અમદાવાદથી પ્રકાશિત થતું ગુજરાતી દૈનિક

ચેનલ નાઈન નેટવર્ક ગુજરાત

તારીખ : ૧૯ ઓક્ટોબર ૨૦૨૫, રવિવાર | વર્ષ : ૧૭ | તંત્રી : પટેલ સુરેશ રમણલાલ | કિંમત : રૂા. ૨.૦૦
વિક્રમ સંવત ૨૦૮૧, અષાઢ વદ ૧૩ | અંક : ૧૧૦ | અમદાવાદ | 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

ભારત હવે આતંકી હુમલાઓ સામે ચૂપ રહેવાને બદલે સર્જિકલ સ્ટ્રાઈક કરે છેઃ નરેન્દ્ર મોદી

અગાઉની સરકારોએ મજબૂરી તરીકે સુધારા હાથ ધર્યા હતાં, વૈશ્વિક અનિશ્ચિતતાઓ વચ્ચે પણ ભારતે ઝડપથી વિકસતા અર્થતંત્રની ગતિ જાળવી રાખી છે

।(એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા.૧૮।
અગાઉની સરકારોએ મજબૂરીમાં સુધારાઓ કર્યા હતાં, જ્યારે તેમની સરકાર સંપૂર્ણ વિશ્વાસ સાથે દેશના વિવિધ ક્ષેત્રોમાં સુધારા હાથ ધરી રહી છે તેમ જણાવતાં વડાપ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીએ ઉમેર્યુ હતું કે, વર્તમાન સરકારે દરેક જોખમને સુધારામાં પરિવર્તિત કર્યું છે. એક કાર્યક્રમને સંબોધતાં વડાપ્રધાને જણાવ્યું હતુ કે, ભારત હવે અગાઉની જેમ આતંકી હુમલા સામે મૌન ધરીને નથી બેસી રહેતું પરંતુ સર્જિકલ સ્ટ્રાઈક અને હવાઈ હુમલાઓ કરી વળતો જડબાતોડ જવાબ આપે છે. અગાઉની સરકારોએ મજબૂરી તરીકે સુધારા હાથ ધર્યા હતાં, હવે અમે તેને દૃઢ વિશ્વાસ સાથે કરીએ છીએ. અજાણ્યો યુગ વિશ્વ માટે અનિશ્ચિત બાબત હોઈ શકે છે, પરંતુ ભારત માટે આ તક છે કારણ કે તેણે હંમેશા જોખમોને સુધારામાં પરિવર્તિત કર્યા છે તેમ તેમણે જણાવ્યું હતું. હાલ વિશ્વમાં ઠેરઠેર ચાલી રહેલાં યુદ્ધો વચ્ચે પણ ભારતે ઝડપથી વિકસતા અર્થતંત્ર તરીકેની વણથંભી વૃદ્ધિ જાળવી રાખી છે. ભારત હવે અટકવાના મૂડમાં નથી તેમ જણાવતાં પીએમ મોદીએ ઉમેર્યુ હતું કે, હાલમાં વિશ્વ અનેક અવરોધો અને મુશ્કેલીઓનો સામનો કરી રહ્યું છે, તેવામાં વિશ્વના લોકો અવિરત ગતિ કરી રહેલાં ભારત વિશે વાત કરે તે સ્વાભાવિક છે. આપણે અટકીશું નહીં કે, ધીમાં નહીં પડીએ. ૧૪૦ કરોડ ભારતીયો એક સાથે સંપૂર્ણ જોશથી આગળ વધી રહ્યાં છે. ભારત નબળી પાંચ અર્થવ્યવસ્થાઓમાંથી વિકાસ પામીને વિશ્વની ટોચની પાંચ અર્થવ્યવસ્થામાં સ્થાન પામ્યું છે. ચીપ્સથી લઈને શિપ સુધીના ક્ષેત્રોમાં ભારત આત્મનિર્ભર બન્યું છે. કોંગ્રેસના સમયમાં બેન્કોના રાષ્ટ્રીયકરણને લીધે નોન-પરફોર્મિંગ એસેટ્સ (એનપીએ)ની જંગી સમસ્યા સર્જી હોવાનું જણાવતાં તેમણે ઉમેર્યુ હતું કે, નાણાકીય અને અન્ય સંસ્થાઓનું લોકશાહીકરણ એ ભારતના વિકાસની મુખ્ય ચાવી છે. ભારતના નાગરિકો જ તેની સૌથી મોટી તાકાત છે, અને સરકારનું દબાણ કે હસ્તક્ષેપ ના હોય તો તેઓ ઉત્તમ દેખાવ કરી શકે છે.

કોર્ટો રૂટિન કેસોમાં નિયમિત રીતે CBI તપાસનો આદેશ ના આપેઃ સુપ્રીમ કોર્ટ

।(એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા.૧૮।
દેશની કોર્ટ દ્વારા નિયમિત રીતે સીબીઆઈ તપાસનો આદેશ આપવો જોઈએ નહીં અને અદાલતોએ તેનો ઉપયોગ સંયમ તથા સાવધાનીપૂર્વક કરવો જોઈએ તેમ સુપ્રીમ કોર્ટે જણાવ્યું છે. સર્વોચ્ચ અદાલતના જજ જસ્ટિસ જે કે મહેશ્વરી અને વિજય બિશ્નોઈની ખંડપીઠે અલ્હાબાદ હાઈકોર્ટનો એક આદેશ જેમાં સીબીઆઈ તપાસનો નિર્દેશ આપવામાં આવ્યો હતો તેને બાજુમાં રાખતા આ અવલોકન કર્યું હતું.અલ્હાબાદ હાઈકોર્ટે ઉત્તર પ્રદેશ વિધાન પરિષદના કર્મચારીઓની ભરતી પ્રક્રિયામાં કથિત અનિયમિતતાઓ અંગે સીબીઆઈ તપાસનો આદેશ આપ્યો હતો. સુપ્રીમ કોર્ટે આ મામલે જણાવ્યું કે, સીબીઆઈ તપાસના નિર્દેશ માટેની સત્તાનો ઉપયોગ સંયમપૂર્વક, સાવધાનીપૂર્વક તથા અપવાદરૂપ પરિસ્થિતિમાં જ કરવો જોઈએ. સુપ્રીમ કોર્ટે સતત ચેતવણી ઉચ્ચારી છે કે, સીબીઆઈ તપાસનો ઉપયોગ નિયમિત રીતે અથવા કોઈ પક્ષ રાજ્ય પોલીસ અંગે ચોક્કસ શંકાઓ વ્યક્ત કરે છે અથવા આત્મવિશ્વાસનો અભાવ ધરાવે તે માટે ના કરવો જોઈએ. બેન્ચના મતે સંલગ્ન કોર્ટે એ બાબતથી સંતુષ્ટ થવી જોઈએ કે રજૂ કરાયેલી સામગ્રી પરથી પ્રાથમિક દૃષ્ટિએ ગુનાનો સંકેત મળે છે.

કાનૂની જોગવાઈના અભાવે ૧૫ કરોડ બાળકો ભોગ બની રહ્યાંની રજૂઆત

ઈ-સ્પોર્ટ્સની આડમાં ચાલતા ઓનલાઈન ગેમ્બલિંગ પર પ્રતિબંધ મૂકવા સુપ્રીમમાં અરજી

જસ્ટિસ જે બી પારડીવાલા અને કે વી વિશ્વનાથનની બેન્ચે અરજદારને પોતાની રજૂઆતની નકલ કેન્દ્ર સરકારના કાઉન્સિલને આપવા હુકમ કર્યો હતો

।(એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા.૧૮।
સોશિયલ સાઈટ્સ અને ઈ-સ્પોર્ટ્સ ગેમ્સની આડમાં ધમધમી રહેલા રહેલા ઓનલાઈન ગેમ્બલિંગ પર પ્રતિબંધ મૂકવાની માગણી સાથે સુપ્રીમ કોર્ટમાં અરજી થઈ છે. કાયદામાં ઓનલાઈન જુગારની બદીને ડામવાની જોગવાઈનો અભાવ હોવાથી ૧૫ કરોડ બાળકો તેનો ભોગ બની રહ્યા હોવાની રજૂઆત સાથે કાયદો ઘડવા માટે કેન્દ્ર સરકારને નિર્દેશ આપવા સુપ્રીમ કોર્ટ સમક્ષ દાદ માગવામાં આવી હતી. જસ્ટિસ જે બી પારડીવાલા અને કે વી વિશ્વનાથનની બેન્ચે અરજદારને

પોતાની રજૂઆતની નકલ કેન્દ્ર સરકારના કાઉન્સિલને આપવા હુકમ કર્યો હતો. આ સાથે કોર્ટે નોંધ્યુ હતું કે, આ મુદ્દો મહત્ત્વનો છે. કેન્દ્ર સરકારના વકીલને તેની નકલ આપો તેઓ યોગ્ય જવાબ સાથે આગામી મુદતે હાજર રહેશે. સેન્ટર ઓફ એકાઉન્ટેબિલિટી એન્ડ સીસ્ટેમિક ચેન્જ અને શૌર્ય તિવારી દ્વારા થયેલી અરજીમાં દાવો કરાયો હતો કે, તેનાથી દેશમાં વ્યાપકપણે આર્થિક અને સામાજિક નુકસાન થઈ રહ્યું છે. અરજદાર તરફથી રજૂઆત થઈ હતી કે, વર્તમાન કાયદામાં જોગવાઈનો અભાવ હોવાથી ૧૫ કરોડ બાળકો તેનો ભોગ બની રહ્યા છે. બંધારણ મુજબ સટ્ટો અને જુગાર રાજ્ય સરકારના કાર્યક્ષેત્રમાં આવે છે, પરંતુ કેન્દ્ર સરકારને આ પ્રકારના પ્રતિબંધ મૂકતા હુકમ કરવાની સત્તા છે. કેન્દ્ર સરકારે સંસદમાં આપેલા જવાબ મુજબ, ૧,૨૫૮ ગેમિંગ એપ્સ બ્લોક કરવામાં આવી છે.

મોઝામ્બિકમાં મોટી દુર્ઘટના, દરિયામાં બોટ પલટી જતાં 3 ભારતીયોના મોત

।(એજન્સી) મોઝામ્બિક, તા.૧૮।
મોઝામ્બિકમાં થયેલા કરુણ અકસ્માતમાં ભારતીય નાગરિકોના મોતના દુઃખદ સમાચાર સામે આવ્યા છે. બેઈરા બંદરગાહના કિનારેથી ટેક્ર ચાલકોના એક જૂથને જહાજ તરફ લઈ જતી વખતે આ બોટ દુર્ઘટનાગ્રસ્ત થઈ હતી, જેમાં ૩ ભારતીયોનું ઘટનાસ્થળે જ મૃત્યુ થયું છે અને અન્ય ૫ લોકો ગુમ છે. શુક્રવારે બનેલી આ ઘટનામાં હોડીમાં ભારતીય મૂળના કુલ ૧૪ નાગરિકો સવાર હતા. મોઝામ્બિક સ્થિત ભારતીય હાઈ કમિશન દ્વારા આ દુર્ઘટનાની પુષ્ટિ કરવામાં આવી છે.

ટેરિફ લાગુ કરવા ૮૫ યુએસ સેનેટર્સે સંમતિ આપવા

ચીને વર્ષો સુધી અમેરિકાને નીચોવ્યું, હવે ૧૫૭ ટકા ટેરિફ ભરશે : ડોનાલ્ડ ટ્રમ્પ

।(એજન્સી) વોશિંગ્ટન , તા.૧૮ ।
યુએસ પ્રમુખ ડોનાલ્ડ ટ્રમ્પે ચીનના સામાન પર અતિરિક્ત ૧૦૦ ટકા ટેરિફ લાગુ કરવાની ચીમકી સંદર્ભે કહ્યું હતું કે, જોકે આ ટેરિફ ટકી શકે તેમ નથી. પરંતુ આ નિર્ણય લેવા માટે ચીને ફરજ પાડી હતી. વધુમાં ટ્રમ્પે જણાવ્યુ હતું કે, ચીને વર્ષો સુધી અમેરિકાને નિચોવ્યું છે અને હવે ૧૫૭ ટકા ટેરફ ભરવા ચીને તૈયાર રહેવું પડશે. ચીન પર જંગી ટેરિફની અસર અમેરિકાના અર્થતંત્ર પર પડવાની સંભાવના અંગે વાત કરતા ટ્રમ્પે કહ્યુ હતું કે, ટેરિફનું પ્રમાણ કદાચ એટલું મોટું નથી. આ ટેરિફ પણ શક્ય બની શકે છે, પરંતુ આમ કરવા ચીને ફરજ પાડી છે. ચીન લાંબા સમયથી અમેરિકા સાથે અન્યાયી પદ્ધતિઓ અજમાવી રહ્યું

હોવાનો દાવો કરતા ટ્રમ્પે કહ્યુ હતું કે, ચીનને હંમેશા પોતાનો લાભ જોઈતો હોય છે. ચીને વર્ષો સુધી અમેરિકાને નિચોવ્યું છે. ચીનના ઘણાં યુવાનો અમેરિકામાં આવીને વસ્યા હોવાનું જણાવતા ટ્રમ્પે કહ્યું હતું કે તેઓ અમેરિકામાંથી નાણાં બહાર લઈ જતા હતા, પરંતુ હવે સ્થિતિ ઊલ્ટી થઈ છે. અમેરિકાએ તેનો મજબૂત રીતે મુકાબલો કર્યો છે અને ચીન માત્ર શક્તિનો જ આદર કરે છે. આ મહિને ચીનના પ્રમુખ જિનપિંગ સાથે મુલાકાતની પુષ્ટિ કરતા ટ્રમ્પે કહ્યુ હતું કે, શું થશે તેની ખબ નથી. હવે જોઈએ શું થાય છે? યુએસના ટ્રેઝરી સેક્રેટરી સ્કોટ બેસન્ટે ચીન પર ટેરિફ લાગુ કરવાના નિર્ણયને મુલતવી રાખવાના સંકેત આપ્યા બાદ પણ ટ્રમ્પે આ નિવેદન કર્યુ છે. જો કે ટ્રમ્પના દરેક નિર્ણયમાં સાથે રહેવાની ખાતરી આપતા બેસન્ટે જણાવ્યુ હતું કે, ચીન પર ૫૦૦ ટકા ટેરિફ લાગુ કરવાની સત્તા ટ્રમ્પને આપવા ૮૫ યુએસ સેનેટર્સ તૈયાર છે.

ટ્રમ્પનો મોટો દાવો

ચપટી વગાડતાં જ અફઘાનિસ્તાન અને પાકિસ્તાનનું યુદ્ધ અટકાવી શકું છુ

।(એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા.૧૮।
અમેરિકન પ્રમુખ ડોનાલ્ડ ટ્રમ્પે એકવાર ફરી ૮ યુદ્ધ રોકવાનો દાવો કર્યો અને કહ્યું કે, તેમને આ માટે નોબેલ પુરસ્કાર ન મળ્યો. ટ્રમ્પે અફઘાનિસ્તાન અને પાકિસ્તાન વચ્ચે શરૂ સંઘર્ષનો ઉલ્લેખ કરતા કહ્યું કે,

તેમના માટે આ યુદ્ધ અટકાવવું ખૂબ સરળ છે.

ડોનાલ્ડ ટ્રમ્પે શુક્રવારે (૧૭ ઓક્ટોબર) યુક્રેનના પ્રમુખ વોલોદિમીર ઝેલેન્સ્કી સાથે લંચ બાદ મીડિયા સાથે વાતચીત કરી હતી. આ દરમિયાન તેમણે ફરી એકવાર લાખો લોકોનો જીવ બચાવવાનો દાવો કર્યો અને આશ્વાસન આપ્યું કે, અફઘાનિસ્તાન અને પાકિસ્તાન વચ્ચે સંઘર્ષ ખતમ કરવામાં સરળતા મળશે. ટ્રમ્પે કહ્યું કે, 'હું સમજું છું કે, પાકિસ્તાને હુમલો કર્યો છે અથવા અફઘાનિસ્તાનમાં હુમલા થઈ રહ્યા છે. જો મારે આને રોકવું હોય તો આ કામ મારા માટે સરળ છે. મને લોકોને મરતા રોકવાનું સારૂ લાગે છે. મેં લાખો લોકોનો જીવ બચાવ્યો છે અને મને લાગે છે કે, આ યુદ્ધ રોકવામાં મને સફળતા મળશે.'

૧૪ નવેમ્બરે પરિણામ જાહેર થશે

બિહાર ચૂંટણીમાં રોકડ, દારૂની હેરફેર પર એજન્સીઓ ચાંપતી નજર રાખેઃ ચૂંટણી પંચ

।(એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા.૧૮।
બિહાર વિધાનસભા ચૂંટણીને પગલે મતદારોને લલચાવવા રોકડ, ડ્રગ્સ, દારૂ સહિતની વસ્તુઓની હેરાફેરી પર સંલગ્ન એજન્સીઓ તથા સુરક્ષા દળોને સક્રિય રીતે નજર રાખવા ચૂંટણી પંચે જણાવ્યું છે. રોકડ તથા પ્રલોભનોને અટકાવવા માટે વ્યાપક રૂપરેખા ઘડવા માટે એક બેઠક બોલાવાઈ હતી. ઉલ્લેખનીય છે કે બિહારમાં દારૂબંધી છે જેને પગલે ચૂંટણીને અનુલક્ષીને દારૂની ખેપો વધવાની સંભાવના નકારી શકાતી નથી. વિવિધ એજન્સીઓએ બેઠકમાં તેમની તૈયારીઓ, લેવાયેલા પગલાં અને પ્રસ્તાવિત કામગીરી

અંગે ચૂંટણી પંચને વાકેફ કર્યુ હતું. રાજ્યમાં પ્રલોભનો મુક્ત ચૂંટણી યોજવા માટે એજન્સીઓએ પ્રતિબદ્ધતા દર્શાવી હતી. ચૂંટણી પંચના મતે ચૂંટણીને ડહોળવા માટે નાણાંના દુરૂપયોગ તથા અન્ય પ્રલોભનો પર રોક લગાવવા સંબંધિત વિવિધ વિષયો પર માહિતી અપાઈ હતી. કાયદાકીય સંસ્થાઓ વચ્ચે આર્થિક ગુના ઉપરાંતની ગુપ્તચર માહિતીનું આદાનપ્રદાન તથા સહયોગ જરૂરી બની રહે છે. બેઠકમાં સીબીડીટી, ઈડી, ડીઆરઆઈ, આરબીઆઈ, આરપીએફ, સીઆઈએસએફ, બીએસએફ, સીઆરપીએફ સહિત ૧૭ વિભાગો હાજર હતા. બિહાર વિધાનસભા ચૂંટણીમાં પ્રથમ તબક્કાનું મતદાન ૬ નવેમ્બરે તથા બીજા તબક્કાનું ૧૧ નવેમ્બરે યોજાશે. ૧૪ નવેમ્બરે પરિણામ જાહેર થશે.

સીઝફાયરનું ઉલ્લંઘન કરાયું

અફઘાનિસ્તાનમાં પાકિસ્તાનની એરસ્ટ્રાઈક, ત્રણ ક્રિકેટર્સ સહિત ૧૦ના મોત નિપજ્યાં

।(એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા.૧૮।
પાકિસ્તાન અને અફઘાનિસ્તાન વચ્ચે સરહદે ટેન્શન વધી ગયું છે. બંને દેશો વચ્ચે શુક્રવારે ૪૮ કલાકના સીઝફાયર અંગે સહમતિ થયાના અમુક જ કલાક બાદ તાલિબાને પાકિસ્તાન પર અફઘાનિસ્તાનના પક્તિકા પ્રાંતમાં હવાઈ હુમલા કરવાનો આરોપ મૂક્યો. પાકિસ્તાને ડુરન્ડ લાઈનની નજીક પક્તિકા પ્રાંતના અનેક જિલ્લાને નિશાન બનાવતા હવાઈ હુમલા કર્યા હતા. જ્યારે આ હુમલામાં ૩ અફઘાની ક્રિકેટર્સ સહિત કુલ ૧૦ લોકો મૃત્યુ પામી ગયા હતા. આ મામલે અફઘાનિસ્તાન ક્રિકેટ બોર્ડે પણ પાકિસ્તાનના હવાઈ હુમલામાં ત્રણ ક્રિકેટર્સ ગુમાવવા પર ગાઢ શોક વ્યક્ત કર્યો હતો. આ દુઃખદ ઘટના પક્તિકા પ્રાંતના ઉરગુન જિલ્લામાં બની હતી જ્યાં પાકિસ્તાની એર સ્ટ્રાઈકમાં અફઘાની ક્રિકેટર કબીર, સિબગાતુલ્લા અને હારુન સહિત કુલ ૧૦ લોકો મૃત્યુ પામી ગયા હતા. જ્યારે અનેક લોકો ઈજાગ્રસ્ત થયાની પણ માહિતી છે જેમાંથી ઘણાની હાલત નાજુક હવાથી મૃતકાંક વધવાની શક્યતા છે.

ન્યુઝ બોક્ષ

ગુજરાત સરકારના મંત્રીમંડળનું જાતિગત અને પ્રાદેશિક સમીકરણ

। (એજન્સી) ગાંધીનગર, તા.૧૮ ।

મુખ્યમંત્રી ભૂપેન્દ્ર પટેલના નેતૃત્વ હેઠળના મંત્રીમંડળમાં કુલ ૨૬ નેતાઓને સ્થાન આપવામાં આવ્યું છે, જેમાં પ્રદેશિક અને જાતિગત સંતુલન જાળવવાનો પ્રયાસ સ્પષ્ટ દેખાય છે. મંત્રીમંડળમાં ૧૯ નવા ચહેરાઓને તક મળી છે, જ્યારે ૬ જૂના જોગીઓને રિપીટ કરવામાં આવ્યા છે. પ્રાદેશિક દૃષ્ટિએ જોઈએ તો મંત્રીમંડળમાં સૌરાષ્ટ્ર-કચ્છ પ્રદેશનું વર્ચસ્વ જોવા મળે છે. સૌરાષ્ટ્ર-કચ્છમાંથી સૌથી વધુ ૯ નેતાઓને સ્થાન મળ્યું છે, જે મંત્રીમંડળમાં તેમનો દબદબો સૂચવે છે. આ પ્રદેશમાંથી ત્રિકમ છાંગા (અંજાર), કાંતિ અમૃતિયા (મોરબી), કુંવરજી બાવળીયા (જસદણ), રિવાબા જાડેજા (જામનગર ઉત્તર), અર્જુન મોઢવાડિયા (પોરબંદર), ડૉ. પ્રદ્યુમન વાજા (કોડિનાર), કૌશિક વેકરિયા (અમરેલી), પરશોત્તમ સોલંકી (ભાવનગર ગ્રામ્ય) અને જીતુ વાઘાણી(ભાવનગર પશ્ચિમ)ને સ્થાન મળ્યું છે. જ્યારે દક્ષિણ ગુજરાતમાંથી ૬ નેતાઓનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે. જેમાં ઈશ્વર સિંહ પટેલ, પ્રફુલ્લ પાનસેરિયા, હર્ષ સંઘવી, જયરામ ગામીત, નરેશ પટેલ અને કનુ દેસાઈનો સમાવેશ થાય છે. મધ્ય ગુજરાતમાંથી મુખ્યમંત્રી ભૂપેન્દ્ર પટેલ (ઘાટલોડિયા) સહિત ૭ નેતાઓને સ્થાન આપવામાં આવ્યું છે, જે અન્ય પ્રદેશોની સરખામણીમાં વધુ છે. જેમાં દર્શનાબહેન વાઘેલા, કમલેશ પટેલ, જયસિંહ મહિડા, રમેશ કટારા, મનીષા વકીલ અને રમણ સોલંકી પણ સામેલ છે. ઉત્તર ગુજરાતમાંથી ૪ નેતાઓને સ્થાન મળ્યું છે, જેમાં સ્વરુપજી ઠાકોર, પ્રવીણ માળી, ઋષિકેશ પટેલ અને પી.સી. બરંડાનો સમાવેશ થાય છે. નવા મંત્રીમંડળમાં પાટીદાર અને ઓ.બી.સીને પ્રાધાન્ય આપવમાં આવ્યું છે. મંત્રીમંડળમાં સામાજિક સંતુલન જાળવવા માટે વિવિધ જાતિઓને પ્રતિનિધિત્વ આપવામાં આવ્યું છે. ઓ.બી.સી.માંથી સૌથી વધુ ૮ નેતાઓને સ્થાન આપીને ઓ.બી.સી. (અન્ય પછાત વર્ગ) મતદારોને વિશેષ મહત્ત્વ અપાયું છે. જ્યારે સત્તાધારી પક્ષના મુખ્ય આધારસ્તંભ ગણાતા પાટીદાર સમાજના ૭ નેતાઓને મંત્રીમંડળમાં સ્થાન મળ્યું છે. તો બીજી તરફ એસ.ટી. (અનુસૂચિત જનજાતિ) ૪ નેતાઓનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે અને એસ.સી. (અનુસૂચિત જાતિ): ૩ નેતાઓને મંત્રીમંડળમાં સ્થાન મળ્યું છે. મંત્રીમંડળમાં ત્રણ મહિલાઓનો સમાવેશ કરીને મહિલા પ્રતિનિધિત્વની ગેરહાજરી નિવારવાનો પ્રયાસ કરવામાં આવ્યો છે.

નીતિશ કુમારને મળ્યા અમિત શાહ, મિનિટ વાતચીત થઈ

। (એજન્સી) પટણા, તા.૧૮ ।

કેન્દ્રીય ગૃહમંત્રી અમિત શાહ આજે બિહારની મુલાકાતે છે. તેઓ પટનામાં મુખ્યમંત્રી નીતિશ કુમારને મળ્યા હતા અને આ મુલાકાત લગભગ ૨૦ મિનિટ ચાલી હતી. આ બેઠક દરમિયાન ચૂંટણી તૈયારીઓ અંગે ચર્ચા થઈ હતી. જોકે, NDAમાં સીટ-વહેંચણી વ્યવસ્થાને પહેલાથી જ અંતિમ સ્વરૂપ આપવામાં આવ્યું છે. તે મુજબ, ભારતીય જનતા પાર્ટી અને જનતા દળ (યુનાઈટેડ) ૧૦૧-૧૦૧ બેઠકો પર ચૂંટણી લડશે. અમિત શાહે જણાવ્યું કે, NDA નીતિશ કુમારના નેતૃત્વમાં બિહારની ચૂંટણી લડી રહ્યું છે, પરંતુ તેમણે હજુ સુધી મુખ્યમંત્રી પદના ઉમેદવાર અંગે કોઈ ખુલાસો કર્યો નથી. સૂત્રોના જણાવ્યા અનુસાર, નીતિશ મુખ્યમંત્રી પદના ઉમેદવાર તરીકે પ્રોજેક્ટ કરવા માંગતા હતા, પરંતુ ભાજપ આ માટે તૈયાર નહોતું. બેઠક વહેંચણી કરારથી NDA માં ખળભળાટ મચી ગયો છે. ભાજપ અને JDU એ ૧૦૧ બેઠકો જાળવી રાખી છે.

જિલ્લા કલેકટરશ્રી અમિત પ્રકાશ યાદવના અધ્યક્ષ સ્થાને જિલ્લા બાળ કલ્યાણ અને સુરક્ષા સમિતિની ત્રિમાસિક બેઠક યોજાઇ

આ વર્ષના ચોમાસામાં સુજલામ-સુફલામ અને સૌની યોજના દ્વારા ઉત્તર ગુજરાત અને સૌરાષ્ટ્ર- કચ્છને પાણીનું વિતરણ કર્યું છે

। (માહિતી) અમદાવાદ, તા.૧૮ ।

જિલ્લા કલેકટરશ્રી અમિત પ્રકાશ યાદવના અધ્યક્ષ સ્થાને જિલ્લા બાળ કલ્યાણ અને સુરક્ષા સમિતિની ત્રિમાસિક બેઠક આજરોજ કલેકટર કચેરી, નડિયાદ ખાતે યોજાઇ હતી. કલેકટરશ્રીએ આ બેઠકમાં એચઆઈવી ગ્રસ્ત દર્દીના બાળકોની સ્ક્રુટીની કરીને તેમના બાળકોને શેરો પોઝિટિવ ઈલનેસ યોજના હેઠળ લાભ આપવા માટે ખાસ ભાર મૂક્યો હતો. હાલ ખેડા જિલ્લામાં પાલક માતા-પિતા યોજના અંતર્ગત ૬૧૪ બાળકો તેમજ એક વાલી મુખ્યમંત્રી બાળ સેવા યોજનામાં ૨૮૭ બાળકો લાભ લઈ રહ્યા છે. કાયદાના સંઘર્ષમાં આવેલા બાળકોના સુધાર હોમ બાબતે, પોકસો પીડિત બાળકો અને નારી કેન્દ્ર બાબતે પણ કલેકટરશ્રીએ વિગતે ચર્ચા કરી હતી. બાળકોને દત્તક લેવાની બાબતમાં કલેકટરશ્રી અમિત પ્રકાશ યાદવ અંગત રસ લઈને સૂક્ષ્મ તપાસ અને નિરીક્ષણ બાદ જ આ અંગે મંજૂરી આપે છે તે નોંધનીય છે એમ બાળ સુરક્ષા અધિકારીએ જણાવ્યું હતું. જિલ્લા બાળ સુરક્ષા અધિકારીશ્રી મહેશભાઈ પટેલે આ બેઠકમાં જિલ્લામાં વિવિધ સ્થળોએ એપ્રિલ ૨૦૨૫ થી સપ્ટેમ્બર ૨૦૨૫ સુધી બાળ સુરક્ષા અંગે કરાએલ કામગીરી અને બાબતો અંગે રજુઆત કરી હતી. જિલ્લા બાળ સુરક્ષા એકમ દ્વારા કરવામાં આવેલ કામગીરી પૈકી પાલક માતા-પિતા યોજના, સ્પોન્સરશીપ યોજના, શેરો પોઝીટીવ ઈલનેસ શીષ્યવૃત્તિ, મુખ્યમંત્રી બાળ સેવા યોજના, પી.એમ. કેર ફોર ચિલ્ડ્રન સ્કીમની કામગીરીની ,મિશન વાત્સલ્ય યોજના હેઠળ જિલ્લા બાળ સુરક્ષા એકમ, નડિયાદ સંચાલિત ચાઈલ્ડ હેલ્પ લાઈન ૧૦૯૮ , એડોપ્શન રેગ્યુલેશન ૨૦૨૨ અંતર્ગત કરેલ કામગીરીની સમીક્ષા કરવામાં આવી હતી.

જુવેનાઈલ જસ્ટિસ એક્ટ ૨૦૧૫ હેઠળ રજીસ્ટર થયેલ હિન્દુ અનાથ આશ્રમ અને માતૃછાયા અનાથાશ્રમમાં આશ્રિત છોકરાઓ અને છોકરીઓની સ્થિતિ અંગે માહિતી રજૂ કરવામાં આવી હતી. તેમના દ્વારા કાળજી અને રક્ષણની જરૂરિયાતવાળા બાળકોના કેસ વિગત દર્શાવતી માહિતી જિલ્લા કલેકટરશ્રી સમક્ષ રજૂ કરવામાં આવી હતી.જનજાગૃતિ કાર્યક્રમો,રેલી,શિબિર અને અભિયાનો વિશે માહિતી રજૂ કરવામાં આવી હતી. અને આ અંગે જિલ્લા કલેકટરશ્રી દ્વારા માર્ગદર્શક સૂચનો આપવામાં આવ્યા હતા. આ સિવાય બાળ સુરક્ષા એકમ દ્વારા ઘર તપાસ બાદ પાલક માતા-પિતા યોજના હેઠળ આવેલી નવી દરખાસ્તો, કાયદાના સંઘર્ષમાં આવેલ બાળકોનો સામાજિક અન્વેક્ષણ અહેવાલ, દીકરી લગ્ન સહાય યોજના વગેરે અંગે માહિતી આપતા પત્રકો રજૂ કરવામાં આવ્યા હતા. આ બેઠકમાં સવશ્રી જિલ્લા કાનુની સેવા સત્તા મંડળના સેક્રેટરી નામદાર જજશ્રી ડી.બી.જોશી, સભ્ય શ્રી નાલસા, નાયબ પોલીસ અધિક્ષકશ્રી દિવ્યાબેન, જિલ્લા સમાજ સુરક્ષા અધિકારીશ્રીના પ્રતિનિધિશ્રી એસ.એમ વોરા, વહીવટી તંત્રના સંબંધિત અધિકારીશ્રીઓ, માતૃછાયા અનાથ આશ્રમ અને હિન્દુ અનાથાશ્રમના અધિક્ષકશ્રી સહિત જિલ્લા બાળ સુરક્ષા એકમના કર્મયોગીઓ હાજર રહ્યા હતા.

મધ્ય ગુજરાતના ૯ જિલ્લાના ૨.૧૬ લાખ શ્રમયોગીઓને રૂ.૩૮૮.૦૬ કરોડ બોનસ પેટે મળશે

૯ જિલ્લામાં આવેલા ૪૪૮ ઔદ્યોગિક અને વાણિજ્ય એકમોએ શ્રમયોગીઓને દિવાળીનો આનંદ વહેંચ્યો

। (એજન્સી) અમદાવાદ, તા.૧૮ ।

મધ્ય ગુજરાત હેઠળ આવતા વડોદરા ઉપરાંત ભરૂચ, નડિયાદ, આણંદ, મહિસાગર, પંચમહાલ, દાહોદ, નર્મદા અને છોટાઉદેપુર જિલ્લામાં આવેલા કુલ ૪૪૮ ઔદ્યોગિક અને વાણિજ્ય એકમો દ્વારા કુલ ૨.૧૬ લાખ જેટલા શ્રમયોગીઓને રૂ.૩૮૮ કરોડ જેટલી રકમ બોનસ રૂપે ચૂકવવામાં આવી છે. નાયબ શ્રમ આયુક્ત શ્રી એ. એન. ડોડિયાએ જણાવ્યું કે, બોનસ ચુકવણી અધિનિયમ, ૧૯૬૫ હેઠળ ઔદ્યોગિક એકમો અને વાણિજ્ય સંસ્થાઓમાં વર્ષ ૨૦૨૪-૨૫ માટેના શ્રમયોગીઓને બોનસ ચુકવવાની પ્રક્રિયા શરૂ કરવામાં આવી છે. બોનસ ચૂકવવા માટેની અંતિમ તારીખ ૩૦ નવેમ્બર, ૨૦૨૫ નક્કી કરવામાં આવી છે. પરંતુ ગુજરાત રાજ્યમાં શ્રમયોગીઓને દિવાળીના તહેવાર પૂર્વે જ બોનસનો લાભ મળી રહે તે માટે રાજ્ય સરકારે પહેલ કરીને વહેલી તકે બોનસ ચુકવવા માટે ઉદ્યોગ એકમોને સૂચના આપી હતી. શ્રમયોગીઓની દિવાળીને આનંદમય બનાવવા માટે રાજ્યના વિવિધ જિલ્લાઓમાં કાર્યરત ઔદ્યોગિક અને વાણિજ્ય એકમોએ દિવાળીને પૂર્વે બોનસ ચુકવવાની પ્રક્રિયા શરૂ કરી છે. આ પ્રયાસથી શ્રમયોગીઓ અને તેમના પરિવારને તહેવારની ઉજવણી માટે આનંદ છવાયો છે. રાજ્યના રીજનલ હેડ ઓફિસ વડોદરા, ભરૂચ, નડિયાદ, આણંદ, મહિસાગર, પંચમહાલ, દાહોદ, નર્મદા અને છોટાઉદેપુર જિલ્લામાં આવેલ કુલ ૪૪૮ ઔદ્યોગિક અને વાણિજ્ય એકમો દ્વારા કુલ ૨,૧૬,૦૬૬ શ્રમયોગીઓને રૂ.૩૮૮,૦૬,૦૬,૦૮૬ જેટલી રકમ બોનસ રૂપે ચૂકવવામાં આવી રહી છે. શ્રમ અને રોજગાર વિભાગ દ્વારા પણ જિલ્લાવાર સમીક્ષા કરીને ઉદ્યોગ એકમોને બોનસ ચુકવણીની પ્રક્રિયા સમયસર પૂર્ણ કરવા માટે માર્ગદર્શન અપાયું છે. દરેક શ્રમયોગી સુધી બોનસની રકમ પારદર્શક રીતે અને સમયમર્યાદામાં પહોંચે તે બાબત શ્રમ અને રોજગાર વિભાગ દ્વારા સુનિશ્ચિત કરવામાં આવી છે. જિલ્લાવાર સમીક્ષા કરીને ઉદ્યોગ એકમોને બોનસ ચુકવણીની પ્રક્રિયા સમયસર પૂર્ણ કરવા માટે માર્ગદર્શન અપાયું છે. દરેક શ્રમયોગી સુધી બોનસની રકમ પારદર્શક રીતે અને સમયમર્યાદામાં પહોંચે તે બાબત શ્રમ અને રોજગાર વિભાગ દ્વારા સુનિશ્ચિત કરવામાં આવી છે.

કોબાની ટ્રી ટ્રોપ કન્સ્ટ્રક્શન સાઇટની ઘટના

મજૂરીના બાકી ૧૦ લાખ નહીં મળતા પેટા કોન્ટ્રાક્ટરનો ફાંસો ખાઈ આપઘાત

। (એજન્સી) ગાંધીનગર, તા.૧૮ ।

બાંધકામ સાઈટના કોન્ટ્રાક્ટરે મજૂરી પેટે બાકી નીકળતા રૂપિયા ૧૦ લાખની રકમ નહીં મળતા નાસીપાસ થઈ ગયેલા મુકાદમે આપઘાત કરી લીધો હોવાનો બનાવ ગાંધીનગરના કોબા ખાતેની કન્સ્ટ્રક્શન સાઈટ પર બન્યો હતો. ચોંકાવનારા બનાવની ફરિયાદના આધારે ઈન્ફોસિટી પોલીસે કોન્ટ્રાક્ટર વિરુદ્ધ માનસિક ત્રાસ અને આત્મહત્યા માટે દુષ્પ્રેરણા કરવાનો ગુનો દાખલ કરી તપાસ હાથ ધરી છે.દાહોદના રાહુલ નરસુભાઈ પસાયાએ નોંધાવેલી ફરિયાદ મુજબ બનાવની વિગત એવી છે કે તેમના મોટાભાઈ અર્જુનભાઈએ કોબા ખાતેના કે. રાહેજા રોડ પર આવેલી ટ્રી ટોપ કન્સ્ટ્રક્શન સાઈટ પર આર.સી.સી.નું કામ સાઈટ કોન્ટ્રાક્ટર કૌશિકસિંહ રાજપૂત પાસેથી મજૂરીના ભાવથી રાખ્યું હતું. જેથી અર્જુને ૧૫ માણસો સાઈટ પર રાખી સાઈટના છ અને B બ્લોકના બેઝમેન્ટથી માંડીને પહેલા માળ સુધીનું કોન્ક્રીટિંગનું કામ કર્યું હતું. તે કામ પેટે કોન્ટ્રાક્ટર કૌશિકસિંહ રાજપૂત પાસેથી રૂ. ૧૦ લાખની રકમ લેવાની નીકળતી હતી. તેની ઉઘરાણી કરવા છતાં કૌશિકસિંહ પૈસા આપતો ન હતો. આ દરમિયાન પંદર દિવસ પહેલા રાહુલે તેના પિતા નરસુભાઈને બોલાવ્યા હતા. ત્યારે રાહુલ અને અર્જુન સાથે નરસુભાઈ સાઈટ ઉપર કૌશિકસિંહને મળી દિવાળીના તહેવારો હોવાથી મજૂરોને પગાર આપવા માટે પૈસાની માગણી કરી હતી. મજૂરોને તહેવારમાં પગાર નહીં આપી શકે તો આત્મહત્યા કરવી પડશે તેમ કહી અર્જુને મજબુરી વર્ણવી હોવા છતાં કોન્ટ્રાક્ટરે પૈસા આપવાની ના પાડી દીધી હતી અને એકાએક ઉશ્કેરાઈ ગયેલા કૌશિકસિંહે જાતિવિષયક અપશબ્દો બોલી પુત્રોની સામે નરસુભાઈને લાફો માર્યો હતો. તે દિવસે અર્જુન બહુ રડ્યો હતો. સાઈટ એન્જિનિયરે રૂપિયા અપાવી દેવાની હૈયા ધારણા આપતા કામ ચાલુ રાખ્યું હતું. જોકે ૧૩ ઓક્ટોબરે પણ અર્જુને પૈસાની ઉઘરાણી કરતા કૌશિકસિંહે ઝપાઝપી કરી પૈસા આપવાનો ઈનકાર કરી દીધો હતો. એ દિવસે રાત્રે પણ અર્જુન બહુ રડ્યો હતો અને રાહુલને કહ્યું હતું કે, ૧૦ લાખ નહીં મળે તો મજૂરોને પગાર નહીં ચૂકવી શકીએ તેવું કહી મરવાની વાતો કરતો હતો.

નવા મંત્રીમંડળની ટીમ તૈયાર

નવા મંત્રીમંડળની ટીમમાં ત્રણ મહિલા ધારાસભ્યોને મળ્યું સ્થાન

ઉત્તર જામનગરના ધારાસભ્ય,રિવાબા, આસરવાના દર્શના વાઘેલા અને વડોદરાના ધારાસભ્ય મનીષા વકીલનો સમાવેશ

। (એજન્સી) ગાંધીનગર, તા.૧૮ ।

નવા મંત્રીમંડળની રચના થઈ ચૂકી છે. સત્તાવાર યાદી પણ જાહેર થઈ ચૂકી છે. નવા મંત્રીમંડળની યાદીમાં ત્રણ મહિલા ધારાસભ્યોનો સમાવેશ પણ થાય છે. આ યાદીમાં ઉત્તર જામનગરના ધારાસભ્ય,રિવાબા, આસરવાના દર્શના વાઘેલા અને વડોદરાના ધારા સભ્ય મનીષા વકીલનો સમાવેશ થાય છે.

મનીષા વકીલ : મનિષા વકીલ વડોદરાના વાડની ભાજપના ધારાસભ્ય છે. તેઓ પોસ્ટ ગ્રેજ્યુએટ સુધીનો અભ્યાસ કર્યો છે. ૨૦૧૨ મા ભાજપએ શહેર વાડી વિધાનસભા થી ઉમેદવાર બનાવ્યા અને તેમણે વિજયી મેળવ્યો હતો, ૨૦૧૭ મા ફરી રિપીટ કરવામાં આવ્યા, ૨૦૨૧ મા મહિલા અને બાળ કલ્યાણ વિભાગના મંત્રી બન્યા હતા.૨૦૨૨ મા ત્રીજી વખત ૧ લાખ ૩૦ હજાર ૭૦૫ મતો થી જીત્યા મેળવી હતી.૨૦૨૫ મા ફરી વખત મંત્રી મંડળમા સ્થાન મેળવ્યું છે.

રીવાબા જાડેજા : રીવાબા જાડેજા ભારતીય ક્રિકેટર રવિન્દ્ર જાડેજાના પત્ની છે. તેમનો જન્મ ૨ નવેમ્બર, ૧૯૯૦ ના રોજ ગુજરાતના રાજકોટમાં થયો હતો. રીવાબા માર્ચ ૨૦૧૯ માં ભાજપ માં જોડાયા હતા.

૨૦૨૨ ની ગુજરાત વિધાનસભા ચૂંટણીમાં, રીવાબાએ ભાજપની ટિકિટ પર જામનગર ઉત્તર બેઠક પરથી ચૂંટણી લડી હતી, જેમાં છઠ્ઠેં ઉમેદવારને ૮૮,૧૧૦ મતો સાથે હરાવ્યા હતા અને ધારાસભ્ય તરીકે શપથ લીધા હતા. હવે તેમને મંત્રી મંડળમાં પણ સ્થાન મળ્યું છે.

બનાવટી વેબસાઈટમાં માલવેર ઈન્સ્ટોલ કરેલો હોવાથી ઠગાઈના કિસ્સા વધશે

સાયબર ગઠિયાઓ પણ દિવાળીમાં સક્રિય ઓનલાઈન શોપિંગ કરતા લોકો સોફ્ટ ટાર્ગેટ

ઈ-કોમર્સ વેબસાઈટ પર આવતા ગ્રાહકોને વિવિધ મોડસ ઓપરેન્ડીથી લૂંટી લેવાના કિસ્સા વધશે

। (એજન્સી) અમદાવાદ, તા.૧૮ ।

દિવાળીનો તહેવાર આવતાની સાથે જ ઈન્ટરનેટ પર ઓનલાઈન શોપિંગ અને ડિસ્કાઉન્ટ અંગેની ભરપૂર જાહેરાત આવવા લાગી છે, પરંતુ આ ગાડરિયા પ્રવાહમાં જવાથી ક્યારેક સાયબર ઠગાઈનો શિકાર બની જવાય છે. ઈ-કોમર્સ વેબસાઈટ પરથી ખરીદી કરતા લોકોએ અનેક બાબતોનું ખાસ ધ્યાન રાખવું જરૂરી બન્યું છે. તહેવાર સમયે સાયબર ગઠિયાઓ બનાવટી વેબસાઈટ બનાવી છેતરપિંડી આચરે છે. આ પ્રકારની બનાવટી વેબસાઈટ પરથી શોપિંગ કરનાર લોકો સાથે ઠગાઈના કિસ્સા બનશે. સાથે જ બીજી બાજુ કેટલાક કિસ્સામાં કુરિયર તો ઘરે આવે છે, પરંતુ તેમાં રૂપિયા ખર્ચીને ખરીદેલી ચીજવસ્તુઓ હોતી નથી. અંતે ગ્રાહકે રાતા પાણીએ રોવાનો વારો આવે છે ત્યારે તહેવાર દરમિયાન પોલીસ ગ્રાહકોને સુરક્ષા પૂરી પાડી સાયબર ગઠિયાઓની દિવાળી બગાડશે કે કેમ તે સવાલ છે. વરસાદની ઋતુમાં જેમ રોગચાળો ફાટી નીકળે તેમ દિવાળીમાં સાયબર ગઠિયાઓ વધુ સક્રિય બની જતા હોય છે. ભળતી બનાવટી વેબસાઈટમાં માલવેર વાયરસ ઈન્સ્ટોલ કરીને ભારે ભરખમ ડિસ્કાઉન્ટની જાહેરાત પોસ્ટ કરવામાં આવે છે. સસ્તાની લાલચમાં ભરમાઈને ગ્રાહક સાયબર ગઠિયાની જાળમાં ફસાઈ જાય છે ત્યારે આ સંજોગોમાં વ્યક્તિએ ઓનલાઈન શોપિંગ કરતી વખતે વેબસાઈટ સાચી છે કે પછી બનાવટી તે અંગેની ખરાઈ જરૂરથી કરી લેવી જોઈએ. આ ઉપરાંત અન્ય શોપિંગ વેબસાઈટ પરથી ભાવની સરખામણી કરી લેવી જોઈએ જેનાથી ભોગ બનતા અટકી શકાય. હાલ દિવાળી પૂર્વે જ આ પ્રકારની મોડસ ઓપરેન્ડીથી સાયબર ગઠિયાઓએ લોકોને શિકાર બનાવવાનું શરૂ કર્યું છે. લોકોએ તેમની ખાનગી બેંક વિગતો કે અન્ય વિગતો ન આપીને ઠગાઈથી બચવું જોઈએ. સાથે જ લોકોએ ઓનલાઈન શોપિંગ એપ ઈન્સ્ટોલ કરતી વખતે ફોન હેક ન થાય તેનું પણ ધ્યાન રાખવું જરૂરી છે.

વિશેષ

ગુજરાતમાં ભાજપે રાજ્ય મંત્રી તરીકે ગૃહ વિભાગ સંભાળી રહેલા હર્ષ સંઘવીને નવા ડેપ્યુટી સીએમ બનાવ્યા

હર્ષ સંઘવીને ભાજપે મોટું પ્રમોશન આપીને બનાવ્યા ગુજરાતના ડેપ્યુટી CM, હર્ષ સંઘવી ગુજરાતના છઠ્ઠા ડેપ્યુટી સીએમ બન્યા છે

। (માહિતી) ગાંધીનગર ।

ગુજરાતમાં ભાજપે ફરી એકવાર ડેપ્યુટી સીએમની ફોર્મ્યુલા પર પાછી ફરી છે. શુક્રવારે મુખ્યમંત્રી ભૂપેન્દ્ર પટેલના મંત્રીમંડળના વિસ્તરણ અને ફેરબદલમાં સુરતથી આવતા હર્ષ સંઘવીનું મોટું પ્રમોશન આપ્યું. તેમને રાજ્યના નાયબ મુખ્યમંત્રી તરીકે નિયુક્ત કરવામાં આવ્યા છે. છેલ્લા ચાર વર્ષથી રાજ્યમાં કોઈ ડેપ્યુટી સીએમ નહોતું. હર્ષ સંઘવી અત્યાર સુધી ભૂપેન્દ્ર પટેલ સરકારમાં ગૃહ રાજ્ય મંત્રીની સાથે પરિવહન અને રમતગમત વિભાગ સ્વતંત્ર પ્રભાર તરીકે સંભાળી રહ્યા હતા. હવે તેમને મોટી પદોન્નતિ આપવામાં આવી છે. તેઓ ગુજરાતના છઠ્ઠા ડેપ્યુટી સીએમ બન્યા છે. આ પહેલા રાજ્યમાં નીતિન પટેલ અંતિમ ડેપ્યુટી સીએમ હતા. ૮ જાન્યુઆરી, ૧૯૮૫ના રોજ જન્મેલા હર્ષ સંઘવીની હાલની ઉંમર ૪૦ વર્ષ છે. હર્ષ સંઘવી અગાઉ ભાજપ યુવા મોર્ચાના રાષ્ટ્રીય ઉપાધ્યક્ષ રહી ચૂક્યા છે. તેઓ ૨૦૧૨માં ચૂંટણી જીતીને પહેલીવાર ધારાસભ્ય બન્યા હતા. ત્યારથી સતત તેઓ સુરતની મજૂરા બેઠક પરથી ચૂંટણી જીતી રહ્યા છે. ગત ચૂંટણીઓમાં તેમણે

આપના ઉમેદવાર અને પૂર્વ ભાજપ નેતા પીવીએસ શર્માને ૧.૧૬ લાખથી વધુ વોટોના અંતરથી હરાવ્યા હતા. હર્ષ સંઘવી અત્યાર સુધી ગુજરાતમાં રમતગમત, યુવા સેવા, સ્વૈચ્છિક સંસ્થાઓનું સંકલન, બિન-નિવાસી ગુજરાતી પ્રભાગ, પરિવહન, ગૃહ રક્ષક દળ અને ગ્રામ રક્ષક દળ, નાગરિક સુરક્ષા, જેલ, સરહદ સુરક્ષા (તમામ સ્વતંત્ર પ્રભાર), ગૃહ અને પોલીસ આવાસ, ઉદ્યોગ, સાંસ્કૃતિક પ્રવૃત્તિઓના રાજ્ય મંત્રી હતા. સંસ્થાઓનું સંકલન, બિન-નિવાસી ગુજરાતી પ્રભાગ, પરિવહન, ગૃહ રક્ષક દળ અને ગ્રામ રક્ષક દળ, નાગરિક સુરક્ષા, જેલ, સરહદ સુરક્ષા (તમામ સ્વતંત્ર પ્રભાર), ગૃહ અને પોલીસ આવાસ, ઉદ્યોગ, સાંસ્કૃતિક પ્રવૃત્તિઓના રાજ્ય મંત્રી હતા. હર્ષ સંઘવીએ ૧૫ વર્ષની ઉંમરે રાજકારણમાં પ્રવેશ કર્યો હતો. તેમના પિતા હીરાના વેપારી હતા. તેમના પિતાનું નામ રમેશ કુમાર સંઘવી અને માતાનું નામ દેવેન્દ્રબેન સંઘવી છે. સંઘવીએ ધોરણ નવ સુધી અભ્યાસ કર્યો છે. તેમની પત્નીનું નામ પ્રાચી છે, જે ગૃહિણી છે. હર્ષ સંઘવીને બે સંતાન છે. પુત્રનું નામ આરુષ અને પુત્રીનું નામ નિરવા છે.

હર્ષ સંઘવી રાજનેતા હોવાની સાથે હીરાના વેપારી પણ છે. જ્યારે તેમના પિતાનું નિધન થયું, ત્યારે ઉદ્યોગપતિ ગૌતમ અદાણી પણ તેમના ઘરે પહોંચ્યા હતા. હર્ષ સંઘવી પાસે ૧૨.૩૨ કરોડની સંપત્તિ છે. જેમાં આભૂષણોની સાથે એક ટોયોટા ફોર્ચ્યુનર ગાડીનો સમાવેશ થાય છે. તેમની પત્નીનું ઘણી કંપનીઓમાં રોકાણ છે. જેનું કુલ મૂલ્ય છેલ્લા સોગંદનામા મુજબ રૂ.૧૦.૫૧ કરોડ છે. આ ઉપરાંત, તેમની પાસે ૫.૧૦ કરોડની સ્થાવર મિલકત છે. જેમાં તેમનું ઘર સામેલ છે.

જેમાં તેમનું ઘર સામેલ છે. હર્ષ સંઘવી રાજનેતા હોવાની સાથે હીરાના વેપારી પણ છે. જ્યારે તેમના પિતાનું નિધન થયું, ત્યારે ઉદ્યોગપતિ ગૌતમ અદાણી પણ તેમના ઘરે પહોંચ્યા હતા. હર્ષ સંઘવી પાસે ૧૨.૩૨ કરોડની સંપત્તિ છે. જેમાં આભૂષણોની સાથે એક ટોયોટા ફોર્ચ્યુનર ગાડીનો સમાવેશ થાય છે. તેમની પત્નીનું ઘણી કંપનીઓમાં રોકાણ છે. જેનું કુલ મૂલ્ય છેલ્લા સોગંદનામા મુજબ રૂ.૧૦.૫૧ કરોડ છે. આ ઉપરાંત, તેમની પાસે ૫.૧૦ કરોડની સ્થાવર મિલકત છે. જેમાં તેમનું ઘર સામેલ છે.

માલિક - મુદ્રક - પ્રકાશક અને તંત્રી પટેલ સુરેશ રમણલાલ દ્વારા એલાઈડ ઓફસેટ પ્રિન્ટર્સ (ગુજરાત) પ્રા. લિ. ૭ થી ૧૦ શ્રી લક્ષ્મી કોમ. કો-ઓપ એસ્ટેટ, અજોદ ડેરી રોડ, સુખરામનગર, રખિયાલ, અમદાવાદ ૩૮૦૦૨૩. ખાતેથી છપાવી ૩૧૫ - સુપર પ્લાઝા, સંદેશ પ્રેસ રોડ, વસ્ત્રાપુર, અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૫ ખાતેથી પ્રકાશિત. ફોન : ૯૯૨૪૦૦૦૭૩૩, ૯૯૯૮૮૫૦૯૯૨

ગરમીમાં શરીરને ઠંડક આપશે આ 3 પાંદડા, કમળાથી અપાવશે રાહત

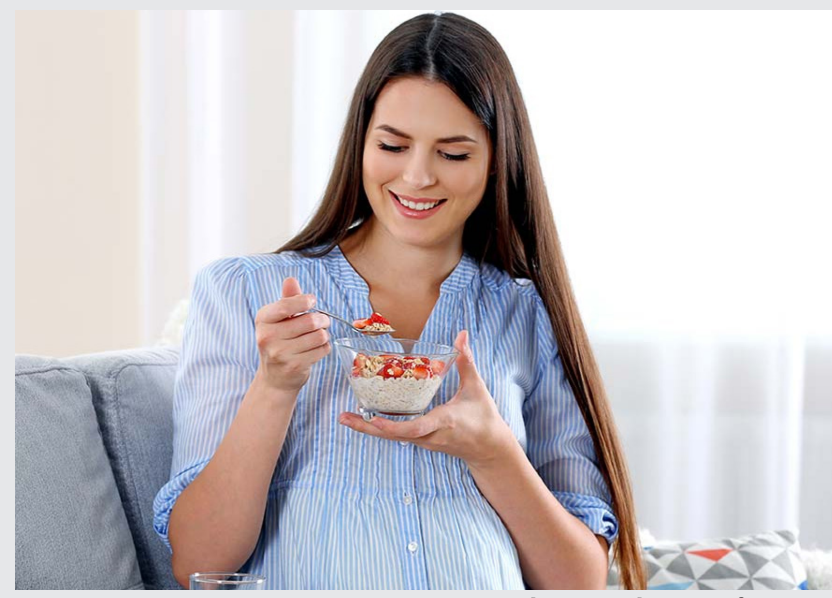
પીપળાના પાનનો ઉપયોગ શીશમ અને બીલીના પાન સાથે કરવામાં આવે, તો તડકામાં પણ શરીરને ઠંડક મળે છે

પીપળાના ઝાડને ઓક્સિજનનો મહત્વપૂર્ણ સ્ત્રોત માનવામાં આવે છે. અન્ય વૃક્ષોની તુલનામાં, તે ૨૪ કલાક ઓક્સિજન ઉત્સર્જિત કરે છે. તેના પાંદડા, છાલ અને બીજનો ઉપયોગ અનેક પ્રકારની સમસ્યાઓના ઉપચાર માટે થાય છે. જો ઉનાળામાં પીપળાના પાનનો ઉપયોગ શીશમ અને બીલીના પાન સાથે કરવામાં આવે, તો તડકામાં પણ શરીરને ઠંડક મળે છે. આ ઉપરાંત લિકોરિયા, વ્હાઈટ ડિસ્ચાર્જ, વધારે પરસેવો, પિત્ત અને નકસીર જેવી સમસ્યાઓથી સંપૂર્ણ રાહત મળે છે. ઉનાળામાં થતી આરોગ્ય સંબંધિત સમસ્યાઓના નિવારણ માટે પીપળા, શીશમ અને બેલના પાન ખૂબ જ અસરકારક છે. પીપળાના ૧૫ નરમ પાનને એક ગ્લાસ પાણીમાં સારી રીતે ઉકાળો, જ્યાં સુધી તે એક તૃતીયાંશ ભાગનું ન રહી જાય. હવે તેને ઠંડુ કરીને ગાળી લો અને દર ૩ કલાકે પીવો. આવું કરવાથી હૃદય સંબંધિત રોગોનો ખતરો ઓછો થાય છે. જો તમને કમળાની સમસ્યા છે, તો પીપળાના ૫ નરમ પાનનો ઉકાળો તૈયાર કરો. તેમાં હળદર અને સાંકર મિક્સ કરીને દિવસમાં બે થી ત્રણ વાર પીવો. આવું કરવાથી કમળાની સમસ્યાથી છુટકારો મળી શકે છે.ઉનાળાના મોસમમાં જો તમે પીપળાના પાન સાથે શીશમ અને બીલીના પાન મિક્સ કરીને ઉકાળો બનાવો અને તેનું સેવન કરો. તેનાથી આગ વરસાવતા તડકામાં પણ શરીરનું તાપમાન નોર્મલ રહેશે અને તમને અંદરથી ઠંડકનો અનુભવ થશે. જો તમે લિકોરિયા, વ્હાઈટ ડિસ્ચાર્જ, વધારે પસીનો, પિત્તની વૃદ્ધિ અને નકસીર જેવી સમસ્યાઓનો સામનો કરી રહ્યા છો. તો ઓછા પાણી સાથે પીપળા, શીશમ અને બીલીના ૩ થી ૫ પાનનો ઉપયોગ કરીને ઉકાળો બનાવો. દિવસમાં બે થી ત્રણ વાર તેને પીવો. આ જ રીતે જો તમે તેના પાનનું ચૂર્ણ બનાવીને દિવસમાં અડધા થી પાંચ ગ્રામની જ માત્રામાં સેવન કરો.

તમારા બાળક માટે યોગ્ય ભોજનનું આયોજન કરવા ખોરાકનું માળખું સમજો

બાળકને યોગ્ય રીતે વધવા અને વિકાસ કરવા માટે, કાર્બોહાઇડ્રેટ, પ્રોટીન, ચરબી, વિટામિન્સ, ખનિજો અને ફાઇબરની યોગ્ય માત્રા જરૂરી

માતાપિતા તરીકે, તમારા બાળકની પોષણની જરૂરિયાતોનું ધ્યાન રાખતી વખતે, વસ્તુઓને વધારે પડતી કરવી અથવા જરૂરી કરતાં ઓછી કરવી એ ખૂબ સરળ છે. એટલા માટે જ્યાં સુધી સંતુલિત અને તંદુરસ્ત ભોજન પૂરું પાડવાનું હોય ત્યાં સુધી એક માળખાનો અભિગમ જરૂરી છે. અને અહીં બાળકો માટે ખોરાકનું માળખું મદદ કરી શકે છે. તે એક ગ્રાફિકલ રજૂઆત છે, એટલે કે, એક ત્રિકોણાકાર આકાર જે વિવિધ ખાદ્ય જૂથો અને દરેક ખાદ્ય જૂથની મહત્તમ માત્રાને દર્શાવે છે, જે દરરોજ ખાવામાં આવવી જોઈએ. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો, ખોરાકના માળખાનો ચાર્ટ તમને તમારા બાળકના દૈનિક ધોરણે જરૂરી કાર્બોહાઈડ્રેટ્સ, પ્રોટીન, ચરબી, વિટામિન્સ, ખનિજો અને ફાઈબરની યોગ્ય માત્રા વિશે વિગતવાર જ્ઞાન આપે છે. તેના આધારે તંદુરસ્ત ખોરાકનું આયોજન સરળતાથી તૈયાર કરી શકાય છે. ખોરાકનું માળખું “ચાર સ્તરો” માં વહેંચાયેલું છે, દરેક સ્તર એક ખોરાક જૂથની રજૂઆત કરે છે. તે આ પ્રમાણે છેઃ અનાજ, કઠોળ અને બાજરી, શાકભાજી અને ફળો, દૂધ અને દૂધ ઉત્પાદનો, ઈંડા, માંસ અને માછલી, તેલ અને ચરબી, બદામ- અખરોટ અને બિયાં સાથેનો દાણો; બાળકને યોગ્ય રીતે વધવા અને વિકાસ કરવા માટે, કાર્બોહાઈડ્રેટ, પ્રોટીન, ચરબી, વિટામિન્સ, ખનિજો અને ફાઈબરની યોગ્ય માત્રા જરૂરી છે. તમારા બાળકની ઉંમર અને લિંગના આધારે આ દરેકની માત્રા અલગ અલગ હોય છે. ખોરાકનું માળખું માતાપિતા અને શિક્ષકોને માર્ગદર્શન આપી શકે છે અને તેમને આ જરૂરિયાતોને સમજવામાં મદદ કરી શકે છે. દાખલા તરીકે, તે તમને એ જાણવામાં મદદ કરી શકે છે કે સારી રીતે સંતુલિત ભોજનમાં ૩ થી ૫ કરતાં ઓછા ખોરાકના જૂથોનો સમાવેશ ન હોવા જોઈએ. કેવી રીતે ખોરાક જૂથો ગોઠવવામાં આવે છે? હવે તમે ખોરાક પિરામિડનું મહત્વ સમજી ગયા છો, અહીં ખોરાક જૂથો કેવી રીતે ગોઠવવામાં આવે છે તેના પર એક નજર કરીએ. જેમકે, તે એક ત્રિકોણાકાર માળખું છે, તેમાં ટોચનું સ્તર સૌથી વધુ સાંકડું છે, જે સૂચવે છે કે આ ખાદ્ય જૂથને ઓછા જથ્થામાં વપરાશ કરવાની જરૂર છે. સૌથી નીચેનો સ્તર મોટો અને પહોળો છે, જે



કેવી રીતે ખોરાક જૂથો ગોઠવવામાં આવે છે?

સૂચવે છે કે આ ખોરાક જૂથને મોટા પ્રમાણમાં વપરાશ કરવાની જરૂર છે. ખોરાકના માળખાની (ઉપરથી નીચે સુધીની) વ્યવસ્થા, ટોચનું સ્તર એટલે કે. સાંકડું; ફેટ અને તેલ અને ખાંડ; બીજું સ્તરઃ માંસ, મરઘાં, માછલી, ઈંડા, બિયાં સાથેની બદામ- અખરોટ, ત્રીજું સ્તરઃ દૂધ અને દૂધ ઉત્પાદનો, ચોથું સ્તરઃ શાકભાજી અને ફળો, પાંચમું સ્તર એટલે કે, મોટુ અને પહોળુંઃ આખા અનાજ, ખોરાકના જૂથો કેવી રીતે વાંચવા?, માળખાના આધાર પર, ખાદ્ય જૂથ આખા અનાજના છે. તંદુરસ્ત કાર્બોહાઈડ્રેટ અને ઊર્જા મેળવવા માટે આ ખોરાક જૂથને પૂરતા પ્રમાણમાં લેવાની જરૂર છે. ફળો અને શાકભાજી ચોથા સ્તર દ્વારા દર્શાવવામાં આવે છે, તે પણ વ્યાપક છે, કારણ કે તેઓ વિટામિન્સ, ખનિજો અને ફાઈબર મેળવવા માટે, પૂરતી માત્રામાં ખાવા જોઈએ. પશુ સ્ત્રોતો અને દૂધ-ઉત્પાદનો બીજા અને ત્રીજા સ્તરો દ્વારા દર્શાવવામાં આવે છે અને તેમને મધ્યમ માત્રામાં ખાવાની જરૂર છે. તમારા બાળકને કેલ્શિયમ જેવા આવશ્યક ખનિજો સાથે આમાંથી પ્રોટીન મળશે. ખોરાકના માળખાની ટોચ પર અત્યંત પ્રોસેસ્ડ ખોરાક છે એટલે કે, ચરબી અને ખાંડ, જે ઓછી માત્રામાં ઉપયોગ કરવો જોઈએ. જ્યારે વધુ પ્રમાણમાં આ ખોરાક ખાવામાં આવે છે ત્યારે તમારા બાળકના સ્વાસ્થ્યને નુકસાન પહોંચાડી શકે છે અને તેમની પ્રતિરક્ષા અને એકંદર વૃદ્ધિ અને વિકાસને અસર કરી શકે છે. ખોરાકના માળખા ઉપરાંત, તમારા બાળકને નિયમિત અનુશાસનથી કસરત કરવી અને શારીરિક રીતે સક્રિય રહેવું પણ મહત્વનું છે. ખાતરી કરો કે તે અથવા તેણી હાઈડ્રેશન માટે પુષ્કળ પાણી પીવે છે. ખોરાકના માળખા અનુસાર આહાર આયોજનઃ ખાતરી કરો કે તમારા બાળકના ખોરાકમાં ખાંડ, મીઠું અને ફેટ ખૂબ ઓછી માત્રામાં છે. તે હાંસલ કરવા માટે જંક ફૂડથી દૂર રહેવું એ એક સારો માર્ગ છે. સારું પ્રોટીન આપવા માટે, અઠવાડિયામાં ઓછામાં ઓછા એક કે બે વાર તેલયુક્ત માછલી, ઈંડા, ચિકન, દૂધ અને દૂધના ઉત્પાદનો, બિયાં સાથેનો દાણો, બદામ-અખરોટ વગેરે પ્રદાન કરો. નાના ચાલવા શીખતા બાળક માટે સંપૂર્ણ ચરબીયુક્ત દૂધ અને ડેરી ઉત્પાદનોનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ.

ગરમીના રોજિંદા જિંદગીમાં મોજ મસ્તી કેવી રીતે જાળવશો?

બાળકોને પાર્કમાં લઇ જાઓ, તેમના માટે મજા વાળું વિદેશી મનોરંજન બનાવો

ગરમીનો મોસમ ત્યારે જ મજા દેતા સમયે બની શકે છે જ્યારે આપણે તેને ખૂણાવ્યા વગર, મોજ અને મસ્તી સાથે જીવતા હોવીએ. થોડુંક દયાળુ અને ક્રિએટિવ વિચારણું ગમે ત્યારે ગરમીના દિવસોને યાદગાર બનાવી શકે છે. આ લેખમાં, આપણે જાણશું કે કેવી રીતે ગરમીના દિવસોમાં મજા અને આનંદમાં વધારો કરી શકાય, અને તમારા દિનચર્યા અને પરિવાર સાથે મસ્તીભર્યા દિવસો બનાવી શકાય. ગરમીમાં આઉટડોર એન્જોય કરવો એક અનોખું અનુભવ છે. એ શ્રેષ્ઠ મોજ અને મસ્તી એવી છે જે આપણી વચ્ચે ભવિષ્યમાં આરામદાયક મનોરંજન બનાવી શકે છે. એક બારબેક્યુ પાર્ટી યોજો અને ફેમિલી સાથે મજા કરો. ગરમીમાં હલકાં પોણા અને પાતળા મજાની માવજત સાથે દિવસનો અંત સુંદર બનાવો. બાળકોને પાર્કમાં લઈ જાઓ અને તેમના માટે મજા વાળું વિદેશી મનોરંજન બનાવો. ઉદાહરણ તરીકે, રમતો, બાસ્કેટબોલ, સાયકલિંગ, અને તરંગ અને કૂદકા માટે સેફ એરીઆમાં જાયને મસ્તીભરું દિવસ પસાર કરો. ઘરના બહાર એન્ટિ-સ્ટ્રેસ મેડિટેશન અથવા યોગ સત્રો યોજો. સવારનો સમય આરામ અને સ્વાસ્થ્ય માટે શાંત અને સંયમિત રાખી મનોરંજનનો સંકલન કરો. ગરમીના દિવસોમાં સ્વાદિષ્ટ પીણાં બનાવવાની મજા સાથે મનોરંજન વધારવામાં આવે છે. એક સ્વાદિષ્ટ આઈસ કેફે, મોગરો કે લેમોનેડ તેમજ બ્લૂઝ લેડી જેવા મજબૂત વિવિધ મજાની શોધો! મિત્રો અને પરિવાર સાથે તમારા મજા ભરેલા પળોની ફોટોગ્રાફી કરો. એક મજા દિવસ અને મસ્તી ભરેલા પળોને ફોટોગ્રાફી અને વિડિયો દ્વારા હાયલાઈટ કરો. ઘરના બહાર યાત્રાઓ જેવી મજા પણ આવે છે. બાસ્કેટબોલ અથવા ફ્લેટ પુલ પર યોજનાની મજા. ગરમીના દિવસો મસ્તીથી ભરેલા હોઈ શકે છે, પરંતુ ઠંડા માટે મફત રીતે વિડિયો જોવા સાથે મજા કરો. ઉનાળાની ગરમીમાં પણ જીવનને આનંદમય બનાવી શકાય છે. થોડી રચનાત્મકતા અને આયોજનથી તમે તમારા પરિવાર સાથે મસ્તીભર્યા દિવસો વિતાવી શકો છો. ઉનાળાની ગરમીમાં પણ જીવનને આનંદમય બનાવી શકાય છે. થોડી રચનાત્મકતા અને આયોજનથી તમે તમારા પરિવાર સાથે મસ્તીભર્યા દિવસો વિતાવી શકો છો. ઉનાળાની ગરમીમાં પણ જીવનને આનંદમય બનાવી શકાય છે. થોડી રચનાત્મકતા અને આયોજનથી તમે તમારા પરિવાર સાથે મસ્તીભર્યા દિવસો વિતાવી શકો છો.

ટેટૂ બનાવવાનો શોખ પડી શકે છે ભારે, લોકો બની રહ્યા છે આ જીવલેણ બીમારીના શિકાર

જો તમે શરીર પર ટેટૂ બનાવવાનો શોખ રાખો છો અથવા ટેટૂ બનાવાવી રહ્યા છો, તો સાવચેત રહો. ક્યાંક આ હાથ પર કે શરીર પર બનાવેલું ટેટૂ તમારી જિંદગી માટે મુશ્કેલી ન બની જાય, કારણ કે જોવા મળ્યું છે કે, મોટાભાગના ટેટૂ બનાવનારા લોકો ગંભીર બીમારીઓનો શિકાર બની રહ્યા છે. ટેટૂ બનાવનારા લોકોમાં મોટાભાગે HIV પોઝિટિવ મળી રહ્યા છે, કારણ કે ટેટૂ બનાવતી વખતે લોકો ધ્યાન નથી આપતા કે ટેટૂ બનાવનાર વ્યક્તિ નવી સોયનો ઉપયોગ કરી રહ્યો છે કે નહીં. જો કોઈ વ્યક્તિ HIV પોઝિટિવ છે અને તેના શરીર પર ટેટૂ બનાવતી વખતે સોયનો ઉપયોગ થયો છે અને આ સોયથી તમારા શરીર પર ટેટૂ બનાવવામાં આવી રહ્યો છે, તો તમે HIV પોઝિટિવ થઈ શકો છો અને આ તમારી જિંદગી માટે ખૂબ જ ખતરનાક સાબિત થઈ શકે છે. એવામાં જો તમે ટેટૂ બનાવવાની વિચારણા કરી રહ્યા છો, તો ટેટૂ બનાવતા

પહેલા ખાતરી કરો કે, ટેટૂ બનાવનાર વ્યક્તિ નવી સોયનો ઉપયોગ કરી રહ્યો છે કે નહીં. જો તે જૂની સોયનો ઉપયોગ કરી રહ્યા છો, તો ટેટૂ ક્યારેય ન બનાવવા, કારણ કે આ ટેટૂ તમારા માટે ખૂબ જ નુકસાનકારક થઈ શકે છે. શક્ય હોય તો શરીર પર કોઈપણ પ્રકારના ટેટૂ ન બનાવવાની કોશિશ કરો.

દિવસે કે રાત્રે, ઠંડુ કે ગરમ, ક્યારે અને કેવી રીતે કરવું જોઈએ દૂધનું સેવન?

ભલે લંચ હોય કે ડિનર, ભારતીય પરિવારોમાં ભોજન પછી દૂધ પીવાની પરંપરા રહી છે. દૂધને સંપૂર્ણ આહાર માનવામાં આવે છે, પરંતુ જો તેને યોગ્ય રીતે ન પીવામાં આવે તો તે આરોગ્યને નુકસાન પહોંચાડી શકે છે. ઘણા લોકો દૂધ પીવામાં ઉતાવળ કરે છે અને તેને ક્યારેય પણ, ક્યાંય પણ પી લે છે. ડૉ. રાસ બિહારી તિવારીએ જણાવ્યું કે, દૂધ પીવાના કેટલાક નિયમો હોય છે, જેમને ધ્યાનમાં રાખીને જ તેનું સેવન કરવું જોઈએ. તેમણે કહ્યું કે, દૂધ પીવાનો સમય, તાપમાન, તેમાં ઉમેરવામાં આવતી વસ્તુઓ અને ખાવાની સાથે તેનો તાલમેલ ખૂબ જ મહત્વનો છે. જો આ બાબતોનું ધ્યાન ન રાખવામાં આવે તો દૂધ લાભને બદલે નુકસાન પહોંચાડી શકે છે. દૂધ હંમેશા હળવું ગરમ કરીને જ પીવું જોઈએ. ઠંડુ દૂધ પાચનતંત્રને અસર કરે છે અને પેટમાં ગેસ, અપચો જેવી સમસ્યાઓ ઊભી કરી શકે છે. તેમણે કહ્યું કે, દૂધ પીવાનો યોગ્ય સમય રાત્રે માનવામાં આવે છે. દિવસે દૂધ પીવું ઊંઘ અને પાચન પર અસર કરી શકે છે. દૂધ સાથે ક્યારેય પણ ખાટી વસ્તુઓ, જેમ કે લીંબુ, દહીં કે અથાણું ન લો. આનાથી દૂધના તત્વો શરીરમાં પચતા નથી અને એલર્જી કે પેટ ખરાબ થવાની શક્યતા રહે છે. તેમણે કહ્યું કે, દૂધમાં મધ કે હળદર ઉમેરીને પીવું આરોગ્ય માટે ફાયદાકારક છે. સૌથી મહત્વની વાત એ છે કે દૂધને ઉતાવળમાં ન પીવું જોઈએ. ધીમે-ધીમે ચા જેવી નાની ઘૂંટડામાં પીવું જોઈએ, જેથી તે સારી રીતે પચી શકે અને શરીરને સંપૂર્ણ પોષણ આપી શકે છે. ઘણા લોકો દૂધ સાથે ફળ કે દવાઓ પણ લઈ લે છે, જે ખોટું છે. દૂધ અને ફળ વચ્ચે ઓછામાં ઓછા એક કલાકનું અંતર રાખવું જોઈએ. આ જ રીતે, દવાઓ સાથે દૂધ પીતા પહેલા ડૉક્ટરની સલાહ જરૂર લેવી જોઈએ. કુલ મળીને, દૂધ પીવું આરોગ્ય માટે લાભકારી છે, પરંતુ જો આ બાબતોનું ધ્યાન ન રાખવામાં આવે તો તે નુકસાન પણ કરી શકે છે.

ગરમીમાં બાળકોને રાખો સ્વસ્થ અને એનર્જેટિક, કોલ્ડ ડ્રિંક્સની જગ્યાએ આપો ખાસ જ્યૂસ!

ગરમીમાં બાળકોને રાખો સ્વસ્થ અને એનર્જેટિક, કોલ્ડ ડ્રિંક્સની જગ્યાએ આપો આ ખાસ જ્યૂસ! ઉનાળાની સિઝન શરૂ થઈ ગઈ છે. આ સમયે બાળકોને રંગબેરંગી કોલ્ડ ડ્રિંક્સની જગ્યાએ ફળોના જ્યૂસ આપો, જેથી બાળકો હેલ્ધી રહે. આ ફળોના જ્યૂસમાં ઘણા વિટામિન્સ અને મિનરલ્સ હોય છે. ઉનાળાની સિઝનમાં કોલ્ડ ડ્રિંક્સનું સેવન સામાન્ય છે, પરંતુ બાળકો માટે કોલ્ડ ડ્રિંક્સ કરતાં ફળોના તાજા જ્યૂસ વધુ ફાયદાકારક હોય છે. તેમાં માત્ર સ્વાદ જ નથી, પણ તે આરોગ્ય માટે પણ ખૂબ જ લાભકારી હોય છે. આ જ્યૂસ બાળકોને તાજગી આપે છે અને તેમની ઈમ્યુનિટી પણ વધારે છે, જેથી તેઓ ઉનાળાની મોસમમાં પણ હેલ્ધી અને એક્ટિવ રહી શકે છે. તો ચાલો જાણીએ કે, ઉનાળામાં બાળકોને કયા ખાસ જ્યૂસ આપવાથી આરોગ્ય માટે ફાયદાકારક છે. ઉનાળામાં શરીરને ઠંડક અને હાઈડ્રેશનની જરૂર હોય છે અને તરબૂચનો જ્યૂસ આ કામ બખૂબી કરે છે. તે શરીરને ઠંડુ રાખે છે અને ડિહાઈડ્રેશનથી બચાવે છે. આ ઉપરાંત, તરબૂચમાં લાઈકોપીન અને વિટામિન C હોય છે, જે ઈમ્યુન સિસ્ટમને મજબૂત કરે છે. ઉનાળામાં કેરીના જ્યૂસથી બાળકોની મનપસંદ ડ્રિંક્સ બની શકે છે. તે વિટામિન છ અને ઝનો સારો સ્ત્રોત છે, જે ત્વચા અને આંખો માટે ફાયદાકારક છે. કેરીના જ્યૂસમાં મધ મિક્સ કરીને તેને વધુ પૌષ્ટિક બનાવી શકાય છે. નાળિયેર પાણીનો જ્યૂસ માત્ર શરીરને ઠંડક જ આપતો નથી, પણ તે શરીરમાં ઈલેક્ટ્રોલાઈટ્સની ઉણપને પણ પૂરી કરે છે. તે બાળકોને હાઈડ્રેટેડ રાખવામાં મદદ કરે છે અને તેમના પાચનને પણ સુધારે છે. તેના સેવનથી બાળકોને એનર્જી મળે છે અને તેઓ તાજગી અનુભવે છે. નારંગીનો જ્યૂસ વિટામિન Cથી ભરપૂર હોય છે, જે બાળકોની પ્રતિકારક શક્તિને મજબૂત બનાવવામાં મદદ કરે છે. આ ઉપરાંત, નારંગીનો જ્યૂસ હાઈડ્રેટેડ રાખવામાં પણ મદદ કરે છે. તમે બાળકોને આ ઉનાળામાં નારંગીનો જ્યૂસ આપો.

ઉનાળામાં ફાયદાકારક છે દૂધમાંથી બનેલી આ વસ્તુનું સેવન

ઉનાળામાં દહીંનું સેવન સ્વાસ્થ્ય માટે ખૂબ જ ફાયદાકારક છે. તેનું સેવન કરવાથી તમે અનેક પ્રકારની બીમારીઓથી બચી શકો છો અને તમારા સ્વાસ્થ્યને પણ સારું રાખી શકો છો. ઉનાળામાં દહીં ખાવાથી ઘણા ફાયદા થાય છે. ઉનાળાના મોસમમાં લોકો દહીંનું સેવન કરે છે. દહીંનું સેવન કરવાથી તમે ઘણી બિમારીઓથી બચી શકો છો. ઉનાળાના મોસમમાં દહીં ખાવાથી શરીરને ઠંડક મળે છે. ઉનાળાના મોસમમાં દહીં ખાવાથી શરીરને ઠંડક મળે છે, પાચન તંત્ર મજબૂત બને છે, અને શરીરને હાઈડ્રેટ રાખવામાં મદદ કરે છે. દહીંની તાસીર ઠંડી હોય છે, જે ઉનાળામાં શરીરને ઠંડુ રાખવામાં મદદ કરે છે. દહીંમાં પ્રોબાયોટિક્સ હોય છે, જે પાચન તંત્રને મજબૂત બનાવવામાં મદદ કરે છે. ઉનાળાના મોસમમાં ઠંડી વસ્તુઓનું સેવન કરવું જોઈએ, જેમાં દહીં એક સારો વિકલ્પ છે. દહીંમાં પાણીની માત્રા વધુ હોય છે. જેથી તે શરીરમાં પાણીની ઉણપ દૂર કરે છે. દહીં ખાવાથી ઉનાળાના મોસમમાં પેટ સારું રહે છે. આ મોસમમાં મસાલેદાર ખાવાથી પેટ ખરાબ થવાની સમસ્યા થાય છે. આવા સમયે દહીંનું સેવન કરવાથી પેટ સારું રહે છે. તેથી, તેને તમારા ડાયેટમાં સામેલ કરો. ઉનાળાના મોસમમાં લૂ લાગવાનો ખતરો વધે છે. આવા સમયે દહીંનું સેવન કરવાથી ન માત્ર લૂ લાગતી નથી, પણ શરીરને પણ ઠંડુ રાખવામાં મદદ કરે છે. તમે દહીંને લસ્સી તરીકે પણ પી શકો છો. આમ, દહીંનું સેવન ઘણું લાભદાયી છે.

તંત્રી લેખ...

અનપેક્ષિત જળવાયુ પરિવર્તનની વધતી ઘટનાઓ

આ વખતે હોળીના દિવસથી જ ભારત સહિત વિભિન્ન દેશોમાં જળવાયુ પ્રતિકૂળ બનવાનું શરૂ થઈ ગયું છે. પરિણામે જમ્મુ-કાશ્મીર, હિમાચલ અને ઉત્તરાખંડની સંપૂર્ણ પર્વતમાળાના ઊંચાં શિખરો પર થયેલ હિમપાત, વરસાદ, તોફાનો તથા જળવાયુ ફરી અસ્થિર થઈ ગયા છે. હોળીના દિવસે સાંજથી શરૂ થયેલ આવું અનપેક્ષિત જળવાયુ પરિવર્તન આ પહેલાં કદાચ જ ક્યારેય બન્યું હશે. આવું પરિવર્તન વાયુમંડળની વાતાનુકૂલન સ્થિતિને ધ્વસ્ત કરી રહ્યું છે. આ દુષ્ચક્ર છેલ્લા દસ-પંદર વર્ષોથી તીવ્રતાપૂર્વક અપ્રગટ રીતે ફરી રહ્યું છે. એના પર આધુનિક વિજ્ઞાન અને વૈજ્ઞાનિકોનું કોઈ નિયંત્રણ નથી. આ મનુષ્યના અલ્પાવધિના જીવનને પણ માત્ર મુશ્કેલીઓ, સમસ્યાઓ અને પીડાઓથી ઘેરી રહ્યું છે. પહાડી વિસ્તારોમાં ધૂળેટીના દિવસે રાત્રે ૧૨ વાગ્યાથી લઈને બીજા દિવસે સવારે ૯ વાગ્યા સુધી ભયંકર ઝડપી પવનો, તોફાન અને વાદળ ગરજવાની ઘટનાઓ બની હતી. આ પારિસ્થિતિકી અસંતુલન ભારતના વાયુમંડળ સુધી જ સીમિત ન હતું. આ જ સમયાવધિમાં અમેરિકાના મધ્ય-પશ્ચિમી અને દક્ષિણી ક્ષેત્રના મિસૌરી, આર્કાન્સાસ, ટેક્સાસ, ઓક્લાહોમા, કંસાસ અને મિસિસિપીમાં પણ આંધીતોફાન, વરસાદ-હવાઓને કારણે ૩૪ લોકો માર્યા ગયા અને ૨૯ ઘાયલ થઈ ગયા. અમેરિકાના આ ક્ષેત્રોમાં પણ એવો જ અગ્નિ ભડકેલો છે. જેવો જાન્યુઆરીમાં કેલિફોર્નિયાના જંગલોમાં હતો. હવાઓથી અગ્નિનો તીવ્ર પ્રસાર થઈ રહ્યો છે.

ધરતી આબા ટ્રાઈબપ્રેન્યોર્સ ૨૦૨૫: આદિવાસી ગૌરવ વર્ષ હેઠળની રાષ્ટ્રીય પહેલ

એસટી ઉદ્યોગ સાહસિકોને સશક્ત બનાવવા: સ્ટાર્ટઅપ મહાકુંભ ૨૦૨૫માં ૪૫થી વધુ ટ્રાઇબલ સ્ટાર્ટઅપ્સ ચમકશે

ભારત સરકારનું આદિજાતિ બાબતોનું મંત્રાલય (MoTA) ધરતી આબા ટ્રાઈબપ્રેન્યોર ૨૦૨૫ મારફતે ઉભરતી અને સ્થાપિત અનુસૂચિત જનજાતિ (ST) ઉદ્યોગસાહસિકો માટે એક પરિવર્તનકારી મંચ પ્રદાન કરવા જઈ રહ્યું છે. ૩ થી ૫ એપ્રિલ, ૨૦૨૫ દરમિયાન નવી દિલ્હીના ભારત મંડપમ ખાતે યોજાનારા સ્ટાર્ટઅપ મહાકુંભ ૨૦૨૫ના ભાગરૂપે, આ પહેલ ભારતના સૌથી આશાસ્પદ સ્ટાર્ટઅપ્સને એકસાથે લાવશે, જે એસટી ઉદ્યોગસાહસિકોને ઉદ્યોગના નેતાઓ, વેન્ચર કેપિટલિસ્ટ્સ અને ઈમ્પેક્ટ ઈન્વેસ્ટર્સને અપ્રતિમ સંપર્ક પ્રદાન કરશે - સર્વસમાવેશક આર્થિક વિકાસ અને સશક્તીકરણને પ્રોત્સાહન આપશે. આદિજાતિ ગૌરવ વર્ષ: ભગવાન બિરસા મુંડાના વારસાનું સન્માન, ધરતી આબા ટ્રાઈબપ્રેન્યોર્સ ૨૦૨૫ જનજાતીય ગૌરવ વર્ષ હેઠળ એક મુખ્ય પહેલ છે, જે આદિવાસી સ્વાતંત્ર્ય સેનાની અને નેતા ભગવાન બિરસા મુંડાની ૧૫૦મી જન્મજયંતિની ઉજવણી કરે છે. ભારત સરકાર આ વર્ષે આદિવાસી ઉદ્યોગસાહસિકતા, નવીનતા અને આત્મનિર્ભરતાને પ્રોત્સાહન આપવા માટે સમર્પિત કરી રહી છે. સ્ટાર્ટઅપ મહાકુંભ ૨૦૨૫ દ્વારા આદિવાસી ઉદ્યોગસાહસિકોને સશક્ત બનાવીને, MoTA એ ભગવાન બિરસા મુંડાના આત્મનિર્ભર અને સશક્ત આદિવાસી સમુદાયના દ્રષ્ટિકોણને મજબૂત કરી રહ્યું છે. આદિજાતિ ઉદ્યોગસાહસિકતા માટે એક મુખ્ય પ્રોત્સાહક, આદિજાતિ બાબતોનું મંત્રાલય આદિજાતિ સમુદાયોને સશક્ત બનાવવાની તેની પ્રતિબદ્ધતામાં અડગ છે. પ્રધાનમંત્રી શ્રી નરેન્દ્ર મોદીએ આત્મનિર્ભર ભારત (આત્મનિર્ભર ભારત) અને આત્મ નિર્ભર આદિવાસીઓના વિઝન પર સતત ભાર મૂક્યો છે. આ વિઝનને અનુરૂપ, MoTAના ૧૦૦-દિવસના એજન્ડા હેઠળ અનુસૂચિત જનજાતિઓ માટે સ્ટાર્ટઅપ ઈકોસિસ્ટમને મજબૂત કરવી એ એક મહત્વપૂર્ણ પહેલ છે. આ પરિવર્તનને આગળ ધપાવવા માટે, MOTA એ ઊંડી અને કાયમી અસરને સુનિશ્ચિત કરવા માટે આઈઆઈએમ કલકત્તા, આઈઆઈટી દિલ્હી, આઈએફસીઆઈ વેન્ચર કેપિટલ ફંડ્સ લિમિટેડ અને અગ્રણી ઉદ્યોગ સંગઠનો જેવી અગ્રણી ઔદ્યોગિક સંસ્થાઓ સાથે ભાગીદારી કરી છે. આ યાત્રામાં એક મુખ્ય સીમાચિહ્નરૂપ અનુસૂચિત જનજાતિઓ માટે વેન્ચર કેપિટલ ફંડની સ્થાપના છે, જેમાં રૂ. ૫૦ કરોડનું પ્રારંભિક ભંડોળ છે, જે આદિજાતિ સમુદાયોમાં ઉદ્યોગસાહસિકતા અને નવીનતાને પ્રોત્સાહન આપવા માટે સમર્પિત છે. આદિજાતિ ઉદ્યોગસાહસિકો સ્ટાર્ટઅપ મહાકુંભ ૨૦૨૫માં સેન્ટર સ્ટેજ લેશે, આ વિઝનને અનુરૂપ, એસટી ઉદ્યોગસાહસિકો દ્વારા સ્થાપિત ૪૫+ સ્ટાર્ટઅપ્સ, જેમાં આઈઆઈએમ કલકત્તા, આઈઆઈએમ કાશીપુર અને આઈઆઈટી ભિલાઈમાં ઈન્ક્યુબેટ કરેલા સ્ટાર્ટઅપ્સનો સમાવેશ થાય છે, સ્ટાર્ટઅપ મહાકુંભ ૨૦૨૫માં ભાગ લેવાની તૈયારીમાં છે. આમાંના કેટલાક સ્ટાર્ટઅપ્સે પહેલેથી જ આઈએફસીઆઈ વેન્ચર કેપિટલ પાસેથી ભંડોળ મેળવ્યું છે. સ્ટાર્ટઅપ મહાકુંભ ૨૦૨૫માં, આ આદિવાસી ઉદ્યોગસાહસિકો: સમર્પિત સ્ટોલ્સ પર તેમની નવીનતાઓ પ્રદર્શિત કરશે. ટોચના રોકાણકારો સાથેનું નેટવર્ક અને ભંડોળની તકોનું અન્વેષણ કરશે. યુનિકોર્નના સ્થાપકો, સાહસ મૂડીવાદીઓ અને સ્ટાર્ટઅપ લીડર્સને દર્શાવતા ટેકનિકલ સત્રોમાં જોડવા. નવીનતા, સર્વસમાવેશકતા અને બજારના વિસ્તરણ પર મજબૂત ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાની સાથે, ધરતી આબા ટ્રાઈબપ્રેન્યોર્સ ૨૦૨૫ આદિજાતિની આગેવાની હેઠળના સાહસો માટે લોન્ચપેડ તરીકે સેવા આપશે, જે તેમને માર્ગદર્શન, વ્યૂહાત્મક નેટવર્કિંગ અને રોકાણની તકો સુરક્ષિત કરવામાં મદદ કરશે. આદિવાસી નવપ્રવર્તકોની આગામી પેઢીને પોષવી, યુવા આદિવાસી માનસને પ્રેરિત કરવા અને તાલીમ આપવા માટે MoTA સુવિધા પ્રદાન કરે છે: એકલવ્ય મોડેલ hurસડેન્શિયલ સ્કૂલ્સ (ઈએમઆરએસ)ના ૧૦૦ વિદ્યાર્થીઓ સ્ટાર્ટઅપ મહાકુંભમાં ભાગ લેશે અને આઈઆઈટી દિલ્હીમાં સ્પેશિયલ બૂટ કેમ્પ કરશે. ૧૫૦ આદિવાસી વિદ્યાર્થીઓ એ ભારતના સમૃદ્ધ સ્ટાર્ટઅપ લેન્ડસ્કેપનો પ્રત્યક્ષ સંપર્ક મેળવવા માટે શિષ્યવૃત્તિનો લાભ લીધો છે. ૫૦ એસ.ટી. ઉદ્યોગસાહસિકોને ઉન્નત ભારત અભિયાનના રોકાણકારો સાથે વાતચીત કરવા માટે, સર્વસમાવેશક વૃદ્ધિ માટે પ્રતિબદ્ધતા, આદિજાતિ બાબતોના મંત્રી શ્રી જુઆલ ઓરામે આ પહેલના મહત્ત્વ પર ભાર મૂકતા કહ્યું હતું કે, "આદિવાસી ઉદ્યોગસાહસિકો આપણા દેશની સાંસ્કૃતિક અને આર્થિક વિરાસતની કરોડરજ્જુ છે. સ્ટાર્ટઅપ મહાકુંભ ૨૦૨૫ મારફતે અમે તેમને મૂડી, માર્ગદર્શન અને નેટવર્કિંગની તકો સુધી પહોંચવાની અપ્રતિમ તક પ્રદાન કરી રહ્યા છીએ.

ચક્ર વિશે વાત કરીએ એ પહેલા ગઈકાલે જેમ આપણે વાત કરી હતી કે મનુષ્ય શરીરમાં ઓછામાં ઓછી ૭૨૦૦ નાડી હોય છે

પૃથ્વી તત્વ પર નિર્ભર રહેલાં મૂલાધાર ચક્રનાં બીજમંત્રનો જાપ કરી ધૈર્ય-સ્થિરતા મેળવીએ

સદ્‌ગુરુ વચનામૃત
સંકલન ફાલ્ગુની વસાવડા (ભાવનગર)

કુંડલીની જાગરણ એ યોગ અને તંત્ર વિદ્યાથી સિદ્ધ થતો ભારતીય અધ્યાત્મનો એક બહુ અભીભૂત કરનારો પ્રયોગ છે, પરંતુ એ જટિલ અધ્યાત્મ છે. એટલે કે સીધા સાદા દરેક સંસારી માનવીથી થાય એમ નથી, એની માટે અષ્ટાંગ યોગના દરેક અંગોનો અભ્યાસ જરૂરી છે.

ચૈત્રી નવરાત્રીનાં બીજા દિવસે મા બ્રહ્મચારિણીને નમન કરીએ, અને આપણી આ કાલીઘેલી ભાષામાં આદરેલુ વ્રત સ્વીકારે એવી પ્રાર્થના કરીએ. ચૈત્રી નવરાત્રીનો પ્રારંભ થઈ ગયો છે, અને હિન્દુ સનાતન ધર્મનું પણ નવું વર્ષ શરૂ થતું હોવાથી, સનાતન ધર્મનાં કેટલાયે સિદ્ધ પુરુષો, બુદ્ધ પુરુષો, અને ઋષિમુનિઓએ સમસ્ત વિશ્વમાં શાંતિનું વાતાવરણ બને, એ માટે પોતપોતાની રીતે અનુષ્ઠાનનો પ્રારંભ કરી દીધો હશે. આપણે પણ જીવ સહજ ભાવનાથી જરાક ઉપર ઉઠીએ તો સંસારી અને ભોગીની શ્રેણીમાંથી ઉપર ઉઠી અને યોગી થવાં તરફ પ્રયાણ કરી શકાય, એ માટે આ કુંડલીની જાગરણની શાસ્ત્રીય રીતે સાત્વિક તાત્વિક જાણકારી અને એનો આપણે અમલમાં મૂકી શકાય એવો સરળ અર્થ કરી, અને આ ચૈત્રી નવરાત્રી અનુષ્ઠાનનો આરંભ કર્યો છે. ભગવત ગીતામાં ભગવાન યોગ યોગેશ્વર કૃષ્ણએ પણ કહ્યું છે કે નિત્ય સંન્યાસી એ છે, જે પોતાને દરેક પરિસ્થિતિમાં સમ રાખી શકે! અને સમ રહી માનવ સહજ ઉદારતા, શૂરવીરતા, માનવતાવાદી, તેમજ સહિષ્ણુતાના ગુણોને ખીલવી જીવનને નિર્મળ અને પવિત્ર બનાવી શકે. આપણામાં આ ચારે ચાર ગુણ આજે પણ છે પરંતુ આપણી એને જોવાની દ્રષ્ટિ બદલાઈ ગઈ છે. ઉદાર આપણે અન્ય માટે બનવાનું હતું એની બદલે ખુદ માટે બની ગયાં. એટલે કે આપણી ભૂલોને ઉદારતાથી આપણે માફ કરી એ તરફ દુર્લક્ષ સેવ્યું! શૂરવીરતા એટલે કે દિન દરિદ્ર અથવાતો જેની સહાય, કે પછી પરિવાર, સમાજ, કે દેશ માટે કંઈક કરી છૂટવાની ભાવના કેળવવાની હતી, પણ આપણે આપણી જરૂરિયાતનો જંગ ખેલતાં રહ્યાં! અને એટલે જ સતત હું અને મારું એમાં માનવતા પણ વિસરાઈ ગઈ. પોતાની જાત પર સંયમ રાખી સહિષ્ણુતા બતાવવાની હતી, પણ આપણે તો આપણા ધર્મ પર પ્રહારો થયાં છતાં સહિષ્ણુ બની તમાશો જોતા રહ્યાં! ખેર જે થવાનું હતું તે થઈ ગયું! પણ હજી પસ્તાવો થતો હોય અને યુગ નિર્માણ કે વૈશ્વિક શાંતિ કે પછી તૂટતી જતી પરિવાર વ્યવસ્થા બચાવવા માટે આપણાથી કંઈક થાય એવું જો ખરેખર ઈચ્છતા હોઈએ તો આ નવરાત્રિ એ ખુદ માટે કોઈ સિદ્ધીનો મનોરથ ત્યજીને મા જગદંબા ને ચરણે જવું પડશે. કુંડલીની જાગરણ એ યોગ અને તંત્ર વિદ્યાથી સિદ્ધ થતો ભારતીય અધ્યાત્મનો એક બહુ અભીભૂત કરનારો પ્રયોગ છે, પરંતુ એ જટિલ અધ્યાત્મ છે. એટલે કે સીધા સાદા દરેક સંસારી માનવીથી થાય એમ નથી. એની માટે અષ્ટાંગ યોગના દરેક અંગોનો અભ્યાસ જરૂરી છે. પરંતુ કુંડલિની જાગરણની શરુઆત પણ પ્રાણાયામથી જ બતાવી છે, અને પ્રાણાયામમાં પણ અનલોમ વિલોમની જે સૌથી સરળ પ્રક્રિયા છે, એમાં પ્રેરક કુંભક અને રેચકનાં જે ત્રણ આયામ બતાવ્યા છે, એમાં કુંભક એટલે કે શ્વાસને અંદર ટકાવી રાખવાની જે ક્રિયા છે, એ જેટલી લાંબી ચાલે તેમ તમે પ્રાણ ઊર્જાને સ્થિર કરી ઉપરની તરફ લઈ જઈ શકવામાં સફળ થાવ !: આ એક સીધુ સાદુ અને દરેક જણ સમજી શકે એવું નિવેદન છે. આયામનો સીધોસાદો અર્થ કરીએ તો વિસ્તાર થાય, એટલે પ્રાણને આ ત્રણ મહત્વના મોડ પર લાવી એને ઉર્ધ્વ ગમન કરાવવાં ખેંચવાનો પછી રોકવાનો અને પછી ધીરેધીરે છોડવાનો! આ આખી પ્રક્રિયાને અનુલોમ વિલોમ કહેવામાં આવે છે, અને મૂલાધાર ચક્ર એટલે પહેલાં ચક્રથી આ પ્રાણ ઉર્જા કે પ્રાણ શક્તિને એક એક ચક્રમાંથી પસાર કરી છેક ઉપરના એટલે બ્રહ્મરંધ્ર સુધી લાવી સહસ્ત્રાર ચક્ર પર સ્થિર કરવી કે પછી અસ્તિત્વમાં રહેલ પરમ શક્તિ સાથે જોડી દેવી આ આખી જે સફર છે તેને અધ્યાત્મમાં કુંડલિની જાગરણ કહે છે. આપણે ગઈકાલે વાત કરી હતી તેમ કુંડલીની જાગરણની આખી યોગ પ્રક્રિયામાં સાત ચક્રો આવેલા છે, એમાંના પહેલા ચક્ર વિશેની પ્રાથમિકતા શું છે તે જોઈએ. પરંતુ ચક્ર વિશે વાત કરીએ એ પહેલા ગઈકાલે જેમ આપણે વાત કરી હતી કે મનુષ્ય શરીરમાં ઓછામાં ઓછી ૭૨૦૦ નાડી હોય છે, અને એમાં ત્રણ નાડી એવી છે, કે જે આ કુંડલીની જાગરણ માટે મહત્વની છે, અને ઈડા પિંગળા અને સુષુમ્ણા એ આ ત્રણ નાડી ના નામ છે. ઈડાને ચંદ્ર નાડી પિંગળાને સૂર્યનાડી અને બ્રહ્મનાડી કહેવામાં આવે છે. ચંદ્ર નાડી ઠંડી ઉર્જા એટલે કે નેગેટિવ ઉર્જા આપે છે, સૂર્યનાડી ઉષ્ણ એટલે કે પોઝિટિવ ઉર્જા આપે છે, અને જેમ ગંગા યમુના બે નદીના મિલન એટલે કે પ્રયાગે ત્રીજી નદી સરસ્વતી ઉદ્ભવે છે, એમ આ બંનેના અમુક અમુક ગુણ ભેગા થઈને ત્રીજી નાડી સુષુમ્ણા કે જે કરોડરજ્જુના ૩૩ મણકામાંથી પસાર થઈ અને મસ્તિષ્ક એટલે કે બ્રહ્મ રંધ્ર સુધી જાય છે. પરંતુ સુષુમ્ણા એ તેના નામ પ્રમાણે સુષુપ્ત હોય છે, અને મુલાધાર પાસે સર્પ જેમ કુંડલી મારીને બેઠો હોય એમ આ નાડીમાં આ શક્તિ કુંડલી મારીને બેઠી હોય છે, અને એને યોગ પ્રક્રિયાથી જગાડવાની હોય છે, અને એટલે અહીં જાગરણ શબ્દ પ્રયોગ કરવામાં આવ્યો છે. મૂલાધાર ચક્ર: માનવ શરીરમાં ગુદા દ્વાર આસપાસ એટલે કે મૂલાધાર ચક્ર પેરીનિયમ પર સ્થિત છે, મલ દ્વાર અને જનન અંગો વચ્ચેની જગ્યા. આ શરીરનું સૌથી મૂળ ચક્ર છે. તેનો રંગ લાલ છે, અને ચાર પાંખડી વાળા કમળનું ચિન્હ બતાવાયું છે. આ ચક્રનો બીજ મંત્ર 'લં' છે અને પૃથ્વી તત્વથી બનેલું છે, તદ ઉપરાંત આ ચક્ર ના દેવતા ગણેશ છે. કુંડલિની જાગરણ કરવું હોય એ સાધક એ આ ચક્રનું ધ્યાન ધરી અને આ આધ્યાત્મિક સફરની શરૂઆત કરવી જોઈએ. મૂલાધાર ચક્ર પૃથ્વી તત્વ અને વિવિધ ગંધ અંગેની ચેતના દ્વારા સૌથી વધારે શક્તિ પ્રાપ્ત કરે છે. તે કરોડરજ્જુ, મૂત્રાશય, કિડની, પગ અને પગના તળિયા ઉપરાંત સમગ્ર પ્રજનન તંત્રને નિયંત્રિત કરવાનું કામ કરે છે. મૂળ ચક્ર વ્યક્તિને સમજદાર બનાવે છે, અને તેના શારીરિક કદને જાળવી રાખે છે. પૃથ્વી તત્વનું બનેલું હોવાથી તે આપણને આધાર આપે છે અને આપણને ધારણ પણ કરે છે. શારીરિક અને માનસિક સંતુલન માટે આ ચક્રનું ધ્યાન બહુ ફાયદાકારક છે, પણ સાથોસાથ અસંતુલન પણ નુકસાનકારક છે. જમીન પર ખુલ્લા પગે ચાલવાથી આ ચક્રની શક્તિ કાર્યાન્વિત થાય છે, અને શારિરીક તેમજ માનસિક ઘણા ફાયદા થાય છે. મૂલાધાર ચક્રનો બીજ મંત્ર 'લં' છે અને આ મંત્રનો સતત આકાશ તરફ આંગળા રાખી સવાસન માં સુવું કે સિદ્ધાસનમાં બેસવું. 'લં ' એ બીજમંત્રનો શાસ્ત્રીય અર્થ શું થાય છે, એમાં આપણે ન જઈએ, પણ 'લં ' શબ્દ બોલવામાં એ શબ્દ ધ્વનિ ને અંદર તરફ ગ્રહણ કરવામાં આવે છે. મૂલાધાર ચક્ર પૃથ્વી તત્વ પર નિર્ભર હોવાથી આ મંત્ર જાપ કરતી વખતે આપણે પૃથ્વી તત્વને એટલે કે ધીરજ અને સ્થિરતાને ગ્રહણ કરી આપણો આધાર મજબૂત બનાવવામાં આવે છે. આ ઉપરાંત આ ચક્રનાં દેવતા ગણેશ હોવાથી આ મંત્ર જાપ થી વિવેક દ્રષ્ટિ પ્રાપ્ત થાય છે અને!: આપણાં જીવન માટે સાચું સારું ખોટું ખરાબ તરફ નિર્દેશ કરી સંયમી બનાવે છે. તો આવો સરળ અર્થ કરી આપણે આ ચક્રનું ધ્યાન કરી શકીએ તો ઉત્તમ છે, પણ બાકી શું શું ગ્રહણ કરવું જોઈએ, અને શું શું ન કરવું, એનું ધ્યાન રાખીને જીવનને ઉત્તમ બનાવી શકાય, એ તરફ વિચારને પરિપક્વ બનાવી વિવેક દ્રષ્ટિની પુષ્ટિ કરી શકીએ તો પણ જાતને ધન્યવાદ દેવાં પડે, અથવા તો આપણી જાગરણ ની સાધના સફળ થઈ કહેવાય! અને એ વિવેક દ્રષ્ટિ જ આપણને અન્યમાં તેમજ ફરી મળીશું નવા ચિંતન મનન સાથે, તો સૌને મારા આજના દિવસમાં સ્નેહવંદન અને જય સીયારામ.

ગોપીઓના સત્સંગમાં રહીને, ગોપીઓની આ જ્ઞાનોત્તર ભક્તિનો અનુભવ ઉદ્ધવને થયો છે, ઉદ્ધવને પ્રેમલક્ષણા ભક્તિનું જ્ઞાન થયું છે

જીવનમાં જ્ઞાન અને ભક્તિનો સમન્વય કરી પ્રેમમય જીવન જીવવાથી પ્રભુની પ્રાપ્તિ થાય છે

વિશેષ
યશપાલસિંહ ટી. વાઘેલા (દરબાર ગઢ, થરા)

શ્રીમદ્ ભાગવત પરમહંસોની સંહિતા છે, પરમાત્માને ભૂલેલો જીવ વાસનામાં સપડાયો છે, વાસનાના કારાગૃહમાંથી મુક્ત થઈ એ પ્રભુ પ્રેમના નિર્મળ ગોકુળમાં જઈ વસે તે જીવનો ઉદ્ધાર થાય, શ્રીકૃષ્ણ કથા એ જીવન ઉદ્ધારની કથા છે, જ્ઞાન એકલું શુષ્ક છે, નિર્મળ વૈરાગ્ય પણ એવો જ શુષ્ક છે, પણ જ્ઞાન અને વૈરાગ્યનોભક્તિ સાથે સંયોગ થાય તો પ્રભુપ્રાપ્તિનું સર્વોત્તમ સાધન પ્રાપ્ત થાય છે, મન શુદ્ધ બને તો જ્ઞાનનો ઉદય થાય છે, ભક્તિ દ્વારા મનને શુદ્ધ કરવાનું છે.

ભગવદ્ ગીતા જ્ઞાનમાં ચિંતન મનન થકી આજે ચૈત્રી નવરાત્રીના બીજા દિવસે સોમવારે કંઈક જાણવા પ્રયત્ન કરીએ તો સંયોગમાં ચક્ષુદર્શન, વિયોગમાં માનસદર્શન! સાથે રહેતાં પતિ કરતાં પરદેશ ગયેલા પ્રિયતમમાં પત્નીનું મન નિશ્ચલ ભાવથી લાગી રહે છે. વિયોગ એ વિશિષ્ટ યોગ છે. ગોપીઓને તેનું દાન કરવા શ્રીકૃષ્ણ તેમનાથી જુદા પડયા છે. ગોપીઓ, તમારો-મારો વિયોગ થશે નહીં. હું તમારી પાસે જ છું. તમે તમારા સ્વરૂપને યાદ કરો. તમે ગોલોકની નિત્યાસિદ્ધા ગોપીઓ છે.પ્રેમલક્ષણા ભક્તિ પાંચમો પુરુષાર્થ છે.ભક્તમાં અભેદ સિદ્ધ થાય છે. જ્ઞાનમાં પણ અભેદ સિદ્ધ થાય છે પરંતુ ભક્તિમાર્ગ સરળ છે, ત્યારે જ્ઞાનમાર્ગ અઘરો છે. રોજ પ્રભુને કહો, નાથ,હું તારો છું પણ તમે મારા નથી! સમુદ્રમાં તરંગ છે, પણ તરંગને સમુદ્ર ન કહી શકાય. યશોદા, નંદબાબા અને ગોપીઓનો શ્રી કૃષ્ણ પ્રેમ જોઈ ઉદ્ધવનો જ્ઞાન ગર્વ ઊતરી ગયો. પ્રેમભક્તિ વગરનું જ્ઞાન નકામું છે તેનું તેને ભાન થયું. ઉદ્ધવને ખાતરી થઈ કે, જ્ઞાન કરતાં પ્રેમ શ્રેષ્ઠ છે. ઉદ્ધવને ગોકુળ છોડવાની ઈચ્છા થતી નથી. ઉદ્ધવજી ગોકુળમાં ગયેલા ગુરુ થવા,પણ ગોપીઓના ચેલા બની ગયા. હવે ઉદ્ધવ ભગવાન પાસે ગોપીઓ જેવી અનન્ય ભક્તિ માગે છે. કહે છે કે,મારે બીજું કાંઈ જોઈતું નથી ફક્ત પ્રેમલક્ષણા ભક્તિ આપો ઉદ્ધવે છેવટે વૃંદાવનમાં લતા કે વૃક્ષ થવાનું માગ્યું છે,જેથી ગોપી ઓની ચરણરજનો સ્પર્શ થાય. ઉદ્ધવ કહે છે કે, મહામુનિઓ જેને શોધે છે, તે ભગવાનને ગોપીઓએ વિના પ્રયાસે પ્રાપ્ત કર્યા છે. એવી આ ગોપીઓની ચરણરજમાં સ્નાન કરી હું ધન્ય બની જઈશ. આ વૃંદાવનમાં મને મનુષ્યાવતાર ન મળેતો કાંઈ નહીં, પણ તું વૃક્ષ,લતા કે ઔષધિના છોડ તરીકે જન્મ્યું તો પણ ઘણું છે, તો પણ હું કૃતાર્થ થઈશ. આ મારી પ્રાર્થના છે! ગોપીઓના સત્સંગમાં રહીને, ગોપીઓની આ જ્ઞાનોત્તર ભક્તિ નો અનુભવ ઉદ્ધવને થયો છે. ઉદ્ધવને પ્રેમલક્ષણા ભક્તિનું જ્ઞાન થયું છે. હવે ઉદ્ધવ દરેકનાં ચરણ માં વંદન કરે છે. શ્રીકૃષ્ણવિરહમાં જીવનું વર્તન કેવું હોય, જીવન કેવું હોય તેનો આદર્શ આ ગોપીઓએ જગતને બતાવ્યો છે.ઉદ્ધવને છેવટે જવાની આજ્ઞા મળી. ઉદ્ધવ જવા તૈયાર થયા છે. વિદાય વખતે નંદબાબા ઉદ્ધવને કહે છે કે:ઉદ્ધવજી, હવે અમે એટલું જ ઈચ્છીએ છીએ કે, અમારા મનની એક એક વૃત્તિ, એક એક સંકલ્પ શ્રીકૃષ્ણનાં ચરણ કમળનો જ આશ્રય કરીને રહે! ઉદ્ધવજી, અમે સાચું કહીએ છીએ કે, અમને મોક્ષની પણ બિલકુલ ઈચ્છા નથી. અમારી માત્ર એક જ ઈચ્છા છે કે, ભગવાનની ઈચ્છાથી અમારાં કર્મો અનુસાર જે કોઈ યોનિમાં અમારો જન્મ થાય, તે તે જન્મમાં અમે શુભ આચરણ કરીએ, દાન કરીએ અને તેના ફળ સ્વરૂપે અમારા ઈશ્વર શ્રીકૃષ્ણમાં અમારી પ્રીતિ ઉત્તરોત્તર વધતી રહે! સંદેશો કહેતાં નંદબાબા અને સર્વ ગોપ-ગોપીઓ રડી. પડયાં છે. નંદબાબાની આ ઈચ્છા એ સમસ્ત ભાગવતનું હાર્દ. સૌએ સતત એનું ચિંતન-મનન કરતા રહેવા જેવું છે. નંદબાબાની આ પ્રાર્થના, શ્લોકો મારા પ્રિય શ્લોકો છે. વિષયોમાં વૈરાગ્ય આવે અને શ્રીકૃષ્ણભક્તિ મળે તે માટે ઘણા મહાત્માઓ આ શ્લોકોના સંપુટ આપી આખા ભાગવતનો પાઠ કરે છે. નંદબાબા કહે છે, સંસારમાં ક્યાંય મારું મન જાય નહીં. મારી વાણી શ્રીકૃષ્ણ નામનો જપ કરે અને મારી આંખો જ્યાં જાય ત્યાં તેને શ્રીકૃષ્ણનાં દર્શન થાય! ઉદ્ધવ, એટલું ખાસ કહેજે. કદાચ મારા પ્રારબ્ધ કર્મથી મને જન્મ લેવાનો પ્રસંગ આવે તો પવિત્ર વૈષ્ણવના ઘરમાં મને જન્મ આપે કે, જ્યાં હરહંમેશ શ્રીકૃષ્ણ કથા, શ્રીકૃષ્ણ કીર્તન થતાં હોય, જે સાંભળી હું કૃતાર્થ બનું અને શ્રીકૃષ્ણ કીર્તન કરતાં કરતાં સેવા માં હું તન્મય બનું.મારે બીજી કોઈ ઈચ્છા જ નથી. યશોદાજી લાલા માટે સંદેશો આપે છે, ઉદ્ધવ, મારા લાલાને કહેજે કે, તેને જ્યારે ગોકુળમાં આવવાની ઈચ્છાથાય ત્યારે આવે મારો લાલો જો ત્યાં આનંદમાં રહેતો હોય તો ત્યાં જ ભલે રહે? શ્રીકૃષ્ણ વિરહમાં અમે અત્રે રહીશું અને રડીશું.શ્રીકૃષ્ણ કેવળ અમારા માટે અમને મળવાનો પરિશ્રમ ન કરે! અમારા સુખને માટે શ્રીકૃષ્ણને બિલકુલ પરિશ્રમ ન થાઓ! મારો લાલો જ્યાં હોય ત્યાં સુખી રહે. સંદેશો આપતાં યશોદાજી રયાં છે.આ પુષ્ટિભક્તિ છે. પુષ્ટિભક્તિમાં સ્વરૂપનો વિચાર નથી. પોતાના સુખનો વિચાર કરે તે શ્રીકૃષ્ણના સુખનો વિચાર કરી શકે નહીં. રાધાજીએ કહ્યુંકે,ઉદ્ધવ,આ વાંસળી અને કામળી તું તારી સાથે લઈ જા! આ કામળી- કામળી ઘરમાં રાખી હું શું કરું? ઉદ્ધવ, એ તો મોટો રાજા થયો છે. તેને હું શું આપું? પણ મેં આ માખણ તૈયાર કર્યું છે, તે તું લઈ જા. તે લાલાને ખવડાવજે. પણ મારું નામ તેને દઈશ નહીં! આ પ્રમાણે બોલતાં હૃદય ભરાઈ આવે છે. ગોકુળ છોડી ઉદ્ધવનો રથ નીકળ્યો છે. ઉદ્ધવ વિચારે છે, હું માનતો હતો કે, શ્રીકૃષ્ણ કૃપાનિધિ છે,દયાના સાગર છે,પણ મને લાગે છે કે,તે નિષ્ઠુર છે.આ વ્રજ વાસીઓ કેવાં પ્રેમાળ છે! ઉદ્ધવે નિશ્ચય કર્યોકે,હું ભગવાનને ઠપકો આપીશ કે તમે નિષ્ઠુર છો. આ વ્રજવાસીઓના વિયોગીમાં મારો છો. ઉદ્ધવ મથુરા આવ્યા છે. શ્રીકૃષ્ણ સમજી ગયા કે, ઉદ્ધવ મને ઠપકો આપવાનો છે. તેથી તેમણે જ વાત શરૂ કરી, ઉદ્ધવ, તું તું મથુરામાં હતો ત્યારે મારા વખાણ કરતો હતો. હવે ગોકુળ જઈ આવ્યા પછી ગોપીઓનાં જ વખાણ કરે છે. ઉદ્ધવ, તું નિષ્ઠુર નથી.પછી ઉદ્ધવ પર વરદ હસ્ત પધરાવી સમાધિમાં ઉદ્ધવને દર્શન કરાવ્યાં કે,હું ગોકુળમાં જ છું!ઉદ્ધવ જુએ છે તો એક સ્વરૂપે શ્રીકૃષ્ણ મથુરામાં અને એક સ્વરૂપે ગોકુળમાં!સવારથી સાયંકાળ સુધીની ગોપીઓ સાથેની એક એક લીલાનાં પ્રભુએ ઉદ્ધવને દર્શન કરાવ્યાં છે. એક સ્વરૂપે યશોદાની પથારીમાં આળોટે છે અને એક સ્વરૂપે રાધાજી સાથે શ્રીકૃષ્ણ રાસ રમે છે. પછી શ્રીકૃષ્ણ કહે છે,મારી માએ મને એવો બોધ બાંધ્યો છે કે,હું વૃંદાવન છોડીને જઈ શકતો જ નથી. ઉદ્ધવ,હું તને ભલે મથુરા માં દેખાઉ પણ હું ગોપીઓ પાસે જ છું. અરે,પાસે શું? ગોપીઓથી હું અભિન્ન છું.ગોપી-કૃષ્ણ એક જ છે. પીરુદ્ધયાગમનમાં ઉદ્ધવના જ્ઞાનનો અને ગોપીઓની સગુણ ભક્તિનો મધુર કલહ છે. કેવળ જ્ઞાનથી કે કેવળ ભક્તિથી મનુષ્ય પૂર્ણ બનતો નથી.જીવનમાં બંનેનો સમન્વય કરી પ્રેમમય જીવન જીવવાથી પ્રભુની પ્રાપ્તિ થાય છે. પ્રભુની કૃપા અનુભવાય છે.એ આ ઉદ્ધવાગમનના પ્રસંગનું રહસ્ય છે.મનુષ્યશરીરમાં જે સ્થાન શીર્ષ નું છે, ભાગવતમાં તે દસમ સ્કંધનું છે.સમગ્રભારતમાં એ તરતમ્ય છે. શ્રીકૃષ્ણના પૂર્ણ પુરુષોત્તમ સ્વરૂપનું એમાં પૂર્ણ દર્શન કરાવ્યું છે.શ્રીકૃષ્ણની ગોકુળની બાળ લીલા ગોપલીલા અને રાસલીલા જીવ અને પરમાત્માની લીલાનું સ્વરૂપ છે. જીવની આગળ પરમાત્મા વિવિધ સ્વરૂપે પોતાને પ્રગટ કરતો જ રહે છે, પણ જીવ એ જોતા નથી. પણ જે પળે જીવને પરમત્માના સ્વરૂપ ની જરા જેટલી પણ ઝાંખી થાય છે તે પળે તે જીવ પરમાત્માનો બની રહે છે. ગોપીરૂપ શરીરની ઈન્દ્રિયો શ્રીકૃષ્ણ માં પરોવાઈ જાપ અને સતત એનું જ ચિંતન કરી એનું ધ્યાન ધરી શ્રી કૃષ્ણમય બની જાય ત્યારે જીવને પણ બીજું કંઈ પ્રાપ્ત કરવાપણું રહેતું નથી. ઈશ્વર સર્વત્ર છે, સર્વમાં છે. એને પ્રાપ્ત કરવામાં કોઈ નવી ચીજવસ્તુ પ્રાપ્ત કરવાની નથી, નવું કંઈ છે જ નહીં. ઈશ્વર બહારનું કશું યે નથી. જે છે તે ઈશ્વર જ છે. એટલે ઈશ્વરની પ્રાપ્તિ, શ્રીકૃષ્ણનું દર્શન એ કેવળ પ્રાપ્તિની પ્રાપ્તિ છે. એમાં કેવળ જ્ઞાન કામ નહીં લાગે, જ્ઞાન અધૂરું છે. જ્ઞાન અને ભક્તિ પ્રેમના પણ બળને પ્રાપ્ત કરી શકતી નથી. દસમ સ્કંધમાં છેલ્લે ઉદ્ધવ- ગોપી નો સંવાદ છે. એ શ્રીકૃષ્ણના જીવન સંદેશને સચોટ વાણીમાં પ્રત્યક્ષ કરે છે. એનું શ્રવણ- મનન જીવને આનંદ આપે છે. કેવળ આનંદ નહીં, જીવનનું સાફલ્ય બક્ષે છે. ગોપીઓ પ્રેમલક્ષણા ભક્તિની આચાર્યા છે. ઘરમાં રહીને પ્રભુનું દર્શન કેવી રીતે કરવું તે ગોપીઓ બતાવે છે. શ્રીમદ્ ભાગવત પરમહંસોનીસંહિતાછે.પરમાત્માનેભૂલેલોજીવવાસનામાં સપડાયો છે. વાસનાના કારાગૃહમાંથી મુક્ત થઈ એ પ્રભુ પ્રેમના નિર્મળ ગોકુળમાં જઈ વસે તે જીવનો ઉદ્ધાર થાય. શ્રીકૃષ્ણ કથા એ જીવન ઉદ્ધારની કથા છે. જ્ઞાન એકલું શુષ્ક છે, નિર્મળ વૈરાગ્ય પણ એવો જ શુષ્ક છે.પણ જ્ઞાન અને વૈરાગ્યનોભક્તિ સાથે સંયોગ થાય તો પ્રભુપ્રાપ્તિનું સર્વોત્તમ સાધન પ્રાપ્ત થાય છે. મન શુદ્ધ બને તો જ્ઞાનનો ઉદય થાય છે. ભક્તિ દ્વારા મનને શુદ્ધ કરવાનું છે અને પરિશુદ્ધ થયેલા મનને પરમાત્માનાં ચરણોમાં સમર્પિત કરવાનું છે. ગોપીઓ ની પેઠે ઈન્દ્રિયો સર્વાત્મભાવે પરમાત્માને, શ્રીકૃષ્ણ ને વરે અને શ્રીકૃષ્ણના વિયોગથી ઝરે તો પરા ભક્તિ પ્રાપ્ત થાય.ગોપીઓ પ્રેમ લક્ષણા ભક્તિનો આદર્શ આપણી સમક્ષ રજૂ કરે છે.શ્રીકૃષ્ણ વિરહ માં ગોપ ીને વૃંદા વન આખું સ્મશાન વત્ લાગે છે અને શ્રીકૃષ્ણમાં ચિત્ત એવું ઓત પ્રોત થઈ ગયું છે.હદય એવું શ્રી કૃષ્ણમય થઈ ગયું છે કે,જ્યાં જુએને જે જુએ તે શ્રીકૃષ્ણ રૂપ દેખાય છે. બધું જ શ્રીકૃષ્ણ છે. બહાર શ્રીકૃષ્ણ છે અને અંદર પણ શ્રીકૃષ્ણ છે. શ્રીકૃષ્ણ એમને છોડીને ક્યાંય ગયા નથી! ગોપીઓને અનેક જન્મોની તપસ્યા પછી પણ જે દર્શન દુર્લભ છે તે ગોપીઓને સહજ છે. પ્રભુ પ્રાપ્તિનું અમોઘ અને અદ્ભુત સાધન ભાગવતકાર આપણા આગળ પ્રત્યક્ષ કરે છે. વિયોગવિરહનું આ માહાત્મ્ય છે. સંયોગમાં એટલે કે મિલનમાં માત્ર એક જ વ્યક્તિને અનુભવ થાય, પણ વિરહમાં અને વિયોગમાં તો એવી તન્મયતા પ્રાપ્ત થાય છે કે, જ્યાં નજર કરો ત્યાં પ્રભુ સિવાય બીજું કંઈ દેખાય જ નહીં. સંયોગ કરતાં વિયોગ ચડી જાય. બધા યોગ કરતાં વિયોગ ચડી જાય એટલે તો એને વિયોગ કહ્યો છે. વિયોગ એટલે વિશિષ્ટ યોગ. આ વિશિષ્ટ યોગ ગોપીઓને સિદ્ધ છે એટલે ગોપીઓને પ્રેમલક્ષણા ભક્તિની આચાર્યા કહી છે. હવે જરાસંધની કથા આવે છે. જરા એટલે ઘડપણ અને મથુરા એટલે શરીર. જરાસંધ મથુરા ઉપર ચડાઈ કરે છે. જિંદગીના ઉત્તરાર્ધમાં દરેક માણસની ઉપર જરાસંધ ચડાઈ કરે છે.પચાસ વર્ષ ની ઉંમર પછી સાંધા દુ:ખે ત્યારે જાણવુંકે જરાસંધની ચડાઈઆવી અગાઉથી જેણે એની સામે લડવાની તૈયારી રાખી હશે તે જીતશે. જરાસંધ આવે છે એટલે મથુરાના દરવાજા તૂટવા લાગે છે, આંખોથી ઓછું દેખાય છે,ખાધેલું તો પચતુંનથી અને શરીરની શક્તિ ઓછી થાય છે, ત્યારે ધીરે ધીરે પ્રવૃત્તિ ઓછી કરો, પ્રભુ માટે સમય વધારો. વાચક ચાહક મિત્રો ચૈત્રી નવરાત્રિ નો આજે બીજો દિવસ સર્વદા સૌ સુખી થાઓની ભાવના સાથે અસ્તુ.

મિલાપ મિલન ઝવેરીએ ડિરેક્ટ કરેલી આ ફિલ્મ નવેમ્બરમાં રિલીઝ થશે

વિવેક ઓબેરોય, આફતાબ અને રિતેશ દેશમુખ મસ્તી કરાવશે

આ ફિલ્મમાં લીડ એક્ટ્રેસમાં શ્રેયા શર્મા, રુહી સિંઘ અને એલનાઝ નોરોઝી જોવા મળશે. આ ફિલ્મ મુંબઈ સાથે યૂકેમાં પણ શૂટ થઈ છે

કેટલીક જાણીતી કલ્ટ કોમેડી ફિલ્મમાંની એક મસ્તીની ચોથી ફિલ્મ ફરી આવી રહી છે. વેવબેન્ડ પ્રોડક્શને તૈયાર કરેલી આ ફિલ્મનું ટીઝર રિલીઝ થઈ ગયું છે. આ ફિલ્મ મિલાપ મિલન ઝવેરી દ્વારા ડિરેક્ટ કરવામાં આવી છે અને લખવામાં આવી છે. ફરી એક વખત રિતેશ દેશમુખ, આફતાબ શિવદાસાની અને વિવેક ઓબેરોય અમર, મીત અને પ્રેમ તરીકે જોવા મળશે. ફરી એક વખત લાફટર, ફન અને કેઓસથી ભરેલી ફિલ્મ ૨૧ નવેમ્બર, ૨૦૨૫ના રોજ રિલીઝ થશે.આ ફિલ્મમાં લીડ એક્ટ્રેસમાં શ્રેયા શર્મા, રુહી સિંઘ અને એલનાઝ નોરોઝી જોવા મળશે. આ ફિલ્મ મુંબઈ સાથે યૂકેમાં પણ શૂટ થઈ છે, ટીઝર પરથી તેના ભવ્ય સ્કેલનો અંદાજ આવે છે. આ ફિલ્મમાં પણ દર્શકો માટે કેટલાક અન્ય કલાકારોની પણ સરપ્રાઈઝ મળશે.મિલાપ મિલન ઝવેરીએ આ ફિલ્મ અંગે ઉત્સાહ વ્યક્ત કરતા કહ્યું, “”પહેલી બે મસ્તી લખવાથી લઈને આજે મસ્તી ૪ સુધી મારા માટે જાણે એક ચક્ર પૂરું થયું હોય એવી ઘટના છે. ઈન્દ્ર કુમાર સર પાસેથી આ વારસો મેળવવા માટે હું તમનો આભારી છું. તેમની દૃષ્ટિથી જ પહેલી ફિલ્મ બની હતી. તેમની ફિલ્મે કોમેડી ફિલ્મ માટે એક ધોરણ નક્કી કર્યું હતું. હું નસીબદાર છું કે મારી પોતાની સ્ટાઈલમાં હું આ વારસાને આગળ વધારી રહ્યો છું. અમે આ ફિલ્મની મેડનેસને હવે અલગ લેવલ પર લઈ જઈ રહ્યા છીએ. આ વખતે ડ્રામા અને કેઓસનો ઓવરડોઝ હશે. આ ટીઝર માત્ર એક એક ઝલક છે કે ફિલ્મ કેટલી મજા કરાવશે.

‘સૈયારા’ની સફળતા પછી જેનઝીની ૬ ટોપ બ્રાન્ડ સાથે જોડાયો

અહાન પાન્ડેની ડિમાન્ડ વધી, પ્રોડ્યુસર્સ અને બ્રાન્ડની ઓફરનો વરસાદ

જ્યારથી અહાન પાંડેની ફિલ્મ ‘સૈયારા’ રિલીઝ થઈ ત્યારથી તેનું નામ ઘર-ઘરમાં જાણીતું થઈ ગયું છે. સમગ્ર ઈડસ્ટ્રીના લોકો તેના વખાણ કરી રહ્યા છે. તે જાણે રાતોરાત સુપરસ્ટાર બની ગયો છે. તેના માટે પાછા ફરીને જોવા જેવું પણ રહ્યું નથી. તેની સામે પ્રોડ્યુસર્સની લાઈન લાગી છે, સાથે જ તેની સામે ખુણે ખુણેથી વિવિધ બ્રાન્ડ માટેની પણ ઓફર આવી રહી છે. તે પ્રોડ્યુસર્સ અને બ્રાન્ડની પહેલી ૫ સંદ બની ગયો છે.એવા અહેવાલો છે કે અહાન પાંડેને જેનઝીની ટોપ ૬ બ્રાન્ડે સાઈન કરી લીધો છે. કારણ કે યશરાજ ફિલ્મ્સે અત્યાર સુધી તેને છુપાવીને રાખ્યો હતો, તેમને તેની ક્ષમતાઓનો અંદાજ હતો. ફિલ્મ આવી તે પહેલા અહાન નવો હોવા છતાં તેના કોઈ ઈન્ટરવ્યુ, તસવીરો કે કોઈ જાહેર કાર્યક્રમમાં તે દેખાયો નથી. તેથી ફિલ્મમાં તેને જોઈ દર્શકો પ્રભાવિત થયા હતા. એક સુત્રએ જણાવ્યા અનુસાર, “આજે દરેક બ્રાન્ડ જેનઝી સાથે કનેક્ટ કરવા માગે છે. અહાન પાંડે આજે નવી જનરેશનનો સૌથી મોટો સ્ટાર બની ગયો છે. આજની પેઢીને રાજી કરવી અઘરી છે, તેથી અહાન જે રીતે લોકપ્રિય થયો છે, તેના ૫ રથી તેની ડિમાન્ડ પણ ખુબ વધી રહી છે. ૬ બ્રાન્ડ દ્વારા તેને સાઈન કરવામાં આવ્યો છે. ઓક્ટોબરથી યશરાજ ફિલ્મ્સ અહાનની વિવિધ જાહેરાતોનું કેમ્પેઈન શરૂ કરવા માગે છે.” આજની પેઢીને રાજી કરવી અઘરી છે, તેથી અહાન જે રીતે લોકપ્રિય થયો છે, તેના પરથી તેની ડિમાન્ડ પણ ખુબ વધી રહી છે. ૬ બ્રાન્ડ દ્વારા તેને સાઈન કરવામાં આવ્યો છે. ઓક્ટોબરથી યશરાજ ફિલ્મ્સ અહાનની વિવિધ જાહેરાતોનું કેમ્પેઈન શરૂ કરવા માગે છે.”

‘ધુરંધર’ ફિલ્મની રિલીઝ તારીખ હજુ સુધી જાહેર કરવામાં આવી નથી

ધૂરંધર’ના સેટ પરથી રણવીર સિંહ અને સંજયનો વીડિયો લીક

બોલીવુડ અભિનેતા રણવીર સિંહ આ દિવસોમાં ‘ધૂરંધર’ ફિલ્મના શૂટિંગમાં વ્યસ્ત છે સાથે સંજય દત્ત પણ તેમાં છે

બોલીવુડ અભિનેતા રણવીર સિંહ આ દિવસોમાં ‘ધૂરંધર’ ફિલ્મના શૂટિંગમાં વ્યસ્ત છે. સંજય દત્ત પણ તેમાં છે. તેનું દિગ્દર્શન યામી ગૌતમના પતિ અને ‘ઉરી’ના દિગ્દર્શક આદિત્ય ધર કરી રહ્યા છે. સોમવારે, સેટ પરથી એક વીડિયો સોશિયલ મીડિયા પર લીક થયો. આમાં, બંનેના લુક જાહેર થયા છે. રણવીરને જોઈને, તમને ‘પદ્માવત’નો ‘ખિલજી’ ચોક્કસ યાદ આવી જશે.રણવીર સિંહના એક ચાહકે પર વીડિયો શેર કર્યો અને લખ્યું રણવીર લાંબા વાળવાળા લુકમાં જોઈ શકાય છે અને તે તેના ખિલજી અવતારની યાદ અપાવે છે, જે તેણે ફિલ્મ ‘પદ્માવત’માં ભજવ્યો હતો. રણવીર અને સંજયના ચાહકો આ વીડિયો જોયા પછી પાગલ થઈ ગયા છે.આ બે સિવાય, આર માધવન, અક્ષય ખન્ના અને અર્જુન રામપાલ આ ફિલ્મમાં જોવા મળશે. ૨૦૨૪ માં દરેકનો ફોટો શેર કરતા રણવીરે લખ્યું, ‘આ મારા ચાહકો માટે છે, જેમણે મારી સાથે ખૂબ ધીરજ રાખી છે. હું તમને બધાને પ્રેમ કરું છું અને હું તમને વચન આપું છું, આ વખતે, પહેલા ક્યારેય ન હોય તેવો સિનેમેટિક અનુભવ અમને અને તમને મળશે.‘ધુરંધર’ ની રિલીઝ તારીખ હજુ સુધી જાહેર કરવામાં આવી નથી, પરંતુ અહેવાલ છે કે તે આ વર્ષના અંત સુધીમાં રિલીઝ થશે. નિર્માતાઓએ હજુ સુધી જાહેરાત કરી નથી કે ફિલ્મમાં રણવીર સાથે કઈ અભિનેત્રી જોવા મળશે, પરંતુ અહેવાલ છે કે સારા અર્જુનને કાસ્ટ કરવામાં આવી છે. રણવીર અને તેની વચ્ચે ઉંમરનો તફાવત લગભગ ૨૦ વર્ષનો છે.

શાહરુખ ખાન સાથે હેન્ડશેક બાદ મેં હાથ નથી ધોયા : પ્રકૃતિ મિશ્રા

૭૧માં નેશનલ એવોર્ડની જ્યુરી મેમ્બર રહેલી અભિનેત્રી પ્રકૃતિ મિશ્રાએ ઈન્સ્ટાગ્રામ પર શાહરૂખ ખાન સાથેના ફોટા પોસ્ટ કર્યા છે

બોલિવૂડના કિંગ શાહરૂખ ખાનને તેની ફિલ્મ ‘જવાન’ માટે નેશનલ એવોર્ડ મળ્યો છે. કિંગ ખાનના ૩૩ વર્ષના કરિયરમાં આ તેનો પ્રથમ નેશનલ એવોર્ડ છે. આ ઈવેન્ટના ફોટા અને વીડિયો સોશિયલ મીડિયા પર વાઈરલ થઈ રહ્યા છે. ઈવેન્ટ પછી કિંગ ખાને જ્યુરી સભ્યો સાથે ફોટો પડાવ્યા, જે હવે સોશિયલ મીડિયા પર વાઈરલ થઈ રહ્યા છે.૭૧માં નેશનલ એવોર્ડની જ્યુરી મેમ્બર રહેલી અભિનેત્રી પ્રકૃતિ મિશ્રાએ ઈન્સ્ટાગ્રામ પર શાહરૂખ ખાન સાથેના ફોટા પોસ્ટ કર્યા છે. આ ફોટોમાં શાહરૂખ ખાન, પ્રકૃતિ અને જ્યુરી અધ્યક્ષ ફિલ્મ મેકર્સ આશુતોષ ગોવારીકર પણ છે. બોલિવૂડ કિંગ સાથે મોમેન્ટ શેર કરની પ્રકૃતિ ખૂબ જ ખુશ છે. તે ફોટામાં ખૂબ જ ખુશ દેખાઈ રહી છે. પ્રકૃતિ સાડીમાં સ્ટનિંગ લાગી રહી છે.પ્રકૃતિએ કેપ્શનમાં લખ્યું કે, જ્યારે મને ૭૧માં નેશનલ ફિલ્મ એવોર્ડસની સેન્ટ્રલ જ્યુરી માટે પસંદ કરવામાં આવી, ત્યારે મને ખબર નહોતી કે, હું એ ૧૧ સભ્યોની ટીમનો ભાગ બનીશ જે શાહરૂખ સરને તેના મચઅવેટેડ અને પ્રથમ નેશનલ એવોર્ડ અપાવવા માટે જવાબદાર હશે. આ આઈકોનિક મોમેન્ટનો હિસ્સો બનીને મને ખબર પડી ગઈ કે, ‘અગર કિસી ચીજ કો દિલ સે ચાહો તો પૂરી કાયનાત ઉસે તુમસે મિલાને કી કોશિશ મેં લગ જાતી હે.’શાહરૂખની જીત પર્સનલ ફિલ થાય છે. કારણ કે, તે દરેક ભારતીય કલાકારને સપના જોવાની, જીતવાની અને મહેનત કરવાની આશા આપે છે. થેંક્યુ શાહરૂખ સર તમારી વિનમ્રતા, મહેનત અને શાલીનતાથી અમને પ્રેરણા આપવા માટે.’પોતાની પોસ્ટના અંતે પ્રકૃતિએ મજાકમાં કહ્યું કે, ‘મેં નેશનલ એવોર્ડ ઈવેન્ટમાં શાહરૂખ ખાન સાથે હાથ મિલાવ્યા પછી હાથ જ નહોતા ધોયા.’ અભિનેત્રીએ તેને પોતાના જીવનનો સૌથી સ્પેશિયલ હેન્ડશેક ગણાવ્યું. અંતમાં પ્રકૃતિએ કિંગ ખાનને તેના પ્રથમ નેશનલ એવોર્ડ માટે અભિનંદન પાઠવ્યા. તેણે લખ્યું કે, ‘આ પેનલમાં હોવું અને તમારા હક માટે લડવું એ મારા માટે સન્માનની વાત હતી.’

“મને ખબર નથી કે હું આગળ કઈ રીતે વધીશ”

રાધિકાને પણ લાગ્યું કે, નવી માતા માટે બોલિવૂડનો અભિગમ સહકારપૂર્ણ નથી

એક તરફ દીપિકા પાદુકોણ અને સંદીપ રેડ્ડી વાંગા વચ્ચેનો વિવાદ ચર્ચામાં છે, દીપિકાએ માતા બન્યા પછી માત્ર આઠ કલાક કામ કરવાની અને વધારાના કલાક કામ કરવા પર વધારાના વળતરની માગ કરતા તેને ફિલ્મમાંથી હાંકી કાઢી હોવાની ચર્ચા છે. તેમાં અજય દેવગને પણ એવું કહ્યું હતું કે ઘણા ઈમાનદાર ફિલ્મ મેકર્સ નવી માતાઓની તકલીફો સમજે છે. ત્યારે દીપિકાની જેમ નવી માતા માટે ઈન્ડસ્ટ્રીને યોગ્ય ન માનતી એક્ટ્રેસની યાદીમાં રાધિકા આપ્ટેનું નામ પણ જોડાયું છે. રાધિકા આપ્ટે ગયા વર્ષે પોતાની બ્રિટિશ ફિલ્મ ‘સિસ્ટર મિડનાઈટ’માટે પહોંચી બાફટા એવોર્ડના રેડ કાર્પેટ પર પહોંચી ત્યારે તેની પ્રેગનેન્સી અંગે લોકોને જાણ થઈ હતી. કરણ કંધારીની આ બ્લૅક કોમેડી ફિલ્મ, એર બ્રિટીશ રાઈટર, ડિરેક્ટર કે પ્રોડ્યુસરનાં આઉટસ્ટેન્ડિંગ ડેબ્યુ કેટેગરીમાં નોમિનેટ થઈ હતી. ગયા વર્ષે રાધિકાની આ ફિલ્મનું કેન્સ ફિલ્મ ફેસ્ટિવલમાં પણ સ્ક્રીનિંગ થયું હતું, તેમજ પછીથી તે યૂકે અને યૂએસમાં રિલીઝ પણ થઈ હતી. આ અઠવાડિયે ‘સિસ્ટર મિડનાઈટ’ હવે ભારતમાં રિલીઝ થવા જઈ રહી છે, ત્યારે રાધિકાની દિકરી હવે છ મહિનાની થઈ ગઈ છે. ગયા ડિસેમ્બરમાં તેના જન્મનાં એક અઠવાડિયાં પછી રાધિકાએ એક તસવીર સોશિયલ મીડિયા પર શેર કરી હતી, જેમાં તે એક ઓનલાઉઈન મીટિંગમાં હાજરી આપવાની સાથે દિકરીને સ્તનપાન કરાવતી દેખાતી હતી. ખરેખર તો તે પોતાની પ્રેગનન્સી દરમિયાન પણ સતત વ્યસ્ત રહી હતી અને તેની ડિલિવરીના એક અઠવાડિયા પહેલાં જ તેણે પોતાની સ્ક્રિપ્ટ મોકલી હતી.આમ તેણે માત્ર એક અઠવાડિયા માટે જ મેટરનિટી લીવ રજાઓ લીધી હતી. હાલ લંડનમાં તે પોતાની દિકરીનો ઉછેર કરી રહી છે, ત્યારે તેણે એક ઈન્ટરવ્યુમાં કહ્યું કે બોલિવૂડનો અભિગમ નવી માતાઓ માટે સહકારપૂર્ણ નથી. આવું અનુભવતી રાધિકા એક ઈન્ટરવ્યુમાં કહ્યું,“મને નથી લાગતું એ લોકો સહાકાર આપે છે. મને ખબર નથી કે આગળ હું કઈ રીતે કામ કરીશ.”રાધિકાને કામ અને માતૃત્વ વચ્ચે સંતલન જાળવવામાં કેમ મુશ્કેલી પડે છે, તે અંગે રાધિકાએ કહ્યું,“આપણે ત્યાં જેટલાં કલાકો કામ થાય છે, જેટલા કલાક શૂટિંગ થાય છે અને એટલાં કલાક આપણે બાળકને જોઈ પણ ન શકીએ એ સ્થિતિમાં આપણી ફિલ્મ ઈન્ડસ્ટ્રીમાં કામ કરવું ખરેખર મુશ્કેલ છે. તેથી મને લાગે છે કે હવે મારે કોઈ રસ્તો કાઢવો પડશે.” સાથે જ રાધિકા લંડન અને ભારત વચ્ચે પણ પોતાનો સમય ફાળવી રહી છે.જોકે, મુંબઈ સાથે રાધિકાનો સંબંધ ઘણો ચડાવ-ઉતારવાળો રહ્યો છે, જોકે હવે તી પાસે મુંબઈમાં એક ઘર છે, તેથી તે આવતી જતી રહે છે. તેણે કહ્યું,“હું પહેલાં મુંબઈ આવી ત્યારે ત્યાં એડજસ્ટ થવું મુશ્કેલ હતું, બીજું મોટું શહેર પણ તમારી સાથે એવું જ કરે છે. પરંતુ હવે મુંબઈ ઘર બની ગયું છે.

રાધિકા આપ્ટેએ કહ્યું કે આ ફિલ્મ ઉદ્યોગ નવી માતાઓ માટે સહાયક નથી

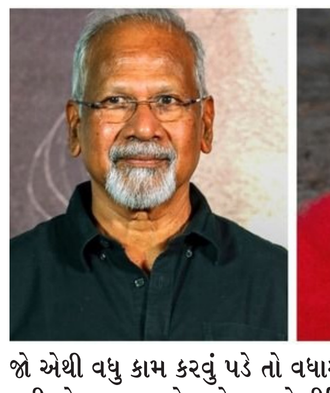
પ્રસૂતિ પીડાના શરુ થવાના છેલ્લા દિવસ સુધી મેં કામ કર્યું

રાધિકા બાળકને જન્મ આપ્યાના એક અઠવાડિયા પછી જ કામ પર પાછી ફરી

રાધિકા આપ્ટેએ કહ્યું કે આ ફિલ્મ ઉદ્યોગ નવી માતાઓ માટે સહાયક નથી. રાધિકાએ એમ પણ કહ્યું કે કામ અને માતૃત્વનું સંતુલન જાળવવામાં બહુ મોટી સમસ્યા છે. પ્રસૂતિ પીડાના શરુ થવાના છેલ્લા દિવસ સુધી અહી કામ કરવું પડે છે, એવી ફરજ પાડવામાં આવે છે.અભિનેત્રી રાધિકા આપ્ટે બાળકને જન્મ આપ્યાના એક અઠવાડિયા પછી જ કામ પર પાછી ફરી. પરંતુ હવે અભિનેત્રીએ કહ્યું કે ભારતીય ફિલ્મ ઉદ્યોગ નવી માતાઓ માટે એટલો સપોર્ટિવ નથી. રાધિકા ૬ મહિનાની પુત્રીની માતા છે. તેણીએ નવી માતા તરીકે ફિલ્મ ઉદ્યોગમાં શું સામનો કરવો પડે છે તે વિશે વાત કરી. જ્યારે તેણીનેપૂછવામાં આવ્યું કે શું ફિલ્મ ઉદ્યોગ નવી માતાઓની જરૂરિયાતોને પૂર્ણ કરે છે, ત્યારે તેણીએ કહ્યું, ‘મને નથી લાગતું કે તેઓ તે કરી શકે છે. મને ખબર નથી કે હું કેવી રીતે આગળ વધીશ.રાધિકાએ આગળ કહ્યું, ‘આપણા ફિલ્મ ઉદ્યોગમાં કામ કરવું ખૂબ મુશ્કેલ છે. કારણ કે આપણે ફિલ્મ બનાવવામાં ઘણો સમય વિતાવીએ છીએ. આપણે જે રીતે કામ કરીએ છીએ તે પણ ખૂબ મુશ્કેલ છે. ક્યારેક આપણને બાળકને જોવાની તક પણ મળતી નથી. તેથી મને લાગે છે કે મારે હવે તેના વિશે વિચારવું પડશે.રાધિકાએ પ્રસૂતિ પીડાના એક દિવસ પહેલા સુધી કામ કર્યું હતું. તે ડિલિવરીના એક અઠવાડિયા પછી ઝૂમ કોલ દ્વારા મીટિંગમાં હાજરી આપી હતી. રાધિકાની ટિપ્પણી એવા સમયે આવી છે જ્યારે ફિલ્મ ઉદ્યોગમાં માતૃત્વ અને કામ અંગે ચર્ચા ચાલી રહી છે. તાજેતરમાં, દીપિકા પાદુકોણ અને સંદીપ વાંગા રેડ્ડી વચ્ચે કામના સંચાલન અંગે અણબનાવના અહેવાલો આવ્યા હતા. સંદીપે દીપિકાની માંગણીઓને કારણે તેને ફિલ્મમાંથી કાઢી મૂકી હતી.એવા અહેવાલો હતા કે દીપિકાએ કામ માટે ઓછા કલાકો માંગ્યા હતા. અજય દેવગણે ફિલ્મ માના ટ્રેલર લોન્ચ સમયે એમ પણ કહ્યું હતું કે ઘણા પ્રામાણિક ફિલ્મ નિર્માતાઓને આ (૮ કલાક કામ) થી કોઈ સમસ્યા નહીં હોય. માતા બનવા અને ૮ કલાક કામ કરવા ઉપરાંત, તમારે ૮ થી ૯ કલાકની શિફટમાં કામ કરવાનું શરૂ કરવું જોઈએ.

દીપિકાના સમર્થનમાં મણિ રત્નમ, તેની માંગણી યોગ્ય છે

લિજેન્ડ્રી ફિલ્મ મેકર મણિ રત્નમે હવે અભિનેત્રી દીપિકા પાદુકોણ અને સંદીપ રેડ્ડી વાંગા વચ્ચેના વિવાદમાં ઝંપલાવ્યું છે



દીપિકા પાદુકોણ અને સંદીપ રેડ્ડી વાંગા વચ્ચેની ટક્કર ઈન્ડસ્ટ્રીમાં ચર્ચામાં છે, ત્યારે હવે લિજેન્ડ્રી ફિલ્મ મેકર મણિ રત્નમે પણ જીવનમાં વર્ક લાઈ બેલેન્સનું મહત્વ સમજીને દીપિકાની આઠ કલાક કામ કરવાની માગણીને વ્યાજબી ઠેરવી છે. તાજેતરના એક ઈન્ટરવ્યુમાં મણિ રત્નમે નવી માતાઓ સાથે કામ કરવાના પડકારો વિશે વાત કરી હતી. મણિ રત્નમે કહ્યું,“એ એક યુવાન માતા છે અને પોતાના બાળકની સંભાળ લેવા માગે છે, તો ઠીક જ છે. તેણે એક એવો વિકલ્પ પસંદ કર્યો છે, જેમાં તે કોઈ અડચણ વિના પોતાનું કામ પણ કરી શકે છે.”આટલું જ નહીં મણિ રત્નમે દીપિકાના વખાણ પણ કર્યા હતા, તેમણે કહ્યું,“મને લાગે છે કે મહિલાઓને જે જોઈએ તે માગી લે અને તેમને જે જોઈએ તે મળી જાય એ સારી બાબત છે. એ એક સારો સંકેત છે.”એત કરફ સાઉથના જ એક ડિરેક્ટર સંદીપ રેડ્ડી વાંગા દીપિકાના જાહેરમાં અનપ્રોફેશનલ કહીને તેના પર ફિલ્મની વાર્તા લીક કરવાનો આક્ષેપ કરે છે. ત્યારે દીપિકાએ હજુ સુધી અંગે કોઈ સ્પષ્ટતા કરી નથી, માત્ર સુત્રો દ્વારા એવી ચર્ચા છે કે, દીપિકાએ વાંગા પાસે માત્ર આઠ જ કલાક કામ કરશે, જેથી તે દિકરી સાથે સમય વિતાવી શકે અને જો એથી વધુ કામ કરવું પડે તો વધારાના વળતરની માગણી કરી હતી.એવા પણ અહેવાલો હતા કે દીપિકાની આ માગણીને કારણે વાંગાએ દીપિકાના રોલમાં તેની એનિમલની એક્ટ્રેસ તૃપ્તિ ડિમરીને સાઈન કરી લીધી.દીપિકા માતા બન્યાં પહેલાં અને પછી હંમેશા પરિવારને પ્રાથમિક આપવા બાબતે ખુલીને પોતાના વિચારો વ્યક્ત કરતી રહી છે. આ સ્થિતિમાં ઈન્ડસ્ટ્રીમાં ઘણા લોકો તેના સપોર્ટમાં આવી રહ્યા છે. ઈન્ડસ્ટ્રીએ આ પ્રકારની વિનંતિઓ સક્રિયપણે ધ્યાનમાં લાવી જોઈએ કે નહીં તે બાબતે મણિ રત્નમે જણાવ્યું,“મને તો લાગે છે, કે લેવી જોઈએ.”મણિ રત્નમ આ મુદ્દે માત્ર ચર્ચા કરીને અટક્યા નહીં પરંતુ તેમણે આ સ્થિતિનું નિરાકરણ લાવવાની પણ કોશિશ કરી. તેમણે કહ્યું,“જો તમારી ફિલ્મને આવું અનુકૂળ ન આવતું હોય, તો આગળ વધો. પરંતુ તેમની માગણીઓ માટે તેમનું માન તો જાળવવું જ જોઈએ. તેમની માગણીઓ ઘણી વ્યાજબી છે, તે બિલકુલ જરૂરી છે, તેથી આપણે એ ધ્યાનમાં લેવું જ જોઈએ અને સમજવું જોઈએ કે તેની સાથે કેવી રીતે કામ લઈ શકીશું.”આ જ રીતે તાજેતરમાં સૈફ અલી ખાને પણ અરબ મીડિયા સમિટ ૨૦૨૫માં સુર પુરાવ્યો હતો. તેણે કહેલું, “મને ઘેર પહોંચું એ પહેલાં જ બાળકો સૂઈ ગયાં હોય એ જોવું બિલકુલ ગમતું નથી. એ તમારી સફળતા નથી. સફળતા એને કહેવાય કે, તમે કહી શકો કે તેમની સાથે અડધી કલાક વિતાવવા માટે મારે હવે ઘેર જવુ પડશે.”આ જ રીતે અજય દેવગન અને કાજોલે પણ આ વાતમાં સુર પુરાવ્યો હતો, તેમના વીડિયો પણ સોશિયલ મીડિયામાં વાયરલ થયા હતા. અજય દેવગન અને કાજોલ બંનેએ આઠ કલાકની શિફ્ટની તરફેણ કરી હતી.

તેમાં ફુલવિક એસિડ, ખનિજો, એન્ટીઓક્સિડન્ટ્સ-પોષક તત્ત્વો હોય

શું સ્ત્રીઓ પણ શિલાજીત ખાઈ શકે છે?

શિલાજીત માત્ર પુરુષોને શક્તિશાળી બનાવવા માટે નથી, સ્ત્રીઓ માટે પણ એક એવા આયુર્વેદિક રહસ્ય છે

શિલાજીત ફક્ત પુરુષોની શક્તિ વધારવાની વસ્તુ નથી. તે સ્ત્રીઓ માટે પણ એટલી જ ફાયદાકારક છે. શિલાજીત ખાવાથી સ્ત્રીઓના શરીરની નબળાઈ દૂર થાય છે અને શક્તિ વધે છે. શિલાજીત પર્વતોમાંથી મળી આવતી એક શક્તિશાળી દવા છે. હજારો વર્ષોથી શિલાજીતનો ઉપયોગ પુરુષોની શક્તિ, સહનશક્તિ અને પુરુષ શક્તિ વધારવા માટે કરવામાં આવે છે. આયુર્વેદમાં, શિલાજીતને સ્વાસ્થ્ય માટે વરદાન માનવામાં આવે છે અને રોગોની સારવારમાં તેનો વ્યાપક ઉપયોગ થાય છે. એવું માનવામાં આવે છે કે શિલાજીત ખાવાથી પુરુષોની પુરુષ શક્તિ વધે છે અને આ કારણોસર તેને ઘણીવાર પુરુષો સાથે જોડવામાં આવે છે. હવે સવાલ એ છે કે શું સ્ત્રીઓ પણ શિલાજીત ખાઈ શકે છે? આવો નિષ્ણાતો પાસેથી જાણીએ કે આયુર્વેદ આ વિશે શું કહે છે. શિલાજીતમાં પુષ્કળ પ્રમાણમાં ફુલવિક એસિડ, ખનિજો, એન્ટીઓક્સિડન્ટ્સ અને પોષક તત્ત્વો હોય છે. તે શરીરના કોષોમાં નવી શક્તિ આપે છે અને શરીરની રોગો સામે લડવાની ક્ષમતામાં વધારો કરે છે. આયુર્વેદમાં, શિલાજીતને ફક્ત પુરુષો માટે જ નહીં, પણ સ્ત્રીઓ માટે પણ ટોનિક માનવામાં આવે છે. ઘણી રીતે તે પુરુષો કરતાં સ્ત્રીઓ માટે વધુ ફાયદાકારક ગણી શકાય. શિલાજીત ખાવાથી મહિલાઓના શરીરમાં શક્તિ ભરાઈ જશે અને ઘણી સમસ્યાઓ દૂર થશે. શિલાજીત મહિલાઓમાં એસ્ટ્રોજન અને પ્રોજેસ્ટેરોન જેવા હોર્મોન્સને સંતુલિત કરવામાં મદદ કરે છે, જે માસિક અનિયમિતતા, PCOD અને મેનોપોઝ સંબંધિત સમસ્યાઓ ઘટાડી શકે છે. શિલાજીત થાક, નબળાઈ અને ઓછી ઉર્જાની સમસ્યાને દૂર કરે છે. તે કામ કરતી મહિલાઓ અને ગૃહિણીઓ બંને માટે ખૂબ જ ફાયદાકારક છે. શિલાજીતમાં હાજર એન્ટીઓક્સિડન્ટ્સ ત્વચાની કરચલીઓ ઘટાડે છે અને વૃદ્ધત્વની અસરોને ધીમી કરે છે. શિલાજીતમાં કેલ્શિયમ, મેગ્નેશિયમ અને અન્ય ખનિજોની હાજરી હાડકાંને મજબૂત બનાવે છે, જે મેનોપોઝ પછી વધુ મહત્વપૂર્ણ બની જાય છે. નિષ્ણાતોના મતે, શિલાજીતને આયુર્વેદમાં એક રસાયણ માનવામાં આવે છે અને તેને જીવનશક્તિ વધારતી દવા કહેવામાં આવે છે. તે ફક્ત પુરુષો માટે જ નહીં પરંતુ સ્ત્રીઓ માટે પણ ઘણી રીતે ફાયદાકારક માનવામાં આવે છે. સ્ત્રીઓએ થોડી માત્રામાં શિલાજીતથી શરૂઆત કરવી જોઈએ. તે હૂંફાળા દૂધ અથવા પાણી સાથે લઈ શકાય છે. દિવસમાં એકવાર સવારે ખાલી પેટે અથવા ભોજન પછી તેને લેવું સારું છે. જોકે, સ્ત્રીઓએ શિલાજીત ખાતા પહેલા ડૉક્ટર અથવા આયુર્વેદિક ડૉક્ટરની સલાહ લેવી જોઈએ. સગર્ભા અને સ્તનપાન કરાવતી સ્ત્રીઓએ શિલાજીતનું સેવન ન કરવું જોઈએ. જો કોઈને હોર્મોન સંબંધિત ગંભીર સમસ્યા હોય અથવા કોઈ ક્રોનિક રોગ હોય, તો ડૉક્ટરની સલાહ લીધા વિના શિલાજીતનું સેવન ન કરો. આધુનિક આયુર્વેદિક અભ્યાસ દર્શાવે છે કે શિલાજીત સ્ત્રીઓમાં હોર્મોનનું સંતુલન બાંધવામાં મદદરૂપ બની શકે છે, ખાસ કરીને Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) જેવી પરિસ્થિતિમાં. તેનો નિયમિત ઉપયોગ ઈન્સ્યુલિન પ્રતિસાદ સુધારી શકે છે અને ઓવ્યુલેશનને પ્રોત્સાહન આપી શકે છે. શિલાજીત એ એક પ્રાકૃતિક એડેપ્ટોજન છે. તે તનાવ (સ્ટ્રેસ) અને ચિંતાને નિયંત્રિત કરવામાં મદદ કરે છે. સ્ત્રીઓમાં માનસિક તણાવનું પ્રમાણ ઊંચું રહે છે - તેથી શિલાજીત રોજિંદા ઉર્જા અને મનોબળ જાળવી રાખવામાં અસરકારક સાબિત થાય છે. શિલાજીત ફર્ટિલિટી વધારવા માટે પણ ઉપયોગી માનવામાં આવે છે. કેટલાક આયુર્વેદિક અભ્યાસો મુજબ, તે અંડાણુ ગુણવત્તા અને યોનિ આરોગ્યમાં સુધારો લાવી શકે છે. જે સ્ત્રીઓ માતૃત્વ માટે તૈયારી કરી રહી હોય તેમને શિલાજીત ડૉક્ટરની સલાહથી શરૂ કરવું લાભદાયી રહે શકે છે. શિલાજીતમાં આયર્ન, મેગ્નેશિયમ અને પોટેશિયમ જેવા મિનરલ્સ હોય છે, જે લોહીની કમી દૂર કરવામાં મદદ કરે છે. થાક, ચક્કર અને ઉર્જાની ઉણપ અનુભવનાર મહિલાઓ માટે શિલાજીત પાવરટોનિક બની શકે છે. શિલાજીત ત્રિદોષ શમક હોય છે (વાત, પિત્ત અને કફ સંતુલિત કરે છે). તે પાચન સુધારે છે, અગરુતુ ઉર્જા આપે છે અને આયુર્વેદ અનુસાર 'ઓજસ' વધારવામાં મદદ કરે છે.

શરીરમાં જો આ વિટામિનની કમી હશે તો આખી બોડી ખોખલું થઈ જશે, આ ફુડ ખાવાનું શરુ કરી દો....

વિટામિનની કમીથી નસોના ફંક્શન નબળા

નસો કામ કરવાનું બંધ કરી દેશેઃ વિટામિન B12ની કમીથી નસોના ફંક્શન નબળા થઈ જશે, આ મસ્તિષ્ક અને તંત્રિકા તંત્રના ફંક્શનને બનાવી રાખવામાં મદદ કરે છે

જો આપણે કહીએ કે આપણા શરીરને કણે કણમાં વિટામિન B12ની જરૂર છે, તો તેમાં કોઈ શંકા ન હોવી જોઈએ. વિટામિન B12 ખૂબ જ મહત્ત્વનું વિટામિન છે, જે આપણા શરીર માટે કેટલાય મહત્ત્વના કામ કરે છે. વિટામિન B12નું નામ કોબાલમિન છે. તે હેલ્ધી રક્ત કોશિકાઓ અને નર્વ કોશિકાઓ બનાવે છે. એટલે કે તે લોહીની પણ બનાવે છે અને નસ પણ બનાવે છે.

આ તમામ કોશિકાઓમાં જોવા મળતા DNA બનાવવામાં મહત્ત્વની ભૂમિકા નિભાવે છે. આ મેટાબોલિઝમ માટે જરૂરી છે. વિટામિન B12ની કમી થઈ જાય તો લોહી મેચ્યોર નહીં થાય. તો વળી નસો યોગ્ય રીતે કામ નહીં કરે તો મગજમાં ભ્રમની સ્થિતિ રહેશે. આવી જ રીતે વિટામિન B12ની કમી થઈ તો શરીરમાં તમામ પ્રકારના કામ ઠપ થઈ જશે.

નસો કામ કરવાનું બંધ કરી દેશેઃ વિટામિન B12ની કમીથી નસોના ફંક્શન નબળા થઈ જશે. આ મસ્તિષ્ક અને તંત્રિકા તંત્રના ફંક્શનને બનાવી રાખવામાં મદદ કરે છે. તેનાથી નસોને નુકસાન થતાં બચાવે છે. તેનાથી ન્યૂરોલોજિકલ કાર્ય બની રહે છે.

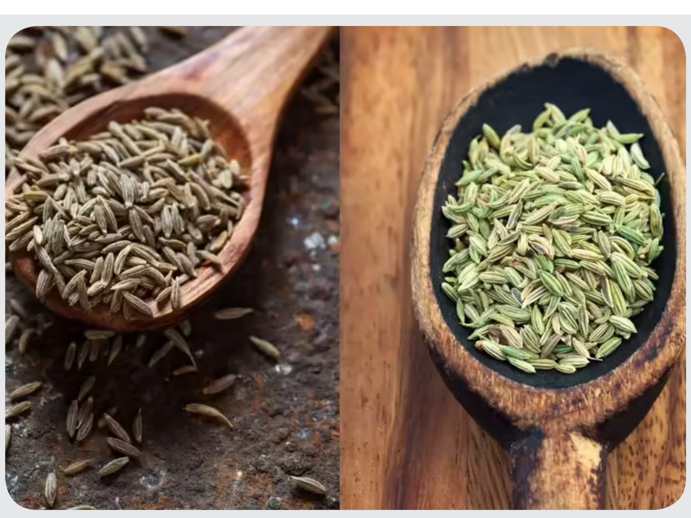
વિટામિન B12 DNAના ઉત્પાદનમાં ભાગ લે છે. જે આનુવંશિક જાણકારીને વહન કરે છે અને કોશિકાઓ વૃદ્ધિ અને વિભાજન માટે જરૂરી હોય છે.

મેટાબોલિઝમ બૂસ્ટ- વિટામિન B મેટાબોલિઝમ બૂસ્ટ કરવામાં મહત્ત્વની ભૂમિકા નિભાવે છે. એટલા માટે તેની કમીથી મેટાબોલિઝમ નબળું થઈ જાય છે. આ વસા અમ્લો અને એમિનો એસિડનું વિઘટન કરે છે. તેનાથી ભોજનને ઊર્જામાં બદલવામાં મદદ મળે છે.

એનિમિયા રોકશે- વિટામિન B12ની કમીથી મેગાલોબ્લાસ્ટિક એનિમિયા થઈ શકે છે. કેમ કે તે લોહીને બનાવે છે, એટલા માટે તે લાલ રક્ત કોશિકાઓમાં કમી કરી શકે છે. આવી સ્થિતિ જેમાં લાલ રક્ત કોશિકાઓ અસામાન્ય રીતે મોટી થાય છે અને યોગ્ય કાર્ય કરી શક્તી નથી. તેને મેગાલોબ્લાસ્ટિક એનિમિયા કહે છે.

વિટામિન B12ની કમી થઈ જાય તો શું ખાવું જોઈએ? ભારતમાં અડધાથી વધારે લોકોને વિટામિન B12ની કમી છે. નોન-વેજ આઈટમમાં વિટામિન B12 વધારે હોય છે. પણ જો તમે વેજિટેરિયન છો તો પણ આપની પાસે વિકલ્પની કમી નથી. તમે સ્પ્રાઉટમાં મગ, ચણા, મેથી, કાળા ચણા, રાજમા અને ઘઉંને સ્પ્રાઉટ કરીને ખાઈ શકો છો. આ ઉપરાંત દાડમ, બીટથી આપને વધારે વિટામિન B12 મળી શકે છે. પાલકમાં પણ ખૂબ વિટામિન B12 હોય છે. ડેરી પ્રોડક્ટ્સમાં પણ વિટામિન B12નો ઉત્તમ સોર્સ હોય છે. જો આપ નોન-વેજિટેરિયન છો તો માંસ, મછલીથી વિટામિન B12 મળશે. ઈંડા પણ વિટામિન B12નો શાનદાર સોર્સ છે.

રાત્રે સુતા પહેલા આ વસ્તુનું પાણી પીવો, શરીરને થશે ગજબનો ફાયદો



ક્યારેય નહીં થાય પેટની કોઈ પણ સમસ્યા! વરિયાળી અને જીરુંના પાણી પીવાથી પેટની સમસ્યાઓમાં રાહત મળે છે, આ પાણી પાચનતંત્રને સુધારે છે અને એસિડિટી, ગેસ અને બળતરા જેવી સમસ્યાઓ દૂર કરે છે

કોઈપણ માણસને સ્વસ્થ રહેવા માટે સારી અને પૂરતી ઊંઘ લેવી ખૂબ જરૂરી છે. આ માટે લોકો ઘણી બધી વસ્તુઓ કરે છે. પરંતુ, જો પેટમાં કોઈ સમસ્યા હોય તો તે ઊંઘ બગડવાની સાથે પેટ ભારે લાગવું, ખાટા ઓડકાર, ગેસ અને કબજિયાત જેવી સમસ્યાઓનું થઈ શકે છે. પેટ સંબંધિત આ સમસ્યાઓથી છુટકારો મેળવવા માટે લોકો ઘણી મોંઘી દવાઓ લે છે. તેનાથી તમે તાત્કાલિક રાહત તો મળી જશે, પરંતુ તેની કેટલીક આડઅસર પણ થઈ શકે છે. ત્યારે તમે ઘરમાં રાખેલી કેટલીક વસ્તુઓનું સેવન કરીને પણ આ સમસ્યાઓમાંથી છૂટકારો મેળવી શકો છો. આ વસ્તુઓ છે વરિયાળી અને જીરું. તેમના સ્વાસ્થ્ય લાભ મેળવવા માટે તમારે સૂતા પહેલા વરિયાળી અને જીરાનું પાણી પીવું જોઈએ. આમ કરવાથી ખોરાક સરળતાથી પચી જશે અને પેટ સંબંધિત સમસ્યાઓ પણ ઓછી થશે. હવે પ્રશ્ન એ છે કે જીરું અને વરિયાળીનું પાણી પીવાથી શું થશે? વરિયાળી-જીરાંનું પાણી સ્વાસ્થ્ય માટે કેવી રીતે ફાયદાકારક છે? એક્સપર્ટના મતે, જો તમને પેટ ભારે લાગે છે અથવા સૂતી વખતે ઓડકાર આવે છે તો તેનો અર્થ એ છે કે તમારું પાચનતંત્ર યોગ્ય રીતે કામ કરી રહ્યું નથી. એટલે કે પાચન પ્રક્રિયા ધીમી પડી ગઈ છે. જો તમને આવી સમસ્યા હોય, તો તમારે સૂવાના ૩-૪ કલાક પહેલા જ જમી લેવું જોઈએ. એટલું જ નહીં પાચનતંત્રને સ્વસ્થ રાખવા માટે રાત્રે હળવો ખોરાક ખાવો. જો આટલું કર્યા પછી પણ કોઈ સમસ્યા હોય, તો તમારે રાત્રે સૂતા પહેલા જીરું અને વરિયાળીનું પાણી પીવું જોઈએ. સૂતા પહેલા જીરાનું પાણી શા માટે પીવું જોઈએ? એક્સપર્ટના જણાવ્યા અનુસાર, જીરું ખોરાકને ઝડપથી પચાવવામાં ફાયદાકારક છે. તેની તાસિર ગરમ હોય છે, જેનાથી મળત્યાગ સરળ બને છે. જો તમારો ખોરાક મોડો પચે છે, તો સૂતા પહેલા જીરાનું પાણી ચોક્કસ પીવો. આનાથી ખોરાક ઝડપથી પચવામાં મદદ મળશે અને સવારે મળત્યાગ પણ સરળતાથી થશે. જીરાનું પાણી પીવાથી ભૂખ વધે છે. જે લોકોને ભૂખ નથી લાગતી તેઓને આ પાણી પીધા પછી કુદરતી રીતે ભૂખ લાગવા લાગે છે. તે પેટમાં હાજર એસિડને સક્રિય કરે છે, જે ખોરાકના યોગ્ય પાચનમાં મદદ કરે છે. સૂતા પહેલા જીરું અને વરિયાળીનું પાણી પીવાના લાભ, એસિડિટી અને ગેસમાંથી રાહતઃ જીરું અને વરિયાળી બંને ખોરાકને પચાવવામાં મદદ કરે છે. તેનું સેવન કરવાથી પેટનું ફૂલવું અને એસિડિટી જેવી સમસ્યાઓ દૂર થાય છે. જો પેટમાં ગેસ હોય, તો તેનું સેવન કરવાથી ગેસમાંથી પણ રાહત મળે છે. વરિયાળી અને જીરાનું પાણી પાચન પ્રક્રિયાને ઝડપી બનાવે છે, જેનાથી એસિડિટીની સમસ્યામાં રાહત મળે છે. પેટમાં નહીં થાય બળતરાઃ પેટમાં એસિડ વધવાને કારણે બળતરા થાય છે. પરંતુ જો તમે વરિયાળી અને જીરાનું પાણી પીઓ છો, તો તે પેટમાં બળતરા ઘટાડે છે.

શું તમને પણ નવા કપડાં ધોયા વગર પહેરવાની આદત છે?

મોટાભાગના લોકો નવા કપડાં વોશ કર્યા વગર ડાયરેક્ટ પહેરી લેતા હોય છે. આમ, તમને પણ આવી આદત છે તો તમારે સુધારવાની જરૂર છે. આ તમારા શરીરમાં અનેક ઘણી તકલીફો ઉભી કરી શકે છે. નવા કપડાં દરેક લોકોને લેવા ગમતા હોય છે. પરંતુ અનેક લોકો નવા કપડાં ધોયા વગર જ પહેરી લેતા હોય છે. આ કારણે ત્વચા સંબંધિત સમસ્યાઓ વધારે થાય છે. તમને પણ આવી આદત છે તો તમારે સુધારવાની જરૂર છે. તો જાણો નવા કપડાં ધોયા વગર પહેરવાથી હેલ્થને શું નુકસાન થાય છે? આમ, તમને જણાવી દઈએ કે નવા કપડાં તમે જ્યારે ખરીદો છો ત્યારે આ કપડાંમાં પહેલાં અનેક લોકોએ ટ્રાય કરેલાં હોય છે. આ કારણે સ્કિન ઈન્ફેક્શન થવાના ચાન્સિસ વધી જાય છે. આ સાથે ત્વચા સંબંધિત સમસ્યાઓ પણ થઈ શકે છે. આમ, તમે પણ આટલું જાણ્યાં પછી નવા કપડાં ક્યારેય ધોયા વગર પહેરશો નહીં. ભલે નવા કપડાં દેખાવમાં મસ્ત લાગતા હોય, પરંતુ એની અંદર કીટાણુ હોઈ શકે છે. આ સમયે તમે ધોયા વગર નવા કપડાં પહેરી લો છો તો તમારા શરીર પર હુમલો કરી શકે છે. આ કારણે તબિયત ખરાબ થઈ શકે છે. આમ, સ્વાસ્થ્ય મજબૂત રાખવા માટે ક્યારેય નવા કપડાં ધોયા વગર પહેરશો નહીં. કપડાં ધોયા વગર તમે પહેરો છો તો અનહાઈજેનિક સાબિત થાય છે. સ્વાસ્થ્ય અને ત્વચાની દેખરેખ માટે હાઈજીનનું ધ્યાન રાખવું ખૂબ જરૂરી છે. આ કારણે એક્સપર્ટ કપડાં ધોયા પછી પહેરવાની સલાહ આપે છે. આમ, વાત કરવામાં આવે તો અનેક લોકોને સ્કિનની તકલીફ પણ હોય છે. આ સમયે તમે નવા કપડાં ધોયા વગર પહેરી લો છો તો તમને પણ સ્કિનની એલર્જી થઈ શકે છે. આ માટે તમારે સાવધાન થવાની જરૂર છે. આ માટે ક્યારેય પણ નવા કપડાં ધોયા વગર પહેરશો નહીં. જો કે તમને પહેલાંથી જ સ્કિનને લઈને કોઈ સમસ્યા છે તો ક્યારેય નવા કપડાં ધોયા વગર પહેરવા જોઈએ નહીં.

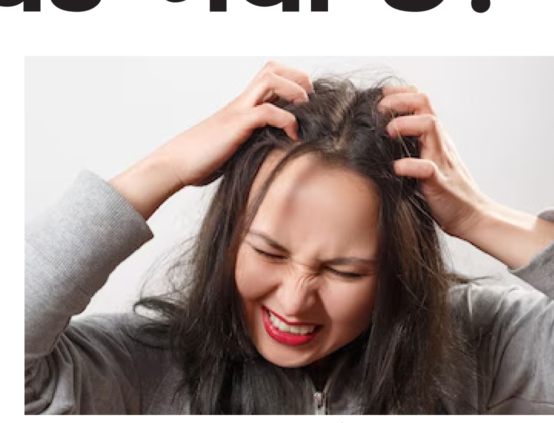
વાળ ડેમેજ થઇ ગયા છે? દહીંમાં આ વસ્તુ મિક્સ કરીને લગાવો

શું તમારા વાળ ઘણા ડેમેજ થઇ ગયા છે અને ખરાબ થઇ ગયા છે, તો આ બે વસ્તુને મિક્સ કરીને તમારા માથામાં લગાવો

તડકો, ધૂળ અને પ્રદૂષણના કારણે વાળ ખરાબ થાય છે. આ સાથે જ, બજારમાં મળતા પ્રોડક્ટ્સનો ઉપયોગ અને વાળની યોગ્ય કાળજી ન લેવાના કારણે પણ વાળની ચમક ખોવાઈ જાય છે. આ સમસ્યા ન થાય અને વાળ સિલ્કી રહે તે માટે તમે નેચરલ વસ્તુઓથી બનેલા હેર માસ્ક ટ્રાય કરી શકો છો. આ હેર માસ્ક બનાવવા માટે તમારે કોઈ ખર્ચો કરવાની પણ જરૂર નથી. તમે ઘરે જ આસાનીથી બે વસ્તુથી આ માસ્ક બનાવી શકો છો. ચાલો જાણીએ આ હેર માસ્ક કેવી રીતે ઉપયોગ કરવો અને કઈ રીતે બનાવવો. વાળને સિલ્કી બનાવવા માટે આ નેચરલ હેર માસ્ક ટ્રાય કરો, વાળને સિલ્કી બનાવવા માટે તમે કેળા અને દહીંથી બનેલા હેર માસ્કનો ઉપયોગ કરી શકો છો. આ બંને વસ્તુઓમાં ઘણા ગુણો છે અને કેળા અને દહીંના હેર માસ્કનો ઉપયોગ કરવાથી ડેમેજ વાળ રિપેર થઈ શકે છે. કેળું વાળ માટે ફાયદાકારક છે. કેળું વાળને રિપેર કરવા સાથે, તેને મજબૂત બનાવવાનું કામ કરે છે. સાથે જ કેળાથી બનેલા હેર માસ્કનો ઉપયોગ કરવાથી વાળના ડ્રાય હોવાની સમસ્યા પણ ઓછી થાય છે અને વાળમાં ચમક પણ આવે છે. દહીંમાં ઘણા ગુણો હોય છે અને આ ગુણો વાળ માટે ખૂબ ફાયદાકારક છે. દહીંમાં પ્રોટીન, વિટામિન અને ફેટી એસિડ હોય છે. સાથે જ દહીંનો ઉપયોગ કરવાથી સ્કાલ્પ સાફ થાય છે અને ખંજવાળની સમસ્યા પણ ઓછી થાય છે. દહીંથી બનેલા હેર માસ્કનો ઉપયોગ કરવાથી વાળ સિલ્કી અને શાઈની થઈ શકે છે. હેર માસ્ક બનાવવા માટે જરૂરી સામગ્રીઃ ૧ કેળું, ૨ મોટા ચમચો તાજું દહીં, ૧ ચમચો મધ, હેર માસ્ક બનાવવાનો અને ઉપયોગ કરવાનો રીતઃ એક વાટકીમાં કેળાને મેશ કરો અને પછી તેમાં દહીં મિક્સ કરો. આ બંનેને સારી રીતે મિક્સ કર્યા પછી તેમાં મધ ઉમેરો. આ પેસ્ટને વાળમાં સારી રીતે લગાવો. અડધા કલાક પછી વાળને સારી રીતે ધોઈ લો.

ગરમીમાં માથા પર ખંજવાળ અને ખોડો થઇ ગયો છે?

તમને માથામાં ઘણી ખંજવાળ આવે છે અને ખોડો થી ગયો છે, દહીં આ એક વસ્તુ નાખીને માથામાં લગાવો



ઉનાળાની ઋતુમાં પરસેવાના કારણે ત્વચા અને વાળની સમસ્યાઓ સામાન્ય છે. જો આ સમસ્યાઓને અવગણવામાં આવે, તો તે વધુ ગંભીર બની શકે છે. તેથી, સમયસર આ સમસ્યાઓનું નિરાકરણ કરવું જરૂરી છે. ઉનાળામાં વધારે પડતા તડકાના કારણે ત્વચા પર ટેનિંગ અને વાળમાં ખંજવાળ, ડેન્ડ્રફ અને સ્કેલ્પ પર પિમ્પલ્સ થઈ શકે છે. તેથી, ઉનાળામાં વાળને ગંદા રાખવા ન જોઈએ અને શક્ય હોય તો વાળને ઢાંકી રાખવા જોઈએ, જેથી સીધો તડકો વાળ પર ન પડે અને વાળ પ્રદૂષણથી બચી રહે. વાળમાં ખંજવાળ અને ડેન્ડ્રફ દૂર કરવા માટે ઘરેલુ ઉપાય આવશ્યક સામગ્રીઃ ૧ વાટકી ખાટું દહીં ૨ ચમચી મેથી દાણા (ભીંજવેલા) ૧ ચમચી ગ્રીન ટી એલોવેરા જેલ, સૌથી પહેલા એક કટોરીમાં દહીં લઈ તેને સારી રીતે ફેંટી લો. હવે પલાળેલા મેથી દાણા મિક્સર જારમાં નાખી પીસી લો અને તેની પેસ્ટ બનાવો. આ પછી એક પેનમાં ગ્રીન ટી નાખી થોડો સમય ઉકાળો. તમને માથામાં ઘણી ખંજવાળ આવે છે અને ખોડો થી ગયો છે. દહીં આ એક વસ્તુ નાખીને માથામાં લગાવો. જેને ટ્રાઈ કરીને આ સમસ્યામાંથી રાહત મેળવી શકો છો. હવે આ પાણી ગાળી લો અને ઠંડુ થવા દો. દહીંમાં મેથી દાણાની પેસ્ટ મિક્સ કરો. છેલ્લે, એલોવેરા જેલ ઉમેરો અને બધું મિક્સ કરી હેર માસ્ક બનાવો. કેવી રીતે વાળમાં લગાવવુંઃ આ હેર માસ્ક લગાવવાના પહેલા વાળને સારી રીતે ધોઈ લો. જ્યારે વાળ સુકાઈ જાય, ત્યારે વાળ ધોવાના લગભગ ૨ કલાક પહેલા આ હેર માસ્ક લગાવો. વાળ સુકાઈ જાય પછી શેમ્પૂની મદદથી ધોઈ લો. આ હેર માસ્ક તમે અઠવાડિયામાં બે વાર લગાવી શકો છો. થોડા જ દિવસોમાં તમારા વાળમાંથી ખંજવાળ અને ડેન્ડ્રફની સમસ્યા દૂર થઈ જશે.

શ્રીનંકાના કોલંબોના પ્રેમદાસા સ્ટેડિયમ ખાતે દક્ષિણ આફ્રિકા અને શ્રીલંકા વચ્ચે રમાયેલી આઈ.સી.સી. મહિલા ક્રિકેટ વર્લ્ડ કપ મેચ જીત્યા બાદ ઉજવણી કરતી વખતે દક્ષિણ આફ્રિકાની કેપ્ટન લૌરા વોલ્વાર્ડ અને તાઝમિન બ્રિટ્સ શ્રીલંકાના ખેલાડીઓ સાથે હાથ મિલાવે છે

પાકિસ્તાન પોતાની નિષ્ફળતા માટે પ ડોશીને જવાબદાર ઠેરવે છેઃ ભારત

। (એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા.૧૮ ।

ભારતે પાકિસ્તાન સાથેની લડાઈના મામલે ખુલ્લેઆમ અફઘાનિસ્તાનનું સમર્થન કર્યું છે. તેણે કહ્યું છે કે આતંકવાદને પ્રોત્સાહન આપ વાનો પાકિસ્તાનનો ઈતિહાસ રહ્યો છે. તે (પાક.) તેની આંતરિક નિષ્ફળતા માટે કાયમ પડોશીઓ પર દોષનો ટોપલો ઢોળે છે. વિદેશ મંત્રાલયના પ્રવક્તા રણધીર જયસ્વાલે જણાવ્યું હતું કે ભારત આ અથડામણોથી ઊભી થઈ રહેલી સ્થિતિ પર બારીકાઈથી નજર રાખી રહ્યું છે. તેમણે એવું પણ સ્પષ્ટ કર્યું હતું કે પાક.ના પ ગલાથી સ્થિતિ વણસી છે. ભારત અફઘાનિસ્તાનની સાર્વભૌમત્વ, પ્રાદેશિક અખંડિતતા અને સ્વતંત્રતા પ્રત્યે સંપૂર્ણપણે પ્રતિબદ્ધ છે.તેમણે ઉમેર્યું હતું કે 'ત્રણ બાબતો સ્પષ્ટ છે. એક પાકિસ્તાન આતંકી સંગઠનોને પ ોષે છે અને આતંકી પ્રવૃત્તિઓને સ્પ ોન્સર કરે છે. બીજું, પોતાની આતંરિક નિષ્ફળતાની જવાબદારી પડાશીઓ પર થોપવાની પાકિસ્તાનની વૃત્તિ છે. ત્રીજું, અફઘાનિસ્તાન પોતાના પ્રદેશો પર સાર્વભૌમત્વનો ઉપયોગ કરી રહ્યું છે તેનાથી પાકિસ્તાન ગુસ્સે છે.' ઉલ્લેખનીય છે કે પાકિસ્તાને અફઘાનિસ્તાન સાથેની તેની લડાઈ માટે ભારતને જવાબદાર ઠેરવી રહ્યું છે. જોકે ભારતે તેનું ખંડન કર્યું હતું. પરંતુ હવે ભારતે ખુલીને આ મામલે અફઘાનનું સમર્થન કર્યું છે. ગત અઠવાડિયાથી અફઘાનિસ્તાન અને પ ાકિસ્તાન સરહદે લડાઈ ફાટી નીકળી હતી. તે વખતે ભારતની મુલાકાતે આવેલાં તાલિબાનના વિદેશ મંત્રી આમિર ખાન મુત્તાકીએ સ્પષ્ટ કર્યું હતું.

ક્રિકેટમાં એક નવું ફોર્મેટ લોન્ચ થવા જઈ રહ્યું છે

ટેસ્ટ ટ્વેન્ટી ફોર્મેટ ટેસ્ટ ક્રિકેટના પાસાઓને ટીર૦ સાથે સામેલ કરવાનો પ્રયાસ કરશે : ૮૦ ઓવરનું ફોર્મેટ હશે

। (એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા.૧૮ ।

ક્રિકેટ એવી રમત છે જેમાં સતત ફેરફાર થતાં રહે છે, પરંતુ હવે એક નવા ફોર્મેટનો જન્મ થયો છે. જે ક્રિકેટનો રોમાંચ વધારવામાં મદદ કરી શકે છે. તે માટે વેસ્ટ ઈન્ડિઝના મહાન ખેલાડી સર ક્લાઈવ લોયડ, સાઉથ આફ્રિકાના પૂર્વ કેપ્ટન એબી ડિવિલિયર્સ, ઓસ્ટ્રેલિયન પૂર્વ ક્રિકેટર મેથ્યૂ હેડન અને ટીમ ઈન્ડિયાના પ ૂર્વ ખેલાડી હરભજનને ટેસ્ટ ટ્વેન્ટી ફોર્મેટના સલાહકાર બોર્ડમાં સામેલ કરવામાં આવ્યા. આ સિવાય રાજસ્થાન રોયલ્સના પૂર્વ સીઈઓ માઈકલ ફોર્ડહમને ચીફ ઓપરેટિંગ ઓફિસર બનાવવામાં આવ્યા છે.

ટેસ્ટ ટ્વેન્ટી ફોર્મેટ ટેસ્ટ ક્રિકેટના પાસાઓને ટીર૦ સાથે સામેલ કરવાનો પ્રયાસ કરશે. આ દુનિયાનું પ્રથમ ૮૦ ઓવરનું ફોર્મેટ હશે. પ રંતુ બંને ટીમોને એક સાથે ૪૦ ઓવર રમવાની જગ્યાએ તેને ૨૦-૨૦ ઓવરની બે ઈનિંગ રમવાની તક મળશે. તે માટે દરેક ટીમ બે વખત બેટિંગ કરશે, જે રીતે ટેસ્ટ મેચમાં થાય છે. તેમાં ટેસ્ટ અને ટીર૦ ક્રિકેટ બંનેના નિયમ લાગૂ થશે. તેમાં ચારેય પરિણામ જીત, હાર, ટાઈ કે ડ્રો સંભવ થઈ શકે છે.

ટેસ્ટ ટ્વેન્ટીની પ્રથમ સિઝન જાન્યુઆરી ૨૦૨૬મા શરૂ થશે. તેમાં છ ફ્રેન્ચાઈઝી ભાગ લેશે. જેમાંથી ત્રણ ભારતથી અને ત્રણ દુબી, લંડન અને સંયુક્ત રાજ્ય અમેરિકાનું પ્રતિનિધિત્વ કરશે. દરેક ટીમમાં ૧૬ ખેલાડી હશે. આ નવા ફોર્મેટનું સત્તાવાર ઉદ્ઘાટન ૧૬ ઓક્ટોબરે કરવામાં આવ્યું. ટેસ્ટ ટ્વેન્ટી ધ વન વન સિક્ટ નેટવર્કના કાર્યકારી અધ્યક્ષ ગૌરવ બહિરવાનીના મગજની ઉપજ છે. આ ફોર્મેટની પૂર્વ ક્રિકેટરોએ ખૂબ પ્રશંસા કરી છે. સાઉથ આફ્રિકાના પૂર્વ ક્રિકેટર એબી ડિવિલિયર્સે કહ્યુ કે ટેસ્ટ ટ્વેન્ટીથી ક્રિકેટના રોમાંચમાં વધારો થશે. આ સિવાય યુવા ખેલાડીઓને તેમાં તક મળશે.

વેસ્ટ ઈન્ડીઝના દિગ્ગજ ખેલાડી સર ક્લાઈવ લોયડે કહ્યું, "ક્રિકેટના દરેક યુગમાંથી પસાર થયા પ છી, હું કહી શકું છું કે રમત હંમેશા અનુકૂલન પામી છે, પરંતુ ક્યારેય એટલી ઈરાદાપૂર્વક નહીં. ટેસ્ટ ટ્વેન્ટી રમતની કલા અને લયને પાછી લાવે છે, જ્યારે તેને આધુનિક ઉર્જા સાથે જીવંત રાખે છે."

હવે યમુના એક્સપ્રેસ વે પર ભડભડ કરતી સળગી બસ

। (એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા.૧૮ ।

ગ્રેટર નોઈડાના દનકૌર કોતવાલી ક્ષેત્રમાંથી પસાર થતા યમુના એક્સપ્રેસ-વે પર ગુરુવારે રાત્રે એક ચાલુ બસમાં અચાનક ભીષણ આગ લાગવાની ઘટના બની હતી. જોકે, બસના ડ્રાઈવરની સમયસૂચકતા અને પોલીસની મદદથી બસમાં સવાર લગભગ ૫૦ જેટલા મુસાફરોનો આબાદ બચાવ થયો હતો.પ્રાપ્ત માહિતી અનુસાર, એક ખાનગી બસ પ ંજાબના લુધિયાણાથી આગરા તરફ જઈ રહી હતી. બસ જ્યારે ગ્રેટર નોઈડાથી યમુના એક્સપ્રેસ-વે પર હતી, ત્યારે બસની છત પર રાખેલા સામાનમાં અચાનક આગ લાગી ગઈ હતી. શરૂઆતમાં આગ લાગવાનું કારણ ફટાકડા હોવાનું માનવામાં આવે છે.બસના ડ્રાઈવરને જ્યારે આગ લાગ્યાની જાણ થઈ, ત્યારે તેણે તુરંત એક્સપ્રેસ-વે પર જ બસને રોકી દીધી હતી. આગને કારણે બસની અંદર બેઠેલા ૫૦ જેટલા મુસાફરોમાં ગભરાટ ફેલાઈ ગયો હતો. તમામ મુસાફરો ઝડપથી બસમાંથી બહાર નીકળી ગયા હતા. બાદમાં ભારે જહેમત બાદ આગ પર કાબૂ મેળવવામાં આવ્યો હતો.આ ઘટના અંગે દનકૌર પોલીસે જણાવ્યું કે, આ દુર્ઘટનામાં કોઈ જાનહાનિ થઈ નથી. જોકે, બસની છત પર રાખેલો સામાન બળીને ખાખ થઈ ગયો છે. દનકૌર કોતવાલીના પ્રભારી મુનેન્દ્ર સિંહે જણાવ્યું કે આગ લાગવાનું ચોક્કસ કારણ હજી સ્પષ્ટ થયું નથી.

૪ વર્તમાન વિધાયકોની સીટ અન્ય સહયોગી પક્ષોને આપી

ભાજપના ૨૧ વર્તમાન ધારાસભ્યોનું પત્તું કપાયું

ભાજપે ૧૭ વિધાયકોની ટિકિટ પાર્ટીએ કાપી છે અને ૪ સીટો જેડીયુ, એલજેપી અને આરએલએમને ફાળવી

। (એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા.૧૮ ।

બિહાર વિધાનસભા ચૂંટણી ૨૦૨૫માં ભાજપના ૨૧ વિધાયકોનું પત્તું કપાઈ ગયું છે. તેમાંથી ૧૭ વિધાયકોની ટિકિટ પાર્ટીએ કાપી છે. જ્યારે ચાર વર્તમાન વિધાયકોની સીટ ભાજપે એનડીએમાં અન્ય સહયોગી પક્ષોને આપી છે. ભાજપે પોતાના કોટાની તમામ ૧૦૧ વિધાનસભા સીટો પર પોતાના ઉમેદવારોની જાહેરાત કરી દીધી છે. એનડીએમાં રહીને ભાજપ જેડીયુ, એલજેપી (રામવિલાસ), હિન્દુસ્તાન આવામ મોર્ચા અને રાષ્ટ્રીય લોક મોરચા સાથે બિહાર ચૂંટણી લડી રહ્યા છે.

ભાજપના જે વિધાયકોની ટિકિટ કપાઈ છે, જેમાં રીગાથી મોતીલાલ પ્રસાદ, સીતામઢીથી મિથિલેશ કુમાર, રાજનગરથી રામપ્રીત પાસવાન, નરપતગંજથી જયપ્રકાશ યાદવ, ગૌરા બૌરામથી સ્વર્ણા સિંહ, ઔરાઈથી રામ સૂરત રાય, કટોરિયાથી નિક્કી બેંબ્રમ, કુમ્હરારથી અરુણકુમાર સિન્હા, પટણા સાહિબથી નંદકિશોર યાદવ, આરાથી અમરેન્દ્ર પ્રતાપ સિંહ, બાઢથી જ્ઞાનેન્દ્ર સિંહ જ્ઞાનૂ, છપરાથી ડો. સીએમ ગુપ્તા, અલીનગરથી મિશ્રીલાલ યાદવ, ગોપાલગંજથી કુસુમ દેવી, રામનગરથી ભાગીરથી દેવી, નરકટિયાગંજથી રશ્મિ વર્મા અને પીરપૈંતીથી લલનકુમાર સામેલ છે. જ્યારે ગોવિંદગંજથી સુનીલ મણિ તિવારી, કહલગાંવથી પવનકુમાર યાદવ, પારુના અશોકકુમાર સિંહ અને બરૌલીના રામ પ્રવેશ રાયની સીટ બીજી પાર્ટી પાસે ગઈ છે. ભાજપે કહલગાંવ અને બરૌલીની સીટ જેડીયુને આપી છે. ગોવિંદગંજ ચિરાગ પાસવાનની એલજેપી અને પારુ સીટ ઉપેન્દ્ર કુશવાહાની રાષ્ટ્રીય લોક મોરચા (આરએલએમ)ને ફાળવી છે.

ભાજપે પણ પોતાના કોટાના ૧૦૧૦ ઉમેદવારોની પસંદગીમાં પાર્ટીએ સામાજિક સમીકરણને સાધવાની કોશિશ કરી છે. પાર્ટીએ સવર્ણ સમુદાયના ૪૯, પછાત-અતિપછાત વર્ગના ૪૦ અને ૧૨ દલિત ઉમેદવારોને ચૂંટણીના મેદાનમાં ઉતાર્યા છે. ભાજપ ઉમેદવારોમાં એક પણ મુસ્લિમ નથી.

અનિયંત્રિત સોશિયલ મીડિયા જોખમી

બીજાના ગૌરવના ભોગે વાણી-અભિવ્યક્તિ નહીંઃ સુપ્રીમ કોર્ટ

ભારતના મુખ્ય ન્યાયાધીશ ગવઈ પર જૂતું ફેંકવા જેવી ઘટનાઓ પૈસા કમાવવાનાં સાહસો સિવાય બીજું કંઈ નથી

। (એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા.૧૮ ।

અનિયંત્રિત સોશિયલ મીડિયાના જોખમો અંગે ચેતવણી આપતા સુપ્રીમ કોર્ટે ગુરુવારે જણાવ્યું હતું કે બીજાના ગૌરવ અને અખંડિતતાના ભોગે વાણી અને અભિવ્યક્તિના અધિકારનો ઉપયોગ કરી શકાય નહીં. તાજેતરમાં ભારતના મુખ્ય ન્યાયાધીશ બી આર ગવઈ પર જૂતું ફેંકવા જેવી ઘટનાઓ પૈસા કમાવવાના સાહસો સિવાય બીજું કંઈ નથી.૬ ઓક્ટોબરે કોર્ટની સુનાવણી દરમિયાન ભારતના મુખ્ય ન્યાયાધીશ તરફ જૂતું ફેંકનાર ૭૧ વર્ષીય એડવોકેટ રાકેશ કિશોર સામે

તિરસ્કારની કાર્યવાહીની અરજીની તાત્કાલિક સુનાવણી કરવાની સોલિસિટર જનરલ તુષાર મહેતા અને વરિષ્ઠ વકીલ વિકાસ સિંહાએ માગણી કરી ત્યારે ન્યાયાધીશ સૂર્યકાંત અને જોયમાલ્યા બાગચીની બનેલી ખંડપીઠે આ અવલોકન કર્યા હતાં. વરિષ્ઠ વકીલ વિકાસ સિંહાએ રજૂઆત કરી હતી કે રાકેશ કિશોરે પસ્તાવો વ્યક્ત કર્યો નથી અને ઈન્ટરવ્યૂ આપી રહ્યાં છે, જે સોશિયલ મીડિયા પર ફરતાં થયાં છે. તેનાથી સર્વોચ્ચ અદાલતની સંસ્થાકીય અખંડિતતાને અસર થાય છે. સોશિયલ મીડિયા પર આવી સામગ્રી પ્રસારિત થતી અટકાવો. આ પછી ખંડપીઠે જણાવ્યું હતું કે અમે વાણી અને અભિવ્યક્તિની સ્વતંત્રતાની વિરુદ્ધમાં નથી, પરંતુ આ અધિકારનો ઉપયોગ અન્ય લોકોની અખંડિતતા અને ગૌરવના ભોગે કરી શકાય નહીં. સુનાવણીની શરૂઆતમાં મહેતાએ માહિતી આપી હતી.

ગુજરાતીઓનું ગજબ ભેજું, એક સાથે ૧૮૬ લક્ઝરી કારો ખરીદી ૨૧ કરોડ બચાવ્યા

। (એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા.૧૮ ।

ગુજરાતી લોકો દુનિયાભરમાં પૈસા કમાવવા માટે જાણીતા છે. પ રંતુ તેઓ પોતાની સમજદારી અને એક્તાના કારણે પૈસા બચાવવામાં પણ એક્સપર્ટ છે. હાલમાં જ એક ઉદાહરણ જોવા મળ્યું. જ્યાં જૈન સમુદાયે જૈન ઈન્ટરનેશનલ ટ્રેડ ઓર્ગેનાઈઝેશન (JITO) ની પહેલ પર સમગ્ર ભારતમાં કમ્યુનિટીના મેમ્બર્સે એક સાથે ૧૮૬ લક્ઝરી કારો ખરીદી. આ કારોની કિંમત ૬૦ લાખથી ૧.૩૪ કરોડ હતી. આ કલેક્ટિવ બાઈંગથી તેમને કુલ ૨૧.૨૨ કરોડનું ભારે ડિસ્કાઉન્ટ મળ્યું. હવે તમે પોતે વિચારો કે આ કેટલું મોટું ડિસ્કાઉન્ટ છે.

દેશભરમાં JITOના લગભગ ૬૫૦૦૦ સભ્યો છે, તેમણે ઓડી, બીએમડબલ્યુ, મર્સિડિઝ જેવી ૧૫ મોટી બ્રાન્ડના ડીલરો સાથે મળીને આ મોટું ડિસ્કાઉન્ટ મેળવ્યું છે.

JITO ના વાઈસ-ચેરમેન હિમાંશુ શાહે જણાવ્યું કે એક સાથે આટલા બધા લોકો કાર ખરીદે તો તોલમોલ કરવાની તાકાત વધે છે. કંપનીઓને એકવારમાં જ વધુ વેચાણ મળે છે અને તેમનો માર્કેટિંગ ખર્ચો ઘટે છે. જેનો ફાયદો ગ્રાહકોને મોટી બચત તરીકે થાય છે.

૫ કરોડ કેશ, ૧.૫ કિલો સોનું અને વિદેશી દારૂ મળ્યો

DIG હરચરણ સિંહ ભુલ્લર સામે CBIની લાંચના આરોપમાં કાર્યવાહી

DIGના ઘર અને ઠેકાણામાં દરોડા દરમિયાન કરોડો રૂપિયાની રોકડ, વિદેશી દારૂ અને લક્ઝરી વસ્તુઓ જપ્ત

। (એજન્સી) ચંદીગઢ, તા.૧૮ ।

CBIએ પંજાબ પોલીસના રોપર રેન્જના DIG હરચરણ સિંહ ભુલ્લર અને એક પ્રાઈવેટ વ્યક્તિની ૮ લાખ રૂપિયાના લાંચ કેસમાં ધરપકડ કરી છે. ધરપકડ કરાયેલ અધિકારી ૨૦૦૯ બેચના IPS અધિકારી છે અને હાલમાં રોપર રેન્જ DIG તરીકે ફરજ બજાવી રહ્યા હતા. CBIએ DIGના ઘર અને અન્ય ઠેકાણાઓ પર દરોડા દરમિયાન અનેક લક્ઝરી વસ્તુઓ જપ્ત કરી છે. CBIના જણાવ્યા અનુસાર, DIG પર આરોપ છે કે, તેમણે એક ઉદ્યોગપતિ પાસેથી તેમની સામે નોંધાયેલ FIRને સેટલ કરવા અને આગળ કોઈ પોલીસ કાર્યવાહી ન કરવાના બદલામાં ૮ લાખ રૂપિયાની લાંચ માંગી હતી. તેઓ દર મહિને ગેરકાયદેસર રીતે રૂપિયાની માંગણી પણ કરી રહ્યા હતા. CBIએ ફરિયાદ મળ્યા બાદ ૧૬ ઓક્ટોબરના રોજ કેસ નોંધ્યો અને ચંદીગઢના સેક્ટર ૨૧માં છટકું ગોઠવ્યું, જેમાં આરોપીના વચેટિયાને ૮ લાખ રૂપિયા સ્વીકારતી વખતે રંગેહાથ ઝડપ્યો. CBIએ જણાવ્યું કે, ટ્રેપ દરમિયાન ફરિયાદીએ DIGને એક કન્ટ્રોલ્ડ કોલ કર્યો, જેમાં અધિકારીએ રૂપિયા સ્વીકાર્યા હોવાની કબૂલાત કરી અને વચેટિયા અને ફરિયાદીને તેમની ઓફિસમાં બોલાવ્યા. ત્યારબાદ CBI ટીમે DIGને તેમની ઓફિસમાંથી ધરપકડ કરી. દરોડા દરમિયાન CBIએ DIGના ઘરો અને અન્ય ઠેકાણામાંથી મોટી માત્રામાં રોકડ અને કિંમતી વસ્તુઓ મળી આવી, જેમાં લગભગ ૫ કરોડ રૂપિયા રોકડા (હજુ પણ ગણતરી ચાલુ છે).

બિહારમાં આખરી મતદાર યાદી પ્રસિદ્ધ થયા પછી

નામ કમી બાબતે એક પણ અપીલ થઈ નથીઃ ચૂંટણી પંચ

। (એજન્સી) નવી દિલ્હી, તા.૧૮ ।

સુપ્રીમ કોર્ટમાં સુનાવણી દરમિયાન ચૂંટણી પંચે બિહારમાં SIR અંતર્ગત હાથ ધરાયેલી મતદાર યાદી સુધારણા ઝુંબેશને સચોટ ઠેરવતા દલીલ કરી હતી કે, રાજકીય પક્ષો અને એનજીઓ દ્વારા સમગ્ર પ્રક્રિયાને બદનામ કરવા માટે જૂઠ્ઠા આરોપ મૂકવામાં આવ્યા છે. આખરી મતદાર યાદિ પ્રસિદ્ધ થયા પછી નામ કમી બાબતે એક પણ મતદાર તરફથી અપીલ થઈ નથી. બિહારમાં રેલી અને પ્રચારના કારણે સુનાવણી દરમિયાન રાજકીય પક્ષોની ગેરહાજરીની નોંધ લેતાં જસ્ટિસ સૂર્યા કાંત અને જોયમાલ્યા બાગચીએ કહ્યું હતું કે, ચૂંટણી પંચે મતદાર યાદીમાં ટાઈપોગ્રાફી ભૂલો દૂર કરવા પગલાં લેવા જોઈએ. SIR હેઠળ હાથ ધરાયેલી કામગીરીને પડકારતી અરજીઓને ફગાવી દેવા માટે ચૂંટણી પંચ તરફથી રજૂઆત થઈ હતી. પંચ તરફથી દલીલ થઈ હતી કે, રાજકીય પક્ષોના ચૂંટણી હિતોને જાળવવાના ઈરાદેથી SIRની કવાયત તથા ચૂંટણી પંચને બદનામ કરવા પ્રયાસ થયા છે અને અરજદારો માત્ર જૂઠ્ઠા આક્ષેપો કરીને સંતુષ્ટ છે. ચૂંટણી પંચની એફિડેવિટમાં રજૂઆત થઈ હતી કે, રાજકીય પક્ષોના બૂથ લેવલ એજન્ટ્સ અને જાગૃત નાગરિકોએ કે સંસ્થાઓએ તમામ લાયક મતદારોને યાદીમાં સમાવવા બાબતે કોઈ નોંધપાત્ર યોગદાન આપ્યું નથી. રાજકીય પક્ષો અને અરજદારોનો અભિગમ ચૂંટણી પંચને બદનામ કરવાનો અને SIR પ્રક્રિયામાં ભૂલો કાઢવાનો રહ્યો છે. જ્યારે ચૂંટણી પંચે 90,000થી વધુ બ્લોક લેવલ ઓફિસર્સની નિમણૂક કરી છે અને બૂથ લેવલ એજન્ટ્સની નિમણૂક કરવા માટે રાજકીય પક્ષોને સક્રિય કર્યા છે. ઘરે-ઘરે એકથી વધુ મુલાકાત લઈને SIRની યાદી બનાવવામાં આવી છે અને તેની વિગતો વેબસાઈટ પર અપલોડ થયેલી છે.સુનાવણી દરમિયાન સુપ્રીમ કોર્ટે ચૂંટણી પંચને ટાઈપોગ્રાફી એરર તથા અન્ય ભૂલો સુધારવા નિર્દેશ આપ્યા છે. બિહારમાં આખરી મતદાર યાદી તૈયાર કરતી વખતે જવાબદાર સત્તામંડળ તરીકે પંચે આ કામગીરી કરવી જોઈએ, તેવી ટકોર સુપ્રીમ કોર્ટે કરી હતી. આ કેસની આગામી સુનાવણી 4 નવેમ્બરે રાખવામાં આવી છે. એનજીઓ એસોસિએશન ઓફ ડેમોક્રેટિક રીફોર્મ્સ તરફથી રજૂઆત કરતા એડવોકેટ પ્રશાંત ભૂષણે દલીલ કરી હતી કે, પોતાના નામ માટે દાવો કરનારા મતદારોના નામ આખરી યાદીમાં સમાવાયા નથી.

અમેરિકન બિઝનેસ લોબીએ કેસ ઠોક્યો

H-1B વિઝામાં ફી વધારવાનું પગલું ટ્રમ્પને ઊલટું પડ્યું

। (એજન્સી) વોશિંગ્ટને, તા.૧૮ ।

ડોનાલ્ડ ટ્રમ્પ વહીવટીતંત્ર દ્વારા તમામ નવા H-1B વિઝા અરજીઓ પર US$100,000 ફી લાદવાના નિર્ણય સામે US ચેમ્બર ઓફ કોમર્સે કેસ દાખલ કર્યો છે. આ પગલાને ગેરમાર્ગે દોરનારું અને ગેરકાયદેસર ગણાવવામાં આવ્યું છે, જે અમેરિકન ઈનોવેશન અને પ્રતિસ્પર્ધાને નબળી પાડી શકે છે.

કોલંબિયા ડિસ્ટ્રિક્ટની ડિસ્ટ્રિક્ટ કોર્ટમાં ગુરુવારે દાખલ કરાયેલા આ કેસમાં વહીવટીતંત્રની ૧૯ સપ્ટેમ્બરના રોજ અમુક બિન-ઈમિગ્રન્ટ કામદારોના પ્રવેશ પર પ્રતિબંધ મૂકવાની જાહેરાતને પડકારવામાં આવી છે. તેમાં જણાવવામાં આવ્યું છે કે, આ H-1B વિઝા કાર્યક્રમને નિયંત્રિત કરવાની કોંગ્રેસની સત્તાનો ભંગ કરીને ઈમિગ્રેશન અને રાષ્ટ્રીયતા કાયદાનું ઉલ્લંઘન કરે છે. હોમલેન્ડ સિક્યુરિટી અને સ્ટેટ ડિપાર્ટમેન્ટ્સ, તેમના સેક્રેટરીઓ, ક્રિસ્ટી એલ નોએમ અને માર્કો રુબિયોને પ્રતિવાદી બનાવવામાં આવ્યા છે. યુએસ ચેમ્બર ઓફ કોમર્સના એક્ઝિક્યુટિવ વાઈસ પ્રેસિડેન્ટ અને ચીફ પોલિસી ઓફિસર નીલ બ્રેડલીએ જણાવ્યું હતું કે, આ અતિશય ફી, જે આશરે US$3,600 ના વર્તમાન સ્તર કરતા ઘણી ઉપર છે, અમેરિકન નોકરીદાતાઓ, ખાસ કરીને સ્ટાર્ટ-અપ્સ અને નાના અને મધ્યમ કદના વ્યવસાયો માટે H-1B પ્રોગ્રામનો ઉપયોગ કરવાનું વધુ મોંઘું બનાવશે.

તેઓએ જણાવ્યું હતું કે, કોંગ્રેસે સ્પષ્ટપણે આ પગલું ઘડ્યું છે, જેથી ખાતરી કરી શકાય કે તમામ કદના અમેરિકન વ્યવસાયોને અહીં તેમના કાર્યોને વિસ્તૃત કરવા માટે જરૂરી વૈશ્વિક કુશળતા સુધી પહોંચી શકે. તેની ફરિયાદમાં ચેમ્બરે જણાવ્યું હતું કે, આ જાહેરાત માત્ર ભ્રામક નીતિ જ નથી, પણ સ્પષ્ટપણે ગેરકાયદેસર પણ છે.

તેણે જણાવ્યું છે કે, રાષ્ટ્રપતિને યુએસમાં બિન-નાગરિકોના પ્રવેશ પર નોંધપાત્ર અધિકાર છે.

એક લાખ રોકડા અને ઘરેણાં લઇ ફરાર

વડોદરાની લુંટેરી દુલ્હને ખંભાતના એક યુવકને શિકાર બનાવ્યો

લગ્ન કરવાનું કહી યુવક પાસેથી રૂપિયા એક લાખ અને સોના ચાંદીના દાગીના દુલ્હન અને તેની માતાએ પડાવ્યા

। (એજન્સી) વડોદરા, તા.૧૮ ।

આણંદ જિલ્લાના ખંભાત ખાતે રહેતા યુવકને લગ્ન કરવાનું કહીને તેની પાસેથી વડોદરાના આજવા રોડ પર રહેતી યુવતી અને તેની માતાએ રોકડા રૂપિયા એક લાખ રોકડા, સોનાની જડ, ચાંદીનું મંગળસૂત્ર, કપડા સહિતનો સામાન લીધો હતો. ત્યારબાદ માંડવી ખાતે માતાના ફુલહાર લેવા વરરાજાને મોકલી યુવતી અને તેની માતા રીક્ષામાં બેસી ફરાર થઈ ગયાં હતા. યુવકે બાપોદ પોલીસ સ્ટેશનમાં લુંટેરી દુલ્હન અને તેની માતા વિરુદ્ધ ફરિયાદ નોંધાવતા પોલીસે તેમને ઝડપી પાડવા તજવીજ હાથ ધરી છે.સૂત્રોના જણાવ્યા અનુસાર આણંદ જિલ્લાના ખંભાતમાં રહેતા રાજવીર ઉર્ફે રાજુ રમણભાઈ રાઠોડ લગ્ન થયા ન હોય લગ્ન કરવા કન્યાની શોધમાં હતો. દરમિયાન યુવકની ભાણેજ જીતેન્દ્ર કિરીટભાઈ વણકરની પત્ની પારૂલબેને તેઓના ઓળખીતા મીનાબેન મરાઠી (રહે.બાજવા બ્રિજની બાજુમાં વડોદરા)ને લગ્ન માટેની વાત કરી હતી. જેથી મીનાબેન મરાઠીએ યુવકનો મોબાઈલ નંબર મનુભાઈ ભુવાજીને આપ્યો હતો. ૪ સપ્ટેમ્બરના સવાર ભાણેજ વહુ પારૂલબેને ફોન કરી મામા આપણે વડોદરા છોકરી જોવા જવાનું છે તમે આવી જાઓ. જેથી યુવક બાજવા પહોચી મીનાબેન મરાઠીને લઈને નીકળ્યાં હતા. ત્યારે મીનાબેને આજવા ચોકડી આવી મનુભાઈ ભુવાજીને ફોન કરતા તેઓએ કમલાનગર તળાવ પાસે આવેલ ચાચા નહેરૂ નગરમાં પુજા નામની છોકરી બતાવી હતી. જે છોકરીની માતા મીનાબેન અપંગ છે. યુવક અને પુજાએ એકબીજાના મોબાઈલ નંબર આપ-લે કર્યા હતા. છોકરી જોઈ ઘરની બહાર નીકળ્યાં ત્યારે મનુ ભુવાજીએ લગ્ન માટે લેવડ દેવડ કરવી પડશે. જેમાં રૂપિયા ૨ લાખ રોકડા તથા સોનાની જડ, ચાંદીનું મંગળસુત્ર, ચાંદીના છડા તથા દુલ્હનના કપડા આપવા પડશે તેમ જણાવ્યું હતું. ત્યારે યુવકે લેવડદેવડ વધારે છે. જેથી લગ્ન કરવુ નથી. બે દિવસ પછી પૂજાએ ફોન કરી વડોદરા આવો એક લાખ રૂપિયામાં નક્કી કરી દઈએ તેમ જણાવતા યુવક તેમના સંબંધીઓ સાથે યુવતીને ઘરે આવ્યો હતો. ત્યાં મીનાબેન તથા પુજાબેન મળતા તેમણે એક લાખ રૂપિયા રોકડા, સોનાની જડ, ચાંદીનું મંગલસુત્ર તથા ચાંદીના છડા તથા દુલ્હનના કપડા આપવાની અને ફુલહાર કરી પુજાબેનને લઈ જજો તેવી વાત નક્કી થઈ હતી.યુવક સહિતના પરિવારે મીનાબેનને એક લાખ રૂપિયા રોકડા, સોનાની જડ, ચાંદીનું મંગલસુત્ર, ચાંદીના છડા અને દુલ્હનના કપડા આપ્યા હતા. ત્યારે યુવતી અને તેની માતાએ માંડવી મેલડી માતાના મંદિરે મંગળસુત્ર પહેરાવવજો તેમ કહી યુવકને માંડવી લઈ ગઈ હતી. ત્યાં મીનાબેને માતાજીને ચડાવવા ફૂલ લઈ આવો તેમ કહેતા યુવક ફુલહાર લેવા ઉતર્યો હતો. માતા પુત્ર રિક્ષા લઈ ભાગી ગયા હતા. રિક્ષા ઉભી રાખવા યુવકે બુમો પાડી પરંતુ રિક્ષા ઉભી રાખી નહોતી. આમ લગ્ન કરવાનું કહી યુવતી અને તેની માતા એક લાખ રોકડા, સોનાની જડ, ચાંદીનું મંગલસૂત્ર તથા ચાંદીના છડા તથા દુલ્હનના કપડા લઈને ભાગી ગયા હતા. જેથી યુવકે બાપોદ પોલીસ સ્ટેશનમાં ફરિયાદ નોંધાવતા પોલીસે આ લૂટેરી દુલ્હન સહિતની ગેંગને ઝડપી પાડવા તજવીજ હાથ ધરી છે.

અમરેલીમાં સિંહણનો ઇલેક્ટ્રિક શોક આપી શિકાર : બે ઝડપાયા

।(એજન્સી) અમરેલી, તા.૧૮।

અમરેલી જિલ્લાના લીલીયા રેન્જમાં સિંહણના મોત મામલે વન વિભાગે બે આરોપીઓની ધરપકડ કરી છે. કણકોટ ગામ નજીક ગેરકાયદેસર રીતે ઈલેક્ટ્રિક શોક આપીને સિંહણનો શિકાર કરાયા હતો. ત્યારબાદ મૃતદેહને વાહનમાં ભરીને કાચા માર્ગે ફેંકી દઈ પુરાવા નાશ કરવાનો પ્રયાસ કરાયો હતો.બે દિવસ કણકોટ નજીક રેવન્યુમાંથી એક સિંહણનો મૃતદેહ મળ્યો હતો. વન વિભાગ દ્વારા પેનલ પીએમ કરાવતા મૃતદેહ પર ઈલેક્ટ્રિક શોકના નિશાન મળ્યા હતા, જેનાથી વન વિભાગ ચોંકી ઉઠ્યું હતું. શેત્રુંજી ડિવિઝનના ACF વિરલ ચાવડા અને RFO ગલાણી સહિતની ટીમોએ તાત્કાલિક તપાસ શરૂ કરી હતી.

એરપોર્ટ પોલીસે ગુનો નોંધી તપાસ હાથ ધરી

એરપોર્ટના કાર્ગો ટર્મિનલ પરથી કર્મચારીએ ૧૬.૫૮ લાખની ચાંદીની પાટ ચોરી

આ બાબતે તપાસનો હુકમ મળતા એરપોર્ટમાં કામ કરતી કંપની સાથે મળીને ટીમ દ્વારા સઘન તપાસ કરવામાં આવી હતી

।(એજન્સી) અમદાવાદ, તા.૧૮।

ચાંદીના ભાવ સતત ઊંચે જઈ રહ્યા છે તેથી સોની બજારોમાં ચોરી અને છેતરપિંડીના કિસ્સા વધી રહ્યા છે. આવો જ એક કિસ્સો એરપોર્ટ કાર્ગો ટર્મિનલમાં નોંધાયો છે. અહીંથી ચાંદીની પાટ ચોરી થયાની ફરિયાદ નોંધાઈ છે. ચાંદીની ૨૫ પાટનું એક પાર્સલ દિલ્હી મોકલવામાં આવ્યુ હતું. જોકે, ત્યાં તપાસ દરમિયાન એક પાટ ગાયબ હતી. તેથી આ બાબતે તપાસ કરાતા સીસીટીવીમાં એક શખ્સે ચોરી કરી હોવાનો ખુલાસો થયો હતો. એરપોર્ટ પોલીસે તપાસ હાથ ધરતા એક કર્મચારીએ જ પાટ ચોરી હોવાનું જણાયું છે. એરપોર્ટ પર એર ઈન્ડિયામાં સિનિયર એસોસિયેટ કાર્ગો ઓપરેશનમાં નોકરી કરતા જહોન મુરીંગાતેરીએ કૌશિક રાવલ નામના શખ્સ સામે એરપોર્ટ પોલીસસ્ટેશનમાં ફરિયાદ નોંધાવી છે. ગઈ તા.૧૧મીએ જહોન મુરીંગાતેરી ફરજ પર હતા ત્યારે દિલ્હી એરપોર્ટ, એર ઈન્ડિયા તરફથી એક ઈ મેલ આવ્યો હતો. જેમાં અમદાવાદ દિલ્હીની ફલાઈટમાં અમદાવાદ એરપોર્ટથી મોકલવામાં આવેલી ૨૫ નંગ ચાંદીની પાટ ભરેલા પાર્સલમાંથી માત્ર ૨૪ નંગ ચાંદીની પાટ જ મળી હતી. જ્યારે એક ચાંદીની પાટ ગાયબ હતી. આ બાબતે તપાસનો હુકમ મળતા ત્યાં કામ કરતી કંપની સાથે મળીને ટીમ દ્વારા સઘન તપાસ કરવામાં આવી હતી. તપાસ દરમિયાન અમદાવાદ અને દિલ્હીથી કોઈ નક્કર પરિણામ મળી આવ્યુ નહોતુ. બાદ એરપોર્ટના સીસીટીવી તપાસ કરતા કાર્ગોમાં સામાન લોડ કરતી વખતે ૨૪ નંગ સિલ્વર બાર જ લોડ થયુ હોવાનું જણાયું હતું. આમ, ૧૬.૫૮ લાખની ૧૦ કિલોની ચાંદીની પાટ ચોરી થયાનું ખૂલ્યું હતું. ડોમેસ્ટિક એરપોર્ટ પર કાર્ગો ટર્મિનલ ખાતેના બિલ્ટઅપ એરિયા ખાતે નોકરી કરતા કૌશિક રાવલે ચોરી કરી હોવાનો ખુલાસો થતાં મામલો પોલીસમથકે પહોંચ્યો હતો. એરપોર્ટ પોલીસે કૌશિક રાવલ સામે ગુનો નોંધી તપાસ હાથ ધરી છે.

રામોલમાં ATM કાર્ડ બદલીને ૪૦ હજાર વિડ્રો કરી લેનારો રીઢો ચોર ઝડપાયો

। (એજન્સી) અમદાવાદ, તા.૧૮ ।

બેંકના ATM સેન્ટરમાં રૂપિયા ઉપાડવા જતા લોકોને ટાર્ગેટ કરીને વિશ્વાસ કેળવીને તેમની પાસેથી ATM કાર્ડ અને પીન નંબર મેળવી લઈને અન્ય બેંકનું ATM પધરાવી દઈ રૂપિયા ઉપાડી લીધા હોવાના અઢળક બનાવો નોંધાયા છે ત્યારે ગત મહિને સાંજે રામોલ સૂરેલિયા ચાર રસ્તા નજીકના મોલમાં એક્સિસ બેંકના એટીએમ સેન્ટરમાં રૂપિયા ઉપાડવા ગયેલા વૃદ્ધને મદદ કરવાના બહાને તેમની પાસેથી ગઠિયાએ એટીએમ કાર્ડ લઈ લીધું અને પાસવર્ડ જાણી લીધા બાદ વૃદ્ધની નજર ચૂકવીને અન્ય બેંકનું એટીએમ આપીને વૃદ્ધના ખાતામાંથી રૂ.40 હજાર ઉપાડી લીધા હતા. આ મામલે રામોલ પોલીસે 14થી વધુ ગુનામાં અગાઉ ઝડપાઈ ચૂકેલા રીઢા આરોપીની ધરપકડ કરી છે.વસ્ત્રાલ આરટીઓ રોડ નજીક રહેતા રાજેશકુમાર જૈન (ઉં.54) સ્કૂલમાં નોકરી કરીને પરિવારનું ગુજરાન ચલાવે છે. ગત 5 સપ્ટેમ્બરે સાંજે રાજેશભાઈ સૂરેલિયા ચાર રસ્તા નજીક સ્વસ્તિક મોલમાં આવેલા એટીએમમાં રૂપિયા ઉપાડવા ગયા હતા. આ સમયે તેમની પાછળ અજાણ્યો વ્યક્તિ આવીને ઊભો રહ્યો અને કાકા તમારું એટીએમ આપો હું તમને પૈસા ઉપાડવામાં મદદ કરી આપું તેમ કહેતા રાજેશભાઈને વિશ્વાસ લઈ તેમનુ એટીએમ કાર્ડ અને પાસવર્ડ માગ્યો બાદમાં તમારા એટીએમમાંથી રૂપિયા ઉપડતા નથી કહીને આરોપીએ રાજેશભાઈની નજર ચૂકવીને એટીએમ કાર્ડ બદલી અન્ય બેંકનું કાર્ડ આપી દીધું હતું.

પત્નીની સામે જ અલગ અલગ યુવતીઓને બાઇક પર લઇને પતિ ફરતો હતો

ઊંઘમાં પ્રેમિકાના નામો બોલતા પતિ સામે પત્નીએ પોલીસ ફરિયાદ નોંધાવી

મહિલાને અન્ય સંબંધ અને ગાંજાની લત હોવાનું કહીને સાસરિયાં તેને બદનામ કરતા પોલીસે ગુનો નોંધી તપાસ હાથ ધરી

। (એજન્સી) અમદાવાદ, તા.૧૮।

શહેરમાં વધુ એક દહેજ ભૂખ્યા સાસરિયાઓએ ત્રાસ ગુજાર્યો હોવાની પોલીસ ફરિયાદ નોંધાઈ છે. એક યુવતીએ તેના સાસરિયાં સામે પોલીસ ફરિયાદ નોંધાવી છે. યુવતીએ આક્ષેપ કર્યો છે કે તેનો પતિ અનેક સ્ત્રીઓ સાથે સંબંધ રાખતો હતો અને ઊંઘમાં પણ પ્રેમિકાઓના નામ બોલતો હતો. યુવતીની સામે જ તેનો પતિ અલગ અલગ યુવતીઓને બાઈક પર ફરતો હતો. આટલું જ નહિ પરિવારજનોના દેખતા તેને માર મારતો હતો અને પિયરમાંથી રૂપિયા લાવવા દબાણ કરતો હતો. મહિલાને અન્ય સંબંધ અને ગાંજાની લત હોવાનું કહીને સાસરિયાં તેને બદનામ કરતા પોલીસે ગુનો નોંધી તપાસ હાથ ધરી છે. મોટેરામાં રહેતી ૩૩ વર્ષીય યુવતીએ વર્ષ ૨૦૧૯માં તમિલનાડુ ખાતે લગ્ન કર્યા હતા. યુવતીના પિતાએ લગ્નમાં ૨૦ લાખનો ખર્ચ કર્યો હોવા છતાંય સાસરિયાઓએ રોકડા અને દાગીનાની માગણી કરતા તેના પિતાએ ૧૦ લાખ રોકડા દહેજ આપ્યું હતું.

જ્યારે તે સાસરે ગઈ ત્યારે તેના પતિએ આપણે ત્યાં સ્ત્રીઓ નોકરી નથી કરતી તેમ કહીને ઘરે બેસાડી દીધી હતી. જ્યારે યુવતીને ગર્ભ રહ્યો ત્યારે પણ તે વધારે કંઈ લાવી નથી તો પિયર આરામ કરવા મોકલી દેવાનું કહીને ત્રાસ આપ્યો હતો. યુવતીનો પતિ અવાર નવાર પિયરમાંથી પૈસા લાવી આપવાનું કહીને માર મારતો હતો. જ્યારે યુવતીના પતિએ મુંબઈમાં નોકરી શરૂ કરી ત્યારે તે અડધી રાત્રે દારૂ પીને આવતો હતો અને રજાના દિવસે અન્ય સ્ત્રીઓ સાથે વાતો કરતો હતો. યુવતીનો પતિ ઊંઘમાં પણ પ્રેમિકાઓના નામ બોલતો હતો. પુત્ર અને ઘરના સભ્યોના દેખતા માર મારતો હતો. આરોપી પતિ તેની પત્ની સામે જ અલગ અલગ યુવતીઓને બાઈક પર લઈને ફરતો હતો. પ્રેમિકા સાથે રહીને અનેક દિવસો સુધી ઘરે પણ આવતો નહોતો. યુવતીના સાસરિયાં તેની બીજે ચક્કર છે અને ગાંજાની લત છે તેવું કહીને સમાજમાં બદનામ કરતા હતા. એક દિવસ પતિની બેગમાંથી નિરોધનો જથ્થો મળી આવતા પતિએ ઝઘડો કરીને ચપ્પુ બતાવીને છૂટાછેડા નહિ આપે તો આપઘાત કરી લઈશ તેવી ધમકી આપી હતી. આખરે કંટાળીને મહિલાએ પોલીસ ફરિયાદ નોંધાવતા પશ્ચિમ મહિલા પોલીસે તપાસ હાથ ધરી છે.

દિવાળીને લઈને અમદાવાદ મેટ્રોના સમયમાં ફેરફાર

। ભાવનગર, તા.૧૮ ।

દિવાળીના તહેવારને ધ્યાનમાં રાખીને અમદાવાદ મેટ્રો રેલ કોર્પોરેશન (GMRC) દ્વારા મેટ્રો ટ્રેનના સમયમાં ફેરફાર કરવાનો નિર્ણય લેવામાં આવ્યો છે. દિવાળીના દિવસે ફટાકડાના વધુ પડતા ઉપયોગથી મેટ્રો ટ્રેનને સંભવિત નુકસાન ન થાય તે માટે આ વ્યવસ્થા લાગુ કરવામાં આવી છે. મળતી માહિતી અનુસાર, દિવાળીના પર્વે (૨૦મી ઓક્ટોબર) તમામ સ્ટેશનો પરથી ઓપરેટ થતી મેટ્રો ટ્રેનના સમયમાં ત્રણ કલાકનો ઘટાડો કરવામાં આવ્યો છે. દિવાળીને લઈને અમદાવાદ મેટ્રોના સમયમાં ફેરફાર, સમયમાં ત્રણ કલાકનો ઘટાડો કર્યો ૨ મેટ્રો ટ્રેનનું સમયપત્રક વસ્ત્રાલ ગામથી થલતેજ ગામ: છેલ્લી મેટ્રો ટ્રેન સાંજે ૭:૦૫ વાગ્યે ઉપડશે.થલતેજ ગામથી વસ્ત્રાલ ગામ, APMCથી મોટેરા: છેલ્લી મેટ્રો ટ્રેન સાંજે ૭:૧૦ વાગ્યે ઉપડશે.

ભરૂચના પશ્ચિમ વિસ્તારના ઈંટવાલા પેટ્રોલપંપ નજીક

પોલીસના જાપ્તામાંથી કેદી પત્નીને મળવાના બહાને રફુચક્કર થયો

સમગ્ર મામલો બી. ડિવીઝન પોલીસ મથકમાં પહોંચતા આરોપી તથા બે પોલીસ કર્મીઓની ફરજમાં બેદરકારી બદલ ગુનો દાખલ

। (એજન્સી) ભરૂચ, તા.૧૮ ।

ભરૂચ સબ જેલમાંથી આરોપીને રીક્ષા મારફતે લઈ જતી વખતે પોલીસ ઝાપટામાં આરોપી હોય અને તે દરમ્યાન પેટ્રોલપંપ નજીક પત્નીને પોલીસે મળવા દેતા જ તકનો લાભ લઈ આરોપી રફુચક્કર થતાં જ સમગ્ર મામલો બી.ડિવીઝન પોલીસ મથકમાં પહોંચતા આરોપી તથા બે પોલીસ કર્મીઓની ફરજમાં બેદરકારી બદલ ગુનો દાખલ થતાં ઘટના સ્થળની સી.સી.ટી.વી. ફુટેજ મેળવી તપાસનો ધમધમાટ શરૂ કર્યો છે.ભરૂચ સબજેલમાં સહાયક હાજરી માસ્તર તરીકે ફરજ બજાવતાં વુમન આર્મ પોલીસ કોન્સ્ટેબલ શિલ્પાબેન ભુથાભાઈનાઓએ બી.ડીવિઝન પોલીસ મથકમાં ફરીયાદ નોંધાવી છે જેમાં તેઓએ આક્ષેપ કર્યા છે કે સબજેલમાં આરોપી દશરથભાઈ રામજીભાઈ ધાઘલીયાનાઓને નામદાર ત્રીજા એડીશનલ જયુસીયલ મેજીસ્ટ્રેટ ભરૂચ સાહેબ સમક્ષ છેતરપીડી, નકલી દસ્તાવેજ તથા ષડયંત્રના ગુનાના આરોપીને તા.૧૫/૧૦/૨૦૨૫ના રોજ રજુ કરવાનો હોય જેથી એ.એસ.આઈ. ભુપેન્દ્રસિંહ ગંભીરસિંહ બકલ નં.૩૩૧, દહેજ પોલીસ સ્ટેશન તથા પોલીસ કોન્સ્ટેબલ યોગેશસિંહ રાજુભા બકલ નં.૨૮૩, અંકલેશ્વર જીઆઈડીસી પોલીસ સ્ટેશનનાઓ આરોપીને રીક્ષામાં લઈ નિકળ્યા હતા.આરોપીને કોર્ટ સમક્ષ રજૂ કર્યા બાદ પરત આવતી વેળાએ પોલીસના કબ્જામાં હોય અને આરોપીને તેની પત્નીને મળવા માટે મહંમદપુરા એપીએમસી પેટ્રોલ પંપ નજીક મોકલતા ઈરાદા પૂર્વક ભગાડી મુકયો હોવાના આક્ષેપ સાથે આરોપી તથા ફરજમાં બેદરકારી દાખવનાર બન્ને પોલીસ કોન્સ્ટેબલ સામે બી.ડીવીઝન પોલીસ મથકમાં બી.એન.એસ.ની કલમ ૨૬૦(બી), ૨૬૧, ૨૬૨ અને ૫૪ મુજબ ફરીયાદ નોંધાવતા પોલીસે ઘટના સ્થળના સી.સી. ટી.વી. ફુટેજ મેળવી ચકાસી ફરાર આરોપીને ઝડપી પાડવાનાં પ્રયાસ કરવા સાથે ફરજમાં બેદરકારી બદલ બે પોલીસ કર્મચારીઓ સામે કાર્યવાહી શરૂ કરી છે.

ઉજ્જૈનમાં મહાકાલના મંદિરમાં ડોરેમોનને દર્શન કરતો બતાવાતા વિવાદ થયો

। અમદાવાદ, તા.૧૮ ।

ઉજ્જૈનના મહાકાલેશ્વર મંદિરને લઈને ઈન્સ્ટાગ્રામ યુઝરે એઆઈની મદદથી વીડિયો બનાવ્યો હતો. વીડિયોમાં મહાકાલેશ્વર મંદિરના ગર્ભગૃહમાં કાર્ટૂન કેરેક્ટર ડોરેમોન દર્શન કરતો હોય અને પછી પૂજારી સાથે ડાન્સ કરતો હોય એવું દર્શાવાતા વિવાદ થયો છે.મહાકાલ મંદિરનો એઆઈ વીડિયો સોશિયલ મીડિયામાં વાયરલ થયો હતો. ઈન્સ્ટાગ્રામ યુઝરે વીડિયો બનાવ્યો હતો. એમાં દેખાય છે એ પ્રમાણે કાર્ટૂન કેરેક્ટર ડોરેમોન મંદિરના ગર્ભગૃહમાં દર્શન કરવા જાય છે. ત્યાં એક સુરક્ષા ગાર્ડ તેને અટકાવે છે અને ગર્ભગૃહમાં દર્શન કરવા માટે વીઆઈપી પાસ જરૂરી છે એવું કહે છે. વાંધાજનક રીતે સુરક્ષા ગાર્ડને વીડિયોમાં ગર્ભગૃહમાં પણ જૂતાં પહેરેલો બતાવાયો છે.વીડિયોમાં આગળનો ઘટનાક્રમ એવો બતાવ્યો છે કે બહાર ૨૫૦ રૂપિયામાં વીઆઈપી પાસ વેચાય છે.