

ચીનના નાઈન નેટવર્ક ગુજરાત

તારીખ : ૨૪ જુલાઈ ૨૦૨૫, ગુરુવાર વિક્રમ સંવત ૨૦૮૧, અષાઢ અમાસ	વર્ષ : ૧૭ અંક : ૨૫	તંત્રી : પટેલ સુરેશ રમણલાલ અમદાવાદ	કિંમત : રૂ. ૨.૦૦ પાના : ૮
ઓફિસ : ૩૧૫, સુપર પ્લાઝા, સંદેશ પ્રેસ રોડ, વસ્ત્રાપુર, અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૫. મો. : ૯૯૯૮૮ ૫૦૯૯૨ e-mail : cnngujarat@yahoo.com, cnngujarat@gmail.com RNI Reg. No. GUJGUJ/2009/28886			

ન્યૂઝ ફ્રન્ટ

ઉપરાષ્ટ્રપતિના રાજીનામાં બાદ ચિદમ્બરમનો ચોંકાવનારો દાવો

। (એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા. ૨૩ । જગદીપ ધનખડે ઉપરાષ્ટ્રપતિના પદ પરથી રાજીનામું આપી દીધું છે. હવે આ મુદ્દે લોકોની પ્રતિક્રિયાઓ સામે આવી રહી છે. સરકાર સાથે જોડાયેલા લોકો તરફથી હાલ સીધી પ્રતિક્રિયા સામે આવી રહી છે તો બીજી બાજુ વિપક્ષ એકદમ આક્રમક મૂડમાં છે. આ સંદર્ભે કોંગ્રેસ નેતા પી. ચિદમ્બરમે એક અલગ થિયરી આપી છે. એક ઈન્ટરવ્યુમાં વાતચીત દરમિયાન તેમણે કહ્યું કે, જગદીપ ધનખડેને એટલે રાજીનામું આપ્યું કારણ કે, તેમણે પોતાની હદ વટાવી દીધી હતી. એવામાં સરકાર સાથે સંઘર્ષની સ્થિતિ ઊભી થઈ હતી. ચિદમ્બરમે કહ્યું કે, જસ્ટિસ યશવંત વર્મા સામેના પ્રસ્તાવને સ્વીકાર કર્યા બાદ કદાચ ધનખડે સરકાર સાથે પોતાના સંબંધો બગાડી દીધા હતા. ધનખડે અને સરકાર એક પોઈન્ટ પર આવીને અસંમત હતા.

ટૂંક સમયમાં વખત લીધો ભારત-પાકિસ્તાન સીઝફાયરનો શ્રેય

। (એજન્સી) વોશિંગ્ટન, તા. ૨૩ । અમેરિકાના રાષ્ટ્રપ્રમુખ ડોનાલ્ડ ટ્રમ્પે ભારત-પાકિસ્તાન યુદ્ધ અટકાવ્યું હોવાનો અને યુદ્ધમાં પાંચ ફાઈટર જેટ્થ તૂટ્યા હોવાનો ફરી દાવો કર્યો છે. તેમણે વ્હાઈટ હાઉસમાં મંગળવાર (૨૨ જુલાઈ)એ યોજાયેલ એક કાર્યક્રમમાં કહ્યું કે, બંને દેશો વચ્ચે ખૂબ તણાવ વધી ગયો હતો. મેં યુદ્ધમાં હસ્તક્ષેપ કર્યો અને તેને અટકાવવામાં સફળ થયો. તે વખતે બંને દેશો વચ્ચે ગંભીર સ્થિતિ ઉભી થઈ ગઈ હતી, પાંચ ફાઈટર જેટ તૂટી ગયા હતા અને કોઈપણ સમયે પરમાણુ હથિયારનો ઉપયોગ થવાનો હતો.’ ભારત-પાકિસ્તાન વચ્ચે ૧૦ મે-૨૦૨૫ના રોજ સીઝફાયર થયું ત્યારે ટ્રમ્પે પહેલીવાર યુદ્ધવિરામ કરાવ્યું હોવાનો દાવો કર્યો હતો. અમેરિકન પ્રમુખે છેલ્લા ૭૩ દિવસમાં ૨૫ વખત યુદ્ધ ખતમ કરાવ્યું હોવાનો દાવો કરી ચુક્યા છે. જોકે દર વખતની જેમ ભારતે પણ ટ્રમ્પના દાવાને ફગાવી દીધા છે. ટ્રમ્પે બીજી વખત કહ્યું કે, ભારત-પાકિસ્તાન ઘર્ષણમાં પાંચ ફાઈટર જેટ તૂટી ગયા હતા. મેં બંને દેશોના નેતાઓને ફોન કર્યો અને ચેતવણી આપી હતી કે, જો લડાઈ નહીં અટકાવો તો અમેરિકા વેપાર અટકાવી દેશે. તે બંને દેશો પાસે પરમાણુ હથિયારો છે.

ચીનના પ્રવાસીઓ માટે પાંચ વર્ષ બાદ ભારતના દરવાજા ખુલ્યા ભારતે COVID-19 રોગચાળા દરમિયાન ચેપ અટકાવવા માટે તમામ પ્રવાસી વિઝાને અસ્થાયી રૂપે સ્થગિત કરી દીધી હતા

। (એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા. ૨૩ । ભારત સરકારે પાંચ વર્ષના લાંબા ગાળા પછી ચીની નાગરિકોને પ્રવાસી વિઝા આપવાની જાહેરાત કરી છે. આ પ્રક્રિયા ૨૪ જુલાઈ, ૨૦૨૫ થી ફરી શરૂ કરવામાં આવશે. બેઈજિંગમાં ભારતીય દૂતાવાસે બુધવારે આ નિર્ણયની માહિતી આપી. નોંધનીય છે કે માર્ચ ૨૦૨૦ માં, ભારતે કોવિડ-૧૯ રોગચાળા દરમિયાન ચેપ અટકાવવા માટે તમામ પ્રવાસી વિઝાને અસ્થાયી રૂપે સ્થગિત કરી દીધા હતા. ત્યારથી ચીની નાગરિકો માટે વિઝા સેવા બંધ હતી. તમને જણાવી દઈએ કે, દૂતાવાસે એ પણ સ્પષ્ટતા કરી હતી કે બેઈજિંગમાં ભારતીય વિઝા સેન્ટરમાં પાસપોર્ટ પરત કરવા માટે અરજી કરતી વખતે યોગ્ય રીતે જારી કરાયેલ ‘Passport Withdrawal Letter’ ફરજિયાત રહેશે. જૂન ૨૦૨૦ માં કોવિડ-૧૯ રોગચાળા અને ગલવાન ખીણમાં ભારત અને ચીન વચ્ચે થયેલી હિંસક અથડામણો પછી બંને દેશો વચ્ચે મુસાફરી અને પરસ્પર સંપર્ક લગભગ સ્થગિત થઈ ગયો હતો. પાછલા વર્ષોમાં, ચીને ભારતીય વિદ્યાર્થીઓ અને ઉદ્યોગપતિઓને

વિઝા આપવાનું શરૂ કર્યું હતું, પરંતુ સામાન્ય મુસાફરી પર પ્રતિબંધો યથાવત રહ્યા હતા. ગલવાન ખીણની ઘટના પછી, બંને દેશો વચ્ચેના સંબંધો ૧૮૬૨ ના યુદ્ધ પછી સૌથી ખરાબ સ્થિતિમાં પહોંચી ગયા. જો કે, પાછળથી રાજદ્વારી અને લશ્કરી વાટાઘાટોના અનેક રાઉન્ડ દ્વારા, સૈનિકોએ પેંગોંગ લેક, ગલવાન અને હોટ સ્પ્રિંગ્સ જેવા ઘણા તંગ વિસ્તારોમાંથી પાછા ખેંચી લીધા. ઓક્ટોબર ૨૦૨૪ માં, ડેપ્સાંગ અને ડેમચોક વિસ્તારોમાંથી સૈનિકો પાછા ખેંચવા માટે પણ એક કરાર થયો. આના થોડા દિવસો પછી, વડા પ્રધાન નરેન્દ્ર મોદી અને ચીનના રાષ્ટ્રપતિશી જિનપિંગે રશિયાના કાઝાનમાં મળ્યા, જેમાં દ્વિપક્ષીય સંબંધોને પાટા પર લાવવા માટે ઘણા મહત્વ પૂર્ણ નિર્ણયો લેવામાં આવ્યા. હવે ભારત અને ચીન બંને લોકો વચ્ચેનો સંપર્ક વધારવા માંગે છે. આ માટે સીધી ફ્લાઈટ્સ શરૂ કરવાની અને કેલાસ માનસરોવર યાત્રા ફરી શરૂ કરવાની યોજના છે. કોવિડને કારણે આ યાત્રા બંધ થઈ ગઈ હતી. વિદેશ મંત્રી એસ. જયશંકરે એમ પણ કહ્યું છે કે ભારત-ચીન સંબંધો ધીમે ધીમે યોગ્ય દિશામાં આગળ વધી રહ્યા છે.

ઐતિહાસિક ભારત-UK ટ્રેડ એગ્રીમેન્ટને કેબિનેટની મંજૂરી

ભારત-યુકે ફ્રી ટ્રેડ ડીલ અંતર્ગત ભારતમાંથી ચામડું, જુતા, અને વસ્ત્રો જેવા શ્રમ-પ્રધાન પ્રોડક્ટ્સની નિકાસ પર લાગુ ટેક્સનો ભોજો દૂર થશે । (એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા. ૨૩ । ભારત અને યુકે વચ્ચે ફ્રી ટ્રેડ ડીલ એગ્રીમેન્ટને ગઈકાલે મંગળવારે ભારતીય કેબિનેટ દ્વારા મંજૂરી આપવામાં આવી છે. વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીની ચાર દિવસીય વિદેશ યાત્રા દરમિયાન ૨૪ જુલાઈના રોજ લંડનમાં આ ડીલ પર હસ્તાક્ષર કરશે. આ મુલાકાતમાં વડાપ્રધાન મોદી પહેલાં યુકે અને બાદમાં માલદીવ જશે. તેમની સાથે વાણિજ્ય અને ઉદ્યોગ મંત્રી પિયુષ ગોયલ પણ ઉપસ્થિત રહેશે. આ કરાર સત્તાવાર રૂપે કમ્પ્રેસિવ ઈકોનોમિક એન્ડ

ટ્રેડ એગ્રીમેન્ટ (CETA) તરીકે ઓળખાય છે. તેનો ઉદ્દેશ ૨૦૩૦ સુધી ભારત-યુકે વેપારને બમણો કરી ૧૨૦ અબજ ડોલરે પહોંચાડવાનો છે. ભારત-યુકે ફ્રી ટ્રેડ ડીલ અંતર્ગત ભારતમાંથી ચામડું, જુતા, અને વસ્ત્રો જેવા શ્રમ-પ્રધાન પ્રોડક્ટ્સની નિકાસ પર લાગુ ટેક્સનો ભોજો દૂર થશે. યુકેમાંથી બ્લિસ્કી, કારની આયાત પર જ્યુટીમાં ઘટાડો થશે. આ કરારમાં સેવાઓ, ઈનોવેશન, બૌદ્ધિક સંપદા અધિકારો અને સરકારી ખરીદી જેવા વિષયોને પણ આવરી લેવામાં આવ્યા છે, જેના પર

હતી. જ્યારે આ સમયગાળામાં યુકેમાંથી ભારતમાં આયાત ૨.૩ ટકા વધી ૮.૬ અબજ ડોલર રહી હતી. અગાઉ ૨૦૨૩-૨૪માં ભારત-યુકે વચ્ચે કુલ દ્વિપક્ષીય વેપાર ૨૧.૩૪ અબજ ડોલરનો નોંધાયો હતો. જે ૨૦૨૨-૨૩માં ૨૦.૩૬ અબજ ડોલરની તુલનાએ વૃદ્ધિ દર્શાવે છે. FTA પર હસ્તાક્ષર અને બંને દેશો દ્વારા સંસદીય મંજૂરી પછી કરાર ઔપચારિક રીતે અમલમાં આવશે. આ હેઠળ, મોટાભાગના ઉત્પાદનો પર સ્કટમ ડ્યુટી નાબૂદ કરવામાં આવશે અથવા નોંધપાત્ર રીતે ઘટાડવામાં આવશે.

કેદારનાથ જનારા ભક્તો માટે ખુશીના સમાચાર યાત્રાળુઓને કેદારનાથ પહોંચવા માટે ૧૬ કિલોમીટર ચાલવું નહીં પડે

। (એજન્સી) કેદારનાથ, તા. ૨૩ । દર વર્ષે લાખો યાત્રાળુઓ ભગવાન શિવને સમર્પિત કેદારનાથ ધામની મુલાકાત લે છે. આવી સ્થિતિમાં યાત્રાળુઓને ઘણા મુશ્કેલ માર્ગોમાંથી પસાર થવું પડે છે. હવે સરકાર યાત્રાળુઓની સુવિધા માટે કેદારનાથ ધામ પહોંચવા માટે બીજો વૈકલ્પિક માર્ગ શોધવામાં વ્યસ્ત છે. આગામી ૪-૫ વર્ષમાં કેદારનાથ જવા માટે બે રસ્તા હશે. કેન્દ્રીય માર્ગ અને પરિવહન મંત્રાલયે હવે કેદારનાથ ધામ જવાના માર્ગને સરળ અને સુગમ બનાવવા માટે ૭ કિલોમીટર

લાંબી ટનલ બનાવવાની તૈયારી કરી છે. આ ટનલના નિર્માણ પછી ગૌરીકુંડથી કેદારનાથ ધામનું અંતર ૧૬ કિલોમીટરથી ઘટીને ૫ કિલોમીટર થઈ જશે. ટનલ બન્યા પછી કેદારનાથ ધામ જવા માટે બે રસ્તા હશે. પહેલો ગૌરીકુંડથી રામબાડા-લિયોલી સુધીનો ૧૬ કિલોમીટર લાંબો રસ્તો અને બીજો ટનલ રૂટ છે. ટનલના નિર્માણ માટે મંત્રાલયે પર્વતનો પ્રારંભિક સર્વે કર્યો છે. માહિતી અનુસાર આ ટનલ ચૌમાસીથી ઉત્તરાખંડમાં કાલીમઠ ખીણના છેલ્લા ગામ લિયોલી સુધી બનાવવામાં આવશે.

પ્રોટોકોલ તોડી રાષ્ટ્રપતિને મળવા પહોંચ્યા હતા ધનખડ । નવી દિલ્હી, તા. ૨૩ । ઉપ-રાષ્ટ્રપતિ જગદીપ ધનખડે સ્વાસ્થ્યના કારણોસર પોતાના પદ પરથી ૨૧ જુલાઈના રોજ રાજીનામું આપી દીધું છે, જેને રાષ્ટ્રપતિ દ્રોપદી મુમુએ સ્વીકારી લીધું છે. આ રાજીનામાંથી રાજકીય વર્તુળોમાં હડકંપ મચી ગયો છે. એવામાં હવે મળતી જાણકારી અનુસાર ધનખડ ૨૧ જુલાઈની રાત્રે ૯ વાગ્યે કોઈપણ પૂર્વ સૂચના વગર રાષ્ટ્રપતિ ભવન પહોંચ્યા હતા, જેના કારણે ત્યાં અફરાતફરીનો માહોલ સર્જાયો હતો.

મારા માટે આ કેસની સુનાવણી કરવી શક્ય નથી : CJI CJI ગવર્નરે જસ્ટિસ વર્મા કેસમાંથી પોતાને અલગ કર્યા

। (એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા. ૨૩ । ભારતના ચીફ જસ્ટિસ બી. આર. ગવર્નરે આજે અલ્લાહાબાદ હાઈકોર્ટના જજ યશવંત વર્માની અરજી પરની સુનાવણીમાંથી પોતાને અલગ કરી દીધા છે. તેમણે સ્પષ્ટપણે જણાવ્યું છે કે તેઓ આ કેસની સુનાવણી કરી શકશે નહીં. સુપ્રીમ કોર્ટ અલ્લાહાબાદ હાઈકોર્ટના ન્યાયાધીશ જસ્ટિસ યશવંત વર્માની અરજી પર સુનાવણી કરવા સંમતિ આપી છે, જોકે ચીફ જસ્ટિસ બીઆર ગવર્નરે આ કેસની સુનાવણીથી પોતાને દૂર રાખ્યા છે. તેમણે કહ્યું કે, હું પણ જસ્ટિસ વર્માની પસંદગી કરનાર

કોલેજિયમનો ભાગ હતો, તેથી મારા માટે આ કેસની સુનાવણી કરવી યોગ્ય રહેશે નહીં. આ માટે ટૂંક સમયમાં નવી બેન્ચની રચના કરવામાં આવશે. આ દરમિયાન જસ્ટિસ વર્માના વકીલ કપિલ સિંબલે સુપ્રીમ કોર્ટને આ કેસનો વહેલી તકે નિકાલ લાવવાની અપીલ કરી છે. સુપ્રીમ કોર્ટમાં દાખલ કરેલી અરજીમાં જસ્ટિસ વર્માએ તેમની વિરુદ્ધ તપાસ સમિતિના રિપોર્ટને રદ કરવાની માંગ કરી છે. ત્રણ ન્યાયાધીશોની તપાસ સમિતિએ જસ્ટિસ વર્માને તેમના ઘરમાંથી મળી આવેલા બળી ગયેલા રોકડના કેસમાં દોષિત ઠેરવ્યા છે.

કોઈ દેશે ભારતનો સાથ ન આપ્યો : કોંગ્રેસ ટ્રમ્પ સીઝફાયર પર ૨૫ વખત બોલ્યા પણ પીએમ ચૂપ: રાહુલ ગાંધી

છેલ્લા ત્રણ દિવસથી વિપક્ષ ઓપરેશન સિંદૂર, બિહાર વોટર વેરિફિકેશન જેવા મુદ્દા પર હોબાળો કરી રહ્યું છે

। (એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા. ૨૩ । લોકસભા અને રાજ્યસભામાં ચોમાસુ સત્ર સોમવારથી શરૂ થયું છે. પરંતુ વિપક્ષના હોબાળો વચ્ચે સદનની કાર્યવાહી છેલ્લા ત્રણ દિવસથી આગળ વધી રહી નથી. વિપક્ષ ઓપરેશન સિંદૂર, પહલગામ આતંકી હુમલો, ટ્રમ્પના દાવાઓ મુદ્દે ચર્ચા કરવા માંગે છે. જેના પર સત્તાધારી પક્ષ પણ તૈયારી દર્શાવી છે. ઓપરેશન સિંદૂર મામલે લોકસભામાં ૨૮ જુલાઈએ અને રાજ્યસભામાં ૨૯

જુલાઈના રોજ ચર્ચા થશે. મીડિયા રિપોર્ટ અનુસાર, બંને સદનોમાં ચર્ચા માટે ૧૬-૧૬ કલાકનો સમય નિર્ધારિત કરવામાં આવ્યો છે. છેલ્લા ત્રણ દિવસથી વિપક્ષ ઓપરેશન સિંદૂર, બિહાર વોટર વેરિફિકેશન જેવા મુદ્દા પર હોબાળો કરી રહ્યું છે. લોકસભામાં વિપક્ષ નેતા રાહુલ ગાંધીએ આજે જણાવ્યું કે, ‘સરકાર કહે છે કે, ઓપરેશન સિંદૂર ચાલુ છે. જ્યારે ડોનાલ્ડ ટ્રમ્પ બંધ કરવાનો દાવો કરી ચૂક્યા છે. ટ્રમ્પે ૨૫-૨૫ વખત દાવો કર્યો

છે કે, તેમણે ભારત-પાકિસ્તાન વચ્ચે સીઝફાયર કરાવ્યું. તે આવુ બોલનારા કોણ છે, ભારતને કોઈ દેશે આ મામલે મદદ કરી નથી. પરંતુ ટ્રમ્પના દાવા પર પીએમ મોદી મૌન છે. જે સંકેત આપે છે કે, દાળમાં કંઈક કાળુ છે.’ લોકસભામાં વોટર બિહાર વોટર વેરિફિકેશન મુદ્દે હોબાળો થયો હતો. વિપક્ષ સાંસદોએ તેનો વિરોધ નોંધાવતાં કાળા કપડાં પહેર્યા હતાં. સુરોચ્યાર કરતાં વેલમાં પહોંચ્યા હતાં.

CBI તપાસની માંગ SBIએ રિલાયન્સ કોમ્યુ. અને અનિલ અંબાણીને ફોડ જાહેર કર્યા

। (એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા. ૨૩ । દેશની સૌથી મોટી જાહેર ક્ષેત્રની બેંક, સ્ટેટ બેંક ઓફ ઇન્ડિયા (એસબીઆઈ)એ રિલાયન્સ કોમ્યુનિકેશન્સ અને તેના ભૂતપૂર્વ પ્રમોટર ડિરેક્ટર અનિલ અંબાણીને ‘ફોડ’ જાહેર કર્યા છે. નાણા રાજ્ય મંત્રી પંકજ ચૌધરીએ લોકસભામાં એક લેખિત જવાબમાં જણાવ્યું હતું કે ૧૩ જૂન, ૨૦૨૫ના રોજ, એસબીઆઈએ રિઝર્વ બેંક ઓફ ઇન્ડિયાના છેતરપિંડી જોખમ વ્યવસ્થાપન માર્ગદર્શિકા અને તેની આંતરિક નીતિ હેઠળ આ સંસ્થાઓને ફોડ જાહેર કરી છે. આ પછી ૨૪ જૂન, ૨૦૨૫ના રોજ, બેંકે રિઝર્વ બેંકને આ અંગે વિગતવાર માહિતી

આપી હતી અને હવે સીબીઆઈ પાસે આ મામલે ફરિયાદ નોંધાવવાની પ્રક્રિયા ચાલુ છે. સ્ટેટ બેંક ઓફ ઇન્ડિયાનું રિલાયન્સ કોમ્યુનિકેશન્સ પર મસમોદું દેવું છે. બેંકના જણાવ્યા અનુસાર, કંપની પર ઓગસ્ટ ૨૦૧૬થી આજ સુધી રૂ. ૨૨૨૭.૬૪ કરોડનું ફંડ-આધારિત લોન બાકી છે, જેમાં વ્યાજ અને અન્ય સંબંધિત ખર્ચનો સમાવેશ થાય છે. આ ઉપરાંત કંપનીના નામે રૂ. ૭૮૬.૫૨ કરોડની નોનફંડ આધારિત બેંક ગેરંટી પણ જારી કરવામાં આવી હતી. એસબીઆઈના કેડિટ એક્સપોઝરનો સરવાળો કરવામાં આવે તો કુલ આંકડો ખૂબ મોટો થઈ શકે છે.

સમાચાર પત્ર છે લોકતંત્રનો ચૌથો સ્તંભ અને પ્રાણ, જો કદે છે એક લોકતંત્રનો નિર્માણ !

CHANNEL NINE NETWORK GUJARAT

◆ ન્યૂઝ પેપર, ◆ ન્યૂઝ ચેનલ, ◆ ન્યૂઝ વેબસાઈટ

આજે જ **cnngujarat.com** વેબસાઈટ ઉપર વિઝીટ કરો અને જોડાઈ જાઓ સમાચારની દુનિયા સાથે...

CHANNEL NINE NETWORK GUJARAT

Gujarati Daily News Paper

LIVE

cnngujarat.co.in

CMYK

CMYK

આણંદમાં ડેન્ગ્યુના ૧૧ અને મેલેરીયા તેમજ ચિકનગુનીયાના ૧-૧ કેસ નોંધાયા

હાલ ચોમાસાની ઋતુને કારણે ઠેર ઠેર પાણી ભરાયેલા હોવાથી ગંદકી તેમજ માખી અને મચ્છરનો ઉપદ્રવ વધ્યો છે

ગોત્રીમાં ગંદકી રાખતા ફુડ બીઝનેશ ઓપરેટરોની દુકાનો બંધ કરાવાઈ

। (એજન્સી) વડોદરા, તા.૨૩ । વડોદરા કોર્પોરેશનના ખોરાક શાખાના ફુડ સેફ્ટી ઓફિસરો દ્વારા શહેરના ગોત્રી ચાર રસ્તા પર આવેલ બાથ પદાર્થોની દુકાનોમાં તથા સ્થળ પર ગંદકી રાખતા હોવાને કારણે ફુડ બીઝનેશ ઓપરેટરોની જય ભવાની પંજાબી ખાના, ફેન્સી યુલા ઢોસા, લાઈવ ઢોસા, બાલાજી ઢોસા, ચટાકો રીયલ પંજાબીખાના, રવીરાજ ગાઢીયા અને ફરસાણ, શ્રી જનતા આઈસક્રીમ, પ્રભુ બોમ્બે પાઉભાજી અને પુલાવ, પ્રભુ બોમ્બે દાબેલી અને વડાપાઉ, પ્રભુ બોમ્બે બેલવ કોડી અને પાણીપુરી, આનંદ ઢોસા, શ્રી પંજાબીખાના વિગેરે દુકાનો બંધ કરાવવામાં આવી હતી.

કચુ આર કોડ મારફત તલાટીએ રૂા. ૧૫૦૦ની લાંચ સ્વીકારી

। (એજન્સી) રાજકોટ, તા.૨૩ । રાજ્યના ભ્રષ્ટ સરકારી બાબુઓ હવે બેફામ બની ગયા છે. જેને કારણે તેમને લાંચની રકમ ઓનલાઈન લેવામાં પણ કોઈ છોછ રહ્યો નથી. ભેંસાણ તાલુકાના પરબવાવડી ગામના તલાટી કમ મંત્રી જયદિપ જનકભાઈ ચાવડાને એસીબીએ કચુ આર કોડ મોકલી રૂા. ૧૫૦૦ની લાંચ લેતાં ઝડપી લેતાં ચર્ચા જાગી છે. એસીબીના સૂત્રોએ જણાવ્યું કે રાજકોટમાં રહેતાં ફરિયાદીના કૌટુંબિક ભાઈએ આંતરજ્ઞાતિય લગ્ન કર્યા હતા. જેને કારણે તેને સમાજ કલ્યાણ વિભાગમાંથી રૂા. ૨.૫૦ લાખની સહાય મળવાપાત્ર હતી. આ માટે જ્યાં લગ્ન કર્યા હોય ત્યાંના તલાટી કમ મંત્રીના મેમોરેન્ડમની જરૂરિયાત હતી. જેથી ફરિયાદી પરબવાવડી ગામના તલાટી કમ મંત્રી જયદિપ ચાવડાને મળતાં તેણે ધક્કા ખવડાવવાનું શરૂ કર્યું હતું. આખરે પોતે પ્રકાશી રૂા. ૧૫૦૦ની લાંચ માંગી હતી.

દાહોદના વાંદરીયા ગામે બે જૂથ વચ્ચે મારામારી દાહોદમાં યુવતીને ભગાડવા મુદ્દે યુવકના પરિવાર પર જીવલેણ હુમલો યુવકના ઘરે પહોંચી ઘરમાં તોડફોડ કર્યા બાદ તેમણે યુવકના પરિવાર પર હથિયારો અને પથ્થરોનો ઉપયોગ કરીને જીવલેણ હુમલો કર્યો

। (એજન્સી) દાહોદ, તા.૨૩ । દાહોદના વાંદરીયા ગામે બે જૂથ વચ્ચે મારામારીની ઘટના સામે આવી છે. યુવતી ભગાડવા મુદ્દે આ વિવાદ સર્જાયો હતો. યુવતી પક્ષના લોકોએ યુવકના પરિવાર પર જીવલેણ હુમલો કર્યો હતો. પહેલા યુવતી પક્ષના લોકો ઘરમાં ઘુસી આવ્યા હતા. ત્યાર બાદ તેઓએ ઘરમાં તોડફોડ મચાવી હતી. યુવતી પક્ષના લોકોએ ઉશ્કેરાઈને પરિવાર પર હુમલો કરતા ઘરમાં તોડફોડ મચાવી હતી. યુવતી પક્ષના લોકો હથિયાર સાથે યુવકના ઘરે પહોંચ્યા હતા. યુવકના ઘરે પહોંચી

ઘરમાં તોડફોડ કર્યા બાદ તેમણે યુવકના પરિવાર પર હથિયારો અને પથ્થરોનો ઉપયોગ કરીને જીવલેણ હુમલો કર્યો હતો. આ હુમલામાં યુવકના પરિવારને ગંભીર ઈજા પહોંચી હતી. હુમલામાં ઈજાગ્રસ્ત કર્યો હતો. પહેલા યુવતી પક્ષના લોકો ઘરમાં ઘુસી આવ્યા હતા. ત્યાર બાદ તેઓએ ઘરમાં તોડફોડ મચાવી હતી. યુવતી પક્ષના લોકોએ ઉશ્કેરાઈને પરિવાર પર હુમલો કરતા ઘરમાં તોડફોડ મચાવી હતી. યુવતી પક્ષના લોકો હથિયાર સાથે યુવકના ઘરે પહોંચ્યા હતા. યુવકના ઘરે પહોંચી

ઘટસના સ્થળે પહોંચી સમગ્ર ઘટનાની કાર્યવાહી હાથ ધરી હતી. યુવક પર યુવતી પક્ષના લોકોનો આક્ષેપ હતો કે તે તેમની દીકરીને ભગાડીને લઈ ગયો હતો. જેને લઈ યુવતી પક્ષના લોકોએ યુવક પક્ષના લોકોને દીકરીને પોલીસ સ્ટેશનમાં હાજર કરવા દબાણ કર્યું હતું. આ છતાંય યુવક પક્ષ દ્વારા જ્યારે યુવતીને પોલીસ સ્ટેશનમાં હાજર ન કરાતા યુવતી પક્ષના લોકોએ ઉશ્કેરાઈને યુવકના ઘરે જઈ યુવકના પરિવાર પર જીવલેણ હુમલો કર્યો હતો. જેમાં યુવકના પરિવારના લોકો ગંભીર ઈજાગ્રસ્ત થયા હતા.

દોઢ મહિનાથી વાહન ચાલકો પરેશાન પંચમહાલના શહેરોમાં ભર ચોમાસે વરસાદી પાણીના નિકાલ માટે ખોદકામ

। (એજન્સી) પંચમહાલ, તા.૨૩ । પંચમહાલ જિલ્લાના શહેરા નગરપાલિકા વિસ્તારમાં અણીયાદ ચોકડી નજીક હાઈવે પર દર વર્ષે ચોમાસામાં પાણીનો ભરાવો સામાન્ય છે. આ દરમિયાન સ્થાનિક રહીશો અને વાહન ચાલકોએ પણ ભારે હાલાકીનો સામનો કરવો પડે છે. આ દરમિયાન વરસાદી પાણીના નિકાલ માટે હાઈવેની સંભાળ રાખતી કંપનીએ ભર ચોમાસામાં કામ શરૂ કર્યું હતું, જે છેલ્લા દોઢ મહિનાથી ચાલી રહ્યું છે. આ કારણસર રોજરોજ હજારો વાહન ચાલકો સહિત સ્થાનિકોની સ્થિતિ પણ કફોડી બની ગઈ છે. આ કામગીરી ગોકળગાયની ગતિએ ચાલતી હોવાથી હાઈવે પરથી પસાર થતાં વાહન ચાલકોને અકસ્માતનો ભય સતતવતો હોય છે. આ

ઉપરાંત, આસપાસના વેપારીઓના ધંધા રોજગારમાં પણ અસર થતી હોવાની સાથે હાલાકી વેઠવી પડી રહી છે. જેથી ચોમાસા વખતે વરસાદી પાણીના નિકાલ માટે નાળા નાંખવા ખોદકામ કરવાની કામગીરી કેટલી હદે યોગ્ય ગણી શકાય તે એક પ્રશ્ન છે. જો આ કામગીરી ચોમાસા પહેલા પૂર્ણ કરી દેવાઈ હોત, તો પાણીનો નિકાલ પણ થઈ ગયો હોત અને ખરીદવા માટે ઓછા વ્યાજ દરે ચિરાણ આપવામાં આવે છે. આ ચિરાણ યોજનાઓમાં લાભ મેળવવા ઈચ્છુક નાગરિકોએ આગામી ૨૩ જુલાઈથી ૧૭ ઓગસ્ટ સુધીમાં ઓનલાઈન અરજી કરવાની રહેશે. સામાજિક ન્યાય અને અધિકારીતા મંત્રી ભાનુબેન બાબરીયાના માર્ગદર્શન હેઠળ વર્ષ ૨૦૨૫-૨૬ માટે અનુસૂચિત જાતિના નાગરીકોને ચિરાણ આપવા

રાજ્ય સરકારની જાહેરાત અનુસૂચિત જાતિના નાગરીકોને ઓછા વ્યાજ દરે ધિરાણ અપાશે

। (એજન્સી) અમદાવાદ, તા.૨૩ । ગુજરાત અનુસૂચિત જાતિ વિકાસ નિગમ દ્વારા રાજ્યના અનુસૂચિત જાતિના નાગરીકોને સ્વરોજગારીની તકો આપવા માટે વિવિધ ચાર યોજનાઓ અમલમાં મૂકવામાં આવી છે. આ યોજનાઓ હેઠળ અનુસૂચિત જાતિના લાભાર્થીઓને પોતાનો વ્યાપાર-ધંધો શરૂ કરવા અથવા વાહન ખરીદવા માટે ઓછા વ્યાજ દરે ચિરાણ આપવામાં આવે છે. આ ચિરાણ યોજનાઓમાં લાભ મેળવવા ઈચ્છુક નાગરિકોએ આગામી ૨૩ જુલાઈથી ૧૭ ઓગસ્ટ સુધીમાં ઓનલાઈન અરજી કરવાની રહેશે. સામાજિક ન્યાય અને અધિકારીતા મંત્રી ભાનુબેન બાબરીયાના માર્ગદર્શન હેઠળ વર્ષ ૨૦૨૫-૨૬ માટે અનુસૂચિત જાતિના નાગરીકોને ચિરાણ આપવા

માટે સ્વરોજગારલક્ષી યોજના, શ્રી વ્હીલરની યોજના, મારુતી સુઝુકી ઈકો યોજના તેમજ ટ્રેક્ટર અને યાંત્રિક સાધનો માટેની યોજના અમલમાં મૂકવામાં આવી છે. જેમાં સ્વરોજગારલક્ષી યોજના હેઠળ લાભાર્થીઓને બે લાખ સુધીની મર્યાદામાં ચિરાણ આપવામાં આવે છે. જેમાં મહિલાઓ માટે ૧ ટકા અને પુરુષો માટે ૨ ટકા વ્યાજ દર નિયત કરવામાં આવ્યો છે. આ યોજના હેઠળ લાભાર્થીઓએ નિયત કરેલા ૬૦ માસિક હપ્તામાં ચિરાણની રકમની ચૂકવણી કરવાની રહેશે. આ ઉપરાંત વાહન માટેના ચિરાણની અન્ય ત્રણ યોજનાઓ શ્રી વ્હીલરની યોજના, મારુતી સુઝુકી ઈકો યોજના તેમજ ટ્રેક્ટર અને યાંત્રિક સાધનો માટેની યોજના અંતર્ગત લાભાર્થીઓને ત્રણ

ટકાના વ્યાજ દરે અનુક્રમે ૩ લાખ, ૬.૫૦ લાખ અને ૭.૫૦ લાખની રકમનું ચિરાણ આપવામાં આવે છે. આ યોજના હેઠળ લાભાર્થીઓએ નિયત કરેલા ૮૬ માસિક હપ્તામાં ચિરાણની રકમની ચૂકવણી કરવાની રહેશે. અરજદાર કે અરજદારના કુટુંબમાંથી કોઈ પણ સભ્યએ અગાઉ ગુજરાત અનુસૂચિત જાતિ વિકાસ નિગમ, કોઈપણ સરકારી અર્ધ સરકારી ક્ષેત્ર અથવા બેંક પાસેથી વાહન ખરીદવા કે અન્ય ધંધા માટે લોન લીધેલી હશે તો તેવા લાભાર્થીઓ આ યોજનાને પાત્ર રહેશે નહીં. આ યોજનાનો લાભ મેળવવા માટે અરજદારના કુટુંબની કુલ વાર્ષિક આવક ૬ લાખ કે તેથી ઓછી તથા અરજદારની ઉંમર લઘુત્તમ ૧૮ વર્ષ અને મહત્તમ ૫૦ વર્ષની હોવી જરૂરી છે.

વડોદરામાં પરિવારે દવા ગટગટાવીને સામૂહિક આપઘાતનો પ્રયાસ કર્યો

। (એજન્સી) વડોદરા, તા.૨૩ । ગુજરાતના વડોદરામાંથી સામૂહિક આપઘાતના પ્રયાસનો કિસ્સો સામે આવ્યો છે. શહેરના ગોરવા વિસ્તારમાં પેટ્રોલ પમ્પના માલિકે પત્ની, બે દીકરા તેમજ એક દીકરી સાથે ઝેરી દવા ગટગટાવી આપઘાતનો પ્રયાસ કર્યો હતો. જોકે, બાદમાં પરિવાર જાતે જ હોસ્પિટલમાં દાખલ થઈ જતા જીવ બચી ગયો હતો. મળતી માહિતી મુજબ, વડોદરાના ગોરવા વિસ્તારમાં પેટ્રોલ પમ્પના માલિકે ૫૨ વર્ષીય સુભાષ નંદેસરી, તેમની ૪૮ વર્ષીય પત્ની, ૨૩ વર્ષીય દીકરો અને ૧૭ વર્ષની દીકરી તેમજ ૫ વર્ષના દીકરા સાથે ઝેરી દવા ગટગટાવી જીવન દૂંકાવવાનો પ્રયાસ કર્યો હતો. જોકે, બાદમાં ઉલટી થઈ જતા પરિવાર જાતે જ સયાજી હોસ્પિટલમાં દાખલ થઈ ગયા હતા. સમયસર હોસ્પિટલ પહોંચી જવાના કારણે તેમનો જીવ બચી ગયો હતો. આપઘાતના પ્રયાસ વિશે પેટ્રોલ પમ્પના માલિકે જણાવ્યું હતું કે, અમારી બેક લોન ચાલે છે.

વિશેષ રક્ષાબંધનની બુકિંગ અને ઝડપી ડિલિવરી માટે ડાક વિભાગે ખાસ વ્યવસ્થા કરી : પોસ્ટમાસ્ટર જનરલ કૃષ્ણ કુમાર યાદવ

અમદાવાદ જીપીઓ અને નવરંગપુરા હેડ પોસ્ટ ઓફિસમાં પોસ્ટ માસ્ટર જનરલ કૃષ્ણ કુમાર યાદવે ખાસ રાખડી કાઉન્ટરનું કાર્ય ઉદ્ઘાટન

હવે બહેનો વોટરપ્રૂફ ડિઝાઇનર કવર અને ભેટ બોક્સમાં પોસ્ટ દ્વારા રાખી મોકલી શકશે : પોસ્ટમાસ્ટર જનરલ કૃષ્ણ કુમાર યાદવ

। અમદાવાદ । રક્ષાબંધનનો તહેવાર ૮ ઓગસ્ટના રોજ ઉજવવામાં આવશે અને આ માટે ડાક વિભાગે તૈયારીઓ શરૂ કરી દીધી છે. ઉત્તર ગુજરાત પરિશ્ત્રના પોસ્ટમાસ્ટર જનરલ શ્રી કૃષ્ણ કુમાર યાદવે અમદાવાદ જીપીઓ અને નવરંગપુરા હેડ પોસ્ટ ઓફિસ ખાતે ખાસ રાખડી કાઉન્ટરનું ઉદ્ઘાટન કર્યું. રક્ષાબંધનમાં મોકલવા માટે પોસ્ટ ઓફિસો દ્વારા ખાસ રાખડી કવરો રંગબેરંગી ડિઝાઇનર રાખી કવર ઉપલબ્ધ કરાવવામાં આવી રહ્યા છે. આ ખાસ રાખડી કવર અમદાવાદમાં અમદાવાદ જીપીઓ, નવરંગપુરા અને રેવડી બજાર હેડ પોસ્ટ ઓફિસ ઉપરાંત ઉત્તર ગુજરાત પરિશ્ત્ર હેઠળના



અમદાવાદ, મહેસાણા, સાબરકાંઠા, બનાસકાંઠા અને પાટણ જિલ્લાઓમાં હેડ પોસ્ટ ઓફિસ અને પસંદગીની સબ પોસ્ટ ઓફિસોમાં વેચાણ માટે ઉપલબ્ધ રહેશે. પોસ્ટમાસ્ટર જનરલ શ્રી કૃષ્ણ કુમાર યાદવે જણાવ્યું કે ચાર અલગ અલગ ડિઝાઇનમાં

ગાંધીનગર, અરવલ્લી, રંગબેરંગી અને રાખડી કવર અને વરસાદના સંપર્કમાં આવવાથી નુકસાન થશે નહીં. ૧૧ સેમી ૬ ૨૨ સેમી કદના આ કવરની કિંમત ફક્ત ૧૦ રૂપિયા છે જે પોસ્ટેજ ચાર્જ ઉપરાંત છે. કવરની ઉપર ડાબી બાજુએ, ભારતીય પોસ્ટનો લોગો અને રક્ષાબંધનની ડિઝાઇન છે જેમાં

અંગ્રેજીમાં રાખી કવર અને નીચે 'રક્ષાબંધન' લખેલું છે. રંગબેરંગી અને રાખડી કવરો, તે તેમને અન્ય ડાકથી અલગ કરવામાં સમય બચાવશે અને રક્ષાબંધનના તહેવાર પહેલા તેનું વિતરણ કરવામાં પણ અનુકૂળ રહેશે. રાખી પોસ્ટની ખાસ બુકિંગની સાથે, નેશનલ સોર્ટિંગ હબમાં ઝડપી

સોર્ટિંગ માટે પણ વ્યવસ્થા કરવામાં આવી છે. પોસ્ટમાસ્ટર જનરલ શ્રી કૃષ્ણ કુમાર યાદવે જણાવ્યું કે ગયા વર્ષે, ગુજરાતની પોસ્ટ ઓફિસોમાં પોસ્ટમેન દ્વારા ભારત અને વિદેશમાંથી મળેલા લગભગ ૮ લાખ રાખડી પોસ્ટ/પાર્સલનું વિતરણ કરવામાં આવ્યું હતું. તે જ સમયે, ગુજરાતની

પોસ્ટ ઓફિસોમાં ૬ લાખથી વધુ રાખડી પોસ્ટ બુક કરવામાં આવી હતી અને ભારત અને વિદેશમાં મોકલવામાં આવી હતી. પોસ્ટમાસ્ટર જનરલ શ્રી કૃષ્ણ કુમાર યાદવે જણાવ્યું કે બહેનોને રાખડી મોકલવામાં કોઈ મુશ્કેલી ન પડે તે માટે, અમદાવાદના શાહીબાગમાં સ્પીડ પોસ્ટ ભવન સ્થિત નેશનલ

સોર્ટિંગ હબ તેમજ ગુજરાતમાં રાજકોટ, સુરત અને વડોદરા આર.એમ.એસ. કાઉન્ટર પર ૨૪ કલાક પોસ્ટલ બુકિંગ સુવિધા ઉપલબ્ધ કરવામાં આવી છે. શાહીબાગની ફોરેન પોસ્ટ ઓફિસમાંથી ઈન્ટરનેશનલ ટ્રેક પેકેટ સેવા દ્વારા સસ્તા દરે રાખી પોસ્ટ વિદેશ મોકલી શકાય છે. આ વર્ષે, ગુજરાત પોસ્ટલ વિભાગ દ્વારા કાઉન્ટર પર ૩ વિવિધ પ્રકારના રાખડી ગિફ્ટ બોક્સ પણ વેચાણ માટે ઉપલબ્ધ કરાવવામાં આવી રહ્યા છે, જેની કિંમત અનુક્રમે ૪૫, ૫૦ અને ૬૦ રૂપિયા છે. આ દ્વારા, રાખડી સાથે મીઠાઈઓ અને ભેટો પણ દેશ અને વિદેશમાં પોસ્ટ દ્વારા મોકલી શકાય છે. આ પ્રસંગે અમદાવાદ શહેર મંડળના પ્રવર ડાક અધિક્ષક

શ્રી ચિરાગ મહેતા, જીપીઓ સિનિયર પોસ્ટમાસ્ટર શ્રી અલ્પેશ આર. શાહ, નવરંગપુરા હેડ પોસ્ટ ઓફિસ સિનિયર પોસ્ટમાસ્ટર શ્રી પી.જે. સોલંકી, ડેપુટી પોસ્ટલ સુપરિન્ટેન્ડેન્ટ શ્રી એસ.કે. વર્મા, સહાયક નિર્દેશક શ્રી એમ.એમ. શેખ, રિતુલ ગાંધી, શ્રી વારિસ વહોરા, સહાયક અધિક્ષક શ્રી આર.ટી.પરમાર, શ્રી હાર્દિકસિંહ રાઠોડ, શ્રી અલ્કેશ પરમાર, શ્રી હિતેશ પરીખ, શ્રી વિશાલ ચૌહાણ, શ્રી જીનેશ પટેલ, શ્રી રમેશ પટેલ, શ્રી રોનક શાહ, શ્રી ભાવિન પ્રજાપતિ, ડાક નિરીક્ષક સુશ્રી પાયલ પટેલ, શ્રી યશાર્થ દુબે, શ્રી વિપુલ ચડોતરા, શ્રી યોગેન્દ્ર રાઠોડ, અને અન્ય ઘણા અધિકારીઓ અને કર્મચારીઓ હાજર રહ્યા.

નિવૃત્તિ વિશે કલ્પના કરવી? તમે છોડવા માંગતા ન હો તે કારકિર્દી કેવી રીતે બનાવવી તે અહીં છે

પ્રથમ સમસ્યા એ છે કે કામ ઘણીવાર જરૂરી છે. બીજી સમસ્યા એ છે કે, જો તમે ભાગી શકો તો પણ તમને સમાન પ્રકારની સમસ્યાઓનો સામનો કરવો પડશે. તમને જીવવા માટે પૈસાની જરૂર છે, અને, ધારી લઈએ કે તમે ટ્રસ્ટ ફંડ સાથે જન્મ્યા નથી, તેનો અર્થ એ કે તમારે તેને કમાવવા માટે કામ કરવું પડશે. ચોરી કર્યા વિના તે પૈસા મેળવવા માટે, અન્ય લોકોએ તે તમને આપવા પડશે. જેનો અર્થ થાય છે કે તેઓને વધુ મૂલ્યવાન વસ્તુના બદલામાં તે આપવાની જરૂર છે. આ મૂલ્ય સમીકરણ એ કારણ છે કે ઘણા રોકાણ કૌભાંડો કામ કરતા નથી. તેઓ તમને એવું વિચારીને ફસાવે છે કે તમે વિનિમયમાં મૂલ્ય ઉમેર્યા વિના પૈસા મેળવી શકો છો. વાસ્તવિક રોકાણ આ કરે છે - અન્ય લોકોને તમારા નાણાંનો ઉપયોગ કરવાની મંજૂરી આપીને, તેના બદલામાં પાછળથી વ્યાજ (અથવા નફો) સાથે. જો કે, યોજનાઓ આ તર્કને બાયપાસ કરવાનો પ્રયાસ કરે છે, તેમ છતાં, તમને બતાવવા માટે કે તમે ઓછા કામ માટે અને ઓછા જોખમમાં બીજા બધા કરતાં વધુ કમાણી કરી શકો છો તેવો એક માર્ગ છે. મૂલ્ય, જોકે, પૂરતું નથી. કારણ કે આપણે બજારના અર્થતંત્રમાં રહીએ છીએ, અમે બધા તેને પહોંચાડવા માટે



સ્પર્ધા કરી રહ્યા છીએ. જેનો અર્થ એ છે કે તમે જે મૂલ્ય ઓફર કરો છો તે દરેક વ્યક્તિ સૌથી નીચી કિંમતે બિડ મેળવવાનું વલણ ધરાવે છે. આ સ્પર્ધાત્મક સમીકરણ બતાવે છે કે મોટાભાગની નિષ્ક્રિય-આવક પ્રણાલીઓ કેમ નિષ્ફળ જાય છે. તમે એવી સિસ્ટમને સ્વચાલિત કરી શકો છો કે જે તમે સૂતા હોવ ત્યારે નાણાં ઉત્પન્ન કરી શકે, પરંતુ તે જ વસ્તુ કરવાથી અને તમારા નફાને ઘટાડવાથી બીજાને શું અટકાવવાનું છે? પ્રારંભિક નિવૃત્તિના ઉત્સાહીઓ કરકસરથી જીવીને અને ઉન્મત્ત બચત દર રાખીને આ મુશ્કેલીને ટાળી શકે છે. સારું કર્યું, તમે તમારા કાર્યકારી જીવનમાંથી એક દાયકા (અથવા બે) પણ હજામત કરી શકશો. જો કે, કામને એકસાથે છોડી દેવાથી શૂન્યાવકાશ સર્જાય છે. તમે તમારા સમય સાથે શું કરવા જઈ રહ્યા છો? તમને અર્થ અને હેતુ શું આપશે? વહેલા નિવૃત્ત થવું

સેક્સી લાગે છે, જ્યાં સુધી તમને ખ્યાલ ન આવે કે તે તમને ન ગમતી વસ્તુને ટાળવાની માત્ર એક યોજના છે - તમને ગમશે તેવું જીવન બનાવવાની વ્યૂહરચના (પોતાની રીતે) નથી. ભાગી જવાને બદલે તમારે શું કરવું જોઈએ? મોટા ભાગનું કામ વ્યર્થ છે. પરંતુ તમારા માટે જરૂરી નથી. ખરેખર અર્થપૂર્ણ અને પરિપૂર્ણ કારકિર્દી મેળવવી શક્ય છે. એક જે તમને પડકાર આપશે, તમને ઉત્તેજિત કરશે અને તમને એવું અનુભવ કરાવશે કે તમારી પાસે એક મિશન છે - માત્ર નોકરીની સ્થિતિને બદલે. આ પ્રકારનું કામ કેવી રીતે મેળવવું તે માટેની ઉત્તમ સલાહ તમારા જુસ્સાને અનુસરવાની હતી. બહાદુર બનો. નોકરી છોડી દો. તમારા સપનાના વ્યવસાયમાં જાઓ, ભલે મોટાભાગના લોકો તે કરી શકતા નથી. આ મુંઝી સલાહ છે, અને તે બે કારણોસર ખરાબ છે. સૌપ્રથમ, તમારી પેશન સલાહને અનુસરો એ જ સમસ્યાઓ ઊભી કરે છે જેવી અન્ય વર્ક-એસકેપ વ્યૂહરચનાઓ જે મેં ઉપર ઉલ્લેખ કર્યો છે. પૂર્વ-અસ્તિત્વમાં રહેલા જુસ્સોની સ્વિચ જે લોકો માને છે કે તેમની પાસે અસ્તિત્વમાં રહેલી કુલ નોકરીઓ કરતાં ઘણી સાંકડી છે. લોકો ઓફિસ મેનેજર નહીં પણ ડાન્સર બનવાનું સપનું જુએ છે.

ડિફોલ્ટ
જીવનશૈલી
પસંદગી
ઓથી
સાવચેત રહો

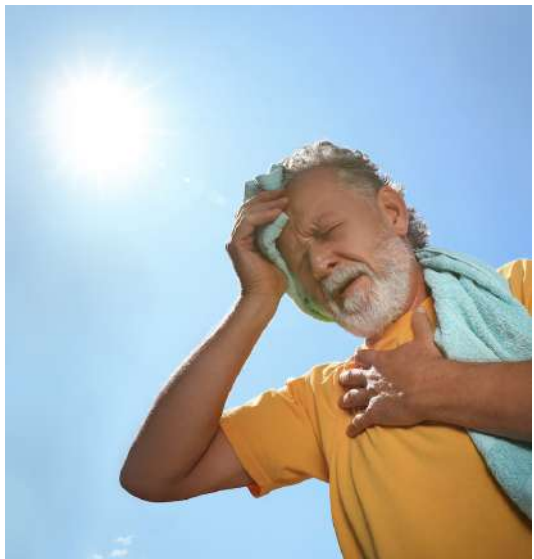
જ્યારે કારકિર્દીની મૂડી મેળવવી એ મામૂલી નથી, અને તે મુખ્ય વસ્તુ છે જે વિવિધ કારકિર્દીની ઈચ્છનીયતાને અલગ પાડે છે, તે તમને ગમશે તેવું કામ કરવાનું એકમાત્ર પગલું નથી. કારકિર્દીની મૂડી પૂરતી નથી, તમારે જે જીવનશૈલી જીવવી હોય તે માટે વાટાઘાટો કરવા માટે તમારે ખરેખર તેનો ઉપયોગ કરવાની જરૂર છે. તમે ખરેખર કેવા પ્રકારની જીવનશૈલી ઈચ્છો છો? ઘણા લોકો માટે, તેઓ ક્યારેય પાછળ હટતા નથી અને ખરેખર પોતાને પૂછે છે કે તેઓ કેવા પ્રકારની કારકિર્દી ઈચ્છે છે. તેના બદલે, તેઓ સ્ક્રિનર બોક્સમાં મહત્વાકાંક્ષી ઉદરોની જેમ કાર્ય કરે છે, ટૂંકા ગાળાના કારકિર્દીના પુરસ્કારો મેળવવા માટે યોગ્ય લિવર્સને દબાણ કરે છે, તે પૂછ્યા વિના કે તેઓ તે બોક્સમાં પ્રથમ સ્થાને રહેવા માંગે છે કે કેમ. મેં તાજેતરમાં એવી વ્યક્તિ વિશેની આ રસપ્રદ વાર્તા વાંચી કે જે ભૌતિકશાસ્ત્રમાં “આકસ્મિક રીતે” મેજર બન્યો, ગ્રેડ મેળવવા માટે ટૂંકા ગાળાની સ્પર્ધા દ્વારા આગળ વધ્યો, અને પછી ગ્રેડ સ્કૂલમાં પ્રવેશ મેળવ્યો, તેણે ખરેખર ક્યારેય પૂછ્યું નહીં કે તે ખરેખર કેવા પ્રકારની કારકિર્દી ઈચ્છે છે. મને લાગે છે કે આ વાસ્તવમાં મોટાભાગના લોકો સમજે છે તેના કરતાં ઘણું સામાન્ય છે. તેઓ એવી કંપનીમાં પ્રવેશ કરે છે જે ખરેખર



લાંબા સમય સુધી કામ કરવાને પ્રાથમિકતા આપે છે, તેથી તેઓ તેમની આસપાસના લોકોને ખુશ કરવા માટે કલાકો મૂકવાનું શરૂ કરે છે, આ કંપની ખરેખર યોગ્ય છે કે કેમ તે પૂછવાને બદલે. અથવા તેઓ વધારાના પ્રમોશનનો પીછો કરવાનું શરૂ કરે છે, ખરેખર પૂછ્યા વિના કે પગારમાં એક નાનો ભમ્પ વધારાની જવાબદારીને યોગ્ય છે કે કેમ. પ્રથમ પાઠમાં, મેં એવા લોકોની મજાક ઉડાવી જેઓ મૂલ્ય ઉમેર્યા વિના સમૃદ્ધ થવા માટે ભ્રમનો પીછો કરે છે. પરંતુ, નિષ્પક્ષતામાં, ઓછામાં ઓછા તે લોકો પાસે જીવનશૈલી છે.

હીટ સ્ટ્રોકથી કરશે રક્ષણ અને અન્ય બીમારીઓને પણ શરીરથી દૂર રાખશે

વરીયાળ હંડી તાસિર ધરાવે છે, તેથી વરિયાળીના રસમાં જો બે ટીપા ફુદીનાનો રસ અને બે ચમચી ગ્લુકોઝ પાઉડર મિક્સ કરીને સેવન કરવાથી ગરમીથી રાહત આપે છે

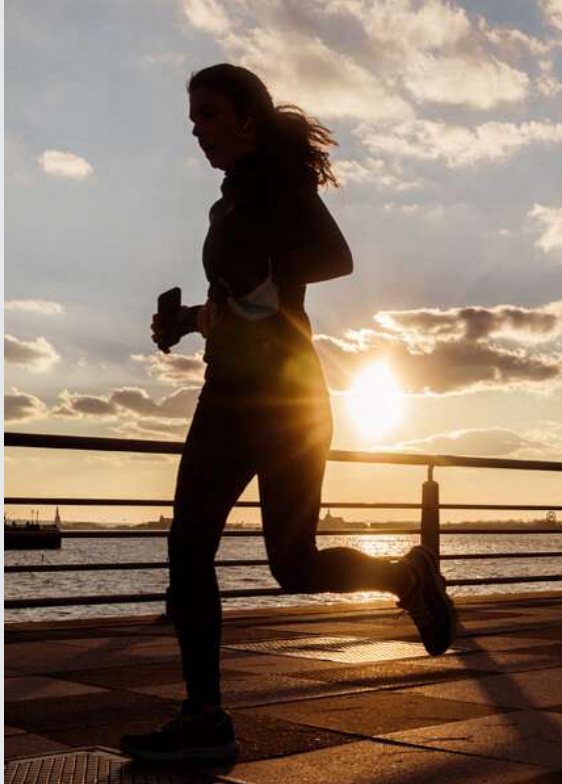


નારિયેળ પાણીમાં વિટામીન અને મિનરલ ભરપૂર પ્રમાણમાં ઉપલબ્ધ હોય છે. આયુર્વેદમાં પણ જણાવાયું છે કે, નારીયેળ પાણીથી ૧૦૦ પ્રકારની બિમારીઓ દૂર થાય છે. ઉપરાંત શરીરને તંદુરસ્ત રાખવામાં પણ તેની મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવે છે. ગરમીનો પારો જ્યારે ૪૪ ડિગ્રીએ પહોંચી ગયો છે, ત્યારે ગરમીથી બચવા માટે ખાસ કરીને નારિયેળનું પાણી, વરિયાળીનું પાણી તથા ફુદીનાનું પાણી સ્વાસ્થ્ય માટે ખૂબ લાભદાયક છે. આવી ગરમીથી બચવા ઘરેલુ ઉપાય વિશેની માહિતી વડોદરા શહેરના મહર્ષિ આયુર્વેદના મૌલિક રૈયાણી એ આપતા જણાવ્યું કે, આ પ્રકારના પાણીમાં વિટામીન અને મિનરલ ભરપૂર પ્રમાણમાં ઉપલબ્ધ હોય છે. આયુર્વેદમાં પણ જણાવાયું છે કે, ૧૦૦ પ્રકારની બિમારીઓ સામે નારિયેળ પાણીથી લાભ થાય છે. ઉપરાંત શરીરને તંદુરસ્ત રાખવામાં પણ તેની મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા હોય છે. નારિયેળ પાણી : નારિયેળ પાણી સ્વાસ્થ્ય માટે ખૂબ જ લાભદાયી છે તદુપરાંત કાળજાળ ગરમીમાં લાગતી લુ સામે પણ રક્ષણ આપી શકે છે. તદુપરાંત પીસેલા કાચા નારીયેળના ગરને કાળા જીરુ સાથે મિક્સ કરીને લેવાથી લૂથી તાત્કાલિક રાહત મળે છે. તદઉપરાંત એવી જ રીતે ડુંગળીના રસના ઉપયોગથી પણ લૂની સમસ્યા દૂર કરી શકાય છે. નારીયેળમાં કેલ્શિયમ, વિટામીન, ફાઈબર, પોટેશિયમ જેવા ઘણા ખનીજ તત્વ ભરપૂર માત્રામાં રહેલા છે જેથી બીમારીઓની સારવારમાં પણ મદદરૂપ નીવડે છે. અને નારિયેળના પાણીમાં મિનરલ, વિટામીન, એન્ઝાઈમસ, ઈલેક્ટ્રોલાઈટ્સ, એમીનો એસિડ અને સાઈટોકોઈન ભરપૂર માત્રામાં રહેલું છે. વરિયાળીનો રસ : આવી કાળજાળ ગરમીના તાપમાનમાં જો કોઈને લુ લાગી હોય તો તરત જ વરિયાળીના રસનો ઉપયોગ કરી શકાય. કારણ કે વરીયાળ ઠંડી તાસિર ધરાવે છે. તેથી વરિયાળીના રસમાં જો બે ટીપા ફુદીનાનો રસ અને બે ચમચી ગ્લુકોઝ પાઉડર મિક્સ કરીને સેવન કરવાથી ગરમીથી રાહત આપે છે. ફુદીનાનું પાણી : જેવી રીતે નારિયેળનું પાણી અને વરિયાળીનું પાણી લૂ થી બચાવે છે, તેવી જ રીતે ફૂદીનાનું પાણી પણ લૂ લાગવાની સામે રક્ષણ કરે છે. ફુદીનાના પાનની સાથે બે મરીને પીસી અને પાણીમાં મિક્સ કરીને પીવાથી લૂની સમસ્યા દૂર થાય છે. ૪૪ ડિગ્રી તાપમાનમાં જો શરીરનું પણ તાપમાન વધી જાય તો એવામાં વધારે ઠંડુ પાણી પીવાથી સમસ્યા વધી શકે છે, ત્યારે વ્યક્તિએ આવી સ્થિતિમાં સામાન્ય ઠંડુ અથવા તો માટલાનું પાણી પીવું જોઈએ.

વહેલી સવારે કે સાંજે હવામાં ભેજનું પ્રમાણ ઓછું હોવાથી તે સમયે કસરત કરવી વધુ હિતાવહ છે

ગરમીના દિવસોમાં કસરત કરતી વખતે વચ્ચે વચ્ચે બ્રેક લેવો જરૂરી છે કેમ કે એને કારણે શરીરને રાહત અને ગરમીથી પણ છુટકારો મળે છે, સાથે સાથે એ ધ્યાન રાખવું પણ જરૂરી છે ભલે તમે કસરત જિમમાં કે ઘરમાં કરો

વધારે પડતી ઠંડીની જેમ જ વધારે પડતી ગરમીમાં પણ આપણે કાયમ કસરત કરવાનું ટાળીએ છીએ. જો તમે વરિષ્ઠ નાગરિક કે કિશોરવયના હો તો આ બાબતમાં તમને સંપૂર્ણ નહીં તો ચોક્કસ હદ સુધી છૂટ મળી શકે છે, પરંતુ જો તમે યુવાન હો તો તમારે આવી છૂટછાટ લેવાથી જાતે જ બચવું જોઈએ કેમ કે ભારે ગરમીમાં યુવાનો કસરત કરવાનું ટાળશે તો તેઓ તમામ યુવાનોનું જે સપનું હોય છે તેવું કસાયેલું શરીર નહીં બનાવી શકે. હા, વધુ ગરમી હોય ત્યારે ગાંડાની જેમ આડેધડ કસરત પણ ન કરવી જોઈએ. જો તમે ફિટનેસ સેન્ટર કે જિમમાં ન જતા હો તો પણ સવાર-સાંજ પરસેવાથી લથપથ કરતા આ દિવસોમાં પણ કસરત કરવી જરૂરી છે. કસરત કરવાની સાથે સાથે અન્ય બાબતોનું ધ્યાન રાખવું પણ જરૂરી છે. ભારે ગરમીના દિવસોમાં કસરત કરતી વખતે યુવાનોએ કઈ કઈ બાબતો પર ધ્યાન રાખવું જોઈએ તે જાણીએ. સમય અને રીત મે-જૂનની ભારે ગરમીના દિવસોમાં કસરત કરવા માટે વહેલી સવાર અથવા સાંજનો સમય પસંદ કરવો જોઈએ કેમ કે મોટાભાગે આ સમયે દિવસ કરતા તાપમાન પાંચથી સાત કે આઠ ડિગ્રી જેટલું ઓછું થઈ જતું હોય છે. માત્ર તાપમાનનો જ સવાલ નથી, વહેલી સવારે કે સાંજે હવામાં ભેજનું પ્રમાણ ઓછું હોવાથી તે સમયે કસરત કરવી વધુ હિતાવહ છે. ગરમીના દિવસોમાં કસરત કરતી વખતે વચ્ચે વચ્ચે બ્રેક લેવો જરૂરી છે કેમ કે એને કારણે શરીરને રાહત અને ગરમીથી પણ છુટકારો મળે છે. સાથે સાથે એ ધ્યાન રાખવું પણ જરૂરી છે ભલે તમે કસરત જિમમાં કે ઘરમાં કરો. ભોજન કર્યાના ઓછામાં ઓછા ત્રણ કલાક બાદ જ કસરત કરો. બિયડુલ ખાલી પેટ કે ભરપેટ ભોજન કર્યા બાદ કસરત કરવી યોગ્ય નથી-ખાસ કરીને ગરમીની સિઝનમાં. હળવી કસરત પર ભાર આપો. ગરમીની સિઝનમાં વાતાવરણ તેમ જ શરીર બંનેનું તાપમાન વધેલું હોય છે એટલે લૂ (હિટ-સ્ટ્રોક) લાગવાનો કે શરીરમાં પાણી ઓછું થઈ જવા (ડીહાઈડ્રેશન)નું જોખમ પણ વધુ રહે છે એટલે આ મોસમમાં હળવી કસરત કરવી અને ઘરમાં એવી જગ્યાએ કસરત કરો જ્યાં સ્વચ્છ હવાની અવરજવર થતી હોય. કસરત કરવા માટે આનાથી વધુ સારી જગ્યા હોઈ ન શકે. ગરમીની સિઝનમાં જો જિમમાં જતા હોય તો ટ્રેડમિલનો



સતત ઉપયોગ કરવાથી દૂર રહેવું. જિમમાં સાર્થકિલંગ, એક્સ કે સાર્થક ડંબલ કરવું વધુ લાભકારક રહેશે. ગરમીની મોસમમાં ખભા, છાતી, પેટ અને જોઢ અંગે સજાગ રહેવું જોઈએ કેમ કે આ સિઝનમાં જરા પણ વધુ વજન કસરત માટે જોખમી પુરવાર થઈ શકે છે. જો તમે કસરત કર્યા વિના રહી ન શકતા હો તો ગરમીના દિવસોમાં દરરોજ કસરત કરો, પરંતુ કસરત માટે શિયાળામાં લો તેના કરતા પચીસ ટકા ઓછો સમય લો. મતલબ શિયાળામાં કસરત માટે તમે દરરોજ એક કલાક સમય લેતા હો તો ઉનાળામાં ૪૫ મિનિટ લો. રિલેક્સ થવું છે જરૂરી, ગરમીની સિઝનમાં કસરત

કરતા કરતા વચ્ચે વચ્ચે રિલેક્સ થવું ખૂબ જ જરૂરી છે. એક વાત ખાસ ધ્યાન રાખવી જે રીતે કસરત કરતા પહેલા બોડી વોર્મઅપ કરવું જરૂરી હોય છે. તે જ રીતે કસરત બાદ બોડી કુલડાઉન પણ એટલું જ જરૂરી છે. વોર્મઅપ માટે જો તમે પચીસ મિનિટ લેતા હો તો કુલડાઉન માટે ૨૦ મિનિટથી ઓછો સમય ન રાખવો. આ કારણે શરીરને કસરત માટે સારી રીતે તૈયાર કરવામાં મદદ મળશે. કસરત બાદ શરીર યોગ્ય રીતે સામાન્ય બને તે લાભદાયી રહેશે. પાણી પીઓ પણ વધુ નહીં, ઘણા લોકો એમ માને છે કે ગરમીની સિઝનમાં શિયાળા, કરતા અનેકગણુ પાણી પીવું જોઈએ. ગરમીની સિઝનમાં, શિયાળાની સરખામણીએ ૪૦થી ૫૦ ટકા વધુ પાણી પી શકાય, પરંતુ બેગણુ, અઢીગણુ કે તેનાથી વધારે પાણી પીવું જોખમી પુરવાર થઈ શકે છે. કસરત કરનારાઓએ થોડું વધુ પાણી પીવું જોઈએ, પરંતુ આડેધડ પાણી પીવું નુકસાનકારક છે. એ વાત પણ ધ્યાનમાં રાખો કે ગરમીની સિઝનમાં અન્ય સિઝનની સરખામણીએ પરસેવો વધુ થાય છે, પરંતુ વધારે પડતો પરસેવો થાય તો ચકાસી લેવું જોઈએ કે આનું કારણ ગરમી છે કે કંઈ બીજું. એક વાતનું ખાસ ધ્યાન રાખવું કે તમે જ્યાં કસરત કરતા હો એ જગ્યાએ સ્વચ્છ હવાની અવરજવર સરળતાપૂર્વક થતી હોવી જોઈએ. જો કે વધારે પડતી ઠંડી કે ત્રાસ આપતી ગરમી પણ શરીર માટે સારી નથી. એક વાતનું ખાસ ધ્યાન રાખવું કે જે દિવસે તમારું શરીર કસરત માટે માનસિક રીતે તૈયાર ન હોય તે દિવસે કસરત કરવાને બદલે આરામ કરવો વધુ સારું રહેશે. ફાસ્ટફૂડથી દૂર રહો, માત્ર ઉનાળામાં જ નહીં, ક્રોઈપલ સિઝનમાં ફાસ્ટફૂડથી દૂર રહેવું આરોગ્ય માટે લાભકારક છે. વધુમાં વધુ કુદરતી ખોરાક, આપણે લેવો જોઈએ. ફાસ્ટફૂડ, તળેલું તેમ જ વાસી ખાવાનું ખાવાથી દૂર રહેવું જોઈએ. ઘર, ઓફિસ કે જિમમાં સુવિધા હોય તો ૨૮-૨૯ કે ઓછામાં ઓછા ૨૭ ડિગ્રી તાપમાનથી ઓછામાં ન રહેવું જોઈએ. જો તમે ૨૦ ડિગ્રી કરતા ઓછા તાપમાનમાં રહેશો તો શરીર જકડાઈ જવાની, ચક્કર આવવાની શક્યતા વધુ રહેશે. વધારે પડતી ઠંડીને કારણે આરોગ્ય સંબંધિત સમસ્યાઓ ઊભી થઈ શકે છે કેમ કે ત્યાંથી નીકળીને તમે બીજી જગ્યાએ જશો તો તમને વધારે ગરમી કે ઠંડીને કારણે ચેપ લાગવાની શક્યતા વધુ રહેશે.

જરૂરતથી વધુ તરબૂચનું સેવન : સ્વાસ્થ્ય પર અસર

તરબૂચમાં વિશેષ પ્રમાણમાં પાણી અને ખાંડ હોય છે, વધુમાં, જે લોકો ઘણી વાર ભારે માત્રામાં તરબૂચ ખાય છે

તરબૂચ એ એક એવી ફળ છે, જેને લોકો ખૂબ જ પસંદ કરે છે. તેની મીઠાશ, તાજગી અને સુવાસ આ ફળને ગર્મી અને ઉનાળામાં ખૂબ લોકપ્રિય બનાવે છે. જો કે, દરિયાઈ અને મીઠાઈથી ભરપૂર આ ફળનું સેવન જાતે સારા આરોગ્ય માટે લાભદાયક હોય છે, પરંતુ જો એને વધુ પ્રમાણમાં ખાવાની આદત બની જાય, તો તે સ્વાસ્થ્ય પર બુરા પ્રભાવ પાડી શકે છે. તરબૂચમાં પોષક તત્ત્વો, તરબૂચમાં કેલોરીઝ, વિટામિન C, વિટામિન A, અને પોટેશિયમના વધારા પ્રમાણમાં હોઈ છે. ૧૦૦ ગ્રામ તરબૂચમાં ૩૦ કિલોકેલરીઝ, ૦.૫ ગ્રામ પ્રોટીન, ૦.૨ ગ્રામ ફેટ, ૮ ગ્રામ કાર્બોહાઈડ્રેટ, ૬ ગ્રામ ખાંડ, ૦.૪ ગ્રામ ફાઈબર અને વિટામિન A, C, અને પોટેશિયમ, મૅગ્નેશિયમ વગેરે જેવા પોષક તત્ત્વો પ્રચુર માત્રામાં હોય છે. તરબૂચના ફાયદા,



હાઈડ્રેશન: તરબૂચમાં ૯૦% થી વધુ પાણી હોય છે, જે શરીરને સારી રીતે હાઈડ્રેટ રાખે છે. કોલેસ્ટ્રોલની સુધડતા: તરબૂચમાં રહેલા એન્ટીઑક્સિડન્ટ્સ અને વિટામિન C હૃદયને મજબૂત બનાવે છે અને કોલેસ્ટ્રોલના સ્તરે સુધડતા લાવવાનો કામ કરે છે. પોષક સંવર્ધન: વિટામિન A અને C, એવા એન્ટીઑક્સિડન્ટ્સ છે, જે રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધારવા માટે મહત્વ પૂર્ણ છે. મૂત્રાશયનાં આરોગ્ય માટે લાભદાયક:તરબૂચમાં મલાવાયેલા પોટેશિયમની માત્રા

શરીરમાં પાણીના સ્તર નિયંત્રિત રાખી, સ્નાયુઓ અને નસોની કામગીરી માટે મદદરૂપ બની શકે છે. વધુ તરબૂચ ખાવાના નુકસાન, જ્યારે તરબૂચમાં સ્વાસ્થ્ય માટે ફાયદાકારક છે, ત્યારે તે વધારે ખાવાના ખતરાઓને અવગણવા ન જોઈએ. આમ તો, જેઓ ઓછા પ્રમાણમાં તરબૂચ ખાતા છે, તેઓ તેમાં રહેલા પોષક તત્ત્વોનો લાભ લેતા રહે છે, પરંતુ વધુ કરતાં, તે ખરાબ અસર કરી શકે છે. પાચન સમસ્યાઓ: તરબૂચમાં વિશેષ પ્રમાણમાં પાણી અને ખાંડ હોય છે. વધુમાં,

જે લોકો ઘણી વાર ભારે માત્રામાં તરબૂચ ખાય છે, તે લોકોને પાચન તંત્રમાં સમસ્યાઓ આવી શકે છે. આમાં પેટમાં ગેસ, ઉલટી, અને અવાજના ઉત્પાદન જેવી સમસ્યાઓ જોવા મળી શકે છે. વધુ ખાંડથી વજનવધારો: આફત કરતા, યથાવત જદ પ્યૂર મધ્યમમાં લેવાયેલા ખાંડની માત્રામાં ફેરફાર થાય છે. ૧૦૦ ગ્રામ તરબૂચમાં ૬ ગ્રામ ખાંડ હોતી છે, જેનો વધારે સેવન કરવાથી રકતમાં શુગરનો સ્તર વધારી શકે છે. દરરોજ વધતા ખાંડનું સેવન, રક્તશક્કરની સમસ્યાઓ, તથા વજનવધારો સામે લડાઈ વધુ મુશ્કેલ બની શકે છે. પોટેશિયમનું વધુ સેવન: તરબૂચમાં પોટેશિયમનો પ્રમાણ વધારે હોય છે. પોટેશિયમ દરરોજના પ્રોટીન લેવલને સારું રાખવા માટે મહત્વપૂર્ણ છે, પરંતુ તેથી વધારે પોટેશિયમનું સેવન આળસ અને નસોના રિવર હોય તો લોહીના દબાવમાં

વધારો કરી શકે છે. આથી, પોટેશિયમના વધારે સેવનનો ઉદાહરણ તરીકે હૃદયને નુકસાન પહોંચાડી શકે છે. હોર્મોનલ અસંતુલન: તરબૂચમાં વિટામિન C અને એન્ટીઑક્સિડન્ટ્સ જેવા તત્ત્વોના ઊંચા સ્તર ઘણી વખત કેટલીક શરતોથી સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓ પેદા કરી શકે છે. તરબૂચનું વધુ પડતું સેવન માટે શરીરને ફાયદાની જગ્યાએ નુકસાન પહોંચાડી શકે છે. તો ચાલો જાણીએ એવા કેટલાક તરબૂચના સાઈડ ઈફેક્ટ અંગે. ઉનાળામાં મળવાવાળા ફળ માટે સ્વાદમાં રસીલા અને મીઠા જ નહિ પરંતુ બોડીને પણ ખુબ કુલ અને હાઈડ્રેડ બનાવી રાખે છે. આ ફાળોનું નિયમિત રીતે સેવન કરવાથી ઘણા પ્રકારના રોગોથી દૂર રહી શકાય છે. એવું જ એક ફળ છે તરબૂચ. તરબૂચમાં ૯૨% પાણીની માત્રા હોય છે સાથે જ વિટામિન

A, વિટામિન B6, વિટામિન-સી અને લાઈકોપીન અને સીટુલીન જેવા પ્લાન્ટ કેમિકલ હાજરહોય છે. જે સ્વાસ્થ્ય માટે ખુબ ફાયદાકારક હોય છે. છતાં ડોક્ટર્સ અનુસાર, તરબૂચનું વધુ દેવાં સ્વાસ્થ્યને ફાયદાની જગ્યાએ નુકસાન પહોંચાડી શકે છે. તો ચાલો જાણીએ એના સાઈડ ઈફેક્ટ અંગે. તરબૂચમાં પાણી વધુ હોવાના કારણે આ પાચન તંત્રમાં ગેસ, બ્લોટિંગ અને દસ્ત જેવી સમસ્યા ઉભી થઈ શકે છે. એ લોકોને ખાસ જેમનું પાચન તંત્ર એન્સિટિવ છે, એમણે તરબૂચનું વધુ પડતું સેવન કરવાથી બચવું જોઈએ. તરબૂચમાં ૯૦% પાણી અને ફાયબર વધુ હોવાથી જેવી સમસ્યા થઈ શકે છે. એ ઉપરાંત તરબૂચમાં સોબિટોલ નામનું સુગર કમ્પાઉન્ડ હાજર હોય છે. જે મળના ઢીલા થવાનું અને ગેસનું કારણ બને છે.



તંત્રી લેખ...

સેનાની તાકાત વધી : બોઇંગે ત્રણ અપારે હેલિકોપ્ટર સોંપ્યાં

અમેરિકન એરોસ્પેસ જાયન્ટ બોઈંગના AH-64E અપારે હેલિકોપ્ટરના પહેલા જથ્થાની ડિલિવરી મળતાં ભારતીય સેનાની સંરક્ષણ ક્ષમતાઓ વધુ મજબૂત બની છે. અત્યાધુનિક કોમ્બેટ હેલિકોપ્ટર રાજસ્થાનના જોધપુરમાં તેનાત કરવામાં આવશે, જે ભારતીય સેનાની વ્યૂહાત્મક શક્તિને નવી ઊંચાઈઓ પર લઈ જશે. આ સિદ્ધિને સંરક્ષણ ક્ષેત્રમાં ‘માઈલસ્ટોન’ માનવામાં આવી રહી છે, કારણ કે આ હેલિકોપ્ટર સેનાને યુદ્ધના મેદાનમાં અભૂતપૂર્વ તાકાત અને ચોકસાઈ પ્રદાન કરશે.ભારતીય સેનાને એટેક અપારે હેલિકોપ્ટર મળવાથી તેની તાકાતમાં જબરદસ્ત વધારો થયો છે. સેનાનું માનવું છે કે અત્યાધુનિક ટેકનોલોજીથી સજ્જ આ હેલિકોપ્ટર ભારતીય સેનાની કાર્યકારી ક્ષમતામાં નોંધપાત્ર વધારો કરશે. હેલિકોપ્ટરની તેનાતી આધુનિક લડાઈ કામગીરીમાં સેનાને ઝડપી, સચોટ અને શક્તિશાળી હવાઈ સહાય પૂરી પાડશે. AH-64E અપારે વિશ્વના સૌથી અદ્યતન મલ્ટી-રોલ કોમ્બેટ હેલિકોપ્ટરમાંનું એક છે અને તે યુએસ સેના પણ ઉડાડે છે. ભારતમાં અપારે હેલિકોપ્ટરનું આગમન ફક્ત ફાયરપાવર પૂરતું મર્યાદિત નથી. તે પડોશી દેશો માટે પણ એક સંકેત છે. પાકિસ્તાન સરહદ નજીક આ હેલિકોપ્ટર તેનાત કરીને ભારત સંવેદનશીલ વિસ્તારમાં તેની તાત્કાલિક પ્રતિક્રિયા ક્ષમતાને મજબૂત બનાવી રહ્યું છે. મહત્વનું છે કે, ભારતને લગભગ રૂ. ૫૦૦૦ કરોડના સોદા હેઠળ છ અપારે હેલિકોપ્ટર મળવાના હતા, પરંતુ સંપાયામાં વિવંબને કારણે ૧૬ મહિના રાહ જોવી પડી.બાકીના ત્રણ હેલિકોપ્ટરની ડિલિવરી ૨૦૨૫ના અંત સુધીમાં પૂર્ણ થવાની અપેક્ષા છે.સંરક્ષણ મંત્રી રાજનાથ સિંહે AH-64E અપારે એટેક હેલિકોપ્ટરના આગમનને ભારતની સંરક્ષણ ક્ષમતાઓને મજબૂત બનાવવા તરફ ‘મહત્વપૂર્ણ પગલું’ ગણાવ્યું છે.

“ભારતના સત્તાવાર બેરોજગારી કેટા સચોટ નથી, ટોચના સ્વતંત્ર અર્થશાસ્ત્રીઓ કહે છે: રોઇટર્સ પોલ” પર ખંડન

૨૨ જુલાઈ ૨૦૨૫ના રોજનો રોઈટર્સનો લેખ ભારતના સત્તાવાર બેરોજગારી આંકડાઓની ચોકસાઈ અંગે શંકાસ્પદ વાર્તા રજૂ કરે છે, મુખ્યત્વે લગભગ ૫૦ અનામી અર્થશાસ્ત્રીઓના ધારણા-આધારિત સર્વેક્ષણ પર આધાર રાખે છે. તે કોઈપણ સ્વતંત્ર, ડેટા-આધારિત પ્રયોગમૂલક વિશ્લેષણનો સંદર્ભ આપ્યા વિના સત્તાવાર અંદાજોની વિશ્વસનીયતા પર પ્રશ્ન ઉઠાવે છે. ભારતમાં બગડતા રોજગાર દેશનું ચિત્રણ મજબૂત, વિશ્વસનીય અને આંતરરાષ્ટ્રીય સ્તરે સ્વીકૃત સત્તાવાર ડેટા દ્વારા વિરોધાભાસી છે.

ચકાસણીયોગ્ય ડેટાને બદલે નિષ્ણાતના મંતવ્યો પર લેખનો પાયો પદ્ધતિસરની કઠોરતા વિશે નોંધપાત્ર ચિંતાઓ ઉભી કરે છે. આ અર્થશાસ્ત્રીઓ કોણ છે, તેમની પસંદગીનો આધાર છે, અથવા તેઓ સ્વતંત્ર, શૈક્ષણિક, જાહેર અથવા ખાનગી ક્ષેત્રના વિશ્લેષકોના કોસ-સેક્શનને પ્રતિબિંબિત કરે છે કે કેમ તે અંગે કોઈ ખુલાસો નથી. પારદર્શિતાનો આ અભાવ પસંદગી પક્ષપાત અને વૈચારિક ફિલ્ટરિંગની સંભાવના રજૂ કરે છે. વધુમાં, લેખ સ્પષ્ટ કરતું નથી કે અર્થશાસ્ત્રીઓનો અભિપ્રાય સખત સર્વેક્ષણો અને વિશ્લેષણ, પૂછાયેલા પ્રશ્નોની રચના, ઉપયોગમાં લેવાતા મેટ્રિક્સ અથવા ડેટાના અર્થઘટન માટેના ધોરણો પર આધારિત છે - આમ તેના નિષ્કર્ષોની પ્રતિકૃતિ અને વિશ્વસનીયતાને નબળી પાડે છે. નમૂનાની પરિવર્તનશીલતા, આંકડાકીય મહત્વ અથવા મેક્રોઇકોનોમિક સૂચકાંકો સાથેના સહસંબંધ પર કોઈ માહિતી પ્રદાન કરવામાં આવતી નથી.

જ્યારે નિષ્ણાત અભિપ્રાય મૂલ્યવાન આંતરદષ્ટિ પ્રદાન કરી શકે છે, તે મોટા પાયે, પ્રતિનિધિત્વ અને પદ્ધતિસરની રીતે મજબૂત સર્વેક્ષણોનો વિકલ્પ હોઈ શકે નહીં. તેનાથી વિપરીત, આંકડાકીય અને કાર્યક્રમ અમલીકરણ મંત્રાલય (MoSPI) હેઠળ રાષ્ટ્રીય આંકડાકીય કાર્યાલય (NSO) દ્વારા હાથ ધરવામાં આવતા સામયિક શ્રમ બળ સર્વે (PLFS)ને વૈશ્વિક સ્તરે ભારતમાં રોજગાર અને બેરોજગારી ડેટાના પ્રયોગમૂલક અને આંકડાકીય રીતે મજબૂત સ્ત્રોત તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. તે મોટા પાયે, સ્તરીકૃત, બહુ-તબક્કાના રેન્ડમ નમૂના માળખા પર આધારિત છે જે સમગ્ર દેશમાં ગ્રામીણ અને શહેરી બંને વિસ્તારોને આવરી લે છે. જાન્યુઆરી ૨૦૨૫ થી, PLFS એ તેના વર્તમાન વાર્ષિક અને ત્રિમાસિક આઉટપુટ ઉપરાંત માસિક અંદાજો ઉત્પન્ન કરવા તરફ સંક્રમણ કર્યું છે, જે શ્રમ બજારના વલણોનું સમયસર અને ઝીણવટભર્યું ટ્રેકિંગ સક્ષમ બનાવે છે.

PLFS પદ્ધતિ આંતરરાષ્ટ્રીય ધોરણો, ખાસ કરીને આંતર-રાષ્ટ્રીય શ્રમ સંગઠન (ILO) દ્વારા નિર્ધારિત વ્યાખ્યાઓ અને વર્ગીકરણો, જેમ કે સામાન્ય મુખ્ય સ્થિતિ (UPS) અને વર્તમાન સામાજિક સ્થિતિ (CWS) સાથે સુસંગત છે. તેનો ડેટા સંગ્રહ અને રિપોર્ટિંગ પ્રોટોકોલ વિશ્વ બેંક, UNDP અને ILOstat જેવી સંસ્થાઓ દ્વારા ઉપયોગમાં લેવાતી વૈશ્વિક પ્રથાઓ સાથે સુસંગત છે, જે આંતરરાષ્ટ્રીય ડેટાસેટ્સ સાથે તેની તુલનાત્મકતા વધારે છે.

PLFSને જે વધુ અલગ પાડે છે તે તેની પારદર્શિતા છે. NSO નમૂના ડિઝાઇન, સર્વેક્ષણ સાધનો, વજન અને ભૂલના માર્જિન સહિત વિગતવાર દસ્તાવેજો પ્રકાશિત કરે છે. આ સંશોધકો, નીતિ નિર્માતાઓ અને આંતરરાષ્ટ્રીય એજન્સીઓ માટે સુલભ છે, જે સ્વતંત્ર ચકાસણી અને માન્યતા માટે પરવાનગી આપે છે. સર્વેક્ષણ ભારતના શ્રમ બજારની મોસમી અને માળખાકીય ઘોંઘાટને પણ કબ્જા કરે છે, જે સ્થળાંતર વલણો, શહેરી અનોપચારિક રોજગારની ગતિશીલતા અને ગ્રામીણ કૃષિ મોસમીતા સહિત ટૂંકા અને લાંબા ગાળાના ફેરફારોને પ્રતિબિંબિત કરે છે.

આંતરરાષ્ટ્રીય સ્તરે, PLFS ડેટાનો ઉપયોગ વિશ્વ બેંક, એશિયન ડેવલપમેન્ટ બેંક અને ILO જેવી સંસ્થાઓ દ્વારા સસ્ટેનેબલ ડેવલપમેન્ટ ગોલ્સ (SDG) રિપોર્ટિંગ, લેબર માર્કેટ ડાયગ્નોસ્ટિક્સ અને તુલનાત્મક રોજગાર વિશ્લેષણ માટે વ્યાપક પાછો થાય છે. આ વ્યાપક સ્વીકૃતિ વૈશ્વિક આંકડાકીય ઈકોસિસ્ટમમાં તેની વિશ્વસનીયતા અને સુસંગતતા પર ભાર મૂકે છે. રોઈટર્સનો લેખ આંકડાકીય પાયાના અભાવથી પીડાય છે અને ડેટા-આધારિત પુરાવાને બદલે અચકાસણીય ધારણાઓ પર આધાર રાખે છે. તેનાથી વિપરીત, PLFS ભારતના વૈવિધ્યસભર અને વિકસિત શ્રમ બજારને ટૂંક કરવા માટે વૈજ્ઞાનિક રીતે રચાયેલ, પારદર્શક અને આંતરરાષ્ટ્રીય સ્તરે બેન્ચમાર્ક કરેલ પદ્ધતિ તરીકે ઊભો છે. જ્યારે પદ્ધતિઓ પર રચનાત્મક ચર્ચા આવશ્યક છે, તે સખત વૈજ્ઞાનિક સિદ્ધાંતો અને સંપૂર્ણ જાહેરાત પર આધારિત હોવી જોઈએ - ધોરણો જે PLFS દ્વારા સતત સમર્થન આપવામાં આવે છે.

ઋતુઓની રાણી વર્ષાનું આગમન પ્રકૃતિને નવચેતન બક્ષી રહ્યું હતું

ત્હારી પૂજા કેમ કરું કૃષ્ણ કરુણાનિધિ? એ પદ યકી સ્થૂળથી સુદમ સુધી કેમ પહોંચી શકાય ?



સદગુરુ વયનામૃત
સંકલન ફાલગુની વસાવડા
(ભાવનગર)

આપના શ્રીચરણોમાં મારા સહ પરિવાર સાદર સાષ્ટાંગ પ્રેમ પ્રણામ. શ્રાવણ આવતો હોય ને હમણાં ચિંતનમાં લગભગ ભક્તિ વિશે ભાર મુકવામાં આવે છે. ચિંતન વિશે ઘણાં સવાલો પણ બધાને થતાં હશે અને સૌ પોતપોતાની મતિ અનુસાર એનું મુલ્યાંકન કરે છે! પણ ભક્તિની વાત કરીએ તો ભક્ત કે સાધકનું અંતઃકરણ નિર્મળ અને કપટ રહિત હોય છે, એટલે ભક્તિનો ભાવ આસાનીથી જીવાય છે. જીવની જાગૃતિ સતત તેને આવું રહેવા, ઈશ્વર સ્મરણ કરાવતી રહે છે, એટલે દિવસ દરમિયાન પણ લગભગ જાગૃત રહી શકાય. ચિંતનનો સમય તો અમૂલ્ય છે, મંગલ પ્રભાતે ઈશ્વરનું આ રીતે પૂજન કરવાનું વ્રત છે, અને પૂજનને અનુલક્ષીને નરસિંહનું એક પદ છે, એ વિશે આજે આપણે ચિંતન કરીશું.

નરસિંહ મહેતા

ત્હારી પૂજા કેમ કરું કૃષ્ણ કરુણાનિધિ? અકળ આનંદ તો કલ્હો ના જાણે; પોતાને પૂર્ણ સંસારી કહી, કવિ કહે છે કે એ કરુણાનિધિ તારી પૂજા કેમ કરુ! ભક્તિ વિશે મને કોઈ જ જ્ઞાન નથી. મારે એ અનુપમ આનંદની ઝાંખી કરવી છે, એને વિષે હું અહીં સ્થૂળ પૂજા કરીને રીઝવવાં આવ્યો છું.

આમ કહી કવિ પોતે સંસારી હોવાથી જ અડધી બાજી મારી લે છે, એટલે કે જગતનાં નાથને

ઉત્તપચાસ વાયુ તુંને વ્યંજન કરે, ચમર ઢાળું તે કેમ ગમીજે? ...તારી ઓગણ પચાસ વાયુ વ્યંજન કરે ત્યારે તને ચમર ઢોળું એ કેમ ગમે, પહેલા તો વાતાવરણમાં ઠલ પ્રકારના વાયુ હોય છે, તેની

વાત કેટલી સાહજિકતાથી કવિ અહીં મૂકી દે છે. બીજું આપણા આંતરિક વાતાવરણમાં એટલે કે આંતરિક પ્રકૃતિમાં પણ આ રીતે ઠલ પ્રકારના વિચારો રૂપી વાયુ જુદા જુદા વ્યંજનો બનાવી રહ્યા છે, એટલે કે જુદો જુદો ઘાટ ઘડે છે, કે આમ કરીએ તો, આમ થાય, આમ કરીએ તો, આમ થાય અને આ ન કરીએ, તો કેમ રહે એમાં રૂપે જે પૂજા થતી હોય, તેમાં હરિને આપણે ચમર ઢોળાય, એટલે કે પંખો ચલાવતાં, હોઈએ તો એમાં એ હરિને કઈ રીતે ગમે!! જ્યાં ભક્તનું તેની તરફ ધ્યાન જ નથી, એવી સ્થિતિ હોય તો હરિ ક્યાંથી રીડે.

સૂરજ રૂપે કરી તેજ ત્રિભુવન તપ્યાં, ચંદ્ર રૂપે કરી અમૃત ઠાપ્યાં; બાહ્ય પ્રકૃતિનું વર્ણન કરતાં કવિ લખે છે, કે સુર્ય બનાવી અને તે ત્રિભુવનને તપાવ્યો તથા તેજસ્વી બનાવ્યો, તો રાત પડે ચંદ્ર બનાવીને આ ધરાને ઠારી, એટલે કે જે દિવસ આખો સુર્યના પ્રતાપે તપી હતી, તેને ચંદ્રથી ઠારવાની કોશિશ કરી, આવી જ રીતે પોતાની આંતરિક પ્રકૃતિ જ્ઞાનના તેજથી તપે, અને પ્રેમનાં એટલે કે લાગણીનાં વારીથી ઠરે તો આ સંતુલન થાય,પરંતુ અમારામાં અને તારામાં એટલું અંતર છે, કે તારી ઈચ્છા માત્રથી એ થાય છે, અને અમારી લાખ કોશિશ પણ તે શક્ય થતું નથી.

મેઘ રૂપે કરી વરસ્યાં રે, વિકલા! વાયુ રૂપે કરીને વધાર્યાં....તારી તો પણ હજી જો પૃથ્વી ઠરી ન્હોય તો, મેઘ બની આવીને તું વર્ષાને તેને ઠારે છે, અને જે વરાળ થાય છે, તેનાથી વાયુ બને છે. એટલે કે બાષ્પીભવનનો વૈજ્ઞાનિક સિદ્ધાંત સિદ્ધ કરે છે. આંતરિક

પ્રકૃતિમાં પણ આ રીતે પૂજા વિધિ દરમિયાન જો ઈશ્વરની કૃપાની વર્ષા ભક્ત ઝીલી શકે તો ભક્તિનાં વિચારોનાં વાયુ વધે છે. અઢાર ભાર વનસ્પતિ અહર્નિશ પીમળે, માળી તે પાતરી શી રે લાવે? પૃથ્વી પર ૧૮ ભાર વનસ્પતિઓ એ જગ્યાં રોકી છે એટલે કે, નિરંતર આ વનસ્પતિઓ હરિ ઈચ્છાએ અહીં કાયમ છે, એમાંથી તને કઈ ગમશે, જને માળી બની તારે ચરણે ધરું, સ્થૂળ પૂજામાં આપણે જે પુષ્પનો ઉપયોગ કરીએ છીએ, માળી તેને વનસ્પતિનાં પાંદડામાં બાંધીને આપે, એને પાતરી કહેવાય. પ્રકૃતિ કે પૃથ્વીમાં કેટલાં ભાગ વનસ્પતિ એ રોક્યો છે, તેમાંથી કઈ વનસ્પતિ પસંદ કરી, એમાં મારો ભાવ બાંધી તારે ચરણે ધરી તને ગ્રહણ કરું, અથવા તો તેનાથી તારો શણગાર કરુ, જેનાથી આ પૂજન સાથેક થાય, અને તું રીડે.

ચૂઆ- ચંદને કરી પ્રભુ તુને પુજીએ, અંગની બહેકની તુલ્ય ના'વે ...તારી સ્થૂળ પૂજામાં ઠાકોરજીને ચંદનનું તિલક કરવામાં આવે છે, એટલે એની વાત કરતા કવિ કહે છે, કે ચૂવા ચંદનનો લેપ કરાવું તોય તારા અંગની મહેક આગળ તે બધાનું કોઈ મોલ ન આવે, ચંદનની એક અલગ પ્રકારની સુગંધ છે, જે વાતાવરણમાં ધીમી ધીમી આલ્હાદકતા પ્રસારે છે, અને જેનાથી મન પ્રસન્ન થાય છે. એટલે કે પ્રસન્ન મનથી જ પૂજા કરવી, જેથી કરીને મન આડું અવળું વિચારે નહીં, પરંતુ ચંદન ઓરસિયે ધસીને તૈયાર કરી લાવ્યાં, ત્યાં તારાં અંગોની મહેક આગળ એ ચંદનનું કોઈ જ મૂલ્ય નથી, એવું લાગ્યું.

સંસારિક પ્રસિદ્ધિને ચંદન સાથે સરખાવાની કોશિશ કરી છે, અને હું મારા ગુણગાન તને સંભળાવવા આવું, ત્યાં તારી પ્રસિદ્ધિ જોઈ ત્યારે તેનું મૂલ્ય રહેતું નથી, એવો આડકતરો ઈશારો કરે છે. તારે નિત નવનવા નૈવેદ્ય કમળા કરે, સૂક્ષ્મ નૈવેદ્ય કેમ તુલ્ય આવે? સ્થૂળ રૂપે ઠાકોરજીને અન્નકુટનો પ્રસાદ ધરાવાય છે, એટલે કે તારે તો નિત નૂતન પકવાનો રૂપે નૈવેદ્ય ધરાયેલા હોય છે. તેમાં હું આજે મારી ઓકાત પ્રમાણે નૈવેદ્ય લાવ્યો હોય, તે તને કેમ દેખાય! એટલે આમ તો કવિ કહેવા માગે છે કે હું સંસારી છું, એટલે તારે શરણે આવ્યો હોવાં છતાં, ક્યારેક પાછો સંસાર વિશે વિચારું છું, અને એ ગતિવિધિઓમાં પડી જાઉં છું. એટલે મારી ભક્તિ રૂપી ભાવ તો સૂક્ષ્મ છે, એ તને કઈ રીતે દેખાશે!!અહીં પણ કવિ સંસારીની મર્યાદા રાખી, અને પોતાની જાતનો બચાવ કરે છે. જીવ અને શિવ એ બંનેનું સદીઓથી ચાલ્યું આવતું સત્ય અહીં રાખ્યું છે, જીવ વારેવારે તેની મર્યાદાનું બંધન ઈશ્વર આગળ રાખે છે, અને ઈશ્વર ભક્ત સુધરશે એમ ગણી તે તેને માફ કરે છે, અથવા તો મુક્તિ આપે છે.

ભણે નરસિંયો જેણે કૃષ્ણરસ ચાખીયો (તે) પુનરપિ માતને ગર્ભ ના'વે. ...તારી અહીં કવિ પોતાનાં નામ સાથે કહે છે, કે ભણે નરસિંયો જેણે ભક્તિ રૂપે કૃષ્ણને સેવિયા હશે, અને એ પ્રેમરસ ચાખ્યો હશે, તે મુક્તિ પામી તારામાં સમાય જાય છે, કૃષ્ણ નામ સ્મરણ કે રૂપનું અનુસંધાન કરી, અને જે ભક્ત કૃષ્ણ ભક્તિનો કે તે પરમ પ્રેમરસ

ચાખી ચૂક્યાં છે, તે પછી ફરી જન્મવાની એટલે કે આ જન્મ-મૃત્યુનાં બંધનમાં ફસાવવાની ભૂલ કરતાં નથી, એટલે કે પુનરપિ તે માતાનાં ગર્ભમાં આવતાં નથી. જેમ નદી દરેક ક્ષણે નવી હોય છે દરેક ઘાટે તેનું અલગ રુપ હોય છે,તે અતીતને ત્યાં જ છોડીને આગળ ચાલે છે, અને એ ધારામાં પાછી જતી નથી,તેમ કવિ પણ પોતાની બુદ્ધિની કક્ષા પ્રમાણે કૃતિ લખે છે, આગલો પડાવ તેની આ માનસિકતા ન પણ હોય, એટલે કે આજે મુક્તિ તો કાલે એ વિચાર જ નહોય, એવું બની શકે, અને નરસિંહમાં એવું થયું પણ છે, ભૂતળ ભક્તિ પદારથ મોટું બ્રહ્મ લોકમાં નાહી રે. પરંતુ અહીં કૃષ્ણ ભક્તિ રૂપી પ્રેમરસનો મહિમા ગાયો છે, કે જે કોઈ તેને ચાખી લે એ પછી દુનિયામાં બીજા બધા જ ભોગ તેની આગળ ફીકા છે.

નરસિંહ નરસિંહ છે આપણે રહ્યા સંસારી, સ્થૂળ રૂપે જે કોઈ રુપ, સ્વરૂપ,કે નામ સમરણની પૂજા આપણે સ્વીકારી હોય, અને તે કરતા હોઈએ ત્યારે તેની અંદર તલ્લીન થઈને સંવાદ કરી રહ્યા છીએ, એ રીતે જો કંઈ થાય, તો જ કંઈક એ પૂજાનાં ફળરૂપે આપણને પ્રાપ્ત થાય. પૂજા કરવાનો હેતુ કામ, અર્થ, ધર્મ, મોક્ષને માટે હોય, પરંતુ આ ચારમાંથી એક પણ હેતુ વગર જ્યારે ઈશ્વરને ભજવામાં આવે, ત્યારે જ આપણે સાચો પ્રેમરસ પામી શકતાં હોઈએ છીએ, અને આપણને સૌને આ જન્મમાં જ એ પ્રેમરસનું પાન કરવા મળે, એવી એક અનન્ય પ્રાર્થના ઈશ્વર ચરણે રાખી હું મારા શબ્દોને આજે અહીં જ વિરામ આપું છું. ફરી મળીશું નવા ચિંતન મનન સાથે. તો સૌને મારા આજનાં દિવસના સ્નેહ વંદન અને જય સીયારામ.

સ્વપ્ન જેને દેખાય છે તે બેનારો સાચો છે સ્વપ્નમાં એક જ પુરુષ છે પણ દેખાય છે ગળે મળવાથી સમસ્યાઓનો ઉકેલ આવી શકે છે મિત્રો..!!! લડાઈએ દરેક સમસ્યાનો ઉકેલ નથી..!!!



વિશેષ
ચરમાલસિંહ દી. વાહેલા
(દરબાર ગઢ, થરા)

ગુરુકુળમાં ત્રણ શિષ્યોના વિદ્યાપનો પ્રસંગ આવ્યો ત્યારે આચાર્ય બહુશ્રુતે કહ્યું કે સવારે મારી ઝૂંપડીમાં આવો.આ તમારી અંતિમ કસોટી હશે. રાત્રે ઝૂંપડી તરફ જવાના રસ્તે આચાર્ય બહુ શ્રુતે કાંટા ફેલાવ્યા. સવારે,ત્રણેય શિષ્યો પોતપોતાના ઘરથી ગુરુ નિવાસ તરફ નીકળ્યા. રસ્તામાં કાંટા હતા.પરંતુ શિષ્યો પણ નબળા ન હતા. કાંટાના ઘા છતાં પહેલો શિષ્ય ઝૂંપડીમાં પહોંચ્યો. બીજો શિષ્ય કાંટાથી બચીને આવ્યો.છતાં એક કાંટો તેને ચોંટી ગયો. જ્યારે ત્રીજા શિષ્યએ કાંટા જોયા,ત્યારે તેણે કાંટાવાળી ડાળી ઓ ખેંચીને ફેંકી દીધી. પછી હાથ અને ચહેરો ધોયા પછી,ત્રણેય ઝૂંપડીમાં ગયા. આચાર્ય બહુશ્રુત ત્રણેયની પ્રવૃત્તિઓ કાળજીપૂર્વક જોઈ રહ્યા હતા.ત્રીજો શિષ્ય આવતાની સાથે જ તેણે ઝૂંપડીના દરવાજા ખોલ્યા અને કહ્યું- દીકરા તું મારી અંતિમ કસોટીમાં પાસ થઈ ગયો છે. ગુરુએ કહ્યું કે જ્ઞાનએ છે જે વ્યવહારમાં ઉપયોગી થાય. તારાં જ્ઞાન વ્યવહાર બન્યું છે. જો તમે આ દુનિયામાં

રહેશો,તો તમને કાંટા નહીં ચોંટે અને બીજાને પણ ચોંટવા દેશો નહીં. પછી તેમણે પહેલા અને બીજા શિષ્યો તરફ જોયું અને કહ્યું,તમારું શિક્ષણ હજુ અધૂરું છે.આજે ભગવદ્ ગીતા જ્ઞાનમાં જોઈએ તો પરીક્ષિત રાજાને મૃત્યુ માથા પર ભમતું દેખાય છે, પણ આપણને કોઈને દેખાતું નથી. પણ દેખાતું નથી એટલે નથી એવું કોણ કહેશે? કહેશો તો બધા એને મૂર્ખ કહેશે. આપણે બધાઋષિભાષકો છીએ. આપણા કોઈના જન્મ પરદેશીને ત્યાં નથી થયો, આપણા ઋષિવંશમાં થયો છે. સમર્પિઓ બધાપરણેલા છે, પણ વિસિંહના તારાની બાજુમાં જ અરંધરનો નાનો તારો દેખાય છે. ગુહસ્થાશ્રમ ઋષિઓએ અપનાવેલો છે. આપણી અંદરથી નાદ ઓમકારનો નાદ થાય છે. યોગીઓ નાદબ્રહ્મમાં લીન થઈને ઈશ્વરનાં દર્શન કરે છે. નાદબ્રહ્મની ઉપાસનાથી જગતનો સંબંધ તૂટે છે અને પરમાત્માની સાથે સંબંધ બંધાય છે. આપણું મન બહિર્મુખ હોવાથી એ સાંભળે છે. તમે કાનમાં આંગળી નાખશો તો તમને એ સંભળાશે. અકાર, મકાર, ઉકારાત્મક આ ધ્વનિ સતત ચાલ્યા કરે છે. એ સાંભળવા પ્રયત્ન કરજો. આટલા માટે સંતો એકાંત પસંદ કરે છે અને કષ્ટા કીર્તન પણ એકાંતમાં કરે છે. જડ શરીરનો આ ધ્વનિ છે.

શરીર જડ છે, પણ આત્માને એ પકડી રાખે છે, આમ માનવું બરાબર નથી. વિદુરજી પહેલેથી જ તપસ્વી જીવન ગાળતા અને ભગવાનનું કીર્તન કરતા. વિદુર અને તેમનાં પત્ની સુલભા વનમાં આવી નદીકિનારે ઝૂંપડી બાંધી રહેતાં હતાં ને તપશ્ચર્યા કરતાં હતાં. રોજ ત્રણ કલાક પ્રભુની સેવા, ત્રણ કલાક પ્રભુનું ધ્યાન,ત્રણ કલાક પ્રભુનું કીર્તન,ત્રણ કલાક શ્રીકૃષ્ણકથા

કારણ કે જડ વસ્તુ ચેતનને કઈ રીતે બાંધી શકે? સ્વપ્નમાં માણસ જેમ ભ્રમથી રડે છે તેવું આમાં છે. તત્ત્વ દષ્ટિથી શરીર ચેતન આત્માને પકડી રાખે છે એમ કહી શકાય નહીં. આત્મા શરીરથી જુદો છે, પણ તેનો અનુભવ કોઈક જ કરી શકે છે. પરીક્ષિત રાજાને શુકદેવજી કહે છે કે, તમે જેવા પ્રશ્નો પૂછો છો તેવા વિદુરજીએ મૈત્રેયજીને પૂછ્યા હતા. આ વિદુરજી એવા ભક્ત કે ભગવાન તેમને ત્યાં વગર આમંત્રણે ગયા હતા.

ધૃતરાષ્ટ્રે પાંડવોને લાક્ષાગૃહમાં બાળવા પ્રયત્ન કર્યો ત્યારે વિદુર જીએ ધૃતરાષ્ટ્રને અનેક વખત ઉપદેશ કર્યો. પણ ધૃતરાષ્ટ્રે પરકોઈ અસર થઈ નહીં ત્યારે વિદુરજીએ વિચાર્યું કે,ધૃતરાષ્ટ્રના કુસંગથી મારી બુદ્ધિ બગડશે, એટલે તેમણે ગામ છોડ્યુંને ઘર છોડ્યું, ને વનમાં રહ્યા. ધૃતરાષ્ટ્ર શબ્દનો અર્થ થાય છે જે રાષ્ટ્રને એટલે કે પારકી સંપત્તિને હજમ કરે તે.તાળું તોડીને લઈ જાય એ જ ચોર નથી. જે ઓછી મહેનતે બધું મેળવવા પ્રયત્ન કરે તે પણ ચોર છે.આથી વિદુરજી ધૃતરાષ્ટ્રથી દૂર રહે છે.

વિદુરજી પહેલેથી જ તપસ્વી જીવન ગાળતા અને ભગવાનનું કીર્તન કરતા. વિદુર અને તેમનાં પત્ની સુલભા વનમાં આવી નદીકિનારે ઝૂંપડી બાંધી રહેતાં હતાં ને તપશ્ચર્યા કરતાં હતાં. રોજ ત્રણ કલાક પ્રભુની સેવા, ત્રણ કલાક પ્રભુનું ધ્યાન,ત્રણ કલાક પ્રભુનું કીર્તન,ત્રણ કલાક શ્રીકૃષ્ણકથા

અને ત્રણ કલાક શ્રી કૃષ્ણ સેવા કરે છે. બાર વર્ષ આ પ્રમાણે તેમણે ભગવાનની આરાધના કરી. આ પ્રમાણે મનને સત્કર્મમાંપરોવી રાખે, ભગવાનનું કીર્તન કરે અને ભૂખ લાગે ત્યારે કેવળભાજી નો આહાર કરે. ભોજન કરવું એ પાપ નથી. ભોજન સાથે તન્મય થવું અને ભોજન કરતાં ભગવાન ને ભૂલી જવું એ પાપ છે. ઘણા લોકો કહી પાતાં કહી સાથે તન્મય બની જાય છે. વાહ કહી! બીજે દિવસે સેવા કરતાં, માળા ફેરવતાં કહી જ યાદ આવે છે. મનમાં થાય છે, શું ગઈ કાલની કહી. વાહ કહી! એવામાં દારિકાનાથ વિષ્ટિ કરવા હસ્તિનાપુર પધારવાના હતા.

ધૃતરાષ્ટ્રે હુકમ કર્યો, સ્વાગતની ભવ્ય તૈયારી કરો. છપ્પન ભોગ તૈયાર કરો! ધૃતરાષ્ટ્રે કુભાવથી સેવા કરે છે. સેવા સદભાવથી કરવી જોઈએ. કુભાવથી સેવા કરનાર ઉપર ભગવાન પ્રસન્ન થતા નથી. જે સદભાવથી સેવા કરે છે, તેના ઉપર પ્રસન્ન થાય છે.

વિદુરજી ગંગાસ્નાન કરવા ગયેલા ત્યાં સાંભળ્યું કે, આવતી કાલે મોટો વરઘોડો નીકળવાનો છે, દારિકાધીશ પધારવાના છે. વિદુરજી ઘરે આવ્યા.આજે તેમને ખૂબ આનંદમાં જોઈ સુલભા કારણ પૂછે છે. વિદુરજી કહે છે, દારિકાનાથ પધારે છે. મને લાગે છે, દારિકા નાથ દુર્યોધન માટે નહીં, પરંતુ મારા માટે

આવે છે.બાર વર્ષનું મારું તપ ફળ્યું.બાર વર્ષ એક જગ્યાએ રહી તપ-ધ્યાન કરે તેને પ્રભુ દર્શન આપે છે તે વાત સાચી ઠરી.સુલભા કહે, મને પણ એમ લાગે છે. બાર વર્ષથી મને અન્ન લીધું નથી બંને ખૂબ આનંદમાં છે.

વિદુરજી કહે છે કે, હું શ્રીકૃષ્ણને વંદન કરું છું, ત્યારે તે મને કાકા કહીને બોલાવે છે.જીવદીન બનીને ઈશ્વરને શરણે જાય છે,તો જીવને ઈશ્વર ખૂબ માન આપે છે. સુલભા કહે છે, મારા મનમાં બસ એક જ ઈચ્છાછકે,મારા ભગવાન આરોગે અને હું પ્રત્યક્ષ નિહાળું. તમે ભગવાનને બોલાવી લાવો!

વિદુરજી કહે છે,પણ આવડીનાની ઝૂંપડીમાં તેમને બેસાડીશું ક્યાં?આપણે ઘરે પરમાત્મા આવશે તો આપણને આનંદ થશે, પણ પરમાત્માને શ્રમ થશે. મારા ભગવાન છપ્પન ભોગ આરોગે છે ધૃતરાષ્ટ્રને ત્યાં તેમનું સ્વાગત સારું થશે. મારી પાસે તો ભાજી સિવાય કશું નથી. મારા સુખના માટે હું મારા ભગવાનને જરાય પરિશ્રમ નહીં આપું.

આ હાર જો સાદો અને શુદ્ધ સુલભા કહે છે કે, મારા ઘરમાં ભલે બીજું કંઈ ન હોય, પણ મારા હૃદયમાં પ્રભુ પ્રત્યે પ્રેમ છે.

વિક્રાંત અને શનાયાનો મ્યૂઝિકલ રોમાન્સ 'આંખો ફી ગુસ્તાખિયાં' જુલાઈમાં રિલીઝ થશે

બોલીવૂડમાં પગ જમાવવા પ્રયાસ કરી રહેલા સ્ટારકિડ્સમાં શનાયા ડેબ્યુ ફિલ્મ 'આંખો ફી ગુસ્તાખિયાં' છે. આ ફિલ્મમાં તે વિકાંત મેસ્સી સાથે રોમાન્સ કરતી જોવા મળશે. ૧૧મી જુલાઈએ ફિલ્મ રિલીઝ થવાની છે ત્યારે તેના પ્રમોશન માટે મોશન પોસ્ટર શેર કરવામાં આવ્યું હતું. શનાયાએ ઈન્સ્ટાગ્રામ એકાઉન્ટ પર ડેબ્યુ ફિલ્મ અંગે અપડેટ આપતાં જણાવ્યું હતું કે, આ ચોમાસામાં માત્ર પડશો નહીં, પ્રેમને માણજો. આંખો ફી ગુસ્તાખિયા ૧૧ જુલાઈથી સિનેમાઘરોમાં. શનાયાની માતા મહીપ કપૂર અને પિતા સંજય દીકરીની પ્રથમ ફિલ્મને વધાવી હતી. શ્વેતા બચ્ચનનો દીકરા અગત્ય પણ બોલિવૂડમાં આવી રહ્યો છે ત્યારે શ્વેતાએ પણ શનાયાનો ઉત્સાહ વધાર્યો હતો. ફિલ્મમેકર ઝોયા કપૂર, જાનકીની બહેન ખુશી કપૂર સહિત અનેક સેલિબ્રિટીએ શનાયાને સપોર્ટ કર્યો હતો. જાણીતા લેખક રસ્કિન બોન્ડની ટૂંકી વાર્તા 'ધ આઈઝ ડેવ ઈટ'ના આધારે આ ફિલ્મ બની રહી છે. ફિલ્મમાં અનન્યાએ થીયેટર આર્ટિસ્ટનો રોલ કર્યો છે, જ્યારે વિકાંત મેસ્સી પ્રજ્ઞાચક્ષુ મ્યુઝિશિયન છે. આ ફિલ્મને મ્યુઝિકલ રોમાન્સ તરીકે



ઓળકાવવામાં આવે છે. શનાયા અગાઉ કરણ જોદરની 'બેધકક'થી ડેબ્યુ કરવાની હતી, જેમાં તેની સાથે લક્ષ્ય અને ગુરુકેતેહ પિરઝાદા લીડ રોલમાં નક્કી થયા હતા. આ ફિલ્મ કોઈ કારણોસર પડતી મૂકાઈ અને ડેબ્યુ ફિલ્મ માટે શનાયાએ વધારે રાહ જોવી પડી.

ફિલ્મ ઈન્ડસ્ટ્રીમાં ભાગલા પડી ગયા હોવાનું સંજય દત્તે સ્વીકાર્યું

એલ્લા ઘણા વર્ષોથી મોટી ફિલ્મો હિટ થઈ રહી નથી. મોટા સ્ટાર્સની ફિલ્મો પણ બોક્સ ઓફિસ પર ખાસ કમાલ કરી શકી નથી અને ઘણી ફિલ્મો થોડા દિવસોમાં જ થિયેટરમાંથી દૂર કરવામાં આવી રહી છે. હવે આ મુદ્દે સંજય દત્તે પણ સ્વીકાર્યું છે કે, ફિલ્મ ઈન્ડસ્ટ્રી હવે સાથે નથી, તેના ભાગલા પડી ગયા છે. હાલ સંજય દત્ત તેની લેટેસ્ટ એક્શન કોમેડી ફિલ્મ 'ધ ભૂતની'ના પ્રમોશનમાં વ્યસ્ત છે. 'ભૂતની'ના નવા ગીત 'આયે રે બાબા'ના લોન્ચ ઇવેન્ટનો એક વીડિયો સોશિયલ મીડિયા પર બધાનું ધ્યાન ખેંચી રહ્યો છે. જેમાં સંજયે પ્રેક્ષકો સામે પોતાનું દુઃખ શેર કર્યું હતું. તેણે કહ્યું હતું કે 'દુઃખ થાય છે કે, ઈન્ડસ્ટ્રીના આવી રીતે ભાગલા પડી ગયા છે. જે મેં પહેલા ક્યારેય જોયું નહોતું. આપણે એક પરિવાર હતા અને હંમેશા રહીશું, થોડા ભટકી ગયા છીએ. હું આટલું જ કહેવા માંગુ છું કે, ઈન્ડસ્ટ્રી માટે

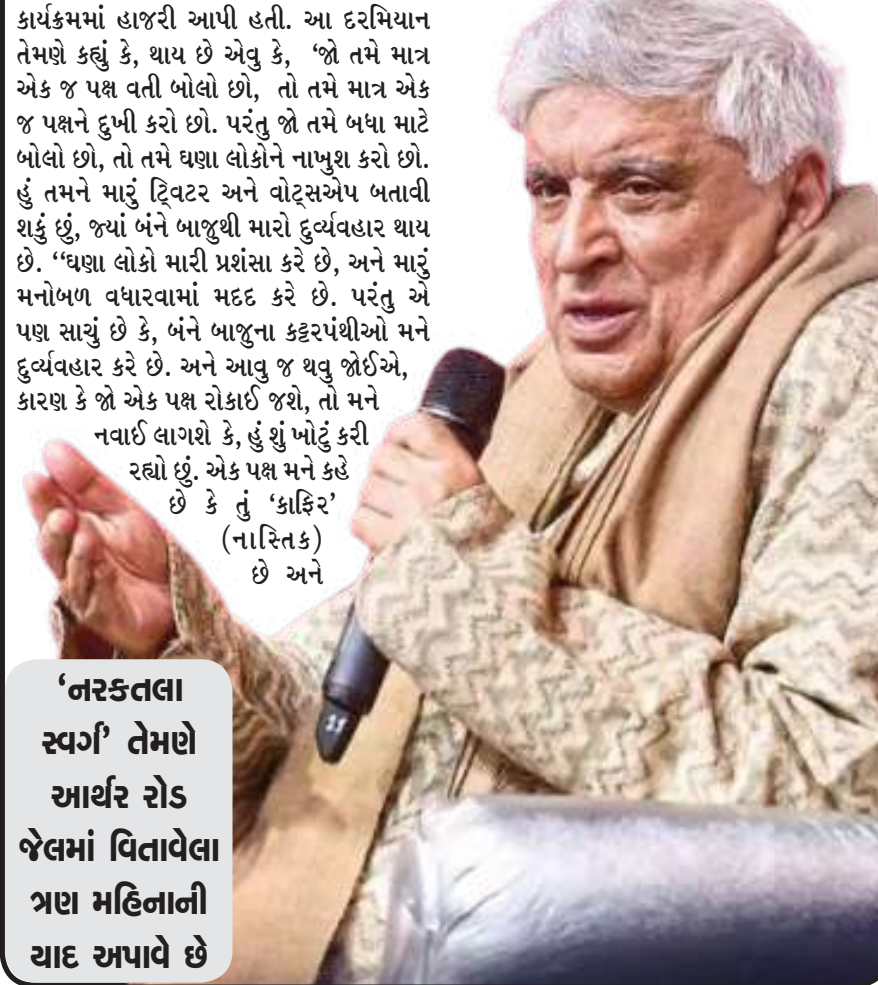
દરેક ફિલ્મ મહત્વની હોય છે અને દરેક ફિલ્મને તે મોકો મળવો જોઈએ.' બાબાએ વધુમાં ઉમેર્યું કે, 'ભૂતની'એ કદાચ વધારે પ્રસિદ્ધિ ન મેળવી હોય, પણ મને લાગે છે કે ફિલ્મ સારી ચાલશે. હું ફિલ્મ ઈન્ડસ્ટ્રીને ફરીથી એક પરિવાર તરીકે સાથે રહેવા વિનંતી કરું છું. ચાલો એકબીજાને મદદ કરીએ જેથી ફિલ્મ ઈન્ડસ્ટ્રીનો વિકાસ થાય.' ફિલ્મ 'ધ ભૂતની' એક હોરર ડ્રામા ફિલ્મ છે, જેમાં સંજય દત્ત, પલક તિવારી, સની સિંહ, મોની રોય અને આસિફ ખાન જેવા કલાકારો મુખ્ય ભૂમિકામાં છે. સિદ્ધાંત સચદેવ દ્વારા ડિઝેઈનિંગ આ ફિલ્મ ૧ મેના રોજ સિનેમાઘરોમાં રિલીઝ થશે.



જાવેદ અખ્તરે ટ્રોલર્સને આપ્યો જવાબ પાકિસ્તાન ફરતા હું નરકમાં જવાનું પસંદ કરીશ : જાવેદ

ગીતકાર અને સ્ક્રિપ્ટ રાઈટર જાવેદ અખ્તરનું કહેવું છે કે, જો તેમને નર્ક અને પાકિસ્તાન બંનેમાંથી એકની પસંદગી કરવાની હોય તો, તેઓ નર્ક પસંદ કરશે. તેમણે મ પણ કહ્યું કે, તેમના વિચારો માટે તેમને બંને બાજુના ઉગ્રવાદીઓ તરફથી અપમાન અને ટીકાનો સામનો કરવો પડે છે. તેમણે બીજું શું કહ્યું? આવો જાણીએ... જાવેદ અખ્તર ૧૭ મે, શનિવારના રોજ સંજય રાઉતના પુસ્તક 'નરકતલા સ્વર્ગ (નરકમાં સ્વર્ગ)' ના લોન્ચ કાર્યક્રમમાં હાજરી આપી હતી. આ દરમિયાન તેમણે કહ્યું કે, થાય છે એવું કે, 'જો તમે માત્ર એક જ પક્ષ વતી બોલો છો, તો તમે માત્ર એક જ પક્ષને દુખી કરો છો. પરંતુ જો તમે બધા માટે બોલો છો, તો તમે ઘણા લોકોને નાખુશ કરો છો. હું તમને મારું ટ્રિવટર અને વોડેસઅપ બતાવી શકું છું, જ્યાં બંને બાજુથી મારો દુર્વ્યવહાર થાય છે.' 'ઘણા લોકો મારી પ્રશંસા કરે છે, અને મારું મનોબળ વધારવામાં મદદ કરે છે. પરંતુ એ પણ સાચું છે કે, બંને બાજુના કઠ્ઠરપંથીઓ મને દુર્વ્યવહાર કરે છે. અને આવું જ થવું જોઈએ, કારણ કે જો એક પક્ષ રોકાઈ જશે, તો મને નવાઈ લાગશે કે, હું શું ખોટું કરી રહ્યો છું. એક પક્ષ મને કહે છે કે તું 'કાફિર' (નાસ્તિક) છે અને

તારે 'જહન્નમ' (નર્ક) માં જવું પડશે. તો બીજો પક્ષ કહે છે કે, તમે જેહાદી છો અને તમારે પાકિસ્તાન જતા રહેવું જોઈએ. હવે, જો મારી પાસે આ બે જ વિકલ્પો હોય તો હું નરકમાં જવાનું પસંદ કરીશ.' તમને જણાવી દઈએ કે, સંજય રાઉતનું પુસ્તક 'નરકતલા સ્વર્ગ' તેમણે આર્થર રોડ જેલમાં વિતાવેલા ત્રણ મહિનાની યાદ અપાવે છે. તેમની ઈડી દ્વારા પાત્રા ચાલ પુનર્વિકાસ પ્રોજેક્ટમાં કથિત નાણાકીય ગેરરીતિઓ બદલ ધરપકડ કરાઈ હતી.



'નરકતલા સ્વર્ગ' તેમણે આર્થર રોડ જેલમાં વિતાવેલા ત્રણ મહિનાની યાદ અપાવે છે

'ટીપ ટીપ બરસા પાની' પર ડાન્સ કરીને મચાવી ધૂમ

૧૭મી મેની સાંજ ફિલ્મ સ્ટાર્સની હતી, મુંબઈમાં ઝી સિને એવોર્ડ્સ શોનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું

રાશા થડાનીની માતા રવીના ટંડન પોતાના જમાનાની સુપરસ્ટાર રહી ચુકી છે. તેની ફિલ્મોના ગીતો આજે પણ પાર્ટીઝમાં ધૂમ મચાવે છે. રવીનાની ફિલ્મ મોહરાનું 'ટીપ ટીપ બરસા પાની' આઈકોનિક ગીત ગણાય છે. હવે રવીનાની દીકરી રાશાએ આ જ ગીત ઉપર ડાન્સ કરીને ધમાલ મચાવી દીધી છે. ૧૭મી મેની સાંજ ફિલ્મ સ્ટાર્સની હતી. મુંબઈમાં ઝી સિને એવોર્ડ્સ શોનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું, જ્યાં એવોર્ડ્સની સાથે, સ્ટાર્સના ડાન્સ પર્ફોર્મન્સે સોનું ધ્યાન ખેંચ્યું હતું. મુંબઈ જોબ્સઆ દરમિયાન, રવિના ટંડનની પુત્રી અને અભિનેત્રી રાશા થડાનીએ પણ પહેલીવાર કોઈ એવોર્ડ ઇવેન્ટમાં પર્ફોર્મ કર્યું. તેણે તેની માતાની ફિલ્મ મોહરાના સુપર હિટ ગીત 'ટિપ ટિપ બરસા પાની' પર સુંદર પર્ફોર્મન્સ આપ્યું. રાશાએ પોતાના કિલર મૂવ્સ અને ઊર્જાથી ભરપૂર સ્ટેપ્સથી ચાહકોના દિલ જીતી લીધા. પીળા રંગની હાઈ સ્વિટ સાડી પહેરીને રાશા ખૂબ જ ગ્લેમરસ લાગી રહી

હતી. અભિનેત્રીએ તેની સાથે ગોલ્ડન કોશેટ બ્લાઉઝ મેચ કર્યું હતું. રાશા ઊંચી પોનીટેલ સાથે ખૂબ જ સુંદર દેખાતી હતી. રાશાને તેના પ્રખ્યાત ગીત પર પર્ફોર્મ કરતી જોઈને ચાહકો ખૂબ પ્રભાવિત થયા છે. ઘણા લોકો રાશાના અભિનયને રવિનાના અભિનયની જ નકલ ગણાવી રહ્યા છે. એક સોશિયલ મીડિયા યુઝરે લખ્યું હતું કે આ છોકરી તેની માતાની પર્ફોર્મ કરે કરે કોપી છે, તે ભવિષ્યમાં ઘણું કામ કરશે અને આગામી સુપરસ્ટાર બનશે, ઈન્શા અલ્લાહ.' બીજાએ ટિપ્પણી કરી: "ફક્ત તેની પુત્રી જ આ ફરીથી કરી શકી હોત." બીજા એક યુઝરે કહ્યું, "એક ક્ષણ

માટે, મને લાગ્યું કે તે મા જ છે." જ્યારે એકે લખ્યું - 'મીની રવિનાએ જાદુ કરી બતાવ્યો. આ સિવાય કેટલાક લોકો રાશા થડાનીની તુલના અન્ય સ્ટાર કિડ્સ સાથે કરી રહ્યા છે. એક યુઝરે લખ્યું - 'તે એક પ્રતિભાશાળી સ્ટાર કિડ છે.' બીજા એક વ્યક્તિએ ટિપ્પણી કરી: 'તે બીજા સ્ટાર કિડ્સ કરતા ઘણી સારી છે.' જ્યારે એક યુઝરે લખ્યું- બેસ્ટ નેપો કિડ. રાશા થડાનીએ માધુરી દીક્ષિતના આઈકોનિક ગીત 'એક દો તીન' પર પણ ડાન્સ કર્યો. લાલ રંગનો લહેંગો અને સોનેરી ટોપ પહેરીને, તે આ ગીત પર જોરદાર પર્ફોર્મ કરતી જોવા મળી હતી. તમને જણાવી દઈએ કે રાશા થડાનીએ આ વર્ષે બોલીવુડમાં ડેબ્યુ કર્યું છે. આ અભિનેત્રીએ ફિલ્મ 'આઝદ'થી ફિલ્મી દુનિયામાં પ્રવેશ કર્યો છે. આ ફિલ્મમાં તેનું એક ગીત 'ઓયે અમ્મા' છે જેમાં તેના નૃત્યના ખૂબ વખાણ થયા હતા.



રવીના ટંડનની દીકરી રાશા ટંડનનું સુંદર પર્ફોર્મન્સ

સલમાન અપૂર્વ લાખિયાની આગામી ફિલ્મમાં આર્મી ઓફિસર બનશે

પટાણની જોરદાર સફળતા પછી શાહ રૂખ ખાન દિગ્દર્શક સિદ્ધાર્થ આનંદ સાથે અતિ અપેક્ષિત એક્શન થ્રિલર કિંગમાં ફરી કામ કરી રહ્યો છે. શાહ રૂખની રેડ ચિલિસ અને મારફિલક્સ દ્વારા નિર્મિત આ ફિલ્મમાં દીપિકા પાદુકોણ, અભિષેક બચ્ચન, અનિલ કપૂર, જેકી શ્રોફ, અર્શદ વારસી, જયદીપ આઈવત અને નવોદિત સુહાના ખાન જેવી ધરખમ સ્ટાર કાસ્ટ છે. હવે ચાહકોના ઉત્સાહમાં કેમિયો રાણી સુહાના ખાનના રહી છે અને ફિલ્મનું ભાવનાત્મક કેન્દ્ર બનીને એક્શન પેકડ પ્લોટ માટે માત્ર પાંચ દિવસનું શૂટ કરવાનું હોવા છતાં સમગ્ર કથાનકમાં તેનું મહત્વ ઘણું છે. કુછ કુછ હોતા હૈ અને કભી અલવિદા ના કહના જેવી ફિલ્મો સાથે ઓનસ્ક્રીન કેમિસ્ટ્રીનો સમૃદ્ધ ઇતિહાસ સાથે તેમનું જોડાણ તાજગી ભર્યા ડ્રામા સાથે જૂના સંસ્મરણો પણ તાજા કરશે. અહેવાલ મુજબ રાણી મુખર્જીએ કિંગ માટે શાહરૂખ અને સિદ્ધાર્થ આનંદની ઓફિસનો તાત્કાલિક સ્વીકાર કર્યો.



કાન ફિલ્મ ફેસ્ટિવલમાં પારુલે ચાહકોને કર્યા મંત્રમુગ્ધ



નિશા હેરની સીઈઓ એક્ટ્રેસ પારુલ ગુલાટીએ કાનમાં સાડી પહેરીને પોતાની સુંદરતાનો જાદુ ફેલાવ્યો છે

સાથે અભિનેત્રીએ નાકમાં નથ પહેરીને આ લુકને વધુ ક્લાસી બનાવ્યો હતો. આ સાથે તેણે કપાળ પર ચમકતી બિંદીથી શણગાર કર્યો હતો. પારુલ ગુલાટીએ આ ફોટા ઈન્સ્ટાગ્રામ પર શેર કર્યાં છે અને સાડી વિશે વિગતો આપી છે. તેણે લખ્યું- જૂમ ઇન કરો અને જુઓ કે આ કોઈ સામાન્ય સાડી નથી. પારુલે આગળ લખ્યું - 'મોહિત રાય અને ટીમ દ્વારા બનાવેલી આ કસ્ટમ બનારસી ટીશ્યુ સાડી કિસમિસમાં બોળીને મારા શરીર પર રંગાયેલી છે અને જાણે મારા પર મઢાઈ ગઈ છે, તેમાંય વળી પરંપરાગત કાપડ, ફ્યુચર ફિનિશ અને એક સુંદર ક્ષણ, ખૂબ જ દેશી.' ચાહકો પણ પારુલ ગુલાટીની આ તસવીરો પર પ્રેમ વરસાવી રહ્યા છે. એક ચાહકે લખ્યું હતું કે 'કેટલી સુંદર લાગે છે!', બીજાએ પણ એમ જ લખ્યું હતું સુંદર પરી જેવી લાગે છે તો અન્યએ કંઈક ભળતી પ્રતિક્રિયા આપી હતી.



હોલીવુડની ફિલ્મમાં કંગના સેલેબ્સ સાથે સ્ક્રીન શેર કરશે

કંગના રનોતનું નસીબ ચમક્યું છે. તે હોલીવુડમાં ડેબ્યુ કરવા જઈ રહી છે. હા, તેને હોલીવુડની એક હોરર ડ્રામા ફિલ્મમાં મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવવાની તક મળી છે. તે હોલીવુડ હોરર ડ્રામા ફિલ્મ 'બ્લેસ બી ધ એવિલ' માં મુખ્ય ભૂમિકા ભજવતી જોવા મળશે. આ ફિલ્મનું શૂટિંગ આ ઉનાળામાં શરૂ થશે, નિર્માતાઓએ કહ્યું કે આખી ફિલ્મ અમેરિકામાં શૂટ કરવામાં આવશે આ ફિલ્મમાં કંગના 'ટીન વુલ્ફ' ફેમ અભિનેત્રી ટાયલર પોસી અને હોલીવુડ આઈકોન સિલ્વેસ્ટર સ્ટેલોનની પુત્રી સ્કારલેટ રોઝ સ્ટેલોન સાથે જોવા મળશે. એક રિપોર્ટ મુજબ, આ ફિલ્મનું શૂટિંગ આ ઉનાળામાં શરૂ થશે.

સુપરસ્ટાર બનવા માટે ટિકિટ કાઉન્ટર પર કામ કર્યું

વિજય દેવરકોંડા માટે ફિલ્મ ઉદ્યોગમાં પ્રવેશ કરવો સરળ નહોતો, તેમને ઘણી બધી અસ્વીકૃતિઓનો સામનો કરવો પડ્યો હતો

ફિલ્મ ઉદ્યોગમાં પોતાને સ્થાપિત કરવું એ સરળ કાર્ય નથી. તે પણ જ્યારે તમારો ફિલ્મ ઉદ્યોગ સાથે કોઈ અગાઉનો સંબંધ ન હોય. પરંતુ દક્ષિણનો એક એવો સુપરસ્ટાર છે જેણે પોતાની ઓળખ બનાવી અને તેલુગુ ઉદ્યોગમાં સ્થાન મેળવ્યું. અહીં વાત કરી રહ્યા છીએ તેલુગુ ફિલ્મ ઈન્ડસ્ટ્રીના સુપરસ્ટાર વિજય દેવરકોંડા વિશે. અજૂન

રેડીથી લોકપ્રિયતા મેળવનાર વિજયને તેની કારકિર્દીની શરૂઆતમાં ઘણા પડકારોનો સામનો કરવો પડ્યો. વિજય દેવરકોંડા માટે ફિલ્મ ઉદ્યોગમાં પ્રવેશ કરવો સરળ નહોતો. તેમને ઘણી બધી અસ્વીકૃતિઓનો સામનો કરવો પડ્યો અને કોલેજ પછી, તેમણે બે-ત્રણ વર્ષ સુધી ફક્ત નાની ભૂમિકાઓ જ કરી. એક મુલાકાતમાં, વિજયે તેમના થિયેટરના દિવસોને

પણ યાદ કર્યા. તેમણે કહ્યું હતું કે, 'થિયેટરમાં, તમારે ટિકિટ વેચવાથી લઈને કોસ્ચ્યુમ અને બેકસ્ટેજ મેનેજમેન્ટ સુધી બધું જ કરવું પડે છે, ત્યારે જ તમને અભિનય કરવાની તક મળે છે. ફિલ્મ ઉદ્યોગમાં પ્રવેશતા પહેલા, વિજયે નક્કી કર્યું હતું કે જો તેને ૨૫ વર્ષની ઉંમર સુધીમાં સફળતા નહીં મળે, તો તે સ્ક્રિપ્ટ લેખન અથવા દિગ્દર્શનમાં હાથ અજમાવશે.



વિજ્ઞાન ક્ષેત્રે વિદ્યાર્થીઓને અભ્યાસ માટે પ્રેરિત કરતી સરકારશ્રીની નમો સરસ્વતી વિજ્ઞાન સાધના યોજના સાબરકાંઠા જિલ્લામાં કુલ ૩૭૯૫ જેટલાં વિદ્યાર્થીઓ આ યોજનાનો લાભ લઇ રહ્યા છે

। (માહિતી) સાબરકાંઠા, તા.૨૩ ।
નમો સરસ્વતી વિજ્ઞાન સાધના યોજના શરૂ કરવા પાછળનો મુખ્ય ઉદ્દેશ્ય ધોરણ ૧૦ પાસ કર્યા પછી વિદ્યાર્થીઓને વિજ્ઞાન પ્રવાહમાં આગળ વધવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવાનો છે. નમો સરસ્વતી વિજ્ઞાન સાધના યોજનાની માર્ગદર્શિકા ગુજરાત સરકાર દ્વારા ૧૨ માર્ચ, ૨૦૨૪ ના રોજ બહાર પાડવામાં આવી હતી. આ યોજના અંતર્ગત સાબરકાંઠા જિલ્લાના ઉચ્ચતર માધ્યમિકના કુલ ૩૭૯૫ જેટલાં વિદ્યાર્થીઓ લાભ લઈ રહ્યા છે. નમો સરસ્વતી વિજ્ઞાન સાધના યોજના થકી વિજ્ઞાન પ્રવાહમાં વિદ્યાર્થીઓની નોંધણી દર વર્ષે વધશે. ગુજરાત સરકારની નમો સરસ્વતી વિજ્ઞાન સાધના યોજના હેઠળ ઉચ્ચતર માધ્યમિક વિજ્ઞાન પ્રવાહના વિદ્યાર્થીઓને તેમના ધોરણ ૧૧માં (પ્રતિ વર્ષ) રૂ ૧૦,૦૦૦ અને ધોરણ ૧૨માં (પ્રતિ વર્ષ)



રૂ ૧૫,૦૦૦ એમ કુલ રૂ ૨૫૦૦૦ આપવામાં આવે છે. નમો સરસ્વતી વિજ્ઞાન સાધના યોજનામાં વિદ્યાર્થીને રૂ. ૧૦૦૦ દર મહિને (ધોરણ ૧૧માં ૧૦ મહિના માટે એમ કુલ રૂ. ૧૦૦૦) તથા શહેરી વિકાસ માટે રૂ. ૧૦૦૦ (ધોરણ ૧૨માં ૧૦ મહિના માટે દર મહિને રૂ. ૧૦૦૦) અને બાકી રહેલા રૂ. ૫૦૦૦ વિદ્યાર્થીઓએ ધોરણ ૧૨ બોર્ડની પરીક્ષા સફળતાપૂર્વક પાસ કર્યા પછી આપવામાં આવે છે.



। (માહિતી) સુરત, તા.૨૩ ।
જિલ્લા શિક્ષણાધિકારીની કચેરી-સુરત દ્વારા ઓલપાડ તાલુકાની સર્વોદય વિદ્યાલય-સેગવાછામા ખાતે સુરતના શાળા વિકાસ સંકુલ ૧,૨ અને ૧૦ના પ્રાથમિક, માધ્યમિક અને ઉચ્ચતર મા.વિભાગના આચાર્યો માટે શૈક્ષણિક અને વહીવટી માર્ગદર્શન સેમિનાર તથા AI વર્કશોપ યોજાયો હતો. આ પ્રસંગે જિલ્લા શિક્ષણાધિકારી ડો.ભગીરથસિંહ પરમારે શ્રેષ્ઠ પરિણામો બદલ શાળાના આચાર્યોને અભિનંદન પાઠવ્યા હતા. ઉપરાંત, બાળકોના સર્વાંગી વિકાસ માટે નવીન ટેકનોલોજી તેમજ AIનો યોગ્ય ઉપયોગ સુનિશ્ચિત કરી શિક્ષણને વધુ વ્યાપક અને રુચિકર બનાવવા હિમાયત કરી હતી. મદદનીશ શિક્ષણ નિરીક્ષક ડૉ સંગીતાબેન મિસ્ત્રીએ શાળાઓને LC, GR, શાળાપ્રવેશ, RTE પ્રવેશ, શાળા નોંધણી, GSEB રજિસ્ટ્રેશન સહિતની બાબતોમાં ચોકસાઈ રાખવા જણાવી વિવિધ પરીક્ષામાં વિદ્યાર્થીઓની સહભાગિતા, પરીક્ષામાં કેન્દ્ર સંચાલકની ભૂમિકા, શાળા દસ્તાવેજીકરણ, CTS અપડેશન જેવી બાબતો અંગે માર્ગદર્શન આપ્યું હતું. AEI કરીમભાઈ સમનાણીએ નામ, અટક, જાતિ સુધારણા અંગે તથા AEI શીતલબેન પટેલે સમકક્ષતા પ્રમાણપત્ર અંગે વિસ્તૃત સમજ આપી હતી. સરકારી હાઈસ્કૂલ-જામકોઈનાશ્રી જતિનભાઈ રામાણીએ સેમિનારમાં AIનો ઈતિહાસ જણાવી શિક્ષણ ક્ષેત્રે AIના ઉપયોગથી થતા ફાયદા વિષે પ્રેઝન્ટેશનથી જાણકારી આપી હતી. આ પ્રસંગે શાળાના પ્રમુખ શાંતિભાઈ, આચાર્ય મુકેશભાઈ, જિલ્લા શિક્ષણ નિરીક્ષક હર્ષદભાઈ કાનાણી, મ.શિ.નિરીક્ષકો દિપાલીબેન, હેતલબેન અને નિતેશભાઈ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

રાષ્ટ્રીય રક્તપિત નિર્મૂલન કાર્યક્રમ અંતર્ગત દર્દીની થાય છે વિનામૂલ્યે સારવાર

। (માહિતી) વડોદરા, તા.૨૩ ।
રક્તપિત નિર્મૂલનને ધ્યાનમાં રાખીને રાજ્ય સરકાર દ્વારા રાષ્ટ્રીય રક્તપિત નિર્મૂલન કાર્યક્રમ અંતર્ગત સુસંગત પગલાં લેવામાં આવી રહ્યા છે. રક્તપિત એટલે કે કૂઠરોગ માર્કોકોબેક્ટેરિયમ લેપ્રસી નામના જીવાણુથી થતો ચેપી રોગ છે, જે મુખ્યત્વે ચામડી તેમજ ચેતાતંતુઓને અસર કરે છે. શરૂઆતના તબક્કામાં ચામડી પર ઝાંખાં કે રતાશ પડતાં ચાઠાં, તેમાં સંવેદનાનો અભાવ, ચામડીના રંગ અને કુમાશમાં ફેરફાર, ચેતાતંતુઓ જાડી થવી તથા તેમાં દુખાવો થવા જેવા લક્ષણો પ્રગટ થાય છે. જો વહેલી તકે નિદાન ન થાય તો રોગ વિકૃતિ પામે છે, જેના પરિણામે શારીરિક અપંગતા તથા સામાજિક કલંકનો ભોગ બનવો પડે છે. રક્તપિતનો ફેલાવો સારવાર ન લેવાયેલા દર્દી સાથેના શ્વસનતંત્રના સંપર્કથી થાય છે, ખાસ કરીને ડ્રોપલેટ ઈન્ફેક્શન દ્વારા. તેમ છતાં, રોગ અત્યંત ચેપી નથી અને યોગ્ય સારવાર લેવાય તો દર્દી સાથે રહેતા લોકો માટે કોઈ ખાસ જોખમ નથી. આ રોગ વારસાગત નથી અને તેનો ઈક્યુબેશન સમયગાળો સામાન્ય રીતે પાંચથી સાત વર્ષનો હોય છે, ક્યારેક વીસ વર્ષ કે તેથી વધુ સમય પછી પણ લક્ષણો દેખાતા હોય છે. વહેલી તકે દર્દી શોધીને મલ્ટી ડ્રગ થેરાપી (એમ.ડી.ટી.) દ્વારા સુચિત સમયગાળા સુધી સારવાર કરવાથી રોગ સંપૂર્ણપણે સાજો થઈ શકે છે અને પુનરાવર્તનની શક્યતા નહીવત રહે છે. સરકાર દ્વારા રાજ્યની તમામ આરોગ્ય સંસ્થાઓમાં મલ્ટી ડ્રગ થેરાપીની સારવાર સંપૂર્ણપણે વિનામૂલ્યે ઉપલબ્ધ કરાવવામાં આવી છે. દર્દીને વિશિષ્ટ દવાખાનામાં મોકલવાની જરૂરિયાત નથી, કારણ કે સામાન્ય હોસ્પિટલમાં જ યોગ્ય સારવાર ઉપલબ્ધ છે. જો દર્દી સમયસર સારવાર શરૂ કરે તો ચેતાતંતુને નુકસાન થતા અટકે છે અને વિકૃતિ આવતી અટકાવી શકાય છે. પહેલેથી આવેલી વિકૃતિઓ માટે જરૂરિયાત મુજબ પ્લાસ્ટિક સર્જરી દ્વારા સુધારાત્મક પગલાં લઈ શકાય છે. રક્તપિતના દર્દીઓને સમાજથી અલગ થવાની જરૂર નથી; તેઓ સામાન્ય સામાજિક, શૈક્ષણિક તથા વ્યવસાયિક જીવન જીવવા તેમજ લગ્નજીવન ગાળવા માટે સંપૂર્ણપણે સક્ષમ છે.

પ્રતિભાશાળી અને સંસ્કારી યુવાનો દેશનું ભવિષ્ય ઉજ્જવળ બનાવે છે: રાજ્યપાલ શ્રી આચાર્ય દેવવ્રતજી રાજ્યપાલ શ્રી આચાર્ય દેવવ્રતજીની શુભેચ્છા મુલાકાતે યુવા મોટીપેશનલ સ્પીકર ભાવિકા મહેશ્વરી



। (માહિતી) ગાંધીનગર, તા.૨૩ ।
આંતરરાષ્ટ્રીય પ્રેરક વક્તા, કથાકાર, લેખિકા, ટેડ-એક્સ સ્પીકર, ઉદ્યોગ સાહસિક અને ચાર વર્લ્ડ રેકોર્ડ ધારક ભાવિકા મહેશ્વરીએ આજે રાજભવન ખાતે રાજ્યપાલ શ્રી આચાર્ય દેવવ્રતજીની શુભેચ્છા મુલાકાત લીધી હતી. કુ. ભાવિકા મહેશ્વરીએ રાજ્યપાલ મહોદયને પોતાના વિવિધ કાર્યો અને ઉપલબ્ધિઓની જાણકારી આપી હતી. ભાવિકા ભારત ઉપરાંત અનેક દેશોમાં રામાયણ, સનાતન સંસ્કૃતિ, મોબાઈલ સ્કીન એડીક્શન જેવા વિષય ઉપર યુવાનોને પ્રેરિત કરી ચૂકી છે. રાજ્યપાલ શ્રી આચાર્ય દેવવ્રતજીએ ભાવિકાએ ખૂબ નાની ઉંમરમાં મેળવેલ અસાધારણ સિદ્ધિઓની પ્રશંસા કરતાં કહ્યું કે, આવા પ્રતિભાશાળી અને સંસ્કારી



યુવાનો દેશનું ભવિષ્ય ઉજ્જવળ બનાવે છે. તેમણે ભાવિકાને સેવાના માર્ગ પર આગળ વધવાની શુભેચ્છાઓ પાઠવી હતી. સુરતની સોળ વર્ષીય ભાવિકા મહેશ્વરીએ માત્ર ૧૧ વર્ષની ઉંમરમાં રામકથાના માધ્યમથી પર લાખ રૂપિયાનું ભંડોળ એકત્ર કરી અયોધ્યા શ્રી રામ મંદિરને સમર્પિત કર્યું હતું. આ ઉપરાંત કોરોનાના સમયગાળા દરમિયાન તેણીએ જેલ અને આઈસોલેસન સેન્ટરોમાં કથા વાચન કરીને લોકોને માનસિક અને આધ્યાત્મિક શક્તિ પણ પૂરી પાડી હતી. ભાવિકા મહેશ્વરી દ્વારા લખાયેલા પુસ્તકોમાં દેશના રાષ્ટ્રપિત શ્રીમતી દ્રોપદી મુર્મુ પરનું ‘સંઘર્ષ સે શિખર તક’, તેમજ ‘આજ કે બચ્ચે કલ કે ભવિષ્ય’, ‘રિલેવન્સ ઓફ શ્રીરામ’, અને ‘સ્કીન ટાઈમ ટુ ડ્રીમ ટાઈમ’ નો સમાવેશ થાય છે.

રાજકોટના પાણી પુરવઠા વિભાગ હસ્તકના હેડ વર્ક્સ તથા કચેરીમાં નિર્માણ કરાયા વન ક્વચ ભૂતપૂર્વ વન અધિકારી શ્રી વર્ષાણી તથા વર્તમાન કાર્યપાલક ઇજનેર શ્રી ગોહિલના સંચુકત પ્રયાસથી હજારો પક્ષીઓને મળ્યું નવું ઘર



। (માહિતી) રાજકોટ, તા.૨૩ ।
રાજકોટના કાલાવડ રોડ પાસે આવેલી સરિતા વિહાર સોસાયટી પાસેથી પસાર થતાં ઘટાટોપ વનરાજીને જોઈને જંગલ જેવો અનુભવ થાય....પણ આ જંગલ નથી....આ તો પાણી પુરવઠા વિભાગનું જલભવન કાર્યાલય છે. આવો જ નજારો પાણી પુરવઠા વિભાગના ન્યારા, રફાળા, કુવાડવા, હડાળા, સણોસરા, મોટા ખીજડીયા વગેરે હેડ વર્ક્સ ખાતે પણ જોવા મળે. આ તમામ વનરાજીઓના ઉછેર માટે અંગત રસ લઈને કામગીરી કરી રહ્યા છે રાજકોટ જિલ્લાના હરિયાળા વ્યક્તિત્વ ધરાવતા ર સરકારી અધિકારીઓ પાણી પુરવઠા વિભાગના વર્તમાન કાર્યપાલક ઈજનેર શ્રી અંકિત ગોહેલ તથા પૂર્વ વન અધિકારી શ્રી ચુનીલાલ વર્ષાણી.



હતું કે, વૃક્ષો ઉછેરવાનો મને પહેલેથી શોખ હતો. નોકરીમાં જોડાયા પછી નાની સંખ્યામાં વૃક્ષારોપણ તો હું કરતો જ હતો પરંતુ અમારા વિભાગના જ પૂર્વ કાર્યપાલક ઈજનેર શ્રી જોધાણી તથા વનવિભાગના પૂર્વ અધિકારી શ્રી ચુનીલાલ વર્ષાણીનું મને માર્ગદર્શન અને સહકાર મળ્યો. શ્રી એચ. ડી.જોધાણી અને શ્રી ચુનીલાલ વર્ષાણીએ પર્યાવરણ સંરક્ષણ માટે અગાઉ વન ક્વચ વિસ્તાર માટેની કામગીરી કરી હતી. આ પ્રવૃત્તિ થકી પ્રેરણા મળતા શ્રી વર્ષાણી, શ્રી જોધાણી, સદભાવના ટ્રસ્ટ તથા કચેરીના ઉચ્ચ અધિકારીઓના સહકારથી પર્યાવરણ સંરક્ષણ હેતુ અમે જલભવન ખાતે વર્ષ ૨૦૨૧-૨૨માં મિયાવાકી પદ્ધતિથી ૩૫૦૦ વૃક્ષોનું વાવેતર કર્યું હતું. માત્ર ચાર વર્ષના ઉછેરમાં આ વૃક્ષો આજે જાણે ઘટાટોપ જંગલ હોય તેવો હરિયાળો વિસ્તાર બનાવી ચૂક્યા છે.

આજનું રાશિ ભવિષ્ય.....

મેષ (અ,લ,ઇ) :
આજના દિવસે તમારો આત્મવિશ્વાસ વધશે તથા તમારું આગળ વધવું નિશ્ચિત છે. તમારા પિતા ની કોઈ સલાહ તમને કાર્યક્ષેત્ર માં આજે ધનલાભ કરાવી શકે છે. તમારા કાર્ય અને પ્રાથમિકતાઓ પર ધ્યાન આપો. તમારા સમય ની કિંમત સમજો, એવા લોકો ની વચ્ચે રહેવું જેની વાતો તમે સમજી નથી શકતા તો તે ખોટું છે. આવું કરવા થી તમને ભવિષ્ય માં મુશ્કેલીઓ સિવાય કંઈ નહીં મળે.

સિંહ (મ,ટ) :
આજે નાણાકીય પક્ષ મજબૂત થવા ની પુરી શક્યતા છે.જો તમે કોઈ વ્યક્તિ ને પૈસા ઉધાર આપ્યા હતા તો તે પૈસા આજે પાછા મળવા ની પુરી શક્યતા છે. તમારા પ્રિય લોકો ખુશખુશાલ છે તથા તમારે તેમની સાથે સાંજ માટે કોઈક યોજના ઘડજો. આવતીકાલે તમને કામ પર મોડું થવાનું છે એ સંદેશ તમારે તમારા પ્રિયપાત્રને જરૂર પહોંચાડવો જોઈએ.

ધન (ભ,ધ,ફ) :
ભાઈ બહેનો ની મદદ થી આજે તમને આર્થિક લાભ મળી શકશે.પોતાના ભાઈ બહેનો ની સલાહ લો. પરિવારના સભ્યો સાથે કેટલીક હળવાશભરી પળો વિતાવો. આજે મિત્રતામાં ભંગ પડવાની પૂરેપૂરી શક્યતા હોવાથી ચોકસાઈ રાખો. આજે કામના સ્થળે દરેક બાબતમાં તમારો હાથ ઉપર રહે એવી શક્યતા છે. આજે તમે તમારા જીવનસાથી સાથે સમય પસાર કરશો.

વૃષભ (બ,વ,ઉ) :
આજે નવા સંપર્કો કદાચ લાભદાયી લાગશે પણ અપેક્ષા મુજબના લાભ નહીં લાવે- નાણાં રોકવાની વાત આવે ત્યારે ઉતાવળા નિર્ણયો ન લેવામાં જ સાર છે. નિકટનું સ્વજન વધુ ધ્યાન માગી શકે છે, જો કે આ બાબત મદદરૂપ અને તમારી દરકાર કરનારું પુરવાર થશે. બાકી રહી ગયેલા કાર્યોને જલ્દીથી ઉકેલવા રહ્યા અને તમ જાણો છો કે તમારે ક્યાંકથી તો શરૂઆત કરવી જ પડશે.

કન્યા (પ,ઠ,ણ) :
આજના દિવસે વ્યસ્તતા છતાં સ્વાસ્થ્ય સારું રહેશે. તમે જીવન માં પૈસા ના મહત્વ ને નથી સમજતા પરંતુ આજે તમને પૈસા નું મહત્વ સમજ આવી શકે છે. કેમકે તમને આજે પૈસા ની સખત જરૂર પડી શકે છે પરંતુ તમારી જોડે પર્યાપ્ત ધન નહીં હોય. તમે જેને ઓળખો છો એવી કોઈ વ્યક્તિ આર્થિક બાબતને લઈને વધુ પડતી પ્રતિક્રિયા આપશે, જેને કારણે ઘરમાં બેચેનીનું વાતાવરણ જામશે.

મકર (મ,જ) :
આજના દિવસે તમારા ઉચ્ચ આત્મવિશ્વાસને સારા ઉપયોગમાં લેવાનો પ્રયાસ કરો. દોડધામભર્યો દિવસ હોવા છતાં તમે તમારી શક્તિ પાછી મેળવી શકશો. વીતેલા સમય માં તમે ઘણા પૈસા ખર્ચ કર્યા છે જેનું પરિણામ તમને અત્યારે ભોગવવું પડી શકે છે. આ રાશિ ના લોકો જે રચનાત્મક કાર્ય સાથે સંકળાયેલા છે તે લોકો ને આજે મુશ્કેલીઓ નો સામનો કરવો પડી શકે છે.

મિથુન (ક,ઇ,ઘ) :
આજે તમારી શારીરિક સુસજ્જતા જાળવે એવી રમતગમતની પ્રવૃત્તિને તમે માણશો એવી શક્યતા છે. વેપારીઓ ને આજ પોતાના વેપાર માં ખોટ આવી શકે છે અને પોતાના વેપાર ને સારો બનાવવા માટે તમારે તમારા પૈસા ખર્ચ કરવા પડી શકે છે. તમારા રોમેન્ટિક અભિપ્રાયોને જાહેર ન કરો. આજનો દિવસ તમારી આસપાસ ગુલાબની સુગંધ લાવશે.

તુલા (ર,ત) :
આજે તમારો વિપુલ આત્મવિશ્વાસ તથા કામનું સરળ સમયપત્રક તમને આજે હળવા થવાનો પૂરતો સમય આપશે. જૂની શિલ્પકૃતિઓ તથા ઘરેણાંમાં રોકાણ લાભ તથા સમૃદ્ધિ લાવશે. તમારા તરફથી કંઈ વધુ કર્યા વિના અન્યોનું ધ્યાન ખેંચવા માટે આ શ્રેષ્ઠ દિવસ છે. તમારા મિત્રો સાથે તમે વિતાવેલા સારા સમયને યાદ કરી મિત્રતાને નવપલ્લવિત કરવાનો સમય.

કુંભ (ગ,શ,સ) :
આજે ગુસ્સાની લહેર આજે વાદ-વિવાદ તથા ઘર્ષણ ભણી દોરી જશે. જો ભવિષ્ય માં તમારે નાણાકીય રીતે મજબૂત થવું છે તો આજ થીજ ધન ની બચત કરો. ગ્રુપને લગતી પ્રવૃત્તિઓ સાથે સંકળાવાથી તમે નવા મિત્રો બનાવશો. કેટલાક માટે લગ્નની શરણાઈના સૂર અભિપ્રાય છે તો કેટલાકને રોમાન્? મળવાથી તેમનો જુસ્સો વધશે.

કર્ક (ડ,ઢ) :
આજે શારીરિક માંદગીમાંથી સાજા થવાની શક્યતા છે. મોડી પડેલી લેણી નીકળતી રકમ પાછી મળતા આર્થિક સ્થિતિ સુધરશે. ઘરનું કામ થકાવનારું હશે તથા માનસિક તાણનું મોટું કારણ બનશે. રોમાન્સ આનંદદાયક તથા અત્યંત આકર્ષક રહેશે. તમારો આત્મવિશ્વાસ વધી રહ્યો છે તથા તમારો વિકાસ સ્પષ્ટ છે. તમારા દેખાવ અને વ્યક્તિત્વને નીખારવા કરેલા પ્રયત્નો તમારા સંતોષ મુજબનું પરિણામ આપશે.

વૃશ્ચિક (ન,ચ) :
આજે વધારે પડતો પ્રવાસ તમને ઝનૂન પર લાવી મુકશે. આજે તમે મૂડી આસાનીથી ઊભી કરી લેશો-લેણાં નીકળતાં નાણાંની ઉધરાણી કરો-અથવા નવા પ્રોજેક્ટ્સ પર કામ કરવા માટે ધીરાણ માગો. મિત્રો તથા જીવનસાથી આરામ તથા ખુશીઓ લાવશે, એ સિવાય નિસ્તેજ અને ધીમો દિવસ. પ્રિયપાત્ર સાથે બહાર જવાનો પ્રોગ્રામ નિષ્ફળ જવાની શક્યતા છે.

મીન (દ,ચ,ઝ,ય) :
આજે તમારી આશા આજે કોઈક ઉચ્ચ તથા નાજુક ખુશ્બોની જેમ તથા ભપકાદાર ફૂલની જેમ ખીલશે. તામ્ર પૈસા ત્યારેજ તમારા કામ માં આવશે જ્યારે તમે તેને સંચિત કરો આ વાત તમે જેટલી સારી રીતે સમજી લો તે વધારે સારું નહીંતર પાછળ થી તમે પછતાશો.તમારી મદદની જરૂર હોય એવા મિત્રની મુલાકાત લેજો. તમારું પ્રેમ જીવન આજે તમને કશુંક ખરેખર અદભુત આપશે.

