R.N.I. Regd. No. GUJGUJ/2022/82886

Date of Publication: 25th of Every May, August, November & February

નાપા - નડિયાદ - પાદરા દિશાવાળ સમાજનું અગ્રણી મુખપત્ર

સદ્‌ગુણ જયતે

ત્રિમાસિક

સમૃદ્ધ ગરવી ગુજરાતનો વૈશ્વિક સુવર્ણ સનાતન સમાચાર

SADGUN JAYATE (QUARTERLY)

Editor: KAUSHAL JAYANTILAL SHAH

Year: 02 ● Issue : 02 ● August 25, 2023 ● Page: 16 ● Price : Rs. 5-00 ● Annual Sub. : Rs.20/-

Off. : Shree Shakti Management, Lower Ground Floor, Shop No. 20, Center Point, Panchvati Cross Road, C.G. Road, Ahmedabad - 6

ગરુડ પુરાણમાં અનેક નરકોનો ઉલ્લેખ છે

ગરુડ પુરાણ વૈષ્ણવ સંપ્રદાય સાથે સંબંધિત એક મહાન પુરાણ છે. સનાતન ધર્મમાં મૃત્યુ પછી મોક્ષ આપનારી માનવામાં આવે છે. એટલા માટે સનાતન હિન્દુ ધર્મમાં મૃત્યુ પછી ગરુડ પુરાણ સાંભળવાની જોગવાઈ છે. આ પુરાણના પ્રમુખ દેવતા ભગવાન વિષ્ણુ છે. જેમાં ભક્તિ, જ્ઞાન, વૈરાગ્ય, સદાચાર, નિઃસ્વાર્થ કર્મોના મહિમા સાથે સામાન્ય માનવીને ત્યાગ, દાન, તપ, તીર્થયાત્રા વગેરે શુભ કાર્યોમાં પ્રેરિત કરવા અનેક લૌકિક અને દિવ્ય ફળોનું વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે. અઢાર પુરાણોમાં ગરુડ મહાપુરાણનું પોતાનું એક વિશેષ મહત્વ છે. ગરુડ પુરાણમાં અનેક પ્રકારના નરકનો ઉલ્લેખ કરવામાં આવ્યો છે. આ અંતર્ગત જણાવવામાં આવ્યું છે કે કયા પાપની સજા શું છે? આવો જાણીએ ગરુડ પુરાણમાં જણાવેલા નરકો વિશે.

મહારૌરવઃ જેઓ જાણી જોઈને અન્યના ઘર, ખેતર, કોઠાર અથવા ગોદામ વગેરેમાં આગ લગાડે છે, તેમને એવી જગ્યાએ રાખવામાં આવે છે, જ્યાં ચારેબાજુ આગ હોય આ સ્થાનને 'મહારૌરવ' કહેવામાં આવે છે.

મહાવિચિઃ ગાયોને મારનારાઓને એવી જગ્યાએ રાખવામાં આવે છે જ્યાં લોખંડના તીક્ષ્ણ કાંટા હોય અને લોહીના છાંટા હોય. આ જગ્યાને 'મહાવિચી' કહે છે.

કુંભીપાકઃ જેઓ બ્રાહ્મણોને મારી નાખે છે અને અન્યની જમીન હડપ કરે છે તેમને ગરમ રેતી અને કોલસાથી ભરેલી જમીન પર નરકમાં મૂકવામાં આવે છે. આને 'કુંભીપાક' કહે છે.

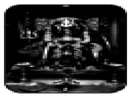
મંજુષઃ જેઓ નિર્દોષોને ફસાવે છે અને કેદ કરે છે તેઓને સળગતી લોખંડની જ્વલંત જમીન પર સજા કરવામાં આવે છે. આ જગ્યાને 'મંજુષ' કહેવામાં આવે છે.

મહાપ્રભઃ જેઓ પતિ-પત્નીમાં ભાગલા પાડે છે, તેઓને 'મહાપ્રભ' નામના નરકમાં સ્થાન મળે છે. એવું કહેવાય છે કે ત્યાં મોટા પોઈન્ટેડ તીરો છે.

વિલેપાકઃ દારૂનું સેવન કરનારા બ્રાહ્મણોને એવી જગ્યાએ બાળવામાં આવે છે જ્યાં લાખો શોલા સળગાવવામાં આવે છે. આ જગ્યાને 'વિલેપાક' કહેવામાં આવે છે.

જયંતિઃ વિદેશી સ્ત્રી સાથે સંબંધ રાખનારને જયંતિ નામના નરકમાં રાખવામાં આવે છે. આ જગ્યાએ લોખંડની મોટી શિલા નીચે દબાવીને સજા કરવામાં આવે છે.

શ્રી નીલકંઠ મહાદેવ નમઃ | શ્રી ગણેશાય નમઃ ॥ | શ્રી સિધ્ધાંબિકા માતાય નમ



આમંત્રણ

"૨૫માં વર્ષની ઉજવણી"

સ્વ. શ્રી સોમાભાઈ વનમાળીદાસ શાહ (નાપાવાળા) પરીવાર આયોજીત
શ્રી નિલકંઠ મહાદેવની અસીમ કૃપાથી દાદાનાં સાનિધ્યમાં
છેલ્લા ૨૪ વર્ષથી થાળ-પ્રભુ પ્રસાદી નું આયોજન કરતા આવ્યા છીએ
અમારા પરીવારની એકતા તથા સાથ-સહકાર થકી આ વર્ષે
તા. ૩-૯-૨૦૨૩ ને રવિવારના રોજ ભાટીયેલ તા. પેટલાદ મુકામે
૨૫ માં વર્ષની ઉજવણી નિમિત્તે અમારા સર્વે પરીવારજનો તથા
દશા-દિશાવાળ વણિક જ્ઞાતિ (નાપા-નડીયાદ-અમદાવાદ-વડોદરા-પાદરા-પેટલાદ)
એકડા ગ્રૂપના સર્વેજ્ઞાતિ જનોને **શ્રી નિલકંઠ મહાદેવમાં**
સ્વયંપ્રાગટ્ય લીંગના અલૌકીક દર્શન નો લાભ લેવા તથા પ્રભુ પ્રસાદી લેવા
હાજર રહેવા જાહેર આમંત્રણ પાઠવીએ છીએ

:: આયોજક ::

બાલમુકુંદ શંકરલાલ શાહ (ડાકોર)
અશોકકુમાર મોહનલાલ શાહ (આણંદ)

તારીખ : ૩-૯-૨૦૨૩ ને રવિવાર શ્રાવણ વદ ૪
કાર્યક્રમ : સવારે ૯:૩૦ – ચ્હા નાસ્તો
સવારે ૧૦:૩૦ થી ૧૨:૩૦ સુધી – અભિવાદન તથા સંગીત પ્રોગ્રામ
બપોરે ૧૨:૩૦ થી ૨:૦૦ – પ્રભુ પ્રસાદી

બાલમુકુંદભાઈ શાહ - મો. ૮૩૪૭૩૧૨૯૧૬ (ડાકોર-કપડવંજ તથા અન્ય ગામ)
કૌશલ શાહ
મો. ૮૮૬૬૮૮૩૮૮૩-અમદાવાદ
કમલ શાહ
મો. ૯૬૮૭૬૨૮૯૬૬-વડોદરા
નિલેષ શાહ
મો. ૯૮૨૫૭૮૭૩૩૩-આણંદ-નાપા-બોરસદ
હિતેશ શાહ
મો. ૯૮૨૪૪ ૩૨૮૬૭-આણંદ-નાપા-બોરસદ
દિલીપ શાહ-મો. ૯૮૨૫૯૩૩૦૦૫-નડીયાદ-પેટલાદ

: નોંધ :
- આમંત્રીત મહેમાનોએ પોતાની સંખ્યાની જાણ પોતાનાં ગામ/શહેર પ્રમાણે પ્રતિનિધિને તા. ૨૫-૮-૨૦૨૩ સુધી જાણ કરવાની રહેશે.
- એકડાગ્રુપના જ્ઞાતિજનોને અરસ-પરસ માહીતીની જાણ કરવા વિનંતી
- (૧) ભાટીયેલ આવવા માટે નાપા-અગાસ સ્ટેશન શીહોલ થી ભાટીયેલ (૨) નાપા-આશી-ભાટીયેલ (૩) આણંદ-કરમસદ-સંદેસર-અગાસ સ્ટેશન શીહોલ થી ભાટીયેલ

• શ્રીમતી રિશીતા ચિરાયુકુમાર શાહ પરિવારના જયશ્રીકૃષ્ણ •

જો તમે બધાના ફેવરિટ બનવા માંગો છો તો અપનાવો

આ ૬ આદતો, પર્સનલ અને પ્રોફેશનલ લાઈફમાં ઉપયોગી થશે

તમે કેટલાક એવા લોકોને જોયા જ હશે જે દરેકને ખૂબ પસંદ હોય છે. આ લોકો પાર્ટીઓની જાન હોય છે. લોકો તેમના શબ્દોને ખૂબ પસંદ કરે છે. પાર્ટી હોય કે ગેટ ટુગેધર, તેમના વિના બધું અધૂરું લાગે છે. વાસ્તવમાં, આ લોકોની કેટલીક આદતો હોય છે જે તેમને ખાસ બનાવે છે. લોકો તેમના તરફ આકર્ષાય છે. આ લોકોની આસપાસ રહેવું ગમે છે.

અહીં આવી જ કેટલીક આદતો વિશે જણાવવામાં આવ્યું છે. તમે પણ આ આદતો અપનાવી શકો છો.

આ આદતો અપનાવવાથી તમે સ્વભાવે મૈત્રીપૂર્ણ બની શકશો. આ આદતો અપનાવવાથી તમે બધાના ફેવરિટ બની જશો. આવો જાણીએ કઈ છે આ આદતો.

મનની વાત કરો

આવા લોકોને ખૂબ પસંદ કરવામાં આવે છે જેઓ ખુલ્લા મનથી વાત કરે છે. આ લોકો મનના સ્વચ્છ માનવામાં આવે છે. આ લોકો ખુલ્લા પુસ્તક જેવા છે. આમ કરવાથી લોકો તમારા પર વિશ્વાસ રાખે છે. બીજાઓ આવા લોકો સાથે તેમની સમસ્યાઓ શેયર કરવામાં અચકાતા નથી.

નેતૃત્વ ગુણવત્તા

જે લોકોમાં લીડરશીપ ક્વોલિટી હોય છે, તે લોકોને ખૂબ પસંદ કરવામાં આવે છે. આવા લોકોની સલાહ લેવાનું વધુ પસંદ કરવામાં આવે છે. આવા લોકોનો સપોર્ટ મળવા પર લોકો તેમની સાથે જોડાયેલા રહેવાનું પસંદ કરે છે.

આદર આપો

હંમેશા લોકોનો આદર કરો. લોકો શું કહે છે તે ધ્યાનથી સાંભળો. તેમના શબ્દોને માન આપો. લોકોની વાત સાંભળ્યા પછી એવું કંઈ ન બોલો જેનાથી તેમનું અપમાન થાય. તેમનો ન્યાય કરશો નહીં.

સપોર્ટ કરો

ઘણી વખત આપણી આસપાસ કેટલાક એવા લોકો હોય છે જેમને સપોર્ટની ખૂબ જ જરૂર હોય છે. આવા લોકોની બીજાઓ ભલે અવગણના કરતા હોય છે. પરંતુ તમે આવું કરવાનું ટાળો. આવા લોકોને શક્ય તેટલું સપોર્ટ કરો.

દુષ્ટતા ન કરો

ક્યારેય કોઈની ટીકા ન કરો. જો તમે બધાના ફેવરિટ બનવા માંગતા હોવ તો આ આદતને ચોક્કસ અપનાવો. ઘણી વખત લોકો વિશે ગપસપના મામલામાં લોકો તેમનું માન ગુમાવે છે. પરંતુ આવું કરવાનું ટાળો.

તમારા ચહેરા પર સ્મિત રાખો

તમારા ચહેરા પર હંમેશા સ્મિત રાખો. આ સાથે તમે સકારાત્મક વાતાવરણ બનાવો છો. આ સાથે તમે તણાવ મુક્ત રહેશો.

પત્ની :- બોલતા બોલતા આપણા લગ્નના ત્રીસ વર્ષ પુરા થઈ ગયા નહિ...!

પતિ :- બોલતા બોલતા તારે થયાં છે... મારે તો સાંભળતા સાંભળતા થયાં છે...!!

★ ★ ★

પતિ :- આજે ઊંઘ નથી આવતી

પત્ની :- તો વાસણ ઘસી નાખો...

પતિ :- હું તો ઊંઘમાં બોલું છું...

★ ★ ★

પતિ : 'તારા જન્મદિવસે હીરાનો હાર ભેટ લાવ્યો છું.'

પત્ની : 'તમે તો મને મોટરકાર લઈ દેવાના હતા ને ?'

પતિ : 'હા, પણ નકલી મોટરકાર મળી નહીં.'

શ્રી નરેશભાઇ કનુલાલ શાહ પરિવારના જયશ્રીકૃષ્ણ

ન્યુ રામવિજય ચોપડા ભંડાર

પ્રમુખ, ઑલ ગુજરાત સ્ટેશનરી એસોસીએશન

'બ્રાન્ડ : વિપુલ'

૪૪/૫૦, કાગદી બજાર, ગાંધીબ્રિજ પુલ નીચે,
અમદાવાદ- ૩૮૦ ૦૦૧
ફોન : ૦૭૯-૨૨૧૪૭૪૫૫
મો. ૯૮૨૫૩૨૮૦૮૩/ ૮૯૮૦૫૩૯૦૩૫

ઓલ ગુજરાત વાલી મંડળ પ્રમુખ

(વૉઇસ ઑફ ચિલ્ડ્રન)
(સ્કૂલ કી આવાજ)
(સી.બી.એસ.સી. / ગુજરાત બોર્ડ / આઇ.બી./ આઇ.સી.એસ.સી.)

આ અંક લઇને આવનાર તમામ દિશાવાળ બંધુઓને સ્ટેશનરી, ચોપડા, નોટબુકની ખરીદી પર ૧૦% ડિસ્કાઉન્ટ આપવામાં આવશે

શું તમે વારંવાર થાક અનુભવો છો? તો તમારા આહારમાં આ વસ્તુઓનો સમાવેશ કરો

ઉનાળાની ઋતુમાં પરસેવો થવો સામાન્ય બાબત છે. તેની સાથે થાક પણ લાગવા માંડે છે. થોડી પણ મહેનત કરો તો એવું લાગે છે કે તમે થાકીને લોથપોથ થઈ ચૂક્યા છો. આવી સ્થિતિ ઉનાળા સિવાય પણ અન્ય ઋતુમાં થતી હોય તો થાકના કારણો પર ધ્યાન આપવું જરૂરી છે. કેટલીકવાર ઊંઘના અભાવે થાક લાગે છે. પરંતુ મોટે ભાગે તે ડાયટને કારણે પણ થઈ શકે છે.

જો તમારા આહારમાં આવશ્યક પોષક તત્વો ન હોય તો થાક પણ વધુ હોઈ લાગે છે. તેનાથી છૂટકારો મેળવવા માટે તમારા રોજિંદા આહારમાં કેટલીક વસ્તુઓનો કાળજીપૂર્વક સમાવેશ કરો.

ઓમેગા -૩ ફેટી એસિડઃ-

ઈટાલીની યુનિવર્સિટી ઓફ સિએના દ્વારા કરવામાં આવેલા સંશોધનમાં દાવો કરવામાં આવ્યો છે કે ઓમેગા ૩ ફેટી એસિડ સતર્કતા વધારે છે. જે લોકો પોતાના આહારમાં માછલી, સીડ્સ વસ્તુઓનું સારા પ્રમાણમાં સેવન કરે છે તેઓને થાક ઓછો લાગે છે. અને તેઓ અન્ય કરતા વધુ એલર્ટ પણ રહે છે.

બદામઃ- બદામમાં થાક સામે લડવાની શક્તિ હોય છે. બદામ ખાવાથી ભૂખ પણ ઓછી લાગે છે. આ ઉપરાંત, તે વિટામિન્સ અને ઝિંક સિવાય ઓમેગા થ્રી ફેટી એસિડનો ઉત્તમ સ્રોત છે. જે શરીરને ભરપૂર એનર્જી આપે છે અને તેના કારણે થાક લાગતો નથી.

કેળાઃ- તમને ફળ ખાવાનું પસંદ હોય કે ના હોય, બંને સ્થિતિમાં કેળાથી દૂર ન રહો. કેળા એક અસરકારક ફળ છે તે જ્યારે તમે થાકી ગયા હોવ અથવા થાકને રોકવા માટે પણ ઈન્સ્ટન્ટ એનર્જી આપે છે. કેળામાં તમને ભરપૂર માત્રામાં પોટેશિયમ, ફાઈબર્સ અને ઘણા પ્રકારના વિટામિન્સ મળે છે. જે તમને થાકથી ખૂબ જ દૂર રાખે છે.

પાણીઃ- ખોરાકમાં કેટલીક વસ્તુઓનો સમાવેશ કરવો જેટલો જરૂરી છે, તેટલું જ મહત્વ પાણીનું છે. તમે જેટલું વધુ પાણી પીશો તેટલું તમારું શરીર હાઈડ્રેટેડ રહેશે. શરીરમાં પૂરતા પ્રમાણમાં પાણી હોવાને કારણે થાક, સુસ્તીની લાગણી ઓછી થાય છે.

વર્કઆઉટઃ-

આ બધાની સાથે સાથે શરીરને સક્રિય રાખવું ખૂબ જરૂરી છે. નિયમ પ્રમાણે દરરોજ વર્કઆઉટ કે હળવી કસરત કરવાથી તમારી ફિટનેસ જળવાઈ રહેશે. જો સ્નાયુઓ સ્ટ્રેચ થશે તો તેમનો તણાવ પણ છૂટી જશે. જેના કારણે શરીરમાં ચપળતા આવશે.

સદ્‌ગુણ જયતે ગ્રુપ આયોજીત

અધિકમાસ નિમિતે એક દિવસ માટે સફળયાત્રા પ્રવાસ

ન્યોછાવર માત્ર રૂા.૧૫૧માં

તારીખઃ-૧૫-૮-૨૦૨૩ મંગળવારે યોજેલ પ્રવાસમાં સવારે ચા/કોફી, બપોરે ત્રિમંદિર ભોજન અને સાંજે ચા/કોફી તેમજ ભાગવત વિદ્યાપીઠ પ્રસાદ અને ત્રિમંદિર પ્રસાદનું વ્યક્તિ દીઠ વિતરણ સાથે એક દિવસ પ્રવાસની સુખદ સફર પૂર્ણ કરી.

પ્રવાસમાં દર્શન નો લાભ લીધો તેની માહિતી

સદ્‌ગુણ જયતે કાર્યાલય, ૨૦ સેન્ટર પોઈન્ટ કોમ્પ્લેક્સ પંચવટી પાંચ રસ્તા અમદાવાદ ખાતેથી સવારે :- ૭.૪૫ કાર્યાલય ખાતે ચા / કોફી પીધા પછી પ્રવાસ વિજય

૧. શ્રી ઈસ્કોન મંદિર -૮.૧૫ થી ૮.૩૫
૨. શ્રી હરિકૃષ્ણ મંદિર- ભાડજ ૯.૧૫ થી ૯.૪૦
૩. શ્રી સોલા ભાગવત ૧૦.૧૫ થી ૧૦.૪૫
૪. શ્રી તિરુપતિ બાલાજી ૧૧.૦૫ થી ૧૧.૨૫
૫. શ્રી વિશ્વ ઉમિયાધામ ૧૧.૫૦ થી ૧૨.૧૦
૬. શ્રી પ્રભાહનુમાન- અડાલજ ૧૨.૩૫ થી ૧૨.૫૦
૭. શ્રી ત્રિમંદિરે - સુંદર પ્રસાદભોજન (૩ મીઠાઈ, ૩ ફરસાણ, ૨ શાક , ૧ કઠોળ, દાળ, ભાત, છાસ,:- સમય ૧.૧૦ થી ૧.૪૦) ત્યાર બાદ ત્રિમંદિર દર્શન - ૧.૫૦ થી ૨.૩૦ બપોર પ્રસ્થાન. સ્વયંસેવકોનું ભાવપૂર્વક અદ્‌ભુત અને કુશળતાપૂર્વક મેનેજમેન્ટ
૮. શ્રી સિદ્ધિ વિનાયક ગણપતિ મંદિર - મહેમદાવાદ ૪.૨૫ થી ૪.૩૫
૯. શ્રી બળિયાદેવ મંદિર ૬.૨૫ થી ૬.૪૫

ચા/કોફી કાર્યાલય ઉપર આશરે ૭.૨૦થી ૭.૩૦ વાગે પરત આવીને.

ખાસ નોંધઃ- **MAM-4 = GJ 01 JT 5923**ના ડ્રાઈવર અને કન્ડક્ટરનો ખૂબ જ આભાર. **AMC**ના નવા અભિગમને અનુરૂપ થઈ આપણી એક દિવસ માટેની પ્રવાસ યોજના પૂર્ણાહુતિ.

સદ્‌ગુણ જયતે ગ્રુપ આયોજીત

શ્રાવણ માસ નિમિતે એક દિવસ માટે યાત્રા પ્રવાસ

ન્યોછાવર માત્ર રૂા. ૧૫૧માં

એક બસમાં માત્ર ૨૮ સીટો જ રહેશે

એકાદશી નિમિતે મહાદેવ મંદિર અને હવેલીઓ દર્શન

તારીખઃ-૧૦-૯-૨૦૨૩ રવિવાર

સવારે ચા-બપોરે જમવાનું- સાંજે ચા

ઉપાડવાનો સમય સવારે ૬.૪૫ વાગે પરત સાંજે ૬.૪૫ વાગે

સદ્‌ગુણ જયતે ત્રિ માસિક / પારિવારિક ક્લબ કાર્યાલય ખાતે સંપર્ક કરવો

હોસ્પિટલમાં દાખલ થયા પછી પણ આરોગ્ય વીમાનો દાવો મેળવવામાં મુશ્કેલી પડે છે?

આ કારણો જવાબદાર હોઈ શકે છે

કોરોના મહામારીની શરૂઆતથી ભારત સહિત સમગ્ર વિશ્વમાં લોકોમાં આરોગ્ય વીમો ખરીદવા અંગેની જાગૃતિ નોંધપાત્ર રીતે વધી છે. બીમારીના ખર્ચથી બચવા લોકો મોંઘી હેલ્થ ઈન્સ્યોરન્સ પોલિસી ખરીદી રહ્યા છે. જો કે કેટલીકવાર જ્યારે તમે સ્વાસ્થ્ય વીમો ખરીદો છો ત્યારે તમારી પાસે સાચી માહિતી હોતી નથી જેના કારણે પાછળથી ક્લેઈમ મેળવવો મુશ્કેલ બને છે. જરૂર સમયે વીમા કંપની ગ્રાહકનો ક્લેઈમ પાસ કરવાનો કરવાનો ઈન્કાર કરે છે. જો તમારી સાથે એવું બન્યું છે કે હોસ્પિટલમાં દાખલ થયા પછી પણ તમને હેલ્થ ક્લેમ મેળવવામાં તકલીફ થઈ રહી છે તો તેના ઘણા કારણો હોઈ શકે છે.

જૂના રોગો વિશે માહિતી ન આપવી

તમને જણાવી દઈએ કે કેટલીકવાર લોકો હેલ્થ ઈન્સ્યોરન્સ લેતી વખતે હેલ્થ ઈન્સ્યોરન્સ કંપનીને તેમની લાંબી બીમારીઓ વિશે જાણ કરતા નથી જેના કારણે પાછળથી મોટી સમસ્યાઓ થઈ શકે છે. જો તમે પહેલાથી જ ડાયાબિટીસ, હાઈ બ્લડ પ્રેશર, હૃદય રોગ વગેરે જેવી કોઈપણ પ્રકારની બિમારીથી પીડિત હોવ તો તમારે પોલિસી ખરીદતી વખતે વીમા કંપનીને જાણ કરવી આવશ્યક છે. આ પછી તમને કોઈપણ સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાના કિસ્સામાં સરળતાથી ક્લેમ મળી જશે.

અલગ ખર્ચનો ન કરો ક્લેઇમ

કેટલીકવાર કંપની તેની હેલ્થ ઈન્સ્યોરન્સ પોલિસીમાં ફક્ત તમારી હોસ્પિટલમાં એડમિશનના ખર્ચ માટે જ ક્લેમ ચૂકવે છે. વધુમાં OPD તમને ફી, દવાના ખર્ચ વગેરે માટેના દાવાઓ ચૂકવવાનો ઈનકાર કરી શકે છે. તે કિસ્સામાં કોઈપણ પ્રકારનો સ્વાસ્થ્ય વીમો લેતા પહેલા તમામ નિયમો અને શરતો (Terms & Conditions)ને યોગ્ય રીતે વાંચવાની તમારી જવાબદારી છે તે પછી જ પોલિસી ખરીદો.

હોસ્પિટલમાં દાખલ થવા છતાં આ નિયમોનું પાલન જરૂરી

કેટલીકવાર જ્યારે લોકો બીમાર હોય છે ત્યારે હોસ્પિટલ ૨૪ કલાકની દેખરેખ પછી દર્દીને રજા આપે છે. આવા કિસ્સામાં હેલ્થ ઈન્સ્યોરન્સ ક્લેઈમ ઘણી વખત કંપનીઓ દ્વારા ફગાવી દેવામાં આવે છે. તેઓ કહે છે કે ગ્રાહક સ્વાસ્થ્ય વીમાનો દાવો ત્યારે જ કરી શકે છે જો તે Being Actively Treatedની શ્રેણીમાં આવે.

દરેક પોલિસી માટે રૂમ ભાડું નિશ્ચિત રહે છે

રૂમ ભાડું તબીબી બિલનો મુખ્ય ભાગ છે. રૂમનું ભાડુ અલગ અલગ પોલિસી માટે નિશ્ચિત રહે છે. જો કોઈ દર્દી તેની પાસેથી ખર્ચાળ ઓરડામાં શિફ્ટ થવા માંગે છે, તો આ માટે તેણે તેના ખિસ્સામાંથી પૈસા ચૂકવવા પડશે. અહીં સમજવું જરૂરી છે કે કન્સલ્ટેશન ચાર્જ, ઓપરેશન થિયેટર ચાર્જ, રૂમ સર્વિસ ચાર્જ રૂમ ભાડાના આધારે નક્કી કરવામાં આવે છે. આવી સ્થિતિમાં જો તમે વધુ ખર્ચાળ રૂમમાં શિફ્ટ કરો છો તો દરેક ચાર્જ વધે છે. આ કિસ્સામાં વીમા કંપની દાવાને નોંધપાત્ર રીતે ઘટાડી શકે છે.

કન્ઝ્યુમેબલ પ્રોડક્ટ્સ પર લાભ નહિ મળે

કન્ઝ્યુમેબલ પ્રોડક્ટ્સના નામે ઘણા પ્રકારના ખર્ચ પણ થાય છે. વીમા કંપનીઓ આ મોટા ભાગના ખર્ચને આવરી લેતી નથી. આ જ કારણ છે કે મેડિકલ બિલનો અમુક ટકા હિસ્સો પોલિસીધારકે તેના ખિસ્સામાંથી જમા કરાવવો પડે છે. જો કે, તે નકારી શકાય નહીં કે તબીબી વીમો રાખવાથી તમે તબીબી બિલની ચોક્કસ ટકાવારી ચૂકવી શકો છો અને ડિસ્ચાર્જ થઈ શકો છો. વીમા કંપનીઓ બાકી બિલ ચૂકવે છે. આ માટે તમારે દર મહિને તમારી કમાણીમાંથી કેટલાક રૂપિયા વીમા કંપનીને પ્રીમિયમ તરીકે ચૂકવવા પડશે.

જય શ્રીકૃષ્ણ
SINCE 1984
જય સિલ્વર
રાજકોટવાળા
1, Supermall, Nr. Lal Bungalow, C. G. Road, Ahmedabad
M:8905033337
Silver Coins - 100% Pure Silver Dinner Set
Corporate Gift - Pooja Articles

જેનરિક દવા અને બ્રાન્ડેડ દવા વચ્ચે શું તફાવત છે? જેનરિક શા માટે સસ્તી છે

આજકાલ લાઈફસ્ટાઈલને કારણે સવારે ઉઠીએ ત્યારથી રાતે સુઈએ ત્યાં સુધી દવાઓ જરૂરી બની ગઈ છે. મોટાભાગના પરિવારોમાં એક વ્યક્તિ દરરોજ દવાઓ લે છે. જે તેમના માટે એક અલગ ખર્ચ છે. દવાઓના આ વિશાળ બજારમાં જેનેરિક દવાઓની ચર્ચા પણ થઈ રહી છે. બ્રાન્ડેડ દવાઓ અને જેનરિક દવાઓ વિશે પણ ઘણી ચર્ચા છે.

શું તમે ક્યારેય વિચાર્યુ છે કે જેનરિક દવા અને બ્રાન્ડેડ દવા વચ્ચે શું તફાવત છે, તમારે જાણવું જરૂરી છે કે જેનરિક દવા બ્રાન્ડેડ દવા કરતાં ઘણી સસ્તી આવે છે. પરંતુ જેનરિક ફાર્માસ્યુટિકલ દવાઓ વિશે ઘણી મૂંઝવણ છે જેમ કે આ જેનરિક દવા અને બ્રાન્ડેડ દવા વચ્ચે શું તફાવત છે, શું જેનરિક અને બ્રાન્ડેડ દવાની ગુણવત્તામાં તફાવત છે ? અને આ જેનેરિક દવા ક્યાં મળે છે ? તો ચાલો જાણીએ આ બધા સવાલોના જવાબ.

બ્રાન્ડેડ દવા શું છે ?

બ્રાન્ડેડ દવાને એવી દવા કહેવામાં આવે છે જે કંપની તેના પોતાના નામથી બનાવે છે અને વેચે છે. પીડા અને તાવ માટે વપરાતી પેરાસિટામોલને ક્રોસિન નામથી વેચવામાં આવે છે, પછી તે બ્રાન્ડેડ દવા બની ગઈ. સામાન્ય રીતે, જ્યારે કોઈ ફાર્માસ્યુટિકલ કંપની નવી દવા શોધે છે, ત્યારે તે તે દવાને તેના પોતાના નામે પેટન્ટ કરે છે અને આ પેટન્ટ લગભગ ૨૦ વર્ષ માટે હોય છે. હવે જ્યાં સુધી તે દવાની પેટન્ટ તે કંપની પાસે છે ત્યાં સુધી માત્ર સંશોધન કરનાર કંપનીને જ તે દવા બનાવવાનો કે ઉત્પાદન કરવાનો અને તે દવાનું વધુ સંશોધન કરવાનો અધિકાર છે, જ્યારે કોઈ કંપની પાસેથી પેટન્ટ ખરીદે છે ત્યારે જ દવાની સંશોધન અને ઉત્પાદનના અધિકારો મળે છે. જે દવાની શોધ થાય છે તેને રોયલ્ટી આપવામાં આવે છે.

જેનરિક દવા શું છે?

જ્યારે એક નાની કંપની સમાન પદાર્થોનું મિશ્રણ કરીને દવાઓ બનાવે છે, ત્યારે તેને બજારમાં જેનેરિક દવાઓ કહેવામાં આવે છે. આ બે દવાઓ વચ્ચે કોઈ તફાવત નથી, માત્ર નામ અને બ્રાન્ડનો તફાવત છે. ઉદાહરણ તરીકે, ધારો કે તમે કોઈ નાની કંપની પાસેથી અમુક સામાન ખરીદી રહ્યા છો. પરંતુ દવા બનાવવાની ફોર્મ્યુલા સમાન છે. તેથી દવાની ગુણવત્તામાં કોઈ તફાવત નથી. ઉપરાંત, બ્રાન્ડેડ કંપનીઓની પેટન્ટ સમાપ્ત થયા પછી તે બનાવવાનું શરૂ કરે છે. જો તેને ક્રોસિન જેવા બ્રાન્ડ નામ હેઠળ વેચવામાં આવે તો તે બ્રાન્ડેડ દવા બની જાય છે. તમને જાણીને નવાઈ લાગશે કે તાવ, ઉધરસ અને શરીરના દુખાવા જેવી સમસ્યાઓ માટે, જે દરરોજ થતી રહે છે, જેનરિક દવા માત્ર ૧૦ પૈસાથી ૧.૫ રૂપિયા પ્રતિ ટેબ્લેટમાં ઉપલબ્ધ છે. જ્યારે બ્રાન્ડેડ દવામાં તેની કિંમત દોઢ રૂપિયાથી ૩૫ રૂપિયા સુધી પહોંચી જાય છે.

શું જેનરિક દવા અને બ્રાન્ડેડ દવાની ગુણવત્તામાં તફાવત છે?

બેડરૂમમાં ભૂલથી પણ આ વસ્તુઓ ન રાખવી જોઈએ

વાસ્તુ શાસ્ત્રનું જીવનમાં ખાસ મહત્ત્વ રહેલું છે, જેની મદદથી ઘરમાં એક સારો માહોલ રહે છે અને નકારાત્મક ઊર્જા દૂર થાય છે. ઘરનું વાસ્તુ યોગ્ય હોય તો ઘરમાં સુખ અને શાંતિ રહે છે. જે માટે ઘરના રૂમનું વાસ્તુ યોગ્ય હોવું જરૂરી છે અને તેમાં કલરની પસંદગી પણ સમજી વિચારીને કરવી જોઈએ.

રૂમમાં કઈ કઈ વસ્તુઓનો ઉપયોગ કરવો, તેનું પણ ખાસ ધ્યાન રાખવું જોઈએ જેથી ઘર અને જીવનમાં પોઝિટિવિટી રહે. વાસ્તુશાસ્ત્રમાં એવી વસ્તુઓનો ઉલ્લેખ કરવામાં આવે છે, જે ભૂલથી પણ બેડરૂમમાં ના મુકવી જોઈએ. માનવામાં આવે છે કે, તે વસ્તુઓ અશુભ હોય છે. વાસ્તુ શાસ્ત્ર અનુસાર બેડરૂમમાં ક્યારેય પણ સાવરણી, કુહાડી, ચીપિયો, તવો અને ડસ્ટબિન ના રાખવું જોઈએ. જેથી જાતના જીવનમાં પરેશાનીઓ આવે છે અને ધન આગમનમાં મુશ્કેલી ઉત્પન્ન થાય છે.

બેડરૂમમાં બિલ્કુલ પણ ના મુકશો આ વસ્તુઓ

★ બેડરૂમમાં ક્યારેય પણ દેવી દેવતાના રૌદ્ર રૂપના ફોટોઝ ના હોવા જોઈએ, ઉપરાંત બેડરૂમમાં પૂજાઘર પણ ના બનાવવું જોઈએ.

★ બેડરૂમમાં જંગલી જાનવરના આક્રમક ફોટોઝ ના લગાવવા જોઈએ. જે અશુભ માનવામાં આવે છે.

★ વાસ્તુ શાસ્ત્ર અનુસાર બેડરૂમમાં કાંટેદાર છોડ ના રાખવા જોઈએ. જો કોઈ પરિણીત કપલના લગ્ન જીવનમાં તણાવ ચાલી રહ્યો હોય તો ભૂલથી પણ આ પ્રકારના છોડ કે શોપીસ ના રાખવા જોઈએ.

★ વાસ્તુ શાસ્ત્ર અનુસાર બેડરૂમમાં એંઠા વાસણ હોય તો તે અશુભ માનવામાં આવે છે. જેના કારણે વ્યક્તિના જીવવમાં ધન સંબંધિત પરેશાનીઓ ઉત્પન્ન થાય છે.

પત્ની - જુઓ છાપામાં દારૂ પીવાથી થતાં નુકશાનો લખ્યા છે અને તમે રાત-દિવસ નશામાં રહો છો.
પતિ - બસ, બહુ થયું, કાલથી બિલકુલ બંધ.
પત્ની-(ખુશ થઈને) સાચે જ, કાલથી દારૂ પીવાનુ બંધ કરી દેશો?
પતિ - ના, કાલથી છાપુ બંધ.

અનુસંધાન પાન (૫)નું ચાલુ

જેનેરિક દવા - બ્રાન્ડેડ દવા

ઘણીવાર ઘણા લોકોને લાગે છે કે જેનરિક દવા અને બ્રાન્ડેડ દવાની ગુણવત્તામાં તફાવત છે. પરંતુ સામાન્ય રીતે તેમની વચ્ચે કોઈ તફાવત નથી, માહિતી માટે, તમને જણાવી દઈએ કે દેશમાં એવો કોઈ ડેટા ઉપલબ્ધ નથી કે જેથી બ્રાન્ડેડ દવા અને જેનરિક દવાઓની ગુણવત્તા/ગુણવત્તાની તુલના કરી શકાય. આ ઉપરાંત, અમે તમને જણાવી દઈએ કે નોન-બ્રાન્ડેડ દવાઓની ગુણવત્તામાં ઘટાડો થયો છે, ખાસ કરીને સરકાર દ્વારા ખરીદવામાં આવેલી દવાઓ.

જેનેરિક દવાઓ કેમ સસ્તી છે?

જેનરિક દવાઓ સસ્તી હોય છે અને આ આપણે બધા જાણીએ છીએ, પરંતુ આ દવાઓ સસ્તી થવાનું કારણ શું છે, તો અમને જણાવો કે આ કારણ છે કે તેના પ્રમોશન પર પૈસા ખર્ચવામાં આવતા નથી. તમને જણાવી દઈએ કે ફાર્મા કંપનીઓ બ્રાન્ડેડ દવાઓના રિસર્ચ, પેટન્ટ અને જાહેરાતો પર ઘણા પૈસા ખર્ચે છે. બ્રાન્ડેડ દવાઓની કિંમતનું આ એક મોટું કારણ છે. જ્યારે જેનરિક દવાઓની કિંમત સરકાર દ્વારા નક્કી કરવામાં આવે છે અને તેના પ્રમોશન પર વધુ ખર્ચ કરવામાં આવતો નથી. કૃપા કરીને જણાવો કે જેનરિક દવાઓ બ્રાન્ડેડ દવાઓ કરતા ૧૦ થી ૨૦ ગણી સસ્તી હોય છે. તો તેના કારણે જેનરિક દવાઓ સસ્તી પડે છે.

જેનેરિક દવા ક્યાંથી મેળવી શકાય?

દેશમાં પ્રધાનમંત્રી જન ઔષધિ યોજના પર જેનેરિક દવાઓ વેચવામાં આવે છે અને અહીં આ દવાઓ ઓછી કિંમતે પૂરી પાડવામાં આવે છે. તમને જણાવી દઈએ કે દેશભરમાં લગભગ ૫૩૯૫ જન ઔષધિ કેન્દ્રો છે અને જ્યાં કેન્સર સહિત અનેક રોગોની લગભગ ૯૦૦ દવાઓ ઉપલબ્ધ છે. તેમજ તમે તમારા ડૉક્ટરને જેનરિક દવા લખવા માટે કહી શકો છો અને પછી તમે બ્રાન્ડેડ દવાને બદલે મેડિકલ સ્ટોર અથવા કેમિસ્ટ પાસેથી સારી ગુણવત્તાની જેનરિક દવા મંગાવી શકો છો.

જો કે, વિકાસકર્તાઓની પેટન્ટની સમયસીમા સમાપ્ત થયા પછી જેનરિક દવાઓ સૌપ્રથમ તેમના ફોર્મ્યુલેશન અને ક્ષારનો ઉપયોગ કરીને વિકસાવવામાં આવે છે. આ સાથે સીધું ઉત્પાદન થાય છે, કારણ કે તેના ટ્રાયલ વગેરે પહેલેથી જ થઈ ચૂક્યા છે. આમાં, કંપનીઓ પાસે એક ફોર્મ્યુલા છે અને આ ફોર્મ્યુલામાંથી દવાઓ બનાવવામાં આવે છે.

જ્યારે ઈચ્છો ત્યારે રાષ્ટ્રધ્વજ ફરકાવી ન શકાય

ત્રિરંગો લહેરાવવાનો નિયમ છે

ગણતંત્ર દિવસ અને આ રાષ્ટ્રીય તહેવાર નિમિત્તે દેશભરમાં વિવિધ સ્થળોએ આપણો રાષ્ટ્રધ્વજ ફરકાવવામાં આવે છે. રાષ્ટ્ર ધ્વજ સૌપ્રથમ ૭ ઓગસ્ટ ૧૯૦૬ના રોજ પારસી બાગાન ચોક, કોલકાતા ખાતે લાલ, પીળી અને લીલા પટ્ટાઓ સાથે ફરકાવવામાં આવ્યો હતો. આ પછી ત્રિરંગાનો આકાર ઘણી વખત બદલાયો હતો.

આઝાદીના થોડા દિવસો પહેલા ૨૨ જુલાઈ ૧૯૪૭ના રોજ યોજાયેલી ભારતની બંધારણ સભાની બેઠક દરમિયાન રાષ્ટ્રધ્વજનું વર્તમાન સ્વરૂપ અપનાવવામાં આવ્યું હતું.

રાષ્ટ્રધ્વજ ફરકાવવા માટે કેટલાક નિયમો હોય છે. પરંતુ તેના વિશે ઘણા લોકોમાં જાગૃતિનો અભાવ છે. ત્રિરંગાને લઈને લોકોમાં કેટલીક ગેરમાન્યતાઓ પણ છે. રાષ્ટ્રધ્વજના ઉપયોગ અને તેને ફરકાવવા માટે એક સંહિતા બનાવવામાં આવી છે. આ સંહિતા ત્રિરંગો ફરકાવવા માટેના નિયમો અને કાયદો નક્કી કરે છે.

ત્રિરંગાને લઈને કઈ કઈ બાબતોનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ?

ત્રિરંગો રાષ્ટ્રીય સન્માનનું પ્રતિક છે અને તેનો વ્યવસાયિક રીતે પ્રતીક તરીકે ઉપયોગ કરી શકાતો નથી. ખાસ કરીને એવી રીતે જે તેના પ્રત્યે અનાદર વ્યક્ત કરે છે. તેમણે કહ્યું કે ત્રિરંગાને લઈને દેશમાં 'ફ્લેગ કોડ ઑફ ઈન્ડિયા' નામનો કાયદો છે. જેમાં ત્રિરંગો ફરકાવવાના નિયમો નક્કી કરવામાં આવ્યા છે. આ નિયમોનું ઉલ્લંઘન કરનારને જેલ પણ થઈ શકે છે.

ત્રિરંગો હંમેશા કોટન, સિલ્ક કે ખાદીનો હોવો જોઈએ. પ્લાસ્ટિકનો રાષ્ટ્ર ધ્વજ બનાવવાની મનાઈ છે. ત્રિરંગાની રચના હંમેશા લંબચોરસ હોય છે, જેનો ગુણોત્તર ૩ : ૨ નિશ્ચિત છે. સફેદ રંગની પટ્ટીની મધ્યમાં અશોક ચક્ર હોય છે. જેમા ૨૪ આંકા હોવા જરૂરી છે. દેશમાં માત્ર ત્રણ સ્થળોએ જ 21x14 ફૂટનો રાષ્ટ્રધ્વજ ફરકાવવામાં આવે છે. જેમાં કર્ણાટકનો નરગુંદ કિલ્લો, મહારાષ્ટ્રનો પન્હાલા કિલ્લો અને મધ્ય પ્રદેશના ગ્વાલિયર જિલ્લામાં આવેલો કિલ્લો છે.

તમે તમારા ઘરની છત પર પણ ત્રિરંગો ફરકાવી શકો છો

પહેલા સામાન્ય લોકોને તેમના ઘર કે સંસ્થાનો પર ત્રિરંગો ફરકાવવાની મંજૂરી ન હતી, જ્યારે રાત્રિ દરમિયાન પણ તેને ફરકાવવાની મનાઈ હતી. ૨૨ ડિસેમ્બર ૨૦૦૨ પછી સામાન્ય દિવસોમાં પણ સામાન્ય લોકોને તેમના ઘર અથવા ઓફિસમાં ત્રિરંગો ફરકાવવાની પરવાનગી મળી હતી. વર્ષ ૨૦૦૯માં રાત્રે ત્રિરંગો ફરકાવવાની મંજૂરી આપવામાં આવી હતી. સ્ટેજ પર ત્રિરંગો ફરકાવતી વખતે જ્યારે વક્તાનો ચહેરો શ્રોતાઓ તરફ હોય તો ત્રિરંગો હંમેશા તેની જમણી બાજુ હોવો જોઈએ. ત્રિરંગો કોઈની પીઠ બાજુ ફરકાવી શકાતો નથી.

કઈ વસ્તુઓ પ્રતિબંધિત છે ?

રાષ્ટ્ર ધ્વજ પર કંઈપણ લખવું, બનાવવું કે કાઢી નાખવું ગેરકાયદેસર છે. તેનો ઉપયોગ કોઈપણ સામાન, ઈમારતો વગેરેને આવરી લેવા માટે થઈ શકતો નથી. કોઈપણ સંજોગોમાં રાષ્ટ્રધ્વજ જમીનને સ્પર્શવો જોઈએ નહીં. ત્રિરંગાનો ઉપયોગ કોઈપણ પ્રકારના યુનિફોર્મ કે ડેકોરેશન માટે કરી શકાતો નથી. રાષ્ટ્રધ્વજ કરતાં ઊંચો અન્ય કોઈ ધ્વજ લગાવી શકાતો નથી.

રાષ્ટ્રીય શોક અથવા શહીદી સમયે ત્રિરંગાની સ્થિતિ

ભારતના બંધારણ મુજબ, રાષ્ટ્રીય વ્યક્તિના મૃત્યુ પછી, રાષ્ટ્રીય શોક જાહેર કરાય ત્યારે રાષ્ટ્રીય ધ્વજને થોડા સમય માટે નીચે રાખવામાં આવે છે. જે ઈમારતમાં સ્વર્ગસ્થ વિભૂતિનો પાર્થિવ દેહ રાખવામાં આવ્યો હોય છે એ જ ઈમારતનો ત્રિરંગો ઝુકાવવામાં આવે છે. મૃતદેહને ઈમારતમાંથી બહાર કાઢ્યા બાદ ત્રિરંગો ઉંચાઈ પર લહેરાવવામાં આવે છે.

દેશની મહાન હસ્તીઓ અને શહીદોના નશ્વર દેહને ત્રિરંગામાં લપેટીને સન્માન કરવામાં આવે છે. જો કે, ત્રિરંગાની કેસરી પટ્ટી માથાની બાજુમાં અને લીલી પટ્ટી પગ તરફ હોવી જોઈએ તેનું ધ્યાન રાખવામાં આવે છે.

માધવ- શ્રીજી ગૃહ ઉદ્યોગ - આંબાવાડી

નંબર	બેકરી બિસ્કીટ નાન ખટાઇ	પ્રીમિયમ	એમ.આર.પી.	ડિસ્કાઉન્ટ ભાવ
૦૦૧	સ્ટ્રોબેરી વેફર્સ બિસ્કીટ	૧૪૦ ગ્રામ	૪૦	૩૦
૦૦૨	ચોકલેટ વેફર્સ બિસ્કીટ	૧૪૦ ગ્રામ	૪૦	૩૦
૦૦૩	ઓરેન્જ વેફર્સ બિસ્કીટ	૧૪૦ ગ્રામ	૪૦	૩૦
૦૦૪	પાઇનેપલ વેફર્સ બિસ્કીટ	૧૪૦ ગ્રામ	૪૦	૩૦
૦૦૫	લીટલ હાર્ટ બિસ્કીટ	૨૫૦ ગ્રામ	૪૦	૩૦
૦૦૬	જીરા કાજુ મીકસ બિસ્કીટ	૨૫૦ ગ્રામ	૪૦	૩૦
૦૦૭	ચોરસ સીકસર બિસ્કીટ	૨૫૦ ગ્રામ	૪૦	૩૦
૦૦૮	બદામ મસાલા બિસ્કીટ	૨૫૦ ગ્રામ	૪૦	૩૦
૦૦૯	લાકડી/ સ્ટીક બિસ્કીટ	૨૫૦ ગ્રામ	૪૦	૩૦
૦૧૦	સમોસા સેપ બિસ્કીટ	૨૫૦ ગ્રામ	૪૦	૩૦
૦૧૧	ગોલ્ડ સીકસર બિસ્કીટ	૨૫૦ ગ્રામ	૪૦	૩૦
૦૧૨	સ્પે. ગોલ્ડ બિસ્કીટ	૨૫૦ ગ્રામ	૪૦	૩૦
૦૧૩	મીકસ નમકીન ચવાણું	૨૫૦ ગ્રામ	૫૦	૪૦
૦૧૪	ખાટુમીઠું ચવાણું	૨૫૦ ગ્રામ	૫૦	૪૦
૦૧૫	રજવાડી ચવાણું	૨૫૦ ગ્રામ	૫૦	૪૦
૦૧૬	ઝીણી સેવ	૨૫૦ ગ્રામ	૫૦	૪૦
૦૧૭	નાયલોન સેવ	૨૫૦ ગ્રામ	૫૦	૪૦
૦૧૮	ચણાદાળ	૨૫૦ ગ્રામ	૫૦	૪૦
૦૧૯	દાલમૂઠ	૨૫૦ ગ્રામ	૫૦	૪૦
૦૨૦	મકાઇ ચેવડો	૨૫૦ ગ્રામ	૫૦	૪૦
૦૨૧	પૌંવા ચેવડો	૨૫૦ ગ્રામ	૫૦	૪૦
૦૨૨	સક્કરપારા	૨૫૦ ગ્રામ	૫૦	૪૦
૦૨૩	મેથીપુરી	૨૫૦ ગ્રામ	૫૦	૪૦
૦૨૪	સમોસા મસાલા પુરી	૨૫૦ ગ્રામ	૫૦	૪૦
૦૨૫	ફરસીપુરી	૨૫૦ ગ્રામ	૫૦	૪૦
૦૨૬	મીઠા-મરચાંવાળી પુરી	૨૫૦ ગ્રામ	૫૦	૪૦
૦૨૭	ભેળપુરી	૨૫૦ ગ્રામ	૫૦	૪૦
૦૨૮	ચાટની પુરી	૨૫૦ ગ્રામ	૫૦	૪૦
૦૨૯	સ્પે. મેંદાપુરી ચાટ મસાલા	૨૫૦ ગ્રામ	૫૦	૪૦
૦૩૦	સ્પે. જાડી લાલ સેવ	૨૫૦ ગ્રામ	૬૦	૫૦
૦૩૧	રતલામની સેવ	૨૫૦ ગ્રામ	૬૦	૫૦
૦૩૨	બિકાનેરી સેવ	૨૫૦ ગ્રામ	૬૦	૫૦
૦૩૩	સ્પે. ટમટમ	૨૫૦ ગ્રામ	૬૦	૫૦
૦૩૪	સ્પે. ફુલવડી	૨૫૦ ગ્રામ	૬૦	૫૦
૦૩૫	સ્પે. ઝીણી લાલ સેવ	૨૫૦ ગ્રામ	૬૦	૫૦
૦૩૬	બટર ઝીણી રતલામની સેવ	૨૫૦ ગ્રામ	૭૦	૬૦
૦૩૭	સીંગ ભુંજીયા	૨૫૦ ગ્રામ	૭૦	૬૦
૦૩૮	મીની ભાખરવડી	૨૫૦ ગ્રામ	૭૦	૬૦
૦૩૯	સૂકી કચોરી	૨૫૦ ગ્રામ	૭૦	૬૦
૦૪૦	તીખી પાપડી	૨૫૦ ગ્રામ	૭૦	૬૦
૦૪૧	મોળી પાપડી	૨૫૦ ગ્રામ	૭૦	૬૦
૦૪૨	બટાકા વેફર્સ	૨૫૦ ગ્રામ	૭૦	૬૦
૦૪૩	કેળા વેફર્સ	૨૫૦ ગ્રામ	૭૦	૬૦
૦૪૪	સાદા ખાખરા	૫૦૦ ગ્રામ	૧૫૦	૧૦૦
૦૪૫	મસાલા ખાખરા	૫૦૦ ગ્રામ	૧૫૦	૧૦૦
૦૪૬	મેથી ખાખરા	૫૦૦ ગ્રામ	૧૫૦	૧૦૦
૦૪૭	જીરા ખાખરા	૫૦૦ ગ્રામ	૧૫૦	૧૦૦
૦૪૮	ચાટ મસાલા ખાખરા	૫૦૦ ગ્રામ	૧૫૦	૧૦૦
૦૪૯	સાદા ખાખરા	૫૦૦ ગ્રામ	૨૦૦	૧૫૦
૦૫૦	આચાર મસાલા ખાખરા	૫૦૦ ગ્રામ	૧૫૦	૧૦૦
૦૫૧	ચોખ્ખા ઘીના ખાખરા	૫૦૦ ગ્રામ	૧૫૦	૧૦૦
૦૫૨	સ્પે. કેરીનું ખાટું અથાણું	૫૦૦ ગ્રામ	૧૦૦	૭૫
૦૫૩	સ્પે. મીકસ ખાટું અથાણું	૫૦૦ ગ્રામ	૮૦	૫૦
૦૫૪	સ્પે. ગોળ કેરી અથાણું	૫૦૦ ગ્રામ	૧૨૫	૧૦૦
૦૫૫	સ્પે. લીંબુનું ગળ્યું અથાણું	૫૦૦ ગ્રામ	૧૨૫	૧૦૦
૦૫૬	સ્પે. છુંદો તીખો	૫૦૦ ગ્રામ	૧૨૫	૧૦૦
૦૫૭	સ્પે. ગળ્યો મુરબ્બો	૫૦૦ ગ્રામ	૧૬૦	૧૨૫
૦૫૮	સ્પે. લાલ મરચાંનું ગળ્યું અથાણું	૫૦૦ ગ્રામ	૧૬૦	૧૨૫
૦૫૯	સ્પે. આથેલા મરચાંનું અથાણું	૫૦૦ ગ્રામ	૧૦૦	૭૫

• શ્રી કેતનભાઇ મહેન્દ્રભાઇ શાહ (સુરત)ની શુભેચ્છા •

૦૬૦	સ્પે. સફેદ માવાના પેંડા	૨૫૦ ગ્રામ	૧૨૦	૧૦૦
૦૬૧	સ્પે. કેસર માવાના પેંડા	૨૫૦ ગ્રામ	૧૩૦	૧૧૦
૦૬૨	સ્પે. રાજકોટ રજવાડી પેંડા	૨૫૦ ગ્રામ	૧૩૦	૧૧૦
૦૬૩	સ્પે. મૈસુર	૨૫૦ ગ્રામ	૧૩૦	૧૧૦
૦૬૪	સ્પે. ચોખ્ખા ઘીનો મગસ	૨૫૦ ગ્રામ	૧૫૦	૧૨૦
૦૬૫	સ્પે. ચોખ્ખા ઘીનો મોહનથાળ	૨૫૦ ગ્રામ	૧૫૦	૧૨૦
૦૬૬	સ્પે. કાજુ કતરી	૨૫૦ ગ્રામ	૨૦૦	૧૮૦
૦૬૭	સ્પે. કાજુ અંજીર રોલ	૨૫૦ ગ્રામ	૨૩૦	૨૦૦
૦૬૮	સ્પે. ડ્રાયફ્રુટ રોલ	૨૫૦ ગ્રામ	૨૭૦	૨૫૦
૦૬૯	સ્પે. ડ્રાયફ્રુટ સેન્ડવીચ	૨૫૦ ગ્રામ	૨૭૦	૨૫૦
૦૭૦	સ્પે. ડ્રાયફ્રુટ બાઉલ	૨૫૦ ગ્રામ	૨૭૦	૨૫૦
૦૭૧	સ્પે. ડ્રાયફ્રુટ ખજૂર પાક	૨૫૦ ગ્રામ	૨૦૦	૧૮૦

શ્યામ સુંદર બેકરીના પ્રીમિયમ બિસ્કીટ

૧	ઓરેન્જ બિસ્કીટ	૪૦૦ ગ્રામ	૧૭૦	૧૫૦
૨	ચોકલેટ બિસ્કીટ	૪૦૦ ગ્રામ	૧૭૦	૧૫૦
૩	પિસ્તા બિસ્કીટ	૪૦૦ ગ્રામ	૧૭૦	૧૫૦
૪	કોકોનેટ બિસ્કીટ	૪૦૦ ગ્રામ	૧૭૦	૧૫૦
૫	કાજુ પિસ્તા બિસ્કીટ	૪૦૦ ગ્રામ	૧૭૦	૧૫૦
૬	બદામ બિસ્કીટ	૪૦૦ ગ્રામ	૧૭૦	૧૫૦
૭	ઇલાયચી કોકોનેટ બિસ્કીટ	૪૦૦ ગ્રામ	૧૭૦	૧૫૦
૮	જામ બિસ્કીટ	૪૦૦ ગ્રામ	૧૭૦	૧૫૦
૯	ચોકલેટ ચીપ્સ બિસ્કીટ	૪૦૦ ગ્રામ	૧૭૦	૧૫૦
૧૦	ચોકલેટ બદામ બિસ્કીટ	૪૦૦ ગ્રામ	૧૭૦	૧૫૦
૧૧	ફ્રુટ કાજુ બિસ્કીટ	૪૦૦ ગ્રામ	૧૭૦	૧૫૦
૧૨	બટર નાન ખટાઇ બિસ્કીટ	૪૦૦ ગ્રામ	૧૭૦	૧૫૦
૧૩	ડ્રાયફ્રુટ નાન ખટાઇ બિસ્કીટ	૪૦૦ ગ્રામ	૧૭૦	૧૫૦
૧૪	મીકસ બિસ્કીટ	૪૦૦ ગ્રામ	૧૭૦	૧૫૦
૧૫	કેક રસ્ક બિસ્કીટ	૪૦૦ ગ્રામ	૧૮૦	૧૫૦
૧૬	બદામ રસ્ક બિસ્કીટ	૪૦૦ ગ્રામ	૧૮૦	૧૫૦

સમૃધ્ધ વૈશ્વિક ઉચ્ચ જ્ઞાતિનો સનાતન પરિવાર

સદ્‌ગુણ જયતે

સનાતન સદ્‌કર્મ સંસ્કાર સાહસ સમજુતી સંબંધ

પરિવાર દીઠ સભ્ય ફી રૂા. ૨૫૧/- (એક વર્ષ માટે)

ઓફિસઃ ૨૦, સેન્ટર પોઈન્ટ, પંચવટી પાંચ રસ્તા, સી.જી. રોડ, અમદાવાદ. મો. ૮૮૬૬૮૮૩૮૮૩

વાર્ષિક કાર્યક્રમોની રૂપરેખા

- પારિવારિક કાર્યક્રમ
- અંતાક્ષરી કે મ્યુઝિકલ કાર્યક્રમ
- હાઉસી તથા સંગીત ખુરશી
- પિકનીક (વન-ડે / સાપ્તાહિક)
- ધાર્મિક કાર્યક્રમ
- ગેટ ટુ ગેધર
- નાટક / ફિલ્મ / હાસ્ય દરબાર

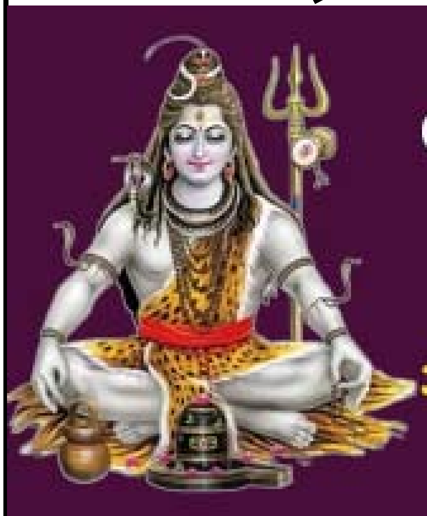
- મેમ્બર બનવા માટે આધારકાર્ડની ઝેરોક્ષ તથા પેમેન્ટની રસીદ મુખ્ય કાર્યાલય પર મોકલાવવી.
- વર્ષ દરમ્યાન ઓછામાં ઓછા ૭ કાર્યક્રમનું આયોજન કરવામાં આવશે.
- સદ્‌ગુણ જયતે પારિવારિક સભ્ય માટે માત્ર ટોકન ચાર્જ લેવામાં આવશે.
- મહેમાન માટેનો ચાર્જ ટોકન ચાર્જ કરતાં વધુ રહેશે.
- તમામ કાર્યક્રમની જાણ વોટ્સએપ ગ્રુપ બનાવીને તેના દ્વારા જાણ કરવામાં આવશે.

Sadgun Jayate - Bank of Baorda, Ambawadi Branch,
Ahmedabad * A/C No.: 03200200001328
IFSC : BARB0AMBAWA (Fifth Character Is ZERO)
Cheque in favour of Sadgun Jayate

• સ્વ. શ્રીમતી ચંદ્રબાળાબેન ઉમેશકુમાર શાહ પરિવાર (અમદાવાદ)ની શુભેચ્છા •

ભારત માં આવેલ ભગવાન શિવજીનું એવું અનોખું મંદિર જેના

શિવલિંગ ઉપર ગાય ખુદ પોતાના દૂધનો અભિષેક કરતી



અત્યારે શ્રાવણ મહિનો ચાલી રહ્યો છે અને દરેક ભક્ત ભગવાન શંકરનું નામ સ્મરણ કરી રહ્યા છે. ત્યારે ભગવાન શંકરનું પ્રસિદ્ધ દિયાવાંનાથ મંદિર શ્રાવણ મહિનામાં તથા શિવરાત્રીમાં શ્રદ્ધા તથા ભક્તિનું ખૂબ જ મોટું કેન્દ્ર બની જાય છે. આ મંદિરમાં આ દિવસોમાં હજારોની સંખ્યામાં ભક્તો આવે છે અને શ્રાવણ મહિનાના સોમવારના દિવસે ભક્તોની ભીડ એટલી બધી વધી જાય છે કે વ્યવસ્થા કરવા માટે પ્રશાસનને પણ ખૂબ જ મહેનત કરવી પડે છે. પ્રયાગરાજ થી ગંગા અને તેના આસપાસના વિસ્તારોની પવિત્ર નદીના જળ લાવીને દિયાવાનાથ શિવલિંગ નો અભિષેક કરવામાં આવે છે.

બસુહી નદીના કિનારે આવેલ છે આ મંદિર

આ મંદિરની માન્યતા જ્યોતિર્લિંગ જેવી જ છે આ જાગૃત શિવલિંગ ત્રેતા યુગથી જ ઉત્તર પ્રદેશમાં જોનપુર જિલ્લાના બરસઠી ભાગમાં બસુહી નદીના કિનારે આવેલ છે. પંગુલબાબા કુટી, કરીયાંવ, મીરગંજ ના મહંત બ્રહ્મચારી આત્માનંદજીનું કહેવું છે કે આ શિવલિંગ ભગવાન શ્રીરામના સૌથી નાના ભાઈ શત્રુઘ્ન દ્વારા સ્થાપિત કરવામાં આવ્યું છે.

વાણાસુરનું હતું રાજ

તેમનું કહેવું છે કે ત્રેતા યુગમાં આ ક્ષેત્ર ખૂબ જ ગાઢ જંગલોથી ઘેરાયેલું હતું. અને અહીં વાણાસુર નામનો રાક્ષસ રાજ કરતો હતો અને તેનું જ શાસન ચાલતું હતું. તેની ઉપર નિયંત્રણ મેળવવા માટે શત્રુઘ્ન એ સેના સહિત અહીં આવ્યા અને વાણાસુર સાથે યુદ્ધ કર્યું. આ સંગ્રામ ઘણા બધા મહિનાઓ સુધી ચાલ્યો, અને આ દરમિયાન વાણાસુર પોતાની માયાવી અને આસુરી શક્તિથી શત્રુઘનની સેના સહિત બધાને જ બેભાન કરી દીધા. જ્યારે આ સૂચના ભગવાન શ્રીરામને મળી ત્યારે તેઓ ગુરુ વશિષ્ઠ ની સાથે અહીં પધાર્યા હતા.

શત્રુઘ્ન એ કરી હતી શિવલિંગની સ્થાપના

ભગવાન રામે પોતાના તપો બળથી શત્રુઘ્નને સેના સહિત મૂર્છિત કર્યા હતા તેમાંથી ફરીથી પાછા લાવ્યા, અને શત્રુઘ્નએ ગુરુ વશિષ્ઠને વાણાસુરને પરાજિત કરવા માટેનો ઉપાય પૂછ્યો. વશિષ્ઠ ગુરુએ શત્રુઘ્નને એક વિશેષ શિવલિંગની સ્થાપના કરવાની સૂચના આપી, અને ગુરુની આજ્ઞા થી શત્રુઘ્નએ આ શિવલિંગની સ્થાપના કરી. તેનું નામ દીનાનાથ મહાદેવ પડ્યું ત્યારબાદ તેનું નામ દિયાવાનાથ મહાદેવ પ્રચલિત થઈ ગયું.

૫૦૦ વર્ષ પહેલા મળ્યું મંદિર

અવકાશ પ્રાપ્ત શિક્ષક સુરેન્દ્રસિંહ નું કહેવું છે કે ત્રેતા યુગનું શિવલિંગ મધ્યકાળ સુધી આવતા આવતા છુપાઈ ગયું હતું લગભગ ૫૦૦ વર્ષ પહેલા ક્ષેત્રના સુબેદાર દુબેની ગાય શિવલિંગ ઉપર પોતાનું દૂધ ચડાવતી હતી, અને આ રહસ્ય કોઈપણ વ્યક્તિને ખબર ન હતી એક વખત સુબેદાર દુબે પોતાની ગાયને શિવલિંગ ઉપર દૂધ અર્પિત કરતા જોઈ લીધું હતું. ત્યારબાદ શિવલિંગના મહાત્મ્ય વિશે ક્ષેત્રમાં ચર્ચાઓ થવા લાગી, અને લોકોએ શિવલિંગનું ખોદાણ શરૂ કર્યું પરંતુ તેમાં તેઓને સફળતા મળી નહીં. અમુક દિવસ પછી એક વખત આ સ્થાન ઉપર મંદિર સ્થાપિત કરવાનું સ્વપ્ન આવ્યું. ત્યારબાદ ભગવતીપ્રસાદ મિત્ર પંડાના નેતૃત્વમાં દિયાવાનાથ મંદિરની સ્થાપના કરવામાં આવી.

વિદેશથી આવે છે ભક્તો

આ મંદિરની એટલી બધી માન્યતા છે કે દેશ સિવાય વિદેશથી પણ અહીં ભક્તો પોતાની મનોકામના પૂરી કરવા માટે આવતા હોય છે અને સ્થાનિક લોકોનું કહેવું છે કે કાશી વિશ્વનાથ મંદિરની જેમ જ સરકાર આ જગ્યાને પણ વિસ્તાર આપવા માટે સહયોગ કરે.

• સ્વ. શ્રી મહેન્દ્રભાઇ વાડીલાલ શાહ પરિવાર (અમદાવાદ)ની શુભેચ્છા •

પતિ પત્ની વચ્ચે ઉંમરનો કેટલો તફાવત યોગ્ય છે??

લગ્ન સબંધ નક્કી કરતી વખતે ઘણી બાબતોનું ધ્યાન રાખવામાં આવે છે. વર-કન્યાના પરિવારથી માંડીને શિક્ષણ. આ ઉપરાંત એક બીજી બાબત પણ ધ્યાનમાં લેવામાં આવે છે કે વર અને કન્યાની ઉંમરમાં કેટલો તફાવત છે. જો કે સમયની સાથે લોકોની વિચારસરણીમાં ઘણો બદલાવ આવ્યો છે. આજે પતિ-પત્ની વચ્ચે ઉંમરનો તફાવત ઓછો હોય કે વધુ, તેનાથી કોઈ ફરક પડતો નથી. પરંતુ ઘરના વડીલો હજુ પણ માને છે કે છોકરાની ઉંમર છોકરી કરતા વધુ હોવી જોઈએ. પરંતુ શું તમે ક્યારેય વિચાર્યું છે કે સફળ લગ્ન જીવન માટે પતિ-પત્ની વચ્ચે ઉંમરનું અંતર કેટલું હોવું જોઈએ અને તેના વિશે વિજ્ઞાન શું કહે છે. ના? તો ચાલો તમને જણાવીએ.

પતિ પત્ની વચ્ચે ઉંમરના તફાવત વિશે સંશોધન શું કહે છે?

સફળ લગ્ન જીવન માટે કપલ વચ્ચે ઉંમરનું કેટલું અંતર હોવું જોઈએ તે જાણવા માટે એટલાન્ટાની એમોરી યુનિવર્સિટીએ ત્રણ હજાર લોકો પર સંશોધન કર્યું હતું. આ સંશોધનમાં સબંધો, લગ્ન, છૂટાછેડા અને બાળકો પર કેટલાક મહત્વપૂર્ણ ડેટા પ્રાપ્ત થયા હતા. જો તમે પણ લગ્ન કરીને ઘર વસાવવાનું વિચારી રહ્યા છો તો આ સંશોધન તમારા માટે ખૂબ જ ઉપયોગી સાબિત થઈ શકે છે. તો ચાલો જાણીએ શું કહે છે સંશોધન.

સંશોધન મુજબ કપલ વચ્ચે પાંચ વર્ષની ઉંમરનો તફાવત હોવા પર છૂટાછેડાની સંભાવના ૧૮ ટકા હોય છે. જે કપલ વચ્ચે ફક્ત એક વર્ષનો તફાવત હોય છે, તેમની વચ્ચે છૂટાછેડા થવાની સંભાવના ફક્ત ત્રણ ટકા હોય છે. તેમજ જે કપલ વચ્ચે ઉંમરનો તફાવત દસ વર્ષનો હોય છે, તેમની વચ્ચે છુટાછેડા થવાની સંભાવના ૩૯ ટકા વધી જાય છે. જ્યારે કપલ વચ્ચે ૨૦ વર્ષનો તફાવત હોય તો છૂટાછેડા થવાની સંભાવના ૯૫ ટકા વધી જાય છે.

આ રિસર્ચ અનુસાર જે કપલ વચ્ચે ઉંમરનું અંતર જેટલું વધારે હશે તેટલા જ છૂટાછેડાની શક્યતાઓ વધી જાય છે. તેથી તેમની વચ્ચે ઉંમરનું અંતર જેટલું ઓછું હશે તેટલું જ લગ્નજીવન વધુ સફળ થશે. આ સિવાય રિસર્ચ એ પણ કહે છે કે જે કપલ્સમાં એક વર્ષનો તફાવત હોય છે, તેમના લગ્ન સૌથી વધુ ટકે છે. નિષ્ણાંતોના મતે, જે દંપતિને લગ્ન પછી એક બાળક હોય છે, તેમના છૂટાછેડાની સંભાવના નિઃસંતાન કપલની તુલનામાં ૫૯ ટકા ઓછી હોય છે.

આ રિસર્ચમાં બીજી એક ખૂબ જ રસપ્રદ વાત જાણવા મળી છે કે, જે કપલ લગ્ન પછી બે વર્ષ સુધી સાથે રહે છે, એટલે કે જેમનું બે વર્ષ સુધી સુખી દામ્પત્ય જીવન હોય છે, તેમના છૂટાછેડાની શક્યતા ૪૩ ટકા ઘટી જાય છે, જ્યારે જે યુગલ૧૦ વર્ષ સુધી સાથે રહે છે, તેમની વચ્ચે છૂટાછેડાની શક્યતા ૯૪ ટકા સુધી ઘટી જાય છે.

નિષ્ણાંત શું કહે છે?

નિષ્ણાંતોનું કહેવું છે કે લગ્ન માટે છોકરા છોકરી વચ્ચે ઉંમરનો તફાવત ખૂબ મહત્વ ધરાવે છે. તેમના મત મુજબ પતિ ઉંમરમાં પત્નીથી મોટો હોવો જોઈએ અને બંને વચ્ચે ચારથી પાંચ વર્ષનું અંતર હોવું જોઈએ. લગ્ન માટેની ઉંમર વિશે નિષ્ણાતો પાસે કેટલાક જૈવિક તર્ક છે.

પરિપક્વતા સ્તર

નિષ્ણાતો મુજબ છોકરા અને છોકરીની પરિપક્વતા સ્તરમાં તફાવત હોય છે. છોકરીઓ ૧૨ થી ૧૪ વર્ષની વયે તરુણાવસ્થામાં પહોંચે છે, જ્યારે છોકરાઓ ૧૪ થી ૧૭ વર્ષની વયે આ તબક્કે પહોંચે છે. છોકરીઓ વહેલી પરિપક્વ થાય છે, જ્યારે છોકરાઓ મોડા પરિપક્વ થાય છે. સફળ લગ્ન જીવન માટે પરિપક્વતા ખૂબ જ જરૂરી છે. તેથી, છોકરાનું ઉંમરમા મોટું હોવું પણ જરૂરી છે.

હોર્મોનલ બદલાવ

અમુક ઉંમર પછી હોર્મોન્સમાં બદલાવ થવાને કારણે છોકરીઓ પર ઉંમરની ઝડપથી અસર થવા લાગે છે. જો પતિ-પત્ની એક જ ઉંમરના હશે, તો પત્ની પતિથી વધારે વૃદ્ધ દેખાશે. આ કારણે પણ બંનેની ઉંમર વચ્ચે અંતર હોવું જરૂરી છે.

જવાબદારી ની લાગણી

એક રિપોર્ટ મુજબ, છોકરાઓમાં જવાબદારી ની લાગણી ૨૬ વર્ષની ઉંમર સુધી આવે છે, જ્યારે આ જ લાગણી છોકરીઓમાં પાંચ વર્ષ પહેલા જ આવી જાય છે. છોકરાઓને ભાવનાત્મક રૂપે પરિપક્વ થતાં વધારે સમય લાગે છે. જો છોકરો ઉંમરમાં મોટો હશે તો તે પોતાની જવાબદારીઓ સરખી રીતે સમજી શકશે. સાથે સાથે પોતાના જીવનસાથીને મદદ પણ કરશે. પરંતુ બંને એક જ ઉંમરના હશે, તો આ જવાબદારીવાળી લાગણી ગાયબ જ રહેશે, જેનાથી બંનેના સંબંધોમાં સમસ્યાઓ આવી શકે છે.

રિસ્પેક્ટ ની લાગણી

જો પતિ-પત્ની સરખી ઉંમરના હશે અથવા તો બંનેની ઉંમર વચ્ચેનું અંતર ઓછું હશે તો બંનેમાં એકબીજા પ્રત્યે રિસ્પેક્ટ ની લાગણી ઓછી હશે. જો પતિ ઉંમરમાં મોટો હશે તો પત્ની તેમના નિર્ણયને રિસ્પેક્ટ આપશે અને બંને વચ્ચે પ્રેમ અને સન્માન વધશે.

પરસ્પર સમજણની ઊણપ

જે કપલ ની ઉંમર એકસરખી હોય છે, તેમની વચ્ચે પરસ્પર સમજણ ઓછી હોય છે. તેમના વિચારોમાં તકરાર થવાની સમસ્યા પણ વધારે રહે છે. વિચારો ન મળવાને કારણે સંબંધોમાં તણાવ વધે છે અને નાનીમોટી બાબતોમાં પણ ઝઘડો થાય છે. જ્યારે પતિ-પત્ની વચ્ચે આદર્શ એજ ગેપ બંને વચ્ચેની સમજણને મજબૂત બનાવે છે. બંનેના અહંકારનો ટકરાવ થતો નથી અને પરસ્પર પ્રેમ જળવાઈ રહે છે.

એકબીજા પ્રત્યે આકર્ષણ

દરેક પતિની ઈચ્છા હોય છે કે તેની પત્ની આકર્ષક, સુંદર અને યુવાન દેખાય. તેમજ પત્ની માટે પતિ નો પ્રેમ મહત્વ ધરાવે છે. કોઈ પણ સંબંધ લાંબા સમય સુધી ત્યારે જ ટકી શકે છે જ્યારે પરસ્પર પ્રેમ જળવાઈ રહે. આવું ત્યારે જ શક્ય છે જ્યારે છોકરીની ઉંમર છોકરા કરતા ઓછી હોય. આવી સ્થિતિમાં પતિ-પત્ની વચ્ચે આકર્ષણ જળવાઈ રહે છે, જે સંબંધને મજબૂત બનાવવાનું કામ કરે છે.

મધ બનાવવામાં મધમાખી કેટલો સમય લે છે? કેટલી મધમાખીઓ એકસાથે આ કામ કરે છે?

એક મધપુડામાં કેટલી માખી હોય? કેટલા દિવસમાં મધ તૈયાર થાય છે? ૧ કિલો મધ તૈયાર કરવા માટે કુલ કેટલી મધમાખીઓ કામે લાગે છે? માખીઓના એક જગ્યાએ આવીને બેસી રહેવાથી કેવી રીતે બની જાય છે જાળીદાર મધપુડો? ખરેખર મધ શેમાંથી બને છે? આવા અનેક સવાલોના જવાબ મેળવવા માટે તમારે આ આર્ટિકલ વાંચવો પડશે. સ્વાસ્થ્ય માટે મધ ખુબ જ ગુણકારી માનવામાં આવે છે. ઘણી બીમારીઓમાં મધ અકસીર દવા બની રહે છે. પણ શું તમે જાણો છો કે આ મધ કઈ રીતે બને છે? મધમાખીઓ મધપુડો કઈ રીતે તૈયાર કરે છે? એક કિલો જેટલું મધ તૈયાર કરવા માટે પણ સેકડો માખીઓએ લાગવું પડે છે કામેપત્યારે જંગલ કે ઝાડ પર લાગેલું મધ કઈ રીતે તૈયાર થઈને કેટલો લાંબો સફર કરીને તમારા ઘર સુધી પહોંચે છે તેની સફરની રસપ્રદ કહાની અંગે જ આ આર્ટિકલમાં જાણીશું.

સુગધિંત ફૂલોથી થાય છે શરૂઆતઃ

મધ બનાવવાની પ્રક્રિયામાં સૌથી પહેલાં મધમાખીઓ સુંગદીત ફૂલો પર બેસીને તેમાંથી રસ ચૂસે છે. આ રસને મધુરસ કહેવાય છે. ચૂસેલા ફૂલોના રસને મધમાખી એક કોથળીમાં સંગ્રહ કરે છે. અમૂક જથ્થામાં સંગ્રહ થયા બાદ મધમાખી આ રસને મધપુડામાં સંગ્રહ કરી દે છે. જેમાંથી મધ તૈયાર થાય છે.

કેટલા સમયમાં મધમાખી બનાવે છે મધ?

મુખ્યત્વ ચાવવાનું કામ કરતી મધમાખીઓ ફૂલોનો રસ એકત્ર કરે છે. આ રસને મધમાખી લગભગ ૩૦ મિનિટ એટલે કે અડધો કલાક સુધી ચાવે છે. આ પ્રોસેસથી ફૂલોના રસમાં એક એવા પદાર્થમાં બદલી નાખે છે જેમાં પાણી અને મધનો સમાવેશ હોય છે. ચાવ્યાની પ્રોસેસ પુરી થયા બાદ અન્ય મધમાખીઓ તૈયાર થયેલા પદાર્થને મધપુડામાં મૂકી દે છે જેથી તેમા રહેલું પાણી બાષ્પી ભવન ના થાય. અને મધ પણ જાડું રહે છે.

રંગ અને સ્વાદ કેમ અલગ હોય છે?

મુખ્યત્વ ફૂલના રસને એકત્ર કરીને મધમાખીઓ મધ તૈયાર કરે છે. ફૂલોના રસને મધમાખીઓ મધપૂડાની અંદરની શર્કરામાં રાખે છે. જેમાં મધપૂડાની ડિઝાઈન અને મધમાખીઓના પીછાઓથી સતત બાષ્પીભવનની પ્રક્રિયા થાય છે. જેનાથી પ્રવાહી સ્વરૂપમાં મધ બને છે. જો કે ફૂલોના રસના આધારે આ મધનો સ્વાદ અને રંગ અલગ અલગ હોય શકે છે.

કેવી રીતે થાય છે મધની ખેતી?

મધના ઉત્પાદન માટે ખાસ પ્રકારની પેટીઓ તૈયાર કરવામાં આવે છે. જેમાં મધમાખીઓનું ઉછેર કરવામાં આવે છે. મધમાખીની દરેક પેટરીમાં એક રાણી હોય છે. જેનું આયુષ્ય ત્રણ વર્ષનું હોય છે..જ્યારે અન્ય મધમાખીઓની ઉંમર ૪૫થી ૬૦ દિવસની હોય છે.

એક પેટીમાંથી કેટલું મધ મળે છે?

મધ માટેની દરેક પેટીમાં ૯ ફ્રેમ હોય છે. આ પેટીમાં ૭થી ૧૫ દિવસમાં મધ તૈયાર થઈ જાય છે. જેમા એક પેટીમાં ૬થી ૨૦ કિલો સુધી મધનું ઉત્પાદન થાય છે. જો પેટીઓને ફુલ ઉગતા હોય તેવા પાક ધરાવતા ખેતરમાં ખૂલ્લામાં મૂકવામાં આવે તો મધનું પ્રોડક્શન વધુ ઝડપથી થાય છે. વરિયાળીના ખેતરમાં મધ ૧૫ દિવસમાં તૈયાર થાય છે. જ્યારે રાયડાના ખેતરમાં તે ૫-૭ દિવસમાં તૈયાર થઈ જાય છે.

કેટલી માખીઓથી તૈયાર થાય છે મધ?

મધ તૈયાર કરવામાં માટે કેટલી માખીઓ હોવી જોઈએ તેનો ચોક્કસ આંકડો કહેવો મુશ્કેલ હોય છે. એક મધપેટીમાં હજારો લાખો મધમાખીઓ હોય છે. જે રાત દિવસ એક જ કામ કરે છે ફૂલોના રસમાથી મધ તૈયાર કરવો. એટલે મોટી સંખ્યામાં મધમાખીઓ ૭થી ૧૫ દિવસ મહેનત કરે ત્યારે ૬થી ૨૦ કિલો સુધી મધ મળી શકે છે.

કઈ મધમાખી બનાવે છે સૌથી વધુ મધ?

કદમાં સૌથી નાની ભુનગા ઉર્ફે ડમ્ભર મધમાખી સૌથી ઓછું મધ એકત્ર કરે છે. જ્યારે ભંવર, ભૈંરેહ અને સારંગના નામથી ઓળખાથી મોટી મધમાખી મોટું મધપુડું બનાવે છે. જેના એક મધપુડામાંથી ૩૦થી ૫૦ કિલોગ્રામ સુધી મધ મળે છે. તો ઊંચાઈ પર મધપુડા બનાવતી પોતિંગા મધમાખી એક વારમાં ૨૫૦ ગ્રામથી ૫૦૦ ગ્રામ મધ બનાવે છે. સૌથી વધુ મધ ખૈરા ઉર્ફે બારતીય મૌન મધમાખી બનાવે છે. આ મધમાખી એક સાથે

૭ મધપુડા તૈયાર કરે છે. આ દરેક પુડામાંથી ૧૦થી ૧૫ કિલોગ્રામ મધ મળી રહે છે.

મધમાખી અને મધનો વિકાસ કેવી રીતે થાય છે?

મધપુડામાં એક મુખ્ય મધમાખી અને નર મધમાખીઓ રહેતી હોય છે. જેમાં મુખ્ય મધમાખી ઈંડા મૂકીને મધપુડાને માખીઓથી ભરે છે. ઈંડા મૂકવા માટે રાની મધમાખી અનેક નર મધમાખિયોના સંપર્કમાં આવે છે. જેમ જેમ મધમાખીઓની સંખ્યા વધે તેમ તેમ મધનું ઉત્પાદન પણ વધે છે.

બજારમાં મળતા મધમાં શ્રેષ્ઠ ક્યું?

હાલ માર્કેટમાં અનેક કંપનીઓના મધના પેકિંગ મળતા હોય છે. જેમાં હવે અમૂલનો પણ સમાવેશ થાય છે. પરંતુ ટોપ ટેને બ્રાન્ડની વાત કરીએ તો કલોન, ડાબર, ઝંડૂ, ફોરએવર બી, એપિસ હિમાલયા, પતંજલીનો સમાવેશ થાય છે. જોકે લાયન મધને સૌથી ચોક્કસાઈ પૂર્વક પેક કરવામાં આવે છે. જ્યારે સૌથી ભરોશાપાત્ર અને શુદ્ધ હિતકારી હનીના મધને માનવામાં આવે છે. પરંતુ મધપુડામાંથી સિધુ મળેલ મધ સૌથી શુદ્ધ અને નેચરલ હોય છે.

મધનો શું ભાવ હોય છે?

એક કિલો ઓર્ગેનિક મધનો ભાવ ૪૦૦થી ૭૦૦ રૂપિયાની આસપાસ હોવાનો અંદાજ છે. જો પ્રતિવર્ષ ૨૦ હજાર કિલો મધનું ઉત્પાદન કરવું હોય તો ૨૪ લાખ ૫૦ હજાર રૂપિયા ખર્ચ આવે છે. ૫૦ જેટલી મધપેટી માટે ૨ લાખ જેટલો ખર્ચ લાગતો હોય છે. પરંતુ તેમાં આવક પણ વધુ હોય છે. જો કે બદલાતી પરિસ્થિતિ મુજબ ભાવ અને ખર્ચમાં બદલાવ થઈ શકે છે.

મધની ખેતીનો યોગ્ય સમય શું?

મોટા ભાગે મધ ઉત્પાદનની શરૂઆત ઓક્ટોમ્બર અને નવેમ્બર મહિનામાં થાય છે. આ સિઝનમાં સૌતી વધુ ફૂલ હોવાથી મધની ખેતીનો ઉત્તમ સમય માનવામાં આવે છે. ફેબ્રુઆરી અને માર્ચ સુધી ફૂલોની સંખ્યામાં સતત વધારો થતો હોવાથી આ સમયગાળામાં મધમાખીઓની સંખ્યા પણ વધે છે. જેથી મધનું ઉત્પાદન પણ સારું મળી શકે છે.

રંગ દ્વારા તમારા વ્યક્તિત્વને જાણો, રસપ્રદ તથ્યો જાણો

દરેક વ્યક્તિનો સ્વભાવ અને પસંદગી અલગ-અલગ હોય છે. ખાવા-પીવાથી લઈને પહેરવા અને રંગોની પણ અલગ પસંદગી છે. દરેક વ્યક્તિને અલગ અલગ રંગ ગમે છે. પરંતુ શું તમે જાણો છો કે તમને જે પણ રંગ ગમે છે, તે તમારા વ્યક્તિત્વ વિશે પણ ઘણું બધું કહી જાય છે. લોકોની પસંદગીના રંગના હિસાબે તેમના વ્યક્તિત્વ વિશે પણ કેટલાક રસપ્રદ તથ્યો જાણી શકાય છે.

અહીં તમે એ પણ જાણો છો કે તમારા મનપસંદ રંગો પ્રમાણે તમારું વ્યક્તિત્વ કેવું છે.

★ લાલ રંગઃ ઘણા લોકોને લાલ રંગ ગમે છે. આવા લોકોને નવા લોકો સાથે વાત કરવી ગમે છે. તેઓ ખૂબ જ હિંમતવાન અને આત્મવિશ્વાસુ હોય છે. તેમનું વલણ ખૂબ જ આશાવાદી છે.

★ પીળો રંગઃ જે લોકો પીળો રંગ પસંદ કરે છે તેઓ ખૂબ જ ખુશ વ્યક્તિ હોય છે. તેઓને મજા કરવી ગમે છે. તેમના વિચારો ખૂબ સારા છે.

★ લીલો રંગઃ જે લોકો લીલો રંગ પસંદ કરે છે. એ લોકો ખૂબ જ ઉદાર અને દયાળુ હોય છે. આવા લોકોનું વર્તન અન્ય લોકો માટે ખૂબ જ પ્રેમાળ હોય છે. તેઓ પોતે પણ પ્રેમ મેળવવાની ઈચ્છા ધરાવે છે.

★ ગુલાબી રંગઃ ઘણા લોકોને ગુલાબી રંગ ગમે છે. આ લોકો ખૂબ જ પ્રેમાળ હોય છે. તેઓ અન્ય લોકો પ્રત્યે ખૂબ જ સંવેદનશીલ હોય છે.

★ સફેદઃ જે લોકોને સફેદ રંગ ગમે છે. તેમનું વ્યક્તિત્વ ખૂબ જ સકારાત્મક અને આશાવાદી છે. તેઓ સ્વપ્નદ્રષ્ટા છે.

★ કાળોઃ ઘણા લોકોને કાળો રંગ ખૂબ જ ગમે છે. તેમનું વ્યક્તિત્વ ખૂબ જ શક્તિશાળી છે. તેઓ ખૂબ જ પ્રતિષ્ઠિત છે. આવા લોકો નિશ્ચયના હોય છે.

★ ભુરોઃ કેટલાક લોકોને બ્રાઉન કલર ખૂબ ગમે છે. આવા લોકો ખૂબ જ પ્રામાણિક હોય છે. તેઓ પૃથ્વી પર નીચે છે. તેમની પાસે સમૃદ્ધ વ્યક્તિત્વ છે.

★ વાયોલેટ રંગઃ જે લોકો આ રંગોને પસંદ કરે છે તેઓ ખૂબ જ ખુલ્લા મનના હોય છે. આ સજ્જનો વ્યક્તિત્વ છે. તેમની લાગણી ખૂબ ઊંડી છે.

★ વાદળી રંગઃ ઘણા લોકોને વાદળી રંગ ખૂબ જ ગમે છે. આવા લોકો ખૂબ જ વિશ્વાસપાત્ર હોય છે. તેમને વસ્તુઓમાં બહુ ઓછો ફેરફાર ગમે છે.

★ નારંગી રંગઃ કેટલાક લોકોને નારંગી રંગ ગમે છે. આ લોકો સ્વભાવે ખૂબ જ મૈત્રીપૂર્ણ હોય છે. તેઓ નરમ સ્વભાવના હોય છે. તેઓ જ બીજાને સ્વીકારે છે.

શું તમને પણ ખૂબ વધારે ગુસ્સો આવે છે?? ગુસ્સાને કંટ્રોલ કરવા માટેના ૫ બેસ્ટ યોગાસનો વિશે જાણો

ગુસ્સો આવવો એ એક સામાન્ય પ્રતિક્રિયા છે. પરંતુ ઘણા લોકો એવા હોય છે જેમને ખૂબ વધારે ગુસ્સો આવે છે જેને તેઓ નિયંત્રિત કરી શકતા નથી. આ ગુસ્સો તેના શારીરિક તેમજ માનસિક સ્વાસ્થ્ય બંને માટે નુકસાનકારક હોય છે. ગુસ્સો તમારી વિચારવાની અને સમજવાની ક્ષમતા પર અસર કરે છે. આવી સ્થિતિમાં તમારું મગજ કાર્ય કરવાનું બંધ કરી દે છે. ઘણીવાર તો તમે તમારા નજીકના વ્યક્તિઓ પર પણ ગુસ્સો કરો છો. જેના લીધે તે તમારાથી નારાજ થઈ જાય છે.જ્યારે તમે ગુસ્સામાં હોવ છો ત્યારે તમે પોતાને તો નુકસાન પહોંચાડો છો પરંતુ આસપાસના લોકોને પણ પહોંચાડો છો.

આજે અમે આ લેખના માધ્યમ દ્વારા જણાવવા જઈ રહ્યા છીએ તે યોગાસન વિશે જેને કરીને તમે તમારા ગુસ્સા પર કાબૂ મેળવી શકો છો. તો ચાલો વિસ્તારમાં જાણીએ –

૧. સર્વાંગાસન –

યોગ મેટ પાથરીને પીઠના બળે સીધા સૂઈ જાવ.

ઊંડા શ્વાસ લેતા પગને આકાશ તરફ ઊંચા કરો.

તમારા હાથને કમર પર રાખી અને શ્વાસ લેતા પગને માથા પાસે લાવો.

ખંભા, કરોડરજ્જુ અને હિપ્સને એક લાઈનમાં રાખો.

થોડો સમય આમ જ રહો. આ સમયે મન શાંત રાખો.

૨. ભ્રામરી –

સુખાસન કે પદ્માસનની મુદ્રામાં બેસો.

ઊંડા શ્વાસ લેતા ત્રણ આંગળીઓથી પોતાની આંખો બંધ કરો.

અંગૂઠાને કાન પર રાખો.

હવે તમારા મોઢા ને બંધ કરી મનમાં જ 'ઉ' નું ઉચ્ચારણ કરો.

એવું ૩ થી ૨૧ વાર કરો.

૩.અનુલોમ વિલોમ પ્રાણાયામ –

પદ્માસનમાં બેસો અને એક હાથ ને ઘૂંટણ પર રાખો

ડાબા નાકને બંધ કરો અને જમણા નાકથી શ્વાસ લો.

ત્યારબાદ તમારા અંગૂઠાથી જમણા નાક ને બંધ કરો.

ડાબા નાકથી શ્વાસ છોડો.

૪. સુખાસન –

સુખાસન કરવા માટે સૌપ્રથમ તમારી યોગ મેટ પાથરીને સીધા બેસી જાવ.

આ સમયે તમારા કરોડરજ્જુનું હાડકું એકદમ સીધું રાખો.

ત્યારબાદ તમારી આંખો બંધ કરો.

હવે લાંબા અને ઉંડા શ્વાસ લઈને છોડો.

શ્વાસ લેતી અને છોડતી વખતે તમારું સંપૂર્ણ ધ્યાન શ્વાસ પર હોવું જોઈએ.

સુખાસનનો અભ્યાસ તમે દસ મિનિટ સુધી કરી શકો છો.

૫. માર્જરી આસન –

આ આસન કરવા માટે સૌથી પહેલા યોગ મેટ પાથરીને ઘૂંટણ પર બેસી જાઓ.

તમારા હાથને ફર્શ રાખો. આંગળીઓને ફેલાવી લો.

હવે હિપસને ઉપરની તરફ ઊંચા કરો.

લાંબા શ્વાસ લેતા-લેતા માથાને પાછળની તરફ ઝુકાવો.

ત્યારબાદ માથું નીચે નમાવી મુંડી છાતીને અડકાડો.

આ સમયે તમારા શરીરનો વજન હાથ પર હશે.

તમારા હાથને વાળવા નહી.

યોગ કરવું સ્વાસ્થ્ય માટે ખૂબ જ ફાયદાકારક હોય છે અને આ યોગાસનોના નિયમિત અભ્યાસથી તમારું મન અને મગજ શાંત રહેશે અને આ રીતે તમે તમારા ગુસ્સા પર પણ કાબૂ મેળવી શકશો. જો તમે ઈચ્છો તો, તમે યોગ નિષ્ણાતની દેખરેખ હેઠળ પણ આ યોગાસનોનો અભ્યાસ કરી શકો છો.

ચાણક્ય અનુસાર જીવનમાં આ ગુણો અપનાવો, તો તમે ક્યારેય નિષ્ફળ નહીં થાવ

આચાર્ય ચાણક્યને અર્થશાસ્ત્ર અને નીતિશાસ્ત્રના પિતા માનવામાં આવે છે. તેમણે જીવન જીવવાના અનેક પાસાઓ વિશે પણ જણાવ્યું છે. તેમણે તેમના નીતિ ગ્રંથ એટલે કે ચાણક્ય નીતિમાં માનવ જીવનને સરળ અને સફળ બનાવવા સંબંધિત ઘણી બાબતોનો ઉલ્લેખ કર્યો છે. આચાર્ય ચાણક્ય અનુસાર, સફળ થવા માટે વ્યક્તિમાં ચોક્કસ ગુણો હોવા જરૂરી છે.

આત્મવિશ્વાસ રાખવાની જરૂર છે

જો આત્મવિશ્વાસ હોય, તો વ્યક્તિ ખૂબ જ મુશ્કેલ પરિસ્થિતિઓમાં પણ પોતાનો માર્ગ શોધી લે છે. આચાર્ય ચાણક્ય અનુસાર આત્મવિશ્વાસ એક એવી વસ્તુ છે જે વ્યક્તિને ક્યારેય ગુમાવવા દેતી નથી. તેથી જ જો વ્યક્તિમાં આત્મવિશ્વાસ હોય તો તેને જીવનમાં કોઈ હરાવી શકતું નથી.

જ્ઞાન તમને નિષ્ફળ થવા દેતું નથી

જ્ઞાન એ કોઈપણ વ્યક્તિનો સાચો મિત્ર છે. આચાર્ય ચાણક્યના મતે પુસ્તકીય જ્ઞાન હોય કે કોઈ કાર્ય કરીને મેળવેલ જ્ઞાન, તે ક્યારેય વ્યર્થ જતું નથી. તેથી જ સમજદાર વ્યક્તિ પણ જીવનમાં ક્યારેય નિષ્ફળ જતો નથી.

મહેનત ક્યારેય વ્યર્થ જતી નથી

વ્યક્તિ ઈચ્છે તો પોતાની મહેનતના બળ પર કોઈપણ અસંભવને શક્ય બનાવી શકે છે. વ્યક્તિએ કરેલી મહેનતનું ફળ એક દિવસ ચોક્કસ મળે છે. આચાર્ય ચાણક્યના મતે પરિશ્રમ સફળતાની ચાવી છે. આવી સ્થિતિમાં મહેનતુ વ્યક્તિ પણ જીવનમાં સફળ બને છે.

આ ગુણો હોવા જોઈએ

જે વ્યક્તિ દરેક પરિસ્થિતિમાં પોતાની આંખ અને કાન ખુલ્લા રાખે છે, એટલે કે સજાગ રહે છે, તેને નિષ્ફળતાનો સામનો પણ કરવો પડતો નથી. અર્ચય ચાણક્ય એમ પણ કહે છે કે જે વ્યક્તિ પૈસાનો યોગ્ય ઉપયોગ કરવો જાણે છે અને ખરાબ સમય માટે પૈસાને સુરક્ષિત રાખે છે તે જીવનમાં પણ સફળ બને છે.

ભજીયાં સહિતના આ ૧૫ ફૂડ કે જેનાં અંગ્રેજી નામો બહુ ઓછાને ખબર છે!

આપણા સામાન્ય ખોરાકમાં લેવાતા અમુક ફળ, વાનગી કે શાકભાજીના નામ આપણે માતૃભાષામાં તો સરળતાથી કહી શકતાં હોઇએ પણ અમુકના અંગ્રેજી નામોની આપણે જાણ સુધ્ધાં નથી હોતી.આવા નામો વિશે જાણવું રોચક બની રહે તેમ છે. જેમ કે,''ભજીયાં''ને અંગ્રેજીમાં શું કહેવાય એને જાણવાની કોશિશ કરી છે ખરી!? આવો જાણીએ આવી ૧૫ વસ્તુઓ માટે જેને અંગ્રેજીમાં શું કહેવાય એના વિશે આપણને બહુ જાણકારી હોતી નથી :

૧.	ચીકૂ –	Sapodilla	(સેપોડિલા)
૨.	વરિયાળી –	Fennel Seeds	(ફેનલ સીડ્સ)
૩.	દૂધી –	Bottle Gourd	(બોટલ ગોર્ડ)
૪.	હિંગ –	Asafoetida	(આસફોઇટીડા)
૫.	આમળાં –	Gooseberry	(ગૂસબેરી)
૬.	સાબુદાણા –	Tapioca Sago	(ટેપીઓકા સાગો)
૭.	અજમો –	Carom Seeds	(કેરોમ સીડ્સ)
૮.	સીતાફળ –	Custard Apple	(કસ્ટર્ડ એપલ)
૯.	અરબી –	Colocasia Roots	(કોલોકેસીઆ રુટ્સ)
૧૦.	ટીંડાં –	Apple Gourd	(એપલ ગોર્ડ)
૧૧.	મખાણા –	Fox Nuts	(ફોક્સ નટ્સ)
૧૨.	ટીંડોરાં –	Pointed Gourd	(પોઇન્ટેડ ગોર્ડ)
૧૩.	મેથી –	Fenugreek	(ફેન્યુગ્રીક)
૧૪.	તૂરીયાં –	Ridge Gourd	(રીજ ગોર્ડ)
૧૫.	ભજીયાં –	Fritters	(ફ્રિટર્સ)

અનુસંધાન પાન (૧૬)નું ચાલુ

પાકિસ્તાન પાસે

જિલ્લામાં આવેલો છે. લગભગ ૩૨ કિમી સુધી ફેલાયેલો રાણીકોટ કિલ્લો વિશ્વનો સૌથી મોટો કિલ્લો માનવામાં આવે છે. તે ૧૯મી સદીની શરૂઆતમાં બાંધવામાં આવ્યું હતું અને તેના ઘણા દરવાજા છે, જેમાંથી મોટા ભાગના હજુ પણ જેમના તેમ જ છે. ૧૯૯૩થી રાણીકોટ કિલ્લો યુનેસ્કોની વર્લ્ડ હેરિટેજ સાઈટ્સની યાદીમાં સામેલ કર્યો છે.

પાકિસ્તાનનો લાહોર કિલ્લો

લાહોરના મધ્યમાં આવેલો લાહોર કિલ્લો મુઘલ સામ્રાજ્યની ઈમારતની સુંદરતાનું પ્રતિક છે. લાહોર કિલ્લાને શાહી કિલા તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે અને તે પાકિસ્તાનના મહત્વપૂર્ણ ઐતિહાસિક સ્થળોમાંનું એક છે. શાહી કિલ્લો ૪૦૦ કનાલમાં ફેલાયેલો છે અને તે મુઘલ કાળની સૌથી પ્રતિષ્ઠિત રચનાઓમાંની એક છે. અકબરના શાસનકાળ દરમિયાન ૧૫૬૬ એડીમાં શાહી કિલ્લાનો પાયો નાખવામાં આવ્યો હતો. કિલ્લામાં અનેક જીર્ણોદ્ધાર પણ થયા છે. ૧૯૮૧ માં, લાહોર કિલ્લાને યુનેસ્કો વર્લ્ડ હેરિટેજ સાઈટ જાહેર કરવામાં આવ્યો હતો.

પાકિસ્તાનનો સ્કર્દુ કિલ્લો

ગિલગિટ-બાલ્ટિસ્તાનના સ્કર્દુ શહેરમાં આવેલો છે. તે સામાન્ય રીતે ખારપોચો તરીકે ઓળખાય છે, જેનો અર્થ થાય છે "કિલ્લાઓનો રાજા." આ કિલ્લો સોળમી સદીના અંતમાં રાજા અલી શેર ખાને બાંધ્યો હતો. ઔરંગઝેબ સહિત ઘણા રાજાઓએ કિલ્લા પર કબજો કરવાનો પ્રયાસ કર્યો.

R.N.I. Regd. No. GUJGUJ/2022/82886

Date of Publication: 25th of Every May, August, November & February

પાકિસ્તાન પાસે છે ભારતના આ ૬ કિલ્લા જે એક સમયે ભારતનું ગૌરવ હતું

૧૯૪૭માં જયારે ભારત અને પાકિસ્તાનનું વિભાજન થયું ત્યારે તે સમયે ઘણી વસ્તુઓ એવી હતી, જે સરહદની રેખાઓમાં વહેંચાયેલી હતી. આજે પાકિસ્તાનમાં ઘણા એવા કિલ્લા અને મહેલો છે, જે ભારતીય શાસકો દ્વારા બનાવવામાં આવ્યા હતા, પરંતુ વિભાજન પછી તે પાકિસ્તાનના શાસનમાં આવી ગયા. આજે એ ભવ્ય કિલ્લાઓ આ દેશનું ગૌરવ બની ગયા છે. ચાલો આ લેખમાં પાકિસ્તાનના એવા કિલ્લાઓ વિશે જાણીએ જે એક સમયે ભારતનો ભાગ હતા.

પાકિસ્તાનમાં રોહતાસ કિલ્લો

રોહતાસ કિલ્લો પાકિસ્તાનના સૌથી પ્રખ્યાત કિલ્લાઓમાંનો એક છે. ઝેલમ શહેરના દીના ટાઉન પાસે આવેલ રોહતાસ કિલ્લો ૧૫૪૦ અને ૧૫૪૭ ની વચ્ચે શેર શાહ સૂરી દ્વારા બનાવવામાં આવ્યો હતો. તેનો પરિઘ લગભગ ૪ કિમી છે. રોહતાસ કિલ્લો એક પહાડી પર બનાવવામાં આવ્યો હતો, કહેવાય છે કે તેને બનાવવામાં લગભગ ૩૦ હજાર લોકોનો સમય લાગ્યો હતો. ૧૨ દરવાજાવાળા આ કિલ્લા પર મુઘલોનો પણ અધિકાર હતો.

પાકિસ્તાનનો દેરાવર કિલ્લો

દેરાવર કિલ્લો ચોલિસ્તાનના રણમાં આવેલો ચોરસ કિલ્લો છે, જેનું નિર્માણ ૯મી સદીમાં થયું હતું. લગભગ ૧૨ સદીઓથી અસ્તિત્વમાં હોવા છતાં, આ ભવ્ય કિલ્લો આજે પણ સારી સ્થિતિમાં છે. ચોલિસ્તાનના રણમાં લાલ ઈંટોથી બનેલો આ કિલ્લો દૂરથી જોઈ શકાય છે. આ ઐતિહાસિક મહેલની દિવાલો ૩૦ મીટર ઊંચી છે અને તેનો પરિઘ ૧૫૦૦ મીટર છે. આ ભવ્ય કિલ્લો રાજસ્થાનના હિંદુ શાસક દ્વારા બનાવવામાં આવ્યો હતો. તે જેસલમેર અને બહાવલપુરના શાસક રાજા રાવલ દેવરાજ ભાટીને શ્રદ્ધાંજલિ આપવા માટે બનાવવામાં આવ્યો હતો. તે પછી ૧૭૩૩માં બહાવલપુરના નવાબ સાદિક મોહમ્મદ ખાન દ્વારા તેનું પુનઃનિર્માણ કરવામાં આવ્યું હતું.

પાકિસ્તાનનો બાલ્ટિત કિલ્લો

બાલ્ટિત કિલ્લો ૧૬મી સદીનો છે, જેમાં અનેક પુનઃનિર્માણ અને પુનઃસંગ્રહો થયા છે. ગિલગિટ-બાલ્ટિસ્તાનમાં પહાડીની ટોચ પર સ્થિત, આ સંરચના હવે ઘણા ઓરડાઓ અને સંબંધિત સુવિધાઓ ધરાવે છે. આ કિલ્લો ૧૯૪૫ સુધી હુંઝાના મીરનું નિવાસસ્થાન હતું. આ કિલ્લાને ૨૦૦૪માં વર્લ્ડ હેરિટેજ ટેન્ટેટિવ ??લિસ્ટમાં સામેલ કરવામાં આવ્યો હતો. કિલ્લામાં એક સંગ્રહાલય પણ છે, જે બાલ્ટિસ્તાનના રાજવીઓના હાથથી બનાવેલા રસોઈના વાસણો વગેરે દર્શાવે છે.

પાકિસ્તાનનો રાનીકોટ કિલ્લો

સામાન્ય રીતે સિંધની મહાન દિવાલ તરીકે ઓળખાતો રાનીકોટ કિલ્લો જામશોરો

"સદ્‌ગુણ જયતે" ત્રિમાસિકમાં છપાયેલા સમાચારો, લેખો, રચનાઓ અને ફોટોગ્રાફ વગેરે સાથે તંત્રીનું સહમત હોવું જરૂરી નથી.

● Printer, Publisher & Owned by ●
Kaushal Jayantilal Shah, and
● Printed at Shri Ganesh Offset, A/6, Subh Labh Estate, Tavdipura, Dudheshwar, Ahmedabad 380 004, and
● Published from ●
Shree Shakti Management, Lower Ground Floor, Shop No. 20, Center Point, Panchvati Cross Road, C.G. Road, Ahmedabad- 380 006
● Editor : Kaushal Jayantilal Shah

To, BOOK-POST