

THE TRUTH. DELIVERED WEEKLY.



Sourced from dedicated farmers and fishermen | No Antibiotic Residue | No Preservatives*

Order online at:
Freshtohome.com



Visit your nearest FreshToHome retail store

We deliver in : Ahmednagar | Aurangabad | Karad | Kolhapur | Sangli | Satara

*No Class II preservatives in Ready-To-Cook. #T&C Apply. All prices are inclusive of taxes, except Ready To Cook. Offer is valid only for today and till stocks last. Images are for creative visualisation only. FreshToHome is only a brand name or trade mark and does not represent its true nature.

FROM THE EDITOR'S DESK



Dear Readers,

Parsi Times is delighted to present our yearly 'PARSI PRIDE BRIGADE' series each week, where we heartily congratulate and take pride in sharing the academic successes of our community's bright-sparks - the next gen! This year too, we are overjoyed to commend the hard work and efforts put in, by not just our diligent students, but also their even more diligent parents, who have worked as hard, to see them through!

We live in an ultra-competitive environment, with marksheets displaying scores that frazzle the brain! A few decades ago, scoring above 95% in Literature or Science or Social Studies was unheard of! But today, some students rue anything less than a cent per cent. Then again, how can you blame them when the cut-off markers, set by the sought-after colleges and other educational institutions, are as outrageous!

But what of those who didn't make this 'cut'... or worse, didn't make it through the finish line? Though scoring less or failing an exam does not signal the end of the world, it's disadvantageous. Lack of adequate educational qualifications proves brutal in the real world because your academic success plays a huge role in helping you get your foot in the door which opens to rewarding careers.

That said, even if your results are undesirable, we must focus on what best we could do in the present situation, instead of ruing the past, so as to secure a better future. Failure ceases to be failure when you view it as part of the learning process (you'd be learning that the hard way!) and transform it into an opportunity to make those much-needed course corrections and reset your efforts towards success. That will surely bring you the desired results, and when that happens, PT will be right here to partake in and celebrate your accomplishments with the community, via 'PARSI PRIDE BRIGADE'!

Here's to all our fabulous students - may you grow to shine on ever brightly and continue doing your family and the community proud!

Have a good weekend!

-Anahita anahita@parsi-times.com

The All New Education Loans From Zoroastrian Bank

is the key to success. However, pursuing repayment options. higher education can be a costly affair, especially if you want to study abroad or in a reputed institute of your choice in India.

Zoroastrian Bank is now offering their New Education Loans that can help you fulfil your dreams at the best possible rates.

With their New Education Loans, can be offered for girl students and for top- today!

Tn today's competitive world, Education ranked colleges and universities, with flexible

Yazdi Tantra, Chairman, Zoroastrian Corporation Bank Ltd., said, "This is an ongoing

initiative of the Bank to make higher education easily accessible to a large section of our population."

Sanction disbursal and speeds may just surprise you! So, be it Engineering, Medicine,

you can get loans for domestic and international Management, Law, or any other course, studiesincludingcoursefeesandotherexpenses. check out the All New Education Loans from You can also enjoy collateral-free loans up Zoroastrian Bank - you need not look any to Rs. 5 lakhs. Preferential interest rates further! Reach out to your nearest Branch



MATRIMONIA

Parents wish to marry their only son 38 years old and good natured.

Working as a Computer Engineer in a reputed firm. His life partner should be a Zoroastrian / Irani from a middle class family. She should be simple, working, home-loving.

Contact:

23804411 / 9769880292

Email: freds05@gmail.com

Religious Announcements

Sarosh Roj Jashan & Humbandagi At Dadysett Agiary

A Sarosh Roj Jashan will be performed at the Dadysett Agiary (Fountain), on 29th May, 2023, at 4:30 pm, followed by a Humbandagi led by Er. Darayesh R. Katrak. Light refreshments will be served. All Parsi/ Irani Zoroastrians are cordially invited to attend.

Behram Roj Jashan & Humbandagi **At Dadysett Atash Behram**

On 1st June, 2023, a Behram Roj Jashan will be performed at the Dadysett Atash Behram (Fanasvadi), at 5:00 pm, followed by a Humbandagi led by Er. Darayesh R. Katrak at the Behram Yazad Shrine, and a religious talk. Light refreshments will be served thereafter. All Parsi/ Irani Zoroastrians are cordially invited.

Dae Mah Jashan at Ashburner Agiary

A Dae Mah Jashan will be performed at the Seth Cowasji Maneckji Ashburner Agiary on 4th June, 2023 (Roj -Daepdin, Mah Dae; YZ 1392), at 10.00 am. All Parsi/Irani Zoroastrians are warmly invited to attend.

Sett Agiary To Hold Dae Mah Jashan

Sett Maneckji Nowroji Sett Agiary (Bazar Gate Street, Fort) will organize a celebratory Dae Mahino Jashan on 4th June, 2023, at 9:30 am. All Humdins are warmly invited.

SUBSCRIBE TO

THE No. 1 PARSI PUBLICATION

ANNUAL SUBSCRIPTION

India and Upcountry

Rs. 1200/-

E-paper sent to you via e-mail

Rs. 1500/-

* PLUS 5% GST

Kindly write your Cheques in favour of: Parsi Times Multimedia Pvt. Ltd

Address: Framjee Cawasjee Institute

Annexe Building, 3rd Floor, Opp Metro Cinema, Dhobi Talao, Mumbai - 400 002

Tel. No.: (022) 22010704 / 05

To receive the newspaper (hard copy) in countries out of India, kindly e-mail us at: editor@parsi-times.com

Yassmin Mistry Awarded Business Leadership Award



ecognised industrialist, winner of many beauty pageants and the reigning 'Mrs. World International'; as also a community icon dedicated to community service, heading the non-profit ZTFI (Zoroastrian Trust Funds of India) - Yassmin Mistry, was conferred 'Business prestigious Leadership Of The Year Award 2023' by GoI's recognised body - the 'National Achievers Recognition Forum', on 20th May, 2023, at the Constitution Club, in New Delhi. A woman





of substance and an inspiration to many, Yassmin was presented this award by Ram Nivas Goel, Speaker – Vidhan Sabha Delhi, alongside

the Welfare and Labour Minister of Cabinet - Raaj Kumar Anand.

Speaking to Parsi Times on the delightful occasion of this outstanding achievement, Yassmin Mistry credited her mother, Arnavaz Mistry who has dedicated over four decades of her life to serving the community selflessly – for her accomplishments. "She is my true inspiration," said Yassmin, adding that she always thanks God for all her achievements.

Kudos to the dynamic Yassmin, who continues to do the community and the nation proud, with her constant achievements and her commitment and determination towards growth, positivity and community unity.



DIGITAL MARKETING (SEO + SMO + GOOGLE ADS)

WEB DESG. & DEVELOPMENT

GRAPHICS & ANIMATION

MULTIMEDIA

FASHION DESG. (CAD)

ADVANCE EXCEL

MS OFFICE / TALLY

PYTHON , C , C++ ,JAVA

KIDS COURSES (6 - 16 YRS)

Address - Chinoy Mansion, 1st Floor, Warden Road Opp St Stephens Church, Mumbai - 400 036 / M - 9820134058

KARMIC THERAPIST READINGS Based on DASHA aur DISHA (DAD)

Receive guidance on all issues of life and make your next step easier and better.

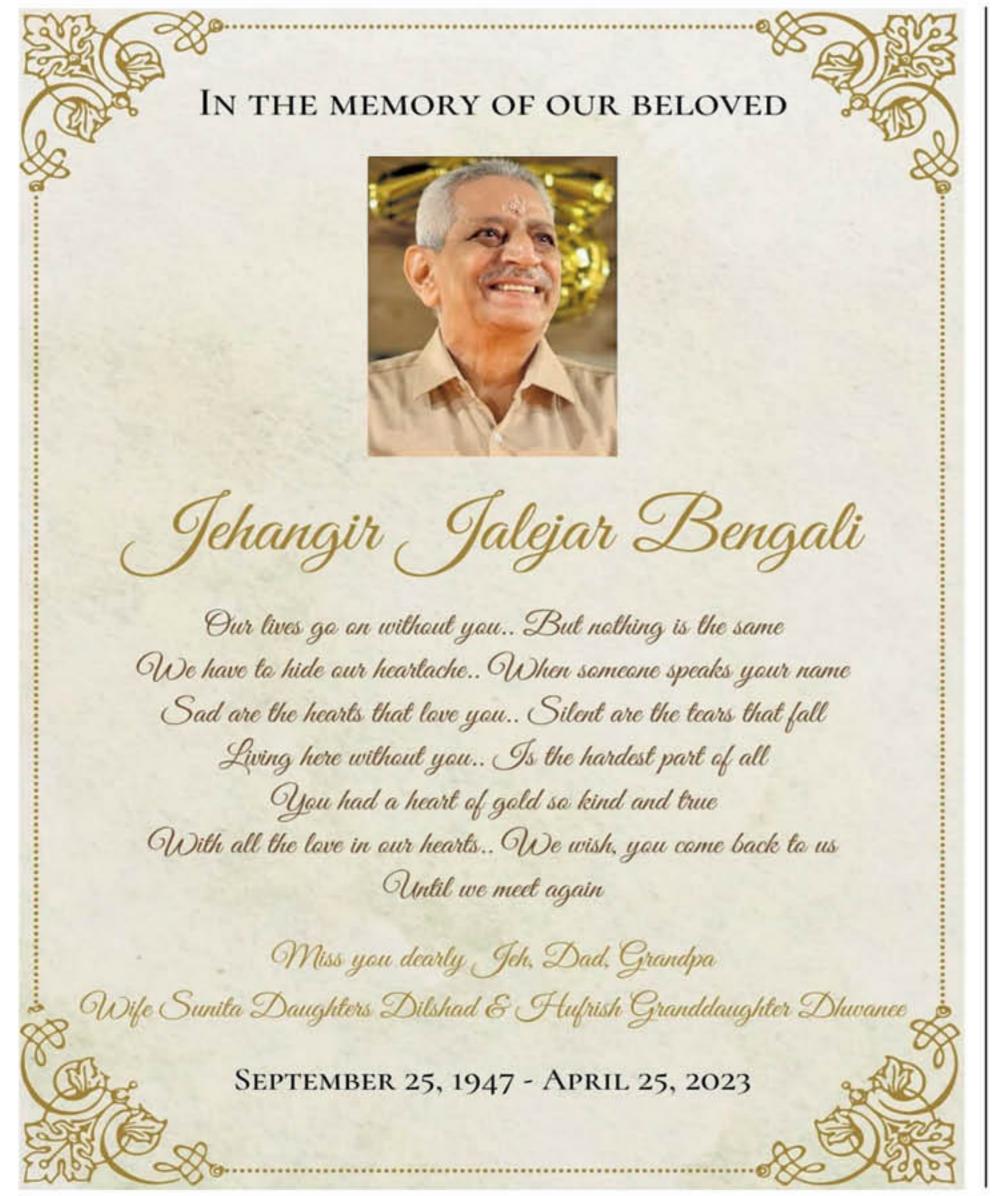
Ask questions relating to:

Marriage, love & children Going or settling abroad Friends & relationships Property & legal disputes Work, job & success Business & profits

Business & profits
Health & wellness
& on any other topic.

Kalyaan Kumar Jain

Call or WhatsApp 09320010301 www.karmictherapist.com





3C+Years of experience

ROAD, ANDHERI WEST, MUMBAI, MH 40053

ACCOMMODATION AVAILABLE

BUNGALOW IN LONAVALA

AVAILABLE 3 BHK Fully Furnished Bungalow in Lonavala on Daily Basis. Discounts avilable for

ZOROASTRIANS

6-8 Persons can be Accomodated.

SALE of Bungalow

can be Considered Call / WhatsApp

+91 98690 16730

AVAILABLE FOR SALE BYCULLA (EAST)

Near Rani Baug, **Just 4 Mins walking** distance from Parsi Agiary

3 BHK 1265 Carpet Area, 3 Master Bedrooms, Large balcony, 2 Lifts (5 flats) Ready with Parking.

OWNER 9821540733

ANTIQUES

MUSIC CENTRE

BEST PRICE

We deal in all types of EMI Old Hindi CDs & English Blu ray Disc, Vinyl Records Hindi & English, Turntable, Hi End Music System, Old CD Games, G.I. Joe, HE Man Toy, Vintage Telephone, Rupee NOTE BUNDLES (1,2,5) & Coins. Zari Border & Sarees, LCD TV, Laptop & All Electrical Items.

We Collect all Material from your Doorstep!

Contact: 9920663443 / 7738935999.

VIJAY

OLD ANTIQUE SHOP

VALUE GIVEN IS MORE THAN MARKET RATE

We also collect Goods & give free Home Service

Gold & Silver Jewellery, Watches, Old Furniture, Gramophones, All Records, All Cameras, Old Fountain Pens. Gara, Kerba, Old Crockery, Zari Border, Old Notes, Coins, German Silver, Household Items

VIJAY

9653285127/9321101731

12/2nd Floor, 52/54 Haveliwala Building, Mint Road, GPO, Fort, Mumbai 1

Disclaimer:

The Classified Section of Parsi Times does not endorse any product or service advertised and will not be held responsible by any third party for the same.

ANTIQUES

AARAV

OLD ANTIQUE ITEMS

VALUE GIVEN IS MORE THAN MARKET RATE

We also collect Goods & give free Home Service

Gold & Silver Jewellery, Watches, Old Furniture, Gramophones, All Records, All Cameras, Old Fountain Pens. Gara, Kerba, Old Crockery, Zari Border, Old Notes, Coins, German Silver, Household Items

CONTACT: AARAV

181, Shop No. 13, Bora Bazar, Fort, Mumbai-1

OMKAR Collectors

ANTIQUE BUYERS AND SELLERS Genuine Value Given to Your Product We Buy

Old Watches, Gramaphones, Old fountain Pens, Old Furniture, Old Notes & Coins, Gold & Silver Jewellery, Kerba, Old Border, Old Cameras, Old Crockery Please feel Free To Contact Us

CONTACT: DINESH JAIN LAND LINE: 022-26417066 MBL: 9819853958, 9867067033

Address: 41, Chappal Road, Shop No.3, Near Dukes Hotel, Bandra (W) Mumbai -50.

DHIRAJ

Old Antique Shop **VALUE GIVEN IS**

MORE THAN MARKET RATE

We also collect Goods & give free Home Service

Old Furniture, Watches, Old Fountain Pens, Kerba, Old Crockery, Old Resham Kore And Zari, Old Toys, Old Camera, Old Notes And Coins, German Silver.

CONTACT: DHIRAJ

99, Sai Shop, Next to Cumballa Hill Hospital, Kemps Corner, Mumbai-36

APARTMENT WANTED

We require for our **Eesteemed Clients**

4/5 Bedrooms Apartment on Leave & License basis

Location: Malabar Hill, Nepean Sea Road, Altamount Road, Carmichael Road, Breach Candy.

Client's budget range from INR 5 Lakhs to 10 Lakhs

per month Owners kindly contact:

Golden Homeland Agencies LLP 022 6840 0900 Jayesh Shah - 098210 20410

CATERING

NILUS KITCHEN

Boneless Mutton Curry Rice Tandoori style Roasted chicken Full leg piece

Sweet indulgence Kopra paak. Full meal package per piece per person Rs 550. **Delivery charges Extra** as per we fast.

> **Call Nilufer** 9833562406 9819153251

Sunday Special

COURIER

PAC n DELIVER

INTERNATIONAL COURIER

Send parcels to your Children & loved ones in CANADA, UK, USA & WORLD WIDE including Garments, Farsan, Chocolates, Sweets, Gifts, Eatables, Medicines any permissible item & get benefited with SPECIAL rates.

Contact - Mr. ANUJ SANGOI Tel. - 022-48932230 / 8879991866 Email - sales@pacndeliver.com "20 Yrs of Quality Service"

FLAT IN EXCHANGE

WANTED

2 Rooms + Kitchen Flat In Exchange Or Sale Of 3 Rooms + Kitchen In Parsi Locality.

Please Call -8691840178

FOOD

PRE MONSOON CARNIVAL

Mocambo cafe offers a pre monsoon carnival offer of 20 % discount on dining and 15% on takeaway for the entire month of june. just click a picture of the Add and show it to the captain at the restaurant everytime you come.

HAPPY EATING... Contact

9821765540 022-20821202, 228713333



FLAT ON LEASE

Flat Available For **Renting In Mumbai**

2BHK Area 1000 Sqft. Two Attached Bathroom. Running Water 24 Hrs, Two Lifts And Security.

Aderbad Building Hughes Road

Contact 9821245583 Mr. M. Karai

FLAT FOR SALE

OWNERSHIP FLAT AVAILABLE

Well Maintained Luxurious Flat Available For Sale at Dadar Parsee Colony, 2300 Carpet Area,

WITH 3 CAR PARKING 8.5 Cr. Negotiable

Owner Mobile 9821011921

INTERIORS

GOGIA INTERIORS www.gogiainteriors.com

WANTS URGENTLY ACCOUNTANTS **SALES STAFF**

Contact or WhatsApp 88791 65005 81045 87707 Send CV

subashgogia@gmail.com

LUXURY PROPERTIES

LUXURY HOMES FOR SALE HUGHES ROAD

4BHK - 5BHK 30 Crores to 36 Crores **WORLI SEAFACING**

4BHK:15 Crores + Duplex 30 Crores +

BANDRA PENTHOUSE

25 Crores to 100 Crores **PRIVATE BUILDINGS WITH PLOT** JUHU 30 CR TO 100 CR BANDRA: 55 Crores

Nepeansea Road: 400 Crores

Rera No. A51800001161 Estates & Properties Your Key to Happiness

9820053962

ORGANIC FARMS



ORGANIC FARMS,

Landscape and Plantations. Plan, Develop and Maintain with technological inputs.

Consult: DR BHORE (M.SC, PH.D). 9421913040

40 YRS EXPERIENCE

Email: scorpio.berry@gmail.com Website: www.greenprojectsindia.org

PLOT FOR SALE

New Mahabaleshwar

Agriculture land for sale (Govt of Maharashtra approved project) Rate 25 lakhs/ acre

Ideal for Hotel & Resort, Villa & Farmhouse For more details

Mahabaleshwar Land's Pvt Ltd. Tel 02168-299751

9028014425 /8080023150 www.mahabaleshwarlands.com

PROPERTY

Rera No A5270031679

GOOD NEWS

To Buy / Sell and Rent Flat / Plot & Bungalow in UDWADA, SANJAN, NARGOL & NAVSARI

Contact: **Amit Tanna**

PRIME LAND FOR SALE

Mob.: 09978850067

70 Acres- PRIME LAND FOR SALE

On Goa- Belgaum State Highway

With 1.3kms SH road facing 35kms from GMR Goa

International Airport (North Goa) Good Valley view (Sahyadri Mountains) adjacent to River,

Lake and Dam. Suitable for Wellness Resort, **Integrated Layout, Holiday** Homes villa project.

> Near to many existing resorts and projects.

Price-27 Lakhs per acre

CONTACT 8897906006, 9885994656

Published at Annexe Building, 3rd Floor, Anandilal Podar Marg, Opp. Metro Cinema, Dhobi Talao, Mumbai - 400002

* Printed at Dangat Media Pvt. Ltd., 22 Digha M.I.D.C., TTC Industrial Area, Vishnu Nagar, Digha, Navi Mumbai, Thane - 400 708.

Editor: Anahita Subedar. Contact Nos.: 22010704, Advt.: 22010705 * Office Timing: 10 a.m. to 5.30 p.m. Monday - Friday.



we perform Jashan ceremonies by way of thanks-giving at home, at the workplace as also at various community centers and places of worship. Since Dae is dedicated to Ahura Mazda - the Supreme Divinity and Creator, it is considered particularly meritorious to perform Jashan as a ritual form of thanksgiving.

Act Of Worship: Colloquially or in ordinary conversation, Jashan means 'rejoicing' or an 'assembly of rejoicing'. This is because the religious ceremony is usually followed by feasting and merriment among members of the family or the community. Jashan is a Pahlavi or Middle Persian term for the Avestan word Yasna which means 'act of worship'.

The Jashan ceremony is an outer liturgical ceremony, which means a ceremony that can be performed at any clean place, unlike inner liturgical ceremonies which can only be performed at an Agyari or Atash Behram, in a specially consecrated area.

When Is Jashan Performed?

Several auspicious days and occasions are celebrated by performing the Jashan ceremony. For example, the monthly parabh or the day when the Amesha Spenta or Yazata of the day is the same as the month (i.e. Roj Ardibehesht Mah Ardibehesht or Roj Adar Mah Adar). Incidentally, the term parabh is derived from the Gujarati word parva which means festival.

Jashan ceremonies are also performed to celebrate the six Gahambars and to offer gratitude to Ahura Mazda for His six good creations, namely: the sky, water, earth, vegetation, animals and human beings. There is also the 'Jashan of Sade' to celebrate the discovery of fire and Jashan that is performed on 'Zathosht-no-diso' or the day when Asho Zarathushtra departed from this physical world.

Jashan ceremonies are also performed in memory or in honour of the fravashi of our dear departed. On happy occasions, like birthdays or weddings, Parsis also perform the Fareshta ceremony, which is a form of Jashan in honour of the Fareshtas or divinities.



Significance Of *Jashan*During *Dae Mahino*



Zot And Raspi: The Afringan is an important part of the Jashan ceremony, which is performed by one priest, called the Zaotar or Zot, meaning 'one who offers', who acts as the chief officiating priest, or, by a pair of priests, the Zot and his assistant, the Raspi. When three or more priests participate in an Afringan ceremony, it is called a Jashan, which then signifies an assembly of priests.

The Zot usually faces East while performing the Afringan ceremony, but he may face any other direction except North. The Jashan tray is usually filled with a variety of seasonal fruits, especially the pomegranate, which is very essential. There is also a metal vase or Karasyo filled with fresh water, a glass of milk along with a glass of wine or rose-syrup, variety of flowers and a fire vase or Afarganyu. Every item in the tray is of ritual significance.

The Jashan Ceremony: The Jashan ceremony proper is always preceded by the priests performing the *Padyab*-

kushti (washing the hands, feet and face and untying and tying the sacred kushti around the waist). This is followed by the obligatory or Farziyat prayers and recital of the Atash Niyaesh or litany to the fire.

Fire is the dispeller of darkness and giver of life as also a purifying and healing force. Hence, by reciting the litany to fire, the priest invokes blessings for a long and healthy life filled with warmth and light. The priest then recites the Pazand Dua Nam Setayesh in praise of Ahura Mazda. After this, the priests exchange a ritual hand-clasp with the words: "hama-zor hama-asho bed" or "May we be united in spiritual strength, may we all be righteous in our actions."

Eight flowers are also ceremonially arranged in the ritual tray and picked up, one by one, while reciting eight Yatha Ahu Vairyo, in honour the righteous fravashis which are invoked and invited to bless the ceremony. Flowers also represent Amardad or the spirit of immortality.

The Jashan ceremony is concluded with reciting the Tandorosti praying for the good health and prosperity of all those assembled.

Significance Of Seven Essentials Of Jashan

There is deep symbolic significance behind the essentials laid out at the Jashan ceremony. In fact, all the Seven Amesha Spenta or Divinities are represented. Ahura Mazda, the foremost Amesha Spenta is represented by the priest. Bahman is represented by the milk in the glass. Ardibehesht is represented by the ritual fire that is lit for the Jashan. Shehrevar is represented by the metal vase and Aspandarmad by the clean ground over which the Jashan ceremony is performed. Finally Khordad is represented by the fresh water and Amardad by the fresh flowers and fruits. Thus, starting with the Creator, all good creations of Ahura Mazda are recognized, celebrated and thanked during the Jashan ceremony.

The fruits are eaten as *chasni* or blessed food that is first offered to Divinity and then consumed by devotees. This concept is very similar to Hindu 'prasad'.

Jashan is essentially a ritual form of expressing gratitude and invoking Divine Blessings. When performed with faith and understanding, it can foster strong bonds of family and community and lead to peace, unity, good health and prosperity for all.

BOYCE AGIARY CELEBRATES 83RD MAKAN NI SALGREH

Boyce Dhana Patel Fire Temple at Tardeo, Mumbai will celebrate its 83rd Makan ni Salgreh on 3 rd June 2023 (Roj Govad Mah Dae 1392 Y.Z).

A Contribution Machi will be performed in the Havan Geh (7:00 a.m.) followed by a Jashan at 9.30 a.m.

All Zoroastrians are requested to be present and take the blessings of Padshasaheb.

Trustees.



Brigade

PT's Parsi Pride Brigade celebrates the academic performances of our young achievers who have triumphed in the Board exams, across schools and colleges. We are delighted to feature our bright sparks who make our community proud! We invite you to celebrate your success too with our community and feature in PT's Parsi Pride Brigade! Mail us at editor@parsi-times.com with details.

Heartiest Congratulations and Best Wishes for a Shining and Successful Future to our Young Guns...

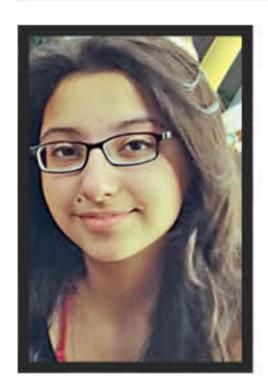
Amazing Armaan!



15-year-old Armaan Farhad Rustomji, from Baug, Cusrow 94.8% secured in his Class X Boards. **ICSE** A student at Campion School, Armaan is an avid Badminton player, having won an All-Parsi Badminton

Tourney, and also enjoys TT and chess. He has opted for the Science Stream to keep his options open but looks to make a career in Investment Banking or Risk Management.

Noteworthy Nyaish!



Dubai-based
Nyaish Cursetji,
student at
Gems Modern
A c a d e m y ,
scored 96.4% in
the ICSE exams.
She enjoys
d r a m a t i c s
and wishes to
pursue acting

as a career. Her dream is to get to Trinity College in Ireland. She looks to commence her IBDP course with a specialization in Theatre, English and Economics.

Shiny Sheen!



Nozer Sheen Turel from J B Vachha High School for Parsi Girls, secured 90.16% in the **ICSE** Board exams. Daughter of proud parents Nozer and Prochi, Sheen has a passion

for reading novels and has participated in many interschool competitions. A resident of Dadar Parsi Colony, Sheen looks to build a career in teaching, inspired by her mother.

Yeasty Yohan!



Godrej Baug resident, Yohan H. Hakim, from St. Mary's School, secured 92.8% ICSE, scoring a brilliant 99% each, in Economics and English Literature.

16-year-old Yohan is looking to pursue the Commerce stream in Economics. The son of proud parents - Karishma and Hormuz Hakim, Yohan is an avid football and cricket player, a black belt holder in Taekwondo (featured in Parsi Times in 2019), and ace-athlete, having participated in several inter-school competitions.

Kudos Kevin!



Kevin Mehernosh Pooniwala, from V G Vaze College, secured 85.83% in the HSC exams (Science). 18-year-old Kevin, residing at Godrej Hill Side Colony (Vikhroli), is a District Level swimmer, having won numerous championship trophies in athletics. Son of proud parents Sanober and Mehernosh Pooniwala, Kevin looks to graduate in B. Tech /BE, en route to a promising career in Engineering.

Awesome Arish!



Arish Patel, student of St. Mary's School, scored 87.6% in the ICSE exams. Residing at Mumbai Central, Arish is a music enthusiast. He has opted for

the Arts Stream in college as he plans to complete his BA and make a career in the field of Psychology.

Admirable Adil!



16-year-old Adil Majoo from St. Mary's School scored 94.4% in the ICSE Boards. Known for his enthusiasm, Adil enjoys acting, debating and has won awards in dramatics. He has

opted for the Commerce stream and aspires to honour his family by joining the Indian Armed Forces, being an ardent admirer of the Indian Army.

Marvelous Mahafreen!



Mahafreen Zubin Mistry scored 90% in the ICSE Board exams. A student of Villa Theresa High School, Mahafreen has a passion for acting and public speaking and has won elocution competitions. She plans to take up Commerce in college and pursue a career in the field of Investment Banking.





Ruzbeh Raja is an Information
Technology Consultant with
over 20 years of experience
in the IT industry. He is also a
Visiting Professor of Law in the
University of Mumbai.
In keeping with increasing
cyber-crime incidents, Parsi
Times presents a series on
Cyber Security Awareness for
your online safety and benefit.

What is Phishing?

Phishing is the art of scamming someone, usually by pretending to be someone else. It is done by impersonating or pretending to be a trusted person or from a trusted organization, like a Bank or Electric Company, etc. Phishing can be done through phone calls or SMS or email or even through the postal service. With the widespread use of computers, mobile phones and the internet, it has become easier to impersonate people and fake their identity.

There have been an increasing number of victims of Phishing scams, who have lost lots of money – getting wiped out of their bank accounts. When people are distracted or concentrating on some other work or worried about some problem, they tend to lower their guard and fall prey to Phishing scams. In the chain of computer usage, human beings are the weakest link. The weakness lies in the human mind and also in the way we have been schooled and brought up. We regularly teach children not to talk to or accept food from strangers, and yet



we easily give out important personal information to various unknown mobile Apps and services, which we use daily.

The following are answers to a few pertinent queries for you to be better informed about such scams:

Query: A senior person once said that she received a phone call from a scammer and just in that one call, their entire bank account worth lakhs of Rupees was emptied. Is that possible?

It is extremely unlikely that their bank accountwas emptied with just a phone call. Only in very high-profile attacks (like the Pegasus spying case), and in Hollywood movies, do such things happen. Most likely, your friend is not telling you the whole story. They have skipped out the part where they shared their ATM PIN number or Net Banking Password or such other details with the attacker. In India, it is not possible to transfer more than Rs.5,000/- without multiple safety measures. These safety measures are called Factors of Authentication and in India you require at least 2 Factors of Authentication to withdraw more than Rs.5,000/-. (see below)

Query: Is Internet Banking and Phone Banking safe in India? Should I disable my Debit Card?

Many people wrongly believe that

Pcyber fraud

Indian Banks do not have adequate safety measures for customers and that is why there are so many cyber frauds and phishing scams. That is not true. The Indian banking system is one of the safest and efficient banking systems in the world and has numerous safeguards to prevent cyber-fraud and phishing.

To withdraw or transfer more than Rs.5,000/- in a single transaction in India, you need to have a combination of at least 2 out of these options:

someone enters the correct password, to do any transaction, you get a Verification Call from your Bank (Column B).

Query: Even after so many safeguards, how come we hear of so many cyber frauds and scams on a regular basis?

The victims of cyber fraud are usually targeted by threatening them with some dire consequences or playing upon their emotions. In the next article, we will see some classic examples of how these frauds take place and what could have been done to avoid such scams from the perspective of the victims.

Query: Which laws punish Phishing in India?

The Indian Penal Code 1860 deals with Cheating and Impersonation. The Information Technology Act 2000 has specific sections which deal with Cheating by Impersonation using a computer. Persons guilty of section 66D shall be punished with imprisonment for a term which may extend to three years and shall also be liable to fine which may extend to one lakh Rupees. Although there are also some provisions for recovery of your money, in Phishing scams, it is difficult to do so if the victim has shared their PIN or Password with the attacker.

Α	В	С	D Environment Info.	
Something you KNOW	Something you HAVE	Something you ARE		
Password	One-Time Password	Finger Print	IP Address	
PIN Number	Debit Card	Retina Scan	Screen size	
Passphrase	Credit Card	Face Recognition	Location/ GPS Coordinates	
Pattern	3-Digit CVV Number (behind Debit/ Credit Card) Verification Call from Bank	Photograph	Browser Version Operating System Verification	

To withdraw money from an ATM, you require a Debit Card (Column B) + PIN Number (Column A). Sometimes you require a Debit Card (Column B) + PIN Number (Column A) + OTP (Column B).

At the Petrol Pump, you require Debit Card (Column B) + PIN Number (Column A)

For Online Transactions through Net Banking, you require Password (Column A) + Transaction Password (Column A) + OTP (Column B)

For Mobile Banking App Transactions, you require App Password (Column A) / or Fingerprint (Column C) + UPI PIN (Column A) + OTP (Column B)

Some Net Banking Apps work only if you're located in India by tracking your Location (Column D) and even if

Other Terms:

SMishing: When you receive an SMS from someone pretending to be the Electricity Company or Loan provider or your bank. It is Phishing done through SMS.

Vishing: When a scammer uses their Voice for Phishing, either through a phone call or by fooling any security system which uses Voice Recognition Technology.

Spear Phishing: If you see how tribal people use Spears to catch fish in lakes and rivers, the same way scammers pick out a single high-profile target, like the CEO of a bank, Founder of a large company, Ministry Official or Military Personnel. They continuously target these people using different methods to extract confidential information or take over their computers to do some greater harm.

Nekzad Entertainment Holds Plus Size Fashion Show

grand and exclusive Fashion Size titled: 'Being Fat Is Not A Crime', was held on 21st May, 2023, at a plush South Mumbai venue, organised by the event management organisation Entertainment, Nekzad founded by Neville Kavarana.

The event was marked by the presence of numercelebrities supporting this cause, with actors and celebrities including Chief Guest - Delnaaz Irani and Special VIP Guest Yasmin Mistry, who were felicitated by Neville Kavarana, amidst much applause. The show was also attended by international models, award winning child actors and other.

The Fashion Show was a huge success making for a

spectacular eve, with seventeen beautiful and confident ladies showcasing much charisma in traditional and formal wear. The mood got even more enjoyable with singing and dance performances by the talented Akil Aklesh and Shernaz Irani. The evening concluded with a sumptuous dinner.

Watch out for future events



Unlock The Soul Of Spain With Trafalgar

s the world leader in European tours since 1947, Trafalgar invites you to venture into the spirit of Spain on our '9-day Spanish Wonder' tour, featuring iconic highlights, local secrets, and one-of-a-kind experiences.

Join the Morillo family for a traditional Andalusian Dinner on Trafalgar's signature, 'Be My Guest' experience and explore the treasured cities of Madrid, Barcelona, and Seville with the best Flamenco performance in town. Or take the road less travelled on our '11-day Adventure of Northern Spain' for an immersion of history and culture unique to this region. See Pamplona's ancient city walls, wander around San Sebastián's golden-hued Old Town and travel back to a time where



medieval pilgrims congregated at the stunning Santiago de Compostela.

Travelling with Trafalgar means we take care of it all. Simply dream, pack and leave the rest to us!

QR CODE:



Save up to 15% off on select trips. www.trafalgar.com

For more information contact us: 9152020011 / 022 26143300 / 022 35631313

Anosh Mullan Ordained Navar

-year-old, Mullan, was ordained Navar on 14th May, 2023, at the Soonawalla Agiary, Mahim. The Navar ceremony was performed under the guidance of Er. Khushroo Kanga and Er. Kersasp Sidhva, in remembrance of Anosh's great grandmother -Perin Cawas Mogul.

Son of proud parents Dilshad and Kerman Mullan, and grandson of Farida and Eruch Mullan; and Farida and Marazban Luckdy, Er. Anosh, in his very first ceremony after being ordained Navar, joined his grandfather - Er. Eruch and father - Er. Kerman, in performing the Dae Mahino Jasan held annually at Namdar



to Er. Khushroo Kanga, Er. House, Bandra on 21st May, 2023 Kersasp Sidhva and the staff of Soonawalla Agiary for their

The family is thankful guidance and support.

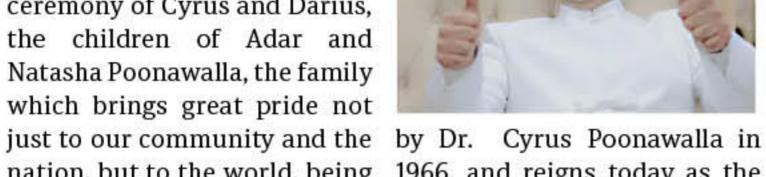
Poonawallas Celebrate Sons' Navjote Ceremony







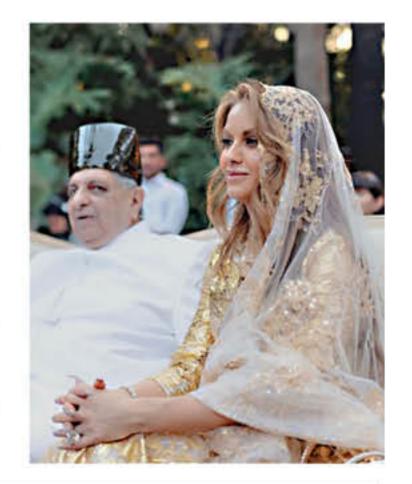
The weekend before last saw the Poonawallas celebrating the navjote ceremony of Cyrus and Darius, the children of Adar and Natasha Poonawalla, the family which brings great pride not of India (SII), established vaccines (in volumes).



nation, but to the world, being 1966, and reigns today as the the founders of Serum Institute global leader in the producer of fashionista mum - Natasha,

On the auspicious occasion, Natasha Poonawalla, who is known for her philanthropic work and impeccable fashion sense, shared several images social media. Adar Poonawalla his and dapper sons looked in traditional Duglis, while stole the show in a gold saree.

Recently, Natasha Poonawalla made headlines for her appearance as a guest at King Charles' coronation The charismatic concert. fashion icon is credited with keeping the style metre running on all occasion, be it the Met Gala Red Carpet Entry or just a travel vacation!



Indo-American Society

COURSES FOR STUDENTS AND CORPORATE TRAINING

FULLTIME & SATURDAY & SUNDAY BATCHES

- Excellence In Public Speaking & **Communications Skills**
- * Personality Development
- * Basic English Conversation
- * Advanced English Conversation
- * Fast Reading & Memory Efficiency
- * Photography
- * Advanced Certificate in Export / Import
- * Study for Abroad: IELTS
- * German Language Course

- 1 Day Workshop/Seminar
- * Effective Public Speaking & Presentation Skills Group
- * Train the Trainer Discount * Leadership Development
- * Cyber Crime Investigations &
- **Digital Forensics** * Secretarial & Administrative
- * Email Etiquette

Professionals

* Hi-Impact Presentation Skills

For more details, contact to: Indo-American Society, Kitab Mahal, 5 D, Sukhadwala Marg, Next to New Excelsior Cinema, Fort, Mumbai 400 001. Tel.: 22074882/3, 22004769 OR

Email to priti@indoamericansociety.org /info@indoamericansociety.org

World Zoroastrian Organisation (India) **Holds Deh Mah Jashan**

13th May, 2023, which marked a very auspicious day in the Parsi calendar (Mah - Deh, Roj - Hormazd), the World Zoroastrian Organisation (WZO) - India, organized the annual evening Jashan ceremony at the Ripon Club in Mumbai. Post the Jashan, which was performed by Er. Jamshed Bhesadia and Er. Farokh Kerawala (of M J Wadia Fire Temple, Lalbag), a unique Talent Contest was held, which had about a hundred members displaying their skills in singing and dancing. What made the contest unique was that all the participants were over the age of seventy, with the oldest participant being 89 years old - proved that age is just a number, should you choose to stay young at heart! All participants were awarded a certificate of appreciation and a gift, courtesy committee

President Kersi Limathwalla addressed the gathering, greatly appreciating the spirit of all the young-at-heart participants

member, Nancy Dalal.



Nancy Dalal, Veera Mundroina, Sanober Pardiwala, Kersi Limathwala and Nozer Commisariat.



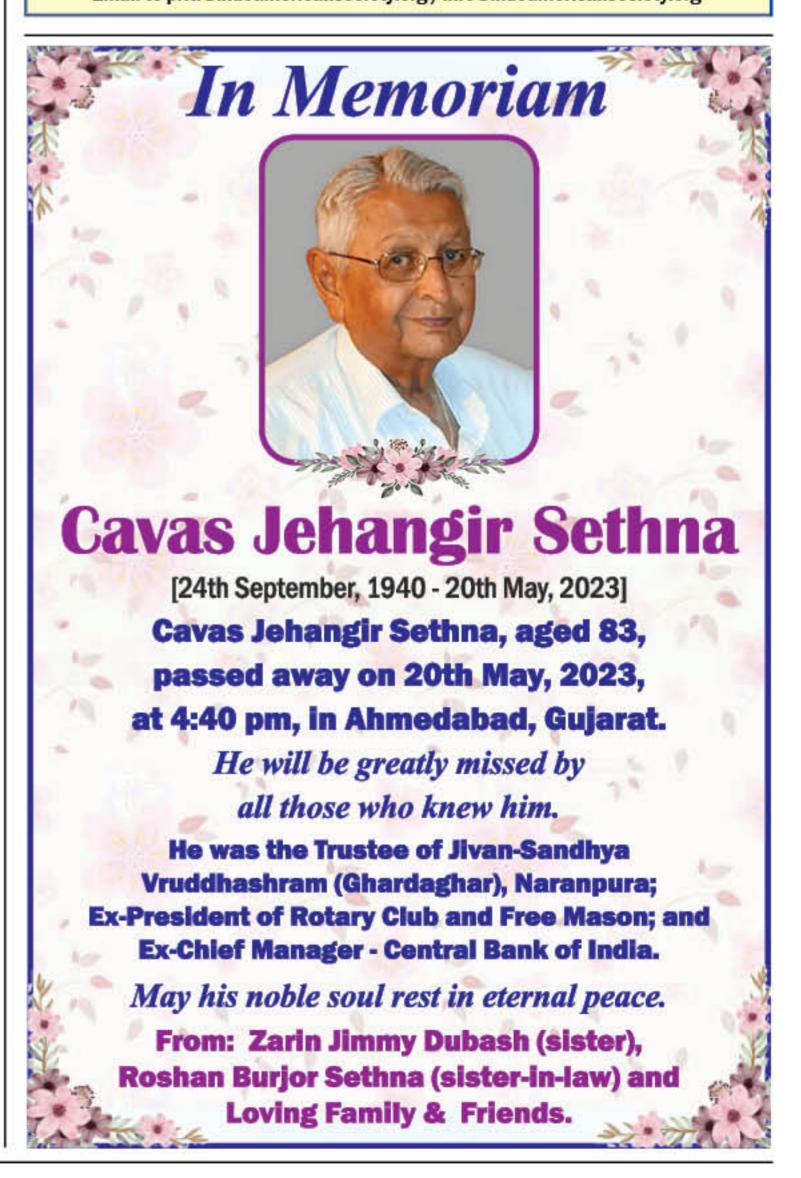
WZO President Kersi Limathwala Felicitates Chief Guest Sanober Pardiwala.

and went on to introduce the Chief Guest - Sanober Pardiwalla, the Stunt-Queen of Bollywood, who started out at just 12 years of age and has performed death defying stunts for almost every actress in Bollywood, and has received two Lifetime Achievement

awards and five Taurus World Stunt nominations. Her skills include MMA, precision high speed riding for cars and bikes, high cable falls, underwater stunts, deep sea diving and glass breaking stunts.

In her short address, she emphasized that any form of exercise is vital for every individual and one must devote at least ten minutes a day to exercise. She answered questions from members. A couple of rounds of the Parsifavourite game of Housie were played. The enjoyable evening ended with a sumptuous dinner.

[Courtesy: Veera Mundroina]



earch out 16 Popular Summer Cocktails hidden in the word-jumble box below, in bi-directional, Dhorizontal, vertical and diagonal forms:

Moscow Mule Margarita Caipirinha Screwdriver

Mojito Martini **Bloody Mary Tequila Sunrise**

Manhattan Daiquiri Sangria Shirley Temple

White Russian Mai Tai Cosmopolitan Pina Colada

WINNING CAPTION!!!



Bear Cubs (Left & Right): Hey, can you tell us why we're being made to pose thus?? Bear Cub (Center): Hush now! I heard the Lions on the Ashoka Pillar are gonna be replaced by us! By Kayomarz Dotiwalla

HOW MANY WORDS?

How many words of four or more letters can you make from the letters below? Every word must contain the letter in the center. You should make at least one word using all 7 letters.

RESULTS:

Average: 6 or more words Good: 8 or more words Outstanding: 9 or more words



SUDOKU SOLUTION

Þ	9	8	L	g	6	2	3	1
6	g	L	3	7	8	Þ	9	ı
3	ı	2	7	7	9	8	6	ç
		Þ	8	9	g	L	2	3
9	3	g	7	ı	7	6	Þ	8
2	8	ı	Þ	6	3	L	g	9
8	1	9	6	3	2	g	ı	Þ
ı	7	3	g	L	Þ	9	8	6
g	Þ	6	9	8	ı	3	Z	2

TechKnow With Tantra

RiteTag

Those of you on Facebook, Twitter or Instagram, would be using many tags to drive traffic to your site. The only problem is to identify which tags are

popular and will be instantly trending. RiteTag gives you instant hashtag suggestions for images and texts on your desktop and mobile. Its suggestions engine works on AI in real time, which will ensure maximum engagement for your posts. Simply log in to RiteTag with your FB or Insta credentials and start typing your own hashtags. RiteTag instantly suggests the most appropriate tag for maximum hits on your post. An extremely simple and easy to use tool to maximize the reach of your Social Media posts.

Android: https://ritetag.com/

3UDOKU

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

Solution see below

CAPTION THIS!



Calling all our readers to caption this picture!

Send in your captions at editor@parsi-times.com by 31st May., 2023.

Winning Caption and Winner's Name Will Be Published Next Week.

We invite our readers to contribute funny / interesting pics that we could use for the 'CAPTION THIS' Contest.

Disclaimer: Some of our 'Caption This' Contest photos are taken from freely available, public online resources and are published in a light and humorous vein, which is the mainstay of the Parsi spirit! No offence is intended to anyone or any situation.

Thought of the Week

"Never give up on a dream just because of the time it will take to accomplish it. The time will pass anyway."

- Earl Nightingale



ovelist and playwright, Johann Wolfgang Goethe, wrote: "He is the most fortunate man who can bring the end of life round to its beginning again." My dad, at 93, was physically and mentally active, going for plays, movies, Western music-concerts, reading, writing daily (in his journal), exercising, going for walks and most importantly, having a great sense of humour. When asked by a doctor to take it easy because of old age, he asked, "Old age? What's that?? I think my present age, although it's very advanced, is the most pleasant and finest period of my life! I would not exchange my life for the most flourishing youthfulness."

His words were a wake-up call for me since I had put on a lot of weight at that stage of life and was becoming lethargic. I took a mental about-turn and was determined to be like dad. Every senior person should be like dad in his outlook! In fact, dad used to tell me the story of 'The Tithonus Wish' - man's longing for youth and immortality embodied in the Greek mythological legend of Tithonus. His wife mistakenly asked the Gods to grant him eternal life instead of eternal youth. Hence, Tithonus wound up in an endless purgatory of decrepitude. To live a longer life, to merely achieve longevity, is a wrong and wretched wish. In fact, it's a curse. So Tithonus asked the Gods to grant him an eternal fountain of youth. It was denied and he was miserable.

Several ancient cultures, notably, the Limurean, Atlantis and Egyptian, were obsessed with immortality, especially ancient Egypt, where bodies were mummified and buried with their slaves, jewellery, utensils and even pets. More than 2,500 years ago, Chinese alchemists



FEATURE

The Second Half Of Life

known as Thermatugists devoted all their time and energy to create 'drinkable gold' as a means of prolonging life. Even ancient India had certain secret herbs to prolong life.

Biologists, molecular scientists and even etymologists (people who study the origin of words) are working round the clock, spending obscene amounts of money to help us stay younger and longer. Drastic measures like augmentations, botox and face surgeries! Who wants a plastic face when you have 'earned' those wrinkles, which are a map of the life you have led!!

A recent study found that cockroaches do not age gracefully. After about sixty weeks of adulthood, roaches get stiff joints which inhibit climbing and make it difficult for them to walk on vertical surfaces. One scientist said that it was all in the mind and the brain of the cockroach. He removed a part of the roach's brain and sure enough, the cockroach flew like a youngster. Too fantastic to believe? I thought so too! But it was published in a reputed science magazine, so I give it the benefit of doubt!

But this got me thinking - would you allow a part of your brain to be removed

to become more youthful? Would you sip a magic potion to become younger? If a part of your brain is removed, what about past memories? Wouldn't you be surrendering your personality as well? And which memories would you subtract? The year you fell in love? And what about the years your children were born? Would you take away the grieffilled year that was spent saying goodbye to the parent you were caring for? In removing painful memories, would you also remove that part of the brain that recalls the smell of the first rain on your lawn or the first time you saw Paris? Your first kiss?

As I consistently point out, there's another poetic and precise premise of age, it's the youthful state of your soul. Inside, you are all the exceptional qualities given to you at birth as gifts to be cherished, developed and enhanced. Life brings to each one of us, health problems, unhappiness, setbacks and tragedies but you won't succumb because you have those birthday gifts. What you were as a child, you can be now. Your birthday candle is still burning bright!

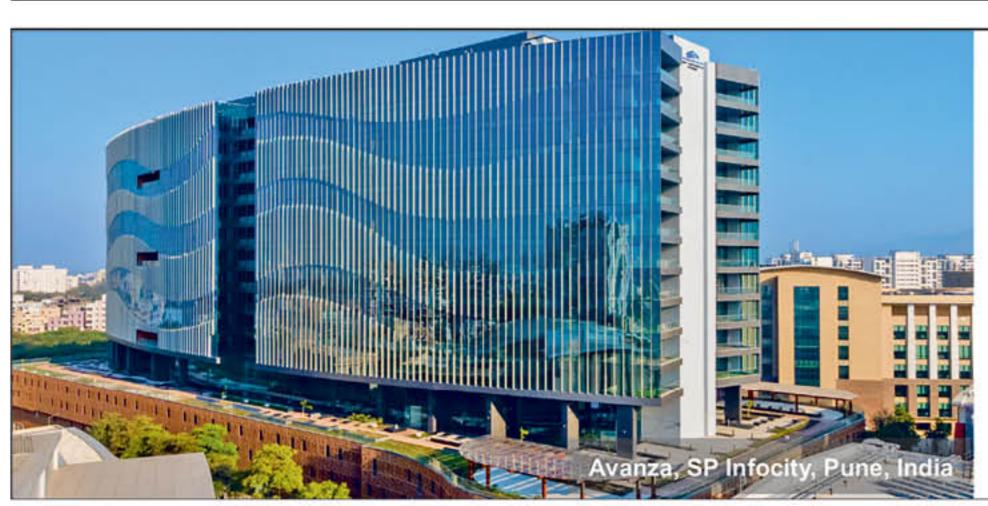
See the value and victory of each passing birthday. Be grateful for the years that have passed and hopeful for the years ahead. There's no cure, potion or injection for not aging - except death, which is inevitable. It will come to you, me and everybody. But you can die feeling old or die feeling young.

In the movie, 'Shirley Valentine', the main character is a middle-aged wife and mother of two grown children, who finds herself talking to the kitchen wall while cooking dinner for her husband. She decides to travel to engage her curiosity and to ignite her love and laughter. She doesn't want to wait until it's too late, believing, "Most of us die long before we're dead. And what kills us is the terrible weight of all this unused life that we carry around."

There is unused life inside you. Don't extinguish it, don't let it weigh you down and don't let it make you old before your time. We all can be so much more than who we are. Our glory, greatness, humour, love, compassion, are all as individual as they are universal. Re-read your life, review your life. Re-act your life as a 'Will-Be' and not a 'Has-Been'. Feel young in your body, mind and your tomorrows.

Read, write, sit in mother nature's lap, go see a play or a movie, meet friends who make you feel alive (not depressed). Ask questions, share stories. Get out of your house, your bed, your chair, your old ways and grow young. Fill each day with optimism, laughter, joy, delight. Find these consciously. Learn something everyday and do what makes you feel young - even if it's just buying a new lipstick or phoning an old school-friend. Be grateful for everything you have. This way, you'll make your own happy ending. Redeem and revive all that was original, good, authentic and true in you.

You are young even at eighty if you think life is fulfilling, vigorous, happy and joyful. In fact, your body, mind and face will feel younger when you practise timeless qualities like kindness, strength, compassion, wisdom, dedication, enthusiasm and above all, a sense of humour!



- 158 years in business
- Presence in 40+ countries
- 35,000+ global workforce



Shapoorji Pallonji And Company Pvt. Ltd.

Corporate Office:SP Centre, 41/44 Minoo Desai Marg, Colaba, Mumbai 400 005 Tel: +91 22 6749 0000 Website: www.shapoorjipallonji.com

THE TRUTH. DELIVERED WEEKLY.

દવિયેરની નવાજબાઈ ગોઈપોરીયા અગીયારીની ૧૬૮માં વરસની સાલગ્રહેની દબદબાભરી ઉજવણી



ઉમરગામના દવિએર ગામ મુકામે બાઈ નવાજબાઈ ગોઈપોરીયા અગિયારીની ૧૬૮માં વરસની સાલગ્રહેની દબદબાભરી ઉજવણીમાં ૫૦૦ જેટલા પારસી/ઈરાની બશ્તે કુશ્તીયાનો એ હાજરી આપી હતી અને મુરાદ હાંસલ આતશ પાદશાહની બંદગી કરી હતી. મુંબઈ, સુરત, દહાણુ, ઘોલવડ, નારગોળ, નવસારી, સરોંડા, ઉંમરગામ, સંજાણથી ધર્મપ્રિય - હમદિનો હાજર રહ્યા હતા.

આદર મહીનો અરદીબહેસ્ત રોજ તા. ૧૫ એપ્રિલ, ૨૦૨૩ના રોજ સવારે આખી અગીયારીની સફાઈ કરી હાર-તોરા, ચોક-ચાંદન કર્યા પછી સવારે ૦૬:૪૦ કલાકે (બહેદિન પાસબાન) પ્રેસીડન્ટ મર્ઝબાન એરચશા વાડીયાએ ફરજ્યાત ભણી પાદશાહ સાહેબને આતશ નીઆએશ ભણતા માચી અર્પણ કરી કોમ-ઘેર-ગામ-દેશ-દુનીયાને માટે દુવા પ્રાર્થના કરી તંદરોસ્તી શાંતિ ચાહી હતી.

માનવંતા મરહુમ પંથકી સાહેબ એ. અસ્પંદિયારજી

૮મી મે, ૨૦૨૩ના

રોજ,

સ્થિત

સીઈપીટી યુનિવર્સિટીએ ભૂતપૂર્વ વિદ્યાર્થી અને

આયોજન શાળાના ભૂતપૂર્વ નિયામક, બરજોર મહેતાની

૨૦ જાન્યુઆરી, ૨૦૨૪ થી શરૂ થતા પાંચ વર્ષની

મુદત માટે નવા પ્રમુખ અને કાર્યકારી નિર્દેશક તરીકેની

તેમની નિમણુકની જાહેરાત કરવામાં આવી હતી.

બરજોર મહેતા - એક આર્કિટેક્ટ અને શહેરી

આયોજક, સિંગાપોરમાં સ્થિત પૂર્વ એશિયા અને

પેસિફિક ક્ષેત્ર માટે વિશ્વ બેંકના અગ્રણી શહેરી નિષ્ણાત

છે. આ પહેલા, તેઓ ચીન (૨૦૧૬-૨૦૨૦),

ભારત (૨૦૧૨-૨૦૧૬), અને તાંઝાનિયા

(૨૦૦૯-૨૦૧૨)માં વિશ્વ બેંકની દેશની કચેરીઓમાં

હતા. ૨૦૦૨ અને ૨૦૦૯ ની વચ્ચે, તેઓ વોશિંગ્ટન

દાદાચાનજીની ગેરહાજરીમાં એમના સુપુત્ર પંથકી સાહેબ એ. હોરમજદ દાદાચાનજીએ જશનની ક્રિયા ૦૯:૩૦ કલાકે બીજા એરવદ સાહેબો સાથે ઘણાજ બુલંદ અવાજે કરી દુવા ચાહી હતી.

ત્યારબાદ સર્વે આવેલા ધર્મપ્રિય પારસી/ઈરાની- બશ્તેકુશ્તીયાનો પાછળના

કમ્પાઉન્ડમાં ચાસની, નાસ્તા, જમણ માટે એકઠા થયા હતા.

સ્ટેજ પરથી પ્રેસીડન્ટ મર્ઝબાન એ. વાડીયાએ સર્વેનું ભાવભર્યું સવાગત પ્રવચન કરતાં-મુખ્ય અતિથી પદ્મભૂષણ શ્રી. યઝદી કરંજીયાનું સ્વાગત કરતાં એમના જીવનની કારકીર્દીની વિગતો જણાવી શાલથી સ્વાગત કર્યું હતું.

દર વખતે દિલોજાનથી પધારતા દવિએર અગિયારીના ચાહક અને પ્રખર પારસી, કોમોડોર અસ્પી મારકરે પોતાની છટાદાર ભાષણશૈલીમાં પ્રેસીડન્ટ - ટ્રસ્ટીઝ - કમીટી મેમ્બરોના વખાણ કરી ધન્યવાદ આપ્યા હતા. ગુજરાતમાં, મહારાષ્ટ્રમાં બંધ પડેલી અગીયારીઓની બીયાબાન હાલત માટે ચીંતા વ્યક્ત કરી હતી. એમને પણ શાલ થી નવાજવામાં આવ્યા હતા.

વધુ માટે જુઓ પાનુ ૧૩

ગંભારનું મહત્વ

ગંભારનો અર્થ થાય છે એકઠું/સંગ્રહ કરવાનો સમય. સામાન્ય રીતે કહીએ તો, તે સારા કાર્યો અને કુદરતના આશીર્વાદો એકત્રિત કરવાનો અથવા લણવાનો સમય છે. કેટલાક લોકો આ શબ્દને કૃતજ્ઞતા આપવા માટે એકત્ર સમુદાયના અર્થઘટન તરીકે કરે છે. આધુનિક સમયમાં, કેટલાક પરોપકારી પારસી અને ઈરાની પારસી લોકો પણ ગંભારને તેમના વહાલાની વિદાયની રમૃતિમાં, આધ્યાત્મિક યોગ્યતાના કૃત્ય તરીકે અને મૃતકો પાસેથી આશીર્વાદ લેવા માટે પ્રાયોજિત કરે છે.

છ ગંભારઃ ધાર્મિક અને પરંપરાગત રીતે

છ ગંભાર છે (પ્રાચીન સમયમાં, વર્ષમાં દરેક પાંચ દિવસની છ મહાન રજાઓ - પ્રારંભિક તૈયારી માટે દરેક ગંભારના પ્રથમ ચાર દિવસ અને મુખ્ય તહેવાર માટે છેલ્લો દિવસ). ઋતુઓ અને તેમની નિયમિતતા કે જેના પર વિશ્વની સમૃદ્ધિ નિર્ભર કરે છે તેની યાદમાં તેમજ અહુરા મઝદાની સારી રચનાઓ તેમના ઉત્ક્રાંતિના ક્રમમાં વર્ષ દરમિયાન યોગ્ય સમયે ગંભાર ઉજવવો જોઈએ.

નીચેના કોષ્ટકમાં વર્ષનો સમય જ્યારે આ છ ગંભાર અનુરૂપ ઋતુ અથવા રચના સાથે ઉજવવામાં આવે છે:



ગંભારનું નામઃ	ઉજવણી:	સર્જનઃ સ્વર્ગ / આકાશ		
મૈધ્યોઝારેમ	મધ્ય વસંતઃ નવરોઝ પછીનો ૪૧મો થી ૪૫મો દિવસ માહ અર્દિબેહેસ્ત – રોજ ખોરશેદથી દેપમેહેર			
મૈધ્યોશેમ	ઉનાળાના મધ્યમાંઃ નવરોઝ પછીનો ૧૦૧મો થી ૧૦૫મો દિવસ માહ તીર, રોજ ખોરશેદથી દેપમહેર			
પેતિશૈયમ	પાનખરઃ નવરોઝ પછી ૧૭૬મો થી ૧૮૦મો દિવસ માહ શેહરેવર, રોજ આસ્તાદથી અનેરાન	પૃથ્વી		
આયાથ્રેમ	સમૃદ્ધિ અને પશુઓના સંવર્ધનનો સમયઃ નવરોઝ પછી ૨૦૬મો થી ૨૧૦મો દિવસ માહ મહેર, રોજ આસ્તાદથી અનેરાન	વનસ્પતિ		
મૈધ્યારેમ	શિયાળાની મધ્યમાંઃ નવરોઝ પછી ૨૮૬મો થી ૨૯૦મો દિવસ માહ દએ, રોજ મહેર થી બહેરામ	પ્રાણીઓ		
હમસ્પથમેડેમ	માણસ			

દક્ષિણ એશિયા તેમજ મધ્ય-પૂર્વ અને ઉત્તર આફ્રિકામાં અમદાવાદ આર્કિટેકચર શહેરી વિકાસ પહેલ પર કામ કર્યું હતું. અને પ્લાનિંગ સંસ્થા,

બરજોર મહેતા સીઈપીટી યુનિવર્સિટી,

અમદાવાદ ખાતે પ્રમુખ તરીકે નિયુક્ત

ગવર્નિંગ બોડીના ચેરપર્સન સંજય લાલભાઈએ મહેતાનું સ્વાગત કરતાં જણાવ્યું હતું કે, શહેરી આયોજન અને વિકાસમાં વૈશ્વિક અનુભવ ધરાવતા એક સફળ વ્યાવસાયિક તરીકે, મને વિશ્વાસ છે કે તેઓ વારસાને આગળ ધપાવશે અને સંસ્થાને નવી ક્ષિતિજો તરફ દોરી જશે.

ડીસીમાં હતા જ્યાં તેમણે પૂર્વ અને દક્ષિણ આફ્રિકા,

મહેતા અગાઉ અર્બન પ્લાનિંગના એસોસિયેટ પ્રોફેસર (૧૯૯૦-૧૯૯૫) અને સ્કૂલ ઓફ પ્લાનિંગ, સીઈપીટી (૧૯૯૫-૧૯૯૭)ના ડિરેક્ટર તરીકે સેવા આપી ચૂક્યા છે. તેમણે સ્કૂલ ઓફ આર્કિટેકચર, સીઈપીટીમાંથી આર્કિટેકચરમાં ડિપ્લોમા અને એશિયન ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ ટેક્નોલોજી, બેંગકોકમાંથી માનવ વસાહત આયોજનમાં માસ્ટર્સ ડિગ્રી ઘરાવે છે.

એક મહત્વપૂર્ણ ધાર્મિક ફરજઃ રિવાયત મુજબ, પારસી પાસે છ મહત્વપૂર્ણ ઘાર્મિક ફરજો છેઃ

- ૧. છ ગંભાર પ્રદર્શનમાં ભાગ લેવો
- ર. રેપિથવિનને પવિત્ર કરો
- 3. સરોશ યઝાતાને પૂજા અર્પણ કરો
- ૪. મૃતકોના ક્રવશીને યાદ કરો
- ૫. દિવસમાં ત્રણ વખત ખુરશેદ અને મહેર નિઆએશનો પાઠ કરો
- દ્દ. મહિનામાં ઓછામાં ઓછા ત્રણ વખત માહ બોખ્તાર નિયાયેશનો પાઠ કરો.

જ્યાં વાજબી સંખ્યામાં પારસી લોકો રહે છે

ત્યાં યોગ્ય સમયે ગંભાર ઉજવવાની પરંપરાને પુનજીવીત કરવી જોઈએ. પરંપરા અનુસાર, ગંભાર દિવસોમાં, અહુરા મઝદા તેમની રચનાઓ પર વિશેષ આશીર્વાદ વરસાવે છે. તે દિવસે વિધિઓ કરીને, અમે સમગ્ર બ્રહ્માંડની સમૃદ્ધિ અને સુખ માટે આ આશીર્વાદોને આહ્વાન કરીએ છીએ.

ઉપરાંત, પરંપરાગત રીતે, ગંભારમાં ધનિક અને ગરીબ ક્રમ અને વર્ગના તમામ અવરોધોને તોડીને એક દિવસનું ભોજન અથવા રાત્રિ ભોજન ટેબલ પર સાથે બેસી કરવું જોઈએ.



એક નજર પારસી મરણો ઉપર

Deceased મરનાર	Age વય	Date તારીખ	Address ૨. ઠે.	Relations સગાઈઓ
Dinyar Cavasji Nakra દીનયાર કાવસજી નાકરા	83 ८3	18.05.2023	5/23, A.H.Wadia Buag, Parel Tank Road, Mumbai 33. ૫/૨૩, એ.એચ. વાડ્યા બાગ, પટેલ ટેન્ક રોડ, મુંબઈ ૩૩	તે રૂબી તથા મરહુમ રોશન દીનયાર નાકરાના ખાર્વીદ તે જહાંગીર દ. નાકરા તથા એદલ દ. નાકરાના બાવાજી તે મરહુમો નાજામાય તથા કાવસજી નાકરાના દીકરા તે તેરેસા જહાંગીર નાકરા તથા હેલીના એદલ નાકરાના સસરાજી તે એનારોશન જ. નાકરા, યઝદ જ. નાકરા તથા ડેરીયો ઈ. નાકરાના બપાવાજી તે ફ્રેની જહાંગીર વકીલના ભાઈ તે મરહુમો જરૂ તથા જાલ કટેલીના જમાઈ તે મરહુમ સીક્ષુ બરજોર હીરામાણેકના બ્રધર ઈન લો.
Hilla Homi Dadysett હીલા હોમી દાદીશેઠ	100 900	22.05.2023	Monte Rosa, 141/E, Dadysett Hill, August Kranti Marg, Mumbai 36. મોન્ટે રોસા, ૧૪૧-ઇ, દાદીશેઠ હીલ, ઓગસ્ટ ક્રાંતિ માર્ગ, મુંબઇ ૩૬.	તે મરહુમ હોરમસજી નસરવાનજી દાદીશેઠના ઘણીયાણી તે મરહુમો જરબાઇ તથા અરદેશર ડોકટરના દીકરી તે મરહુમ સોલી ડોકટરના બહેન તે હોશંગ જહાંગીર ખાનના આન્ટી તે યઝદી સોલી ડોકટરના કુઇજી તે મરહુમો શીરીનબાઇ તથા નસરવાનજી દાદીશેઠના વહુ.
Phiroze Framroze Mehta પીરોજ ફરામરોજ મેહતા	80 60	21.05.2023	Gulmohor Apts., Flat No B-902, Ceasar Road, Amboli, Andheri(W), Mumbai 58. ગુલમોહર એપાર્ટમેન્ટ, રૂમ. નં. ૯૦૨, સીજર રોડ, અંબોલી, અંઘેરી (વેસ્ટ), મુંબઇ ૫૮.	તે એલીન પીરોજ મેહતાના ઘણી તે મરહુમો જીની કાવસજી બાતલીવાલા તથા મરહુમો ફરામરોજ મહેતા તથા કાવસજી બાતલીવાલાના દીકરા તે આવાન સોરાબ મેહતા તથા રતન કાવસજી બાતલીવાલાના ભાઇ તે મરહુમો મુતુ તથા હોમી જમશેદજી બામજીના જમાઇ.
Percy Dadi Mody પરસી દાદી મોદી	58 ૫૮	22.05.2023	Flat No 28, 1st Floor, Bhbha Senatorium, Near bandstand, Bandra, Mumbai 50. ફ્લેટ નં.૨૮, ૧લે માળે, ભાભા સેનેટોરીયમ, ભાભા સેનેટોરીયમ રોડ, બેન્ડ સ્ટેન્ડ, બાંદ્રા, મુંબઇ ૫૦.	તે મેહેરૂ પરસી મોદીના ઘણી તે મરહુમો ગુલ તથા દાદીબા મોદીના દીકરા તે હોસી તથા મરહુમો નવલ તથા નોઝરના ભાઇ તે મરહુમો ગુલબાઇ તથા એરચશા વજીકદારના જમાઇ.
Rusi Jehangir Fraser રૂસી જહાંગીર ફ્રેઝર	96 ७६	23.05.2023	F-12, Godrej Baug, Off Nepeansea Road, Mumbai 26. એક-૧૨, ગોદરેજ બાગ, ઓફ નેપીયન્સી રોડ, મુંબઇ ૨૬.	તે મરહુમ આલુ રૂસી ફ્રેઝરના ઘણી તે મરહુમો ફ્રેની તથા જહાંગીર ફ્રેઝરના દીકરા તે ઝીનોબ્યા હોમીયાર દારૂવાલા તથા ખુશનુમ પોરસ રાબાદીના બાવાજી તે હોમીયાર રૂબી દારૂવાલા તથા પોરસ કેરસાસ્પ રાબાદીના સસરાજી. તે મરહુમો મીનુ, તેહેમતન, પીરોજ, સેરા, તેહમી, રોદા, મનીના ભાઇ તે શ્રીન્જીની ને ત્યારાના મમાવાજી તે મરહુમો રૂસ્તમ એન તંપાલ તથા બાનુ જહાંગીરના બનેવી તે મરહુમો નરીમન તથા આઈમાય તંપાલના જમાઈ.
Rohinton Hormusji Master રોહીન્ટન હોરમસજી માસ્ટર	89 ८૯	23.05.2023	Parakh Dharmshala, Old Khareghat Colony, 34, Huges Road, Mumbai 7. પારખ ધર્મશાળા ઓલ્ડ ખરેઘાટ કોલોની, ૩૪, હ્યુજીસ રોડ, મુંબઇ ૭.	-
Banu Sam Kohina બાનુ સામ કોહીના	89 ८૯	23.05.2023	2603 TwoICC, G.D. Ambekar MArg, Dadar, Naigaon, Mumbai. ૨૬૦૩, ટુઆઇસીસી, જી.ડી.આંબેકર માર્ગ, વડાલા ટેલીકોન એક્સચેન્જની નજીક, દાદર, નાયગાંવ, મુંબઇ.	તે મરહુમ સામ સાવકશા કોહીનાના ધણીયાણી તે મરહુમો દસ્તુરજી મનચેહેરશા તથા ઓસ્તી દીનામાઇ દસ્તુરના દીકરી તે કેરમાન તથા પોરસના માતાજી તે જેસમીન તથા મરહુમ મેહેરના સાસુજી તે મરહુમો ધનમાઇ, એરવદ કેકી, હોમાઇ, ખોરશેદ, દસ્તુરજી નોશીરવાન, કેતીના બહેન તે રોની, બુરજીન, દાનેશ, આશીશ રોની કોહીનાના બપયજી તે ફેનીના વેવઇ તથા નરીમન તવારીયાના વેવાન.
Bomi Dara Press બોમી દારા પ્રેસ	81 ८٩	23.05.2023	609, Singapuri Bldg., Flat No. 14A, 3rd Floor, Chirabazar, Mumbai 2. ૬૦૯, સીંગાપુરી બિલ્ડિંગ, -મ નં. ૧૪એ, ૩જે માળે, ચીરાબજાર, મુંબઈ ૨.	તે મરહુમો આલુ તથા દારા પ્રેસના દીકરા તે મની અદી દારૂવાલા, કેકી, હોમી, અસ્પી, રોહીન્ટન, મહેરનોશ, રયોમંદ, મરહુમો ઝરીન અને જીમીના કઝીન.
Homai Meherwanji Postwalla હોમાય મેહેરવાનજી પોસ્ટવાલા	81 ८٩	23.05.2023	Meherbai Wadia Bldg. No 2, 1st floor, R no. 1, Chikalwadi, Tardeo road, Gamdevi, Mumbai 7. મહેરબાઈ વાડીયા બિલ્ડિંગ નં. ૨, ૧લે માળે, રૂમ નં. ૧, ચીકલવાડી, ગામદેવી, મુંબઈ ૭.	તે મરહુમ મેહેરવાનજીના દીકરી તે મેહેરનગીજ સરેલાના દૂરના સગા.
Feroze Darabshaw Surti ફીરોજ દારાબશા સુરતી	86 ८६	25.05.2023	Glamorglen, Flat No. 903, 9th Floor, 100, Dr. Ambedkar Road, Bandra West, Mumbai 50. ગલેમોરગેન ફલેટ નં. ૯૦૩, નવમાં માળે, ૧૦૦, આંબેડકર રોડ, બાન્દરા વેસ્ટ, મુંબઈ ૫૦.	તે મરહુમ પરવીજ ફ્રીરોજ સુરતીના ઘણી તે મરહુમો દીના તથા દારાબશા રૂસ્તમજી સુરતીના દીકરા તે ઝુબીનના બાવાજી તે મેહેરના સસરાજી તે મરજબાન તથા મરહુમો મની રાના તથા નોઝર દી. સુરતીના ભાઈ.
			Death Announce	ements From Devlali
Kerfegar Behram Anklesaria કેરફેગર બહેરામ અંકલેસરીયા	73 93	15.05.2023	Block No. 13, Dr. Bahadurji Senetorium, Lam Road, Devlali Camp, Nasik, 422401. બ્લોક નં. ૧૩, ડો. બહાદુરજી સેનેટોરીયમ, લેમ રોડ, દેવલાલી કેમ્પ, નાસીક ૪૨૨૪૦૧.	તે પરઝાનના મમાવાજી તે કરશોગરના ભાઈજી તે દોલીના સસરાજી.
			Death Announcem	nents From Ahmedabad
Cavas Jehangir Sethna કાવસ જેહાંગીર સેઠના Trustee of Jivan-Sandhya Vruddhashram (Ghardaghar), Naranpura; Ex-President of Rotary Club and Free Mason; Ex-Chief Manager in Central Bank of India.	83 ८3	20.05.2023	Yashasvi Elegance, Ground Floor, Vijay Cross Road, Navrangpura, Ahmedabad 380009. યશશવી એલીગન્સ, ગ્રાઉન્ડ ફલોર, નીયર મેમનગર ફાયર સ્ટેશન, વિજય ક્રોસ રોડ, નવરંગપુરા, અમદાવાદ 3૮૦૦૦૯.	દારાયસ કોન્ટ્રાક્ટરના ભાઇ તે રોશન બરજોર સેઠનાં, જીમી નવલ દુબાશના બ્રધર ઇન લો તે સાયરસ, પરસીસ, ઝુબીન, હારાયસ કોન્ટ્રાક્ટરના ભાઇ તે રોશન બરજોર સેઠનાં, જીમી નવલ દુબાશના બ્રધર ઇન લો તે સાયરસ, પરસીસ, ઝુબીન,

દવિયેરની નવાજબાઈ ગોઈપોરીયા અગીયારીની ૧૬૮માં વરસની સાલગ્રહેની દબદબાભરી ઉજવણી પાના નં. ૧૨થી ચાલુ

ટ્રસ્ટી પરીચહેર વાડીયા (દવીએરવાલા) એ માબેદ માટે જણાવ્યું હતું પરંતુ ટ્રસ્ટની તાકાત ૫૦ હજાર પગાર આપી શકવાની નથી તો તુરતજ વાપીઝ ટ્રસ્ટી મહેર પંથકીએ પોતાની તરફથી રૂા.૧,૦૦,૦૦૦/- લાખ મોબેદ ફંડ શરૂ કરી બંદોબસ્ત કરવા ઉત્સાહીત કીધા હતા. એમને પણ શાલ પહેરાવી માન આપવામાં આવ્યું હતું.

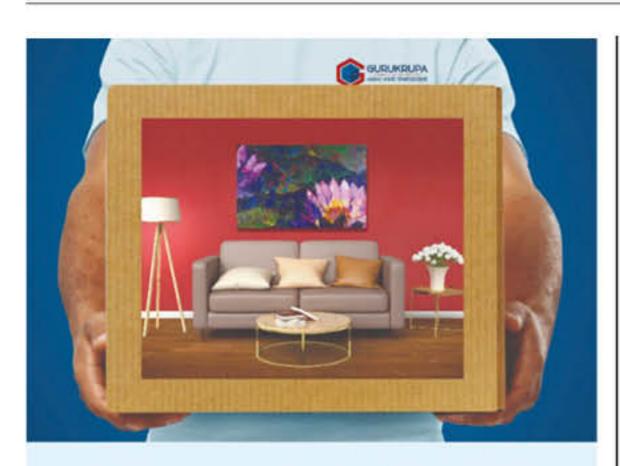
મીસ્ત્રીનો પણ આભાર માનવામાં આવ્યો હતો એમને દવિએરવાલા અને ફેમીલીનો પણ ઉપકાર માનવામાં આવ્યો હતો. ટ્રસ્ટી પરવેજ વાડીયાએ પોતાની નાદુરસ્ત તબીયતને કારણે ઉપકાર માની આભાર માન્યો હતો. મુંબઈની ફસલી

આતશ કદેહ ચર્ચગેટ ના પ્રેસીડન્ટ સાહેબ દારાયશ ઝૈનાબાદી ઈરાની અને બીજા ઈરાની ટ્રસ્ટી સાહેબ ખાસ મુરાદ હાસલ આતશપાદશાહ સાહેબના આશિષો લેવા પધાર્યા હતા. જેઓને પણ દવિએર અંજુમને શાલ પહેરાવી સ્વાગત કર્યું હતુ. ઝાંઈ બોરડી અંજુમનના એક્સ પ્રેસીડન્ટ શ્રી રોહીન્ટન બાટલીવાલા જેઓ આતશાપાદશાહ સાહેબના આશીર્વાદ લેવા આવ્યા હતા, તેમને પણ શાલ પહેરાવી સ્વાગત કરવામાં આવ્યું હતું. કમીટી મેમ્બર અને ડોનેશન કલેક્ટર રીસપેક્ટેડ પરવેઝ માનવંતા ફીરોઝ શેઠના ફડસ એન્ડ ફ્લેવર્સ તરફથી ધર્મપ્રિય પારસી ઈરાનીઓ માટે ૧૦૦૦ બોટલર્ડ્રીક્સ મોકલ્યું હતું અને પણ શાલ પહેરાવી નવાજવામાં આવ્યા હતા. મરહુમ પર્સી પારસી તારું બીજું નામ ચેરીટીઝ નું સુંદર બીરૂદ સાર્થક કીધું હતું. અંતમાં છૈયે અમે જરથોસ્તી અને જન-ગન-મન એન્થમને સર્વેએ ઉભા થઈ માન આપ્યું હતું.

મર્ઝબાન એચ્ચશા વાડીયા (ઉમરગામવાળા)

મારૂં બચપન ખોવાયું

બાળપણનુ મારૂ ફળિયુ ખોવાયુ અને રમતો હું એ મારુ આંગણુ ખોવાયુ નથી છીપાતી તરસ ફીજ ના પાણીથી કેમકે રસોડામાં રમતું એ પાણીયારૂ ખોવાયુ નથીરે આવતુ લુંછવા આંસુ આજ કોઈ અને મારી માં લૂંછતી એ ઓઢણું ખોવાયું થાકી જવાય છે થોડુ જ અંતર ચાલતા હવે જયારે કિલોમીટર દોડાવતું એ મારૂં પૈડું ખોવાયું બત્રીસ ભાતના ભોજન કયા ભાવે છે હવે ત્યારે ગોળ ઘીનુ મારી મા-બેનીનું એ ચુરમુ ખોવાયું મારવા પડે છે દરેક દ્વારે ટકોરા હવે કેમ કે સીધો જાતો એ ખુલ હવે બારણું ખોવાયું નથી ભૂંસી શકતો હવે લખેલુ આ કાગળનુ અને ત્યાં તો દક્તરની એ મારી પેનને પાટીયું ખોવાયું હજારો દોસ્તો છે ફેસબુક અને વોટસએપમાં પણ લંગોટીયા યાર સાથેનુ મારૂં આખે આખું બચપન ખોવાયું



YOUR BELONGINGS ARE IN SAFE HANDS.

Whether you're an individual who's migrating for work, or a business that's looking to expand, we have storage solution for everyone. No matter how big or small a space you need, we'll always be there for you.

> Doorstep & 24x7 Hrs Customer Support **Customized Packaging Support Storage Insurance Cover**

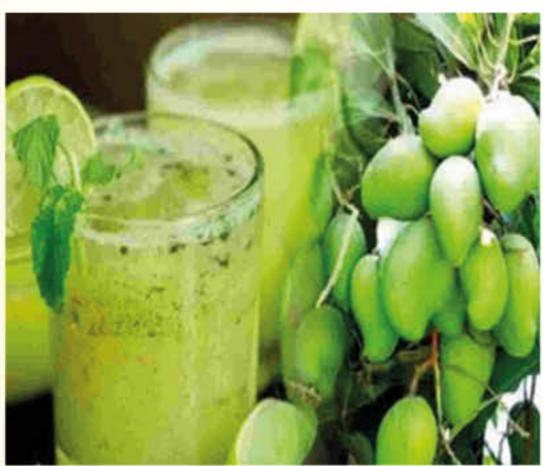


9821530702 | 9324254460

To know more, visit:

www.gurukrupastoragesolutions.com





કાચી કેરીનું શરબત

ર મધ્યમ કદની કાચી કેરી (છાલ કાઢયા વગરની), 3/૪ કપ પીસેલી સાકર, ૧ ટીસ્પૂન શેકેલો જીરા પાવડર, ૧ ટીસ્પૂન સંચળ (કાળુ મીઠું), થોડા કુદીનાના પત્તા, ૧/૪ ટીસ્પૂન સૂંઠ, મીઠું સ્વાદાનુસાર. કુકરમાં કાચી કેરીને છાલ સાથે બાફી લો. હવે કેરીની છાલ કાઢી તેનો પલ્પ કાઢી લો. કુદીનાના પત્તા, પીસેલી સાકર, જીરા પાવડર, કાળુ મીઠું (સંચળ), સૂંઠ અને મીઠું નાખી બીટરથી સ્મુધ કરો અથવા મીકસરમાં નાખી એકવાર ચર્ન કરી લો. ૪ વ્લાસ પાણી ઉમેરો અને ઠંડુ કરી સર્વ કરો.



તમારી કાળજી લો!!

રિપોર્ટ ડોક્ટરના હાથમાં હતો, નિદાન થયું નોન આલ્કોહોલીક સીરોસીસ.. હું વ્યસનથી હજારો હાથ દૂર હતો. લીવરને નુકસાન થયું હતું.. માત્ર ૩ મહિનાનો સમયગાળો હતો

મારી પાસે પુત્ર અને પુત્રી તેમના લીવરનું દાન કરવા તૈયાર હતા. પણ મારી દીકરી અને મારું બ્લડ ગ્રુપ મેળ ખાતું નહોતું. એક વિકલ્પ સમાપ્ત થયો. છોકરાનું લિવર ૩૫ જોઈતું હતું તે માત્ર ૨૯ હતું. મારો બીજો વિકલ્પ સમાપ્ત થયો.. પછી મારો પ્રવાસ શરૂ થયો!

હું પણ એક ડોક્ટર છું. ત્વચારોગ વિજ્ઞાની... વાસ્તવમાં એક વાળંદ પણ છું. ડોક્ટરેટ કરતી વખતે હું જીવનમાં

કંઈક અલગ કરવા માંગતો હતો, તેથી હું લંડન ગયો અને વાળ કાપવાના કોર્સ કર્યો. પુણે આવ્યા પછી. મેં ૮૦ અને ૯૦ ના દાયકામાં પુરુષો માટે ભારતમાં પ્રથમ બ્યુટી પાર્લર શરૂ કર્યું. લોકો પાગલ થઈ ગયા. તે સમયે પુરૂષો માટે પાર્લરો નહોતા. ઘીમે ઘીમે, લોકો મારી પાસે વાળ કાપવા આવવા લાગ્યા. ધીરે ધીરે, ભારતમાં એકમાંથી બે, બેમાંથી ચાર જેવી ૧૧ શાખાઓ મે ખોલી. ઘણાને રોજગારી મળી. ક્લિનિક અને પાર્લરમાંથી સમય મળતો નહોતો.

પણ નીયતીને આ માન્ય નહોતું. એટલે જ મને લીવર ડેમેજ જેવો ભયંકર રોગ થયો. મેં વિચાર્યું હું કેમ??? પણ કોઈક દાતા આપણને લીવર આપશે. મારા હાથમાં રાહ જોવા સિવાય કશું બચ્યું નહોતું. આ કિસ્સામાં હાથપગ પાતળા થઈ ગયા હતા. પેટમાં ૩૨ લિટર પાણી હતું મને લાગ્યું મારી મુસાફરી પૂરી થઈ ગઈ છે.

પણ અહીં પણ નિયતિએ પોતાનો કીમિયો બતાવ્યો. અકસ્માતમાં બ્રેઈન ડેડ થયેલી વ્યક્તિનું લીવરનું દાન કરવાનો નિર્ણય લેવાયો હતો. ૮ થી ૧૦ અત્યંત બુદ્ધિશાળી, વિશ્વની ટોચની યુનિવર્સિટીઓમાંથી શિક્ષિત, પ્રખર



ડોકટરો અને ૫.૩૦ કલાકના અથાક પ્રયત્નો (લિવર ટ્રાન્સપ્લાન્ટએ ઓછામાં ઓછું ૨૪ કલાકનું ઓપરેશન છે અને ઓછામાં ઓછી ૨૫ બાટલીઓ લોહીની જરૂર હતી) પ્રથમ વિશ્વ વિક્રમ લોહીનું એક ટીપું પણ વહેવડાવ્યા વિના મારૂં ઓપરેશન સફળ રહ્યું.

વાસ્તવમાં, જો આપણી આંખોમાં કચરો પણ જાય તો આપણું શરીર તેને બહાર ફેંકવાની કોશિશ કરે છે મને તો કોઈ ફોરેન બોડીનું લીવર મળ્યું હતું મારા શરીરે તેને શરૂમાં બહાર ફેંકી દેવાનો પ્રયાસ કર્યો. જ્યાં સુધી શરીર તેને સ્વીકારે નહીં ત્યાં સુધી શરીરની સંપૂર્ણ રોગપ્રતિકારક શક્તિ અક્ષમ છે.

તે જ સમયે, શરીરને કોઈપણ પ્રકારનું ચેપ લાગે તો તે હાનિકારક છે, પત્ની અને બાળકો જમવાનું આપતી વખતે પણ માસ્ક હેન્ડ ગ્લોસ્વ પહેરીને આવે. દરરોજ ૪૨ ગોળીઓ. ડોક્ટરને પૂછ્યું થોડી કસરત કરૂં? તેમણે ના પાડી કારણ શરીરમાં ૧૦૪ ટાંકા હતા.

પણ મેં જીદ કરી ત્યારે તેમણે મને તમે સાયકલ ચલાવી શકો છો, એમ કહ્યું. ઘીમે ધીમે બગીચામાં ગયો અને સાયકલ ચલાવવા લાગ્યો. ત્યાં અમારી મુલાકાત એક સાઇકલિંગ ગ્રુપ સાથે થઈ. ૧ વર્ષ વીતી ગયું.

> પૂર્ણ અને ગોવા સાયકલિંગ સ્પર્ધા હતી. ૬૦૦ કિમીનું અંતર ૩૧ કલાકમાં કાપવાનું હતું. મેં કહ્યું કે મારે ભાગ લેવો છે. મારી શ્રહ્મા જોઈને એક સ્ત્રી અને એક યુવાન છોકરો તૈયાર થયો. ૬૦૦ કિમીનું અંતર. તેમાં મેં ૧૮૩ કિમીનું અંતર સાઇકલ ચલાવી હતી. આજે ચાર વર્ષ થઈ ગયા. યોગ્ય આહાર, વ્યાયામ અને સૌથી અગત્યની ઈચ્છાશક્તિ.... આ ત્રણેને મેં ક્યારેય છોડયાં નથી. ફરી કામ

શરૂ કર્યું. મારું ક્લિનિક અને પાર્લર, જે મારો શોખ છે. પણ આ બધું ફરી કરવા માટે જરૂરી હતો ઘરનો ખોરાક, ઉકાળેલું પાણી અને ઘણું બધું પથ્ય!

આજે મારી પાસે ઘણા પૈસા છે. પણ પૈસાથી પણ દુનિયામાં એવી કોઈ દુકાન નથી જ્યાં હું હૃદય, કિડની, ફેફસા, હાથ, પગ ખરીદી શકું. મારી સામે બેઠેલા તમે બધા ખૂબ જ સમૃદ્ધ અને ભાગ્યશાળી છો. તમારી પાસે કુદરતે આપેલા તમામ અંગો છે. તેની કાળજી લો.

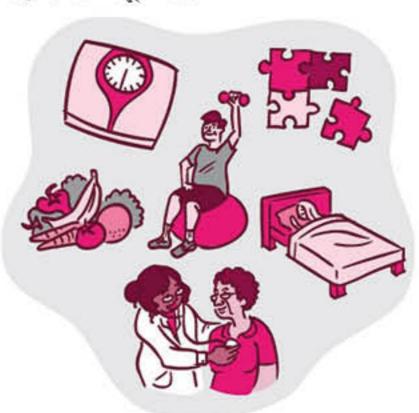


જો તમારે સ્વસ્થ રહેવું હોય તો પાળો આટલી ટેવ, શરીર રહેશે નીરોગી અને હષ્ટપૃષ્ટ!

છેલાં કેટલાંક દશકમાં લોકોનું સ્વાસ્થ્ય જીવનશૈલીને લગતાં રોગોથી સૌથી વધુ ત્રણ ફળો અચૂક લેવા. પ્રભાવિત થયું છે. ડાયાબિટિસ, હાઇપર ટેન્શન, હૃદય રોગ, થાઇરોઇડ જેવી સંખ્યાબંધ વ્યાધિ ઓ ધરાવતાં દરદીઓની સંખ્યા કૂદકેને ભૂસકે વધી રહી છે.જોકે હવે લોકો આ બાબતે જાગૃત થતાં જાય છે. નિષ્ણાતો આ બાબતે કહે છે કે સ્વાસ્થ્ય પ્રત્યે જાગૃતિ કેળવવી એટલે પોતાની ખોટી ટેવોને તિલાંજલિ આપવી. મોટાભાગના રોગો ખોટી આદતોને કારણે જે તે દરદીના શરીરમાં ઘર કરી જાય છે. તેથી જો તેઓ પોતાની જીવનશૈલી, એટલે કે ખાનપાન, સુવા-ઉઠવાની આદતો બદલે તો અડધી વ્યાધિઓ આપોઆપ દૂર થઇ જાય. તેને માટે ચોક્કસ માત્રામાં સલાડ ખાઓ જોઇએ તેના વિશે જાણકારી આપતાં કહે છે. આવાથી લીલા શાકભાજીના ગુણો પણ દૂર થઇ જાઓ.

મોસમી ફળો ખાઓ

તે સ્વાભાવિક છે. તેથી આખા દિવસમાં બેથી ફાયદાકારક પુરવાર થાય છે.



તેમને કોઇ પરેજી પાળવાની પણ જરૂર નથી. દરરોજ ભોજનથી પહેલા એક બાઉલ ભરીને છે કે સુવા જવાથી એકાદ કલાક પહેલા જ તેઓ આરોગ્યની જાળવણી માટે શું શું કરવું સલાડ લેવાથી ભૂખ સંતોષાય છે. વળી સલાડ મોબાઇલ, લેપટોપ, કમ્પ્યુટર જેવા ઉપકરણોથી

મળી રહે છે. તેમાં પૂરતા પ્રમાણમાં ફાઇ-સારા સ્વાસ્થ્યની વાત આવે બર અને ક્ષાર તત્વો હોય છે. તેથી ચોક્કસ ત્યારે મોસમી ફળો લેવાની માત્રામાં સલાડ લેવાથી શરીરને પોષક તત્વો ટેવ સૌથી શ્રેષ્ઠ ગણાય. ફળ- ઉપરાંત ક્ષાર તત્વો પણ મળી રહે છે.

ોમાં પૂરતા પ્રમાણમાં ફાઇબર સમયસર ભોજન ખાઓ

હોય છે જે તમારૂં વજન જાળવી રાખવામાં જેવી રીતે ચોક્કસ પ્રકારનો આહાર આપણા સહાયક બને છે અને જ્યારે તમારૂં વજન ન સ્વાસ્થ્ય માટે લાભકારક બને છે તેવી જ રીતે વધે ત્યારે તેને લગતાં રોગો તમારાથી દૂર જ રહે યોગ્ય સમયે ભોજન લેવું પણ આરોગ્ય માટે

૧૨ કલાક કાંઇ ન ખાઓઃ

આપણું શરીર સ્વયં પોતાનું સમારકામ કર-વા સક્ષમ હોય છે. માત્ર તેને આ સમારકામ કરવા જેટલો સમય આપો. આને માટે પાચનતંત્રને ૧૨ કલાક આરામ આપો. પ્રક્રિયા કરેલા ખાદ્ય પદાર્થોથી દૂર રહો.

રાત્રે વહેલા સુઓઃ

આરોગ્ય માટે પૂરતી ઊંઘ અત્યાવશ્યક છે. ભૂખને રોકવામાં લેપ્ટિન મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. લેપ્ટિનનો સ્ત્રાવ થવાથી આપણને સમજાય છે કે હવે આપણને વધુ ખાવાની જરૂર નથી. પરંતુ જ્યારે આપણે પૂરતી ઊંઘ નથી લેતાં ત્યારે લેપ્ટિનનો સ્ત્રાવ ઘીમો પડે છે. બહેતર



YOUR JANAM RASHITHIS WEEK

લખનારઃ મરફ્રમ મહારાજ શ્રી સ્વયંજયોતિના સહકાર્યકર્તા જયેશ એમ. ગોસ્વામી

અઠવાડિક રાશિફળઃ તા. ૨૭.૦૫.૨૦૨૩ થી તા. ૦૨.૦૬.૨૦૨૩



Aries - મેષ - અ.લ.ઈ.

મનને શાંતિ આપે તેવા ચંદ્રની દિનદશા ચાલુ હોવાથી નાની મુસાફરીનો ચાન્સ મળી જશે. ચંદ્રની કૃપાથી મનમાં જે પણ ડાઉટ હશે તેનું નિવારણ કરવામાં સફળ થશો. નાણાકીય બાબતની અંદર ધીરે ધીરે સારા સારી થતી જશે. નવા કામ શરૂ કરવામાં સફળ થશો. હાલમાં ૩૪મ નામ 'યા બેસ્તરના' ૧૦૧વાર ભણજો. શુકનવંતી તા. ૨૭, ૩૦, ૩૧, ૦૧ છે.

Lucky Dates: 27, 30, 31, 01

The Moon's calming influence provides you with opportunities for short travels. You will be able to do away with any mental doubts that you have been dealing with. There will be gradual progress in your financial matters. You will be able to start new ventures. Pray the 34th Name, 'Ya Beshtarna', 101 times, daily.

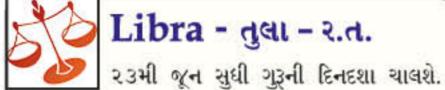


Cancer - 35 - 3.6.

🥏 તમને શુક્રની દિનદશા ચાલુ હોવાથી તમારા મોજશોખ ખુબ વધી જશે. ઘરમાં પણ તમારી મનગમતી ચીજ વસ્તુ લેવામાં સફળ થશો. તમને નાના ધનલાભ મળતા રહેશે. નાની મુસાફરીના ચાન્સ મળશે. ઘરમાં મિત્રો તથા સગાસંબંધીઓની અવર જવર વધી જશે. દરરોજ 'બહેરામ યઝદ' ભણવાનું ચાલુ રાખજો. શુકનવંતી તા. ૨૮, ૩૦, ૩૧, ૨ છે.

Lucky Dates: 28, 30, 31, 2

Venus' ongoing rule will have you increase your inclinations towards fun and entertainment. You will be able to make purchases for the home. You will continue to make small profits. You could get opportunities for short travels. Friends and relatives will frequent your house. Pray to Behram Yazad daily.



Libra - तुला - र.त.

નાના મોટા ધર્મના કામો કરવાથી આનંદમાં આવી જશો. મુશ્કેલીભર્યા કામો સમય પર પુરા કરી શકશો. દરેક બાબતમાં ઘરવાળાનો સાથ સહકાર મળતો રહેશે. તમારા જીવન સાથી તમને સારી રીતે સાથ આપશે. ચાલુ કામમાં જશ મળશે. દરરોજ 'સરોશ યક્ત' ભણવાનું ચાલુ રાખજો.

શુકનવંતી તા. ૩૦, ૩૧, ૧, ૨ છે.

Lucky Dates: 30, 31, 1, 2

Jupiter's rule till 23rd June will have you feeling much joy and happiness by doing work related to religion and charity. You will be able to complete even challenging tasks on time. Your family members will be supportive of you in all matters. Your life partner will be especially supportive. Your ongoing endeavours will bring you much fame. Pray the Sarosh Yasht daily.



Capricorn - मકर - भ.જ.

બુધ જેવા મિત્ર ગ્રહની દિનદશા ચાલુ હોવાથી તમે જે પણ કામ કરશો તે બુધ્ધિ

વાપરીને કરશો. થોડી કરકસર કરીને ધન બચાવી શકશો. મુશ્કેલીભર્યા કામને સહેલાઈથી કરી શકશો. કામકાજ માટે ભાગદોડ કરવામાં કોઈ કસર નહીં મૂકો. સારા સમાચાર મળશે. દરરોજ 'મહેર નીઆએશ' ભણવાનું ચાલુ રાખજો. શુક્રનવંતી તા. ૨૭, ૨૮, ૨૯, ૩૧ છે.

Lucky Dates: 27, 28, 29, 31

The start of Mercury's rule will ensure that you do all your work with intelligence. With a little effort you will be able to save money. You will be able to complete even difficult tasks with ease. You will leave no stone unturned in terms of effort for your work. You will receive good news. Pray the Meher Nyaish daily.



Taurus - 940 - 0.9.3.

૪થી જૂન સુધી સુર્યની દિનદશા ચાલશે. તમારી સાથે કામ કરનાર તમને હૈરાન કરવામાં કોઈ કસર નહીં મુકે. બીજાઓ ખોટા કામ કરશે અને ભોગવવું તમને પડશે. તમારા મિત્રો પણ તમારાથી દૂર થતા જશે. તબિયતની ખાસ સંભાળ લેજો. માથાના દુખાવાથી પરેશાન થશો. દરરોજ ૯૬મુ નામ 'યા રયોમંદ' ૧૦૧ વાર ભણજો.

શકનવંતી તા. ૨૮, ૨૯, ૩૦, ૨ છે.

Lucky Dates: 28, 29, 30, 2

The Sun's rule till 4th June will have you facing a lot of harassment from your colleagues at the workplace. You could have to pay for the faults of others. Friends will seem to abandon you. Take special care of your health. You could suffer from headaches. Pray the 96th Name, 'Ya Rayomand', 101 times, daily.



Leo - સિંહ - મ.ટ.

૪થી જૂન સુધી રાહની દિનદશા તમારા નાના કામો પણ પુરા થવા નહીં દે. ઘરવાળા, પ્રેમી કે પ્રેમીકાને કોઈપણ પ્રોમીશ આપવાની ભુલ કરતા નહીં. ઉતરતી રાહની દિનદશા તમને ખોટા ખર્ચના ખાડામાં ઉતારી દેશે. બને તો કોઈ પાસે ઉધાર પૈસા લેવાની ભુલ કરતા નહીં. રાહુને શાંત કરવા દરરોજ 'મહાબોખ્તાર નીઆએશ' ભણજો.

શુકનવંતી તા. ૨૭, ૨૮, ૨૯, ૨ છે.

Lucky Dates: 27, 28, 29, 2

Rahu's rule till 4th June makes it impossible for you to complete even your small tasks. You are advised against making any promises to your family members or your sweetheart. The descending rule of Rahu could prove heavy on your financially. Do not make the mistake of taking loans from anyone. To placate Rahu, pray the Mah Bokhtar Nyaish daily.



Scorpio - વૃશ્ચિક - ન.ય.

૨૩મી જુલાઈ સુધી ગુરૂની દિનદશા ચાલશે. તમારા કામની સાથે ધર્મનું કામ કરવામાં સફળ થશો. નાણાકીય મુશ્કેલીમાંથી બહાર નીકળવાનો સીધો રસ્તો મળી આવશે. મનગમતી વ્યક્તિ મળવાથી મનનો આનંદ વધી જશે. નવા કામ કરવામાં સફળ થશો. દરરોજ 'સરોશ યક્ત' ભણવાનું ચાલુ રાખજો.

શુકનવંતી તા. ૨૭, ૨૮, ૨૯, ૧ છે.

Lucky Dates: 27, 28, 29, 1

Jupiter's rule till 23rd July will enable you to do religious works alongside your other duties. You will find a way to rise out of financial difficulties. Meeting with a favourite person will being you much happiness. You will be able to execute new projects. Pray the Sarosh Yasht daily.



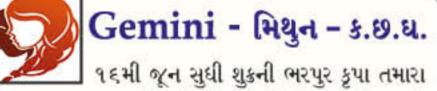
Aquarius - કુંભ - ગ.શ.સ.

૨૦મી જુલાઈ સુધી બુધની દિનદશા ચાલશે. તમારા કામમાં પ્રમોશન સાથે આવક વધારી શકશો. બુધ તમારા મનની નેક મુરાદ પુરી કરશે. બુધ્ધિ વાપરી દ્રશ્મનને પોતાના બનાવી લેશો. મનગમતી વ્યક્તિની મદદ લેવાથી તમને ફાયદો થશે. ચાલુ કામમાં વધુ ધ્યાન આપશો તો ફાયદામાં રહેશો. રોજ 'મહેર નીઆએશ' ભણવાનું ચાલુ રાખજો.

શુકનવંતી તા. ૨૭, ૩૦, ૧, ૨ છે.

Lucky Dates: 27, 30, 1, 2

Mercury's rule till 20th July predicts a promotion as well as a raise in your income. Mercury will bring your sincere wishes to fruition. You will be able to win over your enemies with your intelligence. The help from your favourite person will prove beneficial to you. Focusing on your ongoing work will ensure profits. Pray the Meher Nyaish daily.



પર રહેશે. રીસાયેલી વ્યક્તિને મનાવી પટાવી લેવામાં જરા પણ વાર નહીં લગાડતા. લેતી દેતીના કામમાં સફળતા મળશે. નાણાકીય બાબતમાં મુશ્કેલી નહીં આવે. ખર્ચ કરવા છતાં ધનની કમી શુક્ર નહીં આવવા દે. દરરોજ 'બહેરામ યઝદ' ભણવાનું ભુલતા નહીં.

શુકનવંતી તા. ૨૭, ૨૯, ૧, ૨ છે.

Lucky Dates: 27, 29, 1, 2

Till June 16th, you will be the recipient of Venus' generous graces. You are advised to try and win over those who are upset with you, as soon as possible. You will gain from financial transactions. There will be no monetary shortfalls. Despite your expenses, Venus will ensure there is no financial shortage. Pray to Behram Yazad daily.



Virgo - કન્યા - પ.ઠ.ણ.

રાહની જાળમાં ફસાઈ ગયેલા હોવાથી પમી જુલાઈ સુધી તબિયત ખરાબ થવાના ચાન્સ છે. તમારી નાની બેદરકારી તમને મોટી મુસીબતમાં મુકશે. ઘણી ઘણીયાણીમાં નાની બાબતમાં મતભેદ પડતા રહેશે. તમારા વાંક ગુના વગર તમે મેન્ટલી પરેશાન થશો. દરરોજ 'મહાબોખ્તાર નીઆએશ' ભણવાનું ચાલુ રાખજો. શુક્રનવંતી તા. ૨૭, ૨૮, ૨૯, ૨ છે.

Lucky Dates: 27, 28, 29, 2

Under Rahu's influence, till 5th July, your health could come into question. Even your small oversights could land you in big trouble. Couples could squabble over petty matters. You will feel mentally upset despite not being at fault. Pray the Mah Bokhtar Nyaish daily.



Sagittarius - ધન - ભ.ધ.ફ.

શનિની દિનદશા ચાલુ હોવાથી તમને ફાલતુ વિચારો ખુબ આવશે. શનિ તમને નેગેટીવ બનાવી દેશે. રોજ બરોજના કામો સમય પર પુરા નહીં કરી શકો. પૈસા બચાવવામાં સફળ નહીં થાવ. તમે જે પણ પ્લાન બનાવશો તેમાં સફળતા નહીં મળે. દરરોજ મોટી 'હપ્તન યક્ત' ભણવાનું ચાલુ રાખજો.

શુક્રનવંતી તા. ૩૦, ૩૧, ૧, ૨ છે.

Lucky Dates: 30, 31, 1, 2

Saturn's ongoing rule will flood your mind with unnecessary thoughts. Saturn could fill you with negativity. You will not be able to complete your daily chores on time. Saving money will not be possible. None of your plans will be successful. Pray the Moti Haptan Yasht daily.



Pisces - મીન - દ.ચ.ઝ.થ.ક્ષ.

૨૩મી જૂન સુધી મંગળની દિનદશા ચાલશે. તમે જલદીથી ઈરીટેડ થઈ જશો. નાની

બાબતમાં ગુસ્સો વધારે આવશે. વાહન ચલાવતા હો તો સંભાળીને ચલાવજો. અંગત વ્યક્તિ તમારી સાથે સંબંધો ઓછા કરી નાખશે. કામકાજમાં મુસીબતમાં આવી જશો. મંગળને શાંત કરવા 'તીર યક્ત' ભણજો.

શુકનવંતી તા. ૨૮, ૨૯, ૩૦, ૩૧ છે.

Lucky Dates: 28, 29, 30, 31

Mars' rule till 23rd June will make you easily irritable. Petty matters will invoke great anger in you. You are advised to ride/drive your vehicles with great caution. Someone close to you will try to pull away from you. You could get into a fix at work. To placate Mars, pray the Tir Yasht daily.





3 BHK PREMIUM RESIDENCES

JACOB CIRCLE, MAHALAXMI

₹6.75 Cr+





RANI BAUG, BYCULLA

₹6.25 Cr+

MAHARERA No. P51900015854

O.C. RECEIVED | FULLY FURNISHED

CALL: 8450997242

NEW LAUNCH OPPORTUNITY



50+ AMENITIES | PODIUM LEVEL BEACH BREATHTAKING SEA & CITY VIEWS

SUPER SPACIOUS 2 & 3 BHK ₹3.33 CR* ONWARDS

25:25:50 PAYMENT PLAN

CALL: 9326173446

MahaRERA Reg. No. P51900001936