



A. Articles

$$\text{ૐ} = MC^2$$

Mr. Ajit Naik
Visiting Faculty, Statistics

હાલામિત્રો,

સતત વિસ્તરતા જતા અખિલ અનંત બ્રહ્માંડમાં મહર્ષિ વેદવ્યાસ મુનિએ, અનેક ઋષિમુનિઓએ, દૃષ્ટાઓએ, વૈજ્ઞાનિકોએ, મનિષીઓએ, ઊંના અનંત મહિમાનું ગાન કર્યું છે. એ અતુલ મહાસાગરમાં દૂબકી મારીને થોડા છીપલા વીણીને આવડ્યું એ રીતે આ લેખ લખવાની કોશિશ કરી છે.

ૐ ધ્વનિના ત્રણ મૂળ ધ્વનિ છે : અ, ઉ, મ. આ ત્રણેય જોડીને ‘‘ઓમ’’ ૐ બનાવ્યો. સમસ્ત શબ્દ ધ્વનિનો અઉમ (A, U, M) નો વિસ્તાર છે, અને એટલા માટે, પછી આ ૐ ને શબ્દની જેમ ન લખ્યો. એને ચિત્રાત્મક બનાવ્યો. અહીં શબ્દ સમાપ્ત થાય છે અને નિઃશબ્દ શરૂ થાય છે. આપણે ૐ નો દુનિયાની કોઈપણ ભાષામાં અનુવાદ ન કરી શકીએ.

ૐ એ કોસ્મેટિક સાઈલેન્સનો ધ્વનિ છે. વૈશ્વિક મૌનનો ધ્વનિ છે. જ્યારે બધું શેષ રહી જાય છે, બધું મટી જાય છે, બધા શબ્દ, બધી બુદ્ધિ, બધા વિચાર મટી જાય છે, ત્યારે એક ધ્વનિનું સ્પંદન રહી જાય છે, જેની આ દેશમાં ‘‘ઓમ’’ ૐ તરીકે વ્યાખ્યા કરવામાં આવી છે. ૐ આવવો જોઈએ, પ્રગટ થવો જોઈએ.

ૐ ઓમકારના જ પ્રણવ અને ઉદગીથ, એવાં બીજા બે નામો છે. પ્રણવ એટલે પ્રકર્ષ રીતે કરેલી સ્તુતિ કે ઉત્તમ સ્ત્રોત , અને ઉત્તમ સ્ત્રોત પરબ્રહ્મનો જ હોય અને ઉદગીથ એટલે ઉચ્ચ ગીત, ઉત્તમ સ્તુતિ.

આલ્બર્ટ આઈન્સ્ટાઈને ભૌતિકશાસ્ત્રનું ઉદભવ સૂત્ર આપ્યું છે : $E = MC^2$ (સાપેક્ષવાદ). જ્યાં E = energy, M = Mass અને C = પ્રકાશના કિરણની દર સેકન્ડે ત્રણ લાખ કિલોમીટરની ઝડપ. સમગ્ર બ્રહ્માંડ આ રીતે પ્રાપ્ત થતી એનર્જી દ્વારા સંચાલિત થાય છે. આઈન્સ્ટાઈને કહ્યું હતું કે, God does not play dice to run this universe. આઈન્સ્ટાઈને કહ્યું હતું : I believe in GOD who reveals himself in the orderly harmony of what Exists. આઈન્સ્ટાઈનને ‘‘સુવ્યવસ્થિત સંવાદિતા’’ દ્વારા પ્રગટ થતા ભગવાનમાં શ્રદ્ધા હતી.

આઈન્સ્ટાઈને કહ્યું હતું : હમણાં જે કંઈ વૈજ્ઞાનિક શોધખોળો થઈ છે અને થઈ રહી છે, એ એક ટકા જેટલી છે. બાકીની શોધખોળો, જ્ઞાન-વિજ્ઞાન, પ્રજ્ઞા, મેઘા, ડહાપણ, વેદો અને ઉપનિષદોમાં છે એને coding અને decoding કરો, જ્ઞાન-વિજ્ઞાનનો વિસ્ફોટ થશે.

ૐકાર (અ, ઉ, મ) માં : અ-કાર, શ્રી વિષ્ણુ ભગવાનનો વાયક છે અને એ પ્રોટોનનું પ્રતીક છે.

ઉ-કાર, એ શ્રી મહેશ્વર ભગવાનનો વાયક છે અને એ ન્યુટ્રોનનું પ્રતીક છે.

મ-કાર એ શ્રી બ્રહ્માજી ભગવાનનો વાયક છે અને એ ઈલેક્ટ્રોનનું પ્રતીક છે.

આમ, ત્રિ અક્ષરમય ૐ, ઓમકાર, એ સાક્ષાત પરમાત્મા બ્રહ્મનો વાયક બની જાય છે. એવું કહેવાય છે કે, આપણા ઋષિ વૈજ્ઞાનિક મહર્ષિ કણાદેએ આઈન્સ્ટાઈનની જેમ, હજારો વર્ષ પૂર્વે, અણુ પરમાણુના ક્ષેત્રમાં અદ્ભુત સંશોધન કર્યું હતું.



આપણા વેદો-ઉપનિષદોમાં જે જ્ઞાન-વિજ્ઞાન ઉપલબ્ધ છે એને હવે વૈજ્ઞાનિક આધાર મળી રહ્યો છે. England માં Oxford University ના ભૌતિકશાસ્ત્રના પ્રોફેસર વૈજ્ઞાનિક શ્રી Peter Russel પણ, $E=MC^2$ માં વિશ્વાસ ધરાવે છે. અને એને માટે, એઓશ્રી, ભારત આવીને, વેદો ઉપનિષદોનો અભ્યાસ કરી ઊંની શક્તિ-Energy ને પ્રસ્થાપિત કરી રહ્યા છે. જેમકે,

- અમેરિકાના સાનહોજે શહેરમાં, તારીખ 21 થી 24 ઓક્ટોબર 2015 દરમિયાન એક આંતર રાષ્ટ્રીય પરિષદ મળી હતી. જેનું ચાવીરૂપ સૂત્ર હતું. $E=MC^2$.
- સ્વિટ્ઝરલેન્ડના જીનિવા પાસે, ફ્રાન્સ અને સ્વિસ બોર્ડર નજીક 1954 માં સ્થાપેલ વિશ્વની સૌથી મોટી “પાર્ટિકલ ફિઝિક્સ લેબોરેટરી રિસર્ચ ઇન્સ્ટિટ્યૂટ” (CERN) ના પ્રાંગણમાં શિવ ભગવાનની, શ્રી નટરાજની વિશાળ મૂર્તિ રાખવામાં આવી છે. જ્યાં બ્રહ્માંડ અને એનર્જી વિશે તથા ભગવાન વિશે સંશોધનો - પ્રયોગો થાય છે. ભૌતિક શાસ્ત્રીઓએ રજૂ કરેલે, “ગતિનો સિદ્ધાંત” “શિવ”ના સ્વરૂપથી સમજાવ્યો છે.

જીનિવા ખાતે આવેલ CERN ની વિશાળ લેબોરેટરીમાં LHC = લાજેહેડ્રોન કોલાઈડર, જેને ગોડ પાર્ટિકલ કહે છે જેમાં સંશોધન દ્વારા ડોક્ટર સત્યેન્દ્રનાથ બોસ અને ડોક્ટર હિગ્સ દ્વારા “આ બ્રહ્માંડમાં ઈશ્વરીય કણ જેવું કંઈક છે” આવું સંશોધન કરવા બદલ એ બંને વૈજ્ઞાનિકોને ફિઝિક્સનું નોબેલ પારિતોષિક આપવામાં આવ્યું અને હજુ પણ આ CERN પ્રયોગશાળામાં God's particle વિશે પ્રયોગો ચાલી રહ્યા છે. CERN લેબોરેટરીએ જણાવ્યું છે કે, પ્રોટોન અને બીજા પ્રોટોન વચ્ચે પ્રતિ સેકન્ડ 1.6 અબજ વખત ટક્કર એટલે કે અથડામણ કરાવવાના છે. આ અથડામણને પગલે હાથ લાગનારી આંકડાકીય ડેટા સંબંધિત માહિતીનો ભવિષ્યમાં ડાર્ક મેટર, ડાર્ક એનર્જી અને બ્રહ્માંડના અન્ય મૂળભૂત રહસ્યોનો અભ્યાસ થશે. ઉપરાંત બ્લેક હોલ અને બિગ-બેંગના સિદ્ધાંતોને સમજવામાં સરળતા રહેશે. વૈજ્ઞાનિકોએ, બ્રહ્માંડના મોટા ભાગનું સર્જન જેમાંથી થયું છે તે God's particle ને શોધી કાઢ્યા છે. આ LHC, તૈયાર કરવા માટે 31,000 કરોડ રૂપિયાનો ખર્ચ થયો છે. આ લેબોરેટરીમાં આપણા ભારતીય વૈજ્ઞાનિકો પણ સંશોધન કરી રહ્યા છે.

નોંધ : આપણા આઘકવિ-વૈજ્ઞાનિક - ભક્ત કવિ નરસિંહ મહેતા એ લગભગ 500 વર્ષો પહેલા, કોઈપણ જાતની પ્રયોગશાળા કે કમ્પ્યુટર વિના કહ્યું હતું કે, “કણ કણ મેં ભગવાન” અને કહ્યું હતું કે

“પવન તું, પાણી તું ભૂધરા ! વૃક્ષ થઈ ફૂલી રહ્યો આકાશે;

અખિલ બ્રહ્માંડમાં એક તું શ્રીહરિ, જૂજવે રૂપે અનંત ભાસે.”

તાંડવ નૃત્ય કરતા શિવના સ્વરૂપને નટરાજ કહે છે શાસ્ત્રમાં કહ્યું છે કે, શિવનું તાંડવ સર્જન અને સંહાર બંને કરે છે. આ વિધાન ગતિ અને ઊર્જાનું, સૂક્ષ્મથી વિરાટ સુધી, બધે જ વ્યાપેલ બ્રહ્માંડની પ્રક્રિયાનું સૂચન કરે છે. આમ, સર્જન-પોષણ-સંહાર એમ ત્રણેય ક્રિયામાં, ગતિ મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. આખા બ્રહ્માંડમાં સૂર્ય, ચંદ્ર, પૃથ્વી, અન્ય ગ્રહો, આકાશગંગા, નિહારિકા અને અખિલ બ્રહ્માંડમાં, બધે જ ગતિ અને ઊર્જાનું ગજબનું સંતુલન છે.

શિવના શરીરે લપેટાયેલો સર્પ, સુષુપ્તઊર્જા (Latent energy) નું ગતિના રૂપે રૂપાંતર થાય છે, તેનું સૂચક છે. અર્વાચીન ભૌતિક વૈજ્ઞાનિકો તેને કાઈનેટિક એનર્જી કહે છે. પૃથ્વી અને અન્ય ગ્રહોનું પરિભ્રમણ સર્પિલ આકારે થાય છે. શરીર પર સર્પ ધારણ કરીને તાંડવ નૃત્ય કરતા શિવના સાકાર સ્વરૂપનો અર્થ,



અર્વાચીન ભૌતિક વિજ્ઞાન કહે છે કે, આખા બ્રહ્માંડમાં બધો સમય, કોઈને કોઈ રૂપે સુષુપ્ત અને ગતિશીલ ઊર્જા વ્યાપેલી જ હોય છે.

શિવની બે આંખો સૂર્ય અને ચંદ્રનું સૂચન કરે છે. કપાળમાં બંને ભ્રમરની વચ્ચે રહેલી ત્રીજી આંખ, ત્રિકાળ દર્શન કરી શકે છે. શિવના ત્રીજા નેત્રમાંથી નીકળતા કિરણો લેસર કિરણો જેવું જ કામ કરે છે. વૈશ્વિક નૃત્યકાર નટરાજ-શિવ ગતિશીલ બ્રહ્માંડનું પૂર્ણ વ્યક્તિ - ચિત્ર છે અર્વાચીન ભૌતિક વિજ્ઞાનને માટે શિવનું નૃત્ય એ ઉપપારમાણ્ણિક પદાર્થનું નૃત્ય છે. (Dance of Subatomic matter)

શિવ સાક્ષાત્ બ્રહ્મ છે. શિવનું સ્થૂળ લિંગ સમગ્ર બ્રહ્માંડ છે. શિવલિંગનો આકાર બ્રહ્માંડનો આકાર છે. શિવલિંગના ચિન્હ પાછળ વિજ્ઞાન છુપાયેલું છે. શિવલિંગ અને ન્યુક્લિયર રિએક્ટર, શક્તિ-ઊર્જાનો મહાસ્ત્રોત છે. શિવલિંગ ગોળ આધારરૂપ પીઠિકા પર સ્થિત હોય છે. એનો મધ્ય ભાગ અષ્ટકોણીય હોય છે. એનો શીર્ષ ભાગ ગોળાકાર હોય છે અને તે ભાગની પૂજા થાય છે. આ ત્રણ ભાગ ક્રમશઃ બ્રહ્મા, વિષ્ણુ અને મહેશના પ્રતિક છે.

શિવલિંગ, પરમાણુ સંરચનાનું પ્રતીક છે. વિજ્ઞાનીઓ માને છે કે, દુનિયાભરના રેડિયો એક્ટિવ મેપ (નકશો) જ્યોતિર્લિંગના આકારના છે. જુઓ આપણા બધા જ્યોતિર્લિંગો નદી કે સમુદ્ર પાસે પ્રતિષ્ઠિત છે. શિવલિંગ ઉપર લટકતા પાત્રમાંથી ટીપુટીપુ જળ શિવલિંગ પર પડતું હોય છે એવી વ્યવસ્થા કરાય છે. પરમાણુ રિએક્ટરને પણ ઠંડુ રાખવામાં આવે છે. શિવની જટામાં રહેલી ગંગા અને ચંદ્રમાં પણ તેમને શીતળ રાખવા માટે છે. શિવલિંગ પર ભક્તો બિલિપત્રો, આકડો, ઘતુરો વગેરે પણ ચડાવાય છે. કારણ કે તે ઊર્જાને શોષી લેવાનું કામ કરે છે.

વિજ્ઞાનીઓએ શિવલિંગને પરમાણુ મોડેલ તરીકે માન્યું છે. શિવલિંગ ઉપર અર્પણ કરાયેલું જળ પ્રસાદરૂપે ગ્રહણ કરાતું નથી. શિવલિંગની પુરી પરિક્રમા કરાતી નથી. કારણકે શિવલિંગ ગ્રેનાઈટ પથ્થરથી બનેલ હોય છે અને ગ્રેનાઈટ રેજીએશનનો સ્ત્રોત છે અને તેમાં વધારે પડતી રેડિયો એક્ટિવિટી થતી હોય છે. એના પર અર્પણ કરેલું જળ જે નલિકાથી બહાર કઢાય છે, એને ઉલ્લંઘી શકાતી નથી. કારણ કે એ જળમાં પરમાણુ તત્વ હોય છે જે શરીરને હાની પહોંચાડી શકે છે.

આપણે જાણીએ છીએ કે પ્રાચીન ભારતમાં ૧૨ મોલિક્યુલર એનર્જી સેન્ટર હતા. આપણા શાસ્ત્રકારોએ પણ ૧૨ જ્યોતિર્લિંગની વાત કરી છે અને ન્યુક્લિયર રિએક્ટર આ ૧૨ જ્યોતિર્લિંગમાં સ્થિત હતા. એટલે જ આ સ્થળોએ યુરેનિયમનું પ્રમાણ વધારે હોય છે આમ શિવલિંગ, ઔં, ઓમકાર એ ન્યુક્લિયર રિએક્ટર જેવું કામ કરે છે. શિવલિંગ જગતની ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ અને સંહારની સમજ આપે છે. અને હવે તો વિજ્ઞાન પણ માને છે કે શિવલિંગ એ વાસ્તવમાં ન્યુક્લિયર રિએક્ટર છે, ઔં = MC^2 ની પ્રતિકૃતિ છે.

- ભાભા એટોમિક રિસર્ચ સેન્ટર (BARC) નો આકાર શિવલિંગ સમાન રાખવા પાછળ આજ તર્ક જવાબદાર હોવાનું મનાય છે. પરમ પૂજ્ય શ્રી શિવના નિરાકાર સ્વરૂપને શિવલિંગરૂપે પૂજા કરવામાં આવે છે.
- પરમ પૂજ્ય શ્રી શંકર ભગવાનનું પ્રયંડ અને ઊર્જાથી ભભુકતું સ્વરૂપ ઉજ્જૈનમાં બિરાજે છે. ઉજ્જૈન મહાકાલ તો કાળ-સમય અને મૃત્યુ એમ બંનેના દેવતા છે તેમજ સર્વ પ્રથમ રૂદ્ર અર્થાત આદિરૂદ્ર છે.
- ઔં, એ ફક્ત અ, ઉ અને મ વડે બનતો એકાક્ષરી શબ્દ નથી. અખિલ બ્રહ્માંડના ગહન રહસ્યોનો તાગ



મેળવી શકાય એટલી અદ્ભુત ક્ષમતા આ મંત્રમાં છે.

- પૃથ્વીના ધરીભ્રમણ દરમિયાન નોંધવામાં આવેલી ફ્રિકવન્સી ઊં ની ફ્રિકવન્સી બરાબર છે ! ઊં ઉચ્ચાર કરવામાં આવે ત્યારે 432 હર્ટઝ (HZ) ની ફ્રિકવન્સી ઉત્પન્ન થાય છે. જેનો બ્રહ્માંડના લગભગ દરેક પદાર્થ સાથે મેળ ખાય છે. એનો અર્થ એ થાય છે કે ઓમકાર એ વાસ્તવમાં માણસની સમષ્ટિ સાથે જોડાતું માધ્યમ છે.
- આધુનિક વિજ્ઞાન ઊંને પ્રયોગાત્મક સ્વરૂપે લઈ જઈ રહ્યું છે. બ્રહ્માંડના સર્જન અને બિગબેંગ થિયરી સાથે ઓમકારને ગાઢ સંબંધ છે.
- NASA એ સૂર્યમાંથી નીકળતા ધ્વનિને રેકોર્ડ કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો. ખાસ પ્રકારના યંત્રથી એ નાદને- ધ્વનિને સાંભળવામાં આવ્યો તો તેમાંથી ઊં ધ્વનિ સંભળાયો હતો.
- આજ રીતે શક્તિપીઠો પણ બ્રહ્માંડની અસીમ રહસ્યમય શક્તિ અને ઊર્જાના સ્ત્રોત મનાય છે.
- આપણી નવરાત્રીના ગરબાને પણ વૈજ્ઞાનિક આધાર મળી ચૂક્યો છે.
- પરમ પૂજ્ય શ્રી શિવભોલે બાબાના મુખેથી ઉચ્ચારાયેલા તમામ મંત્રો પાસવર્ડ પ્રોટેક્શન હેઠળ છે ! તેને એક એવી હાઈટેક તિજોરીમાં બંધ કરવામાં આવ્યા છે, જેને દુનિયાનો સારામાં સારો હેકર પણ ખોલી શકે એમ નથી. જ્યાં સુધી પાસવર્ડ પ્રાપ્ત ન થાય ત્યાં સુધી આપણે આ મંત્ર તિજોરી ખોલી શકવા સક્ષમ નહીં બની શકીએ, એવું પ્રાવધાન છે. આ પાસવર્ડ એટલે... નીર્જિલન.
- ક્વોન્ટમ ફિઝિક્સ અંગેની લેટેસ્ટ જાણકારી મળ્યા બાદ વિજ્ઞાન જગતને સમજ પડી કે હજુતો આપણે રતિભાર પણ આગળ વધી શક્યા નથી. ફરીથી શૂન્યની શરૂઆત કરવી પડે એવી સ્થિતિ આવીને ઊભી રહી ગઈ છે !!
- પ્લેનેટેરીયમ સોફ્ટવેરની મદદથી પરમ પૂજ્ય શ્રી રામચંદ્ર ભગવાનની જન્મ તારીખ : ઈ.સ. પૂર્વે 10 જાન્યુઆરી, 5114 મળી છે. અને પરમ પૂજ્ય શ્રી હનુમાન દાદાની જન્મ તારીખ : ઈ.સ. પૂર્વે 17 જાન્યુઆરી, 5114 મળી છે. પરમ પૂજ્ય શ્રીકૃષ્ણ ભગવાનની જન્મ તારીખ : ઈ.સ. પૂર્વે 19 જુલાઈ, 3228 મળી છે.
- ધર્મ, વિજ્ઞાનપૂર્વક સાબિત થાય એ જરૂરી છે અને વિજ્ઞાન ધર્મયુક્ત બને એ પણ જરૂરી છે.
- વિજ્ઞાન પ્રયોગનિષ્ઠ (objective) હોવાથી એમાં દંભને લગભગ અવકાશ રહેતો નથી. જ્યારે અધ્યાત્મ, અનુભવનિષ્ઠ (subjective) હોવાથી જો જાગૃત ન રહેવાય તો એમાં દંભ ધૂસી જવાની સંભાવના રહે છે અને અંતમાં : વર્ષો પહેલા વિનોબાજી કહી ગયા હતા કે, હવે આધ્યાત્મ અને વિજ્ઞાનના દિવસો શરૂ થાય છે.
- હું એવા દેશની સંસ્કૃતિમાંથી આવું છું, જેણે એક એવો શબ્દ આપ્યો છે. જે વિશ્વ વ્યાપી હોય, એ શબ્દ બોલાય તે પહેલા શાંતિ હોય અને બોલાય પછી પણ શાંતિ હોય છે. એ શબ્દ છે - ઊં. એવા મારા દેશને હું આ એવોર્ડ અર્પણ કરું છું - રસુલ પકુટી. આ એવોર્ડ “સ્લમડોગ મિલિઓનર” ફિલ્મમાં સાઉન્ડ એન્જિનિયરિંગની કામગીરી બદલ ઓસ્કાર એવોર્ડ પ્રાપ્ત થયો એનો સ્વીકાર કરતી વખતે બોલાયેલા શબ્દો છે.



Physical Education and its Relation Awareness

Dr. Ashokkumar Saha
Physical Instructor

Sports have always held a significant place in human society, serving not just as entertainment but also as a powerful catalyst for personal growth and societal development. Whether it's the thrill of competition, the camaraderie among teammates, or the lessons learned from both victory and defeat, sports play a multifaceted role that extends far beyond the playing field.

Physical Health Benefits

One of the most obvious benefits of sports is its positive impact on physical health. Regular participation in sports and physical activities helps in maintaining healthy weight, improving cardiovascular health, and enhancing overall physical fitness. From early childhood through adulthood, engaging in sports fosters habits of regular exercise, reducing the risk of obesity, diabetes, and other lifestyle-related diseases.

Mental and Emotional Well-being

Beyond physical health, sports also contribute significantly to mental and emotional well-being. The discipline, focus, and resilience required in sports translate into valuable life skills. Athletes learn how to set goals, work hard, and persevere in the face of challenges. These qualities not only benefit them on the field but also in their personal and professional lives. Participating in sports can also have a positive impact on mental health by reducing stress, anxiety, and depression. Physical activity releases endorphins, the body's natural mood lifters, leading to improved mood and overall psychological well-being. Moreover, the sense of accomplishment and self-esteem gained from mastering a skill or achieving a personal best in sports can boost confidence and resilience.

Social Connections and Community Building

Sports have a unique ability to bring people together, fostering social connections and community spirit. Whether through local clubs, school teams, or professional leagues, sports create opportunities for people from diverse backgrounds to come together, bond over shared interests, and build lasting friendships. This sense of belonging and camaraderie not only enhances the overall quality of life but also promotes social cohesion and unity within communities.



Educational and Cultural Significance

In addition to its individual and social benefits, sports also hold educational and cultural significance. Participation in sports teaches valuable lessons about teamwork, leadership, and sportsmanship. Athletes learn how to work collaboratively towards a common goal, respect opponents, and accept outcomes graciously, whether in victory or defeat. These principles of fair play and integrity are fundamental not just in sports but also in broader societal contexts. Furthermore, sports play a vital role in cultural expression and identity. Different sports carry unique historical and cultural meanings, reflecting the values and traditions of societies. Sporting events and competitions often serve as platforms for celebrating diversity, promoting inclusion, and fostering mutual understanding among people of different backgrounds.

Challenges and Opportunities

While sports offer numerous benefits, they also face challenges such as issues of inclusivity, accessibility, and ethical considerations. Ensuring equal opportunities for participation regardless of gender, race, or socio economic background remains a crucial goal. Additionally, addressing issues like doping, match-fixing, and athlete welfare requires ongoing efforts from sports organizations, policymakers, and society at large.

In conclusion, sports play a vital role in promoting personal development, strengthening communities, and enriching cultural life. By recognizing and harnessing the power of sports, individuals and societies can continue to reap the many benefits they offer, creating healthier, happier, and more connected communities worldwide.





માં ની આત્મકથા



Chandresh Rana
S.Y.B.Com.

શું કહું હું મારા વિશે ? માં આ શબ્દ નાનપણમાં બોલતા કેટલું વ્હાલું લાગતું હતું, પણ ખબર જ ન હતી કે આ સૌભાગ્ય મને પણ મળી શકે છે !

બાળપણમાં હું જ્યારે મારી માતાનાં બોળામાં રમતી, ત્યારે લાગતું કે દુનિયાનું સૌથી મોટું સુખ તો આજ છે. પિતા તો મને રમકડાં પણ લઈ આપતાં, પણ તે રમકડાં કરતાં તો મને મારી માતાનો બોળો જ સૌથી વધુ વહાલો લાગતો. જ્યારે થોડી મોટી થઈ ત્યારે પિતાને મને નિશાળે મોકલાવી, નિશાળમાં ભણતા ભણતા માતૃપ્રેમ વિશેનું મહત્વ જાણ્યું કે, “જીવનમાં માં ન હોય, તો સંસારમાં સૂનકાર વ્યાપી જાય છે.” જ્યારે પણ હું નિશાળેથી ઘરે આવતી, ત્યારે હું મારી માતાને તરત જ ભેટી જતી અને મારી મમ્મી પણ મારા માથે હાથ ફેરવતી.

જ્યારે મેં મારો મેટ્રિકનો અભ્યાસ પૂર્ણ કર્યો, ત્યારે મારું પરિણામ સારું આવ્યું હતું, તેથી મેં નિર્ણય કર્યો કે હું આગળ ભણવા માટે વિદેશ જઈશ. મારા માતા-પિતા પણ મને આગળ ભણવા માટે વિદેશ મોકલવા તૈયાર હતા. એમ કહેવું તો ખૂબ જ સરળ હતું કે હું ભણવા માટે વિદેશ જવાની છું, પણ જે દિવસે મારે જવાનું હતું, તે દિવસે ઘરેથી નીકળતાં મારી આંખમાંથી બોર જેવડાં આંસુ પડ્યાં માંડ્યા હતા, પણ આખરે મનથી માની તો લીધું જ હતું કે, મારે ભણવા માટે વિદેશ જવાનું જ છે.

મારા માતા-પિતા મને સ્ટેશને મૂકવા આવ્યાં હતાં. જ્યારે જુદા થવાનો વખત આવ્યો ત્યારે મમ્મી ખૂબ જ રડી હતી. તેમને જોઈને મારું પણ હૈયું ભરાઈ આવ્યું હતું, પણ આખરે મનને મનાવવું તો પડેજ. હું વિદેશ પહોંચી ત્યારે મેં મમ્મી-પપ્પાને ફોન કર્યો, ત્યારે તેમનો જીવમાં જીવ આવ્યો. હું ત્રણ વર્ષ પછી મારા વતનમાં પાછી આવી ત્યારે મારી માતાનાં ચહેરા પર એવી ખુશી હતી કે તે પળને હું કાગળ પર દર્શાવી શકું તેમ નથી.

હવે જ્યારે મારી લગ્નની વાત હતી, ત્યારે કેટલાંક છોકરાઓ મને જોવા આવતાં અને એમાંથી મારા માતા-પિતાને એક છોકરો પસંદ આવ્યો, તેઓએ મારી પણ ઈચ્છા જાણી હતી અને હું પણ લગ્ન માટે તૈયાર હતી.

થોડાં સમય બાદ મારા લગ્ન થયાં અને મારું જીવન પણ ખુશીથી ભર્યું હતું, એવામાં એક દિવસ મારી તબિયત ખરાબ થઈ ગઈ હતી, ત્યારે ડોક્ટર અમારાં ઘરે આવ્યા હતા, ત્યારે ખબર પડી કે અમારા ઘરે એક નાનું બાળક આવવાનું છે, મારો પરિવાર આ ખબર સાંભળીને તો ખૂબ જ ખુશખુશાલ થઈ ગયો હતો.

થોડા મહિનાઓ પછી એક નાનકડા બાળકનો કિલકિલાટ અમારાં ઘરમાં સાંભળવા મળ્યો. હું અને મારા પતિ અમારાં બાળકને ખૂબજ સારી રીતે રાખતાં, તે થોડો મોટો થયો ત્યારે અમે તેને ભણવા માટે નિશાળે મોકલ્યો. તેને ભણતા ભણતા તેના શારીરિક અને માનસિક વિકાસ માટે તેણે કેટલીક રમતોમાં પણ ભાગ લેવા માટે પ્રોત્સાહિત કરતાં.

થોડાં વર્ષો બાદ તેણે પોતાનો મેટ્રિકનો અભ્યાસ પૂર્ણ કર્યો અને તેણે પણ પોતાના ભાવિ ઘડતર માટે વિદેશ જવાની ઈચ્છા વ્યક્ત કરી. અમે પણ તેને સહકાર આપ્યો અને વિદેશમાં જઈને અભ્યાસ કરવાની મંજૂરી આપી.

જ્યારે અમે તેને સ્ટેશને મૂકવા ગયા, ત્યારે મારી આંખમાંથી આંસુ સરી પડ્યા અને મને મારો ભૂતકાળ યાદ આવી ગયો. શરૂઆતના દિવસોમાં તો તેનાં ફોન આવતાં અને અમે પણ તેને તેનાં હાલચાલ પૂછવા માટે ફોન કરતાં. તે ત્રણ-ચાર વર્ષનું કહીને વિદેશ ભણવા માટે ગયો હતો, પણ દસ વર્ષ વીતી ગયાં. છેલ્લા પાંચ-છ વર્ષથી તેનાં કોઈ સમાચાર મળતાં નથી. ન તો એનો કોઈ ફોન આવતો, કે ન તો અમારાં ફોનનો જવાબ મળતો.

હવે તો જિંદગીના આ દિવસો આકરાં લાગે છે. હવે તો જિંદગીમાં સૂનકાર વ્યાપી ગયો છે. હવે તો એમ થાય છે કે, “આ જિંદગીની યાદર ઓઢીને હંમેશા હંમેશા માટે સૂઈ જઈએ !”



You Can't Escape

Dhwani Patel
M.Com, - II

I find myself packing bags in the middle of the night. I don't know where I am going, but just the thought that I can go anywhere gives me a sort of comfort. Run away young girl, the world's not for you. If it is, it will come back to you. Stupid thought. It happens very often nowadays, this packing bags thing. I'd be lying awake and then I'd make up my mind that I can't be living like this every day. Surely there is more to it? And so I decide to pack my bags and my toothbrush and an extra pair of shoes. I always keep a big chunk of cash ready, in case I ever find the courage to take that path. I know I never will. The idea of escaping is more soothing than the act. Being blessed with rationality is a curse sometimes.

I had this dream once. I was on a vacation with a bunch of friends. It looked like I was kinda happy, maybe. I had grey hair. We were going to this remote island, with very little civilization. South of Italy. A friend told us to go visit there. It was supposed to be not too touristy and huge sections of beach would be just for us. Not a soul around. I liked the idea very much. All of us seemed interested. But on the day we were supposed to visit that island, nobody wanted to go there. They preferred to shop instead. So I too backed out and told them that I'd be in the hotel, but to pack. From there, I took a bus straight to the point where the ship was waiting to take me to that island.

There were probably three more people on that ship. It was evening-ish. For some strange reason, I carried all my luggage to this boat. I just packed everything. The ship sailed. I didn't even look back. Six hours into the trip, our captain told us that a few weeks ago he discovered another island just a couple of hours away from our destination. He asked us if we would wanna go there. All of us unanimously said yes. We reached the island next day. As I was about to deboard, I noticed none of my fellow passengers were deboarding. I asked them why. They didn't respond. I asked the captain, if he wants to deboard, he too didn't respond. Strange.

I deboarded and the next thing I know, the boat vanished. As if there was no boat to begin with. I didn't worry much, probably because I was in a dream. There were a few people already on that island. They were sitting around a fire, roasting some fish. On spotting me, they all got up. Their style of getting up was very similar. Strange. As I walked towards them, I realized all of them were



versions of me. One from when I was 12, one was a 15-year-old me, one 18 year old, one 21 year old and so on.

“What's happening” I asked them. The 21 year-old-me looked me in the eye and said, “You wanted to run away. You took the step. You dared. So here you are.” “So, all of you also ran away and came here?”, I asked. “Yes”, the eighteen-year-old replied. “You see, you can't really run away from the world. Your urge to do this will always be suppressed by the things out there. Money, fear, friends, parents, life. You will be scared to take this step. But once you overcome all of this, and you actually do take this step, you will reach here. Your feelings reset to the default mode.”, he added.

“I don't understand.”, I said. “You remember you went to the hotel to go and pack that you can visit that island?”, the twenty-one-year-old asked. “Yes.” “Then do you remember being hit by the door?” “No” “Check your head, there is a bump.” There was a bump. “So you mean, I am actually in the hotel and the person who felt the need to escape is no longer feeling the need to escape because the feeling has escaped him in the form of me?” “Yep.” “Hell.” “So you can't really escape?” “No.” “That's sad.” “Yep.”

I often tinker with thoughts. You do that? Like just think about something for longer than it deserves. No, it's not overthinking. Overthinking almost involves you. It's a selfish act. Tinkering with thoughts is just a time pass activity. It doesn't make you jealous or insecure or bitter. It might make you sad though, if you go deep enough. Or apathetic, if you go right down to the bottom. It's not fun, but some days it can alter your perspective. Like the other day, I started wondering if any of us are actually free? Well we're not. We keep running after an illusion.

Can we escape any of this? No, We are too deep in this trap. Running away won't solve anything. Especially if you run away with a bunch of cash. So stupid. You quit your job so that you don't have a boss. You freelance instead only to realize that now everyone has become your boss. You quit that and now you do things only for money. And so on. Then what's the solution? I thought and thought and thought. And the solution is to stop thinking about it. Any of this. Stop. That's the solution. It was a strange dream, wasn't it? I actually didn't dream that. I keep telling myself that story in order to never run away. Because in the end, you will always be here, always be a part of this thing called earth. The sooner you accept this, the better it will be for your mental health.



Panchamrit Goals

Sejal Kulkarni
T.Y.B.Com

Rightly said by Steve Garvey:

"You have to set goals that are almost out of reach. If you set a goal that is attainable without much efforts, you are stuck with something below your true talent." By keeping this quote in our mind let's discuss about PANCHAMRIT GOAL which was announced by our honorable Prime Minister. This is a 5 fold strategy to play its part in helping the world get closer to 1.5 degree celsius on the first day of Global Climate Meet in Glasgow.

The Prime Minister euphemistically termed this scheme as Panchamrita meaning the "5 AMBROSIA" which means 5 foods of god. It was very common knowledge that the promises made till now are on climate finance were pessimistic. When we all are increasing our ambitious on climate actions, the world's ambition could not stay the same on climate finance as it was agreed prior. We are almost 17% of the total World's population but contribute only 5% of emission. Yes we have left no stone unturned in doing out a bit to fight climate change.

Panchamrit Goals promises include:

- 1) India will get its non-fossil energy capacity to 500 gigawatt by 2030.
- 2) India will meet 50% of its energy requirements till 2030 with renewable energy.
- 3) India will reduce its projected carbon emission by one billion tonnes by 2030.
- 4) India will reduce the carbon intensity of its economy by 45% by 2030.
- 5) India will achieve Net Zero by 2070.

NET ZERO means achieving a balance between the greenhouse gases put into the atmosphere and those taken out. The Panchamrit Goal was announced at the "26th SESSION OF THE CONFERENCE OF THE PARTIES OF THE UNITED NATIONS FRAMEWORK CONVENTION ON CLIMATE CHANGE (UNFCCC)" during last November.

In the last 8 years, new energy has been infused into the telecom sector with the Panchamrit of - 'REACH', 'REFORM', 'REGULATE', 'RESPOND' AND 'REVOLUTIONISE'.

Among climate watchers, there is a discussion of whether India is considering submitting its updated Nationally determined contribution a written submission to the UNFCCC with updated climate targets and whether these Panchamrit pledges will be formally incorporated into this updated NDC. Though the pledge for the Net Zero emission by India was a focal point in the climate negotiations, short and medium term outcomes are more likely to be driven by the first 4 pledges.

Panchamrit Goal/Strategy is definitely relatable to the quote said by Francois Hollande:

"We have a single mission to protect and hand on the planet to the next generation."



I Am What I Am

Isha Kapadia
S.Y.B.Com

Charles Horton Cooley said,

“I am not who you think I am; I am not who I think I am; I am who I think you think I am.” Confused..... Well let me explain it for you. The quote simplifies as what you actually are is determined by what you think people think about you. So basically, we see ourselves from other's perspective.

Consciously or unconsciously, we tend to approve ourselves through opinion of others. Our decision making is much more based on what others would think of us or a situation rather than what we perceive it to be. The choices you make, the careers you choose to the clothes you wear, the look you put on - all are influenced by the perspective of people. Rather than considering the outcomes of our decisions, we spend our time in estimating the reaction of people to our decisions. That's why the idiom of "सबसे बड़ा रोग, क्या कहेंगे लोग" has come into existence.

In the book “Think Like A Monk”, the author Jay Shetty writes an experience which is as follows: In his ashram days, one day his guru took him to the storeroom and asked him to look into the mirror which was covered with dust. He could not see his reflection in the mirror. But when the guru brushed off the dust, he could clearly see his reflection. Through this, he passes the message that once you clear the dust of aspirations and opinion of people, you are able to see your reflection - your true self. Similarly, once you put off what people will think about you, you can achieve your goals.

You can not last longer heaving the burden of aspirations of others. If your conscience allows you for a task, you should go on to give it a try. It is never too late to pursue your dreams. Many times, we let go our aspirations just by the fear of "What would the society think about us?" But the ultimate thing that matters is what do you think about your decision. It is better having tried atleast once than to suppress yourself being afraid of opinion of others. Once you keep aside the very thought of people judging you, you are free to accomplish your task in the best way possible.

This, however, should not be confused with anarchism and being reckless. There is a difference between opinions and positive criticism. You need to filter what you absorb. Having an opinion is not wrong. But listening to opinions of others considering that you are always wrong is indeed a erroneous thought. We should classify people around us in order to classify the thoughts we absorb. Positive people will never influence you the other way. They will always encourage you to choose the right way. So, we should make the best use of the time when we are with positive people, as it attaches you more with the belief in yourself. The only person who can beat you is you yourself.



The Library of Lost Stories

Jay Pancholi
S.Y.B.Com.

Once upon a time in a quiet town nestled between rolling hills and babbling brooks, there stood a library - a place that held not only books but the forgotten stories of the townsfolk. Mrs. Thompson, the librarian with silver-streaked hair and an ever-present smile, was the guardian of this repository of tales.

One day, a curious visitor named Emma wandered into the library. Intrigued by the cozy ambience and the scent of aged paper, she approached Mrs. Thompson.

"Do you have any hidden gems?" Emma inquired.

The librarian's eyes sparkled. "Ah, my dear, we have more than just books here. We have the lost stories of the people who have lived and loved in this town for generations."

Mrs. Thompson led Emma to a dusty corner filled with weathered journals, faded letters, and forgotten photographs. Each artifact told a story—some of triumph, others of heartbreak, all etched with the passage of time.

Emma selected a worn leather-bound journal and began to read. The pages unfolded a narrative of a bygone era, recounting the life of a seamstress who stitched dreams into the fabric of the town. The tales spoke of community, resilience, and the beauty found in simplicity.

Intrigued, Emma delved deeper into the library's collection, discovering stories of a town fair that once defined joy for the residents, a love letter that never reached its intended recipient, and the eccentric inventor whose contraptions brought laughter to the streets.

As Emma read these narratives, she felt a profound connection to the past. The library became a time machine, transporting her to moments she had never lived but could now feel in her heart. Each story enriched her understanding of the town's history and the people who shaped it.

In the weeks that followed, Emma became a regular at the library. She listened to the tales of elderly townsfolk who shared memories as fragile as the pages of the books they held. The library transformed into a living archive, bridging the gap between generations and fostering a sense of community that transcended time.

And so, in the unassuming town with hills and brooks, the Library of Lost Stories became a sanctuary where the past whispered, the present listened, and the future learned from the wisdom of those who came before. In this small corner of the world, the threads of history were woven into the tapestry of each resident's life, creating a story that was both timeless and ever-evolving.



B. Poetic Corner

મિત્રતા...

Mansi Gotawala
T.Y.B.Com.

કોઈપણ જાતના લોહીના સંબંધ વિના
જે દિલથી જોડાય તે છે મિત્રતા

કલાકોના કલાકો વીતી જાય પણ
વાતો ના ખૂટે તે છે મિત્રતા

વર્ષોથી વાતો ના થઈ પણ
મદદની એક રિંગે હાજર હોય તે છે મિત્રતા

આંખોમાં વહેતા દુઃખના આંસુને
હાસ્યમાં ફેરવી દે તે છે મિત્રતા

નાની હોય કે મોટી
સફર યાદગાર બનાવી દે તે છે મિત્રતા...

કોણ છે એ...

Aarti Prajapati
T.Y.B.Com.

ફૂલની પાંખડીઓને ખીલવતું, એક બીજ છે એ...
સમાજરૂપી બગીચાનું, એક નાજુક-નમણું ફૂલ છે એ...
અતૂટ વિશ્વાસની, એક ડાળખી છે એ...
સંબંધોને જોડી રાખતી, એક દોર છે એ...
અડગમનો બળરૂપી, એક વટ વૃક્ષ છે એ...
તૂટેલા સપનાઓનું, એક આશારૂપી કિરણ છે એ...
પિતાનું દૃઢ, એક આત્મ સન્માન છે એ...
માતાનું ગર્વરૂપી, એક સ્વાભિમાન છે એ...
બુદ્ધિમત્તા માટે સમજ બહારનું, એક વ્યક્તિત્વ છે એ...
અનેક ગુણોથી પરોવાયેલું અનોખું જ,
એક સ્ત્રીરૂપી અસ્તિત્વ છે એ.....



ઘર

Isha Kapadia
S.Y.B.Com.

જે મકાનને વર્ષો સુધી ઘર બનાવી ઝાલ્યું,
એ ઘર આજ ફરી મકાન બની ચાલ્યું !
બહારથી તો દેખાય છે સિમેન્ટ માટીનું ચણતર,
પણ મારા મને લાગણીનું સર એને ભાળ્યું !
જેની એક ઝલકે હૈયાને ટાઢકનું મોજું આપ્યું,
એ ઘર આજ ફરી મકાન બની ચાલ્યું !
ગુંજતું હતું જે ખડખડાટ હાસ્ય અને અગણિત વાતોથી,
ત્યાં આજ માત્ર ચિરશાંતિનો સૂર રહ્યો,
હતું તે જ ઘર છતાં કંઈ જુદું ત્યાં જાણ્યું,
એ ઘર આજ ફરી મકાન બની ચાલ્યું !
મહકતું જે વધારની સોડમથી,
ત્યાં આજ માત્ર ભેજનો વાસ છે,
શોધું છું ક્યાં પોતીકાની સુવાસ,
હેતભર્યું ભોજન જાણે છૂટી જ ચાલ્યું,
એ ઘર આજ ફરી મકાન બની ચાલ્યું !
જ્યાં હતાં ક્યારેક આપણાં અને વડાલાં,
ત્યાં આજ માત્ર હવાનો સુસવાટો રહ્યો,
જે સ્થાને મારું સમગ્ર બાળપણ નિહાળ્યું,
તે ઘર આજ ફરી મકાન બની ચાલ્યું !

પાનખર

Isha Kapadia
S.Y.B.Com.

વૃક્ષ પરથી ખરતા એક પર્ણએ જાણે આજે એક વાત કહી,
કથા એ વ્યથાની જે એણે મનોમન સહી.

જીવન તો જાણે છે બે ઘડીનું,
વેદના તો વૃક્ષનો સાથ છૂટ્યાની રહી.

હશે એણે પણ દુઃખ આ સાથની સમાપ્તિનું,
પરંતુ એની પીડા છે થોડી હંમેશની ભલી.

આજ હું પડ્યું કાલ બીજું આવશે,
જીવનની ચકરડી આમ ચાલતીજ ખરી.

વિચારું જ્યારે મનુષ્ય વિશે હું,
કોઈ ભેદ રેખા બંને વચ્ચે છે ખરી ?

કોઈ કોઈના જીવનમાં નથી અફર,
નવી વસંતનો પ્રારંભ છે “પાનખર” !!



RAIN

Isha Kapadia
S.Y.B.Com.

Setting foot on barren land
Scorched by blazing sun
Dried
Dissipated
Torn
Exhausted
It lost its existence
Seeds under the ground
Died a fatal death
Waiting for a sprinkle
Irrigation is all pervasive
Says government records
And crop here
Vanished
No one knows where
It never existed
The farmer sitting in the corner
Mourns his fate
The authority earns praise

It benefitted agriculture
What the farmer says
Feels and experiences
No one cares
He has nothing to gain
All to lose
He is in grief
Everyone rejoicing
Government will win elections
Authority will earn praise
The implementing officers
Will eat
Money and hopes
Crop has failed
People riant
Cricket match will
Be played
It didn't rain!!