આજે ઉત્પતી એકાદશી : અશ્વમેઘ યજ્ઞનું પુણ્ય

આ તિથિને ઉત્પત્તિકા, ઉત્પન્ના, પ્રાકટ્ય અને વૈતરણી એકાદશી પણ કહેવામાં આવે છે.

ગાંધીનગર,તા.૧૯

આ વખતે ઉત્પન્ના એકાદશી ૨૦ નવેમ્બરે ઉજવવામાં આવશે. આ દિવસે માતા એકાદશી અને ભગવાન વિષ્ણુની પૂજા કરવામાં આવે છે. માન્યતા અનુસાર આ દિવસે વ્રત રાખવાથી દરેક મનોકામના પૂર્ણ થાય છે. હિંદુ ધર્મમાં માગશર માસના કૃષ્ણ પક્ષની એકાદશી તિથિનું વિશેષ મહત્વ છે. આ દિવસને ઉત્પન્ના એકાદશી કહેવામાં આવે છે. એકાદશીના દિવસે ભગવાન વિષ્ણુની વિધિ-વિધાનથી પૂજા કરવામાં આવે છે. એકાદશી તિથિ ભગવાન વિષ્ણુને સમર્પિત છે. હિંદુ કેલેન્ડર મુજબ, એકાદશી તિથિ દર મહિને બે વાર આવે છે. એક કૃષ્ણ પક્ષમાં અને એક શુક્લ પક્ષમાં. એક વર્ષમાં કુલ ૨૪ એકાદશીઓ હોય છે. એકાદશી વ્રતમાં વ્રત કથા વાંચવાનું અને સાંભળવાનું ઘણું મહત્વ છે. વ્રત કથાનો પાઠ કરવાથી બધી મનોકામનાઓ પૂર્ણ થાય છે તેવું માનવામાં આવે છે.

ઉત્પન્ના એકાદશી વ્રત કથાઃ

સતયુગમાં મુર નામના રાક્ષસનો જન્મ થયો હતો. તે ખૂબ જ મજબૂત અને ભયંકર હતો. એ ઉગ્ર રાક્ષસે ઈન્દ્ર, આદિત્ય, વસુ, વાયુ, અગ્નિ વગેરે તમામ દેવતાઓને હરાવીને તેમનો પીછો કર્યો. ત્યારે ઈન્દ્ર સહિત તમામ દેવતાઓ ડરી ગયા અને ભગવાન શિવને આખી વાત કહી અને કહ્યું કે હે કૈલાશપતિ! બધા દેવતાઓ મુર રાક્ષસના ભયથી મૃત્યુ ભૂમિમાં ભટકી રહ્યા છે. ત્યારે ભગવાન શિવે કહ્યું, હે દેવો! ત્રણ લોકના અધિપતિ, ભક્તોના દુઃખનો નાશ કરનાર ભગવાન વિષ્ણુનું શરણે જાઓ.ફક્ત તે જ તમારા દુઃખ દૂર કરી શકે છે. શિવજીના આવા શબ્દો સાંભળીને બધા દેવતાઓ ક્ષીરસાગર પાસે પહોંચ્યા અને કહ્યું કે હે ! મધુસૂદન તમે અમારી રક્ષા કરો. કહ્યું કે હે ભગવાન, રાક્ષસોએ

અમોને હરાવીને સ્વર્ગમાંથી ફેંકી દીધા છે, રાક્ષસોથી અમારી સર્વની રક્ષા કરો. ઈન્દ્રના આવા શબ્દો સાંભળીને ભગવાન વિષ્ણુ કહેવા લાગ્યા કે હે ઈન્દ્ર, આવો માયાવી રાક્ષસ કોણ છે જેણે તમામ દેવતાઓને જીતી લીધા છે, તેનું નામ શું છે, તેની પાસે કેટલી શક્તિ છે અને તે કોના આશ્રયમાં છે અને તેનું સ્થાન ક્યાં છે? મને આ બધું કહો આ સાંભળીને ઈન્દ્રે કહ્યું, ભગવાન ! પ્રાચીન કાળમાં નદીજંઘા નામનો એક રાક્ષસ રહેતો હતો, જેને મુર નામનો પુત્ર હતો, જે ખૂબ જ શક્તિશાળી અને જાણીતો હતો. તેમની પાસે ચંદ્રાવતી નામનું શહેર છે. તેણે સ્વર્ગમાંથી બધા દેવતાઓને બહાર કાઢી મુખ્ય છે અને ત્યાં તેની સત્તા સ્થાપિત કરી છે. તેણે ઈન્દ્ર, અગ્નિ, વરુણ, યમ, વાયુ, ઈશ, ચંદ્ર, નૈરિત વગેરે સ્થાનો પર કબજો કર્યો છે. સૂર્ય બની પોતે જ પ્રકાશ કરી રહ્યો છે. તે પોતે મેઘ બની બેઠો છે અને સૌથી અજેય છે. હે અસુર નિકંદન! એ દુષ્ટને મારીને દેવોને અજેય બનાવો. આ શબ્દ સાંભળીને ભગવાને કહ્યું- હે દેવો, હું તેનો જલ્દી સંહાર કરીશ. તમે ચંદ્રાવતી નગરી જાઓ. આમ કહીને ભગવાન સહિત તમામ દેવતાઓ ચંદ્રાવતી નગરી તરફ પ્રયાણ કર્યું. તે સમયે મુર રાક્ષસ સેનાની સાથે યુદ્ધના મેદાનમાં ગર્જના કરી રહ્યો હતો. જ્યારે ભગવાન સ્વયં યુદ્ધના મેદાનમાં આવ્યા, ત્યારે રાક્ષસો તેમના પર શસ્ત્રો લઈને દોડ્યા, ત્યારે વિષ્ણુએ સાપની જેમ તેમના બાણોથી તેમને વીંધી નાખ્યા. ઘણા રાક્ષસો માર્યા ગયા. માત્ર મુર જ જીવતો રહ્યો. તે કોઈ પણ સંકોચ વિના પ્રભુ સાથે લડતો રહ્યો. ભગવાને ગમે તેટલું તીક્ષ્ણ તીર માર્યું, તે તેના માટે ફૂલ સમાન સાબિત થયું. તેનું શરીર વિખેરાઈ ગયું પણ તેણે લડવાનું ચાલુ રાખ્યું. બંને વચ્ચે કુસ્તીનો મુકાબલો પણ થયો હતો. તેમનું યુદ્ધ ૧૦ હજાર વર્ષ સુધી ચાલ્યું પરંતુ મુરનો પરાજય થયો ન હતો. થાકીને ભગવાન બદ્રિકાશ્રમ ગયા. હેમવતી નામની એક સુંદર ગુફા હતી, જેમાં ભગવાન આરામ કરવા માટે પ્રવેશ્યા હતા. આ ગુફા ૧૨ યોજન લાંબી હતી અને તેનો એક જ દરવાજો હતો. ભગવાન વિષ્ણુ ત્યાં યોગનિદ્રના ખોળામાં સૂઈ ગયા.મુર પણ તેની પાછળ ગયો અને ભગવાનને સૂતા જોઈને મારવા તૈયાર થયો, ત્યારે જ ભગવાનના શરીરમાંથી એક તેજસ્વી,કાંતિમય દેવી પ્રગટ થઈ. દેવીએ મુર રાક્ષસને પડકાર્યો, યુદ્ધ કર્યું અને તરત જ તેને મોતને ઘાટ ઉતારી દીધો. જ્યારે શ્રી હરિ યોગનિદ્રના ખોળામાંથી જાગી ગયા, ત્યારે બધું જાણીને દેવીને કહ્યું કે તમારો જન્મ એકાદશીના દિવસે થયો છે, તેથી તમારી પૂજા ઉત્પન્ના એકાદશીના નામથી કરવામાં આવશે. તમારા ભક્તો તે જ હશે જે મારા ભક્ત છે.

આમ આદમી પાર્ટીના ઉમેદવાર મુકેશ પટેલને સેકટરવાસીઓનો આવકાર

સેક્ટર-૨૬,૨૮ તેમજ આદીવાડા બોરીજ વિસ્તારમાં મુકેશભાઇ પટેલની ડોર ટુ ડોર પ્રચાર ઝુંબેશ

ગાંધીનગર તા ૧૯

વિધાનસભાની ચુંટણીને અનુલક્ષી ગાંધીનગરમાં રાજકીય પક્ષોની પ્રચાર ઝુંબેશ શરૂ થઈ ગઈ છે. ઉમેદવારો સેકટરોમાં ઘરે ઘરે ફરીને પ્રચાર કરી રહ્યા છે. આ વખતે ગાંધીનગર ઉત્તરની બેઠક પર ત્રિકોણીયા જંગમાં ઉમેદવારો મતદારોને આકર્ષવા ગયા છે. ગાંધીનગર ઉત્તરની બેઠક માટે આમ આદમી પાર્ટીના ઉમેદવાર મુકેશ પટેલે આજે સે-૭ સ્થિત અંબાજી મંદિરે દર્શન કર્યા હતા. આ દરમિયાન તેમણે સેકટરના આગેવાનો સાથે બેઠક પણ કરી હતી. તેમણે આમ આદમી પાર્ટીના કાર્યકરો સાથે પણ બેઠક કરી ડોર ટુ ડોર

માટે શરૂઆતથી જ જોર લગાવી રહ્યા છે. ગાંધીનગર ઉત્તરની બેઠક પર આમ આદમી પાર્ટીના ઉમેદવાર મુકેશ પટેલે પણ આજે સે-૭ માં આગેવાનો સાથે બેઠક કરી હતી જયારે પાર્ટીના કાર્યકરોએ સે-૨૬ સે-૨૮ અને આદીવાડા , બોરીજ સહીતના વિસ્તારમાં તેમને વિજયી બનાવવા માટે ડોર ટુ ડોર પ્રચાર કર્યો હતો આ દરમિયાન મુકેશ પટેલને આવકારી આમ આદમી પાર્ટીના કાર્યોની પણ આમ નાગરિકોએ પ્રસંશા કરી હતી.

આગામી વિધાનસભાની ચુંટણીને અનુલક્ષી રાજકીય પક્ષોએ પ્રચાર ઝુંબેશ શરૂ કરી દીધી છે. ગાંધીનગરની બેઠકો પર આ વખતે ત્રિકોણીયો જંગ જામશે ત્યારે મતદારાને આકર્ષવા માટે ઉમેદવારો સેકટરોમાં ડોર ટુ ડોર ચુંટણી પ્રચાર કરવા લાગી કેમ્પેઈન થકી આમ નાગરિકોનો સંપર્ક કરવા પણ જણાંવ્યુ હતુ. જેના અંતે આમ આદમી પાર્ટીના કાર્યકરો આજે બોરીજ, સે-૨૬ , સે-૨૮ આદીવાડા વિસ્તાર તેમજ રેલવે સ્ટેશન આસપાસના વિસ્તારમાં ઘરે ઘરે મતદારોનો સંપર્ક કરી મુકેશભાઈ પટેલને જંગી બહુમતીથી વિજેતા બનાવવા માટે પ્રચાર કર્યો હતો. આ વેળાએ આમ આદમી પાર્ટીએ પંજાબમાં કરેલી કામગીરીનો પણ ખ્યાલ આપ્યો હતો જયારે સ્થાનિકોએ પણ આમ આદમી પાર્ટીના કેજરીવાલની કામોને બિરદાવી ઉમેદવાર મુકેશ પેટલને આવકાર્યા હતા. જુના સેકટરોમાં પણ આમ આદમી પાર્ટીના ઉમેદવાર મુકેશ પટેલને આવકારો મળતા કાર્યકર્તાઓનો જુસ્સો વધ્યો છે.

માતા રાણી ઝાંસી લક્ષ્મી બાઈ જી ના જયંતિ નિમિતે એર રાયફલ ટ્રેનિંગ ફોર રાજપૂત યુવા અને વ્યાપારી સારું આજે સવારે રાજપૂત યુવા અને વ્યાપારી ઓ આજ રોજ રાજપૂત વ્યાપાર વિકાસ મંડલ.કર્મવીર એજ્યુકેશન અને સ્પોર્ટ્સ ફેડરેશન માર્ગ દર્શક શ્રી રાજપૂત વિદ્યા સભા નો કાર્યક્રમ ગાંધીનગર માં ઉજવાયો .અહીં સ્પોર્ટ્સ ક્ષેત્ર ના ૭૦થી વધુ દીકરા.દીકરીબા ncc cad^{a}s . રાજપૂત વ્યાપારી સામાજિક આગેવાનો ખૂબ ઉત્સાહ સાથે જોડાયા હતા.અને દર વર્ષે આવા આયોજન ના નિર્ધાર સાથે રસ પૂર્વક ભાગ લીધો હોવાનું વિરલ સિંહ રાઓલ અને મનહરસિંહ વાઘેલા એ જણાવ્યું છે

આંતરરાષ્ટ્રીય પુરૂષ દિવસે સંજય થોરાત ‘ધ આઈડિયલ મેન એવોર્ડ’થી સન્માનિત

ગાંધીનગર,તા.૧૯

દર વર્ષે ૧૯ નવેમ્બર એ આંતરરાષ્ટ્રીય પુરૂષ દિવસ તરીકે ઉજવવામાં આવે છે. આંતરરાષ્ટ્રીય પુરૂષ દિવસની ઉજવણીના ભાગ રુપે મહિલાઓના ઉત્કર્ષ માટે કામ કરનારા ૧૩ સદ્ ગૃહસ્થોનું ટીમા એવોર્ડ દ્વારા સન્માન કરવામાં આવ્યું હતું. અમદાવાદ ખાતે આયોજિત કાર્યક્રમમાં મુખ્ય અતિથિ તરીકે જાંબાજ આઈપીએસ મંજીતા વણઝારા, અતિથી વિશેષ તરીકે વિશ્વ પ્રવાસી અને લેખિકા પ્રિતિ સેનગુપ્તા અને સમાજ સેવી દક્ષાબહેન શાહ ઉપસ્થિત રહ્યા હતાં. પારસમણિ ફાઉન્ડેશનના અધ્યક્ષ સંજય થોરાતને એમની વૈવિધ્યસભર મહિલાઓ માટેની સેવાઓ માટે ટીમા એટલે કે ધ આઈડિયલ મેન એવોર્ડ એનાયત કરવામાં આવ્યો હતો. સંજય થોરાતે અત્યાર સુધી

અનેક સેવાના કાર્યક્રમ દ્વારા મહિલા ઉત્કર્ષનું કામ કર્યું છે. ઉલ્લેખનીય છે કે તેઓ ગાંધીનગર સાહિત્યસભાના અધ્યક્ષ તરીકે પણ સેવા આપી રહ્યા છે.

TIMA(The Ideal Man Awards) દ્વારા ગુજરાતની જાગૃત મહિલાઓએ ભેગા મળી “સદ્ ગૃહસ્થો”નું સન્માન કર્યું હતું. આંતરરાષ્ટ્રીય પુરૂષ દિવસે ટીમા (TIMA-The Ideal Man Awards)માં એવા પુરૂષોનું સન્માન કરવામાં આવે છે કે જેઓ હંમેશા સ્ત્રી દાક્ષણ્ય દાખવે છે. ગ્રીક શબ્દ TIMA નો અર્થ છે ‘ઈશ્વરનું સન્માન’. આ ખ્યાલ સાથે આદર્શ પુરૂષ પુરસ્કારનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું.

ગુજરાતના કુલ ૧૩ પુરુષોને આ એવોર્ડ આપી સન્માન કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં ડૉ. એસ. કે. નંદા, ડૉ. મોહિલ પટેલ, ડૉ. પ્રશાંત ભીમાણી, અંકિત હિંગુ, રાકેશ પ્રજાપતિ, સમીર કક્કડ, શરીફ દેસાઈ, સંજય થોરાત, અશોક જૈન, જીતેન્દ્ર ઠક્કર, રામભાઈ ભરવાડ, વંદન શેઠ અને અરમાન જોષીનો સમાવેશ થાય છે. આ કાર્યક્રમનું આયોજન મનીષા શર્મા અને સરસ્વતીચંદ્ર આચાર્ય દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું. વિશ્વ મહિલા દિવસ તો લગભગ બધા ઉજવે છે પરંતુ વિશ્વ પુરુષ દિવસ ઉજવી એનું સન્માન કરવાનો આ ઉપક્રમ સરાહનીય છે.

ગાંધીનગર (ઉ)ના ભાજપ ઉમેદવાર રીટાબેન પટેલને લોકસંપર્કમાં ઠેર-ઠેર આવકારો

રીટાબેન પટેલ તબક્કાવાર રીતે સમગ્ર વિધાનસભા વિસ્તારમાં લોકસંપર્ક અને ગ્રુપ મિટીંગ કરશે

ગાંધીનગર, તા. ૧૯

ગાંધીનગરમાં ગુજરાત વિધાનસભાની ચૂંટણીને પગલે ચારે તરફ ચૂંટણી પ્રચાર ચાલી રહ્યા છે. જેમાં ભારતીય જનતા પાર્ટીના ગાંધીનગર ઉત્તર વિધાનસભાના ઉમેદવાર રીટાબેન પટેલ આક્રમક ચૂંટણી પ્રચાર કરી રહ્યા છે. જેમાં ગઈકાલે લોકસંપર્ક રાઉન્ડ અંતર્ગત સેક્ટર-૨, સેક્ટર-૩, ૩-એ-ન્યુ માં બપોર સુધી જનસંપર્ક કર્યો હતો. તેમજ સેક્ટર-૪ એ, બી., સેક્ટર-૫ અને સેક્ટર-૫-બી સહિતના વિસ્તારમાં સાંજે લોકસંપર્ક કર્યો હતો. સમગ્ર પ્રચાર અભિયાનમાં સંગઠનના હોદ્દેદારો, ચૂંટાયેલા સભ્યો, કાર્યકર્તાઓ, શુભેચ્છકો, સમર્થકો મોટી સંખ્યામાં જોડાયા હતા.

સ્થાનિક રહીશોએ ઠેર ઠેર ભાજપના ઉમેદવાર રીટાબેન પટેલનું ઉમળકાભેર સ્વાગત કરીને સમર્થન પ્રદાન કર્યુ હતુ અને તેમના ભવ્ય વિજયને આશાવાદ વ્યક્ત કર્યો હતો. આમ ભારતીય જનતા પાર્ટીના ઉમેદવાર રીટાબેન પટેલ તેમના સમગ્ર મતવિસ્તારમાં લોકસંપર્ક અને ગ્રુપ મિટીંગ કરશે. સૂત્રોના જણાવ્યા મુજબ ગાંધીનગર ઉત્તરના ભાજપના ઉમેદવાર રીટાબેન પટેલને લોકસંપર્ક દરમિયાન ઠેર-ઠેર આવકાર મળી રહ્યો છે.

સર્વ વિદ્યાલય કેળવણી મંડળ ગાંધીનગર સંચાલિત શ્રીમતી આર.એન.પટેલ પ્રાથમિક શાળાના ધોરણ -૧ અને - ૨ ના બાળકોની બાળગીત સ્પર્ધા યોજાઈ.તેમાં બાળકોએ ઉત્સાહ ભેર ભાગ લીધેલ હતો. પોતાની મૌલિક શૈલી દ્વારા સુંદર રજૂઆત કરી.

શિયાળામાં ગોળની ચીકી ખાવાના ફાયદા અનેક

શિયાળામાં સ્વાસ્થ્યની દ્રષ્ટિએ ચીકી ખૂબ ઉપયોગી સાબિત થાય છે.

ગાંધીનગર,તા.૧૯

લોકો ઘણીવાર શિયાળાની ઋતુમાં ગોળ અને મગફળીની ચીકી ખાતા હોય છે.

ખાસ કરીને લોહરીની આજુબાજુના લોકો ઘણાં બધાંમાં ચિકી ખાય છે.

અને એકવાર તે ખાઈ લે છે, પછી તેનો સ્વાદ એવો હોય છે કે તે તેના વગર રહી નહિ શકતા. ઠીક છે, ચિકીનો સ્વાદ અદભૂત છે, પરંતુ શિયાળામાં સ્વાસ્થ્યની દ્રષ્ટિએ પણ તે ખૂબ ઉપયોગી છે.ખરેખર શિયાળા માટે ગોળ અને મગફળીનું મિશ્રણ ખૂબ સારું છે.

તેનાથી ઘણા ફાયદા છે અને રોગોથી પણ મુક્તિ મળે છે.ગોળની ચિક્કી લોકપ્રિય ભારતીય મીઠાઈ છે. ખાસ કરીને શિયાળામાં તેનું વધુમાં વધું વેચાણ થાય છે. શિયાળામાં તેના સેવનના અનેક ફાયદા છે.

શિયાળો આવતા જ ત્વચામાં ફેરફાર થવા લાગે છે, આવી સ્થિતિમાં ત્વચાને શરીરની અંદરથી પોષણની જરૂર હોય છે. બીજી તરફ, ચિક્કીમાં ઘણા સોજો વિરોધી ગુણો પણ હોય છે જે ત્વચાની સમસ્યાઓને દૂર રાખે છે કારણ કે મગફળીમાં વિટામિન ઈ, ઝિંક જેવા પોષક તત્વો મળી આવે છે, જે ત્વચાને સ્વસ્થ અને ચમકદાર બનાવે છે. ચાલો જાણીએ મગફળીની ચિકકી ખાવાથી શું ફાયદા થાય છેપ

શરીર ને રાખે ગરમ :

ખરેખર, મગફળીની અસર ગરમ હોય છે, તેથી જ શરીરને તેના સેવનથી ગરમી મળે છે જે ઠંડા દિવસોમાં ખૂબ ફાયદાકારક સાબિત થાય છે. ગોળ વિશે વાત કરવી એ હંમેશા ખાંડ કરતા સારો વિકલ્પ છે.

આવા કિસ્સાઓમાં જેને લોહી ની કમી છે, તેઓ ગોળનું સેવન કરી શકે છે.

બેડ કોલેસ્ટ્રોલ કંટ્રોલ :

મગફળીની ચિકડી ખાવાથી શરીરમાં ખરાબ કોલેસ્ટ્રોલ ઓછું થાય છે અને હૃદયરોગનો ખતરો નથી. ઉપરાંત, હાર્ટ એટેકનું જોખમ પણ ઘણી હદ સુધી ઘટાડે છે.

ઇમ્યુનિટી સીસ્ટમ કરે બૂસ્ટ :

તેના સેવનથી શરીરની રોગપ્રતિકારક શક્તિ મજબૂત બને છે. મગફળી રોગપ્રતિકારક શક્તિ બૂસ્ટર તરીકે કામ કરે છે, શિયાળાની મોસમ માં વાયરલ અને બેક્ટેરિયલ ચેપનું જોખમ ઘટાડે છે. આ સાથે, શરદીથી પણ રક્ષણ છે.

નર્વસ સિસ્ટમને મજબૂત બનાવોઃ

આપણું માઈન્ડ આપણા શરીરનું પાવર હાઉસ છે. જે શરીરને સરળતાથી ચાલવાનો આદેશ આપે છે.

બીજી તરફ, ચિક્કીમાં ઘણા પ્રકારના એન્ટીઓક્સીડેન્ટ અને ફાયટોફેનોલ્સ મળી આવે છે, જે તમને અલ્ઝાઈમર જેવી સામાન્ય મગજની સમસ્યાઓ સામે લડવામાં મદદ કરે છે. તે તમારી નર્વસ સિસ્ટમને પણ મજબૂત બનાવે છે.

શરીરના વિકાસમાં મદદઃ

શિયાળો આવતાની સાથે જ કસરત, જીમ જેવી શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ ખૂબ ઓછી થઈ જાય છે, જે આપણા સ્વાસ્થ્યના વિકાસને અસર કરે છે. બીજી તરફ, ગોળ અને સીંગદાણામાં ઘણા બધા એમિનો એસિડ હોય છે, જે આપણા શરીરના વિકાસમાં મદદ કરે છે.

તેથી શિયાળામાં ગોળની ચિક્કી અવશ્ય ખાવી જોઈએ. જેનાથી તમારું શરીર પણ સ્વસ્થ રહે છે. મગફળી, તલ, દાળિયાની ગોળ સાથે ચિક્કી બને છે.

સ્વાદિષ્ટ હોવાની સાથે સ્વાસ્થ્યપ્રદ પણ છે. ખાસ કરીને શિયાળામાં તેને ખાવાના અનેક ફાયદા છે.

તે નર્વસ સિસ્ટમને નોર્મલ રાખવાની સાથે શિયાળામાં થતાં સ્કિન પરના ફેરફારથી પણ સ્કિનને બચાવે છે અને ત્વતાને પોષણ આપે છે.