

તંત્રી રથાનેથી...

નિડરતા સૌથી મોટુ હથિયાર

સમગ્ર દુનિયામાં હાલ કોરોના વાયરસના કારણે ભયના મહિલમાં જીવી રહ્યું છે. અસંખ્ય લોકો આ વાયરસની જોગણમાં આવ્યા છે. આ ખતરનાક વાયરસને આપણે ઓઈ શકતા નથી. જેની સામે લડવા માટે આપણી પાસે કોઈ હથિયાર પણ નથી. ત્યારે આવા સમયે ખૂબ જ સાવધાનીપ્રવક્ત આપણે ક્રમ લેવાની જરૂર છે. બેજી બાજુ સોશિયલ મીટિયામાં ફેલાવી એકવાચો પણ ડરનો માહોલ ઉભા કરવા માટે સક્રિય છે. લોકોનાં અનેક પ્રકારના ડર ઉભા છે, નોકરી જવાનો ડર, વાયરસના સંક્રમણમાં આવાનો ડર, ડર છે કે, ક્રાંક લોકડાઉન ન થયું. ડર એ વાતનો છે કે, ક્રાંક આ વાયરસનો શિકર ન બનીયો. બધું મળીને એ વાત સામે આવે છે, ડર આપણને નભાળ પાડે છે. આ ફક્ત મનોવૈજ્ઞાનિક તથી નથી. ડરના કારણે આપણા ફિલ્મોલોઝી પર ખતરનાક અસર પડે છે. આ ડર આપણી ઇમ્પોશનલ હેસ્થ પર બબાઈ કરી નાખે છે. જેના કારણે આપણી પ્રતિરોધ કરવાની ક્ષમતા પર ખૂબ જ અસર પડે છે. હીક્ટાટમાં ઓઈએ તો, પ્રતિરોધ કિસ્ટમ અનેક લાખો કોશિકાઓ સાથે મળીને બને છે. જેમણીએ અસુધુ કોશિકાઓનું ક્રમ હોય છે, બિમારીથી લડવું અને સ્વસ્થ રાખવું આંદોલાના શરીરમાં આ કોશિકાઓ ભમણ કરતી હોય છે. જેને કાર્ટર સેસ્સ પણ કહેવાય છે. એક રીતે જોયા જઈએ તો, આ કોશિકાઓને શરીરમાં સિપાહીએની માફક હુલ્માલો કરે છે. શરીરમાં કોઈ પણ પ્રકારનો વાયરસ કે બેકેટેન્યાનો પ્રેવેશ થતાં જ તેના પર તૂટી પડે છે. તેમે જ્ઞાતા જ હથો કે, દરરોજ હથ્રો વાયરસ આપણા સંક્રમણમાં આવતા હોય છે, પણ તે આપણું ખુબું જ બગાડી શકતા નથી, કેમ કે, આ કોશિકાઓને આભાર માનવો જોઈએ, પણ વિચારો કે, જે આ લડાયક કોશિકાઓ જ નભળી પરી જ્યા જ્યા તો. અથવા તો ઓછી થઈ જ્યા તો. ત્યારે આવા સમયે નભળામાં નભળો વાયરસ પણ આપણા પર અટેક કરી શકે છે. આપણે બધાથે એડુશનું નામ સંભળ્યું હોય. દુનિયાભરમાં તેના કારણે ડરનો માહોલ છે. આ નિમારી ફક્તને ફક્ત પ્રતિરોધ ક્રમતા નભળી હોવાના કારણે જ થયું. વળી પાછા આપણે ડર તરક આવી તો, ડર આપણા સ્ટ્રેસ હોર્મોન કોર્ટિકોલેને અસંબુદ્ધિત કરી એસ્ટ્રોન્સિસ્ટ કરે છે. પ્રતિરોધ ક્રમતા જીવી ડિસ્ટર્બ

થાય છે, તેની સૌથી પહેલા અસર આ લડાયક કોશિકાઓને પર થાય છે. આ કોશિકાઓ ઓછી થવા લાગે છે. જેમ જેમ આ કોશિકાઓ ઓછી થવા લાગે છે, પ્રતીકરક શાર્કેન પણ ઓછી થવા લાગે છે. ત્યારે આવા સમયે આપણા શરીરમાં ડર એટલો વધી જ્યા છે કે, આપણે નક્કી નથી કરી શકતા કે, ડર કરી વાતનો છે અને કરી વાતનો ડર નથી. ત્યારે આવા સમયે આપણી લડાયક કોશિકાઓને વધુ નભળી થઈ જ્યા છે. કુલ મળીને જ્યારે તથાબ, ચિંતા અને ડર પોતાની સીમા પાર કરી લે છે, ત્યારે આઈસોલેશન અને એકલાપણાથી છૂટકારો મેળવવા માટે કોઈ પ્રયોગ આપણને સુઝીનો નથી, ત્યારે આ લડાયક કોશિકાઓને આપણા શરીરમાં આવતા બેકેટેરિયા તથા વાયરસ પણ આવતા રોકી શકતી નથી. આવા સમયે સરકારે પણ મનોવૈજ્ઞાનિક કાર્યાલયને પોતાની સાથે આ પ્રક્રિયામાં જોડવા જોઈએ. ઉપરાંત આપણી અંદર રહેલી આ લડાયક કોશિકાઓને પણ મજબૂત કરવી જોઈએ. કારણવગરનો ડર આપણને ખતરનાક પરિસ્થિતીમાં મુકે છે. અમેરિકા વાઈરસની સામે પડાના પહેલા આપણે આપણી જાતને મજબૂત હશે તો જ આપણે દુશ્મન પર વિજય મેળવી શકીશું.

આજનું પંચાંગ

વિકાસ સંવત-૨૦૭૯, શાલ્વિયાદન શક-૧૯૪૧, વીર સંવત-૨૫૪૪, ઈસ્લામીક સંવત-૨૫૪૫, તા. ૨૪/૦૩/૨૦૨૦, મંગળવાર, ફાગૃષ વદ-૩૦, અમાસ સુર્યોદાય-૪-૪૪, સુર્યસન-૬-૫૨, જૈન નવકારશી-૭-૫૨, આજની રાતિ: મીન (દ.ચ.જ.થ.), નક્ષત્ર: ઉત્તર ભાડાપદ

<p>- શુભ ચોધીયા -</p> <p>૮-૫૧ થી ચલ-લાભ-અમૃત-૧૪-૪૫ સુધી, ૧૫-૫૨ થી શુભ-૧૭-૨૭ સુધી, ૨૦-૨૭ થી લાભ-૧-૫૬ સુધી, ૨૩-૨૫ થી શુભ-અમૃત-ચલ-૩-૫૦ સુધી</p>	<p>- શુભ હોરા -</p> <p>૮-૫૦ થી ૧૧-૫૨ સુધી, ૧૨-૫૪ થી ૧૩-૫૪ સુધી, ૧૫-૫૬ થી ૧૮-૫૮ સુધી, ૧૯-૫૮થી ૨૦-૫૭ સુધી</p>
---	--

દેનિક રાશીકુણ

મંગળવાર

મેષ (અ.લ.દ.) :- સહાકારી કાળજી રાખવી. આવકનું પ્રમાણ જણવાઈ રહે. વાઈન-માનન સુખ ઉતાર. આરોગ્ય સાચવાનું.

વૃષભ (ભ. વ. થ.) :- કોઈંડિસિક વાતાવરણ સુમેળાભૂત્ય રહે. અભ્યાસમાં પ્રગતિ, ધર્મ આદ્યાત્મિકદ્વારે રથિ વધતી જાયાય.

મિથુન (ક.ધ. થ.) :- નાણાંકીય સ્વધારિત મજબૂત જનતી જમાય. રોજગારીની નવી તક મળે. આવકનું પ્રમાણ રહે.

કર્ક (દ. થ.) :- રાજકીયપદ પ્રતિકામાં વધારો થાય. આરોગ્ય સંભાળું. પલીદી કાયદો થાય.

સિંહ (મ. થ.) :- રાજકીયપદ-પ્રતિકામાં વધારો થાય. કાયદાકીય પ્રશ્નો હથ થઈ રહે છે. નાણાંકી દૂષ થાય.

કણ્યા (પ. ક. થ.) :- નોકરિયાના વર્ગોમાં ઉપરી અધિકારીનું માર્ગદર્શન મળી રહે. આરોગ્ય સંભાળું.

તુલા (ર. ત.) :- પરદેશથી સુખ સમાચાર મળે. એકદંડે સમય સુખ રહે. અભ્યાસમાં પ્રગતિ. વિદેશીથી શુભ સમાચાર પ્રાપ્ત થાય.

વૃષભિ (ન. થ.) :- વાસાગાત મિલકતોના પ્રશ્નો દૂર થાય. માનસિક ચિંતા હળવી રહે. સમય શુભ.

ધન (દ. ધ. ફ. થ.) :- જીમન-માનન-વાહનના યોગ ઉતાર, ધાર્મિક ચિંતા હળવી રહે. અભ્યાસમાં પ્રગતિ.

મકર (ખ. જ.) :- ઈંટેટેવની ઉપાસનાથી મુશ્કેલીઓ દૂર થાય. કાયદાકીય પ્રશ્નો હથ થઈ રહે છે. નાણાંકી દૂષ થાય.

કુલ (ગ. શ. સ.) :- જીમન, વાઈન, માનના યોગ. આરોગ્ય સુખાકારી, કોંદુંભિક વાતાવરણ સુમેળ ભર્યું બની રહે.

મીન (દ. ચ. ગ.) :- છાટેટેવની કૃપાથી મુશ્કેલીમાં રાહત. ધાર્મિકચાર્યા પ્રશ્નો હથ થઈ રહે. આરોગ્ય સાંન રહે.

અમદાવાદમાં ૧ ઉ, વડોદરામાં ૬, સુરતમાં ૪, ગાંધીનગરમાં ૪, કચ્છ-રાજકોટમાં ૧-૧ કેસ નોંધાયા

ગુજરાતમાં કુલ ૩૦ પોઝિટિવ કેસ: લોકડાઉનનો કંઈક અમલ કરવા આદેશ

ગાંધીનગર, તા. ૨૩ વિશ્વાપી ચેપી રોગ કોરોના વાઈરસ મહાદીવાના નીજીજાના રીજા અને ભયાનક સેન્ટર કરી રહેલું હતું. સુરત પાલિકા અને પોલીસ કાર્યકાર્યાલયના જીવરનને બહાર નિકળાયું હતું. ગુજરાતમાં પણ પોલીસ કાર્યકાર્યાલયના જીવરના નોંધાતા વ્ય

કોરોનાએ ભગવાનની ઓળખ કરાવી....! પણ માનવી સમજ્શે કે કેમ....?

(જીએનએસ: હર્ષદ
ક્રામદાર)

વિશ્વભરમાં

કોરોના વાઈરસના ત લાખથી વધુ કેસ નોંધાયા છે. જ્યારે મૃત્યુઅંક ૧૪ હજારથી પણ વધી ગયો છે. ચીનમાં ૩૨૫૫ ના મોત થયા છે. સ્પેનમાં ૩૩૫૫ ના મોત નોંધાયા છે. અને ૨૫ હજારથી વધુ પોઝિટીવ કેસ છે. ઇટાલીમાં ૪૦૩૫ પર મુત્કા પહોંચ્યો છે, અને ૨૪,૮૨૬ જેટલા પોઝિટિવ કેસ નોંધાયા છે. આ બધામાં નોંધાયા બાબત એ છે કે યુરોપીયન દશોમાં માત્ર બે દિવસમાં જ રહે લોકોના મોત નિપજ્યા છે. ડક્કા કોરોના વાયરસ અટકવાનું નામ નથી લેતો.... જેનું મુખ્ય કારણ છે કે રોગ માટેની રીતી આજ દિન સુધી શોધી શકાય નથી. જો કે વિશ્વના વિકાસસીલ દેશોના વિજ્ઞાનીઓ અને એકરો વાયરસને નાથવા માટેની રીતી શોધવામાં મચ્યો પડ્યા છે. પરંતુ હજુ સુધી સંકણતા મળી હોય તેવા કોઈ સંપૂર્ણ પાંખી મુકી દેવામાં આવી

સમાચાર જાહેર થયા નથી. કોરોના વાયરસ એ હવાથી કેવાતો રોગ નથી પરંતુ સ્પર્ધ દ્વારા કેવાતો રોગ છે. તેથી ગીય વસ્તુ હોય અને સ્પર્ધ વધુ હોય લોકો એક્ઝિબિશના સ્પેક્ટમાં વધુ પ્રમાણમાં આવતા હોય કે હોસ ચીજ વસ્તુઓની આપ કે થતી હોય ત્યાં આ રોગ જરૂરી ફેલાય છે. જો કોરોના વાયરસ માનવજીત માટે કેટલો હાતક છે....? જોકે ૧૨ વર્ષથી ૧૨ વર્ષ કલાક પડી રહે તો આપોઆપ ખત્મ થઈ જાય છે. અને એ જ કારણોસર આ બાબતે ઉંડા અભ્યાસ બાદ ભારતના વાયરસન મોદીજાને ૨૨ મીએ રવિવારે લોકોને ખોલોકોની કેર માટે જનતા કરકુંનો ૧૪ કલાકનું એલાન આપ્યું હતું. લોકોને ઘરમાંથી બહાર ન નીકળવા અનુયોગ કર્યો હતો. તે સાથે જેનાથી વાયરસ એક સ્થળથી બીજા સ્થળે જઈ શકે છે અને અન્યોને અપટમાં લઈ લે એવું ન બને તે માટે દેશભરની ટ્રેઇનો, ડ્રાન્સપોર્ટ, વાહન વ્યવહાર પર સંપૂર્ણ પાંખી મુકી દેવામાં આવી


કહેર વચ્ચે રસ્તા પર કરતા લોકો
શહેરની લડાઈ નિષ્ઠાયિક તબક્કામાં પહોંચ્યો ગઈ છે. જેથી શહેરીજનોને આગામી ૨ અઠવાડિયા સુધી ઘરની બહાર ના નીકળવા માટે અપીલ કરવામાં આવી છે. ૨ અઠવાડિયામાં શહેરીજનો કેવી જવાબદારી નીભાવથી તેના પર આખા શહેરનું ભાવિ કરેલું છે અને તેમણે ઉમેર્યું હતું કે, જો આપણે સવાધાની ના રાખી તો આગામી સમયમાં શહેરમાં હજારો અને લાખોની નાંખ્યામાં દર્દીઓનો આંકડો વધી શકે છે.

દરેક નાગરિકોએ જવાબદારી પૂર્વક પોતાની કરજ નિભાવી સૂચનાનું પાલન કરવા માટે જાણાંયું છે. વિજય નહેરાએ પાંખી રાયાના આશિષ ભાવિયા સાથે વાત કરી છે. લોકોને જાહેર રસ્તાઓ પરથી દૂર કરવા માટે પોલીસ ફિરસી આશિષ ભાવિયા સાથે વાત કરી છે. લોકોને જાહેર રસ્તાઓ પરથી દૂર કરવા માટે પોલીસ ફિરસી નીકળી કરવામાં આંકડો વધું છે. મુનિનિશિપલ કમિશનર વિજય નહેરાએ આજ જાણાંયું છે કે, કોરોના વાયરસ સામે અપીલ કરી રહેલી નાના શહેર કે ગામની આવી શકે તે એપણા લાખમાં છે.

મુનિનિશિપલ કમિશનર વિજય નહેરાએ આજ જાણાંયું છે કે, કોરોના વાયરસ સામે અપીલ કરી રહેલી નાના શહેરોને પણ નહેરાએ વધું છે. કોરોના વાયરસ સામે અપીલ કરી રહેલી નાના શહેરોને પણ નહેરાએ વધું છે.

આપણા શહેર કે ગામને કોરોનાથી બચાવી શકાય ?



વિશ્વભરમાં કોરોના વાયરસની મહામારી સામે આવી છે ત્યારે ભારત પણ બાકાત નથી પરંતુ આજાના દિવસે પણ ભારત માં મહાનગરોની સાથે ખૂબ જ ઓછી સંખ્યામાં કેટલાક નાના શહેરોને બાદ કરતાં મોટાભાગના નાના શહેર કે ગામમાં આ વાયરસના કેસ નથી જે આવનાર દિવસોમાં કેટલા આવી શકે તે એપણા લાખમાં છે

સોશિયલ મિડિયામાં કેટલીકાર ટીકા જોવા મળે છે કે ચીનમાં થયો ત્યારે ભારત સરકારે આમ કરવું જોઈતું હતું કે તેમ કરવું જોઈતું હતું હીકીકત માં સરકારે જે કરવાનું હશે તે કર્યું જ હોય પરંતુ હાલ ના તબક્કે આપણે એમ સમજ શકીએ કે ભારતના મોટા શહેરો કે અન્ય રાજ્યમાં શું કરવું તે આપણો વિષય નથી અને આપણા લાખમાં પણ નથી આપણો જોવા હોય અને આવી ગયા હોય તો પોતાની જાણને ઘરમાં આંદ્શોલેટ લોકોને માનસિક અને સામાજિક રીતે મદદ કરી આરોગ્યની શક્કાની કામગીરીમાં સહાય આપે ઉકાળાના કેમ જેવી વાતાથી દૂર

સમાચાર જાહેર કર્યકરો અને પોશેશીઓ પણ આઈસોલેટ લોકોને માનસિક અને સામાજિક રીતે મદદ કરી આરોગ્યની શક્કાની કામગીરીમાં સહાય આપે ઉકાળાના કેમ જેવી વાતાથી દૂર

હેલ્પું કેમ કે
ઉકાળો કદાચ ઈભ્યુનિટી
વધારી શકે
પણ સંકમણથી બચાવી
શકે નહીં
કેમ્પમાં લોકોનું બેગા થયું
સંકમણ વધારી શકે

અને ભારત સરકારની સેલ્ફ ટેસ્ટના કોઈ કોટરના
વીટોઓ ઉપર વિશ્વાસ ના કરી
શકાય કેમ કે તે લક્ષણો છેલ્લા
સેંજ પહેલાં જ આવી શકે ત્યાં
સુધી અંકિત વિરિબાર
સંકમણ વધારી શકે

સામાજિક કાર્યકરો અને
ચોક્કસપણે વાયરસથી બચાવી
શકીશું તેમાં કોઈ શકાની
બાધુભાઈ કે મજાપત્ર

છે.... જે પાંખી આગામી તારીખ ૩૧ માર્ચ સુધી રહેવાની છે. તો પછી દેશભરમાં આ વાઈરસ વધુ ન કેવાતું હોય અને સાથે રચાયેના ૮૦ જિલ્લાનો લોક હાજિન કરી દેવા આવી શકે છે.... આના પરથી એક અંદાજ આવી શકે છે. કોરોના વાયરસ માનવજીત માટે કેટલો હાતક છે....? જોકે ૨૨ વર્ષથી ૧૨ વર્ષ કલાક પડી રહે તો આપોઆપ ખત્મ થઈ જાય છે. એવી શકે છે. અને એ જ કારણોસર આ બાબતે ઉંડા અભ્યાસ બાદ ભારતના વાયરસન મોદીજાને ૨૨ મીએ રવિવારે લોકોને ખોલોકોની કેર માટે જનતા કરકુંનો ૧૪ કલાકનું એલાન આપ્યું હતું. લોકોને ઘરમાંથી બહાર ન નીકળવા અનુયોગ કર્યો હતો. તે સાથે જેનાથી વાયરસ એક સ્થળથી બીજા સ્થળે જઈ શકે છે અને અન્યોને અપટમાં લઈ લે એવું ન બને તે માટે દેશભરની ટ્રેઇનો, ડ્રાન્સપોર્ટ, વાહન વ્યવહાર પર સંપૂર્ણ પાંખી મુકી દેવામાં આવી

અમલ કરવાથી દૂર રહ્યા....! અને બન્યું છે બધું ઉલ્લં જેના કારણે લોકોને માત્ર આપી હોય અને સત્તાપિતી માટે રસ છે લોકોનું જે થયું હોય તે થાય....! તેનો દાખલો છે મધ્યપ્રદેશના કોરોના ટાય કરી ગયો હોય તો શું થાય....? સ્વાવાભિક આવી હોય અને પણ પોતાના જીનના જોગમણે.... એક પણ પણ જાતીઓ હોય એટા વિષયથી રચાયા આવી હોય એટા વિષયથી રચાયા છે.... સ્વાવાભિક આવી હોય એટા વિષયથી રચાયા છે.... એક પણ પણ જાતીઓ હોય એટા વિષયથી રચાયા છે.... એક પણ પણ જાતીઓ હોય એટા

