

‘સન્નારી’ માટે મુખપૃષ્ઠ તસ્વીર, પ્રતિભાવ, સૂચનો વગેરે ઇ મેઇલ પર પણ મોકલી શકો છો

વાચકો, આપ તમારા પ્રતિભાવો, ‘સન્નારી’ અંગેનાં કોઈ સૂચનો, ‘સન્નારી’ને અનુરૂપ કોઈ પણ લખાણ અને મુખપૃષ્ઠ તસવીર નીચે આપેલા ઇમેઇલ એડ્રેસ પર પણ મોકલી શકો છો. આ ઉપરાંત તમે મોકલતા આવ્યા છો એમ પત્ર દ્વારા તો કંઈ પણ મોકલી જ શકો છો. તમારી સરળતા માટે આ વધારાની સુવિધા કરવામાં આવી છે.

■ વાચકોને ખાસ વિનંતી કે પોતાનું લખાણ ટૂંકાણમાં જ મોકલે. ઘણા વાચકોનું લખાણ લાંબુ હોવાથી પૂરતો વ્યાજ આપી શકાતો નથી.

■ તમારી તસવીર ઊભી ફ્રેમમાં, બેકગ્રાઉન્ડ પ્લેઇન અને અવનવી અદામાં હોવી જરૂરી છે. આથી એકલાં નાના બાળકોના ફોટા મોકલશો નહીં.

■ તમારી તસવીરની ઇમેજ સાઇઝ ૮” x ૧૨” હાઇ રેઝોલ્યુશન ૩૦૦ DPIમાં મોકલશો જેથી એન્ટર્વાઈ કરતી વખતે મુશ્કેલી ન પડે અને ફાઇલ સાઇઝ 10MB થી વધુ હોવી ખોટી નહીં.

■ તમારા ફોટાગ્રાફ અને લખાણ સાથે તમારું નામ, સરનામું, કોન્ટેક્ટ નંબર લખવાનું ભૂલશો નહિ.

-સંપાદક

Email: sannari@gujaratmitra.in

સપ્તાહની તસવીર



‘સન્નારી’ના મુખપૃષ્ઠ પર પ્રકાશિત થયેલી તસવીર ભાઈબહેન કોમલ વોરા (મોડલ), હેમલ વોરા (ગ્રામંડ બિઝનેસ), પ્રિન્સી વોરા (ડિજિટલ માર્કેટીંગ), વંશ વોરા (જોબ), પૂજા વોરા (ગ્રાફિક્સ ડિઝાઇનર)ની છે



પ્રિય સન્નારી

કેમ છો? મજામાં ને?

રક્ષાબંધનની ઉજવણી થઈ ગઈ કે વિકેન્ડમાં ઉજવવાના છો? ખેર, તમે સૌ રક્ષાબંધનનો તહેવાર સારી રીતે ઉજવી શકો અને સૌ તંદુરસ્ત રહે તેવી શુભેચ્છા! વેલ, શું તમને ખબર છે? આજે ૨૯ ઓગસ્ટ એટલે નેશનલ સ્પોર્ટ્સ ડે છે. આપણો નેશનલ સ્પોર્ટ્સ ડે કોના માનમાં અને શા માટે ઉજવવામાં આવે છે તે તમે જાણો છો? ચાલો, આજે તેના વિષે વાત કરીએ.

૨૯ ઓગસ્ટ ૧૯૦૫ના રોજ ભારતના અલ્હાબાદમાં હોકીના જાદુગર મેજર ધ્યાનચંદનો જન્મ થયો હતો. તેમણે ૧૯૨૮, ૧૯૩૨ અને ૧૯૩૬ માં ભારતીય હોકી ટીમ તરફથી ઓલિમ્પિક ગેમ્સમાં ભાગ લીધો હતો અને આ ત્રણેય ઓલિમ્પિકમાં ભારતીય હોકી ટીમે સુવર્ણ પદક મેળવ્યા હતા. મેજર ધ્યાનચંદ પાસે બોલને હોકીથી પકડી રાખવાની અદ્ભુત કુશળતા હતી, તેમની તીવ્ર ઝડપની સામે પ્રતિસ્પર્ધી ટીમ પોતાને લાચાર અનુભવતી હતી. મેજર ધ્યાનચંદની અદ્ભુત ક્ષમતા અને કુશળતાને કારણે ઓલિમ્પિકમાં ભારત હોકીમાં દુનિયાભરમાં અગ્રેસર હતું. ૧૯૫૬માં ભારત સરકાર તરફથી તેમણે ‘પદ્મભૂષણ’નો એવોર્ડ પણ મેળવ્યો હતો. હોકીમાં તેમના મહત્વપૂર્ણ યોગદાન બદલ ભારતમાં ૨૯ ઓગસ્ટે ‘નેશનલ સ્પોર્ટ્સ ડે’ ઉજવવામાં આવે છે. મેજર ધ્યાનચંદના માનમાં આ દિવસે ભારતના રાષ્ટ્રપતિ ‘મેજર ધ્યાનચંદ એવોર્ડ’, ‘અર્જુન એવોર્ડ’ અને ‘દ્રોણાચાર્ય એવોર્ડ’ રાષ્ટ્રપતિ ભવન પર એનાયત કરે છે.

મેજર ધ્યાનચંદના જન્મદિનને ‘નેશનલ સ્પોર્ટ્સ ડે’ તરીકે ઉજવવા પાછળનો હેતુ લોકોમાં સ્પોર્ટ્સ પ્રત્યે અને શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ પ્રત્યે જાગૃતિ લાવવાનો પણ છે. લોકો બેઠાં જીવન છોડીને શારીરિક રીતે તંદુરસ્ત બને, એક સક્રિય જીવનશૈલી અપનાવે તે જરૂરી છે. આજે આપણા શહેરમાં મેરેથોન, ટ્રાયથેલોન, સાઈકલિંગ રેસ, યોગ દિવસ વગેરેનું આયોજન થાય છે અને લોકો તેમાં ઉત્સાહથી ભાગ પણ લે છે જે એક સાચું પરિવર્તન છે. એક રીતે સ્વસ્થ જીવન જીવવા માટે તંદુરસ્ત શરીર હોવું જરૂરી છે તે વાત લોકોને મહદઅંશે સમજ પડી ગઈ છે. છતાં, આજનાં બાળકોમાં તેના વિષે જાગૃતિ લાવવાની ઘણી જરૂર છે. સ્માર્ટ ફોન, સ્માર્ટ ટીવી અને AI ના જમાનામાં બાળકોને સ્કીનથી દૂર રાખવા અને શારીરિક પ્રવૃત્તિઓમાં પરોવવા ઘણું મુશ્કેલ થઈ ગયું છે.

હવે વાત કરીએ સ્પોર્ટ્સની....આપણે સ્પોર્ટ્સ વિષે વિચાર કરીએ તો મોટાભાગના લોકો ક્રિકેટ વિષે જ વિચારશે પરંતુ, ક્રિકેટ સિવાય પણ ઘણી રમતો છે જેમાં રસ કેળવીએ તો આપણે પારંગત થઈ શકીએ છીએ. જેમ કે ફૂટબોલ, હોકી, બાસ્કેટબોલ, જીમનાસ્ટીક, આર્ચરી, જેવલીન શ્રો, ટેબલ ટેનિસ,



બેડમિન્ટન, રેસલિંગ, વેઈટ લીફ્ટિંગ, હર્ડલ રેસ, રીલે રેસ વગેરે.... રમતગમતના વિશાળ મહાસાગરમાં ઘણાં મોતી છે પરંતુ જરૂર છે તે વિશાળ મહાસાગરમાં ડૂબકી લગાવવાની, મહેનત કરવાની. ભારતીય માનસિકતા પ્રમાણે રમતગમતને બાળપણથી એટલું મહત્વ અપાતું નથી. પેલી કહેવત છે તે પ્રમાણે ‘ખેલોગે, ફૂદોગે બનોગે ખરાબ, પઢોગે, લિખોગે બનોગે નવાબ’ લોકો એવી વિચારસરણી ધરાવે છે અને જો બાળકોને રસ હોય તો પણ ઘણા પાસે પૂરતી સગવડ અને સુવિધાનો અભાવ હોય છે. લોકો પાસે મનગમતી સ્પોર્ટ રમવાનાં સાધનો ખરીદવાના પૈસા હોતા નથી. પરિણામે ક્યાં તો તેઓ ઈજાગ્રસ્ત થતાં રહે છે અથવા સ્પોર્ટ્સ છોડી દે છે. વળી, રમતગમત એટલે ક્રિકેટ સિવાય પણ બીજું ઘણું હોય શકે એવી જાગૃતિનો અભાવ રહેલો છે એટલે, સ્પોર્ટ્સ માટે જે ફાળો સરકાર તરફથી અનામત રાખવામાં આવ્યો હોય તે મોટાભાગે ક્રિકેટમાં વપરાય છે અને અન્ય સ્પોર્ટના હિસ્સામાં ઘણો ઓછો આવે છે. વળી, રમતગમતમાં ચાલતાં ભ્રષ્ટાચાર અને રાજકારણને કારણે તે ફાળો ભાગ્યે જ જરૂરિયાતમંદ શકે છે. ઉપરાંત, રમતગમત માટે જલ્દી કોઈ સ્પોન્સરશીપ માટે પણ તૈયાર થતું નથી. આમ, જો કોઈ

વ્યક્તિને રમતમાં રસ હોય તો તેણે પોતાની એડવાન્સ ટ્રેનીંગનો ખર્ચ જાતે જ ઉઠાવવો પડે છે. ભાગ્યે જ તેમને કોઈ મદદ મળતી હોય છે. આમ, અનેક મુશ્કેલીઓ પાર કરીને તે વ્યક્તિ નેશનલ અને ઈન્ટરનેશનલ સ્તર સુધી પહોંચે છે.

આ કારણોસર ભારતની સ્થિતિ ઓલિમ્પિક ગેમ્સમાં એટલી સારી નથી. જો કે આ વર્ષે રમાયેલી કોમનવેલ્થ ગેમ્સમાં ભારતે ૩૯ મેડલ્સ મેળવીને ચોથું સ્થાન પ્રાપ્ત કર્યું હતું. આ ૩૯ મેડલ્સમાં ૧૩ સુવર્ણચંદ્રક, ૧૭ સિલ્વર અને ૯ બોન્સ મેડલ્સ હતા. વર્ષ ૨૦૨૪ના પેરિસમાં રમાયેલી ઓલિમ્પિક ગેમ્સમાં ભારતના ફાળે ફક્ત ૬ મેડલ્સ આવ્યા હતા. આમ, વિશ્વભરના દેશોની સરખામણીએ આપણે સ્પોર્ટ અને એથલેટિક્સના ક્ષેત્રમાં ઘણી મહેનત કરવાની અને ખેલાડીઓને દરેક રીતે પ્રોત્સાહન આપવાની જરૂર છે. મેજર ધ્યાનચંદના સમયમાં ભારત હોકીમાં દુનિયાભરમાં પોતાનો દબદબો રાખતું હતું. હોકીમાં ગોલ મેડલ તો જાણે ભારતના નામે જ લખાયેલો હતો! પરંતુ, આજે આવી કોઈ મહત્વની રમતમાં ભારત ગોલ જીતી શક્યું નથી. આ પરિસ્થિતિ બદલાય તે માટે સરકાર ‘ખેલો ઈન્ડિયા’ અભિયાન પણ ચલાવી રહી છે છતાં હજી આપણે ઘણો લાંબો રસ્તો પાર કરવાનો બાકી છે.

તો હવે, શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ અને સ્પોર્ટ્સનો પણ આપણી દિનચર્યામાં સમાવેશ કરીએ અને રસ ધરાવતાં ખેલાડીઓને પ્રોત્સાહન પણ આપીએ જેથી ફરી આપણો દેશ પણ ઓલિમ્પિકમાં મેજર ધ્યાનચંદના સમયમાં હતી તેવી અતુલ્ય સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરી શકે. બરાબર ને?

ચાલો આવજો. ફરી મળીશું આવતા સપ્તાહે.

- સંપાદક

