જન્મદિને વધામણી

ઉદય વૈષ્ણવ

ધર્મેશ રાવલ
મો. ૭૦૯૬૩ ૭૩૩૨૭

શકુંતલાબેન મહેન્દ્રલાલ શાહ
ફોન : ૨૩૨૨૯૪૪૭

વિરાજ રાજન શાહ
ફોન : ૮૧૫૫૯ ૧૦૫૫૯

પ્રથમ જિજ્ઞેશકુમાર શ્રીમાળી

કુંજ મુકેશભાઈ પટેલ

આરવીબા વાઘેલા

ગિનીસ બૂક ઑફ વર્લ્ડ રેકર્ડની સતારા હિલ્સ મેરેથોનમાં ગાંધીનગરના સાત રનર્સને મેડલ

ગાંધીનગર, તા. ૧૮

ગાંધીનગર રનર્સ ગૃપના સાત સભ્યો રવિવારે યોજાયેલી સાતારા હિલ્સ મેરેથોનમાં ભાગ લઈ આવ્યા. સાતારા હિલ્સ મેરેથોને વિશ્વની હિલ્સ પર યોજાતી ટફ મેરેથોન પૈકીની એક છે. આ મેરેથોનના સ્ટાર્ટીંગ પોઈન્ટથી અગિયાર કિમી સુધી કપરું ચઢાણ જ છે. આ મેરેથોન સાતારાના ડુંગર પર યોજાય છે એટલે એને હિલ્સ મેરેથોન કહે છે. આ મેરેથોનમાં આઠ હજાર રનર્સે ભાગ લીધો હતો.

ગાંધીનગર રનર્સ ગૃપના જગત કારાણી, સંજય થોરાત, ડી જી ટૂંડીયા, રમેશબાબુ ગટ્ટુ, હરિશ્ચંદ્ર દિલીપ શર્મા અને રાજલ પટેલે ભાગ લઈને ફિનિશરનો મૅડલ મેળવ્યો હતો. જેમાં હરિશ્ચંદ્રને વેટરન્સ કૅટેગરીમાં ચોથો ક્રમાંક મળ્યો હતો અને રાજલ પટેલે મહિલા વિભાગમાં ૧૭મો ક્રમાંક મેળવ્યો હતો. આ સાતારા હિલ્સ મેરેથોનમાં ભાગ લેનાર સૌને ગિનીસ બૂક ઑફ વર્લ્ડ રેકોર્ડમાં સ્થાન મળ્યું છે અને સૌને એમનાં નામનું ગિનીસ બૂક સર્ટીફિકેટ આપવામાં આવશે.

સાતારા હિલ્સ મેરેથોનમાં ભાગ લેવાનું અને એને પૂર્ણ કરી ફિનીશરનો મૅડલ મેળવવાનું સૌનું ડ્રીમ હોય છે. ગાંધીનગરના આ સાત રનર્સે આ સિદ્ધિ મેળવી શહેરનું નામ રોશન કર્યું છે. ગાંધીનગર રનર્સ ગૃપના સભ્યો હવે આગામી દિવસોમાં શિરડી, અમદાવાદ, મુંબઈ મેરેથોનમાં ભાગ લેવા જઈ રહ્યા છે.

પ્રાથમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓ સાથે લાયોનેસ ક્લબની પિકનીક યોજાઈ

ગાંધીનગર, તા. ૧૮

લાયોનેસ ક્લબ દ્વારા દત્તક શાળાના વિદ્યાર્થીઓ સાથે પિકનીકનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. સૅક્ટર-૭ની સરકારી પ્રાથમિક શાળાના ૩૦ જેટલા વિદ્યાર્થીઓને મહાત્મા મંદિરના દાંડી કુટિરની મુલાકાત ક્લબનાં સભ્યોએ કરાવી હતી. અહીં ગાંધીજીના જીવન અંગે વિસ્તૃત માહિતી મેળવવાનો અવસર વિદ્યાર્થીઓને પ્રાપ્ત થયો હતો અને ક્લબ તરફથી મજેદાર નાસ્તો પણ.

પિકનીકનું આયોજન પાસ્ટ પ્રેસિડેન્ટ પ્રિયાબેન માણિક દ્વારા પોતાના જન્મદિવસની ઉજવણી નિમિત્તે કરવામાં આવ્યું હતું. આ પિકનીકમાં ક્લબનાં પ્રમુખ મીનાક્ષીબેન જયસિંઘાણી, સૅક્રેટરી નીતાબેન રાણા, ચાઈલ્ડ કૅર કમિટી ચૅરમૅન રીટાબા સોલંકી અને લાયોનેસ સભ્યો જોડાયા હતાં.

ઍમ બી પટેલ ગર્લ્સ પ્રાઈમરી સ્કૂલ દ્વારા વાલીમંડળ સાથે સંયુક્ત બેઠકનું આયોજન કરવામાં આવ્યું

ગાંધીનગર, તા. ૧૮

સર્વ વિદ્યાલય કેળવણી મંડળ સંચાલિત શ્રીમતી ઍમ બી પટેલ ગર્લ્સ પ્રાઈમરી સ્કૂલમાં સત્રની શરૂઆતમાં વાલીમંડળની રચના કરવામાં આવી હતી.

શાળાના સૅમિનાર હૉલમાં આચાર્ય નીરૂબેન પટેલ દ્વારા આ માટે વાલીમિટીંગનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું, જેમાં રાજ્ય સરકારે નક્કી કરેલી ફીના નિર્ધારણ માટે કમિટી દ્વારા મંજૂર થયેલી નવી ફીની ચર્ચા કરી વાલીઓને વિશ્વાસમાં લેવામાં આવ્યા હતા. ઉપરાંત શાળા દ્વારા બાળકોની વિશેષ કાળજી લઈ શકાય તેવી ઘનિષ્ઠ વ્યવસ્થા ગોઠવવામાં આવી હોવાની બાંહેધરી પણ વાલીઓને આપવામાં આવી હતી. વાલીમંડળના તમામ સભ્યોએ ઉપસ્થિત રહી આ મીટિંગને સફળ બનાવી હતી.

સાહિત્યક્ષેત્રમાં અનન્ય યોગદાન બદલ

ભાગ્યેશ જહાને હરિન્દ્ર દવે પુરસ્કાર

કવિની મસ્તી સચવાવી જોઈએ, કવિ નિરંકુશ હોવા જોઈએ : મોરારિબાપુ

ગાંધીનગર, તા. ૧૮

રવિવારની સાંજે મોરારિબાપુની ઉપસ્થિતિમાં આયોજિત એક ભવ્ય સાહિત્યિક સમારોહમાં ભાગ્યેશ જહાને સાહિત્ય ક્ષેત્ર માટે હરિન્દ્ર દવે સ્મૃતિ પારિતોષિક અર્પણ કરવામાં આવ્યું હતું. બીજું પારિતોષિક જયંતિભાઈ દવેને પત્રકારત્વ ક્ષેત્ર માટે આપવામાં આવ્યું હતું.

આ પ્રસંગે મોરારિબાપુએ જણાવ્યું હતું કે કવિની મસ્તી

સચવાવી જોઈએ. કવિ નિરંકુશ હોવા જોઈએ. ભાગ્યેશ જહાએ પોતાની અનેક ગુજરાતી અને સંસ્કૃત રચનાઓથી શ્રોતાઓને રસતરબોળ કર્યા હતા. આ પ્રસંગે આવતા વર્ષથી કલાને લગતું ત્રીજું પારિતોષિક પણ આપવામાં આવશે એવી જાહેરાત ટ્રસ્ટના અધ્યક્ષ નવીન દવે દ્વારા કરવામાં આવી હતી. કુંદન વ્યાસ, રમેશ પુરોહિત દ્વારા આ પ્રસંગે પ્રવચન આપવામાં આવ્યાં હતાં.

એસ જી પ્રાથમિક શાળાના વિદ્યાર્થીઓ દ્વારા ફિઝીયોથેરાપી કોલેજની મુલાકાત લેવાઈ

ગાંધીનગરની એસ.જી પ્રાથમિક શાળાના ધો- ૭ના એ.બી.સી.ડી.ઈ. એમ બધા જ વર્ગના બાળકોએ સેક્ટર-૧૨માં આવેલ સી. એમ. પટેલ ફિઝીયોથેરાપી અને નર્સિંગની કોલેજની મુલાકાત લીધી હતી. વિદ્યાર્થીઓએ ફિઝીયોથેરાપી અને નર્સિંગ કોલેજના અલગ-અલગ વિભાગની મુલાકાત લીધી હતી. શાળાના શિક્ષકો પણ આ મુલાકાતમાં જોડાયા હતા.

સ્વનિર્ભર પેરામૅડિકલ કૉલેજો દ્વારા મેનેજમેન્ટ કવટોની બેઠકો સમિતિને સુપ્રત

ગાંધીનગર, તા. ૧૮

સ્વનિર્ભર પેરા મેડિકલ કોલેજોની મેનેજમેન્ટ ક્વોટાની બેઠકો ભરવા માટે ચાલતી વાટાઘાટો પડી ભાંગી છે. જેના કારણે હવે મેનેજમેન્ટ ક્વોટાની બેઠકો સંચાલકોએ જાતે બેઠકો ભરવી પડે તેમ છે. બીજી બાજુ સરકાર સાથે મંત્રણા પડી ભાંગ્યા બાદ અંદાજે ૩૦ જેટલી સ્વનિર્ભર કોલેજોએ પોતાની મેનેજમેન્ટ કવટોની બેઠકો પ્રવેશ સમિતિને સુપ્રત કરી દીધી છે. આ બેઠકો પર પ્રવેશ સમિતિ દ્વારા કાર્યવાહી કરાશે. હોમિયોપથી અને આયુર્વેદની એકપણ સ્વનિર્ભર કોલેજે પોતાની મેનેજમેન્ટ કવોટાની બેઠકો પ્રવેશ સમિતિને પાછી આપી નથી.

સ્વનિર્ભર પેરા મેડિકલ કોલેજોની મેનેજમેન્ટ ક્વોટાની બેઠકોને લઈને વિવાદ ચાલ્યો હતો. ગઈકાલે સંચાલકો સાથે થયેલી બેઠકમાં સરકાર દ્વારા મેનેજમેન્ટ ક્વોટાની બેઠકોની ફી વધારવા સ્પષ્ટ ઈન્કાર કરી દેવાયો હતો. આ ઉપરાંત મેનેજમેન્ટ ક્વોટાની બેઠકો સંચાલકો જાતે ભરે તેવી સૂચના આપી દેવાઈ હતી. પ્રવેશ સમિતિ દ્વારા એવી સ્પષ્ટતા કરાઈ હતી કે, જે સ્વનિર્ભર કોલેજો પોતાની મેનેજમેન્ટ ક્વોટાની બેઠકો જાતે ભરવા ઈચ્છતા ન હોય તેઓ પ્રવેશ સમિતિને સુપ્રત કરશે તો સમિતિ દ્વારા આ બેઠકો ભરી અપાશે. પ્રવેશ સમિતિના આ પ્રકારની સૂચનાના પગલે હાલમાં ૩૦ જેટલી સ્વનિર્ભર કોલેજોએ પોતાની મેનેજમેન્ટ ક્વોટાની બેઠકો પ્રવેશ સમિતિને સુપ્રત કરી દીધી છે.

(૧) કોરિયા ઓપન બેડમિન્ટન સુપર સિરીઝનો ખિતાબ કઈ ભારતીય ખેલાડીએ જીત્યો હતો ?
(એ) સાનિયા નહેવાલ
(બી) જ્વાલા ગટ્ટા
(સી) પી વી સિંધૂ
(ડી) ઓમ કશ્યપ

(૨) પ્રધાનમંત્રી મોદીએ સરદાર સરોવર બંધને દેશને સમર્પિત કર્યો છે તે બંધથી કયા રાજ્યોને ફાયદો થશે ?
(એ) ગુજરાત (બી) મધ્યપ્રદેશ
(સી) મહારાષ્ટ્ર (ડી) ઉપરોક્ત તમામ રાજ્ય

(૩) ભારત-અમેરિકા સંયુક્ત યુદ્ધ અભ્યાસ કયા શહેરમાં શરૂ કરવામાં આવ્યો છે ?
(એ) ન્યૂયોર્ક (બી) વૉશિંગ્ટન
(સી) ઓટાવા (ડી) બેંગ્લોર

(૪) ૨૦૧૭માં ગ્લોબલ ડાયવર્સિટી એવોર્ડ કયા અભિનેતાને આપવામાં આવ્યો હતો ?
(એ) સલમાન ખાન (બી) સલીમ ખાન
(સી) વિવેક ઓબેરોય (ડી) સૈફ અલી ખાન

(૫) શહેરી વિકાસ અને આવાસ મંત્રી હરદીપસિંહ પુરીએ કયા શહેરમાં નવી મેટ્રો રેલ નીતિ જાહેર કરી છે ?
(એ) કાનપુર (બી) દહેરાદૂન
(સી) દિલ્હી (ડી) મુંબઈ

(૬) તાજેતરમાં જાપાનમાં કયા તોફાને ભારે તબાહી મચાવી છે ?
(એ) કુકુસીમા (બી) તાલીમ
(સી) કાંગોશી (ડી) હાર્વે

(૭) તાજેતરમાં ભારતીય વાયુસેનાના કયા એર માર્શલનું નિધન થવા પામ્યું છે ?
(એ) માણેકશા (બી) જશપાલ ત્યાગી
(સી) અર્જન સિંહ (ડી) દિપક કપૂર

(૮) વિશ્વમાં ખાધ સુરક્ષા અને પોષણ સ્થિતિ ૨૦૧૭ રિપોર્ટ કઈ સંસ્થાએ જાહેર કર્યો છે ?
(એ) વિશ્વ ખાધ સંરક્ષણ (બી) વિશ્વ સ્વાસ્થ્ય સંસ્થા
(સી) રેફ્યુજી હાઈકમિશન (ડી) સંયુક્ત રાષ્ટ્ર મહાસંઘ

(૯) એર ઇન્ડિયાએ દિલ્હીથી કયા શહેર સુધી નોનસ્ટોપ ફ્લાઈટ સર્વિસ સેવા શરૂ કરી છે ?
(એ) ટોકિયો (બી) કોપેનહેગન
(સી) પેરિસ (ડી) ન્યૂયોર્ક

(૧૦) તાજેતરમાં રાજીનામું આપનાર જોનીબેને ડિક્ટ્સન કયા દેશના વડાપ્રધાન હતા ?
(એ) આયર્લેન્ડ (બી) પોલેન્ડ
(સી) આઈસલેન્ડ (ડી) સ્વિત્ઝર્લેન્ડ

'ઈન્ટરેસ્ટિંગ' બનવા કરતાં જાતને બીજાની વાતમાં 'ઈન્ટરેસ્ટેડ' બનાવીએ

પ્રાચીન ગ્રીકનું શહેર સીનિક. આજે આ શહેર તુર્કીના નામે ઓળખાય છે. સીનિકમાં ડાયોજીનીસ નામનો એક ખૂબ મેધાવી તત્વચિંતક થઈ ગયો. એણે સેંકડો વર્ષ પૂર્વે એક સરસ વાત કહી હતી કે, ઈશ્વરે માણસને બે કાન અને એક જીભ આપી છે કારણ કે, તે સાંભળે વધારે અને બોલે ઓછું. અમેરિકાના ઉદ્યોગપતિ અને જાણીતા મેગેઝીન 'ફોર્બ્સ'ના પ્રકાશક માલ્કમ સ્ટીવનસન ફોર્બ્સે ડાયોજીનીસની આ વાતને બીઝનેસની રીતે સમર્થન આપતા ટાંક્યું છે કે, વાતચીતની કલાના મૂળમાં સાંભળવાની શક્તિ જ મુખ્ય ભાગ ભજવે છે.

સામાન્ય રીતે બધાને હંમેશા કંઈક કહેવું હોય છે. એક સર્વેક્ષણ મુજબ વિશ્વમાં ૭૧૦૦ ભાષા બોલાય છે તેમાંથી ૩૦૦ જેટલી ભાષા ઈંટરનેટ ઉપર ઉપલબ્ધ છે. દુનિયામા સૌથી વધુ ૧.૨૦ અબજ લોકો ચાઈનીઝ ભાષામાં પોતાની વાત કહેતા હોય છે. લોકો બીજા એમની વાત સાંભળે એવું ઈચ્છતા હોય છે કારણ કે, મોટાભાગે આપણે બધા આપણા વિચારોમાં જ ગુલતાન હોઈએ છીએ. સામાન્ય રીતે આપણા બધાના વિચારો ભવિષ્ય માટે કે પછી ભૂતકાળની ઘટના સંદર્ભે હોય, દુઃખ કે દર્દ સંદર્ભે હોય કે પછી આનંદની ક્ષણો અંગેના હોય, ડરના હોય કે પછી પક્ષપાતના હોય પણ વિચારોથી આપણા બધાનું 'માઈન્ડ પેક' હોય છે.

દિમાગમાં હજારો-લાખો વિચારો અને માન્યતાઓ પહેલેથી એટલી છલોછલ ભરેલી હોય છે કે પછી સાંભળવાની કોઈ જગા જ બચતી નથી. પરિણામે કહેનાર વ્યક્તિની વાત સાચી છે કે ખોટી એ તો દૂરની વાત છે. ચર્ચા અને બહેસ શરૂ થઈ જાય છે. એટલે જ 'સેવન હેબીટ્સ ઓફ હાઈલી સકસેસફુલ પીપલ'ના લેખક અને ચિંતક સ્ટીફન કોવે કહે છે કે,

મોટા ભાગના લોકો સમજવા માટે સાંભળતા નથી પરંતુ ત્વરીત જવાબ આપવાના હેતુથી સાંભળે છે. મહદંશે માણસનું દિમાગ 'ઓનલાઈન' કંઈક કહેવાના મુડમાં જ હોય છે. જ્યારે કોઈ આપણી વાત સાંભળે ત્યારે બહુ ગમે છે. જ્યારે કોઈ આપણી વાત સાંભળે ત્યારે આપણને એ જાણી શકે અને જાણી શકે તો જ સમજી શકે. પણ આ જ ફિલોસોફી જ્યારે કોઈ આપણને કંઈ કહે ત્યારે આપણે એને જાણવા અને સમજવાની 'જેન્યુઈન' કોશિષ કરીએ છીએ ખરા ?

એક મિત્રની કાબિલે તારીફ શ્રવણશક્તિ યાદ આવે છે. એમને મળીએ ત્યારે જે વાત થાય એ છુટા પડ્યા પછી ફરી જ્યારે પણ મળીએ ત્યારે અગાઉની મુલાકાતમા થયેલી બધી વાતો અને સંદર્ભ વગર ચુટી ગયેલી તમાતી વાતનો સંપૂર્ણ રેફરંશ અને અર્થનું યોગ્ય સંકલન એ સાધે. હંમેશા એ મિત્ર દિલ દઈને જ સાંભળે. વકતા સાથે સતત જોડાયેલા રહે. સગા, સંબંધી, મિત્રો કોઈને પણ ધ્યાનપૂર્વક દિલથી સાંભળો અને પછી જુઓ ચમત્કારિક પરિણામ. મુળતઃ વાત તો 'ઈન્ટરેસ્ટિંગ' અને 'ઈન્ટરેસ્ટેડ' એમ બે 'આઈ'ની છે. પોતાને 'ઈન્ટરેસ્ટિંગ' બનાવવા કરતા બીજાની વાતમાં 'ઈન્ટરેસ્ટેડ' બનવાની નિષ્ઠાપૂર્વકની કોશિષ કરવામાં આવે તો વધુ મિત્રો બનશે. લોકો નજીક આવશે. પોતીકાપણું લાગશે. સંબંધો સુવાસથી સુગંધીદાર બનશે. સારુ બોલતા પહેલા સારુ સાંભળવાની જરૂર છે. શ્રવણશક્તિ સંબંધો વધુ મજબૂત બનાવે છે. વિશ્વાસ સંપાદીત થાય છે. 'હાઉ ટુ મેક પીપલ લાઈક યુ ઈન નાઈન્ટી સેકંડ્સ' પુસ્તકમાં નિકોલસ બુથમેને શ્રવણ કલાને સરસ રીતે ઉજાગર કરી છે. બુથમેનનો અભ્યાસ કહે છે કે, વિઝ્યુઅલ, વોકલ અને વર્ડસ એમ કોમ્યુનિકેશનના મુખ્ય ત્રણ 'વી' ફેકટર્સ છે. સામાન્ય રીતે 'વિઝ્યુઅલ' કોમ્યુનિકેશન ૫૫ ટકા અસર પેદા કરે છે. 'વોકલ' કોમ્યુનિકેશન ૩૮ ટકા અસર ઊભી કરે છે જ્યારે 'વર્ડસ' કોમ્યુનિકેશન માત્ર ૭ ટકા અસર જન્માવે છે. બુથમેનના મતે કોમ્યુનિકેશનમાં શ્રવણકલા સૌથી પાયાની ભૂમિકામાં હોય છે.

કોઈનુ ન સાંભળવું અને પોતાનું હાંકે રાખવામાં સદામ, ઓસામા, દૂર્યોધન જેવા લોકોની શું સ્થિતિ થઈ તે દુનિયા જાણે છે. શ્રવણ કલાના સદઉપયોગથી અર્જુને 'પેશન્સ'થી હૃદયપૂર્વક સાંભળેલી વાત કલ્યાણકારી રીતે ઊગી નીકળી. પરિણામે સદીઓ સુધી અર્જુનની શ્રવણકલાના ઉદાહરણો અપાયા અને અપાતા રહેશે. ઈશ્વરે આપણને દ્રશ્ય ન જોવું હોય તો આંખના શટર રૂપે પાંપણની જોગવાઈ આપી છે. જો ના સાંભળવું હોય તો કાનને બંધ કરવાની કોઈ જોગવાઈ ભગવાને આપી નથી. માણસ સુતો હોય તો આંખ બંધ હોય પણ કાન તો સતત ખુલ્લા જ રહે. ઉંઘતા માણસ પાસે કોઈ ઊભું રહે તો એને ખબર ન પડે પણ એનું નામ બોલે તો તરત એને ઉંઘમાં પણ ખબર પડે. આંખો એક દિશા તરફ જોઈ શકે જ્યારે કાન આગળ પાછળ ચારેય દિશાઓમાંથી સાંભળી શકે. ભગવાન મહાવીર કહે છે કે, દર્શનશાસ્ત્ર 'એકાંગી' છે જ્યારે શ્રવણશાસ્ત્ર 'બહુઅંગી' છે. મહાવીર સ્વામીએ શ્રવણ શક્તિના આધારે જ 'અનેકાંતવાદ'ની વિચારધારાને સમજાવી છે. ઑશો માને છે કે, ધ્યાનસ્થ થવાના માર્ગે 'દ્રષ્ય' કરતાં 'શ્રવણ' દ્વારા વધુ ઝડપથી આગળ ધપી શકાય.

જો આપણને સાંભળતા નથી આવડતુ તો એમા આપણો બિલકુલ વાંક નથી. મજાની વાત એ છે કે, આપણને ક્યારેય કોઈએ સાંભળતા શીખવાડ્યું જ નથી. યાદ કરો બાળપણમાં બાળકને બોલતા બધા શીખવે છે. મમ્મી, પાપા, કાકા, દાદા, નાના... વગેરે બાળક નવુ નવુ બોલતા શીખે એટલે સૌનો આનંદ ફુલ્યો ન સમાય. પછી શાળામાં જાય ત્યારે શિક્ષક એને વાંચતા અને લખતા શીખવે. બાળકને જીવન પર્યંત ક્યારેય સાંભળવાની કલા શીખવવામાં જ નથી આવતી. જ્યારે એક સર્વેક્ષણ અનુંસાર વસ્તવિકતા એ છે કે, આપણા દૈનિક જીવનના સમયમાં સરેરાશ ૧૦% જેટલો સમય લખવામાં, ૧૫% જેટલો સમય વાંચવામાં, ૨૦% જેટલો સમય બોલવામાં અને ૫૫% જેટલો સમય સાંભળવામાં જાય છે. એટલે બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો વિટંબણા એ છે કે, લખવા, બોલવા અને વાંચવા કરતાં સાંભળવા પાછળ આપણે ઘણો વધુ સમય ગાળતા હોવા છતાં શ્રવણશક્તિ ખિલવવાની દિશામાં ક્યારેય સભાનતાપૂર્વકના પ્રયાસ થતાં જ નથી. જીવનની સાચી સુવાસ તો સંબંધોમાં હોય છે. સંબંધો સંવાદથી સજતા હોય છે અને સંવાદ શ્રવણ વિના સંભવ જ નથી.

ધબકાર

સાંભળવુ એ બુધ્ધિ કરતાં હદયથી વધારે થતું કાર્ય છે.