



હાલાઈ મુસ્લિમ ખત્રી ટ્રસ્ટ મુખપત્ર

ટાઈમ્સ ઓફ ખત્રી

Times of Khatri

માસિક

હાલાઈ મુસ્લિમ ખત્રી સમાજની સેવાર્થે • આ માસિક પત્રિકાને રાજદ્વારી બાબતો સાથે કશો જ સંબંધ નથી. ફક્ત સમાજિક સેવાનો ધ્યેય છે.

વર્ષ-૮ અંક-૮ સળંગ અંક-૮૮
તંત્રી : સ્ટ્રીક અબુબકર છાટનાર

માહે-સફર
For abroad: £ 10

હિજરી-૧૪૪૬ ઓગસ્ટ-૨૦૨૪
વાર્ષિક લવાજમ રૂ. ૧૨૦/-

સાદગી

મોહમદ હુસૈન ઘડા, પોરબંદર

શિક્ષણ, શક્તિ, નાણું, શોહરત, શાખ, કાબેલિયત, કલા કોઈપણ ક્ષેત્રે ગમે તેટલી ઉંચાઈએ કોઈ પહોંચે એ અભિમાન ક્યારેય ન કરી શકાય કે હું સૌથી ઉંચો છું. તમારા કરતાં કોઈક મોટું હશે જ. અને એ પણ જરૂરી નથી કે તમારા કરતાં મોટી અને વધારે સક્ષમ વ્યક્તિ ઓળખાય જશે. માત્ર બાહ્ય દેખાવ અને પહેરવેશ કોઈ વ્યક્તિની સક્ષમતા ક્યારેય દર્શાવતા નથી.

આ યુગ ભલે ઝકમઝાળનો હોય, પરંતુ આ દેખાદેખીના યુગમાં પણ સાદગી અને વિનમ્રતા હજુ ભવ્યતાને મહાત આપવા જીવિત છે. એ જરૂરી નથી કે સાદા લીબાસ અને સાદગીપૂર્ણ જીવન જીવનાર વ્યક્તિ આર્થિક અસક્ષમ જ હોય. હા, એ વાસ્તવિકતા છે કે મોટાભાગે માણસના કપડાઓને તેની શિસ્તનું પ્રમાણ માનવામાં આવે છે. માણસની ખરી ઓળખ તેના કપડાથી નહિ તેના વ્યવહારથી હોવી જોઈએ. સાદા વસ્ત્રો વ્યક્તિની આર્થિક શક્તિ નહીં તેની માનસિક શક્તિનું પ્રમાણ હોય છે.

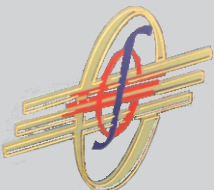
એક અમીર વ્યાપારી હંમેશા શિસ્તબદ્ધ અને સાદગીભર્યું જીવન જીવતા હતા અને સાથે પોતાના બાળકોને પણ નાણાંનું મૂલ્ય હંમેશા સમજાવતા. કારણ કે ખૂબ જ મહેનત અને પુરૂષાર્થ પછી તેઓ સફળ થયા હતા અને ગરીબાઈ માંથી પસાર થઈને આગળ વધ્યા હતા. તેમના બાળકો એ ગરીબીનો ક્યારેય અનુભવ કર્યા નહોતો. બાળકો યુવાન થઈ ચૂક્યા હતા અને ફેશનના શોખીન હતા. પરંતુ પિતા સાદગી પસંદ વ્યક્તિ હોવાથી તેમને કપડાં અને મોજશોખ ઉપર ખર્ચ કરવા ઉપર હંમેશા એક સીમા બાંધીને રાખતા હતા. છોકરાઓ ક્યારેક 'પપ્પા તમે શું આવા કપડાં પહેરો છો' એવું પણ રહેતા. શેઠ લેકચર ખૂબ આપતા. એક દિવસ શેઠે નકડી કર્યું કે છોકરાઓ એમ નહીં સમજે. મારે પ્રેક્ટિકલ અનુભવથી સમજાવવું પડશે. શેઠે છોકરાઓને એક દિવસ કહ્યું કે ચાલો આજે હું તમને એ બતાવું છું કે તમારી પાસે શું છે જે બીજા પાસે નથી અને દુનિયા કોને સલામ કરે છે. આજે આપણે એક ફાઈવ સ્ટાર હોટલમાં

જમવા જઈશું. તમે બંને મનપસંદ કપડાં પહેરો અને હું મારા રેઝ્યુલર કપડાં જ પહેરીશ. તેઓ હોટલ પહોંચ્યા. હાઈફાઈ હોટલની બહાર કાચના વિશાળ ગેટ પર દરવાન ઊભો હતો. છોકરાઓ એ હાઈફાઈ કપડાં પહેર્યા હોવાથી અમીર દેખાઈ રહ્યા હતા. ગેટ પર દરવાને સલામ કરી ગેટ ખોલ્યો. અંદર ગયા, ખાધું અને પરત ઘરે આવ્યા. છોકરાઓને કંઈ સમજ ન પડી. પપ્પા શું સમજાવવાનું કહેતા હતા. હોટલમાં લઈ ગયા, જમાડીને પરત ઘરે લાવ્યા, એમાં શું સમજવું? પપ્પાને જઈ પૂછ્યું. શેઠ સ્મિત સાથે બોલ્યા, બેટા હજુ આવતીકાલે પણ ત્યાં જ જમવા જવાનું છે એ પછી બધું સમજાઈ જશે.

બીજા દિવસે ફરી એ જ સમયે શેઠે કહ્યું ચાલો આપણે જમવા જવાનું છે. પરંતુ આજે આપણા બધા એ સાવ જૂના ઈસ્ત્રી વગરના કપડાં, પગમાં ચપ્પલ પહેરી અને રિક્ષામાં જવાનું છે. છોકરાઓ કશું સમજી શકતા નોહતા. શેઠના કહેવા મુજબ જૂના ઈસ્ત્રી વગરના કપડાં પહેર્યા, પગમાં ચપ્પલ પહેરીને રીક્ષામાં બેસી હોટલે પહોંચ્યા. એ જ દરવાન ગેટ ઉપર ઊભો હતો. જેવા ગેટ પર પહોંચ્યા, દરવાને તેમને રોક્યા. ક્યાં જાઓ છો? છોકરા એ જવાબ આપ્યો, જમવા જઈએ છીએ. દરવાને કહ્યું, સોરી! તમે અંદર ન જઈ શકો. છોકરા એ પૂછ્યું, કેમ? દરવાને જવાબ આપ્યો, આ કોઈ આલુ ચાલુ હોટલ નથી. પાંચ સિતારા હોટલ છે. તમે અહીંનો ખર્ચો નહીં ઉઠાવી શકો. છોકરાને ગુસ્સો આવ્યો. એ ભાઈ! અમે શેઠ ધનરાજના પુત્રો છીએ અને આ અમારા પપ્પા શેઠ ધનરાજ છે. દરવાને પણ ઊંચા સ્વરે જવાબ આપ્યો કે માત્ર નામ ધનરાજ હોવાથી કશું નથી થતું ખિસ્સામાં ધનનો રાજ હોવો જોઈએ. આ બધું શેઠ ચૂપચાપ ઊભીને જોતાં હતા. છોકરાનો ગુસ્સો વધતો જોઈ શેઠે છોકરાઓને ત્યાંથી નીચે ઉતરવા કહ્યું.

હવે શેઠે પૂછ્યું, કંઈ સમજ્યા મારા દિકરાઓ? આ એ જ હોટલ, એ જ દરવાન, એ જ આપણે છીએ. ગઈકાલે એ જ દરવાને સલામ કરીને ગેટ ખોલી આપ્યો હતો. આજે એ જ દરવાને ઘૂસવા ય ન દીધા. શા માટે? દુનિયા આપણને નહીં

+91 9820223138



Fauz EXPORTS
Manufacturer - Exporter - Importer
(Serving Our Valued Customers Since 1994)

(Government Recognised Two Star Export House)

Asif Khatri
Managing Director

179, Commercial Chambers,
5th Floor, Office No. 70, Yusuf Meher Ali Road,
Opp. Zakaria Masjid, Mumbai - 400 003. (INDIA)
☎ +91 22 2345 5378 / 2345 5479
✉ : fauzexports@gmail.com
🌐 : www.fauzexports.com

ઈસ્મે આઝમ શરીફ શું છે?

ઘણાં બધા ઈબાદત ગુઝારો, મહાન આલિમો દિને ઈસ્લામમાં માન્ય ઉલેમાઓની એક અદમ્ય ઈચ્છા 'ઈસ્મે આઝમ શરીફ'ની શોધ કરવાની રહી છે. ઘણાં એ તે પ્રાપ્ત કરી લીધું. ઘણાં પ્રયત્નો બાદ પણ ઘણાંને તે શોધમાં સફળતા ના મળી. આજે પણ એની શોધમાં પ્રયત્નરત લોકો છે. ઘણી કિતાબોનું અવલોકન અને સંશોધન પછી પણ આ એક રહસ્ય કોચડાની જેમ જનમાનસ પર પ્રશ્નચિન્હ બની ચમકી રહ્યું છે.

ઘણાં લોકોએ તેની શોધખોળમાં કિતાબો, તક્સીરો, અહાદિષો વિગેરેની કિતાબોમાં ડૂબકીઓ મારી જિંદગીના કિંમતી વર્ષો ખર્ચી નાખ્યા. પરંતુ તેના કોઈ એક નૂકતા પર સહમતિ ના થઈ શકી કે આજ 'ઈસ્મે આઝમ શરીફ' છે. જુદા જુદા મત-મતાંતર રહ્યા. કોઈએ કુર્આનની અમુક આયતને તો કોઈએ અમુક શબ્દોને ઈસ્મે આઝમ શરીફ તરફ ઈશારો કર્યો ચાની કે દરેક બુઝુર્ગાને દીન તરફથી આપણને અલગ અલગ જાણકારી પ્રાપ્ત થઈ. હઝરત મૌલાના નકીઅલીખાં સાહેબ કે જેઓ આલા હઝરત કુદસ સિર્સિરહુના વાલિદ થાય છે, તેમણે પોતાની તસનીફ લતીફ અહસનુદ્દુઆમાં નવ બશારતોમાં ઈસ્મે આઝમ શરીફનો ઈશારો કરવામાં આવ્યો છે અને ઈમામ એહલે સુન્નત આલા હઝરત એહમદ રઝાખાં સાહેબે (કુદસસિર્સિરહુ) તેમાં અચ્ચાર બશારતો ઉમેરો કરવામાં આવ્યો, એટલે ૯ + ૧૧ = ૨૦. વીશ શબ્દોથી તે પૂર્ણ કરી દીધું, જે આપની જાણ ખાતર રજૂ છે.

આ'લા હઝરત મુજદદીદ (રહેમતુલ્લાહિ તા'લા અલૈહિ)ના વિશાળ જ્ઞાની ઈલ્મ વિશે તો આપ સૌ જાણો જ છો. તેઓ તથા તેમના વાલીદ મૌલાના નકી અલીખાં સાહેબ (રહેમતુલ્લાહિ અલૈહિ) એ અહીં જે ૨૦ બશારતો દર્શાવી છે તેમાં ૯ હઝરત મુસન્નીફ અલ્લામા કુદસસિર્સિરહુ એ ઝીક ફરમાવી અને ૧૧ ફકીર સગે કુએ કાદરી ગફરલહુ તઆલા એ ઉમેરો કર્યો.

બશારત - ૧: લા ઈલાહા ઈલા અન્તા સુબ્હાનકા ઈન્ની કુન્તુમ મિનઝઝાલેમિન (અરબી અલ્ફાઝ આલિમ પાસેથી જાણી લઈ પઢવું)

(મફહૂમ હદિષ) હદિષ શરીફમાં પણ આનું વર્ણન છે. હઝરત યુનુસ અલૈહિસ્સલામે આ દુઆ પઢી અને મુશીબલ માંથી છૂટકારો મેળવેલ, ગમમાંથી બહાર નીકળ્યા. આ રીતે

રજૂઆત: અ.ગફાર એમ. સોનેજી "નૂરી", દુબઈ
તેમને નજાત મળી અને તે જ રીતે ઈમાનવાળાઓને પણ નજાત મળશે. (તિર્મીઝી શરીફ)

બશારત - ૨: અલ્લાહુમ્મા ઈન્ની અસઅલુકા બિન્ની અશહુદુઅન્કા અન્તલાહ લાઈલાહુલ અન્તા અલાહુદુસુસમ દાદજા લમચલિદ વલમ યુલદ વલમચ કુદ્દહુ કુફુવન અહદ. (સુન્ની આલિમ પાસે સહી ઉચ્ચાર સમજી લઈ પઢવું)

આ ઈસ્મે આઝમનો ઉલ્લેખ ઘણી હદિષોમાં રાવી તરફથી જચ્ચદ અને સહી છે. જે પણ માંગશે તે મળશે, ઈન્શાઅલાહ. (પઢનારને સલાહ છે કે આલિમથી મશવેરો કરી લે - લેખક)

બશારત - ૩: હદિષ શરીફનું મફહૂમ છે કે તેમાં આ બે આયતોમાં છે. 'અલાહુકુમ અલાહુવ વાહેદુંવ લાઈલાહા ઈલાહુ વરહમાનુર્હિમ' અને 'લાઈલાહા ઈલાહુ વલ હૈચ્ચુલકચ્ચુમ' (અબુ દાઉદ/તિર્મીઝી) (સહી ઉચ્ચાર આલિમ પાસેથી જાણી લેવું હિતાવહ છે.)

બશારત - ૪: 'યા બદિઉસ્સમાવાતી વલ અદિ યા જલજલાલી વલઈકરામ'

કોઈ અલાહના વલી અલાહ પાસે દુઆ માંગતા હતા કે મને ઈસ્મે આઝમ બતાવી દે. તેમને આસમાનમાં એક સિતારો નઝર આવ્યો, જેના પર ઉપર મુજબ લખેલું હતું. (કેટલી સંખ્યામાં, કેટલું પઢવું તે માટે આલિમનો સંપર્ક કરો.)

બશારત - ૫: 'યા અલ્લાહુ યા રહમાનુ યા રહિમુ' ને થોડાક ઉલ્માએ દીને ઈસ્મે આઝમ કહ્યું છે. (વલાહો તા'લા આલમ)

બશારત - ૬: 'અલ્લાહુમ્મા ઈન્ની અસઅલુકા બિઅન્નલકલ હમ્દુ લાઈલાહા ઈલા અન્તા વહ્દકા લા શરીકલક યા જન્નાનો યા મન્નાનો યા બદિઅસ્સ સમાવાતિ વલઅર્દે યા જુલજલાલિ વલ ઈકરામ યા હચ્ચુ યા કચ્ચુમ.'

ફરમાવે છે કે અલાહનું ઈસ્મે આઝમ છે. જયારે તેને પુકારવામાં આવે ત્યારે તે સાંભળે છે. જયારે માંગવામાં આવે છે તો તે અર્પણ કરે છે.

બશારત - ૭: 'અલ્લાહુમ્મા ઈન્ની અદુ ઉકલાહા વ અદુઉકર્હમાનુ વ અદુઉકલબર્રા અર્હરહિમા વ અદુઉકા બિઅસ્માઈકા અલહુસ્ના કુલ્લિમા માઅલ્લિમતુ મિન્હા વ માલમ આઅલમ અનતગફિરલી વ તરહમ્ની.' (હઝરત મા આયેસા

Dr. Aziz Khatri - Mob. 093224 03733

Mohshin Khatri - Mob. 098674 66346



KHATRI DIAGNOSTIC CENTRE

MUMBAI

FACILITIES OFFERED:

Digital X-Ray, Pathology, Sonography, E.C.G., Color Doppler, E.E.G., Stress Test, 2D Echo, C.T. Scan, MRI, P.F.T., APG

Mohammed Husain Girach
Mob. 96621 95028

Abulhasan Girach
Mob. 90995 59155

EMPIRE CREATION

Mfg. or Exclusive Dress Materials & Bandhani

Wholesaler and Retailers

Main Road, Navagadh (Jetpur)



સિદ્ધીકા (રદિયદાહુ અન્હો) એ આ દુઆ કરી. આમાં ઇસ્મે આઝમ છે. સરકારે દો આલમ (સદ્દાહુ અલૈહિ વસદ્દમ)એ આ બતાવ્યું.

બશારત - ૮: ઇસ્મે આઝમ 'રબ્બે-રબ્બે' છે. હઝરત અબુ દાઉદ વ ઇબ્ને અબ્બાસ (રદિયદાહુ તઆલા અન્હુમ)એ ફરમાવ્યું.

બશારત - ૯: હઝરત ઇમામ ઝૈનુલઆબેદીન (રદિયદાહુ તઆલા અન્હુ)એ સ્વપ્નામાં જોયું કે ઇસ્મે આઝમ 'અદાહુ... અદાહુ... અદાહુ... અદાહુ લાઇલાહા ઇદાહુવા રબ્બુલ અર્શિલ અઝીમ' છે.

બશારત - ૧૦: અબુ અમામા બાહલી સહાબી (રદિયદાહુ તઆલા અન્હો)ના સાર્ગીદ વ કાસિમ બિન અબ્દુર્રહમાન શામી કહે છે કે ઇસ્મે આઝમ 'અલ હય્યુલ કૈય્યુમ' છે.

બશારત - ૧૧: ઇમામ કાઝી અયાઝ એ અમુક આલિમોથી નકલ કરેલ છે કે ઇસ્મે આઝમ 'કલ્મ એ તૌહિદ' છે.

બશારત - ૧૨: ઇમામ ફકરુદ્દીન રાઝી અને બીજા અમુક સુફિયા એ કિરામ એ કલિમા 'હૂ' ને ઇસ્મે આઝમ બતાવ્યું છે.

બશારત - ૧૩: અમુક ઉલેમા ફરમાવે છે કે 'અદાહ' ઇસ્મે આઝમ છે. હઝરત સૈયેદેના ગૌષે આઝમ (રદિયદાહુ અન્હો) ફરમાવે છે કે શર્ત એ છે કે તું "અદાહ" કહે અને તે સમયે તારા દિલમાં અદાહ તા'લા સિવાય કશું જ ના હોય.

બશારત - ૧૪: અમુક વિધવાન મૌલાનાઓનું કહેવું છે કે 'બિસ્મિદાહ શરીફ' ઇસ્મે આઝમ છે.

બશારત - ૧૫: રસૂલે ખુદા (સદ્દાહુ અલૈહિ વસદ્દમ) ફરમાવે છે કે જે આ પાંચેય કલમાને અદા કરે તો અદાહ તઆલાથી જે કાંઈ માંગે અદાહ અજજોજદ અતા ફરમાવશે. લા ઇલાહા ઇદાહુ વદાહુ અકબર, લા ઇલાહા ઇદાહુ વાહદહુલાશરીફલહુ લહુલ મુલ્કુ વલહમ્દો વહુવા અલાકુદ્દી શૈઅનકદિર. લાઇલાહા ઇદાહુ વલાહૌલા વલા કુવ્પતા ઇદાહુ બિદાહ.

બશારત - ૧૬: જે માણસ ત્રણ વાર 'યા અરહમરરાહેમિન' કહે તો ફરિસ્તા કહે છે કે માંગ કી અરહમરરાહેમિન તારી તરફ રહેમો કરમ ફરમાવે છે.

બશારત - ૧૭: પાંચ વાર "યા રબ્બના" કહેવાનું ફજલ ઇમામ સાદિક (રદિયદાહુ તઆલા અન્હો)થી જાણવા મળ્યું છે.

બશારત - ૧૮: આ ખાસિયત "અશ્મા એ હુસ્ના"ની. (કાલર્ઝા)

બશારત - ૧૯: નબી સદ્દાહુ અલૈહિ વસદ્દમ એ એક વ્યક્તિને "યા ઝુલઝલાલે વલ ઇકરામ" કહેતા સાંભળ્યું. ફરમાવ્યું કે, માંગ કે તારી દુઆ કબૂલ થઈ.

બશારત - ૨૦: ઇબ્ને અબ્બાસ (રદિયદાહુ તઆલા અન્હો)ની હદિષમાં છે કે હુઝૂર સૈય્યદુલ મુર્સલિન (સદ્દાહુ અલૈહિ વસદ્દમ) એ ફરમાવ્યું કે, જીબ્રિલ (અલૈહિસ્સલામ) આવ્યાને મારી પાસે થોડીક દુઆઓ લાવ્યા અને અર્ઝ કરી કે જયારે હુઝૂરને કોઈ હાજત પેશ થાય અને પઢીને દુઆ માંગજો. "યા બદિઉસ્સ સમાવાતિ વલ અર્દિઉન ઝલઝલાલે વલ ઇકરામ યા સટીનવા અલ મુસતરીખીના યા ગયાસલ મુસ્તગીસીના યા કાસિફસ સુઇ યા અરહમરરાહેમીના યા મુજીબુદ્દ દાવાતિ મુદતરીના યા ઇલાહુલ આલમિના બિકા ઉન્ઝીલા હાજાતિ વ અન્તાઆઅલમુ બિહા ફકદિહા."

નોંધ : ઇસ્મે આઝમની માહિતી 'શમા રાબિસ્તાને રઝા' કિતાબમાંથી ટૂંકાવીને લીધી છે. (પેજ નં. ૨૧૦ થી ૨૧૪).

અરબી અલ્ફાઝ માટે મૂળ કિતાબમાં જોવું યા આલિમનો સંપર્ક કરી પછી તેના ઉપર અમલ કરવા વિનંતી છે.





Dr. Aqsa Khatri
M.S. (Gynec), FMAS
RCOG Trainee, London UK



Kutch Women's Hospital

Complete Obstetric & Gynec Care

1st Floor, Paras Apartment, Plot No. 72, Vijay Nagar, Hospital Road, BHUJ-Kutch

02832-296396 95865 15690

follow us:
f dr.aqsa4439
gynec_doctor_aqsa

24 Hrs. Emergency Facility Available

Ahmed Raza +971 6 5350313 +971 55 5983786 www.maplestar.ae

Muhammed Akib +971 4 359 3987 +971 58 849 4679



مبيل ستار للكمبيوتر ش.ذ.م.م.
MAPLESTAR COMPUTERS L.L.C.

Dubai : Shop No.10, Next to Gateway Hotel, Bur Dubai (UAE) • Sharjah : Shop No.9 &10, Industrial Area No.6, Sharjah (UAE)

IMPORT • EXPORT • BUY • SELL • REPAIRS • SPARES • LAPTOPS • DESKTOPS • MONITORS • AIO • RAM • HDD • SSD

મુશ્કેલી - એક પડકાર!

➤ રજૂઆત: નશરીન ખત્રી, ભૂજ (કચ્છ) 

માનવ એ સમાજ સાથે સંકળાયેલો છે સાથોસાથ એ કુટુંબ સાથે સંકળાયેલો છે. માનવી બહુ બધી માયાજાળ સાથે સંકળાયેલો છે. આર્થિક, સામાજિક, ધાર્મિક, વ્યવહારિક... ખૂબ બધી ઉથલપાથલ વચ્ચે જીવન જીવે છે માનવી! અને આ જીવનપથ પર આવી ઉથલપાથલ વચ્ચે ક્યારેક માનવી દિશા વિહોણો બની જતો હોય છે.

અદાહ કહે છે હું તને આપીને પણ તારી આઝમાઈશ કરીશ. તારી પાસેથી કશુંક છીનવીને પણ તારી આજમાઈશ કરીશ. રસ્તો દેખાડીને પણ તારી કસોટી કરીશ અને રસ્તો ભટકાવીને પણ તારી કસોટી કરીશ. હું પારખીશ તારામાં કેટલી સબર, તને ભૂખ્યો રાખીને પણ તારી પરીક્ષા લઈશ અને તને ભરપૂર ભોજન આપીને પણ તારી પરીક્ષા લઈશ. અદાહે નકકી કરેલી પરીક્ષા તો માનવી એ આપવી જ પડતી હોય છે. સ્થળ, કાળ અને સમય એ આપણે ધારીએ છીએ કે આપણાં હાથમાં છે પણ તે અદાહના હાથમાં છે.

જે અદાહ, જેની રજા વગર એક પાદડું પણ નથી હાલી શકતું તે અદાહની રજા વગર માનવીને મુસીબત કેવી રીતે આવી શકે? દરેક વસ્તુ એ અદાહ દ્વારા નિયત સમયે નકકી કરેલી હોય છે, મુકરર કરેલું આપણે સ્થગિત કરી શકતા નથી.

જેમ જેમ સમય પસાર થાય છે, અનુભવ વધતા જાય છે તેમ તેમ જીવન જીવવાનો દ્રષ્ટિકોણ બદલાતો જાય છે. આજથી બે વર્ષ પહેલા જેવી પરિપક્વતા હતી એ પરિપક્વતામાં આજે ખૂબ વધારો થયેલો જોવા મળે છે, જરા વધારે સ્પષ્ટ થતી જાય છે. ઘણી વખત જીવનમાં એવી પરિસ્થિતિ સર્જાય છે ત્યારે માનસિક પરિપક્વતા કેટલી છે એ ખૂબ ભાગ ભજવે છે

ખત્રી બિરાદરો જોગ...

કોઈપણ સમાજને શિક્ષિત, ચેતનવંતો, કુરિવાજવિહીન બનાવવા માટે જો કોઈ મુખ્ય સ્ત્રોત પૈકી હોય તો તે સમાજનું મુખપત્ર છે. જેના થકી સમાજમાં પ્રવર્તી રહેલા પ્રવાહોને વાચા આપવામાં આવે છે, પોતાના વિચારોને સમગ્ર સમાજ સામે રજૂ કરી શકાય છે, સમાજના દૂષણો પ્રત્યે ધ્યાન દોરવામાં આવે છે, તેને ડામવાના વિચારો રજૂ કરવામાં આવે છે. આવી તમામ જવાબદારીઓ 'ટાઈમ્સ ઓફ ખત્રી' બખૂબી બજાવી રહ્યું છે અને તેનો ફાયદો પણ આપ લોકોની સમક્ષ દેખાઈ રહ્યો છે. તેવા સમયે આપણી પણ ફરજ બની રહે છે કે આપણું આ

જીવન જીવવામાં!! ઘણી વખત માનસિક અસ્થિરતા આપણને એ મુસીબતને બમણી કરી દેતી હોય છે. માનવીય સંબંધો આવા સમયે કામ આવે છે. કોઈના દ્વારા અપાયેલો એક નાનકડો દિલાસો માનવીને નવો માર્ગ ખુલ્લો કરી આપે છે. આ છે સમાજ જીવનના સાંગો પાંગ સ્પર્શનો મહિમા.

સમય સાથે મને એટલો ચોકકસ વિશ્વાસ બેસે છે, કોઈપણ સમય છે ને એ વહી જ જાય છે અને મહત્વની એ વાત છે કે દુઃખનો સમય પણ ટકતો નથી. એ પણ ચોકકસ તબક્કા બાદ વહી જાય છે. પડકારોનો સામનો કરતા કરતા આપણે પોતાની જાતને એક મજબૂત વ્યક્તિત્વ અર્પવું જોઈએ! જે સમયને ઝડપથી વહેવા માટે મદદરૂપ બને. કુદરતના તમામ તત્વો પોત પોતાના કામમાં વ્યસ્ત હોય છે. દિવસ બાદ રાત અને રાત બાદ દિવસ એ કુદરતનો ક્રમ છે. માનવ જીવનને પણ પોતાના નિયત કામો એ સતત ચાલુ રાખવા જોઈએ.

इक रास्ता है जिन्दगी जो थम गए तो कुछ नहीं
ये कदम किसी मुकाम पे जो थम गए तो कुछ नहीं
इक रास्ता है जिन्दगी....

માથું ઊંચું કરીને જોઈએ તો તમામ સાઈડ કોઈકને કોઈક મુસીબત તો કશ્યકને કશોક સંડોવાયેલું જ હોય છે. જીવન એનું નામ છે કે મુસીબતને દૂર કરી અને જીવન જીવવા તરફ આપણે આગળ વધીએ. એ પણ વાત સ્વીકારવી રહી કે જે એ પરિસ્થિતિ સાથે ડીલ કરે છે એને જ એ પીડાનો અનુભવ હોય છે અને માનવિય સંબંધો એટલે જ હોય છે કે એકબીજાને મુસીબતના સમયમાં સહભાગી બની હે મુસીબતને હળવી કરવા માટે મદદરૂપ થઈએ.

મુખપત્ર આજના મોંઘવારીના સમયમાં ટકી રહે, વર્ષો સુધી સમાજની સેવામાં સેતુરૂપ કાર્ય કરતું રહે, એ માટે આપનું લવાજમ તાત્કાલિક ઓફિસ કાર્યાલયે મોકલી આપવું. આપની આ લવાજમરૂપી સહાયથી જ આપણું 'ટાઈમ્સ ઓફ ખત્રી' ટકી રહેશે.

આપના સારા-નરસા પ્રસંગોએ આપણાં સમાજના મુખપત્રને યાદ રાખી સમાચારની વિગતો ઇમેઇલ ચોકકસ કરશો. આપણાં મુખપત્રને આવા સમયે ફૂલ નહીં તો ફૂલની પાંખડી આપશો તેવી અપીલ છે.

CSC **HDFC BANK**  **BAJAJ Allianz**  **ICICI Lombard**
Nibhaye Vaade

All Types of Digital eGovernance
Banking & Insurance Service's Provider
Tours & Travels Booking Center


VISION
CONNECT
ONE STOP POINT FOR ALL e-GOVERNANCE & DIGITAL SERVICE

Muzakeer Raza Azhari
+91 - 70414 59591
visionconnect@yahoo.com

Jetpur - 360 370, GUJ, IN

જુનેદ - મો. ૯૦૬૭૭ ૬૦૨૦૦
અબુભાઈ - મો. ૯૮૨૪૫ ૮૨૪૮૮

ફેમસ પાન & સોડા શોપ
અમારે ત્યાંથી દરેક જાતના ઠંડા પીણા મળશે.
જેલ રોડ, જુનાગઢ.

Abu Khatri Mob. 88 66 72 72 88
98245 82488


SAFEKILL
Pest Services
Quality is Our Motto

Near Fast Track Court, Jail Road, Junagadh-362 001.

What's your Story?

▶ Max Haroon, Healthy Aging Foundation 

We all know that our minds can influence our behavior and that our behavior can shape our outcomes, but did you know that our body can also change our minds?

We often hear the phrase, "Fake it till you make it," but did you know that there's science to support this concept, particularly through the impact of body language on our minds and behavior?

The power of Body Language

Research shows that our body language can significantly influence our mind and behavior. The way we carry ourselves, our posture, and our physical demeanor can all affect how we feel internally and how we are perceived externally. This idea is rooted in the relationship between power poses and hormone levels.

Relationship between Power and Hormones

Powerful people and Testosterone: There is a notable link between power, assertiveness, and hormone levels, particularly testosterone. Higher levels of testosterone are associated with dominant, assertive, and confident behavior. Conversely, lower levels of testosterone are often linked to more submissive behavior. Interestingly, this relationship is not only observed in naturally assertive people but can also be induced through specific postures of "power poses."

Can you fake it until you make it?

Yes, you can! The idea is that by adopting powerful, assertive postures, even if you don't initially feel confident, you can trick your mind into adopting a more confident and assertive mind set. Over time, this change in behavior can lead to actual changes in how you perceive yourself and how others perceive you.

Scientific Evidence: The Power pose Experiment

A well-known experiment conducted by social psychologist Amy Cuddy and her colleagues explored this phenomenon. In their study, participants were asked to adopt either a high-power pose (such as standing tall with hands on hips) or a low-power pose (such as slumping or making oneself smaller) for two minutes.

Findings:

Risk-Taking Behavior: After posing, participants engaged in a gambling task. Those who adopted high-power poses were likely to take compared to those in low-power poses.

Hormonal Changes: Blood test revealed that participants in high-power poses experienced an increase in testosterone and a decrease in cortisol (a stress hormone), suggesting they felt more confident and less stressed. Conversely, those in low-power poses showed the opposite pattern, with decreased testosterone and increased cortisol levels.

These results highlight that even a short period of adopting powerful postures can influence our hormone levels and risk-taking behavior, supporting the idea that we can indeed "fake it till we become it."

Practical Applications


In Everyday Life:

Before important events: Try adopting a power pose before a significant event, such as a job interview or a public speaking engagement. This simple act can boost your confidence and improve your performance.

Daily Practice: Regularly practicing confident body language can help reinforce positive self-perceptions and gradually build genuine confidence.

For the Meek and Submissive:

Contd. on Page No. 8




NEW
RAJ
PLASTIC

Samir R.
Mob. 92272 13606


Mfg.: All type of Plastic Items and Gas Lighter Parts

3-GOKULNAGAR, RAJKOT - 360 002.



Mob. 88668 38281
88667 37270

Shop No. 1, Nagar Boarding,
Opp. Virani School,
Tagore Marg, Rajkot-360002.
E-mail: sarfaraz_8725@yahoo.com



આપણી હેસિયતને સલામ કરે છે. આજે તમારી પાસે જે છે, એ ઘણા પાસે નથી. મન બધાનું થાય છે અહીં આવવાનું, પરંતુ રૂપિયો મન કરતાં મોટો છે એટલે નથી આવી શકતા. નાણાંનો વ્યય કપડાં અને મોજશોખ પાછળ કરશો અને જો એ સમય આવશે કે નાણું જતું રહેશે ત્યારે કેવું લાગશે. એ કરતાં દરેક બાબતમાં મર્યાદા બાંધી અને જીવન જીવશો તો નાણું તમારી સાથે રહેશે.

આ તો થયું એક સ્ટોરી સ્વરૂપે ઉદાહરણ. હવે એક વાસ્તવિક ઉદાહરણ સમજીએ જે સાદગી અને સફળતાના ઉત્કૃષ્ટ દાખલારૂપ છે.

સદીના મહાનાયક અમિતાભ બચ્ચન કહે છે:

મારી કારકિર્દીની ટોચ પર હું એકવાર વિમાનમાં મુસાફરી કરી રહ્યો હતો. મારી બાજુની સીટ પર એક સાદા સજજન બેઠા હતા. સાદા શર્ટ અને પેન્ટ પહેરેલા, તેઓ મધ્યમ વર્ગના અને ઉચ્ચ શિક્ષિત દેખાતા હતા. અન્ય મુસાફરો હું કોણ છું તે ઓળખી રહ્યા હોય તેવું લાગતું હતું, પરંતુ આ સજજન મારી હાજરીથી બેધ્યાન જણાતા હતા. તે પોતાનું પેપર વાંચી રહ્યા હતા. બારી બહાર જોઈ રહ્યા હતા અને જ્યારે ચા પીરસવામાં આવી ત્યારે તેણે ચૂપચાપ પીધી, સ્વભાવિક છે કે મને થોડી અકળામણ થઈ કે આ સજજન મને નથી ઓળખતા..!

તેમની સાથે વાતચીત કરવાનો પ્રયાસ કરતી વખતે મેં તેમની તરફ સ્મિત કર્યું. તે સજજન પણ મારી સામે નમ્રતાથી હસ્યા અને 'હેલો' કહ્યું.

અમારો વાર્તાલાપ શરૂ થયો અને મેં સિનેમા અને ફિલ્મોનો વિષય ઉઠાવ્યો અને પૂછ્યું, 'શું તમે ફિલ્મો જુઓ છો?'

તેમણે જવાબ આપ્યો, 'ઓહ, બહુ ઓછી. મેં ઘણા વર્ષો પહેલા એક ફિલ્મ જોઈ હતી.'

મેં તેમને કહ્યું કે મેં ફિલ્મ ઇન્ડસ્ટ્રીઝમાં કામ કર્યું છે.

તેમણે જવાબ આપ્યો, 'ઓહ, તે સાડું છે, તમે શું કરો છો?'

મેં જવાબ આપ્યો, 'હું એક અભિનેતા છું.'

સજજને માથું હલાવ્યું, 'ઓહ, અદ્ભૂત!'

જ્યારે અમે ઉતર્યા ત્યારે મેં હાથ મિલાવ્યા અને કહ્યું, 'તમારી સાથે મુસાફરી કરીને આનંદ થયો, બાય ધ વે માડું નામ અમિતાભ બચ્ચન છે!'

તે સજજને પણ મારી સાથે હાથ મિલાવ્યા, હસીને કહ્યું, 'આભાર.. તમને મળીને આનંદ થયો.. હું જે આર ડી ટાટા (ટાટાના અધ્યક્ષ) છું.'

હું તે દિવસે શીખ્યો કે તમે ગમે તેટલા મોટા હો, તમારા કરતાં હંમેશા કોઈક મોટું હોય છે અને જો તમે તેના કપડા માત્રથી જોશો તો ક્યારેય નહીં ઓળખી શકો.

અને છેલ્લે...

એપલ કંપનીના સ્થાપક સ્ટીવ જોબ્સએ લખ્યું છે કે પાંચ હજારનું પેન્ટ પહેરવા કરતાં એક હજારનું પેન્ટ પહેરી અને ચાર હજાર ખિસ્સામાં રાખવા સારા.



માતૃત્વ

લોક મને કહે, ન હતો બાળ ત્યારે હતી એક અલગ તું બાળ,
પણ એ બાળકે મને પરિપક્વતા આપી.

એક નવી ઓળખ તરીકે હું સમાજમાં સ્થાપિત થઈ 'માં' તરીકે
એ નોકરી અને એ પર્સનાલિટી પણ ફીકી પડે.

જ્યારે પારણે ઝુલતો મારો કાળજો મને
“માં” કહે!

એ સ્વતંત્ર જીવન પણ ફિક્કુ પડે,
જ્યારે આ નાનકડો ફૂલ મારા ખભે ચડે.

એ ભાર વિહોણું જીવન બેસુરું લાગે
પુત્ર માટે ગાયેલું હાલરડું પણ મને જીવનનું સુરીલું સંગીત લાગે.

એ સૌથી મોટું સુખ આપ્યું માં હોવાનું ગૌરવ આપ્યું.
હાં, થોડી ગડમથલ થાય છે, પણ એ મીઠી લાગે છે.

લોક ભલેને કહે, હજી તો એક બાળક થયું ને બધું ભૂલી ગઈ
અરે એ બાળકે તો મને એક નવી જિંદગી આપી!

Since
1945

જૂના અને જાણીતા

માહિર - મો. ૯૯૦૪૧ ૨૦૧૨૫
ફોન : ૦૨૮૫-૨૬૨૩૩૩૮

ખત્રી યાકુબ ઈશાક ચરમાવાલા

અમારે ત્યાંથી બ્રાન્ડેડ કંપનીના કાચ-ફેમ તથા ગોગલ્સ, લેન્સ ખૂબ જ વ્યાજબી ભાવે મળશે.

સર્કલ ચોક, જૂનાગઢ.

7 Steps to Improve Your Eyesight

Page | 6

Garlic and Onions: provide Sulphur, Cysteine, and Lecithin protects your eyes from cataracts.

Step 7: INCORPORATE SOME TRADITIONAL PRACTICES

Below are a few ideas from various traditions, just like all other methods and steps, please explore them further.

Ayurvedic:

The ancient science of Ayurveda is an integral form of medicine. <https://youtu.be/PkpluLyI01E>

In the morning (you can repeat it anytime), take a mouthful of water, close your mouth and eyes and splash some cold water (as cold as you can bear) on your eyes, a few times. It is not advisable to splash water on the open eyes and neither to wash the eyes with tap water.

Some of the exercises, like palming (Step 3) are derived from the Ayurveda, they are integrated with Yoga.

Cucumber slices over the eyes moisten, cool and soothe.

Acupressure& Sinus Massage

Sometime you feel eye pressure due to blockage of the sinuses of your face. The massages are good for all sinuses of the face:

<https://youtu.be/EoHUanQLnJM>

Place your fingers on both temples and massage circular, going towards the ears.

Pinch your eyebrows, starting near the nose and going towards ears.

Massage your cheekbones starting from the nose and going towards the ears. There are also many types of Electric Eye Massagers.

Shiatsu massages are also similar to sinus massages; help blood and lymphatic fluid circulate better.

<https://youtu.be/JyqLNEhr2ew>

Conclusion

You Have the Power to Heal Yourself: Before embarking on any protocol, cultivate faith. Place trust in your intentions and expectations; believe in the protocols you're about to practice and in your own capacity to benefit from them.

Healing materializes when you hold the intention to be healed, have faith in the method, and trust in yourself. Remember, health encompasses inner energy, emotional well-being, and spiritual health; we are, after all, multi-dimensional.

Don't overlook your annual check-ups. Visit your Optometrist once a year; if necessary, they can refer you to an Ophthalmologist. Schedule regular examinations with your GP, audiologist, and other specialists.

I wish you holistic health and happiness.

Max Haroon, Healthy Aging Foundation contact@maxharoon.org © 2024

Download this article at:

<https://drive.google.com/file/d/1mQH37x7dAVcDEJR9nLYYaNjiQBfWcEVH/view?usp=sharing>



Dr. A. G. DHADA

M.S. (Ortho)
Consulting Orthopaedic
& Hand Surgeon

Dhada Hospital

Fracture, Accident, Orthopaedic & Surgical Hospital,
Address: Near Raj Talkies, Tembhode Road, Palghar 401 404.
Timing: 10:00 am to 1:00 pm Tel.: 02525 254229 / 251472

City General Hospital

General & Industrial Trauma Centre
Address: Near SBI, Khodaram Baug, Tarapur Road,
Boisar, Dist. Thane, Timing: 4:00 pm to 7:00 pm
Tel.: 02525 267181 Mobile: +91 98231 82340



SHAMIYANA DYEING

MANUFACTURERS & PRINTERS OF ALL TEXTILE PRODUCTS

JETPUR-NAVAGADH, GUJARAT (INDIA) - 360 370.

Tel.: +91-2823-224345, Fax: +91-2823-220982, E-mail: shamiyanadyaing@gmail.com

MUSTAK - +91 9879909192
KADAR - +91 98792 79296

If undelivered please return to:



ટાઇમ્સ ઓફ ખત્રી
Times of Khatri

Halai Muslim Khatri Trust

Gokulnagar, Street No. 3, B/h. 50 Feet Road,
Kothariya Main Road, RAJKOT-2. Mob. 94272 52547

To,

Posting Dt. 7th of every month at Rajkot RMS

સમાચાર ધર્મણ

મીઠું મોઢું

અમદાવાદના રહીશ જનાબ મોહમ્મદ અમીન હાશિમ ગિરાચના નેક ફરઝંદ મોહમ્મદ ઉવેશ ની સગાઈ (મીઠું મોઢું) જૂનાગઢના રહીશ મર્હુમ મોહમ્મદ હનીફ મોહમ્મદ સિદ્દીક ધડાની નેક દુખ્તર અતિયા સાથે તા. ૨૫-૦૬-૨૦૨૪ના રોજ અમદાવાદ મુકામે થયેલ છે.

લાલપુરના રહીશ જનાબ અબ્દુલસત્તાર હાજી ઉમર ગિરાચના નેક ફરઝંદ હામિદ ની સગાઈ (મીઠું મોઢું) ખંભાળીયાના રહીશ મર્હુમ ગુલામ કાદર આરબાણીની નેક દુખ્તર ફિઝા સાથે તા. ૨૦-૦૬-૨૦૨૪ના રોજ ખંભાળીયા મુકામે થયેલ છે.

હજ્જે બચતુદ્દાહ

જામનગરના રહીશ જનાબ અનવર હાસમ ટાટારીયા તથા તેમના એહલીયા મોહતરમા ગઝાલા અનવર ટાટારીયા તા. ૨૨-૬-૨૦૨૪ના રોજ હજ્જે બચતુદ્દાહની મુબારક સફરેથી હજજ મુકમ્મલ કરીને ઘરે પરત આવેલ છે. અલ્લેહ્મુલીલાહ. આ ખુશીના પ્રસંગે તેમના તરફથી અંજુમનને રૂ. ૨૫૦, ફેડરેશનને રૂ. ૨૫૦, હાલાઈ મુસ્લિમ ખત્રી ટ્રસ્ટને રૂ. ૨૫૦, ઈકો ફાઉન્ડેશનને રૂ. ૨૫૦, જામનગર જમાઅતને રૂ. ૨૫૦ બક્ષિસ આપેલ છે. શુક્રિયાહ સહ મુબારકબાદ.

ઉન્નતી કે સિતારે

જામનગરના રહીશ જનાબ અનવર હાસમ ટાટારીયાના મોટા પુત્ર ઈઝહાન એ BITS Pilani Hyderabad Campus માં B.Tech. in Computer Science Engineering માં ચોથા સેમેસ્ટરમાં ઉત્તિર્ણ થઈ અમદાવાદ ખાતે ૨ માસની ઈન્ટર્નશીપમાં જોડાયેલ છે.

તેમના નાના પુત્ર ઝીયાન એ ધો. ૧૦ CBSE બોર્ડમાં ૯૩.૮% સાથે ઉત્તિર્ણ થયેલ છે.

આ ખુશીના પ્રસંગે જનાબ અનવર હાસમ ટાટારીયા તરફથી અંજુમનને રૂ. ૫૦૦, ફેડરેશનને રૂ. ૫૦૦, હાલાઈ મુસ્લિમ ખત્રી ટ્રસ્ટને રૂ. ૫૦૦, ઈકો ફાઉન્ડેશનને રૂ. ૫૦૦ તેમજ જામનગર જમાઅતને રૂ. ૫૦૦ બક્ષિસ આપેલ છે. શુક્રિયાહ સહ મુબારકબાદ.

કોડીનારના રહીશ જનાબ રફીક હાજી અહમદ મકકડની નેક દુખ્તર અકશાબાનુ એ ભક્ત કવિ નરસિંહ મહેતા યુનિવર્સિટી (BKNMU) માંથી B.Sc. Microbiology માં ૮૫% મેળવી ડિગ્રી પ્રાપ્ત કરેલ છે. આ ખુશીના પ્રસંગે એમના વાલીદ જનાબ રફીક હાજી અહમદ મકકડ તરફથી ખાદિમને રૂ. ૨૦૧ અને ટાઇમ્સ ઓફ ખત્રીને રૂ. ૨૦૧ બક્ષિસ આપેલ છે. શુક્રિયાહ સહ મુબારકબાદ.



પોરબંદરના રહીશ જનાબ જુનેદ ઉમરની નેક દુખ્તર નિકહત એ એમ.બી.એ. ફાઇનલમાં તેણીની કોલેજમાં પ્રથમ રેન્ક, પોરબંદર જિલ્લામાં પ્રથમ રેન્ક અને જી.ટી.યુ. યુનિવર્સિટીમાં ત્રીજો રેન્ક મેળવી સફળતા મેળવેલ છે.

Special Message from Dr. Aziz Khatri, Mumbai

"Huge Congratulations on passing your exam! Your hard work and dedication have truly paid off. You should be incredibly proud of yourself for achieving this milestone. Your success is a testament to your perseverance and commitment to excellence. Keep shining and reaching for even greater heights! Well done..."

Contd. from Page No. 5....

Start Small: Begin by making small changes in your posture and demeanor. Stand a little taller, maintain eye contact, and use open, expansive gestures.

Consistency: Consistent practice can lead to long-term changes in how you feel and behave, transforming you into a more assertive and empowered individual.

Conclusion

The concept of "fake it till you make it" is more than just a motivational phrase. It is backed by psychological research showing that adopting confident behaviors can lead to actual changes in our mind set and hormonal balance. By embracing powerful body language, you can train your mind to become more assertive and confident over time.