5 अप्रैल 2025
मूल्य : 10.00 रुपये

मालवा-निमाड़

जाग्रत मालवा

पंजीयन क्रमांक : MPHIN/2021/82532

मासिक जागरण पत्रिका

समाज को सुसंस्कृत,चरित्रवान, राष्ट्र के प्रति समर्पित और अनुशासित बनाने में परिवार की महत्वपूर्ण भूमिका है,कुटुंब ही आर्थिक सामाजिक और सांस्कृतिक इकाई है। परिवारों में एकता और राष्ट्रीयता की भावना जाग्रत होने पर ही राष्ट्र शक्तिशाली बनेगा।

SHAKTI®
PUMPING LIFE

सूर्य ही नई शक्ति

शक्ति सोलर होम लाईट एंड चार्जिंग सिस्टम

सौर ऊर्जा का उपयोग एवं अपार फ़ायदों को सभी जानते है, और इसलिये हर जगह एवं हर क्षेत्र में इसका अस्तित्व दिखने लगा है. अब सौर ऊर्जा का उपयोग उद्योगों के साथ साथ घरेलु बिजली के उपयोग में भी होने लगा है.

शक्ति पत्पस् ने शक्ति सोलर होम लाईट एंड चार्जिंग सिस्टम को विकसित किया है.

MRP 29500/-

शक्ति सोलर होम लाईट एंड चार्जिंग सिस्टम

- 150 वॉट का एक सोलर पेनल
- लिथीयम एंड फास्फेट (LFP) बैटरी 60 Ah
- MPPT चार्ज कंट्रोलर 20 A
- डीसी सिलिंग फैन
- 02 व्हाईट एलईडी बल्ब 6 वॉट

विशेषताएं

शक्ति सोलर होम लाईट एंड चार्जिंग सिस्टम में एक बार का निवेश जो आपको साल-दर-साल फायदा पहुंचाएं.

- बिजली के बिल में कमी
- लम्बे समय तक चले
- भरोसेमंद एवं बाधा रहित परफॉर्मेंस
- रख-रखाव एवं चलाना आसान
- पर्यावरण-अनुकूल
- प्रचुर मात्रा में उपलब्धता
- परंपरागत ऊर्जा के स्त्रोतों पर निर्भरता से मुक्त
- सरल संचालन
- लिथियम बैटरी की लाईफ अन्य सामान्य बैटरी की तुलना में अधिक है एवं यह बहुत जल्दी चार्ज होती है.

सोलर कंट्रोलर की विशेषताएं

- HIGH PERFORMANCE CHIP
- MULTIPLE PROTECTION
- AUTOMATIC RECOGNITION
- LIGHT EFFICIENCY TIME CONTROL
- PWN CHARGE
- SIMPLE INSTALLATION

कार्यप्रणाली

India : Toll Free No. 1800 103 5555

शक्ति पम्पस् (इंडिया) लिमिटेड

सेक्टर - 3, औद्योगिक क्षेत्र, पीथमपुर, जिला-धार (म.प्र.) - इंडिया फोन.: +91-7292-410500
ई-मेल: info@shaktipumps.com, वेब: www.shaktipumps.com. टोल फ्री नं.: 1800 103 5555

* नियम व शर्तें लागू

जाग्रत मालवा
मासिक जागरण पत्रिका

मासिक जागरण पत्रिका
शीर्षक (टाईटल) पंजीयन MPHIN/2021/82532
वर्ष : 03 अंक : 11
चैत्र शुक्ल 8
युगाब्द ५१२६

प्रधान संपादक
देवकृष्ण व्यास
संपादक
राकेश दाँगी
संपादक मंडल
डॉ. सुब्रतो गुहा
डॉ. सोनाली नरगुन्दे
डॉ. रत्नदीप निगम
डॉ. उत्तम मीणा
राजेश सोनी
अशोक वर्मा
योगेश भोपे
सौरभ मारु
अमन व्यास

मुख्य कार्यालय
जाग्रत मालवा
जी-1, केसरदीप एवेन्यू
72, नारायण बाग, इन्दौर (म.प्र.)
पिन कोड : 452007
फोन : 0731-3551341
Email :
jagratmalwa@gmail.com
jagratmalwa

स्वामी - विश्व संवाद केन्द्र के लिए प्रकाशक और मुद्रक दिनेश गुप्ता द्वारा मुद्रांकण ऑफसेट ए-11/डी पोलोग्राउंड इंदौर म.प्र. से मुद्रित एवं 72, नारायण बाग, जी-1, केसरदीप एवेन्यु इन्दौर म.प्र. से प्रकाशित। संपादक राकेश दाँगी
फोन नं. 0731-3551341

अपनी बात

ॐ

अपना परिवार हिन्दू परिवार है। अपनी संस्कृति हिन्दू संस्कृति है। यह सनातन संस्कृति है। सनातन संस्कृति ही शाश्वत है। सनातन संस्कृति चिर पुरातन तथा नित्य नूतन है। सनातन का अर्थ है पहले था, आज भी है और भविष्य में भी रहेगा। इस संस्कृति का आधार अपना भारतवर्ष है। सनातन संस्कृति के आधार बने इस राष्ट्र को देव-निर्मित राष्ट्र कहते हैं।

ऐसे देव-निर्मित और ऋषि-निर्मित राष्ट्र में हम निवास करते हैं, यह हम सबका परम सौभाग्य है। ऋषि का अर्थ हम संन्यासी समझते हैं, परन्तु ऋषि का अर्थ संन्यासी ही नहीं है। हमारे सभी ऋषि गृहस्थ थे। एक ही ऋषि संन्यासी थे और वह थे शुक महर्षि। शुक महर्षि के अतिरिक्त सभी ऋषि गृहस्थ थे। इसलिये हम सब ऋषियों की सन्तान हैं। इस कारण अपने देश में गोत्र का प्रचलन है। गोत्र ऋषियों के नाम पर होते हैं। हम सभी के गोत्र ऋषियों के नाम पर होने का अर्थ यही है कि हम उन ऋषियों की संतानें हैं। सामान्य व्यक्ति और ऋषि में दृष्टि का अन्तर होता है। ऋषियों का चिन्तन लोकहित के लिये होता है। हम सब भी ऋषियों की सन्तान हैं, अतः हमारा चिन्तन भी लोकहित में होना चाहिये।

परोपकाराय पुण्याय, पापाय परपीडनम्।

परोपकार करना पुण्य और परपीड़ा पाप है। अन्य लोगों को सुख देना पुण्य और अन्य लोगों को कष्ट देना पाप है। यह हमारे सभी ग्रन्थों का सार है। इसका पालन करने से मानव श्रेष्ठ बनता है।

इन सब बातों की शिक्षा देने वाली प्रथम पाठशाला परिवार और हमारा घर ही होता है। और इसी भाव को दृष्टिगत रखते हुए घर को हमने मंदिर कहा है। हमारा घर एक मन्दिर है, इस भाव से परिवार जन रहेंगे तो देवत्व को प्राप्त कर सकते हैं। घर को मन्दिर मानने का भाव हिन्दू संस्कृति में ही संभव है।

अतः हमने यदि हिन्दू संस्कृति में जन्म लिया है तो निश्चित ही हम सब नर से नारायण बनने की यात्रा कर रहे हैं। हम सबकी यह यात्रा शुभ हो, यही ईश्वर से कामना है।

देख रहा हमको जग सारा।
संयुक्त रहे परिवार हमारा।।

- देवकृष्ण व्यास

निमाड़ का गौरवपूर्ण गीति पर्व गणगौर

श्रीमती जयश्री उपाध्याय

विंध्याचल और सतपुड़ा के मध्य माँ रेवा के तट के दोनों ओर हरदा/नेमावर से बड़वानी तक निमाड़ बसा हुआ है।

चैत्र ने अपने तेवरों के साथ दस्तक दे दी है गेहूं और चने की आवक से गाँव में खलिहानों से लेकर भंडार तक भरपूर हो गए हैं। किसान परिवार रबी फसल से निवृत्त हो चुके हैं, संपूर्ण निमाड़ अब अपनी **लोकमाता गणगौर** की अगवानी में जुटा है। बेटियों ने पीहर जाने के लिए झोले भर लिए हैं। निमाड़ का सबसे बड़ा लोक-पर्व गणगौर चैत्र कृष्ण दशमी/एकादशी से प्रारंभ होता है। इस दिन सबसे पहले होलिका दहन स्थल पर ढोल-धमाके के साथ माता की पाटी लेकर महिलाएँ नंगे पैर माता गणगौर के आह्वान के लिए जाती हैं। होली की राख में से खड़े चुनकर, उसमें जल और राख-मिट्टी से पाटली पर गौर बनाई जाती है, फिर वहीं पर गौर पूजन कर लोकगीतों के माध्यम से उन्हें आदर दिया जाता है। गाँव में जिसे देवी आती है, वही यह कार्य संपन्न करता है। माता की पाटी को यथास्थान सुशोभित करती है। उधर नौजवान खेतों में से शुद्ध काली मिट्टी लेकर पहले से ही उपस्थित रहते हैं। माटी को पीट-पीटकर भुरभुरा किया जाता है, उसमें केसर-कस्तूरी के रूप में अलोने कंडे (गोबर के वे कंडे जो हाथ से थापे नहीं गए हों) अर्थात् जिनमें हाथों का नमक लवण नहीं लगा हो, फोड़कर मिलाए जाते हैं। फिर उसमें गेहूं के दाने मिलाकर एक रूप किया जाता है। जिन्हें माता को घर ले जाना है, वे अपने घर से बांस की छोटी कुरकइयां (छोटी टोकनियां) लेकर पहुंचते हैं, प्रत्येक गणगौर रथ हेतु पांच टोकनियां निर्धारित रहती हैं, जिसमें गेहूँ मिश्रित मिट्टी मिलाकर उसे शुद्ध कांडात से बांधा जाता है, इसे माता के जवारे बोना कहते हैं। प्रति पांच टोकरियों के साथ एक दीपक में अलग से जवारे बोए जाते हैं जिसे सरावले कहते हैं। इसमें बल्लर के बीज होते हैं, बल्लर का पौधा बालक का रूप माना जाता है। इन सभी कुरकइयों को माता की बाड़ी में क्रमबद्ध जमा कर उन्हें नित्य शुद्ध जल से सींचा जाता है। माता की बाड़ी ऐसे कक्ष में रहती है जहां सूर्य प्रकाश भी वर्जित होता है। चैत्र कृष्ण दशमी /ग्यारस को बोई गई बाड़ी को पुरोहित महिला परिवार की महिलाएं शुद्ध रेशमी सवले में उषा की बेला में पूजन कर जल से सींचती हैं। लोकगीतों से उनकी आराधना की जाती है। करण्ड, कस्तूरी भरिया छावा भरिया फूलड़ा जी, तुम मोकलो हो धनियर रणु बाई, जो हम करता आरती जी, थारी आरती ख ह्य आदर दिसा, देव दामोदर भेंट सा जी। पांचवें दिन माता की गेहूं की घुँघरी का नैवेद्य लगाया जाता है, जो दोने में संपूर्ण गाँव में श्रद्धा के साथ बांटा जाता है। इन्हीं सात दिनों में कुंवारी कन्याएं आसपास के बाग-बगीचों, बाड़ियों में पाती खेलने जाती हैं और वहां से सुंदर फूल-पत्तियां माता की बाड़ी में कलश के साथ

सजाकर लाती हैं, इसमें बालिकाएं वर-वधू का विविध रूप धरती हैं। रोज रात्रि माता की बाड़ी के बाहर माता का जगराता होता है, जिसमें माता के जस गाए जाते हैं, महिलाओं की हंसी-ठिठौली होती है।

महिलाओं की अलग-अलग टोलियां गीत गाती हैं, नृत्य - गम्मत - नखरे होते हैं, फिर आता है गणगौर दूज/ तीज का दिन जब परसाई परिवार द्वारा सामूहिक रूप से माता की आरती पूजा और गुड़-भात, घी का नैवेद्य ग्रहण करने के उपरांत माता **जग माता** होती है और माता की बाड़ी सभी के लिए खोल दी जाती है। गणगौर माता

की जय - जयकार के साथ नारियलों के फूटने की आवाज आने लगती है, जिस भी महिला-पुरुष को देवी आती है उसकी पूजा की जाती है, माता की भरी- हरियाली वाड़ी को साड़ियों से एवं पीले वस्त्रों से ढांका जाता है। जिसकी मानता रहती है, वह उसे पूर्ण करते हैं, तोलादान भी होता है। पूजन उपरांत दोपहर में जिन्होंने माता बोई है, वह धनियर - रणुबाई के रथ श्रृंगार कर बाड़ी के बाहर क्रमबद्ध उन को बैठाते हैं और फिर प्रत्येक रथ के हिसाब से पाँच कुरकुइयाँ एवं एक सरावला दिया जाता है। इसे माता को **पाट बैठना** कहते हैं। माता माय को सुसज्जित रथों में रखकर उन्हें श्रद्धालु अपने-अपने घर ले जाते हैं।

सायंकाल में उन्हें पानी पिलाने ले जाते हैं एवं घर के लाल गेरू से लिपे हुए आंगन में बैठाकर उनके चारों ओर साड़ी के पल्लव से हवा देते हुए गीत गाते हैं जिन्हें **झालरिया** देना कहते हैं ,,,सोना - रुप्पा का घड़ा घड़िला रेशम लंबी डोर, हो झालरियो द।

दूसरे दिन दोपहर भर मेजबानी चलती है, जिसमें मान - मानता अनुसार जोड़े जिमाये जाते हैं। फिर संध्याकाल में माता के रथ विसर्जन हेतु नदी घाट की ओर कतारबद्ध चलते हैं, इसमें सबसे आगे जिन्हें देवी आती है वह चलते हैं, वह नाना प्रकार के स्वांग भी करते हैं, घाट पर यदि किसी को रथ बौड़ाना होता है, तब माता को आदरपूर्वक रोककर चांदी की तागली से परसाई जी के रथ को स्पर्श करके उसके घर तक लाया जाता है। सभी रथों को पुनः दूसरे दिन स्वअनुशासन से घाट पर पहुंचाते हैं। वहाँ पूजा-आरती उपरांत गणगौर माता के जयकारों के साथ जवारों को भेंटकर पुण्य सरिता में प्रवाहित कर दिया जाता है। वापसी में चौक पर खाली रथों को लेकर युवक-युवती नृत्य करते हैं, जो नवयुवक-युवतियों को आनंद से भर देता है। इस प्रकार यह लगभग 10 - 11 दिवसीय आनुष्ठानिक **लोकपर्व** शिव-पार्वती के प्रति अगाध श्रद्धा और आस्था को लेकर अपनी पूर्णता को प्राप्त होता है। इन 11 दिनों में निमाड़ में बाजार खूब सजते हैं। नए कपड़ों की खूब खरीदारी होती है। ज्वार-मक्के की धाणी, मूंगफली इत्यादि खूब बिकते हैं। इन्हें माता के नैवेद्य **तमोळ** के रूप में बाँटा जाता है। गणगौर पर्व निमाड़ के अलावा मालवा, राजस्थान में भी मनाया जाता है किंतु स्वरूप कुछ-कुछ परिवर्तित हो जाता है। सौभाग्य - आरोग्य एवं पुत्र प्राप्ति हेतु यह त्यौहार मनाया जाता है, जिसमें महिलाएं मेंहदी लगा कर सोलह श्रृंगार कर गणगौर माता से अखंड सौभाग्य की कामना करती हैं और इसके पीछे रहता है उत्साह, उमंग, मिलन और बिछोह। निमाड़ के लोक - संस्कृति पुरुष पद्मश्री पंडित रामनारायण उपाध्याय ने **गणगौर पर्व को नारी श्रृंगार का गीति काव्य** कहा है....... जय हो माँ गणगौर,,,

गणगौर को न्यौतो काकीजी ख s

शिशिर उपाध्याय' 'निमाड़ूया'

इना साल जुवारा हम बि वाँवांगा ओ काकीजी,
'रना देवी' ख s घर, लावांगा ओ काकीजी।।
सात्तई गाँव न s म s, बुलावो हम भेजाडांगा,
रूठेली जेठानी ख s बि मनावांगा ओ काकीजी।।
भरेल वाड़ी की दरोज, पूजा सब करांगा,
पेळई - पेळई वन्नी, ओढ़ावांगा ओ काकीजी।।
रूक्मा लाड़ी ख s जँव माता माय आव s गा,
कपूर आरती सी ओख s , वधावांगा ओ काकीजी।।
'माता का नवबत' नवई दिन-रात वजाडांगा,
'नद्दी की धड़-धड़' गावांगा ओ काकीजी।।
'गुड़ी पड़वां' प s सोल्या की गुड़ी बंधाड़ांगा,
नवा साल म s 'पूरण पोळई' खावांगा ओ काकीजी।।
अम्मोस ख s जँव, मातामाय घुंघराएगा,
'घुंघरी, गुड़ -भात' सबई
खावांगा ओ काकीजी।।
'धणियर - रनू' का रथ नरव खोब सिंगारांगा,
फिरी मातमाय ख s पाट, बठावांगा ओ काकीजी।।
शांतियाँण s माता का 'झालरिया'
देवाएगा,
'जुवार माता की धाणी, लुटावांगा ओ काकीजी।।
नाना देवर को याव, 'वसन पांचव' ख s निपटायोंज,
नवा जोड़ा सी रथ, बौडावांगा ओ काकीजी।।
पांच नार्येल सी माता की, खोळ भराड़ांगा,
पांच सौ हजार की पंगत, जिमाडांगा ओ काकीजी।।
खुसी - खुसी माता की कुरखइन s खमावांगा,
दु:खी मन सी रीता रथ, लावांगा ओ काकीजी।।
बैर-भाव भूली न तुम बि, लेकरू संगात आवजो,
'गणागौर तिव्हार' सब, मनावांगा ओ काकीजी।।

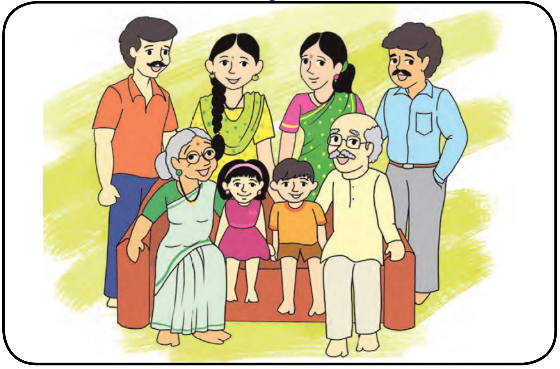
बाल विकास में परिवार की आवश्यकता

ओम गुप्ता

बाल विकास में परिवार की भूमिका बहुत महत्वपूर्ण होती है। बच्चे का शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और भावनात्मक विकास काफी हद तक पारिवारिक माहौल पर निर्भर करता है। परिवार के बुजुर्ग लोगों से बच्चों के मन पर सकारात्मक प्रभाव पडता है, वे बच्चों के साथ अपने अनुभव साझा करते हैं।

सुरक्षा और स्नेह की दृष्टि से परिवार के लोग बच्चों को सुरक्षित और स्नेहमयी वातावरण प्रदान करते हैं, जिससे उनका आत्मविश्वास बढ़ता है। बच्चे को प्यार, देखभाल और अपनापन परिवार से ही मिलता है। परिवार ही बच्चों को अच्छे संस्कार और नैतिक मूल्य सिखाता है। माता-पिता और बड़े-बुजुर्गों के व्यवहार को देखकर बच्चे अनुशासन, आदर और सहानुभूति जैसे गुण सीखते हैं। बच्चों की प्रारंभिक शिक्षा घर से ही शुरू होती है। परिवार उन्हें भाषा, व्यवहार और समाज में रहने के तरीकों के बारे में सिखाता है। परिवार बच्चे की भावनाओं को समझता है और उनकी भावनात्मक जरूरतों को पूरा करता है, जब बच्चे को समर्थन और प्रोत्साहन मिलता है, तो वे अपनी भावनाओं को सही तरीके से व्यक्त करना सीखते हैं। परिवार में रहते हुए बच्चे आपसी मेल-जोल, सहयोग, साझा करना और दूसरों की भावनाओं को समझना सीखते हैं। यह सामाजिक विकास के लिए जरूरी है, परिवार बच्चे के स्वास्थ्य और पोषण का भी ध्यान रखता है। सही खान-पान और स्वच्छता की आदतें परिवार से ही आती हैं। परिवार उनकी सभी जरूरतों को पूरी करता है जिनमें से मुख्य है शिक्षा।

बाल विकास में परिवार सिर्फ देख-भाल करने वाला माध्यम नहीं है, बल्कि एक सशक्त आधार है जो बच्चों के सर्वांगीण विकास में अहम भूमिका निभाता है। प्यार, अनुशासन, मार्गदर्शन और समर्थन के जरिए परिवार बच्चे को एक बेहतर इंसान बनने में मदद करता है, बेहतर इंसान के साथ-साथ बच्चे परिवार से अपने जीवन का मूल उद्देश्य भी प्राप्त करते हैं, बच्चों की सफलता के पीछे सबसे बड़ा योगदान परिवार का ही होता है। जीवन के प्रारंभ से लेकर अंत तक परिवार ही बच्चों के हर सुख-दुःख में हर हार-जीत में साथ होता है। बाल विकास में परिवार की भूमिका आधारशिला के समान होती है, परिवार ही एक ऐसी मूल शक्ति है जिससे बच्चे के विकास में कोई भी कमी नहीं रहती। एक सहयोगी पारिवारिक वातावरण बच्चे को सफल और जिम्मेदार बनाता है।



पूर्व में परिवार में कई लोग होते थे जो अलग-अलग प्रकार से बच्चे के विकास में सहयोग करते थे किंतु वर्तमान में एकल परिवारों में सिर्फ माता-पिता और उनके बच्चे ही रहते हैं। न तो उन्हें बुजुर्ग लोगों के संस्कार मिल पाते हैं और न ही उनका प्यार, जिसके कारण बच्चे को सिर्फ और सिर्फ किताबी ज्ञान ही मिल पाता है।

गरमी रा माळवी दोहा

डॉ. राजेश रावल 'सुशील'

कुहु कुहु कुहुके कोयली, छेड़ी री हे राग।
चली कुळावण अथमणी, बरसयरी हे आग॥

टिंटोड़ी ऐ खेत में, अंडा दीदा चार।
बरखा होवेगी घणी, 'सुशील' अबकी बार॥

आंबा आया हे घणा, बौराणी हे बोर।
मत देखो फेर टीपणो, बरखा वे घणघोर॥

खूब तपी रियो नवतपो, बरसी री हे लाय।
बरखा होवेगा घणी, 'सुशील' मन हरसाय।

कुंडा हुण सूकई गया, पाणी हे अनमोल।
मचई री हे चिड़कली, धूळा में धमरोळ॥

भारतीय कुटुंब प्रबोधन का विश्व पर प्रभाव

ओम गुप्ता

भारतीय संस्कृति में कुटुंब (परिवार) को जीवन का एक महत्वपूर्ण आधार माना गया है। वर्तमान में हमारा देश विश्व में **वसुधैव कुटुंबकम्** की भावना लेकर प्रगति कर रहा है, जिसका अर्थ है **संपूर्ण विश्व एक परिवार है**। भारतीय कुटुंब प्रबोधन की सबसे अनूठी और व्यापक अवधारणा है, इस विचारधारा का विश्व पर गहरा प्रभाव पड़ा है। वसुधैव कुटुंबकम् की भावना का मूल अर्थ है कि भारतीय संस्कृति ने समस्त मानव जाति को एक परिवार के रूप में देखा है। इस विचार ने वैश्विक स्तर पर सहिष्णुता, एकता और भाईचारे को बढ़ावा दिया है। वसुधैव कुटुंबकम् के मुख्य संस्कार और नैतिक अहिंसा, सत्य, करुणा, सेवा और परोपकार जैसे मूल्य पूरी दुनिया में प्रेरणा बन गए हैं। गाँधीजी के अहिंसा और सत्याग्रह के सिद्धांतों ने दुनिया को शांति और न्याय के लिए नई राह दिखाई थी। भारतीय परिवार ने संयुक्त परिवार की परंपरा के सहयोग, आपसी सम्मान और जिम्मेदारी के सिद्धांतों को मजबूत किया है। आज भी कई देशों में सामूहिक जीवन और सामुदायिक भावना को प्रेरित करने में भारतीय कुटुंब प्रबोधन का बड़ा योगदान है। कई देश आज भी ऐसे हैं जहां एकता का कोई नामोनिशान नहीं है वे भारतीय परिवार प्रबोधन को अपनाकर एकजुट हो रहे हैं।

भारतीय परिवारों में योग, ध्यान और आध्यात्मिक साधनाओं को महत्व दिया जाता है। आज ये तकनीकें पूरे विश्व में मानसिक शांति, स्वास्थ्य और आत्मविकास के लिए अपनाई जा रही हैं। चीन जैसे विशाल देशों में भारत के योग-गुरुओं की मांग बढ़ती ही जा रही है। ऐसे कई देश हैं जो योग के मामले में भारत को अपना आदर्श भी मानते हैं।

भारतीय कुटुंब हमेशा से शिक्षा को प्राथमिकता देता रहा है। इसी कारण भारत ने दुनिया को संस्कृत, आयुर्वेद, गणित, खगोल विज्ञान और दर्शन जैसे महत्वपूर्ण ज्ञान दिए, जो आज भी वैश्विक शिक्षा प्रणाली को समृद्ध करते हैं। वर्तमान में विश्व में ऐसे कई विश्वविद्यालय हैं जिनमें संस्कृत और वैदिक शिक्षा को प्रेरणा माना जाता है और उसी के आधार पर शिक्षा भी दी जाती है। आज भी बड़े-बड़े वैज्ञानिक भारतीय इतिहास और वेदों में लिखी बातों के आधार पर अपनी शोध को विराम देते हैं।

अनेकता में एकता - भारतीय परिवारों में विभिन्न धर्मों, भाषाओं और परंपराओं के बावजूद एकता की भावना रहती है। इससे भारत पूरे विश्व को सिखाता है कि कैसे विभिन्न धर्मों, भाषाओं और संस्कृतियों के होते हुए भी सर्वश्रेष्ठ पद पर विराजमान है।

भारतीय कुटुंब प्रबोधन आत्मनिर्भरता और सादगी पर जोर देता है। यह जीवन-शैली आज दुनिया में **सस्टेनेबल लिविंग** (सतत जीवन) का प्रेरणास्रोत बनी है। वर्तमान में भारतीय सरकार द्वारा एक पहल की शुरूआत की गई है, आत्मनिर्भर भारत जिसका लक्ष्य था प्रत्येक भारतीय को स्वयं पर निर्भर करना। पहले हम विदेशी वस्तुओं पर पूर्णतः निर्भर थे परंतु अब हम हमारी आवश्यकता की वस्तुओं को अपने ही देश में बनाकर इस्तेमाल करते हैं। भारतीय संस्कृति में **सेवा** को उच्चतम धर्म माना गया है। यह भावना अंतरराष्ट्रीय संगठनों, सामाजिक कार्यों और मानवीय सेवाओं में एक आदर्श बनकर उभरी है।

भारतीय कुटुंब प्रबोधन **वसुधैव कुटुंबकम्** ने विश्व को प्रेम, सहिष्णुता, आत्मनिर्भरता, शिक्षा और सेवा जैसे अमूल्य सिद्धांत दिए हैं। कुटुंब प्रबोधन की भावना से प्रेरित यह दृष्टिकोण आज भी एक आदर्श के रूप में दुनिया को शांति, एकता और प्रगति की ओर मार्गदर्शन दे रहा है।

भूमि सुपोषण अभियान

नवल रघुवंशी

देश में 30 मार्च से 30 अप्रैल तक चलेगा **भूमि सुपोषण एवं संरक्षण जन अभियान** लाखों किसान और खेती से जुड़े लोग गाँव-नगर में करेंगे **धरती माता पूजन**, धरती को रसायनों से बचाने का लेंगे संकल्प

कृषि भूमि में रसायनों के लगातार और असीम उपयोग के कारण आज देश की बहुत सारी कृषि भूमि अपनी उर्वरा क्षमता खो चुकी है। भारत सरकार के एक सर्वेक्षण के अनुसार हमारी कृषि भूमि का 30 प्रतिशत अब अवनत हो चुका है। रसायनों के इस उपयोग को नहीं रोका गया तो **सुजलाम् -सुफलाम्** कही जाने वाली अपनी भारत भूमि **बंजर** हो जाएगी।

देश की कृषि भूमि के लगातार क्षरण को रोकने और भूमि को सुपोषित करने के लिए देश की प्रमुख सामाजिक संस्थाएँ साथ आकर **भूमि सुपोषण अभियान** प्रारंभ कर रही हैं। यह अभियान प्रतिवर्ष होता है, इस वर्ष यह अभियान 30 मार्च से 30 अप्रैल अर्थात् चैत्र शुक्ल प्रतिपदा (गुड़ी पड़वा) से अक्षय तृतीय तक आयोजित होगा।

भूमि सुपोषण अभियान का उद्देश्य कृषि से जुड़े प्रत्येक व्यक्ति के मन में भूमि के प्रति श्रद्धा के भाव को प्रकट करना है। इसलिए इस दौरान ग्राम-शहर, मंदिर-मठ, विद्यालय-महाविद्यालय, समाज भवन (धर्मशाला), गौशाला, अनाज व फूल मंडियों और खेत जैसे कृषि से जुड़े प्रत्येक स्थान-संस्थान में **भूमि माता पूजन** के कार्यक्रम आयोजित किए जाएंगे।

इस पूजन के दौरान **गौ माता पूजन** तथा भूमि को रासायनिक उर्वरकों से बचाने के लिए उपस्थित कृषि जन समुदाय संकल्प भी लेगा, साथ ही अपने खेत की मेढ़ पर अधिकाधिक पेड़ लगाना, सिंचाई में जल के अपवव्य को रोकना, मिट्टी के क्षरण को रोकना जैसे जरूरी संकल्प भी दोहराए जाएंगे। देश की प्रमुख सामाजिक संस्थाएँ होंगी सहभागी

वर्तमान और भावी पीढ़ी के लिए अतीव आवश्यक इस **भूमि सुपोषण अभियान** में अक्षय कृषि परिवार के साथ देश की प्रमुख संस्थाएँ भी सहभाग करेंगी और लाखों भारतीय इस अभियान में सम्मिलित होंगे।

कृषि भूमि के कुपोषित होने पर देशवासियों के स्वास्थ्य पर भी विपरीत प्रभाव दृष्टिगत हो रहे हैं। जिन खाद्य पदार्थो के सेवन से बीमारियाँ दूर होती थीं वही खाद्य पदार्थ (फल-सब्जी इत्यादि) बीमारी का कारण बन रहे हैं। इसलिए यह अत्यंत आवश्यक है कि **कुपोषित** होती भारत की कृषि भूमि को **सुपोषित** किया जाए, इसका कोई विकल्प भी नहीं है।

देशव्यापी भूमि सुपोषण अभियान (चैत्र शुक्ल प्रतिपदा से अक्षय तृतीया तक)

अभियान में मुख्य रूप से ग्राम विकास, गौसेवा, रामचंद्र मिशन, गायत्री परिवार, ग्राम भारती, किसान संघ, अनेक प्रांतीय सामाजिक संस्थान एवं ट्रस्ट, FPO, गोशाला आदि प्रमुख संस्था-संस्थान सहभागी होंगे।

भूमि सुपोषण अभियान के दौरान देश भर में आयोजित हो रही गतिविधियों और कार्यक्रमों की सतत जानकारी के लिए **भूमि सुपोषण अभियान** के सोशल मीडिया पर लगातार जानकारी प्रेषित की जा रही हैं।

विश्व के सांस्कृतिक और आध्यात्मिक आदर्श राम

संदीप सृजन

विश्व भर में रामराज्य की कल्पना को एक आदर्श के रूप में देखा जाता है, क्योंकि रामराज्य एक नैतिक और न्यायिक राज्य का प्रतीक है, राम के राज्य में तानाशाही का कोई स्थान नहीं रहा। विश्व की कई संस्कृतियों में राम शब्द आदर्श का प्रतीक माना जाता रहा है। इसीलिए रामायण जैसा ग्रंथ आज भी प्रासंगिक बना हुआ है। हमारी व्यक्तिगत धारणाएं जो भी हों, हमें यह नहीं भूलना चाहिए कि राम के जीवन की कथा रामायण विश्व सेयता की मूलभूत कथाओं में से एक है।

हजारों सालों से लाखों जीवनों का आधार राम रहे हैं। इस बात पर गौर करना महत्वपूर्ण है कि वह कोई धार्मिक व्यक्तित्व नहीं हैं। कोई भी धर्म उन पर पूरी तरह दावा नहीं कर सकता। न ही इस राम कहानी में किसी भी बिंदु पर राम खुद को एक हिंदू घोषित करते हैं। अगर राम इस विश्व के सांस्कृतिक और आध्यात्मिक आदर्श हैं, तो इसलिए क्योंकि वह स्थिरता, संतुलन, शांति, सत्य, पवित्रता, करुणा और न्याय के प्रतीक हैं। हम उन्हें इसलिए पूजते हैं क्योंकि उनमें एक महान सभ्यता के निर्माण के लिए जरूरी गुण समाए हैं। आज का आधुनिक मन यह सोचकर हैरान हो सकता है कि हम राम की पूजा क्यों करते हैं। आखिरकार, उनके जीवन की कहानी कोई कामयाबी की कहानी नहीं है। बल्कि उनके जीवन में लगातार विपत्तियां आती रहीं। उनके जैसे कुछ ही लोग एक ही जीवनकाल में इतनी विपत्तियों से गुज़रते हैं। राम अपने पिता के सिंहासन के उत्तराधिकारी हैं, पर वह अपने पिता के कहने पर राज्य छोड़ देते हैं और वनवास स्वीकार कर लेते हैं। वनवास में अपनी पत्नी को खो देते हैं, जिसे वापस लाने के लिए उन्हें युद्ध लड़ना पड़ता है और तब अपनी पत्नी को वापस ला पाते हैं। फिर भी उनको लोगों की आलोचना और छींटाकशी का शिकार बनना पड़ता है, जिसके बाद वह एक बार फिर अपनी पत्नी को जंगल भेज देते हैं। और भी दुर्भाग्य देखिए उनकी प्रिय रानी को दुःखद रूप से जंगल में बच्चों को जन्म देना पड़ता है। और फिर विडंबना देखिए, राम अपने ही बच्चों से युद्ध करते हैं, क्योंकि वे उन्हें नहीं पहचानते। और अंत में, जिस एक स्त्री से उन्होंने हमेशा प्रेम किया, वह सीता उनके सामने ही मृत्यु को प्राप्त होती हैं। देखा जाए तो राम की कहानी एक शोकपूर्ण कहानी है। लेकिन अगर हम उन्हें पूजते हैं, तो इसलिए क्योंकि उन्होंने अपना जीवन इस खास तरह से जिया, उन्होंने अपनी विफलताओं को भव्यता, गरिमा, साहस और धैर्य से संभाला। उनका आदर इसलिए नहीं किया जाता कि वह बाहरी दुनिया के विजेता थे। वह भीतरी जीवन के भी विजेता हैं, क्योंकि वह विपरीत परिस्थितियों में डगमगाते नहीं हैं। आज तथाकथित आधुनिक दृष्टि अपनाते हुए राम के जीवन में दोष ढूंढना संभव है। लोग दोष ढूंढ भी रहे हैं। सीता के प्रति राम के बर्ताव को स्त्री के प्रति अन्याय मान सकते हैं, या वानरों के चित्रण को नीचा दिखाने वाला और किसी खास जाति पर केंद्रित मान सकते हैं। दरअसल अतीत में जाकर किसी भी व्यक्तित्व को उठाकर उसकी चीर-फाड़ करना बहुत आसान है। मगर इससे पहले कि हम आसानी से फैसले करते हुए राम के व्यक्तित्व को खारिज कर दें, हमें यह नहीं भूलना चाहिए कि मानवता को आदर्शों की जरूरत रहती ही आई है।

हम देखें कि कौन सी चीज़ राम को इतना असाधारण बनाती है। कई हज़ार साल पहले, जब दुनिया के अधिकांश हिस्सों में शासक सिर्फ विजेता थे, जो अक्सर बर्बर हुआ करते थे उस समय राम ने मानवता, त्याग और न्याय की अनुकरणीय भावना का प्रदर्शन किया। रावण को मारने के बाद भी उनकी आँखों में क्रोध नहीं दिखता, वह गिरे हुए रावण के शव के पास आते हैं और उन्हें जो कार्य करना पड़ा, उसके लिए पश्चाताप करते हैं। अपने जीवन की सारी चुनौतियों के बीच, वह कभी अपना संतुलन नहीं खोते, कभी मन में कड़वाहट या प्रतिशोध नहीं रखते। वह काफी हद तक छल-कपट या राजनीति से दूर रहते हैं और अपनी शक्ति के दुरुपयोग को लेकर बहुत सतर्क रहते हैं। समभाव रखने वाले राम समग्रता और आत्म-त्याग का जीवन जीते हुए एक मिसाल पेश करते हैं, वे अपनी प्रजा के लिए अपनी खुशी त्यागने के लिए तैयार हैं। सबसे बढ़कर, मुक्ति को महत्व देने वाली संस्कृति में वह नकारात्मकता, स्वार्थ और अधमता से ऊपर उठकर आज़ादी के प्रतीक हैं। राम नायक इसलिए नहीं हैं, क्योंकि उनका जीवन परिपूर्ण है, बल्कि इसलिए हैं क्योंकि वह एक असाधारण जीवन जीते हैं। इसीलिए उन्हें मर्यादा पुरुष कहा जाता है। राम का जीवन आदर्श विश्व संस्कृति और अध्यात्म को पोषित करता है। मानव को मानव की तरह बने रहने और मानव की तरह ही व्यवहार करने की प्रेरणा देता है। राम का स्वयं का जीवन तो प्रेरणा देता ही है, उनके सहचरों के जीवन भी कम प्रेरणादायी नहीं हैं। समर्पण और धैर्य के साथ परिस्थितियों पर विजयी कैसे हो सकते हैं, यह समाज को राम का जीवन सिखाता है।

कुटुंब प्रबोधन में मातृशक्ति की भूमिका

रितिका लोधी

भारतीय संस्कृति में परिवार को समाज की मूल इकाई माना गया है। परिवार का सशक्तिकरण समाज और राष्ट्र के निर्माण में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। कुटुंब प्रबोधन मतलब परिवार को संस्कार, नैतिकता, संस्कृति और मूल्यों से परिपूर्ण बनाना। इसलिए मातृशक्ति की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण होती है, क्योंकि वह परिवार की आधारशिला होती है और संतान के जीवन में प्रथम गुरु भी माँ होती है। मातृशक्ति परिवार की आधारशिला में केवल जीवनदात्री ही नहीं, बल्कि परिवार के संस्कारों और मूल्यों की संरक्षिका भी होती है। वह न केवल बच्चों को जन्म देती है, बल्कि उनके चरित्र निर्माण, नैतिक मूल्यों और सामाजिक दायित्वों का भी बोध कराती है। परिवार में प्रेम, करुणा, अनुशासन और एकता का निर्माण मातृशक्ति के बिना संभव नहीं है।

कुटुंब प्रबोधन में मातृशक्ति की भूमिका न केवल संस्कारों का संचार करना है बल्कि बच्चे को शिक्षिका के रूप में शिक्षा भी प्रदान करना है। वह बचपन से ही उसे नैतिकता, अनुशासन, सत्य, अहिंसा और परोपकार जैसे संस्कारों से परिचित कराती है। रामायण, महाभारत और गीता जैसे ग्रंथों की शिक्षाएँ माँ के माध्यम से ही बच्चों तक पहुँचती हैं। मातृशक्ति परिवार में नैतिकता की आधारशिला रखती है। सत्य बोलना, ईमानदारी, परिश्रम और सदाचार जैसे मूल्य माँ ही अपने व्यवहार और शिक्षाओं द्वारा बच्चों में विकसित करती है। भारतीय संस्कृति में माताएँ धार्मिक और सांस्कृतिक परंपराओं की वाहक होती हैं। पूजा-पाठ, त्यौहारों का आयोजन, व्रत-उपवास और पारिवारिक रीति-रिवाजों का पालन माँ के मार्गदर्शन में ही होता है। इससे परिवार में आध्यात्मिकता और धार्मिक आस्था बनी रहती है।

स्नेह और भावनात्मक संबंध में माँ अपने प्रेम, धैर्य और करुणा से पूरे परिवार को एक सूत्र में बाँधकर रखती है। वह न केवल बच्चों के लिए बल्कि पूरे परिवार के लिए भावनात्मक सहारा होती है। कठिन समय में परिवार को एकजुट रखने में माँ की महत्वपूर्ण भूमिका होती है। माताएँ बच्चों की शिक्षा में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। वे बच्चों को केवल पाठ्यक्रमीय शिक्षा ही नहीं, बल्कि व्यावहारिक ज्ञान भी प्रदान करती हैं। अच्छी आदतें, समय प्रबंधन और ज्ञान की ओर रुचि जगाने का कार्य माँ ही करती है। माताएँ बच्चों को समाज के प्रति दायित्वों का बोध कराती हैं। वे सेवा, परोपकार, दान और दूसरों की सहायता करने की भावना विकसित करती हैं। इससे बच्चे समाज के जिमेदार नागरिक बनते हैं।

कुटुंब प्रबोधन में मातृशक्ति की भूमिका अत्यंत महत्वपूर्ण है। वह न केवल परिवार को एकजुट रखती है, बल्कि बच्चों के चरित्र निर्माण, नैतिकता, शिक्षा और संस्कारों के विकास में भी योगदान देती है। परिवार सशक्त होगा तो समाज और राष्ट्र भी सशक्त होगा। अतः मातृशक्ति को सम्मान देना और उसे सशक्त बनाना आवश्यक है, ताकि वह कुटुंब प्रबोधन में अपनी भूमिका को और प्रभावी बना सके।

जाग्रत मालवा अब सोशल मीडिया पर भी

जाग्रत मालवा से वेबसाइट फेसबुक, ट्विटर, इंस्टाग्राम व यूट्यूब पर जुड़कर देशभर के विशेषकर मालवा के समाचार प्राप्त कर सकते हैं।

अभी फॉलो करें - किसी भी प्लेटफॉर्म पर जाकर जाग्रत मालवा सर्च करें

माँ और मातृभूमि का स्थान स्वर्ग से भी ऊपर है

अमित राव पवार

विश्व में ऐसे अनेक देश हैं जो समयानुसार गर्त में समा गए। इनका संघर्ष व युद्ध तक विफल रहा, संस्कृति नष्ट हो गई, आज इनका नाम तक लेने वाला कोई नहीं बचा। किंतु विश्व में भारतराष्ट्र ही एकमात्र ऐसा देश है जो हजारों वर्षों का अपना सुनहरा इतिहास संजोए हुए आज भी विश्व के समक्ष मजबूती के साथ खड़ा है। जब हम भारत देश के मूल में देखने का प्रयास करते हैं तो हमें इस धरती पर मातृत्व दिखाई देता है। हमारे वेद-पुराण तथा धर्मग्रंथ सदियों से माँ व मातृभूमि की महिमा का गुणगान करते रहे हैं। जिस प्रकार माँ का स्नेह-दुलार और वात्सल्य अतुलनीय है इसी तरह जन्मभूमि की महत्ता हमारे समस्त भौतिक सुखों से कहीं ज्यादा है। इसलिए कहा गया है कि जननी जन्मभूमिश्च स्वर्गादपि गरीयसी। अर्थात् **मित्र, धन-धान्य आदि का संसार में बहुत अधिक सम्मान है, पर माँ और मातृभूमि का स्थान स्वर्ग से भी ऊपर है।** अतः दूर-दूर तक विश्व में कोई दूसरा देश दिखाई नहीं देता जिसने अपने देश को माँ कहा हो। यह पुत्र व माँ के मध्य ममतामयी संबंध स्थापित करने वाला भारतराष्ट्र ही है, जिसके जयघोष में हम भारतवासी भारत माता की जय कहते हैं।

हजारों संघर्षों के परिणामस्वरूप इस मातृभूमि के असंख्य वीरपुत्रों ने अपनी मातृभूमि भारत माँ के लिए हँसते-हँसते वीरगति को प्राप्त किया। किंतु अपनी भारत माँ पर कभी आंच नहीं आने दी, यहां की स्त्री स्वरूप माताओं ने भी ऐसे अनेक पुत्रों को जन्म दिया जो इस मातृभूमि के लिए प्राणों तक की आहुति बिना विचार, बिना संकोच किये पल भर में दे गए। विश्व में अनेक देशों की तरह हम भारतीयों के लिए यह भूमि टुकड़ा नहीं अपितु धरती माँ है। इस धरती माँ ने जहाँ बिच्छू को जन्म दिया वहीं शेरों को भी जन्म दिया है। माँ अपने पुत्र और पुत्र अपनी माँ पर कभी आँच नहीं आने देता। वीर शिवाजी बनकर हमेशा पुत्र तैयार रहा तथा माँ सदैव जगदंबा बनाकर पुत्र के साथ खड़ी रही।

इस सम्पूर्ण प्रकृति को भी हमने माँ के रूप में स्वीकार किया है जो शक्ति का ही एक रूप है, हमें अन्न से लेकर जीवन, प्राणवायु तक प्रदान कर रही है। यह भाव हमें स्व का संदेश दे रहा है, जो हमें यह ज्ञात करवा रहा है कि शिव-शक्ति से ही संपूर्ण जगत चलायमान है। देवी अहिल्याबाई होल्कर समाज व लोककल्याण हित में अपने पुत्र मालेराव को दंडित करने से भी पीछे नहीं हुई। माता जीजाऊ ने भी इस राष्ट्र की संस्कृति-सभ्यता, धर्म को सुरक्षित रखने के लिए ईश्वर से एक पुत्र मांगा जो अखंड भारत के साथ धर्म की रक्षा करे। झाँसी की रानी ने अपने पुत्र को पीठ पर बाँधकर सन 1857 की क्रांति में भाग लिया। सावित्रीबाई फुले, रानी दुर्गावती ऐसे अनेक उदाहरण हैं, जिन्होंने अखंड भारत की रक्षा के लिए इस मातृभूमि की सेवा करने के अवसर को जाने नहीं दिया।

साथ ही साथ परिवार का संचालन, पुत्र-पुत्री एवं कुटुंब का ध्यान रखना आज भी संस्कृति के अंतर्गत स्त्री का जारी है। घर-परिवार के साथ समाज का कार्य करते हुए व्यवसाय-नौकरी करना यही दर्शाता है कि जिस तरह से माँ दुर्गा के नौ हाथों में भिन्न-भिन्न अस्त्र-शस्त्र, शास्त्र हैं यही भूमिका आज वर्तमान समय में स्त्री निभा रही है और अपनी संतानों के साथ संपूर्ण कुटुंब को एक धागे में पिरोकर चल रही है। जिस तरह भारत माँ अपने आँचल में विभिन्न जातियों, धर्म को लेकर चल रही फिर भी चेहरे पर कोई शिकन दिखाई नहीं देती, यह भारत माँ के आँचल में ही संभव होता नजर आता है।

राष्ट्रनायक डॉ. भीमराव अंबेडकर जयन्ती - 14 अप्रैल

डॉ. सुब्रतो गुहा

पुण्यभूमि भारत के महान सपूत राष्ट्रनायक डॉ. भीमराव अम्बेडकर ने भारतीय संविधान की रचना द्वारा स्वतंत्र लोकतांत्रिक भारत को एक नई दिशा देने के साथ-साथ गरीबों और वंचितों को संवैधानिक प्रावधानों द्वारा सम्मानजनक जीवन जीने का अवसर प्रदान किया। 14 अप्रेल 1891 को महू में जन्म लेकर 6 दिसम्बर 1956 को नागपुर में अपने देहावसान के 65 वर्षीय जीवनकाल में उनकी महान उपलब्धियों एवं उनके द्वारा रचित श्रेष्ठ पुस्तकों के बारे में तो संसार जानता है - परन्तु उनकी पुस्तक - **पाकिस्तान अथवा भारत का विभाजन** को स्वतंत्र भारत के स्वघोषित सेकुलर नेताओं ने षड्यंत्रपूर्वक समाज व संसार से छिपाकर रखा - क्योंकि 1945 में सर्वप्रथम प्रकाशित इस पुस्तक में पूज्य बाबा साहेब अम्बेडकर ने भारत में मध्यकाल के मुस्लिम शासकों द्वारा हिन्दुओं पर किए गए बर्बर व अमानवीय अत्याचारों की विवेचना के साथ-साथ द्विराष्ट्र सिद्धांत के आधार पर मुस्लिम लीग के पाकिस्तान निर्माण के षड्यंत्र पर प्रकाश डालते हुए इस्लाम द्वारा गैर मुस्लिम समुदायों से भेदभाव का भी वर्णन किया है।

इस पुस्तक में उन्होंने इस्लामी समाज के बारे में लिखा - ''इस्लाम एक निश्चित दायरे में बंद व्यवस्था है जहाँ इस्लाम के बाहर के किसी व्यक्ति का प्रवेश भी निषिद्ध है। ''मुस्लिमों द्वारा इस्लामी राष्ट्र पाकिस्तान का निर्माण कर भारत विभाजन की मंशा के बारे में डॉ. अम्बेडकर इस पुस्तक में लिखते हैं - ''मुस्लिम एक स्वतंत्र इस्लामी राष्ट्र की माँग कर रहे हैं क्योंकि वे मानते हैं कि इस्लाम अपने आप में ही एक स्वतंत्र राष्ट्र है - ''इसलिए वे अपने अलग इस्लामी राष्ट्र में ही रहेंगे। ''इस पुस्तक में हिन्दू-मुस्लिम भावनात्मक अलगाव के मूल कारण की विवेचना करते हुए डॉ. अम्बेडकर ने महान विद्वान भाई परमानन्द के शब्दों को उद्धृत किया है - ''हिन्दू भारत के इतिहास में पृथ्वीराज चौहान, महाराणा प्रताप, छत्रपति शिवाजी और बंदा बैरागी को राष्ट्रनायक स्वीकार करते हैं, जिन्होंने क्रूर मुस्लिम शासकों के विरुद्ध वीरतापूर्वक संघर्ष किया जबकि मुसलमान भारत पर आक्रमण करने व अत्याचार करने वाले आक्रान्ताओं मोहम्मद बिन कासिम और औरंगजेब को अपना महानायक मानते हैं। मुस्लिम लीग द्वारा भारत विभाजन कर एक अलग इस्लामी राष्ट्र पाकिस्तान के निर्माण के पीछे मूल कारण का विश्लेषण करते हुए इस पुस्तक में डॉ. अम्बेडकर लिखते हैं -

हिन्दुओं का मानना है कि हिन्दुओं द्वारा भूतकाल में शासित अखंड भारत में वे सभी भौगोलिक क्षेत्र शामिल थे जिन्हें आज मुस्लिम लीग मुस्लिम इलाके निरूपित कर वहाँ इस्लामी राष्ट्र पाकिस्तान बनाना चाहते हैं - इस प्रकार अखंड भारत के विभाजन की मुस्लिम लीग की माँग को कैसे स्वीकार किया जा सकता है? मध्ययुग में महमूद गजनवी जैसे कट्टरपंथी क्रुर इस्लामी शासकों द्वारा हिन्दुओं पर किए गए अमानवीय अत्याचारों के उदाहरण स्वरूप इस पुस्तक में डॉ. अम्बेडकर ने गुजरात में सोमनाथ मंदिर के विध्वंस का वर्णन इन शब्दों में किया है - ''सोमनाथ मन्दिर पर महमूद गजनवी का हमला हुआ, उसी स्थान पर पचास हजार हिन्दू भक्तों की

निर्ममतापूर्वक हत्या की गई। शिवलिंग को तोड़कर उसके टुकड़े अपमानजनक तरीके से गजनी के सुल्तान महमूद के महल ले जाए गए - मन्दिर की धन सम्पत्ति लूट ली गई और हजारों को गुलाम बना लिया गया। महमूद गजनी के बाद के मुस्लिम शासकों ने महमूद गजनवी के ही समान हिन्दुओं पर अत्याचार जारी रखा। ''दिल्ली के सुलतान कुतुबुद्दीन ऐबक ने तो सत्ताईस मन्दिरों को विध्वंस कर वहाँ के अवशेषों व देवीय मूर्तियों के टुकड़ों का उपयोग कर मस्जिद बनवाई। मध्ययुग के सल्तनतकालीन सुल्तानों तथा मुगल

शहंशाहों द्वारा हिन्दुओं पर किए गए अत्याचारों का विस्तारपूर्वक डॉ. अम्बेडकर ने वर्णन किया है। मुगल शहंशाह औरंगजेब के हिन्दु विरोधी क्रूर कारनामों का विश्लेषण करते हुए इस पुस्तक में औरंगजेब के शासनकाल के प्रामाणिक दस्तावेज मासिर-ए-आलमगिरी से उद्धरण देते हुए डॉ. अम्बेडकर लिखते हैं - ''अप्रैल 1669 में दरबारियों से औरंगजेब को जानकारी मिली कि थट्टा, मुलतान, बनारस इत्यादि प्रांतों में मूर्ख हिन्दू पंडित विद्यालय में विद्यार्थियों को मूर्खतापूर्ण पुस्तकों का ज्ञान दे रहे हैं। इस जानकारी के मिलने पर शहंशाह औरंगजेब ने अपने द्वारा नियुक्त सभी प्रान्तीय मुखियाओं को आदेशित किया कि सभी हिन्दू मन्दिरों एवं विद्यालयों को तोड़कर जमीन में मिला दिया जाए तथा देवी-देवताओं की मूर्तिपूजा पर प्रतिबंध लगाया जाए। इसके बाद उसके आदेशों का सभी प्रान्तों में पालन हुआ तथा बनारस प्रान्त के मुखिया ने औरंगजेब को लिखित जानकारी दी कि काशी विश्वनाथ मन्दिर तोड़कर वहाँ मस्जिद का निर्माण करवा दिया गया है।

हिन्दू महिलाओं से मुस्लिम दुराचार की चरम सीमा का वर्णन करते हुए इस पुस्तक में डॉ. अम्बेडकर लिखते हैं - ''सोमनाथ मन्दिर के विध्वंस पश्चात गजनी लौटते समय महमूद गजनवी ने मन्दिर के पुजारियों और हजारों भक्तों का कत्लेआम किया - और जाते समय पाँच लाख सुन्दर हिन्दू युवतियों एवं महिलाओं को गुलाम बनाकर साथ ले गया - जिन्हें दो दिरहम से लेकर दस दिरहम की कीमत पर यौन गुलाम के रूप में गजनी के बाजारों में बेच दिया गया। ''सल्तनतकाल, मुगलकाल के मुस्लिम शासकों एवं ब्रिटिश शासनकाल में मुस्लिम लीग द्वारा समस्त जातियों के हिन्दू नर-नारियों पर किए गए क्रुरता की सभी सीमाएँ लाँघने वाले अत्याचारों का मार्मिक वर्णन डॉ. अम्बेडकर की इस पुस्तक में है। स्वतंत्र भारत में पूज्य बाबा साहेब अम्बेडकर के कुछ चयनित पुस्तकों के उद्धरणों को तोड़-मरोड़ कर प्रस्तुत करते हुए मुस्लिम एवं वामपंथी इतिहासकारों ने एक गलत विमर्श द्वारा पूज्य बाबासाहेब अम्बेडकर को सवर्ण हिन्दुओं का विरोधी तथा मुस्लिमों का परम मित्र बताने का प्रयास किया है। 14 अप्रेल को जब कृतज्ञ राष्ट्र भारत रत्न राष्ट्रनायक पूज्य बाबासाहेब अम्बेडकर को श्रद्धापूर्वक स्मरण कर रहा है - तब आइए उनकी अमर रचना **पाकिस्तान अथवा भारत का विभाजन** पुस्तक के अध्ययन द्वारा उनके व्यक्तित्व एवं विचारों का हम वास्तविक मूल्यांकन कर उनके पावन चरणों में श्रद्धा निवेदन करें -

आप तो चले गए हैं लेकिन, स्मृति शेष हृदय आंगन में।
तुलसी क्यारे दीप जलाते, अंकित सूरत भोली आँखन में।।

कन्नोद थूक जिहाद

नर्मदा तट पर स्थित कन्नौद के तमखान ग्राम में थूक जिहाद का प्रकरण सामने आया है। परिक्रमापथ पर स्थित इस ग्राम से बेवानी के कुछ परिक्रमावासी दम्पत्ति निकल रहे थे। तभी पास से गुजरते ट्रेक्टर में बैठे हुए कुछ मुस्लिम लोगों ने परिक्रमावासियों के साथ अभद्रता की और उन पर अचानक थूकना प्रारंभ कर दिया। इससे पहले कि परिक्रमावासी कुछ समझ पाते, थूकने वाले वहाँ से भाग लिए। परिक्रमावासी संख्या में कम थे और इस अनायास हुई घटना से अचंभित भी थे। थूकजिहादी तो अपना काम करके निकल चुके थे, सो यही प्रभु-इच्छा मानकर परिक्रमावासी अगले गांव राजोरा के लिए आगे बढ़ गए। राजोरा में जब इस घटना की जानकारी वहाँ के ग्रामवासियों को मिली तो आक्रोश का वातावरण बन गया। आरोपियों की पहचान की गई और सभी ग्रामीणों ने मिलकर परिक्रमावासियों के साथ पुलिस से संपर्क किया। थूकजिहादियों मोहसीन, अकरम और इस्लाम के खिलाफ प्राथमिकी दर्ज करवा दी गई है। बताया जा रहा है कि तीनों ही आरोपी नर्मदा तट से रेत के अवैध खनन से भी जु हुए हैं। इस घटना के बाद सर्व हिन्दू समाज ने बैठक कर खातेगांव नगर बंद का आव्हान किया। तमखान जिसका अब परिवर्तित नाम कान्हापुर हो गया है, वहाँ सरकारी भूमि पर अवैध रूप से एक मस्जिद भी बनायी गयी है, उसका विध्वंस व जो मुस्लिम वहाँ माँ नर्मदा की रेत बेचते हैं, उनकी जो भी खदान है उनको बंद किया जाना चाहिए और आरोपियों को जेल भेजा जाना चाहिए।

हमारी बातचीत

प्रिय पाठकों ,

अगले माह से आपकी अपनी पत्रिका जागृत मालवा में एक नया स्तम्भ हमारी बातचीत प्रकाशित होगा। इस स्तम्भ में आपके सुझाव और मन की बात प्रकाशित करेंगे। आप अपने सुझाव, मालवा-निमाड़ से जुड़ी बातें और समसामयिक विषयों पर अपनी बात व्हाट्सएप, ई-मेल या पत्र के माध्यम से भेज सकते है। आप पत्रिका के लिए सुझाव और अपने मौलिक विचार भी लिख कर भेज सकते हैं, जिनकी सहायता से हम जागृत मालवा को और अधिक अपनी बना सकेंगे।

आपके चयनित पत्रों को हम इस स्तम्भ में प्रकाशित भी करेंगे।

व्हाट्सएप - 9977712561
ईमेल - jagrutmalwa@gmail.com
पता -विश्व संवाद केन्द्र, अर्चना, 76 रामबाग, इन्दौर

शक्ति और मर्यादा का संगम

प्रशंसा तिवारी

राम नवमी और नवरात्रि, दोनों ही हिंदू धर्म के अत्यंत पावन पर्व हैं, जो न केवल आध्यात्मिक उन्नति के प्रतीक हैं, बल्कि जीवन में धर्म, शक्ति और मर्यादा के संतुलन को भी दर्शाते हैं। ये दोनों पर्व एक-दूसरे से गहराई से जुड़े हुए हैं - जहाँ नवरात्रि हमें माँ दुर्गा की शक्ति और भक्ति से ओतप्रोत करती है, वहीं राम नवमी हमें मर्यादा पुरुषोत्तम श्रीराम के आदर्शों पर चलने की प्रेरणा देती है। इन दोनों पर्वों का समन्वय यह दर्शाता है कि शक्ति और मर्यादा एक-दूसरे के पूरक हैं।

चैत्र नवरात्रि के नौ दिनों तक माँ दुर्गा के विभिन्न स्वरूपों की पूजा की जाती है। भक्त इस दौरान उपवास रखते हैं, साधना करते हैं और आत्मशुद्धि का प्रयास करते हैं। नवरात्रि के नवें दिन, जो राम नवमी कहलाता है, भगवान श्रीराम का जन्मोत्सव मनाया जाता है।

रामायण के अनुसार, भगवान श्रीराम का जन्म ऐसे समय पर हुआ जब अधर्म अपने चरम पर था। वाल्मीकि रामायण के अनुसार -

ततो यज्ञे समाप्ते तु ऋतूनां षट्समत्ययुः।
ततश्च द्वादशे मासे चैत्रे नावमिके तिथौ॥

(रामायण, बालकाण्ड, सर्ग 18, श्लोक 8-10)

इस श्लोक के अनुसार, जब राजा दशरथ के पुत्रेष्टि यज्ञ की समाप्ति के छह ऋतुओं बाद चैत्र शुक्ल पक्ष की नवमी तिथि आई, तब पुनर्वसु नक्षत्र में कर्क लग्न में माता कौशल्या ने श्रीराम को जन्म दिया। उस समय सूर्य, मंगल, शनि, गुरु और शुक्र अपने उच्च स्थान पर थे और चंद्रमा बृहस्पति के साथ लग्न में विराजमान थे। भगवान राम स्वयं माँ दुर्गा के उपासक थे। रामायण के अनुसार, लंका युद्ध से पहले श्रीराम ने शारदीय नवरात्रि के दौरान माँ दुर्गा की पूजा की थी और उनकी कृपा से ही रावण का वध संभव हुआ। इससे स्पष्ट होता है कि शक्ति और मर्यादा साथ मिलकर कार्य करते हैं।

नवरात्रि में साधना और उपवास से आत्मबल और संयम की प्राप्ति होती है। इसके ठीक बाद राम नवमी हमें इस आत्मबल को धर्म और सत्य के मार्ग पर चलने के लिए उपयोग करने की प्रेरणा देती है।

माँ दुर्गा शक्ति की देवी हैं और भगवान श्रीराम नीति, मर्यादा और धर्म के प्रतीक। बिना शक्ति के नीति कमजोर हो जाती है और बिना नीति के शक्ति विनाशकारी हो सकती है। इसलिए, नवरात्रि और राम नवमी का एक साथ होना यह दर्शाता है कि हमें जीवन में शक्ति और मर्यादा दोनों को संतुलित रखना चाहिए।

नवरात्रि और राम नवमी केवल धार्मिक उत्सव नहीं, बल्कि आध्यात्मिक विकास और आत्मशुद्धि के पर्व हैं। ये हमें यह सिखाते हैं कि जीवन में शक्ति और मर्यादा दोनों का संतुलन बनाए रखना आवश्यक है। माँ दुर्गा हमें शक्ति प्रदान करती हैं और भगवान श्रीराम हमें यह सिखाते हैं कि इस शक्ति का प्रयोग धर्म और सत्य के मार्ग पर कैसे किया जाए।

साथ ही, किसी पर्व को मनाने से पहले स्वयं से यह पूछना आवश्यक है कि हम भगवान का जन्मदिवस क्यों मनाएँ? वे हमारे क्या लगते हैं? वे कौन हैं? उनका हमारे जीवन में क्या महत्व है? इन सभी प्रश्नों के उत्तर प्राप्त करने पर ही हमें इन पर्वों का सच्चा अर्थ और महत्व ज्ञात होता है।

नवसंवत्सर नववर्ष

खुशी पंवार

भारतीय परंपरा और सभ्यता में नवसंवत्सर, चैत्र शुक्ल प्रतिपदा को मनाया जाता है, जो वसंत ऋतु के आगमन का प्रतीक है। यह केवल एक तिथि परिवर्तन नहीं, बल्कि प्रकृति और संस्कृति के मिलन का उत्सव है। जब प्रकृति अपनी पुरानी चादर उतार कर नई हरीतिमा से श्रृंगार करती है, तो मानव मन भी नई आशाओं और संकल्पों से भर उठता है। नववर्ष हमें बताता है कि जीवन एक सतत चक्र है, जिसमें परिवर्तन अनिवार्य है और हर अंत एक नए आरंभ का द्वार खोलता है। हिंदू समाज के लिए यह पर्व अत्यंत विशिष्ट है, क्योंकि इसी दिन से नया पंचांग शुरू होता है और इस तिथि से ही साल भर के पर्व-त्यौहार, विवाह, नामकरण, गृहप्रवेश इत्यादि शुभ कार्यों के शुभ मुहूर्त तय किए जाते हैं।

मानवीय पहलू और सामाजिक समरसता - आज के युग में, जब हम आधुनिकता की दौड़ में अपनी सांस्कृतिक धरोहर को भूलते जा रहे हैं, नवसंवत्सर हमें अपनी जड़ों की ओर लौटने की प्रेरणा देता है। यह हमें याद दिलाता है कि हमारी संस्कृति केवल अतीत की धरोहर नहीं है, बल्कि यह वर्तमान और भविष्य के लिए भी प्रासंगिक है। यह पर्व ज्ञान, विज्ञान और आध्यात्मिकता का अद्भुत संगम है। यह परिवार और समुदाय को एक साथ लाता है, जहां लोग मिलकर अपनी परंपराओं को जीवंत करते हैं। नवसंवत्सर के दिन सुबह जल्दी उठकर, सूर्य को अर्ध्य अर्पण कर, अपने बड़ों का आशीर्वाद लेकर और नए संकल्पों के साथ इस पावन दिन की शुरुआत होती हैं। घरों को सजाया जाता है, स्वादिष्ट व्यंजन बनाए जाते हैं और आपसी स्नेह और सौहार्द का आदान-प्रदान होता है। यह सिर्फ एक उत्सव नहीं, बल्कि एक सामाजिक समरसता का बंधन भी है, जो हमें एक-दूसरे से एक कुटुंब के रूप में जोड़ता है।

समय का चक्र और सांस्कृतिक चेतना - नवसंवत्सर का महत्व केवल कैलेंडर पृष्ठ पलटने तक सीमित नहीं है। यह समय के चक्र को समझने और जीवन में संतुलन स्थापित करने का अवसर है। भारतीय काल गणना, खगोलीय घटनाओं और ऋतुओं के चक्र पर आधारित है, जो हमें प्रकृति के साथ सामंजस्य स्थापित करने की प्रेरणा देती है। भारत में विभिन्न समुदायों और क्षेत्रों में नववर्ष अलग-अलग तिथियों और परंपराओं के साथ मनाया जाता है। भारत में नववर्ष का शुभारंभ वर्षा का संदेशा देते मेघ, सूर्य और चंद्र की चाल, पौराणिक गाथाओं और इन सबसे ऊपर खेतों में लहलहाती फसलों के पकने के आधार पर किया जाता है। इसे बदलते मौसमों का रंगमंच कहें या परंपराओं का इन्द्रधनुष या फिर भाषाओं और परिधानों की रंग-बिरंगी माला, भारतीय संस्कृति ने दुनिया भर की विविधताओं को संजो रखा है। असम में नववर्ष बीहू के रुप में मनाया जाता है, केरल में पूरम विशु के रूप में, तमिलनाडु में पुत्थांडु के रुप में, आन्ध्रप्रदेश में उगादी के रुप में, महाराष्ट्र में गुड़ीपड़वा के रुप में तो बांग्ला नववर्ष का शुभारंभ वैशाख की प्रथम तिथि से होता है।

भारतीय संस्कृति में नववर्ष के आरम्भ की पुरानी परम्पराओं में से एक नव संवत्सर भी है। माना जाता है कि जगत की सृष्टि की घड़ी (समय) यही है। इस दिन भगवान ब्रह्मा द्वारा

सृष्टि की रचना हुई तथा युगों में प्रथम सतयुग का प्रारंभ हुआ।

चैत्रे मासि जगद् ब्रह्मा ससर्ज प्रथमे अहनि।
शुक्ल पक्षे समग्रेतु तदा सूर्योदये सति।।

ब्रह्मपुराण के अनुसार, भगवान ब्रह्मा ने सृष्टि की रचना चैत्र मास के प्रथम दिन, प्रथम सूर्योदय के समय की थी। यह तिथि हिंदू धर्म में सृष्टि की उत्पत्ति और नववर्ष की शुरुआत के रूप में मानी जाती है। प्रसिद्ध गणितज्ञ भास्कराचार्य की रचना **'सिद्धांत शिरोमणि'** में उल्लेख मिलता है कि चैत्र शुक्ल प्रतिपदा को मास, वर्ष और युग का आरंभ माना गया है। इसी दिन से विक्रम संवत का प्रारंभ भी माना जाता है, जो सम्राट विक्रमादित्य (57 ईसा पूर्व) की विजय के उपलक्ष्य में शुरू हुआ था। इस समय से ऋतु परिवर्तन भी शुरू हो जाता है। वातावरण गर्म और समशीतोष्ण होने लगता है। ठंड के कारण जो जड़-चेतन सुप्तावस्था में होते हैं, वे जाग उठते हैं। वृक्षों में नई कोपलें फूटती हैं और रंग-बिरंगे पुष्प खिलने लगते हैं। इसी कारण इसे नवजीवन और नवचक्र का प्रारंभ माना जाता है। ऋतुओं के एक पूरे चक्र को ही **संवत्सर** कहा जाता है। इसलिए नववर्ष का वास्तविक प्रारंभ चैत्र शुक्ल प्रतिपदा से माना जाता है।

सृजन, विजय और आराधना का पर्व - संवत्सर केवल सृष्टि के प्रारंभ का दिन ही नहीं है, बल्कि कई पावन तिथियों और गौरवशाली ऐतिहासिक-सांस्कृतिक घटनाओं से भी जुड़ा हुआ है। हिंदू मान्यता के अनुसार, इसी दिन ब्रह्मा जी ने सृष्टि की रचना की थी, जिससे इसे नवसंवत्सर का शुभारंभ माना जाता है। इस दिन धर्मराज युधिष्ठिर का जन्म हुआ था और महर्षि दयानंद सरस्वती ने आर्यसमाज की स्थापना की थी। चैत्र शुक्ल प्रतिपदा से ही चैत्र नवरात्रि का आरंभ होता है, जब भक्तजन मां दुर्गा की उपासना और आराधना करते हैं। यही वह दिन है जब सम्राट विक्रमादित्य ने शकों को परास्त कर विक्रम संवत की स्थापना की थी, जो आज भी भारतीय पंचांग का एक महत्वपूर्ण आधार है। यह दिन न केवल एक नववर्ष की शुरुआत करता है, बल्कि भारतीय संस्कृति के गौरव और आध्यात्मिकता का प्रतीक भी है।

विजय का प्रतीक - हिंदवी साम्राज्य की नींव - महाराष्ट्र, गोवा और कोंकण क्षेत्र में नववर्ष गुड़ी पड़वा के रूप में मनाया जाता है। इस दिन ब्रह्मा और विष्णु की पूजा की जाती है, और घरों में विजय का प्रतीक **गुड़ी** फहराई जाती है। मान्यता है कि भगवान राम ने इस दिन बालि के अत्याचार से दक्षिण भारत को मुक्त किया था, और राजा शालिवाहन ने मिट्टी के सैनिकों की सेना बनाकर शत्रुओं को हराया था। इसलिए यह दिन विजय का प्रतीक माना जाता है। हिन्दू घरों में गुड़ी पूजन किया जाता है, बंदनवार सजाए जाते हैं और पूरनपोली, श्रीखंड जैसे पारंपरिक व्यंजन बनाए जाते हैं। गुड़ और नीम की कोंपलें खाने की परंपरा भी है, जिससे स्वास्थ्य लाभ मिलता है। इस दिन महाराष्ट्र में भव्य जुलूस निकलते हैं। कहा जाता है कि छत्रपति शिवाजी महाराज ने इसी दिन भगवा विजय ध्वज फहराकर हिंदवी साम्राज्य की नींव रखी थी।

संस्कृति, परंपरा और विविधता का उत्सव - भारतीय संस्कृति की विशेषता यह है कि यहाँ नववर्ष विभिन्न राज्यों में चैत्र या बैसाख माह में मनाया जाता है। पंजाब में बैसाखी 13 अप्रैल को मनाई जाती है, जबकि सिख नानकशाही कैलेंडर के अनुसार नववर्ष 14 मार्च को आता है। बंगाल और तमिलनाडु में भी इसी समय नववर्ष मनाया जाता है। आंध्र प्रदेश और कर्नाटक में इसे उगादि कहा जाता है, जो चैत्र माह के पहले दिन मनाया जाता है। महाराष्ट्र में इसे गुड़ी पड़वा, कर्नाटक में कन्नड़ नववर्ष, और सिंधियों में चेटी चंड के रूप में मनाया जाता है। तमिलनाडु में पुथांडु और केरल में विशु 13 या 14 अप्रैल को आता है, जबकि कश्मीर में नवरेह 19 मार्च को मनाया जाता है। गुजरात और राजस्थान में नववर्ष दीपावली के अगले दिन शुरू होता है, जबकि बंगाल और बांग्लादेश में पोहेला बैसाख 14-15 अप्रैल को आता है। भारत में विभिन्न संवत जैसे विक्रम संवत, शक संवत, बौद्ध संवत और जैन संवत प्रचलित हैं। सम्राट विक्रमादित्य ने 57 ईसा पूर्व विक्रम संवत की शुरुआत की थी, जो आज भी सबसे लोकप्रिय है। भारतीय नववर्ष केवल एक कैलेंडर परिवर्तन नहीं है, बल्कि यह नई ऊर्जा, समृद्धि और उत्साह का प्रतीक है।

संस्कारों और संस्कृति से ओत-प्रोत भारतीय नववर्ष केवल उत्सव तक सीमित नहीं है, बल्कि यह एक दर्शन है जो हमारे जीवन में नवीनीकरण और पुनःसृजन की भावना लाता है। आज के समय में, जब हम पश्चिमी संस्कृति और ग्रेगोरियन कैलेंडर को अधिक महत्व देने लगे है, अपना नववर्ष हमें अपनी संस्कृति और परंपराओं से जोड़े रखने का कार्य करता है। यह हमें याद दिलाता है कि परिवर्तन जीवन का नियम है और हमें हमेशा नए अवसरों के लिए तैयार रहना चाहिए। हम अपनों के साथ सकारात्मक ऊर्जा साझा कर, सभी के स्वास्थ्य की मंगल कामना करते हैं, और एक मजबूत व समृद्ध समाज का निर्माण करते हैं। आशा है कि इसे पढ़कर आप अपने नववर्ष के प्रति एक सजग **'स्व'** की रुचि बनाएंगे, आने वाला विक्रम संवत् 2082 आपके लिए मंगलमय हो।

चैत्र के फल प्रकृति के उपहार, इन्हीं से मिलता रोगी जीवन को आधार

अनव रघुवंशी

हिंदू नववर्ष का पहला महीना चैत्र (ग्रेगोरियन कैलेंडर के अनुसार मार्च और अप्रैल) दो मौसमों के बीच की कड़ी होता है। जैसे रात्रि के खत्म होने और भोर के आगमन का समय ब्रह्ममुहूर्त है, उसी प्रकार मौसमों के बदलते स्वभाव का ब्रह्ममुहूर्त चैत्र है, जहाँ सर्दी की समाप्ति और गर्मी का आगमन होता है। सुबह और रात को अक्सर ठंढक और दोपहर में गर्मी। ऐसे बदलते मौसम नववर्ष के साथ-साथ कई बीमारियां, कीटाणु और वायरल इन्फेक्शन भी साथ लाते हैं। इस सबसे अपने आप को बचाए रखने और चैत्र के त्यौहार जैसे नवरात्र, रामनवमी को हर्ष से मनाने में स्वस्थ शरीर का होना बेहद महत्वपूर्ण है। और केवल ऋतु अनुसार आहार से ही आप बदलते मौसम से लड़ सकते हैं और ऊर्जावान रहकर खुशियाँ मना सकते हैं। चैत्र को शीतला माता का माह भी कहा जाता है, शीतला माता को भगवान शिव की शक्ति और रोगों से रक्षा करने वाली देवी भी माना जाता है। इस माह व्रत करने के धार्मिक और शारीरिक दोनों फायदे हैं। इस समय खान-पान का ध्यान रखना, शरीर को हाइड्रेट रखना, लाजिमी और जरूरी भी है।

चैत्र माह के खान-पान

शीतला सप्तमी के दिन नीम का सेवन करने की सलाह दी जाती है नीम न केवल शरीर को शुद्ध करता है बल्कि रोगों से भी बचाए रखता है।

मौसमी फल जैसे तरबूज, खरबूजा, पपीता, नारियल जैसे फलों के अपने-अपने विशेष लाभ हैं जैसे-

तरबूज - इसमें जल की अधिक मात्रा होती है, जिससे शरीर हाइड्रेट रहता है।

खरबूजा - पाचन के लिए अच्छा होता है और शरीर को ठंढक देता है।

ककड़ी और खीरा - जल की अधिक मात्रा के कारण शरीर को ठंडा रखते हैं।

नारियल - नारियल पानी शरीर को डिहाइड्रेशन से बचाता है।

ऊर्जा और पोषण देने वाले फल

केला - यह ऊर्जा प्रदान करता है और पाचन के लिए फायदेमंद होता है।

सेब - इम्यूनिटी को बढ़ाने में मदद करता है।

अनार - खून बढ़ाने और शरीर को मजबूत रखने में सहायक।

अंगूर - शरीर को डिटॉक्स करने में मदद करता है और हृदय के स्वास्थ्य के लिए अच्छा होता है।

पपीता - पाचन तंत्र को दुरुस्त रखता है और पेट की समस्याओं को दूर करता है।

विटामिन सी से भरपूर फल (रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के लिए)

संतरा - त्वचा और इेयूनिटी के लिए लाभदायक होता है।

नींबू - डिहाइड्रेशन से बचाता है और शरीर को डिटॉक्स करता है।

मौसमी (सिट्रस फल) - पाचन को सुधारते हैं और रोगों से बचाने में मदद करते हैं।

क्या न खाएं?

इस दौरान गलत खान-पान से पाचन संबंधी समस्याएं, एलर्जी और अन्य बीमारियां हो सकती हैं इसलिए कुछ विशेष खाद्य पदार्थ से परहेज करना जरूरी है। अधिक गर्म तासीर वाले भोजन, तेज मिर्च मसाला, अधिक अदरक और लहसुन के सेवन से बचें। बासी भोजन न करें तो ही बेहतर है, अधिक मिठाइयों के सेवन से शरीर में सुस्ती आती है। चैत्र माह में हल्का सुपाच्य और ठंढक देने वाला भोजन करना चाहिए। जब कुदरत बदलते मौसम से बचाव के लिए स्वतः इंतजाम मौसमी फल के रूप में कर रही है तो क्यों हम स्पाइसी, पैक्ड, गर्म तासीर वाले खाद्य पदार्थ से अपने आप को मौसम के वश में रखें और बीमार होकर निराशा फैलाएं बल्कि मौसम के तकाजे को मानकर ऋतु अनुसार खाद्य पदार्थ का सेवन करना चाहिए। अपने मन और तन को तो स्वस्थ खुश रखें ही, साथ ही बीमार न पड़कर धन की सुरक्षा भी सुनिश्चित करें।

महू में मुस्लिमों द्वारा विजय रैली पर पथराव व आगजनी

10 मार्च 2025 को महू नगर दंगे की आग से सुलग उठा। आधी रात को पूरे नगर में अफरा-तफरी थी। घटना लगभग रात्रि दस बजे की है। दुबई में खेले गए चैम्पियंस ट्रॉफी के फाइनल मैच में भारत विजयी हुआ। इस विजय से आनंदित हो समाजजन उत्साह को प्रकट करने हेतु रात को ही सैकड़ों पर निकल आये। जामा मस्जिद रोड से होकर गुजर ही रहे थे कि ठीक इसी समय वहां **नारा ए तदबीर** चिल्लाते हुए लगभग सौ - दो सौ लोग मस्जिद से निकले और उन्होंने विजय जुलुस में शामिल लोगों पर हमला कर दिया। निहत्थे लोगों पर अचानक हुए इस हमले से लोगों को संभलने का मौका ही नहीं मिला। इधर मुस्लिम हमलावारों ने तोड़-फोड़, पत्थरबाजी और वाहनों को जलाना शुरू कर दिया। पेट्रोल बम पहले से ही तैयार थे। तीन मंजिलों की ऊँचाई तक घरों में भी पेट्रोल बम फेंके गए। पुरुष ही नहीं मुस्लिम महिलाओं ने भी घर के अंदर से पर्दे की आड़ में पत्थर फेंके। साफ है कि घरों में पहले ही पत्थर इकट्ठे कर लिए गए थे।

मुस्लिम उपद्रवियों ने स्थानीय दुकानों व मकानों में लगे सीसीटीवी कैमरे भी योजनाबद्ध तरीके से तोड़ दिए, जिससे कि उनके अपराध के प्रमाण न जुटाए जा सकें। इस मामले में अब तक 13 लोगों को गिरफ्तार किया गया है। जबकि मोतीमहल टॉकीज के पास हुए उपद्रव के बाद महू थाने में 17 नामजद सहित अन्य लोगों के खिलाफ एफआईआर दर्ज की गई है। अब तक कुल 7 एफआईआर दर्ज की गई हैं जिनमें करीब 100 से ज्यादा आरोपी बनाए गए हैं।

स्वयं को हिंदू बताकर मुस्लिम युवक ने किया दुष्कर्म

राजस्थान के बकानी का निवासी शफीक हुसैन, आगर मालवा जिले में स्थित एक कंपनी में नौकरी करता है। यहां उसने पीड़ित महिला के घर के समीप ही किराए का मकान ले रखा था। जब उसे पता चला कि पास ही रहने वाली महिला का अपने पति से मनमुटाव चल रहा है, तो उसने लव जिहाद को अंजाम देने के लिए उस महिला से संपर्क बढ़ाया और अपने प्रेम चाल में फँसा लिया। इस पूरे प्रकरण मे उसने स्वयं को हिंदू बताया था। महिला के अनुसार आरोपी युवक ने इस घटना के बाद उसके साथ कई दिनों तक जबर्दस्ती दुष्कर्म किया और शादी के लिए दबाव डालने लगा।

सूचना मिलने के बाद सुसनेर पुलिस मौके पर पहुंची और उन्होंने आरोपी को हिरासत में ले लिया। पुलिस ने हुसैन के खिलाफ लव जिहाद, बलात्कार और एससी-एसटी एक्ट के तहत मामला दर्ज कर लिया है।

प्रकरण की जांच के दौरान जो खुलासा हुआ है उससे यह मामला उतना साधारण नहीं लगता जितना दिखाई दे रहा है। लव जिहाद के इस मामले में मानव तस्करी का एंगल भी जुड़ा हुआ है। दरअसल मुस्लिम युवक शफीक हुसैन के पास सऊदी अरब का टूरिस्ट वीजा और सऊदी अरब सहित अन्य देशों में लाने ले जाने संबंधित कागजात मिले हैं। मालवा के छोटे से ग्राम सुसनेर में रहने वाले एक साधारण व्यक्ति के पास इन दस्तावेजों का पाया जाना इस बात को दर्शाता है कि वह एक बड़े नेटवर्क का हिस्सा है, जो हिंदू महिलाओं को प्रेमजाल में फंसाकर उनकी तस्करी करने का काम करता है। इससे यह भी सब साफ होता है कि इस नेटवर्क का आका कोई और है जिसके शफीक जैसे कई प्यादे पूरे देश में फैले हुए हो सकते हैं।

अयोध्या में अखंड ब्रह्मांड नायक प्रभु श्री राम का भव्य एवं दिव्य मंदिर निर्माण, सनातन धर्म ही नहीं अपितु संपूर्ण विश्व कल्याण का केंद्र बिंदु हैं।

मई माह के मुख्य व्रत, त्यौहार एवं दिवस

ता. 03 विश्व पत्रकारिता स्वतंत्रता दिवस
ता. 06 सीता नवमी, जानकी जयंती
ता. 16 गणेश चतुर्थी व्रत
ता. 22 राजा राममोहन राय जयंती
ता. 29 महाराणा प्रताप एवं छत्रसाल जयंती
ता. 31 रानी अहिल्या जयंती

बुक-पोस्ट
जाग्रत मालवा
प्रति,

स्वामी- विश्व संवाद केन्द्र के लिए प्रकाशक और मुद्रक दिनेश गुप्ता द्वारा मुद्रांकण ऑफसेट ए-11डी, पोलोग्राउण्ड इन्दौर म.प्र. से मुद्रित एवं अर्चना भवन, 76 रामबाग, इन्दौर (म.प्र.) से प्रकाशित। संपादक अरूण सपकाले फोन नं. 0731-3551341