

હજુ દેશમાં સરેરાશ ૨૩ ટકા ઓછો વરસાદ

નવીદિલ્હી, તા. ૧૧ કેટલીક કૃષિ પેદાશોના ઉત્પાદનનાં મામલામાં વિશ્વમાં સૌથી અગ્રણી રહેનાર ભારતમાં મોનસૂન શરૂઆત પહેલી જૂનથી થયા બાદથી સરેરાશ કરતાં ૨૩ ટકા ઓછો વરસાદ છે. દેશમાં કૃષિ માટે અતિમહત્વપૂર્ણ અને જીવનદારી સમાન ગણાતાં દક્ષિણ-પશ્ચિમ મોનસૂનની આજે સમગ્ર દેશમાં આજે એન્ટી થઈ ગઈ હતી છતાં આ સિઝનમાં વરસાદનું પ્રમાણ સામાન્ય કરતાં ૨૩ ટકા ઓછું રહ્યું છે. મોનસૂને ૫ જૂનનાં દિવસે કેરળથી એન્ટી કરી હતી પરંતુ ત્યારબાદથી તેની ગતિ ખૂબજ ધીમી રહી છે જેનાં પરિણામ રૂબરૂપે કેટલાંક પાક ઉત્પાદન પર માહી અસર થવાની શક્યતા દેખાઈ રહી છે. મોનસૂને ભારતને આવરી લીધા બાદ હજુ પણ એવી દહેશત પ્રવર્તી રહી છે કે, કેટલાંક અનાજનાં ઉત્પાદનમાં ઘટાડો થઈ શકે



ભારતમાં આ વખતે ઓછાં વરસાદને લીધે અસર થઈ શકે છે. જૂનથી સરેરાશ વરસાદ ગાળામાં થતાં વરસાદને ભારતની ઈકોનોમી બાઈકલાઈન તરીકે ગણવામાં આવે છે. ગુજરાત, રાજસ્થાનમાં આજે ભારે વરસાદ થવાની સાથે જ સમગ્ર દેશમાં અધિકારી એલ.એસ.રાહોડે આજે દિલ્હીમાં પત્રકારો સાથે વાતચીત કરતાં આ ખુશીનાં સમાચાર આપ્યા હતાં. તેમણે કહ્યું હતું કે, જૂનમાં મોનસૂનની એન્ટી આ વખતે યાર દિવસ મોડેથી કેરળમાં થઈ હતી, ત્યારબાદથી ઉત્તર ભારતમાં અન્ય રાજ્યોમાં પહોંચવામાં

તેની ગતિ ધીમી રહી હતી. મોનસૂન આજે સમગ્ર દેશમાં ઘણાઈ ગયું છે. ગુજરાત અને મહારાષ્ટ્રમાં ભારે વરસાદ કે.વી.થોમસ સાથે વાતચીત કર્યા બાદ રાહોડે કહ્યું હતું કે, હવે હિમાલયનાં વિસ્તારો, પૂર્વીય ભેત્રમાં વરસાદી જોર વર્ષે મોનસૂનની સ્થિતિ સારી રહેવાથી વર્ષ ૨૦૧૧-૧૨નાં પાકવર્ષ (જુલાઈ-જૂન)માં ખાદ્યાન્ન ઉત્પાદન ૨૫.૨૬

ઉત્પાદનનું યોગદાન ૧૫ ટકાની આસપાસ છે. ૧ જૂનથી ૬ જુલાઈનાં સમયગાળામાં એક વર્ષ અગાઉ

આઈએમડીનાં અધિકારીઓ સાથે વાતચીત કર્યા બાદ પવારે કહ્યું હતું કે, આ બંને રાજ્યોમાં પાણીની અછત ઉભી થવાના સંકેત દેખાઈ રહ્યા છે. સ્થિતિ હજુ સંતોષજનક સપાટી પર પહોંચી નથી. બાજરી, મકાઈનાં ઉત્પાદન પર અસર થઈ શકે છે. ઉપરાંત આ બે રાજ્યોમાં પીવાના પાણીની સમસ્યા સર્જાઈ શકે છે. પવારે કહ્યું છે કે, ઓછાં વરસાદની અસર ખરીક પાકની વાવણી ઉપર થઈ છે. ડાંગર, કપાસ, શેરડી, તેલીબિયાને લઈને ચિંતા નથી કારણ કે આ પાકનાં ઉત્પાદનમાં હજુ વધારો થઈ શકે છે જ્યારે ચોખાની વાવણી પ્રગતિમાં છે. ઓરિસ્સા અને છત્તીસગઢમાં સારો વરસાદ થયો છે. ડાંગરના વિસ્તારમાં કોઈપણ સમસ્યા નથી.

વર્ષે મોનસૂનની સ્થિતિ સારી રહેવાથી વર્ષ ૨૦૧૧-૧૨નાં પાકવર્ષ (જુલાઈ-જૂન)માં ખાદ્યાન્ન ઉત્પાદન ૨૫.૨૬

ઓછો વરસાદ થયો છે પરંતુ હવે સ્થિતિ સુધરી રહી છે. ૬ જુલાઈ સુધી ખેડૂતોએ ૫.૫૪ મિલિયન હેક્ટર વિસ્તારમાં મુખ્ય ઉત્પાદક ચોખાની ખેતી કરી હતી. એક વર્ષની સરખામણીમાં આમાં પણ વાવણી વિસ્તારમાં ઘટાડો થયો છે. મહારાષ્ટ્ર, કર્ણાટકમાં શેરડીનું ઉત્પાદન ઓછું રહેવાની શક્યતા દેખાઈ રહી છે. ભારતમાં ખેડૂતોએ હજુ સુધી એક વર્ષ અગાઉ ૫.૦૩ મિલિયન હેક્ટરની સરખામણીમાં ૫.૨૮ મિલિયન હેક્ટર વિસ્તારમાં શેરડીની વાવણી કરી છે. આવી જ રીતે, તેલીબિયાનું ઉત્પાદન શરૂ થઈ ચુક્યું છે. કપાસનાં ઉત્પાદનમાં ગુજરાત અને મહારાષ્ટ્ર જેવા રાજ્યોમાં વાવણી અગાઉ કરતાં ઓછી થઈ છે. કર્ણાટકમાં કોંકીનું ઉત્પાદન ઓછું રહેવાની શક્યતા દેખાઈ રહી છે.

મોનસૂનની શરૂઆત થઈ ચૂકી છે. ભારતીય હવામાન વિભાગનાં મુખ્ય

કર્ણાટક અને મધ્ય મહારાષ્ટ્રમાં ઓછાં વરસાદનાં કારણે ચિંતાનું મોજું

કેન્દ્રીય કૃષિ પ્રધાન શરદ પવારે આજે કહ્યું હતું કે, કર્ણાટક અને મધ્ય મહારાષ્ટ્રમાં ઓછાં વરસાદનાં કારણે ચિંતાનું મોજું ફરી વળ્યું છે. પીવાના પાણીની સમસ્યા ઉભી થઈ શકે છે. ખરીક પાકની વાવણી અને મોનસૂનની પ્રગતિ અંગે પૂછવામાં આવતાં કૃષિ પ્રધાન શરદ પવારે કહ્યું હતું કે, વરસાદની સ્થિતિમાં એકંદરે છેલ્લાં દસ દિવસમાં સુધારો થયો છે. આ બે રાજ્યો સિવાય મોટાભાગનાં રાજ્યોમાં સારો વરસાદ થયો છે. આજની સાથે સમગ્ર દેશમાં મોનસૂનની સ્થિતિમાં સુધાર થયો છે. કર્ણાટક અને મધ્ય મહારાષ્ટ્રમાં સ્થિતિ હજુ પણ ચિંતાજનક બનેલી છે.

થયો છે. મોનસૂની વરસાદમાં સુધારો થવાની સાથે જ ચોખાબીન, અનાજ અને મગફળીનાં ઉત્પાદનમાં તેજ આવશે. મોનસૂનની પ્રગતિ મામલે કૃષિ પ્રધાન શરદ પવારે અને ખાદ્યાન્ન પ્રધાન રહેશે. હજુ ૨૩ ટકા ઓછો વરસાદ છે. હજુ સુધી કર્ણાટક, પંજાબ, હરિયાણા, રાજસ્થાન, મહારાષ્ટ્ર અને ગુજરાત, મધ્ય પ્રદેશમાં જુદા જુદા ભાગોમાં વરસાદ થઈ ચુક્યો છે. ગયા

કરોડ ટન રહ્યું હતું. કૃષિની દૈનિકે એ મોનસૂન ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ છે કારણ કે દેશમાં હજુ પણ ૪૦ ટકા કૃષિ યોગ્ય સિંચાઈ હેઠળ છે. દેશનાં જીડીપીમાં કૃષિ

કારમાં વિનાશક આગ લાગી જતાં એક જ પરિવારના ૧૪ બળીને ભડચું થયા

મેરઠ, તા. ૧૧ દિલ્હી-સહારનપુર હાઈવે પર ચાલતી માટ્ટી વાનમાં એકાએક આગ ફાટી નીકળતા એક જ પરિવારના ૧૪ લોકો બળીને ભડચું થઈ ગયાના અહેવાલ મળ્યા છે. જ્યારે અન્ય છ લોકો ગંભીર રીતે દાગી ગયા હોવાનું જાણવા મળ્યું છે. આ મામલે લોકો એક લગ્ન પ્રસંગમાં હાજરી આપ્યા બાદ પરત ફરી રહ્યા હતા. પોલીસ સ્ટેશન વચ્ચે પણ બેંચતાણની સ્થિતિ રહી હતી. ત્યારબાદ ટોચના અધિકારીઓએ ઘટના સ્થળે પહોંચી ઈજાસ્તોને હોસ્પિટલમાં પહોંચાડવામાં આવ્યા હતા. પોલીસના જણાવ્યા મુજબ વેનની ગેસ કીટમાં લીક થવાના કારણે આ ઘટના સર્જાઈ હતી. મળેલી માહિતી

સેતારના આજે મુખ્યપ્રધાન તરીકે શપથ

ડેવિડ સદાનંદ ગોડાએ આજે સત્તાવાર રીતે મુખ્યમંત્રી તરીકે રાજીનામું આપી દીધું હતું. ગોડાએ આજે બપોરના ગાળામાં રાજ્યપાલ એચઆર ભારદવાજને રાજીનામાની નકલ સોંપી દીધી હતી. મુખ્યમંત્રી નિયુક્ત જગદીશ સેતાર આવતીકાલે ગુરૂવારે મુખ્યમંત્રી તરીકે શપથ લેશે. સેતાર અને ભાજપના અન્ય નેતાઓ સરકારની રચના કરવાનો દાવો કરવા રાજીભવન ખાતે પહોંચી ગયા હતા. રાજીનામા પહેલા ગોડાએ ૧૨મી સદીના વિચારક ઉપાસાવેચરની પ્રતિમાં ઉપર પુષ્પોજલી આપી હતી. આ ઉપરાંત વિધાનસભામાં સ્થિતિ અન્યોની પ્રતિમા ઉપર પણ પુષ્પોજલી આપી હતી. રાજીભવન તરફ દોરી જતા માર્ગ ઉપર નાકાબંદી કરીને ગોડા રાજીનામું આપે તેવા પ્રયાસ કરવામાં આવ્યા હતા. ગોડાના રાજીનામા બાદ હવે અટકળોનો અંત આવી ગયો છે. આવતીકાલે ગુરૂવારે સેતારની મુખ્યમંત્રી તરીકે તાજપોશી થશે. ભાજપ શક્તિ રાજ્યમાં હાલ કટોકટી ચાલી રહી છે. બીએસ યેટીપુરપ્પાના દબાણ સમક્ષ ગુરૂવારે ભાજપ હાઈકોમન્ડને નેતૃત્વ પરિવર્તનની ફરજ પડી છે. યેટીપુરપ્પા જુદા સમર્થકો ઘણાં દિવસથી ઝુંબેશ ચલાવી રહ્યા હતા. ભાજપના નિરિક્ષકે અરૂણ જેટલી અને રાજનાથ સિંહે શ્રેણીબદ્ધ મિટિંગો યોજી હતી.

૭/૧૧ બ્લાસ્ટને છ વર્ષ પૂર્ણ થયા છતાંય ન્યાયનો ઈતજાર

મુંબઈ, તા. ૧૧ ૧૧મી જુલાઈ ૨૦૦૬ના દિવસે દેશના વાણિજ્ય પાટનગર મુંબઈમાં સાત લોકલ ટ્રેનમાં એક સાથે સાત બોમ્બ બ્લાસ્ટ થયા હતા. આના કારણે સમગ્ર દેશ હચમચી ઉઠ્યું હતું. આજે આ બનાવને છ વર્ષ થઈ ચુક્યા છે છતાં ઘણી કડીઓ હજુ હાથ લાગી નથી. ન્યાય હજુ મળી શક્યો નથી. આ સિરિયલ બ્લાસ્ટમાં ૨૦૮ લોકોના મોત થયા હતા અને સેંકડો લોકો ઘાયલ થયા હતા. ભોગ બનેલા લોકોના સગાસંબંધીઓ હજુ પણ ન્યાયની રાહ જોઈ રહ્યા છે. મહારાષ્ટ્ર એટીએસ અને

દિલ્હી સૌથી સ્પર્ધાત્મક શહેર બાહર : મુંબઈ બીજા ક્રમ ઉપર

નવીદિલ્હી, તા. ૧૧ દેશનું રાષ્ટ્રીય પાટનગર ગણાતું દિલ્હી ભારતમાં સૌથી સ્પર્ધાત્મક શહેર છે જ્યારે મુંબઈ બીજા સ્થાન પર છે. ઈ-રનરેશનલ ટ્રિક ટ્રાક દ્વારા જારી કરવામાં આવેલાં અહેવાલમાં ઉપર અકબંધ છે. ચેન્નઈ, હૈદરાબાદ, કોલકાતા શહેરનાં ત્યારબાદ ક્રમશઃ ક્રમ આવે છે. સ્પર્ધાત્મક શહેરોની યાદી જુદાં જુદાં પરિબલોને ધ્યાનમાં લઈને કરવામાં આવી છે. ઈ-સ્ટ્રીટચુટ ઓફ કોમ્પેટિવેનેસ (આઈએફસી) દ્વારા તૈયાર કરવામાં આવેલાં આંકડામાં જણાવાયું છે કે, બિઝનેસ અને અન્ય પરિબલોને પણ ધ્યાનમાં લેવામાં આવ્યા છે. ફરીદાબાદ ઓગ્રોબેરેટ સાથે યાદીમાં સ્થાન ધરાવે છે. અમદાવાદ યાદીમાં સામેલ છે. રિપોર્ટમાં જણાવાયું છે કે, પૂણે અને અમદાવાદ જેવા શહેરો યાદીમાં છે પરંતુ અમદાવાદનાં રેન્કિંગમાં આંશિક

ચિદમ્બરમ્ને ટૂંકમાં જ ફરી નાણાં પ્રધાનની જવાબદારી

નવી દિલ્હી, તા. ૧૧ કેન્દ્રીય ગૃહપ્રધાન પી. ચિદમ્બરમ્ને સંસદના મોનસૂન સત્ર પહેલાં ફરી નાણાંમંત્રાલયની મોટી જવાબદારી સોંપવામાં આવે તેવી શક્યતા છે. એવા સંકેત મળી રહ્યા છે કે સરકારે બિનજરૂરી ખર્ચને કાબૂમાં લેવા અને મહેસૂલી વસુલાતને વધારવા માટે ઘણા પગલાં લીધા છે. જાણકાર સૂત્રોનું કહેવું છે કે વડાપ્રધાન હાલમાં નાણાંમંત્રાલયનો હવાલો સંભાળી રહ્યા છે પરંતુ તેઓ ટૂંક સમયમાં આ જવાબદારી ચિદમ્બરમ્ને સોંપી શકે છે. ચોમાસું સત્ર શરૂ થાય તે પહેલાં જ ચિદમ્બરમ્ને આ મોટી જવાબદારી સોંપીને મનમોહનસિંહ તમામ પ્રકારના વિવાદોમાંથી બચવા માગે છે. ચોમાસું સત્ર ૭મી ઓગસ્ટથી શરૂ થાય તે સમાનવામાં આવે છે. નાણાંમંત્રી તરીકે ચિદમ્બરમ્ની વાપસીની પ્રબળ સંભાવના દેખાઈ રહી છે. અલબત્ત

હિમાચલમાં વહેલી તકે ચૂંટણી યોજવાની તૈયારી

નવીદિલ્હી, તા. ૧૧ હિમાચલ પ્રદેશમાં વિધાનસભાની ચૂંટણીને લઈને ગણતરીનો દોર શરૂ થઈ ગયો છે. આવતીકાલે ચૂંટણીપંચની ટીમ હિમાચલની મુલાકાત લેશે. આ પછારી રાજ્યમાં વહેલી ચૂંટણીમાં સંકેત દેખાઈ રહ્યા છે. ચૂંટણીપંચમાં સૂત્રોએ કહ્યું છે કે, હિમાચલમાં ઓક્ટોબરનાં અંત સુધી અથવા નોવેમ્બરનાં પ્રથમ સપ્તાહમાં ચૂંટણી યોજાઈ શકે છે. જો આ બાબત શક્ય બનશે તો આચાર સંહિતા સરદેખરના અંત સુધી અમલી બની જશે. મુખ્ય ચૂંટણી કમિશનર

અમરનાથ યાત્રા : દર્શન માટે નવી ટુકડી રવાના

સઘન સુરક્ષા વ્યવસ્થા વચ્ચે અમરનાથની ગુફામાં પવિત્ર શિવલીંગના દર્શન માટે આજે સવારે ૪૧૮૬ શ્રદ્ધાળુઓની નવી ટુકડી રવાના થઈ હતી. આ શ્રદ્ધાળુઓમાં ૨૬૮૮ પુરૂષો, ૯૨૯ મહિલાઓ, ૬૪ બાળકો અને ૪૮૪ સાથુ-સંતોનો સમાવેશ થાય છે. આ શ્રદ્ધાળુઓનો કાર્કલો ૧૨૭ વાહનોમાં આજે સવારે રવાના થયો હતો. સવારે પાંચ વાગે જમ્મુમાં ભગવતી નગર બેઝ કેમ્પથી આ કાર્કલો રવાના થયો હતો. આજની સાથે જ જમ્મુ માટે રવાના થયેલા શ્રદ્ધાળુઓની સંખ્યા વધીને ૬૧૦૪૩ સુધી પહોંચી ગઈ છે. અમરનાથ યાત્રા શાંતિપૂર્ણ રીતે આગળ વધી રહી છે. અમરનાથ યાત્રામાં આ વખતે આતંકવાદીઓ કોઈપણ ખલેલ પહોંચાડી શક્યા નથી. સાવચેતીના તમામ પગલા પહેલાથી લેવામાં આવી ચુક્યા છે જેથી શ્રદ્ધાળુઓ ઉત્સાહ સાથે તેમની યાત્રા આગળ વધારી રહ્યા છે. ખરાબ હવામાનની સ્થિતિ હોવા છતાં યાત્રા આગળ વધી રહી છે. અમરનાથ યાત્રા રક્ષાબંધનના દિવસે પરિપૂર્ણ થશે. હજુ સુધી અમરનાથ યાત્રાનું જુદી જુદી બિમારીઓના કારણે ૨૦થી વધુ શ્રદ્ધાળુઓના મોત થયા છે.

ગૃહમંત્રાલયમાં તેમની જગ્યાએ કોઈ યોગ્ય વ્યક્તિને મૂકવાની બાબત મનમોહનસિંહ માટે પડકારરૂપ બની શકે છે. પ્રણવ મુખરજીએ રાષ્ટ્રપતિ પદની ચૂંટણી લડવા માટે નાણાંમંત્રાલયની જવાબદારી છોડી દીધા બાદ મનમોહનસિંહ પોતે આ હવાલો સંભાળી રહ્યા છે. વડાપ્રધાનના નજીકના સૂત્રો માને છે કે લાંબા સમય સુધી આ પ્રકારની વ્યવસ્થા ચાલી શકે તેમ નથી. નાણાંમંત્રી તરીકે બે વખત સેવા આપી ચૂકેલા ચિદમ્બરમ્ બિહુકુલ સુરક્ષિત વખતે રહ્યા છે. મુખરજીના અનુગામી તરીકે તેમની નિમણૂક ચોમાસું સત્ર પહેલાં કરીને સરકાર વધુ સ્પષ્ટ વલણ અપનાવવા માગે છે. અર્થતંત્ર સામે ઘણા નવા પડકારો હાલમાં ઊભા થયા છે. ચિદમ્બરમ્ને નાણાંમંત્રી તરીકે ખસેડવાને લઈને ઘણા પ્રધાનો રજૂઆત પણ કરી રહ્યા છે. તેમના નજીકના સાથીઓ આના માટે લાંબી પણ ચલાવી રહ્યા છે.



વિશ્વ વસતી દિવસ નિમિત્તે મુંબઈના ચર્ચગેટ સ્ટેશને લેવામાં આવેલી વસતીની પ્રવર્તમાન અર્થવાહી તસવીર.

સખીને પત્ર (પાના નં. ૪ નું ચાલુ)
સમગ્ર વાતાવરણ જાણે થંભી ગયું. કુદરત પણ પોતાનો ક્રમ ભૂલી ગઈ. એવો અદ્ભૂત રાગ પ્રખ - રાજ અને તાનસેન પણ બંધુ ૧ ભૂલીને રસ તરબોળ થઈ ગયાં. ગાયન જેમ - જેમ તીવ્ર બન્યું તેમ - તેમ બૈજુ બેઠા હતા. તે ઓછો પીગળવાં લાગ્યો અને બૈજુ તેમાં ઘસવા લાગ્યો. બૈજુની આંખો બંધ છે. સંગીતનો સાદક આજે પોતાની શ્રેષ્ઠતા પીરસી રહ્યો હતો. ધીરે-ધીરે બૈજુ કમર સુધી પીગળતાં ઓટલામાં ઘસી ગયો. લોકોનું ધ્યાન ગયું. "અરે! બૈજુનાં ગાનથી તો પથ્થર પર પીગળ્યો. હવે બે ગાન અટકશે નહિ તો પથ્થર પર પીગળ્યો. હવે બે ગાન અટકશે નહીં તો બૈજુના પ્રાણ નીકળી જશે." લોકોએ બૈજુને ભાવસમાધિમાંથી બગાડ કર્યો. બૈજુ બગ્યો. ઓટલો પીગળતો બંધ થયો. પણ બૈજુ અડધો ઓટલાની અંદર અને અડધો બહાર હતો. તેણે તાનસેનને પડકાર આપ્યો કે, 'હવે આપ આપનાં સંગીતથી આ ઓટલાને ફરીથી પીગળાવો અને મને બહાર કાઢો.' દુનિયામાં જે સાચા વિદ્વાન છે, જે બંધુ ૧ જાણે છે, તે પોતાની મર્યાદાઓ અને ખામીઓ પણ પિછાણે જ છે. અને તેને બાહેદરમાં કહીને પાલકે જ છે. તાનસેનને પણ પોતાની મર્યાદા સ્વીકારી અને બૈજુ ને મહાન ગાયક બાહેર કર્યો. પથ્થર ને પણ પીગળવવાની તાકાત પોતાની ગાયકીમાં તથી તેવું કબૂલ કર્યું. જે સંગીત પથ્થરને પણ પીગળાવી શકે તે મીણ જેવાં માનવ હૃદયોને તો કેટલા સ્પંદિત કરી શકે. હૃદયની જડતા, લાગણી, શૂન્યતા, કહોરતા, સંગીતનો

સ્પર્ધ થતાં જ પીગળી જાય છે. ઓગળી જાય છે. ક્યારેક કોઈ કલાકાર ક્યાંક ખૂલ કેસમાં સંડોવાયેલો સાંભળ્યો? જ અમારાં એક સંબંધી છે જેમના ઘરે ભેંસોનો તબેલો છે. પચ્ચીસ - ત્રીસ ભેંસોના તબેલામાં લગભગ આખો દિવસ ધીમા અવાજે ભજન કે અન્ય શાંત સંગીત ચાલ્યા જ કરે છે. આ સંગીતની અસર નીચે ભેંસો વધારે દૂધ આપે છે. આ વૈજ્ઞાનિક રીતે સિદ્ધ થયેલી હકીકત છે. ગાંધીનગરના એક પાણીલા કોલેજનો કેળવણી દીમા અવાજે ગઝલો ગુંજતી હોય છે. દર્દી પોતાનું અડધું દર્દ તો ત્યાં જ વિસરી જાય છે. એક શિક્ષિકા અને માતા હોવાના નાતે સખી માસી તો એક જ સલાહ છે કે બાળકોને સંગીતનો વારસો પકડાવી દઈએ તો સંસ્કૃતિ, સંસ્કાર અને શાંતિ આપોઆપ તેનામાં દેવીકૃપા રૂપે ઉતરશે. શ્રી જુતેન્દ્ર અદિયાજી એ વિદ્યાર્થીઓ માટે એક સીડી બનાવી છે, જેમાં પક્ષીઓના કલરવ, ઝરણાનાં અવાજ વગેરે છે. આખો બંધ કરીએ તો આપણે કોઈ નહીં કે ઝરણાં કે દરિયા કિનારે બેઠાં હોય તેવું લાગે. બાળક ભણતું હોય ત્યારે આ સીડી સતત ચાલતી રહે તો બાળકની ભણતર પ્રવેશની રૂચિ વધે છે. અને તેની યાદ શક્તિ પણ સતેજ થાય છે. તેવી અવધારણાં છે. જે હોય તે! પણ મને તો સંગીતના તાલે સંધાવું અને ઘરનું કામ કરવું ખુબ ગમે છે. ક્યારેય થાક નો અહેસાસ જ ન થાય કે ખતું ને?... - તારી સ્વાતિ

પ્રસંગસર
પોતાનું કે પરિવારનું કોઈપણ છિદ્ર કદી પારકાને કહેવું નહિ. માગ્યા વગર કદી જ કોઈને સલાહ આપવી નહિ. લોકો ધનિકને માન આપે છે અને ગરીબને ધુત્કારે છે. કોઈપણ સારું કાર્ય કરવા માટે દરેક સમય શ્રેષ્ઠ જ હોય છે. નિષ્કળ માણસો જે 'નસીબ નસીબ' કરીને બેસી રહે છે. અનેકની વિરુદ્ધમાં કોઈ એક વ્યક્તિએ અનુસરણ કરવું નહિ. શાસ્ત્રો કરતાં પોતાને વધુ માનો. કામવાસના, અજ્ઞાન, અંધશ્રદ્ધા, કોપ ને લોભથી મોટા કોઈ શત્રુ નથી. પ્રવાસ સદા જ્ઞાનવર્ધક છે. મંત્રણા કરવી એ દરેક જોડાની સફળતાનો મહામંત્ર છે. સબળ દુશ્મન સાથે નિબળે સંધિ કરી લેવી એ જ શ્રેષ્ઠ માર્ગ છે. લોકો ગરમ હોય ત્યારે જ હથોડો મારવાથી ગમતા ઘાટ ધરી શકાય છે. પ્રસંગને અનુરૂપ વેશભૂષા ધારણ કરવી. જે માણસની જે કામમાં કુશળતા હોય તેને તે કામ જ કરવા સોંપવું. ટોળાનો કદી વિશ્વાસ કરવો નહિ. બુદ્ધિમાન માણસોએ કદી કોઈનોય ઉપકાર ભૂલવો જોઈએ નહિ.

નિરામય (પાના નં. ૪ નું ચાલુ)
પગનાં તળિયા પર તેલમાલિશ તથા પગનાં તળિયા દળાવવાથી ઊંઘમાં ખૂબ રાહત મળે છે. પગનાં તળિયાં નિયમમૂલક દળાવવાની આ પ્રક્રિયાને રિફલેક્સોલોજી કહે છે. રાત્રે સુતી વખતે ગમતું ધીમું સંગીત સાંભળવું. તેમજ મનને ગમે તેવું વાતાવરણ બનાવવું. શરીર પર માલિશ કરવાથી પણ અભિદ્રામાં ફાયદો થાય છે. શરીરમાં વાસુનું શ્રમન થાય છે તેમજ થાક દૂર થાય છે. વ્યક્તિગત કારણો દૂર કરવા, જેમ કે, સાવ બેઠાડું જીવન જીવવાં વ્યક્તિએ શ્રમ કરવો, ઉપવાસ કે ભૂખ્યા રહેવાનો થોડો આહાર લેવો, તેમજ ચિંતા - ભય - શોક આદિ માનસિક કારણો હોય તેઓએ ઉપરોક્ત જણાવ્યું મુજબ કે પોતાને અનુકૂળ આવે તે મુજબ યોગ્ય ઉપાયો કરવા. અભિદ્રા એ એવી વ્યાધિ છે કે જેના કારણે વ્યક્તિની શારીરિક તથા માનસિક શ્રમતા ઘટે છે અને વ્યક્તિ નારીપાસ થાય છે. આથી અભિદ્રાને લગતાં કારણો ને સહીને અભિદ્રા દૂર કરવી જરૂરી છે. વ્યક્તિ દિવસની છ થી સાત કલાકની શાંત ઊંઘ લે એ સ્વાસ્થ્ય માટે આવકારદાયક છે. અભિદ્રા એ લાંબો સમય ચાલતી પ્રક્રિયા છે. કોઈ કારણોસર ફક્ત એકાદ બે - દિવસ ઊંઘ ન આવે કે ખલેલપૂર્કની ઊંઘ આવે તો તેને અભિદ્રામાં ન ગણી શકાય.