

वर्चुअल जाल में फँसता बचपन

त्रिमासिक पत्रिका
लोक्प्रा
फॉर सक्सेस
www.locusforsuccess.com
अक्टूबर से दिसम्बर 2022





नेत्र विशेषज्ञों द्वारा
आँखों की जाँच करके
नज़र व धूप के चश्में
बनाये जाते हैं।

उच्चतम क्चालिटी के ब्राण्डेड लेंस व फ्रेम

Auth. Dealer :



बालाजीTM ऑप्टीकल कं.

गोगल्स

कॉन्टैक्ट लैंस

फ्रेम्स

ONLINE क्लास के लिए

BLUE CUT लैंस भी उपलब्ध हैं।

संजय प्लेस : कावेरी सेन्टर, आजाद पैट्रोल पम्प के सामने,
संजय प्लेस, आगरा दूरभाष : (0562) 2527268

कमला नगर : बी-108, सैन्ट्रल बैंक रोड, बैंक ऑफ इण्डिया के सामने
कमला नगर, आगरा दूरभाष : (0562) 2580402

S

सम्पादक
रजनी सिंह

S

प्रचार-प्रसार सलाहकार
मनीष अग्रवाल

S

समन्वयक
डॉ. राजेन्द्र मिलन
श्री वरुण कौशिक
डॉ. शशि गोयल

O

बरेली प्रतिनिधि
अशोक सिंह

दिल्ली प्रतिनिधि
सुनाली सिंह

J

कानपुर प्रतिनिधि
अमित कुमार खिरवार

विधि सलाहकार
श्री अशोक कुमार बंसल (एड.)

आगरा कार्यालय
एफ-1, प्रथम तल, यू.पी. टावर,
डी.सी.बी. बैंक के सामने, संजय प्लेस
आगरा-282002
मो. 9917952327

E-mail : locusforsuccess@gmail.com
Website : www.locusforsuccess.com

स्वामी, प्रकाशक, मुद्रक: रजनी सिंह द्वारा
श्रुति प्रिन्टर्स, गोकुलपुरा, आगरा
से मुद्रित कराकर 3,
न्यू अशोक नगर, आगरा (उ.प्र.)
से प्रकाशित।
सम्पादक : रजनी सिंह

RNI UPHIN/2006/17735

वर्ष - 16, अंक - 4

LOCUS FOR SUCCESS

1. संपादक के बोल	02	कविता
2. प्रेजेंटेशन से घबराहट...	03	15. आखिरी दीवार
3. 'वर्चुअल' जाल में फँसता...	04	16. जाड़े की कुण्डलियां
सौन्दर्य		17. दिल की आवाज़
4. चेहरे के सफेद दाने	05	18. बेटियाँ
स्वास्थ्य		19. मेरे मन के द्वारे
5. गले में दर्द और खांसी से ...	06	20. हरियाली ही खुशीहाली
6. दूध में मिलायें और आराम	07	21. अमरत्व
लेख		22. विचार
7. क्या ऊंट शकाहारी है?	08	पर्यटन
8. क्या अंतर है इनमें	09	23. स्विट्जरलैंड से कम नहीं !
9. बंदर भी हो रहे हैं विकसित	11	धर्म
लघु कथा		24. दीपावली का महत्व
10. रिश्ते	12	25. पर्यावरण जागरूकता
कहानी		वास्तु ज्ञान
11. ये क्या हैं?	13	26. घर का वास्तु
इतिहास		27. सूरज की किरणों से उपचार
12. कुम्भलगढ़ किला	16	28. सहयोग से सक्षम....
13. यकीन नहीं होगा	18	
14. सनातन से साक्षात्कार	19	

पत्रिका में प्रकाशित सभी लेखों पर सम्पादक की सहमति हो, यह आवश्यक नहीं। पत्रिका में प्रकाशित किसी भी लेख पर आपत्ति होने पर उसके विरुद्ध कार्यवाही केवल आगरा कोर्ट में होगी तथा पत्रिका में प्रकाशित लेख व तर्जीरें कम्पनी की प्रॉपर्टी हैं। इसका कोई भी लेख अथवा लेख का अंश या तस्वीर प्रकाशित करने से पहले कम्पनी की लिखित अनुमति लेना जरूरी है और पत्रिका में छपी किसी भी सामग्री से संबंधित पृष्ठाएँ व किसी भी प्रकार की कार्यवाही प्रकाशन तिथि से 3 माह के अन्दर की जा सकती है। उसके बाद किसी भी प्रकार की पृष्ठाएँ हेतु हम जबाब देने कि लिए वाध्य नहीं हैं।

संपादक के बोल

आप सभी पाठकों को दीपावली पर्व एवं देवोत्थान एकादशी की हार्दिक शुभकामनाएं। पिछले कुछ समय से एक बात काफी सुनने में आ रही है। सब कुछ ऑन-लाइन उपलब्ध है, होता भी है, हम मना नहीं कर रहे। परन्तु हर वक्त आप फोन, कम्प्यूटर, लैपटॉप पर ऑन-लाइन रहते हैं, क्या ये आपके लिए, आप के परिवार के लिए, आपके आपसी रिश्तों के लिए सही है। मेरे ख्याल से नहीं। जब घर के बड़े पूरे दिन ऑन-लाइन रहते हैं तो क्या बच्चे इस बात से बच सकते हैं, नहीं आप भी उनको ऐसा करने से नहीं रोक सकते। इससे बच्चों का बचपन खत्म हो रहा है। पता ही नहीं होता है कि बच्चे क्या देख रहे हैं, और क्या सीख रहे हैं। फिर उसी को देखकर बच्चे अपने व्यवहार में शामिल कर रहे हैं। और हम कहते हैं बच्चे जल्दी बड़े हो रहे हैं। गलत-गलत बातें सीख रहे हैं। इसका कारण यही है कि जब बड़े ऑन-लाइन व्यस्त हैं तो वो बच्चों को क्या सिखाएंगे कि वो सही देख रहे हैं या गलत। पहले के लोग क्या होशियार नहीं होते थे? होते



थे। एक दूसरे से बातचीत करने से, अपने विचार, अपना ज्ञान एक दूसरे को बातचीत के माध्यम से बाँटा करते थे जिससे ज्ञान तो बढ़ता ही था साथ ही साथ एक-दूसरे के साथ रिश्ते भी अच्छे रहते थे। फोन, लैपटॉप, कम्प्यूटर की हानिकारक किरणों से स्वास्थ्य को खतरा भी नहीं रहता था। बच्चों को बड़ों का सानिध्य भी प्राप्त होता था। पर आज तो ऑनलाइन रहना लोग अपनी प्रतिष्ठा का प्रतीक मानते हैं। आज पांच लोग कहीं एक साथ बैठे हैं। परन्तु एक दूसरे से बातचीत करने की फुर्सत किसी को नहीं क्योंकि सब ऑन-लाइन व्यस्त होते हैं। इससे विपरीत पहले सभी साथ बैठते थे विचारों का आदान-प्रदान होता था बच्चों को एक स्वस्थ वातावरण मिलता था, इस पर विचार जरूर करें। हर चीज का उपयोग अच्छा है, परन्तु अति हर चीज की बुरी है। अपने बच्चों के भविष्य का ख्याल रखकर विचार अवश्य करें।

रजनी सिंह
संपादक



डॉ. रमेश आनन्द
(आगरा)

लोकस के प्रति पाठक का दृष्टिकोण

जुलाई से सितंबर 2022 पत्रिका 'लोकस फॉर सक्सेस' प्राप्त हुई जिसमें मनीष अग्रवाल जी द्वारा स्टार्ट अप व्यवसाय के में युवाओं को विस्तृत जानकारी से अवगत कराया गया है ज्ञान की बात में 10 बातों द्वारा युवाओं को सफलता प्राप्त करने का मंत्र दिया गया है। स्वास्थ्य के लिए कई आदतों के बारे में बताया गया है जिसे लोग अपनाकर स्वस्थ रह सकें। खबर

आपके लिए में बताया गया है कि अगर आप मांस मछली नहीं खाते हैं तो प्रोटीन प्राप्त करने के लिए रामदाना के बीज

, मूँगफली ,हरी मूँग की दाल, चना,और पनीर का सेवन कर सकते हैं। बालों को झड़ने से रोकने के लिए कई आयुर्वेदिक नुस्खे बताए गए हैं। खाना—खजाना में बारिश के मौसम में अरबी के पतोड़े बनाने की विधि, अंजीर फल का इतिहास ,वास्तु टिप्स में नकली फूल शुभ होते हैं या अशुभ के बारे में बताया गया है। केरल के तिरुवनंतपुरम जिले में स्थित कोवलम का यात्रा वृत्तांत का वर्णन। प्रकाश गुप्ता बैबाक जी की पुण्य के पांच मिनट और डॉ शशि गोयल जी की अपने—अपने स्वार्थ लघु कथाएं बहुत ज्ञान प्रद हैं। भूपेंद्र सिंह बेगाना जी का आजादी का अमृत महोत्सव और हिंदी भाषा लेख प्रभावोत्पक है। आर्थिक ज्ञान में विनय बंसल जी का संयुक्त बैंक खातों में परिचालन लोगों को खाते संचालन के बारे में अवगत कराता है। चंद्रकांत त्रिपाठी जी की कुछ लिखने की जिद प्रशंसनीय लेख है। यश चन्द्रिका सिंह का एक ऐसा रिश्ता जो हर बंधन— में बच्चों की मनोदशा का वर्णन किया गया है। कर्नल डॉ उमेश चंद्र दुबे क्या चाहता है युवा? देश या दंगा में लोगों को अग्निवीर योजना का विस्तृत वर्णन समझाया गया है। डॉ रमेश आनन्द जी की कहानी सम्मोहन के द्वारा महिलाओं को ठगिया साधुओं से बचने की नसीहत दी गई है। अर्चना सिंधल जी की बूढ़ा बरगद ,अलका अग्रवाल जी की लेटर बॉक्स, भी प्रेरणा दायक कहानियां हैं डॉ प्रभा गुप्ता जी की लग गई किसकी नजर, पम्मी सड़ाना जी की ये बेटियां, डॉ तनेजा जी की पाषाण अमां पतंग ,शाति नागर जी की रचना दर्द औरों का , राजेंद्र मिलन की मानस सखा है यार तू और नीलम श्रीवास्तव का हास्य व्यंग इंटरव्यू सुरभि श्रीवास्तव की मेरे घर को एक नाम मिल गया सभी कविताएं प्रेरणा दायक हैं। कारगिल युद्ध में शहीद हुए वीर सैनिकों की याद में दीपदान किया गया और अंत में दृष्टिकोण में श्रदेय स्वरूपचन्द जी जैन मारसंस को काव्यांजलि द्वारा श्रेदासुमन अर्पित किये गये। कुल मिलाकर कहा जा सकता है कि पत्रिका हर वर्ष के लिए उपयोगी और ज्ञानप्रद है जो पूर्ण कलेवर के साथ प्रस्तुत की गई है। मैं पत्रिका की संपादक को त्रुटिरहित ,श्रेष्ठ पत्रिका के लिए बधाई देता हूं। यह पत्रिका दिन दूनी रात चौंगुनी प्रगति करती हुई प्रगति पथ पर अग्रसर होती रहे ऐसी मेरी शुभकामनाएं हैं।



प्रेजेंटेशन से घबराहट एसे पाएं कॉन्फिडेंस

मनीष अग्रवाल
मोटिवेशनल स्पीकर

कई लोगों को अपने विचारों को सभी के सामने पेश करने में मुश्किल होती है। लेकिन कहीं भी एडजस्ट होने या सफलता को पाने के लिए बोलना जरूरी है अगर आप भी लोगों के सामने बोलने में और अपनी बात रखते वक्त घबरा जाते हैं तो ये टिप्प आपके काम आ सकते हैं।

लोगों के सामने अपनी बात रख पाना हर किसी के लिए आसान नहीं होता है। कई लोगों को अपनी बात जाहिर करने में घबराहट



होती है हालांकि कुछ लोगों के लिए ये आसान भी होता है। लेकिन स्कूल-कॉलेज हो या जॉब... अपने आपको जाहिर करना, अपनी बात रखना या प्रेजेंटेशन और स्पीच देना हमें जिंदगी में ऊँचाई तक पहुंचा सकता है। कई जगह पर प्रेजेंटेशन या स्पीच देना जरूरी भी होता है, जिसके बिना आपका काम नहीं चल सकता। तो आइये जानते हैं कैसे प्रेजेंटेशन या स्पीच देने में होने वाली घबराहट से बचा जा सकता है।

स्टडी करना- किसी भी विषय पर बोलने के लिए आपको उसके बारे में जानकारी होना बेहद जरूरी है। बिना जानकारी या कम ज्ञान के आत्मविश्वास नहीं लाया जा सकता। इसके अलावा अपने विषय से जुड़े सवाल-जवाब देने में भी आपको आसानी होगी।

अपनां के सामने बोलें- पूरी जानकारी होने के बाद भी अगर आपको घबराहट होती है तो इसके लिए आपको प्रैक्टिस की जरूरत है। प्रैक्टिस के जरिए सबके सामने बोलने की घबराहट को दूर

किया जा सकता है। इसके लिए अपनों से शुरूआत की जा सकती है। परिवार या दोस्तों के सामने बोलने की प्रैक्टिस करें और अपनी कमियों पर गौर करें।

शीशे के सामने बोले- प्रैक्टिस के लिए शीशे का इस्तेमाल बेहद कारगर साबित होता है। इसके लिए आप शीशे के सामने खड़े हो और अपनी स्पीच या प्रेजेंटेशन दें। इससे आप अपने आपको फेस कर पाएंगे और कॉन्फिडेंस हासिल कर सकेंगे।

रिकार्ड करके सुने- स्पीच या प्रेजेंटेशन के लिए अक्सर माइक का इस्तेमाल होता है। माइक पर अपनी आवाज सुन पाने के लिए भी प्रैक्टिस की जरूरत होती है। कई लोग अपनी आवाज सुन नहीं पाते। इसके लिए जरूरी है कि आवाज को रिकार्ड करके सुना जाए और उसके उतार-चढ़ाव पर गौर करके उनमें सुधार किया जा सके।

अपनी पसंद का टॉपिक चुने- पब्लिक के सामने बोलने से ही कई तरह के सवाल दिमाग में आने लगते हैं। क्या बोलना चाहिए, किसी ने कुछ पूछ लिया तो क्या-क्या जवाब दिया जायेगा। जवाब सही न पता हो तो क्या होगा? इन सवालों से घबराहट होती है जिससे बचने के लिए टॉपिक का चुनाव ऐसा करें जिस पर आप खुलकर बोल सकते हों, जिसके बारे में आपको जरूरी जानकारी हो। इससे घबराहट से काफी बचा जा सके।

दर्शकों पर न दे ध्यान- प्रेजेंटेशन या स्पीच देते समय लोगों पर ध्यान देने से बचना चाहिए। हमारा फोकस अपने विषय पर होना चाहिए। हम क्या बोल रहे हैं, कितना समझा पा रहे हैं और इस दौरान हमारे एक्सप्रेशन कैसे हैं, हमारा ध्यान इस पर होना चाहिए।

ज्यादा बोलने से बचें- प्रेजेंटेशन या पब्लिक स्पीच के दौरान ज्यादा बोलन से बचना चाहिए। इसकी वजह ये है कि हम ज्यादा बोलने की कोशिश करते हैं तो हड्डबड़ाहट होती है, जिसकी वजह से हम जल्दी-जल्दी बोलना चाहते हैं। इन सबमें हम सांस कम ले पाते हैं और कम सांस ले पाने की स्थिति में एंजाइटी होती है। जो हमारी आगे की स्पीच को बिगाड़ सकती है।

‘वर्चुअल’ जाल में फँसता बचपन

डिजिटल दुनिया की वर्चुअल जिंदगी में जो रहे बच्चों को अभिभावकों के दखल से उबारा जा सकता है। देश के मनोरोग विशेषज्ञों का कहना है कि जो बच्चे दिन में चार से छह घंटे तक ऑनलाइन रह रहे हैं, उनमें समय पर लक्षण पहचानना जरूरी है। अभिभावकों को उन पर अधिक प्रयोग करने की जरूरत नहीं है। कई बार इससे बच्चों की परेशानी बढ़ी है।

ये एक ही स्थान पर रहकर पूरा दिन बिता देते हैं। इससे उनमें मोटापा, मधुमेह जैसी दूसरी बीमारियों का खतरा भी बढ़ जाता है। इसलिए अभिभावकों को सबसे पहले रोजाना कम से कम आधा घंटे साइकिलिंग, रनिंग, जंपिंग इत्यादि व्यायाम कराना चाहिए।

अभिभावकों को विशेषज्ञों की सलाह, लक्षण पहचानना जरूरी- लखनऊ स्थित केजीएमयू के एक अध्ययन के अनुसार, छह में से एक सोशल मीडिया का इस्तेमाल करने वाला किसी न किसी बीमारी से ग्रस्त होता है। सोशल मीडिया की लत से अवसाद, चिंता के अलावा उच्च रक्तचाप, एनीमिया, मोटापा, मधुमेह जैसे रोग हो सकते हैं।

इंटरनेट की समझ विकसित करें- सोशल मीडिया की लत और उससे जुड़े मनोविकारों से छुटकारा पाने के लिए विशेषज्ञों की सलाह है कि अभिभावकों को जागरूक होने के साथ-साथ इंटरनेट की समझ भी विकसित करनी चाहिए। उन्हें पता हो कि बच्चा किस तरह इसका इस्तेमाल कर रहा है। बच्चों और किशोरों में व्यवहारिक बदलाव के शुरूआती लक्षणों के बारे में स्वयं को शिक्षित करें।

सप्ताह भर सोशल मीडिया से दूर रहना असरदार- इंग्लैण्ड की

बाथ यूनिवर्सिटी के शोधार्थीयों ने पता लगाया है कि जो लोग सोशल मीडिया पर घंटों समय व्यतीत करते हैं और उन्हें अवसाद, एंजाइटी या तनाव की परेशानी थी। सप्ताह भर वह सोशल मीडिया से दूर रहे तो उनको फायदा हुआ।

इस पर एम्स के डॉक्टर भी काफी हद तक सहमत हैं। डॉ. यतन पाल सिंह बल्हारा का कहना है कि हर केस में यह नियम लागू नहीं हो सकता है। क्योंकि सभी की स्थितियां अलग-अलग होती हैं। बच्चों के लिए खुद बने उदाहरण- बंगलुरु स्थित निम्हांस के डॉ. दिनकरण का कहना है, अभिभावकों को खुद उदाहरण बन बच्चों को प्रेरित करना होगा। परिवार के साथ रहने पर ही वे एक-दूसरे को बेहतर तरीके से समझ पाएंगे।



★ BLUE STAR

Authorised Dealer

Air Conditioning System



AIR-REF ENGINEERS

Block No. 57/2, G-2, Kaveri Centre, Sanjay Place, Agra-282 002

Ph. : 0562-4000862 E-mail : airref_bsl@rediffmail.com



चेहरे के सफेद दाने

चेहरे पर सख्त सफेद दाने निकल गए हैं तो चिंता ना करें बस कुछ ज़रूरी बातों का ध्यान रखें, दाने कुछ ही दिनों में गायब हो जाएंगे।

1. चेहरे पर निकलने वाले सफेद और हल्के पीले रंग के इन दानों को मिलिया (Milia) कहते हैं। ये दाने ज्यादातर गालों पर या आंखों के ऊपर या नीचे होते हैं। ये किसी भी उम्र के व्यक्ति को हो सकते हैं और एक बार हो जाने के बाद जल्दी जाने का नाम नहीं लेते। कई बार ये दाने (White Bumps) अपने आप ही चले जाते हैं, लेकिन ये खुद से ठीक नहीं हो रहे, तो आप कुछ घरेलू उपायों की मदद से इन्हें भगासकते हैं। इसमें ये असरदार 10 टिप्प आपके बहुत काम आयेंगे। रोजाना चेहरे को किसी अच्छे क्लेंजर या फेश वॉश से धोएं। अगर किसी प्रोडेक्ट से आपकी स्किन इरिटेट हो रही है तो उसे इस्तेमाल करना बंद कर दें।

2. सफेद दाने (White Bumps) होने की स्थिति में अपनी स्किन को हफ्ते में 2 से 3 बार स्क्रब कर सकते हैं। ध्यान रखें कि आपको अपनी स्किन ओवर एक्सफोलिएट नहीं करनी है।

3. नहाते वक्त आप अपने चेहरे पर गर्म पानी की भाँप ले सकते हैं
4. ऑयल बेस्ड प्रोडक्ट्स का इस्तेमाल करना आपकी स्किन के लिए ठीक नहीं है, इनसे बचें।

5. इन सख्त दानों पर आप नारियल का तेल लगा सकते हैं। नारियल



तेल इन्हें मुलायम बना देगा जिनसे एक्सफोलिएट (Exfoliate) करने पर ये आसानी से निकल जाएंगे।

6. एलोवेरा भी इन दानों पर फायदेमंद साबित होता है। एलोवेरा जेल (Aloe Vera Gel) को चेहरे पर रोजाना लगाएं। इसके एंटी-ऑक्सीडेन्ट गुण चेहरे से इन दानों को हटाने में मदद करेंगे।
7. सफेद दाने होने पर किसी भी तरह के हेयर रिमूवल प्रोडक्ट्स का चेहरे पर इस्तेमाल न करें।
8. बहुत ज्यादा नमक, चीनी और मसालेदार खाने से परहेज करें।
9. जब तक ये सफेद दाने चेहरे पर हैं मेकअप प्रोडक्ट्स और एक्स्ट्रा फ्रेग्रेंस वाली क्रीम का प्रयोग न करें।
10. धूप में कम से कम निकलें और जब भी निकले तब सनस्क्रीन जरूर लगाएं।

स्वास्थ्य

गले में दर्द और खांसी से छुटकारे के घरेलू उपाय

गले में दर्द और खांसी की समस्या में कुछ घरेलू उपायों की मदद से जल्द आराम मिल सकता है, जाने ऐसे कुछ घरेलू उपाय!

बदलते मौसम में खांसी होना सबसे आम स्वास्थ्य समस्याओं में से एक है। लगातार खांसी के चलते लोगों के गले में भी दर्द होने लगता है। इसकी वजह से लोगों को काफी परेशानी होती है। उनका खांस-खांसकर बुरा हाल हो जाता है। साथ ही गले में दर्द के कारण



खाना-पीना तक बहुत मुश्किल हो जाता है। डॉक्टर से दवा लेने पर काफी हद तक इससे राहत मिल जाती है, लेकिन गले में खराश, दर्द और खांसी जैसी समस्याएं तुरंत ठीक नहीं होती हैं। यह समस्या कई-कई दिनों तक लोगों को परेशान करती है। अब सवाल यह उठता है कि गले में दर्द और खांसी का इलाज क्या है? या इससे जल्द राहत कैसे पाएं? क्या आप जानते हैं कुछ घरेलू उपायों की मदद से आप गले की खराश, दर्द और खांसी से जल्द आराम पा सकते हैं। सिर्फ इतना ही नहीं ये घरेलू उपाय आपकी इम्यूनिटी बढ़ाते हैं और वायरल संक्रमण, मौसमी एलर्जी से बचाव और उनसे राहत पाने में भी मदद करते हैं। इस लेख में हम आपको गले में दर्द और खांसी से छुटकारा पाने के लिए कुछ उपाय बता रहे हैं।

1. शहद और काली मिर्च का सेवन करें- यह कॉम्बिनेशन खांसी की समस्या दूर करने के लिए बहुत प्रभावी उपाय है। यह सूजन को

दूर कर गले के दर्द और खराश में भी राहत प्रदान करता है। बस 1-2 चम्मच शहद में चुटकी भर काली मिर्च पाउडर मिलाकर इसका सेवन करें, आप चाहें तो 1-2 काली मिर्च चबा-चबा कर भी खा सकते हैं।

2. भाप लेने से मिलता है आराम- अगर आप गर्म पानी में सेंधा नमक डालकर भाप लेते हैं, तो यह नाक के बलगम को साफ करता है, गले की सिकाई करता है और छाती में जमा बलगम को बाहर निकालने में भी मदद मिलती है। आप गर्म पानी में पुदीने के तेल की 2-3 बूँदें डालकर भी भाप ले सकते हैं। दिन में 2-3 बार भाप लें।

3. गरारे करना है बहुत लाभकारी- अगर आप डॉक्टर की दवा के साथ दिन में 2-3 बार गर्म पानी में सेंधा नमक मिलाकर गरारे करते हैं, तो यह गले की खराश और सूजन दूर करने में बहुत प्रभावी है। यह बलगम बाहर निकालने और खांसी से जल्द छुटकारा दिलाने में मदद करता है।

4. हर्बल काढ़ा बनाएं- गले में दर्द और खांसी से छुटकारा पाने के लिए आप कुछ आयुर्वेदिक जड़ी-बूटियों का काढ़ा बनाकर इसका सेवन कर सकते हैं। तुलसी, मुलेठी, अदरक, लौंग, पुदीना, कालीमिर्च आदि ऐसी हर्ब्स और मसाले हैं, जो खांसी की समस्या का रामबाण उपाय है। आप गर्म पानी में इन्हें उबालकर छानकर और शहद मिलाकर इस पानी का सेवन कर सकते हैं। दिन में 2-3 बार जरूर पिएं। इन सबको एक-साथ पानी में उबालकर, इनका काढ़ा बनाकर भी सेवन कर सकते हैं।

5. पूरा दिन गर्म पानी पिएं- यह सूजन कम करने में बहुत प्रभावी है और आपको दर्द से राहत प्रदान करने में मदद करता है। साथ ही गले में खराश और खांसी दूर करने में भी मददगार है।

इसके अलावा आपको कुछ ठण्डी चीज, कोल्डड्रिंक या फूड खाने से बचना है। क्योंकि इससे आपकी समस्या बढ़ सकती है और उपचार में देरी हो सकती है।

दूध में मिलायें और आराम पायें...

अब से आप दूध में एक और चीज मिलाकर पी सकते हैं, उसका नाम है अलसी का पाउडर। इसके अनगिनत फायदे हैं जिसमें से कुछ हम आपको बता रहे हैं।

दूध पीने के लिए बच्चे हों या बूढ़े सभी को सलाह दी जाती है। क्योंकि इसमें मौजूद पोषक तत्व कैल्शियम हड्डियों के लिए बहुत जरूरी होता है। इसलिए एक गिलास दूध रात में लोग जरूर पीकर सोते हैं। यह ना सिर्फ आपकी हड्डियों को मजबूती प्रदान करता है बल्कि पेट की भी सेहत को दुरुस्त रखता है। इतने गुणों से भरपूर दूध को लोग सादा पीना पसंद नहीं करते हैं उसमें कुछ न कुछ मिलाकर पीते हैं, जैसे बार्निटा, ड्राइफ्रूट पाउडर आदि।

दूध में अलसी पाउडर मिलाकर पीने के फायदे-

1. जोड़ों के दर्द में भी इसको मिलाकर पीने से फायदा होगा। इससे हड्डियां और मांसपेशियां मजबूत होंगी और ज्वांइट पेन भी कम हो जाएगा।



2. रात को सोने से पहले दूध में अलसी पाउडर मिलाकर पीने से नसों में होने वाले दर्द से राहत मिलेगी और मजबूत भी होंगी।
3. इन दोनों का संयोजन पेट के लिए अच्छा माना जाता है। इससे पाचन शक्ति अच्छी होती है और मेटाबॉलिज्म भी बूस्ट होता है। लूज मोशन जैसी समस्या से राहत मिलेगी।
4. ब्लड शुगरलेवल को भी कंट्रोल करने के लिए अलसी के बीज और दूध बेस्ट हैं। हालांकि इसका सेवन डायबिटीज पेशेंट डॉक्टर की सलाह पर ही करें।



तितिक्षा

तितिक्षा शुशवीर वैलफेर सोसायटी(रिज.)आगरा द्वारा दिनांक 17.09.2022 को हलवाई की बगीची स्थित प्रसिद्ध देवी मंदिर में डॉ. मंजू गुप्ता जी और नीता जी द्वारा संचालित निशुल्क शिक्षा संस्थान जहाँ 52 से अधिक गरीब बच्चे जो किसी कारण वश स्कूल नहीं जा पाते हैं, उनको हमारी संस्था और सभी सदस्यों की मदद से बच्चों के लिए स्कूल बैग और अन्य शिक्षा सामग्री प्रदान की गयी। इस मौके पर तितिक्षा परिवार की ओर से सचिव रजनी सिंह, कोषाध्यक्ष मनीष अग्रवाल, रवि कुमार, संजय गर्ग, शिवम गुप्ता, अनिश कुमार, गुंजन आदि उपस्थित रहे और स्कूल की ओर से डॉ. मंजू गुप्ता, नीता जी और अन्य लोगों का सहयोग रहा।

क्या ऊंट शाकाहारी है?

कई दिनों तक बिना पानी पिए रेगिस्तान में दौड़ने वाला ऊंट वैसे तो शाकाहारी जानवर होता है लेकिन वह सांप भी खा लेता है। जी हाँ, जहरीला सांप जिसका नाम सुनते ही लोगों की सिट्टी-पिट्टी गुम हो जाती है। ऊंट को वही सांप खिलाया जाता है और वो भी जिंदा। आखिर रेगिस्तान के जहाज को सांप क्यों खिलाया जाता है?

आपने राजस्थान के मरुस्थल, दिल्ली की परेड या अपने गांव-मोहल्ले में ऊंट तो जरूर देखा होगा। इनकी सवारी का अपना ही आनंद है। बैठने पर थोड़ा शाही फील आता है। ये पत्ते, फल-फूल

बीमारी होती है। वे खाना-पीना छोड़ देते हैं। शरीर अकड़ने लगता है। मध्य पूर्व में ऐसी मान्यता है कि ऊंट का इलाज करने के लिए उसे जहरीला सांप खिलाना जरूरी होता है। ऊंट के मालिक उसके मुँह को खोलते हैं और जहरीला सांप डाल दिया जाता है। इसके ठीक बाद पानी डाल दिया जाता है। जिससे सांप अन्दर चला जाए।

किंग कोबरा, पाइथन खिलाना होगा- इसके पीछे धार्मिक मान्यता है। इस बीमारी को (हयाम) कहते हैं। इसका मतलब 'जिंदा सांप निगलना' बताया जाता है। लोगों का यह भी कहना है कि वैज्ञानिक इस रहस्यमय बीमारी के बारे में ज्यादा जानकारी नहीं जुटा पाए हैं।

जिससे ऊंट का इलाज किया जा सके। ऐसे में ऊंट मालिक को किंग कोबरा जैसे जहरीले सांप या पाइथन खिलाने ही होंगे। **आगे क्या होता है-** माना जाता है कि इससे सांप का जहर ऊंट के शरीर में फैल जाता है। जब असर कम होने लगता है तो ऊंट भी ठीक होने लगता है। कुछ दिन में ऊंट पूरी तरह से चंगा हो जाता है। हालांकि इसका कोई वैज्ञानिक प्रमाण नहीं है। सोशल मीडिया पर आप देखेंगे तो बहुतेरे वीडियों उपलब्ध हैं।

डॉक्टर कहते हैं अलग बात- जानवरों के एक्सपर्ट डॉक्टरों की माने तो यह

बीमारी कीड़े के काटने से होती है। ऊंटों में गर्भपात के साथ ये बीमारी भी हो सकती है। इसके लक्षण बुखार, आंखों से आंसू गिरना, एनीमिया, शरीर का फूलना, ऊर्जा की कमी आदि। इलाज न होने पर (ट्रिपेनोसोनमासिस) से ऊंट के मरने का खतरा रहता है। डॉक्टर सांप खिलाने से ऊंट के ठीक होने की बात को एक मिथक मानते हैं।

धीर-गंभीर होता है रेगिस्तान का जहाज- इस बीमारी के साथ ही यह भी जान लीजिए कि ऊंट को शांत प्रजाति का जानवर माना जाता है। इसे धैर्य, सहनशीलता और धीरज का प्रतीक कहा जाता है। ये 60 किमी प्रति घंटे की रफ्तार से दौड़ सकते हैं।



आदि खाते हैं। इनके शरीर का सबसे महत्वपूर्ण हिस्सा कूबड़ होता है। हाँ वही जो ऊपर की ओर उठा होता है।

ऊंट यहीं पर चर्बी स्टोर करके रखते हैं और जब तेज गर्मी में भोजन पानी मिलने की उम्मीद नहीं रह जाती तो इसी फैट के सहारे वे जिंदा रहते हैं। ये बात सच है कि बिना पानी पिए ऊंट लंबे समय तक रह सकता है, लेकिन जब पीता है तो 100-150 लीटर तक गटक जाता है। लचक कर चलने वाले इस शानदार जानवर की ऊंचाई 10-12 फीट तक हो सकती है। ऐसे में वो क्या बजह है कि ऊंट को सांप खिलाने की नौबत आती हैं?

मुँह खोलकर डाल देते हैं सांप- दरअसल, ऊंट को एक अजीब

क्या अंतर है इनमें



क्या आप अभी भी एक जैसे दिखने वाले चीता, शेर, बाघ और तेंदुए में फर्क नहीं कर पाते हैं? अगर हाँ, तो इस लेख में

दिए महत्वपूर्ण बिन्दुओं की मदद से आपके सभी भ्रम दूर हो जाएँगे। भारत में चीतों की कमी को पूरा करने के लिए आठ चीतों को दक्षिण अफ्रीका से लाया गया है। इन सभी चीतों को प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी जी द्वारा मध्य प्रदेश के कुनो नेशनल पार्क में आजाद किया। जानकारी के अनुसार, 8 चीतों में से 5 मादा और 3 नर हैं।

क्या आप चीता और तेंदुए को पहचान नहीं पाते, या आपको ये दोनों ही जंगली जीव एक समान लगते हैं? वैसे तो चीता, शेर, बाघ और तेंदुआ सभी बिल्लियों के परिवार से हैं, लेकिन उनके खाने की आदतें, शिकार की शैली, शारीरिक बनावट और भी कई आदतों में बड़ा अंतर पाया जाता है।

चीता, शेर, बाघ और तेंदुए के बीच मौजूद अंतर को आप कुछ इस प्रकार समझ सकते हैं-

चीता

वैज्ञानिक नाम : एसिनोनिक्स जुबेटस

चीता मुख्य तौर पर अफ्रीका और मध्य ईरान में पाया जाने वाला थलचर जीव है। इसका नाम हिन्दी शब्द ‘चिता’ से लिया गया है जिसका अर्थ है ‘धब्बे’। सबसे ज्यादा गति में भागने के लिए लोकप्रिय चीता 80 से 128 किमी/घंटे की रफ्तार से दौड़ने में सक्षम है। चीतों की शारीरिक विशेषताओं की बात करें तो इनका शरीर हल्का, लंबे पतले पैर और एक लंबी पूँछ होती है। चीतों के बारे में कुछ रोचक तथ्य इस प्रकार हैं-

- एक व्यस्क चीता प्रति सेकंड सात मीटर की दूरी तय करते हुए, एक सेकंड में तीन कदम लेता है।
- अधिकतर नींद लेता पाए जाने वाला चीता केवल एक दिन में 12 प्रतिशत ही मेहनत करता है।
- अधिकांश स्पोर्ट्स कारों की तुलना में चीता तेजी से दौड़ता है।

उनके शरीर की बनावट कुछ ऐसी होती है कि शरीर का हर भाग मूवमेंट को स्पोर्ट करता है, जैसे पंजे दौड़ते समय अतिरिक्त पकड़ बनाते हैं, जबकि उनकी लंबी पूँछ पतवार के रूप में काम करती है, जो उन्हें तेजी से मुड़ने में मदद करती है।

- चीतों के स्पॉट यूनिक होते हैं, बिल्कुल वैसे ही जैसे कि इंसानों के फिंगर प्रिंट्स। हालांकि, सभी चीतों पर स्पॉट्स नहीं होते हैं।
- रॉयल्टी का पवित्र प्रतीक माना जाने वाला ये जानवर झुंड में रहना पसंद करता है। नर चीता आपस में गठबंधन कर साथ में रहना पसंद करते हैं जबकि मादाएं अपने शावकों को अकेले पालती हैं।
- यह प्रजाति ज्यादातर दिन में शिकार करती है और दहाड़ने के बजाए गुराती है, चहकती है, फुफकारती है और बिल्लियों की तरह गड़गड़ाहट की आवाज निकालती है।

शेर

वैज्ञानिक नाम: पंथेरा लियो

शेर जीनस पंथेरा प्रजाति की एक बड़ी बिल्ली है, जिसका शरीर



चौड़ा, मूँह छोटा, गोल सिर, गोल कान और पूँछ के अंत में एक बालों वाला गुच्छा होता है। जंगल में सबसे खतरनाक माने जाने वाला शेर भैंस जैसे किसी भी बड़े जानवर का शिकार आसानी से कर लेता है। शेरों की लंबाई 10 फीट तक और वजन 250 किलोग्राम तक हो सकता है। शेरों से जुड़ी जानकारियां कुछ इस प्रकार हैं-

- सिंह धब्बे के साथ पैदा होते हैं, जो उनके बड़े होने के साथ गायब हो जाते हैं।
- नर सिंह शेरनी को प्रभावित करने के लिए आयल विकसित

- करते हैं। ये आयल शेरों को सिर और गर्दन की चोट से भी बचाते हैं।
- शेर अत्यधिक अनुकूलनीय होते हैं और रेगिस्तान में भी रह सकते हैं। साथ ही वो अपने शिकार और पौधों से अपनी पानी की जरूरतों को भी पूरा कर लेने में सक्षम होते हैं।
 - जंगल का राजा कहे जाने वाला शेर 40 किलोग्राम तक मांस को पचा सकता है।
 - शेर अपना अधिकांश शिकार दिन में करते हैं, साथ ही वे तृफानों के दौरान अधिक शिकार करते हैं क्योंकि हवा के कारण पशुओं का शेर को देख और सुन पाना थोड़ा कठिन हो जाता है।
 - शेरों का परिवार एक साथ दहाड़ता है, और शेर की कॉल कम से कम 40 सेकंड तक चलती है।

तेंदुआ

वैज्ञानिक नाम - पंथेरा परदुस



चीते की तुलना में तेंदुआ अधिक शक्तिशाली होता है। यह लंबाई 6.2 फीट होती है और यह 58 किलोमीटर प्रति घंटे की गति से दौड़ सकते हैं। ये थलजीवी शेरों और बाघों द्वारा हमला किए जाने से डरते हैं। तेंदुओं के बारे में अधिक जानने के लिए आगे देखें-

- तेंदुओं के धब्बे को 'रोसेट' कहा जाता है क्योंकि उनका आकार गुलाब के समान होता है। काले तेंदुए भी होते हैं, जिनके धब्बे उनके गहरे रंग के कारण मुश्किल से दिखते हैं।
- तेंदुओं का अपना क्षेत्र होता है, और वे अन्य तेंदुए को चेतावनी देने के लिए पेड़ों पर खरोंच, मूत्र की गंध के निशान और शौच छोड़ते हैं।
- हर तेंदुए का स्वाद अलग होता है। वे कीड़े, मछली, मृग, बंदर, कृंतक, हिरण या किसी अन्य उपलब्ध शिकार को खाना पसंद करते हैं।

- तेंदुए पेड़ों की शाखाओं में आराम करना पसंद करते हैं साथ ही ये मजबूत जानवर अपने भारी शिकार को भी पेड़ों पर ले जा सकते हैं ताकि अन्य जानवर परेशान न करें।
- मादा तेंदुआ साल के किसी भी समय प्रजनन कर सकती है। साथ वे एक बार में दो या तीन शावकों को जन्म देती हैं।
- तेंदुओं के पास हर पल के लिए अलग-अलग कॉल होते हैं। एक और तेंदुए को अपनी उपस्थिति की चेतावनी देने के लिए, वे कर्कश खांसी करते हैं। गुस्सा आने पर वे गुराते हैं और खुश होने पर घरेलू बिल्ली की तरह गड़गड़ाहट करते हैं।

बाघ

वैज्ञानिक नाम- पंथेरा टाइग्रिस

बाघ बिल्ली बिल्लियों की सबसे बड़ी जीवित प्रजाति है। यह सफेद अंडरसाइड के साथ नारंगी फर पर अपनी गहरी खड़ी धारियों के लिए सबसे ज्यादा प्रसिद्ध है। श्रेष्ठ शिकारी माने जाने वाला बाघ,



मुख्य रूप से हिरण और जंगली सूअर जैसे खुरों वाले स्तनधारियों का शिकार करता है। भारत के राष्ट्रीय पशु के बारे में करामाती तथ्यों की सूची कुछ इस प्रकार है-

- भारत में बाघों की उप-प्रजातियां बंगल टाइगर, साउथ चाइना, इंडोचाइनीज टाइगर, सुमात्रा टाइगर और अमूर टाइगर उपलब्ध हैं।
- बाघ अकेले शिकारी होते हैं जो रात में भोजन की तलाश करते हैं। वे मूल रूप से बड़े जानवरों का शिकार करते हैं।
- अपने जैसे बड़े जानवरों के विपरीत, बाघ अच्छे तैराक होते हैं। वे ज्यादातर समय पूल या नदियों में बिताते हैं।
- एक बाघ की दहाड़ तीन किलोमीटर दूर तक सुनी जा सकती है, वर्हीं ये 65 किमी/घंटा की गति से दौड़ते हैं।
- ये भयंकर जीव किसी भी अन्य जानवर की तुलना में अधिक मजबूत होते हैं।
- बाघ दुनिया का सबसे अनोखा जानवर है। चूंकि किसी भी दो बाघों की धारियां एक जैसी नहीं होती हैं।

बंदर भी हो रहे हैं विकसित

एक रिपोर्ट के मुताबिक, करीब 1 लाख 50 हजार घण्टों की ऑबजर्वेशन के बाद पता चला है कि पेड़ों पर रहने वाली 47 प्रजातियाँ अब जमीन पर रहने की कोशिश में हैं। यह शोध अमेरिका के 70 जगहों पर किया गया।

4 मिलियन साल पहले हमारे पूर्वजों ने जंगल छोड़कर जमीन पर रहना शुरू कर दिया था। पेड़ पर लटकना छोड़ दिया था और चलना-कूदना शुरू कर दिया था। ठीक वैसे ही अब बंदर भी जमीन पर रहना शुरू कर चुके हैं। एक शोध में पता चला है कि बंदर पेड़ से ज्यादा जमीन पर रहना शुरू कर चुके हैं। दरअसल, जंगलों के कटने के कारण और पर्यावरण में होने वाले बदलाव के कारण बंदर खुद को धरती पर रहने के लिए ऐसा कर रहे हैं। शोध में पता चला है कि पर्यावरण में भारी बदलाव के कारण अब बंदर भी जमीन पर रहने की कोशिश में हैं। ऐसे में सवाल उठ रहा है कि क्या यह भी मानवों की तरह विकसित होंगे?

ऑक्सफोर्ड ब्रुकर्स विश्वविद्यालय के Giuseppe Donati का



कहना है कि पेड़ों पर रहने वाले जंतु पर्यावरण के कारण ऐसा बदलाव कर रहे हैं। पर्यावरण में बदलाव के कारण ऐसे जानवरों को जंगल में रहने में दिक्कत आ रही है। ऐसे में ये खुद को विकसित कर रहे हैं। San Diego Zoo के अधिकारी का कहना है कि अभी फिलहाल कुछ कहना सही नहीं होगा। हमें अभी से पेड़ों की कटाई रोक पर और पर्यावरण पर काम करने की जरूरत है। आने वाले दिनों में जानवरों को दिक्कत ना हो इसलिए हमें अभी से तैयार रहना होगा।

सदस्यता फॉर्म

मुझे निम्नलिखित अवधि के लिए सदस्यता लेनी हैं—

वर्ष	अंक	कीमत	ऑफर कीमत	लाभ
एक	4	160/-	150/-	10/-
दो	8	320/-	290/-	30/-
तीन	12	480/-	440/-	40/-
चार	16	640/-	590/-	50/-
आजीवन	60	2400/-	2100/-	300/-
सदस्यता (15 वर्ष)				

नाम/श्री/श्रीमती/सुश्री
पता
शहर पिनकोड
सदस्यता की अवधि
फोन
मोबाइल नं.
मैं 'लोकस फॉर सक्सैस' के नाम संगलन चेक/डी.डी नं.
.....
रुपये दिनांक भेज रहा/रही हूँ।

कृपया इस सदस्यता फॉर्म को भरकर शुल्क (चेक/डी.डी.) के साथ इस पते पर भेजें:-

'लोकस फॉर सक्सैस', एफ-1, प्रथम तल, यू.पी. टावर, डी.सी.बी. बैंक के सामने, संजय प्लेस, आगरा-282002 (उ.प्र.)

ध्यान दें : अब आप अपना सदस्यता शुल्क UPI के माध्यम से भी दे सकते हैं।

आगरा, मथुरा, फिरोजाबाद, मैनपुरी, फरुखबाद के अलावा अन्य शहरों में डाक खर्च अतिरिक्त।



UPI ID : locusforsuccess@okicicil
scan this code to pay me

लघु कथा



रिश्ते

रीता भट्टाचार्य
आगरा

रिश्ते क्या है ? इसका अर्थ क्या है ?

इसमें जो शब्द समाये हुए हैं, उनके अभिप्राय क्या है ।
ना हम जानते हैं ना वो जानते हैं
फिर भी रिश्ते निभाये जाते हैं,
रिश्तों की आड़ में कोई किसी को
दुख देता है, कोई दुआंए देता है तो कोई बदुआ भी देता है
फिर क्यों हम रिश्ते निभाते हैं,
क्यों यह परंपरा निभाते हैं,

रिश्ता वो बनाइये जो हम निभा सके । किसी को नीचा
दिखाकर, किसी का अपमान करके, किसी को चोट देकर, किसी
को दर-किनार करके न कुछ हमें मिलेगा न तुम्हें, फिर क्यों रिश्ते
बनाते हो ।

आज सिर्फ हर रिश्तों पर चोट के प्रहार हैं चाहे वो माँ-बेटे का
हो । या पिता-पुत्र का, सास-बहु का या पति-पत्नी का या
भाई-बहन का ।

सब रिश्ते टूट रहे हैं अपने सब खो रहे हैं ।

ना किसी को खोने का गम न किसी को रिश्ते टूटने का गम ।

फिर भी हर एक मोड़ पर हर कोई

रिश्ते की दुहाई दे रहा है कोई रिश्ते की इज्जत के लिए खुद को
तार-तार कर रहा है ।

फिर ऐसा क्यों कहते हैं ये रिश्ते तुम्हारे और हमारे हैं ।

पुराने जमाने में लोग रिश्ते की डोर से बंधे रहते थे, चाहे वो खुद
का खून हो या पड़ोस का, सब एक दूसरे की इज्जत करते थे, न
उनका उपहास करते थे न दिल तोड़ते थे, ना बेइज्जत करते, न दुख
देते थे ।

आज रिश्ते इस कदर बदल रहे हैं कि हर कोई एक दूसरे को
रिश्ते की हर वो चोट दे रहा है जो कभी किसी ने सपने में भी नहीं
सोची होगी । आज रिश्ते इस कदर टूट रहे हैं कि अपनों को छोड़ गैरों
को जोड़ रहे हैं । जिसने कभी बुरे वक्त पर साथ न दिया होगा उसी
को अपना मान रहे हैं जिसने बुरे वक्त पर साथ दिया होगा उसको
दर-किनार कर उसी की अवहेलना कर रहे हैं उसी से रिश्ता-नाता
तोड़ रहे हैं क्यों ? कभी सोचा । सोचिए, समझिए याद करिए छोटी से
छोटी बातें जिसने आपके बुरे वक्त में आप को मदद की हो उसको
भुलाइएगा नहीं, वक्त आने पर आप भी उसका साथ दीजिए, देखिए
फिर रिश्ते की डोर कितनी मजबूत होती है जो रिश्ते हैं उन्हें समेट कर
रखिए । रिश्ते, रिश्ते होते हैं और आप और हम उसी रिश्ते से आज
भी जुड़े हुए हैं रिश्ते पर ही हर इंसान टिका हुआ है और यह सम्पूर्ण
संसार भी । फिर क्यों ? रिश्तों में दूरियां, क्यों ? गाँठ, हाथ आगे
बढ़ाएं और पकड़ ले रिश्तों की प्यार की डोरी को जो हम कहीं छोड़
आये हैं या तो तोड़ आये हैं । रिश्तों से हम हैं और हम से दुनिया, बिना
रिश्तों के कोई कुछ नहीं, यह संसार ही रिश्तों की डोर पर टिका है ।



डॉ. मधु भारद्वाज
आगरा

गोविन्द दरवाजे की ओर बढ़ा और मुस्कुराते हुए बोला, “लो आ गया तुम्हारा आशिक, इस साले को भी चैन नहीं है। चाहे जब टपक पड़ता है।” और दोनों जोर से हँस पड़े।

दरवाजा खोलते ही आगन्तुक ने अन्दर प्रवेश किया। बाहर की उमस भरी गर्मी से शायद उसे राहत-सी मिली। साक्षी की तरफ देखते

कहानी

ये क्या हैं?

दरवाजे की घंटी बजी। गोविन्द और साक्षी ने एक दूसरे की ओर आँखों ही आँखों में देखा और मुस्कुरा उठे।



हुए बोले आज तो बाहर बहुत गर्मी हैं, साक्षी ने ‘हाँ’ में सिर हिला दिया। फिर भी वे बोले जा रहे थे। लेकिन गोविन्द और साक्षी उनको अनसुना कर रहे थे।

साक्षी ने लाकर तीन गिलास और बोतल रख दिये। हमेशा की तरह वह जानती थी उसके कौन से आगन्तुक को क्या पसन्द है? वह अपने आगन्तुकों का खास ख्याल रखती है। उसकी आमदनी का जरिया ये आगन्तुक ही तो हैं।

“साक्षी तुम्हें आज ही याद कर रही थी”, गोविन्द ने कहा।

“अरे तो फोन कर दिया होता”, आगन्तुक बड़े ही गर्व से बोले।

“आपने ही तो मना कर रखा है”, आँखे नचाकर साक्षी ने कहा।

“अरे उन्हें पता नहीं चलेगा। फोन में मैंने तुम्हारा नाम दिनेश के नाम से फीड कर दिया है।”

तीनों ने रेड वाइन के गिलास आपस में टकराये और हो-हो करके हँस दिये।

“सर! साक्षी नई कॉलोनी में घर पसंद कर आई है। बस उसकी कीमत देखते हुए हिम्मत नहीं हो पा रही है उसमें यदि कुछ सहयोग हो सकता तो फिर आगे की बात बढ़ाएं।”

“क्यों नहीं”, आगन्तुक ने कहा।

“मैं जल्दी ही कुछ करता हूँ। अच्छा है बाहर एक उठने-बैठने की जगह भी हो जायेगी। यहाँ तो तुम्हारी बस्ती वाले गिर्ध सी नजर लगाये बैठे रहते हैं।”

आज भी छोटी बस्तियों में वही परम्परा कायम है। पड़ोस में कौन आया, कौन गया, आज किसके घर क्या पका। आज भी घर में मेहमान के आने पर पड़ोस से चीनी और दूध मांगने में भी कोई-गुरेज नहीं करता। किसी के बीमार होने पर आज भी खाना पड़ोस से ही आता है।

“सर! हमें भरोसा है आप ही कुछ करेंगे। पहले भी आपने ही हिम्मत की तब हम यहाँ आ गए। नहीं तो, वहाँ शाहगंज की गलियों में सड़ रहे होते। आपको भी कितनी परेशानी होती थी। गाड़ी बहुत दूर छोड़नी पड़ती थी”, गोविन्द ने कहा।

“मैंने सोचा था तुम लोगों की मेरी फैमली से दोस्ती हो जायेगी। फिर आने-जाने में कोई दिक्कत नहीं होगी। लेकिन मेरे परिवार के लोग बड़े ही संकीर्ण मानसिकता के हैं। दोस्ती से पहले ही शक करने लगे और रोकबंदी करने लगे”, आगन्तुक ने दुःखी होने का नाटक करते हुए कहा।

“अरे सर! इन सबसे क्या अन्तर पड़ता है। बस आप अपना मन ठीक रखिए, जब मन किया आ जाया करें, बस थोड़ा सा हम लोगों का भी ध्यान रखें।” “गोविन्द अपने वाक्चातुर्य पर मुस्कुराया। आगन्तुक की आँखें साक्षी के चेहर पर टिकी हुई थी। वह भी खा जाने वाली नजरों से लगातार उन्हें देख रही थी, बोली, “आप थक गये होंगे, अन्दर रेस्ट कर लीजिए।”

‘रेस्ट’ का मतलब तीनों ही समझते थे। आगन्तुक साक्षी के साथ

अंदर चले गये। गोविन्द ने गिलास खाली करके टेबिल पर रख दिया और नजरें टीवी पर जमा लीं।

गोविन्द का काम ही टूरिस्टों और आगन्तुकों से निपटना था। कैसा भी काइयाँ टूरिस्ट हो, वह उसकी जेब बातों-बातों में खाली करा ही लेता था। मामला जरा भी ढीला पड़ता तो साक्षी सब संभाल लेती थी।

एक समय में इन सज्जन का बड़ा ही बोलबाला था। एक बड़ी प्राइवेट कम्पनी के सीईओ थे। पुश्तैनी जमीन जायदाद थी। साथ ही शराब और शबाब दोनों का ही शौक था। उसी दरम्यान गोविन्द से उनकी मुलाकात हुई।

गोविन्द कुछ दिन के लिए उनकी कम्पनी की गाड़ी चलाने आया



था। गोविन्द एक प्राइवेट कम्पनी में टैक्सी ड्राइवर था। टूरिस्ट को क्या चाहिए, उसकी नजर से छिपा नहीं था। दो-तीन दिन में ही गोविन्द ने उन सज्जन की आदतें अच्छे से पहचान लीं और उनकी जरूरतों का ध्यान रखने लगा था। साथ ही उसकी नजर उन सज्जन की पॉकेट पर रहती थी। इस बात को सज्जन भी अच्छे से समझते थे और गोविन्द को हर हाल में खुश रखते थे।

आगन्तुक का नाम विजय डोगरा था। वे क्षणिक सुख के लिये कोई भी कीमत चुकाने को तैयार थे। इस सबसे उनकी छवि पर क्या प्रभाव पड़ेगा, इससे उनको कोई सरोकार नहीं था। जो लोग अपने आप को बड़ा समझते हैं, वे दूसरों के बारे में नहीं सोचते। प्राचीन काल में भी यह सब होता था। आज समाज में भी इस प्रकार के शौक बढ़ते ही जा रहे हैं।

ऐसे ही कभी-कभी जोश के पलों में व्यक्ति का विवेक सही काम नहीं करता, जबकि सामाजिक दृष्टि से उचित-अनुचित सोचने का काम समाज का होता है। इंसान वही करता है, जो उसे सही लगता है और सही के लिए उसके पास बहुत सारे तर्क होते हैं।

आज भी पुरानी बस्तियों की एक खास बात है कि अपने से ज्यादा वे दूसरे के घरों की जानकारी ज्यादा रखते हैं। अगर अपने घर में कोई समस्या है तब वे करवट लेकर सो जायेंगे और यदि आधी रात को पड़ोसी के घर में चूहा भी कूदेगा तो उनकी नींद हराम हो जायेगी और डंडा लेकर पड़ोसी की ओर चल पड़ेंगे। लेकिन गोविन्द और साक्षी को इस प्रकार के लोग बिल्कुल पसंद नहीं, जो उनके घर की हर समय जासूसी सी करते रहें। ये तो अपना-अपना काम है, कोई रोजी-रोटी के लिए कोई तरीका अपनाता है। गोविन्द को 'कम

मेहनत दाम ज्यादा' वाला यही तरीका पसंद आया था और तो और अब तो उसके भाई और कुछ खास दोस्त भी इस राह को पकड़कर चल पड़े थे।

अपनी परमानेन्ट कमाई के लिए उन्हें आगन्तुक जैसे लोग ही पसन्द थे। बिना सवाल किए मुँह माँगी रकम दिया करते थे।

डोगरा साहब उन उम्रदराज लोगों में से एक थे, जिन्हें ऐसे श्रोताओं की जरूरत थी, जो उनके द्वारा किये गये कारनामों को सुन सकें और उनकी तारीफ कर सकें। साथ ही उन्हें जबान होने का झूठा अहसास करा सकें।

यूँ तो डोगरा साहब का अपना परिवार भी था, किन्तु वे अपनी जिम्मेदारियों से मुँह मोड़ चुके थे।

बहुत लोग परिवार बनाकर फिर उसकी जिम्मेदारियां भूल जाते हैं, किन्तु फिर भी सब अपनी गति से अपने हिसाब से चलता रहता है। यह बात और है कि वे अपनों के साथ मानसिक स्तर पर कभी जुड़ नहीं पाते।

दलित समुदाय में भी डोगरा साहब का बड़ा नाम था, क्योंकि उन्होंने एक बेटी को उसके पिता के होते हुए भी उसे स्वीकार किया था।

कई परिवारों की सोच भी पैसे से शुरू होकर पैसों पर ही समाप्त हो जाती है। यही स्थिति इस परिवार की भी थी। इनको जो पैसे मिले, वह उनकी सोच से ऊपर थे, इतने कि अब उन्हें कुछ करने की जरूरत ही नहीं थी। उसकी ब्याज से ही परिवार का दाना-पानी चलता था।

दलित बेटी की शादी पर भी डोगरा साहब मौजूद थे। सामाजिक माता-पिता ने उसका कन्यादान किया था और उन्होंने धन देकर अपना फर्ज पूरा किया था।

कई बार हम इस प्रकार के रिश्तों में फँसे होते हैं, जहां बस एक ही रिश्ता होता है अपनी जय-जयकार कराने का। और जो नशा नारे लगवाने में है, उसके सामने सारे नशे ही फीके नजर आते हैं। भीड़ का नशा एक अलग प्रकार की आत्मसंतुष्टि प्रदान करता है। और इसी नशे का फायदा समाज का एक वर्ग उठाता है। डोगरा साहब को शराब और शबाब के साथ जय-जयकार कराने का भी शौक था। उनका भरोसा खाली हाथ आने में और खाली हाथ जाने में था। उनके जो भी रिश्ते थे, वे इसी प्रकार के थे।

हर समाज की अपनी कुछ मान्यताएं हैं। समाज के बनाये हुए अपने नियम हैं। लेकिन, कुछ लोग अपने आपको इन सबसे ऊपर मानकर चलते हैं। वही सब डोगरा साहब के साथ था। वे सिर्फ अपने लिए जीते थे। अपनी खुशी के लिये वे दूसरे की भावनाओं से खेल सकते थे। अपनी खुशी के लिए किसी को भी नुकसान पहुंचा सकते थे। कई बार उनके परिवार को समझ ही नहीं आता था कि एक व्यक्ति जहाँ एक नाच और गाने के लिये दस-बीस हजार खर्च कर देता है, अपने क्षणिक आनंद के लिए चालीस-पचास हजार खर्च कर सकता है, अपने बच्चों की पढ़ाई उसको बोझ लगती है। बच्चों के स्कूल जाने से लेकर उनके रिजल्ट तक लाने में उसे अपना अपमान महसूस होता है। जबकि डोगरा साहब के बच्चे पढ़ने में बहुत होशियार थे। प्रधानाचार्य से लेकर चपरासी तक उनके बच्चों की तारीफ करते थे। बच्चे अपनी मेहनत से अपने आप ही आगे बढ़ते जा रहे थे।

मनुष्य का भविष्य और प्रकृति का भविष्य कोई भी पहले से नहीं बता सकता, क्योंकि दैवीय आपदाएं बिना कहे सुने ही अचानक आती हैं और सब कुछ तहस नहस कर देती हैं।

डोगरा साहब को भी पता नहीं था कि भविष्य में क्या होने वाला है। उनके हिसाब से सब कुछ उनके अनुसार ही चल रहा था। वे अपने आपको प्रकृति से ऊपर समझ रहे थे। उन्हें नहीं पता था कि एक शक्ति उनसे भी ज्यादा शक्तिशाली है।

सर्दियों का मौसम था। कोहरा इतना था कि हाथ को हाथ नहीं सूझ रहा था। दिन में भी दृश्यता शून्य थी, रात का तो कहना ही क्या। किसी की भी सङ्क पर निकलने की हिम्मत नहीं हो रही थी। रात के कोई बारह बजे होंगे। घर के सब लोग सो रहे थे। वे सबके कमरे में झांक कर देख आये थे। उन्होंने चुपचाप दरवाजा खोला और घर के बाहर निकल आये। कोई कुत्ता भी नहीं भौंका, शायद ठंड में सब

दुबके पड़े थे। वे अंधेरे में अंदाज करते हुए साक्षी के घर की ओर जा रहे थे। एक-एक कदम बादलों पर रखते हुए जा रहे थे, क्योंकि कुछ भी दिखाई नहीं दे रहा था। लेकिन, यह क्या? डोगरा साहब की चीख निकल गई। वे लगातार चीखते रहे, उनकी चीख सुनने वाला कोई नहीं था। न जाने कब तक चीखते रहे और बाद में बेहोश हो गए।

डोगरा साहब की चाल तो सही थी, किन्तु रास्ते के अंजान गड्ढों के बारे में उनको नहीं पता था। शहर की सड़क की हालत तो वैसे ही खराब है, कब कहाँ सड़क गढ़े में है या गढ़ा सड़क में तब्दील हो जाए, पता ही नहीं चलता। साक्षी के घर के बाहर मैन होल का ढक्कन खुला पड़ा था। डोगरा साहब की रात वर्ही बीती। आते-जाते लोगों में से किसी को भी पता न चला कि इसमें कोई जीव पड़ा हुआ है।

डोगरा साहब घर से अचानक बिना बताये ही जाते थे। इसलिए, किसी को कोई अंदाजा नहीं था कि वे कहाँ गये होंगे। सुबह आने-जाने वालों ने कराहने की आवाज पर मेनहोल में झांककर देखा, तो किसी जीव के होने की आहट सी लगी। बाहर निकालने पर डोगरा साहब के रूप में पहचान हुई। कुछ साँसें थीं, कुछ कहा भी नहीं जा सकता। प्रकृति ने एक बार फिर डोगरा साहब को अपने पापों का प्रायशिच्त करने का मौका प्रदान किया था।

अस्पताल में जब आँखे खोली, तो उन्हें पूरी खोलने की हिम्मत ही न पड़ी, उनके इर्द-गिर्द था वही परिवार, जिससे उन्होंने मुँह मोड़ा हुआ था। जीवन में शायद पहली बार उन्हें अपने द्वारा किये गए कृत्यों पर शर्मिन्दगी महसूस हुई।



DIGITAL PRINTING
AVAILABLE

स्थापित : 1937



Celebrating 80 Years

फाइन आर्ट स्टूडियो

एवं डिजिटल कलर लैब

कप, मग, पिलो कवर आदि 1000
तरह के आइटम्स पर फोटो बनवायें
पासपोर्ट फोटो तुरंत, वैवाहिक प्रस्ताव हेतु फोटो

फोन : 0562-2857692



कुम्भलगढ़ किला

कुम्भलगढ़ किला, राजस्थान के उदयपुर शहर के उत्तर-पश्चिम से लगभग 80 कि.मी. दूर अरावली पर्वत श्रृंखला के बीच स्थित है। यह मेवाड़ के प्रसिद्ध किलों में से एक है। 15वीं शताब्दी के दौरान राणा कुम्भ द्वारा निर्मित, कुम्भलगढ़ के महान राजा और मेवाड़ के योद्धा महाराणा प्रताप का जन्मस्थान है। सामरिक महत्व के कारण इस किले को वर्ल्ड हेरिटेज साईट का दर्जा प्राप्त है।

कुम्भलगढ़ किला बनास नदी के तट पर स्थित है। पर्यटक बड़ी संख्या में इस किले को देखने आते हैं क्योंकि यह किला राजस्थान राज्य का दूसरा सबसे महत्वपूर्ण किला है। ऐसा विश्वास है कि इस किले का निर्माण प्राचीन महल के स्थल पर ही करवाया गया था, जो इस पूर्व दूसरी शताब्दी के जैन राजकुमार 'सम्प्रति' से संबंध था।

यह विशाल किला 13 गढ़, बुर्ज और पर्यवेक्षण मीनार से घिरा हुआ है। कुम्भलगढ़ किला अरावली की पहाड़ियों में 36 किमी में फैला हुआ है। इस किले कि दीवार भी 36 किलोमीटर तथा 15 फीट चौड़ी हैं।

कहा जाता है कि इस किले का प्राचीन नाम मछिन्द्रपुर था, जबकि इतिहासकार साहिब हकीम ने इसे माहौर का नाम दिया था। माना जाता है कि वास्तविक किले का निर्माण मौर्य साम्राज्य के राजा

सम्प्रति ने छठी शताब्दी में किया था। इस दुर्ग का निर्माण सम्राट अशोक के दूसरे पुत्र सम्प्रति के बनाये दुर्ग के अवशेषों पर 1443 से शुरू होकर 15 वर्षों बाद 1458 में पूरा हुआ था। दुर्ग का निर्माण कार्य पूर्ण होने पर महाराणा कुमा ने सिक्के भी ढलवाये, जिन पर दुर्ग और उसका नाम अंकित था। महाराणा कुंभा अपने इस किले में रात में काम करने वाले मजदूरों के लिए 50 किलो घी और 100 किलो रुई का प्रयोग करते थे जिनसे बड़े-बड़े लैम्प जलाकर प्रकाश किया जाता था।

इसके निर्माण कि कहानी भी बड़ी दिलचस्प है। 1443 में राणा कुम्भा ने इसका निर्माण शुरू करवाया पर निर्माण कार्य आगे नहीं बढ़ पाया, निर्माण कार्य में बहुत अड़चने आने लगी। राणा इस बात पर चिंतित हो गए और एक संत को बुलाया। संत ने बताया यह काम तभी आगे बढ़ेगा जब स्वेच्छा से कोई मानव बलि के लिए खुद को प्रस्तुत करे। राजा इस बात से चिंतित होकर सोचने लगे कि आखिर कौन इसके लिए आगे आएगा। तभी संत ने कहा कि वह खुद बलिदान के लिए तैयार हैं और इसके लिए राजा से आज्ञा मांगी।

संत ने कहा कि उसे पहाड़ी पर चलने दिया जाए और जहां वो रुके वहीं उसे मार दिया जाए और वहां एक देवी का मंदिर बनाया जाए। ठीक ऐसा ही हुआ और वह 36 किलोमीटर तक चलने के

बाद रुक गया और उसका सिर धड़ से अलग कर दिया गया। जहां पर उसका सिर गिरा वहां मुख्य द्वार “हनुमान पोल” है और जहां पर उसका शरीर गिरा वहां दूसरा मुख्य द्वार है।

दुर्ग कई घाटियों व पहाड़ियों को मिला कर बनाया गया जिससे यह किला प्राकृतिक सुरक्षात्मक आधार पाकर अजेय रहा। महाराणा कुम्भा से लेकर महाराणा राज सिंह के समय तक मेवाड़ पर हुए आक्रमणों के समय राजपरिवार इसी दुर्ग में रहा। यहां पर पृथ्वीराज और महाराणा सांगा का बचपन बीता था। महाराणा उदय सिंह को भी पन्ना धाय ने इसी दुर्ग में छिपा कर पालन-पोषण किया था।

इस किले के बनने के बाद ही इस पर आक्रमण शुरू हो गए थे। लेकिन एक बार को छोड़ कर ये दुर्ग प्रायः अजेय ही रहा है। उस बार भी दुर्ग में पीने का पानी खट्ट हो गया था और दुर्ग को बाहर से चार राजाओं की संयुक्त सेना ने घेर रखा था यह थे मुगल शासक अकबर, अमेर के राजा मान सिंह, मेवाड़ के राजा उदय सिंह और गुजरात के सुल्तान।

गुजरात के अहमद शाह प्रथम ने 1457 में किले पर आक्रमण किया था लेकिन उनकी कोशिश व्यर्थ गयी। स्थानिए लोगों का ऐसा मानना है की किले में स्थापित बनमाता देवी ही किले की रक्षा करती है और इसीलिए अहमद शाह प्रथम किले को तोड़ना चाहता था।

इसके बाद 1458-59 और 1467 में महमूद खिलजी ने किले पर आक्रमण करने की कोशिश की थी लेकिन वह भी असफल रहा। कहा जाता है कि 1576 से किले पर अकबर के जनरल शब्बाज खान का नियंत्रण था। 1818 में सन्यासियों के समूह ने किले की सुरक्षा करने का निर्णय लिया था लेकिन फिर बाद में किले पर मराठाओं ने अधिकार कर लिया था। इसके बाद किले में मेवाड़ के महाराणा ने कुछ बदलाव भी किये थे लेकिन वास्तविक किले का निर्माण महाराणा कुम्भा ने ही किया था और बाद में किले की बाकी इमारतों और मंदिर की सुरक्षा भी की गयी थी।

2013 में कंबोडिया के पेन्ह में आयोजित वर्ल्ड हेरिटेज कमेटी



यकीन बहीं होगा

अमेरिका में एक जंगल है,
जहाँ दुनियां के सबसे पुराने और सबसे लंबे पेड़ पाए जाते हैं।

अमेरिका के कैलिफोर्निया में स्थित 'सिकोइया नेशनल पार्क' में आप 500 से लेकर 1500 साल पुराने पेड़ देख सकते हैं। करीब 1600 वर्ग किलोमीटर में फैला यह पार्क विशाल पेड़ों का घर है। दुनिया का सबसे विशाल पेड़ 'जनरल शर्मन ट्री' भी इसी पार्क में स्थित है। यह पेड़ करीब 275 फीट लंबा है। सिकोइया के पेड़ प्राकृतिक रूप से आग प्रतिरोधी होते हैं। उनकी मोटी छाल अक्सर उन्हें जलने से बचाती है। यदि वे जल भी जाते हैं तो उनके पोषक तत्व सीधे जमीन में जमा हो जाते हैं और अन्य पौधों को उपजने में मदद करते हैं। साल 1890 में इस पार्क को स्थापित किया गया था। उस समय यही अमेरिका का दूसरा राष्ट्रीय उद्यान था। कहते हैं कि विशाल पेड़ों को बचाने के लिए इस राष्ट्रीय उद्यान की स्थापना की गई थी। सिकोइया नेशनल पार्क का अधिकांश हिस्सा आप घोड़े की सवारी या पैदल यात्रा करके देख सकते हैं। इस पार्क का करीब 84 फीसदी हिस्सा जंगल के रूप में नामित है। अमेरिका का सबसे ऊंचा पर्वत 'माउंट व्हिटनी' भी इसी पार्क में स्थित है। सिकोइया नेशनल पार्क के मुख्य आकर्षणों में टनल लॉग, टोकोपा फॉल्स, क्रिसेंट मीडो, मोरो रॉक और विशाल वन संग्रहालय शामिल हैं। यहाँ आकर आप वाइल्ड लाइफ सफारी का भी आनंद ले सकते हैं। इन वन्य जीवों में कस्तूरी, बीवर, कोयोट्स, ओपोसम, कौगर, लोमड़ी, भेड़, हिरण, बेजर, काले भालू, कटफोड़वा, कछुए, उल्लू, रोडरनर,

मेंढक, वूल्वरिन और सांप आदि शामिल हैं। इस पार्क में पक्षियों की 200 से ज्यादा प्रजातियां हैं, 26 रेंगने वाले जन्तुओं की प्रजातियां हैं, 73 स्तनपायी प्रजातियां हैं और 5 मछलियों की प्रजातियां हैं। इनमें से कई प्रजातियां तो लुप्तप्राय प्रजातियों की सूची में भी हैं। सिकोइया पार्क में हर साल कम से कम 1.5 मिलियन लोग आते हैं।

COMING SOON

SATHYIAA

hardum sath

"FUNDOO", "FINPLA", "VIVAH"
& "EDUKART"



शान्ति नागर
आगरा

ओऽम् यो अग्नि तन्वो दमे देवं मर्त्तः सपर्यति ।
तस्मा इदौदीदयद् वसु ॥

ऋग्वेद 84415

भावार्थ- ज्ञान अग्नि से जो तन-मन के संताप शमन किया करते हैं सेवा सत्संग स्वाध्याय से नित नव यज्ञ किया करते हैं। हर ऐश्वर्य उसे मिलता है और मिलता आशीष प्रभु का जो दुःख मिटाने को अपने सपने हवन किया करते हैं।

ओऽम् अग्निः शुचिव्रततमः शुचि विप्रः शुचिः कविः ।
शुची रोचत आहुतः ॥

ऋग्वेद 84421

भावार्थ- सर्व प्रकाशक परमपिता है, है पवित्रतम इस दुनियां में उसे जानता उसे मानता वह भी पवित्र हो जाता है। वह पवित्र कवि सृष्टि काव्य उसका पवित्र है पवित्र स्तुति जो करते उनका वह पवित्र मित्र है।

ओऽम् अग्नि मन्द्रं पुरुप्रियं शीरं पावकशोचिषम् ।
हृष्टिः मन्द्रेभिः ईमहे ।

ऋग्वेद 8.44.31

भावार्थ- हे जगत प्रकाशक भवभय नाशक तुम दुःख प्रदाता हो कर्मों का फल देने वाले सबके भाग्य विधाता हो। सच्चे मन से चाहें तुमको प्रेम भाव से तुम्हें पुकारें साहस और विश्वास रहे प्रभु इस दुनियां से कभी न हरें।

ओऽम् ते घेदग्ने स्वाध्यो अहा विश्वा नृचक्षसः ।
तरन्त स्याम दुर्गहा ॥

ऋग्वेद 8.43.30

भावार्थ- प्रतिदिन उत्तम कार्य करें हम और समर्पित करें आपको दुस्तर दुःख सागर से तारों सदा पुकारें प्रभो आपको। तुम अनतर्यामी हो भगवन् पहचान लेते हर मनुज को तुम प्रदाता कर्म फल के सुख दुःख तुम्ही देते मनुज को।



ओऽम् त्वं ह्यग्ने अग्निना विप्रो विप्रेण सत् सता ।
सखा सख्या समिध्यसे ॥

ऋग्वेद 8.43.14

भावार्थ- जैसे जले अग्नि से अग्नि ज्ञान से ज्ञान बढ़ा करता है करूणा से करूणा जगती है प्यार से प्यार मिला करता है। शरणागत होकर प्रभु तेरा सब दुःख दर्द भुलाऊं मैं सखा भाव से मिलो मुझे और प्यार तुम्हारा पाऊं मैं।

ओऽम् स नः शक्राच्चिदाशकद् दानवां अन्तराभरः ।
इन्द्रो विश्वभिरुतिथिः ॥

ऋग्वेद 8.32.12

भावार्थ- शक्तिमान प्रभु हमें शक्ति दो असुर भाव से लड़ने की हो अभिलाषा मेरे मन में दे कर दान सहायता करने की। जब-जब आये विपद प्रभु शरण तुम्हारी आवें हमे साहस देना नहीं कभी भी संकटों में घबरायें हम ॥



कविता

आखिरी दीवार



देखो-देखो...
आने वालों-जाने वालों !
ओ मेरे शहर वालों...
एक नज़र उठाकर
देखो तो मुझे... गौर से !
हाँ, वही हूँ मैं
जिसके सिरहाने बैठ
कभी नज़र भर-भर तका
तुम करते थे ।
देखो तो ज़रा...
मेरे ज़र्ज़र हुए शरीर के
पलस्तर रूपी शल्य-चिकित्सा
कराने के बजाए,
मेरे अपने
बेरहमी से बोली मेरी लगा
नदारद हो गए ।
पपड़ी-शरीर को चर्म-रोग

क्या लगा,
आज नीलाम ही कर गए ।
मेरे बदन की एक-एक
कुलबुलाती बूढ़ी ईंट
अनवरत हथौड़े के प्रहर से
छटपटा रही है,
कंकड़ों का ढेर हुई मेरी हड्डियाँ
फावड़े से उठा तसले में भरी
जा रही हैं ।
खून के आँसूओं से रो रही हूँ,
सगे-संबंधी भी
मुँह मोड़ बैठे बन अंजान
तिल-तिल तड़पता देख ।
दर्द से कराह रही हूँ,
कड़वे धूँट चढ़ा रही हूँ ।
मलबे का ढेर हूँ बनी
पर लोरी अब भी गाकर

बच्चों को पास अपने
बुला रही हूँ ।
इस आखिरी कड़ी...
दीवार को बचा लो आकर,
ये वही दीवार है...
जिसके सीने में
छुपाकर बचपन के खिलौने
तुम सहेजा करते थे ।
मेरी आत्मा काँप गई देख
जब तुम्हारे पिता समान
छत पर वार हुआ था ।
इससे पहले...
माँ की छाती पर वार हो,
ढहने से पहले
वृद्ध सीढ़ियों पर आकर
बचा लो,
घर की ये... आखिरी दीवार ॥

पूजा आहुजा कालरा
आगरा



विनय बंसल
आगरा

- छाया कुहरा आसमान में, सर्दी की ऋतु आई ।
पहनें स्वेटर, शाल व मफलर, ओड़े सभी रजाई ।
ओड़े सभी रजाई, गजक गुड़-तिल की खाएं ।
करें धूप में सेंक, कक्ष का ताप बढ़ाएं ।
कहें विनय दिनकर छुप जाए, ऐसा जाड़ा आया ।
भू पर जलें अलाव, गगन में कुहरा छाया ।
- झोंका हवा का ठंड में, इसका बिगड़ा रूप ।
सर्दी में अच्छा लगे, अगर खिली हो धूप ।
अगर खिली हो धूप, कहीं न छाए कोहरा ।

- मन को खूब लुभाए, खिले हम सबका चेहरा ।
कहें विनय जीना मुश्किल है, सर्दी का है मौका ।
निर्धन कैसे सहन करें इस सर्द हवा को झोंका ।
- खाएं कसम घर में रहें, ठंड में सेंके ताप ।
मुँह नाक जब छोड़ते, इस सर्दी में भाप ।
इस सर्दी में भाप, ठंड का, ये ही तो है काम ।
अदरक वाली चाय से, मिले बड़ा आराम ।
कहें विनय सर्दी भागेगी, तुमको हम बतलाएं ।
पका हुआ गुड़, तिल, देशी धी, सुबह शाम नित खाएं ।

पत्नियाँ पहनती हैं,
अपने पक्के प्रेम के लिए,
कच्चे कांच की चूड़ियाँ
जिनको पहनने उतारने में,
कितनी ही बार उनके हाथ ज़ख्मी भी हो जाते हैं,
मगर फिर भी बेहद खुशी से खरीदती हैं वो,
रंग बिरंगी कच्चे कांच की चूड़ियाँ,
जो बेहद ज़रूरी हैं,
उनके ग्रेम को साबित करने के लिये,
पत्नियाँ पहनती हैं,
अपनी निष्ठा साबित करने के लिये मंगलसूत्र,
भरती हैं सिर के अंतिम छोर तक,
लाल चटख सिंदूर की रेखा,
जो साबित करता है कि,
जितनी लंबी ये लाल रेखा होगी,
पति-पत्नी का साथ भी उतनी दूर तक जायेगा,
मेंहदी भी काढ़ती है हथेली पर,
तो उसके बूटों में भी कहीं लिखवा लेती है,
पति का पूरा नाम,
देह पर गुदवा लेती है,
पति के नाम का गुदना,
जो साबित करता है,
कि अब ये बपौती है अपने पति की,
जिसकी देह पर पति का मालिकाना हक़ है,
पायल, बिछुआ, महावर, चटख लिबास,
ये सब साबित करते हैं,
पत्नी के अगाध प्रेम को,
इस पर भी वो रखती है ढेरों व्रत उपवास,
बांधती हैं मनतों के धागे,

आदर्श सुन्दरी

सर पटकती है पीर फकीर की चौखटों पर,
सिर्फ अपने पक्के प्रेम की,
विश्वसनीयता को साबित करने के लिए
पूरी ज़िंदगी निकल जाती है,
इस दैहिक पवित्रता को साबित करने में,
मगर फिर भी हार जाती है,
मगर फिर भी आरोपित होती है,
क्योंकि सारे दैहिक प्रमाण तो
दैहिक पवित्रता को साबित करने के लिए ही होते हैं,
पर मन की पवित्रता को साबित करने का,
कोई प्रमाण नहीं होता, क्योंकि,
प्रेम साबित करने का नहीं,
महसूस करने का विषय है,
और इसलिए प्रेमिकाएं
नहीं पहनती कच्चे कांच की चूड़ियाँ,
नहीं खींचती सिर के आखिरी छोर तक,
कोई लाल रेखा,
नहीं रखती कोई व्रत उपवास,
नहीं साबित करती अपनी दैहिक पवित्रता,
बस आह भर कर हौले से कहती है, कि
मैं तुमसे बहुत प्रेम करती हूँ,
और प्रेमी उस प्रेम को,
उसके कहने से ज्यादा,
उसकी काजल भरी आंखों में महसूस कर,
उसे चिपका लेता है अपने सीने से,
और दोनों महसूस करते हैं,
उस अद्भुत प्रेम को
जिसे प्रमाण की कोई आवश्यकता नहीं होती



कांची सिंघल 'ओस'
आगरा

बेटियाँ

कलयुग में कुम्हला रहीं बेटियाँ
हजार की जगह आठ सौ बेटियाँ
फिर भी नहीं खुलती लोगों की अंखियाँ
नन्हीं चिड़िया सा आँगन चहकती बेटियाँ
बाँध संस्कारों की पोटली हमें छोड़ जाती बेटियाँ
मात-पिता की मुस्कान ले जातीं बेटियाँ
दहेज की बलिबेदी पर चढ़ा दी जातीं बेटियाँ
बेटों के स्वार्थ में दम घोंट दी जाती बेटियाँ

गर हो सबका साथ तो विकट परिस्थितियों से भी
जूझ जाती बेटियाँ
पैर जर्मी पर होने पर भी
आसमां छूने का हक चाहतीं बेटियाँ
इनके सपने इनके अरमानों को
कैद न करो यहाँ
अटूट जुनून और दृढ़विश्वास से
सपने सच कर जाती बेटियाँ
दर्द सहकर भी सदा मुस्कुराती बेटियाँ
फर्ज व संस्कारों की लाज रखती हैं बेटियाँ
अँधेरा दूर कर शिक्षा की लौ जलाती बेटियाँ ॥



पदमावती 'पदम'
आगरा



मेरे मन के द्वारे



यशोधरा यादव 'यशो'

आगरा

नाहक उम्मीदों का लगता
तांता मेरे मन के द्वारे ।
विश्वासों का मैने खींचा
खाका मेरे मन के द्वारे ॥
बजती रही रामधुन कैसी
किसे छोड़ दूँ किसे संभालूँ,
फिर सोचा जग की यात्रा में
बस अपना कर्तव्य निभा लूँ,
इसीलिए एहसास लगाते
फेरा मेरे मन के द्वारे ।
नाहक उम्मीदों का लगता
तांता मेरे मन के द्वारे ॥
संबंधों का खिलता उपवन

पंखुरी-पंखुरी झारकर बोला,
तू ने खिलना छोड़ दिया है
इसीलिए मैं बना अबोला,
चौखट से द्वारे तक सूना
रिश्ता मेरे मन के द्वारे ।
नाहक उम्मीदों का लगता
तांता मेरे मन के द्वारे ॥
पहला सुख निरोगी काया
सत्य पुरानी रही कहावत,
माया की छाया सी फैली
पीड़ाओं की नई लिखावट,
दर्द उठा अंतः स्थल से
आया मेरे मन के द्वारे ।

नाहक उम्मीदों का लगता
तांता मेरे मन के द्वारे ॥
जब हम होते हारे-हारे
तब पतवार नहीं चलती है,
वक्त चौकड़ी भरकर आता
नाव धंवर में जा फँसती है,
'यशो' सत पथ पर चलकर
आता मेरे मन के द्वारे ।
नाहक उम्मीदों का लगता
तांता मेरे मन के द्वारे ।
विश्वासों का मैने खींचा
खाका मेरे मन के द्वारे ॥

हरियाली ही खुशहाली



अरुणा गुप्ता
आगरा

हरियाली की खुशहाली है, धरती की हरियाली ।
हमने अपने हाथों से अपनी खुशी खो डाली ।
आत्मकेंद्रित हुये हम, सारी सोच बदल डाली ।
काट, खोद, कर धरा, उसकी सांसे छीन डाली ।
ओजोन पर्त हुई घायल, जान जोखिम में डाली ।
हरियाली हुई कमतर, सारी सांसे ही घोंट डाली ।
मेहनत कर के वृक्ष उगाकर, बचानी है हरियाली ।
कंकरीट के जंगल हटा कर लानी हमें हरियाली ।
पीपल, वट, नीम, सागौन, अर्जुन, बहेड़ा, आँवला ।,
नींबू, कटहल, जामुन, बेल करे रक्षा सुनो आली ।
तुलसी, मनीप्लांट, ऐलोवेरा, पपीता, गिलोय, बेल
घर के गमले में लगाकर, घर में लाओ हरियाली ।



अमलताश, गुलमोहर, सेमर, कनेर सड़क के किनारे
बीच शहर के पार्कों में घास लगा, लाओ हरियाली ।
बढ़ते हुये प्रदूषण को बस रोक सकती है हरियाली ।
पेड़ों का कटान रोक दो, जीवन देगी तुझे हरियाली ।
वृक्षों का विकास, पौधों का लगाना फैलाना हरियाली ।
जीवन अगर बचाना है, तो सब मिल के लाओ हरियाली ।

अमरत्व (छंदमुक्त कविता)

मैं नगर की प्रमुख सड़क पर खड़ा
 ऊंचा सीश हूँ
 पौध से पौधा और फिर
 वृक्ष बना हूँ
 मंजोले से विराट होते वर्ष बीते
 आंधी, तूफान और झंझावात झेल
 यहाँ तक पहुँचा हूँ
 इस विस्तार तक आते -आते
 बहुत अनुभव समेटे हैं मैंने
 दुख -सुख ,पतझर -बहार
 सभी देखे हैं
 मेरे नीचे से
 जीवन के सत्य गुजरे हैं
 जन्म से मृत्यु तक के प्रहर बीते हैं
 नवजात को ले जाते
 प्रसन्न परिवारी मुझे याद हैं
 शिशुओं की चिहुंकती किलकारियों ने
 मुझे हर्षया है
 किशोरों की अल्हड़ अठखेलियों पर
 मैं रीझा हूँ
 यौवन की मदमत्ता पर
 मैं भी रोमांचित हुआ हूँ



डॉ. शैलबाला अग्रवाल
आगरा

बरातों की निकासी पर मैं भी झूमा हूँ
 और डोली की हिचकियों के साथ सिसका हूँ
 तिरस्कृत वृद्धों ने
 मेरी टेक लगा कर आँसू बहाये हैं
 तब उनका विगत स्मरण कर
 मैं विस्मित भी हुआ हूँ
 और अंतिम यात्रा पर
 क्षणिक वैराग मैंने भी ओढ़ा है
 मैं तुम्हारे जीवन के साथ-साथ चला हूँ
 तुम्हारे साथ पला हूँ
 पर तुमसे ज्यादा जिया हूँ
 क्योंकि, मैंने कभी
 स्वयं के लिए नहीं सोचा
 तुम्हारे लिए सोचा, सबके लिए सोचा
 इसीलिए प्रसन्न हूँ
 तुम केवल अपने लिए सोचते रहे हो
 औरों के लिए सोच कर देखो
 तुम भी मेरी तरह अनुभव करोगे
 शांत और सुखी ज्यादा जीओगे
 अमरत्व पा लोगे !

तन सुंदर मन भी सुंदर,
 ये सुंदर है सारा संसार ।।
 भिन्न-भिन्न हैं लोग यहाँ के,
 भिन्न-भिन्न सबके हैं विचार ।।
 नहीं भेद गोरे काले में,
 भेद करूँ मैं किस आधार ।।
 एक फलक आकार हैं सारे,
 एक ही सबका पालनहार ।।
 कर्म करो नित उद्धार अनूठे,
 प्राणी जन्म सुत कर व्यवहार ।।
 सत्कर्म नहीं मानव का द्योतक,
 चित्त में चिन्ता का है सार ।।
 हिंदू, मुस्लिम, सिख, ईसाई,
 कुछ करते ये धर्म प्रचार ।।
 प्राणी जो अज्ञान का सिंचन,

विचार

मूर्ख करें ये विषम विचार ।।
 ईश्वर अल्लाह यीशु गुरु सम,
 एक ज्योति के तारणहार ।।
 भिन्न-भिन्न ना समझो राही ,
 करो तनिक यह स्वयं विचार ।।
 कहत अगरिया मानव जन से,
 भूलो मत ये तथ्य हमार ।।
 सदा सादगी मूरत बनकर,
 कठिन पथ भी हल संसार ।।



दिनेश अगरिया
आगरा



पर्टन

स्विट्जरलैंड से कम नहीं!

यूरोप का खूबसूरत देश स्विट्जरलैंड किसी जनत से कम नहीं है। भारत में भी ऐसी कई जगह हैं, जो आपको एकदम विदेश जैसी फीलिंग्स देंगी। इन्हें भारत में मिनी स्विट्जरलैंड के नाम से भी जाना जाता है।

बर्फ से ढके पहाड़ों, स्की रिसॉर्ट, झीलों और खूबसूरत नजारों के बीच स्विट्जरलैंड में छुट्टियाँ मनाना किसे अच्छा नहीं लगेगा। कई लोगों का सपना इस तरह के स्थानों पर छुट्टियाँ मनाने का होता है। लेकिन बजट अगर टाइट है, तो इच्छा अधूरी रह सकती है, अगर आपकी पत्नी स्विट्जरलैंड जाने की जिद कर रही है, तो आप उसे मना नहीं कर पाएंगे। तो क्यों न ऐसा तरीका ढूँढा जाए, जिससे उनका विदेश घूमने का सपना भी पूरा हो जाए और आपके बजट में भी आ जाये। वैसे इस सपने को आप हकीकत में बदल सकते हैं। इसके लिए आपको पासपोर्ट की भी जरूरत नहीं पड़ेगी। जी हाँ, भारत में ही कई डेस्टिनेशन ऐसे हैं, जो एकदम यूरोपीय देश स्विट्जरलैंड जैसे दिखते हैं। तो आइए, यहाँ हम आपको भारत की ऐसी 6 जगहों के बारे में बता रहे हैं, जिन्हें इनकी खूबसूरती के कारण मिनी स्विट्जरलैंड कहा जाता है।



1. खज्जियार, हिमाचल प्रदेश- खज्जियार डलहौजी के पास बसा एक छोटा सा शहर है। हरे-भरे घास के मैदान, देवदार के

पेड़ों से घिरे जंगल, झील और धौलादार पहाड़ों की खूबसूरती यहाँ पर्यटकों को खूब आकर्षित करती है। यहाँ की प्रकृति की खूबसूरती न केवल आंखों को सुकून देती है बल्कि दिल और दिमाग को भी तरोताजा कर देती है। इन्हीं वजहों से इसे मिनी स्विट्जरलैंड कहा जाता है। यहाँ फ्लाइट से जाने के लिए पास का एयरपोर्ट कांगड़ा एयरपोर्ट गगल है, जो खज्जियार से 115 किमी दूर है। वहाँ रेलवे स्टेशन पठानकोट की दूरी भी 115 किमी है।

2. जम्मू-कश्मीर- वैसे तो कश्मीर को धरती का स्वर्ग कहते हैं। लेकिन सर्दियों में यह जगह बंडरलैंड में बदल जाती है। जिस कारण इसकी तुलना स्विट्जरलैंड से की जाती है। यहाँ खूबसूरत वादियाँ, दूध जैसे पानी के झारने और ऊँचे-ऊँचे बर्फ से ढके पहाड़ दिन में सोने तो रात में चांदी की छटा बिखरते हैं। अगर आप स्विट्जरलैंड नहीं जा पा रहे हैं, तो पत्नी को जम्मू-कश्मीर तो घुमा ही लाइए। यहाँ पहुंचने के लिए श्रीनगर में शेख उल आलम एयरपोर्ट है और जम्मूतवी रेलवे स्टेशन है।



3. औली, उत्तराखण्ड- भारत के उत्तराखण्ड राज्य में चमोली जिले में बेहद सुंदर जगह है औली। इसे भारत का मिनी स्विट्जरलैंड कहा जाता है। यहां की वादियां और पहाड़ों को देखकर बिल्कुल स्विट्जरलैंड वाली फील आती है। इस जगह से कुटरत की खूबसूरती को अच्छी तरह महसूस किया जा सकता है। अगर आप स्की रिजॉर्ट में छुट्टियां बिताना चाहते हैं, तो स्विस आल्प्स तक भी जाने की जरूरत नहीं है। स्विट्जरलैंड की तरह औली स्कीइंग रेस के लिए पॉपुलर है। यहाँ पहुंचने के लिए आप दिल्ली से देहरादून के जॉली ग्रांट एयरपोर्ट के लिए फ्लाइट ले सकते हैं। जो औली से 180 किमी की दूरी पर है। वहाँ देहरादून रेलवे स्टेशन यहां से 150 किमी दूर है।

4. मणिपुर- मणिपुर भी इंडिया का स्विट्जरलैंड है, जिसे मिनी स्विट्जरलैंड भी कहते हैं। यहां आपको ऐसे व्यूज देखने मिलेंगे कि आपका यहीं बस जाने का मन करेगा। वैसे यहाँ देखने वाली ऐसी बहुत सी जगह हैं, जिन्हें देखकर आपको लगेगा कि आप



अपने सपनों के देश में हैं। लोकटेक लेक, ईमा मार्केट, मणिपुर स्टेट म्यूजियम देखने लायक हैं। न केवल खूबसूरत नजारों के लिए बल्कि सांस्कृतिक समृद्धि के लिए भी इस खूबसूरत राज्य की यात्रा की योजना बनाकर आपने साथी की स्विट्जरलैंड देखने की इच्छा पूरी कर सकते हैं। इंफाल एयरपोर्ट यहां से सबसे करीब है, वहाँ दीमापुर रेलवे स्टेशन 203 किमी की दूरी पर है।

5. कौसानी, उत्तराखण्ड- वैसे अगर आप और आपका साथी नेचर लवर हैं, तो आप भारत में ही स्विट्जरलैंड का दीदार कर सकते हैं। उत्तराखण्ड के बागेश्वर जिले में 6075 फुट से ज्यादा की ऊँचाई पर बसा कौसानी एक खूबसूरत हिल स्टेशन है। बागेश्वर जिले में स्थित, यह छोटा सा गांव अपने प्राकृतिक वैभव और नंदा देवी, पंचचूली और



हिमालयी चोटियों के बेहतरीन दृश्यों के लिए माना जाता है। अपनी प्रभावशाली प्राकृतिक सुंदरता के लिए, इस जगह की तुलना स्वयं महात्मा गांधी ने स्विट्जरलैंड से की थी। आप कौसानी जाना चाहते हैं, तो पंतनगर एयरपोर्ट यहां से 160 किमी दूर है जबकि काठगोदाम 130 किमी दूर है।

6. बरोट वैली, हिमाचल प्रदेश- हिमाचल प्रदेश के मंडी जिले में स्थित बरोट घाटी भी स्विट्जरलैंड जैसा अहसास दिलाती है। देवदार के ऊंचे पेड़ों और हरे भेरे पहाड़ों से घिरी सुरम्य घाटी पर्यटकों के साथ-साथ ट्राउट मछली पकड़ने में दिलचस्पी रखने और रोमांच चाहने वालों के लिए एक बहुत शानदार यात्रा साबित हो सकती है। अगर आप फ्लाइट से जा रहे हैं, तो आपको कुल्लू मनाली के भुतंर एयरपोर्ट तक पहुंचना होगा, जो यहां से 80 किमी की दूरी पर है। जबकि जोगिंदर नगर रेलवे स्टेशन सिर्फ 30 किमी दूर है।

दीपावली का महत्व

दीपावली, भारत में हिन्दुओं द्वारा मनाया जाने वाला सबसे बड़ा त्योहार है। दीपों का खास पर्व होने के कारण इसे दीपावली या दीवाली नाम दिया गया। दीपावली का मतलब होता है, दीपों की अवली यानि पंक्ति। इस प्रकार दीपों की पंक्तियों से सुसज्जित इस त्योहार को दीपावली कहा जाता है। कार्तिक माह की अमावस्या को मनाया जाने वाला यह महापर्व, अंधेरी रात को असंख्य दीपों की रोशनी से प्रकाशमय कर देता है।

दीप जलाने की प्रथा के पीछे अलग-अलग कारण या कहानियाँ हैं। हिन्दू मान्यताओं में राम भक्तों के अनुसार कार्तिक अमावस्या को भगवान् श्री रामचन्द्र जी चौदह वर्ष का वनवास काटकर तथा असुरी वृत्तियों के प्रतीक रावण आदि का संहार करके अयोध्या लौटे थे। तब अयोध्यावासियों ने राम के राज्यारोहण पर दीपमालाएं जलाकर महोत्सव मनाया था। इसलिए दीपावली हिन्दुओं के प्रमुख त्योहारों में से एक है।

कृष्ण भक्तिधारा के लोगों का मत है कि इस दिन भगवान् श्रीकृष्ण ने अत्याचारी राजा नरकासुर का वध किया था। इस नृशंस राक्षस के वध से जनता में अपार हर्ष फैल गया और प्रसन्नता से भेरे लोगों ने धी के दीप जलाए। एक पौराणिक कथा के अनुसार विष्णु ने नरसिंह रूप धारण कर हिरण्यकश्यप का वध किया था तथा इसी दिन समुद्रमंथन के पश्चात लक्ष्मी व धनवंतरि प्रकट हुए।

जैन मतावलंबियों के अनुसार चौबिसवें तीर्थकर महावीर स्वामी का निर्वाण दिवस भी दीपावली को ही है। सिक्खों के लिए भी दीपावली महत्वपूर्ण है क्योंकि इसी दिन अमृतसर में सन् 1577 में स्वर्ण मन्दिर का शिलान्यास हुआ था। इसके अलावा सन् 1619 में दीपावली के दिन सिक्खों के छठे गुरु हरगोविन्द सिंह जी को जेल से रिहा किया गया था।

नेपालियों के लिए यह त्योहार इसलिए महान है क्योंकि इस दिन से नेपाल में नया वर्ष शुरू होता है। पंजाब में जन्म स्वामी रामतीर्थ का जन्म व महाप्रयाण दोनों ही दीपावली के दिन ही हुआ। इन्होंने दीपावली के दिन गंगाटट पर स्नान करते समय 'ओम' कहते हुए समाधि ले ली। महर्षि दयानन्द ने भारतीय संस्कृति के महान जननायक बनकर दीपावली के दिन अजमेर के निकट अवसान लिया। इन्होंने आर्य समाज की स्थापना की। हिन्दुओं में इस दिन

लक्ष्मी पूजन का विशेष विधान है। रात्रि के समय प्रत्येक घर में धनधान्य की अधिष्ठात्री देवी महालक्ष्मी जी, विघ्न-विनाशक गणेश जी और विद्या एवं कला की देवी मातेश्वरी सरस्वती देवी की पूजा आराधना की जाती है। ब्रह्मपुराण के अनुसार कार्तिक अमावस्या की इस अंधेरी रात्रि अर्थात् अर्धरात्रि में महालक्ष्मी स्वयं भूलोक में आती हैं और प्रत्येक सद्गृहस्थ के घर में विचरण करती हैं। जो घर हर प्रकार से स्वच्छ, शुद्ध और सुन्दर तरीके से सुसज्जित और प्रकाशयुक्त होता है वहां अंश रूप में ठहर जाती है और गंदे स्थानों की तरफ देखती भी नहीं। इसलिए इस दिन घर-बाहर को खूब साफ-सुथरा करके सजाया-संवारा जाता है। कहा जाता है कि दीपावली मनाने से लक्ष्मीजी प्रसन्न होकर स्थायी रूप से सद्गृहस्थों के घर निवास करती हैं।

त्योहारों का ये वातावरण धनतेरस से प्रारम्भ होता है, और 5 दिन तक चरम पर रहता है। यह पर्व अलग-अलग नाम और विधानों से पूरी दुनिया में मनाया जाता है। इसका एक कारण यह भी है कि इसी दिन अनेक विजयश्री युक्त कार्य हुए हैं।

बहुत से शुभ कार्यों का प्रारंभ भी इसी दिन से माना गया है। इसी दिन उज्जैन के सप्त्राट विक्रमादित्य का राजतिलक हुआ था। विक्रम संवत् का आरंभ भी इसी से माना जाता हैं यानि यह वर्ष का प्रथम दिन भी है। इसी दिन व्यापारी अपने बही-खाते बदलते हैं तथा लाभ-हानि का ब्यौरा तैयार करते हैं।

हर प्रांत या क्षेत्र में दीपावली मनाने के कारण एवं तरीके अलग हैं पर सभी जगह कई पीढ़ियों से यह त्योहार चला आ रहा है। लोगों में दीपावली की बहुत उमंग होती है। लोग घरों का कोना-कोना साफ करते हैं, नये कपड़े पहनते हैं। मिठाइयों के उपहार एक दूसरे को बांटते हैं, एक दूसरे से मिलते हैं।

घर-घर में सुन्दर रंगोली बनाई जाती है, दिये जलाए जाते हैं और आतिशबाजी की जाती है। बड़े-छोटे सभी इस त्योहार में भाग लेते हैं। यह पर्व सामूहिक व व्यक्तिगत दोनों तरह से मनाए जाने वाला ऐसा विशिष्ट पर्व है जो धार्मिक, सांस्कृतिक व सामाजिक विशिष्टता रखता है। अंधकार पर प्रकाश की विजय का यह पर्व समाज में उल्लास, भाईचारे व प्रेम का संदेश फैलाता है।



पर्यावरण जागरूकता

संदीप अग्रवाल

अध्यक्ष

जय श्री हरिहर



हम सभी जानते हैं कि पेड़ हमारे लिए उतने ही महत्वपूर्ण हैं जितना जल एवं वायु। वातावरण में जो ऑक्सीजन है उसके दो स्रोत हैं। पहला जमीन पर उगने वाले पेड़, पौधे, घास, फसलें और दूसरा समुद्र/नदी/तालाब में रहने वाले फायटो प्लैंक्टन जो फोटोसिंथेसिस के माध्यम से कार्बन डाई-ऑक्साइड से अपना खाना बनाते हैं और इस प्रक्रिया में ऑक्सीजन वातावरण में छोड़ते हैं।

इसलिए हमें यह समझना चाहिए कि पेड़ों के बिना जीवन संभव नहीं है। वातावरण में कार्बन उत्सर्जन बढ़ने से धरती का तापमान बढ़ रहा है जिसे ग्लोबल वार्मिंग कहते हैं। ग्लोबल वार्मिंग के दुष्परिणाम बाढ़ आना, तापमान बढ़ना, ग्लेशियरों का पिघलना, समुद्रीय जलस्तर बढ़ना आदि के रूप में हमारे सामने आते हैं। इसका एक उदाहरण गंगोत्री, यमुनोत्री, सतोपंथ स्वर्गारोहिणी, उत्तरी और दक्षिणी ध्रुव के ग्लेशियरों का तेजी से पिघलना है।

यदि इसे आप और सरल भाषा में समझना चाहें तो गर्मियों में किसी ग्राउंड या रोड पर ध्यान दें। आपको भीड़ वहीं मिलेगी जहां पेड़ होगा। सभी उसकी छाया में ही खड़े होना चाहते हैं। यदि तेज बारिश हो रही है और पास में कोई मकान दुकान नहीं है तो आप एक घना छायादार वृक्ष खोजेंगे और उसी के नीचे रुकेंगे।

तो इन सबसे बचने का उपाए एवं धरती माता को बचाने का उपाए है अधिक से अधिक वृक्षारोपण करें। उत्तम मनुष्य जीवन

के लिए हमें प्रकृति से केवल लेने के बारे में नहीं सोचना चाहिए बल्कि प्रकृति को देना भी चाहिए। मानव शरीर पंचभूतों या पंचतत्वों से बना है जो हमें धरती माता से मिला है। हम इस ऋण को कैसे उतारेंगे? अपने मानव जीवन में किये गये श्रेष्ठ कार्यों से।

इसी क्रम में हमने अपना ऋण उतारने के लिए वृक्षारोपण को चुना और पिछले 3-4 वर्षों से हमने हर साल सरकार द्वारा उपलब्ध कराए गए पौधे उचित स्थानों पर लगाए।

सरकारी पेड़ों में लगभग 25 प्रतिशत पेड़ों का ही रोपण होता है तो हमने अपनी जिम्मेदारी समझते हुए, मिले हुए सभी पेड़ों को पार्क, रोड साईड, डिवाइडरों पर, स्कूलों में, मैरेज होम, फार्म हाउस आदि में लगाया।

हर वर्ष की भाँति 2020 में कोरोना संक्रमण के बाद भी अपने अभियान को निरंतर जुलाई-अगस्त (आषाढ़-श्रावण) में वर्षा के महीनों में चलाया और लगभग 400 पेड़ लगाए। अभियान समाप्त होने पर हमने देखा हमारी 90 प्रतिशत मेहनत जानवरों एवं कुछ असभ्य लोगों द्वारा बर्बाद कर दी गई है।



फिर हम 5-6 मित्रों ने विचार किया कि क्यों न हम बड़े पौधे लगाएं। तो हमने एक सरकारी नर्सरी में लगभग 7-8 फुट के पीपल एवं बरगद के पेड़ देखे जो हमें बहुत पसंद आए। हमने विचार किया कि पुराने समय में हमारे पूर्वज हमेशा शुभ कार्यों के लिए पीपल, बरगद, पाखर के पेड़ लगाते थे। आप गांव-शहर में किसी भी कम्प्युनिटी सेंटर में, मंदिर, धर्मशाला, खेत, पुरानी रोड आदि में देखें तो आपको मुख्य तौर पर पीपल बरगद के पेड़ ही दिखाई देंगे।

भगवान श्रीकृष्ण जी ने भागवत गीता में कहा है कि मैं वृक्षों में पीपल हूँ (श्लोक) और श्री शिवमहापुराण के अध्ययन से जानकारी मिली कि वटवृक्ष (जिसे हम आम भाषा में बरगद का पेड़ कहते हैं) भगवान शिव का स्वरूप हैं इनका जीवन-काल लगभ 100 से 500 साल तक बताया गया है। आप कभी आचार्य जगदीश चंद्र बोस बोटेनिकल गार्डन कोलकाता में जाएं तो वहां आप लगभग साढ़े तीन एकड़ के विस्तार का वटवृक्ष देख सकते हैं। इसकी शाखाओं की जटाएं भी जमीन में जा कर वृक्ष का रूप ले चुकी हैं और मूल तने को पहचानना कठिन है।

यदि आप प्रयागराज में कुम्भ के मेले में गए हैं तो आपने संगम तट पर स्थित किले में अक्षयवट देखा होगा जिसका समयकाल अनंत है। इसका वर्णन पुराणों में भी आता है कि कल्पांत या प्रलय में जब समस्त पृथ्वी जल में डूब जाती है उस समय भी वटवृक्ष बच जाता है। अक्षय वट के संदर्भ कालिदास के रघुवंशम तथा चीनी यात्री ह्वेनत्सांग के यात्रा विवरणों में मिलते हैं। भारतवर्ष में क्रमशः चार पौराणिक पवित्र वटवृक्ष हैं- गृद्धवट-सोरो 'शूकर क्षेत्र, अक्षय वट-प्रयाग, सिद्धवट-उज्जैन और वंशीवट-वृदावन।



यदि आप कभी नासिक घूमने जाएं तो श्रीराम जी के वनवास का स्थान पंचवटी जरूर देखें जहां आज भी पांच वटवृक्ष लगे हुए हैं, और इसका महत्व सभी को कोरोना काल में समझ आ गया है की पीपल बरगद के पेड़ अन्य सभी पेड़ों की तुलना में अधिक मात्रा में ऑक्सीजन जेनरेट करते हैं। हमने यह पाया कि आज के समय में भी लोग जानकारी के अभाव में अलैस्ट्रॉनिया आदि के पेड़ लगाने में ज्यादा रुचि ले रहे हैं जो वातावरण एवं मनुष्य के लिए हानिकारक हैं और पीपल-बरगद के पेड़ कोई नहीं लगा रहा है। इनकी संख्या हर वर्ष कम हो रही है।

ये सन् 2020 की बात है हमने देखा कि सरकार द्वारा शास्त्रीपुरम रोड पर काफी संख्या में ट्रीगार्डों में वृक्षारोपण किया गया था और इसमें अधिकतर पौधे समाप्त हो गये हैं। भाद्रपद का महीना चल रहा था जिसमें बारिश होती है। तो हरि इच्छा से हमने विचार किया क्यों न इनमें पीपल बरगद के कुछ पेड़ लगा दें। इस तरह हमने पैसों से पेड़ खरीदे और रविवार के रविवार अपना अभियान चलाने लगे।

हमने अगस्त- सितम्बर- अक्टूबर में 7 अभियान चलाए और 71 बरगद और दो पीपल के पेड़ लगाए। इसमें 72 पेड़ हमने खरीदे और एक 5 फीट से बड़ा पेड़ पीपल का जो मेरे

घर में गमले में लगा हुआ था उसको गमले से निकाल कर ट्रीगार्ड में लगाया जिससे वह जमीन में अपना पूरा विकास कर पाए। इस दौरान हमारे साथ कुछ अन्य मित्र भी अभियान से जुड़े एवं बहुत सारे लोगों ने हमारे काम की सोशल मीडिया पर सराहना की।

अभियान समाप्त होने पर बारिश समाप्त हो गई और पेड़ सूखने लगे। कुछ जानवरों और असामाजिक तत्वों ने ट्रीगार्ड और पेड़ों को

नुकसान पहुंचाना शुरू किया। इसका उपाए सोचा गया और पेड़ लगाने के बाद उनका सालभर संरक्षण का विचार किया गया। हर हफ्ते में एक बार पेड़ों में एक्टिवा पर रख कर 20 लीटर वाली 4 बोतलों से पानी दिया जाने लगा। जिसे बार-बार भरना पड़ता और इसमें लगभग तीन घंटे की कड़ी मेहनत लगती, और जो ट्रीगार्ड गिर जाते या गिरा दिये जाते उनको सही किया जाता। कुछ लोग जो नकारात्मक दृष्टिकोण रखते हैं उन्होंने कुछ पेड़ों को तोड़ भी दिया। फिर एक टूटा हुआ पेड़ दिखा जिसे सही करने का उपाए एक नर्सरी वाले से पूछा तो उन्होंने बताया कि आप इसे बिजली वाले टेप से



लपेटकर जोड़ दें। यह प्रयोग सफल रहा और आज हमारा यह पेड़ आप देख सकते हैं कि अच्छी ग्रोथ कर रहा है।

फिर कुछ पेड़ों में दीमक लगना प्रारंभ हुआ तो दीमक की दवाई लगाकर उन्हें बचाने का प्रयास किया गया जो काफी सफल रहा। इस प्रकार चार महीने बीते और हमारे लगाए हुए 73 पेड़ों में से 68 पेड़ सकुशल बढ़ गए जिसका आत्मसंतोष का भाव शब्दों में व्यक्त नहीं किया जा सकता।

होली के त्योहार पर हरि इच्छा से हम सभी ने विचार किया कि

क्यों न इस कार्य को मित्रों के समूह से बढ़ाकर एक विचार बनाया जाए। एक ऐसा प्लेटफार्म बनाएं जहां यह कार्यक्रम हमेशा ऐसे ही निरंतर बढ़ता रहे। तो विचार आया कि हमारी संस्था मुख्यतः पीपल और बरगद के लिए प्रतिबद्ध है और हमारा सभी कार्य भगवान को ही समर्पित हैं।

पीपल भगवान विष्णु का रूप है जिन्हें हम श्रीहरि के नाम से भी पूजते हैं और बरगद भगवान शिव का रूप है और जिन्हें श्रीहरि के नाम से भी बुलाते हैं। तो भगवान की दी हुई सद्बुद्धि एवं प्रेरणा से और सभी की सहमति से हमने संस्था का नाम श्रीहरिहर फाउंडेशन रखा।

इसके बाद हमने अपने कार्यों को जनमानस तक पहुंचाने के लिए फेसबुक पर अपना पेज बनाया जिसे आप सभी फेसबुक पर सर्च कर अभी तक के किये कार्य देख सकते हैं। अब हमारे सामने समस्या थी गर्मियों में पेड़ों में पानी लगाने की। इसके समाधान के लिए हमने एक 1000 लीटर की पानी की टंकी खरीद कर सप्ताह में एक बार पानी लगाना जारी रखा। टंकी से पानी डालने के लिए हमने लोडिंग टैम्पो की मदद ली। अपने लगाए गए पेड़ों की पहचान करने के लिए हमने उनको रंग-बिरंगे रंगों से पेंट किया और उन पर संस्था का नाम अंकित किया।

हमारे पेड़ अब बड़े हो रहे थे और अब उनको सीधा बनाए रखने के लिए बांसों की आवश्यकता थी। एक बांस की कीमत करीब 100/- थी।

फिर सीमित संसाधन और 7500/- का खर्च। तो हमने सोचा की शमशान घाट पर लोग क्रिया करके अर्थी के बांस वर्ही फेंक देते हैं उनका कोई उपयोग नहीं करते। इस विचार के साथ हमने बल्केश्वर शमशान घाट को चलाने वाली संस्था सकारात्मक फाउंडेशन से संपर्क किया और उन्होंने हमें बांस सहर्ष उपलब्ध करा दिया। आप सोच रहे होंगे कि हमने अपना पूरा ध्यान एक ही स्थान पर क्यों लगाया। अलग-अलग शहर के हिस्सों में इसे क्यों नहीं किया। दरअसल हमारी शुरुआत बहुत सीमित संसाधनों में अधिक से

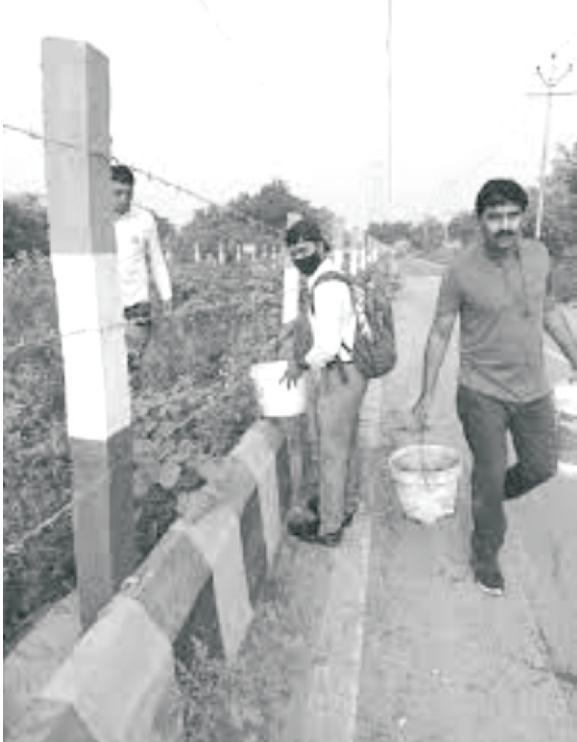
अधिक वृक्षारोपण कर उन्हें संरक्षित करने की थी। तो हमने एक ही स्थान को मॉडल के रूप में विकसित करने का लक्ष्य निर्धारित किया।

सन् 2021 में हमारा अभियान गर्मियों में भी सुचारू रूप से चलता रहा एवं साथ ही हमने आने वाले बारिश के मौसम में अपने लक्ष्य को दुगुना करने का विचार किया। हमारे साथ अब लगभग 35 सदस्य जुड़ चुके थे। हमारा इस साल का लक्ष्य था गतवर्ष के 73 की तुलना में 150 पेड़ लगाने का। तो हमने एक पोस्ट बनाई एवं उसे अपनी संस्था के फेसबुक पेज एवं वाट्सएप ग्रुप पर डाल दी। हमने एक पेड़ के लिए 300/- की सहयोग राशि मांगी जिसमें 100/- एक पेड़ की अनुमानित कीमत और 200/-

साल भर पानी देने के लिए टैम्पो का किराया आदि शामिल था। हमारे कार्य को सरहाने एवं हमें सहयोग करने के लिए इतने लोग उत्साहित थे कि हमारा लक्ष्य मात्र 24 घंटे में ही पूरा हो गया। और कुछ ही दिनों के अंदर हमें 275 पेड़ों का सहयोग प्राप्त हो गया। हमें सहयोग करने वाले समाज के सभी वर्गों से हैं एवं आगरा, अन्य शहरों, प्रदेशों एवं विदेशों से भी हैं।

अब जुलाई का महीना आया और हमने वृक्षारोपण का शुभारंभ 11 जुलाई से किया। और सन् 2021 में संस्था ने 296 पेड़ लगाएं। इस वर्ष 2022 में अब तक 229 पेड़ों का रोपण किया गया है।

संस्था ने अपने लोहे की जाली के ट्रीगार्डों के साथ इन पेड़ों का रोपण किया है, इस प्रकार संस्था अब तक 599 पेड़ों का रोपण कर चुकी है जिसका पूरा विवरण डाया सोशल मीडिया पर है। ट्री गार्डों पर नंबर भी दिया गया है। संस्था अपने सभी सहयोगियों एवं सदस्यों से परिवार सहित (विशेष तौर पर बच्चों के साथ) अभियान में शामिल होने का निवेदन करती है और बहुत से परिवार हमारे अभियानों से जुड़े भी हैं, हम बच्चों को अपने अभियान से इसलिए जोड़ना चाहते हैं कि उनके अंदर पर्यावरण और पेड़-पौधों को लेकर सकारात्मक विचार उत्पन्न हों और वह भविष्य में हमारे द्वारा प्रारंभ किए गए कार्य को आगे बढ़ाएं। संस्था ने स्कूली



बच्चों के साथ कई अभियान भी चलाए हैं। हमने बच्चों के मन में एक बीज डाला है जो आने वाले समय में एक सुन्दर वृक्ष में परिवर्तित होगा।

आजकल बहुत से लोग पर्यावरण और पेड़-पौधों से इतना दूर हो गए हैं कि उन्हें उनके नाम भी नहीं मालूम है। जब हमें ही नहीं मालूम तो हम बच्चों को क्या बताएं। तो हमने इस वर्ष के वृक्षारोपण में देसी प्रजातियों को अपनी लिस्ट में शामिल किया और पीपल और बरगद के साथ ही नीम, पाखर, गूगल, शीशम, कदम्ब, आम, जामुन, बिल्वपत्र, अशोक, आंवला, इमली को भी शामिल किया। पेड़ों की लिस्ट में आज, जामुन, आंवला, इमली के फलदार पौधे चिंडियाओं,

गिलहरी एवं अन्य जीव जन्तुओं के खाने की कुछ व्यवस्था करने के उद्देश्य से लगाए गए हैं।

हमारा उद्देश्य पीपल बरगद के साथ अन्य पारंपरिक देशी पेड़ों का रोपण एवं संरक्षण हैं हम देसी प्रजातियों पर विशेष बल इसलिए देते हैं क्योंकि हमारी सभी देशी चीजे दैवीय हैं, इसलिए भारत वर्ष सभी देशों में सबसे उत्तम कहा गया है। हमने समाज के सामने अपने परिश्रम एवं लगन से, प्रयोग के तौर पर एक मॉडल स्थापित किया है जिससे प्रेरणा लेकर इसे शहर-गांव, देश-विदेश में कहीं भी दोहराया जा सकता है। यह एक छोटी लेकिन दृढ़ इच्छाशक्ति से की गई शुरूआत है। और मुझे लगता है कि शायद हमारा यह विचार और लोगों को

अपने शहर में इस प्रकार का कार्य करने की प्रेरणा प्रदान करेगा।

अंत में आप सभी से एक निवेदन है कि आप यदि अपनी आने वाली पीढ़ीयों के लिए एक अच्छा भविष्य, साफ सुथरी, स्वस्थ धरती रखना चाहते हैं तो प्रतिवर्ष अपने आस-पास घर के प्रत्येक सदस्य की तरफ से एक पेड़ लगाएं। पेड़ का चयन उनके गुणों के आधार पर करें एवं देशी पारंपरिक प्रजाति को वरीयता दें। अक्टूबर 2021 में हमने संस्था को रजिस्टर्ड कराया है, संस्था का अपना बैंक अकाउंट भी है, हमारा उद्देश्य पेड़ लगाने के साथ उनकी नियमित देखभाल भी है जब तक पेड़ स्वयं समर्थ न हो जाये।

घर का वास्तु

वास्तु विज्ञान कहता है कि कई बार व्यक्ति की सुख-समृद्धि में बाधा की वजह घर का वास्तु होता है जिसके बारे में उन्हें पता ही नहीं होता है। वास्तु संबंधी भूल की वजह से व्यक्ति मानसिक रूप से पीड़ित और आर्थिक रूप से परेशान रहता है। दरअसल वास्तु संबंधी दोष घर में नकारात्मक ऊर्जा को बढ़ाता है और आपको परेशानियों का सामना करना पड़ता है। वास्तु विज्ञान में बताया गया है कि अगर आप कुछ उपायों को आजमाकर देखें तो परेशानियों से काफी हद तक राहत पा सकते हैं।

वास्तु विज्ञान के अनुसार, अगर ईशान कोण यानी उत्तर-पूर्व में रसोई घर हो तो उस रसोई घर के अंदर गैस चूल्हे को आगेय कोण में रख दें और रसोई के ईशान कोण में साफ बर्टन में जल भरकर रख दें। ऐसा करने से आपके घर में धन का प्रवाह बना रहेगा और कहीं धन अटका हुआ है तो उसके मिलने की संभावना बढ़ जाएगी।

घर में यहाँ लगाएं देवी लक्ष्मी की तस्वीर : घर के उत्तर दिशा में देवी लक्ष्मी की ऐसी तस्वीर लगाएं, जिसमें वह कमलासन पर विराजमान हों और स्वर्ण मुद्राएं गिरा रही हों। ऐसी तस्वीर लगाना शुभ माना जाता है, इससे घर में समृद्धि का वास होता है। साथ ही अगर आप उत्तर दिशा में तोते की तस्वीर लगाएंगे तो पढ़ाई करने वाले बच्चों के लिए काफी फायदेमंद होगा।

धन का होता है आगमन : वास्तु विज्ञान के अनुसार, पानी की टंकी मकान की छत पर पश्चिम दिशा की ओर लगानी चाहिए। इस दिशा में छत के अन्य भागों से ऊंचा चबूतरा बनाकर पानी की टंकी रखनी चाहिए। वास्तु के नियमानुसार यह बहुत ही शुभ होता है।

सुख व शांति का होता है वास : घर का मुखिया अगर भगवान शिव और चंद्र देव के मंत्रों का हर रोज जप करता है तो उसके यहाँ सुख और शांति का वास रहता है। वास्तु के नियमानुसार घर के बड़ों को नियमित शिवजी के मंत्रों का जप करना चाहिए, इससे घर में समृद्धि आती है।

बनी रहती है शनिदेव की कृपा : शनिदेव की कृपा पाने और साढ़ेसाती या ढैय्या के दौरान संकट से मुक्ति के लिए घर के पश्चिम दिशा में शनि यंत्र की विधिपूर्वक स्थापना करनी चाहिए। इससे आपके जीवन में आने वाली समस्याओं का अंत होगा। हर दिन सुबह मुख्य द्वार पर एक लोटा जल जरूर डालना चाहिए इससे सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है।

घर में होती है उन्नति : अगर आप घर के दक्षिण पश्चिम भाग को ऊंचा रखेंगे तो यह शुभ रहता है। घर में उन्नति और शांति का वास होता है। मकान के दक्षिण पश्चिम भाग में टीला या चट्टान हो तो यह बड़ा ही लाभदायी होता है।

शुभता की होती है प्राप्ति : पूर्व दिशा के घर में सूर्य यंत्र की स्थापना करें। पूर्वमुखी घर में मुख्य द्वार के बाहर ऊपर की ओर सूर्य का चित्र या प्रतिमा लगाएं। इससे घर में सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है और नकारात्मक ऊर्जा के प्रवाह में कमी आती है। नौकरी और कारोबार के मामले में यह शुभ फलदायी होता है।

इस स्थान पर ना फैलाएं गंदगी : घर के मध्य भाग को हमेशा खाली रखें। अत्यधिक सामान को जब हम इस भाग में रखते हैं तो घर में प्रवेश करने वाली सकारात्मक ऊर्जा बाधित होती है। अगर यहाँ सामान रखना ही हो तो कम रखें और यहाँ गंदगी ना होने दें।

होती है धन की वृद्धि : पूरे घर में एक मुख्य दर्पण होना चाहिए, जिसे आप पूर्वी और उत्तरी दीवारों पर लगाएं। घर के मुख्य द्वार पर कभी भी कांच नहीं लगाएं। उत्तर दिशा में दर्पण लगाने से आय और धन में वृद्धि होती है।

घर में आती है सकारात्मक ऊर्जा : घर के मुख्य द्वार पर काले घोड़े की नाल लगाना शुभ माना गया है। नाल का मुख नीचे की तरफ होना चाहिए। मान्यता है कि इससे बुरी नजर से बचाव होता है और घर में रहने वाले लोगों की तरक्की होती है।

इस स्थान पर ना हो बाथरूम : वास्तु विज्ञान के अनुसार बाथरूम और किचन एक दूसरे से सटा हुआ नहीं होना चाहिए। इनका एक दूसरे से सटा हुआ होने पर घर के लोग अधिक बीमार होते हैं। धन का प्रवाह भी अधिक होता है यानी खर्च बढ़ता है। बाथरूम की नकारात्मक ऊर्जा को दूर करने के लिए कांच के एक कटोरे में समुद्री नमक भरकर रखना चाहिए।





सूरज की किरणों से उपचार

एस.सी. बंसल
आगरा

सूरज हमसे बहुत दूर है, फिर भी वह समयानुसार अपनी रोशनी अर्थात् सूरज की किरणें लगातार सभी को देता रहता है। प्रकृति के गर्भ में इतने रहस्य भरे पड़े हैं कि हम उसका अंश मात्र भी अभी तक प्रयोग नहीं कर सकें हैं।

जब “सूर्य की किरणों से उपचार” मेरे संज्ञान में आया तो मैंने इस संबंध में बहुत से ग्रंथों को ढूँढ़ने का प्रयास किया तब ही मेरे हाथ एक नायाब पुस्तक लगी “प्राकृतिक चिकित्सा” क्या व कैसे यह पुस्तक परम श्रद्धेय महावीर प्रसाद पोहार जी द्वारा अपने 1940 से 1942 तक के जेल प्रवास में लिखी गई।

थी तथा अपनी पुस्तक में उन्होंने लिखा है कि एक जर्मन निवासी आचार्य लुईकने ने अपनी एक पुस्तक न्यू साइंस ऑफ हीलिंग लिखी है जो उन्होंने अपने अनुभवों पर लिखी है यह पुस्तक 1891 में छपी थी जिसमें उनके द्वारा धूप स्नान के महत्व की विस्तार से चर्चा की है तथा उसके लाभ भी बताये हैं।

इसी पुस्तक में बताया गया है कि कैलीफोर्निया प्रान्त में एक संस्था Sun Diet Sanatorium के नाम से प्रारम्भ की गई थी तथा इस संस्था के सदस्यों द्वारा “सूरज स्नान” से काफी व्यक्तियों ने लाभ प्राप्त किया था।

आचार्य लुईकने ने सूर्य किरणों के सेवन की बड़ी तारीफ की है तथा इससे एक चिकित्सा पद्धति “हीलियों थेरेपी” चलाने का प्रयास भी किया गया है। वैष्णव (सनातन) धर्म में सूर्य को “सूर्य भगवान्” माना गया है। स्वीट्जरलैंड में प्रधानता सूर्य किरणों से इलाज करने वाला एक चिकित्सालय खोला भी गया था।

हमारे भारतीय साहित्य में एक कहावत कही जाती थी “एक अन्तवार के (रविवार) मुख ले (उपवास) जनमक (जन्म को) कोढ़



नाहीं (नहीं) जात (जाता) इसका अर्थ है कि यदि कोई व्यक्ति सूर्य की किरणों का स्नान लगातार करता है तो उसका जन्म का कोढ़ भी समाप्त हो जाता है।

अभी कुछ दिन पूर्व में एक पुस्तक गुप्त भारत की खोज पढ़ रहा था इसके लेखक पाल ब्रटन एक विदेशी घुमक्कड़ है उनका कहना है कि उनको विदेश में रहने के बाबजूद भारतीय सन्यासियों, ऋषियों, मुनियों आदि के बारे में कुछ पढ़कर, कुछ सुनकर एक जिज्ञासा उत्पन्न हुई कि भारत के विभिन्न सन्यासियों एवं साधुओं एवं

मनीषियों से मिला जाये तथा भारत के बारे में गुप्त जानकारी एकत्रित की जाये यही घुमक्कड़ी उनको भारत ले आई, भारत में करीब 20 वर्ष बिताने के बाद उनके द्वारा विभिन्न साधुओं, सन्यासियों एवं मठाधीशों से मिलने, उनके साथ रहने तथा उनसे अर्जित ज्ञान को अपनी पुस्तक “गुप्त भारत की खोज” में उल्लेख किया।

जिसके हिन्दी संस्करण का अनुवाद श्री आशुतोष गर्ग द्वारा किया है, इस पुस्तक को पढ़ने के पश्चात् मुझको सबसे अधिक प्रभावित किया लेखक की दक्षिण के एक महर्षि विशुद्धानन्द से मुलाकात ने जब घुमक्कड़ विदेशी को बताया कि वह सूर्य की किरणों पर गहन अध्ययन कर रहे हैं तथा उनको विश्वास है कि एक दिन वे सूरज की परावर्तित किरणों से वर्तमान की सर्वाधिक फैली हुई बीमारियाँ जैसे- कैंसर, किडनी ट्रान्सप्लांट तथा स्टोन आदि की बीमारियों को “सूरज की किरणों” के माध्यम से एक दिन अवश्य ही समाप्त कर देंगे जैसे कि घुमक्कड़ लेखक ने उसको अप्रत्याशित मानते हुये इस विषय को अपनी पुस्तक में इससे अधिक स्थान नहीं दिया, उसी प्रकार मैं भी सोच में पड़ गया कि यदि यह संभव हो तो इस समय फैली हुई ये

भयंकर बीमारियाँ तो बहुत ही आसानी से समाप्त हो सकती हैं, परन्तु इसके लिए कितनी लम्बी यात्रा ये शोध का विषय हो सकता है। क्या हमारे देश के मेडीसिन विभाग में या आयुर्वेदाचार्य के विद्यालयों में इसकी एक शोधकार्यशाला नहीं खोली जा सकती है अथवा एक अलग मंत्रालय दूसरे की भाँति रिसर्च सेन्टर बनाकर “सूरज की किरण से उपचार” नाम देकर एक अलग से विधा स्थापित नहीं की जा सकती है यदि हाँ तो एक ऐसे संगठन की महती आवश्यकता है यह बात हम सभी व्यक्ति आसानी से जानते हैं कि विटामिन “डी” की हमारे शरीर में महती आवश्यकता होती है तथा यह भी हम सभी जानते हैं कि यह विटामिन “डी” हमको सूरज की रोशनी अर्थात् धूप में बैठने से मिलता है आज भी गांव के व्यक्तियों में विटामिन “डी” की कमी ना के बराबर होती है जबकि यह कमी शहरी व्यक्तियों में अत्याधिक पाई जाती है सम्भवतः प्रत्येक बीमार व्यक्ति को डाक्टर विटामिन “डी” की गोलियाँ अवश्य लिखता है अथवा डाक्टर की सलाह होती है कि वह अधिक से अधिक समय धूप में बैठकर गुजारें, इस प्रकार यह तो प्रमाणित है कि सूरज की रोशनी जब विटामिन “डी” शरीर को दे सकती हैं तो उसकी अल्ट्रारेज किरणें शरीर के बहुत से अन्य अवयवों को भी ठीक कर सकती हैं।

विदेशी लेखक ने यह भी लिखा है कि महर्षि किसी ऐसी विदेशी कम्पनी को ढूँढ रहे हैं जो एक बिना जोड़ का एक इंच मोटा कांच का ऐसा घर बना सके जो कि उनके प्रयोग के लिए काम आ सके अर्थात् एक व्यक्ति को उस ताबूत जैसे पारदर्शी खोल में लिटाकर सूरज की डाइरेक्ट किरणों से जोड़ा जा सके, मैंने एक अन्य पुस्तक में भी पढ़ा है कि एक अन्य व्यक्ति द्वारा इसी प्रकार का एक प्रयोग करके एक व्यक्ति के गोल-ब्लेडर में पड़ी हुई स्टोन को इन सूरज की परावर्ती किरणों के माध्यम से समाप्त कर दिया गया था। शीशे का बिना जोड़ का ताबूत बनाना इतना आसान काम नहीं है इसके साथ इस ताबूत के शीशे में एक भी बब्ल होने पर उसका उचित परिणाम नहीं मिल सकता है।

भारत वर्ष का सबसे बड़ा दोष यह है कि हम अपनी विशेषताओं तथा अपनी क्षमताओं को तब ही पहचानते हैं जब विदेशी लोग हमारी क्षमताओं अथवा विद्वानों का आदर करने लगते हैं उससे पूर्व हमारे देश में क्षमतावान व्यक्तियों को अनदेखा ही किया जाता रहा है। मेरा जो विषय है यह विषय यदि हम गहराई से देखें तो सूर्य की किरणों से इलाज आज का नहीं हजारों वर्ष पूर्व से हमारे वैद्य तथा ऋषि-मुनि करते आ रहे हैं जो कि हमारे प्राचीन ग्रंथों में उपलब्ध भी है, परन्तु दुख

कहें अथवा लापरवाही हमारे देश की विद्वता की महान सम्पदा जो हजारों ग्रंथों में समाहित थी, को क्रूर घुसपैठियों जिसमें तैमूर तथा मुगलवंशज थे उनके द्वारा अधिकांश ग्रंथों को जलाकर नष्ट कर दिया गया, जिसमें नालन्दा विश्वविद्यालय प्रमुख था तथा प्रत्येक शहर में कई बड़े-बड़े विद्यालय थे जिनको साधारणतया मठ अथवा आश्रम कहा जाता था, वहाँ पर सभी प्रकार की शिक्षाएँ दी जाती थी जिसमें चिकित्सा के कई प्रकार थे उनकी अलग-अलग शिक्षा देने का इंतजाम था, हमारे यहाँ शल्य चिकित्सा पद्धति का वृहद इंतजाम था, उसी समय जिन चिकित्सा विधाओं को हम आज बड़े ही गौरवित होकर विदेशों के विद्वानों द्वारा प्रस्तुत किये जाने पर हर्षित हो रहे हैं जैसे कि परखनली बेबी की उपलब्धि हमारे यहाँ राम के पीरियड में ही उपलब्ध थी, सीताजी का जन्म परखनली बेबी का ही रूप था आज सरोगेट मदर का बहुत तेजी से प्रचार हो रहा है, हर हॉस्पीटल आई.वी.एफ. की प्रणाली का प्रचार कर रहा है इसको भी विदेशों की उपलब्धि बताया जाता है जबकि यह विद्या कृष्ण के समय ही उपलब्ध थी, तब ही तो देवकी के सातवें गर्भ को सरोगेट मदर के रूप में वासुदेव की दूसरी पत्नी रोहिणी द्वारा बलराम जी को जन्म दिया गया था।

कहने का अर्थ केवल यही है कि सूरज की किरणों से उपचार की प्रक्रिया आज की नहीं है बल्कि हजारों वर्ष पूर्व की है।

इसका एक छोटा सा उदाहरण है नवजात शिशु का जन्म होने पर डॉक्टर स्वयं कहते हैं कि बच्चे को धूप में रखें, इसका मुख्य कारण यही है कि “सूरज की किरणों” में अपार शक्ति है, आज सूरज की किरणों से ही सोलर सिस्टम चालू हो सका है तथा हजारों यूनिट हम बिजली पैदा कर रहे हैं, सैकड़ों कल कारखाने इसी सोलर सिस्टम से चल रहे हैं।

जहाँ से भी आदमी कुछ सीख सकता है वह सभी स्थान विद्यालय की श्रेणी में ही आते हैं वह स्थान चाहे कॉफी हाउस हो अथवा चाय का स्टॉल आज भी प्रत्येक शहर में ये मुख्यतः छोटे-छोटे शहरों में वास्तविक विद्यालय का कार्य कर रहे हैं पहले समय में बगीचियाँ तथा अखाड़े हुआ करते थे, जो ऐसे विद्यालय थे जिनको आजकल हम स्पोर्ट्स कॉलेज तथा एम.बी.ए. के विद्यालय के नाम दे देते हैं, वास्तव में पुराने समय के यह सभी विद्यालय जीवन की उन सभी शिक्षाओं को पूरा करते थे जो समाज तथा दैनिक जीवन में अत्याधिक आवश्यक थी, एक उदाहरण देता हूँ “नाभि का खिसक जाना” एक जानलेवा बीमारी है शहर के बहुत से पुराने व्यक्ति इसका इलाज

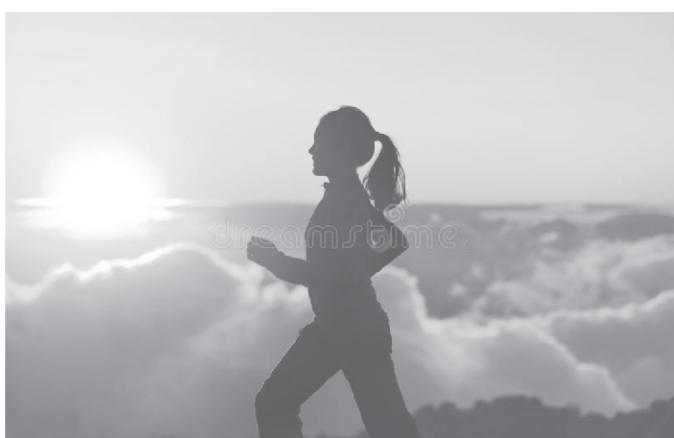
जानते हैं तथा वे निस्वार्थ सेवा करते हैं जबकि इसी बीमारी का इलाज जब एक वेल क्वालीफाईड डॉक्टर से कराया जाता है तो इसमें अत्याधिक खर्चा तथा समय भी लगता है। परन्तु हमारा आँखों देखा किस्सा है कि भैयाजी वाली बगीची पर एक छिद्रा नाई थे जो करीब 80 वर्ष की उम्र के थे तथा उस सम्बन्ध में उनका ज्ञान असीमित था, प्रतिदिन बगीची पर करीब 10-15 व्यक्ति केवल खिसकी नाभि को सही कराने आते थे वे एक पैसा नहीं लेते थे। जो लोग इलाज कराके जाते थे वे भी अधिकांश शहर के ही व्यक्ति होते थे। जब उनसे इस सम्बन्ध में बात होती थी तो वे लोग संतुष्ट ही नजर आते थे इस तथ्य को बताने का मुख्य उद्देश्य यही था कि जब जागे तब ही सवेरा का सिद्धांत अपनाना चाहिए तथा ज्ञान कहीं से भी मिले उसको विद्यालय समझकर अंगीकार करना चाहिए। अतः यदि Non Medico व्यक्ति भी यदि सूरज की किरण से उपचार के सम्बन्ध में कोई शोध करता है तो वह भी देश के लिए एक अद्भुत करिश्मा ही होगा।

पूर्व में वर्णित विदेशी ने पूरे देश का भ्रमण किया बड़े-बड़े सन्यासियों, मठाधीशों से मिला उसने लिखा कि एक-दो बहुत ही महान ऋषि भी मिले, परन्तु एक अत्याधिक ज्ञानवान ऋषि मुनि भी कहे जा सकते हैं उन्होंने मुझसे कहा कि हम जो भी करते हैं वह केवल स्वाध्याय अथवा स्वयं के आत्म संतोष के लिये करते हैं हम समाज के लिये कुछ भी नहीं करते, अतः मुझसे साधु-सन्यासियों से तुमको कुछ नहीं मिलने वाला है यदि तुम आत्म संतुष्टि चाहते हो तो तुम्हारा मेरे आश्रम में स्वागत है।

इसके पश्चात् वह विदेशी किसी अन्य साधु-सन्यासी की सलाह पर एक अन्य महान विद्वान के पास कलकत्ता गया। राईटर का कहना था कि निःसन्देह वह व्यक्ति अत्याधिक विद्वान था। उसका ज्ञान सागर से भी गहरा था। परन्तु वह अत्याधिक अहंकारी था, अतः वह घोर गरीबी में जी रहा था, उसके ज्ञान का किसी को भी कोई फायदा नहीं हो रहा था, उससे भी मैंने सूरज की शक्तियों के सम्बन्ध में सुना, उसके पश्चात् राईटर काशी गया वहां उसकी एक अर्ध सन्यासी से मुलाकात हुई उस सन्यासी में मानव के उत्थान के लिए कुछ न कुछ करने की उत्कर्ष इच्छा थी। राईटर उस सन्यासी के पास कुछ दिन तक रुका था तथा उसने पाया कि अब तक करीब 50 साधु सन्यासियों से मिलने के पश्चात् पहला एक अर्ध सन्यासी मिला था जो कि दिल से चाहता था कि वह कुछ अच्छा करे। उसने प्रयास किया था कि “सूरज की किरणों” से उपचार किया जाये कुछ हद तक वह सन्यासी सफल भी हो चुका था, राईटर का कहना था कि उसने स्वयं उस सन्यासी को

शीशों के बड़े-बड़े ताबूत बनाकर उस पर शोध करते हुए देखा था, परन्तु उस सन्यासी का कहना था कि उसकी अनुसंधान प्रक्रिया के अन्तर्गत बिना जोड़ के ताबूत बनाना तथा उस शीशों के ताबूत में एक भी बबल न होना अति आवश्यक था।

इसी प्रकार एक अन्य पुस्तक में मैंने भी पढ़ा था कि मानव की टुण्डी पर यदि सूरज की डाइरेक्ट किरण को अल्ट्रा के माध्यम से एक बिन्दु केन्द्रीत करके निर्धारित समय तक उस किरण को लगातार टुण्डी पर प्रवाहित किया जाये तो कैंसर जैसी बीमारी भी जड़ से समाप्त हो सकती है। यदि हम अब तक मैडीकल की उन्नति पर ध्यान दे तो ऐसी बहुत सी बीमारियों को मेडीकल साइंस कन्ट्रोल कर चुकी है तथा उनकी दवा अथवा टीके भी निकाल कर कई बीमारियों को समाप्त भी कर चुकी है अभी नोबल पुरस्कार वर्ष 2022 में तीन ऐसे वैज्ञानिकों को सम्मानित किया गया है जिनके द्वारा कैंसर के लिए एक नई तकनीकि विकसित की है। इसी प्रकार यदि भारत सरकार अपने मेडीकल शोध के वैज्ञानिकों को सूरज की किरण से उपचार पर शोधन करने के लिए प्रोत्साहित करें तो संभव है कि काशी के उस महर्षि की शोध प्रक्रिया को आगे बढ़ाया जा सके तथा मानवहित में सूरज की किरणों का लाभ लिया जा सके, तथा जैसे कोविड की दवा भारत द्वारा खोज ली गई उसी प्रकार सूरज की किरणों से शायद कैंसर तथा अन्य बीमारियों का उपचार भी भारत द्वारा ही खोज लिया जाये जो कि भारत ही नहीं पूरे विश्व के लिए अमृत का काम करेगा। मेरा यह विषय अर्थात् सूरज की किरणों से उपचार अवश्य ही किसी न किसी के द्वारा आने वाले समय में पूर्ण अवश्य होगा, क्योंकि यह प्रकृति का सिद्धांत है कि जो भी विचार आज कपोल कल्पना लगता है वह कभी न कभी यथार्थ रूप में सामने अवश्य आता है, जैसे कि महाभारत में दूर दृष्टि आज टेलीविजन के रूप में चरितार्थ हो चुकी है, ऐसे बहुत से अन्य उदाहरण हैं।





पूरन डावर
विश्लेषक एवं सामाजिक चिंतक

सहयोग से सक्षम

एक प्रयास स्व-रोजगार की दिशा में

HIGH QUALITY & DURABLE ACCESSORIES

MATERIAL SPACE
STEEL CONTAINER
HEAVY QUALITY PLASTIC BOX
SMART LOOK & EASY TO MOVE CYCLE

आज जब पूरा देश आजादी का अमृत महोत्सव बना रहा है, ऐसे में स्व-रोजगार का महत्व काफी बढ़ गया है। आज समाज को समाज के लिए खड़े होने की आवश्यकता है। सदभाव, पुण्य कर्म और सेवा भाव का आचरण जीवन में आपकी, प्रगति के लिए आवश्यक है। स्व-रोजगार के कार्यक्रम को मौलिक दर्शन पर आधारित बताते हुए इस पुण्य योजना के संचालन के लिए श्री पूरन डावर जी के प्रयासों को सराहना अत्यंत आव्यश्यक है आज लोगों को अपने पुरुषार्थ, मेहनत, अपने परिश्रम से उन्नति के लिए क्षमता विस्तार करते हुए आगे बढ़ना है और जो आगे आ चुके हैं उनका कर्तव्य है कि वे दूसरों को आगे लाने में सहायक बनें।

एक मुलाकात में संस्था के कार्यकलापों के बारे में बात करते हुए सक्षम डावर मेमोरियल ट्रस्ट के अध्यक्ष श्री पूरन डावर जी ने बताया कि ये अभियान लोगों को स्व-रोजगार अपनाने के लिए प्रेरित कर रहा है। 1998 से गठित यह सामाजिक ट्रस्ट लगातार समाज के उत्थान के लिए गतिविधियों का संचालन कर रहा है। महामारी के दौर में भी ट्रस्ट ने कई

उल्लेखनीय कार्य किए हैं। अपने पैरों पर खड़ा किया जा सके और लोगों को सम्मान छोटे-छोटे कार्यों से दिलाया जा सके, जिससे उनके लिए कमाई का एक जरिया तैयार हो सके।

पूरन डावर जी ने कहा, “कोई भी व्यापार छोटा नहीं होता। सिर्फ शुरुआत करने की आवश्यकता है। जिस काम को हम छोटा समझते हैं उसी काम को कर दुनिया में लोग बड़े उद्योगपति बने

हैं। उन्होंने अपने जीवन का उदाहरण देते हुए कहा कि हमारे समय में जूते निर्माण का काम बहुत छोटे स्तर का माना जाता था, लोग हिकारत से देखते थे। हम जब पाकिस्तान से विस्थापित होकर भारत आए तो हमने इस काम को किया, परिवार वालों तक ने ताने दिए, लेकिन हमने किया और आज विश्व की जितनी भी बड़ी कंपनियां हैं उनके लिए हम जूते बना रहे हैं। व्यापार भी हमारा कई बिलियन डालर में हो गया। उन्होंने अपनी विश्व के कई देशों की यात्राओं के संस्मरण



ONE CART MANY OPTIONS



SALIENT FEATURES

- Cart Body Steel Grade GI**
- Expensive And Good Quality Wheel**
- Multi Use Cart With Inside Storage Capacity**
- Good Quality Colourful Top.**

सुनाते हुए कहा कि विदेशों में बच्चे हाईस्कूल के बाद ही अपनी शिक्षा का खर्च स्वयं उठाते हैं। वे पढ़ाई के साथ-साथ अन्य काम कर धन अर्जित करते हैं और उससे अपनी फीस देते हैं।

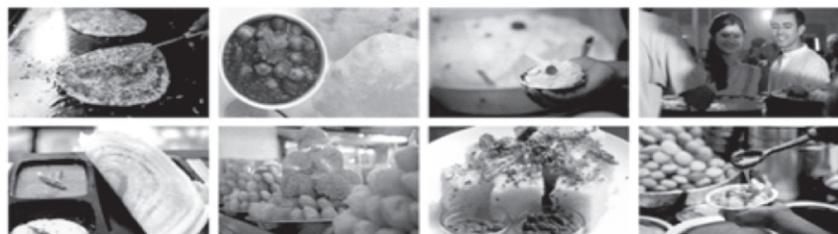
अनेक पुरुस्कारों से सम्मानित उद्योगपति डाबर जी ने विद्यार्थियों को बताया कि शिक्षा आपके काम की तरक्की में प्रयोग होनी चाहिए, उसको बढ़ाने में काम आनी चाहिए।

जीवन में कोई भी काम करें कभी भी छोटी से छोटी गलती को अनदेखा न करें, उसको तुरंत सुधारें ताकि पुनरावृत्ति न हो। हमेशा अपने जैसा दूसरा तैयार करने की कोशिश करें ताकि आप आगे बढ़ सकें। काम करने का एक सिस्टम बनाएं और समय के महत्व को समझें।

भारत पुनः: सोने की चिड़िया तभी बन सकता है जब हम आत्मनिर्भर होंगे यह योजना बेरोजगार युवाओं के लिए एक वरदान है। स्वरोजगार की दिशा में युवाओं के लिए यह एक स्वर्णिम अवसर है। अब जरूरत है हम इस दिशा में सरकार के साथ आगे बढ़कर सकारात्मक प्रयास करें। ट्रस्ट के अध्यक्ष किशोर खन्ना ने कहा, “हमारा उद्देश्य समाज के गरीब, पीड़ित, उपेक्षित व बेरोजगार व्यक्तियों को परिवार की आजीविका चलाने के लिए मार्गदर्शन करना तथा सहायता प्रदान करना है। भारत का आर्थिक इतिहास अत्यंत

समृद्ध रहा है। कैब्रिज के आर्थिक सर्वे के अनुसार प्रथम शताब्दी में विश्व अर्थव्यवस्था में भारत की भागीदारी 33 प्रतिशत थी, जो कि 17वीं शताब्दी में घटकर 24.9 प्रतिशत रह गयी थी। हमें स्वरोजगार से इस खोये हुए गौरव को हासिल करने के लिए सकारात्मक प्रयास करने होंगे।“ अभी हाल ही में 101 लोगों को कार्ट दी गई हैं उनको हम सिर्फ कार्ट

निशुल्क नहीं दे रहे हैं उनको किस प्रकार अपने कार्य को कुशलता पूर्वक करना है इसके लिए उनको प्रशिक्षित भी किया जाएगा। खासतौर से डिजाइन की गई इन गाड़ियों में कुल 6 प्रकार की गाड़ियां शामिल हैं।“ जिनमें हाथ ठेला रूपी साइकिल पर ही विभिन्न प्रकार



SALIENT FEATURES

- STEEL BODY WITH SOLAR SYSTEM**
- EXPENSIVE AND GOOD QUALITY WHEEL**
- SOLAR CAPACITY, 40 WATT**
- BATTERY CAPACITY, 85 AH**
- 32V 4 DC LIGHT WITH BUTTON**
- 2 BURNER STOVE HIGH QUALITY**

की स्वादिष्ट चाय, छोले कुलचे, राजमा चावल, ताजी पौष्टिक सब्जियां और फल, नारियल पानी या अन्य अपनी क्षमता या पसंद की वस्तुएं लोगों को पूरे शहर में कहीं भी उपयुक्त स्थान पर बेच सकतें हैं। हर कार्ट को उसकी जरूरत के हिसाब से ऐसे डिजाइन किया गया है की काम जगह पर भी लाभार्थी उसका भरपूर उपयोग कर सकता है वो भी आधुनिक तकनीक और पूर्ण स्वच्छता के साथ।

संस्कारों भरी रोटी....

होम
डिलीवरी

Daulatram's

अक्षर खाणा आटा



MP'S SHARBATI
WHOLE WHEAT
CHAKKI ATTA



सुनील कुमार गर्ग

दौलत राम सुनील कुमार एंड कंपनी

25/20, छिपीटोला, आगरा फोन 9760779580



KANAK SAANVI
JEWELS
AGRA



Exclusive
WEDDING
Collection
With Exciting
OFFER



UP TO **25 % OFF** | **on Making Charges**

*Terms & Condition Apply.

हॉलमार्क्ड 22 करेट (916) गोल्ड ज्वैलरी

Scan For Location, Designs
& More Information



925 स्टर्लिंग सिल्वर ज्वैलरी

IGI सर्टिफाइड डायमण्ड ज्वैलरी

सर्टिफाइड राशिरत्न

6, रघुनाथ नगर, निकट श्रीराम अस्पताल, एम.जी. रोड, आगरा

8899930328 मो. 8899930322 Follow us on:-