# मेरी निहारिका

एक रिश्ता प्यार का
एक बंधन परिवार का


वर्ष : 01
अंक : 09
मूल्य : ₹ 30
पृष्ठ : 46
नवम्बर, 2021


## दीप फिर जल उठे

शुभ दीपावली

दिवाली दियों के साथ मनाएं अंधविश्वास के साथ नहीं...

दीपावली स्पेशल रेसिपी

रंगोली सजाओ...!

**रूप चतुर्दशी : सजना है मुझे**

बाल दिवस विशेष

भगवान राम की अयोध्या वापसी की गवाह सरयू

दीपावली पर आग से जल गए तो तुरंत ऐसे करें बचाव

देखो जी मेरे आंगन में चांद उतरा

**दीपोत्सव**
**नभ में चांद नहीं पर धरती का हर कोना रोशन**

दीपावली: घर पर स्वयं ही बनाएं तोरणद्वार

दीपावली पूजन मुहूर्त और विधान

# धन से लेकर धर्म तक हमें जोड़ता है दीपोत्सव

विजया डालमिया
संपादक, मेरी निहारिका

दीपक ज्वलनशील बाती की गर्मी को भी बर्दाश्त करता है जिससे हमें यह संदेश मिलता है कि विपरीत परिस्थितियों में भी हमें संतुलन बनाकर शीतलता के साथ आगे बढ़ना है।

निर्जीव होते रिश्तों के पतझड़ के मौसम में जब किसी त्योहार की बहार आती है तो कुछ वक्त के लिए ही सही अरमानों और जोश की नई कोपलें फूट पड़ती है। मन का मयूर संबंधों और भावनाओं की नई खुशबू से नाच उठता है, और जब यह पर्व दीपावली का हो तो बेहद खास हो जाता है क्योंकि दिवाली यानी अंधेरे पर उजाले की जीत। जहाँ अन्धेरा उदास पहलू को दर्शाता है। वहीं रोशनी के रंग उल्लास और उम्मीद से बनते हैं। दिवाली की आहट मात्र से ही अँधेरा धरा पर कहीं नहीं रह पाता। दीपावली हमारे घर आंगन ही नहीं मन को भी रोशन करती है। यह दीपोत्सव हमें धन से लेकर धर्म तक जोड़ता है। दिवाली का त्योहार हमारे जीवन के संदर्भों से जुड़ी सच्चाई को बड़ी सूक्ष्मता से व्यक्त करता है। यदि हम गौर से देखें तो दीपक मानवता के संपूर्ण गुणों का प्रतीक है। छोटा सा दीपक अपने आप में कितना महत्वपूर्ण है आइए देखें। मिट्टी का दिया सरसता व कोमलता का प्रतीक है। मिट्टी के दीये को कुम्हार अपने चाक पर मनचाहा आकार देकर तैयार करता है। यह सिर्फ मिट्टी की कोमलता से ही संभव हो पाता है। दीया कोमलता का प्रतीक होकर भी प्रकाश फैलाने की क्षमता रखता है। वह अपने भीतर तेल एवं बाती को भी स्थिर रख पाता है। दीपक ज्वलनशील बाती की गर्मी को भी बर्दाश्त करता है जिससे हमें यह संदेश मिलता है कि विपरीत परिस्थितियों में भी हमें संतुलन बनाकर शीतलता के साथ आगे बढ़ना है।

बाती त्याग संयम व सदाचार की प्रतीक है। वह स्वयं जलकर दूसरों के लिए उजाला फैलाती है। बाती जब रुई के रूप में होती है तो सफेद रहती है। पर प्रकाश फैलाकर काली पड़ जाती है। दूसरों के सुख के लिए यदि स्वयं के सुखों का त्याग करना पड़े तो हमें सहर्ष तैयार रहना चाहिए। यह सीख हमें बाती के माध्यम से ही मिलती है। खुद के अस्तित्व को मिटा कर रोशनी देना, बाती इसका खूबसूरत उदाहरण है। दीपक की सार्थकता तभी है जब उसमें तेल भरा हो। तेल विनम्रता पूर्वक पूरे दीपक में एक जैसा समाया होता है। रुई की बाती के रग-रग में स्नेह के साथ वह भी साथ-साथ जलता है। मनुष्य का जीवन भी तेल की तरह होना चाहिए। अंधकार रुपी बुराइयों को दूर करने के लिए प्रेम रुपी तेल बनकर सभी को सहयोग देने के लिए तत्पर होना चाहिए। हर वातावरण के हिसाब से तारतम्य बैठाने का संदेश तेल की तरलता हमें देती है। दीपक की लौ हमें जीवन में आत्मिक उन्नति करने की प्रेरणा देती है। जिस तरह दीपक की लौ प्रज्ज्वलित होकर प्रकाश फैलाती है। उसी तरह हमें भी अपने ज्ञान के प्रकाश से अज्ञानता का अंधकार दूर कर सभी के साथ सद्भावना व सहयोगिता के साथ रहना चाहिए। जीवन में संयम का गुण अपनाकर दूसरों के लिए समर्पण की भावना आपको बहुत ऊंचा उठाती है। कहने का तात्पर्य यह है कि अबकी दिवाली हम नई परिपाटी के साथ मनाएं। बनावटीपन व दिखावे से दूर प्रेम की बाती लेकर समर्पण और सद्भावना का तेल उसमें भरें। तब दीपक की जो रोशनी होगी वह वाकई मन का अंधेरा दूर कर पाएगी और तभी सही मायने में समाज में भी सच्चा आलोक फैलेगा।

दीवाली के दीप कुछ ऐसे जलें,
घर घर पहुंचे किरण।
हर अंधेरा जाए पिघल।

• वर्ष : 01 • अंक : 09 • नवम्बर, 2021

# मेरी निहारिका

एक रिश्ता प्यार का
एक बंधन परिवार का

**कवि डॉ. विष्णु सक्सेना**
संरक्षक

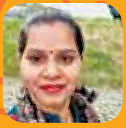
**राकेश कुमार शर्मा**
प्रबंध संपादक

**विजया डालमिया**
संपादक

**मीनाक्षी मोहन मीता**
कार्यकारी संपादक

**आभा चौहान**
कार्यकारी संपादक

**मंजू शर्मा**
संयुक्त संपादक



**आरती आरजू**
संयुक्त संपादक

**माधुरी (मैडी)**
क्रिएशन

Design By

deesign STUDIO
deesignwork@gmail.com

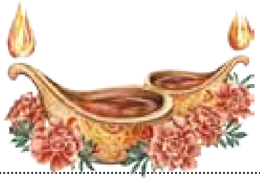
**सभी पद अवैतनिक हैं।** प्रकाशित लेख एवं रचनाओं से संपादक एवं प्रकाशक का सहमत होना आवश्यक नहीं हैं। लेखक/प्रेषक के स्वतंत्र विचार हैं और उसका संपूर्ण दायित्व भी उन्हीं का है। पत्रिका में प्रकाशनार्थ भेजी सामग्री को आंशिक या पूर्ण प्रकाशित करने या न करने का अधिकार संपादक मण्डल/प्रकाशक के पास सुरक्षित है। अप्रकाशित सामग्री प्रेषक के पास वापिस नहीं भेजी जायेगी। किसी भी विवाद का न्याय क्षेत्र जयपुर होगा।

**email : editor@meriniharika.com**
**abha@meriniharika.com**
**meeta@meriniharika.com**
**whatsapp : 9828423123**
**Website : www.meriniharika.com**

संपादकीय एवं बिजनेस ऑफिस

**47/77, मानसरोवर, जयपुर (राज.)-302020**

# अंदर पढ़ें...



**इच्छा हमेशा योग्यता को हरा देती है।**

04 हैप्पी दिवाली

05 मैं न भूलूंगी

06 दीपोत्सव नभ में चांद नहीं पर धरती का हर कोना रोशन

07 तो पहले हम खुशी बांटे मां

08 त्योहारों पर मिले गिफ्ट/ उपहार कहीं आयकर के दायरे में तो नहीं

09 दीपावली पर आग से जल गए तो तुरंत ऐसे करें बचाव

10 दीप फिर जल उठे

13 कितना महत्व है धार्मिक कार्यों में दीपक का

14 रंगोली सजाओ...!

16 दिवाली दियों के साथ मनाएं अंधविश्वास के साथ नहीं...

17 दिवाली पर सोने-चाँदी के सिक्कों व आभूषणों की ख़रीददारी और पूजन का महत्व

18 देखो जी मेरे आंगन में चांद उतरा

19 रेसिपी

22 छठ व्रत सूर्य के प्रति आस्था का समर्पण या प्रकृति की पूजा

24 माटी का दीया शाश्वत

25 दीपावली पूजन मुहूर्त और विधान

26 दीपावली: घर पर स्वयं ही बनाएं तोरणद्वार

27 रुप चतुर्दशी : सजना है मुझे

29 तुलसी विवाह...

30 भगवान राम की अयोध्या वापसी की गवाह सरयू

32 रीत तुम्हें सलाम

33 सीतामढ़ी : मां जानकी की जन्मस्थली पर कभी अकाल नहीं पड़ता

34 नवआगमन

36 तेरे नैनो के मैं दीप जलाऊंगा

38 बाल दिवस विशेष

45 लेखनी की छटपटाहट

46 बच्चों के मुख से

# हैप्पी दिवाली

**माधुरी डालमिया**
हैदराबाद

आई शब दीपों वाली।है जिसका नाम दिवाली।
गाएँ जी हम, झूमे है मन, बोले है मन।
हो हैप्पी दिवाली। हैप्पी दिवाली। हैप्पी दिवाली।
खुशियों की है ये प्यारी दिवाली।

दीपों की देखो कतारें। हम को कैसे ये पुकारें।
आओ जरा, बैठो जरा,करें रोशनी।
हो हैप्पी दिवाली। हैप्पी दिवाली। हैप्पी दिवाली।
खुशियों की है यह प्यारी दिवाली।

दीपों का पर्व सुहाना। खुशियों का है ये तराना।
कहता है ये,सब से करो, प्रीति यूँ ही।
हो हैप्पी दिवाली। हैप्पी दिवाली।
खुशियों की है यह प्यारी दिवाली।

दिल में यह आस जगाये। तम को देखो है मिटाये।
जगमग हुई,जगमग हुई, देखो रोशनी।
हो हैप्पी दिवाली। हैप्पी दिवाली। हैप्पी दिवाली।
खुशियों की है यह प्यारी दिवाली।

मिलने का पर्व है आया। संग साज श्रृंगार भी लाया।
मौका भी है, मौसम भी है, सज लो सभी।
हो हैप्पी दिवाली। हैप्पी दिवाली। हैप्पी दिवाली।
खुशियों की है यह प्यारी दिवाली।

यह महालक्ष्मी का पूजन। पुलकित हो मांगे ये मन।
हो हम पर माँ, तेरी कृपा, यूं ही सदा।
हो हैप्पी दिवाली। हैप्पी दिवाली।
खुशियों की है यह प्यारी दिवाली।

आओ मिल दीप जलाएँ। हम अंधकार को भगाएँ।
प्यार से, बड़े लाड से, विश्वास से।
हो हैप्पी दिवाली। हैप्पी दिवाली। हैप्पी दिवाली।
खुशियों की है यह प्यारी दिवाली।

# मैं न भूलूंगी

**विजया डालमिया**
(हैदराबाद)

आज मैं सबसे पहले उस स्थान को नमन करती हूँ,जहाँ आकर मैंने वह हर बात सीखी जो आज मैं कहने जा रही हूँ। एक अजीब सा रोमाँच महसूस कर रही हूँ। लगता है जैसे मेरे शिक्षकों के भाव नयन मुझको तन्मय होकर देख रहे हैं। इसीलिए उन्हें भी आभार प्रकट करते हुए आशीर्वाद चाहती हूँ। डॉक्टर रिचा ने जैसे ही यह कहा सारा हॉल तालियों से गूंज उठा और मैं उस तालियों की गूँज में अपनी बहन और अपनी बेस्ट फ्रेंड के संघर्ष को सुनने लगी। अगर रिचा ने कुछ सालों पहले हिम्मत नहीं दिखाई होती तो आज वह इस मुकाम पर कभी नहीं पहुंच पाती। लेकिन वह संकल्प की धनी थी। खुद पर विश्वास और मजबूत इरादा लिए वह आगे बढ़ चली। नतीजा उसने अपनी मंजिल हासिल कर ही ली। तालियों की गड़गड़ाहट के बीच जब हमारी नजरें मिली तो लगा जैसे वह कह रही हो...... "दीदी मैं आगे पढ़ूंगी"। मेरा मानना है कि एक बहन आपकी सबसे अच्छी फ्रेंड होती है क्योंकि वह आपको बचपन से जानती है। इसीलिए बेहतर समझती भी है।

मेरी यादों के चलचित्र में सबसे पहले हमारा परिवार घूम गया जिसके चंचल किरदार में हम बच्चे थे और गंभीर किरदार थे हमारे ताऊजी व ताईजी। हमारे छोटे से घर में हम धमाचौकड़ी मचा कर उसे हमेशा बड़ा कर देते थे। पहले कभी यह भावना रही ही नहीं कि यह रूम हमारा नहीं। हम आठ भाई बहन थे जिसमें चचेरे भी शामिल थे। जितनी मस्ती, उतना ही लड़ना झगड़ना। बात ज्यादा बढ़ने पर अपनी-अपनी मम्मियों के पीछे छुप जाना। किसी एक को डांट पड़ने पर पहले तो मुस्कुराकर चिढ़ाना और फिर उसकी उदास शक्ल देख कर उसे गले से लिपटा लेना, हमारी दिनचर्या में शामिल था। सोचती हूँ धन्य थी हमारी ताईजी, मम्मी और चाची जी जो इतनी शरारतों के बावजूद हमें इतना लाड प्यार करती थी और हमसे कभी तंग नहीं होती थी। दरअसल जिन्होंने इस जीवन को जीया है वही इसकी मधुरता को महसूस कर सकते हैं। अरे.... मैं भी कहाँ भटक गई? पर क्या करूं? बचपन की गलियाँ है ही इतनी खूबसूरत कि बार-बार दिल उन्हीं में सैर करने चला जाता है। तो बात हो रही थी डॉक्टर रिचा यानी मेरी छुटकी की, जिसकी आंखों में बड़े बड़े ख्वाब समाये हुए थे। जो शरारत भी कम करती थी। बोलती भी कम थी। पर कुछ करने में सबसे अव्वल। बिना आवाज किए किसी भी काम को अंजाम तक पहुंचाने में एक्सपर्ट थी। मेरी छुटकी के अच्छे मार्क्स लाने के बावजूद जब बड़ों ने आगे पढ़ने का विरोध किया तब छुटकी भी अड़ गई। कभी भी किसी के सामने सवाल-जवाब ना करने वाली में ना जाने कहाँ से इतनी हिम्मत आ गई कि वह सब का विरोध कर बैठी। उसकी जिद पर सबको अपनी राय बदलनी पड़ी। चूँकि हमारे यहां मेहमानों का आना जाना सदा लगा ही रहता था तो उसे डॉक्टरी पढ़ने में दिक्कतें तो बहुत आई, पर उसने हिम्मत नहीं हारी। मुझे याद है जब भी मैं शादी के बाद डिलीवरी के लिए वहाँ जाती थी तब मेरे पीछे कई लोगों का आना-जाना बढ़ जाता था। मैं चाह कर भी किसी को मना नहीं कर पाती थी। मेरी बेबसी देखकर छुटकी कहती.... "दीदी चिंता की कोई बात नहीं।" वह रात में हमारी बालकनी में बैठकर अपनी पढ़ाई करती। चाहे सर्दी हो या गर्मी, वह बालकनी ही उसका स्टडी रूम बन गया था। रूम भी क्या बस बालकनी थी जहाँ एक कुर्सी पर बैठकर वह निर्विघ्न पढ़ाई कर सकती इसी तरह वह एक-एक पायदान आगे बढ़ती गई और आज फाइनली उस मुकाम पर है जहाँ से उसने शिक्षा ग्रहण की उसी कॉलेज के एनुअल फंक्शन में चीफ गेस्ट के रुप में वह आमंत्रित थी। रिचा के लिए बजती तालियाँ मुझे इतनी ज्यादा आनंद की अनुभूति दे रही थी कि खुशी आँखों से आँसू बनकर बह रही थी। दिल में संतुष्टि का भाव लिए मैं छुटकी को बलिहारी वाली वाली मुद्रा में देख रही थी। आखिर उसने वह कर दिखाया जो वह चाहती थी। संकल्प की सीढ़ियाँ शुरू होती है इस वाक्य से कि.... "मैं कुछ होना चाहती हूँ"। और इस विश्वास तक पहुँचती है कि.... "मैं हूँ मेरा भाग्य विधाता"। मैं यह सब सोच रही थी तभी मंच पर किसी ने बहुत ही सटीक बात कही।

**पथ क्या, पथिक कुशलता क्या, यदि पथ में बिखरे शूल न हो।**
**नाविक की धैर्य कुशलता क्या, जब धाराएं प्रतिकूल ना हो।**

# दीपोत्सव

## नभ में चांद नहीं पर धरती का हर कोना रोशन

**मंजू शर्मा**
भुवनेश्वर ओड़िशा

**शुभं करोति कल्याणमारोग्यं धनसंपदा ।**
**शत्रुबुद्धिविनाशाय दीपज्योतिर्नमोऽस्तुते ॥**

**अर्थः** दीपक के प्रकाश को में नमन करता हूं जो वातावरण में शुभता, स्वास्थ्य और समृद्धि लाता है। जो वातावरण और मन से अनैतिक भावनाओं व नकात्मक शक्ति को नष्ट करता है। इस दीपक को जलाने से सभी शत्रु भाव का नाश हों।

**दीपोत्सव दीपों का त्योहार,**
**संग लाता खुशियाँ अपार।**
**सज रहे हैं घर और द्वार,**
**रोशन हैं चहुँ ओर बाजार।**

गर्मी और बरसात का मौसम विदाई को तैयार होता है और आगाज होता है हल्की ठंडी और अनेक त्योहारों के साथ आती दीपावली का। कार्तिक मास की अमावस्या के दिन दीपोत्सव का त्योहार मनाया जाता है। ये त्योहार हमारे भारत में पाँच दिनों का प्रमुख त्योहार माना जाता है। इसमें प्रथम दिवस को धनतेरस के रूप में मनाया जाता है।

इस दिन धनवंतरि जी आरोग्य का अमृत कलश लेकर पधारे थे ताकि लोगों में आयुर्वेद के प्रति जागरूकता बढ़े,वे स्वास्थ्य के प्रति सजग रहते हुए अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखें।

धनतेरस के दिन लगभग सभी के घरों में अकाल मृत्यु के भय को टालने के लिए यमराज के नाम का एक दीपक जलाया जाता है "क्या आप जानते है ?" उस दिये में हम एक छेद की हुई कौड़ी डालते हैं और उस दिए में तेल भी थोड़ा ही डाला जाता है क्योंकि दीया जब तक बड़ा (बुझ)नहीं होता तब हम वहीं बैठे रहते है। ऐसी मान्यता है कि इसकी वजह से घर में कोई नकारात्मक शक्ति प्रवेश नहीं करती है। फिर उस कौड़ी को लक्ष्मी माँ का आशीर्वाद समझ अपने घर की तिजोरी में रख देते हैं इससे कभी भी माँ का आशीर्वाद कम नहीं होता।

## दूसरे दिन रूप चौदस

इस दिन का खास महत्व है इस दिन...स्नान घर में, एक दीपक जलाकर उस पर एक लोहे की छलनी ढक दी जाती है। जिसमें काजल बनता है। घर के सब लोग उबटन लगाकर स्नान करते हैं और शीशे में खुद के रूप को निहारते हुए काजल लगाते हैं। उजले-उजले रूप को देख मन पसन्न हो उठता है। माँ पार्वती ने जब उबटन लगाया था तो उस उबटन से सकारात्मक सोच के साथ बुद्धि के विधाता गणेश जी का प्रादुर्भाव हुआ था। तो क्यों न हम भी अपने रूप को भीतर से निखारें। सकारात्मकता का उबटन लगाकर मन के सारे विकारों को धो डालें ताकि नई सोच का निर्माण हो। रिद्धि-सिद्धि का सदैव घर में प्रवेश रहे।

## दीपोत्सव पर्व

अमावस्या की रात को चंद्रमा अपनी समस्त कलाओं के साथ विलीन हो गया उस दिन वनवास की अवधि को पूर्ण कर भगवान राम प्रकाश पुंज बनकर अयोध्या पधारे थे। उस दिन सबके अंतर्मन में प्रेम का एक दीप प्रज्वलित हुआ और अयोध्यावासियों ने सारी नगरी को दीपों से रोशन कर दिया। तभी से इस पर्व की मान्यता है। इस त्योहार में स्वच्छता का विशेष महत्व होता है लोग महीना पहले ही घरों की सफाई में लग जाते हैं। बाजारों की शोभा देखने लायक होती है। चहुँ ओर रोशनी नजर आती है। क्यों न हम अपनें मन को भी स्वच्छ रखते हुए भीतर के कचरे को साफ कर सबके साथ प्रेम और सद्भावना का व्यवहार बनाये। सही मायने में यही दीप का महत्व है। खुद को जलाकर दूसरों को रोशन करना। आओ हम सब भी इस दिवाली पर यह प्रण लें

**मन मंदिर में राम बसे तो, अमावस भी लगे पूर्णिमा।**
**सारा जग रोशन हो जाए, शीतलता जब दे चंद्रमा।**

## गोवर्धन पूजा

दीवाली के दूसरे रोज गोवर्धन पूजा होती है। जिसमें गोबर गोवर्धन बनाकर अनेक उनकी पूजा की जाती है। उस दिन भगवान को छप्पन व्यंजन बनाकर भोग लगाया जाता है। जिसे अन्नकूट प्रसाद के रूप में जाना जाता है।

## भाई दूज

इस दिन यम ने आजीवन अपनी बहन की रक्षा के लि प्रण लिया था। तभी से ये त्योहार भाई-बहन के प्रेम का प्रतीक माना जाता। इससे जुड़ी एक और मान्यता है कि यम द्वितीय के दिन अगर बहन-भाई एक साथ यमुना में हाथ पकड़कर डुबकी लगाते हैं तो मरणोपरांत यम के दर्शन नहीं होते है। इस दिन चित्रगुप्त की पूजा का भी विधान है। इस तरह यहीं समाप्त होता है पाँच दिवसीय ये त्योहार।

मंजू शर्मा
भुवनेश्वर ओड़िशा

# तो पहले हम खुशी बांटे मां

दीवाली नजदीक थी। हर बार की तरह इस साल भी मनु ने घर की सजावट में कोई कसर नहीं छोड़ी थी। पर इस बार उसका उत्साह और चेहरे की चमक अद्भुत थी। उसके दोनों बेटे जो घर आए थे। वो जल्दी-जल्दी काम खतम कर बेटों के पास आकर बैठ जाती और ढेर सारी बातें करती। एक दिन मनु के बड़े बेटे ने पूछा, "मम्मी हम सब त्योहारों में दीवाली को ही इतना महत्व क्यों देते हैं?"

मनु ने कहा, "बेटा, असत्य पर सत्य की विजय प्राप्त कर कार्तिक अमावस्या के दिन भगवान राम अयोध्या लौटे थे। उस दिन अयोध्यावासियों ने राम के लौटने की खुशी में पूरी अयोध्या नगरी को दीपों से रोशन किया था और मिठाइयां भी बाँटी थी क्योंकि अमावस्या की रात काली होती हैं न...इसलिए ! बस इसीलिए उस दिन से दीप का महत्व है। लोग एक-दूसरे से खुशी से गले मिलते हैं, मिठाई एवं उपहार के रूप में खुशियाँ बाँटते हैं। इसीलिए दीवाली को लोग खुशियों का त्योहार कहते हैं।"

बेटे ने कहा, "मम्मी, इस बार हम भी कुछ नया करते हैं।"

मनु ने कहा, "नया क्या?"

बेटा बोला, "बाजार का काम तो हो गया....कुम्हार भी दीपक देकर गया... और हलवाई भी मिठाई बनाने चार दिन पहले ही आ जाएगा !"

मनु ने उत्सुकतावश पूछा, "हाँ तो फिर !"

"फिर ये मम्मी कि हम सब अपने सारे लेबर को दीवाली की मिठाई और कपड़े पहले ही दे देंगे। ताकि वे भी दीवाली मना सकें।"

"लेकिन बेटा, अपने यहाँ तो पूजन के दूसरे दिन यह सब बाँटा जाता है।"

"हाँ, माँ....पर आपने ही तो कहा कि दीवाली खुशियाँ बाँटने का त्योहार है, तो हम ये खुशियाँ क्यों न उनको पहले दे दें ! !...आखिर उन्हें भी तो खुशियाँ मनाने का हक है ! है ना माँ?"

माँ गर्व और खुशी से बेटे का मुँह ताकती रह गयी।

# त्योहारों पर मिले गिफ्ट/ उपहार कहीं आयकर के दायरे में तो नहीं

**ज्योति अग्रवाल**
चार्टेड एकाउंटेंट

> किसी व्यक्ति द्वारा रिश्तेदारों से प्राप्त कोई भी उपहार, राशि की परवाह किए बिना, कर से पूरी तरह मुक्त है। इन रिश्तेदारों में पति या पत्नी, माता-पिता, भाई-बहन, पति-पत्नी के भाई-बहन, वंशज और पति-पत्नी के वंशज शामिल हैं। हालांकि, उक्त उपहारों से उत्पन्न कोई भी आय पर आयकर देय है। ”

दिवाली और क्रिसमस जैसे त्योहार नजदीक हैं और अक्सर इन मौसमों में लोगों द्वारा उपहारों का आदान-प्रदान किया जाता है। इनके अलावा, ऐसे कई मौके आते हैं जब उपहारों का आदान-प्रदान होता है। एक दूसरे को उपहार देना प्यार और स्नेह का प्रतीक है और इसे सामाजिक स्थिति के प्रतीक के रूप में भी देखा जा सकता है।उपहारों की कर योग्यता और छूट आयकर अधिनियम, 1961 के अंतर्गत आती है। बेहतर समझ के लिए नीचे कुछ महत्वपूर्ण बिंदु दिए गए हैंः

- **नकद/वस्तु में उपहार** : उपहार नकद, ड्राफ्ट, चेक, बैंक हस्तांतरण आदि द्वारा प्राप्त धन के रूप में हो सकता है।यह चल संपत्ति (जैसेआभूषण, शेयर, बांड, पेंटिंग, मूर्तियां, आदि) या अचल संपत्ति (जैसेभूमि, भवन, आवासीय / वाणिज्यिकसंपत्ति, आदि) भी हो सकता है।
- **रिश्तेदारों से उपहार**ः किसी व्यक्ति द्वारा रिश्तेदारों से प्राप्त कोई भी उपहार, राशि की परवाह किए बिना, कर से पूरी तरह मुक्त है।इन रिश्तेदारों में पति या पत्नी, माता-पिता, भाई-बहन, पति-पत्नी के भाई-बहन, वंशज और पति-पत्नी के वंशज शामिल हैं। हालांकि, उक्त उपहारों से उत्पन्न कोई भी आय पर आयकर देय है।
- **छूट** : एक वित्तीय वर्ष में 50,000 रुपए तक के उपहार पर कर से छूट है। हालाँकि, शादियों के दौरान प्राप्त उपहार, वसीयत या विरासत के तहत प्राप्त उपहार या दाता की मृत्यु की स्थिति में, राशि की सीमा लागू नहीं होती है।
- **कर योग्यता** : रिश्तेदारों के अलावा प्राप्त कोई भी उपहार (चल और अचल संपत्ति) अगर 50,000 रुपए से अधिक हो, तब प्राप्तकर्ता के हाथों कर योग्य हो जाता है। उपहार के रूप में चल या अचल संपत्ति पर कर, मामला-दर-मामला आधार पर कर देय ताउत्पन्न होती है।

इसलिए, इसकी वास्तविकता को स्थापित करने के लिए प्राप्त उपहारों से संबंधित सभी आवश्यक दस्तावेजों को बनाए रखने की सलाह दी जाती है।

**डॉ. मधु अग्रवाल**
बीएचएमएस एमडी
(होमियो) गोल्ड मेडलिस्ट

# दीपावली पर आग से जल गए तो तुरंत ऐसे करें बचाव

सबसे पहले हमे जलना और झुलसना का मतलब समझना होगा। जलना हम उसे कहते हैं जो सूखी गर्म चीज से जले जैसे -गर्म बर्तन चमड़ी को लग जाए, गरम भाप पटाखों से जलना इत्यादि। झुलसना मतलब यदि कोई गर्म तरल पदार्थ जैसे खौलता पानी, गरम चाय, गर्म दूध, गरम तेल इत्यादि हो तो झुलसना कहते हैं।

- **कैंथेरिस 30 या मदर टिंचर** : यह अति उत्तम औषधि है जलने के तुरंत बाद इसके मदर टिंचर को पानी में मिलाकर जले हुए भाग पर लगाएँ ।मदर टिंचर होने से थोड़ी देर अत्यधिक जलन तो जरूर होगी ।लेकिन शीघ्र ही सारी जलन दूर होकर रोगी राहत महसूस करेगा।
- **कैंथेरिस 30** : बार-बार खाने के लिए भी लेते रहने से बहुत जल्दी आराम होता है।
- **एपीस मेलिफिका** : दोस्तों गरम पानी की भाप से यदि जलन हो रही है तो इसे देना चाहिए दिन में 2 बार 2 दिन तक ले सकते हैं।
- **अर्टिका यूरेनस** : जलने और झुलसने पर इसका मदर टिंचर जादू की तरह काम करता है। त्वचा पर फफोले आने पर तुरंत आराम मिलता है। इसके मदर टिंचर को पानी में मिलाकर जले हुए स्थान पर लगाएँ ।आधा कप पानी में 10 बूंद डालकर पीने के लिए भी दे, जिससे जल्दी आराम मिलता है।
- **कार्बोलिक एसिड 200** : जलने के बाद यदि घाव होकर पस हो गया है और उसमें से बदबूदार रिसाव हो रहा है तो यह बहुत ही कारगर दवा है ।
- **कॉस्टिकम** : जलने वाले जगह में यदि जलन से भी ज्यादा दर्द का एहसास है तो इसे दे। जलने के बाद यदि रोगी कहता है कि जब से वह जला है तब से अस्वस्थ महसूस करता है। एक दिन भी तबीयत नहीं रहती है तो कॉस्टिकम देना चाहिए। यह जलने के बाद रहने वाले दुष्प्रभाव को ठीक करती है।

**आरना बजाज**
मुंबई

# राजकुमारी से भी बड़ा सपना

जब मैं तीन साल की थी तब मैंने राजकुमारी बनने का सपना देखा। जब मैं पांच साल की हुई तो मैं एक शिक्षिका बनना चाहती थी। जब मैं दस साल की हुई तो मैं एक लेखिका बनना चाहती हूँ। साथ ही मेरे मन में लोगों को बचाने का ख्याल आया।

समाचार पर जब मैंने कई लोगों को मरते देखा क्योंकि उन्हें डॉक्टर से मदद नहीं मिली, तो मुझे बुरा लगा क्योंकि मैं उनकी भी मदद करना चाहती थी। तभी से मैंने तय किया है कि मैं डॉक्टर बनूंगी और लोगों की मदद करुंगी। जब कोविड आया तभी से मुझे डॉक्टर बनना था । इस विचार ने मुझे यह एहसास दिलाया कि अगर मैंने कड़ी मेहनत की, तो मैं एक डॉक्टर बन सकती हूँ और लोगों की मदद करने के अपने सपने को पूरा कर सकती हूँ। डॉक्टर सुपरहीरो की तरह होते हैं। वे कई तरह से कई लोगों को बचाते हैं। एक डॉक्टर होना आसान नहीं है। आपको बहुत सारी परीक्षाएँ देनी होंगी और बहुत मेहनत करनी होगी। आप जो बनना चाहते हैं उसे पाने के लिए दिन-रात मेहनत करनी पड़ती है। आप फिजियोथेरेपिस्ट, सर्जन या न्यूरोलॉजिस्ट हो सकते हैं, लेकिन केवल तभी जब आप कड़ी मेहनत करें। सोचिए अगर डॉक्टर न होते। जब आप बीमार हों तो आपकी मदद करने या इलाज करने वाला या आपको दवाइयाँ देने वाला कोई नहीं होगा। डॉक्टर इस दुनिया के सबसे महत्वपूर्ण लोगों में से एक हैं और उनके बिना आप जीवित नहीं होते।

दीपावली
विशेष-कहानी

# दीप फिर जल उठे

**विजया डालमिया**
(हैदराबाद)


“मुझे अच्छी तरह से याद है वह रात जब लाइट जाने की वजह से मैं और परी बेहद परेशान हो रहे थे। हमारी परेशानी देखकर विवेक ने कहा.....“चलो बाहर घूम कर आते हैं” और परी ने मचल कर कहा..... “आइसक्रीम भी खाएंगे पापा।” कुछ ही देर में हम मोटरसाइकिल पर हँसते मुस्कुराते बैठे थे। तभी ना जाने कैसे ...

मम्मी इसमें से पापा की खुशबू आ रही है, जैसे ही परी ने विवेक की आलमारी खोलते हुए यह बात कही, मेरी रुलाई फूट पड़ी और मैंने उससे लिपटकर जोर जोर से रोना शुरू कर दिया। जिसे देखकर वह घबरा गई। कहने लगी....“मम्मा आपको क्या हुआ? मत रोओ ना। प्लीज। प्लीज, मम्मा प्लीज।” 6 साल की मासूम बच्ची खुद रोते-रोते मुझे चुप करा रही थी। अपनी नन्हीं-नन्हीं ऊँगलियों से मेरे आँसू पोंछ रही थी। मैंने जोर से उसे अपने सीने से भींच लिया और ना जाने कितनी देर हम यूँ ही...... हम ...पिंकी और मैं सुधा एक दूसरे को कस कर पकड़े रहे।

एक साल हो चुका था विवेक को हमारा साथ छोड़े। जाने वाले कभी नहीं पूछते, कुछ बताते भी नहीं, बस चले जाते हैं। चुपचाप। वक्त किसी का गुलाम नहीं होता, वह तो अपनी मर्जी से सबको चलाते रहता है। किसे अपना बना लेगा और कब किसे दूर कर देगा,कोई नहीं जानता। बस समय सब जानता है। भविष्य के गर्भ में क्या छुपा है उसे परख होती है। “है ...से ....थे...” का सफर ही जिंदगी है। कितने खूबसूरत दिन थे वह, मुझे अच्छे से याद है जब विवेक ने मेरा घूंघट उठाया और मुझे देखते ही रह गया। फिर मेरी चूड़ियों की खनक से जैसे होश में आया और पहला वाक्य जो उसके मुँह से निकला था ...“माय गॉड। कितनी खूबसूरत हो तु” और मैं बस शर्म से लाल हो गई थी ....चूड़ियों की खनक कुछ ज्यादा हो चली। सुख के पल पंख लगा कर उड़ने लगे। विवेक हमेशा कहते ...“सुधि भगवान ने तुम्हें बहुत फुर्सत में बनाया है यार” और मैं शादी के साल भर बाद भी उस रात की तरह शरमा जाती। एक शाम भी हमारी ऐसी नहीं थी जब हम बाहर घूमने नहीं गए। कभी मोटरसाइकिल पर तो कभी पैदल-पैदल। विवेक के साथ जब भी मैं कहीं जाती तो मेरा चेहरा गुलाब की तरह खिल उठता था और विवेक की नजरें बस मुझपर टिकी रहती। उस दिन पार्टी में भी कपल गेम में जब हम जीते थे तो “मेड फॉर ईच अदर” कहकर सब ने हमें बधाई दी थी। मुझे अच्छी तरह पता था कि अब जाते-जाते विवेक इसे भी सेलिब्रेट करेगा। अपने तरीके से। गजरे वाले से गजरा लेकर, पान ठेले से पान खरीद कर और एक सिगरेट पीकर। वैसे विवेक स्मोकिंग नहीं करता था। पर जब बेहद खुश होता तो उसे तलब होती थी। सच कहूँ तो मुझे भी जब कभी वह ऐसा करता था तो बहुत अच्छा लगता था उसका यह अंदाज। उसे मोगरे और मेहँदी की खुशबू बहुत पसंद थी। साथ ही

मेहँदी भरे हाथ। पान से रचे सुर्ख लाल होंठ बेहद पसंद थे उसे। बड़ा रोमांटिक हो जाता था वह। ऐसे में कई गाने भी गुनगुनाने लगता था। जिसमें से एक सदाबहार था.... ना कजरे की धार, ना मोतियों के हार, ना कोई किया सिंगार, फिर भी कितनी सुंदर हो। मैं मुस्कुरा देती। फिर हमारी जिंदगी में परी खुशियों की सौगात लेकर आई। हमारी जिंदगी का बेहद खूबसूरत मोड़। विवेक तो उसे परी ही कहता था। सच परी थी भी बेहद खूबसूरत।

वैसे तो हर माँ बाप के लिए उसकी औलाद दुनिया में सबसे ज्यादा खूबसूरत होती है। पर परी जितनी खूबसूरत बच्ची मैंने कभी नहीं देखी। कहीं नहीं देखी। विवेक कहता ...."बिल्कुल तुम पर गई है" और मैं कहती...."दिल तुम्हारे जैसा है।" वैसी ही चुलबुली। अपने पापा की लाडली परी उन्हीं की तरह मोगरे की खुशबू और पान की लाली की दीवानी थी। छुटपन से ही उसके बाल लंबे थे। मेरे गजरे में से छोटा-सा टुकड़ा उसे भी लगा देते। वह खुशी से नाचने लगती। पान खाते तो छोटा सा टुकड़ा टच करा देते वह उसमें ही खुश हो जाती। हमारी छोटी सी दुनिया, जहाँ किसी और के आने की कोई गुंजाइश ही नहीं थी। मुझे अच्छी तरह से याद है वह रात जब लाइट जाने की वजह से मैं और परी बेहद परेशान हो रहे थे। हमारी परेशानी देखकर विवेक ने कहा....."चलो बाहर घूम कर आते हैं" और परी ने मचल कर कहा..... "आइसक्रीम भी खाएंगे पापा।" कुछ ही देर में हम मोटरसाइकिल पर हँसते मुस्कुराते बैठे थे। तभी ना जाने कैसे ...कहाँ से एक कार तेज रफ्तार से आई और हम उछलकर गिर पड़े। पीछे से आती हुई ट्रक से हमें बचाने के लिए विवेक ने हमें धक्का दे दिया व खुद .....

वह दर्दनाक मंजर मुझे बुत बना गया। परी की आवाज भी मुझ तक नहीं पहुंच रही थी। ना जाने भीड़ में कहाँ से हमारे एक परिचित निकल आए व सिचुएशन को हैंडल किया। मैं और परी काठ की गुड़िया की तरह बेजान हो गये। दर्द का रंग बहुत पक्का होता है। आंसुओं से भी नहीं धुलता। बस अब परी के लिए ही जीना है, सोच कर मैंने अपने आप को संभाला व घर से निकल कर बाहर की दुनिया में कदम रखा। जहाँ विवेक हर कदम खयालों में मेरे साथ-साथ चल रहा था मुझे हिम्मत देते हुए। मैंने प्राइवेट स्कूल में जॉब कर ली। कुछ दिनों से मैं देख रही थी कि परी बेहद खुश है। पूछने पर बताया एक दोस्त अंकल है। बहुत अच्छे हैं। मैंने कहा ...."कहाँ है? कभी उन्हें घर पर लाना"। परी ने खुशी से गर्दन हिला दी। एक दिन अचानक हमारे सामने वाला घर जो काफी समय से खाली पड़ा था उसमें रोशनी और हलचल दिखाई दी। यूँ तो मैं विवेक के जाने के बाद जैसे और कुछ देख ही नहीं पाती थी। पर उस दिन रोशनी पर नजर गई तो वह मुझे अच्छी लगी। तब एक बात समझ में आई कि कभी-कभी नजरें उठाकर देखने से भी नजारे बदल जाते हैं। दूसरे दिन से मैंने 7 दिनों की छुट्टी ले रखी थी। सुबह उठ कर आलस में यूँ ही बालकनी में बैठी थी। तभी सामने एक चेहरा नजर आया। देखते ही मेरे मुंह से एक ही शब्द निकला ...."प्रेम और यहाँ "? उसे देखते ही मेरे मन का पंछी अतीत में छलांग लगा बैठा जैसे कल ही की तो बात हो।

प्रेम से मेरा मिलना भी एक इत्तेफाक ही था। कॉलेज में गेट टुगेदर था। सभी अपने अपने ग्रुप में एंजॉय कर रहे थे। मैं चुपचाप एक कोने वाली टेबल पर बैठे-बैठे सब को देख रही थी। अचानक एक लड़के के आते से ही सारे जोर-जोर से चिल्लाकर खुशी जाहिर करने लगे। मैंने सोचा न जाने कौन है? जिसे मैं नहीं जानती। जानती भी कैसे? मैं तो बहन जी टाइप की लड़कियों में आती थी। सीधी सिंपल। चोटी गुथी हुई। जहाँ मेरी फ्रेंड्स नई नई स्टाइल के कपड़े पहनती, मैं वही सिंपल सलवार सूट पहन कर ही खुश हो लेती। खुशियां तो हमारी मुट्ठी में ही होती है ना। मुट्ठी खोलो और पालो। ना किसी से ज्यादा मिलना। ना ही बात करना। मुझे सब पढ़ न्तु कहते थे। जब भी किसी को कोई नोट्स लेने होते तो कहते ...."चलो पढन्तु के पास नोट्स मिल जायेंगे।" मैं खामोशी से सब की हर बात सुनती और प्रतिक्रिया में सिर्फ मुस्कुरा देती। मेरी यही चीज सबको मेरे करीब ला देती थी। हाँ तो मैं बता रही थी कि वह लड़का अचानक ही माइक हाथ में लेकर गाना गाने लगा। उस के गानों ने सबको मस्ती से भर दिया। वाकई उसकी आवाज बहुत अच्छी थी। प्रोग्राम खत्म होने के बाद घर जाने के लिए मैं बाहर ऑटो का इंतजार कर रही थी। तभी वही लड़का मुझे मोटरसाइकिल पर आता दिखाई दिया। मेरे पास आकर उसने गाड़ी रोकी। गॉगल उतारा। मुझे देखा और कहा ...."चलिए मैं आपको ड्रॉप कर देता हूँ।" मैं परेशान सी उसे देखे जा रही थी। वह कहने लगा...."आपको खा नहीं जाऊँगा। रात काफी हो चुकी है"। ..."मुझे पता है"। मैंने कहा, तो बोल उठा ...."तो फिर क्यों आप"... उसने बात अधूरी छोड़ दी ताकि मैं निर्णय ले सकूँ। मुझे उसकी आँखों व बातों में सच्चाई नजर आई। मैं सकुचाती उसके पीछे बैठ गयी। उसने गाड़ी स्टार्ट की। हम थोड़ी ही दूर पहुंचे थे कि बारिश शुरू हो गई। उसने गाड़ी की स्पीड बढ़ा दी और अचानक स्पीड ब्रेकर पर गाड़ी उछल गई। साथ ही मैं भी। मैं जैसे ही उस से टकराई एक अजीब सी सिहरन बदन में..... उसने पूछा ...."आप ठीक तो है ना "?

मैंने कहा ...."जी"। बारिश और तेज हो चुकी थी। तभी एक चाय का ठेला दिखाई दिया। इतनी तेज बारिश में चाय की महक ने दिल में तलब जगा दी। मैं कुछ कहती उसके पहले ही वह गाड़ी वहाँ रोक चुका था। छोटे से शेड में चाय की गर्मी हमें बहुत सुकून

प्रेम से मेरा मिलना भी एक इत्तेफाक ही था। कॉलेज में गेट टुगेदर था। सभी अपने अपने ग्रुप में एंजॉय कर रहे थे। मैं चुपचाप एक कोने वाली टेबल पर बैठे-बैठे सब को देख रही थी। अचानक एक लड़के के आते से ही सारे जोर-जोर से चिल्लाकर खुशी जाहिर करने लगे।

अगली सुबह सबके लिए सामान्य थी। पर मेरे लिए काफी कुछ बदल चुका था। ना चाहते हुए भी मैं प्रेम का इंतजार करने लगी। कॉलेज में भी दिल नहीं लगा। हर वक्त उसकी नजरों की तपिश मैं अभी भी महसूस कर रही थी।

दे रही थी। हम बारिश कम होने का इंतजार करते वहीं बेंच पर बैठे थे। तभी पहली बार हमने एक दूसरे की तरफ मुस्कुराते हुए देखा। ..."मैं प्रेम ..आप"? "मैं ...सुधा। आपकी आवाज बहुत अच्छी है"। मेरे कहने पर उसने कहा। "आपने सुनी"? मैंने गर्दन हिलाकर गर्दन झुका दी। फिर बातों का सिलसिला शुरू हो गया। उसने बताया कि वह अकेला है। गायन में रुचि थी इसीलिए संगीत सीख कर गाना शुरू किया। "अब यह शौक मेरा पेट भी भरता है" कह कर हँसने लगा। मैं खामोशी से उसे ही देखे जा रही थी,यह सोचते हुए की कितनी सरलता से यह बात कर रहा है। तभी वह कह उठा ..."बोलने में, हँसने में इतनी कंजूसी"? मैं झेंप गई। अपनी साड़ी के पल्लू का पानी निचोड़ने लगी। उसने कहा... "एक कप चाय और" मेरी खामोशी को मेरी सहमति जान। फिर मेरे बारे में जानना चाहा तो मैंने एक लाइन में जवाब देते हुए कहा...."मैं भी आप ही की तरह हूँ"। "मतलब"? ...."मतलब अकेली। अनाथ आश्रम में पली-बढ़ी। पर अभी जिन्होंने मुझे गोद लिया उनके साथ ही रहती हूँ।" इस परिचय ने उसे मेरे अकेलेपन का परिचय दे दिया। वह कह उठा ..."अगर आपको ऐतराज ना हो तो क्या हम अच्छे फ्रेंड बन सकते हैं"? मैंने फिर वहीं मुस्कुरा कर बात खत्म की। तब तक बारिश थम चुकी थी। पर शायद हम दोनों के दिल में चाहतों की अनकही बारिश बरसने लगी थी। मैं तो मन ही मन चाह रही थी कि यह बारिश थमे ही ना। पर जीवन के सभी निर्णय हमारे नहीं होते। कुछ नियम प्रकृति के और कुछ समय के आधीन भी होते हैं। मुझे घर ड्राप करने के बाद उसने मुस्कुराते हुए कहा.... "प्रेम नाम है मेरा, याद तो रहेगा ना"? मैंने फिर गर्दन हिलाकर गर्दन झुका ली। उसकी नजरों की तपिश मुझसे बर्दाश्त नहीं हो रही थी। मैंने बाय कहा और भीतर जाने लगी। तभी उसकी आवाज मेरे कानों में पड़ी.... "मैं कल फिर आऊँगा"।

अगली सुबह सबके लिए सामान्य थी। पर मेरे लिए काफी कुछ बदल चुका था। ना चाहते हुए भी मैं प्रेम का इंतजार करने लगी। कॉलेज में भी दिल नहीं लगा। हर वक्त उसकी नजरों की तपिश मैं अभी भी महसूस कर रही थी। शाम हुई और मैंने मोटरसाइकिल की आवाज सुनी, मैं दौड़कर भागी। तभी देखा वह कोई और .....नहीं.... विवेक था, जो बाद में मेरी जिंदगी का साथी बना मगर अधूरा। उसके बाद मैं प्रेम से कभी नहीं मिली। आज अचानक उसे देखकर मेरे मन में कितने ही विचार उथलपुथल मचाने लगे थे। मैं खुद को रोक ना पायी। सोचा पड़ोसी होने के नाते ही सही मिल आती हूँ। खाली हाथ जाना मुझे अच्छा नहीं लगा। फटाफट प्रेम की पसंद के प्याज के भजिए और चाय बनाकर परी को साथ लिया और थोड़ी ही देर में हम आमने-सामने थे। प्रेम ने हाथ बढ़ाया और कहा ..."प्रेम नाम तो याद है ना"? और मेरे चेहरे पर वही मुस्कान। तभी उसने परी को देखा और कहा... "मैं प्रेम हूँ।" परी ने कहा... "आप मुझे प्रेम करोगे"? उसकी बात पर मैं अचंभित थी कि वह ऐसा क्यों कह रही है? वह भी एक अजनबी से। तभी मेरे सामने यह खुलासा हुआ कि प्रेम परी से पहले भी कई बार मिल चुका है तथा मेरे बारे में सब कुछ जानता है। जब मैंने शिकायती नजरों से उसे देखा तो उसने कहा.... "कुछ लगाव व चाहतें ऐसी होती है कि हाथों में हाथ भले ही ना हो पर हम उनके साथ बंधे होते हैं। मैं उसी रात तुमसे जुड़कर अटूट रिश्ता कायम कर चुका था। दूसरे दिन मैं आया भी था। तभी विवेक जो मेरा जिगरी दोस्त था वह मुझे वहाँ मिल गया। जब उसने मुझे तुमसे रिश्ता पक्का होने की बात बताई तो मैं वहाँ से एक कसक लिए लौट आया। पर मेरा दिल लग नहीं रहा था। नई जगह में शायद दिल को सुकून मिल जाए, यह सोचकर मैं दूसरे शहर में जाकर बस गया। इतने सालों से जिंदगी यूं ही तमाम हो रही थी। तभी मुझे विवेक के बारे में पता चला और मैं इस शहर में फिर लौट आया। मैं परी से मिला और हमारे बीच दोस्ती हो गई। परी ने ही मुझे इस खाली घर के बारे में बताया"। कहकर उसने निगाहें मुझ पर टिका दी।

थोड़ी देर बाद बोला.... "मैंने कोई गलती तो नहीं की ना"? अबकी बार मैंने गर्दन नहीं झुकाई। उसे देखते हुए कहा ..."नहीं"। तभी परी ताली बजाने लगी और प्रेम के पास जाकर खड़ी हो गई। मैंने कहा ...."चाय ठंडी हो गई"। उसने कहा... "गरम भजियों के साथ ठंडी चाय पी लेंगे"। 5 दिनों बाद ही दीवाली थी। दिवाली की सुबह से ही मैं उदास व मायूस थी। बार-बार यही सोचती ..... क्या दीप जलायें हम तकदीर ही काली है। विवेक के जाने से जो अंधेरा दिल और जिंदगी में पसरा था, वह आज उतरकर आँगन में भी पसर गया था। मैं बीते दिनों की याद में इस कदर खोयी हुई थी कि मुझे दिन ढलने का आभास ही नहीं हुआ। तभी अचानक चारों ओर रोशनी ही रोशनी। देखा तो प्रेम और परी ढेर सारी मिठाई, पटाखे, आकाशदीप और कैंडल्स लेकर खड़े थे। परी की आँखें जो सूनी हो चुकी थी,उनमें मुझे आशा के दीप जगमगाते नजर आए। मुझे ना जाने क्या हुआ। मैं एक छोटी बच्ची की तरह रोते हुए प्रेम के सीने से लग गई। उसने मुझे व परी को जैसे अपने में समा लिया और उस दिवाली खुशी के दीप फिर से जल उठे।

# कितना महत्व है धार्मिक कार्यों में दीपक का

डॉ. विभा खरे

दीपावली मुख्यतः दीपोत्सव है। दीपक का धार्मिक महत्व इतना अधिक है कि बगैर दीपक के कोई भी अनुष्ठान या देव पूजन संभव नहीं है। दीपक का कला और साहित्य में भी महत्वपूर्ण स्थान है। इसे ज्ञान का प्रतीक भी माना जाता है। तुलसीदास ने ज्ञान दीप का रामचरितमानस में धड़ल्ले से प्रयोग किया है

## संत कबीर ने भी दीपक के विषय में कहा

"जब मैं था अज्ञान वश सांसारिक दर्द के बोझ से दर-दर भटक रहा था तब मुझे सद्गुरु मिले और उन्होंने मेरे हाथ एक दीपक दिया। उसमें तेल भरा था और कभी न घटने वाली बाती भी। मैं इसी प्रकाश में दुनिया के सारे बाजार का सौदा कर आया।"

भगवान बुद्ध जब मृत्यु शैया पर पड़ी अपनी माता को धर्मोपदेश देकर लौट रहे थे तो रास्ते में गहन अंधकार था। उन्हें रास्ता दिखाई नहीं दे रहा था। तब देवताओं ने दीपक जलाकर उनका मार्ग प्रकाशित किया था। मनुष्य ने दीपक का प्रयोग कब से किया, निश्चित रूप से कहना कठिन है। इतिहास में सबसे पहले मिट्टी के दीपक बनाए जाने का उल्लेख मिलता है। उसके बाद मंदिरों में कलात्मक और सुंदर दीपक जलाये जाने लगे।

रामायण और महाभारत काल तक स्वर्ण दीप और रत्न दीप भी बनने लगे थे। आरम्भ में मिट्टी के दीपक हाथ से बनाये जाते थे और बाती रखने के लिये उसमें एक तरफ हाथ में दबाकर स्थान बना दिया जाता था। बाद में कुम्हार कलात्मक दीपक का निर्माण करने लगे। शनैः शनैः दीपकों में तेल का प्रयोग किया जाने लगा। धार्मिक स्थानों में तथा पूजा अनुष्ठानों में दीपक के अंदर शुद्ध घी का प्रयोग किया जाने लगा। दीपकों की बढ़ती लोकप्रियता ही दीपावली महोत्सव के रूप में मनाया जाने लगा। दीपावली पर तरह-तरह के कलात्मक दीपक प्रज्जवलित करके श्री लक्ष्मी जी का स्वागत किया जाने लगा।

दीपक ने संगीत पर भी अपना असर दिखाया। संगीतकार "दीपक राग" गाने लगे। कहते हैं कि जब पहुँचे हुये संगीतकार दीपक राग गाते हैं, तो दीपक अपने आप जल उठते हैं। घरों में पूजा के लिये उपयोग में लाये जाने वाल दीपक को "अर्चना दीप" अथवा "आरती दीप", मंदिरों में प्रतिमा के पास रखे जाने वाले दीपक को "नंदा दीप" अथवा "गर्भ गृह दीप" के नाम से जाना जाता है। दक्षिण के मंदिरों में प्रतिमा के दोनों ओर वृत्ताकार दीपक जलाने की परंपरा है, उस दीपक को "विशाल दीप स्तम्भ" के नाम से जाना जाता है। आरती दीपक में अनेक बत्तियां रखने का प्रचलन है। ऐसे दीपक को एक मुखी, तीन मुखी, पंच मुखी, सत मुखी कहा जाता है। मंदिरों के प्रवेश द्वार पर बने स्तम्भ पर आज भी दीपक सजाने की परंपरा जीवित है। मंदिरों और राजा-महाराजाओं के महलों के द्वार पर नारी, हाथी-घोड़ा-बैल आदि की प्रतिमा दीपक से सजाया जाता था।। महलों और मकानों के ऊपर जलाये जाने वाले कंदील, जहाज अथवा ढ़ोल दीपक का ही परिवर्तित रूप है।

नेपाल में "कुम्भ दीपक" का प्रचलन है। उसे पकड़ने के लिये मूठ बने होते हैं। तुलसी के पौधे के नीचे रखे जाने वाले दीपक को "वृन्दावन दीपक" कहा जाता है। यह पीतल का एक डिब्बा होता है, जिसके चारों ओर जाली कटी रहती है जिससे पशु पक्षियों से दीपक का घी बचा रहता है। "दीपवृक्ष" भी पीतल का बना होता है। इसमें अनेक शाखायें निकली होती हैं और प्रत्येक शाखा पर एक दीपक होता है। आकाश दीप की परम्परा भी प्राचीन काल से प्रचलित है। ऊँची इमारत पर या लम्बे बांस के सहारे काफी ऊँचाई पर जलायी जाती है। इससे भटके यात्रियों को सही मार्ग पर पहुंचने में सहायता मिलती थी।

आकाश दीप समुद्र में जहाजों को जलमग्न चट्टानों से बचाता है। "दीपलक्ष्मी" खासकर दीपावली पर जलायी जाती है। "दीपलक्ष्मी" में लक्ष्मी की प्रतिमा के चारों ओर दीपक बने होते हैं। दीपक चारों ओर से प्रज्जवलित होकर लक्ष्मी को "दीपलक्ष्मी" का रूप प्रदान करते हैं।

वस्तुतः दीपक के अनेक आकार प्रकार हैं। सभी मांगलिक माने गए हैं। कोई भी मंगल कार्य हो उसमें दीपक का होना अनिवार्य माना गया है।

# रंगोली सजाओ...!

**मीनाक्षी मोहन 'मीता'**
पंचकूला, हरियाणा

**जीवन के रंगों को उकेरती,**
**रंगों और फूलों से सजी रंगोली...**
**घर-द्वार की शोभा बढ़ाती है।**
**तन और मन को हर्षित करती,**
**रंगोली जीवन में सजीवता लाती है।**

जी हां, फूलों से,रंगों से,और दीपकों से जगमगाती रंगोली अनायास ही मन को आनन्द से भर देती है। जीवन को सकारात्मक ऊर्जा देती रंगोलियों को देख कर जहां एक और तो मन-मयूर नाचने लगता है, वहीं इसे बनाते वक्त मन में आनद हिलोरें लेने लगता है, और स्वतः ही मन से मधुर गीत फूटने लगते हैं।

दोस्तों, आंगन या द्वार पर रंगोली बनाना बेहद शुभ माना जाता है और इससे घर की सुख-समृद्धि में वृद्धि होती है। दोस्तों, जब श्रीराम अपनी पत्नी सीता के साथ 14 वर्षों का वनवास व्यतीत करके अयोध्या वापस लौट रहे थे, तब अयोध्या वासियों ने उनका पूरे हर्षोल्लास से स्वागत किया था। इसके लिए अयोध्या वासियों द्वारा घर की साफ-सफाई करके घर के आंगन में या फिर प्रवेशद्वार के समीप रंगोली बनाई गई थी तथा पूरे अयोध्या को दीपक से सजाया गया था। तभी से प्रत्येक वर्ष दीपावली पर रंगोली बनाने का रिवाज़ प्रचलित हो गया जो अब तक चला आ रहा है। 'रंगोली' का अर्थ है- रंगों के जरिये भावों को अभिव्यक्त करना।

भारत के अन्य भागों में इसे अलग अलग नामों से जाना जाता है।, गुजरात में इसे

सतिया, महाराष्ट्र में रंगोली, मध्यप्रदेश, उत्तर प्रदेश में चौक पूरना व सांझी, पहाड़ों में चौक पूरण व कहीं-कहीं 'एपण', राजस्थान में मंडने, बिहार में अरिचन, मधुबनी, कहजर, आँध्र प्रदेश में मुग्गुल और दक्षिण भारत में कोलम कहते हैं।

भारत के दक्षिण किनारे पर बसे केरल में ओणम के अवसर पर रंगोली सजाने के लिए फूलों का इस्तेमाल किया जाता है।

तमिलनाडु, आंध्रप्रदेश और कर्नाटक के 'कोलम' में रंगोली को ज्यामितीय और सममितीय आकारों से सजाया सजाया जाता है। इसके लिए चावल के आटे या घोल का इस्तेमाल किया जाता है। चावल के आटे के इस्तेमाल के पीछे इसका सफेद रंग होना व आसानी से उपलब्धता है। सूखे चावल के आटे को अँगूठे व तर्जनी के बीच रखकर एक निश्चित साँचे में गिराया जाता है। राजस्थान का मांडना जो मंडन शब्द से लिया गया है का अर्थ सज्जा है। विभिन्न पर्वों, उत्सवों पर मांडना से घरद्वार सजाए जाते हैं। कुमाऊँ के 'लिख थाप' या थापा में अनेक प्रकार के आलेखन प्रतीकों, कलात्मक डिजाइनों, बेलबूटों का प्रयोग किया जाता है। उत्तर भारत में रंगों और फूलों द्वारा गणेशजी,स्वस्तिक चिह्न और मोर आदि शुभ चिह्नों द्वारा रंगोली बनाई जाती है। घर पे प्रवेश द्वार से पूजा घर तक माँ लक्ष्मी के पद चिह्न बनाये जाते हैं जो धन-वैभव और सुख-समृद्धि के प्रतीक चिह्न माने जाते हैं।

रंगोली सिर्फ एक कलात्मक अथवा सजावटी वस्तु नहीं है। रंगोली की आकृतियां घर से बुरी आत्माओं एवं दोषों को दूर रखती हैं। रंगोली के सुंदर रंग घर में खुशहाली एवं सुख-समृद्धि लाते हैं। भारत के कई क्षेत्रों में रंगोली बनाते समय स्त्रियों और कन्याओं द्वारा लोक-गीत भी गाए जाते हैं। रंगोली बनाते समय स्त्रियों में रंगोली के भावों और आकृतियों के प्रति प्रेम, लगन और उसकी भक्ति अनायास ही ज़ाहिर होती है। स्त्रियाँ जैसे-जैसे रेखाएँ खींचती हैं, उन रेखाओं में आकृतियाँ बनती जाती हैं, अपने भावों की अभिव्यक्ति वे गीतों की पंक्तियों में भी करती हैं। रंग, फूल, रंगदार चीज़ें और कई बार तो जलते हुए दिये की मदद से घर की दीवारों या फिर ज़मीन पर सुंदर आकृतियां बनाई जाती हैं। जरा याद कीजिए, बचपन की वो दीपावली जब आप अपनी मां के साथ बैठकर घर के मुख्य द्वार पर रंगोली बनाती थीं। लाल, पीले, हरे, नीले और गुलाबी रंगों से उकेरी गई फूल-पत्तियां, शंख, मोर, हंस, मछलियां, अष्टदल कमल, हाथी, मंगल कलश, दीपक और देवी-देवताओं की मनोहारी छवि बनाते थे...ऐसा लगता था कि सीधे आकाश से इंद्रधनुष हमारे घर-आंगन में उतर आया हो। रंगोली को भारत के कुछ क्षेत्रों में अल्पना के नाम से भी संबोधित किया जाता है। अल्पना भी एक संस्कृत शब्द 'अलेपना' से बना है, जिसका अर्थ है लीपना अथवा लेपन करना। अल्पना भी बहुत तन, मन व श्रद्धा से बनाई जाती है। इस कला में प्रयोग आने वाली सामग्री आसानी से हर स्थान पर मिल जाती है। इसलिए यह कला गरीब से गरीब परिवार में भी अंकित की जाती हैं, जैसे - पिसे हुआ चावल का घोल, सुखाए हुए पत्तों के पाउडर से बनाया रंग, चारकोल, जलाई हुई मिट्टी आदि।

रंगोली बनाते समय मन को अपार शांति मिलती है और हम बेहद सकारात्मक महसूस करते हैं,हमारे मन का तनाव छू मंतर हो जाता है। साथ ही साथ रंगोली बनाते समय हमारी अंगुली और अंगूठा मिलकर ज्ञानमुद्रा बनाते हैं, जो हमारे मस्तिष्क को ऊर्जावान और सक्रिय बनाने के साथ-साथ बौद्धिक विकास में महत्वपूर्ण भूमिका अदा करते हैं। तो इस दिवाली अपने घर आंगन को रंगोली के रंगों से सजा कर माँ लक्ष्मी के आशीर्वाद को प्राप्त करें और गायें...

**रंगोली बनाऊंगी,**
**घर-द्वार सजाऊंगी।**
**दीपोत्सव के अवसर पर**
**मैं मंगल गीत गाऊँगी।**

कुरीतियां

# दिवाली दियों के साथ मनाएं अंधविश्वास के साथ नहीं...

आभा चौहान
अहमदाबाद


दिवाली के इन 5 दिनों में कुछ लोग अपना स्वार्थ सिद्ध करने के लिए अनेक तांत्रिक साधनाएं भी करते हैं उनका सोचना ऐसा होता है कि यह सब करने से वह अपने शत्रु पर विजय प्राप्त कर लेंगे या ग्रह शांति मिलेगी व लक्ष्मी जी प्रसन्न हो जाएंगी। सभी तांत्रिक विधियाँ करने के लिए ज्यादातर तांत्रिक रात को शमशान में जाकर यह विधियां करते हैं। जो कि अनुचित है।

दिवाली खुशियों का त्योहार है, रोशनी का त्योहार है, अपनों से मिलने का पर्व है, बुराई पर अच्छाई की जीत का प्रतीक है। दिवाली के दिन सब अपने मन के बैर- भाव मिटा कर एक-दूसरे से गले मिलते हैं। देखा जाए तो दिवाली अपने साथ खुशियों की पोटली लेकर आती है। दिवाली का त्योहार हम लगातार पांच दिनों तक मनाते हैं। दिवाली के हर दिन के साथ एक अलग कहानी है। हर दिन को मनाने का अपना अलग महत्व है। वही दिवाली के साथ कुछ अंधश्रद्धा व कुरीतियां भी जुड़ी हुई है।

दिवाली के इन 5 दिनों में कुछ लोग अपना स्वार्थ सिद्ध करने के लिए अनेक तांत्रिक साधनाएं भी करते हैं उनका सोचना ऐसा होता है कि यह सब करने से वह अपने शत्रु पर विजय प्राप्त कर लेंगे या ग्रह शांति मिलेगी व लक्ष्मी जी प्रसन्न हो जाएंगी। सभी तांत्रिक विधियाँ करने के लिए ज्यादातर तांत्रिक रात को शमशान में जाकर यह विधियां करते हैं। जो कि अनुचित है।

दिवाली पर अक्सर उल्लू जैसे पक्षियों की शामत आ जाती है और कई तरह की तांत्रिक वस्तुएं, आंकड़े के पौधे की जड़, जड़ी-बूटियां बाजार में मिलने लगती हैं। बेचारा कछुआ भी आफत में रहता है। टोने के चक्कर में लोग ढूंढते हैं सुअर का दांत, हाथी का दांत, घोड़े की नाल, कबूतर या शेर के नाखून, सांप की केंचुली या फिर काली बिल्ली और उल्लुओं की आंख। ऐसी कई साधनाएं हैं जो कि अवैदिक और अपौराणिक मानी गई है जिनमें से एक है ऐसी तंत्र साधना जिसे अघोर या भयावह कहते हैं। यह सभी अंधविश्वास हैं।

दूसरी ओर हमारे यहां एक और मान्यता है दिवाली की रात जुआ खेलने की। लोग अपने हाथों से अपना नुकसान करने के लिए उस दिन तैयार रहते हैं और उसके पीछे वह प्रथा का नाम लेते हैं। उनका मानना है क्योंकि दिवाली के दिन भगवान शिव और पार्वती ने जुआ खेला था इसलिए हमें भी खेलना चाहिए, जुआ खेलने से लक्ष्मी प्रसन्न होती है। इस बात का किसी भी ग्रंथ व पुराण में कही भी उल्लेख नहीं है। आप खुद ही सोचिए कि भगवान किसी भी बुराई वाली चीज पर कैसे खुश हो सकते हैं ? लेकिन लोग परंपराओं के मामले में बहस नहीं करना चाहते। इसलिए वर्षों से धनतेरस और छोटी दीपावली के दिन जुआ खेलने की प्रथा है। इसलिए लोगों के लिए यही संदेश है कि जुआ खेलना अच्छी बात नहीं होती। आप अपने पैसों से किसी के चेहरे पर मुस्कान ला सकते हैं बजाय कि आप अपनी गाढ़ी कमाई जुए में गंवाएं। विवेक से काम लें और बेहतर होगा कि इस गंदी चीज में साथ ना दें।

मेरी बात अभी यहां पर खत्म नहीं हुई है पटाखों की बारे में भी मैं कुछ साझा करना चाहती हूं। थोड़े-बहुत पटाखे जलाना गलत नहीं है पर लोगों की देखा-देखी में आकर महंगी-महंगी आतिशबाजी करना अत्यधिक गलत है। इससे हमारे वातावरण में धुँआ फैलता है। हमारी हवा प्रदूषित हो जाती है और लोगों को सांस लेने में भी तकलीफ होती है। सच बात तो ये है कि पटाखे का किसी भी धर्म से कोई रिश्ता नहीं है फिर भी ना जाने क्यों लोग दिवाली के दिन इतने पटाखे जला देते हैं। और यह पटाखों का कचरा नदियों में जाकर नदियों को भी बर्बाद करता है। पटाखे हमारे लिए बहुत ही हानिकारक है। इस समस्या पर विचार करना चाहिए। अपनी धरती को बर्बाद होने से बचना चाहिए।

दिवाली जैसा पवित्र त्योहार सिर्फ दियों, मिठाइयों और रस्मों के साथ मनाए तो इससे बेहतर कुछ नहीं होगा।

रिवाज

# दिवाली पर सोने-चाँदी के सिक्कों व आभूषणों की ख़रीददारी और पूजन का महत्व

**दीपावली का त्योहार भारत के महत्वपूर्ण त्योहारों में से एक है जो कि अंधकार पर प्रकाश अर्थात् बुराई पर अच्छाई की जीत का त्योहार है। दीपावली ख़ुशियों और वैभव का त्योहार है, इसीलिए प्राचीन काल से ही दीपावली के अवसर पर आभूषण और सिक्के ख़रीदने का प्रचलन रहा है और माता लक्ष्मी के पूजन के लिए सोने-चाँदी के सिक्कों व आभूषणों का प्रयोग होता रहा है।**

**चलिए आज जानते हैं कि सोने-चाँदी के सिक्के और आभूषणों के पूजन और इन्हें पहनने का औचित्य क्या है?**

आरती 'आरज़ू'

हिंदू धर्म के अनुसार सोना और चाँदी, यह दोनों ही धातुएँ अत्यंत शुद्ध हैं, इनके प्रयोग से ज्ञान, ध्यान और शिक्षा के क्षेत्र में व्यक्ति पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है। पुराने चित्रों और कलेंडरों में जो भी देवी-देवताओं की छवि दिखाई पड़ती है उन सभी में आभूषण और सिक्कों को दर्शाया गया है। देवी लक्ष्मी द्वारा, सोने के सिक्कों को अपने बाएं हाथ से ज़मीन पर छोड़ते हुये दिखाते हैं, ये सोने के सिक्के आध्यात्मिक और भौतिक समृद्धि का प्रतिनिधित्व करते हैं। देवी पर सोने के बर्तनों से ही जल डालने वाले चारों हाथी - बुद्धिमत्ता, शुद्धता, कर्तव्यपरायणता और दानशीलता का प्रतिनिधित्व करते हैं।

बहुत से धार्मिक ग्रंथों में उल्लेख किया गया है कि सोना भगवान विष्णु को बहुत ही प्रिय है, इसलिए सोने के गहने धारण करने और सोने के पूजन से विष्णु जी प्रसन्न होकर अपने भक्त के जीवन की सारी समस्याओं का हरण कर लेते हैं। यहीं कारण है कि धनतेरस के दिन खरीदे जाने वाले सोने-चांदी के सिक्कों, बर्तनों और आभूषणों को दीपावली के दिन लक्ष्मी-पूजन के समय पूजा में रखा जाता है ताकि विष्णु भगवान सहित मां लक्ष्मी प्रसन्न हो और धन, शुभता का आशीर्वाद दें।

प्राचीन किवदंतियों के अनुसार चांदी भगवान शंकर के नेत्रों से उत्पन्न हुई थी और चाँदी को चाँद से जुड़े होने के कारण जल तत्व माना जाता है। अग्नि तत्व से जुड़े होने के कारण सोने को समृद्धि, पवित्रता और खुशी का प्रतीक माना जाता है क्यूँकि कहा जाता है कि अग्नि से ज़्यादा पवित्र कोई तत्व नहीं।

## सोना और चाँदी धारण करने के वैज्ञानिक कारण

विज्ञान के अनुसार सोने की धातु से बने गहनों में एंटी-इंफ्लामेट्री गुण पाए जाते हैं जिससे व्यक्ति का रंग निखरता है और उसे सकारात्मक ऊर्जा मिलती है। शरीर में सकारात्मक ऊर्जा के प्रवाह से व्यक्ति निरोगी रहता है और उसकी उम्र भी बढ़ती है। सोने की तासीर गर्म मानी जाती है इसलिए नाभि से नीचे नहीं धारण करने चाहिए वर्ना आपके सिर के साथ-साथ पैर भी गर्म रहेगा जिससे आप रोग ग्रस्त हो सकते है। धार्मिक दृष्टि से ऐसा करने से भगवान विष्णु का अपमान होता है और देवी लक्ष्मी रुष्ट हो जाती है और आपको कई तरह की परेशानियों का सामना करना पड़ सकता है।

चांदी से बने गहने पहनने से कफ के रोगों के साथ-साथ अन्य कई बीमारियों से बचाव होता है। चांदी की पायल पहनने से पीठ, एड़ी, घुटनों के दर्द और हिस्टीरिया रोगों से राहत मिलती है। चाँदी की पायल हमेशा पैरों से रगड़ खाती रहती है जो कि स्त्रियों की हड्डियों के लिए काफी फ़ायदेमंद है। इससे उनके पैरों की हड्डी को मज़बूती मिलती है। चाँदी की तासीर ठंडी होने के कारण यह शरीर में होने वाले किसी भी दर्द को रोकने में मददगार होती है।

हमारी भारतीय संस्कृति, धार्मिक महत्व के साथ हमेशा ही वैज्ञानिक तथ्यों का भी प्रमाण मिलता ही हैं। इसलिए अपनी संस्कृति का अनुसरण करते हुए सोने और चाँदी के सिक्कों के साथ आभूषण की खरीददारी कर, माता लक्ष्मी और अन्य देवी-देवताओं का आशीर्वाद प्राप्त करें।

# देखो जी मेरे आंगन में चांद उतरा

(नए मेहमान का आगमन)

उतरा चाँद मेरे आंगन में
फ़लक के तारों को देख
जागती थी तमन्ना
कोई एक सितारा
मेरे आँगन में भी उतरे

उतर आया है पूरा चाँद
मेरी बगिया में
और रोशन हो गयी है
मेरी बाड़ी उसकी चांदनी से

चमक गया है हर पल जैसे
मेरे धूमिल पड़े जीवन का
मिल गया है मकसद जैसे
मुझे अपनी ज़िंदगी का.

मेरी ज़िंदगी की धुरी का वो
केन्द्र बन गया है
मेरे घर एक नन्हा सा
फरिश्ता आ गया है

• मेरी निहारिका टीम

# गुलजार अपने डेंटिस्ट से

डॉक्टर साब दो दिनों से लेफ्ट साइड बहुत दर्द कर रहा है । रात भर नींद नहीं आई है।

**डेंटिस्ट**: महसूस तो होता ही होगा कुछ। दर्द धड़कन के आगोश में लिपटी, उस सहमे हुए यूकेलिप्टस के पत्तों की दो बूंदे यूं ही दांत पर डाल देते।

गुलजार: वह छोड़ दीजिए। दर्द बहुत हो रहा है। जरा कुछ कीजिए।

**डेंटिस्ट**: दांतो तले रुई के ख्वाब में रात की स्याही सी वो दवा दांतों के साथ बातें करके किसी पुराने नुस्खे की तरह आपको कंबल सी गरमाई देगी।

**गुलजार**: डॉक्टर साहब आप समझते क्यों नहीं है कि कितना दर्द हो रहा है। कृपा करके कुछ कीजिए।

**डेंटिस्ट** : उनके मुंह में झाँकते .... हुए हां, कुछ अटके हुए अल्फाज है, दो दांतो के बीच, जो बहुत पुराने कहावतों की तरह गूंजती काली कंबल सी सिमटी बुझी रात की गवाही दे रहे हैं।

**गुलजार**: डॉक्टर उसे जो कुछ है वहां ,निकालो जल्दी ।दर्द सहा नहीं जा रहा प्लीज।

**डेंटिस्ट** : आसमान के साथ गुफ्तगू करती हुई, उस हिलती हुई कुर्सी पर आप अपनी पीठ की मुलाकात फरमाए।

**गुलजार** :क्या? क्या करूं? मैं समझा नहीं।

**डेंटिस्ट** : ये सुई आपके इस आ रहे दर्द को गुमनामी के आगोश में लुप्त कराएगी। इन अटके हुए अल्फाजों को एक बादल की कलम से लिखे हुए आदमी की तरह नशेमन तक ले जाएगी। उस उजड़े हुए शहर के हाथ से जब आप चाहेंगे तब आपको एक बेदखल दाँत दो लाइनों का इंतजार करते इस ट्रेन में पड़ा मिलेगा ।

**गुलजार** : यानी कि?

**डेंटिस्ट** :जो बातें खुद नहीं समझ सकते हो गुलजार भाई, वह दूसरों के माथे क्यों पोत दिया करते हो?.... दांत निकालना पड़ेगा। सड़ गया है समझे?

**• मेरी निहारिका टीम**

**मानू माहेश्वरी**
निजामाबाद

# इन्हें भी आजमाइए

- बच्चे या बड़े दुबले हो रहे हैं तो दूध में शहद मिलाकर दिन में एक बार ले बच्चों को डेढ़ सौ ग्राम दूध में 1 टेबलस्पून शहद दे इसी प्रकार बड़ों की मात्रा तय करें।
- जो बच्चा नींद में रोता है उसका कारण पेट में तकलीफ होती है दिन में दो तीन बार शहद चटा दे।
- छाती में जलन हो रही है तो पुदीना, नमक नींबू की शिकंजी पिए दिन में तीन बार दो-तीन दिन पीने से पूर्ण रूप से जलन खत्म हो जाएगी। हिचकी अगर तेज मिर्च मसाले से हिचकी आ रही है तो शहद चाट लेना चाहिए।
- फेफड़ों तक सूजन और जलन के कारण हिचकी आ रही है तो 5 आंवले का रस, 5 ग्राम शहद मिलाकर रखें। दिन में चार बार दो दो चम्मच यह मिश्रण लेते रहे।
- कई दिनों से हिचकी आ रही है तो मोर पंख के चंदवा को जलाकर भस्म बना ले ।उस भस्म को शहद में मिलाकर चाटे।
- **पथरी** : नींबू पानी में सेंधा नमक मिलाकर पिएं। खीरे पर सेंधा नमक और नींबू मिलाकर खाएं। ये दिन में दो बार तीन बार ले सकते हैं।
- **श्वेत प्रदर** : प्याज का रस 50 ग्राम ,शहद 50 ग्राम मिलाकर कांच की बोतल में भरकर रखें ।सुबह दो चम्मच शाम को दो चम्मच करीब 40 दिन तक लें ।

रेसिपी

शकुंतला डालमिया
नागपुर

# परवल की मिठाई

**सामग्री** : परवल आधा किलो, शक्कर पाव किलो, 4 टीस्पून पिसी शक्कर, थोड़ा सा इलायची पाउडर फ्लेवर के लिए, काजू बादाम पिस्ता बारीक कटे हुए अपनी इच्छा अनुसार और स्वादानुसार

**विधिः** परवल के छिलके निकाल लें। उनमें हल्का सा चीरालगाएँ व ढोकले की तरह उन्हें भाप में 10 मिनट तक पका लें।

चाशनी तैयार करने के लिए एक कटोरी पानी में शक्कर डालें और गैस पर चढ़ा कर एक तार की चाशनी तैयार करें। चासनी की टेस्टिंग हम उंगली पर डालकर करेंगे। जब हम चासनी दिल्ली हुई उंगली को दूसरी उंगली से टच करेंगे तो दोनों उंगली हटाने पर हमें एक तार जैसा नजर आएगा। यह हमारी एक तार की चाशनी तैयार हो गई।

अब पहले भाप में पकाए परवलों को निकाल कर ठंडा कर लें। ठंडा होने के बाद उसमें से बीज व गूदा हल्के हाथों से निकाल ले। फिर उन्हें तैयार चासनी में डाल कर 10 मिनट तक छोड़ दे। 10 मिनट के बाद परवल को एक चलनी में निकाल कर रखें ताकि एक्स्ट्रा चासनी निकल जाए।

फिर एक कढाई में खोवा डालकर 1 मिनट के लिए हल्का भूने और गैस बंद कर दे। तत्पश्चात पूरे ड्राई ड्राई फ्रूट्स,पिसीशक्कर, इलायची पाउडर डाल कर अच्छे से मिक्स कर दे। मिश्रण ठंडा होने के बाद उन्हें परवलों में भर दे। सजावट के लिए ऊपर से सिल्वर की वरक अगर आप चाहें तो लगा सकते हैं। बेहतर स्वाद के लिए आधे घंटे के लिए फ्रिज में रखें।

# कांजी बड़ा

**बड़ा बनाने के लिए सामग्रीः** मूंग दाल आधा किलो, सौफ एक टीस्पून, साबुत धनिया एक टी स्पून नमक स्वाद अनुसार, लाल मिर्च पाउडर 2 टी स्पून, हिंग पाउडर चौथाई टीस्पून, गेहूं का आटा 2 टीस्पून, मोयन के लिए तेल 3 टीस्पून कांजी बनाने के लिएः डेढ़ लीटर पानी नमक 8 टीस्पून( अपने स्वाद के हिसाब से कम ज्यादा कर सकते हैं) पीसी राई 2 टीस्पून पीली सरसों पिसी हुई 2 टीस्पून

यह सब पानी में डाल कर अच्छे से मिक्स कर लें। बड़े बनाने के लिए दाल को कम से कम 5 से 6 घंटे भिगो दें। फिर पानी निकालकर मिक्सी में पीस लें। पीसने के बाद उसमें साबुत धनिया, हिंग पाउडर, नमक, लाल मिर्चपावडर, तेल, गेहूं का आटा सब अच्छे से मिला ले।

फिर कढ़ाई में तेल गर्म करके बड़े उतार लें। आपको जिस तरह से सुविधा हो उसी तरह से उतार लें। जैसे मैं चम्मच से घोल डालती हूँ बड़ा उतारने के लिए। पर इसके लिए हमें घोल थोड़ा पतला करना होता है। फिर हमने जो कांजी का पानी तैयार किया है उसमें यह बड़े डाल दें। बेहतर स्वाद के लिए एक कोयला लेकर गैस पर अच्छे से गर्म करें व उसे एक कटोरी में रख कर उसे बड़े के भगाने में रखें। उस पर थोड़ा सा चुटकी भर हींग व थोड़ा सा तेल डालकर ढक दें। इससे धूनी का बहुत अच्छा फ्लेवर आता है। लीजिए हमारे काँजी बड़े तैयार हैं। कांजी कम से कम 24 घंटे में तैयार होती है। गर्मी के दिन हो तो जल्दी वरना ठंड में 24 घंटे लग जाते हैं प्रॉपर टेस्ट के लिए।

मंजू शर्मा
ओडिशा भुबनेश्वर

# खजूर और सूखे मेवे की मिठाई

आवश्यक सामग्री : खजूर 400 ग्राम, काजू 20 ग्राम, बादाम 20 ग्राम, किशमिश एक चम्मच, पिस्ता एक चम्मच, खश-खश 1 छोटा चम्मच, घी 2 चम्मच

**खजूर की बर्फी बनाने की विधिः** सबसे पहले खजूर के अंदर की गुठलियों को निकाल लें। और फिर खजूर को मिक्सी में डालकर मोटा मोटा पीस लें। याद रहे हमें खजूर का ज्यादा बारीक पेस्ट नहीं बनाना है। अब काजू बादाम और पिस्ते को छोटे-छोटे टुकड़ों में काट लें और अलग प्लेट में निकालकर रख दें। अब एक पैन को मध्यम आंच पर गर्म करें, पैन में खसखस डाल कर हल्का-सा भुन ले। बस थोड़ा-सा हल्का कलर बदलने तक भूनें और फिर एक प्लेट में निकाल कर रख दें।

अब उसी पैन में घी डालकर पिघलने के लिए मध्यम आंच पर रखें। जब पूरी तरह घी पिघल जाए तब इसमें काजू, बादाम, पिस्ता, किशमिश डालकर 1-2 मिनट के लिए भुने। मेवे को भुनने से इस रेसिपी में स्वाद अच्छा आता है। जब मेवा भुन जाए तब इसे भी अलग प्लेट में निकाल कर रख दें।

अब उसी पैन में एक चम्मच घी डालें। जब घी पिघल जाए तब पीसी हुई खजूर को पैन में डालें और गैस की आंच धीमी रखें और चम्मच से लगातार मिलाते हुए पकाएं। 3-4 मिनट बाद खजूर नरम होकर पिघलने लगेगी, तब भुने हुए मेवे मिलाए और ठीक इसी तरह दो-तीन मिनट मिलाते हुए पकाएं।

अब गैस बंद कर दें और 1 मिनट ठंडा होने दें। ज्यादा देर ठंडा नहीं होने देना है वरना बर्फी नहीं बनेगी। ठंडा होने के तुरंत बाद हाथों पर घी लगाकर चिकना करें। अब खजूर और मेवे का मिश्रण को गोल लंबा आकार में तैयार करें। अब एक बटर पेपर या एलुमिनियम फाइल इसके ऊपर लपेट दे और 1-2 घंटे के लिए फ्रिज में सेट होने दें। अब फ्रिज से बाहर निकालें और एलुमिनियम फॉयल हटा दे। अब चाकू से गोल आकार में इसको काट ले। खजूर की बर्फी बनकर तैयार है। ये मिठाई सच में बहुत ही स्वादिष्ट और हैल्दी है आप सब ड्राई करें। खासकर जिसको हीमोग्लोबिन की शिकायत है।

# सत्तू से बनें स्वादिष्ट पेड़े

• **मंजू शर्मा,** ओडिशा भुबनेश्वर

**आवश्यक सामग्री** : सत्तू - 2 कप (250 ग्राम), पीसी हुई चीनी पाउडर- (200 - 250 ग्राम), घी - 1 कप (200 ग्राम), थोड़ा-सा इलायची पाउडर, पिस्ते - 10-12, काजू - 20-25, बादाम - 20-25

**बनाने की विधि** : कढाई में घी डाले, घी पिघलने पर सत्तू डालकर अच्छी तरह चलाते रहें। धीमी आग पर सत्तू को 5-6 मिनिट तक भून कर गैस बंद कर दीजिए और मिश्रण को अलग प्याले में निकाल लीजिए, ताकि ये जल्दी से ठंडा हो जाय। काजू, पिस्ते और बादाम को छोटे-छोटे टुकडों में काट कर तैयार कर लीजिए. इलायची को छील कर पाउडर बना लीजिए. सत्तू के ठंडा होने पर इसमें पीसी चीनी, कटे हुए काजू, बादाम, पिस्ते( थोड़े से पिस्ते बचा कर रख लें ) और इलायची पाउडर डाल दीजिए और सभी चिजों को अच्छी तरह मिलाकर मिक्स करके तैयार कर लीजिए। अब इसे पेड़े का आकार दे। आप चाहें तो लड्डू भी बना सकती है।पेड़े के बीच में थोड़े कटे हुए मेवे डालकर सजाएं। तैयार है आपकी स्वादिष्ट मिठाई।

पूजा हंस
नोएडा

# आटा कुकीज़

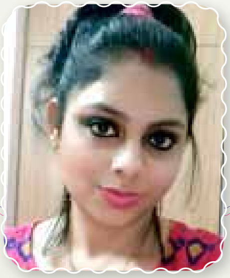
दिवाली का त्योहार आने को है ऐसे में मिठाइयों की भरमार होती है सब जगह। आइए, क्यूँ ना दिवाली पर इस बार बनाए कुछ मीठा पर अलग तरीक़े से, तो चलिए बनाते है स्वादिष्ट और सेहतमंद आटा कुकीज़।

आटा - 1 कप, बेसन - 1/2 कप, नमक - 3 चुटकी, इलायची पाउडर - 1/4 छोटी चम्मच, चीनी पाउडर - 1/3 कप, घी - 1/3 कप, बेकिंग सोडा - 1 छोटी चम्मच

आटा, बेसन, इलायची पाउडर, नमक, बेकिंग सोडा और चीनी को मिलाकर छलनी से छान लें। घी की सहायता से आटा गूथ लीजिये, दूध या पानी ना मिलायें। अगर जरूरत हो तो एक छोटी चम्मच घी डालिये, ताकि मिश्रण की स्थिरता बनी रहे। आटे का एक छोटा-सा हिस्सा लें और अपने मनपसंद आकर में कुकी तैयार करें। कुकीज़ को ग्रीस की हुई बेकिंग ट्रे पर रखें। प्री-हीट ओवन में 180 डिग्री तापमान पर 12-14 मिनट तक बेक करें। ओवन में से निकाल कर, ठंडा होने पर एयर-टाइट कंटेनर में स्टोर करें।

# छठ व्रत सूर्य के प्रति आस्था का समर्पण या प्रकृति की पूजा

परिवार और संतान की खुशहाली की प्रकृति से प्रार्थना है छठ जिसमें गीतों के माध्यम सभी की खुशी मांगी गई हैं! अंधो को आँखें, निःसंतान को संतान कोढ़ी को काया आदि! बेटे के साथ बेटी और दामाद सभी की मंगल कामना की आकांक्षा है ...



रीतिका सिन्हा श्रीवास्तव

नीरज वर्मा

बिहार में मनाया जाने वाला कार्तिक मास का यह पर्व लगभग पूरे भारत में और विदेश में भी प्रवासी भारतीयों द्वारा बिहार जितनी ही श्रद्धा और पवित्रता के साथ मनाया जाता है।

छठ व्रत सूर्य के प्रति आस्था का समर्पण है। या यों कहें प्रकृति की पूजा है। सूर्य जिसके प्रकाश से पृथ्वी के जीव- जगत का जीवन संचारित होता है, उसकी आराधना है। उषा काल के सूर्य से लेकर अस्पताल गामी सूर्य की उपासना इस व्रत में की जाती है। लगभग चार दिनों का यह व्रत कुछ कठिन नियमों के पालन के साथ संपन्न किया जाता है। हिन्दू धर्म में यही एक ऐसा व्रत अनुष्ठान है जिसमें किसी पंडित या पुरोहित की आवश्यकता नहीं पड़ती है।

छठ पर्व साल में दो बार मनाया जाता है। एक कार्तिक मास और दूसरा चैत्र मास में। ये दोनों ही कार्तिक और चैत्र मास की अमावस्या के छठे दिन मनाया जाता जाता है। इस लिए इस पर्व का नाम ही छठ प्रचलित हुआ है। दीपावली के दो दिन बाद से इस व्रत का शुभारंभ किया जाता है यम द्वितीया के दिन से पूजा के प्रसाद के लिए ठेकुआ (आटे गुड़ और घी से बना स्वादिष्ट मीठा पकवान) और कसार (चावल और गुड़ से बना लड्डू) के लिए गेहूँ और चावल को धोया -सुखाया जाता है। छठ के गीत गाना भी इसी दिन से शुरू हो जाता है इसके अगले दिन नहाय- खाय (पवित्र स्नान आदि) के बाद शुद्ध नये मिट्टी के चूल्हे पर आम की लकड़ी के जलावन पर बिना प्याज- लहसुन से बनी कद्दू (लौकी) की सब्जी, चने की दाल और अरवा चावल (बिना धान उबाली धान का चावल) बनाया जाता है। सूर्य के ध्यान के बाद व्रती इस भोजन को ग्रहण करते हैं। फिर प्रसाद स्वरूप परिवार संबंधी और मित्रों को सभी को यह भोजन दिया जाता है।

"छठ पर्व साल में दो बार मनाया जाता है। एक कार्तिक मास और दूसरा चैत्र मास में। ये दोनों ही कार्तिक और चैत्र मास की अमावस्या के छठे दिन मनाया जाता जाता है। इस लिए इस पर्व का नाम ही छठ प्रचलित हुआ है।

इसके अगले दिन, दिन भर के व्रत के बाद शाम को घर में ही पवित्र स्नान पूजा के बाद शुद्ध मिट्टी के चूल्हे और आम की लकड़ी पर पकाई खीर पूड़ी का भोग छठी मइया को लगाने के बाद व्रती ग्रहण करते हैं। इस प्रसाद को ग्रहण करते समय व्रती को कोई आवाज़ नहीं देता है ना टोकता है। प्रसाद में कोई कंकड़ या धान भी नहीं हो, इसकी पूरी सावधानी रखी जाती है, अन्यथा व्रती को प्रसाद भोग छोड़ देना पड़ता है। व्रती के प्रसाद ग्रहण के बाद खीर -पूड़ी का प्रसाद परिवार और संबंधी परिचितों को दिया जाता है। इस दिन की पूजा को प्रचलित लोक भाषा में खड़ना कहा जाता है।

फिर अगले दिन पूरा चौबीस घंटे का निर्जला व्रत रखते हैं व्रती। आटे और चावल के पकवान उसी शुद्ध मिट्टी के चूल्हे पर (अब गैस का भी प्रयोग कुछ लोग करने लगे है) परिवार-परिजन मिलकर बहुत शुद्धता से ठेकुआ और लडड् तैयार करते हैं। शाम को बांस के बने सूप और दऊरा (बांस की टोकरी) में यथा संभव ऋतु के हर फल -फूल और ठेकुआ -लड्डू के साथ दीपक जला कर, सजा कर, गीत गाते। जाकर किसी नदी या तालाब में कमर तक पानी में खड़े होकर अस्ताचलागामी सूर्य को सूप-दऊरा के प्रसाद से अर्घ्य दिया जाता है। व्रती पानी में सूर्य का ध्यान और प्रदक्षिणा करते हैं। हर प्रदक्षिणा पर परिजन सूप के आगे दूध ढ़ालते हैं, अर्घ्य देने के लिए। इस व्रत को स्त्री -पुरुष दोनो ही करते हैं।

चौथे दिन उषा काल में, उसी तरह सूप-दऊरा दीपक सजा कर छठ के गीतों के साथ सब लोग नदी घाट या तालाब जाते हैं! शाम की ही भांति कमर तक जल में खड़े होकर व्रती अर्घ्य देकर पूजा-व्रत संपन्न करते हैं। पौराणिक मान्यता है कि छठ रामायण काल से प्रचलित है जिसे सीता माता ने किया था। महाभारत काल में भी सूर्यपुत्र दानवीर कर्ण ने इस छठ व्रत को किया था क्योंकि वे सूर्य के उपासक थे।

छठ में पीतल के बर्तनों का प्रयोग किया जाता है। इस कठिन व्रत को अकेले करना संभव नहीं है। परिजन और समाज का पूरा सहयोग इसमें प्राप्त होता है। सभी मिलजुल कर प्रसाद बनाते हैं, पूरी शुद्धता और श्रद्धा के साथ। सब से विशेष है छठ की पवित्रता और छठ के गीत। जो बहुत ही श्रद्धा और माधुर्य में पंगे होते हैं। इन गीतों के माध्यम से आराधना और मनोकामना की पूर्ति की गुहार लगाई जाती है।

छठ का सर्वाधिक प्रचलित विशेष गीत----

"कांच ही बांस के बहगियाया.......
बंहगी लचकत जाए ..।
ऊ जे केरवा जे फरेला घऊद से .... !
ओही पर सूगा मेड़राए....।
सुलवा के मारब धेनुख से ....।
सूगा गईं है मुरूछाए ......।
ऊ जे सुगनी जे रोएला बियोग से ....।
आदित होहू ना सहाय।

अर्थात कच्चे बांस की बनी बंहगी पर अर्घ्य के लिए सूप में पकवान और फल केले पर तोता लोभ वश मंड़रा रहा है। व्रती को ड़र है कि तोता कहीं झूठा ना कर दे। इस लिए वो तोते को धमकाती है कि भागो नहीं तो धनुष से तुम्हें मारा जाएगा। अगले ही क्षण अपनी भूल का ध्यान आता है कि, यदि धनुष की मार से तोता मूर्छित हुआ तो उसकी तोती विलाप करेगी। अतः व्रती तुरत सूर्य देव से प्रार्थना करती है कि, तोते के लिए जो मैंने कहा - उससे आप तोते की रक्षा करना हे आदित्य देव ! छठ के इस गीत में आस्था,करुणा और भावुकता की त्रिवेणी हिलोरें लेती हैं।

परिवार और संतान की खुशहाली की प्रकृति से प्रार्थना है छठ जिसमें गीतों के माध्यम सभी की खुशी मांगी गई हैं! अंधो को आँखें, निःसंतान को संतान कोढ़ी को काया आदि ! बेटे के साथ बेटी और दामाद सभी की मंगल कामना की आकांक्षा है ...

रुनकी-झुनकी बेटी मांगिला,
पढ़ल पंड़ितवा दामाद, हो छठी मइया ......!

मतलब प्यारी सी बिटिया और सुयोग्य दामाद भी दो जिससे परिवार पूरा हो। सच लोक आस्था का इससे बड़ा कोई दूसरा पर्व है ही नहीं, जो पूरी तरह पारिवारिक-सामाजिक आस्था के सर्वोच्च शिखर पर पर है।

# माटी का दीया शाश्वत

आशा मुखारया
अमेरिका

“दीया” यानी मिट्टी से बना वह छोटा-सा दीपक, जिसका हमारी भारतीय संस्कृति में बड़ा महत्व है। मिट्टी से बने ये दीपक खुद जलकर सारी दुनिया को रोशन करते हैं। दीया अर्थात् जिसने दुनिया को सब कुछ दिया पर कुछ न लिया। आधुनिकता की अंधी दौड़ में आज दीये का महत्व घटता जा रहा है और पाश्चात्य संस्कृति के रंग में रंगे लोगों ने दीये की जगह मोमबत्ती को अंगीकार कर लिया है। लोग भले ही मोमबत्ती जला लें किन्तु दीये से उठती तेल एवं रूई की मिली-जुली ख़ुशबू जो पूरे घर को महकाती है वह ख़ुशबू मोमबत्ती कृत्रिम ख़ुशबू में कहाँ? भारतीय संस्कृति में हर त्योहार हर पूजा में दीये का प्रयोग ज़रूर होता है, बिना उसके पूजा नहीं होती। कई बार हम नदी की पूजा करने जाते हैं, तो वहाँ भी हम दीपक जलाकर नदी में प्रवाहित करते हैं। आज भी लक्ष्मी व गणेश जी भगवान के कैलेंडर पर बने चित्रों में सजे हुए दीये ही होते है ना कि मोमबत्ती। दो-तीन दशक पहले सबके घर में सौ-सौ के क़रीब दीये दीपावली पर जलते थे। पूरा मोहल्ला जगमगा उठता था। एक बार बहुत पहले जब हम अमेरिका में नए-नए ही आए थे तब बड़ी मुश्किल से मिट्टी के दिये मिले, वो भी बहुत ही महँगे। शगुन के लिये पाँच दिये ख़रीदे और तब दीपावली मनाई। दीये ख़रीदते समय अमेरिका में मुझे, वह बुढ़िया बहुत याद आई जो इंडिया में सिर पर टोकरी रख दिये बेचने आती थी फटी साड़ी में, वो कहती बाई दीये ले लो, दस रूपये के सौ दीये। हम लोग उस पर भी कहते नहीं,पाँच रूपये के सौ दो। पता नहीं बेचारी कहाँ है? आज मन भर आता है उस वक़्त का सोच कर कि जैसे मैंने उसके साथ अपराध किया हो। अमेरिका जैसे देश के पाश्चात्य वातावरण में रहते हुये भी हमारे मन से दीये का ख़्याल नहीं छूटा, क्योंकि व्यक्ति चाहे देश में हो या परदेश में हो,अपनी सभ्यता, अपनी संस्कृति को भुला नहीं सकता। सदियाँ बीत जायेंगीं पर दीये का महत्व कभी नहीं घटेगा क्योंकि वो शाश्वत है, उसका अस्तित्व प्राचीन काल से चला आ रहा है। आपने ये तथ्य पढ़ा अथवा सुना होगा कि राजा महाराजा जब शिकार खेलने जाते थे और यदि राह भटकते तो उन्हें जंगल में कहीं न कहीं दीये की टिमटिमाती लौ नज़र आती, जो किसी झोपड़ी को रोशन करती थी। उसी रोशनी के सहारे उन्हें रास्ता ढूँढने में मदद मिलती थी। आज भी जब घर में बिजली चली जाती है तो हम कई बार मोमबत्ती न मिलने पर उजाला करने के लिये दिया ही जलाते हैं।

माटी के दिये को भुला कर आज भले ही लोग,आधुनिक युग में मोमबत्ती जलायें, पर दीये के महत्व को झुठला नहीं सकते। दीये की रोशनी सबके मन में उत्साह भर्ती है,राह दिखाती है और मार्गदर्शन करती है। बस अब दीपावली आ रही है, दियों को महत्व देते हुये दिये जलायें।

**“जगमग दीप जलाओ,**
**घर-घर से अंधकार को दूर भगाओ “**

# दीपावली पूजन मुहूर्त और विधान

पंडित विवेक जेटली

**मां लक्ष्मी की पूजा करते समय पीली कौड़ियां, गोमती चक्र पूजा के सामान में रखें, पूजा के पश्चात इन्हें उठाकर अपनी तिजोरी में रखने से मां लक्ष्मी की कृपा आप पर सालभर बनी रहेगी।**

कार्तिक मास की अमावस्या को अर्धरात्रि के समय महालक्ष्मी हर जगह विचरण करती हैं इसलिए शास्त्रों के अनुसार अपने घर को हर प्रकार से स्वच्छ शुद्ध और सुशोभित करके दीपावली और दीप मालिका मनाने से लक्ष्मी माता प्रसन्न होती हैं और स्थाई रूप से निवास करती हैं। इस वर्ष दीपावली 4 नवंबर गुरुवार को प्रातः सूर्योदय से अर्धरात्रि बाद 26 घंटे 45 मिनट तक व्याप्त रहेगी। कार्य स्थल पर पूजा का समय प्रातः 6:50 मिनट से 8:10 मिनट तक रहेगा। उसके बाद 12:11 मिनट से 14:51 तक रहेगा। शाम को दीवाली पूजन का समय 17:30से 19:10मिनट तक रहेगा। दीपावली के पर्व पर भगवती लक्ष्मी का आवाहन करना चाहिए।

## दिवाली पर किए जाने वाले उपाय:

- दिवाली से पहले अपने घर की अच्छी तरह से सफाई करें । घर का उत्तर और उत्तर पूर्वी कोना साफ सुथरा होना चाहिए ।
- अपने घर में कबाड़ इकट्ठा ना करें, अपने घर की छत अच्छी तरह से साफ कराएं।
- धनतेरस के दिन अपने सामर्थ्य के अनुसार किसी भी धातु का बर्तन और चांदी का सिक्का अवश्य खरीदें। शाम के समय यम का दिया दक्षिण दिशा में जाकर जगा कर आए। ऐसा करने से परिवार के सदस्यों का स्वास्थ्य और स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं दूर रहती हैं।
- अपने घर के मुख्य द्वार पर दीपावली के दिन रंगोली अवश्य बनाएं । फूलों के माला का तोरण बांधे।
- मां लक्ष्मी की पूजा करते समय पीली कौड़ियां, गोमती चक्र पूजा के सामान में रखें, पूजा के पश्चात इन्हें उठाकर अपनी तिजोरी में रखने से मां लक्ष्मी की कृपा आप पर सालभर बनी रहेगी।
- पीपल पर प्रातः जल चढ़ाएं एवं शाम को दीपक चलाएं।
- दीपावली पर तुलसी पर दीपक जरूर जलाएं। दीपक जलाते हुए ध्यान रखें कि आप ज्यादा से ज्यादा दीपक तेल के जलाएं। घर के मुख्य द्वार पर दोनों तरफ तेल के दीपक रखें इसी तरह घर के दक्षिणी भाग में भी दीप अवश्य सजाएं।
- पूजन के समय अन्य सामान के साथ झाड़ू जरूर रखें।
- मां लक्ष्मी की असीम कृपा के लिए महालक्ष्मी का महामंत्र ऊं श्रीं ह्रीं श्रीं कमले कमलालये प्रसीद् प्रसीद् श्रीं ह्रीं श्रीं ऊं महालक्ष्मयै नमः कम से कम 108 बार जाप करें।

# दीपावली: घर पर स्वयं ही बनाएं तोरणद्वार

आरती 'आरज़ू'
यूएसए

## शुभ तोरण

दिवाली की सजावट में तोरण या वन्दनवार को बहुत अहम माना जाता है। इसे घर के मुख्य दरवाजे के साथ-साथ अन्य दरवाज़ों पर भी लगाया जाता है। माना जाता है कि तोरण लगे होने के कारण घर में आने वाला हर व्यक्ति अपने साथ सकारात्मक ऊर्जा को लेकर आता है। तो चलिए फिर देर किस बात की, इस बार बच्चों के साथ मिलकर घर पर ही तैयार करें ये सुंदर तोरण या वन्दनवार!!

## तोरण बनाने के लिए जरूरी सामग्री

- रेशमी धागे या ऊन (दो या तीन अलग-अलग रंगों वाले)
- गोंद या फ़ेविकोल
- अख़बार या पुराना काग़ज़

## तोरण बनाने की प्रक्रिया

- सबसे पहले ऊन या रेशमी धागों को इकट्ठा कर के एक तरफ़ से गाँठ लगा लें।
- अब इसे तीन बराबर हिस्सों में बाँटते हुए मोटी सी चोटी गूँथ लें।
- अख़बार या काग़ज़ का चोकौर टुकड़ा लें कर किसी सिलाई में लपेटते हुए पूरा गोल लपेट लें।
- पूरा लिपट जाने के बाद आख़िरी किनारे को गोंद की सहायता से चिपका दें।
- किसी भारी डिब्बी या बोतल से दबाते हुए लपेटे हुए काग़ज़ को चपटा कर, शीशी के चारों तरफ़ गोलाकार लपेटते हुए रिंग बना लीजिए। किनारे पर गोंद लगाकर चिपकाइए ताकि रिंग खुलें नही।
- रेशमी धागे या ऊन को रिंग के चारों तरफ़ लपेट कर तैयार कर लीजिए। ऊपर लिखे हुए तरीक़ों से सारी रिंग तैयार कर लीजिए।
- लटकन बनाने के लिए: तोरण की प्रत्येक पंक्ति में नीचे लटकन लगेगी, लटकन बनाने के लिए अपने हाथ या फिर किसी गत्ते पर किसी एक रंग के रेशमी धागे को लगभग 40 से 50 बार लपेटें।
- अब इस गुच्छे को हाथ से निकालें और रेशमी धागे से ही इसे ऊपर से कस कर बांध लें।
- अब इस गुच्छे को बराबर रखते हुए नीचे से काट दें। और इसके ऊपर की तरफ आधा इंच का अंतर छोड़ते हुए सुनहरे रंग के रेशमी धागे को लपेटें। इस तरह से रेशमी धागों की लटकन तैयार हो जाएगी। इस क्रिया को दोहराते हुए आप हर रंग की 20 लटकनें तैयार करें।
- पहले से तैयार चोटी पर सुई धागे की सहायता से एक-एक रिंग को जोड़ते जाए। दोनो किनारों पर सबसे बड़ी पंक्ति फिर उससे छोटी, बीच तक आते-आते सिर्फ़ एक रिंग ही लगाए।
- सबसे नीचे आख़िरी में सभी लटकन को जोड़ें।
- आप का तोरण तैयार है, मैंने हरे रंग की रिंग पर लाल सितारे चिपकाए है आप चाहे तो रिंग के बीच में मोती या सितारे लगा कर इसे और भी सुंदर बना सकते हैं।

## सौन्दर्य टिप्स

# रूप चतुर्दशी : सजना है मुझे

सपना शर्मा

त्योहारों के इस माहौल में आज में आपके साथ कुछ घरेलू नुस्खे शेयर करना चाहती हूँ अपने चेहरे की चमक बढ़ाने के लिए, दही फेशियल

- **स्टेप1 :** 2 चम्मच दही में 3-4 बूंदें नींबू का रस मिलाकर चेहरे पर 5 मिनट मसाज करें फिर चेहरे को पानी से धो ले।
- **स्टेप 2:** स्क्रब :2 दो चम्मच दही में 1/2 चीनी या कॉफी पाऊडर मिलाकर स्क्रब करें 2-3 मिनट तक मसाज करके चेहरे को धो ले।
- **स्टेप 3:** फेश पैक दो चम्मच दही में 1/2 चम्मच चावल का आटा मिला कर चेहरे पर लगाए 10 मिनट के बाद चेहरा धो ले। चमक के साथ चेहरे पर आये कसावट। और आप तैयार है किसी भी पार्टी या त्योहार के लिए। बढिया निखार के साथ।
- 2 चम्मच अलवेरा में विटामिन E की गोली मिला के रख ले और रात को चेहरा धोकर लगा लें। (तैयार नाइट क्रीम)
- कच्चे दूध में नीबू का रस मिला के चेहरे को साफ कर सकते है, आपका नैचुरल क्लीजिंग मिल्क तैयार है।
- मैथीदाना पीस कर 1 ग्लास पानी में उबाल ले, जब पानी आधा हो जाये तब उसे शैम्पू में मिक्स कर के बाल धोये, बाल तेजी से बढ़ेंगे और बालों का झड़ना भी बंद हो जाएगा।
- लाल चंदन का 1/2 चम्मच पेस्ट में 1/2 चम्मच मुल्तानी मिट्टी पाउडर गुलाब जल मिला कर चेहरे पर 15 मिनट रख के सूखने पर धो लें। इससे कील मुहांसों की समस्या दूर हो जाती है।

## आस्था

# श्रद्धा

आभा चौहान
अहमदाबाद

सीमा एक सीधी-साधी गृहिणी थी। उसे भगवान मे बहुत आस्था थी। वहीं पर उसके पति भगवान को बिल्कुल भी नहीं मानते थे। उसका पति उसके पूजा पाठ को लेकर हमेशा उसका मजाक उड़ाते थे। सीमा हमेशा उनकी बात को नज़र अंदाज करके अपना पूजा-पाठ करती रहती। एक बार अचानक सीमा के पति की तबीयत अचानक बहुत खराब हो गयी। उनकी पीठ में दर्द शुरू हो गया। पहले तो लगा कि लगातार बैठ कर काम करने कि वजह से शायद ऐसा हो रहा होगा। पर धीमे धीमे उसकी तकलीफ और बढने लगी। उन्हें चक्कर और उल्टियां भी शुरू हो गयी। सीमा घबरा गई। वो उन्हें लेकर डॉक्टर के पास गयी। डॉक्टर ने कुछ जांच करने के बाद कहा कि तुम्हें केन्सर है और तुम सिर्फ कुछ महीनो के ही मेहमान हो। यह सुनकर तो सीमा और उसके पति के पैरो कि नीचे से जमीन खिसक गयी। कुछ समझ नहीं आ रहा था कि क्या करे? इतनी कम उम्र मे ये सब कुछ, कैसे होगा सब कुछ, तुम लोगों का क्या होगा? सीमा का पति ये सब बड़बड़ाने लगा। सीमा ने कहा आप शांत हो जाइए, कुछ सोचते हैं। सीमा घर जाकर भगवान के सामने दीपक जलाकर हाथ जोड़कर बैठ गयी। आज उसके पति ने उससे कुछ नहीं कहा। बाद मे सीमा ने अपने पति से कहा कि एक बाद शहर के सबसे अच्छे डॉक्टर को दिखा देते हैं, उसके पति ने कहा ठीक है। अगले ही दिन वो दोनों वहां गए बहुत सारे टेस्ट किए गए और कहा कि इन सब के रिपोर्ट दो दिन बाद आएँगी आप दो दिन बाद आकर डॉक्टर से मिलना।

दो दिन आँखों ही आँखों मे बीत गए। जब वह डॉक्टर के पास जाने लगे तो सीमा के पति ने कहा कि मुझे नहीं जाना अब काही जाने से कोई फायदा नहीं है। सीमा ने कहा मुझे मेरे भगवान पर पूरा विश्वास है मेरे विश्वास की खातिर चलो। सीमा की बात सुनकर उसका पति चलने के लिए तैयार हो गया। हॉस्पिटल पहुंचने के बाद जब डॉक्टर ने अंदर बुलाया तो बड़ी हिम्मत के साथ वो दोनों अंदर गए। डॉक्टर ने बताया कि आपकी पहली रिपोर्ट गलत है आपकि पीठ में मवाद भर गया है जो एक छोटे से ऑपरेशन से ठीक हो जाएगा। आप चाहे तो आज भी करवा सकते है। ऑपरेशन होने के बाद जब सीमा का पति घर आ गया। दूसरे दिन उसके पति ने जब उसे पूजा करते देखा तो उसने सीमा से कहा आज से मैं भी तुम्हारे साथ पूजा किया करूंगा। तुम्हारे विश्वास और श्रद्धा ने मुझे बचा लिया।

• आभा चौहान

**राकेश कुमार शर्मा**

मेरी निहारिका, प्रबंध संपादक की कलम से

**मन में भी तुम एक दीप जलाओ, तन भी तुम्हारा ये तर जाएगा।**
**एक छोटा सा संकल्प ले लोगे तुम, पूरी धरा से तमस यूं ही मिट जाएगा।**

मेरी कविता 'तन और मन' की ये लाइनें मैंने जिंदगी के बहुत मुश्किलों के दौर में लिखी था। न जीने की चाहत, न कुछ करने का जज्बा। हर पल लगता था कि मेरी जिंदगी अमावस्या की रात हो चुकी है, जहां से निकलना दिन पर दिन भारी होता जा रहा था। अचानक एक दिन मैंने पुस्तक के एक पन्ने पर पढ़ा, जहां लिखा था रात जितनी स्याह होती है, सुबह उतनी ही सुनहरी होता है। शायद इस लाइन ने मुझे संबल दिया और वही बैठे बैठे मैंने अपने जीवन की पहली यह कविता लिख डाली। आप यह सोच रहे होंगे कि दीपावली के खास मौके पर यह क्या ?लेकिन मैंने इस बात का जिक्र इसलिए किया कि हम खुद ही अपने चारों और इस तरह के ताने बाने बुन लेते हैं, जिनसे निकलना मुश्किल हो जाता है। हम काजल की कोठरी की ओर बढ़ जाते हैं, जहां से बचना है तो मन का दीपक जलाना ही होगा।

जब हम कुछ सोचने समझने की उम्र में आते हैं तो वहीं से मन हमें विचलित करना शुरु कर देता है। वह कभी प्यार की ओर खींचता है, तो कभी ऐशो आराम की ओर। हम दुनिया की हर चीज बगैर मेहनत के हासिल कर लेना चाहते हैं। इसे पूरा करने के लिए कई बार तो हम उस रास्ते पर चल पड़ते हैं जो हमें अंधेरे की तरफ खींच लेता है। फिर उस अंधेरे से निकलना एक चुनौती बन जाता है। यह दौर आए इससे पहले ही हमें मन में एक दीपक जलाने की जरूरत है। यह दीपक है ईमानदारी और पारदर्शिता का। सकरात्मक सोच की ऊर्जा का। आप जीवन में इसे अपना मार्ग बनाकर चलेंगे, तो आपका जीवन बहुत ही सहज होगा। किशोरावस्था जीवन की वह पहली सीढ़ी है जहां आपको इन तीनों बातों का ध्यान रखकर मन में एक संकल्प का दीपक जलाना होगा। किशोरावस्था में आते आते जो पहला दलदल है वह है प्रेम का। अधिकांश लोग इस दलदल में फंसते हैं क्योंकि वे प्रेम तो करते हैं पर उसका भाव नहीं समझते। आप सबसे पहले खुद से प्रेम करना सीखो। प्रेम देह से परे है। जब आप इस बात को पूरी तरह से समझ लोगे तो प्रेम को जीना भी शुरु कर दोगे। प्रेम नदी के दो किनारे हैं जो मिलते तो नहीं पर साथ साथ चलते हैं जब तक सागर उन्हें अपनी गोद में नहीं समेट लेता। यह नदी के मन का संकल्प है जो उसे कभी हताश नहीं होने देता। हिमालय की पहाड़ियों से जिस वेग से नदी का प्रवाह होता है, तो वह कई बार तहस नहस कर देती है, लेकिन जब वही धरा पर पहुंचती है तो शांत और निर्मल। इसके बाद सागर जब उसे अपनी गोद में समेट लेता है तो उसे जीवन का शाश्वत सुख मिलता है। किशोरावास्था की उम्र भी इसी नदी की तरह है पर हम नदी नहीं मनुष्य हैं। इस धरती पर मनुष्य ही ऐसा अकेला प्राणी है जो वह ठान लेता है उसे कर जाता है। सोच नकरात्मक है या सकरात्मक परिणाम वैसे ही आएंगें। यहां एक बात और समझने की जरुरत है। राम और रावण दोनों की राशि एक। रावण तो प्रखंड विद्वान। किंवदंति है कि सारे ग्रह उसके वश में थे। शनि को उसने अपने महल में कैद कर रखा था। फिर भी वह हारा क्योंकि उसका संकल्प नकरात्मकता की ओर था। राम सहज थे। जंगल में साधन विहीन थे फिर भी उनकी जीत हुई क्योंकि उनके मन में सकरात्मक की ऊर्जा थी। यह दीपोत्सव भी उसी सकरात्मक सोच की जीत का पर्व है इसलिए संकल्प लें हम बड़ी से बड़ी मुसीबत में भी पारदर्शिता, ईमानदारी और सकरात्मक सोच जैसी ज्योति को हमेशा जलाते रहेंगे ताकि इस धरा पर कहीं भी अंधेरा न हो।

# तुलसी विवाह...

मीनाक्षी मोहन 'मीता'
पंचकूला, हरियाणा

**विष्णुप्रिया, हरिप्रिया, शालिग्राम जी संग विराजती।**
**रोग हरे,मंगल करें, घर आँगन में साजती।**
**कोटि-कोटि वंदन करूं, माँ तुमको को शीश नवाऊँ।**
**सुबह-शाम मैं दीप जला कर निज जीवन में तृप्ति पाऊं।**

तुलसी, वृंदा, नंदिनी न जाने कितने ही नामों से पुकारी जाने वाली अद्भुत औषधीय गुणों से युक्त,विष्णु प्रिया तुलसी हर घर आंगन को पवित्र करती है। सभी स्त्रियाँ सुबह शाम माँ तुलसी के चरणों में दीप जलाती हैं। तुलसी के प्रभाव से मानसिक शांति घर में सुख-समृद्धि और जीवन में अपार सफलताओं का द्वार खुलते है। यह ऐसी रामबाण औषधि भी है, जो हर प्रकार की बीमारियों में काम आती है।

**माँ तुलसी को पूजती, ये सृष्टि सारी है।**
**साँवरे के छप्पन भोग पर भी, एक तुलसी ही भारी है।**

भगवान को भोग लगाते समय उसमें तुलसी दल रखा जाता है तो भगवान प्रसन्न हो कर उस भोग को ग्रहण कर लेते हैं। कहते हैं जब व्यक्ति अंतिम सांसे ले रहा होता है तो उस समय गंगा जल में तुलसी डाल कर उसकी जिह्वा पर रख देने से उसे मोक्ष की प्राप्ति होती है।

हिंदू धर्म में तुलसी विवाह का विशेष महत्व है. तुलसी विवाह कार्तिक मास में शुक्ल पक्ष की एकादशी के दिन किया जाता है।

तुलसी विवाह को देवउठनी एकादशी या देवोत्थान एकादशी भी कहा जाता है. कहते हैं इस दिन भगवान विष्णु अपनी चार महीने की निद्रा से जाग जाते हैं। हिंदू धर्म में देवउठनी एकादशी का दिन काफी शुभ दिन होता है। इस दिन से शुभ कार्यों की शुरुआत हो जाती है। हिंदू मान्यता के अनुसार इस दिन शालीग्राम-तुलसी विवाह सम्पन्न होता है।

लोकप्रिय कथाओं के अनुसार,भगवान विष्णु ने अत्याचारी और अहंकारी राजा जलंधर की शक्ति को कम करने के लिए स्वयम जलंधर का रूप धारण करके देवी तुलसी यानी वृंदा के सतीत्व को भंग करने का प्रयास किया सच्चाई का पता चलने पर वृंदा ने भगवान विष्णु को पत्थर रूप में होने का शाप दिया और अपने पति के साथ सती हो गई। उनकी राख से तुलसी के पौधे का जन्म हुआ।

दोस्तों तुलसी विवाह भी आज के विवाहों की ही तरह होता है। मुझे आज भी याद आता है जब बचपन के दिनों में जब मेरी बुआ जो कृष्ण भक्त थी, वो हर कार्तिक में तुलसी विवाह बड़ी धूम धाम से करवातीं। हम सज-धज कर दूल्हा बने, अपने आसन पर विराजे शालिग्राम जी की बारात के साथ नाचते गाते,तुलसी के घर जाते,

तुलसी के पौधे को दुल्हन की तरह सजाया जाता,लाल साड़ी गहने,चूड़ियां बिंदी सब साथ रखे जाते। द्वार पर शालिग्राम व बारात का स्वागत होता,पंडित जी का मंत्रोचारण, फूलों और रंगोलियों से सजे मंडप में विवाह की सारी रस्में पूर्ण होती और शालिग्राम तुलसी जी का विवाह सम्पन्न होता। स्त्रियाँ मंगल गीत गातीं उसके बाद सभी को प्रसाद या भोग खिलाया जाता।

फिर तुलसी जी की विदाई होती और हम सब शालिग्राम-तुलसी जी को ले कर मंदिर वापस आ जाते। इतनी खुशी और असीम आनंद का अनुभव होता जिसका क्या ही कहना।

**लोग इस दिन तुलसी विवाह व्रत भी रखते हैं।।**
**इसी प्रकार से सब जगह तुलसी विवाह होता है।**

कहते हैं कि भगवान विष्णु जी को तुलसी जी बेहद प्रिय हैं। तुलसी का एक नाम वृंदा भी है. मान्यता है कि नारायण जागते ही सबसे पहली प्रार्थना हरिवल्लभा तुलसी की सुनते हैं। इसलिए तुलसी विवाह को देव जागरण का पवित्र मुहूर्त माना जाता है। तुलसी को पौधे को देवी लक्ष्मी का रूप कहा जाता है और इसकी पूजा करके हम अपने जीवन को सार्थक करते हैं। तो इन्हीं शब्दों से स्वयम को विराम दूँगी कि तुलसी के पौधे का सींचन, पूजा हमारे जीवन के अनेक कष्टों को हर लेता है। हम सबको अपने घरों में तुलसी का पौधा जरूर लगाना चाहिए।

क्योंकि...

जिस घर में तुलसी रहती है वो घर स्वर्ग समान है...!

# भगवान राम की अयोध्या वापसी की गवाह सरयू

> 7095 साल पुरानी कहानी सुनने के बाद मन अभी भरा नहीं। पर मैं थक चुका था और बहन सरयू के तट पर लेटा तो भोर की पहली किरण से आँखें खुली। तट पर श्री राम की गूँज हो रही थी। कल शाम को शाँत पड़ी सरयू कल कल करके बह रही थी।

**राकेश कुमार शर्मा**
प्रबंध संपादक
मेरी निहारिका

मैं इस समय दशरथ महल पर बैठा हूँ। हनुमानगढ़ी से महज 50 मीटर की दूरी पर यह महल। भगवान राम की जन्मस्थली और अब पूरे शहर की हृदयस्थली। शाम ढल चुकी है। आकाश में तारे टिमटमा रहे हैं। अब वह अमावस्या आने वाली है जब नभ में टिमटिमाते तारे भी धरती पर जलते दीपक को देखकर महसूस करते हैं कि सच, यह रात किसी पूर्णिमा की रात से भी बेहद सुंदर है। हर तरफ राम ही राम। अयोध्या दुल्हन की तरह सजी है। हर तरफ से खुशबू। हर तरफ मेरे राम, मेरे राम की ध्वनि सुनाई दे रही है और सरयू तो जैसे शांत होकर सबकुछ देख रही है।

हाँ ....यह वही सरयू है जो भगवान राम के जन्म से पहले ही अयोध्या आ चुकी थी और भगवान राम के जन्म के बाद से अब तक की सारी घटनाओं की गवाह है। आज 14 साल बाद राम अपने घर लौट रहे हैं। उस आँगन में जहाँ कभी..... ठुमक चलत रामचंद्र बाजत पैजनिंया.. की गूंज थी। वक्त बदला। 14 साल के लिए महल उदास था, लेकिन आज फिर न महल बल्कि पूरा शहर आनंदमय है। राम के वनवास के समय की गवाह सरयू कहती है मेरा भाई (जी हाँ, भगवान राम सरयू को अपनी बहन मानते हैं) आनन्दकन्द श्री रामजी अपने महल के लिए बढ़े तो आकाश फूलों की वृष्टि से छा गया। नगर के स्त्री-पुरुषों के समूह अटारियों पर चढ़कर उनके दर्शन कर रहे हैं। सोने के कलशों को विचित्र रीति से (स्वर्ण माणिक्य से) अलंकृत

कर और सजाकर सब लोगों ने अपने-अपने दरवाजों पर रख लिया। सब लोगों ने मंगल के लिए बंदनवार, ध्वजा और पताकाएँ लगाईं। 7095 साल बाद भी सरयू को वह सब याद है। आज अयोध्या फिर वैसा ही चमक रहा है।

मैं अब दशरथ महल छोड़कर सरयू के घाट पर आ गया। राम की बहन सरयू से 7095 साल पहले की कहानी सुनने के लिए। वही कहानी जो आज भी लोगों के लिए कौतुहल है और हमेशा की तरह नयी। दादी-नानी से तो हमेशा राजा रानी की कहानी सुनी पर यह कहानी तो जगत के पालनहार की है, जिसे खुद सुना रही है उनकी बहन सरयू।

सरयू कहती है .....तो आज मैं तुम्हे यह कहानी सुनाती हूँ। आज अयोध्या वैसा ही दिख रहा है जब भगवान राम ने राजा दशरथ के यहाँ जन्म लिया था। उससे भी कहीं बेहतर। अयोध्या नगरी की हर गलियाँ सुगंधित द्रवों से सिंचाई गईं। गजमुक्ताओं से रचकर बहुत सी चौकें पुराई गईं। अनेकों प्रकार के सुंदर मंगल साज सजाए गए और हर्षपूर्वक नगर में बहुत से डंके बजने लगे। आकाश से पुष्प वर्षा। नगर की हर स्त्रियाँ जहाँ -तहाँ निछावर कर रही हैं और हृदय में हर्षित होकर आशीर्वाद देती हैं। बहुत सी युवती (सौभाग्यवती) स्त्रियां सोने के थालों में अनेकों प्रकार की आरती सजाकर मंगलगान कर रही हैं। मुझे लगा यह वही भारत है, जहां भरत राजकुमार है और वही सोने की थालियों में आरती। सच कहते हैं न भारत सोने की चिड़िया है। अचानक ध्यान टूटा। सरयू में कोलाहल। बहन सरयू बोली ...आगे सुनो। स्त्रियां कुमुदनी हैं, अयोध्या सरोवर है और श्री रघुनाथजी का विरह सूर्य है। राम जब अयोध्या से गए थे तो इस विरह सूर्य के ताप से वे मुरझा गई थीं। अब उस विरह रूपी सूर्य के अस्त होने पर श्री राम रूपी पूर्णचन्द्र को निरखकर वे खिल उठी है। ....मैं सरयू से कहानी सुन रहा हूँ और तुलसी की वह लाइनें भी याद आ रही हैं .....

होहिं सगुन सुभबिबिधि बिधि, बाजहिं गगन निसान।
पुर नर नारि सनाथ करि, भवन चले भगवान।

यानी अनेक प्रकार के शुभ शकुन हो रहे हैं। आकाश में नगाड़े बज रहे हैं। नगर के पुरुषों और स्त्रियों को सनाथ (दर्शन द्वारा कृतार्थ) करके भगवान् श्री रामचंद्रजी महल को चले। अचानक मुझे लगा सरयू के तट पर कोई खड़ा है। एक पल लगा 7095 साल बाद भी तो बहन सरयू को प्रणाम करने के लिए माँ सीता के साथ राम खड़े हैं। यह भरम नहीं सच है। सरयू कहती है आज भी इस तट पर राम के चरण पड़ते हैं। मुझे भी लगा श्री राम के अनुराग में बाबा तुलसी ने सही लिखा है.....

सीताराम चरण रत मोरे अनुदिन बढ़े अनुग्रह तोरे।

7095 साल पुरानी कहानी सुनने के बाद मन अभी भरा नहीं। पर मैं थक चुका था और बहन सरयू के तट पर लेटा तो भोर की पहली किरण से आँखें खुली। तट पर श्री राम की गूँज हो रही थी। कल शाम को शाँत पड़ी सरयू कल कल करके बह रही थी। ऐसा है भगवान राम का नगर अयोध्या, जहाँ आज भी सरयू हर कहानी सुनाने के लिए बह रही है।

# सच्ची वाली दीपावली

नीना मंदिलवार

अकलू के हाथ तेजी से चाक में चल रहे थे। छोटा बीनू पिता के पास बैठकर बड़े मनोयोग से देख रहा था। आज स्कूल में उसे "दिवाली कैसे मनाते हो"

पर अपने विचार अपने लिखने हैं।

जो सबसे अच्छा लिखेगा उसे ईनाम मिलेगा।

क्या लिखूँ? "माँ से पूछता है।"

"जैसे तू मनाता है,देखता है वही लिख"-माँ ने कहा।

कैसे मनाता है? सोचने लगा बीनू।

बाबा दिनभर दीये बनाते हैं। माँ भी खिलौने रंगने, सजाने में व्यस्त रहती है। दिवाली के दिन तो खाना बनाने की फुरसत नहीं रहती। रात की बनी रोटी और गुड़ खाकर हम सभी दुकान लगा कर बैठ जाते हैं। अगर बिक्री अच्छी हुयी तो मिठाई में चमचम आता है वरना जलेबी। हम सभी उस रात थककर जल्दी सो जाते हैं। दूसरे दिन सुबह-सुबह बिन फूटे पटाखे इकट्ठे करते हैं और रात को फोड़ते हैं। इस तरह हम दीवाली मनाते हैं।

उसके हर शब्द जगमगा रहे थे बिन तेल बाती के। टीचर ने बीनू कुमार को प्रथम घोषित किया और ईनाम में बैग के साथ चमचम मिठाई दी।

# रीत तुम्हें सलाम

**विजया डालमिया**
(हैदराबाद)

**"अपनी संस्कृति से जुड़ना और सभी का आदर करना यह हमारे बड़े बुजुर्ग ही सिखा सकते हैं, क्योंकि इस परिवेश में वे घुले मिले हैं। आइये आज हम आपको ऐसी ही एक नन्हीं प्रतिभा से मिलाते हैं जो छोटी सी उम्र में अपने दादा दादी की बदौलत निर्भीक होकर आगे बढ़ रही है।**

मासूम नन्हे बच्चे तरल मिट्टी की तरह होते हैं, जिन्हें हम मनचाहे आकार में ढ़ाल सकते हैं, बस ढ़ालने वाले हाथ कुशल, सधे व अनुभवी होने चाहिए। जिस तरह किसी भी पेड़ की जड़े जितनी गहरी होती है उतनी ही मजबूती से वह टिका रहता है। सम और विषम दोनों ही परिस्थिति में उसका धीरज उसकी कुशलता का परिचय देता है। अगर जड़े ही मजबूत नहीं तो वह नहीं पनप सकता। ठीक उसी तरह जैसे संस्कार के बिना समाज और परिवार रूपी वृक्ष भी नहीं पनप सकते। संस्कार की जड़ें मजबूत करने के लिए तो बच्चों का भविष्य सुरक्षित हाथों में होना चाहिए। पर सुरक्षा का मतलब सिर्फ उन्हें संभालना ही नहीं होता,अपितु उन्हें सही दिशा में निखाराना भी होता है। पहले के बच्चों ने दादा-दादी और नाना-नानी के लाड़ दुलार में बचपन बिताया है। उनके अनुभवों ने उन्हें खेल खेल में बहुत कुछ सिखाया है धर्म से लेकर संस्कृति तक। पर आजकल छोटे परिवारों का चलन बढ़ गया है। यंग जनरेशन के पास ना ही तो वह अनुभवी निगाह है और ना ही समय। समय दे भी दें तो अनुभव कहाँ से लाएंगे? किताबी ज्ञान सिर्फ अक्षरों का स्वरूप बताता है। पर अनुभव हमें भाव से सबके साथ रहना सीखलाता है। अपनी संस्कृति से जुड़ना और सभी का आदर करना यह हमारे बड़े बुजुर्ग ही सिखा सकते हैं, क्योंकि इस परिवेश में वे घुले मिले हैं। आइये आज हम आपको ऐसी ही एक नन्हीं प्रतिभा से मिलाते हैं जो छोटी सी उम्र में अपने दादा दादी की बदौलत निर्भीक होकर आगे बढ़ रही है। अभी सोशल मीडिया पर..... "अम्मा की दिवाली "नामक एक छोटी सी कहानी बहुत वायरल हो रही है। इसी कहानी के नाटक में हमारी नन्हीं परी ने अम्मा का रोल इतनी खूबसूरती से निभाया कि हम आश्चर्यचकित रह गए। इतनी छोटी बच्ची में यह भावना आई कैसे? जब मैंने उससे बातें की तो आत्मविश्वास से भरी बच्ची के जवाबों ने मेरा मन मोह लिया। इतनी कम उम्र में बुजुर्गों के सानिध्य ने उसे इस काबिल बना दिया है कि वह चाहे भजन गायन हो या नृत्य नाटक। पढ़ाई हो या रैंप वॉक। हर जगह बेझिझक वह आगे बढ़ रही है अपनी मीठी बातों से सब को रिझाने वाली इस नन्ही प्रतिभा का नाम है ....."रीत महेश्वरी" जो हैदराबाद में अपने दादा दादी, चाचा चाची और मम्मी पापा के साथ संयुक्त परिवार में रहती है। सबसे उसे कुछ न कुछ सीखने मिलते रहता है। आप उसे किसी भी विषय पर बात करके पाएँगे कि वह कहीं भी कमतर नहीं है। हमने जब उससे पूछा कि ...."आप बड़ी होकर क्या बनना चाहती हो"? बिना एक पल गवाएं उसने कहा... "डॉक्टर"। ..."क्यों"? पूछने पर उसका जवाब था कि.... "मैं सबकी जान बचाना चाहती हूँ।" सलाम उस नन्ही सी बच्ची के बड़े से जज्बे को और धन्य है ऐसे लोग जिनकी परवरिश ने इसके कोमल हृदय में बखूबी यह संस्कार डाले।

• बिजू दादी

# सीतामढ़ी : मां जानकी की जन्मस्थली पर कभी अकाल नहीं पड़ता

अर्चना चौधरी (अर्ची)

भारत के बिहार राज्य के तिरहुत प्रमंडल का एक छोटा-सा जिला सीतामढ़ी। भारत के प्राचीनतम शहरों में से एक शहर सीतामढ़ी। त्रेता काल में लिखे गए बाल्मीकि रामायण में इसको "सीतामड़ई" के नाम से उल्लेख किया गया है। फिर "सीतामही" और कालांतर में इसका नाम "सीतामढ़ी" पड़ गया।

यह शहर लक्ष्मना (आज के लखनदेई) नदी के तट पर स्थित है। सन 1908 से यह मुजफ्फरपुर जिले का हिस्सा था लेकिन सन 1972 में इसे अलग जिला घोषित किया गया।

माता सीता के जन्म के कारण यह शहर हिंदुओं की पवित्र तीर्थ स्थलों में से एक मानी जाता है।

बाल्मीकि रामायण के अनुसार एक बार राजा जनक के राज्य में बहुत भीषण सूखा पड़ा था। दूर-दूर से बड़े-बड़े ऋषि मुनि आए और उन्होंने जनक जी को यज्ञ करने को कहा और यज्ञ के उपरांत राजा जनक को हल चलाने को कहा गया।

हल जोतने के क्रम में उन्हें एक रत्न जड़ित बक्से की प्राप्ति हुई जिसमें से एक सुंदर कन्या निकली। चूंकि उस कन्या को देखकर महाराज जनक के मन में वात्सल्य भाव जाग्रत हुआ और उनकी कोई संतान भी नहीं थी इसलिए उन्होंने उसे पुत्री रूप में अपना लिया। इस कन्या का जन्म हल के सीत(हल के अगले हिस्से) से हुआ था इसलिए वह सीता कहलाई।

जहां से सीता का जन्म हुआ उस स्थान पर एक तालाब है जिसे "श्री उर्विजा कुण्ड" के नाम से जाना जाता है। वही राम जानकी का मंदिर भी है और यह जगह जानकी स्थान के नाम से प्रसिद्ध है।

सीतामढ़ी मिथिलांचल का एक अहम हिस्सा है यहां "मैथिली" और "बज्जिका" भाषाएं बोली जाती है। सीतामढी और उसके आसपास की जमीन बहुत उपजाऊ है। लोग कहते हैं कि सीतामढ़ी जिले में कभी अकाल नहीं पड़ता क्योंकि विवाह के उपरांत जब माता सीता अयोध्या जा रही थी तो माता सीता उनके खोईच्छ (यहां बेटी के विदाई पर माताएं लड़कियों के आंचल में धान, दुब, हल्दी, सिंदूर, सुपारी और पैसे देती है। उनके सुख समृद्धि की कामना करते हुए कि इनका आंचल हमेशा धन्य धान और सौभाग्य से भरा रहे) से धान पूरे रास्ते छीटती गई थी। इसलिए यहां हर तरह की फसलें होती हैं।

यहां के लोग खाने-पीने के बहुत शौकीन है। पान,माछ और मखान प्रसिद्ध है यहां का और एक विशेष प्रकार की छेने की मिठाई "बालूशाही"। बेटियों के ससुराल से मायके आने पर उन्हें बासी भात और बड़ी खिलाया जाता है और जब बहुएं आती है तो उनके लिए खीर और दाल का पूरी बनाया जाता है इस मान्यता के साथ की बेटी के गृहस्थ जीवन में हमेशा शीतलता बनी रहे और बहू हमेशा मीठी बनी रहे।

छठ पूजा यहां का सबसे बड़ा त्योहार है। यहां के आसपास के गांवों में आज भी महिलाएं चरखे पर सूत काटती हुई आपको मिलेंगी। आधुनिकता और महानगरों की चकाचौंध से और विकास के हिसाब से भी यह जिला अभी काफी हद तक पिछड़ा हैं। शहर की गलियों में आज भी बैल गाड़ियों को देखा जा सकता है। आज भी यहां के लोग सीधे साधे भोले भाले से हैं।

यहां विवाह पंचमी (अगहन मास शुक्ल पक्ष पंचमी तिथि) और रामनवमी बहुत धूमधाम से मनाई जाती है। विवाह पंचमी पर अयोध्या से लोग बारात लेकर आते हैं और राम सीता का विवाह होता है। इस अवसर पर बहुत बड़े मेले का आयोजन होता है। अब तो मेले में इतनी धूमधाम नहीं होती है लेकिन पहले जानवरों का बहुत बड़ा मेला लगता था इस अवसर पर। लोग दूर-दराज गांव शहर हर जगह से अपने जानवर लेकर पहुंचते थे।

रामनवमी में यहां से लोग अयोध्या जाते हैं राम जी का जन्म उत्सव मनाने।

मेरे घर आई है खुशियों की घड़ी।
नैन मेरे बरसते रुके ना झड़ी ।

वो सुबह का उजाला है मेरे लिए,
मेरी रातों की वो चांदनी रात है।

मेरी आंखों में सपना है बनके पला,
मेरी सांसों में सांसे वो बन के चला।

जब भी देखूँ उसे दिल है मचले मेरा।
मेरे बचपन की यादें आ मुझ से मिली ।

कैसा प्यारा है वो राज दुलारा है वो,
हर किसी शख्स की आंखों का तारा है वो ।

पलके उसकी किसी से जब भी मिले,
सबके दिल में उम्मीदों की कलियाँ खिले।

जब भी बाहें पसारे वो दिल उड़ चला,
अब इसे कौन रोके घड़ी हर घड़ी।
मेरे घर आई है खुशियों की लड़ी।

• विजया डालमिया

## नवआगमन

एहसासों की दुनिया कितनी अजीब होती है। वक्त का जरा सा बदलाव कितने ही नए एहसासों को जन्म दे देता है ।जब परिवार में नई वंशबेल के लहराने का समय आ जाता है तो वह बेला एक उत्सव का रूप ले लेती है। अरमानों और जोश की नई कोपलें फूट पड़ती है। मन का मयूर नयी अनुभूतियों और सम्बंधों के घुंघरु बाँध नाचने लगता है ।एक लंबे इंतजार के बाद उम्मीदों का सूरज अपनी पूरी किरणें बिखेरे हुए, नयी रोशनी लेकर आया है ।यह एहसास सारे एहसासों से परे। ऐसा क्या हुआ है जो अभिव्यक्ति के लिए शब्द नहीं,और संवेदना भी शून्य । बस एक झरना सा खुशी बनकर दिल के भीतर और आंखों से बाहर रहने को आतुर है। यूँ तो दिवाली हर साल आती है ।उमंगों के साथ। आस्था और धर्म का यह पर्व दीपक की रोशनी में हमेशा ही अपनी निराली छटा बिखेरते रहता है ।दीप.... एक.. अर्थात दिए कितने ही हो, पर तारने वाले कुलदीपक की बात ही निराली है। एक नन्हा सा कुलदीपक नयी रोशनी के साथ ,जगमगाते हुए खुशियों की चाँदनी बिखेरने चला आया है। जिसके स्वागत में हम बाट निहार रहे थे ।ना जाने कब से। हमारा इंतजार खत्म हुआ ।नव पुष्प के स्वागत की घडियाँ है ।खूब गाजे-बाजे से नाचते गाते उसकी बलैयाँ पूरा परिवार ले रहा है।

होठों पर आये दुआयें,आँखोंमें स्नेह रहे।
हर पल मेरा दुलारा,हर बला से दूर रहे।

नवपुष्प का देखो हुआ आगमन।
खुशियों की लड़ियां लेकर करे स्वागतम।

घर का उजाला है राज दुलारा।
सबसे निराला है आंखों का तारा।
मोहनी सी मूरत है मोहे सबका मन।
नव पुष्प का देखो हुआ आगमन।

थाल बजाये हम अंगना सजाये।
गा गा के लोरी उसको सुलाएं ।
आशाओं का पलना है डोरी है मन।
नव पुष्प का देखो हुआ आगमन ।

बाहों में लेके झूला झुलाएं।
ले ले बलाएँ दे दे दुआएं।
महकी है दिल की बगिया सज गया
चमन। नव पुष्पका देखो हुआ आगमन ।

राज दुलारे की शोभा है प्यारी।
चाँदनी का रथ है इसकी सवारी।
चंचल से चितवन है भोले से नयन।
नव पुष्पका देखो हुआ आगमन।

नए मेहमां के देखो नजारे
इसके खिलौने हैं चाँद और सितारे
जुग जुग जियो दुआ यह करते हैं हम।
नव पुष्पका देखो हुआ आगमन।

मनका मयूरा मस्ती में आके।
खुशियों की पायल पाँवों में बांधे।
छमा छम नाचे है होके मगन ।
नव पुष्प का देखो हुआ आगमन।

नया यह देखो कैसा एहसास है ।
जिस से बंधी मेरी हर आस और साँस है।
धड़कन हुई चंचल रोए नयन।
नव पुष्प का देखो हुआ आगमन।
खुशियों की लड़ियाँ लेकर करे स्वागतम।

• **विजया डालमिया**
संपादक, मेरी निहारिका

महादान

# तेरे नैनो के मैं दीप जलाऊंगा

**"9 अक्टूबर के कार्यक्रम में गोल्डन बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉर्ड्स में लारजेस्ट ऑन लाइन प्रोग्राम ऑन आई डोनेशन अवेयरनेस बाय विमेन ऑरगनाइज़ेशन शीर्षक नाम से दर्ज़ किया गया है! इस संस्था ने अब तक नेत्रदान के लिए हज़ारों लोगों से संकल्प पत्र भरवाए हैं। देहदान और अंगदान जागरूकता जैसे कार्यक्रमों में भी यह संस्था अग्रणी है! संस्था की सचिव रेखाजी लाखोटिया ने बताया कि इस संस्था की देश के 20 प्रदेशों में 627 शाखाएं हैं जिनकी 25,000 से अधिक सदस्याएं हैं।**

**डॉक्टर किरण भार्गव**
देवास मध्य प्रदेश

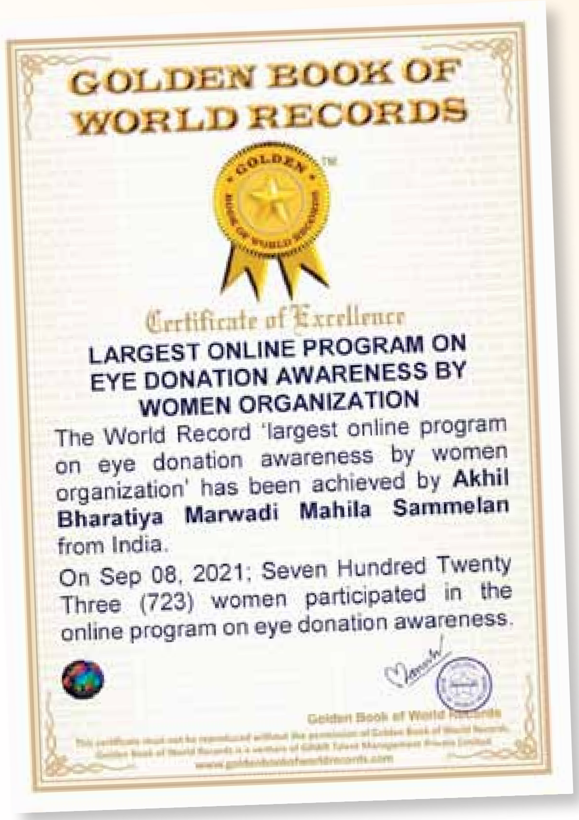
"नीता, अब मैं तुम्हारे आँखों की पट्टी खोलने जा रहा हूँ। बताओ तुम सबसे पहले अपनी आंखों से किसे देखना चाहोगी' ? डॉक्टर विभा ने चार साल की नीता से पूछा तो! उसने एक ही शब्द कहा माँ। ये माँ शब्द सुनते ही वहाँ सब भावुक हो गए और उनके आँखों से आंसू बह निकले।

दरअसल नीता ने जब जन्म लिया तो उसकी आँखों में रोशनी नहीं थी। उसके लिए यह दुनिया वैसी ही थी, जैसे जब वह माँ के गर्भ में थी। चार साल बाद आज वह नेत्रदान के चलते दुनिया देखने जा रही थी और इसीलिए उसने सबसे पहले अपनी माँ को देखने की इच्छा ज़ाहिर की। पर नियति को कुछ और ही मंजूर था। आज उसकी माँ दुनिया में नहीं थी और वह अपनी माँ की आंखों से ही दुनिया देखने जा रही थी। यह एक कहानी नहीं हकीकत है। इसे हम माँ की ममता कह सकते हैं, लेकिन आज हमारे बीच अखिल भारतीय मारवाड़ी महिला सम्मेलन की नेत्रदान, अंगदान, देहदान एवं रक्तदान की टीम ने इस क्षेत्र में जो कर दिखाया है उसके सामने सिर्फ़ एक ही शब्द है नारी तू नारायणी। हाल ही में गोल्डन बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉड्र्स में इस संस्था का नाम दर्ज़ हुआ है। मेरी निहारिका को इस संबंध में नेत्रदान, अंगदान, देहदान एवं रक्तदान की राष्ट्रीय प्रकल्प प्रमुख संध्या अग्रवाल ने बताया कि 8 सितंबर 2021 को नेत्रदान के लिए जागरूकता फ़ैलाने के उद्देश्य से अखिल भारतीय मारवाड़ी महिला सम्मेलन द्वारा आयोजित ऑनलाइन कार्यक्रम ने गोल्डन बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉर्ड में स्वर्णाक्षरों में अपना नाम अंकित किया है। 9 अक्टूबर 2021 को आयोजित एक वर्चुअल प्रोग्राम के दौरान, गोल्डन बुक ऑफ वर्ल्ड रिकॉड्र्स के एशिया हेड डॉ.मनीष विश्नोई जी ने ऑफ़िशियल घोषणा करते हुए वर्ल्ड रिकॉर्ड का सर्टिफिकेट संस्था को प्रदान किया! वे कहती है कि इसका श्रेय हमारी अखिल भारतीय मारवाड़ी महिला सम्मेलन की राष्ट्रीय अध्यक्षा शारदाजी लाखोटिया को जाता है। उनके कुशल नेतृत्व में 8 सितंबर को आयोजित कार्यक्रम में 723 महिलाओं ने हिस्सा लिया था - इस कार्यक्रम को 9 अक्टूबर के कार्यक्रम में गोल्डन बुक ऑफ

**शारदा लाखोटिया**
राष्ट्रीय अध्यक्षा

**संध्या अग्रवाल**
प्रकल्प प्रमुख

**रेखा लाखोटिया**
सचिव


GOLDEN BOOK OF WORLD RECORDS

Certificate of Excellence

LARGEST ONLINE PROGRAM ON EYE DONATION AWARENESS BY WOMEN ORGANIZATION

The World Record 'largest online program on eye donation awareness by women organization' has been achieved by **Akhil Bharatiya Marwadi Mahila Sammelan** from India.

On Sep 08, 2021: Seven Hundred Twenty Three (723) women participated in the online program on eye donation awareness.

Golden Book of World Records

वर्ल्ड रिकॉर्ड्स में लारजेस्ट ऑन लाइन प्रोग्राम ऑन आई डोनेशन अवेयरनेस बाय विमेन ऑरगनाइज़ेशन शीर्षक नाम से दर्ज किया गया है! इस संस्था ने अब तक नेत्रदान के लिए हज़ारों लोगों से संकल्प पत्र भरवाए हैं। देहदान और अंगदान जागरूकता जैसे कार्यक्रमों में भी यह संस्था अग्रणी है! संस्था की सचिव रेखाजी लाखोटिया ने बताया कि इस संस्था की देश के 20 प्रदेशों में 627 शाखाएं हैं जिनकी 25,000 से अधिक सदस्याएं हैं।

वर्ल्ड रिकॉर्ड बनने पर खुशी व्यक्त करते हुए संस्था की नेत्रदान, रक्तदान, अंगदान प्रकल्प प्रमुख - संध्याजी अग्रवाल ने बताया कि विगत 13-14 वर्षों से नेत्रदान जागरूकता पर कार्य निरंतर किए जा रहे हैं। उनका कहना था कि गोल्डन बुक ऑफ़ वर्ल्ड रिकॉर्ड्स में नेत्रदान के इस कार्य के दर्ज होने के कारण हम सभी में एक नई ऊर्जा का संचार हुआ है, जिसकी वजह से आगे और उत्साह से कार्य होंगे। संस्था की रितुजी मोडा ने इसे मील का पत्थर मानते हुए अधिक लोगों को जोड़कर नेत्रदान के माध्यम से दृष्टिहीनों को दुनिया देख सकने में मदद करने का आवाहन किया है।

इस ऑनलाइन कार्यक्रम में सम्मेलन हुई भूतपूर्व राष्ट्रीय अध्यक्षाओं प्रेमाजी पंसारी, सावित्रीजी बापना, पुष्पाजी खेतान मीनाजी गुप्ता, उषा किरणजी टिबड़ेवाल एवं निर्वाचित राष्ट्रीय अध्यक्ष नीराजी बथवाल ने अपनी असीम खुशियाँ ज़ाहिर की और आशीर्वाद दिए कि सम्मेलन का परचम यूँ ही लहराता रहे! राष्ट्रीय कोषाध्यक्ष श्वेताजी, संपादिका बबिताजी, अन्य पदाधिकारीगण, रा.अंचल प्रमुख, रा.प्रकल्प प्रमुख, प्रांतीय अध्यक्षाएं, प्रांतीय प्रकल्प प्रमुख - सभी ने खुशी से भरे हुए अपने उद्गार व्यक्त किए! कोरोना के कठिन समय में 70 व्यक्तियों के मरणोपरांत नेत्रदान करवाए गए एवं रक्तदान पर भी राष्ट्रीय स्तर पर कार्य हुए हैं -बहुत लगभग 10,850 यूनिट रक्तदान लगभग 17 महीनों में समितियों द्वारा करवाया गया है। संध्याजी ने यह कहा: 'गौरतलब है कि इन उपलब्धियों का श्रेय सम्मेलन की सभी बहनों को जाता है'!

कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में जुड़े प्रतिष्ठित आई बैंक एसोसिएशन ऑफ़ इंडिया E. B. A. I. के माननीय अध्यक्ष डॉक्टर जे.के.एस.परिहार ने सम्मेलन को पुरस्कार पाने के लिए एवं संस्था के कार्यों की भूरि-भूरि प्रशंसा की एवं इसका श्रेय उन्होंने संध्याजी को भी दिया! नेत्रदान के विषय में उन्होंने बहुत ही अच्छी जानकारीयाँ दीं, जो कि मानो सोने पर सुहागे की तरह हो गया।

राष्ट्रीय अंचल प्रमुख रेखाजी राठी द्वारा मनभावन आभार ज्ञापन एवं राष्ट्रीय गीत के उपरांत सभा संपन्न की गई!

अंत में मैं एक बात कहना चाहूँगी

**जग में बढ़ता उसका मान,**
**भगवान भी करता उसका सम्मान,**
**जो व्यक्ति करता नेत्रदान,**
**वो ही कहलाता व्यक्ति महान!**

## किसी भी भाषा में प्रेम को परिभाषित

कर पाना कहा संभव था..
इसलिए ईश्वर ने रचा. मौन,
आंखे, और मुस्कराहट..!!
सुनो !!
मेरे पास देने के लिये कुछ नही है सिवाय अहसासों के
फिर भी एक चाह है मन में एक दिन मैं अपना सब कुछ
देकर "निःशेष" हो जाऊं,...
मेरे पास कहने के लिए कुछ नही है सिवाय प्रेम के
फिर भी एक चाह है मन में एक दिन मैं सबकुछ
कहकर "निःशब्द" हो जाऊं,
मेरे पास जब कुछ भी नही हो जो मेरा हो
सिवाय समर्पण के तब एक चाह है मन में
एक दिन रहना है मुझे ऐसे
"मैं" रहूं पर खुद में "
मैं" रह न जाऊं

• **अज्ञात**

जब मैं हँसती, मेरे पापा खुश हो जाते हैं।
मेरी बातों को सुनकर, बच्चा बन जाते हैं।
**• धृति कपूर**

नया सवेरा ले कर आया,
मैं सूरज-सा दमक रहा।
**• प्रनीत**

मेरी गुड़िया कहाँ खो गयी
उसे ढूढ़ कर लाओ न ...
**• हर्ष**

मेरे जन्मदिवस की पार्टी है तैयार,
खूब करेंगे हल्ला-गुल्ला,आ जाओ सब यार।
**• संयम कपूर**

सोच रही मैं,मम्मी मेरी
मैग्गी नूडल्स बना रही
**• रीत माहेश्वरी**

जो भी चाहूँ, वो पा जाऊँ,
मैं अपनी दुनिया का राजा कहलाऊँ।
**• योजित**

आओ आओ ले लो भाई,
ये सब फल उगाए मैंने।
**• शिवेन**

मैं नन्ही-सी शहज़ादी,
मैं परी देश से आई हूँ।
**• आर्या**

मैं नन्हा भोला भंडारी, डमरू आज बजाऊंगा।
हर हर महादेव बोलकर, सबको आज नाचाऊंगा।
• **रुद्रांश गुप्ता**

आज चला मैं सैर पर, फूल सभी मुस्काये,
पर मेरी हंसी के आगे, सारे फूल शरमाये।
• **आदित्य शर्मा**

मुझसे और लम्बे हो जाओ, बढ़े तुम्हारी हरियाली
बड़े होकर इस बगिया में लाओ खुशहाली
• **विहान शर्मा**

मैं हूँ नन्हा-सा शैतान,
छूना है मुझको आसमान।
• **अमन शर्मा**

मेरी बातें, सबसे न्यारी,
मैं पापा की राजदुलारी।
• **चार्वी श्रीवास्तव**

आंखो में सपने लिए देख रही है भोर नयी
सोच रही है नन्ही परी मेरी मम्मी कहा गई ?
• **काव्या शर्मा**

चली सैर पर घोड़ा ले कर मैं गुड़िया अलबेली,
आओ,आओ जल्दी आओ मेरी सभी सहेली।
• **दशिका कोटियन**

चंचल अंखियाँ, मोहक बतियाँ,
कदम थिरकते मेरे।
• **वान्या नेगी**

मीनाक्षी मोहन 'मीता'
पंचकूला, हरियाणा

# ये सच है...

ये सच है बचपन की यादें,
सबको उल्लसित करतीं हैं।
ये सच है बचपन की बातें,
जीवन भर न भूला करतीं हैं।

ये जीवन का वो खज़ाना है,
जो हरदम भरा ही रहता है।
दिल बच्चा है, बच्चा ही रहे,
हर कोई यही तो कहता है।
पर उन बच्चों का क्या? ? ? ?
जिनका बचपन हर रोज़,
मरा ही करता है।
जिनकी छत ही नीला अम्बर है,
तन पर भी सुंदर वस्त्र नही,
खाने को छप्पन भोग नही,
भूखे पेट सो कर भी जो,
जीवन से नित-नित लड़ता है।
उस बचपन की जिस दिन सारी,
अभिलाषाएं पूरी हो जाएंगी।
वो भी पढ़ लिख जाएंगे,
वो भी कुछ अच्छा खाएंगे,
औरों की तरह वो भी जिस दिन,
अपने मन की कर पाएंगे।
सच मानो...
उस दिन से हर दिन ही
बाल दिवस बन जायेगा।
जब उनका मन भी खुश हो कर,
बचपन की यादें सजाएगा,
उस दिन होगी एक भोर नयी,
आशा का सवेरा मुस्कायेगा,
उस दिन हर बच्चे का दिन
ही बालदिवस बन जायेगा।

गरिमा सरीन
न्यू जर्सी, यू एस ए

# बचपन में खो जाती हूँ...

कुछ डॉलर की कमाई ने,
कुछ आई टी की पढाई ने
कुछ बढ़ती महंगाई ने,
दे कर यादें भरपूर, भेजा घर से इतना दूर
फिर भी अकेले में, आंखें बंद कर अँधेरे में
खुद को सकूं सा पाती हूँ
फिर बचपन में घूम आती हूँ।

बर्गर पास्ता जब खा के आती हूँ
रोटी न मिले तो भूखे ही सो जाती हूँ
तब आंखें बांध कर
दादी के हाथ से रोटी खाती हूँ
फिर बचपन में घूम आती हूँ।

बीमार हो जाऊँ तो खुद ही दवाई ले आती हूँ
अकेले कम्बल में रोते रोते सो जाती हूँ
तब आंखें बांध कर माँ की गर्माहट ढूढ़ने जाती हूँ
फिर बचपन में घूम आती हूँ।

त्यौहार आये तो अकेले ही दीपक जलती हूँ
मिठाई की जगह चॉकलेट से मुँह मीठा कर आती हूँ
तब आंखें बांध कर पापा के दिए तोहफे खोलने लग जाती हूँ
फिर बचपन में घूम आती हूँ।

भाई बहन के खेलों से खुद को वंचित पाती हूँ
दोस्तों के साथ ही मॉल में घूम आती हूँ
तब आंखें बंद कर खुद को नानी के घर छुट्टियों में खेलता पाती हूँ
फिर बचपन में घूम आती हूँ।
ऑफिस से ले कर छुट्टी फिर घर हो के आती हूँ
माता-पिता को और बूढा होते पाती हूँ

भाई-बहन से दिल खोल के लाड लड़ाती हूँ
दादी-नानी की तस्वीर दीवार पे देख कर उदास हो जाती हूँ
फिर भी खुद को बहुत सुकून-सा पाती हूँ
क्यूंकि अपने घर आ के बचपन में खो जाती हूँ।

सुषमा अग्रवाल

# बचपन

यादों के झरोखों से, झाँका जो भीतर,
तो साठ और पचपन में भी, याद आया बचपन ...

वो प्यारा-सा बचपन, वो न्यारा-सा बचपन...

वो तितलियों के पीछे दौड़ लगाता,
मोर पंख को किताबों में छुपाता..
जीभ से चाट के, स्लेट को मिटाता,
आँख बचाकर, चॉक को चबाता...
वो प्यारा सा बचपन, वो न्यारा-सा बचपन

मुँह की भाप को शीशे में लगाता,
फिर अँगुली घुमाकर, फोटो बनाता ..
पंजी की पाँच, पिपरमेंट खरीदता,
कंचे से कंचे का, निशाना लगाता ..
वो प्यारा सा बचपन,

बड़ी बहन की पेंसिल चुराता,
छोटे के सिर पर, थपड़ी जमाता,
चोरी से पड़ोसी की साइकिल चलाता,
चोट लगे तो, फिर सबसे छुपाता ...
वो प्यारा सा बचपन

वो माँ का प्यार से डिठौना लगाना,
पापा का इकन्नी की जलेबी लाना..
दादी का चुपके से लड्डू खिलाना,
दादा का घुटनों पर घोड़ा बन जाना..
वो प्यारा सा बचपन

वो नानी का गाँव, वो बुआ का घर,
इमली का पेड़ और नदी का किनारा..
मार के पत्थर, आमों को गिराना,
मिल-बाँट के फिर, बैठ कर खाना..
वो प्यारा सा बचपन...

बारिश की बूँदों में, छप-छप का जादू,
कागज़ की नाव को, डबरे में तैराना..
तरबतर होकर, फिर घर को पहुँचना,
पल्लू से माँ का, फिर सिर को सुखाना..
वो प्यारा सा बचपन....

कहाँ गया रे तू, ऐ मेरे प्यारे बचपन,
लौट के एक बार, आकर तो दिखाना..
जानती हूँ तू, अब आ ना सकेगा,
बस यादों से तेरी, है दिल को बहलाना..
वो प्यारा सा बचपन, वो न्यारा सा बचपन,
साठ और पचपन में भी, याद आया बचपन....
याद आया बचपन...

• विष्णु सक्सेना

# एक दीवाली यहाँ भी मना लीजिये

झील के जल सी ठहरी है एक ज़िन्दगी
आप ही छू के लहरें उठा दीजिये।
मेरे घर मे अंधेरो का मेला लगा
एक दीवाली यहां भी मना लीजिये।

बांध लो तुम जो ज़ुल्फ़ें सवेरा से हो
और बिखेरो यहां रात हो जाएगी
चाहे मुंह फेर कर मुझसे बैठी रहो
फिर भी तुमसे मेरी बात हो जाएगी।
मुद्दतों से न सूरज इधर आ सका
दूरियों की घटाएं घटा दीजिये......

जाने चंदा से रुठी है क्यों चांदनी
नींद भी रुठ बैठी मेरी आँख से
रुठी रुठी लहर आज तट से लगे
पर न भंवरा ये रुठा कमल पाँख से
मन तुम्हारा भी दर्पण सा हो जाएगा
धूल इस पर लगी जो हटा दीजिये.....

जब भी आंखों में झांका घटाएं दिखीं
अब तो बरसेंगी ये सोचने मन लगा
तन झुलसता रहा पर न बारिश हुई
प्यासा प्यासा सा इस बार सावन रहा
स्वन्ति की ना सही बूंद आंसू की दे
प्यास चातक की कुछ तो बुझा दीजिये...

कल्याणमय आनंद
मोहनपुर, पुनाईचक, पटना

# आओ ! एक ऐसा दीप जलाएँ

अंतस में छाया घोर अंधकार,
हिलकोरे मारते कलुषित विचार।
जो इनको निर्मल पावन बनाए,
आओ ! एक ऐसा दीप जलाएँ।

व्यग्रता भरा है जीवन व्यापार,
कुंद शस्त्र ढूँढ़ता तीक्ष्ण धार।
नव संचार इनमें कर दिखलाएँ,
आओ ! एक ऐसा दीप जलाएँ।

शोषित,उत्पीड़ित की सुन चीत्कार,
गूँजे आत्मचेतना की हुंकार।
पार्थ बनकर वीर खड़ा हो जाए,
आओ ! एक ऐसा दीप जलाएँ।

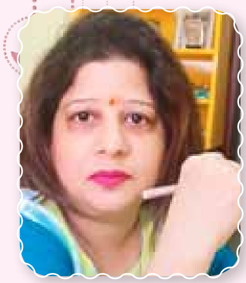
वर्जना से रुँध मानवी पुकार,
वीथी में जो बचपन रहा निहार।
उनके उर को उन्मिषित कर पाएँ,
आओ ! एक ऐसा दीप जलाएँ।

आसुरी शक्तियों का कर संहार,
विमल-वितान हो संत पुण्यागार।
प्रफुल्लित जन-जन वेद-ऋचा गाएँ,
आओ ! एक ऐसा दीप जलाएँ।
देदीप्यमान भारत भुजा पसार,
तिरोहित करे जग के तम का झार।
मूल्यों को जो अग्निपंख लगाएँ,
आओ ! एक ऐसा दीप जलाएँ...!!

जयश्रीकांत

# आओ दीप जलाएं

तमसो मां ज्योतिर्गमय
हर घर से दीपक,
बाती प्रेम की मानक,
आत्म दीप की पावक,
आओ दीप जलाएं।
मिट्टी धरा की पावन,
दीप हो मन भावन।
ज्योति तंतु चित्पावन,
आओ दीप जलाएं।।
दीप जले ज्ञान घृत,
मन मिले मनमीत,
भेद रहित से गीत,
आओ दीप जलाएं।
प्रदीप दीप्त पंक्तियां,
उज्ज्वल स्वर्ण रश्मियां,
मिले अनंत खुशियां,
आओ दीप जलाएं।
हर घर उजियारा,
जगत सारा पसारा,
न कहीं हो अंधियारा,
आओ दीप जलाएं।
ज्योति वसुधा दिव्य,
जगमग अति भव्य,
सकल आंनद द्रव्य,
आओ दीप जलाएं।
मृण दीपियां सजीली,
प्रेम ज्योत से प्रज्वली,
सुंदर सी दीपावली,
आओ दीप जलाएं।
सदा त्योहार ये आये,
खुशियां अनंत लाये,
साथ नृप रंक गायें,
आओ दीप जलाएं।



"किरण वत्स"

# इस बार दीवाली कुछ नए ढंग से मनाऊँ

कर मन की शुद्धि
आत्मा को पवित्र बनाऊँ।
कर अन्तस मन की पूजा
इस बार दिवाली मनाऊँ।

विकारों से भरे बेकारों को
मैं दूर फैंक आऊँ।
नफरती धूल के जालों को
मैं आज झाड़ गिराऊँ।

बाँध प्रेम की वंदनवार,
मन रुपी घर को सजाऊँ।
छिड़क अब सारे जल के छींटे,
उसे गंगाजल बनाऊँ।

भगा क्रोध से अरि को,
लगा चंदन का लेप।
मस्तिष्क को ठण्डा बनाऊँ।
इस दिवाली - मीठे में,
अपनी वाणी को मधुर बनाऊँ।

मुस्कुराहट में डाल मसाले
मजाक और हँसी-ठिठोले की नमकीन बनाऊँ।
रख पूजा की थाल में कुछ सपने अपने
अक्षत, रोली, मोली की जगह
सजा हाथों और सरमाथे पर उन्हें
मन रुपी घर में सुख-समृद्धि लाऊँ।

पंचामृत की जगह रख पाँचो उंगलियाँ अपनी,
कठिन मेहनत से खुद को सफल बनाऊँ।

अपने अन्तस्थल में खिले कमल को,
अपने पाक हृदय पर चढ़ाऊँ।

किसी के दुख की बूँद भी ना बन सकूँ,
ऐसा संकल्प कराऊँ।
किसी चेहरे की हँसी का समुंद्र बनूँ,
ऐसी अरदास लगाऊँ।
जला दीप विश्वास का
उससे काजल बनाऊँ।

लगा काजल विश्वास की
झूठ,फरेब,लोभ की पड़ी
चादर को हटाऊँ।
इस तरह अमावस्या की रात को,
पूर्णवासी की रात बनाऊँ।
चलो! इस बार दीवाली
कुछ नए ढंग से मनाऊँ।

पारस
सीता निकेत भागलपुर

# प्रेम भी दीपक होता है...

जलता है दीपक तो,
मिलता नैन को है उजियारा।
अपने नीचे रख लेता है,
रात का वो अंधियारा।
राही को मंजिल न मिलती,
फिरता मारा-मारा।
जीवन नैया डगमग करती,
मिलता नहीं किनारा।
वन-वन गुलशन पर्वत-पर्वत,
सब पर वो छा जाता है।
जिस से जगमग-जगमग करता,
नील गगन का तारा।
दिन और रैन बराबर होते,
दीपक गर नहीं जलता।
अन्न उगते न वर्षा होती,
गंगा न उसकी धारा।
इक दीपक से कितने दीपक,
जले और जलते रहते हैं।
बुझ नहीं सकता कैसे बुझे,
तूफान हो जिससे हारा।
सूरज कहिए चंदा कहिए,
एक रुप के दो हैं नाम।
एक लिये बर्फीली ठंडक,
एक दहकता अंगारा।
बुझ गया उसकी सांस का दीपक,
एक कदम न चल पाया।
रह में चलते-चलते दुनिया,
छोड़ गया वो बंजारा।
दिल भी दीपक नैन भी दीपक,
प्रेम भी दीपक होता है।
कर देता है कभी-कभी,
ये मीठा पानी खारा।
जिसकी ज्योति जोत जगाती,
जिस पर दुनिया मरती है।
'पारस' की नजरों से देखो,
है वह कितना प्यारा।

# इस बार दीवाली ऐसी हो...

**मीनाक्षी मोहन 'मीता'**
पंचकूला, हरियाणा


इस बार दीवाली ऐसी हो...
धरती पर उत्सव जैसी हो
मन का तम दूर करें
हम मिल-जुल राग प्रेमगाएं...
वो बचपन जो....
इन सड़कों पर,
सामान बेचता रहता है।
वो बचपन जो बच्चों की तरह,
जीने को मचलता रहता है।
उस बचपन के नीरव उपवन में,
उपहारों के गुल खिल जाएं
उस बचपन के सूने मन में,
झंकार नई हम भर जाएँ...
इस बार दीवाली ऐसी हो,
उनका सूना मन खिल जाए..
वो धरती जो....
धुएं के बादल से,
संतप्त हुई ऐसी
वो धरती जो साँसे रोके,
रोती रहती माँ के जैसी।
प्रदूषण मुक्त दीवाली का
ले वचन उसे फिर...
शस्य श्यामला कर,
नवजीवन से हम भर जाएँ।
इस बार दीवाली ऐसी हो,
धरती का मन भी मुस्काए...
तेरे-मेरे इन रिश्तों में,
दुख दर्द की कोई शाम न हो।
हम दूर रहें या पास रहें,
शिकवों का कोई नाम न हो।
दीपक की लौ से
जगमग कर
मन ज्ञान-पुंज से भर जाए....
दीपक की लौ-से दमके हम
रंगोली से घर सज जाएं
फूलों की भीनी ख़ुश्बू से
घर एक-दूजे का महकाएं
इस बार दीवाली ऐसी हो
मिल बैठ के सब झूमें गाएँ...

**पंकज शर्मा**
गीतकार


# मुझसे मिलने आओगी क्या"

जब मैं तन्हा हो जाऊंगा,
गुमनामी में खो जाऊंगा।
दुनिया के बंधन टूटेंगे,
जब मेरे मुझसे रुठेंगे।
तब मेरे दीवान से चुनकर,
कोई नज़्म सुनाओगी क्या?
मुझसे मिलने आओगी क्या?
बोलो प्रीत निभाओगी क्या?
हैं होठों पर गीत अभी तो,
जीवन में संगीत अभी तो।
मैं गीतों का राजकुंवर भी,
हैं बहुतेरे मीत अभी तक।
लेकिन जब मिट जाएगा सब,
अपना हाथ बढ़ाओगी क्या?
मुझसे मिलने आओगी क्या?
इक दिन ये मधुमास न होगा,
मेरा होना ख़ास न होगा।
मैं सोया हूं या जागा हूं,
दुनिया को अहसास न होगा।
मौन तुम्हें मैं याद करूंगा,
तुम बनकर संवाद करूंगा।
जब अंतिम बेला होगी तब,
तुमसे इक फरियाद करूंगा।
तब मेरे संदेशे पाकर,
रुख़सत करने आओगी क्या?
मुझसे मिलने आओगी क्या...!

# लेखनी की छटपटाहट

डॉ.कीर्ति काले
नई दिल्ली

कौन समझेगा यहाँ अब
लेखनी की छटपटाहट...

धड़कनों की दूरध्वनियाँ
जब नहीं ढलतीं स्वरों में
भावनाओं की बदलियाँ
बन्ध न पातीं अक्षरों में
ढल गईं तो, बन्ध गईं तो
मुक्त होने के लिए फिर
उफ ...ये कैसी कसमसाहट.

चित्त पर जो चित्र उभरे
हैं दिखा पाना कठिन
जो दिखा पाए नहीं तो
श्वांस कैसे हो उऋण
संस्कारी हथकड़ी की
शब्द के आकार तक पर
चल रही है चौधराहट.

प्राण में उग आई
जाने कब सुलगती एक लता
ताप है इसमें ग़ज़ब का
पर धुआँ है लापता
दर्द का आधार पाकर
आँसुओं का प्यार पाकर
और सुलगी सुरसुराहट.

गीत की पदचाप के पीछे
विकल मन भागता है
फिर न जाए पाहुना
सोते हुए भी जागता है
पर तवे की गर्म रोटी
अनगिनत साधक क्षणों को
साग संग करती सफाचट .

खूब गहरे डूबकर लूं रत्न
अब अवकाश है क्या
दूर तक ऊँची उड़ानों के लिए
आकाश है क्या
क्या कभी देगा दिखाई
वृक्ष होता बोंसाई,
सिर्फ दिखती चिड़चिड़ाहट.

शैलेन्द्र सरगम

# सुबह शाम मैं गुनगुनाता हूँ...

सुबह शाम मैं गुनगुनाता हूँ।
श्री राम आपको बुलाता हूँ।।

मीठे बेर तुमने खाए हैं।
वही भोग फिर मैं लगाता हूँ।।

शिला से नारी बनाया तुमने।
मैं वही पत्थर बन जाता हूँ।।

सिया संग बाग में पुष्प चुने।
वही बाग बन मैं बुलाता हूँ।।

सभी को पार लगाने वाले।
पतवार आपको थमाता हूँ।।

आप जैसा यहाँ नहीं कोई।
बस राम राम दोहराता हूँ।।

मेरे उर में रहो प्रभु तूँ ही।
मैं सरगम तुम्हे सुनाता हूँ।।

सीख

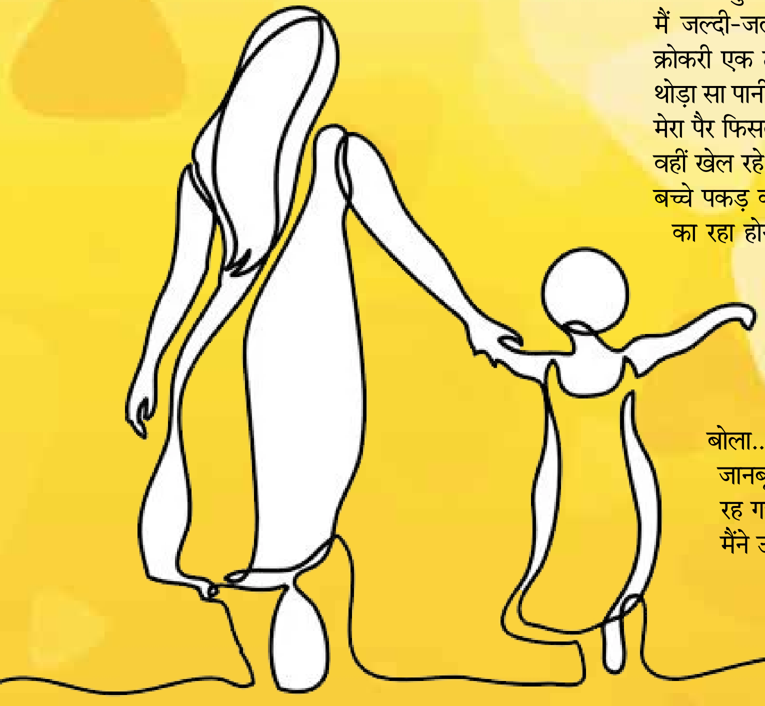
**विजया डालमिया**
(हैदराबाद)

# बच्चों के मुख से

> चंचलता, नटखटपन बच्चों का स्वाभाविक गुण होता है। पर हमारी अपने काम की व्यस्तता व परेशानी में हम कभी-कभी उसे नजरअंदाज कर देते हैं कई बार तो हमारे खराब मूड का शिकार बेवजह बच्चे भी हो जाते हैं।

जाती हुई गर्मी और आती हुई बारिश की सर्द बहारें। जब तक बरसे तब तक ठंडी। बाद में ढेर सारी उमस। बस यही हाल कभी कभी यादों का हो जाता है। हमारे जिंदगी के सफर की सुहानी यादें हमारे साथ साथ चलती हैं। कुछ यादें मन में शीतल फुहारों की तरह बरसकर ठंडक दे जाती है और अकेले में भी हम जब उन यादों से मुलाकात करते हैं तो होठों पर मुस्कान तैरने लगती है। बात तब की है, जब मेरे बच्चे छोटे थे। उनकी शरारतें भी उन्हीं की तरह मासूम होती थी। चंचलता, नटखटपन बच्चों का स्वाभाविक गुण होता है। पर हमारी अपने काम की व्यस्तता व परेशानी में हम कभी-कभी उसे नजरअंदाज कर देते हैं कई बार तो हमारे खराब मूड का शिकार बेवजह बच्चे भी हो जाते हैं। ऐसे ही एक बार जब हमारी बहन बेटियाँ सभी के आ जाने से हमारी व्यस्तता कुछ ज्यादा ही बढ़ गई थी। तिस पर काम वाली ने छुट्टी ले ली। मैं जल्दी-जल्दी सारे काम निपटा रही थी। नाश्ता होने के बाद सारी क्रोकरी एक टब में लेकर वाश एरिया की तरफ जा रही थी ।आंगन में थोड़ा सा पानी गिरा था जो मुझे मेरी हड़बड़ी में नजर नहीं आया ।अचानक मेरा पैर फिसला और मैं गिर पड़ी ।गिरने से जोरदार आवाज हुई। बच्चे वहीं खेल रहे थे ,भाग कर आए । सारी क्रॉकरी चूर चूर हो गई थी। सारे बच्चे पकड़ कर मुझे उठाने लगे। मेरा छोटा बेटा जो उस वक्त 6 साल का रहा होगा बड़े ध्यान से मुझे देख रहा था। उसने मुझे देखा। फिर क्रोकरी को देखा। फिर मुझे देखा और पूछा...' मम्मी, आप को लगी तो नहीं' ? मैंने कहा ..'नहीं'। तो फिर तुरंत कहने लगा...' कोई बात नहीं। कुछ नहीं होता। आपसे गलती से क्रॉकरी फूट गई ना। आपने जानबूझकर थोड़ी फोड़ी'। फिर कुछ सेकंड रुका व बोला... 'ऐसे ही मम्मी जब हमसे कुछ फूट जाता है तो हम जानबूझकर नहीं फोड़ते। गलती से फूट जाता'। मैं उसे देखते ही रह गई। छोटे से बच्चे ने बातों बातों में मुझे एक सीख दे दी थी। मैंने उसे गले से लगाकर एक ही बात कही.... 'हाँ बेटा'।

• **विजया डालमिया**



SBI
WISHING YOU HAPPY DIWALI
WITH OUR TRIPLE CELEBRATION OFFER
• Low interest rates • No processing fees*
• No hidden charges
HOME LOAN
CAR LOAN
PERSONAL LOAN
*T & C Apply
FOR MORE INFORMATION LOG ON TO https://bank.sbi OR VISIT OUR BRANCH
CALL 18004253800 OR 1800112211 ( TOLL FREE ) OR 080 26599990 FOLLOW US ON

# मेरी निहारिका

एक रिश्ता प्यार का
एक बंधन परिवार का

दिसंबर 2021 के अंक में पढ़े

## परिणय और पर्यटन

दिसंबर का महीना। साल के इस आखिरी महीने में लोग अपने शहर से दूर घूमने बाहर जाते हैं। इसलिए मेरी निहारिका ने दिसंबर का खास अंक आपके लिए निकाला है इस बार आप कहां जाएं। इसके साथ ही दिसंबर में विवाह समारोह भी होते हैं। इस उद्देश्य से भी यह अंक सबसे खास होगा। आप हमारे साथ अपने यात्रा से जुड़ी खट्टी मीठी यादों को साझा कर सकते हैं, इनमे से तीन संस्मरणों को हम प्रकाशित करेंगे और मेरी निहारिका की ओर से उनके लेखकों को सम्मानित किया जाएगा। इसके साथ ही परिणय कॉलम में आप हर प्रांत में दूल्हन के श्रृंगार और वहां होने वाली रस्मों को भी हमारे साथ साझा कर सकते हैं।

इसके अलावा कहानी, बच्चों का कोना, किचन से, अपने जीवन की खट्टी मीठी यादें, वो पल जिन्हें भूला नहीं जा सकता भी हमें भेज सकते हैं। इस बार से मेरी निहारिका ने एक नया कॉलम शुरु किया है, जिसका नाम है। " मेरे घर आई नन्हीं खुशी " इस कालम में नवंबर माह में नवजात शिशु के आगमन की फोटो और उसके बारे में कुछ पंक्तियां प्रकाशित करेंगे। आपके यहां भी नवंबर माह में ऐसा खुशी का मौका आया है तो आप हमें तुरंत भेज डालिए न्यूली बोर्न बेबी की फोटो, उसकी जन्म तारीख और अपनी शुभकामनाओं की चंद लाइनें।

आपके सुझाव का भी स्वागत है। आप अपने सुझाव और रचनाएं हमें :

15 नवंबर तक editor@ meriniharika.com तथा meriniharika1@gmail.com पर भी भेज सकते हैं। इसके अलावा हमारा वाट्सएप नंबर है 9828423123.

**प्रबंध संपादक**
मेरी निहारिका