



કોવીડ - ૧૯ ની અસરોમાંથી શિખવા જેવા બોધપાઠો



ડૉ.શ્રીધર નિમાવત
આસીસ્ટન્ટ પ્રોફેસર,

મહાત્મા ગાંધી ગ્રામ અભ્યાસ વિભાગ, વીર નર્મદ દક્ષિણ ગુજરાત યુનિવર્સિટી, સુરત

VIDHYAYANA

मानव इतिहासमां नजर करीअे तो विविध प्रकारनी महामारीओ लूतकाणमां आवेली हती अने वाओ लोकोअे तेना जूव गुमावेवा. ऐव्वी सदीमां विज्ञान, टेक्नोलोजी, मेडिकल सायन्समां भारे बढवाव आव्यो ऐ. लूतकाणमां नाना बाणको शीतणा, ओरी, अछबडा, कोवेरा, मेवेरीया, टाइडोड जेवा रोगोनो भोग बनता अने दर १० बाणकोमांथी ३-४ बाणको बयीने मोटा थता. आ यित्र हवे साव बढवायेवु ऐ. मोटाभागना रोगो माटे वेकसीन (रसी) शोधाता करोडो लोकोना जूवन बयी गया ऐ. तेवीज रीते दवाओ अने सर्जरीनो असरकारक रीते विकास थयो ऐ. असाध्य रोगोने पण विज्ञानने कारणे महत्त करी शकाया ऐ.

आम छतां, केटवाक समय दरम्यान विविध प्रकारना भयानक वाहरस डेवाता रह्या ऐ अने हजरो लोको तेनो भोग पण बन्या ऐ. आधुनिक विज्ञान, सर्जरी, टेक्नोलोजी तेनो सामनो करवा मोटाभागे सक्षम होय ऐ. वर्ष २०१९ ना अंतमां यीनना वुडान शहरमां कोरोना वाहरस डेवायो अने हजरो लोको तेनो भोग बन्या. कोरोना वाहरसने ऐक वैश्विक महामारी गणवामा आवी.

कोरोना वाहरस उधरस, छिक तथा मानव संपर्कने कारणे सतत डेवातो रहे ऐ. कोछने उधरस के छिक के उधरस आवे अने तेनामां येप होय तो तेना ड्रोपलेट्स द्वारा बीजा व्यक्तिना शरीरमां प्रवेशे ऐ. जे व्यक्तिने येप वागे ऐ तेने तेनी तुरंत बबर पडती नथी. स्वस्थ वागती व्यक्ति पण येपग्रस्त होछ शके ऐ अने स्वस्थ वागती आवी व्यक्ति वाहरसना वाहक बनी जे व्यक्तिना संपर्कमां आवे ऐ तेने पण येपग्रस्त बनावे ऐ. आम कोरोना वाहरस ऐकमांथी हजरो लोको सुधी पडोथी शके ऐ. पुरती जाणकारी अने सारवारना अभावे घण्टा लोको मृत्यु पण पामे ऐ.

अमेरीका, इटली, स्पेन, फ्रांस, ब्रिटन, जेवा समुध्य तथा विकसित देशोअे समयसर योग्य पगवा न वेवाना कारणे मोटा पाये लोकोना जूवने गुमाव्या ऐ. भारतमां पण ऐव्वा बे-त्रण महिनाथी कोरोना महामारीनी असर शरु थछ परंतु भारत सरकारे तथा मोटाभागना राज्योअे प्रोअेकटीव तथा समयसर पगवाओ लीधा तेथी कोवीड १९नी लयंकर असरमांथी बयी रह्यु होय अेवुं अत्यारे वागी रह्युं ऐ. हजुं अन्य देशोनी जेम भारतमां पण तेनी असर यावु ज ऐ परंतु कोरंटाछन, लोकाडोअेन, आछसोवेशन अने योग्य ट्रीटमेन्टने कारणे मृत्युदर अने संक्रमण अंकुशीत रह्यो ऐ. लोको बहार न निकणे, रस्ताओ, दवापनाओ, जाडेर जग्याओने सेनेटाछज करवामां आवे, लोको मास्क पडेरें अने सामाजिक अंतर जाणवी रापे ते बाबते भारत जेवा विशाण वसति धरावता देशने बयववानो ऐक मात्र रस्तो ऐ.

ભારત દેશ ધનિક નથી પરંતુ Covid-19ની સારવારની જરૂરી આવશ્યક સુવિધાઓ જેવીકે ટેસ્ટીંગ, સ્કેનીંગ, માસ્ક વગેરે પુરતા પ્રમાણમાં ઉપલબ્ધ ઉપલબ્ધ હોવાથી લોકોના જીવ બચાવવાનું શક્ય બની રહ્યું છે તે હકીકત છે. લોકોમા શિક્ષણ, શિસ્ત અને સમજનો અભાવ હોવા છતાં લોકડાઉનના નિયમોનું પાલન કરે છે તે અત્યંત સકારાત્મક બાબત છે. હજું આજરીતે લોકો નિયમોનું પાલન કરતા રહે તો Covid-19ને ચોક્કસ મહાત કરી શકાશે. ભારતના વડાપ્રધાન શ્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદીમાં સમતા, સમજ અને દેશપ્રેમ છે જેનો લાભ દેશને થઈ રહ્યો છે. વિવિધ રાજ્યો અને વિવિધ રાજકીય પક્ષો પણ સહકાર આપી રહ્યા છે. વિશ્વના મહાન નેતાઓ, વિચરકો શ્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદીને એક સફળ નેતા ગણાવી રહ્યા છે. આ સમય રાજકીય ભેદભાવનો નથી. સમગ્ર દેશ જ નહીં પરંતુ સમગ્ર વિશ્વએ એક બનીને આ કોરોના વાઇરસનો સામનો કરવો જ પડશે. એકબીજા પર આક્ષેપો કરવા અત્યારે હિતાવહ નથી. આ સમસ્યા નિયતિ કે કોઈની કોઈની નિયતની છે તે કોઈને ખબર નથી. નિયતની સમસ્યાઓ માનવના હાથમાં નથી. કોઈની નિયત ખરાબ હશે તો તેણે તેના દુષ્પરિણામો કર્મના સિધ્ધાંતો પ્રમાણે ખોટું કરનારને ભોગવવા પડશે.

Covid-19 પ્રથમ એવો વાઇરસ છે જેણે વિશ્વના ચહેરાને બદલી નાખેલ છે. તેની વિવિધ પ્રકારની અસરો આવનારા બે ચાર મહિનામાં મોટા પ્રમાણમાં જોવા મળશે. કોઈકે ટ્વિટર પર ટ્વિટ કરેલું કે "Corona is a cure, we are virus" (કોરોના તો ઉપાય છે, વાઇરસ તો આપણે છીએ) આ વાત વિચારીએ તો ઘણા અંશે સાચી લાગવા માંડે તેવી છે. જે કાંઈ બની રહ્યું છે તેના માટે શું માનવજાત જવાબદાર નથી ? શું આપણે જે પ્રકારનું જીવન જીવીએ છીએ તેની આડઅસરો આપણા જીવનમાં, સમગ્ર માનવ જીવનમાં તથા પર્યાવરણમાં નથી થતી ?

હવે આપણે Covid-19ની સકારાત્મક તથા નકારાત્મક અસરોની ચર્ચા કરીશું અને અંતે આપણે કેવું જીવન જીવવું જોઈએ તેના કેટલીક Covid-19ની અસર માનવજીવન, માનવ વિચાર, જીવનશૈલી તથા સામાજિક આર્થિક બાબતો પર પણ થવાની છે. વિશ્વના કેટલાક દેશોમાં અર્થતંત્ર ભાંગી પડશે. ભારતમાં પણ તેની કેટલીક નકારાત્મક અસરો દેખાવા લાગી છે. ધંધા-ઉદ્યોગ, નાના કામદારો, છુટક મજૂરી કરતા કામદારોની સ્થિતિ વધુ કફોડી બની છે અને હજુ વધારે ખરાબ થવાની સંભાવના પણ રહેલી છે. આમા, કોઈ વ્યક્તિ, સરકાર કે લોકોનો દોષ નથી. આ તો નિયતિ દ્વારા આપવામાં આવી રહેલી સજા છે, પાઠ છે જે માનવે, દેશ અને સમગ્ર વિશ્વને સકારાત્મક રીતે સમજવું જરૂરી છે. ન

समजवामां आवे तो प्रकृतिना दंडाओ कुरता पूर्वक पडी शके छे. आमां प्रकृतिनो वांक नथी, वांक तो मानव मनोवृत्तिनो छे.

सौथी प्रथम शिषवा जेवो पाठ छे धन प्रत्येनो अलिगम. पैसा कमावा जरुरी छे, देशनुं अर्थतंत्र मजबूत बने ते पण आवश्यक छे परंतु मात्र भौतिक विकास माणसने यंत्र जेवो बनावी दे छे. भूतकालमां साम्राज्यवादी मनोवृत्ती बीजा देश पर प्रभुत्व मेणववा तथा तेनुं शोषण करवानी छती. अंग्रेजोअे भारतनुं लयंकर शोषण कर्युं छतुं ते छतिहासमांथी प्रतिबिम्बित थाय छे. छेवे साम्राज्यवादी वलणमां बीजा देश पर आर्थिक कबजो जमाववो ते साम्राज्यवादनुं प्रवर्तमान वक्षण बनी गयुं छे. अमेरीका, युरोपना देशोअे राजकीय साम्राज्यवाद तथा Colonialism नो विश्वभरमां डेवावो करेवो. लोकशाहीमां मूडीवादनुं प्रभुत्व वधवा लाग्युं छे.

यीन जेवा साम्यवादी देशे छेवे मोटा पाये आर्थिक विकास करीने बीजा देशो पर आर्थिक प्रभुत्व मेणववानो प्रयास करेवो छे. छेवे त्या साम्यवाद नथी परंतु साम्यवादी मनोवृत्ति तो अकबंध छे. त्या व्यक्तिनुं कोछ महत्व नथी. मानवमात्र मजूर बनी यंत्रवत जिवन जेवे छे. विशाण मकानो, यंत्रो, विशाण उत्पादन, जगतभरमां मोटापाये वेयाण करीने अन्य देशोने प्रभावित करेवा छे.

Covid-19 कोरोना वाहरस डेवावानो आक्षेप अमेरीकाअे यीन पर लगाव्यो छे. आनी कोछ साब्यीती तो नथी परंतु यामायीडीया परना प्रयोगीथी आ वाहरस यीनथी डेवायो तेवी वात वाहरव थछ छे. आ उपरांत वुडाननी वायरोवोजु वेबमांथी पण आ वाहरस लीक थयो डोवानी वाते पण बडु जोर पकड्युं छे. आ वात सायी डोय के नडीं तेमां पडवाने बढवे अेक शिषवा जेवो पाठ अे छे के शा माटे आपणे economy के development मोडेव गणवुं जोछअे ? महात्मा गांधीअे कडेवी अेक वात सनातन सत्य छे. कोछ पण ध्येय प्राप्त करवा माटे साधन शुध्द अने पवित्र ज डोवुं जोछअे. शुं यीनमां आवो कोछ आध्यात्मिक अलिगम छे बरो ? सो टका नथी पण तेनुं अनुकरण करवानुं पतरनाक गणाय. आपणे के यीने सुपर पावर बनवानुं स्वप्न पण सेववानी जरुर नथी. जरुर छे Human Power नी अने ते पण मानवीय संवेदना-सभर Human Power नी. अर्थशास्त्रीओ, वियारको, तत्वसितको माने छे के विकासनो अर्थ मात्र आर्थिक विकास ज नथी परंतु मानव सुखनो विकास (Human Happiness Development). गरीबी अवश्य दूर थवी जोछअे परंतु विकास टकाव (Sustainable) डोवो जोछअे. वर्ष १९७२मां ब्राजुवना रीयो-डी-जानेरामां मणेवी मीटींगमां सौ अर्थशास्त्रीओ, वियारकोअे Limits to Growth नी वात करेवी. तेमणे कडेवुं के

એ વિકાસને મર્યાદિત બનવવાનું આવશ્યક છે કારણ કે તેનાથી પર્યાવરણ, પ્રકૃતિ અને કુદરતી સંપદા (Natural Resources) નો આડેઘડ વપરાશ છે અને ભવિષ્યમાં જળ, વાયુ અને કુદરતી સંપદાઓ ખાલીખમ્મ થઈ જશે. વન્ય પશુઓ, પંખીઓ માત્ર ચિત્રોમા જ જોવા મળશે. નદીઓમાં માત્ર કાંકરાઓ ઉડતા હશે અને તેમા કચરાના મોટા ઢગ જોવા મળશે.

આ વાત Covid-19 બાદ લોકોને સમજાવા લાગી છે. નદીઓ વહેવા લાગી છે. ગંગા અને યમુનાનું પાણી સ્વચ્છ બન્યું છે. એક વખત આ નદીઓનું પાણી નાહવા લાયક પણ ન હતું આજે આ પાણી પીવા લાયક બની ગયું છે. ૬૦ વર્ષ પછી નર્મદા નદીનું પાણી મિનરલ વોટર જેટલું સ્વચ્છ બની ગયું છે. શ્રીનગરથી ૧૯૦ કી.મી. દૂર આવેલ પીર પંજાલની પર્વતમાળાઓ જોઈ શકાય છે. વેનીસ નદીનું પાણી એટલું સ્વચ્છ બની ગયું છે કે તેમા તરતી માંછલીઓને દૂરથી જોઈ શકાય છે. હવામાં પ્રદુષણ માત્રા એટલી ઓછી થઈ ગઈ કે ચંદીગઢ થી ૨૦૦ કી.મી. દૂર આવેલી હિમાલયની પહાડીઓને નરી આંખે જોઈ શકાય છે. લોકડાઉનના કારણે ભારત પ્રદુષણની માત્રા છેલ્લા ૨૦ વર્ષના તળીએ પહોંચી ગયું. ઓડિસાના દરિયા કીનારા પર ૮ લાખ કરતા વધુ કાયબાઓ એક સાથે ઇંડા આપવા આવ્યા. હવામાં પ્રદુષણની માત્રામાં મોટો ઘટાડો જોવા મળી રહ્યો છે. રાત્રે આકાશમાં તારાઓ ખુબ તેજસ્વી રીતે ચમકતા જોઈ શકાય છે. અવાજનું પ્રદુષણ લગભગ નહીવત થઈ ગયું. હવામાં કાર્બન ડાયોક્સાઇડનું પ્રમાણ ઘટતા ઓક્સીજનનું પ્રમાણ વધ્યું છે. છેલ્લા ૫ - ૭ દાયકામાં આટલા સ્વચ્છ હવા પાણી જોવા મળ્યા નથી. આ Covid-19 નો એક મહત્વનો પાઠ છે. તેને શિખવો અત્યંત જરૂરી છે.

ચીન જેવા દેશો તો માંસાહારી જ નહીં પરંતુ ગમે તેવા જીવજંતુ ખાનારા લોકો છે. અન્યના ખોરાક સામે આપણને વાંધો ન હોવો જોઈએ તે એક લોકતાંત્રીક અને ઉદારવાદી અભિગમ છે પરંતુ સાવ તટસ્થભાવે જોઈએ તો પ્રાણી-પંખી, વન્ય પશુઓ કે ગમે તે જીવોને ખાઈ જવી કેવી વૃત્તિ ગણાય ? શું તે માનવીય ખોરાક છે ? ગાંધીજીને ફરી યાદ કરવા પડે કે શાકાહારમાં સાત્વિકતા છે અને તેનાથી માનવ પ્રકૃતિમાં શાંતિ અને પ્રેમ જન્મે છે.

ચીનમાં ભૂતકાળમાં લાઓત્સુ જેવા ચિતકો હતા ખરા પરંતુ આજે આવા સાત્વિક વિચારકો ત્યા ક્યાય જોવા મળે છે ખરા ? ચીનને દલાય લામા જેવા સાત્વિક અને આધ્યાત્મિક માનવ પ્રત્યે જરાય આદર છે ખરો ? તેથી વિશ્વભરમાં Covid-19 પાસેથી શિખવા જેવો બીજો પાઠ છે. સાત્વિકતા તરફ વળવું, સાત્વિક જીવન જીવવું, શાકાહાર જ કરવો, કુદરતી ઉપચાર, આયુર્વેદ, પ્રાણાયમ, યોગ,

ध्यानने જીવનમાં અપનાવવું: આનો અર્થ એવો નથી કે વિજ્ઞાન અને ટેકનોલોજીનો અનાદર કરવો. જરૂરી અદ્યતન મેડીકલ સુવિધાઓ હોવી જ જોઈએ પરંતુ અત્યારે Covid-19 માં એક વાત સાબીત કે રોગ પ્રતિકારક ક્ષમતા કોઈ પણ વાઇરસ સામે લડવા સક્ષમ બને તેમ હોય છે અને તેથી સાત્વિક જીવનશૈલી તેમાં બહુજ ઉપયોગી સાબીત થઈ શકે એમ છે.

પર્યાવરણ અને પ્રકૃતિ પ્રત્યે આપણો અભિગમ પ્રેમ સભર હોવો જોઈએ. એક વૃક્ષ નીચે બેસોતો તમને ખબર પડે કે હવા કેટલી શુદ્ધ હોય છે અને છાયો કેટલો આહ્લાદાયક હોય છે ? બાથરુમમાં ન્હાવા કરતા નદીમાં ડૂબકી મારવાનો અનુભવ તો અનન્ય હોય છે. તેથી નદી, તળાવ, દરિયો અને હવા ને શુદ્ધ રાખો. સ્વચ્છતા માનવ સદ્ગુણ છે. આપણી ભારતીય પરંપરામાં જમતા પહેલા હાથ-પગ ધોવાની પરંપરા હતી. હવે Covid-19 માં હાથ ધોવાનું અનિવાર્ય બની ગયું છે ને ?

ભારતીય પરંપરામાં વૈજ્ઞાનિક અભિગમ હતો જ પરંતુ તેને કોઈ કથા, વાર્તા કે પૌરાણીક મીથ સામે જોડવામાં આવતો હતો. આજે Covid-19 માં Quarantine કેટલું મહત્વનું ગણાય છે ? તે વાત કોઈ સ્ત્રી બાળકને જન્મ આપે ત્યારે તેને સવા મહિના સુધી અલગ રાખવામાં આવતી હતી – જેને સૂતક કહેવામાં આવતું હતું. આ સૂતક એક પ્રકારનું કોરેંટાઇન હતું જે સ્ત્રી તથા બાળકને વિષાણુ/બેક્ટેરીયાથી બચાવવામાં આવતા હતા. એ આપણે માત્ર પચ્યાત વિચારોને મહત્વ આપવાને બદલે ભારતીય પરંપરા પર સંશોધન કરવાની જરૂર છે. સોશિયલ કે ફિજીકલ ડિસ્ટેંસમાં કોઈ અનાદર કે અપમાન નથી પરંતુ સલામતીના પગલા છે. ભારતીય પરંપરા માનવને માત્ર શરીર નહીં પણ આત્મા ગણે છે. તેનો અર્થ એ નથી કે શરીર અગત્યનું નથી પરંતુ શરીર સાધન (means) છે.

એક બીજી મહત્વની બાબત છે રાષ્ટ્ર પ્રેમ, ધર્મ-પ્રેમ અને પોતાની સંસ્કૃતિ પ્રત્યે આદર. તાજેતરમાં કહેવાતા (so-called) ઉદારમતવાદી, સેક્યુલર લોકો રાષ્ટ્રપ્રેમને કે ધર્મ પ્રેમને નકારાત્મક રીતે જુવે છે. તેઓ તેને અંધશ્રદ્ધા તથા ધર્મ જનૂન (fanaticism) માટે છે. શું પોતાની માતાને પ્રેમ કરવો અયોગ્ય છે? માને આદર કરવો એ સૌથી મોટો Human Virtue છે. આ વાત રાષ્ટ્ર પ્રેમને ૧૦૦% લાગુ પડે છે. Covid-19 માંથી એક પાઠ ભણવો પડશે – love your motherland. દેશ પ્રત્યે વફદાર રહો. અહીં અન્ય રાષ્ટ્ર કે ધર્મનો વિરોધ નથી પરંતુ ધર્મ માનવ ત્વચા છે, વસ્ત્ર નહીં. મહાત્મા ગાંધી જેવા મહામાનવ ભારતને, હિંદુ ધર્મનો, રામનો ભારે આદર કરતા હતા. તો શું ગાંધીજીમાં સંકુચિતતા હતી ?



આજે કેટલાય વિચારકો પોતના જીવનમાં સાવ છીછરા હોય છે પરંતુ વાતો મોટી મોટી કરે છે. આ બાબતોને ઇગ્નોર કરવા જેવી છે. આવા લોકોનું સમર્થન ન જ કરો.

Covid-19 માંથી એક અન્ય પાઠ ભણવાનો આવે છે તે છે પૈસા. નાણાં મહત્વના નથી, પૈસા મહત્વના નથી, જીવન જ મહત્વનું છે. એક ટંક ભોજન ન મળે તો કંઈ મરી જવાતું નથી. એક બીજી વાત અન્ય ને ઉપયોગી થવાની છે. ભુખ્યાને જમાડો, રાષ્ટ્રને મદદરૂપ થાવ, પોલીસ, ડોક્ટર, નર્સ તથા અધિકારીઓનો આદર કરો. મંદિરો બંધ છે તો ભગવાન ક્યા છે ? ભગવાન તમારી સેવામાં પોલીસ, ડોક્ટર, નર્સ રુપે સતત કામ કરે છે. જાણીતા લેખક શ્રી ગુણવંત શાહે એક મીશીગનની વાત લખી છે કે અમેરીકામાં એકાએક એક રાત્રે લાઇટ ગઈ. લાઇટ અને વિફ્ટ બંધ થઈ ગઈ. બે પાડોશીઓ એક બીજાને ઓળખતા પણ ન હતા પરંતુ પાડોશી મહિલાને એક નાનું બાળક હતું તેની પાડોશી મહિલાને ખબર હતી. તે મહિલાએ પાડોશી મહિલાનું બારણું ખખડાવ્યું. પેલી મહિલા એ બારણું ખોલ્યું અને તેને એક વાટકી ભરેલું દૂધ આપ્યું. પેલી સ્ત્રીની આંખોમાં આંસુ આવી ગયા. તેને સમજાયું કે અંતે તો માનવતા જ મહાન ધર્મ છે, વિકાસ છે. અમેરીકામાં આજે સૌને પ્રતિત થાય છે કે ભારતમાં ક્યારેક શિસ્તનો અભાવ દેખાય પરંતુ માનવ-પ્રેમ અકબંધ છે.

અંતે Covid-19 ના મહત્વના પાઠો પુનઃ ટૂંકમાં રજૂ કરીએ તો :

૧. પર્યાવરણને પ્રેમ કરો. પ્રકૃતિને બચાવો.
૨. પૈસા કરતા જીવનને ધ્યાન આપો.
૩. આર્થિક વિકાસને ટકાવ બનાવો.
૪. હુમન હેપ્પીનેસ પર ધ્યાન કેંદ્રીત કરો.
૫. સ્વચ્છતા અભિયાનને જીવનનો હિસ્સો બનાવો.
૬. પશુ, પંખી, વૃક્ષો, વન્ય પશુઓ રક્ષીત રાખો.
૭. શાકાહાર તથા પ્રાકૃતિક ઉપચાર પર ધ્યાન આપો.
૮. તમારી સંસ્કૃતિ તથા ધર્મનો આદર કરો.
૯. કુટેવો તથા વ્યસનોથી દુર રહો.
૧૦. આધુનિક ટેકનોલોજી, વિજ્ઞાન માનવ કલ્યાણ માટેજ વાપરો નહીંકે કમાવા માટે.
૧૧. વૃક્ષો વાવો, પર્યાવરણનું જતન કરો અને પ્રદૂષણ મુક્ત બનો.