

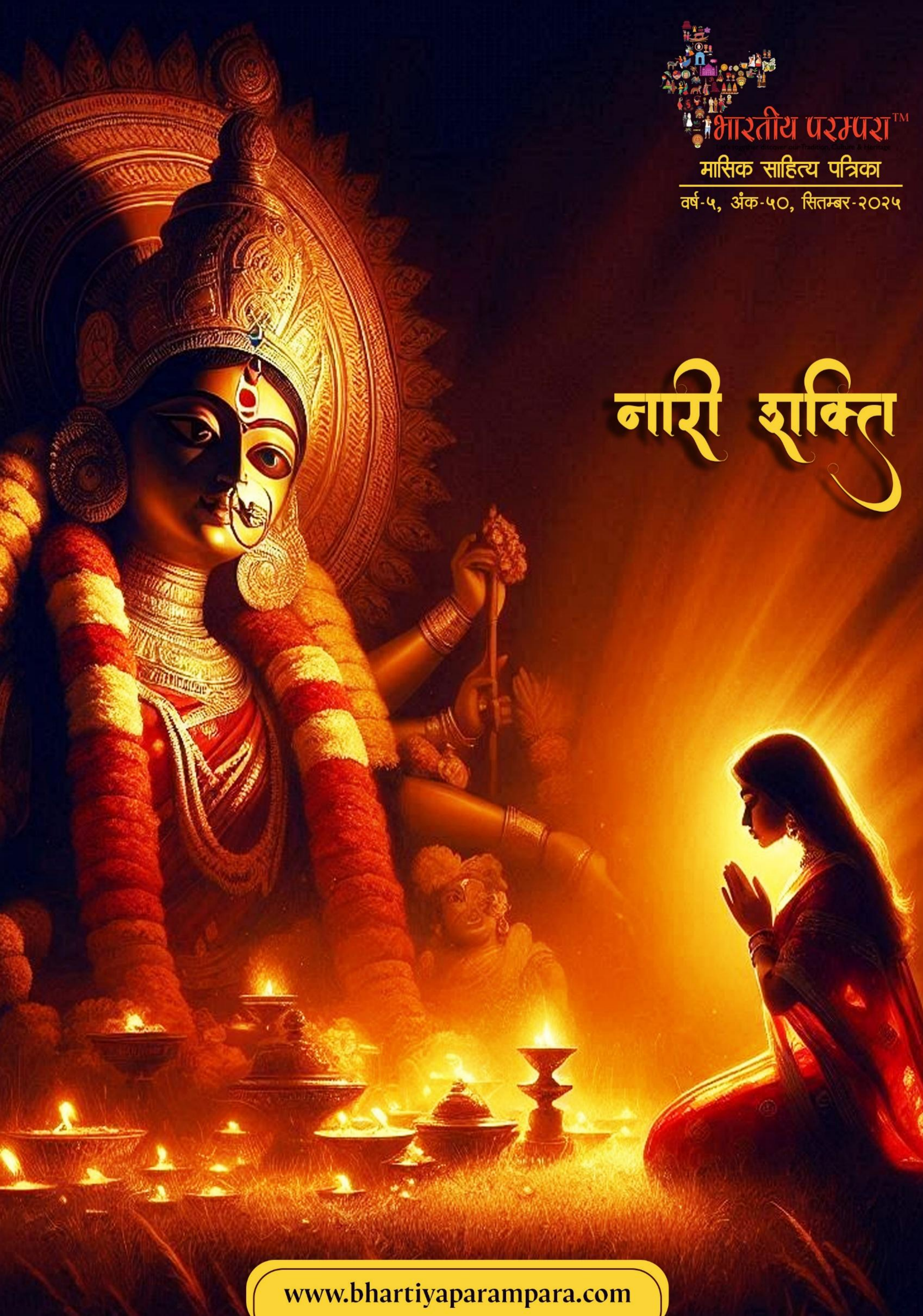


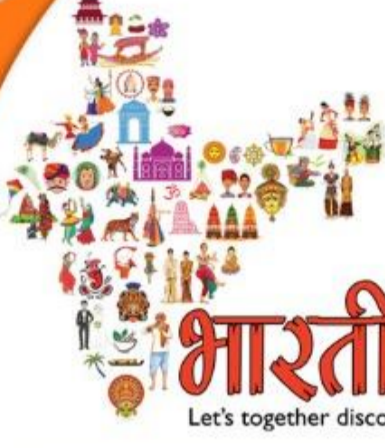
भारतीय परम्परा™

मासिक साहित्य पत्रिका

वर्ष-५, अंक-५०, सितम्बर-२०२५

# नारी शक्ति





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

वर्ष-५, अंक-५०, सितम्बर-२०२५

संपादक  
प्रीति माहेश्वरी

प्रकाशन स्थल  
मुम्बई

डिजाइनिंग टीम  
MX CREATIVITY

सोशल कनेक्शन



हमसे जुडने के लिए आइकन पर स्पर्श करें



[www.bhartiyaparampara.com](http://www.bhartiyaparampara.com)



[paramparabhartiya@gmail.com](mailto:paramparabhartiya@gmail.com)

मूल्य

आपका कीमती समय

For Private Circulation Only

# सितम्बर २०२५

साका कौलेण्डर-१९४७, विक्रम संवत्-२०८२, अयान-दक्षिणायन, ऋतु-शरद

सोम

01 भाद्रपद शु.  
नवमी,  
गौरी विर्सजन

08 अश्विन कृ.  
प्रतिपदा,  
श्राद्ध प्रारम्भ

15 अश्विन कृ.  
नवमी,  
अभियंता दिवस

22 अश्विन कृ.  
प्रतिपदा, नवरात्रि  
प्रारम्भ, घटस्थापना,  
महाराज अग्रसेन जयंती

29 अश्विन शु.  
अष्टमी,  
दुर्गा अष्टमी

मंगल

02 भाद्रपद शु.  
दशमी,  
तेजा दशमी

09 अश्विन कृ.  
द्वितीया

16 अश्विन कृ.  
दशमी

23 अश्विन शु.  
द्वितीया

30 अश्विन शु.  
नवमी

बुध

03 भाद्रपद शु.  
एकादशी,  
परिवर्तनी  
एकादशी व्रत

10 अश्विन कृ.  
तृतीया

17 अश्विन कृ.  
एकादशी, इंदिरा  
एकादशी व्रत,  
विश्वकर्मा पूजा

24 अश्विन शु.  
तृतीया

गुरु

04 भाद्रपद शु.  
द्वादशी,  
वामन जयंती

11 अश्विन कृ.  
चतुर्थी-पंचमी,  
विघ्नराज  
संकष्टी चतुर्थी

18 अश्विन कृ.  
द्वादशी

25 अश्विन शु.  
चतुर्थी

शुक्र

05 भाद्रपद शु.  
त्रयोदशी, प्रदोष  
व्रत, ओणम,  
शिक्षक दिवस

12 अश्विन कृ.  
षष्ठी

19 अश्विन कृ.  
त्रयोदशी,  
प्रदोष व्रत,  
मासिक शिवरात्रि

26 अश्विन शु.  
पंचमी

शनि

06 भाद्रपद शु.  
चतुर्दशी,  
अनन्त चतुर्दशी,  
गणेश विर्सजन

13 अश्विन कृ.  
सप्तमी

20 अश्विन कृ.  
चतुर्दशी

27 अश्विन शु.  
षष्ठी

रवि

07 भाद्रपद शु.  
पूर्णिमा, पूर्णिमा  
व्रत, श्राद्ध पूर्णिमा,  
चंद्र ग्रहण

14 अश्विन कृ.  
अष्टमी, मासिक  
कृष्ण जन्माष्टमी,  
हिन्दी दिवस

21 अश्विन कृ.  
अमावस्या,  
सर्वपितृ अमावस्या

28 अश्विन शु.  
सप्तमी

कृ. - कृष्ण शु. - शुक्ल

तेजा दशमी



www.

**वीर तेजा जी** के मंदिरों में मेले का आयोजन होता है। **बाबा की सवारी (वारा)** जिसे आती है, उसके द्वारा रोगी, दुःखी, पीड़ितों का धागा खोला जाता है, महिलाओं की गोद भरी जाती है और भक्त अपनी मनोकामनाएँ पूर्ण होने की प्रार्थना करते हैं। मेले में भक्ति और लोक-आस्था का अद्भुत संगम देखने को मिलता है।

अनन्त चतुर्दशी



www.

**अनंत चतुर्दशी** भाद्रपद माह की शुक्ल पक्ष की चतुर्दशी को मनाई जाती है, जो विशेष रूप से अनंत देवता की पूजा का दिन है। इस दिन भक्त अनंत की प्रतिमा की पूजा करते हैं और अनंत चालीसा का पाठ करते हैं। पूजा के दौरान विशेष रूप से अनंत की भव्य पूजा-अर्चना की जाती है, जिससे जीवन में समृद्धि और खुशहाली की प्राप्ति होती है। इस दिन व्रत रखने से पापों की शांति और पुण्य की प्राप्ति होती है। **श्रद्धालु इस दिन अनंत सूत्र धारण करते हैं**, जो भगवान के अनंत स्वरूप और उनकी कृपा का प्रतीक माना जाता है।

गणेश विसर्जन



www.

**गणपति विसर्जन** गणेश चतुर्थी के समापन का महत्वपूर्ण अवसर है, जब भक्त गणेश जी की मूर्तियों को विसर्जन के लिए जल में प्रवाहित करते हैं। **यह दिन गणेश जी की विदाई का दिन होता है**, जिसमें भव्य जुलूस और धूमधाम से पूजा के बाद मूर्तियों को नदी, तालाब या समुद्र में विसर्जित किया जाता है। विसर्जन के दौरान भक्त गणेश जी की पूजा करके उनके आगमन की खुशी मनाते हैं और उनके सुखमय पुनरागमन की प्रार्थना करते हैं। इस दिन को उत्सव के समापन के रूप में मनाया जाता है, जिसमें श्रद्धा और भक्ति के साथ गणेश जी को विदाई दी जाती है।



ओणम, केरल का एक प्रमुख त्योहार है, जो हर साल अगस्त-सितंबर के बीच मनाया जाता है। यह त्योहार मुख्य रूप से **मलयाली**

**समुदाय** द्वारा धूमधाम से मनाया जाता है और इसकी शुरुआत **चिंगम महीने** के पहले दिन से होती है। ओणम पर्व की विशेषता उसकी सांस्कृतिक विविधता, पारंपरिक रीति-रिवाज और स्थानीय मान्यताओं से जुड़ी होती है। **ओणम का त्योहार महाबली राजा के आगमन की खुशी में मनाया जाता है, जो एक प्राचीन लोककथा के अनुसार, अपनी प्रजा के बीच हर साल अपनी भव्य यात्रा पर आते हैं।** राजा महाबली को उनके दयालु और न्यायप्रिय शासन के लिए याद किया जाता है। यह पर्व प्राकृतिक समृद्धि और सामाजिक मेल-मिलाप की प्रतीक है।

**ओणम की तैयारियाँ -** ओणम के दिन, घरों को सजाने की परंपरा होती है। महिलाएं अपने घरों के आँगन में रंग-बिरंगे फूलों से 'पुकलम' (फूलों की रंगीन सजावट) बनाती हैं।

इस दिन, विशेष रूप से **‘सधा’ और पूज़ी, अवियल, काप्पा, पायसम** आदि पारंपरिक भोजन तैयार किया जाता है। यह भोजन सर्प-आकृतियों की टोकरी में परोसा जाता है और इसे आमतौर पर केले के पत्तों पर सजाया जाता है। ओणम के दौरान विभिन्न सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन होता है। इनमें **‘ओणम सधा’** (ओणम का भोजन), **‘पुलिकली’** (सारसों की भाँति सजने वाले लोगों के नृत्य), और **‘वामन और महाबली के चरित्र निभाने वाले लोक-नृत्य** शामिल हैं। विशेष रूप से **‘वृंदा’ (पारंपरिक रेस) और ‘कुम्बलंगी’ (कुम्बलंगी नृत्य)** जैसे खेल भी इस पर्व का हिस्सा होते हैं।

ओणम के दौरान, **पारंपरिक खेल** जैसे कि **‘लॉन्ग-ड्रॉ’, ‘कथकली’, और ‘कुंबलंगी’ का आयोजन होता है। ‘पुंडी’ खेल भी इस त्योहार का हिस्सा है।**

ओणम पर्व का समापन **‘अट्टा’** नामक विशेष पूजा से होता है, जिसमें भगवान महाबली की पूजा की जाती है और उनके स्वागत के लिए विशेष आयोजन किए जाते हैं।

यह पर्व समृद्धि, खुशी और सामाजिक एकता का प्रतीक है। इस पर्व को धूमधाम से मनाकर, लोग अपने जीवन में खुशी और समृद्धि की कामना करते हैं।

पूरा पढ़ें [www.](http://www.)

## साल का दूसरा चंद्र ग्रहण -

इस वर्ष का दूसरा और बेहद खास पूर्ण चंद्र ग्रहण 7 सितंबर 2025 को लगेगा। यह ग्रहण भारत में स्पष्ट रूप से दिखाई देगा। इसके साथ ही एशिया, ऑस्ट्रेलिया, न्यूज़ीलैंड और अमेरिका के कई हिस्सों में भी इसे देखा जा सकेगा।

भारतीय समयानुसार यह चंद्र ग्रहण 7 सितंबर की रात 9:58 बजे शुरू होगा और 8 सितंबर की तड़के 1:26 बजे समाप्त होगा। इस प्रकार यह ग्रहण लगभग 3 घंटे 29 मिनट तक रहेगा। खास बात यह है कि इस पूर्ण चंद्र ग्रहण को खगोलविद **“ब्लड मून”** भी कह रहे हैं, क्योंकि इस दौरान चाँद का रंग लालिमा लिए हुए नजर आएगा।



## पितृ पक्ष की पूजा कैसे करते हैं?

ब्रह्म पुराण के अनुसार "पितरों की तृप्ति के उद्देश्य से उचित काल या स्थान पर पितरों के नाम उचित विधि पूर्वक जो कर्म श्रद्धा से किये जाये उन्हें श्राद्ध कहते है।"

**"श्रद्धया पितृन उद्दिश्य विधना क्रियते  
यत्कर्म तत श्राद्धम " ॥**

**श्रद्धा शब्द से ही श्राद्ध की उत्पत्ति हुई है।** श्राद्ध में ब्राह्मणों के माध्यम से पितरों की तृप्ति के लिए भोजन कराया जाता है। पिण्ड रूप में पितरों को दिया गया भोजन भी श्राद्ध का अहम हिस्सा होता है। **अपने मृत पितृगण के लिए श्रद्धा भाव से किये श्राद्ध को पितृ यज्ञ भी कहते है, जिसका वर्णन मनुस्मृति, वीर मित्रोदय, श्राद्ध कल्पलता, श्राद्ध तत्व, पितृदायिता आदि अनेक ग्रंथों में मिलता है।**

### पितरों को श्राद्ध की प्राप्ति कैसे होती है ?

आज के आधुनिक युग में यह जिज्ञासा स्वाभाविक है कि श्राद्ध में दी गयी भेंट और अन्न आदि सामग्री पितरो को कैसे मिलती है। मृत्यु के बाद जीव को अपने अपने कर्मों के अनुसार गति मिलती है, कोई देवता बनता है, कोई पितर, कोई प्रेत, कोई इंसान, कोई पशु - पक्षी, पेड़ तृण कुछ भी तो सबको अपनी योनि के हिसाब से श्राद्ध का फल मिल जाता है। इसमें अपनी गोत्र / जाति के अनुसार विश्व देव और अग्नि तत्व उनको श्राद्ध की सामग्री प्राप्त करवा देते है। जातक देव योनि का है तो अन्न उसे अमृत के समान प्राप्त होता है, मनुष्य योनि में अन्न के समान और पशु पक्षी की योनि में तृण के समान, नाग योनि में वायु के रूप से और अन्य योनियों में उनके तृप्ति के समान उनको श्राद्धीय भोज प्राप्त होता है।

नाम, गोत्र, हृदय की श्रद्धा और सही तरीके से लिए संकल्प से उनको प्राप्त हो जाता है। जातक चाहे कितनी भी योनियां पार कर जाये उनके नाम का दिया श्राद्ध उन्ही को मिलता है, जिस प्रकार 1 बछड़ा गौशाला में अपनी मां गाय को ढूंढ लेता है उसी प्रकार श्राद्ध का सामान भी आपने जातक को मिल जाता है।

### पितृपक्ष के दौरान ध्यान रखने योग्य बातें -

धर्म ग्रंथों के अनुसार, विधि-विधान पूर्वक श्राद्ध करने से पितरों की आत्मा को शांति मिलती है। माना जाता है कि पितृपक्ष के 16 दिनों के दौरान सभी पूर्वज अपने परिजनों को आशीर्वाद

देने के लिए पृथ्वी लोक पर आते हैं। वे भी अपने घर परिवार का ही हिस्सा होते हैं, उनके लिए तर्पण, श्राद्ध और पिंड दान किया जाता है। इन अनुष्ठानों को करना इसलिए भी महत्वपूर्ण है क्योंकि **इससे किसी व्यक्ति के पूर्वजों को उनके इष्ट लोकों को पार करने में मदद मिलती है। वहीं जो लोग अपने पूर्वजों का पिंडदान नहीं करते हैं उन्हें पितृ ऋण और पितृदोष हो जाता है।** इसलिए श्राद्ध पक्ष के दौरान यदि पितरों का श्राद्ध कर रहे हैं तो इन बातों का ध्यान रखना चाहिए -

- श्राद्ध अनुष्ठान में परिवार का सबसे बड़ा सदस्य, विशेष रूप से परिवार का सबसे बड़े बेटे से पूरी विधि करवानी चाहिए है।
- पितरों का श्राद्ध करने से पूर्व स्नान करें और स्वच्छ वस्त्र धारण करें।
- कुश / घास से बनी अंगूठी पहनें, यह दया का प्रतीक है और इसका उपयोग पूर्वजों का आह्वान करने के लिए किया जाता है।
- पिंडदान के एक भाग के रूप में जौ के आटे, तिल और चावल से बने गोलाकार पिंड को भेंट करें।
- श्राद्ध के लिए तैयार किए गए भोजन को कौवे को अर्पित करें क्योंकि इसे यम का दूत माना जाता है।
- ब्राह्मणों को भोजन अर्पित करें और गंगा अवतराम, नचिकेता, अग्नि पुराण और गरुड़ पुराण की कथाओं का पाठ करें।
- पितृ पक्ष के दिन संकल्प ले और इस मंत्र का जाप करें -

**“ये बान्धवा बान्धवा वा ये नजन्मनी बान्धवाः,  
ते तृप्तिमखिला यन्तुं यश्चमततो अलवक्षति।”**

- जिस स्थान पर आप पीने का पानी रखते हैं, वहां रोज शाम को शुद्ध घी का दीपक लगाएं। इससे पितरों की कृपा आप पर हमेशा बनी रहेगी। इस बात का ध्यान रखें कि वहां जूठे बर्तन कभी न रखें।
- सर्व पितृ अमावस्या के दिन चावल के आटे के 5 पिंड बनाएं व इसे लाल कपड़े में लपेटकर नदी में बहा दें।
- गाय के गोबर से बने कंडे को जलाकर उस पर गूगल के साथ घी, जौ, तिल व चावल मिलाकर घर में धूप करें।
- विष्णु भगवान के किसी मंदिर में सफेद तिल के साथ कुछ दक्षिणा (रुपए) भी दान करें।
- कच्चे दूध, जौ, तिल व चावल मिलाकर नदी में बहा दें। ये उपाय सूर्योदय के समय करें तो अच्छा रहेगा।
- श्राद्ध में ब्राह्मण को भोजन कराएं या सामग्री जिसमें आटा, फल, गुड़, सब्जी और दक्षिणा दान करें।
- श्राद्ध नहीं कर सकते तो किसी नदी में काले तिल डालकर तर्पण करें। इससे भी पितृ दोष में

में कमी आती है।

- श्राद्ध पक्ष में किसी विद्वान ब्राह्मण को एक मुट्ठी काले तिल दान करने से पितृ प्रसन्न हो जाते हैं।
- श्राद्ध पक्ष में पितरों को याद कर गाय को हरा चारा खिला दें। इससे भी पितृ प्रसन्न व तृप्त हो जाते हैं।
- सूर्यदेव को अर्घ्य देकर प्रार्थना करें कि आप मेरे पितरों को श्राद्ध युक्त प्रणाम पहुँचाए और उन्हें तृप्त करें।

www.

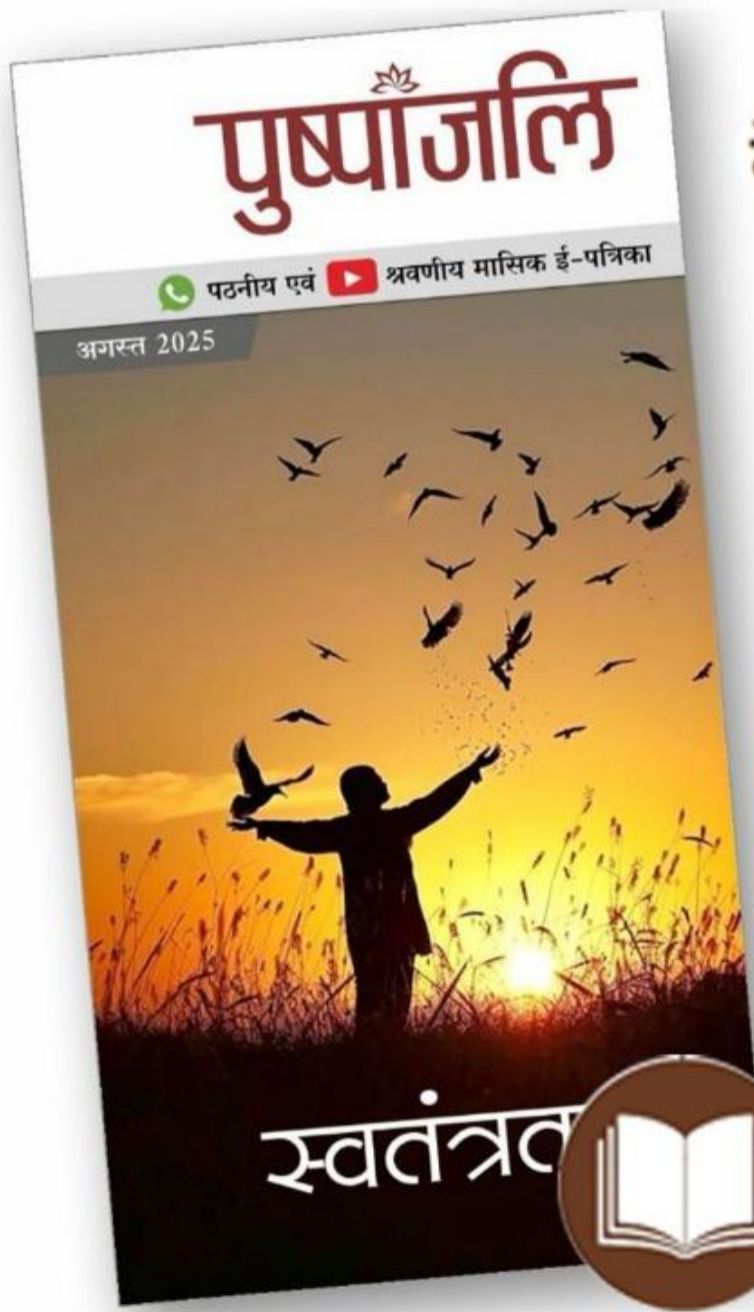
पितृ पक्ष  
कब, क्यों व कैसे?

www.

पितृ पक्ष  
पौराणिक कथा

www.

पितृ पक्ष पर ध्यान  
देने योग्य तथ्य



देश की पहली साहित्यिक ई-पत्रिका जो  
ठनीय-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।



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 हैं उन्हें स्पर्श करने पर आप उस लिंक पर इंटरनेट के माध्यम से पहुँच सकते हैं।
- ❖ 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।



घर के आँगन में पीपल का पुराना पेड़ खामोशी से खड़ा था। उसकी छाँव में खेलते हुए बीते साल जैसे किसी पुराने सन्दूक में बंद पड़े थे। इस घर की दीवारों ने न जाने कितनी कहानियाँ देखी थीं—हँसी की, आँसुओं की, त्याग और उपेक्षा की। बड़े बेटे ने महज़ छठी कक्षा से ही घर का बोझ अपने कंधों पर उठा लिया था। पिता का स्वभाव ऐसा था कि घर के कामों में कोई स्थायी हाथ बँटाना उनकी

आदत में नहीं था। न कोई बड़ा सपना, न मेहनत से आगे बढ़ने की चाह। उस उम्र में, जब बाकी बच्चे अपनी पढ़ाई और खेलों में मग्न होते, उसने ट्यूशन पढ़ाकर न सिर्फ़ खुद की पढ़ाई पूरी की बल्कि छोटे भाई की भी।

बहनों की पढ़ाई के लिए जितना संभव हो सका, उसने पैसे जुटाए। कपड़े, किताबें, फीस—हर ज़रूरत में वह आगे खड़ा था। शादी के बाद उसकी पत्नी भी इस ज़िम्मेदारी में बराबर की साझेदार बनी। वह न सिर्फ़ अपने घर की ज़िम्मेदारी निभाती, बल्कि ननदों को उनके घर जाकर पढ़ाती, उन्हें अपने साथ कोचिंग ले जाती।

घर की छोटी-बड़ी ज़रूरतों के लिए बड़े की नौकरी और उसकी पत्नी की कमाई पर ही घर चलता रहा। पत्नी के फ़िक्स्ड डिपॉज़िट तक घर के खर्च में लग गए। जब उसकी पत्नी की भी नौकरी लगी, तब भी उनकी पूरी तनख़्वाह घर की उन्नति में खर्च होती रही।

कई सालों बाद बड़ा भाई नौकरी में स्थिर हुआ। उसने घर का सपना सजाया—नया मकान बनवाया, एक पुरानी गाड़ी खरीदी ताकि घर के काम आसानी से हों। लेकिन गाड़ी का इस्तेमाल भी ज़्यादातर छोटा ही करता। यहाँ तक कि जब उसकी पत्नी गर्भवती थी, तब भी छोटा गाड़ी लेकर चला जाता और भाभी बस से ड्यूटी जाती। बड़ा भाई खुद किसी और के साथ काम पर जाता।

बड़े के बेटे के जन्म से पहले ही छोटे भाई की नौकरी लग चुकी थी। पर ज़िम्मेदारियों में हाथ बँटाने या घर का पुराना कर्ज़ चुकाने के बजाय वह अपने ही आराम में लगा रहा। एक-दो बार बड़े ने माता-पिता से भी कहा कि **छोटे की ज़रूरतों पर ध्यान दो, पर उसकी इच्छाओं को पंख मत लगाओ।** मगर माता-पिता ने यह नहीं सोचा कि बड़ा सालों से परिवार का बोझ उठाए हुए है और अपना सब कुछ घर के लिए झोंक चुका है।

बड़ा भाई और भाभी हमेशा छोटे के लिए खुद से अच्छा ढूँढ़ते और सोचते रहे—कपड़ों से लेकर पढ़ाई और सुविधा तक, हर बार उन्होंने पहले छोटे की ज़रूरत पूरी की। लेकिन माता-पिता और छोटे की इच्छाओं को कभी सब्र नहीं मिला; जो चाहा, तुरंत चाहिए था, चाहे उसके लिए बड़े का त्याग और मेहनत क्यों न कुर्बानि हो।

बड़े भाई और उसकी पत्नी दोनों ड्यूटी करते और बच्चा पिता की गोद में पलता। इस समय भी न सास-ससुर, न बहनें और न ही छोटा भाई मदद को आगे आए।

कुछ समय बाद छोटे भाई की शादी हुई। उसकी पत्नी भी नौकरी में थी। घर का कर्ज़ उतारने के बजाय दोनों ने नई गाड़ी खरीद ली। जबकि बड़े भाई की पत्नी को मायके से गाड़ी के लिए जो पैसे मिले थे, वे भी इस घर को आगे बढ़ाने में खर्च हो चुके थे।

**सबसे चुभने वाली बात यह थी कि बहनों की पढ़ाई और ज़रूरतों के लिए सालों तक सबकुछ देने के बाद भी, वे छोटे भाई के पक्ष में रहीं। जैसे बड़े का हर त्याग, हर मेहनत किसी पुराने कपड़े की तरह बेमानी हो गया हो।**

अब घर का माहौल बदल चुका था। छोटे भाई और उसकी पत्नी के बीच अहम का भाव बढ़ चुका था। बातें तानों में बदल गई थीं, और ताने अपमान में। कभी-कभी तो छोटे का गुस्सा हाथ तक पहुँच जाता। सास-ससुर भी इस पर चुप रहते।

बड़ा भाई अब अपने बेटे और पत्नी के साथ ही अपनी छोटी-सी दुनिया में सीमित हो चुका था। पर एक अजीब-सी खामोशी उसके भीतर घर कर गई थी—वह खामोशी, जो सिर्फ़ वही समझ सकता था, जिसने सालों तक दूसरों के लिए अपना सब कुछ दे दिया हो और बदले में सिर्फ़ दूरी पाई हो।

दुख इस बात का नहीं था कि मेहनत का प्रतिफल नहीं मिला, बल्कि इस बात का था कि जिनके लिए जीवन का हर पल खपा दिया, उन्होंने ही मुँह मोड़ लिया। बड़े ने बहनों की पढ़ाई के लिए जो त्याग किया, उन्हें अपने घर तक पढ़ाया, वे भी चुपचाप छोटे के साथ खड़ी रहीं। बड़े के बेटे के जन्म के बाद भी किसी ने उसका ध्यान नहीं रखा—न दादी ने, न बुआओं ने, न चाचा-चाची ने।

**समय का चक्र घूमता रहा, पर एक सच्चाई स्थिर रही—वह किशोर, जिसने छठी कक्षा से घर संभालना शुरू किया था, आज भी अपने कर्तव्य से पीछे नहीं हटा।**

बस अब उसने उम्मीद करना छोड़ दिया था।

एक रात, बरसों के घुटे हुए दर्द के बाद, उसने पत्नी से कहा—

**“शायद गलती हमारी ही थी... हमने सोचा था कि खून का रिश्ता सबसे बड़ा होता है। पर असल में, समझ और सम्मान ही रिश्तों को जीवित रखते हैं।”**

पत्नी ने बस उसका हाथ थाम लिया। आँसुओं से भरी आँखों में कोई शिकवा नहीं था, बस एक दृढ़ता थी—

**“अब हम अपने बेटे को यह सिखाएँगे कि इंसानियत पहले, रिश्ते बाद में।”**

आँगन में हवा चल रही थी। दूर मंदिर की घंटियाँ बज रही थीं। घर वही था, लोग वही थे, पर बड़ा भाई अब भीतर से बदल चुका था। वह जान चुका था कि **त्याग का फल हमेशा आभार नहीं होता—कभी-कभी बस चुप्पी और दूरी मिलती है।**

एक शाम, जब घर के आँगन में पीपल की पत्तियाँ सरसराईं, बड़ा भाई चुपचाप अपने बेटे को गोद में लेकर बैठा था। बेटा मासूमियत से पूछ बैठा—

“पापा, आप हमेशा इतने चुप क्यों रहते हो?”

बड़े ने हल्की मुस्कान दी, पर भीतर का दर्द आँखों में उतर आया। उसने बस इतना कहा—

**“कभी-कभी बेटा, चुप रहना सबसे बड़ी ताक़त होती है।”**

पीपल का पेड़ उस शाम और भी स्थिर हो गया था। जैसे उसने भी यह वादा कर लिया हो कि वह इस घर के त्याग की छाया को हमेशा संजोकर रखेगा—चाहे लोग भूल जाएँ, पर हवा की हर सरसराहट में वह कहानी ज़िंदा रहेगी।

यह कहानी खुली छोड़ दी गई है, ताकि पाठक सोच सके—

क्या कभी छोटा भाई, माता-पिता और बहनें उस त्याग को समझेंगे?

या यह भी एक ऐसी कहानी होगी, जो सिर्फ़ पीपल के पत्तों की सरसराहट में सुनी जाएगी...

— डॉ. सत्यवान सौरभ जी, कवि, स्वतंत्र पत्रकार एवं स्तंभकार, आकाशवाणी एवं टीवी पैनलिस्ट. बड़वा (सिवानी) भिवानी, (हरियाणा)

❖ थिरक उठे गीत ❖

घटाओं के पृष्ठ पर बूंदों के गीत।

आवरण पर छपे हैं पावस के छंद,  
धरा ने किए हरियाली अनुबंध।

हवाओं के पृष्ठ पर नींदों के गीत।

मेघों की सरगम पर थिरक उठे गीत,  
तोड़ी सुर-तालों ने रागों की भीत।

फ़िज़ाओं के पृष्ठ पर खुशबू के गीत।

स्वागत में दामिनी दीप लिए खड़ी,  
खुशियों से झूमकर छोड़े फुलझड़ी।

मघाओं के पृष्ठ पर पूर्वा के गीत।

नदियों-सा दिल के अब तटबंध टूटे,  
झील, कुएँ, ताल मिल पानी को लूटें।

लताओं के पृष्ठ पर झूलों के गीत।

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

आज है हिंदी भाषा दिवस, हिंदी हमारी राष्ट्रभाषा है।  
नाज़ है हमें अपनी भाषा पर,  
नाज़ है संस्कृति और अपने राष्ट्र पर।

पर क्या सच में नाज़ है? गर होता ऐसा, ना उड़ाते हम मज़ाक़,  
ना बनाते खिल्ली, अपनी भाषा, भगवान और संस्कृति की।

मॉडर्न कहलाने की होड़ में, अंग्रेज़ी के पीछे भागते रहे,  
चलते-फिरते अंग्रेज़ हो गए, बिन अंग्रेज़ी जैसे गूँगे हो गए।

राष्ट्रभाषा को मान तो देते हैं, पर कई बार संग में ऐसा भी लिखते हैं,  
जिसे पढ़ते हुए खुद को भी आती है शरमा।

हिंदी है हमारी शान, हिंदी से ही है हिंदुस्तान।  
हिंदी से ही जुड़ी हैं हमारी भावनाएँ और पहचान।

आओ लौट चलें दो कदम अपनी संस्कृति की ओर।  
दिखाएँ आईना उन सबको जो उड़ाते हैं मज़ाक़ हिंदी का शोर।

आज है हिंदी भाषा दिवस—  
हिंदी है हमारी राष्ट्रभाषा, हमारी आत्मा

- योगिता सदनी जी, पुणे (महाराष्ट्र)

हिन्दी  
दिवस

की हार्दिक शुभकामनाएँ



"मुझे अपनी शरण में ले लो राम... ले लो राम।

**मुझे अपनी शरण में ले लो राम...!!"**

"रानो, तुम यह उदासी भरा भजन क्यों गा रही हो? और यह क्या-तुम्हारी आँखें तो सरोवर की तरह डबडबा गई हैं?" प्यारे ने अपनी पत्नी रानो के कंधे पर हाथ रखते हुए पूछा।

**"प्यारे! अब जीवन अंतिम पड़ाव पर है। भगवान का भजन ही हमें मोक्ष की ओर ले जाएगा।"** रानो ने प्यारे के हाथ पर अपना हाथ रखते हुए कहा।

"धत्त पगली! हमने कौन सा पाप किया है। पाप ही तो..." रानो कुछ और बोलती, उससे पहले ही प्यारे ने उन्हें चुप करा दिया।

"अच्छा सुनो रानो!"

"हाँ प्यारे, कहो।"

"पता है न, इस बार हमारी वैवाहिक वर्षगांठ पर कौन आने वाला है?"

"अरे हाँ! मैं कैसे भूल सकती हूँ" रानो मुस्कराती हुई बोली।

"क्या रानो, तुम भी न!"

"प्यारे, न जाने क्यों मेरा हृदय उनसे मिलने को इतना आतुर है। और दूसरी तरफ मन के कोने में छिपा भय बार-बार संकेत कर रहा है... लेकिन क्या? मुझे समझ नहीं आ रहा।"

तभी रानो और प्यारे की बातें उनके खास मित्र लखन लाल जी ने सुन लीं। वे बोले—

"क्या बहन जी! आपको हमने कितनी बार समझाया है, ज्यादा मत सोचिए। आप लोगों को बहुत अच्छा तोहफ़ा मिलने वाला है। खास मैनेजर साहब ने इंतज़ाम किया है। भई, मैनेजर साहब से हम बहुत बार मिल चुके हैं, अब आप लोगों की बारी है।"

थोड़ी देर बाद... दूर खड़ी प्यारे और रानो की केयरटेकर आई और बोली—

"सुनो... सुनो... सुनो! सभी एक जगह इकट्ठा हो जाइए। जिस पल का आप लोगों को इंतज़ार था, वह खत्म हुआ।"

सभी के चेहरों पर मुस्कान की लालिमा दस्तक देने लगी।

"चलो रानो, जल्दी चलो। वे आ गए हैं।"

दोनों एक-दूसरे का हाथ पकड़कर तेज़ चलने लगे। प्यारे की खुशी का ठिकाना ही नहीं था, मानो कोई अपना आया हो।

"हाँ प्यारे, अब चलो भी!"

"ओह! इतनी सुंदर सजावट मैंने आज तक नहीं देखी।" रानो अपने दोनों गालों पर हाथ रखकर हैरानी से बोली।

"सच... आखिर मैनेजर साहब कौन हैं और कहाँ हैं? चलिए न प्यारे, सबसे पहले उन्हें आशीर्वाद देकर धन्यवाद करते हैं।"

"अरे! शायद वे ही हैं मैनेजर साहब।"

पीछे मुँह करके खड़े थे। जैसे ही प्यारे ने उनके कंधे पर हाथ रखा, वे उनकी ओर मुड़े।

"ये क्या!... प्यारे, ये तो तुम्हारा भतीजा है, जो विदेश में रहता है!"

"हाँ रानो!"

कुछ सेकंड तक तीनों एक-दूसरे को टकटकी लगाकर देखते रहे। प्यारे की लड़खड़ाती जुबान से निकला—

"आपने तो हमें सरप्राइज़ ही दे दिया।"

**"मैनेजर साहब! सही कहते थे लोग... धन्य हैं तुम्हारे माता-पिता, धन्य हैं, जिन्होंने तुम्हें जन्म दिया है।"** बोलते हुए रानो मैनेजर साहब के दोनों हाथ पकड़कर रो पड़ी।

**"देर से ही सही, तुम्हें अक्ल तो आई।"**

"जो बेटा अपने माँ-बाप की जीते-जी सेवा न कर सका, आज उनके गुजर जाने के बाद इतने बड़े वृद्धाश्रम में दूसरों के माँ-बाप को संभालने और खुश रखने की जिम्मेदारी उठा रहा है।

**अच्छा अवसर ढूँढ रखा है तुमने अपने पश्चाताप का, बेटा।"** प्यारे ऊँची आवाज़ में बोले।

अपनी नाराज़गी जताते हुए प्यारे, रानो का हाथ पकड़कर उल्टे पाँव कमरे की ओर लौट गए। वृद्धाश्रम में खड़े बुज़ुर्गों की आँखें भर आईं। दूसरी तरफ मैनेजर साहब सिर झुकाए फफक कर रो पड़े।

**रानो और प्यारे को उनकी इकसठवीं वर्षगांठ का यह तोहफ़ा हृदय की गहराई तक झकझोर गया।**

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



## हिन्दी दिवस

की हार्दिक शुभकामनाएँ

### ❖ हिन्दी दिवस : हमारी भाषा, हमारी पहचान ❖

हिन्दी केवल एक भाषा नहीं, बल्कि करोड़ों लोगों की भावनाओं, संस्कारों और संस्कृति का प्रतीक है। यह हमारी मातृभाषा होने के साथ-साथ हमारी पहचान और हमारी जड़ों से जुड़ाव का माध्यम भी है। हिन्दी में वह सरलता, मिठास और अपनापन है, जो व्यक्ति को सहज ही जोड़ लेती है। **हर वर्ष 14 सितंबर को हिन्दी दिवस मनाया जाता है, ताकि हम अपनी राष्ट्रभाषा के महत्व को समझें और उसे गर्व से अपनाएँ। संविधान सभा ने 14 सितंबर 1949 को हिन्दी को राज-भाषा के रूप में स्वीकार किया था। तभी से यह दिन हमारी भाषा के सम्मान और उसके प्रचार-प्रसार का प्रतीक बन गया।**

आज के वैश्विक दौर में अंग्रेज़ी का महत्व अवश्य है, परंतु हमें यह भी समझना होगा कि अपनी मातृभाषा की उपेक्षा करके कोई भी समाज आगे नहीं बढ़ सकता। हिन्दी हमें हमारी परंपराओं से जोड़ती है और हमें आत्मगौरव का अनुभव कराती है। साहित्य, पत्रकारिता, शिक्षा और तकनीकी क्षेत्र में हिन्दी की भूमिका लगातार बढ़ रही है। इंटरनेट और सोशल मीडिया के युग में भी हिन्दी की लोकप्रियता दिनों-दिन बढ़ती जा रही है।

हमें गर्व होना चाहिए कि हिन्दी केवल भारत में ही नहीं, बल्कि दुनिया के अनेक देशों में बोली और समझी जाती है। यह वैश्विक स्तर पर हमारी सांस्कृतिक धरोहर का प्रतीक बन चुकी है।

अतः हिन्दी दिवस पर संकल्प लें कि हम हिन्दी का प्रयोग केवल औपचारिकता तक सीमित न रखें, बल्कि अपने दैनिक जीवन, शिक्षा और कार्यक्षेत्र में भी गर्व के साथ करें। यही सच्चा सम्मान होगा हमारी राष्ट्रभाषा का।

**"हिन्दी हमारी आत्मा है, हमारी संस्कृति की धड़कन है और हमारी पहचान का सबसे मजबूत आधार है।"**

www.

जाने हिन्दी भाषा  
से जुड़े रोचक तथ्य

www.

हिन्दी वर्णमाला



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

अगर आप अपने  
'शब्दों के मोती'



भारतीय परम्परा  
की माला में पिरोना

चाहते हैं तो हमें सम्पर्क करें!

आपका लेख वेबसाइट  
पर भी प्रकाशित किया जायेगा



[paramparabhartiya@gmail.com](mailto:paramparabhartiya@gmail.com)





## मानवीय सद्गुण की आज बड़ी जरूरत -

आज जब समाज में संवेदनशीलता खत्म हो रही है मानवीय सद्गुणों की बड़ी जरूरत महसूस की जा रही है। **विनम्रता ऐसा सद्गुण है जो न तो कमजोरी है न ही झुकाव का प्रतीक बल्कि यह वह आंतरिक शक्ति है जिससे व्यक्ति दूसरों को जोड़ता है।** इस गुण में टूटे हुए मनुष्य को जोड़ने की भी अद्भुत शक्ति है।

**गुरुदेव टैगोर का यह कथन कि "हम मानवता के सबसे तब करीब होते हैं जब हम विनम्रता में महान होते हैं।"** आज के संदर्भ में अत्यंत प्रासंगिक है। जिस युग में स्वार्थ, दिखावा और अधिकार की होड़ ने संबंधों की आत्मा को कमजोर कर दिया है, वहां विनम्रता को कमजोरी समझा जाने लगा है लेकिन वास्तव में विनम्रता ही वह मानवीय गुण है जो व्यक्ति को आत्मकेंद्रित अहंकार से बाहर निकालकर व्यापक मानवता से जोड़ता है।

गुरुदेव टैगोर का मानना था कि **महानता केवल उपलब्धियों से नहीं बल्कि उस संवेदनशीलता और नम्रता से मापी जानी चाहिए जिससे हम दूसरों के दुख को समझ सकें, सहानुभूति रख सकें और बिना किसी दिखावे के सहायता कर सकें।**

**जब व्यक्ति अपने 'मैं' को छोटा करके दूसरों के लिए कुछ करता है वहीं से सच्ची मानवता की शुरुआत होती है।**

आज समाज में बढ़ती असहिष्णुता, आत्ममुग्धता और संवेदनहीनता के बीच गुरुदेव टैगोर की यह सीख हमें याद दिलाती है कि **"मानव होने का अर्थ केवल शारीरिक रूप से मनुष्य होना नहीं बल्कि दूसरों की पीड़ा को अपना समझना और उसे कम करने के लिए आगे आना है।"**

विनम्रता वही धरातल है जहाँ मानवता की असली नींव रखी जाती है। गुरुदेव का यह विचार न केवल एक आदर्श की ओर संकेत करता है, बल्कि आज के समाज को पुनः मानवीय बनाने की पुकार भी है।

**- अमृतलाल मारु जी, 'रवि', इंदौर (म.प्र.)**



जीवन में निर्णय लेना अत्यंत महत्वपूर्ण है। निर्णय करना या निर्णय ले पाना हमें शक्ति देता है और जिम्मेदारी लेने का अहसास जगाता है। हर दिन कोई रोमांचकारी घटनाएँ नहीं होतीं, हमारा जीवन सामान्य सा होता है, लेकिन यदि हम उस पर ध्यान न दें तो यह और भी अति सामान्य हो जाता है। यदि किसी से पूछा जाए कि आप दिनभर में कितने निर्णय लेते हैं, तो शायद वह सोच

में पड़ जाए। संभव है कि वह कहे – महीने भर में एक-दो बार ही कुछ तय करते हैं। लेकिन सच तो यह है कि हम हर दिन कई फैसले करते हैं। अफ़सोस यह है कि हम न तो उन पर ध्यान देते हैं और न ही उनके नतीजों पर विचार करते हैं। यही कारण है कि हम बिना कुछ सीखे ही आगे बढ़ते जाते हैं। **सुबह कितने बजे उठें? अलार्म बंद करने के बाद कितनी देर में उठें? यह दिन का सबसे पहला निर्णय होता है। लेकिन अक्सर हम इसके फ़ायदे-नुकसान पर विचार ही नहीं करते।** अगर हम सोचें कि जल्दी उठने से हमें कितने लाभ होंगे—अधिक काम कर पाएँगे, ऊर्जावान महसूस करेंगे, सैर पर जा सकेंगे, सेहत पर ध्यान देंगे—तो क्या हम इसे रोज़ नहीं अपनाएँगे? **लेकिन अक्सर यही निर्णय टलता जाता है—आज नहीं तो कल से, और कल नहीं तो परसों से।**

कहा जाता है कि अपनी बेहतरीन ज़िंदगी से हम केवल एक विकल्प दूर होते हैं। यदि हम बेहतर चुनते हैं, तो आगे भी बेहतर ही चुनते रहेंगे और बेहतर ही परिणाम पाएँगे। धीरे-धीरे ज़िंदगी की तस्वीर बदल जाएगी। हम क्या चुनते हैं, यही हमारे जीवन की दिशा तय करता है—गरिष्ठ भोजन या पौष्टिक हल्का भोजन, व्यायाम करना या उससे बचने के कारण गिनाना। दिनभर ऐसे अनगिनत अवसर हमारे सामने आते हैं, जिनमें हर निर्णय हमारे जीवन का हिस्सा बन जाता है और उनके नतीजे हमें साथ लेकर चलते हैं।

हे परमेश्वर! जीवन हमें हर रोज़ अवसर देता है कि हम इसे बेहतर से बेहतरीन बना सकें। हमें जो भी हासिल हुआ है, उसे याद रखना और लिख लेना भी जीवन का एक सुंदर अभ्यास हो सकता है। **बदलाव रातों-रात नहीं होते।** यह धीरे-धीरे होता है, लेकिन लगातार सही चुनाव करके हम अपने जीवन को नए रूप में गढ़ सकते हैं। यही सतत् प्रक्रिया हमारे विकास का मार्ग बनती है।

— मधु अजमेरा जी, ग्वालियर (म. प्र.)



## 1) रैनबो फ्रूट-

**सामग्री:** केला, सेब, कीवी, अनानास – सभी समान मात्रा में, बादाम – 8 से 10, अखरोट – 4 से 5, किशमिश – 15 से 20, मौसंबी का जूस या गाढ़ी मलाई – आवश्यकता अनुसार।

**विधि** - सभी फलों को छोटे-छोटे टुकड़ों में काटकर एक डिश में रखें। अब इसमें ताज़ा मौसंबी का रस या गाढ़ी मलाई मिलाकर अच्छे से मिक्स करें। इसे एक गिलास में भरें और ऊपर से कटे हुए बादाम, अखरोट और किशमिश डालकर सजाएँ। नवरात्रि में इसे माता जी को भोग स्वरूप अर्पित करें।



## 2) चिया-शहद पुडिंग -

**सामग्री:** चिया बीज – 2 चम्मच, नारियल का दूध – 1 कप, शहद – 2 चम्मच, केला – 1 (या मनपसंद फल), मेवा कतरन – 1 चम्मच।

**विधि:** चिया बीजों को नारियल के दूध और शहद में अच्छी तरह मिला ले। इस मिश्रण को रातभर ढककर फ्रिज में रखें। सुबह तक बीज फूलकर जेली जैसी बनावट ले लेंगे। इसे चम्मच से हल्का चलाएँ और ऊपर से केले के टुकड़े (या पसंद का फल) डालें। अंत में मेवा कतरन से सजाएँ। यह प्रोटीन से भरपूर, स्वादिष्ट पुडिंग नवरात्रि में माता जी को भोग के लिए उत्तम है।

### ❖ विविधा किचन टिप्स ❖

- शक्कर की चाशनी ठंडी होने पर कड़क हो जाती है, ऐसा नहीं होना चाहिए। इसलिए चाशनी में थोड़ा-सा नींबू का रस डालें, ताकि चाशनी नरम बनी रहे।
- पोहे सेंकते समय यदि थोड़ा-सा नमक डाल दें तो वे सिकुड़ते नहीं हैं।
- शक्करपारे का आटा दूध में गूँधना चाहिए। इससे शक्करपारे सुनहरे और कुरकुरे बनते हैं।
- लहसुन के छिलके आसानी से निकालने के लिए कपड़े पर अरारोट पाउडर लेकर उस पर लहसुन मसलें।



विविधा कुकिंग क्लासेस, पूनम राठी जी, नागपुर



#### 104. रावण-जटायु युद्ध का क्या परिणाम रहा...?

– जटायु की चोंच, नख और पंखों से घायल होने के पश्चात रावण ने अपनी तलवार से जटायु के दोनों पंख, पैर और पार्श्वभाग काट डाले। इससे जटायु लहलुहान होकर आकाश से धरती पर गिर पड़े।

#### 105. हरण के दौरान सीता माता ने अपने आभूषण कहाँ गिराए...?

– जब रावण, सीता माता का हरण कर आकाश मार्ग से लंका ले जा रहा था, तब एक पर्वत (ऋष्यमूक) पर पाँच वानरों के

समूह को देखकर उन्होंने अपने आभूषणों को चुनरी में लपेटकर उन वानरों की ओर गिरा दिए।

#### 106. ऐसा उन्होंने किस उद्देश्य से किया...?

– यह सोचकर कि शायद इस माध्यम से भगवान श्रीराम को उनके अपहरण की सूचना मिल जाए।

#### 107. अपहरण के पश्चात रावण ने सीता माता को कहाँ रखा...?

– अशोकवाटिका में। वाल्मीकि रामायण में अशोकवाटिका को प्रमदावन भी कहा गया है।

#### 108. रावण द्वारा सीता माता के हरण की सूचना भगवान श्रीराम को सबसे पहले किससे प्राप्त हुई...?

– सीता माता की खोज करते हुए भगवान श्रीराम और लक्ष्मण ने, रावण द्वारा घायल किए गए जटायु को देखा। जटायु ने सीता माता के अपहरण और रावण के बारे में सूचना दी। सूचना देने के पश्चात देह त्यागने पर भगवान श्रीराम ने जटायु का दाह संस्कार कर जलांजलि दी।

#### 109. सीता की खोज करते हुए भगवान श्रीराम और लक्ष्मण का किस राक्षस से सामना हुआ...?

– कबंध। कबंध अर्थात् केवल धड़मात्र; जिसका न सिर होता है और न ही गर्दन। उसे कबंध कहा जाता है। कबंध पैसे और तीखे रोमों वाला भयंकर राक्षस था, जिसका मुँह उसके पेट में और एक बड़ी आँख थी। उसकी दोनों भुजाएँ एक-एक योजन तक लंबी थीं।

### 110. कबंध राक्षस को कैसे मारा...?

– भगवान श्रीराम और लक्ष्मण ने पहले उसकी लंबी भुजाओं को कंधों से काट दिया। तत्पश्चात उसके कहे अनुसार उसकी देह को अग्नि के सुपुर्द कर दिया।

### 111. कबंध ने सीता की खोज के लिए किससे मित्रता करने की सलाह दी...?

– वानरराज सुग्रीव से। कबंध ने बताया कि सुग्रीव सीता माता की खोज में आपके सहायक और मित्र होंगे।

### 112. पंपासरोवर के निकट मतंगवन में भगवान श्रीराम की किससे मुलाकात हुई...?

– उस वन में मतंग ऋषि का आश्रम होने के कारण उसका नाम मतंगवन था। मतंग ऋषि के आश्रम में भगवान श्रीराम और लक्ष्मण की तपस्विनी शबरी से मुलाकात हुई। मतंग ऋषि शबरी के गुरु थे। देवलोक गमन के समय उन्होंने कहा था कि यहाँ पर तुम्हें भगवान श्रीराम और लक्ष्मण के दर्शन होंगे। उसी दिन से शबरी नित्य आश्रम को पत्र-पुष्प से सजाते हुए भगवान श्रीराम के आगमन की प्रतीक्षा करने लगी थीं।

### 113. तपस्विनी शबरी ने भगवान को क्या भेंट दी...?

– उन्होंने पंपातट पर उत्पन्न होने वाले नाना प्रकार के जंगली फल-मूल उपहार स्वरूप भेंट किए।

### 114. नवधा भक्ति क्या है...?

– रामचरितमानस में तुलसीदास जी लिखते हैं कि भगवान श्रीराम ने तपस्विनी शबरी को भक्ति के नौ प्रकार बताए, जो इस प्रकार हैं –

- ❖ संतों का संग।
- ❖ मेरी कथा-प्रसंग से प्रेम।
- ❖ अभिमान रहित होकर गुरु के चरण कमलों की सेवा करना।
- ❖ कपट छोड़कर मेरे गुण-समूहों का गान करना।
- ❖ मेरे मंत्र (राम नाम) का जाप और मुझ में दृढ़ विश्वास रखना।
- ❖ इन्द्रियों का निग्रह, शील, वैराग्य और निरंतर धर्म का आचरण।
- ❖ सम्पूर्ण जगत को समभाव से और राममय देखना, तथा संतों को मुझसे भी अधिक सम्मान देना।
- ❖ जो कुछ मिल जाए उसमें संतोष करना, और स्वप्न में भी पराये का दोष न देखना।
- ❖ सरलता और सबके साथ कपटरहित व्यवहार करना, तथा हृदय में मेरा भरोसा रखना।

**\*\*नवधा भगति कहउँ तोही पाहीं। सावधान सुनु धरु मन माहीं।।  
प्रथम भगति संतन्ह कर संग। दूसरि रति मम कथा प्रसंगा।।**

**गुर पद पंकज सेवा तीसरि भगति अमान।  
चौथि भगति मम गुण गन करइ, कपट तजि गान।।**

**मंत्र जाप मम दृढ़ बिस्वासा। पंचम भजन सो वेद प्रकासा।।  
छठम शील बिरति बहु करमा। निरत निरंतर सज्जन धरमा।।**

**सातवाँ सम मोहि मय जग देखा। मोते संत अधिक करि लेखा।।  
आठवाँ जथालाभ संतोषा। सपनेहुं नहि देखइ परदोषा।।**

**नवम सरल सब मन छलहीना। मम भरोस हियँ हरष न दीना।।  
नव महुँ जिन्ह के होई। नारि पुरुष सचराचर कोई।।\*\***

(यह प्रसंग केवल तुलसीकृत रामचरितमानस में ही है। वाल्मीकि रामायण में इस प्रसंग का उल्लेख नहीं है।)

क्रमशः... (अगले माह)

– माणक चन्द सुथार जी, बीकानेर (राज.)

## भारतीय परम्परा

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



Vishnu



**रोना भी स्वास्थ्य रक्षक सिद्ध हुआ है, जाने कैसे-?**

**स्वस्थ जीवन के लिए हंसना बहुत जरूरी है, तो रोग निरसन के लिए रोना भी आवश्यक है।** इस आधुनिक जीवन की भागम-भाग के दौर में भावनाएं एवं विचार ऐसे होते हैं, कि हमारी मानसिकता व्यवस्था होती है, यही दबी हुई भावनाएं धीरे-धीरे एक ग्रंथि का रूप धारण कर लेती हैं, ऐसी

स्थिति में सुरक्षा का तरीका यह है, कि भावनाओं को दूसरे रूप में अभिव्यक्त हो, इसे रो कर आंसूओं द्वारा भावनाओं की अभिव्यक्ति की जा सकती है।

मनुष्य संवेदनशील प्राणी है। वह परिवार, समाज और राष्ट्र में घटित होने वाली घटनाओं की भीतरी कसक से प्रभावित हुए बिना नहीं रह सकता है। यह प्रभाव हर्ष और विषाद के रूप में अभिव्यक्त होता है। हर्ष किसी एक की बपौती नहीं है, तो विषाद किसी एक का कर्ज भी नहीं है। जीवन हर्ष और विषाद का युगल है। हर्ष से खुशी के फव्वारे फूटते हैं, तो विषाद से आंसूओं का झरना प्रस्फुटित होता है। हर्ष प्रिय लगता है, विषाद बुरा लगता है, यह हम ऐसा भी कह सकते हैं, कि अतिरिक्त भावनाओं से संबंधित आंसू होते हैं, जो बहुत दुख के कारण अथवा ठेस लगने या बहुत खुशी में बाहर आते हैं, ये आंसू भी सामान्य मात्रा से अधिक होते हैं।

अब देखे अंतरिक्ष यात्री सुधांशु शुक्ला को अंतरिक्ष में रवाना होते देख, उनके पिता शंभू शुक्ला और मां आशा शुक्ला भावुक हो गए और आंखों में आंसू बहने लगे माता-पिता दोनों ही भावुक होकर उस समय कुछ कहने की स्थिति में नहीं थे, उनके आंसू हर्ष से भरे हुए थे, उन्होंने कहा हम बहुत खुश हैं, सुधांशु सफल होगा, हम गर्व से अभिभूत हैं। इस तरह हर्ष के आंसू बह रहे थे। वहीं दूसरी ओर जब राम मंदिर आंदोलन का प्रमुख हिस्सा रही साध्वी ऋतुभरा, उमा भारती और निरंजन ज्योति मिले तो बहुत प्रतीक्षित स्वप्न पूर्ण होने से की प्रसन्नता से आंखों में आंसू छलक आए। इस तरह इंसान के आंसू हमेशा दुख और तकलीफ को ही बयां नहीं करते हैं, बल्कि मन में हर्ष खुशी और मीठी यादों में तथा सुकून भरे दिनों को याद करने पर भी आंखों में आंसू छलकते हैं।

अमेरिका के प्रसिद्ध डॉक्टर फ्रैंक ने कहा “आंसू तनावों से मुक्ति का सर्वाधिक सफल सहायक है, भावावेश को अधिकांश व्यक्ति दबा देते हैं, इसी वजह से कुंठा, अवसाद, दर्द, तनाव और दिमागी विकृतियां पैदा होती हैं, यहां देखें यदि किसी व्यक्ति की आंखों में दुख या विपत्ति

के वक्त आंसू ना आए, तो डॉक्टर के अनुसार वह व्यक्ति अस्वस्थ हैं, यदि किसी महिला की आंखों में घोर शोक अथवा संकट की घड़ी में आंसू नहीं आए, तो ऐसी महिलाएं शुष्काग्नि रोग से ग्रस्त होती हैं। महिलाएं और पुरुष के आंसू में भिन्नता होती है, इसी तरह हर्ष और विषाद के आंसुओं में भिन्नता होती है। पुरुष भी कभी रो तो उनका स्वास्थ्य भी अच्छा रहता है। महिलाओं में पुरुषों की अपेक्षा रोने की प्रवृत्ति अधिक होती है, महिलाओं को रोने का मानो प्रकृति से वरदान मिला हो। इसी कारण से महिलाएं अनेक व्याधियों से मुक्त रहती हैं। वहीं पुरुषों को व्याधियों को भोगना पड़ता है। पुरुष रो कर उनसे मुक्त हो सकते हैं। किंतु मनुष्य रोता कम है। सामान्यतः रोने को बुरा माना जाता है, वहीं रोना स्वास्थ्य की सुरक्षा करता है, और जीवन प्रत्याशा में वृद्धि करता है, वहीं महिलाएं रोने में माहिर होती हैं।

एक नई स्टडी से ज्ञात हुआ कि महिलाओं की तुलना में पुरुषों के तथाकथित मगरमच्छ के आंसू ज्यादा भरोसेमंद होते हैं। शोधकर्ता मोनिका ब्रावेल कहती हैं नकली पछतावे वाले लोग ज्यादा भावनात्मक उतार-चढ़ाव दिखाते हैं, उनकी आवाज में झिझक होती है, इसे भावनात्मक अशांति कहते हैं। वे चेहरे के हाव-भाव का इस्तेमाल ज्यादा करते हैं। आंसू ना आने के कारण अनेक प्रकार की शारीरिक विकृतियों जैसे आंखों में चुंभन या जलन, दिखने में कठिनाई होना, जोड़ों में दर्द होना, मुंह फटना नाक का सूखा रहना, सिर दर्द रहना आदि हो सकते हैं। आंसू न केवल आंखों को स्वस्थ रखते हैं, बल्कि उन्हें कीटाणु से सुरक्षा भी देते हैं। डॉक्टर मानटेग का कहना है कि "जिन व्यक्तियों की विकास प्रक्रिया में आंखों से कम आंसू निकलते हैं, वह जीवन की सभी अवस्थाओं आमतौर से जल्दी ही रोगों से ग्रस्त हो जाते हैं।" एक जापानी शिक्षक योशीदा खुद को टियर्स टीचर कहते हैं और वह टियर्स वर्कशॉप चलाते हैं ! योशीदा इस विचार के आधार पर टियर्स वर्कशॉप चलाते हैं, कि हफ्ते में एक बार रोने से तनाव दूर हो सकता है, और यह हंसने या रोने की तुलना में अधिक प्रभावी तनाव निवारक हो सकता है, आंसू आंखों को संक्रमण से बचते हैं, साथ ही उनमें नमी बनाए रखते हैं, यह तनाव को काम करते हैं, और मानसिकता को मजबूत बनाते हैं।

जो लोग सहज रोते हैं, वह अधिक स्वस्थ रहते हैं, और उनका जीवन के प्रति नजरिया भी सकारात्मक होता है। इसके साथ ही महिला पुरुषों में आंसू आने से फेफड़े खुल जाते हैं, और चेहरा साफ हो जाता है। वहीं यदि आंसू को बहाने से रोकते हैं, तो "टाकिसन" साइंस की तरह काम करते हैं, और हमारे शरीर के प्रतिरोधक क्षमता को कमजोर करते हैं। चिकित्सा विज्ञान के क्षेत्र से ज्ञात होता है, कि यदि आप स्वस्थ रहना चाहते हैं तो रोइये क्योंकि आंसुओं के रूप में कुछ रसायन आंखों से बाहर आ जाते हैं।

**- डॉ बी.आर. नलवाया जी, पूर्व प्राचार्य, शासकीय पीजी महाविद्यालय, मंदसौर (म. प्र.)**



हलवा-पूरी होती है, भेलपूरी  
होती है..  
पानी-पूरी भी होती है..  
बस कम्बख्त..  
नींद पूरी नहीं होती...!



अगर आपको आधी  
छींक आकर रुक जाए तो  
समझ लो किसी को आपकी  
याद तो आई,  
पर उसने सोचा-  
भाड़ में जाए....!



फायदा  
बहुत गिरी हुई चीज है, लोग  
उठाते ही रहते हैं...!



अब केवल हाथापाई  
करना हो तो खुद जाना पड़ता  
है वरना सब  
ऑनलाइन हो गया है....!

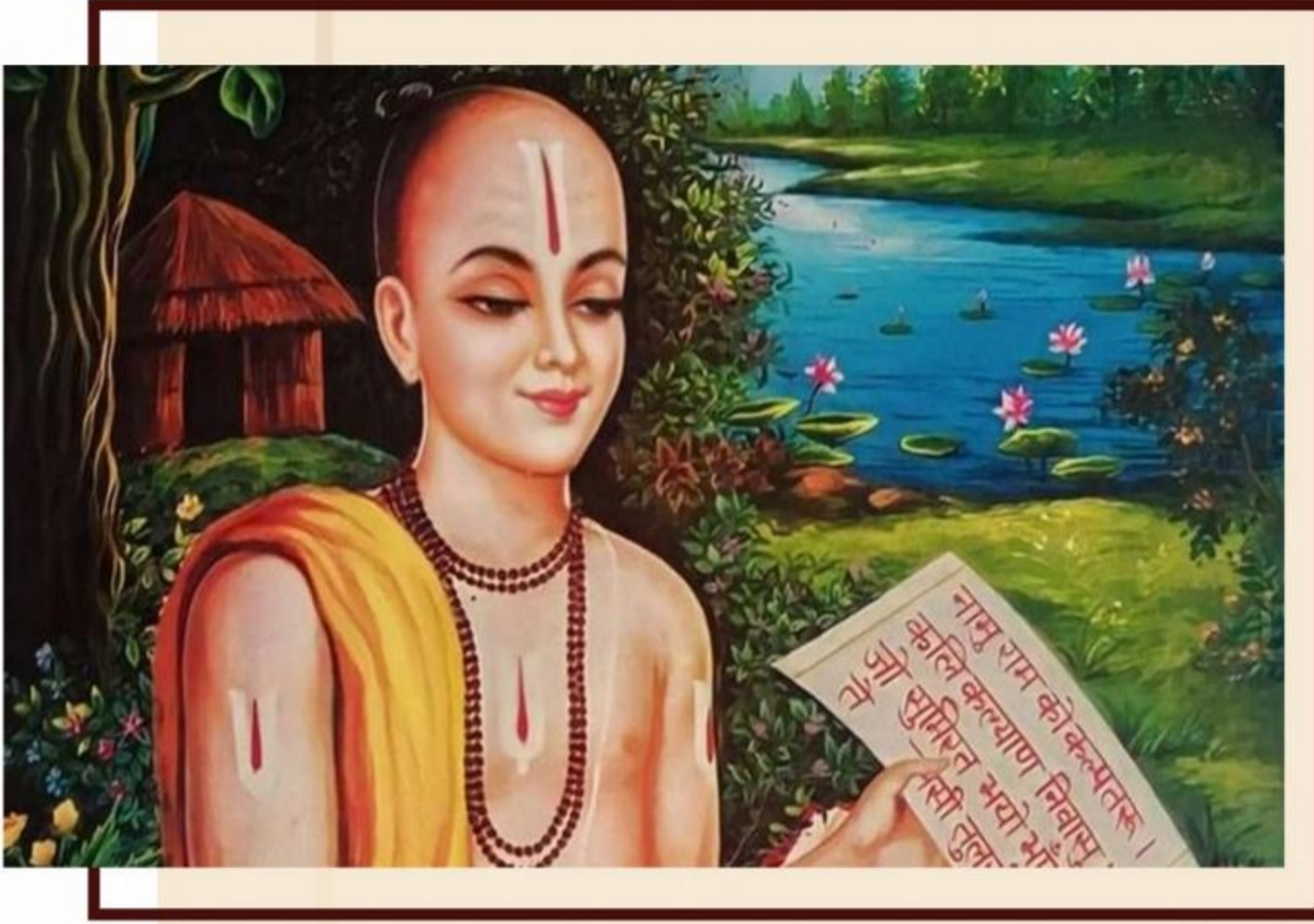


पहले जब हम लोग  
सोते थे तो शरीर को आराम  
मिलता था..  
और अभी जब हम सोते हैं  
तो फोन को आराम  
मिलता है!



जब लोग अपनी  
शादी-शुदा जिंदगी से इतने ही  
परेशान हैं तो फिर  
शादी की सालगिरह  
इतने धूमधाम से मनाते ही  
क्यों हैं?





नारी शक्ति, प्रकृति, अग्नि और समय: तुलसीदास की दार्शनिक दृष्टि में तुलसीदास द्वारा रचित रामचरितमानस सरल अवधी भाषा में काव्य रूप में लिखा गया एक अद्भुत ग्रंथ है, जो न केवल श्रीराम के चरित्र, आदर्शों और मर्यादा का अमृतमय वर्णन करता है, बल्कि भारतीय संस्कृति, धर्म, नीति और भक्ति का जीवंत प्रतीक है तथा जनमानस की आत्मा से

**जुड़ा हुआ है।** यह मानव स्वभाव, जीवन की जटिलताओं और प्रकृति के नियमों का दार्शनिक प्रतिबिंब भी प्रस्तुत करता है। इसमें प्रेम, करुणा, त्याग, सेवा और धर्म का ऐसा अनुपम संगम है, जो हृदय को पवित्र करता है। वास्तव में यह केवल एक धार्मिक ग्रंथ नहीं, बल्कि मानव स्वभाव, जीवन की विसंगतियों और प्रकृति के नियमों का गहन दार्शनिक प्रतिरूप है। इसमें लोक और शास्त्र दोनों का अद्भुत सामंजस्य समाहित है।

रामचरितमानस के अयोध्या कांड के दोहा क्रमांक 47 में लिखा है—

**“काह न पावकु जाटि सक, का न समुद्र समाइ।  
का न करै अबला प्रबल, केहि जग कालु न खाइ॥”**

इस दोहे में अग्नि, समुद्र (प्रकृति), नारी तथा काल की असीमित शक्तियों का संकेत मिलता है। इसके अनुसार—

**“काह न पावकु जाटि सक”** अर्थात् इस जगत में ऐसी कौन-सी वस्तु है जिसे अग्नि भस्म न कर सकती हो?

**“का न समुद्र समाइ”** अर्थात् ऐसी कौन-सी वस्तु है जिसे विशाल समुद्र निगल न सकता हो?

**“का न करै अबला प्रबल”** अर्थात् ऐसा कौन-सा कार्य है, जिसे निश्चय करने पर प्रबल नारी नहीं कर सकती?

**“केहि जग कालु न खाइ”** अर्थात् ऐसा कौन है जिसे काल (मृत्यु) निगल न सके, जिसकी मृत्यु न होती हो?

वस्तुतः यह दोहा एक साथ **चार शक्तियों की चर्चा करता है—अग्नि, समुद्र, स्त्री और काल।** जब ये चारों सक्रिय और प्रबल होते हैं, तो कोई भी सीमा या पूर्वग्रह इनके प्रभाव को रोकने में असमर्थ होता है।

### अग्नि और समुद्र (जल) की शक्ति -

दोहे के प्रथम और द्वितीय भाग में अग्नि और जल में निहित प्राकृतिक शक्तियों की व्याख्या है। ये दोनों तत्व स्वभावतः विरोधी होते हुए भी असीमित शक्तियों और क्षमताओं वाले हैं। अग्नि जहाँ विनाश की प्रतीक है, वहीं शुद्धिकरण का माध्यम भी है। समुद्र अपने विशाल स्वरूप में जीवन का उद्गम और विनाश दोनों समेटे हुए है। मर्यादा में रहते हुए ये दोनों जीवन और विकास में सहायक बनते हैं, किंतु जब मर्यादा लांघने पर विवश होते हैं, तो विनाशक रूप धारण कर लेते हैं। इतिहास में जंगलों की भस्म होती हरियाली और समुद्री तूफानों में डूबती बस्तियाँ इसका प्रमाण हैं। यह हमें चेतावनी देता है कि **मानव को प्रकृति की शक्तियों को पहचानना और उनका सम्मान करना चाहिए। प्राकृतिक संपदा का दुरुपयोग न हो, यही विवेकपूर्ण आचरण है और समस्त जीवन का हित भी।**

### स्त्री शक्ति -

दोहे के तीसरे भाग में **तुलसीदास स्त्री को 'अबला' कहकर उस समय समाज में प्रचलित पारंपरिक छवि को स्वीकार करते हैं, किंतु वे यह भी कहते हैं कि जब वह 'प्रबल' हो जाती है और निश्चय कर लेती है, तब वह असीम शक्तिशाली हो उठती है।**

भारतीय नारी ने राजकाज, विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी, शिक्षा, चिकित्सा, अध्यात्म, समाज सेवा, राजनीति तथा सैन्य क्षेत्र तक में अपनी शक्ति और क्षमता का परिचय दिया है और आज भी हर क्षेत्र में सक्रिय उपस्थिति दर्ज करा रही है।

भारतीय इतिहास में अनेकों ऐसी नारियाँ हुई हैं जिन्होंने अपने ज्ञान, शौर्य और समर्पण से अमिट छाप छोड़ी—गर्गी, मैत्रेयी, सीता, रानी लक्ष्मीबाई, अहिल्याबाई होलकर, जीजाबाई, कैप्टन लक्ष्मी सहगल, कनकलता बरुआ, सरोजिनी नायडू, इंदिरा गांधी, कल्पना चावला, सुनीता विलियम्स, डॉ. असीमा चटर्जी, डॉ. टेसी थॉमस, डॉ. ऋतु करिधाल, डॉ. मीनल संपत, डॉ. जानकी अमल, डॉ. इंदिरा हिंदुजा आदि। **ये उदाहरण सिद्ध करते हैं कि भारत की नारी न पहले कभी 'अबला' रही है और न ही आज है। अतः 'सबला' ही नारी की सही परिभाषा है।**

यह दोहा भारतीय नारियों के लिए संदेश है कि उन्हें अपनी निहित शक्तियों को पहचान कर उन्हें सकारात्मक दिशा देनी चाहिए। यह सत्य है कि स्त्री, यदि जागरूक और दृढ़ निश्चयी हो, तो किसी भी अन्याय या संकट का सामना कर सकती है। वह कठिन से कठिन कार्य को पूरा कर सकती है और जटिल से जटिल समस्याओं का समाधान भी खोज सकती है। वह मां चंडी की तरह शत्रुओं का सामना और उनका संहार कर सकती है, तथा माता कौशल्या की तरह अपने पुत्र को संस्कारित कर मर्यादा पुरुषोत्तम भगवान राम भी बना सकती है।

### काल की शक्ति -

दोहे के अंतिम चरण में 'काल' की सर्वव्यापी और अपरिहार्य सत्ता का बोध कराया गया है। यह मानव के लिए संदेश है कि **प्रकृति पर विजय की आकांक्षा छोड़कर उसे शांति, सद्भाव, सामंजस्य और विकास की ओर बढ़ना चाहिए।** समय (काल) से कोई भी अछूता नहीं रहा— न राजा, न रंक, न जानी, न अजानी, न बलशाली, न निर्बल। **आज के संदर्भ में 'काल' केवल मृत्यु नहीं, बल्कि समय का प्रतीक भी है।** यदि समय को साधा जाए तो निर्माण का कारण बनता है, और यदि गँवाया जाए तो विनाश का। यह **अटल ब्रह्मांडीय सत्य है कि परिवर्तन और विनाश समय के साथ अनिवार्य हैं। जो आज है, वह कल नहीं रहेगा।**

### तुलसीदास की दृष्टि में नारी और समाज -

तुलसीदास की भक्ति परंपरा में नारी न तो निष्क्रिय है और न ही निर्बल पात्र, बल्कि सशक्त, श्रद्धेय और आध्यात्मिक रूप से समर्पित साधिका है। उन्होंने सीता, शबरी, अन्नपूर्णा और कौशल्या के माध्यम से नारी के विविध आयाम—शक्ति, भक्ति, करुणा, ज्ञान और त्याग—को आत्मीयता से प्रस्तुत किया। कुछ लोग तुलसीदास के साहित्य की चौपाई—

**“ढोल, गँवार, शूद्र, पशु, नारी। सकल ताड़ना के अधिकारी॥”**

को आधार बनाकर रामचरितमानस को कटघरे में खड़ा करते हैं। वे इस विशाल काव्य की गहराई और संदर्भ को समझे बिना केवल एक पंक्ति पर पूर्वाग्रह रचते हैं। जबकि 'ताड़ना' शब्द के अनेक अर्थ हैं। सही व्याख्या वही कर सकता है जो अच्छे पाठक और व्याख्याकार की भूमिका निभाए। यदि ध्यानपूर्वक अध्ययन किया जाए, तो स्पष्ट होता है कि तुलसीदास ने अपने साहित्य में नारी को हमेशा भक्ति, त्याग, प्रेम और शक्ति का प्रतीक माना है। यह तभी संभव है जब उनकी दृष्टि में नारी का यही स्वरूप रहा हो।

### निष्कर्ष -

रामचरितमानस का यह दोहा केवल भावनात्मक अभिव्यक्ति नहीं है, बल्कि **जीवन के चार सार्वभौमिक सिद्धांतों का दार्शनिक प्रतिपादन है—प्रकृति की मर्यादा, नारी की शक्ति, समय का मूल्य और विनाश की अनिवार्यता।** यह हमें चेतावनी देता है कि **किसी को भी कमजोर या तुच्छ न समझें—न नारी को, न प्रकृति को, और न ही काल को।**

रामचरितमानस केवल साहित्य नहीं, बल्कि जीवन का दिशा-सूचक है—जहाँ हर सत्ता की मर्यादा को समझना और उसे यथोचित सम्मान देना ही सच्चे कल्याण की राह है।

- डॉ. मनमोहन प्रकाश जी, स्वतंत्र पत्रकार, इंदौर (म. प्र.)

बदलते सब है...  
कोई मतलब  
पड़ जाने पर,  
कोई मतलब  
निकल जाने पर!!

कुछ बनना है तो  
पानी जैसा बनो जो अपना  
रास्ता खुद बनाता है,  
पत्थर जैसे मत बनो जो  
दूसरों का भी रास्ता  
रोक लेता है।

भावनाओं का कहां  
द्वार होता है..?  
जहां प्रभु मिले वहीं  
हरिद्वार होता है।

दो जहां के बीच में सिर्फ  
फर्क सांस का है...  
चल रही तो यहां,  
रुक गयी तो वहां।

अपने वो नहीं होते जो  
तस्वीरों में साथ  
खड़े होते है...  
अपने वो होते है जो  
तकलीफों में साथ  
खड़े होते है।

दो बातें निश्चित है..  
प्रार्थनाएँ असर करती हैं  
और समय जरूर  
बदलता है।



## घटस्थापना को शुभकामना

नवरात्रि की शुरुआत घट स्थापना से होती है। इसे “**कलश स्थापना**” भी कहा जाता है। घट स्थापित कर शक्ति की देवी का आह्वान किया जाता है।

मान्यता है कि गलत समय में स्थापना करने से देवी मां क्रोधित हो सकती हैं।

✗ रात में या अमावस्या पर घट स्थापना नहीं करनी चाहिए।

✓ शास्त्रानुसार, सबसे शुभ समय प्रतिपदा

का एक तिहाई भाग बीत जाने के बाद है। यदि उस समय संभव न हो तो अभिजीत मुहूर्त (प्रत्येक दिन का आठवां मुहूर्त, लगभग 40 मिनट) में भी स्थापना की जा सकती है।

**पूजन सामग्री** - लाल रंग का आसन, मिट्टी का पात्र (वेदी) + शुद्ध मिट्टी, जौ/गेहूं बोने के लिए बीज, मिट्टी, तांबे, चांदी या सोने का कलश, गंगाजल/नर्मदा जल/शुद्ध जल, नारियल, लाल/पीली चुनरी, सिंदूर, श्रृंगार दानी, फल, मिठाई, दीपक, धूप, अगरबत्ती, फूल/माला, रोली, मौली, इत्र, सुपारी, इलायची, लौंग, दूर्वा, चावल, सिक्का, पीपल, बरगद, जामुन, अशोक, आम के 5 पत्ते (ना मिलें तो 2 भी चलेगा), कलश का ढक्कन (मिट्टी/तांबे का) + साबुत चावल।

### घट/कलश स्थापना विधि -

- ❖ प्रतिपदा के दिन स्नान करके लाल वस्त्र धारण करें।
- ❖ घर/मंदिर की सफाई कर गणेश जी का स्मरण करें व अखंड ज्योति जलाएँ।
- ❖ मिट्टी के पात्र में मिट्टी भरकर जौ के बीज बोएं।
- ❖ तांबे के लोटे पर कुंकुम से स्वास्तिक बनाकर मौली बाँधें।
- ❖ लोटे में शुद्ध जल, गंगाजल की बूंदें, सिक्का, सुपारी, दूब, इत्र, अक्षत डालें।
- ❖ कलश में आम/अशोक के 5 पत्ते लगाएँ।
- ❖ नारियल को लाल कपड़े में लपेटकर मौली से बाँधकर कलश पर रखें।
- ❖ इस कलश को मिट्टी के पात्र (जिसमें जौ बोए गए हों) के बीचों-बीच स्थापित करें।

❁ इसी के साथ नवरात्रि व्रत का संकल्प लिया जाता है और माता की अखंड ज्योति प्रज्वलित की जाती है। ❁



# शुभ नवरात्रि

नवरात्रि के 9 दिनों की माता, उनकी पूजा, आरती और भोग की जानकारी के लिए नीचे दिए गए [www](#) आइकॉन पर क्लिक करें।



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



73030 21123  
[www.bhartiyaparampara.com](http://www.bhartiyaparampara.com)