

Date: 22-03-2021 Monday

તંત્રી સ્થાનોથી...

જાણો શા માટે પીવું જેઝાએ માટલાનું પાણી?

ગરીબનું ફિઝ એટલે કે માટલાનું પાણી સ્વાસ્થ્ય માટે અમૃત છે, પરંતુ તેને એમજ અમૃત નથી કહેવામાં આવતું, હકીકતમાં માટલાનું પાણી આદોગ્ય માટે ખૂબ ફિયાદાર છે, તમે પણ તેના ફિયાદા જાણોને માટલાનું પાણી પીવાનું શરીર કરી દેશો. માટીના વાસણોનો ઉપયોગ ભારતીય ઘરોમાં પોટીઓથી પાણી સંગ્રહ કરવા માટે કરવામાં આવે છે.

આજે પણ કેટલાક લોકો એવા છે જે આ જ માટીમાંથી જનાનેલા વાસણોમાં પાણી પીવે છે. આવા લોકો માને છે કે માટીની ધીમી ધીમી સુંગંધને કાઢો અને પીવાના ફિયાદાઓ અને આનંદ કંઈક અલગ જ હોઈ છે. ખરેખર, માટીમાં ઘણા પ્રકારના રોગો સામે લડવાની ક્ષમતા છે. નિયાના કંઈવા પ્રમાણે, જો માટી ના વાસણમાં પાણી રાખવામાં આવે તો તે માટીનો ગુણધર્મ મેળવે છે. તેથી ઘાડામાં રાહેલું પાણી આપણા સ્વાસ્થ્યને જાળવવામાં મહત્વની ભૂમિકા ભાજ્યે છે.

માટલાનું પાણી ચયાપચયની કિચામાં વધારો કરે

માટેનું પાણી નિયમિત સીતે પીવાવી રોગપ્રતિકારક શક્તિને વેગ મળે છે. પ્લાસ્ટિકની બોટોલોમાં પાણીનો સંગ્રહ કરીને તેમાં પ્લાસ્ટિકની અશુદ્ધિઓ એકમિત વાઈ છે અને તે પાણીને અશુદ્ધ કરે છે. ઉપરાં એનું પણ જાણવા મળ્યું છે કે માટીના વાસણમાં પાણી રાખવાથી ટેસ્ટેરેટોન સ્તરમાં વધારો થાય છે.

માટીનું પાણી રાખે પીએચે સ્તરને સંતુલિત

માટીનું પાણી પીવાનો બીજો મોટો ફિયાદો એ છે કે તેમાં જમીનમાં કાર્યકુન્ત ગુણધર્મો છે. આલાલાન પાણીની અમાલતા ની સાથે તે ચોગ્ય પીએચે સંતુલન પ્રદાન કરે છે. આ પાણી પીવાવી એસિડિને રોકવામાં અને પેટના દુખાવાથી રાહત મળે છે.

ગતાની સમર્થાઓનો ઇવાજ

સામાન્ય સીતે આપણે ઉનાનામાં હંડું પાણી પીવાની ઇચ્છા રાખીએ છીએ. આપદે હંડું પાણી પીએ છેં પરંતુ તે ખૂબજ હંડું હોવાને કારણે તે ગતા અને શરીરના ભાગોએ સંપૂર્ણપણે હંડું કરે છે અને તેનાથી શરીર પર ખરાંત અસર પડે છે. આના કારણે ગતાના કોપોનું તપામાન અચાનક નીચે આવી જાય છે, જેના કારણે રોગ થાય છે. જેના કારણે ગતાનું પાણી પીવાના લાગે છે અને ગ્રથીઓ ફૂલી જાય માંડે છે પરિણામે તે શરીરના કાર્યોમાં અવરોધ શરીર કરે છે. જ્યારે માટલાનું પાણી ગતા પર શાંત પ્રભાવ આપે છે.

ગતિવિની મહિલાઓ માટે માટીનું પાણી ફિયાદાર આદોગ્ય છે

ગતિવિની કરનારી જીવીઓને હંડું પાણી પીવાની સલાહ આપવામાં આવતી નથી. તેઓને માત્ર ઘાડાનું પાણી પીવાનું કહેવામાં આવે છે. આમાં રાહેલું પાણી તેમના સ્વાસ્થ્ય માટે તો સાચ છે. આ સિવાય માટીના ઘાડામાં માટીની લીની સુંગંધ ભજવાવી તેમને પણ પણ લાગે છે.

માટલાનું પાણી વાત દોધને સંતુલિત કરે છે

ઉનાનામાં લોકો ફિઝ નું હંડું અથવા બરફકુનું પાણી પીએ છે, જેની તાસીર ગરમ હોઈ છે. તેનાથી વાત પણ વધી છે. હંડું પાણી પીવાવી કલબજિયાત થાય છે અને ઘણી વનત ગળું પણ દુધે છે. વધારે હંડી ન હોવાને કારણે વાતમાં વધારો વથો નથી અને તેના પાણીથી સંતોષ મળે છે. માટીને રંગવાના ગેરું રંગનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે કે ઉનાનામાં હંડક પ્રદાન કરે છે. માટલાનું પાણી પીવાવી કલબજિયાત અથવા તો ગતાના દુખાવાની સમર્થાઓ થતી નથી.

માટીના વાસણ શોશી લે છે એટેલા પદાર્થ

માટીમાં શુદ્ધિકરણ ગુણધર્મો છે. પાણીમાં ભાડા જરૂરી સુંગમ પોષકતાઓ જોવા મળે છે. તે ભાડા એરી પદાર્થોને શોશી લે છે. પાણી યોગ્ય તપામાન પર રહે છે, ન તો ખૂબ હંડું અથવા ખૂબ ગરમ. માટીના ઘાડાના માટોકોટેપિક છિદ્રો હોઈ છે. આ છિદ્રો એટલા સૂક્મ છે કે તે નગન આંખોની હોઇ શકાતા નથી. પાણીની હંડક બાધીનીવનની ડિયા પર આધારિત છે. વધુ બાધીનીવન વધારે હંડું પાણી આપે છે. માટીના વાસણનું પાણી આ નાના નાના નિદ્રામણીય ભાલાર આવતું રહે છે. ગરાનીને લીધે પાણી વરાળ થઈ જાય છે. આ સમગ્ર પ્રક્રિયામાં, માટીના ઘાડાના તપામાનમાં ઘટાડો થાય છે અને પાણી હંડું રહે છે.

કોગેસ નેતા કમલનાથે

ચૂંઠણી બ્લેટ પેપરથી
કરવાની માંગ કરી

ઈંફોર્સ.તા.૨૧

દેશના પાંચ રાજ્યોમાં વિધાનસભાની ચૂંઠણી યોજાવા જરી રહી છે ત્યારે કોગેસે ફરી એક વધત

ધીવાએ પર સાવાલો ઉત્ત્ર કર્યા છે. એક ટીવી કાર્યક્રમમાં કોગેસના સેતા અને મધ્યપ્રદેશના પૂર્વ સીએમેન કમલનાથ કહ્યું હતું કે, ઈંવાએમનું ચૂંઠણી બ્લેટ પેપરથી

ચૂંઠણીની માંગ કરી

દેશના પાંચ રાજ્યોમાં એક ટીવી કાર્યક્રમમાં કોગેસે ફરી એક વધત

ધીવાએ પર સાવાલો ઉત્ત્ર કર્યા છે. એક ટીવી કાર્યક્રમમાં કોગેસે ફરી એક વધત

ધીવાએ પર સાવાલો ઉત્ત્ર કર્યા છે. એક ટીવી કાર્યક્રમમાં કોગેસે ફરી એક વધત

ધીવાએ પર સાવાલો ઉત્ત્ર કર્યા છે. એક ટીવી કાર્યક્રમમાં કોગેસે ફરી એક વધત

ધીવાએ પર સાવાલો ઉત્ત્ર કર્યા છે. એક ટીવી કાર્યક્રમમાં કોગેસે ફરી એક વધત

ધીવાએ પર સાવાલો ઉત્ત્ર કર્યા છે. એક ટીવી કાર્યક્રમમાં કોગેસે ફરી એક વધત

ધીવાએ પર સાવાલો ઉત્ત્ર કર્યા છે. એક ટીવી કાર્યક્રમમાં કોગેસે ફરી એક વધત

ધીવાએ પર સાવાલો ઉત્ત્ર કર્યા છે. એક ટીવી કાર્યક્રમમાં કોગેસે ફરી એક વધત

ધીવાએ પર સાવાલો ઉત્ત્ર કર્યા છે. એક ટીવી કાર્યક્રમમાં કોગેસે ફરી એક વધત

ધીવાએ પર સાવાલો ઉત્ત્ર કર્યા છે. એક ટીવી કાર્યક્રમમાં કોગેસે ફરી એક વધત

ધીવાએ પર સાવાલો ઉત્ત્ર કર્યા છે. એક ટીવી કાર્યક્રમમાં કોગેસે ફરી એક વધત

ધીવાએ પર સાવાલો ઉત્ત્ર કર્યા છે. એક ટીવી કાર્યક્રમમાં કોગેસે ફરી એક વધત

ધીવાએ પર સાવાલો ઉત્ત્ર કર્યા છે. એક ટીવી કાર્યક્રમમાં કોગેસે ફરી એક વધત

ધીવાએ પર સાવાલો ઉત્ત્ર કર્યા છે. એક ટીવી કાર્યક્રમમાં કોગેસે ફરી એક વધત

ધીવાએ પર સાવાલો ઉત્



ન્યૂજ ઓફ ગાંધીનગર ઈન્ડિકસ

સાહિત્ય સરિતા-આયોજક : પ્રદીપ રાવલ



NOG SS NO:004

વિષય: શિક્ષણ ,કેળવણી,તાલીમ, ભણતર અને અભ્યાસ
શીર્ષક: ભણ્યો પણ ગણ્યો નહિ.

ભણતર એટલે શાક્રીકાકા માટે મુદ્દાનો પાચો, જીવનમાં ભણતર નહિ ત્યાં ગણતર નહિ, માનનારા તેમનો દીકરો પોપટ હતો ભણવામાં પણ કાકાને કોણ જાણો કેમ સંતોષ જ નહોતો. મારી મારી દે માર્કસ છોટા આપે તો અધમૂહો કરી દેતા. દીકરો આશુ પણ નનારો થઈ ગયો હતો. માર ખાઈ લેતો પછી પાછો ફરિયાદ કે દાદ પણ કરતો ન માંગતો.

બાજુમાં રહેતા ગંગામાનો રોશન ભણવામાં ટીલો પણ કરત્યાનો પાક્કો હતો, તે ક્યારેયે ગમામાં કોઈની હાકલ પડે ના પહોંચે એનું ભણે જ નહિ. ઘણીવાર ગંગામાનો જીવ તે અધદર કરી દેતો. ત્યારે ગંગામાનાં હાથે ગ્રાદૂઝે ને ગ્રાદૂઝે માર ખાતો. ક્યારેયે તેણીનો હાથ ન પક્કા લેતો, માર ખાઈને પણ એનો એ જ રહેતો. આમેન આમ વર્ષો વિતતાનું ગયાં અને બણે મોટા થાતાં ગયાં. રોશનનું ભણવાનું હવે ધીરે ધીરે છુટ્ટનું ગયું, બાપાની જોતીમાં વધુ ને વધુ ને વધુ દ્યાન આપતો થઈ ગયો.

તણે તેમાં રસ પણ હતો.

આશુને શાક્રીકાકાએ અભ્યાસ માટે શહેરમાં મૂક્કાઓ બસ પછી તો જોવાનું જ શું? પેસા અને છૂટ ભજેને લીધે તે કેકાલું થઈ ગયો. ધીરે આપવું નહિ મહિને દે મહિને પેસાની માંગણી કરવીને ભણતરનાં નામે બાપને છે તરવા. ગાણ વરસ વીતી ગયા..ભણતરનાં છેલ્લા વરસે આશુને પરદેશ ભણવા જ્વાનું તૂટ ઉભુ કર્યું. શાક્રીકાકાએ તેને પરદેશ મોકલવા વધુ ને વધુ પાદપૂજનાં ચક્કરો ગામકે ગામકે મારવા માંડયાં. તેને મોકલ્યો પણ.

રોશને ખેતીમાં ગમમાં નવીન પ્રયોગો કરી આવકટ પ્રમાણે કાર્ય કરતો રહો એની પાસ શિક્ષણ હતું, પણ ગંગામાની કેળવણી ને તાલીમ પણ હતાં. ધીરે ધીરે આઝુમાઝુનાં ગાંઠોમાં પણ તેના આ પ્રસિદ્ધ હોટલી થઈ કે તેને ગમનાં સરપણ્ય તરીકે ચુંટવામાં આવ્યો. તેના આ પરિશ્રમી ગામનું નામ જોરેનોએ ખ્યાલ પાણું, તણે

ગમની શક્લસૂરત બદલી નાંખી.

શાક્રીકાકા આ બધું જોઈ પોતાની કેળવણીને જરૂરજરૂતાના

અભ્યાસ માટે ખૂલ પણતાવો કરતા રહાં. આશુ આપે આવશે કાલ જે આવશેની આશામાં ને આશામાં તેમનું ઘડપણ વિતાવતાં રહાં. જીવનમાં તેઓ હારી ચૂક્યા. ગાંધીમાં પાછા પડ્યા.

અહીં મારે આ વાર્તા હારા એટલું જ કહેનું છે ડરી કે જબજસ્તીથી આપાતી કેળવણી સરકસના રીગમાર્ટર જેવી છે, ક્યારેક કમાન છટકે તો જીવનર રીગમાર્ટરની સમે હાથ, તેવી જ રીતે મનની કરેલી ને ગધી પ્રમાણે મળેલી કેળવણી માનવીને સોમ્ય અને કર્મનિષ ભણાવે છે

જયશ્રી પટેલ

NOG no. - 0063

NOG. સાહિત્ય સરિતા

વિષય - શિક્ષણ

પ્રકાર - ગાંધી

વિભાગ.

ક્રાંતિકા

શિક્ષણની જરૂરિયાત.

કોણ આપે આ શિક્ષણ?

શિક્ષણ શાન્દનો જ્યારે પણ ઉલ્લેખ

થાય, એટલે સૌથી પદેવાં માતા-પિતા

અને પછી શિક્ષકોની તરફ આંગણી

તાકાયાં આપે.

હા, આ ભજેનો આપણા જીવનદાટરમાં

બધુ મોટો અને મહિયનો ફાળો છે.

સમાન ભણતર અને ગણતર મેળવા

છતાંથી કેમ બધાંનાં વાણી, વરન અને

વિચારો અલગ હોય છે અથવા અલગ

વિકસે છે?

ઘણાં તલક્કે જેથું કે વ્યક્તિ

સાંભળી, સમજવાનો ડોળ પણ કરે. પંતુ,

અમલમાં મુકવાનાં ક્રાંતક ચૂકી જાય

છે!

બદેન આયેશાને મુશ્કેલીમાં પરિવારનો

સાથ મહ્યો જ હતો. પંતુ,

અમલમાં મુકવાનાં ક્રાંતક ચૂકી જાય

છે!

બદેન આયેશાને મુશ્કેલીમાં પરિવારનો

સાથ મહ્યો જ હતો. પંતુ,

વિસ્તરિત સંયોગી વિસ્તરિત સંયોગી

અને પછી એટલે સંયોગની વિસ્તરિત

સંયોગી વિસ્તરિત

સંયોગ

