

ચેન્સ નાઈન નેટવર્ક ગુજરાત

તારીખ : ૨૪ ડિસેમ્બર ૨૦૨૩, રવિવાર
વિકાસ સંચાલન ૨૦૨૦, માગસાર સુદ તેરસ

વર્ષ : ૧૫
અંક : ૯૪૪

તંત્રી : પટેલ સુરેશ રમણલાલ
અમદાવાદ

કિંમત : રૂ. ૨.૦૦
પાના : ૮

ઓફિસ : ૩૧૫, સુપર પ્લાન્ઝ, સંદેશ પ્રેસ રોડ, વાંચાપુર, અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૫. ટેલિફોન : ૦૭૯-૨૬૭૬૫૭૩૩ e-mail : cnngujarat@yahoo.com, cnngujarat@gmail.com RNI Reg. No. GUJGUJ/2009/28886

ઠંડીના કારણે લોકોને ઘણી સમસ્યાઓનો સામનો કરવો પડી રહો છે: હવામાન વિભાગના જણાવ્યા અનુસાર, આગામી ૨-૩ દિવસમાં ઉત્તર-પશ્ચિમ ભારતમાં સવારના સમયે ગાઢું મધ્યમસની સંભાવના છે

દિલ્હીમાં વરસાદ, યુપી સહિત સમગ્ર ઉત્તર ભારતમાં કાંતિલ ઠંડી

| નવી દિલ્હી, તા. ૨૩ |

રાજ્યધારી દિલ્હી સહિત સમગ્ર ઉત્તર ભારતમાં કાંતિલ ઠંડી શરૂ થઈ ગઈ છે. ઘણા રાજ્યોના સવારથી ગાઢું મધ્યમસની વરસાદ થઈ ગયું છે, જેના કારણે લોકોને ઘણી સમસ્યાઓનો સામનો કરવો પડી રહ્યો છે.

હવામાન વિભાગના જણાવ્યા અનુસાર, આગામી ૨-૩ દિવસમાં ઉત્તર-પશ્ચિમ ભારતમાં સવારના સમયે ગાઢું મધ્યમસની સંભાવના છે. હવામાન વિભાગના જણાવ્યા અનુસાર, ૨ થી ૨૫ ડિસેમ્બર સુધી પંજાબના વિવિધ ભાગોમાં ગાઢીયી ખૂબ ગાઢું થાયું છે. શુંચ અને ૫૦ ની વચ્ચે AQI 'સારું' માનવામાં

ખૂબમસની અપેક્ષા છે. હવામાન વિભાગના જણાવ્યા અનુસાર, દિલ્હી-NCRમાં આજે એટલે કે શનિવારું (૨૩ ડિસેમ્બર) મહત્વમાન તાપમાન ૨૪ ડિગ્રી અને લઘૃતમ તાપમાન ૮ ડિગ્રી રહેવાની શક્યતા છે. પાટનગરના કેટલાક વિસ્તારોમાં આજે હળવા અરમણ વરસાદ બાદ થિયે રહેલીમાં વરસાદ બાદ થયાની સંભાવના છે. શુંકવારની વાત કરીએ તો અહીં મહત્વમાન તાપમાન ૨૩ ડિગ્રી અને લઘૃતમ તાપમાન ૧૨ ડિગ્રી હતું. દિલ્હીમાં ઠંડી વધવાની સાથે પ્રદૂષણમાં પણ વધારો જોવા મળી રહ્યો છે. અહીં છીએ ૫૦૦ ને વટાવી ગયો છે, ૧૦૧ અને ૩૦૦ વચ્ચે 'મથ્યમ' છે, ૨૦૧ અને ૧૦૧ અને ૨૦૦ વચ્ચે 'ખરાબ' છે, ૩૦૧ અને ૪૦૦ ની વચ્ચે



આવે, ૫૧ અને ૧૦૦ ની વચ્ચે AQI 'સંતોષકારક'

છે. 'મખૂલ ખરાબ' ગણવામાં આવે છે અને ૪૦૧ અને ૫૦૦ ની વચ્ચે 'અંલીર' શ્રેષ્ઠી ગણવામાં આવે છે. ગુજરાતમાં હવામાનને લઈને આગામી કરવામાં આવી છે. ગઈકલે સુરતમાં કેટલાક વિસ્તારોમાં હળવા વરસાદ બાદ આગામી ૨૪ કલાકમાં રાજ્યાં અચ્યુતાં કેટલાક ભાગોમાં હળવો વરસાદ રહ્યો છે. હવામાન વિભાગે આગામી ૨૪ કલાક સૌરાષ્ટ્ર અને કર્ણાણ કેટલાક ભાગો, જોવા કે કર્ણાણ અને જામનગર જિલ્લાના કેટલાક વિસ્તારોમાં હળવા વરસાદની આગામી કરી છે. આ ઉપરાંત દક્ષિણ ગુજરાતમાં નવસારી અને વલસાડ જિલ્લાના કેટલાક વિસ્તારોમાં

ખાંડવો વરસાદ વરસી શકે છે. હવામાન વિભાગની આગામી અનુસાર, સૌરાષ્ટ્ર અને કચ્છમાં વીજાના ચ્યામકારા સાથે હળવો વરસાદ વરસી શકે છે. સ્કાયમેટ વેથર અનુસાર, આગામી ૨૪ કલાકમાં મુશ્કેફાયાદ, લદાય, જમ્પુ-કાશીર અને દિયાયલ પ્રદેશમાં દિમર્વાં અને વરસાદની સંભાવના છે. આ સિવાય ૨૩ અને ૨૪ ડિસેમ્બરે ઉત્તરાંતરના ઘણા ભાગોમાં હળવો વરસાદ થવાની સંભાવના છે. હવામાન એજન્સીનું પણ કહેણું છે કે આજે હરિયાણા, ઉત્તર પ્રદેશ, રાજ્યસ્થાન અને નેપુરામાં ખાંડ ખૂબમસની રહેશે.

કેન્દ્ર સરકારે સંસદમાં માટિની આપી

પેનલ્ટી સાથે પાન-આધાર લિંકના ૨,૧૨૫ કરોડ રૂપિયાની વસ્તુલાટ

| નવી દિલ્હી, તા. ૨૩ |



જરૂરી પણ છે નહીંતર મોટામાંગના લોકોના સરકારી કમેક્ષન રજીની પણ કરી શકે છે. લોકોની આગસ્ટ કંઈ કે ભૂલ કંઈ જે તેમને તો ભારે જ પડી પણ સાથે સરકાર માટે ફાયદાકારક નીવડી. આ દંડી રકમ લોકોની ચૂકવીને પણ હવે પાન-આધારને લિંક (પાન આધાર લિંક) ને લિંક કરાવી રહ્યો છે. આ ખૂબ જ

માટે આધાર-પાન લિંક હોવા જરૂરી છે. સંસદમાં એક સવાલના જવાબમાં સરકારે કર્યું કે સરકારે ૧ જૂલાઈ ૨૦૨૨ અના રોજ પેનલ્ટી સાથે પાન-આધાર લિંક કરીને આશરે ૨,૧૨૫ કરોડ રૂપિયાની વસ્તુલી કરી. આ દરમયાન ૨,૧૨ કરોડ લોકોને પાનાઈડ સાથે આધારકાર્ડને લિંક (પાન-આધાર લિંક પ્રોસેસ) કરાયાં હતાં. સંસદના શિયાળું સત્રમાં રાજ્યપસભામાં એવો સવાલ કરાયો હતો કે શું જ લોકોને પાન-આધાર લિંક નહોંતા કરાયાં શું તેમના પાન કાર્ડ ડિઝિટલેવેટ થઈ રહ્યા છે.

દેશમાં કિંટો રોકાણકારોની

સંખ્યા ૧.૬ કરોડને પાર

| નવી દિલ્હી, તા. ૨૩ |

કિંટો રોકાણકારોની રિપોર્ટના આંકડા પ્રમાણે દેશમાં કિંટો રોકાણકારોની કુલ સંખ્યા ૧.૬ કરોડને પાર છે અને તેમાં લગ્બગ શે ૮૫ મહિલા રોકાણકારો છે.

રિપોર્ટ પ્રમાણે દેશમાં કિંટો રોકાણકારોની કરનારાઓમાં ૭૫% યુધ્ય છે અને તેમની ઉમર ૧૮થી ૨૪ વર્ષ વચ્ચે છે. આ આંકડો દશાંખિ કે હુદાઈ અને જામીની કર્યાણીએ તાજેતરના દાયકાઓમાં થેલા યુદ્ધોની તથાડીને પાછળ છોડી રીતીને પાછળ છે.

આ વચ્ચે માત્ર દિલ્હી, બેંગલુરુ અને મુંબઈ જેવા મહાનગરના કિંટો રોકાણના કુલ મૂલ્યનો પાંચમો ડિસ્કોન્ટ છે. મૂલ્યના હિસાબથી કિંટોમાં રોકાણના મામલે દિલ્હી દેશભરમાં દોચ પર છે. રિપોર્ટ પ્રમાણે ૨૦૨ અનું દોશકોઈન સૌથી લોકપ્રિય કિંટોકોઈન હતો. કુલ કિંટો રોકાણમાં તેની ૧૧% મહીદારી હતી. ત્યારબાન બિટકોઈન (૮.૫%) અને એથેરિયમ (૬.૪%)નું સ્થાન રહ્યું.

ઈંડ્રાયેલ-હમાસ યુદ્ધે ભીષણ રૂપ ધારણ કર્યું

ઈંડ્રાયેલે ગામા પર ૬૦૦ કિલોના હજારો બોમ્બ મિંકયા

| તેલ અધીક, તા. ૨૩ |

ઈંડ્રાયેલ અને હમાસ વચ્ચે ચાલી રહેલા યુદ્ધે ભીષણ રૂપ ધારણ કરી રીતું છે. ઈંડ્રાયેલે સેના દ્વારા કરવામાં આવી રહેલી હુદાઈ અને જામીની કર્યાણીએ તાજેતરના દાયકાઓમાં થેલા યુદ્ધોની તથાડીને પાછળ છોડી રીતીને પાછળ છે. ઈંડ્રાયેલ માત્ર હુદાઈ અને જામીની કર્યાણીએ તાજેતરના દાયકાઓમાં થેલા યુદ્ધોની તથાડીને પાછળ છોડી રીતીને પાછળ છે.

તंત्रી લેખ...

કોરોના વાયરસના નવા વેરિયન્ટની શરૂઆત

વિ શ્વાસોગ્ય સંસ્થાએ હમણાં ફરી ચોકાવનારી જાહેરાત કરી છે કે આવનારા દિવસોમાં વધુ લાખો ચીનાઓ કોરોનામાં હોમાઈ જશે, કારણ કે ચીન પાસે દવાઓનો ભંડાર ખાલસા થયેલો છે. ચામાચીડિયાના માંસના શોખની ચીનાઓને એ અંદાજ નહીં હોય કે તેમના આ શોખની કિંમત આખા જગતે દાયકાઓ સુધી ચૂકવવી પડશે. કોરોના વાઈરસનો મૂળ સ્થોત્ર કયો એ હવે વશાઉટેલ્યું રહણ બની ગયું છે અને તેનો પતો કચારેય લાગવાનો નથી. એઈડુસના એચાઈવી વાયરસના ઉદગમસ્થાન વિશે પણ આપણે અડવી સદી પછી પણ હજુય અંધારામાં જ છીએને! ચીનાઓની લોખંડી ગુમતા કોરોનાના મૂળ સુધી ન પડોંયાવા દે છતાં પણ જગતભરના વિશાળીઓનો બહુમત એવો છે કે કોરોના વાયરસ એ ચામાચીડિયાની જ દેન છે અને એની સાથે સીધા સંપર્કમાં માણસ આવ્યો એટલે જ માનવજીત કોરોનાના સપાટામાં ચચી. આજે અપેક્ષિકન સરકારે પણ નવા વેરિયન્ટ અંગે ગતીર ચેતવણી ઉચ્ચારી છે. જુગુપ્સા જનક અને આપણા માટે તો અખાદ હોય તેવા પદાર્થોને પોતાના ભોજનમાં સમાવવા ટેવાયેલા એવા ચાઈનીજ લોકોએ દુનિયાને વર્ષો સુધી નહીં પણ દાયકાઓ સુધી ચાલુ રહે એવી તકલીફ માં મૂકી દીધા છે. કોરોના વાયરસનો નવા વેરિયન્ટ આવ્યા પછી તો એવો સૂર પણ ઉઠ્યો હતો કે આ આખી સદી મહામારી સદી તરીકે ઓળખાય તો પણ નવાઈ નહીં. હમણાં એક વખત વિશ્વ મીડિયાએ કોરોનાની કાયમી વિદાયનું બ્યુગલ બજાવ્યા પછી ફરી એ વાત જાહેર થઈ છે કે કોરોનાની ચિરવિદાય ભામક છે. કોરોના મહામારીના શરૂઆતના તબક્કામાં એવું લાગતું હતું કે આ તો પાંચ-છ મહિનાની ગેઠિમ છે. પછી એ ગેઠિમ વિકરાળ થવા લાગી. એક-બે વર્ષની બ્રેક લાગી ગઈ દુનિયાને. સેકન્ડ વેવ પછી અને ઘણા બધા લોકોને રસીના બંને ડોડ મળી ગયા પછી બહુધા લોકો એ ભરમાં હતા કે કોરોનાકણી કુલ મળીને અવધિ પાંચેક વર્ષ કલી શકાય. પણ ૨૦૨૦ ના સમયમાં જ અમુક નિષ્ણાતોએ કહી દીધું હતું કે માનવજીત હવે કોરોના સાથે રહેતા શીખવું પડશે. હકીકત એ નીવડી કે માત્ર ચીને કોરોના સાથે રહેવું પડશે. કોરોના નેસતનાભૂદ થવાનો નથી એવો સૂર એ ભવિષ્યવાઙ્માં પદધાતો હતો, પણ સમાંતર રીતે જે-તે ટેશના વડાઓ અને તંત્ર તો એ જ ભરમાં હતા કે હવે થોડા મહિના પછી કોરોનાનો ભય જતો રહેશે. ત્યાં નવો વેરિયન્ટ ઓમિક્ઝન આવ્યો. હવે નજર સામે રહેલું સત્ય ચીનાઓને સ્પષ્ટ દેખાયું કે આ મહિનાઓની નહીં, પણ દાયકાઓની રમત છે અને એ પણ જીવલેણ રમત છે. પરંતુ થવાનું એવું છે કે એક-બે દાયકા પછી પણ કોરોના વાયરસ કે એના મયૂનાનું સ્વરૂપોની ભીતિ નીચે જ ચીનાઓ જીવતા હશે અને એકવીસમી સદીના અંત સુધી આ મહામારી નામશૈશ્વ ચીનમાંથી તો નહીં જ થાય. કોરોના વાયરસ પોતાનો વંશવેલો વધારવાની તૈયારી સાથે આવ્યો છે. સજીવ માત્રની આ ખાસિયત છે અને એ ખાસિયત તેને કુદરત પાસેથી મળી છે કે પોતાનો આંખો સમૃદ્ધ કરવો. આપણા પરિવારનો આંખો હોય છે. દરેક પરિવારનો દસેક પેઢી સુધીનો આંખો જોઈએ તો એ ઘટાટોપ લાગે, ધેંધર લાગે, ભવ્ય લાગે. દસેક પેઢી અને એ દરમિયાન સર્જયેલા ડાનબંધ પરિવારોમાં બધા જ પ્રકારની વેરાયટી જોવા મળે. દરેક ક્ષેત્રમાં કોઈ એવું પણ હોય જોણો એના કુટુંબનું નામ રોશન કર્યું હોય અને કોઈ એવું પણ હોય જોણો એના દૂબાડયું હોય. વિવિધતા હોવા છતાં એક પ્રકારનું સામ્ય પેઢી દર પેઢી ચાલ્યું આવતું હોય. લોહીનો સંબંધ એ માત્ર સામાજિક શાખદપ્રયોગ નથી.

વિપક્ષી ગાઠબંધનના

આગોવાન કોણ?

‘દ્વારા નેશનલ ટેવલપમેન્ટલ ઈક્સ્પુલિજિવ અલાયન્સ’ નામનું વિપક્ષી ગઠબંધન જેમાં ૨૮ પક્ષો છે, તેની હચ્છા છે કે ૨૦૨૪ની લોકસભા ચુંટણીમાં ભાજપ સામે લડવા માટે એક સંયુક્ત મોરચો બનાવવામાં જેટલું સંભવ હોય, વધુને વધુ વિપક્ષી દળને સાથે જોડવામાં આવે. આ ગઠબંધનની સ્થાપના કરવામાં કોંગ્રેસનું યોગદાન એટલું જ મહત્વાનું છે. એટલું અન્ય પ્રાદેશિક પાર્ટીઓનું, આ એક રીતે ગાંધી પરિવારની સ્વીકારોક્ષિત છે કે તેમનો રાજકીય વારસો પોતાના દમ પર ભાજપ સામે મુકાબલો કરવા લાયક રહ્યો નથી. વિપક્ષી ગઠબંધનની મેઠડિકોની શુંખલાથી એ પણ સાબિત થાય છે કે કોંગ્રેસનો બદલબો આકીનાઓ કરતાં વધુ નહીં, બરાબરીનો છે. આદર્શ રૂપે ડાલની ઘટનાઓ આ પ્રકારના ગઠબંધનની જરૂરિયાતને વધુ ઊડાથથી રેખાંકિત કરે છે. ખાસ કરીને કોંગ્રેસ માટે, કારણ કે પટનામાં વિપક્ષી ગઠબંધનના પહેલા સંમેલનથી જે અનુકૂળ માહોલ બન્યો હતો, તે આગળ જઈને ફિક્ઝો પડતો ગયો. તેનાથી સત્તા મહિના પહેલાં, રાહુલ ગાંધીની વ્યાપક ભારત જોડો યાત્રા પૂરી થયા બાદ પણ કંઈક આશા બંધાઈ હતી. જે સામાન્ય લોકો વચ્ચે તેમની છબિ એક અનિયુક અને બેપરવા રાજનેતાની હોવાને બદલવામાં થોડી હદે સફળ થઈ હતી. કોંગ્રેસ કષાંટક વેધાનસભા ચુંટણીમાં પ્રભાવશાળી જીત પણ મેળવી અને એરીએસ(એસ)ને ખંતમ કરી નાખી, જેને કારણે તેણે ‘અનીએસ’નું શરણાંશ પકડ્યું છે. ૨૦૨૨ ઉન્નું વર્ષ ખંતમ થતાં થતાં વિપક્ષ માટે પરિદશ્ય માયૂસીમાં બદલાઈ ગયું. ભાજપે હિંદી પવીના પણ રાજ્યોમાં કોંગ્રેસ સાથે સીધી ટક્કરમાં એકતરફી જીત મેળવી. આ ક્ષેત્રમાં ડાઢ કોંગ્રેસી ધારાસભ્યોનું વજ્ઞ અધી-તાંનું છે. સંસદમાં ચાલી રહેલ વર્તમાન શિયાળું સત્રમાં, ભાજપે ૨૦૨૪માં સત્તાવાપીના કયાસો વચ્ચે પોતાની લગભગ આવિપત્યવાળી સ્થિતિને ફરી સુદૃઢ કરી છે. સંસદની સુરક્ષામાં લાગેલ હાલના ગાબડા પર વેપક્ષ દ્વારા સરકારને સદનની અંદર વક્તવ્યની માંગની ભાજપે જ્રા પણ પરવા ન કરી. સરકારે સદનમાં હંગામો કરનારાઓને પાસ ઉપલબ્ધ કરાવનાર સાંસદોને જવાબદાર ઠેરવવાના સૂચનને પણ ફગાવી દીધું અને ચર્ચા કરાવ્યા વિના કાયદા પણ પસાર કરાવી લીધા, જેનો ડેટા સુરક્ષા અને અપરાધિક ન્યાય પ્રણાલી પર દૂર્ગામી અસર પડશે. વિપક્ષી સાંસદોને જથ્થાબંધમાં બરતરફ કરવાબાટી, લોકસભા અને રાજ્યસભામાં વિપક્ષી સદસ્યોની ઉપસ્થિતિ આકીના સત્રમાં નગણ્ય થઈ ગઈ છે. આવી હાલત વિપક્ષના ગઠબંધનને ફળીભૂત કરવામાં કેટલા પૂર્વ-સંકેતક છે? ૧૮ દિસેમ્બરે વિપક્ષી ગઠબંધનના ઘટકોની નવી હિલ્ડીમાં મેઠક થઈ, તેણું હતો પરસપર ફૂટને લઈને ચાલી રહેલી ચર્ચાઓનું નિરાકરણ કરવામાં આવે, જે પાછળાં સત્રો બાદ અને હાલના રાજ્યોની ચુંટણીઓ પહેલાં સીટ વહેંચણીને લઈને સમાજવાદી પાર્ટી, એરીયું અને રાધીય લોકપદ્ધતિ વચ્ચે બેંચતાણથી પેદા થઈ હતી. મેઠક, જેમાં શિવસેના(યુ), ઉત્તર પ્રદેશ અને બિહારમાં મંડલ કમિશન રાજ્યનિતિ કરનારી પાર્ટીઓ, ડીએમકે અને તેના સહયોગી વિપક્ષ અને આમ આદમી પાર્ટી સામેલ હતા, તેમણી વચ્ચે સહયોગ અને સર્વસમિતિ બનાવવા મુદ્દે હતી, પરંતુ તે થઈ ન શક્યુ.



ੴ ਪ੍ਰਾਤਿਸਥਾ

ગશર સુદ એકાદશી કે જેને મોક્ષકા
માં એકાદશી પણ કહેવામાં આવે છે, જે
દેવસને આપણે સૌ ગીતા જીયની તરીકે ઓળખીએ
ગીતે. ભગવત् ગીતા એ ભારતીય સનાતન
સંસ્કૃતિની અથી ધજ છે કે, જેને પૂરું વિશ્વ સન્માન
આપે છે, અને વંદન કરે છે. આમ તો ગીતા વિશે
કંઈ પણ લખી શકવાની જીવની કદાચ હેસિયત
નથી. કારણ કે સ્વયં ભગવાન શ્રીકૃષ્ણા મુખેથી
આ ગીતાના શલોકનું ગાન થયું છે, અને એનો
ઉપદેશ કે આશય શું હતો! એ આપણે કદાચ એટલું
આમી શકીએ નહીં. પરંતુ ચિતક હોવાને નાતે સતત
એ વિષયનું ચિંતન કરીન ભગવાન શ્રી કૃષ્ણ આપ
જેને શું કહેવા માંગી રહ્યાં હતાં, અને આપણે
નેમાંથી કેટલો બોધ ગ્રહણ કર્યો, એ વિષે થોડી વાત
જરૂર મૂકી શકાય, એટલે ગીતા વિશેનું માત્ર મંતવ્ય
જરૂર કરી શકે. ભારતીય સંસ્કૃતને ઉજાગર કરતાં
આપણા વૈદિક શાસ્ત્રો, જેમાં ચાર વેદ, ઉપનિષદ,
યામાયણ, મહાભારત, ભાગવત ગીતા, તથા શ્રીમદ
ભાગવત, દ્વારી પુરાણા, વિષ્ણુ પુરાણા, શિવ પુરાણા,
યગરે ગ્રંથોનો સમાવેશ થાય છે.

આ ગ્રંથને કારણે જ આ હિન્દુ સંસ્કૃતની
પસિદ્ધ અન્ય દેશો સુધી પહોંચી છે, એવાતનો
નતમસ્તક થઈને સ્વીકાર કરવો પડે. એટલે કે
મારતીય સંસ્કૃત એટલે કે એવી સંસ્કૃતિ કે જ્યાં
ઈશ્વરને પણ જન્મ લેવાનું મન થાય, અને ઈશ્વર
અવતાર તરીકે આવીને લીલાઓ કરે. આ લીલા
પરથી આપણો કંઈક બોધ લેવાનો હોય અને
વૈષમ પરિસ્થિતિમાં ઈશ્વર જરૂર આવશે, અથવા
ઈશ્વરે જ્યારે જન્મ લીધો ત્યારે એને પણ કેટલીયે
મુષ્કેલીનો સામનો કરવો પડ્યો હતો, તો આપણાં
એવાને તો કર્મકળ ભોગવાં જ પડે. આજથી આશરે
૧૦૦૦૦ વર્ષ પહેલા માગશર સુદ અણિયારસને
દેવસે, કુર્ક્ષેત્રના મેદાનમાં કૌરવ અને પાંડવોનાં
યુદ્ધ સમયે, યુદ્ધભૂમિ પર અર્ઘૂન સામેના પક્ષમાં
પોતાના સગા વ્હલા ને જોઈને હથિયાર ડેઢા

મુકી દે છે, ત્યારે ભગવાન શ્રીકૃષ્ણા સ્વયં અર્જુનને સમજાવતા હોથ એ રીતે ભગવત ગીતા કહેવાઈ છે. ભગવત ગીતાના ૧૮ અધ્યાય છે, ૭૦૦ શલોકમાં પૂરી થતી આ ગીતા સંવાદ રૂપે છે, અને એ સમયે શ્રી કૃષ્ણને અર્જુનને સમજાવતા માત્ર ૪૫ મિનિટ થઈ હતી, અને એ દિવસે રવિવારનો દિવસ હતો, તેમજ આશરે ઈસ. ૩૦૬૬ ની સાલમાં આ ઘટના ઘટી હતી. દૂર બેઠેલા ધૂતરાષ્ટ ને તેનો સારથી સંજ્ય આંખે દેખ્યા અહેવાલ તરીકે શ્રી કૃષ્ણ અર્જુનને જે સમજાવી રહ્યા છે, એ વાત કહે છે.

ધૂતરાષ્ટ ૧ શલોક બોલે છે, ૪૭ શલોક સંજ્ય બોલે છે, જ્યારે અર્જુન ૮૪ શલોક કૃષ્ણને પ્રશ્નાર્થ તરીકે અથવા યુદ્ધ ન કરવા વિશે, જ્યારે અર્જુન ને સમજાવવા શ્રીકૃષ્ણ પછ ૧ શલોક કહે છે, જેમાં કર્મ યોગ, જ્ઞાન યોગ, અને ભક્તિ યોગનો સમાવેશ થાય છે. આમ જુઓ તો માત્ર નાણ પાત્ર વચ્ચેનો સંવાદ શ્રીમદ ગીતામાં રહેલો છે. જીવ સ્પી અર્જુનને ઈશ્વર રૂપી શ્રી કૃષ્ણ બોધ આપી રહ્યા છે કે, જે જીવ જન્મ લઈને પૃથ્વી પર આવે છે, તેનું મૃત્યુ એક દિવસ નિશ્ચિત છે. તેની માટે મોહ, માયા, અને મમતા વશ તું આ ધર્મયુદ્ધ ને છોડી ન શકે. એટલે કે ક્રોરો આ પૃથ્વી પર અસુર જીવો ગ્રાસ ફેલાવી રહ્યા છે, ત્યારે તેમને માફ કરી અને તારા કરત્વથી તું પીછેહઠ કરી ન શકે. જ્યારે ધર્મને કેન્દ્રમાં રાખીને જીવતા હોઈએ, ત્યારે મારું તારું ના સંબંધો તરફ દુર્લક્ષ સેવવું પડે, તારી આ લાદાઈ જમીના ટુકડા માટેની નથી. પરંતુ સત્ય અને અસત્ય વચ્ચેની છે, એમાં સત્યનો વિજય થાય એ બહુ જરૂરી છે, અને

પૂરી પાંડવ સેનામાં તારી જેવો બીજો કોઈ ધનુર્ધર દનહી, જે કોરવો ને હરાવી શકે. માટે હું તને કરું દ્વારા કે, તું શખ ઉપાડીને આ યુદ્ધ કર. અહીં સુધીની વાત કર્મ યોગના અધ્યાત્મમાં ભગવાને કરી છે. તેમાં કોઈ વાર વાર અર્જુનના મોદે સંવાદ છે, તો કોઈવાર સંજ્ઞા ધૂતરાણને કહેતો હોય, એ રીતે સંવાદ મૂક્યાયો છે. પરંતુ કર્મ પ્રધાન ભૂમિકાના નિષ્ઠામ રહીને જો કરું કરવામાં આવે, તો તેનું કર્મ ફળ જીવને ભોગવતું પડતું નથી, એ વાત મુખ્યત્વે અહીં કહેવામાં આવે છે. દરેક દરેક જીવમાં આત્મા સ્વરૂપે હું વસું ધ્યાન અને આત્મા અમર છે. એટલે કે શરીરનું મૃત્યુ થાયા છે, પણ આત્મા કાપવાથી કે બાળવાથી મરતો નથી એ સત્ય સમજાવતાં કહે છે કે, જો કોઈપણ મોદે માયા કે મમતાથી તે આ કાર્ય ને નહીં કર્યું હોય, તો આ કર્મનો ભાર પણ તને નહીં લાગે.

અહીં તું ફક્ત તારુ કર્મ કર, તેના સારા નરસાનો ભાર રાખીને જીવાથી અથવા તો આત્મા કરીશું, તો મને પાપ થશે! કે પુણ્ય થશે! એટા વિચાર્યા વગર અસ્તિત્વ એ આ કર્મ માટે આ જીને નિમિત્ત માત્ર બનાવ્યા છે, એ વાત યાદ રાખો દરેક કર્મ કરીએ, તો કર્મનો ભાર રહેતો નથી, અને જશ કે અપજશના આપણે ભાગીદાર થતા નથી એવો જ્ઞાનોપદેશ આ ભગવત ગીતામાં ધૂપાયેલું છે. કર્મ શોગમાં કર્મ કરીને જીવને વિચારધારા આગળ વધારતાં ભગવાન જ્ઞાનનો ઉપદેશ આપ્યો છે, અને કહે છે કે સંસારીનું જીવન મોટેબાં એક ક્ષણ પણ કિયા વગરનું રહેતું નથી, એવે સમજી આ હું કરણ!! હું કરણ!! અથવા મૈં કહું, કે મૈં કર્મ

એવું ગાણ્યું ગાઈએ નહીં. તો કોઈ પણ જતના
પાપ-પુણ્યના આપણે ભાગીદાર પણ થતા નથી.
અને તેથી સ્વર્ગને નક્કની જે માન્યતાઓ છે, તેનો
અહીં છેદ ઉડી જતો દેખાય છે. હજુ પણ શ્રીકૃષ્ણને
એવું લાગે છે કે અર્જુનની મતિ આ સત્ય સમજ
શકી નથી, એટલે તે અર્જુનને કહે છે કે, જ્યારે
જ્યારે આવું થાય, ત્યારે તે જીવ જો મારે શરણે
આવે તો, એટલે કે પૂર્ણ શરણાગતિ સ્વીકારીને મારા
શરણે આવનાર તમામ લક્તોની સમસ્યાનો નિકાલ
લાવ્યો તે મારી ફરજમાં આવે છે, મારે હજુ તને જો
કોઈ સંદેહ હોય, તો મારે શરણે ચાલ્યો આવ, અને
આ બધું હું તને કહી રહ્યો છું, મારે તું કરે છે, એમ
સમજ્ઞને કર, જેથી તને કોઈ સાચું ખોટું! કે સારું
ખરાબ એવો ભાર લાગે નથી.

પ્રકૃતિમાં વસતા દરેકે દરેક માં પોતે આત્મતત્ત્વ રૂપે બિરાજમાન છે, અને અંતે તો આ પ્રકૃતિમાં ઘટતી દરેક ઘટના પોતાની ઈચ્છાને આધીન જ થઈ રહી છે. સાત હજાર વર્ષ પહેલાં તો કદાચ યુદ્ધના મેટાનમાં બહાર હુર્યોધન અને અન્ય કોરવો રૂપી અનીતિ અને અસત્ય હતું, પરંતુ આજે તો એક જીવની અંદર જ હુર્યોધન અર્જુન અથવા તો કોરવ-પાંડવના યુદ્ધ થાય છે પરિવારો વચ્ચે યુદ્ધ થતાં હતા એ વાત જૂની થઈ. પરંતુ કાણો કાણો ઉપદેશ દેવા માટે શ્રીકૃષ્ણ તો આવે નહીં! ત્યારે આપણે આ ગીતાનો સહારો લઈ અને એ વાતને યાદ કરી શકીએ, અને નીતિના પથ પર ચાલવું બહુ જ જરૂરી છે. જ્યારે જ્યારે માનવને પોતે કર્તવ્યથી વિમુખ થાતો હોય, અને જીવનમાં પ્રમાદનું મહત્વ વધતું જાય, અને બુદ્ધિ ભ્રમિત થઈ જાય, માનવી સારાસારનો વિવેક ખોઈ બેસે, ત્યારે આજે પણ ભગવત ગીતા પ્રકાશ પૂરો પાડે છે, કાયમ પ્રેરણા પહોંચાડે છે, સાચા માર્ગનું દર્શન કરાવે છે. કર્તવ્ય પાલન કરતાં, ન્યાય ને નેકીને માર્ગ ચાલતાં થીખવે છે, કે એમ કરતાં મરણને શરણ થવું પડે તો પણ ભલો! એ મરણ માનવંત કે કલ્યાણકારક છે; પરંતુ સ્વધર્મ, ફરજ કે કર્તવ્યનો ત્યાગ સદા ભયંકર છે, હાનિકારક છે, અમંગલ છે. ગીતાનો આ ઉપદેશ વ્યક્તિ તથા સમાચિને નવું બળ પૂરું પાડે છે. આજે પણ એ સંદેશ એટલો જ અસરકારક છે. “સ્વધર્મ નિધનું શ્રેય: પરધર્મો ભયાવહ”, કર્તવ્ય કરતાં કરતાં ખ્રી જીવું કલ્યાણકારક છે, એથી ઊલદું અકલ્યાણકારક છે.

પૂર્વજન્મના સંસ્કાર અને વાસના બળી જરો એટલે કર્મમાં આનંદ
આવશે પરંતુ કર્મનું ફળ કચારે મળશે તે માત્ર કહી શકાય નહીં



विशेष

જગતમાં સૌ પ્રત્યે સહનાવ રાખો
તમારા આત્માને પ્રતિકૂળ લાગે તેવું
વર્તન બીજા તરફ શકરો. તમે કોઈ જીવ પરત્યે
કુભાવ રાખશો, તો તે જીવ તમારા પ્રત્યે કુભાવ
રાખશો. જેવો ધ્વનિ વો પ્રતિધ્વનિ! સારી પેદે
થાક લાગે ત્યાં સુધી કર્મ કરો. સત્કર્મ કરતાં ખૂબું
થાક લાગશો તો નિદ્રા આવશે અને ત્યારે એ નિદ્રાની
પણ ભક્તિ બનશે. કર્મનું ફળ ઈશ્વરને અર્પણાં
કર્યું, પછી એ ફળનો માલિક ઈશ્વર થયો. ઈશ્વર
કોઈનું અણ રાખતો નથી. એ સામું અનંતગણાં
કરીને વાળે છે. અનુભવ ન થાય અનો અર્થ અની
નથી કે સિદ્ધાંત ખોટો પ. અનુભવ ન થાય તે
માનજો, મારામાં, મારા કર્મમાં કંઈક ખામોશ
છે. પૂર્વજન્મના સંસ્કાર અને વાસના બળી જંશન
એટલે કર્મમાં આનંદ આવશે. કર્મનું ફળ કૃતાં
મળશે તે કરી શકાય નહીં. ઢાકોરજી મંદિરમાં
બિરાજે તેથી શાંતિ નહીં મળે પણ તે આપણે
બુદ્ધિમાં બિરાજે તો જ કાંતિ થાય જેવી રીતે
સંસારના વિષયો બુદ્ધિ માં રાખો છો, તેવી રીતે
બુદ્ધિમાં ભગવાનને વખો તો જીવન કૃતાર્થ થાય
માલાણ ટોપલી માં ફળ રાખતી, તેમ તમે તમારે
બુદ્ધિની ટોપલીમાં પ્રભુને રાખો! બાલકુષ્ણ પાંચ
વર્ષના થયા છે.

બાલકૃષ્ણને વૃંદાવન જવાની ઈચ્છા છે
ગોકુળમાં થતા ઉત્પત્તા જોઈ ઉપનંદકાયા
સૂર્યન કર્યું કે, આપણે બાળકોને લઈ બીજે સ્થળનું
કહેવા જઈ એ. અત્રેથી થોડે હૂર વૃંદાવન નામમાં
વન છે તે રહેવાને યોગ્ય છે. આ સૂર્યન સર્વન
ગમ્યું. બાલકૃષ્ણ સાથે બધા વૃંદાવનમાં રહેવા
આવ્યાં છે. વૃદ્ધ એટલે ભક્તિ. વૃંદાવન એટલે
ભક્તિનું વન. બાળક પાંચ વર્ષનો થાય એટલે
તેને ગોકુળમાંથી વૃંદાવનમાં લઈ જાઓ. એટલે
તેને ભક્તિના વનમાં લઈ જાવ. બાળકને પાંચ
વર્ષ પૂરાં ચયાં પછી લાડ કરશો નહીં. લાડનું
સમય ગોકુળમાં પૂરો થયો. જે મા-બાપ બાળકન
સારા સંસ્કાર ન આપે તે મા-બાપ બાળકન
વેરી છે. જે મા-બાપ બાળકને ધમનું શિક્ષણ -
આપે. ભક્તિનું શિક્ષણ ન આપે તે મા-બાપ
બાળકના દુશ્મન સમજવાં. બાળકનું હદર
કોમળ હોય છે તેને જે બાજુ વાળશો, તે બાજુ
વળશો. માટે બાલ્યાવસ્થામાં બાળકોને સારા
સંસ્કાર આપો તો જુવાનીમાં તે ભગડશો નહીં
એ સંસ્કાર એનું રક્ષણ કરશે.



શ્રીકૃષ્ણને ઉપનંદકાકા વનમાં લઈ જાય છે. જેને જ્ઞાની વયોવૃદ્ધ સંતોનો સંગ હોય તેને પતનની બીક રહેતી નથી. એકલો ચાલવા જાય તો પડવાની બીક રહે છે. કોઈનો હાથ પકડીને ચાલો તો પડવાની બીક રહેશે. ઈશ્વરનો હાથ પકડીને ચાલો તો પડવાની બીક રહેશે નહીં. વૃદ્ધાવનમાં એકલા ન જવું. બીજાને પણ સહર્મભર્માં પ્રેરણા આપવી. માટે તો ગોપીઓ સાથે વૃદ્ધાવનમાં ગયા છે. વૃદ્ધાવનમાં ગોવર્ધન પર્વત અને યમુનાના કિનારાઓ જોઈ રામ-કૃષ્ણને ઘણો આનંદ થયો. વૃદ્ધાવનમાં આવ્યા પદી ભગવાન વત્સપાલ થયા છે. બાળમિત્રો સાથે તેઓ વાછરડાં ચરાવે છે. યમુનાના કિનારે બાળકો સાથે અનેક પ્રકારની રમતો રમે છે. ભગવાન પહેલાં વત્સપાલ બને છે અને પદી ગોપાળ બને છે. પહેલાં વાછરડાં ચરાવે છે, પદી ગાયોને ચરાવે છે. કોઈ કોઈ વેળા ભગવાન બંસી બજાવે છે અને જુદા જુદા પ્રકાર ની રમતોથી ગોપભાગકોને આનંદ કરાવે છે. જીવમાત્રને શ્રીકૃષ્ણ બંસીના ધનિ થી બોલાવે છે, પણ મોહક વિષયો માં ફસાયેલા જીવને એ સાદ સંભળાતો નથી. જ્યમુનાજીનો કિનારો છે ત્યાં બકાસુર આવે છે અને વત્સસુર પણ આવે છે. બકાસુર એટલે દંબ અને વત્સસુર એટલે અજ્ઞાન-અંધશર્દી. ભક્તિ માં આ બિ વિન્દો આવે છે. બકાસુર એટલે બગલાસુર. બગલો એ દંબનું પ્રતીક છે, તેથી તો દંબી ને બગભગત કહે છે. દંબસમાન કોઈ પાપ નથી. બીજાં પાપ માટે પ્રાયશ્ચિત્ત છે, પણ દંબનું પ્રાયશ્ચિત્ત નથી. જેનો સ્વાંગ ઉપર થી સારો છે, પણ જેની કરાડીમેલી છે તે બકાસુર. બગલાની ચાંચમાં લોભ છે. કીર્તિનો લોભ હોય અને ધનનો લોભ હોય ત્યાં દંબ આવે છે જ.

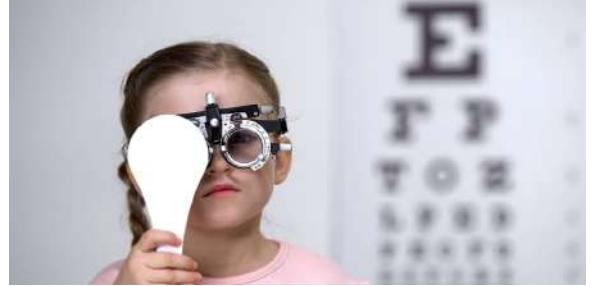
બાળાજીન પણ હુલુલન છે, ત પરપ્રલોન સાથે તેઓ રમી રહ્યા છે. તેવામાં અધાસુર ત્યાં આવ્યે અધાસુરને કંસે મોકલ્યો હતો. બકાસુર અથડુતાનો તે નાનો ભાઈ હતો.

અથ એટલે પાપ. જ્યાં અજ્ઞાન અદુંભ હોય ત્યાં પાપ આવે જ. એટલે અધાસુર આવ્યો. અધાસુર મોટા અજગરનું રૂપ લઈ આવ્યો અને સર્વ ગોપ બાળકોને ગળી જવાની ઈચ્છાથી મૌં ફાડી માર્ગમાં સૂતો. અધાસુર અજગરના મુખને આ કોઈ પર્વત ની ગુંઠું છે અમ માની બાળકો તેમાં પ્રવેશ કરું તેયાર થયાં, પણ કનેયો એમનો મુખી. એટા બધા કહે, કનૈયા, તું આગળ થાય! બાળકો શ્રદ્ધા છે કે, અમારો કનેયો સાથે હોય તો છી અમને ક્યાંય જવાનો ડર નથી. શ્રીકૃષ્ણ નાં મુખ સામે જોતાં, હસતાં અને તાળીય પાડતાંગોપબાળકો અજગરના મુખમાં પેસીગયા ગોપ બાળકોને બચાવ વા ભગવાને પણ અધાસુરના પેટ માં પ્રવેશ કર્યો. ગમે ત્યાં જાચ ગમે તે કાર્ય કરો, પણ ભગવાને કાયમ સાથી રાખજો. એને મુખી કરી આગળ કરશો તમારો જયજયકાર થશે. માટે પ્રભુને સાથે લઈ ફરો. પ્રભુને એટલે ઢાકોરજની મૂર્તિને નહીં પણ અંતરમાં ઢાકોરજના સ્વરૂપને! અધાસુરને પેટમાં પ્રવેશ કર્યો ત્યારે બાળકો તાળી પાડતાં ગયાં છે.

ભાગવતમાં સમાધિભાષા મુખ્ય છે.
લૌકિક અને પરમત ભાષા ગૌણ છે. એટલે
ભાગવતનો અર્થ જેને સમાધિનો અભ્યાસ
છે તે સમજી શક્શે. વિલાસીને ભાગવતનો
અર્થ સમજવો મુશ્કેલ છે. તાણી એ નાદબ્રહ્મ
છે. નાદ બ્રહ્મ અને નામબ્રહ્મ એક થાય, ત્યારે
પરબ્રહ્મ પ્રગટ થાય. અંદર જઈને ભગવાને
વિશાળ રૂપ ધારણ કર્યું એટલે અધાસુરના પ્રાણ
બ્રહ્માંદ્રમાંથી બહાર નીકળ્યા અને બાળકો
તેમજ વાછાડાંઓ બહાર આવ્યાં. અધ એટલે
પાપ. અધાસુર એ પાપ નું સ્વરૂપ છે. પાપમાં-
પાપ સાથે રમે છે તે અથાસુર. પાપ કરવામાં જે
સુખ માને તે અધાસુર. કેટલીક વખત જોવામાં
આવે છે કે, પાપી સુખ ભોગવતો હોય છે, પણ
આ તો તેના પૂર્વજન્મનાં કોઈ પુણ્યનું ફળ છે
એમ માનવું. બાકી પાપનું પરિણામ હુંખ જ

પાપ કરનારો કોઈ દિવસ સુખી થયો નથી અને સુખી થવાનો નથી. કોઈ પુષ્યશાળી જીવ હુંણી દેખાય તો સમજતું કે, તે તેના અગાઉના જન્મના કોઈ પાપનું ફણ ભોગવે છે. પુષ્યનું પાપમાંથી છૂટવા માટે પ્રતિકૂળની સામે અનુકૂળતા ઊભી કરો! મનુષ્યને કોઈ કોઈ વખત હું પાપ કરી રહ્યો છું તેનું ભાન થાય છે પણ તે પાપને છોડી શકતો નથી. પાપના પંજામાંથી છૂટવું કઠણ છે. અતિશય પુષ્યનું જોર ન હોય ત્યાં સુધી પાપની આદત છૂટતી નથી. માટે જ્યાં સુધી ઈન્દ્રિયોને પાપ કરવાની આદત છે, ત્યાં સુધી તેને ભક્તિરસ મળશે નહીં. પાણીથી ભરેલા લોટામાં દૂષ ભરવું હશે તો પાણીને બહાર કાઢી નાખવું પડશે. મનમાં પાપનો વિચાર આવે તે જ ક્ષણો તેને કાપી નાઓ. કદાચ પાપ થઈ જય તો પ્રભુ પાસે રડી પડો કે, પ્રભુ, મારા પાપની ક્ષમા કરા! અંતરથી રડશો તો પ્રભુ દયાળું છે, દયા કરશે જ. પાપ મો ફાડી સામે ઊભું છે. અધાસુર અજગરદૂરે આવેલો. મનુષ્ય સાવચેત ન રહે તો પાપરૂપી અજગર તેને ગળી જય છે. એ ગળવા તૈયાર જ ઊભો છે. પાપ શરીરમાં પ્રવેશ કરશે, તો પછી એ તમને છોડશે નહીં. જેના મનમાં ઘરમાં પાપ છે ત્યાં પરમાત્મા આવતા નથી. એટલે પરમાત્માને ઘરમાં સ્થાપવા હોય તો પાપથી દૂર રહેજો. ભગવદ્ ગીતા જ્યાંતિ ની ઉત્સાહ ઉમંગભેર ઉજવણી કરવામાં આવી. ગુજરાત સરકારે ધોરણ.૦૬ થી ૧૨માં આવતા વર્ષથી અભ્યાસકમમાં ભગવદ્ ગીતા જ્ઞાનનો અભ્યાસ ચાલુ થશે. આનંદના સમાચાર છે. બેરોજગારી બાબતે કોઈ નક્કર કામગીરી હાથ ધરવાની જરૂર છે.. અસ્તુ.

થોડાક જ દિવસોમાં દૂર થઈ જશે આંખના નંબર



જે વ્યક્તિનું આંખોની દ્રષ્ટિ નબળી હોય અથવા તેઓને નજીક કે દૂરની વસ્તુઓ જોવામાં તકલીફ પડવાને કારણે ચશ્મા પહેરતા હોય તેવા લોકો માટે રામભાગ ઈલાજ મળી ગયો છે. તેમના માટે ભૂંગરાજના પાન અને કરેણા ફૂલ ખૂબ ઉપયોગી છે. ડિજિટલ ઉપકરણોના વધુ પડતા ઉપયોગના કારણે આપણી આંખો હંમેશા તણાવમાં રહે છે. આ સિવાય ડાયાબિટીસની આંખો પર પણ વિપરીત અસર થાય છે. પરિણામે આંખોનું તેજ ઘટવા લાગે છે, અંતે જીવનભર ચશ્મા પહેરવાની નોબત આવે છે. પરંતુ શું તમે જાણો છો કે આયુર્વેદમાં આ સમસ્યાનો સચોટ ઈલાજ છે. આજે અમે તમને એવી જ કેટલીક આયુર્વેદિક ઔષધિઓ વિશે જાણાવીશું, જે તમારી આંખોના સ્વાસ્થ્ય માટે ખૂબ જ સારી છે. આ દવાઓનો ઉપયોગ કરવાથી થોડા જ દિવસોમાં તમારી આંખોની રોશાની જારી થવા લાગશે અને તમે ચશ્માથી મુક્ત થઈ જશો. જે પણ વ્યક્તિની દ્રષ્ટિ નબળી પડી ગઈ છે અને જે ચશ્મા પહેરે છે. તેઓ ભૂંગરાજના પાન અને કરેણા ફૂલોનો ઉપયોગ કરીને થોડા દિવસોમાં આ સમસ્યામાંથી છુટકારો મેળવી શકે છે. આ માટે ભૂંગરાજના બે-ત્રણ પાનનો રસ નીચોવીને સવાર-સાંજ આંખોના નીચેના ભાગમાં લગાવવો. અથવા તમે ભૂંગરાજના પાનનો રસ નિયોવીને એક બોટલમાં ભરીને દરરોજ સવાર-સાંજ ટીપા તરીકે ઉપયોગ કરી શકો છો. જો કે, અહીં સમજવા જેવી વાત એ છે કે, ભૂંગરાજના પાંડડાની સાથે પોળા રંગના કરેણા ફૂલોનો ઉપયોગ કરતી વખતે તમારે વધુ સાવધાની રાખવી પડશે. તેમાંથી કાઢવામાં આવેલ રસ આંખોમાં પ્રવેશવો જોઈએ નહીં.

ઠંડીમાં હાથ-પગ અને મોં પરની સ્કિન ફાટી જય છે?
તો આ વસ્તુ લગાવો, માખણ જેવી સુંવાળી થઇ જશે

ઢીમાં સ્કિનની કેર વધારે કરવી
પડે છે. સ્કિનની કેર તમે પ્રોપર રીતે કરતા
નથી તો બંજવાળ જેવી અનેક સમસ્યા થાય
છે. આમ, તમે કેટલીક ઘરેલું વસ્તુઓથી
સ્કિનને મસ્ત સોફ્ટ કરી શકો છો. ઢીમાં
સ્કિનની કેર વધારે કરવી પડે છે. ઢીના
ચમકારાની અસર સ્કિન પર વધારે થાય
છે. ઢીમાં સ્કિન ફાટી જાય છે અને દ્રાય
થઈ જાય છે. સ્કિન દ્રાય થઈ જવાને કારણે
એની કેર વધારે કરવી પડે છે. સ્કિન
ફાટી જાય એટલે લોકો જાતાતની કીમ
અને પ્રોડક્ટ્સનો ઉપયોગ કરતા હોય છે.
પરંતુ તમે એના કરતા નેચરલી વસ્તુઓનો
ઉપયોગ કરો છો તો સ્કિન મસ્ત થઈ જાય
છે. તો જાણો આ ઘરેલું ઉપાયો વિશે.

તમારી સ્કિન ઢીમાં ફાટી જાય છે તો
તમે બદામના તેલથી માલિશ કરો. બદામનું
તેલ અનેક ગુણોથી ભરપૂર હોય છે.
બદામના તેલથી તમે દરરોજ શિયાળમાં
માલિશ કરો છો તો સ્કિન ફાટો નહીં અને
માખડા જેવી સુંવાળી રહેશે. બદામનું તેલ
તમને સરળતાથી બજીરમાં મળી રહે છે.
દૂધની મલાઈ તમારી સ્કિનને અંદરથી
સોફ્ટ કરવાનું કામ કરે છે. દૂધની મલાઈ
તમારે તાજી લેવાની રહેશે. તમે જે મલાઈ
સ્ટોર કરો છો એ તમારે લેવાની નથી.
હંમેશા કેશ મલાઈ લેવાનું રાખો. દૂધની
મલાઈ અનેક ગુણોથી ભરપૂર હોય છે.
મલાઈમાં રહેલા ગુણો તમારી સ્કિનને
અંદરથી ડિપ કિલન કરીને ટાઇટ કરવાનું
કામ કરે છે.



આ સાથે મલાઈ તમારી સ્કિનને કોમળા
કરવાનું કામ કરે છે. હળદરથી તમે સ્કિનને
મસ્ત સોફ્ટ કરી શકો છો. હળદરમાં
એની સેફ્ટીક અને એટી બાયોટિક ગુણ
હોય છે જે તમારી સ્કિન માટે અનેક રીતે
ગુણકારી છે. આ માટે એક ચમચી હળદર
લો અને એમાં બે ચમચી એલોવેરા જેલ
મિક્સ કરીને સ્કિન પર લગાવો. ત્યારબાદ
૧૦ મિનિટ પછી પાણીથી ધોઈ લો. હળદર
અને એલોવેરા જેલ સ્કિન માટે બેસ્ટ છે.
એલોવેરા જેલથી સ્કિન મસ્ત થઈ જાય છે.
એલોવેરા જેલ તમને સરળતાથી બજારમાંન
અને ઘરે પણ મળી જાય છે. એલોવેરા જેલ
અનેક ગુણોથી ભરપૂર હોય છે જે સ્કિનને
નેચરલી રીતે સોફ્ટ કરવાનું કામ કરે છે.
એલોવેરા જેલ તમે દિવસમાં બે વાર પણ
લગાવી શકો છો. ઢંડી વધતાં સ્કીન ફાટી
જવાની સમસ્યા વધી રહી છે... જેમાં સૌથી
વધુ હાથની ચામડી પ્રાય થઈ જાય છે....
જેથી સૌથી વધુ સમસ્યાનો સામનો કરવો
પડે છે.

આવી સ્થિતિમાં તમારે કેટલીક બાબતોનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ. જો તમે આ ચાર બાબતોનું ધ્યાન રાખશો તો તમારી ત્વચા ફાશીને નહીં. ચહેરા અને હાથની ત્વચાને કોમળ રાખવા માટે તમે મોઈશ્વરાઈજરનો ઉપયોગ કરો છો. પરંતુ આ સિવાય તમે શિયાળામાં હાથની ઝ્રાયનેસ કેવી રીતે દૂર કરશો...તે અમે તમને જણાવીશું.. શિયાળામાં હંડા પાણીનો વારંવાર ઉપયોગ કરવાથી હાથની ત્વચા ફાટી જાય છે. આ સિવાય તમારે એ વાતનું પણ ધ્યાન રાખવું જોઈએ કે તમારે વધારે ગરમ પાણીનો પણ ઉપયોગ ન કરવો જોઈએ.

આ પ્રકારનું પાણી ત્વચાની ભેજ ઘટાડે છે. તમારા હાથને નવશેક પાણીથી ધોઈ લો અને પછી તમારા હાથને નરમ ટુવાલથી લૂધી લો. જો કે હવે ઢિનીથી થોડી રાહત મળી છે, પરંતુ તેમ છતાં તમારે કેટલીક બાબતોનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ. ઉદાહરણ તરીકે, હાથ ધોતી વખતે તમારા હાથમાં વીઠી અથવા અન્ય કોઈપણ વસ્તુઓ ન હેડરો. આ સિજનમાં જ્યારે પણ તમે બહાર જાવ ત્યારે તમારે મોઝાનો ઉપયોગ અવશ્ય કરવો. જો તમે આ બાબતોનું ધ્યાન રાખશો તો તમારી ત્વચા નહીં ફાટે.. ધણા લોકોને અભી આદત હોય છે કે તેઓ વારંવાર હાથ ધોતા હોય છે શિયાળામાં તમારે બિનજરૂરી રીતે હાથ ધોવાનું ટાળવું જોઈએ. સાથે સાખુનો કાળજીપુર્વક ઉપયોગ કરો.

વૃદ્ધો અને બાળકોએ
ખાસ રાખવું દ્યાન, ઠંડીમાં
ફેલાઈ રહ્યો છે રોગચાળો



હાલ સમગ્ર ભારતમાં કડકડતી હંડી પડી રહી છે. જો યોગ્ય કાળજી ન રાખવામાં આવે, શિયાળાની અતુર્માં વૃદ્ધો અને બાળકોને અનેક સમસ્યાઓ થઈ શકે છે. હાલ રોગ્યાળો ફેલાઈ રહ્યો છે. સમગ્ર ભારતમાં હાલ હંડીનું જોર વધી રહ્યું છે. હવામાનમાં પલટો થવાના કારણે અને શુષ્ક હંડીના પ્રકોપના કારણે શરદી-ખાંસી અને કંદી જેવી તકલીફ લોકોને થઈ રહી છે, શિયાળામાં થતી આ વાઈરલ સમસ્યા ઘણી સામાન્ય છે. હજુ પણ હંડીમાં વધારો થશે., જેથી જનજીવન ઉપર મારી અસર પ ડશે. હંડી વધવાને સાથે લોકોમાં બીમાર થવાની શક્યતાનોમાં પણ વધારો થશે. આથી વૃદ્ધો અને બાળકોને ખાસ કાળજી લેવાની જરૂર છે. કારણકે આવા લોકોની રોગ પ્રતિકારક શક્તિ ખૂબ જ ઓછી હોય છે. શિયાળાની હંડીમાં રોગ્યાળાનું પ્રમાણ વધ્યું છે. હાલ સમગ્ર ભારતના દવાખાનાઓમાં શસનતત્ત્વને લગતી સમસ્યાના દર્દીઓ, ઉધરસના દર્દીઓ, શરદીના દર્દીઓ જોવા મળી રહ્યા છે. આ ઉપરાંત, લોકોમાં આંખનો હુખ્યાવો, માથાનો હુખ્યાવો, હાઈ બ્લડપ્રેશર, માનસિક રોગ અને નસો જકડાઈ જવાની સમસ્યા થઈ રહી છે. હંડી વધવાની સાથે કેટલીક બીમારીઓ વધી જાય છે. જેમ કે, બ્લડ પ્રેશરના દર્દીઓ કે હાઈ પેન્શનની સમસ્યાઓમાં વધારો થાય છે. આ સાથે જે વાઈરલ ચેપના કિસ્સા પણ વધી જતા હોય છે. શરદીમાં સુરક્ષિત રહેવા માટે આ ઉપાય અપનાવવા જેવા છે. એવું જાણવા મળ્યું છે કે રોગ્યાળામાં ચેપ પ્રામ કરવાનો અતિશય ભય એ કેન્સરના દર્દીઓના નિદાન અને સારવાર માટે આરોગ્યસંભાળમાં વિલંબ કરવા માટેનું એક સૌથી મહત્વપૂર્ણ પરિબળ છે. જો કે, સારવારના દિવસો સિવાય ઘરની અંદર રહેવું, યોગ્ય રીતે ઉપયોગમાં લેવાના ચહેરાના માસ્ક, હાથની સ્વચ્છતા અને ખાસ કરીને જ્યારે સારવાર માટે ઘરની બહાર જતા હોય ત્યારે સામાજિક અંતર સાથે યોગ્ય સાવચેતી રાખવાથી કેન્સરના દર્દીઓમાં થતા મોટાભાગના ચેપને અટકાવી શકાય છે. કેન્સરના દર્દીઓને રોગ્યાળા દરમિયાન ક્રિમોથેરાપીની જરૂર પડે છે. પાણીજન્ય રોગ્યાળામાં ઝડા ઉલ્ટી, કમળા અને ટાઇફોઈડ ઉપરાંત ખૂબ જ જંબીર ગણાતા કોલેરાના પણ ત કેસ સામે આવ્યા છે. કોલેરાના જે નજી કેસ સામે આવ્યા છે તે તમામ પુર્વ વિસ્તારમાં છે. જેમાં એક કેસ બહેરામપુરા વોર્ડમાં, એક કેસ અમરાઈવારી વોર્ડમાં અને એક કેસ લાંબા વોર્ડમાં નોંધાયો છે.

આ એક ભૂલના કરણે અંખોની નીચે થઈ જાય છે કાળા ફુંડાટા

સામાન્ય રીતે આંખોની નીચે ડાર્ક સર્કલ થવું થાક અને ઊંઘની કમીનું કારણ માનવામાં આવે છે. ખરેખર, સખત મહેનત કર્યા પછી, રાતે પૂરતી ઊંઘ ન લેવાથી યહેરા પર થાક આવે છે. આ થાકને કારણે યહેરા પર નાની નસો કાળી થવા લાગે છે અને આંખોની નીચે પર્પલ બ્લૂ સર્કલ દેખાવા લાગે છે. શરીરમાં આયરની ઉષપથી પણ ડાર્ક સર્કલ થવા લાગે છે. જોકે, એનીમિયાનું આ પહેલું લક્ષણ માનવામાં આવે છે. આયરની કમીથી શરીરમાં ઓડિસઝનની કમી થવા લાગે છે. જેનાથી ડાર્ક સર્કલસ અને કરચલી વધવા લાગે છે. જોકે, આંખોની નીચે ડાર્ક સર્કલ ધણાં લોકોની હેલ્થ કંડિશન અથવા ન્યૂટ્રિશનની કમીના કારણે ફણ થઈ શકે છે. તેથી આ પરેશાનીથી છુટકારો મેળવવા માટે બેલેન્સ ડાયેટ લેવું ખૂબ જ જરૂરી છે. ધણીવાર યુવી કિરણો પણ ડાર્ક સર્કલનું કારણ બની જય છે. કારણ કે, જ્યારે તમે લાંબા સમય સુધી તડકામાં રહો



સમયા થઈ શકે છે. આ સ્થિતિમાં, વાણી અને ડાર્ક બ્રાઉન રંગના ડાર્ક સર્કલ જોવા મળે છે. ઘણીવાર આંખોમાં ધૂળ અથવા કોઈપણ પ્રકારની એલર્જ્યના કારણે પણ ડાર્ક સર્કલ થઈ શકે છે. હડીકતમાં, આંખોમાં વારંવાર ખંજવાળને કારણે, આપણે આંખોની નીચેની ત્વચાને પણ નુકસાન પહોંચાડીએ છીએ. બાળકોમાં ડાર્ક સર્કલ થવાનું આ સૌથી મોટું કારણ છે. જો કે, કેટલીકવાર આંખની નીચે ડાર્ક સર્કલની સમયા જ્ઞાનીકરણ અથવા ઉમર વધવાના કારણે પણ થાય છે. આજની ભાગડોડવાળી જિંદગીના કારણે પણ શરીરમાં ન્યૂટ્રિશનની કમી થવા લાગે છે. એવામાં જ્યારે શરીરમાં ન્યૂટ્રિશનની ઉષ્ણપ જેવી કે, આર્યન, વિટામીન A, C, K અને E વગરેની કમી થઈ જાય તો આંખોની નીચે ડાર્ક સર્કલ થઈ શકે છે. તેથી, જો તમને આ પ્રકારની તકલીફ છે તો તમે ડૉક્ટરની સલાહ પર સખીમેન્ટ લઈ શકો છો.

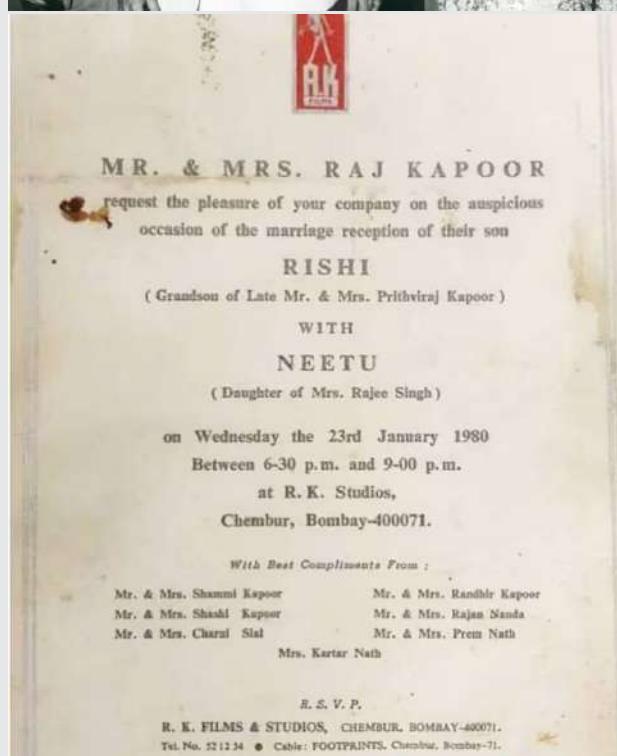
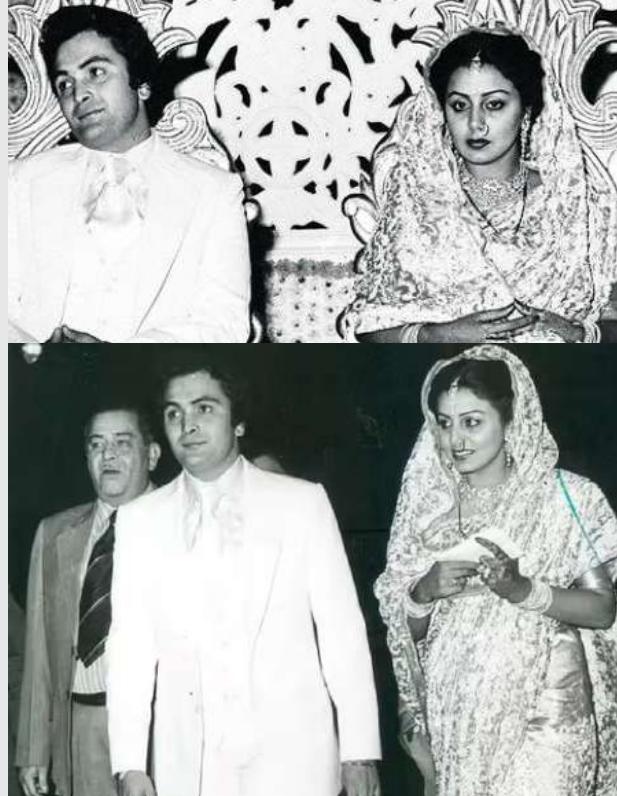
BOLLYWOOD

NEWS FLASH

નીતુ કપૂર અને અધિકપૂરના લગ્ન ૨૩
જાન્યુઆરી, ૧૯૮૦ના રોજ થયા હિતા, હાલ જે
કાર્ડ સોશિયલ મીડિયા પર વાયરલ થઈ રહ્યું છે

બો લિવ્યુડના એવા ધરણા કપલ છે, જેમની કેમિસ્ટ્રી અને લવ સ્ટોરી લોકોને આજે પણ પસંદ છે. આવા કપલમાં અમિતાભ બચ્યન-જ્યા બચ્યન, દિલીપ-સાયરા બાનુ, ધર્મન્દ-હેમા માલિની અને ઝષિ કપૂર અને નીતુ કપૂરનો સમાવેશ થાય છે, જેમની લવ સ્ટોરી લગ્ન સુધી અને લગ્ન પછી પણ લોકોને સાંભળી ગમે છે. જણાવી દઈએ કે, ૨૩ જાન્યુઆરી, ૧૯૮૦ના રોજ બોલિવુડના અને કપૂર પરિવારના સૌથી રોમન્ટિક કપલના લગ્ન થયા હતા. ત્યારે હવે ૪૩ વર્ષ બાદ ફરી એકવાર તેમના લગ્નનું કાર્ડ વાયરલ થઈ રહ્યું છે. બોલિવુડમાં ચિન્તુ જી તરીકે ઓળખાતા એકટર ઝષિ કપૂર હવે આપણી વચ્ચે નથી રહ્યા પરંતુ આજે પણ લોકો તેમના ફિલ્મી ડિસ્ટ્રિક્શન અને નીતુ સિંહ સાથેના તેમના અફેર અંગે વાંચવાનું સાંભળવાનું પસંદ કરે છે. ઝષિ કપૂર અને નીતુના લગ્ન પછી દિંગજ અભિનેતા અને ફિલ્મ ડિરેક્ટર રાજ કપૂરે આર કે સ્ટુડિયોમાં બોલિવુડ સેલેબ્સ માટે એક પાર્ટીનું આયોજન કર્યું હતું. આ પાર્ટી માટે એક શાનદાર કાર્ડ છપાવ્યું હતું, જે ૪૩ વર્ષ પછી ફરી વાયરલ થઈ રહ્યું છે. નીતુ અને ઝષિ કપૂરના લગ્ન ૨૩ જાન્યુઆરી, ૧૯૮૦ના રોજ થયા હતા. હાલ જે કાર્ડ સોશયલ મીડિયા પર વાયરલ થઈ રહ્યું છે, તે બંનેના લગ્નનું રિસેપ્શન કાર્ડ છે. કાર્ડમાં જણાવ્યા મુજબ, આ રિસેપ્શનનું વેચ્યુ આરકે સ્ટુડિયો હતું. લગ્ન બાદ યોજાયેલા આ રિસેપ્શનમાં બોલિવુડની અનેક હસ્તીઓએ હાજરી આપી હતી. લગ્નના રિસેપ્શનમાં આમંત્રિત કરવા માટે છપાવેલું આ કાર્ડ એકદમ સાહું સિમ્પલ છે, પરંતુ તેના પર લખેલા નામ ખૂબ જ ખાસ છે. કાર્ડના ટોપ પર આર.કે. સ્ટુડિયોના લોગો અને આમંત્રિતોમાં પૃથ્વીરાજ કપૂર, રાજ કપૂર, શમી કપૂર, શરી કપૂર, પ્રેમનાથ અને રષાધીર કપૂરના નામો છે. આ તે સમય હતો, જ્યારે ભારતીય સિનેમામાં કપૂર પરિવારનો દબદ્દબો હતો અને દરેક વ્યક્તિ આ ખાસ પ્રસંગનો ભાગ બનવા માંગતા હતા. ઝષિ અને નીતુ કપૂરનું વેર્ડિગ રિસેપ્શન કાર્ડ વાયરલ થતાની સાથે જ યુઝસ્ તેના પર ફિની કમેન્ટ કરી રહ્યા છે. એક યુઝે કમેન્ટ કરતાં લખ્યું કે આ કાર્ડમાં કરિશ્મા અને કરીના કપૂર તરફથી કોઈ રિકવેસ્ટ કેમ નથી કે, ‘પારા કાડાના લગ્નમાં જલુલ-જલુલથી આવજો. જણાવી દઈએ કે, લગ્ન બાદ નીતુએ પોતાના પરિવાર માટે પોતાનું કરિયર છોડી દીધું હતું, બંનેએ ઘણા ઉતાર-ચાટવ જોયા, પરંતુ હાર ન માની. કહેવાય છે કે બંને એકબીજા વગર રહી શકતા ન હતા. વિદેશમાં સારવાર દરમિયાન અને અંતિમ દિવસો સુધી નીતુ ઝષિ કપૂરની તાકાત બની રહી હતી.

શક્તિ અને નીતિ કપૂરનું રિસેપ્શન કાર્ડ વાયરલ



લેજસ્વી પ્રકાશો થાઈ હાઈ સ્લીટ ફેસમાં બતાવી હોટનેસ

તેજસ્વી પ્રકાશની મુલાકાત બિગ બોસ ૧૫ દરમિયાન કરણ કુંદ્રા
સાથે થઈ હતી અને તેમની લવ સ્ટોરી અહીંથી શરૂ થઈ હતી

ત જસ્તી પ્રકાશે ટીવી ઈન્ડસ્ટ્રી પર રાજ કર્યું છે અને તમને જણાવી દઈએ કે નાગિન સિરિયલના કારણે તે આ દિવસોમાં ઘડી ચર્ચામાં આવી ગઈ છે. તેજસ્તી પ્રકાશે હાલમાં જ તેના ઓફિશિયલ સ્ટાટ્યુઝન એકોઉન્ટ પરથી ખૂબ જ હોટ તસવીરો શેર કરી છે અને તમને દઈએ કે તેણે બ્લેક કલરનો થાઈ હાઇ સ્લિટ ટ્રેસ પહેર્યો છે. આ નેજસ્તી પ્રકાશ તેની બોલ્ડનેસને કારણે ચર્ચામાં છે અને તમને જણાવી શેયલ મીડિયા પર પણ ઘણી એક્ટિવ જોવા મળે છે. તે અવારનવાર તેના દ્વારા તેના ફેન્સ સાથે હોટ તસવીરો શેર કરતી જોવા મળે છે. તેજસ્તી બિગ બોસ ૧૫ દરમિયાન કરણ કુન્દા સાથે થઈ હતી અને તેમની લવ રૂ થઈ હતી હવે ચાહકો તેમના લગ્નની આતુરતાથી રાહ જોઈ રહ્યા છે. દઈએ કે તેઓ અવારનવાર પોતાનો પ્રેમ વ્યક્ત કરતા જોવા મળે છે. જાણી દઈએ કે તેજસ્તી પ્રકાશે બિગ બોસ ૧૫ પમાં ભાગ લીધો હતો અને મની હતી. આતલું જ નહીં, તમને જણાવી દઈએ કે આ પછી તેને નાગિન



ਟੀਵੀਨੀ ਸੰਕਾਰੀ ਵਹੁ ਹਿਨਾਨੀ ਜੇਵਾ ਮਲਿਆ ਬੋਲਦ ਅੰਦਾਜ

હિના ખાનને સામાન્ય રીતે મોટાભાગના લોકો જાણતા હોય છે. હિના ખાનની સ્ટાઇલ આજે પણ લોકોને ખૂબ પસંદ પડે છે. ટીવી પછી બોલિવૂડમાં પગ મુક્નાર હિના ખાનનો સ્ટાઇલ અંદાજ સામાન્ય રીતે લાઈભલાઈટમાં છવાયેલો રહેતો હોય છે. આ વખતે હિના ખાને ગ્લેમરરસથી ફેન્સને ઘાયલ કરી દીધી છે. હિના ખાને કેમસ પ્રોડચ્યુસરની બર્થ ડે પાર્ટીમાં હાજરી આપી હતી. આ બર્થ ડે પાર્ટીમાં હિના ખાને પર્ફલ કલરનો સીકેન ડ્રેસ પહેરીને પહોંચી હતી. જો કે આ ડ્રેસ બધાનું ધ્યાન ખેંચ્યું હતું. હિના ખાને પોતાની અદા બદલી દીધી છે. આમ વાત કરવામાં આવે તો હિના ખાનની આ તસવીરો હાલમાં ખૂબ વાયરલ થઈ રહી છે. આ તસવીરો પર ફેન્સ ફિદા થઈ ગયા છે. હિના ખાનની આ તસવીરો પર યુઝર્સ જાતજાતની કોમેન્ટ્સ કરી રહ્યા છે. ઓફ શોલ્ડર ડ્રેસની સાથે હિના ખાને ખૂલ્લા વાળ રાખ્યા હતા. વાળમાં વચ્ચેથી પાર્ટીશન પાડીને વેવી લુકમાં હેર ઓપન રાખ્યા હતા. જો કે હિના ખાન આ લુકમાં હોટ લાગી રહી હતી. હિના ખાને પોતાનો લુક કમ્પ્લીટ કરવા માટે માત્ર કાનમાં સિલ્વર સ્ટોન ઇયરિંગ્સ કેરી કરી હતી. આ સાથે હિના ખાને આંખમાં કાજલ લગાવીને શિરમાં મેકાપની સાથે લાઈટ શેડની લિપસ્ટિક કરી હતી. હિના ખાનનો આ મેક અપ એના લુકમાં ચાર ચાંદ લગાવવાનું કામ કરે છે. હિના ખાનની લિપસ્ટિકનો કલર દરેક છોકરીઓને એક નજરે ગમી જાય એવો છે. હિના ખાને ગ્લેમરરસ લુક માટે સિલ્વર હિલ્સની સાથે પોતાનો લુક કમ્પ્લીટ કર્યો છે.

