वाट्सऐप @ 94140-78380, 92140-78380 | वर्ष :3 अंक : 20 | शुक्रवार 19 मई 2023 | दैनिक ई-पेपर

# शाबाश इंडिया

@ShabaasIndia | प्लॉट नंबर 8, ओझा जी का बाग, गांधी नगर मोड, टोंक रोड, जयपुर

# 18 लाख से ज्यादा छात्रों का खत्म होगा इंतजार

## प्राइवेट स्कूलों में फ्री-एडमिशन के लिए शिक्षा मंत्री निकालेंगे RTE लॉटरी

**जयपुर. कंचन केसरी**

राजस्थान के प्राइवेट स्कूलों में फ्री एडमिशन के लिए इंतजार कर रहे 18 लाख से ज्यादा स्टूडेंट्स का इंतजार आज खत्म हो जाएगा। जयपुर के शिक्षा संकुल में शिक्षा मंत्री बीडी कल्ला शुक्रवार सुबह 9 बजे राइट टू एजुकेशन की लॉटरी निकालेंगे। जिसके बाद प्रदेश के 37 हजार 345 प्राइवेट स्कूल में 2 लाख से ज्यादा सीटों पर जरूरतमंद बच्चों को फ्री एडमिशन मिल सकेगा।

### 25 फीसदी सीटों पर मिलता है फ्री एडमिशन

आरटीई कानून के तहत प्राइवेट स्कूलों को अपने यहां एंट्री लेवल की कक्षा में कुल संख्या में से 25 फीसदी सीटों पर फ्री प्रवेश देना होगा। बाकी 75 प्रतिशत सीटों पर वे फीस लेकर प्रवेश दे सकते हैं। 25 फीसदी सीटों पर फ्री प्रवेश का भुगतान राज्य सरकार देती है। बच्चा जिस वार्ड या गांव का है उसे अपने क्षेत्र के

निजी स्कूल में पहले प्राथमिकता दी जाती है। सीट खाली होने पर दूसरे वार्ड के बच्चे को प्रवेश दिया जाएगा।

### लॉटरी में दिव्यांग व अनाथ को प्राथमिकता मिलेगी

प्रवेश के लिए निकाली जाने वाली लॉटरी में दिव्यांग और अनाथ बच्चों को प्राथमिकता मिलेगी। यानी इन बच्चों का सबसे पहले प्रवेश होगा। इसके बाद अन्य विद्यार्थियों को प्राथमिकता में रखा जाएगा। इससे पहले इन्हें प्राथमिकता नहीं दी जाती थी।

### ऑटो रिपोर्टिंग का सिस्टम लागू किया

लॉटरी के बाद अभिभावकों को 5 निजी स्कूलों में से किसी एक स्कूल में ऑनलाइन रिपोर्टिंग करनी होती है, लेकिन अभिभावक ऐसा करना भूल जाते हैं। इससे बचने के लिए विभाग ने इस बार ऑटो रिपोर्टिंग का सिस्टम लागू किया है।

### स्कूल आब्जेक्शन कर सकेंगे, रिजेक्शन नहीं

दस्तावेज जांच में निजी स्कूल वाले दस्तावेजों पर केवल आपत्ति कर सकेंगे, दस्तावेज को रिजेक्ट नहीं कर सकेंगे। स्कूल की ओर से आपत्ति के बाद सीबीईओ देखेंगे कि स्कूल की तरफ से लगाई गई आपत्ति सही है या गलत। वहीं प्राइवेट स्कूल को सरकार पहली क्लास से आठवीं क्लास तक की फीस का पुर्नभुगतान कर रही है, जबकि प्री प्राइमरी क्लासेज में एडमिशन तो करवा रही है लेकिन फीस का भुगतान नहीं कर रही है। ऐसे में अभी जिन चार क्लासेज में एडमिशन हो रहा है, उसमें सिर्फ क्लाए एक की फीस ही सरकार देगी, जबकि शेष तीन क्लासेज का खर्च पूरी तरह प्राइवेट स्कूल को ही उठाना पड़ेगा। राइट टू एजुकेशन कानून के तहत प्राइवेट स्कूल्स में एडमिशन के तहत 29 मार्च से 10 अप्रैल तक ऑनलाइन आवेदन मांगे गए थे। जिसमें प्रदेशभर के 18 लाख 15 हजार 489 अभिभावकों ने अपने बच्चों के एडमिशन के लिए आवेदन किया था। वहीं अब आज शुक्रवार को लॉटरी निकली जाएगी।

# प्रशिक्षण शिविर में पद्मनाभ सिंह ने प्रतिभागियों को किया मोटिवेट

## शाही आंगन में ध्रुवपद, कथक, पारंपरिक चित्रकला के बिखरे रंग, पहली बार ब्लू पॉटरी की मिली जानकारी

**जयपुर. कासं**

जयपुर के सिटी पैलेस में सवाई पद्मनाभ सिंह ने सांस्कृतिक विरासत प्रशिक्षण शिविर का उद्घाटन किया। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि इस शिविर का उद्देश्य युवा पीढ़ी को जयपुर की समृद्ध कला व शिल्प से परिचय करवाना है। यह शिविर युवाओं के लिए पारंपरिक कलात्मक प्रथाओं का ज्ञान व कौशल प्राप्त करने का अवसर साबित होगा। शिविर में युवाओं की उत्साहपूर्ण भागीदारी से अभिभूत महाराजा सवाई पद्मनाभ सिंह ने इस शिविर में अपनी विशेषज्ञता का योगदान दे रहे सभी वरिष्ठ व प्रसिद्ध कलाकारों का आभार व्यक्त किया। उन्होंने पीढ़ियों से शहर की कला व संस्कृति को बढ़ावा देने की जयपुर राज परिवार की प्रतिबद्धता पर प्रकाश डाला। इस मंच का लक्ष्य युवा पीढ़ी में इन सांस्कृतिक एवं पारंपरिक कलाओं के मूल्यों को बढ़ावा देना है। इसी उद्देश्य से उन्होंने विशेष रूप से युवाओं के लिए एक आर्ट व क्राफ्ट स्कूल की घोषणा भी की,

जिसकी जल्दी ही आधिकारिक रूप से शुरूआत की जाएगी। एक माह चलने वाले इस सांस्कृतिक विरासत प्रशिक्षण शिविर में प्रशिक्षुओं को ध्रुवपद, कथक, चित्रकला, बांसुरी, फ्रेस्को और जयपुर ब्लू पॉटरी जैसी पारंपरिक कलाओं का प्रशिक्षण दिया जा रहा है। शिविर में प्रसिद्ध कलाकार एवं सिटी पैलेस के ओएसडी रामू रामदेव, हेमंत रामदेव, बाबूलाल मारोठिया एवं बद्रीनाथ मारोठिया 'पारंपरिक पेंटिंग' का प्रशिक्षण दे रहे है। इसी प्रकार डॉ. मधु भट्ट तैलंग के मार्गदर्शन में 'ध्रुवपद' का प्रशिक्षण दिया जाएगा। डॉ. ज्योति भारती गोस्वामी की ओर से 'कथक व लोक नृत्य', आर. डी. गौड़ की ओर से 'बांसुरी' और अशोक की ओर से 'कैलीग्राफी' का प्रशिक्षण दिया जाएगा। इसके अतिरिक्त डॉ. नाथूलाल वर्मा की ओर से 'फ्रेस्को (अराइश)' और गोपाल सैनी, गरिमा सैनी की ओर से 'जयपुर ब्लू पॉटरी' की बारीकियां सिखाई जाएगी। वैदिक मंत्रोच्चारण के साथ पारंपरिक दीप प्रज्वलित कर शिविर का शुभारंभ किया गया।

# महामस्तकाभिषेक के साथ संपन्न हुआ स्वर्ण वेदी स्थापना समारोह

**राजेश जैन दद्दू. शाबाश इंडिया**

इंदौर। शांतिनाथ भगवान के जन्म, तप और मोक्ष कल्याणक दिवस पर समोसरण मंदिर कंचन बाग में शांतिनाथ भगवान की स्फटिक मणि की प्रतिमा को मुनि श्री आदित्य सागर जी, मुनि श्री अप्रमित सागर जी एवं मुनि श्री सहज सागर जी महाराज के सानिध्य , पंडित रतनलालजी एवं ब्रह्मचारी पीयूष भैया के निर्देशन में स्वर्ण वेदी पर स्थापित कर भगवान के मस्तक पर स्वर्ण रजत कलश से महामस्तकाभिषेक एवं शांति धारा की गई और मोक्ष कल्याणक के उपलक्ष्य में प्रतिमा के समक्ष निर्वाण लाडू चढ़ाए गए इसी के साथ तीन दिवसीय स्वर्ण वेदी स्थापना एवं महा मस्तकाभिषेक समारोह संपन्न हुआ। महामस्तकाभिषेक के प्रथम, द्वितीय कलश करने का सौभाग्य शरद सेठी एवं धीरेंद्र वोबरा परिवार एवं शांति धारा आजाद जी बीड़ी वाले एवं शरद शास्त्री परिवार ने प्राप्त किया,श्रीजी के समक्ष निर्वाण लाडू श्रीमती पुष्पा कासलीवाल अनूप भवन, हंसमुख जैन गांधी और राजी परिवार ने समर्पित किए। इस अवसर पर मुनि श्री आदित्य सागर जी महाराज ने आशीर्वचन देते हुए समोसरण मंदिर ट्रस्ट एवं समाज को शांतिनाथ भगवान की प्रतिमा के स्वर्ण वेदी पर विराजमान होने के उपलक्ष मे प्रसन्नता व्यक्त करते हुए बधाई दी और कहा कि अब समोसरण मंदिर और कंचन बाग की शोभा एवं ख्याति द्विगुणित और तीर्थ स्वरूप हो गई है भविष्य में जो भी जैन यात्री इंदौर आएंगे वे प्रतिमा के दर्शन करने समोसरण मंदिर अवश्य आएंगे। प्रचार प्रमुख राजेश जैन दद्दू ने बताया कि इस अवसर पर मुनि श्री की प्रेरणा से प्रेरित होकर समोसरण मंदिर के जिस हाल में स्फटिक मणि की प्रतिमा स्वर्ण वेदी पर विराजमान है उसे भी समाज एवं मंदिर ट्रस्ट द्वारा शीघ्र ही स्वर्ण टाइल्स से सज्जित किये जाने की घोषणा की गई।

## जैन धर्म के 16 वे तीर्थंकर 1008 श्री शांतिनाथ भगवान का जन्म, तप, और निर्वाण महोत्सव जैन संत 108 निर्वेग सागर जी महाराज के सानिध्य में मनाया

**झुमरीतिलैया. शाबाश इंडिया।** श्री दिगंबर जैन समाज के सानिध्य में जैन संत परम पूज्य मुनि श्री 108 निर्वेगसागर जी मुनिराज ,108 मुनि शीतल सागर जी मुनिराज के मंगल आशीर्वाद से जैन धर्म के 16 वें तीर्थंकर देवाधिदेव 1008 श्री शांतिनाथ भगवान का निर्वाण महोत्सव आज ज्येष्ट कृष्ण चतुर्दशी को बहुत ही धूमधाम से श्री दिगंबर जैन दोनों मंदिर में मनाया गया। जिसमें प्रातः श्री दिगंबर जैन बड़े मंदिर जी में शांति नाथ वेदी में आज देवाधिदेव 1008 शांति नाथ भगवान के जन्म तप मोक्ष कल्याणक दिवस पर विशेष प्रथम कलश एवं शांति धारा अजय कुमार, अमित गंगवाल, सुरेन्द्र सौरभ काला, निर्वाण लाडू, कैलाश, कमल, मनीष गंगवाल ने चढ़ाया। इसके साथ ही आज मोक्ष कल्याणक पर्व के अवसर पर निर्वाण लड्डू समाज के कैलाश कमल मनीष गंगवाल ने श्री जी के चरणों मे चढ़ाया। इस अवसर पर मुनि श्री 108 निर्वेगसागर जी मुनिराज ने अपनी प्रवचन श्रखला में बताया किजीवन को सुंदर कैसे बनाए के अंतर्गत बताया कि आप अपने जीवन मे कुछ ना कुछ नियम जरूर लीजिए और मन को धर्म मे लगाइए, 60 साल के बाद तो एक समय भोजन और शाम को फलाहार लेकर अपने जीवन को स्वस्थ बनाइये और धर्म मे लगाइए ।ओर बच्चे को शुरू से ही नियम संयम का पाठ पढ़ाना चाइये जिससे आगे जाकर अपने जीवन मे संयम पालन कर अपने जीवन को उत्तम बना सके। समाज के मंत्री ललित सेठी के साथ सेकड़ो लोग उपस्थित थे।साथ ही आज कोडरमा से आये पत्रकार राज अजमेरा,संजय गंगवाल के साथ दिल्ली से आये अर्हम योग के प्रशिक्षक एडवोकेट अजय जैन ने आचार्य श्री 108 विद्या सागर जो महामुनिराज के शिष्य के सानिध्य में सम्मेदशिखर के शांतिनाथ भगवान के निर्वाण स्थली कुन्दप्रभ टूक पर निर्वाण लड्डू चढ़ाया।

## भगवान शान्तिनाथ के महामस्तिकाभिषेक के साथ किया लाडू समर्पित

**शान्ति धारा दिवस के रूप में मनाया निर्वाण कल्याणक। अशोक नगर को दिलाया सुधा सागरजी महाराज ने तीर्थ का दर्जा**

**अशोक नगर. शाबाश इंडिया।** श्री शांतिनाथ त्रिकाल चौबीस जिनालय के मूलनायक ग्यारह फिट उतंग भगवान शान्तिनाथ स्वामी के जन्म तप निर्वाण कल्याणक पर क्षुल्लक श्री विश्वपूज्य सागर जी महाराज के सान्निध्य भगवान शान्तिनाथ स्वामी कुंथनाथ स्वामी एवं अरनाथ स्वामी का महामस्तिकाभिषेक जैन समाज के साथ किया गया। इस दौरान भक्तों ने निर्वाण लाडू समर्पित किए। कार्यक्रम मंगलाष्टक के साथ प्रारंभ करते हुए नवनिर्वाचित सदस्य शैलेन्द्र श्रागर ने अपने मधुर भजनों के साथ आंनद की वर्षा करते हुए कहा कि आज हम सब मुनि पुंगव श्रीसुधासागरजी महाराज के आव्हान पर क्षुल्लक श्री विश्व पूज्य सागरजी के सान्निध्य में भगवान का निर्वाण कल्याणक शान्ति धारा दिवस के रूप में मना रहे हैं आप सब मिलकर इस महोत्सव का आनंद लें।

### देशभर के भक्तो की आस्था का केन्द्र है शान्तिनाथ त्रिकाल चौबीसः विजय धुर्रा

कार्यक्रम के प्रारंभ में मध्यप्रदेश महासभा के संयोजक विजय धुर्रा ने संचालन करते हुए नगर में सन उन्नीस सौ बानवे में श्री शांतिनाथ त्रिकाल चौबीस की स्थापना कराकर इस नगर को तीर्थ का दर्जा दिलाया। आज देशभर से बढी भक्ति भाव से लोग यहां वंदना करने आते हैं और प्रभु की आराधना कर अपने को धन्य समझते हैं। हमें अपने धर्म और संस्कारों के प्रति जागरूकता दिखाते हुए अपने परिवार को धर्म के साथ जोड़ना है नये वच्चो को श्री जी की शांतिधारा अभिषेक करने के मन्दिर में लगा है तव ये धर्म आगे बढ़ेगा।

# लाडनूं में भगवान शांतिनाथ का जन्म तप एवं मोक्ष कल्याणक पर्व मनाया गया

राज पाटनी. शाबाश इंडिया

लाडनूं। स्थानीय दिगंबर जैन बड़ा मंदिर में जैन धर्म के 16वें तीर्थंकर भगवान श्री शांतिनाथ का जन्म तप एवं मोक्ष कल्याणक पर्व श्रद्धा भक्ति व हर्षोल्लास पूर्वक मनाया गया। सर्वप्रथम प्रातः भगवान श्री शांतिनाथ का जलाभिषेक किया गया तत्पश्चात श्री शांतिनाथ विधान की पूजा समाज के पुरुष महिला एवं बच्चों द्वारा विधि विधान पूर्वक की गई। शांति विधान की पूजा प्रकाश अंजना पांड्या के सौजन्य से की गई। इस अवसर पर जैन समाज के पदाधिकारी एवं गणमान्य लोगों ने भगवान श्री शांतिनाथ का अभिषेक शांतिधारा कर धर्म लाभ लिया। साथ ही समाज के स्थानीय सदस्यों के साथ ही दिल्ली, गुड़गांव, एवं अलवर आदि क्षेत्रों से आए यात्रियों ने भी विभिन्न आयोजनों में भाग लिया। बाहर से आए श्रद्धालुओं ने मंदिर की प्राचीनता एवं भव्यता की सराहना की।

## भक्तिभाव से मनाया सोलहवें तीर्थंकर भगवान शांतिनाथ का जन्म, तप व मोक्षकल्याणक

विवेक पाटोदी. शाबाश इंडिया

**सीकर।** जैन धर्म के सोलहवें तीर्थंकर देवाधिदेव श्री 1008 शांतिनाथ भगवान का गुरुवार, ज्येष्ठ कृष्णा चतुर्दशी, वीर संवत 2549 दिनांक 18 मई,2023 को जन्म,तप और मोक्ष कल्याणक भक्तिभाव पूर्वक शहर के सभी जैन मंदिरों में मनाया गया । समाज के विवेक पाटोदी ने बताया कि जैन धर्मावलंबियों हेतु अति महत्वपूर्ण अवसर है जब एक तीर्थंकर के एक साथ तीन-तीन कल्याणक महोत्सव है। इस अवसर पर बावड़ी गेट स्थित श्री शांतिनाथ दिगम्बर जैन बीस पंथ आम्नाय बड़ा मंदिर, जाटिया बाजार स्थित श्री पार्श्वनाथ दिगम्बर जैन तेरह पंथ आम्नाय जैन मन्दिर दीवान जी की नसियां ,बजाज रोड़ स्थित श्री शांतिनाथ दिगम्बर जैन तेरह पंथ आम्नाय नया मंदिर, श्री पार्श्वनाथ दिगम्बर जैन मंदिर दंग की नसियां सहित सभी जैन मंदिरों में विशेष अभिषेक, शांतिधारा के पश्चात शान्ति विधान व विशेष पूजन आदि मांगलिक कार्यक्रम हुए। बीस पंथ आम्नाय कमेटी मंत्री अजीत जयपुरिया ने बताया कि प्रातः बड़ा मन्दिर जी मे भगवान शांतिनाथ के अभिषेक व वृहद शांतिधारा हुई। इसके पश्चात विशेष पूजन व श्री शांतिनाथ मण्डल विधान का आयोजन हुआ। हुक्मीचंद गंगवाल ने बताया कि इस अवसर पर प्रातः दंग की नसियां मन्दिर में प्रातः पंचामृत अभिषेक व दुग्ध शांतिधारा की गई व सायंकाल 48 दीपकों से भक्तामर पाठ व महाआरती की गई । तेरह पंथ आम्नाय नया मन्दिर कमेटी मंत्री पवन छाबड़ा ने बताया कि प्रातः अभिषेक व वृहद शांतिधारा के पश्चात शांतिनाथ मण्डल विधान का आयोजन किया गया , पण्डित जयंत शास्त्री द्वारा यह विधान करवाया गया । इस दौरान सभी जैन मंदिरों में सैकड़ो श्रद्धालु उपस्थित रहे ।

## भगवान शांतिनाथ का जन्म तप और मोक्ष कल्याणक हर्ष और उल्लास के साथ मनाया

### बिचला जैन मंदिर सहित सभी दिगम्बर जैन जिनालयों मे हुई जिनार्चना, इन्द्र इन्द्राणियो ने पूजा अर्चना के साथ किया भक्ति नृत्य

**निवाई. शाबाश इंडिया।** आचार्य इन्द्रनन्दी महाराज एवं बालाचार्य निपूर्ण नन्दी महाराज के सानिध्य में अग्रवाल जैन मंदिर एवं बिचला जैन मंदिर में जैन समाज के श्रद्धालुओं द्वारा भगवान शांतिनाथ के जन्म तप और मोक्ष कल्याणक दिवस हर्ष एवं उल्लास के साथ मनाया जिसमें श्री जी की शांतिधारा करके पूजा अर्चना की। कार्यक्रम संयोजक विमल जौंला व राकेश संधी ने बताया कि विधानाचार्य सुधीर जैन के मंत्रोच्चार द्वारा गुरुवार को भगवान शांतिनाथ की शांतिधारा एवं प्रथम अभिषेक करने का सौभाग्य मूलचंद त्रिलोक चंद जैन व सुरेन्द्र टोंग्या को मिला। एवं भगवान सुपार्श्वनाथ की शांतिधारा पारसमल जैन सांवलिया एवं हेमचंद संधी ने एवं भगवान पार्श्वनाथ की शांतिधारा सुरेश चंद रवि कुमार इटावा ने की। मुख्य कार्यक्रम में भगवान शांतिनाथ के निर्वाण लड्डू चडाने का सोभाग्य सुरेश कुमार सांवलिया एवं पारसमल सांवलिया परिवार को मिला। जैन मंदिर में सोधर्म इन्द्र विमल चन्द जैन द्वारा मण्डप पर श्री फल अर्ध्य समर्पित किए। इस दौरान श्रद्धालुओं ने गाजेबाजे के साथ भगवान शांतिनाथ के समक्ष निर्वाण लड्डू चडाया। इस अवसर पर बिचला मंदिर एवं अग्रवाल जैन मंदिर मे श्रद्धालुओं द्वारा शांति मण्डल विधान आयोजित किया गया जिसमें महिलाओं एवं पुरुषों ने भक्ति भाव से पूजा अर्चना की। इस दौरान पूजा मे नित्य नियम विधमान बीस तीर्थंकर देव शास्त्र गुरु पूजा के साथ शांतिनाथ मण्डल विधान की विशेष पूजा अर्चना की गई। विधान मे संगीतकार गायक विमल जौंला, गायिका विमला जैन लावा एवं संगीता संधी ने मधुर भजनों की प्रस्तुतियां देकर पूजा अर्चना करवाई। इस अवसर पर जैन धर्म प्रचारक विमल जौंला ने श्रद्धालुओं को कहा कि अपने मानव जन्म को सार्थक करने हेतु आज भगवान के मोक्ष कल्याणक पर अपने स्वार्थ, वैरभाव, राग द्वेष, कषाय, तथा अवगुणों को अपने देहरी पर विसर्जित करके आ जाना, यही धर्म है और इसी मे आपके जीवन की सार्थकता है।

# वेद ज्ञान

## नीति वचनों का जीवन पर प्रभाव

नीति वचनों का हमारे जीवन में गहरा प्रभाव पड़ता है। जीवन जीने का पहला आदर्श वचन यही है कि हम जब तक जीएं आदर्श जीवन जीएं। ऐसा तभी संभव है जब हम स्वभाव से संतोषी, त्यागी, ईमानदार, कर्तव्यनिष्ठ और सत्य के साथ रहें। मनुष्य को अपनी स्वयं की शक्ति को पहचानना और उसके साथ ही जीना चाहिए। शक्ति ही जीवन है, कमजोरी मृत्यु है। मानव शक्ति का सर्वोच्च प्रतीक विनम्रता है। मनुष्य को अहंकार, ईर्ष्या, घृणा, लोभ, कामना, द्वेष, द्वंद्वों आदि से हमेशा दूरी बनाकर रखनी चाहिए। अज्ञान के कारण मनुष्य में ये सभी दुर्गुण पनपते हैं। प्रत्येक मनुष्य को ज्ञान अर्जित करना चाहिए। जो भी ज्ञान प्राप्त करें वह व्यावहारिक भी होना चाहिए। व्यावहारिक ज्ञान से ही हम जीवन के वास्तविक मर्म को समझ सकते हैं। इससे मनुष्य अपने जीवन की जटिल समस्याओं को सुलझा सकता है, क्योंकि कठिन क्षणों में यह हमारा साहस, धैर्य और संयम को बनाए रखने में मदद करता है। असल में मनुष्य के मन-मस्तिष्क में जिस प्रकार के विचार रहते हैं उसी के प्रभाव से जीवन की दिशाएं बनती और मुड़ती रहती हैं और प्रत्येक विचार पर हमारी शिक्षा का गहरा असर पड़ता है। मनुष्य को कर्ममार्गी होना चाहिए। मनुष्य का कर्म ही उसका धर्म है। कर्म ही हमारे जीवन को गति देते हैं और हम जैसे कर्म करते हैं वैसा ही फल हमें मिलता है। गीता में कहा गया है कि शुभ कर्म करने वाले श्रेष्ठलोक और सद्गति को प्राप्त होते हैं और दुष्कर्म करने वालों को नर्क की दुर्गति भुगतनी पड़ती है। शुभ और अशुभ कर्मों की कई परिभाषाएं हैं, लेकिन सरल शब्दों में कहें तो जिस काम को करने में मनुष्य को भय, शंका और लज्जा का अहसास हो उसे अशुभ समझना चाहिए और जिन कार्यों में आनंद, उत्साह और प्रेम का अनुभव हो उसे शुभ समझना चाहिए। मनुष्य को अपनी अंतरात्मा की आवाज सुनकर स्वयं शुभ-अशुभ कार्यों का निर्णय कर लेना चाहिए। हमारे सभी धर्म-काव्य ग्रंथों में जीवन में प्रेम की महत्ता दर्शाई गई है। प्रेम के अभाव में मनुष्य के जीवन की कल्पना तक नहीं की जा सकती।

# संपादकीय

## मूल्य प्रवाह 2.0 के दिशानिर्देश लागू करने की अपील

विश्वविद्यालय अनुदान आयोग यानी यूजीसी ने सभी उच्च शिक्षण संस्थानों और विश्वविद्यालयों को पत्र लिखकर ''मूल्य प्रवाह 2.0'' के दिशानिर्देश लागू करने की अपील की है। राष्ट्रीय शिक्षा नीति में इसकी सिफारिश की गई है। इसका मकसद युवाओं में मानवीय मूल्यों और पेशेवर आचार-व्यवहार पर पाठ्यक्रम तैयार करने, केंद्र स्थापित करने और इसके लिए प्रशिक्षित शिक्षकों की भर्ती करने की योजना है। यह उसी तरह है जैसे स्कूलों में बच्चों को अनिवार्य रूप से नैतिक शिक्षा दी जाती है। इस दौर में जिस तरह युवाओं में नैतिक मूल्यों का ह्रास देखा और माना जा रहा है कि उन्हें नैतिक मूल्यों और पेशेवर आचार-व्यवहार की ठीक से शिक्षा न दिए जाने की वजह से उनमें धन लोलुपता, भ्रष्टाचार, बेईमानी, अनैतिक जीवन जीने की आदतें विकसित हो रही हैं, उसमें मूल्य शिक्षा योजना का सकारात्मक प्रभाव पड़ने की उम्मीद की जा रही है। इस बात से इंकार नहीं किया जा सकता कि भौतिकतावादी

जीवन जीने की होड़ ने युवाओं को पारंपरिक भारतीय मूल्यों से विमुख कर दिया है। तड़क-भड़क और दिखावे की जिंदगी जीना उन्हें पसंद आता है, दूसरों के प्रति सहानुभूति, परोपकार आदि के भाव कमजोर पड़ते गए हैं। मगर मूल्य शिक्षा की योजना इसमें किस हद तक प्रभावी साबित होगी, ठीक-ठीक दावा करना मुश्किल है। कोई भी समाज तब तक उन्नत नहीं माना जा सकता, जब तक कि वह मानवीय मूल्यों की रक्षा नहीं कर पाता। यह ठीक है कि बदलती स्थितियों के अनुसार समाज खुद अपने मूल्यों में बदलाव कर लिया करता है, नए मूल्यों को आत्मसात कर लेता है, मगर बुनियादी मानवीय मूल्यों में बदलाव की बहुत गुंजाइश नहीं रहती। कोई समाज अपने यहां भ्रष्टाचार, हिंसा, असहिष्णुता, बेईमानी, दूसरों का हक छीन कर समृद्धि हासिल करना, गलत तरीके से संपत्ति जमा करना आदि व्यवहारों को पसंद नहीं करता। भारत तो श्रेष्ठ मानवीय मूल्यों की वजह से ही दुनिया भर में जाना जाता रहा है, अगर वहीं अब इन मूल्यों में तेजी से ह्रास होता दिख रहा है, तो चिंता स्वाभाविक है। मगर फिर सवाल वही है कि क्या इसकी रक्षा पुस्तकों में अलग से पाठ शामिल कर देने या कालेजों, विश्वविद्यालयों में इससे जुड़ी गतिविधियां करा देने भर से हो पाएगी। पाठ्यक्रमों में जो भी पाठ शामिल किए जाते हैं उनके पीछे यह उद्देश्य रहता ही है कि उन्हें पढ़ कर विद्यार्थियों का संपूर्ण व्यक्तित्व विकास होगा और वे अपने समाज और देश के विकास में योगदान को तत्पर होंगे। व्यावसायिक पाठ्यक्रमों में भी उनसे जुड़े नैतिक मूल्यों को स्पष्ट किया ही जाता है। इसके बावजूद अगर युवाओं में कथित रूप से नैतिक मूल्यों का ह्रास देखा जा रहा है, तो इसके पीछे की वजहों को जानना जरूरी है। नैतिकता का आकलन करते वक्त सामाजिक, राजनीतिक, आर्थिक, व्यावसायिक आदि पहलुओं को नजरअंदाज नहीं किया जा सकता। जब तक व्यवस्था के स्तर पर मानवीय मूल्यों की स्थापना नहीं होती, तब तक केवल मूल्य शिक्षण से सामाजिक बदलाव की उम्मीद नहीं की जा सकती। **-राकेश जैन गोदिका**

# परिदृश्य

## राहत?

पिछले कुछ सालों से आम लोगों के लिहाज से महंगाई एक समस्या बनी हुई है। हालांकि इस बीच कई मौकों पर मुद्रास्फीति की दर में उतार-चढ़ाव बना रहा, लेकिन आय और क्रय शक्ति के संदर्भ में देखें तो महंगाई ज्यादातर लोगों के लिए लगातार एक चुनौती ही है। लेकिन हाल के आंकड़ों के मुताबिक, पहले खुदरा और अब थोक, दोनों ही मामले में महंगाई की दर में आई कमी के रुख ने लोगों को राहत दी है। गौरतलब है कि अप्रैल में खुदरा महंगाई 4.70 फीसद रही, जो बीते अठारह महीने के दौरान इसका न्यूनतम स्तर है। अब थोक महंगाई भी ऋणात्मक 0.92 फीसद पर आ गई, जो पिछले करीब तीन साल में इसका न्यूनतम स्तर है। जाहिर है, थोक महंगाई की दर शून्य से भी नीचे जाना बाजार में वस्तुओं की आवक के लिहाज से सकारात्मक है और इसका स्वाभाविक असर वस्तुओं की कीमतों पर भी पड़ना चाहिए। कई बार थोक महंगाई का स्तर तो नीचे जाता है, लेकिन बाजार में वस्तुओं की खुदरा कीमतों पर इसका कोई विशेष प्रभाव नहीं पड़ता है। लेकिन थोक के साथ-साथ खुदरा महंगाई के हाल के आंकड़ों में अगर स्थिरता बनी रही, तो इससे आम उपभोक्ताओं को राहत मिल सकती है। यह बदलाव इसलिए महत्त्वपूर्ण है कि बीते ग्यारह महीने के दौरान आरबीआइ यानी भारतीय रिजर्व बैंक की ओर से तय खुदरा महंगाई 'सहनीय स्तर' से ऊपर ही रही थी। दरअसल, आरबीआइ को इसे चार फीसद तक सीमित रखने का लक्ष्य मिला हुआ है, जिसमें दो फीसद की कमी या बढ़ोतरी की गुंजाइश छोड़ी गई है। यानी यह दो से छह फीसद तक रहे, तब तक इसे नियंत्रण में माना जाता है, लेकिन इसमें असंतुलन होने पर आरबीआइ को हस्तक्षेप करना पड़ता है। कोरोना महामारी और पूर्णबंदी के असर से बाजार में जो स्थिति बनी थी, उसके बाद खाने-पीने से लेकर ज्यादातर जरूरत की चीजों की कीमतें बहुत सारे लोगों की पहुंच से दूर हो गई थीं। खासतौर पर सब्जियों के दाम ऊंचे स्तर पर बने रहे। यह सीधे-सीधे लोगों की आय और क्रय शक्ति से जुड़ा मामला था। हालांकि अब भी रोजगार और लोगों की आय के मामले में कोई बड़ा सुधार नहीं दर्ज हो पा रहा है, लेकिन महंगाई में कमी इस चुनौती का सामना करने में मददगार साबित होगा। मुश्किल यह है कि कई बार महंगाई में कमी के आंकड़ों का असर धरातल पर नहीं दिखता है। गौरतलब है कि बेलगाम महंगाई को काबू में करने के मकसद से भारतीय रिजर्व बैंक ने पिछले करीब एक साल में रेपो दरों में करीब ढाई फीसद की बढ़ोतरी की है। इसका रोजमर्रा के इस्तेमाल में आने वाली वस्तुओं की कीमतों पर तो कोई बड़ा फर्क नहीं पड़ा, लेकिन इसकी वजह से घर के लिए लिए जाने वाले ऋण सहित सभी तरह के ऋण महंगे हो गए। अब महंगाई की दरों के नियंत्रण की स्थिति में आने के बाद उम्मीद की जा रही है कि केंद्रीय बैंक की ओर से रेपो दरों में कटौती हो सकती है। मगर महंगाई के मामले में ताजा रुख का हासिल तभी राहत का सबब बन सकता है, जब इसमें स्थिरता रहे और यह आम लोगों की आय और क्रयशक्ति की सीमा के अनुपात में संतुलित रहे। साथ ही, यह भी ध्यान रखने की जरूरत होगी कि खुले बाजार में वस्तुओं की कीमतों के समांतर उनकी उपज सुनिश्चित करके आपूर्ति करने वाले किसानों को भी उनके सामान की उचित कीमत मिल सके। अगर किसानों के सामने अनाज या कोई अन्य खाद्य पदार्थ कौड़ियों के भाव बेचने की नौबत आती है और उसी वस्तु की कीमत खुले बाजार में ऊंची होती है तो यह एक तरह से असंतुलित व्यवस्था होगी और इसका असर सभी पर पड़ेगा।

# पदमप्रभु दिगंबर जैन मंदिर भीलवाडा में कल्याणक मनाया

**प्रकाश पाटनी. शाबाश इंडिया**

भीलवाड़ा। बापू नगर स्थित पदमप्रभु दिगंबर जैन मंदिर में चतुर्दशी के दिन शांतिनाथ भगवान का जन्म, तप एवं मोक्ष कल्याणक महोत्सव मनाया गया। प्रातःकाल मूलनायक पदमप्रभु एवं शांतिनाथ भगवान सहित सभी प्रतिमाओं पर 108 रिद्धि मंत्रों से अभिषेक किया गया। शांतिधारा पाठ से चांदमल जैन एवं राकेश बघेरवाल ने पदम प्रभु भगवान पर, मुकेश कुमार अग्रवाल ने आदिनाथ भगवान पर, ताराचंद अग्रवाल ने मुनीसुव्रतनाथ भगवान पर, लक्ष्मीकांत जैन एवं राजकुमार शाह ने शांतिनाथ भगवान पर, सुनील कुमार सबलावत एवं ताराचंद झाझरी ने पार्श्वनाथ भगवान पर शांतिधारा की। तत्पश्चात ताराचंद झांझरी परिवार द्वारा निर्वाण लाडू चढ़ाने का सौभाग्य प्राप्त किया तथा सभी श्रावकों ने इसकी अनुमोदना की। इस उपरांत पूनम चंद सेठी एवं कल्पना सोगानी के निर्देशन में शांतिनाथ मंडल विधान पर मंत्रोचार द्वारा कलशो की स्थापना कर विधान पूजा आरंभ हुई। श्रावक- श्राविकाऐ भक्ति पूर्व विधान पर 120 अर्घ समर्पण किए। जयकारों से सारा वातावरण गूंज उठा। समापन पर श्रीजी की आरती की गई। इस अवसर पर बड़ी संख्या में श्रद्धालुगण उपस्थित थे। प्रकाश पाटनी ने बताया कि सायकाल 48 दीपों से भक्तामर की महाआरती की गई।

**इस उपरांत पूनम चंद सेठी एवं कल्पना सोगानी के निर्देशन में शांतिनाथ मंडल विधान पर मंत्रोचार द्वारा कलशो की स्थापना कर विधान पूजा आरंभ हुई।**

# प्यासे पंछीयों को पानी पिलाओ

## आओ इस आदत को संस्कार बनाए, मोती पार्क बापू नगर मे परिंडे लगाओ अभियान का आयोजन

**जयपुर. शाबाश इंडिया।** परिंडे लगाओ अभियान की कड़ी मे प्रमुख समाज सेवी प्रमोद जैन भँवर के द्वारा आयोजित व जन मंच के ट्रस्ट के पक्षी चिकित्सालय के संस्थापक कमल लोचन के तत्वावधान मे मोती पार्क बापू नगर मे परिंडे लगाओ अभियान का आयोजन किया गया। इस अवसर पर कार्य क्रम के विशिष्ट अतिथि महेन्द्र कुमार पाटनी मंत्री, श्री महावीर दिगंबर जैन अतिशय शेत्र कमेटी, संजीव शर्मा पूर्व चेयरमैन नगर निगम जयपुर, श्रीमती श्वेता शर्मा पूर्व पार्षद बापू नगर जयपुर, पदम बिलाला अध्यक्ष जनकपुरी जैन मन्दिर, निर्मल संघी अध्यक्ष दिगंबर जैन महा समिति पश्चिम संभाग श्रीमती पूनम तिलक जिला उपाध्यक्ष भाजपा महिला मोर्चा, प्रेम कुमार जैन संयोजक व्यापार प्रकोष्ट भाजपा जयपुर शहर ने भी अपने विचार व्यक्त किये और कार्यक्रम की सराहना की। उपास्थित सभी ने परिंडे की साफ सफाई व दाना पानी की नियमित व्यवस्था की शपथ ली।

# भगवान शांतिनाथ के जन्म तप मोक्ष कल्याणक महोत्सव पर प्रताप नगर में चढ़ा निर्वाण लड्डू

## उपाध्याय 108 श्री ऊर्जयंत सागर जी मुनिराज के सानिध्य में हुआ समारोह

**जयपुर. शाबाश इंडिया**

धर्म नगरी जयपुर के दक्षिणी भाग स्थित प्रताप नगर सेक्टर 8 के श्री शांतिनाथ दिगंबर जैन मंदिर में दो दिवसीय भगवान शांतिनाथ जन्म तप मोक्ष कल्याणक एवं मंदिर वार्षिक उत्सव के अवसर पर पूज्य उपाध्याय 108 श्री ऊर्जयंत सागर जी मुनिराज के सानिध्य में आज प्रातः अभिषेक, शांतिधारा के उपरांत देवाधिदेव भगवान शांतिनाथ को मोक्ष कल्याणक दिवस पर निर्वाण लडडू चढ़ाया गया । तदुपरान्त श्री शांतिनाथ मण्डल विधान पूजन का आयोजन हुआ, समिति अध्यक्ष कमलेश बावड़ी के अनुसार भगवान शांतिनाथ को मोक्ष कल्याणक लड्डू चढ़ाने का सौभाग्य पदम चंद सौभाग्यमल अजमेरी वाले और राहुल शुभम दिल्ली वालो को प्राप्त हुआ। धर्म सभा को संबोधित करते हुए पूज्य उपाध्याय श्री ऊर्जयंत सागर जी मुनिराज ने कहा कि-भगवान शान्तिनाथ सहस्त्राम्र वन में नंद्यावर्त वृक्ष के नीचे पयंकासन से स्थित हो गये और पौष कृष्ण दशमी के दिन अन्तमुर्हूर्त में दसवें गुणस्थान में मोहनीय कर्म का नाश कर बारहवें गुणस्थान में ज्ञानावरण, दर्शनावरण और अन्तराय का सर्वथा अभाव करके तेरहवें गुणस्थान में पहुँचकर केवलज्ञान से विभूषित हो गये और उन्हें एक समय में ही सम्पूर्ण लोकालोक स्पष्ट दीखने लगा। पहले भगवान ने चक्ररत्न से छह खण्ड पृथ्वी को जीतकर साम्राज्य पद प्राप्त किया था, अब भगवान ने ध्यानचक्र से विश्व में एकछत्र राज्य करने वाले मोहराज को जीतकर केवलज्ञानरूपी साम्राज्य लक्ष्मी को प्राप्त कर लिया। उसी समय इन्द्र की आज्ञा से कुबेर ने दिव्य समवसरण की रचना कर दी थी, उपाध्याय श्री भगवान शांतिनाथ के जीवनवृत को समझाया । समिति के मीडिया प्रभारी बाबू लाल ईटून्दा ने बताया कि समारोह का प्रारंभ दिनांक 17 मई को नमोकार एवं भक्ति संध्या से हुआ जिसे सुरेन्द्र श्रीमती उषा इडली डोसा वालो ने दीप प्रज्ज्वलित कर किया, महोत्सव के अवसर पर आयोजित मंडल विधान पूजन में निर्मल कुमार पाटोदी धुवां वालो का मार्गदर्शन मिला। समिति मंत्री महेंद्र जैन पचाला के अनुसार आगामी बुधवार 24 मई 2023 को उपाध्याय श्री ऊर्जयन्त सागर जी मुनिराज के सान्निध्य एवं मार्गदर्शन में श्रुतपंचमी पर्व समारोह पूर्वक प्रातःकाल 9 बजे से मनाया जायेगा इसी समारोह में उपाध्याय श्री के वर्ष 2023 के वर्षायोग प्रवास स्थान की संभावित घोषणा भी की जायेगी।

## श्री 1008 पार्श्वनाथ दिगंबर जैन मंदिर हीरा पथ मानसरोवर जयपुर में निर्वाण लाडू चढ़ाया

**जयपुर. शाबाश इंडिया।** जैन धर्म के तीर्थतंकर भगवान शांति नाथ का जन्म,तप एवम मोक्ष कल्याणक निर्वाण महोत्सव पर श्री 1008 पार्श्वनाथ दिगंबर जैन मंदिर हीरा पथ मानसरोवर जयपुर में में शांति नाथ भगवान का अभिषेक, शांति धारा एवम निर्वाण लाडू चढ़ाया गया। इस मांगलिक अवसर पर ब्रह्मचारी डी आर जैन,सुभाष गंगवाल, शांति, देवेंद्र छाबड़ा, पवन, कल्याणमल एवम समाज के श्रेष्टी गण मौजूद रहे।

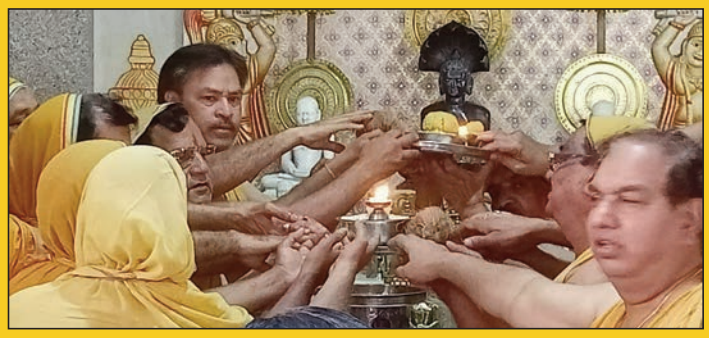
## 167 कलशों से भगवान शांतिनाथ का जन्माभिषेक किया, सुगंधित जल से भगवान की महा शांतिधारा की 31 किलो का निर्वाण लड्डू चढ़ाया

**साखना/टोंक. शाबाश इंडिया।** श्री 1008 श्री शांतिनाथ दिगंबर जैन अतिशय क्षेत्र साखना में ज्येष्ठ कृष्ण चतुर्दशी गुरुवार को भगवान शांतिनाथ का त्रय कल्याणक महोत्सव मनाया गया। अतिशय क्षेत्र के अध्यक्ष प्रकाश सोनी एवं मंत्री प्यार चंद जैन ने बताया कि जैन धर्म के 16वें तीर्थंकर भगवान शांतिनाथ के त्रय कल्याणक महोत्सव के तहत जन्म, तप एवं मोक्ष कल्याणक महोत्सव मनाया गया । जिसके तहत प्रातःभगवान शांतिनाथ के जन्माभिषेक के अवसर पर 167 पुण्यार्जक परिवारों द्वारा 108 रिद्धि मंत्रों के उच्चारण के साथ नारियल पानी से जन्माभिषेक किया गया इसके पश्चात सुगंधित केसर युक्त जल से भगवान की महाशांतिधारा की गई। तत्पश्चात नित्य नियम पूजा नवग्रह पूजा शांतिनाथ भगवान की पूजा शीतलनाथ भगवान की पूजा चंद्रप्रभु भगवान की पूजा के पश्चात प्रातः 9:15 बजे निर्वाण कांड का वाचन करते हुए 31 किलो का निर्वाण लड्डू चढ़ाया गया।

# आचार्य नवीन नंदी गुरुदेव के सानिंध्य मे शांतिनाथ जन्म तप एवं मोक्ष कल्याणक समारोह मनाया

**बगरू/जयपुर. शाबाश इंडिया।** आचार्य श्री नवीननंदीजी मुनिराज के सानिध्य में प्राचीन ऋषभ देव दिगंबर जैन मंदिर दहमीं कलां, बगरू में तीर्थंकर शांतिनाथ भगवान का जन्म,तप, मोक्ष कल्याणक महोत्सव मनाया गया। मंत्री प्रमोद बाकलीवाल व संगठन मंत्री गौरव जैन ने बताया इस शुभ अवसर पर प्रातः 7.00 बजे पंचामृत अभिषेक शांति धारा से कार्यक्रम की शुरू आत हुई। बाद में नवदेवता की व श्री शांतिनाथ विधान महाअर्चना की गई। कार्यक्रम मे जिन बिंब का अभिषेक गुलाब पुष्प, जल, फूलों, दुग्ध, दही केसर से किया गया। आज की महाशांतिधारा के पुण्यार्जक जितेंद्र, सरिता, उत्सव, पारुल ,विहान, समीक्षा जैन बाकलीवाल एवम नरेंद्र, कुमार, मनी प्रभा, हर्षित, चारू प्रयाण, जैन छाबडा परिवार को मिला। बाद में तीर्थंकर श्री 1008 शांतिनाथ भगवान का जन्म तप मोक्ष कल्याणक पर निर्माण लाडू व संघस्थ श्री शांतिनाथ जी चैत्यालय का 18 वा वार्षिक उत्सव मनाया गया। इसके बाद श्री शांतिनाथ महामंडल विधान आचार्य श्री नवीननंदीजी मुनिराज के सानिध्य में हुआ।

# भगवान शान्ति नाथ जी का जन्म, तप,मोक्ष कल्याण दिवस मानसरोवर में मनाया गया



**जयपुर. शाबाश इंडिया**

श्री दिगंबर जैन मंदिर वरुण पथ मानसरोवर जयपुर में श्री दिगंबर जैन समाज समिति वरुण पथ मानसरोवर द्वारा श्री श्री 1008 भगवान शान्ति नाथ जी के मोक्ष कल्याण के पावन अवसर पर निर्वाण लाडू अर्पित किया गया। इस अवसर पर समाज के जेनेंद्र पाटनी द्वारा दीप प्रज्वलित कर कार्यक्रम का शुभारंभ किया गया। प्रचार संयोजक विनेश सोगानी ने बताया कि इस अवसर पर पूर्ण विधि-विधान से भगवान शान्ति नाथ जी के निर्माण महोत्सव के अवसर पर लाडू अर्पित किया गया कार्यक्रम में जेके जैन, कैलाश सेठी, हेमेंद्र सेठी, विनेश सोगानी, ज्ञान बिलाला, महावीर पाटनी, वीके जैन टीटी, हरीश बगड़ा, विजय जैन अलवर,पूनमचंद आंधीका, एडवोकेट भागचंद जैन, विनोद छाबड़ा, अजय जैन दिल्ली सहित अनेकों साधर्मी बंधु उपस्थित रहे।

# ज्यादा मात्रा में काजू खाने से शरीर पर क्या प्रभाव पड़ता है?

काजू एक ऐसा ड्राई फ्रूट है, जो लगभग हर किसी का फेवरेट होता है। बच्चों से लेकर बड़ों तक सभी को काजू खाना पसंद होता है। काजू ना सिर्फ खाने में स्वादिष्ट होता है, बल्कि स्वास्थ्य के लिए भी बहुत फायदेमंद होता है। अधिकतर लोग काजू को मिठाई, हलवे या स्मूदी में डालकर खाते हैं। तो कुछ लोग इसे रोस्ट करके खाना पसंद करते हैं। काजू पोषक तत्वों का भंडार होता है। काजू के पोषक तत्वों की बात करें, तो इसमें प्रोटीन, फाइबर, मिनरल, आयरन मैग्नीशियम, फास्फोरस, सेलेनियम, कैल्शियम और एंटीऑक्सीडेंट भरपूर मात्रा में पाए जाते हैं। काजू खाने से शरीर को ताकत मिलती है और सेहत दुरुस्त रहती है। हालांकि, काजू का सेवन सीमित मात्रा में ही करना चाहिए, वरना इसके साइड इफेक्ट्स भी देखने को मिल सकते हैं। इसमें मौजूद

डॉ पीयूष त्रिवेदी
आयुर्वेदाचार्य
चिकित्साधिकारी राजकीय आयुर्वेद चिकित्सालय राजस्थान विधानसभा,जयपुर।
9828011871

पोषक तत्व शरीर को स्वस्थ रखने के साथ बीमारियों से बचाव करने में भी मदद करते हैं। लेकिन, काजू का सेवन सीमित मात्रा में ही करना चाहिए, क्योंकि काजू की तासीर गर्म होती है। काजू के अधिक सेवन से शरीर में गर्मी बढ़ती है, इसलिए गर्मियों में काजू का ज्यादा सेवन करने से सेहत को नुकसान हो सकता है। अगर आप गर्मियों में काजू का सेवन करना चाहते हैं, तो हमेशा काजू को भिगोकर ही खाएं। काजू खाने में बहुत टेस्टी लगता है इसलिए कुछ लोग एक बार में खूब सारे काजू खा जाते हैं। लेकिन, काजू का सेवन हमेशा सीमित मात्रा में ही करना चाहिए। काजू का ज्यादा सेवन करने से आपको फायदे की जगह नुकसान हो सकता है। ज्यादा काजू खा लेने से आपका पेट खराब हो सकता है। इसके अलावा काजू का ज्यादा सेवन करने से हाई बीपी और किडनी से जुड़ी समस्या हो सकती है। इससे मोटापा भी बढ़ सकता है। काजू खाने की सही मात्रा आपकी उम्र और सेहत पर भी निर्भर करती है। एक दिन में 4 से 5 काजू का सेवन किया जा सकता है। अगर आप इससे ज्यादा काजू का सेवन करते हैं, तो आपको फायदे के बजाय नुकसान हो सकता है. इसके अलावा, काजू को कभी भी शराब या गर्म चीजों के साथ नहीं खाना चाहिए, इससे आपको पेट और बीपी से जुड़ी समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है।

# योग शिविर का शुभारम्भ

जयपुर. शाबाश इंडिया। दिगम्बर जैन समाज बापूनगर सम्भाग के द्वारा 17 से 27 मई 2023 तक योग शिविर का आरम्भ पार्श्वनाथ पार्क, गणेश मार्ग, बापूनगर में हुआ। शिविर में प्रारम्भ में सम्भाग के अध्यक्ष महेन्द्र कुमार जैन पाटनी द्वारा दीप प्रज्जवलन कर योग शिविर का शुभारम्भ हुआ तथा इसमें सहयोगी डा. राजेन्द्र कुमार जैन, लक्ष्मीचन्द जैन, निर्मल संघी, राजेश बडजात्या तथा राकेश संघी रहे । तत्पश्चात सम्भाग के अध्यक्ष द्वारा शिविर की जानकारी प्रदान की गई तथा योग गुरू लक्ष्मी चन्द जैन तथा योग में भाग लेने वालों का स्वागत किया। योग गुरू का तिलक व माल्यार्पण कर अभिनन्दन किया गया । लक्ष्मीचन्द जैन कई गत वर्षो से सम्भाग द्वारा आयोजित योग शिविर में प्रशिक्षण प्रदान करते रहे है। सम्भाग के मंत्री डा. राजेन्द्र कुमार जैन ने सभी से अपील की कि नियमित रूप से आये और परिवारजनो एवं इष्टमित्रों को भी शिविर मे भाग लेने हेतु प्रेरित करे। अन्त में योग शिविर के संयोजक राकेश संघी ने सभी को धन्यवाद ज्ञापित किया तथा घोषणा कि कल से शिविर का समय प्रातः 6.15 से 7.15 होगा।

# श्री दिगम्बर जैन मंदिर चन्द्रप्रभ जी दुर्गापुरा में तीर्थंकर शांतिनाथ के कल्याणक मनाएं

जयपुर. शाबाश इंडिया

श्री दिगम्बर जैन मंदिर चन्द्रप्रभ जी दुर्गापुरा में आज ज्येष्ठ कृष्णा चतुर्दशी गुरुवार दिनांक 18 मई को भगवान शांति नाथ जी के जन्म, तप एवं मोक्ष कल्याणक दिवस पर अभिषेक शांतिधारा की गई। ट्रस्ट के अध्यक्ष प्रकाश चन्द जैन चांदवाड़ एवं मंत्री राजेन्द्र कुमार जैन काला ने बताया कि अभिषेक शांतिधारा के पश्चात निर्वाण काण्ड भाषा का वाचन करते हुए भगवान शांतिनाथ जी के मोक्ष कल्याणक दिवस पर श्रद्धालुओं ने भक्ति भाव से निर्वाण लाडू चढ़ाया।

## आपके विचार

स्वामी, मुद्रक, प्रकाशक एवं सम्पादक राकेश जैन गोदिका द्वारा प्रकाशित दैनिक-ईपेपर 'शाबाश इंडिया' आम पाठक और समाज में जागरूकता फैलाने में सेतू का काम कर रहा है। आप अपने क्षेत्र के समाचार, आलेख, विचार आदि ई-मेल कर सकते हैं या निम्न नंबरों पर वाट्सअप कर सकते हैं।

सम्पादकः राकेश जैन गोदिका
@ 94140 78380, 92140 78380

दैनिक ई-पेपर
शाबाश इंडिया
shabaasindia@gmail.com
weeklyshabaas@gmail.com