

R.N.I.No. : 11555/1966

Price Rs. 1/-



જ્યોતિ પુંજ

JYOTI PUNJ

NOVEMBER - 2018

Total - 36 Pages

Vol No. 62 Issue No.8

મૈત્રી

મૈત્રી એટલે બીજની ચંદ્રકળા - ચારિત્ર્યશીલ માણસની મૈત્રી બીજની ચંદ્રકળા જેવી છે - દિવસે દિવસે વધે, પણ મૂર્ખની દોસ્તી પૂનમ પછીના ચંદ્રમા જેવી છે - જેમ પરિચય વધતો જાય તેમ તે ઓછી થતી જાય ! સારા માણસની મૈત્રીમાં સંદ્રગંથનું સૌંદર્ય છે. એ સૌંદર્ય કાયમ તાજું રહે છે, કદી કરમાતું નથી અને રોજ રોજ વધતો આનંદ આપે છે. મૈત્રી હાહાહીહી કરવા માટે નથી, પણ માણસને સન્માર્ગે રાખવા માટે, વખત આવ્યે કઠોર વેણ કહેવા માટે છે. મિત્ર તો એ, જેને જોતાં વેંત અંતરમાં એવો ઉમળકો થાય કે આખો જીવ આનંદથી તરબોળ બની જાય ! મિત્રધર્મ ત્રણ વાનાં માગે છે : સન્માર્ગે દોરવું, કુમાર્ગેથી પાછા વાળવું અને વિપત્તિ વખતે પડખે ઊભા રહેવું. વિવેક વગર કરેલી મૈત્રી બહુ આપદામાં નાખે છે. કારણ કે મૈત્રી એકવાર કરી તે કરી ! માટે એવા મિત્ર શોધી કાઢો જેનામાં તમે અવળે રસ્તે જતા હો તો કડવાં વેણ સંભળાવી, નિષ્કુર બની, તમને રડાવવાની તાકાત હોય ! વિપત્તિ તો સગાં-વહાલાં અને મિત્રની નિષ્ઠાને માપવાનો ગજ છે. જે મૈત્રી નફા-નુકશાનનો હિસાબ કરે છે તે મૈત્રી ઠગોની ભાગીદારી જેવી છે. યુદ્ધમાં તમારી પડખે ન રહે તેવા મિત્રો કરતાં મિત્રો હોય જ નહિ તે વધારે સારું ! જંગલી ઘોડા પર સવાર થવાની આશા રાખવા કરતાં પગે ચાલીને જવું સારું !

ખુશામતિયા અને જીહજૂરિયા મિત્રો કરતાં દુશ્મનો વધારે લાભકારક છે. કેટલાક લોકો ખાનગીમાં તમારા મિત્ર હોવાનો દાવો કરશે, પણ પ્રસંગ આવ્યે જાહેરમાં તમને બદનામ કરશે ! એવાઓથી દૂર રહેજો !

રત્ન કથિકાઓ

૧. કોઈપણ વસ્તુનો નિર્ણય કરવાને માટે ત્રણ વસ્તુઓની જરૂર છે. એક તો અનુભવ, જ્ઞાન અને નિર્ણયને અભિવ્યક્ત કરવાની ક્ષમતા.
૨. માતા અને માતૃભૂમિ સ્વર્ગથી પણ શ્રેષ્ઠ છે.
૩. લોકો ગર્ભને બદલે છોતરાં માટે જ વધુ ઝઘડે છે.
૪. કીર્તિ જીવન સરિતાનો એક ભાગ છે.
૫. માણસે પોતાના મનમાં ફૂલોની ખુશ્બો સાચવવી પડે છે.
૬. જેની જોડે ઊઠીશું, બેસીશું, વાતો કરીશું એવા જ થઈશું.
૭. કથા શ્રવણથી, સંતોની સેવા કરવાથી જીવન સુધરે છે.
૮. વિજય પામેલો ખેલાડી હારેલાની મજાક નથી ઉડાવતો પણ તેને પ્રેમથી ભેટે છે.
૯. જીવન જીવવામાં સાધનો મેળવવા જતાં માણસ જીવવાનું ભૂલી જાય છે.
૧૦. વિવિકેશીલ મનુષ્ય બીજાની ભૂલમાંથી જ પોતાની ભૂલ સુધારી લે છે.
૧૧. પ્રવાસ નાની ઉંમરે કરો તો કેળવણી છે, મોટી ઉંમરે કરો તો અનુભવ છે.
૧૨. સમૃદ્ધિ સમાજ કરતાં બુદ્ધિશાળી સમાજ સવિશેષ સુખી હોય છે.
૧૩. જેનો પ્રેમ સર્વોત્તમ છે તેની પ્રાર્થના સર્વોત્તમ છે.
૧૪. જેઓની પાસે સુંદર વિચારો છે તે વ્યક્તિ એકલી નથી હોતી.
૧૫. મારી વાણીનો પસ્તાવો મને ઘણીવાર થયો છે. મારા મૌનનો કદી નહીં.
૧૬. કુદરત જ્યારે મુશ્કેલીઓ વધારી દે છે ત્યારે સમજદારી પણ વધારી દે છે.
૧૭. ગમે તેનું રાજ હોય રાજ તો વેપારી જ કરે છે.
૧૮. સુખ એ બે દુઃખો વચ્ચેનો ગાળો છે.
૧૯. મનુષ્યના હક્કને છીનવી લેવો તે જ બંધન છે.
૨૦. કેટલી નવાઈની વાત છે કે લોકો જીવન વધારવા માંગે છે, પણ એને સુધારવા નથી માંગતા.

જ્યોતિ પુંજ



વર્ષ અંક તારીખ
૬૨ ૮ ૨૧-૧૧-૨૦૧૮

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

બંકિમ રજનીકાન્ત પરીખ (તંત્રી)
(જુનાગઢવાળા)

જતીન દેસાઈ / પ્રશાંત પરીખ
તુષાર કડકીઆ / નિમીષા જી. કડકીઆ
પત્રવ્યવહારનું સરનામું

બંકિમ પરીખ (ફોન : ૨૨૦૫૬૬૦૧)

ડાયમંડ ઈલેક્ટ્રીક 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

તંત્રી સ્થાનેથી

શુભ સંકલ્પો

બંકિમ રજનીકાન્ત પરીખ (જુનાગઢવાળા)

❖ કોને કેવી રીતે અનુકૂળ બનાવશો.

મિત્રને સ્વચ્છ હૃદયથી, શત્રુને રાજનીતિથી, લોભીને ધનથી, સ્વામીને (શેઠ) કાર્યથી, બ્રાહ્મણને આદરથી, યુવતીને પ્રેમથી, ભાઈઓને સમભાવથી, ક્રોધને વખાણ કરીને, ગુરુને વિનયથી, મૂરખને વાતો કરીને, બુદ્ધિમાનને વિદ્યાથી, રસિકને (કલાદિન) રસિકતાથી અને બધાને સદ્ગુણથી અનુકૂળ બનાવી શકાય છે.

❖ યોગ્ય સમયે ઉચિત કાર્ય

જ્યાં સુધી શરીર રોગરહિત છે, ઘડપણ દૂર છે. જ્યાં સુધી ઈન્દ્રિયોની શક્તિ હણાયેલી નથી અને જ્યાં સુધી આયુષ્યનો નાશ થયો નથી ત્યાં સુધી ડાહ્યા માણસે પોતાના આત્માનું કલ્યાણ થાય એવો યત્ન કરવો જોઈએ. ઘરમાં આગ લાગે ત્યારે કૂવો ખોદવાથી શું લાભ થાય ?

❖ કોણ શાથી શોભે છે ?

હાથી (ગંડસ્થળ) ઉપરના મદથી, જળ કમળથી, રાત પૂર્ણચંદ્રથી, સ્ત્રી સદાચારથી, નદી હંસનું જોડું હોય તો, સભા પંડિતોથી, કુળ સુપુત્રથી, પૃથ્વી રાજાથી (શાસકથી) અને ત્રણેલોક ભગવાન વિષ્ણુથી શોભે છે.

❖ પાત્રતા

જે અહિત કાર્યોથી છોડાવે તે સ્નેહીજન છે. જે નિર્મળ બુદ્ધિથી થાય તે જ કર્મ છે. જે આપણી મરજી જોઈને ચાલે તે જ સ્ત્રી છે. જેનાં સજ્જનો દ્વારા પૂજન થતાં હોય, તે જ બુદ્ધિશાળી પુરુષ છે જે ઘમંડ કરાવતી નથી, એ જ સાચી લક્ષ્મી છે જે તૃષ્ણા રહિત છે. તે જ મિત્ર છે તેમ જે પોતાની ઈન્દ્રિયોથી ચલિત ન થાય તે જ પુરુષ છે.

યોગ કરતા પહેલાના સર્વ સામાન્ય નિયમો

📌 ઓંકિમ રજનીકાન્ત પરીખ (જુનાગઢવાળા)

યોગાભ્યાસ પૂર્વે સ્વસ્થ અથવા રોગીએ યાદ રાખવા
યોગ્ય માર્ગદર્શન

૧. પવિત્ર, શાંત અને રમ્ય સ્થાનના એકાંતમાં પ્રાર્થના કરી યોગાભ્યાસનો અભ્યાસ પૂર્વાભિમુખે બેસીને કરવો.
૨. સ્નાન કર્યા પછી સ્વચ્છ, સમતલ ભૂમિ ઉપર સ્વચ્છ શેતરંજી પાથરીને આસનો કરવા, સુવાસિત પુષ્પ અથવા ધુપસળીની વ્યવસ્થા થઈ શકે તો કરવી જેથી મનની પ્રસન્નતા વધશે.
૩. જ્યાં વેગ પૂર્વક વાયુ વાતો હોય તેવા સ્થાનમાં આસનનો અભ્યાસ ન કરવો.
૪. બની શકે તો જાંગીયો, લંગોટ અથવા ખુલ્લાં કપડા પહેરીને આસનો કરવા.
૫. યોગાસનોનો અભ્યાસ બધાં જ વર્ગની વ્યક્તિઓ, બાળક, વૃદ્ધ, સ્ત્રી અને પુરુષ કરી શકે છે. ૧૦ વર્ષ થી ૮૦ વર્ષ સુધીની કોઈપણ વ્યક્તિ કરી શકે છે.
૬. પ્રાતઃકાળે અને સાયંકાળે ખાલી પેટે આસનો કરવા. આસનો કર્યા પછી અડધો કલાક વિશ્રાંતિ લઈ જમવું. ભોજન પછી ચાર કલાક પછી આસનો કરી શકાય.
૭. આસનો આસન નિષ્ણાંતના તત્વાવધાનમાં જ શીખવા જોઈએ.
૮. આરંભમાં સરળ આસનોનો અભ્યાસ કરવો. શક્તિ તથા અભ્યાસ વધતા જાય તેમ તેમ કઠીન આસનો ઉમેરતા જવું.
૯. નવું આસન કરતા પૂર્વે ગ્રન્થસ્થ આસનને ધ્યાનથી અવલોકવું અને સ્વસ્થતા પૂર્વક વર્ણન વાંચવું અને તે પ્રમાણે કરવું. સમજ સહિત ક્રિયા કરવાથી શરીર ઉપર તેનો ઉત્તમ પ્રભાવ પડે છે. સમજ રહિત કરવાથી શારીરિક હાની થાય છે.

૧૦. રોગીઓએ રોગના આસનો ઉપરાંત બીજા આસનો પણ કરવા જેથી શરીરના સર્વ અંગોને વ્યાયામ મળશે. મસ્તક, ડોક, છાતી, હાથ-પગ, કરોડ, પેટ ઈત્યાદી અંગોને લગતા આસનો પોતાની રૂથી પ્રમાણે ચૂંટી કાઢવા. જો યોગોપચારક આસનનો કમ નક્કી કરી આપે તો પોતાની પસંદગીના આસનનો આગ્રહ ન રાખવો.

૧૧. અધિક ઉત્સાહમાં આવી જઈ શરીરને અતિશ્રમિત ન કરવું. શ્રમની અનુભૂતિ થાય તો આસનોની ક્રિયા બંધ કરવી. થોડી વાર શવાસનમાં સૂઈ રહેવું. સમય અને શક્તિની મર્યાદામાં રહીને જ આસનો કરવા.
૧૨. રોગીઓએ નિષ્ણાંત રોગોપચારકની સલાહ પ્રાપ્ત કર્યા પછી જ આસનો કરવા. જેમણે પૂર્વ શસ્ત્રક્રિયા કરાવી હોય તેમણે નિષ્ણાંત યોગપચારોની સલાહ લીધા પછી જ આસનો કરવા. ખાસ સૂચના જેમણે શસ્ત્રક્રિયા કરાવી હોય તેમણે યોગપચારને પ્રથમ જાણ કરવી જરૂરી છે. ઘણી વખત રોગી શરમ અને સંકોચને કારણે શસ્ત્રક્રિયા ને ગુપ્ત રાખવા પ્રયત્ન કરે છે તે બરાબર નથી. ગુપ્ત રાખવાથી વધારે નુકશાન થવાની સંભાવના રહેલી છે.
૧૩. ઉતાવળના કારણે ક્યારેક આસન કરવા જતા કોઈ અવયવને જો હાની થાય તો તે આસન અને તેવા બીજા આસનો કરી શકાતા નથી. આવા સમયે ભયભીત ન થવું. જો ઉપદ્રવ સામાન્ય હશે તો બે-ચાર દિવસમાં આપ મેળે શમી જશે. તે અવધિમાં આસનો ન કરવા જોઈએ. જો ઉપદ્રવ ભયજનક પ્રતિત થાય તો યોગના કોઈ નિષ્ણાંતની સલાહ લેવી.
૧૪. બહેનોએ માસિક ધર્મના ચારથી છ દિવસ વિશ્રાંતિ લેવી, ગર્ભાવસ્થાના ચાર માસ પછી અને પ્રસુતિ પછી ત્રણ માસ સુધી આસનો ન કરવા.
૧૫. આસનોના અભ્યાસીએ અગ્નિ સમીપ ન બેસવું. સ્ત્રી સંગ ન કરવો અને દુર્વ્યસનોથી દૂર રહેવું તેમજ શીતળ જલથી સ્નાન કરવું.

૧૬. શૌચ-સ્નાનાદીથી નિવૃત્ત થયા પછી જ આસનો કરવા. મળાવરોધ હોય તો થોડો સમય સ્નાન કર્યા વિના ઉદરના આસનો કરવા. તેમ કરવાથી થોડા સમય પછી મળાવરોધ દૂર થશે અને સ્નાન કરીને આસનો કરી શકાશે.

૧૭. આસન-પ્રાણાયમના અભ્યાસ સમયે પરેસવો થાય તો તેને કપડાથી લૂછી ન નાખવો પણ શરીર ઉપર ઘસી દેવો જેથી સ્ફુર્તિ આવશે. ત્વચા શક્તિશાળી અને સુંદર બનશે., આસનોના અભ્યાસીએ કદી તેલ મર્દન ન કરવું.

૧૮. આસનોના અભ્યાસીએ દવાઓ ન લેવી, મોડી રાત સુધી ઉજાગરા ન કરવા. વારંવાર પ્રવાસો કરી નિયમો ન તોડવા તેમજ સ્વાસ્થ્યની સંરક્ષા કરવી.

ઉપરોક્ત નિયમોનું પાલન કરીને જેણે યોગાભ્યાસ કર્યો હશે તે સાધક ઉપાસના ખંડમાંથી બહાર નિકળશે ત્યારે તેના અંતઃકરણમાં શાંતિ, આનંદ અને વદનપર પ્રસન્નતા છવાયેલાં હશે. યોગાભ્યાસ સમ્યક રીતે થાય તો જ જ્ઞાન, વૈરાગ્ય, શ્રદ્ધા, શૌર્ય, સદાચાર, સંયમ, ગુરુભક્તિ, ઉત્સાહ અને શાસ્ત્રપ્રીતી વધતાં જાય છે. * * * * *

મહાત્માના બોધપાઠ

૧. દુકાનમાં રહેલ તિજોરી જો નોકરના હાથમાં સોંપાય નહીં તો મદરિમાં બિરજામાન 'પ્રભુજી' નોકરોનો ભરોસે શો સોંપી દેવાય ?
૨. સમૂહ ભોજન, સમૂહ ભાષણ, સમૂહ ભજન અને સમૂહ ભ્રમણ એ સંયુક્ત કુટુંબમાં 'આત્મીયતા' ટકાવી રાખવામાં અતિ મહત્વનો ભાગ ભજવનારા સુંદર પરિબળો છે.
૩. બહારનું ઉઘાડવાનું કામ જો વિજ્ઞાન કરે છે તો અંદરનું ઉઘાડવાનું કામ ધર્મ કરે છે.
૪. સોયની સલામતી જો દોરામાં છે, રૂપિયાની સલામતી જો પાકીટમાં છે. પારાની સલામતી થર્મોમીટરમાં છે તો શુભ વિચારની સલામતી શુભ આચારમાં છે.
૫. સાગરમાં ખારાશ નથી પરંતુ સાગર આખોય ખારો છે. બસ, એજ રીતે સંસારમાં દુઃખો નથી પરંતુ આખોય સંસાર દુઃખરૂપ છે.
૬. પાપભીરુતા અને ભયભીરુતા આ બે ગુણ એવા છે કે જે ક્યાંય સંઘર્ષ પેદા કરવામાં નિમિત્ત બનતા નથી.
૭. 'જતુ કરવાની તૈયારી'એ આધ્યાત્મિક જગતમાં ટકી રહેવા માટેની શ્રેષ્ઠતમ મૂડી છે.
૮. અર્ધસત્ય તો જૂઠ કરતાંય ભયંકર હોય છે.
૯. ઘરમાં જો હલકા દ્રવ્યો વસાવતાં નથી તો મનમાં હલકા વિચારોને પણ વસવા ન દો.
૧૦. ગૃહશાંતિ કર્યા વિના વિશ્વ શાંતિની વાતો કરવાનો કોઈ અર્થ નથી.

મનુષ્ય એટલે કોણ ?

✍ કિરીટ ધારીઆ

પરમાત્મા દ્વારા માનવજાતનું સર્જન અનોખું છે. અદ્વિતીય અને અવર્ણનીય છે. પ્રત્યેક વ્યક્તિ એક વિશિષ્ટ અને અલગ ભાવ જગત છે. પરંતુ સાવ સ્વંત્ર નથી.

કુદરતની અપેક્ષાના નિયમ મુજબ સૌ એકબીજા સાથે સંકળાયેલા છે. સંબંધમાંથી સુખ ઝરે છે, અને એ જ સંબંધમાંથી દુઃખ પણ ટપકે છે. સૌ પોતપોતાના વૈચારિકતાના સ્તર પ્રમાણે અને અનુભવના આધારે સંબંધોના અનુકુળ અર્થઘટનો સાથે જીવન પસાર કરે છે.

મનુષ્ય એક સાથે ત્રણ જગતોમાં જીવે છે.

પહેલું પોતાની આગવી અને વિશિષ્ટ ઈચ્છાઓનું - મહત્વાકાંક્ષાઓનું રંગબેરંગી જગત, તેનો સીધો સંબંધ મનુષ્યના પૂર્વજન્મના કર્મો દ્વારા નિર્મિત પ્રારબ્ધ સાથે હોવાનું પ્રતિત થાય છે. જેવા કર્મો તેવું પ્રારબ્ધ. મનુષ્યનું બીજું ભાવજગત, અન્યોની ઈચ્છાઓ, અપેક્ષાઓ સાથે સજ્જડ રીતે સંલગ્ન છે. તેના જન્મજાત, સંસ્કારોને, પૂર્વગ્રહોને અને પૂર્વજન્મના સૂક્ષ્મ ઋણાનું બંધનોને કર્મોના માધ્યમ દ્વારા વર્તમાન જન્મમાં સજીવન કરે છે. તે સાત્વિક અને શાશ્વત આત્મિક સુખ છે. આ સંસારનો સર્વશ્રેષ્ઠ આનંદ છે.

પરમાત્માના દિવ્ય સ્વરૂપને પૂર્ણત જાણી કે સમજી શકાય નહીં. પરમતત્ત્વ તો કેવળ અનુભૂતિનો ગૂઢ વિષય છે. તે અનાદિ અનંત અને જ્ઞાન સ્વરૂપે છે. તે પૂર્ણ નથી અને અપૂર્ણ પણ નથી.

મનુષ્ય, મનુષ્ય છે, અને પરમાત્મા, પરમાત્મા છે. એ સંવેદનાઓ અને લાગણીઓનો ગૂઢાર્થ છે. રાગ અને દ્વેષની પરિભાષા છે. એ સ્થૂળ શરીર અને ઈન્દ્રિયો નહીં પણ મન છે. એ મન સાથે ઈચ્છાઓનો મોટો પર્વત છે. કર્મોનું વહેતુ ઝરણું છે તે ક્યારે નદીને મળે છે તો ક્યારેક રસ્તામાં જ અધવચ્ચે સુકાઈ જાય છે.

સર્વ જીવોમાં મનુષ્ય જાત શ્રેષ્ઠ છે. તેથી તેનું નામ

નક્કી થયું માનવ. એ તો ખુદને ઓળખે એટલે બસ. જે સ્વદર્શન ના સહારે જીવન પસાર કરે છે. શરીરની ઉત્પત્તિ અને નાશ એ તો સંસારનો ક્રમ છે. શરીરોને જીવંત રાખનાર એકમાત્ર આત્મતત્ત્વ. આત્મતત્ત્વ પરમતત્ત્વમાં તદ્રુપ થવા લાગશે. એ ક્ષણ એટલે દ્વેતથી અદ્વેત સુધીની અંતયાત્રા. એ ક્ષણ એટલે કરોડો જન્મો એક જ જન્મમાં જીવવાનો શાશ્વત આનંદ.

‘દુર્લભો માનુષો દેહો દેવો’ પણ જેને મેળવવાની ઈચ્છા કરે છે. તે દુર્લભ આ મનુષ્ય ૮૪ લાખ યોનિમાં અતિઉત્તમ માનવામાં આવ્યો છે. જે મેળવીને મનુષ્ય પોતાના કારણ શરીરને જો ઓળખી શકે તો તેના સંસાર સાગરની જન્મ મરણની અનંત જન્મોની ભવાટળી અને ગર્ભવાસનું દુઃખ તથા સંસારમાં તેનું પુનરાગમન મટી, પરમાત્માના પરમ સાનિધ્યની પ્રાપ્તિ થાય.

મનુષ્ય શરીરને ઓળખવાની પ્રક્રિયા ત્રણ તબક્કામાં વહેંચવામાં આવી છે. પ્રથમ સ્થૂળ શરીર, બીજું સૂક્ષ્મ શરીર અને ત્રીજું કારણ શરીર.

સ્થૂળ શરીર પચંતત્ત્વમાંથી બનેલું છે. (પૃથ્વી, જળ, અગ્નિ, વાયુ, આકાશ) અનેક જન્મોની વાસના અને સંસ્કાર લઈને તે જન્મે છે. અને આયુષ્યની અવધિ પુરી થતાં આ પંચતત્ત્વનું પૂતળું પંચતત્ત્વોમાં મળી જાય છે.

બીજું શરીર તે આપણું સૂક્ષ્મ શરીર છે. આ શરીરમાં પાંચજ્ઞાનેન્દ્રિય, શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ અને ગંધનું જ્ઞાન. આપણી પાસે કર્મેન્દ્રિય આંખ, કાન, નાસિકા, હાથપગ અને ઉપસ્થ દ્વારા મેળવીએ છીએ. તન, બુદ્ધિ, ચિત્ત અને અહંકાર એમ ચૌદ તત્ત્વનું આ સૂક્ષ્મ શરીરમાં પ્રાણમય કોષ, મનોમય કોષ, વિજ્ઞાનકોષ તથા આનંદમય કોષનો અનુભવ કરે છે.

ત્રીજું શરીર કારણ શરીર (અજ્ઞાન) છે. આ અજ્ઞાન તે સંસારનું કોઈ જ અજ્ઞાન નથી. પરંતુ આ અજ્ઞાન તે પોતાના આત્મતત્ત્વને ન ઓળખવાનું અજ્ઞાન છે. આત્મતત્ત્વના પ્રકાશ વિના આ શરીર મડદા સમાન છે. આત્માના પ્રકાશ દ્વારા જ આ શરીર સંસારની દરેક

શારીરિક, વ્યવહારિક અને ક્રિયાઓ કરીને પોતાનું જીવન પસાર કરે છે.

હું તો એક ચેતન્ય સ્વરૂપ આત્મા છું, માટે જન્મ પણ નથી અને મૃત્યુ પણ નથી. હું તો આત્મ સ્વરૂપે પ્રાણીમાત્રમાં છું.

હું અત્ર, તત્ર, સર્વત્ર છું. મને પુણ્યનો કે પાપનો કોઈ સ્પર્શ નથી. મારે સુખ અને દુઃખ સાથે કોઈ લેવાદેવા નથી. હું તો ચિદાનંદ નિત્ય સર્વકાળે સંત સ્વરૂપે રહેવાવાળો દિવ્ય આત્મા છું. આ આત્મતત્વને કોઈ માતાપિતા પણ નથી. કોઈ ગુરુ કે શિષ્ય પણ નથી. કોઈ જાતિ નથી, કોઈ રાગ દ્વેષ નથી. આ આત્મતત્વને કામ, ક્રોધ, લોભ સાથે નિસ્બત નથી.

અખંડ સ્વરૂપે નિત્ય અમર એવું પોતાનું આત્મતત્વ છે. પણ કારણ શરીર રૂપી અજ્ઞાન આ આપણા આત્મ સ્વરૂપને ઓળખવા દેતું નથી.

જો આ કારણ શરીર એટલે કે અજ્ઞાનનું જ્ઞાન થઈ જાય અને પોતાના આત્મસ્વરૂપને જીવ ઓળખી લે તો સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ અને કારણ શરીર આ ત્રણે શરીરનો નાશ થઈ જતા, પછી આ જીવને સંસાર સાગરમાં ફરીફરીને આવવું પડતું નથી. તેનો જન્મમરણનો ફેરો ટળી જાય છે. તથા આયુષ્યની અવધિ પૂરી થતાં એ પુણ્યશાળી આત્મા પરમાત્માની દિવ્ય જ્યોતમાં મળીને બ્રહ્મલીન બની જાય છે અથવા ભગવદ્લીલામાં જતો રહે છે.

મનુષ્ય અવતાર માનવીનો ફરીથી નહીં મળે.

સંસાર એટલે જ્યાં સુખ હોતું નથી, મળતું નથી, મળવાનું નથી, તેમાં તમામ જીવોએ બળતા જન્મવાનું છે, જીવવાનું છે અને મરવાનું છે.

જેટલા વિચારો ઓછાં, એટલું મન સ્વસ્થ રહે

જેટલાં વિચારો વધારે, એટલું મન અસ્વસ્થ રહે.

આપણને નડનાર કોઈ તત્વ હોય તો તે આપણા સ્વયંના કર્મો જ છે. ક્ષિતિજમાં રહેતા રાહુ, કેતુ ને શનિ કોઈ નુકશાન પહોંચાડતા નથી અથવા એમને દોષિત ક્યારેય ન ગણવા જોઈએ. તેનું ગણિત કર્મોનું પ્રમાણ

સચોટ વિજ્ઞાન દ્વારા મેળવી શકાય.

જીભ તોતડાય એ કુદરતી ખોડ છે.

પણ જીભ તોછડાય એ આપણો દોષ છે.

જ્યાં અંતઃકરણ હોય ત્યાં અંતર્યામી પણ હોય છે.

જે જતું કરે, તેનું કશું જતું નથી

પરમાત્મા શક્તિ સાથે ઓતપ્રોત થવાનો અવસર એટલે એકાંત.

જરા હસતાં રમતાં જીવો, જગત બદલાઈ જશે.

શિરે ભાર લઈને ફરશો, તો જીવન કરમાઈ જશે.

એકાંત એટલે હું મારી સાથે છું

એકલતા એટલું મારું કોઈ નથી.

હૌંસલા હોવા જરૂરી છે

જિંદગી, તો ફરી પણ થઈ શકે છે !

મનુષ્ય જીવનનો ઉદ્દેશ (બડે ભાગ્ય મનુષ્ય જન્મ પાયો)

મનુષ્ય જ્યારે પોતાના વિવેકથી સૃષ્ટિમાં છુપાયેલ રહસ્યો ઉપરથી પડદો ઉઠાવે છે. ભક્તિની પરિભાષા સમજે છે ત્યાં પોતપોતાના અસ્તિત્વનું વિશ્લેષણ પણ કરે છે, તો તેને લાગે છે કે હું શરીર નથી હું, જીવ નથી તો પછી હું કોણ ?

મનુષ્ય જન્મ એ પ્રભુ પરમાત્માને પ્રાપ્ત કરવાનું સાધન છે. કેમ કે અન્ય યોનિઓ કરતાં માનવમાં પ્રભુએ વિશેષ બુદ્ધિ-વિવેક શક્તિ આપેલ છે. માટે દરેક માનવે આ દુર્લભ તકને જતી કરવી જોઈએ નહિ.

તમામ પ્રાણીઓના શરીર અને જીવાત્માથી ઉત્તમ પુરૂષ જેને અવિનાશી પરમાત્મા કહેવામાં આવે છે. આ પરમાત્માને શસ્ત્ર કાપી શકતું નથી. અગ્નિ બાળી શકતો નથી, પાણી પલાળી શકતું નથી. તથા હવા સુકવી શકતી નથી. પરમાત્મા તો નિર્ગુણ, નિરાકાર, અવિકારી,

અનંત, સનાતન, સત્ય અવિનાશી, જન્મમરણરહિત અનાદિ શાશ્વત બધામાં પરિપૂર્ણ છે. એ જ પરમાત્મા સર્વવ્યાપક તો છે જ, તમામ પ્રાણીઓનાં હૃદયમાં સ્થિત છે. તેમનો સાક્ષાત્કાર-અનુભૂતિ કરવી એ જ મનુષ્યજીવનનો ઉદ્દેશ છે.

પરમાત્મા મન, વાણી અને બુદ્ધિથી પર હોય છે. મનુષ્ય પોતાની બુદ્ધિ તથા મનથી સમજી શકવા સમર્થ નથી, પણ શક્યતા મુજબ બનવું પડે છે.

તત્વજ્ઞાનનો અનુભવ કર્યા બાદ માનવનો મોહ દૂર થાય છે. ટૂંકમાં આત્મા-પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર કરવા માટે એવી વ્યક્તિને સદ્ગુરુ તરીકે સ્વીકારી તેમના શ્રીચરણોમાં જવાથી શરણાગત સદ્ગુરુ જ્ઞાસાને બ્રહ્મજ્ઞાન આપી કૃતાર્થ કરે છે.

હર એકને સાંભળો, હર એકથી શીખો,

કારણ, હર એક બધું નથી જાણતા,

પણ, હર એક કંઈને કંઈ જાણે છે.

સદ્ગુરુ કેવા હોવા જોઈએ ?

જેઓ પોતે આત્મા-પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર કરેલ હોય છે. જે વાસ્તવિક બોધવાન અને તત્વજ્ઞ હોય. જે કર્મયોગ, જ્ઞાનયોગ, ભક્તિયોગના સાધનોને જણાવવા અને આપણા હૃદયમાં રહેવાવાળી શંકાઓ વિના પૂછ્યે જ આપમેળે દૂર થાય. એવા સંત સદ્ગુરુ પાસેથી જ્ઞાનપ્રાપ્તિ કરવી જોઈએ.

માત્ર જ્ઞાન મેળવી લેવાથી ફાયદો થતો નથી. જ્યાં સુધી જ્ઞાન કર્મમાં ન આવે ત્યાં સુધી તેની કોઈ કિંમત નથી. અંતરમુખી થઈને પોતાના અંદરના અવગુણો જોવા જોઈએ અને દૂર કરવા માટે પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

જ્ઞાનને ટકાવી રાખવા માટે ભક્તિ કરવી જરૂરી છે.

જ્યારે આપણને ડોક્ટર કહે છે કે અમુક રોગ તમને વારસામાં મળ્યો છે અથવા જન્મથી જ કોઈ ખોડખાપણ

ડી.એન.એ. માંથી આવી છે, ત્યારે આ વાત ગરમ શીરાની જેમ ગળે ઉતરી જાય છે.

જીવનમાં અમુક રચના બુદ્ધિથી સમજાતી નથી, ગળે ઉતરતી નથી, પણ તેમાં વ્યક્ત કે અવ્યક્તનો ક્યાંય મેળ નથી. કોઈ એક તાકત હોય ત્યારે તેના સૂર સંભળાય પછી સમજીએ કે કોઈ ખરાબ કર્મ કરતા આપણે સૌએ સો વાર વિચાર કરવો જોઈએ ? જ્યારે આખરે પાછલી જીંદગીમાં સમજાય ત્યારે મોડું થઈ ગયું હોય છે.

જે કર્મો જાણ-અજાણતા થઈ ગયા છે. તેને પ્રાયશ્ચિત કરવાથી સંપૂર્ણ નહીં પણ થોડે અંશે રાહત અને નિવારણના ઉપાયો છે. પરંતુ આ કર્મચક્રમાંથી સમૂળગા બહાર નીકળવા આધ્યાત્મિક પરમજ્ઞાનનો માર્ગ મુક્ત કરવાના સૂચનો આપે છે.

મારી સામે, એ કંઈ બોલતા ન હતા,

પરંતુ, એમના દિલના ધબકારા, બધું બતાવતા હતા.

* * * * *

શ્રી બાલાસિનોર નવયુવક સંઘ ઉપનગર વિભાગ - દાંડિયા રાસ

શ્રી બાલાસિનોર નવયુવક સંઘ સંચાલિત શ્રીમતી મીનાબેન સુધીરભાઈ ધારીયા (રંગૂનવાલા) પુરસ્કૃત ઉપનગર વિભાગના દાંડિયા રાસ રવિવાર સાંજે ૬.૦૦ વાગ્યાથી મહિલા આધાર ભવન, કાંદિવલી (પશ્ચિમ) ખાતે યોજવામાં આવ્યો હતો.

ભારતીય સંસ્કૃતિના પરિધાનમાં સજ્જ નવયુવક સંઘના કાર્યકર્તાઓ સૌને આવકારતા અને જે જે ગોકુલેશની આપ-લે કરતા એક બીજાને ખબર અંતર પૂછતાં વાતચીત કરતા નજર પડતા હતા. આમંત્રિતો અને ખેલૈયાઓ હોંશભેર ચણીયા-ચોળી, આભલા ભરેલી ચુંદડી, કુરતા-પાયજામો, કેડિયા-ધોતી પહેરી આવેલા હતા.

આમંત્રિતો અને ખેલૈયાઓને પ્રવેશવાની સાથે જ સ્વાગત મીઠાઈ જેના સ્પોન્સોરર શ્રી અનીષ કિરિટભાઈ પરીખ તરફથી રાખવામાં આવી હતી. કોર્ટ્લીક જે શ્રી સુધીરભાઈ ચીમનલાલ ધારીયા (રંગૂનવાળા) ની તરફથી ફી કુપન આપવામાં આવતી હતી. શુપ પ્રમાણે ખેલૈઆઓ પોતાનો બેચ પ્રવેશદ્વાર પાસે જ લેતા હતા. આજના દાંડિયા રાસમાં સંઘના હોદ્દેદારો તથા સંયોજક સૌને આવકારતા હતા. સૌ ભેગા મળીને શ્રી યમુને મહારાણીની આરતી ભાવપૂર્વક કરી હતી. આરતીની પૂર્ણાહુતિ બાદ સ્ટાર બીટ્સ ઓરકેસ્ટ્રા શ્રી મિતુલ પરીખ સાથે ગરબા અને દાંડિયા રાસની સુંદર શરૂઆત કરી હતી. સંસ્થાના હોદ્દેદારો, સંયોજક, મુખ્ય મહેમાન અને આમંત્રિત મહેમાનોએ શરૂઆત કરી થોડીક જ વારમાં આખો હોલ ખેલૈઆઓથી સુંદર રીતે નૃત્ય કરતા ભરાઈ ગયો. દાંડિયા રાસના જજ તરીકે શ્રીમતી વૃષિકા દલાલ તથા ધ્વનિબેન શાહએ સુંદર સેવા આપી અને જજ પણ અંતિમ પાંચ મિનિટ ખેલૈઆ સાથે પોતાની સુંદર નૃત્ય

કલા દર્શાવી દાંડિયા રાસનો એક કલાકના બે રાઉન્ડ લોકો મનભરીને રમ્યા પછી વારો આવ્યો ઈનામનો જે બધાએ નીચે બેસીને સુંદર રીતે માણ્યો.

સંઘે આયોજેલા દાંડિયા રાસ એટલે જાણે દિવાળી પહેલા ઉપનગરમાં એકબીજાને મળવાનો મોકો અને સાથે બાલાસિનોર પણ આવો છે ને એમ કહી એકબીજાને કહેતા જાય અને જો ન આવતા હોય તો તૈયાર કરાવી લે. નીચે અને ઉપરના બંને હોલ ભરાય ગયા અને અંદાજીત ૭૫૦ જેટલા બાલાસિનોર વાસીઓએ દાંડિયા રાસનો આનંદ માણ્યો અને જમવામાં ૪૮૦ જણાએ ભાગ લીધો હતો.

ત્યારબાદ દાંડિયા રાસનું સંચાલન સંઘના સહમંત્રી શ્રી જીગર કડકીયા કરતા શ્રી બાલાસિનોર નવયુવક સંઘના પ્રમુખ, ઉપપ્રમુખ, મંત્રી ને સ્ટેજ પર આવવા વિનંતી કરી. સંઘના પ્રમુખની નમ્ર વિનંતીને માન આપીને સમારોહના મુખ્ય મહેમાન શ્રીમતી શોભનાબેન દિનેશચંદ્ર ધારીયા (હસ્તે) શ્રીમતી દિપાબેન અપૂર્વ ધારીયાને સ્ટેજ પર આવવા વિનંતી કરી લઈ આવ્યા હતા. કાર્યક્રમની શરૂઆતમાં શ્રીમતી મીનાબેન સુધીરભાઈ ધારીયા (રંગૂનવાળા) નું શ્રીમતી અલ્પાબેન મોદીએ ચોકલેટ બુકે અર્પણ કરી સ્વાગત કર્યું. મંત્રી શ્રી ભાવેશ મોદીએ મુખ્ય મહેમાન શ્રીમતી શોભનાબેનનું શાલ અર્પીને સ્વાગત કર્યું અને પ્રમુખ શ્રી સૌમિલ મોદીએ મુખ્ય મહેમાન શ્રીમતી શોભનાબેનનું ચોકલેટ બુકે અર્પણ કરી અભિવાદન કર્યું હતું. સંયોજકે શ્રી ઊર્મિલ કડકીયા એ શ્રી મિતુલ પરીખ (સ્ટાર બીટ્સ ઓરકેસ્ટ્રા) નું ચોકલેટ બુકે અર્પણ કરી અભિવાદન કર્યું હતું. મંત્રી શ્રી ભાવેશ મોદીએ મહિલા આધાર હોલના હોદ્દેદાર શ્રી હિમાંશુભાઈને ચોકલેટ બુકે અર્પણ કરી અભિવાદન કર્યું હતું.

શ્રી ધવલકુમાર નીતીનભાઈ શાહ (કડુજી) એ દાંડિયા રાસના મુખ્ય મહેમાન શ્રીમતી શોભનાબેન દિનેશચંદ્ર ધારિયાનો ટૂંકો પાત્ર પરિચય આપ્યો.

ત્યારબાદ સંસ્થાના પ્રમુખે સંસ્થાના કાર્યકર્તાઓને ખડેપગે ઉભા રહેતા કાર્યકર્તા ઉમદા જ્ઞાતિબંધુને સફળ કાર્યક્રમ આપનાર દાંડિયા રાસના સંયોજક શ્રી ઊર્મિલ કડકીઆએ કાર્યક્રમને સફળ બનાવવા સર્વેનો આભાર માન્યો. ત્યારબાદ સંઘના સહમંત્રી શ્રી જીગર કડકીઆએ આભારવિધી રજૂ કરી દાંડિયા રાસનો પ્રોગ્રામના અન્ય ખર્ચને પહોંચી વળવા માટેના સર્વે સ્પોન્સરરનો આભાર માની નામની જાહેરાત કરી

સ્પોન્સરર્સના નામ : શ્રી સુધીરભાઈ ચીમનલાલ ધારીયા (રંગૂનવાલા), શ્રી ઉર્મિલ નવિનચંદ્ર કડકીયા, શ્રી અનીષ કિરીટભાઈ પરીખ, શ્રી બકુલ ચીમનલાલ શાહ (નગરશેઠ), શ્રી સુનિલ પ્રવિણચંદ્ર મોદી (ઠાસરાવાળા), શ્રી કેતન રજનીકાંત કડકીયા (ચોકસી), શ્રી જીગર મણીકાંત કડકીયા, વેલ વિશર્સ ૩ જણ.

દર વર્ષે નર્સરી જુ.કે.જી. થી ધોરણ ૯ ના વિદ્યાર્થીઓને શૈક્ષણિક પારિતોષિક એનાયત થાય છે. શ્રીમતી મણીબેન મણીલાલ શાહ (ઝાટ) પુરસ્કૃત પારિતોષિક વિતરણ હસ્તે શ્રી રાજુભાઈ મણીલાલ શાહની જગ્યાએ તેમના પુત્રી શ્રીમતી નીતાબેન વિદ્યાર્થીઓને મંચ પરથી શૈક્ષણિક પારિતોષિક આપ્યા હતા. સર્વે તે વિદ્યાર્થીઓએ બિરદાવ્યા

હતા. દાંડિયા રાસના જજ તરીકે શ્રીમતી વૃષિકા દલાલનું ઉપપ્રમુખ શ્રી સમીર ગાંધીએ ગિફ્ટ આપી બહુમાન કર્યું હતું તથા બીજા જજ ધ્વનિબેન શાહને સહમંત્રી શ્રી જીગર કડકીયાએ ગિફ્ટ આપી બહુમાન કર્યું હતું. ત્યારબાદ દાંડિયા રાસના ઈનામ આપવામાં આવ્યા.

દાંડિયા રાસના વિજેતાને બધા જ ઈનામ તથા પાંચ વર્ષથી નીચેના દરેક ભુલકાઓને ઈનામ મુખ્ય મહેમાન શ્રીમતી શોભનાબેન દિનેશચંદ્ર ધારીયાના કુટુંબીજનો ના હસ્તે આપવામાં આવ્યા હતા. હર્ષો ઉલ્લાસ અને જીજ્ઞાસાપૂર્વક સર્વે પોતાનું નામની જાહેર થવાની રાહ જોતા હતા અને એક પછી એક નામની જાહેરાત થતાં જ હોલમાં ચિચિયારી અને તાળીઓથી ગુંજી ઉઠ્યો. અંતે સર્વે લોકોએ નાસ્તો કરી અને છેલ્લે સૌ જૈ જૈ ગોકુલેશના સ્મરણ કરી છુટા પડ્યા હતા.

મંત્રી - ભાવેશ મોદી **સંયોજક - શ્રી ઉર્મિલ કડકીયા**

* * * * *

શ્રી બાલાસિનોર બોરીવલી ટ્રસ્ટ

આયોજીત

બોરીવરી થી વિરાર સુધી વસતા નાગરિકો માટે

જમણાવારનું આયોજન કરવામાં આવ્યું છે.

તારીખ : ૬-૧-૨૦૧૮, રવિવારે,

સમય : સાંજે ૬.૦૦ કલાકે

સ્થળ :

ગુરુદ્વારા, સાંઈબાબા નગર, બોરીવલી (વેસ્ટ)

નોંધ : આ સાથે મેડીકલ સેમિનાર રાખ્યો છે.

જેની વિગત પછી જણાવવામાં આવશે.

વધુ વિગત માટે મળવું

મંત્રી : શ્રી હેમેન્દ્ર રમણલાલ શાહ (ચકવા)

૯૮૨૦૦૧૧૫૮૬

‘ગાય’નું દૂધ, દહીં અને ઘી

ગાયના દૂધ બાબત વિશેષ વિચારીએ તો અન્ય પ્રાણીઓના દૂધ કરતાં ગાયનું દૂધ વિશેષ હિતકારી સાબિત થયેલ છે. જુઓ.....

૧. દૂધમાં સંપૂર્ણ પ્રોટીન હોવાને કારણે તે મનુષ્ય માટે જરૂરી છે. ભેંસના દૂધ કરતા ગાયના દૂધમાં જે પ્રોટીન હોય છે તે કોમળ હોવાથી સરળતાથી પચી જાય છે.
૨. પ્રોટીનોને પચાવવા માટે જે પદાર્થ જરૂરી છે તે ગાયના દૂધમાં પર્યાપ્ત માત્રામાં હોય છે. અને તેથી જ બાળકો, રોગીઓ અને પ્રૌઢો, વૃદ્ધો માટે સાધારણ રીતે ગાયનું દૂધ વિશેષ લાભદાયક છે. ગાયના દૂધમાં જે વિટામિનો છે, તે ભેંસના દૂધના પ્રોટીનો કરતાં ઉચ્ચ કોટિના હોય છે.
૩. ભેંસના કરતા ગાયના કુદરતી દૂધમાં ઓક્સાઈડ તથા રિડક્ટસ નામના પાયક રસો વધારે હોય છે. જે પાચન માટે સહાયક બને છે. આ ઉપરાંત દુગ્ધપાન સમયે કેટલાક વિષાણુ ઉત્પન્ન થતાં હોય છે, જે ટોક્સિન તથા ટીમેન્સ નામના તત્વોને દૂર કરવા માટે ચોક્કસ તત્વ ગાયના દૂધમાં હોય છે.
૪. ગાયના દૂધમાં જે ક્ષાર હોય છે, તે જલ્દી ઓગળી જાય છે તેમજ તત્કાલ પચી જાય છે. આ ક્ષારો ખૂબ જ ઉપયોગી હોય છે. ચરબી તેમજ પ્રોટીનને પચાવવા માટે આ ક્ષાર સહાય કરે છે.
૫. ગાયના દૂધમાં કેટલાંક ઉપયોગી જિવાણુ હોય છે, જેનાથી ગાયનું દૂધ જલ્દી જામી જાય છે.
૬. ગાયનું દૂધ શીતળતા ઉત્પન્ન કરે છે તેમજ પોષણ આપે છે. તેમજ બુદ્ધિજીવીઓ તથા માનસિક દૃષ્ટિએ કાર્ય કરનારાઓ માટે ગાયનું દૂધ ખૂબ જ ઉપયોગી છે.

૭. ગાયના દૂધમાં સ્થિત કેસીન તત્વ જલ્દી પચી જાય છે, તેમાં જે ક્ષાર છે, તેનાથી પાચનમાં મદદ મળે છે અને કાર્બોહાઈડ્રેટ પણ ખૂબ જ માત્રામાં હોય છે.
૮. અંગ્રેજીમાં કહેવત છે કે "Cow Milk and Honey are the root of beauty" એટલે કે ગાયનું દૂધ અને મધ એ તો સૌંદર્યતાનું મૂળ કારણ છે.

હવે આપણે ગાયના દૂધના ઔષધીય ઉપયોગ વિશે જોઈશું.

ઔષધીય ઉપયોગ :

- ❖ આધાશીશી : ગાયના દૂધમાં બદામના ટૂકડા નાખીને બનાવેલ ખીર પીવાથી આધાશીશી નામનો માથાનો દુઃખાવો મટે છે.
- ❖ જીર્ણજવર : ગાયના દૂધમાં ગાયનું ઘી, સૂંઠ, ખજૂર અને કાળી દ્રાક્ષ મેળવીને તેને ગરમ કરીને પીવાથી હાડકળતર અથવા જીર્ણજવર મટે છે.
- ❖ પેશાબનો રોગ : પેશાબની બળતરા અને પેશાબ ટીપે ટીપે આવતો હોય તો એ અવસ્થામાં ગાયના દૂધમાં ગોળ અથવા ઘી મેળી તેને સહેજ ગરમ કરીને પીવું અથવા દૂધ-ઘી અને સાકર એક સાથે ગરમ કરીને પીવાથી પેશાબનો આ રોગ મટે છે.
- ❖ આંખ દુઃખવા આવવી : ગાયના દૂધમાં ૩ બોળી તેના ઉપર ફુલાવેલ ફટકડીનું ચુર્ણ ભભરાવી આંખ ઉપર તેની પટ્ટી બાંધવાથી દુઃખતી આંખ મટે છે.
- ❖ પુષ્ટિ માટે ગાયનું દૂધ, ગાયનું ઘી અને મધ મેળવીને પીવાથી શરીરને પુષ્ટિ પ્રાપ્ત થાય છે.
- ❖ રક્તસ્ત્રાવ : શરીરના કોઈપણ ભાગમાંથી રક્તસ્ત્રાવ થતો હોય તો ગાયના દૂધમાં પાંચગણુ પાણી ઉમેરીને ગરમ કરવું. બધું પાણી બળી જાય ત્યારે ઉતારીને ઠંડુ કરવું. આ દૂધ પીવાથી રક્તસ્ત્રાવ બંધ થઈ જાય છે.

- ❖ **દહીંના ગુણધર્મ :-** દહીં ખાટું તુરુ હોય છે. તે ગુરુ અને સ્નિગ્ધ હોય છે. તેનો સ્વભાવ ઉષ્ણ હોય છે અને તેનો વિપાક ખાટો હોય છે. અહીં સ્પષ્ટતા કરવાની છે કે લગભગ મોટા ભાગના લોકો દહીંને ઠંડું સમજે છે. હકીકત તો એ છે કે દહીં ઠંડું નથી પણ ગરમ છે. આ વાત સૌએ ધ્યાનમાં રાખવા જેવી છે.
- ❖ **દહીંના સામાન્ય ગુણ :** દહીં રુચિકર, અગ્નિદીપક, વૃષ્ણ, સ્નિગ્ધ, બળને ઉત્પન્ન કરનાર, અમ્લ વિપાકી, ગરમ વાયુનાશક, મંગલકારક તથા પુષ્ટિકારક છે. જૂની શરદી, નવી શરદી, ઝાડા, ટાઢિયો તાવ, મેલેરિયા, અરુચિ, મૂત્રરોગ તથા કૃશતામાં દહીં લાભદાયક છે. પંડિત ભાવમિશ્રજીએ વિશેષ વાત એ કહી છે કે દહીંના ઉપયોગથી પિત્તવિકાર, રક્તવિકાર, સોજા, મેદ અને કફ ઉત્પન્ન થાય છે.
- ❖ **કર્મ :** દહીં વાયુનાશક અને કફ તથા પિત્તને વધારે છે. એ અનિદ્રાને દૂર કરે છે. પાયનની દૃષ્ટિએ જોઈએ તો દહીં દીપન, રોચન, સ્નેહલ, અનુલોમન અને ગ્રાહી છે. દહીંમાં સ્થિત ક્ષીરામ્લ જીવાણુઓ કોલેરાના જંતુઓને નષ્ટ કરે છે. આંતરડામાં મળને સડવાની ક્રિયાને દહીં રોકે છે. બેચનીકાફ નામના એક વૈજ્ઞાનિકે સિદ્ધ કરેલ છે કે દરરોજ દહીંનું સેવન કરવાથી આંતરડા સ્થિત જીવાણુ તથા તેના વિષનો નાશ થાય છે અને વૃદ્ધાવસ્થા મોડેથી આવે છે. કદાચ આ કારણથી ગામડાના લોકો ૮૦ થી ૯૦ વર્ષ સુધી જીવિત રહેતા હશે. મંદાગ્નિ અને સંગ્રહણી જેવા પાયન સંસ્થાનના રોગોમાં દહીં અત્યંત લાભદાયી છે. દહીંનું વધુ સેવન કરવાથી લોહીના રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. તેમજ દહીંથી સોજા ઉત્પન્ન થાય છે. દહીંની મલાઈથી વીર્યવૃદ્ધિ થાય છે અને મૈથુનશક્તિમાં

વૃદ્ધિ થાય છે. ખાટું દહીં ખાવાથી બહેનોને માસિકસ્ત્રાવ વધુ થાય છે. મેલેરિયામાં દહીં ઉપયોગી છે તેમજ દહીં લેવાથી શરીર પુષ્ટ થાય છે.

ગાયના દહીંનો ઉપયોગ :

૧. કાયનો પાઉડર અથવા કાયની કરચ આહાર સાથે પેટમાં જતી રહી હોય તો ગાયનું દહીં પણ ખાવું જોઈએ.
૨. **અજીર્ણ અને ઝાડા ઉલ્ટી :** ગાયનું દહીં વારંવાર આપવું તથા ગાયના દહીંનું ઘોળવું પાવાથી લાભ થાય છે.
૩. **ખૂબ જ તરસ લાગવી :** ખૂબ જ જૂની ઈંટ લાવીને તેને પાણીથી સ્વચ્છ કરીને અગ્નિમાં મૂકવી. ઈંટ ખૂબ લાલ થઈ જાય ત્યાં સુધી ઈંટને ગરમ કરવી. ત્યારબાદ આ ગરમ ઈંટને દહીંમાં નાખવી. આ દહીં પીવાથી તરસનો રોગ મટે છે. વારંવાર થોડું દહીં આપવું.
૪. **આધાશીશી :** સૂર્યોદય પૂર્વે દહીં અને ભાત ત્રણ દિવસ સુધી ખાવાથી આધાશીશી મટે છે.
૫. **સોજા, ધારા, ચાંદા અને બળતરા :** દહીંને કપડામાં બાંધી લટકાવવું - પાણી નીતરી જશે. આ પાણી વિનાના દહીંને વેદનાવાળા ભાગ પર બાંધવું. આમ કરવાથી બળતરા અને દુઃખાવો મટે છે અને તાજો ફોલ્લો કે ફોડકી બેસી જશે.
૬. **નેત્રરોગહર અંજન :** ગાયના દહીંમાં શંખની નાભિ અને સિંધાલુણને પીસીને અથવા લસોટીને તેનો રસાંજન પર લેપ કરીને સૂકવી લેવું. આ રીતે ત્રણ દિવસ સુધી દરરોજ એક વખત કે બે વખત લેપ કરીને સૂકવતા રહેવું. ત્યારબાદ આ રસાંજનને ઘૂંટીને વાટ (વર્તિ) બનાવવી. આ વર્તિને પાણી સાથે લસોટીને આંખમાં તેનું અંજન કરવાથી નેત્રના રોગો અવશ્ય મટે છે.
૭. **દાહનાશક લેપ :** બોરડીના પાનને ગાયના દહીં સાથે લસોટવા. તેમાં કપુર, સફેદ ચંદન તથા

લીમડાનાં પાન ઉમેરીને ફરીવાસ લસોટીને તેનો લેપ કરવાથી શરીરની અને ચામડીની બળતરા મટે છે.

૮. રક્તસ્ત્રાવી હરસ : ગાયના દહીંની મલાઈ અથવા છાશનું સેવન દરરોજ કરવાથી હરસ મટે છે.
૯. દધિસર પ્રયોગ : ચંદ્ર સમાન નિર્મળ દહીંની મલાઈમાં ખાંડ, મધ, કાળા મરી,, કપુર, નાની એલચી આ દરેકને માટલીમાં નાખવું. જ્યારે સારી રીતે તેનું મિશ્રણ થઈ જાય ત્યારે તેને સ્વચ્છ કપડાં પર લઈને હાથ વડે ધીરે ધીરે મસળવું. તેમ કરવાથી નીચે રાખેલા વાસણમાં તે આવી જશે. આ પદાર્થને ઠંડા અને ખૂબ જ માત્રામાં ધીવાળા ભાતમાં નાખીને ખાવાથી મૈથુનશક્તિમાં વધારો થાય છે. આ ભાત ખાધા પછી થોડોક પચે તે પ્રમાણે શ્રીખંડ ખાવો જોઈએ.

દહીંના અન્ય ગુણ :

૧. ગાયના દહીંને કપડામાં બાંધીને પરિશ્રુત કરેલ આ દહીં ખાવાથી વાયુનો નાશ થાય છે. કફને ઉત્પન્ન કરે છે, સ્નિગ્ધતા ઉત્પન્ન કરે છે. શરીરને પુષ્ટ બનાવે છે તથા પિત્તને વધારે ઉત્પન્ન કરતું નથી તેમજ અરુચિને દૂર કરે છે.
૨. ખૂબ જ ઉકાળેલા દૂધમાંથી જે દહીં બને છે તે ખૂબ જ ગુણકારી છે. તે વાયુ અને પિત્તનો નાશ કરે છે. તે હરસને ઉત્પન્ન કરે છે તથા શરીરને ધાતુઓ, અગ્નિ તથા બળને ઉત્પન્ન કરે છે.
૩. મલાઈ વગરનું ગાયનું દહીં ગ્રાહી છે, શીતળ છે, તે વાયુને ઉત્પન્ન કરે છે. લઘુ એટલે હળવું છે. કબજિયાત કરનાર છે, અગ્નિદીપક છે, અરુચિ ઉત્પન્ન કરનાર છે અને સંઘરણીને મટાડે છે.

૪. સાકરયુક્ત ગાયનું દહીં સર્વશ્રેષ્ઠ છે. તે તરસ, પિત્તના વિકારો, લોહીના વિકારો તથા બળતરાને મટાડે છે.
૫. ગોળ મેળવેલું ગાયનું દહીં વાયુનાશક, વીર્યવર્ધક, પુષ્ટિદાયક અને તૃપ્તિદાયક તથા ગુરુ છે.
૬. ગાયના દહીંની તર (મલાઈ) પચવામાં ભારે, મૈથુનશક્તિ ઉત્પન્ન કરનાર, વાયુનાશક, અગ્નિને મંદ કરનાર તથા કફ અને વીર્યને વધારનાર છે.
૭. દહીંનું પાણી (મસ્તુ) તરસને મટાડે છે, થાકને દૂર કરે છે. પચવામાં હળવું, સ્ત્રોતસોને શુદ્ધ કરનાર તથા ખાટું-તુરું અને મધુર હોય છે. આ પાણી વૃષ્ચ નથી. તે કફ અને વાયુને દૂર કરે છે. આ પાણી આત્મા, મન અને ઈન્દ્રિયોને પ્રસન્ન કરે છે તથા તૃપ્ત કરે છે. મળને તુરત જ બહાર કાઢે છે તથા તાત્કાલિક બળને ઉત્પન્ન કરે છે તથા રુચિ ઉત્પન્ન કરે છે.

ઘી નો ઉપયોગ

- ❖ આધાશીશી નામનો રોગ થયો હોય તો ગાયના ઘીના ટીપા સવાર-સાંજ નાકમાં બન્ને બાજુ નાખવા. સાત દિવસ સુધી નિયમિત ટીપા નાખવા. સૂર્યોદય પૂર્વે એક તોલો ગાયનું ઘી અને એક તોલો સાકર, બન્ને મેળવીને ત્રણ દિવસ સેવન કરવાથી આધાશીશી મટે છે.
- ❖ હાથપગના તળીયામાં બળતરા થતી હોય તે ભાગ પર ગાયના ઘી નું માલીશ કરવું.
- ❖ નસકોરી ફૂટતી હોય ત્યારે ઘીના ટીપા નાખવા.
- ❖ દારૂનો નશો ચડ્યો હોય ત્યારે ઘી-સાકરનું સેવન કરાવવું.
- ❖ સ્ત્રીઓને સગર્ભાવસ્થા દરમિયાન લોહી પડતું હોય ત્યારે પાણીથી એકસો વખત ધોયેલું (શતધૌત) ઘી હિતકારી છે.

- ❖ દાઝેલા શરીર પર ઘી લગાવવાથી રાહત થાય છે.
- ❖ કબજિયાત હોય તો સવારે ઘી સાથે દૂધનું સેવન કરવું. ઉપરાંત હેડકી, તૃષ્ણા રોગ, સન્નિપાત જ વિસર્પ રોગ વગેરેમાં વિવિધ પ્રકારે ઘીનો ઉપયોગ થાય છે.

સર્વોત્તમ ઘી : ગાયના દૂધનું ઘી સર્વોત્તમ છે. તેમાંય જૂનું ઘી ઉત્તમ છે. જૂનું ઘી જઠરાગ્નિને પ્રદિપ્ત કરે છે. મૂર્ચ્છા, કોઢ, ઉન્માદ, કાનના રોગો, નેત્રના રોગો, શૂળનો રોગ, હરસ, યોનિદોષ અને પ્રણામાં ફાયદો કરે છે.

ઘી તો ઉત્તમ રસાયણ છે. સર્વાંગીણ સ્વાસ્થ્ય માટે હંમેશા ઘી નો ઉપયોગ કરવો પરમ હિતાવહ છે. ગાયનું ઘી એ તો સાક્ષાત અમૃત સમાન છે.

નોંધ : ઉપર્યુક્ત કોઈપણ ઔષધિય પ્રયોગ જાણકાર વૈદ્ય, ડૉક્ટરની સલાહ લઈને જ કરવા. ★ ★ ★ ★

સંપત્તિ કે બાહ્ય ઉપભોગમાં સુખ નથી

✍ શેલેષ દેસાઈ

સુખ એ અંતરની મિરાત છે. જાગૃતિનું જ નામ છે. એ માણસ વિસરી ગયો છે અને તેના જીવનું લક્ષ્ય માત્ર સંપત્તિ ધન કમાઈ, ધન દ્વારા જ વધારે સુખી થઈ શકાય એ બની રહ્યું છે. સુખ એ મનની મિરાત છે. અંતરની મિરાત છે. તંદુરસ્ત મન એ સુખની છાલક છે. મનનો તાગ કોઈ મેળવી શક્યું નથી. વ્યક્તિનું મન એ મમષ્ટિનો જ એક ભાગ છે. એટલે મન દ્વારા મન વડે જ પદાર્થ યાત્રાનું જ્ઞાન થઈ શકે છે. સુખ અને દુઃખનું ભાન પણ આ મન જ કરાવે છે. સુખ મેળવવા મનની શાંતિ અનિર્વાય ગણાય છે.

જે ત્યાગી છે, સંતોષી એ જ સુખી છે. જીવનમાં સુખનું નહિ શાંતિનું મહત્વ છે. સુખ ને દુઃખ એકબીજાના પડછાયા જ છે. સુખ એ અનુભિતિ સિવાય કંઈ નથી. સુખનો ક્યારે ભરાવો નથી હોતો. સુખની ક્યારેય ઉણપ નથી થતી પરંતુ ઊણપ આપણે ‘સ્વયં’ જડવાદના ઘેનમાં ઘેરાઈને ઊભી કરી શક્યા છીએ. ભીતર સાચા સ્વરૂપને જાણ્યા વિના સુખનો અહેસાસ થઈ શકતો નથી.

સુખ એટલે સંપૂર્ણ સંતોષ છે. દુઃખ એટલે અસંતોષ, ઉણપ. અસંતોષ એ સુખના દ્વારે બેઠેલ પહેરેદાર છે. સુખના દ્વારમાં પહોંચવા પહેરેદારને હરાવા પડશે.

જે હોય તેનો પૂરો પૂરો ઉપભોગ કરે તો વર્તમાન સુખ માણી શકાય છે. સુખી વ્યક્તિમાં આત્મશ્રદ્ધા છલોછલ હોય છે. મોટે ભાગે એઓ પોતાની જાતમાં જ મગ્ન રહેતા હોય છે. હું માનું છું જીવનમાં સુખ કરતાં જરૂરી મનની શાંતિની છે. મનની શાંતિ જ સુખને પ્રગટ કરે છે. સુખ એ અંતરનું આભરણ છે. તેને પહેરતા

શીખવુ પડે છે. આત્મા સ્વયં પોતાના સુખ દુઃખનો કર્તા છે. દુઃખનું મુળ કારણ અજ્ઞાનમાં પડેલો આત્મા છે. તેને જાગૃત કરવાની જરૂર છે.

માણસમાં એક વિસ્ફોટ અણુ સમુ બળ છે. એ નૈતિક પરિબળ સ્વલક્ષી અને સામાજિક ગજ સુખી માણસને ખેંચે છે પરંતુ નૈતિક પરિબળોને આજ સુધી પહોંચી શકતો નથી. ભીતર સાચા સ્વરૂપને જાણ્યા વિના સુખનો અહેસાસ થઈ શકતો નથી. ભીતર સાચા સ્વરૂપને પહોંચી શકતો નથી. ભીતર સાચા સ્વરૂપને જાણ્યા વિના સુખનો અહેસાસ થઈ શકતો નથી. જો વ્યક્તિ અંદરથી અતૃપ્ત હશે તો બહારની કોઈ વસ્તુ તેને સુખ નહિ આપી શકે. રાગ, દ્વેષ તેમજ લાલસા લોભ પરિગ્રહ અને અહંકાર જ માણસને સુખથી વંચિત રાખે છે. અસંતોષ એ દુઃખનું અવતરણ કર્યું છે.

સુખની વિભાવના આપણા ઉંમર પ્રમાણે બદલાતી રહે છે. મન માંકડા જેવું છે. તે ગમે તેમ કૂદે છે. તેને કોઈવાર અમુક વસ્તુ મેળવવામાં સુખ લાગે છે. તો કોઈવાર અન્ય સિધ્ધિ પ્રાપ્ત કરવા મન લલચાય છે. આપણું મન એ નક્કી કરી શકતું નથી કે તેને શેમાંથી સુખ કે આનંદ મળી શકે છે? પુષ્કળ સમૃદ્ધિ હોવા છતાં પણ મન મનુષ્યને સુખેથી જીવવા દેતું નથી. આપણું મન જ આપણા સુખ દુઃખનું કારણ છે. સુખની આપણી વિભાવના આપણી ઉંમર પ્રમાણે બદલાયા કરે છે. બાલ્યાવસ્થામાં કોઈ મનગમતું રમકડું મળી જાય તો તે સુખની અવધિ રહેતી નથી. થોડી ઉંમર વધે પછી તે થોડી ઉંમર પછી તે જ વસ્તુમાંથી તેટલો આનંદ નથી રહેતો. આમ જીવનમાં દરેક તબક્કે સાચા સુખની વિભાવના છૂપાયેલી હોય છે. આમ સુખની વિભાવના ઉંમર પ્રમાણે બદલાયા કરે છે. આમ બાલ્યાવસ્થા, યુવાવસ્થા અને પ્રૌઢવસ્થામાં સાચા સુખની વિભાવના અલગ અલગ હોય છે.

★ ★ ★ ★

શ્રી વાડાસિનોર ગોકુલેશ સમાજ

૪૫/૪૯, બાબુગેનુ રોડ, મુંબઈ-૪૦૦૦૦૨

તા. ૧૫.૧૧.૨૦૧૮

- : આલ્યો રે મહા ઔચ્છવ :-

વાડાસિનોર સમસ્ત દશાનિમા વૈષ્ણવો, જય જય શ્રી ગોકુલેશ

પ્રતિ વર્ષ મુજબ ચાલુ વર્ષ પણ ઉપરોક્ત ગોકુલેશ સમાજ આયોજીત તથા શ્રીમતી તારાબેન રમણલાલ મોદી (ચોધરી) પુરસ્કૃત પરમ પાવનકારી પર્વ શ્રી મહાઓચ્છવ ઉત્સવ મુંબઈમાં ખૂબ ધામધૂમથી ઉજવવામાં આવશે. માગસર સુદ ૭ ને શુક્રવાર તા. ૧૪-૧૨-૨૦૧૮ ના શુભ દિને આ ઉત્સવનું આયોજન હાથ ધરાયેલ છે.

— : ઉત્સવના મનોરથી : —

આ ઉત્સવના મનોરથી બનવાનું સૌભાગ્ય પ.ભ. શ્રીમતી કોકિલાબેન રસિકલાલ મોદી (દેવ) તથા તેમના કુટુંબીજનોને પ્રાપ્ત થયેલ છે.

— : કાર્યક્રમ : —

મનોરથીનાં નિવાસસ્થાન 'કમલ બિલ્ડીંગ, ૪ થે માળે, વાલકેશ્વર રોડ, મુંબઈ મુકામે બપોરે ૩.૦૦ કલાકે સમાજ બેસશે અને પ્રભુના પ્રાકટ્યની વધાઈ, ધોળ કિર્તન થશે.

સાંજે ૬.૩૦ કલાકે સત્સંગ મંડળની રૂમ સિક્કાનગર, વિ.પી. રોડ, મુંબઈથી કળશનો વરઘોડો નીકળી લાડવાડી, સી.પી. ટેન્ક જશે.

સાંજે ૭.૦૦ કલાકે ઉત્સવના પુરસ્કૃત દાતાનું તેમજ પ્રસંગના મનોરથીનું તેમજ તેમના કુટુંબીજનોનું સન્માન સમાજ તરફથી કરવામાં આવશે.

— : ભાવભીનું આમંત્રણ : —

તે જ દિવસે સાંજે ૭.૩૦ કલાકે વાડાસિનોરવાસીઓ, મુંબઈમાં તેમજ પરામાં રહેતા સર્વ દશાનિમા વૈષ્ણવોને સહકુટુંબ સહ પરિવાર પ્રસાદ ગ્રહણ હેતુ લાડવાડીમાં પધારવા અમારું ભાવભીનું આમંત્રણ છે.

તો આ દરેક પ્રસંગે આપ મોટી સંખ્યામાં ઉપસ્થિત રહી પ્રસંગને દીપાવશો.

લી.

શ્રી વાડાસિનોર ગોકુલેશ સમાજ વતી

શ્રી નવનીતલાલ ચંદુલાલ પરીખ (સરકાર) - પ્રમુખ

શ્રી મંજુલ શૈલેષકુમાર ધારિયા (હેડમાસ્ટર) - ઉપ પ્રમુખ

શ્રી જસ્મિન બિપીન શેઠ તથા શ્રી કિર્તિ હીરાલાલ કડકીઆ - માનદ્ મંત્રીઓ

સમસ્ત કારોબારી સમિતિના સભ્યો

તથા પ્રસંગના મનોરથી તેમજ પુરસ્કૃત દાતા ના..... જય જય શ્રી ગોકુલેશ

બાલાસિનોર વિદ્યોત્તેજક ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ
શ્રી વાડાસિનોર દશાનિમા વિદ્યોત્તેજક મંડળ
અનુકરણીય દાન/વચન

સખાવતી દાતાશ્રીઓ તરફથી પ્રાપ્ત થયેલ દાનની નામાવલી

ક્ર.	નામ	સંખ્યા
૧.	શ્રીમતી સુર્યાબેન રમેશચંદ્ર શાહ (હાથીખાનાવાળા) તરફથી Education Scheme for Entrance Test, (GRE, TOEFL, GMAT, IELTS, JEEE, NIIT) માટે	૭,૦૦,૦૦૦/-
૨.	શ્રીમતી કોકીલાબેન મધુસુદન કડકીઆ (ફાડીયા)	૧,૦૦,૦૦૦/-
૩.	શ્રી વત્સલ અશોક શાહ હસ્તે રાગીણી અશોક શાહ	૫૦,૦૦૦/-
૪.	શ્રી રસિકલાલ ચંદુલાલ કડકીયા (મરઘા) હસ્તે દર્શના રસિકલાલ કડકીઆ	૧૫,૦૦૦/-
૫.	શ્રીમતી ઈંદીરા રસિકલાલ કડકીયા (મરઘા) હસ્તે દર્શના રસિકલાલ કડકીયા	૧૫,૦૦૦/-
૬.	શ્રી ગોકલદાસ ઓચ્છવલાલ ગાંધી	૧૨,૫૦૦/-
૭.	શ્રીમતી કુસુમબેન ગોકલદાસ ગાંધી	૧૨,૫૦૦/-
૮.	શ્રીમતી ભાવના દિપક પરીખ	૧૦,૦૦૦/-

સંસ્થાની કારોબારી સમિતિના સૌ સભ્યો દાતા પરિવારોનો આભાર વ્યક્ત કરે છે અને તેમના સુખ, શાંતિ અને ઉત્કર્ષ માટે પ્રભુને પ્રાર્થના કરે છે.

કારોબારી સમિતિ વતિ - જસ્મિન બી. શેઠ, ધર્મશ જયંતીલાલ શાહ - માનદ્ મંત્રીઓ

વેદ વ્યાસે કરેલી ૧૬ નામોની
ગણેશ સ્તુતિ

૧. સુમુખ	૨. એકદંત
૩. કપિલ	૪. ગજકર્ણ
૫. લંબોદર	૬. વિકટ
૭. વિઘ્નરાજ	૮. વિનાયક
૯. ધૂમ્રકેતુ	૧૦. ગણાધ્યક્ષ
૧૧. ભાલચંદ્ર	૧૨. ગજાનન
૧૩. વક્રતુંડ	૧૪. શૂર્પકર્ણ
૧૫. હેરંબ	૧૬. સ્કંદપૂર્વજ

શ્રી ગણેશનાં આ ૧૬ નામો છે.

કિર્તન
વ્રત ચર્યાનું કિર્તન

રાગ - રામકલી	તાલ - ત્રિતાલ
મોહન દેહો વસન હમારે,	
જાય કહો વ્રજપતિ જુ કે આગે,	
કરત અનિત લલા રે (૧)	
તુમ વ્રજ રાજ કુમાર લાડીલે,	
ઔર સબ હિનકી પ્રાણ પિયારી,	
ગોવિંદ પ્રભુ પિયૂદાસી તિહારી	
સુંદર વર સુકુમાર (૨)	- નિમીષા કડકીઆ

કે. એમ.જી. જનરલ હોસ્પિટલ ટ્રસ્ટ, બાલાસિનોર

બાલાસિનોરની કે.એમ.જી. જનરલ હોસ્પિટલ (કુણીવાલા કેમ્પસ)માં નીચે મુજબના કેમ્પ યોજવામાં આવેલ.

૧. **ઈકો કેમ્પ** : તા. ૧૪-૧૦-૨૦૧૮ના રોજ યોજવામાં આવેલ. કુલ ૩૩ દર્દીઓના ઈકો રાહતદરે કરવામાં આવેલ.

૨. **છારી કાઢવાનો કેમ્પ** : તા. ૧૯-૧૦-૨૦૧૮ના રોજ યોજવામાં આવેલ. કુલ ૧૪ દર્દીઓની આંખમાંથી રાહત દરે છારી કાઢવામાં આવેલ.

કચેરીયા મોજીલાલ ગોરધનદાસ જનરલ હોસ્પિટલની માહે એપ્રિલ - ૧૮ થી માહે સપ્ટેમ્બર - ૧૮ દરમ્યાન લાભ લીધેલ દર્દીઓ.

૧. મણીબેન મણીલાલ ધારીઆ	- ડીસ્પેન્સરી વિભાગ	- ૮૩૫૫
૨. લીલાબેન કીર્તનલાલ દોશી	- નેત્ર વિભાગ	- ૭૯૭૦
૩. શ્રીમતી શર્મિષ્ઠાબેન અને રજનીકાંત નટવરલાલ કડકીઆ (ચોકસી)	- ગાયનેક વિભાગ	- ૫૨૭૬
૪. શ્રી શાંતિલાલ રવચંદદાસ શાહ (ચોકસી)	- સર્જકલ વિભાગ	- ૨૯૧૫
૫. મોજીલાલ છોટાલાલ ધારીઆ	- ફીજીયોથેરાપી વિભાગ	- ૩૦૫૭
૬. શ્રીમતી સુભદ્રાબેન નવીનચંદ્ર શાહ (કોલકત્તાવાળા)	- આઈ ઓપરેશન થિયેટર	- ૩૪૧
૭. સોનલ નિશીથ ધારીઆ (દલાલ)	- સર્જકલ મીની ઓપરેશન થિયેટર	- ૧૨૮
૮. રસિકલાલ રમણલાલ કડકીઆ	- ઓર્થોપેડીક મીની ઓપરેશન થિયેટર	- ૨૫૭
૯. ઈચ્છાબેન મણીલાલ શાહ (ઝાટ) રમેશચંદ્ર મોહનલાલ દેસાઈ (મેનપુરાવાળા) મણીબેન સારંગી	- ઓપરેશન થિયેટર - ઓપરેશન થિયેટર - ઓપરેશન થિયેટર	- ૫૧૫

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

૧. શ્રી ચંદ્રકાંત સી. દેસાઈ રૂ. ૬૦,૦૦૦/-

શ્રી નિતીન પરીખ, શ્રી પરેશ પરીખ - માનદ્ મંત્રીઓ

શ્રી વાડાસિનોર ગોકુલેશ સમાજ

બાલાસિનોરના વ્હાલા વૈષ્ણવો સર્વેને જય જય શ્રી ગોકુલેશ

ઉપરોક્ત સમાજ પ્રકાશિત શ્રી વ્રજ માધુરી, શ્રી કીર્તન માધુરી તથા ઉત્સવ માધુરીનાં થોડા પુસ્તકો અમારી પાસે સ્ટોકમાં છે.

જે કોઈ વૈષ્ણવ પાસે આ પુસ્તકો ના હોય તેઓએ શ્રી નવનીતભાઈ સરકારનો ફોન ઉપર સંપર્ક સાધી માંગવા લેવા.

સ્ટોક હશે ત્યાં સુધી આ પુસ્તકો વહેલો તે પહેલોનાં ધોરણે આપવામાં આવશે.

લી. શ્રી વાડાસિનોર ગોકુલેશ સમાજ વતી

શ્રી નવનીતલાલ ચંદુલાલ પરીખ (સરકાર)ના જય જય શ્રી ગોકુલેશ

મોબાઈલ : ૯૯૩૦૪૩૩૨૩૧ - (ઘર) : ૨૩૬૧૩૭૯૫



જ્ઞાતિ ગૌરવ



કરણ વિકાસ સેજલ કડકીયા તે અરવિંદભાઈ અને કુસુમબેન કડકીયા (ધંગોલા)ના પૌત્ર જે હાલ શિકાગોમાં યુનિવર્સિટી ઓફ ઈલિનોઈસ (ILLINOIS) માં કોમ્પ્યુટર સાયન્સમાં માસ્ટર્સ કરી રહ્યો છે. એ USA ની ઈન્ટર કોલેજ હેકેથોન સ્પર્ધા અંતર્ગત જ 7 to 8 Sep'18 એ IOWA University (IOT) ખાતે યોજાઈ હતી. તેમાં ત્રણ ટીમ ઈવેન્ટમાં ફર્સ્ટ પ્રાઈઝ મેળવ્યા છે. આ ઈવેન્ટમાં કરણની ટીમે એક સીક્યુરીટી સોલ્યુશન IOT ટેકનોલોજી યુઝ કરીને બીલ્ટ કર્યું જે સેન્સીટીવ ડેટાની ચોરી અને નુકશાન રોકે અને એક પ્રોસેસર (ડ્રેગન બોર્ડ) થકી સેન્સર મેનેજ કરે. આ સિધ્ધી કરણની યુનિવર્સિટીએ Social Media પર Great Work કહીને બિરદાવી છે. એમાં પછી 12 to 13 Sep'18. એ યુનિવર્સિટી ઓફ મિશિગન (મિશિગન) ખાતે બીજી હેકેથોન સ્પર્ધા અંતર્ગત કરણની ટીમને એક ઈવેન્ટમાં એવોર્ડ મળ્યો છે. જેમાં (IOT) ટેકનોલોજી USA કરીને કરનની ટીમ ફી ઓફ કોસ્ટ બાઈસિકલ શેરીંગ સીસ્ટમ બનાવી છે જે અંતર્ગત ગવર્મેન્ટ લોકોને ફીમાં બાઈસિકલ પ્રોવાઈડ કરી શકશે અને સેન્સર અને Tracking Devices બાઈસિકલ માં ઈન્સ્ટોલ કરીને એને Extra Cost વગર મેઈનટેઈન કરી શકશે. આ ટેકનોલોજીથી Pollution free Environment બનશે અને લોકોની હેલ્થ પણ મેઈનટેઈન થશે.

પ્રકીર્ણ વિભાગ

નવા સરનામા

- ❖ શ્રી મેહુલ જીતેન્દ્ર કડકીયા (ફાંફા)
શ્રીમતી પૂર્વી મેહુલ કડકીયા
શિવતીર્થ બિલ્ડિંગ નંબર-૧, પહેલે માળે,
ફ્લેટ નંબર-૩, ભુલાભાઈ દેસાઈ માર્ગ,
હાજી અલી, મુંબઈ - ૨૬
(ઘર) : ૨૩૫૧૧૧૨૧
મોબાઈલ : મેહુલ - ૯૮૨૦૩૩૬૨૬૬
પૂર્વી - ૯૮૨૦૦૭૭૬૦૫

મૃત્યુ ગોંધ

- | | |
|---|------------|
| ❖ લક્ષ્મીદાસ ભીખાલાલ મોદી (બાલી, મોદીકાકા)
(અમદાવાદ) | વર્ષ
૮૮ |
| ❖ ગં.સ્વ. મીરાબેન ચંદ્રકાંત દોશી | ૭૪ |
| ❖ રાકેશ જયંતીલાલ શેઠ (બોરડીવાલા) | ૪૬ |
| ❖ દીનકરલાલ બી. પરીખ | --- |
| ❖ સુરેન્દ્ર ચીમનલાલ સેવક | ૭૮ |

પ્રભુ સદ્ગતના આત્માને શાંતિ અર્પે એવી પ્રાર્થના.

જ્યોતિપુંજના નવા મેઈલીંગ એડ્રેસ માટે અગત્યની સુચના

જે પણ સભાસદ ભાઈ બહેનોને જ્યોતિપુંજ નવા સરનામે જોઈતું હોય તેઓને વિનંતી કે પ્રકીર્ણ વિભાગ ઉપરાંત આ મુજબની સુચના નવા તથા જુના એડ્રેસ તથા સભાસદ નંબર અથવા વસ્તી પત્રક ક્રમાંક નંબર સાથે અલ્પેશ ધારીઆ - Bharat Asbestos & Rubber Co., ૧૩૭, નારાયણ ધ્રુવ સ્ટ્રીટ, ગ્રાઉન્ડ ફ્લોર, મુંબઈ - ૪૦૦૦૦૩, માો બાઈલ નાંબર - ૯૮૨૧૧૧૦૭૪૭/૯૮૩૩૮૬૭૬૦૧.
Email : aydharia@gmail.com ને મોકવાનું રહેશે. આ સિવાય કોઈપણ મૌખિક સુચના સ્વીકારવામાં આવશે નહીં.
મંત્રી - ભાવેશ મોદી સંયોજક - અલ્પેશ ધારીઆ