

દ્વી સુરતી સુજી વહોરા મુદ્દિલમ એજ્યુકેશન સોસાયટી, સુરતનું મુખ્યપણે

# વહોરા સમાચાર

## પરિવર્તનના સમયમાં સાચી સમજણા કેળવવા માટે

કશુંક ન સમજાય તેવું અને ખાસ તો કાબૂ બહારનું બની રહ્યું છે, એમ આપણાને લાગે છે. પરંતુ દુનિયામાં કોઇ વસ્તુ કાયમી હોય તો તે ફેરફાર અને પરિવર્તન છે.

નવી બાબતો આવે તો વિરોધ શરૂ થઈ જાય છે. ઇંગ્લેન્ડમાં સાઇકલ ખરીદનારે પણ લાઇસન્સ લેવું પડતું.

પરંતુ ધીરે ધીરે તેનો સ્વીકાર થઈ જતો. આવુંજ ગ્રામોફોન, ડેડીયો અને ટેલીવિઝન માટે થયું હતું. ભારે વિરોધ વર્ષે એ આગળને આગળ નીકળતું જ ગયું. અને આજે ટેલીફોન જેમાં સમગ્ર દુનિયાની તમામ પ્રકારની વિગતો સાથે બધાના ગજવામાં આવી ગયો છે. એનો વિરોધ કોઇ કરતું નથી.

એ પરિવર્તનની નવી ચાલ છે.

આપણાને ગમે કે ન ગમે જીવનમાં નવું નવું બનતું જ રહેવાનું છે. પરિવર્તન આવતુંજ રહેવાનું છે, પરિવર્તન ચેતન અને જડ બંન્ને ઉપર અસર કરે છે. આપણાને એ ગમે કે ન ગમે પરિવર્તન થતુંજ જાય છે. અને અટકાવવાનું મનુષ્યનું ગાજું નથી. તમે જેવા હો તેવા સ્થિર રહી શકવાના નથી. કુદરતની સાથે રહીને મનગમતું પરિવર્તન કરી શકો છો અથવા તો કુદરતના પરિવર્તનનો સ્વીકાર કરી શકો છો. રોકિંદા જીવનમાં મતભેદ અને તણાવ ઓછા કરવાનો એક જ રસ્તો છે.

એટલે જ આજે જે આધુનિક છે એ કાલે જુનું બની જવાનું છે. નવી પેટી આવે છે. જૂની પેટી જાય છે. નવી અને જૂની પેટી વર્ષે મતભેદો થતાં જ આવ્યા છે. એનું કારણ જડપથી થતું પરિવર્તન છે.

આ બાબતો ધ્યાનમાં લઈ મા-બાપે પોતાના સંતાનો વિશે સાચી સમજણા કેળવવાની જરૂર છે.

### ■ મોહંમદ મંકડ

શબ્દાલ ૧૪૪૪

મે - ૨૦૨૩

તંત્રી: મસ્ત મંગોરા



[www.ssvmes.org](http://www.ssvmes.org)



vohrasociety@gmail.com  
[vohrasamachar@gmail.com](mailto:vohrasamachar@gmail.com)

[www.vohratimes.org](http://www.vohratimes.org)

[vohrasamachar@yahoo.com](mailto:vohrasamachar@yahoo.com)

## જગાકુમુલાઈ

### અમેરીકાથી જનાબ મોહુમદભાઈ પટેલ સાહેબ એન્ડ ફેમિલી તરફથી સોસાયટીને રૂ. ૩૨,૭૨,૦૦૦/- નું મળેલ કિંમતી દાન

સોસાયટીના હિતેછું, હમદર્દ અને દાનવીર જનાબ મોહુમદભાઈ પટેલ સાહેબ તથા એમની ફેમિલી છેલ્લાં ધણા વર્ષોથી સોસાયટીને દાન આપી મદદરૂપ થઈ રહ્યા છે. એઓ દર વરસે રકમમાં ઉત્તરોત્તર વધારો કરી મોકલે છે ચાલુ વરસે પણ રૂ. ૩૨,૭૨,૦૦૦/- નું કિંમતી દાન સોસાયટીને આપ્યું છે. જગાકુમુલાઈ.

અલ્લાહ રખ્યુલ ઇજાતથી દુઆ કરીએ કે માખુદે કરીમ જનાબ મોહુમદભાઈ તથા એમની ફેમિલીની ખેરાતને કબૂલ ફરમાવી એનો બહેતરીન બદલો બને જહાનમાં અતા ફરમાવે. આમીન.

- જનાબ મૌલાના ઇખ્રાઈમ જીભાઈ સા. કેનેડા તરફથી રૂ. ૨,૦૦,૦૦૦/- જકાતના સોસાયટીના સ્કોલરશીપફંડમાં જનાબ મૌલાના ઐયુબ નુરગત સા. વસરાવી હસ્તે મળ્યા છે.
- જનાબ યુનુસ અહમદ જીનવાલા સા. કોસમડી તરફથી રૂ. ૧,૫૦,૦૦૦/- સોસાયટીના જકાતફંડમાં મળ્યા છે.
- જનાબ મોહમદ કાસમ સબાત સા. યુ.કે. (કાતેમા એજયુકેશન એન્ડ વેલ્ફેર ટ્રસ્ટ, દીવા) તરફથી રૂ. ૧,૦૦,૦૦૦/- સોસાયટીના જકાતફંડમાં જનાબ મોહમદ એ.હ્મીદભાઈ પટેલ સા. દીવા હસ્તે મળ્યા છે.
- જનાબ અહમદ ગુલામમોહમદ માંજરા સા. પેરીસ તરફથી રૂ. ૫૦,૦૦૦/- સોસાયટીના જકાતફંડમાં જનાબ ઇખ્રાઈમભાઈ માંજરા સા. દીવા હસ્તે મળ્યા છે.
- જનાબ ઇદ્રીસ અહમદ ડાલા સા. બર્મિંગહામ-યુ.કે. તરફથી રૂ. ૫૦,૦૦૦/- સોસાયટીના જકાતફંડમાં જનાબ દાવુદભાઈ રંદેરા સા. સુરત હસ્તે મળ્યા છે.
- જનાબ મૌલાના મુસા મોહમદ કાર્જી સા. સા.આણિકા તરફથી રૂ. ૫૦,૦૦૦/- સોસાયટીના જકાતફંડમાં જનાબ ઝીયાઉદ્દીન ઐયુબ કાર્જી સા. આંકડોદ હસ્તે મળ્યા છે.
- જનાબ હાસીમભાઈ બોબાત સા. જર્મની તરફથી રૂ. ૨૦,૦૦૦/- સોસાયટીના જકાતફંડમાં જનાબ ઇકબાલભાઈ બોબાત સા. પાનોલી હસ્તે મળ્યા છે.
- મોહતરમા ઝુબેદાબહેન યુસુફ બેલીમ સા. વડોદરા તરફથી રૂ. ૨૦,૦૦૦/- સોસાયટીના જકાતફંડમાં મળ્યા છે.
- જનાબ સઇદ અઝહર અહમદ કાર્જી સા. મુંબઈ તરફથી રૂ. ૨૦,૦૦૦/- સોસાયટીના જકાતફંડમાં મળ્યા છે.
- મોહતરમા મેમુનાબહેન હાજી યાકુબ જકડા સા. કેનેડા તરફથી રૂ. ૧૫,૦૦૦/- સોસાયટીના વિવિધફંડમાં મોહતરમા રાબીયા અહમદ જકડા સા. પાનોલી હસ્તે મળ્યા છે.
- જનાબ સલીમ યાકુબ દીનાથ સા. કઠોર તરફથી રૂ. ૧૦,૦૦૦/- સોસાયટીના બેવાફંડમાં મળ્યા છે.
- મોહતરમા ઝુલેખા એમ. દલાલ સા. માંગારોલ તરફથી રૂ. ૧૦,૦૦૦/- સોસાયટીના જકાતફંડમાં મળ્યા છે.
- મોહતરમા ઝુબેદા ઇખ્રાઈમ સુરતી સા. કેનેડા તરફથી રૂ. ૧૦,૦૦૦/- સોસાયટીના જકાતફંડમાં મળ્યા છે.
- જનાબ અ.હ્મીદ પાંચભાયા સા. તરફથી રૂ. ૧૦,૦૦૦/- સોસાયટીના જકાતફંડમાં જનાબ કારી ઇન્ઝિયાઝ લહેરી સા. સાયએ હસ્તે મળ્યા છે.
- જનાબ ઝાહીદભાઈ પટેલ સા. વડોદરા તરફથી રૂ. ૧૦,૦૦૦/- સોસાયટીના જકાતફંડમાં મળ્યા છે.
- જનાબ ઇસ્માઈલ યુસુફ પટેલ સા. બરબોધન તરફથી રૂ. ૬,૦૦૦/- સોસાયટીના વિવિધફંડમાં જનાબ મુનાબાઈ અટન સા. કોસાડ હસ્તે મળ્યા છે.

**અલ્લાહપાક મદદ આપનાર - આપાવનાર સર્વેને બહેતરીન બદલો બન્ને જહાનમાં આપે.આમીન.**

#### Attention Please

Our Organization Yahoo email Id [vohrasociety@yahoo.com](mailto:vohrasociety@yahoo.com) has been closed due to circumstances, please do not send any mail to this email Id. Please note that the new Gmail Id our Organization is [vohrasociety@gmail.com](mailto:vohrasociety@gmail.com)

## વહોરા સમાચાર

### ■ હૃદીશ શરીક

- ઇન્સાનના અમલનો દારોમદાર તેની નિયત ઉપર છે.
- જે ઇન્સાનમાં હલાલ અને હરામ વસ્તુને પારખવાની તમીજ છે, તેણે દુનિયા જીતી લીધી.

### ■ સુવિચાર

- જો હર્ષ શોકથી પર રહી સદા પ્રસંગ રહીએ તો આપણું સ્વજનોનું જીવન ઉજ્જવળ બને.
- અસત્ય બોલીને જીતવું અના કરતાં સત્ય બોલીને હારી જવું વધુ સાંચે.

**અંક : ૦૫**

**માર્ગ : મે ૨૦૨૩**

**માહે : શાબ્દાબ ૧૪૪૪**

**તંત્રી : મસ્ત મંગેરા**

### ■ કૂલની શોરન

જીવન ગમે તે રીતે પૂર્ણ કરવું એટલું જ આપણે સમજતા હોઈએ છીએ, પણ આ આપણે અધૂરી સમજ છે. જેમ લુછાર લોટાને ટીપીને તેના સારા સારા ઘાટ બનાવવા જેટલી કાળજી રાખે છે તેટલી કાળજી આપણે આપણા જીવનને ઉન્નત કરવા માટે રાખવી જોઈએ તો જ જીવન રસ સામદર બને.

### ■ એક શો'ર

મળ્યો અંધાર તો જાતે દીવો થઇને બળી લીધું, સૂરજ કે ચાંદ પાસેથી નથી એકે કિરણ માંગ્યું

- રત્નિલાલ 'અનિલ'

### ■ તંત્રી સ્થાનેથી...!

રમજાન મુખારકનો મહિનો પૂરો થઈ ગયો. અલ્લાહ તરાલાએ આપણાને આ મહિનામાં સબરનો મોટો મહિમા સમજાવ્યો છે.

ખરેખર મુસલમાનોએ આજે દરેક બાબતમાં વાતમાં ધીરજ રાખી આગામ વધવાનું છે. જે કોઈ બનાવો બની રહ્યા છે - એ દિલ હચમચાવી મૂકવા માટે પૂરતા છે.

**દક્ષબાલ (રહ.) એ એક શો'ર માં કહેલું મહવે હેરત હું કે દુનિયા કચા સે કચા હો જાઓગી.**

આજે ઉતાવળ, ગુર્સ્સો ઉચા સ્થાને પહોંચી ગયો છે. ભૂતકાળના અનુભવો બધા ભૂલી ગયા છે. ભાઈ સગાભાઈનો જ દુશ્મન બની ગયાના દાખલા જોવા મણે છે. આ બાબત મોટા પાયે દેખાઈ રહી છે.

એક બીજા સાથે લડવાને બદલે મળવાનું ઓછું થઈ ગયું છે. કોઈને કોઈની દરકાર નથી. આજના પેપરો વાંચો તો આપણે નિઃસાસા નાંખતા થઈ જઈએ છીએ.

રમજાન મુખારક આપણાને ધીરજનો ઘણો મોટો સબક શીખવાડે છે. થોડીક પળ, મિનિટ કે કલાક થોભી જવાથી ઘણાં અનર્થો દૂર થઈ જાય છે.

અલ્લાહપાક આપણાને ધીરજ સહન કરવાની શક્તિ આપે. એવી હુઆ. ■ મસ્ત મંગેરા (કાંગાવઈ)

E-mail : mastamangerakangwai@yahoo.com  
Mob : 9426771991

તંત્રી, મુખ્યક અને પ્રકાશક :- અહુગદ ઈંગ્રીઝ મંગેરા ('મસ્ત' મંગેરા) મુખ્યા સ્થાન :- નાટરાજ પ્રિન્ટસે, ઈંડિયનપુરા અંગાવાડી, સુરત.  
પ્રકાશન :- વહોરા સમાચાર, કાયોલય રથળ :- સુર્ખીનગર, રેલ્વે સ્ટેશન સામે, સુરત - ૩૬૪ ૦૦૩ માલિક :- દી સુ. સુ. વ. મુ. ચો. સોસાયટી-સુરત.



## નેકી, તારાં નવલખ રૂપ

- મુસાજી દીપક બારડોલીકર

### વ્યભિચાર: એક મોટો ગુનો

વ્યભિચાર એ સમાજમાં નિર્લજ્જતા અને ભષાચાર ફેલાવનારો એક મોટો ગુનો છે. સંસ્કારી, સદાચારી લોકો એ ગંદવાડથી છેટા રહેવાનું પસંદ કરે છે. એ હરામ આચરણ વિશે કલામે-પાકમાં ઇશારે ઇલાહી છે કે:

‘અને વ્યભિચારની નજુક જશો નહીં. એ એક શરમજનક ફૂલ્ય (મોટું પાપ) ને ભુરાઇનો માર્ગ છે.’ (૩૨) અલ-ઇસરા-૧૭

આવું હરામ ફૂલ્ય કરનારા માટે સમાજમાં બૂરાઈ ફેલાવનારાઓ માટે અલ્લાહ-તારાલાસે નસિયતદાયક શિક્ષા નક્કી કરી છે. આ શિક્ષાનો અમલ કોઇપણ વંદેલને સીધા-દોર કરી શકે એવી છે. કલામે - પાકમાં એ શિક્ષાના બચાનમાં કહેવાયું છે કે:

વ્યભિચાર માટે (યાને લગ્ન પહેલાંના, ગોરકાયદે જાતીય સંભોગ માટે) ગુનેગાર દરેલાં શ્રી - પુરુષ દરેકને એકસો ફટકા મારો. (૨) અલ-નૂર.

એકસો ફટકા, વ્યભિચારી કુવારાં શ્રી-પુરુષ બંનેને કે તેમને બરાબર નસિયત મળો. વળી આ શિક્ષા ખાનગીમાં નહીં, બલકે જહેરમાં અને તે પણ શ્રદ્ધાવાનોની એક જમાતની નજીર સામે આપવા વિશે કુર્ાનમાં ખાસ હુકમ કરાયો છે:

‘ અને અગાર તમે અલ્લાહ અને અંતિમ દિવસ પર શ્રદ્ધા ધરાવતા હો તો જોજો એ બંનેના મામલામાં કયાંક દયા તમને અલ્લાહના આદેશ પર અમલ કરવાથી રોકે નહીં. અને તેમની શિક્ષાના નિરીક્ષણ માટે શ્રદ્ધાવાનોની એક જમાતને ત્યાં હાજર રાખો.’ (૨) અલ-નૂર-૨૪

એ તો છે કુવારાં વ્યભિચારીઓ માટેની શિક્ષા. પરંતુ વ્યભિચારી શ્રી-પુરુષ પરણોલા હોય તો? તેમનો એ ગુનો વિશેષ ગંભીર બની જાય છે અને એની શિક્ષા પણ અટેલી જ આકરી છે. કલામે

- પાકની એક રાચયત કે જેની તિલાવતા રદ કરાઈ ચૂકી છે તેની અંદર ફરમાવ્યું છે કે પરિણીત શ્રી અને પુરુષ વ્યભિચાર કરે તો એ બંનેને સંગસાર કરો. અલ્લાહના તરફથી એ તેમની શિક્ષા છે. (બખારી મુસ્લિમ)

સંગસારીની આ શિક્ષામાં એક ખાડો ખોદી વ્યભિચારીને તેની અંદર ઉભો કરી, તેની છાતી સુધી ખાડો પૂરી દદ, પદ્ધતમારો કરીને તેનું મરણ નિપદ્વાવવામાં આવે છે.

આવા કઠણ ગંભીર કેસમાં આરોપીની પોતાની કબૂલાત અને ચાર સજજનોની ગાવાહી મહિંવની લેખાય છે. અગાર આરોપી પોતે વ્યભિચાર કર્યાની કબૂલાત કરી લે ચા ચાર સજજનો તેની પિંડુલ સાક્ષી પૂર્ણ એવા સંભેગોમાં ઘરસામી અદાલત પુરાવાઓની છાનબીન કરીને શિક્ષા વિશે યુકાદો આપી શકે છે. આવા યુકાદાની સત્તા માત્ર ઘરસામી અદાલતને હોય છે, કોઇ વ્યક્તિ ચા સંસ્થાને નહીં.

અન્ય કેસોમાં બને છે એ રીતે આવા વ્યભિચારના કેસમાં પણ આરોપીને કેટલીક વાર શંકાનો લાભ મળી જતો હોય છે એટલે કે આરોપી અગાર તેની ગુનાની કબૂલાત પાછી ખેંચી લે અને ગુનો કર્યાનો ચોખ્ખો ઇન્કાર કરી દે ચા પુરાવા અને સાક્ષી ઘોરણસરનાં હોય એવા સંભેગોમાં આરોપીને શંકાનો લાભ મળી શકે છે અને તે શિક્ષાથી બચી શકે છે.

ગમે એમ, પણ વ્યભિચાર એ એક મોટો ગુનો છે, નરી નિર્લજ્જતા છે, શૈતાની હરકત છે. આવા ગુના કરનાર વિશે નબી કરીમે (સ.અ.વ.) ફરમાવ્યું છે: ‘વ્યભિચારી ઇમાનની સ્થિતિમાં વ્યભિચાર કરતો નથી.’ (બુખારી, મુસ્લિમ)

એટલે કે વ્યભિચાર અને ઇમાન ભેગાં રહી શકતાં નથી. ઇમાનનો જગતવું હોય તો વ્યભિચારથી વેગળા રહેવું અનિવાર્ય છે. સંસ્કારી સજજનોનો એ જ માર્ગ હોઇ શકે છે અને જ્યાં આવા સંસ્કારી લોકો હોય છે તે સમાજમાં સદાચરણાની, સુખશાંતિની સુવાસ પ્રસરે છે. ■

## આધ્યાત્મિક સફ્ર

ઉર્દુ લેખક : મૌ. ઇફતિભારાનામદ કાશિમી જમસ્તીપૂરી  
અનુવાદક : યુસુફખાન પટાણ (ગુજરાતી)

### તાજા જન્મેલા (નવજાત શીશુ) બાળકનો ખોરાક

એક માનવી જે એક તુચ્છ એવા અત્યંત નાપાક વીર્યના ટીપાંમાંથી કુદરતના સર્જનની એક સવોતમ કલાકૃતિનું રૂપરૂપ ધારણ કરી બાળકરૂપે આ દુનિયામાં જન્મ પામે છે, (આ દુનિયામાં આંખો ખોલે છે) તે પોતાના બાળપણના સમયમાં પોતાના જીવન માટે વધારે વિકાસનો મોહતાજ હોય છે-પરવશ હોય છે. તે શારીરિક રીતે ઘણો જ નબળો હોય છે. તેની રક્ષણાત્મક શક્તિ પણ અપૂર્ણ અને નબળી હોય છે, પાચન શક્તિ બરાબર હોતી નથી અને બહારના વાતાવરણથી પોતાના શરીર ઉપર લાભદાયી અને ઈજા પહોંચાડે તેવી અસરો સ્વીકારવા કે અસ્વીકારવા માટે સંતુલિત હોતું નથી. પરિણામે તે બહુ જ ઝડપથી ગરમી અને ઠંડીની ઝપાટોમાં આવી જાય છે. આવા સમયે બાળક માટે એવા ખોરાકની જરૂર હોય છે, જે તેની તમામ જરૂરિયાતોને ખૂબ જ સારી રીતે પૂર્ણ કરવા માટે-સંતોષવા માટે શક્તિમાન હોય અને તેના સારા ઉછેર માટે પણ યોગ્ય હોય... તે અતિ કિમતી બખીસ (નેઅમત) ‘માતાનું ધાવણ’ છે, જે તાજા અવતરેલા બાળક માટે કુદરત તરફથી મળેલ એક મહાન બખીસ અને અલોકિક, અજોડ - પેનમૂન બેટ છે.

માતાના દૂધમાં કુદરતે જયાં બાળક માટે વિવિધ ખોરાક મૂક્યા છે ત્યાં બાળકના ઉછેર માટેનો સામાન પણ બનાવ્યો છે. આ દૂધમાં એવા એવા રાસાયણિક તત્ત્વો પણ હોય છે, જે બાળકની રક્ષણાત્મક શક્તિમાં વધારો કરે છે અને બાળકને રોગો માટે સુરક્ષિત રાજે છે. આ દૂધ રોગના જંતુઓનો દુશ્મન (જંતુનાશક) પણ છે, કેમ કે સામાન્ય દૂધ (માતાના ધાવણ સિવાયનું અન્ય દૂધ) ને છ (૧) કલાક પડયું રાખવાથી તેમાં જીવાણુંઓ પેદા થઈ જાય છે, પરંતુ માતાના દૂધમાં કંઇ જ ફરક પડતો નથી.

(માતાનું દૂધ બગાડતું નથી.) આ દૂધ બાળક જલ્દીથી હજમ કરી લે તેવું હોય છે. તેનામાં પૂરતા પ્રમાણમાં કુદરતી ગરમી હોવાને લીધે બાળકના પેટમાં ગેસ (નકામી હવા) બનતો નથી. એવી જ રીતે એનામાં કુદરતી ભીનાશ, તેલીતત્ત્વ અને ચરબી વગેરે પુષ્કળ પ્રમાણમાં હોવાથી બાળકને સખત કબજીયાત (Constipation) વગેરે થતા નથી.

દાક્તરોનું કહેવું છે કે જે બાળકને માતાનું દૂધ નથી આપવામાં આવતું તે બાળકોના દાંત ખૂબ જ નબળા હોય છે અને આવા બાળકો મોટા થઈને દાંતોના વિવિધ રોગોના શિકાર બની જાય છે. ઓસ્ટ્રેલિયાના વૈફાનિકોનું સંશોધન એવું છે કે, જે બાળકોને શરૂઆતના ચાર મહિના માતાનું દૂધ પિવડાવવામાં આવતું નથી તે બાળકોને શ્વાસ (દમ) નો રોગ લાગુ પડવાનો અવકાશ ૨૮ % (૨૮%) જેટલો રહે છે.

આધુનિક વિજ્ઞાનની શોધખોટથી એ વાત સાધિત થઈ ચૂકી છે કે બાળકને માતાનું દૂધ પિવડાવવાથી માં અને બાળક બન્ને કેન્સર જેવી ભયંકર બીમારીથી-કેન્સર જેવા ભયંકર રોગથી સુરક્ષિત રહે છે. આથી ‘સ્વીન યુનિવર્સિટી’ માં માતાના દૂધ ઉપરના સંશોધન (રિસર્ચ) થી એ જાણવા મળ્યું છે કે ‘મા’ નું દૂધ ફક્ત કેન્સરના કોશોને નાખૂંદ કરે છે એટલું જ નહીં, પરંતુ તમામ પ્રકારના કેન્સરના રોગો સામે જાગૂમવાની શક્તિ પણ પેદા કરે છે અને ‘મીસ સવાનબાર્ગ’ ની શોધ તો એ છે કે માતાના દૂધમાંથી મળતા તત્ત્વો આંતરિક ઇન્ફેક્શનને પણ રોકે છે. નિષ્ણાંતોનો એક અનુભવસિદ્ધ નિયોડ આ પણ છે કે, માતાનું દૂધ બાળકો માટે બુદ્ધિવર્ધક છે - ચાદશક્તિ પોષક છે. ‘નોર્વે યુનિવર્સિટી’ માં આ વિષય પર સંશોધન કરવાથી જાણવા મળ્યું કે માતાનું દૂધ બાળકની પ્રત્યક્ષીકરણ-સમજશક્તિને તેજસ્વીતા આપે છે-બધ આપે છે.

સ્વાભાવિક રીતે જ માનો જુસ્સો બાળક માટે

મમત્વથી ભરેલો હોય છે અને બાળકો પોતાની માતાની મહેરબાનીઓ - ઉપકારવશતા અને સ્નેહથી ઘણા જ પ્રમાવિત હોય છે. એટલે જ માતાનું દૂધ બને માટે તૃપ્તિ અને સાંત્વનનો સામાન એક સાથે પહોંચાડે છે, બને વચ્ચેના સંબંધો રૂચિકર બનાવે છે અને ખાસ કરીને બાળકોમાં પોતાની 'મા' પ્રત્યે એક દૃદ્ધપૂર્વકનો આત્માપ્રિય આકર્ષણ પેદા કરે છે. 'મા' ની રીતમાત (વર્તણૂક) અને ટેવોની પવિત્ર અસરો બાળકોમાં જોવા મળે છે. નહીંતર અકબર ઇલાહાબાદીના શબ્દોમાં કહીએ તો:

### તિફલમેં બુ આચે કયા મા બાપકે અતવારકી ?

#### દૂધ તો ડિંબેકા હૈ, તાલીમ હૈ સરકારકી

ઉછરના પહેલા તબકકમાં બાળકને લોહીની સખત જરૂર રહે છે અને દિલ કે જે સામાન્ય રીતે પાચનશક્તિ (પાચનકાર્ય) નું કેન્દ્ર છે તે કુદરતના હુકમથી લોહી બનાવવામાં વ્યસ્ત હોય છે. એટલા માટે બાળકને એવા ખોરાકની જરૂર રહે છે જે 'દિલ' ની મદદ લીધા વિના જલ્દીથી હજમ થઈ જાય - પચી જાય, જેથી દિલ (હૃદય) ના લોહી બનાવવાના કાર્યમાં વિક્ષેપ ન પડે અને એ ખોરાક 'મા' નું દૂધ છે.

હવે જરા દૂધ પિવડાવવાની મુદ્દત - દૂધ પીવાના સમયગાળા વિશે કુર્ચાની ચમત્કાર પણ જુઓ. કુર્ચાને મળુદ ફરમાવે છે :

وَأُلَوَى اللَّذِي يُؤْتَى مُضْفِعَنْ أُولَادُهُنْ حَوْلَنِي كَامِلَنِي لِيَمْنُ أَرَادُ أَنْ يُتَمَّ الرُّضَا عَنْهُ  
**ભાવાનુવાદ :**

- (૧) 'અને માતાઓ પોતાના બાળકને પૂરેપૂરા બે વર્ષ સુધી દૂધ પિવડાવે.' (દિલ્ય કુર્ચાન)
- (૨) 'જે પિતાઓ ઇચ્છતા હોય કે તેમના સંતાન દૂધ પિવડાવવાની પૂરી મુદ્દત સુધી દૂધ પીએ, તો માતાઓ પોતાના બાળકોને પૂરા બે વર્ષ દૂધ પિવડાવે.'
- (૩) 'અને માતાઓ પૂરા બે વર્ષ સુધી પોતાના સંતાનને દૂધ પિવડાવે, જો કોઈ દૂધ પિવડાવવાની મુદ્દત પૂરી કરવાની

ઇરણા રાખતા હોય.' (સૂ. વકરણ : આ. ૨૩૩)

કુર્ચાનમાં 'રજાઅત' ની પૂરેપૂરી મુદ્દત વિશે બે વર્ષની નિયુક્તિ આક્ષર્યજનક રીતે એક ચમત્કાર છે. કેમ કે ઉપરોક્ત ઉલ્લેખથી સમજાય છે કે જ્યાં સુધી દિલ (હૃદય) લોહી બનાવવાના કાર્યમાં રોકાયેલ હોય છે, ત્યાં સુધી બાળક માટે ખોરાકના ઝડપી પાચન માટે માતાના દૂધની સખત જરૂર રહે છે અને આધુનિક વિજ્ઞાનનું સંશોધન આ છે કે લોહી બનાવવાના કાર્યમાં દૃદ્ધને પૂરા બે વર્ષ લાગે છે, એટલે જ માતાનું દૂધ પણ બે વર્ષ સુધી પીવડાવતા રહેતું જોઈએ.

સામાન્ય રીતે લગભગ આપણે સૌઅં બાળકોને અંગૂઠો ચૂસતા જોયા હશે. હકીકતમાં આ પ્રવૃત્તિ માતાની છાતીમાંથી દૂધ પીવાનો એ તાદેશ મહાવરો છે, જે માતાના ગર્ભમાં જ અંગૂઠો ચૂસવાથી શરૂ થાય છે. હકીકતમાં આ કુદરતનાં કાર્યસંબંધનો અદ્ભુત નમૂનો છે-દાર્શનિક પૂરાવો છે, જે જન્મ પછી માતાની છાતીમાંથી દૂધ ચૂસીને બાળકને ખોરાક પૂરો પાડવામાં અત્યંત મદદરૂપ પૂરવાર થાય છે - સાધિત થાય છે.

અર્થાત્ એક માનવબાળના ઉછેરમાં - ઘડતરમાં - માવજતમાં સૃષ્ટિના સર્જનહારનું કેવું અદ્ભુત વ્યવસ્થાતંત્ર કામે લાગી જાય છે અને તેની કુદરતી માંગ (જરૂરિયાત) અને નેસર્જિક આવદત-કૌશલ્ય મુજબ માતાના દૂધ સ્વરૂપે કેવો ફાયદાકારક, ગુણકારી, અનોખો અને અજોડ ખોરાક પૂરો પાડવામાં આવે છે કે દુનિયાની અત્યંત આધુનિક ટેકનોલોજીથી સજજ એવા કારખાનાઓમાં બાળક માટે ગમે તેટલો શ્રેષ્ઠ અને ગુણવત્તા સભર ખોરાક તૈયાર કરવામાં આવે તો તે પણ માતાના કુદરતી દૂધનો પર્યાય બની જ ન શકે - હોછ જ ન શકે, કેમ કે માતાનું દૂધ બાળક માટે કુદરત દ્વારા તૈયાર કરવામાં આવેલ એક અત્યંત અલોકિક અને ચમત્કારિક ખોરાક છે. ■

## માની ભનના

માતા અને માતાનો પ્રેમ અગાધ, અતાગ હોય છે.

એક શિકારીએ પોતાના અનુભવો લખતી વખતે એક સસલીનો દાખલો લખ્યો છે. એક સાંજે બહાર ફરતી વખતે એક સસલાને એકબજ જગ્યાએ બે ગ્રાન્વાર દોડી જતું તેણે જોયું. તેને લાગ્યું કે ચોક્કસ ત્યાં તેનાં બચ્યાં હોવા જોઈએ. બચ્યાં શોધવા માટે તે બધી જગ્યા ફેંકી વળ્યો પણ કચાંય એને બચ્યાં દેખાયાં નહીં. પરંતુ સસલાની હિલચાલ એને કહેતી હતી કે, તે માદા હતી. અને નિશંક પોતાનાં બચ્યાં પાસે જતી હતી. આખરે તેની માન્યતા સાચી પડી. ઉપરથી ઘાસીયા જમીનના ટૂકડા જેવો લાગતો ભાગ, ખરેખર તો એક નાનો સુંવાળો ધાબળો હતો. અને એની નીચે સસલીના ચાર બચ્યાં ટબુરાયેલાં હતાં. એ ધાબળામાં સસલીનું માટૃષ્ય વણાયેતું હતું. બચ્યાંને ઠંડી સામે રક્ષણ અને પૂરતી હુંક મળી રહે એટલા માટે સસલીએ એ ધાબળો, પોતાના વાળ અને કુમળા ઘાસના મિશ્રણમાંથી બનાવ્યો હતો.

મા બધા સમાજમાં અને બધા જીવોમાં સરખી જ હોય છે. તે માણસ હોય, પશુ હોય, પંખી હોય કે નાનકડું જીવજતું હોય. બચ્યું થયા પછી તેનું સંપૂર્ણ લક્ષ, બલકે સંપૂર્ણ જીવન તેના ઉપર કેન્દ્રીત થઇ જાય છે. બચ્યાંના ઉછેર માટે, સુખાકારી માટે, રક્ષણ માટેજ તે જાણે જીવતી હોય એમ લાગે છે.

કાંગારુની વાત આપણો જાણીએ છી એ પુણ્યવચના. કાંગારુનું વજન લગભગ બસો રતલ અને ઉંચાઈ મોટા માણસ જેટલી હોય છે. પણ તેને જે બચ્યું જન્મે છે તે એકાદ દંચનું જ હોય છે. (માન્યામાં ન આવે એવી વાત છે પણ સાચી છે.) આવઙું નાનકડું બચ્યું સ્વાભાવિક રીતેજ પૂરેપૂરે વિકસિત હોતું નથી. તેના પૂરા વિકાસ માટે કુદરતે જુદી જ રચના કરી છે. માદા તેને લઇને પોતાના શરીર સાથે જોડાયેલી કોથળીમાં મૂકે છે. બચ્યું ત્યાં માદાના આંચળને વળગી રહે છે. ધીમે ધીમે તે વિકસે છે. અને વિકસ્યા પછી અવારનવાર તે કોથળી છોડીને બહાર નિકળે છે. પણ જરાક ખખડાટ થતાં જ તે દોડીને પાછું કોથળીમાં છુપાઈ જાય છે.

માદા કાંગારુને અથવા તો માતા કાંગારુને જો

ભયની ગંધ આવે તો તરત જ કુદકા મારતી તે ભાગી છુટે છે. એ વખતે બચ્યું કોથળીમાંથી પડી ન જાય એટલા માટે પોતાના ખાસ પ્રકારના ઝનાયુઓ દ્વારા તે કોથળીને સંકોરી રાખે છે. જો તેને લાગે કે, પોતે સપદાઈ જશો તો તે વખતે તે પોતાનો નહીં પણ માત્ર પોતાના બચ્યાંનો જ વિચાર કરે છે, બચ્યાંને બચાવવા માટે નાસતી નાસતી ચાલાકીપૂર્વક તે એકાદ ઝાંખરા કે ખડક પાછળ સંતાદ જાય છે, અને તરત જ ત્યાં બચ્યાંને છુપાવી દે છે, અને બીજુ જ પણ પાછળ પડેલા દુશ્મનની નજરે પડે એ રીતે કુદકા મારતી નાસવા માંડે છે. તેમની પાછળ પડેલ પ્રાણી કે માણસને તેની ચાલાકીનો કોઇ જ્યાલ આવતો નથી. અને તે તેની પાછળ દોડયા કરે છે. માદા તેને પોતાના બચ્યાંથી દૂર દૂર ખેંચી જાય છે. કોઇ વાર એમ કરતાં શિકારીને હાથે મૃત્યુ પણ પામે છે, તો કોઇ વાર બચી જાય છે. બચી ગયા પછી તેને જ્યારે પૂરેપૂરી સલામતી લાગે ત્યારે તે પોતાના છુપાવેલા બચ્યાં પાસે પાછી ફરે છે.

મા પોતાના બચ્યાંને જે જતનથી ઉછેરે છે તેની જોડ કર્યાંય જોવા મળતી નથી. કેટલીક વ્યક્તિત્વો સ્વભાવેજ આળસુ ઉંઘરેટી અને સ્વાર્થી હોય છે. પણ જે કોઇ છોકરી એવી એવી હોય તો તે મા જનતાં જ તેના સમગ્ર અસ્તિત્વમાં પરિવર્તન આવી જાય છે. બચ્યાંની એક નાનકડી હિલચાલ પણ તેને જગાડી દે છે. અને તેની આળસ અને સ્વાર્થ તદ્દન પલટાઈ જાય છે.

આપણી માતાઓ બાળકને એક સ્થળે થી જીજા સ્થળે ફેરવું હોય ત્યારે હાથથી કે કાંખમાં તેડીને ફેરવે છે, પણ પ્રાણીઓને એવી સગવડ નથી. બિલાડી પોતાના બચ્યાંને મોટાથી પકડે છે, પણ બચ્યાંને એથી જરાપણ ઇજ થતી નથી. રીંછડી તો બચ્યાંને એક જગ્યાએથી બીજુ જગ્યાએ લઈ જતી વખતે તેનું આખું માથું પોતાના મોટામાં લઈ લે છે. જેનારને તે દેખાવ બરંકર લાગે છે, પણ બચ્યાંને એથી સહેજ પણ તકલીફ પહોંચતી નથી.

એમ લાગે છે કે, માતાનું સમગ્ર અસ્તિત્વજ તેના બચ્યાંઓ માટે જ હોય છે. એનું વર્ણન કે પ્રશાસ્તિ અશક્ય છે. માતા એ માતા છે અને એના જોયું આ જગતમાં બીજું કણું જ નથી, એ એક અને અદ્વિતીય છે. ■

## માનવ શરીર અદ્ભૂત છે

### એકવાર શરીરશાસ્ત્ર નો અભ્યાસ કરો.

તમને અલ્લાહનો મહિમા સમજાઈ જો અને શરીરને બગાડવાનો વિચાર પણ નહીં આવે.

વૈજ્ઞાનિકો માનવ શરીરને જાણી શા માટે અચંબો પામી રહ્યા છે.

### મજબૂત ફેફુસા

આપણા ફેફસાં દરરોજ ૨૦ લાખ લિટર હવાને ફિલ્ટર કરે છે. આપણને એનો અંદેશો પણ નથી આવતો. જો ફેફસાંને ખેંચવામાં આવે, તો તે ટેનિસ કોર્ટના એક હિસ્સાને આવરી લેશે.

### આવી કોઇ ફેકટરી નથી

આપણું શરીર દર સેકન્ડ રૂપમ કરોડ નવા સેલ બનાવે છે. વળી દરરોજ ૨૦૦ અબજથી વધુ રક્ત કોશિકાઓ ઉત્પન્ન થાય છે. દર વખતે શરીરમાં ૨૫૦૦ અબજ રક્ત કોષો હોય છે. લોહીના એક ટીપામાં ૨૫ કરોડ કોશિકાઓ છે.

### લાખો કિલોમીટર મુસાફરી

માનવ રક્ત દરરોજ શરીરમાં ૧૬૨૦૦૦ કિલોમીટર મુસાફરી કરે છે. આપણા શરીરમાં સરેરાશ પ.૬ લિટર લોહી છે, જે દર ૨૦ સેકન્ડ એકવાર સમગ્ર શરીરમાં ફરી લે છે.

### ધરકારા

તંદુરસ્ત વ્યક્તિત્વનું હૃદય દરરોજ ૧૦૦૦૦૦ વખત ધર્બકે છે. તે વર્ષમાં ૩૦ કરોડ રક્તનાં વધુ વખત ધડકી ચૂક્યું છે. હૃદયના પંચિંગનું દ્બાણ એટલું વધારે હોય છે કે તે લોહીને ૩૦ ફુટ જેટલું ઉપર ઉછાળી શકે છે.

### બધા કેમેરા અને દૂરભીન નિષ્ફળ

માનવ આખ એક કરોડ રંગો વચ્ચેનો બારીકમાં બારીક તફાવત પારખી શકે છે. હાલમાં વિશ્વમાં એતું કોઇ મશીન નથી જે તેની સાથે સ્પર્ધા કરી શકે.

### નાકમાં એર કન્ડીશનર

આપણા નાકમાં કુદરતી એર કન્ડીશનર છે. તે ઠંડી હવાને ગરમ અને ગરમ હવાને ઠંડી કરી ફેફસામાં જવા દે છે.

### કલાક દીઠ ૪૦૦ કિ.મી. ની ગતિ

ચેતાતંત્ર શરીરના બાકી હિસ્સામાં કલાકના ૪૦૦ કિલોમીટરની ઝડપે જરૂરી સૂચનાઓનું પ્રસારણ કરે છે. માનવ મગજમાં ૧૦૦ અબજ કરતાં વધુ નર્વ સેલ્સ છે.

### જલરદસ્ત મિશ્રણ

શરીરમાં ૭૦ ટકા પાણી છે. આ ઉપરાંત મોટા પ્રમાણમાં કાર્બન, જસ્ત, કોબાલ્ટ, કેલિશિયમ, મેગેશિયમ, ફોસ્ફેટ, નિકલ અને સિલિકોન છે.

### અધિ છીંક

છીંકતી વખતે બહાર ફેંકાતી હવાની ઝડપ પ્રતિ કલાક ૧૬૬ થી ૩૦૦ કિલોમીટર સુધી હોઇ શકે છે. ખુલ્લી અંખે છીંકવું અશક્ય છે.

### બેકટેરિયાનું ગોદામ

માનવ શરીરનું ૧૦ ટકા વજન એમાં રહેલા બેકટેરિયાને કારણે છે. એક ચોરસ દંચ તવચામાં ૩.૨ કરોડ બેકટેરિયા હોય છે.

### ઇનેનટીનું વિચિત્ર વિશ્વ

આંખો બાળપણમાં જ પુરેપુરી વિકસી ચૂકે છે, બાદમાં તેમાં કોઇ વિકાસ થતો નથી. જ્યારે નાક અને કાનનો વિકાસ સમગ્ર જીવન પર્યાત ચાલુ રહે છે. કાન લાખો અવાજોમાં બેદ પારખી શકે છે. કાન ૧૦૦૦ થી ૫૦૦૦૦ હર્ટ્ઝ વચ્ચેનાં અવાજનાં મોજા સાંભળી શકે છે.

### દાંતની કાળજી લો

માનવ દાંત શીલા જેવા મજબૂત છે. પરંતુ શરીરના અન્ય ભાગો પોતાની કાળજી પોતે જ લે છે, જ્યારે દાંત બીમાર થયા પણી પોતાને સુધારવા માટે સક્ષમ નથી.

### મોંબાં ભીનાશ

માનવ મોંબાં દરરોજ ૧.૭ લિટર લાખ બને છે. લાખ જોરાકનું પાચન કરે છે તે ઉપરાંત જીભમાં રહેલી ૧૦૦૦૦ કરતાં વધુ સ્વાદ ગ્રાંથિઓને બેજવાળી રાખે છે.

### પલક અપકતાં

વૈજ્ઞાનિકો માને છે કે પલક જપકવાથી આંખોનો પરસેવો બહાર નિકળે છે અને તેમાં ભીનાશ જપવાઈ રહે છે. પુરુષોની સરખામણીમાં સ્ત્રીઓ બમણી વાર પલક જપકાવે છે.

### નખની કુમાબ

અંગૂઠાના નખ સૌથી ધીરે ધીરે વધે છે. જ્યારે મધ્યમ આંગૂઠીના નખ સૌથી વધુ ઝડપે વધે છે.

### દાઢીના વાળ

પુરુષોમાં દાઢીના વાળ સૌથી ઝડપી વધે છે. જો કોઈ વ્યક્તિ આપું જીવન દાઢી ના કરે તો એની દાઢી ૩૦ કુટ લાંબી હોઈ શકે છે.

### ખોરાકનું ગણિત

વ્યક્તિ સામાન્ય રીતે ખાવા પાછળ પાંચ વર્ષની જિંદગી ખર્ચે છે. જીવનપર્યાત આપણે આપણા વજન કરતાં ૭૦૦૦ ગાંધો વધારે ખોરાક ખાખો હોય છે.

### વાળ ખરવાની પરેશાની

એક તંદુરસ્ત માણસના માથામાંથી દરરોજ ૮૦ વાળ ખરતા હોય છે.

### ડ્રીમ વર્લ્ડ

બાળક દુનિયામાં આવે તે પહેલા પણ એટલે કે માતાના ગર્ભશાયમાં જ સ્વખ જોવાનું શરૂ કરે છે. વસંતઋતુમાં બાળક ઝડપથી વિકાસ પામે છે.

### ઉંઘનું મહત્વ

ઉંઘ દરમિયાન માણસની ઉર્જા બળે છે. મગજ મહત્વપૂર્ણ માહિતીનો સંગ્રહ કરે છે. શરીરને આરામ મળો છે અને સમારકામનું કામ પણ થાય છે. ઉંઘ દરમિયાન જ શારીરિક વિકાસ માટે જરૂરી હોમોન્સ મુક્ત થતા હોય છે. તેથી તમારા કિંમતી શરીરનું ઓછું મૂલ્યાંકન કર્યારેય કરશો નહીં અને અલ્લાહોને હંમેશા ચાદ કરતા રહો અને તેનો આભાર માનતા રહો કારણ કે શરીરની યોડી કર્મી કોઈ પૂરી કરી શકે તેમ નથી.

છલ્લે... માનવ શરીરમાં આવેલ નસોની લંબાઈનું તમોને જ્ઞાન છે... ? નહિ ને... તો જાણો. એક માનવીના શરીરમાં રહેલી નસોની લંબાઈ પૃથ્વી આખીને લોપી નાખો તેનાથી પણ વધુ છે. છે ને અદ્ભુત... ■

### સૂતા પહેલાં ફોન જોવાથી આંખની દર્શિ નબળી પડી શકે છે અને ઉંઘ તથા આરોગ્ય માટે પણ હાનિકારક છે

આજના સમયમાં લગભગ તમામ લોકો મોબાઇલ ફોનનો ઉપયોગ કરે છે. સૂતા પહેલા ફોન જોવો અથવા ફોન પાસે રાખવો તે કોઈ નવી વાત નથી. શું તમે કયારેય વિચાર્યુ છે કે, આ પ્રકારે કરવાથી ગંભીર પરિણામ આવી શકે છે. આરોગ્યની વાત હોય તો તમામ પ્રકારે ધ્યાન રાખવું જરૂરી છે. બોને ત્યાં સુધી અંધારામાં સ્કીનથી દૂર રહેવું જોઈએ. શું તમે પણ સૂતા પહેલા ફોન જોવો છો, તેના નુકસાન અંગે અહોયા વિગતવાર જાણકારી આપવામાં આવી છે.

સૂવાના સમયે મસ્તિષ્કને આરામ મળવો જરૂરી છે. નિષ્ઠાંતો જણાવે છે કે, ફોન યેક કરતા રહેવાથી મગજ ઉતેજિત થઈ જાય છે. આ કારણોસર તમે વધુ એકિટિવ રહો છે અને તમે જાગૃત અવસ્થામાં જ રહો છો. ફોનને કિવક યેક કરવામાં આવે તો પણ યુઝરનું મગજ વ્યસ્ત થઈ શકે છે અને જલદી ઊંઘ આવતી નથી. સોશિયલ મીડીયા પર સ્કેલ કરવાથી અથવા ઈ-મેઇલનો જવાબ આપ્યા બાદ પણ તમારું મગજ એકિટિવ અને વ્યસ્ત રહી શકે છે.

ફોનની રોશની એક આર્ટિફિશિયલ કલર છે. જે દિવસના અજવાણા સમાન હોઈ શકે છે. ફોનની રોશની દિવસના અજવાણા દરમિયાન સારી છે, જેના કારણો તમે એકિટિવ રહો છો. અંધારામાં સ્કીન જોતાં જ મોબાઇલ, લેપટોપ કે ટીવીની લાઇટ સીધી આખોમાં આવીજાય છે. રાત્રે રોશનીની જરૂર ના હોવાથી પરિસ્થિતિ તદ્દન અલગ થઈ જાય છે. સ્ટડી પરથી જાણવા મળ્યું છે કે, સ્માર્ટફોનમાંથી જે રોશની બહાર નીકળે છે, તેનાથી દર્શિ ખરાબ થઈ જાય છે. ઉપરાંત આ રોશની ઊંઘ માટે પણ હાનિકારક છે.

પથારીમાં સૂતા સમયે આરામ અનુભવાય તે જરૂરી છે. સૂતા પહેલા ફોન લેવાથી તમારી લાગણીઓ પર નકારાત્મક અસર થઈ શકે છે. ■

## શિક્ષિત ચુવાપેટીને સિવિલ સર્વિસમાં જવાની તક

**IAS, IPS** ઓફિસર બનવા માટે રાષ્ટ્રીય સ્તરે લેવાતી સિવિલ સર્વિસની પરીક્ષા આપવી પડે છે. દર વર્ષ સિવિલ સર્વિસ પરીક્ષા કારા ઇન્ડિયન એફિનિસ્ટ્રેટિવ સર્વિસ (આઇએઓસ), ઇન્ડિયન પોલીસ સર્વિસ (આઇપીએસ), ઇન્ડિયન ફોરેન સર્વિસ (આઇએફાએસ), ઇન્ડિયન રેવન્યુ સર્વિસ (આઇઆરએસ) માં કસ્ટમ્સ, ઇન્કમ્ટેક્સ, **GST, CBI**, ફોરેન એક્ષયન, નાર્કોટિક્સમાં રીધા આસિસ્ટન્ટ કમીશનરી પોસ્ટ તથા આ ઉપરાંત બીજા ઘણા વિભાગોમાં કલાસ વાન અધિકારીઓની પસંદગી કરવા માટે સ્પર્ધા પરીક્ષાનું આયોજન કરે છે. દર વર્ષ ૮૦૦ થી ૧૨૦૦ જેટલી પોસ્ટની ભરતી થતી હોય છે. દેશની અને ગુજરાતની સામાજિક, આર્થિક, ઔધોગિક પ્રગતિ અને વિકાસ કરવા ઇચ્છા દરેક ગુજરાતીઓએ અને આપણી ગુજરાતી ચુવાપેટીએ આ વાત ગાંઠે બાંધી લેવી જોઈએ કે માત્ર પોતાની જ આર્થિક, અંગત પ્રગતિ, વિકાસ, ધંધો કે વ્યવસાય વધારવાની સાથે દેશ અને રાષ્ટ્રની, લોકોની સમાજની સર્વોતોમુખી પ્રગતિ માટે, આમ જનતાની સુખાકારી અને ભલા માટે આ અતિ ઉચ્ચકક્ષાની આઇએઓસ, આઇપીએસ તથા કસ્ટમ્સ, ઇન્કમ્ટેક્સ, **GST** વિભાગોમાં કમિશનર કક્ષાની પોસ્ટ માટે પણ પ્રયાસ કરવો જોઈએ. કારણકે મનમાં જો સમાજ અને દેશ માટે કંઈક પણ કરવાની ઇચ્છા હોય તો તે માટે આઇએઓસ, આઇપીએસ, આઇએફાએસ, આઇઆરએસ ઓફિસર બનીને જેટલું લોકો અને સમાજ તથા દેશ માટે કરી શકીએ છીએ, તેટલી તક, બીજા કોઇપણ વ્યવસાયમાં કે બીજું કોઇપણ કરવાથી મળતી નથી. એટલે જે વિધાર્થીઓને, લોકો અને સમાજ તથા દેશ માટેની કંઈક કરવાની ભાવના હોય, તો તેઓ માટે સિવિલ સર્વિસની **IAS, IPS** પરીક્ષા આપીને, સરકારમાં ઉચ્ચ અધિકારી બનીને સમાજ અને દેશની સેવા કરવાનો આ સુવર્ણ અવસર છે.

**શૈક્ષણિક લાયકાત:-** કોઇપણ ડીગ્રી અર્થાત બીએ, બીકોમ, બીએસસ્ટી., બીએમએસ, બીઇ, બીસીએ ૨૦૨૩ માં ટીવાયની પરીક્ષા અપનાર વિદ્યાર્થીઓ પણ પરીક્ષાનું ફોર્મ ભરી શકે છે, તથા ડીગ્રી પરીક્ષામાં ટકાવારીની પણ જરૂર નથી.

**વયમર્યાદા:** વિદ્યાર્થીઓની ઉંમર તારીખ ૦૧-૦૮-૨૦૨૩ ના રોજ ૨૧ વર્ષ ઓછી અને ૩૨ વર્ષથી વધારે ન હોવી જોઈએ. (એસસી, એસટી પ વર્ષ, ઓફીસી ૩ વર્ષ, શારીરિક વિકલાંગને ૧૦ વર્ષની વયમર્યાદામાં છૂટ છે.)

**સિવિલ સર્વિસની પરીક્ષા પદ્ધતિ:** આઇએઓસ, આઇપીએસ પદે પહોંચવા માટે ઉમેદવારોએ સિવિલ સર્વિસ પરીક્ષાના ત્રણ તબક્કામાંથી પસાર થવું પડે છે. જેમાં પ્રારંભિક પરીક્ષા, મુખ્ય પરીક્ષા અને ઇન્ટરવ્યુ આવે છે.

**પ્રિલિમિનરી (પ્રારંભિક) પરીક્ષા:** સિવિલ સર્વિસની પૂર્વ પરીક્ષામાં કુલ બે પેપર રહેશે પહેલા પેપરમાં જનરલ સ્ટડીસ (સામાન્ય અધ્યયન) નું ૨૦૦ માર્કસનું રહેશે તથા બીજું પેપર સિવિલ સર્વિસ એપ્ટિટયુડ ટેસ્ટ, સીરોટ (CSAT) નું ૨૦૦ માર્કસનું રહેશે જેમાં અંગ્રેજી ગ્રામર, કોમ્પ્લિન્સન, ગણિત અને રીઝનીંગના પ્રશ્નોફેશે. પરીક્ષામાં નેગેટિવ માર્કિંગ પણ છે. દરેક ખોટા જવાબના ૦.૩૩ માર્કસ કપાશે. કુલ ૪૦૦ માર્કસની પરીક્ષા રહેશે. પરંતુ મેરીટ માટે ફક્ત પેપર I, એટલે સામાન્ય અધ્યયનનાં પેપરના માર્કસ જ ગણતરીમાં લેવામાં આવશે. પેપર II-CSAT માત્ર કવોલીફાય જ કરવાનું રહેશે. જેમાં ૩૩ ટકા માર્કસ લાવવાના રહેશે. કુલ ૨૦૦ માર્કસનું પેપર હોશે તેમાંથી કવોલીફાય કરવા માટે ૬ માર્કસ લેવા પડશે.

**મુખ્ય પરીક્ષા:** જે ઉમેદવારો પ્રિલિમિનરી પરીક્ષામાં મેરીટ લીસ્ટમાં આવશે, તેમને જ મુખ્ય પરીક્ષામાં બેસવા દેવામાં આવે છે. મુખ્ય પરીક્ષા સાટેમ્બર મહિનામાં લેવામાં આવશે. સિવિલ સર્વિસની મુખ્ય પરીક્ષામાં કુલ નવ પેપરો રહેશે અને કુલ ૧૭૫૦ માર્કસની હશે. જેમાંથી બધા માટે ફરજીયાત પેલું પેપર અંગ્રેજીનું અને બીજું પેપર કોઇપણ એક ભારતીય ભાષા ઉપર હશે. આ બને પેપરના માર્કસ ફક્ત કવોલીફાય જ કરવાના હશે, તેના માર્કસ મેરીટ લીસ્ટમાં ગણતરી કરવામાં આવશે નહીં,

<p>તેમાં કવોલીફાય ચવા માટે ૨૫ ટકા માર્ક્સ લાવવાના લેવાના રહેશે તથા આ બંને ફરજીયાત ભારતીય ભાષાના પેપરનો અભ્યાસક્રમ મેટ્રિક કલાનો હોય છે. બાકીના સાત પેપરમાં એક પેપરમાં નિબંધ લખવાનો રહેશે.</p> <p><b>કવોલિફાય પેપર:</b></p> <p>પેપર A: અંગ્રેજી વિષય,</p> <p>પેપર B: ભારતીય ભાષા,</p> <p>મેરીટ લીસ્ટમાં ગણતરી કરવામાં આવતા પેપર :</p> <p>પેપર - ૧ નિબંધ,</p> <p>પેપર-૨ માં ભારતીય સંસ્કૃતિ વારસો, ભારતનો અને વિશ્વનો ઇતિહાસ અને ભૂગોળનું વસ્તુનિઝ પ્રકારનું પેપર હશે.</p> <p>પેપર-૩ માં પ્રશાસન, ભારતીય, બંધારણ, રાજનીતિ, સામાજિક ન્યાય અને આંતર રાષ્ટ્રીય સંબંધ.</p> <p>પેપર-૪ માં ટેકનોલોજી- આર્ટિફિચિયલ વિકાસ, બાયોડાયવર્સીટી, પર્યાવરણ, સિક્યુરિટી અને ડિજિટર મેનેજમેન્ટ.</p> <p>પેપર-૫ માં એથિક્સ, ઇન્ટીગ્રીટી અને એપ્ટીટયુડ.</p> <p>પેપર-૬ અને ૭ વૈકલ્પિક વિષયો ઉપર રહેશે.</p> <p><b>ઇન્ટરવ્યુ:</b> જેઓ મુખ્ય પરીક્ષામાં મેરીટ લીસ્ટમાં આવે છે તેમને જ ઇન્ટરવ્યુ માટે બોલાવવામાં આવે છે. તેના ફુલ ગુણ રેટિંગ છે. તેમાં મુખ્ય રીતે ઉમેદવારોની ઝડપી નિર્ણય શક્તિ, વિષયને સમજીને કામ કરવાની ટબ તેમની માનસિક પરિપક્વતા, ગ્રહણ શક્તિ અને પરિસ્થિતિને અનુરૂપ ઝડપી કાર્ય દક્ષતાના આધારે ગુણ મળે છે. અંતે ફાઇનલ મેરીટ લીસ્ટમાં મુખ્ય પરીક્ષા અને ઇન્ટરવ્યુના ગુણનો સરવાળો કરી, જેઓ ફરીથી ટોપ મેરીટમાં હોય તેમને પોતાની પસંદગીની પોસ્ટ માટે પસંદ કરવામાં આવે છે.</p> <p><b>પૂર્વતૈયારી સાથે સફળતા મેળવી શકાય:</b></p> <p>મોટા ભાગના ગુજરાતી વિદ્યાર્થીઓના મનમાં, એક ગ્રંથી ઘર કરી ગાઈ છે કે સિવિલ સર્વિસની આઇએએસ, આઇપીએસ પરીક્ષા આપવી એ તેમના ગજા બહારની બાબત છે. હકીકતમાં એવું નથી. આ પરીક્ષાનો અભ્યાસક્રમ</p>	<p>વિસ્તૃત છે અને તેને પૂરો કરવા માટે બે- ગ્રાસ વરસ અગાઉથી પૂર્વતૈયારીઓ શરૂ કરી દીધી હોય તો મુશ્કેલી નહીં પડે. એક વખત પરીક્ષાના બધા વિષયોની વ્યવસ્થિત તૈયારી થઈ જાય અને જેમ સંપૂર્ણ ભરેલો ઘડો અવાજ કરતો નથી, તેવી જ રીતે ઉમેદવારોની બધી શંકાનું સમાધાન થઈ જાય છે. આપણે ડીગ્રીના છેલ્લા વરતમાં હોઈએ, ત્યારે આ પરીક્ષામાં આગેતરી પૂર્વ તૈયારીઓ વગર બેસી જઈએ તો, શક્ય છે, કે પરિણામ નકારાત્મક આવે.</p> <p>આ પરીક્ષા આપણે ચીલાચાલુ યુનિવર્સિટીની પરીક્ષા જેવી નથી, જેમાં ૩૫ ટકા આવે તો પાસ અને ૬૦ ટકા આવે તો ફર્સ્ટ કલાસમાં ઉતીર્ણ થઈ જઈએ. રાષ્ટ્રીય સ્તરે લેવાતી આ પરીક્ષામાં દર વરતે જેટલી ખાલી જગ્યા હોય, એટલી જ સીટો ભરાતી હોવાથી ઉમેદવારોએ ઓલ ઇન્ડિયા મેરીટ લિસ્ટમાં આવવું જરૂરી છે. તેમાં જો નંબર ન આવે તો આઇએએસની મુખ્ય પરીક્ષા કે ઇન્ટરવ્યુમાં આગળ વધવા દેવામાં આવતા નથી. સ્પર્ધકો વિચાર્યા વગર વૈકલ્પિક વિષયની પસંદગી, પોતાની ડીગ્રીમાં ભણેલા વિષયને પસંદ કરીને પરીક્ષા આપે છે. અને પોતાના રસના વિષયને અવગણે છે. આ બધા પ્રશ્નોના નિરાકરણ અને આ પરીક્ષા તૈયારી કેવી રીતે કરવી, તેના માટે માર્ગદર્શન જરૂરી છે. સિવિલ સર્વિસ IAS પરીક્ષાની વિસ્તૃત માહિતી અને વૈકલ્પિક વિષયની પસંદગી કરવા માટે પ્રજ પટેલનો ૮૮૬૭૨ ૨૨૨૧૦ ઉપર ત્યારે સંપર્ક કરી શકો છો.</p> <p><b>વૈકલ્પિક વિષયોની પસંદગી કઈ રીતે કરવી ?</b></p> <p>સિવિલ સર્વિસની પરીક્ષામાં કોઈપણ ડીગ્રી ધરાવનાર ઉમેદવારો બેસી શકે છે. જેમાં ટકાવારીની પણ જરૂર નથી. આ પરીક્ષામાં સફળ ચવા માટે વૈકલ્પિક વિષયોની યોગ્ય પસંદગી જ મુખ્ય ભાગ બજવે છે, તો ઉમેદવારોએ મુખ્ય પરીક્ષામાં આ વિષયની પસંદગી કઈ રીતે કરવી ? આ બાબત ખુબજ મહત્વની છે. ધારો કે એક ઉમેદવારે બીકોમ કર્યું છે, પરંતુ તેને કોમર્સના વિષયમાં ઓછો અને બીજા આર્ટસના વિષયો જેવા કે ઇતિહાસ, ભૂગોળ, સમાજશાસ્ત્ર, રાજનીતિ, માનસશાસ્ત્ર અર્થશાસ્ત્ર, સાહિત્ય અને તત્વજ્ઞાન જેવા વિષયોમાંથી એક અથવા</p>
---	--

બે વિષયોમાં વધારે રસ ધરાવે છે. ઉમેદવારોએ ગમે તે ક્ષેત્રમાં કોઇપણ વિષયની ડીગ્રી મેળવી હોય અને આઇએએસ પરીક્ષામાં પોતાની ડિગ્રીનો વિષય પરીક્ષામાં, નો લેવો હોય, તો તેઓને આઇએએસ પરીક્ષાના બીજા ૨૫ વૈકલ્પિક વિષયમાંથી અથવા કોઇપણ ભારતીય ભાષાના અને અંગ્રેજી સાહિત્યના વિષયમાંથી પસંદ કરેલ કોઇપણ એક વિષય લેવા છુટ છે. ડીગ્રીના જ વિષય લેવા પડે તેવું બંધન નથી. પરીક્ષામાં પસંદ કરેલ વિષયના આધારે તેને અનુલખીને જુદીજુદી પોસ્ટ મળે છે, એ માન્યતા ભૂલભરેલી છે. પરીક્ષામાં તમે ગમે તે વિષયપસંદ કરેલ વિષયના આધારે અનુલખીને જુદીજુદી પોસ્ટ મળે છે. એ માન્યતા ભૂલભરેલી છે. પરીક્ષામાં તમે ગમે તે વિષય હોય તો પણ તમે તમારી મેરીટના આધાર અનુસાર તમારી પસંદગીની પોસ્ટ મેળવી શકો છો. એ સિવિલ સર્વિસના ઉમેદવારોએ જો પોતાને પોતાની ડીગ્રીના વિષયોમાં રસ ન હોય તો તે વિષય વૈકલ્પિક વિષય તરીકે કદાપી ન લેવો, પરંતુ રસ રૂચી અને મનગમતો વિષય જ પસંદ કરવો, જેથી કરીને પરીક્ષાની તૈયારી કરતી વખતે વધારે તકલીફ જો પડે, પોતાના પસંદગીના વિષયની વધારે સારી રીતે તૈયારી કરી શકો, જેથી કરીને સારા માર્ક્સ મેળવી શકો અને તમને તેમાં, નેશનલ મેરીટ પ્રમાણે જોઈતી રેંક મેળવવી આસાન થઈ જાય. જનરલ કેટેગરીના સ્પર્ધકોને માત્ર દ અટેમ્પટ મળતા હોઈ તેવા વિષયની પસંદગી, આઇએએસ પરીક્ષા પાસ કરવામાં ખૂબ જ મહત્વનો ભાગ ભજવે છે.

### વૈકલ્પિક વિષય પસંદ કરવા માર્ગદર્શન :

આપણને ક્યા વિષયમાં વધારે રસ છે અને ક્યા વિષયમાં અંગ્રેજી રસ છે તે માપવા માટેનું કોઇ સાધન નથી પરંતુ માનસશાસ્ત્રની દસ્તિએ, આપણને ક્યા વિષયમાં વધારે રસ છે તે સમજવા અને જાણવા માટે આ એક સીધો અને સરળ રસ્તો છે. તેને અજમાવી શકાય. જ્યારે આપણે કોઇપણ વિષયનું પુસ્તક વાંચતા હોઈએ અને ઘરમાં ટેલીફોન કે મોબાઇલની ઘંટડી રણકે, ફેરિયા કે કોઇ બીજા ડોરબેલ વગાડે, ઘરમાં કોઇ સભ્યો, ઘરનું કોઇ કામ કરવાનું કહે ત્યારે અથવા કોઇ મિત્ર મળવા આવે

ત્યારે તેમની સાથે વાત કરવાનો કંટાળો આવે, ગુસ્સો આવે, મનમાં એમ થાય કે આ બલા કથારે ટખે અને કથારે તમે તમારી ચોપડી વાંચવાનું શરૂ કરી શકો, ત્યારે તમે નક્કી સમજો કે અંતરમનમાં અંદરખાને તમને એ વિષય વાંચવામાં રસ છે. તેનાથી ઉલટુ જો ઉપરની કોઇપણ બાબત બને અને તમને મનમાં હાસ્તકારો થાય અને ચોપડી તરત નીચે મુકી દેવાનું મન થાય તો સમજવું કે તમને એ વિષયમાં ઓછો રસ છે. સિવિલ સર્વિસની પ્રારંભિક પરીક્ષામાં જનરલ સ્ટડીસમાં ભારતીય ઇતિહાસ, ભારતીય ભૂગોળ, ભારતીય અર્થશાસ્ત્ર, ભારતીય રાજનીતિ, સામાન્ય વિજ્ઞાન વગેરે વિષયો પર પ્રશ્નો પૂછતા હોવાથી તમને આ વિષયમાં રસ હોય કે ના હોય તો પણ તમારે ફરજીયાત વાંચવા પડે છે. તેથી સૌ પ્રથમ સામાન્ય અધ્યયનના પેપરમાં બધા વિષયો આવતા હોઈ વાંચવાની શરૂઆત આ પેપરથી કરવી જોઈએ. ત્યાર બાદ પોતાના રસના વિષયોને કુમ અનુસાર ગોઠવી જે વિષયમાં સૌથી વધારે રસ પડતો હોય તે જ વિષયને વૈકલ્પિક વિષય તરીકે પસંદ કરવો જોઈએ, માનો કે તમને ભારતીય ઇતિહાસ, ભૂગોળ અથવા રાજનીતિ વૈકલ્પિક વિષય તરીકે પસંદ કર્યા હોય તો આ વિષયો સામાન્ય અધ્યયનમાં પણ તમારે ફરજીયાત તૈયાર કરવાના હીય પછી તેની કોઇ વિશેષ તૈયારી કરવી પડતી નથી. IAS ની મુખ્ય પરીક્ષામાં ઉપરનો કોઇપણ એક વિષય રાખ્યો હોય તો કોમન વિષય થઈ જવાથી સમયની બચત, વધારે વાંચન અને અભ્યાસકર્મનો ફરીથી રિવિઝન કરવાનો વધારે સમય મળે છે. ઉપરના વિષય સિવાય જો જુદો વિષય રાખો તો શકય બનતું નથી. ખૂબો ખાચરેથી સમયની બચત, વાંચીને પોતાની અંગત નોટ્સ બનાવવાની, લખવાની ટેવ અને મહાવરો, આ બાબતો આ પરીક્ષા માટે ખૂબજ જરૂરી છે.

### સિવિલ સર્વિસની પ્રેક્ટીસ કઈ રીતે કરશો ?

આઇએએસની પરીક્ષા સિવાય પણ યુધીએસરી બીજી ઘણી બધી ટોપ લેવલની કલાસ વન પરીક્ષાઓનું સંચાલન કરે છે, જેમાં ઇન્ડિયન એડમિનિસ્ટ્રેટીવ સર્વિસ (IAS), ઇન્ડિયન એન્જિનિયરિંગ સર્વિસ (આઇએએસ), ઇન્ડિયન

ઇકોપોમિક એન્ડ સ્ટેટીસ્ટીકલ સર્વિસ, ઇન્ડિયન ફોરેસ્ટ સર્વિસ, કમ્બાઇન્ડ મેડીકલ સર્વિસ, સેન્ટ્રલ પોલીસ ઓર્ગેનાયેશન, જિયોલોજિસ્ટ, એન્ડીએ, સીડીએસ મુખ્ય છે. તે ઉપરાંત સ્ટાફ સિલેક્સન કમીશન દારા કસ્ટમ્સ, ઇન્કમ્ટેક્સ, સીબીઆઈ, GST ઇન્સ્પેક્ટર તથા વિવિધ રાજ્યોની સ્ટેટ પાલિક સર્વિસ કમીશન, જેમાં ડેઝ્યુટી કલેક્ટર, ડેઝ્યુટી સુપરીન્ટેન્ટ ઓફ પોલીસ, આસિસ્ટન્ટ કમિશનર ઓફ પોલીસ, સોસાયટી રજીસ્ટ્રાર, મામલતદાર (તહશીલદાર), નાયબ તહશીલદાર વગેરેની ઘણી બધી પોસ્ટ, કલાસ વન જેવી વિવિધ, વ્યવસાયલક્ષી સ્પર્ધા પરીક્ષાઓ આપીને, સિવિલ સર્વિસ સ્પર્ધા પરીક્ષા માટે જોઈતો અનુભવ અને પ્રેક્ટીસ કરી શકાય છે.

આ પરીક્ષાનો અભ્યાસક્રમ પોસ્ટ ગેજયુઝેટ કક્ષાનો હોવાથી કાંતો ઉમેદવારોએ અનુસારતક ડીગ્રી મેળવીને પાછી આઈએએસ પરીક્ષા આપવી, અથવા પહેલેથી તૈયારી શરૂ કરીને જુદી જુદી પરીક્ષાઓ આપતા રહેવું જોઈએ. આવી પરીક્ષાઓ આપવાથી આપણને તૈયારીમાં રહેલી કચાશની ખબર પડે છે. હેન્ડ રાઇટિંગ સુધરે છે. વખતાની ઝડપ વધે છે. જે પેપરો પુરા કરવા માટે ખુબ જરૂરી છે અને આવી એકાદ વ્યવસાયલક્ષી પરીક્ષાઓમાં સફળ થઈ જઈએ તો તેમાં પણ ખુબજ સારો પગાર અને આગળ વધવાની તક ઉપલબ્ધ થાય છે એટલે બને તરફ ફાયદો જ થાય છે. તેમાં સફળતા ના મળે તો IAS માટે પ્રેક્ટીસ અને અનુભવ તો મળે જ છે.

ઘણા સફળ ઉમેદવારો આ રીતે સબોર્ડિનેટ પરીક્ષા આપી, તે પાસ કરીને જે તે વિભાગોમાં જોડાઈ જઇને, સર્વિસની સાચે સિવિલ સર્વિસની તૈયારી કરતા હોય છે. પોતાના અનુભવ અને આ રીતે કરેલી પ્રેક્ટીસથી તેઓ સહેલાઈથી આઈએએસ માં પણ સફળ થાય છે. આપણે કરેલી મહેનતથી પસંદગી પામવા માટે કેટલી વધારે તૈયારી કરવાની જરૂરી રહે છે તેનો અડસફો આવી જાય છે તથા તે મહેનતના પ્રમાણમાં કેટલું લખી શકીએ છીએ અને કેટલા માર્ક્સ મળે છે તેનો અંદાજ આવી જાય છે. આપણી

વાંચાન શક્કિત, યાદશક્તિમાં કયાં કચાશ છે તથા બુઝી કસોટીની સાચી જાણકારી માટે આવી હેતુલક્ષી અને વિષયલક્ષી પરીક્ષાનો અમૃત્ય અનુભવ મળે છે.

સિવિલ સર્વિસની પ્રિલિમિનરી પરીક્ષા ૨૮-૫-૨૦૨૩ ના રોજ રાજ કોટ, અમદાવાદ, મુંબઈ સહીત દેશના મુખ્ય શહેરોમાં લેવામાં આવશે. આ પરીક્ષાની અરજી કરવા ઇચ્છતા વિદ્યાર્થીઓએ પોતાના પાસપોર્ટ ફોટોસાથે મહિન્દ્રિંગ દયાનંદ ફાઉન્ડેશન લાઇસેન્સમાં સંપર્ક કરવો.

### નિઃ શુલ્ક માર્ગદર્શન સેમીનાર

**SSC** અને **HSC** ના વિદ્યાર્થીઓને અને તેના વાલીઓને સૌથી વધારે મુશ્કેલી પ્રશ્ન એછે, હવે આગામ શું કરવુ ? ભણવામાં કઈ લાઇન લેવી ? કયો અભ્યાસક્રમ કરીએ તો ખવિષ્યમાં ઓછો ખર્ચ, ઓછી તકલીફ અને સરળતાથી, સફળ કારકિર્દિનું ઘડતર કરી શકાય ? કયા વિષયમાં વધારે રસ છે કે કયા ક્ષેત્રમાં વધારે રૂચી તથા ઝૂકાવ છે ? વર્તમાન સમયમાં માત્ર એકાદ ડિગ્રી મેળવી લેવાથી સારા પગારની નોકરી મળતી નથી. હાલ **SSC** પાસ **FYJC-SYJC-HSC** માં કોલેજમાં ભણતા વિદ્યાર્થીઓ ભારત સરકારના વિભાગો જેવાકે કસ્ટમ્સ ઇન્કમ્ટેક્સ, GST, CBI, DRI, ED, ફોરેન એક્સયેન્ઝ, નારકોટીકસ તથા બીજા મંત્રાલયોમાં, ડિગ્રી ના મેળવી હોય તો પણ નોકરી માટે પ્રયત્ન કરી શકે છે. ઉપરના બધાજ સરકારી વિભાગોની પરીક્ષાના વિષયો, તેનો અભ્યાસક્રમ અને **LLB**

- **CLAT, MBA - CAT, CET** ની પરીક્ષા પદ્ધતિ એક સરખી હોવાથી ખાલી એક કસ્ટમ કે ઇન્કમ્ટેક્સની પરીક્ષાની તૈયારી કરવાથી તેના આધારે પછી બીજા બધા વિભાગોની પરીક્ષાઓ આપી શક્ય છે. આ પરીક્ષામાં પાસ થવાથી મહિને રૂપિયા ૪૦,૦૦૦ જેટલો પગાર મળશે. જો એકવાયથી ટીવાય માં ભણતા હોય અથવા કોઈપણ ડિગ્રી ધરાવતા હોય તો ઓફિસરની પરીક્ષા પાસ થવાથી મહિને રૂપિયા ૭૦,૦૦૦ થી ૧,૦૦,૦૦૦ જેટલો પગાર મળી શકે છે.

## પગાર ને મહીનાની છેલ્લી તારીખ સુધી બચાવવા નો તરીકો

આ કિરસો એક સઉદી નૌજવાન નો છે. તેને પોતાની જુંદગી માં સુકુન અને ચેન ન હતું. તેનો પગાર ખાલી ચાર હજાર રીયાલ હતો. શાદી શુદ્ધ હોવાનાં કારણે તેનો ખર્ચ તેનાં પગારથી બહુ વધારે હતો. મહીનો પુરો થાય તે પહેલાં જ તેનો પગાર પુરો થઈ જતો અને તેને ઉઠીના પૈસા દેવા પડતાં હતાં. અને આવી જ રીતે તે ધીરે ધીરે ઉઠીના પૈસા દેવાનાં ચક્કરમાં દુબતો જતો હતો અને તેને ચક્કિન થવા લાગ્યો હતો કે હવે તેની જુંદગી આવી જ હાલતમાં ગુજરી જશે-તેમ છતાં કે તેની પણી તેના જુંદગી ની હાલતનો ખ્યાલ કરતી. પણ ઉઠીના લીધેલા પૈસાના બોજમાં તો શ્વાસ દેવો પણ મુશ્કીલ હોય છે. એક દિવસ તે તેના દોસ્તોની મીટીંગમાં ગયો. ત્યાં એ દિવસે એક એલો દોસ્ત પણ હતો જે સારી સલાહ આપતો હતો અને તે નૌ જવાન નું એવું કેહું હતું કે હું મારા દોસ્તના મશવરાની કક્ષ કરતો હતો. નૌ જવાન કેહવા લાગ્યો કે મેં મારા દોસ્તને વાતો વાતોમાં મારી મુસીબતોની કહાની કહી સંભળાવી અને મારી માલી મુશ્કેલીઓને તેનાં સામે મુકી તેણે મારી વાત સાંભળી અને તેણે કહ્યું કે મારી સલાહ એમ છે કે તમે તમારી પાગારમાંથી યોડોક હીસ્સો સંદકા માટે નકકી કરો-તે સઉદી નૌજવાને તરફ જુબથી કહ્યું: બાઇ સાહબ. મારે ઘરના ખર્ચ્યા પુરાં કરવાં માટે ઉઠીના પૈસા દેવા પડે છે અને તમે સંદકો આપવાનું કહી રહ્યા છો? બેર મે ઘરે આવીને મારી પણીને આખી વાત કરી તો મારી પણી કેહવા લાગ્યી કે : ચેક કરવામાં શું વાંધો છે? થઈ શકે છે કે અલ્લાહતાલા તમારી ઉપર રોજીનાં દરવાજા ખોલી દે.

નૌ જવાન કહે છે કે : મેં મહીનાના ચાર હજાર રીયાલમાંથી ગ્રીસ રીયાલ સંદકો આપવા માટે નકકી કર્યા અને મહીનાની છેલ્લી તારીખે સંદકો આપવાનું શરૂ કર્યું. સુખાનલ્લાહ! કસમ ખાઈને કહું છું. મારી તો હાલત જ બદલાઈ ગઈ. કયાં હું દર વખતે માલનાં ટેનશનોમાં અને વિચારોમાં રહેતો હતો અને કયાં હાલની મારી જુંદગી એમ થતું હતું કે કુલ બની ગઈ. હલકી કુલકી અને આસાન લોકો પાસેથી ઉઠીના પૈસા લીધેલા હોવા છતાં હું પોતાને

આજાદ સમજતો હતો. એક એવું દિમાગી ચેન સુકુન હતું કે શું કહું!

થોડા મહિના પછી મારી જુંદગી ને સેટ કરવાનું શરૂ કર્યું. મારા પગારને મેં અલગ અલગ હિસ્સાઓમાં વેહચી દીધો. અને આમ એવી બરકત થઈ કે જેવી પહેલા કયારેય ન હોતી થઈ - મેં હિસાબ લગાવી લીધો અને મને એક અંદાજો મળી ગયો કે કેટલી મુદ્દતમાં ઇન્દ્રાલલાહ ઉઠીના લીધેલા પૈસાના બોજ થી મારી જાન છુટી જ શે. પછી અલ્લાહ તથાલાએ એક બીજો રસ્તો પોલ્યો અને મેં મારા એક સાથી સાથે તેના પ્રોપર્ટીનાં કામમાં ભાગ લેવાનું શરૂ કર્યું. હું તેને ગ્રાહક લાવીને આપતો અને તેના પર મને ખાસ પ્રોફીટ મળ્યું. અલ્લાહદુલિલ્લાહ! હું જયારે પણ કોઈ ગ્રાહકની પાસે જતો તે મને કોઈ બીજા ગ્રાહકો સુધી જરૂર પોંછાડતો. હું ત્યાં પણ એ જ અમલ કરતો હતો કે જયારે પણ મને પ્રોફીટ મળ્યું હું તેમાંથી અલ્લાહ માટે સંદકો જરૂર નીકાળતો અલ્લાહની કસમ! સંદકો શું છે? કોઈ નથી જાણતું. સિવાય એનાં જેણે એને આપનાંથી હોય. સંદકો કરો. અને સંપુર્ણી કામ કરો. અલ્લાહનાં ફઝલથી પેર અને બરકત પોતાની આંખોથી ઉત્તરતી જોશો.

**નોટ :** ૧. જયારે તમે કોઈ મુસલમાનને પગારમાંથી સંદકો આપવા માટે રકમ નકકી કરવાનું કેહશો અને એ તેનાં પર અમલ કરશો તો તમને પણ એટલો જ સવાબ મળશે જેટલો સંદકો આપવાવાળા ને મળશે. અને સંદકો આપવાવાળાના સવાબમાંથી કંઈ પણ કમી થશે નહીં. સોચો!!! તમે આ દુનિયા છોડો ને જતા રહેશો અને તમારા કારણે તમારા પાછળા કોઈ સંદકો કરતું રહેશો! ૨. એવી જ રીતે જો તમે આ મેસેજ આગળ પોંછાડતો અને કોઈ એ સંદકો આપવાનો નિર્ણય કરી લીધો તો તમને પણ સંદકો આપવાવાળાનાં બરાબર સવાબ મળશે. (જેવી રીતે મેં આ મેસેજને વાંચીને સંદકો કરવાનો મઅમુલ બનાવ્યો. અને કસમ ખાઈને કહું છું કે સૌથી વધારે ફર્જ મારાં દિમાગી હાલત પર પડ્યો. એક એવું ચેન અને સુકુન મહેસુસ થયું કે તેનો જવાબ નથી) મારાં સાથીયો!!! ભલે તમે તાલિબે ઇલ્લ હોવ અને તમને એક ખાસ કિમત મળે છે તો પણ તમે થોડું ઘણું જે થઈ શકે તે કંઈક ને કંઈક રકમ સંદકા માટે નકકી કરો. જો સંદકો આપવા વાળો જાણી લે અને સમજુ લે કે તેનો સંદકો ફકીરનાં હાથમાં

જાય તે પહેલાં અલ્લાહનાં હાથમાં જાય છે તો યકીનન આપવા વાળા ને લેવા વાળા કરતા વધારે ખુશી થશે. શું તમને સદકાના ફાયદાઓ ખબર છે? ખાસ કરીને ૧૭.૧૮.૧૯. ને ધ્યાનથી વાંચજો. સાંભળી લ્યો! સદકો આપવા વાળા પણ અને જે સદકો આપવાનું કારણ બને છે તે પણ!!!	૧૬. સદકો મુશિબતો ને દુર કરે છે અને દુનિયામાં સિતેર દરવાજા બુરાઈઓનાં બંધ કરે છે. ૧૭. સદકો ઉમરમાં અને માલમાં વધારો થવાનો સામાન છે. કામયાબી અને વધારે રોજુનો સામાન છે. ૧૮. સદકો ઇલાજ પણ છે. દવા પણ છે અને શીફા પણ. ૧૯. સદકો આગથી બળીજવાથી, દુલી જવાથી, ચોરી અને ખરાબ મોતને રોકે છે. ૨૦. સદકાનો બદલો મળે છે ભલે જાનવરો પક્ષીઓ પર કેમ ન હોય.
૧. સદકો જનતનાં દરવાજામાંથી એક દરવાજો છે. ૨. સદકો નેક અઅમાલમાં અફજીલ અમલ છે. અને સૌથી સારો સદકો ખાવા ખાવડાવું છે. ૩. સદકો કયામતનાં દિવસે છાંખડો હશે. અને તે તેના આપવાવાળા ને આગ થી બગાવશે. ૪. સદકો અલ્લાહ તઆલાનાં ગુસ્સાને નંડો કરી દે છે. અને કબુની ગરમીમાં નંડકનો હથિયાર છે. ૫. મથ્યત માટે સૌથી સારો તોહફો અને સૌથી વધારે નફો પોહચાડવા વાળી વસ્તુ સદકો છે. અને સદકા ના સવાબ ને અલ્લાહતાલા વધારતા રહે છે. ૬. સદકો પાકી છે. દિલની પાકીનો સામાન છે અને નેકીયો ને વધારે છે. ૭. સદકો કયામતનાં દિવસે સદકો કરવાવાળા ના ચેહરાની ચમક અને નિખારનો સામાન છે. ૮. સદકો કયામતની તકલીફોનાં ડર થી બગાવ છે. અને પાછળ વિઠેલા પર અફસોસ નથી થવા દેતો. ૯. સદકો ગુનાહોની મગફીરતનો સામાન અને બુરાઈઓનો બદલો છે. ૧૦. સદકો ખુશ ખબરી છે સારા ખાત્માની અને ફરિશ્તાઓની દુઆનો સામાન છે. ૧૧. સદકો આપવાવાળો સારા લોકોમાંથી છે. અને તેનો સવાબ હર એ વ્યક્તિને મળે છે જે તેમાં કોઇ પણ રીતે શામિલ હોય. ૧૨. સદકો આપવા વાળાથી બહુ વધારે ભલાઈ અને મોટા બદલાનો વાયદો છે. ૧૩. ખર્ચ કરવો એ આદમીને તકવાવાળાઓની લાઇનમાં ઉલ્લો કરી દે છે. અને સદકો કરવાવાળાથી અલ્લાહની મખ્લુક મોહલ્લત કરે છે. ૧૪. સદકો કરવો એ નેકી ભલાઈ અને સખી હોવાની નિશાની છે. ૧૫. સદકો દુઆઓના કબુલ થવાનું અને મુશ્કેલીઓથી છુટકારો મેળવવાનું સામાન છે.	હાલમાં ઘણાં એવા લોકો હશે, જે બહારથી તો ખરાબર દેખાતા હશે! પણ અંદરથી ઘણાં તૂટેલા હશે, કારણકે ઘણા દિવસથી રોજગાર બંધ છે અને જે લોકો કયારે કોઇ પાસેથી માગેલ નહીં હોય તેવા લોકો ને જરૂર મદદ કરશો, કારણ કે એમનો ઝમીર જીવતો હોય છે એમણે ઘણી શરમ આવે છે તો.... ૧. તમારા પાડોશીના ઘરની પરિસ્થિતિ તપાસ કરો. ૨. દોસ્તની ઘરની તપાસ કરો. ૩. અને એમને બની શકે તો ઘરનો રાસન આપો. ૪. અથવા રૂપિયા રોકડા આપો. ૫. ઉધાર આપું છું પણી આપી દેજો કહી દેવાનું. ૬. પૂછતી વખતે તેના મોઢા સામે ના જોવું. ૭. એ દોસ્ત ને ફોન અથવા એકલાં હો ત્યારે પૂછવું. ૮. અને દાન લાયક હોય તો, તેને દાનના રૂપિયા આપવા તેને કહેવાની જરૂર નથી કે આ દાન ના રૂપિયા છે. ૯. સગા સંબંધીઓને પૂછો કે કોઇ ચીજ વસ્તુઓની જરૂર ખરી! ૧૦. અને તમે ના આપી શકતા હો તો બીજા ને કહો. ૧૧. ચાર જણના પરિવારને રૂપિયા ૨૫૦૦માં જીવન જરૂરી સામાન પૂરી પાડી શકાય છે. ૧૨. ખાસ વાત આ મેસેજ આગામી જરૂર મોકલજો જેનાથી તમે નહીં તો બીજા વાંચનાર જ કોઇની મદદ કરે અને આ મેસેજનો જવાબ તમને અને મને મળશે. ૧૩. જરૂર નથીકે ૧૦૦૦ નો મોબાઇલ હશે તો તે વ્યક્તિ ઘરમાં પણ ખરાબર હશે! ૧૪. મિત્રો, કોઇની મજબૂરીનો લાભ ન લેતાં, પણ થથાસકિત મદદ કરજો, કુદરત જરૂરથી તમારી કદર કરશો. અલ્લાહ તમારી રોજુમાં ઘણી બરકત આપે.... ■

## ડાયાબિટીસ

ખાવા વધુ ઠચ્છનીય છે. જો મિલના પોલિશ ચોખાને બદલે હાથજડાના ચોખામાં, મિલના ચોખા કરતાં અનેક ગણા વધારે રેસા હોય છે કે દર્દી માટે ક્ષયદાકારક ભને છે. અન્ય રેસાયુક્ત ખોરાક (જેમકે આખા ધાન્ય, કોળ, ફાળ અને બાજુ) પૂરતાં પ્રમાણમાં લેવાની શાળજ ડાયાબિટીસના દર્દી માટે અગત્યની છે. કોદરી, નાગલી, કાંગ, રાજી, જંગ કેવાં ધાન્ય વંઝ-ચોખા કરતાં વધુ રેસા પસાવે છે અને અનો ઉપયોગ વધારવો જોઈએ. મેથી અને ઈસબગુલના રેસા પણ ડાયાબિટીસને કાબૂમાં રાજવા માટે મહત્વના છે.

**ડાયાબિટીસના દર્દીએ જરા પણ ગળપણ ન ખાતું? ડાયાબિટીસના દર્દીઓને સૌથી વધુ અજાગમતી પરેજ ગળપણ બંધ કરવાની હોય છે. કોઈ પણ વ્યક્તિને ડાયાબિટીસ થાય એટલે સગા-સંબંધિ-મિગ્રો-વાઈલો-ડેક્ટરો બધા એક સલાહ તો આપે છે કે “તમારા ખાવામાંથી ખાંડ-ગોળ-મીકાઈ વગેરે સંપૂર્ણપણે બંધ કરી દો! ચા ખાંડ વગરની પીવાની અને ગળી વસ્તુ નહીં ખાવાની”. આનાથી આગળ વધીને વધાં બધા લોકો એવી માન્યતા વધારે છે કે ડાયાબિટીસ થવાનું કારણ જ ગળી વસ્તુ હોય છે! ધ્રણાં દર્દીઓ અનું પૂછતાં આપે છે કે “સાહેબ હુ તો કી ગળપણ ખાતો નથી તો મને ડાયાબિટીસ કેવી રીતે થયો?” ટૂંકમાં અત્યાર સુધી સામાન્ય લોકો અનું માનતા આવ્યા છે કે ગળપણ ખાવાથી ડાયાબિટીસ થાય તથા ડાયાબિટીસ થયો હોય તો ગળપણ ખાવાનું બંધ કરવું જોઈએ. મોટા ભાગના ડેક્ટરો પણ એવી જ સલાહ આપતાં હોય છે કે ડાયાબિટીસના દર્દી એ ખાંડ-ગોળ-મીકાઈ ખાવી નહીં.**

પરંતુ, તમને જાણીને આશ્વર્ય થશે કે છેલ્લાં થોડા વર્ષોમાં વધેલાં અનેક અભ્યાસોથી અનું જાણ્યું છે કે ખોરાકમાં થોડા પ્રમાણમાં (રોજના દશ-પંદર ગ્રામ) ખાંડ-ગોળ લેવાથી ડાયાબિટીસના નિયંત્રણમાં કોઈ નુકશાન થતું નથી! એક ચ્યામ્ચી ખાંડ અને એક ચ્યામ્ચી સ્ટર્કર્ચ (આજમાંથી મળતી શર્કરા) લગાભગ એક સરખાં પ્રમાણમાં લોહીની સુગર વધારે છે. એટલે જો ખોરાકમાં ખાંડ-ગોળ લેવા હોય તો એટલાં પ્રમાણમાં અન્ય શર્કરા (સ્ટર્કર્ચ વગેરે) ઓછા લેવી જોઈએ. મોટા ભાગના લોકો ભૂલ એ કરે છે કે પોતાના ચોંકિંદા ખોરાકમાં વધારાના ખાંડ-ગોળ ઉમેરે છે. એ રીતે વધારાની કેલરી અને શર્કરા લોહીમાં જાય છે જો ખાંડ-ગોળ ઉમેર્યા હોય તો એટલી જ કેલરી અપાતી અન્ય શર્કરા (ડાર્બોહાઇટ્રેટ) ઓછા કરવાથી ડાયાબિટીસના નિયંત્રણમાં અંધ્ય આપતી નથી. સાદા શાખ્દોમાં ઉદ્દીએ તો આખો કષ્ય ખાંડ વગરની ચા પીનાર વ્યક્તિએ ડાયાબિટીસને નિયંત્રણમાં રાખીને ખાંડવાળી ચા પીવી હોય તો કુલ આખાને બદલે અખો કષ્ય ચા પીવી જોઈએ. એ જ રીતે ખોરાકમાં પાંચ-દશ ગ્રામ ગોળ લીધો હોય તો અડમી રોટીએ ઓછા ખાવી જોઈએ. એ જ રીતે ઓછા

માવા-મલાઈ-ધીની મીકાઈનો નાનો ટૂંકો લીધો હોય તો એકાદ રોટીએ ઓછી કરી નાંખવી જોઈએ. બીજું બધું રોજ કરતાં વધુ પ્રમાણમાં અથવા રોજ જેટલું જ ખાઈને પણ ઉપરથી મીકાઈ ખાવા જાઓ તો કદી સુગર નિયંત્રણમાં રહેશે નહીં.

ટૂંકમાં, તાજેતરના ક્રાફ્ટપૂર્વક વધેલાં અનેક અભ્યાસો અનું જાણાવે છે કે ડાયાબિટીસના દર્દીએ ખાંડ-ગોળને સંપૂર્ણપણે બંધ કરી દેવા જરૂરી નથી. થોડા પ્રમાણમાં, અન્ય ખોરાકને બદલે ખાંડ-ગોળ લેવાથી ડાયાબિટીસના નિયંત્રણમાં કોઈ ફેરફાર થતો નથી. અલબટ, અન્ય તંદુરસ માણસોની જેમ ડાયાબિટીસના દર્દીઓએ પણ વધુ પડતાં ખાંડ-ગોળ લેવાનું ટાળવું જોઈએ. દિવસનાં પંદર-વીસ ગ્રામથી વધુ ખાંડ-ગોળ લેવાનું કોઈ પણ વ્યક્તિ માટે હિતાવણ નથી. અનું બની શરૂ કે અમૃત વ્યક્તિ ખાંડ ખાય તો ખાસ કોઈ અસર લોહીની સુગર પર ન જાણાય અને અન્ય વ્યક્તિ ખાંડ ખાય તો એનાથી એ વ્યક્તિની લોહીની સુગર વધી જાય. પરંતુ આનું માત્ર ખાંડ જ નહીં બીજા બધા ખોરાકથી થઈ શકે.

ડાયાબિટીસને કાબૂમાં રાજવા માટે માત્ર ગળપણ કે ભાત-બટાડા બંધ કરીને પોતે સંપૂર્ણ પરેજ રાખે છે એમ માનીને હરખાઈ જવાની જરૂર નથી. ડાયાબિટીસની પરેજમાં સૌથી અગત્યની પરેજ ખોરાકમાંથી માંસાહાર - ધી - માખણ - મલાઈ બંધ કરીને ખોરાકમાંથી સંતુષ્ટ અને હાઈડ્રોજનેટેડ ચરબી ઘટાડી નાંખવાની છે. આની સાથોસાથ ખોરાકનાં પૂરતાં પ્રમાણમાં રેસા, વિટામિન અને અન્યી ઓફિસિઝન્ટ પરાવતાં કુદરતી ખોરાક (ફાળ, બાજુ, કોળ અને આખા ધાન્ય) લેવા ખૂબ જરૂરી છે.

**ડાયાબિટીસના દર્દીએ કયાં ફણ ખાવા?** ફળોમાં રેસા, વિટામીન્સ એન્ટિઓક્સિડન્ટ તત્વો ભરપૂર હોય છે એમાં ચરબીનું પ્રમાણ નહીંવત હોય છે અને એમાં રહેલી રેકર્ડ કુકોટેજ સ્વરૂપે હોય છે જે અન્ય શર્કરાની સરખામણીએ લોહીની શુગર વધારવામાં ઓછો ફળો આપે છે. અલબટ, દરેક વ્યક્તિદીઠ, ફાનીઠ અને ખોરાકના સમય તથા અન્ય ખોરાકની લાજરી પ્રમાણે ફળની અસર લોહીની શુગર પર કેવી પદ્ધતે તે નકરી થાય છે. સામાન્ય રીતે ફળોનો સસ (જ્યુસ) લેવાને બદલે આખા ફળ લેવા ઈચ્છનીય છે. જ્યાં શક્ય હોય ત્યાં, છાલ સાથે ફળો ખાવાનું પસંદ કરવું જોઈએ. અન્ય ખોરાની સાથે નાસ્તામાં ફળ લઈ શક્યતામાં પણ ફળોને બનું અન્ય સાથે થોડા પ્રમાણમાં રાધીને ખાઈ શક્યાન્ય. જ્યારે ધરથી દૂર રહો અને ભૂખ લાગે ત્યારે બહારનો તળેલો નાસ્તો ખાવાના બદલે ફળો ખાવા વધુ યોગ્ય છે. શરબત-આઈસ્ક્રીમ વગેરે ખાવાને બદલે ફળોની સ્વાદિષ્ટ વાનગી ખાઈ શક્યાન્ય. અલબટ, દરેક વ્યક્તિની લોહીની સુગર જુદા જુદા ફળ ખાવાથી જુદા જુદા પ્રમાણમાં વધે છે. ઘણાં લોકોમાં કેળા, કેરી, ચીકુ, ગ્રાસ વગેરે ફળો ખાવાથી સુગર

ବାଇଜ୍ଞାନିକପ୍ରେସର

(સિસ્ટોલીક) બલડપ્રેશરમાં સરેરાશ પ થી ૧૫ મિ.મી મર્દુરી અને નીચેના (ડાયાસ્ટોલીક) બલડપ્રેશર માં ત થી ૧૦ મિ.મી મર્દુરી જેટલો ખાત્રો થઈ શકે.

વળી, જીવનપદ્ધતિના ફેરફારોની આ અસરો એકભીજમાં ઉમેરાય તારે  
વહુ સર્વ પરિણામ મળે છે. જીવનપદ્ધતિના ફેરફારો દ્વારાની અસરદારકતા પણ  
વધારે છે. અત્યારે આખી દુનિયામાં આશરે એક અભજીથી પણ વધારે  
હાઈલાઇટ્સ્રેચરના દર્દીઓ છે. જો સમયસર નિદાન અને સારવારથી આ દર્દીઓને  
હાર્ટઅન્ડ્ટેક ડે પેરેલિસિસ જેવા જીવલેશ ઓમ્નિલેશનમાંથી બચાવી શકાય તો  
ચોક્કસપણે સમાજમાં સ્વસ્થ લોડેનું પ્રમાણ અને ઉત્પાદકતા વધારી શકાય.  
વ્યાપક લોકશાળું દ્વારા ૪ બલાયેશરનું યોગ્ય નિદાન અને સારવાર શક્ક બની  
શકે.

### (१) नियमित हाली क्षरत करो

સારી ચાલવાની કસરત નિયમિતપણે કરવાથી બલપ્રેશર ઘટી શકે છે. રોજ 30 થી ૪૫ મિનિટ ઝડપભેર ભૂખ્યા પેટે ચાલવાની, તરવાની, રમવાની કે અન્ય કોઈપણ હળવી કસરત કરવાથી બલપ્રેશર ઝાલુમાં આવે છે અને હૃદયરોગ તથા બીજી કોઈપણ બીમારીથી મૃત્યુ થવાની શક્યતામાં ઘટાડો થાય છે. વધુ પડતી ભારે કસરત (દા.ત. વેટિટ-લિફ્ટિંગ કરવું) બલપ્રેશર ઘરાડવામાં ઉપયોગી નથી થતી અને ક્યારેક્ટ નુકસાન કરે છે. માટે હળવી કસરત જ કરવી. નિયમિત હળવી કસરત કરવાથી સરેરાશ ઉપરના અને નીચેના બલપ્રેશરમાં હ થી હ મિ મી કેરલો ઘાટાયે મોટાભાગના અભિયાનમાં નોંધાયો છે.

ગાર્થપર્ણ કસરત કરવાનં માર્ગદર્શન

ઉન્નત (વર્પ)	કસરત દરમાન વધ્યના ઓછામાં ઓછા ખબડારા (દર મિનિટે)	કસરત દરમાન વધ્યના વધુમાં વધુ ખબડારા (દર મિનિટે)
૨૦	૧૦૦	૧૫૦
૩૦	૮૪	૧૪૨
૪૦	૭૦	૧૨૮
૫૦	૬૪	૧૩૬
૬૦	૬૦	૧૨૮
૭૦	૫૪	૧૧૦
૮૦	૫૦	૧૧૨

નોંધ: આ તમે બીટા-બ્લોકર જૂથણી દવા દેતા હો તો ધખડારના આ દરને અવગણયો કુરસુ કે એ દવાથી ધખડા વટે છે.

જો એક્સાયે ૩૦ મિનિટ ચાલવાનું શક્ય ન હોય તો, દિવસમાં બે વખત ૧૫ - ૧૫ મિનિટ અથવા ગ્રાન્ડ વખત ૧૦ - ૧૦ મિનિટ ચાલી શક્ય. 'ન માભા

કરતાં ડાઢો મામો સારો' એ ન્યાયે કંઈ પણ કસરત ન કરવા કરતાં થોડીક પણ કસરત કરવાથી કાયદો થશે જ. કોઈ પણ કસરત શરૂ કરતી વખતે કસરત કરવાની જરૂર ધીમે ધીમે વધારવી જરૂરી છે. શરૂઆતની પાંચ મિનિટ ધીમી જરૂરે કસરત શરૂ કર્યા પછી એની જરૂર વધારવી જોઈએ. શરૂઆતની આ ધીમે ધીમે વધતી જરૂરને 'વોર્મિશ અપ' કહેવાય છે. મહત્તમ જરૂરે કસરત કરતી વખતે હદ્યનાં ધબજરા દર મિનિટે કેટલાં થવા જોઈએ એની માહિતિ સાથેના કોષ્ટકમાં આપી છે. પહેલી પાંચ મિનિટ પૂરી થયાં પછી આ કોષ્ટકમાં દર્શાવેલ જરૂરે હદ્યના ધબજરા ચાલવા જોઈએ. કસરત પૂરી કરતી વખતે પણ પાંચ મિનિટ સુધી ધીમે ધીમે ઘટતી ગતિએ કસરત કરવી જરૂરી છે. 'કુલ ડાઇન' તરીકે ઓળખાતી આ કસરતનો દર ઘટાડવાની રીત શરીરને નુકસાન થતું અટકાવે છે.

(૨) વજન ઘટાડો

હાઈલ્ડપ્રેશરના દર્દીઓ પોતાનું વધી ગયેલું વજન ઘટ્યો અને પછી એ ઘટ્યોલા વજનને સ્થિર રાખી શકે તો હાઈલ્ડપ્રેશર પણ ઘટી શકે છે. જેમનું બ્લડપ્રેશર વધારે હોય છે એવા લોકોનું વજન જેટલાં ડિલો ઘટે અનાથી આશરે અધવા મિ.મી. જેટલો વચ્ચે ઊપર અને નીચેના બ્લડપ્રેશરમાં નોંધાય છે. દેખ હાઈલ્ડપ્રેશરના દર્દીને જો અનું વજન વધારે હોય તો શરૂઆતમાં ઓણભાં આંદું, પાંચ કિલો વજન ઘટાડું જોઈએ.

શરીરને જરૂર કરતાં વધુ શક્તિ (કેલરી) બોરાકમાંથી મળે ત્યારે એ યરબીના સ્વરૂપે જમા થયા કરે છે. માટે વજન ઉત્તારવાનો અંડ જ સાદો સિધ્યાત્મ છે કે, ‘ખાઓ અનેટલું વાપરો’ અર્થાતું ઓછી કેલરી ખાઓ અને વધુ બાયામ કરો જેથી કેલરીનું સંતુલન જગાવાઈ રહે. ખાસ કરીને બોરાકની ચરબી ઘટાડીને ગ્રાચાં શક્કાજી અને ફોનોનો વપરાશ વધારવાથી, સંતોષપૂર્વક ખાવા છતાં વજન વધતું નથી. જો વજન ઘટાડવાની સાથોસાથ કસરત અને શારીરિક સંકિયતા વધારી નાખવામાં આવે તો બ્લડપ્રેશર ઓર ઘટે છે. એ જ રીતે વજન ઘટાડવાની સાથોસાથ મીઠું કે દાડુનો વપરાશ ઘટાડવાથી બ્લડપ્રેશર ઘટાડવામાં ઘણો મોટો ક્ષયદો થાય છે.

### (3) ખોરાકની ટેવો બદલો

દીનો ખોરક અનુભવપ્રેરણ વધારી કે વધારી શકે છે. ખોરકમાં નીચે જણાવેલ કેરકારો લાંબા સમય સથી (કાયમી) ફરજામાં આવે તો કાયદો થાપ છે.

(અ) ખોરાકમાં મીઠાનો વપરાશ ઘટાડો : મીઠું એટલે રાસાયણિક દરિયાએ સોટિયમ કલોરાઈડ. જુદા જુદા અનેક દેશોની અનેક સંસ્કૃતિઓના વર્ષાના કુમન્દા

## દેશ-વિદેશના સમાચાર

### રંદ્ર

**ઇન્ટેકાલે પુરમલાલ:-** અમીના - અહમદ ભામની છોકરી તે હાસીમ મોહંમદ શહી મીચલાની ઔરતનો યુ.કે.ખાતે તથા અબુખકર ઇસ્માઇલ પટેલનો રંદ્ર ખાતે ઇન્ટેકાલ થયો છે. (ઇ. લી.)

### ભાડી

**પરદેશથી આગમન:-** વેણ અ.સત્તાર લીંબાડા તથા સિદ્ધીક ઝુબેર સીદાત સા.આફીકાથી વતનની મુલાકાતે આવ્યા છે.

**પરદેશ ગમન:-** અ.સત્તાર ઇખાઈમ લીંબાડા મલેશિયા તથા શાહીનબાનુ મુસેજુ ઘોરાત યુ.કે.ગયા છે.

### ખરોડ

**ઇન્ટેકાલે પુરમલાલ:-** ઇનીફ ઇસ્માઇલ ગંગાત તથા ગુલામ સુલેમાન જોગીયાત ઘોડાવાલા નો ઇન્ટેકાલ થયો છે. (ઇ. લી.)

**પરદેશથી આગમન:-** બાબુ રશીદ કાજી યુ.કે.થી, મદ્યદ રશીદ યુસુફ કાજી તથા શહેનાઝ અયાજ ખરોડીયા યુ.કે.ની ટુંકી મુલાકાત લઈ વતન પરત આવ્યા છે.

**પરદેશ ગમન:-** શબ્દીર ઇસ્માઇલ તરકી વેભિલી સાથે સા.આફીકા ગયા છે.

સરનગું બદલાયું છે.

દ્વે ગમારી નવી દુકાનગાં અપથય પધારો.

કદ્દની - પાયખાળા, પણાણી મૂર્દ,  
અરની ગંબનીની "ધૂનીયન તેમજ ઈંપોર્ટ"

કાપની પિશાળ રેન્જ મળશે.

હજ માટે થોરાગમનું કાપદ, દુવાલ  
થણે બેલ્ટ મળશે.

અમારી એક વધતની મુલાકાત ઈન્ફ્લાયાન્ડ  
આપને લાભદારી થશે.



(ફોન) : 0261-2452155  
મો.ટાઇફર : 98794 56530  
E-mail : libas1978@gmail.com

૧૩૧૫૬, નડી મસ્જુદ (મર્ક્ઝ) ની રામે, રાતીતાવ મેઈન રોડ, સુરત-૩. (ગુજરાત-ઈન્ડિયા)

### વરીયાચ

**શાદી મંગાણી:-** આતેકા બીલાલ (મુલા) અહમદ મોતાલાની મંગાણી કોસંબા મુકાબે સુહેલ સલીમ પાંચભાયા સાથે થઈ છે.

**ઇન્ટેકાલે પુરમલાલ:-** વારુક (અનવર) અહમદ પટેલ નો મુખ્ય ખાતે, અમીના ઇસ્માઇલ કડવા તથા ઝુલેઝા શરીમ બાવા નો બર્મા ખાતે ઇન્ટેકાલ થયો છે. (ઇ. લી.)

**પરદેશથી આગમન:-** દાવુદ ઇખાઈમ (લાલુ) માયત પેરીસથી, યુસુફ અ.રહેમાન (અનીસ) દાવજુ યુ.કે.થી તથા અહમદ (મુલા) ભાઈમીયાની દીકરી નાહીદ દુબઈથી આવ્યા છે.

**ઉમરાહ મુખારક:-** ઝહીર નાસીર મપારા ઉમરાહ કરી યુ.કે. પરત ગયા છે.

**પરદેશ ગમન:-** હારુન દાવુદ આટીયા યુ.કે.ગયા છે.

### મરજીદ તથા મદ્રેસાઓ ગાટે ઝુશા ખબર

શાંક જાતની વેશાલીઝ,  
દેટેસ્ટ ડિગ્રીન, વિવિધ કલર થાથે

તૂર્કી, સાઉદી વિગોરે દેશોની ઇન્પોર્ટ સફો, ગાલીચા, વુલન, મખમલ, કોટન તેમજ એકેલીક અને પી.વી.રી.ની સફો તેમજ ચટાઇઓ, બાપાકોને બેસવાના પાથરણા, આસન, કારપેટ બાજીભી ભાવે હાજર સ્ટોકમાં મળશે.

**નોંધ:** આપની એકવારની મુલાકાત આપને  
સંતોષ આપનાર પુરવાર થશે.

- :- શો રમનું સરનાયું :-

### **આગ્રા કારપેટસ એમ્પોરીયમ**

3, આદર્શ માર્કેટ, મેઇન રોડ,  
બાટા ઝુઝની સામે, બરુદી  
ફોન નંબર (૦૨૬૪૨) ૨૬૮૦૭૪  
મોબાઇલ: ૯૩૭૬૧૭૭૭૨૮, ૭૮૮૪૧૬૮૫૭૭

**આન્ધ્યા :-** ધી સૈંચદ મમુન કિકેટ ગ્રાઉન્ડ તેમજ ધી વરીઆવ રીવોલ્યુશન કિકેટ કલખના સંયુક્ત ઉપક્રમે વરીઆવ ગામતળના મુરિલમ સમાજમાં એકતા અને ભાઇચારો બની રહે એ નેક આશાયથી કિકેટ ટુન્ડામેન્ટનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં ૪ ટીમો એ ભાગ લીધો હતો. ફાઇનલ મુકાબલો વરીઆવ સ્ટાર્સ ઇલેવન અને વી.એમ.સી.સી.ની ટીમ વચ્ચે થયો હતો. જેમાં વરીઆવ સ્ટાર્સ ઇલેવનનો વિજય થયો હતો. આ ફાઇનલ મેચનો ઇનામ વિતરણ સમારંભ ધી સૈંચદ મમુન કિકેટ ગ્રાઉન્ડના મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી, ભૂતપૂર્વ કિકેટર તથા સમાજસેવક જ.મુસા યુસુફ ભાઈભીયા સા.ના પ્રમુખપદે યોજાયો હતો. જેમાં મહાનુભાવો, ગામની વિવિધ સંસ્થાઓના હોદેદારો, કમિટી સભ્યો, ટ્રસ્ટીઓ તેમજ કિકેટ પ્રેમીઓ મોટી સંખ્યામાં હાજર રહ્યા હતા. ઉપરિથિત મહાનુભાવોના હસ્તે વિજેતા ટીમ, રન્સર્સઅપ ટીમ, મેન ઓફ ધ મેચ, મેન ઓફ ધ સીરીઝ, બોટ્સમેન ઓફ ધ ટુન્ડામેન્ટ અને બોલર તેમજ અપ્પાયરોને મેડલો-ટ્રોફી વિરોધે અર્પણ કરી સન્માનિત કરાયા હતા. આ કિકેટ ટુન્ડામેન્ટના આયોજન માટે

જ. ઇરફાન અહમદ ઓલીચા સા.તરફથી ગ્રાઉન્ડ માટે ૧૦ ટક (આઇવા) માટી ઉપરાંત રૂ.૧૦ હજારનું રોકડ દાન, મોરા ભાગણ સિથિત પહુલ મળ્યી સ્પેશ્યાલીસ્ટ હોસ્પિટલના ડૉ. પૂર્વી પટેલ સાહેબા તરફથી જ.સોએબ સૈંચદના સૌજન્યથી રૂ.૧૦ હજારનું રોકડ દાન, ભારતની પ્રયાત કૂડ ડિલીવરી સપ્લાય કરતી કંપની સ્વીંગી કંપની તરફથી જ.સુફીયાન સાલેજુ (એરીયા પેનેજર) ના સૌજન્યથી રૂ.૧૨ હજાર ઉપરાંત કોંગ્રેસ અગ્રાસીશ્રી દર્શનભાઈ નાયક સા. તરફથી રોકડા રૂ.૨૦ હજારનું દાન પ્રાપ્ત થયેલ છે. તે બદલ સંચાલક મંડળો પ્રશંસા કરી આભાર વ્યક્ત કર્યો હતો. સમારંભનું સુંદર સંચાલન જ.સલીમ (સોહેલ) દાવજુ સા.એ કર્યું હતું.

### બલેશ્વર

**ઉમરાહ મુખારક :-** સુહેલ અ.સલામ પારેખ ફેમિલી સાથે તથા સલમા અ.સલામ પારેખ ઉમરાહ કરી વતન પરત આવ્યા છે.

### આલુજ

**પરદેશ ગમન :-** ઐયુબ કાસમ નોરાત વતનની

## હાજ ફાર્મ ઓર્ગેનિક

હમારી વાડીમાં નાળીયેરના ઝાડ તથા કેરીના ઝાડને ઓર્ગેનિક (દેશી ખાતર) નાખેલું છે. હમારે ત્યાં તરોપાના એક નંગાના રૂપિયા ૨૦ થી ૭૦ રૂપિયા સુધીમાં મળશે. (ઇન્શાઅલ્વાહ) તથા કેસર કેરી મળશે. કલમના ઝાડ પર કોઈપણ જાતની દવાનો છંટકાવ કરેલ નથી.

(૧) કેસર કેરીનું બુકિંગ તથા ભાવ ૧૦મી મે થે જાણ થશે. (૨) ૧૫ મે થી ૨૦ જુન સુધી કેસર કેરી મળશે. (૩) ૧૦ કિલોના બોક્સમાં મળશે નેટ વજન. (૪) કેસર કેરી તથા તરોપા અગાઉથી બુકિંગ વગર મળશે નહીં. હમુને ખાગી થયા પછી જ કેસર કેરી મળશે. (૫) હાજર સ્ટોકમાં હશે ત્યાં સુધી મળશે.



**નોંધ :- ઉધાર સંદંતર બંધ છે.**

**:: સરનામું ::**

**મુ. તેલાડા, પો. વેસ્માં, તા. જી. નવસારી**

**નેશનલ હાઇવે ૮, ધોળા પીપડા ચોકડીથી પૂર્વ દિશામાં જવું . મો. ૯૧ ૭૬૨૩૮ ૮૦૮૭૫**

ના. ૫

મુલાકાત લઇ પેરીસ પરત ગયા છે.

**નવાગામ કરારવેલ**

**ઇન્ટેકાલે પુરમલાલ :-** એયુબ યુસુફ અમીનનો ઇન્ટેકાલ થયો છે. (ઇ. લી.)

**આંકડોં**

**ઇન્ટેકાલે પુરમલાલ :-** હાજુ અ.રહેમાન કાર્જી તથા એયુબ આદમજી કાર્જીનો ઇન્ટેકાલ થયો છે. (ઇ. લી.)

**ઉમરાહ મુખારક :-** મૌ.મોહમ્મદ મુસા કાર્જી

એમની અહેલીયા રસીદાબહેન સાથે ઉમરાહ કરી વતન પરત આવ્યા છે.

**પરદેશથી આગમન :-** સોહેલ ઉસ્માન કાર્જી કેનેડાથી આવ્યા છે.

**પરદેશ ગમન :-** મૌ.મુસા મહમ્મદ કાર્જી એમની અહેલીયા રસીદાબહેન સાથે સા.આદીકા પરત, અ.ખાલીક યુસુફ કાર્જી એમની અહેલીયા અમીનાબહેન સાથે તથા ઇદ્રીસ સુલેમાન કાર્જી વતનની મુલાકાત લઇ કેનેડા પરત ગયા છે.

You Can Make Your Donation To The Following Bank Account

**DONORS FROM ABROAD**

THE SURATEE SUNNI VOHRA MUSLIM EDUCATION SOCIETY

STATE BANK OF INDIA

ACCOUNT NO : (FCRA - SAVINGS BANK A/C.) 40159386675

BRANCH CODE : 00691 IFS CODE : SBIN0000691

BANK SWIFT CODE : SBININBB104

BANK ADDRESS : FCRA Cell, 4th Floor, State Bank of India,  
New Delhi Main Branch -11, Sansad Marg, New Delhi-110001 (INDIA).

**FOR DONORS FROM INDIA**

THE SURATEE SUNNI VOHRA MUSLIM EDUCATION SOCIETY

UNION BANK OF INDIA

ACCOUNT NO : (CURRENT ACCOUNT) 311301010030025 IFS CODE : UBIN0531138

BANK ADDRESS : Unapani Road, Station Road Branch, Surat-3, GUJARAT ( INDIA )

**બાટલી - ચુ.કે.**

રજુ કરો :- જ. મોહમ્મદભાઈ પાંડોર સા. જુતાલીવાળા

**ઇન્ટેકાલે પુરમલાલ :-** હેનરી સ્ટ્રીટની મર્ઝીદના ખાદીમ હાફીલ મહમ્મદ પટેલ ભરોલીવાળા નો ઇન્ટેકાલ થયો છે. (ઇ.લી.)

**આગમન :-** સુલેમાન ઇબ્રાહીમ કોલા ફેમિલી સાથે ખરોડ - ઇન્ડિયા જઇને પરત આવ્યા છે.

**ઉમરાહ મુખારક :-** આલીપોરના બાબુભાઈ લહેર ફેમિલી સાથે તથા ઇબ્રાહીમભાઈ લાલ ફેમિલી સાથે અને અમીનભાઈ લાલ ઉમરાહ કરીને પરત આવ્યા છે.

**જગાકુમુલાહ :-** અહુમદ સુલેમાન પટેલ તથા આઇશા અહુમદ પટેલ અંભેટાવાળા તરફથી ઓક્સો (૧૦૦) પાઉન્ડ ઝકતના મળ્યા છે. આલીપોરના પાટબ્રો PATBRO તરફથી ત્રણસો (૩૦૦) પાઉન્ડ બેવાફ્ડ માટે ઝકતના મળ્યા છે.

**કચુઅનરી - ચુ.કે.**

**જગાકુમુલાહ :-** ઇબ્રાહીમ અહુમદ માકડા ખોરીયાવાળા તરફથી બસો (૨૦૦) પાઉન્ડ બેવાફ્ડમાં ઝકતના મળ્યા છે.

## કાયેમુલ ઈસ્લામ મદ્રેસા ટ્રસ્ટ

મોટામિયાં માંગરોલ, જિ.સુરત-૭૬૪૪૧૦, મો.૯૦૨૫૪૮૯૩૩૫

E-Mail : [kimmangrol@yahoo.com](mailto:kimmangrol@yahoo.com) Website : [www.kimtrustmangrol.com](http://www.kimtrustmangrol.com)

प्रवेश जाहेरात

જુન : ૨૦૨૭ થી શરૂ થતા નવા સત્ર આટે.

કુ.આઈ.મદ્રેસાના એક જ કેમ્પસમાં દીની મદ્રેસાની સુવિધા સહિત (સરકાર માન્ય આન્ડેડ) શાળાઓ ગુલામ મોહંમદ પટેલ મદ્રેસા પ્રાણાણ, એસ.પી.એમ.ગાર્ઝે હાઈસ્કુલ અને એસ.પી.એમ.બોર્ડજ હાઈસ્કુલ (શ્રેષ્ઠ પ થી ૧૨, સામાન્ય પ્રવાહ) માટે સંપૂર્ણ ઈસ્લામિક વાતાવરણમાં ચાલતી બોર્ડજ એન્ડ ગાર્ઝે હોસ્પિટ (નવું અદ્યતન મકાન)માં રહી પ્રવેશ મેળવવા હાજીતા વિદ્યાર્થીઓ કે તેમના વાલીઓએ પ્રવેશ કોર્સ રૂ. ૩૦/- આપી ટ્રસ્ટની ઓફિસમાંથી ઉપરોક્ત સરનામેથી મેળવી લેવું.

::નોંધ ::

- (૧) શ્રેષ્ઠી-પ માં પ્રવેશ ઈચ્છિતા છોકરા-છોકરીઓને પ્રથમ પસંદગી આપવામાં આવશે. જેથી શાળાકીય તાલીમની સાથે દીની તાલીમનો સંપૂર્ણ લાલ મળી રહે. શ્રેષ્ઠી ઇ થી એ માં અનુસારી તથા કાનેલ બી.એડ. શિક્ષકો દ્વારા શિક્ષણ આપવામાં આવે છે.
  - (૨) ગાર્લ્સ હાઇસ્ક્યુલમાં શિક્ષકા બહેનો દ્વારા જ શિક્ષણ આપવામાં આવે છે. તેમજ ગાર્લ્સ હોસ્પિટલમાં મોટી છોકરીઓને આલેમા આપા દ્વારા દીની તાલીમ તથા ભસ્યાલા ભસાઈલની જાણકારી આપવામાં આવે છે.
  - (૩) હોસ્પિટલમાં રહી એસ.એસ.સી. તથા એચ.એસ.રી. માં અભ્યાસ કરતા વિદ્યાર્થીઓનું દર વર્ષનું પરિણામ ઉત્સાહજનક આવે છે.
  - (૪) હોસ્પિટલમાં રહેતા હાજરતમંદ કોઈપણ ગરીબ મુસ્લિમ વિદ્યાર્થી / વિદ્યાર્થીનીને સંસ્થાના ઝકાત ફરમાંથી મેરીટ (ટકાવારી) મુજબ મદદ આપવામાં આવશે.
  - (૫) હોસ્પિટલમાં રહીને દુન્યાવી તાલીમની સાથે દીની મદ્દેસામાં હાફેજ પણ થઈ શકાશે.
  - (૬) ઓફિસનો સમય સવારના લ થી ૪:૩૦ નો રહેશે.

નોંધ: નવી બોઈજ હોસ્પિટનું બાંધકામ ચાલુ હોય, બોઈજ હોસ્પિટની વ્યવસ્થા બીજા મહાનમાં કરેલ છે. તેથી મર્યાદિત પ્રવેશ આપવાનો થતો હોય વહેલા તે પહેલાના ધોરણે પ્રવેશ મેળવી લેવો.

## મેનેજંગ ટ્રસ્ટી

જોઇએ છે.

કે.આઇ.મદ્રેસા મોટામિયાં માંગરોળ, તા. માંગરોળ, જી. સુરત સંચાલિત બોઇજ હોસ્પિટ માટે જુન-૨૦૨૭ થી શરૂ થતી નવા શૈક્ષણિક વર્ષથી સુપરવાઇઝરની સેવા આપી શકે તેવા ચોગ્ય લાયકાત ધરાવતા ઉમેદવાર જોઇએ છે. ગ્રેજ્યુએટ તથા અનુભવીને પ્રથમ પસંદગી આપવામાં આવશે. બાયોડેટા, સરનામા તથા ફોન નંબર સહિત ઉપરોક્ત સરનામે જાહેરાત પ્રસિદ્ધ થયે દિન-૧૫ માં અરજી કરવી.

## પસંદ અપની અપની

### દુનિયાની મહોબ્બત છોડી દે

દુનિયા તને છોડે તે પહેલાં, તું દુનિયા ને છોડી દે.

એ તો એક તમાસો છે, તું સંબંધ ભાત્ર રબ થી જોડી દે.

છે ખરી જુંદગી તો આખેરતની ભલા, ગમ નથી ભલે દુનિયા તું થોડી દે.

દુનિયાબાં જે કભાશો તે ત્યાં પાભશો, અમલ વિના ફળના સપના તું છોડી દે.

સભય છે રાજુ કરી લે તું રબને જરા, રાજુ કરશો તને એ, રબ પર તું છોડી દે.

હું અદ્ધલનો નહીં ફરાલનો ઉચ્ચીદવાર છું, તને ઇખ્તીયાર છે માલિક તું ચાહે તે જોડી દે.

હું હું પકડથી તારી છતાં પૂરી આશા છે રહેખની, તું ચાહેતો રજા દે તું ચાહે તો છોડી દે.

યા રબ! કલ્યાણ સલીય આખી ને નક્સેમુતભઇનાહ બનાવી દે,

પછી ગમ નથી કશાનો ભને જન્મત તું થોડી દે.

આકા (સ.અ.વ.) ના સંકાયાં ખાંગુ જન્તુલ ફિરદૌસ,

જ્યાં ભારી આંખોને આલા દિદારથી જોડી દે.

- આમીન

## અંદાગ અપના અપના

સબક ફીર યાદ કર તું સુજાતાની કા, સદાકતાની કા, અદાલતાની કા,

તૂજસે કામ લીયા જાઓએંબા દુનિયા કી ઇમામત કા.

## નોંધ કુયલાંડ

### કક્ષાત

૭૦૦૦ મોહ. કાતીમા ઇસ્માઇલ ભીજુ સા. વસરાવી	૨૦૦૦ જ. રીજવાન મૌ. હાસીમ સાદક સા.
૫૦૦૦ જ. હાંકેજુ અહમદ સા.	બોધાણ
૫૦૦૦ જ. મોહ. કરાહ હબીબ જીવા સા.	ઉમરવાડા
૫૦૦૦ જ. સાજુદ શહીભાઈ સીદાત સા.	બરબોધન
૫૦૦૦ જ. સાજુદ શહીભાઈ સીદાત સા.	સુરત
૫૦૦૦ જ. સમીર શહીભાઈ સીદાત સા.	સુરત
૫૦૦૦ જ. સરફરાજ શહીભાઈ સીદાત સા.	સુરત
૫૦૦૦ મોહ. આપબેન આજમભાઈ દુધા સા.	યુ.કે.
૫૦૦૦ જ. શોકત એયુબ માંજરા સા.	મોસાલી
૫૦૦૦ જ. ઇસ્માઇલભાઈ દેસાઈ સા.	તડકેશ્વર
૫૦૦૦ જ. ઇબ્રાહીમભાઈ બપોરીયા સા.	રાંદેર
૫૦૦૦ મોહ. ફાતેમાબહેન ઇસ્માઇલ સા.	રાંદેર
૫૦૦૦ જ. મૌ. કાસીમ પટેલ સા.	રીયુન્યન
૫૦૦૦ જ. ઇમ્તિયાજ મોહમદ મુલ્લા સા.	હચુરણ
૫૦૦૦ જ. મોહમદ સુલેમાન મુલ્લા સા.	હચુરણ
૫૦૦૦ વઈદ ફેમિલી	સુરત
૫૦૦૦ મોહમદી ફેમિલી	સુરત
૫૦૦૦ જ. શાખીર આદમજી કાગી સા.	લાજોર
૫૦૦૦ જ. શાહનવાજ હાંસલોટ સા.	કઠોર
૪૦૦૦ મોહ. બાનુબહેન ઉસ્માન જકડા સા.	યુ.કે.
૪૦૦૦ મોહ. ઝુબેદા યાફુબ મુલ્લા સા.	સુરત
૨૦૦૦ જ. અ. રહેમાન અહમદ બોખાત સા.	સુરત
૨૦૦૦ મોહ. હાજરાબીબી હાસમ પીપરડી સા.	રાંદેર
૨૦૦૦ મોહ. બિલ્કીસ કાસીમ અચ્છા સા.	બરબોધન
૨૦૦૦ જ. કાસીમ એયુબ અચ્છા સા.	બરબોધન
૨૦૦૦ મોહ. ઝુબેદા કાસીમ અચ્છા સા.	બરબોધન
૨૦૦૦ જ. સઈદ યુસુફ હાંસલોટ સા.	સુરત
૨૦૦૦ જ. સોહેલ ઇસ્માઇલ મસાલાવાલા સા.	સુરત

૨૦૦૦ જ. રીજવાન મૌ. હાસીમ સાદક સા.	બોધાણ
૨૦૦૦ જ. આસીફ અનવર અમલા સા.	સુરત
૧૫૦૦ જ. મો. ઇકબાલ અહમદ મુરાદ સા.	રાંદેર
૧૦૦૦ મોહ. રાખીયા અહમદ જકડા સા.	પાનોલી
૧૦૦૦ જ. અ. હમીદ પાંચલ્યાયા સા.	યુ.કે.
૧૦૦૦ મોહ. નુઝાત ફારુક લુકમાન સા.	સુરત
૧૦૦૦ જ. મો. શેહજાદ ફારુક માયાત સા.	વરીયાવ
૧૦૦૦ મોહ. સબીના આરીફ મુરાદ સા.	રાંદેર
૧૦૦૦ નસીમ ઇબ્રાહીમ દાવજી સા.	કઠોર
૧૦૦૦ જ. ઇદ્રીસ દાવુદ પટેલ સા.	બરબોધન
૧૦૦૦ એક મુસ્લિમબહેન તરફથી	સુરત
૧૦૦૦ હાજુ પ્રો. ગુ. મોહમદ ઇ. મુજાવર સા.	ગણદેવી
૧૦૦૦ એક મુસ્લિમબહેન તરફથી	કઠોર
૭૦૦ મોહ. રૂક્યાબીબી અહમદ મુરાદ સા.	રાંદેર
૫૦૦ જ. સાદ ગોરા જાડા સા.	કોસાડી
૫૦૦ મોહ. મરીયમબહેન જાદ્વત સા.	સુરત
૩૦૦ જ. આરીફ અહમદ મુરાદ સા.	રાંદેર
૩૦૦ જ. અ. રહેમાન અહમદ મુરાદ સા.	રાંદેર
૩૦૦ જ. શાખીર અહમદ ઇ. મુજાવર સા.	ગણદેવી
૨૫૦ જ. મૌ. હશેન સાદક સા.	બૌધાણ

### સંદકા

૫૦૦૦ જ. જમાલભાઈ સા.	મુંબદી
૧૫૦૦ મોહ. શાકેરાબહેન બોલાત સા.	સુરત

### બેવાફંક

૩૦૦૦ જ. જાવેદભાઈ અમલા સા.	સુરત
---------------------------	------

### ફીલરા

૧૦૦૦ એક મુસ્લિમબહેન તરફથી	સુરત
---------------------------	------

અલ્લાહુપાક મદદ આપનાર - આપાવનાર સર્વેને બહેતરીન બદલો બન્ને જહાનમાં આપે. આમીન.

### ઇન્ટેકાલે પુરમલાલ

- આપણી સોસાયટીના વોલસોલ - યુ.કે. ખાતેના માનદ્દ પ્રતિનિધી જ. સલીમનાઈ હસનજી પટેલ સા. ના. સાખા નો. બર્મિંગહામ - યુ.કે. ખાતે ઇન્ટેકાલ થયો છે. (ઇ.લી.)
- આપણી સોસાયટીના હિલેચ્યુ હમદર્દ જ. હનીફ કાસમ હાંસલોટ સા. નો. ટા. ૧૨-૪-૨૦૨૩ ના બુધવારના રોજ વરેટી મુકામે ઇન્ટેકાલ થયો છે. (ઇ.લી.)

અલ્લાહુપાક ઉપરોક્ત મર્યાદાની બાલ-બાલ મગજીરત ફરમાવી જણતુલ ફીરદોસમાં આતા મુકામ અતા ફરમાવે. આમીન.

**આપણી એ.વાય.દાદાભાઈ ટેકનીકલ ઇન્સ્ટીટ્યુટ, કોસંબામાં પ્રવેશ અંગે**

આપણી ધી સુરતી સુન્ની વહોરા મુસિલમ એજયુકેશન સોસાયટી, સુરત સંચાલિત એ.વાય.દાદાભાઈ ટેકનીકલ ઇન્સ્ટીટ્યુટ (પોલીટેકનિક) છેલ્લા ૧૪ વર્ષથી કોસંબા ખાતે કાર્યરત છે. કોલેજ ખાતે વર્ષ ૨૦૨૩-૨૦૨૪ નાં પ્રવેશ અંગેની કામગીરી શરૂ થઇ ગયેલ છે.

આપણી એ.વાય.દાદાભાઈ ટેકનીકલ ઇન્સ્ટીટ્યુટ કારા હાલમાં ચલાવવામાં આવતા વિવિધ અભ્યાસ ક્રમોની માહિતી નીચે મુજબની છે.

અનું. નંબર	અભ્યાસક્રમનું નામ	બેઠકો	વિશેષતા
૧	ડીપ્લોમા ઇન સિવિલ એન્જીનીયરીંગ	૬૦	NBA ACCREDITED
૨	ડીપ્લોમા ઇન કોમ્પ્યુટર એન્જીનીયરીંગ	૧૨૦	NBA ACCREDITED
૩	ડીપ્લોમા ઇન ઇલેક્ટ્રીકલ એન્જીનીયરીંગ	૬૦	NBA ACCREDITED
૪	ડીપ્લોમા ઇન મીકેનિકલ એન્જીનીયરીંગ	૬૦	NBA ACCREDITED
૫	ડીપ્લોમા ઇન ડી. વોક એન્જીનીયરીંગ	૬૦	

આપ તમામ વહોરા વિદ્યાર્થીઓને જણાવવાનું કે જો આપના કુટુંબ, ગામ તથા સેહીમિત્રો જે ડીપ્લોમા એન્જીનીયરીંગ કોલેજમાં પ્રવેશ મેળવવા ઉત્સુક હોય તો તાત્કાલિક ધોરણે નીચે આપેલા મોખાઈલ નંબર ઉપર સંપર્ક કરવો.

જે વિદ્યાર્થીઓ આપણી સોસાયટીની સ્કોલરશીપ મેળવીને આપણી કોલેજમાં અભ્યાસ કરવા માંગતા હોય તો તેવા તમામ વિદ્યાર્થીઓએ સ્કોલરશીપ માટેનું ફોર્મ સોસાયટી ખાતેથી લઈને નિયત સમય મર્યાદામાં વહોરા સોસાયટી, સુરત ખાતે જમા કરાવવા વિનંતી.

**ખાસ નોંધ:-** ડીપ્લોમા પ્રવેશ રાખિતી કારા જે પણ પ્રવેશ પ્રક્રિયા હાથ ધરવામાં આવે એ તમામ વિદ્યાર્થીઓએ ફરજીયાત અનુસરવાનું રહેશે.

**ડીપ્લોમા એન્જીનીયરીંગ કોલેજમાં પ્રવેશ કોને મળી શકે ?**

માર્ચ ૨૦૨૩ અથવા અગાઉ પાસ થયેલ તમામ ઉમેદરવારો ૩૫ ટકા લઘુત્તમ માર્ક્સ સાથે પાસ થયેલ હોય એવા તમામ વિદ્યાર્થીઓ.

જે વિદ્યાર્થીઓ પ્રવેશ મેળવવા છાચતા હોય તેમણે તા.૧૫-૦૬-૨૦૨૩ સુધી સંસ્થાનો અવશ્ય સંપર્ક કરવો.

**સંપર્ક**

પ્રો. અફ્રાલ દરસોત - ૯૮૭૭૮ ૮૮૬૧૪

પ્રો. અંદુલ્લાલ હાંસ - ૯૪૨૭૮ ૬૮૫૩૦

**સંસ્થાનું સરનામું**

એ.વાય.દાદાભાઈ ટેકનીકલ ઇન્સ્ટીટ્યુટ

જુની મરિયમ બાદ હોસ્પિટલ પાસે, કોસંબા

## અલ-ફલાહ ગલ્સ્ હોસ્પિટ - ખોલવડ

મુ.પો. ખોલવડ, તા. કામરેજ, જી. સુરત

આપણી વહોરા સોસાયટી સંચાલિત અલ-ફલાહ ગર્લ્સ હોસ્પિટ, ખોલવડમાં નવા શૈક્ષણિક વર્ષ ૨૦૨૨-૨૩ થી ધો. ૫ થી ધો. ૧૨ સુધી (સાયન્સ - સામાન્ય પ્રવાહ) મુસ્લિમ બહેનોને હોસ્પિટમાં રહી અભ્યાસ કરવા માટે પ્રવેશ આપવામાં આવશે. તો આપણા મુસ્લિમ સમાજના વાલીઓએ વહેલા તે પહેલા ના ધોરણે એડમીશન મેળવી લેયું. હોસ્પિટમાં એડમીશન મેળવનાર ઝકાતની છકાર બહેનોને સોસાયટીના નિયમ મુજબ માફી આપવામાં આવશે. હાલમાં એડમીશન મેળવવા ધર્ષતી બહેનોએ પોતાનું નામ, ગામ અને મોબાઇલ નંબર વહોરા સોસાયટીની ઓફીસે સુરત અથવા ખોલવડ ગર્લ્સ હોસ્પિટમાં નોંધણી કરવા માટે સંપર્ક કરો.

સુરત ઓફિસ  
ગીયાઉદ્ડીન કાર્યી - ૮૮૨૪૫ ૭૭૭૮૬

ખોલવડ હોસ્પિટ  
મૌલાના અમાનુલ્લાહ - ૦૧૬૦ ૩૩૪૬૬

### હોસ્પિટમાં ઉલ્લંઘ સુવિધાઓ

- સંપૂર્ણ હવા ઉજાસવાળા મોટા રૂમો, એક રૂમમાં ફક્ત ત્રણ બહેનો. ● રીડિંગ રૂમ તથા ટ્યુશન કલાસ માટે બેંચીસની સગવડ સાથે વર્જિનો. ● સી.સી.ટી.વી. કેમેરા દ્વારા સલામતી વ્યવસ્થાનું મોનીટરીંગ. ● કંપાઉન્ડ વોલ, ગાઈન, ઝેરોક્ષ મશીન, ગરમ પાણીની સુવિધા, વોટર ફિલ્ટર ખાન્ટ જેવી જરૂરી સગવડો. ● સોસાયટી દ્વારા નિયુક્ત સ્થાનિક કમિટીની દેખરેખ તથા માર્જિફર્શન. ● ધોરણ ની/ની વિજ્ઞાન પ્રવાહની બહેનોને કેમેસ્ટ્રી, ફીજીકિસ, બાયોલોજી અને NEET નું ટ્યુશન નિઝાંત અને અનુભવી શિક્ષકો દ્વારા હોસ્પિટમાં જ આપવાનું આવે છે જેથી બહેનોને ટ્યુશન માટે હોસ્પિટ બહાર જવું પડતું નથી.

- કોલેજમાં અભ્યાસ કરનાર છોકરીઓ હોસ્પિટમાં રહેવા ધર્ષતા હોય તો તેમના વાલીઓએ સોસાયટીનો સંપર્ક કરવો.

### વહોરા સમાચાર ગ્રાહક જોગ

વહોરા સમાચારના કોઇ પણ કામ માટે નીચે આપેલ મો.નંબર ઉપર તેમજ ઈ-મેલ ઉપર સંપર્ક કરી શકો છો.

મોહમ્મદ અસલમ વાય. પટેલ - મોલાઈલ નંબર 098241 84657

E-mail: -vohrasamachar@yahoo.com, vohrasamachar@gmail.com

### વહોરા સમાચારના જાહેરાતના દરો

આખુ પેજ રૂ. ૨૦૦૦

અડધુ પેજ રૂ. ૧૨૦૦

પા પેજ રૂ. ૬૦૦

નોંધ:- વહોરા સમાચારમાં આવતી જાહેરાત કે લેખ સાથે તત્ત્વી કે સંરથા સહમત છે એવું માનવું નહીં. કોઇ પણ સંરથાની જાહેરાત લેટરપેડ ઉપર તથા સાહી-સિક્કા વાળી છે તો જ છાપવા અંગે વિચારણા કરવામાં આવશે.

### વહોરા સમાચાર પ્રતિનિધિ જોગ

વહોરા સમાચારમાં સમાચાર મોકલનાર પ્રતિનિધિ ભાઈઓએ ગામના કે સંરથાના સમાચાર ઢુંકા અને મુદ્દાસર લખવા તથા દર માસની ૨૦ તારીખ સુધી મોકલી આપવા વિનંતી.

### ખેલ મિલન રમતોત્સવ

મે રેકેશનમાં મુસ્લિમ સમાજમાં છુપાયેલ ખેલ પ્રતિભાને બહાર લાવવા તેમજ આજના યુવા પેટી અને બાળકોને મોબાઇલ તેમજ ડ્રગ્સ જેવા વ્યસનોમાંથી મુક્ત કરી રમત - ગમતમાં રૂચી લાવવા સમગ્ર મુસ્લિમ સમાજના ખેલાડીઓ માટે કે.પી. ગૃપના સહયોગથી એક ખેલ મિલન રમતોત્સવ નું આયોજન કરવામાં આવ્યું છે. આ રમતોત્સવમાં આપણા સમાજના વધુમાં વધુ ખેલાડીઓ ભાગ લાય આ કાર્યક્રમનો લાભ ઉઠાવે એ આશા સાથે આપણા સમાજને પણ ભાવભીનું આભંગણા આપવામાં આવે છે. તા.પ-૫-૨૦૨૩ સુધીમાં સંપૂર્ણ વિગતો સાથે ખેલાડીઓના ફોર્મ રાંડેર જુમખાનાની ઓફીસમાં જમા કરાવી દેવા. વધુ માહિતી માટે અભ્યાસ હાંસ (મો. ૮૮૨૪૧ ૦૮૮૪૧) નો સંપર્ક કરવો

## સ્કોલરશીપ માટેના અરજી ફોર્મ

દરેક ફોર્મ સુરત વહોરા સોસાયટીની ઓફીસેથી સવારે ૧૦.૩૦ થી ૫.૩૦ દરમાન મળશે.

દો. ૧ થી કોલેજ તેમજ ટેકનીકલ વિભાગ (ક્રાઇટીંગ, ટેલરીંગ) ના સ્કોલરશીપ ફોર્મ તા. ૧-૫-૨૦૨૩ થી તા. ૩૦-૬-૨૦૨૩ સુધી આપવામાં આવશે. ફોર્મ ભરી પરત આપવાની છેલ્લી તા. ૩૦-૬-૨૦૨૩ રહેશે. તારીખ વિતી ગયા પછી ફોર્મ લેવામાં આવશે નહીં. જેની નોંધ લેશો. ફોર્મની કિંમત રૂ. ૨૦ છે.

નોંધ:- (૧) કોલેજ વિભાગના વિદ્યાર્થીઓએ સ્કોલરશીપ ફોર્મ અંગેજુમાં ફરજીયાત ભરવાનું રહેશે તથા ફોર્મ ઉપર ફરજીયાત પોતાનો ફોટો લગાવવાનો રહેશે. (૨) સ્કોલરશીપ મેળવવા માટે ૫૦ ટકા માર્ક્સ હોવા જરૂરી છે. (૩) ફોર્મ સાથે રીડલની નકલ ફરજીયાત આપવાની રહેશે. જે વિદ્યાર્થીનું રીડલ તા. ૩૦-૬-૨૦૨૩ પછી આવવાનું હોય તેમણે પોતાનું સ્કોલરશીપ ફોર્મ સમયસર જમા કરાવી જરૂરું. (૪) સ્કોલરશીપ મેળવવા માટે રૂલ, કોલેજ ચાલુ થયા પછી અસલ બોનોફાઇડ સર્ટીફીકેટ, અસલ ફી રસીદ તથા રીડલની કોપી ફરજીયાત આપવાની રહેશે.

## બેવાફંડ ફોર્મ અંગેની જાહેરાત

હાજુ અહુમદ બીલાખડી લહેર બેવાફંડમાંથી મદદ મેળવવા ઇચ્છનાર બહેનોને જણાવવામાં આવે છે કે ફોર્મ તા. ૧-૫-૨૦૨૩ થી આપવાનું શરૂ કરવામાં આવશે. ફોર્મની છેલ્લી તા. ૩૦-૬-૨૦૨૩ છે. બેવાફંડની મદદ માત્ર સુરતી સુન્ની વહોરા બહેનોને ઝકાત ફુંડમાંથી આપવામાં આવશે માટે જે બેવાહ બહેનો ઝકાતની મુસ્તહીક, હક્કાર હોય તેમણેજ અરજી કરવી. ફોર્મ સાથે પતિના મરણનો દાખલો, રેશન કાર્ડ, બેંકની પાસબુક તથા આધાર કાર્ડની એરોક્સ આપવી ફરજીયાત છે. અધુરી વિગતવાળા ફોર્મ લેવામાં આવશે નહીં. ફોર્મની કિંમત રૂ. ૧૦ છે.

નોંધ:- જે બેવાહ બહેનોને મદદ મળે છે તેમણે પણ ફરજીયાત નવા ફોર્મ ભરવાના રહેશે.

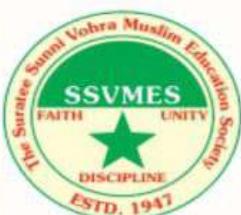
## દિનીયાત વિભાગના અરજી ફોર્મ

સોસાયટી દારા દારુલ ઉલુમમાં અભ્યાસ કરતા તાલીબે ઇલ્મો માટે દિનીયાત વિભાગના સ્કોલરશીપ ફોર્મ તા. ૧-૫-૨૦૨૩ થી આપવાનું શરૂ કરવામાં આવશે. ફોર્મની છેલ્લી તા. ૩૦-૬-૨૦૨૩ છે. ફોર્મની કિંમત રૂ. ૨૦ છે.

ઓન. જન. સેકેટરી

**ધી સુરતી સુન્ની વહોરા મુસ્લિમ એજચ્યુકેશન સોસાયટી  
સુફ્ઝિબાગ, રેલ્વે સ્ટેશન સામે, સુરત-૩**

દરેક ફોર્મમાં પોતાના ગામના સોસાયટીના સભ્ય - પ્રતિનિધીની સંહી ફરજીયાત કરાવવાની રહેશે તેમજ ફોર્મમાં પુરે પુરી વિગત ભરવાની રહેશે, અધુર ફોર્મ સ્વીકારવામાં આવશે નહીં.



# Invitation

ધી સુરતી સુન્ની વહોરા મુસ્લિમ એજયુકેશન સોસાયટી, સુરત  
દ્વારા આયોજૂત

## શૈક્ષણિક કારકિર્દી માર્ગદર્શન કાર્યક્રમ - ૨૦૨૩

મહેરબાન

અલામ બાદ જણાવવાનું કે,  
ધોરણ-૧૦ કે ધોરણ-૧૨ માં અભ્યાસ કરતા વિદ્યાર્થી / વિદ્યાર્થીનીઓ માટે  
કારકિર્દી માર્ગદર્શનનો એક કાર્યક્રમ રાજ્યવામાં આવેલ છે,  
આપણીને વિનંતી કે આ કાર્યક્રમમાં આપના બાળક સાથે પદ્ધારી  
તેમના કારકિર્દીના ઘડતરમાં સહકાર આપશો.



-::: મુખ્ય વક્તા :::-

### ડૉ. જિન્દેશાબ અનસારી

એમ.કોમ., એમ.એડ., પી.એચ.ડી.

પ્રખર કારકિર્દી માર્ગદર્શક અને લોકપ્રિય વક્તા

#### તારીખ

શનિવાર, ૨૭-૦૫-૨૦૨૩

#### સમય

સવારે ૧૦-૦૦ કલાકે

પ્રોગ્રામ પછી જમવાની વ્યવસ્થા છે.

#### કાર્યક્રમની રૂપ-રેખા :

- ◆ ધોરણ ૧૦ પછી શું ?
- ◆ ધોરણ ૧૨ પછી શું ?
- ◆ એન્જિનીયરીંગ, મેડીકલમાં પ્રવેશ માટેની માહિતી (JEE & NEET, Gujcet)
- ◆ વિદેશમાં વધુ અભ્યાસ માટેની માહિતી (IELTS, TOEFL, Etc.)
- ◆ અભ્યાસ માટે જુદી જુદી સ્કોલરશીપ માટેની માહિતી.

#### સેકેટરી,

ધી સુરતી સુન્ની વહોરા મુસ્લિમ એજયુકેશન સોસાયટી, સુરત.



#### સ્થળ

અ. વાય. દાદાભાઈ ટેકનીકલ ઇસ્ટીટ્યુટ  
કોસંબા. મો. : ૯૩૭૭૮ ૮૮૬૧૪

Phone No.0091-261-2420097

MAY - 2023

## VOHRA SAMACHAR

VALID UP TO 31-12-2023.

Licence No.040 inland 081 For Foreign

PUBLISHED ON LAST DATE OF EVERY-MONTH , AT NATRAJ PRINTERS, SURAT

RNI No.9372/57"Registered No.SRT-004/2021 -2023"  
2000 Copies Posted at SR RMS at 3rd of Every month

on date of posting

03 - 05 - 2023

### વહોરા સમાચાર લવાજમના વાર્ષિક દર નીચે પ્રમાણે છે.

દેશમાં વાર્ષિક લવાજમ રૂ.૨૦૦, દેશમાં લાઇફ મેબર ફી રૂ.૩૦૦૦, પરદેશમાં વાર્ષિક લવાજમ (બાય એર મેલ) રૂ.૧૩૦૦, પરદેશમાં લાઇફ મેબર ફી રૂ. ૫૦૦૦ (એર ચાર્જ રૂ. ૧૦૦૦ વાર્ષિક ભરવાના રહેશે.), છુટક નકલ કિંમત રૂ.૨૦.૦૦



## A.Y. Dadabhai Technical Institute (Polytechnic)

TRUSTED TO DELIVER EXCELLENCE

Kosamba - Mahuvej Road, Kosamba-394120. (Gujarat) Dist. Surat. • Ph.: 02629-235951-52  
E-mail : aydtech@yahoo.com • Website : www.aydadabhaitech.org

Managed by : The Suratee Sunni Vohra Muslim Education Society, Surat.

### Result Analysis of V Semester

GTU Winter Exam – 2022

#### SPI Wise Result

Nos. of Students	Nos. of Students
10 SPI	08
9 SPI to 10 SPI	29
8 SPI to 9 SPI	38
7 SPI to 8 SPI	32

#### Name of Students got 10 SPI



Chaudhri Sujal  
Rajkumar



Singh Salini  
Udaypratap



Tailor Fenny  
Bharatkumar



Malek Madinabibi  
A. Vahab



Bhardwaj Khusboo  
Sanjay



Quraishi M. Asad  
M. Arif



Khan Khusi Firoj



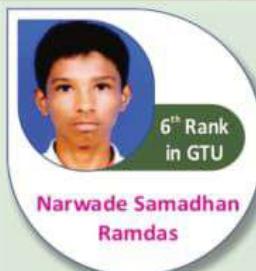
Shaikh Fatimabibi  
Akhtar

#### Branch wise Top-ten in GTU (Mechanical Branch)



2<sup>nd</sup> Rank  
in GTU

Chaudhri Sujal  
Rakumar



6<sup>th</sup> Rank  
in GTU

Narwade Samadhan  
Ramdas



9<sup>th</sup> Rank  
in GTU

Singh Abhay Pratap  
Uday Pratap