भारतीय परम्परा™

Let's together discover our Tradition, Culture & Heritage

वर्ष-३, अंक-३६, जून-२०२४

२ जून की रोटी

भारतीय परम्परा™
Let's together discover our Tradition, Culture & Heritage
वर्ष-३, अंक-३६, जून-२०२४

संपादक
प्रीति माहेश्वरी

प्रकाशन स्थल
मुम्बई

डिजाइनिंग टीम
MX CREATIVITY

सोशल कनेक्शन

हमसे जुड़ने के लिए आइकन पर स्पर्श करें

www.bhartiyaparampara.com
paramparabhartiya@gmail.com

मूल्य

आपका कीमती समय

साका कैलेण्डर-१९४५, विक्रम संवत-२०८१, अयान-उत्तरायण, ऋतु-ग्रीष्म

सोम		03 ज्येष्ठ कृ. द्वादशी	10 ज्येष्ठ शु. चतुर्थी, विनायक संकष्टी चतुर्थी	17 ज्येष्ठ शु. एकादशी	24 आषाढ कृ. तृतीया
मंगल		04 ज्येष्ठ कृ. त्रयोदशी, प्रदोष व्रत	11 ज्येष्ठ शु. पंचमी	18 ज्येष्ठ शु. एकादशी, निर्जला एकादशी व्रत	25 आषाढ कृ. चतुर्थी, संकष्टी चतुर्थी
बुध		05 ज्येष्ठ कृ. चतुर्दशी, पर्यावरण दिवस	12 ज्येष्ठ शु. षष्ठी, स्कंद षष्ठी	19 ज्येष्ठ शु. द्वादशी	26 आषाढ कृ. पंचमी
गुरू		06 ज्येष्ठ कृ. अमावस्या, वट सावित्री व्रत	13 ज्येष्ठ शु. सप्तमी	20 ज्येष्ठ शु. त्रयोदशी, प्रदोष व्रत	27 आषाढ कृ. षष्ठी
शुक्र		07 ज्येष्ठ शु. प्रतिपदा	14 ज्येष्ठ शु. अष्टमी, मासिक दुर्गाष्टमी	21 ज्येष्ठ शु. चतुर्दशी, योग दिवस, साल का सबसे बडा दिन	28 आषाढ कृ. सप्तमी
शनि	01 ज्येष्ठ कृ. दशमी	08 ज्येष्ठ शु. द्वितीया	15 ज्येष्ठ शु. नवमी, महेश नवमी	22 ज्येष्ठ शु. पूर्णिमा, वट पूर्णिमा व्रत	29 आषाढ कृ. अष्टमी, मासिक कृष्ण जन्माष्टमी
रवि	02 ज्येष्ठ कृ. एकादशी, अपरा एकादशी व्रत	09 ज्येष्ठ शु. तृतीया, महाराणा प्रताप जंयती	16 ज्येष्ठ शु. दशमी, पितृ दिवस	23 आषाढ कृ. प्रतिपदा/द्वितीया	30 आषाढ कृ. नवमी

कृ. - कृष्ण शु. - शुक्ल

'2 जून की रोटी' एक आम कहावत है, जिसका मतलब है, दिन में दो बार भोजन प्राप्त करना। यह कहावत हमारे समाज में विशेष रूप से गरीब और मेहनतकश वर्ग के जीवन की वास्तविकता को प्रकट करती है। **अवधि भाषा में जून का मतलब "वक्त अर्थात समय" से होता है।**

सामाजिक महत्व – '2 जून की रोटी' का महत्व भारतीय समाज के गरीब और निम्न मध्यम वर्ग के संघर्षों को दर्शाता है। यह उन लोगों की स्थिति को उजागर करता है जो रोज़मर्रा के जीवन में सिर्फ दो समय का भोजन जुटाने के लिए कड़ी मेहनत करते हैं।

यह कहावत हमें याद दिलाती है कि **समाज के एक बड़े हिस्से को बुनियादी आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए कितना संघर्ष करना पड़ता है।**

आर्थिक पहलू – आर्थिक दृष्टि से, **'2 जून की रोटी'** का महत्व अत्यधिक है। यह कहावत गरीबी रेखा के नीचे रहने वाले लोगों की आर्थिक स्थिति को दर्शाती है। भारत में कई लोग ऐसे हैं जो न्यूनतम वेतन पर काम करते हैं और दिनभर की मेहनत के बाद भी सिर्फ दो समय का भोजन ही जुटा पाते हैं कई बार वो भी नहीं हो पाता है। यह कहावत उन आर्थिक चुनौतियों का प्रतीक है जिनका सामना गरीब वर्ग के लोग रोज करते हैं। इसलिए 2 जून की रोटी सबको नसीब हो ऐसा होता नहीं है।

सांस्कृतिक परिप्रेक्ष्य – सांस्कृतिक दृष्टिकोण से भी **'2 जून की रोटी'** को जोड़ा जा सकता है क्योंकि हमारे समाज में भोजन का एक विशेष स्थान है। भोजन केवल शारीरिक पोषण का साधन नहीं है, बल्कि यह सामाजिक और सांस्कृतिक संबंधों का भी

प्रतीक है। '2 जून की रोटी' की कहावत यह दर्शाती है कि किसी भी व्यक्ति के लिए जीवन का आधारभूत स्तंभ भोजन है, और इसे जुटाने की चुनौती जीवन के कठिन संघर्षों का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है।

आधुनिक संदर्भ – आज के आधुनिक युग में भी, **'2 जून की रोटी'** की प्रासंगिकता कम नहीं हुई है। हालांकि भारत ने आर्थिक उन्नति की है, फिर भी कई लोग गरीबी और भूखमरी से जूझ रहे हैं। खाद्य सुरक्षा और पोषण की चुनौतियाँ अभी भी मौजूद हैं, और यह कहावत हमें याद दिलाती है कि आर्थिक विकास के बावजूद, समाज के सभी वर्गों तक इसका लाभ पहुँचाना अभी बाकी है।

निष्कर्ष – '2 जून की रोटी' केवल एक कहावत नहीं है, बल्कि यह एक गंभीर सामाजिक और आर्थिक वास्तविकता को दर्शाती है। **यह हमें गरीब और मेहनतकश वर्ग के जीवन के संघर्षों को समझने और उनके लिए संवेदनशील होने की प्रेरणा देती है।** समाज में समानता और न्याय के लिए काम करने का यह एक महत्वपूर्ण प्रतीक है, जो हमें यह सोचने पर मजबूर करता है कि कैसे हम सभी के लिए एक बेहतर और समृद्ध भविष्य सुनिश्चित कर सकते हैं। --

भारतीय संस्कृति में शंख ध्वनि को शुभ व मंगल सूचक माना गया है। **ऋषि श्रृंग ने लिखा है कि छोटे-छोटे बच्चों के शरीर पर छोटे-छोटे शंख बांधने तथा शंख में जल भरकर अभिमंत्रित करके पिलाने से वाणी दोष नहीं होता है।** बच्चा स्वस्थ रहता है।

पुराणों में शंख को चन्द्रमा और सूर्य के समान ही देवतुल्य माना गया है। मान्यता है कि **शंख के मध्य में वरुण, पृष्ठ भाग में ब्रह्मा और अग्र भाग में गंगा और सरस्वती विराजती है।**

समुद्र मंथन से प्राप्त चौदह रत्नों में शंख का आठवां स्थान था।
उच्च कोटि के शंख कैलाश मानसरोवर, मालद्वीप, लक्षद्वीप, श्रीलंका व भारत में पाये जाते हैं। शंख कई प्रकार के होते हैं। प्रत्येक शंख का भिन्न-भिन्न महत्व है। सम्पन्नता, सुख, समृद्धि, आत्मशांति और पर्यावरण तथा वायुमंडल के शुद्धिकरण में भी शंख की महिमा मानी गयी है।

महाभारत काल में तो प्रत्येक योद्धा का अपना शंख होता था। 'पांचजन्य' कृष्ण का और 'देवदत्त' अर्जुन का शंख था। ऐसी मान्यता है कि जिस परिवार में इसकी पूजा की जाती है, वह परिवार सदा सुखी और सम्पन्न रहता है। आसुरी शक्तियाँ इससे काफी दूर रहती है।

दक्षिणावर्ती शंख - इसका मुंह दांयी ओर खुलता है। यह शंख सामान्यतः सफेद रंग का ही उपलब्ध होता है। **मातेश्वरी लक्ष्मी को यह शंख प्रिय है, क्योंकि दोनों का जन्म समुद्र से हुआ है। अतः शंख लक्ष्मी का सहोदर भाई भी है।**

मोती शंख - यह गोल आकार का होता है। इसमें एक सफेद धारी होती है जो ऊपर से नीचे तक खींची होती हैं। यह मोती की तरह चमकदार होता है। स्वास्थ्य लाभ की दृष्टि से यह शंख दक्षिणावर्ती शंख से भी अधिक प्रभावकारी है। **रात भर इस शंख में रखे हुए पानी से यदि त्वचा धोयी जाये तो त्वचा सम्बन्धी सारे रोग कुछ दिनों में समाप्त हो जाते हैं।** यदि त्वचा पर सफेद दाग हो तो शंख को पानी में बारह घंटे रखें। उस पानी को कुछ दिनों तक लगाते रहने से सफेद दाग नष्ट हो जाते हैं। रात भर इस शंख में पानी रखें ओर सुबह इसमें थोड़ा गुलाब जल डाल कर बालों को धोने से बालों की सफेदी थम जाती है।

मध्यवर्ती शंख - जो बीच में अंगुली डालकर पकड़ा जाता है तथा जिस शंख का मुँह मध्य

भाग में होता है उसे मध्यवर्ती शंख कहते हैं।

वामावर्ती शंख - जो शंख बांये हाथ से पकड़ कर बजाया जाता है, वह वामावर्ती शंख कहलाता है। शंख और भी प्रकार के होते हैं यथा- गोमुखी, लक्ष्मी, कामधेनु, विष्णु, देव, चक्र, सुघोष, मणिपुष्पक, शनि, राहु, केतु, शेषनाग, राक्षस, कच्छप आदि।

शंख के अन्य लाभ - श्वाँस और फेंफड़ो के रोग दूर करने के लिए प्रतिदिन शंख बजाना लाभप्रद है। शंख में केल्शियम व फास्फोरस की मात्रा होती है। इसमें गन्धक का गुण व्यास है। इसीलिये इसमें जल भरकर रखते हैं। शंख ध्वनि जहां तक प्रसारित होती है वहां तक के रोगाणु नष्ट हो जाते हैं। आयुर्वेद के अनुसार शंख के पानी से पेट के कीड़े नष्ट होते हैं। शंख की भस्म से कई प्रकार की औषधियां निर्मित होती है। नियमित शंख बजाते रहने से खांसी, दमा, पीलिया, ब्लड-प्रेशर तथा हृदय सम्बधी रोगों से छुटकारा मिल जाता है।

शंख में पंच तत्वों का संतुलन बनाये रखने की अपार क्षमता होती है। पुराणों में लिखा है कि मूक एवं श्वाँस रोगी हमेशा शंख बजाये तो बोलने की शक्ति पा सकते हैं। हृदय रोग के लिए यह रामबाण औषधि है।

ब्रह्मवैवर्त पुराण के अनुसार शंख में जल भरकर रखने और उस जल से पूजन सामग्री धोने और घर में छिड़कने से वातावरण शुद्ध होता है। **तानसेन ने प्रारम्भ में शंख बजाकर ही गायन शक्ति प्राप्त की थी।**

आयुर्वेद के अनुसार शंखोदक भस्म से पेट की बीमारियाँ पीलिया, यकृत, पथरी आदि रोगी ठीक होते हैं।

आधुनिक विज्ञान के अनुसार शंख बजाने से हमारे फेंफड़ो का व्यायाम होता है श्वाँस संबंधित रोगों से लडने की शक्ति प्राप्त होती है। **पूजा के समय शंख में भरकर रखे गए जल को सभी पर छिड़का जाता है क्योंकि शंख के जल में कीटाणुओं को नष्ट करने की अद्भुत शक्ति होती है।** साथ ही शंख में रखा पानी पीने से हमारी हड्डियां और दांत स्वस्थ रहते हैं। शंख में केल्शियम फास्फोरस और गंधक के गुण होते हैं, जो उसमें रखे जल में आ जाते हैं।

वैज्ञानिकों का मानना है कि इसके प्रभाव से सूर्य की हानिकारक किरणें नष्ट होती है। इसलिए सुबह शाम शंख बजाने का विधान किया गया है। वैज्ञानिकों के अनुसार शंख ध्वनि से वातावरण शुद्ध होता है। इसकी ध्वनि के प्रसार क्षेत्र तक सभी कीटाणुओं का नाश हो जाता है। इस संदर्भ में अनेक प्रयोग परीक्षण भी हुए हैं। इसलिए मंदिरों में आरती के पश्चात शंखनाद किया जाता है।

डॉ.जगदीश चन्द्र बसु के अनुसार इसकी ध्वनि

जहाँ तक जाती है वहाँ तक व्याप्त बीमारी के कीटाणु नष्ट हो जाते हैं। इससे पर्यावरण शुद्ध हो जाता है। शंख में गंधक फास्फोरस और कैल्शियम जैसे उपयोगी पदार्थ होते हैं जिससे इसमें मौजूद जल सुवास्ति और रोगाणु रहित हो जाता है। **इसलिए इसे शास्त्रों में महा औषधि माना जाता है। नियमित शंख बजाकर आप खांसी, दमा, पीलिया, ब्लड प्रेशर, या दिल से सम्बन्धित बीमारियों से छुटकारा पा सकते हैं।**

शंखनाद से सकारात्मक ऊर्जा का संचार होता है। जिससे आत्मबल में वृद्धि होती है। शंख से मुख के तमाम रोगों का नाश होता है। शंख बजाने से चेहरे, श्वसनतन्त्र, श्रवणतन्त्र, तथा फेंफड़ो का व्यायाम होता है। शंखवादन से स्मरण शक्ति भी बढती है। अतः हमें नियमित सुबह-शाम शंख वादन करना चाहिए।

- **डॉ. दिनेश कुमार गुप्ता जी, गंगापुर सिटी, (राज.)**

अगर आप अपने
'शब्दों के मोती'
भारतीय परम्परा
की माला में पिरोना
चाहते है तो हमे सम्पर्क करें!
आपका लेख वेबसाइट
पर भी प्रकाशित किया जायेगा
paramparabhartiya@gmail.com

हमारी भारतीय हिंदू संस्कृति में व्रत का विशेष महत्व। प्रत्येक व्रत किसी ने किसी उद्देश्य को लेकर ही किया जाता है तथा उस व्रत के साथ कोई ना कोई कथा जुड़ी रहती है, जो व्रत की विशेषताओं का ज्ञान कराती है। इसके साथ ही हमारी संस्कृति के व्रत वैज्ञानिकता का आधार लिए हुए हैं, यह भी एक विशेषता है।

वट सावित्री व्रत सौभाग्यशाली महिलाओं के नारीत्व एवं साहस का प्रतीक बन गया है। **यह व्रत सौभाग्य तथा संतान प्राप्त करने के लिए सौभाग्यशाली स्त्रियां करती हैं।** इस व्रत को करने से उनकी मनोकामना पूर्ण होती है ऐसी आशा एवं आस्था है।

विशेषता - वट सावित्री का व्रत अपने आप में एक विशेषता लिए हुए हैं। यह व्रत किस तिथि को किया जाता है इस संबंध में दो मत है। पहला विचार स्कंद पुराण तथा भविष्योत्तर पुराण के अनुसार जेष्ठ मास की शुक्ल पक्ष की पूर्णिमा के दिन होता है तथा दूसरा विचार निर्णचामृत आदि के अनुसार जेष्ठमास की अमावस्या को व्रत की बात बताई गई है। इस व्रत को करने के लिए तीन दिवस माने जाते हैं। तिथियों में भिन्नता हो तो भी व्रत का हेतु एक ही है - पति के लिए सौभाग्य वृद्धि एवं संतान प्राप्ति में सहायता। पति व्रत के संस्कार आत्मसात करने के लिए कुछ लोग इसे ज्येष्ठ मास की त्रयोदशी से अमावस तक तीन दिन शुक्ल पक्ष की पूर्णिमा से त्रयोदशी तक करते हैं। पूर्णिमा के दिन विष्णु जी की उपासना की जाती। इस व्रत में पूर्णिमा श्रेष्ठ वट तथा सावित्री दोनों का विशिष्ट महत्व। वट वृक्ष में ब्रह्मा विष्णु महेश तीनों का वास रहता है। माना जाता है वट वृक्ष की जड़ में ब्रह्मा, मध्य में तने में विष्णु तथा ऊपरी हिस्से में शिवजी का वास होता है। सावित्री का अर्थ वेद माता सरस्वती एवं सावित्री से होता है। सावित्री का चरित्र एक ऐतिहासिक तथा भारतीय संस्कृति का द्योतक माना जाता है।

व्रत की उत्पत्ति - कहा जाता है भद्र देश के राजा अश्वपति की कोई संतान नहीं थी। संतान प्राप्ति हेतु राजा नित्य एक लाख आहुतियां देते थे। यह क्रम जारी था। राजा की पूजा और श्रद्धा को देखकर सावित्री माता प्रकट हुई तथा राजा को दर्शन दिये। राजा को यह वरदान दिया कि आपको एक तेजस्वी प्रतिभाशाली कन्या का जन्म होगा। सावित्री माता की कृपा से राजा को एक पुत्री हुई इसलिए उसका नाम उन्होंने सावित्री रखा। सावित्री प्रारंभ से ही

तेजस्वी, सुशील, रूपमती और प्रतिभावान थी। विवाह योग हो जाने के बाद राजा को इस बात की चिंता हुई कि सावित्री के योग्य कोई वर नहीं मिल रहा था। राजा ने सावित्री को आदेश दिया कि अपने लिए आप स्वयं वर ढूंढिए। सावित्री अपना वर ढूंढने के लिए वन गमन को गई। एक दिन सावित्री ने एक तेजस्वी पुरुष को अपने कंधे पर कांवड़ में अपने अंधे माता-पिता को ले जाते हुए देखा। माता-पिता के प्रति भक्ति को देखकर सावित्री प्रभावित हुई और उन्होंने उसी से विवाह करने का निश्चय कर लिया। उन्होंने जानकारी हासिल की तो मालूम पड़ा साल्वे देश के राजा द्युत्सेन, जिनका राज्य दुश्मनों ने छीन लिया, वह वन में अपने पुत्र के साथ रहते हैं और वो युवक सत्यवान उन्हीं का पुत्र था। सावित्री ने सत्यवान को पति के रूप में वरण कर लिया तथा अपने पिता को सूचना दी। सावित्री ने पति की आयु बढ़ाने के लिए वट वृक्ष के नीचे घोर तपस्या की। तभी नारद जी ने यह सूचना दी एक श्राप के कारण सत्यवान की अल्प आयु है। इसलिए सावित्री से आग्रह किया वह उससे विवाह न करें। सावित्री ने उत्तर दिया हिंदू कन्या एक बार ही पति का वरण करती है और उसने सत्यवान का वरण कर लिया।

सावित्री के न मानने पर उनके पिता ने सत्यवान और सावित्री का विवाह कर दिया। सावित्री वन में आकर अपने सास ससुर की सेवा और पति की सेवा करने लगी।

नारद जी के द्वारा बताई हुई सूचना के अनुसार सत्यवान की आयु के जब तीन दिन शेष रह गए तभी से सावित्री ने व्रत रखना प्रारंभ कर दिया। तीसरे दिन सत्यवान लकड़ी काटने जंगल गया और सावित्री भी उनके पीछे-पीछे चली गई। नियति के अनुसार सत्यवान को चक्कर आए और वह मूर्छित होकर गिर पड़े। सावित्री ने उनका सर अपनी गोद में रख लिया। सत्यवान की आत्मा को लेने जब यमराज आए तो सावित्री उनके पीछे चल दी। यमराज ने सोचा यह वापस चली जाएगी लेकिन सावित्री लगातार उनके पीछे चलती गई। यमराज के आग्रह करने से भी ना रुकी। सावित्री के अंदर पति भक्ति, दृढ़ता तथा श्रद्धा देखकर यमराज ने सावित्री से तीन वर मांगने को कहा।

वरदान – सावित्री ने **पहला वरदान मांगा मेरे अंधे सास-ससुर की नेत्र ज्योति आ जाए तथा राज वापस मिल जाए। दूसरा वर मांगा मेरे पिता को पुत्र उत्पन्न हो तथा तीसरा वर मांगा मेरे सौ पुत्र उत्पन्न हो।** यमराज ने तथास्तु कह दिया। यमराज ने कहा अब वापस जाओ। **सावित्री ने उत्तर दिया मैं बिना पति के सौ पुत्र कैसे उत्पन्न करूंगी? अतः मेरे पति को जीवित कर दिया जाए।** अन्य कोई उपाय न देखकर यमराज को सत्यवान के प्राण छोड़ने पड़े। **अपने नारीत्व, प्रतिज्ञा, श्रद्धा, सतीत्व के कारण सावित्री अपने पति के प्राण वापस लेकर आई।** उस दिन अमावस्या था और सत्यवान जहां मूर्छित हुए थे वहाँ वट

वृक्ष था और वहीं पर वह जीवित हुए थे। इसलिए सौभाग्यवती महिलाएं तीन दिन तक व्रत रख वट वृक्ष की पूजा कर पति और संतान की सुरक्षा मांगती हैं।

पूजन विधि – प्रातःकाल उठकर स्नान करें और यह प्रयास हो कि किसी नदी में स्नान करें। पूजा करने के लिए एक चौकी रखें, उसे पर लाल कपड़ा बिछाएं तथा उसके ऊपर लक्ष्मी नारायण, गौरा जी तथा गणेश जी की स्थापना करें। पहले गौरा और गणेश का पूजन करें उसके पश्चात लक्ष्मी नारायण की पूजा करें। पूजन में चंदन, रोली, धूप, भीगे हुए चने, पूड़ियाँ, ऋतु फल तथा घर पर बनी हुई मिठाई का प्रसाद लगाएं। भीगे हुए चने तथा पूड़ियाँ देकर आशीर्वाद ग्रहण करें।
अमावस्या के दिन ही शनि महाराज का जन्म हुआ था। इसीलिए इस दिन शनि महाराज को भी पूजित कर सकते हैं। यह पूजन वट वृक्ष के नीचे करें। यदि वट वृक्ष न मिले तो वट वृक्ष का चित्र बनाकर रखें तथा वहां पूजन करें। इस व्रत में वट वृक्ष का बहुत महत्व है। पूजन करने के बाद कथा का पाठन एवं श्रवण करे।

कथा – सावित्री जब अपना वर ढूंढने के लिए वन निकली। तो उन्होंने सत्यवान को पसंद किया। सत्यवान की आयु बहुत कम थी इसके लिए उन्होंने वट वृक्ष के नीचे बैठकर घोर तपस्या की। लेकिन एक श्राप के कारण सत्यवान की आयु कम हो गई थी उसे रोका नहीं जा सका। सत्यवान की मृत्यु के बाद सावित्री यमराज के पीछे-पीछे चलने लगी। तब मजबूर होकर यमराज ने तीन वार दिए तथा **सावित्री की लगन, श्रद्धा, आस्था, विश्वास से प्रसन्न होकर सत्यवान के प्राण भी वापस कर दिए।**

सत्यवान और सावित्री की कथा भारतीय नारी के नारीत्व, अस्तित्व, अस्मिता का प्रतीक है। अतः सौभाग्यवती स्त्रियां इस व्रत को बड़ी श्रद्धापूर्वक करती हैं तथा यमराज से प्रार्थना करती हैं कि पति और संतान पर आए हुए कष्ट को हरे तथा जीवन सुरक्षित रखें। कथा सुनने और खाने के बाद ही व्रत पूर्ण माना जाता है।

– अधिवक्ता उषा चतुर्वेदी जी, भोपाल (म.प्र.)

पत्रिका की प्रूफ रीडिंग करने के लिए सोनल जी ओमर का धन्यवाद

भारतीय परम्परा
की मासिक ई-पत्रिका
नियमित प्राप्त करने हेतु हमें सम्पर्क करें!

- व्हाट्सप्प और टेलीग्राम पर से हर महीने के शुरु में नया अंक प्रेषित किया जाता है। यदि किसी कारणवश आपको नया अंक नहीं मिला हो तो कृपया हमें सूचित करें।

- भारतीय परम्परा ई-पत्रिका के लिए दिए गए नंबर **7303021123** को मोबाइल में सेव करें और व्हाट्सप्प एवं टेलीग्राम के ग्रुप से जुड़े।

- ई-पत्रिका में जहाँ कहीं भी सोशल मीडिया के आइकॉन बने हुए है उन्हें स्पर्श करने पर आप उस लिंक पर इंटरनेट के माध्यम से पहुँच सकते है।

- ई-पत्रिका में कुछ त्रुटियाँ हो तो हमें जरूर बताये और आपको पत्रिका पसंद आये तो अपने परिवारजनों और मित्रों के साथ शेयर करें।

- **भारतीय परंपराओं** को संजोये रखने एवं ई-पत्रिका को सुरुचिपूर्ण बनाने के लिए आपके सुझावों और विचारों से अवगत जरूर कराये।

पर्यावरण पर गलत प्रचलनों पर विचार करें तो सबसे पहले धरती के वातावरण के तापमान में लगातार हो रही विश्वव्यापी बढ़ोतरी को रोकने में हम भारतवासी पहल कर विश्व के सामने एक उदाहरण प्रस्तुत कर सकते हैं।

हमें अपनी खेतीबाड़ी में संयम बरतना चाहिये और उचित तो यही रहेगा कि हम सब अब जैविक खेती पर ध्यान देना प्रारम्भ कर दें। जैसा आप सभी जानते हैं कि आजकल अपनी सरकार भी अपनी तरफ से जैविक खेती को प्रोत्साहित कर रही है।

इसी कड़ी में अब आप सभी के ध्याननार्थ, हम जो अन्धाधुंध पेड़ों की कटाई कर रहे हैं वह किसी भी दृष्टि से उचित नहीं माना जा सकता। नीम, कुरकुमालौंगा, लहसुन, अदरक, अंगूर, मेथी, करेला, अनार, शतावरी, मुंगना (सहजन), उलटकंबल, श्योनाक, पीपल, बेल पत्र/फल, बरगद/बड़, आंवला एवं अशोक इत्यादि अनेक ऐसे पौधे हैं जिन में प्रचुर औषधीय गुण मौजूद हैं। दुनिया भर में इन औषधीय पौधों से ही दवायें विकसित की जा रही हैं। इसलिये आवश्यकता यही है कि इस तरह के सभी औषधीय पौधों को सरंक्षण प्रदान किया जाय। इन पौधों को विकसित करने से जमीन मालिक न केवल पर्यावरण संरक्षण को मजबूती प्रदान करेंगे बल्कि अपनी आमदनी में भी बढ़ोतरी कर पायेंगे।

नीम, कुरकुमालौंगा, लहसुन, अदरक, अंगूर, मेथी, करेला, अनार, शतावरी, मुंगना (सहजन), उलटकंबल, श्योनाक इत्यादि अनेक ऐसे पौधे हैं जिनके सेवन से रक्त में शर्करा का स्तर घट जाता है। हाल ही में **करंट साइंस जर्नल** में प्रकाशित एक अध्ययन में ऐसा पढ़ने में आया है कि इन पौधों में मधुमेहरोधी गुण पाये गये हैं। हालांकि उस अध्ययन में उपरोक्त के अलावा भी कुछ और पौधों का उल्लेख है, और इनका चूहों पर परीक्षण भी किया जा चूका है। **परीक्षण में इस तरह के पौधों में एंटीऑक्सीडेंट गुण जानकारी में आये, जो किडनी में ऑक्सीडेंटिव तनाव को नियंत्रित करने में सहायक होते हैं।**

जैसा सभी पाठक जानते हैं मधुमेह रोगियों में किड़नी खराब होने की प्रबल सम्भावना रहती है और इस तरह के अध्ययनों से ऐसा विश्वास उत्पन्न हुआ है कि इन औषधीय पौधों से जो दवायें विकसित की जायेंगी उनसे किड़नी का समुचित प्रभावी इलाज हो पायेगा।

उपरोक्त के अलावा पीपल, बेलपत्र/फल, बरगद/बड़, आंवला एवं अशोक वृक्ष भी औषधीय गुणों से भरपूर हैं। इन सबके बारे में भी संक्षेप में निम्न प्रमुख जानकारी सांझा कर रहा हूं -

इसी तरह **पीपल एक ऐसा पौधा है जिसमें से न केवल प्राणवायु ऑक्सीजन निकलती है बल्कि इसके साथ ओज़ोन गैस भी।** पीपल की जड़ एवं पत्ते अनेक रोगों जैसे अस्थमा, त्वचा सम्बन्धित सहित अनेक रोगों की दवा बनाने में उपयोग किये जाते हैं।

इसी क्रम में **बेलपत्र में प्रोटीन, विटामिन ए एवं बी वगैरह तत्व तो बेलफल में कैल्शियम, फास्फोरस, आयरन, प्रोटीन वगैरह पाये जाते हैं।** इसका भी उपयोग त्वचा सहित अनेक रोगों की दवा तैयार करने में लिया जाता है।

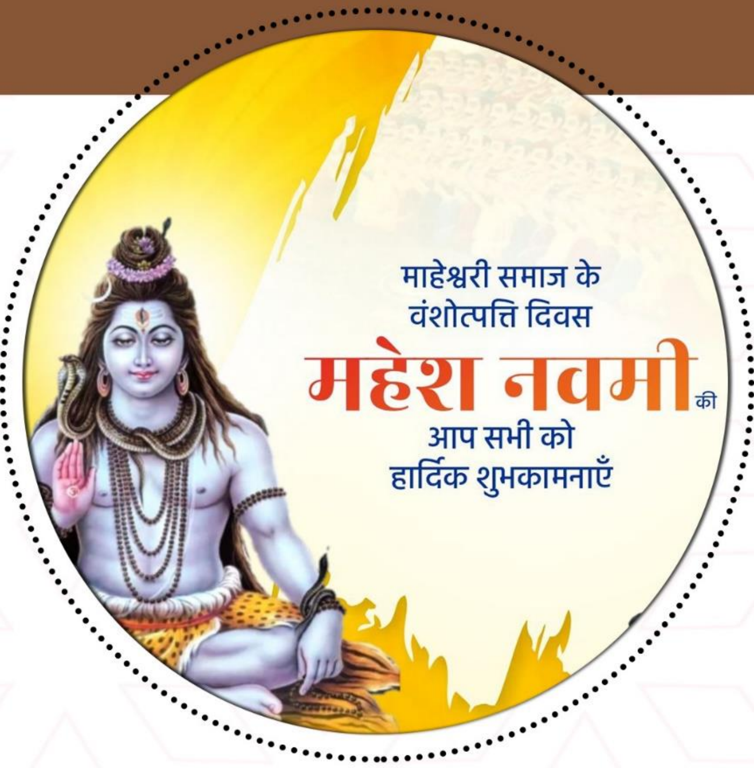
जहां तक बड़ का सवाल है तो जान लें **बड़ का दूध बहुत बलदायी माना जाता है।** इसलिये बड़ के दूध के सेवन से शरीर का कायाकल्प हो जाता है। वहीं बरगद के पेड़ से भी आयुर्वेद में अनेक तरह के इलाज किये जाते हैं जिसमें धातु सम्बन्धित रोग को ठीक करने में इसे रामबाण औषधि माना जाता है।

चूंकि **चरक संहिता में एक सौ रोगों के निदान हेतु आंवला को एकदम उपयुक्त बताया गया है** इसलिये ही आंवले को आयुर्वेद में अमृत फल माना जाता है। इसका काष्ठोषधि एवं रसौषधि अर्थात दोनों तरह की औषधि निर्माण में काम में लेते हैं। जैसा आप सभी जानते हैं आंवले का प्रयोग न केवल बालों की हर तरह की देखभाल के लिये बल्कि त्रिदोष, कब्ज, मूत्र विकार इत्यादि रोगों के लिये लाभकारी सिद्ध हुआ है।

अब आपके ध्यानार्थ बता दूं कि आयुर्वेद में **अशोक वृक्ष स्त्री विकारों को दूर करने वाला प्रमुख वृक्ष माना जाता है।**

इसलिये आवश्यकता यही है कि इस तरह के सभी औषधीय पौधों पर और गहन अध्ययन किया जाये ताकि आने वाले समय में इनका उपयोग दवाइयां बनाने में और ज्यादा हो सके।

- गोवर्धन दास बिन्नाणी जी, 'राजा बाबू', बीकानेर (राज.)



प्रतिवर्ष, ज्येष्ठ माह के शुक्ल पक्ष की नवमी को **"महेश नवमी"** का उत्सव माहेश्वरी समाज के द्वारा हर्षोल्लास से मनाया जाता है। परंपरागत मान्यताओ के अनुसार **माहेश्वरी समाज की वंशोत्पत्ति युधिष्ठिर संवत 9 के ज्येष्ठ शुक्ल नवमी को हुई थी,** तब से माहेश्वरी समाज प्रतिवर्ष की ज्येष्ठ **शुक्ल नवमी को "महेश नवमी" के नाम से माहेश्वरी वंशोत्पत्ति दिन के रूप में बहुत धूम धाम से मनाता है। यह पर्व मुख्य रूप से भगवान महेश (महादेव) और माता पार्वती की आराधना को समर्पित है।**

मान्यता है कि, **युधिष्टिर संवत 9 जेष्ट शुक्ल नवमी के दिन भगवान महेश और आदिशक्ति माता पार्वती ने ऋषियों के श्राप के कारण पत्थरवत् बने हुए 72 क्षत्रिय उमराओं को श्रापमुक्त किया था और पुनर्जीवन देते हुए कहा कि, "आज से तुम्हारे वंश पर (धर्म पर) हमारी छाप रहेगी, आप सब "माहेश्वरी" कहलाओगे"।**

इस प्रकार भगवान महेश और माता पार्वती की कृपा से 72 क्षत्रिय उमरावों को पुनर्जीवन मिला और माहेश्वरी समाज की उत्पत्ति हुई। इसलिए भगवान महेश और माता पार्वती को **माहेश्वरी समाज के संस्थापक मानकर माहेश्वरी समाज में यह उत्सव 'माहेश्वरी वंशोत्पत्ति दिन'** के रूप में बहुत ही भव्य तरीके से और बड़ी ही धूम-धाम से मनाया जाता है। जिस की तैयारी कुछ दिनों पहले से ही शुरू हो जाती है।

इस दिन धार्मिक व सांस्कृतिक कार्यक्रम किए जाते हैं –

भगवान शिव की पूजा और आराधना: महेश नवमी के दिन सभी समाज जन एकत्रित होकर भगवान शिव और माता पार्वती की विशेष पूजा और आराधना करते हैं। शोभायात्रा निकाली जाती हैं, महेश वंदना गाई जाती है, भगवान शिव की महा आरती होती है और समाज जन एक साथ प्रसाद ग्रहण करते है।

भजन संध्या और सांस्कृतिक कार्यक्रम: सांस्कृतिक कला के क्षेत्र में कार्यक्रम, जैसे कि भजन संध्या, संगीत सभा और नृत्य कार्यक्रम, महेश नवमी पर आयोजित किए जाते हैं।

समाज सेवा अभियान: नए भवनों का निर्माण कार्य, समाज के कार्य जो समाज जन की भलाई के साथ मानव हित में भी सहयोगी हो। इसके लिए माहेश्वरी बंधू एकत्रित होकर

कार्य करते है, कार्यों को प्रगतिशील बनाने के लिए महासभा ने प्रदेश में छोटी-छोटी सभाओं का विस्तार किया। जो अब देश और विदेश सब जगह कार्यान्वित है।

धार्मिक सभा: महेश नवमी के दिन धार्मिक सभाएं आयोजित होती हैं, जिनमें समाज को प्रगतिशील बनाने के लिए नए सुझावों की रूपरेखा तैयार होती है।

समाज में सामाजिक एकता की प्रोत्साहन: समाज में समरसता और एकता के साथ मिलकर सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन किया जाता है जिससे हर उम्र के समाजवासी बड़े हर्ष से एक-दूसरे के साथ मिलकर इस धार्मिक उत्सव को मनाते हैं।

यह पर्व भगवान महेश और माता पार्वती के प्रति सम्पूर्ण भक्ति और आस्था को प्रगट करता है और माहेश्वरी समाज के संगठन को दर्शाता है।

देश की पहली साहित्यिक ई-पत्रिका जो पठनीय-श्रवणीय-दर्शनीय है । पत्रिका में दिए गए ऑडियो-वीडियो का निर्मल आनंद उठाया जा सकता है।

मूल्य : मात्र आपकी मुस्कान

8610502230
(केवल संदेश हेतु)
(कृपया अपना नाम व शहर का नाम भी लिखें)

सामने दिए गए चिह्न को दबाने से आपका संदेश स्वचलित रूप से हमें पहुँच जाएगा और नियमित पत्रिकाएँ भेजने के लिए आपका मोबाइल नं.पंजीकृत हो जाएगा।

बुद्धत्व

मन विचार को शुद्ध रखो,
हृदय न अपना क्रुद्ध रखो।
धीर धरो, संयम अपनाओ,
अपने भीतर इक बुद्ध रखो॥

बोधि वृक्ष आकाश बनाओ,
धरा लगाओ अपना आसन।
अष्टांग मार्ग अपनाकर देखो,
चंचल मन पर होगा शासन॥

चारों आर्य सत्य को जानो,
पंचशील सिद्धांत को मानो।
तीन रत्न से भर लो झोली,
बुद्ध-धम्म-संघ पहचानो॥

त्रिपिटक से ज्ञानार्जन कर लो,
आत्मसात करो गूढ़ तत्व को।
दस पारमिताओं का पालन,
करेगा जागृत बोधिसत्व को॥

तृष्णा अहंकार को तजकर,
ज्ञानी-त्यागी-प्रबुद्ध बनोगे।
आत्म प्रदीप्ति प्राप्त हुई तो,
"नादान" तुम भी बुद्ध बनोगे॥

- तुषार शर्मा जी, "नादान", राजिम, जिला - गरियाबंद, (छत्तीसगढ़)

सूरज नाना... (बाल कविता)

चंदा मामा हम बच्चों के
सूरज नाना जी कहलाते
रात सुहानी मामा करते
दिन में नाना हमें सताते ।

आयेगी छुट्टी जब अपनी
खेलेंगे हम बाहर जाकर
जब सब आते बाहर बच्चे
नाना डराते आंख दिखाकर।

नाना सदा नवासों पर
प्यार अकूत बरसाते आये
ये कैसे नाना जी 'सूरज'
नवासों पर रोव जमाये ।

अब है छुट्टी हम खेलेंगे
नाना तुम्हें समझना होगा
हम बच्चों की प्रार्थना तुमसे
मंद मंद अब जलना होगा।

गुस्सा न करो तपो ना इतना
नानाजी तुम्हें पाप लगेगा
हम बच्चों की विनती तुमसे
सुन लोगे तो अच्छा लगेगा ।

- व्यग्र पाण्डे जी, गंगापुर सिटी (राज.)

बहुत दिनों के बाद

खुशियों ने फ़िर द्वार खटखटाए - बहुत दिनों के बाद ।

उदासियां चेहरों की दूर हुईं - होंठ मुस्कुराए जी भरकर ।
अंधियारी घरों की छंट गईं - द्वार खिलखिलाए जी भरकर ।

अंखियों ने फ़िर स्वप्न सजाए - बहुत दिनों के बाद ।

महक उठे फ़िर घर - आंगन - धूप - दीप की ख़ुशबू से ।
तुलसी के भी आंचल लहराए - संस्कारों को बांध पल्लू से ।

हरकारे सुधियों की पाती लाए - बहुत दिनों के बाद ।

द्वारों पर सज गईं बंदनवारें - माण्डनों ने भी रंग जमाए ।
देहरियों ने फ़िर दीये उजारे - रोशनियों से ये घर नहाए ।

पंछियों के फ़िर कलरव छाए - बहुत दिनों के बाद ।

नई कोंपले फ़िर पेड़ों पर आईं - झर गए सारे पीले पात ।
खुशबुओं के फ़िर मेले भर गए - भौंरों की अब आई जमात ।

कलियों ने फ़िर मन ललचाए - बहुत दिनों के बाद ।

फूट पड़े फ़िर मन के अंदर - प्रीत - प्यार के कल-कल झरने ।
खुशियां लेकर आईं घटाएं - मन - धरा को ख़ुश करने ।

नदियों ने फ़िर गीत गुनगुनाए - बहुत दिनों के बाद ।

- अशोक आनन जी, मक्सी, जिला - शाजापुर (म.प्र.)

311. गांधारी के श्राप पर श्रीकृष्ण ने क्या प्रत्युत्तर दिया?

- मैं जानता था कि यह बात इसी प्रकार होनी है। जो कुछ होना है उसी के लिये तुमने शाप दिया है। इसमें संदेह नहीं कि वृष्णिवंशियों का नाश दैविक कोप से ही होगा। उनका नाश करने में मेरे सिवा और कोई समर्थ नहीं। मनुष्य तो क्या, देवता या असुर भी इनका संहार नहीं कर सकते। इसलिये ये यदुवंशी आपसी कलह से ही नष्ट होंगे।

312. गांधारी के श्राप पर श्रीकृष्ण ने उन्हें क्या उपालम्भ दिया?

- हे गांधारी! उठो, मन में शोक मत करो। इन कौरवों का संहार तो तुम्हारे ही अपराध से हुआ है। तुम अपने दुष्ट पुत्र को भी बड़ा साधु समझती थी। जो बड़ा ही निष्ठुर, व्यर्थ वैर बांधनेवाला और बड़े-बूढ़ों की आज्ञा का उल्लंघन करने वाला था। उसी दुर्योधन को तुमने सिर पर चढ़ा रखा था। फिर अपने किये हुए अपराध को तुम मेरे माथे क्यों मढ़ती हो?

313. कुन्ती द्वारा कर्ण-जन्म का रहस्य कब बताया गया?

- युद्ध में मृतकों का गंगातट पर दाहकर्म के दौरान जलांजलि देते समय कुन्ती ने अपने पुत्रों के समक्ष कर्ण-जन्म का रहस्य खोला।

(इस प्रसंग के साथ ही महाभारत के स्त्रीपर्व का समापन हुआ। अगला पर्व शान्तिपर्व है।)

314. युधिष्ठिर ने संसार की समस्त स्त्रियों को क्या श्राप दिया?

- आज से कोई भी स्त्री गुप्त बात को छिपाकर नहीं रख सकेगी।

315. युधिष्ठिर ने यह श्राप क्यों दिया?

- कुन्ती द्वारा कर्ण-जन्म के रहस्य को छुपाकर रखने से युधिष्ठिर बेहद शोकमग्न हो गये थे।

316. कुल के नरसंहार से दुखी युधिष्ठिर ने राजा बनने के बजाय सन्यासी होने का विचार किया तो किसने उन्हें समझाया?

- चारों भाईयों, माता कुन्ती, द्रौपदी, महर्षि देवस्थान, अश्मा मुनि, देवर्षि नारद, महर्षि व्यास व श्री कृष्ण ने युधिष्ठिर को पूर्व राजाओं के वृत्तांतों-दृष्टांतों, काल की नियति, दण्ड नीति, राजनीति व धर्मनीति के माध्यम से उनको अपने राजधर्म व कर्तव्यों का बोध करवाया गया।

317. हस्तिनापुर में महाराज युधिष्ठिर का

राज्याभिषेक किसने किया?

- श्रीकृष्ण द्वारा धर्मराज युधिष्ठिर का पांचजन्य शंख द्वारा राज्याभिषेक किया गया।

318. भगवान श्रीकृष्ण ने किसको धर्मोपदेश के लिये कहा?

- युधिष्ठिर का राज्याभिषेक करने के पश्चात श्रीकृष्ण, युधिष्ठिर के साथ कुरुक्षेत्र में बाण शय्या पर सोये पितामह भीष्म के पास आये और युधिष्ठिर के लिये धर्मोपदेश के लिये कहा।

319. तब पितामह भीष्म ने श्री कृष्ण से क्या कहा?

- हे जगदीश्वर! आपके समक्ष धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष की बात कह पाना देवगुरु बृहस्पति के लिए भी सम्भव नहीं, मेरी बिसात ही क्या? इसके अलावा शारीरिक पीड़ा के कारण तन-मन शिथिल हो गया है।

320. तब श्री कृष्ण ने क्या कहा?

- हे गंगानंदन! आपके बोल, सर्वथा आपके योग्य है। आप सब विषयों के ज्ञाता हो। मैं आपको वरदान देता हूं कि आपका शारीरिक कष्ट जाता रहेगा और आपके अन्त:करण में सम्पूर्ण ज्ञान भासित होगा।

321. भीष्म द्वारा किन विषयों पर उपदेश दिये गये?

- बाण शय्या पर लेटे पितामह भीष्म द्वारा युधिष्ठिर को दिये गये धर्मोपदेश के विषय बहुत विस्तृत है। युधिष्ठिर के प्रश्न करने पर भीष्म ने राजनीति, शिष्टाचार, राजा के चारों वर्णों और चारों आश्रमों के धर्म, सर्वसाधारण के धर्म, राजा के प्रधान कर्तव्यों, धर्माचरण से लाभ, युद्धनीति, माता-पिता और गुरु की सेवा का उपदेश, दु:खों से छूटने का उपाय, राजधर्म व दण्ड के स्वरूप आदि विषयों व उपविषयों के बारे में विस्तार से बतलाते है। उपदेश में अनेक विभूतियों की जीवनी के माध्यम से धर्म, अर्थ, काम व मोक्ष के रहस्यों और सिद्धान्तों को सहजता से बतलाया है।

322. पितामह भीष्म द्वारा दिया गया यह उपदेश किस पर्व का हिस्सा है?

- शान्ति पर्व से शुरु हुआ यह धर्मोपदेश का वृत्तांत अनुशासन पर्व तक विस्तारित है।

323. क्या विष्णुसहस्त्रनाम महाभारत का हिस्सा है?

- हाँ! यह महाभारत के अनुशासन पर्व का हिस्सा है। युधिष्ठिर को धर्मोपदेश के क्रम में भीष्मपितामह द्वारा एक हजार नामों के माध्यम से भगवान विष्णु की स्तुति की गयी है जिसे विष्णुसहस्त्रनाम से जाना जाता है। इसमें एक हजार नामों के माध्यम से भगवान श्री विष्णु की दिव्यता व अलौकिकता का वर्णन किया गया है।

(क्रमश:अगले माह)

- माणक चन्द सुथार जी, बीकानेर (राज.)

भक्ति, शक्ति और सौंदर्य की त्रिवेणी : कामाख्या देवालय

लगभग 20 वर्षों से मेरे मन में कामाख्या देवी के दर्शन की उत्कट लालसा पल्लवित हो रही थी, इसी लालसा ने ही मुझे आईआरसीटीसी के आसाम - मेघालय टूर प्रोग्राम में आने की प्रेरणा दी और बिना परिवार के इतनी दूर आने का साहस और शक्ति भी। हमारे टूर प्रोग्राम में सबसे पहला दिन ही कामाख्या देवी के दर्शन से प्रारंभ था। मैं बहुत ही उत्साहित थी। आज मेरी वर्षों के साध पूरी होने का दिन था। पूर्व निर्धारित कार्यक्रम के अनुसार हम ने सुबह 5.45 बजे दर्शन हेतु प्रस्थान किया।

मंदिर होटल से 15 मिनट का रास्ता था। रास्ते में ब्रह्मपुत्र नदी के तेजस्वी प्रवाह के दर्शन किए पर मेरे मन में पूज्य भाव नहीं जागे, जैसे नर्मदा, गंगा या कांवेरी नदी के दर्शन पर जागते हैं। शायद बचपन से ब्रह्मपुत्र नदी की बाढ़ और तबाही के समाचारों ने इसकी क्रोधी और विनाशक छवि निर्मित कर दी थी, जो भी कारण हो, ऐसा होना नहीं चाहिए, सभी नदियाँ पूज्य हैं। मैंने अपनी कमी/दोष अनुभव करते हुए नदी माँ से क्षमा मांगी।

जिस तरह सूर्य प्रकाश और ऊष्मा देता है, संवेदनाएँ रागात्मक अनुभवों को जन्म देती हैं, पुष्प वातावरण को सुवासित कर देते हैं, उसी तरह माता रानी के दर्शन की उत्कट अभिलाषा मेरे मन को सात्विक भावों से भर कर ऊर्जावान बना रही थी। मंदिर पहुँचकर वी. आई. पी. टिकट की लाइन में खड़े रहे। मैं बीच-बीच में घूम कर मंदिर परिसर और श्रद्धालु - पारावार देख रही थी। लोग कह रहे थे कि वे रात एक बजे से लाइन में खड़े हैं। पूरे भारत से आए हुए भक्तजन अनेकता में एकता की अनुपम झाँकी रच रहे थे। इन श्रद्धालुओं की कोई जाति नहीं है। **भक्ति के आवेग में लोग भूल गए हैं - अमीर गरीब का भेद, भूल गए हैं अपनी जाति- गोत्र! उन्हें बस इतना याद है कि आज वे माता रानी के दरबार में हैं, उनका आशीर्वाद प्राप्त कर कृतार्थ हो जाएंगे।** मुझे यहाँ हिन्दुओं के साथ ही मुस्लिम, सिक्ख, इसाई सभी धर्मों के अनुयायी समान श्रद्धा भाव से आल्हादित दिखाई दे रहे थे।

मैं सोच रही थी कि कोई नेता, संत, या अन्य कोई विचारधारा इतनी भीड़ इकट्ठा नहीं कर सकती, ऐसी अनुपम श्रद्धा, विश्वास और उत्साह पैदा नहीं कर सकती। एक आम सभा

में लोगों को जुटाने में आयोजकों को कितने पापड़ बेलने पड़ते हैं। यहाँ तो रोज ही इतने भक्त हर समय जुटे रहते हैं। सब को जोड़ देने की ऐसी अद्भुत शक्ति केवल धर्म में है। हमारी यह आस्था अडिग है। कुछ धर्म ग्रंथों को जला कर इस आस्था को आहत नहीं किया जा सकता है। सनातन धर्म से स्पंदित यह आस्था और श्रद्धा अजर अमर है, यही भारतीय संस्कृति और जीवन की संजीवनी है। विचार प्रवाह के बीच भी ठंड अपनी रंगदारी दिखा रही थी। बादल भी मंदिर के शिखर का स्पर्श करते हुए पुलकित हो, हमें अपने शीतल स्पर्श से रोमांचित कर रहे थे। पूरे परिवेश ने धुंधलके का दुशाला ओढ़ रखा था। मैं ठंड कम करने के लिए सामने परिसर में रखी कुर्सी पर बैठ गई। मेरे पास की कुर्सियों पर एक अधेड़-युगल बैठा था। उनके कुछ वस्त्र गीले-से होने से वे शीत से काँप रहे थे। मेरे पूछने पर उन्होंने बताया कि वे ब्रह्मपुत्र नदी के टापू पर बने महा भैरव उमानंद के दर्शन और स्नान करके यहाँ दर्शन करने आए हैं। **ऐसा माना जाता है कि भैरव उमानंद के दर्शन के बाद ही कामाख्या देवी के दर्शन करना चाहिए।** मेरी जिज्ञासा को समझकर उन्होंने कहा कि **उमानंद एक शैलद्वीप है जिसे मध्य पर्वत भी कहते हैं,** यहाँ तपस्या-रत शिव को कामदेव ने अपने बाण से आहत किया था और **क्रुद्ध शिव ने यहीं कामदेव को भस्म किया था। बाद में माता सती के इस महाशक्ति पीठ पर कामदेव को नवजीवन** मिला था, इसीलिए **इसे पहले 'कामरूप' के नाम से जाना जाता था।**

नील-शैल-मालाओं पर स्थित माँ भगवती कामाख्या का यह दिव्य मंदिर 51 शक्तिपीठों में मुख्य है। मैंने अपने प्राध्यापक साथी डॉ. विजय शर्मा जी से इसकी बड़ी महिमा सुनी है - वे प्रतिवर्ष दो बार नवरात्र में यहाँ आते थे, और कहते थे कि कामाख्या तांत्रिकों का पवित्र सिद्धपीठ है। **माता कामाख्या तांत्रिकों की देवी हैं। यह शक्तिपीठ महान शक्ति-साधना का गढ़ है।** उन्होंने हमें यहाँ के कई तंत्र-सिद्ध, चमत्कारिक और सरस किस्से सुनाकर मन में दर्शन की अभिलाषा जगाई। आज जब वे इस लोक में नहीं हैं, मुझे अनायास ही यहाँ दर्शन का सौभाग्य प्राप्त हुआ। मुझे आज डॉ. विजय शर्मा जी के द्वारा सुनाई गई एक दन्तकथा का स्मरण हो रहा है- एक समय अहंकार के मद से उन्मत्त असुर राज नरकासुर एक दिन मां भगवती कामाख्या को अपने पत्नी रूप में पाने का हठ कर बैठा था। मां भगवती ने उस असुर की मृत्यु को सामने देखते हुए उसे प्रस्ताव दिया कि यदि तुम आज रात ही नील पर्वत के चारों तरफ पत्थरों का चार स्तरीय पथ निर्मित कर दोगे और कामाख्या मंदिर के पास एक विश्रामगृह बना दो तो मैं निश्चित ही तुम्हारी पत्नी बनने के लिए तैयार रहूंगी किंतु यदि तुम ऐसा न कर सके तो तुम्हारी मृत्यु निश्चित है। देवी महिमा और शक्ति से अनभिज्ञ उस असुर ने अपनी शक्ति के मद में रात भर में

नीलांचल के चारों ओर पत्थरों का निर्दिष्ट रास्ता बना दिया और माता के मंदिर के निकट विश्राम भवन बना रहा था, तभी प्रभात होने का संदेश देते हुए मुर्गे ने बांग दे दी। क्रोधित नरकासुर ने मुर्गे का पीछा किया और ब्रह्मपुत्र के दूसरे तट पर जाकर उसका वध कर दिया। यह स्थान आज भी **'कुक्टाचकि'** के रूप में जाना जाता है बाद में श्री विष्णु ने नरकासुर का वध कर दिया था। इस कथा ने मुझे यह विचार दिया कि देवी नरकासुर को सीधे दण्ड भी दे सकती थीं, पर वे उसकी शक्ति को समझती थी और उसका जनकल्याणकारी कार्य में उपयोग करने का संदेश देना उद्देश्य रहा होगा। नरकासुर के अतिरिक्त कोई अन्य भक्तों के लिए मार्ग बनाने का यह दुष्कर कार्य नहीं कर सकता था। इसीलिए उन्होंने उससे यह कार्य करवा कर उसे असुर योनी से मुक्ति प्रदान की होगी।

हम मंदिर के जिस भाग में टिकट के लिए पंक्ति में खड़े थे उसके मध्य में देवी का एक छोटा मंदिर है। जिसे भक्त दीपक और फूलों से सजा रहे थे, पूजन कर रहे थे। मैंने जिज्ञासावश एक महिला से पूछ ही लिया कि यहाँ पूजा क्यों होती है? उसने बताया कि वह **स्थानीय निवासी है, रोज अंदर जाने की अपेक्षा यहीं पूजन करती है, सभी ऐसा ही मानते हैं कि यहाँ की गई पूजा माता स्वीकार करती हैं।** हमको यही सुविधाजनक भी है।

सामने लंबा परिसर छोटे छोटे भागों में बंटा था। इन में मुर्गे, बकरे आदि रखे हुए थे। यहाँ मुर्गे भी विशिष्ट प्रजाति के, बड़े और स्वस्थ नजर आ रहे थे। बकरे याक की तरह झबरे, नाटे और मोटे थे। उसके आगे पास ही एक स्वच्छ कक्ष में शिला रखी है। मैंने वहाँ जाकर पूछा कि यह क्या है, तो बताया गया कि यहाँ देवी को भोग लगता है। मैंने पूछा क्या बलि चढ़ती है? किसकी? उन्होंने बताया यहां पर पशुओं की बलि दी जाती है। लेकिन यहां **मादा पशुओं की बलि नहीं दी जाती है।** क्योंकि यह क्षेत्र कौमारी को पूजता है। यहाँ किसी भी जाति, वर्ग या किसी भी विभेद को नहीं माना जाता है, सभी कुमारियों को समान रूप से सम्मान दिया जाता है - मुझे यह जानकर बहुत ही प्रसन्नता भी हुई, किन्तु मेरा सनातनी मन बली देने की प्रथा से हमेशा की तरह दुखी हुआ। मांसाहार को सही सिद्ध करने के लिए ही बलि-प्रथा शुरू हुई होगी ऐसी मेरी अल्प बुद्धि कहती है। हालांकि यह प्रथा अब अत्यंत संकुचित हो चली है। मेरा मानना है कि केवल सांकेतिक बलि दी जानी चाहिए। कई क्षेत्रों में **भूरा कद्दू काटकर भी देवी को प्रसन्न किया जाता है। मेरा मन कहता है कि देवी की प्रसन्नता तो सदैव शुभ भावों से होती है। हमें यहाँ अपने अहंकार, स्वार्थ और अशुभ भावों की बलि देना चाहिए।**

यहाँ का परिसर स्वच्छ नहीं था। शायद रात देर तक भक्तों की उपस्थिति ही इसका कार-

-ण हो। थोड़ी देर बाद सफाई कर्मी आए और सफाई होने लगी। ठीक सात बजे टिकट खिड़की खुली। सभी ने शांति से टिकट लिया। मंदिर में दर्शन की अति उत्तम व्यवस्था है - हमें कहीं भी पंक्ति में खड़ा नहीं रहना पड़ा। एक के बाद एक स्वच्छ सुविधामय बड़े कक्ष में पंक्तिबद्ध कुर्सियों पर बैठकर अपने अवसर की हम प्रतीक्षा करते रहे। यहाँ भारत के अन्य मंदिरों (महाकाल उज्जैन, श्रीनाथद्वारा या काली माता मंदिर कोलकाता) की तरह पंडितों का हस्तक्षेप नहीं अनुभव हुआ। हमारे मंदिर पहुँचते ही एक दो पंडितों ने पूजा करवाने के लिए पूछा अवश्य था, पर हमारे मना करने पर वे सहर्ष लौट गए। दर्शन जल्दी कराने के नाम पर ठगी, पूजा करवाने के लिए अतिरिक्त आग्रह या दक्षिणा के लिए कोई माँग नहीं दिखाई देना एक सुखद अनुभव रहा। लगभग डेढ़ घंटे की प्रतीक्षा के बाद चार द्वार पार करके हम बिना किसी धक्का मुक्की के माता के भवन में पहुँचे।

मैं निरंतर माता के महामंत्र -

"कामाख्ये कामसम्पन्ने कामेश्वरि हरप्रिये।
कामनां देहि मे नित्यं कामेश्वरि नमोऽस्तु ते"॥

का जाप करते हुए परम आनन्द का अनुभव कर रही थी। जल में स्थित महासती की उपस्थिति का अनुभव मुझे रोमांचित कर रहा था। शरीर भावावेगों से कंपित था। मन निर्विकार। शरीर का रोम-रोम नेत्र बनकर अपलक शक्ति स्थल के दर्शन कर रहा था। पुष्प आच्छादित जल कुंड के समक्ष नीचे बैठ कर पावन जल का स्पर्श किया, माथा टेका। मन भावविभोर। कोई इच्छा नहीं जागी, जिसके पूर्ण होने की कामना होती। माँ की कृपा का दिव्य अनुभव निरंतर किया और बाहर आते हुए माता की रसोई के सामने प्रणाम करने के बाद लगा कि ऊर्जा तन-मन में समा गई। मैं आश्चर्यचकित थी कि कैसे मैं पवित्र कुंड के समक्ष घुटनों के बल बैठ गई, झुककर जलस्थ माता को प्रणाम किया और बिना सहारे के उठ गई ! पैरों में कहीं कोई कष्ट नहीं! यह भक्ति आवेगों का चमत्कार और देवी अनुकम्पा ही थी, जो अभी लिखते हुए भी मुझे रोमांचित कर रही है।

मैंने देखा कि यह मंदिर तीन भागों में बना हुआ है। इसका पहला हिस्सा सबसे बड़ा है, जहां पर हर भक्त को जाने नहीं दिया जाता है। दूसरे हिस्से में माता के दर्शन होते हैं, जहां एक पत्थर से हर समय पानी निकलता है। **कहते हैं कि महीने में एक बार इस पत्थर से खून की धारा निकलती है। ऐसा क्यों और कैसे होता है, यह आज तक किसी को ज्ञात नहीं है। मान्यता है कि तीन दिन देवी रजस्वला रहती हैं।**

पौराणिक कथा के अनुसार, जब देवी सती ने अपने पिता द्वारा महादेव को अपमानित किए जाने से क्रुद्ध होकर यज्ञ में अपने प्राणों की

आहुति दे दी थी, तब विरहाकुल महादेव माता सती का जला हुआ शरीर लेकर पूरे संसार में भ्रमण कर रहे थे। उनका बढ़ता हुआ क्रोध और मोह प्रकृति के लिए संकट बनता जा रहा था। तब जगत के सुरक्षा भाव से प्रेरित **श्रीहरि ने अपने सुदर्शन चक्र से माता के पार्थिव शरीर के अंग काटना प्रारंभ किया। उस समय माता के पवित्र, दिव्य अंग और उनके आभूषण पृथ्वी पर जिन स्थानों पर गिरे, उन स्थानों पर शक्तिपीठों की स्थापना हुई। कुल 52 शक्तिपीठ हैं। आदि शंकराचार्य द्वारा विरचित अष्टादश महाशक्तिपीठ स्तोत्र में उल्लेख है कि कामाख्या में भगवती की महामुद्रा (योनि-कुण्ड) स्थित है।** देश भर में अनेकों सिद्ध स्थान है जहाँ माता सूक्ष्म स्वरूप में निवास करती है किन्तु माता कामाख्या का यह मंदिर प्रमुख महाशक्ति पीठों में मान्य है। सर्प वाहना कामाख्या देवी के दर्शन मात्र से भक्तों की सभी मनोकामनाएं पूर्ण हो जाती हैं, इसीलिए इनका नाम कामाख्या है।

हरसिद्धि देवी शक्तिपीठ उज्जैन (जहां माता सती की कोहनी गिरी थी), वृंदावन में कात्यायनी शक्तिपीठ (जहाँ माता के बाल के गुच्छ और चूड़ामणि गिरे थे), गुजरात में माता अम्बाजी का मंदिर (जहां माता का हृदय गिरा था), माता शिवानी रामगिरी चित्रकूट (जहाँ माता का दायाँ स्तन गिरा था), शारदा देवी मैहर (जहाँ माँ का हार गिरा था), शुचि शक्तिपीठ कन्या कुमारी (जहाँ मैया की ऊपरी दाढ़ गिरी थी), नैना देवी (जहां माता के नयन गिरे थे), स्तानुमालयन मंदिर, सुचिन्द्रम् (जहाँ देवी के दाँत गिरे थे) और कालीपीठ कलकत्ता (जहाँ माता का पैर का अंगूठा गिरा था) आदि शक्तिपीठों के दर्शन करने का सौभाग्य मुझे मिला है और इन शक्ति पीठों से ऊर्जा भी मिली है, पर आज मुझे यहाँ जो दिव्य अनुभव हुआ, वह शब्दातीत है।

मैं उस क्षण को प्रणाम करती हूँ, जब मैंने इस यात्रा का सुनिश्चय किया, मैंने पहली बार परिवार के प्रत्यक्ष साथ के बिना यात्रा पर जाने का साहसिक निर्णय लिया। निश्चित ही देवी प्रेरणा रही है, माता की कृपा के बिना ऐसा सुयोग कब बनता है।

इस मंदिर के विषय में यह भी लोक विश्वास है, कि जो जीवन में तीन बार यहाँ दर्शन कर लेते हैं, उन्हें सांसारिक भव बंधन से मुक्ति मिल जाती है। ऐसी मान्यता भी है कि माता की योनि नीचे गिरकर एक विग्रह में परिवर्तित हो गयी थी, जो आज भी मंदिर में विराजमान है और जिससे आज भी माता की वह प्रतिमा रजस्वला होती है। माता के रजस्वला काल में आज भी भगवती के मंदिर के कपाट स्वत: ही बंद हो जाते हैं, उन तीन दिनों समस्त गुवाहाटी में न तो कोई मंगल कार्य होता है, न ही कोई मंदिर खुलता है। तत्पश्चात् कामाख्या देवी की वैदिक अनुष्ठान के साथ साधना करके मंदिर को

पुनः दर्शनार्थ खोल दिया जाता है। यह मंदिर अनुपम तथा अपने आप में विशिष्ट है। सम्पूर्ण जगत में ऐसा चमत्कारिक मंदिर और पूजा पद्धति अन्यत्र नहीं सुनी गई है।

भगवती महामाया की प्रार्थना करते हुए कहा भी गया है -
योनि मात्र शरीराय कुंजवासिनि कामदा। रजोस्वला महातेजा कामाक्षी ध्येताम सदा॥
शरणागतदिनार्त परित्राण परायणे । सर्वस्यार्ति हरे देवि नारायणि नमोस्तु ते ।

हमें होटल के मैनेजर ने बताया था कि **यहां पर प्रत्येक वर्ष आषाढ़ में 22 से 26 जून तक अम्बुवाची मेला लगता है। ब्रह्मपुत्र नदी का पानी इन दिनों लाल हो जाता है। इस समय कोई भी नदी में स्नान नहीं करता जमीन पर मिट्टी खोदना या बीज बोना भी अच्छा नहीं माना जाता है। साथ ही यहां इन दिनों में शंख और घंटी भी नहीं बजाई जाती है। 22 से 26 जून मंदिर बंद रहता है।** देवी के भक्त इन दिनों में अन्न, फल और कंद का त्याग करके ब्रह्मचर्य व्रत रखते हैं। इन दिनों यहाँ सारे भारत के तांत्रिकों, मांत्रिकों और अघोरियों का जमावड़ा रहता है। वे यहां साधना के उच्च स्तर की प्राप्ति, तंत्र सिद्धियाँ सिद्ध करने के लिए तथा मंत्र-शक्तियों के पुरश्चरण अनुष्ठान हेतु साधना करते हैं। उस समय सामान्य व्यक्तियों के लिए वातावरण रहस्यमय और कुछ हद तक वीभत्स भी हो जाता है। महिला तांत्रिकों को भी यहाँ शव साधना करते हुए देखा जा सकता है। इसके बाद दर्शन के लिए यहां भक्तों की भीड़ उमड़ पड़ती है।

सूचना पट्ट से ज्ञात होता है कि **इस मंदिर का निर्माण 8वीं और 9वीं शताब्दी के बीच हुआ था किंतु हुसैन शाह ने आक्रमण कर मंदिर को नष्ट कर दिया। 1500 ई. में राजा विश्वसिंह ने मंदिर को पूजा स्थल के रूप में पुनः स्थापित किया। इसके बाद सन् 1565 में राजा के बेटे ने इस मंदिर का पुन: निर्माण कराया।**

- डॉ स्नेहलता श्रीवास्तव जी, इंदौर (म. प्र.)

पत्रिका की प्रूफ रीडिंग करने के लिए
सोनल जी ओमर का धन्यवाद

आपका वोट आपकी आवाज़ है, इसे व्यर्थ मत जाने दें।

मतदान आपका अधिकार है, इसका सही उपयोग करें और अपने भविष्य को संवारें।

हर वोट महत्वपूर्ण है। चुनाव में हिस्सा लेकर अपने देश की दिशा तय करें।

सही नेता का चयन, एक मजबूत राष्ट्र का निर्माण। मतदान अवश्य करें।

आपके एक वोट से बदलाव आ सकता है। अपने भविष्य के लिए वोट करें।

वोट डालना न केवल अधिकार है, बल्कि यह हमारी जिम्मेदारी भी है।

सामग्री: आटा/मैदा 1 कप, मसला हुआ पका केला आधा कप, कद्दूकस किया हुआ सेब 1/4 कप, शहद 2 बड़े चम्मच, नमक स्वाद अनुसार, सोडा एक चुटकी, दही 2 चम्मच, तेल तलने के लिए।

विधि: सभी सामग्री मिलाकर पूरी के आटे की तरह गूंथ लें। आधा घंटा ढक कर रखें। छोटी-छोटी लोइयां बनाकर उसकी पूरी बेल लें। फिर इन्हें किसी भी आकार में काटकर गरम-गरम घी या तेल में सुनहरा होने तक तलें और गरमा-गरम पूरी आलू की सब्जी और चटनी के साथ सबको सर्व करें।

घरेलु युक्तियां - दस्त की समस्या

- खाना खाने के बाद एक कप लस्सी में एक चुटकी भुना ज़ीरा और काला नमक डालकर पिएं। दस्त में आराम मिलेगा।
- अदरक का रस नाभि के आस-पास लगाने से भी दस्त में राहत मिलती है।
- मिश्री और अमरुद खाने से भी दस्त में आराम मिलता है।
- कच्चा पपीता उबालकर खाने से दस्त में राहत मिलती है।

रसोई युक्तियां-

- अगर घर में बने गुलाब जामुन फूले नहीं हैं, तो इन्हें करीब 10 मिनट के लिए प्रेशर कुकर में पकाएं। सारे गुलाब जामुन बिल्कुल मुलायम बन जाएंगे।
- तेल में कुछ भी तलते समय अगर तेल में चुटकी भर नमक डाल दें, तो तेल कम जलेगा।
- सब्जी पकाते समय उसमें थोड़ा सा मूंगफली का पाउडर डाल दें, सब्जी अधिक स्वादिष्ट बनेगी।
- खीर को गाढ़ा बनाने के लिए दूध में चावल डालते समय आधा लीटर दूध में करीब 50 ग्राम नारियल का बुरादा भी मिला दें।

विविधा कुकिंग क्लासेस, पूनम राठी जी, नागपुर

शादी फिक्स होते ही लोगों का सबसे पहला सवाल– "प्री वेडिंग हो गई?"
हो गई तो अच्छी बात है नहीं हुई तो क्यों नहीं हुई? आजकल तो सभी करवा रहे हैं। इस आधुनिक युग में ये सब आम बात है, अरे भाई! शर्माना कैसा? आप बस तैयारी शुरू करो। आपको एक बहुत अच्छे फोटोग्राफर और प्लेस (स्थान) बताने की जिम्मेदारी हमारी रहेगी। ज्यादा खर्च नहीं आएगा बस वही..... 'साठ से सत्तर हजार मात्र' ही लगेंगे! और भी...अच्छी फोटोग्राफी चाहिए तो रुपए बढ़ा देना।

आजकल ये हर रिश्तेदार का स्वभाव बन गया है।

भारतीय संस्कृति में विवाह – हमारी भारतीय संस्कृति में विवाह को ईश्वर का वरदान और आशीर्वाद के रूप में माना जाता है। बड़े बुजुर्गों का मानना है कि जोड़ी ईश्वर की बनाई हुई होती है। इसमें कोई संदेह नहीं है लेकिन आजकल के मानव इन सभी रीति- रिवाजों से धीरे–धीरे मुंह मोड़ने लगे हैं। इसके अलावा पश्चिमी परंपराओं को अपनाते जा रहे हैं। ये कहाँ की नीति है? हिंदू धर्म में लड़का और लड़की का विवाह के पहले मिलना धर्म के विरुद्ध माना जाता है। आधुनिकता के चलते इन सब बातों को दरकिनार किया जा रहा है। विवाह सात जन्मो का पवित्र बंधन होता है। आजकल की युवा पीढ़ी इन सब बातों का तात्पर्य नहीं समझते।

प्री वेडिंग – विवाह से पहले युवक–युवती एक–दूसरे से मिलने के साथ ही साथ अलग–अलग स्थानों में जा कर फिल्मों की तरह फोटोशूट कराते हैं। नए–नए आधुनिक कपड़े, नए जूते, आभूषण, मेकअप वगैरह.....वगैरह....! आजकल के युवक–युवती अपने बड़े बुजुर्गों, माता–पिता, भाई – बहन के सामने ऐसे फोटो शूट कराते हैं मानो.... जन्मों से नाता हो।

पश्चिमी सभ्यता को अपनाना और भारतीय संस्कृति को भूलना कहाँ तक उचित है? अगर कोई रोक–टोक करे तो बारूद की तरह फटने में देर नहीं करते। "देहाती" शब्दों का प्रयोग किया जाता है। अरे! तुमको क्या पता ये प्री वेडिंग शूट क्या होता है? अच्छा! सोच बदलो सोच। ठीक है, सोच बदलना ही चाहिए। लेकिन सोच के साथ–साथ मर्यादा, धर्म और संस्कृति पर निष्ठा रखनी चाहिए। छोटे–छोटे कपड़े पहनकर एक–दूसरे को आलिंगन करना, प्रेम का इजहार करना, शर्मशार कर देने वाली हरकतें करना। क्या इन्हीं सब बातों

के लिए सोच बदलना है? जिस इंसान से आप कुछ ही हफ्ते पहले मिले हैं, बिना एक–दूसरे को जाने, सोशल मीडिया में प्रेम का इजहार कर के क्या बताना चाहते हैं कि हम एक–दूसरे से बहुत प्रेम करते हैं? विवाह के पहले ही सब कुछ खुलेआम हो जा रहा है। लज्जा व संकोच नाम की चीज बची ही नहीं है और लोग बोलते हैं सोच बदलो। प्रेम दिखावा नहीं है जो दुनिया के सामने दिखाया जाता है। जिन चीजों में मर्यादा है उसको सरे-आम दिखाया जा रहा। यही आजकल के नई पीढ़ी की सोच बन गई है।

रीति–रिवाज – हमारी भारतीय संस्कृति में कन्या का हाथ वर के हाथ में तभी दिया जाता है, जब वर–वधु मंडप में बैठते हैं। सभी रस्म, रीति–रिवाजों के साथ एक–दूसरे से जन्म-जन्मांतर का नाता जोड़ा जाता है। आधुनिक युग के चलते ये सभी रस्म प्री–वेडिंग के दौरान ही हो जाता है। बस... औपचारिकता ही बची रहती है। अगर ऐसे आयोजन में होने वाले फिजूलखर्ची को शादी वाले घरों में अथवा अनाथ आश्रम में दान करने बोल दिया जाएगा तो.... आग बबूला होने से पीछे नहीं हटेंगे, वहीं प्री वेडिंग में लाखों रुपए फेंकने से हिचकते नहीं हैं। स्वागत समारोह में सार्वजनिक रूप से प्रोजेक्टर के माध्यम से लोगों को दिखाया जाता है कि हम शादी से पहले ये सभी रस्मों को निभा चुके हैं। बस समाज के सामने मंत्रोच्चारण द्वारा शादी करना ही रह गया था। प्रोजेक्टर के माध्यम से ऐसे प्रसारण करते हैं मानो... बहुत ही अच्छा कार्य किया गया हो। सम्मान मिलने के स्थान में उनकी बदनामी होती है खैर....क्या फर्क पड़ता है...? पड़ोस में शादी हुई तो उनके बेटे–बहू ने प्री वेडिंग करवाया था, सो......हम उससे भी अच्छी जगह जा कर करवाएंगे प्री वेडिंग! लोग स्वयं को दिग्भ्रमित कर लेते हैं और भेड़ की चाल चलने लगते हैं। कहीं–कहीं बड़े बुजर्गों को नजरें झुका कर चलने में मजबूर कर देते हैं।

पश्चिमी सभ्यता के अनुसार सोच बदल ही रहे हैं तो एक बात है की वहां एक नहीं अनेक विवाह करने की सभ्यता है, पति या पत्नियां बदलना वहां फैशन सा है। तो क्या? हमारे हिंदू युवक–युवती भी आने वाले समय में इसे अपनाने में कसर नहीं छोड़ेंगे?

बच्चों पर क्या असर पड़ता है इसका ख्याल रखना भी जरूरी है। ये सब परंपराएं बंद होनी चाहिए। रिश्तेदार और मित्र ऐसे खुश होते हैं जैसे खुद की शादी हो रही। "थ्री डेज़ टू गो..." स्टेटस ऊपर स्टेटस! इंतजार ही नहीं होता। कब वो दिन आए और कब आनंद लें! फिर क्या, शादी के बाद पूछता ही कौन है?

चुनाव जीतने के बाद प्रत्याशी कहाँ गए पता ही कहाँ चलता है। जैसे–जैसे शादी नजदीक आती है रिश्तेदारों और मित्रों का स्टेटस के माध्यम से प्रचार–प्रसार बना रहता है। शिष्टाचार बखूबी निभाते हैं।

फोटोग्राफर – हाँ! इन दिनों फोटोग्राफर की कमाई में कोई शक नहीं, क्योंकि प्री वेडिंग के चलते उनकी कमाई दुगुनी हो गई है। फ्री में खाना–पीना, नए–नए जगहों में जाना। उनके जीवन में बदलाव आने लगा है। पाँचों उंगलियाँ घी में डूबी होती हैं। काफी खुश दिखाई पड़ते हैं। तीन मिनट के वीडियो में लाखों रुपए कमाना। वाह! वे सोचते हैं हर दिन ऐसे ही लोग प्री वेडिंग कराते रहें और हम नोट गिनते रहें।

नोट – मेरी बातों से बहुत से सामाजिक/सज्जन व्यक्तियों को ठेस पहुँची होगी। तीखी मिर्ची भी लगी होगी, क्यों? क्योंकि..... वे स्वयं अपने–अपने विवाह से पूर्व प्री–वेडिंग करवा चुके होंगे। सो..... "सच तो कड़ुआ होता है न!" (सत्यं सदा कटु एव भवति)।

निवेदन है कि पश्चिमी सभ्यता को छोड़कर भारतीय परंपराओं पर प्रकाश डालें। **बच्चों को धार्मिक और आध्यात्मिकता से जोड़ें। विदेशों में भारतीय परंपराएं अपनाई जा रही हैं और हमारे देश के सभ्य नागरिक अपने ही गौरवशाली और मर्यादित रीति–रिवाजों में पीछे होते जा रहे हैं।**

- **प्रिया देवांगन जी, "प्रियू", राजिम, जिला - गरियाबंद (छत्तीसगढ़)**

भारतीय परम्परा
की मासिक ई–पत्रिका के पुराने
सभी अंकों को देखने के लिए किताब
के आइकन पर स्पर्श करें !!

रूद्र ने जैसे ही मम्मी से कहा वह अनन्या को पसंद करता है और उससे शादी करना चाहता है यह सुन पलभर को बेटे के बात पर काव्या को यकीन ही नहीं हुआ अपने शांत सौम्य बेटे से अचानक यह सुनना उसे कुछ हतप्रभ कर गया। बचपन से अपने बेटे पर हर खुशी न्यौछावर करने वाली काव्या ने अपनी मौन स्वीकृति देना ही उचित समझा। अपने उच्च शिक्षित बेटे के विवाह को लेकर वह वैसे ही मन ही मन बहुत से सपने संजो रही थी। बेटे ने अपने ही समाज की सुशिक्षित लड़की पसंद की इस बात का मन में संतोष था। काव्या बचपन से ही रुढ़िवादी संस्कारी परिवार में पली-बढ़ी और ऐसे परिवार में ब्याही गई थी यूं तो उसकी अपनी बेटी राज्वी भी आधुनिक परिधानों को अपनाती जिसके चलते कई बार उसे पारिवारिक सदस्यों से उलाहना सुननी पड़ती

वह स्वयं भी अपनी बेटी को इन सब के लिए मना करते रहती। उसके लिए अनन्या और राज्वी में कोई अंतर नहीं था किंतु परिवार इतनी मॉडर्न बहू को सहर्ष स्वीकार नहीं कर पाएगा और फिर वहीं आपस में कानाफूसी और उसके आने से पहले ही उसकी इमेज खराब होने का डर उसे सताने लगा जब कि वह चाहती थी हर किसी के जुबां पर उसके बहू की प्रशंसा हो।

विवाह मात्र दो दिलों का बंधन ना रहते हुए दो परिवारों का मिलन होता है रिश्तों को आदर, समर्पण से सींचने पर ही प्रेम की पुरवाई तन मन को आनंदित करती है और जब चारों और से आशीर्वादों की फुहारें बरसती है तो जीवन संवर जाता है। सोशल मीडिया युवतियों के गुण नहीं केवल वेश-भूषा ही दर्शाता है और उसके आधार पर ही पारिवारिक सदस्य उसके व्यक्तित्व का अनुमान लगाने लगते है इसी कारण कई बार गलतफहमियां निर्माण होती है सोच के समंदर में डुबकी लगाते हुए काव्या को कब नींद लगी पता ही नहीं चला।

दूसरे दिन सुबह आंख खुली और मोबाइल देखा तो न जाने कैसे उसके मन की बात अनन्या तक पहुंच गई उसने सोशल मीडिया पर अपने सभी अकाउंट प्राइवेट कर लिए और स्टेटस पर भी ऐसी तस्वीर लगाई जिसे सभी को बताते हुए काव्या खुशी से फूले नहीं समाती। **उसकी बहू बेटे के दिल पर तो राज कर ही रही थी किंतु अब उसने अपनी सूझबूझ से पूरे परिवार का दिल जीत लिया आज की पढ़ी-लिखी लड़कियां भी रिश्तों को महकाना बखूबी जानती है यह देख काव्या ने अपनी लाडली बहू को गले**

लगा लिया आज वह स्वयं को बहुत हल्का महसूस कर रही थी अपनी मम्मी और जीवनसाथी दोनों को इस तरह हंसी खुशी देख रुद्र भी दिन दूनी रात चौगुनी तरक्की करने लगा।

- राजश्री राठी जी, अकोला (महाराष्ट्र)

निर्जला एकादशी

कथा हो या आख्यान हो संदर्भ उनका चाहे ऐतिहासिक हो या पौराणिक, धार्मिक हो या सामाजिक सभी का भारतीय साहित्य में और जनमानस की चेतना में विशेष प्रसंग है, विशेष उपयोगिता है, उनका अपना विशेष महत्व है। आज इसी कड़ी में हम बात करेंगे ज्येष्ठ मास की शुक्ल पक्ष की एकादशी की यानी कि निर्जला एकादशी की...!

यद्यपि देखा जाए तो निर्जला एकादशी से संबंधित दो पौराणिक कथाएं हैं और दोनों कथाएं ही अपने मूल रूप में पांडव पुत्र भीमसेन और महर्षि व्यास की वार्ता से संबंधित है। दोनों ही कथा का संयुक्त रूप सारांश इस प्रकार है - एक बार महर्षि व्यास सभी पांडु पुत्रों (युधिष्ठिर, भीम, अर्जुन, नकुल, सहदेव) को वर्ष की सभी एकादशी व्रत का महात्म्य बता रहे थे जिसे सुनकर पांडु पुत्रों ने एकादशी व्रत करने का संकल्प लिया। लेकिन बलशाली भीम के लिए यह सहज मार्ग नहीं था कि मास के दोनों पक्षों में एकादशी का व्रत रख सकें क्योंकि भीम को एक दिन तो क्या एक पल भी बिना भोजन के नहीं रहा जाता उन्होंने व्यास जी से कहा - आचार्य आप तो जानते ही है कि मेरे उदर में वृक नामक अग्नि है जिसके फलस्वरूप मुझे बिना खाए नहीं रहा जा सकता। अतः आप कृपा कर कोई ऐसा मार्ग बताने का श्रम करें जिसे मैं आसानी से कर सकूं तथा सभी के बराबर फल प्राप्त हो तब व्यास जी ने कृपा कर भीमसेन को इस एकादशी की विधि बताई जिस कारण इसे **"भीमसेन एकादशी"** भी कहा जाता है, तथा जल ग्रहण न करने के कारण इसे **"निर्जला एकादशी"** कहा जाता है।

पूरा पढ़े - WWW

यह तो हम सभी जानते हैं कि चुस्त-दुरुस्त रहने के लिए हमें रोज़ किसी न किसी तरह की कसरत करनी चाहिए, यही कारण है कि जिम-कल्चर का विकास हुआ है। लेकिन, हमें यह याद रखना चाहिए कि केवल दिल की धडकनें बढ़ा देने वाला और पसीने में तर-बतर कर देने वाला वर्कआउट ही स्वस्थ रहने की इकलौती शारीरिक गतिविधि नहीं है। जिम एक आधुनिक परिघटना है, जिसे मांसपेशियों को मजबूत करने और ज़्यादा ताकतवर बनाने के लिए बनाया गया है।

लेकिन, अगर हम नियमित रूप से योग को अपनी दिनचर्या में शामिल करते हैं, तो इससे हमें अधिक फ़ायदे होंगे। क्योंकि, **योगासनों से शरीर में लचीलापन एवं स्फूर्ति तो बढ़ती ही है, साथ ही हृदय और फेफड़ों की कार्य क्षमता भी सुधरती है।** योग एक प्राचीन विज्ञान है, जिसमें अनेक ऐसे आसन हैं, जो वज़न घटाने में मदद करते हैं और कुछ मानसिक क्रियाएँ भी इसमें मददगार होती हैं। योग में श्वास की क्रियाएँ भी होती हैं, जो तनाव को घटाने में कारगर हैं और एक सूक्ष्म स्तर पर योग प्राणतत्व पर भी काम करता है, जो शरीर व मन को शुद्ध करने वाली ऊर्जा है। नियमित योगासन करके हम शारीरिक-तन्त्र में नए प्राण फूंक सकते हैं। यही कारण है कि आज योग पूरी दुनिया में लोकप्रिय हो चुका है, क्योंकि यह आधुनिक मानव के अनुकूल है। **योग की ख़ूबसूरती यह है कि इसमें प्रत्येक व्यक्ति अपने लक्ष्यों और सामर्थ्य के अनुसार आसनों का चयन कर सकता है। योग हर उम्र और हर प्रकार के लोगों के लिए है और इसे कहीं भी किया जा सकता है,** क्योंकि इसके लिए कोई विशेष उपकरणों की आवश्यकता नहीं होती है।

हम स्वस्थ रहने के लिए जीवन में कुछ नैसर्गिक शारीरिक गतिविधियों को भी शामिल कर लें, जैसे- **सुबह के समय घूमना, बागवानी, बच्चों के साथ खेल-कूद, साईकिल चलाना,** इत्यादि, और मज़े की बात यह है कि ये सभी गतिविधियां एक दम नि:शुल्क होती हैं। लेकिन, ऐसा नहीं कि कसरत की साइकिल या चलने वाली साईकिल तो ख़रीद ली, परन्तु उसका केवल दो-चार दिन ही उपयोग किया और वह अब धूल खा रही है... इनके फायदे भी तभी होंगे जब हम किसी भी गतिविधि को जीवन का हिस्सा बना लेते हैं।

हे परमात्मा!! सबका जीवन शांत और सुख से बीते, यही ईश्वर से प्रार्थना है।

- मधु अजमेरा जी, ग्वालियर (म. प्र.)

30 साल से वकालत कर रहे वकील से एक व्यक्ति ने पूछा कि घरजमाई की पत्नी अगर किसी और के साथ भाग गई तो घरजमाई ससुराल में रह सकता है क्या...?

आज का ज्ञान
आपको सही वक्त का पता तब चलेगा,
जब आप घड़ी देखोगे।

नटखट तो बचपन होता है बाद में नट तो ढीले हो कर गिर जाते है और रह जाती है सिर्फ खट-खट

पहले दुकानों में लिखा होता था, ग्राहक भगवान है' तो देवताओं जैसी फीलिंग आती थी.. अब लिखा होता है- आप कैमरे की निगरानी में है तो चोरों जैसी फीलिंग आती है।

आंखें फोड़ने के बहुत से हथियार थे, मगर मैंने मोबाइल चुना।

मैंने आज तक पढ़ाई के मामले में, पापा से मिठाई का खर्चा नहीं करवाया,
सौजन्य से : पप्पू ।

संसार में सब प्रकार का वैभव, सुख-सुविधा, ऐश्वर्य सब कुछ है लेकिन यदि अपना मन सुखी नहीं है तो आप सुखी नहीं हो सकते! पर क्या आपने सोचा है कि मन का सबसे बड़ा दुख क्या है, यही कि हम अपने भीतर एक अपूर्णता, अधूरापन अनुभव करते हैं और उस अधूरेपन को भरने के लिए बाहर के व्यक्ति, वस्तु, संबंध, सत्ता, संपत्ति, ऐश्वर्य को खोजते हैं जिसके प्रति एक अविवेकपूर्ण तृष्णा जागृत हो जाती है और इसमें व्यक्ति पागल हो करके न जाने कितने अनर्थ करता है। इसलिए **योग में कहते है मैं स्वयं में पुर्ण हूं, सृष्टि भी अपनी पूर्णता, दिव्यता में प्रतिष्ठित है, यही है योग का सिद्धांत।**

योग को अलग-अलग नामों से पुकारा जाता है। इसे प्राणायान, योगा, योग भी कहते हैं। **योग एक संस्कृत शब्द है जो 'युज' से आया है, जिसका अर्थ है इकट्ठा होना, बांधना। सामान्य भाव में योग का अर्थ है जुड़ना। यानी दो तत्वों का मिलन योग कहलाता है।** योग की पूर्णता इसी में है कि जीव भाव में पड़ा मनुष्य परमात्मा से जुड़कर अपने निजी आत्म स्वरूप में स्थापित हो जाए। योग में आसन, प्राणायाम और ध्यान के माध्यम से हम मन, श्वास और शरीर के विभिन्न अंगों में सामंजस्य बनाना सीखते है। जिससे तनाव और चिंता का प्रबंधन करने में सहायता मिलती है। इससे शरीर मे लचीलापन, रोगप्रतिरोधक क्षमता, मन और आत्मा में नियंत्रण व आत्मविश्वास विकसित होता है।

योग का सबसे पहले उल्लेख ऋग्वेद में किया गया है, जो पांचवीं या छठी शताब्दी ईसा पूर्व के आसपास शुरू हुआ था। भारतीय प्राचीन ग्रंथों - भागवत गीता, उपनिषद, योग वशिष्ठ, हठ योग प्रदीपिका, गेरांडा संहिता, शिव संहिता, पुराण आदि में भी इसका जिक्र किया है। योग का जनक 'पतंजलि' को माना जाता है, क्योंकि उन्होने योग सूत्रों के माध्यम से इसे और अधिक सुलभ बनाया। इसके अलावा उन्होंने योग के जरिए लोगों को ठीक प्रकार से जीवन जीने की प्रेरणा दी थी।

आजकल के व्यवहारिक क्रियाकलापों में योग सिर्फ आसनों तक ही सीमित रह गया है। लेकिन वास्तव में यह योग सिर्फ़ आसनो तक सीमित नहीं है बल्कि इससे कई अधिक है। इससे केवल शारिरिक नहीं अपितु मानसिक और आध्यात्मिक शांति भी प्राप्त होती है। करीब 5,000 साल पहले तक योग का विकास सभी चरणों पर किया गया - जिसमें

शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक और आध्यात्मिक रूप शामिल थे। इसीलिए योग के प्रमुखतः चार प्रकार माने गए है;

राज योग - राज का अर्थ शाही होता है और **योग की इस शाखा का सबसे अधिक महत्त्वपूर्ण अंग है 'ध्यान'।** इस योग के आठ अंग है, जिस कारण से पतंजलि ने इसका नाम रखा है अष्टांग योग। यह आठ योग इस प्रकार है, यम (शपथ लेना), नियम (आत्म अनुशासन), आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारण (एकाग्रता), ध्यान (मेडिटेशन) और समाधि (अंतिम मुक्ति)।

कर्म योग - अगली शाखा कर्म योग या सेवा का मार्ग है और हम में से कोई भी इस मार्ग से नहीं बच सकता है। इस बारे में जागरूक होने से हम भविष्य को अच्छा वर्तमान बनाने का एक रास्ता बना सकते है, जो हमें नकारात्मकता और स्वार्थ से बाध्य होने से मुक्त करना है।

भक्ति योग - भक्ति योग भक्ति के मार्ग का वर्णन करता है। सभी के लिए सृष्टि में परमात्मा को देखकर, भक्ति योग भावनाओं को नियंत्रित करने का एक सकारात्मक तरीक़ा है।

ज्ञान योग - अगर हम भक्ति को मन का योग मानते है, तो ज्ञान योग बुद्धि का योग है, ऋषि या विद्वान का मार्ग है। इस पथ पर चलने के लिए योग के ग्रंथो के अध्ययन के माध्यम से बुद्धि के विकास की आवश्यकता होती है।

आधुनिक युग में लोग अपनी भाग-दौड़ भरी जिंदगी में योग के महत्व को भूलते जा रहे। कुछ एक लोग जो स्वास्थ्य के प्रति जागरुकता रखते है वे भी जिम जाना पसंद करते है। लेकिन योग करने के अपने ही कई फायदे हैं। **जहां सिर्फ जिम करने से हमारा शरीर स्वस्थ रहता है, वहीं योग हमारे शरीर के साथ-साथ दिमाग को भी स्वस्थ बनाता है।** योग करने से इससे भी अधिक फायदे होते है जैसे - **तनाव से मुक्त जीवन, मानसिक शक्ति का विकास, प्रकृति के विपरीत जीवन शैली में सुधार आना, निरोग काया, रचनात्मकता का विकास, मानसिक शांति प्राप्त होना, सहनशीलता में वृद्धि, नशा मुक्त जीवन, वृहद सोच, उत्तम शारीरिक क्षमता का विकास आदि।**

योग के इन्ही लाभों को ही जन-जन तक पहुँचाने के लिए व लोगों को जागरुक करने के लिए बाबा रामदेव के किए गए प्रयासों द्वारा भारतीय प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी ने 2015 में 21 जून की तिथि को योग दिवस के रूप में मनाया जाना घोषित कर दिया। 21 जून का दिन ही इसलिए चुना गया क्योंकि यह उत्तरी गोलार्ध में वर्ष का सबसे लंबा दिन होता है। 2015 के बाद से सिर्फ भारत मे ही नही बल्कि दुनिया के अन्य

हिस्सों में भी इसका विशेष महत्व है। इससे होने वाले फायदों को सभी ने स्वीकारा है। श्री नरेंद्र मोदी जी ने संयुक्त राष्ट्र महासभा में कहा था, **"योग भारत की प्राचीन परम्परा का एक अमूल्य उपहार है यह दिमाग और शरीर की एकता का प्रतीक है; मनुष्य और प्रकृति के बीच सामंजस्य है; विचार, संयम और पूर्ति प्रदान करने वाला है तथा स्वास्थ्य और भलाई के लिए एक समग्र दृष्टिकोण को भी प्रदान करने वाला है।** यह व्यायाम के बारे में नहीं है, लेकिन अपने भीतर एकता की भावना, दुनिया और प्रकृति की खोज के विषय में है। हमारी बदलती जीवन- शैली में यह चेतना बनकर, हमें जलवायु परिवर्तन से निपटने में मदद कर सकता है। तो आयें एक अन्तरराष्ट्रीय योग दिवस को गोद लेने की दिशा में काम करते हैं।"

इस वर्ष भी योग महोत्सव का आयोजन योग के विभिन्न आयामों एवं उसकी उपयोगिता के व्यापक प्रचार-प्रसार के लिए किया गया है। योग महोत्सव का उद्देश्य संपूर्ण विश्व में स्वास्थ्य तथा कल्याण एवं शांति को बढ़ावा देने के लिए एक जन आंदोलन को प्रोत्साहित करना है और इसके लिए आयुष मंत्रालय द्वारा संपूर्ण देश में 100 दिनों, 100 शहरों तथा 100 संगठनों के क्रियाकलापों का प्रारंभ किया गया। इसमें प्रख्यात योग गुरुओं, आयुष के विशेषज्ञों, प्रतिनिधियों एवं योग के प्रति उत्साही व्यक्तियों सहित प्रतिष्ठित गणमान्य व्यक्तियों की शुभ उपस्थिति तथा प्रवचनों के साक्षी बन रहे हैं।

तो आइए हम सब भी इसके साक्षी बने और जीवन में योग को अपनाए।

- सोनल मंजू श्री ओमर जी, राजकोट (गुजरात)

MX CREATIVITY
Brand Creation & Digital Marketing

LOOKING FOR CREATIVE TALENTS?

"We Love Being Creative
You Love Results
So We Focus On Both"

WHY YOU NEED US?
WE DESIGN YOUR DREAM.....

Unleash creativity beyond limits with our innovative solutions at MX Creativity. Where ideas take flight, and visions come to life, we redefine possibilities in the world of design and innovation.

WEB DESIGN & DEVELOPMENT

Elevate your online presence with our expert Web Design and Development services – where innovation meets seamless functionality for a captivating digital experience.

APPS DESIGN & DEVELOPMENT

Transform ideas into interactive reality with our cutting-edge mobile app development. Amplify your reach and engagement through strategic marketing that propels your app to success in the digital landscape.

PRINT DESIGN & BRAND IDENTITY

Bring your brand to life on paper with our dynamic print media solutions. Elevate your identity through impactful branding that leaves a lasting impression in the tangible world.

www.mxcreativity.com
info@mxcreativity.com

Get In Touch Now..!
+91 8080 5187 45

गोल-गोल रोटी जिसने पूरी दुनिया को अपने पीछे गोल-गोल घुमा रखा है। यह रोटी कब बनी यह कहना थोड़ा मुश्किल है पर हाँ, जब से भी बनी है तब से हमारी भूख मिटा रही है। आज दो जून की रोटी की बात करते है, अक्सर कहा जाता है कि हमें दो जून की रोटी भी नसीब नहीं हो रही।

"दो जून की रोटी" यह पंक्ति साहित्यकारों ने, फिल्मकारों ने सभी जगह काम में लिया है। फिल्मों की बात करें तो उसमें भी रोटी का जिक्र हुआ "रोटी" और "रोटी कपड़ा और मकान" जो उस समय की सुपर हिट फिल्म हुई इतना ही नही साहित्य जगत में प्रेमचंद जी ने भी रोटी की महिमा का बखान किया।

जून शब्द अवध भाषा का है जिसका अर्थ होता है "समय", तो दो जून अर्थात् दो समय की रोटी यानी दो समय का भोजन।

जानकारों की माने तो कहा जाता है कि जून में भयंकर गर्मी पड़ती है और इस महीने में अक्सर सूखा पड़ता है। इसकी वजह से चारे-पानी की कमी हो जाती है। जून में ऐसे इलाकों में रह रहे ग़रीबों को दो वक्त की रोटी के लिए कड़ी मेहनत करनी पड़ती है। इन्हीं हालात में 'दो जून की रोटी' प्रचलन में आई होगी।

यह **रोटी (Roti) शब्द संस्कृत के शब्द 'रोटीका' से आया** और यह बात को 16वीं शताब्दी में लिखित आयुर्वेद के ग्रन्थों में भी मिलता है। साथ ही 10 वीं और 18 वी शताब्दी में भी रोटी का ज़िक्र किया गया। हम आदिम मानव के समय की बात करें तो, तब वह अपनी भूख जानवरों के शिकार और फल से मिटाते थे फिर आग की खोज और उसके बाद अनाज और उसके बाद रोटी बनी होगी जो आज जिसे लोग फुलका, चपाती, रोटली एवम् भाखरी वगैरह के नाम से भी पुकारते हैं।

यह हम भारतीयों का ख़ास भोजन है। आज चाहे जो फास्टफूड मिलता हो पर रोटी के बिना सब अधूरा लगता है। खासतौर से उत्तर भारत में जहाँ गेहूँ की पैदावार ज़्यादा है। कहा भी जाता है कि हमारी पहली ज़रूरत रोटी कपड़ा और मकान होती है। इसकी अहमियत का अन्दाज़ा हमारी कहावतों में भी मिल जाता है। जैसे लोग कहते हैं कि फलाने गाँव से हमारा 'रोटी-बेटी का रिश्ता' है।

अब रोटी चाहे गोल हो या हो कोई और आकार, पतली हो चाहे मोटी, घी में चुपड़ी हो

या सूखी हो, उसके साथ प्याज हो या चटनी, दाल हो या हो ढेर सारी सब्जियाँ। रोटी ने अपनी भूमिका हरेक के साथ निभाई दाल रोटी हो या प्याज रोटी हो रोटी ने कभी भी अपना कदम पीछे नही हटाया। महंगे आधुनिक रसोईघर में बनी हो चाहे खुले आसमान के नीचे रोटी भूख तो मिटाती ही मिटाती है। रोटी ने अपने रूप भी बदले पराँठे तन्दूरी लच्छा नान और भी न जाने क्या-क्या।

और इस रोटी के लिए इंसान क्या-क्या करता है, किसी को यह आसानी से मिल जाती और किसी को बड़ी मुश्किल से यह रोटी आलीशान महलों से लेकर झोपड़ी तक किसी अमीर की थाली से ग़रीब के हाथों में दिखाई देती है।

कहते है कि आदमी इस पापी पेट के खातिर सब कुछ करता है, यह रोटी इंसान से अच्छे-बुरे सभी कर्म करवाती है।

ईमानदारी की रोटी से मन तृप्त हो जाती है, वही बेईमानी की रोटी से मन ही नहीं भरता।
तो आप सब भी दाल रोटी खाओ और प्रभु के गुण गाओ ॥

- संगीता अजय दरक माहेश्वरी, मनासा, जिला नीमच (मध्य प्रदेश)

भारतीय परम्परा
Let's together discover our Tradition, Culture & Heritage

पिता का प्रेम

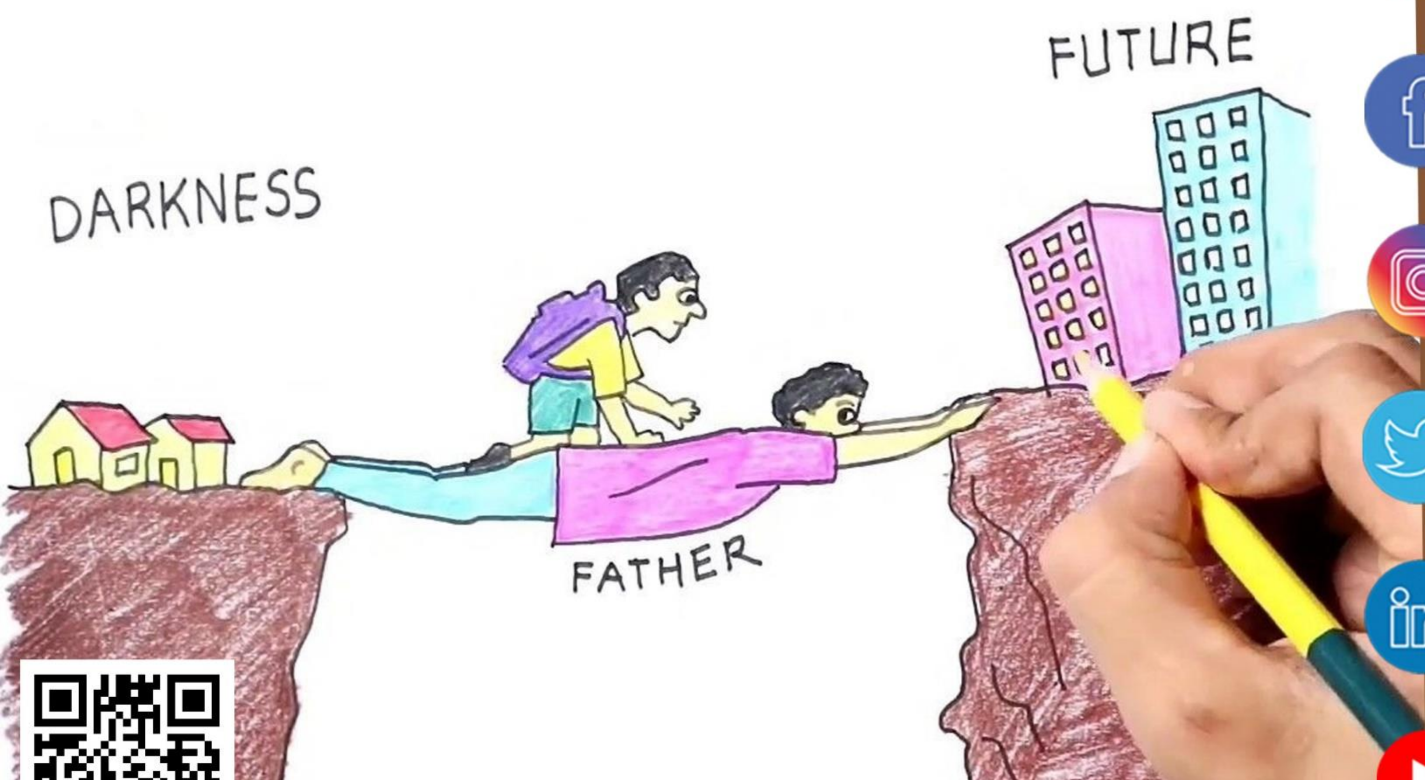
पिता की उँगली थाम कर, चलना मैंने सीखा था।
उनकी छांव में हर दर्द को, जीना मैंने सीखा था।

वो सख्त दिखते थे बाहर से, पर दिल में प्यार भरा था।
मेरी हर छोटी खुशी के लिए, उनका दिल भी धड़का था।

मेरे सपनों को पंख देने, वो अपनी नींद भुला बैठे।
मेरे हौसलों को उड़ान देने, वो अपने ख्वाबों से जोड़ बैठे।

हर मुश्किल राह को आसान कर, मुझे जीना सिखलाया।
पापा आप हीरो मेरे, आपसे ही जीवन पाया।

आपके बलिदान और प्रेम को, मैं शब्दों में कैसे बयां करूँ?
फादर्स डे पर आपको सलाम,
आपका आशीर्वाद हमेशा साथ धरूँ।



www.bhartiyaparampara.com