

અમદાવાદથી પ્રકાશિત થતું ગુજરાતી દૈનિક

કિંમત : રૂ. ૨.૦૦
પાના : ૮

RNI Reg. No. GUJGUJ/2009/28886

ઘણા દેશો મોઘવારીનો સામનો કરી રહ્યા છે કેટલાક દેશોમાં બેરોજગારી વધી રહી છે, વિકટ પરિસ્થિતિમાં પણ આપણો દેશ સતત આગળ વધી રહ્યો હોવાનો વડાપ્રધાનનો દાવો



કેવડિયા સ્ટેચ્યુ ઓફ યુનિટી ખાતે રાષ્ટ્રીય એકતા દિવસની ભવ્ય ઉજવણી કરવામાં આવી રહી છે. PM નરેન્દ્ર મોદીએ સ્ટેચ્યુ ઓફ યુનિટી ખાતે સરદાર સાહેબની ચરણ વંદના કરી પુષ્પાંજલિ અર્પણ કરી હતી. સરદાર સાહેબને નમન કરી પીએમ મોદીએ લોકોને એકતાના શયથ પણ લેવાડ્યા હતા. જયારે પીએમ મોદીએ પરેડ નિહાળી હતી. સાથે જ તેઓ એકતાનગરમાં પ્રવાસીઓની સુવિધા માટેના રૂ. ૧૯૬ કરોડના વિવિધ વિકાસ કામોનું લોકાર્પણ-ખાતમુહૂર્ત પણ કરશે. વડાપ્રધાન એકતાનગરથી અમદાવાદ વચ્ચે દર રવિવારે ચાલનારી હેરીટેજ ટ્રેનને લીલીગાંડી આપીને પ્રારંભ કરાવશે. સ્ટેચ્યુ ઓફ યુનિટીના લોકાર્પણને પાંચ વર્ષ પૂર્ણ થઈ રહ્યા છે. ત્યારે વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદી સમક્ષ યોજનાની પરેડમાં અર્ધ લશ્કરી દળો સાથે પાંચ રાજ્યોના પોલીસ વિભાગ જોડાયા છે. વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદી કચ્છના લખપતના કિલ્લાની પ્રતિકૃતિ સાથે પોતાનું પ્રેરક ઉદબોધન કરશે. ત્યાર બાદ પોલીસજવાનો દ્વારા પરેડ કરવામાં આવશે. તેના પશ્ચાદભૂમાં આ કિલ્લો હશે. લખપતનો કિલ્લો દેશના એ યુનિદા કિલ્લાઓ પૈકીનો એક છે, જ્યાં આજે પણ સ્વાતંત્ર્ય દિને અને પ્રજાસત્તાક દિને ધ્વજવંદન કરાય છે અને પાકિસ્તાન બોર્ડર સમીપે આવેલા આ ઐતિહાસિક સ્થળે શાનથી તિરંગો લહેરાય છે. સરદાર પટેલની જન્મ જયોતિ નિમિત્તે કેવડિયા ખાતે રાષ્ટ્રીય એકતા દિનના ઉજવણીના ભાગરૂપે વિવિધ પ્રોજેક્ટોનું વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીના હસ્તે લોકાર્પણ કરાશે. ત્યારે સ્ટેચ્યુ ઓફ યુનિટીના પરિસરમાં નિર્માણ પામવા કમલ પાર્કને લોકો માટે ખુલ્લો મુકાશે. રૂ. ૭.૫ કરોડના ખર્ચે બનાવવામાં આવેલા કમલ પાર્કનું લોકાર્પણ વડાપ્રધાન દ્વારા કરવામાં આવશે. આ પ્રોજેક્ટમાં નર્મદા નદીના કિનારે ડ્રેગન ફ્રેટ, કે જે ‘કમલમ’ તરીકે જાણીનું છે, તેની નર્સરી બનાવવામાં આવી છે. આ નર્સરીમાં પ્રવાસીઓ અને ખેડૂતોને આ ફળના ફાયદા અને તેની ખેતીની પદ્ધતિ વિશે શિક્ષિત કરવા માટે ડિજિટલ ઓરિએન્ટેશન સેન્ટર બનાવવામાં આવ્યું છે.

રાષ્ટ્રીય એકતા દિવસ પર બોલતા પીએમ મોદીએ કહ્યું કે, આપણું આ એકતા નગર પણ સંકલ્પ દ્વારા સફળતાનું ઉત્તમ ઉદાહરણ છે. આજે એકતા નગર ગ્લોબલ ગ્રીન સિટી તરીકે ઓળખાય છે. આ તે શહેર છે જ્યાંથી વિશ્વભરના દેશોનું ધ્યાન ખેંચનાર વિશ્વન લાર્ડફની શરૂઆત થઈ હતી.

વડાપ્રધાને કહ્યું હતું કે આજે વિશ્વમાં ઉચલપાથલ મચી ગઈ છે. કોરોના બાદ ઘણા દેશોની સ્થિતિ ખૂબ જ ખરાબ થઈ છે. ઘણા દેશો મોઘવારીનો સામનો કરી રહ્યા છે. કેટલાક દેશોમાં બેરોજગારી વધી રહી છે. વિકટ પરિસ્થિતિમાં પણ આપણે દેશ સતત આગળ વધી રહ્યાં છે. દેશમાં કરવી ઘટી રહી છે. દેશમાંથી ગરીબી ખતમ કરવાનો અમને વિશ્વાસ છે. દેશવાસીઓ માટે આ સમય ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ છે. તહેવારોની ભીડમાં જતા પહેલા લોકો ડરતા હતા. દેશના વિકાસને રોકવાના પડયંત્ર થતા હતા. તુષ્ટીકરણની રાજનીતિથી દેશને નુકસાન થયું છે. તુષ્ટીકરણ કરનારે આતંકવાદની ભયાનકતા નથી દેખાતી. થાય છે. વિચારસરણીથી જનતા અને દેશને નુકસાન થાય છે. વડાપ્રધાને ગુજરાતના કેવડિયામાં પટેલની ૧૮૨ મીટર ઊંચી પ્રતિમાને પુષ્પાંજલિ

તમેણે કહ્યું હતું કે ભારતની શક્તિથી દુનિયા અભિભૂત થઈ છે. આપણી સરહદ સુરક્ષિત છે નહીં. ગૌરવ છે. સૌના પ્રયાસથી અસંભવ કરીપણ ન હોય. કાશ્મીર આર્ટિકલ ૩૭૦થી મુક્ત થશે તે કોઈએ વિચાર્યું નહોતું. સરદાર સાહેબ જ્યાં પણ હોય આપણને આશીર્વાદ આપતા હશે. વધુમાં તમેણે કહ્યું હતું કે કાશ્મીરના લોકો રાહતનો શ્વાસ લઈ રહ્યા છે. કેન્દ્રીયા આટલુ ખલલાઈ જશે તે કોઈએ વિચાર્યું નહોતું. લાખો લોકો એકતા માટે દોડી રહ્યા છે. થલ્લા હા મહિનામાં આંદોલન થવા વૃજીન વાવેતર થયું છે. આ પરેડ દરમિયાન યુવાનોએ ચંદ્રવાન-૩ મિશનના સફળ પરીક્ષણ પર ખુશી વ્યક્ત કરતું. પરદોશ આપ્યું હતું. યુવાનોએ દેશની આર્થિક-સાંસ્કૃતિક સિદ્ધિની નાનકડી ઝલક રજૂ કરી હતી. તેમજ તિરંગાની પ્રતિકૃતિ રજૂ કરીને સમાપન કરાવ્યું હતું. ગુજરાતના એકતા નગરમાં રાષ્ટ્રીય એકતા દિવસની પરેડમાં સીઆરપીએફની મહિલા

વડાપ્રધાન મોદી આજે નર્મદામાં વિશ્વની સૌથી ઊંચી સરદાર પટેલની પ્રતિમા સ્ટેચ્યુ ઓફ યુનિટીની ઉદ્ઘાટના કરશે. ત્યારબાદ કેન્ડિડેચરમાં પહોંચીને યોજાનારી એકતા પરેડમાં પણ ઉપસ્થિત રહેશે ત્યારબાદ વડાપ્રધાનના હસ્તે પ ગ્રીન ઈનિશિયેટીવ

પીએમ વરુણઅલી એકતા નગર અને અમદાવાદ વચ્ચે સ્ટીમ હેરિટેજ સ્પેશિયલ ટ્રેનને પણ લીલી ઝંડી આપી. આ ટ્રેન ૩૧ ઓક્ટોબર સવારે વાગ્યે એકતાનગર રેલવે સ્ટેશન આવી પહોંચશે. પીએમના હસ્તે ૭.૫ કરોડ રૂપિયાના ખર્ચે તૈયાર થયેલ કમલમ પાર્કનું લોકાર્પણ થયું. ખાસ નર્મદ નદીના ડાબા કિનારે ઉપર ફૂટ કે જે કમલમ તરીકે જાણીતું છે તેની નર્સરી બનાવવામાં આવી છે.

પીએમ નરેન્દ્ર મોદીએ મહેસાણાના ખેરાલુમાં ચંદ્રયાન-૨ અને ૨૦૧૧ સફળતાનો પણ ઉલ્લેખ કર્યો હતો. તેમણે કહ્યું હતું કે વિશ્વનો કોઈ દેશ અત્યાર સુધી ચંદ્રના જે વિસ્તારમાં પોતાનું યાન ન ઉતારી શક્યો ત્યાં ભારત સફળતા પૂર્વક પહોંચ્યું છે. વિશ્વના લોકો અને નેતાઓ ભારતની સફળતાથી ચોંકી ઉઠ્યા છે.

। જાન્યુઆરી, તા.૩૧ ।
વિપક્ષી નેતાઓએ કેન્દ્ર સરકાર પર એપલ હેડિંગનો ત્રણ કોઈ હોતો ત્યારે કેન્દ્રીય મંત્રી અચિની વેણ્ણે એ જવાબોને કાગળી દઈને જવાબ આપતા કહ્યું કે કેન્દ્ર સરકારે એપલ હેડિંગ કેસની તપાસના માટે આપવામાં આવ્યા છે. વેણ્ણી નેતાઓએ કેન્દ્ર સરકાર પર તેમના ફોન અને ઈમેલ કદ કરવાનો આરોપ લગાવ્યો હતો અને એપલદ્વારા મળેલા એપલ વેણ્ણી સંદેશને શેર કરીને સરકારની ટીકા કરી હતી, ત્યારે હવે કેન્દ્રીય મંત્રી અચિની વેણ્ણે જવાબ આપતા કહ્યું કે વેણ્ણી પાસે કોઈ મુદ્દો ન હોય ત્યારે તેઓ સરકાર પર આ હેડિંગના આરોપ લગાવે છે.

પાકિસ્તાનના બહુચિસ્તાનમાં આતંકવાદીઓ એ એક પોલીસ સ્ટેશન પર હુમલો કરતા એક પોલીસકર્મી સહિત પાંચ લોકોના મોતના અહેવાલ મળી રહ્યા છે. આ ઉપરાંત અન્ય બે વ્યક્તિઓ ઘાયલ થઈ છે જેને તાત્કાલિક હોસ્પિટલમાં ખસેડવામાં આવ્યા છે. પાકિસ્તાનના દક્ષિણ-પશ્ચિમ બહુચિસ્તાનમાં આતંકવાદીઓ

દ્વારા પોલીસ સ્ટેશનને નિશાન બનાવતા ભયાનક હુમલો કર્યો હતો જેમાં એક પોલીસસબ સહિત પાંચ લોકોના મોત થયા છે જે ચારે બે લોકો ઘાયલ થયા છે. સ્થાનિક પોલીસના જણાવ્યા અનુસાર આતંકવાદીઓએ વહેલી સવારે અસ્તરી પ્રાંતના તૂર્ણ વિસ્તારમાં નસીરાબાદ પોલીસ સ્ટેશન પર આ હુમલો કર્યો હતો.

ભારતના પ્રથમ ગૃહમંત્રી સરદાર વલ્લભભાઈ પટેલની જન્મજયંતિ પર આજે દેશભરમાં નેશનલ યુનિટી રન કાર્યક્રમનું આયોજન કરવામાં આવ્યું છે. આ શ્રેણીમાં કેન્દ્રીય ગૃહમંત્રી અમિત શાહે પણ રાષ્ટ્રીય રાજધાની દિલ્હીમાં એકતા દિવસ કાર્યક્રમમાં ભાગ લીધો હતો. આજે સવારે સૌ પ્રથમ અમિત શાહ પટેલ વલ્લભભાઈ પટેલના સ્મારક પર પહોંચ્યા હતા અને પુષ્પાંજલિ અર્પણ કરી હતી. આ

દરમિયાન ઉપરાષ્ટ્રપતિ જગદીપ ધનખડ, કેન્દ્રીય રમતગમત મંત્રી અનુરાગ કાકુર પણ હાજર હતા. તેમણે સરકાર પટેલની જન્મજયંતિ પર લોકોનો શુભેચ્છા પાઠવેનો સંબોધનની શરૂઆત કરી હતી. તેમણે કહ્યું હતું કે, 'આજે આપણા દેશના પ્રથમ ગૃહમંત્રી સરદાર પટેલનો ૧૪૮મો જન્મદિવસ છે. આપણે પણ જાણીએ છીએ કે જ્યારે અંગ્રેજો અહીંથી ચાલ્યા ગયા ત્યારે તેમણે દેશને ટુકડા કરીને છોડી દીધો હતો.

આંધ્ર પ્રદેશના પૂર્વ મુખ્યમંત્રી ચંદ્રબાબુ નાયડુની ૯ સપ્ટેમ્બરના રોજ સીઆઈડીએ ભણાયાના આરોપમાં ધરપકડ કરી હતી. જે કલમો હેઠળ એન. ચંદ્રબાબુ નાયડુની ધરપકડ કરવામાં આવી હતી તેમાં તેમને જામીન મળવા મુશ્કેલ હતા. મળતી માહિતી પ્રમાણે આંધ્રપ્રદેશ હાઈકોર્ટે ૩૧ ઓક્ટોબર ૨૦૨૨ રાજ્યના પૂર્વ મુખ્યમંત્રી અને ટીડીપીયોઈ એન માટે વચગાળાના જામીન આપીને રાહત આપી હતી. તેના પર દિવસ બાદ મેડિકલ ગ્રાઉન્ડ પર આ જામીન મળ્યા છે. સ્કીલ્ડ ડેવલપમેન્ટ કેસમાં રાજ્ય પોલીસે તેમની ધરપકડ કરી હતી. આ એક એવી યોજના છે જેમાં યુવાનોને હૈદરાબાદ અને રાજ્યના અન્ય વિસ્તારોમાં ભારે ઉધોગોમાં કામ કરવા માટે જરૂરી કૌશલ્ય તાલીમ આપવા માંગતી હતી.

આજના આ આધુનિક સમયમાં પર્સનલ ડેટા સોના કરતા પણ વધુ કિંમતી માનવામાં આવે છે. એવામાં અમેરિકાએ રજૂ કરેલ એક અહેવાલ ભારત માટેના ચિંતાજનક છે. અમેરિકાના એક સાયબર સુરક્ષા કંપ્નએ એવો દાવો કર્યો છે કે, લગભગ ૮૧.૫ કરોડ ભારતીયોનો નોન પર્સનલ ડેટા કંઈક વેબ પર લીક થયો છે. એવો દાવો કરવામાં આવે છે કે આ ડેટા નામ, ફોન નંબર, એડ્રેસ, આધાર કાર્ડની નકલ અને પાસવોર્ડની જાણકારી સહિત ડેટાની ઓનલાઈન

વહેંચણી માટે લીક કરવામાં આવ્યો છે. આ અહેવાલ અનુસાર, ઝડક વેબની ઓડીદારા એક વ્યક્તિએ પ્રીય કર્મ પર એક શ્રેડ પોસ્ટ રજૂ કરી ૮૧.૫ કરોડ ભારતીયોના આધાર અને પાસપોર્ટના ડેટાને વહેંચવાની ઓફર કરી હતી. આ અહેવાલમાં તો એવો પણ દાવો કરવામાં આવ્યો છે કે, હન્ટર (હ્યુમિટ) યુનિટના તપાસકર્તાઓએ ધમકી આપનાર વ્યક્તિ સાથે સંપર્ક કર્યો હતો. જેમાં માહિતી સામે આવી છે કે, ભારતીય આધાર કાર્ડ અને પાસપોર્ટના ડેટાબેઝને ૮૦,૦૦૦ ડોલરમાં વેચાયો છે.

અમેરિકાના પ્રમુખ જો બાયડેન અને ચીનના પ્રમુખ શી જિનપિંગ વચ્ચે સાન ફ્રાંસિસ્કોમાં એશિયા પસિફિક ઈકોનોમિક કોર્પોરેશન ફોરમ (એપીઈસીએફ) ની શિખર પરિષદ દરમિયાન યોજનારી મંત્રણા ઘણી કઠોર બની રહેવાની આશંકા ચીનનાં વિદેશ મંત્રાલયે જ દર્શાવી છે. તેઓને સકારાત્મકતાની સંભાવના નહીતવ દેખાય છે. ચીનના વિદેશ મંત્રી વાંગ ચી અને પોતાની ત્રણ દિવસની વોશિંગ્ટન યાત્રા દરમિયાન બાયડેનની સાથે સાથ અમેરિકાના વિદેશ

મંત્રી એન્ટની બ્લિકનને અને રાષ્ટ્રીય સલામતી સલાહકાર જેક સુલીવાન સાથે પણ મંત્રણા યોજી હતી. બંને પક્ષોએ તે દરમિયાન સાન ફાંસીસ્કોમાં યોજાનારી એપીઈસીએફ શિખર મંત્રણા દરમિયાન દ્વિપક્ષીય બેઠકમાં સાથો સાથ કામ કરવાની તત્પરતા તે દર્શાવી હતી પરંતુ, ચીનનાં વિદેશ મંત્રાલયે શી જિનપિંગ અને પ્રમુખ બાયડેન વચ્ચે યોજાનારી મંત્રણાની સફળતા અંગે આશંકા દર્શાવી છે. વાંગની તે મંત્રણ દિવસની વોશિંગ્ટન યાત્રા સમયે યોજાઈ કે જ્યારે બંને દેશો વચ્ચે કેટલાક મુદાઓ અંગે તંગદિલી પ્રવર્તે છે.

ગરમીના પ્રકોપ વચ્ચે શરીરમાં વધેલી ગરમીને કેવી રીતે દૂર કરશો

મગજમાં વધેલી ગરમીને દૂર કરવાના ઉપાયો ધ્યાન, યોગ અને અધ્યાત્મમાં છે, પણ શરીરમાં વધેલી ગરમીને દૂર કરવા ભારતીય આયુર્વેદ વિજ્ઞાન આપણી વહારે આવે છે.

વસંત પછી, આપણે ધીમે ધીમે ઉનાળાનો ઉદય અનુભવીએ છીએ. આ ઉનાળાની ઋતુના આગમનની નિશાની છે. અહીંથી તાપમાન વધવાનું શરૂ થાય છે અને ધીરે ધીરે તાપમાનનો પારો તેના ઉચ્ચ શિખરે પહોંચે છે, જે આજકાલ આપણે અનુભવી રહ્યા છીએ. આવી સ્થિતિમાં, જ્યારે બહાર ભીષણ ગરમી છે, ત્યારે શું તમે આ ગરમીમાં શરીરને સંતુલિત રાખવા માટે તૈયાર છો? પંખા, ફુલર અને એ.સી. ચલાવવા સિવાય, શું તમારી પાસે તમારી જાતને શાંત, સંતુલિત અને ફૂલ રાખવાનો કોઈ વિકલ્પ છે?

ટેકનોલોજી તમને તમારા ઘર અથવા ઓફિસને અંદર ઠંડું રાખવામાં મદદ કરી શકે છે, પરંતુ અમુક સમયે તમારે બહારની ગરમીનો સામનો કરવો પડશે. કુદરતી ઉપચારના સૌથી પુરાતન આયુર્વેદ વિજ્ઞાન અનુસાર, જ્યારે બહારની ગરમી વધે છે, ત્યારે તેની સાથે સંતુલન કરવાનો એકમાત્ર રસ્તો એ છે કે શારીરિક, માનસિક અને ભાવનાત્મક રીતે પોતાને અંદરથી ઠંડક રાખવાની રીતો શોધવી. આયુર્વેદ અનુસાર પિત્ત એ શરીરના ત્રણ દોષોમાંથી એક છે. પિત્ત શરીરમાં પાચન શક્તિ અથવા અગ્નિને નિયંત્રિત કરે છે, જ્યારે પિત્ત નિયંત્રણ બહાર થઈ જાય છે, ત્યારે તે પેટની સમસ્યાઓનું કારણ બની શકે છે. પિત્તને તૈલીય, ગરમ અને હળવું ગણવામાં આવે છે. તે ગરમીના તણાવનું કારણ પણ બની શકે છે.

છીંક આવતાં મગજની નસો ફૂટી ગઈ!

કોરોનાના આ દિવસોમાં લોકો છીંક રોકવાની કોશિશ કરે છે



જો તમે પણ છીંક રોકવાની કોશિશ કરો છો તો સાવચેત રહો. આ જીવલેણ સાબિત થઈ શકે છે. તમે બહેરા થઈ શકો છો અને મગજની ચેતા પણ ફૂટી શકે છે. આનું એક અમેરિકન વ્યક્તિ સાથે થયું. તેને વારંવાર છીંક આવતી હતી. તેનાથી પરેશાન થઈને તેણે છીંક રોકવાનો પ્રયાસ કર્યો. પછી અચાનક એટલી જોરદાર છીંક આવી કે મગજની ચેતા ફાટી ગઈ. મગજમાં લોહી વહેવા લાગ્યું. હવે બચવું અશક્ય લાગતું હતું. આ વ્યક્તિની ત્રણ સર્જરી કરવી પડી, ત્યારે જ તેનો જીવ બચી ગયો.

અલાબામા શહેરના રહેવાસી ૨૬ વર્ષીય સેમ મેસિનાએ જણાવ્યું કે તે બેડ પર સૂતો હતો. વારંવાર છીંક આવતી હતી. ઘણી વખત તેણે છીંક રોકવાનો પ્રયત્ન કર્યો. પરંતુ અચાનક મને ખૂબ જ ઝડપથી છીંક આવી અને મગજની નસોમાં વિસ્ફોટ થયો અને ધમનીઓ ફાટી ગઈ. વિસ્ફોટ એટલો જોરદાર હતો કે માથામાંથી લોહી નીકળવા લાગ્યું. નસકોરામાંથી લોહી વહેવા લાગ્યું. મને પણ આંચકો આવ્યો અને બેભાન થઈ ગયો. તે સમયે મારે મરી જવું જોઈતું હતું પણ ભગવાનનો આભાર કે હું બચી ગયો.

મારા મગજમાં લોહી વહેતું હતું

મેસિનાએ જણાવ્યું કે બેહોશ થતા પહેલાં તેણે તેની માતાને ફોન કર્યો. મારી ગર્લફ્રેન્ડને કહ્યું, જે મને હોસ્પિટલ લઈ ગઈ. જ્યારે ડોક્ટરોએ જોયું તો તેઓ આશ્ચર્યચકિત થઈ ગયા. મારા મગજમાંથી લોહી નીકળતું હતું. તે હોસ્પિટલમાં આવી સારવારની કોઈ સુવિધા ન હોવાથી ઈમરજન્સીમાં તેને બીજી હોસ્પિટલમાં મોકલવામાં આવ્યો હતો. અઠવાડિયામાં ત્રણ વખત સર્જરી કરવામાં આવી. ૨૭ ટાંકા લીધા. હોસ્પિટલના ICUમાં એક મહિનો વિતાવ્યા બાદ તબિયત સુધરી હતી. હમણાં પણ તબિયતમાં ખાસ સુધારો થયો નથી. ક્યારેક ચક્કર આવે છે. તબીબોના મતે આ વ્યક્તિનો જન્મ આર્ટેરીયોવેનસ માલફોર્મેશન (AVM) નામની ખામી સાથે થયો હતો. મોટાભાગના લોકોને આ સમસ્યા હોય છે. તેને એન્યુરિઝમલ ખોડખાંપણ પણ કહેવામાં આવે છે. જ્યારે મગજમાં ધમનીઓ અને નસોને જોડતી રક્તવાહિનીઓ એકબીજામાં ફસાઈ જાય છે, એટલે કે, તેમનામાં અસામાન્ય જોડાણ રચાય છે ત્યારે રક્ત ગંઠાઈ જાય છે. તીક્ષ્ણ છીંકને કારણે આ ગાંઠમાં વિસ્ફોટ થયો અને ધમનીઓ ફૂટી.

મસલ ડીસ્મોર્ફિયા : છોકરાઓમાં મસલ-બિલ્ડિંગનું વધતું વળગણ: શારીરિક અને માનસિક બીમારી

છોકરાઓ દરેક વરસની ઉંમરના થાય ત્યાં સુધી તે લોકોએ હલકની ફિલ્મો જોઈ લીધી હોય, કેપ્ટન અમેરિકા જોઈ લીધું હોય અને બોક્સિંગ મેચ પણ જોઈ લીધી હોય. માર્વેલના એક્શન હીરો અને બીજા બધા બોડી બિલ્ડરના ફૂલેલા પણ મસ્ક્યુલર બોડી જોવા હોય. શાહરૂખ કે સોનું સુદના સિક્કસ પેક એબ વાળું બોડી જોયું હોય અને છોકરીઓને તેની પાછળ ગાંડી થતી જોઈ હોય. છોકરાઓ કિશોરાવસ્થામાં પહોંચે ત્યાં તેમના દિમાગમાં હીરો એટલે સીક્સ પેક એબ વાળો બોડી બિલ્ડર એવી જ ઈમેજ બંધાઈ ગઈ હોય. હવે ચારેબાજુ આવા જ બોડી બિલ્ડરો જોઈને છોકરાઓના મનમાં નાની ઉંમરથી એક સવાલ ઉઠતો હોય કે હું આવો ક્યારે દેખાઈશ? મારું

બોડી આવું ક્યારે થશે? આ લોકો પાસે તો ખૂબ પૈસા અને ટ્રેનર હોય, મારી પાસે તો ન હોય તો મારો દેખાવ આવા હીરોલોગ જેવો ક્યારે થશે? ટીનેજ છોકરાઓના મનમાં એક કોમ્પ્લેક્ષ આકાર લેવા માંડે અને તે નકારાત્મક વિચારો તરફ તેને ધકેલે. તેની અસર તેના ડેઈલી રૂટિન ઉપર પડે અને ભણવામાં પણ ખોટો પ્રભાવ પડે. આ જે માનસિક અને શારીરિક નકારાત્મક અસર થાય તેને બોડી ડીસ્મોર્ફિયા કહેવાય. વધુ પ્રોપર નામ છે મસલ ડીસ્મોર્ફિયા. જે ટિનેજ છોકરો મસલ ડીસ્મોર્ફિયાની અસર નીચે હોય એને પાતળો બાંધો અને સ્નાયુબદ્ધ શરીરની ઘેલછા હોય. આ ઘેલછા તેના વાણી, વર્તન, વ્યવહારમાં આડઅસર ઊભી કરે. તેનું મગજ ધીમે ધીમે બદલાતું જાય.

તેની જિંદગીનો અગ્રતાક્રમ ખોરવાઈ જાય. તેનો સ્વભાવ ચીડિયો પણ થઈ શકે. આવી વ્યક્તિઓ આગળ જતાં વધુને વધુ સ્વકેન્દ્રી બની જાય. સર્વેક્ષણના આંકડા મુજબ યોથા ભાગના છોકરાઓ અને પુરુષો બોડી બિલ્ડિંગની કોઈને કોઈ પ્રવૃત્તિમાં સંકળાયેલા હોય છે. અમેરિકામાં સાઠ ટકા છોકરાઓએ કબૂલ્યું કે સારું શરીર મેળવવા અમે અમારી રીતે જ ખોરાકમાં ફેરફાર કરીએ છીએ.

બોસ્ટન ચિલ્ડ્રન યુનિવર્સિટીના ડૉક્ટર ગેબ્રિયલ વર્ગસે એક વેબસાઈટમાં આનું કહ્યું છે. ભલે બધા જ પુરુષો મસલ ડીસ્મોર્ફિયાના શિકાર નહીં હોય પણ તેમનું સીક્સ પેક એબ વાળું બોડી બનાવનું ઘેલછા તેમની અને તેમના પરિવારની

જિંદગીને સારી કે ખરાબ રીતે પ્રભાવિત કરે છે. હવે સિક્સ પેક એબ વાળું બોડી સામાન્ય થતું જાય છે. પાંચેક વર્ષમાં બાળકના હેલોવિન કોસ્ચ્યુમમાં પણ પેરિંગ હોય છે અથવા તો સિક્સ પેક એબ દોરેલા હોય છે. છોકરાઓના મનમાં સતત એ સંદેશો નાખવામાં આવે છે. કે તમારે પ્રોફેશનલ રેસલર જેવું બોડી બનાવવાનું છે.

મસલ ડીસ્મોર્ફિયા છોકરીઓમાં ન હોય? હોય તો છોકરાઓ અને છોકરીઓમાં ફરક શું? પહેલાં એવું હતું કે શરીરના બાહ્ય દેખાવ પ્રત્યે વધુ જાગૃત માત્ર છોકરીઓ રહેતી. માટે તેઓ ભૂખી રહે કે અમુક દવાઓ ખાઈને શરીર ઉતારવાની કોશિશ કરે. પણ મસલ ડીસ્મોર્ફિયા એ શારીરિક ડીસઓર્ડર નથી.

BOLLYWOOD

NEWS FLASH

જગતે પહેલા ડાન્સ કર્યો પછી અચાનક તે ઘૂંટણિયે પડી ગયો અને અભિનેત્રીને સગાઈની વીંટી સાથે પ્રપોઝ કર્યું

અમલા પોલ જગત દેસાઈ સાથે કરશે બીજા લગન

। મુંબઈ, તા.૩૧ । સાઉથની પ્રખ્યાત અભિનેત્રી અમલા પોલ ગુરુવારે તેમના જન્મદિવસે સગાઈ કરીને ફેન્સને સરપ્રાઈઝ આપી હતી. હકીકતમાં તે પણ ચોંકી ગઈ હતી જ્યારે તેના બોયફ્રેન્ડે તેને આવું સરપ્રાઈઝ આપ્યું હતું. હા, બોયફ્રેન્ડ જગત દેસાઈએ અમલા પોલને તેના જન્મદિવસ પર પ્રપોઝ કર્યું. અભિનેત્રીનો એક ક્યૂટ વીડિયો પણ સામે આવ્યો છે. ચાલો તમને જણાવીએ કે અમલા પોલનો બોયફ્રેન્ડ કોણ છે. એ પણ જાણી લો કે અભિનેત્રીએ પહેલા લગન કોની સાથે કર્યા હતા અને ક્યારે છૂટાછેડા લીધા હતા. જેમ ફિલ્મોમાં થાય છે તેમ જગતે તેની ગર્લફ્રેન્ડને પ્રપોઝ કર્યું હતું. તેણે પહેલા ડાન્સ કર્યો. પછી અચાનક તે ઘૂંટણિયે પડી ગયો અને અભિનેત્રીને સગાઈની વીંટી સાથે પ્રપોઝ કર્યું. અમલાએ આ સુંદર પ્રસ્તાવને હા કહેવામાં એક સેકન્ડ પણ બગાડી ન હતી. ‘ફિલ્મીબીટ’ના અહેવાલ

મુજબ જગત દેસાઈ ગુજરાતમાંથી આવે છે. તેને જીમનો શોખ છે. તે એક ઓગ લવર પણ છે. તે ગોવામાં મિત્રો સાથે પાર્ટીઓ કરવાનો શોખીન છે. અમલા પોલના પહેલા લગન એએલ વિજય સાથે ૨૦૧૪માં થયા હતા. બંનેએ વર્ષ ૨૦૧૭માં છૂટાછેડા લીધા હતા. AL વ્યવસાયે રિરેક્ટર છે.અમલા પોલના વર્ક ફ્રન્ટ વિશે વાત કરીએ તો, તે મલયાલમ, તમિલ અને તેલુગુ ફિલ્મોમાં સક્રિય છે. તેણે વર્ષ ૨૦૦૯માં મલયાલમ ફિલ્મ નીલથમારાથી અભિનયની શરૂઆત કરી હતી. પરંતુ દરેક ઘરમાં તેને જે પ્રશંસા મળી તે ૨૦૧૧માં રિલીઝ થયેલી ફિલ્મ દેવા થિરુમગલથી મળી. જ્યાં તેના કામની સમીક્ષકો દ્વારા પણ ખૂબ પ્રશંસા કરવામાં આવી હતી.

અમલા પોલ છેલ્લે અજય દેવગન સાથે ‘બોલા’માં જોવા મળી હતી. અભિનેતા અને અમલાની જોડી ચાહકોને ખૂબ જ પસંદ આવી હતી.

અનુષ્કા સેનની સુંદરતા જોઈને ફેન્સના ઘબકાર વધી ગયા

। મુંબઈ, તા.૩૧ ।

અનુષ્કા સેન એક ખૂબ જ પ્રખ્યાત ટેલિવિઝન અભિનેત્રી છે અને તમને જણાવી દઈએ કે તેણે બાળ કલાકાર તરીકે પોતાના કરિયરની શરૂઆત કરી હતી. આ પછી તે ઘણા મ્યુઝિક વીડિયોમાં પણ જોવા મળી હતી. જો અનુષ્કા સેનના વર્ક ફ્રન્ટની વાત કરીએ તો તમને જણાવી દઈએ કે તેણે ઘણી સીરિયલ્સમાં કામ કર્યું છે. પરંતુ તેને ખરી ઓળખ સિરિયલ ‘બાલવીર’થી મળી જેમાં તેણે બાળ કલાકાર તરીકે કામ કર્યું હતું. પરંતુ છેલ્લા કેટલાક સમયથી એવા અહેવાલ આવી રહ્યા છે કે તે કોરિયન વેબ સિરીઝમાં જોવા મળશે. આ તસવીરમાં અનુષ્કા સેને પોતાના વાળ ખુલ્લા રાખ્યા છે અને ખૂબ જ સુંદર નાની બુટ્ટી પહેરી છે. અભિનેત્રીએ ગ્લોસી મેકઅપ સાથે પોતાનો લુક પૂર્ણ કર્યો છે. અનુષ્કા સેને હાલમાં જ તેના ઓફિશિયલ ઈન્સ્ટાગ્રામ એકાઉન્ટ પરથી કેટલીક તસવીરો શેર કરી છે અને તેમાં તેણે બ્લેક કલરનો ખૂબ જ સુંદર ડ્રેસ પહેર્યો છે. આ લુક સાથે તે એક નાની અને ખૂબ જ ક્યૂટ બ્લેક કલરની બેગ કેરી કરતી જોવા મળી.

એકિટિંગમાં કરિયર બનાવવાના ત્રણ વર્ષ પછી અદિતિએ ૨૦૦૯માં સત્યદીપ મિશ્રા સાથે લગન કર્યા હતા

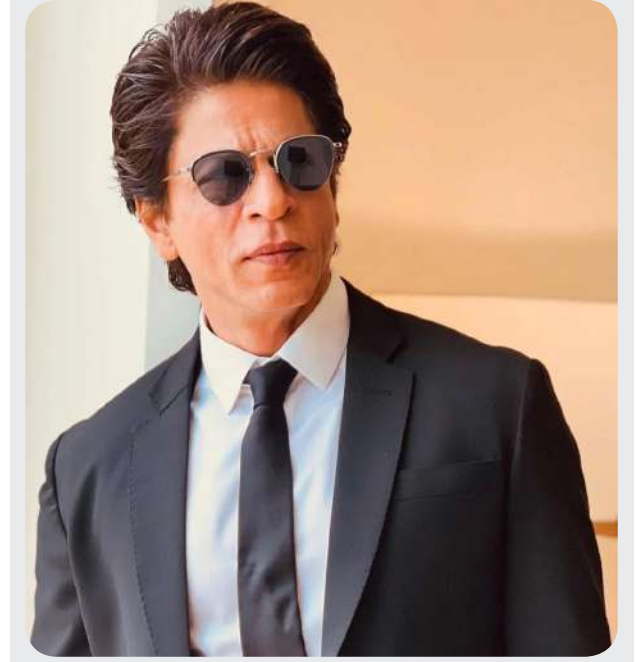
ચાર વર્ષ પણ ના ટક્યા અદિતિ રાવ હૈદરીના લગન

। મુંબઈ, તા.૩૧ । બોલિવૂડ અને સાઉથની ફેમસ એક્ટ્રેસે કે જેને પોતાની એકિટિંગની લાઈફની શરૂઆત મલયાલમ ફિલ્મોથી કરી હતી, પરંતુ પછી સાઉથ અને બોલિવૂડમાં પોતાની આગવી ઓળખ અને કામથી બધાને દિવાના કરી દીધા હતા. શું તમે જાણો છો કોણ છે આ એક્ટ્રેસ આ એક્ટ્રેસ અદિતિ રાવ હૈદરી છે જે આજે પોતાનો ૭મો બર્થ ડે સેલિબ્રેટ કરી રહી છે. હૈદરાબાદના શાહી પરિવારમાં જન્મેલી અદિતિ રાવ હૈદરીએ પોતાના કરિયરની શરૂઆત બોલિવૂડમાં અભિષેક બચ્ચન અને સોનમ કપૂર સ્ટારર ફિલ્મ દિલ્હી ૬ થી કરી હતી. આ ફિલ્મમાં અદિતિના રોલને ખૂબ પસંદ કરવામાં આવ્યો હતો. ત્યારબાદ અદિતિએ બેક ટૂ બેક અનેક ફિલ્મોમાં પોતાની ભૂમિકા નિભાવી છે જેના પર ફેન્સ ફિદા થઈ ગયા. એક્ટ્રેસના ફેન ફોલોઈંગ પણ ખૂબ છે. એક્ટ્રેસ અકબર હૈદરીની પૌત્રી અને મુહમ્મદ સાલેહ અકબર હૈદરીની પૌત્રી છે જે અસમના પૂર્વ રાજ્યપાલ પણ રહી ચુક્યા છે. પોતાની એકિટિંગ કેરિયરમાં રોકસ્ટાર, મર્ડર ડ અને ફિતૂર જેવી અનેક ફિલ્મોમાં કામ કર્યું છે. એકિટિંગમાં કરિયર બનાવવાના ત્રણ વર્ષ પછી અદિતિએ ૨૦૦૯માં સત્યદીપ મિશ્રા સાથે લગન કર્યા હતા, પરંતુ અભિનેત્રી લગન ૪ વર્ષ પણ ટક્યા હતા નહીં. એક્ટ્રેસના વર્ષ ૨૦૧૭માં તલાક થઈ ગયા. અદિતિ રાવ હૈદરીનું આમિર ખાન સાથે



આ વર્ષે શાહરુખની એકથી એક હટકે ફિલ્મો આવી છે જેને બોક્સ ઓફિસ પર ઘમાલ મચાવી દીધી છે

૨ નવેમ્બરના રોજ અભિનેતા શાહરુખ ખાનનો બર્થ ડે



। મુંબઈ, તા.૩૧ । બોલિવૂડ લવર્સ માટે આ વર્ષ ખૂબ સારું રહેશે. આ વર્ષે સ્ટાર્સ એકથી એક ધમાકેદાર ફિલ્મો લઈને આવે છે. આ વર્ષે ખાસ કરીને વાત કરવામાં આવે તો શાહરુખનું નામ મોખરે છે. જવાનની વાત હોય કે પછી બીજી કોઈ મુવીની વાત હોય. શાહરુખનું નામ ટોપ પર છે. વર્ષની શરૂઆતમાં પઠાન મુવીએ ૧૦૦૦ કરોડની કમાણી કરી હતી ત્યારબાદ જવાન મુવીએ પણ આ મામલે અનેક રેકોર્ડ બ્રેક કર્યા. આમ, વર્ષના છેલ્લા મહિનાઓમાં કિંગ ખાન અને રાજકુમાર હિરાનીની ફિલ્મ ‘ડંકી’ ક્યારે રિલીઝ થશે એ વાતને લઈને ફેન્સમાં ઉત્સુકતા વધારે જોવા મળી રહી છે. ઉલ્લેખનીય છે કે ફિલ્મના ટીઝરને લઈને એક મોટો ખુલાસો કરવામાં આવ્યો છે જે વિશે જાણીને તમે પણ ઘરમાં નાચવા લાગશો. ફિલ્મના મેકર્સ ‘ડંકી’ મુવીના ટિઝરને રિલીઝ કરવાની વાત કરી છે. આ ટિઝરને રિલિઝ કરવા માટે એક ખાસ દિવસની પસંદગી કરવામાં આવી છે જે છે શાહરુખનો બર્થ ડે. એક અહેવાલ અનુસાર ૨ નવેમ્બરના રોજ શાહરુખ એનો ૫૮મો જન્મદિવસ મનાવશે. આ ખાસ દિવસે ‘ડંકી’નું ગ્રાન્ડ ટિઝર લોન્ચ થશે. આટલું જ નહીં ફિલ્મના ડાયરેક્ટર રાજકુમાર હિરાણીએ કિંગ ખાનના ફેનને એક ગિફ્ટ પણ આપી છે. રિપોર્ટ અનુસાર ‘ડંકી’ના ટિઝર લોન્ચને શાહરુખ પોતે હોસ્ટ કરશે. જ્યારે સેન્સર બોર્ડ ફિલ્મના ટિઝરને લઈને યુ સર્ટિફિકેટ આપ્યું છે. આમ, તમને જણાવી દઈએ કે ફિલ્મના બે ટિઝર રિલીઝ થવાના છે.



