R.N.I.No. : 11555 / 1966
Total - 44 Pages
Vol No. 65 - Issue No. 1
Price Rs. 1/-
April - 2021
જ્યોતિપુંજ
JYOTI PUNJ
હરખે મલકે કેરિયું નાની, ઝુલે ડોલમ ડોલ
એની સુગંધનો દરિયો ઉછળે, આજે છોળમ છોળ !
આજ મારે આંબે આવ્યા મ્હોર

legrand®
LIVE THE ADVANTAGE

AUTHORISED DISTRIBUTOR STOCKIST
matchwell ELECTRIC COMPANY

COMPLETE PRODUCT RANGE – DEPENDABLE HOUSE

WHY LEGRAND AT MATCHWELL

INQUIRE TURNOVER SCHEME & DISCOUNT POLICY.
ELECTRICIAN INSURANCE SCHEME & WARRANTY POLICY

legrand® Product Brands

ARTEOR™	DRX™ MCCB
MYRIUS™	DX³ MCB
MYLINC™	DLP - LCS²
BRITZY	LYNCUS™
RX³ MCB-RCCB	EKINOXE™ DB
DPX³ MCCB	RETAIL DB

Why 1st Choice ?

* Energy Distribution upto 6300A
* Control and Command
* Voice Data Images
* Active International Presence.
* World leader in wiring Devices and Cable Management
* Product Design – A lever in differentiation-Continuation Innovation

AVAILABLE UNDER ONE ROOF - matchwell legrand®

MATCHWELL ELECTRIC COMPANY

HINDUSTAN TAPEX COMPANY

ADMINISTATIVE SHOP : Gr. Floor, 'C' BHANGWADI, KALBADEVI ROAD, MUMBAI - 400 002.
PHONE : 66336766/ 22080067/ 22063916. TALLKFREE :- 022-39567272 /373
E-mail : matchwellelectric@gmail.com / finematch@hotmail.com

DISPLAY SHOWROOM : Shop-8, Muljijetha CHS Ltd. 191-Princess street, Marine Lines (E), MUMBAI – 400 002
PHONE : 022-39567627/ 022- 49764924/ Kirit Dharia - 9820088069, (PRATIMA - 9820152644).
E-mail : tapesindustrial@yahoo.co.in ; Web www.matchwellelectric.com
SANJIV DHARIA – 8850964343/9820131333, (PARUL - 9320331333).

legrand® BCH LUKER (J.V. LUKER - USA) steelgrip PVC ELECTRICAL INSULATION TAPE

Pidilite WD-40 M-seal® KERAKOLL ADHESIVES WONDER TAPES

જ્યોતિ પુંજ

વર્ષ	અંક	તારીખ
૬૫	૧	૨૧-૦૪-૨૦૨૧

છુટક કિંમત : રૂા.૧/- વાર્ષિક લવાજમ : રૂા.૧૦/-

બંકિમ રજનીકાન્ત પરીખ (તંત્રી) (જુનાગઢવાળા)

જતીન દેસાઈ / પ્રશાંત પરીખ

તુષાર કડકીઆ / નિમીષા જી. કડકીઆ

નિલેશ દેસાઈ

પત્રવ્યવહારનું સરનામું

બંકિમ પરીખ (ફોન : ૨૨૦૫૯૬૦૧)

ડાયમંડ ઈલેકટ્રીક કંપની, ઈ/૨૧ બી,
નિરવ મેન્શન, બીજે માળે, ભાંગવાડી
કાલબાદેવી રોડ, મુંબઈ-૪૦૦ ૦૦૨.
ફોન : ૯૮૨૦૪૩૪૩૨૨

❖❖❖

મંત્રી : ભાવેશ બીપીન મોદી (ઠાસરાવાલા)

એ. કે. એન્ટરપ્રાઈઝ

૫૪-બી, ગૌરક્ષક ચાલ, ૧ લે માળે, રૂમ નંબર -૧૩,
ફણસવાડી, મુંબઈ-૪૦૦ ૦૦૨
ટે.(ઓ.) : ૨૨૦૬૦૦૦૯ (મો.) : ૯૮૬૯૦૮૦૨૮૭

❖❖❖

: કાર્યાલય :

૧૧૮/૧૨૦, અર્દેશર દાદી સ્ટ્રીટ, વી.પી. રોડ,
મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૦૪. ટે.નં. : ૨૩૮૮ ૭૦૦૬

❖❖❖

: સમય :

સોમવાર થી શનિવાર ૨ થી ૭ (સાંજે)
રવિવાર ૯.૩૦ થી ૧૧.૩૦ (સવારે)
દર બુધવારે સંસ્થાની ઓફિસ બંધ રહેશે.

Visit us at www.balasinor.org

સમૂહચર્ચા

જીવનના દરેક તબક્કે વિવિધ ક્ષેત્ર માટે ઉપયોગી

તંત્રી સ્થાનેથી

✍ **બંકિમ રજનીકાન્ત પરીખ (જુનાગઢવાળા)**

આજનો જમાનો હરીફાઈનો છે. દરેક ક્ષેત્રે હરીફાઈ છે. નોકરીની જગ્યાઓ કરતાં અરજદારો વધારે હોય છે. મેનેજમેન્ટ ઈન્સ્ટિટ્યૂટમાં જગ્યાઓ કરતાં એડમિશન માંગનારની સંખ્યા વધુ હોય છે. ધંધાદારી સંસ્થાઓને કુશળ, બુદ્ધિશાળી અને વ્યવહારુ વ્યક્તિઓની જરૂર હોય છે. જ્યારે મેનેજમેન્ટ શીખવતી સંસ્થાઓને હોંશિયાર, ચપળ અને જ્ઞાનપીપાસા ધરાવતા વિદ્યાર્થીઓની જરૂર હોય છે. આ માનવસાગરમાંથી આવી વ્યક્તિઓને પસંદ કરવા માટે વિવિધ પદ્ધિતિઓ અપનાવવામાં આવી છે. આ પદ્ધતિઓમાં મનોવૈજ્ઞાનિક કસોટીઓ, વ્યક્તિગત ઈન્ટરવ્યુ અને સમૂહચર્ચા (Group Discussion) નો વ્યક્તિની પસંદગી માટે મુખ્ય આધાર લેવામાં આવે છે.

આ લેખમાં સમૂહચર્ચામાં ધ્યાનમાં રાખવા જેવા અગત્યના મુદ્દાઓ આવરી લેવામાં આવ્યા છે, અને નોકરી અથવા એડમિશન માટે સમૂહચર્ચામાં ભાગ લેતાં ભાઈ-બહેનોને માર્ગદર્શન આપવાનો આશય છે.

હરીફાઈમાં આગળ રહેવા માટે તમારે આગવા વ્યક્તિત્વની છાપ ઊભી કરવી પડશે. તમારી છટા, તમારી શૈલી, તમારી ભાષા, તમારો વિનય અથવા તમારું જ્ઞાન તમને બીજાઓ કરતાં આગવું વ્યક્તિત્વ આપી શકે છે. વિશિષ્ટ વ્યક્તિત્વ બીજાઓનું ધ્યાન આકર્ષી શકે છે. ઈન્ટરવ્યુ અને સમૂહચર્ચામાં તમારી હકારાત્મક વિશિષ્ટતા તમને આગવું સ્થાન આપી શકે છે.

સમૂહચર્ચા શા માટે ?

માનવ સમાજનું અંગ છે. ઘણા માનવો સમાજ સાથે

તમારા સ્નેહભાવને પરંપરાગત ગુજરાતી અલંકારોથી વ્યક્ત કરો !

પેઢી દર પેઢીના વારસાગત અનુભવથી અમારી કારીગરીએ ઘણા પારખુ ગ્રાહકોને સંમોહીત કર્યા છે.
નકશીકામની ગુણવત્તા કહો કે પછી શ્રેષ્ઠકૃતિની રચના,
જોતાં જ ગમી જાય એવા અલંકારો અમે આપની સમક્ષ પ્રસ્તુત કરીએ છિએ.

પધારો; પરંપરાગત ગુજરાતી અલંકારોની ઉત્કૃષ્ટ શ્રેણી
અમારા એકમાત્ર બુટિક - એસ. વી. રોડ, અંધેરી ખાતે નિહાળો.

Since 1962

સોની શિવલાલ જ્વેલર્સ પ્રા. લિ.

સુવર્ણ અને હિરાનું કલાત્મક સંગ્રહસ્થાન, ખરીદદાર, વેચનાર, નિકાસકર્તા અને સરકારમાન્ય વેલ્યુઅર

શો-રૂમ : શૉપ નં. ૧ અને ૨, સેન્ટર સ્કવેઅર બિલ્ડીંગ, ફિદાઈ એકેડમીની બાજુમાં,
એસ. વી. રોડ, અંધેરી (વેસ્ટ), મુંબઈ ૪૦૦૦૫૮ | ફોન : +૯૧-૨૨-૨૬૭૦ ૫૪૫૪ / ૪૦૧૩ ૯૧૫૫

અનુકૂળ બની રહે છે. જ્યારે ઘણા માનવો સમાજ સાથે અનુકૂળ થઈ શકતા નથી. કોઈ પણ પેઢી અથવા સંસ્થાનો એક નાનો સમાજ છે. તે સમાજમાં પ્રવેશ મેળવવા માગતી વ્યક્તિ યોગ્ય છે કે નહીં તેની ચકાસણી માટે સમૂહમાં તેનું વર્તન કેવું છે તે જાણવું ખૂબ જરૂરી બને છે. સમૂહચર્ચા દ્વારા વ્યક્તિનાં ઘણાં પાસાંઓનું નિરીક્ષણ કરવામાં આવે છે. પરિણામે યોગ્ય વ્યક્તિની પસંદગી થઈ શકે. સમૂહચર્ચા દરમ્યાન હવે પછી દર્શાવેલ મુદ્દાઓ ઉપર ખાસ ધ્યાન આપવામાં આવે છે. (૧) વ્યકિતનો દેખાવ (૨) વર્તન અને સહનશક્તિ (૩) કોમ્યુનિકેશન સ્કીલ (૪) વિચારોની ગોઠવણી અને રજૂઆત (૫) બુદ્ધિ (૬) આત્મ શ્રદ્ધા (૭) ધગશ (૮) અનુકૂળ થવાની શક્તિ (Adujstment ability) (૯) બીજાઓને સમજાવવાની આવડત (Convincing Ability) (૧૦) નેતૃત્વશક્તિ (૧૧) સમાજલક્ષી અભિગમ (૧૨) લાગણીશીલતા-ભાવુકતા ઉપર કાબૂ (૧૩) સામાન્ય જ્ઞાન અને સૂઝ (૧૪) પ્રશ્ન હલ કરવાની શક્તિ (૧૫) મૌલિકતા.

સમૂહચર્ચામાં ૧૫-૨૦ વ્યક્તિઓને વર્તુળમાં અથવા અર્ધવર્તુળમાં બેસાડવામાં આવે છે. ચર્ચા માટે વિષય આપવામાં આવે છે, અથવા વિષય પસંદ કરવાનું કહેવામાં આવે છે. ઘણી વખત સમૂહચર્ચા માટે સૂત્રધાર (Groupleader) ની પસંદગી કરવામાં આવે છે. મોટેભાગે સુપરવાઈઝર અથવા મનોવૈજ્ઞાનિક પણ સૂત્રધાર તરીકે હોય છે. ચર્ચાનો સમય ૨૦ થી ૪૫ મિનિટનો હોય છે.

સમૂહચર્ચાના સમયે નીચેના મુદ્દાઓ ધ્યાનમાં રાખો.

(૧) વિષયને બરાબર સમજો, તેના ઉપર વિચાર કરી મુદ્દાઓને લખી લો. દરેક મુદ્દા માટે તમે શું કહેશો તેનો વિચાર કરો. મુદ્દાઓને સમજાવવા માટે યોગ્ય દૃષ્ટાંતનો વિચાર કરો. દા.ત. 'ફિલ્મો અને સમાજ' માટે સમાજમાં ફિલ્મોને કારણે સાચી બનેલી ઘટનાઓ વિષે દર્શાવી શકાય.

(૨) યોગ્ય પળે બોલવાનું શરૂ કરો, ગભરાવ નહીં. સ્પષ્ટતાથી, મુદ્દાસર, વિનયપૂર્વક અને યોગ્ય ગતિથી બોલો. અર્થવિહીન અને લંબાણથી બોલો નહીં. વારંવારના પુનરાવર્તનથી દૂર રહો.

(૩) બીજાઓની સાથે આંખોનો સંપર્ક રાખી બોલો. જમીન તરફ જોઈને ન બોલો.

(૪) કોઈ બોલી રહ્યું હોય ત્યારે વચ્ચે બોલો નહીં, પરંતુ કોઈ વ્યક્તિ બીજાને બોલવા જ ન દેતી હોય તો તેને રોકો અથવા ગ્રુપ-લીડરને ટાઈમ લિમિટ રાખવા માટે વિનંતી કરો.

(૫) "You are wrong,', "Your ideas are useless', "You talk foolishly', તમે જૂઠા છો, તમારી વાત નાખી દેવા જેવી છે, તમે મૂર્ખાઈભરી વાત કરો છો. વગેરે નકારાત્મક વાક્યોનો પ્રયોગ ના કરો. તેના બદલે કહો, `You may be right but according to me it is not fair because.....' આપ આપની રીતે સાચા હશો, પરંતુ મારી દૃષ્ટિએ વાત બરાબર લાગતી નથી, કારણ કે....

(૬) એક સારા શ્રોતા બનો. બીજાઓની વાત શાંતિથી અને રસપૂર્વક સાંભળો અને યોગ્ય મુદ્દાઓની નોંધ કરતા રહો, જેથી તરફેણમાં અથવા વિરુદ્ધમાં તમારા વિચારો રજૂ કરી શકો.

(૭) માનસિક તનાવથી મુક્ત બનો. દલીલો ના કરો. દલીલોથી ચર્ચા ઉગ્રતા પણ પકડી શકે છે. કોઈ દલીલ કરતું હોય તો સ્પષ્ટપણે પરંતુ વિનયપૂર્વક કહો કે 'આપણે દલીલોને બદલે ચર્ચા કરીએ તો

Selected
Business
Superbrand
INDIA 2006
Industry Validated

TOTAL ELECTRICAL SOLUTIONS

● Electrical Wires – Housegard & Hotgard ● Flame Retardant Low Smoke Electrical Wires – Flamegard ● Single & Multi Core Flexible Cables ● Single Core Flexible Cables for UPS Cabling ● PVC Winding Wires & 3-Core Flat Cables ● Trunk & Distribution CATV Cables ● Branch & Drop Co-axial Cables ● 105^{0}C Temperature Resistant Auto Cables ● Cat 5 E+, Cat 6 and Cat 6+ LAN Cables & Components ● Telephone & Switchboard Cables ● Power & Control Cables ● Jelly Filled Telephone Cables ● Optic Fibre Cables ● PVC Sheets ● Finoswitch Electrical Switches - Premium & Classic ● Finoglow - Compact Fluorescent Lamps

Finolex
Cables Limited
AN IS/ISO 9001 COMPANY
Finolex gets people together

AUTHORISED DISTRIBUTORS AND CHANNEL PARTNER

Pushti Electricals Pvt. Ltd.

17, Picket Cross Road, Lohar Chawl, Mumbai :- 400 002
Tel.: 2206 6230 ● 2208 7429 ● 2206 5726 ● 6637 7929
● E-mail : sales@pushtiindia.com ● Fax : 2206 7929
● Web.: www.pushtiindia.com

વધુ સારું પરિણામ લાવી શકીશું.'

(૮) ફક્ત બોલવા ખાતર ન બોલો. તમારા બોલવાનો આશય સ્પષ્ટ હોવો જોઈએ. ચર્ચામાંથી નક્કર પરિણામ લાવવા પ્રયત્ન કરો. (Try to come to result)

(૯) તમારા વિચાર વારંવાર બદલ્યા ન કરો. કોઈ પ્રભાવશાળી વ્યક્તિ અથવા સૂત્રધારની દરેક વાતમાં સમજ્યા વગર સાથ આપવો જરૂરી નથી. તમે સાચા હો અથવા તમે એવું માનતા હો કે તમારી વાત યોગ્ય છે તો તમારા વિચારોને મક્કમતાથી પરંતુ વિનમ્રતાથી વળગી રહો. (Don't be Yesman')

(૧૦) આકર્ષક અને મીઠી વાણીનો પ્રયોગ કરો, પરંતુ કૃત્રિમતાથી દૂર રહો. નાટકીય હાવભાવ ઘણી વખત હાસ્યાસ્પદ લાગે છે. માટે તમારા હાવભાવ વાસ્તવિક અને સ્વાભાવિક લાગવા જોઈએ.

સમૂહચર્ચામાં આડે આવતા અવગુણો

(૧) વર્ચસ્વ સ્થાપવાનો પ્રયાસ : ઘણા એવું માને છે કે સમૂહચર્ચામાં બોલતા જ રહેવું જોઈએ અને બીજાને ખોટા જ પાડવા જોઈએ. આવી વ્યક્તિ સમૂહને અનુકૂળ થઈ શકતી નથી અને પરિણામે તેની પસંદગી થતી નથી.

(૨) અર્થવિહીન મતભેદ દર્શાવવો : ઘણા ચર્ચાને ડીબેટમાં ફેરવી નાખે છે, અને પછી એક વિચારને જડતાથી પકડીને જ બોલ્યા કરે છે. અર્થવિહીન મતભેદથી તમે નુકશાન પામો છો.

(૩) વિષયથી દૂર ન જતા રહો.

(૪) ક્રોધથી દૂર રહો : કોઈ તમારું અપમાન કરે તો સ્પષ્ટપણે જણાવો કે તમે અપમાન સ્વીકારી શકતા નથી, પરંતુ ઝઘડાથી દૂર રહો.

(૫) તમારા વિચારો નબળા હશે, રજૂઆત નબળી હશે અને શબ્દોનો અભાવ હશે તો સમૂહચર્ચામાં તમારો દેખાવ નબળો બનશે.

(૬) સમજ્યા વગર, ઉતાવળ કરીને બોલ્યા ન કરો.

(૭) ઘણા ડર અથવા શરમને લીધે ચર્ચાથી વિમુખ રહે છે. ચર્ચાથી વિમુખ થવાનો અર્થ એ છે કે તમે પહેલેથી જ હાર સ્વીકારી લો છો.

(૮) જ્ઞાનનો અભાવ તમારી રજૂઆતને સીમિત રાખે છે, કદાચ રજૂઆતને પાંગળી પણ બનાવી દે છે.

મિત્રો, ઉપરના સારા-નરસા મુદ્દાઓને ધ્યાનમાં લો. તમારી શક્તિઓ અને નબળાઈઓનું મૂલ્યાંકન કરો. તમારી શક્તિઓને વિકસાવો અને નબળાઈઓને દૂર કરવા પ્રમાણિકપણે પ્રયત્ન કરો.

★ ★ ★

ગ્રહના ફળ તથા પરિચય પાના નં. ૧૭

Yoga By Bankim Parikh

ONLINE YOGA SESSIONS

CONNECT WITH YOUR SOUL

- Pranayam
- Aasanas
- Power Yoga
- Surya Namaskar
- Stretching
- Other Kriyas
- Meditation
- Relaxation & Shavasan
- Knowledge Sharing

Batch 1 : Mon to Fri - 7 am to 8 am
Batch 2 : Mon - Wed - Fri - 4.30 pm to 5.30 pm

Bankim : 9820434322
Shachi : 8097779825

RELEASE YOUR MIND AND BODY

KIRLOSKAR GREEN
IMPALA
Sintex
penta
HONDA
POWER EQUIPMENT
Captain
PREMIUM
Falcon
Einhell
SHAKTI
ESPA
BOSCH
HAVELLS
C.R.I. PUMPS
USHA
• Pumps • Motors • Generators • Engines
• Gear Boxes • High Pressure Cleaners
• Garage Equipments • Workshop Machinery
• Construction Machinery • Power Tools
• Blowers • Material Handling • Tanks • Fans
nipa®
nipa commercial corporation
Plot No. 105/24, Sector 23, Janata Market Turbhe, Navi Mumbai - 400 705. INDIA. TEL.: 91 22 27832099 Fax: 27832063 Cell: 09820130161
Tel.: 41517474 (30 Lines) Fax.: 41517471 / 72 Email: info@nipa.asia Cell: 09820130161
Branches at : ANDHERI & KALBADEVI

વિચારોનાં વૃંદાવનમાં

✍ ડૉ. કુમુદ પ્રમોદ ધારિયા (લાલખા)

એક વાર્તાલાપ Share કરવાની ઈચ્છા છે. આજના જમાનાની એક Grandma પોતાની પૌત્રીને beauty Parlour માં વાળ કપાવવા માટે લઈ ગઈ. Grand Ma આ જમાનાની હતી. જીવન સમજ અને પરિપકવતાથી જીવ્યું હતું. પૌત્રીનાં વાળ કપાઈ ગયા પછી બ્યુટીશીયને એમને પણ વાળને Dye કરીને યુવાન દેખાવા માટે પ્રેર્યા. પણ Grand ma વિચારશીલ હતા. એણે કહ્યું,'બેટા, કાળા વાળમાંથી આવો મજાનો રૂપેરી કલર થતાં થતાં ૫૦ વરસ નીકળી ગયા. આ પચાસ વર્ષમાં મારી સમજણ, સાધના, તપશ્ચર્યા, મારું જ્ઞાન, મારા અનુભવો, મારા શમણાં આ બધું મારા રૂપેરી વાળની સાથે સાથે વણાયેલું છે. આટ આટલી મહેનત પછી મને આ બધું મળ્યું છે તો ફરી પાછું એકડે એક શાને માટે ? મારી ઉંમર તો હવે beautiful થવા કરતાં dutyful થવાની છે. મારા આ રૂપેરી વાળ પર તો પ્રભુની Signature છે. ઈશ્વર મનમાં ડોકિયું કરીને કહે બસ હવે 'અંતરમાં અટકવાની ઉંમર આવી છે; બહાર ભટકવાની ઉંમર પૂરી થાય છે.

આને બંધ બેસતો સરસ દાખલો Grand Ma આપે છે. - ઝાડ પર કેરી છે. કયો રગં છે ? તો લીલો ! સ્વાદમાં ખાટી અને જો કોઈના માથા પર પડે તો વાગે પણ આ જ કેરી સમય સાથે પરિપકવ થાય છે. એનો રંગ બદલાય છે. ખાવામાં મીઠી મધુર લાગે છે. રસ ભરેલી પાક્કી કેરી કોઈનાં પર પડે તો પણ વાગે નહી તેથી બેટા... મારા આ રૂપેરી વાળ મને ઘણું સમજાવી જાય છે. 'રૂપ'માંથી બહાર આવીને 'સ્વરૂપ'માં જવાની કોશિષ કરવાની છે. જન્મ મળે પણ જીવનતો મેળવવું પડે. જન્મ એ બાહ્ય ઘટના છે પણ સારી રીતે જીવવું આંતરિક ઘટના છે. 'સ્વરૂપ' ને પામવા માટે 'એકાંત' નું જતન કરવું છે. 'એકાંત' એ મનનો રવિવાર છે. 'સ્વ' સાથેનો તહેવાર છે. જેટલું એક માણસ પોતાની જાતને માણી શકે; એટલો એ પરમાત્માને પામી શકે. એકાંત ભક્તિનું વૃંદાવન છે.

આપણા રૂપેરી વાળ આપણને કહે છે : આપણે હવે વન પ્રવેશ કરવાનો છે. વનમાં જવું એટલે શું ? વન જેવા લીલા થવું. જીવન જાણવું, માણવું, તપોવન બનાવવું, જીવનને ઊપવન બનાવવું. એક પંખીને ચહેકવા માટે લીલી ડાળથી વધારે શું જોઈએ ?

આપણે પણ આપણા જ ઘરમાં લીલું જીવન જીવવાનું છે. ઘરમાં બધાની લગોલગ છતાં અલગ રહેવાની કળા શીખવાની છે. હાજર રહેવા કરતાં હાજરી ભરશું તો અંતરનો આનંદ ઓછો કે આછો નહીં થાય. વનમાં પ્રવેશેલા માનવી એ તો જ્ઞાની થવાનું છે. અન્યને ઓળખે તે બુદ્ધિમાની પણ જાતને ઓળખે તે જ્ઞાની. ખૂલ્લી આંખો જુએ તે દૃશ્ય, બંધ આંખો જુએ તે દર્શન. આ બધું આ રૂપેરી વાળ પાસેથી સમજવાનું છે. સુખનો આધાર આપણા સ્વભાવ પર જ છે; બજારનાં ભાવ-તાલ પર નથી. જેટલો બહારનો આધાર એટલા આપણે નિરાધાર. ભવિષ્યની ખબર નથી અને જાણવાની દરકાર નથી એવી સમજ આવી ગયા પછી જીંદગીનો પ્રવાહ ખૂબ જ સરળતાથી વહેતો હોય છે. 'કાળ' માણસની 'ઉંમર' બતાવે જ્યારે 'કર્મયોગ' એનો વિકાસ બતાવે.

સંસારમાં ઉઠીયે ત્યારથી જ 'ટેન્શન અને એટેન્શન' પણ 'નો મેડીટેશન' પણ હવે જીવનનો લય સાચવવાનો છે. 'લયયોગ' એ જ હકીકતમાં 'જીવનયોગ' છે. આનંદને આવકાર નહીં અને યાતના ને જાકારો નહીં. દરેક પરિસ્થિતિમાં સમતાભાવ... ઈશ્વર પ્રત્યે 'શ્રદ્ધા

TELEPHONE & SWITCHYARD WIRES
HT CABLES
LT CABLES
LAN CABLES
CCTV CABLES
SUBMERSIBLE WIRES
SCREENED CABLES
FLEXIBLE CABLES
JELLY FILLED TELEPHONE CABLES
CO-AXIAL CABLES
SOLAR CABLES
WELDING CABLES
SPEAKER WIRES
INDUSTRIAL WIRES
POLYCAB
CABLE GLAND
FANS
Concealed Metal Boxes For Modular Series
POLYCAB
CONCEALED METAL BOX
CLETA
POLYCAB
SWITCHES
& MANY MORE PRODUCTS TO BE LAUNCHED
ESTD : 1958
PRABHAT CABLES PVT. LTD.
33, Pathak Wadi, Lohar Chawl, Mumbai - 400 002.
Tel: 2208 5153 / 4922 4200, Fax : 2208 2660
Hotline: Head Office / Sales: *507 • *509
Cable Delivery: *505 • *506 • Flexible & HW Delivery : *112 • *113
Email: info@prabhatcables.com / prabhatcables@gmail.com
Website: www.prabhatcables.com
Distributors :
POLYCAB
WIRES & CABLES

ભાવ' સામાજીક પ્રવૃત્તિઓની નવી નવી સ્થાપના નહીં.. એની ઉથાપનાની તૈયારી. જે કાર્ય હાથમાં હોય એ જીવન પર્યંત પુરુ કરવાની દ્રઢતા... પણ નવી પ્રવૃત્તિઓમાં ગતિ નહી. કારણ આખરે તો સર્વ ગતિની ગતિ એ ફક્ત શરણાગતિ. એકવાર આ ગતિ પ્રાપ્ત થઈ જાય તો બીજી કોઈ ગતિ પ્રાપ્ત કરવાની ન રહે. ખાઈ-પી ને ચાલ્યા જનારાનું મરણ થાય છે જ્યારે 'સત્કાર્યો' કરી જનારાનું સ્મરણ થાયછે. શ્વાસ ચાલે છે એ પ્રભુની પ્રતીતિ છે પરંતુ શ્વાસમાં પરમશક્તિનું નામ ઘૂંટાતુ ન હોય ત્યાં સુધી ભક્તિ અધૂરી છે પરંતુ આપણે તો ભક્તિનું વૃંદાવન બનાવવાનુંછે. આપણે આપણને જ કાગળ લખવાનો છે કારણ આપણે જ આપણા ઈશ્વરનું સરનામુ છીએ. પછી તો કૃષ્ણ ને જે કરવું હોય તે કરે. કૃષ્ણની રાજીમાં આપણે રાજી. શ્રીજી નો માર્ગ ગતિ-સદ્‌ગતિ-શરણાગતિ.

★ ★ ★

શાસ્ત્રી ગોપાલભાઈ ભટ્ટ (ગોર)

SANKALP ASTROLOGIST CONSULTANT
JYOTIRVID (MUMBAI)

જ્યોતિષ વિશારદ, કર્મકાંડ વિશારદ
(ભૂડેતી – અમદાવાદ)

તથા દક્ષેશ ભટ્ટ

જ્યોતિષ, મેળાપક, ગ્રહોના જપ, મંડપ મહુર્ત,
ગ્રહશાંતિ, લગ્ન વિધિ, વાસ્તુ શાંતિ, નક્ષત્ર શાંતિ,
શ્રીમંત સંસ્કાર, નવચંડી યજ્ઞ, પિતૃદોષ શાંતિ,
નારાયણ બલી, ડાઉઝિંગ ટેલી થેરેપી દ્વારા
વિવિધ જ્યોતિષ ને લગતા પ્રશ્નોનું યોગ્ય માર્ગદર્શન,
વેદોક્ત પુરાણોક્ત,
શાસ્ત્રોક્ત પુષ્ટિમાર્ગ વિધિ વિધાનથી પૂજન
સંતોષપૂર્વક કાર્ય કરનાર

૬, શાસ્ત્રીભુવન, બ્લોક નં.૧૩/૧૬ ૧ માળે, જબ્રેશ્વર ગલ્લી,
બાણગંગા ક્રોસ રોડ, વાલકેશ્વર, મુંબઈ – ૪૦૦ ૦૦૬

મોબાઈલ : ૯૮૨૦૫ ૨૮૦૨૨
Email : bhattgopal59@gmail.com

કવિતા

વૃતાંત

✍ **ડૉ. કુમુદ પ્રમોદ ધારિયા (લાલખા)**

બેઠી ! લઈ એક પ્રશ્ન હું મારા મન સાથે
હું કોણ ?
જવાબ શોધવા મથતી, જાત સાથે સંવાદ કરતી !
સવાલ અઘરો.
હું કોણ ?
એક યૌવના ?
હરતી ફરતી ; નટખટ સંવરતી
એક પરિણીતા ?
ઠરેલ, ઠાવકી, જવાબદારીઓથી ઘેરાયેલી.
એક માતા ?
લાગણીથી ઉભરાતી, સંસ્કાર સિંચતી
આખરે વિચારોની મથામણે; દૂર કરી દિલની મથામણ.
હું તો છું
એક મુક્ત પંખી. મનથી, છતાં
સંબંધો થી બંધાયેલી. ધરતી સાથે જોડાયેલી.
સૃષ્ટિની એક સમર્થ નારી !

(વૃતાંત = માહિતી)

મન મારું

રાત પડી
હાશ !
આજના કામ પૂરા થયાં.
ત્યાં તો
મન મારું સળવળી ઉઠયું, બોલી પડયું,
'એમ હાશ ન કર, એમ હાશ ન કર !'
મારાં તો બધા જ કામ બાકી છે.
મેં મારા મનને મનાવ્યું
તું તો મારું જ છે ને ?
તારા માટે સમય મળશે ત્યારે
ચોક્કસ જ ફાળવીશ.
પણ
હમણાં તો શરીરમાં થાક છે
આરામ ઝંખે છે
તું દુઃખ ના લગાડીશ
મન મારું !
એમે પોતાનું મન મનાવી લીધું
એમ વિચારીને કે,
હા. બીજાના મનને તો સાચવવા જ પડે, સાચવવા જ પડે....

entice
englaze
ORIS
enGem
Tripper™
ELCG + MCB Combination
MCB's & DB's
KEW
LS IS
Authorised Distributors :
L&T SWITCHGEAR
SAFE & SURE
Shivam Kadakia
Mob.: 79774 73064 • 99301 25548
Nilesh Kadakia
Mob.: 98192 17375
V.B.R. ELEC. & ENGG. CO.
27/33, Pathak Wadi, Ismail Bldg., Lohar Chawl, Mumbai-400002.
Tel.: 2208 7739 | 2206 2026 • Talk Free : *7724 • Email : v.b.r@mtnl.net.in • shivamkadakia71@gmail.com

વૈષ્ણવો અને કર્તવ્ય

✍ **તુષાર મહેન્દ્રકુમાર કડકીઆ (બનડા)**

આપણા વૈષ્ણવોના ચાર મુખ્ય કર્તવ્ય છે.

પહેલું કર્તવ્ય પ્રભુના ગુણગાન કરવા.

બીજું કર્તવ્ય છે દુઃખનું ભાવન કરવું.

ત્રીજું કર્તવ્ય છે દિનતા રાખવી,

ચોથું કર્તવ્ય છે ત્યાગ કરવો.

આ ચાર કર્તવ્ય બજાવવાનું આપણું સામર્થ્ય નથી. એના માટે બે બાબતોની આવશ્યકતા પડે છે.

સૌથી પહેલું શ્રી મહાપ્રભુજીનો આશ્રય. વાલા વૈષ્ણવો, એવું એક પણ શિક્ષાપત્ર નથી જેમાં શ્રી હરિરાય મહાપ્રભુજીએ શ્રી મહાપ્રભુજીનો આશ્રય કરવાનું ન કહ્યું હોય કારણ કે આ તો પુષ્ટિમાર્ગનો પાયો છે. એવો એક પણ શોડષગ્રંથ નથી કે જેમાં સેવા વિશે જણાવવામાં આવ્યું ન હોય.

આપણને એમ થાય કે શ્રી મહાપ્રભુજીનો આશ્રય કરવો એટલે શું કરવું ?

આશ્રય કરવો એટલે એમના બનીને રહેવું. એમનામાં પૂર્ણ વિશ્વાસ રાખવો. એમણે કરેલી આજ્ઞાનું પુરેપૂરું પાલન કરવું.

હવે આપણે પહેલું કર્તવ્ય જોઈશું.

ગુણગાન કેવી રીતે કરવા ?

ગુણગાન કરવા માટે શ્રી ઠાકુરજીનાં સ્વરૂપનું સ્મરણ કરવું જોઈએ. આપણી કહીશું સ્વરૂપનું સ્મરણ તો અમે રોજ કરીએ છીએ પણ અહીં શ્રી હરિરાયજી મહાપ્રભુજી શ્રી કૃષ્ણ પૂર્ણ પુરુષોત્તમ પ્રભુના ચાર સ્વરૂપનું નિરૂપણ કરે છે. એમનું ચાર સ્વરૂપે સ્મરણ કરવું.

તમે કહેશો કે ઠાકોરજીના ચાર સ્વરૂપ કેવી રીતે ?

આપણે દર્શન કરીએ ત્યારે કેટલા સ્વરૂપના દર્શન થાય છે.

આપણને તો એક જ સ્વરૂપના દર્શન થાય છે. પ્રભુ ચાર સ્વરૂપે દર્શન આપે છે. ચાર સ્વરૂપે બિરાજ છે. માટે એમના ચારેય સ્વરૂપે એમનું સ્મરણ કરવું જોઈએ.

તો હવે આ ચાર સ્વરૂપ ક્યાં ક્યાં છે ?

પહેલું સ્વરૂપાત્મક સ્વરૂપ છે પુરુષોત્તમ

જેમની આપણે ઘરે સેવા કરીએ છીએ.

મંદિરમાં જેમના આપણે દર્શન કરીએ છીએ. એ સ્વરૂપાત્મક સ્વરૂપ છે.

આંખ મીચીને શ્રીજી બાવાના સ્વરૂપનું નામ લઈએ એટલે શ્રીજી બાવાનું સ્વરૂપ આપણા નેત્રોની સમક્ષ ખડું થઈ જાય છે.

આંખ મીચીને શ્રી ગિરિરાજબાવાના સ્વરૂપનું સ્મરણ કરીએ એટલે શ્રી ગિરિરાજ બાવાનું સ્વરૂપ આપણી નજર સમક્ષ ખડું થઈ જાય છે. તો આ પુરુષોત્તમ સ્વરૂપે આપણને દર્શન આપે છે.

શ્રી દયારામભાઈ આમ કહે છે.

ભક્તનું હૃદય ભગવાનના પ્રેમથી વીંધાઈ અને ભગવાનનું હૃદય ભક્તોના પ્રેમથી વિંધાઈ બંને એકબીજા વિના રહી ન શકે, એવી જ્યારે સ્થિતિ થાય ત્યારે એવી તન્મયતા એટલે વ્યસન. આ તન્મયતાની અવસ્થા મૃત્યુ જેવી હોય છે. અન્ય લોકોને લાગે કે શરીર જડ બની ગયું છે પરંતુ વાસ્તવમાં તે મૃત્યુ હોતું નથી, મૂર્છા હોય છે. મનમાં ભગવત લીલાનો સ્વાનુભવ, રસાનુભવ થતો હોય છે. એને કારણે બહારથી જડતા અને મૂર્છા જેવા લક્ષણો દેખાય છે.

શ્રી દયારામભાઈ આગળ કહે છે કે,

'પ્રકાર વ્યસન તણા બે કહીયે, જડતા ને વળી મૂર્છા તે કહીએ'

Mr. BHARAT K. DOSHI
98210 27136

BHS

BINITA HARDWARE STORES

Stockiest of :

M.S. / S.S. / HIGH TENSILE BOLT- NUTS, WASHERS, RIVETS, WIRE NAILS,
ANCHOR FASTENERS, ALLEN BOLTS, "U" BOLTS ETC.

Shop No. 1, Gr. Floor, 3 - Narayan Dhuru X Lane, Mumbai - 400 003.
Tel. :2311 2115 / 2344 9286, Telefax :2345 1580
E-mail: nagdevi.mumbai@novatek.net.in

Mr. PRANAV B. DOSHI
98210 28730

Novatek Electro Engineers Pvt. Ltd.

"Leads you to The Quality Era"

National Distributors For Schneider Electric India P. Ltd.

Schneider Electric

H.O. (Mumbai) :
306, Prathamesh Tower , B-Wing , Senapati Bapat Marg , Lower Parel , Mumbai - 400 013.
Tel. : (+91-22) 2491 2634 / 35 / 2494 2080 Fax : (+91-22) 2491 2635
E-mail : sales.mumbai@novatek.net.in / operations.mumbai@novatek.net.in
BHIWANDI :
AU-6-7, Rajlaxmi Commercial Complex , At Post Kalher , Bhiwandi, Dist. Thane - 421 302.

BRANCHES :
Bangalore | Chennai | Gurgaon | Hyderabad | Kolkata

Merlin Gerin / Square D / Telemecanique — CONZERV Smart Energy Management — MEHER — LEIPOLD — CLIPSAL — DIGILINK — APC by Schneider Electric — LAPPGROUP

An ISO 9001 : 2008 Certified

www.novatek.net.in

'વ્યસન એ ભક્તિનું પરમ શિખર છે.'

જે ભક્તને વ્યસન. અવસ્થા સિધ્ધ થાય છે તેમને તાદશ્ય કહેવામાં આવે છે. સેવા દ્વારા નિરોધ પ્રાપ્ત થાય છે અને નિરોધ એ પુષ્ટિમાર્ગનું પરમફળ છે. પુષ્ટિમાર્ગમાં સેવા દ્વારા મનને મોહનમાં મેળવી દેવાની પ્રક્રિયા થાય છે. જ્યારે મનનો પ્રભુમાં નિરોધ થાય ત્યારે તે ભક્તને દેહ ગેહનું ભાન રહેતું નથી. શ્રી ઠાકોરજી ભાવાત્મક સ્વરૂપે સતત ભક્તના હૃદયમાં બિરાજી તેની પાસે માનસી સેવા કરાવે છે. અને ભક્તને અલૌક્કિ રસદાન કરે છે. આ રીતે હૃદયમાં ચાલતી ભગવદ્‌લીલાનો અનુભવ કરાવતી અવસ્થાને વ્યસન અથવા સર્વતમભાવની અવસ્થા કહેવાય છે. અને આજ પુષ્ટિમાર્ગીય નિરોધ છે. આજ પુષ્ટિમાર્ગનું પરમ ફળ છે.

બીજું સ્વરૂપ ભાવાત્મક સ્વરૂપ છે. - 'સકલ'

તમે કહેશો કે એ ક્યાં બિરાજે છે ?

તો શ્રી હરિરાયચરણ આજ્ઞા કરે છે કે,'આ સ્વરૂપ બિરાજે છે અત્યારે આપણી સૌની ગોદમાં એ સ્વરૂપ બિરાજી રહ્યું છે. જે સ્વરૂપની આપણે ઘરે સેવા કરીએ છીએ, આપણુ સેવ્ય સ્વરૂપ ભાવાત્મક રીતે, અલૌક્કિ પૂર્ણ પુરુષોત્તમ સ્વરૂપે આપણે ગોદમાં અત્યારે બિરાજી રહ્યું છે.

માટે આપણા પ્રાચીન ભગવદીઓ આપણને આજ્ઞા કરતાં કે ભગવત કથા સાંભળવા બેસીએ, સત્સંગ કરતા હોઈએ, ત્યારે બરાબર પલાઠી વાળીને બેસીએ, પછી પગને ઊંચા નીચા નહીં કરવા કારણ કે આપણા સેવ્ય પ્રભુ આપણી ગોદમાં બિરાજીને પોતાના યશોગાન શ્રવણ કરે છે. આ સ્વરૂપ ભાવાત્મક સ્વરૂપ છે. ભક્તોધારક સ્વરૂપ છે. જે સ્વરૂપે શ્રી ગોવિંદ સ્વામી, કુંભાનદાસજી આદિ સૌની સાથે ખેલતા હતા એ ભાવાત્મક સ્વરૂપ જો કૃપા કરે તો જ દર્શન થાય.

હવે આપણે ત્રીજું સ્વરૂપ જોઈશું...

શ્રી ઠાકોરજીનું ત્રીજું સ્વરૂપ છે 'ભક્તહૃદયસ્થાઈ'

અર્થાત ભક્તોના હૃદયમાં બિરાજેલું સ્વરૂપ, રસાત્મક સ્વરૂપ. આપણા હૃદયમાં પણ પ્રભુ રસાત્મક સ્વરૂપે બિરાજેલા છે. પરીણામે આપણને એમની ભગવદ્ સેવામાં અને વાર્તામાં આનંદ આવે છે. પ્રભુનું જે ત્રીજું સ્વરૂપ છે એ રસાત્મક સ્વરૂપ છે. હૃદયમાં બિરાજીને પોતાના અદ્‌ભુત આનંદરૂપી રસનું પાન કર્યા કરે છે. તમે જો પ્રભુની સેવામાં જોડાતા હો, તો તમને આ વાતનો અનુભવ થશે, કે શરીર ગમે તેટલું થાકેલું હોય યા અશક્ત હોય ગમે તેવો રોગ હોય, પણ તમે એકવાર સેવામાં આવો એટલે તમને એટલો બધો આનંદ આવવા માંડે કે તમને તમારા રોગ ભુલાઈ જાય. અશ્કિત, નબળાઈ, મોટી ઉંમર, થાક આ બધું ભુલાઈ જાય છે. આપણે અલૌક્કિ સાગરના આનંદમાં ડૂબી જઈએ છીએ. એ આનંદ ક્યાંથી આવ્યો ? આપણી ભીતર બિરાજેલ રસાત્મક સ્વરૂપ પોતાનો રસ પ્રગટ કરીને આપણને એનો અનુભવ કરાવે છે આ પ્રભુનું ત્રીજું સ્વરૂપ છે.

પ્રભુનું ચોથું સ્વરૂપ છે કલાત્મક 'સર્વ લીલા-સમન્વિત્ :

આપણે રોજ સેવા કરીએ છીએ. આપણેશ્રી ઠાકોરજીને શૃંગાર ધરીએ છીએ. ત્યારે તેમાં બંસી પણ ધરીએ છીએ. પરંતુ કોઈ દિવસ શ્રી ઠાકોરજીએ કેમ વેણુનાદ સંભળાવ્યો નહીં. જો ન સંભળાવ્યો હોય તો આપણે કોઈ દિવસ એમને કહ્યું ખરું કે કમ્પ્લેન કરી, મારા વ્હાલા કેમ તમે વેણુનાદ નથી સંભળાવતા ? ખાલી હાથમાં પકડીને કેમ બેસી રહ્યા છો ? ક્યારે વગાડશો ? મારું મન તડપી રહ્યું છે, મારા કાન વેણુનાદ સાંભળવા તરસી રહ્યા છે. ક્યારે સંભળાવશો આપનો વેણુનાદ ? આપણે રોજ રોજ કહ્યું અને છતાં વેણુનાદ ન કર્યો, તો આપણે કોઈ દિવસ મીઠો ઝઘડો કર્યો ? ના, ના અને ના આપણે એવું જ કંઈક નથી કર્યું કેમકે આપણને તો એવું

AUTHORISED DISTRIBUTOR
ABB
TEKNIC
ESSEN
socomec
Innovative Power Solutions
ELMEASURE
elmex
SCI
R.K. Engineering Pvt. Ltd.
(Formerly known as R. K. Trading Co.)
www.rkepl.co.in
Corporate Office:
Gala No. 36, Bldg No.3, Mittal Industrial Estate,
Andheri Kurla Road, Andheri (East), Mumbai - 400059
Tel.: 022- 4229 0033/35/36
Registered Office:
B/24, Sujal Mansion, Bhangwadi,
Kalbadevi Road, Mumbai - 400002.
Tel.: 022-39567219 / 40103663
Mobile: 98200 45111 / 98205 97149 / 9820140077
Email: dhrutan@gmail.com | kalpesh18189@gmail.com | sasadhsa@gmail.com | sales@rkepl.co.in

શીખવવામાં આવ્યું કે, શણગાર ધરીને શ્રી હસ્તમાં વેણુજી પધરાવી દેવા, વાત પૂરી થઈ ગઈ. વગાડવી હોય તો વગાડે, ના વગાડવી હોય તો ન વગાડે, એમાં આપણે શું ? કારણ આપણી જીભની બંસી હંમેશા વાગ્યા કરતી હોય છે બોલવાની. ત્યારે પેલા વેણુનાદની આપણને જરૂર પડતી નથી. પણ એ જ સ્વરૂપ જ્યારે કલાત્મક બને એ, સાક્ષાત પધારે, માગી માગીને આરોગે તે કલાત્મક સ્વરૂપ છે. 'સર્વલીલા સમન્વિત' એમને પકડીને કહેવાનું મન થઈ જાય,'અનંત ન જઈએ, પિય રહીએ હમારે હિ મહલ' પરંતુ આપણે તો કહીએ છીએ કે મહારાજ બીજે પધારો અમને ફૂરસદ નથી. હમણાં લગ્નગાળો ચાલે છે, એટલે અમારે ત્યાં મહેલવાં જાવું છે. અહીંયા જવું છે, ત્યાં જવું છે. માટે બીજાના ઘરે જાઓ થોડા દિવસ માટે અને શ્રી ઠાકોરજીને થોડા દિવસ માટે બીજે પધરાવીએ છીએ.

★ ★ ★

ll Jay Jay Shree Gokulesh ||

Kinjal Parikh 8104682589 9820815584

Chintak Parikh 9324310473 9819286125

ESTATE AGENT

Flat/Shop/Office/Gala/Shed

BUY - SELL - RENT

Other Services

- Housing Loan
- Loan Against Property
- Mou
- Agreement
- Registration
- Notary

Maha Rera No : A51900019245

YOUR DREAM'S OUR GOAL

કવિતા કર્માવતાર

✍ રાજેશ કડકીઆ

અહીં અમેરિકામાં નિવૃત થયેલી
વૃધ્ધ થતી જતી વ્યક્તિની આંખમાં
એક જ પ્રશ્ન સતત ડોકાયા કરે છે... હવે શું ?
સ્વદેશ પરત જઈ શકાય એમ નથી
કે અમેરિકામાં સ્થાયી થઈ શકાય તેમ નથી
સંતાનો તો અન્ય સ્થળે સ્થિર થઈ ગયાં
પોતપોતાના માળામાં અમે સહુ સીટી વિનાનાં
સિનિયર સિટિઝન છાપાં અને વાંચીએ પણ કેટલાં
અમે ટેલિવિઝન જોઈએ પણ કેટલું ? ક્યાં લગી ?
સ્થિર થઈ ગયેલો સમય અસ્થિર કરી મૂકે છે અમને
સસલા-ખિસકોલીની ઝડપે દોડતો સમય
અચાનક કાચબો થઈ જાય ત્યારે
એ અવતારને શું કહેવાય ?
શો મતલબ છે આ જીવતરનો કે હવે....
આ જીવન પણ ગયું એળે અને
અંત સમય આવી ગયો જાણે....
હવે તો પ્રભુ તારાં જ સ્મરણ કરતાં કરતાં
તારે શરણે અંતિમ વિરામ પામીએ...

સિમ્ફોની

થોડી વસ્તુઓથી સંતુષ્ટ રહ્યું,
વૈભવને બદલે સુંદરતા અને
ફેશનને બદલે સુઘડતા પસંદ કરવી
સન્માનીય થવા કરતાં, સન્માનને ઝંખના કરતાં
માનને યોગ્ય અને પાત્ર બનવું અને
સંપત્તિવાન નહીં પણ સમૃદ્ધ બનવું
સખત પરિશ્રમ કરવો - ઉંડો અભ્યાસ કરવો
શાંત ચિત્તે વિચાર કરવો, મૃદુતાથી વાત કરવી
નિખાલસપણે વર્તવું, તારાઓ, પંખીઓ, બાળકો અને
સાધુજનોનાં હૃદયગાન ખુલ્લા દિલથી સાંભળવાં.
સઘળુ આનંદથી ખમી લેવું, હિંમતથી સર્વે કાર્ય કરવું
સુઅવસરની રાહ જોવી,
ઉતાવળ કદી કરવી નહીં
સામાન્યતામાં અણંકથી અને અભાનપણે રહેલી
આધ્યાત્મિકતાને પ્રકટવા દેવી
એ જ ખરી જીવન ભાવના છે.

SHAH & SHAH ENTERPRISE

1st Floor, GK Building, 35 Vithaldas Road, Lohar Chawl, Mumbai - 400002.

022 - 2201 7283 info@shahent.co.in www.shahent.co.in

+91-98198 17568 / 98670 13920 Lohar Chawl Talk Free Extension - *743

Authorized Stockists:

MERSEN

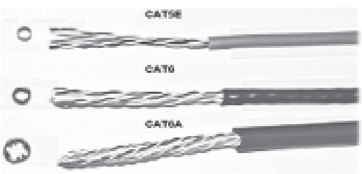
Expertise, our source of energy

Solar PV Fuse Time Delay Fuse Midget Fast-Acting Fuse UltraSafe™FuseHolder

Protistor fuse (all sizes) BS Semiconductor fuse Semiconductor SPDs

D-Link®

Building Networks for People



ગ્રહ અને જીવનપર અસરો (ફળ)

(૧) **શનિ :** ધર્મ, ચિંતા, મંથન, કર્મ

(૨) **સૂર્ય :** સૌંદર્ય, સફળતા, શિલ્પ, ભ્રમણ, ભાગ્ય, પ્રભાવ

(૩) **બુધ :** વ્યવસાય, વિજ્ઞાન, અર્થ, સંતાન, વિવાહ, કાયદા.

(૪) **મંગળ-૧ :** સાહસ, પરાક્રમ, વિક્રમ (રેકોર્ડ), હિંમત, તાકાત

(૫) **કેતુ :** સ્વાર્થ, નીચ પ્રવૃત્તિ, જમીન, ભૂમી, જમીનદારી

(૬) **મંગળ-૨ :** ક્રૂરતા, આંધળુ સાહસ

(૭) **ચંદ્ર :** કલ્પના, પ્રણય, ચિંતા, પ્રવાસ, પર્યટન, ભ્રમણ

(૮) **રાહુ :** પરપીડન, યુધ્ધ, મહત્વકાંક્ષા

(૯) **શુક્ર : ભાગ -૧ :** ભોગ, પ્રેમ વિલાસ, જાતીય જીવન, આનંદ પ્રમોદ

ભાગ-૨ : લંપટગીરી અને ઈન્દ્રિય

(૧૦) **ગુરુ :** ધાર્મિક, ઉત્સાહ, નિર્ણયશક્તિ, વ્યાપાર, મહત્વકાંક્ષા, શાસન યોગ્યતા, વિદ્યા, જ્ઞાન, લગ્નજીવન

ગ્રહ પરિચય

બુધ

(૧) અંગ્રેજીમાં Mercury કહે છે.

(૨) બુધ સૂર્યથી ૩ કરોડ ૯૦ લાખ માઈલ દૂર છે.

(૩) એનો વ્યાસ ૩૧૪૦ માઈલ છે.

(૪) સૂર્યની એક પ્રદક્ષિણા કરવા બુધને ૮૮ દિવસ જેટલો સમય લાગે છે.

(૫) બુધ ને કોઈ ઉપગ્રહ નથી.

(૬) બુધ સૂર્યથી વધુમાં વધુ ૨૭° દૂર જઈ શકે છે.

(૭) બુધને પૂર્વ દિશામાં સૂર્યોદય પહેલા અને પશ્ચિમ દિશામાં સૂર્યાસ્ત બાદ થોડીવાર (મિનિટ) માટે જ જોઈ શકાય છે.

(૮) આપણી પૃથ્વીના પ્રમાણમાં બુધ ૧૬ મા ભાગ જેટલું જ કદ ધરાવે છે.

(૯) બુધની ઝડપી ગતિ હોય ત્યારે ૧૨૬ કળા મંદ ગતિનો હોય ત્યારે ૮૦ કળા જેટલું દૈનિક અંતર કાપે છે.

(૧૦) બધુ એક રાશીમાં લગભગ ૨૫ દિવસ જેટલું રહે છે.

(૧૧) ગ્રહમાં બુધને કુમાર કહેવાય છે.

(૧૨) બુધ-વૈશ્ય-શુદ્ર વર્ણનો ગ્રહ છે.

(૧૩) બુધ નપુંસક ગ્રહ કહેવાય છે.

(૧૪) બુધ દ્વારા વિદ્યા શિલ્પશાસ્ત્ર કહેવાય છે.

(૧૫) બુધનું કારકત્વ બુદ્ધિ શક્તિ અને વાણી.

(૧૬) લીલા રંગ પર બુધનું પ્રભુત્વ છે.

(૧૭) બુધ દ્વારા ૠતુ શરદ ૠતુ કહેવાય.

(૧૮) બુધની દિશા ઉત્તર છે.

(૧૯) બજારો, છાપખાના, શેરબજારને લગતા વિસ્તારો અને સ્ટેશનરીને લગતા વિસ્તારો પર બુધનું પ્રભુત્વ છે.

(૨૦) શરીરમાં ત્વચા અને જ્ઞાનતંતુ પર બુધનું પ્રભુત્વ છે.

(૨૧) બુધ દ્વારા સ્વાદ મિશ્ર, મોળો અને હુંફાળો જોવાય છે.

(૨૨) બુધ દ્વારા ભાગ્યોદય દર વર્ષે થાય છે.

(૨૩) બુધનું રત્ન પન્ના (મીનઈમરલેન્ડ)

(૨૪) બુધની રાશી મિથુન, કન્યા છે.

(૨૫) કન્યા રાશી મૂળ ત્રિકોણ રાશીકહેવાય છે.

(૨૬) બુધ કન્યા રાશીમાં ૧૫° પર ઉચ્ચનો અને મીન રાશીમાં ૧૫° પર નીચનો બને છે.

(૨૭) બુધ - સૂર્ય, શુક્ર, રાહુને મિત્ર માને છે.

(૨૮) મંગળ, ગુરુ તથા શનિને સમ માને છે.

(૨૯) ચંદ્રને શત્રુ માને છે.

Mediclaim

Cashless - Policy

Entry Age Till 75 Yrs

No Medical Test Required

Special Plan for

- ★ Diabetes Patients
- ★ Cancer Patients
- ★ Heart Patients
- ★ Senior Citizen
- ★ Family Floater

Hardik Nalin Suthar

Call - 8655886011 / 9769454999

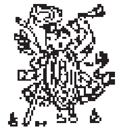
(૩૦) બુધ એક નક્ષત્રમાં અંદાજીત ૮ થી ૯ દિવસ રહે છે અને એક નવમાંશમાં ૩ દિવસ જેટલું રહે છે.

શુક્ર

(૧) શુક્રનું અંતર સૂર્યથી ૬ કરોડ ૮૦ લાખ માઈલ દૂર છે.
(૨) એનો વ્યાસ ૭૮૦૦ માઈલ છે.
(૩) શુક્રને સૂર્યની એક પ્રદક્ષિણા પૂરી કરવામાં ૨૪૭ દિવસ ૧૬ કલાક ૨૪ મિનિટ જેટલો સમય લાગે છે.
(૪) શુક્રને કોઈ ઉપગ્રહ નથી.
(૫) શુક્ર સૂર્યથી વધુમાં વધુ ૪૭° દૂર જઈ શકે છે.
(૬) શુક્રને પણ મધ્ય આકાશે જોઈ શકાતો નથી.
(૭) પૂર્વ દિશામાં સૂર્યોદય પહેલા અને પશ્ચિમ દિશામાં સૂર્યાસ્ત બાદ થોડા જ સમય માટે જોઈ શકાય છે.
(૮) બુધ અને શુક્ર પર પણ ચંદ્રની જેમ કળાઓ થાય છે.
(૯) શુક્ર ઝડપી ગતિનો હોય ત્યારે દૈનિક ૯૬ કળા, મધ્યમ ગતિનો હોય ત્યારે દૈનિક ૭૫ કળા અને મંદ ગતિનો હોય ત્યારે ૪૦ કળા જેટલું દૈનિક અંતર કાપે છે.
(૧૦) શુક્ર એક રાશીમાં લગભગ ૧ માસ જેટલું રહે છે.
(૧૧) શુક્ર ગ્રહોમાં અતિયુવા કહેવાય છે.
(૧૨) શુક્ર પુરુષોની કુંડળીમાં સ્ત્રીનો કારક બને છે.
(૧૩) ગ્રહોમાં શુક્ર રહસ્ય મંત્રી છે.
(૧૪) શુક્ર બ્રાહ્મણ વર્ણનો ગ્રહ છે.
(૧૫) શુક્ર સ્ત્રી ગ્રહ છે.
(૧૬) એની વિદ્યા લલીતકળા, સંગીતકળા, નૃત્યકળા તથા દરેક પ્રકારની કળાનો કારક શુક્ર ગ્રહ છે.
(૧૭) શુક્ર દ્વારા રંગ કાબરચીતરો.
(૧૮) ઋતુ - વસંત ઋતુ, શુક્રની દિશા અગ્નિકોણ.
(૧૯) સિનેમા ગૃહ, નાટય ગૃહ, આર્ટ ગેલેરી, જલસ્થાન, શયન તથા રતિ (Sex) સ્થાન પર શુક્રનું પ્રભુત્વ હોય છે.
(૨૦) શરીરમાં શુક્રાણુ પર શુક્રનું પ્રભુત્વ હોય છે.
(૨૧) શુક્ર દ્વારા સ્વાદ - કડવો અને ખાટો જોવાય છે.
(૨૨) શુક્ર દ્વારા ભાગ્યોદય ૨૫ વર્ષે.
(૨૩) શુક્રનું રત્ન - હીરો. શુક્રની રાશી-વૃષભ અને તુલા.
(૨૪) તુલા રાશી શુક્રની મૂળ ત્રિકોણ રાશી છે.
(૨૫) શુક્ર મીન રાશીના ૨૭° પર ઉચ્ચનો અને કન્યા રાશીના ૨૭° પર નીચસ્ત બને છે.
(૨૬) શુક્ર -બુધ, શનિ, રાહુને મિત્ર માને છે.
(૨૭) શુક્ર - મંગળ અને ગુરુને સમ માને છે.
(૨૮) શુક્ર - સૂર્ય અને ચંદ્ર ને શત્રુ માને છે.
(૨૯) શુક્ર એક નક્ષત્રમાં લગભગ ૧૧ દિવસ અને
(૩૦) ૧ નવમાંશમાં લગભગ ૩ દિવસ રહે છે.

★ ★ ★

।। શ્રી ગોકુલેશો જયતિ ।।



શ્રી ગોવિંદ જ્યોતિષ કાર્યાલય

જ્યો. કર્તા : પુરાણી હેમંતકુમાર રામકૃષ્ણ

(બી.એ.વીથ સંસ્કૃત) (જયોતિષ વિશારદ મુંબઈ)

જયોતિષ, લગ્ન,વાસ્તુ, નવચંડી તથા મહાપુજાનું વેદોક્ત તથા પુરાણોક્ત સંતોષકારક કાર્ય કરનાર

એડ્રેસ : ૩/૭૦, કૈલાસ કો. ઓ. સોસાયટી, રામબાગ લેન, ઓફ.એસ.વી. રોડ, શાસ્ત્રીનગર, બોરીવલી (વેસ્ટ) મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૯૨.

(૧) ટે. નં. (ઘર) : ૨૮૬૨૩૫૧૭

(૨) મોબાઈલ : ૯૮૯૨૬૨૧૧૮૭

SWETA ELECTRIC CORPORATION

71, MANGALDAS ROAD, LOHAR CHAWL, MUMBAI - 400 002

TEL NO.: 22087171 / 22088662 / 65207269

Email: sweta@xlelectricals.com

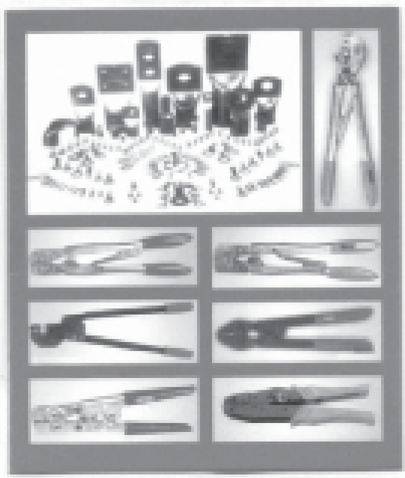
PRAFUL SHAH : MOB: 98339 25359

AUTHORISED DEALERS

dowell's®

AN ISD 9001 - 20001 CERFIED CO

BRASS CABLE GLANDS



LAUG AND TOOLS

શરીર નાશવંત છે, ધર્મ સાધન છે

✍ **કીરીટ ધારીઆ (પ્રતિક્રમા)**

કયો ધર્મ સૌથી શ્રેષ્ઠ ગણાય? કયાં ધર્મનું પાલન કરવું જોઈએ? શું માનવધર્મ શ્રેષ્ઠ ધર્મ છે?

ધર્મગુરુનો સામે પ્રશ્ન ઉચિત લાગ્યો કે,'તમે ક્યારેક ખોટું બોલ્યા છો? કારણ કે આ દુનિયા જ એવી છે કે ક્યારેક તો ખોટું બોલવુ પડે છે. ગુરુજીનો પ્રશ્ન. 'આજથી એક મહિના સુધી જુઠું નહીં બોલવાની અને કશુ ખોટું ન કરવાની પ્રતિજ્ઞા લો તો હું તમને કહીશ કે કયો ધર્મ સૌથી વધુ શ્રેષ્ઠ છે.' આપોઆપ બ્રહ્મજ્ઞાન થઈ ગયું કે આતો ધર્મનો પાયો છે અને આ પ્રતિજ્ઞા એ ધર્મનું પાલન છે. પાયો મજબૂત હોય તો તેના ઉપરનું ચણતર પણ મજબૂત બને.

શરીરને સાચવો તો ધર્મની સેવા પ્રફુલ્લિત મને કરી શકાય. શરીરમાં લાગેલી ધારણાઓ કાઢવી પણ જરૂરી છે. શરીરમાં રહેલી ભ્રષ્ટતાઓ બહાર કાઢવી અને શરીરને કર્ણધાર બનાવવું જેથી કહેવાય કે 'પહેલું સુખ તે જાતે નર્યા'. એક મનુષ્ય યોનિ છે જે અતિક્રમણ કરી શકે છે. જ્યારે સંસારની બધી જ જીવયોનીઓ પ્રકૃતિના નિયમનું અતિક્રમણ નથી કરી શકતી.

તમારી પોઝીટીવ ઉર્જાને વધુ પોઝીટીવ બનાવવી કે નેગેટીવ કરવી તમારા હાથમાં છે અને તે શરીર સાથે સંકળાયેલી છે.

'સમયને ઓળખતા, પ્રસંગને સાચવતા, માણસને સમજતા
જેની આવડી ગયું તો સમજો જો કે
જીંદગી જીતી ગયા અને જીવી ગયા.'

લાગણીઓની અને વ્યક્તિ સાથેના સંબંધની ટેસ્ટ કરવી હોય, તો સામી વ્યક્તિ સમક્ષ કોઈક અપેક્ષા વ્યક્ત કરી જુઓ? આ શરીરથી બધા જ સાધનો કરી શકાય જેવા કે સામાજિક, ધાર્મિક, રાજકીય, આર્થિક અને લીલા (મોક્ષ) નો માર્ગ. સુખ અને દુઃખ શરીરનાં સાધનો છે અને મન તેનો સારથી છે. ઉત્તમ શરીર માટે આ શરીર કોઈના જીવનમાં ઉપયોગી બનવું જરૂરી છે.

ગીતાજીમાં શ્રીકૃષ્ણએ કહ્યું છે કે,'ધર્મની સ્થાપના માટે હું યુગે યુગે જન્મ ધારણ કરું છું.' મુખ્ય તો અંતરજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવું તે જ ધર્મ છે. બાકી બધુ જ ભટકાવ છે કે જેનાથી પરમશાંતિ કે આનંદ ઉપલબ્ધ થાય જ નહીં. માણસ ધર્મ પાસે એટલે જ જાય છે. સાચવો પ્રથમ શરીરને, ધર્મ સાધન છે.

જ્યારે સંબંધમાં ગળપણ હોય, જીવનમાં સંબંધના સરવાળા અને બાદબાકીના અનુભવ પછી જ સાચા યર્થાથ સ્વરૂપનો પરિચય થાય છે. જીંદગી કેમ સાર્થક કરવી ખૂબ જ જરૂરી છે. શરીર તો નાશવંત છે. અત્યંત જરૂરી છે. ધર્મ એ સાધન છે અને શરીરનો સાથ પ્રાથમિક જરૂરત છે.

★★★

કડવો લીમડો

✍ નિમિષા જીજ્ઞેશ કડકીઆ (મરઘા)

એન્ટિબાયોટિક તત્વોથી ભરપૂર લીમડાના પાન, બીજ, ફૂલ અને છાલમાં છે અનેક બિમારીઓનો અકસીર ઈલાજ.....

લીમડાના પાંચ ભાગ મૂળ, છાલ, પાંદડાં. ફૂલ અને ફળ વગેરે છે. જે દરેક રીતે આરોગ્ય માટે ઉપયોગી છે. તેનો સીધો ઉપયોગ ઔષધી તરીકે થઈ શકે છે.

ભારતમાં લીમડો ઔષધીય વૃક્ષ તરીકે જાણીતું છે. એન્ટિબાયોટિક તત્વોથી ભરપૂર લીમડાને સર્વોચ્ચ ઔષધિરૂપ માનવામાં આવે છે. ભારતમાં લીમડો એટલે પવિત્ર વૃક્ષ, રામબાણ પ્રકૃતિની દવા દુકાન, ગ્રામ્ય દવા અને તમામ નાના મોટા રોગોનો અકસીર ઈલાજ. લીમડો સ્વાદમાં ભલે કડવો હોય પણ એનામાં રહેલા અદ્ભુતગુણ અમૃત સમાન છે. લીમડાથી દરેક સમસ્યાનો ઈલાજ મળી જાય છે.

લીમડાના મૂળ, પાન, બીજ, ફૂલો, છાલ દરેકને ઉપયોગમાં લેવાય છે. આપણા ભારતમાં લીમડો આસાનીથી મળી રહે છે પરંતુ કેટલાક લોકો એના અમૃત સમાન ગુણોથી પરિચિત હોતા નથી તો ચાલો આજે કડવા લીમડાના મીઠા ગુણો વિશે જાણીએ.

લીમડામાં પ્રોટીન, કાર્બોહાઈજેટ, ફાઈબર, કેલ્શિયમ, મેગ્નેશિયમ, આયર્ન, સોડિયમ, કોપર, સલ્ફર, વિટામિન-એ, સી જેવા સ્વાસ્થ્યવર્ધક તત્વો હોય છે. તેનાં પાંદડાંઓના નિયમિત ઉપયોગથી ચામડી અને કૃષ્ઠ રોગ જેવી બીમારીઓમાં ઝડપથી ઉગારી શકાય છે.

કડવા લીમડાના ઔષધીય ગુણ

૧. વીંછી, તીતીઘોડો જેવા ઝેરી કીડા કરડે ત્યારે લીમડાના પાનની પેસ્ટ બનાવી કરડેલી જગ્યાએ લગાવવાથી રાહત મળે છે અને બીજા ભાગમાં ઝેર ફેલાવાથી બચાવે છે.

૨. વાગવાનો કે કોઈ પણ પ્રકારનો ઘા પડયો હોય ત્યાં લીમડાના પાનની પેસ્ટ બનાવી લગાવવાથી એમાં રાહત મળી રહે છે.

૩. દાદ કે ખુજલી જેવી સમસ્યામાં લીમડાના પાનને દહીં જોડે પીસીને એના પર મલમ તરીકે લગાવવાથી જલ્દી લાભ મળે છે અને દાદ જડમુળથી મટી જાય છે.

૪. કિડનીમાં પથરી હોય તો લીમડાના પાનને સુકવી અને તેને બાળીને તેની જે રાખ બને એને ૨ ગ્રામ દરરોજ પાણી સાથે પીવાથી પથરી ઓગળીને મુત્રમાર્ગે બહાર નીકળી જાય છે.

૫. મેલેરિયા જેવા ઝેરી તાવ આવે ત્યારે લીમડાની છાલને પાણીમાં ઉકાળી એનો કાઢો બનાવી લેવો અને તેને દિવસમાં ૩ વાર બે મોટી ચમચી ભરીને પીવો આમ કરવાથી તાવ મટી જશે અને કમજોરી પણ દૂર થઈ જાય છે.

૬. ચામડીના રોગો હોય એવા લોકોએ લીમડાનું તેલ ઉપયોગ કરવું અને એ તેલમાં થોડું કપૂર મેળવીને દરરોજ માલીસ કરવાથી રોગ ધીમે ધીમે મટી જાય છે.

૭. લીમડાની સળીઓને રોજ ઉકાળીને પીવાથી ખાંસી, મધુ પ્રમેહ અને પેટમાં પડતા કીડાને ખતમ કરવાનો ગુણ એમાં છે અને આ લીલી સળીઓને કાચી ચાવવાથી પણ લાભ મળે છે.

૮. દાંતમાં થતા પાયેરિયાની બીમારી લિમડાનું દાતણ કરવાથી મટી જાય છે અને લીમડાના પાનનો કાઢો તેનાથી કોગળા કરવાથી શ્વસને લગતી બીમારી દૂર થાય છે અને પેઢાં અને દાંત મજબૂત બનાવે છે.

૯. ફેસ પર થતા ખીલમાં પણ લીમડાની છાલને

પાણીમાં ઘસીને ખીલ પર લગાવવાથી રાહત મળે છે અને લીમડાના પાનની પેસ્ટ બનાવી ત્વચા પર લગાવવાથી ત્વચામાં રહેલા કીટાણું નાશ પામે છે અને રાહત મળી રહે છે.

૧૦. અપચો અને સંડાસ જવામાં અટકણ થાય તો લીંબોળી ખાવાથી રુકાયેલું મળ બહાર આવી જાય છે અને રાહત મળે છે.

૧૧. વાસી ખાવાનું ખાવામાં આવી ગયું હોય અને ઉલ્ટીઓ થતી હોય તો લીમડાની છાલ, સુંઠ અને કાચું મરચું બધું પીસીને આઠ દસ ગ્રામ પાણી જોડે ફાકી લેવાથી (સવાર-સાંજ) ત્રણ ચાર દિવસમાં પેટ સાફ થઈ જશે.

૧૨. કાનમાંથી પરું આવતું હોય તો લીમડાનું તેલ અને મધને મેળવી લઈ કાનને એનાથી સાફ કરો પરુ આવતું બંધ થઈ જશે. કાનમાં ખંજવાળ કે દુઃખાવો થાય તો લીંબોળીને પીસીને એના રસના કાનમાં ટપકા પાડવાથી રાહત મળે છે.

૧૩. શરદી જુકામ થઈ ગયા હોય તો લીમડાના પાનને મધ સાથે મેળવી લો અને એનો ચાટો ખારાશ બંધ થશે અને રાહત મળી રહે છે.

૧૪. હૃદય રોગ હોય તેવા લોકો લીમડાના તેલનું સેવન કરે તો ફાયદો થાય છે.

૧૫. અછબડામાં પણ લીમડાના પાણીથી ન્હાવામાં આવે તો તેમાં રાહત મળે છે.

૧૬. સાપ કરડયો હોય એ વખતે તરત લીમડાના પાન એ જગ્યા પર ફિટ બાંધી દેવાથી સાપનું ઝેર શરીરમાં ફેલાતું અટકે છે.

૧૭. લીમડામાંથી આવતો ગુંદર ડાયાબિટીસની દવા બવાવવા માટે વપરાય છે.

૧૮. લીમડાના પાનની ધૂની કરવાથી મચ્છર ભગાડી શકાય છે.

૧૯. અઠવાડિયામાં ૨ વાર લીમડાના પાન ઉકાળીને એનું પાણી પીવાથી શરીરના અંદર થતા રોગો અને ઈન્ફેકશથી બચી શકાય છે અને બીમારીઓથી પણ દૂર રહી શકાય છે.

૨૦. નવજાત શિશુઓને લીમડાનાં કુમળાં પાંદડાંઓને વાટી તેનો રસ નિયમિત રીતે પિવડાવવાથી તેને ઝેરીલા જીવજંતુઓની કોઈ અસર થતી નથી.

૨૧. લીમડાનું દાતણ સર્વોત્તમ ગણાય છે. જો નિયમિત રીતે તેનુ દાતણ કરવામાં આવે તો પેઢાંના વિકારો દૂર થશે, અન્નનળી સાફ અને રોગમુક્ત થશે. લીમડાની એક આંગળી જેટલી ડાળ લઈ તેનું નિયમિત દાતણ કરવાથી દાંત નીરોગી બને છે. પાયોરિયા મટે છે. દાંતમાંથી લોહી-પરું પડતાં હોય તો તે બંધ થાય છે.

૨૨. લીમડાની તેલમાંથી બનાવેલો સાબુ ત્વચાના રોગો માટે ગુણકારી છે. રક્તવિકારની સમસ્યામાં તેનાં પાનને વાટી તેનો રસ લેવાથી રાહત મળે છે.

૨૩. સ્ત્રીઓની માસિક ધર્મની સમસ્યામાં રાહત મેળવવા લીમડાનાં સાત પાનને આદુંના રસ સાથે પીવાથી તથા કેટલાંક પાંદડાંઓને પાણીમાં ઉકાળી પેઢુ પર બાંધવાનો પ્રયોગ કરો.

૨૪. લીમડાના તેલની માથા પર માલિશ કરવાથી સફેદ વાળ કાળા થઈ ભરાવદાર બને છે.

૨૫. સાંધના દુઃખાવામાં લીમડાનું તેલ અકસીર ગણાય છે. જ્યાં દુઃખાવો થતો હોય ત્યાં લીમડાના તેલનું રોજે રોજ માલીશ કરવામાં આવે તો ઘણો ફાયદો થાય છે.

૨૬. નાના બાળકને લીમડાનાં પાનનો રસ પિવડાવવાથી તેની રોગ પ્રતિકારક શક્તિ વધે છે. તેમની વિટામિન 'એ' ની ખામી દૂર થાય છે.

લીમડાનાં પાનને ગરમ પાણીમાં થોડો સમય માટે રાખીને પછી તે પાણીથી સ્નાન કરવામાં આવે તો તાવમાં રાહત થાય છે.

૨૭. લીમડો માત્ર ઠંડક જ નથી આપતો પણ જંતુનાશક પણ છે. અમેરિકાનાં વૈજ્ઞાનિકોએ લીમડાને 'મેડિસિન ટ્રી ઑફ ઈન્ડીયા' તરીકે બીરદાવ્યું છે. લીમડો 'ઍર પ્યોરીફાયર' એટલે હવાનો શુદ્ધિકારક ગણ્યો છે. તેમાંથી ફેલાતી વાસથી બેક્ટૅરિયા તથા જીવજંતુ પણ દૂર ભાગે છે. લીમડાનાં સૂકાં પાનને બાળતાં તેના ધુમાડાથી મચ્છર પણ ભાગી જાય છે.

૨૮. ઓરી, અછબડા અને શીતળા જેવાં રોગો થયા હોય ત્યારે ઘરનાં બારણે કડવા લીમડાની ડાળી લગાડવામાં આવે છે અને દર્દીની પથારીની આસપાસ લીમડાની ડાળીઓ મુકવામાં આવે છે જેથી શીતળતા ફેલાય છે.

૨૯. લીમડાનું ટર્વેનોઈડ નામનું તત્વ જંતુ મારવાનું કામ કરે છે. ફ્લુ અને તાવના દર્દીઓની પથારીની આસપાસની હવામાંના વાઈરસનો નાશ કરવા પથારીની ફરતે લીમડાનાં પાન પાથરવામાં આવે છે. રોજ સાંજે લીમડાનાં પાનની ધૂણી કરીને ઘરના ખૂણે-ખૂણે ફેરવવાથી મચ્છરો અને અન્ય બૅક્ટેરિયા નાશ પામે છે.

૩૦. ગરમીનાં દિવસોમાં જો લીમડાનાં કૂણાં પાનનો રસ પીવામાં આવે તો શરીરની સાથે સાથે આંખની ગરમી પણ દૂર કરે છે. લીમડાના રસના બે ટીપાં આંખોમાં નાંખવાથી આંખોની રોશની વધે છે.

આયુર્વેદના મતે સ્વાદમાં લીમડો કડવો અને તૂરો, પચવામાં હળવો, ઠંડો, વ્રણ-ઘાની શુદ્ધિ કરનાર અને હૃદય માટે હિતકારી છે. તે કફ, સોજો, પિત્ત, ઉલ્ટી, કૃમિ, હૃદયની બળતરા, કોઢ, થાક, અરુચિ, રક્તના વિકારો, તાવ અને ઉધરસને મટાડનાર છે.

લીમડાના પાનને પાણીમાં ઉકાળી તેમાં થોડી ફટકડી નાખી ભેળની દેવું. આ પાણીથી યોનિ સાફ કરવી. શ્વેત પ્રદરની તકલીફ ગમે તેટલી જૂની હશે તો પણ આરામ અવશ્ય મળશે.

દમના રોગ માટે પણ લીમડાનાં પાન ફાયદાકારક છે. લીમડાનાં પાનમાંથી નીકળતા રસને પીવાથી દમ જેવા રોગોમાંથી રાહત મેળવી શકાય છે.

ત્વચાના રોગોનું કારણ કફ અને પિત્તનો વિકાર ગણાય છે ને લીમડાથી એ બન્ને દોષોની શુદ્ધિ થતી હોવાથી ચામડી માટે અદ્‌ભૂત દવા ગણાય છે. લીમડામાં રહેલાં નિમ્બિન, નિમ્બિનિન અને નિમ્બિડિન જેવાં કેમિકલ્સ વાઈરસ અને ફૂગનો નાશ કરવાનો ગુણ ધરાવે છે. ખીલ થવાં, ખરજવું થવું, ચામડીમાં બળતરા થવી, ખરી પડવી જેવી તકલીફોમાં લીમડાનાં લીલાં પાન લસોટીને એનો લેપ અસરગ્રસ્ત જગ્યાએ લગાવવો.

લીમડાનાં પાનના રસમાં ચપટીક ખડી સાકર મેળવીને આઠ-દસ દિવસ સુધી પીવાથી શરીરની વધારાની ગરમી દૂર થાય છે.

કૉલેરાનો વાવર ચાલતો હોય ત્યારે એક તોલો લીમડાનાં પાનમાં ચપટીક કપૂર અને એટલી જ હિંગ નાખીને ગોળી બનાવવી. જ્યાં સુધી કૉલેરાના ચેપનો ભય હોય ત્યાં સુધી રોજ રાત્રે આ ગોળી ખાઈ જવાથી કૉલેરા સામે રક્ષણ મળે છે.

હરડે, બહેડા, કડવા લીમડાની અંતરછાલ, મામેજવો અને જાંબુના ઠળિયા સરખે ભાગે લઈ બારીક ચૂર્ણ કરી સવાર સાંજ લેવાથી ડાયાબિટીસ મટે છે.

સંકલન

અમૃત ફળ કેરી

✍ નિલેશ નવીનચંદ્ર દેસાઈ (તેલવાલા)

'આમ, આમ નથી, 'આમ' ખાસ છે....!!!!'

- ડૉ. દિનેશ ઓ. શાહની સુંદર કવિતાથી શરૂઆત કરું છું 'આમ' કેરી વિશે અવનવી વાત.

કોણે વાવ્યા'તા વૃક્ષ કેરીના, કોણે નાખ્યા'તા ખાતર ખોર ?
કોઈ સિંચ્યા'તા નીર બપોરે, ભર ઉનાળે નાચ્યા'તા મોર !
આજ મારે આંબે આવ્યા મ્હોર !
હરખે મલકે કેરિયું નાની, ઝુલે ડોલમ ડોલ
એની સુગંધનો દરિયો ઉછળે, આજે છોળમ છોળ !
આજ મારે આંબે આવ્યા મ્હોર !
મ્હોરમાંથી મારી કેરીયું થાશે, ને કોયલ કરશે કલશોર !
ગાડા ભરી ઘેર કેરિયું જાશે, મારા હૈયાની ભીંજશે કોર !
આજ મારે આંબે આવ્યા મ્હોર !
જીવતર મારું કેરીનું ગાડુ, હંકારુ ખેતરથી ઘરની કોર
કોણ વાવી'તી ને કોણ રે ખાશે, કોણે ખેંચ્યા'તા કુવે દોર ?
આજ મારે આંબે આવ્યા મ્હોર !
અમરત સમ રસ પીવે સૌ એ, મન મારું કરે કલશોર !
વાવવા મારે આંબા આ ભવમાં,
કાલે સૌ થાશ ભાવ વિભોર !
આજ મારે આંબે આવ્યા મ્હોર !

આ લેખનું બંધબેસતું શીર્ષક ૨ દિવસ વિચાર્યા પછી ન્યાયસંગત લાગ્યું, બોલો.....

કેરી વિશેના મારા રીસર્ચ પછી ફરીવાર સાબિત થઈ ગયું કે,'ફળોનો રાજા એટલે કેરી.' તમે પણ જાણશો ત્યારે જ માનશો. આજ સુધીના તમારા કેરી વિષયના જ્ઞાનને જ નજીવું સાબિત કરી દેશે પણ સામે તમને ખુશી, આશ્ચર્ય અને આનંદની લાગણી થયા વગર રહેશે જ નહિ એનો હું દાવો કરું છું. કદાચ આવી જ વાતોની જાણકારી કદાચ ભારત પુત્ર (હા, એમ કે'વા માય ઈ ખોટું થોડું છે...!!!!!) એવા બાંગ્લાદેશે ૧૫, ઓક્ટોબર ૨૦૧૦ના દિવસે કેરીના વૃક્ષને (આંબાને) પોતાના દેશનું રાષ્ટ્રીય વૃક્ષ (National Tree) જાહેર કર્યું.

લંકાની અશોક વાટિકામાં આમ્રફળ દ્વારા ક્ષુધા તૃપ્તિમાં વિક્ષેપ થતાં અનેક વૃક્ષો ઉખાડીને રાક્ષસોમાં હાહાકાર મચાવનાર ભગવાન રામભક્ત હનુમાનથી શ્રી વિષ્ણુજી સુધી, કવિ કાલિદાસથી શાયર મિર્ઝા ગાલિબ સુધી, વિશ્વવિજેતા સિકંદરથી શહેનશાહ અકબર સુધી તથા આમ આદમીથી ભૂ.પૂ. વડાપ્રધાન શ્રી અટલ બિહારી બાજપાઈજી સુધી, એમ સહુએ કેરીના માનમાં દિલ ખોલીને તેનાં ગુણગાન ગાયા છે.

દેશમાં હવે પાકી કેરીનો પ્રિઝર્વેટીવ પ્રોસેસ્ડ પલ્પ-રસ તથા કેરીની અન્ય પ્રોડક્ટ જેમ કે કાચી કેરીની ચટણી, કચુંબર, બારમાસી આંબોળીયાં, આમચૂર પાવડર, પન્ના શરબત, અથાણાં, મુરબ્બા, જામ, જેલી, મેંગો જ્યુસ-શેક, આઈસક્રીમ, ચોકલેટ-ટૉફી, મેંગો લસ્સી, બિસ્કિટ, નાનખટાઈ, પાઈ, કેક, સ્વીટ ચીલી મેંગો સૉસ, પાકી કેરીના પાપડ, કેરીની ગોટલીમાંથી આયુર્વેદીક ચૂર્ણ તથા મુખવાસના અઢળક ઉત્પાદન. ઉપરાંત, વિશ્વમાં કાચી-પાકી કેરીમાંથી બનાવેલી અન્ય સેંકડો વાનગી બારે માસ મળે છે. જેમાંથી કેટલીક સામગ્રી તો આપણે ક્યારેય જોઈ, સાંભળી કે ચાખી પણ નથી.

તમને જાણવાની ઈચ્છા તો બહુ જ હશે પણ હા યાદ રહે,'ઉતાવળે આંબા ના પાકે', જો કહેવતમાં પણ પાછી કેરી આવી.

આમ તો, આપણી જીભ દ્વારા ઓળખવામાં આવતા સ્વાદ જેમકે ખારો, ખાટો, મીઠો, કડવો, મોળો તથા તીખો એમ કુલ છ પ્રકારના રસને 'ષટરસ' કહેવાય છે. આયુર્વેદમાં પણ મધુર, અમ્લ, લવણ, કટુ, તિક્ત અને

કષાય એમ કરીને કુલ છ રસનો ઉલ્લેખ છે. હવે કેરીને જો તમામ ફળોનો રાજા કહેવાતો હોય તો તેનું સચોટ કારણ એ છે કે, આંબાના વૃક્ષ પર મોર (ફૂલોનાં ઝૂમખાં) બેસે ત્યારથી લઈને, કેરી પાકીને તૈયાર થાય ત્યાં સુધીમાં ઉપર વર્ણન કરેલા તમામ છ રસ તેમાં વિવિધ તબક્કે અનુભવાય છે. આપણાં શાસ્ત્રોમાં તો કેરીને વ્હાલથી 'ઈન્દ્રાસની ફળનું' ઉપનામ આપેલ છે, જેનો સરળ અર્થ થાય છે,'વર્ણન કરી ન શકાય તેવો અદ્‌ભૂત અનુભવ અથવા इंद्रियानुभूत ज्ञान'.

વિશ્વમાં કુલ ૧૪૦૦ પ્રકારની કેરીનો જાતો જોવામાં આવે છે. તમે કેટલી ટેસ્ટ કરી? આ સવાલ સાંભળીને કોઈના પણ મનમાં બાકીની કેરીઓ એકવાર ટેસ્ટ કરવાની લાલચ ઉપજ્યાં વગર રહે જ, કેમ?

યુએન આશ્રિત,'ફૂડ એન્ડ એગ્રિકલ્ચર ઓર્ગેનાઈઝેશન (FAO)' દ્વારા આંબાની ખેતીમાં અનેક પ્રોત્સાહન તથા અવિરત સંશોધનના સફળ કાર્યક્રમોને કારણે, આજે તો અસંખ્ય પ્રકારના રંગ-રૂપ-કદ-સ્વાદની કેરી વિશ્વભરમાં જોવા મળે છે. 'FAO' ના આખરી પ્રામાણિત અહેવાલ પ્રમાણે, સમગ્ર વિશ્વમાં દર વર્ષે લગભગ ૫૦૦૦ હજાર હેકટર જમીનમાં અધધધ ૧,૨૦,૦૦,૦૦૦/- ટન કેરીનું ઉત્પાદન થાય છે.

તેમાં સૌથી વધારે કેરીનું ઉત્પાદન કરતો દેશ ભારત છે. થોભો, આ વાતને સારી રીતે, સુગંધિત રીતે રજુ કરું તો આખી દુનિયામાં ખવાતી કેરીઓમાં ૬૦% ભારતમાં તૈયાર થયેલી હોય છે, છે ને આશ્ચર્યની વાત !!! ભારત દેશમાં તો દરેક રાજ્યમાં અલગ અલગ વેરાયટીનો ખાસ આમ પાક થાય છે. (I mean આમ પાક = કેરીનો પાક, Special પણ છે છતાં આમ છે, અને આમ છે છતાં Special છે)

ખાલી ગુજરાતની વાત કરીએ તો પણ, હાફૂસ, કેસર, જમાદાર, રાજાપુરી, વશી બદામી, નીલમ, તોતાપુરી, દાડમીયો, લંગડો, કરન્જીયો, દશેરી અને સરદાર જેવી મીઠી રસીલી કેરીઓની ભરમાર જોવા મળે છે.

એમાય કેરીઓની મહારાણી ગણાતી 'કેસર'ને તો કેમ ભૂલી શકાય. અંદાજે ૨૦૦ વર્ષનું આયુષ્ય ધરાવતી આ મહારાણી 'કેસર' જી.ઈ. રજીસ્ટ્રેશન (જિઓગ્રાફિક ઈન્ડેક્ષ) મેળવવા જઈ રહી છે. રજીસ્ટ્રેશન બાદ આપણી કેસર 'ગીર કેસરી' ના નામે ઓળખાશે. આખા વિશ્વમાં ડંકો વગાડી દીધો ને....!!!

આપણી ગુજરાતી અલ્ફેન્ઝો તથા કેસર કેરી, ખેત ઉત્પાદન પ્રમાણપત્ર પ્રદાન કરતા, આંતરરાષ્ટ્રિય બિન સરકારી સંગઠન,'GLOBALGAP' ના આકરા માપદંડમાં ૧૦૦% પાર ઊતરે છે તે, આપણા ગુજરાત માટે ગૌરવ લેવા જેવી બાબત છે.

'વર્લ્ડ હેલ્થ ઑર્ગેનાઈઝેશન' તથા યુ.એન. સંચાલિત 'ફૂડ એન્ડ એગ્રિકલ્ચર ઑર્ગેનાઈઝેશન' દ્વારા નક્કી કરવામાં આવેલાં CODEX STANDARD FOR MANGOES' (એગમાર્ક) મુજબ કેરીના ત્રણ ગ્રેડ નક્કી કરવામાં આવ્યા છે (૧) એક્સ્ટ્રા ક્લાસ (શ્રેષ્ઠ) - જેમાં કોઈ ખામી ન હોય તથા કેરીના પ્રમાણિત કરેલા વજન કરતાં તફાવત ૫% થી વધુ ન હોય. ઉપરાંત, આકર્ષક પેકિંગ કરેલ હોય (૨) ક્લાસ -૨ (મધ્યમ) - જેમાં સાધારણ ખામી હોય પરંતુ, કેરીની ગુણવત્તા સારી હોય. કૉડૅક્સ સ્ટાન્ડર્ડ વજન કરતાં ૧૦% થી ઓછું વજન તથા સાઈઝ નાની ન હોય. સારું પેકિંગ કરેલું હોય (૩) ક્લાસ (ગૌણ) - એક્સ્ટ્રા ક્લાસ તથા ક્લાસ-૧ ના માપદંડમાં ખરી ન ઊતરતી તમામ કેરી.

કેરીની વિવિધતાની વાત કરીએ એટલી ઓછી છે, એક ઉદાહારણ આપુ. આર્દ્ર નક્ષત્ર પછી કેરી ખાવાની ગુજરાત મહારાષ્ટ્રમાં બંધ થઈ જાય. એવું માનવામાં

આવે છે કે વરસાદની ઝપટમાં આવી ગયેલી કેરી ના ખવાય. બીમાર પડી જવાય. સાચી વાત હશે પણ દશેહરી, લંગડો અને આવી બીજી જાતો પર તો વરસાદ પડે ત્યાં સુધી તે પાકતી જ નથી બોલો, અહો, આશ્ચર્યમ !

ઈતિહાસમાં પણ કેરીના બહુ ગુણગાન ગાવામાં આવ્યા છે. વેદોથી માંડીને આધુનિક સમય સુધી ગુણગાન ગાવાનો ખતમ નથી થયો, વેદોમાં પણ ઉલ્લેખ જોવા મળે છે, કાલિદાસે પણ કેરીના મહિમાનું વર્ણન કર્યું છે.

મુગલ બાદશાહોને કેરી બહુ પ્રિય રહી હતી. ઈતિહાસ એનો સાક્ષી છે. ઈતિહાસનું એક સોપાન તો કેરીને આમ તરીકે ઓળખવા પાછળ મુગલ બાદશાહને જવાબદાર ઠેરવે છે, મુગલ બાદશાહો દરેક વાતને આમ અને ખાસ કહેતા, દા. ત.

જનતા-એ-આમ અને જનતા-એ-ખાસ

મહેફિલ-એ-આમ અને મહેફિલ-એ-ખાસ

દિવાન-એ-આમ અને દિવાન-એ-ખાસ

કહેવાય છે કે બાદશાહ અકબરના લગાવેલા આંબાના વૃક્ષો બિહારના દરભંગાના લાખીબાગમાં જોવા મળે છે. બાદશાહે બાગમાં ૧,૦૦,૦૦૦ આંબાના વૃક્ષો વાવેલા. વિચારો જરા, કેરી કેટલી પ્રિય રહી હશે આ બાદશાહોને...!!!

ઈ.સ. ૧૯૩૮ માં મઝગાવ નામનો આંબો એટલો પ્રસિદ્ધ થયેલો અને એટલો કીંમતી ગણાતો કે, બાદશાહે એની સુરક્ષા માટે સૈનિકોની એક ટુકડી તૈનાત કરેલી. એટલું નહિ, મુગલ બાદશાહ શાહજહાં (જેને તાજમહલ બનાવાનો શ્રેય ઈતિહાસ આપે છે) અને એના પુત્ર ઓરંગઝેબ (જેમને એના જ પિતા શાહજહાં ને યમુના ના બીજે કાંઠે બંધી બનાવી, તેનો જ તાજમહાલ દુઃખ સાથે મૃત્યપર્યત જોતા રહેવા ફરજ પાડવાનો શ્રેય મળે છે) બંને બાપ-દીકરાનો સંબંધ કેરીના લીધે પણ બગડયો હતો. (થયું ભાઈઓ આશ્ચર્ય... તો કહો... અહો, આશ્ચર્યમ....!!!!)

અંગ્રેજો પણ પાછળ નહોતા રહ્યા, ભારત દેશમાં અંગ્રેજી સત્તાનો પાયો નાખનાર અંગ્રેજ રોબર્ટ ક્લાઈવના પુત્ર એડવર્ડ ક્લાઈવે પોતાનો કેરીનો શોખ પૂરો કરવા માટે ઈ.સ. ૧૭૯૮માં મદ્રાસ (ત્યારે ભારતની રાજધાની ગણાતું મદ્રાસ જેને આજે આપણે ચેન્નાઈ તરીકે ઓળખીએ છીએ) તેમાં એક કેરીનો બગીચો બનાવેલો જેમાં વિવિધ જાતોની કેરીઓ ઉગાડવામાં આવતી.

હજુ એક આશ્ચર્ય જણાવી દઉં, હરિયાણાના બુરેલ નામની જગ્યા પર એક આંબો આજે પણ મિસાલ છે. ૩૨ ફૂટનું જાડુ થડ, ૮૦ ફૂટ લાંબી ડાળીઓ, ૨૭૦૦ વર્ગ યાર્ડમાં વિસ્તરેલો એ આંબો ક્યારેક ક્યારેક તો ૨.૫ કી.ગ્રા.ની કેરીઓ આપે છે...લ્યો... ફરી પાછું અહો આશ્ચર્યમ....!!!

કોંકણ-મહારાષ્ટ્રમાં તો વળી 'સિંધુ' નામની 'SEEDLESS' કેરીનું ઉત્પાદન પણ શરૂ થયેલ છે, તે બાબત વિજ્ઞાન + માનવ બુદ્ધિનો ચમત્કાર જ ગણવો રહ્યો.

સુગર ફ્રી કેરીનું નામ સાંભળ્યું છે??? એ પણ ભારત દેશમાં જોવા મળે છે... બોલો બોલો, અહો આશ્ચર્યમ... !!!

કેરી અને સ્વાસ્થ્ય.....

કેરી કાચી એ પાકી બંને અવસ્થામાં 'આરોગ્યવર્ધક' જ છે. ફળ તો ફળ એની ગોટલી પણ આરોગ્યવર્ધક છે. કેરીની છાલ પણ આરોગ્યવર્ધક, આંબાના પાન પણ આરોગ્યવર્ધક અને લાકડું એ આરોગ્યરક્ષક છે.

૧) બ્લડ પ્રેશર કરે નિયંત્રિત : કેરીમાં વિટામિન્સ તો હોય જ છે પણ કેરીમાં હોય છે પોટેશિયન અને મેગ્નેશિયમ.

૨) કેન્સરના ખતરાને કરે ઓછો. કેરી કોલેસ્ટ્રોલ ઘટાડે, કારણ કેરીમાં ફાઈબર પેક્ટીન મળી આવે છે. જે ગ્રંથીના કેન્સરને રોકે છે.

૩) વજન વધારવામાં મદદરૂપ ૧૫૦ gm માં ૮૬ કેલરી ઉર્જા હોય છે. કેરીમાં રહેલું સ્ટાર્ચ સુગરમાં કન્વર્ટ થઈ વજન વધારે છે.

૪) પાચન ક્રિયામાં સહાયક અપચન અજીર્ણ, એસીડીટી મટાડે છે. કેરીમાં રહેલા Enzyms પાચનતંત્ર સુધારે.

૫) એનીમિયાનો ઉપચાર સારા પ્રમાણમાં આયર્ન મળી રહેતા લોહીની માત્રામાં વધારો થાય છે.

૬) ગર્ભવતી મહિલાઓ માટે ફાયદાકારક આયર્ન ભરપુર હોવાના લીધે ગર્ભવતી માતાઓ માટે બહુ ફાયદાકારક છે.

૭) ખીલથી દુર રાખે. ખીલના બંધ છીદ્રો ખોલી આપે છે. ખીલ થતા બંધ થઈ જાય છે. કેરીના માવાને ચહેરા પર લગાવી રાખો. ૧૦ મિનીટમાં ધોઈ નાખો. સળંગ ૮ દિવસ કરો અને જુઓ અસર.

૮) જલ્દી વૃદ્ધ થતા અટકાવે. વિટામીન 'સી' માનવ શરીરમાં કોલજનનું નિમાર્ણ કરે છે. કોલજન બ્લડ વેસલ્સ અને શરીરના બાકીના કનેકટીવ ટીસ્યુને સારા રાખે છે. ચામડીની ત્વચાની ઉંમર વધવા દેતું નથી.

૯) મસ્તિષ્ક ને સ્વસ્થ બનાવે કેરીમાં વિટામીન બી-૬ પ્રચુર માત્રામાં મળે છે જે મગજની કાર્ય પધ્ધતિને બહેતર બનાવે છે.

૧૦) કેરી રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધારે છે.

૧૧) ડાયાબીટીસનો પ્રાકૃતિક ઈલાજ કેરી અને એના પાન, આંબાના પાનનો ઉકાળો પીવાથી ડાયાબીટીસ નોર્મલ થઈ જાય છે.

૧૨) આંખોનો રાખે ખ્યાલ. એક કપ કેરીના જ્યુસમાં આંખ માટે વાપરતા વિટામીન-એનો ૨૫% હિસ્સો આવી જાય છે. આંખોની બળતરા ઘટાડે અને કેરીમાં રહેલું બીટાકેરોટીન એ આંખની રોશન વધારે છે.

૧૩) સેક્સ્યુઅલ પ્રોબ્લેમ સોલ્વ કરે.

૧૪) લુ નો ઉપચાર કરે.

૧૫) કેરીની ગોટલીનું ચૂર્ણ ૫ થી ૧૦ ગ્રામ આપવાથી પેટમાંથી કૃમિ નિકળી જાય.

૧૬) કેરીની ગોટલીનું ચૂર્મ શરીર પર લાગવાથી પરસેવો આવતો બંધ થઈ જાય.

૧૭) ઠંડીને લીધે પગ ફાટે ત્યારે કેરીની ચીર લગાવો ઓકે થઈ જશે.

૧૮) આંબાની અંતરછાલ અને ચૂનાનું નીતર્યું પાણી પીવાથી ડાયાબીટીસમાં રાહત થાય છે.

૧૯) આંબાની ગોટલીના રસના ટીપા નાકમાં નાખવાથી નાકમાંથી નીકળતું લોહી બંધ થઈ જાય છે.

૨૦) આંબાની ડાળ પરથી પાન તોડવા નીકળતું પ્રવાહી આંજણી મટાડે છે.

૨૧) આંબાના મૂળ ને ગળે-હાથે બાંધવાથી ઉનીયો તાવ મટે છે.

૨૨) આંબાના પાનના રસથી રક્ત અતિસાર મટે છે.

૨૩) આંબાની ગોટલીનો રસ લોહીની ઉલટી થતી હોય એમને રાહત પહોંચાડે છે.

૨૪) આંબાના પાનનો રસ મધ સાથે પીવાથી અવાજ ચોખ્ખો થાય છે.

૨૫) કેરીની ગોટલીનું ચૂર્ણ મધ સાથે લેવાથી દુજાતા હસર/પ્રદર મટે છે.

૨૬) આંબાના પાનના રસમાં મધ/શેરડી નો રસ લોહીના ઝાડા અટકે છે.

૨૭) આંબાની અંતરછાલની ચૂર્ણને પાણી/છાશ સાથે લેવાથી શરીરની બળતરા મટે છે.

૨૮) આંબાના પાનના રસને મધ/સાકર સાથે લેવાથી અલ્મપિત મટે છે.

૨૯) કેરીના ફળને તોડતા નીકળતું ચિર દાદર-ખરજવું મટાડે છે.

૩૦) પાકી કેરી ચૂસીને ખાવાથી ખાસી મટે છે.

૩૧) રસદાર પાકી કેરી ચૂસવાથી રાત્રે ઊંઘમાં ચાલવાની આદત છુટે છે અને ઉંઘ સારી આવે છે.

૩૨) પાકી કેરીનો રસ + મધ સાથે લેવાથી ટી.બી. મટે છે.

૩૩) કેરી એ તો શ્રેષ્ઠ રેચકમાંથી એક છે, મળ સાફ ઉતારે છે, કબજિયાત દુર કરે છે.

૩૪) પાકી કેરીની છાલ ઉતારી ટુકડા કરી મધ, આદુ, સુંઠ બપોરે અને સાંજે ખાવાથી DETOXIFICATION થાય છે. (તમારા ૫૦૦૦-૧૦૦૦૦ બચી જાય છે.)

૩૫) કેરીની અંદર રહેલું પપૈન નામનું સંયોજન પાચન તંત્રમાં બહુ કામ આવે છે, અને અથાણાંને પોચુ બનાવવા માટે પણ આ સંયોજન જ ખાસ ભૂમિકા ભજવે છે.

૩૬) કીડનીની પથરીને ગાળીને કાઢી નાખે એટલી સમર્થતા છે કેરીમાં.

૩૭) કેરીમાં વિટામીન E સારી માત્રમાં હોવાથી હૃદયરોગી માટે બહુ ગુણકારી છે.

કેરી, આંબો અને કહેવતો....

કેરી ફળોનો રાજા ગણાય છે અને કહેવતોમાં પણ પાછળ નથી !

૧) આંબુની કમાઈ જાંબુમાં ગુમાઈ.

૨) આંબા ગાળો ને પૈસા ટાળો

૩) ઉતાવળે આંબા ન પાકે.

કેરીના રસ સાથે રોટલી વધારે ખવાય છે ત્યારે કહેવાય છે કે....

૪) એક ગોટલી તો સો રોટલી

૫) કેરી ખાઈને પાણી પીએ એટલી બહેન વહાલી ને ગોટલી ખાઈને પાણી પીએ એટલો બહેનને ભાઈ વહાલો.

૬) કેરીની ખોટ કોંકડીઓમાં ભાંગીશું.

૭) નારી કેરીને આમલી દીઠે દાઢ ગળે
એ ત્રણેનું સેવન કરે, તે આખરે ધૂળે મળે.

૮) રસ કેરીનો ને જમણ દૂધપાકનું.

૯) રાયણ ખાઈને રાતી થઈને કેરી ખાઈને દુબળી થઈ.

૧૦) આમ તો આમ ગુટલિયો કે ભી પૈસે મિલતે હૈ.

અને હજુ ઘણી છે.... કેરીને ફળોનો રાજા કહેવામાં રાજાની ઈજ્જત વધે એવું નથી લાગતું.

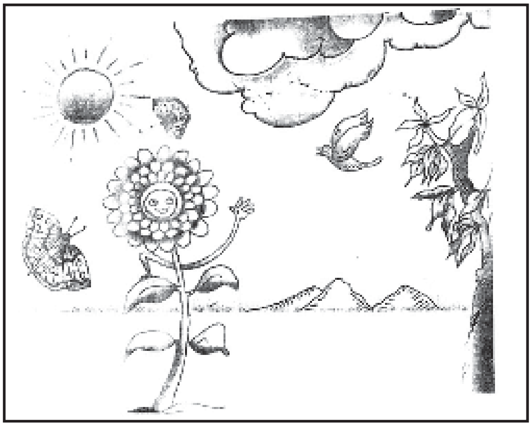
તો મારા તરફથી અને કેરીબહેન તરફથી જે જે શ્રી ગોકુલેશ.

સંકલન

Rakesh Dharia - 9819685882
✤ Civil ✤ Carpenter
✤ Painting ✤ Aluminium
✤ P.O.P.Work ✤ Electric
✤ Fabricators
Krish
INTERIORS
A-604, Saraswati C.H.S.Ltd.
C.S.Road No.4, Near Shakti Nagar
Dahisar (East),
Mumbai - 400068

રાતરાણી દિવસે મહેકે તો ?

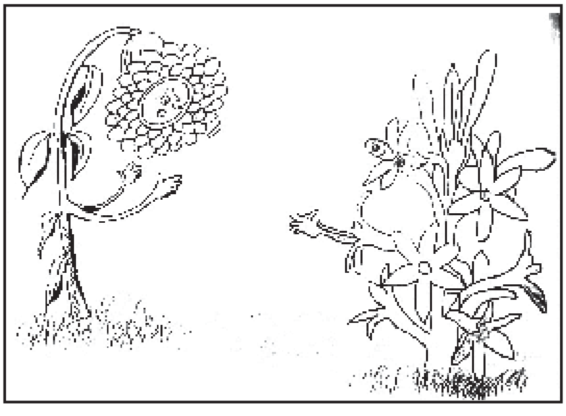
રાતરાણી અને સૂરજમુખી બન્ને પાક્કા મિત્રો. પણ રાતરાણીનો ઉગવાનો સમય એ જ સૂરજમુખીનો કરમાવાનો સમય અને સૂરજમુખીનો ઉગવાનો સમય એ જ રાતરાણીનો કરમાવાનો સમય, પણ જતી અને આવતી વખતે બન્ને મિત્રો સવાર-સાંજ થોડી પળો માટે મળે અને સુખ દુઃખની વાતો કરે.



એક દિવસની વાત છે. સૂરજમુખીએ રાતરાણીને પૂછ્યું,'રાત કેવી હોય ? શું રાતના મજા આવે ? તો રાતરાણીએ કહ્યું, 'હા, રાતના તો બહુ મજા આવે, નિરવ શાંતિ હોય, ચંદ્ર અને તારા સાથે વાતો કરવાની કેવી મજા આવે.' પછી રાતરાણીએ સૂરજમુખીને પૂછ્યું કે, 'દિવસ કેવો હોય ?' સૂરજમુખી કહે, 'દિવસે તો ખૂબ જ મજા. કેવાં નાનાં નાનાં પતંગિયા મારી પાસે રમવા આવે, કેવો સરસ મજાનો સૂર્યપ્રકાશ હોય,' આટલી વાતો થઈ ત્યાં તો સૂરજમુખીનું ફૂલ કરમાઈ ગયું અને રાતરાણીનું ફૂલ એકલું પડયું. એકલા એકલા વિચારવા લાગ્યું કે કેવો હશે સૂરજનો પ્રકાશ, કેવાં હશે પતંગિયા, પંતગિયાઓને જો હું મળી શકું તો કેવી મજા આવે. આ મારે તો માત્ર ચંદ્ર અને તારા જ અને આખી રાતની શાંતિ, બીજું કંઈ જ નહીં. સવારે સૂરજમુખી આવશે ત્યારે હું એને પૂછી જોઈશ, મને સવારે ઉગવા ન મળે ?

પછી સવાર આવી એટલે બન્ને મિત્રો પાછાં વાતોએ વળગ્યાં. રાતરાણીએ પૂછયું,'આપણે બન્ને શું આપણાં સ્થાન ન બદલી શકીએ. હું સવારે ઊગું અને તું રાતના ઊગે એવું ના થઈ શકે ?' સૂરજમુખી કહે,'જો એવું થાય તો ખરેખર મજા પડે, મને પણ રાત જોવાની ખૂબ ખૂબ ઈચ્છા છે. પણ એના માટે તો ભગવાનને પ્રાર્થના કરવી પડે, પણ કંઈ વાંધો નહીં. હું આજે મારા મિત્ર પતંગિયાને કહીશ તો એ ઉપર ઊડીને ભગવાન પાસે આપણી વાત પહોંચાડી દેશે. રાતરાણીએ કહ્યું,'સારું' એટલું કહીને બન્ને છૂટાં પડયાં.

પછી સૂરજમુખી પાસે પતંગિયાં રમવા આવ્યાં. એટલે સૂરજમુખીએ બધી વાત પતંગિયાને કરી. તો પતંગિયું કહે,'હું તો આટલે ઉપર ન ઊડી શકું પણ હું ચકલીને કહીશ તો એ જરૂર તમારી વાત ભગવાન સુધી પહોંચાડશે.' એટલે પતંગિયાએ બધી વાત ચકલીને કરી તો ચકલીએ પણ કહ્યું કે,'હું કાગડાને કહીશ.' એટલે ચકલીએ કાગડાને કહ્યું કાગડાએ સમડીને કહ્યું' અને સમડીએ ગીધને કહ્યું. ગીધે ગરુડને કહ્યું ગરુડે ભગવાનને કહ્યું એટલે ભગવાને કહ્યું કે,'ભલે, આવતીકાલે એમ જ થશે. આવતીકાલે સવારે સૂરજમુખી ઊગશે પછી સાંજના કરમાશે નહીં. બીજે દિવસે સવારે કરમાશે અને આવતીકાલે સાંજના રાતરાણી ઊગશે નહીં પણ બીજે દિવસે સવારે ઊગશે. એટલે ગરુડે તો આ ખુશીના સમાચાર ગીધને આપ્યા, ગીધે સમડીને આપ્યા. સમડીએ કાગડાને, કાગડાએ



ચકલીને, ચકલીએ પતંગિયાને અને પંતગિયાએ સૂરજમુખીને આ સમાચાર આપ્યા એટલે સૂરજમુખી તો ખૂબ ખુશ થઈ ગયું. સાંજના એણે બધી વાત રાતરાણીને કરી તો રાતરાણી પણ ખુશ. રાતરાણી રાત આખા દિવસનાં સપનાં જોવા લાગી. પતંગિયા કેવા હશે? વિચારવા લાગી.

બીજી દિવસે સૂરજમુખીનું ફૂલ સાંજના ન કરમાયું અને રાતરાણીનું ફૂલ ન ઉગ્યું. રાત પડી એટલે સૂરજમુખીને શરૂઆતમાં તો મજા પડી. પણ જેમ જેમ રાત વીતતી ગઈ એમ સૂરજમુખીને દિવસ યાદ આવવા લાગ્યો. એ પતંગિયાં, એ તડકો, એ શોરબકોર- બધું જ યાદ આવવા લાગ્યું અને સૂરજમુખીનું ફૂલ તો ગભરાવા લાગ્યું. ચંદ્ર અને તારા હોવા છતાં પણ એને નહોતું ગમતું. એ તો રોવા લાગ્યું. પછી સવારે રાતરાણીનું ફૂલ ઉગ્યું અને બન્ને મિત્રો વાતોએ વળગ્યા. રાતરાણીએ પૂછ્યું,'કેમ, રાતના મજા આવીને ?'

તો સૂરજમુખીએ રડતાં રડતાં બધી વાત કરી ને કીધું,'મને તો રાતના નહીં ફાવે' એટલું કહીને એ તો કરમાઈ ગયું. પછી જેમ જે દિવસ ચડતો ગયો એમ શરૂઆતમાં રાતારણીના ફૂલને મજા આવી પણ પછી સૂરજની ગરમી વધી એટલે રાતરાણીના ફૂલથી ગરમી સહન ન થઈ. એ તો બળવા લાગ્યું. ખૂબ જ શોરબકોરથી એને તો ત્રાસ થયો, એટલે એણે તો પતંગિયાને કહ્યું કે પંતગિયાભાઈ, તમે ફરીથી ભગવાન પાસે વાત પહોંચાડોને કે અમને ફરીથી અમારા સમય પર ઉગવા અને કરમાવા દે. અમે બન્ને આ આદલાબદલીથી ત્રાસી ગયા છીએ. એટલે ફરીથી પતંગિયાએ ચકલીને, ચકલીએ કાગડાને, કાગડાએ સમડીને અને સમડીએ ગીધ દ્વારા ભગવાન પાસે વાત પહોંચાડી ને બન્ને ફરીથી પાછા ઉગવાના અને કરમાવાના પોતપોતાના સમય મળ્યા.

(ક) નીચે પૂછેલા પ્રશ્નના જવાબ બાળકોને સમજાવો.

(૧) દિવસે ઉગતા ફૂલનું નામ કહો ?

(૨) રાતરાણી રાતના કોની સાથે મઝા કરે છે ?

(૩) સૂરજમુખી અને રાતરાણીને પોતાના સ્થાન બદલવા શું કરવું પડે ?

(૪) ગરુડે ભગવાનને શું સંદેશો આપ્યો ?

(૫) સૂરજમુખીને શા માટે રડવું આવ્યું ?

(ખ) ખાલી જગ્યા પૂરો.

(૧) રાતરાણીના ફૂલ થી_________ સહન ન થઈ.

(૨) દિવસે તો ખૂબ જ મઝા આવે. કેવા નાનાં નાનાં _________ મારી પાસે રમવા આવે.

(૩) બીજે દિવસે સૂરજમુખીનું ફૂલ સાંજના ન કરમાયું અને _________ નું ફૂલ ન ઊગ્યું.

(ગ) વિરુધ્ધાર્થી શબ્દ લખો.

(૧) ગરમી x _________

(૨) દિવસ x _________

(૩) પાસે x _________

(૪) સુખ x _________

(૫) મિત્ર x _________

(ઘ) પ્રવૃત્તિ

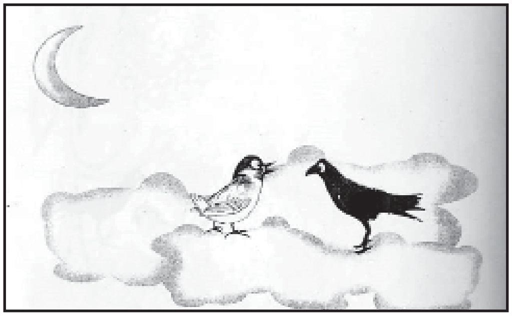
(૧) રાત્રે ઘરની બારીમાંથી ચાંદામામાને, તમને ગમતા રમકડાં બતાવો.

(૨) તમને ગમતું ફૂલ અને પક્ષી ડ્રોંઈગ પેપરમાં દોરી તેમાં રંગ પૂરો.

(૩) દિવસે જે શોર-બકોર થાય છે તેવી દસ વસ્તુના નામ કહો.

ચાંદામામા પર જવું છે ?

એક હતી ચકલીબહેન. એ ચકલીબહેનને એક દિવસ ચાંદામામાના દેશમાં જવાનું મન થયું પણ ચાંદામામા તો ખૂબ ઉપર રહે. 'આટલે ઉપર જવાય શી રીતે ?' એમ વિચારીને ચકલીબહેન તો ખૂબ ઉદાસ ઉદાસ થઈ ગયાં. ઉદાસ થઈને એક ઝાડની ડાળી પર બેઠા'તાં, ત્યાં એક કાગડાભાઈ આવ્યા. ચકલીબેનને ઉદાસ જોઈને કાગડાભાઈએ પૂછ્યુ,'ચકલીબહેન, આજે કાં આમ ઉદાસ છો ?' ચકલીબહેનને થયું કે કાગડાભાઈ તો ચતુર ગણાય. એ કંઈક રસ્તો કાઢશે એટલે કાગડાભાઈને ચાંદામામાના દેશમાં જવાની વાત કરી. કાગડાભાઈ કહે,'એમાં શું મોટી વાત છે. આ વાદળાં તો ખૂબ ઉપર સુધી જતાં હોય છે, એકાદ વાદળા પર બેસી જાવ એટલે વાદળા તમને ચાંદામામાના દેશમાં લઈ જશે' સાંભળીને ચકલીબહેન તો રાજીના રેડ થઈ ગયાં, પણ ફરી પાછી એ જ મુસીબત, વાદળ સુધી પહોંચાય કેવી રીતે ? તો કાગડાભાઈએ એનો પણ રસ્તો કર્યો. કાગડાભાઈ કહે,'ઠંડીના દિવસો છે, એકાદું વાદળ જો નીચે આવો તો તમને એના પર સવાર થઈ જજો.' ત્યાં તો ખરેખર એક નાનું વાદળ બીજા વાદળોથી છૂટું પડીને એ તરફ આવ્યું એટલે ચકલીબહેન તો ખુશ ખુશ થઈને વાદળને પૂછ્યું,'વાદળભાઈ, વાદળભાઈ, મારે ચાંદામામાના દેશમાં જવું છે. તમે મને તમારા પર બેસાડીને ચાંદામામાના દેશમાં લઈ જશો ?' વાદળ તો રાજી થતાં કહે,'આવો ને ચકલીબહેન, હું પણ એ તરફ જ જાઉં છું. આપણે બન્ને વાતો કરતાં કરતાં જઈશું.' એટલે ચકલીબહેન તો હવામાં ઊડતાં ઊડતાં નાચવા લાગ્યાં. નાચતાં નાચતાં વાદળ પર બેસી ગયાં. એ જોઈને કાગડાભાઈએ કહ્યું, 'મારે પણ આવવું છે, હું પણ આવીશ.' તો વાદળ કહે,'સારું કાગડાભાઈ, તમે પણ આવો.' એટલે ચકલીબહેન અને કાગડાભાઈને લઈને વાદળ તો આગળ વધવા લાગ્યું. તેઓ આગળ ગયાં ત્યાં તેમને કબૂતર મળ્યું. આમ વાદળ પર ચકલીબહેન અને કાગડાભાઈને સવાર થયેલાં જોઈને કબૂતરે પૂછ્યું,'તમે બધાં શીદ જાઓ છો,' તો ચકલીબહેને કહ્યું, 'અમે તો આ વાદળભાઈ પર બેસીને ચાંદામામાના દેશમાં જવા નીકળ્યાં છીએ.' તો કબૂતર કહે,'ચાંદામામાના દેશમાં તો મારે પણ આવવું છે. સાંભળ્યું છે કે ચાંદામામા તો આપણાં જેવાં પંખીઓને ખૂબ જ લાડ લડાવે છે એટલે હું પણ આવીશ.' ચકલીબહેને વાદળભાઈને પૂછ્યું, તો વાદળભાઈએ હા પાડી એટલે કબૂતર પણ વાદળ પર બેસી ગયું. થોડે આગળ ગયા તો મેના અને પોપટ ઊડતા ઊડતા જતાં હતાં. તેઓ પણ સાથે થઈ ગયાં. થોડે આગળ ગયાં તો કોયલબહેન મળ્યાં. બધાંને થયું કે કોયલબહેનનાં ગીતો સાંભળવાની મજા આવશે એટલે બધાંએ કોયલબહેનને કહ્યું,'કોયલબહેન, તમે પણ ચાલો ને,' કાગડાભાઈને જોઈને પહેલાં તો કોયલબહેને ના પાડી, પણ પછી બધાંએ આગ્રહ કર્યો એટલે કોયલબહેન પણ સાથે થઈ ગયાં. એવી જ રીતે કાબરબાઈ પણ સાથે થઈ ગયાં અને વાદળ તો ઊપડયું આકાશ તરફ.



પહેલાં ચકલી, પછી કાગડો, કબૂતર, મેના, પોપટ, કોયલ અને કાબર. આટલાં બધાં પંખીઓ વાદળ પર સવાર થઈ ગયાં એટલે વાદળે તો લાગવા લાગ્યો ભાર. વાદળ માટે તો ઊડવું જ મુશ્કેલીભર્યું થઈ ગયું. જેવું ઉપર જવાની કોશિશ કરે કે પાછું નીચે આવી જાય. વળી પાછું ઉપર જાય અને નીચે આવી જાય. આમ સતત થવાને કારણે બધાં પંખીઓ ગભરાઈ ગયાં. નાછૂટકે વાદળભાઈએ કહેવું પડયું,' મારાથી આટલો ભાર ઉપાડાતો નથી. તમારામાંથી બે-ત્રણ જણાએ ઊતરી

જવું પડશે.' પંખીઓ તો વધારે ગભરાયાં, કારણ કે આટલે ઉપર સુધી તો તેઓ ક્યારેય ઊડયાં જ નહોતાં. તેમને તો જરાક ઊડે અને પછી આરામ કરવા માટે બેસવા માટે ઝાડ જોઈએ. આટલે ઉપર ઝાડ ક્યાંથી લાવવું એલે બધાં પંખીઓએ કહ્યું,'વાદળભાઈ, તમે પાછા નીચે તરફ જાઓ તો અમારામાંથી બે-ત્રણ જણા ઊતરી જશે.' વાદળ કહે,'સારું' પણ ભાર ઊંચકીને વાદળ તો થાકી ગયેલું, હાંફી ગયેલું. એનાથી કંઈ ન થયું. ન ઉપર જવાયું, ન નીચે જવાયું. વાદળ તો વરાળનું બનેલું હોય કેટલો વખત ટકે? તરત જ વેરવિખેર થવા માંડયું. પંખીઓ તો નીચે પડવા લાગ્યાં. પંખીઓમાં નાસભાગ અને ઊડાઊડ મચી ગઈ. ક્યાં જવું, શું કરવું એની કોઈને ખબર જ ન પડે. બધા એકબીજાને પકડવાની કોશિશ કરે, ઊડવાની કોશિસ કરે, પણ આટલે ઉપર કોઈ બરાબર ઊડી શકે નહીં. એકબીજાને પકડવાની કોશિશ કરતાં કરતાં બધાં નીચે તરફ આવવા લાગ્યાં. બધાંએ આંખો મીંચી દીધી કે હવે તો ગયા. બધાં ભગવાનું નામ લેવા લાગ્યાં પણ રામ રાખે તેને કોણ ચાખે? અચાનક તેમને લાગ્યું કે તેમને કોઈકે ઊંચકી લીધાં. બધાંએ આંખ ખોલીને જોયું તો એ એક મોટું વાદળ હતું. એ વાદળ તો એમના માટે ભગવાન બનીને આવ્યું હતું. જેણે બધાં પંખીઓનો જીવ બચાવ્યો. બધાં ફરી પાછાં ખુશખુશાલ થઈ ગયાં. હવે એમને ચિંતા નહોતી કારણ કે આ વાદળ તો ખૂબ મોટું હતું અને એમનો ભાર ઉપાડી શકે એવું હતું. બધોં એ વાદળને ચાંદામામાના દેશમાં જવાનું કહ્યું. પણ એ વાદળ કહે મારામાં એટલી હિંમત નથી. તમે કહેતાં હો તો હું તમને ધરતી પર પાછાં લઈ જાઉં. બધા પંખીઓ ધરતી પર પાછા આવ્યાં પણ દરરોજ ચાંદામામા સામે જોઈ નિ:સાસો નાખે છે કે મામાને મળવા જવાયું નહીં.

બંને સચિત્ર બાળવાર્તા માટે
લેખક શ્રી હેમંતભાઈ નો ખુબ ખુબ આભાર

(ક) નીચે પૂછેલા પ્રશ્નના જવાબ બાળકોને સમજાવો.

(૧) ચાંદામામાના દેશમાં જવાની વાત, શું વિચારીને ચકલીબેને કાગડાભાઈને કરી?

(૨) કોયલબેનને કેમ સાથે લીધાં?

(૩) વાદળ માટે ઊડવું મુશ્કેલીભર્યું કેમ થયું?

(૪) બધા પક્ષીઓ કેવી રીતે બચી ગયા?

(૫) બધા પક્ષીઓની કઈ ઈચ્છા અધૂરી રહી ગઈ?

(ખ) નીચે આપેલા વાક્ય ખરા (✓) છે કે ખોટા (✗)

(૧) ચકલીબેને વાદળને પૂછયું,'મારે સૂરજદાદાના દેશમાં જવું છે.

(૨) ચાંદામામાના દેશમાં જવા સસલાભાઈ પણ વાદળ પર બેસી ગયા.

(૩) કબૂતર કહે, ચાંદામામા તો આપણાં જેવાં પંખીઓને ખૂબ જ લાડ લડાવે છે.

(ગ) સમાનાર્થી શબ્દ લખો.

(૧) રાજી = __________

(૨) લાડ = __________

(૩) કોશિશ = __________

(૪) ગીત = __________

(૫) જરાક = __________

(ઘ) પ્રવૃત્તિ

(૧) મમ્મી સાથે રસોડામાં ઉભા રહી પાણીની વરાળ બનતી જુઓ.

(૨) ડ્રોઈંગ પેપર પર ચાંદામામાનો દેશ દોરો.

(૩) રંગીન કાગળમાંથી ચકલી - પોપટ બનાવો.

હિંડોળા ખાટ

✍ અન્વી નિલેશ દેસાઈ (તેલવાલા)

ફિલ્મી ડાયલોગ્સ અને ફિલ્મના નામની યોગ્ય જોડી જોડો.

૧) બંસતી, ઈન કુત્તો કે સામને મત નાચના	(A) રાઉડી રાઠોડ
૨) બડે બડે શહેરોમેં ઐસી છોટી છોટી બાતેં હોતી રહેતી હૈ	(B) કાલીચરણ
૩) રિશ્તેમેં તો હમ તુમ્હારે બાપ લગતે હે	(C) વક્ત
૪) બાબુમોશાય જિંદગી બડી હોની ચાહિયે લંબી નહીં	(D) શરાબી
૫) કૌન કમબખ્ત હૈ જો બરદાસ્ત કરને કે લિયે પિતા હૈ, મેં તો પિતા હું કે બસ સાંસે લે શકું	(E) દંગલ
૬) દોસ્તી કા એક ઉસુલ હૈ મેડમ, નો સોરી, નો થેન્ક યુ	(F) શોલે
૭) જલી કો આગ કહેતે હૈ, બુઝી કો રાખ કહતે હે	(G) શહેનશાહ
૮) યેહ ઢાઈ કિલો કા હાથ જબ કિસી પે પડતા હૈ ના, તો આદમી ઉઠતા નહીં.	(H) દેવદાસ
૯) એક મચ્છર આદમી કો હિજડા બના દેતા હૈ	(I) દિલવાલે દુલ્હનિયા લે જાયેંગે
૧૦) ડોન્ટ એન્ગરી મી, જો મેં બોલતા હું વો મેં કરતા હું, ઔર જો મેં નહીં બોલતા.	(J) દામિની
૧૧) ગોલ્ડ તો ગોલ્ડ હોતા હૈ, છોરા લાવે યા છોરી	(K) યશવંત
૧૨) સારા શહેર મુઝે લાયોન કે નામ સે જાનતા હૈ	(L) આનંદ
૧૩) જિનકે ઘર શિશે કે હો, વોહ દુસરો કે ઘર પથ્થર નહી ફેંકા કરતે	(M) કર્મા
૧૪) મૂછે હો તો નથુલાલ જેસી હો, વરના ના હો.	(N) વિશ્વનાથ
૧૫) થપ્પડ કી ગુંજ સુની તુમને	(O) મેને પ્યાર કિયા

જવાબ :- (૧) F, (૨) I, (૩) G, (૪) L, (૫) H, (૬) O, (૭) N, (૮) J, (૯) K, (૧૦) A, (૧૧) E, (૧૨) B, (૧૩) C, (૧૪) D, (૧૫) M

DentVilla
The Complete Family Dental Care

Dr. Shikha Dharia
B.D.S

Treatments we offer are:

- A complete dental consultation with digital x-ray.
- Complete prophylaxis (clean up) and gum care.
- Restoring of compromised tooth with fillings, root canal, crown and bridges, extraction, implants, dentures.
- Smile designing and esthetics.
- Complete prophylaxis for children.
- Dental Jewellary / Sport guard and snore guard / Silensor.

Address:

9/10, Ground Floor, Keshavji Vallabhji Building, Opp. Geeta Building, Pandita Ramabai Marg, Gamdevi, Grant Road (W), Mumbai: - 400 007.

Contact: 8879088330

Timings: 10.00am to 8.00 pm Monday to Saturday

આકારણી વર્ષ 2022-23 એટલે કે નાણાકીય વર્ષ 2021-22 માટે આવકના સંદર્ભમાં આવક-વેરાના દર

NARESH DHARIA

નાણાકીય વર્ષ 2021-2022 ગયા વર્ષથી કરના દરમાં કોઈ ફેરફાર કરવામાં આવ્યો નથી.

એ. વ્યક્તિગત, HUF/AOP/BOI માટે આકારણી વર્ષ 2022-23 માટે આવકવેરાના દર નીચે મુજબ છે:
રૂ.2,50,000 સુધી નીલ
2,50,001 થી રૂ .5,00,000 5 ટકા.
રૂ.5,00,001 થી રૂ .10,00,000 20 ટકા.
10,00,000 થી વધુ 30 ટકા.

(ii) દરેક વ્યક્તિના કિસ્સામાં, ભારતમાં રહેવાસી, જેની ઉંમર સાઠ વર્ષ કે તેથી વધુ છે પરંતુ પાછલા વર્ષ દરમિયાન કોઈપણ સમયે એંસી વર્ષથી ઓછી છે,
3,00,000 સુધી નીલ
3,00,001 થી રૂ .5,00,000 5 ટકા.
રૂ.5,00,001 થી રૂ .10,00,000 20 ટકા.
ઉપર રૂ. 10,00,000 30 ટકા

(iii) દરેક વ્યક્તિના કિસ્સામાં, ભારતમાં રહેવાસી, જે પાછલા વર્ષ દરમિયાન કોઈપણ સમયે એંસી વર્ષની અથવા તેથી વધુ વયની છે, -
5,00,000 સુધી નીલ
રૂ. 5,00,001 થી રૂ .10,00,000 20 ટકા.
10,00,000 થી વધુ 30 ટકા.
આ ફકરાની અગાઉના જોગવાઈઓ અનુસાર (કલમ 111 એ, 112 અને 112 એ હેઠળ મૂડી લાભ સહિત) તેમજ કલમ 115 બીએેસી હેઠળ આવકવેરાની ગણતરી કરવામાં આવતી આવકવેરાની રકમ, દરમાં સરચાર્જ દ્વારા વધારવામાં આવશે, -
(એ) કુલ આવક ધરાવતા (અધિનિયમની કલમ 111 એ અને 112 એ ની જોગવાઈ હેઠળ ડિવિડન્ડ અથવા આવકની આવક સહિત) દસ ટકાના દરે પચાસ લાખ રૂપિયાથી વધુ નહીં પરંતુ એક કરોડ રૂપિયાથી વધુ નહીં.
આવા આવકવેરાના;
(બી) કુલ આવક ધરાવતા (અધિનિયમની કલમ 111 એ અને 112 એ ની જોગવાઈ હેઠળ ડિવિડન્ડ અથવા આવક દ્વારા) એક કરોડ રૂપિયાથી વધુની રકમ ધરાવતા, પંદર ટકાના દરે.આવા આવકવેરાના
(સી) કુલ આવક ધરાવતા (અધિનિયમની કલમ 111 એ અને 112 એ ની જોગવાઈ હેઠળ ડિવિડન્ડ અથવા આવકને બાદ કરતાં) બે કરોડ રૂપિયાથી વધુ પરંતુ પાંચ કરોડ રૂપિયાથી વધુ નહીં, પચીસ ટકાના દરે. આવા આવકવેરાના;

(ડી) કુલ આવક ધરાવતા (કાયદાના કલમ 111 એ અને 112 એ ની જોગવાઈ હેઠળ ડિવિડન્ડ અથવા આવકને બાદ કરતા) પાંચ કરોડ રૂપિયાથી વધુના, સાતેત્રીસ ટકાના દરે. આવા આવકવેરાના;

()) કુલ આવક (ડિવિડન્ડ અથવા આવકના આધારે આવક સહિતની કલમ 111 એ અને એક્ટની કલમ 112 એ ની જોગવાઈ) બે કરોડ રૂપિયાથી વધુ છે, પરંતુ તે કલમ (સી) અને (ડી) હેઠળ આવરી લેવામાં આવશે નહીં,

પંદર ટકાના દરે લાગુ પડે છે. જો કાયદાની કલમ 111 એ અને કલમ 112 એ હેઠળ કુલ આવક ડિવિડન્ડ અથવા આવકના આધારે આવકનો સમાવેશ કરે છે, તો આવકના તે ભાગના સંદર્ભમાં ગણતરી કરેલી આવકવેરાની રકમ પર સરચાર્જ પંદર ટકા દર વધારશે નહીં .સરચાર્જના કેસોમાં સીમાંત રાહત આપવામાં આવે છે.

કલમ 115 બીએસીની જોગવાઈઓ મુજબ કેટલીક શરતોની સંતોષ પર, એક વ્યક્તિ અથવા એચયુએફ, આકારણી વર્ષ 2021-22 પછીથી,

નીચેના દરે કુલ આવકના સંદર્ભમાં કર ચૂકવવાનો વિકલ્પ હશે:

(A) કુલ આવક (રૂ.) નો દર

2,50,000 નીલ સુધી

2,50,001 થી 5,00,000 5 ટકા.

5,00,001 થી 7,50,000 10 ટકા.

7,50,001 થી 10,00,000 15 ટકા.

10,00,001 થી 12,50,000 20 ટકા.

12,50,001 થી 15,00,000 25 ટકા.

15,00,000 ઉપર 30 ટકા.

(B. સહકારી મંડળીઓ માટે આકારણી વર્ષ 2022-23 માટે આવકવેરા દર

સહકારી મંડળીઓના કિસ્સામાં, બિલની પ્રથમ સૂચિના ભાગ III ના ફકરા બીમાં આવકવેરાના દર નિર્દિષ્ટ કરવામાં આવ્યા છે. આ દરો નાણાકીય વર્ષ 2020-21 માટે નિર્ધારિત જેવો જ રહેશે. આવકવેરાની રકમમાં સરચાર્જ દ્વારા બાર ટકાના દરે વધારો કરવામાં આવશે. કુલ આવક એક કરોડ રૂપિયાથી વધુ ધરાવતી સહકારી મંડળીના કિસ્સામાં આવા આવકવેરાની. જો કે, 1 કરોડ રૂપિયાથી વધુની આવક પર આવકવેરા અને સરચાર્જ તરીકે ચૂકવવાપાત્ર કુલ રકમ, એક કરોડ રૂપિયાથી વધુની આવકની રકમ કરતા 1 કરોડની કુલ આવક પર આવકવેરા તરીકે કવવાપાત્ર કુલ રકમથી વધુ નહીં. અમુક શરતોની સંતોષ પર, ભારતમાં નિવાસી એક સહકારી મંડળીને આકલન વર્ષ 2021-22 પછીના વિભાગ 1152 ની જોગવાઈ મુજબ 22% દરે વેરો ભરવાનો વિકલ્પ હશે. આવા ટેક્સ પર સરચાર્જ 10% પર રહેશે.

(c) ફર્મ્સ માટે આકારણી વર્ષ 2022-23 માટે આવકવેરા દર

આ દર નાણાકીય વર્ષ 2020-21 માટે નિર્ધારિત જેવો જ રહેશે. 30% આવકવેરાની રકમમાં સરચાર્જ દ્વારા બાર ટકાના દરે વધારો કરવામાં આવશે. જો કે, એક કરોડ રૂપિયાથી વધુની આવક પર આવકવેરા અને સરચાર્જ તરીકે

ચૂકવવાપાત્ર કુલ રકમ, એક કરોડ રૂપિયાથી વધુની આવકની રકમ કરતાં એક કરોડની કુલ આવક પર આવકવેરા તરીકે ચૂકવવાપાત્ર કુલ રકમથી વધુ નહીં

(D) સ્થાનિક અધિકારીઓ માટે આકારણી વર્ષ 2022-23 માટે આવકવેરાના દરો

દરેક સ્થાનિક સત્તાના કિસ્સામાં આવકવેરાનો દર બિલની પ્રથમ સૂચિના ભાગ 3 ના ફકરા ડીમાં ઉલ્લેખિત કરવામાં આવ્યો છે .આ દર નાણાકીય વર્ષ 2020-21 માટે નિર્ધારિત જેવો જ રહેશે. આવકવેરાની રકમમાં સરચાર્જ દ્વારા બાર ટકાના દરે વધારો કરવામાં આવશે. સ્થાનિક આવક એક કરોડ રૂપિયાથી વધુની હોય તેવા કિસ્સામાં આવકવેરાની. જો કે, એક કરોડ રૂપિયાથી વધુની આવક પર આવકવેરા અને સરચાર્જ તરીકે ચૂકવવા પાત્ર કુલ રકમ,Rs 1 કરોડથી વધુની આવકની રકમ કરતાં 1 કરોડની કુલ આવક પર આવકવેરા તરીકે ચૂકવવાપાત્ર કુલ રકમથી વધુ નહીં

ઇ. આવકવેરાના દરો કંપનીઓ માટે આકારણી વર્ષ 2022-23

કંપનીઓના કિસ્સામાં આવકવેરાના દર બિલની પ્રથમ સૂચિના ભાગ III ના ફકરા E માં ઉલ્લેખિત છે.
ધરેલું કંપનીના કિસ્સામાં, આવકવેરાનો દર પચીસ ટકા રહેશે. કુલ આવકમાંથી, જો પાછલા વર્ષ 2019-20 ની કુલ ટર્નઓવર અથવા કુલ આવક ચારસો કરોડ રૂપિયાથી વધુ ન હોય અને અન્ય તમામ કેસોમાં આવકવેરાનો દર ત્રીસ ટકા રહેશે. કુલ આવક. જો કે, સ્થાનિક કંપનીઓને પણ તેમાં સમાવિષ્ટ શરતોની પૂર્તિ માટે ધારા 115 બીએએ અથવા એક્ટની કલમ 115 બીએબી હેઠળ કરવેરા પસંદ કરવાનો વિકલ્પ છે. ટેક્સનો દર 15 ટકા છે. કલમ 115BAB અને 22 ટકામાં. કલમ 115 બીએ માં. સરચાર્જ 10 ટકા છે. બંને કિસ્સાઓમાં સ્થાનિક કંપની સિવાયની કંપનીના કિસ્સામાં, કરના દર નાણાકીય વર્ષ 2020-21 માટે નિર્ધારિત સમાન છે. સાત ટકાના દરે સરચાર્જ. જો સ્થાનિક કંપનીની કુલ આવક એક કરોડ રૂપિયાથી વધુની હોય પરંતુ દસ કરોડ રૂપિયાથી વધુ ન હોય તો, સ્થાનિક કંપનીના કિસ્સામાં (અધિનિયમની કલમ ૧BABA એબીએ અને કલમ ૧BB બીએબી હેઠળ કર વસૂલવા સિવાયના લોકો સિવાય) વસૂલવામાં આવશે. 12% દરે સરચાર્જ વસૂલવામાં આવશે, જો સ્થાનિક કંપનીની કુલ આવક (એક્ટની કલમ ૧BABA એબીએ અને કલમ ૧B under બીએબી હેઠળ વેરા ભરવાનું પસંદ કરતા સિવાય) 10 કરોડ રૂપિયાથી વધુ છે. સ્થાનિક કંપનીઓ સિવાયની કંપનીઓના કિસ્સામાં, જો કુલ આવક 1 કરોડ રૂપિયાથી વધારે હોય પરંતુ દસ કરોડ રૂપિયાથી વ ન હોય તો, હાલના 2% સરચાર્જ વસૂલવામાં આવશે. જો સ્થાનિક કંપની સિવાયની કંપનીની કુલ આવક Rs. 10 કરોડથી વધી જાય તો 5% દરે સરચાર્જ વસૂલવામાં આવશે બધા કિસ્સાઓમાં સરચાર્જમાં સીમાંત રાહત આપવામાં આવે છે. અન્ય કેસોમાં [કલમ CEર સીઇના પેટા-વિભાગ (૨ એ), કલમ ૧ 115--ઓ, ૧QQ ક્યુએ, ૧RO આર 115 ટી અથવા 115 ટીડી સહિત], સરચાર્જ બાર ટકાના દરે વસૂલવામાં આવશે.

નાણાકીય વર્ષ 2021-22 માટે, "આવકવેરા પર હેલ્થ અને એજ્યુકેશન સેસ" તરીકે ઓળખાતા વધારાના સરચાર્જ, તમામ કિસ્સાઓમાં, સરચાર્જ સહિત (જ્યાં લાગુ હોય ત્યાં) ટેક્સની રકમ પર ચાર ટકાના દરે વસૂલવામાં આવશે. આવા સેસના સંદર્ભમાં કોઈ સીમાંત રાહત મળશે નહીં.

બાલાસિનોર વિદ્યા મંડળ પ્રશંસનીય દાન

આપણી સંસ્થાને માતબર દાન નીચે જણાવેલ દરિયાદિલ દાતાઓ તરફથી મળ્યું છે.

૧. **શેફાલીબેન નવટરલાલ પરીખ અને અનુષ્કા ગૌરાંગભાઈ પરીખ તરફથી શ્રી નટવરલાલ ચંદુલાલ પરીખ અને સુશીલાબેન નટવરલાલ પરીખ**ની મધુર યાદમાં ગરીબ વિદ્યાર્થી ફી રાહત યોજના માટે રૂા. ૧,૦૦,૦૦૦ (અંકે રૂપિયા એક લાખ પુરા) નું માતબર દાન મળ્યું છે.

૨. **શ્રી નવીનચંદ્ર ઓચ્છવલાલ પારેખ (I.R.S.) (રિટાયર ચીફ ઈન્કમટેક્ષ કમિશ્નર, ગુજરાત રાજ્ય) તરફથી તેમના ધર્મપત્ની શ્રીમતી ભાનુમતીબેન નવીનચંદ્ર પારેખ**ની મધુર સ્મૃતિમાં ગરીબ વિદ્યાર્થી ફી રાહત યોજના માટે રૂા. ૧,૦૦,૦૦૦ (અંકે રૂપિયા એક લાખ પુરા) નું માતબર દાન મળ્યું છે.

સંસ્થાના સૌ કારોબારી સભ્યો જ્યોતિપુંજના જાહેર માધ્યમ દ્વારા દાતા પરિવારોનો જાહેરમાં આભાર વ્યક્ત કરતાં કૃતજ્ઞતાની લાગણી અનુભવે છે, અને પરમ કૃપાળુ પરમાત્માને દાતા પરિવારોના સુખ, શાંતિ અને ઉત્કર્ષ માટે પ્રાર્થના કરે છે.

-: દાન અંગે ટહેલ :-

૧. બાલાસિનોર વિદ્યામંડળ દ્વારા નવનિર્મિત શ્રીજી સાયન્સ કોલેજ અને વાડાસિનોર સ્ત્રી કેળવણી મંડળ એમ.એસ.ડબલ્યુ કોલેજના ભોંયતળીયા અને બે માળના મકાન (૨૪૦૦૦ સ્કવેર ફૂટ) ની ૬ વિંગના નામકરણ માટે દાતાશ્રીઓ પાસેથી ૧ વિંગના રૂા. ૧૧,૦૦,૦૦૦/- (અંકે અગિયાર લાખ) નું દાન સ્વીકારીને વિંગનું નામ કાયમી ધોરણે આપવા માટેની દરખાસ્ત તારીખ ૫-૩-૨૦૨૧ના વાર્ષિક સામાન્ય સભામાં મંજૂર થઈ છે.

આથી સૌ દાતા સભ્યોને જ્યોતિપુંજના જાહેર માધ્યમ દ્વારા વિંગ ૧ ના નામકરણ માટે રૂપિયા ૧૧,૦૦,૦૦૦ (અંકે રૂપિયા અગિયાર લાખ) ના દાનની ટહેલ કરવામાં આવે છે.

૫ માર્ચ ૨૦૨૧ની વાર્ષિક સામાન્ય સભા

૨૦૧૯-૨૦ના વર્ષની વાર્ષિક સામાન્ય સભા ૦૫ માર્ચ ૨૦૨૧ના દિને યોજાઈ હતી. જેમાં કોલેજની મુલાકાત માટે મુંબઈથી ચાર કારોબારી સભ્યો અને એક આજીવન સભ્ય હાજર હતા.

હાલના કોરોના મહામારીના સંજોગોમાં સરકારી ધારાધોરણના નિયમોનું પાલન કરી સામાન્ય સભાની કાર્યસૂચી પ્રમાણે સમગ્ર કાર્યવાહી પૂરી કરી હતી.

ઉપપ્રમુખ શ્રી મણિકાન્તભાઈ છોટાલાલ કડકીઆએ વાર્ષિક સામાન્ય સભામાં અધ્યક્ષનું સ્થાન શોભાવી સભાનું સફળ સંચાલન કર્યું હતું. સામાન્ય સભામાં કુલ ૧૫ સભ્યો હાજર હતા.

સ્વ. ઉપપ્રમુખ શ્રી ચંદ્રકાન્તભાઈ ચીમનલાલ દેસાઈના સ્વર્ગવાસથી ખાલી પડેલ જગ્યા માટે શ્રી ઉશનસભાઈ નવીનચંદ્ર કચેરીઆની ઉપપ્રમુખ તરીકે સર્વાનુમતે નિમણુંક થઈ હતી.

ખાલી પડેલ મંત્રીની જગ્યા ઉપર શ્રી મયુરભાઈ રજનીકાન્તભાઈ શાહ (ઠાસરાવાળા) ની માનદ્ મંત્રી તરીકે સર્વાનુમતે નિમણુંક થઈ હતી.

કો.ઓપ્ટ. સભ્ય શ્રી ઉર્વીશભાઈ રસિકલાલ મોદી (દેવ) ની કારોબારી સભ્ય તરીકે સર્વાનુમતે નિમણુંક થઈ હતી.

આજીવન સભ્ય શ્રી નિલેશભાઈ પ્રકાશભાઈ કચેરીયા (વરખા) ની કો.ઓપ્ટ. સભ્ય તરીકે સર્વાનુમતે નિમણુંક થઈ હતી.

લિ. બાલાસિનોર વિદ્યામંડળ કારોબારી સમિતિ વતી

કે.એમ.જી. જનરલ હોસ્પિટલ ટ્રસ્ટ, બાલાસિનોર

બાલાસિનોરની કે.એમ.જી. જનરલ હોસ્પિટલ (કુણીવાલા કેમ્પસ) માં માહે ફેબ્રુઆરી ૨૦૨૧ ના માસ દરમ્યાન નીચે મુજબના દર્દીઓએ લાભ લીધેલ છે.

મેડીકલ, ગાયનેક, સર્જીકલ, આંખ, માનસિક, ઓર્થોપેડીક, સોનોગ્રાફી, મોબાઈલ તેમજ ઈમરજન્સીમાં કુલ ૪૯૮૩ દર્દીઓએ, એક્ષ રે વિભાગમાં ૪૧૬ દર્દીઓ તથા પેથોલોજી વિભાગમાં કુલ ૧૨૩૧ દર્દીઓએ લાભ લીધેલ છે. સર્જીકલના મેજર ઓપરેશન ૦૧ તથા માઈનોર ૦૯, ગાયનેકના મેજર ઓપરેશન ૧૪૧ પૈકી કુટુંબ કલ્યાણ અંતર્ગતના ૧૧૬ ઓપેરશનો તથા માઈનોર ૦૭ ઈએનટીના માઈનોર ઓપરેશન ૧૭ તથા ઓર્થોપેજીકમાં મેજર ૦૪ તથા માઈનોર ૧૫ તેમજ આંખના મેજર ૨૩૦ ઓપરેશનો કરવામાં આવેલ છે. તેમજ દવાની રૂા. ૫૮૪૧૨૪/- ની માફી તેમજ ઈન્ડોરમાં રૂા. ૨૯૮૭૦૫/- ની માફી કરવામાં આવેલ છે.

હોસ્પિટલમાં નીચે મુજબના કેમ્પ યોજવામાં આવેલ.

૧. શ્રી નવીનચંદ્ર મુળજીભાઈ પરીખ (બખલી) પોલીયો અને કુત્રિમ હાથ-પગ (જયપુર ફુટ) કેમ્પ :- તા. ૨૦-૨-૨૦૨૧ના રોજ કેમ્પ યોજવામાં આવેલ. આ કેમ્પમાં કુલ ૨૩ દર્દીઓ નોંધાયેલા. તે પૈકી જરૂરીયાતવાળા ૧૪ દર્દીઓને ૧૪ આર્ટીકલનું ફ્રી વિતરણ કરવામાં આવેલ. આ કેમ્પમાં અમદાવાદ ખાતેના ભારત વિકાસ પરિષદ વિકલાંક કેન્દ્રનો સહયોગ મળેલ. આ કેમ્પમાં દર્દીઓનું નિદાન હોસ્પિટલના ઓર્થો ડૉ. નૈતિક પંચાલએ સેવાઓ આપેલ. આ કેમ્પમાં કુલ રૂા. ૪૫૮૭૩/- ની માફી આપવામાં આવેલ.

૨. છારીનો કેમ્પ :- હોસ્પિટલમાં તા. ૧૯-૨-૨૦૨૧ના રોજ છારીનો કેમ્પ યોજવામાં આવેલ. તેમાં કુલ ૪૭ દર્દીઓની આંખમાંથી છારી રાહત દરે કાઢવામાં આવેલ.

૩. ઈકો કેમ્પ :- તા. ૪-૨-૨૦૨૧ના રોજ કુલ ૬૦ દર્દીઓના ઈકો તથા ૧૮-૨-૨૦૨૧ના રોજ ૪૨ દર્દીઓના ઈકો રાહતદરે કરવામાં આવેલ.

કમળાબેન શાંતિલાલ પરીખ (કુવાવાળા) સુપર સ્પેશ્યાલીટી સેન્ટરમાં માહે ફેબ્રુઆરી ૨૦૨૧ના માસ દરમ્યાન ફીજીશીયન, ઈએનટી, ઓર્થો, સ્કીન, ડેન્ટલ, ઈમરજન્સી, ગેસ્ટ્રોલોજી તેમજ ફીજીયોથેરાપીના મળી કુલ ૧૩૯૮ દર્દીઓએ તથા એક્ષ રે વિભાગમાં ૧૮૩ દર્દીઓએ તેમજ પેથેલોજી વિભાગમાં ૫૯૫ દર્દીઓએ લાભ લીધેલ છે. રૂા. ૨૦૫૦૮/- ની દવા માફી તેમજ લેબોરેટરીમાં રૂા. ૫૮૩૦/- ની માફી તેમજ ઈન્ડોરમાં રૂા. ૧૪૨૦૦/- ની માફી કરવામાં આવેલ છે. તેમજ પ્રધાનમંત્રી આરોગ્ય યોજના અંતર્ગત ડાયાલીસીસના ૧૬ દર્દીઓએ લાભ લીધેલ છે. જેના રૂા. ૪૦૦૦૦/- ફ્રી કરવામાં આવેલ છે.

શ્રી કે.એમ.જી. જનરલ હોસ્પિટલ ટ્રસ્ટમાં વધુ નોંધાયેલ દાન :-

૧.	એક અનામી દાતા (યુ.એસ.એ.)	-	૧૦ લાખ
૨.	શ્રીમતી પ્રેમીલાબેન ચંદ્રકાંત શાહ ચેરીટેબલ ટ્રસ્ટ, મુંબઈ	-	૦૧ લાખ
૩.	શ્રી આદમભાઈ અબ્દુલરહેમાનભાઈ શેખ, બાલાસિનોર	-	૨૫ હજાર

ડીમ્પલ રૂપેશ પરીખ દર્દી આર્થિક રાહત મિતિ યોજનામાં વધુ નોંધાયેલ દાન

૧.	શ્રી પ્રતીક કીર્તીકુમાર કડકીઆ	૦૧ મિતી	રૂા. ૧૧૦૦૧/-
૨.	શ્રી ગીરીહર ચેરીટી ટ્રસ્ટ	૦૨ મિતી	રૂા. ૨૨૦૦૦/-
૩.	શ્રી કૌશીક મોહનલાલ શેઠ	૦૧ મિતી	રૂા ૧૧૦૦૦/-
૪.	શ્રી શરદભાઈ નટવરલાલ દેસાઈ	૦૯ મિતી	રૂા. ૧૦૦૦૦૦/-

કે.એમ.જી. જનરલ હોસ્પિટલ ટ્રસ્ટને એ.એન.એમ. નર્સીંગ કોર્ષ તથા બી.એસ.સી. નર્સીંગ કોલેજ માટે જાહેર કરેલ યોજનાઓનો પ્રતિસાદ આવકાર્ય છે.

ડીમ્પલ રૂપેશ પરીખ દર્દી આર્થિક રાહત મિતી યોજનામાં રૂા. ૧૧૦૦૦/- નો ફાળો નોંધાવી ગરીબ દર્દીઓને રાહત દરે દવાઓ આપવા સહભાગી થવા દાતાશ્રીઓને વિનંતી.

કે.એમ.જી. જનરલ હોસ્પિટલ ટ્રસ્ટમાં રૂા. ૫૦૦૦/- ભરી આજીવન સભ્ય થવા માટે વિનંતી.

શ્રી નિતીન પરીખ / શ્રી પરેશ પરીખ - માનદ્ મંત્રીશ્રીઓ

દક્ષેસ જયંતિલાલ ભટ્ટ (ગોર)

(જ્યોતિર્વિદ-મુંબઈ)

Sankalp Astrologist & Palmist

તથા

જ્યોતિષ, કોમ્પ્યુટરાઈઝ જન્માક્ષર,
લગ્ન, વાસ્તુ, સિમંત, નવચંડી,
નારાયણબલિ, પંચબલિ, પ્રાણ પ્રતિષ્ઠા,
ઉત્તર ક્રિયા, નક્ષત્ર શાંતિ,
શ્રીમદ્ ભાગવત પારાયણ, યોગશાંતિ,
પંચયાગ, દરેક પ્રકારની પૂજા વિધી,
ઓન લાઈન પુજા અને માર્ગદર્શન.

મો. - ૯૫૯૪૩૨૬૨૦૨

પ્રકીર્ણ વિભાગ

મૃત્યુ નોંધ

મૃત્યુ નોંધ	વર્ષ
❖ રાજેશ કે. શાહ (ડામરવાલા)	૬૮
❖ રત્ના અતુલ કડકીઆ (મરઘા)	૬૭
❖ રશ્મીકાંત ઓચ્છવલાલ ધારીઆ (લાલખાં)	૮૧
❖ નિલેશ કાંતીલાલ મોદી	૬૨
❖ ગીતાબેન રમેશચંદ્ર મોદી (ઠાસરાવાલા)	૭૬
❖ કોકીલાબેન નવનીતલાલ (નરસિંહ મહેતા) ધારીઆ	૮૬
❖ દિનકર કોદરલાલ પરીખ	૭૯
❖ શોભનાબેન દિનેશચંદ્ર પરીખ	૭૬
❖ કોકિલાબેન દિનકરલાલ મોદી (પેપરવાલા)	૭૯

પ્રભુ સદ્‌ગતના આત્માને શાંતિ અર્પે એવી પ્રાર્થના.

**જે સમયે સમસ્યાએ
જન્મ લીધો હોય છે
એ સમયે સમાધાને
પણ જન્મ લીધો હોય છે !!!**

|| Jay Jay Shree Gokulesh ||

Atul Kadakia
98193 48001 / 70210 44631

Nihar Kadakia
98330 36101 / 83692 44852

LYFE MEDICO
CHEMIST & DRUGGIST

REACH US FOR
BABY PRODUCTS, SURGICAL ITEMS, AYURVEDIC &
GENERIC MEDICINES, NUTRITION SUPPLEMENTS,
DIABETIC MONITORS, BP MONITORS ETC.

WE ACCEPT & PAYMENT THROUGH

G Pay paytm

FREE HOME DELIVERY

Authorised Distributors

POLYCAB

WIRES & CABLES

- FR/FR-LSH-PVC INSULATED INDUSTRIAL MULTI STRAND CABLES
- PVC INSULATED INDUSTRIAL FLEXIBLE SINGLE / MULTI CORE CABLES
- 3 CORE FLAT SUBMERSIBLE CABLES / SERVICE WIRES
- HT / LT POWER AND CONTROL CABLES
- RAILWAY SIGNALLING / QUAD CABLES
- COAXIAL / TELEPHONE / LAN CABLES
- WELDING / BRAIDED CABLES
- JELLY FILLED TELEPHONE CABLES
- INSTRUMENTATION CABLES
- SPEAKER / CCTV CABLES
- RUBBER CABLES
- FIRE SURVIVAL CABLES
- LIGHTING & LUMINARIES
- SWITCHES & SWITCHGEARS
- UPVC CONDUITS & FITTINGS
- CABLE GLANDS & LUGS
- FANS & APPLIANCES

AMRISH KACHARIA +91 9769025153

PRABHAT WIRES LLP

1st Floor, Govind Niwas, 99/101, Lohar Chawl, Mumbai - 400 002.
Tel.: +91 22 4972 4848 (10 Lines) • Talk Free : *7444 / *7619
Email : sales@prabhatwires.in | Website : www.prabhatwires.in

Publishing day 20th of every month

44

JYOTI PUNJ - April - 2021

WPP License No. MR/TECH/WPP-147/South/2021-23
Regd.No.MCS / 050 / 2021-23
Posted at Mumbai Patrika Channel Sorting Office,
Mumbai - 400 001 on 20th & 21st of every month

ANUKOOL selections

BACK TO SCHOOL VIA ANUKOOL

SCHOOL UNIFORMS & ACCESSORIES
FOR ALL LEADING SCHOOLS

NAVIN PAREKH RASESH PAREKH

Anukool Selections, 542, Sandhurst Bridge, Chowpatty,Mumbai - 400 007.
Contact: 2361 2848 - 2369 4166, E: anukoolselections@gmail.com,
www.anukoolselections.com

Printed, Published & Edited by Bankim Rajnikant Parikh on behalf of Shree Balasinor Navyuvak Sangh
& Printed at Lohana Hitechhu, 6/B, Mohatta Bhavan, 3rd Floor, E. Moses Road, Worli
Mumbai - 400018 & Published at 118/120, Ardeshar Dadi Street, 2nd Floor, V.P.Road, Mumbai - 400004.