

તંત્રી સ્થાનેથી...

મોબાઇલ રેડિઓશન શું હોય છે? આપણા

સ્વાસ્થ્ય પર તેનો શું પ્રભાવ પડે છે?

મિશ્રો મોબાઇલ નો આજે દઢેક કોઈ ઉપયોગ કરી રહ્યા છે. મોબાઇલ થી આપણા જીવનને ધાણી સરળતા મળી છે. મોબાઇલથી આપણે લગભગ દઢેક કામ કરી શકે છે. પરંતુ મોબાઇલ કેટલો સારો છે તેટલો જ માટે ખતરનાક છે. આપણે વાત કરીએ મોબાઇલના અધિક ઉપયોગ કરવાના લોકોની હાનિકારક પ્રભાવ ના વિશે તો સૌથી ખતરનાક મોબાઇલ રેડિઓશન કે મોબાઇલ વિકિરણ છે. કદાચ તમે નહીં જાણતા હોય કે મોબાઇલ રેડિઓશન તમારા સ્વાસ્થ્ય પર કેટલો હાનિકારક પ્રભાવ પડે છે. આજે એમે તમને જાણકારી આપીશું કે આપણા સાથે પણ મોબાઇલ રેડિઓશન કેવો પ્રભાવ પડે છે.

શું છે મોબાઇલ રેડિઓશન

રેડિઓશન કે વીકિરણ આપણા વાતાવરણમાં ફેલાયેલી એક એવી ઉજ્જ છે જે તરંગોના ઇપ માં ચાલતી હોય છે. તેને તમે રેડિઓ તરંગો પણ કહી શકો છો. આ તરંગોના નિમાણિમાં માનવે પોતાના હિત માટે કર્યો હતો. સૂર્યાના પ્રકાશમાં પણ વિકિરણ હોય છે. પરંતુ આપણા વાયુંદળમાં ઓઝોન પરત ના કારણે તે આપણાને હાનિ પહોંચાડતો નથી. તેમજ ટીવી નું સીમેટ, મોબાઇલ ફોન અને એક્સરે રેડિઓશન થી થાય છે અને જે માઈકોવેમાં તમે રસોઈ જનાઓ છો તેમાંથી પણ રેડિઓશન હોય છે. જ્યારે તમે એક્સરે કર્યો છો તો તો તરંગો તમારા હાંડકા ને છોડીને તમારા શરીરની આરાપાર નીકળી જાય છે. વધારે સમય સુધી મોબાઇલ રેડિઓશનના સંપર્કમાં રહેવાથી આપણા શરીરની કોશિકાઓ પર ખરાલ પ્રભાવ પડે છે. એટલું જ નહીં રેડિઓશન આપણા હેંશે ખતરનાક નથી હોતા. આજાલ કેન્સર જીવા રોગને સાંચ કરવા માટે રેડિઓશન એરોપી નો પ્રોયોગ કરવામાં આવે છે. તેમાં હાઇપોલેજ ડિરાયોની કોશિકાઓને સમાપ્ત કરવામાં આવે છે. મોબાઇલ શેન ચુંચ કરતા સમયે શરીરમાં જવાવાના મોબાઇલ રેડિઓશનની માપાને સ્પેસિફિક એન્જિનારીના રેટ કરે છે. ભારતમાં સ્પેસિફિક એન્જિનારીના નક્કી છે જેના અનુસાર પ્રલોક મોબાઇલ ફોનના સ્પેસિફિક એન્જિનારીના રેટ માત્રાનું એક્સરે ૧.૬ વોટ પ્રતિ કિગ્રા થી વધારે ન હોંણ જોઈએ. જો તેનાથી વધારે હોય તો આપણા શરીર માટે નુકસાનકારક છે. એસેસેનેર એ સ્ટર હોય છે એ બતાએ છે કે આપણા શરીર કેટલી માર્ગાનો રેડિઓશન ને ગ્રહણ કરી શકે છે. પોતાના તમારા મોબાઇલનો રેડિઓશન સ્ટર એટલે કે સ્પેસિફિક એન્જિનારીના રેટ જાણવા માટે તમે #07# ડાયલ કરો. શેન નો એસેસેનેર ૧.૬ વોટ પ્રતિ કિગ્રા થી વધારે છે તો તરત પોતાનો શેન બદલી નાનો. મિશ્રો, તમારે તમારા મોબાઇલને ચુંચ કરવાની સાથે જ તમારા સ્વાસ્થ્યનો પણ ઘ્યાલ રાખવો જોઈએ. જો તમને આ પોષણ સારી લાગે છે તમારા દઢેક મિશ્રો સાથે શેર કરો.

ખેડૂત આંદોલન-સીએએ મુદ્દે પણ જસ્ટીસએ મોટી સલાહ આપી

આપણી ન્યાય વ્યવસ્થા મારુંપ, લોકોને કોર્ટમાં જઈ પસ્તાવો થાય છે: ગોગોઈ



મજબૂત ન્યાય વ્યવસ્થા વગર વિદેશ રોકણ નહીં, ભારતમાં કોર્ટના દાદરા ચઢ્યા પછી લોકોને પસ્તાવો થવા લાગે છે

અપીલ કરીને કદ્યું કે હાલની વ્યવસ્થા ધંધી રીતે કામ નથી આવી, માટે જાણી નિમણૂક અને તેમની દ્રેનિંગમાં તાત્કાલિક બદલવાનાવાની જરૂર છે. જ્યારે તેમને પૂછ્યા કે કદ્યું કે હેવે કોર્ટ ન્યાયમૂર્તિ રંજન ગોગોઈએ પણ તેમણે પૂર્વ ન્યાય આવતી પર મોહર મારી છે, તેમણે કદ્યું કે છે આપણી ન્યાય ના કાર્યક્રમીની પણ આવતી પર મોહર મારી છે. જ્યારે તેમણે પૂછ્યા કે કદ્યું કે લોકોને વારંવાર નિશચાન ચુક્કેલા ગોગોઈ કદ્યું કે ન્યાય પ્રણાલી એ રીતે જર્જરીત થઈ ગઈ વારંવાર કોર્ટના દાદરા ચઢવા છે કે લોકો કોર્ટ જતા પરસ્ત થે. પડતા હોય છે. દેશના પૂર્વ તેમણે પૂછ્યું કે કદ્યું કે હેવે કોર્ટ ન્યાયમૂર્તિ રંજન ગોગોઈએ પણ તેમણે કદ્યું કે છે આપણી ન્યાય સામાન્ય લોકોની પણ્યાંની બહાર આવતી પર મોહર મારી છે, તેમણે કદ્યું કે છે આપણી ન્યાય કોર્ટની સીડીઓ ચઢવા માગે છે. જ્યારે તેમણે કદ્યું કે લોકોની સંભાળ મણતી નાના કદ્યું કે છે. જ્યારે તેમણે પૂછ્યા કે કદ્યું કે નિમણૂકમાં લેટ-લીટીની પણ આ સમયાનું કારણ ગણાયું છે.

જ્યારે તેમને પૂછ્યા કે આન્ય કોર્ટોને વારંવાર નિશચાન ચુક્કેલા ગોગોઈ કદ્યું કે ન્યાય વારંવાર નથી એ રીતે જર્જરીત થઈ ગઈ વારંવાર કોર્ટ જતા પરસ્ત થે. પડતા હોય છે. દેશના પૂર્વ તેમણે પૂછ્યું કે કદ્યું કે હેવે કોર્ટ ન્યાયમૂર્તિ રંજન ગોગોઈએ પણ તેમણે કદ્યું કે છે આપણી ન્યાય સામાન્ય લોકોની પણ્યાંની બહાર આવતી પર મોહર મારી છે, તેમણે કદ્યું કે છે આપણી ન્યાય કોર્ટની સીડીઓ ચઢવા માગે છે. જ્યારે તેમણે કદ્યું કે લોકોની સંભાળ મણતી નાના કદ્યું કે છે. જ્યારે તેમણે પૂછ્યા કે કદ્યું કે નિમણૂકમાં લેટ-લીટીની પણ આ સમયાનું કારણ ગણાયું છે.

જ્યારે તેમને પૂછ્યા કે આન્ય કોર્ટોને વારંવાર નિશચાન ચુક્કેલા ગોગોઈ કદ્યું કે ન્યાય વારંવાર નથી એ રીતે જર્જરીત થઈ ગઈ વારંવાર કોર્ટ જતા પરસ્ત થે. પડતા હોય છે. દેશના પૂર્વ તેમણે પૂછ્યું કે કદ્યું કે હેવે કોર્ટ ન્યાયમૂર્તિ રંજન ગોગોઈએ પણ તેમણે કદ્યું કે છે આપણી ન્યાય સામાન્ય લોકોની પણ્યાંની બહાર આવતી પર મોહર મારી છે, તેમણે કદ્યું કે છે આપણી ન્યાય કોર્ટની સીડીઓ ચઢવા માગે છે. જ્યારે તેમણે કદ્યું કે લોકોની સંભાળ મણતી નાના કદ્યું કે છે. જ્યારે તેમણે પૂછ્યા કે કદ્યું કે નિમણૂકમાં લેટ-લીટીની પણ આ સમયાનું કારણ ગણાયું છે.

જ્યારે તેમને પૂછ્યા કે આન્ય કોર્ટોને વારંવાર નિશચાન ચુક્કેલા ગોગોઈ કદ્યું કે ન્યાય વારંવાર નથી એ રીતે જર્જરીત થઈ ગઈ વારંવાર કોર્ટ જતા પરસ્ત થે. પડતા હોય છે. દેશના પૂર્વ તેમણે પૂછ્યું કે કદ્યું કે હેવે કોર્ટ ન્યાયમૂર્તિ રંજન ગોગોઈએ પણ તેમણે કદ્યું કે છે આપણી ન્યાય સામાન્ય લોકોની પણ્યાંની બહાર આવતી પર મોહર મારી છે, તેમણે કદ્યું કે છે આપણી ન્યાય કોર્ટની સીડીઓ ચઢવા માગે છે. જ્યારે તેમણે કદ્યું કે લોકોની સંભાળ મણતી નાના કદ્યું કે છે. જ્યારે તેમણે પૂછ્યા કે કદ્યું કે નિમણૂકમાં લેટ-લીટીની પણ આ સમયાનું કારણ ગણાયું છે.

જ્યારે તેમણે પૂછ્યા કે આન્ય કોર્ટોને વારંવાર નિશચાન ચુક્કેલા ગોગોઈ કદ્યું કે ન્યાય વારંવાર નથી એ રીતે જર્જરીત થઈ ગઈ વારંવાર કોર્ટ જતા



ન્યૂજ ઓફ ગાંધીનગર ઈનિક સાહિત્ય સરિતા-આયોજક : પ્રદીપ રાવલ



શરણું મળ્યું હો.....

એ પાલવ,

તમે પડી આખડીને આવ્યાં હશો ત્યારે
તમારા દૂળ મિનિત આસું લુછાં હો
ને છાનમાનાં પોતાની આંખમાં આપેલ

પાણી પણ કુછી લીધું હો....

તમારા લક્ષ્યરીચસ બ્લેકેટમાં જ્યારે
અનિદ્રા સાથેને મારા લાલાં ત્યારે એ
પાલવાળા ભાગને તમે છાતી નજુક

રાખી એ ગોડું ઓઢી જોખે.

તમને એક નાના ભાગ જેવી મીઠી
દીંગ આવી જોસી...?

શુદ્ધા કપુરિયા "નિયતી"

માતા મેલડી ,ચાંદુદાય નમ:

Old quilt

Keep an old folded quilt in
the storage of your
luxurious accommodation.
In which your mother's
may have cut the old clothes
of your own relatives,
arranged them with the
strings of your kite's
strings, and used them with
her hands,It will have a CV from its
old cotton saddle,
Whose palwa may have
been arranged as a quilt,
How many memories will
be involved in that palav.....
A palav,Which will be spread
against Ishtadev for your
sake.....
A palav,
By hiding under it, mother
will have given you nectar.
Then the milky lips would
have been wiped.....
A palav,The rupee tied at the end of
which you may have got to
buy yoyo.....
A palav,Under which you may have
found refuge to escape your
father's wrath.....
A palav,By the time you fall, your
dusty tears will have been
wiped away and the water in
your own eyes will have been
wiped away.....In your luxurious blanket,
when you are suffering
from insomnia, you should
keep the folded part close to
your chest and cover it with
a quilt,You will have a sweet sleep
like a small child ...Jigna Kapuria "Niyati"
Bombay

NOG SS No : 0089

પ્રકાર : પદ્ધતિ

શીર્ષક : માતા -પિતા- સંતાન

"ના'ની-ના'ના સંગ હુંકરો" ના'ની-
ના'ના સંગ હુંકરો -સોની તું બહું કોમળ
છે તું લાગે માયાનો પોડો છે તું બહું
ચંચળ છે તું દોડી ને લેટાવ મથે છે તું
ડાંયુંનું તું અથળ છે માંડમાંડ ને ડગ
ભર તું ફડ્ફડે લીચ વાચળ છે "હું" જ
બસ કહે તું ખેલી લંબ સંગ તારી, મારી
ટીગલીની ગમતી તું બેલી-ડોલ છે ખુલ્લા
લાંબે બથ ભરી ગાંને લગાવી
ચુંબું તુંજું ફૈક્સીર્ચની છે તું પુષ્પો ચલ
પથથણ જો જો તું ડગ માંડે છે તું
નોટી તારા ચાચા છે તું ચાલાક નજું
છે તું ના'ની-ના'ના સંગ હુંકરો તું હેંચું
દમ છે તું જો નખટ લોરી ગાંડિ
મધુઝ સપનું છે તું
શેખ શુકલ. એમેરિકા

NOG SS NO : 0040

પ્રકાર : પદ્ધતિ

શરૂ : સંતાન, માતા, પિતા

શીર્ષક : સંતાનસુખ

દરેક જીવમાં શિવ

કિંતુ જીવમાંથી અવતરે જીવ

એજ માતૃત્વની નીચ.

પુગ હો કે પુગી

નથી કરવી કોઈ દલીલ

એ તો સંઘણું છે

ઈશ્વરને આધીન.

પુગી હો જો પારદો

દોલ્વાસ તારે આંગણો

પુગ હો પારદો

અન્ધું ઉભાસ સદા; તારે ભારથો.

માત-પિતા જન્યાનો

અપસર આજ આંગણો

દીકરા-દીકરીનો લેદ

શું કામ કરવો આપણે?

ઘડપણાની લાકડી ભનાવવા કાજ,

તમામ જવાલાદારી સૌપવા કાજ

શું એટેલ જ જણવો

તારે દીકરો આજ!

ભજુ તો કોખથી અવતર્યો આજ

કરવા દે તું; એને રાજ

મા-ભાપ થયાની ફરજ તો

પ્રયમ તું નિભાવી લે આજ

ઉત્તમ ગુણ સિંઘવાની

ને તાત તરીકે ફરજ નિભાવવાની

શું છે સંઘળી તારી તેચારી?

કે પછી

છે બાંધણી;

વાદારી પૂરી કર્યાની?

જો ખરો બોગ દીધો

તે; આજ એને કાજ

સંકારોને તારા એ

નહીં કચારેય આવવા દે આંચ

છે કક્ક તને પૂર્ણોસ્તુ

ફિકરની પડીકી વાળીને

સિંદાસ હેંકી શકીશ તું બહાર!

કેવળ સંતાનસુખ નહીં;

સંતાનથી સુખ પામણાનો

આવશે તુજને

મીઠો ઓડકાર!

પેશાવી મહેતા.

સ્લેઝ ભરેલી આંખોથી પ્રેમ આપે માતા.

દરિયા જેવાં દિલમાંથી ટેટ વણાયે માતા

ઘડતર માટે કઠોર બનીને આંસુ સરે

માતા

ચિંતા મારી કરી ગાગીને ખોડું હોય માતા.

લડતાં લડતાં લડીને પછી રડે માતા.

માથે દાય કેર્વીને આશિષ આપે માતા.

બહારથી એ સંખત દેખાતી હોય

નાભિગેર માતા.

પિતાનાં કોશ સામે છાંંયડો બનીને માતા.

સંતાન માટે દુનિયા સામે લડી જાય

માતા.

દુનિયાબનો પ્રેમ વહણી મમતા છલકાયે

માતા.

કદી ન ખૂટે પ્રેમ એનો વાતસ્વય દેવી

માતા.

એક બાજુ દુનિયા આખી, બીજુ બાજુ

માતા.

તોલી ન તોલાય મમતા એવી આપણી

માતા.

કદર એની કરીને સપના કરને પૂરા.

ઉપકાર એનો માનીને નમન કરને ખરા.

જિલ્લાસ ચું જોથી, " શુક"

ન્યૂજ ઓફ ગાંધીનગર ઈનિક :-

સાહિત્ય સરિતા

NOG SS No : 0030

વિષય : મા-ભાપ

શીર્ષક : તોલે ગવાતું નથી...

વિભાગ / પ્રકાર : પદ્ધતિ / અધારાંદસ રચના

હું સહુને કહું એક વાત આપે કે દુઃખ

સાથે જીવાતું નથી,

જાણીએ સહુ આપે આપણો કે સુખ

વિના રદેવાતું નથી.

કોઈને કોઈનો સાથ જરૂરી, નહિ તો તે

એકાંતું મલકાંતું નથી,

ડાબાને છે જમણું જરૂરી, બાકી કચારેય

પગાતું ભરાતું નથી.

બોળાનું કડક, હંમેશા સલાલ સૂચન,

પણ હુદાયાં અપાર પ્રેમ, એ છે પિતા..

દુઃખમાં રીતી લે તે પિતા..

બોળાનું કડક, હંમેશા સલાલ સૂચન,

