપવા માટે ની આ કવાયત હતી. ઘણા બધા ધારાસભ્યો એવા છે જે ખૂબ સિનિયર છે પાર્ટી માટે ખૂબ કામ કર્યું છે છતાં પણ તેમનની નોંધ લેવામાં આવી નથી. તેવો વિરોધનો સૂર ઉઠી રહ્યો છે. આ સમગ્ર કવાયત પાછળનો હેતુ આગામી લોકસભાની મહત્તમ સીટો હાંસલ કરવા માટેનો છે જે સીટો ભાજપ માટે નબળી ગણાય તેના કેટલાક પોકેટ્સ માંથી કાંગરા જે રવવાનો ભાજપની નેતાગીરીની ગણતરીછિ, વ્યૂહાત્મક છે થોડા સમય પહેલા કુવરજ બાવળીયા ને મંત્રી. તે કોળી સમાજની વોટબેકને મજબૂત કરવાનો પ્રયાસ તરીકે સમીક્ષકો ઓળખે છે કોળી સમાજ સૌરાધ્રમાં મહત્તમ ભાજપની સાથે રહ્યો છે પરંતુ તેનું નેતૃત્વ છેલ્લા બે દસકાથી પરશોતમ સોલંકી પાસે છે તેઓ હાલ ખૂબ બીમાર ચાલી રહ્યા છે જેથી કરીને કોળી સમાજ ની નવી નેતાગીરી ઉભી કરે રહ્યા જ નવી

માના પટેલનું રાજીનામું અને તેનો
ભાજપમાં પ્રવેશ જોવાઈ રહ્યો છે હજુ
ને કોઈ વિશેષ પદ મળ્યું નથી પડ્યો
કુસમયમાં તેને ખૂબ સારું પદ મળે
એવી શક્યતાઓ જોવાઈ રહ્યી છે
વાહર ચાવડા આહિર જ્ઞાતિના
થથલજ્જભાઈ ચાવડા જે એક વખતના
ગ્રેસ જુનાગઢના તાકાતવર સંસદ
મળ્ય હતા તેમના પુત્ર અને આહીર
માજ પર ખૂબ મોટું પ્રભુત્વ ધરાવે
છે હેલ્લી ગણ ટમથી માત્ર પોતાની
કાકાતથી માણાવદર બેઠક પર ચુંટાઈ
હાં છે ભાજપે તેમનો કાંગરો
સરવિને જુનાગઢ અને પોરબંદર તથા
મરેલી બેઠકમાં આહિર જ્ઞાતિના
તંતદારો પર ગાબું પાડવાનો પ્રયાસ
ર્યો છે. આ બધી જ બેઠકો એક યા
દીજી રીતે ભાજપ માટે નબળી
જ્ઞાવામાં આવી રહ્યી છે તેથી
વાહરને તાત્કાલિક રાજીનામું
આપીને કેબિનેટ મંત્રી પદ આપવામાં
નાયું છે પરસોતમ સાબરીયા સાથે
નાવતો દિવસોમાં પણ તેમને આવી
કોકલેટ મળી જશે. જેથી સુરેન્દ્રનગર
અને રાજકોટ બેઠક પર તેમનો ઉપયોગ
રી શક્ય તમામ બાબતો સૌરાષ્ટ્ર અને
તંતર ગુજરાતમાં નબળી દેખાતી
જાળાને લોધાભાડીએ ને અંદે

ખેલ દ્વારાઈ રહ્યો છે . જેમાં
ફળ થાય છે તે સમય જ કહી
રેયાધારના કેશુભાઈ નાકરાણી
નું પટેલ જેવા ધારાસભ્યોએ
ના નેતૃત્વ સામે અવાજ
જીની કોણિકા કરી . કેશુભાઈ
ની છેલ્લા છ ઠર્મ થી ભાજપ ની
અકબંધ રાખવામાં સહફળ રહ્યા
ઓ અને ગારીયાધારમાં તેઓ
ચ વર્ષથી અજ્ય છે . હવે તેમણે
ની નેતાગીરી ને ચેલેન્જ કરી છે.
રફરફ કનું પટેલ પણ આવો જ
ાલાપી રહ્યા છે . ત્યારે એવું
ધરના છોકરા ઘંટી ચાટે અને
ને આંટો . પક્ષપલટો કરનારા
ધારાસભ્યો પોતાની સીટ ને
માનેછે . એટલા માટેકે તેઓએ
મા આચા છે તેથી તે બધાની
ણી પણ લોકસભાની સાથે જ
એટલે કે એના મતદારોને બે
મળો એક લોકસભા , અને
ખભા જેથી તાજેતરની નરેન્દ્ર
વધેલી લોકપ્રિયતા નો લાભ
માં મળી શકે તેમ છે . તેની
ધારાસભામાં પણ ચુટાવું સહેલું
ગણિત દેખાઈ રહ્યું છે માટે આપ
ધારાસભ્યો કૂદકો મારીને
સુંવાળી ગાઈ પર આળોટવા
(અનુભાવ)

ર થવાનું જોખમ ઘટે છે!!!

યા જવા વચ્ચેના સબધન શહરો
સના આયોજનમાં વધુ
રવા જેવો છે જેનાથી શહેરો
આપણાં અને તંહુરસત બને અને
ઘ્યમાં શહેરના લોકોનું માનસિક
ઓળખ સુધરે." માત્ર માનસિક
જગ્યની બાબત જ નહીં, પરંતુ
ની બાબત આવે ત્યારે પણ
બાળી જગ્યાનું મહત્વ આવે છે.
એ બીઅમ્સી પબ્લિક ડેલ્ટમાં એક
સાસમાં સંશોધકોને જગ્યાયું કે
બાળી જગ્યામાં પણ જથ્થા કરતાં
વતાા મહત્વનું છે. માત્ર
માજુથી હકારાત્મક અનુભવ
થતો તેમ અભ્યાસના લેખક અને
ન્ડના વોરિવિક યુનિવર્સિટીના
ચ.ડી. ઉમેદવાર વિક્ટોરિયા
નનું કહેવું છે. હોલ્ડનના
સાસમાં વસતી ગણતરીના
ઓનો ઉપયોગ કરાયો હતો જેનાથી
પાપી શકાય કે લોકોને કેટલી
પાળી જગ્યા મળે છે. લોકો
ના કાર્યાલય નજીક બગીચામાં
પાર મુલાકાત લેતા હોય છે અથવા
બાજુના વિસ્તારમાં રમવા માટે
હોય છે. હોલ્ડનના મત મુજબ,
હરિયાળી જગ્યા અને માનસિક
ઓળખ વચ્ચેનો સંબંધ જટિલ છે.
એ અવધિયાં દેખાતે હું



ન્યુઝ. વિરમગામ, તસવીરે:- વંચીત રહી ગયેલા બાળકોને આરોગ્ય વિભાગની વિવિધ ટીમો દ્વારા બીજા તથા ત્રીજા દિવસે હાઉસ ટુ હાઉસ કામગીરી કરીને પોલીયોની રસી પીવડાવવામાં આવી રહી છે. તાલુકા હેલ્પ ઓફિસ વિરમગામની ટીમ દ્વારા પોલીયોની હાઉસ ટુ હાઉસ કામગીરીનું

ઓસ વેરીફિકેશન કરવામાં આવ્યુ હતુ. હતા
 જીણ સરોવર વિસ્તાર, ઈટોના
 નન્ડાઓ, કન્સ્ટ્રક્શન સાઈટ, ખેતરો
 રેવા અંતરીયાળ તથા દુર્ગમ
 વેસ્ટારોમાં કુલ ૧૧ મોબાઇલ ટીમ
 રા બાળકોને પોતીયો વિરોધી રસી
 વિવાહીને રક્ષિત કરવામાં આવ્યા

આ કામગીરીનું ડો. ગીતાં
ન બોહરા, તાલુકા હેલ્થ
ર ડૉ. વિરલ વાધેલા, ફિલેસુ
ન મકવાણા, મપહેસુ
મકવાણા, નીલકંઈ વાસુક્યા,
પાવરા, વિવિધ પ્રાથમિક
કેન્દ્રના મેડિકલ ઓફિસરો,

હેલ્થ ઓફિસર, આરબીએસકે
લ ઓફિસર, આયુષ મેડિકલ
સર, સુપર વાઇઝરો સહિત
ય વિભાગના કમ્પચારીઓ દ્વારા
ખોજન કરવામાં આવી રહ્યું છે.
૧. હેલ્થ ઓફિસર ડૉ. વિરલ
એ જણાયું હતું કે, વિરમગામ
તાલુકામાં પોલીયો અભિયાનના
બીજા દિવસે હાઉસ ટુ હાઉસ
કામગીરી કરવામાં આવી હતી અને
પ્રથમ દિવસે પોલીયો બુથ પર
પોલીયોની રસી ન પીધી હોય તેવા
૦ થી ૫ વર્ષના બાળકો શોધવામાં
આવ્યા હતા અને આ બાળકોને

નખસરોવર, હંટોનાભણી, ખેતર, કાન્સુકશન સાઈટ જેવા દુર્ગમ વિસ્તારોમાં પોલીયો રસીકરણ કરાયું

