Since 1925...

જ્ઞાતિ પ્રવાહનું સાપ્તાહિક માધ્યમ

ક.દ.ઓ. પ્રકાશ સમીક્ષા

C.D.O. PRAKASH SAMIKSHA

Visit us at www.prakashsamiksha.com
E-mail : kdoprakash@gmail.com

RNI રજી. બાદ વર્ષ : ૧૮ • અંક : ૩૩ • તા. ૧૭ ઑગસ્ટ થી ૨૩ ઑગસ્ટ ૨૦૧૫ • વાર્ષિક લવાજમ રૂા. ૫૦ • Regn.No. MCE/53/2015-17

સાંયરા નગરે ગુરુભગવંતોના ચાતુર્માસ મંગલ પ્રવેશ

ગુરૂ ભગવંતનો પ્રવેશ

ગુરૂભગવંત સાથે
સામૈયામાં મહેમાનો

બેડા સાથે
સામૈયુ કરતા ભાવિકો

મહેમાન શ્રી ઠાકરશીભાઈનું
બહુમાન

દાતા પરિવારનું
બહુમાન

સામૈયામાં મુંબઈ મહાજનના
પ્રમુખશ્રી

વરઘોડામાં
મોટર સાઈકલ, ઉંટ, ઘોડા

બેડા સાથે
સામૈયામાં બહેનો

પ્રવચન સાંભળતા
ભાવિકો

UPASANA - 98201 67767

શ્રી ક.દ.ઓ. જૈન જ્ઞાતિ મહાજન કોચીન : મંગલ પ્રવેશ અને કુરવા હોલ ઉદ્‌ઘાટન સમારોહ તા. ૨૦/૭/૨૦૧૫

કોચીનમાં
પ્રથમ વખત
અચલગચ્છીય
ગુરુભગવંતોનું
ચાતુર્માસ

અહેવાલ સામેના ૩જા પાને

કોચીન તીર્થે મુનિવરોનો ભવ્ય ચાતુર્માસ પ્રવેશ સંપન્ન

કોચીન તીર્થે સૌ પ્રથમવાર અચલગચ્છીય મુનિવરોનું ચાતુર્માસ પ્રાપ્ત થયું.મહાતપસ્વી વાત્સલ્યવારિધિ પ.પૂ.મુનિવર ગુરૂદેવ શ્રી ધર્મપ્રભસાગરજી મ.સા., જાપ સ્વાધ્યાય નિષ્ઠ પૂ.મુનિશ્રી રાજશેખરસાગરજી મ.સા., યુવા પ્રવચનકાર પૂ.મુનિશ્રી ધર્મશેખરસાગરજી મ.સા. ઠાણા-૩ નો ચાતુર્માસ પ્રવેશ તા.૨૦.૦૭.૨૦૧૫ને સોમવારના ભવ્ય રીતે સંપન્ન થયો.

પૂજ્યશ્રીનો પ્રવેશ શ્રી શરદભાઈ નવીન ભાણજી ખોનાના નિવાસ સ્થાનથી પ્રારંભ થયો.....અહીંના પ્રસિધ્ધ કેરલા બેન્ડની મધુર સુરાવલ્લી સાથે વિવિધ રાજમાર્ગો પર ફરી શુભ મુહુર્તે પૂજ્યશ્રીએ આનંદ સાધના મંદિરમાં પ્રવેશ કર્યો તથા માંગલિક શ્રવણ કરાવ્યું હતું. સકલ સંઘમાં નવકારશી થયેલ.પ્રવેશ પ્રસંગે મુંબઈ, એરનાકુલમ, કોઈમ્બતુર, તિરપુર, નાગરકોઈલ આદિ સ્થળોથી ઘણા ભાવિકો આવ્યા હતા.

પૂજ્ય મુનિવરોની નિશ્રામાં નુતનીકરણ થયેલ ભવ્ય કુરૂવા હોલનું ઉદ્દઘાટન થયેલ. મુખ્ય લાભાર્થી માતુશ્રી ભચીબાઈ શામજી કુરૂવા હસ્તે શ્રી કિશોરભાઈ શામજી કુરૂવા ગોધરા પરિવારજનો એ ઉદ્દઘાટન કરી મંગલકુંભની સ્થાપના કરી....

સંગીતની સૂરાવલી સાથે પૂજ્યશ્રીનો પ્રવેશ થયેલ... ગુરૂવંદન-માંગલિક બાદ શ્રી સંઘના ઉપપ્રમુખએ સ્વાગત વકતવ્ય કર્યુ...ત્યારબાદ ચાર્તુમાસનું દિપ પ્રજ્જવલન થયું .યુવા પ્રવચનકાર પી.મુનિરાજ શ્રી ધર્મશેખરસાગરજી મ.સા.એ ચાર્તુમાસ નું મહત્ત્વ સમજાવતા પ્રવચન કરી લોકોને Attachment/Involvement/Adjustment આ ત્રણ મુદ્દા આપી ચાર્તુમાસના દરેક યોગમાં જોડાવાની પ્રેરણા કરી.

પ્રમુખશ્રી, મુખ્ય લાભાર્થી શ્રી કીશોરભાઈ શામજી કુરૂવા, શ્રી મણીકાન્તભાઈ વીશનજી ખોના, શ્રી નવકાર મંત્ર આરાધક વિધિકાર શ્રી નરેન્દ્રવાઈ નંદુ આદિએ સભાને સંબોધન કર્યુ.

નુતનીકરણ હોલના સર્વ લાભાર્થી પરિવારનું બહુમાનકરી તેમણે વહાવેલી ધન ગંગાની ભૂરી ભૂરી અનુમોદના કરેલ.

શ્રી KDO જૈન જ્ઞાતિ મહાજન, કોચીન વતી બપોરના આયંબિલ એકાસણા, સ્વામીવાત્સલ્ય કરાવેલ. લગભગ ૭૦ જેટલા ભાગ્યશાળીઓએ મંગલરૂપ આયંબિલ કરેલ.

શ્રી ચિંતામણી પાર્શ્વનાથાય નમઃ

।। શ્રી મહાકાલી પ્રસાદાત્ શ્રી મુખ્ય હુજૂર ।।

શ્રી જિનેન્દ્ર જ્યોતિર્ધામ મંદિર

શ્રી પુજ મહારાજ રોડ, ભુજપુર, કચ્છ - ૩૭૦ ૪૦૫

શ્રી અનંતનાથ નમઃ

અચલગચ્છના દેવીશ્રી મહાકાલી માતાજીના ૨૦માં વરસના ભક્તિ ઉત્સવમાં પધારવા

ભાવભર્યુ આમંત્રણ

સવંત ૨૦૭૧ આસો સુદ ૬ રવિવાર તા.૧૮.૧૦.૨૦૧૫ સવારના ૮.૩૦ થી ૨.૩૦

ઘાટકોપર શ્રીમતી ઝવેરબેન સભાગૃહ અને રાષ્ટ્રીય શાળા સ્થાને મહાપૂજન પહેડી પ્રસાદ ભક્તિ સમારોહ હંમેશની જેમ ઉજવાશે ભાવિકોને દર્શન-વંદન પ્રસાદ ભક્તિ સંગીતે પધારવા આત્મીયતા ભર્યુ આમંત્રણ.

ભક્તિગીતો : શ્રી કિશોર મનરાજા અને હંસકુમાર મૈશેરી તેમજ સાથીકલાકારો માના ગીતો રંગત રેલાવશે

૨૦ મા વરસના સહયોગી દાતાઓ

શ્રી રાયચંદ રતનશી કારાણી પરિવાર-મુલુંડ-સુથરી,

માતુશ્રી દિવ્યાબાઈ દામજી, માતુશ્રી દામજી પુષ્પાબાઈ પદમશી-ઘાટકોપર-જખૌ,

ફાઈવ સ્ટાર કેટરર્સ-ભાડુંપ,

માતુશ્રી ભાનુમતી બાબુભાઈ, અ.સૌ.પ્રવીણા રમેશ શાહ કોચીન-માંડવી

પૂજન ૮થી ૧૦.૩૦ દશવિધ પૂજા ૧૦.૩૦ થી ૧૧ પહેડી-થાળ ૧૧ મહાઆરતી ૧૧.૧૫ સાધર્મિક ભક્તિ પ્રસાદ ૧૧ થી ૨ ભક્તિગીતો ૯ થી ૨ સૌ ભાવકો મા ના દર્શન-વંદન-પ્રસાદ માટે પધારશોજી.

શુભેચ્છુક :પ.પૂ.યતિવર્ય મોતીસાગરજી ક્ષમાનંદજી શ્રીજી મહારાજ

૨૦ મા વરસના મુખ્ય સહયોગી પરિવારોથી આમંત્રણ

આદ્યતંત્રીઓ

''પ્રકાશ''
ડૉ. વેલજી પાસ્વીર ગોસર
''સમીક્ષા''
સનત્ શાહ અને
ગોવિંદજી જીવરાજ લોડાયા
''પ્રકાશ સમીક્ષા''
સનત્ શાહ

: તંત્રી :
રાયચંદ આર. નાગડા
સહ તંત્રી :
ચંદ્રસેન મોમાયા
મો. 9324618606

સમિતિ સભ્યો
કિરીટ લક્ષ્મીચંદ લાપસીયા
રાયચંદ રતનશી નાગડા
શરદ કાંતિલાલ શાહ (નાગડા)
કેશરસિંહ આણંદજી ખોના
તિલકચંદ કુંવરજી લોડાયા
કિરીટ ખેતશી મુનવર
કાશ્મીરા વિરેન્દ્ર લુઠીયા
હિરાચંદ દામજી દંડ
પંકજ પ્રતાપ શાહ
ચંદ્રસેન હીરાચંદ મોમાયા
શૈલેશ સનત્ શાહ
જયંત વિશનજી છેડા

અંક નં. 33/2015

: કાર્યાલય :
પોસ્ટ/કુરીઅર પત્રવ્યવહાર માટે સરનામું
C/o. Shri R. R. Nagda,
Advocate High Court
29/41, Tamarind Lane,
Behind Poornima Rest.,
Rajabahadur Comp,
Nr. Stock Exchange Bldg.
Fort, Mumbai - 400 001

સમય : બપોરે ૧ થી ૪ ફક્ત
શનિ./રવિ. અને જાહેર રજાના બંધ

ચાલુ અંક માટે મેટર
સ્વીકાર માત્ર બુધવાર સુધી

પ્રકાશ-સમીક્ષા હવે નેટ પર....
www.prakashsamiksha.com
E-mail : kdoprakash@gmail.com

નોંધ : આ પત્રમાં પ્રકાશિત થતા લેખકોના સ્વતંત્ર અભિપ્રાય/મંતવ્યો સાથે તંત્રીમંડળ સહમત જ છે એમ માનવું નહીં. તેમજ આરોગ્યને લગતા લેખો કે કોઈ જાહેરાતોમાં કરવામાં આવતા દાવાઓ/વિધાનો અંગે પ્રકાશ-સમીક્ષા સમિતિની કોઈ જવાબદારી નથી.

શિકાગો સર્વધર્મ પરિષદ ૧૮૯૩ સહિત વિદેશમાં જૈન ધર્મનો ડંકો વગાડનારા બેરીસ્ટર વીરચંદ ગાંધીને ૨૫મી ઑગસ્ટ ૨૦૧૫ના આવતી તેમની ૧૫૧મી જયંતી નિમિત્તે માનવંદના

ગાંધી પૂર્વે ગાંધી નાટકથી જૈન સમાજના કેટલાકને જેમના જીવનકતૃત્વનો પરિચય મળ્યો એવા શિકાગો સર્વધર્મ પરિષદ ૧૮૯૩માં જૈન ધર્મનો ડંકો વગાડનારા બેરીસ્ટર વીરચંદ ગાંધીની ૧૫૧મી જન્મ જયંતી ૨૫મી ઑગસ્ટ ૨૦૧૫ના ઉજવાશે.

ખ્રીસ્તીધર્મની સર્વશ્રેષ્ઠતા સ્થાપવા આયોજકોએ બે વર્ષની મહેનતથી શિકાગોના કોલંબસ સભાગૃહમાં તા૧૧.૦૯.૧૯૮૩ થી તા ૨૭.૦૯.૧૯૮૩ સુધી ૧૭ દિવસ બોલાવેલી. સર્વધર્મ પરિષદમાં પ્રથમ દિવસે ઉપસ્થિતિ કુલ ૪૦૦૦ જણ સહિત કુલ ૭૦૦૦ લોકોએ ભાગ લીધો. જો કે પરિષદમાં પ્રસ્તુત થયેલા ૧૯૪ અભ્યાસ લેખોમાંથી ૧૫૩ ખ્રીસ્તી ધર્મના વિદ્વાનો એ પ્રસ્તુત કરેલા. જો કે આ સર્વ ધર્મ પરિષદ પ્રખ્યાત થઈ જગતને હિંદુ ધર્મનો પરિચય કરાવનારા સ્વામિ વિવેકાનંદના તથા જૈન ધર્મનો પરિચય કરાવનારા બેરીસ્ટર વીરચંદ ગાંધીના વિદ્વતાપૂર્ણ વક્તવ્યથી.

જો કે જૈનો લઘુમતિમાં હોવાથી સ્વામિ વિવેકાનંદના વક્તવ્યને જેટલી પ્રસિધ્ધ અને માન મળ્યા તેથી ઘણા ઓછા માન વીરચંદભાઈના વક્યવ્યને મળ્યા. બેરીસ્ટર વીરચંદભાઈ ૧૪ ભાષાના જાણકાર હતા. તેમણે જૈન ધર્મનો વિશ્વને પરિચય કરાવ્યો એટલું જ નહીં હિંદુ અને બૌધ્ધ ધર્મ વિશે પણ સારી જાણકારી આપી.

તેમણે બે ગાળામાં કુલ ૭ વર્ષ અમેરિકા રહી અનેક જૈન-બોધ્ધ, હિંદુ ધર્મ વિશે ભાષણો તો આપ્યા સાથે સાથે અમેરિકા અને બ્રિટનમાં જૈન ધર્મ અને પૌર્વાત્ય તત્વજ્ઞાન પ્રસાર માટે અમેરિકા અને ઈંગ્લૅંડમાં અનેક સંસ્થાઓ સ્થાપી.

ઈ.સ.૧૮૯૬માં ભારતમાં પડેલા ભીષણ દુકાળમાં રાહત પહોંચાડવા તે જમાનાના ૪૦૦૦ એટલે કે આજના જમાનાની બે કરોડ જેટલી રકમ વિદેશમાં જમા કરી.

અલબત્ત તે સમયનો જૈન સમાજ તેમની પ્રતિભાને પીછાની શક્યો ન હોતો. શ્રી આત્મારામજી મ.સા.તેમજ શ્રેષ્ઠી પ્રેમચંદ રાયચંદની સેવાઓનો મક્કમ ટેકો ન હોત તો વીરચંદભાઈ પોતાનું ઐતિહાસિક જીવન કાર્ય ન કરી શકત એ હકીકત છે.

નાની માંદગીમાં માત્ર ૩૭ વર્ષની વયે તેમનો જીવન દીપ બુઝાયો પણ આ દીવાનો પ્રકાશ આજે દોઢ સદી પછી પણ રેલાઈ રહ્યો છે. ૧૫૧મી જન્મ જયંતિએ તેમને ભાવપૂર્વક માનવંદના!

અનંતછાયાના ભાડુતોના નવા ફ્લેટ ૨૨૫ ચો.ફુટના હશે ?

વિશ્વસનીય સુત્રોએ આપેલ, માહિતી મુજબ અનંતછાયાની મિલકતને ઝુંપડપટ્ટી તરીકે ગણાવીને ડેપલપરે ભાડુતોને નવા મકાનમાં દરેકને ૨૨૫ ચો.ફુટ જેટલા ક્ષેત્રફળના ફ્લેટો મળે તેવી યોજનાની મંજુરી મેળવી છે. બિલ્ડિંગ નં.૨ તરિકે ઓળખાનાર આ પ્રસ્તાવિત બિલ્ડીંગમાં ઉક્ત ૨૨૫ ચો.ફૂટના દરેક એમ બીજાથી પાંચમાં માળે ૫૨ ફ્લેટ, ૬ ઠ્ઠા માળે ૨ ફ્લેટ અને ૭ થી ૯ મા માળે ૩૬ ફ્લેટ મળીને કુલ ૯૦ ફ્લેટો ભાડુતોને (પીટીસી-પરમેન્ટ ટ્રાન્સીટ કેમ્પ) પુનર્વસન કરવા અન્વયે અપાશે.

અનંતછાયાની ચેરીટી કમીશ્નર સમક્ષની આગામી સુનાવણી

અનંતછાયાના વેચાણ સંબંધી ચેરીટી કમીશ્નરે જાન્યુઆરી ૨૦૧૩માં આપેલ મંજુરીના હુકમને પાછો ખેંચી લેવા અંગે રાજેશ પુનશી લોડાયા અને અન્યોએ કરેલ અરજીની સુનાવણી ૧૧ ઑગસ્ટ ૨૦૧૫ના નિયત થયેલી તે હવે ૨૬ ઑગસ્ટ ૨૦૧૫ પર મુલતવી રહી છે. માહિતી પ્રમાણે અનંતનાથજી ટ્રસ્ટ અને ડેવલપર દ્વારા જવાબો દાખલ કરાયા છે પરંતુ ત્રીજી વિપક્ષકાર સ્લમ ઓથોરીટી તરફથી અત્યાર લગી કોઈ વકીલ કે અધિકારી સુનાવણી વખતે હાજર રહ્યા નથી.

।। શ્રી અનંતનાથાય નમઃ ।।

KDO
અણમોલ જ્ઞાતિ - અનંત ગૌરવ

શ્રી અનંતનાથ દાદાના દરબારે
શ્રી કચ્છી દશા ઓશવાલ જૈન જ્ઞાતિ મહાજનના આંગણે
શ્રી કચ્છી દશા ઓશવાલ મસ્જિદબંદર જૈન સંઘના સથવારે

દેવાધિદેવ શ્રી અનંતનાથજી મહારાજ ૨૪ જિનાલય મહાતીર્થની ૧૮૨મી વર્ષગાંઠ તથા યુગપ્રધાન દાદાશ્રી આર્યરક્ષિતસુરિજી મ.સા. ની જન્મતિથિ સહ

પરમાત્મા ભક્તિ ત્રિહાનિકા મહોત્સવે સકળ સંઘને પધારવા ભાવભર્યું આમંત્રણ

મહોત્સવ પ્રારંભ
શ્રાવણ સુદ ૮, શનિવાર, તા. ૨૨/૮/૨૦૧૫

ધ્વજારોહણ-વર્ષગાંઠ
શ્રાવણ સુદ ૯, રવિવાર, તા. ૨૩/૮/૨૦૧૫

ધર્મપ્રભાવક નિશ્રા

ચાતુર્માસાર્થે બિરાજમાન પ.પૂ. સાધ્વીશ્રી ચારૂપ્રજ્ઞાશ્રીજી મ.સા.
પ.પૂ. સાધ્વીશ્રી અનંતયશાશ્રીજી મ.સા.
તથા પ.પૂ. સાધ્વીશ્રી અપૂર્વયશાશ્રી મ.સા.
પાવન ઉપસ્થિતિ : પૂ. યતિશ્રી મોતીસાગરજી ક્ષમાનંદજી મ.સા.

મહોત્સવ મંગલમય કાર્યક્રમ

પ્રથમ દિવસ	શ્રાવણ સુદ ૮ શનિવાર તા. ૨૨/૮/૨૦૧૫	સવારના ૯.૦૦ કલાકે રાત્રે ૮.૦૦ કલાકે	અઢાર અભિષેક ભવ્યાતિભવ્ય રંગોળી તથા કુમારપાળ રાજાની મહાઆરતી
દ્વિતીય દિવસ	શ્રાવણ સુદ ૯ રવિવાર તા. ૨૩/૮/૨૦૧૫	સવારના ૮.૩૦ કલાકે સાંજે ૮.૩૦ કલાકે	પાટલા પૂજન-સત્તરભેદી પૂજા-ધ્વજા મહોત્સવ **નાત જમણ (સ્વામિવાત્સલ્ય)** ભક્તિ ભાવના ભરત શાહ એન્ડ પાર્ટીના સથવારે
તૃતિય દિવસ	શ્રાવણ સુદ ૧૦ સોમવાર તા. ૨૪/૮/૨૦૧૫	સવારના ૮.૩૦ કલાકે સાંજે ૮.૦૦ કલાકે	શ્રી સમેત શિખરજી ભાવયાત્રા શ્રી અભિનંદન મહિલા મંડળ, કલવા કરાવશે યતિવર્યશ્રી મોતીસાગરજી મ.સા.ની નિશ્રામાં મહાકાલી માતાજીની ભાવના

ત્રિહાનિકા મહોત્સવ દરમ્યાન વિવિધ સજાવટ, ભવ્ય આંગીરચનાઓ તથા સંધ્યાભક્તિ રહેશે.

જિનભક્તિ મહોત્સવના જે બંધાવે ગેટ તે કદીના થાય સંસારમાં અપસેટ

WHY KDO GLOBAL SUMMIT ON IT AND EMERGING BUSINESSES? - PART 1

In the past few months, whenever I have spoken about KDO Global Summit on IT and Emerging Businesses to be held at Nimhans Convention Centre, Bengaluru on 8th & 9th January, 2016 to our youngsters, the one question they all have invariably asked me was as to why this Global Summit and what will be the value addition for the person attending it? I relish these questions from the present day globally aware, analytical, critical and restless young KDO minds following the revived art of ancient Indian culture of questioning, arguing and debating. This has prompted me to write about the thought and philosophy behind this pioneering, path breaking and historical CONCEPT and IDEA.

FOR WHOM:

This summit has multifarious targets and offers different learning points to different age groups and classes of audience:

1. For fresh graduates, to be graduates and youngsters looking for jobs or in the initial stages of business/service, it will focus on what career path they should select and how to be smart performers;
2. For budding entrepreneurs, to become aware of challenges ahead and prepare them for a better use of IT ;
3. For in business or service persons it willhighlight the need to improve their careers or businesses by changing and adjusting to the fast changing world.
4. For senior business people it will induce them to change the style of business or business itself before it is disrupted;
5. For seniors and parents it will provide better perspective to guide and motivate their children to select their businesses or career paths;
6. For non-resident KDOs to have an exposure to the exciting things happening in India and join in its celebrations and also use the opportunity to share their rich experience and talent amongst their brothers and sisters living in India;
7. For Teachers/Professors/Consultants, to gear up and change from old system to new IT front face and make best use of their experience in the new everchanging environment.
8. For Social Institutions to seriously think their style of functioning in the changing scenario and take managerial efficiency to a next higher level.
9. For Businessmen to know about the tools of cost effectiveness and the possibility of seeing their business from a new perspective based on data analysis.
10. For the professionals and social entrepreneurs using digital information to improve their proficiency.

- **Tilakchand Koovarji Lodaya,** Chennai.
(ourbrotherhood@yahoo.co.in; +91 99406 36646)

KDO
અણમોલ જ્ઞાતિ – અનંત ગૌરવ

શ્રી અનંતનાથજી મહારાજ જૈન દેરાસર
અને તેના સાધારણ ફંડો
૩૦૨/૩૦૬, નરશી નાથા સ્ટ્રીટ, ખારેક બજાર, મુંબઇ-૪૦૦ ૦૦૯.

પ્લોટ જોઈએ છે

શ્રી ક.દ.ઓ જૈન જ્ઞાતિજનો માટે આવાસ યોજના કરવા રૂા. ૫૦૦/- થી ૭૦૦/- પ્રતિ ચો.ફૂટના ભાવે આશરે ૨,૦૦,૦૦૦ (બે લાખ) ચો. ફૂટનો પ્લોટ બૃહદ મુંબઈ, નવી મુંબઈ, થાણા જિલ્લો કે રાયગઢ જિલ્લામાં માલિકીના ધોરણે જોઈએ છે.

તથા

ડોંબિવલી મધ્યે હૉલ બનાવવા માટે ૪૦૦ થી ૫૦૦ ચો. મીટરનો પ્લોટ માલિકીના ધોરણે જોઈએ છે.

ઉપર મુજબ પ્લોટ/પ્લોટો અપાવનારને યોગ્ય વળતર આપવામાં આવશે.

KDO
અણમોલ જ્ઞાતિ – અનંત ગૌરવ

તમે કરી શકો
એ અમે ન કરી શકીએ...
અમે કરી શકીએ
તે તમે ન કરી શકો...
'અમે-તમે' ને તિલાંજલી આપી

આવો...
સહુ સાથે મળીને કરીએ
જ્ઞાતિનું નવનિર્માણ...

આપના અમુલ્ય સૂચનો આવકાર્ય છે...
Shree KDO Jain Gnati Mahajan, Mumbai
302/306, Narshi Natha Street, Mumbai - 9.
Email : anantnathderasar@gmail.com

RAJSHREE YOGA & FAT FREE ZONE ®

RAJSHREE YOGA

Weight Management & Yoga Center
Since 1994

ફ્રી સેમીનાર

"૧૦ થી ૫૦ કીલો સુધીનું વજન ઘટાડવા સાથે સ્કીન તથા હેલ્થની સંભાળ"

જે લોકોનું વજન ખૂબ વધારે છે અને ઘટાડી નથી શક્તા, ઘટાડ્યા પછી પાછું વધી જાય છે, અથવા સ્કીન લબડી જાય છે તેમના માટે આ સેમીનારનું આયોજન કરવામાં આવ્યું છે. જેમાં સરકાર માન્ય યોગા ટીચર, યોગા થેરેપીસ્ટ, ડાયેટ થેરેપીસ્ટ, સુ જોક એક્યુપ્રેસર,એક્યુપંક્ચર નિષ્ણાત, જીલ્લા, રાજ્ય, રાષ્ટ્રીય તથા વર્લ્ડ યોગા ચેમ્પીયનશીપ માં જીતનાર, તથા ૨૨ વર્ષનો અનુભવ ધરાવનાર ૧૦ થી ૫૦ કીલો સુધી વજન ઉતરાવવાનો અનુભવ ધરાવનાર રાજશ્રી વોરા દ્વારા ઉપરોક્ત વિષય પર માહિતી આપવામાં આવશે.

સેમીનાર સ્થળ: શ્રી માટુંગા કચ્છી મૂર્તીપૂજક શ્વેતામ્બર જૈન સંઘ ની
શ્રી નારાયણજી શામજી મહાજન વાડી.
રજીસ્ટ્રેશન માટે સંપર્ક : 022 2410 4142 / 96999 66266
મર્યાદિત સીટો. વહેલા તે પહેલાના ધોરણે.

★ ★ ★ ★ ★ ★

➡ જેમના લગ્ન થયા છે અને ડાયાબિટીસ છે પરંતુ હજી બાળકો નથી તેઓ જરૂર સંપર્ક કરે. જો માતા–પિતાને ડાયાબિટીસ નહીં હોય તો આવનારા બાળકો પણ કદાચ ડાયાબિટીસ મુકત હશે.

➡ નાના બાળકો અને ઈન્સ્યુલીન લેનારાઓ માટે ખાસ.

મેડીકલ ડૉક્ટરનું માર્ગદર્શન ઉપલબ્ધ. એપોઈન્ટમેન્ટ લેવી જરૂરી.

૫, ધન બીલ્ડીંગ, પહેલે માળે, દાદા સાહેબ ફાલકે રોડ,
ગાડગે મહારાજ સેનેટોરિયમની સામે ભરતક્ષેત્રની ગલી માં, દાદર (ઇ), મુંબઇ-૪૦૦ ૦૧૪
Website : www.rajshreeyoga.com E-mail : rajshreeyoga@gmail.com

પ્રશ્નો આપણા/આપના : માર્ગદર્શન પૂજ્ય જયદર્શિતાશ્રીજીનું

જીવનને ધર્મસભર બનાવવા ઈચ્છતા અનેકોના ફ્રેંડ - ફિલોસોફર - ગાઈડ પૂ.સા.શ્રી ડૉ. જયદર્શિતાશ્રીજી

અચલગચ્છના અલગ તરી આવતા પૂ.સા.શ્રી ડૉ. જયદર્શિતા ઔપચારિક શિક્ષણાની દૃષ્ટિએ વિજ્ઞાનના સ્નાતક છે. જે વાત તેમના જીવન અને ધર્મ પ્રત્યેના અભિગમમાં વ્યક્ત થાય છે. પોતે જૈન દૃષ્ટિથી મોક્ષ સાધના વિષય પર પી.એચ.ડી.ની પદવી મેળવનારા વિદ્વાન હોવા છતાં તેઓ ગહન વિષયો સરળતાથી સમજાવી શકે છે.

સાધ્વી જયલક્ષ્મીશ્રીજી સાથે સંપર્ક થતા માતુશ્રી નવલબાઈ અને પિતાશ્રી વીરચંદભાઈ મોમાયાને ત્યાં ૧ મે ૧૯૫૪ના જન્મ લેનાર ચિત્રાબેનની જીવન દૃષ્ટિ અને જીવન બન્ને બદલાઈ ગયા. ૨૬ વર્ષની વયે દીક્ષા લેનારા જયદર્શિતાશ્રીજીનો દીક્ષા પર્યાય વર્ષ ૨૦૧૫ના એપ્રિલમાં ૩૬મા વર્ષમાં પ્રવેશ્યો છે.

તેમણે પાલીતાણા, ચાલીસગામ, મલકાપુર, પારોલા, હુબલી, ગદગ, રાયપુર, દેવલાલી, ઘાટકોપર, માટુંગા, મસ્જિદબંદર, વડાલા, મુલુંડ, અંકલેશ્વર, લોનાવલા, લાતુર નાંદેડ, ખીરકીયા, બાડમેર આદિ સ્થળોએ ચાતુર્માસ માટે સ્થિર વાસ કરી ત્યાંના અનેક શ્રાવક-શ્રાવિકાઓને ધર્મ રંગ લગાડ્યો છે. હાલમાં તેમનું ચાતુર્માસ દેવલાલી ખાતે છે.

તેમણે કચ્છી દશા ઓશવાળ જ્ઞાતિને એકસૂએ બાંધવા માટે નવ દાયકાઓની જહેમત ઉઠાવનારા પ્રકાશ સમીક્ષાને માધ્યમ બનાવી જ્ઞાતિના શ્રાવક, શ્રાવિકાઓને ધર્મ પ્રકાશ દાખવી સન્માર્ગે લાવવા ચાહે છે.

અહીં તેમણે નમૂના તરીકે પોતાને વારંવાર પૂછાતા પ્રશ્નોના ટુંકા જવાબ આપ્યા છે. જોકે તેમના આ ટુંકા જવાબો તેમના દીર્ઘકાલીન દીક્ષા પર્યાયની ફલશ્રુતિ હોઈ, મર્મ ભેદી છે.

શ્રાવક-શ્રાવિકાઓને પોતાના પ્રશ્ન પ્રકાશ સમીક્ષાની E-mail ID : kdoprakash@gmail.com પર કે ઓફિસને સરનામે મોકલવા, જેના ઉત્તર તેની અગત્યતા પ્રમાણે અપાશે.

- **ધર્મ એટલે શું ?**

ધર્મ એ જીવન જીવવાની કલા છે. ધર્મની વિવિધ વ્યાખ્યાઓ સાધકની યોગ્યતાનુસાર જણાવવામાં આવી છે. સામાન્ય વ્યાખ્યા આ પ્રમાણે છે - 'દુર્ગતિમાં પડતા જીવને જે ધારણ કરે અને સદ્‌ગતિમાં લઈ જાય તે ધર્મ છે.

- **આરતિમાં પાંચ ઝ દીપક શા માટે હોય છે ?**

દીપક એ જ્ઞાનનું પ્રતીક છે. જ્ઞાનના મુખ્ય પાંચ પ્રકાર છે. તેથી પાંચ દીપક - આરતિમાં હોય છે. વિશિષ્ટ અવસરે વધુ દીવાની આરતિ પણ ઉતારી શકાય છે.

- **જિનાલયની ધજા લાલ અને શ્વેત જ શા માટે હોય છે ?**

જિનાલયમાં મૂળનાયક તરીકે અરિહંત અથવા સિધ્ધની જ પ્રતિમા હોય છે. અરિહંત પરમાત્માનો વર્ણ શ્વેત છે તથા સિધ્ધ પરમાત્માનો વર્ણ લાલ છે તેથી જિનાલયની ધજા લાલ અને શ્વેત હોય છે.

- **પૂ. સાધુ-સાધ્વીજી ભગવંતની સામે ગહુંલી કાઢીએ તેમાં સિદ્ધશીલા કરાય કે ન કરાય ?**

સિધ્ધશીલા વગર સાથીયો કે ગહુંલી બન્ને અપૂર્ણ-અધૂરા છે. સ્વસ્તિક કે ગહુંલી સ.ચારિત્ર પદની આરાધના કરનાર સાધુ-સાધ્વીજી ભગવંતના બહુમાન માટે તેમજ સ.ચારિત્ર દ્વારા મોક્ષ પદની આરાધના માટે છે. તેથી સિધ્ધશીલા અવશ્ય કાઢવીજ જોઈએ. (તેવીજ રીતે પ્રભુજી સામે સ.દર્શન પદની આરાધના માટે તથા વ્યાખ્યાનમાં શાસ્ત્ર-સૂત્રાદિ સમક્ષ સ.જ્ઞાન પદની આરાધના માટે સ્વસ્તિક કે ગહુંલી કરવામાં આવે છે. તે પણ પૂર્ણ હોય છે. ગહુંલી, ત્રણ ઢગલી અને સિધ્ધશીલા યુક્ત હોય છે.)

- **વિદળ એટલે શું ? એને ખાવાથી શું દોષ લાગે ?**

કાચા (ગરમ કર્યા વગરના) ગોરસ એટલે દુધ-દહીં અને છાસ સાથે કઠોળ ભેગું કરવામાં આવે તો એ વિદળ કહેવાય છે. દા.ત. કાચી છાસ અને ખિચડી ખાવાથી વિદળ થાય છે. કાચી છાસ અને કઠોળના સંયોગથી અસંખ્ય બેઈન્દ્રિય જીવો ઉત્પન્ન થાય છે. વિદળ ખાવાથી અસંખ્ય જીવોની વિરાધના થાય છે. તે દોષથી બચવા એનો ત્યાગ કરવો જોઈએ.

- **શ્રાવક એટલે શું ?**

સામાન્ય ભાષામાં જિન શાસનમાં એટલેજ જૈન કુળમાં જન્મેલી વ્યક્તિ શ્રાવક કહેવાય છે. પરંતુ શાસ્ત્ર દૃષ્ટિએ જિનેશ્વર પરમાત્મા ઉપર અતુટ શ્રધ્ધા ધરાવનાર તથા એમના જણાવેલા વ્રત, નિયમ, પચ્ચક્ખાણ આદિમાં રુચિ રાખનાર શ્રાવક કહેવાય છે. 'શ્ર' થી શ્રધ્ધાવાન, 'વ' વિવેકવાન તથા 'ક' થી ક્રિયાવાન હોય તે શ્રાવક છે.

શુભેચ્છાઓ સહ...
સાંધવ રત્ન
શ્રી મુલજી રાઘવજી લોડાયા
MRL Group of Companies

શુભેચ્છાઓસહ Laxmichand Dharshi Mota
MOTA SHIPPING AGENCY
C.H.A.No. 11-0404
રાજ લક્ષ્મી આરોગ્ય ધામ - પંચગીની
સંપર્ક : 08879677709

સંવત ૨૦૭૧ ।। શ્રી આદિનાથાય નમો નમઃ ।। સન ૨૦૧૫

શ્રી કચ્છી દશા ઓશવાલ સાંયરા જૈન મહાજન ટ્રસ્ટ

કચ્છ સાંયરા, પોસ્ટ કોઠારા, તા. અબડાસા, કચ્છ - ૩૭૦ ૬૪૫ ફોન : ૦૨૮૩૧-૨૮૨૩૧૮

સાંયરામાં ચાર્તુમાસ મંગલ પ્રવેશ... આભાર.. ઋણ સ્વીકાર

તા. : ૧૦-૦૮-૨૦૧૫

ધર્માનુરાગી ભાઈઓ અને બહેનો,

સાંયરા નગરે શ્રી આદિનાથ જિનાલયે **પ.પૂ.સા. હિતપ્રજ્ઞાશ્રીજી મ.સા.** અને **પ. પૂ. સા. ઋજુપ્રજ્ઞાશ્રીજી મ.સા.** આદિ ઠાણા-૨ ના મંગલમય ચાર્તુમાસ પ્રવેશ આષાઢ સુદ, ૧૦ તા. ૨૬-૭-૨૦૧૫ના રવિવારની સલુણી પ્રભાતે ૯.૧૫ કલાકે શરણાઈના મધુર સુરે ઢોલના ધબુકતા તાલે, સોહામણી બાંધણી પહેરલ અને શણગારેલા બેડાં અને ગહુંલી સજ્જ બહેનો, દાંડિયા રાસની રમઝટે સાથે ગામવાસી ભાઈઓ, નિયાણી બહેનો, ગુરૂભક્તો, જ્ઞાતિ બંધુઓ, વિવિધ ગામનાં મહાનુભાવ-મહાજન, બહારગામના મોંઘેરા મહેમાનની ૪૫૦ થી અધિક બહોળી સંખ્યામાં પધારી રંગે-ચંગે અને ધામધુમપૂર્વક વાજતે-ગાજતે શાનદાર ભવ્ય સામૈયું સંપન્ન થયું હતું. આ સામૈયામાં બળદ ગાડી, ઉંટગાડી, ઘોડા સવાર, ધર્મની ધ્વજા સાથે મોટર સાઈકલ સવાર, સંગીતકાર-ઓરકેસ્ટ્રા શ્રી ઈરફાન મીર અને સાથી કલાકાર સાથે આપણા ગામના શ્રી ઉત્તમ મોમાયાએ રંગત જમાવી દીધી હતી. સૌ સાંયરાવાસીઓના હૈયામાં આનંદની લહેર પ્રસરી હતી. સૌના હૈયા હિલોળે ચડ્યા હતા. અને મન મયુર નાચી ઉઠ્યા હતા.

ચાર્તુમાસ પ્રવેશ પ્રસંગે મુંબઈ મહાજનના પ્રમુખશ્રી શ્રી કલ્પેશભાઈ મોતા, મહેમાન શ્રી ઠાકરશીભાઈ ગોસર, કચ્છના વિવિધ ગામના કોઠારા, સુથરી, સાંધવ, રાપર, બાયઠ, સાભરાઈ, હાલાપર, ડુમરા, દેઢિયા, તેરા, નલિયા, સાંધાણ, જખૌ, આરિખાણા, વારાપધર, રાપર ગઢવારી, ગાંધીધામ, મુંબઈ, વડોદરા, ઔરંગાબાદ, જલગાંવ, નાંદેડ, રાયચુર, પૂના, ભુવનેશ્વર, માણાવદર અને માંડલ ગામથી પધારેલ મોંઘરા મહેમાન-મહાજન ચર્તુવિધી સંઘની શોભામાં અભિવૃધ્ધિ કરવા બદલ **સાંયરા મહાજન / સાંયરા સંઘ** અંતઃકરણ પૂર્વક આભાર વ્યક્ત કરે છે. સાંયરા જૈન સંઘ તરફથી રૂ. ૫૦/- અને પેંડાની પ્રભાવના તથા માતુશ્રી લક્ષ્મીબાઈ કુંવરજી રાઘવજી લોડાયા પરિવાર તરફથી રૂા. ૨૦/- , શ્રીમતી છાયા ચંદ્રેશ ધુલ્લા અને શ્રીમતી કલ્પના મુકેશ નાગડા તરફથી રૂા. ૫/- અને માતુશ્રી ધનબાઈ દામજી લોડાયા તરફથી સાટાની પ્રભાવના કરવામાં આવી હતી. માતુશ્રી લક્ષ્મીબાઈ કુંવરજી રાઘવજી પરિવારે સાધર્મિક ભક્તિનો લાભ લીધો હતો.

પૂ. ગુરૂદેવના શ્રીમુખે મંગલચરણ / માંગલિક પ્રવચન બાદ વિવિધ ચડાવાનો ભાગ્યશાળીઓએ લાભ લીધો હતો.

*	શ્રી ગુરૂ પૂજન	:	માતુશ્રી લક્ષ્મીબાઈ કુંવરજી લોડાયા	સાંયરા
*	ધર્મબિન્દુ સુત્ર	:	માતુશ્રી તેજબાઈ વિશનજી છેડા	સુથરી
*	સુર સુંદરી ચરિત્ર	:	શ્રી મુલજી ટોકરશી ધુલ્લા	સુથરી
*	મતિજ્ઞાન	:	માતુશ્રી મધુરીબેન નવીનચંદ્ર લોડાયા	સાંયરા
*	શ્રુત જ્ઞાન	:	શ્રી કુલીનકાંત ખેતશી જીવાણી	જખૌ
*	અવધિજ્ઞાન	:	માતુશ્રી સોનબાઈ મેઘજી ગોસર	બાયઠ
*	મન પર્યાવ જ્ઞાન	:	શેઠ ભવાનજી મેઘજી લોડાયા	સાંયરા
*	કેવલ જ્ઞાન	:	શ્રી હેમલ - કાંતિલાલ કુંવરજી લોડાયા	કાંજુરમાર્ગ

ચાર્તુમાસમાં તા. ૩૦-૦૮-૨૦૧૫, રવિવાર શ્રાવણ વદ ૧ ના ૧૦૮ પાર્શ્વનાથ પૂજના લાભાર્થી માતુશ્રી નવલબેન દામજી પદમશી મૈશરી પરિવાર (નાની સિંધોડી) તરફથી પૂજન રાખવામાં આવેલ છે, તો સર્વે ગામવાસી નિયાણી બહેનો અને આમંત્રીત મહેમાનોને પધારવા ભાવભર્યું આમંત્રણ છે.

મહાપર્વાધિરાજ પર્યુષણ પર્વ ઉજવણીનો સોનેરી અવસરે કર્મો ખપાવવાની અને પુણ્ય ઉપાર્જન કરવાની ઘડી નજીક આવી રહી છે. ધર્માનુરાગી ભાઈઓ તથા બહેનો, પર્વ દરમિયાન આપણને ઘરઆંગણે સોનેરી તક સાંપડી રહી છે. પર્વની ઉજવણી માટેનો અમૂલ્ય લ્હાવો તથા લક્ષ્મીને મહાલક્ષ્મી બનાવવાની અનેરી ને અનમોલ આ તકને રખે ને ચૂકતા...

પર્યુષણ પર્વબાદ સર્વે મહાજન સંઘને વિનંતી છે મહાપર્વના દિવસોમાં જિનભક્તિ, જિનવાણીના શ્રવણ, તપ ત્યાગ તથા સાત ક્ષેત્રમાં દાન આદિ કરવા, કરાવવા, અનુમોદના દ્વારા મલિન થયેલા આપણા આત્માને નિર્મળ બનાવવાનો આ સોનેરી અવસરનો અને સાધર્મિક ભક્તિનો લાભ લેવા સાંયરામાં પધારવા નમ્ર વિનંતી છે.

શ્રી ક.દ.ઓ. સાંયરા જૈન મહાજન ટ્રસ્ટ – ધાર્મિક સમિતીના જય જિનેન્દ્ર !

શ્રી વાલજી હીરજી ખોના - 098204 38784 શ્રી રતિલાલ ધ્રોળ - 098208 65806
શ્રી દિનેશ મેઘજી પટેલ - 098206 78051 શ્રી હીરાચંદ ચત્રભુજ શાહ - 098191 70470
શ્રી બિપીન લક્ષ્મીચંદ લોડાયા - 098201 88826

UPASANA-9820167767

● **આઠમ-પક્ખી શા માટે પાળવી જોઈએ ?**

આઠમ પક્ખી પર્વ તિથી છે. પર્વ તિથીએ આપણા આવતા ભવના આયુષ્યનો બંધ થાય છે. જો આપણે આઠમ-પક્ખી આરાધનાના ભાવમાં વીતાવીએ નો શુભગતિનો આયુષ્યબંધ થાય છે. આરંભ-સમારંભમાં વ્યતીત કરીએ તો અશુભ ગતિના આયુષ્યબંધની સંભાવના હોય છે. તેથી શુભગતિની ઈચ્છા રાખનારે પર્વ તિથી એટલેજ આઠમ-પક્ખી પાળવી જોઈએ.

● **આશાતના એટલે શું ?**

શુભ પરમાણું અને ઉર્જાવા સ્થાનમાં જે અયોગ્ય વર્તન કરવાથી એ શુભ સ્થળમાં શુભ પરમાણુનો હ્રાસ અથવા નાશ થાય તે અયોગ્ય વર્તનને આશાતના કહેવાય છે.

● **ગુરૂમુર્તિની પૂજા નવાંગે કરાય ?**

ગુરૂમુર્તિ જો સિધ્ધપ્રતિમા હોય (દા.ત. પાલીતાણાના પુંડરીકસ્વામી) તો એની નવાંગી પૂજા થઈ શકે. પરંતુ જો ગુરૂમૂર્તિ આશીર્વાદ મુદ્રા, જાપ મુદ્રા કે જ્ઞાનની પોથી સાથેની મુદ્રામાં હોય તો તેની નવાંગી પૂજા ન થાય પણ ફક્ત જમણા પગના અંગુઠે જ થાય છે.

● **સામાયિક અને પ્રતિક્રમણમાં શું ફરક હોય છે ?**

સામાયિક એટલે સમતાની જેમાં આવક એટલે પ્રાપ્તિ થાય તે અડતાલીસ મિનિટની ક્રિયા. જેમાં સર્વ પ્રકારની નિર્વદ્ય (પાપરહિત) ક્રિયાઓ-આરાધનાઓ થઈ શકે છે.

પ્રતિક્રમણ એટલે પાછા ફરવું. આપણા શ્રાવક કે સાધુ જીવનની મર્યાદામાંથી બહાર નિકલી ગયા હોઈએ - અતિક્રમણ થયું હોય તો ત્યાંથી પાછા ફરીને પોતાની મર્યાદામાં ફરીથી સ્થિર થવાની ક્રિયા તે પ્રતિક્રમણ છે. પ્રતિક્રમણમાં છ આવશ્યકનો સમાવેશ થાય છે. પ્રથમ આવશ્યક સામાયિક છે. પ્રતિક્રમણ કરનારે સામાયિક લેવુંજ પડે પરંતુ સામાયિક લેનારને પ્રતિક્રમણ કરવુંજ પડે એવો કોઈ નિયમ નથી.

સામાયિક ગમે તે સમયે થઈ શકે છે જ્યારે પ્રતિક્રમણ પ્રાયઃ કરીને સવારના (રાઈ પ્રતિક્રમણ) અને સાંજે (દેવાસિકાદિ) જ થઈ શકે છે.

● **સૂતાં અને ઉઠતાં કેટલા નવકાર ગણવા જોઈએ ?**

રાતે સૂતી વખતે ઓછામાં ઓછા સાત નવકાર અને સવારના ઉઠતાં ઓછામાં ઓછા આઠ નવકાર ગણવા જોઈએ વધારે જેટલા ગણવા હોય એટલા ગણી શકાય છે.

જ્યોતિ સિલ્ક સાડી એમ્પોરીયમ

Sachi Jari maate real nam

જરી ભરતકામવાળી સાડી, ચણીયા ચોળી, હેંડ તથા મશીનવર્ક સાડીઓ, બાંધણી - ઘરચોળા કસબ, કટવર્ક, જરદોશી વર્કની બોર્ડરો તથા બ્લાઉઝ.

જ્યોતિ હવે માટુંગામાં જ !

૨૮, ગની મેન્શન, અરોરા થિયેટર પાછળ,
માટુંગા (સે.રે.), કિંગ્સ સર્કલ, મુંબઈ-૪૦૦ ૦૧૯.
Tel.: 2404 3995 / 93222 58574

કસરત (આરોગ્ય પ્રકાશ) પાના ૧૩ પર થી આગળ

ઓછી થઈ, લાંબા આયુષ્ય મળવાના ફાયદા મળ્યા આ રીતે વધુમાં વધુ રોજ ૧૦૦ મીનીટ વ્યાયામ કરવો અને અકાળ મૃત્યુનું જોખમ વધુમાં વધુ મટાડવો. રોજ આનાથી વધુ કસરત કરવાથી વિશેષ કાંઈ ફાયદો થતો નથી. ૨૦ વર્ષથી વધુ ઉંમરના ૪ લાખ વ્યક્તિઓ પર ૧૯૯૬ થી ૨૦૦૮ દરમ્યાન કરવામાં આવેલ સંશોધન પરથી તારણ કાઢવામાં આવ્યું છે કે આમ રોજ કસરત કરનારને બીજા ફાયદા સાથે કેન્સર સામે પણ રક્ષણ મળે છે. કસરત કરનારની તુલનામાં કસરત ન કરનારને કેન્સરનું જોખમ ૧૧% વધુ હોય છે.

બીજા એક અભ્યાસમાં કેનેડાંના ઈઆન જોનશેને ૨૩૨૪ જુવાનો પર સંશોધન કર્યું. એમણે બે ગ્રુપ પાડ્યા ૧ ગ્રુપમાં અઠવાડિયામાં ૫ થી ૭ દિવસ કસરત કરનાર અને બીજા ગ્રુપમાં અઠવાડિયે ૧ કે ૨ દિવસ કસરત કરનાર પણ બંને ગ્રુપવાળાએ અઠવાડિયામાં કુલ ૧૫૦ મિનિટ કસરત કરી. બધાના કમરપર નાના એક્સીલોમીટર (દિવાસળીના માચીસ જેટલા સાઈઝના ઈલેક્ટ્રીકલ મશીન જે ૧ મીનીટમાં કેટલી હિચલાચ થઈ તે રેકોર્ડ કરે) લગાવી આખા અઠવાડિયાની શારીરિક હિલચાલ માપી તારણ કાઢ્યું કે બંનેને એક સરખો જ ફાયદો થાય છે. અઠવાડિયે ૧૫૦ મિનિટ કસરત કરનાર બંને ગ્રુપવાળાને હદયરોગ, ડાયાબિટીઝ અને સ્ટ્રોકનું જોખમ સરખું જ ઘટ્યું.

પરંતુ અઠવાડિયે ૧-૨ દિવસ કસરત કરવાં કરતાં રોજ નિયમિત કસરત કરવાથી શરીર રોજીંદી કસરતથી ટેવાયેલ હશે, રોજ શરીર અને મનમાં સ્ફૂર્તિ-તાજગી રહેશે. એક સાથે ૧૫૦ મિનીટની કસરત કરવાથી સ્નાયુ-સાંધા, શરીર થાકશે. છતાં સમય જ ન હોય તો રજાના દિવસે શનિ-રવિ પણ કસરત કરી ફાયદો મેળવો.

શ્રી મુલુંડ શ્વેતાંબર મૂર્તિપૂજક જૈન સંઘ

ઝવેર રોડ, મુલુંડ (વેસ્ટ)

: તારક નિશ્રા :

સૌમ્યમૂર્તિ પ.પૂ.આ.ભ.શ્રી **કલાપ્રભસાગરસૂરિજી મ.સા.**

જીવન શણગાર યુવા શિબિરનો પ્રારંભ

શનિવાર, તા. ૧૫ ઓગસ્ટ તથા
રવિવાર, તા. ૨૩, ૩૦ ઓગસ્ટ, ૬ સપ્ટેમ્બર ૨૦૧૫
બપોરે ૨.૩૦ કલાકે

મુલુંડ નગરે વાસુપૂજય દાદા દરબારે - વય ૧૫ થી ૪૫ યુવક-યુવતીઓની શિબિર રાખેલ છે. જેના ફોર્મ પેઢીએથી મળશે. પૂજયોના પ્રવચન ઉપરાંત પંડિતશ્રી વિશાલભાઈ આ શિબિરનું સંચાલન કરશે. શિબિર પૂર્ણાહૂતિએ ચૌવિહારની વ્યવસ્થા રાખેલ છે. યુવક-યુવતીઓને શિબિરમાં જોડાવવા વિનંતી.

તા. ૧૬ મી ઓગસ્ટ સવારના ૭.૧૫ વાગે

નવકારમંત્ર જાપ શ્રી જયંત રાહી દ્વારા

ત્યારબાદ નવકારશી

ઉપરોક્ત બન્ને કાર્યક્રમોમાં સર્વેને ઉમંગભર ભાગ લેવા ભાવભર્યું આમંત્રણ...

લી. મંત્રીઓ - કન્વીનરો

॥ નમામિ જ્ઞાતિ મૈયે ॥

જ્ઞાતિનું ઇન્દ્રવતી મહાજન

ના કોઈની માથે,
સદા સર્વથા સૌની સાથે

શ્રી સમસ્ત કચ્છી દશા ઓશવાલ જૈન મહાજન

'તન-મન' ટુર, ૧૯-૨૦, મોનણી સદન, જે.એન. રોડ,
મુલુંડ (વેસ્ટ), મુંબઈ-૮૦.

મહાસમિતી ની સભા બપોરે ૦૨.૩૦ વાગે

ટ્રસ્ટ બોર્ડ ની સભા સાંજે ૦૪.૦૦ વાગે

રવિવાર તા. ૩૦.૦૮.૨૦૧૫ ના રોજ વિજયનગર સોસાયટી હૉલ, (શિશુકુંજ) સેવારામ લાલવાણી રોડ, મુલુન્ડ (વેસ્ટ), મુંબઈ-૪૦૦ ૦૮૦.

ખાતે એકત્ર મળશે પરિપત્ર ટપાલ/કુરીયર દ્વારા મોકલાવાયેલ છે. સમયસર ઉપસ્થિત રહેવા વિનંતી.

ચિમન મોતા
સેક્રેટરી જનરલ

Since 1984...
Lagna Deep

બી-૧૩, જલારામ આશિષ દેવીદયાલ રોડ,
મુલુન્ડ (વેસ્ટ), મુંબઈ-૪૦૦ ૦૮૦.
ફોન : ૨૫૬૮૦૮૦૭ (૦૨૨)

પધારો... અસ્સલ કચ્છીયતના આંગણે...

રીયલ હેન્ડ એમ્બ્રોઇડરી, રીઅલ જરી, ચોકબંધ ઘરચોળા

રીયલ બટ કસબની સાડી બોર્ડર પીટ્ટા તાર ભરતની સાડી
કસબ અને જીક કસબની સાડી પારસી વર્ક
બ્રાઇડલ ચણીયા ચોળી, ડીઝાઇનર સાડી
પાનેતર બનારસી ઉપાડા અને ફેન્સી બાંધણી ઘરચોળાની ટેસ્ટેડ તથા રીયલ બોર્ડરો મળશે.

(એક્સકલુઝીવ ડ્રેસ મટેરીયલ)

જુના ઘરચોળા સારી કિંમતે લેવામાં આવશે.

Mob. : 7666688881

ગુરૂવાર બંધ

ધર્મ પ્રકાશ

'''મ'નું માધુર્ય માણીયે, મોક્ષ ને મેળવીએ''
આ દરેક પ્રશ્નોના જવાબ ''મ'' પરથી આવશે

૧) શ્રાવકના વાર્ષિક કર્તવ્યોમાંથી એક કર્તવ્ય
૨) જાતિ સ્મરણ જ્ઞાન એ શેનો ભેદ છે.
૩) ભગવાન સીમંધર સ્વામીનું સહુથી પહેલું તીર્થ ક્યાં છે.
૫) કંસાર આપી સંસાર વધારનાર
૬) કયા ભગવાન દીક્ષા લઈ તે જ દિવસે કેવલજ્ઞાન પામ્યા ?
૭) માખણ એ શું છે ?
૮) વીશ વિહરમાન ભગવાનમાંથી એકનું નામ
૯) ૧૨ રાશિઓમાંથી એક
૧૦) જૈન મુનિ દીક્ષા લે ત્યારે શું ગ્રહણ કરે ?
૧૧) એક ભાષાનું નામ
૧૨) સત્યપૂરી તીર્થના મૂળનાયક
૧૩) સુવિધિનાથ ભગવાન નું લાંછન
૧૪) નવકાર શું છે ?
૧૫) મહાવીર સ્વામી નો ત્રીજો ભવ
૧૬) કયા ક્ષેત્રમાં અનંતકાળ સુધી જૈનધર્મ રહેશે ?
૧૭) તપગચ્છ ના અધિષ્ઠાયક દેવ
૧૮) અચલગચ્છના અધિષ્ઠાયિકા દેવી
૧૯) સર્પનું બીજું નામ
૨૦) રાજાને શું કહેવાય ?
૨૧) પાર્શ્વનાથ ભગવાન નો વર્ણ
૨૨) આયંબીલમાં વપરાતું એક કઠોળ
૨૩) ૧૬ સતીઓમાંથી એક
૨૪) શ્રાવકના ૨૧ ગુણોમાંથી એક
૨૫) વાંચન બાદ તેનું ચિંતન અને ...... કરવું જોઈએ.

– લિ. ઉર્મિલા પાસુભાઈ લાલકા

સરગમ વોટર પાર્ક – પ્યોર વેજ જૈન ફૂડ
પ્રતિ વ્યક્તિ રૂા. ૬૫૦

ટાઈમ સવારે ૯ થી સાંજે ૬, સવારે નાસ્તો, બપોરે લંચ, સાંજે ડીનર, ૩.૩૦ થી ૪.૩૦ ચા-કોફી – આઈસ ગોલા, ૩ સ્વીમીંગ પુલ, ૮ સ્લાઈડ, ડી.જે., રેઈન ડાન્સ, MPWS બેસવા માટે નાના મોટા હોલ, ૬૦૦૦ સ્કે. ફીટનો સ્ટેજ સાથેનો હોલ ખુરશી સાથે. લોકર, ખાટલા, એ.સી. રૂમ ભાડાથી. ગ્રુપ માટે ડીસ્કાઉંટ. કામણ જૈન મંદિરથી ૩ કિ.મી., ભજનલાલ ડેરીથી ૯ કિ.મી., દહીંસરથી ૨૧ કિ.મી., ભિવંડીથી ૧૪ કિ.મી. વિલેજ નાગલે, ચિંચોટી કામણ ભિવંડી રોડ, ઓનલી જેન્ટસ ગ્રુપ નોટ અલાઉડ. સંપર્ક : 9324304333 રમેશ માણેક ગાલા (ગઢશીશા).
Website : www.sargamwaterpark.com

અન્ય જ્ઞાતિમાં લગ્ન કરનારી નિયાણીઓને ન્યાય ક્યારે મળશે ? - હીરાબેન નેણશી ખોના (નલીયા, પવઈ)

વનિતા વિશ્વ

મુંબઈ મહાજનના બંધારણ પ્રમાણે આંતરજ્ઞાતીય લગ્ન કરનાર પુરૂષ તેની પત્ની અને બાળકોને જ્ઞાતિમાં સમાવી લેવામાં આવે છે, પણ પરજ્ઞાતિના પુરૂષ સાથે લગ્ન કરનાર કન્યાનું નામ જ્ઞાતિના રોલપત્રકમાંથી રદ બાતલ થઈ જાય છે, તેને જ્ઞાતિજન તરીકેનો કોઈ હક્ક મળતો નથી રહેતો નથી. આ નારીનું હડહડ અપમાન છે શું તેણે ચોરી કરી છે ? ખૂન કર્યું છે ? વ્યભિચાર કર્યો છે ? એવો તે ક્યો ગુનો કર્યો છે કે તેને ''જ્ઞાતિનિકાલો'' (દેશનિકાલની જેમ) આપવામાં આવે છે ? જે જ્ઞાતિમાં તેજન્મી છે; જેમાં તેના સ્વજનો છે, વર્ષો સુધી જેના સંસ્કારો તેણે મેળવ્યા છે તેમાં રહેવાનો તેનો જન્મસિધ્ધ હકક કે મઝુંટવી લેવામાં આવે છે ?

પુરૂષ પ્રધાન સમાજે ઘડેલા સ્ત્રી, પુરૂષ માટેના જૂદા જૂદા નિયમો, બેવડા ધોરણે આપણે ક્યારે તોડીશું ? કેટલાક વર્ષોથી જ્ઞાતિમાં પરણીને આવેલી પરજ્ઞાતિની કન્યાને આપણે સ્વીકારી લીધી છે અને તેના કોઈ ભારે દુષ્પરિણામો આવ્યા હોય એવું મારી જાણમાં નથી તો આપણી જ્ઞાતિની કન્યાએ પરજ્ઞાતિના પુરૂષ સાથે કરેલા લગ્ન માટે આટલો તિરસ્કાર આટલી ઘૃણા શા માટે ?

પરજ્ઞાતિની કન્યા કે પુરૂષ સાથે લગ્નથી થયેલા બાળકો ૫૦% કે.ડી.ઓ. જ્ઞાતિના જનીન (D.N.A.) ધરાવે છે તેમાં ભેદભાવ શા માટે ? કાં તો પરજ્ઞાતિમાં લગ્ન કરનાર પુરૂષ અને સ્ત્રી બન્નેને (જ્ઞાતિ નિકાલો) જ્ઞાતિમાંથી બહાર કાઢી નાખો કાંતો બન્નેને સમાવી લો. ફક્ત સ્ત્રી પ્રત્યે જ આવો અન્યાય શા માટે ?

વસ્તીપત્રકના પાને પાને તથા જ્ઞાતિપત્રોના સગપણ લગ્નની નોંધમાં અનેક આંતરજ્ઞાતીય લગનો નોંધાયેલા છે. આ વાસ્તવિક હકીકતનો સ્વીકાર કરી બદલાતા વાતાવરણ પ્રમાણે સમાજ રચના અને જ્ઞાતિબંધારણમાં યોગ્ય ફેરફાર કરવા જરૂરી છે.

કૌટુંબિક સ્તરે ૯૯% આંતરજ્ઞાતીય લગ્નોનો સ્વીકાર થઈ રહ્યો છે. પરજ્ઞાતિના વેવાઈ, જમાઈ, સગાવહાલા સાથે બધોજ વ્યવહાર સારી રીતે કરવામાં આવે છે. વડીલો, માતાપિતા પોતે પણ આવા લગ્નો સંમતિથી કરાવી આપે છે. તો જ્ઞાતિ સ્તરે મહાજનના બંધારણમાં ફેરફાર કરી તેને સ્વીકારવામાં શું વાંધો ?

કેટલાંક જ્ઞાતિજનો એવી દલીલો કરે છે કન્યા જે જ્ઞાતિમાં પરણે તે જ્ઞાતિના નિયમો મુજબ, તે જ્ઞાતિના હક્કે તેને મળે છે. આપણી જ્ઞાતિના હકો આપીને બેવડો લાભ શા માટે ? વળી કોર્ટ કચેરીના પ્રશ્નો ઊભા થશે. પણ મારી દૃષ્ટિએ બીજી જ્ઞાતિ શું કરે છે, તે આપણે જોવાનું નથી. આપણે આપણી કન્યા માટે શું કરી શકીએ તે અગત્યનું છે. વળી આપણે કંઈ આપી રહ્યા છીએ, ઝુંટવતા નથી એટલે કોર્ટ કચેરીનો પ્રશ્ન ઊભો ન થાય બેવડો લાભ થાય. એ તો સારું જ છે કારણ કે વર્ષોથી નારીને થયેલા અન્યાયો આ રીતે આપણે ભરપાઈ કરીને ન્યાય તોળીશું.

દરેક સમજુ અને બુધ્ધિમાન, તર્કશક્તિ ધરાવતા જ્ઞાતિજન ખાસ કરીને નારીઓ અને મહિલા સંસ્થાઓને મારી અપીલ છે કે વિચાર કરો ને પરનાતમાં પરણનારી નિયાણીને થતા અન્યાય સામે ઉદાર અને બુધ્ધિસંગત અભિગમથી, મુંબઈ અને સમસ્ત મહાજનના વલણમાં સમયોચિત ફેરફાર કરવાની માંગ કરો.

ભૂલ સુધાર : શ્રી સચ્ચાઈમાં લોડાયા ફલીયા નલિયા

શ્રી સચ્ચાઈમાં ભાવિક સેવા મંડળ દ્વારા આયોજીત લોડાયા ફલીયા નલિયા સ્થીત ગોત્ર કુળદેવી શ્રી સચ્ચાઈ માતાનો સ્થાનફેર તથા સમૂહ પહેડીનો કાર્યક્રમ ખૂબજ આનંદ ઉલ્લાસપૂર્વક ભક્તિભાવથી તા. ૧૭/૭/૨૦૧૫ના (અષાઢી બીજ)ના દિવસે પુર્ણ થયો. જેમાં લગભગ ૫૦ થી ૬૦ ભાવિકોએ લાભ લીધો.

(અંક ૩૧ પાના ન. ૧૨)

Sale Sale Sale Sale Sale Sale Sale Sale Sale
UP TO 20 % Discount
From 11 Aug.
ON READY STOCK
Sale Sale Sale Sale Sale Sale Sale Sale Sale

અવસર સારીઝ
દાદર

- કસબ-જીંક કસબ સાડીઓ
- કસબ-જીંક કસબ ચણીયા ચોલી
- પીટા વર્ક સાડી
- બટકસબ સાડી
- બોર્ડર
- બાંધણી

રિયલ ઘરચોળા વ્યાજબી ભાવે મળશે.

અવસર સારીઝ
૧, રૂપલ એપાર્ટ., દાદા સાહેબ ફાલકે રોડ, સાધના હોટેલની સામે, દાદર (ઇ.), મુંબઇ ટે. 2416 4239
સંપર્ક: દિનેશ દેઢિયા - 92234 25676
ભાવિન દેઢિયા - 98197 23119

સુશ્રી ચૌલા કુરૂવાના તાજેતરમાં પ્રકાશિત થયેલા પુસ્તકો...
(મો. ૯૯૧૩૦ ૧૨૧૨૦)
E-mail : chaulakuruwa@gmail.com
સ્ત્રી — કિંમત : રૂા. ૫૦/-
મોર્નિંગ વોક — કિંમત : રૂા. ૧૦૦/-
"સુખી થવાના સરળ ઉપાયો"

આરોગ્ય પ્રકાશ : કસરત - નિરોગી રહેવાની ચાવી - ભાગ ૧

- ડૉ. વીરચંદ લખમશી નાગડા, M.B.B.S. (Bom), મુલુંડ, M : 9757303562 / 7069621931

ઘણા વૈજ્ઞાનિક અભ્યાસ જણાવે છે કે ચાલવાની આદિ કસરતથી દુઃખવા ઓછા થાય છે, સ્નાયુની તાકાત વધે છે અને સ્નાયુની લવચિકતા (ફલેકસીબીલીટી)ને લીધે જે તકલીફ હોય એમાં રાહત થાય છે, અને તેમાથી નવી પીડાઓને રોકાય છે. કમરના દુઃખાવામાં રાહત સાથે સાંધાના દુઃખાવા ઓછા થાય અને પ્રતિકાર શક્તિ વધે છે. અભ્યાસ જણાવે છે કે કોઈપણ એક્ટીવીટી કમર દર્દમાં ૫૦% રાહત આપે છે. ચાલવાથી પણ મગજ સીરોટોનીન અને એનોરફીન્સ ઉત્પન્ન કરવા ઉતેજીત થાય છે જેનાથી આપણને સારું લાગે છે. ફક્ત વધુ પડતી પીડા હોય તો ડૉક્ટરની સલાહ લેવી. કૉરપોરેટ્સ પણ હવે અગાસી, પાર્ક વગેરે ખુલ્લી જગ્યામાં 'વૉકીંગ મીટીંગ' લેવા લાગ્યા છે જેથી ચાલવાની સાદી કસરત સાથે ઈન્ડોર મીટીંગના ડીપ્રેશન જેવા ફેક્ટર દૂર થાય છે.

ફોનપર વાત કરતાં ચાલવું, દાદર ચડવા-ઉતરવા કે નજીકની દુકાને જઈ કોઈ વસ્તુ લઈ આવવી એ પણ એટલા જ ફાયદાકારક છે. ઘરની સાફસફાઈ કરવાથી પણ હળવી કસરત જેટલા જ ફાયદા થાય છે અને હૃદય અને તેની નશોની બિમારી, ડાયાબિટીઝ, હાઈ બી.પી., વધુ કોલેસ્ટ્રોલ જેવી બીમારીની શક્યતા ઘટે છે કસરતથી શારીરિક અસર સાથે માનસિક અસર સાથે પણ છાય છે જેથી આપણો મૂડ સુધરે છે અને શરીર સ્ફૂર્તિમય બને છે અને તેથી ચિંતા અને તાણ-ટેન્શન દૂર થાય છે. સ્નાયુ અને સાંધાની લવચિકતા (ફલેકસીબીલીટી) વધે છે, સાંધાનું હલન-ચલન સારી રીતે થાય છે, હૃદય અને તેની નશોની ફીટનેસમાં સુધારો થાય છે. જેમ આ ફિટનેસ વધે તેમ હૃદયની ધડકનો ઘટે છે, શ્વાસોશ્વાસની ક્રિયામાં સુધારો થાય છે. હાઈ બી.પી. ઘટે છે અને હૃદયરોગમાં ઘટાડો થાય છે.. કસરતથી શરીરમાં શક્તિનો સંચય થાય છે. કસરતથી હાડકાંનું છિદ્રાળુપણ ઘટી, હાડકાં મજબૂત થાય છે. કસરતથી શારીરિક સારાપણું અને આત્મવિશ્વાસ વધે છે.

જવાનીમાં જેમણે કસરત ન કરી હોય એમના માટે સારા સમાચાર છે. એક અભ્યાસમાં જણાયું છે કે જુવાન વયે કસરત ન કરી હોય, કૉમ્પ્યુટર-લેપટોપ માટે ખરશી પર બેસી કાર્ય કર્યું હોય, વાહન-મશીનનો ઉપયોગ કરી ચાલવાનું કે બીજી કસરત ન કરી હોય, બેઠાડુ જીવન જીવ્યા હોય અને વચલી વયમાં (૪૦-૫૦ વર્ષની વયે) જે કસરત શરૂ કરે છે એમને પણ મોટી ઉંમરે ગંભીર બિમારીઓ હોતી નથી કે નિવૃત્ત થાય ત્યારે હાથપગ-સાંધા વ્યવસ્થિત ચાલે, રોજંદી ક્રિયા વ્યવસ્થિત થાય અને મોટી બિમારીઓ થવાની શક્યતા બહુ જ ઓછી થઈ જાય છે. ૬૫ વર્ષ કે એના પછી એમને ક્રોનીક બિમારીઓ (હાઈ બી.પી., ડાયાબિટીઝ, હૃદયરોગ, હાઈ કોલેસ્ટ્રોલ, સંધીવા, થાયરોડ એવી વગેરે), ડીપ્રેશન (નિરાશા), ભુલી જવાનું, વૃદ્ધાવસ્થાને લીધે અશક્તિ વગેરે નહીં થાય.

પહેલાના અભ્યાસમાં જણાયું હતું કે જે ધુમ્રપાન ન કરતા હોય, દારૂ ન પીતા હોય અને પૈસાદાર હોય એમનું ઘડપણ સારી રીતે જતું, શારીરિક તકલીફો, બીમારીઓ ઓછી થતી પણ હાલમાં થયેલ અભ્યાસ પ્રમાણે હવે ફકત આમ નથી.

ગયા વર્ષ થયેલ અભ્યાસમાં ઓસ્ટ્રેલીયાના ૧૨,૦૦૦ થી વધુ લોકો કે જેમણે રોજ કે અઠવાડિયે ૫ દિવસ ત્રીસેક મીનીટની કસરત કરી તેઓ બેઠાડુ જીવન વ્યતિત કરનાર કરતાં વધુ નીરોગી હતા અને મૃત્યુનું જોખમ ઓછું હતું એ દેખાઈ આવ્યું. યુનિવરસીટી ઓફ લંડનના ડૉ. માર્ક હેમરે ૫૫ થી ૭૩. વર્ષની વયના ૩૪૫૪ સ્ત્રી-પુરૂષપર અભ્યાસ કરી તારણ કાઢયુ કે રોજંદી કસરતને બદલે અઠવાડિયામાં ૧ કલાક બાગકામ, કારની સફાઈ, જરા ઝડપથી ચાલવું, ડાન્સ કરવું કે એની જ સહેજ ભારે મોડ્રસ્ટ કે ત્યારે (વીગરસ) એક્ટીવીટી-કામ કરનારને મૃત્યુનું જોખમ ઓછું હોય છે અને તેઓ નિરોગી રહે છે. જેઓ આવી ક્રિયાઓ કરતા હતા તેઓને મોટી ક્રોનીક (જુની) બીમારીઓ, ભુલી જવું અને હાલવા ચાલવાની કે એવી શારીરિક તકલીફો ભવિષ્યમાં બહુ જ ઓછી થાય છે. જેઓ પહેલેથી બેઠાડુ જીવન જીવતા હતા કે હવે મોટી ઉંમરે બેઠાડુ જીવન જીવવા લાગ્યા એમના કરતાં મોટી ઉંમરે કસરતની શરૂઆત કરનારને બિમાર પડવાની કે મોટી બિમારીઓ થવાની શક્યતાઓમાં ૭ ગણો ઘટાડો જણાયો.

બીજા ૨૦૦૯માં થયેલ અભ્યાસમાં ૨૦૦૦ મધ્ય વયની વ્યક્તિઓમાં જેઓ પહેલા બેઠાડુ જીવન જીવતા હતા કે હાલ બેઠાડુ જીવન જીવવા લાગ્યા હોય એમના કરતાં જેમણે ૫૦ વર્ષની ઉંમર પછી કસરત શરૂ કરનારને ભવિષ્યના ૩૫ વર્ષ સુધી મૃત્યુનું જોખમ ખૂબ જ ઓછું હતું. તેઓ બેઠાડુ જીવન કરનાર કરતાં વધુ સારી રીતે અને વધુ વર્ષ જીવ્યા. આમ આ સંશોધનો પણ એજ સંદેશ આપે છે કે જવાનીમાં કસરત ન કરી હોય તોય ૫૦ વર્ષની ઉંમરે પણ કસરત કે એવી જ એક્ટીવીટી કે એવા કામ રોજંદા જીવનમાં શરૂ કરી દેવા જોઈએ. આ સંશોધન કરનાર ડૉ. હેમર કહે છે કે જો તમે કસરત કે બાગકામ કે ડાન્સ કે કાર ધોવાનું તે એવી જ કોઈ ક્રિયાઓ ન કરતા હો તો કસરત અથવા બીજી કોઈપણ બે ક્રિયાઓ કામો (એક્ટીવીટી) શરૂ કરી દો.

તાઈવાનની રાષ્ટ્રીય આરોગ્ય સંશોધન સંસ્થામાં એક સંશોધન કરવામાં આવ્યું. ૪, ૧૬, ૧૭૫, યુવાનોપર ૮ વર્ષના અભ્યાસમાં જણાવ્યું કે અઢવાડિયામાં ૯૨ મિનિટ કસરત કરનારને મોતનું જોખમ ઘટી આયુષ્યમાં ૩ વર્ષનો વધારો થાય છે. ૧૫ મિનિટની જગ્યાએ વધારાની ૧૫ મિનિટની કસરત કરતાં હજી ૪% વધુ ફાયદો જણાયો. જ્યારે દિવસના ૧૩ મિનિટ દોડનારને પણ બિમારી

યાત્રા પ્રવાસ ક્ષેત્રે આધુનિક પ્રણાલીકાઓના પ્રણેતા...
તન મન
ટુર એન્ડ ટ્રાવેલ્સ
9323360708/25903514-5-6
tanmantravels@yahoo.co.in
www.tanmantour&travel.com

૬૯મા સ્વાતંત્ર દિને સંકલ્પ કરીએ કે રાષ્ટ્ર હોય કે જ્ઞાતિ સૌનો સાથ સૌનો વિકાસ સૂત્રને સાર્થક બનાવતા સર્વ સમ્મલિત પ્રગતિ સાધશું.

તન-મન પરિવાર

શીખરજીની સર્વ પ્રથમ અને એકમાત્ર આપણી પોતાની
★★★ જેવી સુવિધાયુક્ત AC હોટલ
SHIKHARJI Continental
MADHUBAN - JHARKHAND

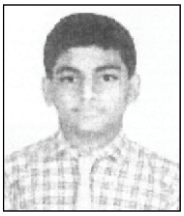
પાસ થયા અભિનંદન

વધુ ફોટા આવતા અંકે

રાહુલ દક્ષા પંકજ શાંતિલાલ લોડાયા
સાંયરા - હુબલી
H.S.C. (2nd Year PU Exam)
માં Dist. **93%**

ઊર્મી વર્ષા રાહુલ શિઆલ
દલતુંગી - બોરીવલી
B.E. (Elect. & Tele Communication) **1** Class

મોનિકા નયના વસંત રાયચંદ મોતા
લાલા (કચ્છ) - ડોંબીવલી
H.S.C. અંગ્રેજી માધ્યમ
માં **65.85%**



કૌશિક ભાવના સુનિલ શાહ
મુલુંડ
C.B.S.E. માં
(CGPA) **9.8%**

સુવર્ણ સિધ્ધી - સફલ સિધ્ધી - અને મજબુત ગઠબંધન :
એક અનોખા સ્વરૂપમાં ઉભરતો શ્રી મહિલા ગૃહઉદ્યોગ (હુબલી)

વીસેક વર્ષ પહેલાં શ્રી હિતવર્ધક મંડળની પ્રેરણાથી શરૂ થયો હુબલીનો મહિલા ગૃહ ઉદ્યોગ... એકજ ઉદ્દેશ - જ્ઞાતિને સાત્વિક - સચોટ અને સંપૂર્ણ જૈન ખાદ્ય વાનગીઓનું ઓછા દરે વિતરણ... સમસ્ત ગૃહ ઉદ્યોગનો પાયો શ્રીમતી ઇન્દુબેન ગોવિંદજી ધરમશીના સંચાલનમાં શરૂ થયો. ખુબજ સારી રીતે આગળ વધતા રહ્યા... જરૂરીયાત મંદ - જ્ઞાતિ મહિલાઓને ઉચિત વળતરે રોજગાર આપી લોકોને ઓછા દરે ગુણવતાવાળી ચીજો આપવાથી શ્રી મહિલા ગૃહઉદ્યોગ (હુબલી)નું નામ ચારેતરફ પ્રસિધ્ધી પામ્યું.

એ પછી પાંચેક વર્ષ પહેલાં સંચાલન નવી કમીટીને સુપરત કરવામાં આવ્યું. જ્યારે ગૃહ ઉદ્યોગની મુડી ખપ પૂરતીજ હતી. ગૃહ ઉદ્યોગનું સંચાલન આજે શ્રીમતી પુર્ણીમાબેન દિપક વિકમશી, શ્રીમતી ગીતાબેન વિરેંદ્ર છેડા, શ્રીમતી હંસાબેન ભરત ધરમશી, શ્રીમતી રિટાબેન કેતન મહેશ્વરી એમના હાથમાં સોપાયું. તેમણે નવા વિચારો - અને કુશલ વ્યવહારિકતા સાથે સમગ્ર વ્યવહારને ગતિમાન કરી ઉચ્ચશિખરોપર લઈ જવામાં કોઈ કસર છોડી નહીં. બધાએ પોતાની નિસ્વાર્થ સેવા આપી એક અનોખી સિધ્ધિનો દાખલો આપ્યો છે.

હાલમાંજ ગૃહઉદ્યોગનું આધુનિકરણ કરવામાં આવ્યું અંદાજે જેનો ખર્ચ ચૌદ લાખ આવેલ છે. અતિ ઉત્તમ પુર્નરચના થઈ છે. સંપૂર્ણ આધુનિકીકરણમાં શ્રી વિરેન્દ્રભાઈ દામજી છેડાએ પોતાનો અમુલ્ય સમય આપી, કાર્યને સાકાર કરવામાં ખૂબ ભોગ આપ્યો છે. દરેક વસ્તુ ચોકસાઈથી - યોગ્ય દરે મેળવવામાં સહાયતા આપી છે. એમને ગૃહ ઉદ્યોગ ખૂબ ખૂબ ધન્યવાદ આપે છે.

શ્રી મહાજનના પ્રમુખ શ્રી શેઠ ભરતભાઈ ખીમજીઓ સમયે સમયે બધાને માર્ગદર્શન તથા પોતાના નવા વિચારો આપી, તન-મન-ધનથી સહકાર આપેલ છે. એમની સાથે દરેક કાર્યમાં મદદરૂપ થતા શ્રી પ્રફુલભાઈ, શ્રી નિતેશભાઈ પટેલ, શ્રી મનીષ ખોના એમનો ગૃહ ઉદ્યોગ ખુબ ઋણી છે.

નવા ઉદ્યોગનું ઉદ્‌ઘાટન શ્રી શેઠ ભરતભાઈ ખીમજીના હસ્તે હાલમાંજ થયેલ છે. આ પ્રસંગે ગૃહ ઉદ્યોગમાં કામ કરનાર ૧૭ મહિલાઓને સોનાની 'ગીની' આપી સન્માનિત કરેલ છે. ઉપસ્થિત સર્વ ભાઈ-બહેનો માટે ચૌવિહારની વ્યવસ્થા હતી.

શ્રી મહિલા ગૃહ ઉદ્યોગ નિરંતર પ્રગતિના પંથે વધતો રહે, એજ શ્રી અજીતનાથજી દાદાના ચરણોમાં નમ્ર વંદના કરવામાં આવી.

તસ્વીરો છેલ્લા કવરપર

પધારો વરાડીયા પધારો

૧૧૨ વર્ષ પ્રાચીન વરાડીયા તીર્થમાં દાદા શ્રી ચિંતામણી પાર્શ્વનાથજીના દર્શને પધારો. અત્રે ભોજનશાળા તથા અતિથિગૃહની સુવિધા છે.

ભોજનશાળા	: 99259 84425, 95743 43315
અતિથિગૃહ	: 94285 67101, 83470 66642
નિરંજન મોમાયા	: 93222 24815
નલીન ડાઘા	: 97691 11040

પ્રભુજીના અઢાર અભિષેક તથા જિનાલય ધ્વજાપ્રસંગે શ્રાવણ સુદ ચોથ અને પાંચમ તા. ૧૮/૮ને ૧૯/૮ના પધારવા વિનંતી.

શુભેચ્છા સહ.....

શ્રી હીરાલાલ હંસરાજ ડાઘા (માટુંગા-વરાડીયા)

અંબા શીપીંગ એજન્સીઝ

૪૦૧, રાજગોર ચેમ્બર્સ,
૯૯ મસ્જીદ સાઈડીંગ રોડ, મુંબઈ-૯.

સમાચાર સંકલન — સંસ્થા સમાચાર · જ્ઞાતિ સમાચાર · વતન સમાચાર

જ્ઞાતિના સ્પર્શતા સમાચારો ટૂંકમાં પાનાની એક બાજુએ સારા અક્ષરે કાર્યક્રમ પૂર્ણ થાય કે તરત લખી મોકલવા વિનંતી.

કલીકટ મધ્યે અષાઢી બીજની ઉજવણી

કલીકટ અને બડગરા મહાજનનાં સભ્યોએ ૧૯ જુલાઈ રવિવારનાં કચ્છી નવા વરસની ઉજવણી આનંદ ઉલ્લાસ પૂર્વક કરેલ. બાળકોનાં નવકારમંત્ર પઠનથી કાર્યક્રમની શરૂઆત થયેલ અને ત્યારબાદ વિવિધ સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમ બાળકોએ રજુ કર્યા. કાર્યક્રમનું વિશેષ આકર્ષણ બાળકો દ્વારા મોદીજીનું સ્વચ્છ ભારત અભિયાન નાનું નાટક ભજવામાં આવ્યો તેથી બધાને સ્વચ્છતા બાબત સરસ બોધપાઠ મળેલ. એસ.એસ.સી અને ગ્રેજ્યુએટ થયેલ વિદ્યાર્થીઓને પારિતોષિક આપી સન્માન કરવામાં આવેલ. કાર્યક્રમોમાં ભાગ લેનાર સર્વે બાળકોને સાંત્વના પુરવાર આપવામાં આવેલ.

સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમોને સફળ બનાવવા હીના, વિધ્યા, પારૂલ, હેમાલી, ભાવીની, હીરલ, વૈશાલી, ધરતી, મોનિકા, મહેક વિગેરેએ ઘણી મહેનત કરેલ. હાઉસી રમત કીર્તી અને દર્શને સારી રીતે રમાડેલ. જમણમાં વિવિધ સ્વાદિષ્ટ વાનગીઓ કચ્છી સમાજની બહેનોએ બનાવેલ અને બધા જમી આનંદપૂર્વક છુટા પડેલ. લગભગ કાર્યક્રમમાં ૧૦૦ જણાની હાજરી હતી.

શ્રી મહિલા હિતવર્ધક મંડળ-હુબલી

શ્રી મહિલા હિતવર્ધક મંડળે પ્રમુખશ્રી સૌ.દિપીકા કમલેશ ખોનાના નેતૃત્વમાં, જરૂરીયાત મંદ બાલલિકાની સ્કુલની ફી અને યુનિફોર્મ માટે રૂ.૭૧૨૦/- છે. જે રકમ સૌ.સોનલ અજતય મોમાયા તરફથી મંડળને સારા કામમાં વાપરવા ભેટ રૂપિયા મળેલ.

મંડળે સૌ સભ્યો પાસેથી એકઠા કરીને રૂ.૭૯૦૦ ઈર્ને હેપી હોમ આશ્રમમાં નોટબુક કંપાસ અને પેન્સીલનું વિતરણ કર્યુ હતું. ડૉ.મધુબાલા લોડાયાએ જહેમત ઉઠાવેલ.

શ્રી મહિલા હિતવર્ધક મંડળ દ્વારા તા.૨૨ જુનના રાજેશ ખોનાના ખોનાજીમમાં સર્વે ભાઈઓ તથા બહેનો માટે શારીરિક વિગતની જાણકારી મળી શકે તે હેતુથી સંધીવા, ઘુંટણનો દુઃખાવો,ગરદન દુઃખાવો, હાથ પગ પર એક્યુપ્રેશર પોઈંટ સારવાર ઝોરીયન બેડ પર મસાજ વગેરે સારવાર અપાઈ હતી. ભાઈ તથા બહેનો મળીને ૧૦૦ જણાએ લાભ લિધેલ.

મંડળ પ્રમુખ સૌ.દિપીકા કમલેશ ખોના, માનદમંત્રી-સૌ ચેતના શરદ મોમાયા તથા સહમાનદમંત્રી સૌ ચેતના નરેન્દ્ર મોમાયા અને ઉષા મુલચંદ ખોના તરફથી રાજેશભાઈનું બહુમાન કરવામાં આવેલ.

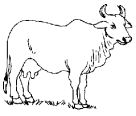
શ્રી મહિલા હિતવર્ધક મંડળ - હુબલી દ્વારા અષાઢી બીજની ઉજવણી તા. ૧૮.૦૭.૧૫ના મેફેર ઓડીટોરીયમમાં કરવામાં આવેલ. પ્રમુખશ્રી સૌ.દિપીકા કમલેશ ખોના એ નવા વર્ષની વધાઈ આપેલ.

શ્રી ભગવતી મહાકાલી મંડળ તરફથી રૂ.૧૦૦૦૦/- મંડળને ભેટ આવેલ. એમના કાર્યકર્તા શ્રી શાંતીલાલભાઈ રામજી લાલકા છે.

દ.ભા.એકમ મહીલામંચની સોપણી હુબલીને કરવામાં આવેલ. એમાં પદાધિકારીઓ આ પ્રમાણ છે. પ્રમુખ : શ્રીમતી દિપીકા કમલેશ ખોના, ઉપ-પ્રમુખ : શ્રીમતી હિતલ હિરેન છેડા, માનદમંત્રીઃ શ્રીમતી ચેતના શરદ મોમાયા, સહ-માનદમંત્રી : શ્રીમતી ભક્તિ પરેશ પટેલ, ખજાનચી : શ્રીમતી છાયા મનીષ ખોના એ દિવસે લપઈ ની હરીફાઈ યોજવામાં આવેલ. એમના વિજેતા પ્રથમ-પ્રવિણાબેન કુંવરજી છેડા, દ્વિતિય - રેશ્મા સિધ્ધાર્થ મૈશેરી, તૃતીય-કોમલ અભિષેક કુરૂવા એમના જજેસ હતા શ્રીમતી લલીતાબેન હિરાચંદ દંડ અને શ્રી શાંતિલાલ રામજી લાલકા એમને મોમેંટો મંડળ તરફથી આપ્યો. એ દિને શ્રીમતી ચેતનાબેન શરદ મોમાયા એ હાઉઝીની ગેમ રમાડી. શ્રીમતી ચેતના નરેન્દ્ર મોમાયાએ હુબલીની કચ્છીનવરત્ન આ ગેમ રમાડી.

બેસ્ટ બાંધણીની હરીફાઈ યોજવામાં આવેલ. એમાં સૌ ચૈતાલી સંદીપ લોડાયા વિજેતા થયા. આભારવિધી સૌ.મધુબાલા મણિકાંત લોડાયાએ કરેલ.

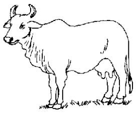
શ્રીમતી દિપીકા કમલેશ ખોના પ્રમુખશ્રી નેજા



ABDASA (KACHCHH) GAUSHALA TRUST

(Trust Regn. No. E-2071-Kachchh P.A. No. AABTA 7039 A)

C/o. Vipul Shivji Damaji, Village Rapar Gadhwali, Taluka Abdasa (Nalia).
Dist. Kachchh, Gujarat State - 370 645 Tel. : (02831) (952831) 273256.



Mumbai Office : Mota Trading P. Ltd. 101, Manratna Business Park, 1st Floor, Junction of Derasar Lane, & Tilak Road, Ghatkopar (E), Mumbai - 400 077, Tel. : 022 4422 9100 /199 Fax : 022 4422 9119

હેઠળ Dr. Vivek Patil દ્વારા (Bond Mineral City Camp) નું આયિજન તા.૨૬ જુલાઈ ૧૫ રવિવાર મેફેરમાં રાખવામાં આવેલ.

નવકાર મંત્રથી શરૂવાત કમીટી દ્વારા કરવામાં આવેલ. ૭૦ જેટલા ભાઈ તથા બહેનોને Check up નો લાભ લીધેલ. Projecter પર Slide Show રાખવામાં આવેલ. એમાં હાડકામાં કેલ્શિયમ વિષય માહિતી આપવામાં આવેલ.

મંડળના સહ-માનદમંત્રી સૌ ચેતના નરેન્દ્ર મોમાયાએ સારી જહેમત ઉઠાવી.ડૉક્ટરનો એમનો પરીચય ડૉ મધુબાલા લોડાયાએ આપ્યો. ડૉ ને બુકે તથા મોમેંટો કમીટી દ્વારા આપવામાં આવેલ. મંડળ તરફથી ચાય બિસ્કીટને ન્યાય આપી બધા છુટા થયા.

શ્રી વડાલા અચલગચ્છ જૈન સંઘ

શ્રી અચલગચ્છાધિપતિશ્રીના આજ્ઞાવર્તિની પ.પૂ.સા.શ્રી ચારૂલતાશ્રીજી મા.સા.ના સુશિષ્યા પ.પૂ.સા.શ્રી કૈવલ્યપ્રિયાશ્રીજી મા.સા. અને પ.પૂ.સા.શ્રી જીન પ્રિયાશ્રીજી મ.સા.નો ચાર્તુમાસ મંગલ પ્રવેશ રવિવાર તા.૨૬.૦૭.૧૫ના સવારના થયો આ પાવન પ્રસંગે શ્રી સંઘ

નવકારશીનો લાભ વડાલા રત્ન શ્રી લક્ષ્મીચંદધારશી મોતા-લાખણીયા પરિવારે લીધેલ, વ્યાખ્યાન દરમ્યાન સુત્રાધિકાર શ્રાધ્ધવિધિ પ્રકરણ વહોરાવવાનો લાભ શ્રી ભાણજી મેઘજી લોડાયા દલતુંગી પરિવાર,

ચારિત્રાધિકારે બુધ્ધી નિધાત અભયકુમાર ચરિત્ર વહોરાવવાનો લાભ શ્રી હીરજી વિરજી મોતા તેરા પરિવાર લીધેલ.

મતિજ્ઞાન પૂજનનો લાભ શ્રીમતી પૂર્ણિમાબેન શાંતિલાલ દેઢિયા ફરાદી પરિવાર શ્રુતજ્ઞાન પૂજનનો લાભ શ્રીમતી દેવકાબેન ભાણજી મેઘજી લોડાયા દલતુંગી પરિવાર મન:પર્યવસાન પૂજનનો લાભ કુ.દ્રષ્ટિ, ચિ.પાર્થ મનોજ ઝવેરચંદદેઢિયા ગોધરા પરિવાર

કેવળજ્ઞાન પુજનનો લાભ શ્રી હીરજી વીરજી મોતા તેરા પરિવારે લીધેલ. આ પ્રસંગે ગુરૂપુજનનો લાભ મીઠીબાઈ વેરશિ માણેક ગડા ચી આસર પરિવારે લીધેલ.

શ્રી પદ્મમુક્તિ વાત્સલ્ય નિધિ ટ્રસ્ટ (ચાલીસગામ)

પ.પૂ.જયલક્ષ્મીશ્રીજી મ.સા.ના પ્રેરણાથી સ્થાપિત કરેલ ટ્રસ્ટ અને પ.પૂ.જયદર્શિતાશ્રીજી મ.સા.ના આર્શિવાદ અને માર્ગદર્શને ચાલીસગામની જેમ પાંચોરામાં દર શનિવારે ગરીબોને ભોજન કરાવવાનું કાર્ય ચાલુ કરેલછે.

દાતાઓના નામ સૌ લેખાબેન સુશીલભાઈ સોની (ભુજ), શ્રી બાલાજી (પાંચોરા), શ્રી મેઘજીભાઈ જીવરાજભાઈ લોડાયા (પાંચોરા), તેજ કૃણાલ મોતા(અંધેરી), ચંદ્રકાંત મેઘજી લોડાયા (પાંચોરા), મેહુલ નવિનચંદ સોની (ભુજ), વિજયાબાઈ મેઘજી લોડાયા, ગુલાબચંદ દેવશી દંડ (હુબલી), ખીમજીભાઈ ચાંપશી મૈશેરી (દહીસર), શ્રેયા સુશીલ સોની (પુના), ગીતાબેન ચેતન મૈશેરી (દહીસર), નવીનચંદ્ર મુલજી સોની(ભુજ), કૃણાલ અનિલ મોતા(અંધેરી), ગીરીશ પ્રતાપ લોડાયા(પાંચોરા), વંદના મેઘજી લોડાયા(પાંચોરા), વિમલબાઈ ખિમજી મૈશેરી(દહીસર)

જાહેરાતકારોને સહકાર આપવા વિનંતી.

પ્રકાશ સમીક્ષાના ચાલુ અંક માટેની મેટર અને જાહેરાતો આમ તો બુધવાર સુધી મળી જાય તેમ મોકલવાની હોય છે. અલબત, પાર્ટી જો પોતે જાહેરાત બનાવરાવીને મોકલવાની હોય તો તે એકાદ દિવસ મોડેથી મોકલે તો પણ ચાલે, જો કે તે માટે આગાઉ થી જાણ કરીને જગ્યા બુક કરી લેવાનું જરૂરી છે.

કેટલીક પાર્ટીઓ અમે જાહેરાત બનાવીને તેમની બતાવીએ એવો આગ્રહ રાખતી હોય છે, તેમની જણાવવાનું કે અમારે માટે આ શક્ય નથી એટલે તેમને જાતેજ બનાવીને મોકલવી.

પ્રકાશ–સમીક્ષાના જાહેરાત દર

પ્રકાર	સાઈઝ	આર્ટ પેપર કલર	બ્લેક–વ્હાઈટ
આખું પાનું	160 x 225 mm	9,000/-	5,000/-
અડધું પાનું	160 x 111 mm	5,000/-	2,700/-
પા પાનું	77 x 111 mm	3,000/-	1,500/-
૧/૮ પાનું	77 x 54 mm	-	800/-
૧/૧૬ પાનું	77 x 27 mm	-	450/-

ચેક C.D.O. PRAKASH SAMIKSHA SAMITI ના નામે લખવા

વિશેષમાં નોંધ લેવા વિનંતી કે ઉક્ત દરો સર્વે માટે, મહાજન કે સંસ્થાઓ સહિત સમાન રહેશે. ફક્ત નીચેના સંજોગોમાં ડિસ્કાઉન્ટ અપાશે : ઓછામા ઓછા પા પાનની ૧) દશ જાહેરાત આપનારને ૧૦% ડિસ્કાઉંટ, ૨) પચ્ચીસ જાહેરાત આપનારને ૧૫% ડિસ્કાઉંટ, ૩) બધા અંકોમાં જાહેરાત આપનારને ૨૦% ડિસ્કાઉંટ. આ ડિસ્કાઉંટનો લાભ મેળવા ઈચ્છુકોએ જાહેરાતની સંપૂર્ણ રકમ અગોતરી (એડવાન્સ) ચૂકવવાની રહેશે.

આ ઉપરાંત લવાજમમાં પણ પ્રેસ રજીસ્ટ્રારના દફ્તરે યોગ્ય વિધિ કર્યા પશ્ચાત વધારો થશે જે વાર્ષિક રૂા. ૨૦૦/- થશે.

સાંધવ સમાચાર

હાલમાં સાંધવ ગામે બે વખત, તળાવ , તલાવડી યોગની ગયા પર્યુષણ પર્વની આરાધના કરવા માદરે વતન જવા આવવાની ૧૫૦ ટીકીટો આવી ગયેલ છે. પર્વની આરાધના કરાવવા પ્ર.પુ.મ.સા પધારશે.

સખી વૃંદ - પુના

સખી વૃંદ-પૂનાની મિટીંગ તા.૨૫ જુલાઈના મધુરીબેન લોડાયાના ઘરે યોજાઈ. કમિટીએ રગ શો નું આયોજન કર્યુ. કમિટી મેમ્બર્સ રીટા ભાટે, પુષ્પા લોડાયા, તથા કલ્પના લાપસિયાએ વિવધ પધ્ધતિથી રગ કેમ બનાવાય તેનું પ્રત્યક્ષીકરણ કર્યુ. (ડેમો આપ્યો) એક પધ્ધતિનું વર્કશોપ લીધું. એને લગતી સર્વ સામગ્રી માધુરીબેને સર્વેને આપી.

રગ વિશેની રૂપરેખા પુષ્પા લોડાયાએ આપી. એમના મતે રગની બનાવટ તેમજ વપરાશ લગભગ ૧૭૦૦, ૧૮૦૦ વર્ષે પૂર્વેનો છે એ કામ માટે કંતાન ઊન, તથા અંકોડા ના સોયનો વપરાશ થતો. એમણે જણાવ્યું કે રગ બનાવવાની વિવિધ રીતોથી સુંદર વસ્તુઓ બનાવી શકાય. જેવી કે પગ લુછણીયુ, ટેબલ રનર, વોલ પીસ, બાસ્કેટ, પર્સ, ગાલીચો, રજાઈ વગેરે. રગ, ઊન, લેચવાળા સોયાથી થાય, ઊન તથા અંકોડાના સોયાથી તેમજ બુઠ્ઠી સોય, ઊન થી કરી શકાય એ ઉપરાંત કાપડની લાંબી ત્રણ પટ્ટીઓ જોડી ચોટલો બનાવીને પણ રગ બનાવાય આમાંની એક રીત મુજબ ચાર રગના ઊન એક સાથે લઈ સોયાથી સાંકળી બનાવી. નાની રગ બનાવતા શીખવાડયું. રીટાબેને મેટીપર લેચ હૂક કેમ કરવું તે રજૂ કર્યુ કલ્પનાએ ચાર રીબીનથી ખજૂરી ચોટલો કેમ બનાવવો એ દર્શાવ્યું, રીટાબેને અન્ય પદ્ધતિઓનું પ્રત્યક્ષીકરણ કર્યુ. મધુરીબેને સર્વેનો આભાર માન્યો તથા ત્રણે મેમ્બરને ઉપહાર આપ્યો. કાજલ રતાણીને સરપ્રાઈઝ ગીફ્ટ આપી.

વિવિધાના ૭ માં મણકાની સ્પર્ધાના વિજેતા ગ્રુપ ૧ ના કાનન ધરમશી, ભાવના મહેશ્વરીને ગ્રુપ ૨ ના હીનાબેન શાહ, કીર્તિબેન નાગડાને ઈનામ વિતરણ કરાયું.

જિંદગીના અઘરામાં અઘરા પ્રશ્નોનું
સરળ, સચોટ અને સંતોષદાયક નિરાકરણ

જીવનનો મૂળ હેતુ જીવન નિર્વાહ અને આનંદ છે પણ આપણે સંબંધ, સંપત્તિ કે તંદુરસ્તી બાબત દુઃખનો અનુભવ કરતા હોઈએ છીએ અને એમાંથી બહાર નીકળવા માટે અન્ય સહારો શોધવાના ફાંફા મારીએ છીએ. તમારા દરેક પ્રશ્નના ઉત્તર તમારે જાતે મેળવવા હોય તો ...

વધુ વિગત જાણવા અને સમજવા તથા પોતાને પગભર થવા.
સંપર્ક :
રૂપલ શાહ - 98339 96477

કાઉન્સીલર, માઈન્ડ પ્રોગ્રામર, એસ્ટ્રોલોજર, ટેરો કાર્ડ રીડર, ગ્રાફોલોજીસ્ટ, હેન્ડ રાઈટીંગ એક્ષ્પર્ટ, સિગ્નેચર એનાલીસ્ટ ...

તા. ક.: ૬ સેશનમાં ટેરો કાર્ડ શીખો અને નિષ્કર્ષ કે નિર્ણય પર તમારી જાતે પ્હોચો (ગેરન્ટી સાથે).

બેલ્લારી કચ્છી ગુજરાતી મહિલા સેવા મંડળ

બેલ્લારી કચ્છી ગુજરાતી મહિલા સેવા મંડળની બહેનોએ આષાઢી બીજની ઉજવણી સૌ પ્રજ્ઞા હીરાચંદ મૈશેરીના ઘરે કરી. બહેનો એ કચ્છી પારંપારિક પોશાકમાં કચ્છી વાનગીઓ પોતપોતના ઘરેથી બનાવીને કચ્છી જમણ માણ્યું. ઘરમાં પણ સાજ સજ્જા કચ્છી કલાની વસ્તુઓથી કરી. કચ્છી વેશભૂષા, કચ્છના રસોડામાં મળતી સામગ્રીથી કરવામાં આવેલ. ત્યારબાદ મંડળની બહેનોએ ગરબા દાંડિયા, તાંબડી તથા મટૂકડી ડાન્સ કર્યા. સૌ સરલા વિજય મૈશેરી, સૌ. રેખા પ્રકાશ કેનિયા, સૌ પ્રજ્ઞા હીરાચંદ મૈશેરીએ વિવિધ કચ્છી ગેમો રમાડી જેમાં સૌ. નીતા શરદ મૈશેરી, સૌ.પ્રીતિ ચેતન મુનવર, સૌ.નિમા નરેન્દ્ર સાવલા, સૌ.ચાર્મી નિખિલ મૈશેરી તથા દમયંતી નારાણજી વિજયી રહ્યા.સૌનેપુરસ્કારઆપવામાંઆવ્યા.

મંડળની બહેનોએ પિકનિકનું આયોજન કરેલ. સવારે સૌ પ્રથમ શિવમંદિરમાં ૧૨ શિવલિંગની પૂજા તથા અભિષેક કર્યુ. આરતી પ્રસાદનો લાભ લઈ એકવાફનમાં પાણીમાં રમી થોડીવાર બાળપણ માણ્યું. બાદ સૌ નયના શાહ તથા સૌ.સરલા વિજય મૈશેરી એ ગેમ્સ રમાડી વિજેતાઓને પુરસ્કૃત કર્યા. બપોરના પંજાબી ઢાબામાં જમ્યા પછી રામેશ્વરી નગરમાં બાલાજી મંદિરમાં પૂજા અર્ચના કરી.

શ્રી અચલગચ્છ જૈન સંઘ, અંકલેશ્વર

પરમવિદુષી પૂ.ચારૂલાતાશ્રીજી મ.સા.ના શિષ્યા પ.પૂ. તત્વપૂર્ણાશ્રીજી મ.સા.આદિ ઠાણાએ તા.૨૬.૦૭.૧૫ના ચાતુર્માસ પ્રવેશ કર્યો. સંઘમાં આરાધના સારી રીતે થઈ રહી છે, નવકાર મંત્ર, જાપ સાથે ઉપાસના, કુમારપાળની આરતી, સાત ભવની આરતી, બાળકોની અને બહેનોની શિબીરો તથા જૈનલોજી નો અભ્યાસ જેવી પ્રવૃત્તિઓ થઈ રહી છે. તા.૦૯.૦૮.૧૫ના શત્રુંજ્ય ગિરિરાજના ભવ્ય ૧૬ ઉધ્ધારકોના સ્મરણીય નાટ્ય સહ કાર્યક્રમ સંપન્ન થયો.

નવા/બદલાવેલા સરનામા-(પુરું નામ અને નવું સરનામું મોકલવાની સાથે જુનું રદ કરવાનું સરનામું અવશ્ય જણાવવું)

પરેશ જવેરચંદ નાગડા(શાહ) (જમકુબાઈ જવેરચંદ નાગડા)	એ-૮, અનુરાધા બિલ્ડીંગ, ૧૬૦-ન્યુ પરેશ કો-ઑ.હૉ.સો., યુનિયન બૅંક લેન, ગારોડીયા નગર, ઘાટકોપર (પૂ) મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૭૭ મો. 09594226045
ગીતા ચંદુલાલ શાહ(ધરમશી)	૩૧/૪ બેડેશ્વર, એમ.જી.રોડ, રાજાવાડી, ઘાટકોપર (પૂ) મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૭૭ મો. 09167572473
દર્શન શશીકાંત મૈશેરી (નિર્મલા શશીકાંત મૈશેરી)	ઓમ સૃષ્ટિ કો.ઑ.હૉ.સો.લિ., બી-વિંગ, ફ્લેટ નં ૬૦૪, ૬ ઠ્ઠે માળે, ડમ્પિંગ રોડ, પં.દીનદયાલ ઉપાધ્યાય માર્ગ, મુલુંડ(પ) મુંબઈ - ૪૦૦૦૮૦ મો. 09769071982
કિશોર હીરજી છેડા	૩૦૧, ૩ જે માળે, કમલ મધુબન, ન્યુ.કમલા નિવાસ કો.ઑ.હૉ.સો., બી.પી.ક્રોસ રોડ નં ૨, ઓફ દીનદયાલ રોડ, મુલુંડ (પ) મુંબઈ - ૪૦૦૦૮૦ ફોન. 022-25687546
શિવજી ડુંગરશી મૈશેરી	૨૦૨/સી, શર્મીન શાંતિ પાર્ક, ગારોડિયા નગર, ઘાટકોપર (પૂ) મુંબઈ - ૪૦૦૦૭૭
પરેશ વસંત હેફા	૨૬, સુદર્શન અપાર્ટમેન્ટ, ચિતરંજનદાસ રોડ, રામ નગર, ડોંબિવલી (પૂ) ૪૨૧ ૨૦૧
ભાઈલાલ ખીમજી શાહ	બી-૨, શુભમવિલા, શ્રી કોલોની, કોલેજ રોડ, જાલના - ૪૩૧ ૨૦૩ મો. 09860184641 ફોન. 02482-232959.

જીવનચક્ર

		જન્મ		
૦૫.૦૬.૧૫	ડોંબિવલી	ધીયાન-ભક્તિ/દિપેશ અજીત સાયલા	મંજલ રેલડીયા	પુત્ર
૦૮.૦૭.૧૫	થાણા	ઝીનલ-હેતવી/હિતેન લોડાયા	લાલા	પુત્રી
૦૯.૦૭.૧૫	ડોંબિવલી	ઈશા-નીલમ/નિમેષ શાહ(લોડાયા)	મોટી ખાવડી	પુત્રી
૧૭.૦૭.૧૫	હૈદરાબાદ	હર્ષિકા-ચારમી/મહેક લલિત દંડ	સાંધવ	પુત્રી
૨૭.૦૭.૧૫	માયામી(યુ.એસ.એ)	અર્હમ-રીંકુ/ભાવિન કીર્તિભાઈ લોડાયા	મોટી ખાવડી	પુત્ર
૨૭.૦૭.૧૫	ગાંધીધામ	નવ્યમ કેતન મધુકાન્ત લોડાયા	કોઠારા	પુત્ર
		સગપણ		
૧૦.૦૮.૧૫	થાણા	શંશાક મૃગેન લક્ષ્મીચંદ નાગડા	નલીયા	૨૬
	ભૂજ	જીકલ હરીશ શિવજી લોડાયા	વારાપધર	૨૫
૧૦.૦૮.૧૫	નીમચ	આદિત્ય વિપીન ચીમનલાલ મોતા	સુથરી	૨૪
	મલકાપુર	સ્નેહલ કુમારપાલ તિલકચંદ દંડ	વરાડીયા	૨૦
		લગ્ન		
૦૬.૦૮.૧૫	-	કેવિન હેમંત રતનશી ગોગરી	ગુંડાલા	૨૯
	મુલુંડ	જીનલ નીતિન માણેકજી મોમાયા	નલીયા	૨૬
		આંતર જ્ઞાતિય લગ્ન છુટા થયા		
૨૭.૦૫.૧૫	પૂના	વૈભવ વિજય મેઘજી લોડાયા	ગોરખડી	૨૯
	કાંદિવલી	કોષા પ્રકાશભાઈ સેવંતીલાલ શાહ	માણસા	૨૬
		મરણ		
૧૦.૦૮.૧૫	જુહુ	ભવાનજી નરશી ભોજરાજ છેડા	સુથરી	૯૨
૧૨.૦૮.૧૫	થાણા	સોમચંદ પુનશી નાગડા	જખૌ	૬૩
૧૨.૦૮.૧૫	ડોંબિવલી	ખુશાલચંદ લાલજી પોલડીયા	ડુમરા	૬૭
૧૩.૦૮.૧૫	લોકાપુર	લક્ષ્મીબેન મણીલાલ લોડાયા	સાંધવ	૬૬

જ્ઞાતિના સર્વાંગીણ વિકાસ માટે સમર્પિત

શ્રી નરશી જેઠાભાઈ દંડ પરિવાર (વરાડીયા-મલકાપુર)

M/s. VIRCHAND NARSHI COTTON PVT. LTD.

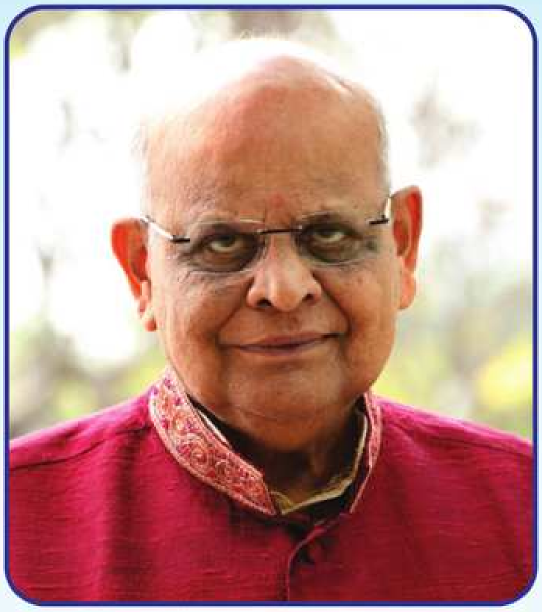
Asia's First ISO 9001:2000 Certified Gin Press

"મુઠ્ઠી ઉંચેરા માનવી"

સ્વ. શ્રી પ્રેમચંદ મુલજી સોનાવાલા (૧૯૩૯ - ૨૦૧૫)

ગામ : નલીયા, કચ્છ, હાલ : માટુંગા

શ્રધ્ધાંજલી



છોડી સૌ સ્વજનોનો સંગાથ, વસ્યા જઈ પ્રભુને પાસ
અમ હૈયાને રહ્યો કેવળ, તમ સ્મૃતિઓનો સંગાથ
પળે પળે સ્મૃતિ આપની રહી, ભીંજવતી આંખોની કિનાર

ધીર ગંભીર, હતા સમાજના રાહબર, એવા વાત્સલ્યના ઘેઘૂર વડલાને

આંતરભીની ભાવાંજલિ... સ્મૃતિસભર સ્મરણાંજલિ... લાગણીભરી શ્રધ્ધાંજલિ...

ઋણ સ્વીકાર

અમારા પરમ પૂજ્ય પિતાશ્રી **પ્રેમચંદ મુલજી સોનાવાલા**ના અવસાનની દુઃખદ ઘટનામાં આપશ્રી અંતિમયાત્રા, પ્રાર્થના સભામાં હાજરી આપી અથવા ફોન, E-mail, SMS દ્વારા અમારા દુઃખમાં સહભાગી થયા તે બદલ અમારો પરિવાર આપનો ઋણી છે. તે ઉપરાંત ગુરુ ભગવંતો તરફથી આશ્વાસન પત્રો મળેલ છે, તે સર્વોનો અમે અંતઃકરણપૂર્વક આભાર માનીએ છીએ.

પુત્ર	- ચિ. રીતેન	પુત્રવધુ	- અ.સૌ. હર્ષા
પુત્રી	- અ.સૌ. નિરલ (U.S.A)	જમાઈ	- પ્રદીપ ખોના (U.S.A)
પૌત્ર	- ચિ. ભાવિન (U.S.A)	પૌત્રવધુ	- અ.સૌ. હર્ષિતા
દોહિત્ર	- ચિ. વિનય અને ચિ. નેહા (U.S.A)		

❖ શોકાતુર ❖

સમસ્ત સોનાવાલા, ખોના અને મોમાયા પરિવાર
લાપસિયા, છેડા અને નાગડા પરિવાર

C.DO. Prakash Samiksha R.N.I.No. MAHGUJ/1998/04640 Day of publication every Monday
Postal Regd. No. MCE/53/2015 - 2017 WPP Licence No. MR/ Tech/WPP-261/East / 2015
Posting : Tuesday / Wednesday Posted at Mumbai Patrika Channel Sorting Office, Mumbai - 400 001

સુવર્ણ સિધ્ધી - સફલ સિધ્ધી અને મજબુત ગઠબંધન : એક અનોખા સ્વરૂપમાં ઉભરતો શ્રી મહિલા ગૃહઉદ્યોગ (હુબલી)

ગૃહ ઉદ્યોગની વાનગી બનાવતી બહેનો

નુતનીકરણ પામેલ વેચાણ કેન્દ્ર

ગૃહ ઉદ્યોગની પ્રવૃતિઓ જોઈને સંતોષ વ્યક્ત કરતા મહાનુભાવો

ગૃહ ઉદ્યોગની સતત પ્રગતિના સુત્રધાર ટ્રસ્ટીઓ
શ્રીમતી રીટા મૈશેરી, પૂર્ણિમા વિકમશી,
હંસા ધરમશી અને ગીતા છેડા

અહેવાલ
અંદરના
પાને

ટ્રસ્ટીગણ અને સ્ટાફના સભ્યો

UMESH MULRAJ JHAVERI

(S/o Kusum Mulraj Dharamshi)

Congratulations on successful completion of **Mountaineering Course**

Keshavji Devji Dharamshi (Jhaveri) Family - Hubli
Ratansi Narpal Munvar Family - Hubli
Gangajar Keshavji Momaya Family - Chennai
All near and dear ones

હાર્દિક અભિનંદન

મોમાયા તથા મૈશેરી પરિવારનું ગૌરવ

ચિ. કૌશિક સુનીલ મોમાયા

મુલુંડ - સાંયરા

STD X : C.B.S.E. Board માં 93.1% સાથે ઉતીર્ણ આ ઝળહળતી સફળતા બદલ હાર્દિક અભિનંદન તથા ઉજ્જવલ ભવિષ્ય માટે સ્નેહપૂર્ણ શુભેચ્છાઓ સાથે વહાલભર્યા આશીષ.

માતામહ-પિતામહ	: માતુશ્રી મણીબાઈ ખેતશી લધાભાઈ મોમાયા
દાદા-દાદી	: માતુશ્રી પુષ્પાબેન મણીલાલ ખેતશી મોમાયા
નાના-નાની	: માતુશ્રી લીલાવતી હીરાચંદ શામજી મૈશેરી - કોઠારા
માતા-પિતા	: અ.સૌ. ભાવના સુનીલ મણીલાલ મોમાયા

if undelivered, please return to :
C.D.O. PRAKASH SAMIKSHA, C/o. R. R. Nagda, Advocate, 29/41, Tamarind Lane, Rajabahadur Compund, Near Stock Exchange Bldg., Fort, Mumbai - 400 001.
Printed & Published by : **RAICHAND R. NAGDA** on behalf of **C.D.O. PRAKASH SAMIKSHA, SAMITI (Owner)** and Printed at **THE NEW MILLENNIUM PRINTERS,** 314, Mathuradas Mill Compound, N. M. Joshi Marg, Lower Parel, Mumbai - 400013 and Published by him from Premises No. 13A Situate at 29/41, Tamarind Lane, Rajabahadur Compund, Fort, Mumbai - 400 001.
Editor : Raichand R. Nagda

To,