वाट्सऐप @ 94140-78380, 92140-78380 | वर्ष :4 अंक : 29 | शुक्रवार 24 मई 2024 | दैनिक ई-पेपर

शाबाश इंडिया

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

चांदी के फव्वारों से गोविंददेवजी पर हुई बारिश

हाथ में सोने की बांसुरी सजाई गई, 12 दिन तक होंगे इस रूप के दर्शन

जयपुर. कासं

ठिकाना मंदिर गोविंददेवजी में जल विहार महोत्सव गुरुवार से शुरू हुआ। इस दौरान चांदी के फव्वारों से गोविंददेवजी पर बारिश (जल विहार) की गई। इसके साथ ठाकुर जी को दक्षिण भारत से मंगवाया गया चंदन का लेप लगाया गया। अब 12 दिन ठाकुरजी को जल विहार करवाया जाएगा। भक्तों को 22 जून तक रोज 12 जल विहार की झांकी के दर्शन होंगे। दरअसल, जय यात्रा उत्सव में ठाकुर जी को रियासत कालीन चांदी की कमल नुमा होदी में विराजमान कराया गया। इसमें चांदी के 8-10 फव्वारे लगे हैं। इसके नीचे भी तांबे पीतल के 10-12 फव्वारे लगाए गए हैं। आज ठाकुर जी को सफेद धोती दुपट्टा पोशाक धारण कराई गई। ठाकुर जी को फूलों का मुकुट और अन्यफूलों से सजाया गया। जल में केवड़ा और गुलाब जल मिलाया गया। ठाकुर जी और राधा रानी के हाथ में सोने की बांसुरी दी गई। अब अगले 12 दिन ठाकुर जी और राधा रानी के जल क्रीड़ा करते हुए अद्भुत दर्शन होंगे। 10-12 साल पहले से ही जल विहार की झांकी के समय में परिवर्तन कर उसको थोड़ा कम कर दिया गया है, ताकि जल का संरक्षण हो सके।

पंजाब से जल विहार के दर्शन करने आई महिला

पंजाब से अपनी बहन पायल पुनियां के साथ दर्शन करने पहुंची प्रिया पुनिया ने बताया- हम खास ठाकुर जी के जल विहार के दर्शन करने आए हैं। अपने साथ गोपाल की मूर्ति साथ लेकर आई थी। संसार में कान्हा जी के अलावा कुछ भी नहीं है, मैंने इन्हें अपना सबकुछ माना है। खास बात है कि ठाकुर जी के जल विहार का का पानी मंदिर के पीछे जय निवास उद्यान में निकलता है। लोग इससे स्नान करते हैं। इस जल को बोतल में भरकर घर ले जाते हैं।

22 जून को ज्येष्ठाभिषेक होगा: जल यात्रा उत्सव के आखिरी दिन 22 जून को ज्येष्ठाभिषेक होगा। इसमें ठाकुर जी और राधा रानी का पंचामृत अभिषेक होगा। जल यात्रा उत्सव मंदिर गोविंददेवजी के मातहत अन्य मंदिर - मंदिर राधा माधव जी कनक घाटी, मंदिर कुंज बिहारी जी कनक घाटी, मंदिर नटवर जी, कनक घाटी और मंदिर काला महादेव कनक घाटी में भी नियत तिथि में मनाया जाएगा।

सिर्फ 15 मिनट होती है जल विहार की झांकी

कुछ साल पहले तक वैशाख माह के शुक्ल पक्ष की पूर्णिमा से एक महीने तक जल विहार की झांकी होती थी। इसमें एक घंटे भगवान को जलविहार कराया जाता था। लेकिन अब भक्तों को पानी बचाने का संदेश देते हुए विशेष तिथि और उत्सव पर ही जल विहार की झांकी सजाई जाती है। अब महज 15 मिनट निर्धारित किए गए हैं। अब 22 जून तक दोपहर 12:30 से 12:45 बजे तक ठाकुरजी की जल यात्रा झांकी सजाई जाएगी। दर्शन करने गोविंद देवजी मंदिर पहुंची श्रद्धालु इंदु ने कहा- इस महीने भीषण गर्मी हो रही है। ठाकुर जी को भी गर्मी से राहत देने के लिए फव्वारे से ठंडक की जा रही है। ठाकुर जी हम भक्तों पर भी गर्मी से राहत देते हुए थोड़ी ठंडक रहे।

एमएमएस में खराब पड़े कूलर-पंखे देख नाराज हुई एसीएस

जयपुर. कासं

भीषण गर्मी में हॉस्पिटल में इलाज करवाने आ रहे मरीजों को इन दिनों भारी परेशानी हो रही है। हॉस्पिटलों के कई वार्डों में सेक्शन में कूलिंग सिस्टम (डक्टिंग, कूलर, एसी) खराब होने के कारण भर्ती और ओपीडी में आने वाले मरीज परेशान हो रहे हैं। मेडिकल हेल्थ डिपार्टमेंट की एसीएस शुभ्रा सिंह जब जयपुर के एसएमएस हॉस्पिटल पहुंची तो यहां पर्याप्त इंतजाम सुनिश्चित नहीं होने पर नाराज हुई। उन्होंने हॉस्पिटल प्रशासन को तत्काल कंटीजेंसी प्लान बनाने और

7 दिन में सभी व्यवस्थाएं सुधारने के निर्देश दिए है। एसीएस ने दोपहर सवाई मानसिंह हॉस्पिटल का औचक निरीक्षण किया। यहां वे सबसे पहले इमरजेंसी में गई। यहां डक्टिंग सिस्टम बंद मिला और कूलर भी नहीं चल था। केवल पंखे के सहारे यहां गर्मी से बचाव किया जा रहा था। इसे देखकर एसीएस नाराज हुई। उन्होंने अधीक्षक डॉ. सुशील भाटी और जिम्मेदार अधिकारियों को फटकार लगाई। एसीएस ने हॉस्पिटल अधीक्षक डॉ. भाटी को निर्देश दिए कि जल्द से जल्द कंटीजेंसी प्लान बनाए और अगले दो दिन के अंदर सभी खराब पड़े कूलर, पंखे, एसी, वाटर कूलर को ठीक करवाकर उन्हें शुरू करने के निर्देश दिए। उन्होंने हर हाल में सात दिन के अंदर हॉस्पिटल में गर्मी से बचाव इंतजाम सुचारू करने के लिए कहा।

नसियांजी जैन मंदिर में हुआ नवग्रह विधान

1234 व्रत पूर्ण होने पर मालतीदेवी ने किया अनुष्ठान

मनोज जैन नायक. शाबाश इंडिया

मुरैना। नगर के नसियांजी जैन मंदिर में नवग्रह विधान अनुष्ठान कार्यक्रम हर्षोल्लास पूर्वक संपन्न हुआ। जैन बगीची मुरैना निवासी श्रीमती मालती सुरेशचंद जैन कुथियाना ने श्री जिनेंद्र प्रभु की भक्ति में लीन होकर नियम पूर्वक 1234 व्रत पूर्ण किए हैं ।व्रतों के पूर्ण होने के उपलक्ष्य में गुरुवार 23 मई को फाटक बाहर, अम्बाह रोड स्थित श्री महावीर दिगंबर जैन नसियां जी जैन मंदिर में संगीतमय श्री नवग्रह विधान का आयोजन किया ।विधान की समस्त धार्मिक क्रियाएं जैन संस्कृत महाविद्यालय मुरैना के पूर्व प्राचार्य महेंद्र कुमार शास्त्री ने संपन्न कराई। संगीतकार एवम भजन गायक सौरभ जैन एंड पार्टी मुरेना ने अपनी मधुर आवाज से विधान में चार चांद लगा दिए ।विधान से पूर्व पुण्यार्जक परिवार सुरेशचंद जैन, चंद्रप्रकाश जैन, राजकुमार जैन, अनिल जैन के साथ समस्त कुथियाना वाले नायक परिवार एवम अन्य श्रावकों ने प्रातः कालीन वेला में श्री जिनेंद्र भगवान का जलाभिषेक एवम शांतिधारा के साथ नित्य नियम पूजन किया ।विधान में पुरुष वर्ग पीले रंग के वस्त्र एवम महिलाएं केशरिया साड़ी के साथ साथ मुकुट और हार धारण किए हुए थी। सम्पूर्ण विधान में सैकड़ों की संख्या में पुरुष, महिलाएं, युवा एवम बच्चें सम्मिलित हुए ।विधान के समापन पर पुण्यार्जक नायक परिवार की ओर से सामूहिक वात्सल्य भोज का आयोजन किया

आचार्य चैत्यसागर महाराज का लाडनूं में भव्य मंगल प्रवेश

लाडनूं. शाबाश इंडिया। वात्सल्य रत्नाकर आचार्य विमलसागर महाराज के परम प्रभावक शिष्य आचार्य चैत्यसागर महाराज (ससंघ) का प्रातः 6:30बजे भव्य मंगल प्रवेश सुखदेव आश्रम में हुआ। सुखदेव आश्रम से दिगंबर जैन समाज के लोगों ने गाजे बाजे व शोभा यात्रा (जुलूस) के साथ श्री दिगंबर जैन बड़ा मंदिर लेकर आए। जैन समाज के मंत्री विकास पांड्या ने बताया कि मंगल प्रवेश के दौरान जगह-जगह जैन समाज की श्रावक-श्राविकाओं ने आचार्यश्री व आर्यिका माता का पाद प्रक्षालन कर पुण्य लाभ लिया। तदुपरांत आचार्य श्री चैत्य सागर महाराज ने जैन समाज के लोगों को संबोधित किया। अपने संबोधन में स्थानीय जैन मंदिर का गुणानुवाद एवं मंदिर की भव्यता का बखान किया। उन्होंने कहा मंदिर और भगवान शांतिनाथ की महिमा का बखान गुरुवर आचार्य विमल सागर महाराज आदि से बहुत सुना था किंतु मैं सौभाग्यशाली हूं जिसे आज यहां मंदिर के दर्शन का लाभ मिला। इस अवसर पर जैन समाज के उपाध्यक्ष अशोक सेठी ने जानकारी देते हुए कहा कि चौबीसी महामंडल विधान दिगंबर जैन बागड़ा मंदिर में 27 से 30 मई तक आचार्यश्री के ससंघ सानिध्य में किया जाएगा। प्राप्त जानकारी के अनुसार यह अनुष्ठान रामनिवास, लादूराम, मांगीलाल जैनाग्रवाल परिवार द्वारा किया जाएगा।

पक्षियों की सेवा करना भी पुण्य का कार्य : डीवाईएसपी मृत्युंजय मिश्रा

भीषण गर्मी के चलते जीव दया हेतु पक्षियों के लिए लगाए परिण्डे

निवाई. शाबाश इंडिया। पुलिस वृताधिकारी कार्यालय परिसर में लायन्स क्लब के तत्वावधान में भीषण गर्मी के चलते जीव दया हेतु पक्षियों के पानी के लिए परिण्डे लगाए गए। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि डीवाईएसपी मृत्युंजय मिश्रा व खुशबू मिश्रा एवं अध्यक्षता कर रहे अशोक सोगानी ने भारत माता की तस्वीर के समक्ष दीप प्रज्वलित करके कार्यक्रम का शुभारंभ किया। डीवाईएसपी मृत्युंजय मिश्रा ने कहा कि भीषण गर्मी के मौसम में पक्षियों के लिए पानी की व्यवस्था करना एक अनुकरणीय कार्य है। उन्होंने कहा मानव सेवा के साथ पक्षियों की सेवा करना भी पुण्य का कार्य है। इस अवसर पर लायन्स क्लब के अध्यक्ष अशोक सोगानी, सेक्रेटरी महेन्द्र लावा, माया जैन, कोषाध्यक्ष डॉ. राहुल जैन, टीना जैन, संरक्षक हुकमचंद जैन, डॉ. अवधेश जैन, मुकेश विजय, विमल जौंला, संजू जौंला, हितेश छाबड़ा, विमल उर्मिला सोगानी, मुकेश जैन, हेमा बनेठा, महावीर प्रसाद, शकुंतला छाबड़ा, ज्ञानचंद जैन, मेना जैन, स्नेहलता गिन्दोडी, राहुल गिन्दोडी, नवीन कुमार, नीतू जैन, वर्षा जैन व चंचल जैन सहित कई पदाधिकारियों ने पक्षियों के लिए परिण्डे लगाकर प्रतिदिन पानी डालने का संकल्प लिया। मीडिया प्रभारी विमल जौंला ने बताया कि परिन्दो के पानी के लिए जैन सोशल ग्रुप प्रज्ञा निवाई द्वारा कई स्थानों पर सैकड़ों परिण्डे लगाए गए हैं और यह अभियान निरंतर जारी रहेगा। कार्यक्रम में महिलाओं ने भी बढ़-चढकर भाग लिया।

शिविर में विदुषियों द्वारा करायी गयी भक्तामर दीप अर्चना

जयपुर. शाबाश इंडिया। जनकपुरी ज्योति नगर में श्री दिगंबर जैन श्रमण संस्कृति संस्थान सांगानेर के अंतर्गत संचालित संत श्री सुधासागर आवासीय कन्या महाविद्यालय के तत्वावधान में आयोजित श्रमण संस्कृति संस्कार शिक्षण शिविर में बुधवार शाम को विदुषियों द्वारा भक्तामर दीप अर्चना करायी गई ।प्रबंध समिति अध्यक्ष पदम जैन बिलाला के अनुसार भगवान नेमिनाथ के समक्ष विदुषियों द्वारा मंगल दीप प्रज्वलित किया गया तथा इसके बाद उनके द्वारा बहुत ही मधुर व शुद्ध उच्चारण के साथ श्लोक व मन्त्र बोलते हुए विद्यार्थियों ने प्रत्येक श्लोक के बाद एक एक दीपक मंडल पर समर्पित किया। गुरुवार को प्रातः शिविर में प्रार्थना के बाद दीप प्रज्वलन ज्योतिनगर निवासी सोहनी देवी, महेश चंद, प्रियंका सौगानी परिवार द्वारा किया गया। विद्यार्थीयों का बड़े उत्साह के साथ शिविर की कक्षाओं में स्वाध्याय चल रहा है ।

सम्यक ज्ञान शिक्षण शिविर के अंतर्गत 24 मई को विभिन्न वर्ग में 250 से अधिक शिविरार्थी देंगे परीक्षा

रामगंजमंडी

17 मई से प्रारंभ हुई सम्यक ज्ञान शिक्षण शिविर में सांगानेर से पधारे विनोद जैन आचार्य, हेमंत जैन आचार्य, मनोज जैन आचार्य और रामगंज मंडी नगर के गौरव प्रशांत जैन आचार्य, आकाश जैन आचार्य द्वारा नगर वासियों को धर्म का ज्ञान कराते हुए विभिन्न विषयों का अध्ययन कराया गया जिसमें मुख्य रूप से मूकमाटी महाकाव्य, स्वयंभू स्तोत्र के साथ ही भक्तामर स्तोत्र छहढाला का भी अध्ययन कराया गया। इस शिविर में बच्चों को भी बालबोध भाग 1 एवं बालबोध भाग 2 के द्वारा प्रारंभिक धर्म शिक्षा का ज्ञान के साथ-साथ नैतिक शिक्षा प्रदान की गई साथ ही बच्चों को चित्रकला आदि भी सिखाई गई जो बखूबी रूप से बच्चों ने सीखी। विस्तृत जानकारी देते हुए शिविर के निर्देशक प्रशांत जैन आचार्य एवं शिविर संयोजक श्री आकाश जैन आचार्य ने बताया कि सभी को विगत दिनों में धार्मिक अध्ययन कराया गया इसमें लगभग ढाई सौ से अधिक शिविरार्थियों ने भाग लिया। शुक्रवार 24 मई को परीक्षा होगी उन्होंने इसकी जानकारी देते हुए बताया कि मूकमाटी महाकाव्य में 150 परीक्षार्थी, भक्तामर स्तोत्र में 35 परीक्षार्थी, छहढाला में 15परीक्षार्थी, एवं बाल वर्ग में बालबोध भाग 1 में 40, भाग 2 में 31 परीक्षार्थी अपनी परीक्षा देंगे यह परीक्षा शुक्रवार की बेला में प्रातः 8:00 बजे से शुरू होगी।एवं इसके परिणाम 25 मई को शिविर के समापन के अवसर पर घोषित किए जाएंगे। और 25 मई को शिविर का समापन किया जाएगा और पुरस्कृत भी किया जाएगा।

-अभिषेक जैन लुहाड़िया

केडिया पैलेस रोड़ मुरलीपुरा में खुला प्रधानमंत्री भारतीय जन औषधि केंद्र

जयपुर. शाबाश इंडिया। गुरुवार को केडिया पैलेस रोड़, मुरलीपुरा पेट्रोल पंप के पास मुरलीपुरा एवं आस पास के क्षेत्र के लोगो को भारत में बनी उच्च गुणवत्ता वाली जेनेरिक अंग्रेजी दवाइयां अत्यंत किफायती दर पर उपलब्ध कराने के उद्देश्य के साथ प्रधानमंत्री भारतीय जन औषधि केंद्र का भव्य शुभारंभ हुआ। औषधि केंद्र की डायरेक्टर शिखा जैन ने बताया कि भारत के यशस्वी प्रधानमंत्री श्री नरेंद्र मोदी जी का जो लक्ष्य एवं विजन है कि भारत के प्रत्येक नागरिक को उच्च गुणवत्ता वाला इलाज अत्यंत किफायती दर पर मिले, इसी उद्देश्य के साथ इस केंद्र का शुभारंभ मुरलीपुरा में किया गया है। इस अवसर पर प्रसिद्ध समाज सेवी सीताराम अग्रवाल, भा. ज. पा. महिला मोर्चा मुरलीपुरा मंडल की अध्यक्षा ममता शर्मा, कोषाध्यक्ष रेखा जैन, मनीष जैन, धर्मचंद बड़जात्या, सुधीर कुमार जैन, नीरज जैन, राकेश जैन, कमल जैन, कशिश जैन, कोमल जैन, नीलम जैन के साथ जनमानस की उपस्थिति रही।

रामस्नेही संत अजब रामराम महाराज ने कहा...

भगवान पर जो इंसान भरोसा रखता है वो संसार की हर बाधाओ से छुटकारा प्राप्त कर सकता है

सुनिल चपलोत. भीलवाड़ा। भगवान पर भरोसा और विश्वास जो इंसान रखता है वह संसार की हर बाधाओं और समस्याओं छुटकारा प्राप्त कर सकता है गुरूवार को श्री राम द्वारा माणिक्य नगर में अंतर्राष्ट्रीय रामस्नेही संप्रदाय शाहपुरा पीठ के संत अजब रामराम महाराज ने आयोजित विशाल धर्मसभा मे सैकड़ों श्रध्दालुओं को धर्मसंदेश प्रदान करतें हुए कहा कि दुनिया के दुखों से तुम्हे कौई भवसागर पार करवा सकता है तो वह भगवान नाम है। भक्ति मे तुम्हारे स्वार्थ छिपा हुआ होगा तो तुम संसार मे भटक और अटक जाओगे और शक्ति तुम्हारी निस्वार्थ है तो तुम सूरदास की भांति भगवान को अपने वश में कर लोगे।

भगवान महावीर का 2550 वां निर्वाणोत्सव वर्ष : जीव दया अभियान

राजस्थान जैन युवा महासभा ने परिण्डो एवं चुग्गा दाना घर का किया वितरण, पक्षी रक्षा का लिया संकल्प

जयपुर. शाबाश इंडिया। जैन युवा एवं महिला संगठनों की प्रदेश स्तरीय पंजीकृत प्रतिनिधि संस्था राजस्थान जैन युवा महासभा जयपुर , जो गत 30 वर्षों से धार्मिक, महिला उत्थान एवं मानव तथा समाजसेवा के क्षेत्र में कार्यरत है के टोंक रोड जोन के तत्वावधान में सामाजिक सेवा कार्यो के तहत जीव दया अभियान के अन्तर्गत परिंण्डो और चुग्गा दाना घर का वितरण किया गया इस मौके पर उपस्थिति समाज बन्धुओं द्वारा परिण्डो एवं चुग्गा दाना घर की नियमित देखभाल एवं पक्षी सेवा का संकल्प लिया गया। जोन अध्यक्ष अमित शाह एवं महामंत्री रमेश पाटनी के मुताबिक कीर्तिनगर स्थित श्री पार्श्वनाथ दिगम्बर जैन मंदिर में आयोजित कार्यक्रम में कीर्तिनगर नगर के पार्को तथा घरों एवं आसपास के पेड़ों पर पंछियों के पानी पीने के लिए परिण्डे तथा पंछियों के लिए चुग्गा दाना घर बांधे जाने के लिए 101 परिण्डा एवं चुग्गा दाना घर वितरित किए गए ।इस मौके पर उपस्थित जैन बन्धुओं ने पक्षी रक्षा का संकल्प लेते हुए परिण्डो में नियमित रूप से पानी भरने तथा पक्षियों के लिए चुग्गा दाना घर में दाना भरने की शपथ ली। कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में शामिल हुए राजस्थान जैन युवा महासभा जयपुर के प्रदेश अध्यक्ष प्रदीप जैन, प्रदेश महामंत्री विनोद जैन कोटखावदा, का टोक रोड जोन की ओर से भावभीना स्वागत एवं सम्मान किया गया। जैन ने बताया कि भगवान महावीर के 2550 वें निर्वाणोत्सव वर्ष में युवा महासभा द्वारा शहर में 2550 परिण्डा वितरण का संकल्प लिया गया है। इसी के अन्तर्गत 5 सम्भागो एवं 15 जोनो के माध्यम से लगातार परिण्डा एवं चुग्गा दाना घर वितरण कार्यक्रम आयोजित किए जा रहे हैं। इस मौक कीर्ति नगर मंदिर प्रबंधकारिणी समिति के मंत्री राजकुमार जैन, कोषाध्यक्ष सुरेन्द्र कुमार गोधा,दिगम्बर जैन महासमिति कीर्ति नगर इकाई के अध्यक्ष भाग चन्द बाकलीवाल, मनोज गंगवाल, विनित गोदिका, निखिल गोधा, नवीन गंगवाल और बडी संख्या में गणमान्य लोगों ने सहभागिता निभाई।

वेद ज्ञान

परिश्रम की शक्ति...

हम इस संसार में कुछ अर्जित करने के लिए आए थे, लेकिन सपनों में खो गए। इस क्रम में दिन-रात सपने देखने लगे और सपनों को ही सत्य भी मानने लगे। इसका नतीजा यह हुआ कि हमारे हृदय के अंदर छिपी हुई जो सच्चाई है, हम उसे ही भूल गए। सपना क्यों देख रहे हो? आंखें खोलिए। यह सपना नहीं है कि आप जीवित हैं। यह सपना नहीं है कि आपके अंदर सांस आती है। यह सपना नहीं है कि आपका एक हृदय है। इसे स्वीकार कीजिए। सपने में आप क्यों फंसे हुए हैं? हम लोग भविष्य की चिंताओं में लग जाते हैं। अगर भविष्य बदल ही लेंगे तो वह भविष्य कहां रहा। यह शरीर कहां रहता है? यह शरीर भविष्य और भूतकाल में नहीं,बल्कि यह वर्तमान समय में रहता है। भविष्य की बात कोई नहीं जानता, यह सांस आए या न आए, किसे मालूम है? हम सब जीवन में असली स्वतंत्रता को पहचानें, क्योंकि आपका हृदयरूपी पक्षी उड़ना चाहता है, अनंत आकाश में। पल दो पल के लिए नहीं, जीवन भर के लिए। वह उस स्वतंत्रता को महसूस करना चाहता है, जहां चिंताएं नहीं, दुख-दर्द या पीड़ा नहीं, जहां काल या समय की बेड़ियां नहीं, बल्कि सिर्फ आनंद ही आनंद हो। यदि आपने उसकी पुकार को अनसुना कर दिया तो यह जीवन भी सूना-सूना रहेगा। क्या हम विचार करते हैं कि यही मौका है, यही अवसर है? हजारों लोग हिमालय की चोटी पर चढ़ने के लिए निकलते हैं, कुछ परिश्रम कर थोड़ा आगे बढ़ते हैं और यदि कोई बाधा आ जाती है तो लौटकर घर आ जाते हैं। गिने-चुने ही सफल हो पाते हैं। लोग कहते हैं कि हमने तो काफी प्रयास किया, परंतु सफलता नहीं मिली। यह कैसे संभव है कि आग जले और गर्मी महसूस न हो। ठीक उसी प्रकार यह भी असंभव है कि कोई परिश्रम करे और उसे सफलता न मिले। यदि आपको असफल लोगों की कहानी सुनाई जाए तो पता चलेगा कि उन्होंने पूरे मन से परिश्रम और सफलता के लिए प्रयास नहीं किया। ऐसे में उसे सफलता कैसे मिलेगी? हम धनी, विद्वान या नेता बनना चाहते तो हैं, परंतु क्या कभी ऐसा विचार किया कि क्या गूढ़ है, वहां तक पहुंचने के लिए?

संपादकीय

आज भी कम नहीं महिला रोजगार की चुनौतियां

जनवरी से मार्च 2024 (वित्त वर्ष 24 की चौथी तिमाही) के लिए हाल में जारी आवधिक श्रम बल सर्वेक्षण के तिमाही बुलेटिन से महिलाओं और भारतीय श्रम बाजार में उनकी स्थिति को लेकर कई दिलचस्प जानकारियां सामने आई हैं। कार्यबल में भागीदारी के लिहाज से देखें तो शहरी इलाकों में महिला श्रम बल भागीदारी दर (एलएफपीआर) 2022-23 की चौथी तिमाही के 22.7 फीसदी से बढ़कर 2023-24 की चौथी तिमाही में 25.6 फीसदी तक हो गई है। साल 2022 से ही महिला एलएफपीआर में लगातार बढ़त देखी जा रही है। यह साल 2017-18 में पीएलएफएस की शुरूआत के बाद से अब तक के उच्च स्तर पर पहुंच गई है। इसके अलावा, साल 2022 से ही शहरी इलाकों में महिला बेरोजगारी दर घटती जा रही है। वित्त वर्ष 23 की चौथी तिमाही के 9.2 फीसदी से घटकर वित्त वर्ष 24 की चौथी तिमाही में यह 8.5 फीसदी रह गई है। हालांकि श्रम बल में महिलाओं का प्रतिनिधित्व लगातार कम बना हुआ है। महिला एलएफपीआर पुरुष एलएफपीआर के एक तिहाई के आसपास है, जो कि वित्त वर्ष 24 की चौथी तिमाही में 74.4 फीसदी थी। यह जरूरी नहीं कि समान भागीदारी अपने आप महिला-पुरुष समानता की गारंटी

हो, लेकिन भारत अब भी महिला और पुरुष दोनों के मामले में समान श्रम बाजार नतीजे से हासिल करने से दूर है। इसके अलावा, 2022-23 की चौथी तिमाही और 2023-24 की चौथी तिमाही के बीच शहरी भारत में कुल महिला कामगारों में नियमित वेतनभोगी नौकरियों वाली महिला कर्मचारियों का हिस्सा 54.2 फीसदी से घटकर 52.3 फीसदी रह गया। पिछले छह साल में यह किसी भी तिमाही में सबसे कम है। इसी दौरान, स्वरोजगार में लगी महिलाओं का हिस्सा 2022-23 की चौथी तिमाही के 38.5 फीसदी से 2023-24 की चौथी तिमाही में बढ़कर 41.3 फीसदी हो गया। इसमें घरेलू उद्यमों में बिना वेतन काम करने वाले लोग भी शामिल होते हैं। ये दोनों घटनाएं संकेत करती हैं कि काम की गुणवत्ता घट रही है। यह देखा गया है कि शहरी महिलाओं में शिक्षा के स्तर बढ़ने से ऐसी महिलाओं की संख्या बढ़ी है जो घर में रहकर घरेलू जिम्मेदारियां संभालना चाहती हैं। महिला श्रम भागीदारी दर अक्सर 20 से 25 साल की महिलाओं में कम रहती है, जो यह संकेत देता है कि शादी या पारिवारिक जिम्मेदारियों की वजह से महिलाओं की श्रम में भागीदारी सीमित हो जाती है। जो महिलाएं कोई उत्पादक रोजगार हासिल नहीं कर पातीं, उनके लिए अपने पुरुष साथी के जैसा पर्याप्त वेतन हासिल कर पाना मुश्किल होता है। स्वरोजगार और पारिवारिक उद्यमों में बिना वेतन वाले रोजगार में बढ़त, जो कि सालाना पीएलएफएस रिपोर्ट में भी दिखता है, इस बात को रेखांकित करती है कि देश में लाभकारी रोजगार के अवसर कम हैं। **-राकेश जैन गोदिका**

परिदृश्य

अब रोकिए युद्ध

अपनी आक्रामक नीतियों के जोर पर इजरायल उस दिशा में तेजी से बढ़ रहा है, जहां उसके पुराने मित्र देश उसका साथ छोड़कर जाने लगे हैं। आयरलैंड, नॉर्वे और स्पेन ने बुधवार को फलस्तीन को एक देश के रूप में मान्यता देने की घोषणा कर दी, इससे नाराज इजरायल ने इन देशों से अपने राजदूत वापस बुला लिए। यूरोप के अनेक देश आज भी इजरायल के इतने बड़े समर्थक हैंकि उन्होंने अभी तक फलस्तीन को मान्यता नहीं दी है। कहीं न कहीं इन देशों का यह ख्वाब रहा है कि एक न एक दिन फलस्तीन या गाजा की जमीन पर इजरायल का पूर्ण कब्जा हो जाएगा। अगर इन देशों का ख्वाब अब टूटने लगा है और फलस्तीन को मान्यता देने की स्थितियां बनने लगी हैं, तो यह स्वागतयोग्य है और इससे युद्ध रोकने में मदद मिलेगी। इजरायल-हमास युद्ध रोकना जरूरी है। यूरोपीय देशों में पहली बार युद्ध रोकने के प्रति गंभीरता दिख रही है। ध्यान रहे, पश्चिम एशिया में जारी इस युद्ध में अब तक 36 हजार के करीब लोग मारे गए हैं और 80 हजार के करीब घायल हुए हैं। युद्ध को रोकने की दिशा में किसी भी प्रयास का हमें स्वागत करना चाहिए। संकेत यही है कि 28 मई के आसपास कई अन्य देश फलस्तीन को मान्यता देंगे। दरअसल, अब ज्यादातर यूरोपीय देश भी युद्ध नहीं चाहते। स्पेन के प्रधानमंत्री पेड्रो सांचेज ने संसद में साफ घोषणा की है कि ''समय आ गया है, हम शब्दों से काम की ओर बढ़ें।'' हमास के पक्ष में या यहूदियों के खिलाफ जाना कतई जरूरी नहीं है, पर युद्ध का विरोध जरूरी है। काश! यह बात इजरायल भी समझ जाए। हालांकि, यूरोपीय देशों के इस कदम से इजरायल नाराज है और अपनी आक्रामक मुद्रा से पीछे हटने को तैयार नहीं है। कोई दोराय नहीं कि इजरायल की आक्रामकता को अमेरिका और यूरोपीय देशों ने ही पुष्ट किया है। इन सबके सामूहिक प्रयासों से ही इजरायल के व्यवहार में नरमी आएगी। आतंकवाद का जवाब कदापि आतंक से नहीं दिया जा सकता। फलस्तीन के लोगों को आत्मनिर्णय का मौलिक, स्वतंत्र अधिकार है। इजरायल व फलस्तीन, दोनों को अपने-अपने क्षेत्र में शांति से रहने का हक है। इन दोनों देशों के बीच विवाद के समाधान के बाद ही पश्चिम एशिया में शांति होगी। भारत सहित लगभग 140 देश फलस्तीन को मान्यता देते हैं। भारत ने अगर यहूदियों को प्यार से सहारा दिया, उनके दर्द को समझा, तो फलस्तीन की कराह सुनने वाले देशों में भी भारतीय आगे थे। आज के दौर में यह बेहद अफसोसनाक है कि फलस्तीन को संयुक्त राष्ट्र सुरक्षा परिषद के स्थायी सदस्यों- अमेरिका और ब्रिटेन से भी मान्यता नहीं मिली है। ये देश अपने इजरायल प्रेम में फलस्तीनियों के साथ नाइंसाफी कर रहे हैं। भारत तो 1988 में ही फलस्तीन राज्य को मान्यता देने वाले पहले देशों में से एक था। विश्व बैंक भी इस बात को मानता है कि फलस्तीन एक राष्ट्र के रूप में जरूरी मानदंडों को पूरा करता है, अतः जहां फलस्तीन के पक्ष में आवाज उठाने की जरूरत है, वहीं इजरायलियों की सुरक्षा से भी कोई समझौता नहीं किया जा सकता। इजरायल पर अगर 7 अक्टूबर को हमला नहीं हुआ होता, तो यह युद्ध न छिड़ता। ताकत और विद्वता से भरपूर इजरायलियों को भी अपनी सुरक्षा के प्रति पूरी तरह आश्वस्त करना होगा।

शिविर में विदुषियों द्वारा करायी गयी भक्तामर दीप अर्चना

जयपुर. शाबाश इंडिया। जनकपुरी ज्योति नगर में श्री दिगंबर जैन श्रमण संस्कृति संस्थान सांगानेर के अंतर्गत संचालित संत श्री सुधासागर आवासीय कन्या महाविद्यालय के तत्वावधान में आयोजित श्रमण संस्कृति संस्कार शिक्षण शिविर में बुधवार शाम को विदुषियों द्वारा भक्तामर दीप अर्चना करायी गई। प्रबंध समिति अध्यक्ष पदम जैन बिलाला के अनुसार भगवान नेमिनाथ के समक्ष विदुषियों द्वारा मंगल दीप प्रज्वलित किया गया तथा इसके बाद उनके द्वारा बहुत ही मधुर व शुद्ध उच्चारण के साथ श्लोक व मन्त्र बोलते हुए विद्यार्थियों ने प्रत्येक श्लोक के बाद एक एक दीपक मंडल पर समर्पित किया। गुरुवार को प्रातः शिविर में प्रार्थना के बाद दीप प्रज्वलन ज्योतिनगर निवासी सोहनी देवी , महेश चंद , प्रियंका सौगानी परिवार द्वारा किया गया । विद्याथीयों का बड़े उत्साह के साथ शिविर की कक्षाओं में स्वाध्याय चल रहा है ।

बेजुबानों के लिए उम्मीद है परिंडे

सीकर. शाबाश इंडिया। जेठ महीने की आहट और तापमान पैंतालीस डिग्री से ऊपर होने के बीच सूर्य देव रौद्र रूप धारण करने लगे हैं। तपिश में पेड़-पौधे और जीव-जंतु तक झुलसते हुए दिखाई देने लगे हैं। बेजुबान पशुओं को इधर से उधर भटकते हुए देखा जाने लगा है। प्रियंक जैन ने बताया कि पर्यावरण संरक्षण और पृथ्वी के समुचित विकास में प्राणी के साथ-साथ पशु पक्षियों की भी अहम भूमिका है। भीषण गर्मी में पशु पक्षियों के लिए पानी की व्यवस्था पुण्य कार्य है पर्यावरण को बचाने का अर्थ परिंदों को बचाना भी है। परिंदे प्रकृति के दूत हैं,इसीलिए वे हमें और हमारे पर्यावरण दोनों को संवारते हैं इन पशु-पक्षियों के लिए भीषण गर्मी के चलते सीकर के रामलीला मेदान कृषि मंडी आदि स्थान पर पक्षियों के लिए परिंडे लगाए। इस दौरान पारस सेठी बधाल वाले,आलोक काला,जय कुमार छाबड़ा प्रियंक जैन,प्रदीप अग्रवाल रलावता वाले और फल विक्रेता अब्दुल रशीद,मोहम्मद फारूक,मोहम्मद इमरान,मोहम्मद फरहान,मोहम्मद जाकिर आदि उपस्थित थे ।और अब्दुल रशीद ने कहा कि छतीस कॉम का कार्य है पक्षियों को संरक्षण देना संरक्षण तभी प्रकृति बचेगी साथ ही प्रत्येक व्यक्ति को नियमित पानी डालने का संकल्प लिना चाहिए।

जो धर्म की रक्षा करता है,धर्म उसकी रक्षा करता है : उपाध्याय श्री विहसंतसागर जी महाराज

आगरा. शाबाश इंडिया। मेडिटेशन गुरू उपाध्याय श्री विहसंत सागर जी महाराज एवं मुनिश्री विश्वसम्य सागर जी महाराज ससंघ का मंगल प्रवास आगरा के बोदला सेक्टर-4 स्थित श्री पार्श्वनाथ दिगम्बर जैन मन्दिर में चल रहा है। जहां उपाध्यायसंघ के मंगल सानिध्य में 23 मई को भक्तों ने उपाध्यायश्री के मुखारबिंद से उच्चारित मंत्रोच्चारण के साथ प्रभु का स्वर्ण कलशों से अभिषेक एवं वृहद शांतिधारा सम्पन्न की। इसके बाद मेडिटेशन गुरू उपाध्याय श्री विहसंत सागर जी महाराज ने भक्तों को सम्बोधित करते हुए कहा कि धर्मो रक्षति रक्षितः। अर्थात जो धर्म की रक्षा करता है धर्म उसकी रक्षा करता है। आचार्य ने कहा कि जीवन भर कमाया हुआ धन एक श्वांस नहीं लौटा सकता पर अंतिम समय का एक क्षण का धर्म ध्यान भी आपके जीवन की नौका को पार लगा देता है। उपाध्यायश्री ने कहा कि धर्म ऐसी शक्ति है जो विपरीत परिस्थितियों में भी सदैव साथ देता है। अतः व्यक्ति को जीवन में कभी भी धर्म से विमुख नहीं होना चाहिए उन्होंने कहा कि अति हर जगह अनिष्टकारी होती है। जीवन में व्यक्ति को अपना आत्म सम्मान अर्थात स्वाभिमान नहीं छोड़ना चाहिए और अभिमान भी नहीं करना चाहिए।

‘गुरु उपकार महा महोत्सव’

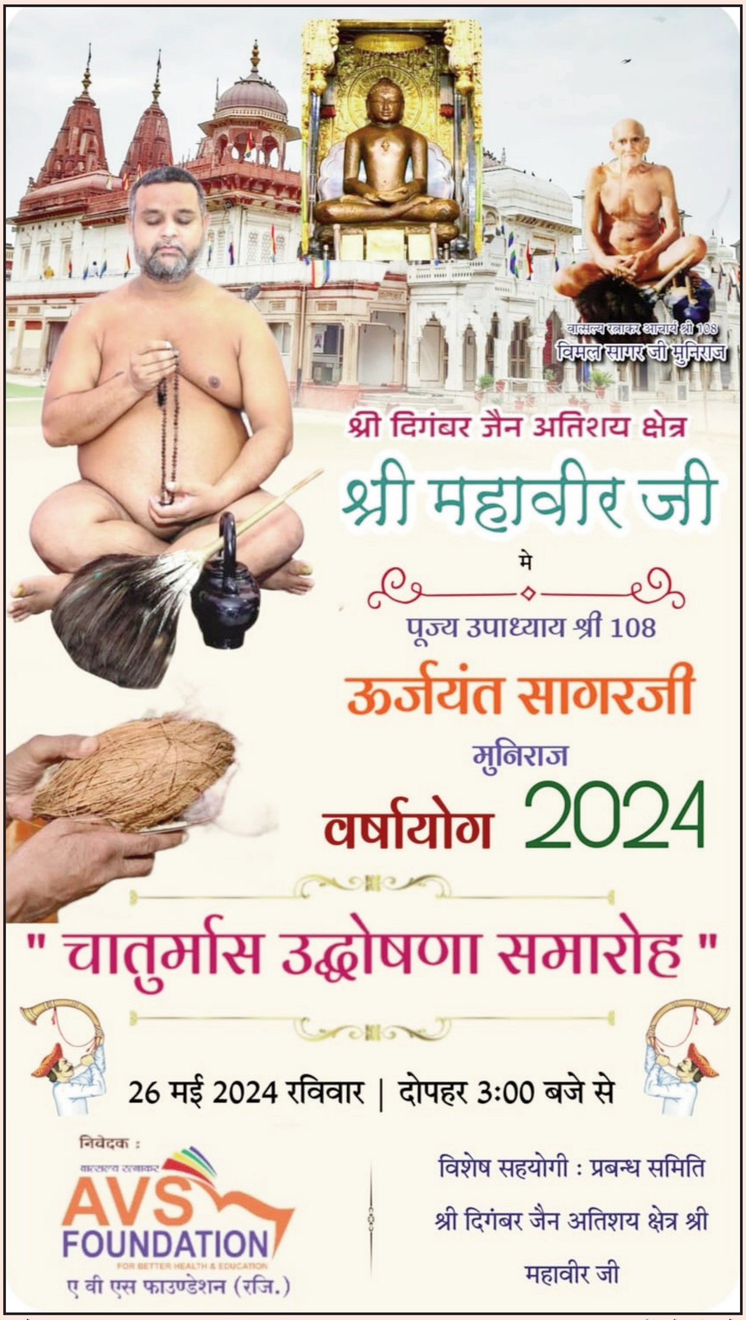
श्रमण संस्कृति संस्कार शिक्षण शिविर का विधि पूर्वक शुभारंभ

सीकर. शाबाश इंडिया। स्थानीय जैन समाज द्वारा गुरु उपकार महा महोत्सव के अंतर्गत श्रमण संस्कृति संस्कार शिक्षण शिविर का विधि पूर्वक शुभारंभ किया गया । शिविर के मीडिया प्रभारी विवेक पाटोदी ने बताया कि शिविर के शुभारंभ में आयोजित सामूहिक उद्घाटन समारोह में ध्वजारोहण विमल कुमार मोहित कुमार झांझरी परिवार रेटावाले द्वारा किया गया। इससे पूर्व शोभायात्रा व घटयात्रा निकाली गई , जिसमे समाज की महिलाए व पुरुष सम्मिलित हुए। समारोह में मंगल कलश विराजमान सुवालाल महेश कुमार रमेश कुमार नरेश कुमार राजेश कुमार बड़जात्या परिवार द्वारा किया गया । विवेक पाटोदी ने बताया कि शिविर के दौरान प्रतिदिन प्रातः सामूहिक अभिषेक, शांतिधारा व पूजन होगा जिसके पश्चात धर्म व

संस्कार की कक्षाएं होगी । लसांयकाल सांस्कृतिक कार्यक्रम व प्रश्न मंच आयोजित किए जाएंगे। शिविर प्रभारी विद्वत आशीष जैन शास्त्री ने बताया कि आधुनिकता की अंधी दौड़ में आज नैतिकता, आदर्श एवं परम्परा लुप्त होती जा रही है। ऐसी विषम परिस्थितियों में आगम परम्परा एवं लुप्त होते संस्कारों की पुनर्स्थापना की पवित्र भावना लेकर परम पूज्य आचार्य श्री 108 विद्यासागर जी महाराज एवं आचार्य श्री 108 समय सागर जी महाराज , निर्यापक श्रमण मुनि पुंगव श्री 108 सुधा सागर जी महाराज की पावन प्रेरणा से श्रमण संस्कृति संस्थान सांगानेर जयपुर द्वारा भारतवर्ष व विश्वभर में संस्कार शिक्षण शिविरों का आयोजन किया जा रहा है। शिविर के सह मीडिया प्रभारी राकेश मोदी ने बताया कि शिविर में आमंत्रित विद्वान पं. पारस जैन शास्त्री सांगानेर , पं. तनिष जैन शास्त्री सांगानेर है । शिविर में मुख्यतः समाज के बच्चों के साथ हर वर्ग के लोग भी सम्मिलित होंगे । सांस्कृतिक कार्यक्रम संयोजिका सुमन बड़जात्या व मनीषा सेठी ने बताया कि जैन समाज के सहयोग से इस शिविर का धूमधाम से आयोजन पार्श्वनाथ मार्ग स्थित सन्मति पाठशाला में किया जा रहा है, इसमे बच्चों में धर्म संस्कार का वीजारो पर चलकर समाज का मार्गदर्शन करेंगे । मार्गदर्शन मंडल के पंडित जयंत शास्त्री ने बताया कि जीवन में संस्कारों का बहुत बड़ा महत्व है हम अपने बच्चों के लिए क्या छोड़ कर जा रहे हैं यह समझना बहुत जरूरी है। छोटे बच्चों में संस्कारों का बीजारोपण होना बहुत जरूरी है। क्योंकि इससे भविष्य में बच्चे अन्याय, अनीति, अभक्ष्य आदि चीजों से बचकर सही रास्ते पर आगे बढ़ते रहेंगे। उन्होंने कहा कि संस्कारित बच्चे ही समाज की पूंजी हैं। जैन पाठशालाओं का आयोजन भी इसी कड़ी में सकारात्मक पहल है।

जीवन की नींव है आस्था : गणिनी आर्यिका विज्ञाश्री माताजी

जयपुर. शाबाश इंडिया। श्री पार्श्वनाथ दिगम्बर जैन मंदिर, पार्श्वनाथ कालोनी, निर्माण नगर जयपुर में साधनारत प. पू. भारत गौरव श्रमणी गणिनी आर्यिका 105 विज्ञाश्री माताजी ससंघ सान्निध्य में धर्म की महती प्रभावना हो रही है। प्रातः कालीन अभिषेक, शांतिधारा में भक्ति भावों के साथ भक्तों ने भक्ति की। प्रवचन सभा में उपस्थित श्रद्धालुओं को धर्म का उपदेश देते हुए माताजी ने कहा कि- आस्था ही जीवन की नींव है, आस्था ही मानव की रीत है। जीवन में आस्था ही रास्ता दिखाता है। मोक्षमार्ग का रास्ता बिना आस्था या सम्यग्दर्शन के शुरू नहीं हो सकता। आस्था के बिना जीवन निर्जीव, मुर्दा के समान है। जीवन में जान डालने का काम आस्था का है। पूज्य गुरुमाँ की आहारचर्या कराने का परम सौभाग्य सज्जन जी कासलीवाल सपरिवार ने प्राप्त किया। आगामी 24 मई 2024 प्रातः 5.30 बजे आर्यिका ससंघ का मंगल विहार निर्माण नगर से नेमिसागर कालोनी की ओर होने जा रहा है।



नन्हे मुन्ने बच्चों ने की भगवान महावीर की शांतिधारा

चढ़ायें भगवान को अभिषेक व पूजा के अर्घ

जयपुर. शाबाश इंडिया

मानसरोवर स्थित श्री दिगंबर जैन मंदिर में ग्रीष्मकालीन धार्मिक संस्कार शिविर का आयोजन श्री दिगंबर महिला महासमिति संभाग मानसरोवर द्वारा श्री दिगंबर जैन श्रमण संस्कृति संस्थान सांगानेर के निर्देशन में हो रहा है। ज्ञान की गंगा विदुषी पायल दीदी, रिया दीदी, अनीता लुहाड़िया, बबिता जैन, कृष्णा जैन के माध्यम से बह रही है। आज नन्हे मुन्ने बच्चों ने भगवान महावीर के जयकारों के साथ जुलूस निकालकर धार्मिक प्रभावना की, साथ शुद्ध स्वेत (सफेद) धोती दुपट्टो में भगवान का अभिषेक व भक्ति के साथ पूजाकर मंत्रों के साथ अर्ध चढ़ाया व अंत में पंच परमेष्ठी भगवान की आरती की। रजनी लुहाडिया ने बताया इस अवसर पर हेमेंद्र सेठी, सुनील गंगवाल, अनिल पाटनी, संदीप छाबड़ा, अरविंद गंगवाल, सुचित सेठी, दीपेश अजमेरा, दीपक शास्त्री, अनिल जैन, विवेक जैन, अंजू बज, अनूप पांड्या,अनीता जैन व समाज के गणमान्य लोग उपस्थित थे।

जैन पत्रकार महासंघ (रजि) का क्षेत्रीय अधिवेशन केशोरायपाटन में प्रिंट मीडिया की आवश्यकता पर होगा चिंतन और मंथन

जयपुर. शाबाश इंडिया। जैन पत्रकार महासंघ (रजि) के तत्वावधान में श्री मुनिसुव्रतनाथ दिगंबर जैन अतिशय क्षेत्र केशोरायपाटन जिला बूंदी में महासंघ का क्षेत्रीय अधिवेशन 9 जून दोपहर 1:30 बजे परम पूज्य गणिनी आर्यिकारत्न श्री स्वस्तिभूषण माता जी के ससंघ सानिध्य में राष्ट्रीय अध्यक्ष रमेश जैन तिजारिया जी की अध्यक्षता में होगा। जैन पत्रकार महासंघ के राष्ट्रीय महामंत्री उदयभान जैन बडजात्या ने अवगत कराया कि उक्त अधिवेशन में राजस्थान के साथ निकटतम प्रान्तों से जैन पत्रकार, संपादक, संवाददाता , लेखक व प्रकाशक सम्मिलित होंगे। अधिवेशन के पश्चात राष्ट्रीय कार्यकारिणी की मीटिंग में भी पत्रकारों के हित में अनेक निर्णय लिए जाएंगे। कार्यक्रम मुख्य संयोजक राकेश जैन चपलमन कोटा राष्ट्रीय मंत्री जैन पत्रकार महासंघ, जिला संयोजक कोटा पारस जैन, जिला संयोजक बूंदी महावीर सरावगी, जिला संयोजक जयपुर चक्रेश जैन एवं मुकेश जैन केशोरायपाटन कार्यक्रम संयोजक होंगे। जैन पत्रकार महासंघ के राष्ट्रीय संगठन मंत्री मनीष जैन विद्यार्थी शाहगढ के अनुसार उक्त अधिवेशन में प्रिंट मीडिया की आवश्यकता एवं जैन पत्रकारों के संरक्षण विषय पर चिंतन और मंथन किया जाएगा।

पार्श्व जैन मिलन द्वारा गौ जल सेवाएं प्रारंभ

गौरव जैन सिन्नी. शाबाश इंडिया

अशोकनगर ।पारस जैन मिलन अशोक नगर द्वारा भीषण गर्मी को देखते हुए आज दिनांक 23 5 2024 को गौ जल सेवा का कार्यक्रम किया गया। आज शहर कि कृषि उपज मंडी , श्री पार्श्वनाथ मंदिर सोनी कालोनी पछाड़ी खेड़ा रोड ,मंडी रोड, बायपास रोड सहित शहर के कई स्थानों पर मवेशी को पानी पीने के लिए टंकियां रखी गई जल सेवा समिति के संयोजक सौरभ जैन सोरू ने बताया कि पारस जैन मिलन द्वारा शहर में रखी गई टंकियां की देखरेख करने की जवाबदारी मेरी रहेगी। इस शुभ अवसर पर शाखा के संस्थापक अध्यक्ष अतिवीर नरेश जैन एवं क्षेत्रीय उपाध्यक्ष सुनील जैन धनु प्रवीण जैन नेशनल शाखा अध्यक्ष धीरेंद्र जैन (भाग्गा) शाखा मंत्री नीरज जैन तराई कोषाध्यक्ष दीपक जैन मालानी वीर सुयोग जैन भूसा वीर जीतू जैन घाट बमुरिया वीर मनीष जैन (M.T.c.) वीर सौरभ जैन ऑयल मिल वीर पंकज जैन आवन वीर सौरभ जैन ओनर वीर राजेश जैन राजू करना वीर आशीष जैन अथाई खेड़ा सहित सभी वीर उपस्थित रहे। सौरभ जैन शुरू द्वारा सभी टंकियां पर स्वास्तिक चिन्ह बनाकर जल सेवा का शुभारंभ किया गया इस शुभ अवसर पर तत्काल पूर्व क्षेत्रीय अध्यक्ष अतिवीर नरेश जैन साहब ने बताया कि जिन लोगों ने इन टंकियां में पानी भरने की जवाबदारी ली है वाकई में उन लोगों ने बहुत ही पुण्य का काम किया है इस शुभ अवसर पर शाखा के वीरों द्वारा उन सभी का पट्टी का पहनकर माला पहनकर बैच लगाकर एवं तिलक लगाकर सम्मान किया गया ।कार्यक्रम के उपरांत दीपक जैन मालानी द्वारा उनके निवास पर सभी को ठंडाई पिलाई गई। कार्यक्रम उपरांत शाखा मंत्री नीरज जैन द्वारा सभी का आभार व्यक्त किया गया।

TMT और ECHO के नॉर्मल रिपोर्ट के बाद भी हार्ट अटैक हो सकता है क्या?

हां, TMT (ट्रेडमिल टेस्ट) और ECHO (इकोकार्डियोग्राम) टेस्ट के नॉर्मल रिपोर्ट प्राप्त करने के बाद भी हार्ट अटैक का सामना हो सकता है। ये टेस्ट हृदय स्वास्थ्य का मूल्यांकन के लिए उपकरण हैं, लेकिन वे पूरी तरह से विश्वसनीय नहीं होते हैं। निम्नलिखित कारण हैं जिनसे व्यक्ति किसी भी कारण से TMT और ECHO टेस्ट के नॉर्मल रिपोर्ट प्राप्त करने के बावजूद भी हार्ट अटैक का शिकार होता है:

1. झूठे नेगेटिव रिपोर्ट आना: TMT और ECHO टेस्ट कभी-कभी अंतर्निहित हृदय समस्याओं का पता नहीं लगा सकते, विशेष रूप से प्रारंभिक चरणों में या स्थिति यदि अनियमित है।
2. अन्य जोखिम कारक: व्यक्ति के पास हार्ट रोग के अन्य जोखिम कारक होते हैं, जैसे कि उच्च रक्तचाप, उच्च कोलेस्ट्रॉल, मधुमेह, मोटापा, या हार्ट रोग का परिवार का इतिहास, जो उनके हार्ट अटैक के जोखिम को बढ़ाते हैं।
3. अस्थिर प्लैक्स: हार्ट अटैक को अनस्थिर प्लैक्स के फटने के कारण हो जाता है, जो कि TMT या ECHO टेस्ट्स द्वारा नहीं पकड़ा जा सकता।
4. अन्य कारण: सभी हार्ट अटैक का कारण नहीं होता है कि कोरोनरी धमनियों में बंदिशों की वजह से होता है। कुछ हार्ट अटैक, **चुपचाप हार्ट अटैक** के रूप में जाने जाते हैं, जो TMT या ECHO टेस्ट्स पर नोटिसेबल लक्षणों या असमान्यताओं के बिना हो सकते हैं।

इसलिए, हालांकि TMT और ECHO टेस्ट्स महत्वपूर्ण निदानीय उपकरण हैं, लेकिन वे हार्ट अटैक से पूरी तरह सुरक्षित नहीं माने जा सकते। व्यक्ति को अपने हार्ट स्वास्थ्य का निरंतर निगरानी करना, एक स्वस्थ जीवनशैली अपनाना, तनाव के कारकों का प्रबंधन करना, और हार्ट रोग के किसी भी लक्षण का अनुभव करने पर चिकित्सा सहायता लेना महत्वपूर्ण है, चाहे वह टेस्ट के परिणाम कुछ भी हों।

आहार में क्या-क्या प्रयुक्त करें?

1. *प्रोटीन:* अच्छे स्रोत से प्रोटीन को अपने आहार में शामिल करें, जैसे कि दाल, छोटी मछली, मांस, अंडे, पनीर, और सोया प्रोटीन।
2. *सब्जियाँ और फल:* नियमित रूप से सब्जियों और फलों का सेवन करें, जो विटामिन्स, मिनरल्स, और फाइबर प्रदान करते हैं।
3. *अनाज और अनाजी पदार्थ:* पूरे अनाज, जैसे कि धनिया, गेहूं और चावल को अपने आहार में शामिल करें।
4. *हेल्दी फैट:* शुगर, फ्रेंच फ्राइस, और प्रोसेस्ड फूड से बचे और हेल्दी फैट जैसे कि अखरोट, बादाम, और तिल को अपने आहार में शामिल करें।
5. *पानी:* रोजाना पानी की पर्याप्त मात्रा में पिएं, कम से कम 8-10 गिलास, ताकि आपके शरीर को हाइड्रेट रखें।
6. *नियमित भोजन:* नियमित खाना खाएं, छोटे-छोटे ग्रास खाएंऔर भारी भोजन से बचें।
7. *प्राकृतिक खाद्य:* अधिक से अधिक प्राकृतिक और अनुमति ग्राहक खाद्य का सेवन करें, जैसे कि हरी चाय, कोकोनट वॉटर और नारियल पानी।
8. *स्वास्थ्य का ध्यान रखें:* अपने आहार के साथ अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखें, और हमेशा संतुलित और स्वस्थ आहार चुनें।

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

व्यायाम के बारे में:

1. *नियमितता:* नियमित व्यायाम का पालन करें, हफ्ते में कम से कम 5 दिनों तक।
2. *पूर्ण शारीरिक व्यायाम:* विभिन्न प्रकार के व्यायाम को मिलाएं, जैसे कि कार्डियो, स्ट्रेंथ ट्रेनिंग, और योग अपनाएं।
3. *उचित तकनीक:* सही तकनीक का ध्यान रखें और व्यायाम करें, जिससे चोट और घावों का खतरा कम हो।
4. *व्यायाम की लंबाई:* व्यायाम की अवधि को ध्यान में रखें, जैसे कि 30 मिनट से लेकर 1 घंटे तक, या आपके स्वास्थ्य और फिटनेस के आधार पर।
5. *शुरुआत से:* धीरे-धीरे व्यायाम का प्रारंभ करें और धीरे-धीरे अपनी प्रगति को बढ़ाएं।
6. *आवश्यक अवसादितता:* सही साधनों का उपयोग करें और ध्यान दें कि आपके पास व्यायाम के लिए उपयुक्त और सुरक्षित जगह हो।
7. *स्वस्थ आहार:* व्यायाम के साथ स्वस्थ आहार का भी ध्यान रखें, ताकि आपका शरीर पूरी तरह से फिट और स्वस्थ रहे।
8. *अवधारणा:* व्यायाम को एक अवधारित कार्यक्रम के रूप में लें और अपने लक्ष्यों के अनुसार उसे संपन्न करें।

जीवन का सबसे खूबसूरत उपहार हैं, हमारे चारों ओर के लोग। एक संवाद या मुस्कान का आशीर्वाद किसी के दिल को छू सकता है। तो आज से ही, हम सभी के लिए एक सुनहरा और खुशहाल रिश्ता बुने,बातचीत करें, मुस्कानें बांटें और एक-दूसरे का साथ देकर जीवन के हर पल को सार्थक बनाएं। याद रखें, सच्चा खुशियों का स्रोत दूसरों के साथ संबंध और समर्पण में है। डा पीयूष त्रिवेदी आयुर्वेद चिकित्सा प्रभारी राजस्थान विधान सभा जयपुर।

जवाहर कला केंद्र जयपुर में चल रहे राष्ट्रीय सहकार मसाला मेला 2024 में चार दिन में एक करोड रुपए से ऊपर मसालों की हुई बिक्री

जयपुर. शाबाश इंडिया

मसाला मेला: इरोड की हल्दी, केरल के मसाले, चेन्नई की मुंड मिर्ची, आसम की चाय, दार्जिलिंग की ग्रीन टी बनी पसंद जवाहर कला केंद्र जयपुर में चल रे राष्ट्रीय सहकार मसाला मेला 2024 में चार दिन में एक करोड रुपए से ऊपर मसालों सहित अन्य सामग्री की बिक्री हो चुकी है। इस मेले में इरोड की हल्दी, केरल के मसाले, पंजाब का रेडी टू प्रोडक्ट, आसम की चाय, दार्जिलिंग की ग्रीन टी , नागोंर की सूखी सब्जियां, स्वयं सहायता समूह की महिलाओं द्वारा तैयार किये गये अचार-चटनी की बहुत डिमांड देखने को मिली एवं रवि चाय कि स्टॉल पर 1 किलो चाय के साथ 1 किलो चाय फ्री जैसी स्कीम लोगों को बहुत ज्यादा पसंद आ रही है। मेले में लोग बड़ी मात्रा में अपनी आवश्यकता के अनुसार साबूत और पीसे मसाले की खरीद कर रहे हैं। उपभोक्ता संघ के महाप्रबंधक अनिल कुमार ने बताया कि मेले में सांस्कृतिक कार्यक्रम का आयोजन किया जा रहा है मेले में विजिटर्स के लिए फ्री पार्किंग एवं प्रवेश भी फ्री है, मेले में बच्चों के लिए झूले एवं फूड जोन की भी सुनिश्चित व्यवस्था की गई है और यह मेला 28 मई तक चलेगा।

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।

सम्पादक: राकेश जैन गोदिका
@ 94140 78380, 92140 78380

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