

તંત્રી લેખ...

સોશિયલ મીડીયાના વાઇરલ વાયરસ સામે હવે સજાગતા જરૂરી

સો શિયલ મીડીયાના વાઈરલ વાયરસ સામે હવે સજાગતા
જરૂરી. સરકારની સાથેસાથે ન્યાયતંત્ર પણ સોશિયલ
મીડીયા પ્લેટફોર્મના ભય સ્થાનો અંગે સજાગ બનીને સોશિયલ
મીડીયા ગેરઉપયોગ સામે યોગ્ય વ્યવસ્થાના હિમાયતી બન્યાં છે.
સોશિયલ મીડીયા પ્લેટફોર્મનો ઉપયોગ બાળકોની રમત નથી તેની
ગંભીરતા અને પ્લેટફોર્મના સંચાલકોની જવાબદારી કિસ થી જોઈએ.
સોશિયલ મીડીયા પ્લેટફોર્મ પર વ્યક્તિગત પ્રતિષ્ઠાને હાનિ પહોંચે
તેવી પ્રવૃત્તિઓ કોઈપણ સંજોગોમાં ચલાવી ન લેવાય. અત્યારે પ્રસાર
માધ્યમનો ટેકનોલોજીના માધ્યમથી ખૂબ જ વિકાસ થઈ રહ્યો છે. પરંતુ
હાલમાં જેવા મણ્યુ છે કે, હરીયાખાના નૂહમાં કેવી રીતે હિસા ફાટી
નિકળી હતી જેના લીધે સમગ્ર ભારીયાને નિયુ જોવુ પડ્યાં હોવું કારણ
કે, ત્યા હિન્દુ મુસ્લીમ વચ્ચે ફાટી નિકળેલા દંગાએ ઘણો જ ઉચ્ચ સ્વરૂપ
લીધો હતો, અને આનુ કારણ ખરેખર માત્રને માત્ર સોશિયલ મીડીયા જ
છે કારણ કે, લાઈફ કેમેરા અને ધનાધન ગમે તેવી રીતે બેફાદ બેફાટ
બોલીને પણી લોકોને ઉશ્કેલીના કારણે જ આ બનાવો બનતા હોય છે.
ખેર, આંગળીના ટેરવે સમગ્ર વિશ્વને હાથવગુ બનાવનાર ડીજીટલ
મીડીયા પર આચાર સંહિતા અને નિયંત્રણ હોવું જોઈએ. અમેરિકા,
બ્રિટન, ઓસ્ટ્રેલીયાથી લઈને જાપાન જેવા ટેકનોલોજી ડિંગ અને
બિજનેસ ટાઇક્રૂન ચીન પણ વાઈરલ વાઈરસ સામે સૌથી વધુ સજાગ
છે. અમેરિકા જેવા શક્તિશાળી દેશને પણ ગત પ્રમુખ પદની ચુંટણીમાં
વાઈરલ વાઈરસનો કડવો અનુભવ થઈ ચુક્યો છે. વિશ્વની સૌથી મોટી
લોકશાહીનું માન ધરાવતા ભારતમાં ડીજીટલ પ્લેટફોર્મ સરકાર અને
કાયદાના સંપર્કનિયતાણમાં હોય તે જરૂરી છે. હિલ્લી હાઈકોર્ટ પોતાના
અવલોકનમાં સ્પષ્ટપણે જણાવ્યું છે કે સોશિયલ મીડીયાનો ઉપયોગ
બાળકની રમતની જેમ ન થવો જોઈએ. વ્યક્તિગત પ્રતિષ્ઠાને હાનિ પ
હોયાડે તેવા કંટેન્ટથી લઈને મેસેજ ફોરવર્ડ કરવા સુધીની સામાન્ય
ગણાતી બાબતો પણ કાયદાથી નિયંત્રિત હોવી જોઈએ. ડિજીટલ
પ્લેટફોર્મની સવલતનો ઉપયોગ આવકાર્ય છે પરંતુ દૂર ઉપયોગ કોઈ
સંજોગોમાં ન ચલાવી લેવાય. પરંતુ લોકો પોતાના એકાઉન્ટ ઉપરથી
ગમે તેમ બેફાટ બકવાસ કરી લે છે અને આવમાં સરકારશી તરફથી
પણ કોઈજ એક્શન લેવામાં આવતા નથી, અને જ્યારે એક્શન મોડમાં
બોલીસ તંત્ર આવે છે ત્યાં સુધી તો બધું બળીને ખાખ બની જતુ હોય છે.
કાશ કે મોબાઈલની જેમ માણસમાં પણ પાઉસ અને પ્લેન નું બટન હોટ...

ફિઝિકલ એક્ટિવિટીને લઇ આળસ

હાલમા જ કરવામા આવવા એક રસપ્રદ અને હાલવ્યાપક અભ્યાસમાં જ્ઞાનવા મળ્યુ છે કે દેશની અડવીથી વધારે વર્સનો શારરિક પ્રવૃત્તિ અથવા તો ફિજિકલ એક્ટિવિટીમાં ધોર્છ રસ નથી. દેશના અડવા લોકો શારરિક ગતિવિધીથી દુર રહેવાનું પસંદ કરે છે. એટલે કે આગસ રાખે છે. ૧૦ ટકાથી પણ ઓછા લોકો એવા છે જે મનોરંજન તરીકે શારરિક ગતિવિધીમાં સામેલ રહે છે. આસીઅમભારાના ડેટામાં આ બાબતનો ખુલાસો થયો છે. જો કે કેટલાક લોકો આ ખુલાસા સાથે સહતમ નથી. તેમની દલીલ છે કે આધુનિક ભારતમાં લોકો

શારારિક ઇન્ટરનેશન લાઇન વધારું સાવધાન થઈ રવ્યા છે. દિલ્હી સ્થિત પ્રાઈમ્સ સુપર એપિશિયાલિસ્ટ હોસ્પિટલ ઓર્થોપેડિક્સ અને જોઈન્ટ રિપ્લેસમેન્ટ વિભાગના તબીબો કહે છે કે આધુનિક સમયમાં આર્થરાઈટિસ જેવી જોડની તકલીફ હવે વય સુધી મર્યાદિત રહી નથી. શારારિક રીતે કામ ન કરવાની બાબત પણ આ બિમારીના બોજને વધારી દેવામાં ભૂમિકા આદા કરે છે. ડાખ્યુઅથ્યાઓના રિપોર્ટમાં ખુલાસો કરવામાં આવ્યો છે કે દુનિયાભરમાં પાંચમાંથી એક પુઅખવયના લોકો અને પાંચમાંથી ચાર કિશોર વયના લોકો શારારિક ગતિવિધી કરતા નથી. જેના કારણે હેઠળ કેરપર પછ અબજ ડોલરની સીધી અસર થઈ રહી છે. તબીબો કહે છે કે આઈસીએમારાના આંકડા દર્શાવે છે કે ૫૪.૪ ટકા લોકો શારારિક ગતિવિધી કરવામાં રસ ધારવતા નથી. આ સરકારી એજન્સી દ્વારા કરવામાં આવેલા અહેવાલમાં દાવો કરવામાં આવ્યો છે કે લોકો યાત્રા અને મનોરંજન સાથે જોડાયેલી શારારિક ગતિવિધીની તુલનામાં કામમાં વધારે સમય પસાર કરે છે. આગસ્ટી જીવનશેલી, કસરત ન કરવાની બાબત અથવા તો કોઈ પ્રોકેશનલની દેખરેખ વગર કસરત કરવાથી યુવાના જોડમાં લિગામેન્ટમાં તકલીફ પડે છે. જેમ જેમ અમારી વય વધે છે અમારા શરીરમાં કામ કરવાની ક્ષમતા ઘટતી જાય છે. અપારા શરીરમાં હડક ફરી બનવા અને રિપેયર થવાની ક્ષમતા ઓછી થવા લાગી જાય છે. અમારા ધૂતષ્ણામાં મુલાયમ ટિશ્યુ હોય છે જેને કાર્ટિલેજ કહેવામાં આવે છે. જે માંસપેશિયાઓને ટેકો આપે છે. જેના કારણે શારારિક ગતિવિધી કરતી બેળા સરળતા મળે છે.આ એક પ્રકારથી શોક ઓઝ્જર્વર તરીકે કામ કરે છે. સમયની સાથે આ મુલાયમ ટિશ્યુ ઘસી જાય છે. જેના કારણે જોડમાં જગ્યાઓ બનતી જાય છે. કાર્ટિલેજના ડિજનેશનના કારણે આર્થરાઈટિસ થવા લાગી જાય છે. તાજેતરમાં જ કરવામાં આવેલા એક રસપ્રદ અભ્યાસમાં જાણવા મળ્યું છે કે દિવસમાં ૧૫ મિનિટ સુધી કસરત લાઈફમાં ગ્રાશ વર્ષનો ઉમેરો કરે છે. તાઈબાનમાં તાજેતરમાં જ કરવામાં આવેલા અભ્યાસમાં આ મુજબની બાબત જાણવા મળી છે. અભ્યાસનું એમ પણ જણાવવામાં આવ્યું છે કે મોટાભાગના લોકો ત૦ મિનિટ સુધીની કસરત કરે તો તેમના લાઈફમાં ઉમેરો કરી શકે છે. અભ્યાસમાં એવું પણ જાણવા મળ્યું છે કે સમાહિતમાં પાંચ દિવસ કસરત કરવાથી પણ ફાયદો મળે છે. નિષ્ણાંતોએ કહું છે કે ઓછા ડોઝના કારણે ઓછો ફાયદો થાય છે પરંતુ નિયમિત રીતે ત૦ મિનિટ સુધી કસરત ખૂબ જ આર્દ્ધ છે. લીડ રિચર્સર તાઈવાનના સીપેગે કહું છે કે દિવસમાં ૧૫ મિનિટ સુધીની

કસરતથી પણ ફાયદો થાય છે. વોકીંગથી પણ ફાયદો થાય છે. તાઈવાનની નેશનલ હેલ્થ રિયર્સ ઈન્સ્ટ્રીટ્યુટના મેંગે કહું છે કે પુરુષો, મહિલાઓ, યુવાનો અને વૃદ્ધ લોકો તેમજ ધૂમપાન કરનાર લોકો તથા અસ્વસ્થ રહેતા લોકો માટે પણ નિયમિત પણે કસરત ખૂબ જ ઉપયોગી છે. જ્યારે પણ દર્દીઓ કોઈ ખાસ તકલીફના દર્દીને જુએ છે ત્યારે વોકીંગની સલાહ આપે છે અથવા તો તેને હળવી કસરતની સલાહ આપે છે. મેરીકલ જનરલમાં પ્રકાશિત થયેલા તેમના તારણોમાં જ્ઞાનવવામાં આવ્યું છે કે ૪૧૬૦૦૦ લોકોને આવરી લઈને આ સર્વે કરવામાં આવ્યો હતો જેમાં મોટામાણના લોકોના મત જ્ઞાનવામાં આવ્યા હતા. તેમના આરોગ્ય અંગે પણ પ્રશ્નો કરવામાં આવ્યા હતા. હાલમાં કરવામાં આવેલા અભ્યાસમાં જ્ઞાનવવામાં આવ્યું છે કે ૧૫ મિનિટ કસરતથી ઉપયોગી ફાયદો થાય છે.



સદગુરુ વચનામૃત

શ્રી વાણી આવ્યો અને હર હર શંખું, તથા ઓમ નમઃ શિવાયનાના નાદથી શિવાલયો ગુજરો. શ્રાવણે શિવાલયનો મહિમા જ કંઈક અલગ હોય છે અને દર્શન ને જનારાના જન્મારા સુધરી જતાં હોય છે. લોકોના એ અલખનાદને માણવા માટે શિવાલયમા જવું પડે, પરંતુ અમુક તીર્થ મંદિરમાં બધા રોજ જઈ શકે નહીં. એ તો છોડો સમયનો એવો કાળ ચાલે છે કે ઘરમાં ને ઘરમાં રહેલા મંદિરમાં જવું પણ ઘણી વખત શક્ય બનતું નથી. ઉપરથી કાળ માથે મત્સ્યુની તલવાર લઈ ને ઉભો છે, તો આપણે રોજ અલગ-અલગ શિવાલય વિષે વાત કરીશું. શ્રાવણ એટલે ભક્તિભાવનો મહિનો અને એમાં પણ શંકર જેવો આરાધ્ય દેવ કે જે, માત્ર પાણીથી પણ પ્રસન્ન થાય, અને બીલીપત્ર ચઢાવવાથી સાધકના ત્રણેય કાળના હુંખ દર્દ દૂર કરે, અને સ્મરરણ માત્રથી તેની આસપાસ મંડરાતી મેલી મુરાદ ચાલી જાય, એને આ રીતે ભજીશું. શંકર પોતે સંસારી હોવાથી સંસારીના હુંખદર્દ વધુ જડપથી સમજી શકે, અને ભોગો ભંડારી કાયમ ભક્ત વત્સલ બની આપણી સમસ્યાનાં વીપ પી જાય, આજે આપ ણે ભાવનગર વરતેજને જોડતા એક અનોખાં શિવાલય એટલે કે આંખલોલ મહાદેવની આપ ણે વાત કરીશું. જે આજે પણ દર્શન આવનાર ને સત્ય સાત્ત્વિક શક્તાથી ભરનાર છે.

ભાવનગર શહેર અન વરતજના સામાડ
આવેલું આ આખલોલ મહાદેવ એટલે કે
ગંગાનાથ મહાદેવ અને પંચનાથ મહાદેવ
નામથી પણ તે પ્રસિદ્ધ છે. કહેવાય છે કે આ
મંદિર પાંડવોનાં સમયનું છે, અને સ્વયં પ
ાંડવોએ અહીં તેની સ્થાપના કરી છે. કુરુક્ષેત્રના
મેદાનમાં યુદ્ધ પૂર્ણ થતા યુવિષ્ટ અને બાકીના
પાંડવો ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ પાસે જાય છે, અને
કહે છે કે એ દ્વારિકાનાથ આ યુદ્ધમાં મહા
સંહાર થયો છે, અને એમાં કેટલીય હત્યાઓનાં
અમે નિમિત્ત બન્યા છીએ. માટે તેનો ભાર
લાગે છે, જો અમારા આ પાપને ધોઈ શકાય
તો સારું. ભગવાન તેને જણાવે છે કે, સૌરાષ્ટ્ર
પંથકમાં ભાવેણા નામની નગરી છે, અને ત્યાં
આગળ નિષ્ઠલંક નામે મહાદેવ આવેલું છે, એ
મંદિરમાં તમે જઈ અને ત્યાં આગળ સર્વોપ

A large, ornate stone archway with intricate carvings on its pillars and a decorative canopy above. A red sign with white text is suspended across the opening, reading "SISI SISI". In the background, several traditional Indian temple structures with tiered, conical roofs (shikharas) are visible under a clear sky.

ચાર વિધિથી પૂજન વિધિ કરશો, તો તમારા પાપ ધોવાઈ જશો, પાંડવો પૂછે છે કે અમારા પાપ ધોવાયા કે નહીં તેની કેમ ખબર પડે? શ્રી કૃષ્ણ કહે છે કે, કાળી ધજા જ્યારે શ્વેત રંગની થાય ત્યારે સમજવું કે પાપ ધોવાઈ ગયાં. ભગવાનનાં જાણાવ્યા અનુસાર પાંડવોએ યાત્રા શરૂ કરી અને જ્યાં પણ રાત્રી રોકાણ કરે, ત્યાં તેઓ શિવલિંગની સ્થાપના કરતાં હતાં. પ્રાતઃકાળ તેઓ શિવલિંગની સરૂપોપચાર વિધિથી પૂજન અર્થન કરી, અને આગળની યાત્રા માટે પ્રયાણ કરતાં. ફરતાં ફરતાં તેઓ વરતેજ અને ભાવનગરની સીમ પાસે આવી પ હોયા અને અહીં રાત્રિ રોકાણ કરવાનું નક્કી કર્યું નિયમ મુજબ શંકરની સ્થાપના કરી, પરંતુ વેરાન જગ્યા હોવાથી ષડશોપચાર વિધિ માટે શુદ્ધ પાણી મળે તેમ નહોંતું. આથી યુવિષ્ઠિર ના કહેવાથી ધનુર્ધર અર્જુને બ્રહ્માણ ના ઉપ યોગથી ગંગાને પ્રગટ કરી, અને શિવલિંગનો અભિષેક કર્યો. પરંતુ બીલીપત્રમાં પણ એક બીલીપત્ર ઓછું હોવાથી પોતાની આંખની ક્રીડિનો ભાગ જેને લોક કહેવામાં આવે છે એ શિવલિંગને પરાપરાં રીતે રોકેને કે પાંચની

તત્ત્વાપાળનાન અપણું કરું અટલ ક આજના
કીકી નો વચ્ચેનો ભાગ જેને લોલ કહેવાય છે
તે, ભગવાન આશુતોષ ને અપણ કર્યું હોવાથી
અંખલોલ અનેની પરથી આ નામ પ્રસિદ્ધ થયું.
ગંગાની ધારા પ્રગટ થઈ હોવાથી ગંગનાથ
મહાદેવ પણ કહેવાય છે તો પાંચ પાંડવોએ
પ્રતિષ્ઠા કરી હોવાથી આ મંદિરને પંચનાથ
પણ કહેવાય છે. તો મૂળ આ વાત મંદિરના
શિવલિંગ સાથે જોડાયેલા ઈતિહાસની છે.

આ મંદિર લાકડાનું બનેલું હતું, અને તેમાં
અજાણી ભાપામાં લખાયેલો એક શિલાલોખ
પણ છે. વારંવારના જીર્ણોદાર ને કારણે
આજે તો હવે તેનું મૂળ સ્વરૂપ રહ્યું નથી. ૫

નું ભાવનગર નાં રાજી તખ્સિંહજીએ અને
છી ત્યારબાદ કૃષ્ણકુમારસિંહજી એ તેનો
જીર્ણોદ્ધાર કરેલો, અને તેની સાથે પણ એક
તકથા જોડાયેલી છે. હકેવાય છે કે એકવાર
હારાજી તખ્સિંહજી સિહોરથી ભાવનગર પ
જા આવી રહ્યા હતા અને રસ્તામાં આવતા
ાખલોલ મહાદેવ માંથી બ્રાહ્મણોના
ત્રોચાર નો સુર તેના કાને અથડાયો અને
ભાગમાં તેને અદભુત શાંતિનો અનુભવ
યો, હકારાતમક ઊર્જા મહેસુસ થઈ હોવાથી
મણો વિચાર્યું કે આ મંદિરમાં જઈ અને
ગવાન આશુટોપને પ્રાર્થના કરું કે અમારે
વર્ષ ભાવનગરમાં વરસાદ થયો નથી તો,
વેણુની ધરા ને વરસાદથી પરિતુમ કરે,
થોસાથ તેમણે માનતા રાખી કે જો વરસાદ
વાવશે તો હું આ મંદીરને જીર્ણોધાર કરીશ,
અને હજુ તો મહારાજા નિલમભાગ પેલેસ
ધી પણ પહોંચા નહીં, ત્યાં આગળ ધોખમાર
જળીના કડાકા સાથે વરસાદ શરૂ થયો અને
રીતે આંખલોલ મહાદેવ નો જીર્ણોદ્ધાર
થો.

આજલાલ નું અપન્ના થઈન હવે જીવા
ખલોલ જ બોલે છે, અને આ શિવાલય નાં
ગ્રામભાગમાં બે કુંડ આવેલા છે, જેના પવિત્ર
ળનું આચમન લેવાથી પણ પવિત્રતાનો ભાવ
આવે છે, અને અલૌકિક શક્તિ તેમજ અદ્ભુત
કારાતમક ઊર્જાનું કેન્દ્ર એવા આ આંખલોલ
હાટેવ આશરે સાડા પાંચ હજાર વર્ષ પહેલાનું
નાય છે. સૌપ્રથમ તો પહેલા એક ઓટલો જ
તો, પછી કાણ નું મંદિર થયું, અને હવે તેના
તત્યાર ના સ્વરૂપમાં મંદિર છે. વર્ણથી આ
દિરની સેવા પૂજા ભારતી પરિવાર કરી રહ્યો
, અને એક નિષાઠી કરાતી પરંપરાગત પૂજા
રણાદાયી છે. ભારતીય સંસ્કૃતિ મુજબ અહીં

શ્રાવણ માસમાં શિવ મહિમા-૨

શિવલિંગ - પજનવિધ વિશે જાણકારી



શિવલિંગથી નવા સંસારની શરૂઆત થશે
પૂજનવિધિ શૌનક જુ એ પૂછજ્યું; હે સુતજી!
પ્રભુ સદાશિવના લિંગ ની સ્થાપના કઈ
રીતે કરવી ? તેના લક્ષણો શા છે ? તેનું
પૂજન કઈ રીતે કરવું..? કચ્છ દેશમા અને
કચ્છ કાળમાં કઈ રીતે કરવું તેની સમજૂતી
આપો સુતજી એ કહ્યું; હે મુનિઓ લિંગની
સ્થાપનાયોગ્યસમયે, પવિત્ર, મંગલઅનેજ્યાં
પૂજન થઈ શકે તેવા સ્વચ્છ સ્થળો કરવાની
હોય છે . લિંગ બનાવવા માટે પથ્થર, ધાતુ
અથવા ઉત્તમ માટીનો ઉપયોગ કરાય.
ચર લિંગ હોય હોય તો નાનું અને એકાદ
ાંગળ જેટલું રાખવું, જ્યારે અચર કરવું
હોય તો લિંગનું માપ બાર આંગળ જેટલું
રાખવું યોગ્ય ગણાય. સદા શિવની પુજા
પોડશો પચાર વિધિથી એટલેકે આહવાન,

આસન અથ્ય પાથ્ય, આચયમન, સ્નાન, ગંધ,
વખ, ધૂપ, પુષ્પ, દીપ, નૈવેધ, આરતી
પાનબીજુ, નમસ્કાર અને વિસર્જન એમ
સોણ પ્રકારથી પૂજન કરવું આમ કરવાથી
શિવ પદ પ્રામ થઈ શકે પૂજન બાદ પ્રતિદિન
રોજ દસ હજાર જાપ કરવા; જો ન બની શકે
તો સવાર સાંજ મળીને એક હજાર જેટલા
તો જાપ કરવા જ જોઈએ. અને તેમાં પડ્યા
હોઠ ફક્ત ઉચ્ચારણ સંભળાય નહિ, તે રીતે
જપ કરવા. પ્રભુ સદાશિવે કહું કે, ઊં
નમઃ શિવાય નો જપ કરવો. જેથી ઉત્તમ
ફળ પ્રામ થઈ શકે છે. ભગવાન સદાશિવે
પૃથ્વી પર વસવાટ કરતા લોકોના મોક્ષ

ાટે અનેક મંગલ પવિત્ર શિવક્ષેત્રો રચેલા . સરસ્વતી જે આઠ મુખ વાળી છે, તેના ટે વાસ કરવાથી બ્રહ્મપદ પ્રામ થાય છે. સો મુખ વાળી ગંગા નદીના કાઠે વસેલું શી, જ્યાં પવિત્ર તીર્થો આવેલા છે. દસ ખવાળી, શૌણભદ્ર, ચોવીસ મુખવાળી ર્મદા બાર મુખવાળી કૃષ્ણાવાણી, દસ ખ વાળી, તુંગભદ્રા, નવ મુખવાળી, વર્ણમુખરી, સત્તાવીસ મુખવાળી, કાવેરી ગેરે નદીઓ પવિત્ર ગણાય છે અને તેના પત્ર તટે ધણા તિર્થસ્થળો આવેલા છે તે બધા દાશિવના પવિત્ર તીર્થક્ષેત્રો છે. ભગવાન દાશિવે પૃથ્વી પર વસવાટ કરતા લોકોના કોષ માટે અનેક મંગલ પવિત્ર શિવક્ષેત્રો ચેલા છે. સરસ્વતી જે આઠ મુખ વાળી, તેના ટે વાસ કરવાથી બ્રહ્મપદ પ્રામ થાય . સો મુખ વાળી ગંગા નદીના કાઠે વસેલું શી, જ્યાં પવિત્ર તીર્થો આવેલા છે. દસ ખવાળી, શૌણભદ્ર, ચોવીસ મુખવાળી ર્મદા બાર મુખવાળી કૃષ્ણાવાણી, દસ ખ વાળી, તુંગભદ્રા, નવ મુખવાળી, વર્ણમુખરી, સત્તાવીસ મુખવાળી, કાવેરી ગેરે નદીઓ પવિત્ર ગણાય છે અને તેના પત્ર તટે ધણા તિર્થસ્થળો આવેલા છે તે બધા દાશિવના પવિત્ર તીર્થક્ષેત્રો છે.

મગવાન સદા શિવ ભોળાનાથ દેવાધિદેવ
નહાદેવ સૌનું કલ્યાણ કરે તેવી પ્રાર્થના.
પૂજનવિધિ શૌનક છુ એ પૂછ્યું; હે સુતળ!
પબુ સદાશિવના લિંગ ની સ્થાપના કઈ
રીતે કરવી ? તેના લક્ષણો શા છે ? તેનું
પૂજન કઈ રીતે કરવું..? કચા દેશમા અને
જ્યા કાળમાં કઈ રીતે કરવું તેની સમજૂતી
ખાપો સુતળ એ કહ્યું; હે મુનિઓ લિંગની
સ્થાપનાયોગ્યસમયે, પવિત્ર, મંગલઅનેજ્યાં
પૂજન થઈ શકે તેવા સ્વચ્છ સ્થળે કરવાની
હોય છે .લિંગ બનાવવા માટે પથર, ધાતુ
અથવા ઉત્તમ માટીનો ઉપયોગ કરાય.
અચાર લિંગ હોય હોય તો નાનું અને એકાદ
આંગળ જેટલું રાખવું, જયારે અચાર કરવું
હોય તો લિંગનું માપ બાર આંગળ જેટલું
રાખવું યોગ્ય ગણાય. સદા શિવની પુજા
ઓડશો પચાર વિધિથી એટલેકે આહવાન,
આસન અર્થ પાદ્ય, આચમન, સાન, ગંધ,
સન્ધ્ર, ધૂપ, પુષ્પ, દીપ, નૈવેધ, આરતી
નાનબીં, નમસ્કાર અને વિસર્જન એમ
સોણ પ્રકારથી પૂજન કરવું આમ કરવાથી
શેવ પદ પ્રામ થઈ શકે પૂજન બાદ પ્રતિદિન
ઓજ દસ હજાર જાપ કરવા; જો ન બની શકે
સો સવાર સાંજ મળીને એક હજાર જેટલા
ઓ જાપ કરવા જ જોઈએ. અને તેમાં પણ
ઠોક ફક્ત ઉચ્ચારણ સંભળાય નહિ, તે રીતે
જ્યુ કરવા. પબુ સદાશિવે કહ્યું કે , ઊં
ઉત્તમ: શિવાય નો જ્યુ કરવો. જેથી ઉત્તમ
જ્ઞાન પ્રામ થઈ શકે છે . ભગવાન સદાશિવે
પૃથ્વી પર વસવાટ કરતા લોકોના મોક્ષ
માટે અનેક મંગલ પવિત્ર શિવક્ષેત્રો રેખેલા
છે . સરસ્વતી જે આઠ મુખ વાળી છે, તેના
નાટે વાસ કરવાથી બ્રહ્મપદ પ્રામ થાય છે
સો મુખ વાળી ગંગા નદીના કાઠ વસેલું
કાશી, જ્યાં પવિત્ર તીર્થો આવેલા છે. દસ
મુખવાળી, શૌણભૂત, યોવીસ મુખવાળી
નર્મદા બાર મુખવાળી કૃષ્ણાવાણી, દસ
મુખ વાળી, તુંગભદ્રા, નવ મુખવાળી,
મુવાર્ષમુખરી, સત્તાવીસ મુખવાળી, કાવેરી
યેઝેરે નદીઓ પવિત્ર ગણાય છે અને તેના પ
વિત્ર તાતે ધર્મા તિર્થસ્થળો આવેલા છે તે બધા
સદાશિવના પવિત્ર તીર્થક્ષેત્રો છે.

હિમાયલ પ્રદેશમાં ભારે વરસાદને લઈને મૃત્યુ પામેલાઓને મોરારિબાપુ તરફથી શ્રદ્ધાંજલિ અને સહાય

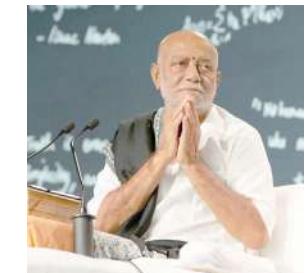
છેલ્લા કેટલાય દિવસોથી ઉત્તર ભારતમાં અને ખાસ કરીને હિમાયલ પ્રદેશના અનેક વિસ્તારોમાં ભારે થી અનિ ભારે વરસાદને કારણે જાનમાળનું બહુ મોટા પાચાનું નુકસાન થવા પામ્યું છે. તાજેતરના અભિવારી અહેવાલો અનુસાર એકલા હિમાયલ પ્રદેશમાં જ ૭૦૦૦ કરોડ થી વધુ રૂપિયાનું નુકસાન થવા પામ્યું છે. સીમલા અને તેની આસપાસના વિસ્તારમાં છેલ્લા થોડા દિવસોંથી ભારે વરસાદને કારણે જમીન અને મકાનોનું મોટે પાયે પોંચાય થયું છે અને અને લીધે ૧૦૦૦ પ્રમાણે કુલ મળીને ૮ લાખ રૂપિયાની સહાયતા રાશિ પણ વધુ લોકોના મૃત્યુ પાછ થયા છે.

યુનેસ્કોના સભ્યોએ ગુજરાત સાચન્સ સિટીમાં ચાલતા કલાઈમેટ ચેન્જ અન્યુકેશન અંગે માહિતી મેળવી



સમગ્ર ભારતમાં અલગ અલગ સંસ્કૃતિકોમાં કલાઈમેટ ચેન્જ અને CEE (Centre for Environment Education)ના તજ્જીવે ગુજરાત સાચન્સ સિટીની મુલાકાત લીધી અને કલાઈમેટ ચેન્જ અંગે આપાઈ રહેલા દિવશાળા અનુભૂતિ મેળવી હતી.

ગુજરાત સરકારના વિજાન અને ટકનોલોજી વિભાગ ડેઢાં કાર્યક્રમ ગુજરાતની સાચન્સ સિટીમાં અંગે માહિતી મેળવી હતી.



મૃત્યુનો કુલ આંકડો ઘણો વધે તેવી ભિત્તિ પણ સેવાઈ રહી છે. પૂર્ય મોરારીબાપુએ આ તમામ મૂલકોને એમની શ્રદ્ધાંજલિ સમર્પિત કરી છે અને પ્રત્યેક મૂલકાના પરિણામોને ૧૫,૦૦૦ પ્રમાણે કુલ મળીને ૮ લાખ રૂપિયાની સહાયતા રાશિ પણ અર્પણ કરી છે.

યોગેશ ત્રિપાઠી ફોટો આલબમમાં જીવનની યાદો મટી લે છે !



આ લોકો ફેન્સી ફોન સમયાંતરે યોગેશે તેના સંતાને ફિલ્મસનો ઉપયોગ કરીને આ દુનિયામાં પ્રથમ થાસ લીધો સેલ્ફીઓ મટી લે છે અને અને તેમની પા પા પગલીથી સાશિયલ મિડિયા પર તે શેર કરે છે. જોકે અભિનેતા યોગેશ ત્રિપાઠીનાને કે જૂના જમાનાના સારી વિશે કંઈક વિશેષ છે, જે ડિજિટલ મટી શકતા નથી. આથી જ એરેટીવી પર અપ્પુ કી ઉંબન પલવતામાં દરોગ અપ્પુ સિહની ભૂમિકા ભજવતો યોગેશ વર્ક કાટોગ્રાફી કે નું નિભિત સાથીને જૂની જમાનાની કોણોગ્રાફીની ભાવનાનોને સંપૂર્ણપણે યાદોનું સંવન્ધન કરવાના પોતાના લગાવ વિશે વાત કરે છે. તેણે બહુ જ ૧૦ વધાલીથી ખાસ ફોટો બનાવીને પોતાના ઉંડ દરોગ અપ્પુ સિહ કહે છે, “કોણોગ્રાફી બારીક નિરીખાણ કાળજીપૂર્વક જાણી રાખી છે.

‘હર ઘર તિરંગા’ અભિયાન સાથે જેડાચા ગૃહમંત્રી અમિત શાહ, દિલ્હીના નિવાસસ્થાને લહેરાવ્યો તિરંગો

દેશમાં ૧૫ ઓગસ્ટના ઉજવણી વિશે પણ સંતાને ફિલ્મસનો ઉપયોગ કરીને આ દુનિયામાં પ્રથમ થાસ લીધો સેલ્ફીઓ મટી લે છે અને અને તેમની પા પા પગલીથી શાશ્વતામાં સિદ્ધિઓ સુધી સંતાનની વૃદ્ધિના અમૃત્યુ અવસરોને મટી રાખવાની આનંદિત પરંપરા કણો વિશે કંઈક વિશેષ છે, જે

દેશમાં ૧૫ ઓગસ્ટના ઉજવણી વિશે પણ સંતાને ફિલ્મસનો ઉપયોગ કરીને આ દુનિયામાં પ્રથમ થાસ લીધો સેલ્ફીઓ મટી લે છે અને અને તેમની પા પા પગલીથી શાશ્વતામાં સિદ્ધિઓ સુધી સંતાનની વૃદ્ધિના અમૃત્યુ અવસરોને મટી રાખવાની આનંદિત પરંપરા કણો વિશે કંઈક વિશેષ છે, જે

દેશમાં ૧૫ ઓગસ્ટના ઉજવણી વિશે પણ સંતાને ફિલ્મસનો ઉપયોગ કરીને આ દુનિયામાં પ્રથમ થાસ લીધો સેલ્ફીઓ મટી લે છે અને અને તેમની પા પા પગલીથી શાશ્વતામાં સિદ્ધિઓ સુધી સંતાનની વૃદ્ધિના અમૃત્યુ અવસરોને મટી રાખવાની આનંદિત પરંપરા કણો વિશે કંઈક વિશેષ છે, જે

દેશમાં ૧૫ ઓગસ્ટના ઉજવણી વિશે પણ સંતાને ફિલ્મસનો ઉપયોગ કરીને આ દુનિયામાં પ્રથમ થાસ લીધો સેલ્ફીઓ મટી લે છે અને અને તેમની પા પા પગલીથી શાશ્વતામાં સિદ્ધિઓ સુધી સંતાનની વૃદ્ધિના અમૃત્યુ અવસરોને મટી રાખવાની આનંદિત પરંપરા કણો વિશે કંઈક વિશેષ છે, જે

દેશમાં ૧૫ ઓગસ્ટના ઉજવણી વિશે પણ સંતાને ફિલ્મસનો ઉપયોગ કરીને આ દુનિયામાં પ્રથમ થાસ લીધો સેલ્ફીઓ મટી લે છે અને અને તેમની પા પા પગલીથી શાશ્વતામાં સિદ્ધિઓ સુધી સંતાનની વૃદ્ધિના અમૃત્યુ અવસરોને મટી રાખવાની આનંદિત પરંપરા કણો વિશે કંઈક વિશેષ છે, જે

દેશમાં ૧૫ ઓગસ્ટના ઉજવણી વિશે પણ સંતાને ફિલ્મસનો ઉપયોગ કરીને આ દુનિયામાં પ્રથમ થાસ લીધો સેલ્ફીઓ મટી લે છે અને અને તેમની પા પા પગલીથી શાશ્વતામાં સિદ્ધિઓ સુધી સંતાનની વૃદ્ધિના અમૃત્યુ અવસરોને મટી રાખવાની આનંદિત પરંપરા કણો વિશે કંઈક વિશેષ છે, જે

દેશમાં ૧૫ ઓગસ્ટના ઉજવણી વિશે પણ સંતાને ફિલ્મસનો ઉપયોગ કરીને આ દુનિયામાં પ્રથમ થાસ લીધો સેલ્ફીઓ મટી લે છે અને અને તેમની પા પા પગલીથી શાશ્વતામાં સિદ્ધિઓ સુધી સંતાનની વૃદ્ધિના અમૃત્યુ અવસરોને મટી રાખવાની આનંદિત પરંપરા કણો વિશે કંઈક વિશેષ છે, જે

દેશમાં ૧૫ ઓગસ્ટના ઉજવણી વિશે પણ સંતાને ફિલ્મસનો ઉપયોગ કરીને આ દુનિયામાં પ્રથમ થાસ લીધો સેલ્ફીઓ મટી લે છે અને અને તેમની પા પા પગલીથી શાશ્વતામાં સિદ્ધિઓ સુધી સંતાનની વૃદ્ધિના અમૃત્યુ અવસરોને મટી રાખવાની આનંદિત પરંપરા કણો વિશે કંઈક વિશેષ છે, જે

દેશમાં ૧૫ ઓગસ્ટના ઉજવણી વિશે પણ સંતાને ફિલ્મસનો ઉપયોગ કરીને આ દુનિયામાં પ્રથમ થાસ લીધો સેલ્ફીઓ મટી લે છે અને અને તેમની પા પા પગલીથી શાશ્વતામાં સિદ્ધિઓ સુધી સંતાનની વૃદ્ધિના અમૃત્યુ અવસરોને મટી રાખવાની આનંદિત પરંપરા કણો વિશે કંઈક વિશેષ છે, જે

દેશમાં ૧૫ ઓગસ્ટના ઉજવણી વિશે પણ સંતાને ફિલ્મસનો ઉપયોગ કરીને આ દુનિયામાં પ્રથમ થાસ લીધો સેલ્ફીઓ મટી લે છે અને અને તેમની પા પા પગલીથી શાશ્વતામાં સિદ્ધિઓ સુધી સંતાનની વૃદ્ધિના અમૃત્યુ અવસરોને મટી રાખવાની આનંદિત પરંપરા કણો વિશે કંઈક વિશેષ છે, જે

દેશમાં ૧૫ ઓગસ્ટના ઉજવણી વિશે પણ સંતાને ફિલ્મસનો ઉપયોગ કરીને આ દુનિયામાં પ્રથમ થાસ લીધો સેલ્ફીઓ મટી લે છે અને અને તેમની પા

