

दक्षिण भारत राष्ट्रमत

दीपावली की हार्दिक शुभकामनाएं

5 रोहित, कोहली ने वापसी पर किया निराश

7 त्योहारों के सीजन में भी सेहत का ध्यान रखते हैं पंकज त्रिपाठी

GST बचत उत्सव

अब मेरी पसंद की बाइक भी, बचत भी

GST राहत लाई खुशियों की सौगात

349 cc तक के बाइक/स्कूटर हुए **₹8,000 तक सस्ते**

भारत सरकार GOVERNMENT OF BHARAT

सूचना

दक्षिण भारत राष्ट्रमत के सभी पाठकों, विज्ञापनदाताओं, हितैषियों को दीप पर्व की हार्दिक शुभकामनाएं। दीपावली महापर्व के उपलक्ष्य में हमारे कार्यालय में 20 अक्टूबर को अवकाश रहेगा। अतः अगला अंक 22 अक्टूबर 2025 को प्रकाशित होगा।

— व्यवस्थापक



रोशनी से नहाये अयोध्या के घाट

26 लाख से अधिक दीये जलाकर बनाया विश्व रिकॉर्ड

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

अयोध्या (उम्र)/भाभा। उत्तर प्रदेश की आध्यात्मिक नगरी अयोध्या में रविवार को दो दिवह कीर्तिमान बनाए गए। भव्य दीपोत्सव समारोह के दौरान एक साथ 26 लाख 17 हजार 215 दीप

प्रज्वलित किये गये और 2,128 लोगों ने एक साथ सरयू आरती की। यह दोनों ही उपलब्धियां विश्व रिकॉर्ड के तौर पर दर्ज की गई हैं। राज्य सरकार द्वारा जारी एक बयान के मुताबिक, 'गिनीज बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉर्ड्स' के प्रतिनिधियों ने ज़ोन से की गई दीयों की गणना की पुष्टि के बाद इस

उपलब्धि की आधिकारिक घोषणा की। बयान के अनुसार, पर्यटन एवं संस्कृति मंत्री जयवीर सिंह और प्रमुख सचिव (पर्यटन एवं संस्कृति) अमृत अभिजात ने इस उल्लेखनीय उपलब्धि के सम्मान में मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ को गिनीज प्रमाण पत्र प्रदान किया।

20-10-2025	21-10-2025
सूर्योदय 5:47 बजे	सूर्योदय 6:00 बजे
BSE 83,952.19 (+484.53)	NSE 25,709.85 (+124.55)
सोना 12,783 रु. (24 कैरेट) प्रति बाल	चांदी 177,000 रु. प्रति किलो

मिशान मंडेला

दक्षिण भारत राष्ट्रमत

दक्षिण भारत का लोकप्रिय हिन्दी दैनिक
epaper.dakshinbharat.com

कैलाश मण्डेला, मो. 9828233434

दीप जलाओ

हो दूर दुखों का तूफान ये, ना जीवन को यह काल छले। कुछ करें टोटके टोने भी, आफत जिससे ये दूर टले। जीतेंगे हम अवश्यभावी, सबके हृदयों में आस पले। छूट जाए जग का गहन तमस, सबके कर में इक दीप जले।

WISHING A HAPPY & PROSPEROUS DEEPAWALI
BRING HOME THE HAPPINESS WITH CENTRAL BANK'S
FESTIVE RATE OF INTEREST OFFERS WITH NIL PROCESSING FEE

Home Loan Starts @7.35%	Car Loan Starts @7.90%	Gold Loan Starts @8.20%	Education Loan Starts @7.00%
Business Loan Starts @7.85%	Cent Rice Loan Starts @7.80%	Cent Surya ghar Starts @6.00%	Cent Export Starts @8.50%

Contact our Marketing Team: 9505154124, 9178506147, 8722288242

दिवाली सुरक्षित, जिम्मेदारीपूर्वक और पर्यावरण-अनुकूल तरीके से मनाएं

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

नई दिल्ली/भाभा। राष्ट्रपति द्रौपदी मुर्मू ने रविवार को दिवाली की पूर्व संध्या पर देशवासियों को शुभकामनाएं दीं और सभी से सुरक्षित, जिम्मेदारीपूर्ण और पर्यावरण-अनुकूल तरीके से त्योहार मनाने का आह्वान किया। मुर्मू ने कहा कि यह त्योहार वंशियों और

जरूरतमंदों की मदद करने और उनके जीवन में खुशियां लाने का भी अवसर है। उन्होंने अपने संदेश में कहा कि भारत के सबसे लोकप्रिय त्योहारों में से एक दिवाली बड़े उत्साह और उमंग के साथ मनाई जाती है। राष्ट्रपति मुर्मू ने कहा, यह त्योहार अंधकार पर प्रकाश,

अज्ञान पर ज्ञान और बुराई पर अच्छाई की विजय का प्रतीक है। पूरे देश में बड़े उत्साह के साथ मनाया जाने वाला दिवाली का पावन अवसर आपसी स्नेह और भाईचारे का संदेश देता है। इस दिन श्रद्धालु धन और समृद्धि की देवी देवी लक्ष्मी की पूजा करते हैं।

उन्होंने कहा कि खुशी का यह त्योहार आत्मचिंतन और आत्मसुधार का भी अवसर है। राष्ट्रपति मुर्मू ने कहा, मैं सभी से सुरक्षित, जिम्मेदारीपूर्वक और पर्यावरण-अनुकूल तरीके से दिवाली मनाने का आग्रह करती हूं। यह दिवाली सभी के लिए खुशी, शांति और समृद्धि लाए। उन्होंने भारत और दुनिया भर में सभी भारतीयों को हार्दिक बधाई और शुभकामनाएं दीं।

यूक्रेन ने रूस के प्रमुख गैस संयंत्र पर हमला किया

कीव/एपी। यूक्रेन ने शनिवार रात दक्षिणी रूस में एक प्रमुख गैस प्रसंस्करण संयंत्र पर ड्रोन से हमला किया, जिससे आग लग गई। स्थानीय गवर्नर ने यह जानकारी दी। खबर के मुताबिक, हमले की छपेट में आया ओरेनबर्ग संयंत्र सरकारी स्वामित्व वाली गैस कंपनी गैज़प्रॉम द्वारा संचालित है और कजाक सीमा के निकट इसी नाम के क्षेत्र में स्थित है। यह एक उत्पादन और प्रसंस्करण परिसर का हिस्सा है जो अपनी तरह की दुनिया की सबसे बड़ी सुविधाओं में से एक है, जिसकी वार्षिक क्षमता 45 अरब घन मीटर है। क्षेत्रीय गवर्नर योगेनी सोलन्त्सेव के मुताबिक, ड्रोन हमलों से संयंत्र की एक कार्यशाला में आग लग गई और इसका एक हिस्सा क्षतिग्रस्त हो गया। सोलन्त्सेव ने कहा कि कोई हताहत नहीं हुआ है। रूस के रक्षा मंत्रालय ने रविवार को एक बयान में कहा कि उसके वायु रक्षा बलों ने रात में यूक्रेन द्वारा दागे गए 45 ड्रोन को मार गिराया, जिनमें से एक ओरेनबर्ग क्षेत्र में तथा कुल 23 ड्रोन समीपवर्ती समारा और सारातोव क्षेत्रों में गिराए गए।

INDIA MARITIME WEEK 2025

CHENNAI PORT AUTHORITY

Maritime Gateway to India's Growth & Prosperity

With world-class-Container terminals, Connectivity to 50+ Countries, and Strong Rail-Road Links, Chennai Port Drives Trade and Innovation across South India.

CHENNAI PORT AUTHORITY
AN ISO 9001:2015 | ISO 14001:2015

#1, Rajaji Salai, Chennai-600001
Website: chennaiport.gov.in
ISPS Compliant Port
Phone: 044.25362201 & 044-25312000 |
Toll free No.- 18004256748

@PortofChennai
facebook.com/chennaiport
@Chennaiport
chpmarketing@chennaiport.gov.in

दीपावली के सुअवसर पर आपके लिए

लोकप्रिय हिन्दी दैनिक

दक्षिण भारत राष्ट्रमत

की ओर से

पूजा का 'लक्ष्मी पाना'

आज के अंक के साथ

आज के अंक के साथ लक्ष्मी पाना

अपने अखबार वितरक (हॉकर) से सोमवार, 20 अक्टूबर 2025 के अंक के साथ लेना न भूलें। अपने मित्रों-परिचितों के लिए भी यदि आपको लक्ष्मी पाना चाहिए हो तो हमारे कार्यालय में अपने आदमी को भेजकर मंगवा सकते हैं

दक्षिण भारत राष्ट्रमत Arihant Plaza, 2nd Floor, 84-85, Wall Tax Road, Chennai - 03.

अग्रवाल विद्यालय एंड जूनियर कॉलेज

54 ई. वी. के. सम्पत रोड, वेपेरी, चेन्नई - 7
फोन नं. 26618465 26618665

की तरफ से धनतेरस तथा दीपावली की हार्दिक बधाई

दीपक की रोशनी, मिठाइयों की मिठास
पटाखों की बौछार, धन - धान्य की बरसात
हर दिन आपके लिए लाए, दीपावली का त्योहार।

ऐसी शुभकामनाओं के साथ विद्यालय के अध्यक्ष श्री मधुसूदन खेमका जी, सचिव एवं संवाददाता श्री मुरारीलाल सोंथलिया जी, सभी समिति सदस्यों, प्रधानाचार्या श्रीमती सी. विजयलक्ष्मी जी, स्कूल स्टाफ तथा छात्र-छात्राओं की तरफ से आप सभी को धनतेरस तथा दीपावली की हार्दिक बधाई।



जन्म मृत्यु विरोधी नहीं अपितु एक डोर के दो छोर हैं : कपिल मुनि

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

चेन्नई। यहाँ गोपालपुरम में लॉयड्स रोड स्थित छाजेड़ भवन में विराजित श्री कपिल मुनि जी म.सा. ने रविवार को आयोजित श्रुतज्ञान गंगा महोत्सव में भगवान महावीर की अंतिम देशना श्री उत्तराध्ययन सूत्र पर प्रवचन के दौरान कहा कि परिस्थिति जब गंभीर होती है तब बुद्धि बल या अन्य भौतिक बल ज्यादा उपयोगी कारगर सिद्ध नहीं होते। किसी असाध्य बीमारी से ग्रसित होने पर मन की प्रसन्नता को टिकाये रखने में कोई भी भौतिक डिग्री या संपत्ति सहायक नहीं बन सकती। व्यक्ति के पास करोड़ों की पूँजी रोग जन्य वेदना से राहत प्रदान नहीं कर सकती। आत्म बल, मनोबल के अभाव में मौत के समय या मृत्यु के आगमन की सूचना देने वाले रोग के समय समाधि बनाये रखना दुष्कर कार्य और चुनौतीपूर्ण है।

मुनिश्री ने कहा कि संसार दुःखों का घर है तो शरीर रोगों का घर है जगत के सभी पदार्थ नष्टर है इस संसार में जिसका आगमन हुआ है उसकी विदाई भी निश्चित है। जन्म मरण परस्पर विरोधी नहीं है अपितु जीवन रुपी डोर के दो छोर हैं



कुन्नूर में तेज़ हवाओं के साथ भारी बारिश

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

नीलगिरी। कुन्नूर शहर और उसके आसपास के इलाकों में रविवार को दोपहर तेज़ हवाओं के साथ भारी बारिश हुई। इसके कारण वंडीसोलैड्स से एंडापनी जाने वाली सड़क पर कई जगहों पर पेड़ उखड़ गए। मुख्य रूप से



जिसके पास ऐसी सम्यक समझ की शक्ति है वह रोग के आक्रमण होने पर व्याकुल नहीं बनता और मृत्यु के आगमन पर विचलित नहीं होता। विचलित होना अज्ञानता और नासमझी की निशानी है। घबराहट बेचैनी कषाय से आवेशग्रस्त चित्त की देन है। जिसके पास मन में उत्पन्न होने वाली भावनाओं के कारण की स्पष्ट समझ होती है वह संकट की विकट घड़ियों में भी मस्त और स्वस्थ रहने में निश्चित सफल हो जाता है।

संपत्ति बढ़ने पर जैसे घर में नये नये साधन सामग्री आ जाती है वैसे ही समझ शक्ति के आने पर सहन शक्ति भी बढ़ती चली जाती है। जैसे संसार में सुख आनंद पूर्वक जीने के लिए संपत्ति और साधन की आवश्यकता होती है वैसे ही संसार से आनन्द पूर्वक विदा होने के लिए समझ शक्ति और सहन शक्ति का होना भी लाजमी है। समझ शक्ति सहन शक्ति ही मृत्यु का सत्कार

करने की कला का वरदान देती है। जीवन में संयम की चेतना के विकास की साधना में जो तत्पर रहते हैं जो इन्द्रियों को जीतकर धर्म आचरण में लीन रहते हैं उन्हें ही सकाम मरण अर्थात् समाधि सहित मरण का सौभाग्य प्राप्त होता है। इसके विपरीत जो इन्द्रियों के गुलाम है राग द्वेष बढ़ाने के काम में रुचि रखते हैं। व्यर्थ में विद्वेष और विवाद को बढ़ाते हैं विषय कषाय की आग में झुलसते हैं वे अकाम मरण अर्थात् लाचारी विवशता पूर्वक आर्त्त ध्यान करते हुए संसार से विदा होते हैं। मरण को सुधारने के लिए जीवन के प्रत्येक पल सावधानी और जागृति जरूरी है जीवन का अंत समय ही हमारे जीवन भर की साधना की परीक्षा की घड़ी होती है। उस परीक्षा में उत्तीर्ण होना ही सकाम मरण है ! अंत समय में पूरे जीवन की परीक्षा मात्र कुछ ही पल में हो जाती है। जीने की तैयारी हमने हर समय की है, लेकिन जाने की पूर्व तैयारी करना भी जरूरी है । जब तक जीवन है तब तक संयम साधना आत्म आराधना में पुरुषार्थ करते रहें। अध्यक्ष अमरचंद छाजेड़ ने बताया 22 अक्टूबर को नव वर्ष दीपावली का मंगलपाठ कार्यक्रम सवेरे 8 बजे से 9 बजे तक होगा। धर्म सभा को संचालन संघ मंत्री राजकुमार कोठारी ने किया।

पुरुषार्थ के बिना जीवन में कुछ भी मिलना संभव नहीं : संतश्री ज्ञानमुनि

आचार्य देवेन्द्रमुनि जयंती मनाई गई

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

बेंगलूरु। शहर के यलहंका स्थित सुमतिनाथ जैन संघ के तत्वावधान में चातुर्मासार्थ विराजित संतश्री ज्ञानमुनिजी के सांक्षिप्य में रविवार को श्रमण संघीय तृतीय आचार्यश्री देवेन्द्र मुनि जी की जयंती मनाई गई। ज्ञानमुनिजी ने कहा कि प्रभु महावीर की अनंत कृपा सभी पर बरस रही है। प्रभु देवों के देव और भगवतों के भी भगवंत हैं। ऐसे प्रभु ने सभी को मोक्ष जाने से पूर्व ज्ञान का खजाना दिया है। इस ज्ञान के खजाने से मानव जीवन का कल्याण निश्चित है। प्रभु ने हमें जो दिया उसका रसास्वादन करना चाहिए।

उत्तराध्ययन का 29वां अध्ययन सम्पन्न पराक्रम है। जो पुरुषार्थ की प्रेरणा देता है। ऐसा पुरुषार्थ करना चाहिए जिससे भवों भवों का कर्म कट जाए। अन्य अध्ययनों में पढ़ है, लेकिन इसमें गद्य भाग है। पूरे उत्तराध्ययन का विषय इस अध्ययन में समाहित है। जब मनुष्य पुरुषार्थ करता है तो उसका उद्धार संभव हो जाता है। पुरुषार्थ के बिना जीवन में कुछ भी मिलना संभव नहीं है। बिना पुरुषार्थ के अगर कुछ उम्मीद की जाए तो यह असंभव है। मनुष्य ने खाना, पिना, बोलना समेत सब सिख लिया, लेकिन धर्म नहीं सिखा तो सब बेकार है। धर्म के बिना किसी चीज का महत्व नहीं होता है। जो धर्म नहीं जानता और धर्म की ओर सन्मुख नहीं है तो सारी क्रिया बेकार है। इस अध्ययन में प्रश्न के साथ उत्तर भी है। गुरु का मिलना ही लाभ है और समय से चूक जाना ही हानि है। जब मानव कोई काम करता है तो उसके फायदे के बारे में सोचता है। उसी प्रकार धर्माचरण के सभी फायदे के बारे में इस अध्ययन में उल्लेख है। सामायिक करने से सभी पाप के कर्म छूट जाते हैं। कोई भी काम हो अगर सच्चे मन से पुरुषार्थ नहीं किया जाएगा, तो समय व्यर्थ करने के अलावा कुछ हासिल नहीं होगा। श्रद्धा के साथ अगर मनुष्य स्वाध्याय करे तो उसका कल्याण संभव है। स्वाध्याय करने से कर्म कटते हैं और पाप के



मार्ग बंद होते हैं। संत श्री ने कहा कि 30वां अध्ययन तर्पों मार्ग गति है। जिसमें कर्मों को रोकने का उपाय करना शामिल है। इस अध्ययन में तप का महत्व बतलाया गया है। लोगों की सेवा करना भी तप है। स्वाध्याय करना भी एक तरह का तप है। अगर बड़ी तपस्या नहीं हो पाती तो स्वाध्याय करें, गलती होने पर लोगों से क्षमायाचना करें।इससंतश्री ने कहा कि आज एक महान श्रमण संघीय तृतीय आचार्य सम्राट 1008 श्री देवेन्द्र मुनि की जयंती है। उनका जन्म उदयपुर में हुआ था। चार तत्व दृष्टि में पवित्रता, आंख में निर्मलता, व्यवहार में कुशलता और मन में पवित्रता होने पर मनुष्य महान बन जाता है। ऐसे ही आचार्य का वचन मधुर था। वे कभी किसी को कटु नहीं बोलते थे। वे बहुत ही मीठा बोलते थे। धनतरेख के दिन ही उनका जन्म हुआ था। इसलिए उनका नाम धनलाल रखा गया था।

4 साल के होने पर उनके पिता श्री दिवंगत हो गए। जिसके बाद दादा ने पोते को संभाला था। उदयपुर महान संतों की भूमि है। उपाध्याय पुष्कर मुनि के सांक्षिप्य में उन्होंने दीक्षा ली। दीक्षा लेने के बाद वे संयम के मार्ग पर चलने लगे। उनकी बुद्धि बहुत ही तीव्र थी। देवेन्द्र मुनि जी बहुत विद्वान थे। कथा, लेख समेत 300 से अधिक विषयों पर उन्होंने किताब लिखी थी। जब गुरु मिलते हैं तभी शिष्य खुद गुरु बन जाता है। ऐसे ही आचार्य श्री देवेन्द्र मुनि थे, जो विद्वान और ज्ञानी बनें। वे बहुत ही अनुभवी, सौम्य और शांत स्वभाव के मुनि थे। उनके बताए मार्गों पर चलने वाला अपने जीवन का कल्याण कर लेगा।

विधानसभा चुनाव लड़ने के लिए न्यूनतम आयु कम करने का प्रस्ताव पारित होगा : रेड्डी

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

हैदराबाद/भाषा। तेलंगाना के मुख्यमंत्री ए रेवत रेड्डी ने रविवार को कहा कि राज्य विधानसभा में एक प्रस्ताव पारित किया जाएगा, जिसमें विधानसभा चुनाव लड़ने की न्यूनतम आयु 25 वर्ष से घटाकर 21 वर्ष करने के लिए संविधान में संशोधन करने की मांग की जाएगी। उन्होंने न्यूनतम आयु में बदलाव के अपने प्रस्ताव को समय की मांग बताया और इस बात पर जोर दिया कि युवाओं को देश की सक्रिय राजनीति में महत्वपूर्ण भूमिका निभानी चाहिए।

मुख्यमंत्री यहां 'राजीव गांधी सद्भावना यात्रा' स्मृति दिवस में भाग लेने और वरिष्ठ कांग्रेस नेता एवं पूर्व केंद्रीय मंत्री सलमान खुर्शीद को 'राजीव गांधी सद्भावना पुरस्कार' प्रदान करने के बाद बोल रहे थे। रेड्डी ने पूर्व प्रधानमंत्री राजीव गांधी

की मतदान करने की न्यूनतम आयु 21 वर्ष से घटाकर 18 वर्ष करने के लिए प्रशंसा करते हुए कहा कि इससे देश में संसदीय लोकतांत्रिक भावना को मजबूत करने में मदद मिलेगी। रेड्डी ने कहा कि 21 वर्षीय आईएएस और आईपीएस अधिकारी जिलों में सफलतापूर्वक काम कर रहे हैं और उन्होंने जानना चाहा कि 21 वर्ष की आयु में कोई विधायक क्यों नहीं बन सकता? रेड्डी ने कहा, अपने वाले दिनों में तेलंगाना विधानसभा में एक प्रस्ताव पारित किया जाएगा, जिसमें विधानसभा चुनाव लड़ने की न्यूनतम आयु 25 से घटाकर 21 वर्ष करने के लिए संविधान संशोधन की मांग की जाएगी।

युवाओं को देश चलाने का अवसर दिया जाना चाहिए। मुख्यमंत्री ने विपक्षी भारत राष्ट्र समिति (बीआरएस) पर निशाना साधते हुए आरोप लगाया कि यह जुबली हिल्स विधानसभा क्षेत्र के उपचुनाव में मतों को बांटने के लिए भाजपा की बी टीम है।



दीपोत्सव पर मासिक जीव दया कार्यक्रम

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

चेन्नई। श्री ऑल इंडिया ब्रैतांबर स्थानकवासी जैन कॉन्फ्रेंस, युवा शाखा तमिलनाडु (नई दिल्ली) के तत्वावधान में 93वां मासिक जीव दया कार्यक्रम रविवार को मद्रास पिंजरापोल, अयनावरम में बड़ी श्रद्धा, भक्ति और हर्षोल्लास के साथ सम्पन्न हुआ। दीपावली के इस

पावन अवसर पर उपस्थित सदस्यों ने कबूतरों को दाना एवं गायों को चारा खिलाकर दया, करुणा और सेवा का संदेश दिया। जीव दया के इस पुण्य कार्य से कार्यक्रम स्थल पर दिव्यता और आत्मिक शांति का वातावरण व्याप्त हुआ। कार्यक्रम में प्रमुख रूप से युवा अध्यक्ष मनीष रांका, कोषाध्यक्ष शांतिलाल गुगुलिया, जीव दया अध्यक्ष मोहित तालेड़ा, अजितराज कोठारी, महिंद्रा सेठिया, दिनेश नाहर, नवीन

खारीवाल, प्रमोद बालेचा, सुरेश लोढ़ा, धर्मेन्द्र सिसोदिया, कमलेश लोढ़ा, अभिषेक पीपड़ा सहित अनेक पदाधिकारी, युवा सदस्य एवं बालक-बालिकाओं की उपस्थिति रही। इस अवसर पर सहयोगी परिवार बिरिचीचंद, कमलेश लोढ़ा द्वारा विशेष सहयोग प्रदान किया गया। सभी उपस्थित सदस्यों ने दीपावली पर्व पर जीव मात्र के प्रति करुणा भाव जगाने के इस प्रयास की सराहना की।

प्रभु महावीर के अंतिम उपदेश में जीवन का सार छिपा है : डॉ. समकित मुनि

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com



चेन्नई। यहां के पुरुषवाक्यम स्थित एएफकेएम जैन मेमोरियल ट्रस्ट में विराजमान डॉ. समकित मुनिजी म.सा. के सांक्षिप्य में रविवार को उत्तराध्ययन सूत्र आराधना का 19वां दिवस मनाया गया। प्रवचन के दौरान मुनिजी ने प्रभु महावीर के जीवन, उनकी तपस्या और अंतिम उपदेशों पर प्रकाश डाला। मुनिजी ने कहा कि प्रभु महावीर का जन्म पिता सिद्धार्थ और माता त्रिशला के घर हुआ। हरिवंश पुराण के अनुसार प्रभु के दादा का नाम सूर्यार्थ और दादी का नाम श्रीमती था। उन्होंने जीवन जीते हुए अकेले ही दीक्षा धारण की थी। प्रभु महावीर ने दीक्षा के समय अनेक तप किए। चौमासे का तप नौ बार, मासखमन बारह बार, तपस्या की। समय बीतते-बीतते जब उनका अंतिम चातुर्मास आया, तो सभी को ज्ञात हुआ कि यह प्रभु का अंतिम चातुर्मास है। सभी की यही इच्छा थी कि उन्हें प्रभु के अंतिम चातुर्मास का लाभ मिल जाए, और इस अंतिम सेवा का सौभाग्य राजा हस्तिपाल को प्राप्त हुआ। चातुर्मास

प्रारंभ हुआ और अनेक देश-राज्यों के लोग प्रभु के दर्शन हेतु पहुँचे। सबका एक ही उद्देश्य था – प्रभु महावीर के दर्शन करना। जैसे-जैसे चातुर्मास समाप्ति की ओर बढ़ा, वैसे-वैसे लोगों के हृदय की धड़कनें तेज होती गईं। देवताओं ने इंद्र की आज्ञा से अंतिम समवसरण की रचना की, जो इतनी भव्य थी कि लगता था जैसे तीनों लोकों की संघदा एक स्थान पर एकत्र हो गई हो। सभी भक्त प्रभु के मुखारविंद से अंतिम बार सुनने के लिए आतुर थे, क्योंकि इसके बाद 84 हजार वर्षों तक ऐसा सौभाग्य किसी को प्राप्त नहीं होने वाला था।

मुनिश्री ने कहा कि मनुष्य जन्म से नहीं, बल्कि अपने कर्मों से महान होता है। प्रभु महावीर ने अपने अंतिम उपदेश में कहा कि जीवन दो प्रकार का होता है – अंगार का

जीवन और आकार का जीवन। अंगार व्यक्ति कभी आशक्ति में नहीं फैसता, क्योंकि वह जानता है कि आशक्ति हमेशा आपत्ति की ओर ले जाती है। यदि आपत्ति से बचना है तो आशक्ति से बचना आवश्यक है। प्रभु ने यह भी कहा कि जो वस्तु तुम्हें प्राप्त नहीं हुई है, उसकी इच्छा मत करो, उसकी मांग मत करो। ऐसी इच्छाएं और मांगें ही मनुष्य के जीवन में दुःख लाती हैं। जो तुम्हारे पास है, उसमें संतुष्ट रहो, उसी में खुश रहो। जो तुम्हारे भाग्य में है, वह तुम्हें अवश्य मिलेगा, और जो नहीं है, वह लाख इच्छा करने पर भी नहीं मिलेगा। मुनिजी ने कहा कि मन से भी यह चाहना नहीं चाहिए कि कोई मेरा जयकार करे, मेरा अभिनंदन करे, मेरा सत्कार करे या मेरी पूजा करे। ऐसी मान-सम्मान की कामनाएं भी व्यक्ति को आगे बढ़ने से रोकती हैं। उन्होंने कहा कि कुछ भी संग्रह मत करो, चाहे वह कोश हो या लोभ – संग्रह करने से हर चीज खराब हो जाती है। कल की चिंता मत करो, क्योंकि कल का भरोसा किसी को नहीं होता। कल की चिंता में आज को व्यर्थ मत करो। कार्यक्रम का संचालन मंत्री विनयचंद पावेचा ने किया।

तमिलनाडु के राज्यपाल और राजनीतिक दलों से जुड़े नेताओं ने लोगों को दीपावली की शुभकामनाएं दीं

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

चेन्नई। तमिलनाडु के राज्यपाल आर. एन. रवि, ऑल इंडिया अन्ना द्रविड़ मुनेत्र कषम (अन्नाद्रमुक) महासचिव एडप्पादी के. पलानीस्वामी और विभिन्न राजनीतिक दलों के नेताओं ने रविवार को राज्य के लोगों को दीपावली की शुभकामनाएं दीं। दीपावली 20 अक्टूबर को मनाई जाएगी।

रवि ने सोशल मीडिया पर एक पोस्ट में कहा, दीपावली के पावन अवसर पर तमिलनाडु के हमारे बहनों और भाइयों को हार्दिक शुभकामनाएं। दीपावली अंधकार पर प्रकाश, बुराई पर धर्म और

अज्ञान पर ज्ञान की विजय का पर्व है। उन्होंने कहा, ‘‘मां लक्ष्मी हमें सुख, स्वास्थ्य और समृद्धि प्रदान करें, हमारे जीवन को प्रेम और करुणा से भरें। सभी को आनंदमय, जीवंत और सुरक्षित दीपावली की शुभकामनाएं।’’

राज्यपाल कार्यालय ने बताया कि इससे पहले रवि ने अपनी पत्नी लक्ष्मी रवि के साथ राजभवन के कर्मचारियों को दीपावली की शुभकामनाएं दीं तथा उन्होंने दीये, मिठाइयां और पटाखे बांटे।

पलानीस्वामी ने अपने संदेश में कहा, इस खास मौके पर हर तरफ प्रेम फैले और शांति व्याप्त हो, यह पर्व सभी के कष्टों को दूर करे और एक उज्ज्वल भविष्य का मार्ग प्रशस्त करे। पार्टी के एक बयान में उन्होंने कहा, मैं ईश्वर से प्रार्थना करता हूँ

कि इस दिन सभी के जीवन में समृद्धि और खुशहाली आए। मैं (अन्नाद्रमुक संस्थापक और दिवंगत मुख्यमंत्री) एम. जी. रामचंद्रन और (दिवंगत मुख्यमंत्री) जे. जयललिता के बताए मार्ग पर चलने वाले सभी लोगों को दीपावली की शुभकामनाएं देता हूँ।

अम्मा मक्कल मुनेत्र कषम (एएमएमके) के महासचिव टीटीवी दिनाकरन ने अपने दीपावली संदेश में कहा, बुराई पर धर्म की जीत के प्रतीक इस पावन दीपावली पर्व पर मैं ईश्वर से प्रार्थना करता हूँ कि हम जो प्रकाश जलाएं, वह अज्ञानता को दूर करे और सभी के जीवन में खुशियों और सफलता लाए। पट्टाली मक्कल काची (पीएमके) के नेता डॉ. अनुमणि रामदास ने भी लोगों को इस अवसर पर शुभकामनाएं दीं।

चरित्र के बिना मुक्ति नहीं : शालिभद्र मुनि

दक्षिण भारत राष्ट्रमत
dakshinbharat.com

बेंगलूरु। शहर के मागडी रोड स्थित गुरु ज्येष्ठ पुष्कर दरबार में उपस्थित श्रद्धालुओं को संबोधित करते हुए उपप्रवर्तक श्री नरेशमुनिजी के शिष्य श्री शालिभद्र मुनिजी ने रविवार को 14 दिवसीय भगवान महावीर की अंतिम देशना उत्तराध्ययन सूत्र का सरस, सरल सुबोध शैली में वाचन करते हुए कहा कि ज्ञान, दर्शन चरित्र और तप यह चार प्रभु महावीर ने मोक्ष के मार्ग बतलाए हैं। इन चारों साधनों से मोक्ष प्राप्ति में सम्यक पुरुषार्थ पराक्रम करना ही मोक्ष मार्ग की गति है। उन्होंने समकित की दस प्रकार की रुचियों का सारगर्भित विवेचना करते हुए कहा कि साधक को धर्म पर सच्ची श्रद्धा, रुचि जागृत करनी चाहिए। यह रुचियां हमारे समकित को पुष्ट करती हैं और हमारे मोक्ष मार्ग प्राप्ति का मार्ग प्रशस्त करती हैं। मोक्ष साध्य है और ज्ञान, दर्शन, चरित्र और तप ये साधन हैं। मोक्ष में जाने के लिए इन साधनों के साथ चरित्र की प्रधानता है। बिना चरित्र के मुक्ति नहीं होती है। आत्मा ज्ञान



से जानता है, दर्शन से उस पर श्रद्धा करता है।

चरित्र से आचरण करता है और आत्मा में कर्मों का आगमन पापों का आना रोकता है तथा तप से पूर्व संधित कर्मों का क्षय करता है। इस तरह मोक्ष मार्ग में पराक्रम गति करते हुए सभी कर्मों, दुखों का नाश करते हैं और परम पद मोक्ष, मुक्ति को प्राप्त कर सिद्ध, बुद्ध और मुक्त बन जाते हैं।इन्होंने कहा कि अध्यात्म का मार्ग पाने का नहीं प्रकट करने का मार्ग है। पराक्रम करना नियति है। हमारी आत्मा अनन्त शक्तिमान है। बस आवश्यकता है अपने आत्म स्वरूप को जानने की और साधना द्वारा अपनी सुप्त आत्म शक्तियों को विकसित, जागृत करने कीजरूरत है। उन्होंने कहा कि हमारा पराक्रम साधना के क्षेत्र में ऐसा हो कि यह

हमें मोक्ष पद पाने में सहायता सिद्ध बनें।

उन्होंने कहा कि यह मानव शरीर हमें धर्म साधना आराधना करने के लिए ही मिला है। जैसे सूर्य के आगे बादल छापे तो उसका प्रकाश ढक जाता है वैसे ही हमारी आत्मा पर कर्मों का आवरण आ जाता है। जिससे हमारी आत्मा की अनन्त शक्तियां ढक जाती हैं और हमें अपनी आत्मा की अनन्त शक्तियों का सही ज्ञान नहीं हो पाता है। जहां तन है वहां तनाव है, सिद्ध भगवान अशरीरी है अतः सिद्ध परमात्मा आत्मा के अनन्त सुखों में विराजमान हैं। रविवार को श्रुत स्वाध्याय साधना में सहयोगी धर्म रथ के साथी बने प्रतिष्ठानों व लोगों को गुरु ज्येष्ठ पुष्कर नरेश चातुर्मास समिति द्वारा महामंत्री महावीर चंद मेहता ने धन्यवाद दिया।

मुंबई/भाषा

महाराष्ट्र नवनिर्माण सेना (नमसे) प्रमुख राज ठाकरे ने रविवार को आरोप लगाया कि महाराष्ट्र की मतदाता सूची में 96 लाख फर्जी मतदाता जुड़ गए हैं और निर्वाचन आयोग को चुनौती देते हुए सवाल किया कि मतदाता सूची को शुद्ध किए बिना यह स्थानीय निकाय चुनाव कैसे कराएगा।

महाराष्ट्र नवनिर्माण सेना (नमसे) के बृथ स्तरीय एजेंट को संबोधित करते हुए ठाकरे ने कहा कि अगर मतदाता सूची में हेराफेरी करके चुनाव कराये जाते हैं, तो यह मतदाताओं का सबसे बड़ा अपमान है। उन्होंने अपनी पार्टी के

कार्यकर्ताओं से मतदाता सूची की जांच करके फर्जी मतदाताओं का पता लगाने का आग्रह किया। शिवसेना (उबावा), कांग्रेस, राष्ट्रवादी कांग्रेस पार्टी (शरद चंद्र पवार) और नमसे सहित विभिन्न विपक्षी दलों ने हाल ही में राज्य निर्वाचन आयुक्त और मुख्य निर्वाचन अधिकारी से मुलाकात की और दावा किया कि विभिन्न पतों और विधानसभा क्षेत्रों में मतदाता सूची में डुप्लिकेट नाम हैं।

विपक्ष ने प्रमाणों और शहरी निकाय चुनावों से पहले मतदाता सूची में सुधार और विसंगतियों को दूर करने की मांग की है, जो 31 जनवरी, 2026 तक पूरे होने हैं। महाराष्ट्र राज्य निर्वाचन आयोग



ने शनिवार को कहा कि कोई भी राजनीतिक दल मतदाता सूची से छेड़छाड़ नहीं कर सकता है और मतदाता सूचियों में सुधार और अद्यतन सुरक्षित रूप से प्रबंधित किया जा रहा है।

राज ठाकरे ने रविवार को

आरोप लगाया, क्षेत्रीय दलों को खत्म करने की एक कोशिश की जा रही है। मुझे पता चला है कि आगामी चुनावों के लिए महाराष्ट्र की मतदाता सूची में 96 लाख फर्जी मतदाताओं के नाम दर्ज किए गए हैं। उन्होंने राज्य चुनाव के दौरान भी ऐसा किया था। उन्होंने दावा किया कि मुंबई में 8 से 10 लाख और ठाणे, पुणे और नासिक में 8 से 8.5 लाख फर्जी मतदाता जोड़े गए हैं।

राज ठाकरे ने कहा, उन्होंने हर गांव और शहर में ऐसा किया है। क्या देश में इस तरह चुनाव होंगे? अगर इस तरह चुनाव होते हैं, तो यह महाराष्ट्र और देश के मतदाताओं का अपमान है।

ठाकरे ने कहा कि जब विपक्ष

चुनाव आयोग पर हमला करता है तो सत्तारुढ़ दल परेशान हो जाते हैं क्योंकि इससे उन्हें ठेस पहुंचती है। उन्होंने चेतावनी देते हुए कहा, निर्वाचन आयोग को मतदाता सूची को शुद्ध करने से पहले यह दिखाना चाहिए कि वह स्थानीय निकाय चुनाव कैसे कराता है। अगर चुनाव शांतिपूर्ण तरीके से कराते हैं, तो पहले मतदाता सूची को शुद्ध करें। महाराष्ट्र में सत्तारुढ़ भारतीय जनता पार्टी (भाजपा) का नाम लिए बिना, ठाकरे ने कहा कि वह मतदाता सूची में फर्जी मतदाताओं को डालकर चुनाव का सामना करना चाहती है। उन्होंने पूछा, आप वोट डालें या न डालें, इससे कोई फर्क नहीं पड़ता। मैच फिक्स हो चुका है।

CBC 05209/12/0004/2526

सुविचार

भविष्य का डॉक्टर कोई दवा नहीं देगा, लेकिन अपने रोगियों को मानव शरीर की देखभाल, आहार में और बीमारी के कारण और रोकथाम में रुचि देगा।

दक्षिण भारत राष्ट्रमत

देश में एकता का प्रकाश लाएं

गुजरात में जैन समाज के अग्रणी संगठन ‘जीतो’ ने 186 कारें खरीदने के लिए जिस सूझबूझ और एकता का प्रदर्शन किया, वह अद्भुत है। इस समाज ने वह मिसाल कायम की है, जिसमें सर्वसमाज की भलाई के लिए बड़ा संदेश है। जैन समाज की एकता के कारण कारों पर 21 करोड़ रुपए की छूट मिली है। अगर ये कारें अलग-अलग खरीदी जातीं, तो भी कंपनी का माल बिकता, लेकिन उस स्थिति में लाभ सिर्फ उस तक सीमित रहता। मिलकर खरीददारी करने से कंपनी को फायदा हुआ, क्योंकि उसे इकट्ठे ऑर्डर मिले, वहीं समाज भी लाभान्वित हुआ। ‘एकता में बल है’ – यह बात स्कूली किताबों में सबने पढ़ी थी। जैन समाज ने इसे साकार करके दिखा दिया। अगर सर्वसमाज इससे प्रेरित होकर कुछ फैसले ले तो हमारे देश की कई समस्याओं का बहुत जल्द समाधान हो सकता है। किसी दफ्तर के चक्कर लगाने की नौबत ही नहीं आएगी। हम अक्सर सुनते हैं कि लोगों में पढ़ने-लिखने की आवत नहीं रही। एक ही इलाके में खानपान संबंधी चीजों की कई दुकानें मिल जाएंगी, लेकिन पुस्तकालय एक भी नहीं मिलता! मनुष्य का जीवन सिर्फ पेट भरने के लिए तो नहीं मिला है। अगर किसी इलाके का हर परिवार थोड़ा-थोड़ा सहयोग करे तो बहुत अच्छा पुस्तकालय बन सकता है। इससे कई पीढ़ियों का भला हो जाएगा। इसी तरह सर्वसमाज एकजुट हो तो सड़कें, मोहल्ले, सार्वजनिक स्थान बिल्कुल साफ-सुथरे हो सकते हैं। लोगों को ‘भैं’ और ‘मेरा’ से आगे बढ़कर ‘हम’ और ‘हमारा’ की भावना पैदा करनी होगी। हमारे आस-पास कुछ ऐसे प्रतिभावान बच्चे मिलते हैं, जिनके माता-पिता उन्हें आगे बढ़ाने में समर्थ नहीं होते हैं। अगर सर्वसमाज मदद के लिए आगे आए तो ये बच्चे भविष्य में कमाल कर सकते हैं। कामयाब होने पर बधाई देनेवाले, वॉट्सऐप स्टेटस लगाने वाले तो खुब मिल जाते हैं। संघर्ष के दिनों में मदद का हाथ बढ़ाने वाले कितने मिलते हैं?

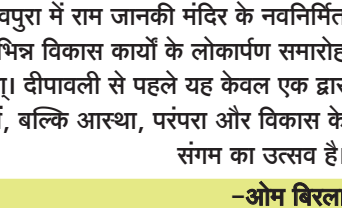
हर किसी का सपना होता है कि उसके सिर पर अपनी छत हो। अपना घर बनाते-बनाते जीवन का बहुत बड़ा हिस्सा गुजर जाता है। याद करें, महाराजा अग्रसेन ने बहुत सुंदर सिद्धांत दिया था- ‘एक ईंट, एक रुपया’। अगर आज लोग उसका पालन करें तो देश में किसी को बेघर न रहना पड़े। गांवों में यह सिद्धांत ज्यादा असरदार साबित हो सकता है। यहां सब लोग एक-दूसरे को जानते हैं। किसी गांव में 2,000 परिवार हों तो घर बनाने के लिए इतनी ईंटों का तुरंत इंतजाम हो सकता है। साथ ही, हर परिवार वर्तमान मुद्रा की क्रय शक्ति को ध्यान में रखते हुए 100-100 रुपए भी दे तो उनकी आर्थिक स्थिति पर कोई नकारात्मक असर नहीं पड़ेगा और संबंधित परिवार को घर बनाने में आसानी होगी। हर साल जब फसल कटने के बाद नया अनाज आता है तो शहरों में उसकी मांग होती है। अक्सर लोग शिकायत करते हैं कि अनाज बहुत महंगा हो गया है। उनका यह कहना गलत नहीं है, क्योंकि खेतों से महानगरों तक पहुंचते-पहुंचते यह कई चरणों से गुजरता है। उधर, किसानों की भी शिकायत रहती है कि उन्हें उपज का वाजिब दाम नहीं मिल रहा है। उन्हें स्थानीय मंडियों के चक्कर लगाने पड़ते हैं। अगली फसल की बुआई का समय होने से नकदी की सख्त जरूरत होती है, इसलिए वे कम कीमत पर सौदा करने को मजबूर हो जाते हैं। अगर कई परिवार एकसाथ अनाज खरीदने के लिए किसानों से सीधे संपर्क करें तो दोनों पक्ष फायदे में रहेंगे। इससे किसानों को तुरंत अच्छी कीमत मिल जाएगी। लोगों को सरता अनाज मिल जाएगा। इस दीपावली पर देश में एकता का प्रकाश लाने का संकल्प लें। इससे मां लक्ष्मी सब पर कृपा करेंगी। दीपावली की हार्दिक शुभ कामनाएं।

ट्वीटर टॉक



वंदे भारत ट्रेन में जीआई टैग से सम्मानित सांगानेरी प्रिंट के कंबल कवर को स्थान मिलना राजस्थान की शिल्पकलाओं और सांगानेर के लिए गौरव का क्षण है। यह कला अब देश के कोने-कोने तक पहुंचेगी और हमारी सांस्कृतिक धरोहर को नई पहचान मिलेगी।

-भजनलाल शर्मा



कोटा के केशवपुरा में राम जानकी मंदिर के नवनिर्मित सिंह द्वार और विभिन्न विकास कार्यों के लोकार्पण समारोह में सम्मिलित हुआ। दीपावली से पहले यह केवल एक द्वार का उद्घाटन नहीं, बल्कि आस्था, परंपरा और विकास के संगम का उत्सव है।

-ओम बिरला



आज बीकानेर प्रवास के दौरान भाजपा के वरिष्ठ नेता श्री गोकुल जोशी जी की भाभी जी के निधन होने पर परिजनों से भेंट करके श्रद्धांजलि अर्पित की। ईश्वर दिवंगत आत्मा को अपने श्रीचरणों में स्थान दें एवं शोककुल परिवार को यह दुःख सहन करने की शक्ति प्रदान करें।

-अर्जुनराम मेघवाल

प्रेरक प्रसंग

हृदय का संगीत

मीरा बाई कृष्ण भक्ति में लीन रहती थीं। एक बार वे मंदिर में बैठकर भजन गा रही थीं और सितार बजा रही थीं। अचानक सितार का तार टूट गया और स्वर बिगड़ गया। पास खड़े कुछ लोग हंसने लगे। अब तुम्हारा भजन कैसे होगा? बिना बाजे के सूर अधूरे ही रहेगा।' मीरा ने शांत भाव से टूटा हुआ सितार एक ओर रख दिया और दोनों हाथ जोड़कर गाने लगीं। उनकी आंखों से आंसू बह रहे थे, पर स्वर पहले से भी मधुर और हृदयस्पर्शी था। भजन पूरा होने के बाद उन्होंने भक्तों से कहा 'संगीत वाद्य से नहीं, हृदय से निकलता है। यदि हृदय कृष्ण से जुड़ा हो तो टूटे तार भी साधन बन जाते हैं। साधन छिन जाने से भक्ति रुकती नहीं, बल्कि और गहरी हो जाती है।' लोग स्तब्ध रह गए। वे समझ गए कि मीरा का समर्पण बाहरी साधनों पर नहीं, बल्कि भीतर की श्रद्धा पर टिका है।



सामयिक

अमावस्या का आध्यात्मिक अर्थ : दान, तर्पण और दीपदान

महेन्द्र तिवारी**नोबाइल : 9989703240**

अपने अतीत से संवाद करती है। तर्पण के माध्यम से व्यक्ति अपने अस्तित्व की निरंतरता को स्वीकार करता है और यह अनुभव करता है कि जीवन का प्रवाह केवल वर्तमान तक सीमित नहीं है। तर्पण की विधि में जल को दक्षिण दिशा की ओर अर्पित किया जाता है, क्योंकि दक्षिण दिशा पितरों की दिशा मानी गई है। यह अर्पण प्रतीक है विनम्रता, समर्पण और स्मरण का। शास्त्रों में कहा गया है कि तर्पण के बिना कोई भी धार्मिक अनुष्ठान पूर्ण नहीं माना जाता।

पितर तर्पण के साथ-साथ अमावस्या के दिन दान-पुण्य का भी विशेष महत्व है। यह माना गया है कि इस दिन किया गया दान साधारण दिनों की तुलना में कई गुना अधिक फलदायी होता है। जब व्यक्ति स्नान के पश्चात वस्त्र, अन्न, धन या अन्य उपयोगी वस्तुओं का दान करता है, तो वह न केवल अपने पापों का शमन करता है, बल्कि समाज के प्रति अपनी जिम्मेदारी का निर्वाह भी करता है। दान के पीछे केवल धार्मिक भावना नहीं, बल्कि सामाजिक संवेदना भी छिपी है। दान से व्यक्ति अपने संसाधनों को साझा करता है, जिससे समाज के वंचित वर्गों को संबल मिलता है। इस प्रकार अमावस्या केवल व्यक्तिगत पुण्य अर्जन का अवसर नहीं, बल्कि सामाजिक समरसता और करुणा का प्रतीक भी है।

अमावस्या की रात्रि में दीपदान का विशेष महत्व बताया गया है। दीप जलाना केवल अंधकार को दूर करने का प्रतीक नहीं है, बल्कि यह ज्ञान, चेतना और आत्मा की ज्योति का प्रतीक है। यह वह क्षण होता है जब व्यक्ति अपने भीतर झाँककर स्वयं को पहचानने का प्रयास करता है। जब घरों में दीपक जलाए जाते हैं और मन में पूर्वजों की स्मरण किया जाता है, तो एक अदृश्य संबंध स्थापित होता है, जो पीढ़ियों के बीच की दूरी को

मिटा देता है। यही कारण है कि कार्तिक अमावस्या, जो दीपावली के रूप में मनाई जाती है, इस भावना का घरम रूप है-जहाँ अंधकार पर प्रकाश, अज्ञान पर ज्ञान और मृत्यु पर जीवन की विजय का उत्सव मनाया जाता है।

धार्मिक दृष्टि से अमावस्या का समय साधना, जप और ध्यान के लिए अत्यंत उपयुक्त माना गया है। यह वह क्षण है जब चंद्रमा का अभाव व्यक्ति की मानसिक स्थिरता और अंतर्मुखता को बढ़ाता है। इस समय किए गए जप-तप का प्रभाव गहरा माना गया है। जब व्यक्ति इस दिन उपवास रखता है, प्राणायाम करता है या ध्यान साधना में लीन होता है, तो उसकी आत्मा अधिक संवेदनशील और ग्रहणशील हो जाती है। यह आत्मशुद्धि का अवसर है, जब मन और शरीर दोनों संयमित होकर एकाग्रता की स्थिति में पहुँचते हैं। अमावस्या का एक और पक्ष अत्यंत महत्वपूर्ण है-यह पूर्वजों के साथ-साथ समाज और प्रकृति के प्रति हमारी जिम्मेदारी की भी याद दिलाती है। जब हम जल अर्पित करते हैं, तो वह केवल पितरों के लिए नहीं, बल्कि जल तत्व के प्रति कृतज्ञता का भाव भी है। जब हम अन्न का दान करते हैं, तो वह केवल पुण्य के लिए नहीं, बल्कि इस पृथ्वी की समृद्धि में सहभागिता का प्रतीक है। इस प्रकार अमावस्या आत्मा, समाज और प्रकृति के बीच संतुलन का उत्सव है। यह हमें याद दिलाती है कि जीवन में केवल भोग नहीं, बल्कि त्याग, दान और कृतज्ञता ही उतनी ही आवश्यक हैं।

पौराणिक ग्रंथों में कार्तिक अमावस्या का विशेष उल्लेख मिलता है। कहा गया है कि इस दिन किया गया स्नान, तर्पण और दान मनुष्य को जन्म-जन्मांतर के पापों से मुक्त करता है। महाभारत और गरुड़ पुराण में वर्णन है कि जो व्यक्ति अमावस्या को अपने पितरों का स्मरण

करता है और उन्हें श्रद्धापूर्वक जल अर्पित करता है, उसके कुल में सदय सुख, शांति और समृद्धि बनी रहती है। यह दिन न केवल धार्मिक दृष्टि से, बल्कि मनोवैज्ञानिक दृष्टि से भी महत्वपूर्ण है। जब व्यक्ति अपने पूर्वजों का स्मरण करता है, तो उसमें अपनापन और निरंतरता की भावना विकसित होती है। वह यह समझता है कि वह अकेला नहीं है, बल्कि एक लम्बी परंपरा और जीवनधारा का हिस्सा है।

आध्यात्मिक रूप से देखा जाए तो अमावस्या का अंधकार भीतर के अज्ञान का प्रतीक है, और तर्पण, दान, दीपदान जैसी क्रियाएँ उस अंधकार को मिटाने के साधन हैं। इन कर्मों से व्यक्ति बाहरी ही नहीं, भीतरी प्रकाश को भी प्रकट करता है। जब हम श्रद्धा से पूर्वजों को याद करते हैं, तो यह हमारी आत्मा को विनम्र बनाता है। यह विनम्रता ही धर्म का मूल है, क्योंकि यही हमें जीवन की सच्चाई से जोड़ती है-कि सब कुछ क्षणभंगुर है, परंतु कर्म और संस्कार अमर हैं।

अंततः अमावस्या आत्मकल्याण और लोककल्याण के सेतु के रूप में सामने आती है। यह हमें सिखाती है कि अपने अतीत को सम्मान देना, वर्तमान में करुणा से जीना और भविष्य के लिए प्रकाश का मार्ग तैयार करना ही धर्म का सार है। पितरों के प्रति श्रद्धा, समाज के प्रति दानशीलता और आत्मा के प्रति साजगता-ये तीनों मिलकर अमावस्या को पूर्ण बनाते हैं। यह वह दिन है जब मनुष्य अपनी जड़ों को संघिंता है, अपने कर्मों का मूल्य समझता है और जीवन की निरंतरता में अपनी भूमिका को पुनः पहचानता है। इस प्रकार अमावस्या केवल एक तिथि नहीं, बल्कि मनुष्य की चेतना को परिरक्षित करने वाला एक अद्भुत पर्व है, जो हमें अंधकार से प्रकाश की ओर ले जाता है।

विशेष

संस्कार और चरित्र निर्माण का पर्व है दीपावली

बाल मुकुन्द ओझा**नोबाइल: 9414441218**

वृद्धि तथा समस्त सुखों की प्राप्ति कराने वाला होता है। दीपावली को पंच पर्वों का त्योहार कहा जाता है जो धनतेरस से शुरू होकर भाई दूज पर समाप्त होते हैं। त्योहार देश की सामाजिक, सांस्कृतिक, धार्मिक और राष्ट्रीय एकता के जीवंत प्रतीक होते हैं। इसमें देश के इतिहास का समावेश होता है। त्योहार बिना जाति, धर्म और भेदभाव के सभी लोग मिलजुल कर मनाते हैं और एक दूसरे के सुख दुख में भागीदारी देते हैं। एक दूसरे से मिलन का यह सुनहरा अवसर प्रदान करते हैं। त्योहार आपसी कटुता, शत्रुता और बैर भाव को दूर भगाते हैं। दीपावली भी एक ऐसा ही त्योहार है जो हमें समता, समानता और भाईचारे का सन्देश देता है। त्योहार जीवन को प्रेम, बन्धुत्व और शुद्धता से जीने की सीख देता है। मन और चित्त को शांति प्रदान करता है और हमारे अन्दर की बुराइयों को अन्तर्मन से बाहर निकाल कर अच्छाइयों को ग्रहण करने की ताकत प्रदान करता है। चौदह साल का बन्वास काटकर भगवान राम जब अयोध्या लौटे तब वहाँ के निवासियों ने दीप प्रज्वलित कर उनका स्वागत किया। इस वर्ष दीपावली का पर्व 20 अक्तूबर को हर्षोल्लास के साथ मनाया जाएगा। दीपावली का त्योहार कार्तिक मास की अमावस्या को मनाया जाता है। इस पंच दिवसीय पर्व को सभी वर्गों के लोग अत्यंत हर्ष व उत्साह के साथ मनाते हैं। कार्तिक कृष्ण पक्ष की त्रयोदशी से प्रारंभ होकर कार्तिक शुक्ल पक्ष की द्वितीया तक चलने वाला दीपावली का त्योहार सुख समृद्धि की वृद्धि, व्यापार

दीपावली के साथ कई ऐतिहासिक और धार्मिक घटनाएँ जुड़ी हुई हैं। यह दिन केवल भगवान राम के अयोध्या वापसी का पावन दिन नहीं है अपितु इस दिन भगवान श्री कृष्ण ने राक्षस राज नरकासुर का वध किया

नजरिया

बदलते समय में भाई दूज : प्रेम और अपनापन कैसे बना रहे ?

डॉ. प्रियंका सोरभ**नोबाइल : 7015375570**

दीवाली के बाद का शांत उजाला जब धीरे-धीरे घरों में उत्तरती है, तब आती है भाई दूज की सुबह - मिठास और ममता से भरी। बहनें अपने भाइयों के माथे पर तिलक लगाती हैं, आरती करती हैं और मन ही मन यह कामना करती हैं कि उनका भाई सदा सुखी रहे। बदले में भाई बहन को उपहार देता है और यह वादा कि जीवनभर उसका साथ निभाएगा। यह दृश्य जितना सरल लगता है, उतना ही गहरा भी है। क्योंकि यह सिर्फ एक तिलक नहीं, रिश्तों में भरपूर, सुरक्षा और प्रेम की लकीर खींचने का संस्कार है। लेकिन आज जब समय बदल रहा है, रिश्तों की परिभाषाएँ बदल रही हैं, तब यह सवाल उठता है कि क्या भाई दूज का वही अपनापन और स्नेह अब भी पहले जैसा है? क्या भाई-बहन का रिश्ता अब भी उतना ही सहज, निर्भीक और भावनाओं से भरा है, जैसा कभी गाँव की मिट्टी और आँगन की धूप में होता था? कभी भाई दूज सिर्फ एक त्योहार नहीं, बल्कि जीवन का उत्सव हुआ करता था। बहनें सवेरे से तैयार होकर भाई की प्रतीक्षा करती थीं, घरों में पकवानों की खुशबू फैल जाती थी। भाई दूर-दूर से बहन के घर पहुँचते थे, क्योंकि यह दिन मिलन का होता था। न कोई दिखावा, न औपचारिकता-बस भावनाओं का सच्चा प्रवाह। उस समय रिश्तों में दूरी नहीं, दिलों की गर्माहट थी।

आज भी भाई दूज मनाया जाता है, पर उसकी आत्मा कहीं धुंधली पड़ने लगी है। अब भाई दूज का तिलक कई बार व्हाट्सएप पर भेजे गए इमोजी से लग जाता है, राखी और तिलक दोनों ऑनलाइन ग्रीटिंग्स में फिस्ट गए हैं। भाई दूज मुबारक का संदेश सोशल मीडिया पर चमकता है, पर उसके पीछे की

जहाँ पहले भाई अपनी बहन के घर जाकर दिन भर का समय उसके परिवार के साथ बिताता था, अब वह मुलाकात कुछ मिनटों या वीडियो कॉल तक सीमित रह जाती है। बहनें भी अब आर्थिक रूप से आत्मनिर्भर हैं, भावनात्मक रूप से मजबूत हैं, और जीवन के हर फैसले खुद लेती हैं। यह बदलाव सकारात्मक भी है, क्योंकि अब बहनें सुरक्षा की मोहरात नहीं, बल्कि बराबरी के आत्मसम्मान की प्रतीक हैं। मगर इस बराबरी के दौर में भी रिश्तों की गर्माहट बनी रहना जरूरी है। त्योहारों का उद्देश्य ही यही होता है-रिश्तों को दोबारा गढ़ना, दूरी मिटाना। भाई दूज हमें हर साल यह याद दिलाती है कि रिश्तों का पोषण केवल खून से नहीं, व्यवहार से होता है। लेकिन आधुनिकता की रफ्तार ने हमें इतना व्यस्त कर दिया है कि हम भावनाओं को भी समय-सारिणी में बाँधने लगे हैं। कभी-कभी लगता है कि रिश्ते अब कैलेंडर पर टिके कुछ त्योहारी दिनों के मेहमान बन गए हैं। आज की बहनें केवल उपहार नहीं, भावनात्मक साझेदारी चाहती हैं। उन्हें यह नहीं

दिनचर्या का हिस्सा है। पंकज त्रिपाठी इन दिनों अपने फैंस के लिए एक और बढ़ी खुशखबरी लेकर आ रहे हैं। वह एक बार फिर अपने चर्चित रिएक्टर कालीन बेघर के रूप में लौटने वाले हैं। वो भी बकिंगहैमवेलसीरीज के रूप में नहीं, बल्कि फिल्मों 'भिष्ठापुर' के चाहने वालों के लिए एक फिल्म बनाई जा रही है, जिसकी शूटिंग अभी वाराणसी में चल रही है। हाल ही में उन्हें रामनगरी किला में अली फजल के साथ शाहीरूँतुष्टी करते देखा गया, जिसकी शूटिंग सोशल मीडिया पर काफी वायरल हुई। फिल्म का निर्देशन गुप्तेसिंह सिंह कर रहे हैं और यहहाला २०२६ में रिलीज होने वाली है। इसमें बाघ फिल्म में कई पुराने चेहरों की वापसी होगी, जिनमें पंकज त्रिपाठी (कालीन बेघर), अली फजल (पंडित), दिवेयंदु (मुन्ना त्रिपाठी), और आमितादा अभिषेक बनजा भी नजर आएंगे।

घर में दिखें ये शुभ संकेत तो समझिए होने वाली है धनवर्षा



हिंंदू धर्म का सबसे प्रमुख और शुभ त्योहार है, जो इस बार 20 अक्टूबर को मनाया जाएगा। यह दिन कार्तिक अमावस्या का होता है, जब प्रभु श्रीराम, सीता माता और लक्ष्मण जी 14 वर्ष के वनवास के बाद अयोध्या लौटे थे। शास्त्रों के अनुसार, दीवाली से पहले कुछ विशेष संकेत दिखाई देना मां लक्ष्मी के आगमन का सूचक माना जाता है।

दीवाली न केवल प्रकाश का त्योहार है, बल्कि यह शुभता, समृद्धि और नए आरंभ का प्रतीक भी है। ज्योतिष और शास्त्रों में कहा गया है कि यदि दीपावली से पहले कुछ विशेष संकेत दिखाई दें, तो यह इस बात का संकेत

होता है कि मां लक्ष्मी आपके घर आने वाली हैं। आइए जानते हैं ये शुभ संकेत कौन से हैं दीवाली से पहले हर घर में सफाई की जाती है। यदि इस दौरान आपको मोर पंख मिलता है, तो यह बहुत ही शुभ माना जाता है। पौराणिक मान्यताओं के अनुसार, मोर भगवान विष्णु का प्रिय है और मोर पंख का मिलना इस बात का संकेत होता है कि भगवान विष्णु और माता लक्ष्मी की कृपा आपके घर पर बरसने वाली है। इससे घर में धन-धान्य की वृद्धि होती है।

यदि दीपावली से पहले आपके घर या आसपास उलू, छछूंदर, या काली चूँटी दिखाई दे, तो इसे भी अत्यंत शुभ माना गया है। उलू माता लक्ष्मी का वाहन है, इसलिए

इसका दिखना मां लक्ष्मी के आगमन का प्रतीक माना जाता है। काली चूँटियों का आना घर में धन और अनाज की बरकत का सूचक होता है।

अगर दीवाली से पहले गाय माता आपके घर के द्वार पर आती है या अचानक उसके दर्शन होते हैं, तो यह भी मां लक्ष्मी के प्रसन्न होने का संकेत है।

ऐसे में गाय को रोटी या गुड़ खिलाना बहुत ही शुभ फलदायक माना जाता है। कहा जाता है कि ऐसा करने से घर में सुख-शांति और ऐश्वर्य बढ़ता है। स्वप्न शास्त्र के अनुसार, यदि दीपावली से पहले आपको सपने में मंदिर, शंख, उँ या किसी देवी-देवता के दर्शन हों, तो यह संकेत है कि निकट भविष्य

में आपको धनलाभ और मां लक्ष्मी की कृपा मिलने वाली है। खासकर मंदिर में प्रवेश करने का सपना अत्यंत शुभ माना जाता है। दीवाली से पहले यदि अचानक घर में मन प्रसन्न रहने लगे, परिवार में सौहार्द बढ़े या सुगंधित वातावरण महसूस हो, तो यह भी लक्ष्मी आगमन का संकेत है।

माना जाता है कि इस समय देवी स्वयं आपके घर प्रवेश की तैयारी करती हैं। दीवाली से पहले इन शुभ संकेतों का दिखाई देना केवल एक संयोग नहीं, बल्कि देवी संकेत माना गया है। इसलिए यदि आपके आसपास ऐसे लक्षण दिखें, तो उन्हें शुभ मानते हुए श्रद्धा के साथ मां लक्ष्मी की आराधना करें।

दीपावली के हर्षोल्लास संग रखें सेहत का भी ध्यान

दिवाली के पावन उत्सव को उल्लास के साथ मना लें और बाद में सेहत को लेकर कोई परेशानी भी न हो- इसके लिए कुछ एहतियात रखने व उपाय करने जरूरी हैं। खासकर खानपान पर नियंत्रण रखा जाए व प्रदूषण से अपना बचाव करें। वहीं पार्टी आदि में ओवरड्रिंकिंग न करें। साथ ही व्यायाम व खुराक का भी ध्यान रखें। इस बारे में दिल्ली स्थित मणिपाल अस्पताल में जनरल फिजीशियन डॉ. चारु गोयल से रजनी अरोड़ा की बातचीत। रोशनी, आतिशबाजी और मिठाइयों का प्रतीक दिवाली का त्योहार अमूमन सभी के जीवन में हर्षोल्लास लेकर आता है। वहीं लापरवाही बरतने की वजह से कई लोगों के लिए स्वास्थ्य संबंधी परेशानियों का सबब भी बन सकता है। भले ही इसके पीछे कई वजह रहती हैं जैसे- बदलता मौसम, वातावरण में बढ़ता प्रदूषण, अव्यवस्थित जीवनशैली, खानपान में बदलाव, मिठाइयों का सेवन व बेइंतहा आतिशबाजी। इन सब पर ध्यान दिया जाए, तो परेशानियों से बचा जा सकता है -

सेलिब्रेट करें ग्रीन दिवाली

दिवाली पर छोटे-बड़े सभी बड़े उत्साह से पटाखे चलाते हैं। जलाने पर इनकी 60 डेसिबल से ज्यादा की कानफोड़ आवाज, इनसे निकले धुएं में प्रदूषक तत्वों के छोटे-छोटे कण और जहरीली गैसें मौजूद रहती हैं जो सेहत के लिए नुकसानदायक होती हैं। इसलिए कोशिश करें कि ग्रीन दिवाली सेलिब्रेट करें। ग्रीन पटाखों से धुआं और शोर दोनों ही कम होता है जिससे आप खुद का और पर्यावरण का बेहतर तरीके से ख्याल रख सकते हैं।

माइंडफुल इटिंग करें

माइंडफुल इटिंग हमें ओवरड्रिंकिंग से बचाती है। खाना कितना भी स्वादिष्ट क्यों न हो, उतना ही खाएं जितनी भूख हो। स्वाद के चक्कर में ओवरड्रिंकिंग बिल्कुल भी न करें। ओवर इटिंग की वजह से पेट से संबंधित कोई



भी समस्या हो सकती है। जो भी खाएं उसे अच्छी तरह से चबाकर और भरपूर स्वाद लेकर खाएं। जैसे ही आपका माइंड पेट भरने का संकेत दे आप खाना बंद कर दें।

डाइट प्लान करें

त्योहारों में हेल्टी रहने के लिए जरूरी है खाने-पीने की थोड़ी प्लानिंग करके चलना। एक-साथ भरपेट न खाएं। थोड़े-थोड़े अंतराल पर खाते रहें। नाश्ता करना बिल्कुल न भूलें। अगर आप सुबह के समय पौष्टिक नाश्ता करेंगे तो इससे आपको दिन भर काम करने के लिए भरपूर एनर्जी भी मिलेगी और पेट भरा होने के चलते लंच से पहले कुछ खाने का मन भी नहीं करेगा।

डाइट का रखें ख्याल

त्योहार पर एंजॉय करने और फिट रहने के लिए संतुलित आहार लें। लो-फैट, लो-शुगर और लो-सोडियम वाली चीजों का सेवन करें। यथासंभव फाइबर, प्रोटीन युक्त पदार्थ अधिक शामिल करें। खाने में सलाद व फल जरूर लें। ये आपको एनर्जी देंगे और भूख को कंट्रोल रखेंगे। ऑयली फूड खाने से परहेज करें। ताकि कोलेस्ट्रॉल, बीपी या दूसरी समस्याएं होने के रиск से बचे रहें। जरूरी नहीं है कि हर त्योहार पर तले हुए व्यंजन ही बनाएं। अपनी और अपने परिवार की सेहत को ध्यान में रखते हुए लो-कैलोरी रेसिपीज भी आप अपने मेन्यू में शामिल कर सकते हैं जैसे तली चाट की बजाय फ्रूट चाट

बनाएं, अंकुरित दालों के कबाब और अन्य व्यंजन बनाए जा सकते हैं। जो खाने में स्वादिष्ट होने के साथ-साथ सेहत के लिए भी फायदेमंद होते हैं। बेक या ग्रिल फूड आइटम खाना बेहतर ऑप्शन है।

मिठाइयों का सेवन जरा संभल कर

त्योहार अधूरा लगने के बावजूद सेहतमंद रहने के लिए मिठाइयों का सेवन सीमित मात्रा में करना बेहतर है। ज्यादा मिठाई खाने से आपका वजन बढ़ सकता है। संभव हो तो दिवाली के मौके पर बाजार से लाने के बजाय घर पर खुद मिठाई बनाएं। होममेड मिठाइयां गुणवत्ता के लिहाज से तो खरी होंगी ही, उनमें मिलावट का अंदेशा भी नहीं होगा।

दिवाली की भाग दौड़ में कामकाज इतना ज्यादा रहता है, इतने सेलिब्रेशंस होते रहते हैं कि लोग खुद को हाइड्रेटेड नहीं रख पाते और पानी कम पीते हैं। कोशिश करें कि पानी पर्याप्त पीएं क्योंकि जितना आप पानी पीएंगे उतनी ही आपके शरीर से गंदगी बाहर निकलेगी। दिन में 8-10 गिलास पानी जरूर पीएं। कोल्ड ड्रिंक्स, जूस पीने के बजाय नींबू पानी, नारियल पानी या लस्सी पीना बेहतर है। इससे फेस्टिव सीजन में होने वाली भागदौड़ की वजह से लो-एनर्जी या थकान दूर होगी, डिहाइड्रेशन से बचाव होगा और शरीर डिटॉक्स भी होगा।

धन की देवी, बुद्धि के देवता... दिवाली पर क्यों होती है मां लक्ष्मी के साथ श्रीगणेश की पूजा ?

दिवाली एक ऐसा त्योहार है, जिसे पूरे देश में उत्साह और श्रद्धा के साथ मनाया जाता है। यह त्योहार अंधकार पर प्रकाश और असत्य पर सत्य की जीत के रूप में मनाया जाता है। इस दिन लोग न सिर्फ घरों को दीपों से रोशन करते हैं, बल्कि द्वार पर रंगली, फूलों और बिजली की लड़ियों से भी सजावट करते हैं। वहीं, दिवाली की रात मां लक्ष्मी और भगवान गणेश जी की पूजा की जाती है। हालांकि हर किसी के मन में यही सवाल उठता है कि अगर दिवाली का त्योहार भगवान श्री राम, माता सीता और लक्ष्मण के घर लौटने की खुशी में मनाया जाता है तो इस दौरान माता लक्ष्मी व श्री गणेश जी की पूजा क्यों की जाती है। चलिए जानते हैं इससे जुड़ी पौराणिक कथा...

हिंदू धर्म में भगवान गणेश बुद्धि और मां लक्ष्मी धन-समृद्धि की प्रतीक मानी जाती है। पौराणिक कथाओं के अनुसार, एक बार भगवान विष्णु और देवी लक्ष्मी वैकुंठ में बातें कर रहे थे। तभी देवी ने कहा कि मैं धन, समृद्धि, सौभाग्य, ऐश्वर्य प्रदान करती हूँ इसलिए मेरी पूजा करना सर्वोत्तम है। भगवान विष्णु ने देवी के बातों में अभिमान को भाप लिया। इस पर भगवान ने कहा कि देवी आप सर्वश्रेष्ठ हैं, लेकिन मातृत्व के बिना एक स्त्री को नारीत्व अधूरा माना जाता है। यह सुनकर मां लक्ष्मी बहुत निराश हो गईं और अपने नारीत्व को पूरा करने के लिए वह देवी पार्वती के पास पहुंचीं। मां पार्वती के 2 पुत्र थे इसलिए देवी लक्ष्मी ने उनसे एक पुत्र गोद देने के लिए कहा। मां पार्वती ने देवी लक्ष्मी के दर्द को समझते हुए श्री गणेश उन्हें सौंप दिया। तब मां लक्ष्मी ने कहा कि उनकी पूजा के बाद श्रीगणेश जी की पूजा करने से घर में सुख-समृद्धि का वास होगा। यही कारण है कि दिवाली के दिन मां लक्ष्मी के साथ श्रीगणेश की पूजा की जाती है।



सेहत संवारने में भी मददगार हैं आभूषण

आभूषणों को विशेष तौर पर व्यक्तित्व में आकर्षण व सौंदर्य बढ़ाने के मकसद से पहना जाता है। लेकिन इसके साथ ही वे अच्छा निवेश भी माने जाते हैं। इन वजहों के अलावा गहने पहनने के स्वास्थ्य लाभ भी कम नहीं हैं। सिर से पैर तक पहने जाने वाले गहनों के सेहत को अलग-अलग फायदे हैं। धनतरेस या दीपावली के अवसर पर कुछ धातुओं की खरीद शुभ मानी जाती है। ऐसे में आभूषणों की बात न चले ऐसा तो हो ही नहीं सकता। दरअसल, सभी महिलाएं गहनों से संवरना चाहती हैं। वैसे तो गहने शारीरिक सौंदर्य बढ़ाने व ध्यान अपनी ओर आकर्षित करने के लिए ही पहने जाते हैं। मगर हमारी परंपरा में गहनों में कई अन्य प्रयोजन भी दिखाई पड़ते हैं। प्राचीन भारतीय ग्रंथों के मुताबिक, यदि कोई व्यक्ति स्वर्णाभूषण धारण करता है, तो वे उसे जीवन भर स्वस्थ रखने में मददगार होते हैं। दरअसल, पुराने समय से ही गहने पहनने के पीछे कई चिकित्सकीय कारण भी रहे हैं। आज, आमतौर पर बहुत कम लोगों को जानकारी है कि गहने सौंदर्य ही नहीं, सेहत भी संवारते हैं।

गहनों से शरीर पर पड़ने वाले प्रभावों के बारे में आयुर्वेद चिकित्सा पद्धति में पर्याप्त तथ्य मिलते हैं। एक्यूप्रेशर और एक्यूपंकचर, चिकित्सा पद्धति का प्रचलन पूरे विश्व में बढ़ रहा है। इस पद्धति की जानकारी जिन्हें है, उन्हें गहनों के चिकित्सकीय महत्व को जानना बहुत मुश्किल नहीं, सीधे-सीधे शब्दों में हमारे शरीर में कई ऐसे बिंदु होते हैं जिन पर दबाव डालने से कई विकार और रोग स्वतः ठीक हो जाते हैं। इन बिंदुओं को मर्मस्थल या मेरेडियन कहते हैं।



गहने शरीर के मर्मस्थलों के लिए उत्प्रेरक का कार्य करते हैं। सोना और चांदी जैसी मूल्यवान धातुएं ऊर्जा चालन एवं विकिरण की क्षमता रखती हैं। ये धातुएं शरीर के किसी विशेष मर्मस्थल की स्पंदन क्रिया के साथ उत्प्रेरक के रूप में जुड़ जाती हैं तो इनकी यह क्षमता ज्यादा असरदार हो जाती है। जानिये कौन से आभूषण का सेहत के दृष्टिकोण से कितना महत्व है-

गले में पहने जाने वाले गहने जैसे- हार, चेन जंजीर आदि का श्वास रोगों, भोजन नलिका और कंठ स्वर पर अच्छा असर होता है। इन गहनों का दबाव गर्दन के पिछले भाग में पड़ता है। वहां 'वैगस नर्व' नामक महत्वपूर्ण मर्मस्थल होता है।



कंगन, चूड़ी, दस्तबंद जैसे कलाई में पहने जाने वाले गहने श्वास रोग, हृदय रोग तथा मानसिक विकार कम करते हैं। आजकल आपने खिलाड़ियों को भी रिस्ट बैंड का प्रयोग करते देखा होगा। बाजूबंद जैसे कोहनी के ऊपर पहने जाने वाले गहने शरीर की रोग निवारक क्षमता बढ़ाते हैं। इनसे रक्तचाप ठीक रहता है, चर्म रोगों की आशंका घटती है व मस्तिष्क भी तनावमुक्त रहता है। तगड़ी या करधनी जैसे कमर के आभूषण मूत्र रोगों, प्रजनन अंगों की बीमारियों, कमर दर्द, यूटरस, संबंधी बीमारियों, फर्टिलिटी प्रॉब्लम्स, अनियमित पीरियड आदि तकलीफों को रोकते हैं। साथ ही इनसे पेट का अनावश्यक रूप से बढ़ना व कमर का फैलना भी रुकता है। पायल, बिछुआ आदि पैरों के गहने गैस विकार, आंव रोग, पेचिश आदि रोगों से छुटकारा दिला सकते हैं। साथ ही पायल से एंड्रियों में दर्द नहीं होता व बिछुआ से पैरों की अंगुलियों का रक्त संचार ठीक रहता है।

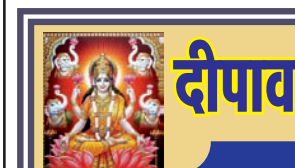
हाथ की अंगुलियों में पहना जाने वाला आभूषण अंगूठी बड़ा कमाल करती है। तर्जनी अंगुली में अंगूठी पहनना सिरदर्द से मुक्ति दिलाने में काफी मददगार है। मध्यमा की अंगूठी पहनना मानसिक तथा सीने के विकारों, अनामिका में रिंग पहनना कान के रोगों में तथा छोटी अंगुली में अंगूठी पहनना हृदय रोगों व छोटी आंठ के रोगों में राहतकारी है।

हाथ के अंगूठे में कोई कसी हुई अंगूठी पहनी जाए तो श्वास रोग में आराम मिलता है। सिर व माथे के जेवर में बोरला प्रमुख माना जाता है। मान्यताओं के मुताबिक, मांग टीका (बोरला) पहनना दिमाग को शांत बनाए रखने में काफी मददगार माना जाता है।



दक्षिण भारत राष्ट्रमत

के सभी पाठकों एवं विज्ञापनदाताओं को दीपावली की हार्दिक शुभकामनाएं



दीपावली की हार्दिक शुभकामनाएं

शुभकामनाओं सहित



श्री अग्रवाल सभा, चेन्नई

SRKK, Agarwal Sabha Bhawan, Shanti Colony Anna Nagar, Chennai-600040



श्री पूर्णदेवी गोयन्का अग्रवाल सभा भवन

श्री रामदयाल कलावती खेमका अग्रवाल सभा भवन



श्री रामावतार कला कानोडिया अग्रवाल सभा वृद्ध सेवाश्रम



अन्नानगर स्थित नवीनीकृत भवन शादियों, धार्मिक कार्यक्रमों और अन्य व्यवसायिक कार्यों के लिए उपलब्ध है

दक्षिण का लोकप्रिय हिन्दी दैनिक
दक्षिण भारत राष्ट्रमत
कर्नाटक एवं तमिलनाडु से एक साथ प्रकाशित
Chennai : 7299788008
Bengaluru : 9945488002/01/03

EVERWIN
GROUP OF SCHOOLS



EVERWIN
VIDHYASHRAM
KG - XII
CBSE
KOLATHUR

☎: 2556 4400 / 9445 999 000

EVERWIN
MATRIC HSS
KG - XII
MATRIC
KOLATHUR

☎: 2556 1100 / 9445 666 000

EVERWIN
PUBLIC SCHOOL
KG - XII
CBSE
MADURAVOYAL

☎: 2378 1107 / 9884 777 000

EVERWIN
VIDHYASHRAM
KG - XII
CBSE
MATHUR

☎: 2555 2266 / 8940 777 000

EVERWIN
VIDHYASHRAM
KG - XII
CBSE
PERAMBUR

☎: 2662 1100 / 9445 95 95 95

EVERWIN
VIDHYASHRAM
KG - X
CBSE
SURAPET

☎: 9445 999 555 / 6384 380 077

EVERWIN
VIDHYASHRAM
KG - IX
CBSE
MADURANTAKAM

☎: 8531 888 000 / 8531 999 444

EVERWIN
GLOBAL KIDS
KG - II
CBSE
RAJAMANGALAM

☎: 7094 533 533 / 7094 811 811

EVERWIN
VIDHYASHRAM
KG - IX
CBSE
PARUTHIPATTU

☎: 8428 77 66 77 / 8428 66 77 66

EVERWIN
VIDHYASHRAM
KG - VIII
CBSE
SEMBIUM

☎: 2662 1100 / 9445 95 95 95