RNI No.: GUJGUJ/2014/59295

E mail - prdpraval@yahoo.co.uk

ન્યુઝ ઓફ ગાંધીનગર

NEWS OF GANDHINAGAR (Daily) દૈનિક

"ગુજરાત રાજ્ય માહિતી ખાતાની પેનલ ઉપર નું અગ્રીમ દૈનિક અખબાર"

www.janfariyadnews.com

✳Editor : Pradip A. Raval (Mo) 98246 53073 ✳ Block No.677/2, Gh Type, Sector - 8, Gandhinagar (Gujarat)

✳ Volume : 12 ✳ Issue No. 316 ✳ Date: 08.9.2026,Tuesday ✳ Page :04 ✳ Rs. 1.00/- ✳ Annual Rs. 350/-

માનનીય વડાપ્રધાન

શ્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદીના

વરદ હસ્તે વડોદરા ખાતે

₹ ૩૫,૨૦૦ કરોડથી વધુના

જન-કલ્યાણકારી- બહુઉદ્દેશી વિકાસકાર્યોનું લોકાર્પણ તેમજ ખાતમુહૂર્ત

તારીખ : ૮ સપ્ટેમ્બર, ૨૦૨૬ | સમય: સવારે ૧૦:૩૦ વાગે

સ્થળ: મહારાજા સયાજીરાવ યુનિવર્સિટી પેવેલિયન ગ્રાઉન્ડ , વડોદરા

માનનીય વડાપ્રધાનશ્રીને "સ્વચ્છતા થી સ્વાગત" થકી આવકારે છે ગુજરાત

લોકાર્પણ

વડોદરા-પૂર્વના ૧.૧૦ લાખ નાગરિકોને પીવાનું પાણી મળતાં આરોગ્ય અને જીવનધોરણ ઉન્નત બનશે

આજવા ખાતે ૧૫૦ એમએલડી ક્ષમતા ધરાવતા નવા જળ ઈન્ટેકથી ભવિષ્યની જરૂરિયાત પૂરી થશે

ખાનપુર સેવાસી ખાતે ૨૭૦ નવાં આવાસથી ઘરનું સ્વપ્ન થયુ સાકાર.

ભરુચ જિલ્લામાં જંબુસર-ટંકારી-દેવના રોડના પુન: બાંધકામથી માળખાગત સુવિધામાં વધારો થશે

મહીસાગર જિલ્લામાં કડાણા ડેમ પર ૧૧૦ મે.વો. ક્ષમતાના ફ્લોટિંગ સોલાર પ્રોજેક્ટથી ગ્રીન ગ્રોથને વધુ ગતિ મળશે

વડોદરાથી ટાંડા રોડ (મધ્ય પ્રદેશ) વચ્ચે નવી ટ્રેનની શરૂઆતથી કનેક્ટિવિટી વધશે

ખાતમુહૂર્ત

રિંગ રોડ ફેઝ-૨ અંતર્ગત ૧૭.૫૬ કિ.મી. રોડ બનશે, જેનાથી નાગરિકોની સફર વધુ સુવિધાજનક બનશે

વિશ્વામિત્રી નદી ઊંડી કરવાના કામનું ખાતમુહૂર્ત

મહાનગરપાલિકાના નવા વહીવટી ભવનથી નાગરિકોને જનસુવિધાઓ સરળતાથી મળશે

વડોદરા રેલવે સ્ટેશનનાં પ્લેટફોર્મ નં. ૭ પર બુલેટ ટ્રેન સ્ટેશનના થકી શહેરને મળશે હાઈ-સ્પીડ કનેક્ટીવિટી

આજવા સફારી પાર્ક અને કમાટી બાગમાં મગર આકારનો પુલ આપશે વડોદરાને નવી વૈશ્વિક ઓળખ.

"વડોદરાનો આ સર્વાંગી વિકાસ એ માત્ર એક શહેરની પ્રગતિ નથી, પરંતુ તે ગુજરાતની ગતિ અને 'વિકસિત ભારત' ના ભવિષ્યની મજબૂત આધારશિલા છે."

હર્ષ સંઘવી, નાયબ મુખ્યમંત્રી, ગુજરાત

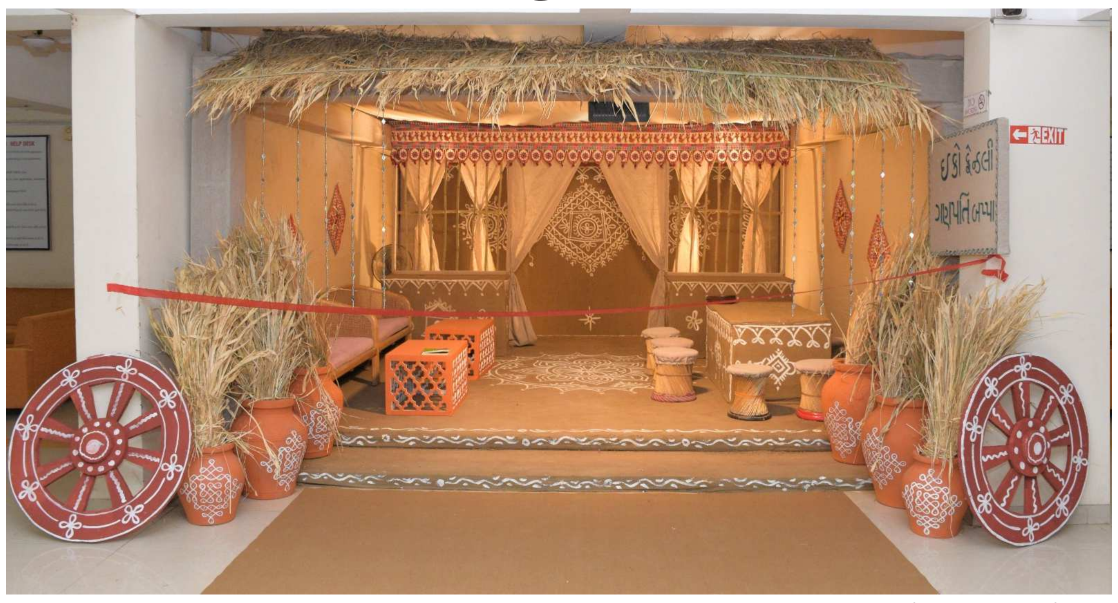
GUJARAT'S GROWTH
INDIA'S FUTURE.

તંત્રી લેખ

મારુતી સુઝુકીનો ગ્રાહકોને મોટો ઝટકો, ૨૦૨૬ માં ત્રીજી વખત ગાડીઓની કિંમત વધારવાની જાહેરાત

મારુતિ સુઝુકીએ ગ્રાહકોને મોટો ઝટકો આપ્યો છે. કંપનીએ સપ્ટેમ્બર ૨૦૨૬થી કેટલીક પસંદગીની કારના મોડલ્સની કિંમતોમાં ૨૦,૦૦૦ રૂપિયા સુધીનો વધારો કરવાની જાહેરાત કરી છે. સતત વધતી ઉત્પાદન કિંમત અને મોંઘવારીને કારણે આ નિર્ણય લેવાયો છે. કંપનીએ કઈ કારમાં ભાવવધારો થશે તે સ્પષ્ટ કર્યું નથી.: મારુતિ સુઝુકીએ ગ્રાહકોને વધુ એક મોટો ઝટકો આપ્યો છે. કંપનીએ સપ્ટેમ્બર ૨૦૨૬થી કેટલીક સિલેક્ટેડ કારના મોડલ્સની કિંમતોમાં ૨૦ હજાર રૂપિયા સુધીનો વધારો કરવાની જાહેરાત કરી છે. કંપનીનું કહેવું છે કે, સતત વધતી પ્રોડક્શન કોસ્ટ અને મોંઘવારીને કારણે આ નિર્ણય લેવો પડ્યો છે. મારુતિ સુઝુકીએ આ પહેલાં મે અને ઓગસ્ટમાં પણ ભાવવધારાની જાહેરાત કરી હતી. જો કે, પહેલાં કરેલો ભાવવધારો લગભગ સમગ્ર વ્હિકલ પોર્ટફોલિયો માટે લાગુ હતી, જ્યારે આ મહિનામાં થનારો ભાવવધારો માત્ર સિલેક્ટેડ મોડલ્સ માટે હતી.મારુતિ સુઝુકીએ હાલ એ સ્પષ્ટતા નથી કરી કે, ૨૦ હજાર રૂપિયા સુધીનો વધારો કઈ કઈ કાર પર લાગુ થશે. કંપનીના હાલના કાર પોર્ટફોલિયોમાં ઑલ્ટો ્દ૧૦, જી-પ્રેસો, સેલેરિયો, વેગનઆર, ઈકો, સ્વિફ્ટ ડિઝાયર, બ્રેઝા, અર્ટિગા અને વિક્ટોરિસ જેવી કાર સામેલ છે. તો નેક્સા સિરિઝ અંતર્ગત કંપનીની વિટારા, ઈનવિક્ટો, જિમ્ની, ઠન્ૅ, ગ્રેન્ડ વિટારા, ફ્રૉન્ક્સ અને બલેનો સેલ છે. આમાંથી કયા મોડલ પર ભાવવધારો લાગુ થશે તેની જાણકારી કંપનીએ આપી નથી.મારુતિ સુઝુકી સિવાય હાલમાં ટાટા મોટર્સ અને હ્યુન્ડેએ પણ કેટલીક કારમાં ભાવવધારાની જાહેરાત કરી છે. આ કંપનીઓએ વધતી પ્રોડક્શન કોસ્ટ અને સપ્લાય ચેનને લઈને ભાવવધારાનું મુખ્ય કારણ ગણાવ્યું છે. મારુતિ સુઝુકીનું કહેવું છે કે, વધતા ખર્ચની અસર ગ્રાહકો પર શક્ય તેટલી ઓછી પડે તે માટે પ્રયાસ કરી રહી છે. તેથી ઉત્પાદન ખર્ચ ઘટાડવા તેમજ સ્થાનિક સ્તરે વધુમાં વધુ કોમ્પોનેન્ટ્સનું ઉત્પાદન વધારવા પર પણ ભાર મૂકવામાં આવી રહ્યો છે.

માટીના ગણેશજીની સ્થાપના અને પ્રાકૃતિક રીતે વિસર્જન કરીને આપણે ભક્તિની સાથે પ્રકૃતિનું પણ જતન કરી શકીએ: મંત્રી શ્રી અર્જુન મોઢવાડિયા



આસ્થા સાથે પર્યાવરણ સંરક્ષણનો સંદેશ જન-જન સુધી પહોંચાડવાના ઉમદા હેતુ સાથે ગુજરાત પ્રદૂષણ નિયંત્રણ બોર્ડ (ઁઝમ) દ્વારા ‘‘બાપ્પા માટીના, ઉત્સવ પર્યાવરણનો’’ સંકલ્પ થકી ગણેશોત્સવ નિમિત્તે ઈકો-ફ્રેન્ડલી ગણેશ પ્રતિમા નિર્માણનો પ્રારંભ કરવામાં આવ્યો છે. જે અંતર્ગત આજે ગાંધીનગર સ્થિત ઁઝમ વડી કચેરી ખાતે આયોજિત વિશેષ સ્ટોલ અને વર્કશોપનું ઉદ્ઘાટન વન અને પર્યાવરણ મંત્રી શ્રી અર્જુન મોઢવાડિયાના હસ્તે કરવામાં આવ્યું હતું. આ પ્રસંગે રાજ્ય મંત્રી શ્રી પ્રવીણ માળી વિશેષ ઉપસ્થિત રહ્યાં હતાં.

ઉદ્ઘાટન દરમિયાન મંત્રીશ્રીઓ અને ઉપસ્થિત મહાનુભાવોએ જાતે માટીમાંથી ગણેશજીની પ્રતિમા કંડારી હતી તેમજ સ્થાનિક કલાકારો પાસેથી મૂર્તિ નિર્માણની પ્રક્રિયા અંગે વિગતવાર માહિતી મેળવી હતી.

મંત્રી શ્રી અર્જુન મોઢવાડિયાએ આ સુંદર પહેલને બિરદાવતા જણાવ્યું હતું કે, ગણેશોત્સવ એ આપણી આસ્થા, શ્રદ્ધા અને ઉમંગનું પર્વ છે. પરંતુ પી.ઓ.પી.ની મૂર્તિઓ અને રાસાયણિક રંગોથી જળાશયો તથા પર્યાવરણને થતું નુકસાન અટકાવવું એ આપણી સૌની જવાબદારી છે. આથી માટીના ગણેશજીની સ્થાપના અને પ્રાકૃતિક રીતે વિસર્જન કરીને આપણે ભક્તિની સાથે પ્રકૃતિનું પણ જતન કરી શકીએ છીએ.

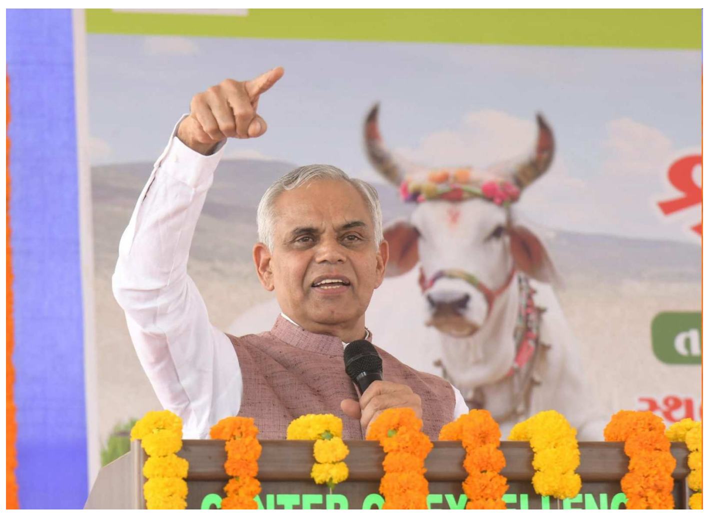
તેમણે વધુમાં ઉમેર્યું હતું કે, પીઓપી આધારિત મૂર્તિઓ સામે પર્યાવરણમિત્ર વિકલ્પ માટે આધુનિક પદ્ધતિ અને પરંપરાનો સમન્વય જરૂરી છે. આ પ્રક્રિયાને ઝડપી અને પ્રમાણિત બનાવવા માટે નેશનલ ઈન્સ્ટિટ્યૂટ ઑફ ડિઝાઈન (ઙ્ગૈંઙ્ઘ) મારફતે યોગ્ય ડિઝાઈન તથા મોલ્ડ વિકસાવવા મંત્રીશ્રીએ સૂચન કર્યું હતું. મૂર્તિના વિવિધ ભાગોનું મોલ્ડિંગ કરીને સરળતાથી એસેમ્બલ કરી શકાય તેવી પદ્ધતિ અમલમાં લાવીને ગણેશજીની પ્રતિમા વધુ ઝડપી અને આકર્ષક બનાવી શકાશે.

રાજ્ય મંત્રી શ્રી પ્રવીણ માળીએ જણાવ્યું હતું કે, ઁઝમની આ પહેલને સોશિયલ ઈન્ફ્લુએન્સર્સના માધ્યમથી વધુમાં વધુ ભક્તો સુધી પહોંચાડીને વ્યાપક જાગૃતિ લાવવામાં આવશે. રાજ્યમાં નગરપાલિકા, મહાનગરપાલિકા અને ગ્રામ પંચાયત સ્તરે ચોક્કસ જીં દ્વારા વ્યાપક પ્રચાર-પ્રસાર કરવામાં આવશે, જેથી પર્યાવરણના રક્ષણ સાથે સ્થાનિક કારીગરોને મોટા પાયે આજીવિકા મળી રહે.

આ અભિયાન અંતર્ગત ઁઝમ ખાતે તા. ૭ થી ૧૪ સપ્ટેમ્બર, ૨૦૨૬ દરમિયાન તમામ નાગરિકો, યુવાનો અને બાળકો માટે વિશેષ વર્કશોપનું આયોજન કરવામાં આવ્યું છે, જ્યાં નિષ્ણાંત કલાકારોના માર્ગદર્શન હેઠળ તેઓ પોતાના હાથે કુદરતી માટીમાંથી ગણપતિ બાપ્પાની મૂર્તિ બનાવી શકશે અને તેને વિનામૂલ્યે પોતાના ઘરે સ્થાપના તથા પૂજન-અર્ચન માટે લઈ જઈ શકશે. માટીની આ પ્રતિમાઓનું ઘરમાં કુંડા કે બગીચામાં જ સુગમતાથી વિસર્જન કરી શકાશે, જેથી પ્રકૃતિ અને પર્યાવરણનું જતન થશે. પર્યાવરણીય જાગૃતિને વધુ વ્યાપક બનાવવા ઁઝમ દ્વારા રેડિયો માધ્યમથી જનજાગૃતિ સંદેશો, અમદાવાદના આશરે ૫૦ ગણપતિ પંડાલોમાં શેરી નાટકો તેમજ વિવિધ શાળાઓ અને કોલેજોમાં માટીના ગણેશજી બનાવવાના વર્કશોપનું પણ આયોજન કરવામાં આવ્યું છે.

રાજ્યપાલ શ્રી આચાર્ય દેવવ્રતજીની ઉપસ્થિતિમાં તલોદના એપીએમસી માર્કેટ ખાતે પ્રાકૃતિક કૃષિ પરિસંવાદ કાર્યક્રમ યોજાયો

રાજ્યપાલશ્રી આચાર્ય દેવવ્રતજીએ સાબરકાંઠામાં પ્રાકૃતિક કૃષિ અભિયાનને વેગવંતુ બનાવવા પ્રાકૃતિક ખેતી અંગે માર્ગદર્શન આપવા સાથે ખેડૂતોને પ્રાકૃતિક ખેતી શરૂ કરવા સંકલ્પબદ્ધ કર્યા હતા. પરિસંવાદમાં પ્રાકૃતિક કૃષિ ઉત્પાદન વેચાણના વિવિધ સ્ટોલની મુલાકાત લીધી હતી અને પ્રાકૃતિક કૃષિ ઉત્પાદનો નિહાળી ખેડૂતો સાથે સહજ સંવાદ કર્યો હતો. આ કાર્યક્રમમાં રાજ્યપાલશ્રીએ જણાવ્યું હતું કે, ૬૦ના દાયકામાં ડૉ. સ્વામીનાથને હરિયાળી ક્રાંતિ શરૂ કરી હતી. તે એ સમયની માંગ હતી, પરંતુ આપણે લોકોએ પરંપરાગત ખેતીને બિલકુલ છોડી દીધી, પશુપાલન છોડી દીધું. છાણ, ગૌમૂત્ર વગેરે જે ખેતરોમાં નાખતા હતા, તે હવે નહિવત જેવું થઈ ગયું. આજના સમયમાં વધુ ઉત્પાદનની લ્હાયમાં ઝેરી યુરીયા,



ડીએપી તથા જતુંનાશકોનો બેફામ ઉપયોગ કરાઇ રહ્યો છે. જેના કારણે જીવલેણ બિમારી વધી રહી છે. ટુંકાગાળાના ફાયદા માટે આપણે પર્યાવરણ અને માનવજાતને નુકશાન પહોંચાડી અપરાધ કરી રહ્યા છીએ. રાસાયણિક ખેતીથી ધરતી પથ્થરસમાન બની ગઇ છે, હવામાં ઝેરી તત્વો ભળવા સાથે ભૂગર્ભ જળ પણ દૂષિત બન્યા છે. આમ, સમગ્ર પર્યાવરણ અને માનવજાત સામે મોટું સંકટ ઉભું થયું છે. ત્યારે ધરતીપુત્રોએ ખરા અર્થમાં જીવનદાતા બનવા કમર કસવી જોઈએ. સમગ્ર સમાજ અને પોતાના પરિવારના કલ્યાણ માટે પ્રાકૃતિક ખેતી અપનાવવી જોઈએ.પ્રાકૃતિક ખેતીથી ઉત્પાદન ઘટતું હોવાનો ભય ભ્રામક હોવાનું જણાવીને રાજ્યપાલશ્રીએ સાબરકાંઠાના પ્રાકૃતિક કૃષિ કરતા પ્રગતિશીલ ખેડૂતોના ઉદાહરણ સાથે ખેડૂતોને સમજ આપતા જણાવ્યું હતું કે, પ્રાકૃતિક ખેતી ઝીરો બજેટ ખેતી છે, સમય સાથે ઉત્પાદન વધવા ઉપરાંત જમીન ફળદ્રુપ થાય છે તેમજ ઓછા પાણીએ ખેતી કરવી શક્ય બને છે. તેમણે પ્રાકૃતિક ખેતી માટે અળસિયા તેમજ સુક્ષ્મ જીવાણુંઓની જરૂરીયાત તથા જીવામૃત અને ઘનજીવામૃત અંગે માહિતી આપી હતી. રાસાયણિક ખેતી થકી આજે દેશનું ધન વિદેશમાં ચાલ્યું જતું હોવાનું જણાવી રાજ્યપાલશ્રીએ વડાપ્રધાનશ્રીના રાષ્ટ્રીય પ્રાકૃતિક કૃષિ મિશનમાં સહભાગી બનવા હાંકલ કરી હતી. સાબરકાંઠાના ખેડૂતોને શરૂઆતમાં પોતાની જમીનના માત્ર એક ભાગથી પ્રયોગાત્મક ધોરણે પ્રાકૃતિક ખેતી શરૂ કરવા સંકલ્પબદ્ધ થઇને દર વર્ષે તેમાં વધારો કરતા જવા અનુરોધ કર્યો હતો.

એશિયા ફરી ૧૯૯૭ જેવા ભીષણ આર્થિક સંકટમાં ફસાવાની આશંકા..’, દિગ્ગજ અર્થશાસ્ત્રીએ કારણ પણ જણાવ્યું

મુખ્ય અર્થશાસ્ત્રી ફ્રેડરિક ન્યૂમેને એશિયાના બજારો માટે મોટા આર્થિક સંકટની ચેતવણી આપી છે. ૧૯૯૭ના સંકટ જેવી જ પરિસ્થિતિઓ, જેમાં અમેરિકન ટ્રેઝરી યીલ્ડમાં ઉછાળો અને જાપાની યેનનું નબળું પડવું મુખ્ય છે. છૈં પર વધુ પડતી નિર્ભરતા હવે એશિયા માટે મોટો ખતરો બની છે. જો અમેરિકા ખર્ચ ઘટાડે તો એશિયાના નિકાસ આધારિત અર્થતંત્રને સીધી અસર થશે.એશિયાના શેરબજારમાં છેલ્લા કેટલાક સમયથી મોટી ઉથલપાથલ જોવા મળી રહી છે અને આગળ પણ જોવા મળી શકે છે. ૐજીમ્ઝના મુખ્ય અર્થશાસ્ત્રી ફ્રેડરિક ન્યૂમેને એશિયાને લઈને મોટા આર્થિક સંકટની ચેતવણી આપી છે. વર્ષ ૧૯૯૭માં આર્થિક સંકટ જોવા મળ્યું હતું, તેવું જ આર્થિક સંકટ સર્જાવાની શક્યતા વ્યક્ત કરી છે. તેમણે હાલની

આર્થિક વ્યવસ્થા અને લગભગ ત્રણ દાયકા પહેલાંના ક્ષેત્રીય આર્થિક પતનને જન્મ આપનારી પરિસ્થિતિઓ વચ્ચે સમાનતાઓ દર્શાવી છે.દિગ્ગજ અર્થશાસ્ત્રીએ અમેરિકન ટ્રેઝરી યીલ્ડમાં મોટો ઉછાળો, જાપાની કરન્સી યેનની ખૂબ જ કમજોર સ્થિતિ જોતાં કહ્યું છે કે, આજે એશિયાના બજારોમાં થતી મોટી ઉથલપાથલ ૧૯૯૭માં સર્જાયેલા એશિયન આર્થિક સંકટ સાથે તાલમેલ ધરાવે છે.૩૧મી ઑગસ્ટે એક નોટમાં ૐજીઝમ્ના ચીફ ઈકોનોમિસ્ટ ફ્રેડરિક ન્યૂમેને એશિયાના બજારો અંગે મોટી ચેતવણી આપી છે. સીએનબીસીના રિપોર્ટમાં કહેવામાં આવ્યું છે કે, જેમ જેમ વૈશ્વિક બજાર ચેતવણીના સંકેતોનું આંકલન કરે છે, એશિયા માટે અંતિમ ખતરો કમજોર બૅન્કિંગ પદ્ધતિઓથી હટીને હવે કૃત્રિમ બુદ્ધિમત્તા એટલે કે એઆઇ તરફ અમેરિકન ઝૂકાવ પર સંપૂર્ણરીતે નિર્ભરતામાં બદલાયો છે.ન્યૂમેન આ વાત પર ભાર આપતા હતા કે, ઐતિહાસિક સમાનતાઓને બેધ્યાન કરવી મુશ્કેલ છે.

સત્ય નિકેતન દુર્ઘટના પર હાઈકોર્ટ લાલઘૂમ

દિલ્હીના સત્ય નિકેતનમાં ઁ૨ ઈમારત ધરાશાયી થતાં ૭ વિદ્યાર્થીઓના મોત થયા હતા. દિલ્હી હાઈકોર્ટે આ ઘટનામાં સ્ઝ્રઢની બેદરકારી બદલ ઝાટકણી કાઢી હતી. કોર્ટે તમામ ઁ૨ હોસ્ટેલોનું ઓડિટ કરવા અને ગેરકાયદે બાંધકામો સામે કડક કાર્યવાહી કરવાનો આદેશ આપ્યો છે. આ કેસમાં ૫ અધિકારીઓને સસ્પેન્ડ કરાયા છે અને માલિકની ધરપકડ થઈ છે.. દિલ્હીના પ્રતિષ્ઠિત સાઉથ કેમ્પસ પાસે આવેલા સત્ય નિકેતન વિસ્તારમાં તાજેતરમાં બનેલી ભયાનક દુર્ઘટનાએ સમગ્ર દેશનું ધ્યાન ખેંચ્યું છે. દિલ્હી યુનિવર્સિટીના વિદ્યાર્થીઓ માટે બોય્ઝ પીજી તરીકે વપરાતી બે ઈમારતો અચાનક ધરાશાયી થતાં ૭ વિદ્યાર્થીઓના મોત નીપજયા છે, જયારે કાટમાળમાંથી ૧૨ લોકોને સુરક્ષિત બહાર કાઢવામાં આવ્યા છે. આ મામલે દિલ્હી હાઈકોર્ટે તંત્રની ઝાટકણી કાઢી છે.દિલ્હી હાઈકોર્ટમાં દાખલ કરવામાં આવેલી ઁૈન પર સુનાવણી કરતાં ચીફ જસ્ટિસની બેન્ચે દિલ્હી સરકાર, કેન્દ્ર સરકાર, સ્ઝ્રઢ, દિલ્હી પોલીસ, દિલ્હી યુનિવર્સિટી અને નેશનલ હ્યુમન રાઈટ્સ કમિશનને નોટિસ પાઠવી છે.

સોલિસિટર જનરલ તુષાર મહેતાએ જણાવ્યું હતું કે તેઓ દિલ્હી સરકાર, કેન્દ્ર અને સ્ઝ્રઢ તરફથી હાજર રહેશે. કોર્ટે આ ઘટનાને અત્યંત દર્દનાક અને કમનસીબ ગણાવી હતી અને કેસની આગામી સુનાવણી ૨૬ સપ્ટેમ્બરે નિયત કરી છે. સુનાવણી દરમિયાન કોર્ટે ટકોર કરી હતી કે બહારના રાજ્યોમાંથી દિલ્હી ભણવા આવતા યુવાનો માટે ૅ પાસે પૂરતા હોસ્ટેલની વ્યવસ્થા નથી, જેના કારણે વિદ્યાર્થીઓએ નાછૂટકે અસુરક્ષિત ખાનગી પીજીમાં રહેવું પડે છે.

કોર્ટે સ્ઝ્રઢને ઉચ્ચ સ્તરે તપાસ કરવાનો આદેશ આપ્યો છે કે ધરાશાયી થયેલી ઈમારત પરવાનગી સાથે બની હતી કે નહીં. કોર્ટે અવલોકન કર્યું કે પીજી માલિકો મંજૂરી વિના વધારાના માળ બાંધી દે છે. મંજૂરી કદાચ ૨ માળની હોય અને બિલ્ડિંગ ૭ માળનું ખડકી દેવામાં આવે છે, જે આવી હોનારતોનું મુખ્ય કારણ બને છે. હાઈકોર્ટે સ્ઝ્રઢને સમગ્ર દિલ્હીમાં ચાલતા ઁ૨ હોસ્ટેલોનું તાત્કાલિક ઓડિટ કરવાનો નિર્દેશ આપ્યો છે. સાથોસાથ દિલ્હી યુનિવર્સિટી પાસે પણ બહારથી આવતા વિદ્યાર્થીઓની સંખ્યા અને ઉપલબ્ધ હોસ્ટેલોનો ડેટા મંગાવ્યો છે.

ન્યૂઝ ઓફ ગાંધીનગર દૈનિક સાહિત્ય સરિતા- આયોજક : પ્રદીપ રાવલ

NOG SS NO : 408
વિષય : જન્માષ્ટમી
શીર્ષક : કૃષ્ણમય જીવન
પ્રકાર : ગદ્ય
શબ્દો : ૩૨૫

શ્રાવણ ની હેલી વરસતી હોય, મધ્ય રાત્રી નો પહોર હોય, પૂરી સૃષ્ટિ એકાકાર થઈ ને કાના ની રાહ જોતી હોય ત્યારે તે સાંસારિક બંધનો માં બંધાવવા જેલ ની કાળી કોટડી માં પ્રકાશ પૂંજ બની ને ,ભક્તિ અને જ્ઞાન ના પ્રતીક રૂપી જન્મ લે છે.
આનંદ ઉલ્લાસ નું અવતરણ એટલે કૃષ્ણ જન્મોત્સવ, ધાર્મિકતા સાથે આધ્યાત્મિકતા નું જોડાણ કરવા થી કૃષ્ણ નું અવતરણ થાય છે.જીવન ના સંઘર્ષ નો જન્મ તેના જન્મ ની સાથે શરૂ થઈ જાય છે વિરહ ના રૂપ માં. કિશોરાવસ્થા માં પ્રેમ ની અનુભૂતિ કરવી અને એ પ્રેમ પરાકાષ્ઠા સુધી પહોંચે તે પહેલા તેનો ત્યાગ કરવો તે કૃષ્ણ જ કરી શકે. જીવન માં બધું બધા પ્રાપ્ત નથી કરી શકતા. જે ગુમાવ્યું છે તે આપણા જીવન માં હતું જ નહીં તે સમજાવે તે કૃષ્ણ.
"કર્મણયેવાધિકારસતે મા ફલેષુ કદાચન "
કર્મ એ આપણો અધિકાર છે,પરિણામ નથી. સારા કર્મ કરવા, આપણી વિચારધારા ને સકારાત્મક રાખવી અને મન ના અટૂટ વિશ્વાસ ને પોતાના જીવન માં સ્થાન આપવું . કેટકેટલીય વિષમ થી વિષમ પરિસ્થિતિ ઓ માં સત્ય, ધર્મ અને કર્મ નો માર્ગ કયારેય ના છોડવો અને હસતાં હસતાં તેનો સામનો કરવો. જીવન ના કર્તવ્યો ને પૂરી નિષ્ઠા થી, પરિણામ ની ચિંતા કર્યા વગર નિભાવવા તે કૃષ્ણ જ બતાવી શકે છે.
કૃષ્ણ બનવું શું સહેલુ છે? કૃષ્ણ સામાન્ય નથી. તેની નટખટ લીલા ઓ,રાસલીલાઓ ને આપણું સ્વાર્થી મન તેને સામાન્ય બનાવી ને જ માને છે, પરંતુ તેના હાથ માં કોમળ બાંસુરી ના સૂર છે તો એ જ હાથ સુદર્શન ચક્ર ને પણ ધારણ કરે છે. કૃષ્ણ સમજાવે છે કે ક્યારે પ્રેમ થી સમર્પણ કરવું અને ક્યારે જીવન નાં મહાભારત ને લડવાનું છે.
જીવન માં રામ જેટલા જરૂરી છે તેટલુંજ કૃષ્ણ નું હોવું જરૂરી છે. રામ મર્યાદા શીખવે છે તો કૃષ્ણ સમર્પણ-પ્રેમ શીખવે છે. " રામ નું જીવન સુવાક્ય છે તો કૃષ્ણ નું જીવન ઉખાણું છે ."
જીવન ને કૃષ્ણમય બનાવી દેવા થી પરમાનંદ નો અનુભવ થાય છે. આશા, ઉમંગ,અને સપનાઓ ની છલકતી મટકી ઓ ને ફોડી ને તેને સાકાર કરવા ની સ્થિતિ ફક્ત કૃષ્ણ પાસે જ છે.તેથી જીવન માં કૃષ્ણ ને આત્મસાત કરવા અનિવાર્ય છે.

પારૂલ શાહ (કેનેડા)
★★★★★★★
NOG SS No : 160
વિષય : જન્માષ્ટમી અંતર્ગત પારણા
શીર્ષક : નંદ મહોત્સવ
પ્રકાર : ગદ્ય
શબ્દ : ૨૮૦

જન્માષ્ટમીનો તહેવાર ભારતીય સંસ્કૃતિમાં ખૂબ જ ઉત્સાહ, શ્રદ્ધા અને આનંદથી ઉજવવામાં આવે છે. શ્રાવણ વદ આઠમના દિવસે ભગવાન શ્રીકૃષ્ણનો જન્મોત્સવ ઉજવાય છે, જ્યારે તેના પછીનો દિવસ એટલે કે શ્રાવણ વદ નોમનો દિવસ 'પારણા' અને 'નંદ મહોત્સવ' તરીકે ઓળખાય છે. હિન્દુ ધર્મમાં જન્માષ્ટમીના ઉપવાસ જેટલું જ મહત્ત્વ પારણાનું પણ રહેલું છે.

જન્માષ્ટમીના દિવસે ભક્તો આખો દિવસ ઉપવાસ કે વ્રત રાખે છે અને મધ્યરાત્રિએ બાર વાગ્યે કૃષ્ણ જન્મોત્સવની ધામધૂમથી ઉજવણી કરે છે. ત્યારબાદ નોમના દિવસે સવારે પારણા કરવામાં આવે છે. પારણા એટલે કે વ્રત પૂર્ણ કરીને ખોરાક ગ્રહણ કરવો. પૌરાણિક કથા મુજબ, જ્યારે વાસુદેવજી બાળ કૃષ્ણને ગોકુળમાં નંદજીના ઘરે મૂકી આવ્યા, ત્યારે બીજા દિવસે સવારે ગોકુળમાં કૃષ્ણના આગમનની ખબર પડી હતી. આ ખુશીમાં નંદજીના ઘરે મોટો ઉત્સવ મનાવવામાં આવ્યો હતો, જેને 'નંદ મહોત્સવ' કહે છે. ગોકુળવાસીઓએ "નંદ ઘેર આનંદ ભયો, જય કનૈયા લાલ કી" ના નાદ સાથે નાચગાન કર્યું હતું અને માખણ-મિશ્રી વહેંચ્યા હતા.

નોમના દિવસે સવારે વહેલા ઊઠીને સ્નાન કર્યા પછી લડ્ડુ ગોપાલને પંચામૃતથી સ્નાન કરાવવામાં આવે છે. ત્યારબાદ તેમને નવા વસ્ત્રો પહેરાવી, તુલસીપત્ર ધરાવીને વિશેષ પૂજા-અર્ચના કરવામાં આવે છે. બાળ કૃષ્ણને પારણામાં ઝુલાવવામાં આવે છે. આ દિવસે ભગવાનને દૂધ, માખણ, મિશ્રી, પંજીરી, ફળો અને વિવિધ મીઠાઈઓનો ભોગ ધરાવવામાં આવે છે. આ પ્રસાદ ગ્રહણ કરીને જ ભક્તો પોતાના ઉપવાસના પારણા કરે છે.

નોમના દિવસે ઠેર-ઠેર 'મટકી ફોડ' (દહીં હાંડી) ના કાર્યક્રમો યોજાય છે. યુવાનોની ટુકડીઓ ગોવિંદા બનીને ઊંચાઈ પર બાંધેલી દહીં-માખણથી ભરેલી મટકી ફોડે છે. મંદિરોમાં અને ઘરોમાં 'નંદ ઘેર આનંદ ભયો'ના ભજનો ગવાય છે. આ દિવસે લોકો એકબીજાને ઘરે જઈને પારણાનો પ્રસાદ વહેંચે છે અને કૃષ્ણ જન્મોત્સવની વધાઈ આપે છે. આમ, જન્માષ્ટમીનો બીજો દિવસ એટલે કે નોમ એ માત્ર વ્રત છોડવાનો દિવસ નથી, પરંતુ ભગવાન શ્રીકૃષ્ણના બાળરૂપના આગમનનો ઉલ્લાસ મનાવવાનો, ભક્તિમાં લીન થવાનો અને સમર્પણ ભાવ વ્યક્ત કરવાનો પવિત્ર અવસર છે.

- રશ્મિકા અમીન
★★★★★★★**NOG SS NO.: 101**
વિષય: જન્માષ્ટમી
શીર્ષક: ગોકુલમાં નવમીએ નંદમહોત્સવ
પ્રકાર : લેખ શબ્દો: ૩૪૩

શ્રાવણ વદ (વ્રજમાં ભાદરવા વદ) આઠમની મધરાતે મથુરાના કારાગારમાં જ્યારે શ્રીકૃષ્ણનો જન્મ થયો, ત્યારે ગોકુલ હજુ અજાણ હતું કે તેના આંગણે કેવો દિવ્ય આનંદ પધારવાનો છે. જન્માષ્ટમીની એ અંધારી રાતે વાસુદેવ પોતાના નવજાત પુત્રને સૂપડામાં પોઢાડી, યમુનાના ઉછળતા નીરને પાર કરી, નંદબાબાના ઘેર મૂકી આવ્યા. ત્યાં યશોદામાતાની કૂખે જન્મેલી યોગમાયાને લઈ તેઓ પાછા ફર્યા. આ દિવ્ય લીલાની સાક્ષી માત્ર અંધારી રાત, ઘૂઘવતી યમુના અને શેષનાગની છાયા હતી.
બીજે દિવસે સવાર પડતાં જ ગોકુલમાં વાત વાયુવેગે પ્રસરી ગઈ : નંદબાબાને ત્યાં પુત્ર જન્મ્યો છે! નંદબાબા તો પહેલેથી જ ગોકુલના મુખી, સૌના લાડીલા. તેમને ત્યાં વર્ષોની પ્રતીક્ષા પછી પુત્રજન્મ થતાં આનંદનો પાર ન રહ્યો. એ દિવસ શ્રાવણ વદ નોમ, જે નંદમહોત્સવ તરીકે ઉજવાય છે. આ ઉત્સવ જન્મનો નહીં, વધામણીનો છે, સ્વાગતનો છે.
નંદબાબાએ દાન-પુણ્યના દ્વાર ખોલી દીધા. બ્રાહ્મણોને ગાયો, વસ્ત્રો, સુવર્ણ અને અન્નનું દાન દેવાયું. ગોકુલની ગલીઓમાં ઢોલ-નગારાં વાગવા લાગ્યા. ગોપ-ગોપીઓએ નવા વસ્ત્રો ધારણ કર્યા, હાથમાં હળદર-ચોખા લઈ નંદઘેર વધાઈ આપવા ઊમટી પડ્યા. યશોદામાતા સૂતિકાગૃહમાં નીલમણિ જેવા શ્યામસુંદર બાળકને નીરખીને ધન્ય થઈ રહ્યા હતા. તેમની આંખોમાંથી વહેતી મમતાની ધારા જોઈને ગોપીઓ પણ ભાવવિભોર બની ગઈ.
નંદમહોત્સવનું સૌથી મનોહર દૃશ્ય છે દહીં-હાંડીની રમત. ગોવાળિયાઓ ટોળે મળી, એકબીજાના ખભે ચડી, ઊંચે બાંધેલી માખણ-દહીંની હાંડી ફોડે છે. આ રમત બાળકૃષ્ણની માખણચોરીની લીલાનું સ્મરણ કરાવે છે. આજે પણ મુંબઈ, મથુરા અને વૃંદાવનમાં હજારો ફૂટ ઊંચી હાંડીઓ બંધાય છે અને ગોવિંદાઓ જયઘોષ સાથે તે ફોડે છે.
ખરેખર તો નંદમહોત્સવ એ માત્ર એક પુત્રજન્મની ખુશી નથી. તે એ વિશ્વાસનો ઉત્સવ છે કે જ્યારે અધર્મ વધે છે, ત્યારે ધર્મની રક્ષા માટે ભગવાન પોતે ગોકુલના ગોપબાળ તરીકે પધારે છે. નંદબાબાનું આંગણું આજે પણ દરેક ભક્તના હૃદયનું પ્રતીક છે, જ્યાં પ્રેમથી પધારેલા કૃષ્ણનું સ્વાગત થાય છે.
નંદ ઘેર આનંદ ભયો, જય કનૈયા લાલ કી, આજે પણ આ જયઘોષ ગોકુલથી માંડીને ગુજરાતના દરેક મંદિરમાં ગુંજે છે અને ભક્તોના હૃદયને આનંદથી ભરી દે છે.
આ નંદમહોત્સવ આપણને શીખવે છે કે ભગવાનને પામવા માટે મોટા યજ્ઞો નહીં, નંદ જેવું નિર્મળ હૃદય અને યશોદા જેવી નિઃસ્વાર્થ મમતા જોઈએ. જ્યાં પ્રેમ છે, ત્યાં જ કૃષ્ણ વસે છે.

ભરત સાંગાણી (અમદાવાદ)
★★★★★★★
NOG SS No. 185.
વિષય:- જન્માષ્ટમી
શીર્ષક:- કૃષ્ણ લીલા
પ્રકાર:- કાવ્ય, શબ્દ સંખ્યા:- ૧૪૫
શ્રાવણ વદ આઠમે જન્માષ્ટમી ઉત્સવ માનીતો, હૃદયે આનંદ રસ ઝરે,
ગોકુળમાં સદા સૌ સંગે ઊજવે ઉત્સવ, ને મથુરામાં ઉમંગનો નાદ ઝરે,

કેવું અદ્ભુત દૃશ્ય સર્જાયું હશે કારાગારે! બાળક રૂપે કૃષ્ણ પ્રગટ્યા હશે,
ટોપલીમાં પોઢીને વાસુદેવ સંગતે, યમુના પાર ચરણ સ્પર્શે કરાવી હશે,

નંદ ઘેર આનંદ ભયો, જય કનૈયાલાલ કીના ધ્વનિએ ગોકુળે સૌ આવે,
યશોદા-દેવકી જેમની મૈયા, એવા કૃષ્ણ કનૈયાને દર્શને લાડ સૌ લડાવે,

ગોવાળો સંગ કાનો ચોરે માખણ, ને મટકી ફોડી ગોપીઓને કરે હેરાન,
રાધા સંગ ગોપીઓને જોડીને, રાસલીલાથી માયા મુકાવીને કરે વેરાન,

આંખમાં મસ્તી ને માથે મોરપીંછે કૃષ્ણ શોભે, ને મોરલી સુરે ઘેલા કરે,
જન્માષ્ટમીએ ગોકુળમાં રચાવે લીલા, ને સૌના મને આશાએ ઘેલા કરે,

દેશમાં જન્માષ્ટમી રંગેચંગે ઊજવાય, ને કૃષ્ણના ભજન કીર્તન ગવાય,
ભારતીય સંસ્કૃતિના જન્માષ્ટમી ઉત્સવે, કૃષ્ણના ગુણગાન પ્રેમે ગવાય,

કૃષ્ણ સદા બોલે ગીતા વચને, ના કર ફળની આશા, કર્મને કરતો રહેજે,
'ઝરૂખો' વાંચે કૃષ્ણ વચન જન્મ તારો સુધારજે, ને પ્રેમ વહેંચતો રહેજે.

-દિલીપ સી. સોની 'ઝરૂખો' અમદાવાદ.
★★★★★★★
NOG SS NO : 003
વિષય : જન્માષ્ટમી
શીર્ષક : ધર્મ, ભક્તિ અને માનવતાનો ઉત્સવ
પ્રકાર : ગદ્ય
શબ્દો : ૨૧૧

ભારતીય સંસ્કૃતિના આકાશમાં અનેક પર્વો પોતાની આગવી આધ્યાત્મિક આભા પાથરે છે, પરંતુ જન્માષ્ટમીનું સ્થાન કંઈક વિશિષ્ટ છે. આ પવિત્ર પર્વ ભગવાન શ્રીકૃષ્ણના અવતરણની સ્મૃતિમાં ઉજવાય છે. ભાદરવા વદ આઠમની મધ્યરાત્રિએ મથુરાની પવિત્ર ધરતી પર વસુદેવ અને દેવકીના પુત્ર તરીકે શ્રીકૃષ્ણે જન્મ લીધો અને અધર્મના અંધકાર વચ્ચે ધર્મના પ્રકાશનું આગમન થયું.

શ્રીકૃષ્ણનું જીવન માત્ર એક દિવ્ય અવતારની કથા નથી, પરંતુ માનવજીવન માટેનો સુંદર સંદેશ છે. બાળપણમાં ગોકુળની ગલીઓમાં તેમની નિર્દોષ લીલાઓએ સૌના હૃદય જીતી લીધાં, તો યુવાનીમાં તેમની વાંસળીના સૂરોએ પ્રેમ અને ભક્તિની નવી ભાષા રચી. મહાભારતના યુદ્ધક્ષેત્રમાં અર્જુનને આપેલો શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતાનો ઉપદેશ આજે પણ માનવજાતને કર્મ, કર્તવ્ય અને ધર્મના માર્ગે આગળ વધવાની પ્રેરણા આપે છે.

જન્માષ્ટમીના દિવસે મંદિરોમાં ભક્તિનો માહોલ છવાઈ જાય છે. ઘંટનાદ, શંખધ્વનિ, ભજન-કીર્તન અને ''જય શ્રીકૃષ્ણ''ના નાદથી વાતાવરણ પવિત્ર બની ઊઠે છે. ઘરોમાં શ્રીકૃષ્ણની બાળમૂર્તિને સુંદર રીતે શણગારવામાં આવે છે. મધ્યરાત્રિએ ભગવાનના જન્મોત્સવની ઉજવણી કરવામાં આવે છે અને ભક્તો શ્રદ્ધાપૂર્વક ઉપવાસ તથા પૂજા કરે છે.

જન્માષ્ટમી આપણને યાદ અપાવે છે કે જ્યારે જીવનમાં અધર્મ, અહંકાર અને અન્યાયનો અંધકાર ઘેરાય ત્યારે સત્ય, પ્રેમ અને ધર્મનો પ્રકાશ ક્યારેય બુઝાતો નથી. શ્રીકૃષ્ણનો સંદેશ સ્પષ્ટ છે. પરિસ્થિતિ ગમે તેવી હોય, મનુષ્યે પોતાના કર્તવ્યના માર્ગથી વિચલિત થવું નહીં.

આ રીતે જન્માષ્ટમી માત્ર તહેવાર નથી; તે ભારતીય સંસ્કૃતિની આધ્યાત્મિક ચેતના, ભક્તિ, પ્રેમ અને સદાચારનો જીવંત ઉત્સવ છે.

મીનાક્ષી રાવલ - સત્યની આંખે (ગાંધીનગર)
★★★★★★
NOG SS 223
વિષય: જન્માષ્ટમી
શીર્ષક: તો છે જન્માષ્ટમી
પ્રકાર:પદ્ય
શબ્દ સંખ્યા: ૧૩૦

મારી મોહ અહમ મટકી જો ફૂટે તો છે જન્માષ્ટમી,
મધરાતે માહ્યલો જાગે પ્રગટે પુરૂષોતમ તો છે જન્માષ્ટમી.

પુરુષ પુરુષાતન થાય લીન પ્રગટે રાધાભાવ તો છે જન્માષ્ટમી,
છપ્પન ભોગના પ્રસાદ પહોંચે ઝૂંપડપટ્ટી સુધી તો છે જન્માષ્ટમી.

સ્નેહ સેવા સમર્પણથી દિલ જ બને દ્વારિકા તો છે જન્માષ્ટમી
સંસાર રસેથી પહોંચી વૃંદાવન રાસ પામો રસેશ્વર તો છે જન્માષ્ટમી.

લખચોરાશીમાં ભટકતો જીવ પામે કૃષ્ણકૃપા તો છે જન્માષ્ટમી,
કામક્રોધ લોભ મોહના મધરાતે તૂટે કારાગાર તો છે જન્માષ્ટમી.

છોડમાં રણછોડ દર્શન પ્રગટે પર્યાવરણપ્રેમ તો છે જન્માષ્ટમી,
ચિત્ત ચૈતન્ય હરિવિલસે જો પ્રગટે પ્રેમ સ્વરૂપ પ્રભુ તો છે જન્માષ્ટમી.

નરસિંહ મીરાં દયા રામની જેમ પામો પ્રેમભક્તિ તો છે જન્માષ્ટમી,
નામરૂપ દ્વૈત સંસારે અખિલમ્ મધુરમ્ પામો તો છે જન્માષ્ટમી.

-દેવેન્દ્ર આચાર્ય (અમદાવાદ)
★★★★★★★
NOG SS No : 110
વિષય- 'જન્માષ્ટમી'
શીર્ષક- પૂર્ણ પુરુષોત્તમ શ્રીકૃષ્ણ
પ્રકાર- ગદ્ય-લેખ શબ્દ- ૩૪૮

હમણાં જ જન્માષ્ટમીનું ભક્તિપર્વ શ્રદ્ધાળુ ભક્તોદ્વારા ઉત્સાહભેર ઉજવાઈ ગયું. ભગવાન વિષ્ણુના દસ અવતારમાંનો આઠમો અવતાર ભગવાન શ્રીકૃષ્ણનો હતો. દ્વાપરયુગમાં શ્રાવણ માસની કૃષ્ણપક્ષની અષ્ટમીએ પિતા વાસુદેવ અને માતા દેવકીના સંતાન તરીકે શ્રીકૃષ્ણનો જન્મ મથુરાની જેલમાં થયો હતો. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ પૂર્ણ પુરુષોત્તમ કહેવાયા કારણકે ગુણોમાં પૂર્ણ અને પુરુષોમાં ઉત્તમ હતા. શ્રીકૃષ્ણનું જીવન જ એક સંદેશ છે. શ્રી કૃષ્ણનું જીવન એક સામાન્ય માણસ માટે આજના યુગમાં પણ અનેક પડકારજનક પરિસ્થિતિઓ અને સમસ્યાઓ ઝીલવા માટે ઉત્તરરૂપ છે.
શ્રી કૃષ્ણનું વ્યક્તિત્વ એવું હતું કે આજે પણ આપણું શીશ એમના ચરણોમાં શ્રદ્ધાપૂર્વક અને આદરપૂર્વક નમી જાય છે. યુગ ભલે બદલાયો હોય પરંતુ માણસનો સ્વભાવ સ્વાર્થ, ઈર્ષ્યા, લાલસા, લોભ, દ્વેષ, છળ અને કપટ જેવા અવગુણોથી આજે પણ એટલો જ પ્રભાવિત રહે છે. વળી હવે તો કળિયુગ પ્રવર્તે છે, ત્યારે શ્રીકૃષ્ણના યુગથી અધિક આજે માનવસમાજ કંઈકગણો વિશેષ આ અવગુણોથી સજ્જ થયો છે. હરરોજ વિવિધ માનવસમૂહ ધર્મ, સત્તા, વર્ચસ્વ અને આધિપત્યની લડાઈ એકબીજા સાથે લડી રહ્યો છે. આખા વિશ્વમાં સમગ્ર માનવસમાજ નવી નવી સમસ્યાઓને લઈને પોતાના અસ્તિત્વ માટે ઝઝૂમી રહ્યો છે અને તણાવમાં જીવી રહ્યો છે, ત્યારે શ્રી કૃષ્ણનું જીવન અને સંદેશ દરેક મનુષ્ય માટે આજે પણ એટલો જ યથાર્થ પુરવાર થઈ રહ્યો છે.

શ્રીકૃષ્ણ પોતે સર્વસમર્થ હતા, છતાં તેમનું જીવન અનેક કષ્ટોથી ભરેલું રહ્યું. માતા દેવકી અને પિતા વાસુદેવને તેમના જ દુષ્ટ મામા કંસે કેદ કર્યા હતા. જન્મ જેલમાં થયો. તેમનો ઉછેર પાલક માતા યશોદાએ અને પિતા નંદબાબાએ કર્યો. નાનપણમાં રમવાની ઉંમરમાં તેમને મારવા આવેલા અનેક રાક્ષસોને મૃત્યુઘાટ ઉતાર્યા. અધર્મી મામા કંસનો ખાતમો કરી બંદી કરેલા માતા-પિતાને મુક્ત કર્યા, છતાં તેમની મોહક બાળલીલાઓથી ગોકુળવાસીઓને તેમના ઘેલા કરતાં રહ્યા.

દ્રૌપદીનું ભરસભામાં ચીરહરણ થતાં તેને આપેલ વચન નિભાવી તેના ચીર પુર્યા. પાંડવો સાથે ધર્મના પક્ષે પોતે ઉભા રહ્યા તેમ છતાં કૌરવોને અધર્મ છોડવાની પૂરતી તક આપી. યુદ્ધ મેદાન મધ્યે અર્જુનના મનનો વિશાદ દૂર કરવા ભગવદ્ ગીતાનો બોધ આપી ધર્મયુદ્ધ લડવા પ્રેરિત કર્યો. જાતે શસ્ત્ર ન ઉપાડી યુગપરિવર્તનના મહાયુદ્ધમાં અર્જુનના સારથી બનીને મહાભારતનું યુદ્ધ જીતાડ્યું.

આવા મહાન યોદ્ધા, ચિંતક અને માનવજાતને ધર્મના રસ્તે યોગ્ય કર્મ કરી જીવન સફળ બનાવવાનો સમૃધ્ધ સંદેશ આપનાર ભગવાન શ્રીકૃષ્ણને જન્માષ્ટમીના પર્વ ઉપર કોટી કોટી વંદન.??

નિખિલ કિનારીવાળા (અમદાવાદ)

ત્રણ મોતનો કાયદો :હત્યા, દુષ્પ્રેરણાથી આત્મ-વિલોપન અને અકસ્માત મોત!(સંત સુરા)

હાલૅંઝ નથી. ૧ જુલાઈ ૨૦૨૪ થી મ્દ્રજી - ભારતીય ન્યાય સંહિતા લાગુ છે. મોતના ત્રણ પ્રકારનો કાયદો સમજવો જરૂરી છે.
૧. હત્યા - મ્દ્રજી ૧૦૩
જાણી જોઈને, કાવતરું કરીને કોઈને મારી નાખવું એ હત્યા. ગળું દબાવવું, છરી મારવી, ઝેર આપવું.
સજા - ફાંસી અથવા આજીવન કેદ. આમાં જામીન મળે નહીં, કેસ સેશન્સ કોર્ટમાં ચાલે.
પુરાવા - પોસ્ટમોર્ટમ રિપોર્ટમાં ઈજા, હથિયાર, ચશ્મદીદ સાક્ષી, ઝઝ્ફ.

એક ખાસ વાત - જો કોઈને મારવાનો ઈરાદો ન હતો, પણ મારામારીમાં મોત થઈ ગયું તો તે મ્દ્રજી ૧૦૦ - સદોષ મનુષ્યવધ કહેવાય, હત્યા નહીં. સજા ઓછી થાય.
૨. દુષ્પ્રેરણાથી આત્મ-વિલોપન - મ્દ્રજી ૧૦૮
આ સૌથી વધારે ગેરસમજ વાળી કલમ છે. કોઈને માર્યો નથી, પણ એટલો ત્રાસ આપ્યો કે તેને મરવું પડ્યું.
દાખલા તરીકે - રોજ ગાળો આપવી, પૈસા માટે બ્લેકમેઈલ કરવું, નોકરીમાંથી કાઢી મૂકવાની ધમકી, પ્રેમમાં છેતરવું અને કહેવું "તું મરી જા".
જો આવું સતત થાય અને વ્યક્તિ આપઘાત કરે તો સામેવાળા પર મ્દ્રજી ૧૦૮ લાગે. સજા ૧૦ વર્ષ સુધી.
પુરાવા શું જોઈએ? સુસાઈડ નોટ, વોટ્સએપ ચેટ, કોલ રેકોર્ડિંગ, બેંકના ત્રાસના પુરાવા.
સુપ્રીમ કોર્ટે ચોખ્ખું કહ્યું છે - એક વખત ઝઘડો થયો અને કોઈએ આપઘાત કર્યો તો તે દુષ્પ્રેરણા નથી. સતત, લાંબો ત્રાસ સાબિત કરવો પડે.
ખા - જો લગ્નના ૭ વર્ષમાં પત્ની દહેજના ત્રાસથી આપઘાત કરે તો મ્દ્રજી ૮૦ મુજબ પતિ અને સાસરિયાને ૧૦ વર્ષથી આજીવન કેદ થાય.
૩. કસ્માત મોત - મ્દ્રજી ૧૦૬
બેદરકારીથી મોત. તેજ ગાડી ચલાવવી, ફોન પર વાત કરતા ટ્રક ચલાવવી, ડોક્ટરે બેદરકારીથી ઓપરેશન કરવું.
સજા - સામાન્ય અકસ્માતમાં ૫ વર્ષ સુધી. જો અકસ્માત કરીને ભાગી જાવ ને પોલીસને જાણ ન કરો - હિટ એન્ડ રન તો ૧૦ વર્ષ સુધી કેદ.
અકસ્માતમાં પ્રક્રિયા શું?
પોલીસ ક્ષ્ઇં નથી કરતી, મ્દ્રજીજી ૧૯૪ મુજબ છ્હ્ઇ - અકસ્માત મોત નોંધ કરે છે. પંચનામું, પોસ્ટમોર્ટમ ફરજિયાત. જો વાહન અકસ્માત હોય તો સ્છ્ઝ્ કોર્ટમાંથી વીમા કંપની પાસે વળતર મળે.
ત્રણેય વચ્ચે ફરક કેમ સમજવો?
પોલીસ સૌથી પહેલા એ જુએ છે કે મરનારના શરીર પર ઈજા કેવી છે. ગળાના નિશાન, ઝેર, છરીના ઘા હોય તો હત્યા. જો સુસાઈડ નોટ મળે અને ત્રાસની કહાની હોય તો દુષ્પ્રેરણા. જો રોડ પર લાશ મળે, ગાડીના નિશાન હોય તો અકસ્માત.
ઘણી વખત હત્યાને અકસ્માત બતાવી દેવાય છે અને અકસ્માતને હત્યા. એટલે પોસ્ટમોર્ટમ જ સાચો ન્યાયાધીશ છે.
આજે દરેક વ્યક્તિએ આ ત્રણ કાયદા જાણવા જરૂરી છે, જેથી કોઈ ખોટા કેસમાં ફસાય નહીં અને કોઈ ગુનેગાર છટકી ન જાય!
લેખક:સુનીલ રાજેન્દ્ર બર્મન (સંત સુરા)સુરત

માનવ સંબંધો અને સંવેદના...

માનવજીવન એ લાગણીઓ અને સંબંધોનું એક વણઉકેલાયેલું સમીકરણ છે. માણસ ચાહે ગમે તેટલો સફળ કે સમૃદ્ધ હોય, પરંતુ ભીતરથી એ હંમેશાં સાચો સંગાથ, આદર અને પ્રેમ ઝંખતો હોય છે. જિંદગીના કોઈ વળાંકે જ્યારે એકલતાનો અંધકાર ઘેરો બની જાય, મન સાવ શાંત અને શુષ્ક થઈ ગયું હોય, ત્યારે કોઈ એવી વ્યક્તિનો પ્રવેશ થાય જે તમારા મૌનને સમજી શકે અને જેના હોવાથી હૃદયમાં અનોખું સુકુન અનુભવાય — તો શું એમાં કંઈ ખોટું છે?

ઉંમરના દાયરા અને સામાજિક માનસિકતા

સમાજે સંબંધો માટે ચોક્કસ વયજૂથ અને નિયમોના ચોકઠાં બનાવી રાખ્યા છે. પરંતુ વાસ્તવિકતા એ છે કે પ્રેમ ક્યારેય કેલેન્ડરની તારીખો કે જન્મનું વર્ષ જોઈને નથી આવતો. પ્રેમ એ કોઈ ભૌતિક સોદો નથી, પણ બે આત્માઓ વચ્ચે ઉદ્ભવતું એક પવિત્ર સ્પંદન છે. જ્યારે બે વ્યક્તિઓ એકબીજાને સમજે છે, એકબીજાના દુઃખ અને ખુશીમાં સહભાગી બને છે, ત્યારે તેમની વચ્ચે ઉંમરનો કેટલો તફાવત છે અથવા તેમની ઉંમર શું છે — એ સવાલ સાવ ગૌણ બની જાય છે.

×પ્રેમ નથી જોતો નાનું કે મોટું, પ્રેમ નથી જોતો વય કે વર્ણ; પ્રેમ તો માત્ર બે હૃદય વચ્ચેની શુદ્ધ સંવેદના, આદર અને મનમેળ જુએ છે.×

એકલતા સામે હૂંફનો આધાર

ઉંમર વધવાની સાથે ઘણીવાર માણસ એકલતા અને અંદરના ખાલીપાનો શિકાર બનતો હોય છે. આવી સ્થિતિમાં જો કોઈ વ્યક્તિ જીવનમાં આવીને આશા અને જીવંતતાનો નવો સંચાર કરે, તો તેને 'અયોગ્ય' કે 'અસામાજિક' કહેવું એ માનવ સંવેદના પર અન્યાય છે. જીવનના દરેક તબક્કે ખુશ રહેવાનો, પ્રેમ અનુભવવાનો અને કોઈનો હાથ પકડીને શાંતિથી બે ક્ષણ જીવવાનો દરેક મનુષ્યને પૂરો અધિકાર છે.

મનમેળ જ સાચો પ્રેમ છે

સાચો પ્રેમ ઉંમરનું પ્રમાણપત્ર નથી માગતો, પણ એકબીજા પ્રત્યેનો આદર, પરસ્પર સમજણ અને લાગણીનો સંગમ માગે છે. જ્યાં બે આત્માઓ એકબીજાના વિચારો સાથે લયબદ્ધ થાય છે, ત્યાં સમય અને ઉંમર થંભી જાય છે. તેથી જ, ઉંમરના ભેદભાવ ભૂલીને જો બે વ્યક્તિ એકબીજામાં સુકુન અને પ્રેમ શોધતી હોય, તો સમાજે પણ સંકુચિત માનસિકતા છોડીને એ સંબંધની પવિત્રતાને વધાવવી જોઈએ.

છેવટે તો, જિંદગીના અંતિમ પડાઉ સુધી માણસને આત્મિક હૂંફની જ તરસ હોય છે. પ્રેમ એ ઉંમરની સીમાઓથી મુક્ત, એક અનંત અને પવિત્ર અનુભૂતિ છે.

અમીત ત્રિવેદી

કિલવા ધામે કૃષ્ણમય બન્યું વાતાવરણ: જન્માષ્ટમી પર્વે ગુજરાત-રાજસ્થાનમાંથી હજારો ભક્તો ઉમટ્યા

શ્રી રતનગીરીજી મહારાજના ચાતુર્માસથી કિલવા ધામ બન્યું આસ્થાનું કેન્દ્ર, ૫૨ કાનુડાની માટીની મૂર્તિઓ અને બહેનોના લોકગીતોએ વધારી ભક્તિની રોનક શંકરભાઈ ચૌધરી, દેવજીભાઈ પટેલ સહિત રાજકીય-સામાજિક આગેવાનોની ઉપસ્થિતિ; ૫૧ યુવાનોની સેવાભાવી ટીમે ભક્તોને ભોજન પીરસ્યું

ગુજરાતને અડીને આવેલા રાજસ્થાનના સાંચોર નજીક કિલવા ગામે આવેલ શ્રી વીર રૂપાજી ધામ ખાતે આ વર્ષે જન્માષ્ટમીના પાવન પર્વની ભવ્ય ઉજવણી કરવામાં આવી હતી. ધાનેરા તાલુકાના જીવાણા મઠના મઠાધીશ શ્રી ૧૦૦૮ શ્રી રતનગીરીજી મહારાજ ચાતુર્માસ દરમિયાન કિલવા ધામે બિરાજમાન હોવાથી છેલ્લા કેટલાક સમયથી દરરોજ મોટી સંખ્યામાં ભક્તો દર્શન તથા સંતવાણીનો લાભ લેવા માટે ઉમટી રહ્યા છે. જન્માષ્ટમીના પાવન અવસરે કિલવા ધામ ખાતે ગુજરાત અને રાજસ્થાનમાંથી હજારોની સંખ્યામાં ભાવિકો ઉમટી પડ્યા હતા. આ પ્રસંગે આસપાસના ગામોમાંથી ભગવાન શ્રીકૃષ્ણની માટીની અંદાજે ૫૨ જેટલી મૂર્તિઓ બનાવીને ધામ ખાતે લાવવામાં આવી હતી. આ માટીની મૂર્તિઓ ભક્તિભાવ સાથે સ્થાપિત કરવામાં આવી હતી, જે સમગ્ર કાર્યક્રમનું વિશેષ આકર્ષણ બની હતી. જન્માષ્ટમીની ઉજવણી દરમિયાન હજારો બહેનોએ કાનુડાની મૂર્તિઓની આજુબાજુ ફરીને પરંપરાગત પૌરાણિક લોકગીતોની સુરાવલી રજૂ કરી હતી. ભક્તિમય વાતાવરણ વચ્ચે સમગ્ર ધામ શ્રીકૃષ્ણના જયઘોષથી ગુંજી ઉઠ્યું હતું. ધામ ખાતે આવનાર તમામ ભાવિકો માટે પ્રસાદ તથા ભોજનની પણ સુંદર વ્યવસ્થા કરવામાં આવી હતી. આ પાવન પ્રસંગે શ્રી ૧૦૦૮ શ્રી રતનગીરીજી મહારાજના દર્શન અને આશીર્વાદ મેળવવા માટે ગુજરાત વિધાનસભાના અધ્યક્ષ શ્રી શંકરભાઈ ચૌધરી, સિરોહી-જાલોરના પૂર્વ સાંસદ દેવજીભાઈ પટેલ સહિત અનેક રાજકીય તથા સામાજિક આગેવાનો ખાસ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. શ્રી શંકરભાઈ ચૌધરીએ કિલવા ધામ અંગે જાણકારી મેળવી હતી અને ધામની ધાર્મિક તથા સામાજિક મહત્તા અંગે ઉપસ્થિત લોકોને માહિતગાર કર્યા હતા. આ પ્રસંગે શ્રી રતનગીરીજી મહારાજે ઉપસ્થિત ભક્તોને માર્ગદર્શન આપતા જણાવ્યું હતું કે, "સેવા એ જ સાચી ભક્તિ અને સંતોના આશીર્વાદ એ જ સાચું ભાથું..."

સંતવાણીના આ સંદેશથી ભક્તોમાં સેવા અને સંસ્કારનો ભાવ વધુ પ્રબળ બન્યો હતો. કાર્યક્રમ દરમિયાન ધાનેરા તાલુકાના જીવાણા ગામના શ્રી જેતગીરજી યુવા ગ્રુપના ૫૧ યુવાનોએ ભક્તો માટે ભોજન પીરસવામાં ભારે જહેમત ઉઠાવી હતી. યુવાનોની સેવાભાવનાને સંતોના આશીર્વાદ પણ પ્રાપ્ત થયા હતા. ચાતુર્માસ દરમિયાન શ્રી રતનગીરીજી મહારાજના દર્શન અને મુખેથી નીકળતી સંતવાણી સાંભળવાનો લાભ લેવા માટે રોજેરોજ મોટી સંખ્યામાં ભક્તો કિલવા ધામે પહોંચી રહ્યા છે. જન્માષ્ટમીની ભવ્ય ઉજવણીએ આ ધાર્મિક ધામમાં ભક્તિ, સેવા અને સંસ્કૃતિનો અનોખો સંગમ સર્જ્યો હતો.

કટલરી કરિયાણા મર્ચન્ટ સહકારી શરાફી મંડળી લિ.ની ૨૯મી સાધારણ સભા યોજાઈ

મોડાસા શહેરની જાણીતી શ્રી કટલરી કરિયાણા મર્ચન્ટ સહકારી શરાફી મંડળી લિ. ના ૨૯ વર્ષ પૂર્ણ થતાં વાર્ષિક સાધારણ સભા યોજાઈ હતી.આ સભામાં ચેરમેન શ્રી પંકજભાઈ બુટાલા, મેનેજીંગ ડિરેક્ટર શ્રી રમણભાઈ પ્રજાપતિ, સ્થાપક શ્રી ઈસ્માઈલભાઈ દાદુ, વાઈસ ચેરમેન શ્રી જયેશભાઈ ગાંધી તથા તમામ ડિરેક્ટરશ્રીઓ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. મોટી સંખ્યામાં સભાસદો હાજર રહ્યા હતા.

સભામાં એજન્ડા મુજબ ગત સાધારણ સભાની કાર્યવાહી, વર્ષ ૨૦૨૪-૨૫ નો વાર્ષિક અહેવાલ, સરવૈયું તથા નફા-નુકસાનના હિસાબને બહાલ રાખવામાં આવ્યા હતા.આ પ્રસંગે સભાસદોના બાળકો પૈકી ધોરણ-૧૦ અને ૧૨ ના તેજસ્વી વિદ્યાર્થીઓને ઈનામ વિતરણ કરવામાં આવ્યું હતું. ચેરમેનશ્રી પંકજભાઈ બુટાલાએ વિગતવાર અહેવાલ રજૂ કર્યો હતો.સભાસદોએ મંડળીની કામગીરીને બિરદાવી અભિનંદન પાઠવ્યા હતા..

તસવીર અહેવાલ મહેન્દ્ર પટેલ

ધાનેરાના ગેસ ગ્રાહકો માટે રાહતના સમાચાર: હવે ૪૫ નહીં, માત્ર ૨૫ દિવસે થશે ગેસ બુકિંગ

ધાનેરા શહેરના ગેસ ગ્રાહકોને છેલ્લા કેટલાક સમયથી ગેસ બુકિંગને લઈને ભારે મુશ્કેલીઓનો સામનો કરવો પડી રહ્યો હતો. યુદ્ધને પગલે સરકાર દ્વારા ગેસ બુકિંગના દિવસોમાં ફેરફાર કરવામાં આવ્યા હતા. જેમાં શહેરી વિસ્તારોમાં ૨૫ દિવસ અને ગ્રામિણ વિસ્તારોમાં ૪૫ દિવસનો સમયગાળો નક્કી કરવામાં આવ્યો હતો.

જોકે, ધાનેરા શહેરી વિસ્તાર હોવા છતાં અહીં ગેસ બુકિંગ માટે ૪૫ દિવસનો સમયગાળો રાખવામાં આવતા હજારો ગ્રાહકોને મુશ્કેલી પડી રહી હતી. સમયસર ગેસ સિલિન્ડર ન મળતા લોકોમાં ભારે નારાજગી જોવા મળી હતી. આ અંગે સ્થાનિક લોકો તેમજ વિવિધ સંસ્થાઓ દ્વારા ધારાસભ્ય સહિત સરકાર સમક્ષ લેખિત રજૂઆતો કરવામાં આવી હતી. તેમ છતાં લાંબા સમય સુધી કોઈ નક્કર ઉકેલ આવ્યો નહોતો. આ દરમિયાન ધાનેરા લાયન્સ ક્લબ દ્વારા ગેસ ગ્રાહકોને પડતી મુશ્કેલીઓ અંગે સંબંધિત તંત્રને પત્ર લખી રજૂઆત કરવામાં આવી હતી. સાથે જ ૄન્ડૈં ગુજરાત દ્વારા પણ આ પ્રશ્નને ગંભીરતાથી લઈ સંબંધિત વિભાગ સમક્ષ રજૂઆત કરવામાં આવી હતી. આ રજૂઆતોને પગલે ૈંદ્બ્ટ (ૈંહૈજંર્ૈકૌંૈૈંદ્ધ ૃહદ્ઘ દ્ઙેંૃદ્બ ૪્ઙજ) તથા સંબંધિત ઓઈલ કંપની દ્વારા ધાનેરાના ગેસ ગ્રાહકોને પડતી મુશ્કેલીઓ અંગે મહત્વનો નિર્ણય લેવામાં આવ્યો છે. હવે ધાનેરામાં ગેસ બુકિંગ માટેનો સમયગાળો ૪૫ દિવસથી ઘટાડીને ૨૫ દિવસ કરવામાં આવ્યો છે. આ નિર્ણયથી ધાનેરાના ગેસ ગ્રાહકોમાં રાહતની લાગણી જોવા મળી રહી છે. હવે ગ્રાહકો ૨૫ દિવસ પૂર્ણ થયા બાદ ગેસનું બુકિંગ કરાવી શકશે અને સિલિન્ડર મેળવી શકશે. લાંબા સમયથી ચાલી રહેલી આ સમસ્યાનો ઉકેલ લાવવામાં રજૂઆત કરનાર ધાનેરા લાયન્સ ક્લબ અને ૄન્ડૈં ગુજરાતનો લોકો દ્વારા આભાર વ્યક્ત કરવામાં આવી રહ્યો છે. સ્થાનિક ગ્રાહકોનું કહેવું છે કે ગેસ બુકિંગના સમયગાળામાં ઘટાડો થતાં હવે તેમને સમયસર ગેસ સિલિન્ડર મેળવવામાં સરળતા રહેશે. ધાનેરાના ગેસ ગ્રાહકો માટે લાંબા સમય બાદ આ નિર્ણય રાહતરૂપ સાબિત થયો છે.

શ્રી રાષ્ટ્રીય કેળવણી મંડળ, બોરસદ સંચાલિત ઉત્તર બુનિયાદી વિદ્યાલય ડાકોરમાં શિક્ષક દિનની ઉલ્લાસભેર ઉજવણી

ઉત્તર બુનિયાદી વિદ્યાલય ડાકોરમાં શિક્ષક દિનની આજરોજ ઉજવણી કરવામાં આવી શાળાના ૨૧ વિદ્યાર્થીઓ અને વિદ્યાર્થીનીઓએ આ શિક્ષક દિનની ઉજવણીમાં ભાગ લીધો હતો.વિદ્યાર્થીઓએ પ્રિન્સિપાલ, શિક્ષક, સેવક અને ક્લાર્ક તરીકેની સેવાઓ સુચારું રૂપે બજાવી હતી. શાળાના આચાર્યશ્રી કે.જી.શાહે પ્રાર્થના સભામાં શિક્ષક દિનનું મહત્વ સમજાવતું વક્તવ્ય આપ્યું હતું.સૌ વિદ્યાર્થીઓએ તેનો લાભ લીધો હતો. દિવસ દરમિયાન કુલ આઠ તાસ નું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. તમામ શિક્ષક દિનના દિવસે બનેલ શિક્ષકો તથા નિયમિત શિક્ષકો માટે નાસ્તાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું.ઉત્તર બુનિયાદી વિદ્યાલય શાળા પરિવાર વતી આજરોજ બનેલા તમામ શિક્ષકશ્રીઓને પ્રમાણપત્ર તથા પેન અર્પણ કરી ઉજ્જવળ ભવિષ્ય માટે શુભેચ્છાઓ પાઠવી હતી. સમગ્ર કાર્યક્રમનું સંચાલન આચાર્ય વિદ્યાર્થી રામ કુમાર પરમારે કર્યું હતું.

મેડિટેશન: જીવનનું અમૂલ્ય રત્નમાનસિક સ્વાસ્થ્યની સંભાળ ....આજની સૌથી મોટી જરૂરિયાત

આજના યુગમાં જ્યારે જીવનની ગતિ અત્યંત વેગવાન બની ગઈ છે, ત્યારે મેડિટેશન જીવનની આવશ્યકતા બની ગયું છે. શારીરિક અને માનસિક બંને સ્તરે તેનું મહત્ત્વ અનન્ય છે. શરીરને આરામ મળે છે, મન શાંત થાય છે અને આંતરિક ઊર્જા જાગૃત થાય છે. વૈજ્ઞાનિક સંશોધનો પણ સાબિત કરે છે કે નિયમિત મેડિટેશનથી બ્લડ પ્રેશર નિયંત્રિત થાય છે, રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધે છે અને તણાવના હોર્મોન્સમાં ઘટાડો થાય છે.

માનસિક સ્થિતિ આપણા દિવસના દરેક નિર્ણય અને કાર્ય પર સીધી અસર કરે છે. જ્યારે મન અશાંત હોય ત્યારે નાના-મોટા નિર્ણયોમાં પણ ભૂલો થાય છે, કામની કાર્યક્ષમતા ઘટે છે અને સંબંધોમાં તણાવ વધે છે. તેનાથી વિપરીત, સ્વસ્થ માનસિક સ્થિતિ સ્પષ્ટ વિચારશક્તિ, સકારાત્મક દૃષ્ટિકોણ અને સંતુલિત પ્રતિક્રિયા આપે છે. આમ માનસિક સ્વાસ્થ્ય એ જીવનની ગુણવત્તાનું મૂળ છે.

પરંતુ પ્રશ્ન એ છે કે શું આપણે આપણા માનસિક સ્વાસ્થ્યનું ખરેખર ધ્યાન રાખીએ છીએ? મોટાભાગના લોકો શારીરિક સ્વાસ્થ્ય માટે જિમ જાય છે, દવા લે છે, પરંતુ મનની સંભાળ અવગણી જાય છે. કામનું દબાણ, સોશિયલ મીડિયાનો અતિરેક અને અનિયમિત જીવનશૈલી માનસિક તણાવને વધારે છે. પરિણામે ચિંતા, હતાશા અને ઊંઘની સમસ્યાઓ સામાન્ય બની ગઈ છે.

તો તેના માટે શું કરવું જોઈએ? સૌપ્રથમ દરરોજ થોડો સમય મેડિટેશન માટે ફાળવો. શરૂઆતમાં માત્ર પાંચથી દસ મિનિટ પૂરતું છે. શાંત જગ્યાએ બેસીને શ્વાસ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો. ધીમે ધીમે સમય વધારો. સાથે સાથે યોગ, પ્રાણાયામ અને સકારાત્મક વિચારોનું અભ્યાસ કરો. નિયમિત ઊંઘ, સંતુલિત આહાર અને પ્રકૃતિ સાથેનો સંપર્ક પણ માનસિક સ્વાસ્થ્યને મજબૂત બનાવે છે. જરૂર પડ્યે મનોવૈજ્ઞાનિકની સલાહ લેવામાં સંકોચ ન કરો.

મેડિટેશન એ મનને સ્વસ્થ, શાંત અને સ્પષ્ટ બનાવવાની સરળ પરંતુ શક્તિશાળી પદ્ધતિ છે. જ્યારે આપણે માનસિક સ્વાસ્થ્યની સંભાળ લઈશું ત્યારે જ જીવનમાં સાચું સુખ અને સંતુલન અનુભવી શકીશું. આજથી જ શરૂઆત કરો મનની સંભાળ એ જીવનની સૌથી મોટી સેવા છે.

કોષ્ટક	ક્રમ	કેટેગરી	અનાજ	મળવાપાત્ર જથ્થો	જિલ્લા
કોષ્ટક-૧	૧	અંત્યોદય કુટુંબો (AAY)	ઘઉં	કાર્ડદીઠ ૧૫ કિ.ગ્રા.	કુલ - ૧૮ જિલ્લાઓ અમદાવાદ, અમદાવાદશહેર, બોટાદ, દાહોદ, દેવભૂમિ-દ્વારકા, ગાંધીનગર, જામનગર, જૂનાગઢ, કચ્છ, મોરબી, નવસારી, પાટણ, પોરબંદર, રાજકોટ, સુરત, સુરેન્દ્રનગર, વલસાડ, વાવ-થરાદ માટેનું વિતરણ પ્રમાણ
	૨		ચોખા	કાર્ડદીઠ ૧૫ કિ.ગ્રા.	
	૩		બાજરી	કાર્ડદીઠ ૫ કિ.ગ્રા	
	૪	અગ્રતા ધરાવતા કુટુંબો (PHH)	ઘઉં	વ્યક્તિદીઠ ૨ કિ.ગ્રા.	
	૫		ચોખા	વ્યક્તિદીઠ ૧ કિ.ગ્રા.	
	૬		બાજરી	વ્યક્તિદીઠ ૨ કિ.ગ્રા	
કોષ્ટક-૨	૧	અંત્યોદય કુટુંબો (AAY)	ઘઉં	કાર્ડદીઠ ૧૫ કિ.ગ્રા.	કુલ - ૪ જિલ્લાઓ ભાવનગર, મહીસાગર, પંચમહાલ, વડોદરા માટેનું વિતરણ પ્રમાણ
	૨		ચોખા	કાર્ડદીઠ ૧૫ કિ.ગ્રા.	
	૩		બાજરી/જુવાર/મકાઇ	કાર્ડદીઠ ૫ કિ.ગ્રા	
	૪	અગ્રતા ધરાવતા કુટુંબો (PHH)	ઘઉં	વ્યક્તિદીઠ ૨ કિ.ગ્રા.	
	૫		ચોખા	વ્યક્તિદીઠ ૧ કિ.ગ્રા.	
	૬		બાજરી/જુવાર/મકાઇ	વ્યક્તિદીઠ ૨ કિ.ગ્રા	
કોષ્ટક-૩	૧	અંત્યોદય કુટુંબો (AAY)	ઘઉં	કાર્ડદીઠ ૧૫ કિ.ગ્રા.	કુલ - ૦૨ જિલ્લાઓ અમરેલી, ગીર સોમનાથ માટેનું વિતરણ પ્રમાણ
	૨		ચોખા	કાર્ડદીઠ ૧૫ કિ.ગ્રા.	
	૩		બાજરી/જુવાર	કાર્ડદીઠ ૫ કિ.ગ્રા	
	૪	અગ્રતા ધરાવતા કુટુંબો (PHH)	ઘઉં	વ્યક્તિદીઠ ૨ કિ.ગ્રા.	
	૫		ચોખા	વ્યક્તિદીઠ ૧ કિ.ગ્રા.	
	૬		બાજરી/જુવાર	વ્યક્તિદીઠ ૨ કિ.ગ્રા	
કોષ્ટક-૪	૧	અંત્યોદય કુટુંબો (AAY)	ઘઉં	કાર્ડદીઠ ૧૫ કિ.ગ્રા.	કુલ - ૧૧ જિલ્લાઓ આણંદ, અરવલ્લી, બનાસકાંઠા, ભરૂચ, છોટાઉદેપુર, ડાંગ, ખેડા, મહેસાણા, નર્મદા, સાબરકાંઠા, તાપી માટેનું વિતરણ પ્રમાણ
	૨		ચોખા	કાર્ડદીઠ ૧૫ કિ.ગ્રા.	
	૩		મકાઇ/બાજરી	કાર્ડદીઠ ૫ કિ.ગ્રા	
	૪	અગ્રતા ધરાવતા કુટુંબો (PHH)	ઘઉં	વ્યક્તિદીઠ ૨ કિ.ગ્રા.	
	૫		ચોખા	વ્યક્તિદીઠ ૧ કિ.ગ્રા.	
	૬		મકાઇ/બાજરી	વ્યક્તિદીઠ ૨ કિ.ગ્રા	

સપ્ટેમ્બર -૨૦૨૬ માસમાં રાજ્ય સરકારની તુવેરદાળ, ચણા, ખાંડ અને મીઠાના રાહતદરે વિતરણ અંગેની જાણકારી

ક્રમ	આવશ્યક ચીજવસ્તુ	કેટેગરી	મળવાપાત્ર જથ્થો	ભાવ પ્રતિ કિ.ગ્રા./લિટર
૧	તુવેરદાળ	N.F.S.A કુટુંબો	કાર્ડદીઠ ૧ કિ.ગ્રા.	૫૦
૨	ચણા	N.F.S.A કુટુંબો	કાર્ડદીઠ ૧ કિ.ગ્રા.	૩૦
૩	ખાંડ	અંત્યોદય કુટુંબો	૧ થી ૪ સભ્યો સુધી કાર્ડદીઠ ૧ કિ.ગ્રા	૧૫
			૫ થી ૮ સભ્યો સુધી કાર્ડદીઠ ૨ કિ.ગ્રા	
			૯ કે તેથી વધુ સભ્યો સુધી કાર્ડદીઠ ૩ કિ.ગ્રા	
		બી.પી.એલ કુટુંબો	૧ થી ૪ સભ્યો સુધી કાર્ડદીઠ ૧ કિ.ગ્રા	૨૨
			૫ થી ૮ સભ્યો સુધી કાર્ડદીઠ ૨ કિ.ગ્રા	
			૯ કે તેથી વધુ સભ્યો સુધી કાર્ડદીઠ ૩ કિ.ગ્રા	
૪	મીઠું	N.F.S.A કુટુંબો	કાર્ડદીઠ ૧ કિ.ગ્રા.	૧

Printer/publisher/0wner & Editor:Pradip.A.Raval Printed at Jay Graphics & Printers,C15, Vikram Chambers,Income Tax.Ashram Road.Ahmedabad-380009.Published At : Plot No:581/1,Sector-7 B.Gandhinagar - 382007.Gujarat