



भारतीय परम्परा™  
Let's together discover our Tradition, Culture & Heritage

वर्ष-४, अंक-४२, जनवरी-२०२५



खिचडी





संपादक  
प्रीति माहेश्वरी

प्रकाशन स्थल  
मुम्बई

डिजाइनिंग टीम  
MX CREATIVITY

सोशल कनेक्शन



हमसे जुड़ने के लिए आइकन पर स्पर्श करें



[www.bhartiyaparampara.com](http://www.bhartiyaparampara.com)



[paramparabhartiya@gmail.com](mailto:paramparabhartiya@gmail.com)

मूल्य

आपका कीमती समय

साका कैलेण्डर-१९४५, विक्रम संवत्-२०८१, अयान-दक्षिणायन, ऋतु-शिशिर

सोम

०६ पौष शु.  
सप्तमी१३ पौष शु.  
पूर्णिमा,  
पूर्णिमा व्रत,  
लोहडी२० माघ कृ.  
षष्ठी२७ माघ कृ.  
त्रयोदशी,  
प्रदोष व्रत,  
मासिक शिवरात्रि

मंगल

०७ पौष शु.  
अष्टमी, मासिक  
दुर्गाष्टमी,  
गोपाष्टमी१४ माघ कृ.  
प्रतिपदा, पोंगल,  
मकर संक्रांति,  
उत्तरायण, बिहु२१ माघ कृ.  
सप्तमी२८ माघ कृ.  
चतुर्दशी

बुध

०१ पौष शु.  
द्वितीया०८ पौष शु.  
नवमी१५ माघ कृ.  
द्वितीया२२ माघ कृ.  
अष्टमी, मासिक  
कृष्ण जन्माष्टमी,  
कालाष्टमी२९ माघ कृ.  
अमावस्या,  
मौनी अमावस्या

गुरु

०२ पौष शु.  
तृतीया०९ पौष शु.  
दशमी१६ माघ कृ.  
तृतीया२३ माघ कृ.  
नवमी३० माघ शु.  
प्रतिपदा,  
गुप्त नवरात्रि  
आरंभ

शुक्र

०३ पौष शु.  
चतुर्थी,  
विनायक चतुर्थी१० पौष शु.  
एकादशी,  
पौष पुत्रदा  
एकादशी व्रत१७ माघ कृ.  
चतुर्थी, लंबोदर  
संकष्टी चतुर्थी,  
संकट चौथ२४ माघ कृ.  
दशमी३१ माघ शु.  
द्वितीया  
फुलेरा दूज

शनि

०४ पौष शु.  
पंचमी११ पौष शु.  
द्वादशी१८ माघ कृ.  
पंचमी२५ माघ कृ.  
एकादशी,  
षटतिला  
एकादशी व्रत

रवि

०५ पौष शु.  
षष्ठी, गुरु  
गोविंद सिंह जयंती,  
स्कन्द षष्ठी१२ पौष शु.  
चतुर्दशी, स्वामी  
विवेकानंद जयंती१९ माघ कृ.  
पंचमी२६ माघ कृ.  
द्वादशी

कृ. - कृष्ण शु. - शुक्ल



### नववर्ष का हरकारा

बीता चौबीस, आया पच्चीस।  
 सभी जन को मिले शुभाशीष।  
 तमस की अब रातें बीतीं -  
 फैला चहुंओर अब उजियारा।  
 खुशियों की चिट्ठियां लेकर -  
 आया नववर्ष का हरकारा।  
 चाहे कितनी मनमानी कर ले -  
 सफल न होगी मौसम की कोशिश।  
 सुख का अब हर दिन होगा -  
 होगी चैन की अब हर रात।  
 बहार चमन में राज करेगी -  
 झड़ेंगे पतझड़ में न पात।  
 आएगा वक्त सभी का अच्छा -  
 वक्त रहेगा न कोई साज़िश।  
 कोई गरीब न भूखा होगा -  
 हल पेट का समीकरण होगा।  
 भूखा भी समझ जाएगा अब -  
 भूख का ये कठिन व्याकरण।  
 रोटियां निभा न पाएंगी फिर -  
 पेटों से अब न कोई रंजिश।  
 सुबह से कलियां रोज़ खिलेंगी -  
 भौंरों के महाकुंभ भरेंगे।  
 फूल गुलशन में झींगा - मुश्ती -  
 तितलियों के संग ख़ूब करेंगे।  
 बुरे दिनों की विदाई होकर -  
 सजेगी सुखद दिनों की मजलिस।

- अशोक आनन जी, मक्खी,  
 जिला शाजापुर ( म.प्र.)

### नया साल मुबारक

कैसे कैसे बने मंजर, कैसे बने नजारे थे।  
 कभी देखते थे तरक्की, कभी दीनता के इशारे थे।

माह जनवरी आते ही, आता है उल्लास जैसे,  
 टूट चुके अंतर्मन में, विश्वास उमड़ता है वैसे।

कुछ कर गुजरने की इच्छा,  
 मन ही मन उभर आती है।  
 दिन -रात बीतते रहते हैं और  
 ये साल भी गुजर जाती है।।

वक्त नहीं मिल पाता कि सोचें,  
 क्या खोया है क्या पाया है।  
 ऐसे ही रतजगे किए हैं या  
 फिर व्यर्थ ही सकूं गवाया है।  
 जहां चाहते हैं पहुंचना वहां  
 अभी तक न दिख पाए।  
 सब दास्तां रही अधूरी और  
 हम एक लफ़्ज़ न लिख पाए।।

लेकिन अब तिनका तिनका जोड़ेंगे,  
 नई ये मिशाल मुबारक,  
 सब को नया साल मुबारक।।

डॉ. किशोर कुमार जी, धौलपुर (राजस्थान)

## गुड़

स्वास्थ्य बनाएँ, नित गुड़ खाएँ।  
चिककी, गजक, रेवड़ी भाएँ।  
पोषक तत्वों से भरपूर  
कमी रक्त की कर दे दूर  
नूतन शक्ति - ऊर्जा पाएँ।

बैक्टीरिया, वायरस से बचाती  
एंटी - ऑक्सीडेंट कहाती  
गले की जलन, खराश मिटाएँ।  
विष - घटकों की करे सफाई  
एंटी - एलर्जिक सहज दवाई  
हीमोग्लोबिन पूर्ति कराएँ।

हर्बल चाय पिएँ गुड़ वाली  
करती सदीं से रखवाली  
गुण अनेक हैं, लाभ उठाएँ।  
स्वास्थ्य बनाएँ, नित गुड़ खाएँ।

- गौरीशंकर वैश्य जी,  
'विनम्र' आदिलनगर, विकासनगर  
(लखनऊ)

## झील के ऊपर अगहन माह के मेघ

नील गगन में रुई सरीखे फाहों के अम्बार लगे।  
हे अगहन में दिखे मेघ! तुम हिम से लच्छेदार लगे।  
निर्मल धवल कीर्ति के बेटे  
नभ के नव सरदार लगे।  
पूरा जल कर चुके दान तुम सचमुच पानीदार लगे।

नीचे झील, झील का पानी दर्पण का आकार लगे।  
इस दर्पण में सुगढ़ दूधिया जल घन एकाकार लगे।  
निराकार से अजल सजल  
तुम प्रकट रूप साकार लगे।  
सच पूछो तो श्वेत पटों से सजे हुए दरबार लगे।

बीच बसी थी बस्ती लेकिन अब सूना संसार लगे।  
कर्ज चुकाने की चाहत में सभी झील के पार लगे।  
तुम्हें बसाना चाह रहे सब  
ताकि तनिक आभार लगे।  
इसीलिए सारे रहवासी छोड़ चुके घर बार लगे।

- गिरेन्द्रसिंह भदौरिया जी, "प्राण" इन्दौर (म. प्र.)

मुलाकात होती है रोज, कुछ कर्तव्यप्रायण भेड़ों से  
 निरर्थक, निर्लज्ज, नीरस, बेपरवाह !  
 बिन सोचे बिन समझे, एकसाथ भरती हैं आह।  
 मंजिल ही क्या भाई, भटक गई हैं खुद का राह॥

एक मैं मैं का ही गीत, लुभाता है इनको।  
 व्यर्थ खोखला कीर्तिगान ही आता है इनको ॥  
 विवेक विचार और समझ से बिल्कुल ही क्षीण  
 घूम रही हैं, खुद का व्यक्तित्व, कर के दिशाहीन ।

प्रसन्नचित हैं एकदम। कठपुतली रूप में बनी अपाहिज खुद से, जीवन की इस धूप में  
 कितनी प्यारी इनको लगती, अपनी लंबी दौड़ नाटकीय विधि में बस, लगा रखी है होड़

क्या है उद्देश्य? क्या है जीवन नूर ? रुक जाओ तनिक! न हो खुद से दूर  
 तुम जानो तर्क वितर्क है तेरा सार क्यों ढोती हो तुम बे मतलब दूजा भार

अपना वर्चस्व नहीं पाती क्या, क्यूं मजबूर बनी रहती  
 अपने अधिकारों की खातिर क्यूं चुप्पी धरे रहती  
 उठ जाओ, हो जाओ होशियार अपनी तलवार की करो तीखी धार

कोई नहीं आएगा जब, लड़ना होगा स्वयं तुम्हे  
 हार जीत के खेल में बढ़ना होगा स्वयं तुम्हे  
 विचार विवेक को बना लो जीवन की ढाल  
 स्वयं छोड़नी होगी तुम्हे चलनी यह भेड़ चाल  
 स्वयं छोड़नी होगी तुम्हे चलनी यह भेड़ चाल।

**- सुधा मेहता जी, चंडीगढ़**







वर्तमान समय में हम सभी को ज्ञात है कि प्रदूषण हमारे पर्यावरण और स्वास्थ्य के लिए एक चुनौती बन गया है परंतु जाने अनजाने हम यह भूल जाते हैं कि यह चुनौती हमारे समक्ष है इसलिए हम इससे उबरने की लिए पुरजोर प्रयास नहीं कर रहे हैं। **किसी भी चुनौती का सामना हम सफलता पूर्वक तब ही कर पाएंगे जब हम उसके कारण का गहन चिंतन करेंगे।** बढ़ते प्रदूषण का एक मुख्य कारण है निजी वाहनों का अत्यधिक प्रयोग। छोटी दूरी जिसे चलकर या सार्वजनिक वाहन से तय किया जा सकता है वहां भी हम निजी वाहन का प्रयोग कर रहे हैं। शहरों में वाहनों की संख्या तेजी से बढ़ रही है। एक रिपोर्ट के अनुसार भारत में हर साल लाखों नई गाड़ियां सड़कों पर आती है परंतु 60% से अधिक गाड़ियां छोटी दूरी के लिए प्रयोग की जाती है। **आज के युग में मनुष्य अपनी सुविधा को सर्वोपरि समझता है व सुविधा की आड़ में होने वाले नुकसानों को भूल बैठता है।**

यह बढ़ता चलन केवल सुविधा का मामला नहीं है बल्कि प्रदूषण के बढ़ते स्तर का प्रमुख कारण बनता जा रहा है। वाहनों से निकलने वाली गैस वातावरण में घुलकर विष का कार्य करती है। यह दूषित वायु न केवल हमारे वातावरण के लिए हानिकारक है बल्कि उससे अत्यधिक हमारे स्वास्थ्य के लिए नुकसानदायक है। छोटी दूरी पर निजी वाहनों का प्रयोग हमारे ईंधन जैसे संसाधन में कमी का भी बड़ा कारण है। परंतु जैसा हम सभी जानते हैं हर समस्या का समाधान होता है उसी प्रकार इस गंभीर समस्या का बहुत सरल सा समाधान यह है कि हम छोटी दूरी को पैदल या सार्वजनिक वाहन से तय करें। अब समाधान में भी समस्या यह है कि कई दिग्गज जनों को यह लगता है कि सार्वजनिक वाहन में बैठने से उनकी प्रतिष्ठा धूमल हो जाएगी परंतु ऐसी सोच का कोई समाधान नहीं है यदि व्यक्ति की प्रतिष्ठा बड़ी गाड़ी में बैठने से ही है तो शायद नीदरलैंड के प्रधानमंत्री मार्क रूठे साइकिल से अपने ऑफिस नहीं जाते। हमें जरूरत है अपनी सोच बदलने की और सही चुनाव करने की। **अपनी क्षण भर की सुविधा के लिए हम हमारे स्वास्थ्य, पर्यावरण व आने वाली पीढ़ी के साथ खिलवाड़ ना करें अपितु सही कदम उठाकर अपने वर्तमान व आने वाली पीढ़ी के भविष्य को उज्ज्वल बनाएं।**  
- नेहा नाजवानी जी, इंदौर (म. प्र.)

अगर आप अपने   
'शब्दों के मोती'

भारतीय परम्परा  
की माला में पिरोना

चाहते हैं तो हमें सम्पर्क करें!

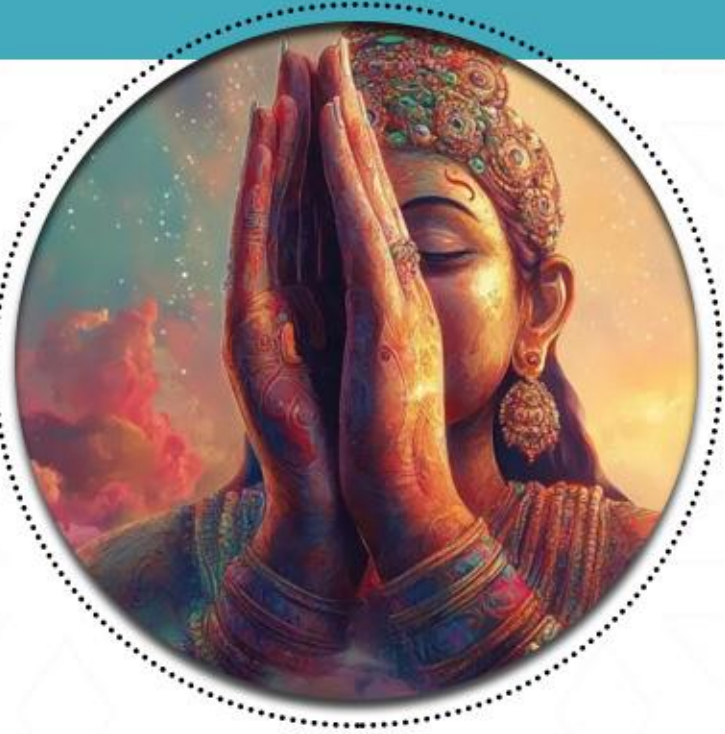
आपका लेख वेबसाइट  
पर भी प्रकाशित किया जायेगा



[paramparabhartiya@gmail.com](mailto:paramparabhartiya@gmail.com)







## अच्छे स्वास्थ्य और दीर्घायु के लिए अनिवार्य है अभिवादनशीलता

पुराणों में महर्षि मार्कंडेय की एक कथा मिलती है। महर्षि मार्कंडेय मृकंडु के पुत्र थे। महर्षि मार्कंडेय जब मात्र पाँच वर्ष के थे तभी उनके पिता मृकंडु को पता चला कि मेरे पुत्र की आयु तो केवल छह महीने की ही बची है तो उन्हें बड़ी निराशा और चिंता हुई। पिता मृकंडु ने अपने पुत्र का यज्ञोपवीत संस्कार करवाया और उसे उपदेश दिया -

**यं कश्चिद् वीक्षसे पुत्र भ्रममाणं द्विजोत्तमम्।  
तस्यावश्यं त्वया कार्यं विनयादभिवादनम्॥**

पुत्र! तुम जब भी किसी द्विजोत्तम को देखो तो विनयपूर्वक उसका अभिवादन अवश्य करना, उसे प्रणाम करना। मृकंडु का पुत्र अत्यंत आज्ञाकारी बालक था अतः उसने पिता द्वारा प्रदत्त व्रत को दृढ़तापूर्वक धारण किया। अभिवादन उसके जीवन का अभिन्न अंग बन गया। जो भी बालक के समक्ष आता बालक उसे आदरपूर्वक

प्रणाम करना न भूलता। **अभिवादनशीलता  
उसका संस्कार बन गया।**

एक बार सप्तऋषि भी उस मार्ग से जा रहे थे। बालक मार्कंडेय ने संस्कारवश अत्यंत आदरपूर्वक उन्हें भी प्रणाम किया। सप्तऋषियों ने बालक को दीर्घायु होने का आशीर्वाद दिया। सप्तऋषियों के आशीर्वाद से अल्पायु बालक मार्कंडेय को कल्प-कल्पांत की आयु प्राप्त हो गई। अपनी अभिवादनशीलता के गुण के कारण वे चिरंजीवी हो गए। जब कोई संबंधी, मित्र अथवा अन्य अतिथि हमारे घर आता है तो हम न केवल उस समय उसका यथोचित सत्कार करते हैं अपितु जब वह वापस जाता है तो जाते समय भी उसे सम्मान के साथ विदा करते हैं। कुछ लोग किसी को विदा करते समय किसी भी प्रकार की औपचारिकता का निर्वह नहीं करते जो उचित प्रतीत नहीं होता। मेहमान को भी चाहिए कि जाने से पहले उचित रीति से इजाज़त ले और मेज़बान ठीक तरह से उसे विदा करे।

जहाँ तक संभव हो मेहमान को बस स्टैंड, ऑटो या रिक्शा स्टैंड अथवा उसके निजी वाहन तक छोड़ने जाएँ। आज लोगों के पास समय की बेहद कमी है। कई बार मेहमान को घर के दरवाज़े पर ही विदा करना पड़ता

है। ये परिस्थितिजन्य विवशता भी हो सकती है लेकिन यदि हम किसी व्यक्ति को घर के दरवाज़े से ही विदा कर रहे हैं तो भी शिष्टाचारवश कुछ बातों का ध्यान रखना ज़रूरी है। आगंतुक के बाहर निकलते ही फौरन खटाक से दरवाज़ा बंद न करें अपितु तब तक दरवाज़ा खुला रखें जब तक मेहमान आँखों से ओझल न हो जाए या कम से कम थोड़ी दूर न चला जाए। उसके बाद बिना आवाज़ किए धीरे से दरवाज़ा बंद कर लेना चाहिए। जैसे किसी के बाहर निकलते ही एकदम भड़ाक से दरवाज़ा बंद करना अच्छा नहीं लगता उसी प्रकार यदि रात का समय है तो आगंतुक के बाहर निकलते ही मेन गेट या ज़ीने की लाइट बंद करना भी एकदम ग़लत है।

अपरिचित या अवांछित आगंतुक से भी नम्रता से पेश आना चाहिए। इसका ये अर्थ नहीं है कि हम अपनी सुरक्षा का ध्यान न रखें। अपरिचित के लिए मेन गेट या लोहे का जाली वाला दरवाज़ा एकदम से न खोलें। पूर्ण रूप से आश्वस्त होने पर ही दरवाज़ा खोलें लेकिन इस दौरान बातचीत अथवा पूछताछ में शिष्टाचार का ध्यान रखें। प्रत्यक्ष रूप से मिलने पर ही नहीं फोन पर बातचीत करते समय भी अभिवादन की औपचारिकता का पालन करना चाहिए। शिष्टाचार एवं अनुशासित जीवन का हमारे स्वास्थ्य एवं आयु से गहरा संबंध है। इन नियमों का पालन करने से न केवल हमारे संबंध अधिक मधुर एवं अर्थपूर्ण होंगे अपितु हम तनाव

से भी मुक्त रहेंगे जिसका हमारे स्वास्थ्य पर भी सकारात्मक प्रभाव पड़ेगा और स्वास्थ्य का आयु पर।

कहा गया है:

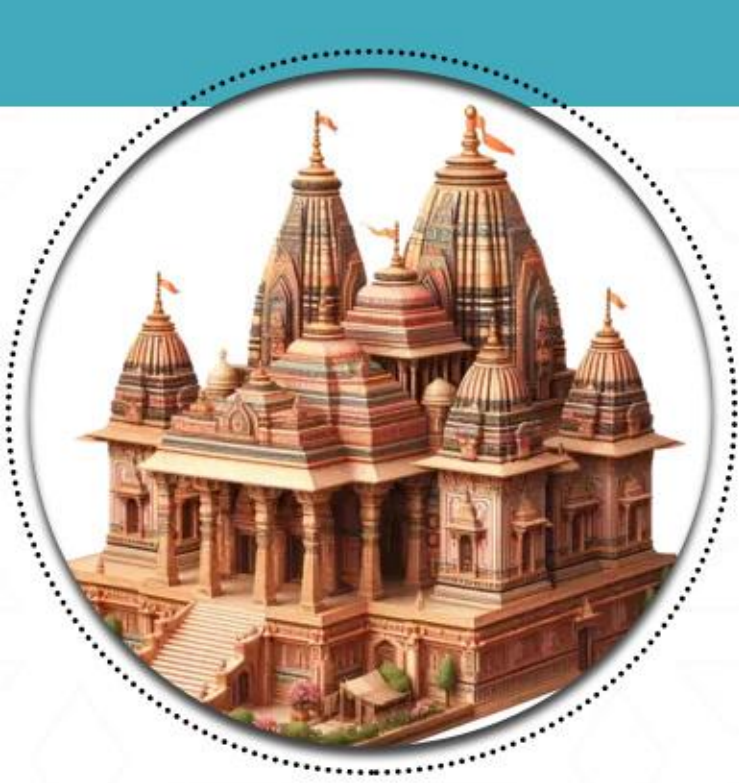
**अभिवादनशीलस्य नित्यंवृद्धोपसेविनः।  
चत्वारि तस्य वर्धन्ते आयुर्विद्यायशोबलम्॥**

अर्थात् जो वृद्धजनों, गुरुजनों तथा माता-पिता को नित्य प्रणाम करता है, उनकी सेवा करता है उसकी आयु, विद्या, यश और बल, ये चार चीज़ें सदैव बढ़ती हैं। और जिस व्यक्ति में इन चार चीज़ों की वृद्धि होगी उसके स्वस्थ रहने में कोई संदेह नहीं। दीर्घायु होने और स्वस्थ बने रहने के लिए अभिवादनशीलता व शिष्टाचार का पालन करना किसी तरह भी महँगा सौदा नहीं।

**- सीताराम गुप्ता जी, दिल्ली**







## सनातनी करे पुकार - मन्दिरों को अपने नियन्त्रण से मुक्त करें सरकार

हमारे भामाशाहों ने मन्दिरों को सरकारी नियन्त्रण से बचाने का सब समय प्रयास किया है। जब भी मुगलों ने मन्दिर पर नजर डाली उस समय के भामाशाह आगे आकर उसे बचाने का पूरा-पूरा प्रयास करते रहे थे। अब प्रस्तुत कर रहा हूँ इससे सम्बन्धित एक ऐतिहासिक घटना -

एक मराठा सैनिक आपा गंगाधर ने 800 साल पहले पुरानी दिल्ली के चाँदनी चौक क्षेत्र में प्रसिद्ध गौरी शंकर मन्दिर निर्मित किया गया था। एक बार एक बड़े वैश्य व्यापारी लाला भागमल जी को पता चला कि क्रूर, निर्दयी औरंगजेब ने इस मन्दिर को तोड़ने का आदेश अपने सिपाहियों को दिया है तो उन्होंने औरंगजेब से सीधा- सीधा पूछा :

तुझे कितना जजिया कर चाहिए ???

कीमत बोलिये !

लेकिन मन्दिर को कोई हाथ नहीं लगाएगा , मन्दिर की घण्टी बजनी बन्द नहीं होगी !!

जनश्रुति है- इसके जबाब में उस वक्त औरंगजेब ने औसत जजिया कर से 100 गुना ज्यादा जजिया कर, हर महीने माँगा था। और वैश्य व्यापारी लाला भागमल जी बिना माथे पर शिकन लाये हर माह उतना जजिया कर औरंगजेब को दान के रूप में दिया था। इस तरह वैश्य व्यापारी लाला भागमल जी ने उन आततायी से मन्दिर को बचाया यानि मन्दिर को छूने तक नहीं दिया। इस घटना के कई दशक बाद **इसी गौरी-शंकर मन्दिर का जीर्णोद्धार सेठ जयपुरिया नाम के शिव भक्त ने 1959 में कराया था। इस तरह मराठा सैनिक आपा गंगाधर के समय से लेकर आज तक मन्दिर की घण्टियाँ ज्यों की त्यों बज रही हैं।**

लेकिन जब से हमारे ऊपर ब्रिटिश सरकार बैठी उसने इस समस्या को जटिल बना दिया। **1863 में ब्रिटिश सरकार द्वारा धार्मिक बंदोबस्ती अधिनियम पारित हुआ और तो और आजादी के बाद भी यह नियन्त्रण चालू रखा गया अर्थात 1925 में संशोधित विशिष्ट हिन्दू मन्दिर कानून के अनुसार काम होता रहा।**

प्रोफेसर श्री जी. रमेश [आईआईएम, बेंगलुरु के सेन्टर ऑफ पब्लिक पॉलिसी के प्रोफेसर] द्वारा मन्दिर प्रबंधन पर लिखे गए एक शोधानुसार यह कानून और इसके बाद आए संशोधनों ने मन्दिरों के प्रबंधन को देखने के लिए बोर्ड की व्यवस्था करने का हक दिया और कुछ मामलों में तो बोर्ड मन्दिरों के प्रबंधन का सम्पूर्ण भार अपने हाथों में ले सकता था।

1959 में राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ ने पहली बार मन्दिरों का नियंत्रण हिन्दू समुदाय को सौंपने की माँग की अर्थात् मन्दिर प्रबन्धन समिति में केवल हिन्दू सदस्यों को ही नामित किया जाये और इस सम्बन्ध में एक प्रस्ताव भी पास किया था। 1970 से विश्व हिन्दू परिषद् लगातार इस मुद्दे को उठा रही है और इन सभी प्रयास के चलते 2014 में बीजेपी के नेतृत्व में केन्द्र सरकार बन

ने के बाद हिन्दू संगठनों ने मन्दिरों को सरकारी नियन्त्रण से मुक्त करने के प्रयास में अपनी पूरी ताकत झोंकी। हाल के दिनों में जो-जो घटनायें देखने, पढ़ने व सुनने को मिलीं उसके मद्देनजर अब उचित यही रहेगा कि सरकार ऐसा कानून बना दे जिसके चलते मन्दिर प्रबन्धन समिति के सदस्य हिन्दुओं के अलावा और कोई नहीं, ताकि हमेशा के लिये सरकारी नियन्त्रण समाप्त हो जाय अर्थात् कोई भी दल सरकार में रहे वह इसमें बदलाव कर ही नहीं सके। यह व्यवस्था हो जाने से हम सनातनी अपने रीति रिवाजों अनुसार ठाकुर जी की सही तरीके से सेवा कर पायेंगे।

**- गोवर्धन दास बिन्नाणी जी, 'राजा बाबू',  
बीकानेर (राज.)**

## भारतीय परम्परा

की मासिक ई-पत्रिका के पुराने सभी अंकों को देखने के लिए किताब के आइकन पर स्पर्श करें !!





# भारतीय परम्परा की मासिक ई-पत्रिका

नियमित प्राप्त करने हेतु हमें  
सम्पर्क करें!



- ❖ व्हाट्सप्प और टेलीग्राम पर से हर महीने के शुरू में नया अंक प्रेषित किया जाता है। यदि किसी कारणवश आपको नया अंक नहीं मिला हो तो कृपया हमें सूचित करें।
- ❖ भारतीय परम्परा ई-पत्रिका के लिए दिए गए नंबर **7303021123** को मोबाइल में सेव करें और व्हाट्सप्प एवं टेलीग्राम के ग्रुप से जुड़े।
- ❖ ई-पत्रिका में जहाँ कहीं भी सोशल मीडिया के आइकॉन बने हुए हैं उन्हें स्पर्श करने पर आप उस लिंक पर इंटरनेट के माध्यम से पहुँच सकते हैं।
- ❖ ई-पत्रिका में कुछ त्रुटियाँ हो तो हमें जरूर बताये और आपको पत्रिका पसंद आये तो अपने परिवारजनों और मित्रों के साथ शेयर करें।
- ❖ **भारतीय परंपराओं** को संजोये रखने एवं ई-पत्रिका को सुरुचिपूर्ण बनाने के लिए आपके सुझावों और विचारों से अवगत जरूर कराये।



कि मकर संक्रांति के दिन भागीरथी के तपोबल पर भगवान विष्णु के अंगूठे से गंगा माता पृथ्वी पर प्रकट हुई।

प्राचीन उपनिषदों के अनुसार उत्तरायण का आरम्भ मुक्ति का मार्ग दिखाता है। महाभारत में जब पितामह भीष्म बाणों की शय्या पर लेटे होते हैं, तो वह भी उत्तरायण शुरू होने पर ही अपना शरीर छोड़कर मोक्ष को प्राप्त करते हैं। वैज्ञानिक मान्यताओं के अनुसार सूर्य दक्षिणी गोलार्द्ध से उत्तरी गोलार्द्ध में प्रवेश करता है, दिन धीरे-धीरे बड़े होने लगते हैं। रातें धीरे-धीरे छोटी होने लगती हैं।

सारे जहां से अच्छा हिन्दोस्तां हमारा, सच में बहुत अद्भुत अनोखा देश है हमारा, अनेक ऋतुएँ और मौसम व इनके अनुसार खानपान और ऋतु परिवर्तन के समय पर त्योहारों का आगमन सब कुछ अद्भुत !

यूँ तो सृष्टि के कण-कण में ईश्वर का वास है। लेकिन सूर्य और चन्द्रमा ईश्वर के दिव्यचक्षु सदृश है। जब-जब सूर्य की स्थिति में परिवर्तन होता है, हम प्रभावित होते हैं। ऐसा ही एक त्योहार है मकर संक्रांति, शीत ऋतु के पौष मास में जब भगवान सूर्य उत्तरायण होकर मकर राशि में प्रवेश करते हैं यहाँ "मकर" शब्द मकर राशि और संक्रांति अर्थात् संक्रमण अर्थात् प्रवेश करना एक राशि से दूसरी राशि में प्रवेश करने के स्थापन क्रिया को संक्रांति कहते हैं।

पौराणिक कथा के अनुसार सूर्य अपने पुत्र शनि की नाराजगी भूलकर उससे मिलाने जाते हैं, शनि मकर राशि के स्वामी है। ऐसा भी कहते हैं

**"हिन्द देश के निवासी हम सभी जन एक हैं, रंग-रूप वेश भाषा चाहे अनेक हैं"** ये पंक्तियाँ हम भारतीयों के लिए कितनी सटीक है। मकर संक्रांति देश के सभी हिस्सों में मनाया जाता है, बस अलग-अलग नामों से। मकर संक्रांति का त्योहार हरियाणा और पंजाब में लोहड़ी के रूप में बिहार में मकर संक्रांति को खिचड़ी के रूप में, मकर संक्रांति पर खिचड़ी खाने के पीछे भी आरोग्य वृद्धि का कारण होता है। खिचड़ी में हल्दी व घी का सम्बन्ध गुरु और सूर्य से होता है। असम में माघ बिहू, मुगाली बहू के रूप में तमिलनाडु में पोंगल, केरल में मकर, विलक्कू और उत्तराखण्ड में घुघूती भी कहते हैं। गुजरात के अहमदाबाद शहर में पतंग



**पतंगबाजी का उत्सव दो दिन तक चलता है, अहमदाबाद में पतंग और मांझे (पतंग उड़ाने का धागा) का बाजार लगता है।**

**राजस्थान और मध्य प्रदेश में इस त्योहार को संक्रांति के रूप में मनाया जाता है। यहाँ पर मकर संक्रान्ति के दिन गेहूँ का खिचड़ा (पूरे गेहूँ को गलाकर विशेष रूप से बनाया गया) दूध और चीनी मिश्रित करके बनाया जाता है।**

मकर संक्रांति के दिन दान करना शुभ माना जाता है। इस दिन गरीबों को अन्न-वस्त्र का दान और गाय माता को घारा व गुड़ खिलाते हैं। सुबह जल्दी उठकर नदी तालाब में स्नान करना या जल में तिल डालकर स्नान करने की भी मान्यता है। सुहागिने इस अवसर पर चौदह वस्तुएँ कलपती है और अपने से बड़ों को पाँव लगकर (प्रणाम करके) देती है। कहीं-कहीं संक्रांति की सुबह अलाव भी जलाया जाता है।

बच्चों में पतंगबाजी को लेकर गजब का उत्साह रहता है, कहीं-कहीं पुराना खेल गिल्ली-डंडा भी खेलते हैं। हमारे हर त्योहार के पीछे अच्छी भावना रहती है। हर त्योहार जीवन में उत्साह उमंग भर देता है। लेकिन ये उत्साह कभी कभी दुखदाई भी होता है। मकर संक्रांति पर्व पर गगन में पतंगों का अम्बार लग जाता है। पतंग उड़ाने की शुरुआत कब और कैसे हुई इसके बारे में कोई लिखित रूप से कुछ स्पष्ट नहीं है, लेकिन

भारत में यह पतंग उड़ाने की परम्परा बहुत पुरानी है, इस परम्परा ने आज प्रतिस्पर्धा का रूप ले लिया है।

उड़ान भरना किसे अच्छा नहीं लगता, हवा के रुख के साथ हो या हवा के विपरीत हो डोर थामें उंगलियाँ हवा के रुख को देखकर पतंग से आकाश नापने की चाह किसे नहीं होती। आसमान एक दिन हमारे लिए है, पर परिंदों की आवाजाही में कोई रुकावट न हो हमारे धागे से उन्हें चोट न पहुँचे, इसलिये हम चीन के मांझे का इस्तेमाल न करके अपने देश में बनने वाले कपास के धागे, जिनको तेज बनाने के लिए किसी रासायनिक नहीं बल्कि गौंद चावल के आटे और अन्य सामग्री का उपयोग किया जाता है।

वैसे 2017 में चीनी मांझा जो कि रसायन और धातु के मिश्रण से ये ब्लेड जैसा धारदार होता है, ये टूटता नहीं है, स्ट्रेच होता है और तो और इलेक्ट्रिक कण्डक्टर होता है, जिससे इसमें करंट भी आ सकता है। इसे प्रतिबन्धित भी किया गया है, लेकिन हमारे देश में अभी भी इसका उपयोग हो ही रहा है, इस धागे से पतंग उड़ाने वाले के हाथ कट जाते हैं और पक्षियों को भी चोट लग जाती है। राह चलते हुए किसी वाहन चलाने वाला इस धागे में उलझ जाए तो दुर्घटना हो सकती है। अगर चाइनीज मांझा ट्रेन के पेंटोग्राफ में उलझ

जाए तो उसमें से चिंगारी निकलने लगती है।

पतंग पहले भी उड़ती थी, आसमां को छूती थी मगर परिन्दों की आवाजाही में कोई बाधा नहीं होती और कोई अप्रिय घटना नहीं घटती थी।

सरकार प्रतिबन्ध तो लगाती है पर हम मानते नहीं ओर इसका हर्जाना भी हमें ही भुगतना पड़ता है। क्यों हम अपने त्योहारों को पुराने तरीके से नहीं मनाते। हम सब मिलकर इतना प्रयास करें कि गुड़ और तिल की मिठास का स्वाद और त्योहार का उल्लास बना रहे, वसः हम अपनी खुशी में औरों का भी ध्यान रखें त्योहार जीवन में प्रसन्नता का उजास भरते हैं न कि दुःखों का अँधेरा।

- संगीता दरक जी, मनासा (म. प्र.)



**WHITE BERRY**  
ASHWINI

1, 2 BHK & Jodi Flats  
with modern amenities

Timeless Comfort  
Luxury Living

Ready to Move

98705 80810

ASHA NAGAR, THAKUR COMPLEX, KANDIVALI (EAST), MUMBAI.





लगा जैसे हमारा संयुक्त परिवार टूटने के कगार पर है, लोग अब मेरे मित्रों से ज्यादा लगाव नहीं रखते। खैर कोई बात नहीं जब परिवार बढ़ता है तो यह समस्याएं आती ही है।

हमें याद आया **कानपुर का गंगा किनारा जहाँ मिट्टी की हॉडी में कंडों की आग में धीरे-धीरे लोग पकाते हैं।** धीरे-धीरे पकाने कारण मुझे ज्यादा कष्ट भी नहीं होता और मैं सेवन करने वाले को प्रसन्न कर देती हूँ तथा अपने दोस्तों से अच्छी तरह से घुलमिल जाती हूँ। हम लोग फिर अलग-अलग शरीर एकआत्मा वाली बात नहीं रहती हम सब एक आत्मा ही बन जाते।

14 जनवरी मकर संक्रांति के दिवस हुए स्वागत से मैं अभी तक अभिभूत हूँ। **"अतिथि देवो भव"** की परम्परा का पालन करते हुए प्रत्येक घर में मेरे स्वागत की तैयारियाँ थी। उनका स्वागत देख कर ऐसा लगा जैसे मेरे आने की उन्हें लम्बे समय से प्रतीक्षा थी। सभी ने बड़े प्रेम से मेरा स्वागत किया और मेरे गुणगान करते हुए सेवन किया। अपने मित्रों से भी मेरी मुलाकात हुई, मटर बहन, चाचा टमाटर, तथा कोथ-वीर सिंह से, जब तक पके नहीं तब तक आपस में बैठकर अपना सुख दुख बाँटते रहें, मुझे लगा एक मित्र मेरा और मिल जाता मगर उसे लेट आने की आदत पड़ गई है, क्योंकि उसे महसूस होता है मेरे बिना काम नहीं चलेगा, जी हाँ मैं जीरे चन्द्र की बात कर रहा हूँ। जीरे चन्द्र आये, वही अकड़ वही शान वही शौकत, क्योंकि मेरा मित्र सदा उनके साथ रहता है। वह है घृतचन्द्र, उसकी सुगंध कि उसकी अकड़ का कारण है। आया हेलो हाय की और अपने स्थान पतीले में चला गया। मुझे ऐसा

मैं अपने को सौभाग्यशाली मानती थी, इस दिन महीनों से बंधन में रखी गई बिचारी बुलबुल मेरा सेवन कराकर स्वतंत्र छोड़ दी जाती है। सुनो भाइयों तथा बहनों मुझे पकाना भी एक कला है जो हर व्यक्ति नहीं जानता। मैं और मेरे दोस्त चावल को मिलाकर कुकर में डालकर सीटियां लगा दी। लो मैं हो गई तैयार। मगर जरा सोचो जिसकी संस्कृति घुलमिल जाने की है इतनी जल्दी कैसे घुलमिल सकती है। जब मैं लोगों के सामने सेवन के लिए जाती हूँ, ताने सहती हूँ। यह कोई खिचड़ी है दाल अलग पानी अलग चावल अलग सब अपने-अपने रास्ते पर जा रहे हैं। मगर ऐसे जल्द बाजो को मैं

कैसे समझाऊं। लोगों ने कुछ ज्यादा सुनाया था मथानी ली और कुकर में चला दी लो घुट गई खिचड़ी। मैं वर्तमान समय की डिश तो हूं नहीं जिसे मास्टर शेफ ने बनाया हो, ईजाद किया हो। मेरा इतिहास सुनोगे तो चौंक जाओगे, मैं करीब ढाई हजार वर्ष से भारत में रहती हूँ। कई युग तथा दशक बीत गए, मैं अपना अस्तित्व बचा के रखे हूँ। मुझे सर्वप्रथम "संत गोरखनाथ जी" ने भूखे के भक्तों को खिलाने के लिए मुझे बनाया था। आज भी उस स्थान पर खिचड़ी का मेला लगता है। उन्हीं की कृपा से मैं धन्य हो गई।

देश में ही नहीं विदेश में रहने वाले लोग भी मेरे स्वाद का गुणगान करते हैं। ग्रीक राजदूत सेल्यूकस ने लिखा हिंदुस्तान में चावल और दाल का मेल बहुत पसन्द किया जाता है। सन 1950 में भारत आए मोरक्को के सैलानी इब्नबतूता मेरी तथा मेरी सहयोगी के स्वाद की प्रशंसा की थी। रूसी यात्री ने भी मेरे स्वाद का गुणगान किया था। मुगलकालीन समय में भी मेरे नाम और मेरे स्वाद की प्रसिद्धि थी। आप लोगों को जानकारी है ही सम्राट अकबर के नवरत्न थे। उनमें बीरबल उन्हें ज्यादा पसंद थे, कारण बीरबल मुझे बनाने के विशेषज्ञ थे और सम्राट अकबर को मैं बहुत पसंद थी, क्योंकि पाक-कला भी है एक कला जितना ज्यादा समय लगता है उतनी ज्यादा सुंदर होती। अकबर के पुत्र जहांगीर सम्राट भी मेरे स्वाद के कायल थे। अकबर के सलाहकार अब्दुल खान-खाना

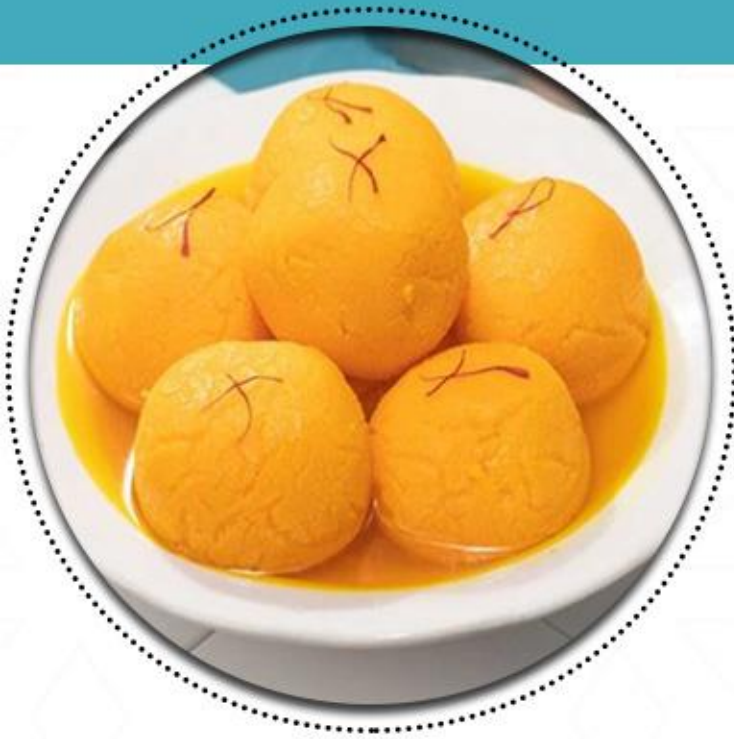
मुझे विभिन्न प्रकार से बनाते थे उन्होंने मुझे आईने अकबरी में मुझे स्वादिष्ट बनाने की विधि तथा सात प्रकार लिखे हैं।

अब तो आप सभी लोगों को मेरी विशेषताएं तथा मेरी महत्ता का ज्ञान हो गया होगा। मैं विशिष्ट तथा ऐतिहासिक व्यंजन मास्टर शेफ को मुझे अब व्यंजनों में शामिल करना पड़ेगा। मेरी ऐतिहासिकता का परिचय देने वाले लखनऊ नवाब का एक हिस्सा सुनाती हूँ। एक नवाब थे बिल्कुल सीकियाँ पहलवान उन्होंने एक बावर्ची रखा था जो 5 सेर घी में एक पाव मुझे बनाता था। ताकि नवाब असली पहलवान बन जाए। आपको एक गोपनीय बात और बताता हूँ इस बावर्ची की तनख्वाह उस समय 1000 अशरफियाँ थी। मेरी विशेषता है- “मैं सभी धर्मों का आदर करती हूँ, धर्म के प्रति मेरी आस्था रहती है।”

**मैं कितनी सौभाग्यशाली हूँ भगवान जगन्नाथ का विशिष्ट प्रसाद मैं ही हूँ।** मेरा स्वाद लेने से पहले जरा सावधान शनिवार को मेरा स्वाद मत लेना कहा जाता है, शनि महाराज नाराज हो जाते हैं। शेष दिनों में मेरी सखी सहेलियों के साथ आप मेरे स्वाद का आनंद ले। मेरी सखियाँ, अचार, पापड़, दही और घी मेरा इंतजार करती ही रहती हैं।

**- श्रीमती उषा चतुर्वेदी जी, भोपाल (म. प्र.)**





**सर्दियों में अपने परिवार के साथ खुशियां मनाने के लिए एक स्वादिष्ट बंगाली मिठाई का मारवाड़ी अंदाज पेश है...**

**सामग्री** - मूंग की धुली दाल - 1 कप, चीनी - 2 कप, पानी - 4 कप, इलायची पाउडर - 1/4 चम्मच, केसर के धागे - 15 (1/2 चम्मच गुनगुने दूध में भीगे), खाने वाला फूड ग्रेड पीला रंग - 1 चुटकी, देसी घी - तलने के लिए, बारीक कटे पिस्ता और बादाम - सजाने के लिए

**विधि** - मूंग की धुली दाल को 8-10 घंटे पानी में भिगोकर रखें। भीगी हुई दाल को धोकर मिक्सी में बारीक पेस्ट बना लें। इस पेस्ट को एक परात में निकालें और हाथ से अच्छे से फेंटें। दाल को तब तक फेंटें जब तक वह हल्की, सफेद और दोगुनी न हो जाए।

- अब इसमें एक चुटकी पीला रंग मिलाएं और फिर से फेंटें।
- चीनी और पानी मिलाकर एक तार की चाशनी तैयार करें। इसमें इलायची पाउडर और दूध में भीगा हुआ केसर डालें।
- कढ़ाई में देसी घी गरम करें। मध्यम आंच पर इस पेस्ट के छोटे-छोटे गोले पकोड़ी की तरह डालें। घी में डालते ही यह फूलकर डबल हो जाएंगे। इन्हें निकालकर गरम-गरम चाशनी में डालें।
- 4 से 5 घंटे तक रसगुल्लों को चाशनी में डूबा रहने दें। यह चाशनी को सोखकर रसदार और स्वादिष्ट हो जाएंगे।

**सजावट और परोसने का तरीका:** केसर के धागों, कटे पिस्ते और बादाम से सजाकर गरम या ठंडा परोसें।

### ध्यान रखें:

- दाल को अच्छे से फेंटें, ताकि रसगुल्ले हल्के और नरम बनें। यदि फेंटने में कमी रह गई, तो रसगुल्ले टाइट बनेंगे और रस अंदर तक नहीं जाएगा।
- चाहें तो हर रसगुल्ले के अंदर भीगी हुई चिलोंजी या पिस्ता भरकर तल सकते हैं।



विविधा कुकिंग क्लासेस, पूनम राठी जी, नागपुर



## तिल चौथ की विधि -

माघ माह के कृष्ण पक्ष की चतुर्थी को यह व्रत किया जाता है, इस दिन महिलाये निर्जला व्रत रखती है।

- इस दिन स्नानादि के बाद पहले पूजा की थाली तैयार करें जिसमें दीया, पानी का कलश, पूजा के फूल, कुंकुम, चावल, रोली, मेहँदी आदि रखे।
- फिर तिल और गुड़ को कूट कर प्रसाद तैयार करें।

- इसके बाद एक लकड़ी का पाटा (चौकी) ले उस पर लाल रंग का स्वच्छ कपड़ा बिछाये फिर गणेश और चौथ माता की मूर्ति स्थापित करें।

- विधिवत पूजा करें और भोग लगाए ।
- इसके बाद गणेश मन्त्र का जाप करें -

**"गजाननं भूत गणादि सेवितं, कपित्थ जम्बू  
फल चारु भक्षणम् ।**

**उमासुतं शोक विनाशकारकम्, नमामि  
विघ्नेश्वर पाद पंकजम् ॥"**

अंत में तिल चौथ माता की कहानी पढ़े।

- रात को चाँद की पूजा करके भोजन करें। भगवान को चढ़ाया प्रसाद जरूर खाये ।

## यहां पढ़े - तिल चौथ व्रत कथा



एक बार माँ पार्वती ने श्री गणेश से पूछा, हे पुत्र! **माघ बदी चौथ जिसे "तिल चौथ, माही चौथ और संकट चौथ" भी कहा जाता है** के व्रत का विधान क्या है और इस चौथ का नाम तिल चौथ क्यों हुआ?

तब रिद्धि सिद्धि के दाता गजानन ने बताया कि इस व्रत को करने से समस्त बाधाये दूर होती है साथ ही संतान की प्राप्ति के लिए तिल चौथ माता की पूजा करते है। जिन माताओं के संतान है वह इस व्रत को अपनी संतान की खुशहाली के लिए करे।

**इस दिन भगवान भालचंद्र गणेश के स्वरूप और तिल चौथ माता की पूजा होती है और उनको तिलकुट्टे का भोग लगाया जाता है ।**

भारत में इस व्रत को उत्तर प्रदेश, बिहार, मध्य प्रदेश और महाराष्ट्र में मनाया जाता है।



श्रद्धा ज्ञान देती है,  
नम्रता मान देती है,  
योग्यता स्थान देती है,  
और तीनों मिल जाये तो  
सम्मान देती है।

हमेशा अकेले रहने की  
आदत डाल लो,  
क्योंकि अचानक  
इंसान बदल जाते है।

याददाश्त कमजोर होना  
कोई बुरी बात नहीं,  
बहुत बैचेन रहते हैं वो  
लोग जिन्हें हर बात याद  
रहती है।

अनुशासन कठिन जरूर  
लगता है,  
लेकिन अगर आदत बन  
जाये तो सफलता की  
गारंटी अवश्य देता है।

सबने एक वहम पाल  
रखा है कि सारा कारवां  
मैंने संभाल रखा है।

रिश्तो की उम्र क्या होगी  
यह आपके व्यवहार पर  
निर्धारित होता है...!



## 1. श्री रामचरितमानस की रचना किसके द्वारा की गयी...?

- गोस्वामी तुलसीदास जी द्वारा।

## 2. श्रीमद्वाल्मीकीय रामायण की रचना किसके द्वारा की गयी...?

- महर्षि वाल्मीकि द्वारा।

## 3. रामचरितमानस व रामायण में कितने काण्ड है..?

- इन ग्रन्थों की विषय सामग्री सात काण्डों में विभक्त है।

## 4. इनके क्या नाम है...?

- पहला: बालकाण्ड, दूसरा: अयोध्या काण्ड, तीसरा: अरण्य काण्ड, चौथा: किष्किन्धा काण्ड, पांचवा: सुन्दरकाण्ड, छठा: लंका काण्ड, रामचरित मानस का सातवां और अन्तिम काण्ड है: उत्तरकाण्ड। वाल्मीकि रामायण में लंका काण्ड को "युद्धकाण्ड" नाम दिया गया है।

## 5. भगवान विष्णु ने राम के रूप में अवतार क्यों लिया...?

- रावण वध हेतु। ऋषि के श्राप के कारण श्रीहरि के पार्षद को रावण के रूप में राक्षस योनि में जन्म लेना पड़ा। रावण के अत्याचार से धरा को मुक्त करने व उसके श्राप को मिटाने के लिये भगवान विष्णु ने राम के रूप में अवतार लिया।

## 6. रामावतार के बाबत एक दूसरी कथा क्या है...?

- एक बार एक राजकुमारी के सौंदर्य को देखकर नारदजी मोहामग्न हो गये और श्रीहरि से, श्रीहरि के समान ही सुन्दर रूप प्रदान करने को कहा ताकि राजकुमारी उनका वरण करें। लेकिन भगवान ने मुनि के कल्याण के लिये उनका रूप, उनकी इच्छानुसार हरि (वानर) का बना दिया और स्वयं सुन्दर राजकुमार के रूप में स्वयंवर में शामिल हुए। राजकुमारी ने वानर के रूप में बैठे नारद जी को ठुकरा कर भगवान का वरण किया। शिवजी के गणों से वास्तविकता का ज्ञान होने पर क्रोधित नारदजी ने भगवान को श्राप दिया कि आपने मेरा जो रूप, वानर रूप, बनाया है; संकट में आपको इन्हीं वानरों की सहायता लेनी होगी और स्त्री का वियोग करवा कर जैसे आपने मुझे दुखी किया है वैसे ही आपको स्त्री वियोग में दुखी होना होगा।

## 7. श्रीहरि ने नारद जी को वानररूप देकर उन



## का कैसे कल्याण किया...?

- काम से मोहवश होकर गृहस्थी की ओर आकर्षित हो गये थे देवर्षि। ऐसा होना देवर्षि जैसे ब्रह्मविद व सम्पूर्ण जगत के लिये घातक था अतः उनको नश्वर माया से विरक्त करने के लिये, सुन्दर के बनाय वानर रूप प्रदान किया।

## 8. भगवान विष्णु के साथ किस किस देवता ने किस रूप में अवतार लिया...?

- विष्णु के रामावतार के समय शेषनाग ने लक्ष्मण के रूप में अवतार लिया। अलावा इसके वायु देवता से हनुमान जी, सूर्य से सुग्रीव, बृहस्पति से तार नामक महाकाय वानर, कुबेर से गन्धमादन, अग्नि से नील, अश्विनी कुमारों से मैन्द और द्विविद, वरुण से सुषेण का अवतरण हुआ।

## 9. भगवान श्रीराम ने किस युग में अवतार लिया...?

- भगवान श्रीराम ने त्रेतायुग में अवतार लिया।

## 10. भगवान श्रीराम के माता-पिता कौन थे...?

- भगवान के पिता का नाम महाराज दशरथ व माता का नाम महारानी कौशल्या था।

## 11. दशरथ कहां के राजा थे...?

- अयोध्या के। जिसे अवधपुरी, कोशल व साकेत भी कहा जाता है।

## 12. महाराजा दशरथ किस कुलवंश से थे...?

- इक्ष्वाकुवंश। राजा इक्ष्वाकु वैवस्वत मनु के पुत्र थे उनके वंशजों को इक्ष्वाकुवंशी व सूर्यवंशी भी कहा जाता है। महाराज सागर, भागीरथ, हरिश्चन्द्र, रघु इसी वंश के वंशज थे।

## 13. अयोध्या नगरी किस नदी के किनारे और कहां स्थित है...?

- सरयू नदी के किनारे। वर्तमान समय में अयोध्या उत्तर प्रदेश राज्य में स्थित है।

## 14. महाराज दशरथ के कितनी पत्नियां थी...?

- महारानी कौशल्या के अलावा सुमित्रा व कैकेयी नाम की दो और पत्नियां थी।

## 15. अयोध्या के राजगुरु कौन थे...?

- मुनि वशिष्ठ अयोध्या के राजगुरु थे।

## 16. पुत्र प्राप्ति के लिये महाराज दशरथ ने कौनसा यज्ञ किया...?

- श्रृंगी ऋषि ने इस हेतु पुत्र कामेष्टि यज्ञ करवाया। यज्ञफल के रूप में अग्निदेवता से प्राप्त खीर को उन्होंने अपनी तीनों पत्नियों में बांट दिया। वाल्मीकिकृत रामायण में महाराज दशरथ द्वारा पुत्र प्राप्ति हेतु अश्वमेध यज्ञ कराने का उल्लेख है।

(क्रमशः....अगले माह)

- माणक चंद सुथार जी, बीकानेर (राज.)



यह देखकर मन ही मन विभा अपनी परवरिश पर इतरा उठती छोटी बेटा भी बहुत समझदारी से रहती। गृहस्थी संतुष्टि से हंसी खुशी चल रही थी, अब बेटे के ब्याह की बातें होने लगी।

**विभा को खुशी के साथ साथ अपने नए किरदार में कैसे सामंजस्य स्थापित करें, यह चिंता रहने लगी एक सासू मां की भूमिका में खरा उतरना बड़ा ही चुनौती पूर्ण काम है।**

पलक झपकते ही जैसे उम्र की सीढ़ियां पीछे छूटने लगी। जीवन रुपी पगडंडी पर चलते हुए अनेक उतार-चढ़ाव आए किंतु विभा धैर्य से सब कुछ सहकर हर स्थिति में सामंजस्य बिठा ही लेती।

आज तक अपनी हर भूमिका उसने बड़े ही शिद्धत से निभायी अब नजर अतीत के पन्नों से हटकर भविष्य के सुनहरे पन्नों की कल्पना करने लगी। उसकी अँगुली थामकर चलने वाला उसका लाइला पता ही नहीं चला कब यौवन की दहलीज पर आ गया।

अपनी प्रतिभा और परिश्रम से वह हर मुकाम हासिल कर ही लेगा उसकी मां होना विभा के लिए किसी सम्मान या उपलब्धि पाने से कम नहीं था। छोटी सी उम्र में बड़े बड़े ख्वाब देखना और उन्हें मुकम्मल करने में दिलो-जान से जुट जाना।

बहु को हर क्षेत्र में पारंगत करने की दृष्टि से कुछ सिखाने का प्रयास करें और वह इस बात को नकारात्मक ले तो मुश्किल और उसे कुछ न सिखाए तो परिवार, समाज, रिश्तेदारों में वह उपहास का पात्र भी बन सकती हैं। उसके रहते उसकी बहु पर कोई टिका टिप्पणी करे, उसे यह भी मंजूर नहीं सोच के सागर में डूबी विभा आज निर्णय लेने में असमर्थ महसूस कर रही थी।

**किंतु उसने मन ही मन हिम्मत बटोरी और निर्णय लिया वह अपने बहू संग मित्रवत व्यवहार रखेगी और जीवन में आने वाली हर चुनौती से हंसी खुशी मुकाबला करने के लिए तैयार करेगी उसकी बहू किसी के मध्य उपहास का पात्र बने यह उसे स्वीकार्य नहीं रहेगा।**

**- राजश्री राठी जी, अकोला (महाराष्ट्र)**





2025 का पहला जान,  
यदि आपको कोई समस्या  
है तो उसे अपने स्टेटस पर  
डालिए 24 घंटे बाद गायब  
हो जाएगी...!



नए साल में  
कुछ संकल्प वगैरह करने  
की आवश्यकता नहीं है.  
क्योंकि... अब अपनी कोई  
बिगड़ने की उम्र रही नहीं,  
और... सुधरने की तो  
बिल्कुल भी नहीं...!



कल से ठंड इतनी पड़  
रही है कि  
कोई Hi भी बोल रहा है तो  
Chai सुनाई दे रहा है...!



यह साल भी इतना फास्ट  
गुजरा कि  
पतला होने का टाइम ही  
नहीं मिला...!



मुझे आज तक ये समझ  
नहीं आया कि, आलू-परांठे,  
छोले-भटूरे, कचौड़ी, समोसे  
खाने से हमारे कपड़े क्यों  
Shrink हो जाते हैं...!



आज एक सज्जन मिले।  
मुझसे कहा : नमस्ते सर  
पहचाना मुझे ?  
मैंने कहा : याद नहीं आ रहा..  
फेसबुक या व्हाट्सएप ?  
उसने कहा: 5 साल से आपके  
सामने रहता हूँ...!





बहुत खुश थे। लेकिन संयम, जो पकवान बना रहा था, उसे देख सभी बच्चे हँसने लगे।

"अरे! संयम ये क्या बना रहा है तू इसे कौन खाता है भला?" उसके क्लासमेट्स चिढ़ाते हुए बोले। संयम शांत दिमाग से अपने काम में व्यस्त रहा। थोड़ी देर बाद संयम के पकवान की खुशबू के सामने सभी पकवानों की खुशबू फीकी पड़ने लगी।

इस बार स्कूल में बहुत मजा आने वाला है।  
आएगा भी क्यों नहीं; बाल मेले का आयोजन  
जो हो रहा है। यह एक प्रतियोगिता भी है।  
राहुल और संयम को पिछली बार का  
आयोजन याद आने लगा।  
बड़ा मजा आया था उन्हें।

संयम बोला- "हाँ, यार राहुल उस बार हमने मोमोज़ और तीखी चटनी बनाई थी। सर-मैम ने बहुत तारीफ़ की थी। इस बार भी हमारे ग्रुप को ही फर्स्ट प्राइज़ मिलना चाहिए। सो फ्रेंड्स! सभी तैयार हो जाओ। बातें करते-करते सभी बच्चे अपने-अपने घर लौट गये।

दूसरे दिन बच्चे मेले की तैयारी में लग गये। स्कूल कैम्पस सज गया। बच्चों की किलकारियाँ गूँजने लगी।

पकवानों की खुशबू फैलने लगी थी। टीचर भी

बाहर से आए अतिथिगण मुस्कराते हुए पूछने लगे- "संयम बेटा ये क्या बनाया है तुमने? हमने तो पहले इसे कभी नहीं खाया है।"

संयम ने बड़ी ही शालीनता से जवाब दिया- "सर, ये हमारे गाँव का बहुत ही उत्तम पकवान है। इसे हम **"अंगाकर रोटी"** के नाम से जानते हैं। हमारे गाँव में पिज्जा, बर्गर, मैगी ये सब इसके सामने बिल्कुल फीके लगते हैं। गाँव के लोग इसे खा कर अपने काम पर जाते हैं। इसे खाने से शरीर के कई तरह के रोग भी दूर होते हैं। इससे शरीर स्वस्थ रहता है।"

राहुल और संयम की बातें सुन सबको हैरानी हुई। वे रोटी को निहारने लगे।

फिर अंगाकर रोटी और धनिया डली टमाटर-  
मिर्ची की तीखी चटनी का चटकारा लेते हुए  
अंग्रेजी मीडियम स्कूल के प्रिंसिपल संयम की



पीठ थपथपाते हुए कहने लगे- "आज हमें बहुत ही गर्व हो रहा है कि संयम जैसे बच्चों ने हमारे स्कूल में पढ़ कर गाँव की संस्कृति को जीवित रखा है। हमें अपनी संस्कृति व खान-पान पर गर्व करना चाहिए। शर्म महसूस बिल्कुल नहीं करनी चाहिए।"


संयम को प्रथम विजेता घोषित करते हुए प्रिंसिपल के साथ उसके माता-पिता का सर गर्व से ऊँचा हो गया।

- प्रिया देवांगन जी, "प्रियू", राजिम, जिला - गरियाबंद (छत्तीसगढ़)



श की पहली साहित्यिक ई-पत्रिका जो ठनीय-श्रवणीय-दर्शनीय है। पत्रिका में दिए गए ऑडियो-वीडियो का निर्मल आनंद उठाया जा सकता है।

**मूल्य :**  मात्र आपकी मुस्कान

 **8610502230**  
(केवल संदेश हेतु)

(कृपया अपना नाम व शहर का नाम भी लिखें)

सामने दिए गए चिह्न को दबाने से आपका संदेश स्वचलित रूप से हमें पहुँच जाएगा और नियमित पत्रिकाएँ भेजने के लिए आपका मोबाइल नं.पंजीकृत हो जाएगा।



# नया साल 2025

धीरे-धीरे हम सब इस वर्ष के अन्तिम दिनों तक पहुंच गए हैं और एक दिन बाद नया साल भी आ जाएगा।

इस वर्ष हमने बहुत से अच्छे और बुरे पलों को जिया है, हमारे जीवन का यह वर्ष हमें बहुत से सुखद एवं दुखद अहसासों से हमारा परिचय करा गया।

यह वर्ष बहुत सी अविस्मरणीय यादों को हमारे मानस पटल पर अंकित कर गया।

अब नए वर्ष का स्वागत हम पूरे आनंद के साथ करते हैं और अपने जीवन को खुशहाल बनाने के लिए कुछ नए संकल्प लेते हैं, कुछ नए विचारों को हृदय में स्थान देने का प्रयास करते हैं।

**जैसे -** हमारे पास सब कुछ पर्याप्त मात्रा में है, जिनके साथ हम खुशी से रह सकते हैं।

**जैसे -** हम बहुत हिम्मतवाले हैं, क्योंकि जो भी परिस्थिति सामने आई है उसे हमने स्वयं चुना है।

**जैसे -** हम जीवन का हर पल बहुत ही आनन्द और खुशी के साथ जी रहे हैं।

**जैसे -** हम वह हर चीज़ बहुत आसानी से प्राप्त कर पाते हैं, जिसे हम पाना चाहते हैं।

**जैसे -** हम सिर्फ़ वही नहीं करते जो कर सकते हैं, बल्कि हम वह सब कर सकते हैं जो हम करना चाहते हैं।

**जैसे -** हम अपने बीते हुए कल से आज बहुत बेहतर हो सकते हैं।

**जैसे -** हम वह सब परमात्मा से मांग लेते हैं जो भी हमें चाहिए होता है।

अब से हम प्रतिदिन इन नियमों को मन में दोहराते रहेंगे और जीवन को खुशहाल बनाने का भरपूर प्रयास करेंगे।

हे परमात्मा!!

**जीवन का एक और वर्ष अपनी समाप्ति की ओर अग्रसर है और हम आपका धन्यवाद देते हैं कि हम आज का यह खूबसूरत दिन देख पा रहे हैं।** हम प्रतिदिन अपने जीवन को आनन्द और खुशी से जीने का प्रयास करेंगे। सबका जीवन शांत और सुख से बीते यही ईश्वर से प्रार्थना है।

धन्यवाद!

**- मधु अजमेरा जी, ग्वालियर (म. प्र.)**



# LOOKING FOR CREATIVE TALENTS?



**“We Love Being Creative  
You Love Results  
So We Focus On Both”**



## WHY YOU NEED US? WE DESIGN YOUR DREAM.....

Unleash creativity beyond limits with our innovative solutions at MX Creativity. Where ideas take flight, and visions come to life, we redefine possibilities in the world of design and innovation.

### WEB DESIGN & DEVELOPMENT



Elevate your online presence with our expert Web Design and Development services — where innovation meets seamless functionality for a captivating digital experience.

### APPS DESIGN & DEVELOPMENT



Transform ideas into interactive reality with our cutting-edge mobile app development. Amplify your reach and engagement through strategic marketing that propels your app to success in the digital landscape.

### PRINT DESIGN & BRAND IDENTITY



Bring your brand to life on paper with our dynamic print media solutions. Elevate your identity through impactful branding that leaves a lasting impression in the tangible world.





भारतीय परम्परा™  
Let's together discover our Traditions, Culture & Heritage

2025



[www.bhartiyaparampara.com](http://www.bhartiyaparampara.com)

