

સ્વચ્છતા ત્યાં પ્રભુતા નિબંધ

જ્યાં સ્વચ્છતા, ત્યાં પ્રભુતા.

સ્વચ્છ શરીર, સ્વચ્છ મન, સ્વચ્છ ઘર, સ્વચ્છ આંગણું, સ્વચ્છ ફળિયું, સ્વચ્છ ગામ, સ્વચ્છ શહેર, સ્વચ્છ દેશ, સ્વચ્છ હવા ને સ્વચ્છ આકાશ હોય, તો જીવવાની કેવી મજા આવે ! પૃથ્વી પર જાણે કે સ્વર્ગ ઊતરી આવે !

આરોગ્યની જાળવણી માટે આપણે શરીરની સ્વચ્છતા રાખવી જોઈએ. આપણું શરીર, દાંત, નખ, વાળ , કપડાં વગેરે સ્વચ્છ હોવાં જોઈએ. આપણું ઘર મોટું હોય, તેમાં સુંદર રાચરચીલું હોય પણ તે સ્વચ્છ હોય , તો વધારે સુંદર લાગે. આપણું ફળિયું, સોસાયટી, ગામ કે શહેર સ્વચ્છ હોય, તો જ સુંદર લાગે. સ્વચ્છતાને લીધે માખી અને મચ્છરનો ઉપદ્રવ પણ ઓછો થાય અને વાતાવરણ પ્રકુલ્લિત બની રહે.

ગંદકી એ આપણા દેશનો રાષ્ટ્રીય રોગ છે. શહેરોમાં તથા ગામડાંમાં બધે જ ગંદકી જોવા મળે છે. ગામડાંમાં ઘરના આંગણા પાસે જ ઉકરડો હોય છે. લોકો ખુલ્લામાં કુદરતી હાજતે જાય છે. તેથી ઠેર ઠેર માખીઓ અને મચ્છરો લેફાલે છે. લોકોનાં શરીર, કપડાં અને ઘર પણ ઘણાં ગંદાં હોય છે. શહેરોની ચાલીઓ અને ઝૂંપડપટ્ટીઓમાં ઘણી ગંદકી જોવા મળે છે . ઠેર ઠેર અને તેમાંથી માથું ફાટી જાય એવી દુર્ગંધ આવે છે. આપણા લોકોમાં સ્વચ્છતા અંગેની સભાનતા હજી ઘણી ઓછી છે. તેઓ ગમે ત્યાં થૂંકે છે; પાન ખાઈને ગમે ત્યાં પિચકારી મારે છે.

કચરાના ઢગલા ખડકાયેલા હોય લોકોના સ્વાસ્થ્ય પર, ખાસ કરીને બાળકોના સ્વાસ્થ્ય પર ગંદકીની માઠી અસર થાય છે. તેઓનાં શરીર તંદુરસ્ત રહી શકતાં

નથી. તેઓ અનેક પ્રકારના રોગોથી પીડાય છે. પરિણામે લોકો સારી રીતે કામ કરી શકતા નથી, બાળકો સારી રીતે ભણી શકતાં નથી.

સ્વચ્છતા રાખવાથી વાતાવરણ પવિત્ર રહે છે. તેનાથી આપણું મન પ્રકુલ્લિત થાય છે. સ્વચ્છતા જાળવવાથી રોગચાળો અંકુશમાં રહે છે. કામ કરવાનો આપણો ઉત્સાહ જાળવાઈ રહે છે.

આપણે લોકોમાં સ્વચ્છતા અંગેની જાગૃતિ કેળવવાના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. વર્તમાનપત્રો, રેડિયો અને ટી.વી. જેવાં પ્રસારમાધ્યમો વડે સતત સ્વચ્છતા માટેનું અભિયાન ચલાવવું જોઈએ. શાળાના શિક્ષણકાર્યની શરૂઆત પણ સફાઈથી થવી જોઈએ. દરેક બાળક શાળાના સફાઈ-કાર્યક્રમમાં જોડાય અને સફાઈકામ કરવામાં નાનમ ન અનુભવે. મહિનામાં એક વાર શાળામાં સફાઈસપ્તાહ ઊજવવું જોઈએ. વળી ગામના અને શહેરના રસ્તાઓ, જાહેર સ્થળો વગેરેની સફાઈના કાર્યક્રમો પણ યોજવા જોઈએ. આ રીતે બાળકોમાં સ્વચ્છતાના સંસ્કાર કેળવાશે અને લોકોમાં સ્વચ્છતા માટેની જાગૃતિ આવશે. સંપૂર્ણ સ્વચ્છતા વડે જ સુધડ અને સંસ્કારી સમાજનું નિર્માણ થઈ શકે છે.