

એકસ્ટ્રા અફેર

ભરત ભારદ્વાજ

feedback@bombaysamachar.com

વિસાવદરમાં પૂરી તાકાત લગાવવા છતાં ભાજપને નિરાશા મળી

ગુજરાતમાં કડી અને વિસાવદર વિધાનસભા બેઠકોની પેટાચૂંટણીના પરિણામ આવી ગયાં અને બંને બેઠકોનાં પરિણામ ૨૦૨૨ની વિધાનસભા ચૂંટણી જેવાં જ આવ્યાં છે. ૨૦૨૨ની ચૂંટણીમાં કડી વિધાનસભા બેઠક ભાજપના કરશન સોલંકીએ જીતી હતી પણ સોલંકીનું નિધન થતાં યોજાયેલી પેટાચૂંટણીમાં ભાજપના ઉમેદવાર રાજેન્દ્ર યાવડાની ૩૯,૪૫૨ મતે જીત થતાં આ બેઠક ભાજપે જાળવી છે. ૨૦૨૨માં વિસાવદર બેઠક આમ આદમી પાર્ટીએ ગોપાલ ઈટાલિયાને ઊભા રાખેલા. ગોપાલ ઈટાલિયાએ ભાજપના કિરીટ પટેલને ૧૭,૫૫૪ મતે હરાવીને જીત મેળવતાં વિસાવદર બેઠક આમ આદમી પાર્ટીએ જાળવી છે.

ભાજપ અને આપ બંનેએ પોતપોતાની બેઠકો જાળવતાં ઘીના ઠામમાં ઘી પડી રહ્યું છતાં ભાજપ માટે આ પરિણામ નિરાશાજનક ચોક્કસ છે. તેનું કારણ એ કે, વિસાવદર બેઠક જીતવા ભાજપે પૂરી તાકાત લગાવી દીધી હતી. ભાજપ ૨૦૧૭માં જીતનારા કોંગ્રેસના હર્ષદ રીબડિયા અને ૨૦૨૨માં જીતનારા આમ આદમી પાર્ટીના ભૂપેન્દ્ર ભાયાણી એમ બન્ને ધુરંધરોને તોડીને લઈ આવેલો. ભાજપે પોતાનું આખું તંત્ર ઈટાલિયાને હરાવવા કામે લગાડી દીધેલું છતાં ગોપાલ ઈટાલિયાને હરાવી શક્યો નથી.

૨૦૨૨ની વિધાનસભા ચૂંટણીમાં ભાજપે રેકૉર્ડ બ્રેક ૧૫૬ બેઠકો જીતી હતી પણ જે બેઠકો ભાજપ જીતી નહોતો શક્યો તેમાં એક વિસાવદરની પણ હતી. પહેલી જ વાર ચૂંટણી લડી રહેલી આમ આદમી પાર્ટીએ ૫ બેઠકો જીતીને ખાતું ખોલાવ્યું તેમાં એક બેઠક વિસાવદરની પણ હતી. ભાજપે એ પછી કોંગ્રેસ અને આમ આદમી પાર્ટી બંનેમાં તોડફોડ કરીને રાજીનામાં અપાવવા મથામણ કરી તેમાં આમ આદમી પાર્ટીના બીજા ધારાસભ્યો અડીખમ રહ્યા પણ ભૂપેન્દ્ર ભાયાણી ફસકી ગયેલા.

ભૂપેન્દ્ર ભાયાણી ફસકી ગયા ને આપ છોડીને ભાજપના શરણે ગયા તેનું કારણ સુરતનો સેક્સકાંડ મનાતો હતો. ભાયાણી ધારાસભ્ય બન્યા પછી ૨૦૨૩માં ભૂપેન્દ્ર ભાયાણીનો એક વીડિયો વાયરલ થયો હતો. હોટલના સીસીટીવીના વીડિયોમાં ભૂપેન્દ્ર ભાયાણી સુરતની એક હોટલમાં અજાણી યુવતી સાથે દેખાયા હતા. ભાયાણી યુવતી સાથે હોટેલમાં રંગરેલિયાં મનાવવા ગયા હતા ત્યારે યુવતીના પતિએ રંગેહાથે પકડતાં મોઢે ડમાલ રાખીને

ભાગ્યા હોવાની વાતો પણ વહેતી થઈ હતી.

ભાયાણીએ વાયરલ થયેલા સીસીટીવી અંગે એવી ચોખવટ કરેલી કે, આ વીડિયો મોર્ડ કરેલો અને ખોટો છે. આ રાજકીય ષડયંત્ર છે અને મને ખોટી રીતે ફસાવવા આ વીડિયો વાયરલ કરવામાં આવ્યો છે. ભાયાણીએ એવો દાવો પણ કરેલો કે, આ વીડિયો જૂનો છે અને ક્યારનો છે એ પણ મને યાદ નથી. જો કે સીસીટીવીના ફૂટેજ પ્રમાણે ભૂપેન્દ્ર ભાયાણી જેવી લાગતી વ્યક્તિ મોઢે દુપટ્ટો બાંધેલી યુવતી સાથે ૮ જૂન ૨૦૨૩ના રોજ સવારે ૧૦.૨૫ વાગે ગેસ્ટ હાઉસમાં પ્રવેશી હતી. યુવતી પોતાની મરજીથી આવી હોય તે રીતે તેણે રજિસ્ટરમાં સહી કરી હતી અને ૧૧.૧૨ વાગે ભાયાણી જેવી લાગતી વ્યક્તિ હોટલમાંથી ભાગતી દેખાતી હતી એ જોતાં આ વીડિયો જૂનો નહોતો જ. આમ છતાં દરેક રાજકારણીની જેમ ભાયાણીએ દૂધે ઘોયેલા હોય એવા દાવા કરેલા.

ભાયાણીની વાત સાચી હતી કે સોશિયલ મીડિયા પર વહેતી થયેલી વાતો સાચી હતી એ રામ જાણે પણ વીડિયો વાયરલ થયાના થોડા મહિનામાં ભાયાણીએ ધારાસભ્યપદેથી રાજીનામું ધરી દીધેલું અને ભાજપમાં જોડાઈ ગયેલા. તેના કારણે સૌને એવું જ લાગ્યું કે, સેક્સકાંડથી બચવા માટે ભાયાણી ભાજપની પંગતમાં બેસી ગયા છે.

ભાજપે પેટાચૂંટણીમાં ભાયાણીને ટિકિટ ના આપી ત્યારે જ સ્પષ્ટ થઈ ગયેલું કે, ભાજપ કોઈ યાન્સ લેવા માગતો નથી. સેક્સકાંડમાં ખરડાયેલા ભાયાણીને ઉમેદવાર બનાવીને ભાજપ ચૂંટણી લડાય એ પહેલાં જ ઈટાલિયાની સ્થિતિ મજબૂત કરવા નથી માગતો. ભાજપે કિરીટ પટેલ જેવા ઓછા જાણીતા ચહેરાને ટિકિટ આપીને છાપેલાં કાટલાં સામેનો રોષ મતદાન વખતે ના દેખાય એવી ગણતરી માંડેલી પણ એ ફળી નથી.

વિસાવદર બેઠક લાંબા સમયથી ભાજપના હાથમાં આવતી નથી ને છેલ્લાં ૧૮ વર્ષથી ભાજપ આ બેઠક જીત્યો નથી. છેલ્લે ૨૦૦૭માં ભાજપની ટિકિટ પર કનુભાઈ ભલાળા વિસાવદરથી ચૂંટાઈ આવ્યા પછી સતત વિપક્ષી ઉમેદવાર જ જીતે છે. ૨૦૧૨ની વિધાનસભા ચૂંટણીમાં ગુજરાત પરિવર્તન પાર્ટીના સ્થાપક કેશુભાઈ પટેલ ચૂંટાઈ આવ્યા હતા. ૨૦૧૪ની લોકસભા ચૂંટણી પહેલાં કેશુભાઈએ તેમનો પક્ષ ભાજપમાં ભેળવી દીધો હતો તેથી યોજાયેલી પેટાચૂંટણીમાં કોંગ્રેસના હર્ષદ

મિસ વર્લ્ડ સ્પર્ધામાં હોબાળો

આ વર્ષે મિસ વર્લ્ડ સ્પર્ધા ટેક્સાબાદમાં યોજાઈ હતી. એમાં કેટલાંક રાઉન્ડ હોય છે. શારીરિક સૌંદર્યની સાથે બુદ્ધિમત્તાની પણ કસોટી કરવામાં આવે છે. એ પ્રતિયોગિતા દરમિયાન મીસ ઈંગ્લેન્ડ અઘવચ્ચેથી રાઉન્ડ છોડીને પછાળી જતી રહી હતી. તેણે આક્ષેપ કર્યો કે તેને વેશ્યા માનવામાં આવે છે. એવામાં સવાલ એ ઊભા થાય છે કે વર્ષોથી આ સ્પર્ધા થતી આવી છે, તેણે

જ્યારે એમાં આવેદન કર્યું તો તેને આ પ્રતિયોગિતા વિશે પૂરી માહિતી હોવી જોઈએ. એથી સ્પર્ધા વચ્ચેથી છોડવાનું તેણે જે કારણ આપ્યું એ યોગ્ય નથી. સાથે જ એવું લાગે છે કે ભારતની છબીને ખરડાવવાનો આ પ્રયાસ છે. હશેવાનું એટલું જ કે વ્યક્તિગત કારણોથી આયોજક કે જજને બદનામ કરવા એ યોગ્ય નથી.

— જિતેન્દ્ર શાહ

ધારાવીનું કેવલપમેન્ટ શું કામ?

એશિયાના સૌથી મોટા સ્લમ વિસ્તાર એવા ધારાવીના કેવલપમેન્ટનો પ્લાન અજાણીને આપવામાં આવ્યો છે.

ધારાવીમાં અંદાજે ૧૨ લાખ લોકો રહે છે, જેમાં ૨૦ હજારી નાની-મોટી ફેક્ટરીઓ છે. જેનાથી ૧૦ લાખ ખાણસો આજીવિકા રળે છે. એનાથી દર વર્ષે ૧ બિલિયન ડૉલરનું યોગદાન ભારતીય અર્થતંત્રમાં આપવામાં આવે છે. યામડાની ચીજ-વસ્તુઓ, માટલા બનાવવા જેવા કામમાં કુશળ છે. આ વિસ્તારમાં બનાવવામાં આવેલા

માલની નિકાસ કરવામાં આવે છે. અહીં કોઈ ગુનાહિત પ્રવૃત્તિ નોંધાઈ નથી. હિંસા ફેલાઈ નથી. એવામાં અહીંથી લોકોને ખસેડીને શું વિકાસ કરવામાં આવશે? ભૂતકાળના અનુભવો મુજબ એસઆરએમાં ફાળવવામાં આવેલા મકાનોને લોકોએ વેચી દીધા છે અને પાછા અન્ય વિસ્તારમાં રહેવા જતા રહ્યા છે. ધારાવીના લોકો આમ જુઓ તો બી રીતે સુખી છે. એથી અહીં જ મૂળભૂત સુવિધા જેવી કે લાઈટ અને પાણીની વ્યવસ્થા કરી આપવી જોઈએ.

— મહેશ વેદાંત (વાપી)

પ્રજામત

સ્કૂલમાં રાખો યોગનો પીરિયડ

સમગ્ર દેશમાં ૨૧ જૂન યોગ દિવસ તરીકે ઉજવવામાં આવે છે. વિદેશોમાં પણ ભારતીયો યોગ કરીને સ્વસ્થ રહેવાનો સંદેશ આપે છે. એવામાં આપણી સરકાર દરેક શાળામાં યોગને ફરજિયાત કરે એ મહત્ત્વનું છે. શાળામાં યોગનો પણ એક પીરિયડ રાખવામાં આવે. વિદ્યાર્થીઓને દરરોજ શાળામાં યોગ કરાવીને તંદુરસ્ત બનાવી શકાશે. એથી કહેવાય છે કે યોગ મટાડે રોગ.

— ખેતસી વી. મૈઠીયા

પત્ર મિત્રોને ખાસ સૂચના

પ્રજામત માટે પત્ર મોકલનારા વાચક મિત્રોને ખાસ વિનંતી કે તમારી લાગણીને વાયા આપતા કે કોઈ સમસ્યા અંગે ધ્યાન દોરતાં તમારા મંતવ્યો, લેખિત પત્રો દ્વારા અથવા અમારા નીચેના ઈ-મેઈલ આઈડી પર પણ મોકલી શકો છો.

E-mail: prajamat@bombaysamachar.com
ચર્ચાપત્રના અંતે નામ સાથે પૂરું એડ્રેસ, ટેલિફોન અને મોબાઈલ નંબર તથા ઈ-મેલ આઈડી અચૂક લખવો. એડ્રેસ, ટેલિફોન અથવા મોબાઈલ નંબર નહીં લખ્યો હોય એવાં ચર્ચાપત્રોનો સ્વીકાર કરવામાં આવશે નહીં. — તંત્રી

મિઝોરમ અને ગોવા પછી, ત્રિપુરા દેશનું ત્રીજું સંપૂર્ણ અક્ષરજ્ઞાન ધરાવતું રાજ્ય બન્યું

અગરતલાઃ ત્રિપુરા સોમવારે સંપૂર્ણ સાક્ષર રાજ્ય બન્યું, જે મિઝોરમ અને ગોવા પછી આ સીમાય્વિઠ્ઠ હોસલ કરનાર દેશનું ત્રીજું રાજ્ય છે. મુખ્ય પ્રધાન માણિક સાહાની હાજરીમાં રવિન્દ્ર ભવનમાં આયોજિત એક કાર્યક્રમમાં કેન્દ્રીય શિક્ષણ મંત્રાલય દ્વારા આ જાહેરાત કરવામાં આવી હતી.

આ કાર્યક્રમમાં બોલતા, સાહાએ આ સિદ્ધિને ત્રિપુરા માટે ઐતિહાસિક અને ગર્વની ક્ષણ ગણાવી હતી.

“મિઝોરમ અને ગોવા પછી, ત્રિપુરા હવે ભારત સંઘમાં ત્રીજું સંપૂર્ણ સાક્ષર રાજ્ય છે. આ મિશનમાં યોગદાન આપનારા તમામ લોકોને હું અભિનંદન આપું છું,” એમ તેમણે ઉમેર્યું હતું. ૨૦૪૭

સુધીમાં વડા પ્રધાન નરેન્દ્ર મોદીના ‘વિકસિત ભારત’ના ધ્યેયને પ્રાપ્ત કરવા માટે સાક્ષરતા એક મુખ્ય પરિબળ છે તે વાત ભારપૂર્વક જણાવતા, સાહાએ કહ્યું કે નિરક્ષરતાથી મુક્તિ મેળવનારા વ્યક્તિઓએ દેશના હિત માટે તેમની કુશળતાને અપ્રયોડ કરવા માટે “વાંચન અને લેખન” ચાલુ રાખવું જોઈએ.

શિક્ષણ મંત્રાલયના પુખ્ત સાક્ષરતા વિભાગના નિયામક, પ્રીતિ મીશ્રાએ રાજ્યના મજબૂત પ્રયાસોની પ્રશંસા કરતા જણાવ્યું હતું કે “ત્રિપુરા આજે સંપૂર્ણ સાક્ષર રાજ્ય બન્યું. કેન્દ્રએ ૨૦૩૦ સુધીમાં ભારતને સંપૂર્ણ સાક્ષર બનાવવાનું લક્ષ્ય નક્કી કર્યું છે. ત્રિપુરામાં, અમે ૨૩,૧૮૪ નિરક્ષર પુખ્ત વયના લોકોની ઓળખ કરી હતી અને આ

લક્ષ્યને પ્રાપ્ત કરવામાં મદદ કરવા માટે તેમને સહાય પૂરી પાડી.”

એમણે રાજ્ય સરકારને ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવા માટે આહ્વાન કર્યું હતું, જેઓ સંપૂર્ણ સાક્ષર બન્યા છે તેમને વાંચવા અને લખવા માટે પ્રોત્સાહિત કરીને અને કૌશલ્ય વિકાસ અને ડિજિટલ શિક્ષણ માટે પણ પ્રોત્સાહન આપીને સતત શિક્ષણ પર ભાર મૂક્યો હતો.

ત્રિપુરાના શિક્ષણ વિભાગના વિશેષ સચિવ ભદલ એચ. કુમારે કેન્દ્ર સરકારનો તેમના સમર્થન અવાજ આભાર માન્યો હતો, ખાસ કરીને લોજિસ્ટિક્સ અને ભંડોળના સંદર્ભમાં, જેણે રાજ્યને આ નોંધપાત્ર સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરવામાં મદદ કરી છે.

■

કોલકાતામાં બૉમ્બ વિસ્ફોટઃ ૧૩ વર્ષની તરુણીનું મોત

કોલકાતાઃ પશ્ચિમ બંગાળના નાદિયા જિલ્લાના કાલિગંજ વિસ્તારમાં સોમવારે બપોરે થયેલા બૉમ્બ વિસ્ફોટમાં ૧૩ વર્ષની એક તરુણીનું મોત થયું હતું. મૃત્યુ પામેલી તરુણીને તમના ખાતુન તરીકે ઓળખી કાઢવામાં આવી હતી અને મૃતદેહને પોસ્ટમોર્ટમ માટે મોકલી આપવામાં આવ્યો હોવાનું પોલીસે કહ્યું હતું. બૉમ્બ વિસ્ફોટનું કારણ બે સ્થાનિક જૂથ વચ્ચેની દુસ્મનાવટ હોવાનું જાણવા મળ્યું હતું. પશ્ચિમ બંગાળનાં મુખ્ય પ્રધાન મમતા બેનરજીએ દોષીઓ વિરુદ્ધ કડક કાર્યવાહી કરવાનો પોલીસને આદેશ આપ્યો હતો. કાલિગંજ વિધાનસભા બેઠકની પેટાચૂંટણીનું પરિણામ જાહેર થયા બાદ આ ઘટના બની હતી.

ઘટનામાં કથિત સંડોવણી ધરાવવાને મામલે અપ્તર શોખ નામની વ્યક્તિની ધરપકડ કરવામાં આવી હતી.

(એન-સી)

સપાના ત્રણ ધારાસભ્યની હકાલપટ્ટી

લાખનઉઃ સમાજવાદી પાર્ટીએ સોમવારે તેના ત્રણ ધારાસભ્યોની પક્ષનાં મૂળ મૂલ્યોથી વિપરીત વિચારધારાઓને સમર્થન આપવા અને જાહેર હિત વિરુદ્ધ કામ કરવાના આપોરસર પક્ષમાંથી હકાલપટ્ટી કરી છે. સપાએ તેમના સોશિયલ મીડિયા હેન્ડલ પર સત્તાવાર નિવેદનમાં જણાવ્યું કે પાર્ટીએ હાંકી કાઢેલા લોકોમાં અભય સિંહ(ગોસાઇગંજના ધારાસભ્ય), રાકેશ પ્રતાપ સિંહ(ગૌરીગંજ) અને મનોજ કુમાર પાંડે(ઉંચાહાર)નો સમાવેશ થાય છે. પાર્ટીએ જણાવ્યું કે ધારાસભ્યોને ‘સાંપ્રદાયિક, વિભાજનકારી અને નસરાતમ્ક વિચારધારાઓ’ને સમર્થન આપવા બદલ હાંકી કાઢવામાં આવ્યા હતા.

પહેલા પાનાનું ચાલુ

દરિાનનો

આ હુમલામાં અણુમથકને વધુ કેટલું નુકસાન થયું એ અંગે કોઈ જાણકારી મળી શકી નહોતી.

જોકે વિયેનાસ્થિત યુનાઈટેડ નેશન્સ ન્યુક્લિઅર વૉચડૉંગના વડાએ કહ્યું હતું કે રવિવારે અમેરિકાએ બન્કર બરટર બૉમ્બથી કરેલા હુમલા બાદ સોમવારે કરી કરવામાં આવેલા હુમલામાં ફોર્ડો અણુમથકને ભારે નુકસાન પહોંચ્યું હોવાનું અનુમાન છે.

વિસ્ફોટકોનો જથ્થો અને વિસ્ફોટની તીવ્રતાને ધ્યાન પર લેતાં ફોર્ડો અણુમથકને અતિભારે નુકસાન થયું હોવાની ધારણા છે, એમ ઈન્ટરનેશનલ એટૉમિક એનર્જી એજન્સીના વડા રફાલ ગ્રોસીએ કહ્યું હતું.

ફોર્ડો અણુમથકને કેટલું નુકસાન થયું છે એ અંગે હાલને તબક્કે આઈએઈએને સહિત કોઈ જાણકારી આપી શકે એમ ન હોવાનું તેમણે કહ્યું હતું.

ઈરાન-ઈઝરાયલ વચ્ચેના યુદ્ધમાં અમેરિકાએ સીધું ઝંપલાવ્યા બાદ પરિસ્થિતિ અતિગંભીર વળાંક લે તેમ જ યુદ્ધ વધુ વ્યાપક અને વિનાશકારી બને તેવી પૂરી શક્યતા છે.

ઈરાનના ત્રણ આણુ સમૃદ્ધિકરણ પ્લાન્ટનો નાશ કરવા અમેરિકાએ ૩૦,૦૦૦ પાઉન્ડના બન્કર બરટર બૉમ્બનો ઉપયોગ કર્યો હતો.

ઈરાને સોમવારે ઈઝરાયલના ઉત્તર અને મધ્ય વિસ્તારને નિશાન બનાવીને શ્રેણીબદ્ધ મિસાઈલ અને ડ્રોન હુમલા કર્યા હતા.

ઈરાને આ હુમલાને ‘ઓપરેશન ટૂ પ્રોમિસ ૩’ લેખાવ્યા હતા અને કહ્યું હતું કે અમે ઈઝરાયલના હાર્દફા અને તેલઅવીવ શહેરને નિશાન બનાવી રહ્યા છીએ.

જેરુસલેમમાં પણ વિસ્ફોટો સાંભળવા મળ્યા હતા. જોકે, જાનમાલની હાનિ થઈ હોવાની કોઈ જાણકારી મળી શકી નહોતી.

ઈઝરાયલે સોમવારે કહ્યું હતું કે ઈરાનના મિસાઈલ અને ડ્રોન હુમલાનો સામનો કરવા અમારી ડિફેન્સ સિસ્ટમ સંપૂર્ણપણે સજ્જ છે.

ઈઝરાયલે સોમવારે ઈરાનની રાજધાની તહેરાન અને તેની આસપાસના વિસ્તારને નિશાન બનાવીને હુમલા કર્યા હતા.

હોર્મઝની સામુદ્રધુની બંધ કરવાનું ઈરાનનું પગલું અતિજોખમી પુરવાર થશે અને તે કોઈના પણ માટે સારું નહીં હોય.

રવિવારે અમેરિકાએ ઈરાનના અહીં સંસ્થાનોને નિશાન બનાવી કરેલા હુમલાને પગલે હવે ઈરાન વેપાર માટે યાવીરૂપ ગણાતી હોર્મઝની સામુદ્રધુની બંધ કરવાનું પગલું લે તેવી પૂરી શક્યતા છે.

(એન-સી) ■

મુંબઈ સમાચાર

LIKE & FOLLOW:

f

/Mumbaisamachar4u

આજનું પંચાંગ

પંકિત જિતેન હરિહર મહેસાણાવાળા

દક્ષિણાચન – સૌર વર્ષાઋતુ પ્રારંભ, મંગળવાર, તા. ૨૪-૬-૨0૨૫, ભદ્રા સમાપ્તિ

- ભારતીય દિનાંક ૩, માઠે અષાઢ, શકે ૧૯૪૭
- વિક્રમ સંવત ૨0૮૧, શા. શકે ૧૯૪૭, જયેષ્ઠ વદ-૧૪
- જૈન વીર સંવત ૨૫૫૧, માઠે જયેષ્ઠ, તિથિ વદ-૧૪
- પારસી શહેનશાહી રોજ ૧૪મો ગોશા, માઠે ૧૧મો બેહમન, સને ૧૩૯૪
- પારસી કદમી રોજ ૧૪મો ગોશા, માઠે ૧૨મો સ્પેન્દાર્મદ, સને ૧૩૯૪
- પારસી ફસલી રોજ ૬ઢો ખોરદાદ, માઠે ૫મો અમરદાદ, સને ૧૩૯૪
- મુસ્લિમ રોજ ૨૭મો, માઠે ૧૨મો જિલ્હજ, સને ૧૪૪૬
- મીસરી રોજ ૨૮મો, માઠે ૧૨મો જિલ્હજ, સને ૧૪૪૬
- નક્ષત્ર રોહિણી બપોરે ક. ૧૨-૫૩ સુધી, પછી મુગશીર્ષ.
- ચંદ્ર વૃષભમાં રાત્રે ક. ૨૩-૪૫ સુધી, પછી મિથુનમાં.
- ચંદ્ર રાશિ નામાક્ષરઃ વૃષભ (બ, વ, ઇ), મિથુન (ક, છ, ઘ)
- સૂર્યોદયઃ મુંબઈ ક. 0૬ મિ. 0૪, અમદાવાદ ક. 0૫ મિ. ૫૭, સ્ટા.ટા.,
- સૂર્યાસ્તઃ મુંબઈ ક. ૧૯ મિ. ૧૭, અમદાવાદ ક. ૧૯ મિ. ૨૬, સ્ટા. ટા.
- મુંબઈ સમુદ્રમાં ભરતી ઓટ ■ ઢ્ર
- ભરતીઃ સવારે ક. ૧૧-૧૯, સાંજે ક. ૨૨-૪૯
- ઓટઃ સાંજે ક. ૧૭-૨૧, મધ્યરાત્રિ પછી ક. 0૫-૧0 (તા. ૨૫)
- વ્રત પર્વાદિઃ વિક્રમ સંવત ૨0૮૧, ‘અનલ’ નામ સંવત્સર, શાલિવાહન શક સંવત ૧૯૪૭, ‘વિશ્વાવસુ’નામ સંવત્સર, જયેષ્ઠ કૃષ્ણ-ચતુર્દશી. ભદ્રા સમાપ્તિ સવારે ક. 0૮-૩૫, સૂર્ય મહાનક્ષત્ર આશ્ર્વામાં સવારે ક. 0૬-૨0. વાહન ઉદર.
 - શુભશુભ દિનશુદ્ધિઃ શુભ કાર્ય વર્જ્ય છે.
 - મુર્ત્તી વિશેષઃ ચંદ્ર-મંગળ ગ્રહદેવતાનું પૂજન, બ્રાહ્મજીનું પૂજન, દ્યુવદેવતાનું પૂજન, જાંબુના ઔષધીય પ્રયોગો, શ્રીસત્થનારાયણ દેવતાનું પૂજન, શ્રી વિષ્ણુ સહસ્ત્ર નામ પાઠ પાંચન, તુલસીપૂજા, મુંડન કરાવવું નહિ, મંદિરોમાં પાટ-અભિષેક પૂજા, ઘજા-કળશ પતાકા ચઢાવવી, મહાનતિ હનુમાનજીનું પૂજન, હનુમાનચાલીસા પાઠ, સુંદરકાંડ, કીર્તન, ભક્તિ, મંદિરોમાં પાટ-અભિષેક પૂજા, મુંડન કરાવવવું નહિ, ઘજા-કળશ પતાકા ચઢાવવી, બી વાવવું, સર્વશાંતિ, શાંતિ પૌષ્ટિક પૂજા, વિનાયક પૂજા.
 - આચમનઃ ચંદ્ર-રાહુ ચતુષ્કોણ નિષ્ફળતાનો ભય, સૂર્ય-ગુરુ ચુતિ દાનપ્રિય.
 - ખગોળ જ્યોતિષઃ ચંદ્ર-રાહુ ચતુષ્કોણ, સૂર્ય-ગુરુ ચુતિ.
 - ગ્રહગોચરઃ સૂર્ય- મિથુન, મંગળ-સિંહ, બુધ-કર્ક, ગુરુ-મિથુન, શુક્ર-મેષ, શનિ-મીન, રાહુ-કુંભ, કેતુ-સિંહ, માર્ગી હર્ષલ-વૃષભ, માર્ગી નેપ્ચ્યુન-મીન, વક્રી પ્લુટો-મકર.

સંસ્થા સમાચાર

પૂ. શ્રી. ધીરગુરુદેવનું આગામી ચાતુર્માસ એમ્બીવેલી સિટીમાં ઘોષિત કરાતા જયનાદ



ગોંડાલ સંપ્રદાયના શતાધિક ઉપાશ્રય નિર્માણ પ્રણેતા પૂ. શ્રી. ધીરગુરુદેવના કરકમલોમાં છેલ્લાં ૧૦ વર્ષથી પ્રભુદાસ લીલાધર કેપિટલ ગ્રૂપના ડાયરેક્ટર અમીશા નીરજ વોરા પરિવારની આગ્રહ ભરી વિનંતીનો સ્વીકાર કરી લોનાવાલા નજીક એમ્બીવેલી સહારા સિટીમાં પ્રથમવાર જૈનસંતોમાં પૂ. ધીરગુરુદેવનાં ચાતુર્માસની સ્વીકૃતિ

મળતા સર્વશ્રી મુકેશ કામદાર, ઉર્વિશ વોરા, અભય શાહ, સમીર શાહ, મીતા શેઠ, શિલ્પા કે. ડી. કરસુર, સિદ્ધાર્થ વોરા વગેરેએ અનુમોદના કરી ઉત્સાહ વધાર્યો હતો. અમીશા વોરાએ ગુરુદેવની અસીમ કૃપાનો સ્વીકાર કરી ધન્યતા અનુભવી હતી. સુપર સે ઉપર-વ્યાખ્યાન સંગ્રહ પુસ્તક ઓપન બુક એકઠામના પેપર

સહિત રવિવારથી વાલકે શ્વર, વિલેપાર્લે, ઘાટકોપર ઉપાશ્રયેથી અલ્પ મૂલ્યમાં મળશે.

રાજકોટમાં સરદારનગરમાં તા. ૨૩ના પૂ. વનિતબાઇ મ. સ. નો ચાતુર્માસ પ્રવેશ સવારે ૭.૦૦ કલાકે રાખેલ છે. પૂ. મીનાજી મ.સ.નો આરાધના ભવન અને પૂ. વિમલાજી મ.સ.નો ઇન્દોરમાં ચાતુર્માસ પ્રવેશ યોજાશે.

પાંચ દિવસીય યોગ શિબિર

કેવલ બાગ સેન્ટર છેલ્લાં ૩૯ વર્ષથી યોગાભ્યાસ કેન્દ્ર ચલાવે છે. આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિવસ હોવાથી દર વર્ષની જેમ આ વર્ષે પણ પાંચ દિવસ યોગ શિબિરનું આયોજન કરવામાં આવ્યુ છે. સોમવાર ૨૩ જૂનથી મોડીને શુકવાર ૨૭ જૂન સુધી સવારે ૭ કલાકે ઓનલાઈન અને ઓફલાઇન યોગ કરાવવામાં આવશે. એ દરમિયાન પ્રાણાયામ, આસન, પાવર યોગ અને ધ્યાન વિશે સરળ ભાષામાં લોકોને સમજાવવામાં આવશે.

યુથ ક્લબની કમિટીની શપથવિધિ સંપન્ન

રાજસ્થાનના સાંચોર વિસ્તારના મુંબઈમાં વસતા જૈન યુવકોએ ૪૦ વર્ષ પહેલા યુથ ક્લબની સ્થાપના કરી હતી. એમાં નિમાયેલા નવા કારોબારી સભ્યોની પરંપરા મુજબ શપથવિધિનો કાર્યક્રમ યોજવામાં આવ્યો હતો. આ ક્લબની સ્થાપના સમાજ ઉપયોગી કાર્યો કરવા માટે થઈ હતી.

મહેંદી હરીફાઈ

કલાગુર્જરી (સ્થાપક સંસ્થા) દ્વારા ૨૬ જુલાઈના રોજ બપોરે અઢી કલાકે મહેંદી હરીફાઈ યોજવામાં આવી છે. આ સ્પર્ધા બે વિભાગમાં રાખવામાં આવી છે. એમાં ૭થી ૧૫ વર્ષનો એક વિભાગ અને બીજા વિભાગમાં ૧૬ થી ઉપરની ઉંમરના સ્પર્ધકોનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે. દશરથલાલ જોશી પુસ્તકાલય, વિલેપાર્લે (વેસ્ટ)માં આયોજિત આ સ્પર્ધાના ફોર્મ ૨૨ જુલાઈ સુધી જમા કરવાના રહેશે.

પાંચમા પાનાનું ચાલુ

આજથી દરિયામાં પાંચ

માટે યલો એલઈ જાહેર કરીને ભારે વરસાદની આગાહી કરવામાં આવી છે, તો બુધવારના મધ્યમ વરસાદની આગાહી કરવામાં આવી છે. મુંબઈમાં મંગળવાર અને ગુરુવારે ભારે વરસાદ તો બુધવાર માટે હળવાથી મધ્યમ વરસાદની ચેતવણી આપવામાં આવી છે. વરસાદની ચેતવણી વચ્ચે મંગળવાર ૨૪ જૂનથી ૨૮ જૂન સુધી પાંચ દિવસ દરિયામાં મોટી ભરતી હોવાને કારણે ભરતીના સમય દરમ્યાન જો વરસાદનું જોર રહ્યું તો મુંબઈમાં પાણી ભરાઈ શકે છે, તેથી પાલિકા પ્રશાસન એલઈ થઈ ગઈ છે. મંગળવાર, ૨૪ જૂનથી સર્ગળ ૨૮ જૂન, ૨૦૨૫ સુધી દરિયામાં મોટી ભરતી છે, જે ચોમાસાના ચાર મહિના દરમ્યાન સૌથી ભરતી છે. ચોમાસામાં જૂનથી સપ્ટેમ્બર દરમ્યાન કુલ ૧૯ વખત દરિયામાં મોટી ભરતી છે. મોટી ભરતી દરમ્યાન દરિયામાં મોજા સાડાચાર મીટર કરતા પણ વધુ ઊંચા ઉછળશે, જેમાં ચોમાસાની સૌથી મોટી ભરતી ગુરુવાર ૨૬ જૂનના બપોરના ૧૨.૫૫ વાગે રહેશે. એ સમયે દરિયામાં મોજા ૪.૭૫ મીટરથી પણ ઊંચા ઉછળશે. ભરતી દરમ્યાન નાગરિકોને પણ દરિયા કિનારે જરાથી દૂર રહેવાની ચેતવણી પાલિકા પ્રશાસન દ્વારા આપવામાં આવી છે. મંગળવારે ૨૪ જૂનના સવારના ૧૧.૧૫ વાગે દરિયામાં ભરતી હશે એ સમયે મોજા ૪.૫૯ મીટર જેટલા ઊંચા ઉછળશે. બુધવાર ૨૫ જૂનના બપોરના ૧૨.૦૫ વાગે દરિયામાં ૪.૭૧ મીટર ઊંચા મોજા ઉછળશે. ગુરુવાર ૨૬ જૂનના બપોરના ૧૨.૫૫ વ વાગે દરિયામાં ૪.૭૫ મીટર ઊંચા મોજા ઉછળશે અને શુક્રવાર ૨૭ જૂનના બપોરના ૧.૪૦ વાગે ૪.૭૩ મીટર ઊંચા મોજા ઉછળશે અને શનિવાર ૨૮ જૂનના બપોરના ૨.૨૬ વાગે દરિયામાં ભરતી સમયે ૪.૬૪ મીટર ઊંચા મોજા ઉછળશે.

કરોડો રૂપિયાનું વીઆઈપીએસ

એફઆઇઆરના આધારે એજન્સીએ વિનોદ ખુટે, સંતોષ ખુટે, મંગેશ ખુટે, કિરણ પિતાંબર અનાસર, અર્જિંચ બદાયે અને અન્યો વિરુદ્ધ પોન્ગી/મલ્ટિલેવલ માર્કેટિંગ સ્કીમ્સ અને ફોરેક્સ ટ્રેડિંગ પ્લેટફોર્મના નામે સામાન્ય લોકો સાથે કથિત અંતરપિંડી આચરવા બદલ મની લોન્ડરિંગની તપાસ શરૂ કરી છે. એજન્સીએ દાવો કર્યો છે કે દુબઇમાં રહેતો વિનોદ ખુટે આ કૌભાંડનો માસ્કરનાઇન્ડ છે. વિનોદ ખુટેએ વીઆઇપીએસ ગ્રૂપ ઓફ કંપનીઝ, મેસર્સ ઓબલ એફિલિયેટ બિઝનેસ, મેસર્સ કાના કેપિટ, રિયલ ગોલ્ડ કેપિટલ વિગેરે થતી વિવિધ ગેરકાયદે મલ્ટિલેવલ માર્કેટિંગ અને છેતરામણી યોજનાઓ, ગેરકાયદે ટ્રેડિંગ, કિપ્ટો એક્સચેન્જ, ચોલેટ સેવાઓને નામે કપાઇ કરી છે. વિવિધ યોજનાઓ થકી ભેગું કરવામાં આવેલું ભંડોળ કાગળ પર બનાવેલી કંપનીઓમાં વળવામાં આવ્યું હતું, જે બાદમાં ઉપાડી લેવાયું હતું અને કિપ્ટો/વર્ચ્યુઅલ એસેટ્સમાં રૂપાંતર કરી કર્યા બાદ હવાલા ચેમલ દ્વારા દુબઇ મોકલવામાં આવતું હતું. છડી દ્વારા ભારત અને દુબઇમાં ખુટે, તેના સંબંધીનું વિવિધ બેન્ક્માં જમા ભંડોળ, સ્થાવર મિલકતો સહિત ૭૫.૪૨ કરોડની મતા જતન અથવા સ્થગિત કરવામાં આવી છે.

મરીન લાઇન્સમાં

બિર્લિંગના છઠ્ઠા માળે આવેલી એક ઓફિસમાં અચાનક આગ ફાટી નીકળી હતી. ફાયરબ્રિગેડના છ ફાયર એન્જિન ઘટના સ્થળે પહોંચીને આગ બુઝાવવાની કામગીરી હાથ ધરી હતી. આગ ઓફિસની અંદર આવેલી હોવાથી ત્યાં રહેલા ઓફિસ ફર્નિચર સહિત દસ્તાવેજો, ઈલેક્ટ્રિક વાયરિંગ સહિતનું માલસામાન બળીને ખાક થઈ ગયું હતું. આગ લાગ્યા બાદ દૂર દૂર સુધી તેના ધુમાડા નીકળી રહ્યા હતા. સદ્નસીબે આગ લાગ્યા બાદ ત્યાં હાજર રહેલા લોકો સહિત આજુબાજુના લોકો તરત સુરક્ષિત રીતે બહાર નીકળવામાં સફળ રહ્યા હતા. તેથી કોઈ જખમી થયું નહોતું. ફાયરબ્રિગેડના જણાવ્યા મુજબ આગનું ચોક્કસ કારણ જાણી શકાયું નહોતું પણ પ્રાથમિક તપાસમાં શોર્ટ સર્કિટને કારણે આગ લાગી હોવાનું જણાઈ આવ્યું હતું.

મરાઠા ખબર માટેની સૂચના	મૃત્યુનોંધ સાંજે ૭-૩૦ સુધી ૪ સ્વીકારવામાં આવશે
-------------------------------	--

(૧) મરનારનું નામ (૨) તારીખ (૩) ઉંમર (૪) કયાં ગુજરી ગયા છે એ જગ્યા (૫) માતાનું નામ (૬) પિતાનું નામ (૭) ગમે તે ત્રણ સગાઈ (૮) પ્રાર્થનાસભા સ્થળ, તારીખ, સમય. મૃત્યુનોંધ આપનારે ઉપર જણાવ્યા મુજબની વિગતો જ પોતાના લેટરહેડ પર લખીને આપવાની રહેશે. સગાઈરૂપે લખાયેલાં વધારાના નામોની કાપફૂચ થાય તો એ માટે કોઈ સંવાદને સ્થાન રહેશે નહીં. (૫૦ શબ્દથી વધારે નહીં). – વ્યવસ્થાપક

દાડૂ માટે પત્નીનું ગળું દબાવી દેનારો પતિ બે કલાકમાં પકડાયો

(અમારા પ્રતિનિધિ તરફથી)

મુંબઈ: દાડૂ પીવા રૂપિયા ન આપનારી પત્નીની ગળું દબાવીને પતિએ કથિત હત્યા કરી હોવાની ઘટના ગોરેગામમાં બની હતી. હત્યા બાદ ફરાર થઈ ગયેલા પતિને પોલીસે બે કલાકમાં જ પકડી પાડ્યો હતો.

બાંગુર નગર પોલીસે ધરપકડ કરેલા આરોપીની ઓળખ વસીમ રફીક શેખ (૨૫) તરીકે થઈ હતી. પોલીસ કસ્ટડીમાં રહેલા આરોપીની પોલીસ વધુ પૂછપરછ કરી રહી છે. પોલીસના જણાવ્યા મુજબ ઘટના ગોરેગામ પશ્ચિમમાં લિંક રોડ પરના ભગત સિંહ નગર નંબર-૨ ખાતે બની હતી. ગૌશિયા વસીમ શેખ (૨૫)ની ગળું

દબાવીને હત્યા કરવામાં આવી હતી. ગૌશિયાની માતાએ નોંધાવેલી ફરિયાદને આધારે પોલીસે ગુનો નોંધ્યો હતો.

સોમવાની સવારે ૯.૩૦ વાગ્યાની આસપાસ ગૌશિયાનો મૃતદેહ ઘરમાંથી મળી આવ્યો હતો. કહેવાય છે કે સંતાનની સામે જ આરોપી વસીમે પત્નીની હત્યા કરી હતી. પત્નીએ દાડૂ પીવા માટે રૂપિયા આપવાનો ઇનકાર કરતાં આરોપી રોષે ભરાયો હતો. હત્યા બાદ આરોપી તેના વતન ફરાર થવાની તૈયારીમાં હતો. જોકે ટેકનિકલ બાબતોનો અભ્યાસ કરી પોલીસની ટીમે તેને રામ મંદિર સ્ટેશનેથી પકડી પાડ્યો હતો.

વૈશ્વિક સંઘર્ષનું કારણ બની છે બેલગામ મહત્વકાંક્ષાઓ: ગડકરી

પુણે: કેન્દ્રીય મંત્રી નીતિન ગડકરીએ સોમવારે કહ્યું કે ‘બેલગામ મહત્વકાંક્ષાઓએ’ વૈશ્વિક સ્તરે સંઘર્ષ પેદા કર્યો છે.

અહીં એક કાર્યક્રમમાં બોલતા ગડકરીએ કહ્યું હતું કે ભારતે વિશ્વ શાંતિ અને માનવતાવાદનો સંદેશ મોકલવાની જરૂર છે.

‘આપણો સાંસ્કૃતિક વારસો અને ઇતિહાસ એટલો સમૃદ્ધ છે કે આપણો દેશ ક્યારેય સરમુખત્યારશાહી અને વિસ્તારવાદી નહોતો. જોકે, એક પ્રકારની બેલગામ મહત્વાકાંક્ષા છે જે આજે વિશ્વમાં સંઘર્ષ તરફ દોરી રહી

છે, અને વિશ્વમાં વિશ્વ શાંતિ અને માનવતાવાદનો સંદેશ મોકલવાની જરૂર ઊભી થઈ છે,’ એમ તેમણે કહ્યું હતું. એ મઆઈટી ગ્રુપ ઓફ ઇન્સ્ટિટ્યુશન્સ દ્વારા બનાવવામાં આવેલી શ્રી સરસ્વતી કરાડ હોસ્પિટલના ઉદ્ઘાટન પ્રસંગે કેન્દ્રીય પ્રધાન બોલી રહ્યા હતા.

ભારતે ‘વિશ્વગુરુ’ બનવું જોઈએ તેવું ભારપૂર્વક જણાવતા, ગડકરીએ કહ્યું હતું કે, આપણા સિદ્ધાંતો મારો કે મારા પરિવારનો લાભ એટલો જ ઉપદેશ આપતા નથી પરંતુ તે જગતના કલ્યાણની વાત કરે છે. (પીટીઆઈ)

મરાઠી રાજયનો આત્મા,તેને હાનિ નહીં પહોંચાડે સરકાર: એનસીપી

મુંબઈ: મહારાષ્ટ્રમાં હિન્દી ભાષા ‘‘લાદવા’’ અંગેના વિવાદ વચ્ચે અજિત પવારના નેતૃત્વ હેઠળની રાષ્ટ્રવાદી કોંગ્રેસે (એનસીપી)એ સોમવારે કહ્યું હતું કે મરાઠી ભાષા રાજ્યનો આત્મા છે અને સરકાર ક્યારેય મરાઠી ભાષાના દરજ્જાને નુકસાન પહોંચાડે તેવો નિર્ણય લેશે નહીં.

અહીં પત્રકારોને સંબોધતા, રાષ્ટ્રવાદી કોંગ્રેસ પાર્ટીના પ્રવક્તા આનંદ પરાંજપેએ કહ્યું હતું કે સરકાર મરાઠી ભાષાના મહત્વને જાળવી રાખવા માટે પ્રતિબદ્ધ છે. તેમણે કહ્યું કે મોદી સરકારે મરાઠીને અભિજાત ભાષા તરીકે માન્યતા આપી છે. મરાઠી એકમાત્ર ભાષા અને મહારાષ્ટ્રનો આત્મા છે. મહાયુતિ સરકાર ક્યારેય એવો કોઈ નિર્ણય લેશે નહીં જે તેની સ્થિતિને નુકસાન પહોંચાડે, એમ તેમણે કહ્યું હતું. નાયબ મુખ્યમંત્રી અજિત પવારના નેતૃત્વ હેઠળની એનસીપી રાજ્યમાં ભાજપની આગેવાની હેઠળની મહાયુતિ સરકારના ઘટકોમાંની એક છે.

દાણચોરીના સોનાને

કરાયેલા સોના સંબંધી યોગ્ય દસ્તાવેજો રજૂ કરી શક્યા નહોતા. તેમની પૂછપરછમાં વધુ બે આરોપી રાજકુમાર પવાર અને રવીન્દ્ર સાળુંબેની ધરપકડ કરાઈ હતી. પવાર કારનાનો માલિક હોવાનું અધિકારીએ જણાવ્યું હતું.

પકડાયેલા આરોપી સોનાની દાણચોરીમાં સંડોવાયેલી ઈન્ટરનેશનલ સિન્ડિકેટના સભ્યો હોવાની શક્યતા ડીઆરઆઈએ વ્યક્ત કરી હતી. આ સિન્ડિકેટ સાથે સંકળાયેલા અન્ય સભ્યો અને આર્થિક લેવડદેવડની અધિકારીઓ તપાસ કરી રહ્યા છે.

પાંચ વર્ષમાં

એમએસઆરટીસીની

શ્વેતપત્ર મુજબ, નાણાકીય વર્ષ ૨૦૨૩-૨૪ ના અંત સુધીમાં એમએસઆરટીસીનું નુકસાન વધીને ૧૦,૩૨૪ કરોડ રૂપિયા થયું હતું. એમએસઆરટીસી અધિકારીઓના જણાવ્યા મુજબ, તેમણે શ્વેતપત્ર તૈયાર કરવા માટે ૪૫ વર્ષના નાણાકીય ટેડાને ધ્યાનમાં લીધા છે અને આ સમયગાળા દરમિયાન, કોર્પોરેશન ફક્ત આઠ વર્ષ - ૧૯૮૭-૮૮, ૧૯૯૦-૯૧, ૧૯૯૪-૯૫, ૧૯૯૫-૯૬, ૨૦૦૬-૦૭, ૨૦૦૭-૦૮, ૨૦૦૮-૦૯ અને ૨૦૦૯-૧૦ માં નફામાં હતું. સરનાઈક જણાવ્યું હતું કે કોર્પોરેશન આઠ વર્ષ સુધી નફામાં રહ્યું હતું, અને તેમાંથી ચાર વર્ષ, રાજ્યના વર્તમાન નાણાં સચિવ, ઓ પી ગુપ્તા, એમએસઆરટીસીના વાઇસ ચેરમેન અને મેનેજિંગ ડિરેક્ટર હતા. તેમણે જણાવ્યું હતું કે, કોર્પોરેશન પાસે પહેલા એક લાખથી વધુ કર્મચારીઓ અને ૧૮,૫૦૦ બસો હતી. હવે, કર્મચારીઓની સંખ્યા ઘટીને ૮૭,૦૦૦ અને બસો ૧.૪,૫૦૦ થઈ ગઈ છે.

જૈન મરણ

ઘોઘારી વિશ્વા શ્રીમાણી જૈન પાલિતાણા નિવાસી હાલ મુંબઈ, સ્વ અંજવાળીબેન પ્રેમચંદ છગનલાલ શાહના સુપુત્ર હર્ષદભાઈ શાહ (ઉં. વ. ૮૨) તા. ૨૨/૬/૨૫ને રવિવારના અરિહંતશરણ પામેલ છે. જે અરુણાબેનના પતિ. સ્વ. મનસુખભાઈ, સ્વ. મણીભાઈ, સ્વ. ભોંગીભાઈ, સ્વ. કાંતિભાઈ, સ્વ. છોટુભાઈ, સ્વ. ધીરુભાઈ, સ્વ. ચંદુભાઈ, ધનવંતભાઈના ભાઈ. પારસભાઈ અને સ્વ. વિરાગભાઈના પિતાશ્રી. હેતલબેનના સસરા. સસુરપક્ષે સ્વ. નવનીલાલ રતનશી શાહ (પાલીતાણાવાળા)ના જ માઈ. પ્રાર્થનાસભા શનિવાર, ૨૮-૬-૨૫ના ૪ - ૬. યશવંતરાવ ચૌહાન સેન્ટર, જનરલ જગન્નાથરાવ ભોસલે માર્ગ, નરીમન પોર્નટ, મુંબઈ - ૨૧.

ઝાલાવાડી દશાશ્રીમાળી દેરાવાસી જૈન સુદ્ધમ્મ નિવાસી હાલ મલાડ, સ્વ. હિરાલાલ ચીરચંદ મસ્કરીયા (શાહ)ના પુત્ર સ્વ. નરેન્દ્રભાઈનાં ધર્મપત્ની સ્મિતાબેન (ઉં. વ. ૬૫) તા. ૨૨-૬-૨૫ના અરિહંતશરણ પામ્યા છે. તે મોલિક, નિરાલી રાજેશભાઈ, શિવાની જયેશભાઈનાં માતા. રસીલાબેન દી પકભાઈ, પ્રફુલાબેન ભાનુભાઈનાં ભાભી. વિછીયા નિવાસી સ્વ. મનસુખલાલ મથુરદાસ તુરબિયાનાં પુત્રી. નીતાબેન, નયનાબેન, ભાવનાબેન, નૂતનબેન, સ્વ. દેવાંગભાઈનાં બેન. લૌકિક વ્યવહાર તથા પ્રાર્થનાસભા બંધ રાખી છે. ૨૦૨, મિલન રસિેરસી, રામચંદ લેન, મલાડ-૫.

દશા શ્રીમાળી સ્થાનકવાસી જૈન કરિયાણા જિલ્લો અમરેલી હાલ ગ્રેમ્બિવલી, દીપ્તિબેન શાહ (ઉં. વ. ૪૭) તે સુરેશભાઈ શાહના ધર્મપત્ની સ્વ. હીરાબેન પ્રભુદાસ અમૃતલાલ શાહના પુત્રવધૂ. દિશાના મમ્મી. હસમુખભાઈ જયસુખભાઈ ભૂપેન્દ્રભાઈ જીતુભાઈના ભાઈના ધર્મપત્ની. સ્વ. જયંતીલાલ સોમચંદ શાહ તથા ઊર્મિલાબેન શાહના પુત્રી (ગામહોદ જિલ્લો લીમશ્રી) ૨૨-૬-૨૫ના ગ્રેમ્બિવલી અરિહંતશરણ પામેલ છે. લૌકિક વ્યવહાર બંધ રાખેલ છે.

શ્રી કચ્છી વિશા ઓશાવાળ જૈન ગુંદાલાના દર્શન (સિદ્ધાર્થ) ભાવના ગાલા (ઉં. વ. ૧૯) તા. ૨૧-૬-૨૫ના અવસાન પામેલ છે. સ્વ. ભાવનાના સુપુત્ર. સ્વ. મંજુલા નવિનચંદ્ર દેઢીયાના દોહીત્ર. પરી, આરવ, વત્સલના ભાઇ. પ્રાર્થના રાખેલ નથી. ઠે. હસમુખ ગોંગજી દેઢીયા, ૧૫૬, કેશવ સદન, સ્વદેશી મિલ રોડ, પોસ્ટ ઓફિસની બાજુમાં, (સાચન), ચુનાભઢી (ઇસ્ટ).

વડાલાના અ. સૌ. પાયલ રિતેશ નિસર (ઉં. વ. ૩૬) તા. ૨૨-૬-૨૫ના અવસાન પામેલ છે. નિર્મળા લખમશી (બન્નો)ના પુત્રવધૂ. રિતેશના ધર્મપત્ની. રાજુના મમ્મી. વલસાડના ગીતા નવીન પટેલના પુત્રી. રીના, મેવના, વિનય, જ્યોતિ મથુર ધનજીના બેન. પ્રાર્થના રાખેલ નથી. નિ. લખમશી નિસર, બી-૪, ચિરાગ બિ., છેડા પાર્ક, નાલાસોપારા (ઈ).

ભુજપુરના ડો. મુકેશ ખીમજી દેઢિયા (ઉં. વ. ૬૫) તા. ૨૧-૬-૨૫ના અવસાન પામ્યા છે. પ્રભાવતીબેન ડો. ખીમજી ચોસરના સુપુત્ર. પ્રતિભાના પતિ. ઈશિતાના પિતાશ્રી. નિર્મળાબેન જયંતિલાલ કેશવજી છેડા, નીલમબેન નરેશ ગોંગજી ગંગરના ભાઈ. ટ્રાયણના ચંપાબેન દેવચંદ ઘેલાભાઈ ગડાના જમાઈ. પ્રાર્થના : શ્રી વ.સ્થા.જૈન શ્રા. સં. : કરશન લઘુભાઈ નિસર હોલ (દાદર). ટા. ૪ થી ૫.૩૦. વિઠ હાલે મેરાઉના કેસરબેન કંચનલાલ નાગડા (શાહ) (ઉં. વ. ૭૪) તા. ૨૨-૬-૨૫ના અવસાન પામેલ છે. શાંતીબેન વલ્લભજીના પુત્રવધૂ. સ્વ. કંચનલાલના પત્ની. સંજય, કેતન, બીજલના માતૃશ્રી. મણીબેન કલ્યાણજીના સુપુત્રી. પ્રા. ચોગી સભાગૃહ, ગ્રાઉન્ડ ફ્લોર, દાદર (ઈ). ટા.: બપોર ૪ થી ૫.૩૦.

વાગડ વિ.ઓ. જૈન

ગામ ભચાઉ હાલે બોરીવલીના સ્વ. આસઈબેન હિરજી બુધિયા (ઉં.વ. ૮૫) શુકવાર, તા. ૨૦-૬-૨૫ના અવસાન પામેલ છે. સ્વ. જમનાબેન નારણ ચાંલજીના પુત્રવધૂ. સ્વ. હિરજીના ધર્મપત્ની. ધનશ્યામના માતૃશ્રી. પુષ્પાના સાસુ. કિશોર, સ્વ. ચિરેનાના દાહીડો. સામખીયારીના સ્વ. મૂરઘી ભાણજી ગોવર ગાલાની દીકરી. પ્રાર્થનાસભા તા. ૨૪-૬-૨૫, મંગળવારના ૨.૦૦થી ૩.૦૦. શ્રી કરશન લઘુ નિસર હોલ, પહેલા માળે, દાદર-વેસ્ટ.

દશા શ્રીમાળી દિગંબર મુમુક્ષુ જૈન

મોરબી નિવાસી હાલ મુંબઈ,

પ્રકાશભાઈ જેયંચંદાઈ વાઘજીભાઈ મહેતા

(ઉં.વ. ૮૭) તા. ૨૩-૬-૨૫ના

દેહપરિવર્તન થયેલ છે, તે ઈન્દુભાઈના પતિ.

દિવ્યેનભાઈ તથા દર્શનભાઈના પિતાશ્રી.

નિનાબેન અને બોસ્કીબેનના સસરા. ઋષભ,

રેચલ અને હર્ષના દાદા. સાવરકુંડલાવાળા

અનુપચંદ બાવચંદ દોશીના જમાઈ.

નવીનચંદ્ર કરણભલ ભુતા તથા દીપકભાઈ

હેમચંદભાઈ શ્રોઠના વેવાઈ. નિવાસ: ઈ-

૧/૮૦૪, રુપુ રાવર, પાટલીપાડા, થાણા

(વેસ્ટ). લૌકિક વ્યવહાર સદંતર બંધ

રાખેલ છે.

ઘોઘારો વિશા શ્રીમાળી જૈન

સાવરકુંડલા નિવાસી હાલ મલાડ સ્વ.

જયંતીલાલ વિઠ્ઠલદાસ મહેતાના સુપુત્ર

શશીકાંતભાઇ (ઉં. વ. ૭૧) તા. ૨૨-

૬-૨૫ને રવિવારના અરિહંતશરણ પામેલ

છે. તે રીઝાબેનના પતિ. શૈલેષભાઇ અને

દિલીપભાઇના મોટાભાઇ. પ્રશાંતના

પિતાશ્રી. બીનાબેનના સસરા. તે

પાલિતાણાવાળા પ્રભુદાસ યુનીતાબેન,

યશસ્વી, જાડેજાએ કેચ છોડ્યા એટલે સચિને કરી ટકોર: ‘બુમરાહને નવ વિકેટ ન મળી શકી’

ખુદ બુમરાહે પણ નારાજગી બતાવી

લીડ્સ: જસપ્રીત બુમરાહના પાંચ વિકેટના તરખાટ (૨૪.૪-૫-૮૩-૫)ને કારણે રવિવારે ભારત સામેની પ્રથમ ટેસ્ટના ત્રીજા દિવસે ઇંગ્લેન્ડની ટીમ સરસાઈ નહોતી મેળવી શકી જેને પગલે સોશિયલ મીડિયામાં સચિન તેંડુલકરે બુમરાહના ખૂબ વખાણ કર્યા હતા, પરંતુ તેણે યશસ્વી જયસ્વાલ અને રવીન્દ્ર જોડેજા વિશે આડકતરી ટકોર પણ કરી હતી.

ઉલ્લેખનીય છે કે આ સિરીઝ એન્ડરસન-તેન્ડુલકર ટ્રોફીના નામે રમાઈ રહી છે એટલે સચિનની પ્રતિક્રિયા આવે એ સ્વાભાવિક છે. યશસ્વી અને જોડેજાએ કેચ છોડ્યા એને લીધે બુમરાહને પાંચ કરતાં વધુ વિકેટ નહોતી મળી શકી. બુમરાહની બોલિંગમાં કુલ મળીને ચાર કેચ છૂટ્યા હતા.

મીડિયાની પોસ્ટમાં સચિનનું કહેવું એમ હતું કે કેચ છૂટ્યા એને લીધે બુમરાહને કુલ નવ વિકેટ નહોતી લેવા મળી.

સચિને બુમરાહને સોશિયલ મીડિયામાં આપેલા અભિનંદનવાળી પોસ્ટમાં છૂટેલા કેચનો ઉલ્લેખ કર્યો છે. સચિને પોસ્ટમાં લખ્યું કે ‘બુમરાહ, તને અભિનંદન. તને એક નો-બોલને કારણે વિકેટ ન મળી શકી અને તારી બોલિંગમાં કેચ પણ છૂટ્યા. આને કારણે તારી અને તારી નવ વિકેટ વચ્ચે અંતર રહી ગયું.’



બુમરાહે શું નિવેદન આપ્યું

ખુદ બુમરાહ પોતાની બોલિંગમાં કેચ છૂટવાના બનાવોને કારણે નારાજ હતો. તેણે રવિવારની રમત પછી જણાવ્યું હતું કે ‘અમારા ઘણા બોલર પહેલી વાર અહીં ઇંગ્લેન્ડમાં રમી રહ્યા છે. અમને ભારતમાં સપાટ પિચ પર રમવાની આદત છે, જ્યારે અહીંની પિચ ઘણી અલગ અને વિચિત્ર ઉછાળ અપાવનારી છે. જોકે મને ક્રિકેટ રમવી ખૂબ ગમે છે અને હું હંમેશાં ખુશ મિજાજમાં રમતો હોઉં છું એટલે ક્યારેક હસતો પણ દેખાઉં છું. કેચ છૂટ્યા એ વિશે કહું તો ક્યારેય કોઈ ફીલર જાણી જોઈને કેચ ન છોડે. અહીં ઈંડીમાં વાતાવરણ ઘણું અલગ છે એટલે ક્યારેક તત્કાળ બોલ જોવામાં મુશ્કેલી પડતી હોય છે. જોકે કેટલીક બાબતો રમતનો હિસ્સો હોય છે એવું હું માનું છું. હું મારા પર કે મારી ભાવિ બોલિંગ પર ખરાબ અસર નથી પડવા દેવા માગતો એટલે હું બધું ભૂલી જઈને આગળ વધવામાં માનું છું.’

રોહિત શર્માએ આંતરરાષ્ટ્રીય ક્રિકેટમાં ૧૮ વર્ષ પૂર્ણ કર્યા: હેલ્મેટ શેર કરીને લખ્યો ઇમોશનલ મેસેજ

મુંબઈ : રોહિત શર્માએ ૧૮ વર્ષ પહેલા ૨૩ જૂને આંતરરાષ્ટ્રીય ક્રિકેટમાં ડેબ્યૂ કર્યું હતું. આ વાત યાદ કરીને હિટમેન ભાવુક થઈ ગયો હતો. તેણે પોતાની ઇન્સ્ટાગ્રામ સ્ટોરીમાં પોતાના પહેલા હેલ્મેટનો ફોટો શેર કર્યો અને ઈમોશનલ મેસેજ લખ્યો હતો. રોહિતે લખ્યું હતું કે હું હંમેશાં આભારી રહીશ, ૨૩.૦૬.૦૭. રોહિત ત્યારે ૨૦ વર્ષનો હતો અને તેણે આયરલેન્ડ સામેની ટી૨૦ મેચમાં ડેબ્યૂ કર્યું હતું. ભારત માટે બે આઈસીસી ટ્રોફી જીતનાર રોહિતને સર્વકાલીન શ્રેષ્ઠ ઓપનરોમાંનો એક માનવામાં આવે છે. આ ૧૮ વર્ષોમાં હિટમેનની કારકિર્દીમાં ઘણા ઉતાર-ચઢાવ આવ્યા, પરંતુ તેણે આ બધાનો બહાદુરીથી સામનો કર્યો અને હવે તે સફળતાના શિખર પર છે. રોહિતની કેપ્ટનશિપ હેઠળ ભારત ૨૦૨૩ માં વર્લ્ડ ટેસ્ટ ચેમ્પિયનશિપની ફાઇનલ અને તે વર્ષના અંતમાં વન ડે વર્લ્ડ કપની ફાઇનલમાં પહોંચ્યું હતું. જોકે, ટીમ બંને વખત ટ્રોફી ચૂકી ગઈ હતી. તેમણે ૨૦૨૪માં ભારતને ટી૨૦ વર્લ્ડ કપ અપાવ્યો હતો. પછી ટીમે ૨૦૨૫માં રોહિતની કેપ્ટનશીપ હેઠળ ચેમ્પિયન્સ ટ્રોફી પણ જીતી હતી.

૨૦૨૪માં રોહિત ૧૫૦થી વધુ ટી૨૦ આંતરરાષ્ટ્રીય મેચ રમનાર પ્રથમ ક્રિકેટર બન્યો છે. જોકે, ભારતની ટી૨૦ વર્લ્ડ કપ જીત પછી તેણે ટી૨૦ આંતરરાષ્ટ્રીય ક્રિકેટમાંથી નિવૃત્તિ લીધી હતી. રોહિતે બધા ફોર્મેટને જોડીને ૪૯૯ આંતરરાષ્ટ્રીય મેચ રમી છે અને ૧૯,૭૦૦ રન કર્યા છે. તેનો વન ડેમાં સૌથી વધુ વ્યક્તિગત સ્કોર પણ છે. તેણે શ્રીલંકા સામે અણનમ ૨૬૪ રન કરીને આ રેકોર્ડ બનાવ્યો છે. રોહિત અત્યાર સુધી ટી૨૦ માં સૌથી વધુ રન કરનાર ખેલાડી છે. ૧૫૯ મેચોમાં તેણે ૩૨.૦૫ ની સરેરાશથી ૪,૨૨૧ રન કર્યા છે. તેમાં પાંચ સદી અને ૩૨ અડધી સદી છે. ૨૦૨૪ પહેલા રોહિત ૨૦૦૭ માં ટી૨૦ વર્લ્ડ કપ જીતનાર ટીમનો પણ ભાગ રહી ચૂક્યો છે. ટી૨૦ કેપ્ટન તરીકે તેણે ભારત માટે ૬૨ માંથી ૪૯ મેચ જીતી છે. ટીમ ઇન્ડિયા ૧૨ હારી ગઈ છે અને એક ટાઇ રહી હતી. ૨૭૩ વનડે મેચની ૨૬૫ ઇનિંગ્સમાં તેણે ૩૨ સદી અને ૫૮ અડધી સદી સાથે ૪૮.૭૬ની સરેરાશથી ૧૧૧૬૮ રન કર્યા છે. વનડેમાં તેનો શ્રેષ્ઠ સ્કોર ૨૬૪ છે. તે વનડેમાં ત્રણ બેવડી સદી ફટકારનાર



એકમાત્ર બેટ્સમેન છે. રોહિતે તાજેતરમાં ટેસ્ટમાંથી નિવૃત્તિ લીધી છે અને હવે તે ફક્ત વનડેમાં જ રમતા જોવા મળશે. ટેસ્ટમાં રોહિતે ૬૭ ટેસ્ટ અને ૧૧૬ ઇનિંગ્સમાં ૪૦.૫૭ની સરેરાશથી ૪૩૦૧ રન કર્યા છે, જેમાં ૧૨ સદી અને ૧૮ અડધી સદીનો

સમાવેશ થાય છે અને તેનો શ્રેષ્ઠ સ્કોર ૨૧૨ રન છે. રોહિતના નામે વર્લ્ડ કપ દરમિયાન સૌથી વધુ સદી ફટકારવાનો રેકોર્ડ પણ છે. તેણે ૨૦૧૯ વર્લ્ડ કપ દરમિયાન પાંચ સદી ફટકારી હતી. આ ટુર્નામેન્ટમાં તેણે નવ મેચોમાં ૮૧.૦૦ ની સરેરાશથી ૬૪૮ રન કર્યા હતા.

સેશેલ્સ બોર્કિસંગ ટુર્નામેન્ટમાં ભારતનું શાનદાર પ્રદર્શન સાત મેડલ સાથે હાંસલ કર્યું ટોચનું સ્થાન

માહે (સેશેલ્સ) : સેશેલ્સ નેશનલ ડે બોર્કિસંગ ટુર્નામેન્ટમાં ભારતીય બેકસરોએ શાનદાર પ્રદર્શન કર્યું અને ત્રણ ગોલ્ડ સહિત કુલ સાત મેડલ સાથે ટોચ પર રહ્યા હતા. ગોલ્ડ મેડલ ઉપરાંત ભારતીય બેકસરોએ ત્રણ સિલ્વર અને એક બ્રોન્ઝ મેડલ પણ જીત્યો હતો જે

પેરેડાઇઝ એરેનામાં મોરેશિયસ કરતા એક મેડલ વધુ રહ્યો હતો. હિમાંશુ શર્મા (૫૦ કિગ્રા) એ વોકઓવર દ્વારા ગોલ્ડ મેડલ જીત્યો જ્યારે આરિષિ મુશાનિયા (૫૫ કિગ્રા) એ ૪-૧ના વિભાજીત નિર્ણયથી ફાઇનલ જીતી હતી. ગૌરવ

ચૌહાણે ૯૦ કિગ્રાથી વધુ વર્ગની તણાવપૂર્ણ ફાઇનલમાં પોતાનો સંયમ જાળવી રાખ્યો હતો. તેણે ૩-૨ થી જીત મેળવી અને દેશ માટે ત્રીજો ગોલ્ડ મેડલ જીત્યો હતો. અનમોલ (૬૦ કિગ્રા), આદિત્ય યાદવ (૬૫ કિગ્રા) અને નીરજ (૭૫

કિગ્રા) બધાને નજીકની લડાઈની ફાઇનલમાં સારું પ્રદર્શન કરવા છતાં ૨-૨ના સમાન વિભાજીત નિર્ણયોથી હાર્યા બાદ સિલ્વર મેડલથી સંતોષ માનવો પડ્યો હતો. કાર્તિક દલવેલ ૭૦ કિગ્રા વર્ગમાં ભારત માટે બ્રોન્ઝ મેડલ જીત્યો હતો.

મુંબઈની ટીમ છોડશે પૃથ્વી શો, મુંબઈ ક્રિકેટ એસોસિએશન પાસે માગ્યું એનઓસી



મુંબઈ: ભારતીય ટીમના બેટ્સમેન પૃથ્વી શો સ્થાનિક ટીમ મુંબઈ છોડવા માગે છે અને આ માટે તેણે મુંબઈ ક્રિકેટ એસોસિએશન પાસેથી નો ઓબ્જેક્શન સર્ટિફિકેટ માંગ્યું છે. પૃથ્વીએ મંજૂરી માંગી છે જેથી તે ક્રિકેટર તરીકે પ્રગતિ અને વિકાસ માટે નવી સ્થાનિક ટીમ સાથે કરાર કરી શકે. પૃથ્વી છેલ્લા કેટલાક સમયથી રેડ બોલ ટીમમાંથી બહાર છે, પરંતુ તે વન ડે અને ટી૨૦ ક્રિકેટ રમી રહ્યો છે. જોકે, મેદાન પર તેના પ્રદર્શન કરતાં મેદાનની બહારના તેના શિસ્તના મુદ્દાઓ વધુ ચર્ચામાં રહ્યા છે.

મુંબઈ ક્રિકેટ એસોસિએશનના એક વરિષ્ઠ અધિકારીએ સમાચાર એજન્સી પી.ટી.આઈ. ને આ વાતની પુષ્ટી કરી અને કહ્યું કે મુંબઈ ક્રિકેટ એસોસિએશનને પૃથ્વીનો પત્ર મળ્યો છે જેમાં તેણે એનઓસી માગ્યું છે. મુંબઈ ક્રિકેટ એસોસિએશનના સૂત્રએ કહ્યું હતું કે, ‘હા, અમને પૃથ્વીનો પત્ર મળ્યો છે જે મંજૂરી માટે સર્વોચ્ચ પરિષદને મોકલવામાં આવ્યો છે. ટૂંક સમયમાં નિર્ણય લેવામાં આવશે.’

મુંબઈ ક્રિકેટ એસોસિએશનને મોકલેલા પત્રમાં પચીસ વર્ષથી ખેલાડીએ કહ્યું હતું કે તે મુંબઈ ટીમમાં વિતાવેલા સમય માટે આભારી છે પરંતુ હવે તે આગળ વધવા માંગે છે. તેણે ૨૦૧૭ માં મુંબઈ માટે ડેબ્યૂ કર્યું હતું. પૃથ્વીએ કહ્યું હતું હું આ તકનો લાભ લઈને મુંબઈ ક્રિકેટ એસોસિએશનનો આભાર માનું છું કે તેણે મને એસોસિએશનનું પ્રતિનિધિત્વ કરતી વખતે મૂલ્યવાન તકો અને અનિશ્ચયસનીધિ સમર્થન આપ્યું. મુંબઈ ક્રિકેટ એસોસિએશનનો ભાગ બનવું એ એક મહાન સન્માન છે અને હું અહીં મેળવેલા અનુભવ માટે ખૂબ જ આભારી છું. મારી કારકિર્દીના આ તબક્કે મને બીજા રાજ્ય સંગઠન હેઠળ વ્યાવસાયિક ક્રિકેટ રમવાની એક સારી તક મળી છે જે મને લાગે છે કે ક્રિકેટર તરીકે મારા વિકાસ અને પ્રગતિમાં વધુ ફાળો આપશે. આને ધ્યાનમાં રાખીને હું તમને નમ્ર વિનંતી કરું છું કે મને એનઓસી જાહેર કરો જે મને આગામી સ્થાનિક સીઝનમાં નવા રાજ્ય સંગઠનનું સત્તાવાર રીતે પ્રતિનિધિત્વ કરવા સક્ષમ બનાવશે.

પૃથ્વીએ કહ્યું હતું કે તેણે આ નિર્ણય ફાળજીપૂર્વક વિચારણા અને મુંબઈ ક્રિકેટ એસોસિએશન પ્રત્યે અત્યંત આદર સાથે લીધો છે. ભારત માટે પાંચ ટેસ્ટ અને છ વનડે રમનાર પૃથ્વીને ગયા વર્ષે નબળી ફિટનેસ અને શિસ્તના અભાવને કારણે મુંબઈ રણજી ટીમમાંથી બહાર કરવામાં આવ્યો હતો. રણજી ટ્રોફીની બાકીની સીઝન ગુમાવ્યા બાદ પૃથ્વીએ છેલ્લે મુંબઈ માટે મધ્ય પ્રદેશ સામે પ્રીમિયર ડેવેલોપ્મેન્ટ ટૂર્નામેન્ટ સૈફ મુશ્તક અલી ટી૨૦ ટ્રોફીની ફાઇનલમાં રમ્યો હતો, જેમાં તેની ટીમે પાંચ વિકેટથી જીત મેળવી હતી.

‘લોકો કહેતા હતા કે આઠ મહિનામાં ખતમ થઈ જશે..’, જસપ્રીત બુમરાહે ટીકાકારોને આપ્યો જવાબ

લીડ્સ: ભારતના ઝડપી બોલર જસપ્રીત બુમરાહના ટીકાકારો માનતા હતા કે તેની વિચિત્ર બોલિંગ એક્શનને કારણે તે આઠથી દસ મહિનામાં ટોપ પરથી ક્યાંય ખોવાઈ જશે પરંતુ તેના આત્મવિશ્વાસને કારણે આ ભારતીય બોલરે આંતરરાષ્ટ્રીય ક્રિકેટમાં એક દાયકા જેટલો સમય પૂર્ણ કર્યો હતો. બુમરાહે ઇંગ્લેન્ડ સામેની પ્રથમ ટેસ્ટ મેચની પ્રથમ ઇનિંગમાં ૮૩ રન આપીને પાંચ વિકેટ લીધી હતી. ટેસ્ટ મેચમાં ૧૪મી વખત એક ઇનિંગમાં પાંચ કે તેથી વધુ વિકેટ લીધા પછી તેણે તેની સફળતાનું રહસ્ય જાહેર કર્યું હતું.

બુમરાહને પૂછવામાં આવ્યું કે શું તેને ઈજાગ્રસ્ત થયા પછી દર વખતે ખતમ માનવામાં આવે તો તેને ખોટું લાગે છે ત્યારે તેણે કહ્યું હતું કે “લોકો વિચારતા હતા કે આટલાં વર્ષોમાં (હું ફક્ત) આઠ મહિના રમીશ, કેટલાક કહેતા હતા ૧૦ મહિના, પરંતુ હવે મેં ૧૦ વર્ષ આંતરરાષ્ટ્રીય ક્રિકેટ અને ૧૨-૧૩ વર્ષ આઇપીએલ રમી છે.” તેણે કહ્યું હતું કે, “એટલે સુધી કે લોકો હજુ પણ (દરેક ઈજા પછી) કહે છે કે તે આગળ રમી શકશે નહીં. તેમને કહેવા દો, હું મારું કામ કરતો રહીશ. આ બાબતો દર ચાર મહિને આવતી રહેશે, પરંતુ જ્યાં સુધી ભગવાન મને આશીર્વાદ આપશે ત્યાં સુધી હું રમતો રહીશ.” બુમરાહે કહ્યું હતું કે, “હું શક્ય તેટલી શ્રેષ્ઠ



તૈયારી કરું છું અને પછી તે મારા પર કેટલા આશીર્વાદ વરસાવે છે તે ભગવાન પર છોડી દઉં છું.” ઈંગ્લેન્ડને પહેલી ઇનિંગમાં લીડ લેતા અટકાવવામાં મુખ્ય ભૂમિકા ભજવનાર બુમરાહે કહ્યું હતું કે તે લોકોની ધારણા બદલવા માટે અહીં નથી. લોકો શું લખે છે તે મારા નિયંત્રણની બહાર છે અને હું લોકોને મારા વિશે શું લખવું તે સલાહ આપી શકતો નથી. જો તેઓ મારા વિશે લખીને વાચકો મેળવે છે, તો મને તેમાં કોઈ સમસ્યા નથી.”

મેચ અંગે બુમરાહે કહ્યું હતું કે પિચ બેટિંગ માટે સારી છે, પરંતુ મેચ આગળ વધશે તેમ તેમાં તિરાડ પડી શકે છે. હાલમાં આ વિકેટ બેટિંગ માટે ખૂબ સારી છે. હવામાનને કારણે નવો બોલ સ્વિંગ થશે, પરંતુ ટેસ્ટ ક્રિકેટમાં તમે આની અપેક્ષા રાખો છો. અમે મોટો સ્કોર કરવા અને તેમના માટે મુશ્કેલ લક્ષ્ય નક્કી કરવા માગીએ છીએ.

મે ટીમમાં મારા સ્થાનને લઈને ચાલી રહેલી ચર્ચાઓ પર નથી આપ્યું ધ્યાન: ઓલી પોપ

લીડ્સ: ઇંગ્લેન્ડની પ્રથમ ઇનિંગમાં શાનદાર સદી ફટકારનાર ટોચના ક્રમના બેટ્સમેન ઓલી પોપે કહ્યું હતું કે ગયા વર્ષે ભારત સામે તેની ધરતી પર રમાયેલી ટેસ્ટ શ્રેણીમાં નિષ્ફળતા બાદ ટીમમાં તેના સ્થાન અંગેની ચર્ચાઓને અવગણવાથી તેને વાપસી કરવામાં મદદ મળી હતી.

ઇંગ્લેન્ડના વાઇસ કેપ્ટન પોપે ગયા વર્ષે હૈદરાબાદમાં ભારત સામે રમાયેલી પ્રથમ ટેસ્ટમાં ૧૯૬ રન કરીને શાનદાર શરૂઆત કરી હતી, પરંતુ તે પછી જસપ્રીત બુમરાહ અને ભારતીય સ્પિનરોએ તેની નબળાઈ છતી કરવામાં લાંબો સમય લીધો ન હતો. તે પછીની ચાર મેચમાં ફક્ત ૪૦ રન જ કરી શક્યો, જેના કારણે ટીમમાં તેના સ્થાન અંગે ચર્ચાઓ શરૂ થઈ હતી.

ભારત સામેની પ્રથમ ટેસ્ટ મેચમાં ૧૦૬ રન કરનારા ઓલી પોપે ત્રીજા દિવસની રમતના અંત પછી પત્રકારોને જણાવ્યું હતું કે, “મેં આ ચર્ચાઓનો મારા પર વધુ પ્રભાવ ન પડવા દેવાનો પ્રયાસ કર્યો છે.”

હું ફક્ત એ સુનિશ્ચિત કરવાનો પ્રયાસ કરી રહ્યો છું કે મારી રમત



શક્ય તેટલી સારી સ્થિતિમાં હોય અને જ્યારે હું બેટિંગ કરવા માટે બહાર આવું છું ત્યારે હું તકનો પૂરો લાભ લેવાનો પ્રયાસ કરું છું.

મેં બહાર ચાલી રહેલી ચર્ચાઓ પર ધ્યાન આપ્યું નથી અને માનસિક રીતે મારી જાતને મજબૂત કરવા અને મારી રમત સુધારવા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કર્યું છે.”

તેણે કહ્યું હતું કે, “આ મારી રમતને થોડી સુધારવાનો પ્રયાસ છે. તે તે પ્રક્રિયા સાથે સંબંધિત છે જેનો હું આનંદ માણવા અને આગળ વધવા માગુ છું. હું રન કરવા માટે કોઈપણ પ્રકારની ઉતાવળ કરવા માગતો નથી. હું મારા ક્રિકેટ્સને શક્ય તેટલું સારું રાખવાનો પ્રયાસ કરું છું.”

આ સીઝનમાં મારું લક્ષ્ય વર્લ્ડ ચેમ્પિયનશિપમાં ગોલ્ડ મેડલ જીતવાનું છે: નીરજ ચોપરા

ઓરિસ્સા (ચેક રિપબ્લિક) : ભારતના ભાલાઈક ખેલાડી નીરજ ચોપરા નિયમિતપણે ૯૦ મીટર ફેંકવા માટે પોતાના પર કોઈ દબાણ લાવવા માંગતો નથી અને આ સીઝન માટે તેનું લક્ષ્ય ટોક્યોમાં વર્લ્ડ ચેમ્પિયનશિપમાં ટોચનું સ્થાન મેળવવાનું છે.

નિરજ ચોપરા મંગળવારે અહીં ગોલ્ડન સ્પાઇક એથલેટિક્સ સ્પર્ધામાં ભાગ લેશે. ચોપરાએ ગયા અઠવાડિયે ૮૮.૧૬ મીટરના શ્લો સાથે પેરિસ ડાયમંડ લીગ જીતી હતી, જેમાં તેણે જુલિયન વેબરને હરાવ્યો હતો. બે વખતના ઓલિમ્પિક મેડલ વિજેતાએ કહ્યું હતું કે કોય તરીકે ચેક રિપબ્લિકના મહાન જાન ઝેલેઝનીના સમર્થન અને તેમની સખત મહેનતથી, તે સારા પરિણામો પ્રાપ્ત કરવાનો વિશ્વાસ ધરાવે છે.

૨૭ વર્ષીય ખેલાડીએ દોહામાં સીઝન-ઓપનિંગ ડાયમંડ લીગ સ્પર્ધામાં તેની કારકિર્દીમાં પ્રથમ વખત ૯૦ મીટરનું અંતર પાર કર્યું અને તે તેની પ્રગતિથી ખૂબ ખુશ છે.

તેણે કહ્યું હતું કે, “આટલા મહાન ખેલાડી અને કોય સાથે કામ કરીને હું ખરેખર ખુશ છું. ટેકનિકમાં થોડો વધુ સુધારો કર્યા પછી, મેં આ વર્ષે ભાલા ૯૦ મીટર ફેંકી દીધો છે. હવે જોવાનું એ છે કે, હું આ અંતર હવે પછી ક્યારે હાંસલ કરીશ, પણ હું તેવાર છું. તાજેતરમાં અમે નિમ્બર્ક (ચેક રિપબ્લિક) માં સારી પ્રેક્ટિસ કરી હતી, તેથી મને વિશ્વાસ છે કે હું અહીં ઓરિસ્સામાં મારું શ્રેષ્ઠ પ્રદર્શન કરીશ.”

હરિયાણાના આ ખેલાડીએ કહ્યું હતું કે, “આ સીઝનનો મુખ્ય ઘ્યેય ચોક્કસપણે ટોક્યોમાં યોજાનારી વર્લ્ડ ચેમ્પિયનશિપ છે. ” આ વર્ષે ૧૩ થી ૨૧ સપ્ટેમ્બર



દરમિયાન જાપાનની રાજધાનીમાં વર્લ્ડ એથલેટિક્સ ચેમ્પિયનશિપ યોજાશે. ચોપરા મંગળવારે અહીં યોજાનારી સ્પર્ધાને લઈને ખૂબ જ ઉત્સાહિત છે. તેમણે કહ્યું હતું કે, “જ્યારે હું નાનો હતો ત્યારે મેં ઉસૈન બોલ્ટ જવા ખેલાડીઓના અહીં ભાગ લેતા ઘણા વીડિયો અને ચિત્રો જોયા. હું ગયા વર્ષે અહીં આવ્યો હતો પરંતુ ઈજાને કારણે સ્પર્ધામાં ભાગ લઈ શક્યો ન હતો.” હું હવે સારું અનુભવી રહ્યો છું, પરંતુ હું ૯૦ મીટર માટે મારી જાત પર કોઈ દબાણ લાવવા માગતો નથી, પરંતુ હું તેના માટે મારા શ્રેષ્ઠ પ્રયાસ કરીશ.

તન-મન-ધનથી રહો લૈસી

આપણું મન છે સૌથી મોટું જોખમ...

‘આપણા નિર્ણયો પર નાણાકીય ધિયરી કરતાં માનસિકતાની ઘણી અસર થતી હોય છે.’

- જોન આર. નોફસિંગર

આ કોલમમાં આપણે રોકાણની સાથે સંકળાયેલાં વિભિન્ન પ્રકારનાં જોખમોની વાત કરી છે. તેમાંથી અમુક જોખમ વાસ્તવિક અને અમુક અગોચર હોય છે.

જેમાં નુકસાનની ગણતરી કરી શકાય એ વાસ્તવિક જોખમ અને જેમાં નુકસાનની ગણતરી કરવાનું મુશ્કેલ હોય એ અગોચર જોખમ. જેમાં આપણે નુકસાનની ગણતરી કરી શકતા નથી એમાંથી મોટાભાગના કિસ્સામાં આપણો દષ્ટિકોણ ઘણો મહત્વપૂર્ણ ભાગ ભજવે છે. આપણે પોતાની લાગણીઓના આધારે જ્યારે કોઈ ભાખતને જોખમ ગણી લઈએ અને તે પ્રમાણે વર્તીએ ત્યારે જ એ જોખમો વાસ્તવિકતા બની જાય છે.

વાસ્તવિક જોખમનું એક ઉદાહરણ લઈએ. માર્કેટ રિસ્કને આ પ્રકારનું જોખમ કહી શકાય છે. ધારો કે આપણે ૨૯,૦૦૦ રૂપિયાના ભાવે ગોલ્ડ બોન્ડ ખરીદ્યા છે. આપણે જ્યારે બોન્ડ વેચવા જઈએ ત્યારે ભાવ ઘટીને ૨૫,૦૦૦ થઈ ગયો હોય એ શક્ય છે. બોન્ડ વેચી નાખીએ તો નુકસાન થાય.

સોનાના ભાવ કેટલા ચાલી રહ્યા છે એ જાણવાનું ઘણું સહેલું છે. અનેક જગ્યાએ તે ઉપલબ્ધ હોય છે. આમ નુકસાનની ગણતરી



કરવાનું શક્ય હોય છે.

આપણે પહેરેલાં ઘરેણાં વેચવાનાં ન હોય, પરંતુ તેને વેચવાનો અને નફો/નુકસાન થવાનો વિચાર કરીએ ત્યારે જે નફો/નુકસાન દેખાય એ અગોચર જોખમ કહેવાય. એ જોખમ ત્યારે જ વાસ્તવિક બને જ્યારે આપણે એ ઘરેણાં વેચવા માટે ખરેખર બજારમાં જઈએ.

હવે રિયલ એસ્ટેટનું ઉદાહરણ લઈએ. જે માણસ નિયમિતપણે રિયલ એસ્ટેટની ખરીદી અને વેચાણ કરતો હોય ત્યારે રિયલ એસ્ટેટમાં થતો ફેરફાર તેના માટે વાસ્તવિક જોખમ ઊભું કરે છે, પણ જો રહેવા માટેનું ઘર હોય અને તેને વેચવા કાઢ્યું ન હોવા છતાં આપણે તેના નુકસાન વિશે વિચાર કરીએ તો તે અગોચર જોખમ છે.

સામાન્ય રીતે આપણે ઘર, ઑફિસ, વેરહાઉસ જેવી મિલકતો ભાવની વધઘટને ધ્યાનમાં રાખીને ખરીદતા કે વેચતા નથી. આ બધી મિલકત આપણી જરૂરિયાત પ્રમાણે ખરીદવામાં કે વેચવામાં આવતી હોય છે. આ જ મિલકતો વેચવાની ન હોય, છતાં આપણે બજારમાં ચાલી રહેલા દરને ધ્યાનમાં રાખીને વેચાણનો વિચાર કરીએ ત્યારે તેમાં નફો કે નુકસાન દેખાઈ આવે છે. જો એ મિલકતો ખરેખર વેચી દેવામાં આવે તો ત્યારે થતો નફો કે નુકસાન વાસ્તવિક બની જાય છે.

પહેરવાનાં ઘરેણાં અને રહેવાના ઘરની વાત આવે ત્યારે આપણે માર્કેટમાં ચાલતા ભાવના

આધારે નફા/નુકસાનનો વિચાર ભલે કરતાં હોઈએ, પણ તેના વિશે તરત જ પ્રતિક્રિયા કરતા નથી અને તેનું વેચાણ કરી દેતા નથી. આમ આ બન્ને એસેટ્સની બાબતે જોખમ જ્યાં સુધી આપણા મગજની અંદર હોય ત્યાં સુધી ઓછું નુકસાનકારક હોય છે. જો કે, નાણાકીય એસેટ, ખાસ કરીને ઈક્વિટીની વાત હોય ત્યારે આવું અગોચર જોખમ પણ ક્યારેક હાનિકારક બને છે.

ઈક્વિટીના રોકાણકાર (ખરૂં પૂછો તો સફ્ટો ખેલનારા) રમેશ મહેતા સવારે ઊઠીને સૌથી પહેલું કામ ટીવી ચાલુ કરીને બિઝનેસ ન્યૂઝ સાંભળવાનું કરે છે. પાછલા દિવસે (એટલે કે આગલી રાત્રે) યુરોપિયન અને અમેરિકન ઈક્વિટી માર્કેટ્સમાં શું થયું એ જાણવાની એમને ઇતેજારી હોય છે. આ સમાચાર જાણી લીધા બાદ એમનું મગજ સક્રિય થઈ જાય છે. એ ક્યારેક ખુશખુશાલ થઈ જાય છે અને ક્યારેક ચિંતિત થઈ ઉઠે છે. એમના એક મિત્ર વેંકટ એચર પણ એવા જ છે. વિવિધ રાજકીય, આર્થિક તથા અન્ય ઘટનાઓના આધારે એ પોતે પરિસ્થિતિનું વિશ્લેષણ કરે છે અને પછી તેના આધારે રોકાણની (એટલે કે સફ્ટાની) સ્ટ્રેટેજી નક્કી કરે છે.

આ બન્ને મિત્રો સવારનો નાસ્તો કરતાં કરતાં પોતાપોતાના વિચારોનું અને માહિતીનું આદાનપ્રદાન કરતા હોય છે. આ સંપૂર્ણ પ્રવૃત્તિ એમના વિચારોના આધારે મનમાં ને મનમાં જ ચાલતી હોય છે. જોખમ એમના મગજમાં છે, અગોચર છે. આમ છતાં એ બન્ને તેના આધારે જ બજારમાં કામકાજ વિશેનો નિર્ણય લેતા હોય છે.

મીડિયામાં ચર્ચાતી વાતો કે આપણા પોતાના અર્થઘટનના આધારે જ્યારે આપણે પ્રતિક્રિયા કરીએ ત્યારે નફો કે નુકસાન આપણા મગજમાં જ હોય છે. તેના આધારે જ્યારે આપણે રોકાણ કરીએ ત્યારે તેમાં ભૂલ થવાની શક્યતા હોય છે. ‘મનમાં પરણે અને મનમાં વિધવા



રોકાણનાં જોખમ

થાય’ એવી કહેવત અહીં લાગુ કરી શકાય છે. આપણું મન સૌથી મોટાં જોખમો પાછળનું મુખ્ય કારણ છે.

‘વધુ જોખમ-વધુ વળતર’ એવું જ્યારે આપણે બોલીએ છીએ ત્યારે ખરી રીતે આપણે આપણા મનને એમ કહેતા હોઈએ છીએ કે જો વધારે જોખમ લઈશું તો વધારે વળતર મળશે. આવા વખતે આપણું મગજ ‘વધારે વળતર મળશે’ એ શબ્દો પર વધુ ભાર મૂકવા લાગે છે. વાસ્તવમાં, ‘વધુ વળતર-વધુ જોખમ’ એવું હોય છે. જે રોકાણોમાં વધુ વળતર મળતું હોય તેમને વધુ જોખમ પણ લાગુ થતું હોય છે.

ઉપસંહાર

રોકાણસંબંધી જોખમો - એક સિક્કાની બે બાજુ....

આર્થિક જગતના જાણીતા ફાયનાન્સર પ્લાનર ગોરવ મશરૂવાળાની આ કોલમ લેખમાળામાં રોકાણને લગતાં અનેક પ્રકારનાં જોખમોની ચર્ચા કરી છે. આ વિશ્વમાં કોઈ રોકાણ સંપૂર્ણપણે જોખમમુક્ત નથી એવું અહીં સમજાવવામાં આવ્યું છે. જો કે, ‘આપણે રોકાણ કરવું જ ન જોઈએ’ એવો તેનો અર્થ કરાય નહીં એ પણ અહીં સ્પષ્ટ કરવામાં આવ્યું છે. ખરી રીતે તો લેખમાળામાં કહેવાયું છે કે રોકાણ ન કરવું એ પણ એક જાતનું જોખમ હોય છે.!

ટૂંકમાં, ગોરવભાઈ આ લેખમાળા દ્વારા વાંચકોને વિવિધ પ્રકારનાં જોખમોનો પરિચય કરાવે છે, જેથી એ રોકાણને લગતા નિર્ણયો સાચી સમજ સાથે લઈ શકે. ■



આપણે આ કોલમમાં બિહેવિયરલ ફાઇનાન્સનો અભ્યાસ કરતાં અનેક પૂર્વગ્રહોની વાત કરી ચૂક્યા છીએ. આજે હવે સંક કોસ્ટ ફેલસીનો વારો છે.

આપણે જે ખર્ચ કે રોકાણ કરી ચૂક્યા હોઈએ અને એ પાછું મળવાની શક્યતા હોય નહીં એને ‘સંક કોસ્ટ’ કહે છે. ‘ફેલસી’ એટલે ભ્રામક માન્યતા. ભવિષ્યમાં એ વસ્તુ ક્યારેય પાછી નહીં મળે એ હકીકત હોવા છતાં લોકો એવા ભ્રમમાં રહે કે એ પાછી મળશે ત્યારે એ ‘સંક કોસ્ટ ફેલસી’ કહેવાય છે. પોતે ખર્ચી કાઢેલાં નાણાં પાછાં નહીં મળે એ હકીકત જાણતાં હોવા છતાં નાણાં રૂબી ગયાં હોવાનો સ્વીકાર કરવો નહીં એને સંક કોસ્ટ



ફેલસી કહે છે. લોકો એને ભૂલે નહીં એ તો સમજ્યા, પણ પછી એ રકમ પાછી આવે એ માટે હાથ ધોઈને પાછળ પડી જાય છે. હકીકતમાં એ રકમ કે રોકાણ

સંક કોસ્ટ ફેલસી એટલે શું?

પોતે ખર્ચી કાઢેલાં નાણાં અને સમય કોઈ પણ હિસાબે નિરર્થક જવાં જોઈએ નહીં એવી માન્યતા સંક કોસ્ટ ફેલસી પાછળનું કારણ હોય છે. ઉદાહરણ તરીકે, તમે ઘણી વાર સુધી લાઇનમાં ઊભા રહીને મોંઘા ભાવે કોઈ ફિલ્મની ટિકિટ લઈને આવ્યા અને એ ફિલ્મ જોવા ગયા. ફિલ્મ સાવ ફાલતુ હોવા છતાં પોતાનાં સમય, શક્તિ અને નાણાં ફાજલ જવાં જોઈએ નહીં એટલે આખેઆખી ફિલ્મ જોઈને વધુ સમય અને શક્તિ બગાડી નાખો છે.. સંક કોસ્ટ ફેલસીનું આ એક જ્વલંત ઉદાહરણ છે. શક્ય છે કે તમે ફિલ્મ અડધી મૂકીને ઘરે આવી જાઓ અને બચેલા સમયમાં સરસ મજાની ઊંઘ ખેંચી કાઢો અથવા તો અધૂરાં રહી ગયેલાં કામ પૂરાં કરી નાખો અથવા વધારાની કમાણી થાય એવી કોઈ પ્રવૃત્તિ કરી દો તો સમયનો

સદુપયોગ થયો કહેવાય. પોતે પૈસા અને સમય ખર્ચી કાઢ્યાં છે તેથી કંટાળી આવવા છતાં ફિલ્મ જોઈ જ કાઢવી એવી વૃત્તિ એટલે સંક કોસ્ટ ફેલસી.

રોકાણની બાબતે પણ આવું જ થાય છે. તમે લિસ્ટિંગના દિવસે થનારી કમાણી માટે કોઈ આઇપીઓમાં નાણાં રોક્યાં. ધારો કે એ કંપનીના ઇસ્યુને નબળો પ્રતિસાદ મળ્યો અને લિસ્ટિંગના દિવસે તેનો ભાવ વીસેક ટકા ઘટી ગયો. હવે સમગ્ર બજારમાં એવી ચર્ચા છે કે આ શેરનો ભાવ હજી ઘટશે અને અડધો થઈ જવાની પૂરેપૂરી શક્યતા છે. આમ છતાં, તમે આઇપીઓમાં રોકાણ કરી લીધું હોવાથી લિસ્ટિંગના દિવસે ગયેલી ખોટને ભૂલીને શેર વેચવાને બદલે એને રહેવા દો છો ને જતે દિવસે એ શેરના ભાવ અડધા થઈ જાય છે અને તમારી ખોટ વધી જાય છે. આમ બધા લોકો એ શેરના ભાવ વધવાની વાત કરી રહ્યા હતા ત્યારે તમે વાસ્તવિકતાને સ્વીકારવાને બદલે પોતાના ભ્રમમાં રહો છો કે ભાવ ચોક્કસ વધશે.

અહીં તમે સંક કોસ્ટ ફેલસીનો શિકાર થઈ ગયા ગણાવ.

શક્ય છે કે તમે લિસ્ટિંગના દિવસે ગયેલી ખોટ સહન કરીને એ શેર વેચી નાખો અને એ જ નાણાંમાંથી બીજી કોઈ સારી કંપનીના શેર ખરીદી લો તો જતે દિવસે બીજી કંપનીના શેરમાં નફો થઈ શકે એવી પૂરતી શક્યતા હોઈ શકે. લોકો ઘણી વાર બહારથી મગાવેલું ખાવાનું ભાવ્યું ન હોય તો પણ ફક્ત પૈસા ખર્ચ્યા હોવાથી એ ખાવાનું પૂરું કરી દેતા હોય છે. સંક કોસ્ટ ફેલસીને લીધે આવું થાય છે. આ જ રીતે ક્યારેય પહેરવાનાં ન હોય એવાં કપડાં કબાટમાં ભરીને રાખવામાં આવે છે અને નબળાં રોકાણો પણ કાઢી મૂકવાને બદલે પોર્ટફોલિયોમાં રહેવા દેવાતાં હોય છે. પોતાની ઈચ્છા ન હોવા છતાં ફક્ત પૈસા અને સમયનો ખર્ચ થયો હોવાથી એને એળે જવા ન દેવાય એટલા ખાતર લોકો આવાં કામ કરવાત રહે છે. ખસ, આને જ કહેવાય સંક કોસ્ટ ફેલસી. ■



મનને શાંત રાખવું છે?

આવાં યોગાસન બહુ ઉપયોગી છે...

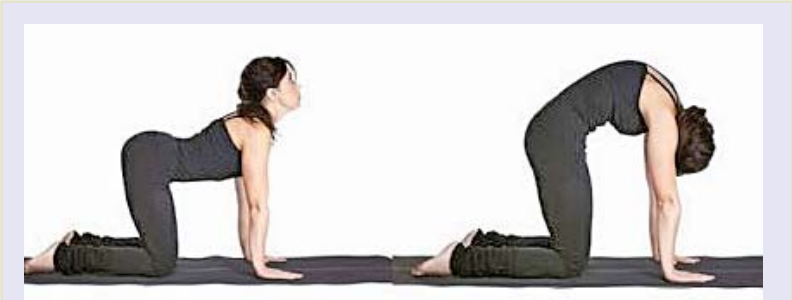
હજી ગત શનિવાર - ૨૧ જૂનના દિવસે વિશ્વભારમાં યોગ દિનની ઉજવણી થઈ... આજે જગતભરના લોકો તખીઓ - મનોચિકિત્સકો એક અવાજે સ્વીકારે છે કે યોગ માત્ર શારીરિક કસરત કે શારીરિક આરોગ્ય માટેનો વ્યાયામ નથી. યોગની મન-મસ્તિષ્ક પર પણ સકારાત્મક અસર થાય છે. આજના વ્યસ્ત જીવનમાં, આપણે બધા કોઈને કોઈ કારણસર તણાવમાં રહીએ છીએ. આખો દિવસ મનમાં ઉથલપાથલ રહે છે. મન અશાંત રહે છે અને વ્યક્તિ કોઈપણ કામ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરી શકતી નથી. આના કારણે, વ્યક્તિ અનિદ્રા અને ચિંતાની ફરિયાદ કરવા લાગે છે. આ સમસ્યાથી બચવા માટે, તમારા શરીર અને મનને સંપૂર્ણપણે આરામ આપવો જરૂરી છે. ચાલો, આજે જાણીએ એવા કેટલાક યોગાસન વિશે જે શરીરની સાથે મનને પણ આરામ આપે છે.



સેતુબંધાસન

આ આસનમાં શરીર પુલ જેવો આકાર બનાવે છે. તેથી એને સેતુબંધાસન કહે છે. આ આસન પીઠ અને પગને મજબૂત બનાવે છે, સાથે સાથે છાતી અને કરોડરજીવને પણ ખેંચે છે. તમારી કોર સ્ટ્રેચ પણ વધે છે. આ યોગાસન કરવા માટે, જમીન પર પીઠના બળે સૂઈ જાઓ. હવે તમારા ઘૂંટણ વાળો અને તળિયા જમીન પર રાખો.

પછી બંને હાથો વડે બંને પગની ઘૂંટી અથવા એડીને પકડો. શ્વાસ અંદર લેતા લેતા, ધીમે ધીમે તમારા શરીરને ઉપર ઉઠાવો. આ સ્થિતિમાં ૧ - ૨ મિનિટ સુધી રહો. (શ્વાસોચ્છવાસ ચાલુ રાખવો) આ પછી, શ્વાસ બહાર કાઢતા કાઢતા, શરૂઆતની સ્થિતિમાં પાછા આવો.



માર્જરી આસન

માર્જરી એટલે બિલાડી જેવી મુદ્રા. તેમ કેટ વોક તો સાંભળ્યું હશે, પરંતુ એનું આસન પણ થાય છે! આ આસનમાં કરોડરજીવની હળવી ગતિ થાય છે. તેમાં બિલાડીની પીઠ ખેંચવાની નકલ કરવાની છે. તે કરોડરજીવની સ્થિતિસ્થાપકતા વધારવા અને એકંદર મુદ્રામાં સુધારો કરવા માટે જાણીતું છે. પહેલા વજાસન મુદ્રામાં બેસવાથી શરૂઆત કરો. ત્યારબાદ, બંને હાથોને ગોઠણથી દૂર એવી રીતે ટેકવો જેથી તમે હાથના ટેકે ગોઠણ ઉપર મધ્ય શરીરને ઊંચું કરી શકો. હવે જાંઘોને એવી રીતે ઊંચી કરો જેથી પગ સાથે ૯૦ ડિગ્રીનો કોણ બને. હાથ અને ગોઠણના ટેકા ઉપર માત્ર પીઠને બિલાડીની જેમ ઊંચી કરો. આમ કરતી વખતે શ્વાસ અંદર લો.

પછી શ્વાસ છોડતા છોડતા, ધીમે ધીમે, પીઠને નીચે વાળો અને જેટલું નીચે જઈ શકાય તેટલું જાઓ. આમ કરતી વખતે તમારું માથું આકાશ તરફ દિષ્ટિ જાય તે રીતે ઉપર કરવું, જેવી રીતે બિલાડી કરે છે.

આ રીતે, ૪ થી ૫ વખત શ્વાસ અને ઉચ્છવાસ સાથે પીઠને આ મુદ્રામાં ઉપર-નીચે કરો. ધ્યાન રાખો કે તમે આ ધીમે ધીમે કરો. પછી ફરીથી શરીરને પહેલા પગ ઉપર ટેકવીને મૂળ સ્થિતિમાં આવો.

બાલાસન

નામ જણાવે છે તેમ, તેને બાળકોની મુદ્રા તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે. આ આસનનો ઉપયોગ તણાવ દૂર કરવા અને જાંઘ, કુલ્છા, પગની ઘૂંટીઓ અને પીઠને ધીમેથી ખેંચવા માટે થાય છે.

ઘૂંટણિયે પડવાની સ્થિતિમાં શરૂઆત કરો. ઘૂંટણ એકસાથે અથવા થોડા અલગ રાખીને તમારી એડી પર બેસો ઊંડો શ્વાસ લેતા બંને હાથ શરીરની રેખામાં સીધા ઉપર કરો.

પછી ઉચ્છવાસ કરતા કરતા શરીરને આગળની તરફ વાળો. તમારી છાતી તમારી જાંઘોને અને કપાળ જમીનને સ્પર્શ કરે. તમારા લંબાયેલા હાથ પણ જમીનને સ્પર્શ કરવા જોઈએ. હથેળીઓ જમીન તરફ અથવા આકાશ તરફ રાખી શકો છો. આ મુદ્રામાં ઊંડો શ્વાસ લો. શરીરમાં અનુભવતા ખેંચાણ તરફ ધ્યાન આપો. ૪ થી ૫ મિનિટ આ મુદ્રામાં રહીને ધીરે ધીરે શ્વાસ લેતા લેતા મૂળ સ્થિતિમાં પાછા ફરો.



પાશ્ચિમોત્તાનાસન

આ આસન શરીરના પાછળના ભાગ માટે એક શક્તિશાળી ખેંચાણ ઊભું કરે છે, જેમાં હેમસ્ટ્રિંગ્સ અને કરોડરજીવનો સમાવેશ થાય છે. આ નામ ‘પાશ્ચિમ’ (પાશ્ચિમ અથવા પાછળનો ભાગ), ‘ઉત્તાન’ (તીવ્ર ખેંચાણ) અને આસન (મુદ્રા)ની સંધિ છે. આ આસન કરવા બંને પગ સીધા આગળ રાખીને બેસો. બંને એડી અને પગના અંગૂઠા એકસાથે હોવા જોઈએ. હવે શ્વાસ બહાર કાઢતા કાઢતા આગળ ઝૂકો અને બંને હાથ વડે બંને પગના અંગૂઠા પકડો. જો અંગૂઠા ન પકડી શકાય તો જ્યાં સુધી હાથ પહોંચે ત્યાં પગને પકડો. તમારા કપાળને તમારા ઘૂંટણ પર સ્પર્શ કરો અને તમારી બંને કોણી જમીન પર સ્પર્શ કરાવો. ૧ થી ૨ મિનિટ સુધી આ મુદ્રામાં રહો. (શ્વાસોચ્છવાસ ચાલુ રાખો) પછી તમારી શરૂઆતની સ્થિતિમાં પાછા ફરો.



શવાસન

જેમ આ આસનનું નામ છે તેમ શબ (મૃદા)ની જેવી મુદ્રા અપનાવવાની છે. આ એક ખૂબ જ આરામદાયક આસન છે જેનો ઉપયોગ યોગ સત્રના અંતે શારીરિક અને માનસિક આરામ માટે કરવામાં આવે છે. માનસિક તણાવ કે થાક લાગ્યો હોય ત્યારે પણ તમે આ આસન કરી શકો છો. આ આસન કરવા ચના સુઈ જાઓ. ઑંખો બંધ કરો. તમારા બંને પગ વચ્ચે થોડું અંતર રાખો અને તમારા બંને હાથ શરીરને સમાંતર રાખો. શ્વાસોચ્છવાસ ચાલુ રાખીને શરીરના પગથી શરૂ કરીને માથા સુધીના અંગો પર ધ્યાન લઇ જાઓ. દરેક અંગને શિથિલ કરો અને તેમાં થતી સંવેદનાઓ અનુભવો. આ આસન કરતી વખતે તમે ઓમકારના નાદ, અથવા કોઈ પણ હળવું ધ્યાનમાં ઉપયોગી થાય તેવું સંગીત ચાલુ રાખી શકો છો.

આ આસન થાક અને તણાવથી મુક્તિ આપે છે, હળવાશનો અનુભવ કરાવે છે, બ્લડ પ્રેશર નિયંત્રિત કરવામાં મદદ કરે છે. અપૂરતી ઊંઘ ધરાવતા લોકો માટે આ આસન ખૂબ ઉપયોગી છે.

તમારી શારીરિક સમસ્યાઓને ધ્યાનમાં રાખીને કોઈપણ આસનો જેમાં પીઠ, કમર, પગ, હાથ કે રોડની મુદ્રાઓ હોય, તેમાં તમારા ડોક્ટરની સલાહ અવશ્ય લેવી. યોગાસનો કરતી વખતે ચહેરા પર હળવું સ્મિત રાખવાની સજાગતા કેળવશો તો આસનો મનને વધુ શાતા આપશે. ■

feedback@bombaysamachar.com



આહારથી આરોગ્ય સુધી
ડૉ. હર્ષા છાડવા

વ્યસન સાથે માનવ જાણતાં કે અજાણતા રીતે જોડાયેલો છે. એટલે એવું કહી શકાય કે વ્યસન સાથેની માનવજાતની જુગલબંધી બહુ વર્ષો જૂની છે. વિવિધ વ્યસનોની માયાજાળમાં ફસાયેલો છે. વિવિધ વ્યસન જેવા કે દારૂ, તમાકુ, ગુટકા, બીડી, બજર, બહુ વ્યાપક રીતે પ્રસરાયેલા છે. અમૂલ્ય માનવ જીવન પોતે જ બરબાદ કરી રહ્યા છે. આ વ્યસનની અસરો કેવી થાય છે તે વ્યક્તિ ખબર છે છતાં પણ વ્યસન ચાલુ રાખે છે અને ગુમાન કરે છે કે મને કાંઈ નહીં થાય. વ્યસની વ્યક્તિ ને સમજાવા ઘણું મુશ્કેલીનું કામ છે. આ તો ખરાબ વસ્તુના સેવનથી બીમારીઓ થાય છે તે બધાને લગભગ ખબર છે.

મારે વાત કરવી છે કે વ્યસન વગર પણ વ્યક્તિઓ વ્યસન જેવી જ બીમારીઓથી પીડાય છે. રોજબરોજના ખાદ્યપદાર્થમાં તેમ જ બહારના ખાદ્યપદાર્થ ખાવાનું ચલણ ખૂબ જ મોટા પાયે વિકસી ગયું છે. તેમાં વપરાતા વ્યસની પદાર્થોને કારણે આજની યુવા પેઢી અને બાળકો વધુ બીમાર પડી રહ્યા છે. ઘરની ગૃહિણી કે કામકાજ કરતી સ્ત્રીને આજે રસોડું ગમતું નથી. તેથી બાહ્ય વસ્તુઓનું સેવન જે પ્રિઝર્વેટિવ અને રસાયણો કે ટકાવવાવાળા રસાયણો કેમિકલથી બનેલું છે. એને કારણે વ્યસનની વ્યક્તિને થતી બીમારીઓ અને તેનાથી પણ વધુ બીમારી થઈ રહી છે. સમયના અભાવના કારણે જ શારીરિક ધ્યાન રહેતું નથી. લોકો એક દબાણ હેઠળ રહે છે. તેથી બાહ્ય ખાદ્યપદાર્થનો વપરાશ ખૂબ જ વધી ગયો છે જે નુકસાનદાયક સાબિત થાય છે.

સવારની શરૂઆત કેમિકલ અને કેફેનીક વસ્તુઓથી થાય છે. જેમ કે ટૂથપેસ્ટ ઘણાં લોકો તંબાકુવાળી પેસ્ટનો વપરાશ કરે છે. અન્ય પેસ્ટો એ ફક્ત કેમિકલ જ છે. પેસ્ટમાં ફોર્માલિહાઇડ જે મચ્છર મારવાની અને લાશ સાચવવા માટે વપરાતું કેમિકલ છે. જેથી મોઢાની લાળ (સ્લાવા) તે બગડી જાય કે એસિડિક થઈ જતાં ખાવાનું પણ એસિડિક બને છે.

કેફેન એટલે ચક્રા, કોફી લેવાથી એક પ્રકારનો નશો થાય છે. આ ચક્રા, કોફી પણ કેફેન જેવી જ અસર કરે છે. તેમાં વપરાતાં કેમિકલો

વ્યસન ન હોવા છતાં પણ વ્યસનને લગતી બીમારી થવાના કારણ...



ફરફચુરાલ, ટેનિન, ટેનિક એસિડ, ગ્રીસ આઈલ વગેરે જે નુકસાન આપે છે. બ્લડ પ્રેશર વધવા માંડે છે.

આઈસક્રીમ જેમાં આલ્કોહોલ અલગ અલગ પ્રિઝર્વેટિવ, કેમિકલવાળા રંગો

તેમજ તેને ઘાટુ બનાવવા વપરાતા સોરબિટોલ જેવા રસાયણ ઘણી આઈસક્રીમોમાં ‘રમ’નો, ‘બિયર’નો વપરાશ થાય છે. જેથી શરીરમાં દુખાવા, શરદી, શરીરમાં ભારેપણું, એસિડિટી થાય છે. કોફીથી સાઈટિકા થાય છે. કેન્ડી, પીપર, ચોકલેટ જેમાં લગભગ દસથી પંદર જેવા કેમિકલોથી જ બને છે. જેવા કે સેકરીન, એસ્પાર્ટેમ, સોડિયમ એલ્યુમિનિયમ ફોસ્ફેટ્સ, પોટેશિયમ સોરબેટ, ટ્રિટેનિયમ ડાયઑક્સાઈડ, બ્યુટીરેટ હાઈડ્રોસી સોલ, હાઈડ્રોજનટે તેલ, ઈમ્બીલિસફાયર, ટ્રાસટેઝાઈન અને રોહડમાઈન-બી જેવા કલરથી બને છે. રોહડમાઈન-બી (Rhodamin-B) પીક કલર છે જે બધે બેન્ડ છે. છતાં આપણે ત્યાં વપરાય છે. કણ્ટિક

રાજ્યમાં આ પિન્ક કલર પર બેન્ડ છે. આ કેન્સર કારક તત્ત્વ છે જે કોટન કેન્ડી અને મૅન્ચુરિયન બનાવવા વપરાય છે. આ કેન્ડી, પીપર ચોકલેટનું વ્યસન આપણી માટે ઘાતક છે. નાની કેન્ડી કે પીપર લોકો ખૂબ જ ખાતાં હોય છે. જેથી બાળકોના મગજ પર અસર થાય છે. આંખ ખરાબ થઈ જાય છે.

ટીન ડબ્બામાં આવતા ડ્રીંકમાં પણ આલ્કોહોલ ઉમેરવામાં આવે છે. જેના કારણે ફેટીલિવર અને સ્કતકણની ખરાબી કે સંકેદ



કણ (ડબ્લ્યૂબીસી)માં ખરાબી થાય છે. પેટ ફૂલવા લાગે છે. બીજા અન્ય ડબ્બા પેક વસ્તુઓમાં પણ આલ્કોહોલ અને કેમિકલ માત્રા

ઉમેરવામાં આવે છે.

એસેન્સ જેમાં વેનિલા ખૂબ જ પ્રચલિત છે તે ડામરથી બનાવવામાં આવે છે. લિફ્ટિંગ એસેન્સમાં પણ આલ્કોહોલ સાચવવા માટે વપરાય છે. વેનીલા એસેન્સ એક ગ્રાણીમાંથી (તેની રેક્ટમ)માંથી બનાવવામાં આવે છે. જેમાં ગેસ્ટ્રિકની બીમારી થાય છે.

ગ્રેવીવાળા શાકમાં ઘાતક રંગો અને સાચવવા માટે કેમિકલો ઉમેરવામાં આવે છે. ગ્રેવીને સાત દિવસની સાથે જ બનાવી રાખે છે. તેમાં રસાયણો નાખી ટકાવવામાં આવે છે. જેનાથી ફૂડ પોઈઝન, એસિડીટી, ઝાડા ઊલટીની સમસ્યાઓ થાય છે.

પેકેટમાં મળતાં બધા જ ખાદ્યપદાર્થમાં લગભગ કેમિકલ અને આલ્કોહોલ હોય જ છે. લેબલ વાંચીને તેનો ઉપયોગ કરવો જેથી બચાવ થઈ શકે.

આ બધા ખાદ્યપદાર્થ તેમ જ અન્ય ખાદ્યપદાર્થની એક આદત બંધાણ, આસક્તિ, ટેવ, લત, બંધન જે કર્યા વિના રહેવાય જ નહીં. જે સ્વભાવ સાથે જડાઈ ગયું છે. માનવીએ દરેક ક્ષેત્રમાં વિકાસ કર્યો. આ વ્યસનોની દુનિયામાં પણ જબરો વિકાસ અને વિવિધતા ફાલીફૂલી છે. થોડીવાર લહેજત આપે પણ લાંબે ગાળે શારીરિક, માનસિક વ્યાધિઓ પાછળ પડે છે. આની માટે દવાઓ પણ કેમિકલો અને આલ્કોહોલથી જ બને છે. એટલે માનવનો વિકાસ માનવને જ નહી રહ્યો છે.

વધુમાં વધુ પ્રાકૃતિક સંશાધન કેમ વધારવા તેના પર ધ્યાન આપવું જરૂરી છે. પૈસા કમાવાની દોડ, પ્રતિષ્ઠા કમાવવાની દોડ એ માનવ જ માનવને મારે છે. માનવ પ્રાકૃતિક સંશાધન માટે મહેનત કરી રહ્યો છે તે પણ બહુ સીમિત છે. લોકોને પ્રાકૃતિક સંશાધન જોઈએ પણ તેના માટે મહેનત નથી કરવી. બધું બહુ સરળતાથી મળી રહે તેવું જોઈએ પણ મહેનત વગર આ બધું શક્ય નથી.

લોકો સોશિયલ મીડિયાના માધ્યમથી જાણકાર તો છે પણ આચરણમાં આવતું નથી. જોઈને કે સાંભળીને ફક્ત બૂમો પાડે છે. આ ખાદ્યપદાર્થનાં વ્યસનો બીજા વ્યસનોથી પણ બહુ ઘાતક છે. યુવાપેઢીને મજબૂત અને સ્વસ્થ રહેવું હશે તો પ્રાકૃતિક સંશાધનના વિકાસ તરફ ખૂબ જ મહેનત કરવી પડશે. સમજણ વધારવી પડશે, ઘરમાં બનતી વાનગીઓમાં સુધાર કરવો જ પડશે. ■

feedback@bombaysamachar.com



તંદુરસ્તી-મનદુરસ્તી
ભાણદેવ

(ગતાંકથી ચાલુ)
૬. યોગાસન અને પ્રચલિત વ્યાયામ પદ્ધતિની તુલના:
ખરેખર તો યોગાસનના અભ્યાસને પ્રચલિત વ્યાયામપદ્ધતિ સાથે સરખાવવો જોઈએ નહિ, કારણ કે યોગાસન કોઈ વ્યાયામપદ્ધતિ નથી.

આમ છતાં બંનેમાં અધિષ્ઠાન શરીર છે અને યોગાસનનો અભ્યાસ શારીરિક કેળવણી માટે પણ વ્યાપક પ્રમાણમાં થાય છે. શરીરને કેળવવા માટે યોગાસનોનો અભ્યાસ ઉપયોગી થઈ શકે તેમ છે. વળી યોગાસન એક વ્યાયામપદ્ધતિ છે, તેવી ગેરસમજ પણ વ્યાપક પ્રમાણમાં ફેલાયેલી છે.

પરિસ્થિતિ આવી છે, ત્યારે આ બંનેની તુલના આપણને યોગાસનના સ્વરૂપને સમજવામાં અને તદ્દવિષયક ગેરસમજનું નિરાકરણ કરવામાં ઉપયોગી થઈ શકશે.

(૧) પ્રચલિત વ્યાયામપદ્ધતિમાં શરીરનો અંગોનું ઝડપી હલનચલન (Movement) કરવામાં આવે છે. દંડ, બેઠક, દોડવું, તરવું, ચાલવું, રમતો આદિ વ્યાયામોનાં સ્વરૂપ પરથી આ બાબત સ્પષ્ટ સમજ શકાય છે. યોગાસન હલનચલન નથી, પરંતુ શરીરની વિશિષ્ટ અવસ્થા છે.

હા, શરીરને વિશિષ્ટ અવસ્થામાં મૂકવા માટે હલનચલન તો કરવું જ પડશે, પરંતુ તે યોગાસનનો ગૌણ ભાગ છે, જ્યારે પ્રચલિત વ્યાયામ પદ્ધતિમાં તો તે જ પ્રધાન છે. યોગાસન ધારણ કરવા માટે શરીરનું જે હલનચલન થાય છે, તે ખૂબ ધીમી ગતિએ થાય છે, જ્યારે વ્યાયામપદ્ધતિમાં હલનચલન (Movement) ઝડપી હોય છે.

(૨) બંનેનાં સ્વરૂપમાં ઉપર્યુક્ત મૂળભૂત તફાવત હોવાથી પ્રચલિત વ્યાયામની તુલનામાં યોગાસનના અભ્યાસ વખતે થતો શક્તિવ્યય (Energy expenditure) નજીવો હોય છે. પ્રચલિત વ્યાયામપદ્ધતિમાં શક્તિવ્યય દર મિનિટે ૨ થી ૧૪ કેલરી હોય છે. યોગાસનમાં આ પ્રમાણ ૦.૮થી ૩ કેલરી હોય છે.

આમ હોવાથી પ્રચલિત વ્યાયામને અંતે થાક અનુભવાય છે, જ્યારે યોગાસનના અભ્યાસને અંતે સ્ફૂર્તિ અને આરામ અનુભવાય છે.

(૩) પ્રચલિત વ્યાયામપદ્ધતિનો હેતુ



શારીરિક બળ, સ્વાસ્થ્ય, વિકાસ અને કૌશલ પૂરતો મર્યાદિત છે, જ્યારે યોગાસનનો હેતુ આધ્યાત્મિક વિકાસ છે. યોગાસનના અભ્યાસથી શરીર-મનના સ્વાસ્થ્યની પ્રાપ્તિ તો થાય જ છે, પરંતુ તે તો આડપેદાશ છે, તેમ સમજવું જોઈએ.

(૪) માત્ર શારીરિક રીતે વિચારીએ તોપણ પ્રચલિત વ્યાયામપદ્ધતિ સ્નાયુતંત્રને કેન્દ્રમાં રાખીને ગોઠવાયેલ છે. યોગાસનો જ્ઞાનતંત્ર, અંતસ્ત્રાવી તંત્ર અને પાચનતંત્ર પર કાર્ય કરે છે. યોગાસનો આ ત્રણે તંત્રો પર અસર પહોંચાડી તેમના દ્વારા સમગ્ર શરીર પર અસર પહોંચાડે છે. આમ યોગાસનો આરોગ્યના કેન્દ્ર દ્વારા પરિધને પકડે છે, જ્યારે પ્રચલિત વ્યાયામ પદ્ધતિ પરિધ દ્વારા કેન્દ્રને પકડે છે.

(૫) યોગાસનનો અભ્યાસ મનોયોગપૂર્વક થવો જોઈએ. યોગાસન મનોશારીરિક અવસ્થા છે. પ્રચલિત વ્યાયામ પદ્ધતિમાં આવી કોઈ અપેક્ષા નથી. પ્રચલિત વ્યાયામપદ્ધતિમાં મનની ગતિ અંદરથી બહાર વળે છે. યોગાસનમાં મન અંદર વળે છે.

(૬) સમગ્ર યોગાભ્યાસ માટે આદેશ છે - કુર્યાત અધ્યાત્મ ચેતસા । આ આદેશ યોગાસનને પણ લાગુ પડે જ છે. પ્રચલિત વ્યાયામ પદ્ધતિ અધ્યાત્મ ચેતસા । નહિ, શારીરિક દષ્ટિકોણથી થાય છે.

(૭) યોગાસનનો અભ્યાસ કરનાર સાધક યમ-નિયમપૂર્વક જીવન જીવે તેવી

અપેક્ષા રાખવામાં આવે છે. પ્રચલિત વ્યાયામ પદ્ધતિમાં એવી કોઈ અપેક્ષા કે શરત નથી.

(૮) યોગાસન સમગ્ર યોગસાધનાનો એક નાનકડો ભાગ છે, તે સાંકળનો એક મંકોડો છે. પ્રચલિત વ્યાયામ પદ્ધતિમાં એવું અનુસંધાન નથી.

(૯) પ્રચલિત વ્યાયામ પદ્ધતિમાં સંવેગોની કેળવણી, મનની સ્થિરતા અને મનની શુદ્ધિ તરફ દૃષ્ટિ નથી. યોગાસનના અભ્યાસ દ્વારા આ હેતુ પણ સિદ્ધ થાય તેવી અપેક્ષા અને શક્યતા છે.

૭. યોગાસનના અભ્યાસથી શું થાય છે? પ્રથમ દૃષ્ટિએ સાવ સરળ અને સાવ બહિરંગ લાગતો આ અભ્યાસ માનવના વ્યક્તિત્વના ભિન્ન ભિન્ન પાસાઓ પર ઊંડી અને દુર્ગામી અસર પાડે છે. હવે આપણે જોઈએ કે

યોગાસનના અભ્યાસ દ્વારા વ્યક્તિત્વનાં ભિન્ન ભિન્ન પાસાઓ પર કેવી અસર પડે છે અને આ અસર કઈ રીતે થાય છે:

(અ) શારીરિક દૃષ્ટિએ:

શારીરિક દૃષ્ટિએ આપણે પ્રારંભમાં જ જોયું છે કે યોગાસનો વ્યાયામ પદ્ધતિ કે ચિકિત્સા પદ્ધતિ નથી. વળી એ સ્પષ્ટ છે કે યોગાસનો જેનો નાનકડો ભાગ છે, તે યોગ મૂલતઃ અધ્યાત્મવિદ્યા છે. હા, આ વાત સાચી જ છે, પરંતુ એનો અર્થ એમ નથી જ કે યોગમાં શરીરનો વિચાર જ નથી. સાચી વાત તો એ છે કે અન્ય કોઈ પણ સાધનપદ્ધતિ કરતાં યોગમાં શરીરનો વિશેષ વિચાર કરવામાં

feedback@bombaysamachar.com



મોજની ખોજ
સુભાષ ઠાકર

સ્મશાનમાં મરેલાને બળતા જોયા, પણ અહીં તો બળીને મરતા જોયા...



હે ઈશ્વર...

તારા નામની આગળ પ્રિય, વ્હાલા, કે પૂજ્યનું સંબોધન નથી કર્યું એટલે તારા હૈયાને ઠેસ લાગશે, કારણ કે તું આવો સંબોધનોથી જ ટેવાયેલો છે. તને પથ્થરમાંથી ઈશ્વર થવાનો ને મંદિરમાં બેસી પૂજાવાનો શોખ, પણ સોની ટુ સે કે મારે તારી સાથે સંબંધનું બંધન તો વુંધું છે. કેમ? એ આ પત્રના અંતે ખબર પડશે.

પ્રભુ, હમણાં બન્યું એવું કે હું બેઠેલો ને અચાનક મારા શરીરમાં ઝળઝળાટી ઊપડી, શરીર થરથર ધ્રૂજ્યું દસ સેકન્ડમાં તો એક લિટર પરસેવો વળ્યો ને હું આખો વાહબ્રેટર મોડ પર આવી ગયો, હું ગભરાયો ત્યાં તો ચંપાએ હાથમાંથી મોબાઈલ ઝૂંટવી લીધો ને ભડકી ‘તમને હજારો વાર સમજાવ્યા કે સાઇકલ ચલાવતા આવડતું નથી ને કઇ કમાણી પર મોબાઈલ વિમાન મોડ પર...’

‘અરે, ફ્લાઇટ મોડ પર રાખવાથી મારી જાતને અંબાણીથી વધુ ધનવાન જેવું લાગે. સમજી?’ મેં કીધું

‘અરે નથી સમજવું. જોયું નહ, હમણાં હવાઇ-ભારત વિમાનમાં ૩૦૦થી વધુ પેસેન્જરો રાખમાં પલટાઈ ગયા’ ચંપા બોલી.

‘હવાઇ-ભારત?’ હું ચમક્યો.

‘અરે ‘હવાઇ-ભારત’ એટલે ‘એર-ઇન્ડિયા’ હું ગુજરાતી છું ને ગુજરાતીમાં એને ‘હવાઇ-ભારત’ કહેવાયને!. હવે જો મોબાઈલ વિમાન મોડ પર રાખ્યો તો મોબાઈલ ને તમે બંને ફાટી જશો ને તમારું એકેય અંગ શોધ્યું નહ જરો..’

‘બોલ, પ્રભુ, હવે બોલ્ડ થઈને ક’ઈ તો કોઈ ગીતકારે એક ગીતમાં ‘ભગવાન કે ઘર દેર હૈ, અંધેર નહીં હૈ’ એવું લખ્યું. હવે એ ગીતકાર જો હાથમાં આવે તો ડોકી મરડી નાખું, આટલું ખોટું લખાય? એ ટોપાને ખબર જ નથી કે તારા ઘરમાં દેર નહ, અંધેર પણ છે. કાળું ડીબાંગ અંધેર.

નછતર આ ગંદા રાજકારણીઓ, સત્તાના નશામાં ડૂબેલા નેતાઓ, પ્રજાને છેતરનારા વેપારીઓ, ખંડણી ઉધરાવનારાખલનાયકો. કેટલા ગણાવવા? બધા સાપનો ભારો બનીને ફરે છે ને પેલા ફ્લાઇટમાં ૩૦૦થી વધુ નિર્દોષનો તું પળવારમાં ધુમાડો કરી નાખે, એ પછી પણ મરવાની સિઝન આવી હોય એમ ટોપોટપ ટપકે જ રાખે છે. રોજ પેપર ખોલો ખબર પડે કે આટલા ટપક્યા કોઈ પૂરમાં તો કોઈ યુદ્ધમાં. સાચું કહેજું તું હોલસેલમાં લાશનો ઘંથો કરવા નીકળ્યો છે? લંડન જતાં બધા મુસાફરોની ટિકિટ પર લખેલું ‘હેપી જની’.. તો શું તું આને ‘હેપી’ કહે છે? આઈ નો કે તારા શરણમાં કોઈ આવે એ તને ગમે પણ આવા અકસ્માતો કરી તારાથી અચાનક ખેંચી ન લેવાય. કબૂલ કે સર્જન તું કરે એટલે વિસર્જનનો અધિકાર તારો જ હોય પણ અમારા જન્મની ખબર નવ મહિના પહેલાં આપે છે ને મરણની તો નવ સેકન્ડ પહેલાં પણ નથી આપતો.

મારી વાત સમજાય છે? પ્લેન અકસ્માતથી ડાઘાયેલા મારા લંડનવાળા કાકા તો એવા જિંદે ચડ્યા ને બોલ્યા ‘ભાઈ સુભાષ તું બસમાં, રિક્ષામાં, ટ્રેનમાં કે લંડન ચાલતો જઈશ, ભલે દસ વર્ષે પહોંચું પણ વિમાનમાં તો નહ નહ ને નહજ’ આખી જિંદગી મજૂરી કરી કેવડી મોટી સંબંધોની મૂડી બનાવી ને ૩૦ સેકન્ડમાં તો તે રાખમાં રોળી નાખી.

બચવા માટે પ્લેનમાં મુસાફરોએ કેટલી રોકકળ અને ચિચિયારીઓ પાડી હશે, પણ તું તો માણસ જેટલો પણ દયાળુ ન નીકળ્યો. લોકો ભલે તને મસ્કા મારી દયાનો સાગર કહેતા હોય પણ સાચું કહું તો તું દયાનું ખાબોચિયું

પણ નથી. ... તું નિર્દય છે. અરે, અમે કદાચ તારામાં વધતું ઓછું માનીએ તો તું અમારમાં થોડુંક માન. હું તો કહું છું થોડો વખત તો દરબાર વિખેરીને તારા ઘરબાર છોડીને અમારી જોડે આવીજા. છે તાકાત? બહુ અઘરું છે. ભલે ઈશ્વર હોય પણ એકવાર આવી રીતે મરી તો જો. આ અકસ્માતમાં એક મુસાફર વિશ્વાસકુમાર રમેશ બચી ગયો તો એના માટે કોઈ બોલ્યું ‘રામ રાખે એને કોણ ચાખે’ પણ ટોપા, રામ ‘જેને રામે રાખ્યા જ નથી એને કોણ ચાખશે? તને ગમ્યું એ ખરું પણ તને ગમે એ બધુ ખરું નથી હોતું....જો આખી વાત સમજાવું, તમારા ભગવાનોમાં એકવાર રામને પાણીની તરસ લાગી ને લક્ષ્મણે કીધું ‘તમે તો જમીનમાં એક તીર મારો તો પાણી નીકળે. રામે સનન કરતું છોડ્યુ તીર જમીનમાં ને ઊડ્યો કુવારો, પણ લાલ રંગનો. જ્યારે તીર કાઢ્યું તો તીર કોઈ દેડકાને લાગેલુ.

રામે પૂછ્યું ‘અલ્યા દેડકા,આ આખુ તીર તારી આરપાર નીકળી ગયુ લોહી નીકળ્યું ને તું એકદમ ચૂપ, જરાય ચું કે ચા નહ?’ દેડકો બોલ્યો ‘પ્રભુ હું શું ચીસ પાડું કોઈ મને મારે તો બચાવ માટે ‘હે રામ, અમને બચાવો’ એવો પોકાર પાડીએ પણ રામ જ જો તીર મારે તો અમારે કોને ફરિયાદ કરવી? જબ સાવન હી આગ લગાએ તો ઉસે કોન બુઝાએ....’

પ્રભુ, હવે સરકાર પેલા પેસેન્જરમાંથી લાશ બની ગયેલા પરિવારને એક બે કરોડના ટુકડા ફેંકી મનાવી લેશે? શું આ જ ક્રિમત છે તારા ઉછીના આપેલા આ દેહની? તારો આપેલો દેહ એટલે તું માલિક ખરો પણ અમે જો મંદિર કે દેરાસરમાં તને રાખીએ તો અમે તારા માલિક ખરા કે નહ? જવા દેવધુ લખીશ તો આપણા સંબંધોની વાટ લાગી જશે. અમે સ્મશાનમાં મરેલાને બળતા જોયા છે પણ વિમાનમાં તો બળીને મરતા જોયા. આ તારો બનાવ નથી પણ અમારી સાથેની બનાવટ છે. ઈશ્વર આવો ન હોય ને હોય તો અમારો તો ન જ હોય. બીજું તો શું ક’ઈ હવે જે મૃતકો ‘તારે શરણે આવ્યો છું સ્વીકારી લે એવું ગાય તો તું સ્વીકાર નહ સત્કાર કરજે. સમજ્યો? એમાં જ તારી શોભા છે.

હવે ખબર પડી કે તને પ્રિય, વ્હાલા કે પૂજ્યનું સંબોધન કેમ નથી કર્યું? શું કહો છો? ■

feedback@bombaysamachar.com



સ્વાસ્થ્ય સુધા
શ્રીલેખા યાજ્ઞિક

શું આપને કેળાં પસંદ છે? મોટાભાગે જવાબ ‘હા’માં જ હશે. ગરીબોનું મનગમતું તેમજ પરવડતું ફળ એટલે કેળાં. શરીરને બળવાન બનાવવાની સાથે પાચનક્રિયાને સુધારવામાં કેળા સોથી મોખરે ગણાય છે. બારે-માસ મળતું ફળ એટલે કેળા. પાકા કેળાં તો બધાને પસંદ હોય જ છે. વળી તેનો ઉપયોગ પ્રતિદિન કરવામાં આવતો જ હોય છે. પરંતુ શું આપને ખ્યાલ છે કે પાકા કેળાં જેટલાં જ આરોગ્યવર્ધક ગુણો કાચાં કેળામાં સમાયેલાં છે. સામાન્ય રીતે સફેદ કે પીળી કેળાંની વેફર મુંબઈની લોકલ ટ્રેન હોય કે શાળાનો લંચબોક્સ ઝટપટ ખવાતી હોય છે. આજે આપણે વેફર જે કેળામાંથી તૈયાર થાય છે તે કાચાં કેળાના લાભ વિશે જાણકારી મેળવીશું. સફેદ મરીવાળી વેફર લીલા કાચાં કેળામાંથી તૈયાર થાય છે. જ્યારે પીળી વેફર માટે ખાસ અલગ લાંબા કાચાં કેળા બજારમાં મળે છે. પાકા કેળા માટે એવું કહેવાય છે કે તેનો અતિ ઉપયોગ વજન વધારે છે. જ્યારે કાચાં કેળાનું સેવન વજન ઘટાડવામાં મદદ કરે છે. ડાયાબિટીસ કે અતિસારની સમસ્યામાં કાચાં કેળા ગુણકારી ગણાય છે.

કાચાં કેળામાં અનેક ચમત્કારીક ગુણો સમાયેલાં છે. તેથી જ કાચાં કેળાને સ્વાસ્થ્યનો ખજાનો ધરાવતું ફળ કહેવામાં આવે છે. કાચાં કેળામાં ફાઈબર, વિટામિન સી, વિટામિન બી-૬, વિટામિન એ, પોટેશિયમ, ફોસ્ફરસ, મેગ્નેશિયમ, ઝિંક જેવાં પોષક તત્ત્વો સમાયેલાં છે.



ચાલો જાણકારી મેળવી લઈએ કાચાં કેળામાં સમાયેલાં ગુણોની

વજનને નિયંત્રણમાં રાખવામાં લાભકારી : ચોમાસું શરૂ થાય તેની સાથે શાકભાજીમાં અનેક વખત નાની અમથી ઈયળો દેખાતી હોય છે. જે સ્વાસ્થ્ય માટે હાનિકારક ગણાય છે. તેથી જ જૈન સંપ્રદાયમાં ચતુર્માસમાં લીલોતરી તેમજ વરસાદ બાદ કેરીનું સેવન કરવામાં આવતું નથી. જાણ્યે-અજાણ્યે જીવ હતાની ધ્યાન વ્યક્તિને સતાવે નહીં તે હેતુથી જ. કાચાં કેળામાં ડાયેટરી ફાઈબરની માત્રા ભરપૂર હોય છે. જેથી કાચાં કેળાનું શાક કે તેની પેટીસ કે કટલેટ ઓછા તેલમાં બનાવીને ખાવ તો લાંબા સમય સુધી ભૂખ લાગતી નથી. વારંવાર ખાતા રહેવાની આદત ધીમે ધીમે છૂટી જાય છે. જે ધીમે ધીમે વજનને ઘટાડવામાં મદદ કરે છે.

ડાયાબિટીસમાં ગુણકારી : સામાન્ય રીતે ડાયાબિટીસની વ્યાધિમાં પાકા કેળા ખાવાની મનાઈ કરવામાં આવે છે. કાચાં કેળાનો ઝાઈસેમિક ઈન્ડેક્સ ૩૦થી પણ ઓછો છે. એવું કહેવાય છે કે જે જીઓનો ઝાઈસેમિક ઈન્ડેક્સ ૫૦થી નીચે હોય તે સરળતાથી પચી જાય

છે. જેથી તેના સેવન બાદ ઈન્સ્યુલિન હાર્મોન ધીમે ધીમે રિલીઝ થાય છે. કાચાં કેળામાં ઍન્ટિ-ડાયાબિટીક ગુણો સમાયેલાં હોય છે. જેથી કાચાં કેળાના સેવન બાદ ડાયાબિટીસને નિયંત્રણમાં રાખવામાં મદદ મળે છે.

બ્લડપ્રેશરને નિયંત્રણમાં રાખવામાં મદદરૂપ : કાચાં કેળામાં પોટેશિયમની માત્રા ભરપૂર હોય છે. જે બ્લડપ્રેશરને નિયંત્રણમાં રાખવામાં મદદ કરે છે. કાચા કેળામાં ફાઈબરની માત્રા ભરપૂર હોવાથી વધતાં કોલેસ્ટ્રોલને નિયંત્રણમાં રાખવામાં મદદ મળે છે. જેથી હૃદયની તંદુરસ્તી જાળવવામાં ગુણકારી ગણાય છે.

ત્વચાને ચમકદાર બનાવે છે : કાચાં કેળાનું સેવન ત્વચા માટે લાભકારક ગણાય છે. કેમ કે કાચાં કેળામાં વિવિધ વિટામિન તથા ઍન્ટિ-ઑક્સિડન્ટની માત્રા સારા પ્રમાણમાં સમાયેલી છે. જેથી કાચાં કેળાનું સેવન કરવાથી ત્વચા સૂકી-બરછટ કે કરચલી વાળી રહેતી નથી.

રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધારે છે : કાચાં કેળામાં વિટામિન સી, વિટામિન બી-૬ તથા ઍન્ટિ-ઑક્સિડન્ટની માત્રા સારા પ્રમાણમાં સમાયેલી હોય છે. જે વ્યક્તિની રોગપ્રતિકારક શક્તિ વધારવામાં મદદ કરે છે. વિટામિન સી મુક્ત કણોથી લડીને શરીરને સંક્રમણથી બચાવે છે. જ્યારે વિટામિન બી-૬ લાલ રક્ત કોશિકાના ઉત્પાદનમાં વધારો કરે છે. જેથી શરીરને પૂરતાં પ્રમાણમાં પોષક તત્ત્વો મળી રહે છે. લાંબે ગાળે શરીરને નિરોગી બનાવવામાં મદદ કરે છે.

કાચાં કેળામાંથી અનેક વાનગી બનાવી શકાય છે. જેમ કે કાચાં કેળાનું શાક, કાચાં કેળાની ચીપ્સ, કાચાં કેળાની કટલેટ, કાચાં કેળાની પેટિસ તેમજ કાચાં કેળાના ભજિયા બનાવી શકાય છે. નાગરોને ત્યાં બનતાં મોટા શાકમાં અન્ય શાકની સાથે કાચાં કેળાનો ઉપયોગ ખાસ કરવામાં આવે છે. જે મોટા-શાકને સ્વાદિષ્ટ બનાવવામાં મદદ કરે છે. ■

કાચાં કેળાનું શાક

૪ નંગ કાચાં કેળા, ૧ ચમચી આખા ધાણા, ૧ ચમચી તલ, ૪-૫ નંગ મીઠો લીમડો ઝીણો કાપેલો, સ્વાદાનુસાર મીઠું, ૧ નાની ચમચી જીરું, સજાવટ માટે કોથમીર, ચપટી હિંગ, ૧ ચમચી લીંબુનો રસ, ૧ નાની ચમચી ગરમ મસાલો

બનાવવાની રીત : સૌ પ્રથમ કાચાં કેળાની છાલ કાઢીને ટુકડાં કરી લેવાં. કેળા કપાઈ જાય ત્યારબાદ તેને પાણીમાં રાખવા. હવે એક તપેલીમાં ૨ ગ્લાસ ગરમ પાણી મૂકવું તેમાં કાપેલાં કેળાના ટુકડાં મૂકવાં. ચપટી મીઠું તથા ચપટી હળદર ભેળવવી. કેળા બફાઈ જાય ત્યારબાદ તેને ચારણીમાં કાઢીને નિતારી લેવાં. હવે કડાઈમાં ૧ નાની ચમચી તેલ તથા ૧ નાની ચમચી ઘી મૂકીને તેમાં જીરું મૂકવું. જીરું સેકાઈ જાય ત્યારબાદ આખા ધાણા, તલ, ઝીણા સમારેલાં આદું-મરચાં, મીઠો લીમડો વગેરે નાખીને હલાવતાં રહેવું. તલ તતડવા લાગે એટલે તેમાં કેળાને ગોઠવવાં. ધીમા તાપે શાકને પકાવવું. તેમાં હળદર, લાલ મરચું, ગરમ મસાલો ભેળવવો. સ્વાદાનુસાર ખાંડ તથા મીઠું ભેળવવું.

બાઉલમાં કાચાં કેળાનું ગરમા-ગરમ શાક ગોઠવીને કોથમીરથી સજાવવું. ગરમા રોટલી, પરાકા કે રાજગરાની પૂરી સાથે સ્વાદ માણવો. (ફરાળમાં ખાઈ શકાય તેવું બનાવવા માટે હળદરનો ઉપયોગ ન કરવો. તલની સાથે સિંગદાણાને અધકચરાં વાટીને ઉપયોગ કરી શકાય.)



feedback@bombaysamachar.com



આરોગ્ય પ્લસ
સંકલન: સ્મૃતિ શાહ-મહેતા

રોગ એ પીડા કે દુઃખ નથી, પરંતુ પોતાના રોગ પ્રત્યેનું દર્દીનું વલણ જ રોગને પીડાનું સ્વરૂપ આપે છે, જેમ કે, કોઈ વ્યક્તિને તાવ આવ્યો હોય, તો તે દુઃખ કે પીડા નથી, પરંતુ દર્દીનું તાવ પ્રત્યેનું નકારાત્મક વલણ તાવને દુઃખદાયક બનાવે છે. તેવી જ રીતે શરીરમાં આપણને જેટલું હેત, મમતા અને આકર્ષણ છે, તેટલો રોગ દુઃખદાયક લાગે છે. તેમ જ રોગની વારંવાર સ્મૃતિ, રોગની પીડાને ખૂબ જ વધારી દે છે.

ઘણા કિસ્સામાં એવું જોવામાં આવે છે કે, બે વ્યક્તિને થયેલા એક જ પ્રકારના રોગમાં એક વ્યક્તિ ખૂબ જ ઝડપથી નિરોગી થઈ જાય છે, જ્યારે બીજી વ્યક્તિને તે રોગ ઘણો લાંબો સમય ચાલે છે. તેનું કારણ દર્દીનું બીમારી પ્રત્યેનું વલણ હોય છે. મોટા ભાગના દર્દીને પોતાની બીમારી પ્રત્યે કેવું વલણ રાખવું તેનો ખ્યાલ જ હોતો નથી. એથી દર્દીએ પોતાની બીમારી સાથે કેવું વલણ રાખવું, અને કેવું વલણ ન રાખવું, તે અંગે અહીં ઝીણવટભરી ચર્ચા કરી છે.

દર્દીએ બીમારી સાથે

કેવું વલણ ન રાખવું?

* બીમારી પ્રત્યે આક્રમક ન થઈ જવું:

ઘણા દર્દી એવા હોય છે કે, જે પોતાની બીમારીનો ખૂબ જ વિરોધ કરતા હોય છે. એ બીમારી પ્રત્યે વધુ પડતા આક્રમક થઈ જાય છે. તેથી નાના એવા રોગમાં પણ તેઓ ખૂબ જ ચિંતિત થઈ, તેને દૂર કરવા માટે શક્ય તેટલી દવાઓ અને ડોક્ટરોની પાછળ પોતાનો કિંમતી સમય અને ધન બગાડતા હોય છે. પોતાને થયેલ રોગનો એ સંપૂર્ણ અસ્વીકાર કરે છે. તેથી એને આવા જ વિચારો આવ્યા કરે છે કે, મને આ બીમારી શા માટે થઈ? અને આવા સમયે જો સ્નેહીજનો તેનું ઓછું ધ્યાન રાખે, તો એમના પ્રત્યે પણ ખૂબ જ આક્રમક થઈ જતા હોય છે, પરંતુ જેમ જેમ વ્યક્તિ પોતાની બીમારી પ્રત્યે આક્રમક થાય છે, તેમ તેમ તે બીમારીનો વધુ શિકાર બનતો જાય છે. માટે પોતાની બીમારી પ્રત્યે ક્યારેય



આક્રમક ન થવું.

* બીમારીને આધીન ન થઈ જવું:

તેવી જ રીતે અમુક દર્દી બીમારીને એટલા બધા આધીન થઈ જતા હોય છે કે, એ બીમારીને પોતાનામાં કાયમી નિવાસ આપી દે છે. આવા દર્દી બીમારીથી ખૂબ જ ડરતા હોય છે, પરંતુ સાથોસાથ બીમારીના પ્રભાવમાં પણ જીવતા હોય છે. ખરેખર બીમારીમાં થોડી સાવધાની રાખવાથી તેમાંથી બહાર નીકળી શકાય તેવું હોય છે, છતાં પણ આવા પ્રકારના દર્દીઓ બીમારીને ખૂબ જ પંખાળતા હોય છે. એનું મન સતત બીમારીનું જ ચિંતવન કરતું હોય છે. તેથી એ બીમારી પ્રત્યેના વિચારો જ એને વધુ દુઃખ દે છે. આમ એ નાની એવી બીમારીને પણ ખૂબ મોટું સ્વરૂપ આપે છે. અને જ્યાં સુધી પોતે સાજા ન થાય ત્યાં સુધી મૂંઝવણમાં જ રહ્યા કરે છે. માટે બીમારી પ્રત્યે આક્રમક કે તેને આધીન ન થતાં તેમાંથી બહાર નીકળવાના યોગ્ય ઉપાયો કરવા. ઉપરોક્ત બંને કારણ કરતાં પણ એક એવું અગત્યનું

કારણ છે કે, જેને લઈને દર્દી બીમારીનો કાયમી શિકાર બની જતો હોય છે. સામાન્ય બીમારી પણ તેનામાં આજીવન નિવાસ કરીને રહે છે. લાંબા સમયના ઈલાજો બાદ પણ ડોક્ટરો, વૈદ્યો અને સ્નેહીજનો દર્દીની બીમારીનું આ કારણ જાણી શકતા નથી. આ કારણ ખૂબ જ આશ્ચર્યજનક અને બધાને કદાચ ન પણ સમજાય એવું છે, પરંતુ તે ખૂબ જ વૈજ્ઞાનિક અને વાસ્તવિક છે. કારણ એ છે કે, દર્દીને સાજાં થવા કરતાં બીમાર રહેવું વધુ પસંદ હોય છે.

શું દર્દીને બીમાર રહેવું પસંદ હોઈ શકે?

હા, કેટલાક બીમારીને જ ગુણ માનવા લાગે છે. તેમાં એણે અનેક ફાયદાઓ માની લીધા હોય છે, પરંતુ બીમારીમાં દર્દીને શા માટે ગુણ કે ફાયદાઓ મનાય છે, તેના અહીંયા ત્રણ આશ્ચર્યકારી કારણ છે...

માંદગી દરમિયાન મળતી વિશેષ સુવિધાઓ:

માંદગી દરમિયાન દર્દી માટે અમુક વિશેષ સંભાળ રાખવી જરૂરી હોય છે. આ સુવિધાઓ દર્દીને અમુક

અંશે સ્વસ્થ થવામાં ખૂબ જ ઉપયોગી હોય છે, જેમ કે, માંદગી દરમિયાન ગમે ત્યારે મનપસંદ જમવું, ગમે ત્યારે સૂવું-જાગવું વગેરે અમુક પ્રકારની છુટછાટ દર્દીને આપવામાં આવતી હોય છે એટલે ધીરે-ધીરે દર્દી આ સુવિધાઓથી ટેવાતો જાય છે અને સુવિધાઓને પોતાની જરૂરિયાત માની લે છે. જેમ સત્તાના લાલચું વ્યક્તિને એકવાર સત્તા ભોગવવા મળે પછી તેનો ત્યાગ કરી શકતો નથી એવું જ અહીં થાય છે. અમુક દર્દીને બીમારી દરમિયાન મળતી વિશેષ સુવિધાઓનો ઉપભોગ કર્યા પછી એનાથી તે સુવિધાઓ છોડી શકાતી નથી.

આવા સમયે જો દર્દી સાવધાન થઈને તે સુવિધાઓનો વિવેકપૂર્વક ત્યાગ ન કરે, તો આ સુવિધાઓ જ તેની બીમારીને લંબાવાનું કારણ બને છે. માંદગી દરમિયાન દર્દીને મળતી જરૂરિયાત ઉપરાંતની સુવિધાઓ જ એના માટે કુટેવો બની જાય છે. હવે જો સ્નેહીજનો દર્દીની આ કુટેવોને છોડાવી બીમારીમાંથી બહાર કાઢવાનો પ્રયત્ન કરે તો દર્દી એમના પ્રત્યે ખૂબ જ અણગમો વ્યક્ત કરે છે. એટલું જ નહિ, દર્દી બીમારીમાંથી બહાર નીકળવાની મદદ લેવાને બદલે પોતાની બીમારીનો સહુ સ્વીકાર કરે અને મળતી સુવિધાઓ યથાવત્ રહે તેવી અપેક્ષા રાખે છે.

સહુ તરફથી મળતી વિશેષ સહાનુભૂતિઓ:

દરેક વ્યક્તિ પોતાના આત્મસન્માનમાં જીવતી હોય છે. આપણને સહુના આકર્ષણનું કેન્દ્ર થવું ખૂબ જ ગમતું હોય છે. જ્યારે જ્યારે વ્યક્તિને પોતાનું આત્મસન્માન એની અપેક્ષા કરતાં ઓછું અનુભવાય છે ત્યારે એને પ્રેમની ઊણપ વર્તાય છે. મનમાં સતત એવાં વિચારો રહે છે કે, ‘મને કોઈ પ્રેમ આપતું નથી, મને કોઈ સમજી શકતું નથી.’ તેથી એ પ્રેમના નામે પોતાના આત્મસન્માનને સંતોષવા ઇચ્છતો હોય છે. મનને તે સારી રીતે ખ્યાલ હોય છે કે, જો શરીર બીમાર પડે તો સહુ તરફથી મળતી લાગણીઓના કારણે તેનું આત્મસન્માન સંતોષારો. તેથી મનનું કાર્યક્ષેત્ર એવું મગજ, શરીરમાં એવાં ન્યુરોટ્રાન્સમીટર્સ (મગજમાં રહેલાં રસાયણો, કે જે મગજના કોષો વચ્ચે સંદેશાવાહક તરીકે કામ કરે છે.) છોડે છે, કે જે કોઈ પણ પ્રકારની શારીરિક (પાચનતંત્ર, શ્વસનતંત્ર વગેરેને લગતી) કે માનસિક બીમારી ઉત્પન્ન કરે છે. આ રીતે બીમારીના નિમિત્તે દર્દીને સ્નેહીજનો તરફથી લાગણી અને સહાનુભૂતિરૂપે પ્રેમ પ્રાપ્ત થાય છે. તેથી દર્દી ધીરે-ધીરે તે લાગણિઓથી ટેવાતો જાય છે પછી એને એવો ભય લાગે છે કે, જો

હવે હું સાજો થઈ જઈશ તો સ્નેહીજનો તરફથી મળતી લાગણીઓ ઓછી થઈ જશે. તેથી દર્દી બીમાર રહેવાનું જ પસંદ કરે છે.

આશ્ચર્યની વાત તો એ છે કે, દર્દીને તે ખ્યાલ પણ નથી હોતો કે, તેનું શરીર આત્મસન્માનની ઝંખનાને કારણે બીમાર પડ્યું છે. એટલું જ નહિ, સ્નેહીજનો અને ડોક્ટરો પણ દર્દીની બીમારીનું આ સાચું કારણ શોધી શકતા નથી અને બીમારીના અન્ય ઉપચારો જ કર્યા કરે છે, પરંતુ કોઈકવાર સ્વજનો બીમારીનું સાચું કારણ જાણવા છતાં પણ દર્દીને સ્પષ્ટ કહી શકતા નથી.

કેમ જે, જો દર્દીને બીમારીનું સાચું કારણ જણાવે તો તરત જ દર્દી તેને નકારી કાઢે છે અને વધુ મૂંઝવણમાં જીવવા લાગે છે. આવા સમયે સ્નેહીજનોએ જ સાવધાન થઈને દર્દીને યોગ્ય અને જરૂર પૂરતો જ પ્રેમ આપીને, સાચી વાત સમજાવીને બીમારીમાંથી બચાવવો જોઈએ. અને જો દર્દીને પ્રેમ આપવાની માત્રા વધી જશે તો એની બીમારી અવશ્ય લાંબા સમય સુધી ચાલશે. અને ભવિષ્યમાં પણ તે દર્દી બીમાર રહેવાનું જ પસંદ કરશે. માટે આવી પરિસ્થિતિમાં સ્નેહીજનોએ દર્દી સાથે ખૂબ જ સમજીને વ્યવહાર કરવો જોઈએ.

આમેય,આવા દર્દીઓના બીમાર પડવાનું કારણ ડોક્ટરો, વૈદ્યો કે સ્નેહીજનો પણ પકડી શકતા નથી. કેમ કે, આવા દર્દીઓ ખૂબ જ નાટકીય હોય છે; તેમને ઢોંગ કરતા ખૂબ જ સારી રીતે આવડતું હોય છે. તેમને જેમ છે તેમ ઓળખવા, એ તો નેવાના પાણી મોભે ચઢાવવા જેવું મુશ્કેલ છે. બિચારા સ્નેહીજનો આવા દર્દીને સાજા કરવા સમયનું ખૂબ જ યોગદાન આપે છે, તેમ છતાં દર્દીને એમની લેશમાત્ર કિંમત હોતી નથી.

બીજી તરફ, દર્દીને સતત એવી અપેક્ષા રહ્યા કરે છે કે, પરિવારજનો અને સહયરો પોતાના જીવનમાં હસ્તક્ષેપ ન કરતાં તેને મનફાવે તેમ સ્વચ્છંદી રીતે જીવવા દે, પરંતુ દર્દી પોતાની આ માંગ સ્પષ્ટ શબ્દોમાં કહી શકતો નથી. દર્દી પોતાની આ નખળાઈ જાણતો હોવા છતાં પણ પોતાની માનસિકતામાંથી બહાર નીકળવા સક્ષમ હોતો નથી. તેથી સ્નેહીજનોએ જ તેની આ નખળાઈને સમજીને, ખૂબ જ ધીરજતાપૂર્વક અને વિવેકબુદ્ધિ રાખીને દર્દીને હિંમત આપીને બીમારીમાંથી બહાર કાઢવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. ■

સેલિબ્રિટીઝ ‘કાળું પાણી’ પીવે છે, તેની ખાસિયત શું છે?

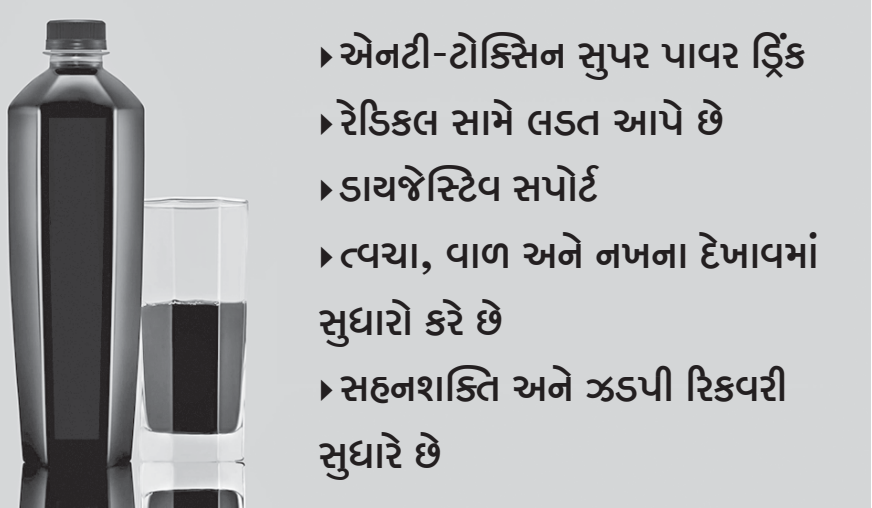
feedback@bombaysamachar.com



હેલ્થ
દિક્ષિતા મકવાણા

સેલિબ્રિટીઝના જીવન વિશે જાણવા માટે ચાહકોમાં ખૂબ જ ઉત્સાહ છે. ઘણા સેલિબ્રિટીઝ એવા છે જેમને કાળું પાણી પીતા જોઈ શકાય છે, પરંતુ શું તમે જાણો છો કે આ કાળાં પાણી અને સાદા પાણી વચ્ચે શું તફાવત છે. તે સ્વાસ્થ્યને કેવી રીતે અસર કરે છે. ક્રિકેટર હોય કે બોલિવૂડ સ્ટાર્સ. સેલિબ્રિટીઝ તેમની સ્ટાઇલ, ક્રિટનેસ અને ખાવાની આદતો વિશે ચર્ચામાં રહે છે, કારણ કે ચાહકો સેલિબ્રિટીઝ વિશે બધું જાણવા માગે છે. વિરાટ કોહલીથી લઈને શ્રુતિ હાસન અને મલાઈકા અરોરા સુધી પણ કાળું પાણી પીતાં જોવાં મળ્યાં છે. આ પાણીને આછકલાઇન વોટર કહેવામાં આવે છે.

પાણી આપણા બધાની દિનચર્યાનો એક મહત્વપૂર્ણ ભાગ છે. શરીરને સ્વસ્થ રાખવા માટે ફિલ્ટર કરેલું પાણી પીવામાં આવે છે, જેથી તેમાં કોઈ અશુદ્ધિઓ ન રહે અને કુદરતી રીતે બનતા પાણીમાં કેટલાક પ્રમાણમાં ખનિજો પણ હોય છે. હાલમાં કાળું એટલે



કે આછકલાઇન વોટર સેલિબ્રિટીઝમાં ખૂબ જ લોકપ્રિય છે. ચાલો જાણીએ કે કાળું પાણી સામાન્ય પાણીથી અલગ શું છે.

સેલિબ્રિટીઝ કાળું પાણી પીવે છે. તેનો સ્વાદ

લગભગ સામાન્ય પાણી જેવો જ છે, પરંતુ તેની કિંમત થોડી વધારે છે. પોષણ મૂલ્ય જેવા ઘણા કારણો છે જે આ કાળા પાણીને ખાસ બનાવે છે. આ પાણી પીવાથી ઘણા સ્વાસ્થ્ય લાભો પણ થાય છે. ચાલો

જાણીએ કાળા પાણીની ખાસિયત.

pH સ્તરમાં તફાવત છે

સેલિબ્રિટીઝો જે કાળું પાણી પીવે છે તે આલ્કલાઇન પાણી છે. સામાન્ય પાણીનું pH ૬ થી ૭ ની વચ્ચે હોય છે, પરંતુ આ કાળા પાણીનું pH ૭, ૮ કે ૯ થી વધુ હોય છે. તે એસિડિટીનું કારણ નથી, કારણ કે તે શરીરની એસિડિટી ઘટાડવામાં અને પાચનમાં સુધારો કરવામાં મદદ કરે છે, તે તમારી ત્વચા માટે પણ ફાયદાકારક છે અને ફિટ રહેવામાં મદદ કરે છે.

ખનિજોનું પ્રમાણ વધારે છે

પાણીમાં કેટલાક ખનિજો કુદરતી રીતે પણ જોવા મળે છે, પરંતુ જ્યારે પાણી ફિલ્ટર કરવામાં આવે છે, ત્યારે ઘણી વખત આ ખનિજો પણ નાશ પામે છે. કાળા પાણીમાં ઘણા ખનિજો અલગથી ઉમેરવામાં આવે છે, જે શરીરને સ્વાસ્થ્ય લાભો પૂરા પાડે છે.

કાળા પાણીના સ્વાસ્થ્ય લાભો

આલ્કલાઇન કાળું પાણી પીવાથી શરીરને

ડિટોક્સિફાઇ થાય છે. તેનું pH સ્તર શરીરમાંથી ઝેરી તત્ત્વો દૂર કરવામાં મદદ કરે છે. કાળું પાણી સામાન્ય પાણી કરતાં શરીરને હાઇડ્રેટ કરવામાં વધુ મદદરૂપ છે. આ ઉપરાંત કાળા પાણીના કેટલાક અન્ય ફાયદાઓ પણ ધ્યાનમાં લેવામાં આવે છે, જેમ કે બ્લડ સુગર કંટ્રોલ, ઊંઘમાં સુધારો, હૃદય રોગનું જોખમ ઓછું, મજબૂત હાડકાં માટે મદદરૂપ થાય છે.

આ જાણવું મહત્વપૂર્ણ છે

આ કાળાં પાણી કેટલું ફાયદાકારક છે તે અંગે ખૂબ જ મર્યાદિત વૈજ્ઞાનિક પુરાવા છે, જ્યારે તે કોઈપણ રોગને મટાડવામાં મદદરૂપ નથી. ક્ષારયુક્ત અને ખનિજોની માત્રાને કારણે, તે ફક્ત સ્વસ્થ રહેવાના વિકલ્પ તરીકે જ પી શકાય છે અને આમાં પણ, તમારા માટે યોગ્ય બ્રાન્ડ પસંદ કરવી મહત્વપૂર્ણ છે. જો તમને કોઈ પણ પ્રકારની સ્વાસ્થ્ય ચિંતા હોય, તો તમારા ડૉટીનામાં કાળા પાણીનો સમાવેશ કરતા પહેલા ચોક્કસપણે તમારા ડોક્ટર અથવા પ્રમાણિત ડાયેટિશિયનની સલાહ લો. ■

થાણે પાલિકા હવે એક્શન મોડમાં: ૩૦ ગેરકાયદે બિલ્ડિંગ તોડી પડાયાં

(અમારા પ્રતિનિધિ તરફથી)
થાણે: થાણે મહાનગરપાલિકા વિસ્તારમાં મોટા પ્રમાણમાં ગેરકાયદે બાંધકામ ઊભા થઈ ગયા હોવાની ફરિયાદ બાદ પાલિકા પ્રશાસન એક્શન મોડમાં આવી ગયું છે. થાણે પાલિકાની હદમાં આવેલા ગેરકાયદે બાંધકામના સર્વેક્ષણ, તેની તોડી પાડવાની કાર્યવાહી માટે ડેપ્યુટી કમિશનર સ્તરના અધિકારીના નેતૃત્વમાં સ્પેશિયલ એક્શન ટીમની નિમણૂક કરવામાં આવી છે. આ ટીમે અત્યાર સુધી કુલ ૩૦ ગેરકાયદે બાંધકામ સામે કાર્યવાહી કરી છે, જેમાં એક જગ્યાએ મહારાષ્ટ્ર રિજનલ એન્ડ ટાઉન પ્લાનિંગ (એમઆરટીપી) એક્ટ અંતર્ગત ગુનો પણ દાખલ કરવામાં આવ્યો છે.

હાઈ કોર્ટે આપેલા નિર્દેશ અનુસાર થાણે પાલિકાના નવ પ્રભાગ સમિતિ વિસ્તારમાં ગેરકાયદે બાંધકામનો સર્વેક્ષણ કરવામાં આવી રહ્યું છે. એ સાથે જ આ વોર્ડમાં બીટ ઈન્સ્પેક્ટરે કરેલી નોંધ અનુસાર ગેરકાયદે બાંધકામ સામે પગલા લેવામાં આવી રહ્યા છે. પાલિકા કમિશનર સૌરભ રાવના આદેશ બાદ સ્થાપવામાં આવેલી સ્પેશિયલ એક્શન ટીમના ચીફ તરીકે ડેપ્યુટી કમિશનર સહિત એક્ઝિક્યુટિવ એન્જિનિયરની નિમણૂક કરવામાં

આવી છે.

આ ટીમને ગેરકાયદે બાંધકામને શોધીને તેમને તોડી પાડવાની કાર્યવાહી કરવાનો આદેશ આપવામાં આવ્યો છે. જે ગેરકાયદે બિલ્ડિંગના બાંધકામ ચાલી રહ્યા છે તેવી આપી બિલ્ડિંગને તોડી પાડવામાં આવી રહી છે. અમુક ઢેકાણે વધારાના બાંધકામ, કોલમ ઊભારણી, પ્લિંથના કરવામાં આવેલા કામને પણ તોડવામાં આવી રહ્યા છે.

થાણે પાલિકાના ઉચ્ચ અધિકારીના જણાવ્યા મુજબ થાણેમાં મુખ્યત્વે યેઠરું મુંબ્રા, દિવા, વાળળે એસ્ટેટ, નૌપાડા, ઉથળસર, માજીવાડા-માનપાડામાં આ કાર્યવાહી કરવામાં આવી રહી છે. દિવામાં ૧૭ બિલ્ડિંગમાંથી વધુ બે બિલ્ડિંગ તોડી પાડવામાં આવતા અત્યાર સુધી તોડી પાડવામાં આવેલી બિલ્ડિંગની સંખ્યા ૧૩ થઈ ગઈ છે.

બાંધકામને તોડવાની કાર્યવાહી દરમ્યાન સ્થાનિક સ્તરે થતા વિરોધને રોકવા માટે ચુસ્ત પોલીસ બંદોબસ્ત હેઠનાત કરવામાં આવી રહ્યો છે. આ અગાઉ આ ઝુંબેશમાં ૩૭ બાંધકામ સામે પગલાં લેવામાં આવ્યા હતા, તેમાં હવે વધુ ૩૦ બાંધકામનો સમાવેશ થાય છે.

પરીક્ષામાં ઓછા માર્ક્સ: પુત્રીની હત્યા કરી પિતાએ

સાંગલી: સાંગલી જિલ્લામાં પરીક્ષામાં ઓછા ગુણ લાવનારી ૧૬ વર્ષની પુત્રીની હત્યા કરવા બદલ ૪૫ વર્ષના પિતાની ધરપકડ કરવામાં આવી હતી.

સાંગલીમાં આતપાડી તહેસીલના નેલકરંજી ગામમાં શનિવારે રાતે આ ઘટના બની હતી, જેમાં મૃત્યુ પામેલી સગીરાની ઓળખ સાધના ભોસલે તરીકે થઇ હતી.

સાધના ૧૨મા ધોરણમાં ભણતી હતી અને તેને પરીક્ષામાં ઓછા ગુણ આવ્યા હતા, જેને કારણે તેના પિતા ઘોડીરામ ભોસલે નારાજ થયા હતા અને આ બાબતને લઇ બંને વચ્ચે ઝઘડો થયો હતો, એમ પોલીસે કહ્યું હતું.

દરમિયાન ઉછેરાયેલા ઘોડીરામે પત્ની અને પુત્રની હાજરીમાં પથ્થરના ગ્રાઇન્ડરનું લાકડાનું હેન્ડલ પકડીને સાધના પર હુમલો કર્યો હતો. હુમલામાં ઘવાયેલી સાધનાને સારવાર માટે સાંગલીની હોસ્પિટલમાં લઇ જવામાં આવી હતી, જ્યાં સારવાર દરમિયાન તેનું મૃત્યુ થયું હતું. પોસ્ટમોર્ટમના અહેવાલમાં અનેક ઇજાને કારણે સાધનાનું મૃત્યુ થયું હોવાનું જાણવા મળ્યું હતું.

આતપાડી પોલીસ સ્ટેશનના સિનિયર ઇન્સ્પેક્ટર વિજય બાહિરે જણાવ્યું હતું કે સાધનાની માતાએ આ પ્રકરણે નોંધાવેલી ફરિયાદને આધારે હત્યાનો ગુનો દાખલ કરીને ઘોડીરામની ધરપકડ કરવામાં આવી હતી.

ભાયંદર નજીક કન્ટેઈનર સાથે ટકરાયા પછી ટેન્કર ખાડીમાં પડ્યું

મુંબઈ: મુંબઈ-અમદાવાદ હાઈવેથી થાણે તરફ પૂરપાટ વેગે જઈ રહેલું ટેન્કર કન્ટેઈનર

સાથે ટકરાયા બાદ જિજની સેફ્ટી રેલિંગ તોડી ખાડીમાં પડ્યું હોવાની ઘટના ભાયંદર નજીક બની હતી. આ ઘટનામાં ખાડીના પાણીમાં ડૂબી ગયેલા ટેન્કરના ડ્રાઈવરનું મોત નીપજ્યું હતું.

પોલીસના જણાવ્યા મુજબ ઘટના સોમવારની બપોરે બની હતી. ટેન્કર ઘોડબંદર રોડથી થાણેની દિશામાં જવાનું હતું. હાઈવે

કુંભમેળા પહેલા નાશિક સુધીના તમામ રસ્તાઓ ચકાયક કરાશે: ફડણવીસ

નાગપુર: મહારાષ્ટ્રના મુખ્ય પ્રધાન દેવેન્દ્ર ફડણવીસે કહ્યું છે કે આવતા વર્ષે ૩૧ ઓક્ટોબરથી શરૂ થનારા સિંહસ્થ કુંભ મેળા પહેલા નાશિક તરફ જતા તમામ રસ્તાઓનું કામકાજ કરીને તેમને ચકાયક બનાવાશે.

મુખ્ય પ્રધાનના કાર્યાલય તરફથી રવિવારે એક પ્રકાશનમાં જણાવાયું હતું કે કેન્દ્રીય માર્ગ પરિવહન અને રાજમાર્ગ મંત્રી નીતિન ગડકરીની હાજરીમાં નાશિકને જોડતા રાજમાર્ગો અંગે એક ઉચ્ચ સ્તરીય બેઠક યોજાઈ હતી.

નાશિકમાં મોટી સંખ્યામાં શ્રદ્ધાળુઓ અને ટ્રાફિક વ્યવસ્થાપનની જરૂરિયાતને ધ્યાનમાં રાખીને, ગડકરીએ તેમના મંત્રાલય દ્વારા જરૂરી માર્ગ માળખાના વિકાસ અને નિર્માણ માટે સૈદ્ધાંતિક મંજૂરી આપી છે, એમ તેમાં જણાવાયું છે.

સિંહસ્થ કુંભ મેળો ૩૧ ઓક્ટોબર,

થાણેના શાહપુરમાં વિકાસની વાતોના લીરેલીરાં:

રસ્તો ન હોવાથી સગર્ભાને એમ્બ્યુલન્સ સુધી ડોલીમાં લઈ જવાની ફરજ પડી

થાણે: થાણે જિલ્લાના શાહપુરમાં સોમવારે એક ગર્ભવતી મહિલાને તેના ગામડા સુધી પહોંચવા માટે રસ્તો ન હોવાથી સ્થાનિક ભાપામાં 'ડોલી' તરીકે ઓળખાતી કામચલાઉ પાલખીમાં લઈ જવી પડી હતી, આ મુકો દેશની આર્થિક રાજધાની મુંબઈથી માત્ર ૧૦૦ કિલોમીટર દૂર ગ્રામીણ વિસ્તારોમાં આરોગ્ય માળખામાં ગંભીર સમસ્યાઓને છતી કરે છે.

બપોરે ૧:૩૦ વાગ્યે ૨૧ વર્ષીય સંગીતા રવિન્દ્ર મુકાને તેના વતન ચાકેવાડી ગામથી ગૈદંડ રોડ પર પાર્ક કરેલી એમ્બ્યુલન્સ સુધી એક કિલોમીટરથી વધુ અંતરે ડોલીમાં લઈ જવામાં આવી રહી હોવાનો એક વીડિયો સોશિયલ મીડિયા પર વાયરલ થયો હતો.

“તેણીને પ્રસૂતિ પીડા થઈ હતી અને તાત્કાલિક તબીબી સારવારની જરૂર હતી. ચાકેવાડી સુધી પહોંચવાનો કોઈ રસ્તો ન હોવાથી તેણીને ડોલીમાં બેસાડીને લઈ જવી પડી હતી, જેનો અર્થ એ છે કે

એમ્બ્યુલન્સને ગેયદંડ રોડ પર રાહ જોવી પડે છે. આપણે ૨૦૨૫ માં છીએ પરંતુ મોટાં શહેરી કેન્દ્રોની નજીકના વિસ્તારોની આ સ્થિતિ છે,” સ્થાનિક કાર્યકર્તા પ્રકાશ ખોડકાએ જણાવ્યું.

“વારંવાર અપીલ કરવા છતાં, નાદગાંવ ગ્રામ પંચાયત, જેનો ચાકેવાડી એક ભાગ છે, તેણે રસ્તો બનાવવા માટે કંઈ કર્યું નથી. વિલંબને કારણે, એમ્બ્યુલન્સ પહોંચતા પહેલા તેણીને આંચકી આવી, ત્યારબાદ તેણીને થાણે સિવિલ હોસ્પિટલમાં લઈ જવામાં આવી, જ્યાં ડોક્ટરોએ કહ્યું કે તેણીની સ્થિતિ ક્રિયર છે,” ખોડકાએ ઉમેર્યું. રસ્તાના અભાવે તેણીનો જીવ જોખમમાં મુકાયો હતો, નહીં તો તેણીને અહીંના પ્રાથમિક આરોગ્ય કેન્દ્રમાં જ સારવાર મળી શકી હોત, એમ તેમણે ધ્યાન દોર્યું.

નાદ ગાંવ ગ્રામ પંચાયત અને જિલ્લા વહીવટીતંત્રના અધિકારીઓનો ટિપ્પણી માટે સંપર્ક થઈ શક્યો નહીં. (પીટીઆઈ)■

માણસાઈ મરી પરવારી: કેન્સરગ્રસ્ત દાદીને પૌત્ર ઉકરડામાં છોડી ગયો

મુંબઈ: દરેક વ્યક્તિના જીવનમાં દાદા-દાદી મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવે છે. બાળપણ તેમની વાર્તાઓ વિના અધૂરું હોય છે. દરેક બાળક પોતાના દાદા-દાદીના ખોળામાં માથું રાખીને રમુજી અને રસપ્રદ બાળવાર્તાઓ સાંભળીને મોટું થાય છે. પૌત્ર ઘડપણમાં દાદાનો મિત્ર હોય છે. દરેક બાળક તેની દાદીના ખોળામાં સુરક્ષિત મહેસુસ કરે છે, પણ વિચારો કે કોઈ વ્યક્તિ મોટો થયા પછી તેની દાદીને ફક્ત એટલા માટે કચરામાં છોડી દે છે કારણ કે તેમને કેન્સર થયું છે!! આ માત્ર કલ્પના નથી પણ વાસ્તવમાં આવો એક કિસ્સો સામે આવ્યો છે, જ્યારે દાદીને તેના પૌત્રની સૌથી વધુ જરૂર હતી, ત્યારે પૌત્રે માનવતાને નેવે મૂકી દીધી.

શનિવારે સવારે, પોલીસને મુંબઈના આરે કોલોની વિસ્તારમાં રસ્તા પર કચરાના ઢગલા પાસે ૬૦ વર્ષીય યશોદા ગાયકવાડ નામની એક મહિલા મળી, જેની હાલત ખૂબ જ ખરાબ હતી. આ મહિલા ત્વચાના કેન્સરથી પીડિત છે. એવું જાણવા મળ્યું છે કે

તેના પૌત્રએ તેને આ હાલતમાં કચરાપેટી પાસે છોડી દીધી હતી.

પોલીસે શનિવારે સાંજે ૫:૩૦ વાગ્યે વૃદ્ધ મહિલાને મુંબઈની કૂ પર હોસ્પિટલમાં દાખલ કરી હતી. તેમની સ્થિતિને જોતા ઘણી હોસ્પિટલોએ તેમને દાખલ કરવાનો નનૈયો ભણ્યો હોવાથી તેમને દાખલ કરવામાં વિલંબ થયો હતો. મહિલાએ પોતે પોલીસને જાણ કરી કે તેનો પૌત્ર તેને કચરાપેટી પાસે છોડી ગયો છે.

તેમણે મુંબઈમાં મલાડ અને કાંદિવલીમાં બે સરનામાં આપ્યા છે, જ્યાં મહિલાના સંબંધીઓની ઓળખ માટે મુંબઈ પોલીસની ટીમો મોકલવામાં આવી છે. મહિલાના સંબંધીઓને શોધવા માટે તેના ફોટોગ્રાફ બધા પોલીસ સ્ટેશનોમાં મોકલવામાં આવ્યા છે.

વૃદ્ધ મહિલાની હાલત જોઈને ભલભલાનું દૃદય પીગળી જશે અને એક જ પ્રશ્ન થશે કે લોકો આટલા પથ્થર દિલના કેવી રીતે હોઈ શકે કે, કે જેની આંગળી પકડીને પૌત્ર મોટો થયો હતો, તેને એકલા મરવા માટે છોડી ગયો? ■



‘મુંબઈ સમાચાર’ના ફન વર્લ્ડમાં તમને રસપ્રદ માહિતી મળશે અને સાથે મજા પણ આવશે. પ્રત્યેક કોયડાના સાચા જવાબ આપનારા વાચકોનાં જ નામ અહીં પ્રગટ કરવામાં આવશે. વાચકોએ તેમના જવાબ ઈ-મેઇલથી બુધવારે સાંજે ૬:૦૦ સુધી મોકલવાના રહેશે. ત્યાર પછી મોકલેલા જવાબ સ્વીકારાશે નહીં. વાચકોએ જવાબ નવા ઈ-મેઇલ **funworld1822@gmail.com** પર મોકલવાના રહેશે.

ભાષા વૈભવ...	
ગુજરાતી -	અંગ્રેજી શબ્દોની જોડી જમાવો
A	B
રતલ	HOLLOW
અટલ	POUND
પટલ	CHEEK
કપોલ	COVER
બખોલ	INEVITABLE

ચતુર આપો જવાબ	અર્થ જણાવો
‘સામે ડાહ્યામથ્થો ભટકાઈ ગયો’ વાક્યમાં ’ ડાહ્યામથ્થો’ શબ્દનો અર્થ જણાવો.	
અ) ગજરાજ	બ) ડાહ્યા
ક) સિંહ	ડ) રીંછ

ગુજરાત મોરી મોરી રે	
કોઈ વ્યક્તિ HEMOPHOBIAથી પીડાય છે એવું કહેવામાં આવે તો એનો સંબંધ શેની સાથે હોય એ કહી શકશો?	
અ) પરસેવો	બ) લોહી
ક) શ્રમ	ડ) પાચન

માઈન્ડ ગેમ	વિવિધતામાં એકતા ભાવના ધરાવતા આપણો દેશ વિવિધ રાજ્યોનો બનેલો છે. આજની તારીખમાં દેશમાં કુલ કેટલા રાજ્યો છે એ જણાવો.	અ) 24	બ) 26
		ક) 28	ડ) 29

ગયા મંગળવારના જવાબ	
ભાષા વૈભવ	
A	B
સબળ	REASON
તલબ	ADDICTION
પ્રલંબ	EXTENDED
ગજબ	WONDER
વિલંબ	DELAY
માઈન્ડ ગેમ	
9	

ઓળખાણ પડી?	
ગુજરાત, મહારાષ્ટ્રમાં વગાડવામાં આવતા સુષિર વાદ્યની - વિન્ડ ઈન્સ્ટ્રુમેન્ટની ઓળખાણ પડી? ભારતીય અને યુરોપિયન મ્યુઝિકલ સ્વર એમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે.	
અ) તાનપુરા	બ) એકતારા
ક) તુતારી	ડ) પાવરી



માતૃભાષાની મહેક
પથ્થર ઉપર પાણી રૂઢિપ્રયોગ વ્યર્થ પ્રચલ્ન તરફ આંગળી ચીંધે છે. પાણીથી જેમ પથ્થર પલળતો નથી, બસ એવી જ રીતે નકામી વસ્તુ પાછળ બધી શક્તિ ગુમાવી દેવી એ એનો ભાવાર્થ છે. ટૂંકમાં કહીએ તો કોઈ અસર થાય નહીં તેવું કામ, નકામી મહેનત. પથ્થર એટલા દેવ કરવા એટલે જ્યાં પથ્થર દેખાય ત્યાં દેવ માની પૂજા કરવી.

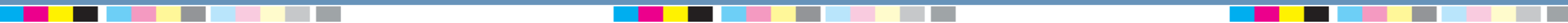
દર્શાદ
તમે કહો તે સાચું વ્હાલમ! તમે કહો તો હાર્યા! ફાગણમાં શ્રાવણનો જલને ઝીલી લ્યો અણધાર્યા!
-- સુરેશ દલાલ

માઈન્ડ ગેમ	વિવિધતામાં એકતા ભાવના ધરાવતા આપણો દેશ વિવિધ રાજ્યોનો બનેલો છે. આજની તારીખમાં દેશમાં કુલ કેટલા રાજ્યો છે એ જણાવો.	અ) 24	બ) 26
		ક) 28	ડ) 29

ગયા મંગળવારના જવાબ	
ભાષા વૈભવ	
A	B
સબળ	REASON
તલબ	ADDICTION
પ્રલંબ	EXTENDED
ગજબ	WONDER
વિલંબ	DELAY
માઈન્ડ ગેમ	
9	

ફનવર્લ્ડમાં ઉમળકાભેર ભાગ લઈ સાચા જવાબ આપનારા વાચકોનાં નામ અહીં આપ્યાં છે. અભિનંદન.

(૧) સુભાષ મોમાયા (૨) મુલરાજ કપૂર (૩) ભારતી બુચ (૪) શ્રીમતી ભારતી પ્રકાશ કટકિયા (૫) કિશોરકુમાર જીવણદાસ વેદ (૬) નીતા દેસાઈ (૭) રશીક જુથાણી - ટોરંટો - કેનેડા (૮) નૂતન વિપીન શાહ (૯) શ્રદ્ધા આશર (૧૦) લજિતા ખોના (૧૧) મીતળ કાપડિયા (૧૨) નિખિલ બંગાળી (૧૩) અમીશી બંગાળી (૧૪) તાહેર ઔરંગાબાદવાલા (૧૫) શીરીન ઔરંગાબાદવાલા (૧૬) અબ્દુલ્લા એફ. મુનીમ (૧૭) જ્યોતિ ખાંડવાલા (૧૮) પુષ્પા પટેલ (૧૯) મનીષા શેઠ (૨૦) ફાલગુની શેઠ (૨૧) ભાવના કર્વે (૨૨) અલકા વાણી (૨૩) વિણા સંપટ (૨૪) દેવેન્દ્ર સંપટ (૨૫) મહેશ દોશી (૨૬) ખુશરૂ કાપડિયા (૨૭) અંજુ ટોલિયા (૨૮) વર્ષા સૂર્યકાંત શ્રોફ (૨૯) જગદીશ ઠક્કર (૩૦) નિતિન જયંતિલાલ બજરિયા (૩૧) ડાયાના સંતોકે (૩૨) પ્રવીણ વોરા (૩૩) ગિરીશ બાબુભાઈ મિસ્ત્રી (૩૪) પુષ્પા ખોના (૩૫) શિલ્પા શ્રોફ (૩૬) ભારતી બુચ (૩૭) કિશોર બી. સંઘરાજકા (૩૮) અરવિંદ કામદાર (૩૯) નયના ગિરીશ મિસ્ત્રી (૪૦) ડો. પ્રકાશ કટકિયા (૪૧) ધીરેન્દ્ર ઉદેશી (૪૨) ગીતા ઉદેશી (૪૩) પ્રતિમા પમાણી (૪૪) દિપીકા દોશી (૪૫) અંબરીષ ઝોજા (૪૬) મહેશ સંઘવી



અમેરિકન હુમલાએ બજારને હચમચાવ્યું, સેન્સેક્સ ૯૦૦ પોઇન્ટ સુધી નીચે પટકાઈ અંતે ૫૧૧ના ઘટાડે બંધ થયો, નિફ્ટી ૨૫,૦૦૦ની નીચે સરક્યો

(વાણિજ્ય પ્રતિનિધિ તરફથી)
મુંબઈ: ઇરાન પર અમેરિકાએ કરેલા હુમલા પછી ધારણાં અનુસાર જ ઇક્વિટી બજારમાં ધ્રુજારી જોવા મળી હતી. સેન્સેક્સ ૯૦૦ પોઇન્ટથી પણ નીચી સપાટી સુધી પડકાયો હતો અને લગભગ ૪૦૦ પોઇન્ટનો ઘટાડો પચાવી અંતે ૫૧૧ પોઇન્ટના ઘટાડે બંધ રહ્યો હતો. નિફ્ટી ૨૫,૦૦૦ની નીચે સરકી ગયો હતો. સ્મોલ અને મિડકેપ શેરોમાં પસંદગીની લેવાલી વચ્ચે સુધારો જોવા મળ્યો હતો. સેન્સેક્સ ૫૧૧.૩૮ પોઇન્ટ અથવા ૦.૬૨ ટકાના ઘટાડે ૮૧,૮૯૬.૭૯ની સપાટી પર અને નિફ્ટી ૧૪૦.૫૦ પોઇન્ટ અથવા તો ૦.૫૬ ટકાના ઘટાડે ૨૪,૯૭૧.૯૦ની સપાટીએ સ્થિર થયો હતો.

સેન્સેક્સની કંપનીઓમાંથી એચસીએલ ટેક, ઇન્ફોસિસ, લાર્સન એન્ડ ટૂબ્રો, મહિન્દ્રા એન્ડ મહિન્દ્રા, હિંદુસ્તાન યુનિલીવર, આઇટીસી, ટાટા કન્સલ્ટન્સી સર્વિસીસ અને મારુતિ સુઝુકી ટોપ લુગ્ગર્સ હતા. જ્યારે ટ્રેન્ટ, ભારત ઇલેક્ટ્રોનિક્સ, બજાજ ફાઇનાન્સ અને કોટક મહિન્દ્રા બેન્ક ટોપ ગેઇનર્સ હતા. માર્કેટ એનાલિસ્ટ અનુસાર નિફ્ટી જ્યાં સુધી ૨૪,૮૫૦ની ઉપર ટકી રહે છે ત્યાં સુધી લેવાલીની તકો મોજૂદ રહે છે અને જો તે ૨૫,૦૦૦ પાર કરવામાં સફળ રહે તો ટૂંકા ગાળામાં ૨૫,૩૫૦ સુધી આગળ વધી શકે.

નિફ્ટીમાં ટ્રેન્ટ, ભારત ઇલેક્ટ્રોનિક્સ, હિન્ડાલ્કો ઇન્ડસ્ટ્રીઝ, અદાણી એન્ટરપ્રાઇઝ, અદાણી પોર્ટ્સ નિફ્ટીમાં ટોપ ગેઇનર્સ હતા, જ્યારે ઇન્ફોસિસ, એલએનટી, હીરો મોટોકોર્પ, એમએન્ડએમ, એચસીએલ ટેકનોલોજીસ ટોપ લુગ્ગર્સ હતા. શ્વેતીય મોરચે, આઇટી, એફએમસીજી, ઓટો, બેંક ૦.૫-૧.૫ ટકા સુધી ઘટ્યા હતા, જ્યારે મીડિયા, મેટલ, કેપિટલ ગુરૂસ ૦.૫-૪ સુધી ટકા વધ્યા હતા. બીએસઈ મિડકેપ ઇન્ડેક્સ ૦.૨ ટકા અને સ્મોલકેપ ઇન્ડેક્સ ૦.૬ ટકા વધ્યો હતો.

ભારતના પ્રાઇમરી માર્કેટમાં ફરી હલચલ જામી છે. આ સપ્તાહમાં છ દિવસમાં એક ડઝન જાહેર ભરણાં આવી રહ્યા છે અને આઠ કંપનીઓના શેર લિસ્ટિંગ મેળભરે. એચડીબી ફાઇનાન્સિયલ સર્વિસિસ, સંભવ સ્ટીલ સહિતની કંપની મૂડીબજારમાંથી કુલ રૂ. ૧૫,૮૦૦ કરોડથી વધુ ભંડોળ એકત્ર કરવાનું

ડૉલર ઈન્ડેક્સ મજબૂત થતાં રૂપિયો વધુ ૨૩ પૈસા ગબડીને પાંચ મહિનાના તળિયે

(વાણિજ્ય પ્રતિનિધિ તરફથી)
મુંબઈ: અમેરિકાએ ઈરાનની સ્પ્લિચયર સુવિધાઓ પર હુમલો કર્યાના નિર્દેશો સાથે આજે શ્રિય બજારમાં ડૉલર ઈન્ડેક્સમાં મજબૂત વલણ અને કૂડતેલના ભાવમાં ઉછાળો આવ્યાના અહેવાલ હતા. વધુમાં સ્થાનિક ઈક્વિટી માર્કેટમાં પણ નરમાઈનું વલણ રહેતાં આજે સ્થાનિક ફોરેક્સ માર્કેટમાં ડૉલર સામે રૂપિયો આગલા બંધ સામે ૨૩ પૈસા ગબડીને પાંચ મહિનાના તળિયે પહોંચ્યો હતો. જોકે, ગત શુક્રવારે સ્થાનિક ઈક્વિટી માર્કેટમાં જોવા મળેલી વિદેશી સંસ્થાકીય રોકાણકારોની રૂ. ૭૯૪૦.૭૦ કરોડની ચોખ્ખી લેવાલી અને દેશની વિદેશી રૂડિયામણમાં વધારો થયાના અહેવાલોને ધ્યાનમાં લેતા રૂપિયામાં ધોવાણ સીમિત રહ્યું હોવાનું ફોરેક્સ ટ્રેડરોએ જણાવ્યું હતું.

બજારનાં સાધનોના જણાવ્યાનુસાર આજે સ્થાનિકમાં ડૉલર સામે રૂપિયો ગત શુક્રવારના ૮૬.૫૫ના બંધ સામે નરમાઈના અન્ડરટોને ખૂલ્યા બાદ સત્ર દરમિયાન નીચામાં ૮૬.૮૫ અને ઉપરમાં ૮૬.૬૭ની રેન્જમાં અથડાઈને અંતે આગલા બંધ સામે ૨૩ પૈસા ગબડીને ગત ૧૩મી જાન્યુઆરીની ૮૬.૭૦ પછીની નીચી ૮.૭૭ની સપાટીએ બંધ રહ્યો હતો.

પાંખાં કામકાજો વચ્ચે ધાતુમાં મિશ્ર વલણ

(વાણિજ્ય પ્રતિનિધિ તરફથી)
મુંબઈ: આંતરરાષ્ટ્રીય વિનિમય બજારમાં આજે ડૉલર ઈન્ડેક્સમાં મજબૂત વલણ રહ્યું હોવાથી લંડન મેટલ એક્સચેન્જ ખાતે નિરસ માંગે કોપરના ભાવમાં ધીમો ઘટાડો તેમ જ અન્ય ધાતુઓ સાંકડી વધઘટે અથડાઈ ગઈ હોવાના અહેવાલોને ધ્યાનમાં લેતા આજે સ્થાનિક જથ્થાબંધ ધાતુ બજારમાં પણ માગ અનુસાર ભાવમાં મિશ્ર વલણ જોવા મળ્યું હતું, જેમાં ભાસ કરીને ટીનમાં સ્ટોકિસ્ટોની લેવાલીને ટેકે ભાવમાં કિલોદીઠ રૂ. પાંચનો અને કોપરની અમુક વેરાઈટીઓ તથા એલ્યુમિનિયમમાં કિલોદીઠ રૂ. એકથી ત્રણનો સુધારો આવ્યો હતો. જ્યારે નિકલમાં સ્ટોકિસ્ટોની આક્રમક વેચવાલીના દબાણે ભાવમાં કિલોદીઠ રૂ. ૧૪નો અને નિરસ માંગે કોપર વાયરબારમાં કિલોદીઠ રૂ. એકનો ઘટાડો આવ્યો હતો તથા અન્ય ધાતુઓમાં ટેકેલું વલણ રહ્યું હતું. પ્રાપ્ત અહેવાલ અનુસાર આજે લંડન ખાતે સત્રના આરંભે કોપરના એક મહિને ડિલિવરી શરતે ભાવ આગલા બંધ સામે ૦.૧ ટકા ઘટીને ૮નદીઠ ૯૬૪૩૭.૧૫

લક્ષ્ય ધરાવે છે. એનટીપીસીના બોર્ડ એનસીડી અથવા બોન્ડ જારી કરીને પ્રાઇવેટ પ્લેસમેન્ટ દ્વારા રૂ. ૧૮૦૦૦ કરોડનું ભંડોળ એકત્ર કરવા માટે શેરધારકોની મંજૂરી માગી છે.

ઇન્ડોગલ્ફ કોપસાયન્સિસ રૂ. ૨૦૦ કરોડના બુકબિલ્ડિંગ ઇચ્છૂ સાથે ૨૬ જૂનના રોજ મૂડીબજારમાં પ્રવેશ કરશે, ભરણું ૩૦ જૂને બંધ થશે. શેરની ફાળવણી પહેલી જુલાઈએ અને બીએસઇ, એનએસઇ પર લિસ્ટિંગ ત્રીજી જુલાઈએ થશે. પ્રાઇસ બેન્ડ રૂ. ૧૦૫થી રૂ. ૧૧૧ પ્રતિ શેર નક્કી કરવામાં આવ્યો છે. અરજ માટે લઘુતમ લોટ સાઈઝ ૧૩૫ છે.

એક્સપાન્શન સહિતના હેતુસર નાણાં ભંડોળ એકત્ર કરવા નીતુ ચોશી લિમિટેડ બુકબિલ્ડિંગ ધારણે ૧૦૨.૭૨ લાખ શેરના સંપૂર્ણપણે ફેશ ઈક્વિટીના જાહેર ભરણા સાથે ૨૭ જૂન, ૨૦૨૫ના રોજ મૂડી બજારમાં પ્રવેશ કરશે અને પહેલી જુલાઈના રોજ ભરણું બંધ થશે. શેરની ફાળવણી બીજી જુલાઈએ અને બીએસઇ તથા એનએસઈ પર લિસ્ટીંગ ચોથી જુલાઈએ થવાની ધારણા છે. પ્રાઇસ બેન્ડ રૂ. ૭૨થી રૂ. ૭૫ પ્રતિ શેર નક્કી કરવામાં આવ્યો છે. અરજી માટે લઘુતમ લોટ સાઈઝ ૧૬૦૦ છે.

ધારણાં અનુસાર જ ઇન્ડેક્સ ગેપ-ડાઉન સાથે ખુલ્લો અને શક્ષ્પ્રાતમાં નીચો ગયો, પરંતુ ધીમે ધીમે તેઘટાણે પચાવીને પાછો ફર્યો. શ્વેતીય પ્રદર્શન મિશ્ર રહ્યું, જેમાં મીડિયા અને મેટલ ટોચના પ્રદર્શનકર્તા તરીકે ઉભરી આવ્યા, જ્યારે આઇટી અને ઓટો પાછળ રહ્યા. બીજી તરફ, બ્રોડર બજારોમાં મજબૂત રિકવરી જોવા મળી, જેના પરિણામે મિડ અને સ્મોલકેપ સેગમેન્ટમાં ૦.૩૬ ટકા અને ૦.૭૦ ટકા સુધીનો વધારો જોવા મળ્યો હતો.

ગયા શુક્રવારે, ઇઝરાયલ-ઈરાન સંઘર્ષમાં તેની સંડોવણીની ચર્ચા કરવા માટે યુ.એસ. દ્વારા બે અઢવાડિયાના સમયની જાહેરાત બાદ, મધ્યપૂર્વ તણાવ ઓછો થવાની અપેક્ષાએ બજારો ઊછળ્યા હતા. જોકે, સપ્તાહના અંતે ઈરાનની પરમાણુ સુવિધાઓ પર યુએસના અણધાર્યા હવાઈ હુમલાએ તે અપેક્ષાઓ પર પાણી ફેરવી દીધાં હોવાને કારણે કૂડ ઓછલના ભાવમાં તીવ્ર વધારો થયો અને સ્થાનિક ઈક્વિટી બજારમાં કોન્સોલિડેશન જોવા મળ્યું હતું. પ્રારંભિક ઘટાડા છતાં, બજારે કેપિટલ



ગુરૂસ અને મેટલ શેરોના સુધારાને આધારે તેના મોટાભાગના નુકસાનને પચાવી લીધું હતું, કારણ કે તાત્કાલિક ધોરણે કૂડ ઓછલનો પુરવઠો વિશ્લેષિત થવાની આશંકા ઓછી છે. દરમિયાન, એક્સેન્શરના નબળા નાણાકીય પરિણામને કારણે વૈશ્વિક ટેકનોલોજી ખર્ચ સેગમેન્ટમાં ૦.૩૬ ટકા અને ૦.૭૦ ટકા સુધીનો વધારો જોવા મળ્યું હતું.

અમેરિકાએ ઇરાન પર કરેલા બોમ્બમારાથી ફરી એક વખત રિસ્કી એસેટ તરફથી સેફ હેવન એસેટ તરફની દોડ જોવા મળશે. જોકે, સાથે એવો આશાવાદ પણ વ્યક્ત થઇ રહ્યો છે કે જો ઇરાનનો પ્રત્યાઘાત સંક્રિતિક અથવા તો હળવો રહેશે, તો બજાર નીચા મથાળાથી રિબાઉન્ડ કરી શકે છે. ઈરાની પરમાણુ સ્થળો પર અમેરિકાના હવાઈ હુમલાના અહેવાલ પછી મધ્યપૂર્વમાં વધતા ભૂરાજકીય તણાવને કારણે રોકાણકારોનો વિશ્વાસ ડગમગી ગયો છે અને આંતરરાષ્ટ્રીય સ્તરે બજારો પર દબાણ

વધી ગયું છે. ખાસ કરીને એરલાઇન્સ, પેઇન્ટ્સ અને ઓફએમસીજ જેવા ઓછલ સેન્સિટિવ ક્ષેત્રોમાં નબળા પ્રદર્શનની અપેક્ષા છે. ઈરાનનું આગામી પગલું સ્પષ્ટ ન થાય ત્યાં સુધી સખ્ત ચિત્ર નહીં મળશે. હોર્મૂઝ સ્ટ્રેટ દ્વારા પુરવઠામાં વિશ્લેષ પડવાની આશંકા હોવાથી હવાઈ હુમલાઓથી કૂડ ઓછલના ભાવમાં વધારો થવાની પણ અપેક્ષા છે, જે વૈશ્વિક ઓછલ ફ્લોના ૨૦ ટકાનું સંચાલન કરે છે. ભારતની ઇંધણ આવશ્કયતાનો ૮૫ ટકાથી વધુ ફિસ્સો આયાત પર નિર્ભર છે. આ ગંભીર મેક્રોઇકોનોમિક જોખમ સેન્ટિમેન્ટને નબળું બનાવે છે. કૂડ ઓછલમાં પ્રતિ બેરલ ૧૦ ડોલરનો વધારો ભારતની ચાલુ ખાતાની ખાધ, જીડીપીના ૦.૩ ટકા જેટલી વધારી શકે છે અને કુળાવાને વધુ ઊંચા સ્તરે પહોંચાડી શકે છે. અમેરિકાએ ઇઝરાયલ-ઈરાન સંઘર્ષમાં સત્તાવાર રીતે પ્રવેશ કર્યો છે, ઈરાનની અંદર ત્રણ પરમાણુ સ્થળો પર હુમલા કર્યા છે. જો

વધી ગયું છે. ખાસ કરીને એરલાઇન્સ, પેઇન્ટ્સ અને ઓફએમસીજ જેવા ઓછલ સેન્સિટિવ ક્ષેત્રોમાં નબળા પ્રદર્શનની અપેક્ષા છે. ઈરાનનું આગામી પગલું સ્પષ્ટ ન થાય ત્યાં સુધી સખ્ત ચિત્ર નહીં મળશે. હોર્મૂઝ સ્ટ્રેટ દ્વારા પુરવઠામાં વિશ્લેષ પડવાની આશંકા હોવાથી હવાઈ હુમલાઓથી કૂડ ઓછલના ભાવમાં વધારો થવાની પણ અપેક્ષા છે, જે વૈશ્વિક ઓછલ ફ્લોના ૨૦ ટકાનું સંચાલન કરે છે. ભારતની ઇંધણ આવશ્કયતાનો ૮૫ ટકાથી વધુ ફિસ્સો આયાત પર નિર્ભર છે. આ ગંભીર મેક્રોઇકોનોમિક જોખમ સેન્ટિમેન્ટને નબળું બનાવે છે. કૂડ ઓછલમાં પ્રતિ બેરલ ૧૦ ડોલરનો વધારો ભારતની ચાલુ ખાતાની ખાધ, જીડીપીના ૦.૩ ટકા જેટલી વધારી શકે છે અને કુળાવાને વધુ ઊંચા સ્તરે પહોંચાડી શકે છે. અમેરિકાએ ઇઝરાયલ-ઈરાન સંઘર્ષમાં સત્તાવાર રીતે પ્રવેશ કર્યો છે, ઈરાનની અંદર ત્રણ પરમાણુ સ્થળો પર હુમલા કર્યા છે. જો

વધી ગયું છે. ખાસ કરીને એરલાઇન્સ, પેઇન્ટ્સ અને ઓફએમસીજ જેવા ઓછલ સેન્સિટિવ ક્ષેત્રોમાં નબળા પ્રદર્શનની અપેક્ષા છે. ઈરાનનું આગામી પગલું સ્પષ્ટ ન થાય ત્યાં સુધી સખ્ત ચિત્ર નહીં મળશે. હોર્મૂઝ સ્ટ્રેટ દ્વારા પુરવઠામાં વિશ્લેષ પડવાની આશંકા હોવાથી હવાઈ હુમલાઓથી કૂડ ઓછલના ભાવમાં વધારો થવાની પણ અપેક્ષા છે, જે વૈશ્વિક ઓછલ ફ્લોના ૨૦ ટકાનું સંચાલન કરે છે. ભારતની ઇંધણ આવશ્કયતાનો ૮૫ ટકાથી વધુ ફિસ્સો આયાત પર નિર્ભર છે. આ ગંભીર મેક્રોઇકોનોમિક જોખમ સેન્ટિમેન્ટને નબળું બનાવે છે. કૂડ ઓછલમાં પ્રતિ બેરલ ૧૦ ડોલરનો વધારો ભારતની ચાલુ ખાતાની ખાધ, જીડીપીના ૦.૩ ટકા જેટલી વધારી શકે છે અને કુળાવાને વધુ ઊંચા સ્તરે પહોંચાડી શકે છે. અમેરિકાએ ઇઝરાયલ-ઈરાન સંઘર્ષમાં સત્તાવાર રીતે પ્રવેશ કર્યો છે, ઈરાનની અંદર ત્રણ પરમાણુ સ્થળો પર હુમલા કર્યા છે. જો

વિશ્વ બજારમાં ઈરાનના વળતા પ્રતિસાદ પર નજર

ડૉલર મજબૂત થતાં વૈશ્વિક સોનામાં નરમાઈ, સ્થાનિક સોનામાં ₹ ૬૫૭નો ઉછાળો



રહ્યા હતા. વધુમાં આજે ૯૯૯ ટય ચાંદીમાં પણ સ્ટોકિસ્ટો અને જ્વેલરી ઉત્પાદકોની મર્યાદિત માગ વચ્ચે ઔદ્યોગિક વપરાશકારોની માગ ઉપરાંત વૈશ્વિક પ્રોત્સાહક અહેવાલોનો ટેકો મળતા વેરારહિત ધોરણે ભાવ કિલોદીઠ રૂ. ૨૮૮ના સાધારણ સુધારા સાથે રૂ. ૧,૦૭,૦૬૭ના મથાળે રહ્યા હતા.

આજે વિશ્વ બજારમાં ડૉલર ઈન્ડેક્સમાં મજબૂત વલણ રહેતાં લંડન ખાતે સત્રના આરંભે સોનાના હાજર અને વાયદામાં ભાવ આગલા બંધ સામે ૦.૧ ટકાના ઘટાડા સાથે અનુક્રમે ઔસદીઠ ૩૩૬૫.૨૯ ડૉલર અને

ઈરાન બદલો લેશે તો યુએસ પ્રેસિડેન્ટ ડોનાલ્ડ ટ્રમ્પે વધુ લશ્કરી કાર્યવાહીની ચેતવણી આપી હતી અને તણાવ ઓછો કરવાની પણ વિનંતી કરી હતી. બજારની દિશા ઈરાનના પ્રતિભાવ પર ખૂબ આધાર રાખશે. ઇરાન જો અમેરિકન એસેટ અથવા કર્મચારીઓને ભૌતિક નુકસાન પહોંચાશે, તો મજબૂત વળતો હુમલો બજારમાં તીવ્ર ઘટાડો લાવી શકે છે અને કૂડ ઓછલને પ્રતિ બેરલ ૧૦૦ ડોલરથી ઉપર ધકેલી શકે છે. પરંતુ જો ઇરાનનો પ્રતિભવ પ્રતિક્રાત્મક રહે તો બજારો ઔચકો પચાવી આગળ વધી શકે છે.

તણાવપૂર્ણ પૃષ્ઠભૂમિ હોવા છતાં, કેટલાક વિશ્લેષકો માને છે કે જો ઈરાન નોંધપાત્ર બદલો લેવાનું ટાળે તો બજારો ઝડપી રિકવરી કરી શકે છે. જ્યાં સુધી ઈરાન આક્રમક રીતે પ્રતિક્રિયા ન આપે, ત્યાં સુધી ઇક્વિટી માર્કેટને બહુ ઓંચ નહીં આવે. બજારો ભૂ-રાજકીય તણાવની સમસ્યાને પાર કરી જશે.

શેરબજારમાં ઘટાડો થવા છતાં બ્રોડર માર્કેટના સુધારા પાછળ માર્કેટ કેપિટલમાં આઈટી અને ટેકો શેર્સ સર્વાધિક ધટ્યા હતા, કેપિટલ ગુરૂસ, સર્વિસીસ અને મેટલ ઈન્ડેક્સ વધ્યા હતા અને માર્કેટકેપમાં રૂ.૧૮,૦૦૦ કરોડનો વધારો જોવા મળ્યો હતો. બ્રોડ બેઝડ ઈન્ડાયસીસમાં બીએસઈ મિડકેપ ૦.૨૦ ટકા અને બીએસઈ સ્મોલકેપ ૦.૫૭ ટકા વધ્યો હતો. સ્ટ્રેટેજી ઈન્ડાયસીસમાં બીએસઈ આઈપીઓ ઈન્ડેક્સ ૦.૪૨ ટકા અને બીએસઈ એસએમઈ આઈપીઓ ૦.૪૧ ટકા ઘટ્યો હતો. સેન્સેક્સની નવ સ્કિપ્સ વધી હતી, જ્યારે ૨૧ સ્કિપ્સ ઘટી હતી.

સોમવારે સેન્સેક્સ ગત શુક્રવારના ૮૨,૪૦૮.૧૭ના બંધથી ૫૧૧.૩૮ પોઈન્ટ્સ (૦.૬૨ ટકા) ઘટ્યો હતો. સેન્સેક્સ ૮૧,૭૦૪.૦૭ ખૂલીને નીચામાં ૮૧,૪૭૬.૭૬ અને ઊંચામાં ૮૨,૧૬૯.૬૭ સુધી જઈને અંતે ૮૧,૮૯૬.૭૯ પોઈન્ટ્સ પર બંધ રહ્યો હતો. માર્કેટ કેપિટલાઈઝેશન રૂ. ૪૪૭.૬૪ લાખ કરોડથી રૂ. ૦.૧૮ લાખ કરોડ વધીને રૂ. ૪૪૭.૮૨ લાખ કરોડ રહ્યું હતું.

સેક્ટરલ ઈન્ડાયસીસમાં બીએસઈ કેપિટલ ગુરૂસ ૦.૯૪ ટકા, સર્વિસીસ ૦.૭૩ ટકા, મેટલ ૦.૭૧ ટકા, કોમોડિટીઝ ૦.૪૬ ટકા,

કંઝ્યુમર ડ્યુરેબલ્સ ૦.૩૮ ટકા, ઓઈલ એન્ડ ગેસ ૦.૩ ટકા, એનર્જી ૦.૨૪ ટકા, યુટિલિટીઝ ૦.૨૧ ટકા અને ઈન્ડસ્ટ્રિયલ્સ ૦.૧૩ ટકા વધ્યા હતા. જ્યારે ફોર્ક્સ આઈટી ૧.૪૮ ટકા, ઈન્ફોર્મેશન ટેકનોલોજી ૧.૪૬ ટકા, ટેક ૧.૧ ટકા, ઓટો ૦.૮૮ ટકા, એફએમસીજી ૦.૬૨ ટકા, ટેલિકોમ્યુનિકેશન ૦.૫ ટકા, બેન્કેક્સ ૦.૩૮ ટકા, રિયલ્ટી ૦.૧૯ ટકા, પાવર ૦.૧૭ ટકા, ફાઈનાન્સિયલ સર્વિસીસ ૦.૧૫ ટકા, હેલ્થકેર ૦.૧ ટકા અને કંઝ્યુમર ડિસ્કેશનરી ૦.૦૩ ટકા ઘટ્યા હતા.

એક્સચેન્જમાં ૪,૨૪૦ સ્કિપ્સમાં કામકાજ થયું હતું, જેમાં ૧,૮૫૪ સ્ટોકસ વધ્યા હતા, ૨,૨૦૪ સ્ટોકસ ઘટ્યા હતા, જ્યારે ૧૮૨ સ્ટોકસ સ્થિર રહ્યા હતા. ૧૦૩ સ્ટોકસ બાવન સમાહતી ઊંચી સપાટીએ પહોંચ્યા હતા, જ્યારે ૮૫ સ્ટોક બાવન સમાહતી નીચી સપાટીએ પહોંચ્યા હતા. ૫ સ્ટોકસને ઉપલી જ્યારે ૧૨ સ્ટોકને નીચલી સડી લાગી હતી. સેન્સેક્સ સમાવિષ્ટ શેરોમાં ટ્રેન્ટ ૩.૬૧ ટકા, ભારત ઇલેક્ટ્રોનિક ૨.૧૫ ટકા, બજાજ ફાઈનાન્સ ૧.૨૦ ટકા, કોટક બેન્ક ૦.૭૧ ટકા, બજાજ કોનસર્વ ૦.૫૮ ટકા, ઈટર્નલ ૦.૪૩ ટકા, ટાટા સ્ટીલ ૦.૩૬ ટકા, અદાણી પોર્ટ્સ ૦.૩૧ ટકા અને અલ્ટ્રાટેક સિમેન્ટ ૦.૦૩ ટકા વધ્યા હતા. જ્યારે મુખ્યત્વે ઈન્ફોસિસ ટેકનોલોજી ૨.૨૯ ટકા, લાર્સન ૨.૧૧ ટકા, એચસીએલ ટેકનોલોજી ૨.૧૦ ટકા, મહિન્દ્ર એન્ડ મહિન્દ્ર ૧.૫૯ ટકા, હિંદુસ્તાન યુનિલિવર ૧.૨૯ ટકા, ટાટા કન્સલ્ટન્સી ૧.૧૯ ટકા, પાવર શ્રીઝ ૦.૯૬ ટકા, આઈટીસી ૦.૯૨ ટકા, એચડીએફસી બેન્ક ૦.૯૧ ટકા મારુતિ ૦.૯૧ ટકા, એશિયન પેઈન્ટ્સ ૦.૯૦ ટકા, ટેક મહિન્દ્ર ૦.૮૫ ટકા અને સ્ટેટ બેન્ક ૦.૭૩ ટકા ઘટ્યા હતા.

બીએસઈના ડેરિવેટિઝ સેગમેન્ટમાં સોમવારે ઈન્ડેક્સ ફ્યુચર્સમાં રૂ. ૩૯૧.૬૭ કરોડનું ટર્નઓવર થયું હતું, જેમાં કુલ ૧,૮૦૬ સોદામાં ૨,૩૮૨ કોન્ટ્રેક્ટ્સનું કામકાજ થયું હતું. ઈન્ડેક્સ ફ્યુચર્સ અને ઈક્વિટી ફ્યુચર્સ મળીને કુલ ૧૮,૪૮,૩૪૩ કોન્ટ્રેક્ટના ઓપન ઈન્ટરેસ્ટ રહ્યા હતા. કુલ નોશનલ ટર્નઓવર રૂ. ૯૧,૨૨,૮૭૨.૫૦ કરોડનું રહ્યું હતું.

દેશોમાં તણાવ વધુ ઉગ્ર થવાની ભીતિ હોવા છતાં ડૉલરની મજબૂતીએ સોનામાં ઉછાળો અટક્યો છે. અમેરિકી પ્રમુખ ડોનલ્ડ ટ્રમ્પે ગઈકાલે ઈરાનમાં શાસન પરિવર્તનનો મુદ્દો ઉઠાવવાની સાથે અમેરિકાએ ઈરાનનાં પહાડી વિસ્તારમાં આવેલા પરમાણુ મથકો પર ૩૦,૦૦૦ પાઉન્ડના બંકર બસ્ટ બોમ્બ મારફતે કરેલા હુમલા સામે તહેરાનના વરિષ્ઠ અધિકારીઓને પલટવાર કરવા બાબતે ચેતવણી પણ આપી હતી. આમ વૈશ્વિક સ્થિતિને ધ્યાનમાં લેતા આજે વૈશ્વિક ઈક્વિટી માર્કેટમાં નરમાઈ, ડૉલર ઈન્ડેક્સમાં મજબૂત વલણ અને કૂડતેલના ભાવ વધીને પાંચ મહિનાની ઊંચી સપાટીએ પહોંચ્યા હતા.

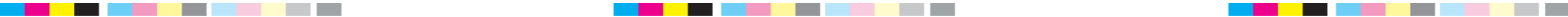
હવે રોકાણકારોની નજર ઈરાનનાં વળતા પગલા પર રહેવા ઉપરાંત આ સપ્તાહના અંતે ફેડરલ રિઝર્વની છેલ્લી નાણાનીતિ અંગે કોંગ્રેસને આપવામાં આવનારા અહેવાલ પર સ્થિર થઈ છે. જોકે, ટેક્નિકલ દષ્ટિએ હાલમાં વૈશ્વિક સોના માટે ઔસદીઠ ૩૩૭૪ ડૉલરની સપાટી મહત્વની ટકાની સપાટી પુરવાર થઈ શકે છે અને જો આ સપાટી તૂટે તો ભાવ ઘટીને ૩૩૨૪ ડૉલર સુધી ઘટી શકે, એમ રાઈટર્સના એક ટેક્નિકલ એનાલિસ્ટે જણાવ્યું હતું.

મલયેશિયા પાછળ આયાતી તેલમાં સુધારાતરફી વલણ

(વાણિજ્ય પ્રતિનિધિ તરફથી)
મુંબઈ: તાજેતરમાં કંડલા બંદર પર આયાતી તેલના શિપમેન્ટો અટવાયાના નિર્દેશો સાથે સ્થાનિક જથ્થાબંધ ખાદ્યતેલ બજારમાં આયાતી તેલમાં ફરતા માલની ખેંચ ઉપરાંત આજે મલયેશિયાના બુર્સા મલયેશિયા ડેરિવેટિઝ એક્સચેન્જ ખાતે કૂડ પામતેલના વાયદામાં સાત રિંગિટનો સુધારો આવ્યાના પ્રોત્સાહક અહેવાલ સાથે સ્થાનિક હાજર બજારમાં આયાતી તેલના ભાવમાં સુધારાતરફી વલણ રહ્યું હતું, જેમાં ૧૦ કિલોદીઠ આરબીડી પામોલિનમાં રૂ. ૨૦નો અને સોયા રિફાઈન્ડમાં રૂ. ૧૦નો સુધારો આવ્યો હતો. જોકે, દેશી તેલમાં મિશ્ર વલણ રહેતાં સિતેતેલના ભાવમાં ૧૦ કિલોદીઠ રૂ. ૧૦નો સુધારો આવ્યો હતો અને કપાસિયા રિફાઈન્ડમાં રૂ. ૨૫ ઘટી આવ્યા હતા. જોકે, આજે હાજર, ડાયરેક્ટ ડિલિવરી તેમ જ સેલરિસેલ ધોરણે કામકાજો છૂટાછવાયા રહ્યા હતા. આજે સ્થાનિકમાં ડાયરેક્ટ ડિલિવરી

શરતે ૧૦ કિલોદીઠ એડબ્લ્યુએલના આરબીડી પામોલિનના રૂ. ૧૧૭૫, સોયા રિફાઈન્ડના રૂ. ૧૧૮૦ અને સન રિફાઈન્ડના રૂ. ૧૪૦૫ ક્વાંટ થઈ રહ્યા હતા, જ્યારે અન્ય રિફાઈનરોના આરબીડી પામોલિનના ભાવમાં ગોક્લ એગ્રોના રૂ. ૧૧૫૫, જી-વનના રૂ. ૧૧૫૨, ઓલામના રૂ. ૧૧૯૦, પતંજલિ ફૂડના પાતાળગંધાથી ડિલિવરી શરતે રૂ. ૧૨૦૫ અને કારગિલના રૂ. ૧૧૭૫ ક્વાંટે થઈ રહ્યા હતા. તેમ જ છૂટાછવાયા વેપારો થયાના અહેવાલ હતા.

વધુમાં આજે ગુજરાતમાં ગોંડલ મથકે ૩૦૦૦ ગૂણી જૂની અને ૩૦૦૦ ગૂણી નવી મગફળીની આવક હતી, જેમાં જૂના માલના વેપાર મણદીઠ રૂ. ૧૦૦૦થી ૧૧૮૦માં અને નવા માલના વેપાર મણદીઠ રૂ. ૧૦૫૦થી ૧૩૦૦માં થયા હતા, જ્યારે રાજકોટના મથકો પર ૨૨૦૦ ગૂણી મગફળીના વેપાર મણદીઠ રૂ. ૧૦૦૦થી ૧૧૬૫માં થયા હોવાનું સૂત્રોએ જણાવ્યું હતું.





રાજકોટ મહાનગરપાલિકા કચેરી ખાતે લઘુકી વોકળા વિસ્તારના રહેવાસીઓ દ્વારા ભારે હોબાળો મચાવવામાં આવ્યો હતો. ચોમાસાના પ્રારંભે ૨૪ કલાકમાં ઘર ખાલી કરવાની નોટિસ મળતા ૩૦૦થી વધુ લોકોનું ટોળું મનપા કચેરીએ દોડી આવ્યું હતું. કોંગ્રેસની આગેવાનીમાં ‘ન્યાય આપો, ન્યાય આપો’ અને ‘ભાજપ સરકાર હાય હાય’ના નારા સાથે વિરોધ પ્રદર્શન કરવામાં આવ્યું હતું. (તસવીર- પ્રવિણ સેદાણી, રાજકોટ)

જામનગરની પીવાના પાણીની સમસ્યા ટળી: પ્રથમ વરસાદમાં જ રણજીતસાગર ડેમ છલકાયો

(અમારા પ્રતિનિધિ તરફથી)
અમદાવાદ: જામનગર જિલ્લામાં સતત પડી રહેલા વરસાદને કારણે જળાશયોમાં પાણીની નોંધપાત્ર આવક થઈ હતી. અનેક ડેમ છલકાઈ ગયા હતા અથવા ઓવરફ્લો થવાની તૈયારીમાં છે, જેને પગલે સિંચાઈ વિભાગ દ્વારા અસરગ્રસ્ત ગામોને સાવચેત રહેવા અને

ડેમ સાઇટ પર અવરજવર ન કરવા સૂચનાઓ જારી કરવામાં આવી હતી. સિંચાઈ વિભાગ દ્વારા પ્રાપ્ત માહિતી અનુસાર રણજીતસાગર ડેમ ૧૦૦ ટકા ભરાયો હતો. જામનગર તાલુકાનો રણજીતસાગર ડેમ સંપૂર્ણપણે ભરાઈ ગયો હતો. આથી, ડેમના નીચાણવાળા વિસ્તારોમાં આવેલા ગામોને ખાસ

સાવચેતી રાખવા અને ડેમ સાઇટ પર જવાનું ટાળવા જણાવવાયું હતું. ચોમાસાની શરૂઆતમાં જ પ્રથમ વરસાદમાં શહેરનો મુખ્ય જળસ્ત્રોત છલકાઈ જવાથી જામનગરવાસીઓની પીવાના પાણીની સમસ્યાનો અંત આવ્યો હતો. આ સિવાય જામનગર જિલ્લાના કાલાવડ તાલુકાનો ફુલગર-૧ ડેમ ૭૦ ટકા

સપાટીએ ભરાયો હતો. ખંઢેરા, નાગપુર, ગોરાણીયા અને વોડીસંગ ગામના લોકોને સાવચેત રહેવા અને ડેમ સાઇટ પર ન જવા સૂચના આપવામાં આવી હતી. જિલ્લામાં સરેરાશ બે થી સાડા છ ઈંચ જેટલો વરસાદ ખાખક્યો હતો. આ ભારે વરસાદના કારણે અનેક જળાશયોમાં પાણીની પુષ્કળ આવક થઈ હતી. ■



ભાવનગર જિલ્લામાં ઉમરાળામાં બે ઈંચ, ગારીયાધારમાં એક ઈંચ વરસાદ (અમારા પ્રતિનિધિ તરફથી)
ભાવનગર: જિલ્લામાં ભારે ઝાપટો સાથે બે ઈંચ જેટલો વરસાદ પડ્યો હતો. ઉમરાળામાં બે ઈંચ, ગારીયાધારમાં એક ઈંચ, મહુવા અને વલભીપુરમાં અડધો ઈંચ વરસાદ પડ્યો હતો. ગોહિલવાડ પંથકમાં ફરી વરસાદી માહોલ જામ્યો હતો. બપોરે જિલ્લાના ઉમરાળા અને ગારીયાધારમાં ઘોઘમાર વરસાદ તૂટી પડ્યો હતો. જ્યારે મહુવા અને વલભીપુરમાં અડધો ઈંચ જેટલો વરસાદ પડ્યો હતો. સોમવારે સાંજના ૬ વાગ્યા સુધીમાં ભાવનગર જિલ્લાના વલભીપુરમાં ૧૫મી.મિ. , ઉમરાળામાં ૪૫ મી.મિ.,સિહોર માં ૮ મીમી.,ગારીયાધારમાં ૨૬ મી.મિ.,પાલીતાણા માં ૨ મી.મિ., તળાજા માં ૮ મી.મિ.,મહુવા માં ૧૬ મી.મિ. અને જેસરમાં ૧૦ મી .મિ.વરસાદ નોંધાયો હતો. ■

વરસાદી માહોલ વચ્ચે તળાજાની બજારમાં સારી ઘરાકી રહી: ખેડૂતો-ખેત મજૂરોમાં ખુશીનો માહોલ

(અમારા પ્રતિનિધિ તરફથી)
ભાવનગર: તળાજા શહેર અને તાલુકામાં વરસાદી વાતાવરણ રહ્યું હતું. સવારે પાંચ વાગ્યે ઝરમર વરસાદથી મેઘરાજાનું આગમન થયું હતું. દિવસ દરમિયાન ધાબડીયુ વાતાવરણ રહ્યું હતું. સામાન્ય રીતે વહેલી સવારથી જ વરસાદી વાતાવરણ હોય ગામડે થી લોકો અહીં હટાણુ કરવા આવવાનું ટાળતા હોય છે પણ તેના કરતા ઉલટું જોવા મળ્યું હતું. ગામડાના લોકોની ઘરાકી સારી જોવા મળી હતી. અહીં ખરીદી કરવા આવતા લોકોનાં વાહનો ખાસ કરીને બાઈક બજારમાં જ્યાં જગ્યા મળી ત્યાં પાર્ક થતા જોવા મળ્યા હતા. વેપારી વર્ગના જણાવ્યા મુજબ સૌથી વધુ ઘરાકી ખેતી ને લગતી સામગ્રી વેચતા વેપારીઓ ને દિવસ ભર માથું ઊંચું કરવાનો સમય મળ્યો ન હતો. છત્રી રેઇનકોટ બુક્સ અને વિદ્યાથીઓ ને જોઈતી ચીજ વસ્તુઓમા ઘરાકી રહી હતી. શક માર્કેટ,ધનબાઇમાં ચોક, મુખ્ય બજાર ગ્રાહકોની ચઢલ પહલ જોવા મળી હતી. આજની ઘરાકી જોતા ખેડૂત અને ખેત મજૂર વર્ગમાં ખુશીનો માહોલ જોવા મળ્યો હતો. ■



વિસાવદર વિધાનસભા બેઠકની પેટા ચૂંટણીમાં આમ આદમી પાર્ટીના ઉમેદવાર ગોપાલ ઇટાલિયાનો ભવ્ય વિજય થતા ભાવનગર આમ આદમી પાર્ટીના આગેવાનો કાર્યકરો એ ઘોઘાગેટ ચોક ખાતે ગરબા રમી વિજય ઉત્સવ મનાવ્યો હતો. (તસવીર- વિપુલ હિરાણી, ભાવનગર)

કચ્છમાં રહેણાંક વિસ્તારોમાં દુર્લભ બ્લેક સ્પોટ હેડ સાપ જોવા મળતાં અચરજ

(અમારા પ્રતિનિધિ તરફથી)
ભુજ: વરસાદની મોસમમાં સરીસૃપો મોટી સંખ્યામાં બહાર નીકળે છે. ભુજની ભાગોળે આવેલા સ્ક્રાઇપી ડેમ પાછળ આવેલા સ્ક્ર હોમસ્ટેમાં અત્યંત દુર્લભ રજવાડી સાપ કે જેને કચ્છમાં કુંભારીયા એવું હુલામણું નામ અપાયું છે તેને રેસ્કયુ કરવામાં આવ્યો હતો. સ્નેક રેસ્કયૂઅર જગદીશ પરમારે જણાવ્યું હતું કે, રિસોર્ટના સાપ ઘુસ્યો હોવાની માહિતી મળ્યા બાદ તેઓ ગણતરીની મિનિટોમાં સ્થળ પર પહોંચ્યા હતા અને ગણતરીની મિનિટોમાં ગટરના કાણામાં છુ પાઈ ગયેલા આ દુર્લભ પ્રકારના સાપને ‘સ્નેક કેચર’ સ્ટિકની મદદથી પકડીને તેને બોટલમાં પૂરી દીધો હતો. જગદીશ પરમાર અને સાવન ગેસ્વામીના જણાવ્યા પ્રમાણે, તેમણે ચાલુ ચોમાસાની ઋતુ દરમિયાન ભુજના જુદા-જુદા વિસ્તારોનાથી વિવિધ પ્રકારના સર્પો પકડ્યા છે અને નવ સભ્યોનું બનેલું તેમનું શ્રુપ સાપોને લોકો મારી ન નાખે તે માટે આ સેવાનું કાર્ય નિઃશુલ્ક કરી રહ્યા છે. તેઓના જણાવ્યા પ્રમાણે ખાસ પ્રકારની સ્નેક કેચર સ્ટિક,હુક અને અમેરિકન બનાવટના હાથ મોજાની મદદથી સાપને પકડી લેવાય છે. આજે પકડાયેલો આ બિનઝેરી ‘બ્લેક સ્પોટ હેડ’ નામનો સાપ ગુજરાતમાં માત્ર કચ્છ, રાજસ્થાન, પંજાબ અને હરિયાણામાં જ જોવા મળે છે. બિહામણા રૂપને કારણે લોકો તેને ઝેરી સાપ સમજી લે છે. આ રોયલ સ્નેકને ગત ૪ નવેમ્બર ૨૦૧૮ના નરા ગામમાં ડરી ગયેલા ગ્રામજનોએ માથું છુંદીને મોતને ઘાટ ઉતારી દીધો હતો, તેમજ ભુજના નાગોર ગામમાં પણ આ બિનઝેરી સર્પ ઈજાગ્રસ્ત અવસ્થામાં મૃત મળી આવ્યો હતો. આ સાપથી ડરવાને બદલે તેનું સરંક્ષણ કરવું જોઈએ તેમ તેઓએ ઉમેર્યું હતું. ■



રાજકોટમાં સ્વ. મુખ્ય પ્રધાન વિજય રૂપાણીની શ્રદ્ધાંજલિ સભા યોજાઈ

(અમારા પ્રતિનિધિ તરફથી)
અમદાવાદ: શહેરમાં ૧૨ જૂને તૂટી પડેલા એર ઈન્ડિયાના વિમાનમાં રાજ્યના પૂર્વ મુખ્ય પ્રધાન વિજય રૂપાણીનું પણ નિધન થયું હતું. તેમને શ્રદ્ધાંજલિ આપવા તેમના હોમ ટાઉન રાજકોટમાં ભાજપ દ્વારા કમલમ ખાતે પ્રાર્થના સભાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં સિક્કિમના રાજ્યપાલ અને ગુજરાત ભાજપના પૂર્વ પ્રભારી ઓમ માથુર પણ સામેલ થયા હતા. તેમણે સ્વ. વિજય રૂપાણીના પરિવારને મળીને સાંત્વના પાઠવી હતી. રાજકોટ ભાજપ કાર્યાલય ખાતે યોજાયેલી શ્રદ્ધાંજલિ સભામાં વિજયભાઈ રૂપાણીના રાજકોટ તેમજ રાજકોટ શહેર ભાજપ સાથેના સંસ્મરણોની તસવીરોમાં દર્શાવવામાં આવી હતી. રાજકોટના સાંસદ પરસોત્તમ રૂપાલા તેમને શ્રદ્ધાંજલિ આપતી વખતે ભાવુક થઈ ગયા હતા. તેમણે કહ્યું, વિજયભાઈના નામની આગળ સ્વ. લગણડવા મન માનતું નથી. અમે બંને એક કેડીના કાર્યકર્તા કહેવાઈએ. હું એમનાથી થોડો મોટો છું અને આપણાથી નાના વ્યક્તિને શ્રદ્ધાંજલિ આપવી એ સૌથી મોટો ભાર અને પીડાદાયક સમય છે. તેમણે વિજયભાઈ અને અંજલીબેનની જોડીને ભાજપમાં કાર્યકર્તાઓની આદર્શ જોડી ગણાવી હતી અને આ જોડી તૃટવાનો રંજ વ્યક્ત કર્યો હતો. ■

વર્ષ ૨૦૨૦માં કંડલા બંદરેથી કરાંચી જઈ રહેલા જહાજમાંથી ઝડપાયેલું ‘ઓટોકલેવ’ પાકિસ્તાની મિસાઈલ કાર્યક્રમનો ભાગ હતું!

(અમારા પ્રતિનિધિ તરફથી)
ભુજ: કોરોના કાળની શરૂઆતના વર્ષ ૨૦૨૦માં ભારતની સુરક્ષા એજન્સીઓ દ્વારા પશ્ચિમ કાંઠાના મહાબંદર કંડલાથી પાકિસ્તાનના કરાંચી બંદર તરફ જવા નીકળેલા માલવાહક જહાજમાંથી જમ કરાયેલા ‘ઓટોકલેવ’ ઝ્યુઅલ-યુઝ સાધનોનો સંબંધ આ નાપાક દેશના નેશનલ ડેવલપમેન્ટ કોમ્પ્લેક્સ કે જે મિસાઈલ કાર્યક્રમને ડેવલોપ કરવાના કાર્યક્રમમાં સામેલ હોવાનું વૈશ્વિક આતંકવાદ નાણાં પુરવઠા નિયંત્રણ સંસ્થા દ્વારા બહાર પાડવામાં આવેલા અહેવાલમાં ખુલાસો થયો હતો. આ રિપોર્ટમાં જણાવવામાં આવ્યું કે, ૩૭ ફેબ્રુઆરી ૨૦૨૦ના રોજ કચ્છના મહાબંદર કંડલા ખાતેથી કરાંચી જઈ રહેલા ‘ડા કુછ યુન’ જહાજમાંથી પૂર્વ ભાતમીના આધારે સુરક્ષા એજન્સીઓએ મિસ ડિકલેરેશન વડે ઘુસાડવામાં આવેલાં ઝ્યુઅલ- યુઝ

સાધનો કે જેનો ઉપયોગ મિસાઈલ મોટર્સના ઉચ્ચ- ઊર્જા સામગ્રી, ઇન્સ્યુલેશન અને રાસાયણિક કોર્ટિંગ માટે થાય છે તેને ઝડપી લેવામાં આવ્યાં હતાં. મિસાઈલ ટેકનોલોજી કંટ્રોલ રેજિમની ઝ્યુઅલ- યુઝ નિકાસ નિયંત્રણ સૂચિમાં સામેલ એવા આ જમ કરાયેલા કાર્ગોના બિલ ઓફ લેડિંગથી સાબિત થયું હતું કે આયાતકર્તા અને પાકિસ્તાનના એનડીસી વચ્ચે સીધો સંબંધ હતો, જે લાંબા અંતરની બેલિસ્ટિક મિસાઈલોના વિકાસમાં સામેલ છે. એકેએટીએફના પ્રવક્તાએ જણાવ્યું હતું કે, ઓટોકલેવ્સ જેવા સાધનોની નિકાસ વિવિધ સત્તાધિકારીઓની પૂર્વ મંજૂરી વિના કરવી કાયદાનું ઉલ્લંઘન છે. રિપોર્ટમાં વૈશ્વિક નાણાકીય સિસ્ટમમાં સામૂહિક વિનાશના શસ્ત્રોના નાણાં પુરવઠાને રોકવામાં નોંધપાત્ર ખામીઓનો ઉલ્લેખ પણ કરવામાં આવ્યો હતો.

કેરા ગામે એસએમસીએ પાડેલા દરોડામાં ૧.૨૮ કરોડનો અંગ્રેજી શરાબ ઝડપાયો: બાવીસ લોકો સામે કાર્યવાહી



(અમારા પ્રતિનિધિ તરફથી)
ભુજ: નશાખોરીની બાબતમાં ‘મેક્સિકો’ બની રહેલાં ભાતીગળ પ્રદેશ કચ્છમાં બેરોકટોપ પણ ચાલી રહેલા શરાબના કાળા કારોબાર પર ગોપાલસિંહ બનેસિંહ વાઘેલા (રહે. કેરા), મીની ટૂકના ડ્રાઈવર શિવરાજ વીરમ ગઢવી (રહે. અલીપુર, અંજાર), ડ્રાઈવર કમ હેલ્પર ગોપાલ કેશાજી રાજગોર (રહે નવાનગર, પાનઘ્રો, જરેશ્વર મંદિર નજીક ખુલ્લાં યોગાનમાં શરાબના થઇ રહેલાં કટિંગ ટાંકણે ૩૮૦૮ની કિંમતનો શરાબનો જથ્થો ૨૮ હજાર ૮૦૮ રૂપિયાનો મુદામાલ જમ કર્યો હતો. ઝડપાયેલાં ૧૬ આરોપીઓ ઉપરાંત ૬ શખ્સોને વોન્ટેડ દર્શાવ્યાની સાથે બાવીસ જણ સામે પ્રોહિબિશનની વિવિધ કલમો તળે સરકાર તરફે માનકૂવા પોલીસ મથકે ફોજદારી પાસેના ખુલ્લા યોગાનમાં દરોડો પાડવામાં આવ્યો હતો. આ વેળાએ અભેસિંહ રાહોડે મગાવ્યો હતો, પરંતુ તે પકડથી દૂર હોવાનું એસ.આર. શર્માએ ઉમેર્યું હતું. ■