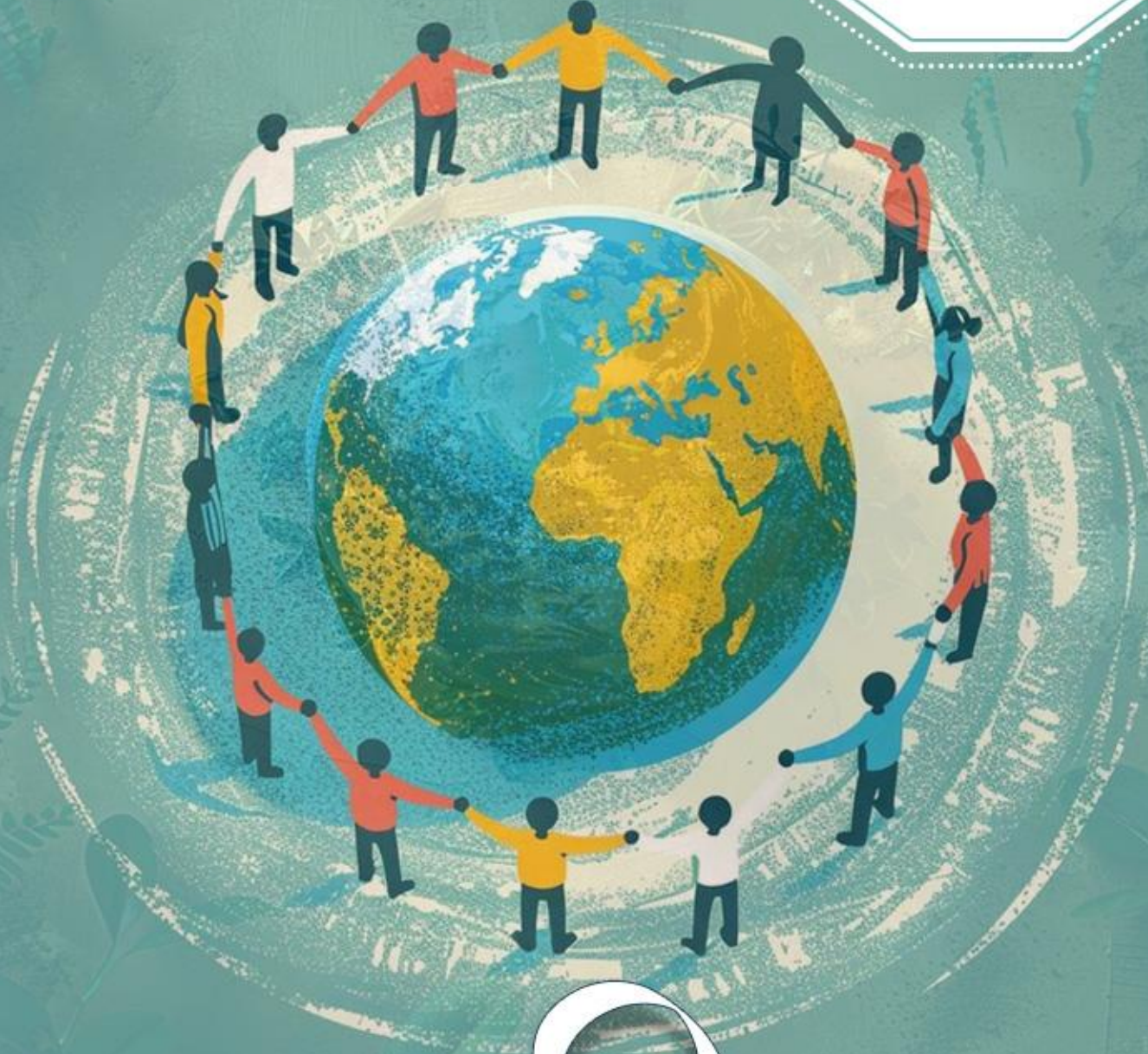




**भारतीय परम्परा™**

Let's together discover our Tradition, Culture & Heritage

वर्ष-४, अंक-४५, अप्रैल-२०२५



# पृथ्वी संरक्षण

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



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

साका कैलेण्डर-१९४५, विक्रम संवत-२०८२, अयान-उत्तरायण, ऋतु-बसंत

सोम

07 चैत्र शु.  
दशमी

14 बैशाख कृ.  
प्रतिपदा,  
सोलर नववर्ष

21 बैशाख कृ.  
अष्टमी, मासिक  
कृष्ण जन्माष्टमी

28 बैशाख शु.  
प्रतिपदा

मंगल

01 चैत्र शु.  
चतुर्थी

08 चैत्र शु.  
एकादशी,  
कामदा  
एकादशी व्रत

15 बैशाख कृ.  
द्वितीया

22 बैशाख कृ.  
नवमी,  
पृथ्वी दिवस

29 बैशाख शु.  
द्वितीया,  
परशुराम जंयती

बुध

02 चैत्र शु.  
पंचमी

09 चैत्र शु.  
द्वादशी,  
वामन द्वादशी

16 बैशाख कृ.  
तृतीया

23 बैशाख कृ.  
दशमी

30 बैशाख शु.  
तृतीया,  
अक्षय तृतीया

गुरु

03 चैत्र शु.  
षष्ठी,  
स्कन्द षष्ठी

10 चैत्र शु.  
त्रयोदशी, प्रदोष  
व्रत, महावीर  
स्वामी जंयती

17 बैशाख कृ.  
चतुर्थी, विकट  
संकष्टी चतुर्थी

24 बैशाख कृ.  
एकादशी,  
वरुथिनी  
एकादशी व्रत

शुक्र

04 चैत्र शु.  
सप्तमी

11 चैत्र शु.  
चतुर्दशी

18 बैशाख कृ.  
पंचमी

25 बैशाख कृ.  
द्वादशी

शनि

05 चैत्र शु.  
अष्टमी, मासिक  
दुर्गाष्टमी

12 चैत्र शु.  
पूर्णिमा, पूर्णिमा  
व्रत, हनुमान  
जन्मोत्सव

19 बैशाख कृ.  
षष्ठी

26 बैशाख कृ.  
त्रयोदशी

रवि

06 चैत्र शु.  
नवमी,  
राम नवमी, चैत्र  
नवरात्रि समाप्त

13 बैशाख कृ.  
प्रतिपदा

20 बैशाख कृ.  
सप्तमी

27 बैशाख कृ.  
अमावस्या

कृ. - कृष्ण शु. - शुक्ल

## राम से बड़ा राम का नाम

हारे। पिता वचन के पालन हारे, राज पाट तज  
वन को सिधारे ॥

पंचवटी को बना दिया, एक आर्य धर्म का धाम  
॥ भज राम राम ॥ 2 ॥

असूरों का संहार ध्यान कर, सेना सहित चढ़े  
लंका पर। अभिमानी रावण को मारा, सीता को  
संकट से उबारा॥

राम राज्य हो गया देश में, गुण गाये हनुमान ॥  
भज राम राम ॥ 3 ॥

“राम नामका अखूट खजाना - महात्मा  
गांधीजी”

राम - नाम सिर्फ कुछ खास आदमियों के  
लिये नहीं है, वह सबके लिये है। जो राम नाम  
लेता है, वह अपने लिये भारी खजाना जमा  
करता जाता है और यह तो एक ऐसा खजाना  
है, जो कभी घटता नहीं। जितना इसमें से  
निकालो, उतना बढ़ता ही जाता है। इसका  
अन्त ही नहीं, और जैसा कि उपनिषद कहता  
है- पूर्ण में से पूर्ण निकालो, तो पूर्ण ही बाकी  
रह जाता है, वैसे ही राम नाम है। यह तमाम  
बीमारियों का एक शर्तिया इलाज है, फिर चाहे  
व (बीमारियां) शारीरिक हों, मानसिक हों या  
आध्यात्मिक हों।

राम - नाम ईश्वर के कई नामों में से एक है।  
आप राम की जगह कृष्ण कहें या ईश्वर के



ॐ दशरथाय विद्महे सीतावल्लभाय धीमहि  
तन्नो राम प्रचोदयात ।

कौशल्या सुप्रजा रा मपूर्वा सन्धया प्रवर्तते।  
उत्तिष्ठ नरशार्दूल कर्तव्यं दैवमाहिकम् ।

एक भरोसो, एक बल, एक आस, एक विश्वास,  
एक राम धन एक हित यातच तुलसीदास।  
भज राम राम सियाराम, भज राम राम  
सियाराम। राम से बड़ा राम का नाम, भज राम  
राम सियाराम ॥

धर्मकाज पृथ्वी पर आये, दशरथ जी के पुत्र  
कहलाये। जनक पुरी में शिव धनु तोड़ा, सती  
सिया संग नाता जोड़ा।

सिया पिया बन राम, प्रभु कहलाये सीताराम॥

भज राम राम ॥ 1 ॥

विश्वामित्र यज्ञ रखवारे, सती अहिल्या तारन

अनगिनत नामों में से कोई और नाम लें, तो उससे कोई फर्क नहीं पड़ेगा। लड़कपन में अंधेरे में मुझे भूत-प्रेत का डर लगा करता था। मेरी आया ने मुझसे कहा था- अगर तुम राम नाम लोगे तो तमाम भूत-प्रेत भाग जायेंगे। मैं तो बच्चा ही था, लेकिन आया की बात पर मेरी श्रद्धा थी। मैंने उसकी सलाह पर पूरा-पूरा अमल किया। इससे मेरा डर भाग गया। अगर एक बच्चे का यह अनुभव है तो सोचिये कि बड़े आदमियों के बुद्धि और श्रद्धा के साथ राम नाम लेने से उन्हें कितना फायदा हो सकता है। लेकिन शर्त यह है कि राम-नाम दिल से निकले। क्या बुरे विचार आपके मन में आते हैं? क्या काम या लोभ आपको सताते हैं? यदि ऐसा है तो (इन्हें मिटाने के लिये) राम नाम जैसा कोई जादू नहीं।

फर्ज कीजिये कि आपके मन में यह लालच पैदा होता है बिना मेहनत किये, बेईमानी के तरीके से आप लाखों कमा लें, लेकिन यदि आपको राम नाम पर श्रद्धा है तो आप सोचेंगे कि बीबी बच्चों के लिये आप ऐसी दौलत क्यों इकट्ठा करें, जिसे वे शायद उड़ा दें। अच्छे आचरण और अच्छी शिक्षा के रूप में इनके लिये आप ऐसी विरासत क्यों न छोड़ जायें, जिसमें वे ईमानदारी और मेहनत के साथ अपनी रोट्टी कमा सकें। आप यह सब सोचते तो हैं, परंतु कर नहीं पाते। मगर राम नाम का

निरंतर जप चलता रहे तो एक दिन वह आपके कण्ठ से हृदय तक उतर आयेगा और वह राम-बाण चीज साबित होगा।

## एकश्लोकी रामायण -

आदौ रामतपोवनादिगमनं हत्वा मृगं काश्चनं,  
वैदेहीहरणं जटायुमरणं सुग्रीवसम्भाषणम्।  
वालीनिग्रहणं समुद्रतरणं लंकापुरीदाहनं पश्चाद्  
रावणकुम्भकर्णहननमेतद्वि रामायणम्

## रिद्धी - सिद्धी प्राप्ति चौपाईयां -

जब ते राम ब्याहि घर आये,  
नित नव मंगल मोद बधाये।  
भुवन चारिदस भूधर भारी,  
सुकृत मेघ बरषहि सुख बारी ॥  
रिद्धी सिद्धि संपत्ति नदी सुहाई,  
उमगि अवध अंबुधी कहु आई।  
मनिगन पुर नर नारि सुजाति,  
सुचि अमोल सुंदर सब भांति ॥  
कहि न जाई कछु नगर विभूति,  
जनु एतनिअ बिरंचि करतुति।  
सब विधि सब पूर लोग सुखारी,  
रामचंद्र मुख चंदु निहारी ॥

राघवो विजयं दद्यात् मम सीता पति प्रभो।  
राघवस्य पद द्वन्द्व दद्या दमित वैभवम् ॥

- डॉ. बी.एल. टेकरीवाल जी, मुंबई  
(महाराष्ट्र)

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)





**महावीर स्वामी जयंती जैन धर्म के 24वें तीर्थंकर भगवान महावीर के जन्मोत्सव के रूप में मनाई जाती है।** यह पर्व चैत्र शुक्ल त्रयोदशी को धूमधाम से मनाया जाता है। भगवान महावीर ने अहिंसा, सत्य, अस्तेय, ब्रह्मचर्य और अपरिग्रह के सिद्धांतों का प्रचार किया, जो आज भी मानवता के कल्याण के लिए अत्यंत प्रासंगिक हैं।

**भगवान महावीर का जन्म लगभग 599 ईसा पूर्व, बिहार के कुण्डलग्राम (वर्तमान में वैशाली) में हुआ था। उनका वास्तविक नाम वर्धमान था।** उन्होंने 30 वर्ष की आयु में राजसी सुख-सुविधाओं को त्यागकर सत्य की खोज में संन्यास ग्रहण किया और **कठोर तपस्या के माध्यम से केवलज्ञान (कैवल्य)** प्राप्त किया। उन्होंने **"जियो और जीने दो"** का

संदेश दिया, जो संपूर्ण समाज के लिए शांति और सौहार्द का मार्ग प्रशस्त करता है। भगवान महावीर के उपदेशों ने समाज को जागरूक किया और आज भी उनकी शिक्षाएँ लोगों के जीवन में मार्गदर्शन का कार्य करती हैं।

**महावीर स्वामी का संदेश था - "अहिंसा परमो धर्मः" अर्थात् अहिंसा सबसे बड़ा धर्म है।** उनका यह उपदेश समाज में एकता और शांति की भावना को बढ़ावा देता है। महावीर स्वामी ने जीवन को संयमित और निष्कलंक बनाने का मार्ग दिखाया, जिसमें सभी जीवों के प्रति करुणा और दया का भाव होता है।

इस दिन जैन समाज विशेष रूप से पूजा-अर्चना, भक्ति गीत, शोभा यात्राएं और दान-पुण्य के कार्य करता है। महावीर स्वामी की शिक्षाओं को अपनाकर हम भी अहिंसा, करुणा और सत्य के मार्ग पर चल सकते हैं। उनकी जयंती हमें आत्मसंयम और सदाचार का पालन करने की प्रेरणा देती है।

भगवान महावीर के सिद्धांत न केवल जैन समाज बल्कि पूरी मानवता के लिए प्रेरणास्रोत हैं। उनके बताए गए मार्ग पर चलकर हम अपने जीवन को शांति, प्रेम और सौहार्द से भर सकते हैं। महावीर स्वामी की शिक्षा में पांच मुख्य नियम हैं, जिन्हें **"पंचशील"**

कहा जाता है:

- 1) **अहिंसा** – किसी भी जीव को किसी भी प्रकार से नुकसान न पहुँचाना।
- 2) **सत्य** – हमेशा सत्य बोलना।
- 3) **अस्तेय** – किसी का चोरी न करना।
- 4) **ब्रह्मचर्य** – संयमित जीवन जीना और किसी भी प्रकार के विकारों से बचना।
- 5) **अपरिग्रह** – भोग-विलास से दूर रहकर संतुष्ट जीवन जीना।

महावीर स्वामी के उपदेशों ने समाज में सत्य, शांति, और अहिंसा के आदर्शों को स्थिर किया। उनकी शिक्षाएँ आज भी हमारे जीवन में मार्गदर्शन देती हैं और हमें सही दिशा दिखाती हैं। महावीर स्वामी जयन्ती के दिन जैन समाज के लोग पूजा, उपवासा, और उपदेशों के माध्यम से भगवान महावीर की उपासना करते हैं, ताकि उनके बताए हुए मार्ग पर चलकर हम अपने जीवन को सार्थक बना सकें।

आइए, इस महावीर जयंती पर उनके उपदेशों को आत्मसात करें और अपने जीवन को धर्म, सत्य और अहिंसा के पथ पर अग्रसर करें।

**"अहिंसा परमो धर्मः" – अहिंसा ही परम धर्म है। ▶**

## भारतीय परम्परा

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





## हनुमान जन्मोत्सव

बजरंगी बलशाली, संकट हरने वाले,  
राम भक्त, करुणा के सागर मतवाले।  
अंजनी के लाल, पवन के प्यारे,  
हरते दुख सबके, भक्तों के सहारे।

राम नाम का जपते जो जाप,  
सीता की खोज में  
कर दिया महासागर पार।  
लंका जलाई,  
संजीवनी बूटी लाए आप,  
सभी भक्तों के  
कष्ट मिटाये हर बार।

आपकी कृपा से सब संकट टल जाए,  
जो ले आपका नाम, भवसागर तर जाए।  
जय जय हनुमान, कृपा बनी रहे सदैव,  
आपकी भक्ति से जीवन संवर जाए।

वन, उपवन, उपत्यका, पर्वत, सागर, झरने, नदियां प्यारी प्यारी।  
वृक्ष, लतायें, हरित वनस्पतियां सारी, सृष्टि ने सौंपी हैं हमें सुंदर- यह धरोहर धरा हमारी।

वन्य प्राणी विचरते हैं वनों में, झरनों का कल कल स्वर गान।  
सूर्य चन्द्र तारों संग नभ ने, ताने निर्मल नील वितान।

छवि प्रकृति की अनुपम है, विहगों के मधु कलरव गीत।  
जिसके प्रांगण में रचती हैं, ऋतुयें अपना सुरभ्य संगीत।

कहीं तो शरद ऋतु में धरती की, सूपमा बड़ी सुहानी लगती है।  
प्रकृति जब पतझर से पहले, पीले, लाल, सुनहरे रंग पत्तों में भरती है।

और श्वेत आवरण धवल हिम का, बसुधा जब धारण करती है।  
आंखों से अंतस में समाता दृश्य वह, शुभ्र शशी किरणें जब उस पर बिखरती हैं।

सब दृश्य मनोरम निरखे नयन तो, मन भूले सांझ सबेरा को।  
चित्रकार ने भूमंडल पर ज्यों, कोई सुंदर चित्र उकेरा हो।

अन्न, फल, फूल उपजाती धरती, क्षुधा जन जन की मिटाये जो।  
पर विसंगतियों के कांटे बोये हमने, बहुतायत से उग आये वो।

नहीं बचे अमृत फल अब, द्वार द्वार विष बेल उगे।  
हुयी विषाक्त हवायें सारी, प्राण वायु अब कैसे जगे।

पालन पोषण सृजन का धरती मां, धर्म अपना सदा निभाती है।  
उसके अधिकारों की रक्षा किन्तु, मानवता कहां कर पाती है।

हम चन्द्रमा पर चले जायें, या मंगल पर घुम आयें।  
अपने घर बसुधा जैसा सुख, क्या हमने कहीं और पाये? .....

.....

आज विकास से अधिक विनाश को, विज्ञान का ज्ञान समर्पित है।  
मानवीय संवेदनायें सारी अब, इन उपलब्धियों को ही अर्पित है।

हमने समस्त धरा को ही, रण क्षेत्र बना कर छोड़ दिया।  
अगणित विस्फोटों से धरा को, दहला ध्वस्त कर छोड़ दिया।

असह्य हो रहा प्रकृति को भी, इतना अधिक यह प्रदूषण।  
इसिलिये तो व्यक्त हो रहा, तांडव अब उसका भीषण।

कह रही हो जैसे मनु अब, चिन्तन विस्तृत करना होगा।  
रहे बहुत अनियमित तुम, अब सीमाओं में बंधना होगा।

तभी रहेंगे हम सुरक्षित, और बसुधा अपनी सुगंधिता।  
भरें प्रेम प्रसून आंचल में धरा के, गुंजे गोद में अपनी किलकारी।

हो ऐसी बसुंधरा न्यारी, है धरोहर अपनी धरा हमारी। धरोहर यह धरा हमारी।

**- ओमलता अखौरी जी, अमेरिका**



क्या शहर, क्या गांवा जले धूप के अलाव ।

सूरज आसमां से - बरसा रहा अंगारे ।  
सहर हवा में आग - सुलगा गई भुंसारे ।

आग उगल रहे आज - छांव के सभी पड़ाव ।

तप- तपकर हवा भी आज - बदल गई लू में ।  
खदक - खदक, आज आ रहा है- उबाल खूं में ।

उबाल - उबालकर - ज़मीं के पिघल गए कड़ाव ।

धूप में अब खड़े - खड़े - ऊंघ रहे हैं पेड़ ।  
प्यास ही प्यासे कंठों को - अब जाए छेड़ ।

ख़त्म हो न कभी ताल - नदी, कुओं का तनाव ।

घरों पर अब गर्म हुए - घरों के ही खपरैल ।  
ऑंगन का बरगद भी - पहने खड़ा थिगड़ैल।

धूप के घर धूप में - छांव का हुआ अभाव ।

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

प्रिय निक्कू  
तुम्हे याद है वह दिन,  
जब पापा लाए थे हमारे लिए सेब  
दो दो सेब आए थे जब हमारे हिस्से  
तुम्हे याद है जब मैंने तुम्हारे हिस्से का  
एक सेब खुद रख लिया था

और उस दिन पापा ने जो कहा था  
कि अपने हिस्से से ज्यादा  
जमा कर लेना चोरी है,  
और तुम्हे तो पता है  
चोरी करना अच्छी बात नहीं

दस साल बाद अब सोचता हूं,  
कि जरूरत से ज्यादा सेब जमा करना  
चोरी हो सकता है

तो जरूरत से ज्यादा कपड़े, जूते  
जरूरत से ज्यादा धन  
और अंत में जरूरत से ज्यादा रोटी  
जमा कर लेना चोरी क्यों नहीं...??

- नितिन कुमार शर्मा जी, दौसा (राज.)

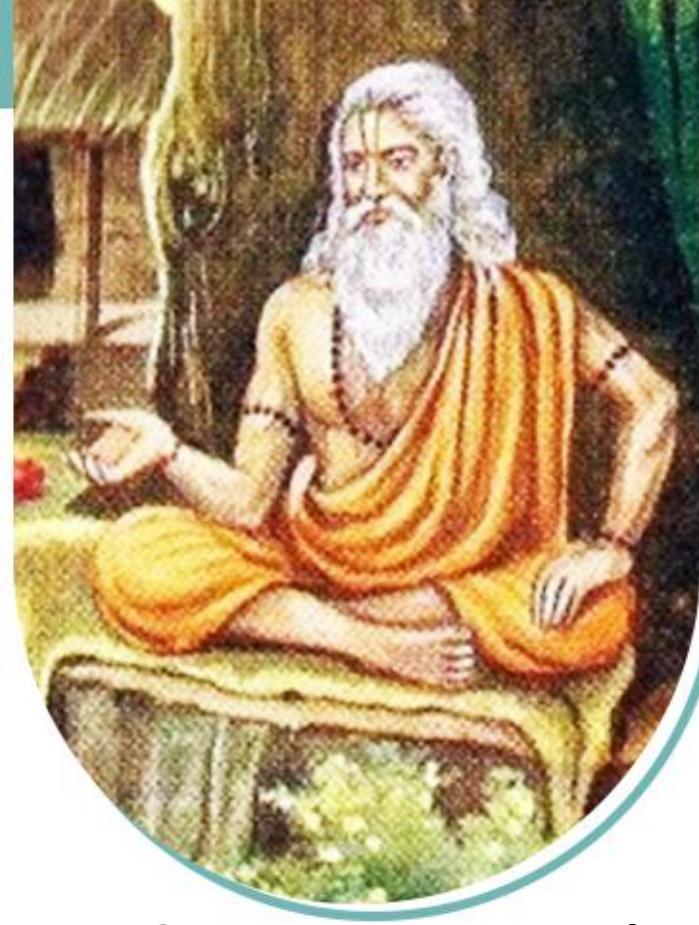


# भारतीय परम्परा की मासिक ई-पत्रिका

नियमित प्राप्त करने हेतु हमें  
सम्पर्क करें!



- ❖ व्हाट्सएप और टेलीग्राम पर से हर महीने के शुरू 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 व्हाट्सएप 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।



दिए गए हैं। **इस ग्रन्थ में 30 अध्याय हैं - श्रुति स्मृति विहितो धर्मः - श्रुति तथा स्मृति में जो विहित आचरण बताया गया है - वही धर्म है।**

**वसिष्ठ स्मृति** : इस ग्रन्थ में सात अध्याय एवं 1150 श्लोक हैं। इस स्मृति में मुख्य रूप से वैष्णव धर्म और वैष्णव भक्ति दर्शन का वर्णन किया गया है। इसके अतिरिक्त **'योगवासिष्ठ महारामायण'** भी एक ग्रन्थ है, इसमें महर्षि वशिष्ठ का भगवान राम को दिए गए उपदेशों का संग्रह है, तथापि इसकी रचना महर्षि बाल्मिकी द्वारा की गई है। यह आध्यात्म, योग तथा जीवन दर्शन- अद्वैत दर्शन का प्रामाणिक ग्रन्थ माना गया है। इसमें 27687 श्लोक हैं। उपर्युक्त ग्रन्थों को आधार बना कर हम यहां महर्षि वसिष्ठ के उपदेशों की 108 उपदेशात्मक मनकों की माला प्रस्तुत कर रहे हैं।

**“जात्वा चानुतिष्ठन् धार्मिकः प्रशस्थतमो भवति लोके प्रेत्य च स्वर्ग लोक समश्रुते -(वसिष्ठ 1/2)” अर्थ** : धर्माचरण करने वाला व्यक्ति जो धर्म का सम्यक ज्ञान रखता है, और तदनुसार आचरण करता है, वही धार्मिक है, पूज्य है और सर्वमान्य भी होता है। धर्मात्मा व्यक्ति इस लोक और परलोक दोनों जगह परम कल्याण ही प्राप्त करते हैं।

- महावीर प्रसाद शर्मा जी, 'उत्सुक'
- वीरेन्द्र याज्ञिक जी
- गोवर्धन दास बिन्नाणी जी, 'राजा बाबू'

भारत की ऋषि परम्परा के ज्योतिर्मय नक्षत्र एवं त्याग, तपस्या और तितिक्षा की मूर्ति महर्षि वसिष्ठ हमारे सप्त ऋषि मण्डल में वैदिक मन्त्रदृष्टा ऋषि के रूप में समाहित हैं। ऋग्वेद का सप्तम मण्डल **'वासिष्ठ मण्डल'** कहलाता है। **आप सृष्टि के उत्पत्तिकर्ता ब्रह्माजी के मानस पुत्र हैं। इन्हीं के नाम से आज भी वसिष्ठ गोत्र परम्परा चली आ रही है। देवी अरुन्धती आप की धर्मपत्नी हैं।** अखण्ड सौभाग्य और उच्चतम श्रेष्ठ दाम्पत्य जीवन के लिए नवदम्पति को अरुन्धती के दर्शन कराए जाते हैं। भगवान श्रीराम के आप गुरु के रूप में पूजे जाते हैं और उनकी विद्वता, विद्या-बुद्धि, योग-ज्ञान, सर्वज्ञता, आचार निष्ठता के लिये आप विश्वबंध्य हैं। आपके द्वारा दो ग्रन्थों की रचना की गई है- **“वसिष्ठ धर्म सूत्र एवं वसिष्ठ स्मृति।”** वसिष्ठ धर्म सूत्र ग्रन्थ में सूत्र



## 1) 10 मिनट में अमचूर की चटनी

**सामग्री:** 50 ग्राम अमचूर, 1.5 कप (350 मिली) पानी, 250 ग्राम चीनी, 1 चम्मच कश्मीरी लाल मिर्च पाउडर, ½ छोटा चम्मच लाल मिर्च पाउडर, ½ छोटा चम्मच भुना हुआ जीरा पाउडर, ½ चम्मच गरम मसाला, ½ चम्मच काला नमक, स्वादानुसार नमक, 1 चम्मच सोंठ पाउडर, 2 चम्मच खरबूजे के बीज, 2 चम्मच किशमिश।

**विधि:** एक बाउल में अमचूर और पानी डालकर

अच्छी तरह मिला लें। अब एक पैन में यह मिश्रण डालें और मध्यम आंच पर उबालें। इसमें चीनी डालकर मिलाएं और तब तक पकाएं जब तक चीनी पूरी तरह घुल न जाए। अब इसमें मसाले डालें – कश्मीरी लाल मिर्च पाउडर, लाल मिर्च पाउडर, जीरा पाउडर, गरम मसाला, काला नमक, नियमित नमक और सोंठ पाउडर। इसे मध्यम आंच पर 2-3 मिनट तक पकने दें। जब चटनी थोड़ी गाढ़ी होने लगे, तब इसमें खरबूजे के बीज और किशमिश डालें और 10-15 सेकंड तक पकाएं। अधिक न पकाएं, क्योंकि ठंडा होने पर चटनी और गाढ़ी हो जाएगी।

## 2) खमन चटनी

**सामग्री: चटनी के लिए:** 150 ग्राम खमन, 1 टेबलस्पून बारीक पिसा अदरक, 4 टेबलस्पून ताजा कद्दूकस किया हुआ नारियल, 4-5 हरी मिर्च, 2-3 टेबलस्पून बारीक कटा हरा धनिया, स्वादानुसार नमक, 4-5 टेबलस्पून पानी। **तड़के के लिए:** 1 टेबलस्पून तेल, ¼ टीस्पून राई, ¼ टीस्पून हल्दी पाउडर, करी पत्ता, स्वादानुसार लाल मिर्च पाउडर।

**विधि:** सभी चटनी की सामग्री को मिक्सर में डालकर अच्छी तरह पीस लें। अब एक पैन में तेल गरम करें और उसमें राई, हल्दी, करी पत्ता और लाल मिर्च पाउडर डालकर तड़का लगाएं। तड़के को चटनी में डालें और तुरंत सर्व करें।



विविधा कुकिंग क्लासेस, पूनम राठी जी, नागपुर



कभी जीत की आशा,  
कभी हार की निराशा  
बस यही है,  
जिदगी की छोटी-सी  
परिभाषा.

कभी खुशियों  
की धूप,  
कभी दर्द  
की छांव.

यह बात अपने दिमाग में  
डाल लो जो है उसी से शुरू  
करो, जहां हो वहीं से शुरू  
करो, परफेक्ट मौके के  
इंतजार ने करोड़ों सपनों  
को खत्म कर दिया है.

कोशिश ऐसी करो  
कि हारते-हारते  
कब जीत जाओ  
पता ही न चले !

ज़िदगी में समस्या देने  
वाले की हस्ती कितनी  
भी बड़ी क्यों न हो पर  
भगवान की कृपा दृष्टि  
से बड़ी नहीं हो सकती...!

सुख के लालच में ही  
नये दुःख का  
जन्म होता है....!



- जब महाराज दशरथ ने श्रवण के पिता को, उनके पुत्र की मृत्यु के पीछे अपनी अनजाने में हुई भूल के बारे में बताया, तो उन्होंने श्राप दिया कि "जिस प्रकार आज मेरी मृत्यु पुत्र वियोग में हो रही है, उसी प्रकार तुम्हारी मृत्यु भी पुत्र वियोग में होगी।"

#### 48. सुमंत्र कौन थे?

- सुमंत्र महाराज दशरथ के एक प्रमुख मंत्री थे। वे ही भगवान श्रीराम, लक्ष्मण और सीता को अपने रथ में वन तक लेकर गए और गंगा तट पर उन्हें छोड़कर अयोध्या लौट आए।

#### 49. वनगमन के दौरान भगवान श्रीराम ने प्रथम दिवस कहाँ विश्राम किया?

- तमसा नदी के तट पर। इसका उल्लेख वाल्मीकि रामायण में मिलता है। वर्तमान में यह नदी अयोध्या से लगभग 12 मील दक्षिण में बहती हुई गंगा में मिल जाती है।

#### 50. गंगातट पर भगवान श्रीराम की भेंट किससे हुई?

- निषादराज गुह से, उनका राज्य श्रृंगवेरपुर था।

#### 51. भगवान श्रीराम को गंगा पार किसने करवाया?

- केवट ने अपनी नाव में बिठाकर भगवान श्रीराम, माता सीता और लक्ष्मण जी को गंगा

#### 46. मुनिकुमार श्रवण के पिता ने महाराज दशरथ को श्राप क्यों दिया?

- मुनिकुमार श्रवण अपने अंधे माता-पिता को एक तुला में बिठाकर, उसे अपने कंधे पर रखकर तीर्थयात्रा करवा रहे थे। एक बार वे अपने माता-पिता के लिए पानी लेने एक झरोवर पर गए। उसी वन में महाराज दशरथ शिकार कर रहे थे। चारों ओर फैले घने अंधकार में, जब श्रवण तालाब से घड़ा भर रहे थे, तो उससे उत्पन्न ध्वनि को राजा दशरथ ने हाथी द्वारा झूंड से पानी खींचने की आवाज समझ लिया और दूर से ही शब्दवेधी बाण चला दिया। इस बाण से मुनिकुमार श्रवण की मृत्यु हो गई। अपने पुत्र की मृत्यु से शोकाकुल उनके पिता ने महाराज दशरथ को श्राप दिया।

#### 47. मुनिकुमार श्रवण के पिता ने महाराज दशरथ को क्या श्राप दिया?

भारतीय परम्परा™

पार करवाया।

## 52. भगवान श्रीराम ने केवट को गंगा पार करवाने का क्या पारिश्रमिक दिया?

- श्रीराम ने केवट को नाव की उतराई के रूप में माता सीता की रत्नजटित अंगूठी भेंट की।

## 53. क्या केवट ने इसे स्वीकार किया?

- नहीं। केवट ने कहा, "हे नाथ! हे दीनदयाल! आपकी कृपा से अब मुझे कुछ नहीं चाहिए। लौटते समय जो कुछ देंगे, उसे प्रसाद मानकर सिर चढ़ाकर ग्रहण करूंगा।" करुणा के सागर भगवान श्रीराम ने केवट को निर्मल भक्ति का वरदान दिया।

## 54. गंगा पार करने के बाद भगवान श्रीराम कहाँ गए?

- गंगा पार करने के बाद वे तीर्थराज प्रयाग पहुँचे और वहाँ निवास कर रहे ऋषि भरद्वाज के आश्रम में पधारे।

## 55. वनवास काल के दौरान भगवान श्रीराम ने अपना पहला आश्रम कहाँ बनाया?

- चित्रकूट पर्वत पर। भरद्वाज ऋषि के आश्रम से आगे बढ़कर वे ऋषि वाल्मीकि के आश्रम पहुँचे। जब उन्होंने निवास स्थान के विषय में पूछा, तो वाल्मीकि मुनि ने उन्हें चित्रकूट पर्वत पर रहने की सलाह दी।

## 56. चित्रकूट कहा पर है...?

- माना जाता है कि वर्तमान में उत्तर प्रदेश के बुंदेलखंड में स्थित चित्रकूट जिला ही वह स्थान है, जहाँ भगवान श्रीराम ने अपने वनवास काल के दौरान निवास किया था।

## 57. महाराज दशरथ के देहावसान के बाद, जब गुरु वशिष्ठ ने भरत से राजसिंहासन ग्रहण करने को कहा, तो उन्होंने क्या उत्तर दिया?

- भरत ने कहा, "श्रीरामचंद्र जी ही अयोध्या के राजा हैं। मैं अपने ज्येष्ठ भ्राता श्रीरामचंद्र जी को वन से वापस लाने जाऊँगा।" यह कहकर वे चतुरंगिणी सेना के साथ श्रीराम को वापस लाने के लिए वन की ओर प्रस्थान कर गए।

## 58. भरत के आग्रह पर जब भगवान श्रीराम ने 14 वर्ष से पूर्व वनवास समाप्त करने में असमर्थता जताई, तो भरत ने बदले में क्या माँगा?

- श्रीराम से उनकी चरणपादुकाएँ माँगी।

## 59. भरत ने इन पादुकाओं का क्या किया?

- उन्होंने चरणपादुकाओं को राजसिंहासन पर स्थापित किया और स्वयं को भगवान श्रीराम का प्रतिनिधि मानकर अयोध्या का राजकाज संभाला।

(क्रमशः... अगले माह)

- माणक चंद्र सुथार जी, बीकानेर (राज.)



दस वर्षों की मेहनत के लिए तैयार हैं? हम यह मानते हैं कि सफलता व्यक्तिगत गुणों पर आधारित होती है, लेकिन साथ ही इसके लिए अपने स्तर पर ईमानदारी से प्रयास भी किया जाना चाहिए।

इसके अतिरिक्त बहुत कुछ सिद्धांतों पर भी निर्भर करता है, जैसे- **प्रयासों पर ध्यान लगाना, खुद में निरन्तर सुधार लाते रहना, स्वयं से सन्तुष्ट रहना और परिणामों से चिन्तित न होना, क्योंकि परिणाम हमारे हाथ में नहीं होते।**

सफलता का सीधा सा फार्मूला है, गुणवत्ता प्लस अभ्यास, अर्थात् सफलता के लिए गुणों के साथ-साथ अभ्यास करना भी बेहद ज़रूरी है। प्रतिभा जन्म जात भी होती है और इसे अर्जित भी किया जा सकता है, लेकिन सफलता के लिए जिस निरंतरता की आवश्यकता होती है, उसे केवल अभ्यास से ही हासिल किया जा सकता है।

जब हम अपने लक्ष्य की पूर्ति के लिए इतना परिश्रम करने का मन बना लेते हैं, तो हमें बहुत सारे प्रोत्साहन, समर्थन और सहयोग की आवश्यकता होती है। हमारी **"बुद्धिमत्ता"** सफलता के लिए ज़रूरी है, लेकिन केवल एक सीमा तक ही, उसके बाद हमारा नज़रिया ज़रूरी हो जाता है।

माना जाता है कि, किसी भी क्षेत्र में विश्व स्तरीय विशेषज्ञ बनने के लिए दस हज़ार घंटों का अभ्यास ज़रूरी होता है और किसी भी चीज़ का दस हज़ार घंटों के अभ्यास के लिए हमें अपने जीवन के दस वर्षों का निवेश करना होता है। इसलिए, शुरुआती सफलता से उत्साहित होकर कोई निर्णय लेने से पहले हमें यह अवश्य विचार करना चाहिए, कि क्या हम

हमें हमेशा यह याद रखना चाहिए कि, ऐसा कोई भी नहीं है जिसने अकेले सफलता की यात्रा तय की हो, सभी को मार्गदर्शन और सहयोग की आवश्यकता होती है।

किसी भी क्षेत्र में प्रसिद्ध या मशहूर होने के लिए अच्छी परवरिश और बेहतर परिवेश का

भी ख़ासा योगदान होता है।

हे परमेश्वर..

जीवन में किसी भी क्षेत्र में सफलता हासिल करने के लिए हम निरंतर प्रयास करते रहे और अपना पूरा ध्यान उसी ओर लगाएं। अगर हम अपने बच्चों को विरासत में कुछ देना ही चाहते हैं तो, हमें उन्हें जीवन मूल्यों के विषय में सिखाना चाहिए, ताकि वे अच्छा और बेहतर जीवन जीएं और दूसरों के लिए आदर्श भी स्थापित कर सकें।

आपका दिन मंगलमय हो !

- मधु अजमेरा जी, ग्वालियर (म. प्र.)



**WHITE BERRY RESIDENCY**

*2 Flats available only*

**1, 2 BHK & Jodi Flats with modern amenities**

**98705 80810, 85913 69996**

ASHA NAGAR, THAKUR COMPLEX, KANDIVALI (EAST), MUMBAI.



70 साल के भ्रष्टाचार  
ने लोगों की इतनी कमर  
नहीं तोड़ी  
जितनी 10 साल की  
ईमानदारी ने  
तोड़कर रख दी है.



भारत में ये तीव्र  
समस्याएं आजकल काफी  
बढ़ रही हैं.. आदमियों के  
पास काम नहीं... काम के  
लिए आदमी नहीं... और...  
काम पर रखे हुए आदमी  
किसी काम के नहीं..



पुलिस वाला रामू से :  
तुम्हारी कार का एक्सीडेंट  
कैसे हुआ? रामू : जनाब वो  
तो मुझे भी पता  
नहीं..पुलिस वाला :क्यों ?  
रामू :जी, मैं उस समय सो  
रहा था.



सोनु अपने मोबाइल को  
लेकर डेंटिस्ट के पास गया.  
सोचो क्यों गया ?  
क्योंकि उसे चेक करवाना था  
कि, उसके मोबाइल में  
ब्लूटूथ है कि नहीं.



बॉस : तुम्हें एमएस ऑफिस  
पता है?  
पप्पू - जी, अगर आप मुझे  
पता दे देंगे तो मैं ढूंढ़ लूंगा.



मुनील : सब लोग  
क्यों भाग रहे हैं?  
मुशील : ये रेस है. जो जीतेगा  
उसे इनाम मिलेगा.  
मुनील : अगर सिर्फ जीतने  
वाले को इनाम मिलेगा. तो  
इतने लोग क्यों भाग रहे हैं?





भावुक मन संवेदनाओं के अभाव में हमेशा आहत रहता। **स्वयं की उपेक्षा कर परिवार के प्रत्येक सदस्य और बच्चों की जरूरतों को प्राथमिकता देना उसकी आदत बन गई थी।**

आज कार्य की व्यस्तता तो थी ही, साथ ही कोई स्वप्न मन को गुदगुदा रहा था। चंचल पवन सा मन न जाने क्या सोच रहा था कि सीढ़ियां उतरते समय पता ही नहीं चला और वह पांच-छह सीढ़ियों से धड़ाम से गिर पड़ी। कितनी ही देर तक कराहते हुए बैठी रही, फिर जैसे-तैसे हिम्मत कर उठी। कमर और हाथों में अंदरूनी चोट आई थी।

पीहर के आंगन में ज़रा-सी चोट लगने पर जो सारा घर सिर पर उठा लेती थी और पलभर भी अपनी मम्मी से दूर नहीं रह पाती थी, **आज वही इतने गहरे दर्द को अपने भीतर समेटे, सारा काम तन्मयता से यंत्रवत कर रही थी। सबकी नज़रों में सामान्य बने रहने की कला में वह निपुण थी, किंतु मन के भावों की इस तरह उपेक्षा देख हृदय भीतर ही भीतर आंसुओं से तर-बतर हो गया।**

दुनिया चाहे कितनी भी प्रगति कर ले, किंतु आज भी नारी संघर्षों से जूझ रही है। अपनी वेदनाओं पर हंसी का पर्दा डाले, वह अपने दायित्वों को निभाती रहती है, किंतु उसके मन

आसमान में टकटकी लगाए, अश्रुपूरित नयनों से अतीत के उन सुनहरे पलों को समेटते हुए, मन न जाने कितने ही उतार-चढ़ाव पार कर चुका था। यूं तो जीवन में किसी चीज़ की कोई कमी नहीं थी, किंतु शारीरिक और भौतिक आवश्यकताओं के अतिरिक्त, भावना प्रधान मन की कुछ मानसिक आवश्यकताएं भी होती हैं, जिनका पूरा होना भी मानव देह के लिए उतना ही आवश्यक है। प्रिया के मन का आंगन तपती धरती सा शुष्क था। वह सावन की फुहार से स्नेह की लालसा में अपने मन को भिगोना चाहती थी, पर चाहने से कब किसी की मुराद पूरी हुई है?

युवावस्था में मन भविष्य के सुनहरे ताने-बाने बुनने में मशगूल था। पिता ने अच्छा घर-परिवार देखकर विवाह कर दिया, किंतु उसका

की आवाज़ कब किसने सुनी?

विचारों के भवसागर से बाहर निकलना प्रिया के लिए आज दुष्कर था। आंखों की नमी को छुपाते हुए, वह सासू मां की चोटी बनाने लगी।


मन स्नेह की बूंदों को पाने की चाहत में छटपटा रहा था, किंतु यह चाहत तो तपते रेगिस्तान में बारिश की कल्पना जैसी थी।

- राजश्री राठी जी, अकोला (महाराष्ट्र)



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।







अभियान चलाकर सभी को समझाना होगा।

सभी को यह बताना होगा कि हम मानवों द्वारा किये जा रहे गलत कार्यों के कारण प्राकृतिक संसाधन दिन प्रति दिन बिगड़ रहे हैं। इसके साथ-साथ यह भी समझाना होगा कि हमारे अलावा कई तरह के जानवर, वनस्पतियाँ वगैरह भी इस पृथ्वी पर निर्भर हैं। हमें यह नहीं भूलना चाहिये कि **धरा की प्राकृतिक पर्यावरण को बनाये रखने में हमारे साथ साथ इन जानवरों, वनस्पतियों वगैरह का भी महत्वपूर्ण योगदान है।** अतः यह आवश्यक है कि हमारा व्यवहार संयमित व ऐसा संतुलित हो जिससे पर्यावरण को नुकसान न पहुँचे।

अब 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। इसके अलावा खेती में अधिक कीटनाशक [पेस्टीसाइड] डालकर व आवश्यकता से अधिक पानी डालकर जमीन का स्वास्थ्य खराब कर रहे हैं और इससे वांछित उपज भी नहीं मिल रही है और पर्यावरण असंतुलित हो रहा है। इसलिये हमें अपनी खेतीबाड़ी में संयम बरतना चाहिये और उचित तो यही रहेगा कि हम सब अब जैविक खेती पर ध्यान देना

मैंने अपने पिछले आलेख में बता दिया था कि अगर धरा न होती तो हमारा अस्तित्व ही नहीं होता। अब जब इस पर गहनता से विचारें तो सबसे पहले यह मानना ही पड़ेगा कि जीवन के लिये आवश्यक ऑक्सीजन, पानी व अन्य सभी सामग्रियां यहां सहजता से उपलब्ध है अर्थात् इस धरा पर सभी आधारभूत संसाधन सहज उपलब्ध हैं जबकि अभी तक अन्य ग्रहों पर जीवन की पुष्टि तक हुई नहीं है। इसलिये ही धरा को ब्रह्माण्ड में अनमोल माना गया है।

**याद रखें प्रकृति और मनुष्य का संबंध आदि काल से परस्पर निर्भर रहा है।** इसलिये अब यह हमारा दायित्व बनता है कि पृथ्वी को बचाने के लिये हमें हमारे बीच पनपे गलत प्रचलनों से मुक्ति पाने की पूरी पूरी चेष्टा करते रहना है और इसके लिये जागरूकता

प्रारम्भ कर दें। जैसा आप सभी जानते हैं कि आजकल अपनी **सरकार भी अपनी तरफ से जैविक खेती को प्रोत्साहित कर रही है।**

एक अन्य तथ्य आप सभी के ध्यान में ला रहा हूँ जिसके अनुसार **प्रदूषण बढ़ाने में उद्योगों की भी एक बहुत बड़ी भूमिका है।** उद्योग वाले तो सोचते ही नहीं हैं और सारा कचरा कारखानों व औद्योगिक इकाइयों से निकलने वाले अवशिष्ट पदार्थों के निष्पादन की समुचित व्यवस्था न कर, जमीन में गाड़ देते हैं। जबकि इन अवशिष्ट पदार्थों को निष्पादन से पूर्व दोषरहित किया जाना चाहिए और सरकार को इस तरह के **अवशिष्ट पदार्थों को जमीन में गाड़ना या नदी/तालाब में बहाने को गैरकानूनी घोषित कर प्रभावी कानून बना उचित कदम उठाने चाहिए।**

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, बेलपत्र/फल, बरगद/बड़, आंवला एवं अशोक इत्यादि अनेक ऐसे पौधे हैं जिनमें प्रचुर औषधीय गुण मौजूद हैं। दुनियाभर में इन औषधीय पौधों से ही दवायें विकसित की जा

रही हैं। इसलिये आवश्यकता यही है कि इस तरह के सभी औषधीय पौधों को संरक्षण प्रदान किया जाए। इन पौधों को विकसित करने से जमीन मालिक न केवल पर्यावरण संरक्षण को मजबूती प्रदान करेंगे बल्कि अपनी आमदनी में भी बढ़ोतरी कर पायेंगे।

उपरोक्त के अलावा भी अनेकों छोटे छोटे पर्यावरणीय मुद्दे हैं जिन पर आसानी से **संतुलित एवं संयमित व्यवहार अपना कर सुधार किया जा सकता है अन्यथा पर्यावरणीय मुद्दों की दर जो दिन-प्रतिदिन बढ़ रही है उस पर काबू कर पाना एक चूनौती बन जायेगा।**

अन्त में सभी प्रबुद्ध पाठकों के ध्याननार्थ - **धरा के संरक्षण की जिम्मेदारी केवल मनुष्य के जिम्मे है, केवल और केवल मनुष्य के जिम्मे।** इसलिए हम सभी को प्रण लेकर इस तरह की बर्बादी को रोककर अपने जीवन व प्रकृति को हरा-भरा तथा खुशहाल बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाने में चूकना नहीं है क्योंकि इसी में ही हम सभी की भलाई है।

इसी संदर्भ में **सुमित्रानंदनजी पंत की दो पंक्तियाँ आप सभी को याद दिलाने के उद्देश्य से यहाँ प्रस्तुत कर रहा हूँ -**

जलवायु बदल रहा है तो फिर हम क्यों नहीं

जौ गेहूँ की स्वर्णिम बाली, भू का अंचल वैभवशाली।  
इस अंचल से चिर अनादि से, अंतरंग मानव का नाता॥

जौ गेहूँ की स्वर्णिम बाली, भू का अंचल वैभवशाली।  
इस अंचल से चिर अनादि से, अंतरंग मानव का नाता॥

संक्षेप में पर्यावरण के मुख्य बिन्दुओं को आपके सामने रखने की चेष्टा की है और आशा करता हूँ कि आप सभी प्रबुद्ध पाठक उपरोक्त बताये कारणों व निदान से ज्यादा, बहुत कुछ स्वयं भी समझ गये होंगे साथ ही आप सभी इस तथ्य से भी सहमत होंगे कि पर्यावरण संरक्षण की जिम्मेदारी हम मनुष्यों पर पूरी तरह निर्भर है इसलिये आशा करता हूँ कि तुरन्त प्रभाव से आत्मावलोकन प्रारम्भ कर सुधरात्मक कदम उठाना शुरू कर देंगे।

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



# 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.



## अन्न जीवन का आधार पर दिखावे में बड़ा दुरुपयोग

अन्न शरीर की मुख्य आवश्यकता है। इससे शरीर पुष्ट होता है और शरीर को ऊर्जा मिलती है। अन्न की प्रकृति का भी अपना प्रभाव है। कहावत है- **'जैसा खाओ-अन्न वैसा बने मन'**। पेट भरने के लिए ही संसार चल रहा है। किसी को जरूरत लायक पूर्ति चाहिए तो कोई संग्रहण में जुटा हुआ है। बावजूद इसके अन्न का पुरी तरह सदुपयोग नहीं हो पाता है और इसी वजह से लाखों क्विंटल अन्न प्रतिदिन नालियों में बह जाता है।

**अन्न को देव माना है फिर भी लोग दिखावे के नाम पर झुठा छोड़ते ही है।**

**अन्न का दुरुपयोग** - घर से लेकर धार्मिक,

सार्वजनिक आदि आयोजनों में भोजन बनाया जाता है उन सब की किस्म अलग-अलग होती है। घरों में बहुत सामान्य भोजन बनता है किंतु आयोजनों में कई प्रकार के पकवान, सब्जियां और खानों की तरह तरह की चीजें बनतीं है। कई तरह की स्वादिष्ट चीजें बनने से खानों वाले अपनी इच्छा पर नियंत्रण नहीं रख पाते और बनी हुई हर सामग्री थाली में ले लेते हैं। थाली तो पुरी भरी होती है लेकिन उसका उतना ही उपयोग कर पाते है जितनी पेट में जगह होती है। भरपेट या उससे भी अधिक खाने के बाद थाली में अवश्य बचता है और इस प्रकार कई थालियों से बचा हुआ अन्न बड़ी मात्रा में जानवरों के मुंह तक पहुंचता है। अन्न अगर मानव के पेट में नहीं पहुंचकर वह किसी भी रूप में उपयोग में नहीं आता तो यह उसका अपमान है और एक पाप ही है।

**अन्न की प्रकृति है तृप्ति** - भोजन कैसा भी बनें वह आखिरकार शरीर को तृप्ति देता ही है।

अक्सर देखा गया है कि सादा भोजन जितना बनता है उसका ज्यादातर उपयोग हो ही जाता है लेकिन स्वाद के लिए बना भोजन थाली से नाली तक पहुंचता है। आजकल वैवाहिक आयोजनों में इतने प्रकार की मिठाइयां, नमकीन आदि बनती है कि उन सबको खा पाना संभव नहीं होता ऐसे में उसका दुरुपयोग

होना ही है। लोग एक एक टुकड़ा लेकर भी उसमें से भी झुठा छोड़ देते हैं।

**झुठा छोड़ना एक संस्कृति** - खानपान के नाम पर भी लोग दिखावा करते हैं। चाय, नाश्ता, खाना, फल जब भी परोसा जाता है तो अक्सर लोग उसमें से कुछ ना कुछ झुठा अवश्य छोड़ देते हैं। इसके पीछे लोगों की ऐसी मानसिकता होती है कि चाहे चाय हो या नाश्ता या कुछ और उसे प्लेट में पूरी तरह खाने की बजाय कुछ हिस्सा छोड़ दिया जाना चाहिए इससे उनकी विशिष्टता झलकती है। ऐसे में दिखावे के चक्कर में खानपान की चीजों के नाम अन्न का कितना दुरुपयोग होता है यह सोचने समझने वाली बात है।

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





को महाभारत का लेखन प्रारंभ कराया था।

इसके अलावा, यह भी कहा जाता है कि इस दिन गंगा नदी स्वर्ग से धरती पर अवतरित हुई थी। जैन धर्म में, यह दिन प्रथम तीर्थंकर भगवान ऋषभदेव के एक वर्ष के उपवास की समाप्ति का प्रतीक है, जब उन्होंने गन्ने के रस का पारणा किया था।

अक्षय तृतीया के दिन कई स्थानों पर विशेष आयोजन होते हैं। उड़ीसा में, इस दिन से किसानों द्वारा खरीफ फसल की बुवाई की शुरुआत की जाती है, जिसे 'अखी मुठी अनुकुल' कहा जाता है। तेलंगाना और आंध्र प्रदेश में, सिंहाचलम मंदिर में विशेष उत्सव मनाए जाते हैं, जहाँ मुख्य देवता को पूरे वर्ष चंदन के लेप से ढका जाता है, और केवल इसी दिन उनकी वास्तविक मूर्ति के दर्शन होते हैं, जिसे 'निज रूप दर्शनम' कहा जाता है। इस प्रकार, अक्षय तृतीया भारतीय संस्कृति में शुभता, समृद्धि और नए प्रारंभों का प्रतीक है, जिसे पूरे देश में श्रद्धा और उल्लास के साथ मनाया जाता है।

सम्पूर्ण जानकारी देखें -



अक्षय तृतीया, जिसे 'आखा तीज' भी कहा जाता है, हिंदू और जैन समुदायों में मनाया जाने वाला एक महत्वपूर्ण पर्व है। यह पर्व वैशाख मास के शुक्ल पक्ष की तृतीया तिथि को मनाया जाता है, जो आमतौर पर अप्रैल या मई महीने में पड़ता है। 'अक्षय' का अर्थ है 'जिसका कभी क्षय न हो' अर्थात् जो अविनाशी है, और 'तृतीया' का तात्पर्य है 'तीसरा दिन'।

इस दिन को शुभ माना जाता है, और नए कार्यों की शुरुआत, विवाह, निवेश, सोना खरीदने जैसे कार्यों के लिए उपयुक्त माना जाता है। धार्मिक मान्यताओं के अनुसार, इस दिन कई महत्वपूर्ण घटनाएँ घटी थीं। ऐसा माना जाता है कि महाभारत के रचयिता महर्षि वेदव्यास ने इसी दिन भगवान गणेश



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



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