નમસ્કાર ગાંધીનગર

પમરાટ

હું કવિતા લખું છું
ત્યારે તને લખતી નથી
તું કવિતા નથી જ....

કવિતાને તો બધાં દાદ આપે
એ બધાંને જ ગમી જાય

પણ તું બધાંને ગમે એ મને ના ગમે
અને એટલે

હું ઇર્ષ્યાળુ સ્ત્રી
કવિતા લખું છું
પણ કવિતામાં તને લખતી નથી...!!

- એષા દાદાવાળા

પાથેય

- રમેશ ઠક્કર

બધાને ગમતી દાદ...

પ્રશંસાના બે શબ્દો આપણી વાતચીતમાં સોનાની મહોર જેટલા મૂલ્યવાન નીવડતા હોય છે.પ્રશંસા કરનાર અને તે મેળવનાર બંનેની શોભા વધારે તે પ્રશંસા સાચી.યોગ્ય પ્રશંસા કરવી એ પણ એક કળા છે.આપણામાંથી ઘણા સાચે જ કોઇકની પ્રશંસા કરવા માગતા હોય છે.પણ એમના મોઢામાંથી જે શબ્દો નીકળે છે તે હવામાં લટકતા રહી જાય છે.સાચી પ્રશંસા મુદ્દાસરની હોય છે.એમાં કશું ગોળગોળ નથી હોતું.અને તેમાં વ્યકિતગત સ્પર્શ હોય છે.

પ્રશંસા,વખાણ કે તારીફ અથવા તો દાદ જૂજવારૂપે અનંત ભાષા છે..એની લીલા અનોખી છે.તમારી નાની સરખી તારીફ ઘણીવાર કોઇકના માટે મહત્વની તારીખ બની જતી હોય છે.સામાન્ય રીતે કોઇકની પ્રશંસા કરવી કે કોઇકને ખુલ્લા મનથી બિરદાવવાની ઉદારતા આપણામાં હોતી નથી.આપણી નિઃશબ્દતા કાળઝાળ હોય છે! ભેદી મૌનના આવા માહોલમાં પણ ઘણા માણસો એમની મનગમતી પ્રવૃતિ ચાલુ રાખતા હોય છે..અવહેલનાની અડાબીડ અરાજકતાને અવગણી જયારે કોઇક આકાશને આંબવાની મહેચ્છા વ્યક્ત કરે છે ત્યારે એની સ્થિતિ એકલો જાને રે...જેવી હોય છે..ક્રમશઃ પછી કારવાં બને છે, અને પછી સ્વીકાર નો પુરસ્કાર મળતો હોય છે..સફાળું જગત જાગે છે અને પછી થોડુંક હૂંફાળું આવરણ રચાય છે...

અવિરત સંઘર્ષ કરનારને થાય છે કે આવી હૂંફ શરૂઆતમાં મળી હોત તો?..પરંતુ દુનિયા એટલી સરળ હોતી નથી..આપણા મોટા ભાગના એવોર્ડ્સ મરણોત્તર હોય છે.અભિવાદનો વિલંબિત અને પ્રશંસા પરદો પડી ગયા પછી મળતી હોય છે..આપણે સમયસર કોઇકની કામગીરી કે આવડતને બિરદાવીએ તો એનું મૂલ્ય અનેકગણું હોય છે...યોગ્ય સમયે થયેલી નાનીસરખી તારીફ ઘણીવાર કોઇકના જીવનનો નકશો બદલી નાખે છે!

માણસ ખોરાક કે પાણીના અભાવે મરી ગયાના દાખલા જોયા હશે.કોઇક ભૌતિક સિધ્ધિ ના મળવાને કારણે પણ નિરાશ થઈ ગયાનાં અસંખ્ય ઉદાહરણ હશે.પરંતુ કોઇકની ભલી લાગણી ના પામવાના કારણે મૂરઝાઇ જતા લોકો માટે આપણી કોઇ સહાનુભૂતિ હોતી નથી.માણસની સાચી પરખ એ છે કે એ પોતાનો નજીકના લોકોની કોઇપણ આવડત કે સિધ્ધિ માટે સમયસર પ્રોત્સાહન આપે.એની કદર કરે.આ વાત જેટલી દેખાય એટલી સરળ હોતી નથી.માણસ આ બાબતે એકસરખો કંજૂસ હોય છે.આપણી આ કંજુસાઇ થકી કોઇક ઉભરતું વ્યકિતત્વ અકાળે જ કરમાઇ જાય એનાથી વધીને મોટો અપરાધ આમ જોઇએ તો બીજો કોઇ ના હોઇ શકે..

"ક્ષમતા કરતાં ભરચક થઈ જાય સપાટી કામની ને હાથમાંથી સરકી પડે પ્રિયજનનો સાથ એમ પણ બને "

એમ પણ બને !

પારૂલ અમિત

ક્ષણે ક્ષણે ફાંટા થઈ જાય સઘળું મેળવી લેવાના લ્હાયમાં
પગ મૂકે આંગણે ને ઘરતી સરકી જાય એમ પણ બને"

આજના આધુનિક યુગના મનાવીના જીવનનો પહેલો ઉદેશ શાંતિ નહીં પણ કોઈપણ ભોગે ખ્યાતિ મેળવવી અને બધી આકાંક્ષાઓને પુરી કરવી કોઈપણ ભોગે.

એક મિનિટની પણ શાંતિ વગર રોજ દોડભાગ કરવી પછી એક જ વાક્ય બોલવું 'યાર હું બહુ થાકી ગયો છું'

કંઈક બનવા પાછળ માણસ પોતે શું છે? અને જીવનનો ઉદેશ શું છે એ ભુલી જાય છે.

આખા દિવસનો ટાર્ગેટ પુરી કરી કે એની પાછળ આંધળી દોટ મૂકી ઘેર આવી એના પરિવાર સામે એ હસી પણ નથી શકતો.

બસ સોફા પર પછડાઈ પડશે અને કહેશે, પ્લીઝ હું આજે થાકી ગયો છું.

શું છે આ થાક?શું પોતાના પરિવારને જોઈને એ થાક ઉતરી ના જવો જોઈએ.

એવું તો શું સિદ્ધ કરવું હોય છે કે એ પોતાની હસવાની શક્તિ ગુમાવી બેસે છે.

આઘાત જનક વાત એ છે કે થાકનો રોગ એ બીજું કશું નથી, સિવાય એક છેતરાણો આભાસ.

ચિંતા અને નકારાત્મક વિચારો એ સૌથી મોટુ થાકનું કારણ છે.

ભટકતુ મન એ માઈલો દોડવા કરતાં પણ વધારે થકવી નાખનારુ હોય છે.

ભૂતકાળના પ્રસંગો, ભવિષ્યની ચિંતામાં જ બધી શકિત જતી રહે છે.

પહેલા માત્ર સિદ્ધિ કે પરિપૂર્ણતાની લાગણીઓ જીવનને ઉત્સાહીત કરશે એવુ લાગે છે.

પણ સમય જતા આજ સિદ્ધ ચિંતા માં પણ ફેરવાઈ જાય છે. જવાબદારીનો વધુ પડતો બોઝ અને કોઈ શુ કહેશે એ માંથી જ માણસ બહાર નથી નીકળતો અને માનસિક થાક અનુભવે છે.

થાક એ કોઈ દ્વારા અપાતો નથી. એ માત્ર તો
તમારું પોતાનું સર્જન છે.

થાક એ એક ટેવ છે માત્ર, પણ થાક વગર માણસ આરામ કરી શકશે નહીં. અને આરામ નહીં કરે તો એ સ્વસ્થ નહીં રહી શકે.

પરંતુ માનસિક થાક અમુક વાર ઊંઘ ઉડાડી દે છે. આજના ઘણા માણસો અનિન્દ્રાનો ભોગ બનેલા છે.

આજકાલ મોટા ભાગના રોગો એવા હોય છે જેનાં કોઈ ખાસ લક્ષણો હોતાં નથી.માત્ર ખોટી ચિંતા જ હોય છે. જે ધીમે ધીમે ડિપ્રેસનમાં પરિણમે છે. અને આપણે માનસિક થાક અનુભવીએ છીએ.

શું આ પરિસ્થિતિ સમજી શકાય એવી અને આ થાક નામના કે રોગનું નિદાન અઘરું છે?

દરેક વ્યક્તિ એને અવગણે છે, અને મગજ અને શરીરને બોજ આપી માત્ર કંઈક મેળવવા માટે હાથે કરીને આમાં ઊંડો ઉતરતો જાય છે.

જયારે શાંતિની ઊંઘ મળે છે ત્યારે એ ખોટી ભાગ દોડ માં બધી શકિત અને સમય વેડફે છે.

પછી એ એજ શાંતિ મેળવવા દવા અને ઈન્જેકશન લે છે
થાક ના પણ બે પાસા છે..

ખરેખર થાક અનુભવવો અને થાક ઉભો કરવો જાતે કરી ને, અગણિત વિચારો દ્વારા. જો આપણે થાકતા ના હોઈએ ,તો આપણે કદી ઘરે રહીએ જ નહી. અને ઘરે જ નહીં રહીએ તો પરિવાર, પ્રેમ, હૂંફ મળશે જ નથી. વિશ્વની તમામ વસ્તુ, એ સ્ટેટ્સ, સિદ્ધિ તમને આપણને એક દિવસ થકવી જ દે છે.

માત્ર એક જ વસ્તુ એવી છે જે થાક નથી આપતી.

અને તે છે પ્રેમ, પ્રેમ થી કદી થાક લાગતો નથી.એ કામ પ્રત્યે નો હોય, કર્મચારી પ્રત્યે, પરિવાર તો ખરો જ, જગ્યા, વાતાવરણ બધા પ્રત્યે નો. કારણકે પ્રેમનો કદી ટાર્ગેટ નથી હોતો, ના સમય હોય છે, ના માપ હોય છે.

બાળક ક્યારેય થાકતું નથી.. એ કેટલું ચાલે, દોડે, પડે, પણ હંમેશા નાની નાની વાતમાં પણ એ ખડખડાટ હસતું હોય છે. એ ખડખડાટ હાસ્ય પણ આપણો થાક ઉતારી દેતો હોય છે.

એક બાળક રમકડાં રમી ને પણ એટલું જ હસે, જેટલું રમકડાં તૂટ્યા બાદ આપણે એને હસાવી એ એટલે તરત એ ઘટના ભુલી હસી પડે અને આપણને પણ હસાવી દે છે. કારણ એને કોઈ ભવિષ્યની ચિંતા કે ભૂતકાળ ના એ રમકડાંની યાદોના સંગ્રહની ટેવ નથી હોતી.

આપણું મન/મગજ એ ઈશ્વર નું રમકડું છે,તેવો અહેસાસ કરી એ,

અને બસ જીવનની રમતો જોઇએ ,અને આનંદમાં રહીએ.

દુનિયાને એક ગેઇમ/રમત તરીકે અને તેણે ઈશ્વર ના પોતાનાં પ્રદર્શન સ્વરૂપે નિહાળીએ થાક, ચિંતા ને સાઈડ માં કરી શાંતિ સ્વ માં ખોવાઈ જઈએ.

આપણે જોયું ગઈ વખતે કે વેદના એ દરેક જીવ સૃષ્ટિમાં વેદના સાથે જ આવે છે. એક નવા ઉદેશ સાથે.

વિનોદવૃત્તિ અને હાસ્ય માં ખુબ તાકાત હોય છે. જીવનમાં હાથે કરીને ઉભા કરેલા બોજ અને તણાવોથી મુકિત અપાવનાર એક મુખ્ય ટોનિક એટલે માત્ર હાસ્ય. હાસ્ય હદય ને ખોલે છે અને આત્માને શાતા આપે છે. માત્ર આપણને જ નહીં આપણી આસપાસ ના લોકોને પણ. એટલે જ જીવનમાં મળતી વેદનાને પોઝિટિવ કેવી રીતે લેવી. શું બોધપાઠ લેવો એ આપણા પર આધારિત છે. આ વેદના ને નકારાત્મક લેવી એ જ થાક. દરેક બાબત નો આરંભ આપણાથી જ થાય છે.

અર્થાત બાહ્ય જીવનનું વર્તન એ આંતરિક વિશ્વ નક્કી કરે છે એ જ બાબત.

શારીરિક થાક કરતાં માનસિક થાક વ્યક્તિને વધુ ભાંગી નાંખે છે.

માનસિક થાક એટલે માત્ર વિચારો નો હુમલો.

મનની આસપાસ ની ચિંતા અને થાક ની વાડ ને તોડી નાખીએ અને ઉત્સાહ અને સકારાત્મકતાની વાવણી કરીએ.

જે ખરા અર્થ માં જીવવાની તક આપશે.

- parulamit198@gmail.com
7201001482

"દીલ લગા ગધી સે તો પરી ક્યા ચીજ હૈ ?"

જાત સાથે વાત

ધર્મેન્દ્ર ત્રિવેદી

ચહેરા પર પહેલા ખીલ થયાની ક્ષણો અને પુરૂષ હોવાના ખયાલ બાદ જે રેશમી રૂમાલ મારા ખિસ્સામાંથી ડોકીયા કરતો તે મારા માટે અમૂલ્ય હતો, મને બહુ ગમતો અને મને એમ થાતું કે એ રૂમાલ જ મારી જુવાનીની છડી પોકારી રહ્યો છે, એ જ રૂમાલ શક્ય છે કે અમારી ઉંમર પસાર કરી ગયેલા જુવાનીયાઓની નજરે હાસ્યાસપદ હશે ! અને આમ જુઓ તો એ જ તો જીવનની મજા છે. સમયની બદલાતી જતી કરવટોની સાથે સાથે માણસ જેમ જેમ સમયના પડળો વિંધતો જાય તેમ તેમ કોઈ પણ વાતને મૂલવવાની તેની દૃષ્ટિ પણ બદલાતી જાય છે. એક સમયે જે મિત્ર બદલી થવાને કારણે જુનાગઢ જતો રહેલો, તેના વિરહમાં અઢાર અઢાર પાના ભરીને પત્રો લખાતા, શહેરના પ્રથમ પાંચમાળીએ ચડીને દૂર દૂર આછા આછા દેખાતા ગીરનારને મનભરીને ગાળો દેતા, ગીરનાર અમારા મિત્રને ભરખી જનાર રાક્ષસ જેવો લાગતો! મૂળે વાત છે સમય અને સ્થિતિ મૂજબ પરિવર્તીત થતી મનોવૃત્તિઓની છે...

અમે ધોરણ દસમાં હતા ત્યારે અમરેલીના મૃતઃપ્રાય એરપોર્ટ તરફ જતા રસ્તા પર ચાલીને અંકગણિતના ટ્યુશનમાં જતાં. આ રસ્તા પર કાયમ એક આધેડ તેમના બુલેટ પર આવતા-જતાં જોવા મળતા. ધ્યાનાકર્ષક શરીર સૌષ્ઠવ, કાયમ બ્લેક પેન્ટ્ અને ઉપર નહી ટાઈટ કે નહી ઢીલું એવું આડા પટ્ટા વાળું લાઈટ કલરનું ટી-શર્ટ પહેર્યું હોય અને લગભગ ચલીસની એકધારી સ્પીડે ધક-ધક-ધક કરતા જતા હોય. એ દૂરથી આવતા દેખાય એટલે હું રસ્તાની કિનારે ઉભો રહીને એમને બુલેટની રોયલ સવારી એન્જોય કરતા જોયા જ કરું. સમય જતાં તેમને ધ્યાન પર આવેલું કે હું તેમની સવારીની મજાને નિરખી રહું છું ત્યાર બાદ તેઓ કાયમ મને મારી સમજણ બદલ સરસ મજાનું સ્મિત આપતા ! એમની એ સવારી જોઈને અમને સમજાયેલું કે બુલેટની સવારીની મજા ગતિમાં નહિ, પરંતુ ગતિના અભાવમાં આવતી રોયલ અનુભુતિમાં છે.

ભારતમાં એસ્કોર્ટના રાજદૂતનો જમાનો પૂર્વાંચલે હતો અને જાપાની કંપની હોન્ડાનું હિરો કોર્પ સાથે ટાઈ અપ થયેલું અને હિરો-હોન્ડા નામની નાજુકડી-નમણી બાઈક સી.ડી.-૧૦૦ બજારમાં ધૂમ મચાવી રહ્યુ હતું. અમારા એક મિત્ર સાકિર દેરડીવાલા માલેતુજાર કુટુંબના પુત્ર હોવાને નાતે નિહાળે બાપાએ લઈ આપેલું હોન્ડા લઈને જ આવે. શાળામાં પ્રવેશ થાય એ જગ્યાએ થોડા ઘેઘુર લીમડા અને એક બે પીપળા પણ ખરા. અમે કાગડોળે સાકિરની રાહ જોતા હોઈએ. દૂરથી એ આવતો દેખાય પરંતુ અમને સાકિર દેખાય જ નહિ, દેખાય તો ખાલી કાળા રંગનું સી.ડી. -૧૦૦, એની ટાંકી પર લાલ અને સફેદ રંગના બે પટ્ટા દૂરથી પણ દેખાય. સાકિર પણ વાઈડી સુઈઠનો... હોન્ડાનું આગળનું વ્હિલ છેક અમરા બે પગ વચ્ચે આવે તેમ ઉભુ રાખે, અને અમે 'હોન્ડા'ના માલિકના દોસ્ત હોવાનો જૂઠો ગર્વ અનુભવતા. એ વખતે અમે જોયેલું કે આ હોન્ડા બે અતિ વિચિત્ર કલરમાં પણ ઉપલબ્ધ છે, એક તો સોનેરી અને બીજુ રુપેરી. થોડા ચોક્કસ પ્રકારના લોકોને આવું સોનેરી કે રૂપેરી રંગનું હિરો-હોન્ડા ફેરવતા જોઈને અમને ચક્ક્ક્ક જેવી ફીલીંગ આવેલી. ત્યારે એવા કલરના હોન્ડાના માલિકોને મનોમન ગાળો પણ ભાંડતા ... પરંતુ કહેવાય છે ને કે કુદરતની સાથે સાથે માણસ પણ ક્ષણે ક્ષણ અંદર અને બહારથી સતત પરિવર્તિત થતો હોય છે... એ વાત મેં હમણાં જ અનુભવી.

થોડા દિવસો પૂર્વે એક સાંજે ઓફીસ છુટ્યા ટાણે અમે નિકળીને ટ્રાફીકમાં વલોવાતા વલોવાતા ટી-ટી-પો-પો વચ્ચે માંડ એસ.ટી. ડેપોના ટ્રાફીક સિગ્નલ પર પહોંચ્યા અને ત્યાં જ ૧૨૦ સેકન્ડનો સ્ટોપ આવી ગયો. અમે ગાડીમાં કંટાળીને અકળાઈ રહ્યા હતાં તેવામાં જ સમગ્ર અસ્તિત્વ જાણે અમારી વહારે આવ્યું હોય એમ 'સોનેરી' રંગની એક ગાડી અમારી બરોબર લગોલગ આવીને ઉભી રહી! મને આ ગાડીના માલિકના વિચારો આવ્યા... કોણ હશે ... કેવો હશે ...કહાં સે આતે હૈ યે લોગ જેવા અનેક મનઘડંત વિચારો પણ આવી ગયા. પરંતુ મજાની વાત એ છે કે કિશોરાવસ્થામાં સોનેરી કે રૂપેરી હિરો-હોન્ડા જોઈને તેના માલિક પર જે ચક્ક્ક્ક જેવી ફીલીંગ આવતી તેવી અણગમાભરી લાગણી આ વખતે ન આવી. પરંતુ ગામડાઓમાં સાંભળેલી એક મજાકીયા શાયરીની પ્રથમ લાઈન અમારા અંતરમનમાં ઘુમવા લાગી કે "દીલ લગા ગધી સે, તો પરી ક્યા ચીજ હૈ ? માણસ ખરેખર ક્ષણે ક્ષણ બદલાયા તો કરતો હોય છે હો. કદાચ સમયની થપાટો ખાઈને, બીજાની મારા વિશેની આવી ગાંડીઘેલી અવધારણાઓના અનુભવોના લીધે પણ કોઈ વાતને જોવાનો નજરીયો બદલાય છે તેનું ઈંગિત આવા મનોપરિવર્તન આપે છે.

હેન્ડબ્રેકઃ

જીવનનો દરેક પડકાર
સ્વ-પરિવર્તનની તક છે.

- બર્ની એસ. સીગલ

- djtrivedi@yahoo.com
Mo. 9978405967

સ્ફટિક ક્રિસ્ટલ - સકારાત્મકતાનું પાવર હાઉસ

વાસ્તુ અને ફેંગશુઇ

હિતેશ પટેલ

આજે અપણે એક મહત્વના ક્લીયર ક્રિસ્ટલ ક્વાર્ટ્ઝ સ્ફટિક વિષે જાણીશું.તેને સ્ફટિકમણી તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે.તે બરફ જેવું અર્ધપારદર્શક અને સફેદ પાણી જેવા રંગ માં મળી આવે છે.

તે સકારાત્મકતા ના પાવર હાઉસ તરીકે ઓળખાય છે. સ્ફટિક એ શુક્રનું અને હીરાનું ઉપરત્નછે. અંગ્રેજીમાં તેને રોકક્રિસ્ટલ કહેવામાં આવે છે.સ્ફટિક બરફીલા પ્રદેશમાં બરફની નીચે દબાયેલા રાસાયણિક પ્રક્રિયાઓથી બને છે. બરફીલા પ્રદેશમાં પહાડોની નીચે નાના નાના ટુકડા સ્વરૂપે તે મળી આવે છે. તેને સ્ફટિકમણી પણ કહેવામાં આવે છે. આ ઉપરાંત તેની પ્રકૃતિ ખૂબ જ ઠંડી ,પારદર્શ, અને સફેદ રંગનું ,કાચ જેવું તે દેખાય છે. તેનો પ્રભાવ રત્નો કરતા પણ વધારે મહત્વનો ગણાય છે. સ્ફટિકને રત્ન પણ કહેવામાં આવે છે. અને તેની માળા પણ પહેરવામાં આવે છે. સ્ફટિકના પથ્થરને કટીંગ કરીને વિવિધ પ્રકારની માળા શિવલિંગ શ્રી યંત્ર ,ભગવાનની મૂર્તિ લોકેટ વગેરે બનાવવામાં આવે છે. સ્ફટિક મણી છે તેથી તેનું ધાર્મિક મહત્વ

પણ વધારે છે. ધાર્મિક પૂજાઓમાં તેનો વિશેષ ઉપયોગ કરવામાં આવે અને સ્ફટિકની માળા ત્યારથી પ્રસિદ્ધ છે. માળા ઉપર કોઈપણ મંત્રનો જાપ કરવાથી તે તુરંત સિધ્ધ થાય છે. આ માળા ઉપર લક્ષ્મી, સરસ્વતી ,ગાયત્રી માતા, દુર્ગા માતા નો મંત્ર જાપ કરવાથી તરત સિધ્ધિ પ્રાપ્ત થાય છે. હંમેશા લાભકારી બની રહે છે.સ્ફટિક બરફના પ્રદેશમાં મળી આવતો હોવાથી તેની જે તાસીર છે તે ઠંડી છે. તે માળા ધારણ કરનાર ના શરીર માટે ગરમીનું શોષણ કરી લે છે. તેમજ માનસિક અને શારીરિક ઠંડક આપે છે અને તેના પ્રશ્નોને હરે છે. આ માળા ગરમ સ્વભાવ વાળા વ્યક્તિઓ માટે ખૂબ જ લાભકારી નીવડે છે. તેમજ ગુસ્સા ઉપર નિયંત્રણ કરવા માટે પણ મદદરૂપ બને છે. લોહીની ગરમીના કારણે થતા રોગોમાં પણ મદદરૂપ રહે છે. શુક્ર ગ્રહ થી બનતા દોષોને શાંત કરવા માટે પણ સ્ફટિક નો ઉપયોગ થાય છે, કારણ કે તે શુક્ર ગ્રહ નું ઉપરત્ન છે અને શુક્ર ગ્રહ બળવાન બને છે. જે વ્યક્તિ હીરો નથી પહેરી શકતા તે સ્ફટિકની એક માળા કે બ્રેસલેટ પહેરી શકે છે. સ્ફટિકની માળા મનોકામના પૂર્ણ કરવાવાળી ગણાય છે. યોગ્ય જ્યોતિષીય માર્ગદર્શન થી ધારણ કરી શકાય છે.કુદરતી ક્લીયર ક્રિસ્ટલ ક્વાર્ટ્ઝ /સ્ફટિક ની રચના માં ઓક્સીજન અને સીલીકોન અથવા સીલીકોન ડાયોક્સાઇડ(જીૈ૨) હોય છે.તે એક માસ્ટર હિલર તરીકે જાણીતું છે.તેનો ઉપયોગ ચક્ર સંતુલન અને ઈીૈદ્ધૈ ટેકનીક માં પણ થાય છે.સ્ફટિક પત્થર ના પીરામીડ,કાચબા,શ્રી યંત્ર વગેરે નકારાત્મકતા દુર કરે છે.મીઠાના પાણીમાં રાખીને ધોવામાં આવે છે.સાચા સ્ફટિકની ઓળખ એછેકે બે સ્ફટિક પત્થર અંધારા માં ઘસવાથી સ્પાર્ક થાય છે અને તેને હાથ માં પકડાવથી ઠંડક અનુભવાય છે.તેનું તાપમાન વાતાવરણ ના તાપમાન કરતા નીચું જ હોય છે.સ્ફટિક ને શિવસ્વરૂપ માનવામાં આવે છે.

Email-hits8483@gmail.com