

ਪ੍ਰਤਾਪ ਦੰਡਾ

ତେବୀ ଦୈଖ... =

મંગળવાર, તા. ૨૨ જુલાઈ ૨૦૨૫

કેર યોરસેટ્સ : દાંત, ડકાને પણ કેલ્લિયમ મજબુત કરે છે

શરીરને કિટ રાખવામાં મિનરલ્સની ચાવીઓ ભૂમિકા રહેલી છે અને કેલ્વિયમ એવા જ એક જરૂરી તત્વ તરીકે છે. તે સ્વસ્થ દાંત, હાડાને મસલ્સ માટે ખુ ઉપયોગી સાબિત થાય છે. હાર્વેટ યુવરિસ્ટીનિષ્ણાંતો દ્વારા હાલમાં કરવામાં આવેલા અભ્યાસમાં દાયો કરવાના આચ્યો છે કે શરીરને દરરોજ ૧૦૦૦થી લઈને ૧૨૦૦ મિલિગ્રામ કેલ્વિયમની જરૂર હોય છે. આ જરૂરિયાતને સલ્વિમેન્ટસ અથવા ડાયટથી પૂર્ણ કરી શકાય છે. અમારા શરીરમાં કેટલાક પ્રકારના કાળ માટે કેલ્વિયમ ખૂબ જરૂરી છે. દાંત અને હાડકાને વધારે મજબૂત કરવા માટે તેની ભૂમિકા છે. સાથે સાથે હાર્ટના ધબજારને નિયમિત રાખવા પણ તેની ભૂમિકા રહેલી છે. કેલ્વિયમ જ નહી બલ્કે વિટામિન ઈ ફાસ્ટફોર્સ અને મેનેશિયમ જેવા તત્વો પણ કેલ્વિયમ અવશોષણાની ભૂમિકા અદા કરે છે. વધુ વધવાની સાથે સાથે દવાના વધારે ઉપયોગમાં કારણે તેની કમી ઉભી થવા લાગી જાય છે. બોન ઉન્સિસ્ટી ઘટનાના લક્ષણ પણ આના કારણે દેખાવવા લાગી જાય છે. કેટલીક વખત હું બ્લડ પ્રેશર જેવી સમસ્યા પણ સપાટી પર આવવા લાગી જાય એવી વિધામાં ૬૦ મિલીગ્રામ કેલ્વિયમ ની સાથે સાથે વિટામીનું પણ પ્રમાણી પણ હોય છે. જે ફાયદાકારક રહે છે. બેરીજ પણ ઉપયોગી છે. જે સ્ટ્રોબરી, રસ્કેબરી, બ્લેકેરીમાં પણ કેલ્વિયમ મોટા પ્રમાણમાં હોય દર્શાવે સંતરામાં વિટામિન સીની સાથે કેલ્વિયમનું પ્રમાણ સારી રીતે હોય દર્શાવે અનાનાસમાં પણ કેલ્વિયમ ભરપુર પ્રમાણમાં હોય છે. તેમાં કેટલા પ્રકારના મિનરલ્સ પણ હોય છે. જો કે ડાયબિટિક પેશન્નને તેનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ નહી. પપીતા, બાદામ ફણ ઉપયોગી સાબિત થાય દર્શાવતી હું ૧૦૦ ગ્રામ પપીતાની ૨૦ મિલિગ્રામ કેલ્વિયમ મેળાવી શકાય દર્શાવતી હું સ્વસ્થ રાખવા માટે કેલ્વિયમ મહત્વપૂર્ણ છે. આનાથી શરીરની વધુ જરૂરિયાતો પરિપૂર્ણ થાય છે. હાડકાનોને મજબૂત કરવામાં પણ કેલ્વિયમની મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા હોય છે. દરરોજ શરીરને કેટલા પ્રમાણમાં કેલ્વિયમની જરૂર હોય છે તેને લઈને માહિતી મેળવવા અને જરૂરી હોય છે. કેલ્વિયમ બાળપણમાં શરીરને મજબૂત અનુભૂતિ મળાડું કરવામાં ભૂમિકા ભાગે છે. વૃત્તાંતરસામાં કેલ્વિયમ માટે એવી વિશેષજ્ઞતા નથી. કેલ્વિયમની પ્રાણી વિશેષજ્ઞતા નથી.

હાડકાણાન મજબૂત જીવના રાખવામા ઉપરયાં સાંબત થાય એ ઓસ્ટ્રિયોપોરોસિસમો હાડકાઓ નબળાં પરી જીય છે. સગભા મહિલાઓ માટે પણ કેલ્વિયમ ખૂબ જ જરૂરી છે. ગર્ભમાં રહેલા બાળકોના વિકાસન પણ કેલ્વિયમ મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા આદા કરે છે. જેથી પોતાની માતા કારણે બાળકને કેલ્વિયમ મળે છે. વૃદ્ધાવસ્થા તરફ વર્ષી રહેલે મહિલાઓમાં કેલ્વિયમની કમી હોવાની સ્થિતિમાં બિમારીના ખત રહે છે. શરીરમાં આશરે ૮૦ ટકા કેલ્વિયમ હાડકાં અને દાંતમાં જ થાય છે. બાકીનું કેલ્વિયમનું પ્રમાણ લોહી અને સ્નાયુઓમાં પ્રવાસ સ્વરૂપે હોય છે. સ્નાયુ અને કોશિકાઓને ફેલાવવામાં પણ તેની ભૂમિકા હોય છે. હાર્મોન અને એન્જોએટમના ફેલાવા માટે પણ તેની મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા હોય છે. બોજનમાં કેલ્વિયમની કમી હોવાથી તેની આરોગ્ય ઉપર અસર થાય છે. આના માટે રોગને આમંત્રાં મળે છે. બોજ મારફતે કેલ્વિયમની અછત દૂર કરવામાં આવે તે અન્ત જરૂરી દેશી કેલ્વિયમ કાંબોનેટ પૂરતા પ્રમાણમાં લેવા માટે ઘણી જરૂરિયાતો હો છે. આરોગ્ય પર્યન્તે સાવધાન રહેલા લોકોને કેલ્વિયમને લઈને સાવધાન જરૂરી છે. તાજેતરમાં જ કરવામાં આવેલા નવા અભ્યાસમાં કેલ્વિયમ મહત્વ ઉપર ફરી એકવાર પ્રકાશ ફેંકવામાં આવ્યો છે.

ભારતના હુમલાથી બધવાયેલા પાકિસ્તાને નાકલીટી તાણીને યુદ્ધવિરામની આજ્ઞા કરી

કોંગ્રેસને ટ્રમ્પ-પાકિસ્તાન સાચાં લાગે છે

કોંગ્રેસ ટ્રમ્પ અને પાકિસ્તાનના દાવા સાચા હોવાનું માનીને સરકારને સવાલ કરી રહી છે.

શરીરને ફિટ રાખવામાં મિનરલ્સની ચાલીરૂપ ભૂમિકા રહેલી છે અને કેલ્વિયમ એવા જ એક જરૂરી તત્ત્વ તરીકે છે. તે સ્વસ્થ દાંત, હાડકા અને મસલ્સ માટે ખુ ઉપયોગી સાબિત થાય છે. હાર્વેટ યુનિવર્સિટીના નિષ્ણાંતો દ્વારા હાલમાં કરવામાં આવેલા અત્યાસમાં દાઢો કરવામાં આવ્યો છે કે શરીરને દરરોજ ૧૦૦૦થી લઈને ૧૨૦૦ મિલિગ્રામ કેલ્વિયમની જરૂર હોય છે. આ જરૂરિયાતને સંલિમેન્ટ્સ અથવા તો ડાયટથી પૂર્ણ કરી શકાય છે. અમારા શરીરમાં કેટલાક પ્રકારના કામ માટે કેલ્વિયમ ખુબ જરૂરી છે. દાંત અને હાડકાને વધારે મજબૂત કરવા માટે તેની ભૂમિકા છે. સાથે સાથે હાર્ટના ધ્વનિકારને નિયમિત રાખવામાં પણ તેની ભૂમિકા રહેલી છે. કેલ્વિયમ જ નહી બલ્કે વિટામિન ડી, ફસ્ફોરસ અને મેનેશિયમ જેવા તત્ત્વો પણ કેલ્વિયમ અવશોષણમાં ભૂમિકા અદા કરે છે. વય વધવાની સાથે દવાના વધારે ઉપયોગના કારણે તેની કમી ઉભી થવા લાગી જાય છે. બોન ડેન્સિટી ઘટનાના લક્ષણ પણ આના કારણે દેખાવવા લાગી જાય છે. કેટલીક વખત હાઈ બ્લડ પ્રેશર જેવી સમસ્યા પણ સપાટી પર આવવા લાગી જાય છે. ક્રીવીમાં ફં મિલિગ્રામ કેલ્વિયમ ની સાથે સાથે વિટામિનનું પણ પ્રમાણ પણ હોય છે. જે ફાયદાકારક રહે છે. બેરેજ પણ ઉપયોગી છે. જેમાં સ્ટ્રોબરી, રસબેરી, બ્લેકરીમાં પણ કેલ્વિયમ મોટા પ્રમાણમાં હોય છે. સંતરામાં વિટામિન સીની સાથે કેલ્વિયમનું પ્રમાણ સારી રીતે હોય છે. અનાનાસમાં પણ કેલ્વિયમ ભરપુર પ્રમાણમાં હોય છે. તેમાં કેટલાક પ્રકારના મિનરલ્સ પણ હોય છે. જો કે ડાયનિટિક પેશન્ટને તેનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ નહી. પાપીતા, બાદામ ફણ ઉપયોગી સાબિત થાય છે. પ્રતિ ૧૦૦ ગ્રામ પાપીતાની ૨૦ મિલિગ્રામ કેલ્વિયમ મેળવી શકાય છે. સ્વસ્થ રાખવા માટે કેલ્વિયમ મહત્વપૂર્ણ છે. આનાથી શરીરની ઘડી જરૂરિયાતો પરિપૂર્ણ થાય છે. હાડકાઓને મજબૂત કરવામાં પણ કેલ્વિયમની મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા હોય છે. દરરોજ શરીરને કેટલા પ્રમાણમાં કેલ્વિયમની જરૂર હોય છે તેને લઈને માહિતી મેળવવી અની જરૂરી હોય છે. કેલ્વિયમ બાળપણથી શરીરને મજબૂત અને હાડકાઓને મજબૂત કરવામાં ભૂમિકા બજાવે છે. વૃદ્ધાવસ્થામાં કેલ્વિયમ

तरीके कोंग्रेस वडा प्रधान पास जवाब मार्गा शक्त पाणी भारु काई कह तें आयु मानीने जवाब मार्गावो एवं युद्धिन्द्रु प्रदर्शन छे. कोंग्रेसना त्रिष्णु सवालो ट्रम्पना दावाओ पर आधारित छे. ट्रम्प युद्धविराम थयो त्यारथ एक ज वाहुं वगाडुया करे छे के मारा कारणे युद्धविराम थयो छे. पहलवानाम आतांकी हुमला पछी भारते उ मेंसे पाकिस्तानमां घूसीने नव आतांकवादी डेकाशानांनो नाश कर्या हतो पक्ष बे हिवसामा पाकिस्तान हाँझी जतां १०० मेंसे युद्धविराम थयो हतो. ट्रम्प सौथी पहेलां भारत अने पाकिस्तानाम युद्धविरामनी सोश्यल मीडिया पर जाहेरात करेली ए साचुं छे पक्ष अमेरिकन इन्टेलिजन्स अजन्सीओनु नेटवर्क बहु मोहु छे तेथी ट्रम्पने सत्तावार जाहेरात पहेलां खबर परी गर्ह छोय ए शक्त छे. भारत अने पाकिस्तान बंनेनी आभामां के संरक्षण मन्त्रालयोमां अमेरिकाना जासूसी छे ज तेथी ट्रम्पने युद्धविरामनी आगोतरी जाण थई आ ए मोटो यमत्काम नथी. स्मार्ट ट्रम्पे सत्तावार जाहेरात थाय ए पहेलां सोश्यल मीडिया पर पोस्ट मूरीने जश खाटी लीधो. ट्रम्प ए पछी सतत आ वात कल्पा करे छे छल्ले ट्रम्पे शनिवारे वाईट हाउसमा रिपब्लिकन सांसदी साथे उनाम दरभियान फरी ए ज रेक्ट वगाडी अने कोंग्रेसे ए वातनेपकडी लीधी. अ वाताच्यीत दरभियान ट्रम्पे पांच फाईटर जेट तृत्यां छोवानो पक्ष दावं रक्यो. रसप्रद वात ए छे के, पाकिस्ताने पक्ष आवो ज दावो कर्या छे. उ मेंसे पाकिस्तानाना वडा प्रधान शाहबाज शरीफ संसदमां दावो करेलो के अमे भारतना हुमलानो जडबातोड जवाब आप्यो तेमां भारतना पांच फाईटर खेन तोडी पाइवामां आव्या हता. आ पांच विमानमां त्राङ्ग राफेल हतां. पाकिस्ताने पछीथी आंकडो सुधारीने छ भारतीय विमानने तोडी पाइवानो दावो करवानु शरु कर्या. १ जुलाई ए पाकिस्तानाना विदेश कार्यालयना प्रवक्ता शक्त कर अली खाने भीडिया सामे बोलतां कहेलु के भारते युद्धामां पोतानां छ फाईटर जेट गुमाव्यां छे तेनी कब्लुलात करी लेव जोहीजे. अली खानानो दावो हतो के, भारते काल्पनिक वाताञ्चो करवाने बहुले स्वीकारावु जोहीजे के तेनां छ फाईटर खेनने तोडी पाइवामां आव्या

હતું અને અન્ય લશકરી ઠેકડાણનું ગંભીર નુકસાન થયું હતું. ભારત પોતાનું કોઈ વિમાન તૂટ્યું નથી એવો દાવો કર્યો છે. ટ્રમ્પે પણ કોનાં ફાઈટર જેટ તોડી પડાયાં તેનો ઉલ્લેખ કર્યો નથી પણ એ પાકિસ્તાનની ભાષા બોલી રહ્યા છે એ સ્પષ્ટ છે. કોંગ્રેસ ટ્રમ્પ અને પાકિસ્તાનના દાવા સાચા હોવાનું માનીને સરકારને સવાલ કરી રહી છે. ટ્રમ્પ રાજી હિંશુંચના અવતાર નથી કે સાચું જ ભોલતા હોય. મહાલબાદ ટ્રમ્પનો ઇતિહાસ જ જૂદાણાંથી ભરેલો છે પણ કોંગ્રેસને એ માશસ સાચો લાગ્યો છે એ આધાતજનક કહેવાય. પાકિસ્તાનના શાસકો તો ટ્રમ્પથી પણ ચાર ચાસકી ચરે એવા છે તેથી એ બોલે તેમાં સત્ય કેટલું હોય એ મોટો સવાલ હોય છતાં કોંગ્રેસને તેની વાત પણ સાચી લાગ્યી રહી છે. કોંગ્રેસ મોટી સરકારને સવાલો કરી રહી છે એ પણ એક બેઝિક મુદ્દાને અવગણી રહી છે. પાકિસ્તાને દાવો કર્યો હતો કે. યુદ્ધમાં પાંચ ભારતીય વિમાનને તોડી પાદ્યાં હતાં. પાકિસ્તાને આ વિમાન કર્યાં તોડી પાદ્યાં તેની કોઈ વિગતો આપી નથી કે કોઈ પુરાવા આપ્યા નથી. ભારતનાં વિમાનો પાકિસ્તાનમાં ઘૂસ્યાં ત્યારે તેમને તોડી પડાયાં હોય તો તેનો કાટમાળ પાકિસ્તાનમાં જ પડ્યો હોય. ભારતનાં ફાઈટર જેટનો કાટમાળ પાકિસ્તાનમાં પડે ને પાકિસ્તાન એવી તક ચુકે ખરં ? મીડિયામાં ને સોશિયલ મીડિયામાં તેના ફોટો કચારનાય ફરતા થઈ ગયા હોત. પાકિસ્તાન આમિયે પ્રેસ કોન્ફરન્સ કરીને વટભેર પુરાવા સાથે આ વાત કરી હોત પણ એવું કશું થયું નથી તેનો મતલબ એ કે, પાકિસ્તાન ટાડા પહોરનાં ગયાં હાડે છે. પાકિસ્તાને ભારતમાં ઘૂસીને ભારતનાં વિમાનો તોડી પાદ્યાં હોય ને તેનો કાટમાળ ભારતમાં પડ્યો હોય તો એ વાત પણ ધૂપી ના રહે. ભારતમાં મીડિયાએ વિશ્વસનિયતા ગુમાવી દીધી છે પણ સોશિયલ મીડિયા જાલ્યું રહેતા નથી એ જોતાં આ વાત ધૂપાવી જ ના શકાય. કોંગ્રેસે ટ્રમ્પની વ્યાપાર અટકાવી ટેવાની ધમકીનો ઉલ્લેખ કર્યો છે પણ ટ્રમ્પ આવી ધમકી આપવાની સ્થિતિમાં જ નથી. ટ્રમ્પ ભારત સાથે ટ્રેડ રીલ કરવા હવાતિયાં મારી રહ્યા છે છતાં કોંગ્રેસને તેમની આ વાત સાચી લાગતી હોય તો ભગવાન જ કોંગ્રેસને બચાવે

લડાઈમાં નુકસાનના પ્રશ્નોના જવાબ જહેરમાં માગવામાં આવો રહ્યા છે.

સંસદમાં વડપ્રધાનનાં નિવેદનનો આગ્રહ શા માટે ?

- ટેરિફ મુદ્દે
આપણે મક્કમ
છીએ અને ટ્રમ્પ
સ્વીકારે છે,
ત્યારે એમને શા
માટે છંછેડવા ?
આપણા વિરોધ
પક્ષો મોદીને
નિશાન
બનાવવા માગે
છે અને મોદી
વિપક્ષી ઉભાણ
આગળ જૂંકે તો
કહી શકાય કે
મોદીને હરાવ્યા
પીછેહંઠ કરાવી
એમ કહીને
બિહારની
ચુંટણીમાં પ્રચાર
થાય .

ભારતીય સંસદમાં વિપક્ષી સભ્યો પહેલગામમાં સરકારી એજન્સીઓની નિષ્ફળતાના આશેપ કરીને સરકાર પાસે ખુલાસો માગી રહ્યા છે, ત્યારે અમેરિકી સરકારે લશકર-એ-તોયબાના મુખવટા - ટીઆરએફને (૪ રેઝિસ્ટન્સ ફન્ટ) પાકિસ્તાની આતંકવાદી સંગ્રહન જાહેર કરીને કહ્યું છે કે, નાગરિકોની હત્યા કરનારાઓને છોડી શકાય નહીં. પાકિસ્તાનને અમેરિકાએ આ બીજો જટકો આપ્યો છે. હવે હુનિયાના અન્ય દેશો પણ પાકિસ્તાનનો બચાવ નહીં કરી શકે. ચીને પાકિસ્તાનનું નામ આપ્યા વિના પ્રાદેશિક આતંકી મૃવૃત્તિની ટીકા કરી છે, પણ હવે પાકિસ્તાનનું નામ છૂધું રહ્યું નથી. ભારતમાં વિરોધી નેતાઓ કહે છે કે, મોહી સરકારે વિદેશોમાં પાકિસ્તાની આતંકનો વિરોધ કરવા પ્રતિનિષ્ઠ મંડળો મોકલ્યાં, પણ કોઈ દેશો ભારતને સમબંધન આપ્યું નથી. દાદ મળી નથી - હવે આ ટીકાકારોને પ્રેસિનેન્ટ ટ્રમ્પની સરકારે જવાબ આપીને ચૂંઘ કર્યા છે. ટ્રમ્પનાં નિવેદનો અને મધ્યસ્થીના દાવા પછી હવે છેલ્લાં નિવેદનથી પાકિસ્તાનને જટકો લાગ્યો હશે, પણ ભારતમાં વિરોધ પક્ષનોને યોગ્ય સંદેશ મળ્યો છે. છતાં આપણા કેટલાં વિમાન પાકિસ્તાને તોરી પાડાયાં - તેનો ખુલાસો માગી રહ્યા છે. આ પ્રશ્ન પાછળ વિપક્ષી રાજકારણ છે અને વડાપ્રધાન નમતું નહીં જોયે. એનીએના ભાગીદાર પક્ષો સંસદમાં ભારતીય સેનાની સફળતા બતાવીને ઊંઘપાના આશેપોને રદ્દિયો આપશે. દેશની સંરક્ષણ બાબતમાં રાજકારણ કર્યા સુધી ચલાવાશે? સંસદનું વર્ષા સત્ર શરૂ થયું છે ત્યારે વિપક્ષની એકતા બતાવવા માટે કોણેસે આગ્રહ રાખ્યો છે કે, ઓપરેશન સિંદૂર તથા પ્રેસિનેન્ટ ટ્રમ્પનો દાવો-ભારત-પાક યુદ્ધ બંધ કરાવવા એમણે જ દબાણ કર્યું - આ બસે બાબતોમાં વડાપ્રધાન મોટી જ સંસદમાં નિવેદન કરે. આવા આગ્રહને સંસદીય ચર્ચામાં વિવાદનો મુદ્રો શા માટે બનાવાયો તે વિચારવું જોઈએ. વર્ષા સત્ર હોય કે શિયાળુ - શીતકાલીન સત્ર હોય મહત્વના વિષયોમાં સંબંધિત ખાતાના પ્રધાન નિવેદન કરે અને તે પછી ચર્ચા થાય તેમાં જવાબ પણ આપે. સામાન્ય રીતે કોઈ વિરોધ વિષયની ચર્ચા હોય અથવા સભા મોકુદ કે સરકાર સામે અવિશ્વાસના દરાવની ચર્ચા હોય ત્યારે વડાપ્રધાન જવાબ આપતા હોય છે. (પહેલગામ હત્યાકાંડ અને ઓપરેશન સિંદૂર અંગે સંરક્ષણ પ્રધાન રાજનાથસિંહ નિવેદન કરે અને વિપક્ષના પ્રશ્નોના જવાબ આપે અથવો નિયમ અને શિરસ્સો પણ છે. છતાં વડાપ્રધાન જ જવાબ આપે - નિવેદન કરે અથવો આગ્રહ શા માટે રાખ્યા છે?) હકીકતમાં કોણેસ નેતા રાહુલ ગાંધી ઓપરેશન સિંદૂરમાં આપણા કેટલાં રાફેલ વિમાન તોરી પાડવામાં આવ્યા? એ પ્રશ્ન પહેલા દિવસથી જ વારંવાર ઉઠાવી રહ્યા છે. શક્ય છે કે, એમને ચીન અથવા ફાન્સના હરીફ દેશો પાસેથી આવી માહિતી મળી હોય અને રાહુલ ગાંધી તો પહેલેથી જ રાફેલ વિમાનોની બરીદી પાછળ 'તપાસ' કરી રહ્યા છે. આ એક અવસર છે જ્યારે તેઓ રાફેલની 'નાકામિયાબી' પુરવાર કરી શકે. સામાન્ય રીતે લડાઈ ચાલતી હોય ત્યારે કોઈ

देश पोतानी नुकसानी ज्ञाहेर करीने हंडेचो पाठे नही. कारण के, अम करवाथी सेना अने सामान्य नागरिकोनो जुळसो तूटी शके. ओपरेशन सिंहूरना केसमां पाडिस्तानानं टेलां विमान आपाशे तोडी पाउयां के केटलुं नुकसान कर्यु - तेवो प्रश्न राहुल गांधीजे क्वारेंपे पूछ्यो नथी. तेनु आश्र्वय छे छतां आपाशे जे नुकसान पाडिस्तानाने कर्यु तो जगज्ञाहेर छे. आजे पाण विमान मध्यको खंडेर हालतमां देखाय छे. आपाशी सेनाना सिनियर अफसरोंने स्पष्टाता करी छती के लाईमां नुकसान तो थाय ज, पाण तेनी छापरे याने पोंक मुकाय नही. आ वात सामान्य नागरिको पाण समाझ शके छे. आम छतां पहेलगाममां आपाशी गुम्यर सेस्थाओंनी 'निष्फलता' अने लाईमां नुकसानाना प्रश्नोना ज्वाब ज्ञाहेरमां मागवायां आवी रव्वा छे. सौथी गंभीर प्रश्न ट्रम्पना दावा भाबत छे. युद्धविराम करवा माटे ट्रम्पे पाडिस्तानेसे सलाह आपाके - तमे ज भारतनी सेनाने सकेद अंडी भतावो. आ पछी अमेरिकनो अने हुनियाने भताववा माटे अमेषो दावो कर्यो! भारतीय सेना अने वडाप्रधाने वारंवार रटियो आप्यो. कोईनी मध्यस्थीनो प्रश्न ज नथी एम पाण कडी दीखु. छतां हवे - भारतीय संसदानुं सत्र शरु थयु तेनी पूर्व संध्याए फरीथी पांच विमान तूट्यां छोवानो 'पाडो' कर्यो. अलबत, - भारतनां राँझेल विमानोनुं नाम आयु नही तेतली मध्यांडा ज्ञाणी छे! हवे वडाप्रधान मोठी संसदमां प्रमुख ट्रम्पने फरीथी रटियो आप्ये, पडकारे एम कोंब्रेस ईच्छे छे. ट्रम्पने आपी हुनिया आपाशे छे, त्यारे अमेनुं स्वमान-गुमान घवाय अवुं शा माटे करवुं? अने आपाशे राष्ट्रहितनो पाण विचार करवानो छे. ट्रिफे मुदे आपाशी मक्कम छीअे अने ट्रम्प स्वीकारे छे, त्यारे अमेने शा भाटे छंडेढवा? आपाशा विरोध पक्षो मोठीने निशान बनाववा मागे छे अने मोठी विपक्षी दिबाङ आगण जूके तो कडी शकाय के मोठीने हराव्या! पोछेहड करावी एम कहीने बिहारनी यूटबीमां प्रयार थाय. मोठीअे सर्वपक्षी प्रतिनिधि मंडली विश्र प्रवासे मोकलीने आतंकवाद सामे सौनी आंघो खोली ते विपक्षो ज्ञोर्छ शकता नथी - पचावी शकता नथी! प्रश्न ए छे के, विरोध पक्षोने देशनी ईमेजनी पडी नथी? ओपरेशन सिंहूरमां आपाशा सुरक्षा दणोनी बहादूरी अने सचोटानी यर्च्या थवी जोहर अे. शौर्य प्रकरणाने बिदाववा जोहर अने बढले पाडिस्तानाने गमती भाषा बोलाई रही छे. निःसंदेह विरोध पक्षने प्रश्नकाणो अधिकार छे, परंतु ए अधिकार भोगववामां देशहितने नुकसान थाय ए अस्वीकार्य छे. संसदाना बने गृहमां ओपरेशन सिंहूर मुदे यर्च्या थवानी छे, त्यारे अनेनुं सर जगवाई रहे ए विरोध पक्षनी फरज छे. बिहारमां मतदारयादीनी फेरतपासमां कोई ज गोटाणा- गोलवमाल नथी - छतां विरोध पक्षो काणारोज करे छे. कारण के, 'फरञ्ज-तरकटी' भतदारोनां नाम नीकणी रव्वां छे. आ विषयनी यर्च्यामां आक्षेपो थशे मोठी जवाब आपाशे.

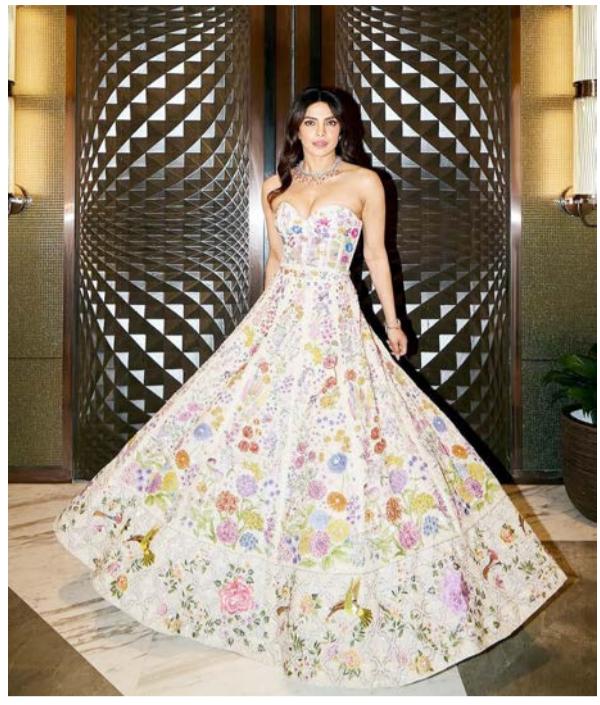
દિવજ્ય નહી સુધરે

કાવડ યાત્રાના બહાને મુસિ

સ્થાન કરું છે? કન્દ્ર સ્થાને હોય અને ત્યાં શનિ મહારાજ હોય તો એ
‘શશ્યોગ’નું નિર્માણ કરે છે. જે જાતક માટે ફળદારી નીવડે છે.
પણ દા.ત. છઢા ભાવમાં હોય તો એ અશુભ સ્થાન છે અને ત્યાંથી
છઢી દિશા લાભ ભાવ પર પડતાં એ રાશિના જાતકો માટે નાના
પનોતી ગણાય છે. બીજો ભાવ એટલે આર્થિક ભાવ. આ ભાવમાં
શનિ આર્થિક તકલીફ આપી જાય. ત્યાંથી છઢી દિશા સમમ ભાવ
પર, દાંપત્ય જીવનમાં હલચલ ઊભી કરે, દસમી દિશા જાતકના
લાભ અટકાવે. આવો સમય અઠી વર્ષ સુધી રહે! પરિણામે જાતક
થાકી જાય, કંટાળી જાય અને હારી જાય. પરંતુ જો તેને ગ્રહોના
ગોચરની સ્થિતિનો ઘ્યાલ હોય તો એ ધૈર્યપૂર્વક આ સમયને પસાર
કરી લે અને પછી આગળ વધે! એ જ રીતે રાહુનું પરિબ્રમણ સીધું
નહિ, પરંતુ ઉલ્લંઘ થાય છે. રાહુ ઊંઘી દિશામાં આગળ વધે છે.
સમજી લો કે ભારમા સ્થાને રાહુ છે તો એ વ્યયભાવ છે. જાતકને
ધનવ્યય કરાવશે. ખોટા ખર્ચ કરાવશે. કોઈ-કચેરીના પણ્શો ઊભા
થાય, પછી તે લાભ ભાવમાં આવશે. અહું પણ જાતક માટે મુશ્કેલી
જી લઈને આવશે. મતલબ કે રાહુ ગોચરના ગ્રાણ વર્ષ (બે ભાવમાં)
જાતક માટે અસંખ્ય પૂરવાર થાય. દસમે રાહુ સામાન્ય રીતે ફળે છે.
પરંતુ જાતકની કુંડળી બળવાન હોય તો, નહીંતર ઠનઠન ગોપાલ!
આ દોઢ વર્ષ સારું રહે અને વળી પાદું ભાગ્યભાવમાં રાહુનો પ્રવેશ
જાતક માટે બાધક બનીને આવે છે. આમ, ગ્રહોનું ગોચર જાતક
માટે, કુટુંબ માટે, રાજ્ય કે દેશ માટે સારું-નરસું ફળ લાવે છે.
કુંકમાં દરેક જાતકો માટે સતત સારોસ મય કે સતત નરસો સમય
હોતો નથી. આપનો અત્યારે કેવો સમય ચાલી રહ્યો છે?

लांबा समयनी शांति पढी कॉरेसना ओरिजिनल बड़ा सरदार दिव्यज्यसिंह पाणा वरताया छे. उत्तर भारतमां श्रावण महिनो भेसी गयो छे तेथी श्रावण महिनाना पहेला दिवसथी शुरु थती कावड यात्रा पाणा शुरु थई गई छे. दिव्यज्यसिंह कावड यात्राना बहाने पाणो मुख्यमन्त्री तुष्टिकरणनो खेल मांडी दीधो छे अने कावड यात्रा याणे जे तेमाझे वर्षारम्भांशी काढीने एक तसवीर मूळी दीधी छे के ठेमां रस्ता पर नमाझ पढी रहेला एक मुख्यमन्त्री एक पोलीसावाणो लात मारी रवो छे.

दिव्यज्ये आ तसवीरनी साथे रोड पर मुकायेली कावडोनी तसवीर पाण मूळी छे. 'एक देस, बे कायदा' हेतिग डेढण मुकायेली बे तसवीरो द्वारा दिव्यज्यसिंहे आकेप कर्यो छे के, योगी आदित्यनाथ सरकार बेवडां घोरण्हो भतावी रही छे केम के कावड यात्रा माटे रस्ता खोली देवाया छे ज्यारे रस्ता पर नमाझ पढी रहेला मुख्यमन्त्री पर अत्याचारो कराय छे. दिव्यज्यसिंहनी आ सोश्यल मीडिया पोस्ट ए वातनो पुरावो छे के, कूतरानो पूऱ्यांची वांडी वांडी ने वरसो लगी पाईपमां राखो तोय सीधी ना ज थाय. साथे साथे दिव्यज्य सहितना नेताओने मुख्यमन्त्री तुष्टिकरण माटे हिंदुओनी लागणी पर ग्रहार करवाणां ने जूळाणा चलावायामां पाण शोई धोइ नथी नडतो अे पाण साभित थयुं छे. दिव्यज्ये मूळेली मुख्यमन्त्री लात मारती पोलीसनी तसवीर दिल्लीना ईन्डलोक विस्तारनी छे अने चार महिना जूनी छे. आ वर्षाना मार्चमां आ घटना बनी पढी आ पोलीसने सर्सपेन्ड करी देवायो हतो. दिल्ली पोलीस केन्द्रीय गृह मंत्रालयाना ताबा डेढण काम करे छे ने केन्द्रमां भाजपनी सरकार छे. मुख्यमन्त्री श्रावणाणु साथे खराब व्यवहार करनारा पोलीसने भाजपनी रकारे ज सजा आपी हती पाण दिव्यज्ये अे वात गुप्यावाने मुख्यमन्त्री प भाजप शासनां अत्याचारो थाय छे अेवुं संदर्त जूळाणु चलाव्यु छे. दिव्यज्ये रोड पर कावडो मुकायेली होवानी तसवीर मूळी छे अे पाण विकृत मानसिकतानो परयो छे. रस्ता पर नमाझ पठवायाथी ट्राफिक जग्य थाय छे अने लोकोने तकलीफ पडे छे तेथी तेनो विरोध थाय छे पाण कावड यात्राना कारणे पाण अेवुं ज थाय छे इतां कोई पगलां नथी लेवातां अेवुं दिव्यज्य स्थापित करवा भये छे पाण आ पाण मोहुं जूळाणु छे. कावड यात्राना कारणे कोइने तकलीफ नथी पडी रही अने वाहनव्यवहार शांतिथी चाली रख्यो छे अेवुं दिव्यज्ये मूळेली तसवीरमां ज देखाय छे अे जोतां रस्ता पर नमाझ पठवायाथी थती तकलीफ साथे तेने सरभावी ना शकाय. बीजुं अे के कावड यात्रानो रुट वरसोथी नकी ज छे अने आ रुट साथे हिंदुओनी धार्मिक मान्यतानो जोडायेली छे तेथी तेने बदली ना शकाय. लोकोने आ वातनी खबर ज होय छे तेथी लोके वैकल्पिक रुट पसंद करे छे. तेना कारणे पाण तकलीफ नथी पडती. बीजुं अे के, मुख्यमनोना ताजिया वपतनां जूळूस के भीजा कार्यकमोना कारणे पाण आ प्रकारनी स्थिति सर्जर्य ज छे. आ देशना हिंदुओ सहिष्यु छे तेथी मुख्यमनोनी श्रद्धाने लगती भाबतोने कारणे पडती तकलीफो सहन करे ज छे ने? उत्तर भारतमां कावड यात्रानी परंपरा बहु जूनी छे अने करोडो हिंदुओनी श्रद्धा तेनी साथे जोडायेली छे. तेनी विरुद्ध भोलवायाथी हिंदुओ चाज थाय भरा? कावड यात्रा साथे ज्ञाजरो गामो जोडायेलां छे. महादेव एटले के भगवान शिवनी कावड यात्रा श्रावण महिनाना पहेला दिवसथी शुरु थाय छे. १५ दिवस सुधी चालती कावड यात्रा दरभियान कावडिया तरीके ओगाखाता लोको पगापाणा उत्तरांडना हरिद्वार, गौमुख, गंगोत्री सहितनां गंगा नदीना दिनारे अवेलां तीरथस्थानोमां आवे छे. हिंदुओनां आ धर्मस्थानोमांशी कावडिया भोटा कणशेमां गंगाज्ञा भरीने तेने कावडमां लटकावीने पोतपोतानां गाम जाय छे. गंगा नदीना जगाथी कावडियाना गाम तथा आसपासाना शिवमंदिरमां अभिषेक करे छे. कावड यात्रानुं सौथी यात्रानुं केन्द्रस्थान उत्तरांड छोवाथी भवे उत्तरांडमां लाखो कावडिया उमटावा पाण तेनी असर सौथी वधारे उत्तर प्रदेशने थाय छे. उत्तरांडनी सरहद हिमायल प्रदेश अने उत्तर प्रदेश अे बे राज्योने अडके छे तेथी हिमायल प्रदेशाथी पाण दिव्यज्ये उत्तरांडमां प्रवेशे छे पाण वधारे दिव्यज्ये उत्तर प्रदेशनी सरहदेथी प्रवेशे छे. छोऱ कम प्रदेश, लिंगाया, राजस्थानथी कावडिया आवे छे. आ भया कावडिया उत्तर प्रदेशनी सरहदेथी प्रवेशे छे तेथी सौथी वधारे हल्लयल उत्तर प्रदेशाना जोवा मगे छे. उत्तर प्रदेश अने उत्तरांडनी सरहद बहु लांबी छे. युपीना बिजनौर, सहारनपुर, मुगळकरनगर अने मेरठ अे चार जिल्हामांधी उत्तरांडमां घूसी शकाय छे. आ विस्तार मेदानी प्रदेश छे तेथी ठेर ठेर कावडियाओ छावडायीओ नांपीने पूऱ्या होय छे. लाखोनी संघ्यामां आवता आ कावडियाओ उत्तर भारतनां गमेगमाना प्रतिनिधि छे त्यारे तेमनी विरुद्ध भोलवायामां कोई फायदो ज नथी. दिव्यज्यनी हरकत अे वातनो पुरावो छे के, कॉरेसीओ भूतकाणमांशी कंशु शीज्या नथी अने हिंदुओनी लागणी हुभाववायामां ने हुभाववायामां पती गया तोय सान ठेकाणे आवती नथी. तेमने हजूर अेवुं ज लागे छे के, हिंदुओने गायो देवाया ने मुख्यमोना पगोमां आणोटावायी पाई तस्ता मणरो. दिव्यज्यसिंह कॉरेसना ओरिजिनल बड़ा सरदार छे. कॉरेसनी मुख्यमन्त्री पाई तरीके ईमेज पडी गई अने हिंदुओ कॉरेसस्थी दूर भागवा मांड्या तेना मूळमां दिव्यज्यसिंह सहितना नेताओ छे. आ नेताओने मुख्यमोना माटे खेडर प्रेम छे के नही ऐनी तेमने खर पपा पोतानी जातने मुख्यमोना हमदृद तरीके स्थापित करवानी एक तक आ नेता छोडता नथी. आ लोको मुख्यमोना हमदृद बने तेमां पाण आपासने वांधो नथी पाण तकलीफ अे के, हिंदुओने गायो देवायी मुख्यमोनी चाज थाय छे एवा भ्रमां अे लोको ज्वे छे. तेना कारणे हिंदुओनी लागणी हुभाय एवा लवारा कर्या करे छे ने तेमां तेमां कॉरेस मुख्यमन्त्री पाई तरीके चितरांग गई छे



**પ્રિયંકાની ઘટના આજે ગલોબલ આઇકોન અને હોલીવુડ
સુપરસ્ટાર પ્રિયંકા ચોપરા જોનાસના જન્મદિવસની ઉજવણી**

ਡੇਕੂਸ ਓਫ ਸਟੇਟਨੀ ਸਫ਼ਰਾਨੇ
ਤਾਜ਼ਗੀ ਆਪਤੀ ਵਖ਼ਤੇ, ਜਿਥੋਂ ਤੇਥੀ
ਯੋਹਣ ਸੀਨਾਂ ਅਨੇ ਈਲੈਕਿਸ ਅੰਦਰੂਨੀ ਸਾਥੇ
ਖਾਮੇ ਯਾਮਾ ਮਿਲਾਵਿੰਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਰਹੀ
ਹਤੀ, ਹਲੋਬਲ ਆਈਡੋਨ ਅਨੇ
ਛੋਲੀਵੁਡ ਸੁਪਰਸਟਾਰ ਪਿਂਧੁਕਾ ਯਾਪਰਾ
ਯੋਨਾਸ ਪਛੇਲਾ ਕਰਤਾ ਵਧੂ ਤੇਜ਼ਵਾਈ
ਰੀਤੇ ਯਥਮਤ ਰਹੀ ਛੇ - ਅਨੇ ਆਇ,
ਅਮੇ ਤੇਥੀਨੀ ਉਝਵਾਣੀ ਕਰੀਐ ਥੀਏ।

સાથે M16 એજન્ટની ભૂમિકા ભજવવી હોય કે એસ્કવાયર ઈન્ડિયાના કવર પર ચામકાનારી પ્રથમ મહિલા તરીકે ઈતિહાસ રચવો હોય, પ્રિયંકા યોપરા જોનાસ એક એવી શક્તિ છે જે બીજા કોઈથી અલગ નથી. તેની સફર ફક્ત પ્રેરણાદાયક નથી - તે પરિવર્તનશીલ છે.

(क्वोन्टिको) ने हेलवाईन करनारी प्रथम भारतीय अभिनेता है, सिटाडेल अने हेल्स ओफ स्टेट जेवी वेंचिक क्याराईजीमां सोलो पोस्टर धरावता एकमात्र दृश्यकाश अधियन, अने एक अग्रणी महिला जेंडे क्यारेय बीजा स्थाने भूमिका भजवी नहीं - भारतमां नहीं, अने योक्कसपां लोलीवुडमां पां नहीं.

દ્વારા ગ્રાહકશિક અને નિર્માતા છે. વૈશીનું પ્રોડક્શન હાઉસ, પર્પલ બ્લેબલ પિકચર્સ, હવે "ધ વ્હાઈટ ટાઇગર", "ટુલિલ અટાઇગર" અને ૨૦૨૫ ની ટ્રૂટી ફિલ્મ "અનુજ્ઞા" માટે લભ્ય ઓસ્કાર નોમિનેશન ઉજવી રહ્યું છે - જે વૈશીક ફિલ્મ નિર્માણમાં એક મૌખયપાત્ર સિદ્ધી છે. તેજીના રેડ કાર્પેટ ડાઝરી એટલી જ પ્રતિષ્ઠિત છે. **TIME** ની ૧૦૦ સૌથી શક્તિશાળી મહિલા અને આ વર્ષના ગોલ્ડ ગાલાબાં બ્લેબલ વાનગાર્ડ એવોઈ જેવા સન્માનો સાથે, પ્રિયકા ફક્ત એક નામ નથી - તે એક ચળવળ છે. ભારતીય પ્રતિભાની માટે એટાં હે? હે? હે?

સુપરસ્ટાર, યુનિસેફ ગુડવિલ
અમ્બસેડર અને વિશ્વભરની
યુવતીઓ માટે શક્તિ અને પ્રેરણાનું
પ્રતીક છે. આજે તેણી પોતાનો
જન્મદિવસ ઉજવી રહી છે, ત્યારે
પ્રિયંકા જોપરા જોનાસ મહત્વાકંદ્ધા,
પ્રેસ અને સાંકૃતિક પ્રભાવના જીવંત
મૂર્તિ સ્વરૂપ તરીકે ઉભી છે. તે ફક્ત
રમત જ નથી રમતી - તે નિયમો
એવી હોય કે

‘ਕਿੰਗ’ ਨਾ ਸੋਟ ਪਰ ਸ਼ਾਹੁਲੇਖ ਧਾਰਾ, ਅਮੇਰਿਕਾਮਾਂ ਸਾਰਵਾਰ

શાહરૂખ ખાનને ઈન્ડસ્ટ્રીનો સૌથી મહેનતુ કલાકાર માનવામાં હાજર હોવે છે, જેણે દર્શકોને મનોરંજન આપવામાં પોતાના જીવનના વર્ષ સમર્પિત કરી દીધાં છે. ૬૦ વર્ષનો શાહરૂખ ભાલ દિકરી ખાનને લોચ કરવા માટે ‘કુંગ’ ફિલ્મમાં કામ કરી રહ્યો છે, તે મિયાન ગોલ્ડ ટોબેકો સ્ટુડિઓમાં શૂટિંગ ચાલું હતું. ત્યારે એક કસ્માતમાં શાહરૂખ ખાનને ઈજા થઈ છે. આ ઘટના અંગે વાત તાત્કાલિક હાજર હતું, કુંગની કોઈ ચોક્કસ માહિતી તો જાહેર વામાં આવી નથી પરંતુ શાહરૂખ તેની ટીમ સાથે અમેરિકા હોયો છે, જ્યાં તેની તાત્કાલિક સારવારની જરૂર હતી. આ ઈજા સંગ્રહીત નથી, પરંતુ મોતા ભાગે તેને સનાયુમાં કોઈ ઈજા થઈ કરાણ કે શાહરૂખે આટલા વર્ષોના કામ દરમિયાન સ્ટેટ કરતાં વિખ્યાત ઈજાઓ થઈ છે.” સુન્તરાં આગળ જણાવ્યું કે શાહરૂખને ક મહિના માટે આરામ કરવાની સલાહ આપાઈ છે, “હવે કિંગનું ગણનું શૂટ સપેન્સર કે ઓકોટોબરમાં શરૂ થશે કરાણ કે શાહરૂખને મધ્યમાંથી વિચાર લેવાની સલાહ આપવામાં આવી છે. તે ઈજામાંથી પૂર્ણ સારો થાય પણી જ તે સેટ પર જઈને પૂર જોશમાં કામ કરી શકશે.” એવા પણ અહેવાલો છે કે કિંગના શૂટ માટે જુલાઈથાઓ વિશેરણ દરમિયાન ફિલ્મ સિટી, ગોલ્ડન ટોબેકો અને યશરાજ ફિલ્મ ઇયોમાં જે બુક્કિંગ કરાવાયા હતા એ બધાં હવે કેન્સલ થઈ રહ્યા છે. ગાંનું શૂટિંગ ભારતમાં થયા પછી યુરોપમાં થવાનું હું છે.

‘ડેવિલ વેર્સ ઝૂમખા’ મેરિલ સ્ટ્રીના ઝૂમખાએ સોશિયલ મીડિયા પર ચર્ચા જગાવી છે

એક તરફ સિક્વલ આવી રહી છે, ત્યારે જૂની ફિલ્મની કિલપ સોશિયલ મીડિયામાં વાયરલ થઈ



તાજેતરમાં જ લોકોના ધ્યાનમાં
આ બાબત આવી અને સોશિયલ
મીડિયા પર ઘણા લોકોએ આશ્વર્ય
વ્યક્ત કર્યું હતું. ઘણા લોકોએ કહ્યું
હતું કે, તેમણે આ ફિલ્મ ૧૦૦ વાર
જોઈ છે, પણ તેમનું ક્યારેય આ
વાત પર ધ્યાન ગયું નહીં.

‘ਗਲੀ ਭੋਧ ਰ’ਮਾਂ ਇਸਾਨ ਖਣਦੇ ਜੇਵਾ ਮਨਸੇ—
ਸਿਖਾਂਤ ਚਤੁਰੌਦੀਅੇ ਇਨਟਰਵਿਊਮਾਂ ਖੁਲਾਸੇ ਕਿਥੋਂ

सिद्धांत चुरुवेही अने ईशान खडूर बंने आ जनरेशनना टेलेन्टेड कलाकारो छे, बनेनी दोस्ती पाण जाणीती छे। ताजेतरमां ते बंने एक जाहेरभरमां पाण साथे देखाया छे। परंतु तेमधो अन्य एक वीडियो सोशियल भीडिया पर चर्चायां छे, जेमां तेषो एक एवो घाडको कर्फो छे, जेनी कोइरहे कल्पना पाण नहोती। ताजेतरना एक ईन्टरव्यूमध्ये अचानक परंतु हीरादापूर्वक ऐवु कह्यु के, ईशान खडूर “गली बोय र” मां जोवा

આગણ તેણે જાણાયું કે ઈશાને આ વાતનો ભાંડો ફોર્ઝ્યો હતો, “હું ઈશાનને એક દ્વિત્યાના સીનિંગમાં મળ્યો હતો, એ જોયાએ એક ફિલ્મ માટે રાખ્યું હતું. તેમાં ઈશાને કહ્યું, “ઓઠો, તો તું ધડક ર કરે છો, અને મને થયું, “તને કઈ રીતે ખબર, મને જ ખબર નથી.” આમ અને કોઈ રીતે પહેલા ખબર પડી ગઈ હતી, પછી મને એની વાતમાંથી ખબર પડી હતી. પછી બધાને ધીરે ધીરે ખબર પડી હતી. એ વખતે અડ્યી સિક્પટનું શૂટિંગ થઈ ચુક્યું હતું. મને ખબર નહોતી અને એને ખબર હતી.”

સિદ્ધાંતે ધડક માટેનું શ્રેય ઈશાનને આપતા કહ્યું, “એ બારાબર પણ છે, એણે આ કેન્ચાઈજી શરૂ કરી હતી અને તેણે બહુ જ સારુ કામ કર્યું હતું. મને એટિંબું ખબર છે કે આ ફિલ્મ કમ સે કમ એ અપેક્ષાઓ પર તો ખરી ઉત્તરશે.” પછી સિદ્ધાંતે બોખુ ફોર્ઝ્યો હતો. તેણે કહ્યું, “અમારો એક અંદરસો જોક છે, તમને ખબર છે અજાનવિનો અથવા દમાડ? ૧૦૦



પાકિસ્તાની એકટર ફવાદ સાથેની ‘અભીર ગુલાલ’ પર મૂકાયેલો પ્રતિબંધ વાણીને વિસરાતો નથી

પાકિસ્તાની એકટર ફવાદ ખાન સાથેની વાણી કપૂરની ફિલ્મ ‘અભીર ગુલાલ’ ભારતમાં રિલીઝ માટે તૈયાર હતી અને પ્રમોશન પણ ચાલી રહ્યું હતું. દરમિયાન પાકિસ્તાને પહેલગામમાં આતંકવાદી હુમલો કરાવ્યો અને ‘અભીર ગુલાલ’ પર પ્રતિબંધ મૂક્ખી ગયો. ભારતીય ઓડિયન્સ પણ આ ફિલ્મ જોવા ખાસ ઉત્સુક નથી. ‘અભીર ગુલાલ’ને મળેલો જાકારો વાણી કપૂરને હજુ વિસરાતો નથી. વાણી કપૂરનું માનવું છે કે, બોયકોટ અને કેન્સલ કલ્યાર વકરાવની સાથે નફરતનું ઝેર બધે પ્રસરી રહ્યું છે.

ભારતમાં ‘અધીર ગુલાલ’ની રિલીઝ પર સત્તાવાર પ્રતિબંધ મૂકાયો હોવાથી વાઇઝે આ મામલે સીધો વિરોધ નોંધાયો ન હતો અને સેન્સરશિપને મર્યાદાદિત રાખવાની જરૂરિયાત જણાવી હતી. વાઇઝે કહ્યું હતું કે, સેન્સર બોર્ડ દ્વારા એક તરફ સર્ટિફિકેટ અપાય છે અને બીજું બાજું સેન્સરશિપની કોઈ મર્યાદા

નથી.
આર્ટિસ્ટ તરીકે નવા ક્ષેત્રોમાં ખેડાણ કરવાનું શક્ક્ય નથી બનતું કારણ કે દર
વખતે બંધનો લાદી દેવાય છે. દેશમાં વધી રહેલું બોયકોટ અને કેન્સલ કલ્યાર
પણ વાણીને દુઃખી કરી રહ્યું છે. એકાદ વસ્તુ ખોટી બોલાઈ જાય તો સીધું
બોયકોટ અને કેન્સલ કરી દેવાની વાતો થાય છે. આ ખોટું છે અને આ પ્રકારની
હરકતોના કારણે પરસ્પર નફરતનું લેર બધે પ્રસરી રહ્યું છે.

મુકેશ ખન્ના અને વિશ્વગુરુ ટીમ પાટીદાર
સમાજ આથે સંમેલન

એ વિના ગુપ્ત ના સિક્કા જે પરીને લાગતી હશે તો આપણી કોઈ વિના નથી.

ટામ સુરત મા જુદ્ધપાર રડ તારાણ ભેગપાન મહાપાર ઝાલણ પાર
ચીરપુરીમાં અમિકુંજ વાડી તેમજ મોટા વરાછા માં રોડ શો નુ આ

મેંડ જ્યેલરી ની મુલાકાત લેશી આપણા સુરત માટે ગોરવની વાત છે કે આ દિવસે મ ના મુખ્ય કલાકાર બિઅપિતામહ શક્તિમાન મુક્ષે ખશાજુ નો જન્મ દિવસ પણ છે તુરુતીઓ એમની સતાંચું સેવામય સનાતની જીવન માટે પ્રાર્થના કરશે !

બુમરાહ માન્યેસ્ટર ટેસ્ટ રમણો : ઇંગ્લેન્ડમાંથી બશીર બનાર

ભારતીય ફાસ્ટ બોલર જસપ્રીત
બુમરાહ માન્યેસ્ટર ટેસ્ટમાં રમશે કે
નહીં? આ પ્રશ્ન છે લ્લા વધણા
દિવસોથી પેરેશાન કરી રહ્યો હતો.
જો કે, ટીમના અનુભવી ફાસ્ટ
બોલર મોહમ્મદ સિરાજ પુછી કરી
છે કે, જસપ્રીત બુમરાહ ૨૩
જુલાઈથી શરૂ થનારી ઈંગ્લેન્ડ
સામેની ચોથી ટેસ્ટ મેચમાં રમશે.
માન્યેસ્ટર ટેસ્ટમાં બુમરાહનું રમવું
ચર્ચાનો વિષય રહ્યું છે કારણ કે ટીમ
મેનેજમેન્ટ કથું હતું કે, બુમરાહ આ
શ્રેષ્ઠીમાં ફક્ત ત્રણ મેચ રમશે.
બુમરાહ પ્રથમ અને ત્રીજી ટેસ્ટ માટે
ઉપલબ્ધ હતો, જ્યારે વર્કલોડ
મેનેજમેન્ટને કારણે તેને બીજી
ટેસ્ટમાંથી આરામ આપવામાં આવ્યો
હતો. ચોથી ટેસ્ટની સાથે શ્રેષ્ઠી
જીતવા માટે ઈંગ્લેન્ડની ટીમ પણ
સજજ છે. જો કે, ટીમે સ્પીનર
શોઅબ બશીરને આરામ આપીને
તેની જ્યાામે લિયામ ડોસનને
ખેંઢગ ઈલેવનમાં સામેલ કર્યો છે.



સિરાજે કહ્યું કે, 'જ્યાં સુધી મને
ખબર છે, બુમરાહ ભાઈ રમશે.'
મેચ માટે ટીમ કોમ્બિનેશન વિશે
પૂર્વવામાં આવતા, સિરાજે કહ્યું કે,
'જે પણ લાઈનઅપ પસંદ કરવામાં
આવશે તે ટીમના હિતમાં હશે. મને
કોમ્બિનેશન વિશે વધુ ખબર નથી.
જે પણ પસંદ કરવામાં આવશે તે
ટીમ માટે શ્રેષ્ઠ રહેશે.' બુમરાહે
અત્યાર સુધી રમાયેલી બે મેયમાં ૧૨
વિકેટ લીધી છે, જેમાં તેણે બે વાર
એક ઈન્ઝિગમાં પાંચ વિકેટ પણ
લીધી છે.

જીતવાની સાથે શ્રેષ્ઠીમાં વાપસી કરવા માટે ઉત્સુક રહેશે. જોકે, માન્યેસ્ટરનો પડકાર ભારત માટે સરળ રહે શે નહીં. ભારતે માન્યેસ્ટરના ઓલ ટ્રેક્ઝર્ડ ખાતે અત્યાર સુધીમાં કુલ નવ ટેસ્ટ રમી છે. ઈંગ્લેન્ડ આમાંથી ચાર ટેસ્ટ જીતવામાં સફળ રહ્યું છે, જ્યારે પાંચ ટેસ્ટ ગ્રો રહ્યી છે. ટીમ ઇન્ડિયા પાસે હાર અને ફ્રોની આ શ્રેષ્ઠી તોડવાની શાનદાર તક છે અને એક જીત શ્રેષ્ઠીને રસપદ બનાવશે.

અર્થદ્વારા સિંહ હાથની ઈજાને કારણે માન્યેસ્ટર ટેસ્ટમાંથી બહાર થઈ ગયા બાદ ભારતે સીમાર અંશુલ કંબોજને ટીમમાં સામેલ કર્યો છે. નીતિશ રેઝી પણ વૃંટશાની ઈજાને કારણે આપી શ્રેષ્ઠીમાંથી બહાર થઈ ગયો છે, જેના કારણે ટીમને તેના સંયોજનમાં ફરજફાર કરવાની ફરજ પડી છે. એટલું જ નહીં, ઈજાથી પીડાતો આકાશ દીપ પણ નેટ્વેસમાં બોલિંગ પ્રેક્ટિસ કરી શક્યો નહોતો. સિરાજે કહ્યું કે, ફિઝિયો આકાશાદીપની તપાસ કરી રહ્યા છે. અર્થદ્વારા ઘાયલ થયા પછી અંશુલ ટીમમાં સામેલ કરાયો છે. તેને શુભકામનાઓ.''

માન્યેસ્ટરનું હું બેન્ડ સામે
ચાલી રહેલી ટેસ્ટ શ્રેષ્ઠીમાં સૌથી
વધુ ઓવર ફેન્ડ કે ક્યા બાદ મોહેમ્મદ
સિરાજ ભારતીય ડિક્રેટમાં વારંવાર
વપરાતા વર્કલોડ મેનેજમેન્ટ શર્જન
વિશે વધુ પડતી ચિંતા કરતા નથી.
સિરાજ ભારતીય આક્રમણમાં
એકમાત્ર જરૂરી બોલર છે જે અત્યાર
સુધીની બધી રમતોનો ભાગ રહ્યો
છે અને જો તે સર્કણ રહેશે, તો તે
પાંચેય ટેસ્ટમાં રમશે. ત૧ વર્ષાધ
ખેલાડીએ શ્રેષ્ઠીમાં અથાક બોલિંગ
કરી છે, ૧૦૮ ઓવર સુધી પોતાનો
હાથ ફેરબ્બો છે. તેણે કહું કે,
'ભગવાનનો આભાર, હું અત્યાર
સુધી ફિટ અને સ્વસ્થ છું. મારી
માનનિસ્કતા તકનો શ્રેષ્ઠ ઉપયોગ
કરવાનો અને ભારત માટે રમતો
જરૂરી હૈ.'

માન્યેસ્ટર: ઈંગ્લેન્ડ ભારત
સામેની ચોથી ટેસ્ટ માટે ખેલ્યું ગા
ઇલેવનમાં એકમાત્ર ફરજાર તરીકે
ઓઝ સ્પિનનર શોઅબ બશ્યારની
જગ્યાએ સ્લો લેફ્ટ આર્મ
ઓથોડોક્સ બોલર લિયામ ડોસનને
સામેલ કર્યો છે. ઈંગ્લેન્ડની ખેલ્યું ગા
ઇલેવનમાં એક કોલી, બેન ડક્ટર,
ઓલી પોપ (વાઈસ કેપ્ટન), જો
રૂટ, હેરી ભુક, બેન સ્ટોક્સ
(કેપ્ટન), જે મી સિમથ
(વિકેટકીપર), લિયામ ડોસન,
કિસ વોક્સ, બ્રાઇડન કાર્સ, જોફા
આર્ચરનો સમાવેશ થાય છે.

નેપાળ કિક્ટેટ ટીમને BCCI દીરો વર્ક કપની તૈયારીઓમાં મદદ કરશે



નપાળના પુરુષ કિક્ટ ટીમ T20 વહુ કપ ક્રોલિકફારની તૈવારી માટે 20 ઓગસ્ટથી ૪ સપ્ટેમ્બર સુધી બેંગલુરુમાં BCCI સેન્ટર ઓફ એક્સેલન્સ ખાતે તાવીમ લેશ. બંને દેશોના યુવાનોને જોડવાના ઉદ્દેશ્યથી ભારત સરકાર સાથે મળીને આ પગલું લેવામાં આવ્યું છે.

આ વર્ષ આકટોબરમ્માં ૨૦ વર્લ્ડ કપ કવાલફાયર પ્રતીબદ્ધતાના પ્રતોબાબાબત કરે છે. ભારત સરકારે આ વર્ષે માર્ગમાં નેપાળમાં નેપાળ
યોજાવાનું છે. મુખ્ય ટુનભેન્ટ ભારત અને શ્રીલંકામાં
યોજાશે. ભારતે ગયા વર્ષે ઓગસ્ટમાં આ સેન્ટર ઓફ
એક્સેલન્સ ખાતે નેપાળ ટીમની તાલીમમાં પણ ટેકો
આપ્યો હતો. ગયા વર્ષે જૂનમાં યોજાયેલા T ૨૦ વર્લ્ડ
કપ પહેલા નેપાળે બરોડા અને ગુજરાત કિકેટ
એસોસિએશનની ટીમો સાથે નિકોડીપ T ૨૦ પ્રેક્ટિસ
ટુનભેન્ટમાં પણ ભાગ લીધો હતો.
એક વરિષ્ઠ ભારતીય સરકારી અધિકારીએ જણાવ્યું

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

ઓસ્ટ્રેલિયાએ પ્રથમ ટીરોમાં વિન્ડિઅને 3 વિકેટથી હરાવ્યું

જમૈકાના કિંગસ્ટનમાં રમાયેલી પ્રથમ ટીરો મેચમાં ઓસ્ટ્રેલિયાએ વેસ્ટ ઇન્ડિયાની વિકેટથી હાર્યાંહ હતું. વેસ્ટ ઇન્ડિયાએ પહેલા બેટિંગ કરીને ૨૦ ઓવરમાં આઈ વિકેટ ૧૮૮ રન બનાવ્યા હતા. જવાબમાં, કેમેરોન ગ્રીન અને ભિશેલ ઓવેનની અધ્યાત્મિક મદદથી ઓસ્ટ્રેલિયાએ ૧૮.૫ ઓવરમાં છત મેળવી લીધી હતી. ઓવર આંતરાખ્યાય કિકેટમાં ડેબ્યુ મેચ હતી. તેણે એક વિકેટ પણ લીધી હતી. અને ઓસ્ટ્રેલિયાએ પાંચ મેચની ટીરો શ્રેષ્ઠીમાં વેસ્ટ ઇન્ડિયા પર ૧-૦થી લીડ મેંદ્રાજ કરી શકે હતી. શ્રેષ્ઠીની આગામી મેચ ૨૨ જુલાઈએ આ જ મેદાન પર રમાશે.

નિંદિતું ગ્રાણ મદદથી ૫૧ રન બનાવ્યા હતા. ઓસ્ટ્રેલિયન ટીમે ૧૭ છુંગા અને હ કોણગાની સાથે ૧૨૫ રન તો બાઉન્ડી ફટકારને જ બનાવ્યા હતા. ૩-૦થી ટેસ્ટ શ્રેણી જીતીને ઓસ્ટ્રેલિયાએ પાંચ મેચની ટી-૨૦ શ્રેણીમાં પણ શરૂઆતમાં જ સરસાઈ મેળવી લીધી છે.

વેસ્ટ ઇન્ડિઝની શરૂઆત સારી હતી, પરંતુ તે ૨૦૦ રનનો આંકડો પાર કરી શકી ન હતી કારણ કે તેણે છેલ્લા નવ બોલમાં પાંચ રનમાં ચાર વિકેટ ગુમાવી દીધી હતી. ઓસ્ટ્રેલિયન ફાસ્ટ બોલર બેન દ્વારશુર્થિસે ઉદ રનમાં ચાર વિકેટ લઈને પોતાના કરિયરનું શ્રેષ્ઠ પ્રદર્શન આપ્યું હતું. આ દરમિયાન તેણે ચાર બોલમાં ગ્રાણ વિકેટ લીધી. જોકે, જેસન હોલ્ડરે તૈને હટ્ટિક લેવા દીધી નહીં, પરંતુ તે બીજા બોલ પર આઉટ થઈ ગયો હતો.

ભારત ઓક્ટોબર-નવેમ્બરમાં

ભારત ઓક્ટોબર-નવેમ્બરમાં ચેસ વર્ક કપની યજ્માની કરશે



ભારત આ વર્ષે ૩૦ ઓક્ટોબરથી ૨૭ નવેમ્બર દરમિયાન ચેસ વર્ક કપનું આયોજન કરશે. ઈન્ટરનેશનલ ચેસ ફિડેરેશન એ જાહેરત કરી કે, આ ઈવેન્ટ માટે યજ્ઞમાન શહેરની જાહેરત યોગ્ય સમયે કરવામાં આવશે. ટુન્મિન્ટમાં, ૨૦૮ ખેલાડીઓ ટુન્મિન્ટ માટે પ્રતિષ્ઠિત ટાઈટલ અને ક્વોલિફિકેશન સ્થાનો માટે સ્પર્ધા કરશે. ભારતે છેલ્લે ૨૦૦૨માં હેટરાબાદમાં ટુન્મિન્ટનું આયોજન કર્યું હતું. તે સમયે વિશ્વનાથન આનંદ ટાઈટલ જીત્યું હતું.

આગામી સ્પર્ધમાં ખેલાડીઓનોકાઉટ ફોર્મેટમાં ભાગ લેશે, જ્યાં દરેક રાઉન્ડમાં હારનાર ખેલાડી બહાર થઈ જશે. FIDEએ જણાયું હતું કે, આ ઈવેન્ટમાં વર્ષાશી અને કોર્ટનો ઉપયોગ થતો આવ્યો છે, પરંતુ ૨૦૨૧થી સિંગલ-એવિમિનેશન ફોર્મેટનું પાલન થઈ રહ્યું છે. દરેક રાઉન્ડ ત્રણ દિવસનો હોય છે. પહેલા બે દિવસે બે કલાસિકલ રમતો, ત્યારબાદ જો જરૂરી હોય તો ત્રીજા દિવસે ટાઈ-બ્રેક માટે હોય તે ત્રીજી દિવસનું ચેસના તથા ક્વોલિફિકેશન પ્રોફેશનલ ખેલાડીઓને

નો 'SR' લાગે છે

પાકિસ્તાનને ભારત આવવાનો 'SR' લાગે છે

PAK હોકીએ અશિયા કપ માટે ટીમ મોકલવાનો ધનકાર કર્યો, કહ્યં- અમને ત્યાં રમવામાં જોખમ છે

પાકિસ્તાન હોકી ટીમ ભારતમાં યોજાનારા એશિયા કપમાં ભાગ લેવા નહીં આવે. અગાઉ ભારતીય કિકેટ ટીમ આ વર્ષે ફેબ્રુઆરી-માર્ચમાં યોજાયેલી ચેમ્પિયન્સ ટ્રોફીમાં પાકિસ્તાન રમવા ગઈ ન હતી. ભારતે તેની બધી મેચ દુબઈમાં રમી હતી. પાકિસ્તાન હોકી ફરેશનએ ઈન્ટરનેશનલ હોકી ફરેશનને જાણ કરી છે કે તે આવતા મહિને ભારતમાં યોજાનારા એશિયા કપમાં નેતૃત્વ કરે શકતું હોય.

એશિયા કપમાં તેની ટીમ મોકલી શકશે નહીં.
 હોકી એશિયા ક્રૂ ૨૭ ઓગસ્ટથી બિહારના નાલંદામાં રમાશે, જે ૭
 સપ્ટેમ્બર સુધી રમાશે. રૂંડ્સ પ્રમુખ તારીક બુગતીએ જ્ઞાયું હતું કે તેમણે
 FIH અને એશિયન હોકી કેડરેશનને પત્ર લખીને પોતાની ચિંતા વ્યક્ત
 કરી છે. તેમણે કહ્યું હતું કે અમે તેમને જ્ઞાયું હતું કે હાલના સંજોગેમાં
 અમારી ટીમ ભારતમાં રમતી વખતે સુરક્ષા જોખમોનો સામનો કરી શકે
 છે. તેમણે આગળ કહ્યું હતું કે અમારા ખેલાતીઓ ભારતમાં યોજાનારા
 એશિયા દ્વારા ભાગ લેવા માટે પાણ રત્નાંદનની રૂપા ટન્નિન્ફર્ટ વર્લ્ડ દ્વારા

માટે કવોલિફિકેશન પણ છે.
PHFના વડાએ એવો પણ પ્રશ્ન કર્યો કે ભારતમાં તેમની ટીમની સલામતીની શું ગેરેંટી છે. તેમજો કહું હતું કે અમે તેમને જ્યાંયું કે અમારા ખેલાડીઓની સલામતી કેવી રીતે સુનિશ્ચિત કરવામાં આવશે અને તેઓ દુનિયાની પર કેવી રીતે ધ્યાન કેન્દ્રિત કરી શકશે.

પાકિસ્તાન સરકારે હજુ સુધી આ મુદ્દે કોઈ સત્તાવાર નિવેદન બહાર પાડ્યું નથી, પરંતુ તાજેતરમાં એક વરિષ્ઠ સરકારી અધિકારીએ કહ્યું હતુંકે ટીમ ભારતની યાત્રા કરશે નહીં. ભારતીય રમત મંત્રાલયે પાકિસ્તાન હોકી ટીમને ભારતમાં એશિયા કપ રમવાની મંજૂરી આપી દીધી છે. મીટિયા રિપોર્ટર્સ અનુસુચાર, રમત મંત્રાલયે કહ્યું હતુંકે અમે કોઈપણ ટીમને ભારતમાં બહુરાષ્ટીય હુનમિન્ટમાં રમવા વિશ્વાસમાં નથી, પરંતુ દ્વિપક્ષીય શ્રેષ્ઠી અલગ છે. ભારતે આ ટુનિમેન્ટ પાંચ વખત જીતી છે. આ ટુનિમેન્ટ ૨૦૧૧માં શરીર સર્વીસ્ની માદિલ્ટાને ગ્રાંડ વાખત જાત મેળાની લેણાં આપે માર્ગ શૈક્ષિકાને



