

आ

भारत, रूस, उजबेक
का समसामयिक सरोकार

लेखक
डॉ. प्रदीप कुमार मिश्र



₹ 400/-



अद्वैत प्रकाशन

adwaitprakashan@gmail.com

ISBN 978-93-82554-52-3



9 789382 554523

अनुक्रम

आशीर्वाद	(v)
दो शब्द	(vii)
संपादकीय	(ix)
उनका चिंतन और बहुआयामी जीवन : श्री अनिल शास्त्री	13
ममता, त्याग और श्रद्धा की प्रतीक देवी : श्री इन्द्रमणि सिंह	19
रूसी साम्राज्य के विकास में शिक्षा, भाषा-साहित्य तथा प्रकाशन का योगदान : डॉ. प्रदीपकुमार सिंह	31
उज्बेकिस्तान का सांस्कृतिक वैविध्य : डॉ. अनिल सिंह	42
भारत की संस्कृति : डॉ. विनय कुमार	47
रूस का समाज : डॉ. अजय भाई पटेल	52
कालजयी कहानी : कथ्य और तथ्य : प्रो. (डॉ.) अर्जुन चव्हाण	57
भूमंडलीकरण के दौर में भारतीय, रसियन और उज्बेकी संस्कृति का योगदान : विजय कुमार सदेश	79
भूमंडलीकरण के दौर में भारतीय संस्कृति का योगदान : डॉ. पुष्पा रानी	83
यूरोप में पुनर्जागरण : परिभाषा तथा कारण : डॉ. नरेशभाई रामजीभाई पटेल	92
इतिहास के आईने में रूस : प्रो. सत्यनारायण राव	98
रूस की सांस्कृतिक चेतना : डॉ. सविता सिंह	104
उज्बेकिस्तान : समाज तथा भाषा : प्रा. गोविंद मुरारका	111

यूरोप में पुनर्जागरण : परिभाषा तथा कारण

डॉ. नरेशभाई रामजीभाई पटेल

प्राचीन काल में सांस्कृतिक, आध्यात्मिक और वैचारिक आंदोलन का प्रणेता भारत को माना जाता था। इसी प्रकार आधुनिक काल में पुनर्जागरण, प्रजातंत्र सहित कई विचारधाराएँ यूरोप से प्रवाहित हुईं, जिससे आधुनिक युग का सूत्रपात हुआ। जिस प्रकार प्राचीन काल का वैचारिक नेतृत्व भारत (विशेषकर बिहार—बौद्ध धर्म, जैनधर्म, तिब्बती गणतंत्र का प्रादुर्भाव यहीं से हुआ) ने किया, उसी तरह मध्यकाल का वैचारिक नेतृत्वकर्ता इन यूरोप को मान सकते हैं। पुनर्जागरण की प्रक्रिया पंद्रहवीं शताब्दी से विश्व-स्तरीय पर सबसे छोटी महाद्वीप है। पुनर्जागरण की प्रक्रिया पंद्रहवीं शताब्दी से विश्व-स्तरीय पर शुरू हुई, जिसका संपूर्ण विश्व में धीरे-धीरे प्रभाव पड़ा। पुनर्जागरण के पश्चात मध्यकालीन कूप-मंडकता दूर हुई और तत्परक विश्लेषण का दौर शुरू हुआ। नवीन दुनिया की खोज यूरोप ने की थी। अफ्रीका और एशिया में औपनिवेशिक, व्यापारिक तथा ईसाई धर्म के प्रचार की गतिविधियाँ यूरोप ने की थीं। विश्व के एक भाग को, दूसरे भाग के साथ घनिष्ठ संबंध से जोड़ने वाला यूरोप था और उसमें भी विशेष तौर पर, पश्चिमी यूरोप था। आधुनिक युग के प्रारंभ में पश्चिमी यूरोप में व्यापक सांस्कृतिक जागृति निरंतर हो गई और उसके स्थान पर नवीन भौतिक विकास की व्यापक गतिविधियाँ प्रारंभ हुईं। यह सांस्कृतिक पुनर्जागरण कहलाता है। इसका सूत्रपात इटली से हुआ, परंतु जल्दी ही इंग्लैंड, फ्रांस, स्पेन, जर्मनी, नीदरलैंड आदि सभी पश्चिमी यूरोपीय देशों में व्याप्त हो गया।

92 / भारत, रुस, उज़बेक का समासमयिक सरोकार

पुनर्जागरण से अभिप्राय

पुनर्जागरण का आशय मध्यकालीन विभ्रंशकाल में सोई हुई सभ्यता को, प्राचीन ग्रीको-रोमन आदर्शों के आधार पर जगाने से है, अर्थात् प्राचीन ग्रीको-रोमन संस्कृति के पुनर्प्रचलन से है। आधुनिक युग के प्रारंभ में पश्चिमी यूरोप में 1453 ई. में 1650 ई. तक साहित्य, चित्रकला, मूर्तिकला, वास्तुकला, दर्शन, विज्ञान आदि क्षेत्र में जो भी गतिविधियाँ हुईं, चाहे उनका आधार प्राचीन ग्रीको-रोमन संस्कृति रहा हो या उनका नया विकास हुआ हो, सभी का अन्वयन पुनर्जागरण के तहत किया जाता है। स्पष्ट है कि पुनर्जागरण का उद्देश्य ग्रीको-रोमन संस्कृति की तरह नागरिकों का ध्यान पुनः आकर्षित करना ही नहीं था, अपितु इसके नवीन विचारों के आधार पर इन नूतन भविष्य का सृजन करना भी था। इस शब्द का प्रयोग व्यापक अर्थ में किया जाना चाहिए। प्रसिद्ध इतिहासकार रॉबर्ट एरगॉन्स लिखते हैं, सांस्कृतिक पुनर्जागरण का आशय मध्य-युग से आधुनिक युग को ताने वाले उन सभी परिवर्तनों से है, जैसे—सामंती व्यवस्था का पतन, प्राचीन साहित्य के अध्ययन के प्रति अभिरुचि, राष्ट्रीय राज्यों का उत्कर्ष, आधुनिक विज्ञान का आरंभ, गतिशील जड़ों एवं उपसहानों का आविष्कार, बास्स, कुतुबनुमा का आविष्कार, नये व्यापारिक मार्गों की खोज, नए देशों तथा अमेरिका की खोज तथा प्रारंभिक पूँजीवाद के विकास से है। ऐसे ही विचार फिशर ने भी व्यक्त किए हैं, सर्वप्रथम इटली के नगरों में प्राचीन यूनानी एवं रोमन कला, साहित्य, संस्कृति का पुनर्गठन, मानवतावादी आंदोलन का प्रारंभ, धार्मिक क्षेत्र में प्राचीन यूनानी सभ्यता का समावेश, स्थापत्य एवं चित्रकला का नवीन स्वरूप, व्यक्तिवादी एवं स्वतंत्र व्यापार के सिद्धांतों का विकास, नवीन रुचि, नया दृष्टिकोण, वैज्ञानिक एवं ऐतिहासिक आलोचना, उपासकानों का आविष्कार, दर्शन एवं धर्मशास्त्र का नवीन स्वरूप तथा विवेचन आदि विशेषताओं को सामूहिक रूप से सांस्कृतिक पुनर्जागरण कहते हैं। डी. डब्ल्यू साउथगेट भी लिखते हैं—“पुनर्जागरण के तहत अन्वेषण की भावना का विकास हुआ, विचारधारा एवं कार्य में स्वतंत्रता की भावना का विकास हुआ, जब भूतकाल की शिक्षाओं, अंधविश्वासों तथा परंपराओं को बिना प्रश्न किए लोग स्वीकार करने को सहमत नहीं थे। मध्ययुगीन संस्थाओं के प्रति एक आलोचनात्मक प्रवृत्ति थी, जो बक्त के साथ बढ़ती गई।”

इस प्रकार पुनर्जागरण के उपरांत संपूर्ण यूरोप में वैचारिक स्तर पर जागृति उत्पन्न हुई। जनता का जीवन के प्रति मोह पैदा हुआ। सांसारिक सुखों ने भी

यूरोप में पुनर्जागरण : परिभाषा तथा कारण / 93

ભારતીય ભાષા લોક સર્વેક્ષણ

ગુજરાત, દીવ-દમણ અને દાદરા-નગર હવેલીની ભાષા

ગ્રંથ ૯, ભાગ ૩



મુખ્ય સંપાદક
ગણેશ દેવી

સંપાદક
કાનજી પટેલ

bhasha



ઓરિએન્ટ બ્લેકસ્વાન

भारतीय भाषा शोध संस्थान - गुजरात, टीव-टमल्ल अन इस्टा-नगर हवेलीनी भाषा, अंध ए, भाग ३

ओरिअन्ट ब्लैकस्वान प्रॉपिटेड लिमिटेड

मुख्य अर्थावय

३-६-७५२ सिमाथत नगर, देहरादून २०० ०२८ (तेलुगुना), भारत

ई-मेल : centraloffice@orientblackswan.com

साथान्यो

भेगलोर, ओपाय, लुनरैस्वर, डालकाता, वेमर, अनाइलम, लुचालटी,

देहरादून, कथपुः लभनखि, मुमर, नवी दिल्ली, नोडडा, पटना, विनाथका

© भाषा सिस्तेम अन्ड पब्लिकेशन सेन्टर, वडोडा

प्रथम संस्करण २०१६

अंध ए, भाग ३

ISBN : 978-81-250-6112-0

पुस्तक संख्या : ओरिअन्ट ब्लैकस्वान

आवरण संख्या : भारत ईस्टा

टाइप सेटिंग : भाषा सिस्तेम अन्ड पब्लिकेशन सेन्टर, वडोडा द्वारा प्रीप्रिंट गुजराती ७५० १२/१५५५ अंकित

मुद्रक : इंदोरियस डिस्ट्री, दिल्ली

प्रकाशक

ओरिअन्ट ब्लैकस्वान प्रॉपिटेड लिमिटेड

१/२४ आरड अली रोड

नवी दिल्ली ११० ००२

ई-मेल : delhi@orientblackswan.com

Maps by

Sangam Books (India) Private Limited

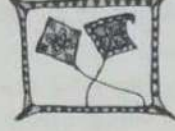
Hyderabad

The following are applicable for the maps in this book:

1. © Government of India. Copyright 2015.
2. The responsibility for the correctness of the internal details rests with the publisher.
3. The territorial waters of India extend into the sea to a distance of twelve nautical miles measured from the appropriate base line.
4. The external boundaries and coastlines of India agree with the Record/Master Copy certified by the Survey of India vide their letter No. T.B. 645/62-A-3/A, dated 3 December 2015.
5. The spelling of names in the maps have been taken from various sources.

भारतीय भाषा शोध संस्थान नोटे वामरोताए टाटा इस्टे, मुमर अन्ड अरिअन्ट ब्लैकस्वान कपो छे.

૧૫



ગરાસિયા

હસુ યાજ્ઞિક, ભગવાનદાસ પટેલ, પ્રભુદાસ પટેલ

ગરાસિયા ભીલી

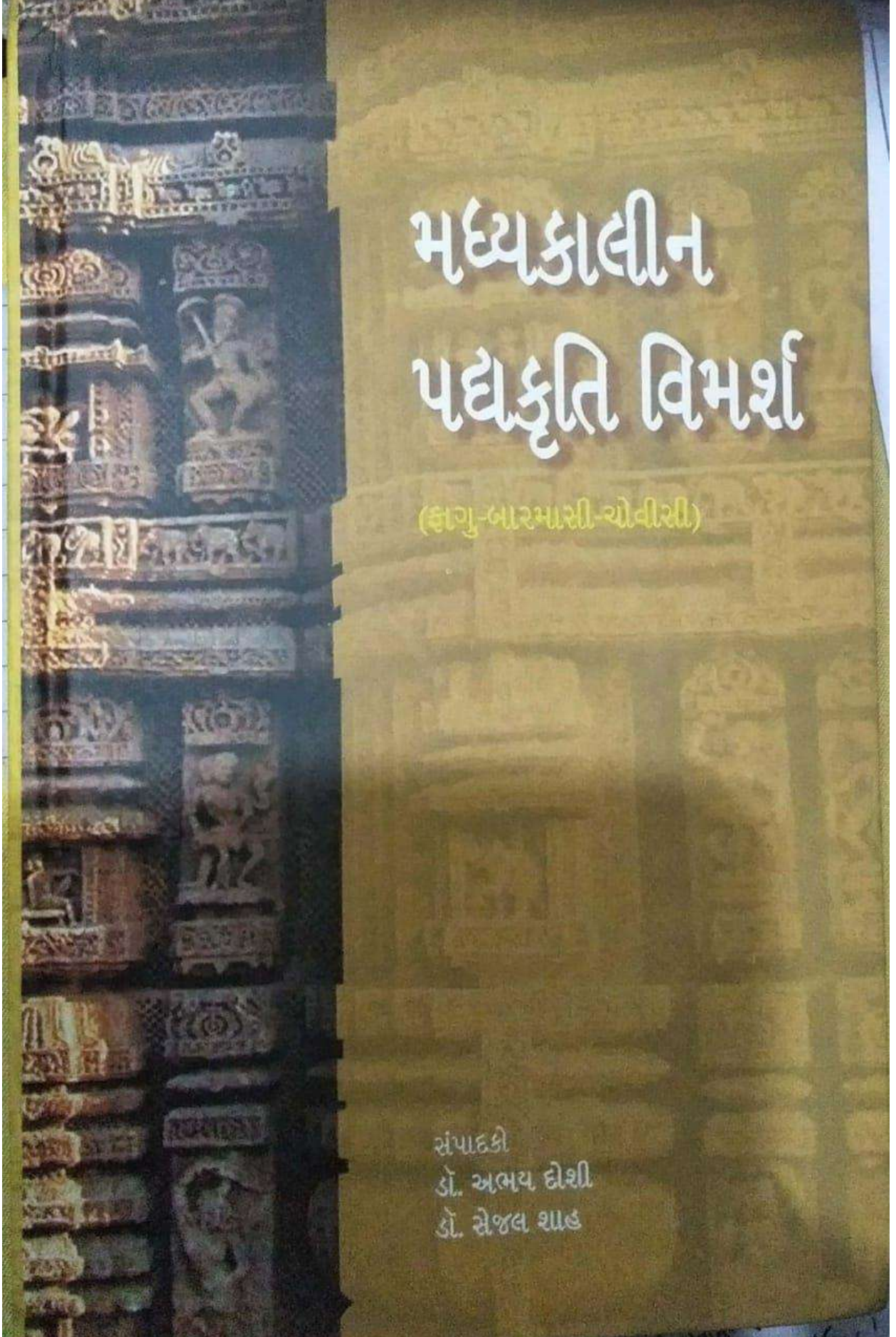
બનાસકાંઠા અને સાબરકાંઠાના દાંતા વગેરેના વિસ્તારમાં ગરાસિયા ભીલ અને ડુંગરી ભીલ એવી ભીલોની બે જાતિઓનો વસવાટ છે. ગરાસિયા ભીલના પણ બે પ્રકાર-જાતિગત પેટા પ્રકાર છે. જેમાં ગરાસિયા અને સોખલા ગરાસિયાનો સમાવેશ થાય છે. તે બન્ને પેટાજાતિઓની ભાષાઓનો સમાવેશ ભીલીમાં થાય છે અને તેમનાં કંઠ-પરંપરાનાં સાહિત્ય, ધર્મ, ઋદ્ધા અને સામાજિક રીતરિવાજ તથા વિધિવિધાનમાં કેટલીક પાયાની સમાનતા હોવા છતાં જાતિગત, ઉત્પત્તિ, કુળમૂળની દૃષ્ટિએ કેટલીક ભિન્નતા પણ છે. બેથી એકની ભાષામાં પણ કેટલોક મહત્વનો ભાષાકીય તફાવત પણ છે.

ગરાસિયા ભીલ જાતિનો વસવાટ ગુજરાતના દાંતા, અમીરગઢ અને ખેડબ્રહ્મા તાલુકાઓમાં આવેલી અરવલ્લી પહાડની ટેકરીઓનાં ગામોમાં છે. ગરાસિયા અને સોખલા ગરાસિયા એ બન્ને પેટાજાતિઓનો સમાવેશ આદિવાસી ભીલની મુખ્ય જાતિમાં થતો હોવાથી તે બન્ને પેટાજાતિઓના અલગ અલગ ભાષકસંખ્યાના આંકડા મળતા નથી. આથી ઈ.સ. ૧૯૯૧ની ગણતરી પ્રમાણે ભાષક સંખ્યા ૧,૪૮,૯૨૦ છે, જેમાં પુરુષની સંખ્યા ૭૬,૦૫૮ અને સ્ત્રીઓની સંખ્યા ૭૨, ૮૬૨ છે.

ગરાસિયા ભીલની જાતિનો વસવાટ શામળાજીથી રતનપુરમાં છે. દાંતા તાલુકાનાં રાણપુર વગેરે ૧૪ જેટલાં ગામડાંમાં, જોટિયાવાળી(કાનપુર) જેવા અમીરગઢના વિસ્તારમાં સોખલા ગરાસિયાનો વિશેષ વસવાટ છે. દાંતા-અમીરગઢના તાલુકાની ઉત્તર દિશાએ આગળ વધતાં રાજસ્થાનની સીમા આવે છે. આથી આ પટ્ટીની નજીક વસતા સોખલા ગરાસિયાનાં ભાષા, જીવન-પદ્ધતિ અને સંસ્કૃતિ પર રાજસ્થાનની વિશેષ અસર છે.

ભીલી ભાષાનાં કુલ મૂળ અને પેટા -પ્રકાર

ભીલોની વસ્તી ગુજરાતના ઉત્તર પશ્ચિમ ભાગથી આરંભીને તે છેક દક્ષિણ ગુજરાતના ડાંગના વિસ્તાર સુધીમાં છે. આમાં મુખ્ય ભીલ આદિવાસી જાતિ ઉપરાંત અન્ય ૨૩-૨૪ જેટલી બીજી તડવી, રાઠવા, કુણબી, ઘોડિયા, ચૌધરી જેવી આદિવાસી જાતિઓ છે અને તેમની ભાષાઓ જુદી મનાતી હોવા છતાં એ બધી જ ભાષાઓનો મૂળ અને કુળનો સંબંધ ભીલી સાથે છે. આ મૂળ ભીલીનો જન્મ ઈ.સ. ૮૫૦ પછી નવી અર્વાચીન આર્યભાષાઓ જન્મી તેની સાથે છે. આ ગાથાની રાજસ્થાન -ગુજરાતની શૌરસેની અપભ્રંશમાંથી જન્મેલી ત્રિપરતને જેને Old Western Rajasthani કહેવે અને ઉમારાંકર જોશીએ એને મારુ-ગુર્જર ભાષા તરીકે ઓળખાવી તેની સાથે છે. પશ્ચિમની નવમી સદીથી જન્મેલી આ મુખ્ય ભાષામાંથી જ જેમ ગુજરાતી અને રાજસ્થાની એમ બે મુખ્ય ભાષાઓ જુદી પડી, તેમ જો કાળે રાજસ્થાન -ગુજરાતમાં મારુ-ગુર્જર ભાષા બોલાતી હતી તે સમયે ચારણ જાતિઓનું ભાષાનું સ્વરૂપ પણ મારુ-ગુર્જર હતું. એનો કુળગત સંબંધ શૌરસેની અપભ્રંશ સાથે જ હતો અને તેમાંથી ચારણી-



मध्यकालीन पद्यकृति विमर्श

(डा.गु.भारमासी-चोवीसी)

संपादकी
डॉ. अभय दोशी
डॉ. सेजल शाह

✓
MADHYAKALIN PADHYAKRUTI VIMARSH
A collection of Essays on scholars of Jain literature and Research
Edited by
Dr. Abhay Doshi and Dr. Sejal Shah

Published by
Shri VeerTatva Prakashak Mandal Samadhi Mandir,
- VTP chowk, Shivpuri - 473551
Mukeshji Bhandavat.
M.No. 09425136615
Shri Roop Manek Bhanshali Cheritable Trust
128/129, Mittal chambers
228 Nariman Point, Mumbai 400 021
Phone : 022-66376491

પ્રથમ આવૃત્તિ ૨૦૧૬

પ્રત - ૩૦૦

કિંમત : ૫૦૦/-

ISBN : ૯૭૮-૯૩-૮૩૮૧૪-૫૯-૬

પ્રાપ્તિસ્થાન

શ્રીરૂપ માણેક ભંશાલી ચેરીટેબલ ટ્રસ્ટ
૧૨૮/૧૨૯, મિતલ ચેમ્બર્સ,
૨૨૮, નરિમાન પોઇન્ટ, મુંબઈ ૪૦૦ ૦૨૧
ફોન : ૦૨૨-૬૬૩૭૬૪૯૧

ગૂર્જર એજન્સી

રતનપોળનાકા સામે, ગાંધી માર્ગ, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૧
ફોન : ૨૨૧૪૪૬૬૩

ટાઈપસેટિંગ

શારદા મુદ્રણાલય

૨૦૧, તિલકરાજ, પંચવટી પહેલી લેન, એલિસબ્રિજ, અમદાવાદ-૬.
ફોન : ૨૬૫૬૪૨૭૯

મુદ્રક

ભગવતી ઓફસેટ, અમદાવાદ

‘સ્થૂલિભદ્રવિષયક ફાગુકાવ્યોમાં ભાવપક્ષ અને કલાપક્ષની તપાસ’

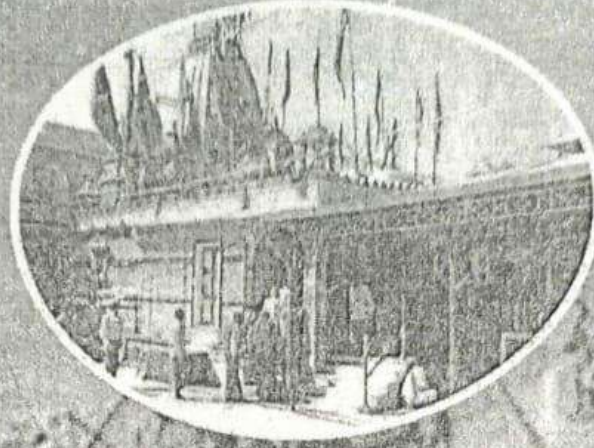
◆ ડૉ. પ્રભુદાસ આર. પટેલ

જૈન સાહિત્ય બહુધા વિરક્ત સાધુઓ દ્વારા રચાયું છે. તેથી તે મોટા ભાગે ધર્મમૂલક રહ્યું છે. જૈન ધર્મના પાયામાં ત્યાગ અને સંયમ જેવા ભાવો રહેલા છે. તેથી તેમની ફાગુરચનાઓમાં આરંભમાં સંયમિત રૂપે શૃંગારરસનું નિરૂપણ અને અંતે સંયમ, ત્યાગ કે ઉપશમમાં પરિણમતું હોય તે પ્રકારનું નિરૂપણ વિશેષ સાંપડે છે. જૈન કથાનકોમાં નેમિનાથ અને સ્થૂલિભદ્ર જેવાં ચરિત્રો સાથે સંકળાયેલ જીવનપ્રસંગોમાં વસંતઋતુ નિમિત્તે શૃંગારરસ નિરૂપવાનો અવકાશ છે. તેથી જ સૌથી વધુ ફાગુરચનાઓ નેમિનાથ - રાજુલ અને સ્થૂલિભદ્ર - કોશાના કથાનક ઉપર રચાયાં છે.

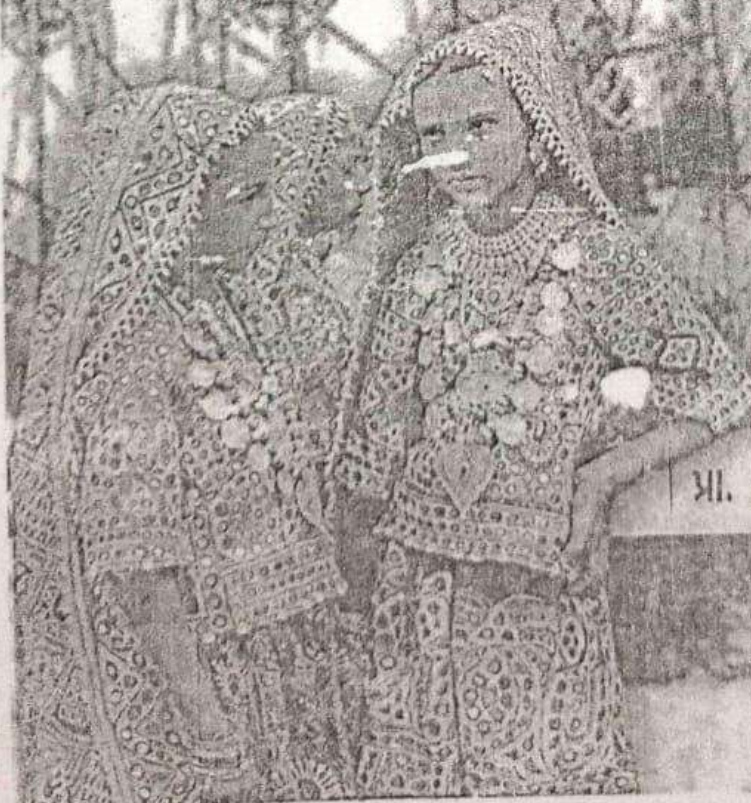
કથાવસ્તુ મૌલિક હોય કે ધર્મપ્રધાન - તે સર્જકની કલમે અવતરે છે ત્યારે તેનું પોતીકું બની જાય છે. પ્રત્યેક કૃતિમાં સર્જકપ્રતિભાના સંસ્પર્શો કશાકને કશાક, વિશેષ ઉન્મેષો વ્યક્ત થાય જ છે. તેથી જ એક જ વિષય આધારિત એકાધિક રચનાઓમાં અલગ-અલગ ભાવનો અનુભવ થાય છે. નેમિનાથ કે સ્થૂલિભદ્ર જેવા મહાન ત્યાગીઓનાં ચરિત્રો જૈન સર્જકોએ સ-હેતુક પસંદ કર્યાં છે. કેમ કે વૈરાગ્ય કે ભક્તિના કોરાકટ ઉપદેશને બદલે આવા સંયમશીલ ચરિત્રોને શૃંગારિક ભૂમિકાએ મૂકીને, અંતે વિજયી થતા દર્શાવાય તો બોધ પ્રભાવક રૂપમાં ભાવક ઝીલી શકે. આવા ધર્મપુરુષો, ત્યાગી-શ્રાવકોના ચરિત્રો માટે ગવાયેલાં સ્તવનો ભલે સંસારની - અસારતા કે ભાષાલાલિત્ય જોઈએ તો સાધુચિત્તમાંય રહેલી કવિ ભાગ્યે જ છૂપો રહેશે. અહીં મારો ઉપક્રમ સ્થૂલિભદ્ર વિષયક રચનાઓના ભાવપક્ષ અને કલાપક્ષ ઉભયની તપાસ કરવાનો રહેશે.

અત્યાર સુધી સ્થૂલિભદ્ર અને કોશાના કથાનક સાથે સંકળાયેલાં ચારેક ફાગુકાવ્યો સાંપડે છે: (૧) જિનપદ્મસૂરિકૃત ‘સ્થૂલિભદ્ર ફાગ.’ (૨) હલરાજકૃત ‘સ્થૂલિભદ્ર ફાગુ’ (૩) જયવંતસૂરિકૃત ‘સ્થૂલિભદ્ર - કોશા પ્રેમવિલાસ ફાગ’ અને (૪) માલદેવકૃત ‘સ્થૂલિભદ્ર ફાગ’

આ ચારેય રચનાઓમાં સ્થૂલિભદ્ર - કોશાનું કથાનક જુદીજુદી રીતે વસ્તુગ્રથન પામ્યું હોઈ સ્થૂલિભદ્રના જીવનવિષયક સંક્ષિપ્ત રૂપરેખા જાણવા પછી આ કૃતિઓની તપાસ કરીએ:



સાબરકાંઠા જિલ્લાના
લોકમેળાઓ



પ્રા. ડૉ. જસરાજભાઈ ચૌધરી





ISBN-978-93-82173-73-1

(C) Dr. Jasarajbhai chaudhari

प्रथम आवृत्ति : २०१६, प्रत : ५००, मूल्य : १५०/००

प्रकाशक :-

डॉ. स्वामी गौरांगशरणादेवाचार्य
अरावली प्रकाशन
'श्रीपंचमुष्णी 'दुमान मंदिर'
पोस्ट बॉक्स नं. ११
छिंमतनगर (साबरकांठा)
मो.नं.८४२८१ ७८८५४

टाईप सेटींग

श्री निम्बार्क मीडिया पब्लिकेशन
छिंमतनगर

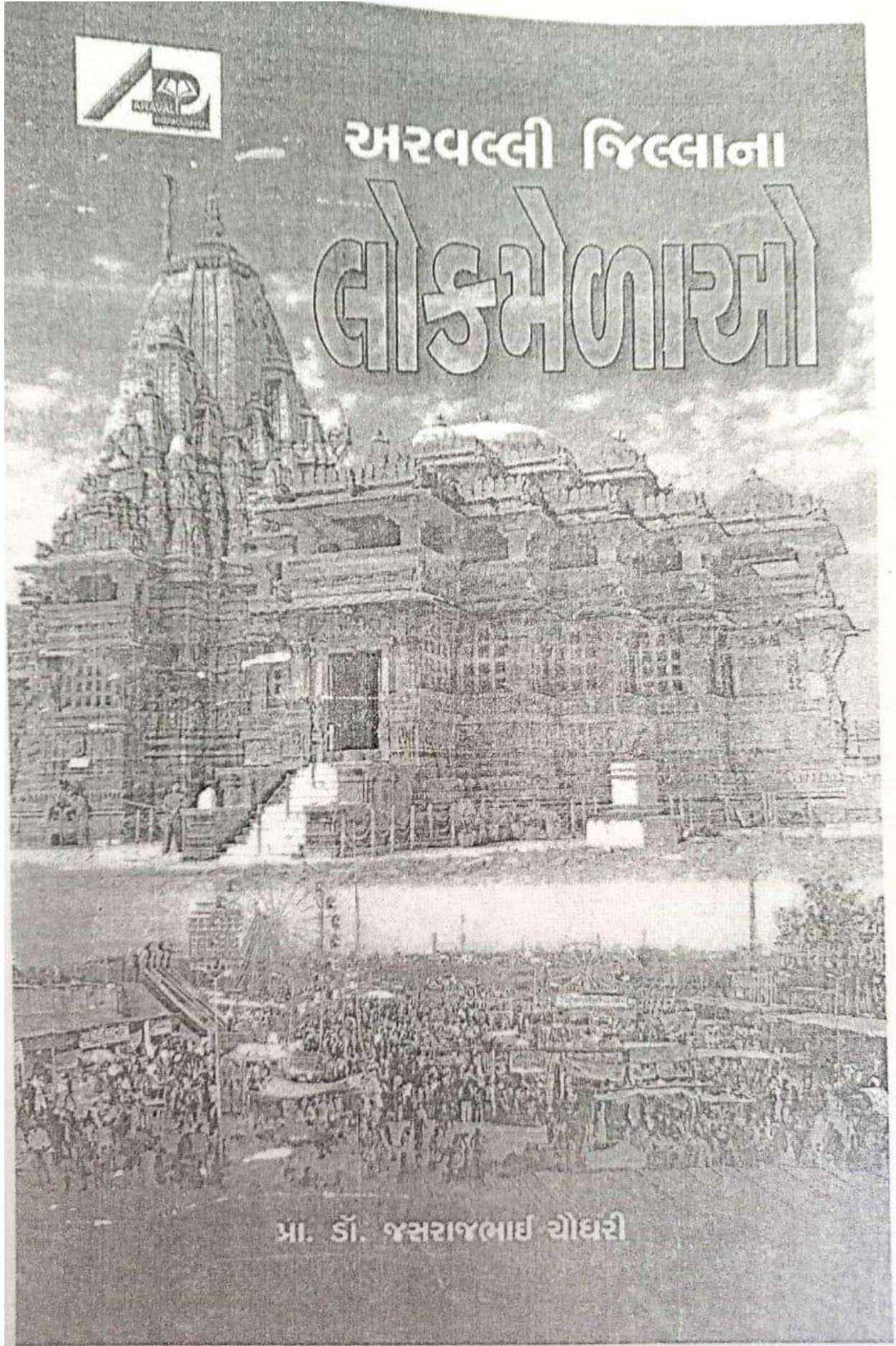
मुद्रक :

श्रीविद्या ओफसेट
पो.बो.नं. ११, छिंमतनगर

Sabarkantha jilla na lokmelao

By Dr. Jasarajbhai chaudhari

साबरकांठा जिल्ला लोकांमेलो - २





ISBN-978-93-82173-72-4

(C) Dr. Jasarajbhai chaudhari

પ્રથમ આવૃત્તિ : ૨૦૧૬ , પ્રત : ૫૦૦ , મૂલ્ય : ૧૫૦/૦૦

પ્રકાશક :-

ડૉ. સ્વામી ગૌરાંગશરણદેવાચાર્ય
અરાવલી પ્રકાશન
'શ્રીપંચમુખી હનુમાન મંદિર'
પોસ્ટ બોક્સ નં. ૧૧
હિંમતનગર (સાબરકાંઠા)
મો.નં.૯૪૨૯૧ ૭૯૮૫૪

ટાઈપ સેટીંગ

શ્રી નિબ્બાર્ક મીડિયા પબ્લિકેશન
હિંમતનગર
મુદ્રક :
શ્રીવિદ્યા ઓફસેટ
પો.બો.નં. ૧૧, હિંમતનગર

Aravalli jilla na lokmelao

By Dr. Jasarajbhai chaudhari

અરાવલી જિલ્લાના લોકમેલાઓ - ૨

॥ ॐ ॥

महाकविकालिदासविरचितम्

कुमारसम्भवम्

(सुबोधिकाटीकासहितम्)

प्रा.डॉ.मनुभाई डी. परमार

संस्कृत विभाग,

आर्ट्स कॉलेज, वडाली

जि. - साबरकांठा, गुजरात

प्रकाशक

ग्रीन फ्लेग फाउंडेशन

सोनासण, जिल्ला : साबरकांठा , गुजरात राज्य ,

पिन, ३८३२१०

C Pro. Dr. Manubhai D. Parmar

पुस्तक के किसी भी भाग या समुचित पुस्तक का किसी अन्य सदस्य को हस्तांतरण करने या उसे कौपीन करने से पहले लेखक की पूर्ण सन्मति लेना आवश्यक है। कभी भी कोपी राइट एक्ट का उल्लंघन माना जाएगा और ये कामूनी तौर पर अयत्न्य है।

ISBN 978-93-86366-46-7

प्रकाशन वर्ष

अगस्त, २०१७

टाइप & सेटींग

भरत बी. पटेल

एक्सेलेस कोम्प्युटर सेन्टर, हिमतनगर

प्रिन्टिंग & बाइंडिंग

भगवती प्रिन्टिंग प्रेस, हिमतनगर

प्रकाशक

ग्रीन फ्लेग फाउंडेशन

सोनासण, जिल्ला : साबरकांठा, गुजरात राज्य, पिन. ३८३२१०

एक प्रत का मूल्य: ३२५/- रु.

अनुक्रमणिका

१. प्रथमः सर्गः	०१
२. द्वितीयः सर्गः	३७
३. तृतीयः सर्गः	६६
४. चतुर्थः सर्गः	१०६
५. पञ्चमः सर्गः	१२५
६. षष्ठः सर्गः	१६८
७. सप्तमः सर्गः	२०३

सुभाषितमाला

संपादक

प्रा.डो. मनुभाई डी. परमार

संस्कृत विभाग

आर्ट्स कोलेज, वडाली

(गुजरात)

प्रकाशक

ग्रीन फ्लेग फाउंडेशन

सोनासण, जिल्ला : साबरकांठा , गुजरात राज्य ,

पिन, ३८३२१०

© Pro. Dr. Manubhai D. Parmar

पुस्तक के किसी भी भाग या समूचित पुस्तक का किसी अन्य स्वरूप में इस्तेमाल करने या फोटो कॉपी करने से पहले लेखक की पूर्ण सम्मति लेना आवश्यक है। वनों उसे कौपी राइट एक्ट का उल्लंघन माना जाएगा और ये कानूनी तौर पर अपराध है।

ISBN 978-93-86366-47-4

प्रकाशन वर्ष
अगस्त, २०१७

टाइप & सेटींग
भरत बी. पटेल
एकसेलेंस कोम्प्युटर सेन्टर, हिमतनगर

प्रिन्टिंग & बाइंडिंग
भगवती प्रिंटिंग प्रेस, हिमतनगर

प्रकाशक
गीन फ्लेग फाउंडेशन
सोनासण, जिल्ला : साबरकांठा, गुजरात राज्य, पिन, ३८३२१०

एक प्रत का मुल्य: 225/- रु.

सुभाषितमाला

अज्ञानतिमिरान्धस्य ज्ञानाञ्जनशलाकया ।
चक्षुर्न्मलितं येन तस्मै श्रीगुरवे नमः ॥ १ ॥

अज्ञानरूपी अन्धकार से अन्धे हुए मनुष्य की आंख को
ज्ञानरूप अञ्जन से खोलनेवाले उस गुरु को मेरा प्रणाम ॥

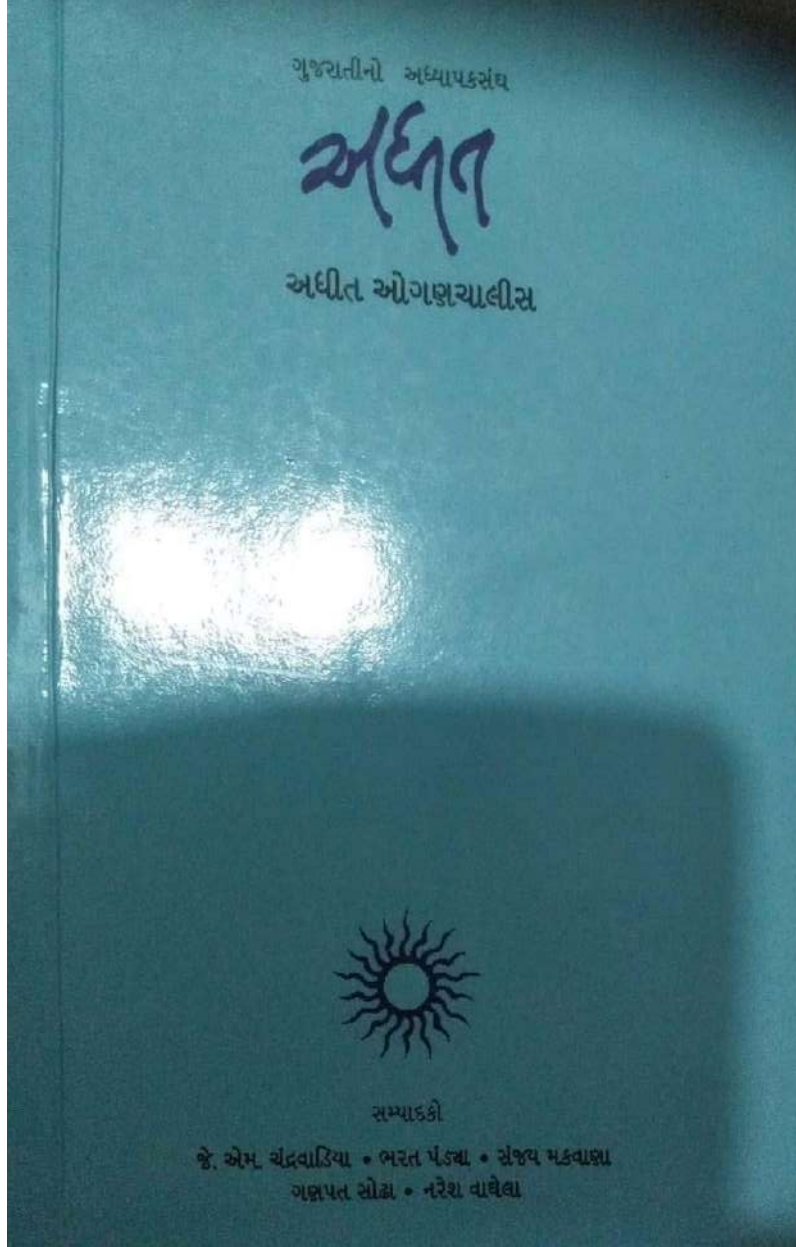
पृथिव्यां त्रीणि रत्नानि जलमन्नं सुभाषितम् ।
मूढैः पाषाणखण्डेषु रत्नसंज्ञा प्रदीयते ॥ २ ॥

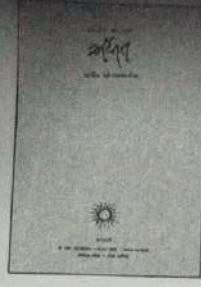
जल, अन्न और सुभाषित - यह तीन पृथ्वी में रत्न हैं,
पत्थर के टुकड़े को मूर्ख लोगों ने ही रत्नसंज्ञा दी है ।

द्राक्षा म्लानमुष्ठी जाता शर्करा चाश्मतां गता ।
सुभाषितरसं दृष्ट्वा सुधा भीता दिवं गता ॥ ३ ॥

सुभाषित रस को देखकर द्राक्ष का मुख म्लान हो गया,
शर्करा पत्थर बन गई और अमृत डरकर स्वर्ग में चला गया ।

अल्पानामपि वस्तूनां संहतिः कार्यसाधिका ।
तृणैर्गुणत्वमापन्नैः बध्यन्ते मत्तदन्तिनः ॥ ४ ॥





કિંમત : ₹ 225

પહેલી આવૃત્તિ : ફેબ્રુઆરી, 2017

ADHIT OGANCHALISH

Edited by J. M. Chandravadia, Bharat Pandya, Sanjay Makwana,
Ganpat Sodha, Naresh Vaghela
Published by Gurjar Agency, Ahmedabad-380006 (India)

ISBN: 978-93-5162-411-0

પૃષ્ઠ: 4+212

પ્રકાશક : ગુજરાતીની અધ્યાપક સંઘ વતી ગૂર્જર ગ્રંથરત્ન કાર્યાલય
અમરભાઈ ઠાકોરલાલ શાહ : રતનપોળનાકા સામે, ગાંધી માર્ગ, અમદાવાદ-380001
ફોન : 22144663 ■ e-mail : goorjar@yahoo.com

ટાઇપસેટિંગ : શારદા મુદ્રણાલય
૨૦૧, તિલકરાજ, પંચવટી પહેલી લેન, એલિસબ્રિજ,
અમદાવાદ-૩૮૦૦૦૬ ફોન : 2656 4279

મુદ્રક : ભગવતી ઓફસેટ
સી/૧૬, બંસીધર એસ્ટેટ, બારડોલપુરા, અમદાવાદ-૩૮૦૦૦૪

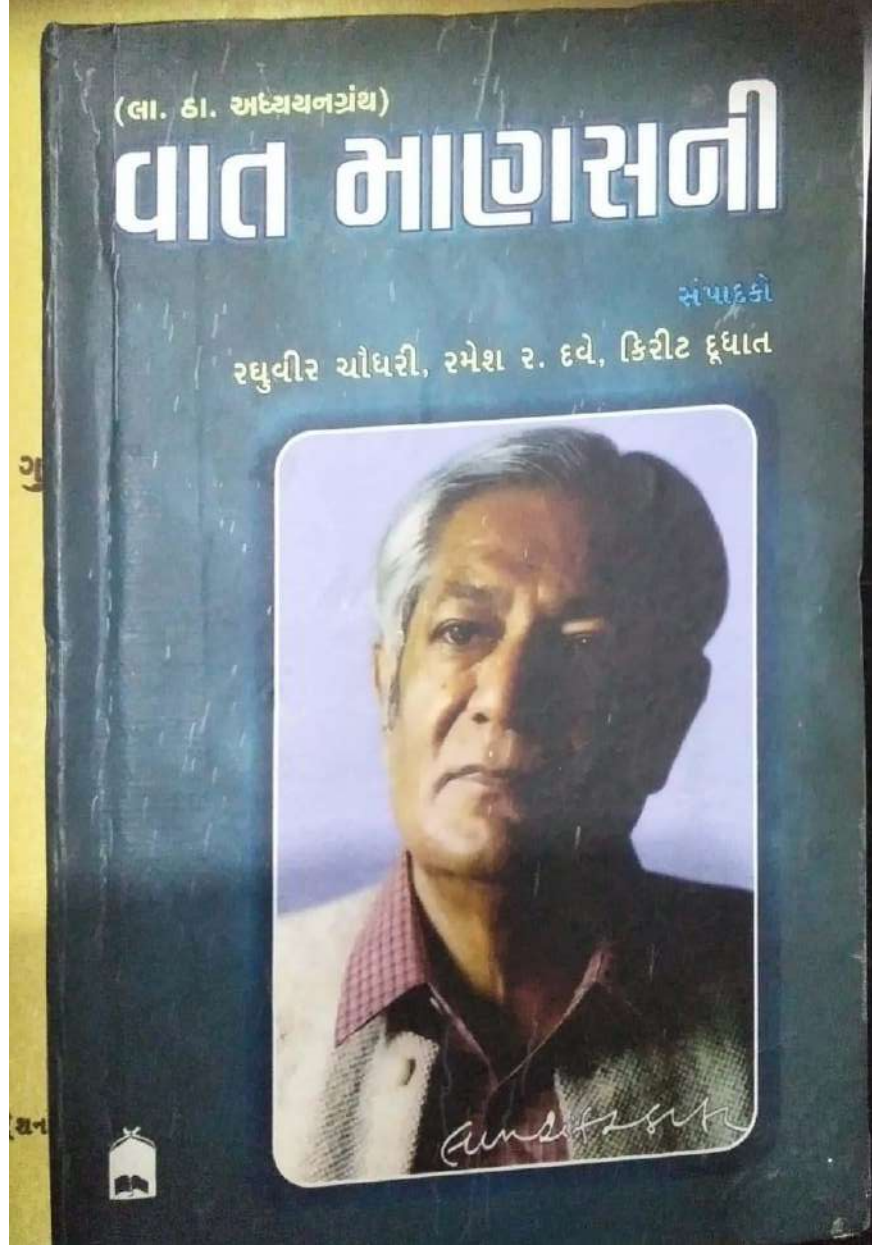
‘પોળોના પાદરમાં’ : આરણ્યક સંસ્કૃતિને ઉજાગર કરતા નિબંધો

ડૉ. પ્રભુદાસ આર. પટેલ

‘પોળોના પાદરમાં’ એ ડૉ. દિનેશ પટેલિયા રચિત પોળો અને તેની આસપાસ પ્રાકૃતિક પ્રદેશમાં શ્વસતા લોકોની સાંસ્કૃતિક જીવનની ધબકને આલેખતો નવ લલિત નિબંધોનો સંચય છે. આ સંચયને ગુજરાતી સાહિત્ય પરિષદનું પારિતોષિક પણ પ્રાપ્ત થયું છે. આ સંચયની પ્રથમ રચનામાં જ ‘પોળો સાથેનો મારો નાભિ-નાળનો સંબંધ’ એમ કહી અરણ્યભૂમિ અને સંસ્કૃતિ સાથે આત્મીયતાનો ઓડકાર પ્રગટ કરનાર આ સર્જક પોળોથી દસેક કિ.મી. દૂર તેમનો જન્મ થયો હોઈ તથા પોળો નજીક જ તેમની જમીન-ઘર હોઈ આ સ્થળો અને સંસ્કૃતિથી ઠીકઠીક વાકેફ તો હશે જ, પરંતુ અધ્યાપકીય સજ્જતા અને કેળવાયેલી સાહિત્યરુચિએ કે જીવનરુચિને લીધે એ બધું રચનાને સરાણે ચઢે છે ત્યારે આમવાચકનેય પ્રકૃતિ-સંસ્કૃતિ માટે સમભાવ પ્રેરક બની રહે છે. આ સર્જકને પહાડો, અરણ્ય, નદીઓ, ઝરણાં, પ્રાચીન મંદિર, મૂર્તિઓ ઉપરાંત અરણ્યજનોની નોખી-અનોખી પરંપરાઓમાં રસ હોઈ ‘પોળોના પાદરમાં’ના નિબંધો મહદઅંશે એ જ વિષયવસ્તુને તાગે છે.

આ સંચયની ‘પોળોથી પોળો’, ‘વાઘમારુથી વીરેશ્વર’, ‘શારણેશ્વરના મલકમાં’ અને ‘હરણાવને કાંઠે’ જેવી રચનાઓમાં પોળોનું અરણ્ય, પ્રાચીન મંદિરો અને વનવાસી લોકસંસ્કૃતિ, હરણાવ નદી વગેરે પ્રત્યક્ષ-પરોક્ષ રૂપે ઝિલાયાં છે. પ્રથમ રચના ‘પોળોથી પોળો’ સંગ્રહની શીર્ષકસ્થ રચના છે. જેમાં પ્રારંભે જ ‘પોળો’ નામકરણ સંદર્ભે શબ્દવ્યુત્પત્તિ, તર્ક-વિતર્કને અંતે દૃશ્ય અર્થઘટન કરતાં સર્જકની ઉત્ખનનવૃત્તિનાં દર્શન થાય છે. તો રજવાડાયુગીન ગુજરાત-રાજસ્થાન સીમાંકન - ઐતિહાસિક લોકદંતકથા, પોળોના ડુંગરો - પહાડીઓ અને ડુંગરદેવીઓની લોકકથાઓ - માન્યતાઓ, પોળોમાંથી પસાર થતી હરણાવ નદી, મમરીસી તળાવ, આદિમ પ્રજા કાથોડીઓનો વન્યપ્રાણીઓ પર પ્રભાવ અને તેમની ખાણીપીણી, પોળોના હૃદય સમાં પ્રાચીન સ્મારકો - સતીમાતાની દેરી - આ બધાંનાં વર્ણનો, જનશ્રુતિઓ અને લોકમાન્યતાઓના નિરૂપણને લીધે ભાવકને સભરતાનો અનુભવ થાય છે તો આ પ્રકારના નિરૂપણમાં સર્જકની પ્રકૃતિ અભિન્ન સર્જકમુદાય અછતી

‘પોળોના પાદરમાં’ : આરણ્યક સંસ્કૃતિને ઉજાગર કરતા નિબંધો / ૧૩૯

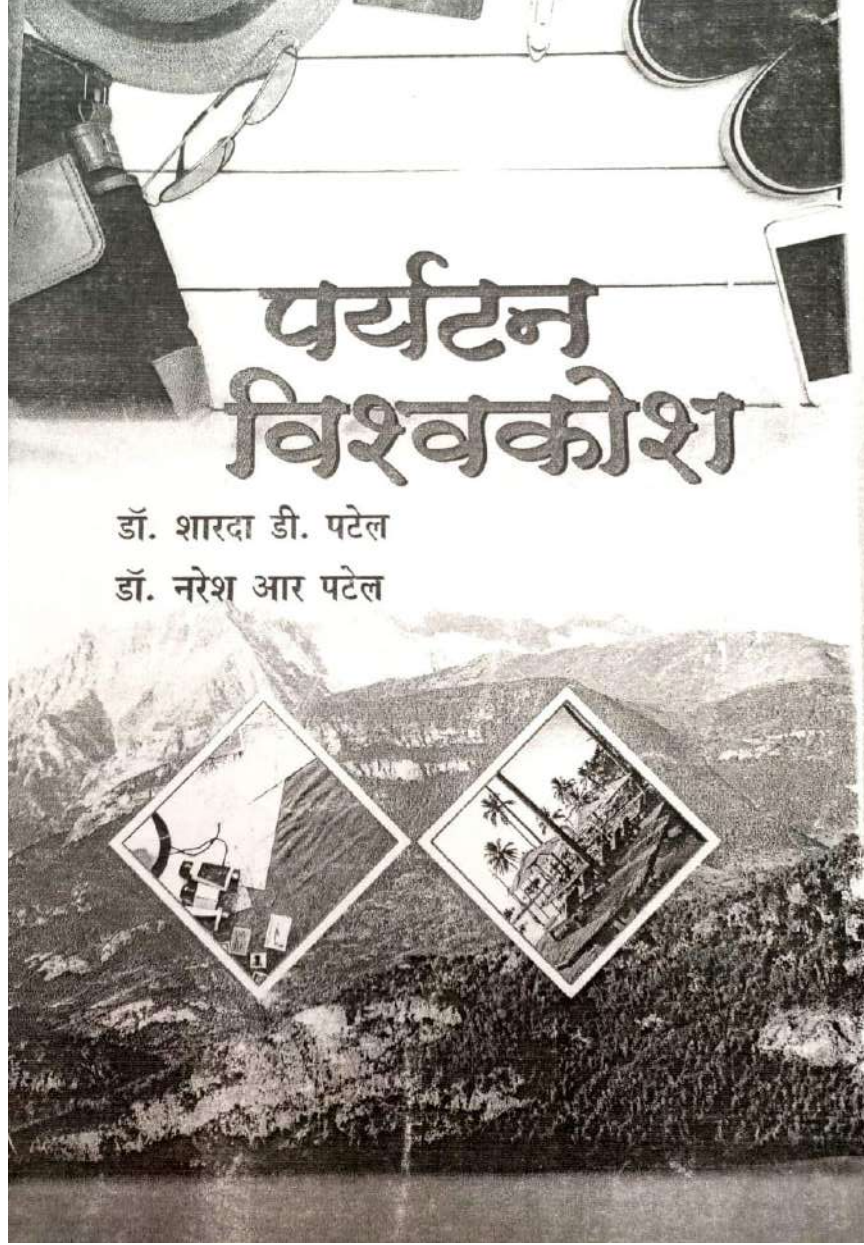


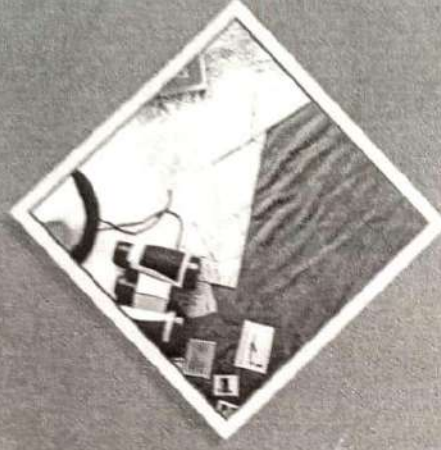
લા.ઠા.નાં નાટકો

૪૪. એક ઉંદર અને જદુનાથ : લાખ જીવ, એક મુસીબત ૩૦૪
જયંતિ દલાલ
૪૫. કુદરતી : જીવન એ લીલા છે ૩૦૮
નીતિન મહેતા
૪૬. બાથટબમાં માછલી અને વૃક્ષ : નાટકની ભાષા શોધવાની મથામણ. ૩૧૨
જયંત ગાડીત
૪૭. લા.ઠા.ની નાટ્યસૃષ્ટિ ૩૧૬
રાજેન્દ્ર મહેતા
૪૮. લાભશંકર ઠાકરની એકાંકીકલા ૩૫૩
સતીશ વ્યાસ
૪૯. પીળું ગુલાબ અને હું : નાટકમાં નાટક અને સ્ત્રીનિર્માતાનું પાત્ર ૩૬૦
પ્રભુદાસ પટેલ
૫૦. 'કાહે કોયલ શોર મચાયે રે' ૩૭૯
સતીશ વ્યાસ
૫૧. મક્સદ : ના, બળવા-બાળવાનો નહીં, મળવાનો ! ૩૮૪
રમેશ ર. દવે
૫૨. મક્સદ ૩૯૧
રઘુવીર ચૌધરી
૫૩. 'રમત' વિશે લા.ઠા. સાથે રમત ૩૯૪
મહેન્દ્રસિંહ પરમાર
૫૪. ફેન્ટસી અને નાટકકાર લાભશંકર ૩૯૯
ચિનુ મોદી
૫૫. ખાલી પર્દા પર 'ટિલડી' અને લા'કાકા ૪૦૪
દિવા (પાણડેય) ભટ્ટ
૫૬. લાભશંકર ઠાકરનાં નાટકોમાં ભંગુરતાના વિવિધ વિવર્તો ૪૧૨
પારુલ કંદર્પ દેસાઈ

લા.ઠા.ની નવલકથાઓ

૫૭. 'કોણ ?'માં અસ્તિત્વવાદી અંશો ૪૨૧
વિજય શાસ્ત્રી
૫૮. ધરા : તીખી-તમતમતી છતાં મનભાવન ૪૩૧
રમેશ ર. દવે





पर्यटन विश्वकीर्ष



Sarth Publications
Publishers & Distributors



a 502, Virani Chamber, Opp. Taskent Petrol Pump, Sardar Ganj, Anand 388001 (Gujarat)

m 097379 31777 | 094265 83589

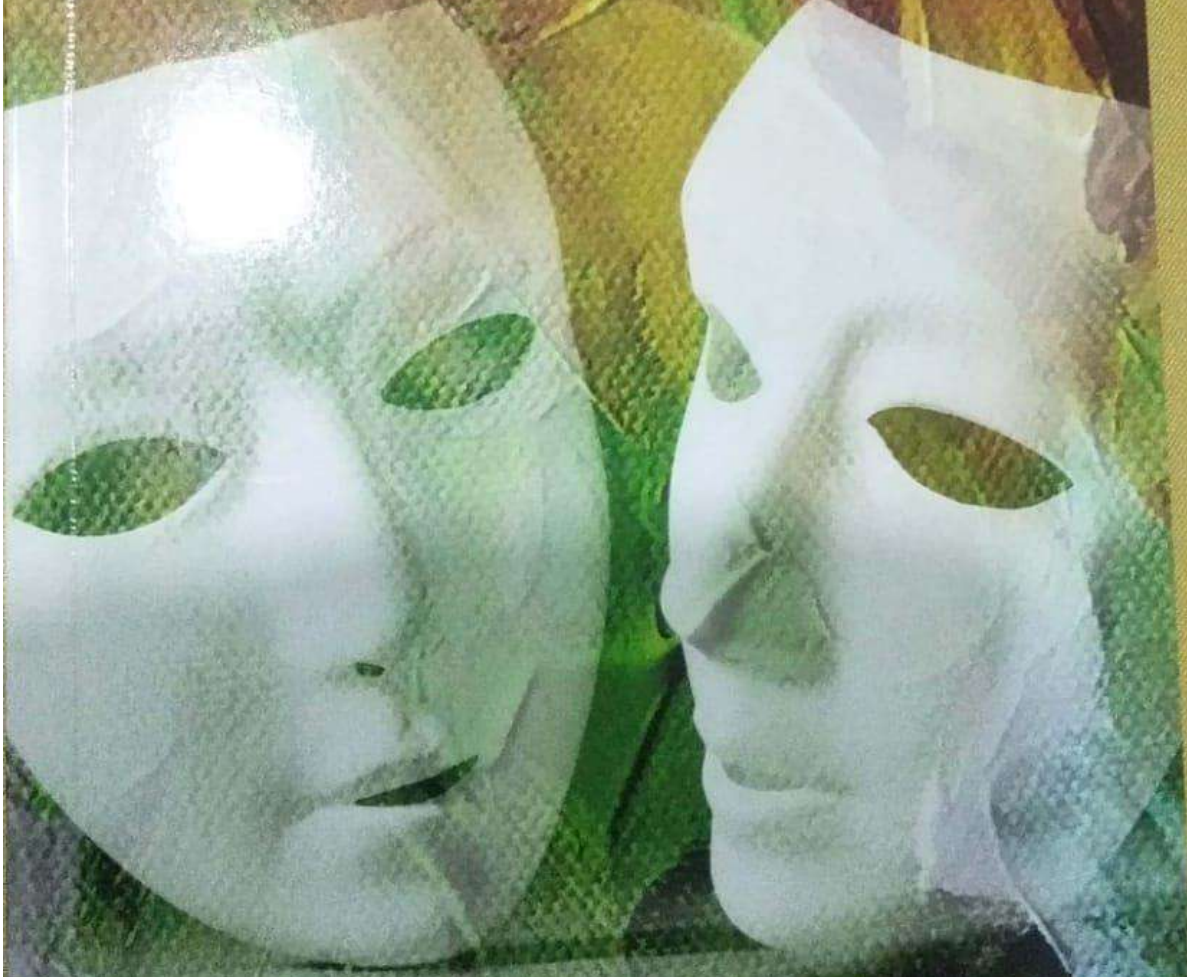
e sarthpublication1978@gmail.com

₹2195/- (Each Vol.)

Set in 5 Vols.

NATYNIKARSH -DR.P.R.PATEL

નાટ્યનિકરશ



પ્રભુદાસ પટેલ



NATYANIKASH
(Articles on Drama)
Written by Prabhudas Patel
Pranav Prakashan, Ahmedabad
2018

ISBN : 978-93-83174-68-3

© ડૉ. પ્રભુદાસ પટેલ

પ્રથમ આવૃત્તિ : ૨૦૧૮

પ્રત : ૫૦૦

મૂલ્ય : ₹ ૧૨૦.૦૦

પ્રકાશક :

ડૉ. પ્રભુદાસ પટેલ

'ઠંશાવાશ્યમ', મુ. પો. રાજપુર,
તા. વિજયનગર, જિ. સાબરકાંઠા

પ્રકાશનવ્યવસ્થા અને મુખ્ય વિકેતા

પ્રણવ પ્રકાશન

૩૦, બીજે માળ, કૃષ્ણ કોમ્પ્લેક્સ,

જૂનું મોડલ સિનેમા, ગાંધી રોડ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૦૧

ફોન : ૨૨૧૬૭૨૦૦, ૯૮૨૫૦૫૭૯૦૫

E-mail : pranavbooksworld@gmail.com

Web : www.divinepublications.org

ટાઇપસેટિંગ : સ્ટાઈલસ ગ્રાફિક્સ, અમદાવાદ

મુદ્રણ : યુનિક ઓફસેટ, અમદાવાદ



ગુજરાત સાહિત્ય અકાદમી, ગાંધીનગરની આર્થિક સહાયથી પ્રકાશિત

INNOVATIVE PERSPECTIVES ON BODY, MIND & SOUL

: Editors :

★ Dr. Kavita J. Patel

★ Dr. Vijay Singh Paderiya

★ Dr. Bimal Joshi

★ Dr. Pinal Solanki



Akshar Book Agency, Ahmedabad

Innovative perspectives on Body, Mind & Soul

Dr. Kavita J. Patel, Dr. Bimal Joshi, Dr. Vijay Singh Paderiya, Dr. Pinal Solanki

Publishers : Akshar Book Agency
Shreeji House,
B/h. M. J. Library,
Books India Lane,
Ellisbridge, Ahmedabad.
Phone : 079-26585888

Edition : 2019

ISBN : 978-93-86640-66-6

Type Setting : Akshar Book Agency
Shreeji House,
B/h. M. J. Library,
Books India Lane,
Ellisbridge, Ahmedabad.
Phone : 079-26585888

Printer : Shreeji Offset,
Dhudheshar, Ahmedabad.

Copy : 500

INDEX

1.	Bhagvanbhai J. Bharwad A Study The Effect of Yogasana on Obesity Among Selected School Boys	1
2.	Chaudhari Anantkumar R., Chaudhary Virjibhai R. A study of effects on legs explosive strength by Yoga Training	6
3.	Dr. Ashwin H. Patel Necessity of Physical Fitness & Wellness Programme in Higher Education	8
4.	Dr. Bharat Z. Patel, Dr. Bharat M Patel a study of national road cycling championship events	11
5.	Bhartiben Braumbhatt A Study of Effects on Pulse Rate and Vital Capacity by	16
6.	Dr. Dipak K. Sheth Sports for Development and Peace	19
7.	Dilipkumar S. Patel sports injuries and rehabilitation	22
8.	Dr. Bimalkumar K. Joshi A Comparison of Self-Concept between Player and Non- Player Students	25
9.	Dr. Shweta N.Dave hawk-eye"-modern technology in cricket	29
10.	Dr. Dharmashih B Desai, Dr. Ramesh J. Chaudhri "A Comparative study of Economic and social level with reference to anxiety and adjustment of students of physical education colleges of Gujarat State"	35
11.	Dr. Pinal D Solanki rhythmic education, objectives before a discipline	38
12.	Dr. Vishnubhai G. Chaudhari Effects of Plyometric Training and Pranayama on physiological variable of school students.	42
13.	Dr. Ajitsinh A. Thakor Effect Of Yogasana On BMI & Waist/Hips Ratio Among College Students	49
14.	Dr. Manoj Parmar effect of meditation on selected coordinative abilities"	55
15.	Rahul Chavda, (Ph.D. Scholar), Dr. P. C. Chavda, Hypokinetic Disease and Exercise	58
16.	Dr. G A. Desai, Pro. R. B. Solanki Effect of Yogaasana and pranayama on selected physiological variables	61

Effect of Yogaasana and pranayama on selected physiological variables

Dr. G. A. Desai, Associate Professor, Arts College, Vadali

Pro. R. B. Solanki, Associate Professor, Arts & Commerce Collage, Talod

ABSTRACT

The objective of the study was the Effect of Yogasana and pranayama on selected physiological variables of College student of the Arts College, Vadali. For the purpose of the study (N- 45) College Boys assigned randomly selected as subject. Age of the selected subjects was ranged from 18 to 22 years. The subjects were divided into three equal groups Group A given the training on Yogasana and pranayama for a period of six weeks on six days per week except Sunday. The group B has given the training on Yogasana and pranayama for a period six week on alternative days three days per week. The group C served as the control. Blood pressure, cardiovascular endurance, BMI and Breath holding capacity were considered as the selected physiological variables for the study. All the groups were subjected to pre-test prior to the experimental treatment. The experimental groups participated in their respective duration of 6 weeks, six days in a week throughout the study. Period of six weeks analysis of 't' test and analysis of ANCOVA was adopted. The level of significance was 0.05.

The result showed that the experimental group - A trained by Yogasana and Pranayama showed improvement thought statistically no significant gain the performance. The experimental group - B trained by Yogasana and Pranayama showed no significant differences in systolic and diastolic blood pressure cardiovascular endurance and body composition.

Keywords : Blood pressure, cardiovascular endurance, BMI, Breath holding etc.

1. Introduction

Yog is the greatest Indian concept annunciated to the world. The words Yogasana and Pranayama always used in Vedas, Upanishads, Gita and mythological scriptures etc. since ancient times. When the concept of Pranayama in its most obvious and technical form, the term Prana means breathing activity and Ayama means restrain, control or the conscious manipulation. Yoga is the art and science of living and is concerned with the evolution of mind and body. Pranayama, or breathing techniques, are important not only for supplying fresh oxygen and strengthening the lungs but because they have a direct effect on the brain and emotions. The creative energies in a constructive way, and child exhibits more self-confidence, self-awareness and self-control.

Pranayama removes veil of ignorance, untruth, and afflictions from the mind. while Pranayama is relatively more effective on the level of subtle bodies although the physical body also benefits from it. Lungs, heart and brain are important parts of our body and the health of one is affect by the health of others. Pranayama is a system of rhythmic breathing, which strengthens the lunge, normalizes blood circulation, thereby curing all diseases and giving longevity. Yoga is a form of complete education that can be used with all students because it develops physiological variables and intellectual and creative talents. In this study a sincere effort has been made to investigate the effects of yogasana and pranayama on physiological variables of College students.

Modern Trends in Physical Education, Sports and Yogic Science



: Editors :

▶ Dr. Ramesh J. Chaudhari ◆ Dr. Dharmashih B. Desai ◆ Prof. Manoj N. Parekh

Akshar Book Agency, Ahmedabad

Sr.	Name of the Participants	Title	Page No.
		आधुनिक युग में योग का महत्व	79
26	Dr. Suresh P. Patel	Issue of Doping and Roel of WADA	81
27	Dr. V. K. Chavda	A Comparative Study On Physical Fitness Components	83
28	Dr. Namrata Acharya	Between Basketball And Handball Players At University Levels	86
29	Dr. Sugnesh Chudasama	YOGA AS A CAREER; Present and Future	89
30	Dr. Bhemjibhai N. Patel	The study on Intelligence Quotient and Academic Achievement of Poverty Line Family's College Male Students	93
31	Dr Harjit Kaur	Media and sports	99
32	Dr. Laxmanbhai K. Parmar	Globalization of Yoga for Sustainable Mental Health and Peace	99
33	Dr. Parixitsinh D. Mandora	A Comparative Study of Selected Physiological Variables on Judo & Wrestling Players	102
34	Dr. Jashabhai Gopalbhai Patel	परंपरागत भारतीय खेलों का सामाजिक दर्शन	106
35	Prof. Manoj N. Parekh Dr. Vikas Prajapati	Comparision of Leadership Behaviour and Competative Behaviour Amongst Female Football and Hockey Players	107
36	Dr. Yogesh B. Jani Dr. Bharat M. Patel Dr. Kanu M. Chaudhari	Effects of Classified Exercise on Selected Physiological Variables of Divyang (Mentally Challenged) Children	109
37	Dr. Tanvi Tarpara Dr. Dilip Gholap Dr. Mayur Patel	Use of Virtual Reality Technology in Sports and Physical Education	116
38	Dr. Karsan N. Ravat	सेहत और मानसिक तनाव के संचालन के लिए स्पोर्ट्स और योग	12
39	Dr. Dharmendra K. Dhanula	Effect of Parant Literacy on Physical Fitness of their Son	12
40	Prof. Devendrasinh B. Rana	DOPING IN SPORTS	12
41	Ms. Bharti J. Brahmhatt	Issue of Doping and Role of Wada	12
42	Dr. Dipak K. Sheth	Issue of Doping and Role of Wada	12
43	Dr. Mukesh Patel Dr. Bharat Patel	A Study on Effects of Aerobics and Circuit Trainings on Speed	1
44	Prof. Narendrasinh S. Chaudhari Prof. Ashokbhai G. Patel	Understanding Participation in Sport and Physical Activity Among Children and Adults	1
45	Dr. Rameshbhai D. Chaudhari	Analysis of Speed on Among College, District, University and State Level Volleyball Teams	1
46	Dr. Rameshchandra H. Patel	Importance of Sports Psychology in Physical Education and Sports	1
47	Dr. Sanjay S. Dabhade	Issue of Doping and Role Of WADA	1
48	Prof. Kirit J. Roy	Modern Trend of Educational Technology in Physical Education of Colleges and Universities	1
49	Dr. Ajitkumar Jivanlal Parmar Prof. Jayeshkumar B. Parmar	Role of Management in Sports	1
50	Dr. Jayendrasinh P. Thakor	Health Benefits of Yoga For Women	1
51	Dr. Bimalkumar K. Joshi	Effectiveness of Skill related Circuit Training on Game Skill of boys players of Cricket games	1
52	Prof. Dilip G. Chaudhary	Importance of Aerobic and Anaerobic Capacity in Fitness	1
53	Dr. Gandabhai A. Desai	Spots and Fitness	1
54	Prof. Kailasgiri K Goswami Dr. Pravinkumar V. Chaudhary	Yoga career scope, eligibility and job prospect in present and future	1

SPORTS & FITNESS

Dr. Gandabhai A. Bhat
Dept. Of Phy Edu. Arts College, Nadiad

ABSTRACT:-

The best sports for fitness are the ones in which you exercise continuously, those that are least likely to injure you and the ones you enjoy the most. You become fit by exercising vigorously enough to increase the circulations of blood. It makes no difference to your heart how you increase your circulation. The best sports for fitness use your legs because the blood vessels in your legs are so much larger that you can circulate for more blood with your leg muscles. Further more arm exercise tire you earlier because most people have weaker arms.

Sports can be a great way to get in shape or stay that way. Having a specific goal can be a great motivator physically, you need strength and endurance. Your training will vary with your sport. You would not train the same way for pole vaulting as for swimming. You might, however, cross train, cross training simply means that you include a variety of fitness activities in your program. Research shows that cross training builds stronger bones.

Some sports require a great level of fitness just to start. For Example, to jump Rope, you must spine the rope more than 80 times a minute to keep it from tangling. Many people cant jump 80 times a minute. The safest sports are low-impact Aerobics, Walking, Swimming and Pedaling a stationary Bycycle. Running causes lots of injuries, because the force of your foot striking the ground can be three times your body weight, which can damage muscels and joints.

INTRODUCTION:-

Physical fitness is the bodies ability to function efficiency and effectively. It consists of health - related physical fitness and skill related physical fitness, which has at least 11 different components, eachof which contributes to total quality of life. Physical fitness is associated with a persons ability to work effectively, enjoy leisure time, be healthy, resist hypo kinetic diseases, and meet emergency situations. It is related to, but different from health, wellness, and the psychological, sociological.


Emotional and spiritual components of fitness. Although the development of physical fitness is the result of many things, optimal physical fitness is not possible without regular exercise. Sports plays a wonderful role in fitness. Sport is the application of fitness in a fantastic atmosphere of competition and mastery. Training efforts typically include relatively predictable repetitive movements and provide limited opportunity for the essential combination of our ten general physical skills. It is after all the combined expression, or application, of the ten general skills that is our motivation for their development in the first place. Sports and games like soccer, martial arts, baseball, and basketball in contrast to our training workout have more varied and less predictable movements. But, where sports develop and require all ten general skills simultaneously, they do so slowly compared to our strength and conditioning regimen. Sport is better, in our view, at expression and testing of skills than it is at development are crucial to our fitness. Sport in many respects more closely mimics the demands of nature than does our training. We encourage and expects our athletes to engage in regular sports effort in addition to all of their strength and conditioning work.



Unlike most attributes, defining physical fitness is not a subjective matter; in fact determining what it means to be physically fit can be a matter of life and death. Some of the physiological characteristics most often characterized as a measure of physically fitness are, Cardio respiratory endurance, muscular strength and endurance, body composition, flexibility and mental clarity.



MAKING A COMMITMENT:-

You have taken the important first step on the path to physical fitness by seeking information. The next step is to decide that you are going to by physically fit. This pamphlet is designed to help you reach that decision and your goal. In the following pages you will find the basic information you need to begin and maintain a personal physical fitness program. These guidelines are intended for the average healthy adult. It tells you what your goals should be and how often, how long and how hard you must exercise to achieve them. It also includes information that will make your workouts easier, safer and more satisfying. The rest is up to you.


1 - VANRAJ CHAVADA & ESTABLISHMENT OF ANHILPUR PATAN - DR. J.G.CHAUDHARI
2 - ACHIEVEMENTS BEFOUR MULRAJ SOLANKI & BHIMDEV - 1 - DR. J.G.CHAUDHARI


ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી
 (ગુજરાત સરકાર દ્વારા સ્થાપિત)
 પ્રથમ વર્ષ બી.એ. - ઇતિહાસ
 પેપર - ૨
 (મુખ્ય તથા ગૌણ)
HISM / HISS-102
ગુજરાતનો ઇતિહાસ
 (પ્રાગૈતિહાસિક યુગથી ઈ.સ.૧૩૦૪ સુધી)

વિભાગ-૩ યાવડાવંશ થી સોલંકી યુગ સુધી


યુનિવર્સિટી ગીત
 સ્વાધ્યાય: પરમં તપઃ
 સ્વાધ્યાય: પરમં તપઃ
 સ્વાધ્યાય: પરમં તપઃ

શિક્ષણ, સંસ્કૃતિ, સદ્ભાવ, દિવ્યભોખનું પામ.
 ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી નામઃ
 સૌને સૌની ધોષ મૂળે, ને સૌને સૌનું આભ,
 દશે દિશામાં સ્મિત વહે હો દશે દિશે શુભ-લાભ.


અભણ રહી અજ્ઞાનના શાને, અંધકારને પીવો ?
 કહે બુદ્ધ આંબેડકર કહે, તું યા તારો દીવો;
 શારદીય અજવાળા પહોંચ્યો ગુર્જર ગામે ગામ
 યુવ તારકની જેમ જાણહળે એકલવ્યની શાન.


સરસ્વતીના મધુર તમારે કળિયે આવી ગહકે
 અંધકારને હાડેલીને ઉજાસના ફૂલ મહકે;
 બંધન નહીં કો સ્થાન ત્રમખના જિંવું ન પરથી દૂર
 પર આવી મા હરે શારદા દેવ્ય તિમિરના પૂર.

સંસ્કારોની યુગ્ય મલકે, મન મંદિરને પામે
 સુખની ટપાલ પહોંચે સૌને પોતાને સરનામે;
 સમ્રાજ કેરે ધરિયે હાંકી શિક્ષણ રેતું વદાણ,
 આવો કરીવે આપણ સૌ
 ભવ્ય રાષ્ટ્ર નિર્માણ...
 દિવ્ય રાષ્ટ્ર નિર્માણ...
 ભવ્ય રાષ્ટ્ર નિર્માણ

○

DR. BABASAHEB AMBEDKAR OPEN UNIVERSITY
 (Established by Government of Gujarat)
 'Jyotirmay' Parksur,
 Sarkhej-Gandhinagar Highway, Chhatrapati, Ahmedabad-382 481
 Website : www.baou.edu.in



 ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી (ગુજરાત સરકાર દ્વારા સ્થાપિત) HISM/HISS-102 ગુજરાતનો ઇતિહાસ (પ્રાગૈતિહાસિક યુગથી ઈ.સ.૧૩૦૪ સુધી)	4
વિભાગ-૩ યાવડાવંશ થી સોલંકી યુગ સુધી	
એકમ-૭ વનરાજ ચાવડા અને અણહિલવાડા પાટણની સ્થાપના	
એકમ-૧૦ મુળરાજ તથા ભીમદેવ-૧ પહેલવાની સિધ્ધીઓ	
એકમ-૧૧ સિદ્ધરાજ જયસિંહની રાજકીય સિધ્ધીઓ	
એકમ-૧૨ કુમારપાળની રાજકીય સિધ્ધીઓ	
એકમ-૧૩ કુમારપાળની સાંસ્કૃતિક સિધ્ધીઓ	
એકમ-૧૪ દેમચંદ્રચર્ચ અને તેમનું શિષ્ય મંડળ	

સંપાદન:	
પ્રો. ડૉ. અમી ઈપાધ્યાય	નિયામક, ફૂલ ઓફ યુનિવર્સિટીઝ એન્ડ સોશલ સાયન્સિસ, ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી, અમદાવાદ.
ડૉ. સોનલ ચૌધરી	આસિસ્ટન્ટ પ્રોફેસર, ઇતિહાસ વિભાગ ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી, અમદાવાદ.
વિષય સમિતિ:	
ડૉ. સોનલ ચૌધરી	આસિસ્ટન્ટ પ્રોફેસર, ઇતિહાસ વિભાગ ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી, અમદાવાદ
ડૉ. અરુણ વાઘેલ	પ્રોફેસર અને અધ્યાક્ષ, ઇતિહાસ વિભાગ, ગુજરાત યુનિવર્સિટી, અમદાવાદ
ડૉ. લલિત પટેલ	પિન્નીપાલ, શ્રી અને શ્રીમતી પી.કે. શેઠવાલ અદેશ કોલેજ, પાટણ
પરામર્શન (વિષયક):	
ડૉ. અરુણ વાઘેલ	પ્રોફેસર અને અધ્યાક્ષ, ઇતિહાસ વિભાગ, ગુજરાત યુનિવર્સિટી, અમદાવાદ
ડૉ. જગદિશ ચૌધરી	પિન્નીપાલ, એસ. વી. આદેશ કોલેજ, અમદાવાદ.
ડૉ. અનસુયા ચૌધરી	પ્રોફેસર, ઇતિહાસ વિભાગ, તૌરાષ્ટ્ર યુનિવર્સિટી, રાજકોટ.
લેખન:	
ડૉ. સંજય પટેલ	આસિસ્ટન્ટ પ્રોફેસર, ઇતિહાસ વિભાગ, તરકશી અદેશ કોલેજ, તમી
ડૉ. જશરાજ ચૌધરી	એસોસિએટ પ્રોફેસર, ઇતિહાસ વિભાગ, અદેશ એન્ડ ગ્રેમર્સ કોલેજ, વડાલી
ડૉ. ભાવિન પરમાર	આસિસ્ટન્ટ પ્રોફેસર, ઇતિહાસ વિભાગ, ગુજરાત અદેશ એન્ડ ગ્રેમર્સ કોલેજ (સાંજની), અમદાવાદ
ડૉ. હરેશ પંચાલ	આસિસ્ટન્ટ પ્રોફેસર, ઇતિહાસ વિભાગ, નવજીવન અદેશ એન્ડ ગ્રેમર્સ કોલેજ, દાણદે.
પરામર્શન (ભાષા) :	
ડૉ. જીતલ સહોડ	આસિસ્ટન્ટ પ્રોફેસર, ગુજરાતી, ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી
ડૉ. જાગૃતિ મહેતા	આસિસ્ટન્ટ પ્રોફેસર, ગુજરાતી, ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી
ડૉ. દિનેશ ભંડારીયા	આસિસ્ટન્ટ પ્રોફેસર, ગુજરાતી, ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી
પ્રકાશક: ડૉ. ભાવિન ત્રિવેદી, કાર્યકારી ફલસર્ચિવ, ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર ઓપન યુનિવર્સિટી, અમદાવાદ.	

SHABDVIMARSH - DR.P.R.PATEL

ISBN : 978-81-942321-3-1

शब्दविमर्श

डॉ. प्रभुदास आर. पटेल

