जयपुर
माहेश्वरी पत्रिका
वर्ष 12 ❖ अंक 08 ❖ जनवरी 2022 ❖ मूल्य 10 रु.
श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर की प्रस्तुति

हर्बल विशेषांक

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर का स्थापना दिवस
सूर्य सप्तमी
7 फरवरी, 2022

कालवाड़ ऑडिटोरियम एवं बगरू स्टेडियम लोकार्पण के लिए तैयार*

* कोविड गाइडलाइन में छूट पर होगी लोकार्पण तिथि की घोषणा

60 सालो से आपके विश्वास पर खरा

माहेश्वरी चाय

आपके कप की चाय

माहेश्वरी चाय

कड़क सर्दियों की कड़क चाय

रखें आपको जोश और ताजगी से भरपूर..

VOCAL FOR LOCAL

आसाम के बागानों की चुनिंदा चाय

माहेश्वरी टी कम्पनी प्रा. लि. जयपुर

फोन : 0141 - 2740919, 2312723

contact@maheshwaritea.com | www.maheshwaritea.com

Follow Us : www.instagram.com/maheshwari_chai www.facebook.com/maheshwaritea

माहेश्वरी चाय के अलावा अन्य कोई भी उत्पाद हमारी कम्पनी का नही है मिलते - जुलते नाम व पैकिंग से सावधान

'पहला सुख, निरोगी काया'
हर्बल पद्धति का जीवन में महत्व

प्रदीप बाहेती

जीवन में अच्छे स्वास्थ्य से बड़ा कोई धन नहीं, कहा भी गया है कि 'पहला सुख, निरोगी काया।' यानी अच्छा स्वास्थ्य ही सबसे बड़ा सुख है। धन-सम्पत्ति, जायदाद, गाड़ियाँ आदि सब पीछे रह जाते हैं। पर फिर भी देखने में यह आता है कि अधिकतर लोग स्वास्थ्य के बजाय धन-दौलत को महत्व देते रहते हैं, उसके पीछे भागते रहते हैं। इसका परिणाम यह होता है कि उनके स्वास्थ्य की बलि चढ़ जाती है और वे दवाइयों के गुलाम बनकर रह जाते हैं। कुछ लोग तो इतनी दवाइयाँ खाते हैं कि रोटी खाने के लिए उनके पेट में जगह ही नहीं बचती। इसके विपरीत गरीब लोग रुखा-सूखा खाकर भी स्वस्थ बने रहते हैं।

आखिर यह सब क्यों होता है? अच्छे स्वास्थ्य का सम्बन्ध पैसे से अधिक रहन-सहन व खान-पान से होता है। संयमित जीवन जीने वाले व सादा खान-पान वाले लोग लंबा व स्वस्थ जीवन जीते हैं। इसमें आयुर्वेद यानी हर्बल का बड़ा महत्व है। आज के जंक फूड ने लोगों का स्वास्थ्य बिगाड़ रखा है। उस पर दवाइयों की अधिकता उनका स्वास्थ्य चौपट कर देती है। विदेशी खान-पान के साथ हम विदेशी कास्मेटिक्स का भी खूब प्रयोग करते हैं, जो हमारे शरीर के लिए काफी नुकसानदायक होते हैं।

वास्तव में हम अपने पारंपरिक व प्राचीन रहन-सहन को भूल चुके हैं। ऋषियों-मुनियों ने हमें खान-पान व चिकित्सा सम्बन्धी जो ज्ञान दिया था, उसे हम भूल चुके हैं। हमारे आधे रोगों की दवाएँ तो हमारे घर में ही मौजूद होती हैं। रसोई घर को एक उत्तम दवाखाना बताया गया है। पर बहुत कम ही लोग इस पर ध्यान देते हैं। कोरोना के कारगर इलाज में घर में बनाया जाने वाला काढ़ा भी शामिल था। गिलोय कोरोना में रामबाण सिद्ध हुई है। इसी तरह अनेक जड़ी-बूटियाँ मानव के लिए फायदेमंद साबित हुई है।

असल में आयुर्वेद यानी हर्बल जीवन जीने का एक तरीका है। यह परंपरा हजारों वर्षों से चली आ रही है। योगी और साधु बहुत पहले ही कह चुके हैं कि स्वस्थ रहने के लिए हमें बेहतर आहार, हर्बल उपचार, ध्यान-योग और बेहतर जीवन शैली आदि पर ध्यान देना चाहिए। हमें अधिक से अधिक प्रकृति के नजदीक रहना चाहिए। प्रकृति और हर्बल एक-दूसरे के पूरक हैं।

पिछले कुछ समय से लोग पारंपरिक जीवन शैली का महत्व समझने लगे हैं। इसी को देखते हुए माहेश्वरी समाज पत्रिका के इस अंक में हर्बल से सम्बन्धित विशेष सामग्री दी गई है। इसमें हर्बल पद्धति का महत्व बताते हुए उसे अपने जीवन में अपनाने की सलाह दी गई। भारत तो इसका उद्गम स्थल है, इसलिए उसे भुलाना हितकर न होगा।

जनगणना कार्य को सफलतापूर्वक सम्पन्न कराने में सभी पदाधिकारी, कार्यकारिणी सदस्य एवं सेवाभावी समाजसेवकों का हार्दिक आभार एवं धन्यवाद।

MPS बगरू में स्पोर्ट्स एरिना एवं MPS कालवाड़ रोड़ में ऑडिटोरियम लोकार्पण के लिए एकदम तैयार है। जैसे ही कोरोना गाइडलाईन में छूट मिलेगी, तिथि की घोषणा कर दी जायेगी।

आप सभी को गणतंत्र दिवस, बसंत पंचमी एवं सूर्य सप्तमी की हार्दिक शुभकामनाएँ।

RERA No.: RAJ/P/2017/032
Rera Website: www.rera.rajasthan.gov.in

vilasa®
DEVELOPING LUXURY

TARUCHAYA
RESIDENCY

Celebrate the festival called life

आज ही गृह प्रवेश करें अपने सपनों के आशियाने में

READY FOR POSSESSION
2 & 3 BHK FLAT

फ्लैट प्राइस शुरू मात्र 45 लाख से 70 लाख*

Nirman Nagar Extension, Ajmer Road, Jaipur

World class amenities offers comfort beyond imagination

Elder's Entertainment Lounge

Cricket Net

Gymnasium

Swimming Pool

AC Party Hall

Indoor Games Room

Landscaped Central Courtyard

Kids Play Area

Badminton Court

Table Tennis

Customer Care No.: + 91-8824212000

TARUCHAYA COLONIZERS PVT. LTD.: Corp. Office: 6-F-13, Mahima Triniti, Swage Farm, N.S.Road, Jaipur - 302019 • E: Info@vilasagroup.com • www.vilasagroup.com

Disclaimer: Builders and Developers reserve the right to change any design and specification of the building without any prior notice and information. This advertisement is for illustration purpose only and it cannot be in any way treated as a legal document. All information specifications, plans, material and visual representations contained in the Advertisement, model & sample are subject to change time to time by the developer and/ the company authorities and shall not form part of the offer or contract. TERMS AND CONDITIONS APPLY.

वर्ष 12 | अंक 8 | जनवरी, 2022
RNI NO. RAJBIL/2010/36984

2621644
2623500
2621100

जयपुर
माहेश्वरी पत्रिका
JAIPUR MAHESHWARI PATRIKA
प्रशासनिक कार्यालय : तृतीय तल, एम.पी.एस. इंटरनेशनल स्कूल, तिलक नगर, जयपुर
पंजीकृत कार्यालय : श्री माहेश्वरी भवन, सिंधी जी का रास्ता, चौड़ा रास्ता, जयपुर
Email : shrimaheshwarisamaj.jaipur@gmail.com
jmpatrika@gmail.com
Website : www.maheshwarisamajjaipur.com

विशेषांक प्रस्तुति :
चन्द्रमोहन शारदा
सलाहकार :
रमेश चन्द जाखोटिया
(संगठन मंत्री)
बृजमोहन बाहेती
संध्या चितलांग्या
राजेन्द्र गट्टानी
जयकृष्ण पटवारी
प्रबन्ध सम्पादक :
सुनील अजमेरा (मालवीय नगर)
सह-प्रबन्ध सम्पादक :
विनोद अजमेरा
सह-सम्पादक :
सी.ए. राजकुमार गट्टानी
सी.ए. दिलीप सारड़ा
निरंजन राठी
सतीश नागौरी (सोधनीवाल)
किशन स्वरूप कालानी
पंकज काबरा
प्रवीण भूतड़ा
पंकज चितलांग्या
सम्पादकीय टीम :
सुनील कुमार नौगजा
सुभाष काबरा
द्वारका प्रसाद तापड़िया
कमल किशोर मूँदड़ा
बालकृष्ण जाजू 'बालक'
सी.ए. वरूण धूत
महेश अजमेरा
विज्ञापन समन्वयक :
श्रीकिशन अजमेरा
रामकृष्ण बागला
विज्ञापन सह-संयोजक :
नवलकिशोर माहेश्वरी (सोधनीवाल)
अंकुर बल्लभ चितलांगिया
विज्ञापन संकलन टीम :
देवेन्द्र झंवर, गोपाल तामड़ी
जयकुमार चांडक
सी.ए. योगेश जाजू
अमित चांडक
डॉ. रमेश मालू
साज-सज्जा
कैलाश प्रजापत
आभार : भास्कर।

गोपाल लाल मालपानी
महामंत्री

सतीश कुमार सारड़ा
प्रचार मंत्री

रामदास कोठ्यारी
संपादक

जीवन शैली में शामिल है हर्बल
रीति-रिवाजों में भी होता है उपयोग

मनुष्य जैसे-जैसे प्रगति करता गया, वैसे-वैसे वह प्रकृति से दूर होता गया। इसके बजाय भौतिक वस्तुओं के प्रति उसका मोह बढ़ता गया। उसकी यह लिप्सा इतनी बढ़ गई कि वह प्रकृति का अंधाधुंध दोहन करने लगा। जंगल, पहाड़ नष्ट होने लगे। इसका प्रकोप तो दिखना ही था। मनुष्य अपना खान-पान व जीवन शैली तो बदल ही चुका था। ऐसे में प्रकृति के प्रकोप को वह झेल नहीं पाया। महामारियाँ उसे अपनी चपेट में लेने लगीं। कहते हैं कि समय अपने को दोहराता है। मनुष्य भौतिक जीवन से ऊबने लगा, उसने फिर प्रकृति की ओर रुख करना शुरू कर दिया। देसी इलाज, देसी खान-पान के प्रति उसका रुझान बढ़ने लगा।

करीब दो वर्ष पहले जब कोरोना महामारी फैलनी शुरू हुई, तो प्रकृति ने ही उसका बचाव किया। लोगों को विश्वास हो गया कि प्रकृति के नजदीक रहकर ही एक पूर्ण स्वस्थ जीवन जीया जा सकता है। यही कारण था कि चिकित्सा के क्षेत्र में हर्बल यानी जड़ी-बूटी, औषधियों के प्रति उसका रुझान बढ़ा। आप लोगों को याद होगा कि कोरोना से बचने का सबसे कारगर उपाय काढ़ा सेवन को माना गया था। सरकार ने भी इसके लाभ बताते हुए इसका नि:शुल्क वितरण किया था। अनेक लोग घर में आयुर्वेदिक काढ़ा बनाकर पीने लगे थे। इसके अलावा गिलोय, तुलसी, आंवला, ग्वारपाठा आदि का महत्व बढ़ गया था। आंवला तो बाजार से गायब ही हो गया था।

आज हर ओर हर्बल का बोलबाला दिख रहा है, हर कोई इसे अपनाने को लालायित है। मनुष्य जीवन में स्वास्थ्य को सबसे बढ़कर माना गया है। लोगों को विश्वास हो गया कि अच्छे स्वास्थ्य के लिए हर्बल विशेष लाभदायक है। चिकित्सा से लेकर सौंदर्य प्रसाधनों तक में वह हर्बल पद्धति को महत्व देने लगा।

लोग मानने लगे हैं कि स्वस्थ व सुखी जीवन के लिए उन्हें हर्बल को अपने जीवन का हिस्सा बनाना ही पड़ेगा। हमारे सामाजिक जीवन, पर्वों व रीति रिवाजों में भी बहुत पहले से हर्बल को महत्व दिया जाता रहा है। विवाह में वर-वधू का हल्दी पूजन व उबटन लगाना ऐसी ही परंपरा है। विवाह के अवसर पर पान, सुपारी, लौंग, इलायची, नारियल आदि का भी प्रयोग किया जाता है। इस तरह हर्बल हमारे शुभ कार्यों से भी जुड़ा हुआ है।

प्रस्तुत अंक में हर्बल से संबंधित विशेष सामग्री दी गई है, ताकि अधिक से अधिक लोग इसके बारे में जानकारी प्राप्त कर लाभान्वित हो सकें।

रामदास कोठ्यारी
– संपादक

गोपाल लाल मालपानी-महामंत्री द्वारा श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर के लिए प्रकाशक व मुद्रक

हर्बल से हरी हुई ज़िंदगी

दुनियाभर में वैकल्पिक चिकित्सा पद्धतियों का बोलबाला है। लोग फिर से प्रकृति की ओर लौट रहे हैं। वे पत्ते जो महज सरसराहट देते थे या अपने हरेपन से आंखों को शांति देते थे अचानक पुराने ग्रंथों से निकलकर उनके औषधि उपयोग निकलते चले जा रहे हैं। किसानों ने अपने खेतों में सेहत की यह नई फसल बोना शुरू कर दिया है। उस फसल से सबकी जिंदगी हरी हो रही है।

अश्वगंधा की शक्ति और सर्पगंधा के फूल

आजकल लोग रासायनिक सौंदर्य प्रसाधनों और एलोपैथिक अथवा सिंथेटिक एवं रासायनिक दवाइयों के स्थान पर जड़ी-बूटियों से बनी दवाइयों और सौंदर्य प्रसाधनों की तरफ मुड़ रहे हैं। रासायनिक उत्पादों के साइड इफेक्ट तथा हर्बल उत्पादों के रोग को जड़ से समाप्त करने की क्षमता ने अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर इन उत्पादों की मांग आश्चर्यजनक रूप से बढ़ा दी है। इस मांग की पूर्ति के लिए लोगों ने जंगलों की तरफ रुख किया। लेकिन जंगलों का अंधाधुंध दोहन और कई औषधीय पौधों के विलुप्त होने के कारण विभिन्न सरकारों को रोक लगानी पड़ी। फिर एक दशक पहले भारत में औषधीय और सुगंधित पौधों की व्यावसायिक खेती प्रारंभ हुई। एक तो परंपरागत खेती से कई गुना आमदनी, बाजार में बढ़ती मांग और केन्द्र सरकार द्वारा प्रोत्साहन देने से स्थिति यह बनी कि भारत के करीब-करीब सभी राज्यों में औषधीय और सुगंधित पौधों की खेती शुरू हो गई है। इसमें भी मध्य प्रदेश सबसे ज्यादा औषधीय और सुगंधित पौधों की खेती करने वाला राज्य बन गया है।

हालांकि भारत में जड़ी बूटियों की खेती का काम पुराना है। परंतु अभी तक यह काम केवल वाटिकाओं तथा वैद्यों की निजी औषध वाटिकाओं तक ही सीमित था। हालांकि जड़ी-बूटियों की व्यावसायिक खेती के प्रयास दो दशक पुराने हैं। आयुर्वेदिक, यूनानी तथा होम्योपैथिक तीनों चिकित्सा पद्धतियों में आवश्यक तत्व होने के कारण जड़ी-बूटियों की बढ़ती मांग ने इसकी खेती को और प्रोत्साहित किया। हर्बल सौंदर्य प्रसाधनों के चमत्कारिक परिणाम सामने आए हैं। डिओडरेन्ट, स्प्रे, इत्र, फेसपैक में जड़ी-बूटियों तथा भारतीय गुलाब की पत्तियों का पाउडर इस्तेमाल होने लगा है। यदि साबुन के विज्ञापन में नींबू जैसी ताजगी वाला साबुन शब्द इस्तेमाल हो तो समझिए 'लेमन ग्रास' घास का सत्व डाला गया है। यदि साबुन में गुलाब खुशबू का दावा किया जाए तो समझिए जिरेनियम पौधे का सत्व डाला गया है। यह कहना अतिशयोक्तिपूर्ण नहीं होगा कि भारत में आईटी क्रांति के बाद अब हर्बल क्रांति की शुरुआत हो चुकी है। जड़ी-बूटियों की खेती न सिर्फ लाभकारी है, बल्कि इसके लिए बाजार कोई समस्या नहीं है। 10 किसानों को इस खेती ने लखपति-करोड़पति बनाया तो पांच किसान ऐसे भी मिलेंगे जो कंगाल हो गए। इसका मुख्य कारण है, वे आधार बिंदु जिसको समझकर ही यह खेती की जा सकती है। (1) जलवायु, (2) मिट्टी (3) परंपरागत खेती से लाभप्रद होना, (4) बाजार उपलब्ध होना।

देश के केन्द्र में होने के कारण और जलवायु अनुकूल होने के कारण करीब-करीब सभी औषधीय पौधे मध्य प्रदेश में उगाए जा सकते हैं। सर्पगंधा, अश्वगंधा, गुड़मार, पत्थर चूर्ण या पत्थर चट्टा, आंवला, बेल, मुई, ब्राह्मी, गुगल, कलिहारी, सफेद मूसली, मकोय, शतावरी, गिलोय मकोय। सुगंधीय पौधों में तुलसी, जामारोजा (गुलाब जैसी खुशबू देने वाला), लेमन ग्रास (नींबू जैसी खुशबू देने वाला), खस (शर्बत, इत्र में इस्तेमाल), गुलाब (गुलाब जल, इत्र, बदबू दूर करने वाले स्प्रे, गुलकंद) बनाने के काम आता है। सन् 2000 में स्थापित नेशनल हार्टिकल्चर बोर्ड ने सुगंधीय पौधों की खेती करने पर अनुदान देने की योजना लागू की। भारत की जैविक संपदा पर आश्चर्य होता है। भारत सरकार द्वारा प्रोत्साहित औषधीय और सुगंधीय पौधों में से पत्थर चूर्ण (कोलियस), स्टीविया (शुगर फ्री बनाने वाला पौधा), जापानी पोदीना, मलेरिया बूटी (आर्टीमिसिया एनुआ) विदेशी पौधे हैं। शेष भारतीय पौधे हैं। जापानी पोदीने की खेती में भारत अब अग्रिम स्थान पर है। विश्व की कुल मांग का बहुत बड़ा भाग भारत में पैदा होता है और भारत में पैदा होने वाले जापानी पोदीने में उत्तर प्रदेश का बहुत बड़ा योगदान है। उत्तर प्रदेश में जमीन अच्छी है और पानी बहुत है। चीन और भारत जापानी पौधों की खेती के चैंपियन हैं।

बिहार में पानी बहुत है। इसलिए यहां पांच औषधीय पौधों की अच्छी खेती हो रही है। ये पौधे हैं नागरमौथा, वच, लेंडी पीपल, खस और ब्राह्मी। बिहार के पूर्णिया और कटिहार जिले में सबसे ज्यादा औषधियां पैदा हो रही हैं।

राजस्थान में अश्वगंधा की खेती हो रही है। पूरे राजस्थान में सनाय या सोनापाली उगाई जा रही है। गंगकेनाल नहर के श्रीगंगानगर जिले से निकलने से किसान जामरोजा लेमनग्रास की सफल खेती कर रहे हैं। पुष्कर में गुलाब की सफल खेती होती है। आंध्र प्रदेश में किसान पत्थर चूर्ण कोलियस, स्टीविया, लेमनग्रास की सफल खेती कर रहे हैं। पंजाब में सफेद मूसली और स्टीविया खूब उगाया जा रहा है। हरियाणा में अश्वगंधा, आंवला हो रहा है। तमिलनाडु तथा केरल के समुद्रीय तट पर चूंकि आर्द्रता ज्यादा है इसलिए वेनिला की खेती काफी सफल है। मध्य प्रदेश में सबसे ज्यादा किसी औषधि की खेती हो रही है तो वह है पत्थरचूर्ण या कोलियस। ■

जर्मनी में सफेद मूसली और सर्पगंधा की मांग है। अमेरिका में सफेद मूसली की मांग है। जापान में गुड़मार निर्यात हो रहा है। जहां तक सुगंधीय जड़ी-बूटियों के पाउडर, तेल आदि का सवाल है तो उसकी पूरे विश्व में मांग है। यह सफलता सिर्फ किसानों की मेहनत का नतीजा है।

हर्बल हेल्पलाइन

बात इंसान की बनाई हुई किसी चीज की हो या फिर प्रकृति की देन की, उसका इस्तेमाल संभलकर और सीमित मात्रा में करना बहुत ही जरूरी है। परंपरागत औषधीय हर्बल के साथ भी ऐसा ही है। भले ही प्रकृति की देन इन जड़ी-बूटियों के 'साइड इफेक्ट' अन्य दवाओं के बजाय कम हों, लेकिन हर्ब्स को लेने में भी बहुत सावधानी बरतने की जरूरत है...

समझना जरूरी है

पहले यह जान लेना महत्वपूर्ण है कि हर्ब्स का उपयोग अन्य दवाइयों की तरह किसी विशिष्ट और सीमित उद्देश्य के लिए नहीं होता है। सब कुछ व्यक्ति की बीमारी के लक्षणों पर निर्भर करता है। उदाहरण के लिए मानसिक अवसाद कई प्रकार के होते हैं। अवसाद आने की स्थितियों में भी भिन्नता होती है। एक व्यक्ति अवसाद की स्थिति में जा सकता है, जोकि उसके पिछली बार आए अवसाद से पूरी तरह भिन्न हो सकता है। इस प्रकार अलग-अलग स्थितियों को व्यक्ति को समझना जरूरी है। तभी उसका इलाज संभव है। एक हर्बल विशेषज्ञ शरीर के इन्हीं लक्षणों को पहले पहचानता है। और लक्षणों के आधार पर कुछ हर्ब्स को मिलाकर उस व्यक्तिगत बीमारी के लक्षणों को दूर करने का प्रयास करता है। दो या दो से अधिक हर्बल औषधियों को मिलाकर देने से उसका संयुक्त प्रभाव पड़ता है, जिससे ये अधिक असरकारी साबित होती हैं। कहने का मतलब है कि यदि आप भी इन औषधियों का उपयोग कर रहे हैं तो पहले उनके लक्षणों को अच्छे से समझ लें, फिर इनका सेवन करें।

सावधानी से

अधिकांश लोग छोटी-मोटी बीमारियों का इलाज स्वयं ही कम समय में कर सकते हैं। यह एकदम सुरक्षित है, लेकिन लम्बी बीमारी के इलाज के लिए आपको कुशल विशेषज्ञ की सलाह लेनी होगी और यह निश्चित कर लेना चाहिए कि क्या इसके साथ दूसरी पद्धति से भी इलाज कराते रहना जरूरी है। यदि आप अपना उपचार स्वयं कर रहे हैं तो यह जानना जरूरी है कि आपको डॉक्टर से कब-कब परामर्श लेना है। यदि आपका बच्चा 5 वर्ष से कम आयु का है और किसी एलर्जी का शिकार है तो उसे कुशल विशेषज्ञ को दिखाना चाहिए। बच्चे के लिए हर्बल औषधियां लेना हानिकारक हो सकता है और उसे प्राथमिक उपचार की जरूरत पड़ सकती है। बच्चे को हर्बल औषधि, थोड़े शहद के साथ फल के तरल जूस में मिलाकर पिलानी चाहिए। इसके सुरक्षित व सटीक उपचार के लिए निम्न बातों को ध्यान में रखना होगा-

- हर्बल उत्पाद की खुराक आवश्यकता से अधिक न लें। यदि आप अपना उपचार स्वयं ही कर रहे हैं तो सभी हर्बल औषधियों की न्यूनतम खुराक लें।
- यह एक सामान्य नियम है कि (स्व-उपचार करते समय) जितनी गंभीर समस्या है, उतने ही अधिक सावधान रहें। यदि आपको इसके प्रयोग के साइड इफैक्ट्स मालूम हैं तो सचेत रहें। यदि हर्बल औषधि आपको सूट नहीं कर रही है तो कृपया इसका प्रयोग करना बंद कर दें।
- छोटे बच्चे के साथ, यदि आप गर्भवती हैं या बच्चे को दूध पिलाने वाली मां हैं तो हर्बल औषधि को न लें। इसके लिए पहले आपको डॉक्टर से सलाह लेनी चाहिए।
- डॉक्टरी राय के बिना छोटे बच्चों को हर्बल औषधियां न दें।
- हर्बल औषधियों के साथ अन्य दवाईयों को न लें, क्योंकि डॉक्टरी सलाह के बिना कुछ आयुर्वेदिक औषधियां दवाइयों के प्रभाव को अधिक प्रभावशाली बना देती हैं, तो कुछ उसके प्रभाव को कम कर देती हैं। परामर्श के बाद हो सकता है कि आपको परंपरागत एलोपैथिक या अन्य दवाइयों का कम प्रयोग करना पड़े।

यह भी ध्यान रखें

- यह जानना आपके लिए महत्वपूर्ण है कि किसी भी हर्बल दवा के लेबल पर 'नेचुरल' भर लिख देने से वह सुरक्षित या फिर किसी भी कुप्रभाव से बचने योग्य नहीं हो जाती है।
- हर्बल सप्लीमेंट एलोपैथिक दवाइयों की तरह व्यवहार करते हैं। इसलिए यदि आपने सही तरह से या फिर ज्यादा मात्रा में ले लिया तो ये समस्या का कारण बन सकते हैं। कुछ मामलों में लोगों को खराब अनुभव हुए जबकि उन्होंने हर्बल दवा के लेबल पर लगे निर्देशों को भी पढ़ा था।
- यदि आप अपना इलाज करा रहे हैं तो हर्बल सप्लीमेंट लेने से पहले यह महत्वपूर्ण होगा कि आप किसी से सलाह ले लें। कुछ हर्बल सप्लीमेंट दवाइयां एक दूसरे को प्रभावित करती हैं जो आपके लिए स्वास्थ्य समस्याएं पैदा कर सकती हैं।
- यदि आप हर्बल सप्लीमेंट का उपयोग कर रहे हैं तो अच्छा होगा कि आप किसी प्रशिक्षित मेडिकल प्रोफेशनल के निर्देशों के अनुसार चलें।
- हर्बल चिकित्सा की तेजी से बढ़ती लोकप्रियता के कारण दुनिया भर में हजारों वेबसाइट हर्बल औषधियों को बेचने और बढ़ाने के लिए इंटरनेट पर मौजूद हैं। देखा भी यही जा रहा है कि ब्रिकी बढ़ाने के लिए ये वेबसाइट गलत जानकारी उपभोक्ताओं को दे रही हैं। इसलिए आप इनकी सलाह मानने से पहले अच्छी तरह जांच पड़ताल कर लें। ◆

आचार्य बालकृष्ण

आप एलो वेरा को कितना जानते हैं?

घर के बाहर गांव में खेतों के किनारे पाया जाने वाला ग्वारपाठा अंग्रेजी एलो वेरा के नाम से महानगर के कॉस्मेटिक बाजारों में धूम मचा रहा है। यह मामूली सी दिखाई देने वाली औषधि आयुर्वेद में सदियों से इस्तेमाल होती रही है।

यह औषधीय पौधा भारत में सर्वत्र उपलब्ध है। इसे प्राय: दफ्तर व घरों में गमले में लगाया जाता है। साधारण से दिखने वाले इस पौधे में अनेक औषधीय गुण भरे हुए हैं। यह Liliaceal कुल का पौधा है जिसे लैटिन में Aloe Vera Toum और अंग्रेजी में Indian Aloe कहा जाता है। संस्कृत में इसे घृतकुमारी, गृहकन्या, हिन्दी में घी कुवार, गुजराती में कुवार, मराठी में कोरफड़, बंगाली में घृतकुमारी, पंजाबी में कुआ, रंग, दल कर्नाटकी में तौलसरे, द्राविडी में कतालै, अरबी में नब्तेसिबारा और फारसी में दरख्ते सिब्र नाम से जाना जाता है।

इसकी जड़ के ऊपर से ही चारों तरफ मोटे-मोटे मांसल पत्ते, गूदे से परिपूर्ण एक व दो फीट लंबे व दो इंच चौड़े होते हैं जिनके किनारों पर छोटे-छोटे कांटे होते हैं जिससे ये पत्ते आरी की तरह दिखते हैं। इसके मध्य से इसमें एक लंबा पुष्प ध्वज निकलता है जिसमें रक्ताभ पुष्प शीतकाल के अंत में लगते हैं। इसके पत्तों को काटने पर पीताभ वर्ण का पिच्छिल द्रव्य निकलता है जो ठंडा होने पर जम जाता है। इसे कुमारी सार कहते हैं।

कुमारी सार में एलोइन ग्लुकोसाइड समूह होता है, एलोइन का मुख्य घटक बर्बिलोइन नामक हलके पीले रंग का स्फटिकीय ग्लुकोसाइड है। इसके अतिरिक्त कुछ राल तथा एक सुगंधित तेल होता है।

यह पाचन में भारी, स्निग्ध, पिच्छिल, कटु, शीतल और विपाक में स्थित है। घृतकुमारी दस्तावर, शीतल, रिक्त, नेत्रों के लिए हितकारी, रसायनी मधुर, पुष्टिकारक, वीर्यवर्द्धक और वात, विष, गुल्म, प्लीहा, यकृत, आंडवृद्धि, कफ, ज्वर, ग्रंथि, अग्निदाह, विस्फोटक, पित्त, रुधिर विकार तथा त्वचा रोग नाशक है।

अल्पमात्रा में सहदीपन, पाचन मेदन, यकृत उत्तेजक तथा बड़ी मात्रा में विरेचन और कृमिघ्न है। यह स्निग्ध पिच्छिल होने से है। उष्ण होने के कारण गर्भाशय गत रक्त संवहन को बढ़ा देता है तथा गर्भाशय की पेशियों को उत्तेजित कर उनका संकोचन बढ़ा देता है, इस कारण यह आर्त्तवजनन और गर्भश्रावर है।

घृत कुमारी का उपयोग मधुमेह, गुल्म, कामला, कास, यकृत निर्बलता, प्रमेह, अतिसार आदि रोगों में भी होता है।

प्रयोग : शिरोवेदना-सिर दर्द में घृतकुमारी के गूदे में थोड़ी दारूहरिद्रा का चूर्ण मिश्रित कर गरम करके वेदना स्थान पर बांधने से वातज तथा कफज शिर-शूल में लाभ होता है।

फोड़ा व गांठ : यदि व्रण (फोड़ा) अपरिपक्व हो तो घृतकुमारी के गूदे में थोड़ी सज्जीरवार तथा हरिद्रा चूर्ण मिलाकर व्रण शोथ पर बांधने से फोड़ा जल्दी फूट जाता है। यदि फोड़ा पकने के निकट हो तो घृतकुमारी का गूदा गरम करके बांधने से फोड़ा और शीघ्रता से पककर फूट जाता है। जब व्रण (फोड़ा) फूट जाए तो गूदे में थोड़ा हरिद्रा चूर्ण मिलाकर बांधने से व्रण शोधन होकर, घाव जल्दी भर जाता है। गांठों की सूजन पर भी घृत कुमारी के पत्ते को एक ओर से छीलकर तथा उस पर थोड़ा हरिद्रा चूर्ण बुरक कर तथा कुछ गरम करके बांधने से लाभ होता है। चोट, मोच तथा कुचले जाने पर शोथ वेदनादि लक्षण युक्त विकार पर घृत कुमारी के गूदे में अफीम तथा हल्दी चूर्ण मिलाकर बांधने से आराम मिलता है। स्त्रियों के स्तन में चोट आदि के कारण या अन्य किसी कारण से गांठ या सूजन होने पर घृतकुमारी की जड़ की कल्क बनाकर उसमें थोड़ा हरिद्रा मिलाकर, गरम करके बांधने से लाभ होता है। इसे दिन में 2-3 बार बदलना चाहिए।

खूनी बवासीर : घृतकुमारी के 50 ग्राम गूदे में 2 ग्राम पिसा हुआ गेरू मिलाकर इसकी टिकिया बना लें। रुई के फोये पर टिकिया फैलाकर गुदा स्थान पर रखकर लंगोट की तरह पट्टी बांध देनी चाहिए। इससे मस्सों में होने वाली जलन तथा दर्द का शमन होता है, मस्से सिकुड़ कर दब जाते हैं। यह प्रयोग खूनी बवासीर में लाभदायक है।

अग्नि दग्ध : घृत कुमारी के गूदे को अग्नि से जले हुए स्थान पर लगाने से दाह (जलन) शांत हो जाता है तथा फफोले नहीं उठते।

उदरगांठ : घृतकुमारी के गूदे को पेट के ऊपर बांधने से सख्त पेट मुलायम हो जाता है, आंतों में जमा मल बाहर निकल जाता है।

नेत्र पीड़ा: घृत कुमारी के गूदे पर हल्दी बुरककर थोड़ा गरम कर नेत्रों पर बांधने से नेत्र पीड़ा मिट जाती है। घृतकुमारी के एक ग्राम गूदे में 375 मि. ग्राम अफीम मिलाकर पोटली बांधकर पानी में भिगो-भिगोकर नेत्रों पर फिराने से और एक-दो बूंद नेत्रों के अंदर डालने से नेत्र पीड़ा मिटती है।

तिल्ली : घृत कुमारी के गूदे पर सुहागा बुरककर खिलाने से बढ़ी हुई तिल्ली व जिगर कम हो जाता है।

वायु गोला : घृतकुमारी का गूदा 6 ग्राम, गाय का घी 6 ग्राम, हरीतकी चूर्ण 1 ग्राम, सेंधा नमक 1 ग्राम। इन सबको मिलाकर खाने से वायु गोला मिट जाता है।

मासिक धर्म : घृत कुमारी के 50 ग्राम गूदे पर पलाश का क्षार बुरक कर सेवन करने से मासिक धर्म (माहवारी) शुद्ध होने लगती है।

कटि पीड़ा : गेहूँ के आटे में थोड़ा घी और घृत कुमारी का गूदा मिलाएं। इन्हें गूंथकर रोटी बना लें। इस

रोटी का चूर्ण बनाकर शक्कर और घी मिलाकर लड्डू बना लें। इस लड्डू के सेवन से सन्धिवात, आमवात, सर्वांगवात आदि में लाभ होता है।

कर्णशूल : घृतकुमारी के रस को गरम कर जिस कान में शूल (दर्द) हो, उस कान में टपकाने से कर्णशूल मिटता है।

उदरशूल : घृत कुमारी की 20-25 ग्राम जड़ को कुचलकर 400 ग्राम पानी में औटाकर, जब लगभग 100 ग्राम बचे तब छानकर उस पर चुटकी भर भुनी हुई हींग बुरक कर देने से पेट दर्द मिट जाता है।

चूर्ण : घृत कुमारी के पत्तों के दोनों ओर के कंरक अच्छी प्रकार साफ कर छोटे-छोटे काट लें। 5 किलो टुकड़ों में आधा किलो नमक डालकर मर्तवान का मुख बंद कर दो-तीन दिन धूप में रखें व बीच-बीच में हिलाते रहें।

तीन दिन बाद इसमें 100 ग्राम हल्दी, 100 ग्राम धनिया, 100 ग्राम सफेद जीरा, 10 ग्राम भुनी हींग, 200 ग्राम अजवायन, 100 ग्राम शुंठी, 60 ग्राम काली मिर्च, 60 ग्राम पीपल, 50 ग्राम लौंग, 50 ग्राम दाल चीनी, 50 ग्राम सुहागा, 50 ग्राम अकरकरा, 100 ग्राम काला जीरा, 50 ग्राम बड़ी इलायची, 300 ग्राम राई सब मसालों को महीन पीस कर घृतकुमारी के स्वरस में डालकर अच्छी तरह मिलाकर सुखाकर रखें।

रोगी के बल के अनुसार 6 ग्राम से 3 ग्राम तक की मात्रा में देने से पेट के वात, कफ संबंधी कई विकार मिटते हैं। सूखने पर अचार, दाल, शाक आदि में डालकर प्रयोग करें या गरम पानी के साथ सेवन करें।

बाजार में छाया एलो वेरा

एलो वेरा से आज कई तरह के उत्पाद जैसे फर्स्ट एड जेल, पेट की परेशानियों के लिए ड्रिंकेबल जेल, जूस, कैप्सूल, कॉस्मेटिक क्रीम और शैम्पू तैयार किए जा रहे हैं। भारत में एलोवेरा का सबसे ज्यादा उपयोग कॉस्मेटिक क्षेत्र जैसे स्किन मॉइश्चराइजर, स्किन क्रीम और हेयर टॉनिक में किया जाता है। इसके अलावा न्यूट्रीशिनियल केयर प्रोडक्ट्स, एरोमा केयर प्रोडक्ट्स, मेडिसिनल प्रोडक्ट्स के रूप में भी इसका उपयोग किया जा रहा है। एलो वेरा जेल का उत्पादन सबसे ज्यादा छोटे लघु उद्योग और असंगठित क्षेत्र हो रहा है। एलो वेरा और उसके तत्वों का सबसे बड़ा बाजार ऑस्ट्रेलिया, अमेरिका और पूरे यूरोप में है। इस उद्योग से जुड़े लोगों का मानना है कि इस पौधे के तत्वों से बने कॉस्मेटिक उत्पाद और जेल की मांग बढ़ने की संभावना है। एलो वेरा के एक पत्ते में 75 पोषक पदार्थ, 200 से ज्यादा सक्रिय यौगिक जिसमें 20 खनिज लवण, 18 अमीनो एसिड और 12 विटामिन शामिल होते हैं।

"अन्तर से, मुख से, कृति से...
निश्छल हो, निर्मल मति से...
श्रद्धा से, मस्तक नत से...
हम करें राष्ट्र अभिवादन...
हम करें राष्ट्र आराधन..."

जय राष्ट्र!! जय हिंद!!
गणतंत्र दिवस की हार्दिक शुभकामनाएँ।

शुभेच्छु :-

ज्योति तोतला

M.A (पॉलिटिकल साइंस)

9414844444

- भारतीय जनता पार्टी महिला मोर्चा, जयपुर - **कोषाध्यक्ष**
- शंकरा आई हॉस्पिटल, 'विशाखा' समिति -**चेयरपर्सन**
- श्री माहेश्वरी महिला परिषद्, जयपुर - **उपाध्यक्ष**
- जयपुर जिला माहेश्वरी महिला संगठन - **पूर्व सचिव**
- वनबंधु परिषद्, जयपुर - **एग्ज़ीक्यूटिव कमेटी मेंबर**
- वनबंधु परिषद्, जयपुर (महिला समिति) - **मीडिया प्रभारी, पूर्व जॉइंट सेक्रेटरी, पूर्व कोषाध्यक्ष**
- कल्चरल सोसायटी ऑफ़ राजस्थान - **उपाध्यक्ष**
- वसुंधरा लेडीज़ क्लब, जयपुर - **उपाध्यक्ष**
- 'उत्सव' जनोपयोगी भवन, 'प्रबंध समिति' - **मेंबर**

आपके तरकश में कुछ रामबाण

स्वामी रामदेव द्वारा योगशिविरों के दौरान बताए जाने वाले चमत्कारिक प्रयोग

दलिया

मोटापा एवं मधुमेह नाशक

गेहूँ 500 ग्राम, बाजरा 500 ग्राम, चावल 500 ग्राम, साबूत मूंग 500 ग्राम। सभी को समान मात्रा में लेकर, सेंककर दलिया बना लें। इसमें अजवाइन 20 ग्राम तथा सफेद तिल 50 ग्राम भी मिला लें। आवश्यकतानुसार लगभग 50 ग्राम दलिया को 400 ग्राम पानी में डालकर पकाएं, स्वादानुसार सब्जियों का हल्का नमक मिला लें। नियमित रूप से 15-30 दिन तक दलिया का सेवन करने से मधुमेह समाप्त हो जाता है। मोटापे से पीड़ित हृदय रोगी इस दलिया का नियमित सेवन कर से अपना वजन कम कर सकते हैं।

लौकी का रस

हृदयरोग, अम्लपित्त, उदर रोग एवं मोटापे में लाभप्रद

लौकी 500 ग्राम, पुदीना पत्र 7 नग, तुलसी पत्र 7 नग। उक्त सभी से 1 कप रस निकालकर प्रतिदिन प्रात:काल खाली पेट पीने से हृदय की धमनियों में हुए अवरोध भी खुल जाते हैं। अम्लपित्त एवं समस्त उदर रोगों का नाश करने के लिए लौकी रस का सेवन नियमित रूप से करना चाहिए।

अर्जुनछाल+क्षीर पाक

कमजोर हृदय वालों को अति लाभकारी

अर्जुन चूर्ण 5-10 ग्राम +1 कप दूध + 3 कप पानी मिलाकर उबालें, पकाएं। 1 कप शेष रहने पर छानकर प्रात:काल खाली पेट पी लें। उक्त क्षीर पाक का नियमित सेवन, कमजोर हृदय वालों को अति लाभकारी होता है।

काली मिर्च

पुरानी खांसी की अचूक दवा

काली मिर्च दिनभर में 5-7 नग धीरे-धीरे चूसने से खांसी में पहले ही दिन से तत्काल लाभ मिलता है। एक बार में 2-3 काली मिर्च मुंह में डालकर चूसें। वर्षों पुरानी खासी को हमने मिनटों में इस प्रयोग से ठीक होते देखा है।

गेहूँ के ज्वारे का रस

कैंसर, एड्स रोग में गुणकारी

विधि : प्रतिदिन एक-एक गमले में या थोड़ी भूमि हो तो भूमि पर नौ दिन तक गेहूँ उगाएं। 10वें दिन प्रथम गमले में उग आए, गेहूँ की हरी पत्तियों को काट कर 10 ग्राम + 25 ग्राम (लगभग दो फिट लंबी व एक अंगुली जितनी मोटी) गिलोय लेकर थोड़ा पानी मिलाकर पीस लें, कपड़े से निचोड़कर 1 कप की मात्रा में खाली पेट नित्य प्रयोग करें। खाली हुए गमले में अगली बार के लिए पुन: गेहूँ के दाने उगा दें। उक्त रस का नियमित सेवन कैंसर जैसे भयानक रोग में शीघ्र मुक्ति प्रदान करने में सहयोग करता है।

नारियल की दाढ़ी

बवासीर व अति मासिकस्राव

नारियल की दाढ़ी (भूरे रेशे) को जलाकर राख बनाकर छानकर रख लें। तीन-तीन ग्राम नारियल की भस्म सुबह-दोपहर-शाम तीन बार खाली पेट छाछ से लेवें। यह प्रयोग केवल एक ही दिन करना है। एक बार लेने से ही बवासीर ठीक हो जाता है। यह प्रयोग मासिक धर्म में अति रक्तस्राव तथा श्वेत प्रदर में भी लाभप्रद है। वमन, हैजा, हिचकी में इस भस्म को 1-1 ग्राम की मात्रा में थोड़े जल के साथ सेवन करने से विशेष लाभ होता है। मयूर-पिच्छ की भस्म की 1/4 ग्राम मात्रा मधु के साथ सेवन करने से हिक्का-हिचकी तुरंत बंद हो जाती है।

शीशम के पत्ते

श्वेत प्रदर, प्रमेह, धातुरोग एवं मासिक धर्म संबंधी अति रक्त स्राव में लाभप्रद

शीशम के पत्ते 8-10 व मिश्री 25 ग्राम दोनों को मिलाकर घोंट-पीस कर प्रात:काल सेवन करें। कुछ ही दिनों के सेवन से स्त्रियों के श्वेत प्रदर तथा पुरुषों के प्रमेह आदि रोगों में निश्चित लाभ होता है। मासिक धर्म के अन्तर्गत होने वाला अतिरक्तस्राव सामान्य हो जाता है। सर्दियों के मौसम में उक्त दवा में 45 काली मिर्च मिलाकर सेवन करना चाहिए। यह अत्यन्त शीतल है। अत: गर्मी से होने वाले रक्तस्राव में भी अत्यंत लाभप्रद, निरापद एवं सरल प्रयोग है।

नोट : *मधुमेह के रोगी मिश्री के बिना ही प्रयोग करें।*

लहसुन

जोड़ों का दर्द व गठिया में लाभ

लहसुन : लहसुन की 1 से 3 कली खाली पेट पानी से लेने से जोड़ों के दर्द में लाभ होता है। साथ ही बढ़ा हुआ कोलेस्ट्रॉल, ट्रिग्लिसराइड सामान्य होता है। हृदय की शिराओं में आए हुए अवरोध को भी दूर करने में लहसुन उपयोगी है। मोथा घास की जड़, जो कि एक गांठ की तरह होती है, उसका पाउडर करके 1 से 2 ग्राम सुबह-शाम पानी या दूध से लेने से जोड़ों का दर्द व गठिया में आश्चर्यजनक लाभ मिलता है। निर्गुण्डी के पत्तों का चूर्ण एक-एक चम्मच सुबह-शाम खाने के बाद पानी के साथ सेवन करने से वात रोगों का शमन होता है।

नीम के पत्ते

मधुमेह नियंत्रण

1. खीरा, करेला और टमाटर एक-एक की संख्या में लेकर जूस निकालकर, सुबह खाली पेट पीने से मधुमेह नियंत्रित होता है। 2. जामुन की गुठली का पाउडर करके, एक-एक चम्मच सुबह-शाम खाली पेट पानी से लेने से मधुमेह नियंत्रित होता है। 3. 7 पत्ते नीम के सुबह खाली पेट चबाकर अथवा पीसकर पानी के साथ लेने से मधुमेह में आराम मिलता है। 4. सदाबहार के 7 फूल खाली पेट जल के साथ चबाकर सेवन करने से भी मधुमेह में लाभ मिलता है। 5. गिलोय, जामुन, कुटकी, निम्ब पत्र, चिरायता, कालमेघ, सूखा, करेला, काली जीरी, मेथी इनको समान मात्रा में लेकर चूर्ण कर लें। यह चूर्ण 1-1 चम्मच सुबह-शाम खाली पेट पानी के साथ सेवन करने से मधुमेह में विशेष लाभ मिलता है।

आपके आसपास की पत्तियां आपको कभी अस्वस्थ नहीं होने देंगी

कफ रोगों का घरेलू उपचार

बादाम गिरी 100 ग्राम, खांड 50 ग्राम, काली मिर्च 20 ग्राम। सबका पाउडर करके मिलाकर सुरक्षित कर लें।

सेवन विधि : एक चम्मच सायं खाने के बाद गुनगुने दूध से सेवन करने से जीर्ण कफ रोग, नजला-जुकाम, साइनस में विशेष लाभ होता है। यह प्रयोग कब्ज को भी दूर कर देता है।

विशेष : जिनको मधुमेह हो, वे व्यक्ति खांड का प्रयोग न करें तथा जिनको अम्लपित्त हो, वे काली मिर्च 10 ग्राम की मात्रा में ही प्रयोग करें।

रूसीनाशक घरेलू तेल

200 ग्राम नीम के पत्तों का रस व 100 ग्राम तिल का तेल लेकर दोनों को मन्दाग्नि पर धीरे-धीरे पकावें। जब रस जल जाए, तेल शेष रह जाए, तब छानकर रख लें। इस तेल को सिर में लगाने से डेन्डरफ, बालों का झड़ना आदि रोग दूर होते हैं। सिर में सोराइसिस या फोड़े-फुंसियां होने पर इसे लगाने से शीघ्र ही लाभ मिलता है।

रूसीनाशक सरल प्रयोग : सुहागे (टंकण) का फूला 5 ग्राम (1 छोटा चम्मच), नारियल तेल 5 मिली. (1 चम्मच), दही 15 मिली. (3 चम्मच)। उक्त तीनों को ठीक प्रकार से मिलाकर बालों में लगाएं। लगभग 1 घंटा बाद बालों को धो लें। साथ ही आश्रम में तैयार किए गए दिव्य केश तेल का प्रयोग करें। शीघ्र लाभ होता है।

पीपलपत्र-नकसीर के लिए

नकसीर में : पीपल के पत्रों को लेकर कूटपीस कर रस निकाल लें। 5-5 बूंद दोनों नासिका में टपका देने से शीघ्र नकसीर बंद हो जाती है। 30-40 पत्रों का रस निकालकर मिश्री मिलाकर पीने से शीघ्र लाभ होता है।

रक्तस्राव में : 5-10 मिली. प्रात: खाली पेट दें। शीघ्र ही लाभ होता है।

बालों को झड़ने एवं सफेद होने से रोकने वाला फकीरी प्रयोग

नियमित रूप से दोनों हाथों की उंगलियों के नाखूनों को आपस में दिन में 2-3 बार 5-5 मिनट रगड़ें। इस प्रयोग के अभ्यास से बालों का झड़ना एवं सफेद होना रुक जाता है। बाल काले एवं घने होने लगते हैं। हमने इस प्रयोग से हजारों वंशानुगतरूप से भी गंजों के बाल उगते एवं सत्तर वर्ष के वृद्धों के भी बाल काले होते देखे हैं।

Platelates वर्धक घृतकुमारी

प्रतिदिन खाली पेट 25-50 ग्राम घृतकुमारी का गूदा खाने से, कम हुई प्लेटलेट्स बढ़ जाती हैं। घृतकुमारी का गूदा प्लेटलेट्स को बढ़ाने के साथ-साथ उदर के समस्त विकारों एवं स्त्रियों के रोगों में बहुत लाभ करता है। वात रोग, थैलीसीमिया, हैपेटाइटिस बी, दस्त साफ नहीं होना, पेट का फूल जाना, भूख न लगना, खाने में मन न लगना, भोजन करने पर पेट में जलन होना स्त्रियों में मासिक धर्म की अनियमितता, मूत्र में जलन होना, मूत्र का रुक-रुककर आना आदि सभी में घृतकुमारी के सेवन से आराम हो जाता है।

मोटापा कम करने की घरेलू विधि

1 चम्मच त्रिफला चूर्ण को रात्रि में 200 ग्राम पानी में भिगोकर रखें। प्रात: गर्म करें, आधा शेष रहने पर छान लें। 2 चम्मच शहद मिलाकर गर्म-गर्म सहता हुआ पीएं। कुछ ही दिन के सेवन से कई किलो वजन कम हो जाता है।

पीलिया में लाभदायक घरेलू उपचार

आक की छोटी कोंपल (नए पत्र) को पीसकर पान के पत्ते में रखकर चबाएं, 2-3 दिन के प्रयोग से पीलिया रोग ठीक होने लगता है तथा रोगी के खून में पित्तरंजकों की मात्रा कम होने लगती है। विडाल डोडे को रात्रि में पानी में भिगोकर रखें, प्रात: इसे घिस लें तथा 2-3 बूंद रोगी की नासिका में टपका दें या सुंघाएं। ऐसा करने से रोगी को आराम मिल जाता है। बड़ी दूधी को घिसकर पीने से पीलिया रोग शांत हो जाता है।

गोमूत्र के उपयोग

प्रथम प्रयोग : गोमूत्र साधारण रोगों के साथ-साथ कैंसर, दमा, वृक्क निष्क्रियता, जलोदर एवं यकृत शोथ आदि अनेकों रोगों की निरापद औषधि है। 10-15 मिली. गोमूत्र का नियमित रूप से प्रतिदिन दो बार सेवन करने से उक्त सभी रोगों में शीघ्र लाभ होना प्रारंभ हो जाता है। आधुनिक विश्लेषणों के आधार पर गोमूत्र में नाइट्रोजन, फास्फेट, कैल्शियम, मैग्नीशियम, यूरिया, यूरिक अम्ल, पोटेशियम, सोडियम, कार्बोलिक अम्ल, लेक्टोज एवं हार्मोन पाए जाते हैं। जो सभी रोगों पर अपना-अपना प्रभाव दिखाकर रोग की समाप्ति करने में सहयोग करते हैं। गोमूत्र को यथासंभव ताजा ही आठ तह किए कपड़े से छानकर प्रयोग करना चाहिए। तुरन्त ब्याही या 1-2 माह पश्चात ब्याने वाली गाय का मूत्र प्रयोग नहीं करना चाहिए। प्रतिदिन ताजे गोमूत्र की अनुपलब्धता की अवस्था में गोमूत्र को छानकर शीशी भरकर रख लें। जो मधुमेह के रोगी नहीं हैं, वे लोग इस गोमूत्र में मधु मिलाकर भी रख सकते हैं। इससे वह अधिक दिनों तक सुरक्षित रहेगा।

द्वितीय प्रयोग : गोमूत्र को तांबे के पात्र में लेकर उसको पका लें। जब आधा से भी कम रह जाए तब छानकर शीशी भरकर रख लें। 1-1 या 2-2 बूंद प्रात:-सायं आंख में डालने से आंखों के समस्त रोगों में लाभ पहुंचता है।

सर्दी, जुकाम व ज्वर के लिए प्रयोग

7 पत्ते तुलसी के, 5 लौंग लेकर एक गिलास पानी में पकाएं। तुलसी पत्र व लौंग को पानी में डालने से पहले टुकड़े कर लें। पानी पककर जब आधा शेष रह जाए, तब थोड़ा सा सेंधा नमक डालकर गर्म-गर्म पी जाएं। यह काढ़ा पीकर कुछ समय के लिए वस्त्र ओढ़कर पसीना ले लें। इससे ज्वर तुरंत उतर जाता है तथा सर्दी, जुकाम व खांसी भी ठीक हो जाती है। इस काढ़े को दिन में दो-तीन बार तक ले सकते हैं। छोटे बच्चों को सर्दी, जुकाम व कफ होने पर तुलसी व अदरक का रस 5-7 बूंद शहद में मिलाकर चटाने से बच्चों का कफ, सर्दी व जुकाम ठीक हो जाती है। यह दवा नवजात शिशु को भी अल्प मात्रा में दी जा सकती है।

कब्ज की घरेलू दवा

नाश्ते में एक सेब एवं सायंकाल के भोजन में एक सेब नियमित रूप से खाने से कब्ज का नाश हो जाता है। प्रात:काल 1 कप लौकी (घीया) का जूस पीने से पेट पूर्णत: साफ रहता है। साथ ही पेट के समस्त विकारों को दूर करता है एवं भविष्य में होने से रोकता है। पपीता का यदि नियमित रूप से सेवन किया जाए तो कब्ज की स्थिति उत्पन्न ही नहीं होती। किसी भी प्रकार की कब्ज में अमलतास का गूदा 10-20 ग्राम तक लेने से कब्ज में तुरंत आराम हो जाता है।

कफ, अस्थमा के लिए पिप्पली-कल्प

छोटी पिप्पली 1 नग लेकर गाय के दूध में 10-15 मिनट उबालें। उबालकर पहले पिप्पली खाकर ऊपर से दूध पी लें। अगले दिन 2 पिप्पली लेकर दूध में अच्छी तरह उबालकर, पहले पिप्पली खा लें, फिर दूध पी लेवें। इस प्रकार 7 से 11 पिप्पली तक सेवन करके पुन: क्रमश: कम करते जाएं अर्थात् जिस तरह एक-एक पिप्पली प्रतिदिन बढ़ाई थी, वैसे ही एक-एक पिप्पली कम करते हुए 1 नग पर वापस लौट आएं। यदि अधिक

हरसिंगार और सदाबहार की पत्तियां डायबिटीज के लिए अचूक हैं।

गर्मी न लगे तो अधिकतम 15 दिन में 15 पिप्पली तक भी इस कल्प में ले सकते हैं। अधिक गर्मी लगने पर आप 7 या 11 पिप्पली पर ही रोककर पुन: क्रमश: एक पिप्पली पर लौट आएं। यह कल्प कफ, अस्थमा, नजला, जुकाम व पुरानी खांसी में लाभप्रद है। इससे मन्दाग्नि, गैस, अपचन आदि रोग भी दूर हो जाते हैं। इस पिप्पलीयुक्त दूध का प्रात:काल सेवन करें। दिन में सादा आहार लें। घी, तेल एवं किसी प्रकार की भी खट्टी एवं शीतल चीजें न लें।

दमा के लिए दमबेल

दमबेल (टाइलोफोर/इंडिका) का एक पत्र लेकर, उसमें एक काली मिर्च डालकर पान की तरह खाली पेट चबा लें। इस तरह तीन दिन सेवन करने से अस्थमा से पीड़ित रोगों को लगभग पूरा आराम मिल जाता है। तीन दिन में पूरा लाभ न मिलने की स्थिति में इस प्रयोग को एक सप्ताह तक भी किया जा सकता है। तीन या सात पत्ते मात्र खाने से अस्थमा, दमा जैसे कठिन रोग से छुटकारा मिल सकता है। किसी-किसी रोगी को इसके सेवन से उल्टी हो सकती है। घबराने की आवश्यकता नहीं, यह स्वाभाविक सी प्रक्रिया है। जब कफ निकल जाएगा तो उल्टी अपने आप बंद हो जाएगी। एक माह तक रोगी को घी, तेल व सभी प्रकार की खट्टी व ठंडी चीजों से परहेज करना चाहिए।

आंखों का घरेलू उपचार

100 मिली. गुलाब जल में +10 ग्राम आंवले की कली डूबाकर रखें। इस मिश्रण को 2 दिन तक रखा रहने दें। 2 दिन बाद इसे निथारकर 8 तह किए कपड़े से छान लें, पश्चात शीशी में भरकर रखें, 2-2 बूंद की मात्रा में आंखों में डालने से अश्रुस्त्रावाधिक्य, नेत्र की लालिमा, नेत्र में जलन एवं खुजली में आराम हो जाता है।

सिरदर्द, अनिद्रा तथा माइग्रेन पेन में लाभकारी नस्य

बादाम का तेल 5-5 बूंद नाक में, सुबह खाली पेट तथा सायंकाल सोते समय डालने से सिर दर्द, माइग्रेन पेन, अनिद्रा, स्मृति दौर्बल्य, सिर में भारीपन, पैरालाइसिस, कम्पावात, व साइनस में विशेष लाभ होता है। सिर दर्द व अनिद्रा में तुरंत प्रभाव करता है। बादाम तेल की सिर में मालिश करने से भी उपरोक्त सभी रोगों में शीघ्र लाभ होता है। गृध्रसी एवं मधुमेह में लाभदायक सदाबहार एवं हारसिंगार के पत्ते, सदाबहार के 5 पत्ते एवं फूल प्रतिदिन प्रात: खाली पेट खाने से मधुमेह नियंत्रित रहता है, एवं सायटिका के दर्द में आराम होता है। सदाबहार की तरह हारसिंगार के 5 पत्ते या 5 फूल या दोनों प्रतिदिन प्रात: खाली पेट खाने से या इनका काढ़ा बनाकर पीने से मधुमेह नियंत्रित रहता है तथा सायटिका का दर्द दूर होता है।

बिवाई या विपादिका का मलहम

सरसों का तेल 50 मिली., देशी मोम 25 ग्राम, देशी कपूर 5 ग्राम। सरसों के तेल को गर्म करें। जब तेल उबलने लगे तो उसमें धीरे-धीरे मोम मिला दें। जब मोम पूरी तरह से घुलकर मिल जाए, तो बर्तन को आंच से उतार लें एवं ठंडा होने दें। थोड़ा गुनगुना रहने पर उसमें कपूर भी मिला दें। इस तरह तैयार मल्हम को रात्रि में सोने से पूर्व बिवाइयों में लगाएं। पहले ही दिन से लाभ मिलने लगता है।

मुंह के छालों के लिए घरेलू दवा

नीलाथोथा 10 ग्राम एवं फिटकरी 10 ग्राम लेकर दोनों को अलग-अलग तवे पर भून लें। नीलाथोथा को भूनते समय जो धुआं निकलता है, वह आंखों में नहीं लगना चाहिए तथा नीलाथोथा को पूरा नहीं भूनें। भूनते समय जब आधा नीला रह जाए तभी तवे से अलग कर लें। फिटकरी का फूला (भस्म) और नीलाथोथा भूना हुआ दोनों को एक जगह मिला लें।

प्रयोग विधि : यह भस्म लगभग एक ग्राम लेकर एक चम्मच पानी में मिला दें। पानी में घुलने पर रुई को इस पानी में भिगोकर मुंह में जहां छाला हो उस स्थान पर लगाकर लगभग एक-दो मिनट रखें। मुंह में नीलाथोथा का यह जल लगाने पर पर्याप्त मात्रा में सावधानी यह रखें कि इस पानी को बाहर ही निकालें, अंदर नहीं निगलना चाहिए। यदि छाला नीलाथोथा की भस्म को पानी में घोलकर लगाने से ठीक नहीं होता तो भस्म की जरा सी मात्रा सीधे ही छाले पर लगा दें और जितना भी जल निकले, वह सब मुंह से बाहर निकाल दें। यह प्रयोग एक ही बार करने से मुंह का छाला हमेशा के लिए ठीक हो जाता है। फिर भी आवश्यकता हो तो दूसरी बार भी यह दवा लगा सकते हैं। यह प्रयोग सुबह खाली पेट करना उत्तम है। खाने के चार घंटे बाद भी यह दवा मुंह में लगा सकते हैं। दवा लगाने के बाद लगभग 10 मिनट तक मुंह का पानी बाहर निकालते रहें। बाद में साफ पानी से कुल्ले कर लें। इस प्रयोग के बाद मुंह का स्वाद थोड़ा खराब हो जाता है। एक दिन में मुख का स्वाद भी फिर से ठीक हो जाता है। चमेली और अमरूद के 5-5 पत्ते लेकर थोड़ी देर तक मुंह में धीरे-धीरे चबाएं। थोड़ी देर बाद पानी बाहर निकाल दें। ऐसा करने से भी मुंह के छाले ठीक हो जाते हैं।

श्वेतकुष्ठ, श्वित्र, चर्मरोगों में लाभकारी

गोमूत्र 100 ग्राम, निम्ब पत्र 100 ग्राम, गोबर रस 100 ग्राम, बावची चूर्ण 100 ग्राम। सभी को मिलाकर एवं पीसकर लेप बना लें। इस लेप को लगाने से श्वित्र एवं अन्य सभी प्रकार के चर्म रोगों में शीघ्र ही आराम मिलता है। पुनर्नवामूल +अर्जुनछाल को गोमूत्र में पीसकर लगाने से श्वेतकुष्ठ में आराम मिलता है।

तिल की दवा

दिव्य कायाकल्प वटी 40 ग्राम- 2-2 गोली सुबह-शाम खाली पेट पानी से लें। दिव्य कैशोर गुग्गुल- 40 ग्राम - 1-1 गोली सुबह-शाम खाने के बाद लें।

मस्सों व कोर्स (गोखरू) की दवा

खाने का चूना 10 ग्राम, सज्जीक्षार 10 ग्राम, कपड़े धोने का सोडा 10 ग्राम, गेरू 2 ग्राम। थोड़ा जल मिलाकर चारों को घोंट-पीसकर मल्हम बना लें। मस्सों पर एक बार माचिस की तिली या रुई की फुरेरी से लगाएं। एक बार लगाने से मस्सा सूख जाता है। एक बार में मस्सा न सूखे तो 2-3 दिन के अन्तराल से एक-दो बार और लगा सकते हैं। इसका सावधानी से प्रयोग करें।

कोर्न्स : कोर्न्स (गोखरू) या पैरों की डील को तेज यंत्र से काटकर उसमें यह दवा भर दें। ऐसा कुछ दिन करने से कोर्न्स खत्म हो जाती है।

रतौंधी एवं योषापस्मार में लाभकारी

सफेद प्याज का रस 10 मिली, शहद 10 मिली.। दोनों को समान मात्रा में मिलाकर 2-2 बूंद आंखों में डालें।

कर्ण शूल की दवा

सुदर्शन के पत्रों को कूट-पीसकर रस निकाल लें। गुनगुना कर 2-2 बूंद दोनों कानों में दिन में दो-तीन बार डालें, पहले ही दिन से कर्ण शूल में आराम मिलने लगता है। ■

Trusted by Professional Sports Teams for Ligament Injuries

(Pink Panther Pro Kabaddi Team)

(Rajasthan Royals Team, IPL)

Other Services:
Hip Replacement, AVN
Fast Track Knee Replacement

- ☑ ACL Tear
- ☑ PCL Tear
- ☑ Meniscus Tear
- ☑ Muscle Tear
- ☑ Shoulder Dislocation
- ☑ Shoulder Pain

Dr. Arun Partani

Senior Consultant
Joint Replacement, Arthroscopic
& Sports Injury Surgeon
C.K, Birla Hospital

For Patient Stories - practo.com/jaipur/arun partani & google/partani clinic

DENTAL IMPLANTS

not only replace your teeth
but improve your confidence
and quality of life!

Dr. Bharti Partani

BDS, MDS
Prosthodontist & Implantologist

PARTANICLINIC

M-21, Mahesh Colony, Tonk Phatak, Jaipur

For Queries 9783788887, 8742067974, 9887302501

हमारे आसपास भी बहुत कुछ है।

यह आवश्यक है कि जब भी आप बाजार से औषधियां खरीदें, दुकानदार से उनके बारे में जानकारी अवश्य ले लें। प्रदूषित क्षेत्रों में अथवा कृत्रिम जलवायु में उगाई गई वनस्पतियां कभी न खरीदें। औषधीय पौधों के बने-बनाए पैकेट मत खरीदिए। औषधियों को सुखाने के बाद डिब्बों में अच्छी तरह बंद करके ठंडे स्थान पर रखें। अधिक औषधियां एक साथ न खरीदें। रखने से उनके गुण कम हो जाते हैं। हां, औषधियों को तेल, घी अथवा घोल के रूप में तैयार करने के बाद लम्बे समय तक रखा जा सकता है। सही औषधि खरीदना बहुत महत्वपूर्ण है। जब कभी आप किसी नई दवा का नाम सुनें तो उसकी पहचान अवश्य समझ लें। उसका रंग, गंध तथा वह भाग जिसका उपयोग किया जाना है, यह सब जान लें। औषधियों को उनके औषधीय गुणों, रस आदि से पहचानिए। किसी से सुनकर कभी किसी औषधि का प्रयोग न करें। अपनी त्रिदोषीय प्रकृति के अनुसार औषधि का चुनाव करें। औषधीय पदार्थों को गर्म और ठंडी दो मुख्य श्रेणियों में बांटना अधिक उपयोगी रहेगा। गर्म औषधियां पित्तवर्द्धक होती हैं तथा ठंडी पित्तशामक। इसलिए इन्हें गर्म तथा ठंडी ऋतुओं में लेने की सुविधा रहती है। सबसे अधिक सावधानी आप तब बरतें जब आपको शरद ऋतु में ठंडी तथा ग्रीष्म ऋतु में गर्म औषधि लेनी पड़े।

■ वैद्य हरिमोहन शर्मा

छोटी इलायची

इसके बीजों का प्रयोग किया जाता है। ये हल्के हरे रंग की फली के अंदर होते हैं। बीजों का रंग हल्का बादामी या बादामी काला होता है। गहरे रंग के बीज अधिक सुगंधित होते हैं, हल्के रंग वाले सूखे बीज होते हैं वे अविकसित होते हैं। अत: बादामी काले रंग के बीजों वाली इलायची ही खरीदिए। यह पाचन क्रिया को गति देती है तथा मुंह साफ रखती है। दांतों की सुरक्षा के लिए यह बहुत उपयोगी है। इसे मिश्री के साथ भी खाया जा सकता है। नियमित इस्तेमाल से यह हृदय को शक्ति प्रदान करती है, गले की खराबी दूर करती है, इसे मुंह में रखिए और धीरे-धीरे चबाइए। प्रतिदिन की मात्रा आधा से एक ग्राम है। **त्रिदोषीय स्थिति** : तीनों दोषों के लिए ठीक है। विकृति में उन्हें संतुलित करती है। **रस** : मधुर, कटु। **तासीर** : ठंडा।

बड़ी इलायची

इसकी फली गहरे बादामी रंग की होती है जबकि इसके बीज फली से अधिक गहरे रंग के होते हैं। इन्हें इस्तेमाल करने के लिए फली को छीलना चाहिए। यह थकान शांत करती है तथा निम्न रक्तचाप को ठीक करती है। उच्च रक्तचाप की स्थिति में इसका इस्तेमाल ठीक नहीं है। यह खांसी में उपयोगी है तथा खांसी की अनेक औषधियों में प्रयुक्त होती है। ठंड से होने वाले ज्वर या दर्द को ठीक करती है। प्रतिदिन की खुराक एक से तीन ग्राम। **त्रिदोषीय स्थिति** : तीनों दोषों के लिए ठीक है। विकृति में उन्हें संतुलित करती है। **रस** : मधुर, कटु। **तासीर** : ठंडा।

धनिया

धनिये के बीज तथा पत्तियां इस्तेमाल की जाती हैं। धनिये के बीज कुछ गोलाई लिए हुए पीले रंग के होते हैं। पत्तियां और बीज दोनों ही अत्यधिक सुगंधित होते हैं तथा भोजन पकाने में इस्तेमाल किए जाते हैं। गर्मी लगने से पैदा होने वाले ज्वर को धनिया ठीक करता है। यह स्नायु तथा मस्तिष्क दोनों को शक्ति देता है। अधिक लहसुन के दुष्प्रभाव को दूर करता है। प्रतिदिन की मात्रा : 3 से 6 ग्राम।

त्रिदोषीय स्थिति: धनिया तीनों दोषों को सामंजस्य की स्थिति में लाकर त्रिदोषों का उपचार करता है। **रस** : मधुर, कटु, तिक्त, कषाय। **तासीर** : ठंडा।

अदरक

इस पौधे की जड़ें भोजन तथा औषधि दोनों रूपों में प्रयोग की जाती हैं। चीन तथा भारत के लोगों के विश्वभर में फैल जाने से ताजा अदरक कहीं भी खरीदा जा सकता है। सूखा अदरक सोंठ कहलाता है। अदरक का रस 5 से 10 मिली., सूखा अदरक 1 से 2 ग्राम प्रतिदिन लिया जा सकता है। अदरक अधिक मूत्र को रोकता है। यह जिगर के लिए बहुत लाभकारी है तथा वात को दूषित नहीं होने देता। अदरक की चाय गले की खराबी को दूर करती है तथा अदरक चाय की अम्लता कम करता है और उसके अहित प्रभाव को रोकता है। बच्चों को किसी न किसी रूप में अदरक अवश्य दिया जाना चाहिए। **त्रिदोषीय स्थिति** : वात व कफशामक है। **रस** : कटु । **तासीर** : गर्म।

लहसुन

लहसुन की सभी किस्में औषधीय गुणों वाली नहीं होतीं। सबसे छोटे आकार का लहसुन जो बिना उर्वरक के उगाया जाता है, औषधियों के लिए सबसे उपयुक्त है। आयुर्वेदिक दृष्टि से ताजा लहसुन को दवाओं में शामिल किया जाना चाहिए। लहसुन में मौजूद ईथरयुक्त तेल को संरक्षित नहीं किया जा सकता। संरक्षण से उसका त्रिदोष संघटन बदल जाता है। इसमें अम्ल को छोड़कर शेष पांच रस मौजूद रहते हैं। इस अत्यंत गुणयुक्त औषधि का यही रहस्य है। लहसुन की चटनी त्वचा पर लगाने से दर्द से छुटकारा मिलता है। नियमित लहसुन लेने से कीड़े नहीं काटते अत: यह मलेरिया आदि रोगों से बचाता है जो मच्छरों के काटने से फैलते हैं। यह दृष्टिवर्धक है तथा स्नायु, मस्तिष्क, रक्त कोशिकाओं और हृदय को शक्ति प्रदान करता है। यह ओज में वृद्धि करके शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाता है। संधि के दर्द के लिए यह अच्छी औषधि है, क्योंकि यह वात को दूषित नहीं होने देता। जिगर को गति देता है तथा पाचन क्रिया को ठीक करता है। यह प्रति मूत्रल है। कम मात्रा में लहसुन का प्रतिदिन प्रयोग किया जाना चाहिए। लहसुन की एक या दो तुरियां प्रतिदिन लें। यदि आप पित्त प्रधान व्यक्ति हैं तो लहसुन को पीसकर उसमें मिश्री मिलाकर ठंडे पानी के साथ लें। यदि आप वात प्रधान व्यक्ति हैं तो इसे घी के साथ लीजिए। यदि कफ प्रधान हैं तो शहद के साथ लीजिए। पित्त दूषित हो तो लहसुन न लें। गर्भवती महिलाएं लहसुन न लें। अधिक लहसुन से यदि कष्ट हो रहा हो तो धनिये का काढ़ा लिया जाना चाहिए। प्रतिदिन खुराक 1 से 4 ग्राम। लहसुन की गंध दूर करने तथा उसके पित्तीय प्रभाव को कम करने के लिए सौंफ व इलायची चबानी चाहिए। **त्रिदोषीय स्थिति** : विकृत वात व कफ को ठीक करता है। **रस** : मधुर, लवण, कटु, तिक्त, कषाय। **तासीर** : गर्म।

सौंफ

खाद्य पदार्थों में तथा भोजन के बाद मुख शुद्धि के लिए सौंफ का प्रयोग किया जाता है। सौंफ का तेल दर्द दूर करने के लिए भी प्रयुक्त होता है। सौंफ के दाने हल्के हरे रंग के तथा मीठे होते हैं। 3 से 6 ग्राम प्रतिदिन अथवा 5 से 10 बूंदें इसके तेल की प्रतिदिन प्रयोग की जानी चाहिए। सौंफ के बीज मूत्रल होते हैं।

त्रिदोषीय स्थिति : यह दूषित वात तथा पित्त को शांत करती है। **रस :** मधुर, कटु, कषाय। **तासीर :** ठंडा।

मुलैठी

इसके पौधे की जड़ इस्तेमाल की जाती है। मुलैठी चीनी से 50 गुना ज्यादा मीठी होती है। गले की खराबी में लाभकारी है। दृष्टिवर्द्धक, स्नायु को शक्ति देने वाली है। घी में इसका चूर्ण मिलाकर घाव पर लगाया जा सकता है। प्रतिदिन की मात्रा : 3 से 5 ग्राम। **त्रिदोषीय स्थिति :** दूषित वात व पित्त में लाभप्रद। **तासीर :** ठंडा।

जीरा

जीरे के दाने सौंफ के दानों की तरह ही होते हैं, परंतु इनका रंग कुछ हल्का तथा आकृति छोटी होती है। सौंफ की तरह जीरा मीठा नहीं होता। जीरे का स्वाद, कुछ तीखा होता है। यह पाचनशक्तिवर्द्धक है, इसीलिए भोजन पकाने में इसका प्रयोग किया जाता है। यह रक्तशोधक भी है। प्रतिदिन की मात्रा : 3 से 6 ग्राम। **त्रिदोषीय स्थिति :** विकृत कफ और वात को ठीक करता है तथा पित्त बढ़ाती है। **रस :** कटु। **तासीर :** गर्म।

सोया

यह पौधा भारत के अतिरिक्त पश्चिमी देशों तथा दुनिया के अनेक देशों में व्यापक रूप में पाया जाता है। अत: इसे पहचानना कठिन नहीं है। दक्षिणी यूरोप की रसोई में इसका इस्तेमाल बहुत किया जाता है। बीज तथा तेल औषधि के रूप में काम में लाए जाते हैं। यह पाचन में सहायक है। यह साधारण ज्वर, भूख की कमी, बीमारी तथा पेट दर्द में औषधि का काम करती है। मासिक धर्म के दर्द को शांत करती है। प्रतिदिन की मात्रा : फलों का चूर्ण 1 से 3 ग्राम। तेल 1 से 3 बूंदें। अर्क 20 मिली. से 40 मिली। **त्रिदोषीय स्थिति :** कफ व वातशामक। **रस :** कटु, तिक्त। **तासीर :** गर्म।

हल्दी

इस पौधे की जड़ का प्रयोग किया जाता है। इसकी आकृति अदरक के समान होती है। इसका रंग चमकीला पीला होता है तथा इसे आसानी से पहचाना जा सकता है। बाजार में पीसी हुई हल्दी मिलती है जो कई बार शुद्ध नहीं होती। यह सुझाव दिया जाता है कि आप सूखी हल्दी खरीदकर स्वयं पिसवाएं। हल्दी को एक वर्ष के बाद औषधि के रूप में प्रयुक्त नहीं किया जाना चाहिए। धीरे-धीरे यह अपने औषधीय गुण खो देती है। हल्दी रक्तशोधक है तथा एलर्जी दूर करती है। त्वचा रोगों को दूर करने में यह सहायक है। यह जीवाणुनाशक है, सूजन दूर करती है तथा घाव ठीक करती है। यह छाती से संबंधित दर्द आदि साधारण शिकायतों को दूर करती है। हल्दी वाला दूध थकान दूर करता है तथा शरीर को शक्ति प्रदान करता है। दुर्घटना आदि के कारण चोट लगने पर हल्दी वाला दूध लेना बहुत लाभकारी होता है। मेरा सुझाव है कि सभी लोग सर्दी के दिनों में हल्दी वाला दूध अवश्य लें। अगर चोट के कारण सूजन आ गई हो तो हल्दी को सरसों के तेल में पकाकर उसे पुरानी रुई पर लगाकर सूजन पर बांध लें।

त्रिदोषीय स्थिति: तीनों दोषों को शांत करती है। **रस :** कटु, कषाय। **तासीर :** गर्म।

दालचीनी

इसकी छाल का इस्तेमाल होता है। पश्चिमी देशों की रसोई में भी इसका चलन है। वहां प्राय: पाउडर रूप में मिलती है अत: लोग इसकी आकृति से परिचित नहीं हैं। इसके स्वाद व गंध से परिचित हैं। इसका तेल दर्दनाशक है तथा बड़ी इलायची के साथ इसका काढ़ा थकान, ज्वर तथा दर्द दूर करता है। थकान व सर्दी के कारण सिरदर्द की स्थिति में यह काढ़ा विशेष लाभकारी है। दालचीनी ओज में वृद्धि करती है तथा रक्त को शुद्ध करती है। इसमें फफूंद, वायरस तथा बैक्टीरिया रोधी गुण हैं। प्रतिदिन की मात्रा : एक से तीन ग्राम। तेल 2 से 5 बूंदें।

त्रिदोषीय स्थिति : पित्तवर्द्धक तथा कफ व वातशामक। **रस :** मधुर, तिक्त, कटु। **तासीर :** गर्म।

तुलसी

अनेक नुस्खों में तुलसी का वर्णन आता है। यह भारत का घरेलू पौधा है। हिंदू तुलसी के पौधे को पवित्र मानते हैं तथा इसकी पूजा करते हैं। हिंदू घरों में एक छोटा सा दीपक हर शाम तुलसी के पौधे के सामने जलाया जाता है। इसकी पतियां अनेक साधारण रोगों में औषधि का काम करती हैं। दक्षिणी यूरोप में यह पौधा सामान्य रूप से पाया जाता है, परंतु उत्तरी यूरोप की ठंडी जलवायु में उगाए जाने पर यह अपने औषधीय गुण खो देता है। इसके बीज भी तीन से पांच ग्राम प्रतिदिन पीसकर औषधि के रूप में लिए जा सकते हैं। तुलसी की पत्तियों का अर्क एक चाय चम्मच, अदरक का रस आधी चाय चम्मच तथा 3 काली मिर्चों का मिश्रण साधारण ज्वर, खांसी, सर्दी तथा अपच दूर करने के लिए औषधि का काम करते हैं। शिशुओं को तुलसी के ताजा पत्तों के रस की कुछ बूंदें शहद के साथ मिलाकर रोज चटा देनी चाहिए। तुलसी की 6 पतियां 3 काली मिर्चों के साथ प्रतिदिन लेने से मलेरिया नहीं होता। पत्तियों को छाया में सुखाना चाहिए तथा अधिक समय तक नहीं रखना चाहिए अन्यथा उनके औषधीय गुण नष्ट हो जाते हैं। प्रतिदिन की मात्रा : 5-6 पत्तियां। **त्रिदोषीय स्थिति :** तुलसी दूषित कफ तथा वात को ठीक करती है तथा पित्त बढ़ाती है। **रस :** कटु, तिक्त। **तासीर :** गर्म।

नीम

इसके फूल, बीज, पत्तियां तथा छाल विभिन्न औषधियों में प्रयुक्त होते हैं। नीम का तेल फोड़े-फुंसी आदि त्वचा संबंधी रोगों में लाभकारी है। यह मधुमेह के लिए भी अच्छी औषधि है। नीम की पत्तियों का काढ़ा नियमित लेने से त्वचा संबंधी रोग नहीं होते तथा जिगर ठीक रहता है। यह त्वचा को चिकनाई देता है तथा मुहांसे और फोड़े-फुंसियों से उसकी रक्षा करता है। नीम की छाल के अर्क में शहद मिलाकर खाने से भी यकृत स्वच्छ रहता है तथा उसकी कार्यप्रणाली ठीक रहती है। देर से होने वाले प्रसव तथा कष्टप्रद प्रसव की स्थिति में नीम के बीज दिए जाते हैं। ये गर्भाशय को सिकोड़ते हैं। नीम ज्वर को भी दूर करता है। इसके लिए नीम की पत्तियों और छाल का काढ़ा लिया जाता है। पत्तियों या फलों का अर्क 10 से 20 मिली प्रतिदिन लिया जाना चाहिए। छाल का चूर्ण 2 से 4 तथा तेल 5 से 10 बूंदें प्रतिदिन। यह देश में लगभग हर जगह पाया जाता है। **त्रिदोषीय स्थिति :** विकृत पित्त व कफ को शांत करता है। **रस :** तिक्त, कषाय । **तासीर :** ठंडा।

मैथी

इसके बीज औषधि के रूप में तथा पत्ते सब्जी या सलाद के रूप में इस्तेमाल किए जाते हैं। बीज हल्के पीले रंग के होते हैं तथा आकृति में लगभग आयताकार होते हैं। यह वात तथा उससे संबंधित रोगों का उपचार करती है। स्नायु को मजबूत करती है। पूरे शरीर में कमजोरी तथा दर्द की स्थिति में मेथी को शक्तिवर्द्धक के रूप में प्रयोग किया जाता है। प्रसव के बाद महिलाओं को आटे और घी के बने जो पौष्टिक पदार्थ दिए जाते हैं उनमें मेथी के बीज भी मिलाए जाते हैं। यह स्तनों के आकार में वृद्धि करती है तथा दूध बढ़ाती है। इसका मसाले के रूप में प्रयोग किया जाता है, क्योंकि यह वातशामक है। सर्दियों में इसके पौधों से सब्जी तथा सलाद बनाया जाता है। भारत में यह सर्दियों की लोकप्रिय सब्जी है। प्रतिदिन की मात्रा : 1 से 3 ग्राम।

त्रिदोषीय स्थिति : अत्यधिक वात को शांत करने तथा वात जन्य रोगों की चिकित्सा औषधि है। **रस :** कटु । **तासीर :** गर्म।

अजवाइन

इसके बीज प्रयोग किए जाते हैं। ये बहुत छोटे होते हैं, हल्के बादामी रंग के लगभग हृदय की आकृति के होते हैं तथा तल पर एक रेखा होती है। अपचजन्य बेचैनी को यह बहुत शीघ्र ठीक करती है। नमक मिलाकर गर्म पानी से इसे लें। नमक मिले नींबू के रस में अजवाइन को भिगोकर छाया में सुखाने के बाद यह औषधि बन जाती है। अजवाइन यकृत को सक्रिय करती है तथा मदिरापान करने वालों के लिए विशेष रूप से लाभकारी है। गैस की शिकायत तथा भूख की कमी में भी यह लाभकारी है। अजवाइन का तेल भी इस्तेमाल किया जाता है। प्रतिदिन की मात्रा : 1 से 3 ग्राम तथा तेल 1 से 3 बूंदें।

त्रिदोषीय स्थिति : पित्तवर्द्धक तथा दूषित कफ व वातशामक। **रस :** कटु, तिक्त। **तासीर :** गर्म।

लौंग

इस पौधे की कलियां इस्तेमाल की जाती हैं। रंग गहरा बादामी तथा छोटे वृत्त वाली कली जैसा आकार । लौंग कठोर होती है तथा इसमें तीव्र सुगंध होती है। दांत दर्द के स्थान पर लौंग के तेल में भीगी रुई रखने पर तुरंत आराम मिलता है। लौंग में जीवाणु तथा फफूंदियों के नाशक गुण होते हैं। आयुर्वेदिक दंत मंजन तैयार करने में लौंग का प्रयोग किया जाता है। भोजन के बाद उसे पचाने के लिए लौंग चबाते हैं। दांतों की सुरक्षा तथा मुंह से दुर्गंध दूर करने के लिए लौंग चबाना बहुत लाभकारी है। खांसी तथा श्वास संबंधी शिकायतों में विशेष लाभकारी है। अन्य ईथरयुक्त तेलों में लौंग का तेल मिलाकर मिश्रण बनाया जाता है जो दर्द निवारण, सांस में मदद करने, त्वचा में फफूंदी संक्रमण को ठीक करने में काम आता है। यह रक्तशोधक तथा रक्तचापवर्द्धक है। उच्च रक्तचाप वाले लोग इसे ज्यादा न लें। निम्न रक्तचाप को ठीक करने के लिए इसे बड़ी इलायची और दालचीनी के साथ इस्तेमाल किया जाता है। लौंग का तासीरठंडा है तथा दालचीनी व बड़ी इलायची का गर्म। तीनों को एक साथ मिलाने से तासीर संतुलित हो जाता है। प्रतिदिन की मात्रा : लौंग 1 से 3 ग्राम, तेल 1 से 3 बूंदें। **त्रिदोषीय स्थिति :** कफ व वातशामक । **रस :** कटु, तिक्त । **तासीर :** ठंडा।

जायफल

जायफल सुपारी जैसा दिखाई देता है और इसके फूल को जावित्री कहते हैं। इन दोनों का उपयोग प्राय: मसालों में किया जाता है। विकृत वात और कफ के लिए यह बहुत उपयोगी है। जायफल को पानी के साथ पत्थर पर घिसकर दर्द निवारण के लिए लेप किया जाता है। इसके महीन चूर्ण को गर्म सरसों के तेल में डालकर फोड़े-फुंसियों पर लगाया जाता है। शिशन की पेशियों की दुर्बलता में इसका उपयोग तथा शिशन पर लेप करने से बहुत लाभ होता है। कैवल्य के उपचार के लिए उत्तम है। जायफल का तासीरगर्म होने के कारण इसका उपयोग घी के साथ करें। गर्म घी में इसे डालकर दाल या सूप में मिलाकर भी खाया जा सकता है। यह निद्राजनन है इसलिए इसका प्रयोग रात को करने का सुझाव दिया जाता है। यह हृदय को बल प्रदान करता है तथा मतली, पेचिश इत्यादि में उपयोगी है। मन को शांत करता है। प्रतिदिन की मात्रा आधा ग्राम (एक चौथाई फल) या 1-3 बूंदें इसके तेल की। **त्रिदोषीय स्थिति :** विकृत वात, कफ को ठीक कर पित्त को बढ़ाता है। **रस :** कटु, तिक्त। **तासीर :** गर्म।

हींग

इसका एक छोटा सा पेड़ होता है और उससे निकलने वाले स्राव को हींग के रूप में प्रयुक्त किया जाता है। यह प्राय: दाल या फिर अन्य वातवर्द्धक पदार्थों में छौंका लगाकर डाली जाती है, किंतु अति तीक्ष्ण गंध के कारण इसका उपयोग कुछ कठिन है। बाजार में बनावटी हींग बिकती है जिसका औषधि के रूप में प्रयोग नहीं करना चाहिए। शुद्ध हींग की पहचान है कि यह पानी में घुल जाती है तथा उसे दूधिया बना देती है। जलाने पर राख नहीं छोड़ती। हींग का तासीरअति गर्म होता है। यह विकृत कफ तथा वात को शीघ्र ठीक कर देती है। इसका उपयोग घी के साथ करें। पुरानी खांसी दूर करने के लिए यह बहुत उपयोगी है। दर्द की जगह पर इसका लेप बनाकर लगाया जाता है। **त्रिदोषीय स्थिति :** विकृत वात और कफ को ठीक करती है तथा पित्त को बढ़ाती है। **रस :** कटु । **तासीर :** गर्म। ■

अंकुरित अनाज खाली पेट ही लें।

अंकुरित अनाज चिकित्सा

जितना अनाज अंकुरित करना हो उसे पानी में आठ घंटे अच्छी तरह भीगने दें, उसके पश्चात, उस अनाज को कपड़े में बांधकर लटका दें कुछ देर लगातार पानी डालते रहें। 12 घंटे बाद कपड़े से निकाल लें, अंकुरित अनाज तैयार हो जाएगा। अंकुरित अनाज खाली पेट ही लें। सुबह-सुबह उसका पेस्ट बनाकर या अंकुरित अनाज को दांतों से अच्छी तरह चबा-चबा कर खाएं। जब अंकुरित का प्रयोग करें तब चाय, कॉफी, मैदा, एल्कोहल, गरिष्ठ भोजन एवं तेज नमक मिर्च मसाले वाले भोजन प्रयोग में न लाएं अधिक जानकारी हेतु अपने डाक्टर से सलाह लें।

क्र.	नाम	न्यूनतम प्रयोग	मात्रा प्रति बार	तत्व	रोग/विकार	पथ्य
1.	गेहूँ लाल	40 दिन	20 ग्राम से 40 ग्राम	ए,के	नकसीर, वायुनाशक, वीर्यवर्धक, मूत्रल रोग, खून की कमी, कैंसर, आंखों के रोग	तरबूज, सौंफ
2.	जौ	50 दिन	20 ग्राम	सी, बी-1	कब्ज, गैस, हृदय रोग, मानसिक रोग, शरीर की गर्मी, पीलिया, कैंसर, बवासीर, आंख के रोग, मूत्रल रोग, पथरी	आंवला, तुलसी नीम, पलाश का रस
3.	बाजरा	60 दिन	20 ग्राम	ए	कमजोर, याददाश्त, बौनापन, स्त्री यौन रोग, हृदय रोग, मधुमेह, अस्थमा	मक्खन, दूध, पनीर, गुलाब
4.	ज्वार	60 दिन	20 ग्राम	सी, बी-2	ब्लडप्रेशर, अनिद्रा, कब्ज, कफनाशक, दस्त बच्चों केरोग, मधुमेह	गेहूँ, चना, अनार, पपीता
5.	मैथी	90 दिन	20 ग्राम	सी, बी-2	मधुमेह, सन्धिवात, कब्ज, गैस, हृदय रोग, मोटापा, अस्थमा, हड्डी रोग, त्वचा रोग	कच्चा दूध, दही, छाछ, चम्पा
6.	मूंग	90 दिन	20 ग्राम	ए	मधुमेह, अनिद्रा, कमजोरी, एनीमिया, स्पांडीलाईटिस, साईटिका, माइग्रेन	करेला, फली वाली सब्जी, कद्दू, लौकी
7.	चौलाई	90 दिन	30 ग्राम	ए	चिड़चिड़ाहट, कब्ज, दांत रोग, नशे की आदत, लकवा, पथरी, पेट के रोग	कद्दू, लौकी, पत्तागोभी, गुलाब
8.	मौठ	150 दिन	20 ग्राम	ए	हकलाना, मानसिक बीमारी, हिस्टीरिया कफनाशक, दुबला शरीर, शरीर का कंपन	गूलर, आलू बुखारा, पपीता, बारहमासी
9.	सोयाबीन	80 दिन	20 ग्राम	ए, बी-1	दुबला शरीर, आंखों के रोग, थाईराइड, आंतों के रोग, चक्कर आना, मूत्र रोग	कचनार, आंवला, मौसमी आम
10.	चना	60 दिन	20 ग्राम	बी-1	प्रतिरोधक शक्ति बढ़ाना, खून की कमी, हड्डी व दांत के रोग, त्वचा रोग	गाजर, मिश्री, मोगरा
11.	तिल	50 दिन	20 ग्राम	ए, के,	प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाना, खून की कमी हड्डी व दांत के रोग, त्वचा के रोग, सूखी त्वचा, बाल व आंखों के रोग	गुड़, गन्ना, शहद
12.	चावल	30 दिन	5 ग्राम	के-2	पागलपन, गुर्दे की बीमारी, पुरूष यौन रोग, सोरायसिस, नींद में बड़बड़ाना	हरी सब्जी, दही
13.	अरहर	40 दिन	10 से 30 ग्राम	बी	दुबला शरीर, पागलपन, अनिद्रा	गेहूँ, बाजरा, केवड़ा
14.	उड़द	70 दिन	10 से 30 ग्राम	बी	वीर्यवर्धक, पुरुष यौन रोग, स्पांडीलाईटिस हृदय रोग	सोयाबीन, चना
15.	सेम	70 दिन	10 ग्राम से 80 ग्राम	ए	पार्किनसन्स, लकवा, ब्लड प्रेशर	फली वाली सब्जी, शहद
16.	मटर	70 दिन	10 से 60 ग्राम	बी, ए	मधुमेह, प्रमेह, टी.बी. गैस	फली वाली सब्जी चमेली
17.	मक्का	70 दिन	10 से 40 ग्राम	बी,	कब्ज, गैस, कुष्ठ रोग, चर्मरोग, एक्जिमा	मक्खन, दूध दही
18.	रागी	70 दिन	10 ग्राम से 50 ग्राम	केल्सियम	कब्ज, एसिडिटी, हड्डी के रोग, पेशाब रोग, त्वचा रोग, सँधिवात	दूध, शीशम
19.	मूंगफली	70 दिन	10 ग्राम से 40 ग्राम	के, प्रोटीन	सूखी त्वचा, हड्डी रोग, पेशाब रोग, मांस के रोग, छाती का दर्द	नींबू, आंवला, लहसुन, प्याज

सब्जी चिकित्सा

सिर्फ सलाद भी संपूर्ण भोजन हो सकता है।

क्र.	नाम	न्यूनतम प्रयोग	मात्रा प्रति बार	तत्व	रोग/विकार	पथ्य
1.	चुकन्दर	20 दिन	100 ग्राम से 250 ग्राम	सी,बी-1 बी 2	आंतों की सफाई, कैंसर, पार्किनसन्स, लकवा, खून की कमी, अनिद्रा	गुलाब, अंजीर, मुनक्का
2.	करेला	20 दिन	200 ग्राम	लोहा	कब्ज, पीलिया, अमाशय व यकृत रोग, संधिवाद, मूत्ररोग, मधुमेह, निम्न रक्तचाप	कनेर, दही
3.	पत्ता गोभी	35 दिन	400 ग्राम	सी.बी.	कैंसर, पेप्टिक अल्सर, कोलाइटिस, जोड़ों का दर्द, हेपेटाइटिस, मस्तिष्क की कमजोरी, दंत पांडु रोग, हर्निया, आंखों के रोग, प्रोस्टेट	सोयाबीन, मूंग, मैथी, गुड़हल
4.	गाजर	40 दिन	500 ग्राम	बी, लोहा	आँखों के रोग, दांत रोग, गुर्दे के रोग, कैंसर, चर्मरोग, मुंहासे, बालों व कान केरोग, उच्च रक्तचाप	गुलाब, अंजीर, अंकुरित जौ
5.	आलू	15 दिन	500 ग्राम	ए	अल्सर, अनिद्रा, कमजोर, (एक्जिमा) चर्मरोग बवासीर, ब्लड प्रेशर (लो एवं हाई)	आंवला, नौबू, संतरा
6.	कद्दू	30 दिन	500 ग्राम	बी-2, ए	स्त्री व पुरुष यौन रोग, विष का प्रभाव कम करता है, पेट के रोग, मधुमेह, पथरी, सूजन, मूत्रल रोग	रात रानी
7.	टमाटर	45 दिन	500 ग्राम से 2 किलो	सी, ए	मोटापा, अपच, वायु, कब्ज, प्रोस्टेट, पीलिया, लकवा, हृदय रोग	गूलर, अंकुरित मूंग, चना
8.	लौकी	60 दिन 2 किलो	500 ग्राम से सी,ए	लोहा	शरीर की गर्मी, कैंसर, अल्सर, कोलाइटिस, रीढ़ के रोग, स्त्री रोग, एलर्जी, मोटापा, अनियमित ऋतुस्त्राव, मधुमेह, रक्तविकार, एसिडिटी, गैस, शरीर का कायाकल्प	आंवला, गाजर, मैथी, मूंग, जौ, बाजरा, चमेली
9.	तुरई	30 दिन	500 ग्राम ग्राम से 1.5 किलो	लोहा ए	थाईराइड, पेरेलीसिस, मानसिक रोग, मसूड़ों व दांतों के रोग, टी.बी., हेपेटाइटिस, नसों का फूलना, नकसीर, कान के रोग	चम्पा, सिंघाड़ा, कमल ककड़ी
10.	चौलाई	30 दिन	500 ग्राम	सी,बी	कमजोर स्मरण शक्ति, पाचन तंत्र के रोग, मलेरिया बुखार	गूलर, शंखपुष्पी, ब्राह्मी
11.	पालक	20 दिन	250 ग्राम	सी,ए,बी, लोहा	कब्ज, खून की कमी, स्त्री यौन रोग, नेत्र रोग	जौ, गूलर, शीशम

मैथी : 30 दिन, 250 ग्राम, कब्ज, गर्भवती, महिला बांझपन, अजीर्ण में उपयोगी। **मूली :** 25 दिन, 100 ग्राम, हड्डी रोग, संधिवात, पाचन तंत्र के रोग में उपयोगी। **सहजन :** 20 दिन, 500 ग्राम, सन्धिवात, जोड़ों का दर्द, वायु विकार में उपयोगी। **पुदीना :** 15 दिन, 100 ग्राम, लू, दस्त, चक्कर, गैस, अफरा, हैजा, नजला में उपयोगी। **प्याज :** 30 दिन, 100 ग्राम, मानसिक रोग, टी.बी., शरीर का दर्द में उपयोगी। **भिंडी :** 15 दिन, 200 ग्राम, बौनापन, खांसी, मदांग्नी, प्रमेह, हृदय रोग में उपयोगी। **परवल :** 20 दिन, 300 ग्राम, चर्मरोग, अल्सर, केंसर में उपयोगी। **आंवला :** 30 दिन, 300 ग्राम, बालों व गर्दन के रोग, थाईराईड, गोरेपन में उपयोगी।

फल चिकित्सा

खाली पेट पपीता, पेट का संतुलन बदल सकता है।

क्र.	नाम	न्यूनतम प्रयोग	मात्रा प्रति बार	तत्व	रोग/विकार	पथ्य
1.	बेल फल	3 माह	250 ग्राम से	सी,बी-1,	कब्ज, अतिसार, अल्सर, कोलाइटिस, दिमाग व शरीर की गर्मी, लो ब्लड प्रेशर, लू दस्त, कैंसर	आंवला, तुलसी, पपीता, हल्दी
2.	पपीता	12 माह	500 ग्राम से 2 किलो		अल्सर, कब्ज, नशे की आदत, मानसिक रोग, हड्डी व दांतों के रोग	चन्दन, केवड़ा
3.	नारियल	6 माह	1 से 4 नग	बी-काम्प्लेक्स सी, ए, तांबा	हैजा, मूत्रल रोग, पथरी, उल्टी, दस्त, हृदय रोग, ब्लड प्रेशर, गले के रोग, थायराइड, हड्डी रोग	गुडहल, भीगे हुए कदम्ब
4.	अंजीर	4 माह	3 से 10	ए	स्त्री पुरुष यौन रोग, मूत्र रोग, आंतों के रोग, थकान, कब्ज, गर्भवती महिला व बच्चों के रोग, संधिवात	रात रानी, मैथी, मूंग
5.	अंगूर	3 माह	1/2 किलो से 1.5 किलो	सी, ए, बी-1	सूखी त्वचा, पथरी, कैंसर, सृजन खून की कमी, मोटापा, पीलिया, अनियमित ऋतुस्राव, पेचिश, अस्थमा, नाड़ी दौर्बल्य	मूंग, सौंफ, गुलाब
6.	जामुन	2 माह	250 ग्राम से 500 ग्राम	लोहा, फास्फोरस	यकृत रोग, चर्मरोग, मधुमेह, तिल्ली रोग, सुजाक, कुष्ठ रोग, रक्त शुद्धि, हाथी पांव रोग, मानसिक रोग, हड्डी व दांत के रोग	कनेर, करेला, नीम, मैथी
7.	खरबूजा	3 माह	1 से 2 किलो	कार्बन	चर्मरोग, एक्जिमा, मूत्र रोग, अनिद्रा, शरीर की गर्मी, बालों का झड़ना, आंखों के रोग	लहसुन, आलू, चंपा
8.	संतरा	3 माह	6 नग से 12 नग	सी,बी	प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाना, बुखार, खून की कमी कब्ज, दमा, गर्भवती स्त्री, आमाशय रोग	आंवला, गुलाब, तुलसी
9.	अनन्नास	3 माह	1 किलो से 2 किलो	क्लोरीन	मूत्र रोग, पथरी, डिपथीरिया, थाइराइड, मुंह का कैंसर, पेट के कीड़े, कोलाइटिस, जुकाम, खांसी, माइग्रेन, साइनस	कदंब, खीरा, जौ, गेहूँ
10.	अनार	12 माह	500 ग्राम से 2 किलो	सी,बी-2	हृदय रोग, ब्लड प्रेशर, अल्सर, अतिसार, पेट के रोग, कफ, प्रोस्टट, हरनियां, गठिया	सोयाबीन, ज्वार
11.	मौसंबी	12 माह	6 नग से 12 नग	सी,ए	बुखार, कब्ज, गठिया, कैंसर, गेंग्रीन, शरीर की गर्मी, बाल व स्त्री रोग	आंवला, नीम, तुलसी
12.	तरबूज	3 माह	1/2 किलो से 2 किलो	ई, बी.	शरीर की गर्मी, कैंसर, अल्सर, कोलाइटिस मस्तिष्क रोग, पेट के रोग, त्वचा रोग	दूध, हल्दी, छाछ, गुलाब
13.	सेब	12 माह	500 ग्राम से 1,500 ग्राम	बी	माइग्रेन, आंखों के रोग, कमजोर याददाश्त, गठिया, दमा, पेचिश, कफनाशक	गुडहल, जौ, तिल
14.	सीताफल	2 माह	6 से 12 नग	कार्बन	मानसिक रोग, पेट के रोग, स्पॉडिलाईटिस, क्रोध, साइटिका, नसों का कमजोर होना, छोटी व बड़ी माता	अरहर, उड़द, गुलमोहर
15.	फालसा	3 माह	500 ग्राम से 1,500 ग्राम	सी,ए	शरीर की गर्मी, थायराइड, टान्सिल, बौनापन, लकवा, सिरदर्द, एसिडिटी, गैस, मधुमेह	नीम, कनेर
16.	आम	3 माह	1 किलो से 2 किलो	बी,सी	पेट रोग, कब्ज, स्त्री पुरुष यौन रोग, प्रोस्टेट, हृदय रोग, गुरदा रोग	गुलाब, तुलसी, दूध
17.	अमरूद	12 माह	1 किलो से 2 किलो	सी	पेट रोग, कब्ज, चर्म रोग, हड्डी के रोग, गठिया, पेशाब रोग, मधुमेह	आंवला, पपीता, गोंद
18.	बादाम फल	3 माह	250 ग्राम	डी,ए	हड्डी के रोग, लो ब्लड प्रेशर, मस्तिष्क रोग, आंखों के रोग, सर्दी-जुकाम, खांसी, अस्थमा, चर्म रोग एवं मधुमेह	पलाश, मैथी, अंजीर
19.	चीकू	6 माह	500 ग्राम से 2 किलो		जुकाम, साइनस, सर्दी, छोटी व बड़ी माता, शीत प्रकोप, हाथ व पैरों में कंपन	मक्खन, रात रानी पलाश
20.	नाशपाती	2 माह	500 ग्राम से 1.5 किलो	सी,ए	मसूड़ों व दांत के रोग, कान के रोग, कब्ज, मोटापा, थाइराइड, श्वास रोग	चमेली, बाजरा
21.	केला	3 माह	4 से 6 नग	कार्बोहाइड्रेट	एसीडीटी, अपच, कमजोरी, चक्कर	दूध, दही

एक बार इन मित्रों को पहचानिए

यह कुछ लोगों को आश्चर्यजनक लग सकता है किंतु सादे भोजन की ऐसी थाली भी बनाई जा सकती है, जिसमें थोड़ा सा अंकुरित अनाज और नपे-तुले फल हों। प्राकृतिक चिकित्सा प्राकृतिक चीजों को उनके यथावत रूप में लेने की हिमायत करती है। हर पत्ती का अपना गुण होता है। शीशम के पत्ते दुर्घटना में टूटी हड्डी को भी जोड़ सकते हैं और गुड़हल के पत्ते या जामुन के पत्तों से मधुमेह का इलाज भी हो सकता है। डॉ. राज मर्चेन्ट पत्ती चिकित्सा में निपुण हैं। इन पृष्ठों पर जो जानकारी आप पढ़ रहे हैं वह प्राकृतिक चिकित्सा से ठीक हुए इंजीनियर (और बाद में प्राकृतिक चिकित्सक बन गए) श्याम सुंदर गुप्ता ने उपलब्ध कराई है। हर पत्ती, फल या सब्जी एक खास किस्म के रोग के इलाज के लिए उपयोगी हो सकती है। इस चिकित्सा में धैर्य की जरूरत होती है और विशेषज्ञ की सलाह की भी। तेज मिर्च, तेल, खटाई अथवा अनियमित दिनचर्या इस चिकित्सा के प्रभावों को कम कर देती है।

गणतंत्र दिवस, बसंत पंचमी एवं सूर्यसप्तमी की शुभकामनाएँ

स्नेहलता साबू M : 9828785881

राजनैतिक दायित्व

- वार्ड अध्यक्ष (2004-2009)
- मंडल अध्यक्ष (2009-2015)
- जिला महामंत्री (2015 से वर्तमान)

सामाजिक दायित्व

- सचिव- पैरेंट्स वेल्फेयर सोसायटी
- सचिव- मोक्षधाम समिति, सेक्टर 10, विधाधर नगर जयपुर

श्री माहेश्वरी महिला परिषद

- सचिव (2019-2022)
- सयुक्त सचिव (2013-2015)
- सचिव- (2015-2018)

डॉ. देवेन्द्र लखोटिया

MS (Ortho), DNB (Ortho), MNAMS (Ortho)
Bone, Joint & Spine Specialist
Ex. AIIMS, New Delhi
Fellow Joint Replacement (KUMC, Seoul, Korea)

डॉ. अम्बिका झंवर लखोटिया

MBBS, DNB (OBS & GYNAE), FMAS
Obstetrician, Gynaecologist & Laparoscopic surgeon

...for humanity
Hitarth Clinic

For Queries :
9958560438
7340513640

90/120, Sector-9, Ajay Marg, Near Kali Mata Mandir, Pratap Nagar, Jaipur-302033

प्रदीप बाहेती
अध्यक्ष

नटवर लाल अजमेरा
महामचिव शिक्षा

Sanskriti Pre Primary School

एमपीएस संस्कृति, तुलसी मार्ग, बनीपार्क

'खेल हर देश की शान हैं, इन्हें बनाने वाला महान है।'

खेल हमारे जीवन का अभिन्न अंग हैं। खेल लगभग सभी बच्चों के द्वारा पसंद किए जाते हैं। खेल शारीरिक, मानसिक, मनोवैज्ञानिक और बौद्धिक स्वास्थ्य के साथ गहराई से जुड़े हुए हैं। खेल हमारे अंदर प्रेरणा, साहस, अनुशासन और एकाग्रता लाने का कार्य करते हैं।

थीम, कलर, सीज़न, शेप

इन सभी बिन्दुओं को ध्यान में रखते हुए दिसम्बर माह की थीम स्पोर्ट्स, कलर व्हाइट, शेप स्टार तथा सीज़न विंटर रखा गया, जिसमें बच्चों को Indoor तथा Outdoor खेलों के बारे में जानकारी दी गयी तथा बच्चों को विभिन्न

रोमांचक खेल जैसे:- Book Balancing Walk, Hopscotch, Kangaroo Race, Sack Race, Frog Race, Balloon Tennis जैसे गेम्स का अभ्यास करवाया गया। खेल मित्रता की भावना को विकसित करने में अहम भूमिका निभाते हैं तथा बीमारियों और विकारों को दूर रखते हैं।

संस्कृति प्रांगण में सभी कक्षाओं के अनुसार ऑफलाइन स्पोर्ट्स डे रखा गया तथा लेवल के अनुसार विभिन्न रेस निर्धारित की गयी, जिसमें बच्चों की उपस्थिति बहुत ही अच्छी रही तथा बच्चों ने बहुत ही उत्साह से भाग लिया।

स्पोर्ट्स डे का पुरस्कार वितरण समारोह

24 दिसम्बर को स्पोर्ट्स डे का पुरस्कार वितरण समारोह तथा क्रिसमस सेलेब्रशन का कार्यक्रम रखा गया, जिसके मुख्य अतिथि प्रमुख समाजसेवी श्री जुगल किशोर कासट रहे।

कार्यक्रम का आरंभ श्री जुगल कासट, ECMS चेयरमेन श्री प्रदीप बाहेती, मुख्य शिक्षा सचिव श्री नटवरलाल अजमेरा, संस्कृति सचिव श्री संजय काबरा, भवन सचिव श्री गिरधर झंवर, प्रधानाध्यापिका

श्रीमती भावना भाटिया द्वारा दीप प्रज्वलित करके किया गया।

इस अवसर पर संस्कृति निर्माण समिति के अध्यक्ष श्री सत्यनारायण काबरा (श्री माधोपुर), संगठन प्रचार मंत्री श्री सतीश सारडा, संस्कृति कमेटी के सदस्य एडवोकट मनीष गगरानी, श्री दीपक मालपानी, श्रीमती अल्का माहेश्वरी, एमपीएस कालवाड़ सचिव श्री मनोज बिरला एवं श्री अशोक खटोड उपस्थित थे।

समारोह में प्रतियोगिता के प्रथम, द्वितीय और तृतीय स्थान प्राप्त करने वाले विजेताओं को गोल्डन, सिल्वर और ब्रोंज मेडल तथा प्रशस्ति-पत्र देकर सम्मानित किया गया। इस अवसर पर अभिभावकों के लिए भी विभिन्न खेलकूद प्रतियोगिता का आयोजन किया गया, जिसमे उन्होंने उत्साहपूर्वक भाग लिया। काफी संख्या में बच्चे अपने माता-पिता के साथ क्रिसमस थीम पर सुसज्जित होकर सांता क्लोज के साथ मस्ती करते नजर आए और क्रिसमस सेलिब्रेशन में बच्चों ने सांता के साथ डांस भी किया, तथा सांता ने सभी बच्चों को गिफ्ट और चॉकलेट बांटीं।

चेयरमैन श्री प्रदीप बाहेती ने सभी बच्चों को अपने प्रेरणास्पद विचारो से जीवन में निरंतर आगे बढ़ने को प्रेरित किया तथा सभी अभिभावकों का अभिवादन किया। कार्यक्रम अत्यधिक शानदार रहा।

2021 की समाप्ति और 2022 की शुरुआत

बच्चों के लिए 30 दिसम्बर को नव वर्ष की पार्टी रखी गयी जिसमें बच्चों से न्यू ईयर कार्ड बनवाया गया तथा डांस पार्टी रखी गयी। प्रधानाध्यापिका श्रीमती भावना भाटिया द्वारा बच्चों को न्यू ईयर की बधाई दी गयी।

वैक्सीनेशन ड्राइव (5 जनवरी -6 जनवरी)

भारत सरकार द्वारा 3 जनवरी से 15-18 वर्ष के आयु वर्ग के लिए वैक्सीनेशन कैंप की अनुमति देने के क्रम में माहेश्वरी समाज जयपुर तथा श्री माहेश्वरी नवयुवक मण्डल द्वारा 5 जनवरी और 6 जनवरी 2022 तक एमपीएस संस्कृति, स्कूल बनीपार्क परिसर में वैक्सीनेशन कैंप का आयोजन किया गया।

5 जनवरी को इस वैक्सीनेशन कैंप का उद्घाटन समाज अध्यक्ष श्री प्रदीप बाहेती, शिक्षा सचिव श्री नटवरलाल अजमेरा, नवयुवक मण्डल के अध्यक्ष श्री आशीष मंत्री, माहेश्वरी महिला परिषद की सचिव श्रीमती स्नेहलता साबू, संस्कृति सचिव श्री संजय काबरा तथा प्रधानाध्यापिका श्रीमती भावना भाटिया द्वारा किया गया।

इस त्रि-दिवसीय कैंप में 15 से 18 वर्ष की आयु के लगभग 1100 बच्चे लाभान्वित हुए।

''आने वाला नूतन वर्ष आप सभी के लिए मंगलमय एवं स्वास्थयवर्धक हो, इसी कामना के साथ आप सभी को श्री संजय काबरा (सचिव), श्री गिरधर झंवर

माहेश्वरी गर्ल्स पीजी कॉलेज, प्रताप नगर में मिला 100% प्लेसमेंट

कॉलेज के ट्रेनिंग एंड प्लेसमेंट सेल ने डॉ. प्रीति बाहेती के मार्गदर्शन में 'फर्स्ट अटेम्प्ट स्किल्स ट्रेनिंग प्राइवेट लिमिटेड' के द्वारा प्लेसमेंट ड्राइव का आयोजन करवाया गया। कंपनी की एच. आर. कार्यकारी अधिकारी दीक्षा गौतम और पूजा गौतम ने छात्राओं का व्यक्तिगत साक्षात्कार लिया। इसमें कॉलेज की 40 छात्राओं ने भाग लिया, जिनमें से 25 छात्रों का सफलतापूर्वक चयन हुआ। सत्र के अंत में दीक्षा गौतम ने छात्राओं को व्यावहारिक स्थितियों के बारे में जागरूक करने के लिए कंपनी की नीतियों के बारे में भी जानकारी दी।

दिव्यांगों के मुख पर मुस्कुराहट

विश्व दिव्यांग दिवस पर दर्शन मूक बधिर विद्यालय में माहेश्वरी गर्ल्स पीजी कॉलेज, प्रताप नगर जयपुर के बछेंद्री पाल क्लब की संयोजिका डॉ. रीटा शर्मा और फाइन आर्ट क्लब की संयोजिका मिस नेहा शर्मा तथा क्लब की छात्राओं स्वाति चौधरी, हेमलता रावल, पायल बुहाड़िया, पायल सैनी, सुनीता चौधरी ने दिव्यांग दिवस मनाया। इस अवसर पर विद्यालय और महाविद्यालय की छात्राओं ने सांस्कृतिक कार्यक्रम पेश किए। महाविद्यालय में दर्शन बधिर विद्यालय के बच्चों को स्टेशनरी व चॉकलेट भेंट की। प्राचार्या डॉ. शुभा शर्मा ने दिव्यांगों के उज्जवल भविष्य की कामना करते हुए बताया कि दिव्यांग जनों के लिए बराबरी के अधिकारों को सक्रियता से प्रसारित करने के लिए पूरी दुनिया से लोग उत्साह पूर्वक योगदान दे रहे हैं, माहेश्वरी कॉलेज में भी इसकी पहल शुरू हो चुकी है।

कॅरियर अपॉर्चुनिटी पर दिया व्याख्यान

कॉलेज के विज्ञान विभाग में कॅरियर अपॉर्चुनिटी फॉर साइंस स्टूडेंट्स विषय पर एक अतिथि व्याख्यान का आयोजन किया गया। कार्यक्रम में राजस्थान विश्वविद्यालय में भौतिक विभाग के सहायक आचार्य डॉ. नरेंद्र जाखड़ ने विद्यार्थियों को विज्ञान विषय में विभिन्न कॅरियर संभावनाओं के बारे में सारगर्भित जानकारी दी। प्राचार्या डॉ शोभा शर्मा ने बताया कि विषय विशेषज्ञों द्वारा समय-समय पर विद्यार्थियों को दी जाने वाली इस प्रकार की जानकारी उनके भविष्य के लिए लक्ष्य निर्धारण एवं उनसे संबंधित चुनौतियां एवं संभावनाओं के द्वार खोलती है।

कैम्ब्रिज इंग्लिश कोर्स की महत्ता पर व्याख्यान

कॉलेज के ह्यूमैनिटिज एंड सोशल साईंसेज डिपार्टमेंट के तत्वावधान में 'कॅरियर एडवांसमेंट में अंग्रेजी की महत्ता' विषय पर कैम्ब्रिज यूनिवर्सिटी के सेंटर एग्जाम मैनेजर श्री के. कीर्ति खम्बोले द्वारा ऑनलाइन व्याख्यान का आयोजन करवाया गया। मुख्य वक्ता श्री खम्बोले ने विद्यार्थियों को कैम्ब्रिज इंग्लिश और सामान्य इंग्लिश में अंतर बताते हुए, इसे रियल लाइफ इंग्लिश बताया, उन्होंने बताया कि इंग्लिश विश्व स्तर पर आज कॅरियर में असीम संभावनाओं का द्वार बन गई है।

छात्राओं ने नुक्कड़ नाटक की प्रस्तुति देकर दिया यातायात नियमों के पालन का संदेश

मानव अधिकार दिवस पर माहेश्वरी गर्ल्स पीजी कॉलेज प्रताप नगर, की डांस एंड ड्रामा क्लब की छात्राओं ने हल्दी घाटी चौराहे पर एक नुक्कड़ नाटक प्रस्तुत कर मानव की जीने के अधिकार पर आम नागरिकों को यातायात नियमों के पालन के लिए जागरूक किया। प्राचार्या डॉ. शुभा शर्मा ने छात्राओं को ना केवल अपने अधिकारों और कर्त्तव्यों के प्रति सचेत रहने का संदेश दिया, बल्कि अपने सामाजिक उत्तरदायित्व को निभाने के लिए संकल्प किया।

स्कूल कनेक्ट प्रोग्राम

कॉलेज में 'स्कूल कनेक्ट प्रोग्राम-2022' के परिपेक्ष्य में 23 नवंबर, 2021 को विभिन्न निजी एवं राजकीय विद्यालयों के प्राचार्यों के साथ इंटरएक्टिव सेशन का आयोजन डॉ. सुनीता सारडा के द्वारा किया गया, जिसमें 'नई शिक्षा नीति-2020 का स्कूलों में सफल क्रियान्वयन' विषय पर गहन विचार-विमर्श किया गया। प्राचार्या डॉ. शुभा शर्मा ने इस अवसर पर उपस्थित समस्त प्राचार्यों का स्वागत करते हुए, नई शिक्षा नीति 2020 की प्रमुख अवधारणाओं को रेखांकित कर स्कूली और उच्च शिक्षा में युगान्तकारी शिक्षण नवाचारों की उपयोगिता पर प्रकाश डाला।

'राष्ट्रीय उपभोक्ता दिवस' पर रोड शो

माहेश्वरी कॉलेज की प्राचार्या डॉ. शुभा शर्मा ने राष्ट्रीय उपभोक्ता दिवस के अवसर पर उपभोक्ता संरक्षण अधिनियम पर प्रकाश डालते हुए आम उपभोक्ता की जागरूकता लिए 'उपभोक्ता के अधिकार' पोस्टर का विमोचन किया। मार्केटिंग क्लब की समन्वयक डॉ. प्रीति बाहेती के निर्देशन में आज 'राष्ट्रीय उपभोक्ता दिवस' के अवसर पर 'जागो ग्राहक जागो' रोड शो का आयोजन किया गया, जिसमें छात्राओं ने उपभोक्ताओं को उनके अधिकार बताते हुए, उन्हें शोषण से बचने के लिए उपाय बताए।

सर्दी से ठिठुरते बच्चों को बांटे ऊनी कपड़े

कॉलेज के सोशल एंड वेलफेयर क्लब कोऑर्डिनेटर शेफाली मेहंदीरत्ता ने क्लब प्रेजिडेंट मिस शोभना, सेक्रेटरी मिस उर्वशी, सदस्य तृप्ति, जयश्री, कोमल, गुंजन और ज्योति महावर के साथ बम्बाला पुलिया स्थित कच्ची बस्ती में 25 दिसम्बर, क्रिसमस के अवसर पर ऊनी कपड़े, चप्पल, जूते, मौजे आदि आवश्यक वस्तुओं के साथ खुशियाँ बांटी। महाविद्यालय की प्राचार्या डॉ. शुभा शर्मा ने सोशल कॉज के लिए समर्पित क्लब के समस्त सदस्यों को बधाई देते हुए, 'Sharing is Caring' को ही सुखी और संतुष्ट जीवन का मूलमंत्र बताया।

क्रिसमस कार्निवाल का रंगारंग आयोजन

कॉलेज में करुणा एवं भाईचारे के प्रतीक भगवान यीशु मसीह के जन्म दिवस के उपलक्ष्य में 'क्रिसमस कार्निवल - 2021' का आयोजन किया गया। कार्यक्रम समन्वयक डॉ.रीटा शर्मा के निर्देशन में क्रिसमस ट्री डेकोरेशन, फूड स्टॉल्स एवं विभिन्न प्रकार के गेम्स के साथ गीत संगीत का रंगारंग कार्यक्रम रखा गया, साथ ही छात्राओं ने ओपन डांस फ्लोर पर जम कर डांस किया। क्रिसमस कार्निवाल में मुख्य अतिथि प्रमुख समाजसेवी सुलोचना बांगड़ ने सभी स्टाल्स का निरीक्षण कर उत्कृष्ट स्टाल्स का चयन किया। फूड स्टॉल में प्रथम स्थान पायल एंड ग्रुप, द्वितीय स्थान प्रियंका एंड ग्रुप तथा तृतीय स्थान पर अनिता एंड ग्रुप रहे। क्रिसमस ट्री डेकोरेशन में प्रथम स्थान कृति एंड ग्रुप ने प्राप्त किया। इसी प्रकार गेम्स स्टॉल में प्रथम स्थान भूमिका एंड ग्रुप, द्वितीय स्थान खुशी एंड ग्रुप एवं तृतीय स्थान पर शोभना एंड ग्रुप रहे। महाविद्यालय की प्राचार्या ने सभी विजेताओं को बधाई देते हुए, समस्त प्रतिभागियों को प्रेम और शांति के पुजारी ईसा के जीवन से सेवा और क्षमा जैसे मानवीय मूल्यों को जीवन में अपनाने के लिए प्रेरित किया।

एमपीएस जवाहरनगर को मिला राज्य में प्रथम स्थान

विद्यालय को 'एजुकेशन वर्ल्ड इंडिया स्कूल रैंकिंग, सत्र 2021 -22 में बालकों की स्कूल कैटेगरी (डे बॉय कैटेगरी) में संपूर्ण राजस्थान प्रांत में प्रथम स्थान (रैंक 1) पर तथा पूरे देश में 20वें स्थान पर घोषित किया। यह गर्व का विषय है कि एजुकेशन वर्ल्ड इंडिया द्वारा ऑल इंडिया स्कूल रैंकिंग में पूरे राजस्थान में एमपीएस विद्यालय को लगातार नौवीं बार रैंक-1 (प्रथम स्थान) पर घोषित किया है। जो सिद्धांत और नीतियाँ विद्यालय के विकास के लिए अपनाई जाती हैं, उससे यह निश्चित है कि यह विजयरथ निरंतर आगे की ओर बढ़ता रहेगा। इस अवसर पर अत्यधिक प्रसन्नता व्यक्त करते हुए ECMS के अध्यक्ष श्री प्रदीप बाहेती, महासचिव शिक्षा श्री नटवरलाल अजमेरा, विद्यालय के मानद् सचिव श्री कमल सोमानी एवं भवनमंत्री श्री संजय बांगड़ ने विद्यालय की इस सफलता के लिए विद्यालय के प्राचार्य श्री अशोक वैद, शिक्षकगण एवं विद्यार्थियों को बधाई देते हुए आगे भी ऐसी ही सफलता की अपेक्षा की है।

योग व आध्यात्म से छात्रों का सर्वांगीण, संतुलित विकास

17 दिसंबर को विद्यालय के तक्षशिला सभागार में श्री माहेश्वरी समाज महिला परिषद एवं नवयुवक मंडल द्वारा आयोजित युवा भागवत 2021 के तत्वावधान में द्वि-सत्रीय कार्यक्रम का आयोजन किया गया जिसमें ECMS द्वारा संचालित सभी शिक्षण संस्थाओं के छात्र-छात्राओं को राज्य व राष्ट्र-स्तरीय पुरस्कारों से सम्मानित और मैराथन योग में वर्ल्ड रिकॉर्ड कायम करने वाले योगाचार्य श्री ऋषिपाल के द्वारा छात्र-जीवन में योग के महत्व को बताया गया तथा छात्रों को नियमित रूप से योग करने के लिए प्रेरित किया गया जिससे वे शारीरिक और मानसिक रूप से स्वस्थ होकर एक स्वस्थ समाज का निर्माण करें। इसके साथ ही दूसरे सत्र में जीवन-प्रबंधन गुरु श्री विजय शंकर मेहता ने सभी विद्यार्थियों को अपने जीवन को सफल व सार्थक बनाने हेतु 10 गुरु मंत्र दिए, जिन्हें बहुत ही सहजता व सरलता से व्यावहारिक धरातल पर समझाया गया। दोनों ही अतिथियों का ईसीएमएस व समाज के अध्यक्ष श्री प्रदीप बाहेती व गणमान्य पदाधिकारियों द्वारा माल्यार्पण द्वारा स्वागत किया गया तथा दुशाला ओढ़ाकर सत्कार किया गया एवं प्रतीक चिह्न भेंट कर उनके आगमन को अविस्मरणीय रूप दिया गया।

होनहार बिरवान के होत चीकने पात

कक्षा आठवीं के होनहार छात्र चैतन्य सक्सेना ने अंतर्राष्ट्रीय ओजोन परत संरक्षण दिवस के अवसर पर जी.बी. पंत उच्च स्तरीय प्राणी उद्यान, नैनीताल द्वारा आयोजित चित्रकला प्रतियोगिता में तृतीय स्थान प्राप्त किया। हर्ष के अवसर पर विद्यालय मानद सचिव श्री कमल सोमानी, भवनमंत्री श्री संजय बांगड़ व प्राचार्य श्री अशोक वैद ने विजयी छात्र चैतन्य को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की है।

क्रिसमस के उपलक्ष्य में कार्यक्रम का आयोजन

क्रिसमस के उपलक्ष्य में प्राइमरी कक्षाओं के छात्र-छात्राओं द्वारा तक्षशिला सभागार में रंगारंग कार्यक्रम प्रस्तुत किया गया। कक्षा 1 और 2 के बच्चों ने गीत प्रस्तुत किए। कक्षा 3, 4 और 5 के छात्र-छात्राओं ने बहुत ही सुंदर नृत्य एक लघुनाटिका प्रस्तुत की। कार्यक्रम में विद्यालय के पूर्व छात्र दिव्यांश कचोलिया ने अपने मुख से विभिन्न वाद्य यंत्रों की ध्वनि निकालकर सबको आश्चर्य में डाल दिया जिससे छात्रों का उत्साह और बढ़ गया। कक्षा 6 से 8 तक के छात्र-छात्राओं ने अनेक रचनात्मक गतिविधियों में भाग लेकर प्रेम-सौहार्द का परिचय दिया। विद्यालय के सचिव, भवनमंत्री व प्राचार्य ने सभी विद्यार्थियों को क्रिसमस व नववर्ष की शुभकामनाएँ दीं।

15 से 18 वर्ष के बच्चों के लिए वैक्सीनेशन कैम्प का आयोजन

देशभर में 15 से 18 वर्ष के बच्चों का कॉविड-19 रोधी टीकाकरण शुरू हो गया है और इसी अभियान को गति प्रदान करते हुए 6 जनवरी, 2022 को जवाहर नगर स्थित माहेश्वरी पब्लिक स्कूल में 15 से 18 वर्ष तक के विद्यार्थियों

के लिए निःशुल्क वैक्सीनेशन कैंप का आयोजन किया गया। इस कैंप का उद्घाटन सम्मान्य अतिथि डॉ. अरुण फोफलिया और सुप्रसिद्ध व्यवसायी व समाजसेवी श्री प्रदीप लखोटिया द्वारा किया गया। टीकाकरण के इस कैंप से लाभान्वित विद्यालय के बच्चे और उनके माता-पिता अति उत्साहित व प्रसन्न नजर आए। इस कैंप में कुल 600 से अधिक बच्चों ने टीकाकरण करवाकर एक मिसाल कायम की। अभिभावकों ने विद्यालय की इस पहल की भूरि-भूरि प्रशंसा की। इस अवसर पर श्री प्रदीप बाहेती, श्री कमल सोमानी, श्री संजय बांगड़ व अन्य गणमान्य पदाधिकारियों तथा विद्यालय के प्राचार्य श्री अशोक वैद ने बच्चों को प्रोत्साहित किया। श्री बाहेती ने कहा कि महामारी से लड़ने व समाप्त करने का प्रमुख उपाय शत-प्रतिशत टीकाकरण है, जिसे हम सामाजिक व दी एज्यूकेशन कमेटी ऑफ दी माहेश्वरी समाज द्वारा संचालित विद्यालयों के स्तर पर बतौर अभियान पूरा करेंगे।

शूट एंड शूट में छात्र चैतन्य एम सक्सेना को मिला प्रथम स्थान

विद्यालय के होनहार छात्र चैतन्य एम सक्सेना ने विद्यालय के लिए एक उपलब्धि और हासिल की है। इंडिया इंटरनेशनल स्कूल द्वारा आयोजित उद्भवोत्सव के अंतर्गत वर्चुअल प्रतियोगिता में शूट एंड शूट में चैतन्य ने प्रथम स्थान प्राप्त कर एक बार पुनः विद्यालय को गौरवान्वित किया है। इस प्रसन्नता के अवसर पर विद्यालय के प्राचार्य श्री अशोक वैद, भवनमंत्री संजय बांगड़ एवं मानद् सचिव श्रीमान कमल सोमानी ने विजयी छात्र को बधाई देते हुए उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की है।

अपने हुनर से जीता दिल

महारथियों के समक्ष भी जो कभी घबराए नहीं,
अपनी वाणी के हुनर से जो, भविष्य की राह दिखाए।।

विद्यालय की प्रतिभावान छात्रा लावण्या राठौर ने एक बार फिर अपनी प्रतिभा के बल पर सभी से प्रशंसा हासिल की। मौका था डिजिटल बाल मेला 2022 में आयोजित बाल संसद में स्थान सुरक्षित करने का। लावण्या ने मुख्यमंत्री श्री अशोक गहलोत व लोकसभा के अध्यक्ष श्री ओम बिड़ला के समक्ष बाल विकास मंत्रालय के मंत्री के रूप में अपनी बात रखी। लावण्या सभी मंत्रियों में सबसे कम उम्र की मंत्री थी। उसका चयन सर्वश्रेष्ठ 6 मंत्रियों के मध्य हुआ है।

पहले प्रयास में ही गुंजन ने स्वयं को किया साबित

बस इस पल का ही तो इंतजार था,
कदमों में तो पहले से ही सफलता का संसार था।।

भारत सरकार के द्वारा सेना सेवा में बालिकाओं के प्रवेश के द्वार खोलते ही बालिकाओं ने स्वयं को साबित करने की ओर कदम बढ़ा दिए हैं। mgps की छात्रा गुंजन जैन ने NDA की बालिकाओं की प्रथम प्रवेश परीक्षा का प्रथम चरण उत्तीर्ण कर अपने पंखों को एक नई उड़ान दी है और यह साबित किया है कि इन परिंदों को उड़ने का आसमां दे दीजिए, वे अपनी मंजिल तो स्वयं ही ढूँढ लेंगे।

सोने- चाँदी से लिखा इतिहास

65वें जिला स्तरीय ऐथलेटिक टूर्नामेंट में mgps की छात्राओं ने विभिन्न श्रेणियों में मेडल अपने नाम कर विद्यालय को गौरवान्वित किया। U–17 4*100 मीटर रिले रेस दौड़ में दृष्टि गुप्ता, मोनिका चौधरी, चहक खण्डेलवाल, प्रज्ञा मल्होत्रा ने रजत पदक, U–19 4*100 मीटर रिले रेस दौड़ में युविका गोयल, आर्ची गोयल, सिद्धि माहेश्वरी, ईशिता साबू ने रजत पदक, ऊँची कूद प्रतियोगिता में आर्ची गोयल ने रजत पदक व ईशिता साबू ने 400 मीटर दौड़ प्रतियोगिता में स्वर्ण पदक हासिल किया।

जिला स्तरीय व राज्य स्तरीय ताइक्वांडो प्रतियोगिता में mgps की छात्राओं ने अपने कौशल से सभी को हैरान कर दिया। राज्य स्तरीय प्रतियोगिता के वरिष्ठ वर्ग में समृद्धि तिवारी ने कांस्य पदक हासिल किया। वहीं जिला स्तरीय प्रतियोगिता में वैदेही सेठी व समृद्धि तिवारी ने स्वर्ण पदक पर अपना हक जताया। कनिष्ठ वर्ग में रिया तिवारी व अनुश्री शेखावत ने रजत पदक और कांस्य पदक शुभांगी गोयल, गार्गी खेतान, अनन्या पारीक, गर्विता शर्मा रूहानी सैनी, वंशिका दीक्षित, व मनस्वी मखीजा ने जीता। कबेट वर्ग में रूहानी सैनी व अनन्या पारीक ने रजत पदक व गर्वित शर्मा ने कांस्य पदक प्राप्त कर विद्यालय का नाम रोशन किया।

अपने दमखम से इतिहास बनाते हैं, घुड़सवार मैदाने जंग में,
हर कोई नहीं होता, जांबाज इस गुलिस्तां में।।

गति को नियंत्रण में करने का हुनर जब हाथों में हो तो कोमल हाथ भी इतिहास रच देते हैं। mgps की कक्षा 10 की छात्रा पलक चौधरी ने मुंबई रेसकोर्स क्लब में आयोजित जूनियर नेशनल घुड़सवारी में शानदार प्रदर्शन किया। जूनियर ड्रेसाज की टीम स्पर्धा में पलक ने अपनी घुड़सवारी की अनोखी प्रतिभा का प्रदर्शन कर रजत पदक जीता।

Armed Forces Flag Day

शौर्य, तेज, त्याग की परिभाषा ही पताका है।

धैर्य और धधकते स्वाभिमान की भाषा ही पताका है।।

'A flag doesn't fly because of the wind, it flies because of every breath of a dying soldier.'

On 7th December,2021,MPS, Pratap Nagar celebrated the Armed Forces Flag Day to commemorate it as an honour to the soldiers, sailors and airmen of India.It is observed annually in India on December 7 since 1949. On this day, songs were sung by school choir, spreading the vibes of patriotism in the air. Students were enlightened about the history and significance of this day. NCC Cadets, scouts participated in drills and March Past depicting their commitment to their nation.

National Victory Day

वीरों की महिमा गाएँ, कुछ ये जतन करें।

देखें उन्होंने सारे जो, सपन पूरे करें।।

'Be the change you want to see in the world and be proud to be an Indian.'

On 16 December 2021, the Golden Jubilee of National Victory Day was organised at Maheshwari Public School, Pratap Nagar. Various events were organised in the school to pay homage to the brave sons who defined India's sovereignty, courage and commitment. Shri Punit ji Karnavat, Deputy Mayor, Municipal

Corporation, Jaipur Greater and Dr. Dashrath Singh Ji Shekhawat, who played an effective role in the Kargil war, presided over the event as the Chief Guest and Special Guest respectively. Shri Ramesh ji Somani, Vice President, ECMS, Honorary Secretary, Shri Mukesh ji Rathi of the Management Committee were present and other dignitaries also marked their gracious presence.

A spectacular March Past by NCC Cadets, Scouts and zealous band music by School Band accompanied with slogans infused energy and patriotic fervour in the air.

Shri Puneet ji Karnawat, Chief Guest, inspired the students to maintain national integrity, along with this, Shri Dashrath Singh ji Shekhawat, Special Guest, reminded the three resolutions of Honourable Prime Minister Shri Narendra Modi and motivated the students to fulfil the resolutions. Shri Mukesh ji Rathi, Honorary Secretary, assured to fulfil these resolutions.

On this occasion, the students were administered a pledge by the school management to maintain the unity and sovereignty of the country. At the end of the program, Mrs. Rita Bhargava, Principal, urged the students to form a self-reliant and strong nation in the future.

Sports Meet

मानव-क्षमता तराशते हैं खेल,

साधारण को विशेष बनाते हैं खेल।

जीत का जज्बा हैं खेल, जीवन में उन्नति लाते हैं खेल।।

'Sports is the greatest physical poetry.'

MPS,Pratap Nagar hosted its Sports Meet- 'Reverie 2021', a day filled with enthusiasm and excitement experienced amidst thrills, shrills and cheers on December 18, 2021, in which mpsites participated with great fervour and manifested their sports skills with an unimpeachable finesse.

Shri Lion Om Prakash Gaggar, Shri Rajat Saboo and CA Murari Birla, Special Guests for the event were accorded a warm welcome by Honorary Secretary, Shri Mukesh ji Rathi. The mega event commenced with the impressive March Past by NCC squad ,coupled with some stirring marching music by the school band. As the day unfolded, the spectators witnessed a vibrant display of sports. The exuberant students displayed their dexterity in athletics, badminton, races, table tennis, volleyball and various sports drills. The

energetic participation of mpsites was lauded by the special guests and the dignitaries. Honorary Secretary, Shri Mukesh ji Rathi emphasised on the significance of sports in a student's life and the need to strike a balance between sports and academics for holistic development of a child. Shri Manish ji Modani quoted Sports as a rejuvenating therapy for students.

The eventful day concluded with a vote of thanks.

Cultural Bonanza- Josh, Jazba and Junoon

नन्हे कदमों से हमने सीखा, जज्बा बहुत जरूरी हैं।
मन को भाई सब आशाएँ, जोश से होती पूरी हैं।
जुनूँ सफलता का ही यारों, कदमों में रफ्तार भरे।
दीवानापन मंजिल पाने का, हर रास्ता आसान करें।।

'Culture is not an initiative. Culture is the enabler of all the initiatives.'

Evincing the spirit of zeal, ardour and avidity, MPS, Pratap Nagar organized a cultural extravaganza- Josh, Jazba and Junoon on December 29,2021 at Rudraksh Auditorium. The Guests of Honour Smt. Kiran Gaggar and Shri Rajesh ji Gaggar, Smt. Megha Jhanwar and Shri Sanjay ji Jhanwar, Smt. Kavita Somani and Shri Kishore ji Somani added lustre to the event with their dignified presence. Honorary Secretary, Shri Mukesh ji Rathi accorded a warm welcome to the distinguished guests. The cultural bonanza unveiled a mesmerising amalgamation of music,

thematic dance and drama depicting zest and zeal as quintessence of life. This event not only showcased the immense talent of the mpsites but also came up as a testimony to poise, grace and vigour. The captivating performances enthralled the audience lauded by the dignitaries. Young achievers of Classes I to XII were felicitated by the Guests of Honour and dignitaries for Academic Excellence Awards for their outstanding academic performance in session 2019-2020. Mementos were presented to eminent guests as a mark of reverence. Honorary Secretary, Shri Mukesh Rathi urged the students to hone their talents and potentials to not only carve a niche for themselves or bring laurels to school but also aim to bring glory to their state as well as their nation. A vote of thanks was proposed at the end.

The programme culminated with the National Anthem.

New Year Celebration

द्वेष, दुर्भावना कालिमा दूर हो,
सबके चेहरे पर खिलता सा नूर हो।
नव वर्ष पर ले संकल्प यही,
प्रेम, सद्भावना की आभा चहुँ ओर हो।

'Cheers to a new year and another chance for us to fulfill our dreams.'

On 30th December, 2021, MPS, Pratap Nagar celebrated New Year with gaiety and festivity heralding the advent of blissful,

purposeful and productive new Year. A special morning assembly was organised wherein students of Classes 6 to 9 extended New Year wishes and spoke about their New Year Resolutions. On this occasion, newcomers were felicitated in four categories viz. Best Handwriting, Best at Co Curricular Activities, Best at Academics and Allrounder to boost the morale of the students and to instill them with ceaseless determination and perseverance to attain the higher standards in the coming year. Books were given away as prizes to promote reading habits in students. The Principal, Mrs. Rita Bhargava urged the students to be true and committed to their new year resolution as persistence of the efforts can make even the hardest of aims attainable.

India School Ranking Award 2021-22

ऊँची उड़ानों के लिए, हौसला जरूरी है।
गर पाना है बुलंदियों को, डर छोड़ना जरूरी है।।

Jubilations! MPS, Pratap Nagar was felicitated with India School Ranking Award for again setting the benchmarks by securing Rank 10 in Jaipur under Co-Educational Day School Category by Education World.

Administrative Officer Mr. Manish Bajaj and Primary Incharge Mrs. Shikha Rathore attended the glorious event as school representatives to receive the prestigious award on 18th December, 2021.

This unmatched glory reflects the school's commitment to drive a culture of learning, innovation, and continuous improvement.

गीता ज्ञान आज भी प्रासंगिक

विद्यालय में गीता जयंती समारोह आयोजित किया गया। प्राचार्या श्रीमती अर्चना सिंह ने विद्यार्थियों के साथ 'श्रीमद्भगवद्गीता' का पूजन कर कार्यक्रम की शुरुआत की। इस अवसर पर विद्यार्थियों को गीता का महत्व बताया गया और सामूहिक रूप से गीता श्लोक पाठ करवाया गया। कक्षा 8 की छात्रा पलक लोहिया ने सुमधुर स्वर में गीता श्लोक का उच्चारण किया। विद्यार्थियों के लिए प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता भी आयोजित की गई, जिसमें विजेता विद्यार्थियों को प्राचार्या श्रीमती अर्चना सिंह द्वारा पुरस्कृत किया गया।

'विजय दिवस' पर शहीदों को किया नमन

विजय दिवस के अवसर पर एन.सी.सी. कैडेट्स ने 'अमर जवान ज्योति' पर देश के लिए सर्वस्व न्यौछावर करने वाले शहीदों को नमन किया। उन्होंने राजपूताना, महार व फतेह साहब रेजीमेंट से आए जवानों से देश की सेना के अदम्य साहस व पराक्रम के बारे में रोचक जानकारियाँ प्राप्त कीं। विद्यालय की प्रार्थना सभा में भी विद्यार्थियों ने सैनिकों के शौर्य को सलाम करते हुए बताया कि 16 दिसंबर वही दिन है जब भारतीय सैनिकों ने पाकिस्तान के दाँत खट्टे कर दिए थे। हाल ही में शहीद हुए सी.डी.एस. श्री विपिन रावत व जांबाज सैनिकों को भी श्रद्धांजलि अर्पित की गई।

गणितज्ञ श्रीनिवास रामानुजन को किया याद

विद्यालय में 'राष्ट्रीय गणित दिवस' पर विद्यार्थियों की बहुमुखी प्रतिभा को प्रदर्शित करने, उनके मन से गणित के डर को खत्म कर उसमें रुचि जाग्रत करने व आम जीवन शैली में गणित के महत्व को समझाने के लिए महान गणितज्ञ श्रीनिवास रामानुजन की जयंती पर गणित विभाग द्वारा 'गणित सप्ताह' का आयोजन किया

गया। इसके अंतर्गत बच्चों ने गणित दिवस से संबंधित विभिन्न मॉडल, सिद्धान्त, प्रमेय, गणितीय-खेल, लाभ-हानि के कई प्रारूप, क्रय-विक्रय संबंधित आसान पहेलियाँ व लघु-नाटक प्रदर्शित किए।

तुलसी पूजन दिवस आयोजन

विद्यालय में तुलसी पूजन दिवस हर्षोल्लास से मनाया गया। सर्वप्रथम विद्यालय मानद् सचिव श्री निर्मल दरगड़ व प्राचार्या श्रीमती अर्चना सिंह ने विद्यालय प्रांगण में तुलसी पूजन किया व उसके महत्व से विद्यार्थियों को अवगत करवाते हुए कहा कि तुलसी न केवल वातावरण में शुद्धता लाती है बल्कि हमारी सोच में पवित्रता व मन में एकाग्रता लाती है। विद्यालय संगीत विभाग द्वारा सुमधुर तुलसी गीत गाया गया।

उत्साह के साथ मनाया प्रभु यीशु का जन्मदिन

विद्यालय में प्रभु यीशु के जन्मदिवस 'क्रिसमस' पर विद्यार्थियों ने 'ग्लेरियो इन एक्सीलिसस डिओ व जॉय टू द वर्ल्ड' सुमधुर कैरोल गाए व 'मेरी क्रिसमस' और 'जिंगल बेल' पर नृत्य प्रस्तुत किया। क्रिसमस त्योहार मनाए जाने का कारण व प्रभु

यीशु के गुणों को विद्यार्थियों ने एक लघु-नाटिका के माध्यम से प्रस्तुत किया। विद्यालय प्रांगण में विशाल क्रिसमस-ट्री व प्रभु यीशु के जन्म की सुंदर झाँकी सजाई गई। सांता क्लॉज के वेश में आए नन्हें-मुन्ने बच्चों ने कार्यक्रम में सक्रिय भागीदारी देते हुए सबका मन मोह लिया।

नववर्ष के लिए शुभकामनाएँ

विद्यालय में नववर्ष के अवसर पर विद्यार्थियों को एनिमेटेड फिल्म द्वारा स्वयं व ईश्वर पर भरोसा रखने और सद्कर्मों के लिए प्रेरित किया गया। प्राचार्या श्रीमती अर्चना सिंह ने विद्यार्थियों के मंगलमय भविष्य की कामना करते हुए उन्हें अपने लक्ष्य निर्धारित करने के लिए कहा।

विशेष उपलब्धियाँ

काव्यांश ने बैडमिंटन में जीता स्वर्ण पदक

विद्यालय के कक्षा 6 के विद्यार्थी काव्यांश शर्मा ने जिला स्तरीय बैडमिंटन प्रतियोगिता अंडर-13 में बेहतर प्रदर्शन करते हुए स्वर्ण पदक अपने नाम कर राज्य स्तरीय बैडमिंटन टूर्नामेन्ट में अपनी जगह बनाई। विद्यालय सचिव श्री निर्मल दरगड़, प्राचार्या श्रीमती अर्चना सिंह व समस्त विद्यालय परिवार ने कोच श्री विजय सिंह राठौड़ व श्री रणवीर सिंह राजपुरोहित को शुभकामनाएँ प्रेषित कीं। विद्यार्थी काव्यांश को इस उपलब्धि के लिए बधाई देते हुए भविष्य में भी श्रेष्ठ प्रदर्शन की उम्मीद जताई।

स्पेलिंग-बी प्रतियोगिता में प्राप्त किया गोल्ड मेडल

विद्यार्थियों की अंग्रेजी वर्तनी को सुदृढ़ बनाने हेतु कक्षा 1 से 9 तक आयोजित होने वाली स्पेलिंग बी प्रतियोगिता 2021 में विद्यालय के लगभग 200 विद्यार्थियों ने विभिन्न समूहों में भाग लिया। ग्रुप-1 में व्योम जैन, ग्रुप-2 में मनीषा सारडा, ग्रुप-3 में आकाश शर्मा, ग्रुप-4 में अवनी खंडेलवाल और ग्रुप-5 में राधिका राठी ने गोल्ड मेडल प्राप्त किया।

टीचर ऑफ द मंथ

विद्यालय शिक्षिका श्रीमती बरखा भाटिया व शिक्षक श्री धर्मवीर शर्मा को अपने उत्कृष्ट कार्यों के लिए नवम्बर माह में 'टीचर ऑफ द मंथ' के सम्मान से नवाजा गया। विद्यालय प्राचार्या श्रीमती अर्चना सिंह ने दोनों शिक्षकों को प्रमाण-पत्र देकर सम्मानित किया।

विशेष अवसरों पर शुभकामनाएँ

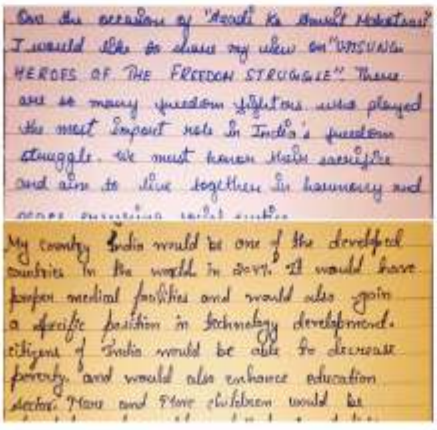
सशस्त्र सेना झंडा दिवस, अंतर्राष्ट्रीय मानवाधिकार दिवस, किसान दिवस और राष्ट्रीय उपभोक्ता दिवस पर विद्यार्थियों को शुभकामनाएँ प्रेषित की गईं। कक्षा-शिक्षण के दौरान शिक्षकों ने विद्यार्थियों को इन अवसरों के महत्त्व से अवगत कराया।

दी एज्यूकेशन कमेटी ऑव् दी माहेश्वरी समाज (सोसायटी) जयपुर

माहेश्वरी पब्लिक स्कूल, कालवाड़ रोड

लेखन प्रतियोगिता

8 दिसंबर, 2021 को कक्षा 1 से 5 के लिए अंग्रेज़ी लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया तथा कक्षा 6 से 9 के लिए अंग्रेजी निबंध लेखन प्रतियोगिता रखी गई। इस प्रतियोगिता हेतु विद्यार्थियों को दो विषय दिए गए - हेल्थ इज़ वेल्थ एवं माई रोल मॉडल। दिनांक 22 दिसंबर, 2021 को कक्षा 1 से 5 के लिए हिंदी लेखन प्रतियोगिता रखी गई तथा कक्षा 6 से 9 के लिए भाषण प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। भाषण प्रतियोगिता का विषय था - मेरे सपनों का भारत। विद्यार्थियों ने दोनों ही प्रतियोगिताओं के प्रति अपना उत्साह दिखाया। प्रत्येक कक्षा से विजेताओं का चयन किया गया। विद्यालय मानद् सचिव श्री मनोज कुमार बिड़ला तथा प्रधानाचार्य श्री ओ.पी. गुप्ता ने सभी विजेताओं को प्रमाण-पत्र प्रदान किए।



पोस्ट कार्ड मेकिंग

आज़ादी का अमृत महोत्सव के अंतर्गत भारतीय संचार विभाग तथा शिक्षा मंत्रालय द्वारा 75 लाख पोस्टकार्ड लिखने का अभियान चलाया गया। इस अभियान को सफल बनाने हेतु 9 दिसंबर, 2021 को कक्षा 4 से 11 के लिए पोस्ट कार्ड लेखन गतिविधि का आयोजन किया गया। लेखन के लिए विद्यार्थियों को दो विषय दिए गए- 'स्वतंत्रता संग्राम के गुमनाम नायक' तथा माई विज़न फॉर इंडिया - 2047'। सभी विद्यार्थियों ने इस गतिविधि में बढ़ - चढ़कर हिस्सा लिया।

क्रिसमस सेलीब्रेशन

24 दिसंबर, 2021 को विद्यालय में क्रिसमस सेलीब्रेशन की धूम रही। कक्षा 1 व 2 के विद्यार्थियों ने क्रिसमस कैरल गाकर तथा नृत्य प्रस्तुत कर सभी का मन मोह लिया। संस्कृति के विद्यार्थियों ने भी क्रिसमस सेलीब्रेशन का लुत्फ उठाया। नन्हे-मुन्ने विद्यार्थी सांता क्लॉज़ की वेशभूषा धारण कर विद्यालय आए। कार्यक्रम के अंत में सांता क्लॉज़ ने सभी विद्यार्थियों को चॉकलेट बाँटी। विद्यालय मानद् सचिव श्री मनोज कुमार बिड़ला, संस्कृति सचिव श्री संजय काबरा तथा प्रधानाचार्य श्री ओ. पी. गुप्ता ने सभी को क्रिसमस की बधाई दी।

वर्चुअल न्यू ईयर सेलीब्रेशन

30 दिसंबर, 2021 को संस्कृति के विद्यार्थियों के लिए न्यू ईयर सेलीब्रेशन का आयोजन किया गया। विद्यार्थियों ने अपना घर सजाकर तथा नए परिधान पहनकर नव वर्ष का स्वागत किया। इस ऑनलाइन कार्यक्रम में विद्यार्थियों को कई खेल भी खिलाए गए। शिक्षकों ने विद्यार्थियों को नव वर्ष में नया संकल्प लेने तथा उसे पूरा करने के लिए प्रेरित किया।

कृमिनाशक दवा का वितरण

स्वास्थ्य एवं बाल कल्याण मंत्रालय तथा मानव संसाधन विकास मंत्रालय के सहयोग से 05 दिसंबर 2021 को माहेश्वरी पब्लिक स्कूल अजमेर रोड, बगरू जयपुर में विद्यार्थियों को कृमिनाशक एलबेंडेजोल (400) दवा खिलाई गई। इस राष्ट्रीय कृमिनाशक दिवस मनाने का उद्देश्य बच्चों तथा किशोरों में परजीवी आंत के कीड़ों स्वायल ट्रांसमिटेड हेलमिनद्स (एसटीएच) की मौजूदी में कमी लाना एवं बच्चों को कुपोषण से बचाना व एनीमिया मुक्त स्वास्थ्य प्रदान करना है।

एन.सी.सी कैडेट्स ने किया वस्त्रदान

चिड़िया चोंच भरे तो, नदी का ना घटे नीर।
दान दिया धन ना घटे, कह गए दास कबीर।।

संत कवि कबीरदास जी के इस दोहे को चरितार्थ करते हुए माहेश्वरी पब्लिक स्कूल अजमेर रोड, बगरू जयपुर में एन.सी.सी बालिका कैडेट्स के द्वारा 21 दिसंबर 2021 को बगरू कस्बे के रिहायशी इलाके में झुग्गी-झोपड़ियों में निवास करने वाले विपन्नजनों की सहायतार्थ गर्म ऊनी वस्त्र एवं उनके बच्चों को खिलौने देकर राष्ट्रसेवा एवं समाजसेवा का पहला पाठ सीखा।

राष्ट्रीय गणित दिवस

22 दिसंबर 2021 को माहेश्वरी पब्लिक स्कूल अजमेर रोड, बगरू जयपुर में महान गणितज्ञ श्रीनिवास रामानुजन के सम्मान में राष्ट्रीय गणित दिवस मनाया गया। इस अवसर पर विद्यालय में विद्यार्थियों को विलक्षण प्रतिभा के धनी रामानुजन के जीवन व उनकी गणित के प्रति रुचि एवं उपलब्धियों को बताते हुए उनके लिए अनेक रोचक गणित से संबंधित गतिविधियों का आयोजन किया गया। शिक्षार्थियों से सामान्य गणित के प्रश्नों की प्रश्नावली बनाकर उत्तर पूछे गए। विद्यार्थियों ने गणित से संबंधित अनेक मॉडल बनाकर प्रदर्शनी लगाई। इस अवसर पर विद्यालय प्रधानाचार्या श्रीमती दलजीत कौर एवं उपप्रधानाचार्य श्री पवन माहेश्वरी ने भी महान गणितज्ञ श्रीनिवास रामानुजन के जीवन पर प्रकाश डालते हुए विद्यार्थियों को गणित जैसे विषय को भी रोचक तरीके से सीखने पर बल दिया।

क्रिसमस दिवस महोत्सव

एम.पी.एस संस्कृति एवं माहेश्वरी पब्लिक स्कूल, अजमेर रोड, बगरू, जयपुर में 24 दिसंबर 2021 को क्रिसमस दिवस महोत्सव बड़े ही हर्षोल्लास के साथ धूमधाम से मनाया गया। इस अवसर पर विद्यालय प्रांगण को क्रिसमस दिवस के अनुरूप भव्यरूप में सजाया गया। नन्हे-मुन्ने बाल-गोपाल भी लाल व सफेद रंग के परिधान व सांता की टोपी पहनकर हर्षोल्लास के साथ उपस्थित हुए। इस अवसर पर विद्यालय शिक्षिकाओं द्वारा विद्यार्थियों को सांता के जीवन से संबंधित कहानियाँ सुनाकर, कविता व मधुर कैरोल गायन कर केक काटते हुए क्रिसमस दिवस मनाया। इस अवसर पर क्रिसमस पेड़ को बहुत ही खूबसूरत तरीके से सजाया गया तथा विद्यालय के वरिष्ठ अध्यापक श्री सुनिल कुमार सैंगर ने सांता का रूप धरकर विद्यार्थियों के साथ नृत्य करते हुए उनका खूब मनोरंजन किया। सांता ने बच्चों को मिठाइयाँ व उपहार देकर सबको कुशलता का आशीर्वाद दिया।

इस क्रिसमस दिवस महोत्सव के शुभावसर पर विद्यालय के मानद् सचिव श्री श्यामसुंदर तोतला, भवन सचिव श्री सुरेंद्र काबरा, प्रधानाचार्या श्रीमती दलजीत कौर एवं उपप्रधानाचार्य श्री पवन माहेश्वरी आदि गणमान्यजनों ने सभी को क्रिसमस दिवस की बधाई देते हुए सांता क्लॉज से विद्यार्थियों के जीवन में अपार खुशियों एवं उनके उज्ज्वल भविष्य की कामना की।

इंस्पायर अवॉर्ड में होनहारों का चयन

विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी मंत्रालय, विज्ञान और प्रौद्योगिकी विभाग नई दिल्ली द्वारा आयोजित 'इंस्पायर अवॉर्ड' परीक्षा में विद्यालय स्तर पर छात्र सुमित शर्मा, कक्षा 9 एवं अभय प्रताप सिंह, कक्षा 10 का चयन हुआ। इस उपलब्धि के साथ ही दोनों विद्यार्थियों को जिला स्तरीय प्रदर्शनी और परियोजना पर कार्य करने हेतु सत्र 2021-22 के लिए 10000 ₹ राशि प्रोत्साहन स्वरूप प्रदान की जाएगी।

राष्ट्रीय सेवा योजना का द्वितीय एक दिवसीय शिविर संपन्न

10 दिसंबर, 2021 को विद्यालय में राष्ट्रीय सेवा योजना के द्वितीय एक दिवसीय शिविर का आयोजन किया गया। कार्यक्रम के अध्यक्ष विद्यालय के प्राचार्य श्री अजय कुमार गुप्ता ने अपने उद्बोधन में सामाजिक कुरीतियों का समाज से उन्मूलन कर सृजनात्मक गतिविधियों के साथ, उन्नति के पथ पर बढ़ते हुए व सभी वर्गों के सर्वांगीण विकास की दिशा तय करने वाले समाज को साकार करने की बात कही। इस अवसर पर स्वयंसेवकों ने लोगों को पानी बचाओ, बिजली बचाओ, सबको पढ़ाओ के प्रति जागरूक करते हुए महिला शिक्षा एवं महिला सशक्तिकरण, कोविड टीकाकरण आदि से संबंधी जानकारियों के साथ विभिन्न जन कल्याणकारी योजनाओं से भी अवगत करवाया। अंत में मुख्य कार्यक्रम अधिकारी श्री नेतराम शर्मा ने अतिथियों का आभार प्रकट कर धन्यवाद ज्ञापित किया।

योगासन कार्यशाला का आयोजन

विद्यालय के लाहोटी सभागार में शनिवार, 18 दिसम्बर को योग-प्राणायाम कार्यशाला का आयोजन किया गया। जिसमें विश्व कीर्तिमानधारी, ग्लोबल योगासन चैम्पियन, सुविख्यात योग गुरु स्वामी श्री ऋषिपाल ने योग द्वारा तनावमुक्त, स्वस्थ जीवन जीने की प्रेरणा दी।

कार्यक्रम का शुभारंभ मुख्य अतिथि प्रमुख समाजसेवी व व्यवसायी श्री द्वारका दास जाजू, योग गुरु स्वामी श्री ऋषिपाल जी, ECMS के अध्यक्ष श्री प्रदीप बाहेती, MPS जवाहर नगर के मानद् सचिव श्री कमल सोमानी, विद्यालय के भवनमंत्री श्री अजय नोवाल एवं ECMS के पदाधिकारीगण ने माँ सरस्वती की प्रतिमा के समक्ष दीप प्रज्वलन कर किया। श्री प्रदीप बाहेती ने उद्बोधन में MHS, MPS जवाहर नगर, MPS इन्टरनेशनल के विद्यार्थियों को स्वस्थ जीवन जीने के लिए योग को अपनाने हेतु प्रेरित किया। योग गुरु ने विद्यार्थियों एवं उपस्थित सदस्यों को तन एवं मन का समन्वय कर जीवन को स्वस्थ, सरल, दीर्घायु और सार्थक करने की प्राचीन पद्धति योग-प्राणायाम का महत्त्व बताया तथा वर्तमान में योग की प्रासंगिकता को समझाते हुए भौतिकता प्रधान, मानसिक तनाव और भाग-दौड़ भरे वर्तमान दौर में संयमित जीवन शैली अपनाने के लिए प्रेरित किया।

योग गुरु ने सूर्य नमस्कार सहित अन्य उपयोगी योगासनों व योग मुद्राओं का अद्भुत प्रदर्शन किया। ग्लोबल योगासन चैम्पियन योग गुरु स्वामी श्री ऋषिपाल को मुख्य अतिथि श्री द्वारका दास जाजू तथा विद्यालय प्रबंध समिति के सदस्यों ने ECMS की ओर से भेंट देकर उनका सम्मान किया।

एन.सी.सी. की मासिक गतिविधियों का आयोजन

विद्यालय में संचालित '1 राज आर्म्ड स्क्वाड्रन' राष्ट्रीय कैडेट कोर की मासिक गतिविधियों के अन्तर्गत 24 दिसम्बर, 2021 को कैडेट्स की 'फूट पॉलिसिंग तथा स्वच्छ भारत' गतिविधियों का आयोजन किया गया, जिसके अन्तर्गत सभी कैडेट्स ने विद्यालय परिसर में साफ-सफाई की तथा स्वच्छता संदेशों की तख्तियों के माध्यम से स्वच्छता के प्रति सभी को जागरूक किया।

'क्रिसमस-डे' सेलिब्रेशन पर सांता क्लॉज बनकर खुशी से झूमे बच्चे

24 दिसम्बर, 2021 शुक्रवार को विद्यालय में 'ईसा मसीह' का जन्मदिन 'क्रिसमस डे' मनाया गया। इस मौके पर प्राइमरी कक्षाओं के विद्यार्थियों ने नन्हें सांता के रूप में सभी को 'मैरी क्रिसमस' कहकर बधाई दी।

इस अवसर पर विद्यालय परिसर को सुंदर-सुंदर और चमचमाते क्रिसमस-ट्री और अन्य सजावटी अलंकरणों से सजाया गया। बाल विद्यार्थियों में से श्रुति खाण्डल ने क्रिसमस पर्व से जुड़ी कहानी सुनाई, उसके बाद सांता बने सभी विद्यार्थियों ने अलग-अलग गीतों पर मन-मोहक नृत्य प्रस्तुति दी और फन गेम्स का भरपूर आनंद लिया। नृत्य में विजेताओं को पुरस्कार और प्रमाण-पत्र देकर उनका उत्साहवर्धन किया गया साथ ही उपस्थित सभी विद्यार्थियों को सांता ने उपहार दिए।

दी एज्यूकेशन कमेटी ऑव् दी माहेश्वरी समाज (सोसायटी) जयपुर

माहेश्वरी गर्ल्स सी. सैकण्डरी स्कूल, चौड़ा रास्ता

नव नियुक्त प्राचार्य का अभिनंदन

विद्यालय में 1 दिसम्बर 2021 को ECMS द्वारा श्री प्रमोद जाजू को कार्यवाहक प्राचार्य एवं श्रीमती सरोज जोशी को उपप्राचार्या के पद पर सुशोभित किया गया। इस अवसर पर विद्यालय के मानद् सचिव श्री द्वारका दास मालू ने नव कार्यवाहक प्राचार्य श्री प्रमोद जाजू एवं नव उप प्राचार्या श्रीमती सरोज जोशी को पुष्प गुच्छ भेंट कर शुभकामनाएँ दीं।

सचिव महोदय ने कहा कि पूर्व में MBV परिवार जिस उच्च शिखर पर आसीन रहा है उसी नवजोश व दृढ़ संकल्प से सराबोर हो, हम कर्मपथ पर अग्रसर होते हुए कामयाबी के सर्वोच्च शिखर पर आसीन होंगे, ऐसी मेरी शुभकामनाएँ हैं। इस अवसर पर कार्यवाहक प्राचार्य ने कहा कि जीवन में टीम वर्क एवं सकारात्मक दृष्टिकोण द्वारा ही हम सब कुछ प्राप्त कर सकते हैं और यही दृष्टिकोण हमें मार्ग में आने वाली चुनौतियों को स्वीकार करना तथा उनका समाधान करना सिखाता है। हमें आशावादी रहते हुए जीवन में कुछ नया सीखने के लिए तत्पर रहना चाहिये।

आजादी के स्वर्णिम भारत का संदेश पोस्ट कार्ड लेखन प्रतियोगिता

साक्षरता विभाग, शिक्षा मंत्रालय भारत सरकार के तत्वाधान में भारतीय डाक विभाग द्वारा आयोजित प्रतियोगिता के तहत विद्यालय की कक्षा 4 से 12वीं की छात्राओं ने 'स्वतंत्रता संग्राम के गुमनाम नायक' तथा '2047 में भारत के लिये मेरा विजन' विषय पर पोस्टकार्ड लेखन प्रतियोगिता में बढ़-चढ़कर भाग लिया। स्वतंत्रता के लिये अपने प्राणों की आहुति देने वाले ऐसे गुमनाम नायकों की जीवनी तथा कार्यों को छात्राओं ने पोस्टकार्ड पर वर्णित कर अपने आप को गौरवान्वित महसूस किया तथा नींव के पत्थर बने उन जांबाजों को भावपूर्ण श्रद्धांजलि दी।

पोस्ट कार्ड में लिखित संदेश कह रहे थे:-

'जो भरा नहीं है भावों से, बहती जिसमें रसधार नहीं
वह हृदय नहीं है पत्थर है, जिसमें स्वदेश का प्यार नहीं।'

अर्द्धवार्षिक परीक्षा का संचालन

विद्यालय में राजस्थान सरकार द्वारा निर्धारित कार्यक्रम अनुसार 13.12.2021 से 24.12.2021 तक कोविड-19 के नियमों की पालना करते हुए अर्द्धवार्षिक परीक्षाओं का सु-संचालन किया गया। विद्यालय की समस्त छात्राओं ने पूर्ण उत्साह एवं तैयारियों के साथ अपनी उपस्थिति दर्ज करवाई।

क्रिसमस पर्व एवं तुलसी जयंती का आयोजन

भारतीय संस्कृति की अन्यतम विशेषता 'सर्वधर्म सद्भाव' का अनुसरण करते हुए विद्यालय में 24 दिसम्बर को क्रिसमस पर्व व तुलसी जयंती का आयोजन किया गया। इस अवसर पर कक्षा I एवं II की छात्राओं ने लाल रंग के परिधान में सांता के रूप में मनमोहक सांस्कृतिक प्रस्तुतियाँ दीं। कार्यक्रम का शुभारम्भ विद्यालय के मानद् सचिव एडवोकेट द्वारका दास मालू, भवन मंत्री श्री अनिल कचौलिया, कार्यवाहक प्राचार्य श्री प्रमोद जाजू, उपप्राचार्या श्रीमती सरोज जोशी ने तुलसी जी को चुनरी पहनाकर उनके समक्ष दीप प्रज्ज्वलन कर किया। कार्यक्रम के अन्तर्गत नन्हीं-नन्हीं बालिकाओं ने कविता, कहानी, नृत्य की भव्य प्रस्तुतियाँ दीं, जिसके फलस्वरूप सचिव एवं भवन मंत्री द्वारा पारितोषिक वितरण किया गया। अंत में सभी को क्रिसमस व नववर्ष की अग्रिम शुभकामनाएँ प्रदान दी।

तीन दिवसीय नवरंग-2021 एक्जिबिशन सम्पन्न

श्री माहेश्वरी महिला परिषद् की वार्षिक एग्जिबिशन नवरंग-2021 वैलकम विंटर्स थीम पर 24-25-26 दिसंबर को उत्सव भवन में सम्पन्न हुई। महिला उद्यमियों को प्रोत्साहित करने के उद्देश्य से प्रतिवर्ष आयोजित की जा रही नवरंग एग्जिबिशन कम सेल में इस बार सर्दियों के लिए उपयोगी श्रेष्ठ उत्पाद किफायती मूल्य पर विशेष रूप से उपलब्ध रहे जिन्हें खरीदने के लिए भारी भीड़ उमड़ी।

नवरंग 2021 एग्जिबिशन का शुभारंभ समाजसेवी दंपत्ति श्रीमती आशा शारदा एवं सीए अनिल शारदा के द्वारा हुआ। इस अवसर पर समाज अध्यक्ष श्री प्रदीप जी बाहेती, महासचिव शिक्षा श्री नटवरलाल जी अजमेरा, उत्सव-सचिव श्री विनोद जी तोतला सहित समाज के गणमान्य जन, महिला परिषद् सदस्यों की उपस्थिति रही। परिषद अध्यक्ष रजनी माहेश्वरी, सचिव स्नेहलता साबू, नवरंग चेयरपर्सन बिमला मालपानी ने अतिथियों का स्वागत किया।

संयोजक ज्योति बिड़ला ने जानकारी दी कि नवरंग-2021 में कुल 72 स्टाल्स तथा फूड कोर्ट की व्यवस्था की गई थी। प्रथम दिन एक्जिबिटर्स का फैशन शो आकर्षण का केंद्र रहा।

नवरंग समन्वयक इंदिरा अजमेरा ने बताया कि एक्जिबिशन के दूसरे दिन का शुभारंभ श्रीमती प्रीति जी- राजकुमार जी झंवर के कर-कमलों से हुआ। इसी दिन तुलसी जयंती व क्रिसमस के अवसर पर तुलसी पूजन किया गया और बच्चों के लिए विशेष रैम्पवाक आयोजित किया गया जिसमें बच्चों से रामायण पर आधारित प्रश्न पूछे गए। विजिटर्स को सांताक्लॉज ने उपहार भी वितरित किए।

एक्जिबिशन के अंतिम दिन का शुभारंभ श्रीमती आशा जी- अनुपम जी लोईवाल ने दीप प्रज्जवलित कर किया।परिषद् अध्यक्ष रजनी माहेश्वरी ने बताया कि आठ वर्ष से हो रही नवरंग एक्जिबिशन के लिए प्रथम बार AU Small Finance Bank से कार्पोरेट स्पोंसरशिप प्राप्त की गई तथा कोरोना संक्रमण काल में जरूरतमंद माहेश्वरी महिला उद्यमियों को रियायती दरों पर स्टाल्स उपलब्ध कराई गई। इस हेतु समाज संरक्षक श्री ज्योति जी माहेश्वरी एवं श्रीमती इन्दु जी माहेश्वरी के आर्थिक सहयोग के लिए आभार व्यक्त किया गया।

नवरंग-2021 में मेगा बम्पर लकी ड्रा का प्रायोजन श्रीमती मनीषा-सुरेश जी कालानी के सौजन्य से तथा डेली लकी ड्रा व सर्वश्रेष्ठ स्टाल्स पुरस्कारों का प्रायोजन जे.बी.ज्वैलर्स के श्री डी.पी. बियानी जी के सौजन्य से किया गया। पेय जल सौजन्य हेतु श्रीमती उर्मिला-बजरंग लाल जी बाहेती के प्रति आभार व्यक्त किया गया।

नवरंग-2021 सहसंयोजक वर्षा खटोड़ एवं रचना डागा ने जानकारी दी कि अंतिम दिन सायंकाल आयोजित समापन समारोह में समाजसेवी बिट्टुल जी चौधरी के सौजन्य से तीन एक्जिबिटर्स को नवरंग में निरंतर सहभागिता के लिए लायल्टी पुरस्कार प्रदान किए गए। मुख्य अतिथि श्रीमती आशाजी शारदा- CA अनिल जी शारदा ने मेगा बम्पर ड्रा विजेताओं व बैस्ट डेकोरेटेड स्टाल्स एक्जिबिटर्स को पुरस्कार वितरित किए। नवरंग-2021 के सभी प्रायोजकों के साथ आयोजन परामर्शक श्री जुगल जी कोठ्यारी को सम्मानित किया गया तथा नवरंग प्रणेता श्रीमती सविता जी पटवारी का अभिनन्दन किया गया। उद्घाटन व समापन समारोह का प्रभावी मंच संचालन सांस्कृतिक मंत्री सुनीता जैथलिया ने किया।

नवरंग-2021 के सफल आयोजन में परिषद् की उपाध्यक्ष राजेश्वरी परवाल व ज्योति तोतला, कोषाध्यक्ष अल्पना सारड़ा, नवरंग समिति सदस्य संगीता चांडक, ममता जाखोटिया, रेखा साबू और अनिता परवाल का प्रशंसनीय सहयोग रहा। फूडकोर्ट संयोजक सुमन साबू व सह-संयोजक मीरा मारू के साथ समिति सदस्यों राधा बाहेती एवं अंजू मारू का विशेष सहयोग रहा।

।। श्री महेश्वराय नमः।।

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर

'सूर्य सप्तमी'

(माघ शुक्ल सम्वत् 2078)

97वाँ वार्षिकोत्सव एवं प्रतिभा सम्मान समारोह

सोमवार, 07 फरवरी 2022 ★ सायं 6.00 बजे से

(कार्यक्रम का आयोजन कोविड की परिस्थितियों तथा सरकारी आदेशों के अनुरूप होगा।)

स्थान : माहेश्वरी गर्ल्स पब्लिक स्कूल 'MGPS', विद्याधर नगर, जयपुर

आप सपरिवार सादर आमंत्रित हैं।

विनीत :

प्रदीप बाहेती — अध्यक्ष
सी.ए.अनिल कुमार सारड़ा — उपाध्यक्ष (वित्त)
नथमल मालू — उपाध्यक्ष (समाज)
गोपाल लाल मालपानी — महामंत्री
राधाबल्लभ अजमेरा — कोषाध्यक्ष

प्रमोद हुरकट — अर्थमंत्री
रमेश चन्द जाखोटिया — संगठन मंत्री
सतीश सारड़ा — प्रचार मंत्री
प्रवीण लढ्ढा — सांस्कृतिक मंत्री
खगेश चितलांग्या — कार्यक्रम संयोजक

रजनी माहेश्वरी — अध्यक्ष
स्नेहलता साबू — सचिव
श्री माहेश्वरी महिला परिषद्, जयपुर

आशीष मंत्री — अध्यक्ष
अंकित काबरा — सचिव
श्री माहेश्वरी नवयुवक मण्डल, जयपुर

कार्यक्रम सह-संयोजक: सर्वश्री चन्द्रशेखर मालपानी, अम्बिका प्रसाद बियानी, रामबाबू बल्दवा, विष्णु असावा, प्रदीप सोमानी, कृष्ण कुमार सोनी, संजय फोफलिया, सौरभ नौगजा, अभिषेक मालपानी (हरमाडा), संजय राठी, मनीष मैनाना, पंकज चितलांगिया, श्रीमती अर्चना काबरा, श्रीमती निर्मला राठी, श्रीमती गरिमा खटोड़

सूर्य सप्तमी समारोह में मुख्य अतिथि

आर्थिक मामलों और ब्रांडिंग के महारथी श्री विजय मंत्री

श्री विजय मंत्री एक प्रतिष्ठित और भरोसेमंद निवेश सलाहकार हैं। आपका जन्म 21 नवंबर 1968 को समाजसेवी श्री गणपत लाल जी मंत्री के यहाँ अजमेर में हुआ। प्रारंभिक शिक्षा अजमेर में उत्तीर्ण करने के साथ साथ आप एक रैंक-होल्डिंग चार्टर्ड एकाउंटेंट भी हैं। आपने इंडियन स्कूल ऑफ बिजनेस (केलॉग और व्हार्टन बिजनेस स्कूल के सहयोग से) एडवांस्ड मैनेजमेंट प्रोग्राम में भी भाग लिया हैं।

आपने 1993 में आदित्य बिड़ला समूह के साथ अपना करियर शुरू किया और एनबीएफसी, वितरण और म्यूचुअल फंड सहित विभिन्न कार्यक्षेत्रों में काम किया। 2000 में, आप कोर स्टार्ट-अप टीम के एक हिस्से के रूप में एचडीएफसी म्यूचुअल फंड में शामिल हुए और करीब 7 वर्षों तक काम किया। आप बिक्री/विपणन/उत्पाद विकास और व्यवसाय के वितरण भाग में शामिल थे। 2006 में, आप ड्यूश बैंक की संपत्ति प्रबंधन शाखा, ड्यूश म्यूचुअल फंड, के सीईओ और प्रबंध निदेशक के रूप में शामिल हुए और ड्यूश बैंक के भारतीय व्यवसाय की कार्यकारी परिषद का भी हिस्सा थे। बाद में 2008 में, आपको 1 ट्रिलियन अमरीकी डालर से अधिक के वैश्विक एयूएम सँभालने वाली यूएसए के प्रूडेंशियल फाइनेंशियल इंक की पूर्ण स्वामित्व वाली सहायक कंपनी प्रामेरिका म्यूचुअल फंड के सीईओ और प्रबंध निदेशक के रूप में नियुक्त किया गया था।

आपको म्यूचुअल फंड और कैपिटल मार्केट्स में 28 वर्षों का अनुभव प्राप्त है। आपके पास शीर्ष श्रेणी के भारतीय और अंतराष्ट्रीय ब्रांडों के साथ व्यवसाय बनाने और निर्माण करने का समृद्ध अनुभव है। आप विभिन्न व्यापारिक चौनलों पर नियमित रूप से दिखाई देते है एवं अर्थव्यवस्था और शेयर बाजारों पर अपने विचार देते है। आपके कई लेख प्रमुख व्यापारिक दैनिकों में छपे हैं। आपके पास वैश्विक बाजारों और अर्थव्यवस्था को देखने का एक व्यावहारिक और अपरंपरागत तरीका है।

।। श्री महेश्वराय नमः।।

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर

फोन : 0141-2621644
0141-2621100
0141-2623500

प्रशासनिक कार्यालय : समाज परिसर, तृतीय तल, एम.पी.एस. इंटरनेशनल स्कूल, तिलक नगर, जयपुर-302004

Email : shrimaheshwarisamaj.jaipur@gmail.com

Website : maheshwarisamajjaipur.com

कलेण्डर वर्ष 2021 में विशिष्ट उपलब्धि पर प्रतिभा सम्मान हेतु

आवेदन पत्र

मापदण्ड क्रमांक

फोटो

नाम _____ पुत्र/पुत्री/पत्नी श्री _____

परिवार के मुखिया का नाम _____ जोन _____ चौकड़ी का नाम _____

पता _____

_____

जन्म दिनांक D D M M Y Y Y Y _____ मोबाइल नं. _____

प्रतिभा सम्मान हेतु पात्रता का विवरण:-

_____

_____

_____

_____

दिनांक _____ ह. आवेदक _____

आवेदक का नाम : _____

नोट : कृपया संबंधित प्रमाण पत्र एवं अंकतालिका आदि की स्वयं द्वारा प्रमाणित फोटोकॉपी एवं एक पासपोर्ट साइज फोटो इस फॉर्म के साथ संलग्न करें। मूल प्रमाण पत्र आदि मांगने पर अवलोकनार्थ प्रस्तुत करें।

नाम _____ पुत्र/पुत्री/पत्नी श्री _____

से दिनांक _____ को प्रतिभा सम्मान हेतु प्रविष्टि पत्र प्राप्त हुआ।

ह. प्राप्तकर्ता

प्रतिभा सम्मान के मापदण्ड

समाज के प्रतिभावान बालक-बालिकाओं, युवक-युवतियों, बन्धुओं एवं महिलाओं को [जो निम्नलिखित मापदण्डों (Criteria) को पूरा करते हैं] सम्मानित किया जायेगा।

प्रतिभा सम्मान हेतु श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर के जिन बन्धुओं द्वारा कलेण्डर वर्ष 2021 में योग्यता अर्जित की है, वही पात्र हैं।

प्रतिभा सम्मान हेतु निम्नलिखित मापदण्ड (Criteria) हैं:-

(1) शिक्षा के क्षेत्र में :-

(I) सीनियर सैकेण्डरी / सैकेण्डरी की परीक्षा में 96 प्रतिशत अथवा उससे अधिक अंक प्राप्त किये गये हों।

(ii) भारत सरकार / राज्य सरकार द्वारा अनुदान प्राप्त विश्वविद्यालय अथवा यूजीसी द्वारा जारी रैंकिंग में प्रथम बीस महाविद्यालयों से स्नातक (बी.टेक / एम.बी.बी.एस.सहित) एवं स्नातकोत्तर (एम.बी.ए. / एम.टेक सहित) की परीक्षा में विश्वविद्यालय एवं महाविद्यालय द्वारा जारी योग्यता सूची में प्रथम / द्वितीय / तृतीय स्थान प्राप्त किया गया हो।

(iii) सी.ए / सी.एस. / सी.एम.ए. के इन्स्टीट्यूट द्वारा जारी की गई योग्यता सूची में नाम हो।

(iv) भारत सरकार / राज्य सरकार द्वारा अनुदान प्राप्त विश्वविद्यालय से डॉक्टरेट (पीएच.डी.) / डी.लिट / एम.डी / एम.एस. की उपाधि / योग्यता प्राप्त की हो।

(2) खेलकूद एवं सांस्कृतिक क्षेत्र में :-

शिक्षा विभाग / खेलकूद परिषद् द्वारा आयोजित अन्तर्राष्ट्रीय / राष्ट्रीय / राज्य स्तर पर खेलकूद / सांस्कृतिक प्रतियोगिताओं में वैयक्तिक रूप से प्रथम / द्वितीय स्थान प्राप्त किया गया हो। (जिला, स्थानीय एवं विद्यालय स्तर पर आयोजित प्रतियोगिताओं के विजेता इस सम्मान हेतु पात्र नहीं होंगे)।

(3) राजकीय सेवा के क्षेत्र में:-

(I) अखिल भारतीय / प्रादेशिक स्तर की प्रशासनिक सेवा अथवा न्यायिक सेवा में चयनित होने पर।

(ii) भारत सरकार / राजस्थान सरकार द्वारा राजकीय कार्य निष्पादन हेतु सम्मानित किया गया हो।

(4) राजनीतिक क्षेत्र में:-

(I) लोकसभा / राज्य सभा / विधानसभा / नगर निगम / पंचायत एवं राष्ट्रीय स्तर पर किसी संस्था में किसी पद पर चुने जाने पर।

नोट :-

(i) मैंटल अर्थमेटिक / अबेकस / यूसीमास एवं समकक्ष प्रतियोगिता में चयनित प्रतियोगी तथा औद्योगिक संघ / व्यापारिक संगठन / धार्मिक–रचनात्मक संगठन / क्लब्स आदि द्वारा चयनित एवं निर्वाचित प्रतिनिधि प्रतिभा सम्मान समारोह के लिये पात्र नहीं होंगे।

(ii) कॉलेज स्तर पर योग्यता सूची में नाम आने पर पात्रता नहीं होगी।

(iii) **चयन समिति का निर्णय अन्तिम होगा।**

(iv) **चयन सम्बन्धित आपत्ति पर 03 फरवरी, 2022 के पश्चात् कोई कार्यवाही नहीं की जाएगी।।**

उपरोक्त आधार पर पात्र बन्धुओं से अनुरोध है कि **सम्मान हेतु संलग्न आवेदन फार्म भरकर** श्री माहेश्वरी समाज के **प्रशासनिक कार्यालय : समाज परिसर, तृतीय तल, एम.पी.एस. इंटरनेशनल स्कूल, तिलक नगर, जयपुर-302004 में 29 जनवरी, 2022** को सायं 6 बजे तक पहुँचाने का श्रम करें। इसके पश्चात् प्राप्त आवेदनों पर विचार नहीं किया जा सकेगा। समाज द्वारा सम्मान हेतु चयनित किये गये बंधुओं को समय पर सूचित कर दिया जायेगा। **फार्म की फोटोस्टेट कॉपी भी उपयोग में ली जा सकती है।**

''सर्वधर्म मोक्षधाम चांदपोल'' के जीर्णोद्धार हेतु आर्थिक सहयोग प्रदान करने पर आभार...

दिनांक 12 जनवरी 2022 को चांदपोल मोक्षधाम में हॉल नं. 2 की रूफ कास्टिंग के कार्य का अवलोकन करते हुए श्री प्रदीप बाहेती, सुशील जी कावरा एवं तेजकरण जी चौधरी

उपरोक्त प्रकल्प के लिए दानदाताओं से प्राप्त राशि का विवरण मासिक पत्रिका के सितम्बर, अक्टूबर, नवम्बर एवं दिसम्बर-21 के अंक में प्रकाशित किया गया था। उसके बाद निम्न दानदाताओं से आर्थिक सहयोग प्राप्त हुआ है जिसके लिए अंतर्मन से हार्दिक आभार एवं अभिनंदन...

नाम	राशि
सीए. राजेन्द्र प्रसाद जी एवं डॉ. (सी.ए.) कैलाश चन्द जी परवाल द्वारा (अपने पिता श्री बंशीधर जी परवाल की स्मृति में)	36,00,000
श्री विनोद जी सोमानी द्वारा (अपने पिताजी श्री प्रभुदयाल जी सोमानी की स्मृति में)	11,00,000
श्री श्रीगोपाल जी काबरा (RR Cable)	2,51,000
श्री रतन जी, गिर्राज जी पुंगलिया	2,00,000
श्री राधे जी राठी	2,00,000
श्री रामकिशन जी,द्वारका प्रसाद जी मूंदड़ा (सुजानगढ़)	1,11,111
श्री दीपक जी माहेश्वरी, संजय जी माहेश्वरी (चांडक)	1,11,000
श्री नारायण जी धूपड़	1,00,000
श्री महेश जी परवाल (MTC)	1,00,000

स्व. श्री प्रभुदयाल जी सोमानी

आपके द्वारा दी गई सहयोग राशि आयकर अधिनियम की धारा 80 जी में छूट के लिए मान्य होगी। उपरोक्त योजना की लागत लगभग 2.50 करोड़ रुपये होगी अत: इस पुनीत कार्य में अधिक से अधिक सहयोग राशि देकर भागीदार बनें।

संशोधन : जयपुर माहेश्वरी पत्रिका के दिसम्बर, 21 के अंक में पृष्ठ संख्या 35 पर 'मोक्षधाम के जीर्णोद्धार हेतु' आभार में ' श्री श्रीगोपाल जी, श्री कमल कुमार जी काबरा- राशि रुपये 2,51,000 पढ़ें।

श्री खगेश चितलांगिया संयोजक मनोनीत

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर के स्थापना दिवस 'सूर्य सप्तमी' 7 फरवरी, 2022 को आयोजित होने वाले कार्यक्रम के लिए सर्वसम्मति से श्री खगेश चितलांगिया को संयोजक मनोनीत किया गया है।

वृद्धाश्रम

1. दिनांक 19-12 -2021को महेश अस्पताल की वार्षिक सभा के अंतर्गत (उत्सव में) आश्रमवासियों को डिनर करवाया गया। सहयोग - श्री श्याम दास मंत्री उपाध्यक्ष महेश अस्पताल।
2. श्रीमती चंदा देवी धर्मपत्नी श्री रामेश्वर प्रसाद बियानी के जन्मदिन के उपलक्ष्य में आश्रम को खाद्य सामग्री की व्यवस्था करवाई गयी। (लगभग 6600 /- रुपए) संपर्क - श्री डी. पी. बियानी।
3. दिनांक 01-01-2022 को समाज के पूर्व अध्यक्ष एवं संरक्षक स्व. श्री सतीश चंद लोईवाल के जन्मदिन के उपलक्ष्य में आश्रमवासियों को डिनर करवाया गया। सहयोग-लोईवाल परिवार ।
4. दिनांक 05-01-2022 को श्रीमती पुष्प देवी धर्मपत्नी स्व. श्री सीताराम जी बियानी द्वारा आश्रम में डिनर की व्यवस्था करवाई गयी। सहयोग- श्री श्याम दास मालपानी हरमाड़ा, पुलकित धूत।
5. दिनांक 12-01-2022 को श्री सत्यनारायण असावा सुपुत्र स्व. श्री भगवान सहाय असावा ने अपने जन्मदिन के उपलक्ष्य में आश्रम में डिनर की व्यवस्था करवाई गयी। सहयोग - श्री शरद असावा।
6. श्रीमती सीता देवी मालीवाल मेमोरियल ट्रस्ट द्वारा प्रत्येक आश्रमवासियों को आधा किलो बादाम भेंट किये। संपर्क - श्रीमती मानसी मालीवाल ।
7. श्रीमती मोनिका सुपुत्री श्री प्रकाश चंद साबू ने हर वर्ष की भांति प्रत्येक आश्रमासियों को 250 ग्राम अखरोट गिरि (उच्च क्वालिटी) की भेंट की।
8. दिनांक 10-01-2022 को सुश्री ऋत्रिका एवं रियांशी सुपुत्री श्री शिशिर साबू सुपौत्री श्री राधेश्याम साबू (नांवा वाले) ने अपने जन्मदिन पर आश्रमवासियों को लंच हेतु सहयोग दिया।

सभी सहयोगियों और दानदाताओं का आभार एवं अभिनन्दन।

मालचंद बाहेती

वरिष्ठजन आवास एवं कल्याण मंत्री, 9829461340, 8078635596

एमपीएस इंटरनेशनल में निशुल्क वैक्सीन शिविर

एमपीएस इंटरनेशनल में कोरोना संक्रमण से बचाव के लिए 15 से 18 वर्ष तक के विद्यार्थियों के लिए कोरोना वैक्सीन लगाने के लिए निशुल्क वैक्सीनेशन शिविर का आयोजन किया गया। शिविर में विद्यार्थियों ने उत्साह पूर्वक वैक्सीनेशन करवाया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि प्रसिद्ध समाजसेवी कृष्ण प्रकाश मालपानी, महावीर नोवाल और ईसीएमएस अध्यक्ष प्रदीप बाहेती सहित कई लोग मौजूद रहे। अध्यक्ष प्रदीप बाहेती ने कहा कि किशोरों को इस महामारी से बचाने - के लिए टीकाकरण व सावधानी ही एकमात्र उपाय है। सभी को कोरोना वायरस से बचने के लिए कोविड-19 नियमों का पालन करना चाहिए।

हड्डी रोगों का नि:शुल्क शिविर आयोजित

श्री माहेश्वरी डायलिसिस, डायग्नोस्टिक एण्ड रिसर्च सेन्टर, निर्माण नगर में हड्डी रोग सम्बन्धी नि:शुल्क परामर्श शिविर का रविवार, 9 जनवरी को आयोजन किया गया। इस अवसर पर वरिष्ठ हड्डी एवं जोड़ रोग विशेषज्ञ डॉ. अरुण परतानी द्वारा 32 लोगों को परामर्श दिया गया तथा फिजियो सत्र भी आयोजित किया।

शिविर में श्री संजय बाहेती, स्वास्थ्य मंत्री श्री दामोदर फलोड़, संयोजक श्री अंकुर बल्लभ चितलांगिया, श्री राजकुमार अजमेरा, श्री आर.सी. माहेश्वरी, श्री विकास मंत्री आदि उपस्थित थे।

समारोह में डॉ. अरुण परतानी एवं उनके पिताश्री श्री सीताराम जी पटवारी का तुलसी का पौधा देकर सम्मान किया गया।

महेश कॉलोनी में ब्लड कलैक्शन सेन्टर का शुभारम्भ

श्री माहेश्वरी डायलिसिस डायग्नोस्टिक एण्ड रिसर्च सेन्टर द्वारा टोंक रोड़ स्थित महेश कॉलोनी के महेश सत्संग भवन के बेसमेंट में ब्लड कलेक्शन सेन्टर का उद्घाटन वरिष्ठ नेत्र रोग विशेषज्ञ डॉ. आर. के. जाजू द्वारा किया गया।

समाज अध्यक्ष श्री प्रदीप बाहेती ने इस मौके पर कहा कि महेश कॉलोनी व आस-पास के क्षेत्र के बन्धुओं को इस सेन्टर में की जाने वाली खून की जाँच, ई.सी.जी. सहित अन्य जाँच सुविधाओं का अधिक से अधिक लाभ लेना चाहिए।

श्री सांवर मल परवाल ब्लड कलैक्शन सेन्टर के संयोजक

महेश कॉलोनी स्थित महेश सत्संग भवन के बेसमेन्ट में ब्लड कलैक्शन सेन्टर के संयोजक श्री सांवरमल परवाल को मनोनीत किया गया है। इस सेन्टर पर घर से सेम्पल लेने की सुविधा भी है। अधिक जानकारी के लिए फोन नं. 0141-3511267 एवं मो.नं. 8306300165 पर भी सम्पर्क कर सकते हैं।

व्यवसाय में सफलता के लिए जरूरी होता है जुनून:

ज्योति माहेश्वरी

-पड़ाव-दर-पड़ाव पुस्तक पर बातचीत

रचनात्मकता व सृजनशीलता पर किसी का विशेषाधिकार नहीं होता। कोई भी व्यक्ति, जिसमें विचारशीलता है, गहन भावनाएं हैं, अध्ययन की प्रकृति है, तो वह कोई भी रचना कर सकता है। क्योंकि रचना या कला भावनाओं से ही निकलती है। वह किस क्षेत्र से है, यह कोई मायने नहीं रखता। कोई भी लेखक जन्मजात नहीं होता। जीवन के अनुभव, संघर्ष और परिस्थितियां उसे लेखक बनाती हैं।

ऐसे सफल उद्योगपति ने अपने जीवन पर लिखी हुई पुस्तक ''पड़ाव-दर-पड़ाव'' मुझे भेंट की थी। पुस्तक इतनी रोचक व प्रेरणादायी थी कि मैं कुछ समय बाद ही उनसे चर्चा करने पहुँच गया।

यह सफल उद्योगपति हैं ज्योति माहेश्वरी। राजस्थान के बगड़ कस्बे में जन्मे ज्योति माहेश्वरी ने व्यवसाय के क्षेत्र में अपार ख्याति अर्जित की। व्यवसाय में व्यस्त रहने के बावजूद पुस्तक लेखन का विचार कैसे आया। इस सम्बन्ध में उनसे पूछने पर उन्होंने बताया कि यह विचार उन्हें पहले से पसंद था। कुछ कविताएँ भी लिखीं। प्रसिद्ध साहित्यकार व स्तम्भकार शरद जोशी से मेरे घनिष्ठ सम्बन्ध थे।

माहेश्वरी ने बताया कि मैं महसूस कर रहा था कि मुझे गद्य लेखन के क्षेत्र में कुछ करना चाहिए। इसीलिए अपने जीवन के अनुभवों के संस्मरण लिखने शुरू कर दिए। उस समय सोचा भी नहीं था कि यह संस्मरण किताब का रूप ले लेंगे। किताब का ध्यान इसलिए भी नहीं था, क्योंकि मैं सोचता था कि मेरे संस्मरणों की किताब कौन पढ़ेगा? पर जब संस्मरणों की संख्या अधिक हो गई, तो उसे पुस्तक रूप में छपवाने का मोह हो आया।

पुस्तक छपने के बाद जब उन्होंने अपने परिजनों, मित्रों व शुभचिंतकों को दी, तो उसे पढ़ने के बाद सबने उसकी मुक्तकंठ से प्रशंसा की।

ज्योतिजी बताते हैं कि उन्होंने इसकी उम्मीद नहीं की थी। वह अपने संस्मरणों को बहुत ही साधारण मान रहे थे। पर जिन्होंने भी पढ़ा, इस संस्मरणों को अद्भुत और प्रेरणादायक बताया। उनका कहना था कि लेखक ने जिस साधारण भाषा व शैली में जीवन में सफलता के रास्ते व सूत्र लिखे हैं, वह अद्वितीय हैं। व्यवसाय में सफलता के लिए उन्होंने लिखा कि इसके लिए जुनून जरूरी है। जुनून कम होते ही व्यवसाय उतार पर आ जाता है।

उन्होंने पारिवारिक सम्बन्धों, भावनाओं व मातृभूमि के प्रति अपने लगाव को भी बड़े प्रभावी ढंग से लिखा है। उनका कहना है कि मानवीयता व करुणा के बिना जीवन में कुछ नहीं है। वह हमेशा संस्कारों से जुड़े रहे। महानगरों में रहने के बावजूद वह अपनी जन्मभूमि बगड़ से हमेशा जुड़े रहे। उनका रहन-सहन शुद्ध मारवाड़ी रहा। दूसरों की मदद में वह हमेशा तत्पर रहे। उन्होंने हमेशा टीम वर्क को महत्व दिया। पुस्तक की पठनीयता व महत्व इसी से समझा जा सकता है कि दस वर्ष में इसका तीसरा संस्करण प्रकाशित हो गया। कुल मिलाकर ''पड़ाव-दर-पड़ाव'' एक अद्वितीय कृति साबित हुई है।

-चन्द्रमोहन शारदा

श्री माहेश्वरी डायलिसिस, डायग्नोस्टिक एण्ड रिसर्च सेन्टर, निमार्ण नगर, जयपुर प्रथम प्रबन्ध समिति का गठन।

श्री माहेश्वरी डायलिसिस, डायग्नोस्टिक एण्ड रिसर्च सेन्टर, निर्माण नगर, जयपुर के लिए 24 सदस्यीय प्रथम प्रबंध समिति का गठन किया गया है।

श्री प्रदीप बाहेती	-	समाज अध्यक्ष
श्री गोपाल लाल मालपानी	-	समाज महामंत्री
श्री राधाबल्लभ अजमेरा	-	कोषाध्यक्ष (समाज)
श्री दामोदर फलोड़	-	स्वास्थ्य मंत्री
श्री श्रीबल्लभ मारू	-	भवन मंत्री (समाज)
श्री गिर्राज मनिहार	-	वाईस चेयरमैन
श्री जितेन्द्र फलोड़	-	वाईस चेयरमैन
श्री महेश परवाल (MTC)	-	प्रशासनिक सचिव

सदस्यगण: सर्वश्री नटवर गोपाल मालपानी, संजय बाहेती, जमनादास मनिहार, सुनील मालपानी, सुरेन्द्र कुमार बजाज, अर्जुन बाहेती, डॉ. राम चितलांग्या, राहुल माहेश्वरी, मुकुल माहेश्वरी, कमल कुमार काबरा, लेखराज लद्दड़, तेजप्रकाश रांधड, विनोद गट्टानी, नन्दकिशोर कोठ्यारी, किशन डागा, राजेन्द्र करनानी।

हार्दिक बधाई एवं आभार

श्री अनिल सारडा उपाध्यक्ष निर्वाचित

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर के उपाध्यक्ष पद के सम्पन्न हुए चुनाव में समाजसेवी व प्रसिद्ध चार्टर्डेड एकाउंटेंट श्री अनिल शारदा चुने गए। उल्लेखनीय है कि वर्तमान में उपाध्यक्ष पद पर आसीन श्री मुरलीधर जी राठी को समाज संरक्षक मनोनीत किए जाने पर उक्त पद के लिए चुनाव सम्पन्न हुए।

श्री राकेश जी माहेश्वरी (मालपानी) IAS को भारत सरकार के गृह मंत्रालय में विशेष सचिव बनने पर हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएँ...

श्रीमती ज्योति तोतला को भारतीय जनता पार्टी, जयपुर शहर महिला मोर्चा में कोषाध्यक्ष बनने पर हार्दिक बधाई एवं शुभकामनाएं...

तरुण मंत्री प्रथम स्थान पर

श्री माहेश्वरी नवयुवक मण्डल, जयपुर द्वारा आयोजित जुनून स्पोर्ट्स फेस्ट-2021 में 18 वर्ष तक की आयु के बालवर्ग में टेबिल टेनिस प्रतियोगिता में प्रथम स्थान प्राप्त करने पर **तरुण मंत्री पुत्र श्रीमती मीनू-प्रकाश मंत्री** को हार्दिक बधाई।

समाज बन्धुओं को नववर्ष पर ई-मित्र प्लस मशीन की सौगात

ई-मित्र प्लस (एटीएम) मशीन का शुभारंम्भ महामंत्री गोपाल लाल मालपानी एवं रमेश चन्द जाखोटिया-संगठन मंत्री के कर-कमलों से किया गया। इस अवसर पर ई-मित्र संयोजक सार्जेंट लालचंद कचोलिया, प्रभारी सुरेश मीणा व कमलेश शर्मा भी उपस्थित थे।

ई-मित्र प्लस मशीन पर उपलब्ध सेवायें: आमजन ई-मित्र प्लस पर उपलब्ध निम्न प्रकार की सरकारी एवं निजी सेवाओं को आसानी से प्राप्त कर सकते है।

सरकारी सेवायें:-

- **प्रमाण पत्र देखें/छापे:-** विभिन्न विभागों द्वारा जारी किये जाने वाले प्रमाण पत्र जैसे मूल निवास, ईडब्लूएस, सामान्य जाति, अल्प-संख्यक, जन्म, मृत्यु, विवाह पंजीकरण, विकलांगता, पुलिस सत्यापन प्रमण पत्र आदि।
- **भूमि रिकार्ड देखें:-** कोई भी व्यक्ति अपनी भूमि की जानकारी खसरा नम्बर के आधार पर प्राप्त कर सकते है।

बिल भुगतान सेवायें:-

- पानी के बिल, बिजली के बिल एवं सभी पोस्टपेड मोबाईल बिल इत्यादि सेवायें प्राप्त की जा सकती है।

वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग:-

- सरकारी अधिकारीयों से लाइव सेशन द्वारा सीधे बात करना।
- समय-समय पर विभिन्न योजनाओं व सेवाओं की जानकारी तथा प्रशिक्षण।

अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए मो. न. 9413005499 से सम्पर्क कर सकते है।

श्री मुकुन्द साबू

सीए, सीएस श्री मुकुन्द साबू सुपुत्र श्रीमती (डॉ.) मीना-रमेश साबू को AIR-35 प्राप्त करने एवं Securities and Exchange Board of India (SEBI) में Grade -A Office ऑफिसर चयनित होने पर हार्दिक बधाई।

नवदम्पत्तियों को सुखमय जीवन की शुभकामनाएँ

दिनांक	वर	वर के पिता/माता	वधू	वधू के पिता/माता
22.12.2021	यश	श्री अनिल लखोटिया	पायल	श्री जगदीश जी
26.12.2021	प्रणव	डॉ. सविल मून्दड़ा	पल्लवी	श्री विष्णु मुच्छाल
06.01.2022	मधुसूदन	श्री ओमप्रकाश धूत	नवनीत	श्री बीर सिंह

महेश अस्पताल की असाधारण सभा तथा सम्मान समारोह आयोजित

महेश अस्पताल की असाधारण सभा संस्था अध्यक्ष श्री श्याम सुन्दर डागा की अध्यक्षता में आयोजित की गई जिसमें संस्था के विधान में आवश्यक परिवर्तन सर्वसम्मति से पारित किये गये। संशोधनों में मुख्य रूप से पदाधिकारियों की पात्रता आयु न्यूनतम 45 वर्ष तथा अस्पताल की कार्यकारिणी का एक सत्र के लिए सदस्य होना आवश्यक रखा गया है। इनमे से अध्यक्ष, उपाध्यक्ष तथा सचिव के लिए दो सत्रों के लिए कार्यकारिणी सदस्य जिसमें से एक सत्र के लिए पदाधिकारी होना आवश्यक किया गया है।

इस अवसर पर अस्पताल के भूमि प्रदाता खटोड़ परिवार के सदस्यों, संरक्षक सदस्यों, पूर्व अध्यक्ष तथा मानद् सचिव, सभी दानदाता सहयोगियों, अस्पताल डॉक्टर्स तथा मेडिकल स्टाफ, का भी सम्मान किया गया। सम्मान समारोह के मुख्य अतिथि प्रमुख समाजसेवी श्री ज्योति माहेश्वरी तथा स्वागताध्यक्ष समाजसेवी श्री रामसहाय मांधना थे। समारोह की अध्यक्षता भूतपूर्व अध्यक्ष श्री एम.जी. राठी ने की।

अस्पताल में हाल ही में लगे 20 किलोवाट क्षमता के सोलर पैनल सिस्टम का उद्घाटन सोसायटी के अध्यक्ष श्री श्यामसुन्दर डागा के कर-कमलों से हुआ। श्री तेजप्रकाश रान्दड़ का सोलर पैनल लगाने में पूरा सहयोग रहा।

कार्यक्रमों में अस्पताल के सभी पदाधिकारी सर्वश्री श्याम सुन्दर डागा, देवीनारायण खटोड़, श्यामदास मंत्री, ओमप्रकाश मांधना, मोतीचन्द कचोलिया, रामअवतार आगीवाल, सत्यनारायण मोदानी, राजेन्द्र मूंदड़ा एवं कार्यसमिति के सदस्य सर्वश्री अशोक खटोड़ (विजयबाड़ी), अशोक फलोड़ (मुरलीपुरा), बृजेश कुमार लढ्ढा, कैलाश खटोड़, प्रमोद लखोटिया, गोपाल तामड़ी, रमेश चन्द माहेश्वरी, श्रीमती उमा परवाल इत्यादि के साथ ही अन्य सदस्यों एवं अस्पताल के चिकित्सा अधीक्षक डॉ. बी.एम. रतूड़ी, डॉ. सुनीता माहेश्वरी एवं अन्य सभी स्टाफ उपस्थित रहे। मंच संचालन एवं संयोजन श्री रामकिशन सोनी, श्रीमती सविता राठी एवं श्रीमती नीति मनिहार ने किया।

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर का जनगणना कार्य पूर्ण

समाजसेवी समाज के कार्यकर्तागण जिनके सहायोग से जनगणना का कार्य पूर्ण हुआ है। उन्हें समाज की तरफ से बहुत-बहुत धन्यवाद एवं आभार।

जनगणना फार्म भरते समय सदस्यों ने जो जयपुर के पते की (आईडी) आधार/सरकारी वोटर आईडी/पासपोर्ट लगाया है उन्हें आईडी पर अंकित पते पर ही सदस्यता प्रदान की जाएगी तथा समाज के विधानानुसार समाज के होने वाले आगामी चुनावों में आईडी पर अंकित पते पर ही चौकड़ी का निर्धारण किया जायेगा तथा उन्हें उसी चौकड़ी में मतदान का अधिकार होगा।

रमेश चन्द जाखोटिया
(संगठन मंत्री)

ऐ सुख! तू रहता कहां?

क्या है तेरा पता
ढूंढ रहा हूं गली-शहर
भटक रहा हूं दर-बदर
ढूंढा तुझे ऊँचे महल मकानों में
बड़े सेठ धनवानो में
ऊँची-ऊँची दुकानों में
खेत खलिहानों में
पहाड़ों, नदियों और झरनों में
जमीन जायदाद और गहनों में
नहीं मिला तेरा कोई ठिकाना
अब तक हूं तुझ से बेगाना
थक हार कर बैठ गया
सहसा कुछ सुनाई दिया
क्यों ढूंढ रहे हो इधर-उधर
मैं तो रहता हूं सबके अंदर
मैं हूं बच्चों की निश्चल मुस्कानों में
दीन-दुखियों की सेवा में
माता-पिता के आशीष में
भाई-बहन के प्यार में
पत्नी के साथ में
मित्र के सहयोग में
मंदिर की घंटियों में
मत ढूंढो मुझे भौतिक सुखों और मोह-माया में
मैं तो हूं अंतर्मन की शीतल छाया में

■ विनीता काबरा

डॉ. रवि मोदानी को Best Global Chapter Award

दी इंडस एंटरप्रेन्योरसस, सिलिकॉन वैली (TIE) ने अपने राजस्थान चैप्टर को 15 देशों और 61 चैप्टर्स में से 'सर्वश्रेष्ठ चैप्टर' घोषित किया गया, जिसके लिए अध्यक्ष डॉ. रवि मोदानी ने अवार्ड प्राप्त किया।

दुबई में हुए TiE ग्लोबल सम्मिट 2021 और एनुलअ चैप्टर एक्सीलेंस अवार्ड्स के अवार्ड समारोह में TiE के वैश्विक लीडर्स से अवार्ड प्राप्त करते हुए डॉ रवि मोदानी ने बताया कि 'ऐसे वर्ष में जिसमें बहुत परिवर्तन हुए है, ये अवार्ड मिलना उनके लिए बहुत गौरव की बात है। TiE राजस्थान पिछले 20 सालों से Entrepreneurial ecosystem में विकास करता आ रहा है और ये अवार्ड भी चैप्टर के पिछले लीडर्स, सदस्यों और वर्तमान टीम की दूरदृष्टि, ऊर्जा और उत्सुकता का परिणाम है।

अ. भा. माहेश्वरी महासभा द्वारा संचालित आर्थिक सहायता योजनाएँ

आपको चाहे निजी व्यवसाय शुरू करने के लिए ऋण चाहिए या रोजगार या उच्च शिक्षा के लिए आर्थिक सहायता, आप हमेशा अपने समाज के शीर्ष संगठन को अपने साथ पाएंगे। ऐसे जीवंत समाज की एक इकाई होने पर हमें वाकई में सुखद गर्व की अनुभूति होती है। भारत के लगभग हर शहर यहां तक कि उन गांवों में भी, जहाँ 20 - 30 माहेश्वरी परिवार रहते हों, माहेश्वरी भवन के नाम से एक सुन्दर भवन अवश्य मिल जायेगा। जो न केवल स्थानीय माहेश्वरी जनों के काम में आता है बल्कि सम्पूर्ण गांव वालों के लिए भी सहज ही उपलब्ध रहता है। माहेश्वरी समाज के अनेकों प्रकल्प हर शहर / गांव में उपलब्ध हैं- जनोपयोगी भवन, अस्पताल, मंदिर, धर्मशालाएं, स्कूल-कॉलेज, प्याऊ, वृद्धाश्रम, डायग्नॉस्टिक, डायलिसिस सेंटर आदि के रूप में जरूरतमंद समाजजनों के लिए महासभा द्वारा संचालित इतनी आर्थिक योजनाएं है कि, जानकर एक आम समाजजन चमत्कृत हो उठता है। आप जिस भी क्षेत्र में आर्थिक सहयोग चाहते हैं, प्रत्येक क्षेत्र में हमारे समाज की कोई न कोई आर्थिक सहायता योजना उपलब्ध है। यह बहुत बड़ी बात है कि एक व्यक्ति के जीवन के हर क्षेत्र में केंद्र व राज्य सरकारों की तर्ज पर माहेश्वरी समाज ने अपने समाजजनों के विकास हेतु विभिन्न ट्रस्टों के माध्यम से अनेकों सहायता योजनाएं संचालित कर रखी हैं। इन योजनाओं का संक्षिप्त परिचय निम्न प्रकार है-

1. **गंभीर बीमारी के इलाज हेतु आर्थिक सहायता**
   सेतू श्री बांगड़ माहेश्वरी मेडिकल वेलफेयर सोसाइटी, भीलवाड़ा। 1, मेन सेक्टर, शास्त्री नगर, भीलवाड़ा - 311001 (राज.) मो. 9166802694 E-mail : abmm@sangamgroup.com
   (गंभीर बीमारी में आर्थिक सहायता)।
2. **निराश्रित व विधवा बहनों को मासिक आर्थिक सहायता**
   सेतू-श्री कृष्णदास जाजू स्मारक ट्रस्ट, भीलवाड़ा। 1, मेन सेक्टर, शास्त्री नगर, भीलवाड़ा - 311001 (राज.) मो. 9166802694 E-mail : abmm@sangamgroup.com
   (विधवा व निराधार महिलाओं को मासिक आर्थिक सहायता)
3. **निजी व्यवसाय आरंभ करना चाहे तो 50000/- से 3 लाख तक की राशि ऋण सहायता के रूप में**
   सेतू- श्री आदित्य विक्रम बिड़ला मेमोरियल व्यापार सहयोग केंद्र, चेन्नई। न. 4, रामनं रोड, चेन्नई-600079 (तमिलनाडु) फोन : (044) 25299052, मो. 6376259881 ई-मेल : avbmkendra@gmail.com
   (समाज बंधुओं को अपना निजी व्यवसाय प्रारम्भ करने हेतु 50000 से 200000 रुपये तक ऋण सहायता)
4. **उच्च शिक्षा हेतु छात्रवृत्ति के रूप में सहयोग**
   सेतू - श्री रामगोपाल माहेश्वरी स्मृति शिक्षा केंद्र, चेन्नई। न. 4, रामनं रोड, चेन्नई-600079 (तमिलनाडु) फोन: (044) 25299052, मो. 6376259881 ई-मेल : avbmkendra@gmail.com (उच्च शिक्षा के लिए छात्रवृति के रूप में सहयोग)
5. **तकनीकी उच्च शिक्षा हेतु बैंकों से लिए ऋण पर ब्याज सहायता**
   सेतू - बद्रीलाल सोनी माहेश्वरी शिक्षा सहयोग केंद्र, भीलवाड़ा।
   1, मेन सेक्टर, शास्त्री नगर, भीलवाड़ा - 311001 (राज.) मो. 9166802694 E-mail : abmm@sangamgroup.com
   (तकनीकी शिक्षा हेतु बैंकों से लिए गए ऋण पर ब्याज सहायता, व्यावसायिक शिक्षा, स्नातक, स्नातकोतर शिक्षा, प्रशासनिक सेवा अध्ययन एवं विदेश में अध्ययन हेतु छात्रवृत्ति)
6. **साहसिक कार्य करनेवाले समाजजनों को पुरस्कृत करना**
   सेतु - श्री कोठारी बंधु शौर्य स्मृति ट्रस्ट, वाराणसी।
7. **नि:शुल्क नियमित डायलिसिस सुविधा**
   सेतू - श्रीमति बसंती बाई लक्ष्मीनारायण जी चांडक चेरिटेबल रिसर्च फाउंडेशन, अकोला।
   (दो लाख से कम वार्षिक आयवाले माहेश्वरी परिवार के मरीजों को डायलिसिस सुविधा नि:शुल्क)
8. **महिला सशक्तिकरण व उनको रोजगार कार्यों के विकास हेतु**
   सेतू - माँ रतनी देवी काबरा माहेश्वरी महिला सशक्तिकरण ट्रस्ट।
   (भविष्य में महिला सशक्तिकरण एवं उन्हें रोजगारोन्मुख कार्यों के विकास के लिए)
9. **प्री-प्राईमरी व प्राईमरी शिक्षा हेतु आर्थिक सहायता**
   सेतू- a) ए.बी.एम.एम. महेश भगवती बल्दवा एजुकेशनल फाउंडेशन, नागपुर।
   b) मोहिनी देवी चुन्नी लाल सोमानी ए.बी.एम.एम. फाउंडेशन, नागपुर।
   माहेश्वरी महासभा भवन, आग्याराम देवी मंदिर रोड, एस. टी. स्टैंड चौक, गणेशपेठ, नागपुर-440018 फोन: 0712- 2736625, 2734205
   (प्री प्राईमेरी और प्राईमेरी शिक्षा सहायता के लिए)
10. **देश के विभिन्न शहरों में उच्च अध्ययन हेतु महासभा के बेहतरीन व्यवस्था वाले छात्रावास**
    सेतू- अखिल भारतीय माहेश्वरी एजुकेशनल एण्ड चैरिटेबल ट्रस्ट (कोटा व दिल्ली में छात्राओं के लिए भी अलग छात्रावास कार्यरत है) कोटा / पूना / भिलाई 7 इंदौर / मुंबई / दिल्ली
    Visit : www.maheshwarimahasabha.org
11. **आकस्मिक आपदा का सामना कर रहे हों, तो आर्थिक सहायता**
    सेतू - ए. बी. एम. एम. माहेश्वरी रिलीफ फाउंडेशन, नागपुर।
    (आकस्मिक आपदा सहायता हेतु)
    माहेश्वरी महासभा भवन, आग्याराम देवी मंदिर रोड, एस. टी. स्टैंड चौक, गणेशपेठ, नागपुर-440018 फोन: 0712- 2736625, 2734205 7)
12. यदि आप अभी तक किराये के मकान में निवास करते है व अब निज आवास चाहते है तो भी महासभा द्वारा चयनित शहरों में आपको 3 वर्ष तक प्रोत्साहन राशि आर्थिक सहायता का प्रावधान किया गया है-
    सौजन्य - अखिल भारतीय माहेश्वरी महासभा, नागपुर।

सहायता हेतु आप निम्न व्यक्तियों से संपर्क कर सकते हैं -

1. अध्यक्ष	पश्चिमांचल प्रादेशिक माहेश्वरी सभा	श्री मधुसूदन बिहानी	(8890140000)
2. मंत्री	पश्चिमांचल प्रादेशिक माहेश्वरी सभा	श्री रामअवतार आगीवाल	(9413341614)
3. अध्यक्ष	जयपुर जिला माहेश्वरी सभा समिति	श्री नवल किशोर माहेश्वरी (झंवर)	(9928334010)
4. मंत्री	जयपुर जिला माहेश्वरी सभा समिति	श्री सुरेंद्र बजाज	(9829026427)

यह आयोजन 15 व 16 जनवरी, 2022 को होना था, जो कोरोना गाइड लाइन की वजह से स्थगित होकर निम्नानुसार होगा

।। श्री गणेशाय नमः।।

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर के विवाह प्रकोष्ठ के रजत जयन्ती वर्ष के उपलक्ष में

21वां दो दिवसीय अखिल भारतीय माहेश्वरी युवक-युवती

परिचय सम्मेलन

26-27 मार्च, 2022

आयोजन स्थल : 'उत्सव' जनोपयोगी भवन, सेक्टर-2, विद्याधर नगर, जयपुर-302039

निर्धारित शुल्क

पंजीयन एवं बायोडेटा प्रकाशन (एक स्मारिका सहित) शुल्क	600
आवास व्यवस्था	500
स्मारिका शुल्क	300
डाक खर्च	100

परिचय स्मारिका विज्ञापन दरें

अंतिम आवरण	41000	स्मारिका का प्रथम पृष्ठ	25000
द्वितीय आवरण	25000	स्मारिका का अंतिम पृष्ठ	25000
तृतीय आवरण	25000	पूर्ण पृष्ठ आर्ट पेपर (रंगीन)	10000
		आधा पृष्ठ आर्ट पेपर (रंगीन)	5000

भुगतान चेक/NEFT द्वारा "SHRI MAHESHWARI SAMAJ, JAIPUR" के नाम से बैंक ऑफ बड़ौदा Bank of Baroda, शाखा त्रिपोलिया बाजार, जयपुर में A/c. No. 12860100013762 IFSC Code : BARB0TRIPOL (पांचवां अक्षर जीरो) के नाम से जारी करें।

परिचय सम्मेलन : जोन संयोजक

नाम	दायित्व	मोबाइल	नाम	दायित्व	मोबाइल
गोपेश भण्डारी	Zone-1	7665460046	हरीश मालू	Zone-4	9829013030
अनुराधा कचोलिया	Zone-1	9468964246	संतोष बजाज	Zone-4	9571322276
श्री नंदन भाला	Zone-2	9314511087	सुनील नोगजा	Zone-5	9414204024
शोभा खटोड़	Zone-2	9351222708	ज्योति हुरकट	Zone-5	9001177555
श्याम सुन्दर मूंदड़ा	Zone-3	8562060001	सुरेश जैथलिया	Zone-6	9828466258
शीला मूंदड़ा	Zone-3	8619130034	अर्चना काबरा	Zone-6	9314501322

परामर्शक

नाम	मोबाइल
सुमन लद्ढा	9314501973
राधाकिशन मालपानी	9414059938
मालचन्द बाहेती	9829461340
सत्यनारायण सोमानी	9828018789
सत्यनारायण काबरा (श्रीमाधोपुर)	9829019451
पुरुषोत्तम परवाल	9414409146
विनोद कुमार बिहानी	9829051540
सविता पटवारी	9214053250

निवेदक

प्रदीप बाहेती अध्यक्ष	गोपाल लाल मालपानी महामंत्री	नथमल मालू चेयरमैन-विवाह प्रकोष्ठ 98870-21162	रमेश चन्द परवाल वाइस चेयरमैन-विवाह प्रकोष्ठ 93148-70491	विष्णु लद्ढा मंत्री विवाह प्रकोष्ठ 98290-17635
देवेन्द्र झंवर संयोजक-परिचय सम्मेलन 98290-54556	रामदास कोठ्यारी कोषाध्यक्ष, परिचय सम्मेलन 98280-13838	अम्बिका प्रसाद बियानी प्रबंध संपादक 94132-08992	श्यामरतन पटवारी विज्ञापन संयोजक 98291-06996	घनश्याम भण्डारी कार्यालय समन्वयक 94149-91967

परिचय सम्मेलन हेतु online फार्म website : www.jaipurmaheshwari.com पर उपलब्ध है। भुगतान करने पर screen shot 8619530451 पर भेजें।

।। श्री गणेशाय नमः।।

कार्यालय : 86195-30451

श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर

माहेश्वरी इंटरनेशनल मैरिज ब्यूरो, जयपुर MIMB

प्रशासनिक कार्यालय : तृतीय मंजिल, एमपीएस इंटरनेशनल स्कूल, तिलक नगर, जयपुर–302004

E-mail : mimbjpr@gmail.com • Website : www.jaipurmaheshwari.com

21वां अ.भा. माहेश्वरी विवाह योग्य युवक–युवती परिचय सम्मेलन

सम्मेलन स्थल : 'उत्सव' जनोपयोगी भवन, सेक्टर–2, विद्याधर नगर, जयपुर–302039

प्रत्याशी की फोटो चिपकायें

शनिवार, 26 मार्च व रविवार 27 मार्च 2022

प्रत्याशी का नाम _____

पिताजी/माताजी का नाम _____

प्रत्याशी की सांख/गोत्र _____ ननिहाल की सांख/गोत्र _____

जन्म दिनांक D D M M Y Y Y Y जन्म समय _____ जन्म स्थान _____

शिक्षा एवं योग्यता _____

प्रत्याशी का व्यवसाय / सर्विस _____ पैकेज _____

लम्बाई : फीट ☐ इंच ☐ रंग .....

पिता/अभिभावक का व्यवसाय _____

मोबाइल नं. : _____

पत्राचार का पता : _____

शहर _____ राज्य _____ पिनकोड _____

ई-मेल. (capital letter) _____

मोबाइल नं. _____ व्हाट्सएप नं. _____

नानाजी/मामाजी का नाम व स्थान _____ मोबाइल नं. _____

पत्रिका मांगलिक है – ☐ मांगलिक नहीं है ☐ मिलाना जरूरी है ☐ मिलाना जरूरी नहीं है ☐

भाई ☐ बहिन ☐

विशिष्ट प्रत्याशी– विधवा / विधुर / तलाकशुदा / दिव्यांग / अधिकआयु (35 वर्ष से ऊपर)

दिनांक ..... हस्ताक्षर संकलनकर्ता ..... हस्ताक्षर प्रत्याशी अभिभावक .....

सम्पर्क सूत्र :

रमेश चन्द परवाल	विष्णु लद्ढा	देवेन्द्र झंवर	रामदास कोठ्यारी	घनश्याम भण्डारी
वाइस चेयरमैन-विवाह प्रकोष्ठ	मंत्री विवाह प्रकोष्ठ	संयोजक, परिचय सम्मेलन	कोषाध्यक्ष, परिचय सम्मेलन	कार्यालय समन्वयक
93148-70491	98290-17635	98290-54556	98280-13838	94149-91967

रसीद क्रमांक :

स्मारिका क्रमांक :

वर्चुअल इंटरेक्शन में जयपुर के

कार्तिक गग्गर का नरेन्द्र मोदी से संवाद

देशभर की पारंपरिक कला एवं संस्कृति के प्रमोशन पर कार्य कर रहे स्टार्टअप राजस्थान स्टूडियो के सीईओ एवं फाउंडर कार्तिक गग्गर ने वर्चुअल इंटरेक्शन में पीएम नरेंद्र मोदी को प्रेजेंटेशन दिया। जयपुर स्थित एनआईसी कार्यालय में आयोजित इस वर्चुअल इंटरेक्शन में कार्तिक ने भारत के 9 राज्यों और 11 शहरों के 26 स्टार्टअप का प्रतिनिधित्व करते हुए 'लोकल टू ग्लोबल' थीम पर केंद्रित नीतिगत सुझाव भी दिए। यह इंटरेक्शन भारत सरकार के वाणिज्य और उद्योग मंत्रालय के उद्योग एवं आंतरिक व्यापार संवर्धन विभाग की ओर से आयोजित किया गया। इस अवसर पर पीएम नरेन्द्र मोदी ने कार्तिक के सुझाव की प्रशंसा करते हुए कहा कि आजादी के 75वें साल के अवसर पर देश के स्कूल एवं कॉलेजों के बच्चों का एक कॉम्पीटिशन करवाया जा सकता है, जिसमें वे अपने-अपने जिले और शहर में आजादी से जुड़ी घटनाओं, स्मारकों एवं इतिहास के पन्नों पर वर्चुअल क्रिएटिव वर्क करें। इन्हें आप जैसे स्टार्टअप द्वारा कंपाइलेशन करें और आजादी के 75वें वर्ष के निमित्त सम्पूर्ण देश को वर्चुअल ट्यूर आमंत्रित करें। इस अवसर पर चेन्नई, हैदराबाद, बेंगलुरु, पुणे, नोएडा एवं इंदौर से भी अलग-अलग स्टार्टअप के प्रतिनिधि शामिल हुए। ■

जसवंतगढ़ के मूल निवासी सुरेश जी गग्गर के सुपुत्र कार्तिक CA हैं। PWC मुम्बई से जुड़े रहे हैं। माता-पिता मुम्बई में ही रहते हैं, लेकिन कार्तिक मुम्बई तथा युधिष्ठिर मार्ग, सी स्कीम में निवास करते हैं तथा आदिनाथ नगर, जवाहर लाल नेहरू मार्ग पर राजस्थान के शिल्प व कलाकारों की कला संरक्षण को समर्पित अपना स्टार्टअप 'राजस्थान स्टूडियो' संचालित कर रहे हैं। इनकी पत्नी स्वाति इस स्टार्टअप की को-फाउंडर हैं। श्वसुर साहब श्री ओमप्रकाश जी लाहोटी (मूल निवासी सुजानगढ़) हैं जो WTP के पास ही रहते हैं।

कार्तिक 'कमाई कैपिटल' के फाउंडर भी हैं और 16 जनवरी को इनके स्टार्टअप 'राजस्थान स्टूडियो' की स्थापना को तीन वर्ष पूर्ण हुए हैं। संयोग है कि प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी ने भी 16 जनवरी को स्टार्टअप दिवस के रूप में मनाने की घोषणा की है।

कार्तिक के बारे में एक सबसे उल्लेखनीय बात ये है कि वे राजस्थानी भाषा के संरक्षण में जुटे हैं। स्वयं राजस्थानी भाषा में बात करना पसंद करते हैं और दूसरों को भी प्रेरित करते हैं।

अत्यंत प्रतिभाशाली, योग्य और विनम्र कार्तिक का अपनी मातृभूमि और मातृभाषा के प्रति इस युवावस्था में इतना जुड़ाव और समर्पण प्रशंसनीय व अनुकरणीय है।

जयपुर और सम्पूर्ण माहेश्वरी समाज के गौरव में अभिवृद्धि करने वाले हमारे युवा साथी कार्तिक गग्गर का अभिनंदन।

– **श्री संजय माहेश्वरी,** निवर्तमान महामंत्री ने कार्तिक गग्गड़ की संपादक को व्हाट्सएप पर भेजी बातचीत आधारित जानकारी।

'महेश दर्पण' पत्रिका का विमोचन

जयपुर जिला माहेश्वरी सभा समिति द्वारा अपने स्थापना दिवस आयोजन के उपलक्ष्य में समाज मुख्यालय भवन पर 'महेश दर्पण' पत्रिका का विमोचन किया गया। मंत्री सुरेन्द्र बजाज ने बताया कि इस अवसर पर महेश दर्पण के प्रकाशन व विज्ञापन संग्रह से जुड़े सदस्यों व कार्यकर्त्ताओं का माला पहनाकर व शॉल ओढ़ाकर सम्मान किया गया। राजस्थान सरकार की हैल्थ इन्श्योरेंस 'चिरंजीवी' के सफल क्रियान्वयन के लिए श्री रमेश भैय्याजी' क्षेत्रीय सभा परकोटा के पदाधिकारियों को उनके द्वारा किये गये सेवाकार्यों हेतु शॉल व माला पहनाकर सम्मानित किया गया। इस अवसर पर जिला सभा द्वारा कार्यसमिति की बैठक का भी आयोजन किया गया। वक्ताओं ने महासभा द्वारा प्रदत्त विभिन्न आर्थिक सहायता योजनाओं से जरूरतमंद बंधुओं को सहायता दिलवाने हेतु सभी क्षेत्रीय सभाओं के पदाधिकारियों को आह्वान किया। सत्र के दौरान अब तक किये गये कार्यों की विस्तृत रूपरेखा प्रस्तुत की।

चित्रकार चंद्रप्रकाश गुप्ता (खटोड़) को मिला 'टोंक रत्न' और संस्कार भारती सम्मान

स्वाधीनता से स्वतंत्रता की और अमृत महोत्सव की श्रृंखला में कला व साहित्य की अखिल भारतीय संस्था संस्कार भारती, जयपुर की ओर से स्वर्ण जयंती वर्ष और सम्मान समारोह का आयोजन किया गया।

1971 युद्ध के विजय दिवस के उपलक्ष में आयोजित किए इस भव्य समारोह में राजस्थान के शहीद सैनिकों के तैल चित्र (पोट्रेट) तैयार कर शहीद के परिजनों को गाँव/ गाँव-ढाणी जाकर भेंट करने वाले जयपुर के जाने-माने वरिष्ठ चित्रकार चंद्र प्रकाश गुप्ता (खटोड़) को शाल ओढ़ाकर व स्मृति चिह्न देकर सम्मानित किया गया।

इसी के साथ टोंक में 'हनुमान सिंहल स्मृति संस्थान' की ओर से टोंक महोत्सव कार्यक्रम में चित्रकार चंद्र प्रकाश गुप्ता को 'टोंक रत्न' से सम्मानित किया गया। उल्लेखनीय है कि गुप्ता शहीदों के तैल चित्र बनाकर शहीद परिवारों को कारगिल युद्ध (1999) के समय से नि:शुल्क भेंट करते आ रहे हैं। वे अब तक करीब 280 से अधिक शहीदों के तैल चित्र तैयार कर शहीद के परिवार जनों को भेंट कर चुके हैं।

व्यवसाय में नगद व्यवहार की जोखिम

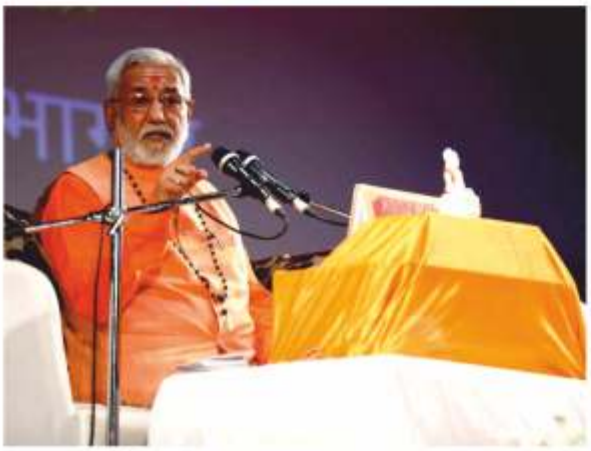
एक समय था जब किसी भी व्यापार में या लेन-देन में नगद में किये गये व्यवहार व बैंक से किये गये व्यवहार में किसी तरह का फर्क नहीं होता था, लोगों ने इस फ्रीडम का फायदा उठाना शुरू किया व जो भी ट्रांजैक्शन नगद में होते थे, उन्हें अपने खाता बही में नहीं दिखा कर आयकर व बिक्री कर की चोरी करना प्रारंभ कर दिया। इस चोरी को रोकने के लिए सरकार ने प्रारंभ में कुछ कदम उठाए। उन कदमों का प्रभाव अधिक नहीं होने से सरकार धीरे-धीरे और अधिक कठोर कदम उठाने लग गई तथा अब ऐसी स्थिति बन गई कि नगद में किसी भी तरह का व्यवहार करना पूर्ण रूप से जोखिम भरा हो गया, ऐसे व्यवहार करने पर विभिन्न कानूनों के अंतर्गत विभिन्न पेनल्टियों के प्रावधान डाल दिए गए।

हम इस लेख के माध्यम से इसी तरह के कुछ प्रावधान जो कि नगद में लेनदेन करने की वजह से प्रभावी होते हैं, का उल्लेख कर रहे हैं।

1. व्यापार में किसी भी व्यक्ति को ₹ 10,000 से अधिक का एक दिन में भुगतान नहीं किया जा सकता, यदि ऐसा किया जाता है तो यह आपकी इनकम मान ली जाएगी वह उस पर टेक्स्ट चार्ज किया जाएगा माल भाड़े के संबंध में यह लिमिट ₹ 35000 की है।
2. इसी तरह से किसी भी एक अवसर पर एक साथ ₹ 2,00,000 या अधिक का नगद प्राप्त नहीं किया जा सकता, यदि ऐसा किया जाता है तो जितनी रकम प्राप्त की गई है उसके बराबर की पेनल्टी लगाई जाएगी।
3. कोई व्यक्ति किसी भी तरह का दान-पुण्य करता है तो उसे यह ध्यान रखना होगा कि दान-पुण्य का भुगतान ₹ 2,000 से अधिक है तो वह चेक से ही करें अन्यथा उसे आयकर में मिलने वाली छूट का लाभ प्राप्त नहीं होगा।
4. मेडिक्लेम कराने पर उसकी प्रीमियम की आयकर में छूट प्राप्त होती है, लेकिन यदि ऐसा प्रीमियम नगद में दिया जाता है तो आप उस छूट के लाभ से वंचित हो जाएंगे, हालांकि प्रीवेंटिव हेल्थ चेक अप के केस में जो ₹ 5,000 की छूट है, वह नगद में दी जा सकती है।
5. किसी भी व्यक्ति से लोन लेते व उसका पुनर्भुगतान करते समय इस बात का ध्यान रखना होगा कि यदि ऐसे खाते का बैलेंस ₹ 20,000 या इससे अधिक है तो उस व्यक्ति से एक रुपए भी नगद में ना तो लिया का सकता है, ना ही पुनर्भुगतान किया जा सकता है। खाते का बैलेंस ₹ 20,000 से कम होने की दशा में भी उतना ही केस प्राप्त किया जा सकता है कि खाते का बैलेंस ₹ 20000 को क्रॉस नहीं करें। ऐसा नहीं करने पर जो केस उपरोक्त प्रावधानों का उल्लंघन करते हुए लिया गया है या पुनर्भुगतान किया गया है, तो उसके बराबर की पेनल्टी दे होगी।
6. बैंक से पूरे साल में 20 लाख से ऊपर की निकासी पर 2% टीडीएस काटा जाएगा व 1 करोड़ से अधिक की निकासी है तो एक करोड़ से ऊपर पर 5% टीडीएस काटा जाएगा। यदि जमाकर्ता पिछले 3 वर्षों से आयकर विवरणी दाखिल कर रहा है तथा यह डिटेल बैंक को प्रस्तुत करता है तो टीडीएस सिर्फ एक करोड़ से ऊपर की निकासी पर ही 2% की दर से काटा जाएगा।
7. व्यापारियों के लिए यह बहुत महत्वपूर्ण है कि यदि कोई व्यापारी जिसकी टर्नओवर 2 करोड से कम है, तो उसे अपनी कुल टर्नओवर का 8% नेट प्रॉफिट दिखा करके आयकर विवरणी दाखिल करनी होती है ताकि उसके खातों की टेक्स ऑडिट नहीं करनी पड़े। यहां पर यह महत्वपूर्ण है कि यदि व्यापारी ने अपनी पूरी बिक्री नगद के अलावा चेक या ऑनलाइन पेमेंट से करी है, तो वह 6% नेट प्रॉफिट दिखा कर भी अपनी रिटर्न भर सकता है।
8. ऐसे व्यापारी जिनकी टर्नओवर दो करोड़ से ऊपर व 10 करोड़ के बीच में है तथा वो किसी भी तरह का व्यवहार नगद में नहीं करते हैं या नगद में किए गए व्यवहार कुल व्यवहार का 5% की सीमा के अंदर है तो उन्हें भी टैक्स ऑडिट कराने की आवश्यकता नहीं है।
9. अचल संपत्ति क्रय करते समय यदि ₹20,000 से अधिक का पेमेंट नगद में किया जाता है, तो ऐसे नगद किए गए पेमेंट के बराबर पेनल्टी चुकानी होती है।
10. कुछ व्यवहार ऐसे हैं जो एक लिमिट के ऊपर किए जाते हैं तो उसके लिए पेन नंबर देना आवश्यक होता है तथा ऐसे व्यवहार सीधे आयकर विभाग की नोटिस में चले जाते हैं, जैसे किसी रेस्टोरेंट को 50 हजार से अधिक का भुगतान करना, फॉरेन ट्रैवलिंग पर 50,000 से अधिक का भुगतान करना, बैंकों में 50,000 से अधिक केस जमा कराना या एफडी कराना इत्यादि।

■ सीए. नटवर सारडा

युवा भागवत-21 : 'गीता ज्ञान द्वारा मार्गदर्शन' आयोजन सम्पन्न



श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर, महिला परिषद तथा नवयुवक मंडल के संयुक्त तत्वावधान में युवा भागवत - 21 : सदसंस्कार द्वारा 'नई पीढ़ी का गीता ज्ञान' द्वारा नया मार्गदर्शन का सफल आयोजन 17 दिसंबर से 19 दिसम्बर 2021 सम्पन्न हुआ।

जीवन प्रबंधन गुरु पंडित विजय शंकर मेहता ने युवा भागवत में गीता और महाभारत के प्रसंगों से नई पीढ़ी को नया मार्गदर्शन सीखाया। माहेश्वरी समाज की ओर से जवाहर नगर स्थित एम.पी.एस के तक्षशिला सभागार में आयोजित युवा भागवत अनुष्ठान के द्वितीय संस्करण में गीता पर नए दृष्टिकोण से व्याख्यान श्रृंखला आयोजित की गई।

समाज के अध्यक्ष प्रदीप बाहेती ने बताया कि देश में अपनी तरह का अनूठा आयोजन हुआ है जिसमें पंडित मेहता जी खासकर युवा पीढ़ी के जीवन में आने वाली समस्याओं और चुनौतियों के समाधान बताए। कार्यक्रम प्रतिदिन साय 5 से 8 बजे तक हुआ। इस तीन दिवसीय व्याख्यान में मुख्य यजमान श्री सत्यनारायण मालपानी व मुख्य श्रोता व कार्यक्रम संयोजक विवेक लढ्ढा रहे।

श्री माहेश्वरी नवयुवक मण्डल, जयपुर

(अंतर्गतः श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर)

जुनून sports fest

श्री माहेश्वरी नवयुवक मंडल, जयपुर द्वारा साल 2021 का अंत खेलों की मौज, मस्ती का प्रतीक जुनून स्पोर्ट्स फेस्ट (22 से 26 दिसंबर) के आयोजन के साथ सम्पन्न किया गया, जिसमें सभी समाजबंधुओं ने अपने रुचि अनुसार विभिन्न स्पर्धाओं में भाग लिया।

मंडल अध्यक्ष आशीष मंत्री (गणगौर बेसन) व मंडल सचिव अंकित काबरा एवं समस्त मण्डल सदस्यों द्वारा सभी समाजबंधुओं को अपने अपनो के साथ जुनून स्पोर्ट्स फेस्ट का आनंद लेने व सभी प्रतियोगियों का उत्साह वर्धन करने के लिये और जायकेदार भोजन के लिए आमन्त्रित किया गया।

मण्डल क्रीड़ा सचिव संदीप साबू द्वारा बताया कि सभी 10 गेम्स सिर्फ माहेश्वरी बंधुओ के लिये आयोजित किये गए एवं इस पूरे स्पोर्ट्स फेस्ट के लिए कपिल सोमानी को संयोजक बनाया गया था।

मण्डल संगठन एवं प्रचार मंत्री विजय सारडा द्वारा जानकारी दी गयी कि: श्रीमती मनीषा जी – श्री रवि जी चांडक को जुनून स्पोर्ट्स फेस्ट का उद्घाटनकर्ता, श्री राहुल जी – केशव जी मनिहार को ट्रॉफी स्पॉन्सर बनाया गया, अन्य खेलों के भी उद्घाटनकर्ता एवं विशिष्ट अतिथि बनाये गए जिनकी जानकारी निम्न हैं:

स्नूकर : श्रीमती वर्षा जी – श्री अशोक जी बागला

बैडमिंटन : श्रीमती नेहा जी – कैलाश जी मिम्मानी

बॉलिंग : श्रीमती उमा जी – श्री प्रवीण जी लड्ढा

वॉलीबॉल : श्रीमति प्रमिला जी – श्री संदीप जी जाजू

माहेश्वरी बॉक्स क्रिकेट लीग :

विशिष्ठ अतिथि : श्रीमती भावना जी – श्री सुनील जी मालपानी

उद्घाटनकर्ता : श्रीमती राधिका – श्री रौनक जी लड्ढा

टेबल टेनिस : श्रीमती स्नेह – श्री अभिषेक जी मालपानी (हरमाड़ा)

श्री माहेश्वरी नवयुवक मंडल सभी सहयोगकर्ताओं का दिल से आभारी है एवं आशा करते हैं कि आगे भी मण्डल कार्यक्रमों को आप इसी प्रकार सहयोग करते रहेंगे। अंत में मण्डल सचिव अंकित काबरा द्वारा यह सूचना दी गई कि सभी खेल कोविड प्रोटोकॉल की पालना करते हुए सम्पन्न करवाये गए।

मण्डल के अब तक हुए कार्यक्रमों के लिए और आने वाले समय में होने वाले कार्यक्रमों की जानकारी के लिए फॉलो करें :
www.facebook.com/shrimaheshwarinavyuvakmandaljaipur

Ashish Mantri (Gangaur Besan) President	Ankit Kabra Secretary	Chetan Baheti Treasurer	Sandeep Saboo Sports Sec.	Vijay Sarda Prachar & Sangathan Mantri	Kapil Somani Fest Convener

श्री माहेश्वरी नवयुवक मण्डल, जयपुर

(अंतर्गत: श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर)

Winners of Junoon 2021

QUAD SKATING	
JEET RATHI	WINNER
ANANTA ASAWAA	RUNNER UP

INLINE SKATING	
JIYA RATHI	WINNER
ARNAV MAHESHWARI	RUNNER UP

SQUASH (13-17 years)	
SIDDHARTH MALPANI	WINNER
YATHARTH MALPANI	RUNNER UP

SQUASH (18-25 years)	
SURAKSHIT SONI	WINNER
SAURABH MAHESHWARI	RUNNER UP

SQUASH (26 years & above)	
ANKIT MAHESHWARI	WINNER
ALOK RATHI	RUNNER UP

VOLLEYBALL	
BIYANI SMASHERS(SHRI SHRAVAN BIYANI)	WINNER

TABLE TENNIS (upto 18 years)	
TARUN MANTRI	WINNER

TABLE TENNIS (19 - 35 years)	
HARSHIT MAHESHWARI	WINNER

TABLE TENNIS (36 years & above)	
SANJAY BANGAR	WINNER

TABLE TENNIS DOUBLES (19-35 years)	
MOHIT & CHANCHAL SINGHI	WINNER

TABLE TENNIS DOUBLES (36 years & above)	
PAWAN & DEEPTI MAHESHWARI	WINNER

BADMINTON SINGLES (8-12 years)	
ATHARV MAHESHWARI	WINNER
MANAS PARWAL	RUNNER UP

BADMINTON SINGLES (12-17 years)	
PRABHAV CHITLANGYA	WINNER
MANAS PARWAL	RUNNER UP

BADMINTON SINGLE (18-24 years)	
PRABHAV CHITLANGYA	WINNER
MANAS PARWAL	RUNNER UP

BADMINTON SINGLE (24-30 years)	
HARSH BHALA	WINNER
PANKAJ BHALA	RUNNER UP

CARROM (5-18 years)	
HANSHIT PARWAL	WINNER
DAKSH MAHESHWARI	RUNNER UP

CARROM (18 years & above)	
PULKIT DHOOT	WINNER
MAHESH BHUTRA	RUNNER UP

CHESS (8-12 years)	
ARTHAV SOMANI	WINNER
MANAN SOMANI	RUNNER UP

CHESS (13-17 years)	
DARSHITA MAHESHWARI	WINNER
RISHABH RATHI	RUNNER UP

CHESS (18 years & above)	
RONIT SARDA	WINNER
TUSHAR FALOD	RUNNER UP

SNOOKER	
HITESH MALOO	WINNER
RONAK MALOO	RUNNER UP
HITESH MALOO	HIGHEST BREAK

BOWLING	
SIDDHARTH MALPANI	WINNER
NAMAN BHUTRA	RUNNER UP

BADMINTON SINGLES (40+ years)	
PANKAJ BHALA	WINNER
ANURAG MODANI	RUNNER UP

BADMINTON DOUBLES (17-24 years)	
HIMANSHU KOGTA & PUSHPAK MAHESHWARI	WINNER
MOHIT MAHESHWARI & SUYASH MAHESHWARI	RUNNER UP

BADMINTON DOUBLES (24-40 years)	
GOVIND MIMMANI & SURESH MALOO	WINNER
HARSH BHALA & PANKAJ BHALA	RUNNER UP

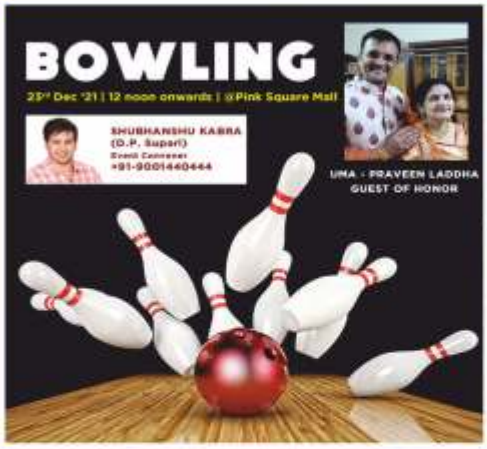
BADMINTON DOUBLES (40+ years)	
PANKAJ BHALA & SURESH MALOO	WINNER
ANURAG MODANI & VINOD SOMANI	RUNNER UP

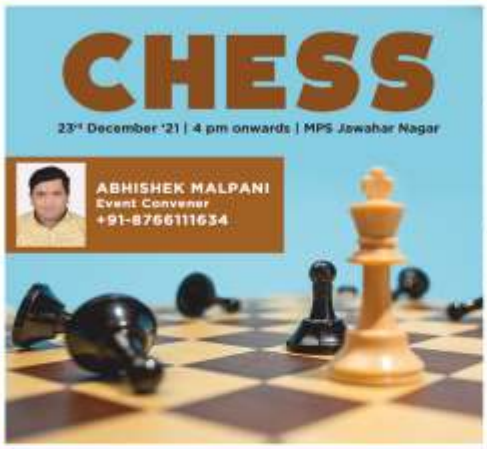
BADMINTON GIRLS	
OJASVI MODANI	WINNER
ANUSHREE MODANI	RUNNER UP

MAHESHWARI BOX CRICKET LEAGUE (MBCL)	
ROYAL WARRIORS (AMIT PARWAL)	WINNER
WE BROTHERS (ANKIT SODHANI & AKSHAY KABRA)	RUNNER UP
HARSH KABRA	BEST BATSMAN
SHUBHAM SODHANI	BEST BOWLER
SHUBHAM SODHANI	MAN OF THE SERIES

श्री माहेश्वरी नवयुवक मण्डल, जयपुर

(अंतर्गत: श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर)





श्री माहेश्वरी नवयुवक मण्डल, जयपुर

(अंतर्गत: श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर)

SNOOKER

21st December '21 | 10 am onwards
@Jai Club

VARSHA - ASHOK BAGLA
GUEST OF HONOR

RONAK MALOO
Event Convener
+91-9672345674

SQUASH

23rd December '21 | 4 pm onwards
@MPS Jawahar Nagar

TABLE TENNIS

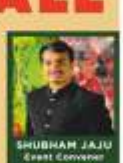
26th December '21 | 9 am onwards
@MPS Jawahar Nagar

SNEH - ABHISHEK MALPANI
GUEST OF HONOR

PULKIT DHOOT
Event Convener
+91-8890033575

VOLLEY BALL

24th Dec '21 | 9 am onwards
@MPS Jawahar Nagar



SHUBHAM JAJU
Event Convener
+91-9772599956

PRAMILA - SANDEEP JAJU
GUEST OF HONOR

श्री माहेश्वरी नवयुवक मण्डल, जयपुर

(अंतर्गतः श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर)

BADMINTON VENUE PARTNER	BALL SPONSOR	DIGITAL MARKETING HANDLED BY	EVENT MANAGED BY	MEDICAL PARTNER	WATER SPONSOR
Spofit Academy		MEDIA LINK	RHYTHM EVENT & ENTERTAINMENT	EVAA SUPER SPECIALITY HOSPITAL	
GOVIND MIMANI	PAWAN BAJAJ (MURLIPURA)	MEGHA BHUTRA 8696952566	9887546430		ROSHAN KUMAR NEERAJ KUMAR AJMERA

BAHETI OPTICIAN
WHOLESALE DEALERS IN ALL KIND OF OPTICAL FRAMES & GLASSES & GOGGLES.

Mukesh Baheti
+91 98290 48022

Ray-Ban | ELLE | VOGUE | fastrack | LACOSTE | TOMMY HILFIGER | ESPRIT

15% DISCOUNT FOR MAHESHWARI SAMAJ

M : 9929076022

A-13, Mall Road, Sector-1, Vidhyadhar Nagar, Jaipur-13

Pradeep Somani

9352488758

NIRMIT PROPERTIES
TO-LET • SALE • PURCHASE

NIRMIT OPTICIANS
20% Discount

G-43, Dwarika Tower, Vidhyadhar Nagar, Jaipur
E-mail : nirmit.opticians@gmail.com

Ghanshyam Birla (Jimmy)
Mob. No. 9829013154
9314501179

Birla ENTERPRISES
44, Gangori Bazar, Jaipur-302 001
Phone : (O) 91-141-2315324 ® 2322324
Website : www.birlaenterprises.com
Email : birlaenterprises@hotmail.com

LIC भारतीय जीवन बीमा निगम
- Pension Plan
- Income Continuity Plan
- Children Marriage / Education many more attractive plan
- Loan Liability etc....
- Care Health Insuran ce (Mediclaim) (Free Health Check-up Facility Available)
- Mutual Fund (SIP) Available

Our belief create and save
Free Policy Servicing also Available
Call : 9309337880

आलोक कुमार माहेश्वरी बम्बाला सेक्टर-5, प्रताप नगर, सांगानेर, जयपुर
email: alokkumarmaheshwari@gmail.com

MAKE IN INDIA
PURE STONE

TOPSTAR GRANITES
a Unit of Top Star Elect. (India) PVT. LTD.
F-596, Road No. 6, Vishwakarma Industrial Area, Jaipur-302013 (Raj.)
Ph. +91 9414074924, 0141-2280720
www.topstargranites.com
sanjaytopstar@gmail.com
sales@topstargranites.com
topstareipl@gmail.com
Sanjay Kabra

Shree Krishna Group
आपका विश्वास... हमारी पहचान...
॥ जय श्री कृष्णा ॥

भवानी माहेश्वरी (छापरवाल)
93146-51206

जय श्री कृष्णा प्रोपर्टीज एण्ड बिल्डर्स
सी-11-बी, दाधिची नगर, खाटू श्याम मंदिर के पास, एच.टी. लाईन रोड
रोड नं. 5 के सामने, सीकर रोड, जयपुर-302039 Ph.: 8766111100
E-mail : skgroup.jaipur@gmail.com I www.shreekrishnagroupindia.com

SRSP
COLOUR ROOF
RELIABLE • DURABLE • ECONOMICAL
Colour Coated Profile Sheets

Kailash Mimani
+91- 8824118281
Harshit Mimani
+91- 8302003095

RESIDENTIAL | COMMERCIAL | INDUSTRIALS
Colour Coated Sheets | Gutters | Flashings
Corners | Ridges Crimps | Installation Accessories
Road No.9A, VKI Industrial Area, Sikar Road, Jaipur - (Raj.)

Sparklez
Creating An Aura

Sharad Bagree
+91-9269099995
+91-9214145888

Weddings | Corporate | Photography
Catering | Birthday | Anniversary
Baby Shower & All Type of events

Registered in Utsav Maheshwari Bhawan

Address : F-255, Priyadarshini Marg, Shyam Nagar, Jaipur
E-mail : sparklezaura@gmail.com I https://m.facebook/sparklezjaipur/

EXIDE POWER BRIGADE
DEALS IN
EXIDE BATTERY - TWO WHEELER, FOUR WHEELER & HEAVY VEHICLES
EXIDE INVERTORS & INVERTOR BATTERY
UPS BATTERY & SMF BATTERY

PLATINUM HIT DISTRIBUTOR
HEMANT MACHHAR - 9928789449
HARI OM BATTERY

EXIDE POWER BRIGADE
HARI KISHAN MACHHAR - 9414073249
HIND MOTORS (SINCE 1965)

OPP. AGARWAL COLLEGE, AGRA ROAD, JAIPUR 302004

BIHANI ORTHO-SPINE CLINIC

"Regain Your Bone, Joints & Spine Health"

G-33-34, Vijay Laxmi Tower, Central Spine, Vidhyadhar Nagar, Sector-6, Near Dana Pani Restaurant, Jaipur

समय : सुबह - 10 से 1 बजे तक सायं - 4 से 7 बजे तक

स्पाइन रोगियों के लिए परामर्श एवं चिकित्सा सुविधा

डॉ. मोहित बिहाणी

(अस्थी रोग, जोड़ रोग एवं स्पाइन विशेषज्ञ)

MBBS, DNB (ORTHO) Chandigarh,
MNAMS (New Delihi)

फेलोशिप (स्विट्ज़रलैण्ड, जर्मनी)

9950082342, 9664265165

निम्न लक्षणों वाले रोगियों के लिये परामर्श

स्मृतिशेष स्वजनों को श्रद्धांजलि एवं श्रद्धासुमन

विगत दिनों हमारे समाज के कुछ बंधु/बहनें हमसे बिछुड़ गए। समाज अध्यक्ष, महामंत्री एवं कार्यकारिणी सदस्यों की ओर से उनके शोक संतप्त परिवारों को हार्दिक संवेदनाऐं प्रेषित हैं। ईश्वर से प्रार्थना है कि दिव्यात्माओं को अपने श्रीचरणों में स्थान दे।

श्री झामनदास भूतड़ा
16.12.2021

श्रीमती शकुंतला तापड़िया
20.12.2021

श्री कमलकिशोर मारू
21.12.2021

श्री केतन तोषनीवाल
22.12.2021

श्रीमती शांतिदेवी तापड़िया
26.12.2021

श्रीमती नारंगी देवी कचौलिया
26.12.2021

श्रीमती विमला देवी साबू
28.12.2021

शुभा गांधी
30.12.2021

श्रीमती राजकुमारी राठी
31.12.2021

श्रीमती सीता देवी धूत
02.01.2022

श्री मदन लाल मोहता
06.01.2022

श्रीमती मोहिनी देवी लोहिया
06.01.2022

श्री गिरधर दास लड्ढा
06.01.2022

श्री गिरिराज प्रसाद साबू
07.01.2022

श्री गिर्राज पटवारी (सांढानी)
09.01.2022

श्री विनोद परवाल
09.01.2022

श्रीमती निर्मला देवी चितलांग्या
11.01.2022

श्रीमती सावित्री मालपानी
12.01.2022

गणगौर सेवा केन्द्र

"गणगौर हाऊस" प्लॉट नं. 166, सेक्टर-2, गणेश पार्क के पास, "उत्सव" जनोपयोगी भवन के पीछे, विद्याधर नगर, जयपुर। फोन : 2235363

मेडिकल इक्विपमेंट्स व फर्नीचर की सेवाएं निःशुल्क उपलब्ध

★ मेडिकल पलंग ★ व्हील चेयर ★ वाकर ★ स्टिक ★ टॉयलेट पॉट
★ टॉयलेट चेयर ★ बैसाखी ★ बैक रेस्ट ★ यूरिन पॉट

सम्पर्क करें :- **गणगौर बेसन शॉप,** खण्डेला हाऊस, चाँदपोल बाहर, बस स्टैण्ड के पास, झोटवाड़ा रोड, जयपुर, फोन : 0141-2283111

कमल डाइग्नोस्टिक एवं रिसर्च सेन्टर

O-5, हॉस्पिटल मार्ग, एस.एम.एस. हॉस्पिटल के सामने, सी-स्कीम, जयपुर-302001

फोन : 0141-6452922, 2374777, 4039727

सुविधाएँ

★ **M.R.I.** 1-5 Tesla ★ **सी.टी. स्केन**

★ सोनोग्राफी (3D/4D) ★ कलर डॉपलर ★ डिजिटल एक्सरे

★ ईको ★ ई.सी.जी. ★ ई.ई.जी. ★ सी.टी.एम.टी. ★ एन.सी.वी. ★ बायोप्सी ★ एफ.एन.ए.सी. ★ ऑडियोमेट्री

एम्बुलेंस सुविधा उपलब्ध

सभी प्रकार के बायोकेमिकल, हेमटोलोजिकल लेबोरेटरी टेस्ट की सुविधा

डॉ. कमल अग्रवाल 98291-59029

निर्मल मूंढड़ा 98290-50202

डॉ. गौतम शर्मा 94140-74005

LOOKING FOR END-TO-END BUILDING MATERIAL SOLUTIONS? LOOK NO FURTHER.

Aquaproof, one of India's most respected brands, is all you need for your building material solutions. Backed by experts who have a great track record of success, Aquaproof brings you a wide range of products. From Tile Care and Building Repair to Paint, Putty and lots more, each one of their products is enriched with in-depth research and development. Aquaproof's building material solutions are not only cost-effective and environment-friendly, but also define new industry standards.

Dr. B. L. Maheshwari
Founder & Managing Director

AQUAPROOF®
Quality Building Material Solutions

SINCE 2002 IN INDIAN MARKET

SCAN YOUR QR CODE HERE

AN ISO:9001:2015 CERTIFIED COMPANY
Aquaproof Construction Chemicals (I) Pvt. Ltd. | Aquaproof Building Solutions Pvt. Ltd.
601, Corporate Arena, Off Aarey Piramal Cross Rd, Goregaon West, Mumbai, Maharashtra 400104.
022 - 28782493/95 | info@aquaproofindia.com | www.aquaproofindia.com | /aquaproofindia

Students Aspiring for Excellence
in School Performance, X/XII Boards, NTSE, KVPY, Olympiads, JEE Main/Advanced

And a Strong Foundation for Other Streams like Medical (NEET), Commerce, Arts, Pure Sciences etc. (During Classes VI to X)

FIITJEE is the only Institute of Real Substance?

- Small Batch Size
- Best Faculty
- myPAT- The best Examination & Analysis system
- Comprehensive Study Material
- Enabling Infrastructure
- Personalised Coaching

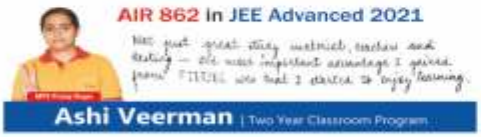
Yet Again Proven by the Dominant Results in JEE Advanced 2021

Number of FIITJEE Students **Topping their IIT Zone / State / City** from FIITJEE's Long Term Classroom & Integrated School Programs only.

5 IIT Zone Toppers | **12** State Toppers | **22** City Toppers

6 in Top 10 | 12 in Top 20
24 in Top 50 | 42 in Top 100
All India Ranks

MPS Students share their experience with FIITJEE ...


AIR 862 in JEE Advanced 2021
Ashi Veerman | Two Year Classroom Program

AIR 872 in JEE Advanced 2021
Manan Kabra | Four Year Classroom Program

AIR 1304 in JEE Advanced 2021
Harsh Sharma | One Year Classroom Program

Gold Medalist
International Chemistry Olympiad (IChO) 2016
Valay Agarawal | Three Year Classroom Program

Scholarship Cum Admission Test
6th, 7th, 8th, 9th, 10th, 11th, 12th, 13th February 2022
(Choose the Test Date which suits you the best)
The Test will be conducted in proctored online mode (can be taken from the safety of your home)
For Students Presently in **Class V, VI, VII, VIII, IX, X & XI**

2 out of every 3 Students from FIITJEE Jaipur Centre
make it to an **IIT/NIT or IIIT** and his consistency as been maintained since last 12 years!

FIITJEE JAIPUR CENTRE

J.L.N. Marg Campus: 3-A, D.L. Tower, Vidyaashram Institutional Area, J.L.N. Marg, Jaipur - 302017 | Ph: 0141-5198183, 8875555802, 8875555804
Vaishali Campus: 1st Floor, Vaibhav Multiplex, C-1, 'C' Block, Amrapali Circle, Vaishali Nagar, Jaipur - 302021 | Ph: 0141-4920319, 8875555802
Vidyadhar Nagar Campus: 302, 3rd Floor, Times Square, Central Spine, Vidyadhar Nagar, Jaipur - 302023 | Ph: 0141-4920318, 8875555804

स्वत्त्वाधिकारी श्री माहेश्वरी समाज, जयपुर के लिए प्रकाशक- मुद्रक गोपाल लाल मालपानी, महामंत्री द्वारा रेनबो प्रिन्टर्स, जयपुर से मुद्रित एवं श्री माहेश्वरी भवन, सिंघी जी का रास्ता, चौड़ा रास्ता, जयपुर-302003 से प्रकाशित। सम्पादक- रामदास कोठ्यारी