TRIMURTI HOSPITALS
THE ART OF MEDICAL CARE
Cure with Care

ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ દ્વારા પ્રકાશિત

ત્રિમૂર્તિ હેલ્થ પ્લસ

ગુજરાતી માસિકપત્ર

વર્ષ : ૩ | અંક : ૪ | નવેમ્બર - ૨૦૧૪

ડૉ. ડી. પી. ચિખલીયા

દ્રઢ ઈચ્છાશકિત વિના સ્વચ્છતાનો સંકલ્પ અધુરો

ગાંધીજીએ આપણને આઝાદી અપાવી તેથી આપણે તેમને રાષ્ટ્રપિતા તરીકે માન આપીએ છીએ,પરંતુ તેમના સ્વચ્છતાના પાઠ આપણએ આજે દાયકાઓ પછી પણ શીખ્યા નથી. તો વક્તા તો જુઓ ગાંધીજીએ જેમને દેશમાંથી કાઢવા ઝૂંબેસ ચલાવી હતી, તે અંગ્રેજોની નવી પેઢીની એક યુવતી જ આજે આપણને સ્વચ્છતાના પાઠ ભણાવવા નિકળી છે. વળી, એ સ્વચ્છતા પણ આપણા પવિત્ર યાત્રાધામોમાંના એક મણિમહેશની યાત્રાના માર્ગની જ સ્વચ્છતા જ આપણને શીખવશે, ત્યારે આપણી ધાર્મિકતા અંગે પણ વિચારવાનો સમય પાકી ગયો છે એમ નથી લાગતું?

એક પ્રજા તરીકે આપણને ગંદકી સદી ગઈ છે એમ કહીએ તો ચાલે. આઝાદીની ચળવળની સાથે સાથે ગાંધીજીએ આપણને સ્વચ્છતાના પાઠ પણ ભણાવ્યા હતા, પરંતુ આપણે આજે પણ ઠોઠ નિશાળિયા જ સાબિત થયા છીએ. હિન્દુ માન્યતા પ્રમાણે આપણા શિવજી કૈલાસ પર્વત પર બિરાજે છે. શિવજી એવા દુર્ગમ સ્થાને બિરાજે છે કે ત્યાં સુધી પહોંચવાનું બધાનું કામ નહીં. પરંતુ જ્યાંથી કૈલાસ પર્વત દેખાય એ મણિમહેશની યાત્રાએ તો દર વર્ષે પાંચ લાખથી વધુ યાત્રાળુઓ ઉમટી પડે છે. એમ તો માણસજાત જ એવી કે જ્યાં જાય ત્યાં ગંદકી કરી મુકે છે.પર્યાવરણનો નખ્ખોદ વાળવામાં પણ આપણે પાછળ ફરીને જોયું નથી. એવરેસ્ટ જેવા દુર્ગમ પર્વતારોહણ કરવામાં પણ ઠેર ઠેર ગંદકીના ઢગ ખડકી દીધા છે, જેથી નેપાળે થોડા સમય પહેલાં ખાસ સ્વચ્છતા અભિયાન હાથ ધરવું પડ્યું હતું. એથી આગળ વધીએ તો અવકાશમાં પણ પ્રદુષણ ફેલાવામાં પાછળ પડ્યા નથી.ખ ૈર, હિન્દુઓ અમરનાથ જેવી યાત્રાના સ્થળોમાં ખાસ આસ્થા ધરાવતા હોય છે. જ્યાં સાક્ષાત ભગવાન બિરાજમાન હોવાનું મનાતું હો ત્યાં પણ આપણે સ્વચ્છતા જાળવી ન શકીએ એ તો આપણી ભગવાન પ્રતિ ખરેખર શ્રધ્ધા છે કે કેમ એ પ્રશ્ન પણ ઊભો કરે છે. સિમલાથી ૫૦૦ કિલોમીટર દૂર આવેલા મણિમહેશ તળાવથી આ યાત્રા શરુ થતી હોય છે. ભગવાન શિવજીના ભક્તો ચંબા જિલ્લામાં આવેલા મણિમહેશ તળાવથી આ યાત્રાનો પ્રારંભ કરે છે. જ્યાં લાખ્ખો લોકો યાત્રા કરતા હોય એટલે ગંદકી થાય એ સ્વાભાવિક છે,પરંતુ એ ગંદકી ન થાય એ માટેની કાળજી રાખવી એપણ શિવજીની આરાધના જેવું જ પવિત્ર કામ છે. આ સંજોગોમાં સ્વચ્છતા એક મંદિર જેવી જ હોવી જોઈએ, પરંતુ એમ થતું નથી.

આ યાત્રાનો માર્ગ થોડો મુશ્કેલ ખરો.પરંતુ યાત્રા શરુ થઈ તે પહેલાં જ દલાઈ લામા જ્યાં રહે છે એ ધરમશાળા વિસ્તારમાં કામ કરતી ૩૪ વર્ષની બ્રિટીશ યુવતી જુડી અંડરહિલે મણિમહેશ યાત્રાનો પંથ જોયો ત્યારે એને થયું કે એ ખરેખર ઈશ્વર ભણી લઈ જતો માર્ગ છે કે ગંદકીનો અનુભવ કરાવતો માર્ગ છે. અનુપમ સૌંદર્યને હિન્દુ યાત્રાળુઓએ ગંદકીથી જે રીતે બગાડી મુક્યું હતું, તેથી એક અંગ્રેજ યુવતીનું દિલ પિગળી ઉઠ્યું. એમ પણ જુડી હિમાચલ પ્રદેશના પહાડી વિસ્તારમાં ગાર્બેજ ગર્લ તરીકે જ જાણિતી છે. ધરમશાળા વિસ્તારમાંથી કચરો સાફ કરી આપવાનું ભગીરથ કાર્ય કરી દેખાડ્યા બાદ આ યુવતીને એન્વાર્યમેન્ટ ફિલ્મ ફેસ્ટીવલમાં ગ્રીન હિરોનો ખિતાબ અપાયો હતો. એ કાંઇ એમને એમ અપાયો ન હતો. ખરેખર તો જ્યાં કુદરતે છુટા હાથે સૌંદર્ય વેર્યું હોય એ વિસ્તારમાં કચરો તો પાપ જ લેખાવો જોઈએ. કચરો ગમે ત્યાં નાંખી દેવામાં આપણી પ્રજાને જરાય શરમ નડતી નથી. હજુ આપણે ગમે ત્યાં થૂંકી પણ ન શકાય એવી સાદી સમજ પણ ધરાવતા થયા નથી, ત્યારે આજે પણ વિદેશીઓને કે બીનનિવાસી ભારતીયોને ભારત ડર્ટી લાગે તેમાં નવાઈ શી? દર વર્ષે પાંચ લાખ લોકો મણિમહેશની યાત્રાએ જઈ ત્યાંથી કૈલાસને જોઈ શિવજીની આરાધના કરતા એકે ભારતીયને એમ ન થયું કે આ શિવજી ભણી દોરી જતા માર્ગની સ્વચ્છતા તો રાખવી જ જોઈએ. ગમે ત્યાં પ્રાતઃક્રિયા કરવાની ટેવ તો આપણે શહેરોમાં પણ સુધારી શક્યા નથી, તો જ્યાં માંડ બે પાંચ દિવસ જવાનું હોય એવા વિસ્તારમાં તો એવી શેહ રાખે જ કોણ? એ ઓછું હોય તેમ પ્લાસ્ટિક અને બીજા કોહવાટ પામ્યા વિના વર્ષો સુધી એક જ સ્થિતિમાં રહી શકતા કચરાને દૂર કરવાની તો પડી જ કોને હોય? પાણી પીધુ એટલે પાઉચની કોથળી હોય કે પ્લાસ્ટિકની બોટલ, બસ ઝાડી ઝાંખરમાં ફગાવી દો કે નદીમાં પધરાવી દો, કોણ પૂછવા નવરું છે? હા, કોઈ પૂછતું નથી,પરંતુ પર્યાવરણને કચરાથી દુષિત કરવું ન જોઈએ એટલી સભાનતા તો આઝાદીના છ દાયકા પછી તો આવવી જ જોઈએ.પરંતુ આવી નથી, તેથી જ જુડીએ આખરે પહેલ કરવી પડી.આ વર્ષે તેણે મણિમહેશની યાત્રાએ

(પાના નંબર ૩ ઉપર)

TRIMURTI HOSPITALS
THE ART OF MEDICAL CARE

ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ દ્વારા પ્રકાશિત

ત્રિમૂર્તિ હેલ્થ પ્લસ

ગુજરાતી માસિકપત્ર

વર્ષ : ૩ અંક : ૪ નવેમ્બર-૨૦૧૪

મુદ્રક • માલિક • પ્રકાશક
ડૉ. ડી. પી. ચિખલીયા
મો.૯૮૨૫૨ ૩૧૭૩૧

તંત્રી
ડૉ. ડી. પી. ચિખલીયા

સહતંત્રી
ડૉ. પરાગ પટેલ ડૉ. શૈલેશ જાદવ
ડૉ. રૂપલ પટેલ ડૉ. નવીન કર્ણ
ડૉ. એમ. ડી. સાંગાણી
ડૉ. બ્રિજેશ જસાણી

સંપાદક મંડળ
અમૃત પોંકીયા ડૉ.નિલેશ ચિખલીયા
ડૉ. અદિતિ દવે ઉમેદ ગામી

પ્રિન્ટર
પાયોનિયર ઓફસેટ-જુનાગઢ
મો.૯૮૯૮૦ ૮૪૬૦૮

'ત્રિમૂર્તિ હેલ્થ પ્લસ' માસિક પત્ર દ્વારા અમારો ઉદેશ લોકોને રોગ તથા તેની સારવાર વિષે જાણકારી આપવાનો તથા સારવાર લેતી વખતે યોગ્ય નિર્ણય લેવા માટે મદદરૂપ થવાનો છે. અને લોકોને હેલ્થ વિષે જાગૃત કરવા માટે ઉપયોગી થવાનો છે.

સરનામું
ત્રિમૂર્તિ હેલ્થ પ્લસ કાર્યાલય
ત્રિર્મૂતિ હોસ્પિટલ
નવા બસ સ્ટેન્ડ પાસે, જુનાગઢ
ફોન : ૦૨૮૫-૨૬૩૧૭૩૧,
મો.૯૮૨૫૨ ૩૧૭૩૧
www.trimurtihospitals.in,
E-mail : trimurtihospitals@gmail.com

ક્વોલીટી ઓફ લાઈફ

ડૉ. પરાગ પટેલ

લોકો અને નેતાઓમા 'અચ્છે દિન' ની ચર્ચાઓ થાય છે. ડૉક્ટર અને ભારતના નાગરીક તરીકે એક વિશ્લેષણ આપ લોકો વચ્ચે મુકવાનો પ્રયત્ન કરૂં છું.

આપણે રોજબરોજની જીંદગીમાં એકબીજાની સરખામણી કરતા સાંભળીએ છીએ અને જોઇએ છીએ. અને એજ વાતમાંથી આપણે સુખી કે દુઃખીનો એક "Index" બનાવીએ છીએ. સામાન્ય રીતે રહેવા માટે ઘર હોય, ઘરે કામવાળા કામ કરતા હોય, ગાડી હોય, બાઇક હોય અને થોડી સંપતિ હોય તેને આપણે સુખી કહીએ છીએ. અને આમ જોઇએ તો વિશ્વમાં આજ કદાચ ''ઞક્ષશદયતિફ્હ ઈશિયિંશિફ'' છે એમ માનીએ છીએ. ત્યારે આપણને અમર્ત્યસેન યાદ આવે છે. જેણે એક પાકીસ્તાની વૈજ્ઞાનિક સાથે મળીને દુનીયાને "HDE" એટલે 'હ્યુમન ડેવલેપમેન્ટ ઇન્ડેક્સ' આપ્યો. HDE એટલે શું ?

HDE એટલે લોકો
- કેટલા વર્ષ જીવશે
- સાક્ષરતા
- Education
- રહેણી કહેણીનું ધોરણ
- Quality Of Life

આ બધી બાબતો દ્વારા દુનિયાના દેશોના લોકો વચ્ચે સરખામણીનો એક આંક તૈયાર થતો હોય છે. આ પરથી કોઇપણ દેશ વિકસિત છે, વિકાસશીલ છે (વિકાસ કરતો દેશ) કે પછી પછાત છે તેવું નક્કી થતું હોય છે. કુલ ૧૯૫ દેશો વચ્ચે દર વર્ષે અમુક માપદંડો દ્વારા આંકડાઓનો આધાર લઇ ક્રમાંક નક્કી કરવામાં આવતો હોય છે. તેમાં ભારતનો ૧૩૭મો ક્રમાંક આવે છે. અને તેમાં પણ ૨૦૧૦ની સરખામણીએ બે ક્રમાંક નીચે આવ્યો. તો આપણે તો સુખી છીએ, આપણી પાસે બધું જ છે, ઘર છે, ગાડી છે, મોબાઇલ, ટીવી વગેરે... છતાં આમ કેમ ?

કારણ કે આ ભૌતિક બાબતોમાં આપણે જીવવાનું ભુલી ગયાં છીએ. Quality Of Life પર ધ્યાન જ નથી આપ્યું. જીવનનાં નૈતિક મુલ્યોને સાવ આપણે ભુલી જ ગયાં છીએ. આપણે સમજતા નથી કે ભૌતિક વસ્તુઓ હોવી એ સારી જીંદગીની ઓળખ નથી. ગુણવત્તાયુકત જીંદગીના માપદંડો જુદાં જ છે.

Quality Of Life પ્રમાણે ભારત વિશ્વના ૮૦ દેશોમાં ૬૬માં ક્રમાંક ઉપર છે. તેમાં...
- વ્યકિતની માથાદીઠ આવક
- Life Expectency
- પારીવારિક જીવનની ગુણવત્તા અને ડાઇવોર્સ રેઇટ
- નોકરીની ઉપલબ્ધ તક અને સીકયુરીટી
- પર્યાવરણ
- સામાજિક જીવનની ક્વોલીટી
- રોગ વિનાની લાઇફ

નો સમાવેશ થાય છે.

ઉપરના માપદંડોને જોતા આપણે તેમાં ઘણાં જ પાછળ રહી ગયાં છીએ. આપણે વિકાસની સાથે માનવજીવનનાં નૈતિક મુલ્યોને સમજવામાં ભુલ કરી ગયાં છીએ. હવે જોઇએ તો.....

૧. આપણી પાસે ઘર છે. મોટો બંગલો છે. મોટો ફ્લેટ છે. પરંતુ શું તેમાં પુરતા પ્રમાણમાં હવા ઉજાસ છે. આપણે આપણા આજુબાજુના પર્યાવરણનો આનંદ માણી શકીએ છીએ ? નહીં, કારણ કે આપણાં ટાઉન પ્લાનીંગ બ્રિટીશરોના વખતથી ચાલ્યા આવે છે તે એમને એમ છે, તેમાં કોઇ જ સુધારો નથી.

૨. WHO નાં રીપોર્ટ પ્રમાણે ભારતમાં ગટર વ્યવસ્થા ૧૯૫૦નાં નિયમ પ્રમાણે ચાલે છે. તેમાં કોઇ સુધારો નથી કે નથી કોઇ જવાબદાર વ્યકિત દ્વારા તેમાં પહેલ કરવામાં આવી.

૩. તમારા ઘરની બહાર ગટર ઉભરાઇ જાય, કચરો ભેગો થાય, કોમન પ્લોટમાં ગંદકીના ગંજ ખડકાઇ જાય છે. આમ છતાં નથી આપણા પેટનું પાણી હલતું કે નથી આપણા નેતાનું. કારણ કે આપણે એક જાગૃત નાગરિક તરીકે આપણા નેતાને તે કામ કરવા મજબુર જ નથી કર્યા.

૪. શેરી કે રસ્તા ઉપર આપણે રખડતા રેઢીયાર પશુઓ-ભુંડ, કુતરા, ગધેડા, બકરા વગેરેનો ત્રાસ એટલે ન પુછો વાત. આ પ્રાણીઓના મળ-મુત્ર રસ્તામાં પડયા હોય અને અજાણતા જ આપણે શ્વાસ અને આંતરડાના ગંભીર રોગનો ભોગ બનીએ છીએ.

૫.WHO ના રીપોર્ટ પ્રમાણે ભારતમાં દરેક વ્યકિતમાં ટી.બી.ના જંતુઓ જોવા મળે છે. તો આ જંતુઓ કયાંથી આવે છે. પાનની પીચકારી મારી જયાં ત્યાં થુંકી ગળફામાંથી એક વ્યકિતના ચેપ દ્વારા બીજી વ્યકિતમાં ટી.બી.ના જંતુઓની આપ-લે થઇ ચેપ લાગે છે. આના કારણે ટી.બી. જેવાં ગંભીર રોગોમાં આપણે પીડાઇએ છીએ.

૬. સરકાર તો ઠીક પણ આપણે પણ કાંઇ ઓછા નથી. સોસાયટીના રસ્તા ઉપરથી આપણે પસાર થાય એટલે ખ્યાલ આવી જાય કે કયા ઘરમાં કેરી ખવાઇ ગઇ, છાલ-ગોટલા ડેલીની સામે જ પડયાં હોય. આગળ ચાલો તો ખબર પડી જાય કે કયાં ઘરમાં શું રંધાયુ હશે કારણ કે બહાર ઢોરને ખાવા માટે પીરસાયું જ હોય છે. હવે આ બધો કચરો આપણે આપણા બુટ-ચંપલ કે બાઇક દ્વારા આપણા જ ઘરમાં પાછો લાવીએ જ છીએ અને સાથે રોગના ઇન્ફેકશનને આમંત્રણ આપીએ છીએ.

૭. ઘોંઘાટની બાબતમાં પણ આપણે ધ્યાન જ નથી આપતાં. ભારત અને આપણા જેવાં બીજા દેશો

સિવાય દુનિયાના અન્ય દેશોમાં ક્યાંય વાહનોનાં હોર્નનો બિનજરૂરી ઉપયોગ થતો નથી. આપણે કારણ વિના બિનજરૂરી હોર્ન વગાડીને કે પછી અન્ય કોઇપણ રીતે મોટા સાઉન્ડ રાખી સાવ કારણ વગરના ઘોંઘાટ કરી વાતાવરણમાં પ્રદુષણ ફેલાવીએ છીએ. આપણે આપણા આરોગ્યને ઘોંઘાટના પ્રદુષણ દ્વારા કેટલુ નુકશાન પહોંચાડીએ છીએ તે આપણે સમજતા જ નથી. ઘોંઘાટથી વહેલી બહેરાશ આવે, મગજની કાર્યક્ષમતા ઉપર વિપરીત અસર થાય છે, બિન જરૂરી રીતે ગુસ્સો આવે, ઓફિસ કે કામની જગ્યા ઉપર ખોટા ઘોંઘાટના કારણે બિનજરૂરી વિખવાદ ઉભો થાય છે, બ્લડ પ્રેસર વધે, હૃદય રોગના હુમલાઓ આવે, બાળકોનો વિકાસ રૂંધાય છે. વિશ્વમાં હૃદય રોગના સૌથી વધુ દર્દીઓ છે. તેનું ઘોંઘાટ એ સૌથી મોટું કારણ છે.

૮. આપણે ખોરાકની ગુણવત્તા પર કોઇ જ ધ્યાન આપતા નથી. ખોરાકમાં ભેળસેળના કારણે ભારતમાં છેલ્લા દશ વર્ષમાં રોગનાં પ્રમાણમા ખુબ જ વધારો જોવા મળે છે. ખોરાકમાં ભેળસેળના કારણે હૃદય રોગ, પેટના રોગો અને કેન્સર જેવા રોગો થવાનું પ્રમાણ ખુબ વધી જવા પામ્યુ છે. આપણી પાસે ફુડ સેફ્ટી માટેના કોઇ કડક નિયંત્રણો જ નથી. છે તો તેનો કોઇજ અમલ કરવામાં આવતો નથી. આપણે પણ કંઇ પણ જોયા વિના ભેળસેળવાળો ખોરાક પેટમાં ઠાલવ્યા જ જઇએ છીએ. છેલ્લે રોગ થયા પછી પૈસાનો રોફ જમાવીને ‘‘ગમે તેટલા પૈસા થાય ડૉક્ટર તમે રોગ મટાડો’’ આમ છતાં ઘણાં લોકોના પૈસા બેંકમાં જ રહી જાય છે અને પરીવાર એક સભ્ય ગુમાવ્યોનું પરીણામ ભોગવે છે.

૯. ભારતમાં પીવાલાયક પાણી પણ નથી. મલેશીયા જેવાં દેશોમાં ઘરવપરાશનું પાણી પણ પીવાના પાણી જેટલું ગુણવત્તાવાળુ હોય છે. ભારતમાં પીવાનું પાણી પણ વપરાશના પાણી જેટલુ ગુણવત્તાવાળું નથી.

૧૦. આપણે કેળવણીની બાબતમાં પણ હજી સાવ પછાત છીએ. મોટી કોલેજ ઉપલબ્ધ થઇ છે પણ તેમાં આપવામાં આવતું શિક્ષણ હજી ગુણવત્તાયુક્ત જોવા મળતું નથી. વિદ્યાર્થી ભણીને બહાર આવે છે તો તે સાવ દીશાવિહિન હોય તેવું લાગે છે. કારણ કે તેને સાચી કેળવણી જ નથી મળી. ભણ્યા પછી શું કરવું, કેમ રહેવું, સામાજીક જવાબદારી કેમ અદા કરવી, દેશ પ્રત્યે આપણી નૈતિક ફરજ શું છે આવી ઘણી બાબતોમાં આપણે તેને સાવ પાંગળો બનાવી દીધો. કારણ કે આપણા શિક્ષણે તેને સાવ અજાણ રાખ્યો. હવે બન્યુ એવું કે તે આપણો વિદ્યાર્થી ગુણવત્તાયુક્ત શિક્ષણ પશ્ચિમી સંસ્કૃતિના વાયરાના કારણે મેળવી ન શકયો જેનાં કારણે દેશને યુવા શકિત પાસે સમૃધ્ધ રાષ્ટ્રના નિર્માણ માટે જે જરૂર હતી તે ન મળી. જેના કારણે આપણા ભારત દેશનો વિકાસ દર ધીમો રહ્યો છે.

૧૧. હવે આપણે આપણા રાજકીય નેતાઓની વિચારસરણી જોવા જઇએ તો સાવ તકવાદી અને પોતાનું જ કરવાના મુડમાં હોય તેવુ છે. કોઇ નેતામાં લોકશાહીના સાચા મુલ્યોને સમજીને કામ કરવાની નીતિ જ નથી. જે હતાં તે ચાલ્યા ગયાં તેને કોઇ સમજી ના શક્યા અને હજી કોઇ કોઇ છે તો તેને આપણે સમજી શકતા જ નથી. હવે નવી સરકાર આવી છે જોઇએ શું થાય છે. કેન્દ્રમાં પણ નવી સરકાર છે અને આપણા જુનાગઢ મહાનગરપાલિકામાં પણ નવી બોડી ચુંટાઇને આવી છે. આ બધા કહે છે ‘અચ્છે દીન આયેંગે’

સારા દિવસો પ્રજાને કઇ રીતના જોવા મળશે તે તો હવે સમયની જ રાહ જોવાની. અત્યારે તો ભારતમાં દરેક વ્યકિત અઠવાડીયામાં ૭૦ કલાક કામ કરે છે. જેથી ફેમીલી લાઇફ અને સામાજિક જીવનનો ભોગ લેવાય છે. પૈસા મેળવ્યા પછી મળતો ખોરાક, પાણી, શિક્ષણ બધું જ છેલ્લી પાયરીનું હોવાના કારણે તેમાંથી અનેક પ્રકારની સમસ્યાઓ ઉદભવે છે, આવી સમસ્યાઓને સુલજાવા માટે બાકીની જીંદગી કાઢી નાખે છે. જેના કારણે Quality Of Life ને અસર થાય છે.

હવે જો કોઇ કહે કે આ સાચુ નથી તો ભારતનો ક્રમાંક ૧૩૭ છે તે કદાચ ૧થી ૧૦ મા હોવો જોઇએ. પરંતુ ભારતમાં ઉપરોકત પરીબળોના કારણે જ ૧૩૭નો ક્રમાંક આવે છે.

ચાલો હવે આપણે પણ આ સિસ્ટમનો ભાગ બની ગયા છીએ તો તેને પણ બદલવાના પ્રયત્નો કરીશું અને આપણા નેતાઓને પણ આપણે જાગૃત કરીશું અને દેશ સેવાના કાર્યો કરવા મજબુર કરી દઇએ. કારણ કે તેઓએ આપણને મોટી મોટી વાતો કરી મતદાન કરવા મજબુર કર્યા છે તો તેને હવે તે વાતોની સતત યાદ અપાવી તે કાર્યો કરવા જાગૃત કરીશું. આખરે કરવાનું તો પ્રજાને જ છે, ભોગવાનું પણ આપણે જ છે. હું નહીં, તમે નહીં પણ સહુ સાથે મળી દેશની મુળભુત સમસ્યાઓને નાબુદ કરવાના મહા અભિયાનમાં જોડાઇ જઇએ. ‘અચ્છે દિન’ ની શરૂઆત કરીએ. ત્યારે જ આપણો પૈસો, વૈભવ વગેરે યોગ્ય ગણાશે અને કવોલીટી ઓફ લાઇફને એક નવી દિશા આપીએ.

તંત્રી સ્થાનેથી...(પહેલા પાનાનું ચાલુ)

આવનારા લોકો માટે ભારમોર,હદસર,ઢાંચો,ગૌરીકૂંડ અને મણિમહેશ ખાતે કચરો ઠાલવવા માટે ખાસ કેન્દ્રો ઊભા કર્યા છે. જુડીની ટીમ દરેક યાત્રાળુઓને કચરો રાખવા માટે કાપડની થેલી આપશે,જેમાં કચરો એકઠો કરતા રહી જે કેન્દ્ર આવે ત્યાં તે જમા કરી દેવાનો ,રસ્તામાં આ કચરો ક્યાંય ફેંકવો નહીં. આ બધા કેન્દ્રો પર એકત્ર થયેલા કચરાને ભારમોર ખાતે લવાશે. કોહવાઈ જાય એવો કચરો પણ યોગ્ય નિકાલ પામે તે માટે કાર્યવાહી થશે.

આ કામ ધારો એટલું સહેલું નથી.એક તો આપણા યાત્રાળુઓ સાથે કચરો લઈ તેનો યોગ્ય નિકાલ કરવાનું શીખ્યા જ નથી.યાત્રાળુઓને કચરો એકત્ર કરવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવા અને તે કચરાનો નિકાલ કરવાનું કામ ખૂબ જ મુશ્કેલ છે અને આવી ઝૂંબેશ એકલદોકલ વ્યક્તિ કરી શકે નહીં. જુડી પણ એ કામ એકલે હાથે કરી શકે નહીં, પણ જુડીની મદદે આપણા બે સરકારી વિભાગો આવ્યા છે. એક તો પ્રવાસન વિભાગે શ્રધ્ધાળુઓને મણિમહેશ તળાવમાં ડુબકી લગાવી કપડાં તળાવ નજીક જ ફેંકી આવવાનો રિવાજ છે. એટલે પ્રવાસન વિભાગ આ પરંપરાને બદલે કપડાં ચોક્કસ સ્થળે જ તળાવથી દૂર ફેંકે એવી વ્યવસ્થા કરી રહયું છે. તો વન વિભાગ સ્વચ્છતા ઝૂંબેશ ચલાવાશે ત્યારે જુડીની ટીમને ૧૫ કર્મચારી ફાળવશે. જો કે કચરો એકત્ર કરવો એ તો ખૂબ જ સામાન્ય બાબત છે, પણ તેનો નિકાલ કરવા માટે તેને ૧૪ કિલોમીટર નીચે લાવવો ઘણું મુશ્કેલ કામ છે.અત્યારે તો જુડીની ટીમ દલાઈ લામાની દેશવટો ભોગવતી સરકારના વિસ્તારમાં આવેલા મેકલિઓડ ગંજ વિસ્તારમાં આવેલા પહાડોની સફાઈનું કામ કરતી રહી છે. એ પહાડોની સ્વચ્છતા ઝૂંબેશના સારા પરિણામો જોતાં જુડીની ટીમ કૈલાસના પ્રવેશદ્વાર સમા મણિમહેશના યાત્રાપંથને પણ સ્વચ્છ બનાવીને જ રહેશે એમ લાગે છે. એક મહિના લાંબી ચાલનારી આ યાત્રા દરમ્યાન પ્રવાસીઓ પાસેથી કચરો ઉઘરાવાશે,પણ તેમાં કેટલી સફળતા મળશે, તે તો સમય જ કહેશે,પરંતુ યાત્રા પુરી થયા બાદ જુડી આ આખા પંથની સફાઈ માટે ખાસ મંડી પડશે, ત્યારે આવતા વર્ષે યાત્રા શરુ થશે એ સમયે શ્રધ્ધાળુઓને ગમે ત્યાં કચરો ફેંકતા જરુર સંકોચ થશે એ નક્કી, છતાં ભારતીય શ્રધ્ધાળુઓનું કાંઈ કહેવાય નહીં, તેમને તો ફળ માટે ભક્તિ કરવામાંથી ફૂરસદ મળશે, તો સ્વચ્છતા જેવા તંદુરસ્ત વિચારો તેમના મનમાં આવશેને ? પરંતુ એક અંગ્રેજ યુવતી આટલું કરી શકતી હોય તો આપણા યાત્રાધામો માટે આપણે સુધરી ન શકીએ?

એક રોમાંચકારી અને રમણીય દેશ : ન્યુઝીલેન્ડ

પૃથ્વી ઉપર જયારે માનવ જીવન અસ્તિવમાં આવ્યું તેમાં સૌથી છેલ્લે જે દેશમાં માનવે વસવાટ કર્યો તે 'ન્યુઝીલેન્ડ' માં થયો. માટે જ ત્યાં અત્યારે પર્યાવરણ અને કુદરતી સંપતિઓ અકબંધ છે.

આપણા દેશથી લગભગ ૧૫૦૦૦ કિ.મી. દુર પેસીફીક સમુદ્રમાં આવેલ સાઉથ અને નોર્થ એવા બે ટાપુઓ પર ૨,૭૦,૦૦૦ ચો.કી.મી. માં ફકત ૪.૫ કરોડ વસ્તી ધરાવતો દેશ છે.

ન્યુઝીલેન્ડ ગયા વગર ન્યુઝીલેન્ડ કેવો સુંદર દેશ છે. તે ધારણા કરવી મુશ્કેલ છે.

સામાન્ય રીતે કોઈપણ દેશમાં અમુક પ્રદેશ ખુબ જ સુંદર હોય છે. પરંતુ ન્યુઝીલેન્ડમાં તેવું નથી પણ તેનો ખુણે ખણો અતિ રમણીય અને નૈસર્ગિક સૌંદર્યથી ભરપુર છે.

ઓકલેન્ડ, વેલિંગ્ટન, ક્રાઈસ્ટચર્ચ એવા બે ત્રણ શહેરોને બાદ કરીએ તો વસ્તી અત્યંત પાંખી છે.

અત્યારે આપણે જયારે સ્વચ્છતાની ઝુંબેશ આપણા દેશમાં ચલાવીએ છીએ, ત્યારે ત્યાંના લોકો માટે ખરેખર ગંદકી શું છે, એ સમજાવવું ઘણું મુશ્કેલ છે.

ત્યાંની ધરતીના પેટાળ નીચે અત્યારે પણ જે 'એકટીવીટી' ચાલી રહી છે તેમાં ધરતીના પેટાળમાંથી ગરમ લાવાના કારણે સતત નીકળતા પાણીના ફુવારા જે લગભગ ૫૦ મીટરની ઉંચાઈ સુધી દર કલાકે નીકળે છે. અને સામે છેડે એટલા જ બરફાચ્છાદિત આલ્પસની પર્વત માળાઓ.

માણવા જેવો દેશ છે. દુનિયાના લગભગ બધા જ સ્થળોની મુલાકાત બાદ એવું લાગ્યુ કે ખરેખર સ્વર્ગ તો ન્યુઝીલેન્ડ પાસે જ છે.

ઘણી બધી એડવેન્ચર્સ પ્રવૃતિઓ કરી પણ સૌથી દિલ ધડકાવી દે તેવી પ્રવૃતિ ત્યાનું સ્કાય ડ્રાઈવીંગ.

એટલે કે આકાશમાં ઉડતાં વિમાનમાંથી કુદકો મારવો એ પણ ૧૫૦૦૦ ફુટની ઉંચાઈએ જયારે વિમાન જતું હોય, તમો કુદો અને ૨૦૦કીમી પ્રતિ કલાકની ઝટપે ૨ મીનીટ સુધી પેરાશુટ પણ ન ખુલી હોય ત્યારે અદશ્ય કંઈક જુદો જ રોમાંચ અનુભવાય છે. મને અત્યારે પણ સમજાતું નથી કે આ હિંમત મારામાં કયાથી આવી?

આ રોમાંચક સ્કાય ડાઈવીંગની પ્રેરણા મારા સુપુત્ર શૌનકે આપી. અને છેલ્લે સુધી હિમ્મત આપતો રહ્યો કે પપ્પા તમો આ કરજો જ. કારણ કે બાકીના દેશોમાં જયાં સ્કાય ડાઈવીંગ થાય છે તે ૯૦૦૦ ફુટ સુધીનું જ હોય છે.

હવે કલ્પના કરો કે ૧૫૦૦૦ ફુટની ઉંચાઈએથી ન્યુઝીલેન્ડની ધરતી અત્યંત રોમાંચકારી હોય, તો તે ન્યુઝીલેન્ડ ખરેખર કેટલો સુંદર દેશ છે તેની શું વાત જ કરવી?

– ડૉ. ડી. પી. ચિખલીયા

Postal Reg. No. G-JND/313, Valid Upto Dt.31.122015
RNI Regi.No. : GUJGUJ/2012/46125

ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ દ્વારા પ્રકાશિત **ત્રિમૂર્તિ હેલ્થ પ્લસ**

If Undelivered, Please Return to,
Trimurti Hospitals, Near New Bus Station, Junagadh
Ph : (0285) 2631731, M. 98252 31731
www.trimurtihospitals.in, E-mail : trimurtihospitals@gmail.com

Book-Post

To, ____________________

જુનાગઢમાં સૌ પ્રથમ (ANM) નર્સિંગ સ્કુલ

મહાત્મા ગાંધી સ્કુલ ઓફ નર્સિંગ

ઓકઝીલરી નર્સ મીડવાઈફ (ANM)

(ગુજરાત નર્સિંગ કાઉન્સીલ-અમદાવાદ તથા ઈન્ડીયન નર્સિંગ કાઉન્સીલ-દિલ્હી માન્ય)

- અદ્યતન મલ્ટી સ્પેશ્યાલીટી હોસ્પિટલ
- અદ્યતન નર્સિંગ સ્કુલ
- અદ્યતન હોસ્ટેલ સુવિધા
- બી.એસ.સી. નર્સિંગ સ્ટાફ દ્વારા શિક્ષણ

એડમીશન ચાલુ છે.

સદર કોર્ષમાં પ્રવેશ સંબંધિત જરૂરી માહિતી માગદર્શન માટે સંપર્ક કરો

ત્રિમૂર્તિ હોસ્પિટલ્સ બિલ્ડીંગ
એસ.ટી. રોડ, જૂનાગઢ-૩૬૨૦૦૧, મો.૯૮૨૫૫ ૨૯૩૪૫
મો.૯૯૭૪૬ ૫૪૦૧૭