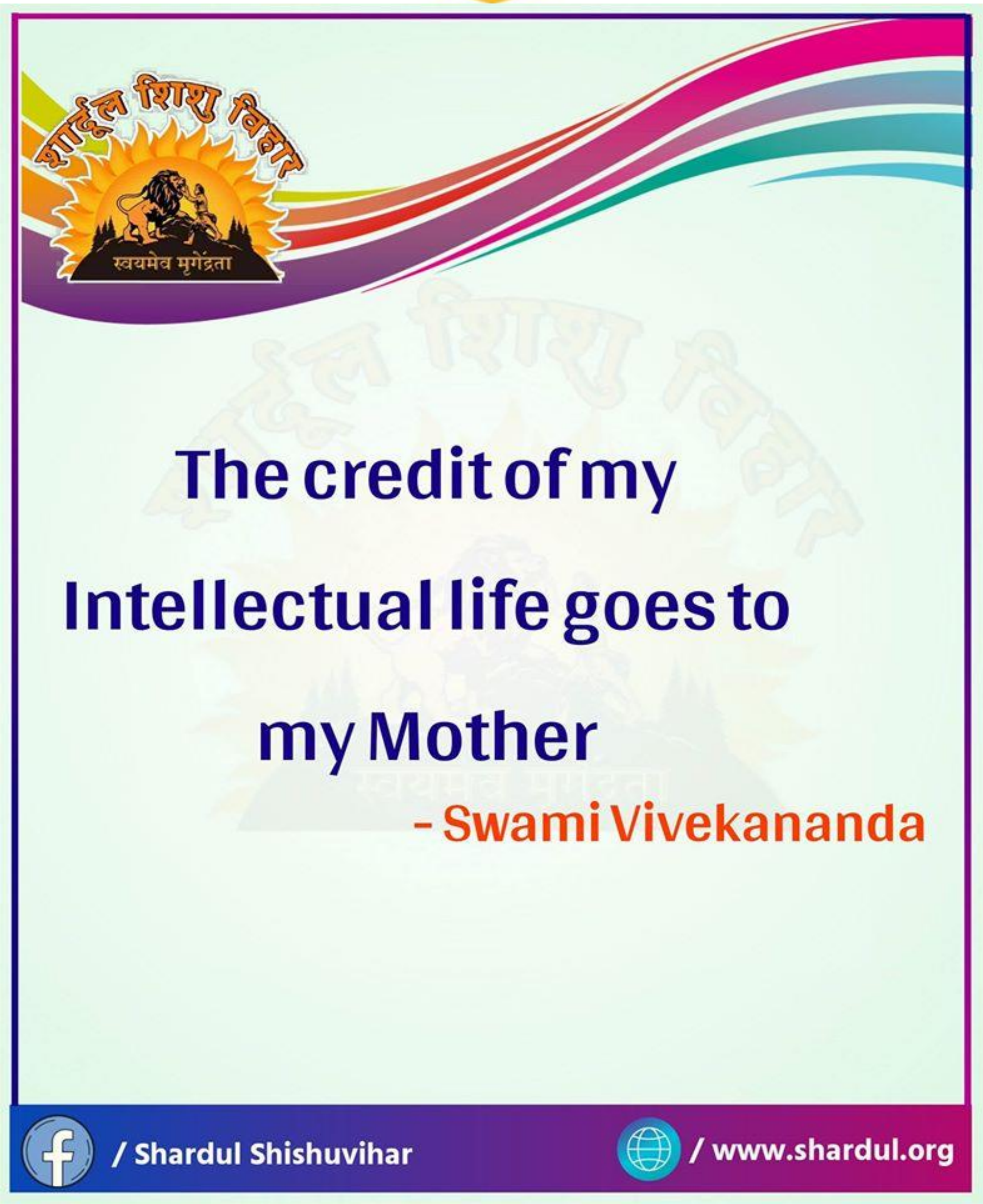
તા- ૧૪/૦૫/૨૦૨૦



शार्दूल शिशु विहार
स्वयमेव मृगेंद्रता
The credit of my
Intellectual life goes to
my Mother
- Swami Vivekananda
/ Shardul Shishuvihar
/ www.shardul.org

સુડોકુ

		2	1	6	7			5
		5					1	9
		1				7		2
9		4			1		7	
6							8	
3				2	9			6
	4		2	7		5		
	7			1		6		4
	8	6	4				9	

	4			9	6		2	7
2		9			5			
		5			7			9
8	6			2			1	
	2		7	5			3	
5				1	3	8	4	
			3			4	7	8
7		4						
9			4			2		3

ઉખાણું

વાચા નહીં પણ બોલી શકે,
પગ નહી પણ ચાલી શકે
વાગે પણ કાટાં નહીં
એનાં ઇશારે દુનિયા ચાલે.

જોડકણા

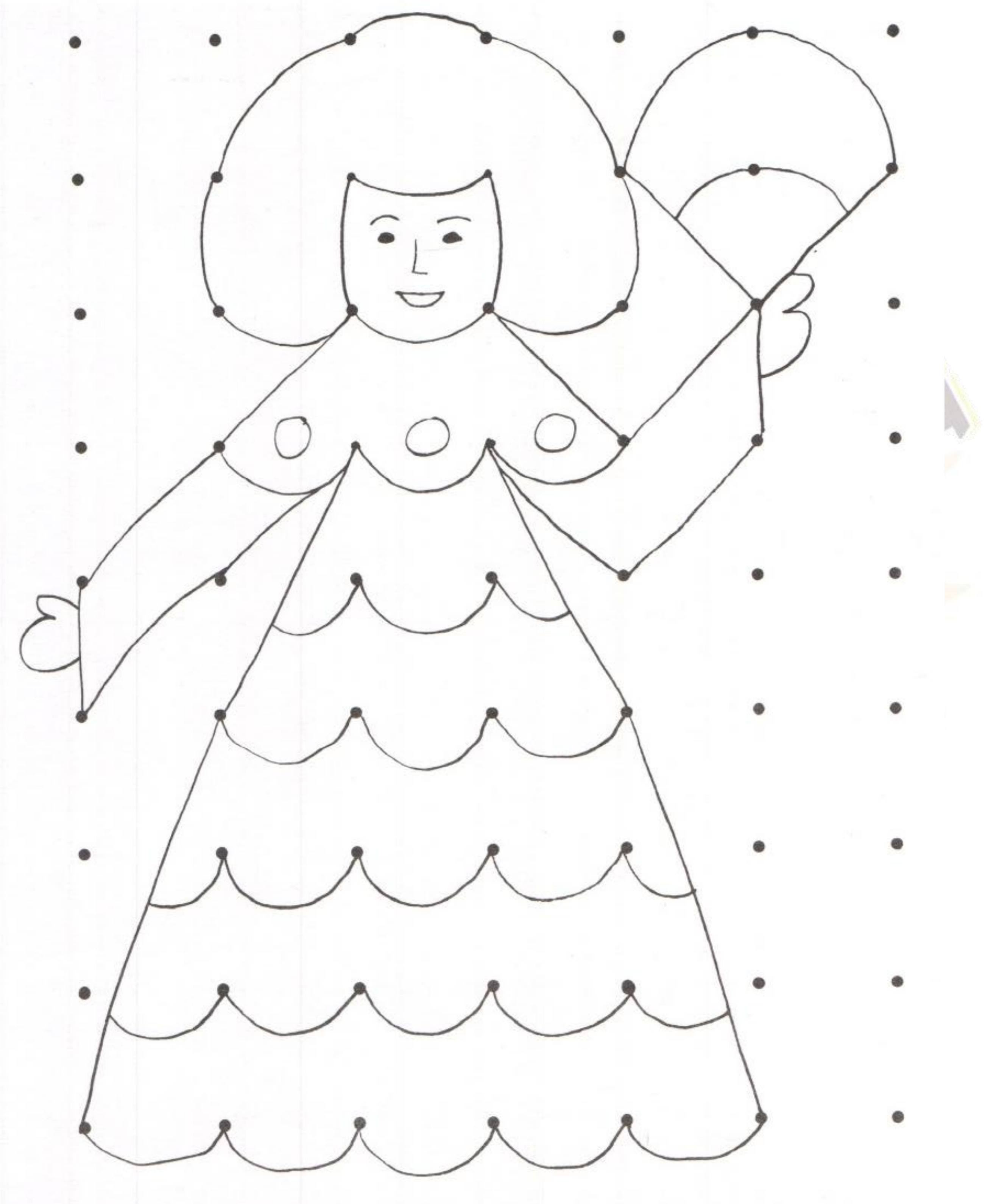
ચણ ચણ બગલી ચણાની દાળ
હું પપૈયો, તું મગની દાળ
શેરીએ શેરીએ ઝાંખા દીવા,
આવ રે કાગડા કઢી પીવા.

ગણ ગણ ગાંઠિયા તેલતેલ પળી,
ઊઠ રે લાલિયા ઝૂંપડી બળી.
બળતી હોય તો બળવા દે,
ઠરતી હોય તો ઠરવા દે.
આવ રે કાગડા કઢી પીવા.

ક્રિયાકલાપ

સાધન સામગ્રી	સ્ટીક, પથ્થર, ગુંદર, કલર.
વર્ણન	૮૩.૧ સ્ટીક ચોટાડવી, પથ્થર પર કલર કરી સ્ટીક પર ચોટાડવો.

ચિત્ર



વાર્તા

એમને ગરમ રસોઇ મળેને !

- હરિશ્ચંદ્ર

વિનોબાની બા બહુ સેવાભાવી. આડોશ-પાડોશમાં કોઈ સાજું-માંદું હોય, તો તેની સેવા-ચાકરી કરવા ઝટ પહોંચી જતી. કોઈને અડચણ હોય, તો તેને ત્યાં જઈને રસોઈ પણ બનાવી દેતી. મહિનામાં બે-ચાર વાર આવી સેવા કરવાનો મોકો એમને મળતો. ત્યારે સવારે વહેલા ઊઠી પોતાના ઘરનું કામકાજ, રસોઈ પતાવી પછી પેલે ઘેર જઈને રસોઈ કરી આપતી.

એક દિવસ વિન્યાએ હસતાં હસતાં માને કહ્યું, 'મા, તું તો ભારે સ્વાર્થી છે ! પહેલાં તું ઘરની રસોઈ કરે છે અને પછી પડોશીની!'

મા જવાબ આપે છે: વિન્યા, તું તો ભારે મૂરખ છે ! આટલુંયે નથી સમજતો ? જો હું તેના ઘરની રસોઈ વહેલી બનાવું તો ખાવા ટાણે ઠરી જાય. એમને ઠંડી રસોઈ ન ખાવી પડે, તે માટે પહેલાં હું આપણે ઘેર રસોઈ બનાવીને પછી એમને ત્યાં જાઉં છું. એમને ગરમ ગરમ ખાવા મળેને !

વિન્યો શું બોલે ? સ્વાર્થને બદલે આ તો પરમાર્થ હતો. ખરી સેવાભાવનાના સંસ્કારની અમીટ છાપ તેના ચિત્ત પર પડી.

વિજ્ઞાન પ્રયોગ

વિરુદ્ધ આકર્ષણ

સૂચનાઓ :

- ટ્રેને પાણીથી ભરી દો
- ચિત્રમાં બતાવ્યા પ્રમાણે બે ચુંબકને રમકડાંની હોડીઓ સાથે ચોંટાડી દો
- બન્ને હોડીઓ પાણીમાં મૂકી દો અને એકબીજાની તરફ તેને ધક્કો મારો.
- જ્યારે હોડીના વિરુદ્ધ ધ્રુવો એકબીજાની નજીક આવ્યા ત્યારે શું થયું ?

બંને હોડી એકબીજાની સાથે ગઇ કે દૂર ખસી ?

સારાંશ :

તમને જોવા મળશે કે બન્ને હોડીઓ એકબીજાની જોડે આવે છે અને એકબીજાને આકર્ષે છે.

સિદ્ધાંત :

ચુંબકના સમાન ધ્રુવ વસ્તુને દૂર ધકેલે છે જ્યારે વિરુદ્ધ ધ્રુવ એકબીજાને આકર્ષે છે.

ગૃહકાર્ય
બાળમિત્રો, આજે મમ્મીને થોડો આરામ મળે તેવું કરીશું... બપોરે અને રાત્રે બધા સભ્યો જમી લે, ત્યારબાદ વાઈન્ડઅપ અને વાસણ ધોવાની સેવા આપણે કરીશું... મમ્મી રાજી-રાજી થઇ જશે...
https://vimeo.com/showcase/7096710
https://www.youtube.com/watch?v=4Ppw2oMK-0Y&feature=youtu.be

રમત
https://vimeo.com/showcase/7096800
https://vimeo.com/showcase/7096965
https://www.youtube.com/watch?v=mtTf3t-RYOM&feature=youtu.be

મેરા ભારત મહાન.

-: રામાયણ :-

દશરથ રાજાએ પુત્ર પ્રાપ્તિ માટે કયો યજ્ઞ કર્યો હતો?

दुर्लभं भारते जन्म

જૈન મંદિરો, પાલીતાણા, ગુજરાત

પાલીતાણાના જૈન મંદિરો એ ગુજરાતના ભાવનગર જિલ્લામાં આવેલ પાલીતાણા શહેરની શત્રુંજય ટેકરી ઉપર આવેલ જૈન મંદિર સંકુલ છે. આ શહેર પહેલાં પાદલિપ્તપુર નામે જાણીતું હતું, તેને મંદિરોનું નગર કહેવાતું હતું. શત્રુંજયનો અર્થ "આંતરિક શત્રુઓ પર વિજય પમાડનાર સ્થળ" અથવા "આંતરિક શત્રુને જીતનાર" એવો થાય છે.

શ્વેતાંબર જૈનો દ્વારા શત્રુંજય ટેકરી પરના મંદિરો પવિત્ર ગણવામાં આવે છે. એમ માનવામાં આવે છે કે ૨૪માંના ૨૩ તીર્થંકરોએ આ ટેકરી ઉપર આવ્યા હતા. અહીં લગભગ આરસમાં કોતરણી ધરવતા ૮૬૩ મંદિરો છે તેમનો સમાવેશ મુખ્ય ૯ સંકુલોમાં થયેલો છે. અમુક સંકુલો ખૂબ મોટા છે, જ્યારે મોટા ભાગના સંકુલો નાના છે. અહીંનું મુખ્ય મંદિર પ્રથમ તીર્થંકર ઋષભદેવને સમર્પિત છે. શ્વેતાંબર મૂર્તિપૂજકો માટે આ સૌથી પવિત્ર સ્થળ છે. મુખ્ય મંદિર સુધી પહોંચવા ૩૫૦૦ પગથિયાં ચડવા પડે છે. જૈન સમાજમાં ઝારખંડમાં આવેલા શિખરજી અને પાલીતાણા સૌથી પવિત્ર યાત્રાધામો છે. જૈનો માને છે કે નિર્વાણ પામવા માટે જીવનમાં આ બે સ્થળોની યાત્રા આવશ્યક છે.

દિગંબર જૈનો આ ટેકરીઓ ઉપર માત્ર એક જ મંદિર ધરાવે છે. રસપ્રદ વાત એ છે કે હિંગરાળ અંબિકાદેવી કે હિંગળાજ માતા આ ટેકરીની અધિષ્ઠાતા દેવી મનાય છે. તેઓ હિંદુ દેવી છે જેઓ પ્રાયઃ બલુચિસ્તાન, સિંધ કચ્છ અને સૌરાષ્ટ્રમાં પણ પુજાય છે.

પાલીતાણાના મંદિરો ૧૧મી સદીથી શરૂ કરીને ૯૦૦ વર્ષના સમયગાળામાં બંધાયા છે. સૌથી પ્રાચીન કુમારપાળ સોલંકી, નામના મહાન જૈન દાનવીરે બંધાવ્યા હોવાનું મનાય છે.એમ કહેવામાં આવે છે કોતરકામ કરનારનું મહેનતાણું તેણે દિવસ દરમ્યાન કરેલ કોતરણી કરતા પડેલી આરસની કરચ ભૂકી પરથી નક્કી થતું હતું અને આ કોતરણી ખરબચડા દોરડા દ્વારા કરવામાં આવતી. ૧૩૧૧ની સાલમાં તુર્ક આક્રમણ સમયે તેનો નાશ કરવામાં આવ્યો. તે સમયે ૫૦ વર્ષીય મુનિ જીનસૂરી આ મંદિરોના પ્રમુખ હતા.અમુક મંદિરોનો જીર્ણોદ્ધાર સમર શાહના સમય માં શરૂ થયો.

જોકે આ કાર્યને બે શતાબ્દી પછી ઈ.સ. ૧૫૩૯માં વેગ મળ્યો અને તેજપાલ સોની નામના વેપારી દ્વારા ઋષભદેવ મંદિરના અભિષેક નિમિત્તી અહીંની જાત્રા કરી હતી. તે સમય પછી અહીં મંદિરોનો વિસ્તાર વધતો ગયો. આદિનાથ, કુમારપાળ, સંપ્રતિરાજા, વિમલશાહ, સહસ્ત્રકુતા, અષ્ટાપદ અને ચૌમુખ મંદિરો પાલીતાણાના મુખ્ય મંદિરો છે.

शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम् ।।

નાડી શોધન / અનુલોમ-વિલોમ

પાંચ આવર્તન

કપાલભાતિ

૧૦ થી ૨૦ સ્ટ્રોક – ૩ વાર

ભ્રામરી

પાંચ આવર્તન

ભસ્ત્રીકા

-: અપેક્ષા રહિત કામ કરવું :-

શાર્દૂલ શિશુ વિહાર સુરત :- 7818088520 શાર્દૂલ શિશુ વિહાર જુનાગઢ :- 9722127743 શાર્દૂલ શિશુ વિહાર કર્ણાવતી :- 9904469844 શાર્દૂલ શિશુ વિહાર પુણે :- 7249696110
પાછલા ઝરણાંની આવૃત્તિ માટે જાવ http://www.shardul.org/
https://www.facebook.com/Shardul.Official/