वाट्सऐप @ 94140-78380, 92140-78380 | वर्ष :3 अंक : 223 | सोमवार 11 दिसम्बर 2023 | दैनिक ई-पेपर

शाबाश इंडिया

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

जयपुर में वाटर एक्सपो का आयोजन

विशेषज्ञों की ओर से दी जा रही जानकारी

जयपुर. कासं। बिरला ऑडिटोरियम में वाटर एक्सपो का आयोजन हो रहा है। वाटर ट्रेड एसोसिएशन ऑफ राजस्थान के तत्वाधान तीन दिवसीय वाटर एक्सपो का आयोजन हो रहा है। शनिवार को एक्सपो शुरू हुआ। हवा महल विधायक बालमुकुंद आचार्य, मालवीय नगर विधायक कालीचरण सराफ, जयपुर सांसद रामचंद्र बोहरा ने एक्सपो का उद्घाटन किया। 11 दिसंबर तक एक्सपो का आयोजन होगा। संगठन के प्रवक्ता पीयूष यादव में देते हुए बताया कि यह उत्तर भारत का सबसे बड़ा एक्सपो है। जिसमें देश भर की सभी वॉटर प्यूरीफायर, वॉटर ट्रीटमेंट, बॉटलिंग ओर जल के क्षेत्र में कार्य करने वाली सभी बड़ी कंपनियां भाग ले रही है। जिनकी ओर से आधुनिक टेक्नोलॉजी को लेकर प्रदर्शनी लगाई गई है। यादव ने बताया कि वर्तमान समय में लोग वाटर फ्यूरीफायर खरीदते है। लेकिन पानी की क्वालिटी क्या होनी चाहिए। कौनसा वाटर फ्यूरीफायर लोगों को खरीदना चाहिए। इन सभी सवालों के जवाब को लेकर लोग वाटर एक्सपो में आ रहे है। वाटर एक्सपो में लोग जानकारी ले रहे है। इस क्षेत्र के विशेषज्ञ विभिन्न कार्यशालाओं के की ओर से नई जानकारियां दे रहे है। एक्सपो में संगठन के अध्यक्ष ऋषि पारीक, कोषाध्यक्ष पुष्पेंद्र यादव, महासचिव ज्ञानी कुमावत व अन्य मौजूद रहे।

आबू में 6 दिन से बर्फ जमी

1 डिग्री पहुंचा रात का पारा, श्रीनगर में -4.6 डिग्री, इस सीजन की सबसे ठंडी रात

जयपुर. शाबाश इंडिया

प्रदेश में रविवार को धूप में तेजी रही। इसके बावजूद दिन और रात के तापमान में गिरावट का सिलसिला जारी रहा। रात के तापमान में 3 डिग्री सेल्सियस तक की गिरावट दर्ज की गई। जैसलमेर में एक ही रात में पारा 3 डिग्री तक लुढक गया। यहां रात का पारा 9.4 डिग्री सेल्सियस रहा। जयपुर में भी रात का तापमान 1.3 डिग्री सेल्सियस की गिरावट के साथ 11.6 डिग्री सेल्सियस दर्ज किया गया। अन्य शहरों में अधिकांश में तापमान में गिरावट रही। मौसम विभाग का कहना है कि आने वाले दिनों में आकाश साफ रहेगा। तापमान में गिरावट का सिलसिला जारी रहने के आसार हैं। इधर, माउंट आबू में रविवार को न्यूनतम तापमान 1 डिग्री रहा। यहां छह दिनों से रात में गिरी ओस की बूंदे बर्फ में तब्दील हो रही हैं। रात के पारे में एक डिग्री की बढ़ोतरी के बावजूद सर्दी के तेवर तीखे हैं। जम्मू-कश्मीर के श्रीनगर में शनिवार को इस सीजन की सबसे ठंडी रात दर्ज की गई। न्यूनतम तापमान माइनस 4.6 डिग्री रहा। एक रात पहले यह माइनस 2.6 डिग्री था। श्रीनगर में इस साल यह पहली बार है जब तापमान सामान्य से 4 डिग्री कम रहा है। मौसम विभाग के मुताबिक, 16 दिसंबर तक बादल छाए रहेंगे, लेकिन मौसम शुष्क ही रहेगा। ऐसे में रात का तापमान और गिर सकता है। 12 से 15 दिसंबर के बीच, ऊंचे स्थानों पर हल्की बारिश या बर्फबारी हो सकती है। दिल्ली में शनिवार रात तापमान 8.3 डिग्री से. दर्ज किया गया। यह मौसम के औसत से एक डिग्री कम है। मौसम विभाग ने उत्तरी मप्र समेत पांच राज्यों के लिए धुंध का अलर्ट जारी किया है।

एसएमएस इमरजेंसी का विस्तार होगा

34 बेड लगेंगे, हाई डेफिसिएंसी यूनिट भी बनाई जाएगी

जयपुर. कासं। प्रदेश के सबसे बड़े एसएमएस अस्पताल की इमरजेंसी का विस्तार होगा। ट्रोमा (दुर्घटना) केसेज के अलावा अन्य सभी तरह की इमरजेंसी वाले पेशेंट का यहां इलाज होगा। अभी जिस तरह से इमरजेंसी केस बढ़े हैं, उन्हें देखते हुए पिछले काफी समय से इमरजेंसी के विस्तार की जरूरत थी। एसएमएस मेडिकल कॉलेज प्रिंसिपल, अधीक्षक और टीम ने मिलकर इसका प्लान तैयार किया और अब ब्लू प्रिंट तैयार कर लिया गया है। इमरजेंसी के विस्तार के साथ-साथ यहां उपकरण, बेड और अत्याधुनिक तकनीक

से इमरजेंसी ट्रीटमेंट किया जा सकेगा। इस प्रोजेक्ट में करीब 12.50 करोड़ रुपए खर्च होंगे और पूरा पैसा सीएसआर फंड से खर्च होगा। एसएमएस अस्पताल अधीक्षक डॉ. अचल शर्मा ने बताया कि यहां दो मंजिला बिल्डिंग तैयार होगी, जिसमें करीब 34 बेड, हाई डेफिसिएंसी यूनिट बनाई जाएगी। यह दो मंजिला बिल्डिंग पुरानी इमरजेंसी से इंटर कनेक्ट होगी और किसी भी मरीज के गंभीर होने पर शिफ्टिंग आसानी से की जा सकेगी।

ग्राउंड और फर्स्ट फ्लोर पर यह होगा:

एडिशनल प्रिंसिपल और इमरजेंसी इंचार्ज डॉ. राकेश जैन ने बताया कि इमरजेंसी के ग्राउंड फ्लोर पर ट्राइएज एरिया बनाया जाएगा। इसमें रेड, यलो और ग्रीन एरिया होगा। यानी रेड एरिया में अति गंभीर और गंभीर, यलो में कम गंभीर और ग्रीन एरिया में सामान्य मरीजों को एडमिट किया जा सकेगा। यहां अल्ट्रा सोनोग्राफी, बायोमेडिकल, रिकॉर्ड रूम भी होगी। फर्स्ट फ्लोर पर कम सीरियस केस होंगे और यहां करीब 25 बेड होंगे।

आर्यिका नंदीश्वरमति माताजी का खाचरियावास में हुआ मंगल प्रवेश

गाजे बाजे के साथ जैन समाज ने कि आर्यिका ससंघ की अगवानी

अर्पित जैन. शाबाश इंडिया

भैंसलाना। क्षेत्र के खाचरियावास में रविवार को जैन आर्यिका नंदीश्वरमति माताजी का मंगल प्रवेश हुआ।जैन समाज ने माताजी की गाजे बाजे के साथ भव्य अगवानी की।इस दौरान जगह जगह चरण- प्रक्षालन और महिला पुरूषों द्वारा भक्ति नृत्य कर माताजी ससंघ का स्वागत किया गया वही समाज के सदस्यों द्वारा जैन धर्म की जय जयकार, आर्यिका संघ की जय, महावीर स्वामी की जय आदि जयगोष लगाते हाथों में जैन धर्म का ध्वज लेकर चल रहें थे। ज्ञात रहे 13 दिसंबर से 15 दिसंबर तक आयोजित होने वाले तीन दिवसीय भव्य वेदी प्रतिष्ठा महोत्सव में सानिध्य प्रदान करने हेतु माताजी का मंगल प्रवेश खाचरीयावास में हुआ है।

केंद्रीय वाणिज्य और उद्योग मंत्री पियूष गोयल ने किए भगवान महावीर के दर्शन

चंद्रेश कुमार जैन.शाबाश इंडिया

श्रीमहावीरजी। स्थानीय श्री दिगम्बर जैन अतिशय क्षेत्र श्री महावीरजी में रविवार को केंद्रीय वाणिज्य और उद्योग मंत्री पीयूष गोयल ने भगवान महावीर के दर्शन कर देश व प्रदेश में अमन चैन की कामना की ।केंद्रीय मंत्री ने मत्था टेककर मूलनायक भगवान महावीर के दरबार मे ढोक लगाई ।मंदिर के मैनेजर प्रवीण कुमार जैन पुजारी मुकेश जैन शास्त्री ने जैन परम्परा ओर विधि विधान से पूजा अर्चना संपन्न कराई। सपत्नी पधारे केंद्रीय मंत्री पीयूष गोयल मूलनायक भगवान महावीर प्रतिमा के सामने श्रद्धा भाव से पूजा अर्चना संपन्न कर महावीर स्वामी की परिक्रमा भी लगाई। सायंकाल 6 बजे सड़क मार्ग से चलकर अतिशय क्षेत्र में पधारे केंद्रीय मंत्री पीयूष गोयल भगवान महावीर के दर्शन किए गौरतलब है कि केंद्रीयमंत्री प्रति वर्ष क्षेत्र में भगवान के दर्शनार्थ आते रहते हैं ।श्रीमहावीरजी आगमन पर मंदिर के मुख्य गेट पर मंदिर कमेटी के उपाध्यक्ष चंद्र प्रकाश पहाड़िया ने सपत्नी भगवान महावीर स्वामी जी का लॉकेट डालकर भव्य स्वागत कर अगवानी की तत्पश्चात सैकड़ो भाजपा कार्यकताओं ने पूर्व राज्य मंत्री भूपेंद्र सैनी के निर्देश पर पूर्व मंडल अध्यक्ष ईश्वर सिंह तरुण कुमार के नेतृत्व में कार्यकर्ताओं ने पार्टी का चोला डाल शाल उढाकर कर स्वागत किया। साथ ही क्षेत्र में उधोग - धंधो की कमी के संदर्भ रोजगार संबंधित समस्याओं का ज्ञापन सौंपा व इस मौके पर क्षेत्र के जनप्रतिनिधियों ने पूर्व रेलमंत्री होने के नाते श्रीमहावीरजी रेल्वे स्टेशन पर स्वराज एक्सप्रेस, कोटा -पटना एक्सप्रेस, पश्चिम एक्सप्रेस ,गरीब रथ, नंदा देवी जैसी गाड़ियों का श्री महावीर जी रेलवे स्टेशन पर ठहराव सुनिश्चित करने की मांग की। सैकड़ो कार्यकर्ताओं ने क्षेत्रीय समस्याओं का ज्ञापन सौंपा इस मौके पर मंदिर कमेटी के उपाध्यक्ष सी पी पहाड़िया, पंडित मुकेश शास्त्री प्रबंधक नेमिकुमार पाटनी, सहित उपखंड अधिकारी, हिण्डौन पुलिस उपाधीक्षक प्रवेंद्र सिंह महला सहित प्रशासनिक लवाजमें में आला अधिकारियों उपस्थित थे ।

राष्ट्रीय लोक अदालत में हुआ 1592 केसों का निपटारा

रमेश भार्गव. शाबाश इंडिया

एलनाबाद। हरियाणा राज्य विधिक सेवा वी प्राधिकरण पंचकूला के निदेर्शानुसार शनिवार को न्यायालय परिसर सिरसा, उपमंडल न्यायालय परिसर डबवाली व ऐलनाबाद में राष्ट्रीय लोक अदालत का आयोजन किया गया। जिला विधिक सेवा प्राधिकरण की सचिव एवं मुख्य न्यायिक दंडाधिकारी अनुराधा ने बताया कि इस लोक अदालत मे सभी तरह के न्यायालयों में विचाराधीन केस निपटारे के लिए रखे गये थे। जिनमें मुख्यतः चैक बाउंस, बैंक रिकवरी, मोटर वाहन दुर्घटना, घरेलू विवाद, बिजली व पानी से संबंधित विवाद, दिवानी व फौजदारी विवाद इत्यादि शामिल थे। इस लोक अदालत में न्यायालयों में विचाराधीन कुल 2513 केसों में से 1592 केसों का निपटारा किया गया, जिसमें 55169878/-की राशि समायोजित की गई। सचिव अनुराधा ने बताया कि कुल 5 बैंचों का गठन किया गया जिसमें अतिरिक्त जिला एवं सत्र न्यायधीश कुलदीप सिंह, सिविल जज (जूनियर डिविजन) एवं न्यायिक दंडाधिकारी प्रथम श्रेणी अमित अहलावत, सिविल जज (जूनियर डिविजन) एवं न्यायिक दंडाधिकारी प्रथम श्रेणी विशाल तथा सब-डिविजन ऐलनाबाद से सिविल जज (सीनियर डिविजन) एवं न्यायिक दंडाधिकारी अमनदीप व डबवाली से सिविल जज (सीनियर डिविजन) एवं न्यायिक दंडाधिकारी मनोज दहिया शामिल है। उन्होंने बताया कि लोक अदालत की प्रक्रिया बड़ी सरल एवं संक्षिप्त है, क्योंकि इसमें दोनों पक्षों आमने-सामने बैठाकर बातचीत द्वारा समझौता करवाया जाता है, जिससे उनका आपसी मनमुटाव समाप्त हो जाता है। सचिव ने बताया कि लोक अदालत में हुए समझौते की कोई अपील भी नहीं की जा सकती है। उन्होंने बताया कि प्राधिकरण द्वारा समय-समय पर लोक अदालत करवाई जाती है।

नसीराबाद में 4073 बच्चों को पिलाई पल्स पोलियो खुराक

रोहित जैन. शाबाश इंडिया

नसीराबाद । राष्ट्रीय पल्स पोलियों महाअभियान के तहत रविवार को पहले दिन नसीराबाद में 0 से 5 वर्ष तक के 4073 बच्चों को पल्स पोलियो खुराक पिलाकर 54.29 प्रतिशत लक्ष्य हासिल किया गया। पल्स पोलियो अभियान के तहत नगर में 33 बूथ स्थापित किए गए हैं। जिन पर 126 वैक्सीनेटर ने अपनी सेवाएं दी। राजकीय सामान्य चिकित्सालय के प्रमुख चिकित्सा अधिकारी डॉ विनय कपूर ,अभियान प्रभारी शिशु रोग विशेषज्ञ डॉ प्रेम प्रकाश बालोदिया व डॉ पुष्पेंद्र प्रभाकर ने बच्चों को दवा पिलाकर अभियान की शुरूआत की। सोमवार व मंगलवार को भी चिकित्साकर्मी अभियान से शेष रहे बच्चों को घर-घर जाकर बच्चों को पोलियो की खुराक पिलाएंगे।

अरिहंत ग्लोबल (AGSIPL) ने बनाया 10वां वार्षिकोत्सव

अमन जैन कोटखावदा. शाबाश इंडिया

जयपुर। डिजिटल मार्केटिंग और मोबाइल एडवरटाइजिंग सर्विसेज में राजस्थान की अग्रणी संस्था अरिहंत ग्लोबल द्वारा 10वां वार्षिकोत्सव मनाया गया। जयपुर के दुगार्पुरा स्थित प्रधान कार्यालय में शहर के गणमान्य लोगों के सानिध्य में विशेष कार्यक्रम आयोजित किया गया। सीकर शहर में 1997 में छोटी उम्र में डोर टू डोर पापड़ विक्रय कर सेल्स मार्केटिंग की कला में निपुण कंपनी के नेतृत्वकर्ता राहुल कुमार जैन ने सुनीता जैन के साथ वर्ष 2013 में इस संस्था की नींव डालकर कामयाबी की श्रृंखला की शुरूआत की , जिसका उद्देश्य मात्र ग्राहक सर्वोपरी है। दुर्गापुरा जयपुर से आज अरिहंत ग्लोबल अपने श्रेष्ठ प्रबंधन, सुदृढ़ नेतृत्व, अच्छी टीम, क्वालिटी वर्क के बदौलत विभिन्न इंडस्ट्री से जुड़े कॉरपोरेट क्लाइंट के साथ जीत की श्रृंखला को मोबिलिटी और डिजिटल मार्केटिंग के सेगमेंट में निरंतर आगे बढ़ाते जा रहा है। हाल ही में कंपनी ने कई राष्ट्रीय स्तर के अवाड्र्स भी हासिल किए हैं। कार्यक्रम के दौरान संस्था में निरंतर अच्छी परफॉर्मेंस देने वाले कार्यरत साथियों को पारितोषिक देकर सम्मानित किया गया। संस्था में कार्यरता राकेश जांगिड़ को निरंतर सर्वश्रेष्ठ प्रदर्शन देने पर विशेष सम्मान किया गया। इस अवसर पर संस्था के अंकित जैन, काशिफ, आकांक्षा, सत्यम, लोकेश, रमेश, नितेश, राशिका, दिव्या आदि को भी विभिन्न श्रेणियों में परितोषिक प्रदान कर सम्मानित किया गया। कार्यक्रम के विशेष अतिथि कंपनी के एडवाइजर अरूण अग्रवाल (फोर्टी), जगदीश सोमानी, डा.सुनील ढंड, मनोज जैन, पार्षद दामोदर मीणा, अखिल विजय, त्रिलोक जैन ने भी रोजगार सृजन, ग्राहक विश्वास, कर्मचारी मोटिवेशन, टीम वर्क, हेल्थ एंड वेलनेस के बारे में बात करते हुए कंपनी के मैनेजमेंट को अपनी शुभकामनाएं प्रेषित की।

जीवन पर्यन्त रहते हैं बचपन के संस्कार : आचार्य सौरभ सागर जी

जयपुर. शाबाश इंडिया। परम पूज्य आचार्यश्री पुष्पदंतसागरजी महाराज के सुयोग्य शिष्य परम पूज्य संस्कार प्रणेता ज्ञानयोगी आचार्य श्री सौरभ सागर जी महाराज ने रविवार को श्री दिगम्बर जैन अतिशय क्षेत्र मन्दिर संघीजी सांगानेर में हुई धर्म सभा में संबोधित करते हुए कहा कि बचपन में दिए गए संस्कार शिक्षा पूरे जीवन में काम आती है। आज के परिवेश में सभी माता-पिताओं को सीख देए हुये आचार्यश्री ने कहा कि अपने बच्चों को बचपन से ही धर्म की नैतिकता की षिक्षा देनी चाहिए, क्योंकि छोटा बच्चा कच्ची मिट्टी की भांति होता है उसे अपन जैसा आकार देना चाहे दे सकते है। जैसे गीली मिट्टी को आकार दिया जा सकता है लेकिन सूखने के बाद उसको आकार देना मुश्किल है उसी प्रकार बच्चे के बडे हो जाने के बाद बदलना मुश्किल हो जाता हैं। हमें अपने बच्चों को एक हंस की भांति उज्जवल जीवन वाला बनाना चाहिए ताकि, जैसे हंस दूध व पानी का भेद निकालता है उसी प्रकार एक संस्कार सम्पन्न व्यक्ति संसार में अच्छा बुरा का निर्णय लेने में सक्षम होता है। बगुला और हंस का उदाहरण देते हुए आचार्यश्री ने कहा कि पानी में बगुला मछली रूपि बुराई को पकडेगा तो हंस पानी में मोती ढूंढेगा। जबकि दोनो का रूप रंग एक सा ही है लेकिन परिणाम स्वभाव में आता है। इसलिये अपने बच्चों का बगुला भक्त मत बनाओं एक संस्कार सम्पन्न व्यक्ति बनाओं। आचार्यश्री ने कहा कि संडे का संतडे या भगवन्त डे बनालो जीवन सुधर जायेगा। हर संडे को संतों के सानिध्य में आओ, संत दूर है तो मन्दिरजी में भगवान के दर्शनों को जावो यह नियम बनालो आपका जीवन सुधर जाएगा। इसीदिन दोपहर में आचार्यश्री सौरभसागरजी महाराज ने त्रिवेणीनगर जैन मन्दिर के लिए विहार किया।

वेद ज्ञान

हमें मुक्ति नहीं चाहिए

मुक्ति के संबंध में लोगों के मन में बहुत अधिक भ्रांति समाई है। भक्ति का विषय आते ही धार्मिक विषय की चर्चा करने वाले लोगों का कथन होता है कि अरे हमें मुक्ति से क्या काम। मुक्ति हो जाने से तो हम परमात्मा में ऐसे विलीन हो जाएंगे जैसे पानी की बूंद समुद्र के अथाह जल में विलीन होकर अपना अस्तित्व समाप्त कर देती है। फिर उसका कुछ अता-पता नहीं चलता। इसलिए हमें मुक्ति नहीं चाहिए। हम तो बार-बार इस संसार में आना चाहते हैं। संसार में आकर हमें तो सिर्फ भगवान की भक्ति करने से ही मतलब है। इसी प्रकार की धारणा रखने वाले सत्य को नहीं जानते। परमात्मा की भक्ति करने के लिए मुक्ति को जानना व समझना नितांत आवश्यक है। मुक्ति को समझ लेने के बाद ही सच्ची भक्ति की प्रक्रिया प्रारंभ होती है। इसे इस प्रकार समझना होगा जैसे कोई आपके दोनों हाथों को रस्सी से बांध दे और फिर आपके सामने स्वादिष्ट भोजन की थाली लाकर आपसे कहे कि लो थाली में रखा भोजन कर लो तो आप तुरंत कह उठोगे कि भाई पहले हमारे दोनों हाथों को तो खोल दो, तभी थाली में रखा भोजन किया जा सकेगा अर्थात बंधन में अभीष्ट की प्राप्ति करना संभव नहीं है। हम यहां लोगों को बंदीगृह में जाते हुए देखते हैं। बंदीगृह में गया हुआ व्यक्ति बेचैन होकर छटपटाने लगता है। वह अपने निकटवर्ती लोगों से आग्रह करने लगता है कि हमें इस बंदीगृह से शीघ्र छुटकारा दिलवाओ। बंदीगृह से छूटने के बाद ही वह चैन की सांस ले पाता है और अपने नियत कार्यों को कर पाता है। ठीक इसी प्रकार आप इस काल के बंदीगृह में आकर अदृश्य बंधन में बंध गए हैं। जगत में फंसकर यहां भांति-भांति की यातनाएं व कष्टों को सहन करने के लिए विवश हो रहे हो। इसलिए प्रथम हमें इस काल के जाल से मुक्ति प्राप्त करना परम आवश्यक है। मुक्ति के विषय को भलीभांति जान लेने के बाद ही भक्ति करना प्रारंभ किया जा सकता है। भक्ति और मुक्ति दोनों की प्राप्ति के लिए हमें ऐसे संत की खोज करनी पड़ेगी, जो पूर्णरूप से तत्वदर्शी हो।

संपादकीय

कार्बन शून्यता और सतत विकास की राह...

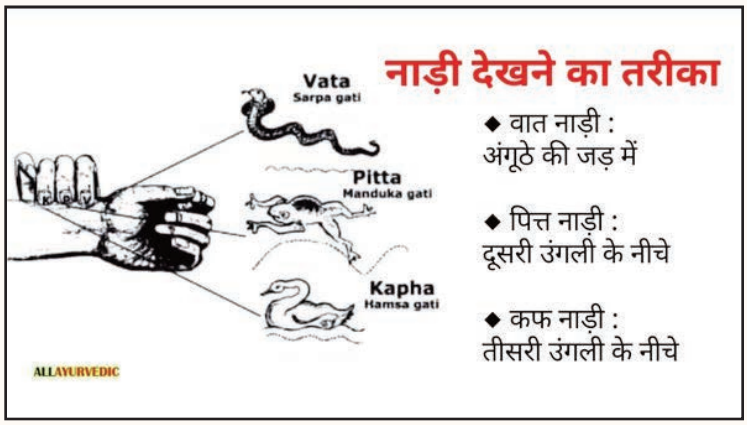
जलवायु परिवर्तन से निपटने की दिशा में ठोस नीतियां बनानें और निर्धारित पर्यावरणीय लक्ष्यों को हासिल करने में भारत की प्रतिबद्धता की दुनिया भर में सराहना होती रही है। बीते दिनों आई एक और रिपोर्ट इस बात की पुष्टि करती है। दरअसल, नवीकरणीय ऊर्जाः वैश्विक स्थिति रिपोर्ट-2022 बताती है कि भारत 2021 में नवीकरणीय ऊर्जा के विकास के मामले में चीन और रूस के बाद तीसरे स्थान पर रहा। उल्लेखनीय है कि 2020 में भारत चौथे पायदान पर रहा था। जाहिर है, नवीकरणीय ऊर्जा के क्षेत्र में भारत की धमक लगातार बढ़ती जा रही है। साथ ही, भारत कार्बन शून्यता और सतत विकास की राह पर भी तेजी से आगे बढ़ रहा है। वर्ष 2015 में पेरिस में अंतरराष्ट्रीय सौर गठबंधन का नेतृत्व करने की बात हो या ग्लासगो जलवायु सम्मेलन (कॉप-26) में 2070 तक शून्य कार्बन उत्सर्जन का लक्ष्य घोषित करने की, भारत अपनी पर्यावरणीय जिम्मेदारियों को बखूबी समझता रहा है। यही वजह है कि देश में जीवाश्म ईंधन की बजाय ऊर्जा के गैर-परंपरागत (नवीकरणीय ऊर्जा स्रोतों के इस्तेमाल को बढ़ावा मिल रहा है। केंद्र सरकार की सकारात्मक पहल का नतीजा है कि रेलवे, बस स्टॉप और हवाई अड्डे भी नवीकरणीय ऊर्जा के दायरे में लाए जा रहे हैं। जाहिर है, ये उदाहरण ऊर्जा के मामले में आत्मनिर्भर होते भारत की तस्वीर पेश करते हैं। प्राकृतिक रूप से भारत अक्षय ऊर्जा के मामले में अत्यंत धनी देश रहा है। उष्णकटिबंधीय जलवायु होने के कारण भारत में सौर ऊर्जा और विशाल समुद्रीतटीय क्षेत्र होने के कारण पवन और ज्वारीय तरंगों की प्रबलता के कारण ज्वारीय ऊर्जा तथा कृषि एवं पशुपालन का लंबा इतिहास होने के कारण बायोगैस जैसे अक्षय ऊर्जा के विविध स्वरूपों के विकास की अपार संभावनाएं हैं। ऊर्जा के ये स्रोत स्वच्छ, प्रदूषणरहित, किफायती और पर्यावरण के लिए अनुकूल माने जाते हैं। परंपरागत ऊर्जा (गैर-नवीकरणीय) स्रोतों के पर्यावरणीय दुष्प्रभावों और निकट भविष्य में इनके समाप्त होने के भय का समाधान अक्षय ऊर्जा में ही निहित है। भारत आगामी आठ सालों में अपनी स्थापित बिजली का 40 फीसद हिस्सा गैर-जीवाश्म ईंधन से प्राप्त करने का लक्ष्य घोषित किया है और 2030 तक कार्बन उत्सर्जन की तीव्रता को 45 प्रतिशत से कम करके 2005 के स्तर से नीचे करने में जुटा है। वहीं, केंद्रीय विद्युत प्राधिकरण के अनुसार, आगामी आठ सालों में भारत में सौर और पवन ऊर्जा की संयुक्त स्थापित क्षमता 51 प्रतिशत हो जाएगी जो अभी 23 प्रतिशत है। स्वच्छ ऊर्जा क्षेत्र में भारत आकर्षक बाजार में परिणत हो रहा है। यही वजह है कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने जी-7 के देशों से भारत में स्वच्छ ऊर्जा क्षेत्र में निवेश का आग्रह किया था। वहीं, जी-20 की अध्यक्षता के दौरान प्रधानमंत्री मोदी स्वच्छ ईंधन पर जोर देने संबंधी प्रतिबद्धता जता चुके हैं। स्वच्छ ईंधन पर जोर देने के लिए पर्याप्त आर्थिक निवेश की जरूरत से इनकार नहीं किया जा सकता है। **-राकेश जैन गोदिका**

परिदृश्य

अनैतिक आचरण

संसद में पैसे लेकर सवाल पूछने के मामले में दोषी पाई गईं तृणमूल कांग्रेस की लोकसभा सदस्य महुआ मोइत्रा की सदस्यता खारिज होने पर आश्चर्य नहीं। उनकी लोकसभा सदस्यता पर तभी खतरा मंडरा गया था, जब यह स्पष्ट हो गया था कि उन्होंने बतौर सांसद संसद में प्रश्न पूछने के लिए उपलब्ध कराई जाने वाली लागइन आइडी और पासवर्ड दुबई स्थित भारतीय कारोबारी दर्शन हीरानंदानी को उपलब्ध कराए थे। महुआ मोइत्रा ने स्वयं यह माना था कि उन्होंने यह काम किया। लोकाचार समिति की जांच में यह प्रमाणित भी हो गया था कि उनकी ओर से दर्शन हीरानंदानी की ओर से प्रश्न पूछे जाते थे। दर्शन हीरानंदानी कारोबारी गौतम अदाणी के प्रतिस्पर्धी हैं। वह महुआ मोइत्रा की आड़ में नीतिगत विषयों पर ऐसे प्रश्न पूछते थे, जो उन्हें लाभ पहुंचा सकें। मामला केवल इतना ही नहीं है कि महुआ ने एक सांसद के रूप में प्रश्न पूछने के अपने अधिकार को एक कारोबारी के हवाले कर दिया, बल्कि यह भी है कि इसके एवज में उन्होंने उससे धन और कीमती उपहार भी लिए। महुआ का तर्क है कि ऐसे अन्य अनेक सांसद हैं, जो अपनी लागइन आइडी और पासवर्ड अपने स्टाफ के लोगों को उपलब्ध कराते हैं, ताकि वे उनकी ओर से प्रश्न तैयार कर सकें। इससे इन्कार नहीं कि ऐसा होता है, लेकिन क्या दुबई में रह रहे कारोबारी दर्शन हीरानंदानी को महुआ का स्टाफ माना जा सकता है? महुआ मोइत्रा अपने बचाव में कुछ भी कहें, उनकी आड़ में पूछे गए 40 से अधिक प्रश्न यही बता रहे कि वह दर्शन हीरानंदानी के कारोबारी हितों को अनुचित लाभ पहुंचाने के लिए सक्रिय थीं। इसे अनैतिक आचरण के अतिरिक्त और कुछ नहीं कहा जा सकता। लोकाचार समिति की रपट के आधार पर महुआ की लोकसभा सदस्यता खारिज किए जाने के फैसले पर तृणमूल कांग्रेस के साथ अन्य विपक्षी दलों के नेता यह कह रहे हैं कि उनके साथ न्याय नहीं किया गया। विपक्षी नेताओं की मानें तो महुआ मोइत्रा को लोकसभा में अपनी बात रखने का अवसर दिया जाना चाहिए था। पहली नजर में इस दलील में दम दिखता है, लेकिन तथ्य यह है कि लोकाचार समिति में उन्हें अपनी बात रखने का पूरा अवसर दिया गया था, लेकिन तब सभी सवालों के जवाब देने के बजाय वह यह कहकर समिति की बैठक से बाहर निकल आई थीं कि उनसे फालतू के प्रश्न किए जा रहे हैं। एक तथ्य यह भी है कि 2005 में पैसे के बदले सवाल पूछने के ऐसे ही एक मामले में फंसे 11 सांसदों को सदन में अपनी बात रखने का अवसर नहीं दिया गया था और उनकी सदस्यता रद कर दी गई थी। यह विचित्र है कि उस फैसले को सही ठहराने वाले कई नेता आज महुआ मोइत्रा का बचाव तो कर रहे हैं, लेकिन वे लोकसभा में उनके निष्कासन के प्रस्ताव पर वोट करने से कन्नी काट गए।

नब्ज देखकर मरीज की सम्पूर्ण बीमारी व तकलीफ कैसे बताते हैं व उनका इलाज करने वाले अच्छे वैद्य कौन हैं?



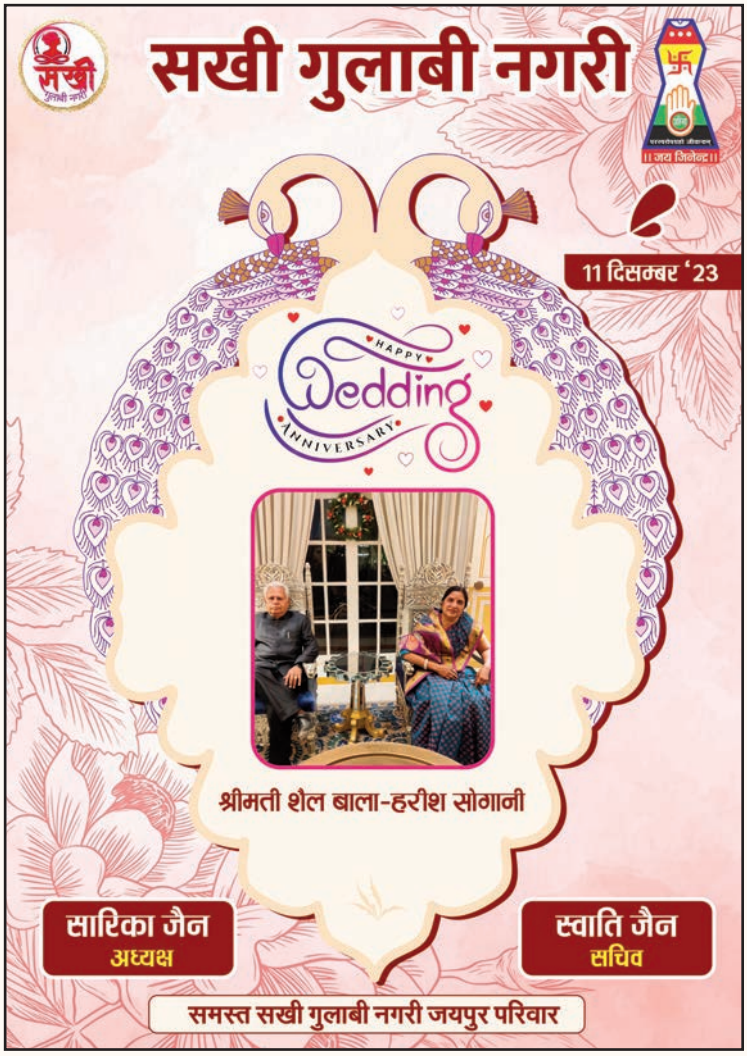
मैं भी एक वैद्य हूं। मैंने इसको अपने गुरु से सीखा है और आज भी वे ना ही कोई फीस लेते हैं हा दवा उनको ही मगवानी पडती है क्योंकि किसी की भलाई करना अच्छा लगता है और साथ ही या एक सँकल्प है अच्छे वैद्यों की पहचान का। मैं हाथ की नब्ज देखकर ही ईलाज करता हूं, साथ में कुछ बातें मरीज से पूछनी भी पड़ती है जैसे पेट ,आँख, भूख की स्थिति क्योंकि कभी-कभी एक हाथ की नब्ज कुछ और बताती है व दूसरे हाथ की कुछ और बताती हैं। कभी-कभी किसी की ज्यादा कमजोरी की वजह से नाडी दुर्बल हो जाती है। नब्ज सुबह खाली पेट ही देखी जाती है क्योंकि सुबह नब्ज शांत होती है और साध्य असाध्य रोग का सही पता चल जाता है। हमारा शरीर वात, पित और कफ इन तीन दोष के ऊपर टिका हुआ है। इनके दूषित होने से ही हमारे शरीर का बैलैस बिगड़ता है और शरीर बीमार होता है।

मैं हाथ की नब्ज देखकर ही ईलाज करता हूं, साथ में कुछ बातें मरीज से पूछनी भी पड़ती है जैसे पेट ,आँख, भूख की स्थिति क्योंकि कभी-कभी एक हाथ की नब्ज कुछ और बताती है व दूसरे हाथ की कुछ और बताती हैं।

वात मतलब वायु शरीर का स्तंभ है शरीर की सारी गति वात के अधीन है। पित्त हमारा खाना पचने में मदद करता है और कफ खाना से रस सोखने में कारगर है। दोषो की कुपित होने से कौनसा रोग होता हैं ये हमे पता होता है अतः हम सिर्फ दोष को सही करते हैं दूष्य तो अपने आप सही हो जाता है। आजकल हर कोई देशी नुस्खे और दादी मां के नुस्खे बताकर अपना इलाज कर रहा है। कुछ ऐसे बीमारी भी होती हैं जिनके बारे मे पता चल जाता हैं कि इसमें किस दोष की विकृति है। इसी आयुर्वेद पद्धति के द्वारा सबको बताने के लिये मैने यूट्यूब चेनल शुरू किया हैं जिसमें मैं नॉर्मल जानकारी आयुर्वेद दवा और बिमारी की देता रहता हूं। आप चाहो तो जुड सकते हैं।और वीडियो देखने पर लगेगा

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

की आयुर्वेद क्या है? लोग आजकल यूट्यूब पर लोग इलायची और लहसुन से उपकार बता रहे हैं ये गलत है। ये सिर्फ एक डाईट हो सकती हैं किसी बीमारी का ईलाज नहीं हो सकता, अतः आप ऐसी चीज से बचो। लेकिन किसी भी समस्या के लिए सलाह जरुर ले सकते है।

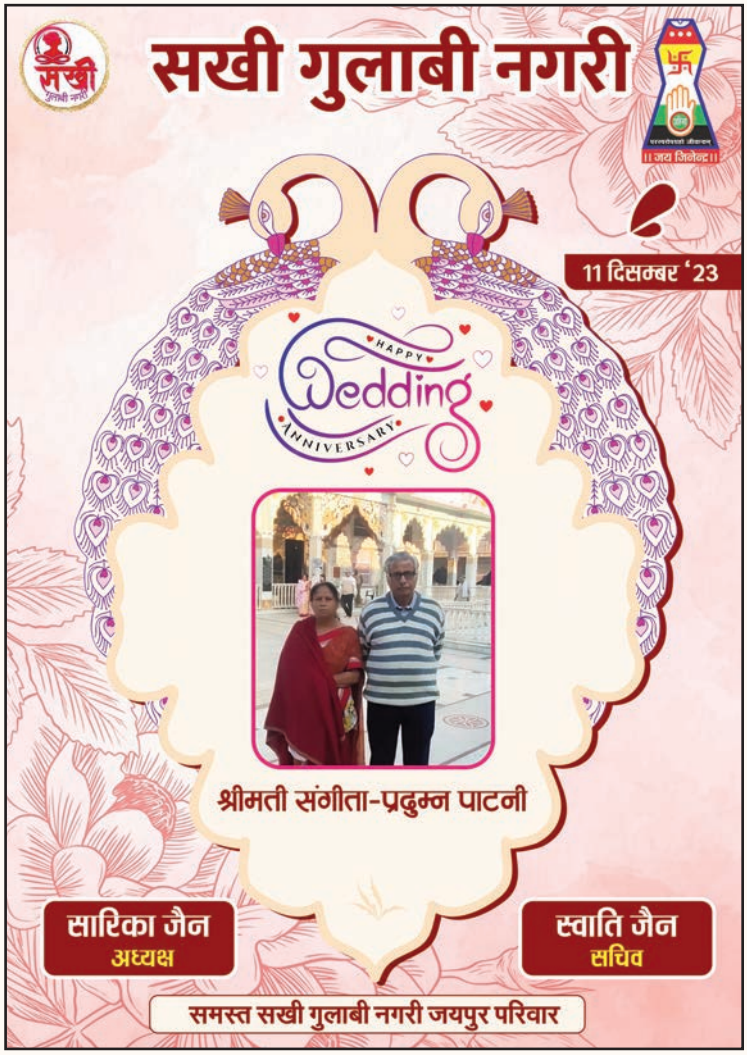


पीड़ित मानव सेवा ही सर्वोपरि धर्म : सीए कमलेश जैन

अभी तक नि:शुल्क शिविरों में 50,000 मरीज लाभान्वित हुए

मनोज नायक. शाबाश इंडिया

राजाखेड़ा। पीड़ित मानवता की सेवा ही ईश्वर की सेवा है। धर्म कोई भी हो, आप किसी भी धर्म को देख लीजिए। चाहे हिंदू धर्म हो, चाहे सिख धर्म हो, चाहे जैन धर्म हो, सभी धर्मों में पर हित सरस धर्म नहीं भाई का पाठ सिखाया गया है। हमारी माताजी श्रीमती भगवान देवी जैन द्वारा दिए गए संकारों के कारण ही हम मानवता की सेवा कार्यों को अपना कर्तव्य समझकर आगे बढ़ा रहे हैं। उक्त उद्गार वरुण वैवरेज प्रा. लि. के चीफ सीए कमलेश जैन नायक गुरुग्राम ने नेत्र चिकित्सा शिविर के समापन पर व्यक्त किए। नेत्र चिकित्सा शिविर की आयोजक श्रीमती शशि जैन ने कहा कि इस राजाखेड़ा क्षेत्र को हमने मोतियाबिंद रहित क्षेत्र बनाने का संकल्प लिया है। इसलिए हम प्रत्येक माह की 8 तारीख को राजाखेड़ा में निशुल्क नेत्र चिकित्सा शिविर लगा रहे हैं। रतन ज्योति नेत्र चिकित्सालय से आए भदोरिया ने बताया कि इस शिविर में 157 मरीजों की आंखों के मोतियाबिंद के सफल ऑपरेशन हुए हैं। समाजसेविका श्रीमती शशि कमलेश जैन सीए के सहयोग से अभी तक इस क्षेत्र में करीब 50,000 लोगों को निशुल्क नेत्र चिकित्सा का लाभ दिलाया जा चुका है और करीब 6500 लोगों की आंखों के मोतियाबिंद के ऑपरेशन हो चुके हैं। प्रत्येक माह की 8 तारीख को लगने वाले निशुल्क शिविर में इस बार 450 नेत्र रोगियों का परीक्षण किया गया। जिसमें से 157 मरीजों को मोतियाबिंद के ऑपरेशन के लिए चुना गया। नेत्र चिकित्सा शिविर में मरीजों का राजाखेड़ा से ग्वालियर आने जाने का किराया, खाना-पीना, रहना, आंखों के ऑपरेशन, लेंस, दवाइयां, चश्मा आदि सभी बिल्कुल नि:शुल्क रहता हैं। शिविर के समापन पर सभी मरीजों को फल व जलपान का वितरण दिलीप जैन नायक, श्रीमती विनय जैन ग्वालियर मनोज जैन नायक मुरैना एवं प्रवीन जैन मुरैना व ग्वालियर के अन्य कई श्रेष्ठगणों के कर कमलों से कराया गया। सफल ऑपरेशन के बाद, सभी मरीज बहुत ही खुश नजर आ रहे थे व शशि कमलेश जैन को प्रेरणात्मक दुआएं दे रहे थे, मरीजों के चेहरे की खुशी देखते ही बनती थी।



दिगंबर जैन सोशल ग्रुप सन्मति द्वारा 150 रोगियों के हुए नेत्र लैंस प्रत्यारोपण

आज 11 दिसंबर प्रातः 9बजे होगा समापन एवम सम्मान समारोह

जयपुर. शाबाश इंडिया

दिगंबर जैन सोशल ग्रुप सन्मति जयपुर द्वारा सेठ जगन्नाथ कपूरचंद जैन मेमोरियल ट्रस्ट झिलाय के सौजन्य से दिगंबर जैन सोशल ग्रुप फेडरेशन राजस्थान रीजन, जयपुर एवम श्री आदिनाथ दिगंबर जैन समिति मीरा मार्ग, मानसरोवर जयपुर के तत्वावधान में 10 दिसंबर को 150 रोगियों के नेत्र लैंस प्रत्यारोपण ऑपरेशन प्रसिद्ध डॉक्टर वीरेंद्र अग्रवाल की वीरेंद्र लेजर आई अस्पताल टोंक रोड पर फेंको पद्धति से करवाये गये। सन्मति ग्रुप के अध्यक्ष राकेश - समता गोदिका ने बताया कि आपरेशन के पश्चात नेत्र रोगी सायकाल मीरा मार्ग मानसरोवर जयपुर स्थित आदिनाथ भवन में लाया गया । सन्मति ग्रुप के कार्याध्यक्ष मनीष - शोभना लोंग्या व सचिव अनिल - निशा संघी के अनुसार सभी रोगियों को सोमवार , 11दिसंबर को प्रातः भोजन के पश्चात डॉक्टरों द्वारा नेत्र जांच व चश्मे वितरित किए जायेंगे तत्पश्चात उन्हें वापस झिलाय ग्राम भिजवाया जायेगा। शिविर आयोजक सेठ जगन्नाथ कपूर चंद जैन मेमोरियल ट्रस्ट झिलाय के डॉक्टर पी सी जैन ने बताया कि सभी रोगियों को स्मृति स्वरूप एक एक कंबल भेट किया जायेगा। रीजन अध्यक्ष राजेश बड़जात्या ने बताया कि सम्मान समारोह के मुख्य अथिति प्रमुख समाज सेवी सुरेंद्र पांड्या, दीप प्रज्वलन कर्ता राजधानी ग्रुप के अध्यक्ष प्रकाश अजमेरा तथा अध्यक्षता यश कमल अजमेरा राष्ट्रीय कार्याध्यक्ष दिगंबर जैन सोशल ग्रुप फेडरेशन करेंगे। समारोह के गौरवमय अतिथि प्रमुख वास्तु शास्त्री दिनेश गंगवाल, प्रमुख समाज सेवी महेंद्र रावका, जे एसजी नॉर्दन रीजन के सयुक्त सचिव राजीव जैन होंगे तथा विशिष्ट अतिथि प्रमुख समाज सेवी भागचंद जैन लागडियावास वाले, सुनील पहाड़िया राजधानी ग्रुप के संस्थापक अध्यक्ष तथा कसेरा टेंट एंड इवेंट के महावीर कसेरा होंगे। शिविर सयोजक अनिल -प्रेमा रावका एवम राकेश - रेणु संघी के अनुसार जैन सोश्यल ग्रुप राजधानी, जैन सोश्यल ग्रुप महानगर, दिगंबर जैन सोशल ग्रुप नवकार, आदिनाथ मित्र मंडल, सोश्यल एंड ब्लड एड सोसायटी एवम आदिनाथ फाउंडेशन के सहयोग से यह शिविर आयोजित किया जा रहा हैं।

सेठ जगन्नाथ कपूरचन्द जैन मेमोरियल ट्रस्ट, झिलाय
दिगम्बर जैन सोशल ग्रुप फेडरेशन, राज. रीजन, जयपुर
श्री आदिनाथ दिगम्बर जैन समिति, मीरा मार्ग, मानसरोवर, जयपुर
के संयुक्त तत्वावधान में

दिगम्बर जैन सोशल ग्रुप सन्मति जयपुर द्वारा

9वां निःशुल्क नेत्र जांच, लैंस प्रत्यारोपण एवं रक्तदान शिविर

सम्मान एवं समापन समारोह

सोमवार, 11 दिसम्बर 2023
प्रातः 9.30 बजे से

स्थानः श्री आदिनाथ भवन
मीरा मार्ग, मानसरोवर, जयपुर

दीप प्रज्ज्वलनकर्ता
श्रीमान् प्रकाश जी अजमेरा
अध्यक्ष, जैन सोश्यल ग्रुप, राजधानी

मुख्य अतिथि
श्रीमान् सुरेन्द्र कुमार जी पाण्ड्या
राष्ट्रीय महामंत्री, दिगम्बर जैन महासमिति

अध्यक्षता
श्रीमान् यश कमल जी अजमेरा
राष्ट्रीय कार्याध्यक्षः दि. जैन सोशल ग्रुप फेडरेशन

गौरवमय अतिथि
श्रीमान् दिनेश जी गंगवाल
प्रमुख वास्तुशास्त्री
परामर्शकः दि. जैन सोशल ग्रुप सन्मति, जयपुर

गौरवमय अतिथि
श्रीमान् राजीव जी जैन
संयुक्त सचिव
जैन सोश्यल ग्रुप फेडरेशन नॉर्दन रीजन

गौरवमय अतिथि
श्रीमान् महेन्द्र कुमार जी रावका
प्रमुख समाजसेवी
मानसरोवर

गौरवमय अतिथि
श्रीमान् सुनील जी पहाडिया
संस्थापक अध्यक्ष
जैन सोश्यल ग्रुप, राजधानी

गौरवमय अतिथि
श्रीमान् भागचंद जी बाकलीवाल
लागडियावास वाले
प्रमुख समाजसेवी

गौरवमय अतिथि
श्रीमान् महावीर जी कसेरा
प्रमुख समाजसेवी
कसेरा टेंट एण्ड इवेंट

शिविर सहयोगी संस्थाए
जैन सोश्यल ग्रुप महानगर, जयपुर * श्री आदिनाथ फाउण्डेशन, पटेल मार्ग, मानसरोवर, जयपुर
जैन सोश्यल ग्रुप राजधानी, जयपुर * सोश्यल एण्ड ब्लड एड सोसायटी, जयपुर
आदिनाथ मित्र मंडल, जयपुर * दिगम्बर जैन सोशल ग्रुप नवकार, जयपुर

खुश रहने का बेहतर मार्ग क्या है...

विजय गर्ग

हर पल कुछ बुरा हो जाने का भय और असुरक्षा के अहसास ने मानव स्वभाव के खराब पक्षों को प्रमुखता से उजागर करने का काम किया है। इनसान स्वभाव से इतना अनूठा है कि शर्म, ग्लानि, भय, तनाव और डर जैसे भाव अपने आप ही महसूस कर लेता है। प्रत्येक युग में ईश्वर की खोज और मोक्ष का मार्ग बेहद साधारण सिद्धांत पर काम करता है कि खुश कैसे रहा जाए? मेरे विचार से इस मूल प्रश्न को सुलझाने के लिए हमें अपने कष्टों की जड़ तक जाना पड़ेगा। उत्तर हमारे भीतर ही कहीं छिपा हुआ है। मौजूदा समय में अमेरिकी जीवन शैली के नियम खुशी हासिल करने का मार्ग धन, दौलत व सुख सुविधाओं से जोड़कर बताते हैं। वहीं कुछ लोग सही जीवनसाथी, सिर पर अपनी छत और सुरक्षित नौकरी होने को खुशियां पाने का जरिया समझते हैं। हालांकि, जीवन हमेशा से कठिन रहा है, पर महामारी के बाद की चुनौतियों व आर्थिक मंदी ने परेशानियां और बढ़ा दी हैं। तलाक की बढ़ती घटनाएं, आतंकवाद, काम का तनाव, आर्थिक असुरक्षा और जलवायु परिवर्तन आदि ये सभी समस्याएं बताती हैं कि झूठा अहं व सुख-सुविधाओं पर अतिनिर्भरता कैसे बड़े

स्तर पर खुशियों पर असर डालते हैं। मेरे विचार से कुछ नियम हमारे काम आ सकते हैं- # जीवन का एक उद्देश्य होता है, जिसे पूरा करके आप खुशी पा सकते हैं। भीतरी प्रसन्नता को हमसे छीना नहीं जा सकता। इस भौतिक दुनिया में सच्चे रिश्तों द्वारा खुशी पाई जा सकती है। भटकने की बजाय वो करें जो आपको पसंद है। अपने डर और तनाव पर विजय पाएं। स्वस्थ मन, आपके तन को भी दुरुस्त रखेगा।

खुशी और संतुष्टि भरे कदम

जीवन का अर्थपूर्ण होना आवश्यक है और जितना प्रेरणादायी यह अर्थ हो उतना बेहतर है। खुशियां तब खत्म होने लगती हैं, जब आपको जीवन सारहीन लगने लगता है और आप अकेलापन महसूस करने लगते हैं। हम सुनते आए हैं कि 'परिवार ही सब कुछ होता है', लेकिन यह सच नहीं क्योंकि अर्थ और उद्देश्य ही सर्वोपरि है। आप काम, परिवार, प्रेम, निजी विकास, सेवा, शिक्षा, शौक, मित्रता और रचनात्मकता में से अपना अर्थ चुन सकते हैं। अधिकतर लोग परिवार, दोस्ती, शोक औरकाम को चुनते हैं, पर उन उच्च मूल्यों का क्या जो इनसे कहीं ज्यादा स्थाई

और सुरक्षित खुशियां प्रदान कर सकते हैं। मैं अपने लिए प्रेम, त्याग, सेवा और निजी विकास को चुनूंगा। असल में एक समय बाद परिवार भी आगे बढ़ जाता है। इसलिए अपने जीवन के उद्देश्य ऊंचे रखिए, ताकि बदलाव आपको प्रभावित न कर पाए। आंतरिक प्रसन्नता के बारे में हम इतना सुनते हैं कि वह अर्थहीन लगने लगती है। हालांकि, जब एकांत में बैठकर भी आप प्रसन्नता महसूस करें तो समझ लीजिए कि आप आंतरिक खुशी प्राप्त कर चुके हैं। एक वाक्य में कहा जाए तो यदि आप वर्तमान में जीने में खुशी महसूस कर सकते हैं, तो आप खुश रह सकते हैं। भौतिकता की जगह रिश्तों पर ध्यान दें। अमेरिकी अर्थव्यवस्था के अनुसार ज्यादा महंगी, बड़ी और नई चीजें बेहतर हैं। हम इस सोच को तो नहीं बदल सकते, पर इतना समझ सकते हैं कि यह कितनी खोखली धारणा है। शोध बताते हैं कि अपनी जरूरत लायक पैसा कमा लेने के बाद उसका महत्व कम होने लगता है। यदि आप भी स्वयं का आकलन अपनी आय से करते हैं तो समस्या खड़ी हो सकती है, क्योंकि तब आपको हर समय अपने से बेहतर वेतन वाले दिखाई देते हैं। इसलिए ऐसे सच्चे रिश्तों का होना जरूरी है, जो आपको परिलक्षित करते हों। यह एक कम्प्यूटर या गाड़ी खरीदने से कहीं ज्यादा जटिल कार्य है, पर वास्तव में यही जरूरी है। अपना ध्यान भटकने न दें। जितना ज्यादा समय आप स्मार्टफोन, इंटरनेट और वीडियो गेम पर खर्च करेंगे, उतना ही कम समय जरूरी कामों के लिए बच पाएगा। हम जानते हैं कि बड़प्पन कितना जरूरी है, पर रोजमर्रा के ये भटकाव करुणा व सहयोग के भावों को नष्ट कर देते हैं। # आधुनिक जीवन में दुनियाभर के साथ हरपल संवाद बनाकर रखा जा सकता है। पर, इसने असुरक्षा की भावना को बढ़ा दिया है क्योंकि कोई अजनबी कभी भी हमें नुकसान पहुंचा सकता है। आप इस बाहरी डर को कम करने के लिए ज्यादा कुछ नहीं कर सकते, पर हर छोटी बात पर डर जाने की आदत पर काबू पा सकते हैं। अपने भीतर शांति अनुभव कर सकते हैं। तनाव किसी परिस्थिति को लेकर आपकी प्रतिक्रिया का नाम है। लेकिन आपके भीतर तनावमुक्त रहने की शक्ति है। जब आप अपने अंतर्मन को जान लेते हैं तो बाहरी तनाव आपको प्रभावित नहीं कर पाता क्योंकि आपको पता होता है कि अपनी ऊर्जा कहां लगानी है। शारीरिक स्वास्थ्य मानसिक सेहत पर निर्भर करता है। लोग अकसर बीमार होने के बाद इलाज पर ध्यान देते हैं। हम सेहत का महत्व जानते हुए भी उसे अनदेखा कर देते हैं। असल में अच्छी सेहत के लिए जिम में ज्यादा समय बिताने की बजाय अपनी सोच को बदलने की जरूरत है। दिमाग को समझना होगा कि हमारा शरीर रोगमुक्त और प्रसन्न रहना चाहता है।

विजय गर्ग
सेवानिवृत्त प्रिंसिपल
शैक्षिक स्तंभकार मलोट पंजाब

बुद्धि का करें सम्यक उपयोग

डॉ. नरेन्द्र जैन भारती सनावद

प्रत्येक व्यक्ति को ज्ञान का मिलना नैसर्गिक गुण है जिसके ज्ञान का जितना छयोपशम होता है वह उसके कर्मों का प्रभाव है। जैन दर्शन के अनुसार ज्ञानावरणी कर्म का प्रभाव प्रत्येक व्यक्ति पर पड़ता है इसलिए किसी के ज्ञान प्राप्ति के साधनों पर आवरण नहीं डालना चाहिए। इससे ज्ञान में हीनाधिक फल की प्राप्ति होती है। जिस व्यक्ति के पास जितना ज्ञान होता है वह बुद्धि में उसका सम्यक उपयोग करता है क्योंकि उपयोग मानव का लक्षण है।

जो व्यक्ति जीवन में गलत रास्ते पर नहीं जाता है, अपनी बुद्धि का सही उपयोग करता है। वही मनुष्य श्रेष्ठ है। मनुष्य की योग्यता गलती न दिखने में है। लेकिन ऐसा सभी के साथ नहीं होता है बुद्धि का उपयोग करने में भी कई बार गलती हो जाती है यही कर्मों का प्रभाव है इसलिए व्यक्ति को अपनी सबसे महत्वपूर्ण पूंजी बुद्धि का प्रयोग सोच समझकर यथार्थ गुणों की प्राप्ति के लिए करना चाहिए। मनुष्य एक चिंतनशील प्राणी है वह अपने ज्ञान और बुद्धि का सम्यक उपयोग आत्मा के हित के लिए कर सकता है लेकिन उसके लिए स्वाध्याय जरूरी है स्वाध्याय से ही सम्यग्ज्ञान की प्राप्ति होती है जो दिशा निर्देशन का कार्य करती है। चिंता और चिंतन में यही अंतर है। चिंता करने से काम तो होता है परंतु सफलता मिले यह जरूरी नहीं है। चिंता करने वाला व्यक्ति हमेशा असफल रहता है, जबकि चिंतन से प्राणी कर्तव्य पथ पर निरंतर आगे बढ़ता है क्योंकि चिंतन से सुंदर कार्यों की संरचना अपने मन मस्तिष्क में बनती है, जो जीवन के नव निर्माण में सहायक बनती है। चिंतन से अच्छे विचार, अच्छी भावनाएं हमारे मन में आती है, जो भाव शुद्ध बनाए रखने में सहायक बनती है अतः भाव शुद्धि के लिए व्यक्ति अच्छा सोचे, अच्छा विचारे और अच्छा कार्य करे, इसी में जीवन की उन्नति निहित है।

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