(તસવીર : દિપક જાની)

ગાંધીનગર સ્ટેટ બેંક ઓફ ઈન્ડિયા દ્વારા વેસ્ટમાંથી બેસ્ટ બનાવવાનો એક નવતર પ્રયોગ કર્યો છે.... ફેંકી દેવાતી વસ્તુઓનો ઉપયોગ કરીને સ્ટેટ બેંક ઓફ ઈન્ડીયા દ્વારા તેનો લોગો તૈયાર કરવામાં આવ્યો છે.

# ભાટ ગામની કોટેશ્વર ચોકડી પાસે ૫૩ પેટી વિદેશી દારૂ ઝડપાયો

ગાંધીનગર, તા. ૧૩

ગાંધીનગરથી ઈન્દીરા બ્રિજ તરફ જવાના માર્ગ પર ભાટ ગામની કોટેશ્વર ચોકડી પાસેથી ગાંધીનગર વિજિલન્સની ટીમે બાતમીના આધારે આજે સવારે ૪.૩૦ કલાકે બે કાર પકડી પાડી હતી તથા તેમાંથી ૯૨,૪૦૦ ની કિંમતનો ૫૩ પેટી વિદેશી દારૂ ઝડપી પાડ્યો હતો અને ૫ લાખથી વધુનો મુદ્દામાલ કબજે કર્યો હતો.

આ અંગે અડાલજ પોલીસમાં ફરિયાદ નોંધાઈ હતી. પ્રાપ્ત માહિતી અનુસાર ગાંધીનગરથી ઈન્દીરા બ્રિજ તરફના માર્ગ પર આવેલ ભાટ ગામની કોટેશ્વર ચોકડી તરફથી એક હુન્ડાઈ એસેન્ટ કાર નં. જીજે-૧૮-ડીએ-૪૩૬૩ અને ફોર્ડ આઈકોન નંબર જીજે-૧-એચ.જે-૨૬૬૮ દારૂ ભરી અમદાવાદ તરફ જઈ રહી છે. તેવી બાતમી ગાંધીનગર વિજિલન્સના પી.આઈ. એ.જે. પટેલને મળતા પી.આઈ.એ આ મામલે ગંભીર નોંધ લઈ સ્ટાફના માણસોને સાથે રાખી બાતમી સ્થળે વોચ ગોઠવી હતી. દરમિયાન આ બે કાર નજર પડતા તેને રોકી હતી પરંતુ પોલીસ જોઈ બન્ને કારના ચાલક સ્થળેથી નાસી છૂટ્યા હતા. બાદમાં પોલીસે કારની તપાસ કરતા તેમાંથી રૂપીયા ૯૨,૪૦૦ ની કિંમતની ૫૩ વિદેશી દારૂની પેટીઓ મળી આવી હતી. પરીણામે વિજિલન્સ ટીમે ૯૨,૪૦૦નો વિદેશી દારૂ અને બે કાર મળી કુલ ૫ લાખથી વધુનો મુદ્દામાલ કબજે કર્યો હતો. આ બનાવ અંગે વિજિલન્સ ટીમના રાજેન્દ્રકુમાર હિરાલાલની ફરિયાદના આધારે અડાલજ પોલીસે ગુનો નોંધી વધુ તપાસ હાથ ધરી છે.

## એસોસિએશન ઓફ સીનીયર એન્જિનીયર્સ એન્ડ આર્કીટેક્સની ૧૫મીએ મીટીંગ

ગાંધીનગર, તા. ૧૩

એસોસીએશન ઓફ એન્જિનીયર્સ એન્ડ આર્ટીટેક્સની માસિક સભા તા. ૧૫મી જુલાઈના રોજ સવારે ૧૦ વાગે નમન એપાર્ટમેન્ટ સેક્ટર-૨૧માં મળશે.

## નૈસર્ગિક સ્વાસ્થ્ય મંડળ ગાંધીનગરની ૧૫મીએ શિબિર

ગાંધીનગર, તા. ૧૩

નૈસર્ગિક સ્વાસ્થ્ય મંડળ ગાંધીનગર છેલ્લા પાંત્રીસ વર્ષથી નગરજનોની સુખાકારી અને સ્વાસ્થ્ય અંગે રોજબરોજની સામાન્ય શારીરીક તકલીફો અને અસાધ્ય રોગો નિવારવા યોગ અને પ્રાણાયામ શિબિરો તેમજ નેચરોપેથીના તજજ્ઞો દ્વારા નેચરોપેથીની શિબિરો અને પ્રવચનો ગોઠવવાનું આયોજન કરેલ છે. ઉપરોક્ત વિષય અનુલક્ષીને નૈસર્ગિક સ્વાસ્થ્ય મંડળ ગાંધીનગર દ્વારા તા. ૧૫મી જુલાઈના રવિવારના રોજ આયોજન કરેલ છે.

સંસ્થાના મંત્રીશ્રી એ. એમ. રાણાએ જણાવેલ છે.

## નારદીપુર વિસનગરા નાગર બ્રાહ્મણ પંચ સુનિતા વિલિયમ્સની સફળતા માટે રૂદ્રાભિષેક યોજશે

ગાંધીનગર, તા. ૧૩

શ્રીનારદીપુર વિસનગરા નાગર બ્રાહ્મણ પંચ, શ્રી નારદીપુર વિસનગરા નાગર યુવક સમાજ તરફથી શ્રી સુનિતાબેન વિલિયમ્સ પંડ્યા વિશ્વમાં ભારતનું નામ રોશન કરનારને ગુજરાતનું ગૌરવ વધારનાર પુનઃ સંશોધન માટે અવકાશયાત્રાએ જનાર છે. તો તેમની આ સાહસિક યાત્રા નિર્વિદને પુરી પડે તેવી શુભેચ્છા માટે તા. ૧૪મી જુલાઈના રોજ રૂદ્રાભિષેકનું રાખવામાં આવ્યો છે. હાટકેશ્વર મહાદેવ ખાડિયા, જેઠાભાઈની પોળમાં યોજાશે. નારદીપુરમાં પણ હવે પછી કાર્યક્રમ યોજાનાર છે.

## સિનિયર સિટીઝન્સ કાઉન્સીલ વિશિષ્ઠ પ્રતિભાઓને સન્માનશે

### સાહસ, શૌર્ય, રમતગમત, કલા, કૌશલ્ય, વીરતા, શિક્ષણ, સંશોધન જેવાં વિષયોની પ્રતિભાઓને સન્માનાશે

ગાંધીનગર તા. ૧૩

સિનીયર સિટીઝન્સ કાઉન્સિલ ગાંધીનગરના મહામંત્રીશ્રી મહેન્દ્રભાઈ શાહ અખબારી નિવેદન જણાવેલ છે કે જેઓએ સાહસ, શૌર્ય, રમતગમત, કલા, કૌશલ્ય, વીરતા, શિક્ષણ, સંશોધનમાં વિશિષ્ઠ પ્રદાન કરેલ હોય, રાજય કે રાષ્ટ્ર સ્તરે કરેલ કાર્યવાહીનું પ્રમાણપત્ર મળેલ હોય તેવી વિશિષ્ઠ સિદ્ધિ ધરાવતી વ્યક્તિઓનું બહુમાન કરવામાં આવે છે. તો આવી વ્યક્તિઓએ પોતાની સિદ્ધિ બદલ કરેલ કાર્યવાહીની માહિતી ૭૯૦-એ, નમન એપાર્ટમેન્ટ, સેક્ટર-૨૧માં મોકલી આપવી.

# ગાંધીનગર જિલ્લા કોંગ્રેસ દ્વારા ૧૫મીએ લોકડાયરો યોજાશે

ગાંધીનગર, તા. ૧૩

ગાંધીનગર જિલ્લા કોંગ્રેસ સમિતિ અને ગાંધીનગર જિલ્લા શહેર કોંગ્રેસ સમિતિ દ્વારા લોકસંસ્કૃતિને ઉજાગર કરતા લોકડાયરાનું તારીખ ૧૫ જુલાઈ-૨૦૧૨ને રવિવારે રાત્રીના ૮.૩૦ કલાકથી ટાઉનહોલ, સેક્ટર-૧૭, ગાંધીનગર ખાતે આયોજન કરવામાં આવેલ છે. આ લોકડાયરાના મુખ્ય કલાકારો હાસ્યના બેતાજ બાદશાહી શાહબુદીન રાઠોડ તથા લોક સાહિત્યકાર ભીખુદાન ગઢવી છે.

આ કાર્યક્રમમાં ગુજરાત કોંગ્રેસના વરિષ્ઠ આગેવાનો સર્વશ્રી શંકરસિંહ વાઘેલા, ચેરમેન ચુંટણી પ્રચાર સમિતિ, શ્રી અર્જુનભાઈ મોઢવાડીયા, ગુજરાત પ્રદેશ કોંગ્રેસ પ્રમુખ, શક્તિસિંહ ગોહિલ વિરોધપક્ષના નેતા ગુજરાત વિધાનસભા તથા ગુજરાત પ્રદેશ અને ગાંધીનગર જિલ્લાના કોંગ્રેસના વરિષ્ઠ આગેવાનો ઉપસ્થિત રહેનાર છે.

આ લોકડાયરામાં ગાંધીનગર જિલ્લા કોંગ્રેસ સમિતિના પ્રમુખ ડૉ. સી.જે. ચાવડા તથા શહેર કોંગ્રેસ પ્રમુખ મુકેશભાઈ પટેલે ગાંધીનગર શહેર જિલ્લા કોંગ્રેસના યુવક કોંગ્રેસ, એનએસયુઆઈ, મહિલા કોંગ્રેસ, સેવાદળ તથા શહેર જિલ્લા કોંગ્રેસના તમામ કાર્યકર મિત્રોને હાજર રહેવા હાર્દિક નિમંત્રણ પાઠવવામાં આવે છે.

# ગાંધીનગર ભાજપ વોર્ડ નં.૭ મહિલા મોરચાની બેઠક યોજાઈ

## આગામી સમયમાં યોજાનાર ચૂંટણી સંદર્ભે જરુરી આયોજન કરવામાં આવ્યું

ગાંધીનગર, તા.૧૩

ગાંધીનગર ભારતીય જનતા પાર્ટી વોર્ડ નં. ૭ મહિલા મોરચાની સામાન્યસભા અને ટિફિન બેઠક તાજેતરમાં ગાંધીનગર મહિલા મોરચાના શહેરી મંત્રી ઉષાબેન પાંચાણીના નિવાસસ્થાને મળી હતી. ગાંધીનગર મહિલા મોરચાના પ્રમુખ ભારતીબેન શુકલ અને મહામંત્રી ભામિનીબેન મોદીએ હાજર રહીને જરુરી માર્ગદર્શન આપ્યું હતું.

શહેર મહિલા મોરચાના પ્રમુખ ભારતીબેન શુકલના નેતૃત્વ હેઠળ યોજાયેલી વોર્ડ નં. ૭ના મહિલા મોરચાની બેઠકમાં વોર્ડ નં. ૭નાં મહિલા મોરચાના પ્રમુખ નિહારીકાબહેન પટેલ અને મહામંત્રી મંજુલાબહેન પટેલે ટિફિન બેઠકનું તથા સામાન્ય સભાનું સુંદર આયોજન કર્યું હતું. મહિલા મોરચાના વોર્ડ નં. ૭ના હોદ્દેદારોમાં પ્રમુખ નિહારિકાબેન પરમાર, મહામંત્રી મંજુલાબેન પટેલ, ઉપપ્રમુખ રેખાબેન શાહ, જયોતિબેન સોલકી, મંત્રી રસીલાબેન વસાવા, સરોજબેન પટેલ, ગીતાબેન પરમાર, કુસુમબેન પરમાર, કોષાધ્યક્ષ શોભનાબેન ગજ્જર અને ગાંધીનગર મહિલા મોરચાના કારોબારી સભ્ય ભાવનાબેન સોલંકી અને ભાવનાબેન પાઠક તથા પક્ષના હોદેદારો, પદાદિકારીઓ ખાસ હાજર રહ્યા હતા. આગામી સમયમાં યોજાનાર ચૂંટણી સંદર્ભે જરુરી આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું.

# ભાજપા ગાંધીનગર મહાનગર બક્ષીપંચ મોરચાની કારોબારી બેઠક યોજાઈ

ગાંધીનગર, તા.૧૩

ભારતીય જનતા પાર્ટી ગાંધીનગર મહાનગર બક્ષીપંચ મોરચાનીકારોબારી બેઠક ગઈકાલે સાંજે ૭.૦૦ કલાકે વનચેતના કેન્દ્ર, સેકટર-૩૦, ગાંધીનગર ખાતે પ્રદેશ બક્ષીપંચ મોરચાના શ્રી ભગવાનદાસ પંચાલની અધ્યક્ષતામાં મળી હતી. આ બેઠકમાં બક્ષીપંચ મોરચા પ્રદેશ મહામંત્રી તથા ધારાસભ્શ્રી અનિલભાઈ માળી, ધારાસભ્ય ગાંધીનગર શ્રી શંભુજી ઠાકોર, બક્ષીપંચ મોરચાના પ્રદેશ ઉપાધ્યક્ષશ્રી સુભાષભાઈ બારોટ, બક્ષીપંચ મોરચાના પ્રદેશ કોષાધ્યક્ષશ્રી મહેન્દ્રભાઈ દરજી, મહાનગર બક્ષીપંચ મોરચાના પ્રમુખ પંકજજી ઠાકોર તેમજ ગાંધીનગર મહાનગરના હોદ્દેદારો તેમજ બક્ષીપંચ મોરચાના કાર્યકર્તાઓ ઉપસ્થિત રહ્યા હતાં.

આ પ્રસંગે શ્રી ભગવાનદાસ પંચાલે પોતાના ઉદબોધનમાં જણાવ્યું હતું કે ‘બક્ષીપંચ સમાજ એ ગુજરાતની કુલ વસ્તીમાં નોંધનીય સંખ્યા ધરાવે છે. આ સમાજનું સમર્થન હંમેશા ભારતીય જનતા પાર્ટીને મળતું રહ્યું છે તેમજ આગામી વિધાનસભાની ચૂંટણીમાં પણ બક્ષીપંચ સમાજ માનનીય મુખ્યમંત્રીશ્રીએ શરુ કરેલ વિકાસને વેગમાન બનાવશે તેવું હું આ તબક્કે ખાતરીપૂર્વક કહી શકું તેમ છું. તેણે વધુમાં જણાવ્યું હતું કે ગુજરાતને વૈશ્વિક ઓળખ આપનાર માનનીય મુખ્યમંત્રીશ્રી પણ બક્ષીપંચ સમાજમાંથી આવે છે તે સમાજ માટે ગૌરવની વાત છે.’

બક્ષીપંચ મોરચાના પ્રદેશ મહામંત્રી તેમજ દિયોદરના ધારાસભ્ય શ્રી અનિલભાઈ માળીએ આગામી વિધાનસભાની ચૂંટણીઓમાં બક્ષીપંચ સમાજ સાથે રહી ભારતીય જનતા પાર્ટીને જંગી બહુમતીથી જીતાડશે તેવી ખાત્રી આપી હતી. આ ઉપરાંત સમગ્ર ગુજરાત રાજયમાં બક્ષીપંચ મોરચાની જિલ્લા કક્ષાની કારોબારી બેઠકો બોલાવવા સૂચના આપી હતી.

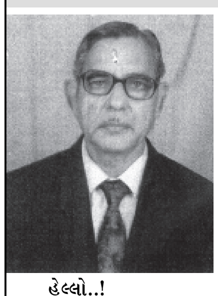
આ બેઠકમાં સ્વાગત પ્રવચન બક્ષીપંચ મોરચાના મહાનગરના પ્રમુખ શ્રી પંકજજી ઠાકોરે કર્યું હતું. મહામંત્રી શ્રી નરેન્દ્રભાઈ પંચાલે મોંઘવારી વિરોધી ઠરાવનું વાંચન કર્યું હતું. જયારે આભારવિધિ શ્રી ભીમસી આહીરે કર્યું હતું.

## આજે શ્રીમદ્ ભગવત ગીતા પ્રવચન યોજાશે

*ગાંધીનગર, તા. ૧૩*

*શ્રી રામકૃષ્ણ મિશન, લીંબડીના અધ્યક્ષ સ્વામી આદિભવાનંદના શ્રીમદ્ ભગવત ગીતા અને શ્રી રામકૃષ્ણ કથામૃત પરના પ્રવચનનો એક કાર્યક્રમ આજે તા. ૧૪મી જુલાઈ-૨૦૧૨ના રોજ સાંજે ૪.૩૦ થી ૫.૩૦ વાગ્યા દરમિયાન શ્રી રામકૃષ્ણ વિવેકાનંદ કેન્દ્ર, ગાંધીનગર, પ્લોટ નં. ૧૬૩૨/૨, સેક્ટર-૨-ડી ખાતે યોજાશે. ગાંધીનગર રામકૃષ્ણ વિવેકાનંદ કેન્દ્રના અધ્યક્ષ રજનીકાન્ત ભટ્ટે શ્રીમદ્ ભગવત ગીતા તથા શ્રી રામકૃષ્ણ કથામૃત પરના પ્રવચનના કાર્યક્રમમાં ગાંધીનગરની જનતાને પધારવા ખાસ નિમંત્રણ પાઠવ્યું છે.*

# યોગથી રોગને ભગાડતા અનોખા ગુરૂ : સતપ્રકાશ સૂરી સાહેબ



હેલ્લો..!

‘હેલ્લો, ગીરાબેન. નમસ્તે... તમે અરવિંદ કેન્દ્રમાં સૂરી સાહેબ પાસે યોગ-પ્રાણાયામની તાલીમ લો છો..! તમારો અનુભવ કેવો છે.?’

‘અરે બેન..! મને તો સૂરી સાહેબે નવું જીવન આપ્યું છે. મારૂં હૃદય ૩૫ ટકા કામ કરતું હતું. કેટલી બધી દવાઓ, ડૉકટરો બદલ્યા છતાં મને આરામ થતો ન હતો. મને કોઈએ યોગ-પ્રાણાયામથી હાર્ટ પ્રોબ્લેમમાં રાહત થાય છે એવું કહ્યું એટલે મેં અરવિંદ કેન્દ્રમાં સૂરી સાહેબનો સંપર્ક કર્યો. સાહેબને મારી બિમારી વિશે કહ્યું. તેમણે મને કેટલાંક પ્રાણાયામ સૂચવ્યાં મેં ૨૫ તારીખે અરવિંદ કેન્દ્રમાં સૂરી સાહેબના માર્ગદર્શન હેઠળ પ્રાણાયામ શરૂ કર્યાં અને ૧લી તારીખે મારે આમેય બધા રિપોર્ટ કરાવવાના જ હોય છે તે પ્રમાણે રિપોર્ટ કરાવ્યાં તો મારા અને ડૉકટરના આશ્ચર્ય વચ્ચે મારું હાર્ટ ૪૦ ટકા કામ કરતું હતું. માત્ર ૫ દિવસમાં ૫ ટકાનો ફેર પડી ગયો. સાહેબની સૂચના પ્રમાણે હું દિવસમાં ત્રણ વખત પ્રાણાયામ-યોગ કરું છું. મને આશા છે કે નહિ વિશ્વાસ છે કે આ વખતે રિપોર્ટમાં મારું હાર્ટ ૬૦ ટકા વર્ક બતાવશે જ..! સૂરી સાહેબ તો મારા ભગવાન છે મને તો ગુરૂમાં જ ગોવિંદના દર્શન થાય છે.’

ગીરાબેનનો વિશ્વાસ ચોક્કસ રંગ લાવશે. યોગથી રોગનો ભગાડતાં આ અનોખા ગુરૂ એટલે કે સતપ્રકાશ સૂરી સાહબ. સરકારી નોકરીમાંથી ૧ એપ્રિલ ૧૯૯૩માં રિટાયર્ડ થયાં તે પહેલાં ૧, જાન્યુ., ૧૯૯૩ થી અરવિંદ કેન્દ્ર ખાતે યોગ-પ્રાણાયામ પ્રશિક્ષણની ધૂણી ધખાવી હતી. માત્ર રસ અને અભ્યાસ માટે શરૂ કરલા આ યોગ અને પ્રાણાયામ ધીરે ધીરે તેમને તેના ગહન અભ્યાસ સુધી દોરી ગયાં. ડૉકટર પુત્ર અને પુત્રવધુના માર્ગદર્શનથી શરીરના અંતભાગોની જાણકારી મેળવી તેની સાથે સંકળાયેલી બિમારીઓ માટે અકસીર યોગાસન અને પ્રાણાયામ શોધી ન નાંખે ત્યાં સુધી જંપીને બેસે નહિં. અત્યાર સુધી તેમની પાસે આર્થરાઈટીસ, ડાયેરિયા, પગનો દુખાવો, સર્જરી પછી, આંતરડા ચોંટી જવા, અસ્થમા, સાઈટીકા, માઈગ્રેન, ડિપ્રેશન, પાઈલ્સ, થાઈરોઈડ, પેશાબની તકલીફ, અનિંદ્રા, ચિકનગુનિયા, હૃદયની તકલીફ, નિઃસંતાનપણું વગેરે રોગોના દર્દી પ્રાણાયામ દ્વારા પુનઃ સ્વસ્થતા મેળવી ચૂક્યા છે. પ્રાણાયામ શરૂ કર્યાના માત્ર ૬ દિવસમાં ગમે તેવા

**સંબંધ સજાવે જિંદગી**

**બલિહારી ગુરુ આપ કી**

**- સ્વાતિબા રાઓલ**

gsrelation@yahoo.com

રોગમાં પણ રાહત મેળવી જ શકાય છે તેવો સૂરી સાહેબનો આત્મવિશ્વાસ છે.

જો કે, પોતે આ વિશ્વાસમાં એકવાર ખોટા પડ્યા હતાં તે યાદ કરતાં સૂરી સાહેબ કહે છે. ‘એક બહેનને અનિદ્રાનો રોગ. પંદર-વીસ દિવસ આપ્યા છતાં ફેર ન પડ્યો. સાહેબ પતિ-પત્નિ બંનેને બોલાવ્યાં. બંનેને બેસાડી નિખાલસ ચર્ચા કરતાં જણાવ્યું કે બહેનનો સ્વભાવ શંકાશીલ અને ભાઈ મળતાવડા. બહેનની અનિંદ્રાનું કારણ પતિ પરનો અવિશ્વાસ. સૂરી સાહેબે બહેનના મનનો વ્હેમ દૂર કર્યો અને પછી પ્રાણાયામ ફરીથી શરૂ કરાવ્યાં. આજે બહેન ખૂબ ખુશ છે અને સારી રીતે ઉંઘે છે.’

સૂરી સાહેબ પાસે બે પુસ્તકો છપાય એટલા અનુભવોનું ભાથું છે. એક નિવૃત્ત મેનેજરશ્રી પી.એસ. યાદવ સેકટર-૨૨ના રહેવાસી. રિટાયર્ડ થયા પછી તેમને પીઆઈસીએ સિન્ડ્રોમ (એટલે કે નાના મગજમાં લોહી ન પહોંચવાના કારણે આખું શરીર લકવાગ્રસ્ત થઈ જવું)ની બિમારી થઈ. નાકમાં આરટી ટ્યુબ સાથે પ્રવાહી ખોરાક જ લઈ શકાતો અને બાર મહિના સુધી પીડાદાયક પરિસ્થિતિ અને ટ્રીટમેન્ટ વેઠ્યા પછી દવાની અસરથી થોડું થોડું ડોલતા- ડોલતા ચાલતા થયો. ખરો ચમત્કાર તો એ પછી થયો જ્યારે તેમણે ‘ડૉકટર ગુરૂ’ સૂરી સાહેબના પ્રાણાયામની ટ્રીટમેન્ટ શરૂ કરી. માત્ર બે મહિનામાં જ યાદવભાઈ નવા જોમ, ઉત્સાહ સાથે યુવાન થયાં હોય તેવો આત્મવિશ્વાસ અને શક્તિ અનુભવી રહ્યા છે. માત્ર એક મહિનામાં તો જાતે ગાડી ડ્રાઈવ કરી અમદાવાદ પણ જઈ આવ્યા હતા. યાદવ સાહેબ પ્રાણાયામ આજીવન ચાલુ રાખવા માંગે છે, તેઓને ખાત્રી છે કે બાકીની જિંદગીમાં તે હવે કોઈ રોગના શિકાર બનવાના નથી.

સેકટર-૧૭માં રહેતાં દિપાલીબેન ત્રિવેદીનો કિસ્સો પણ કંઈક આવો જ છે તેઓએ મણકામાં અસહ્ય દુખાવો અને સારહીકાની તકલીફ હતી. લાખો રૂપિયા વેડફ્યા પછી અનેક જાણીતા ડૉકટરોની મુલાકાત લીધા પછી પણ નિદાન જ થતું ન હતું. અને પડખું પણ ફરી શકાય તેવા સતત અસહ્ય દુખાવાથી દિપાલીબેન એકદમ નિરાશા અને ડિપ્રેશનનો ભોગ પણ બન્યાં. છ-છ વર્ષ પછી એક ડૉ. પ્રણવ શાહે નિદાન કર્યું કે તેમને માત્ર વિટામીન ડી ની ઉણપ છે. છ વર્ષની પીડા પછી દિપાલીબેને સૂરી સાહેબનું શરણ લીધું અને માત્ર ૮ દિવસમાં જ મોટાભાગની પીડાથી મુક્ત થયાં. હવે ડિપ્રેશન અને ગુસ્સો પણ ક્યાંય છું થઈ ગયાં છે. સૂરી સાહેબ કહે છે કે, મનુષ્યના જીવનમાં જે દુઃખ, જે પીડા લખાઈ હોય તે ભોગવવી જ પડે છે. ‘બેટા’ કહીને વાકયની શરૂઆત કરતાં સૂરી સાહેબ જણાવે છે કે કોઈ પણ રોગનું કારણ શરીર મન અને પ્રાણ વચ્ચેનું અસંતુલન છે. પ્રાણાયામ અને યોગ શરીર, મન અને પ્રાણની હાર્મની સુધારે છે. પરિણામે રોગ મટે છે. પોતાની આવડત અને જ્ઞાનને વટાવવાની કે ‘કેશ કરી લેવાની ખેવના ક્યારે રાખી નથી. તેમનાં યોગ વર્ગમાં મોટાભાઈ માઈગ્રેન, સાઈટિકા, ડિપ્રેશનના દર્દી સૌથી વધુ આવે છે.

પોતાની પાસે આટલા વર્ષોમાં આવનાર વ્યક્તિઓની સંખ્યા અને રોગના આધારે સૂરી સાહેબે દરેકનું રોગ અને વયજૂથ તથા પુરુષ-સ્ત્રી પ્રમાણે વર્ગીકરણ કરી. વિવિધ તારણો તારવ્યાં છે. સ્વયંને ગુરૂ માની સખત સાધનાથી અનેકના જીવનમાં તંદુરસ્તી અને નિરામયનું અજવાળુ ફેલાવનાર આ ગુરૂને સો-સો સલામ...!!

# આજે ગાંધીનગરમાં

## આજનો દિવસ

સૂર્યોદય : ૬.૦૨

સૂર્યાસ્ત : ૭.૨૮

## તાપમાન

મહત્તમ : ૩૧.૫ ડિ.સે.

લઘુત્તમ : ૨૬.૫ ડિ.સે.

## ભેજનું પ્રમાણ

સવારે ૮૫ ટકા ● સાંજે ૭૫ ટકા

## મનોરંજન

### સિટી પલ્સ

: સ્કીન-૧ :

કૉકટેલ : ૧૧.૦૦, ૧.૪૫, ૪.૩૦, ૭.૩૦, ૧૦.૩૦

: સ્કીન-૨ :

કૉકટેલ : ૧૦.૦૦

બોલ બચ્ચન : ૧૨.૪૫, ૩.૪૫, ૬.૪૫, ૧૦.૧૫

: સ્કીન-૩ :

કૉકટેલ : ૧૨.૩૦, ૩.૩૦, ૬.૩૦, ૯.૩૦

: સ્કીન-૪ :

બોલ બચ્ચન : ૨.૧૫, ૫.૦૦, ૭.૪૫, ૧૦.૩૦

### સિને મેક્સ

: સ્કીન-૧ :

કેવી રીતે જઈશ : ૯.૪૫

કૉકટેલ : ૧૨.૩૦, ૬.૩૦, ૯.૩૦

ધ અમેઝીંગ સ્પાઈડરમેન -૩ડી(હિન્હી) : ૩.૩૦

: સ્કીન-૨ :

બોલ બચ્ચન : ૧૦.૦૦, ૧.૦૦, ૪.૦૦, ૭.૦૦, ૧૦.૦૦

: સ્કીન-૩ :

કૉકટેલ : ૧૦.૧૫, ૧.૧૫, ૪.૧૫, ૭.૧૫, ૧૦.૧૫

: સ્કીન-૪ :

કૉકટેલ : ૯.૦૦, ૩.૦૦

બોલ બચ્ચન : ૧૨.૦૦, ૬.૦૦, ૯.૦૦

### સૂર્યા, વાવોલ

હોન્ટેડ હાઉસ : ૧૨.૪૫, ૩.૪૫, ૯.૪૫

ટ્રેડ એક જંગ : ૧૨.૩૦, ૩.૩૦, ૯.૩૦

### ટાઉન હોલ

- ભારત વિકાસ પરિષદ ગાંધીનગર દ્વારા સ્વામિ વિવેકાનંદના જીવન પર આધારિત નાટક રાત્રે ૯.૩૦ કલાકે.

## આપની આજ

**મેષ** : આજે કૌટુંબિક શુભ કાર્યોનું આયોજન થઈ શકશે. આર્થિક સંસ્થાઓ પર કાર્ય થઈ શકે છે. સંતાન પક્ષ, મનોરંજન સંબંધી કાર્ય થશે. ઉપલબ્ધિ પ્રાપ્તિનો યોગ બની રહ્યો છે.

**વૃષભ** : જ્ઞાન, શિક્ષા, સંશોધન વગેરે કાર્યોમાં સમયનો વ્યય ન થાય તેની કાળજી રાખવી. કર્મક્ષેત્રમાં સફળતા પ્રાપ્તિનો યોગ બની રહ્યો છે. સન્માન અને ઉપલબ્ધિ પ્રાપ્તિ થઈ શકે છે.

**મિથુન** : વેપારમાં સમસ્યાઓ છતાં કાર્ય થવાનો યોગ. આજીવિકાના ક્ષેત્રમાં સ્થિતિ સામાન્ય રહેશે. રાજકારણના ક્ષેત્રમાં પરિવર્તનથી અનુકૂળતા બનશે.

**કર્ક** : સમ્માનમાં કમીના અવસરનો સંદેશ કાર્યની ગતિને પ્રભાવિત કરશે. વ્યપારમાં હાનિ થવાની સંભાવના છે. સાવચેતી અને સતર્કતા રાખીને કામ કરો.

**સિંહ** : દિવસ આમોદ-પ્રમોદનો અવસર પ્રાપ્ત થઈ શકશે. રોજગારના ક્ષેત્રમાં તમારો આત્મવિશ્વાસ અને મહત્વમાં વધારો થઈ શકશે. કાર્યની પ્રત્યે ઉતાવળ અને બેદરકારી ન કરો.

**કન્યા** : સામાજિક ક્ષેત્રોથી લાભ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. સામાજિક ક્ષેત્રે મહત્વપૂર્ણ ઉપલબ્ધિ મળી શકે છે. વ્યાપાર- વ્યવસાયમાં ભાગીદારીમાં નુકશાનકારક ન બને તેની કાળજી રાખવી.

**તુલા** : મિત્રો અને સહયોગીઓ પર વધારે વિશ્વાસ નુકશાનકારક બની શકે છે. વ્યાપારમાં નવીન કરારો પર ધ્યાન આપવું હિતકારક રહેશે. પોતાની વસ્તુઓ સંભાળીને રાખો.

**વૃશ્ચિક** : સંતાન ઉજજવળ ભવિષ્યની તરફ અગ્રેસર થઈ શકશે. મિત્રોના સહયોગથી સમસ્યાઓનું સમાધાન મળી શકે છે. આવકના નવા સ્ત્રોત ઉભા થવાની સંભાવના છે. આળસ છોડીને કાર્ય સમય પર પૂર્ણ કરો.

**ધન** : આપનો પ્રભાવ વધવાથી શત્રુ પરાસ્ત થઈ શકે છે. ધૈર્યને કારને તમારી મોટીથી મોટી આકાંક્ષા પણ પૂર્ણ થતી જણાય. કુટુંબમાં વૃદ્ધ વ્યક્તિઓના આરોગ્ય તરફ ધ્યાન આપવું જોઈએ.

**મકર** : મિત્રોના સહયોગથી ઉદ્ભવેલ સમસ્યાનું સમાધાન મળી શકે છે. વ્યાપારમાં પ્રગતિ થશે. નોકરી- વ્યવસાયમાં અણધારી સફળતા પ્રાપ્ત થશે. આર્થિક સ્થિતિ મજબૂત બનતી જણાય.

**કુંભ** : સારા લોકોથી મુલાકાત થઈ શકે છે, જે તમારા હિતચિંતક બની શકે છે.વિચારોમાં સકારાત્મકતા અને આશાજનક પ્રવૃત્તિ રાખવી. કાર્યની ગતિમાં વધશે.

**મીન** : પ્રબળ આત્મવિશ્વાસ તથા દૃઢ નિશ્ચયથી જટિલ કાર્યનો ઉકેલ આવશે. વ્યાપાર -વ્યવસાય પ્રત્યે ધ્યાન આપો. આરોગ્ય પ્રત્યેની બેદરકારી ઘાતક થઈ શકે છે. કુટુંબના સદસ્યો તરફ ખાય ધ્યાન આપવું.

## ચિરવિદાય

- સ્વ. કોદરજી ભગાજી ઠાકોર (ઉ.વ. ૬૫) મુ.પો. વાવોલ, તા., જિ. ગાંધીનગર.
- સ્વ. નારાયણભાઈ નાગરદાસ નાયી (ઉ.વ. ૭૬) પ્લોટ નં. ૩/૧, સૂર્યનારાયણ સોસાયટી, સેકટર-૨૫ ગાંધીનગર.
- સ્વ. ધનીબેન ડાહ્યાભાઈ ઠાકોર (ઉ.વ. ૯૫) પ્લોટ નં. ૫૩/૧, સેકટર-૩/એ, ગાંધીનગર.
- સ્વ. ચકુબેન વિજયભાઈ દંતાણી (ઉ.વ. ૩૦) સેકટર-૧૪ ગોકુળપુરાના નવા છાપરાં, ગાંધીનગર.