

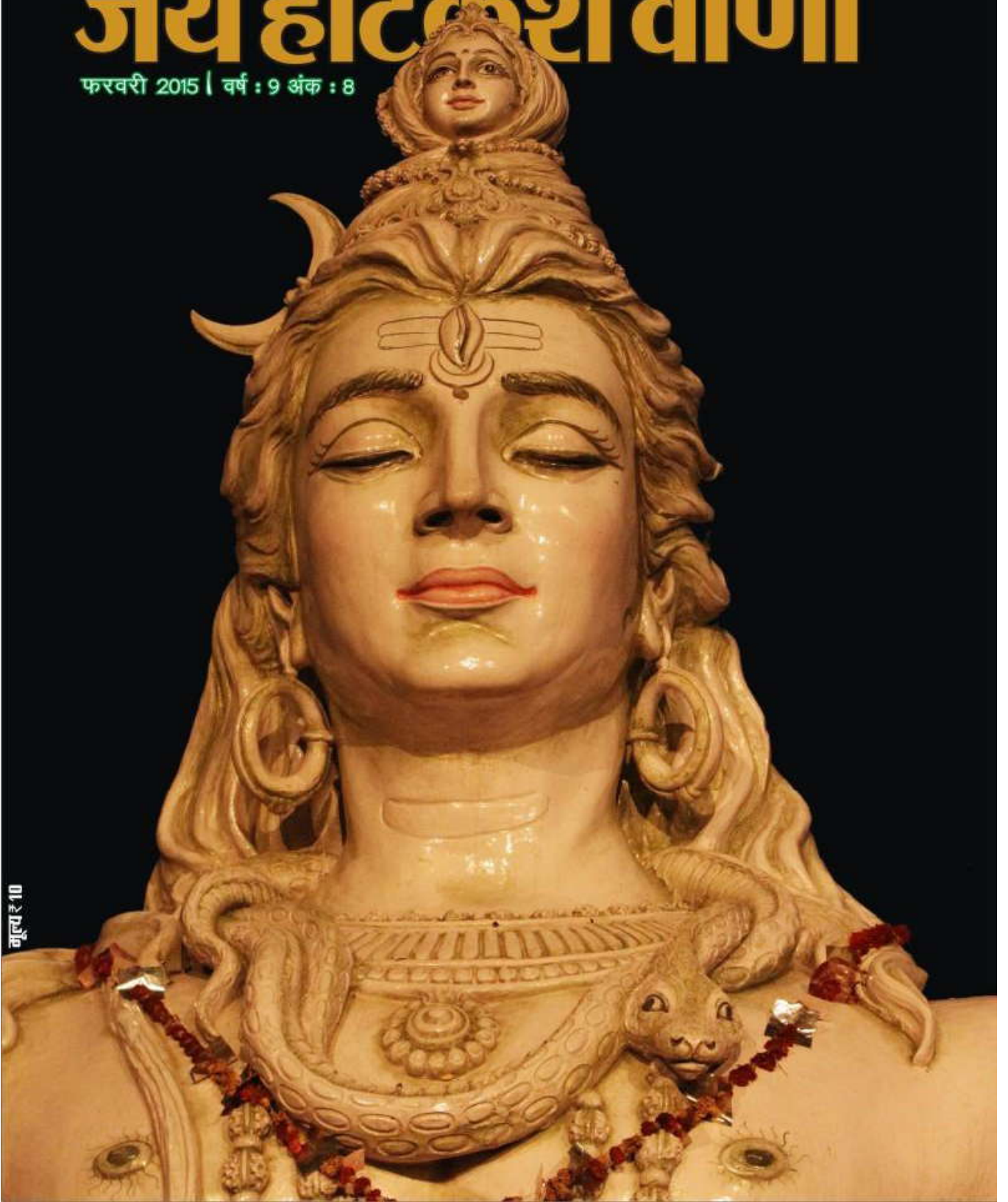
मासिक

jaihaatkeshvani.com

जय हाटकेशवाणी

फरवरी 2015 | वर्ष : 9 अंक : 8

मूल्य ₹ 10



विवाह की **40** वीं वर्षगांठ पर बधाईयाँ



सुभाष न. व्यास-सौ. सुषमा व्यास

14 फरवरी

शुभाकांक्षी-

समस्त व्यास परिवार भोपाल

चैतन्य लोक, जय हटकेश वाणी परिवार

मो.94256 35290

संस्थापक



श्री शिवप्रसादजी शर्मा श्रीमती प्रमा शर्मा

प्रेरणा स्रोत



श्री गोवर्धनलालजी मेहता श्री विष्णुप्रसादजी नागर

संरक्षक

- पं श्री कमलकिशोर नागर, सेमली
- पं श्री आर.के.झा, कोलकाता
- पं श्री रवीन्द्र नागर, नईदिल्ली
- पं श्री पुरुषोत्तम (परेश) पी.नागर, मुंबई
- पं श्री महेन्द्र नागर, बैंगलौर
- पं श्री नवरत्न व्यास, हैदराबाद
- पं श्री हरिप्रसाद नागर, अकलेरा
- पं श्री सुभाष व्यास, भोपाल
- पं श्री ओमप्रकाश मेहता, भोपाल
- पं श्री सुनील मेहता, मन्दसौर
- पं श्री कान्ताप्रसाद नागर, दास्ताखेड़ी
- पं श्री सुरेन्द्र मेहता (सुमन) उज्जैन
- पं श्री दिनेश शर्मा, इटावा (तराना)
- पं श्री कृष्णानंद मेहता, खण्डवा

सहायक संपादक

सौ. संगीता दीपक शर्मा

संपादक

सौ. दिव्या अमिताभ गंडलोई

सौ. दमिता लवील झा

विज्ञापन

पवन शर्मा

9826095995/92004-20000

वितरण एवं शिकायत

दीपक शर्मा

94250-63129

सम्पादक वाणी...

सोच, भावना और नीयत...



जीवन प्रबंधन विशेषज्ञ पं. विजय शंकरजी मेहता ने अपने व्याख्यान में कहा था कि भगवान को इस बात से कोई खास मतलब नहीं रहता कि इंसान क्या कर रहा है, उन्हें इस बात का विशेष ध्यान है कि इंसान सोच क्या रहा है? दरअसल इंसान की सोच ही महत्वपूर्ण है... जिसे मानसिकता भी कहा जा सकता है। किसी भी कार्य या व्यवहार के पीछे आपका दृष्टिकोण क्या रहता है। यह एक आंतरिक विषय है। सोच, भावना और नीयत ये आपस में मिले-जुले शब्द हैं, परन्तु सोच सांसारिक कार्य के लिए, भावना आध्यात्मिक कार्य के लिए प्रयुक्त होती है। यदि आपका कर्म अच्छा है तो उससे लोग लाभान्वित होते हैं परन्तु आपकी सोच यदि अच्छी है तो उससे आप स्वयं लाभान्वित होते हैं, क्योंकि उसका सीधा सम्बन्ध भगवान से होता है और यह सोच अच्छे-अच्छे साधकों को डिगा देता है। इसलिए प्रत्येक सांसारिक कार्य के पीछे अच्छे सोच का होना जरूरी है। वह कार्य यदि सर्वजन हिताय-सर्वजन सुखाय होगा, तो उसका लाभ स्वयं व्यक्ति को भी मिलेगा। इसी प्रकार भावना का है, कई लोग शिकायत करते पाए जाते हैं कि हम बहुत पूजा-पाठ करते हैं परन्तु कोई लाभ नहीं मिलता तो उनके लिए एक ही जवाब है कि धार्मिक कार्य में भाव का महत्व है, साधन का नहीं। भगवान भाव के भूखे हैं, जाकि रही भावना जैसी, प्रभू मूरत देखी तिन वैसी। सांसारिक कार्य में अच्छी सोच जहां सबको लाभान्वित करती है, उसी प्रकार आध्यात्मिक कार्य में अच्छी भावना से ही साधक लाभान्वित होता है तथा ईश्वरीय राह में उन्नति करता है। यदि भावना अच्छी है तो धार्मिक क्रियाकलाप सार्थक हो जाते हैं। बहुत ज्यादा पूजा पाठ, आडम्बर, दिखावा किसी बात की जरूरत नहीं है, जितना बने उतना नियम बना लो और अच्छी भावना के साथ भगवान को समर्पित कर दो, कलयुग केवल नाम अधारा-जपते-जपते ही उतरहि पारा। इसलिए भगवान का नाम अपनी दिनचर्या और कार्य के साथ भी लिया जा सकता है और पार हुआ जा सकता है, केवल भाव सर्वोत्तम होना चाहिए। इसी प्रकार नियत का है, जिसकी नीयत अच्छी होती है, उसी के यहां बरकत होती है। यदि आप किसी व्यक्ति से आर्थिक लेन-देन करते हैं, तो उसकी व्यवस्था नीयत के अनुसार ही होती है। कहा जाता है कि अच्छी नियत हो, मतलब लिया हुआ देने की नीयत हो तो भगवान उसकी व्यवस्था करवाते हैं, परन्तु जिस व्यक्ति की नीयत खराब हो वह खुद भी डूबता है तथा दूसरों को भी डूबा देता है। ये सब आन्तरिक गुण हैं। इसलिए किसी भी कार्य के पीछे अच्छा सोच... भगवान के कार्य में अच्छी भावना तथा लेन-देन, कारोबार में अच्छी नियत होना चाहिए। इससे सबका कल्याण हो तथा हमारा भी।

- संगीता दीपक शर्मा

जय हाटकेश वाणी

सम्पर्क : अवन्तिका परिसर, 20, जूनी कसेरा बाखल (खजूरी बाजार), इन्दौर-452002

फोन : 0731-2450018, मो.94250-63129, 98260-95995, 99262-85002

Website : www.jaihaatkeshvani.com, / E-mail : jayhotkeshvani@gmail.com / manibhaisharma@gmail.com

फरवरी-2015

(03)

जय हाटकेश वाणी

॥ श्रीबालाजी ॥



किशोर टेन्ट हाऊस इलेक्ट्रीक डेकोरेशन व केटरिंग

विशेषता : हमारे यहाँ पिक हाऊस, येलो हाऊस, व्हाइट हाऊस, प्रिंट हाऊस, रेड हाऊस, नवरंग टेन्ट (मोटे वाले जो गर्मी में भी ठंडक बनाए रखते हैं), स्टील चेअर्स, सोफा, पलंग, कुलर, फर्नाटा पंखा, वॉटर पुफ टेन्ट, रेड कारपेट, ग्रीन कारपेट, फेब्रीकेशन गेट, स्टेन्ड, नृत्य मोर, सादा मोर, घुमने वाला पेड़, शहनाई मास्टर, जलपरी, वेलकम परी, पानी फव्वारा, सेन्ट फव्वारा, 10 व 15 फीट की गुफा एवं टेन्ट संबन्धित समस्त सामग्री उपलब्ध है।
आयोजनों में केटरिंग एवं इलेक्ट्रीक डेकोरेशन के साथ ही नर्सरी बफेट और 64 से 125 केव्ही तक के जनरेटर केनोपी की भी सुविधा उपलब्ध है।

109-बी, वैभव नगर, ग्राम बिसन खेड़ा, इन्दौर

प्रोप्रायटर : कैलाशचन्द्र रावल मो. 96179-02151, रवि रावल मो. 96696-08782, अर्जुन रावल मो. 90987-41508



विवाह की सातवीं वर्षगांठ पर हार्दिक बधाई

सौ. पूर्णिमा (मोना)-चि. आशीष नागर

14 फरवरी

एवं 10 जनवरी को पुत्र रत्न

(चि.मोक्ष)

की प्राप्ति पर

हार्दिक बधाई



शुभेच्छु-

कोमल स्व. डॉ. श्री सुरेन्द्रजी शर्मा, मुरलीधर-सौ.शारदा शर्मा, महेन्द्र-सौ.सुनीता शर्मा, विजय-सौ.कुसुम शर्मा, चन्द्रशेखर-सौ. पुष्पा नागर, शुभम, अपर्णा, प्रतिभा, शिवम्, नयन, देवेन्द्र, आशुतोष, प्रतिष्ठा, मिटी एवं समस्त शर्मा परिवार माकड़ोन जिला उज्जैन एवं चि. मोक्ष के परदादाजी : दुर्गाशंकरजी नागर, दादा-दादी : पुष्करलालजी-कलादेवी नागर एवं बुआ-फुफाजी : विनोद-नीता नागर, भाई-बहन : कृष्णम्, यशस्विनी, रतलाम

फरवरी-2015

(04)

जय हाटकेश वाणी

क्या आपने ले ली है आजीवन सदस्यता!

अब से सात-आठ वर्ष पूर्व जब जय हाटकेश वाणी का प्रकाशन शुरू किया गया था, तब उसका एकमात्र और पवित्र उद्देश्य यही था कि समाजजनों को लाभान्वित करना। प्रारम्भिक दौर में तीन वर्ष हेतु ही सदस्य बनाए गए थे, क्योंकि प्रकाशन मंडल चाहता था कि इस दौरान नियमित प्रकाशन की व्यवस्था सुनिश्चित हो सके। अब चूंकि इस पत्रिका के प्रकाशन के 8 वर्ष पूर्ण होने जा रहे हैं, इस सफलता में आप सभी पाठकों का भरपूर सहयोग रहा है। भविष्य में वाणी का अनवरत प्रकाशन चलता रहे एवं पूर्ववत् भावनानुसार समाजजन लाभान्वित होते रहें, इसलिए जरूरी है कि जो तीन वर्षीय सदस्य अपनी अवधि पूर्ण कर चुके हैं, वे अब 550 रु. जमा कर आजीवन सदस्यता प्राप्त कर लें। विज्ञापन आदि के द्वारा भी आर्थिक संबल प्रदान



किया जा सकता है। खास बात यह है कि वाणी के सदस्यों को निम्नलिखित सुविधाएं

प्राप्त होती है- पारिवारिक सदस्यों को जन्मदिन, विवाह वर्षगांठ की बधाई, बच्चों की उपलब्धि चाहे वह शैक्षणिक हो, कार्यक्षेत्र अथवा खेलकूद में उसका फोटो सहित विवाह योग्य युवक-युवती के फोटो युक्त प्रस्ताव प्रकाशन, सामाजिक गतिविधियों का फोटो सहित विवरण, अपने दिवंगत परिजनों की स्मृति को अक्षुण्ण बनाए रखने के लिए उनका जीवन परिचय 'श्रद्धावाणी' में निःशुल्क प्रकाशित किया जाता है।

अतः अपनी वाणी, समाज की वाणी को प्रखर, बुलंद बनाने में अपना सहयोग देते हुए आजीवन सदस्य बनें, तथा विज्ञापन आदि के माध्यम से आर्थिक सहयोग देने का कष्ट करें।

जय हाटकेश!

- सम्पादक

सदस्यता/नवीनीकरण आवेदन पत्र

मैं

डाक का पूरा पता (पिनकोड सहित)

मासिक जय हाटकेश वाणी का आजीवन सदस्य बनना चाहता हूँ। जिसके लिए निर्धारित आजीवन सदस्यता शुल्क 550 रु. नगद/चैक/ड्राफ्ट या आपके बैंक अकाउंट द्वारा निम्नलिखित पते पर भेज रहा हूँ। मैंने यह शुल्क आपके खाते 'जय हाटकेश वाणी' केनरा बैंक शाखा गोरकुण्ड, एम.जी. रोड, इन्दौर में खाता क्रमांक- 0325201004027 में जमा किया है।

संपर्क-जय हाटकेश वाणी, 20, जूनी कसेरा बाखल (खजूरी बाजार) इन्दौर-452002

फोन-0731-2450018/मो.99262 85002/99265 63129

www.haatkeshvani.com/ Email : jayhotkeshvani@gmail.com/manibhaisharma@gmail.com



वरिष्ठ नागरिकों के सम्मेलन में युवा उत्साह

बांसवाड़ा वडनगरा नागर समाज के वरिष्ठ नागरिकों ने 12 जनवरी 2015 को सदगुरु भगवान दासजी छत्री पर स्नेह सम्मेलन आयोजित किया। सभी सदस्य उत्साह एवं ऊर्जा के साथ सम्मेलन में सम्मिलित हुए। राजतलाब के एक छोर पर यह छत्री अपने सदगुरु की पादुका पूजन का स्मृति स्थल है तथा वर्षों पुराने इस मंदिर का नवश्रृंगार वर्तमान में किया जा रहा है।

इस छत्री पर देव दीवाली, कार्तिकी पूर्णिमा पर लोगों का जमावड़ा रहता है, तथा यहां के न्यासियों ने जाति भोज और सम्मेलनों हेतु पूरी व्यवस्थाएं कर रखी है। जिसका लाभ वरिष्ठ नागरिकों को भी मिला। यह सामान्य प्रक्रिया है कि मनुष्य अपने भूतकाल को खंगाल कर उसे स्मृति पटल पर बनाए रखना चाहता है। इस सम्मेलन में भी इस छत्री की यादों को सभी ने सांझा किया, यही वह स्थान है जहां राजतलाब की पाल पर समाज के सभी लोग एकत्रित होकर श्रावणी कर्म और ऋषि तर्पण कर यज्ञोपवीत बदलने का आयोजन करते थे, जिसे अब नागर समाज की धर्मशालाओं में ही सम्पन्न कर लिया जाता है, यहां एक बावड़ी भी निर्मल जल से भरी रहती थी, जिसमें लोग 10-15

फीट ऊपर से छलांग लगाकर दर्शकों का मन मोह लेते थे। यहीं नहीं तालाब में तैराकों की भी कमी नहीं थी। सभी वरिष्ठ नागरिक अधिकतर तो दर्शक ही रहते थे।

12 जनवरी स्वामी विवेकानंदजी का जन्मदिवस पूरे देश में युवा महोत्सव के रूप में मनाया जाता है, यहां भी सभी वरिष्ठ नागरिक युवा उत्साह के साथ अपनी जिम्मेदारियों का निर्वहन कर रहे थे। सभी दिलचस्प गतिविधियों का आनंद ले रहे थे। कहीं खेल, तो कहीं सांस्कृतिक कार्यक्रम नागरवाड़ा की स्पोर्टिंग क्लब से स्थानीय मैचों में भाग लेने वाले क्रिकेटर यहां मौजूद थे और उनके समय की यादें। मेलबॉर्न ऑस्ट्रेलिया से यहां आए हरिहर झा और अहमदाबाद से आए श्री शंकर पंड्या ने हास्य व्यंग्य की रचनाओं को प्रस्तुत किया तो परमेश्वर झा और बृजेन्द्र पंड्या ने गीत प्रस्तुत किए। खास बात यह है कि जिनको कभी कोई मंच साझा करते नहीं देखा था वे भी इस अवसर पर फिल्मी गीतों के साथ मौजूद थे। भरत याज्ञिक ढोलक को अलविदा कह चुके हैं परन्तु यह तो विशेष पर्व था उन्होंने ढोलक की संगत देकर अपने पुराने दिनों की यादों को ताजा कर दिया। स्वादिष्ट भोजन के

बगैरतो मानो हर आयोजन अधूरा-सा है। इसलिए दोपहर 12.30 बजे जलेबी, पोहा, चाय की व्यवस्था थी, तो 6.30 बजे दूध पाक (खीर), पुड़ी, भजिये, सब्जी, दाल, चावल की व्यवस्था थी, सभी ने ओम सहनो भवन्तु... के पश्चात सहभोज का आनंद लिया।

सभी ने कार्यक्रम को यादगार बनाने के लिए अपने-अपने कैमरों की चमक दिखाई, यही नहीं सामूहिक फोटो लेने की व्यवस्था थी जो आने वाली पीढ़ी को ऐसे आयोजनों की याद दिलाती रहेगी और ऐसे ही आयोजन प्रतिवर्ष करने के संकल्प के साथ सभी ने विदाई ली। प्रशंसनीय बात यह थी कि इस सम्मेलन में सेवानिवृत्त शिक्षक, शिक्षाकर्मी भी थे, तो ए.जी.एम. रैंक के अधिकारी भी थे और सामान्य लिपिक और खजांची भी। स्थानीय जिला इकाई और व्यापारी भी उपस्थित थे। करीब 70 लोग उपस्थित हुए और करीब इतने ही व्यक्तिगत कारण, शोक आदि की वजह से उपस्थित नहीं हो पाए, परन्तु दिनभर चले कार्यक्रमों ने सम्मेलन को यादगार बना दिया।

प्रमोदराय झा
मो. 08003063616

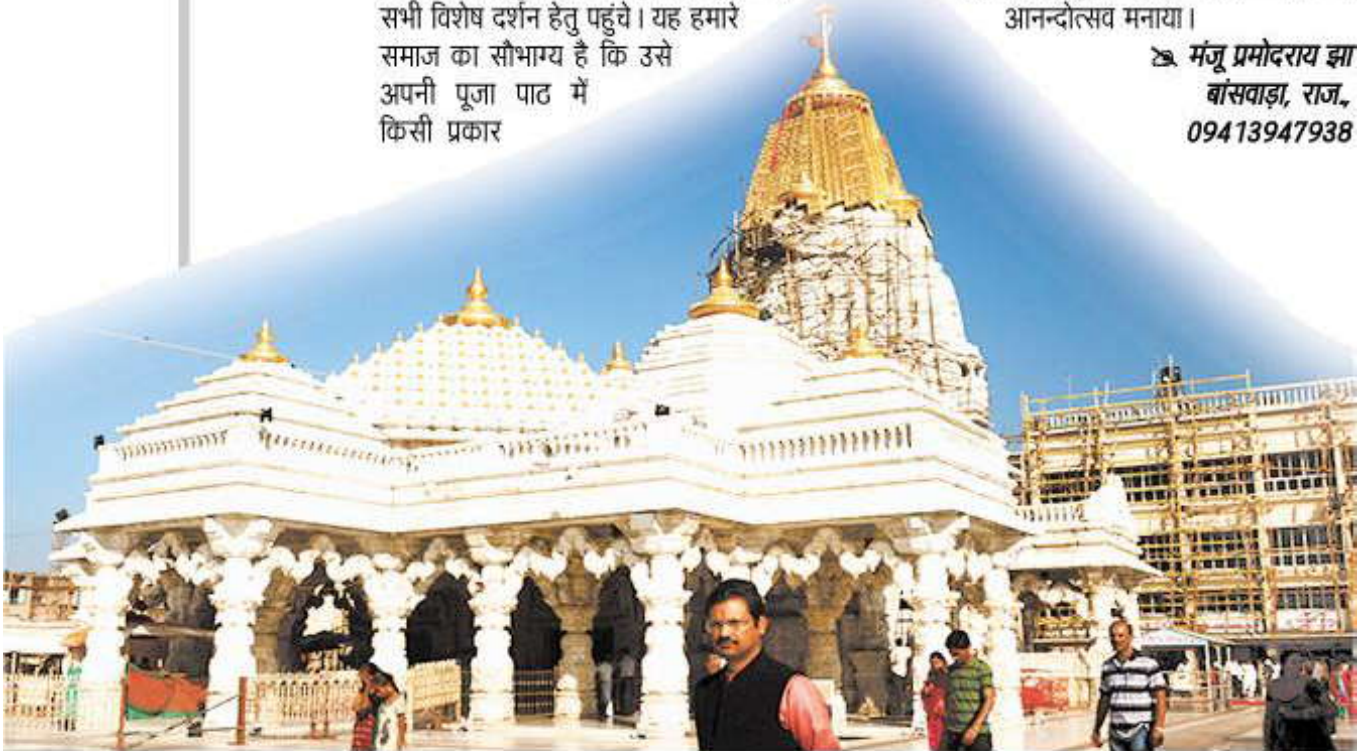
नागर समाज में शिवशक्ति की आराधना का विशेष महत्व है, इसी कारण भाविक भक्तगण वडनगर के हाटकेश्वर मंदिर के साथ-साथ आराध्य देवी के दर पर सर रखकर स्तुति करते आ रहे हैं। भादवी चौदस-पूनम पर हमारी कुलदेवी अम्बाजी के द्वार पर विशाल मेला भरता है और लाखों की तादाद में पदयात्रियों का रैला वहां दर्शनार्थ पहुंचता है।

अम्बाजी यात्रा का सौभाग्य

बांसवाड़ा नागर समाज ने वर्ष 1991 से 2011 तक 21 पदयात्राओं का आयोजन किया, बाद में वहां लगने वाले विसामों में चिकित्सा सहायता और पानी के पाउच उपलब्ध कराने की व्यवस्था हाथ में ली। वर्तमान में युवावर्ग लंबे अवकाश का लाभ न मिल पाने की वजह से शार्टकट सेवा का प्रयास करता है। इस वर्ष भी अम्बाजी की यात्रा में कई विघ्न आए, कभी त्यौहारों का मौसम, कभी वर्षा का प्रकोप यात्रा का कार्यक्रम तय नहीं होने दे रहा था। नवम्बर मास में जब लोगों को विश्वास हो गया कि वर्षा का मौसम चला गया है, अतः अम्बाजी यात्रा के संकल्प को पूर्ण कर लिया जावे। बांसवाड़ा से यात्रियों से भरी बस सांयकाल ही अम्बाजी पहुंच गई, अहमदाबाद से चलने वाली बस तीन घंटे विलम्ब से पहुंची। रात्रि को चांचर चौक में गरबों के आयोजन की स्वीकृति पहले ही प्राप्त कर ली थी, इसलिए सभी भक्तगण प्रसाद प्राप्त कर चांचर चौक में जा डटे। गरबों के संचालन का आनंद ही अपार है और वहां उपस्थित सभी लोगों ने इसका लाभ लिया और समां बांध दिया। अगले दिन प्रातः काल ही स्नान से निवृत्त होकर पिताम्बर पहन कर सभी विशेष दर्शन हेतु पहुंचे। यह हमारे समाज का सौभाग्य है कि उसे अपनी पूजा पाठ में किसी प्रकार

की कठिनाई नहीं होती और विशेष द्वार से ही हमें प्रवेश दिया जाता है। बोल मारी अम्बे... जय, जय अम्बे के जय घोष के साथ सभी बढ़ जाते हैं। पूजन के पश्चात शतचंडी पाठ के साधकों ने सस्वर शतचंडी पाठ किया और आनन्द अनुभूति की। विशनगरा नागरों की धर्मशाला में भी देवी का एक छोटा मंदिर है, उनके सम्मुख सभी श्रद्धालुओं ने पुनः गरबा आयोजन किया और सभी भाव-विभोर हो गए। जब भोजन तैयार होने की सूचना मिली तो स्रत थाल जो मंदिर से प्राप्त हुई थी, उसमें नैवेद्य लगाने के लिए चले गए और बाकि सभी धर्मशाला में ही बैठकर नैवेद्य सामग्री रखकर मां जगदम्बा से भोजन करने का आग्रह करने लगे और सभी ने वहा दूधपाक, पांच सब्जियां, पुड़ी, भजिये का आनंद लिया। सभी घर वापसी की तैयारी में लग गए और सोचने लगे हे मां अब वापस कब बुलाएगी और कब हमारा आना मुमकिन होगा। इसी माह संयोग कहे या विधि का विधान ऐसा कार्यक्रम तलवाड़ा जिला बांसवाड़ा के त्रिपुर सुंदरी माताजी के मंदिर (तरतईमाता) में भी माई मण्डल के तत्वावधान में आयोजित हुआ और रसिक भक्तों ने आनन्दोत्सव मनाया।

✍ मंजू प्रमोदराय झा
बांसवाड़ा, राज.,
09413947938





राजस्थानी फिल्म में नागर थानेदार

राजस्थानी फिल्म 'गजबण' में मालवा के सुप्रसिद्ध कवि एवं साहित्यकार **पं. अशोक नागर** पाशाराम थानेदार के रोल में दिखाई देंगे। यह फिल्म आसाराम के जीवन पर आधारित है।

मालवा के महारथी पं. नागर हास्य, व्यंग्य, करुण एवं श्रृंगार रस के रचनाकार हैं तथा सब टीवी पर आने वाले समय में प्रसारित होने वाले 'चाय पर चुटकुले' कार्यक्रम में अपनी हास्य प्रस्तुति देंगे। इससे पूर्व आप टीवी चैनल लाइफ ओके पर लॉफ इंडिया लॉफ में चार एपिसोड में अपनी काबिलियत का प्रदर्शन कर चुके हैं तथा जालंधर दूरदर्शन पर भी आपकी कविताओं का प्रसारण हुआ है। ईटीवी के गुदगुदी कार्यक्रम में भी आपने प्रस्तुतियां दी हैं, जिसका संचालन श्री अशोक व्यास करते थे। आपको 1 फरवरी 2015 को कोटा में दाधीच सम्मान से अलंकृत किया गया, जो लब्ध

प्रतिष्ठित ब्राह्मण कवि को दिया जाता है। 28 फरवरी को राऊ में पं. नागर को 'मालवा के महारथी' सम्मान प्रदान किया जाएगा।

एक चर्चा के दौरान पं. नागर ने कहा कि आज उच्च स्तरीय साहित्य की जरूरत ही नहीं रह गई है, क्षणिक मनोरंजन के लिए हास्य कविताओं में फुहड़ और द्विअर्थी संवादों का समावेश किया जाने लगा है। आयोजक भी कम पैसे देकर ऐसे कवियों की जमात बुलाते हैं, जो स्वयं लेखक न होकर इधर-उधर के चुटकुले एवं घटिया संवाद से श्रोताओं का मन बहलाने का प्रयास करते हैं। कविता एवं साहित्य के माध्यम से समाज को जोड़ने का काम सोशल मीडिया द्वारा किया जा सकता है। चूंकि साहित्यकार समाज का दर्पण है। अतः वे वहीं प्रस्तुत करते हैं जो समाज में घट रहा है। पं. नागर की ये ताजा प्रस्तुति केवल जय हाटकेश वाणी के पाठकों के लिए-

बोल मीठे ना हों तो हिचकियां नहीं आती
कीमती मोबाइल पे घंटियां नहीं आती
घर बड़ा हो या छोटा गर मिठास ना हो तो
आदमी क्या आएंगे चींटियां नहीं आती।

26 जनवरी 2010 को (एक आंखों देखी घटना) लड़कियां कागज के झंडे लेकर टैम्पो में चढ़ रही थी। एक मनचले ने एक लड़की का दुपट्टा खींचा। लड़की ने कहा-
**दुपट्टे को छोड़ मेरे, तोड़ दूंगी दांत तेरे,
बिगड़े नवाब को अभी सुधार दूंगी मैं।।**
सेण्डल उतारूंगी तो इतना मैं मारूंगी कि
मार-मार तेरा हुलिया बिगाड़ दूंगी मैं।।
ये उछल कूद बंद कर मत छल छंद कर,
दो गज जमीन में यही पे गाड़ दूंगी मैं,।।
मुझपे क्या मरता है मर मेरे देश पर,
तेरे कफन के लिये दुपट्टा उतार दूंगी मैं।।

✍ गोविंद नागर
उज्जैन

नागर समाज की उपलब्धि

ब्राह्मण समाज का विशेष घटनाओं एवं अवसरों पर विशेष स्थान रहता है। कलम, कड़छी एवं बरछी के प्रतिकों से लैस प्रत्येक नागर ब्राह्मण ऊर्जा एवं तेजस्वी मस्तिष्क से परिपूर्ण है। खासकर कहीं नेतृत्व की बात हो तो वहां नागर ब्राह्मणों को यश प्राप्त होता है। कोई भी क्षेत्र हो, कोई भी स्थान हो नागर ब्राह्मण अपना गौरव बनाए रखते हैं। पिछले दिनों

अमेरिकी राष्ट्रपति बराक ओबामा की भारत यात्रा भी एक महत्वपूर्ण घटना थी, इसमें भी नागर ब्राह्मण समाज की नेहा बुच ने समाज को गौरवान्वित किया। रिटायर्ड आईएएस एमएन बुच की भतीजी नेहा बुच ने दिल्ली में इंडो-यूएस बिजनेस समिट का संचालन किया। उनके संचालन से अमेरिकी राष्ट्रपति खासे प्रभावित हुए तथा नेहा को गले लगाकर प्रशंसित किया।



स्मृति स्वरूप कमरा निर्माण की घोषणा

**निर्माण
की प्रगति से
उत्साहित
है समाज**



माकड़ोन निवासी श्री सुरेन्द्र कुमार शर्मा ने आजीवन सबका भला किया, शिक्षा को वे दान की वस्तु समझते थे, इसीलिए सेवानिवृत्ति के पश्चात भी जहां कहीं जरूरत



पड़ती वे ज्ञान दान के अभियान में जुट जाते थे। समाज का एवं अपना कल्याण साथ-साथ चाहने की वजह से ही वे गायत्री परिवार से सक्रिय रूप से जुड़े हुए थे।

अनेक विशेषताओं से परिपूर्ण उनका जीवन जहां यादगार एवं प्रेरणादायक रहा वहीं उनका नाम अमर करने के उद्देश्य से माकड़ोन में 20 जनवरी 2015 को आयोजित त्रयोदशा एवं पगड़ी कार्यक्रम में उनके सुपुत्र श्री महेन्द्र शर्मा एवं श्री

विजय शर्मा ने श्री हाटकेश्वर धाम में कमरा निर्माण की घोषणा की। ज्ञातव्य है कि 25000 रु. की दानराशि स्वयं श्री सुरेन्द्रजी शर्मा अपने करकमलों द्वारा प्रदान कर गए थे। उसमें एक

लाख रु. और देकर कमरा निर्माण की घोषणा उनके सुपुत्रों ने की। 25000 का चेक हाथों-हाथ श्री महेन्द्र शर्मा ने न्यास मंडल के सचिव श्री सन्तोष जोशी को भेंट किया। सम्पूर्ण देश का गौरव यह श्री हाटकेश्वर धाम आप सब समाजजनों के सहयोग से अपने निर्माण के लक्ष्य की तरफ बढ़ रहा है। सिंहस्थ 2016 से पूर्व समाज की यह धरोहर समाज के लिए अर्पित हो जाएगी।

श्री हाटकेश्वर धाम

दानदाताओं के नाम, जमा राशि

श्री किरणकांत जी मेहता, उज्जैन - 31250/-
(कमरा निर्माण पेटे किश्त)

श्री बसन्तीलाल जी पंड्या, सीहोर - 2500/-

श्री महेन्द्रजी शर्मा माकड़ोन - 25000/-

(स्मृति स्व. रूप कमरा निर्माण पेटे)

डॉ. गोपालकृष्ण जी नागर

नागर पैथोलॉजी उज्जैन - 5000/-

श्री गोवर्द्धनलाल जी व्यास, उज्जैन 5000/-

श्री सुरेशचंद्र नागर उज्जैन 15000/-

श्रीमती उषा अभिमन्यु त्रिवेदी उज्जैन 5000/-

श्री कमलकिशोर जी नागर (सखीपुरा) उज्जैन 25000/-

(स्व. मांगीलाल जी नागर (मंगू गुरु की स्मृति में घोषणा)

डॉ. कृष्णदत्त नागर, देवास - 5000/-

सुधीर नागर द्वारा 25000 श्री सत्यनारायण जी नागर की स्मृति में श्री सुशील की घोषणा।



श्री एवं श्रीमती महेन्द्र नागर



श्रीमती उषा अभिमन्यु त्रिवेदी



स्व. मांगीलाल जी नागर 'पत्नी'

सर्व ब्राह्मण महासभा नागदा (जं)

तृतीय सामूहिक विवाह सम्मेलन 28 अप्रैल को

नागदा जिला उज्जैन में तृतीय सामूहिक विवाह सम्मेलन 28 अप्रैल 2015 मंगलवार को आयोजित किया जा रहा है। आयोजन समिति के अध्यक्ष श्री विजय प्रकाश मेहता ने यह जानकारी देते हुए बताया कि वर्तमान समय में सामाजिक प्रगति हेतु एवं अनावश्यक आडम्बर, तनाव, श्रम

असमानता तथा अहंकारपूर्ण प्रदर्शन की प्रवृत्ति पर अंकुश लगाने हेतु सामूहिक विवाह सुमधूर एवं सफल वैवाहिक सम्बन्ध बनाने का एकमात्र विकल्प है। विवाह सम्मेलन में वर-वधू पक्ष से 15001 रु. की सहयोग राशि निर्धारित की गई है। प्रत्येक वैवाहिक पक्ष अपने साथ 40 सदस्यों को ला सकते

हैं। जिनकी भोजन एवं आवास व्यवस्था निःशुल्क रहेगी। अतिरिक्त सदस्य होने पर निर्धारित शुल्क प्रति व्यक्ति 150 रु. जमा करना पड़ेगा। उपरोक्त सुव्यवस्थित विवाह समारोह हेतु नागर ब्राह्मण समाज में भी भारी उत्साह है तथा बताया जाता है कि अप्रैल में होने वाले कार्यक्रम के लिए

अभी तक नागर समाज के दस जोड़े सम्मिलित होने की सहमति दे चुके हैं। आयोजन के बारे में विस्तृत जानकारी हेतु श्री विजय प्रकाश मेहता से उनके फोन 07366-238367 अथवा मो. 9827085738 पर सम्पर्क किया जा सकता है। आवेदन पत्र जय हाटकेश वाणी कार्यालय में भी उपलब्ध हैं।

शाजापुर जूनियर, इंदौर, लसुल्लिया ब्राह्मण टीम रही विजेता

छह टीमों ने लिया भाग

रविवार को मद्र नागर ब्राह्मण युवा परिषद द्वारा स्थानीय हायरसेकंडरी ग्राउंड पर संत श्री नरसी मेहता प्रदेश स्तरीय क्रिकेट प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। शाजापुर नागर युवा परिषद के तत्वावधान में आयोजित इस क्रिकेट प्रतियोगिता में इंदौर, उज्जैन, शाजापुर, बेरछा, लसुल्लिया ब्राह्मण सहित छह टीमों ने भाग लिया। नागर युवा परिषद के अध्यक्ष संजय नागर ने बताया कि खेल भावना के प्रसार व युवाओं में खेलों के माध्यम से स्वस्थ शरीर, स्वस्थ मन को जीवन में प्राथमिकता देने के उद्देश्य से सामाजिक स्तर पर यह प्रतियोगिताएं आयोजित की जा रही हैं। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि विधायक अरुण भीमावद, नपाध्यक्ष प्रदीप चंद्रवंशी, मद्र नागर परिषद के अध्यक्ष राजेश त्रिवेदी टमटा, मद्र नागर परिषद के पूर्व अध्यक्ष वीरेंद्र व्यास, मद्र नागर युवा परिषद के अध्यक्ष हेमंत व्यास, उज्जैन नागर समाज के अध्यक्ष डॉ. प्रदीप व्यास आदि थे। श्री नागर ने बताया कि इस प्रतियोगिता में इंदौर, उज्जैन, शाजापुर सीनियर व जूनियर, बेरछा तथा लसुल्लिया ब्राह्मण की छह टीमों ने भाग लिया। जिसमें पहला मैच इंदौर व उज्जैन की टीम के बीच खेला गया



जिसमें इंदौर की टीम विजेता रही। इसके बाद शाजापुर जूनियर व बेरछा की टीम के बीच मैच खेला गया, इसमें शाजापुर जूनियर की टीम विजेता रही। इसके पश्चात शाजापुर सीनियर तथा लसुल्लिया ब्राह्मण की टीम के बीच मैच खेला गया। इसमें लसुल्लिया ब्राह्मण की टीम विजेता रही। श्री नागर ने बताया कि शाजापुर नागर युवा परिषद द्वारा सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन करने वाली विजेता टीम को ट्रॉफी प्रदान की गई।



राजेश नागर को हितैषी मंच का सचिव बनाया

म.प्र. उपभोक्ता हितैषी मंच के प्रदेश अध्यक्ष प्रकाश गवादे ने जिला शाखा झाबुआ का गठन किया, जिसमें जिलाध्यक्ष सेवानिवृत्त शिक्षक एवं रोटरी क्लब झाबुआ के पूर्व अध्यक्ष जयेंद्र वैरागी एवं सचिव पद पर आसरा पारमार्थिक ट्रस्ट के संस्थापक अध्यक्ष राजेश नागर को नियुक्त किया गया। ज्ञातव्य है कि श्री राजेश नागर नागर ब्राह्मण समाज के भी सक्रिय सदस्य है तथा झाबुआ जिले के नागर बंधुओं को एकसूत्र में बांधने का गौरव आपको हासिल है।



राज्य स्तरीय प्रतिभाशाली सम्मान समारोह में वरिष्ठ पत्रकार श्री ओमप्रकाश जी मेहता की सुपुत्री श्रीमती नीता संजय जोशी को उनके शोध प्रबंध डॉ. रामचंद्र भावसार का भारतीय कला में योगदान एक अध्ययन (चित्रकला) पर पीएचडी की उपाधि प्राप्त करने तथा पुत्रवधू सौ. कां. अलका-नमिष मेहता को केमिस्ट्री में शोध प्रबंध पर पीएचडी की उपाधि प्राप्त होने के उपलक्ष्य में सम्मानित किया गया। इस अवसर पर मुख्य अतिथि के रूप में श्री अनिल जी नागर होशंगाबाद श्री अनिल कुमार मेहता भावनगर नागर परिषद के प्रांतीय अध्यक्ष राजेश त्रिवेदी उज्जैन के इकाई के अध्यक्ष डॉ. प्रदीप व्यास आदि उपस्थित थे।

देवास में महिला सदस्यों ने संभाली समाज जागृति की बागडोर

125 नागर परिवारों के साथ प्रदेश की औद्योगिक नगरी देवास में समाज की गतिविधियां ठप सी है। इसे अभिशाप कहें या मजबूरी, लेकिन देवास के नागरजनों का मिलन मांगलिक या अन्य आयोजना में ही हो पाता है। देवास में बसे ज्यादातर नागर बंधु फैक्ट्रियों में कार्यरत हैं तथा वहां इयूटी का समय एक जैसा नहीं रहता। अतः समाजबंधुओं का बैठक के रूप में आपस में मिलना या कोई आयोजन करता असंभव सा है। परन्तु चूंकि जय हाटकेश वाणी में विभिन्न स्थानों पर चल रही

गतिविधियों का नियमित प्रकाशन हो रहा है, अतः प्रत्येक नगर, कस्बे का यह मंतव्य रहता है कि सभी स्थानों की तरह उनके यहां भी गतिविधियां हों, इसी के मद्देनजर देवास की महिला सदस्यों ने प्रतिमाह मिलने के उद्देश्य से एक हजार रु. की बीसी की स्थापना की है, तय दिवस पर समाज की सत्रह महिला सदस्य जिस सदस्य की बीसी खुलती है, उसके घर एकत्र होकर अन्य चर्चाओं के साथ समाजोत्थान की भी चर्चा करती हैं। ऐसा लगता है कि निम्नलिखित इन महिला सदस्यों की

पहल से देवास नागर समाज अवश्य जागृत होगा। श्रीमती मनीषा पौराणिक, वंदना नागर, लता रावल, सरिता शर्मा, ज्योति व्यास, अर्चना व्यास, मेघा व्यास, सीमा नागर, ज्योति नागर, अनिता नागर, दीप्ति मेहता, अनिता नागर, वर्षा नागर, सुनीता नागर, रिधीमा नागर, प्रेमलता नागर, वीणा पौराणिक आदि हैं। समाज की ओर महिला सदस्यों को जोड़ने का क्रम जारी है।

- सरिता शर्मा,
देवास

मठ स्थित हाटकेश्वर मन्दिर का जीर्णोद्धार कार्य प्रारम्भ

रतलाम। म प्र नागर ब्राह्मण कार्यकारिणी द्वारा कार्यकारिणी की बैठक में सर्वानुमति से मठ स्थित भगवान हाटकेश्वर मन्दिर के जीर्णोद्धार के कार्य किये जाने की स्वीकृति दी गयी है। बैठक में अध्यक्ष श्री विभाष मेहता उपाध्यक्ष श्री सुशील नागर सचिव श्री शरद मेहता सह सचिव हरीश मेहता व श्री हेमन्त भट्ट कोषाध्यक्ष श्री आंकारलाल नागर एवं परामर्शदाता श्री नवनीत मेहता एवं संजय दवे श्री आनन्द मेहता मीडिया प्रभारी श्री विष्णुदत्त नागर म प्र युवक परिषद के प्रांतीय संयोजक

श्री धर्मेन्द्र नागर एवं श्री सत्येन्द्र मेहता ने रतलाम एवं अन्य स्थानों पर रह रहे समाजजनों से मुक्त हस्त से जीर्णोद्धार हेतु सहयोग प्रदान करने का आग्रह किया है। सहयोग राशि सीधे खाते में जमा हेतु बैंक सेंट्रल म प्र ग्रामीण बैंक शाखा कस्तुरबा नगर रतलाम के खाता क्रमांक 2003551030004276 आईएफएससी कोड 0आर 20002 में भी जमा कर अध्यक्ष श्री विभाष मेहता को मोबाईल क्रमांक 9229597171 पर सूचना कर सकते हैं।

श्री नारायण प्रसादजी मेहता द्वारा सहयोग

मठ मन्दिर जीर्णोद्धार कार्य हेतु वरिष्ठ समाजसेवी एवं म प्र नागर ब्राह्मण परिषद के परामर्शदाता श्री नवनीत जी मेहता के पिता वरिष्ठ समाजसेवी एवं एवं चिंतक श्री नारायणप्रसाद जी मेहता ने रु 11000/- नकद देकर सहयोग की मिसाल कायम की है। पूर्व में भी समाज के विभिन्न कार्यों के सहयोग में मेहता परिवार सदैव तत्परता से सहयोग प्रदान करता रहा है। रतलाम नागर समाज के अन्य सदस्यों ने भी तन मन व धन से सहयोग करना प्रारम्भ कर दिया है जिससे महाशिवरात्रि पर्व तक मठ स्थित हाटकेश्वर मन्दिर नये स्वरूप व सज्जा में पूजा व आराधना हेतु तैयार हो सके।



श्रीमती राजश्री पुराणिक एवं श्रीमती प्रीति शर्मा का सुयश

उज्जैन की बालिकाओं को स्वर्ण पदक

गोवा में मापसा में आयोजित तृतीय राष्ट्रीय डांस चैम्पियनशिप 2014 में उज्जैन की बालिकाओं ने शास्त्रीय समूह नृत्य में स्वर्णपदक प्राप्त किया है। देश के सात राज्यों के प्रतियोगियों ने इसमें हिस्सा लिया। कांची पुराणिक, हितैषी शर्मा, दर्शना जोशी, ऐश्वर्या शर्मा, पूजा विश्वकर्मा ने मनोहारी प्रस्तुति देकर पदक जीता। ये सभी बालिकाएं कला मंदिर नृत्य प्रशिक्षण केन्द्र ऋषिनगर में श्रीमती राजश्री

पुराणिक एवं श्रीमती प्रीति शर्मा के सानिध्य में प्रशिक्षण प्राप्त कर रही है। इसी प्रकार तीसरी नेशनल डांस स्पोर्ट्स चैम्पियनशिप जो 6 एवं 7 दिसम्बर 2014 को गोवा में सम्पन्न हुई, इसमें निर्णायक के रूप में जिम्मेदारी देकर श्रीमती राजश्री पुराणिक एवं श्रीमती प्रीति शर्मा को गौरवान्वित किया गया एवं इस संबंध में प्रमाणपत्र भेंट किए गए। इस उपलब्धि से परिवार एवं समाज को यश प्राप्त हुआ है।

मंडलोई फाउंडेशन में प्रतिभा खोज

म.प्र. स्पोर्ट्स एकेडमी टैलेन्ट सर्च 27 जनवरी 2015 को श्री मंडलोई फाउंडेशन मोरघड़ी में आयोजित किया गया, जिसमें आँकारेश्वर, महेश्वर, मोरघड़ी में हमारे यहां प्रशिक्षित बच्चों ने हिस्सा लिया। स्विमिंग में 4, एथलेटिक्स में 2, बॉक्सिंग में एक बच्चे का चयन किया जाकर 19 फरवरी 2015 को भोपाल में अंतिम निर्णय किया जाएगा। टैलेन्ट सर्च हेतु श्री दिलीप मेहता एनआईएस कोच फुटबॉल केन्द्र प्रभारी साई सेंटर धार आदि अधिकारी आए थे।

डॉ. अपूर्वा दवे का सुयश

रतलाम की डॉ. अपूर्वा दवे द्वारा Association of Bilirubin and Malandialdehyde (MDA) Levels with Ratinopathy in Type 2 Diabetes mellitus विषय पर किए गए रिसर्च को देश के प्रतिष्ठित मेडिकल जर्नल IISM (Indian Journal of Endocrinology and Metabolism) में प्रकाशन हेतु स्वीकृत किया गया है। डॉ. अपूर्वा दवे इस रिसर्च की 1st Author हैं व यह रिसर्च उन्होंने एमबीबीएस में अध्ययन करते हुए पूर्ण की है। उनकी इस विशिष्ट उपलब्धि पर समाजजनों एवं परिजनों ने बधाई एवं शुभकामनाएं प्रेषित की हैं।



महाशिवरात्रि पर राजधानी में आयोजन

भोपाल में 17 फरवरी 2015 को ई-3 अरेरा कॉलोनी में श्री बालकृष्ण जी मेहता के निवास के सामने स्थित श्री हाटकेश्वर देवालय में दोपहर 3 बजे से पूजन, अभिषेक का आयोजन श्री सुभाष व्यास, श्री रामकृष्ण मेहता एवं श्री मनमोहन नागर द्वारा किया गया। अभिषेक पश्चात प्रसाद एवं फलाहारी स्वल्पाहार का प्रायोजन केपिटल शाखा के पूर्व अध्यक्ष



श्री मनमोहन नागर की ओर से रहेगा। सभी समाजबंधु इस आयोजन में सादर साग्रह आमंत्रित हैं।

परिचय सम्मेलन से मेलापक तक

युवक-युवती परिचय मेले से लेकर मासिक जय हाटकेश वाणी के मेलापक से समाज में जो रिश्ते तय हो रहे हैं, वे वर्गों के भेद को तोड़ रहे हैं और यह समाज को एकसूत्र में बांधने का महत्वपूर्ण साधन है। नागर ब्राह्मण समाज में ही वडनगरा, विसनगरा, साठोदरा, प्रश्नोरा, चित्तोड़ा, दशोरा, बंधारा विभिन्न वर्ग है, जो अब तक अपने समूह में ही विवाह सम्बन्धों को प्राथमिकता देते रहे हैं। अपने ही शहर में तथा क्षेत्र विशेष को ही विवाह सम्बन्ध हेतु महत्व दिया जाता था, ये सब भी बंधन अब टूट चुके हैं। अहमदाबाद में गत वर्ष जनवरी 2014 में आयोजित जीवनसाथी पसंदगी सम्मेलन के माध्यम से एक रिश्ता तय हुआ है, जिसमें उदयपुर के मूल निवासी एवं वर्तमान में अहमदाबाद में बसे श्री विनोद कुमार दशोरा की सुपुत्री निहारिका का सम्बन्ध ऊंझा के मूल निवासी श्री अतुल रावल के सुपुत्र चि. कर्म के साथ तय हुआ है, जिनका विवाह 15 फरवरी 2015 को आयोजित है।

सुबह-सुबह पत्नी ने पति से न्यूजपेपर मांगा... पति: कितनी बैकवर्ड हो तुम... दुनिया कहां से कहा पहुंच गई और तुम न्यूजपेपर मांग रही हो??? ये मेरा टैब ले लो... पत्नी ने टैब लिया और टैब से काकरोच मार दिया.... पति बेहोश... कहानी से मिली सीख पत्नी जो मांगे दे दो। सवाल मत पूछो।





संजय - सौ. राधा त्रिवेदी

एवं

**सौ. सपना- श्री आनन्द
नागर - 29 जनवरी**

शुभाकांक्षी- सौ. उषा त्रिवेदी-अभिमन्यु त्रिवेदी एवं समस्त परिवार उज्जैन, मो.
9630111651



**Happy
BIRTHDAY**

मेरेन मेहता

(इलाहाबाद) 19
फरवरी

देवांशु देसाई

(अहमदाबाद) 14
फरवरी

शुभाकांक्षी
गायत्री मेहता, इंदौर

चि. आशुतोष पी. जोशी

श्रीमती विभूति आ. जोशी- 10 फरवरी 15

आशीषमयी शुभकामनाएं

पी.आर. जोशी, श्रीमती जया नागर, श्री प्रदीप-चारु जाधव, श्री
मनोज-तृप्ति मित्रा तिवारी, महु परिवार।

जन्मदिन की बधाई

डॉ. प्रदीप मेहता - 7 फरवरी

श्रीमती तृप्ति मित्रा तिवारी - 10 फरवरी

कु. इशिका मनोज तिवारी - 11 फरवरी

श्रीमती अनु अमित जोशी - 17 फरवरी

शुभाकांक्षी

जोशी, जया नागर, जाधव, तिवारी, श्रीमती रेणुका मेहता परिवार।
प्रस्तुति - पी.आर. जोशी, इंदौर

पुत्र रत्न प्राप्ति पर बधाई

स्व. हजारीलाल शर्मा के पौत्र चि. नीरज अलका शर्मा के यहां
6.12.2014 को पुत्र रत्न प्राप्ति पर हार्दिक बधाई। शुभाशीवाद।

शुभाकांक्षी- के.व्ही. शर्मा, अनुसुइया शर्मा
(दादा-दादी), मि. शर्मा, चिंता शर्मा
(छोटे दादा-दादी), संगीता चतुर्वेदी
(डुआ) समस्त नागर परिवार, भोपाल,
कुरावर, ब्यावरा।



कुर्यात सदा मंगलम्

चि. कृष्णमूर्ति सुपुत्र-मीनाक्षी अरुण नागर मेरठ का विवाह
सौ. कां. दीप्ति (सुपुत्री- सौ. यशोदा-अशोक जी) के साथ सम्पन्न हुआ।
बधाई। - संजय मेहता, इंदौर (रतलाम)

6 दिसम्बर 2014

सौ.कां. रक्षा

(आत्मजा- अनिल-सौ. सुषमा नागर शाजापुर संग)

चि. स्वर्जिन

(आत्मज श्री अशोकजी- सौ. माधुरी दशोरे, इन्दौर)

24 जनवरी 2015

चि. दर्शन

(सुपुत्र- श्रीमती राजुल- राजेन्द्र व्यास (हैदराबाद) संग)

सौ. कां. सलोनी

(सुपुत्री- श्रीमती स्मिता नीलेशभाई मेहता)

25 जनवरी 2015

चि. अमिषेक

(सुपुत्र- श्रीमती उषा नवरत्न व्यास) संग

सौ. कां. ममता

(सुपुत्री-श्रीमती रीमा बेन करण भाई रावल)

29 जनवरी 2015

सौ.कां. गौरी

(सुपुत्री-श्रीमती नीलोत्पला-डॉ. सुरेश मेहता शाजापुर) संग

चि. सिंचन

(सुपुत्र-श्रीमती कृपा- श्री सोमेश भाई देसाई, अहमदाबाद)

पैवाहिक प्रस्ताव (युवक)

अचल निर्मलराम नामर

जन्म - 26-03-1983
समय - 9.40 पीएम, गाजियाबाद
शिक्षा - बी.कॉम स्ट्रीम, नेटवर्किंग
कोर्स फ्रॉम आयएससीएम, एलओएमए
कार्यरत - ट्रेनर एमएनसी
(ईएक्सएल) इन नोएडा
वार्षिक आय -
3-4 लाख
सम्पर्क -
9873729294
0120-
2716327



अक्षय नामर

जन्म - 01-03-1985
समय - 04.40 एएम, नई दिल्ली
शिक्षा - बी.टेक, आयईटी
लखनऊ
कार्यरत - यूओपी हनीवेल,
गुडगांव
सम्पर्क -
9554487706
9717080069



पुनीत नटवरलाल व्यास

जन्म - 03-05-1985
समय - 3-10पीएम, दौसा
शिक्षा - एमई (कम्प्यूटर इंजी)
वजन - 70
कार्यरत - सॉफ्टवेयर इंजीनियर
सीएससी इंदौर
सम्पर्क -
0731-
2482274,
9685257594



मोहित दवे

जन्म - 18-09-1976
कद - 5'4'
शिक्षा - बीएससी
सम्पर्क - विनय दवे, रीवा
9827271907
इंदौर
9993350838



प्रदीप कुमार नामर

जन्म - 10-12-1982
समय - प्रातः 10.30 (अकलेरा)
व्यवसाय - इलेक्ट्रीकल्स
कान्हेक्टर, कोटा
सम्पर्क - मावलपुर
मो.- 9977013086



विवेक नरेन्द्रनाथ दवे

जन्म - 12-01-1987
समय - 5.20 पीएम, कलकता
कद-5'10", वजन- 74
शिक्षा - एमबीए
कार्यरत- करूर वैश्य बैंक
कोलकाता
सम्पर्क - 033-
26722075
मो-
9836859248



समीर सुनील मंडलोई

जन्म - 25-11-1988
समय- 4.20 नेपालनगर
शिक्षा- एमबीए
कद- 5'7" ग्रीन-शाडिल्य
कार्यरत- आईसीआईसीआई
सम्पर्क -उज्जैन, 9977663308



लोकेन्द्र डॉ. गौरीशंकर शर्मा

जन्म - 07-02-1985
समय - 9.35 एएम, शाजापुर
कद - 5'5" वजन - 67
शिक्षा - मास्टर इन मॉस कम्प्युनिकेशन
एंड जर्नलिज्म, बीएससी (मैथ्स)
कार्यरत - स्वव्यवसाय (सीमेंट
स्टॉकिस्ट)
सम्पर्क -
माकड़ोन उज्जैन,
7566160475
07369261424



चिंतन प्रकाशचंद घंड्या

जन्म - 22-11-1985
समय - 9.15 एएम/इंदौर
कद - 5'7"
शिक्षा - बी.कॉम, एम.कॉम
कार्यरत- लेखापाल, विश्ववुड
कॉलेज स्कूल, पार्टटाईम बिजनेस
सम्पर्क - महू,
9826368552
9907861141



राजकुमार नामर

जन्म - 10-01-1980
समय - 3.30 (अकलेरा)
शिक्षा - एम.ए.
कार्यरत- अंजलि कॉन्वेंट स्कूल,
मावलपुर
मासिक आय - 8000/-
सम्पर्क -
मावलपुर
9977013086



पैवाहिक प्रस्ताव (युवती)

पूर्वा मधुसूदन नामर (मांगलिक)

नामाजी- श्री यू.एन. मेहता
जन्म- 05-05-1990
गौत्र- पाराशर
समय- 9 पीएम, देवास
शिक्षा- बी.ई. (आयटी)
कार्यरत- टेली घरफॉर्मैस
कंपनी, इंदौर
सम्पर्क- देवास
09425947434,
08989138143



मेघना बी. पाठक

जन्म-10-07-1976
समय- 10.25एएम, बड़ौदा
कद- 5'5" वजन- 48
शिक्षा- बी.कॉम, पीजीडीसीओ, पीजीडीसीए, एमसीए
कार्यरत- (3डी आर्चर पुणे)
सम्पर्क- पुणे,
9408836575



विजेता सतीश नामर (मांगलिक)

जन्म- 05-11-1990
समय- 9.41 रात्रि, रतलाम (म.प्र.)
कद - 5'4'
शिक्षा- बीई (कम्प्यूटर साइंस)
कार्यरत- लेवयर
सम्पर्क- रतलाम,
07412264132,
9827276791



अरुणा मंतरलाल दशोरा

जन्म-27-07-1989
गौत्र- भार्गव
समय- 10.50 पीएम, नाथद्वारा
शिक्षा- एमसीए
कार्यरत- नौकरी
सम्पर्क- 09460029125



कोमल महेन्द्र कुमार दशोरा

जन्म- 16-04-1986
गौत्र- भारद्वाज भट्ट
समय- 10.50एएम, कांकरोली
शिक्षा- एमबीए, एमफिल, एमए
कार्यरत- हॉस्पिटल मैनेजमेंट
सम्पर्क- उदयपुर राज,
09414928051



वीणा विनोद जोशी

जन्म- 05-01-1988
गौत्र- कोरव्य मिश्र
समय- 2.27एएम, इंदौर
कद- 5'3'
शिक्षा- एमसीए
सम्पर्क- इंदौर,
9479561268,
8989933548



जिनकी कलम न झुकी न बिकी

ऐसे थे शाजापुर के
मेरे पत्रकार
मामा शंकर गुरु



उनके पुत्र चि. मधु ने कहा- उनकी स्मृति में कुछ यादें लिखूँ, अपने सभी भाजों के प्रति स्नेह रखने वाले मामाजी के जीवन के साथ उनकी पत्रकारिता पर याद करता हूँ, तो बरबस कलम से निकल पड़ता है कहां गए वे मामाजी जैसे पत्रकार जो सिद्धान्तों से समझौता न करते हुए जनहित, समाजहित और प्रशासकीय भ्रष्टाचार आदि पर निर्भीक कलम चलाया करते थे।

बात उस समय की कर रहा हूँ जब देश में भारत छोड़ो आंदोलन चल रहा था। स्थान-स्थान पर आंदोलन में कांग्रेस के नेतागण हो या कार्यकर्ता, गिरफ्तार किए जा रहे थे या उनके कार्यकर्ता आंदोलन को गति देने के लिए भूमिगत हो गए थे। हम विद्यार्थियों ने चांचोड़ा में आंदोलन किए। अंत में मुझे चांचोड़ा से परगना निकाला दिया और मैं पहुंचा शाजापुर यहां भी देखा किशोर भाई आदि नेताओं को बंदी बनाया गया था। मामाजी दिन रात आंदोलन को गति देने के लिए बंदी बनाए गए लोगों के घर-घर जाकर उनको सांत्वना के साथ जिसको जो मदद देना होती सहायता करते। पुलिस सीआईडी उनके निवास के आस-पास लगी होने के पश्चात भी उनको चकमा देकर निकल पड़ते थे। मैं पुलिस का अपरिचित होने से खंडवा गुप्त पर्व लेने भेजते जो इन्दौर, उज्जैन देता हुए शाजापुर में भी पर्व लाता था। पुलिस परेशानी थी प्रेसों पर छापे मारे मामाजी के घर

भी तलाशी ली गई, कहीं कोई पर्व हाथ नहीं लगे।

स्वतंत्रता आंदोलन की कितनी यादें हैं, कहां तक लिखे। देश में 1945 को जैसे ही आंदोलन खत्म हुआ। मामाजी के यहां नेता जिसमें प्रताप भाई, चन्द्रशेखर भट्ट, किशोर भाई, सुभागमलजी जैन, गोखले साहब आदि एकत्रित होते। प्रशासन में जनता की शिकायतों को लेकर दुःखी ऑफिस का बोर्ड निवास पर लगाया गया। प्रान्त में चुनाव सन 1952 के हो या 57 के, शंकर गुरु के यहां भी कार्यालय होते 1951 में इन्दौर में बालकृष्ण जी शर्मा नवीन के मुख्य आतिथ्य में पत्रकारों के सम्मेलन में मामाजी को नवीन जी ने सम्मानित किया।

मामाजी का पत्रकारिता में उसूलो से समझौता न करने का उदाहरण दामोदर (भैयू) की उस समय टांग का फ्रैक्चर हो गया। यज्ञोपवीत सिर पर था। तत्काल शाजापुर हॉस्पिटल ले गए, जब ऑपरेशन टेबल पर भैयू की चिकित्सा के लिए डॉक्टर ने मामाजी से कहा था गुरु आप अखबारों में हमारे ओर अस्पताल के खिलाफ बहुत लिखते हैं। कृपया आगे कृपा करें। इतना भर डॉक्टर का कहना था कि मामाजी क्रोधित होकर बोले इस संकट के समय आप ब्लैकमेल करना चाहते हैं और तत्काल भैयू को ऑपरेशन टेबल से उठाकर घर लाये और इलाज के लिए इन्दौर ले गए।

इसलिए कहता हूँ कहां गए वे पत्रकार जिन्होंने पत्रकारिता के लिए कलम के सिद्धान्तों का समझौता नहीं किया।

२ प्रेमनारायण नागर

स्वतंत्रता संग्राम सेनानी एवं पत्रकार शिवपुरी



एक बार एक कॉन्फेंस चल रही थी, जहां दुनिया भर से अलग-अलग देशों के प्रतिनिधि हिस्सा ले रहे थे। संचालक ने सभी से एक सवाल पूछा कि टूथ ब्रश कितने समय के बाद रिटायर हो जाता है?

सब ने अलग-अलग जवाब दिए। किसी ने कहा, एक हफ्ता, किसी ने एक महीना, किसी ने दो महीने तो किसी ने छह महीने।

जब इंडिया की बारी आई तो संता से यही सवाल किया गया।

संता ने कुछ यूँ इसका जवाब दिया, इंडिया में टूथ ब्रश कभी रिटायर नहीं होता। क्योंकि सब से पहले तो टूथ ब्रश दांत साफ करने के काम आता है फिर उसका इस्तेमाल बाल रंगने के लिए होता है, उसके बाद मशीन की सफाई करने के काम भी आता है और जब उसके बाल पूरी तरह से टूट जाएं तो उसका इस्तेमाल पजामे में नाडा डालने के लिए किया जाता है।

इस तरह टूथ ब्रश कभी भी रिटायर नहीं होता।

महिला संगीत में परिचय प्रसंग

समाज के युवा कार्यकर्ता श्री नवीन त्रिवेदी ने एक बहुत ही अच्छा सुझाव दिया है। जिसे कार्यरूप में परिणित किया जा सकता है। आप सब समाजजनों से इस बारे में विचारों का आदान-प्रदान किया जा रहा है। उन्होंने कहा कि आजकल ज्यादातर विवाह समारोहों में एक दिन पूर्व महिला संगीत का आयोजन अनिवार्य रूप से किया जाता है या यह कहा जाए कि महिला संगीत ही विवाह समारोह का मुख्य आकर्षण हो गए हैं।

विवाह आयोजक परिवार के साथ-साथ आमंत्रित मेहमान भी इसमें विशेष रुचि लेते हैं। इस आयोजन को यदि और सार्थक, सफल बनाना हो तो इसमें परिवार के विवाह योग्य बच्चों का परिचय दिया जा सकता है। आम तौर से विवाह समारोह के दौरान वे युवक-युवती भी उपस्थित रहते हैं, जो जॉब के सिलसिले में शहर से बाहर रहते हैं। इनका परिचय महिला संगीत के दौरान श्रंखलाबद्ध कार्यक्रमों के मध्य प्रस्तुत किया जा सकता है। ज्ञातव्य है कि वर्तमान में समाज में विवाह सम्बन्ध तय करने का कार्य बहुत कठिन हो गया है। समाज की पत्र-पत्रिकाओं में विवाह प्रस्तावों के प्रकाशन से तो इसमें सहयोग मिलता ही है, यदि श्री त्रिवेदी के इस सुझाव को अमल में लाया जाए तो निश्चित रूप से समाज में विवाह सम्बन्ध तय करने के लिए यह महत्वपूर्ण मंच साबित होगा, चूंकि वहां वैवाहिक माहौल रहता है तथा देखने-भालने तथा चर्चा का सिलसिला शुरू करने के लिए महिला संगीत के अगले दिन विवाह के अन्य प्रसंग एवं आशीर्वाद समारोह के रूप में पूरा एक दिन मिलता है, अतः इस समय का पूरा सदुपयोग किया जा सकता है। इस सम्बन्ध में आप अपने विचार 25 फरवरी 2015 तक अवश्य लिख सकते हैं। उन्हें आगामी मार्च 2015 अंक में प्रकाशित किया जाएगा।

घूँघट उठा तो दिशा बदली...

विषय - सांस्कृतिक आयोजनों में शुचिता

समाज में आयोजित होने वाले सांस्कृतिक कार्यक्रम वास्तव में मर्यादापूर्ण ही होना चाहिए। कारण ब्राह्मण समाज का व्यक्ति सभी वर्ग में अपने आपको उच्च मानता आया है। जाति में अपने वजूद से अपनी छवि विशेष (पंडित) छवि बनाता आया है। हमारे पूर्वजों ने अपने जीवनयापन में ही अपनी विशेष राज पुरोहित मान मर्यादा, खान पान (महाराज) तथा राजा महाराजा के सलाहकार के रूप में नियुक्ति की है। ऐसी स्थिति में हम अगर बाहरी वातावरण व फिल्मी वातावरण के अनुसार अपने कार्यक्रम देते हैं तो निश्चित ही हम अपने वर्तमान वातावरण से आने वाली पीढ़ी को उचित विकास की ओर नहीं ले सकते हैं। मैं समाज में कई परिवर्तन देख रही हूँ। अतः मुझे लगता है सम्भल जाए वर्ना समय कुछ ऐसा है अपनी नई पीढ़ी को अपने पूर्वजों के अतीत से जोड़कर कुछ सिखाएं वर्ना फिल्मी दुनिया का एक हिस्सा तो (झंडा बाजार) छेड़छाड़ के सलीके तक ले जाता है क्या आप चाहेंगे समाज में व्यवहार करने लायक हमारी ही अगली पीढ़ी तैयार न हो, हम आज जहां तक हैं, मैं समझती हूँ हिन्दू धर्म की मान्यताओं के अन्दर ही हमने जीवन को भी ढाला है और समाज का पास-पड़ोस अपने शहर, गांव व अपने मिलने वालों में अपना सम्मान बनाया है। कारण भी है मर्यादा पूर्ण जीवन वर्ना कपड़ों से लेकर जीवन के आदर्शों तक संसार में नग्नता ने प्रवेश किया है। खाना-पीना, पहनावा जीवन जीने का अफसरी तरीका, शान शौकत तथा रहन सहन के स्तर पर भी हमें अपने जीवन में बहुत कुछ



अनदेखा करना पड़ता है। अतः मैं नवीन पीढ़ी तथा उनके सदस्यों से यह अपील करना चाहती हूँ घूँघट उठा तो दिशा बदली, विचार बदले भावनाओं का आदान प्रदान शुरू हुआ। परिस्थितियां बदली एक-दूसरे के सुख-दुख के साथी हुए, आगे भी साथ रहे विकास होता रहे, इसलिए जरा संभलकर चलना, मैथिलीशरण गुप्त की पंचवटी में लक्ष्मण के माध्यम से रामजी ने कहा है परिवर्तन ही जिन्दगी है तो हम बढ़ते जाते हैं। लेकिन मुझे तो सीधे सच्चे पूर्व भाव ही भाते हैं और विकास किस चीज का यही देखना रह जाएगा। यह नई पीढ़ी समझ ही नहीं पाए विकास जीवन के आदर्शों का होना चाहिए। ब्रह्मचर्य, फिर ग्रहस्थ वानप्रस्थ तथा संन्यास आश्रमी व्यवस्था तो प्रत्येक घर में सिखाया जाना चाहिए जिससे व्यक्ति अपने लक्ष्य पर केन्द्रित रहेगा वैसे भी इच्छा व मन की बात मानने से ज्यादा अच्छा है। संस्कार को महत्व दें, जिससे हमें अपने आदर्शों तक पहुंचने में सफलता मिलती चली जाएगी, गायत्री परिवार में आचार्य श्री रामचन्द्र जी शर्मा ने कहा है- मनुष्य परिस्थितियों का दास नहीं, वरन् उनका निर्माता, नियंत्रणकर्ता और स्वामी स्वयं है।

डा. आशा रमेशचन्द्र शर्मा, इन्दौर
9302833835

यह सांस्कृतिक विरासत का हस्तांतरण है...

महान् चिंतक रस्किन ने कहा था- परिवर्तन अनिवार्य है- वह उन्नति के लिए है या अवनति के लिए है, यह हम पर निर्भर करता है।

सांस्कृतिक आयोजन पहले भी होते थे, आज भी होते हैं और भविष्य में भी होते रहेंगे। किन्तु समयानुसार इनमें भी परिवर्तन अनिवार्य है। अतः इनके आयोजक इन्हें आधुनिकता का बाना पहना ही देते हैं। आधुनिकता की बात करें तो- जो प्राचीन है वह भी कभी आधुनिक था और जो आधुनिक है वह भी कालान्तर में प्राचीन हो जावेगा। कहा जाता है कि आधुनिक घर वह है जहां बच्चों के अलावा सबकुछ रिचव द्वारा नियंत्रित होता है। आधुनिक देश उस देश को कहा जाता है जहां आतिशबाजी पर तो प्रतिबंध लगा दिया जाता है किन्तु परमाणु-बम बनाना आवश्यक माना जाता है, आधुनिकता की दौड़ में जो बने रहना है।

डॉ. एलेक्सिस कारेल ने अपनी पुस्तक 'द मैन अनोन' में ठीक ही लिखा है- जहां-जहां औद्योगिक सभ्यता (आधुनिकता) चरम पर है वहां इंसान बेहद लिजलिजा हुआ जा रहा है और तेज कदमों से बर्बर जीवन की ओर बढ़ा जा रहा है।

शायद सांस्कृतिक आयोजनों में दर्शकों की अधिक भीड़ जुटाने के लिए भी आयोजक इन्हें आधुनिकता का बाना पहनाते हैं, किंतु भीड़ के बारे में कहा गया है कि उसमें सिर अनेक होते हैं, पर दिमाग एक भी नहीं होता।

चार्ल्स डिकेन्स के उपन्यास 'पिकविक पेपर्स' में मि.पिकविक मार्गदर्शन देते हुए कहते हैं कि जब भी तुम दुविधा में रहो तो भीड़ के साथ जुड़ जाओ। इस पर पिकविक के एक मित्र ने उनसे पूछा कि अगर दो भीड़ हो तब क्या किया जाये? पिकविक का जवाब था- उस हालात में बड़ी भीड़ में शामिल हो जाओ भीड़ मनोविज्ञान संभवतः चंचल होता है और परस्पर विरोधी आचरण उसकी फितरत है।

महात्मा गांधी ने भी कहा था कि स्वच्छन्दता में

अनुशासहीनता अधिक और मर्यादा कम होती है। सांस्कृतिक आयोजनों का मूल उद्देश्य महज रस्म अदायगी ही नहीं होता वरन् ऐसे आयोजनों के माध्यम से हम अपनी सांस्कृतिक विरासत को आने वाली पीढ़ियों को हस्तांतरित भी करते हैं। इन आयोजनों में दर्शकों में निसंदेह भावी पीढ़ी भी अधिक तादाद में उपस्थित रहती है जिन्हें संस्कारवान बनाना इन आयोजनों का महत्वपूर्ण दायित्व भी है। इस दायित्व का निर्वहन सफलतापूर्वक तभी हो सकता है जब संपूर्ण कार्यक्रम का स्तर मर्यादित हो, अर्थात् उनमें शुचिता 'मेन्टेड' हो। सांस्कृतिक आयोजनों में शुचिता बनाए रखने के लिए ही सर्वप्रथम मां सरस्वती को पुष्प माला पहनाकर पूजन व दीप प्रज्वलन आदि किया जाता है एवं कार्यक्रम का शुभारंभ भी श्रीगणेश वंदना से किया जाता है। यही हमारे भारतीय समाज का विधान है।

महान् बांसुरीवादक पं. हरिप्रसाद चौरसिया ने पुणे में आयोजित सवाई-गंधर्व संगीत उत्सव के दौरान कहा था कि हमारी प्रस्तुति उच्च कोटि की तभी साबित होती है जब श्रोता उसमें खो (डूब) जाये। क्योंकि तभी सच्चा आनंद प्राप्त हो सकता है और इन्हीं खोये पलों में श्रोता सच्चिदानंद के अधिक समीप पहुंच जाता है।

आयोजकों को याद रखना चाहिए कि सांस्कृतिक कार्यक्रम तभी प्रभावशाली होते हैं जब उनमें शुचिता व अनुशासन बनाए रखा जाए। प्रतिभागी बच्चों के अभिभावकों को भी चाहिए कि वे बच्चों को स्तरीय रोल (नृत्य, पात्रता) हेतु ही तैयारी करावें। इन सब बातों को जानते हुए भी यदि हम (आयोजक, अभिभावक) सचेत नहीं होते हैं तो यह कहावत चरितार्थ हो सकती है-

एक बस्ती जल रही है, और लोग बैठे हैं,
कुएं की जगत पर, पांव लटकाए हुए।

✎ मोरेश्वर मंडलोई
खंडवा

गरिमा बनाए रखना पड़ेगी

यदि ब्राह्मणों में श्रेष्ठ नामर ब्राह्मण समाज के सांस्कृतिक कार्यक्रमों में ही फूहड़ता, अश्लीलता होगी तो अन्य समाजों का कहना ही क्या? ऐसे प्रदर्शनों पर अवश्य ही रोक लगना चाहिए। अन्यथा बच्चों के भटक जाने का पूरा अवसर बन जाता है। बच्चे बढ़ती बेल की तरह होते हैं, जिस प्रकार बेल जमीन से निकलने के बाद जिस तरफ बढ़ाना हो उसी तरफ बढ़ती जाती है, उसी प्रकार बच्चों को भी जैसा वातावरण देंगे, उसी तरफ उनका झुकाव होता जाएगा। अतः समाज में जो भी सांस्कृतिक कार्यक्रम हो, उनमें ऐसे कार्यक्रमों एवं गीत-नृत्यों का समावेश हो, जिसमें बच्चों को संस्कार एवं उचित मार्गदर्शन मिले। खासकर पश्चिमी संस्कृति को अपनाने से डूबने का खतरा ज्यादा रहता है, क्योंकि सूर्य भी पश्चिम में जाकर डूब जाता है। देशभक्ति एवं धार्मिक गीतों से जहां नई पीढ़ी को नया जोश एवं आंतरिक शक्ति मिलती है, वहीं फूहड़ गानों से कुछ नहीं मिलता। पथभ्रमित होने का खतरा जरूर उत्पन्न हो जाता है। अतः समाज के सभी सांस्कृतिक आयोजनों में शानदार गीतों का चयन किया जाकर उन पर ही नृत्य हो, या लघुनाटिका भी प्रेरणास्पद हो, जो दिशानिर्देश देने का काम करे।

✎ सुरेंद्र शर्मा
106, अलकापुरी, देवास
मो. 9303228767

हम दिन भर में जो कुछ भी सेवन करते हैं अर्थात् खाते पीते हैं वह आहार कहलाता है। आहार जीवन का आधार है। प्रत्येक प्राणी के जीवन के लिए आहार आवश्यक है। वनस्पतियां अपना आहार स्वयं तैयार करती हैं परन्तु मनुष्य तथा जन्तु अपना आहार वनस्पतियों तथा जांवल शरीरों से प्राप्त करते हैं। आहार एवं स्वास्थ्य का घनिष्ठ सम्बन्ध है। आहार या भोजन के तीन मुख्य उद्देश्य हैं -

- 1- शरीर तथा उसके प्रत्येक अंग को क्रिया करने की शक्ति देना।
 - 2- कार्यप्रणाली के दौरान नष्ट होने वाली कोशिकाओं का पुर्ननिर्माण करना तथा
 - 3- शरीर को रोगों से रक्षा करने की शक्ति देना।
- अतएव स्वास्थ्य के लिए वही आहार उपयुक्त है जो इन तीनों उद्देश्यों को पूरा करे जिससे शरीर स्वस्थ, पुष्ट एवं निरोगी रहे। मनुष्य के द्वारा प्रतिदिन लिए जाने वाले आहार या भोजन का आंकलन निम्नांकित तीन आधार पर किया जा सकता है। 1 वैज्ञानिक आधार, 2 सामाजिक आधार, 3 आध्यात्मिक आधार।



जैसा खावें अन्न वैसा होवै मन्न

(1) वैज्ञानिक आधार :- मनुष्य द्वारा प्रतिदिन लिए गए भोजन में निम्न 6 प्रमुख घटक या अवयव विद्यमान होते हैं - प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, वसा, विटामिन्स, खनिजतत्व तथा जल। आयु आधारित जीवनकाल की विभिन्न अवस्थाओं जैसे शैशावस्था, बाल्यावस्था, युवावस्था, प्रौढावस्था, वृद्धावस्था तथा रूग्णावस्था इत्यादि में इन घटकों की कितनी मात्रा किस अनुपात में ली जायें तथा कौन-कौन से सही स्रोत से इन्हें प्राप्त किया जा सकता है यह जानकारी होना आवश्यक है। इन घटकों की असंतुलित मात्रा का भोजन में समावेश अनेक व्याधियों का कारण बनता है।

(2) सामाजिक आधार :- इस आधार पर मनुष्यों को दो श्रेणी में विभक्त किया जा सकता है। पहला शाकाहारी अर्थात् निरामिषभोजी तथा दूसरा मांसाहारी अर्थात् सामिषभोजी। अनाज, फल-सब्जी, दुग्धउत्पाद, बादाम, बीज सहित वनस्पति आधारित भोजन को शाकाहार कहते हैं। वहीं दूसरी ओर मांस, मछली, मुर्गी, अण्डे तथा अन्य जीव-जन्तु वाला भोजन मांसाहार की श्रेणी में आता है। नैतिक, स्वास्थ्य, पर्यावरण, धार्मिक, सांस्कृतिक, आर्थिक इत्यादि कारणों से शाकाहार को श्रेष्ठ

माना गया है। शरीर रचना की दृष्टि से मनुष्य शाकाहारी प्राणियों के अधिक समान हैं, क्योंकि उसके दांतों की बनावट तथा लम्बी आंत का होना उसे सर्वभक्षियों एवं मांसाहारियों से भिन्नता प्रदान करता है। शाकाहारी आहार में संतुष्टवसा, कोलेस्ट्रॉल एवं प्राणी प्रोटीन का स्तर कम होता है तथा कार्बोहाइड्रेट, फायबर, मैग्नेशियम, पोटेशियम, फोलेट, विटामिन सी तथा ई का स्तर उच्चतर होता है। एक अध्ययन के अनुसार हृदय सम्बन्धी रोग मांसाहारियों की तुलना में शाकाहारियों में 20 से 30 प्रतिशत कम होते हैं। इसके अतिरिक्त अनेक जीवाणु (ई. कोलाइ, सेल्मोनेला) जनित रोग मांसाहारियों में अधिक होते हैं। पशुमांस से मानव कैसर तथा वायरस जनित रोग स्वाइन फ्लू, ईबोला इत्यादि की संभावना अधिक होती है। तपेदिक, खसरा, काली खांसी के मूल में पालतू पशुओं के जिम्मेदार होने के मजबूत साक्ष मौजूद हैं।

व्यक्तिगत स्वतंत्रों के अतिरिक्त : मनुष्य के हृदय में सहिष्णुता का भाव परिपूर्णता से स्थापित नहीं हो सकता जब तक उसमें निरीह जीवों पर हिंसा कर मांसाहार करने का जंगली संस्कार विद्यमान हो। जब मात्र स्वाद एवं

पेटपूर्ति के उद्देश्य से मांसाहार का चुनाव किया जाता है तब ऐसी प्राणी हत्या मनुष्य में क्रूर भाव का आरोपण करती हैं जो निश्चित ही हिंसक मनोवृत्ति के लिए उत्तरदायी हैं। ऐसे व्यक्ति में स्वार्थ एवं निर्दयता की भावना का पनपना आज विश्व की बढ़ती हिंसा, घृणा, आतंक और अपराधों का मुख्य कारण है। जीवदया और करुणाभाव हमारे मन में कोमल संवेदनाओं को स्थापित करते हैं और यही संवेदनाएं हमें मानव के प्रति सहिष्णु बनाए रखती हैं।

(3) आध्यात्मिक आधार :- हिन्दू धर्मग्रन्थों में मनुष्य के स्वभाव, व्यक्तित्व तथा कृतित्व पर भोजन के प्रभाव के सम्बन्ध में अनेक ज्ञानवर्धक उपदेश प्रस्तुत किए गए हैं। श्रीमद् भगवद्गीता के सत्रहवें अध्याय (श्लोक 8, 9, 10) में कर्मयोगी भगवान श्रीकृष्ण ने मानव को श्रेणीबद्ध करते हुए कहा कि- आयु, बुद्धि, बल, आरोग्य, सुख और प्रीति को बढ़ाने वाले, रसयुक्त, चिकने और स्थिर रहने वाले तथा स्वभाव से ही मन को प्रिय- ऐसे आहार सात्विक पुरुष को प्रिय होते हैं। कड़वे, खटटे, लवणयुक्त, बहुत गरम, तीखे, रूखे, दाहकारक और दुख चिंता तथा रोगों को उत्पन्न करने वाले आहार - राजस पुरुष को प्रिय होते हैं। जो आहार अधपका, रसरहित, दुर्गन्धयुक्त, बासी और उच्छिष्ट है तथा जो अपवित्र है वह- तामस पुरुष को प्रिय होता है।

हमारे धर्मशास्त्रों में भोजन की पवित्रता, शुद्धता तथा गुणवत्ता के बारे में बहुत कुछ कहा गया है। भोजन की शुद्धता के साथ-साथ भोजन या आहार किन साधनों से अर्जित धन से प्राप्त किया गया है। इस बात का भी

बहुत अधिक प्रभाव पड़ता है। जैसा मन में विचार उत्पन्न होता है वैसा ही वाणी से बोला जाता है और वैसा ही कार्य भी होता है। हमारे मन पर ही सब कुछ निर्भर है और यह मन आहार शुद्धि पर टिका हुआ है।

आहारशुद्धी सत्वशुद्धि: सत्वशुद्धी घृणा स्मृति:। स्मृतिलम्बे सर्वग्रन्थीनां विप्रमोक्ष:।

आहार शुद्धि से सत्व की शुद्धि होती है। सत्वशुद्धि से निश्चल स्मृति की प्राप्ति होती है और निश्चल स्मृति से सब बन्धनों से मुक्ति मिलती है। अतः मनुष्य को समझ-बूझकर अपना आहार निश्चित करना चाहिए।

दीपो भक्षयते घातं कज्जलम च प्रसुयते। यदन्नं भक्षयते नित्यं जायते तावद्दीपो प्रजा।।

जिस प्रकार दीपक अंधकार को खाकर (नष्ट करके) काजल पैदा करता है उसी प्रकार जैसा अन्न खाया जाता है उसी प्रकार की संतान पैदा होती है।

धर्मग्रन्थ महाभारत में उल्लेखित कथानक में यह वर्णन आया है कि कुरुक्षेत्र के युद्ध समाप्ति पश्चात मृत्युशैल्या पर लेटे (सूर्य के उतरायण की प्रतीक्षा में) भीष्म पितामह जब युधिष्ठिर को नीतिशास्त्र तथा धर्मज्ञान दे रहे थे तब समीप खड़ी द्रोपती के मुख पर एक हलकी सी मुस्कान आ गयी, इस पर भीष्म पितामह ने कारण जानना चाहा। अत्यंत संकुचित मन से द्रोपती बोली- पितामह! इतने महाज्ञानी होने के बावजूद जब भरी सभा में दुर्योधन के आदेश पर मेरा चीरहरण हो रहा था तब आप मौन क्यों रहें। तब भीष्म ने कहा था- क्या करूं, मैं असहाय तथा मजबूर था क्योंकि मैंने दुराचारी दुर्योधन की अनीतिपूर्ण साधनों से अर्जित अन्न खाया था अतः जैसा खावें अन्न, वैसा होंगे मन्न।

**प्रो. राजेन्द्र नागर (मुमुक्षु)
चन्द्रनगर, एमआर-9, इन्दौर**

संत की सहिष्णुता

एक नगर में एक संत जुलाहा रहता था। स्वभाव से अत्यंत शांत, नम्र तथा उदार। क्रोध तो कभी आता ही न था। एक बार कुछ लड़कों को शरारत सूझी वे सब उस जुलाहे के पास यह सोचकर गए कि देखे इसे गुस्सा कैसे नहीं आता? उनमें एक लड़का धनवान माता-पिता का पुत्र था। वहां पहुंचकर वह बोला- यह साड़ी कितने की दोगे? जुलाहे ने कहा - दो रुपए में। तब लड़के ने चिढ़ाने के उद्देश्य से साड़ी के दो टुकड़े कर दिए और एक टुकड़ा हाथ में लेकर कहा - मुझे पूरी साड़ी नहीं चाहिए आधी चाहिए। इसका दाम क्या है? जुलाहे ने बड़ी शांति से कहा - एक रुपया। लड़के ने उस टुकड़े के भी दो भाग करते हुए पूछा - और इसका दाम। जुलाहा अब भी शांत था। उसने बताया - आठ आना।

लड़का इसी प्रकार साड़ी के टुकड़े पर टुकड़े करता गया। अंत में बोला- अब मुझे यह साड़ी नहीं लेनी। यह टुकड़े मेरे किस काम के?

जुलाहे ने शांत स्वर में कहा- बेटे, अब यह टुकड़े तुम्हारे ही क्या, किसी के भी काम के नहीं रहे। आपकी साड़ी का दाम दिए देता हूँ। पर संत जुलाहे ने कहा कि जब आपने साड़ी ली ही नहीं तब मैं आपसे पैसे कैसे ले सकता हूँ। लड़के का धनाभिमान जागा और वह कहने लगा कि मैं बहुत अमीर आदमी हूँ। तुम गरीब हो। मैं रुपया दे दूंगा तो मुझे कुछ नहीं अखरेगा, पर तुम यह घाटा कैसे सह सकोगे? नुकसान मैंने किया तो घाटा भी मुझे ही पूरा करना चाहिए। संत मुस्कुराए और कहने लगे- तुम यह घाटा पूरा नहीं कर सकते। सोचो, किसान का कितना श्रम लगा तब कपास पैदा हुई। फिर मेरी स्त्री ने अपनी मेहनत से उस कपास को बीना और सूत काटा। फिर मैंने उसे रंगा और बुना। इतनी मेहनत तभी सफल होती जब इसे कोई पहनता, इससे लाभ उठाता, इसका उपयोग करता। पर तुमने उसके टुकड़े-टुकड़े कर डाले। रुपए से यह घाटा कैसे पूरा होगा? संत जुलाहे की आवाज में आक्रोश के स्थान पर अत्यंत दयाई सौम्यता थी। लड़का शर्म से पानी-पानी हो गया। उसकी आंखें भर आईं और वह संत के पैरों में गिर गया।

जुलाहे ने बड़े प्यार से उसे उठाकर पीठ पर हाथ फिराते हुए कहा- बेटा, यदि मैं तुम्हारे रुपए ले लेता तो हो सकता है कि उससे मेरा काम चल जाता। पर तुम्हारी जिन्दगी का वही हाल होता जो इस साड़ी का हुआ है। साड़ी एक बार नष्ट हो गई दूसरी बना लूंगा पर तुम्हारी जिन्दगी अहंकार में नष्ट हो गई तो उसको कैसे दोबारा ला पाओगे।

**निहार मेहता
उदयपुर**



सभी मास के कृष्ण पक्ष की चतुर्दशी को 'शिवरात्रि' कहा जाता है किन्तु माघ (फाल्गुन पूर्णिमान्त) अर्थात् फाल्गुन मास के कृष्ण पक्ष की चतुर्दशी जो कि सबसे महत्वपूर्ण है इसे ही 'महाशिवरात्रि' कहा जाता है। शिवपुराण की कोटिरुद्रसंहिता में उल्लेख है कि महाशिवरात्रि व्रत करने से व्यक्ति को भोग एवं मोक्ष दोनों ही प्राप्त होते हैं। ब्रह्मा, विष्णु एवं पार्वतीजी के पूछने पर भगवान महादेव ने बताया कि शिवरात्रि व्रत करने से महान पुण्य की प्राप्ति होती है।

जो भक्त इस दिन उपवास करके बित्त्व पत्तियों से भगवान शिव की पूजा अर्चना वन्दना करता है और रात्रिभर 'जागरण' करता है, शिवजी उसे नरक से बचाते हैं और आनन्द एवं मोक्ष प्रदान करते हैं तथा व्यक्ति स्वयं शिव हो जाता है। महाशिवरात्रि का पर्व परमात्मा शिव के दिव्य अवतरण का मंगल सूचक पर्व है। उनके निराकार से साकार रूप में अवतरण की रात्रि ही महाशिवरात्रि कहलाती है। अंग्रेजी कलेंडर के अनुसार यह दिन फरवरी अथवा मार्च माह में ही प्रायः आता है। इस वर्ष यह पर्व 17 फरवरी मंगलवार को आ रहा है।

देवों में देव महादेव एवं महाशिवरात्रि

महाशिवरात्रि उत्सव के सम्बन्ध में गरुड़पुराण, स्कन्दपुराण, पद्मपुराण एवं अग्निपुराण आदि पुराणों में बड़ा ही सुन्दर वर्णन है। इन पुराणों में कहीं-कहीं वर्णनों में अन्तर है किन्तु प्रमुख बातें एक समान ही वर्णित हैं।

शिव ही देवों के देव महादेव कैसे!

सृष्टि में महान या बड़ा बनने के लिये त्याग, तपस्या, धैर्य, उदारता, सहिष्णुता जैसे अनेक गुण होना चाहिये। संसार के विष को अपने भीतर ही पीकर अपने भक्तों आश्रितों के लिये अमृत देने वाले और विरोधों विषमताओं को भी सन्तुलित रखने वाले परिवार में सुदृढ़ एकता बनाने वाला ही महादेव होता है। इनके निकट पार्वतीजी का सिंह तो दूसरी ओर वृषभ (बैल) शरीर पर सौंप है तो कुमार कार्तिकेय का मोर, गणेशजी का वाहन मूषक है। विष है तो अमृतमयी गंगा का जल, शिव कभी पिनाकी धनुर्धर वीर हैं तो नरमुण्डधारी कपाली, कहीं अर्धनारीश्वर तो कहीं महाकाली के पैरों में लुण्ठित, कभी मृड अर्थात् सर्वधनी तो कभी दिगम्बर, निर्माण देव भव और संहारदेवरुद्र कभी, भूतनाथ कभी विश्वनाथ आदि अनेक विरोधी बातों का जिनके प्रताप से एक जगत् पावन संगम होता हो, वे ही आशुतोष तो देवों के देव महादेव ही हो सकते हैं।

महाशिवरात्रि उसके अनेक रूप

महाशिवरात्रि पर्व कई तरह से मनाया जाता है। प्रायः यह माना जाता है कि महाशिवरात्रि के

दिन से ही होली पर्व का प्रारम्भ हो जाता है। अनेक शिव भक्त ईख एवं बेर तब तक नहीं खाते, जब तक महाशिवरात्रि पर भगवान शिव को अर्पित न कर दें। सामान्य रूप से शिवजी को बेलपत्र, जलाभिषेक कर पूजन किया जाता है। ऐसा मानना है कि महाशिवरात्रि के ही दिन नहीं शंकरजी का विवाह पार्वतीजी से हुआ था। उनकी बारात निकली थी। इस दिन व्रत धारण करने से पापों का नाश होता है। मनुष्य की हिंसक प्रवृत्ति का नाश होता है। उसके हृदय में दयाभाव उपजता है। ईशान संहिता में स्पष्ट उल्लेख है-

शिवरात्रि व्रतं नाम सर्वपापं प्रणाशनत्।
चाण्डाल मनुष्याणां भुक्ति मुक्ति प्रदायकं॥

पूजा कैसे करें

दिनभर यथाशक्ति जप करना चाहिये अर्थात् जो द्विज है और जिनका विधिवत यज्ञोपवीत संस्कार हुआ है तथा नियमपूर्वक यज्ञोपवीत धारण करते हैं, उन्हें 'ॐ नमः शिवाय' महामंत्र का जप करना चाहिये किन्तु जो द्विजेतर अनुपनीत एवं स्त्रियाँ हैं, उन्हें प्रणवरहित केवल शिवाय नमः मंत्र का ही जप करना श्रेष्ठकर है। रुग्ण, अशक्त और वृद्धजन दिन में फलाहार कर रात्रि में पूजा कर सकते हैं, वैसे यथाशक्ति बिना फलाहार ग्रहण किये रात्रि पूजा करना उत्तम माना गया है। इस दिन अष्टाध्यायी का पाठ, हवन, पूजन तथा अनेक प्रकार से महादेवजी की पूजा कर अर्चना-वन्दना करनी चाहिये। मिट्टी के बर्तन में पानी भरकर उसमें बेलपत्र, आक धतूरे के पुष्प, चावल डालकर शिवलिंग पर चढ़ाना चाहिये। यदि घर के आसपास शिवालय न हो तो शुद्ध

गीली मिट्टी से भी शिवलिंग निर्मित कर पूजा भी उश्रम होता है।

शिवजी तनिक सेवा से ही प्रसन्न होकर बड़े से बड़े पापी का उद्धार कर देते हैं इसीलिये इन्हें महादेव एवं आशुतोष कहा गया है। वे भक्त की दौड़कर रक्षा करते हैं। शिवजी की पूजा अनजाने में हो जाने पर व्यर्थ नहीं जाती है। सभी वर्ण के लोग एक होकर पूजा कर सकते हैं। देव, गंधर्व, राक्षस, किन्नर, नाग, मानव सभी उनके आराधक हैं। शिवलिंग पर तीन पत्ती वाला बेलपत्र और बून्द-बून्द जल चढ़ाना, सत, रज और तम तीन गुणों को शिव को अर्पित कर उनकी अर्चना की जाती है। बून्द-बून्द जल जीवन के एक-एक क्षण का प्रतीक है। इसका सारांश यह है कि जीवन का प्रत्येक क्षण शिव की उपासना में समर्पित होना चाहिये।

अन्त में महादेवजी की श्रेष्ठतासूचक महाभारत का एक वाक्य निवेदन स्वरूप लिख कर इतिश्री करता हूँ-

नास्ति शर्वसमो देवो नास्ति
शर्वसमा गतिः।
नास्ति शर्वसमो दाने नास्ति
शर्वसमो रणे॥

- अनुशासन पर्व 15/11

अर्थात् शिव के समान देव नहीं है, शिव के समान गति नहीं है, शिव के समान दाता नहीं है, शिव के समान योद्धा (वीर) नहीं है।



डॉ. नरेन्द्र कुमार मेहता
103ए व्यास नगर,
ऋषिनगर विस्तार उज्जैन
(म.प्र.)



एक औषधालय भी है आपका रसोईघर

हमारे रसोईघर में उपयोग में आने वाले विभिन्न मसाले जो ऋषिमुनियों एवं हमारे पूर्वजों ने बहुत ही वैज्ञानिक सोच के साथ निर्धारित किए हैं, जिनसे स्वादवर्धन तो होता ही है साथ ही सभी में औषधियगुण मौजूद हैं वे प्रायः सभी मसाले दीपन अर्थात् पाचक अग्नि को बढ़ाने वाले और पाचक अर्थात् भोजन को पचाने वाले होते हैं।

- 1- **हल्दी** - रक्तशोधक पीड़ाहर, चोट, मोच, वृण, कास, स्वरभंग में उपयोगी चोट लगने पर हल्दी का दूध पिलाना आम बात है। खांसी होने पर हल्दी, नमक फांकना दादी नानी बताती रहती है। स्वरभंग (गला बैठ जाना) होने पर नमक हल्दी गरम पानी में डालकर गरारे करने से लाभ होता है।
- 2- **लालमिर्च** - इसे प्रायः चिकित्सक शरीर के लिए हानिप्रद मानते हैं किन्तु यह अल्प मात्रा में खाने पर मुंह में पाचक रस-लालास्त्राव कराती है।
- 3- **जीरा** - संग्रहणी, अतिसार, अम्लपित्त, (एसिडीटी) में लाभप्रद माताओं के स्तन में दुग्ध वृद्धिकारक।
- 4- **घनिया** - वेदना और शोथ, तृष्णा में लाभप्रद और हृदय रोग में भी लाभप्रद।
- 5- **राई** - कफ और मेद को कम करती है, सिर दर्द, शीत पित्त वेदना हर।
- 6- **हींग** - स्वादवर्धक, उदर वायुनाशक, उदरशूल, दंतशूल में लाभप्रद।
- 7- **अजवायन** - शूल शामक, उदर क्रमिनाशक, वेदना और शोथ हर।
- 8- **कालीमिर्च** - श्वास कास, शीतपित्त, प्रतिश्याय (जुकाम) नाशक क्षत्र

ज्योतिवर्धक।

- 9- **दालचीनी** - कास, प्रतिश्याय, सिरदर्द, हिचकी में लाभप्रद, रक्त में कोलेस्ट्रॉल को नियंत्रित करती है।
 - 10- **ईमली** - मुंह के छाले में लाभप्रद, अरुची नाशक, शुधावर्धक, लू लगने पर ईमली का पना पिलाया जाता है एवं ईमली को मैथी के पत्तों के साथ गला कर शरीर पर लगाने से लाभ होता है।
 - 11- **प्याज** - प्याज में प्रोटीन, कार्बोहाइड, कैल्शियम, लोह, विटामिन ए, बी, सी होता है। यह शक्तिवर्धक, वीर्यवर्धक, वातनाशक, ओजवर्धक, खुजली नाशक, निद्रा कर, मूत्रदाह नाशक होता है। विसूचिका (हैजा) में इसके रस को पिलाने में तुरन्त लाभ होता है।
 - 12- **मैथीदाना** - वातरोग नाशक, दर्द निवारक, उदरवायुनाशक, शोथ नाशक, प्रमेह नाशक।
 - 13- **नमक-शकर** - प्रायः चिकित्सक, नमक और शकर को स्वास्थ्य के लिए हानिप्रद मानकर रोगियों को इनके कम से कम उपयोग की सलाह देते हैं। किन्तु वही चिकित्सक जब रोगी को दस्त, उल्टी, हैजा होता है तब नमक शकर के घोल को जीवन रक्षक घोल कहकर पिलाने की सलाह देते हैं।
- अंत में मैं यही कहना चाहूंगा कि उचित मात्रा में सभी मसाले उपयोगी व लाभप्रद होते हैं। उनकी अति मात्रा हानिकारक हो सकती है।
- डॉ. बालकृष्ण व्यास
ऋषिनगर, उज्जैन, म.प्र.

खरटे पर नियंत्रण

जब हम नींद में होते हैं तब खरटे आते हैं, किसी को अधिक, किसी को कम। यह गले व नाक की बनावट के कारण कम ज्यादा होते हैं।

- 1- उम्र के साथ खरटे बढ़ जाते हैं।
- 2- अधिक उम्र में गला, संकरा हो जाता है।
- 3- मांसपेशियां कमजोर हो जाती हैं।
- 4- अधिक वजन, मोटापे से फेटी टिस्यूज होते हैं, जिससे अधिक खरटे आते हैं।
- 5- शराब, सिगरेट व कुछ दवाइयों के कारण भी खरटे बढ़ जाते हैं।
- 6- सोने में अनियमितता के कारण भी खरटे बढ़ जाते हैं इसलिए समय पर सोना व समय पर उठना जरूरी है।
- 7- स्त्रियों की तुलना में पुरुषों को अधिक खरटे आते हैं।
- 8- नाक व साइनेस की तकलीफ वालों को भी खरटे आते हैं।
- 9- किसी किसी को बंद मुंह से व किसी को खुले मुंह से भी खरटे आते हैं।
- 10- पीट के बल सोने से भी खरटे आते हैं।

खरटे से बचने के उपाय :-

- 1- रात में सोने से 2 से 2.30 घंटे पहले हल्का व सात्विक भोजन करें।
- 2- चाय, कॉफी, ड्रिंक व सिगरेट का सेवन ना करें।
- 3- गर्म पानी की भाप लेने से भी खरटे कम होते हैं।
- 4- सोने से पहले अच्छी किताब पढ़नी चाहिए।
- 5- मित्रों और परिवार वालों से सोने के पहले अच्छी बातें करनी चाहिए।
- 6- तनाव में ना रहें।
- 7- हमेशा आशावादी बनें।
- 8- दिन में एक बार दिल खोलकर हंसना चाहिए।
- 9- सुबह या शाम 1 से 4 किलोमीटर अपनी शक्ति अनुसार घुमना चाहिए।
- 10- **शरीर संचालन** :- प्रत्येक अंग का 10-10 बार संचालन करना चाहिए।
- 11- **आसन** :- ताड़ासन, पवनमुक्तासन, भुजंगासन, सर्पासन, शलभासन, वज्रासन आदि करना चाहिए।
- 12- **ऊं का उच्चारण** - 21 बार
- 13- **उज्जायी प्राणायाम** - 10 बार
- 14- **सिंहासन** - 10 बार
- 15- **योगेन्द्र प्राणायाम (अनुलोम-विलोम)** - 20 बार
- 16- **भ्रामरी प्राणायाम** - 10 बार
- 17- **शवासन** - 5 मिनट
- 18- **योगनिद्रा** - 10 से 15 मिनट

ए.के. रावल (योग प्रशिक्षक),
इंदौर, फोन- 0731-2565052

मौसम में बदलाव का असर पड़ता है हमारे शरीर पर

वर्तमान युग में, स्वास्थ्य सबसे महत्वपूर्ण धन के रूप में माना जाता है। यही वजह है कि, अच्छे स्वास्थ्य के लिए सुपर पौष्टिक खाद्य पदार्थों का नियमित रूप से सेवन किया जाना चाहिए। सर्दियों का मौसम अब सही मायने में यहाँ है। हम सभी सर्दियों के दौरान विभिन्न रोगों के लिए अतिसंवेदनशील हो जाते हैं। सर्दियां आते ही मौसम में बदलाव होने पर उसका असर हमारे शरीर पर पड़ता है। नतीजतन फ्लू, सर्दी और खांसी को रोकने के लिए हमें सभी सावधानी बरतनी चाहिए। इस मौसम में रक्तचाप और हृदय संबंधी रोगों से पीड़ित लोगों को अतिरिक्त देखभाल की जरूरत है। सर्दियों में, पौष्टिक खाद्य पदार्थ स्वास्थ्य लाभ प्राप्त करने के लिए खाया जाना चाहिए। क्योंकि सर्दियों का मूजा गरमागरम खाने में है जिसके परिणामस्वरूप हम जाने-अनजाने भी कैलरी काउंट ही नहीं करते। सर्दियों में लगातार भूख महसूस होना स्वाभाविक है। इस समय डाइजेशन सिस्टम पूरी क्षमता से काम करता है। इसलिए, सर्दियों के दौरान हम सभी अतिरिक्त मात्रा में खाना खाते हैं। इस तरह से हमारे स्वस्थ भोजन की आदतें भी खराब हो जाती है क्योंकि हमारे खाने की वैराइटी भी बढ़ जाती है। इस के अलावा, छोटे अंतराल पर कैलोरी युक्त भोजन का सेवन भी बढ़ जाता है-तेल/वसा, ताजा दूध उत्पाद (दही, पनीर), तथा मीठा, खट्टा और स्वाद में नमकीन खाद्य पदार्थ हम अधिक इस्तेमाल करते हैं।

इस मौसम में न केवल... अधिकांश लोग घर के अंदर रहने की वजह से कम सक्रिय हो जाते हैं, वे व्यायाम भी नहीं करते। बहुत से लोग कसरत नहीं करने के लिए कई बहाने बनाते हैं। किन्तु गर्मी का मौसम हो चाहे सर्दियों का व्यायाम हमेशा लाभ ही प्रदान

करता है। ठंड के समय में सुबह-सुबह एक्सरसाइज करना बिल्कुल भी नहीं सुहाता है। लेकिन नहीं, सुबह के समय में नियमित रूप से कसरत सर्दियों के दौरान बहुत जरूरी है। व्यायाम सर्दियों के दौरान मांसपेशियों और जोड़ों में जकड़न से छुटकारा पाने के लिए एक आसान तरीका है। प्राणायाम का अभ्यास भी इस मौसम में, प्रतिरक्षा को बढ़ावा देने में मदद करता है। सर्दियों के दौरान, नियमित रूप से व्यायाम आपकी शारीरिक ऊर्जा को बढ़ा देता है। हमारे शरीर को सर्दियों में, ऊनी कपड़े के अलावा, पोषण तत्व के साथ-साथ गर्मी प्रदान करने वाले भोजन की आवश्यकता होती है। शरद ऋतु का कम तापमान स्वादिष्ट गरमा गरम सूप के लिए अच्छा समय है। इस मौसम में गर्म रहने के लिए, मिश्रित सब्जियों का सूप बहुत पौष्टिक माना जाता है। सूप का एक कप भोजन स्टार्टर या, स्वादिष्ट, पौष्टिक और संतोषजनक दोपहर के भोजन के रूप में लिया जा सकता है। इसलिए, ठंड के मौसम में फिट रहने के लिए, विभिन्न गर्म सूप का नियमित रूप से सेवन किया जाना आवश्यक है।

सर्दियों में, लोगों को स्वस्थ बनाए रखने के लिए-

पौष्टिक और संतुलित भोजन करना चाहिए। दैनिक आहार में तिलहन, सूखे मेवा और दही को शामिल करना चाहिए। पर्याप्त पानी पीना चाहिए। ताजा, रंगीन और रेशदार फल और सब्जियों का सेवन करना चाहिए। हर्बल चाय, चाय, कॉफी या गर्म कोको का उपभोग करना चाहिए। नियमित रूप से व्यायाम करना चाहिए।

आहार विशेषज्ञ की सलाह का पालन करना चाहिए।

Swati Dave, Dietitian, Model Hospital - Bapunagar, Ahmedabad (Guj)

मध्यप्रदेश नागर ब्राह्मण निर्देशिका 2015/ उज्जैन 0734

नाम	पता	सम्पर्क नं.	कार्यरत	ब्लड ग्रुप
व्यास रामकृष्ण	46/12, ऋषिनगर, अनुपूरक	फोन 2517522 मो. 9329464058	से.नि. उपसंचालक कृषि	0 +
<p>निःशुल्क प्रविष्टि</p> <p>संग्रहणीय नागर निर्देशिका</p> <p>जय हाटकेशवाणी द्वारा संग्रहणीय म.प्र. नागर ब्राह्मण परिवार निर्देशिका का प्रकाशन किया जा रहा है, इसमें सम्पूर्ण म.प्र. में बसे नागरजनों का सम्पूर्ण विवरण प्रकाशित होगा, वहीं नागर तीर्थों का विवरण, ठहरने की व्यवस्था, आने-जाने के साधन, अन्य महानगरों में कार्यवश सम्पर्क सूत्र आदि का समावेश किया जाएगा। इस संग्रहणीय दस्तावेज में अपनी जानकारी हेतु सजग हो सम्पर्क करें।</p> <p>परिवार की फोटो सहित सम्पूर्ण जानकारी का प्रकाशन निम्न साइज में 1000/-</p>				



डॉ. प्रदीप व्यास (नेत्र शल्य चिकित्सक) (0+)
मो. 9425917570

सुपुत्र- प्रसुन व्यास (बैंकर एट बड़ौदा) (बी+)

डॉ. अनुज व्यास डेंटिस्ट (बी+)

निवास - बी-2/3, महाकाल वाणिज्य केन्द्र नानाखेड़ा, उज्जैन (म.प्र.)
फोन- 0734-2533100, Email - drpkvya@gmail.com

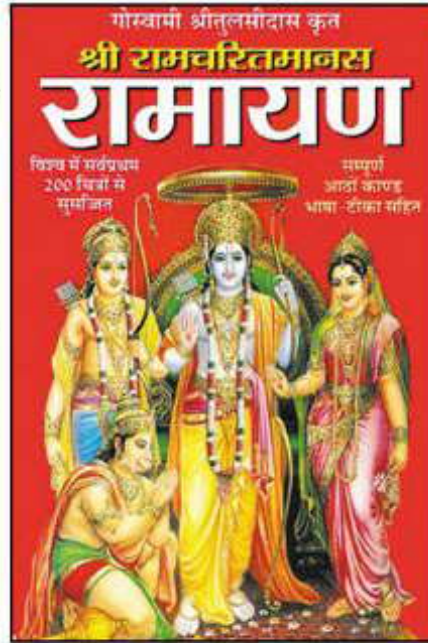
डॉ. अरुणा व्यास (पैथालॉजिस्ट) (बी+)
मो. 9425379944

पुत्रवधु- सौ. दुर्लभा व्यास (0+)

मानस के कतिपय, चिंतनीय प्रसंग

रामचरित मानस हिन्दी साहित्य का एक ऐसा ग्रंथ (महाकाव्य) है जिसकी एक-एक चौपाई, दोहा, सोरठा या छंदादि के अर्थ की गहराई में जितना अधिक विद्वान पाठक जाता है उसे उतने ही बहुमूल्य रत्न-मोती प्राप्त होते हैं। फिर भी उसकी थाह पाना सम्भव नहीं हो पाता। ठीक इसके विपरीत अनपढ़ या अल्पज्ञानी व्यक्ति भी मानस के प्रसंगों में गोते लगाकर आनंद प्राप्त करता है। अर्थात् यह महाकाव्य विद्वानों के लिए यदि सागर मंथन सा है तो अल्पबुद्धि वाले ग्रामीणों के लिए सागरतट पर बिना श्रम बिन-चुन कर मिलने वाली सीपों से मोती प्राप्त होने जैसा है। इसी कारण भक्त या रसिक पाठक को मानस के कतिपय प्रसंगों की थाह पाना मुश्किल हो जाता है। ऐसे ही कुछ मार्मिक एवं विचारणीय प्रसंग यहां प्रस्तुत हैं।

बालकाण्ड में भानुप्रताप के श्राप के प्रसंग में 'विविध भृगन्ध कर आमिष गंधा। तेहि महु विप्र- मांसु खल सांधा' का अर्थ टीकाकार प्रसंग एक- करते हैं कि अनेक प्रकार के पशुओं का मांस पकाया और उसमें उस दुष्ट ने ब्राह्मणों का मांस मिला दिया। जबकि वास्तव में चौपाई का अर्थ होना चाहिए विविधमृग का अर्थ अनेक प्रकार के पशुओं से नहीं अपितु मृग के प्रकार या श्रेणी से है। यानी विभिन्न प्रकार (श्रेणी) के मृगों का मांस पकाया गया है। यह मांस भी ब्राह्मणों के लिए नहीं था अपितु राजा द्वारा आमंत्रित नगर के श्रेष्ठीजन जो मांसाहारी थे के लिए था। तेहि महु अर्थात् उस पके हुए मांस में से उस दुष्ट ने हे ब्राह्मणों, तुम्हारे अन्न के भोजन में मांस का अंश मिलाकर अन्न को दूषित या मांस युक्त करने की साधना (सांधा) कर दी है। जैसे मांस पकाने की कड़ुछी, चम्मच, खोंचा आदि उपकरण को अन्निय



भोजन में डालकर अपवित्र कर दिया है। यह बात अगली चौपाई से स्पष्ट हो जाती है।

विप्र वृंद उठि उठि ग्रह जाहु।

हे बड़ि हानि अन्न जनि खा हु।

उक्त चौपाई स्पष्ट कह रही है कि ब्राह्मणों, उठ-उठकर अपने अपने घर जाओ क्योंकि अन्निय भोजन खाने में बड़ी हानि होगी। यह स्पष्ट हो गया है कि मांस ब्राह्मणों के लिए नहीं अपितु उनके लिए तो अन्निय (अन्न का) भोजन बनाया गया था। लेकिन---

भय उ रसाई, भूसुर मांसु।

जब द्विज उठे मानि विश्वासु।

प्रथम चौपाई में रेखांकित विप्र तथा तीसरी में भूसुर शब्द ब्राह्मणों के लिए सम्बोधन के रूप में लेने से अर्थ सहज रूप से समझ में आ जाता है।

प्रसंग दो - बालकाण्ड में जब गौतम पत्नी शापित पाषाण रूपी अहिल्या को श्रीराम की चरण रज लगती है तो वह एक सुन्दर नारी के रूप में प्रगट होकर श्रीराम की स्तुति करती है कि मैं नारि अपावन, प्रभु जग पावन, रावन रिपु जन सुखदाई। यहां शंका यह उत्पन्न होती है कि मानस में रावण का आगमन (नाम) तो धनुष भंग

प्रसंग में अवश्य आया है कि 'रावन, बानु महाभट भारे। देखि सरासन गंवहि सिधारे।। लेकिन, रावण, राम-रिपु तो तब बना जब सूर्पणखा की नाक कटी, किन्तु रिपु बनने के पूर्व ही अहिल्या ने अपनी स्तुति में रावण को राम रिपु कैसे बना दिया? क्या अहिल्या भविष्य वक्ता या प्रकांड ज्योतिषी थी? पाठकों की इस शंका का समाधान अपेक्षित है।

प्रसंग तीन- बालकाण्ड से भूप सहस दस एकहिवारा। लगे उपवन टरहि न टारा।। का अर्थ टीकाकारों ने किया है कि दस हजार राजाओं ने एक साथ धनुष को उठाना चाहा किन्तु वह हिला तक नहीं सके। यहां विचारणीय यह है कि यदि दस हजार राजाओं ने धनुष एक साथ उठाया तो कल्पना कीजिये कि धनुष कितना बड़ा होगा। जिसको 20 हजार भुजाओं ने पकड़ा होगा। वस्तुतः मेरे मत से सहस से आशय सहस्र से न होकर साहस से है। अब इस चौपाई का अर्थ यू बनता है कि दस राजाओं ने साहस के साथ एक-एक बार उठाने का प्रयास किया, लेकिन जब इन दस राजाओं से धनुष नहीं उठा और वे निराश होकर बैठ गये तो दूसरे राजाओं ने साहस या प्रयास ही नहीं किया।

प्रसंग चार- धनुष भंग प्रसंग में ही धनुष भंग उपरांत जब सखी ने जानकी जी को श्रीराम के चरण स्पर्श करने को कहा तो वे भयवश चरण स्पर्श नहीं कर रही है कि कहीं गौतम ऋषि की पत्नी अहिल्या की तरह मैं भी चलती फिरती नारी पाषाण की मूर्ति न बन जाऊं।

गौतम तिय गति सुरति करि,

नहि परसति पग पानि।

जानकी जी की यह आशंका असहज इसलिये लगती है कि राम ने तो पाषाण की अहिल्या का चरण रज से उद्धार किया था न कि चलती फिरती नारी का।

२३ हरिनारायण नागर (पत्रकार)

देवास

इन्सान है कि मानता ही नहीं

वो क्या है मित्रों एवं प्रिय पाठकों, कि पिछले कुछ समय से लेखनी कुछ अवरूढ़ सी हो गई थी और मन सोच रहा था कि अब क्या लिखें और कोई दिलचस्प विषय भी तो नहीं सूझ रहा था किन्तु यह कम्बख्त दिल है कि मानता ही नहीं और लिखने के लिये प्रोत्साहित करता है। तभी, अचानक मुझे आभास हुआ और विषय मिल गया इस इन्सान की कार गुजारी पर लिखने का कि "इन्सान है कि मानता ही नहीं"। शीर्षक किसी फीचर फिल्म का नहीं अपितु ईश्वर निर्मित एक अद्भूत आ.ति का है जिसमें दिमाग की उडान की कोई सीमा नहीं। जी हों एक इन्सान। इस पावन धरा पर मनुष्य है आगमन के बारे में विस्तार से लिखना मुनासीब नहीं है कि इसका विकास कैसे हुआ और उसने क्या-क्या आविष्कार किये। इसके लिये प्रो. डारवीन की थ्योरी जो हमने स्कूल शिक्षा में पढ़ी, वह सभी जानते हैं कि मनुष्य पहले क्या था या उसके पूर्वज कौन थे। वैसे अत्यन्त पहले के पूर्वजों के रूप में आज भी कई महानुभाव हैं जो कुछ बनाते हैं और तोड़ते हैं। शनैः शनैः विकास हुआ एवं आवश्यकतानुसार आविष्कार किये क्योंकि आवश्यकता आविष्कार की जननी है ऐसा कहा गया है। पाषाण युग के पत्थरों के हथियार से लेकर आज के आटोमेटिक मशीनी हथियार बना डाले जो आत्मरक्षा के स्थान पर दूसरों के विध्वंस के ज्यादा काम आने लगे। बहुत पहले लिखने व रेकार्ड रखने की अवस्था नहीं थी किन्तु अंतराल में पेड़ की छाल, भोज पत्र आदि एवं अंत में कागज का आविष्कार किया ताकि जरूरी बातें लिखकर रखी जाएं एवं रेकार्ड रखा जा सके। परन्तु इन्सान ने देखा कि ज्यादा रेकार्ड रखना भी भारी होने लगा जिससे आयकर व लोकायुक्त एवं अन्य विभागों वालों से भी खतरा हो सकता है तब उसने कम्प्यूटर के माध्यम से सारे रेकार्ड अंतरिक्ष (इन्टरनेट) में रखना शुरू कर दिये ताकि कागजों को संभालना न पड़े। बस पास-वर्ड याद रखो और ऐश करो। कागज का आविष्कार किया किन्तु यही उसके लिये आफत बना। रेकार्ड के आधार



पर सबूत एवं उस पर फैसले होते हैं। अतः उसने पेपर-लेस (बिना कागज) के कार्य शुरू किये अर्थात् ऑनलाईन कार्य शुरू किये, भले इसके लिये लाईन में वेट करना पड़े। पेपर-लेस वर्क में भी कुछ पेपर्स रखना जरूरी हुआ तो पेपर के कार्ड बना दिये। पहले हम एक ही कार्ड जानते थे-राशनकार्ड-जो मारामारी में जीवन-यापन के लिये जरूरी था। किन्तु आज कितने कार्ड्स हैं? मसलन निजि आई.डी. कार्ड, एटिएम क्रेडिट /डेबिट कार्ड, वोटर आई.डी.कार्ड, आधार कार्ड, सिम कार्ड, ट्रिपल आई डी. कार्ड, पेनकार्ड आदि। अरे, हम तो छोटे कार्ड के रूप में केवल ग्रीन कार्ड एवम् येलो कार्ड समझते थे जो खेलों में खिलाड़ियों को दिखाते थे। परन्तु आज कई जगह आई-कार्ड एवं पेन-कार्ड प्रस्तुत करने पड़ते हैं जिससे काफी पेन (दर्द) होता है। पहले केवल नाम से पहचान होती थी और अब आपके उपरोक्त कार्ड से। अब आगे देखते हैं कि इन सभी कार्ड्स से इन्सान निजात किस प्रकार दिलाता है। संभावना यही लगती है कि इन सभी कार्ड्स को मिलाकर नया संयुक्त कार्ड प्रस्तुत हो जिसका नाम "कार्ड कुल मिलाके" हो सकता है। आपने पढ़ा और सुना होगा कि हाल ही में हमने लाल-ग्रह "मंगल" पर अपना मंगलयान सफलता पूर्वक उतार दिया। वैज्ञानिकों ने इस ग्रह पर जीवन होने की संभावनाएँ व्यक्त कर दी तो हमारे धरती के भू-माफियाओं की बाँछे खिल गई और मंगल पर भी कालोनी बनाने एवं प्लॉट काटने की योजना

बना डाली। भाव भी तय कर दिये। अरे भाई, पहले वहाँ जाने के साधन तो देखो। ऐसा तो नहीं कि ई-टिकट लिया और वाहन में बैठ गए या निजि साधन द्वारा उड़कर पहुँच गए मंगल ग्रह पर। जिस ग्रह को लेकर बेटे-बेटियों के विवाह हेतु जो इन्सान परेशान भयभीत, चिन्ता ग्रस्त रहता है, मंगल के अमंगल होने से बचने के लिये हवन-पूजन करवाता है, अन्य ग्रहों-राहू-शनि का सहारा लेता है व परिहार करता है, उसने उसी ग्रह पर कदमताल करने की योजना बना डाली।

अरे, पहले पास ही के ग्रह चंद्रमा पर तो कॉलोनी की व्यवस्था करो। फिर करोड़ों मील दूर बसे मंगलकारी ग्रह पर आनंद-मंगल करना। मंगल भी धरती पुत्र है एवं चंद्र भी धरती का अंग है। फिर भी यदि चंद्रमा पर इन्सानी कदम पड़ गये तो पुराने शायरों, कवियों आदि की कल्पना का क्या होगा जिन्होंने चाँद के माध्यम से किसी को सुन्दरता व शीतलता की तुलना से एक नहीं, चार चाँद लगा दिये और कई गाने एवं डायलॉग लिख दिये। हर अनाज की हाईब्रिड क्वालिटी बना डाली जिससे उत्पादन और चमक अधिक किन्तु स्वाद नदारद। खाद्य वस्तुओं का मूल स्वाद तो आज की जनेरेशन जानती ही नहीं। यही आलम रहा तो इन्सान, उसके क्लोन भी बना देगा जो दिखने में एक जैसे होंगे किन्तु उनके दिमाग कैसे होंगे, उनकी भावनाएँ कैसी होंगी, प्रेम की भाषा समझेगा या नहीं आदि बातें, बस ईश्वर ही जाने। उदाहरण तो मित्रों कई हैं इन्सानी करिश्मों के बखान करने के लिये किन्तु वाणी पत्रिका में स्थानाभाव का खयाल भी रखना होता है अतः यही विराम देता हूँ। जयश्रीराम और जयहाटकेश।

"गुल्राब की तरह महकना हो तो जान लीजिये,

काँटों की चुभन को सहना सीख लीजिये"

२६ यशवंत नागर

आय.आर.एस. (सहायक आयकर आयुक्त (से.नि.), (बांसवाड़ावासी) उज्जैन, फोन 0734-2533151/चलते फिस्ते-8989219599

सत्संग से

अपराधों का नाश



एक घड़ी आधी घड़ी, आधी में पुनः आध।
तुलसी संगत साधु की, हरे कोटि अपराध॥
शास्त्रों में सत्संग की अवर्णनीय महिमा बताई
गई है। कुछ ही क्षणों का सत्संग कोटि अपराधों
को निर्मूल कर देता है, उन अपराधों का फल
नहीं भोगना पड़ता है। परन्तु सत्संग गुरुजी,
ज्ञानी संत महात्माओं से हो क्योंकि सत्संग एक
ऐसा अस्पताल है, जहां गुरुजी, संत महात्मा व
ज्ञानी पुरुष डॉक्टर हैं जो ईश्वरीय ज्ञान देकर
आशक्ति, काम, कोप, लोभ, हिंसा, रागद्वेष
आदि की शल्य क्रिया करके जीवन भक्ति,
सत्य, अहिंसा, सदाचार सकारात्मक विचारधारा
के साथ ब्राह्मीय शक्तियों का इस विकारी मन
में जागरण कर स्थापित करते हैं।
श्रीराम भक्त श्री तुलसीदास जी के जीवन को
भी इसी तरह की छोटी सी सत्संग ने महान्
भक्त बना दिया। घटना इस प्रकार से है।
उनका प्रारंभिक ग्रहस्थ जीवन का समय तो
आशक्ति से परिपूर्ण था। विवाह के बाद उनकी
धर्मपत्नी रत्नावली जब अपने पीहर गई, तब
तुलसीदासजी की आशक्ति उनकी धर्मपत्नी के
प्रति इतनी बढ़ गई कि वे कुछ क्षण भी उनके
बिना रह न सके व अपने ससुराल के गांव की
ओर प्रस्थान कर दिया।

मुसलाधार वर्षा हो रही थी। उनके
रास्ते में एक नदी थी, जो वर्षा के
कारण पूर्ण उफान पर थी। नदी में शव
बहता हुआ आ रहा था। रात के अंधेरे
में शव को लकड़ी समझकर उफनती
हुई नदी को पार किया। अपने ससुराल
पहुंचे। रात्रि का समय था। ससुराल
वालों को जगाना उनके स्वाभिमान के
विरुद्ध लगा और शर्म की भी बात थी।
घर के छज्जे पर एक सांप लटक रहा
था। उसी के सहारे तुलसीदासजी ने
घर में प्रवेश किया। उनकी पत्नी ने
अपने पतिदेव को अपने सम्मुख पाया
तो बहुत लज्जित भाव से पतिदेव से
प्रार्थना की।

**जितनी प्रीति मम देह से,
उतनी प्रीति हर से होय।
चला जाय बैकुण्ठ में,
पल्ला न पकड़े कोय॥**

बस उसी क्षण अपनी धर्मपत्नी
रत्नावली को गुरु के रूप में स्वीकार
किया। कुछ क्षणों की सत्संग ने उनके
भीतर छिपी ब्राह्मीय शक्ति को जगा
दिया, जिसे वैराग्य में सम्पूट दिया।
जब क्या था तुलसीदासजी उसी क्षण
तम करने घर से निकल पड़े। वे
भगवान श्रीरामजी की भक्ति में लीन हो
गए।

श्री हनुमानजी की आज्ञा से
‘‘रामायण’’ जैसे महाग्रंथ को लिखा,
जिसे स्वयं काशीनाथ भगवान विश्वनाथ
ने अपने हस्ताक्षर ‘सत्यम शिवम
सुंदरम’ करके अनुमोदित किया।

सत्संग एक ऐसा महाविद्यालय है,
जहां गुरुजी ज्ञानी संत महात्मा
अध्यापक व प्राध्यापक है।

**पौथी पढ़-पढ़ जग बोराना, हाथ
कछु नहीं आवा रे।**

**ग्रंथ सो मन ग्रंथी नहीं छूटे,
सतगुरु राह बताता रे॥**

भले ही वेद, पुराण, श्रुति, स्मृति
आदि को कितनी बार पढ़ ले, कंठस्थ
कर ले जैसा कि आज के कथाकार
कहते हैं। परन्तु अज्ञान का पर्दा उठता
ही नहीं। कहीं न कहीं काम, क्रोध,
लोभ, अहंकार, ईर्ष्या, हिंसा से घिरा ही
रहता है। संतों ने ठीक ही कहा है कि

**काम, क्रोध, मद लोभ,
जब लग घट में खान।
का पंडित का मूरखा दोनों
एक समान॥**

जब किसी सतगुरु, ज्ञानी महात्मा
का सत्संग मिलता है। तब ज्ञान की
एक किरण के साथ ही अज्ञान अंधेरा
छंट जाता है व ज्ञान के प्रकाशन मार्ग
पर बढ़ता ही जाता है। एक दिन मानव
से महामानव बन जाता है तथा विश्व
पूजनीय बन जाता है, ऐसा ही सत्संग
का प्रभाव महर्षि आदि रामायण
रचयिता वाल्मीकिजी पर हुआ।

महर्षि वाल्मीकिजी का यौवन काल
बड़ा ही क्रूर जीवन था। यात्रियों को
लूटना व उनकी हत्या करना व मूक
पशुओं का शिकार करके उनके मांस
से परिवार का पालन करना। एक दिन
संयोग से श्रीनारदजी का सामना हो
गया। उस समय उनका नाम वालिया
भील था। नारदजी ने कहा वालिया तू
तो लूट, हत्या, मूक पशुओं का शिकार
कर अपने परिवार का भरण-पोषण
करता है, इस कृत्य से तू महापाप का
भागीदार होता है। यह सब कार्य तू
अपने परिवार के लिए करता है, तो
बता इस पाप कार्य में कौन-कौन
भागीदार होंगे। वालिया ने झट से उत्तर
दिया- घर के सभी सदस्य। इस

नारदजी ने कहा घर जा पूछकर आ कि मैं तुम सबका पालन करने के लिए लूट व हिंसा करता हूँ। इस पाप कर्म में कौन-कौन भागीदार होंगे। नारदजी का आदेश पाते ही घर गया। घर सभी सदस्यों को बुलाया और पूछा आपके जीवन निर्वाह के लिए मैं लूट, हत्या व मूक प्राणियों का शिकार करता हूँ। यह महापाप है, ऐसा एक महात्माजी ने बताया है। अब आप सब बताये कि इस महापाप में कौन-कौन भागीदार हो!

इस पर उसकी पत्नी, बहन, पुत्र, पुत्री, पुत्रवधु आदि सबने मिलकर एक ही उत्तर दिया, हमारा पालन पोषण करना आपका दायित्व है, उसके लिए आप क्या करते हैं इससे हमारा सरोकार नहीं। जो करेगा वहीं तो भरेगा। बस इतने सुनते ही वह भागा-भागा नारदजी की शरण में गया और प्रायश्चित्त करने के भाव से कहने लगा- प्रभु, मुझे इस घोर पाप से बचाइये। नारदजी ने राममंत्र का निरंतर जाप करने का कहा पर उसने नारदजी से प्रार्थना की मैंने अब तक मरा मरा ही जाना व कहा है, तब नारदजी ने उसी के कुल्हाड़ी पृथ्वी में रोपते हुए कहा जब तक कुल्हाड़ी वृक्ष न हो जाये तब तक मरा-मरा ही जप करना। वर्षों बीत गये उनके शरीर पर मिट्टी ही मिट्टी जम गई। रेंगने वाले जीवों ने बिल बना दिए। कुल्हाड़ी हरे वृक्ष में बदल गई। वालिया भील अब वाल्मीकि ऋषि हो गए। यह तो सत्संग का प्रभाव था।

**उल्टा नाम जपत जग जाना,
वाल्मीकि भये ब्रह्म समाना।**

सत्संग एक ऐसा तकनीक महाविद्यालय है, जहां गुरुजी, संत महात्मा व ज्ञानी पुरुष सभी इंजीनियर हैं, जो शब्दों की चोट लगा-लगा व्यक्ति के भीतर काम, क्रोध, लोभ, अहंकार, मद, हिंसा, चिंता, तनाव, दंभ, आडम्बर, धोखा, मिलावट आदि को दूर कर सदाचार, प्रेम, राष्ट्रीयता, यम नियम के साथ सकारात्मक सोच को मन में स्थापित कर मनुष्य के जीवन को निखारते हैं।

**गुरु कुम्हार शिष्य कुम्भ पियारा,
घड-घड खोट मिटाता रे।**

अंतर हाथ सहारा देकर बाहर चोट लगाता रे।।

जैसे कुम्हार मिट्टी का घड़ा बनाते समय घड़े यानि मिट्टी के पींड के उपर चोट लगा-लगाकर घड़े को अपने स्वरूप में लाता हैं,

परन्तु घड़े को अपने स्वरूप में लाने के लिए भीतर हाथ का सहारा भी लगाता है। उसी प्रकार गुरुजी, ज्ञानी पुरुष या संत महात्मा भी शब्दों की चोट लगाकर मनुष्य जीवन को निखारने का प्रयास करते हैं, जिससे मनुष्य रूपी जीव चौरासी लाख योनियों से मुक्त होकर अपने ही स्वरूप परमात्मा के ज्योति में मिल जाए। डाकू अंगुलीमाल तो साक्षात् हिंसा का ही अवतार था। वह यात्रियों को लूटकर उनकी हत्या के पश्चात उनके हाथ की उंगलियां काटकर गले की माला पिरो देता। उसके पुण्यों का उदय होना था। महात्मा बुद्ध जंगल में विहार कर रहे थे। एकाएक डाकू अंगुलिमाल भगवान बुद्ध के सामने आ डटा। आंखों ही आंखों में क्षणिक सत्संग हुआ। वह भगवान बुद्ध के चरणों में गिर गया व अपने पापों का प्रायश्चित्त करने लगा। आगे चल वही भगवान बुद्ध का कथागत बना।

**संत तुलसीदासजी ने कहा है कि-
शत सुधर ही सत्संगति पाई,
पारस परस कुधातु सुहाई।।**

सत्संग एक ऐसा न्यायालय है, जहां गुरुजी, ज्ञानी पुरुष, महात्मा एक अधिवक्ता की भूमिका निभाते हैं, जो मनुष्य के दुर्गुणों जैसे काम, क्रोध, लोभ, अहंकार, राग, द्वेष हिंसा, मिलावट आदि दुर्व्यसन जैसे किसी भी प्रकार का नशा शराब, गांजा, भांग, चरस, हीरोइन, पर नारी गमन, मांसाहार अपने सद उपदेशों द्वारा जीव को उनसे मुक्ति दिलाकर मनुष्य को चौरासी लाख योनियों से मुक्त कराने का मार्गदर्शन करते हैं। जिसके न्यायाधीश है परमात्मा उनके सिपाही है गृह मंडल जो कर्मों के अनुसार मिलता ही है।

जब भगवान श्रीकृष्ण ने देखा कि यादव आपस में लड़-लड़कर मर रहे हैं तो भगवान श्रीकृष्ण ने गो लोक जाने का मानस बना लिया तो इनकी इच्छा हुई कि सत्संग करें तब वे चाचा उद्धव जी से सत्संग करके प्रभास पाटन में गो लोक सिंधार गए।

**तात स्वर्ग अपवर्ग सुख धरिअ तुला एक
अंग।।**

तुल न ताहि सकल मिली जो सुख सत्संग।।

**२६ दयाराम नागर योग प्रशिक्षक
पतंजलि योग पीठ हरिद्वार, शाखा पाली,
जिला सुमेरपुर राज.**

सहृदय पड़ोसी

कल्याणी एक वृद्ध गरीब महिला थी। वह शहर के पिछड़े इलाके में एक साधारण सी झोपडी में अकेली रहती थी। वह शासन द्वारा गरीब और बेसहारा महिलाओं को दी जाने वाली पेंशन के सहारे अपने बचे-खुचे दिन काट रही थी। वह दयालु थी। और बच्चों में लोकप्रिय थी। आसपास के घरों में रहने वाले बच्चों को वह कहानियाँ सुनाती रहती थी, जिस कारण बच्चे उसे घेरे रहते थे। वह बच्चों को खेल खेल में जीवनोपयोगी बातें बताती रहती थी और बातों बातों में अच्छी अच्छी शिक्षा भी दे देती थी। इस कारण सभी पड़ोसी उसे बहुत सम्मान और प्यार देते थे। वे उसे आर्थिक रूप से मदद देने के लिए सदैव इच्छुक रहते थे, पर वह स्वाभिमानी थी, आर्थिक सहयोग लेने से हमेशा इंकार कर देती थी। एक दिन महीने की पहली तारीख को वह पेंशन लेकर आयी, और खाना खाकर सो गयी। जब वह आराम कर के उठी और जरूरी सामान खरीदने के लिए जाने लगी तो बहुत तलाशने पर भी उसे घर में पर्स नहीं मिला। निराशा और दुःख से व्यथित वह भगवान से प्रार्थना करने मंदिर की ओर चल पड़ी। रास्ते में उसे विमला और कम्मो मिली वे घरों में काम करती थी। कल्याणी ने दोनों को पर्स खोने के बारे में बताया। मंदिर से लौट कर जब वह घर पहुंची तो उसके आश्चर्य का ठिकाना न रहा। घर में खिड़की के पास एक लिफाफा रखा हुआ था। उसने अंदर झांक कर देखा उसमें कुछ नोट थे। वह तत्काल समझ गयी कि यह काम निश्चित ही उसके उन पड़ोसियों का है जिन्होंने बिना सामने आये बिना उसे बताये धनराशि एकत्रित कर उसे दे दी थी। कल्याणी अपने पड़ोसियों के प्रति कृतज्ञता से भर उठी।

**२७ आशा नागर
सी- 12/9, ऋषिनगर, उज्जैन
मो- 7879601665**

श्रीमद् भगवद्गीता के जीवनोपयोगी विश्वजनीन निर्देश



सदैव अपने संघर्ष में ईश्वर को साथ रखने का अनुपम उपाय



यह सत्य है कि कर्म बन्धनकारी हो सकता है। यह भी सत्य है कि अपने कर्म के द्वारा ही हमें मोक्ष प्राप्त करना है। श्रीकृष्ण कहते हैं कि 'त्याग हेतु' किए गए कर्मों को छोड़कर संसार के अन्त सभी कर्म बन्धनकारी हैं। दूसरे शब्दों में ईश्वर को समर्पित कर्म ही बन्धन मुक्त होते हैं। अतः ईश्वर को किसी भी प्रकार अपने समस्त कार्यों के साथ सम्मिलित करने की युक्ति की जानी चाहिए। मान लीजिए आपको किसी अन्धेरी गुफा में जाना है। आप अपने माथे पर एक प्रकाश पुंज (फ्लैश लाइट) बन्वा होने की कल्पना करें। इसके साथ आप किसी अन्धेरी गुफा में भी जा सकते हैं। आप विभिन्न दिशाओं में गति कर सकते हैं।

आपको अपने समक्ष सभी वस्तुएं अनिवार्यतः प्रकाशित भी नजर आएंगी। ईश्वर को अपना पथ-प्रदर्शक मानकर हम जो भी विचार अथवा कर्म करना चाहेंगे, वह मोक्षदायी होगा। कुछ इसी प्रकार का भाव भगवान के अगले निश्चयात्मक निर्देश में है:

तदर्थं कर्म कौन्तेय मुक्तसंगः समाचर ।

इसलिए हे अर्जुन! आसक्ति से रहित होकर उस परमेश्वर के निमित्त कर्म कर । (3-9)
उक्त वाक्य जितना अच्छा कहा गया है उतने ही सहज भाव से व्यक्त भी किया गया है। तब हम अपने घर, दफ्तर, रसोईघर, उद्यान, कार्यशाला, औषधालय, फर्म तथा स्टूडियो में किए जाने वाले कामों का क्या करें?

यह हमको श्रीकृष्ण द्वारा दी गई एक अन्य अत्यधिक उपयोगी तथा सहायक शिक्षा की ओर ले जाता है। श्रीकृष्ण हमको वह कौशल तथा विधि बताते हैं, जिसके द्वारा समस्त कार्य, जो आपको करना है, सांसारिक बन्धन से मुक्ति का कारण बन जाएगा। उनका अगला निश्चयात्मक निर्देश इस प्रकार है:

तस्मादसक्तः सततं कार्यं कर्म समाचर ।

असक्तो ह्याचरन् कर्म परमाप्नोति पुरुषः ॥

अनासक्त होकर निरन्तर कर्तव्य कर्म कर, क्योंकि जो पुरुष अनासक्त रूप से कर्म करता है, वह परमात्मा को प्राप्त होता है। (3-19)

'अनासक्त होकर कर्म करो', कहना आसान है, पर व्यवहार में लाना कठिन है। मन में हर प्रकार के प्रश्न तथा सन्देह उत्पन्न होते हैं। तथापि, हम यह जानते हैं कि यह एक अति भव्य उपदेश है। इस प्रकरण में हमें आने वाली कठिनाइयों के विषय में

श्रीकृष्ण से अधिक और कौन अवगत है? अतः आगे वे इस प्रकार के आचरण की क्रिया-विधि समझाते हैं।

मयि सर्वाणि कर्माणि संन्यस्याध्यात्मचेतसा ।

निराशीर्निर्ममो भूत्वा युध्यस्व विगतज्वरः ॥

इसलिए हे अर्जुन! तू आत्मनिष्ठ, ध्याननिष्ठ चित्त से सम्पूर्ण कर्मों को मुझ में समर्पण करके, आशा रहित ममता रहित और आलस्य रहित होकर, युद्ध कर । (3-30)

हां, हम यही चाहते हैं, परन्तु कर नहीं सकते। हम क्यों बिना आलस्य के युद्ध नहीं कर सकते। कौन हमें ऐसा करने से रोकता है? दुःख की बात यह है कि बाहर का कोई इसमें कुछ नहीं करता। ये तो हमारी अपनी ही अनियंत्रित ज्ञानेन्द्रियां होती हैं, जो हमारी दृष्टि को मलिन कर देती हैं और हमारी इच्छा शक्ति को ध्वस्त कर देती हैं। हम जानते हैं कि क्या सही है, पर उसको कर नहीं पाते। हम जानते हैं कि गलत क्या है, पर उसे करने से अपने को रोक नहीं पाते।

अतः श्रीकृष्ण ने अपने अगले निश्चयात्मक निर्देश में अति सरल भाव से कहा है:

तस्मात्त्वमिन्द्रियाण्यादौ नियम्य भरतर्षभ ।

पाप्मानं प्रजहि ह्येनं ज्ञानयिज्ञाननाशनम् ॥

इसलिए हे अर्जुन! तू पहले इन्द्रियों को वश में करके, ज्ञान विज्ञान का नाश करने वाले इस पापी काम को निश्चयपूर्वक मार । (3-41)

इसके अतिरिक्त :

जहि शत्रुं महाबाहो कामरूपं दुरासदम् ।

हे महाबाहो! तू इस कामरूप दुर्जय शत्रु को मार । (3-43)

तुम्हें किसी असम्भव कार्य को करने के विचार से भयभीत होने की आवश्यकता नहीं है।

तुमको कोई जोखिमयुक्त नया कार्य करने के लिए नहीं कहा जा सकता है। प्राचीन काल में भी तुम्हारी ही तरह मुक्ति पाने के लिए लालायित लोगों को यह मालूम था तथा वे भी इसी प्रकार कार्य करते थे। यह वही परीक्षित पथ है, जिस पर चलकर लोगों को पूर्वकाल में भी सहायता मिली है।

अतः श्री भगवान आग्रहपूर्ण शब्दों में कहते हैं :
कुरु कर्मव तस्मात्पु पूर्वः पूर्वतरं कृतम् ।

अतः तू भी उसी भाँति कर्म कर, जिस प्रकार प्राचीन काल में तेरे पूर्वजों ने किया (4-15)

योगी बनने के दृढ़ संकल्प के द्वारा ही समस्त संशय तथा विघ्न बाधाओं पर विजय प्राप्त की जा सकती है। यह कोई आवश्यक नहीं कि किसी विशेष प्रकार के मनुष्यों को ही योगी बनाना है या केवल वही योगी हो सकते हैं। प्रत्येक उस मनुष्य को, जो संसार में मूर्ख, माया-प्रेरित या आध्यात्मिक ज्ञान से विहीन होकर जीना

नहीं चाहता, योगी बनने का लक्ष्य धारण करना चाहिए। वह अपने जीवन में चाहे जो कुछ भी करे उसे परमात्मा के साथ अपना सम्बन्ध जोड़े रखने का प्रयास करना चाहिए। योगी, किसी तपस्वी, ज्ञानी तथा कर्मरत मनुष्य से महान होता है। अतः श्री भगवान ने आग्रह करके कहा है :

तस्माद्योगी भवार्जुन ।

अतः हे अर्जुन! तू योगी हो (6-46)

यह मत कहो कि हम गृहस्थ हैं, और योगी नहीं बन सकते। अर्जुन भी एक गृहस्थ था। श्रीकृष्ण ने उसे योगी बनने के लिए कहा।

परन्तु तुम किस प्रकार योगी हो सकते हो? योगी बनने के लिए तुम्हें कहाँ जाना पड़ेगा? तुमको योगी बनने के लिए कहीं जाने की आवश्यकता नहीं। तुम अपने घर में ही योगी बन सकते हो। यह बहुत आसान है तथा यह वास्तव में बहुत बड़ी चुनौती है।

(क्रमशः)

प्रस्तुति - डॉ. तेज प्रकाश व्यास
प्रभुकुंज, 135, सिल्वरहिल, धार
9425491336, 07292-234730,
07292-402789

जय दुर्गा बेग हाऊस



हमारे यहां सभी प्रकार के बेग बनाए जाते हैं, तथा रिपेयरिंग किए जाते हैं। सभी प्रकार के रेडिमेड बेग और पर्स के विक्रेता, स्टेशनरी आयटम भी उपलब्ध हैं।

राजाराम नगर,
देवास (म.प्र.)
मो.
08718085189
प्रो. प्रा.- सुभद्रा
मोहनलाल जोशी

फटे हाथ-पैरों की खास क्रीम

वात्मा क्रीम
www.anjupharma.in

फटी एड़ियां, खारवे, बिवाईयां,
रुखी त्वचा आदि के लिये अचूक क्रीम
आज ही खरीदें

मात्र
₹ 50/-



सेल्फ-प्रारंभिक
सॉलोपंपोंक

बोरिंग सवमर्सिबल पम्प

मेरे पम्प की
कार्यशीलता
2 साल की है।
और आपके ?

1956 में
मेरे पम्प के निर्माता
TEXMO
INDUSTRIES हैं।
और आपके ?



ओपनवेल
सवमर्सिबल पम्प



थ्री फेज सवमर्सिबल
पंप (3 Phase, 0.5-30 HP)



प्रो. सर्वसिंह टारो

Taro

बोरवेल सवमर्सिबल



ओपनवेल सवमर्सिबल
(3 Phase, Above 1.0 HP)



अधिकृत विक्रेता **पम्प डिस्ट्रीब्यूटर**

जी-1, बाबादीप कॉम्प्लेक्स,
सियागंज, इन्दौर फोन: 9301530015

माटी की खुशबू

अपने वतन की माटी की खुशबू का कोई साना नहीं होता है। मलुछ कहीं भी चला जाए अपनी जन्म स्थली को कभी नहीं भूलता है। उसकी स्मृति में एक जले की तरह अपने बचपन की घटनाएं या बीता हुआ बचपन हमेशा समाहित रहता है।

मालवा, चम्बल एवं राजस्थान के प्रवेश द्वार एवं आगला, बम्बई राजमार्ग पर स्थित बीनामज से 3 किलोमीटर दूर मालवांचल की विंध्य श्रेणी की तलहटी में बसा प्राकृतिक सभ्यता से भरपूर हरियाली से आच्छादित प्रजन, रम्य तीर्थ स्थल चांचोड़ा जिसे यहां के निवासी 'लघु वृंदावन' के रूप में मानते हैं, जो अपनी अद्वितीय प्राकृतिक सुरक्षिता के लिए जाना जाता है।

जहां 'चांचोड़ा' का नाम आता है, वहां हर कोई यह सोचने पर मजबूर हो जाता है कि कहने को तीन अक्षर का नाम चां-चो-ड़ा (चांचोड़ा) लेकिन इन तीन अक्षरों में न जाने ऐसा क्या जादू समाया हुआ है, न जाने ऐसी कौन सी रडार लगी हुई है, न जाने ऐसा कौन सा चुम्बक लगा हुआ है। जो तीन अक्षर वाले ना....ग....र (नागर) परिवार जो पिछले लगभग 155 वर्षों से भी अधिक समय से इससे जुड़ा होकर अपने हृदयस्थली में यहां की यादों को समेटे हुए हर पल, हर क्षण धारण किए हुए है। पं. विजय शंकर मेहता प्रसिद्ध प्रवचनकार प्रबंधन गुरु के शब्दों में 'चांचोड़ा' क्या कोई ऐसी मिटाई तो नहीं है, जिसका स्वाद दूरदराज तक बसे हुए चांचोड़ा के नागर परिवार से भुलाया ही नहीं जाता है। ऐसा गरिमापूर्ण एवं प्रभावशाली गांव चांचोड़ा जो अपनी संस्कृति के लिए प्रसिद्ध है क्या भूलने योग्य वस्तु है!

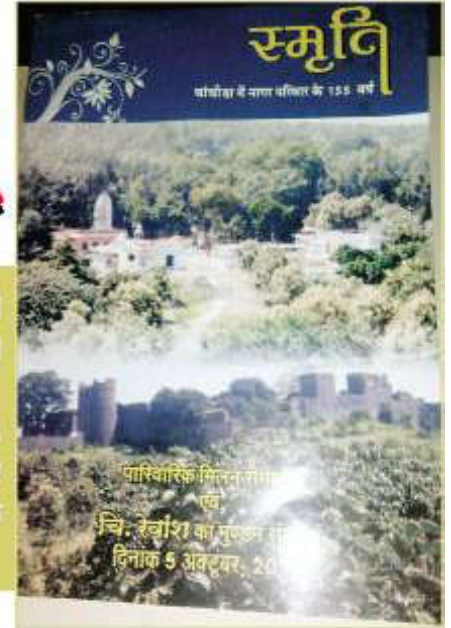
मेहता पं. खेमराज जी नागर ग्राम लसुड़िया के वंशज मेहता पं. काशीराम जी नागर अपने चार पुत्रों एवं एक पुत्री के साथ श्री केशव गुर्जर पटेल के आग्रह पर श्री गोपालकृष्ण मंदिर की पूजा अर्चना हेतु चांचोड़ा आकर बसे। अपनी विद्वता व पंडिताई से गांव वालों के दिलों पर राज किया जो आज तक प्रभाव कायम है। नागर परिवार का नाम बड़ी इज्जत व सम्मान से चांचोड़ा निवासी लेते हैं। यही कारण है कि नागर परिवार की 5 पीढ़ियां यहां पली, बड़ी, उनका बचपन, प्राथमिक शिक्षा, यहीं पूर्ण हुई।

चांचोड़ा में जो शिक्षा संस्कार, एकजुटता, प्रेम सौहार्द विरासत में मिले वो आज भी बरकरार है। शिक्षा, रोजगार के हिसाब से चाहे नागर परिवार के सदस्य, प्रदेश, देश या विदेशों में चले गए हों, लेकिन आज भी वे अपने गांव का चौबारा, गलियां, भुंसारे से मंदिरों की घंटियों की आवाज, बगवाज, छान व पहाड़ी की हरियाली को नहीं भूले हैं। जब चांचोड़ा का नाम चर्चा में आता है, एक मीठी चमक मन में जाग जाती है और सब कुछ एक चलचित्र की भांति चलने लगता है। ये प्रभु गोपाल जी एवं प्रभु सांवलिया जी की कृपा है कि आज नागर परिवार भरपूर सरसब्ज होकर चांचोड़ा का नाम रोशन कर रहे हैं। क्या शिक्षा का क्षेत्र, सामाजिक, राजनैतिक, हर क्षेत्र में चांचोड़ा के नागर परिवार ने अपना प्रभाव जमा रखा है। रियासत से लेकर सियासत तक काफी दबदबा है।

हालांकि इस मुकाम तक पहुंचने के लिए नागर परिवार के सदस्यों ने कई उतार चढ़ाव झेले, कठिन से कठिन परिस्थितियों में धैर्य नहीं खोया और साहस, धैर्य और कठोर मेहनत से उसका सामना किया। कहा भी गया है

'जच्चे की कड़ी धूप हो तो क्या नहीं मुमकिन,

कौन कहता है कि पत्थर नहीं पिघलता'
सिर्फ इतना ही नहीं नागर परिवार की नई पीढ़ी भी अच्छे संस्कारों से पल्लवित होकर,



शिक्षा व कैरियर के क्षेत्र में अपना नाम कर रही है। इससे बढ़कर ये बात है कि आज भी नागर परिवार का हर सदस्य चांचोड़ा को भूला नहीं है। चांचोड़ा की माटी की सोंधी सुगंध पूरे परिवार में चंदन की तरह महक रही है। इसी का परिणाम है कि चारों तरफ फैले नागर परिवार किसी न किसी प्रयोजन के बहाने चांचोड़ा में एकत्रित होते रहते हैं और अपनी भूली बिसरी यादों को तरताजा करते रहते हैं। इसी तारतम्य में दि. 09.09.09. डॉ. महेन्द्र जी नागर इन्दौर द्वारा चांचोड़ा के पूरे नागर परिवार का मिलन समारोह रखा गया था। साथ ही इस अवसर पर उन्हीं के द्वारा सम्पादित पारिवारिक पत्रिका संतति का विमोचन भी हुआ, जिसमें चांचोड़ा का इतिहास, पूर्वजों के त्याग और कठोर मेहनत की दास्तान व नागर वंश वृक्ष की सारगर्भित सूचना से नई पीढ़ी अवगत हुई।

आयोजनों के दौर में डॉ. जी.डी. नागर उज्जैन द्वारा 5 अक्टूबर 14 को अपने पौत्र चि. रेवांश नागर के मुंडन संस्कार का आयोजन चांचोड़ा में कर पुनः पूरे सम्बन्धित नागर परिवारों को आमंत्रित किया गया। इस अवसर पर श्री डॉ. जी.डी. नागर द्वारा सम्पादित पत्रिका 'स्मृति' सबके हाथों में रखकर यादों के झरोखों में खोजने एवं मन ही मन प्रसन्न होने का पूरे परिवार को अवसर दिया। इस आयोजन की विशेषता यह थी कि नई पीढ़ी भी कार्यक्रम में उपस्थित थी और वे इस बात को

देखकर आनंद उठा रहे थे कि उनके मम्मी, पापा एवं परिवार के अन्य बड़ील आपस में पुरानी स्मृतियों व चांचोड़ा के अतीत की चर्चा कितनी तन्मयता से कर रहे थे। 'स्मृति' पत्रिका के माध्यम से वे भी नागर परिवार के पूर्वजों के बारे में जानकारी प्राप्त कर रहे थे। यह एक अभूतपूर्व आयोजन था। इस तरह मीट टू फादर हर परिवार में होना चाहिए। विशेष कर बच्चों को अपने परिवार के सदस्यों से मिलने व उनसे चर्चा का अवसर मिलेगा।

चांचोड़ा में नागर परिवार को एक जगह एकत्रित करने एवं उसे समारोह का रूप देकर संवारने के इस महती कार्य के लिए श्री डॉ. महेन्द्र नागर, इन्दौर व डॉ. जी.डी. नागर उज्जैन बधाई के पात्र हैं। संतति एवं स्मृति के माध्यम से नागर परिवार ने जो एकजुटता, आपसी प्रेम, सौहार्द, सुख दुःख में हमेशा एक-दूसरे को सम्बल प्रदान करने की भावना का संदेश दिया है, वह अन्य परिवारों के लिए प्रेरणा स्रोत बनेगा। नागर परिवार का चांचोड़ा के प्रति मोह और पुरे परिवार में स्नेह के गठबंधन के आधार परिवार का हर सदस्य शायद नीचे दी गई पंक्तियों को सदा जीवित रखता है :-

**'मोड़ सकता मैं सलाखें, छोड़ सकता जटिल गांठे,
रस्सियों के बंधनों से, आज मैं पा मुक्ति सकता,
पर नहीं मैं तोड़ सकता, एक-बंधन,
नेह बंधन, नेह बंधन'।।**

पत्रिका 'स्मृति' का मुख पृष्ठ पर चांचोड़ा

के बाघ वाघेश्वर और किले की हरियाली से परिपूर्ण बड़ा ही मनोहारी व सुंदर चित्र दर्शाया गया है। मुख पृष्ठ का चित्र ही चांचोड़ा की भव्यता को परिलक्षित करता है। डॉ. जी.डी. नागर ने प्रस्तावना के निम्न वाक्य से ही चांचोड़ा के प्रति सम्मान व श्रद्धा प्रकट की है।

'समय ठहर जाता तो अच्छा होता पर ऐसा नहीं हो पाया। चांचोड़ा में रहकर बिताए अदभुत व सुखद पलों की याद करने के साथ ही आप सबसे मिलने के प्रयास का नाम ही है 'स्मृति'।

पर बीता हुआ समय वापस नहीं लौटता। निरन्तर झरने की तरह समय का बहाव आगे बढ़ता जाता है। रह जाती हैं अतीत की यादें। इन्हीं यादों को समेटने का कार्य 'स्मृति' अंक ने किया है। स्मृति अंक में नागर परिवार के वरिष्ठ स्वतंत्रता संग्राम सेनानी श्री प्रेमनारायण जी नागर ने यादों के झरोखे से अपने परिवार की एकजुटता का संदेश देते हुए लिखा है कि 'परिवार ही सबसे बड़ी पूंजी होती है। आपसी स्नेह और दुःख-सुख में भागीदारी, इसी आदर्श पर चलने वालों को कहीं कोई घाटा नहीं रहेगा।

इसके अतिरिक्त परिवार के सदस्य श्री गोविंद नारायण नागर, डॉ. महेन्द्र नागर, डॉ. मनमोहन नागर, श्रीमती रजनी नागर, श्रीमती डॉ. मधु नागर, श्रीमी शकुन्तला देवी नागर आदि सभी ने अपनी लेखनी में अपने बचपन, चांचोड़ा के प्राकृतिक सौन्दर्य का अपने शब्दों में बड़े ही प्रभावशाली विचारों से व्यक्त किया तथा

पूर्वजों को आदरांजलि दी। साथ ही उनके द्वारा व्यक्त की गई भावना नई पीढ़ी के लिए चिंतन, मनन व अनुसरण की प्रेरणा प्रदान करती है।

'स्मृति' में विशेष कर पं. विजय शंकर मेहता द्वारा लेख 'चांचोड़ा गांव नहीं परिवार का नाम है' ने बहुत प्रभावित किया। इसके अलावा लता रावल ने 'आंखन देखा' व संजीव नागर द्वारा सीप के मोती में बड़े ही सुंदर ढंग से अभिव्यक्ति की गई है।

नागर परिवार की पुत्र वधु डॉ. रश्मि नागर ने संस्कार दिए नहीं जिए जाते हैं। मैं घर परिवारों के संस्कारों की गरिमा किसी के सिखाने से नहीं आती, बल्कि परिवार में व्याप्त वातावरण में रहते-रहते स्वतः ही हस्तांतरित हो जाती है। पुत्र वधु होने के नाते पारिवारिक मूल्यों को आत्मसात करने, बड़ों का आदर करने एवं छोटों को प्रेम करने का नुस्खा देते हुए नई पीढ़ी को संस्कारित होने का संदेश दिया है। लेख की भाषा सटीक व व्यवहारिक धरातल पर उतरने वाली है। 5 अक्टूबर के कार्यक्रम को महिमा मंडित करते हुए प्रेम व स्नेह से भरी नई ऊर्जा का संचार स्मृतियों के कोष में एक ओर अमूल्य मोती लेकर लौटने की प्रेरणा दी। डॉ. रश्मि नागर को सुंदर भाषा की रचना करने पर साधुवाद कहने का तात्पर्य यह है कि 'संस्कार' किसी हाट बाजार या पंसारी की दुकान में नहीं बिकते, बल्कि अपने परिवार में ही बुजुर्गों के आशीर्वाद से स्वतः ही हस्तांतरित हो जाते हैं। **क्रमशः**

✍ सुरेश दवे 'मामा', शाजापुर

सुख की चाहत

एक व्यक्ति घने जंगल से जा रहा था। शाम का वक्त था, जंगल में घनघोर अंधेरा था। उस अंधेरे के कारण कुआं उसे दिखाई नहीं दिया और वह गिर गया। गिरते-गिरते उसके हाथ में कुएं पर झुके वृक्ष की एक डाल आ गई, नीचे देखा तो कुएं में विशाल अजगर मुंह फाड़े ऊपर देख रहा था। उसने डाल को पकड़ रखा था, इतने में एक हाथी कहीं से आया और वृक्ष के तने को हिलाने लगा, वह सिहर उठा ठीक ऊपर की शाखा पर मधुमक्खी का छत्ता था, हाथी के हिलाने से मधुमक्खी उड़ने लगी, छत्ते

से शहद की बूंदें टपकने लगी, एक बूंद शहद उसके होठों पर गिरा उसने प्यास से सूख रही जीभ को होठों पर फेरा। शहद की उस बूंद में अदभुत मिठास थी, उसने मुंह ऊपर किया कुछ क्षणों के बाद फिर एक बूंद टपकी वह इतना मगन हो गया कि विपत्तियों को भूल ही गया, उस जंगल में शिव-पार्वती अपने वाहन से गुजर रहे थे, पार्वती ने शिव जी से उसे बचा लेने का अनुरोध किया। भगवान उसके निकट जाते हुए कहा मैं तुम्हें बचाना चाहता हूं, मेरा हाथ पकड़ लो, उस व्यक्ति ने कहा भगवान एक बूंद शहद और चाट लूं, तो

चलूं एक बूंद फिर एक बूंद और की प्रतीक्षा अंत में थककर भगवान शिव चले गए। वह जिस जंगल में जा रहा था, वह जंगल है दुनिया और अंधेरा है। अज्ञान पेड़ की डाली आयु है, अभिमान का मदमस्त हाथी उस पेड़ को उखाड़ने में लगा हुआ है। शहद की बूंदें संसार का सुख है, जिनके कारण मनुष्य आस-पास के खतरों को अनदेखा करता है। सुख की माया में खोए मन को स्वयं भगवान भी नहीं बचा सकते हैं।

**✍ सौ. लीना राजेश नागर
झाबुआ, 9424064104**

चिंता नहीं चिंतन करें...

हर दिन एक नया उपहार लेकर आता है, द्वार पर ठहरता है और प्रतीक्षा करने के बाद चला जाता है। उसके स्वागत के लिए तुम तैयार हो तो वह उपहार प्रदान करता है। नहीं तो उपहार लेकर वापस चला जाता है।

हर दिन एक पूर्ण जीवन की तरह है। यदि एक-एक दिन ठीक से जिया तब पूरा जीवन ठीक से जी सकोगे।

बूंद-बूंद से सागर, पल पल से जीवन बनता है। अपने कर्मों का फल ही भाग्य है, अच्छे कर्म करोगे तो भाग्य अच्छा बनेगा।

दूसरों के बजाय हम स्वयं क्या कर रहे हैं उस पर ध्यान दें यही जीवन निर्माण की प्रक्रिया है।

व्यक्ति को कोई आभूषण आभूषित नहीं करता। चन्द्रमा की किरणों से ज्यादा चमकने वाला हार पहनकर कोई व्यक्ति अपनी शोभा नहीं बढ़ा सकता।

अनमोल
बातें
(वचन)

शोभा तब होती है जब उसकी वाणी में माधुर्य, शालीनता और शिष्टता हो। चिंता नहीं चिन्तन करें, चिंतन से ही व्यक्ति का विकास होता है।

बुद्धि, कुल, इन्द्रिय संयम, पराक्रम, कम बोलना यथा शक्तिदान तथा कृतज्ञ होना मनुष्य का यश बढ़ाते हैं।

छंटाई किया हुआ वृक्ष पुनः बढ़ जाता है और क्षीण कुआ चन्द्रमा पुनः बढ़ जाता है। अतएव सज्जन पुरुष संसार में दुःख प्राण होने पर भी शोक नहीं करते। पूर्व जन्म के पुण्य वन में, युद्ध में, शत्रु में, जल में, अग्नि में, महासागर में, पर्वत शिरवर पर, संकट ग्रस्त मनुष्य की रक्षा करते हैं।

स्वयं का अनुभव कैलाश मानसरोवर यात्रा में स्मरणीय है। जहां के अभाव में मुझे ऊं ऋम्बकम यजामहे सुगंधी पुष्टि वर्धनम... जाप से मिला। धन्यवाद।

- डॉ. जयदेव त्रिवेदी, इंदौर

प्यार की शम्मा दिलों में जलती रहे...

मौसमे रंगे दुनिया बदलती रहे जिंदगी अपने पैरों संभलती रहे। मेले लगते रहे मौसमें बहारां भी हो, महफिल में शामो-सहर की चलती रहे। गीत बन जायें जब दिल की आवाज भी, स्वर-संगम की इबारत न छलती रहे। दिल में शोले न भड़के, किसी के लिए, मुहब्बत सदियों की सांसों में पलती रहे। मेरी आंखों में अक्स तेरा उभरा है कैसा? खत से तेरी खबर मुझको मिलती रहे। इंसानियत उठ शहर से कहाँ गई 'भारती' प्यार की शम्मा दिलों में जलती रहे।

तेरी महफिल...

तेरी महफिल में हंसी है रोना है, गीत, गजल, रुबाई जैसे जादू-टोना है।।

कॉन, कैसे, तुझे दगा दे जाएगा दोस्त, सुख-दुःख में जुदाई है, क्या होना है? तुम कहते हो, यह दस्तूर दुनियाँ-टूटी प्यार की शहनाई, आदमी खिलौना है।।

अपने जज्बातों का करते हो इजहार, जान पर बन आई है सब खोना है। रंग, बिरंगी, बेदंगी कैसी रस्में हैं? भारती प्यार का रंग और स्वप्न सलीना है।।

✍ सुभाष नागर 'भारती' अकलेरा

बांसवाड़ा में वरिष्ठ नागरिकों के स्नेह सम्मेलन में हास्य व्यंग की रचना

चिंता मेरी मत करना...

मायके में खुश रहना, चिंता मेरी मत करना। भाभी तेवर दिखलाए तो बिल्कुल ना डरना। ननद बनी तो राज तुम्हारा, अपने घर में क्या डर।

हुक्म चलाती रहना, वह तो तेरे बाप का ही घर।।

यहां रोज हो हलवापुरी, मुझे बहुत ही खलता। मेरे घर का बजट तो सूखी रोटी से ही चलता।।

पूज्य पिता का पिस्ता काजू जो भी चाहे चरना। मायके में खुश रहना, चिंता मेरी मत करना।। जाने के इशारे पर तुम तुरन्त गले मिल जाना। नाटक में ही दिल का दुखड़ा ऊंचे सुर में गाना।।

भैया और भतीजे नन्हें तुम्हें जान से प्यारे। कैसे उनको छोड़ पाओगी वे अंखियों के तारे।। भाभी काम करे तुम नल से पानी ना भरना। मायके में खुश रहना, चिंता मेरी मत करना।। झूठी शान बघारे जो सबकी नजरों में चढ़ती। इसके उसके कान भरे तो घर में इज्जत बढ़ती।।

गारे की भी ननद बुरी कहावत सच करना। सीरियल देख पल्लवी का तुम रोल अदा करना।।

कहानी घर-घर की सा सबके आगे देना घरना।

मायके में खुश रहना, चिंता मेरी मत करना।। मेरा क्या मैं तो चंगा हूँ आजादी से रहता। होटल में पब में मदिरा का सुन्दर झरना बहता।।

कसम हे हर झूठे आंसू की हाथ नहीं हिलाता। बार गर्ल दिख जाए तो मैं आंख नहीं मिलाता।। सच मानो पटाखों पर छोड़ दिया है मरना।

मायके में खुश रहना, चिंता मेरी मत करना।।

✍ हरिहर झा
मेलबोर्न- ऑस्ट्रेलिया



सुश्री शारदा देवी नागर बिकलाखेड़ी

शाजापुर। समीपस्थ ग्राम बिकलाखेड़ी निवासी सुश्री शारदा देवी नागर का 78 वर्ष की उम्र में अल्पबीमारी के पश्चात शुक्रवार को निधन हो गया। उनके निवासस्थान से निकली अंतिम यात्रा में नागर ब्राह्मण समाज के लोगों, ग्रामीणजनों ने भाग लिया। मालूम हो कि सुश्री नागर विगत अनेक वर्षों से कुशलता पूर्वक आंगनवाड़ी केंद्र का संचालन कर रही थीं। अपनी विकलांगता को पराजित करते हुए उन्होंने अन्य निःशक्तजनों के लिए स्वावलम्बन का अनुपम उदाहरण प्रस्तुत किया।



श्री मांगीलाल जी नागर, उज्जैन

उज्जैन निवासी श्री मांगीलाल जी नागर का देहावसान 17 जनवरी 2015 को हो गया। श्री कमलकिशोर नागर, कैलाश, अरुण, ओम नागर ने दुःखद घड़ी में सात्वना देने हेतु समाजजनों का आभार व्यक्त किया है तथा 25000 रु. की दानराशि देने की घोषणा की है।

पं. बालाराम जी नागर, खाचरोदा (धार)

ग्राम खाचरोदा निवासी पं. श्री बालारामजी नागर (फुफाजी) का देवलोकगमन 93 वर्ष की आयु में 6 जनवरी 2015 को हो



गया, बड़ी संख्या में समाजजनों एवं ग्रामीणजनों की उपस्थिति में पुत्र श्री रमेशचंद्र नागर ने मुखाग्नि दी। 1940 में 18 वर्ष की उम्र में अपने पैतृक गांव बणी तह. मनासा से वे खाचरोदा आ गए थे, शुरुआती दौर में यहां 30 रुपए महीने पर डाक विभाग में पोस्टमैन की नौकरी की। खाचरोदा के ही पं. श्री रामचंद्र रावल की छोटी पुत्री गीताबाई से उनका विवाह हुआ।

- दिलीप नागर, खाचरोदा
मो. 9826720795

पुण्य स्मरण

मेरी पूज्य माताजी स्व. श्रीमती वीणावतीजी की तृतीय पुण्यतिथि 5 फरवरी 2015 पर अश्रुपुरित श्रद्धांजलि-
- संदीप, राजीव एवं समस्त भट्ट,
मेहता परिवार, शाजापुर, बसवा, कामां
(काभवन)

श्री बालकृष्णजी व्यास

श्री मदनलाल जी व्यास के सुपुत्र एवं श्री हरिओम व्यास, श्री रघुनंदन व्यास के बड़े भाई, योगेश, केशव, भारत के ताऊजी व चि. निकुंज के दादाजी श्री बालकृष्ण जी व्यास का देहावसान 28 जनवरी 2015 को उज्जैन हो गया।



श्रद्धांजलि

द्वितीय पुण्य स्मरण- 26 फरवरी

शांति जयंती- 9 फरवरी

स्व. श्रीमती शांति दयाशंकर जोशी, व्याख्याता कुशल गृहिणी, रिश्ते संबंधों, सरल, स्रेही, स्वावलंबी, छात्राओं व समाज में लोकप्रिय व्यवहारकुशल 'माँ'

श्रद्धावनत्- जोशी, डॉ. श्री प्रदीप रेणुका मेहता, श्रीमती जया नागर, जाधव, तिवारी (महू) श्रीमती निशा जोशी (अमेरिका)।

जिस प्रकार गुलाब से सहज ही सुगन्ध निकलती है, उसी प्रकार सुशील, सज्जन और परोपकारी व्यक्ति के हृदय से पुनीत कार्य उत्पन्न होते हैं और दूसरों को लाभ पहुंचाते हैं।

जिन्दगी के सफर में गुजर जाते हैं जो मुकाम...

जिन्दगी के सफर में गुजर जाते हैं जो मुकाम, वो फिर नहीं आते। पापा के साथ पिछले कुछ माह से प्यार के जो पल बिताए, वे अब कभी नहीं आएंगे। 21 जनवरी बुधवार को पापा परम ज्योति में लीन हो गए। जो आएगा वो जाएगा पर इतनी जल्दी, एकदम ऐसा होगा, ये सोचा न था। बस, यही बात खटक रही है और खटकती रहेगी।

20 जनवरी की अमावस ने ऐसा अंधेरा किया कि उजाला दिखाई नहीं दे रहा, पिता का सानिध्य भौतिक रूप से छूट गया। 6 जनवरी की सुबह पापा ने ऐसा मौन धारण किया कि टूटा ही नहीं। चिकित्सा-विज्ञान भी उनके मौन के आगे नतमस्तक हो गया। शाम 4.15 पर प्राण-ज्योति उनके शरीर से निकल परमात्म ज्योति में लीन हो गई। इसका अनुभव हम सभी को उनके दिव्य चेहरे ने करा दिया।

जिन्दगी की डोरी ईश्वर के हाथ में ही है, जितनी चाबी भरी राम ने अरे उतना चले खिलौना। पर... पापा ने यह अहसास ही नहीं होने दिया कि कल क्या होने वाला है। एक अच्छा सपना देख रहा था, मानो। 6 जनवरी की सुबह 7 सवा सात बजे मैं सचमुच नींद में था, अमित ने जब कहा- अंकल जी, दादाजी कौन जाने क्या हो गया, वो कुछ बोल ही नहीं रहे... दौड़ा-दौड़ा उस कमरे में पहुंचा, जहां पापा सोते हैं। वे बिस्तर पर मौन अवस्था में सो रहे थे, गहरी श्वास चल रही थी।

एक अस्पताल से दूसरे अस्पताल तक दौड़ लगाई... पहले सिविल फिर संजीवनी पहुंचे पर वहां 'संजीवनी' नहीं मिली। इंदौर के विशेष अस्पताल भी पहुंचे विशेष कुछ हाथ नहीं लगा। पुष्पा मिशन भी हमारे 'मिशन' को कामयाब नहीं कर सका।



श्री सत्यनारायण जी नागर, अवसान - 20 जनवरी 2015

विधाता ने जो लिख दिया, वह होकर ही रहता है। चिकित्सक हमें उम्मीद ही बंधा सकते हैं और अपनी प्रेक्टिस ही कर सकते हैं। आखिरकार डॉक्टर भी प्रार्थना की ही सलाह देते हैं। हमारी संस्कृति, हमारी परम्परा और धर्म सदैव प्रार्थना के लिए ही प्रेरित करता है।

हर घटना एक सबक अपने पीछे छोड़ जाती है। बीते पन्द्रह दिनों ने भी यही सीख दी है कि हम स्वस्थ रहें तो प्रभु की प्रार्थना करते रहें, परमात्मा को स्मरण करते रहें, क्योंकि विशेषज्ञ डॉक्टर भी जब घुटने टेक देते हैं तब भी प्रार्थना का ही आश्रय सबसे बड़ा होता है। इसीलिए कहा भी है दुःख में सुमिरन सब करे, सुख में करे न कोय, जो सुख में सुमिरन करे तो दुःख काहे को होय।

✍ सुशील-सुधीर नागर
मकोडिया आम, उज्जैन

सत्यम्...शिवम् ... सुन्दरम्

उज्जैन में लेखन इतिहास का 'सत्यम्' श्री सत्यनारायणजी नागर का यूँ चला जाना सबको अखरा, होनी तो अटल है, परन्तु हम तो प्रत्येक व्यक्ति के जीवन से प्रेरणा लेने का प्रयास करते हैं। भगवान शिव के उपासक सत्तू दादा केवल नाम के सत्यम् या सत्यनारायण नहीं थे, वे सत्य के पुजारी भी थे, किन्तु सत्य कहने-सुनने में बहुत कड़वा होता है। हम क्या चाहते हैं सामने वाला क्या समझता है?

किसी पर अपना तीसरा नेत्र खोलते हैं उसका क्या मतलब निकाला जाता है। इसलिए सत्तू दादा ने सुन्दरम् तरीका निकाला। मन में जो भी हो उसे लेखन कर लिया जावे। वे भोलेनाथ थे, कोई छल-छिद्र नहीं, माया-मोह नहीं। मस्ती से जीना, परन्तु मनुष्य जीवन में अनेक बातें होती है, किससे कहें, किससे नहीं। अतः उन्हें डायरी में उतारना उत्तम तरीका है। सत्तू दादा जीवन संघर्ष का बेहतरीन उदाहरण थे, कभी हार नहीं मानी। कर्म और कर्तव्य का जहां तक सवाल है तो सिद्धांतवादी पत्रकारिता, सृजनात्मक लेखन एवं परिवार के प्रति निष्पक्ष कर्तव्य अदा किया।

यारों के यार थे तथा जिद के पक्षे। खुश रहना तथा सबको हंसाते रहना। मनुष्य तभी प्रसन्न रह सकता है, जब वह आंतरिक रूप से क्रोध, लोभ, मोह आदि से मुक्त रहे किसी के प्रति गलत भावना न रहे। इसका तरीका वे सबको बता गए, बोल न सको तो लिख डालो, जीतेजी न सही अवसान के बाद ही सही डायरी के पन्नों में उतरे विचार खंगालने से ही परिजनों को उनकी भावना या भावी कर्तव्यों का आभास हो सकेगा। आप तो जीवन मुक्त हो श्रीचरणों में पहुंच गए, हमें भी जीवन मुक्ति का सूत्र बता गए। श्री नागर के सुपुत्रों सुशील एवं सुधीर नागर ने अपने पिताजी की स्मृति में श्री हाटकेश्वर धाम में 25 हजार रु. देने की घोषणा की है।

✍ दीपक शर्मा

बिंदू से सिंधु तक...



श्रीमती प्रभा लक्ष्मीनारायण जी जोशी

हमारी माँ, काकी, माता, मम्मी जिस भी नाम से हम पुकारें, आज भी लगता है कि वे हुंकारा भर कर उत्तर दे रही हैं। उनके बगैर हम जीवन की कल्पना भी नहीं कर पा रहे हैं। 15 दिन से अधिक हो गए। आगे भी दिन...महीने... साल बीतते जाएंगे, परन्तु उनको महसूस किए बिना कैसे..? वे साथ है और हमेशा साथ रहेंगी इसी विश्वास से आगे का जीवन बीतेगा।

8 अक्टूबर 1924 से 17 जनवरी 2015 तक की उनकी जीवन यात्रा हमें सदैव याद रहेगी। जीवन में उतार-चढ़ाव रहे होंगे, परन्तु परिवार सम्बन्धियों के प्रति स्नेह में कभी कमी नहीं देखी। जिस टाठ से उन्होंने जीवन जिया उसी टाठ से शांत चित्त भाव से जीवन की अंतिम सांस ली।

यह बहुत अद्भुत है। हम भाग्यशाली हैं और कामना करते हैं कि हमारे प्रत्येक जन्म में वे ही हमें माता-पिता के रूप में मिले। विश्वभर में उनकी सन्तान, नाती, पोते दक्षतापूर्वक काम

कर समाज एवं देश का नाम रोशन कर रहे हैं। शाजापुर नागर सेरी, भदौरा, गुना और अन्य जगहों पर उनकी स्मृतियां जीवंत रहेगी। परिवार पर उनका वरदहस्त बना रहे और हमें प्रेरणा देकर वे सुकर्म में लगाए रखें यही प्रार्थना है।

- श्रीमती शारदा मंडलोई
'ऊँ शिवम्' शालीमार टाऊनशिप इंदौर
मो. 9425085052, 9422513874

श्रीमती करुणा नागर, पचपहाड़

स्व. कन्हैयालाल जी नागर की पुत्रवधु जगदीश नागर की पत्नी एवं अनुज नागर की माताजी श्रीमती करुणा नागर का स्वर्गवास 22 जनवरी 2015 को हो गया।

छाती व श्वास रोग एवं एलर्जी के शीघ्र निदान हेतु



डॉ. दीपक नागर

(एम.बी.बी.एस., डी.टी.सी.डी., डी.एन.बी.)

अस्थमा, एलर्जी, क्षय रोग, ब्रॉकोरकोपी एवं क्रिटिकल केयर विशेषज्ञ

एक्स. क्लिनिकल एरोसिएट-फोर्टिस हॉस्पिटल, दिल्ली
कन्सल्टेंट- ग्रेटर कैलाश हॉस्पिटल, इन्दौर

विशेषताएँ :

पल्मोनरी (फेफड़े) फंक्शन टेस्ट,
ब्रॉकोस्कोपी,
एलर्जी टेस्ट,
खरटे एवं
स्लीप स्टडी



श्री साईं चेस्ट एवं एलर्जी सेन्टर

107, आशीर्वाद कॉम्प्लेक्स, स्वस्तिक भोजनालय के पास, कनाड़िया रोड़, इन्दौर
मिलने का समय : सायं 6.00 से 9.00 बजे

नोट: कृपया मरीज अपनी बीमारी से संबंधित कागज, एक्स-रे, जांच रिपोर्ट साथ लेकर आएँ।
असुविधा से बचने के लिए फोन पर पूर्व पंजीयन करवाकर आएँ। फोन: 9302130033

मां तुझे प्रणाम

(प्रथम पुण्यतिथि पर सादर नमन)
(दि. 07 फरवरी 2014)

'मां' एक ऐसा शब्द है, जिसका इस जग में कोई सानी नहीं है। 'मां' सिर्फ 'मां' होती है और यह भी सच है कि कोई भी मां की जगह नहीं ले सकता।

हमारी मां जिन्हें हम सब भाई बहन 'आई' के सम्बोधन से पुकारते थे, वो सिर्फ हमारी ही आई नहीं थी, बल्कि पूरे परिवार व समाज की 'आई' कहलाती थी। यहां तक कि मेरे दादाजी भी उन्हें 'आई' ही कहते थे।

उनको 'आई' कहना मुझसे ही शुरू हुआ था। हम इन्दौर में जहां-जहां भी रहे, हमेशा महाराष्ट्रियन परिवारों के बीच में ही रहे। मेरा बचपन इन्हीं परिवारों के सानिध्य में बीता। आई मुझे इन्हीं लोगों के पास छोड़कर बाजार वगैरह जाती थी तथा जब वो आ जाती थी तो मुझसे कहा जाता था कि 'तुझी आई आली' इसी वजह से मैंने उन्हें आई कहना शुरू किया। जो आज तक बरकरार है चाहे वो आज हमारे बीच नहीं है।

हमारी 'आई' का जीवन बहुत संघर्षमय रहा। पहले कम उम्र में शादी हो जाती थी, इस छोटी-सी उम्र में उन्होंने अपने बच्चों के साथ-साथ मेरे काका (श्री नरेन्द्र त्रिवेदी एवं मेरी दोनों बुआओं (शशी बेन) व (वेजूबेन) का भी पालन-पोषण सुचारु रूप से किया। उन्होंने हम सातों बच्चों को इस तरह से पाला जैसे हम एक ही मां की संतान हैं। यही वजह है कि हमने अपनी बुवाओं को कभी बुआ नहीं कहा, बल्कि बेन ही कहा और काका को डेडी कहा काका कभी नहीं कहा।

डेडी की पहचान त्रिवेदी परिवार में सबसे बड़े बेटे के रूप में रही जो आज भी कायम है और हमेशा रहेगी। आई ने हमारे पालन-पोषण की जिम्मेदारी को बखूबी बहुत अच्छे से एवं प्रेम पूर्वक निभाया, यही वजह है कि हम सब भाई बहन आज भी मजबूती से जुड़े हुए हैं। चाहे हमारा वक्त अच्छा रहा हो या बुरा।

हमारे पिताजी (स्व. श्री महेन्द्र भाई त्रिवेदी) हम सब बच्चों और हमारी मां को

अचानक व असमय छोड़कर इस दुनिया से चले गए थे। उस कठिन समय में उन्होंने जिस हिम्मत से अपने बच्चों की परवरिश की, उनके शादी विवाह किए, सिर्फ अपने अकेले के दम पर किया। अपने हीसलों और निर्णय लेने की क्षमता। यह सब हम बच्चों ने देखा है।

उस कठिन समय में यदि हमारे त्रिवेदी परिवार का संबल कोई था तो वो थे स्व. 'डॉ. विष्णुदत्त जी नागर' (मेरे काका ससुर)। हर तरह से उन्होंने 'त्रिवेदी' परिवार की सहायता की, बिल्कुल अपनेपन व चिन्ता फिक्क के साथ। उन्होंने उसी समय मेरे छोटे भाई, डॉ. राकेश त्रिवेदी जो आज हमारे बीच न जाने किस त्रुटि की वजह से नहीं हैं हम नहीं जानते। राकेश की उन्होंने गुजराती कॉलेज में लेक्चरर के रूप में नौकरी लगवाई, जिससे हमारे त्रिवेदी परिवार को जीवन सहज रूप से जीने में सहायता मिली। राकेश अपने अन्तिम समय तक गुजराती कॉलेज में ही स्थापित रहे। हमारी 'आई' राकेश का सहारा लेकर आगे बढ़ती गई, दोनों मां-बेटे ने मिलकर पूरे परिवार को संभाल लिया।

अंतिम समय में जब 'आई' जीवन मृत्यु के बीच जूझ रही थी, तब पूरे त्रिवेदी परिवार ने जिस लगन व तन्मयता से उनकी सेवा की, देखते ही बनती थी। अस्पताल में इसी सेवा व मेहनत को देखते हुए एक नर्स ने कहा था कि किसी बुजुर्ग व्यक्ति के लिए सारे लोग एक साथ लगे हों, ऐसा देखने में कम ही आता है।

आखिर जीवन मृत्यु की इस जंग में, मृत्यु की ही जीत हुई और वे 7 फरवरी 1914 को हम सब को छोड़कर परलोक वासी हो गईं। हम सब ईश्वर से प्रार्थना करते हैं कि वो उनकी आत्मा को शांति प्रदान करे। 'आई' हमें ऊपर से ही आशीर्वाद देती रहे, यही कामना है।

अंत में बस इतना ही कहूंगी कि-
'हर खुशी अघूरी है मां तेरे बगैर।
घर का आंगन, सूना-सूना है मां तेरे बगैर' ॥
✍ रजनी नागर,
उज्जैन, 9893411884

प्रेम के कुमार चले गए!

सदैव मुस्कुराते रहने वाले खुशमिजाज श्री प्रेमकुमार शास्त्री, इंदौर में कहीं कोटा वाले फूफाजी, कहीं मामाजी के नाम से जाने जाते थे। सेवाकाल में उनके समकालीन सहकर्मी



श्री प्रेमकुमार जी शास्त्री
अवसान - 07-12-2014

उन्हें 'ग्लेक्सो बेबी' के नाम से बुलाते थे। वे मोहल्ले पड़ोस में युवाओं और बच्चों में 'दादाजी' के नाम से प्रसिद्ध थे।

इनका जन्म दिनांक 8 जनवरी 1928 को इन्दौर के समीप हातौद गांव में श्री विष्णुदत्त जी शास्त्री के घर हुआ। बाल्यकाल में माता गुजर गईं। पिता ने सन्यास ले लिया। अतः छोटे भाई-बहन का भी पालन पोषण करते हुए अपनी पढ़ाई जारी रखी।

किशोरावस्था में रेलवे में शामगढ़ में बुकिंग क्लर्क की नौकरी की। रेलवे में कई पदों पर सेवा करते हुए 'मुख्य ट्रेन कंट्रोलर' के पद से 1986 में सेवानिवृत्त हुए। सेवानिवृत्ति के दो-तीन साल के अन्तराल में पिता, पत्नी एवं ज्येष्ठ पुत्र साथ छोड़ गए, लेकिन प्रेम कुमार संसार में प्रेम से रहते हुए दूसरों की सेवा करते हुए जीवन व्यतीत करते रहे। उन्होंने अपने जीवन काल में कितने दीन दुखियों, सम्बन्धियों की निस्वार्थ सेवा की। कई संस्थाओं तथा नागर समाज को धनराशि दान किया। यहां उनके विषय में यह उल्लेख करना भी आवश्यक है कि न केवल वे सहृदय, सेवाभावी, हंसमुख इंसान थे बल्कि एक अच्छे 'जादूगर' भी थे, जो सेवाकाल में रेलवे कार्यक्रमों में शादी समारोहों में स्टेज-शो किया करते थे। इसके अतिरिक्त वे तिरन्दाजी में भी सिद्धहस्त थे।

ऐसे प्रतिभाशाली, हर दिल अजीज हमारे 'बाऊजी' दिनांक 7 दिसम्बर 2014 की सायं अचानक चुपके से हमें छोड़कर चले गए। ईश्वर उनकी आत्मा को शांति प्रदान करे।

✍ डॉ. कमलकान्त नागर
(दामाद)



सूचना और प्रसारण मंत्रालय
भारत सरकार

26

जनवरी

“ जनता

की भागीदारी के बिना कोई

लोकतंत्र ”

सफल नहीं हो सकता।

जे.ए. मेदी

66वां गणतंत्र दिवस



davp 22201/13/0039/1415

उपभोक्ता ध्यान दें!

लड़कर लें अपना अधिकार

उपभोक्ता अदालत

बनेंगे आपके हथियार

बतौर उपभोक्ता, देश में आपके अधिकार सुरक्षित हैं। एक उपभोक्ता के रूप में जागरूक रहें तथा अपने अधिकारों को जानें। इसके बावजूद अगर आपको लगता है कि आपको धोखा दिया जा रहा है तो उपभोक्ता अदालत जाएँ। वहाँ न्याय अवश्य मिलेगा।



राष्ट्रीय उपभोक्ता हेल्पलाइन नम्बर: 1800-11-4000 (टोल फ्री)

अपने मोबाइल से अपना नाम और शहर 8130009809 पर एस.एम.एस. करें

ऑन-लाइन शिकायत दर्ज कराने के लिए www.nationalconsumerhelpline.in या www.core.nic.in पर लॉग ऑन करें। (टोल फ्री नम्बर 1800-180-4566)



जनहित में कार्य

उपभोक्ता मामले, खाद्य एवं सार्वजनिक वितरण मंत्रालय

उपभोक्ता मामले विभाग, भारत सरकार

कृषि भवन, नई दिल्ली-110001 वेबसाइट : www.fcamin.nic.in

जन्म शताब्दी एवं पुण्य स्मरण

यादों में हर पल जीते रहेंगे, हमारे प्रेरणा स्रोत बने रहेंगे
आज श्रद्धा दीप जलाते हैं, स्मृति पुष्प चढाते हैं।



पूजनीय स्व. पं. दीनदयाल जी नागर

(सुपुत्र स्व. श्री पंडित बिहारी लाल नागर),

शिक्षाविद, विचारक एवं समाजसेवी

जन्म:- दौसा, जयपुर, राजस्थान

जन्म
15.01.1915

वैकुण्ठवास
19.01.1993

(जन्मशताब्दी 15.01.1915 - 15.01.2015)

श्रद्धा सुमन एवं अश्रुपूरित श्रद्धांजलि

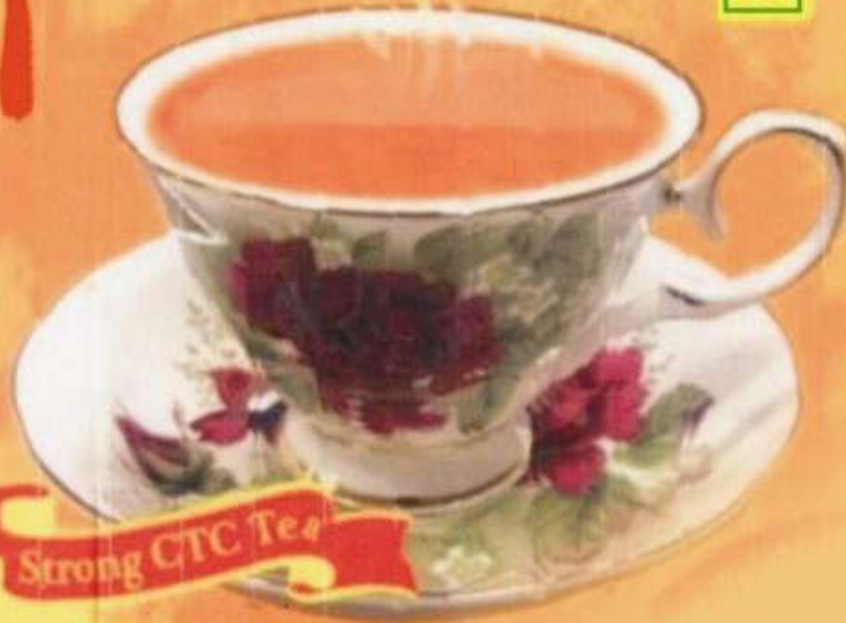
श्रद्धावनत् - श्रीमती शारदा देवी नागर (पत्नी)

रविशंकर (भ्राता), शिवचरण-कुसुम, डॉ. दिनेश कुमार-अर्चना, गणपत कुमार-डॉ. मीना,
डॉ. आनंद प्रकाश-शिखा (पुत्र-पुत्रवधु), श्रीमती विमला, आशा, (पुत्री), इन्दू-शशि शेखर (पुत्री-दामाद),
डॉ. गौरव-डॉ. यशरवी, शशांक, अभिषेक-दीप्ति, आशीष, शुभम, सोमेश (पौत्र-पौत्रवधु),
डॉ. शिखा-डॉ. भारतभूषण, श्रुति-डॉ. दीपक (पौत्री-दामाद), आदित्यभूषण (प्रदोहित),
द्रोणाक्षी, इशिता (प्रपौत्री), अदिती, अनिका (प्रदोहित्री) एवं समस्त नागर परिवार, दौसा, जयपुर, (राज.)।
ससुराल पक्ष :- पं.स्व.मौजी शंकर मेहता (पूर्व राज्य कवि) स्व. सुखनंदन, स्व. सूर्यकांत, स्व. शशिकांत,
स्व. लक्ष्मीकांत मेहता, बालकृष्ण, राजेन्द्र, सुरेन्द्र, विभाष, अशोक, प्रदीप व शैलेन्द्र एवं समस्त मेहता परिवार, रतलाम।

मो: 9784359440

RYDAK

(RED)



Strong CTC Tea

रायडक चाय

कड़क स्वादिष्ट रायडक चाय

Marketed By : **KANT & COMPANY LTD.**

75, DR. RAJENDRA PRASAD SARANI, KOLKATA - 700001, PH.NO. 22309925

Local Address-

KANT & COMPANY LIMITED

306, Nariman Point, 96, Maharani Road, INDORE Mo.9300126194

स्वामी, प्रकाशक, मुद्रक मनीष शर्मा द्वारा श्री दीपक प्रिंटर्स
20, जूनी कसेरा बाखल, इन्दौर से मुद्रित एवं यही से प्रकाशित
संपादक : सौ.संगीता शर्मा (40) मो. 99262-85002