ગાંધીનગર સમાચાર

તા. ૬-૫-૨૦૧૫, બુધવાર

તંત્રી સ્થાનેથી....

અમેરિકામાં ભારતીયોની સલામતીનું શું?

અલ-કાયદાના આતંકવાદીની એકાદ કેસેટ કે વિડિયો ક્લિપ બહાર પડતાંની સાથે આપણી ગુપ્તચર એજન્સીઓ વડાપ્રધાન સાથે થનાર સંભવિત ષડયંત્રનું પગેરું દાબવા સજ્જ બની જાય છે. સુરક્ષાકવચ વધુ જડબેસલાક બનાવાય છે. બનાવવું પણ જોઇએ. આપણી ભાષામાં જૂના જમાનાની એક કહેવત ચાલી આવે છે : લાખ મરજો પણ લાખનો પાલણહાર ના મરજો! અમેરિકામાં આવી વીરપૂજક સંસ્કૃતિ નથી વિકસી છતાં એના રાષ્ટ્રપ્રમુખનો વાળ વાંકો ન થાય એની પાક્કી કાળજી લેવાતી રહી છે. પરંતુ અમેરિકાનો એક સૈનિક મરે, એક નાગરિક પર કયાંક હુમલો થઇ જાય તો આખો દેશ અને પ્રતિષ્ઠાનો પ્રશ્ન બનાવી મૂકે છે. અલકાયદાના સર્વેસર્વા ઓસામા-બિન-લાદેનથી લઇ આઇએસઆઇએસના સર્વેસર્વા અલ-બગદાદી સાથેનો અમેરિકાનો વહેવાર જુઓ. એમાં અમેરિકાએ પોતાની સર્વોચ્ચતા સાથે કોઇ જ સમાધાન કર્યું નથી. પરંતુ એ જ અમેરિકામાં છાશવારે ભારતીય મૂળના અર્થાત્ મોદીકુળના નિર્દોષ નાગરિકોને ગોળીએ દેવાય છે ત્યારે કોણ જાણે કેમ, ઓબામા કે મોદી - બે પૈકી કોઇનાય પેટનું પાણી હાલતું નથી! બેઉ એકમેકની બાંધી મૂઠી ઊઘડી ન જાય એ રીતે 'સબ સે બડી ચૂપ' વાળી કૂટનીતિ અપનાવતા રહ્યા છે. આ બાબત ખરેખર ગંભીર ગમાવી જોઇએ. 'લેન્ડ ઓફ ઓપર્ચ્યુનિટી' ગણાતાં અમેરિકામાં આપણા હુંશીયા ગુજ્જુઓ તો જીવનું જોખમ ખેડીને ઘૂમવાની ફિરાકમાં રહેતા હોય છે. ભલેને પછી એ માટે માજણી બહેન સાથે મેરેજ એફિડેવિટ કરવાની હોય - તો પણ એમને કશી લાજશરમ નડતી નથી. ત્યાં પહોંચ્યા પછી આપણા વટના કટકા જેવા એન.આર.આઇ. સંડાસ સાફ કરવાની કે દારૂ-મટન વેચવાની નોકરી કરવામાં છોછ અનુભવતા નથી. 'પટેલ' અને 'મોટેલ' અમેરિકન ડિકશનરીમાં સમાનાર્થી શબ્દો બની ગયા છે, ચાલો, એ બધું તો ઠીક જાણે. કોઇ કામને હીણું ન જ ગણવું જોઇએ. એ જુદી વાત છે કે હિંદુસ્તાનમાં અમુક કામો અમુક નીચી ગણાતી કોમો માટે અનામત ગણાયાં છે. દિવસમાં લાખો રૂપિયા મળે તો પણ સવર્ણ હિંદુ આ દેશમાં ટોઇલેટ સફાઇનું કે માંસ-મચ્છી વેચવાનું કામ નહીં સ્વીકારે. અમેરિકામાં આપણને કોણ ઓળખે છે? કોઇ પણ કામ કરીને ડોલર જ રળવાના છે ને! પરંતુ એ ડોલર રળતાં રળતાં જિંદગી ઝૂંટવાઇ જાય ત્યારે શું? છેલ્લે એક સામટી પાંચ દુર્ઘટનાઓ છાપે ચડી છે. બધા જ ગુજરાતી છે. શું એમની જિંદગી એટલી સસ્તી થઇ ગઇ છે. વડાપ્રધાન મોદી કે ઓબામા, અરે ના - મોદી મિત્ર 'બરાક' એની નોંધ સુદ્ધાં લેવાની દરકાર નથી કરતાં! અમેરિકાના નાગરિકોની આટલી જ સંખ્યામાં ભારતમાં હત્યા થઇ હોત તો એ બેઉ ભાઇબંધ-ગોઠિયા ચૂપ રહ્યાં હોત ખરાં?

નેશનલ માસ્ટર્સ એથ્લેટીક્સ ચેમ્પિયનશીપમાં ગાંધીનગરનો ડંકો

૬ ખેલાડીઓએ એક સુવર્ણ અને ત્રણ સિલ્વર સહિત કુલ ૧૦ ચંદ્રકો જીત્યા : ઈન્દુમતીબેન નિમાવતે દોડમાં ગોલ્ડ અને સિલ્વર મેળવ્યા

ગાંધીનગર, તા. ૫

ગાંધીનગર જિલ્લાના ૬ ખેલાડીઓએ તાજેતરમાં હિમાચલ પ્રદેશના ધર્મશાલા ખાતે યોજાયેલ ૩૬મી માસ્ટર્સ એથલેટીક્સમાં ઉત્કૃષ્ઠ પ્રદર્શન કર્યુ હતુ અને એક ગોલ્ડ મેડલ સહિત ૧૦ ચંદ્રકો જીતી રાજ્ય અને જિલ્લાનું નામ રોશન કર્યું હતુ.

૩૬મી માસ્ટર્સ એથ્લેટીક્સમાં ૬૫ વર્ષથી ઉપરના વય જુથમાં ગાંધીનગરના ઈન્દુમતિબેન નિમાવતે ૨૦૦મી દોડમાં સુવર્ણચંદ્રક અને ૧૦૦મી દોડમાં રજત ચંદ્રક મેળવ્યો છે. આ ઉપરાંત એમ.પી. મહેતાએ ૫૫ વર્ષથી ઉપરના વયજુથમાં ૧૦૦મી વિઘ્નદોડમાં સિલ્વર અને ૪૦૦ મી. વિઘ્ન દોડમાં બ્રોન્ઝ મેડલ મેળવ્યા છે. દોડમાં સિલ્વર મેડલ તેમજ કિર્તિબેન મહેતાએ ૫ કિ.મી. વોકમાં બ્રોન્ઝ મેડલ અને ૪૫ વર્ષથી ઉપરના વયજુથમાં એમ.બી. કટારાએ લોગ જમ્પ અને ૪X૪૦૦ રીલેમાં કાંસ્ય તથા બી.કે. તરલે પોલવોટ અને ૪X૪૦૦ રીલેમાં કાંસ્ય ચંદ્રકો જીત્યા છે.

રાષ્ટ્રીય સ્વયંસેવક સંઘ-ગાંધીનગર પ્રચાર વિભાગ દ્વારા શ્રી નારદ જયંતિ ઉજવણી નિમિત્તે મંગળવારે પત્રકાર સ્નેહમિલન કાર્યક્રમનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં વિવિધ અખબારોના પ્રતિનિધિઓ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. શ્રી પ્રદિપભાઈ જૈને (પ્રચાર પ્રમુખ, ગુજરાત) આ તબક્કે વિશેષ માહિતી આપી હતી. (તસવીર : કશ્યપ નીમાવત)

વનશ્રી ટ્રસ્ટ દ્વારા સાયકલીસ્ટોનું સન્માન

ગાંધીનગર, તા.૫

ગાંધીનગરના વનશ્રી ટ્રસ્ટ દ્વારા ઉત્તર પ્રદેશના સાયકલીસ્ટ અભિષેક શર્મા અને અમેરીકાના ન્યુયોર્કથી આવેલ સાયકલીસ્ટ ડેનિયલ ફેઝુલરીનું સન્માન કરવામાં આવ્યું હતું.

બંને સાયકલીસ્ટ દિલ્હીથી સાયકલ પ્રવાસે જયપુર, ઉદેપુરથી અમદાવાદ થઈને ગાંધીનગર આવ્યા છે. પર્યાવરણ જાળવણી અંગે જાગૃતિ ફેલાવાના શુભ આશયથી સાયકલ પ્રવાસે નિકળેલા આ બંને સાયકલીસ્ટનું વનશ્રી ટ્રસ્ટ દ્વારા ટીશર્ટ, ટ્રોફી અને પ્રમાણપત્ર વગેરે એનાયત કરીને અભિવાદન કરવામાં આવ્યં હતું. આ પ્રસંગે યુથ હોસ્ટેલના ચેરમેન ચૈતન્ય નિમાવતે બંને સાયકલીસ્ટને ધન્યવાદ આપ્યા હતાં.

રવિવારે પ્રજાપતિ સમાજનો રાષ્ટ્રીય કક્ષાનો જીવનસાથી પસંદગી મેળો યોજાશે

ગાંધીનગર, તા. ૫

ગાંધીનગર પ્રજાપતિ સમાજના સહયોગથી અખિલ ભારતીય પ્રજાપતિ મહાસંઘના ગુજરાત પ્રદેશ એકમ દ્વારા તા. ૧૦મીને રવિવારે સે. ૧૭ના ટાઉનહોલમાં રાષ્ટ્રીય કક્ષાનો પ્રથમ જીવનસાથી પસંદગી મેળો આયોજિત કરવામાં આવ્યો છે. આ જીવનસાથી પસંદગી મેળામાં ગુજરાત સિવાય અન્ય રાજ્યોમાંથી પણ લગ્નોત્સુક યુવક-યુવતીઓ ભાગ લઈ રહ્યા છે.

વિશિષ્ટ પ્રકારના આ જીવનસાથી પસંદગી મેળામાં મોટા પ્રમાણમાં પ્રજાપતિ સમાજના સભ્યો પરિવાર સહિત ઉપસ્થિત રહેશે. આ પસંદગી મેળાનું લાઈવ ટેલિકાસ્ટ કરવાની પણ વ્યવસ્થા ગોઠવવામાં આવી છે. આ પસંદગી મેળાનો લાભ લેવા પ્રજાપતિ સમાજના લગ્નોત્સુક યુવાનો-યુવતીઓને મહાસંઘના અધ્યક્ષ ગોવિંદભાઈ પ્રજાપતિએ અનુરોધ કર્યો છે તેમજ સમાજના સેવાભાઈ કાર્યકર્તાઓને આ કાર્યક્રમને સફળ બનાવવા જહેમત ઉઠાવવા અપીલ કરવામાં આવી છે.

આંતર જિલ્લા ક્રિકેટ ટૂર્નામેન્ટ માટે ટીમોનો સિલેક્શન ટ્રાયલ

ગાંધીનગર, તા. ૫

ગાંધીનગર જિલ્લા ક્રિકેટ એસોસિએશન દ્વારા આંતર જિલ્લા ક્રિકેટ ટૂર્નામેન્ટ માટે જુદી જુદી વયજુથની ટીમોનો સિલેક્શન ટ્રાયલ તા. ૯મી મે થી તા. ૨૪મી મે દરમ્યાન યોજવામાં આવ્યો છે. આ સિલેક્શન ટ્રાયલમાં અન્ડર-૧૪, અન્ડર-૧૬, અન્ડર-૧૯ અને સીનીયર ટીમની પસંદગી કરાશે.

તમામ સિલેક્શન ટ્રાયલ સે. ૨૧ના સચિવાલય જીમખાના ગ્રાઉન્ડ ખાતે સવારે ૭ વાગ્યાથી યોજાશે. સીનીયર ટીમ માટે તા. ૯મી મે શનિવાર, અન્ડર-૧૬ ટીમ માટે તા. ૧૦મી મે રવિવાર, અન્ડર-૧૯ ટીમ માટે તા. ૧૭મી મે રવિવાર અને અન્ડર-૧૪ની ટીમ માટે તા. ૨૪મી મે રવિવારે સિલેક્શન ટ્રાયલ યોજાશે. અન્ડર-૧૪, અન્ડર-૧૬ તથા અન્ડર-૧૯ના ખેલાડીઓએ ઉંમરના પુરાવા સાથે હાજર રહેવુ ફરજીયાત હોવાનું જણાવાયું છે.

સેક્ટર-૧૬માં મહાત્મા ગાંધી વિદ્યામંદિરમાં પ્રવેશ પ્રક્રિયાનો પ્રારંભ

ગાંધીનગર, તા. ૫

ગાંધીનગરના સે. ૧૬માં સરકારી શાળા મહાત્મા ગાંધી વિદ્યામંદિર ખાતે ધોરણ-૯થી ધોરણ-૧૨ માટે નવા શૈક્ષણિક વર્ષની પ્રવેશ પ્રક્રિયા આરંભી દેવાઈ છે. આ પ્રવેશ કામગીરી શાળાના કાર્યાલય ખાતે સવારે ૯ થી ૧૨ વાગ્યા દરમ્યાન કરવામાં આવે છે.

અત્રે ઉલ્લેખનીય છે કે મહાત્મા ગાંધી વિદ્યામંદિર એ ગાંધીનગર શહેરની શાળા છે. આ શાળામાં સરકારી ધારાધોરણ મુજબ ફી લેવાય છે. તેમજ વિદ્યાર્થીઓને પાઠ્યપુસ્તકો વિના મૂલ્યે આપવામાં આવે છે. આ શાળામાં ધોરણ-૯ થી ૧૨ માટે અભ્યાસનો સમય સવારના ૯ થી ૧૨નો છે. શાળામાં પ્રવેશ મેળવવા શહેરના વાલીઓ-વિદ્યાર્થીઓને કાર્યાલયનો સંપર્ક સાધવા અનુરોધ કરવામાં આવ્યા છે.

હરિની દૃષ્ટિ...

સામે સીગ્નલ ના જોયું... એના માટે... દંડ તો તમારે જ ભરવો પડશે... તમારા ડોક્ટરે નંબર ખોટા કાઢી દીધા.. એ અલગ વાત છે... !!

ગાંધીનગરની આરાધના વિહાર સે.૨૮નું પરિણામ

- જુનિયર કે.જી.
  - ૧ મકવાણા કૃતાર્થ
  - ૨ મકવાણા શક્તિસિંહ
- સિનીયર કે.જી.
  - ૧ રાઠોડ આર્યન
  - ૨ મહેતા પાર્થ
- ધોરણ-૧
  - ૧ દરજી ખુશી
  - ૨ પંડ્યા હેત
- ધોરણ-૨
  - ૧ શેખ સાયમા
  - ૨ દરજી પ્રિયલ
- ધોરણ-૩
  - ૧ પટેલ સાંઈ
  - ૨ આસોડિયા મિહિર
- ધોરણ-૪
  - ૧ સોલંકી જય
  - ૨ ચાવડા કૃષ્ણસિંહ
- ધોરણ-૫
  - ૧ દરજી હર્ષ
  - ૨ પટેલ શીવ
- ધોરણ-૬
  - ૧ રાઠોડ ભાવીની
  - ૨ બારીયા આશા
- ધોરણ-૭
  - ૧ રાઠોડ વિશ્વરાજ
  - ૨ માલી બાબુલાલ
- ધોરણ-૮
  - ૧ પુરોહિત આસ્થા
  - ૨ શાહ મહેશ
- ધોરણ-૯-અ
  - ૧ દરજી હેલી
  - ૨ દેસાઈ ઉમંગ
  - ૩ પટેલ સ્મિત
- ધોરણ-૯-બ
  - ૧ ચૌધરી ભરત
  - ૨ ચૌધરી નિતેશ
  - ૩ ચૌધરી યોગેશ
- ધોરણ-૯-ક
  - ૧ ડાભી દિનેશ
  - ૨ પાંડવ જયકુમાર
  - ૩ ભાટી કમલેશ

રવિવારે રીવરફ્રન્ટ પર સૂર પ્રભાત કાર્યક્રમ યોજાયો

રાજસ્થાનના લોક ગાયક ગાઝીખાન માંગનિયાર અને યુવા શાસ્ત્રીય ગાયક સમર્થ જાનવેની જુગલબંધીએ શ્રોતાઓને રસતરબોળ કર્યા

ગાંધીનગર, તા.૫

અમદાવાદના સંગીતરસિકો માટે રવિવારની સવાર યાદગાર બની જવા પામી હતી. રીવરફ્રન્ટ પર સ્મીમ ડોટ કોમ કંપની દ્વારા સૂરપ્રભાત કાર્યક્રમ દ્વારા આંતરરાષ્ટ્રીય ખ્યાતિ પ્રાપ્ત બાડમેરના લોક ગાયક ગાઝખાન માંગનિયાર અને પં. જસરાજના શિષ્ય ઉદયપુરના યુવા શાસ્ત્રીય ગાયક સમર્થ જાનવેની જુગલબંધી યોજવામાં આવી હતી.

આ કાર્યક્રમમાં ગાઝી ખાને ભૈરવ થાટ, ભૈરવ અંગ, રાગ ગૌરી, મંગનિયાર ગાયકનો રાગ સૂબ, રાગ મલ્હારી જયારે સમર્થ જાનવેએ રાગ સુરદાસી, કલ્યાણ થાટ, રાગ ભૈરવી વગેરે પ્રસ્તુત કરીને શ્રોતાઓના મન મોહી લીધા હતા.

આ જુગલબંધીમાં મીરાંબાઈના ભજનો, બુલ્લે શાહનો કલામ, લોકગીતો વગેરે પ્રસ્તુત કર્યા હતા. આ કાર્યક્રમમાં અતિથિ વિશેષ પદે રાજસ્થાન પત્રિકાના સંપાદક રાજેન્દ્રસિંહ નરુકા અને જાણીતા કોરિયોગ્રાફર કલ્પેશ દલાલ તેમજ ડીઝાઈનર શૈલેષ મોદી ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. કાર્યક્રમનું સંચાલન વરિષ્ઠ રંગકર્મી વિલાસ જાનવેએ કર્યું હતું.

ઘના મીના ડીકાના વાળની માવજત

વિચારોના મધુવનમાં

પ્રા. ડો. રાકેશ પટેલ

નિદાન અને ચિકિત્સા બાબતે આયુર્વેદ બહુ ઝીણવટથી કામ લે છે. રોગ, એની સંપ્રાપ્તિ, રોગનાં લક્ષણો, ઉપચારક્રમ અને ચિકિત્સાવિધિ વગેરે દરેક બાબતમાં તે પ્રદેશ અને તેનું વાતાવરણ, કાળ અને ઋતુ ઉપરાંત રોગીની પ્રકૃતિ અને ઔષધોની ખાસિયતો વગેરે બધી જ બાબતોનો અત્યંત ઝીણવટથી વિચાર કરીને ઔષધયોજના કરે છે. ચોક્કસ માહિતી આયુર્વેદાચાર્ય પાસેથી લઈને પ્રયોગ કરવો આવશ્યક છે.

ગુજરાતના જાણીતા આયુર્વેદિક ચિકિત્સક ડૉ. નીતાબહેન ગોસ્વામીએ એક બ્લોગ ઉપર આજની નવયૌવનાઓને ઉપયોગી થાય તેવી માહિતી પીરસી છે. સૌંદર્યની વાત આવે એટલે સૌપ્રથમ સ્ત્રી હોય કે પુરુષ દરેક પોતાના વાળ વિષે ચિંતા વ્યક્ત કરતાં હોય છે. વાળનું સૌંદર્ય જોઈને તો કવિ કાલિદાસજીએ પણ મોહ પામીને વાળ વિષે કાવ્યો લખ્યાં છે. સૌંદર્યના પૂજારી એવા તમામ રસિક કવિઓ અને લેખકો પણ વારંવાર વાળ વિષે લખે છે. આમ વાળ એ સૌંદર્ય માટે અનિવાર્ય અંગ છે. આયુર્વેદના ગ્રંથોમાં પણ વાળના રોગોની અદ્ભૂત સારવાર બતાવી છે. વાળને લગતા જે કંઈ રોગો થાય છે તેમાં મહત્વની એક વનસ્પતિ છે, ભાંગરો. વર્તમાન સમયમાં ભાંગરાનો ખૂબ જ પ્રચાર થયો છે. તેનું કારણ છે કે વિવિધ પ્રકારના હેરઓઈલો બજારમાં ઉપલબ્ધ થયા છે અને આ તમામ હેર ઓઈલોમાં ભાંગરો તો હોય છે. ગ્રામ્યવિસ્તારના લોકો, ખાસ કરીને મહિલાવર્ગ તો પરાપૂર્વથી ભાંગરાને એકઠો કરીને તેનું તેલ બનાવીને પોતાના વાળમાં નાખે છે. અને તેના પરિણામે તેઓના વાળ કાળા અને ચકચકિત અને ખૂબ જ લાંબા હોય છે.

આમ જોવા જઈએ તો શરીરમાં તથા અનેક રોગો પર ભાંગરો કામ કરે છે. પરંતુ ભાંગરો વિશેષ પ્રકારે બેસ્ટ બ્યુટી એજન્ટ છે. તેનાં જે કંઈ નામો છે, તેનાં પરથી આપણને ખ્યાલ આવે છે કે તે હેર બ્યુટી એટલે કે વાળનું સૌંદર્ય વધારવા માટેની શ્રેષ્ઠ વનસ્પતિ તો છે જ, સાથે સાથે યૌવનને જાળવી રાખે છે, તથા સર્વાંગ સૌંદર્ય યૌવન માટે ભાંગરો ઉપયોગી છે તે ખૂબ જ ઓછા લોકો જાણે છે. ભાંગરાને ભૃંગરાજ કહેવામાં આવે છે, અને તે સ્વર્ણીકરણ કરે છે એટલે કે તે શરીરને સુવર્ણ જેવું બનાવે છે. વિવિધ પ્રકારના કુષ્ડના રોગો, સફેદ દાગ, શીળસ, શૂદ્રરોગ જેવા ચામડીના રોગોમાં પણ ભાંગરો અતિ ઉપયોગી છે. શાસ્ત્રોમાં ભાંગરાના અનેક પ્રકારે પ્રયોગો બતાવ્યા છે.

આજકાલ નાની વયના બાળકોને સફેદ વાળની સમસ્યા વધતી જોવા મળે છે. યુવાન યુવતી અને યુવકોને તો આ સફેદ વાળની સમસ્યા તો ડગલે ને પગલે જોવા મળે છે. દરેક વ્યક્તિઓ સફેદ વાળનો તિરસ્કાર કરતી હોય છે. અને પોતાના વાળ કાળા બને તે માટે ઉપાયોની શોધ કરતૌ હોય છે. શા સ્ત્રોમાં સફેદ વાળને કાળા બનાવવા માટે તો અનેક પ્રયોગો છે. તેમાં ભાંગરાનું માધ્યમ અતિ શ્રેષ્ઠ છે. જાણકાર આયુર્વેદિક ડૉકટર પાસે જઈ પ્રયોગની માહિતી લેવી જરુરી છે.

(૧) ભાંગરાના ફૂલ, જાસુદના ફૂલ અને ઘેટીનું દૂધ આ ત્રણેય એક સાથે ઘૂંટીને બારીક પેસ્ટ બનાવવી. ત્યારબાદ આ પેસ્ટને લોંખડના વાસણમાં મૂકી તે વાસણને જમીનમાં દાટી દેવું. સાત દિવસ પછી તે વાસણને જમીનમાંથી બહાર કાઢી તેમાં ફરીવાર ભાંગરાનો રસ નાંખીને ઘૂંટવું. આ લેપ રાત્રે વાળમાં લગાવી તેનાં ઉપર કેળનું પાન બાંધી દેવું. સવારે માથું ધોઈ લેવું. આ પ્રયોગ થોડા સમય સુધી કરવાથી વાળ કાળા થાય છે.

(૨) ભાંગરાના રસમાં જેઠીમધનું ચૂર્ણ અને દૂધ તથા તેલ મેળવીને ઉકાળવું. આ તેલનાં ટીપાં નાકમાં નાખવાથી વળિયા-પળિયા દૂર થાય છે. માત્રા-ભાંગરાનો રસ ૧૨૮ તોલા, જેઠીમધનું ચૂર્ણ ૪ તોલા, દૂધ ૬૪ તોલા અને તલનું તેલ ૧૬ તોલા, બધું ઉકાળતાં માત્ર તેલ બાકી રહે ત્યારે ઉતારીને ગાળી લેવું. આ તેલનાં ટીપાં નાકમાં નાંખવા.

(૩) ભાંગરાનો રસ ૧૦ ગ્રામ રોજ સવારે નરણા કોઠે પીવાથી પણ સફેદ વાળ કાળા થાય છે.

સફેદ કોઢ : લોંખડના વાસણમાં તલના તેલમાં ભાંગરો શેકવો. લૂગદી જેવું થાય એટલે આ ભાંગરો ખાવો અને તેના પર બિયાંની છાલથી પકાવેલું દૂધ પીવું. આ પ્રયોગ કરવાથી સફેદ દાગ મટે છે.

માથામાં ચાંદા : ભાંગરાનો રસ માથામાં લગાવવાથી ચાંદા મટે છે.

વાળની સુંદરતા : ભાંગરાનું તેલ માથામાં નાખવાથી વાળ ખરતાં બંધ થાય છે તથા નવા વાળ આવે છે, તથા વાળની લંબાઈ પણ વધે છે, તથા વાળ ઘટ્ટ બને છે, મુલાયમ બને છે.

ખરતા વાળ : ભાંગરો, ત્રિફળા, ઉપલસરી, કણજીનાં બીજ, લીમડાની આંતરછાલ, કરેણના મૂળ, સફેદ ચણોઠી. દરેક ઔષધો ૨૦-૨૦ ગ્રામ લઈ તેનો પાવડર બનાવવો. આ પાવડરને ચાર લિટર ભાંગરાના રસમાં પલાળવો. બીજા દિવસે તેમાં ૧ લિટર તલનું તેલ નાખી ઉકાળવું. પાણીનો ભાગ બળી જાય પછી તેલ ઠંડુ થયે ગાળી લેવું. અને બોટલમાં ભરી લેવું. આંગળીના ટેરવા વડે આ તેલ રોજ વાળના મૂળમાં માલિશ કરવાથી ખરતા વાળ, ખોડો વગેરે દૂર થઈ નવા વાળ આવે છે, વાળ જાડા તથા લાંબા પણ થાય છે.

સફેદ વાળ માટે તેલ :

આમળાં, અનંતમૂળ, હરડે, જેઠીમધ, મોથ, સુંગધી વાળો, બહેડાં, મહેંદીના પાન, કેરીની ગોટલી-આ તમામનો ૨૦-૨૦ ગ્રામ પાવડર લેવો. આ પાવડરને ૨૦૦ ગ્રામ આમળાંના રસમાં લોંખડના વાસણમાં ૧૫ થી ૨૦ કલાક સુધી પલાળવો. ત્યારબાદ તેમાં ૧ લિટર કાળા તલનું તેલ નાખી તપેલા પર બારીક કપડું બાંધી સૂર્યના તડકામાં મૂકવું. આ તપેલું ૬ થી ૮ દિવસ રાખવું. ત્યાર બાદ તેમાં ભાંગરાનો રસ ૧ લિટર, આમળાંનો રસ ૧ લિટર તથા ગળીના પાનનો રસ ૫૦૦ ગ્રામ નાખીને તેલ ઉકાળવું. તેલ પકવ થયા બાદ ઠંડુ થયા બાદ ગાળી લઈ બોટલમાં ભરી લેવું. આ તેલનું રોજ વાળમાં માલીશ કરવાથી ધીરે ધીરે સફેદ વાળ કાળા થાય છે તથા ખરબચડા વાળ સુંવાળા અને ચમકદાર બને છે.

સફેદ વાળ માટે લેપ :

(૧) ભાંગરાનું ચૂર્ણ, ત્રિફળા, કેરીની ગોટલી, અખરોટની છાલ અથવા છોડાં આ તમામ મેળવીને તેને લોંખડના વાસણમાં દહીં અથવા કાંજી સાથે પલાળીને લેપ કરવાથી ધીમે ધીમે વાળ કાળા થાય છે.

(૨) ભાંગરાનું ચૂર્ણ, મેથી, સોપારી અને લોંખડના કાટનો લેપ કરવાથી પણ વાળ કાળા થાય છે.

આભ્યંતર પ્રયોગ :

(૧) ભાંગરાના પાન તથા કાળા તલ રોજ ચાવીને ખાવાથી પણ સફેદ વાળ કાળા થાય છે. (૨) દરરોજ નરણા કોઠે ૧ તોલો ભાંગરાનો રસ પીવાથી વાળ સુંદર બને છે. (૩) ભાંગરાના રસનાં ટીપાં અથવા ભાંગરા તેલના ટીપાં નાકમાં નાખવાથી પણ વાળ કાળા થાય છે (૪) ભૃંગરાજઘન, ભૃંગરાજાસવ વગેરેનું સેવન કરવાથી પણ ખરતા વાળ કે સફેદ વાળમાં ફાયદો થાય છે.

બીજો એક પ્રયોગ ગાયના દૂધ - ગાયના ગૌમુત્રના અર્કમાંથી જે આયુર્વેદ ઔષધી સૌરાષ્ટ્ર યુનિ.ના રીસર્ચ સ્કોલર વિદ્યાર્થીઓ દ્વારા તૈયાર કરવામાં આવી છે વિજયસાર નામની વનસ્પતિના સંમિશ્રણથી તૈયાર થતી ઔષધીના પરિણામો જોઈ ૩૪ દેશોનાં તજજ્ઞા આશ્ચર્યચકિત: ઈન્સ્યુલીન કરતાં ૧૯ ટકા વધુ સારૂ રીઝલ્ટ રાજકોટ, શુક્રવાર ભારતીય સંસ્કૃતિમાં ગાયનું ખુબ મહત્વ રહેલું છે. આ ગાયના ગૌમુત્રના અર્કમાંથી જે આયુર્વેદ ઔષધી સૌરાષ્ટ્ર યુનિ.ના રીસર્ચ સ્કોલર વિદ્યાર્થીઓ દ્વારા તૈયાર કરવામાં આવી છે. તેના ક્લીનીકલ ટ્રાયલ બાદ આ ઔષધી ડાયાબીટીસને નિયંત્રણમાં રાખી શકે છે તેવું સ્પષ્ટ થયું છે. આ પ્રકારના રીસર્ચ પેપરને તાજેતરમાં દિલ્હી ખાતે આયોજિત ૩૪ દેશોના આયુર્વેદના તજજ્ઞોની વર્લ્ડ આયુર્વેદ કોંગ્રેસમાં બેસ્ટ પેપર તરીકેનો એવોર્ડ આપવામાં આવ્યો છે. દુનિયાના તમામ દેશો અત્યારે ડાયાબીટીસની ગંભીર પ્રકારની બિમારીથી ચિંતિત છે. ચીન પછી સૌથી વધુ ડાયાબીટીસની બિમારીથી પીડાતો દેશ ભારત છે. આપણાં દેશમાં ડાયાબીટીસની બિમારી કુદકે ને ભુસકે વધતી જાય છે. આ સ્થિતિમાં ગોવિજ્ઞાન એવં શોધ સંસ્થાનના વડપણ હેઠળ સૌરાષ્ટ્ર યુનિ.ના ફાર્મસી વિભાગમાં કુ. રિધ્ધિ શુક્લ દ્વારા જે રીસર્ચ પેપર દિલ્હી ખાતે આયોજિત વર્લ્ડ આયુર્વેદ કોંગ્રેસમાં રજૂ થયું હતું તેને ૩૯ દેશોના પ્રતિનિધિઓએ બિરદાવી વિજયસાર નામની વનસ્પતિ અને ગૌમુત્રના સમન્વય થકી જે આયુર્વેદ ઔષધી તૈયાર થાય છે તેના ક્લીનીકલ પરીણામો જાણી આશ્ચર્યચકિત થઈ ગયા હતા. આ મુદ્દે શોધ સંસ્થાનના સુત્રધાર ડો. હિતેષ જાનીએ જણાવ્યું હતું કે આયુર્વેદની ઔષધીઓ દરેક પ્રકારના ગંભીર રોગોમાં અસરકારક પુરવાર થતી હોય છે. ગૌમુત્રના અર્કમાંથી જે ઔષધી બનાવી છે તે ઈન્સ્યુલીન કરતા ૧૯ ટકા વધુ અસરકારક પુરવાર થઈ છે. જેનું એનીમલ ઉપર ક્લીનીકલ ટ્રાયલ પુરું થયું છે. અમોએ ગુજરાતને ડાયાબીટીસથી મુક્ત કરવાનું જે અભિયાન હાથ ધર્યું છે તેમાં જુદા જુદા સ્થળોએ યોજાતા કેમ્પમાં આ ઔષધીના ફળદાયી પરીણામો મળ્યા છે. ડાયાબીટીસની બિમારી ઉપર ચમત્કારિક પરિણામો મેળવતી આ આયુર્વેદિક ઔષધીનું સંશોધન પેપર હવે આસામમાં ગોહાટી ખાતે યોજાનાર આંતરરાષ્ટ્રીય કક્ષાની કોન્ફરન્સમાં ફાર્મસી વિભાગના અધ્યક્ષ ડો. અશ્વિન દૂધરેજીયા અને સમીર રાબડીયા રજૂ કરશે. ગૌમૂત્રના અર્કમાંથી બનતી આયુર્વેદીક ઔષધીને હવે આંતરરાષ્ટ્રીય સેમિનારમાં રજૂ કરવામાં આવશે.

અળસી શરીરના પાચનતંત્ર માટે ખૂબ ઉપયોગી છે. રોજ ૧૦ ગ્રામ અળસી ખાવાથી વજન ઘટે છે.અળસીમાં કેન્સર રોકનારા ૨૧ તત્વો છે.જેથી કેન્સર સામે રક્ષણ મળે છે.અળસીમાં રહેલ ઓમેગા-૩ ફેટી એસીડ મગજના કોષોને શક્તિ આપે છે. અળસીમાં રહેલ લીગ્નીન નામનો પદાર્થ હોર્મોન્સનુ નિયમન કરે છે. બ્લડપ્રેશર અને ડાયાબિટીસ એમ બન્નેમાં રોજ એક ચમચી અળસી ખાવાથી એક વર્ષમાં ફાયદો થાય છે. કિડનીના કામ-સોડીયમ બીજા વધારાના ક્ષાર અને પ્રદુષિત પદાર્થોને બહાર કાઢવામાં તે મદદ કરે છે. અળસીમાં ફાઈબર હોય છે તેથી કબજીયાત થતી અટકે છે. ટોટલ કોલેસ્ટ્રોલ તથા ટ્રાયગ્લીસરાઈડનું પ્રમાણ ઘટાડે છે.

દરરોજ જમીને એક ચમચી અળસી ખાવી જોઈએ અને આખા દિવસમાં વધુમાં વધુ ત્રણ ચમચી અળસી ખાઈ શકાય. વધુ પ્રમાણમાં નહી