

उड़ान आपकी है

संतोष-भरा जीवन जीने के लिए अपने व्यक्तित्व की डोर थामना बिल्कुल वैसे ही जरूरी है.. जैसे खुश होने के लिए खुद मुस्कुराना..

बालिका को जीवन के प्रथम चरण से ही हर बात के लिए रोका टोका जाता रहा है। ऐसे उठो बैठो, अकेले बाहर मत जाओ, यह न करो.. कहीं न कहीं ये बातें महिलाओं के मन में कमजोर होने का भाव जगाती हैं। और अरमानों का वह आजाद परिंद, कैंद में रहकर, हौसला खोकर उड़ान भरना भूल जाता है। नतीजतन, स्त्री धीरे धीरे हर काम के लिए दूसरों पर निर्भर होने लगती है। आत्मविश्वास की कमी के कारण भी हर कार्य करने से पहले उसे सहमति की आवश्यकता होती है। फिर धीरे धीरे वह दूसरों के निर्णय को ही अपना निर्णय बना लेती है। गुजरते समय के साथ आत्मसम्मान में कमी आ जाती है और मन में अनजाना-सा दुख पनपने लगता है। हम सब आईने की तरह होते हैं। जैसे खुद को देखेंगे, स्वयं के बारे में जैसा सोचेंगे, वही हमारे कार्यों में दिखेगा, फिर वैसा ही लोग हमारे बारे में सोचेंगे। इसलिए आज से ही अपनी नींव मजबूत करना शुरू करें। खुद को जानें, खुद पर यकीन करें और फिर मजबूती से कदम बढ़ाएं। सामान्य भूलें जो हमें जीवन की कमान संभालने से रोकती हैं -

- खुद से, खुद की मर्जी से अनजान।

- राय और मंथने लिए बिना कुछ भी न कर पाना।
- छोटी-से छोटी भूल के लिए कई दिनों तक शर्मिंदा महसूस करना।
- जिंदगी तो दूर, दिन तक की योजना न बना पाना।
- शब्दों का बेजा प्रयोग करना।
वया आप भी अक्सर ऐसा कहती या सोचती हैं -
- डिग्री सही सबजेक्ट में ली होती, तो आज नौकरी ढूँढना आसान होता।
- जब इतना पैसा होगा, जिंदगी में मजा तो तब आएगा।
- अगर स्कूटी की जगह कार होती, तो काम बढ़ाया भी जा सकता था।
इसे आप कुछ इस तरह भी कह सकती हैं -
- मैंने जीवन में कुछ करने के दूसरे विकल्पों के बारे में नहीं सोचा।
- पैसों का प्रबंधन कभी ठीक से नहीं हुआ मुझसे।
- मुझे सुविधाएं जरा ज्यादा चाहिए।
अब अगर यह तय करना है कि जिंदगी की कमान संभालनी है, तो सबसे पहली बात, शिकार्यतें करना छोड़ दें। आपकी जिंदगी की कमियों या समस्याओं के लिए अगर खुद उपाय नहीं किया, तो किसी

पर दोष मढ़ने का हक नहीं।
हर दिन, हर परिस्थिति में ये चार मंत्र हमेशा याद रखिए -
1- चाहे हालात कैसे भी हों, किसी के सिर दोष मढ़ने के बजाय केवल निदान पर ध्यान देंगी।
2- मेरी अपनी कोई भी दिक्कत हो, पहले उसका हल खुद ही ढूँढूंगी।
3- अपने बारे में ईमानदार रहना होगा, चाहे कितनी भी बड़ी समस्या में फंस जाऊं।
4. अपने सपनों, अपनी इच्छाओं की अनदेखी नहीं करूंगी। न ही कभी यह सोचूंगी कि मैं फलां कार्य के लिए योग्य नहीं हूँ।
पता करें कि आपके लिए क्या महत्वपूर्ण है-
- एक कामगज पर कार्यों की प्राथमिकता अनुसार सूची बनाएं।
- पता करें कि कौन-सी बाधाएं आपको अंदर से परेशान कर रही हैं?
स्वयं पर विश्वास करें
- विश्वास करें कि आप अपने लक्ष्य को वास्तविक बनाने में सक्षम हैं।
यदि आप अपनी शक्ति व क्षमताओं पर विश्वास करेंगी, तभी लोग व घटनाएं भी आपका समर्थन करेंगी।

- आपके विचार ही अनुभव बनाते हैं, इसलिए भय या संदेह को खुद पर हावी न होने दें।
- मुस्कुराती रहें और स्वयं से हथियार करें।
कार्यान्वित करें- योजना बनाएं कि आप स्वयं को किस रूप में देखना चाहती हैं। उसी तस्वीर की प्रतिकृति मन में बना लें।
स्वयं के फंसले लें- आपके लिए जो कार्य वाकई आवश्यक है, उसकी तरफ़ ठोस कदम बढ़ाएं। दूसरों के विचारों को अहमियत देना जरूरी है, पर अंतिम फ़ैसला स्वयंके व अपनी आवश्यकता के आधार पर करें।
आत्मनिर्भर बनें- हर विषय में जानकारी लें। गैजेट्स, शहर के रास्ते आदि के बारे में जाने, ताकि समय आने पर आपको किसी पर निर्भर न रहना पड़े। स्वयं के कार्य करने से आपका आत्मविश्वास बढ़ेगा। फिर कोई भी कार्य करने से पहले आप राय नहीं लेंगी, बल्कि दूसरों को परामर्श देने में भी सक्षम होगी।
स्वयं के लिए समय निकालें- जो कुछ करना आपको अच्छा लगता है, उस कार्य को करने में कुछ समय व्यतीत करें। आध्यात्मिक उन्नति करें।

एक मिनट कीजिए सोलह शृंगार!



अगर आपको ऐसा जादुई आईना मिल जाए, जिसमें आप एक मिनट में दर्जनों बार शृंगार कर सकें और एक बटन दबाते ही सभी रूप ओझल हो जाएं तो कैसा रहे? चौंकिए नहीं। यूरोप के ब्यूटी काउंटरों पर एक ऐसे आईने की नुमाइश की जा रही है, जिसमें महिलाएं विभिन्न रूपों को आजमा कर सबसे अच्छे रूप का चयन कर रही हैं। जापानी ब्यूटी ब्रांड शिसीडो द्वारा तैयार किया गया यह आईना उपयोगकर्ता को आंखों, होठों और गालों का वास्तविक मेक-अप करने का भी विकल्प उपलब्ध कराता है। कंपनी के यूरोपीय स्टोर्स में यह आईना महिलाओं के बीच लोकप्रिय हो रहा है। आईने में एक कैमरा लगा है, जो महिला के रूप को अपनी मेमोरी में कैद कर लेता है। इसके बाद आईने के संवेदनशील टच स्क्रीन को छूकर 50 से अधिक आंखों और होठों के रंगों का चयन किया जा सकता है। 12 प्रकार के लालिमा से युक्त गालों के रंग का भी चुनाव इस आईने को देख कर किया जा सकता है। इस आईने में दिखाई देने वाला रूप ठीक उसी प्रकार का होता है, जो वास्तविक आईने में दिखता है। यदि मेकअप करने के चलते आंखों का रंग साफ नहीं दिखाई देता है, तो उसे स्क्रीन पर देखा जा सकता है। महिला अपने पसंदीदा रूप का चयन करने के बाद अपना फोटो भी ले सकती हैं। आईने में लगी मशीन उनके विभिन्न रूपों में से कुछ का संचय कर लेती है, जो बाद में पसंदीदा रूप के चयन में सहायता करती है।

अगर आपको ऐसा जादुई आईना मिल जाए, जिसमें आप एक मिनट में दर्जनों बार शृंगार कर सकें और एक बटन दबाते ही सभी रूप ओझल हो जाएं तो कैसा रहे? चौंकिए नहीं। यूरोप के ब्यूटी काउंटरों

उपनाम दर्शाए परिवार प्रेम

अगर बात विवाह जैसे पवित्र बंधन की हो तो हमारे देश में इसे बखूबी निभाया जाता है। शादी के बाद पत्नी की पहचान पति से ही होती है। खासकर उसके नाम और उपनाम से। मगर अमेरिका में तो लोग अपनी पत्नी का उपनाम तक लगाने लगे हैं। हालांकि विकसित देशों में भी पत्नी का उपनाम लेने पर पहले कोर्ट में अर्जी देनी पड़ती है और फिर ऐसे भी भरने पड़ते हैं। ऐसा नहीं है कि वहां इसका विरोध नहीं किया जाता, लेकिन फिर भी 350 डॉलर देकर वहां पत्नी का उपनाम इस्तेमाल किया जा सकता है।

पति काटे कोर्ट के चक्कर: आजकल कई पति शादी के बाद अपनी पत्नी का सरनेम रखना पसंद कर रहे हैं। लेकिन उन्हें कुछ कानूनी दांवपेंच से गुजरना पड़ता है। जबकि औरतों के साथ यह बात लागू नहीं होती। उन्हें आसानी से अपने पति का सरनेम मिल जाता है। भारत में पति को पत्नी से ऊपर का दर्जा मिलता है, इसीलिए जब लड़की शादी कर अपने घर

जाती है तो वह अपने पति के सरनेम से जानी जाती है। हमारे देश में कम लेकिन बाहर के देशों में कई लोग ऐसे हैं, जो पत्नी का सरनेम खुशी से अपने नाम के साथ जोड़ना चाहते हैं। महिलाएं भी दाखिल करती हैं अर्जी: कई देश ऐसे हैं जहां पति का सरनेम रखने के लिए भी कोर्ट की इजाजत लेनी पड़ती है। इराक, यमन, जार्डन, सीरिया में तो औरतें अपने पिता का उपनाम रखती हैं। शादी के बाद भी उनका नाम पिता के उपनाम के साथ ही जाना जाता है। अगर कोई महिला अपने पति का सरनेम रखने की इच्छा जताती है तो उसे कोर्ट में अर्जी दाखिल करनी होती है और बिना अदालती आदेश के वह अपने पति का सरनेम नहीं रख सकती।

पति के साथ खुद का सरनेम: भारत परम्पराओं का देश है। यहां परम्पराएं निभाई जाती हैं। शादी के बाद एक लड़की को अपने पति का नाम मिलता है। महिलाएं भी यहां पति का सरनेम रखना पसंद करती हैं। प्रियंका गांधी शादी के बाद अपने आप को प्रियंका वडेरा कहलाना अधिक पसंद करती हैं। कई मामले में महिलाएं पति के सरनेम के साथ-साथ अपना सरनेम भी रखती हैं। ऐश्वर्या राय ने शादी के बाद अपने पति का सरनेम लगाया और ऐश्वर्या राय बच्चन हो गईं। अभिनेत्री मानसी जोशी ने रोहित राय से शादी करने के बाद अपना नाम मानसी जोशी राय रखा है। लोग उन्हें इस नाम से जानते हैं, इसलिए शायद उन्होंने ऐसा किया।

शिखर की चाह

कामकाजी इंसान की ख्वाहिश लीडरशिप के शिखर पर पहुंचने की होती है। महिलाओं को यह राह निष्कंटक नहीं लगती। लेकिन इस राह को आसान वे खुद ही बना सकती हैं..

यह आपका कार्यक्षेत्र है। यहां आपका काम आपको पहचान और समान दिलाता है। आपको आत्मनिर्भर बनाता है। बेशक, यहां कई चुनौतियां हैं, पर यह न भूलें कि यहां अवसर भी हैं। आगे बढ़ने और लीडर बनने के अवसर। सो, पहले समझें कि लीडरशिप के लिए किन गुणों की दरकार होती है-

जिम्मेदारी- लीडर अधिकार से पहले जवाबदेही लेते हैं, क्योंकि जवाबदेही के साथ अधिकार तो मिल ही जाते हैं। वे लक्ष्य तय करते हैं। लीडर अतिरिक्त जिम्मेदारियों को कभी 'न' नहीं कहते।
संवाद- औरों को अपनी राय रखने और फीडबैक देने के लिए प्रोत्साहित करते हैं। हर तरह के फीडबैक का सम्मान करते हैं। दुराव छिपाव नहीं रखते।
आत्म अवलोकन- लीडर अपनी गलतियां मानते हैं और उन्हें दूसरों पर नहीं थोपते। न ही वे बहाने बनाते।
प्रोत्साहन- सहकर्मियों को प्रेरित और प्रोत्साहित करते हैं। मदद और मार्गदर्शन के लिए हमेशा तैयार रहते हैं। औरों की त्रुटियों में सहायक बनते हैं।
आइडिया- लीडर नए आइडिया और हथलान देते हैं, जिन पर उनके साथ अनुयायी चलते हैं।
तैयारी- अपनी योग्यताएं बढ़ाते रहते हैं। लीडर करने के लिए तैयार रहते हैं। चाहे चुनौती कुछ

भी हो, स्वयं को सुरक्षित महसूस करते हैं। दतर में कई चुनौतियां महिलाओं के सामने खड़ी होती हैं, जिनमें एक जो सबसे महत्वपूर्ण है, उसका ताल्लुक केवल और केवल छवि से है। इस बारे में हिलेरी क्लिंटन के एक प्रेस सहयोगी के कथन से जाना जा सकता है- 'महिला लीडर क्या कह रही है या वो क्या कहेगी, से कहीं ज्यादा लोग इस बारे में बात करते हैं कि वो कहते वक्त कैसी दिख रही थी।' आप कैसी दिखती हैं, द्रपतर में कैसे रहती हैं से लेकर किससे, क्या बात करती हैं, ये सब माइक्रोस्कोप के नीचे रखकर देखा जाता है।

इसलिए, ध्यान रखें
- सबसे पहला प्रयास तो उन लोगों से जो केवल रूप या ड्रेस की बातें करते हैं, ध्यान हटाकर काम पर लगाना है। कुछ दिनों बाद ये लोग भी आपके फोकस के कायल हो जाएंगे।
- योग्यता में लगातार सुधार व निखार लाती रहें।
- फ़ैसले लेने के मामले में कमजोर साबित हुईं, तो द्रपतर में सहायक भूमिकाओं तक सीमित रह जाएंगी।
- बहुत सारे लोग मदद के लिए तैयार होंगे और चाहेंगे कि बदले में आप उनका एहसान मानें। अपनी समस्याओं से जहां तक संभव हो, खुद निपटें।
- द्रपतर में निजी बातें करना या अनावश्यक

घरेलू बातें करना दूसरों को गुलत अर्थ लगाकर, आपका ध्यान भटकाने का मौका दे सकता है। ये भी आजमाएं- नवीनतम गैजेट्स रखें। ये बताते हैं कि आप जमाने के साथ चलने वाली हैं। इनसे यह भी संदेश मिलता है कि सूचनाओं और संदेशों का आदान-प्रदान आपके लिए जरूरी है, यानी आपकी पोजीशन और काम महत्वपूर्ण हैं। हमेशा याद रखें- स्त्री होने के कारण अतिरिक्त सुविधाओं और छूट की उम्मीद न रखें। ये मिल तो जाएंगी, पर आपको सिर्फ कमजोर महिला समझकर खारिज कर दिए जाने का खतरा भी रहेगा, जो आपकी लीडरशिप की राह में सबसे बड़ी बाधा है। लोगों से सहयोग तो लें, लेकिन उन पर आश्रित न हो जाएं।

आलोचकों से न उलझें- आलोचकों पर अपनी ऊर्जा बर्बाद न करें। मशहूर अमेरिकी गायिका बियॉन्से नोल्स कहती हैं, 'मैं यह उम्मीद नहीं कर सकती कि मैं जो भी करूँ, वह हर किसी को पसंद आए ही।' गृहक्षेत्र में सद्भाव- अमेरिकी शेयर मार्केट में बड़ी कमाई करने वाली सेली क्रॉचिक की सलाह है- स्त्री सुनिश्चित करें कि पति उसके काम व जिम्मेदारियों को समझ रहा है। तैयारी करें जहां- पहुंचना चाहती हैं, उसके लिए आवश्यक तैयारी करें। यह हर सफल महिला का मंत्र है। बिना तैयारी के अवसर भी बेकार चले जाते हैं।



नए साल की पहली सूर्य किरण के आगमन के साथ ही सूर्य को नमस्कार कर गुजरात द्वारा बनाए गए विश्व रिकॉर्ड में सूरत जिले ने भी हिस्सा लिया



वन पर्यावरण राज्य मंत्री मुकेशभाई पटेल की अध्यक्षता में सूरत पुलिस परेड ग्राउंड में सूर्य नमस्कार कार्यक्रम आयोजित किया गया

सूरत। गुजरात सरकार के खेल, युवा और सांस्कृतिक विभाग, गांधीनगर के साथ-साथ गुजरात राज्य योग बोर्ड और सूरत नगर निगम द्वारा नए साल के शुभ दिन पर राज्यव्यापी सूर्य नमस्कार महाभियान का शुभारंभ किया गया। जिसके तहत आज सूरत पुलिस परेड ग्राउंड में वन पर्यावरण राज्य मंत्री मुकेशभाई पटेल की मौजूदगी में योग साधकों ने एक साथ सूर्य नमस्कार किया। सूरत जिले के 3 सहित पूरे राज्य के 108 ऐतिहासिक स्थलों पर सामूहिक सूर्य नमस्कार का आयोजन किया गया। योग भारतीय संस्कृति की एक प्राचीन पद्धति है जिसकी उत्पत्ति भारत में हुई।

यह शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक कल्याण के असंख्य लाभों के लिए दुनिया भर में मान्यता प्राप्त है। इसमें शरीर, मन और आत्मा में सामंजस्य स्थापित करने के लिए शारीरिक आसन, आसन, प्राणायाम और ध्यान शामिल हैं। इस कार्यक्रम में सूर्य मंदिर, मोहेरा में आयोजित कार्यक्रम में राज्य स्तर से विजेता रहे 6 सर्वश्रेष्ठ प्रतियोगियों को पुरस्कार भी दिए गए। कार्यक्रम में सर्वाधिक सूर्य नमस्कार का विश्व रिकॉर्ड दर्ज किया गया। योगी प्रेमियों ने मोहेरा सूर्य मंदिर से मुख्यमंत्री श्री भूपेन्द्रभाई पटेल का सीधा प्रसारण देखा। इस अवसर पर महापौर दक्षेश मवानी,

दिवस महापौर नरेंद्र पाटिल, सूरत शहर के पुलिस आयुक्त अजय कुमार तोमर, सतारूद दल के नेता शशिबेन त्रिपाठी, दंडक धर्मेशभाई वानियावाला, दिवस आयुक्त डॉ. राजेंद्र पटेल, योग बोर्ड समन्वयक भीमभाई बासेल, योग समन्वयक सोनल चौहान, योग संयोजक योग संयोजक गृह निर्माण एवं उद्यान समिति अध्यक्ष गीताबेन सोलंकी, पुलिस विभाग के कार्मिक, नगर निगम के अधिकारी-कर्मचारी, गुजरात योग बोर्ड के प्रतिनिधि, योग प्रशिक्षक एवं प्रशिक्षक, विद्यार्थियों एवं योग प्रशिक्षकों सहित खेल विभाग के प्रतिनिधि, योग साधक-योग प्रेमियों ने सामूहिक धूप की।



जनजातीय विकास राज्य मंत्री कुंवरजीभाई हलपति की अध्यक्षता में सूरत के डुमस बीच पर सूर्य नमस्कार कार्यक्रम आयोजित किया गया

सूरत के ऐतिहासिक किले पर शिक्षा राज्य मंत्री प्रफुल्लभाई पानशेरिया की अध्यक्षता में सूर्य नमस्कार कार्यक्रम आयोजित किया गया



सूरत। राज्य में योग के माध्यम से नागरिकों को स्वस्थ बनाने के एक नए दृष्टिकोण के साथ, गुजरात राज्य योग बोर्ड और सूरत की संयुक्त पहल के तहत आदिवासी विकास राज्य मंत्री कुंवरजीभाई हलपति की अध्यक्षता में डुमस बीच पर सूर्य नमस्कार कार्यक्रम आयोजित किया गया। नगर निगम। सूर्य नमस्कार आनंद और उल्लास के आश्रय के लिए किया जाता था। इस अवसर पर जनजातीय विकास राज्य मंत्री कुंवरजीभाई हलपति ने सूर्य नमस्कार योग का महत्व बताते हुए कहा कि सूर्य के बिना पृथ्वी पर जीवन संभव नहीं होता, इसलिए सूर्य नमस्कार सूर्य के प्रति कृतज्ञता व्यक्त करने का एक तरीका है। हमारे ग्रह पृथ्वी पर सभी जीवन ऊर्जा का मुख्य कारण। सूर्य नमस्कार हमारे ऋषि-मुनियों द्वारा निर्धारित बारह आसनों का एक समूह है। जो एक ऐसा कदम है जो शरीर, सांस और दिमाग को शांत करते हुए ध्यान में गहराई तक जाने में मदद करता है। सूर्य नमस्कार शरीर को ऊर्जावान बनाता है और दिमाग को तरोताजा कर देता है, जिससे हम दिन के सभी काम करने के लिए तैयार हो जाते हैं।

सूर्य नमस्कार हृदय और रक्त वाहिकाओं के लिए एक उत्कृष्ट व्यायाम है और वजन कम करने का एक अच्छा तरीका है। उन्होंने आगे कहा कि सूर्य नमस्कार मनुष्य को ऊर्जा देता है। शरीर को लचीला बनाता है, और रक्त परिसंचरण में सुधार करता है, रक्त परिसंचरण में सुधार होने से महत्वपूर्ण आंतरिक अंग अधिक कार्यात्मक हो जाते हैं और शरीर के त्रिदोष वात, कफ और पित्त को संतुलित करते हैं। इसलिए, सूर्य नमस्कार आसन को प्रतिदिन करने का अनुरोध राज्य मंत्री द्वारा किया गया था। प्रदेश के 108 ऐतिहासिक स्थलों पर एक साथ भव्य सामूहिक सूर्य नमस्कार कार्यक्रम आयोजित किया गया। डुमस में उपस्थित योगी प्रेमियों ने मोहेरा सूर्य मंदिर से मुख्यमंत्री श्री भूपेन्द्र भाई पटेल का सीधा प्रसारण देखा। इस अवसर पर विधायक सर्वश्री संदीपभाई देसाई, मनुभाई पटेल, नगरसेवक, जिला योग समन्वयक नवनीत शेल्टिया, योग प्रशिक्षक और प्रशिक्षक, एसएमसी के अधिकारी, शहर के लोग और बड़ी संख्या में योग प्रेमी उपस्थित थे।



सूरत। सोमवार को 'सूर्यनमस्कार महाभियान' के तहत सूरत शहर के चौकबाजार स्थित ऐतिहासिक किले पर शिक्षा राज्य मंत्री श्री प्रफुल्ल भाई पानशेरिया की अध्यक्षता में 'सूर्यनमस्कार महाभियान' के तहत 'केंद्र सरकार के 'फिट इंडिया' संकल्प और 'स्वस्थ गुजरात' के साथ-साथ योगाभ्यास के माध्यम से जन स्वास्थ्य जागरूकता के लिए नववर्ष 2024 के पहले और नए दिन पर सूर्य नमस्कार कार्यक्रम आयोजित किया गया। गुजरात राज्य योग बोर्ड और सूरत नगर निगम की संयुक्त पहल से आयोजित इस कार्यक्रम में उपस्थित सभी लोगों ने सूर्य नमस्कार किया और सूर्यदेव की पूजा की। यहां सूरतवासियों ने सूर्य को नमस्कार कर नए साल का स्वागत किया और सामूहिक योग महाभियान से जुड़कर शहरवासियों को स्वस्थ रहने के लिए प्रेरित किया। गौरतलब है कि योग और सूर्य नमस्कार मानसिक और शारीरिक ऊर्जा के स्रोत हैं। सूर्य नमस्कार का स्वास्थ्य, विज्ञान और धर्म की दृष्टि से तिगुना महत्व है। चूंकि सूर्य नमस्कार में अधिकतर आसन शामिल होते हैं इसलिए

इसे पूर्ण योग भी कहा जाता है। सूर्य नमस्कार, जिसे चंद्र अल्टीमेट आसन भी कहा जाता है, पीठ के साथ-साथ मांसपेशियों को भी मजबूत बनाता है और रक्त शर्करा को कम करता है। नियमित सूर्य नमस्कार से रक्त संचार भी बेहतर होता है जो त्वचा के लिए भी फायदेमंद है। इस प्रकार के सूर्य नमस्कार के कई फायदे हैं। आज, नए साल की पहली सुबह, सूरज की पहली किरण के साथ, पूरे गुजरात राज्य ने 'बीमारी को चुनौती, सूर्य को सलाम' थीम के साथ सबसे अधिक संख्या में योग प्रेमियों द्वारा सूर्य नमस्कार करके विश्व रिकॉर्ड बनाया। मोहेरा के सूर्य मंदिर में मुख्यमंत्री श्री भूपेन्द्रभाई पटेल की उपस्थिति में राज्य स्तरीय कार्यक्रम में विजेता रहे 6 सर्वश्रेष्ठ प्रतियोगियों को पुरस्कृत किया गया। इस कार्यक्रम का सीधा प्रसारण योगी प्रेमियों ने देखा। सूर्य की आराधना एवं आराधना के इस अवसर पर विधायक सर्वश्री विनोदभाई मोडिया, पूंशा मोदी, योग समन्वयक हेमल प्रजापति, योग प्रशिक्षक एवं प्रशिक्षक, नगरसेवक, नगर निगम अधिकारी, शहरीजन सहित बड़ी संख्या में योग साधक एवं योग प्रेमी उपस्थित थे।



सूरत भूमि, सूरत। एकल श्रीहरि द्वारा भव्य श्री राम कथा का आयोजन वीआईपी रोड स्थित श्याम मंदिर के लखदातार हॉल में दोपहर तीन बजे से किया गया। तीन दिवसीय कथा के प्रथम दिन सोमवार को व्यासपीठ से कथाकार संगीता दीदी ने अपने निर्दोष और मधुर वाणी से सभी का मन मोह लिया। ब्यास कथाकार संगीता दीदी ने बताया कि जब नगरवासी वनवासियों को गले लगा लेंगे तो ये भारत सही मायने में विश्व गुरु बनेगा। क्योंकि भारत की आत्मा गांवों में बसती है। शिव पार्वती के प्रसंग के दौरान दीदी ने बताया शिवजी विश्वास का प्रतीक है और माँ पार्वती श्रद्धा की प्रतीक है। और जब व्यक्ति के जीवन में श्रद्धा बढ़ने लगती है, तब ही संत का आगमन होता है। कथा में आदिवासी नगरीय कथा टोली के साथ सभी श्रद्धालु झूम झूमकर नृत्य करने लगे। एकल श्रीहरि द्वारा वनवासी कथाकार तैयार किए जाते हैं। व्यासपीठ पर विराजित संगीता दीदी भी उनमें से एक हैं।

शहर के साहित्यकार एवं कवि डॉ. शीतल नायर को एमिली डिकिंसन पुरस्कार से सम्मानित किया गया

शहर के एक लेखक और कवि द्वारा श्री राम भगवान और सीता माता पर केंद्रित कविता को अमेरिकी साहित्य में उत्कृष्टता के लिए पोएट्री एसोसिएशन ऑफ अमेरिका द्वारा मान्यता प्राप्त एमिली डिकिंसन पुरस्कार से सम्मानित किया गया है। लेखक एवं कवि डॉ. शीतल नायर ने कहा कि अब तक मैंने अलग-अलग विषयों पर 6 किताबें लिखी हैं और यह मेरी 7वीं किताब है। फ्लेमिंग ऑफ डिजायर नाम से लिखे गए 21 कविताओं के काव्य संग्रह में भगवान श्रीराम और माता सीताजी के प्रेम के बारे

में कविता दिव्य प्रेम शीर्षक के तहत लिखी गई है। यह कविता सॉनेट प्रकार में लिखी गई है। इस प्रकार की कविता वर्तमान में केवल गणनात्मक कवियों द्वारा ही लिखी जा रही है। कविता को पोएट्री एसोसिएशन ऑफ अमेरिका द्वारा मान्यता दी गई है और मुझे एमिली डिकिंसन पुरस्कार से सम्मानित किया गया है, जिसे अमेरिकी साहित्य के क्षेत्र में उत्कृष्ट माना जाता है। यह पुरस्कार समारोह अमेरिकी कवयित्री एमिली डिकिंसन के सम्मान में 2003 से आयोजित किया जा रहा है। मैं गुजरात का एकमात्र कवि हूँ जिसे यह है।



सम्मान मिला है। 22 जनवरी को जब राम मंदिर का उद्घाटन हो रहा है तो माना जा रहा है कि इस कविता के जरिए जय श्री राम की आवाज अमेरिका में खो गई है। उल्लेखनीय है कि डॉ. शीतल नायर द्वारा लिखित पुस्तक फ्लेमिंग ऑफ डिजायर एक अमेज़न बेस्टसेलर पुस्तक का एकमात्र कवि हूँ जिसे यह है।

डा. शितल नायर देवी प्रेम शिर्षक लेखनी कविता: प्राचीन समयों में, प्रेम भूषण ज सुंदर रीते पीलवते उठते, जेने जोया माटे देवताओं अने राजाओं पत्र विराम लीषो उठते, अक राजकुमार अने राजकुमारी, तेमनी अजोड जोडीमां उठा, जेमनी प्रेम साथो उठते... राजकुमार श्री राम भूषण डिंमतवान थोदा उठा, जेनी बहादुरी अने ताकातेने कोठी पत्र वटावी शकुंनु न उठुं, अने सीताछ सोनाना हृदयवाणा राजकुमारी उठा, जेमनी सुंदरताये बधाना हृदयने मोहित क्युं उठुं... तेमना प्रेमनी कसोटी करवामां आवी अने ते शुद्ध साहित्य थयो उठते, तेओये कसोटीओ अने विपत्तियों धरणी सडन करी उठती, जंगलधी लठने युद्ध सुधी तेओये दरेक वस्तुनो सामनो क्यो, तेओ उंमेशा अकधीजानी साथे ठीमा उठा, तेओ क्यारेय पडया नडी... उे श्रीराम अने सीताछ, तमारो प्रेम अमर रहेसे, दरेक प्रेमीओ माटे तामारी वार्ता प्रेरणाउप साहित्य थये, तामारी प्रेम कथा दरेक समये प्रेरित करेसे, अने अमारा हृदयमां आ प्रकरनो प्रेम सदाय प्रज्वलित रहेसे.