













# દિવ્યજ્યોત

અંતઃક્રાંત, ધર્મ, ભક્તિને ઊભાં સાહિત્યનાં અજવાળાં...

# સુવાક્યો

મનુષ્ય જો પોતાનું મન સાચું રાખે તો એનું શરીર પણ સાચું બને છે. એક એક ડગલું ચાલવાથી માર્ગલેખનું અંતર કપાય છે. ઉત્સાહ મનુષ્યનો ભાગ્યશીલતાનો પ્યાલો છે. જેનું મન મજબુત હોય તે બધું જ કરી શકે છે. જે કાર્યને પારખી શકતો નથી તે આંધળો છે. વિશ્વાસનો અભાવ એ અજ્ઞાનતા છે. કર્તવ્ય પાલનનું નામ જ ધર્મ છે. જે પુરૂષની બુદ્ધિ સમ છે તે ઉત્તમ છે.

## આર્યાવર્તના ન્યાયાલય પ્રહાર્યમીચ

### ‘ગુરુ’ શબ્દની ગરીમા સમજાવે

જેમની વાણી, વર્તન અને સમજણથી આપણે પ્રભાવિત થઈને તેમાંથી કંઈક શીખીએ તે વ્યક્તિ વસ્તુ, પદાર્થ કે પ્રકૃતિમાં તલોને પણ ગુરુ બનાવી શકાય છે.

ભગવાન દત્તાત્રેયના જીવનમાં આવા અનેક ગુરુઓની પ્રમાણ રહી છે તેમ તેમણે પોતાના વિચારો દ્વારા વ્યક્ત કર્યું છે.

આજે આપણે ગાય, ભેંસ કે બપાદ જેવા પશુઓના જીવનમાંથી કયા ગુરુ કેમવી શકાય તેની શોધી ચર્ચા કરીશું.

જ્યારે સારી ચારો મળે ત્યારે ગાય કે ભેંસને પેદ ભરી ચરી લે છે પણ બગેરમા સમયે કોઈ તખાલી પાણે કે કોઈ વડસા જેવા વેશુર વૃક્ષની નીચે બેસીને શાંતિથી પોતાના ખોરાકને વાળોળ્યા કરે છે.

(વાળોળવું એટલે પોતે ખાધેલા કોખીયામાંથી એક કોખીયો પેટમાંથી પોતાનું મોઢામાં પાછો લાવવો અને તેને સતત ચાવ્યા કરવું જેથી એ ખોરાકમાં તેના પાચક રસો ભળી જાય, ખોરાક સુચાય બને અને પોતે નિરાંતનો અનુભવ કરે.)

આપણને કુદરતે આ શક્તિ આપી નથી. મતાલબ કે ખોરાકનો કોખીયો હોજરીમાંથી પાછો મોઢામાં લાવી શકતા નથી. તો પછી કુદરતે આપણને જુદી જ શક્તિ આપી છે..

## લગ્ન એ સતિ કર્તારમાત્માનં કેવલં ભુ ય : I

### પશ્યત્યકૃતબુદ્ધિત્વમ્ સ પશ્યતિ દુર્મતિઃ II

ગીતા માત્ર આધ્યાત્મિક ગ્રંથ નથી એ તો જીવન પદ્ધતિનો આકર ગ્રંથ છે. આદર્શ સમાજ વ્યવસ્થા માટેનો ગ્રંથ છે. બધાં કર્મોનો સિદ્ધિ પાંચ પાંચ કારણોથી કરાયે છે. ભગવાને સાંધ્ય સિદ્ધાંત બતાવવા માટે જે ઉપક્રમ રચ્યો છે તેમાં કર્મોનો સિદ્ધિમાં પાંચ હેતુ બતાવવાનો શ્રેષ્ઠ આશય છે ? એનું વર્ણન ભગવાન નીચેના શ્લોકમાં કરે છે :

**તૈવં સતિ કર્તારમાત્માનં કેવલં ભુ ય : I**

**પશ્યત્યકૃતબુદ્ધિત્વમ્ S પશ્યતિ દુર્મતિઃ II ૧૮-૧૬ II**  
‘ત્યાં કર્મનો બાબતમાં (તત) એ રીતે આમ આ પ્રમાણે (એવમ્)હોવા છતાં હોઈ સતિ પણ પરંતુ (તુ) જે પુરુષ (ય:) અશુદ્ધ બુદ્ધિને લીધે,કુબુદ્ધિવાળા (અકૃતબુદ્ધિવાત) કેવળ-માત્ર (કેવલમ્) પોતાને આત્માને (આત્માનમ્) કર્તા (કર્તારમ્) જુએ છે, સમજે છે. (પશ્યતિ)તે-એ (સ:) દુષ્ટ-મલીન બુદ્ધિવાળો મૂર્ખ દુર્ગતિ બરાબર યથાર્થરૂપે જોતો નથી. (ન પશ્યતિ:’

જે મનુષ્ય આ પાંચ હેતુઓ, કારણોનો વિચાર કર્યા વિના માત્ર પોતાને જ એક માત્ર કર્તા માને છે તે નિરોધક બુદ્ધિમાન નથી. અશુદ્ધ બુદ્ધિવાળો છે તે અજ્ઞાની-મૂર્ખ યથાર્થરૂપે જોઈ શકતો નથી. અધ્યાય ૧૫ ના શ્લોક ૧૫ માં કહ્યું છે કે ‘સર્વસ્ય ચાહં હદિ સંનિવિષ્ટ’ અર્થાત ભગવાન મનુષ્ય માત્રના હૃદયમાં રહેલો છે. તે આપણાં સર્વ કર્મોનો દીર્ઘસંચાર કરી રહેલો છે. જોકે સ્થાન, કર્તા, ઈન્દ્રીયો પ્રયાસ એ ભૌતિક કારણો છે. છેવટનું અંતિમ કારણ તો દેવ એટલે સ્વયં ભગવાન જ છે. તેમ મનુષ્યે ચાર ભૌતિક કારણો જ નહીં પરંતુ સર્વાપરી પ્રીતિમાણ સાધક, સમર્થ કારણ પણ જોવું જોઈએ. જે ભગવાને બરાબર સમજતો નથી જોતો નથી તે પોતાને જ કર્મનો કર્તા માને છે.

જે કઈ ઘટના બને છે તે અકારણ તો બનતી નથી ઘટના બને એટલે તેનો કર્તા પણ હોવાનો જ. ઘટના બનાવવા માટેનું સ્થાન પણ હોવાનું ઘટના માટે પ્રકારની ચેષ્ટાઓ પણ હોવાની જ. અનેક પ્રકારનાં સાધનો

‘સાંખ્યોગમાં કેવલમ્ આત્માનમ્’ એમ સ્વયં સાથે ‘કેવલમ્’ પદ આવ્યું છે.

## ય: સ્વાભવો હિ ચચ્ચાસ્તે સ નિત્યં દુરતિક્રમ: ! જેવા સાથે તેવા

### શ્વા યદિ ક્રિચતે રાજાતર્લિકં નાશ્નાત્યુપાનહતા :!!

#### ચિંતન

મુતાલ્યા સ્વચ્ચન વિદુરોના વર્ણન અર્થવર્તી વિવિ વિધાન કરતું પખવાડીયું શ્રાવણ સર્વ પિતૃ અમાસ સારું પુણ્ય થતાં જ નવાન પિતૃના સ્મરણ જામશે. ઉત્સવ વેલું ને વેપારી ગુજરાતીની પ્રજા હંમેશા શાંતિપ્રિય છે. એટલે જ અહીં કોઈ આશ્ચર્ય છે. ગુજરાતની આન આન બાન તેની પ્રજાની માનસિદ્ધતા છે તે ભદ્રાચાર, ભવનગ્રેષ્ણ, મોંઘાંચારીને બીજી કોઈ વેદના સહન કરીને છેવટે વાદોવાદમાં પડ્યા વગર એક જ શબ્દ આપતિ કે અન્ય આક્રમણો સામે બોલશે. ‘કરશે તે ભરશે’ ભગવાન સૈને સંદુબ્ધિ અને જીવન જીવવાની કળા શીખવતાં આ નહાંમત હોય તો નવાઈ નહીં. આપણે દુખી છીએ તો બીજાને દુખી કરીએ એવી ભાવના પરિવાર સમાજ, રાજ્ય, રાષ્ટ્રને અયોગ્યિતિ વરદ અશ્વઘ દીરે છે. આજે વ્યાધાયક બનવાની હાલકારમાં માનવી સતત સિદ્ધવળ દુખી બનતો જાય છે. જેમાં હાલની હાઈસ્ક્રી યુગની અસર પણ હોઈ શકે છે.

#### અર્ધ્યાત્મ પઠ૩ પ્રિ.ડો.હેમરાજભાઈ આર.પારે

કુદરતી પ્રકોપ એવું નામ આપીને કુદરત પર ખોટો દોષારોપણ કરીએ છીએ. ૧૮૪૫ નાગાસાકી હીરોશીમા પર અણબોમ્બી જે તારાજ સર્જાઈ તેને આજે વિશ્વના દેશો ભુલી શકતા નથી ને આવા વેપનો ઉપયોગ નથી. આનો ભાતિ વિશ્વમાત્ર પ્રસરી રહે તેવા સહીયાર પ્રયત્નો ચોક્કસપણે ચાય છે પણ યથાક અભિમાનમાં બધી મર્યાદાને ઓળંગીને વિશ્વમાં પોતે કઈક જ કરે છે. સાબીત કરવા માટે જે ને રાવણ, સદામ હુસેન લાદેનની જેમ પોતે તો હથાથ છે પણ પરિવારજનોને હથાથા જાય છે. આ સત્ય હકીકત છે જેને કોઈ નકારી ન શકે. માનીમાનવપણે ચાય તો યાહું. આ પૂર્વીલોક પર કુદરતે માનવીને એક રક્ત-રમેવાળની ભૂમિકા અટકાવવા પોકલ્ય છે. પણ તે આજે તેની ફરજ પૂર્વીલોક પર આવીને ભુલી જાય છે. તેને એકે, કું જ છું તો બધું છે. પૂર્વીલોક પર પોતે અચ જીવો કરતાં બુદ્ધિશાળીને વર્ચસ્વાળી એટલા માટે છે કે કુદરતે તેનું ‘રમેવાળ’ તરીકે યદરત કર્યું છે. એટલે તો એમ સમજે છે કે આ બગીચાનો માલિક હું છું. કું કરું એમ જ ચવું જોઈએ ત્યારે કુદરત પણ અચાનક બગીચાની મુલાકાતલઈને એવી ચાપસ રાક્ષ તરીકે બેકામ બનેલા જે જીવને માટે છે યડીભરમાં તે બેહોશ થઈને કુદરતને દોષિત ગણવા કે હે કુદરત મેં તારું શું બગાડ્યું છે નુશ્ઠાન કરે છે ત્યારે કુદરત હસી પડે છે કે મારા બાગને સાચવવાનેબદલે તું ઉજાડે, નુશ્ઠાન કરે તે કે ક્યાંથી શિખર કરી લઈ એટલે હજુ યુધ્ધી જા. નહીંતર આ તો ફક્ત ચાપસ હાથવી ટોચે જ રહે છે. દશિષ કોરીયાના શાસનને કંઈક ઓળો જ ચસકો રહ્યો છે તે તે અણુ બોમ્બી પણ આગળ વધીને હાઈડ્રોજન બોમ્બનું નિરીક્ષણ વિશ્વ શાંતિ વચ્ચે કરી બેઠું છે. શું મેળવવા માટે છે આવા વિકૃત મનના માનવીઓ જે પોતે હૃદય મનની અવચ્ચ જાણે છે કે માઈ મુલ્ય નક્કી જ છે તે કું કંઈક મેળવીને મરવા માનું છું. આ કંઈક મેળવવાની લેણાક દિવાની જીવોને હુંવવા જતા પતંગિયાની લાલસા જેવી સાબીતી ચાય છે. પતંગિયું એ સખગતા દિવાડામાંથી કંઈક મળશે તેની લાલચમાં તેની ‘જીવકો નજીક પહોંચે છે તે છેવટે મૃત્યુનું કાગળ છે લાલસા જ બને છે. આપણે ધર્મનુરૂ, ધર્મગંધો ધર્મસ્થાનોમાંથી આવા અનેક પ્રેરણાઓ પ્રસંગે સાંભળીએ.

કુદરતી પ્રકોપ એવું નામ આપીને કુદરત પર ખોટો દોષારોપણ કરીએ છીએ. ૧૮૪૫ નાગાસાકી હીરોશીમા પર અણબોમ્બી જે તારાજ સર્જાઈ તેને આજે વિશ્વના દેશો ભુલી શકતા નથી ને આવા વેપનો ઉપયોગ નથી. આનો ભાતિ વિશ્વમાત્ર પ્રસરી રહે તેવા સહીયાર પ્રયત્નો ચોક્કસપણે ચાય છે પણ યથાક અભિમાનમાં બધી મર્યાદાને ઓળંગીને વિશ્વમાં પોતે કઈક જ કરે છે. સાબીત કરવા માટે જે ને રાવણ, સદામ હુસેન લાદેનની જેમ પોતે તો હથાથ છે પણ પરિવારજનોને હથાથા જાય છે. આ સત્ય હકીકત છે જેને કોઈ નકારી ન શકે. માનીમાનવપણે ચાય તો યાહું. આ પૂર્વીલોક પર કુદરતે માનવીને એક રક્ત-રમેવાળની ભૂમિકા અટકાવવા પોકલ્ય છે. પણ તે આજે તેની ફરજ પૂર્વીલોક પર આવીને ભુલી જાય છે. તેને એકે, કું જ છું તો બધું છે. પૂર્વીલોક પર પોતે અચ જીવો કરતાં બુદ્ધિશાળીને વર્ચસ્વાળી એટલા માટે છે કે કુદરતે તેનું ‘રમેવાળ’ તરીકે યદરત કર્યું છે. એટલે તો એમ સમજે છે કે આ બગીચાનો માલિક હું છું. કું કરું એમ જ ચવું જોઈએ ત્યારે કુદરત પણ અચાનક બગીચાની મુલાકાતલઈને એવી ચાપસ રાક્ષ તરીકે બેકામ બનેલા જે જીવને માટે છે યડીભરમાં તે બેહોશ થઈને કુદરતને દોષિત ગણવા કે હે કુદરત મેં તારું શું બગાડ્યું છે નુશ્ઠાન કરે છે ત્યારે કુદરત હસી પડે છે કે મારા બાગને સાચવવાનેબદલે તું ઉજાડે, નુશ્ઠાન કરે તે કે ક્યાંથી શિખર કરી લઈ એટલે હજુ યુધ્ધી જા. નહીંતર આ તો ફક્ત ચાપસ હાથવી ટોચે જ રહે છે. દશિષ કોરીયાના શાસનને કંઈક ઓળો જ ચસકો રહ્યો છે તે તે અણુ બોમ્બી પણ આગળ વધીને હાઈડ્રોજન બોમ્બનું નિરીક્ષણ વિશ્વ શાંતિ વચ્ચે કરી બેઠું છે. શું મેળવવા માટે છે આવા વિકૃત મનના માનવીઓ જે પોતે હૃદય મનની અવચ્ચ જાણે છે કે માઈ મુલ્ય નક્કી જ છે તે કું કંઈક મેળવીને મરવા માનું છું. આ કંઈક મેળવવાની લેણાક દિવાની જીવોને હુંવવા જતા પતંગિયાની લાલસા જેવી સાબીતી ચાય છે. પતંગિયું એ સખગતા દિવાડામાંથી કંઈક મળશે તેની લાલચમાં તેની ‘જીવકો નજીક પહોંચે છે તે છેવટે મૃત્યુનું કાગળ છે લાલસા જ બને છે. આપણે ધર્મનુરૂ, ધર્મગંધો ધર્મસ્થાનોમાંથી આવા અનેક પ્રેરણાઓ પ્રસંગે સાંભળીએ.

## સબ દીન હોત ન એક સમાન

### સૌમ્ય ટોટમગામ બી.કે.નીતાબેન

જીવનની સંદર્ભગામી બદલાતા સમયમાં આપણે આ વાક્ય ચાલ રાખવું મુબજ જરૂરી છે.આપણે મુબજ વિચારણાં છવી જઈએ એ સેવું સુખવાલાવારોએ છીએ કે માત્ર જેવું સુખી, મનવાલ ક્રોઈ છે જ નહીં.એ દુ:ખ, નિરાશાજનક પરિસ્થિતિ આ ત્યારે હતાશ. નિરાશ થઈ જઈએ છીએ.આપણી પાસે હીશિયારી હોય સંસ્કૃતાનાં શિખરો દાન કરતા જઈએ છીએ ત્યારે સમ માટેનો આપણો વાક્ય બદલાઈ જાય છે.તિરસ્કાર, ઘૂસાનો ભાવ જાગૃત ચાય છે પરંતુ આપણે

## જીવન દર્શન ભગવાનદાસ બંધુ

### દર્શનલાયક, જોવાલાયક અને પ્રેરણાદાયી એવું રામવનવાસ અને રામ સહવાસ સમું ચિત્રકુટધામ



ઉત્તરપ્રદેશ અને મધ્યપ્રદેશ એમ બંને રાજ્યોની બોર્ડર ઉપર આવેલું અને જ્યાં રામ વનવાસ દરમ્યાનમાં સાડા અગિયાર વર્ષ પસાર કરેલ તેવું રામવનવાસ અને રામ સહવાસ સમું ચિત્રકુટધામ દર્શન લાયક, જોવાલાયક અને પ્રેરણાદાયી છે. પુણ્ય સદગુરુ દેવ રણલોકદાસજી બાપુની ધર્મભૂમિ, કર્મભૂમિ અને સુભાગી અને સમાન ચિત્રકુટ ધામની જીવનમાં એદવાદ વેલાકાત લેવી શકે છે. તાજેતરમાં પુણ્ય આનંદમૂર્તિજી મહારાજની શ્રીમદ્મહાશ્વ નિમિત્તે સહ પરિવાર ચિત્રકુટ જવાનું જીવગીમાં પહેલી વાર જ બન્યું ત્યારે વિશેષ આનંદની અનુભૂતિ થઈ. ચિત્રકુટધામમાં રામવાદ, કામદેહીરી, હનુમાનવાદ, માનસદર્શન, જાનકી કુંડ, સ્વદિક શીલા, રામચંદ્રન, સતી સનસુયાજી, ગુપ્ત ગોદાવરી, ભરતકુચ, રામશૈલ્યા, સોમનાથ નદી હનુવાન, વાલ્મીકી આશ્રમ, ગણેશસ્થાન, સરભંગા આશ્રમ, વારકુંડી આશ્રમ, જૈવીનાથ જેવી અનેક જગ્યાઓ જોવાલાયક છે. મંદાકિની નદીમાં સ્નાન કરવાનો પણ એક આગવો મહિમા છે. ચિત્રકુટની ખુબ જ નજીક તુલસીદાસજી જન્મસ્થાન રાજાપુર આવેલું છે. રાજાપુરથી અહાબાદ (પ્રયાગરાજ) કે જ્યાં ત્રણ તરીઓનો સંગમ થાય છે એ ત્રિવેણી સંગમમાં દર્શન અને સ્નાનનું પણ એક આગવું મહત્વ છે.

તા.૨૦-૮-૨૦૧૭ થી તા.૬-૯-૨૦૧૭ એમ દસ દિવસનો આ પ્રવાસ કે યાત્રા અનેક ખાટામીઓ અનુભવો સાથે સંપન્ન થઈ. પ્રયાગરાજથી આગળ આરણીય નરેન્દ્રભાઈ મોદી જ્યાંથી લોકસભામાં ચૂંટાયા એવું વારાણસી-બનારસ-કાશી જવાનું ચમું, ખુબ જ ભીડમાંડાવું ભરેલ અને જીવનમાં માત્ર એક જ વાર દર્શન કરી શકાય એવું કાશી વિશ્વનાથ મંદિર જોવાનું બન્યું. વારાણસીમાં ગંગા નદી ઉપર અલગ અલગ પ્રકારના અનેક ઘાટ છે જ્યાં સ્નાનનું મહત્વ છે. અમારે સૌને ગાયઘાટ માટે આવેલ સ્વામી નારાયણ મંદિરે ઉતરવાનું બન્યું જેથી ગાયઘાટ ઉપર જ સૌએ સ્નાન કર્યું. વારાણસી-બનારસની કચોરી કે પાન ખાવાની એ આગવી મઝા છે જે માણી. સમગ્ર ભારત દેશમાં બનારસનું પ્રથમ ક્રમકે વિશેષ પ્રકારનું જ લાગે છે.

બનારસ રાત્રિ સંગમ કર્યા બાદ બીજા દિવસે અયોધ્યા જવાનું ચમું. અયોધ્યામાં રામજન્મભૂમિ મંદિરે વધારે પડતી સુસ્મામાં હોઈ ત્યાં દર્શન કરવામાં સમર્પ લાગ્યો. એ સિવાય પણ રામ દરવાર, હનુમાન ગઢી, રામમંદિર બનાવવા જ્યાં ઈંટી અને પથ્થરો એકત્રિત કરવામાં આવેલ છે તે જગ્યા પણ નિકાળી. અયોધ્યામાં સરસ્વ નદીમાં સ્નાન કરવાનું વિશેષ મહત્વ છે. અયોધ્યા જતાં રસ્તાં નીચે મુન્ય જ મનમાનવને અંતે સુંદર, સ્વચ્છ એવી સીતામઢીની જગ્યા આવી. સીતામઢી માટે પુણ્ય સીતામઢીયા ઘરોમાં સમાયાં એ દર્શાવતી જગ્યા નદીને કીનારે છે. સીતામઢીમાં સરસ મજાનું ભોજનલાલ્ય, અતિથિ ગુહ, બગીચો, નદીનીકાંચો વિગેરે છે. સાથે સાથે આ જગ્યા ખુબ જ શાંત, રમણીય અને અતિ પરિવર છે.

અયોધ્યાથી છપ્પયા જવાનું ચમું. છપ્પયા શ્રી સ્વામી નારાયણ ભગવાનનું જન્મસ્થાન છે. છપ્પયામાં પણ જન્મવા રહેવાની સારી સગવડ મળી. ઉત્તરપ્રદેશ કે મધ્યપ્રદેશમાં ગુ-જાત જેટલો વિકાસ થયેલો ના હોઈ આજે પણ રસ્તાઓની ખુબ જ અગવડ છે. નેમીપારચય અને લખની પણ જોવા જેવું સ્થળો છે પરંતુ ત્યાં જઈ શકાયું નહીં. સમયની મર્યાદાને લીધે જે કંઈ જોઈ શકાયું તે જીવું પણ આ પ્રદેશમાં આજે પણ ગરીબી અને બેરોજગારી વિપુલ પ્રમાણમાં છે. શિક્ષણનો વ્યાપ પણ ખુબ જ ઓછો છે. જોકે શિક્ષણ નથી એટલે છેતરપીંડી પણ ખુબ જ ઓછી છે.ચિત્રકુટમાં પરમ આદરણીય પુણ્ય સ્થાનેજી હરીયાણીના આશીર્વાદથી સદગુરુ સેવા સંસ્થાની હીમ્મિલ્લ અને તેમાં ચાલતી અનુક્રમિક સંપ્રવૃત્તિઓથી પણ વાંકેક વાળ્યું. આ સંસ્થાના ચેરમેન ડૉ.જેન સાહેબ અને તેમનાં ધર્મપત્ની શ્રીમતી ઉષાબેન જેન સહિત સૌ પાસેથી મુજ એકરમાં લેવાયેલ સદગુરુ સેવા સંસ્થાની માહિતી મેળવી શકાઈ. મારા આદરણીય વડીલ વિનો કનુભાઈ આચાર્ય અને જ્ઞાતિભાઈ ઓહાવાળા પણ સંસ્થાની માહિતી જાણીને ખુબ જ પ્રમાણિત થયા. કામદેહીરીની પરિક્ષા મૂલ્યા પૂર્ણ જેટલી વધારે ચાય તેટલી સારી એવી ત્યાંની માન્યતાને લીધે અમારી સાથેના લગભગ ૫૦૦ જેટલા ભાઈ-બહેનોએ પરિક્ષાનો આદન લીધો. આ વિસ્તારમાં રામસેના સમાન માંડાં, વાદાંર વધારે છે અને તેનાથી ચેતારા રહેલું જરૂરી છે. અમદાવાદ-ચિત્રકુટ-અમદાવાદની યાત્રા વિવિધ પ્રકારના અનુભવો વાળે સુખરૂપ સંગમ થઈ. આ વિસ્તારની મુલાકાત લઈને જીવનને ધન્ય બનાવવું જરૂરી છે. સાથે સાથે પુણ્ય સદગુરુદેવ રણલોકદાસજી મહારાજના જીવનમાં પરમ પ્રેરણા લઈને આજના જીવન દરમ્યાનનાં મનો મોઢાં સંકર્મો કરવાની વિશેષ જરૂર છે.

## સબ દીન હોત ન એક સમાન

### સૌમ્ય ટોટમગામ બી.કે.નીતાબેન

સદા યાદ રાખીએ કે બંધ ઘડીપણ પણ દિવસમાં બે વાર સઈંટ ઠાંઠાં મળે છે.માટે કોઈની પાસે તિરસ્કાર ન કરો.લોકે ઘસાયા પહેલાં તો પચાવે જ હતા. અમ આપણે ઉભા શિખર પર છીએ તો અભિમાન ન આવવું જોઈએ.નહી તો ઉભા શિખર પાસેથી નહી પડીશો તુ.એ અસ્તિત્વ જ નહી રહે.જ્યારે આપણે ‘શિખર દાન હોત તો એવું ન ચિચારો કે શિખર પર કરી શકાય જ નહી.બધા દિવસો સરખા હોતા નથી.ક્યારે આપણને શિખર પરથી નીચે



બનાવકાંડકાં...

પાના નં ૧ યાહુ સામાન્ય શિક્ષણ સંઘ ની ગૃહસ્ત્રી માં બાળક ના મોઝા ગુજરા ના નેતાઓ અને એક મંત્રી સહિત ઉત્તરી પડતા વિરોધ પક્ષ આ બાબત ને વખોડી કાઢી હતી અને તેમને ચૂટણી કરવાની માંગ કરી હતી. બનાવકાંડ કાળેલા પંચાયત કારો મારી માં દરામ માં એક મારી માં ચૂટણી પૂર્ણ કરવા જણાવાયું હતું જે વાત ને આજે ચાર માસ ઉપરાંત સમય વીતી જવા પામ્યું છે. બનાવકાંડ કાળેલા પંચાયત કારો મારી માં દરામ માં એક મારી માં ચૂટણી પૂર્ણ કરવા જણાવાયું હતું જે વાત ને આજે ચાર માસ ઉપરાંત સમય વીતી જવા પામ્યું છે.

જ.એસ.ટી. દુર કરવામાં આવે. આગ્રહ ભારતના ઠીકાલસામાં પ્રિન્ટ મિડિયા ઉપર પ્રથમવાર ટેકનુ નાસે ઉપભવમાં આવ્યું છે. પ્રારંભમાં આવેલ અતિથિઓ મળી - શાલ- શાલ- મોંઘેનો દારા સન્માન કરવામાં આવ્યું. આવકાર પ્રવચન મુધુરે બોલીધાઓએ કહ્યું હતું. આભારવિધિ સંક્રમન મંત્રી કલ્યાણ આગ્રાએ કરી હતી. આ પ્રસંગે રાષ્ટ્રીય નેત્રી અજીત માત્રે (ભાસ્કર), સંક્રમન મંત્રી લોગસિંહ ટોરન, આરિસ્સા રાજધાના પ્રમુખ રવીંદર તેમજ દેશભરના રાજધાના પ્રમુખો, નેનાલક કાઉન્સિલના મેમ્બર્સ ઉપસ્થિત થયા હતા. ગુજરાતના મોંઘાન પત્રિકાની ભરપેર પ્રસાસ કરીને તા. ૧૧/૦૮/૨૦૧૭ ના રોજ વેતન પરંક ફાલે હતા.

જા.એસ.ટી. દુર કરવામાં આવે. આગ્રહ ભારતના ઠીકાલસામાં પ્રિન્ટ મિડિયા ઉપર પ્રથમવાર ટેકનુ નાસે ઉપભવમાં આવ્યું છે. પ્રારંભમાં આવેલ અતિથિઓ મળી - શાલ- શાલ- મોંઘેનો દારા સન્માન કરવામાં આવ્યું. આવકાર પ્રવચન મુધુરે બોલીધાઓએ કહ્યું હતું. આભારવિધિ સંક્રમન મંત્રી કલ્યાણ આગ્રાએ કરી હતી. આ પ્રસંગે રાષ્ટ્રીય નેત્રી અજીત માત્રે (ભાસ્કર), સંક્રમન મંત્રી લોગસિંહ ટોરન, આરિસ્સા રાજધાના પ્રમુખ રવીંદર તેમજ દેશભરના રાજધાના પ્રમુખો, નેનાલક કાઉન્સિલના મેમ્બર્સ ઉપસ્થિત થયા હતા. ગુજરાતના મોંઘાન પત્રિકાની ભરપેર પ્રસાસ કરીને તા. ૧૧/૦૮/૨૦૧૭ ના રોજ વેતન પરંક ફાલે હતા.

દબાણ થાતિપૂર્ણ વાતાવરણમાં દુર થતાં લોકો કહેતા હતા કે હવે આવું દબાણ ફરીથી ન થાય તે માટે કંઈક દિશકાલીન બાબુજીનું ઠાકોર(રહે.કુવાળા) પોલીસને જોઈ ભાગી છુટ્યા હતા. ભામર પોલીસે સ્થળ ઉપરથી ૩ બાઈસ(કે.ડી.૩૦.૮૦, ૨૦૦૦) તથા મોબાઈલ નંગ ૨(કે.ડી.૩૦.૨૦૦૦) તથા રોકડ રૂ.૧૨, ૩૨૦ મળી કુલ રૂ.૧,૦૪,૩૨૦ નો મુદામાલ કબ્જે લઈ તમામ સામે જુગાર પારા હેરાન ગુનો ભામર પોલીસ મથકે નોંધાયો છે. કુવાળા ગામમાંથી જુગારીયા ઝડપાતા જુગારીયાઓને ૬૬૬૪૨ ફેલાયો છે. યશ-લી ખોડા ... પાના નં ૨ યાહુ તર્કવિતક વહેતા થયા છે. સી.સી.ટી.વી. કેમેરામાં રેકોર્ડિંગ જ થવું ન હોય ત્યારે તેનો અંતિમવિધા સામે કે પછી ગેરરીતિઓ રોકવા સામેની તેની ઉપયોગીતાને લઈને અનેક મેકા-કુદરૂંકાઓ લઈ રહી છે. ત્યારે જિલ્લા વિકાસ અધિકારી પદાર્થો વહીવટના માટે લગાવવાની સી.સી.ટી.વી. કેમેરા સામે તપાસ કરી પોય પગલાં ભરે તેના માટે ઠીક છે. દેવોદર પંકજલા ... પાના નં ૨ યાહુ છેલ્લે આ સાત ગામોના રહીયોએ આજે સામુહિક લલિત સાયન્સ એવોર્ડ ટેક-૨૦૧૭ નો આયોજન ૧૭ સપ્ટે.૨૦૧૭ ના રોજ કરવામાં આવ્યું હતું. પરીક્ષા(વિજ્ઞાન) વિષય પ્રત્યે વિદ્યાર્થીઓની અભિવૃદ્ધિ કેળવવા તેવા ઉદ્દેશ આશયથી ગુજરાત સાયન્સ પ્રકાર્મી દ્વારા દર વર્ષે આ પરીક્ષાનું આયોજન કરવામાં આવેલું હતું.

વડગામમાં યુવા રોજગાર કાર્યક્રમ યોજાયો



તા.પ્રતિ. વડગામ તાલુકા મથક વડગામની આઈસ એન્ડ કોમર્સ કોલેજ પાલનપુર ઘાઉંને રોજ પાસે ઘાઉંને રોજગાર કાર્યક્રમ હાથ ધરવામાં આવ્યો. જેમાં યુવાઓને રોજગારની તક મળી.

શ્રદ્ધા અને સંસ્કાર...

અચલ શ્રેષ્ઠીએ શેઠાવીને કર્ણ, ભાગીરથી બહુ હોશિયાર લાગે છે અને એ મારા મિત્રની પુત્રી છે. સારા કુળની પણ છે. જો કુલના લગન તેની સાથે મળી જાય તો ભવિષ્યમાં બહુ વાંધો નહીં આવે.

એલ્ટેલું જો મારી ઈજા એવી છે કે ભાગીરથી આપલા ઘરની વડુ જાય છે. હા! તે સજીવન અને ચાલક પણ છે. તે ફુલનનું પણ એકદમ સારું ઘ્યાન રાખી શકશે. પછી આપણે તેની બહુ ઠીકા નહીં કરવી પડે.

સાયન્સ કોમર્સ કોલેજ પાલનપુરમાં મિનાટી લલિત સાયન્સ એવોર્ડ ૨૦૧૭ યોજાય

પાલનપુર બનાવકાંડ કોલેજ પાલનપુરના કુલ રર વિદ્યાર્થી- વિદ્યાર્થીનીઓએ ભાગ લીધો હતો. આ પ્રસંગે વિદ્યાર્થીઓમાંથી પ્રથમ સ્થાને કમલ મેહલનાર વિદ્યાર્થીઓને પ્રથમ સ્થાને મળી ગયા. જેમાંથી સહન થનાર વિદ્યાર્થીને રાજ્ય કક્ષાએ એવોર્ડ તમેજ રોકડ ઈનામ આપવામાં આવવાનું છે. આ સમગ્ર પરીક્ષાનું સંચાલન કોલેજ પ્રિ.ડો.વાય. બી.બગરના માર્ગદર્શન હેઠળ ડો.કે.સી. પટેલ તેમજ ડિપ્ટક ચંદાની દ્વારા કરવામાં આવેલું હતું.

અખરોટના સેવનથી વજન વધવાની માન્યતા ભૂલ ભરેલી

અખરોટ પાવાતું પસંદ કરતા લોકોને હંમેશા એવો વર હોય છે કે, આ અખરોટથી કેલેરીમાં વધારો થશે. જેથી તેમનું વજન વધી જશે. જોકે, તત્કાલીન મેલ્ડા અને સંશોધનમાં સામે આવ્યું છે કે, અખરોટમાં જેટલી કેલેરી હોવામાં આવે છે તેના કરતા ૨૧ ટકા ઓછી કેલેરી હોય છે. પ્રતિદિન જામર અને સંશોધનમાં પ્રકાશિત એક સંશોધનમાં જણાવ્યું છે કે, અમેરિકાના કૃષિ વિભાગે અખરોટમાં જેટલી કેલેરી હોય છે તેના કરતા ૨૧ ટકા ઓછી કેલેરી અખરોટમાં હોય છે. આ સંશોધન ૨૦૧૬ બેમરના એગ્રીકોલોજીમાં થયું હતું. જેમાં જણવા મળ્યું છે કે, એક અખરોટમાં ૮.૩૭ ગ્રામ એલ્ટેલ છે ૧૪૬ કેલેરી હોય છે. જે અખરોટના દારાવામાં આવેલી ૧૮૫ કેલેરી કરતા ૩૮ જેટલી ઓછી છે. આ સંશોધનમાં અખરોટમાં રહેલ કેલેરીને માપવા માટે એક વાટર નામની પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરાયો હતો. આ પદ્ધતિ જે તે પદાર્થની માત્રા પાલન ઊર્જા અને શક્તિને રહેલ ઊર્જાની ગણતરી કરવાનું કામ કરે છે. પોતાના સંશોધન અને બેમરે જણાવ્યું હતું કે, આ પદ્ધતિમાં એલ્ટેલ માટે યોગ્યતા છે કે પ્રથમ વખત વેલાનિક પદ્ધતિથી અખરોટમાં રહેલ કેલેરીને માપવામાં આવી છે. આ પદ્ધતિનો શોષ આજથી ૧૦૦ વર્ષ પહેલાં લઈ હતી. જોકે આજના સમયમાં પણ તે પદ્ધતિ એટલી જ અસરકારક છે. અખરોટનું સેવન કરતા લોકોનું સરેરાશ વજનવધતું નથી. તેમજ અખરોટના કારણે અનેક પ્રકારના અન્ય કાષ્ટકાઓ થાય છે. જેથી વ્યક્તિને કેસર, કદમ રોજ જેવી મહત્વપૂર્ણ બિમારીઓ સામે લડવામાં મદદ મળે છે. તેમજ જણાવ્યું હતું કે, અમારા સંશોધનથી લોકોને અખરોટથી વજન વધવાની સમસ્યાની વિનામાંથી મુક્તિ મળશે અને લોકો પોતાના દૈનિક મોરોમાં કોઈપણ પ્રકારની વિના વિના અખરોટનો સમાવેશ કરી શકશે.

એસોસીએશન ઓફ...

જા.એસ.ટી. લાગુ થતા ભારતભરના અખરોટના લોકોને લીધે છે. આ મોટે અમાક સંગઠન લડત આપી રહ્યું છે અને સુવના- પ્રસારણ મંત્રી સ્મૃતિ ઈરાનીને પત્ર લખ્યો છે. જા.એસ.ટી. લાગુ થવાથી ખાસ કરીને લઘુ અને મધ્યમ કક્ષાના અખરોટોને બારે મુશ્કામ પહોંચ્યું છે. સ્થાનિકમાં પરિવહન કાલોએ જે જાહેરાત આપ્યાં હતાં તેને અખરોટનું બેંક કુલ છે. તેનો માત્રા સંચોલનો અને ઉદ્યોગ કરનાર હોઈ જા.એસ.ટી. ના હોવાથી વાર-તહેવાર જે જાહેરાત આપ્યાં હતાં તે સંકટર બેંક કરી છે. લઘુ અને મધ્યમ કક્ષાના અખરોટના પરિવહન કદાચક બની છે. તા. ૪/૦૮/૨૦૧૭ ના રોજ મેસુરી માટે મળેલ નેનાલક કાઉન્સિલમાં પણ માંગ કરવામાં આવી હતી કે, લઘુ અને મધ્યમ કક્ષાના અખરોટો ઉપર લગાવવામાં આવેલ

કોલેસ હારા...

જા.એસ.ટી. લાગુ થવાને નોડરી અંગેની બાહ્યરી અપાઈ હતી. આ પ્રસંગે ધારાભંગ ગોવાભાઈ દેસાઈને અધિકાર્ય હુલે કે બાળક સરકારે પુવાઓને માત્ર ઈલેક્ટ્રોનિક કામ કહ્યું છે. તેઓ નોડરી કે રોજગારી આપી શક્યા નથી અને ઉચ્ચ શિક્ષણ મેળવેલ લોકોને પણ ફિક્કસ પોસ્ટ અને સોલિડા ખુદર જેવી સામાન્ય દરની નોડરી કરવી પડે છે ત્યારે કોલેસ પુલકોને સન્માનપૂર્ણ પરિવહનમાં મુશ્કે.

બનાવકાંડ...

મનોહર જયભરભાઈ પટેલ રહે.કુવાળા) ઝડપાઈ ગયા હતા. જ્યારે રૂપેશ શંકરભાઈ ઠાકોર(રહે.કુવાળા), મેવા કાળાજી ઠાકોર(રહે.કુવાળા), નરાજી કરમસીજી ઠાકોર(રહે.મોઠા) અને ભરત બાબુજીનું ઠાકોર(રહે.કુવાળા) પોલીસને જોઈ ભાગી છુટ્યા હતા. ભામર પોલીસે સ્થળ ઉપરથી ૩ બાઈસ(કે.ડી.૩૦.૮૦, ૨૦૦૦) તથા મોબાઈલ નંગ ૨(કે.ડી.૩૦.૨૦૦૦) તથા રોકડ રૂ.૧૨, ૩૨૦ મળી કુલ રૂ.૧,૦૪,૩૨૦ નો મુદામાલ કબ્જે લઈ તમામ સામે જુગાર પારા હેરાન ગુનો ભામર પોલીસ મથકે નોંધાયો છે. કુવાળા ગામમાંથી જુગારીયા ઝડપાતા જુગારીયાઓને ૬૬૬૪૨ ફેલાયો છે. યશ-લી ખોડા ... પાના નં ૨ યાહુ તર્કવિતક વહેતા થયા છે. સી.સી.ટી.વી. કેમેરામાં રેકોર્ડિંગ જ થવું ન હોય ત્યારે તેનો અંતિમવિધા સામે કે પછી ગેરરીતિઓ રોકવા સામેની તેની ઉપયોગીતાને લઈને અનેક મેકા-કુદરૂંકાઓ લઈ રહી છે. ત્યારે જિલ્લા વિકાસ અધિકારી પદાર્થો વહીવટના માટે લગાવવાની સી.સી.ટી.વી. કેમેરા સામે તપાસ કરી પોય પગલાં ભરે તેના માટે ઠીક છે. દેવોદર પંકજલા ... પાના નં ૨ યાહુ છેલ્લે આ સાત ગામોના રહીયોએ આજે સામુહિક લલિત સાયન્સ એવોર્ડ ટેક-૨૦૧૭ નો આયોજન ૧૭ સપ્ટે.૨૦૧૭ ના રોજ કરવામાં આવ્યું હતું. પરીક્ષા(વિજ્ઞાન) વિષય પ્રત્યે વિદ્યાર્થીઓની અભિવૃદ્ધિ કેળવવા તેવા ઉદ્દેશ આશયથી ગુજરાત સાયન્સ પ્રકાર્મી દ્વારા દર વર્ષે આ પરીક્ષાનું આયોજન કરવામાં આવેલું હતું.

Table with 4 columns: સોફ્ટી બજાર (શીલોન), શરી મોસા, રૂપુ મુખી, મેવ બજાર, and various other market items with their respective prices.

જૂની થી જૂની પાઈલ્સની સારવાર માત્ર એ ઉપાય થી...

પાઈલ્સ એટલે કે બવાસીર, મૂખ આપનાર આ રોગ છે. લોકો હમેશા શર્માના કારણે આ રોગને બીજાને જણાવવાથી કિચકિયાવે છે. જો આ રોગને અજાણી રીતે તો આ સંક્રમણ વધવા લાગે છે. જે કોઈ ગંભીર પરિસ્થિતિઓ કારણ બને છે. પાઈલ્સની સમસ્યા વધારે પડતું ૫૦ વર્ષની ક્ષમી વધારે લોકોને હોય છે. પાઈલ્સ થતા પહેલાં દુખાવો અને બખરાટ રહે છે પણ જો સમસ્યા વધારે ગંભીર થઈ જાય તો વ્યક્તિને ઘણા લાગે છે. પાઈલ્સમાં દુખાવોના કારણ એનાલ કે રેક્ટલ એરોગની બહુ વેલસ મોકલી થાય છે. જો તમે આ સમસ્યાથી ગસ્ત છો તો ડાક્ટરને જણાવો અને સલાહ લો. અને ઘરે તેનું નાનું-મોટું સારવાર કરવાની પ્રતિષ્ઠા કરો.

Advertisement for 'જન્મદિન મુખારક' (Birth Day Party) featuring a large 'રજીવણ' logo and details about the event, including location and contact information.

શી.કે. નીલકા

શી.કે. નીલકા નામનો પુસ્તક છે. આ પુસ્તકમાં વિદ્યાર્થીઓને જાણવામાં આવે છે કે પ્રથમ વખત વેલાનિક પદ્ધતિથી અખરોટમાં રહેલ કેલેરીને માપવામાં આવી છે. આ પદ્ધતિનો શોષ આજથી ૧૦૦ વર્ષ પહેલાં લઈ હતી. જોકે આજના સમયમાં પણ તે પદ્ધતિ એટલી જ અસરકારક છે. અખરોટનું સેવન કરતા લોકોનું સરેરાશ વજનવધતું નથી. તેમજ અખરોટના કારણે અનેક પ્રકારના અન્ય કાષ્ટકાઓ થાય છે. જેથી વ્યક્તિને કેસર, કદમ રોજ જેવી મહત્વપૂર્ણ બિમારીઓ સામે લડવામાં મદદ મળે છે. તેમજ જણાવ્યું હતું કે, અમારા સંશોધનથી લોકોને અખરોટથી વજન વધવાની સમસ્યાની વિનામાંથી મુક્તિ મળશે અને લોકો પોતાના દૈનિક મોરોમાં કોઈપણ પ્રકારની વિના વિના અખરોટનો સમાવેશ કરી શકશે.

સિંતાન...

સિંતાન: નારિયેળના શુભા સગવાળી તેની રાખને એક બોટલમાં ભરી લો. આ રાખને દૂધ કે પાણી સાથે લો. ધ્યાન રાખો કે ત્રણ ગ્રામ રાખને પાણી પેટ દિવસમાં ૩ વાર ઉપયોગ કરો. કેટલી પણ જોની પાઈલ્સ હોય તેનાથી અસર થશે. જન્મદિન મુખારક: ના માધ્યમથી તમારા લાલલાને અથવા એનીને જન્મદિન શુભેચ્છાઓ... જન્મદિન મુખારક માં ભાગ લેવા આટલું કરો: તમારા સેવનને નિમિત્તવ્યે જન્મદિન મુખારક પાલનપુરમાં નેત્રી દુધામાં જણાવેલ વિગત જન્મદિવસ તારીખ અગાઉ એક સામલ પહેલાં મોકી જાય તે રીતે મોકલી આપવું. નારિયેળ: નારિયેળના શુભા સગવાળી તેની રાખને એક બોટલમાં ભરી લો. આ રાખને દૂધ કે પાણી સાથે લો. ધ્યાન રાખો કે ત્રણ ગ્રામ રાખને પાણી પેટ દિવસમાં ૩ વાર ઉપયોગ કરો. કેટલી પણ જોની પાઈલ્સ હોય તેનાથી અસર થશે.

જન્મદિન મુખારક

જન્મદિન મુખારક માં ભાગ લેવા આટલું કરો: તમારા સેવનને નિમિત્તવ્યે જન્મદિન મુખારક પાલનપુરમાં નેત્રી દુધામાં જણાવેલ વિગત જન્મદિવસ તારીખ અગાઉ એક સામલ પહેલાં મોકી જાય તે રીતે મોકલી આપવું. નારિયેળ: નારિયેળના શુભા સગવાળી તેની રાખને એક બોટલમાં ભરી લો. આ રાખને દૂધ કે પાણી સાથે લો. ધ્યાન રાખો કે ત્રણ ગ્રામ રાખને પાણી પેટ દિવસમાં ૩ વાર ઉપયોગ કરો. કેટલી પણ જોની પાઈલ્સ હોય તેનાથી અસર થશે.





