जीवनपथ हिन्दी

₹ 10/-

JEEVANPATH HINDI

Vol. No. 14, Issue No. 12 (₹ १०/– प्रचार के लिए) Mumbai, 15th July 2026
Website : www.jeevanjyot.in Total 36 Pages E-mail : jeevan_jyot@yahoo.in

ॐ सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामया ।

श्री जलाराम अन्नदान क्षेत्र... जय श्री जलाराम बापा' समाज के लोकहित की भावना में पूर्ण रूप से गैरव्यावसायिक मुखपत्र **जीवन ज्योत कैंसर रिलीफ एण्ड केअर ट्रस्ट** की भेंट

तस्वीर बोल रही हैं मातुश्री कांताबेन चुनीलाल गगलदास शाह (सेरीसा-खेतवाडी) प्रेरित जीवदया की

जीवन ज्योत जीवदया विंग के तहत, गायों को रोज़ाना ताज़ा हरा और सूखा चारा दिया जाता है।

गरीब, निराधार कर्करोगग्रस्त मरीजों को अन्नक्षेत्र में, जीवदया में और टॉयबैंक में अनुदान देने वाले और इस अंक के सौजन्यदाता

श्री तलकशी राघवजी छेडा (रताडिया गणेश-कांदिवली)

तस्वीर बोल रही है 'जीवन ज्योत चैरिटेबल डिस्पेंसरी' की

जीवन ज्योत संस्था द्वारा 'नो प्रॉफिट नो लॉस' (बिना मुनाफ़े और बिना नुकसान) के आधार पर 'चैरिटेबल डिस्पेंसरी' कार्यरत है। जिसमें अलग-अलग डॉक्टरों की टीम द्वारा कई तरह की बीमारियों का इलाज किफायती दाम में किया जाता है।

Estd.: 1983
P.T.R.E.-1726(M)
Jeevan Jyot® CANCER RELIEF & CARE TRUST

JEEVAN JYOT®
CANCER RELIEF AND TRUST

CANCER RELIEF

CHARITABLE DISPENSARY

COMPASSIONATE CARE FOR A HEALTHIER TOMORROW

2, EVITA EMPRESS, 429- G. D. AMBEKAR MARG,
NEAR RASHTRIYA MILL, MAZDOOR SANGH,
PAREL VILLAGE, MUMBAI - 400012.

Evita Empress, Mumbai, Maharashtra - maps.app.goo.gl

OUR FACILITIES & TIMINGS

FACILITY	TIME	DAY	CONSULTANT
GENERAL OPD	11:00 am – 1:00 pm 11:00 am – 1:00 pm	Monday / Wednesday / Friday Tuesday & Thursday	Dr. Jainika C. Chheda Dr. Hasumati Chheda
HOMEOPATHY	1:00 pm – 3:00 pm 1:00 pm – 3:00 pm	Wednesday Friday	Dr. Bhakti Rambhia Dr. Mallika N. Kenia
PHYSIOTHERAPY	3:00 pm – 5:00 pm 2:00 pm – 4:00 pm	Wednesday Friday	Dr. Nishi Sanghavi Dr. Khushboo Gadda
DIET & NUTRITION	3:00 pm – 4:00 pm 12:00 pm – 2:00 pm	Tuesday Thursday	Ms. Naina Singhania Ms. Maitri Soni
PSYCHOLOGIST	2:00 pm – 4:00 pm	Tuesday & Thursday	Ms. Nilom Shah
NEW SCALP ACUPUNCTURE	10:00 am – 12:00 pm	Monday to Friday	TCM Rashmin Kenia
SELF LOVE AND HEALING MEDITATION	5:30 pm – 6:00 pm (ONLINE)	Monday & Tuesday	Ms. Falguni Manek

SPECIALIST CONSULTANTS

- ✓ Gynecologist
- ✓ ENT Surgeon
- ✓ Chest Physician
- ✓ Psychiatrist
- ✓ Speech Therapist
- ✓ Dental Surgeon
- ✓ Pain Management
- ✓ Physician

FOR APPOINTMENT CALL

DR. HASUMATI CHHEDA - 98203444522
MR. HARAKCHAND SAVLA - 9869064000

OUR FACILITIES :-

THESE TESTS ARE DONE AT A CONSESSIONAL RATE COMPARED TO OUTSIDE RATES

X-RAY, CT SCAN, MRI, PET-SCAN, 2 D ECO, ECG, USG, EXPENSIVE BLOOD TESTS

Contact Person - Parul Gada - 9833021505

जीवन ज्योत कैंसर रिलीफ एण्ड केअर ट्रस्ट

विशेष सूचना : यह पुस्तिका आपको सप्रेम भेंट के रूप में भेजी है । इस पुस्तिका को आप अपने मित्र-परिवार को पढ़ने के लिए दीजिए, ताकि उनसे कॅन्सर पीड़ित रोगियों को आपके अनुदान व सहयोग का कवच मिल सके । आपकी इस सेवा के लिए हम आपके चिरकाल तक ऋणी रहेंगे ।

स्थापना : १९८३

जीवनपथ

पथदर्शक : श्री खेतशी मालशी सावला

मार्गदर्शक : श्री बुद्धिचंद मारू

मुद्रक/स्थापक/प्रकाशक : हरखचंद सावला

संपादक : चन्द्रा शरद दवे

सह संपादक : आशा दसोंदी

-: शाखा कार्यालय :-

कोलकता कार्यालय

विनेश शेठ (गोपाल), ५, तल मजला,
खीरु प्लेस, कोलकता- ७०० ०७२. टे.: २२१७७८३४

जलगांव कार्यालय

शाह राघवजी लालजी सतरा (गुंदाला)
१०९, पोलनपेथ, जलगांव- ४२५००१
दूरध्वनि:०२५७-२२२४१५६ मोः ०९६७३३६४२९०

सांगली - कोल्हापुर

मीना जेठालाल मारू (हालापर)
मो. ७७०९९००४३३

नालासोपारा कार्यालय

१२, लक्ष्मी शोपिंग सेन्टर, राधा-कृष्णा होटेल के बाजु में, तुलींज रोड,
नालासोपारा (ईस्ट)
खूश्बु गाला - मो. ८९२८७६५३०१

(कायदाकीय अधिकार क्षेत्र मुंबई रहेगा)

-: मुख्य कार्यालय :-

जीवन ज्योत कैंसर रिलीफ एण्ड केअर ट्रस्ट

५/६ कोंडाजी चाल, जेरबाई वाडिया रोड,
टाटा हॉस्पिटल के पास, पेट्रोल पंप के सामने, परेल,
मुंबई-१२. मो.: ९८६९२०६४००/९०७६१६९३५५

इस पुष्प की पंखुडियाँ

सम्पादक की लेखनी से... .... ४
भजन - दर्शन दे दे बाबा ७
व्यक्ति विशेष - हैंस विल्सडोर्फ ९
आपाधापी ११
ज्ञान का मोल १३
पथ के दावेदार १४
शरीर की सार्थकता परहित कार्य में गुरु १९
आदमी और जानवर २०
मानसिक चित्रण का असल रहस्य........... २५
बच्ची के पेट में हवा २६
काव्य २७
कीमोप्रिवेंशन और कैंसर २८
विश्व मलेरिया दिवस ३२
हास्य का हसगुल्ला ३४

अंक में दिए गए उपचार और सलाह का उपयोग अनुभवी की सलाह लेकर ही करें ।

अब वेबसाइट पर ''जीवनपथ'' पढ़ सकते हैं

www.jeevanjyot.in

ट्रस्ट रजि. नं. P.T.R.E.-17259 (M) - F.C.R.A. 083780700

❂ TI.T. EXEMPTION, DIT (E), MC/8E/80G/53(2009-11)

❂ CSR Registration No. CSR 00002659 ❂ **Email :** jeevan_jyot@yahoo.in

ॐ अरिहंते नमो नमः
संसार के प्रत्येक जीव का हर क्षण मंगलमय हो।

संपादक की लघु लेखनी से...

प्रिय मान्यवर पाठको,

सफलता का रहस्य - सुकरात

एक बार एक व्यक्ति ने महान Philosopher सुकरात से पूछा कि सफलता का रहस्य क्या है? - What is the secret of success?

सुकरात ने उस इंसान को कहा कि वह कल सुबह नदी के पास मिले, वही पर उसे अपने प्रश्न का जवाब मिलेगा।

जब दूसरे दिन सुबह वह व्यक्ति नदी के पास मिला तो सुकरात ने उसको नदी में उतरकर, नदी गहराई की गहराई मापने के लिए कहा।

वह व्यक्ति नदी में उतरकर आगे की तरफ जाने लगा। जैसे ही पानी उस व्यक्ति के नाक तक पहुंचा, पीछे से सुकरात ने आकर अचानक से उसका मुंह पानी में डुबो दिया। वह व्यक्ति बाहर निकलने के लिए झटपटाने लगा, कोशिश करने लगा लेकिन सुकरात थोड़े ज्यादा Strong थे। सुकरात ने उसे काफी देर तक पानी में डुबोए रखा।

कुछ समय बाद सुकरात ने उसे छोड़ दिया और उस व्यक्ति ने जल्दी से अपना मुंह पानी से बाहर निकालकर जल्दी जल्दी साँस ली।

सुकरात ने उस व्यक्ति से पूछा - जब तुम पानी में थे तो तुम क्या चाहते थे? व्यक्ति ने कहा - जल्दी से बाहर निकलकर सांस लेना चाहता था।

सुकरात ने कहा - यही तुम्हारे प्रश्न का उत्तर है। जब तुम सफलता को उतनी ही तीव्र इच्छा से चाहोगे जितनी तीव्र इच्छा से तुम सांस लेना चाहते है, तो तुम्हे सफलता निश्चित रूप से मिल जाएगी। ■

-: दानवीर दाताओं के लिए विशेष सूचना :-

दानवीर दाताओं द्वारा जीवन ज्योत संस्था के बैंक खाते में दान करने के बाद, जीवन ज्योत संस्था के कार्यालय पर ईमेल : jeevan_jyot@yahoo.in या वॉट्सअप नं. ९८६९२०६४०० पर अपना नाम, पत्ता, पॅनकार्ड नं. और दान कोर्पस या सामान्य में हैं यह जानकारी दे ।

दाता के उपरोक्त विवरण के अभाव में, संस्था को आपके दान की राशि पर ३५% कर का भुगतान करना पड़ता है। जिसके कारण कैंसरग्रस्त मरीज़ों के लिए उपलब्ध धनराशि में कमी आती है ।

भारत सरकार के वित्त मंत्रालय से विदेश से अनुदान स्वीकार करने के लिए विशेष स्वीकृति प्राप्त हुई है। अतः विदेश से दान देने के इच्छुक दानवीर दाताओंसे FCRA का बैंक खाता नंबर संस्था के कार्यालय से प्राप्त करने का अनुरोध है । प्राप्त जानकारी के अनुसार कोई अज्ञात व्यक्ति जीवन ज्योत संस्था के नाम का उपयोग करके डुप्लिकेट रसीद और प्रमाणपत्र पर अनुदान एकत्र कर रहा है। यदि दाताओं को कोई संदेह हो, तो अनुदान देने से पहले कृपया जीवन ज्योत संस्था के कार्यालय में संपर्क करें ।

बैंक का नाम / IFSC नं.	खाता नं.	ब्रांच
बैंक ऑफ महाराष्ट्र MAHB0000563	20059826756	परेल (भोईवाडा)

संस्था के अनेक समाजसेवी प्रकल्पों में से कुछ प्रकल्प दाताओं के नाम पर कार्यान्वित हैं

१)	श्रीमती नलिनीबेन बिपीनचंद्र मेहता	: कैंसर डिटेकशन सेन्टर
२)	श्रीमती चंपाबेन झुमखराम शाह	: कोलोस्टोमी बैग सेन्टर
३)	श्रीमती साकरबेन एल. डी. शाह (बिदड़ा)	: जलाराम अन्नदान क्षेत्र
४)	श्रीमती पुष्पावंती किशोरभाई भोजराज (मेराउ)	: ऐम्ब्युलन्स् सेवा
५)	श्रीमती नयनाबेन बिपीनभाई दाणी	: वरिष्ठ नागरिक आइकार्ड सेवा
६)	श्रीमान महेन्द्रभाई मणिलाल गांधी (लिंबोद्रा)	: ब्लैक मोलाइसीस दवा
७)	श्रीमान डुंगरशीभाई मुलजी मारू (काराघोघा)	: आधुनिक उपकरण.
८)	कु. साईशा - नाईशा दाणी	: टॉय बैंक
९)	मातुश्री खेतबाई देवराज मारु (हालापुर)	: चेरी. डिस्पेन्सरी
१०)	मातुश्री कांताबेन चुनीलाल गगलदास शाह (सेरीसा)	: जीवदया
११)	मातुश्री चंद्राबेन जयंतिलाल चत्रभुज मोदी *और* मातुश्री लाछबाई हीरजी करमशी भेदा (समाघोघा)	: हल्दी दूध योजना
१२)	श्री हरीराम माथुराम अग्रवाल (चेम्बुर)	: फल वितरण
१३)	मातुश्री सुशीलाबेन कांतिलाल दाणी (हरसोल)	: एनिमल ऐम्ब्युलन्स् मेईन्टनन्स
१४)	मातुश्री ललिताबेन बिहारीलाल शाह (सांताक्रुझ)	: ओजोन थेरेपी सेन्टर
१५)	मातुश्री ताराबेन जयंतिलाल वाघाणी (माटुंगा)	: जीवन ज्योत ड्रग बैंक
१६)	देविका सोमचंद लालका (अमलनेर) (स्व. कु. हंसाबेन रतनशी लोडाया)	: कॉम्पिटिशन् योजना
१७)	मयुरभाई महेता और जितेन्द्र पारेख	: ऐम्ब्युलन्स् मेईन्टनन्स
१८)	मातुश्री इन्दुमति महेन्द्र गांधी (लिंबोद्रा-बोरीवली)	: पेथोलोजी सेन्टर
१९)	श्रीमती मंजुलाबेन नटवरलाल शाह (हरसोल)	: ब्लड बैंक
२०)	श्रीमान नटवरलाल बुलाखीदास शाह (हरसोल)	: मेडिकल कैम्प
२१)	श्रीमती नलिनीबेन रसीकभाई जादवजी शाह	: ऐम्ब्युलन्स् सेवा
२२)	स्व. श्री इन्दरचंद लख्खीचंद खींवसरा (धुलिया)	: पस्ती योजना
२३)	डॉ. रमेश मंत्री	: अनाज वितरण
२४)	श्रीमती उषाबेन मणिलाल गाला (कांडागरा-गोरेगाम)	: जलाराम अन्नक्षेत्र
२५)	श्रीमती साकरबेन प्रेमजी चेरीटेबल ट्रस्ट (वर्ली)	: केमोथेरेपी विभाग

भजन

दर्शन दे दे बाबा

(तर्ज : ओ लाज मेरी बस रखियो...)

बाबा के सिर ऊपर छत्तर लटके,
हो दर्शन दे दे बाबा श्याम थारा सेवक भटके ।।

बाबा के माथा मांय हीरो चिलके,
दयालु थारे बिना म्हारा सारा कारज अटके।
बाबा के सिर.....

बाबा के कानां मांय कुण्डली झलके,
सिंहासन बैठ्या श्याम धणी नै सारा सेवक निरखै।
बाबा के सिर.....

बाबा के गले बिच हार लटके,
दुःखी देखकर भगत, आवे लीले चढ़ के।
बाबा के सिर....

फागण में आवां बाबा सज-धज के,
नैया पार लगा दे श्यामा अब केवटियो बन के ।।
बाबा के सिर...

गत महीने की संस्था की गतिविधियाँ

- अन्नक्षेत्र में भोजन के २७ तथा हल्दी दूध के ४ कार्ड बनाए।
- १४६ कैंसरग्रस्त परिवारों को अनाज वितरित किया गया ।
- प्रतिदिन १०१० मरीज़ों को फल दिया गया ।
- ३ मरीज़ों को रक्त के लिए सहायता प्रदान की गई।
- ४ मरीज़ों के रहने की व्यवस्था की गई।
- ३ मरीज़ों को अलग-अलग संस्था में आवेदन पत्र देकर उपचार पत्र बनाकर दिए गए, जिससे उन्हें अच्छा प्रतिसाद मिल रहा है।
- कैंसर पीड़ित मरीजों को ६,८३,२२०/- रु. की दवाएँ दी गई ।
- अन्य मरीजों को ३,११,२५०/- रु. की दवाएँ दी गई ।
- ५१ घायल पशु-पक्षीओं को ईलाज के लिए अस्पताल पहुँचाया गया ।
- पशु-पक्षीओं के ईलाज के लिए रु. ४,६३,५००/- की दवाएँ दी गई ।
- अपंग व्यक्तिओं को २ वोकर, १ वॉकिंग स्टीक, ३ कमोड चेअर, ५ व्हिलचेअर, २ पलंग, २ ऑक्सिजन मशीन और ४ ऑक्सिजन सिलेण्डर दिए गये।
- ६ कैंसरग्रस्त मरीज़ों की फाईल बनाई गई ।
- १६ मरीज़ों ने निःशुल्क ऐम्ब्युलेंस् सेवा का लाभ लिया ।
- ४ कर्करोग पीड़ितों को कोलोस्टॉमी बेग कम कींमत पर दी गई ।
- १ लावारिस कैन्सरग्रस्त मरीज का अंतिम संस्कार किया गया ।
- रास्ते में बेहाल स्थिति में पड़े रहनेवाले ३ व्यक्तिओं को वृद्धाश्रम पहुँचाया गया।

देहदान प्रतिज्ञा पत्र

जीवन ज्योत कैंसर रिलीफ एन्ड केअर ट्रस्ट की विभिन्न प्रवृत्तियों में से एक प्रवृत्ति 'देहदान' की है, किसी भी भाई-बहन की इच्छा वसियत (विल) (मरने से पहले के घोषणापत्र) बनाने की हो, तो स्वतः के हाथ से एक प्रतिज्ञापत्र भरना होगा। स्वतः के शरीर या शरीर के किसी भी भाग को आधुनिक प्रगति के लिए या मेडिकल साइन्स के विद्यार्थियों के काम में आए इस हेतु से प्रतिज्ञापत्र बनाए गये हैं। प्रतिज्ञापत्र जीवन ज्योत संस्था के कार्यालय से आपको मिलेंगे या कुरियर द्वारा आपको पहुंचा दिये जाएंगे।

व्यक्ति विशेष

हैंस विल्सडोर्फ
(१८८१-१९६०)

आज रोलेक्स घड़ियाँ दुनिया भर में मशहूर हैं। रोलेक्स की स्थापना १९०८ में जर्मन राष्ट्रीयता के नागरिक हैंस विल्सडोर्फ ने लंदन में की। उस वक़्त ज्यादातर घड़ियाँ जेब में रखी जाती थीं और उन्हें स्विट्ज़रलैंड के घड़ी निर्माता बनाते थे। कलाई घड़ियों के छोटे आकार के कारण सटीक समय बताने वाली मशीनें बनाना बहुत मुश्किल काम था। विल्सडोर्फ ने कलाई घड़ी बनाने पर ध्यान केंद्रित किया। वे सटीक समय बताने वाली पहली कलाई घड़ी बनाना चाहते थे, इसलिए उन्होंने एगलर नाम की एक छोटी स्विस कंपनी से सटीक समय बताने वाली अंदरूनी मशीनें बनवाईं।

फिर विल्सडोर्फ ने एक और काम किया, जो उनसे पहले किसी और ने नहीं किया था। उन्होंने अपनी घड़ी की अंदरूनी मशीन स्विट्ज़रलैंड के स्कूल ऑफ़ होरोलॉजी और लंदन की क्यू ऑब्जर्वेटरी में जांच के लिए भेजी। इसे क्रोनोमीटर का दर्जा मिल गया। इसका मतलब यह था कि तीन तरह के तापमानों में इसकी जांच की गई थी-फ्रिज में, सामान्य तापमान में और सामान्य ओवन में। क्रोनोमीटर का दर्जा पाने वाली यह दुनिया की पहली कलाई घड़ी थी। लेकिन विल्सडोर्फ इतने से ही संतुष्ट नहीं हुए। वे धूल और नमी से रहित कलाई घड़ी बनाना चाहते थे, क्योंकि धूल और नमी चाबी के रास्ते से घड़ी के अंदर पहुँच जाती थीं।

जब उन्हें यह पता चला कि पेरेट और पेरेगॉक्स नामक दो आविष्कारक कलाई घड़ी में लगने वाली ऐसी चाबी का पेटेंट ले रहे हैं, जो पूरी तरह से

बंद हो सकती है, तो वे समझ गए कि उन्हें अपनी समस्या का समाधान मिल गया है। उन्होंने उस पेटेंट के सारे अधिकार ख़रीद लिए और १९२६ में पहली वाटरप्रूफ घड़ी बनाई, जिसका नाम ऑयस्टर (Oyster) था। जनता को इसके वाटरप्रूफ होने पर विश्वास नहीं था, इसलिए उन्होंने दुकानों में एक्वेरियम या पानी से भरे शोकेस लगवाए और उसमें अपनी घड़ी डुबाकर जनता को यकीन दिलाया। घड़ी की दुकानों में जब ग्राहक देखते थे कि रोलेक्स पानी में डूबी होने के बाद भी सही समय बता रही है, तो उन्हें यकीन करना ही पड़ता था। वॉटरप्रूफ (waterproof) घड़ी का सिक्का जमने के बाद घड़ी बाज़ार में रोलेक्स का नाम चल निकला और यह दुनिया की सबसे लोकप्रिय घड़ियों में से एक बन गई। ■

आजमाकर देखिए

- **स्मरण–शक्ति बढ़ाने के लिए :** (१) प्रातःकाल तुलसी की पाँच पत्तियाँ पानी के साथ निगल जाएँ। (२) तुलसी की ८–१० पत्तियों में ४–५ काली मिर्च के दाने, २–४ बादाम और थोड़ा–सा शहद मिलाकर पीसकर सेवन करने से मस्तिष्क की शक्ति काफी बढ़ जाती है।
- **दूषित जल की शुद्धि :** दूषित जल को शुद्ध करने के लिए जल में तुलसी की हरी पत्तियाँ डालें। इससे जल शुद्ध और पवित्र हो जाएगा।
- **बिजली का झटका लगने पर:** बिजली के तार का स्पर्श हो जाने या वर्षाऋतु में बिजली गिरने के कारण यदि झटका लगा हो तो रोगी के चेहरे और माथे पर तुलसी का स्वरस मलें। इससे रोगी की मूर्च्छा दूर हो जाती है।
- **यदि पान की लत छोड़ना चाहें तो:** पान खाने से मसूड़े और दाँत खराब हो जाते हैं। इससे बचने के लिए तुलसी की पत्तियों का प्रयोग करें। भोजन के बाद पान खाने की आदत हो तो पान खाकर तुलसी की पत्तियाँ चबाएँ। इससे मुँह शुद्ध हो जाता है, मुँह का बिगड़ा हुआ जायका सुधर जाता है, मुँह की दुर्गंध दूर हो जाती है और पाचन–शक्ति में वृद्धि होती है। श्रीलंका में तुलसी की पत्तियों पर सुपारी तथा कत्था लगाकर पान की भाँती चबाने का रिवाज है। इस प्रयोग से पान खाने की आदत छूट जाती है। ❖

आपाधापी

चौबे जी ने प्रधान साहब को फोन करके कहा कि आपको जल्दी से मेरे साथ थाने चलना है। जब उन्होंने कारण पूछा तो चौबे जी ने बताया कि पुलिस मेरे बेटे को एक फर्जी केस में पकड़कर ले गई है। प्रधान जी ने थाने में पुलिस अफसरों से इस केस की सच्चाई बताने को कहा। इंस्पेक्टर ने बताया कि हमने अभी तक जो जांच-पड़ताल की है उसके मुताबिक इनके बेटे ने अपनी एम.बी.ए. की पढ़ाई पूरी करने के बाद एक बैंक में अच्छे पद पर नौकरी शुरू कर दी, लेकिन जैसा कि आप जानते ही हैं आज के युवा इस आपाधापी भरे समय में अधिक से अधिक धन कमाने का लालच करने लगे हैं। चौबे जी के बेटे ने भी अपने बैंक के खाताधारकों के खातों से लाखों रुपये गबन करके अपने खाते में जमा कर लिये। चौबे जी ने रोते हुए कहा कि आपको जरूर कुछ गलतफहमी हो रही है। मेरा बेटा ऐसा कोई काम कर ही नहीं सकता। जब पुलिस इंस्पेक्टर के कहने पर उन्होंने यही बात अपने बेटे से पूछी तो वह खामोश हो गया।

इंस्पेक्टर ने चौबे जी की दयनीय हालात देखकर उनके बेटे से कहा कि गुंडे, बदमाश, लुटेरों को तो ऐसे नीच काम करते अक्सर देखा है, लेकिन तुम्हारे जैसे पढ़े-लिखे और खानदानी इंसान की ऐसी घटिया हरकत देखकर तो मुझे भी अफ़सोस हो रहा है। चौबे जी जब दुःखी मन से घर वापस लौट रहे थे तो प्रधान साहब से कहा कि मुझे समझ नहीं आ रहा कि यह सब कैसे हो गया? प्रधान जी ने हौसला देते हुए कहा कि जब आपाधापी के कारण हमारी इच्छाएं आग की तरह तेजी से बढ़ने लगती हैं तो हमारा खुद पर नियंत्रण खत्म हो जाता है। यह दबाव इतना बढ़ जाता है कि हम अच्छे-बुरे का फर्क भूलकर खुद ही विनाश की राह पर दौड़ने लगते हैं। काश! तुम्हारा बेटा यह समझ पाता कि अपनी हैसियत से बढ़कर इच्छाओं के पीछे पागलों की तरह भागने

से आज तक कभी किसी को कुछ हासिल नहीं हुआ। लालच की लालसा के कारण तुम्हारे बेटे जैसे लोग हर वक्त तनाव में रहने लगे हैं। यही तनाव गुस्से में तब्दील होकर हमारे हंसते-खेलते जीवन को नर्क बना देता है। पैसे के लालच में गलत डगर पर चलने वालों को जौली अंकल यही परामर्श देना चाहते हैं कि आपाधापी की राह पर चलते हुए कोई कितनी भी चतुराई से पाप कर ले, अंत में उसे अपने पाप का दंड भुगतना ही पड़ता है। ■

बाल कहानी

असली मां

एक बार दो स्त्रियां एक बच्चे के लिए झगड़ रही थीं। प्रत्येक स्त्री यह दावा कर रही थी कि वही उस बच्चे की असली मां है। जब किसी तरह झगड़ा नहीं सुलझा तो लोगों ने उन दोनों को न्यायाधीश के सामने पेश किया।

न्यायाधीश ने ध्यानपूर्वक दोनों की दलीलें सुनीं। न्यायधीश के लिए भी यह निर्णय करना मुश्किल हो गया बच्चे की असली मां कौन थी।

न्यायाधीश ने बहुत सोच-विचार किया। आखिरकार उसे एक उपाय सूझा। उसने अपने कर्मचारी को आदेश दिया, ''इस बच्चे के दो टुकडे कर दो और एक-एक टुकड़ा दोनों स्त्रियों को दे दो।''

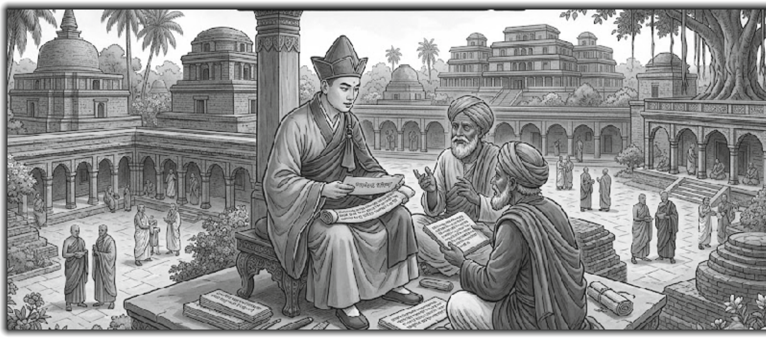
न्यायाधीश का आदेश सुनकर उनमें से एक स्त्री ने धाड़ मारकर रोते हुए कहा, ''नहीं, नहीं! ऐसा जुल्म मत करो। दया करो सरकार। भले ही यह बच्चा इसी स्त्री को दे दो, लेकिन मेरे लाल को जिंदा रहने दो। मैं बच्चे पर अपना दावा छोड़ देती हूं।''

पर दूसरी स्त्री कुछ नहीं बोली। वह चुपचाप यह सब देखती रही।

अब चतुर न्यायाधीश को मालूम हो गया था कि बच्चे की असली मां कौन है। उसने बच्चा उस स्त्री को सौंप दिया, जो उस पर अपना दावा छोड़ने के लिए तैयार थी। उसने दूसरी स्त्री को जेल भेज दिया।

सच्चाई की सदा विजय होती है।

ज्ञान का मोल



चीनी यात्री ह्यू-एन-त्सांग (Hiuen Tsang) ने नालंदा विश्वविद्यालय में शिक्षा पूर्ण कर कुछ दिनों तक अध्यापन कार्य भी किया। पश्चात् उसने स्वदेश जाने का निश्चय किया। पन्द्रह चीनी विद्यार्थियों को जब यह खबर लगी कि ह्यू-एन-त्सांग चीन जा रहे हैं, तो वे भी उसके साथ हो लिये, ताकि उसके सत्संग का अवसर प्राप्त हो। ह्यू-एन-त्सांग ने नालंदा में अध्यापन करते वक़्त कुछ ग्रन्थ लिखे थे तथा कुछ खरीदे भी थे, वे उन्हें भी अपने साथ ले जा रहे थे।

एक नौका तय की गयी और वे सारे वहाँ से रवाना हुए। उनका दुर्भाग्य ही कहिये कि रास्ते में तूफान आया और नौका हिंडोले खाने लगी। नाविक ह्यू-एन-त्सांग से बोला, ''महाशयजी, यह नाव भारी हो गयी है। आगे जाना मुश्किल है। आप कृपया ये मोटी पुस्तकें फेंक दें।'' ह्यू-एन-त्सांग पसोपेश में पड़ गया कि इतने में एक विद्यार्थी खड़ा हुआ और बोला, ''गुरुदेव, इन पुस्तकों को कदापि न फेंकिएगा, क्योंकि ये ज्ञानामृत से परिपूर्ण हैं, जिनका हमारे देशवासियों को उपयोग हो सकेगा। हम यदि स्वदेश न भी पहुँचे, तो इससे किसी का नुकसान होनेवाला नहीं है।'' यह कहकर उसने अपने साथियों की ओर देखा और वे सारे के सारे विद्यार्थी बिना हिचक सागर में कूद पड़े। ■

सच्चे रिश्ते बातों से नहीं, वक्त देने से बनते हैं।

कहानी

पथ के दावेदार

(गतांक से आगे) – शरतचंद्र

डॉक्टर ने कुछ क्षणों तक निस्तब्ध रहकर स्वाभाविक शांत स्वर में कहा- ''भारती, तुमको छोड़कर जाने में मुझे कष्ट होता है। तुम मेरी जीजी हो, मेरी मां हो-यह विश्वास अपने ऊपर न होता तो मैं इस रास्ते में नहीं आता। लेकिन तुम्हारा मूल्य दे सके, ऐसा मनुष्य संसार में मेरे सिवा और कोई नहीं है। इसके शतांश का एक भी अंश यदि अपूर्व किसी दिन समझ जाता तो उसका जीवन सार्थक हो जाता । जीजी, तुम संसार में लौट जाओ-हम लोगों के बीच अब मत रहो। केवल तुम्हारी बात कहने के लिए आज मैं अपूर्व से मुलाकात करने गया था।''

भारती चुप हो रही। आज एक बात भी न कहकर अपूर्व चला गया। नौकरी करने के लिए बर्मा आया था, बीच में थोड़े ही दिनों का तो परिचय था।

वह सदाचारी ब्राह्मण का लड़का है। उसका देश है, समाज है, घर-द्वार है, आत्मीय स्वजन हैं, और भी क्या क्या है । और भारती ईसाई की लड़की है । उसका देश नहीं, घर नहीं, मां-बाप नहीं । अपना कहने के लिए कोई भी कहीं नहीं है। भारती पूर्ववत चुपचाप स्थिर भाव से बैठी रही, उसकी आँखें आँसूओं से परिपूर्ण थीं।

निकट ही पेड़-पौधों के बीच से थोड़ा प्रकाश दिखाई पड़ा। डॉक्टर ने उसे दिखाकर कहा - ''वही मेरा डेरा है । खूब आजाद था, न जाने कैसी एक माया में जकड़ गया हूँ! भारती, तुम्हारे ही लिए मैं चिन्ता में पड़ा हूँ। तुम्हें एक निरापद आश्रय मिल गया है-काश ! जाने के पहले इतना ही देख लेता।''

भारती आँसू पोंछकर बोली - ''मैं तो अच्छी हूँ भैया!''

डॉक्टर ने एक लम्बी सांस लेकर कहा - ''कहां, अच्छी तरह हो बहन ?

मेरे आदमी ने आकर कहा- तुम घर में नहीं हो । सोचा, जेटी पर कहीं तुमको पाऊँगा। वहां जाने पर तुमको पा तो नहीं सका, लेकिन उसी समय निश्चय हो गया कि इस नदी के किनारे ही तुमसे भेंट होगी। अभागा सिर्फ तुम्हारा आनन्द ही चुराकर नहीं भागा, वह तुम्हारा साहस तक नष्ट कर गया!''

इस बात का पूरा मतलब न समझकर भारती चुप हो रही। डॉक्टर बोले - ''उस दिन रात को निश्चिन्त मन से मेरे लिए बिछौना छोड़कर तुम नीचे सो गई थीं।'' हंसकर तुमने कहा था - ''भैया, तुम क्या मनुष्य हो कि तुमसे लज्जा या भय लगेगा? तुम सो जाओ। लेकिन आज वह साहस नहीं रहा। अपूर्व विशेष निर्भर करने योग्य मनुष्य नहीं है फिर भी वह पास ही था, इस कारण शायद कल भी ऐसी आशंका तुम्हारे मन में नहीं आई। आश्चर्य तो यह है कि तुम जैसी लड़की की निर्भय स्वाधीनता को भी, उसकी तरह एक असमर्थ मनुष्य कितनी सहूलियत से तोड़कर जा सकता है।''

भारती मृदु स्वर से बोली - ''लेकिन उपाय क्या है भैया?''

डॉक्टर बोले - ''शायद उपाय न हो, लेकिन बहन तुम्हारे चरित्र पर सन्देह करने वाला आज कोई नहीं है, फिर यदि तुम्हारा अपना ही मन दिन-रात अपने ऊपर सन्देह करता फिरे तो तुम जीओगी कैसे?''

इस तरह अपने मन का विश्लेषण करके देखने का समय भारती के पास नहीं था। उसकी श्रद्धा और विस्मय की सीमा नहीं रही, पर वह मौन थी।

डॉक्टर बोले - ''और मैं एक लड़की को जानता हूँ । वह रूसी है । लेकिन उसकी बात जाने दो। कब तुम लोगों से भेंट होगी, मैं नहीं जानता, लेकिन मालूम होता है कि एक दिन होगी। विधाता करे कि हो! तुम्हारे प्रेम की तुलना नहीं है, वहां से अपूर्व को कोई हटा न सकेगा लेकिन अपने को उसके ग्रहण करने योग्य बनाए रखने की, आज से यह जो जीवन-व्यापी अति सतर्क साधना शुरू होगी, उसकी प्रतिदिन के असम्मान की ग्लानि, तुम्हारे मनुष्यत्व को एकदम छोटा बना देगी, भारती! ऐसे चिर-शुद्ध हृदय का जहां मूल्य नहीं, वहां इसी

तरह बहलाना पड़ता है। कौन जाने, भाग्य में उतने दिनों तक बचे रहने का समय मेरे लिए है या नहीं पर यदि हो जीजी तो बहन कहकर गर्व करने को तब सव्यसाची के पास और कुछ शेष न रहेगा।''

भारती ने पूछा - ''तो तुम मुझे क्या करने को कहते हो? तुमने ही तो मुझसे बार-बार संसार में लौट जाने को कहा था।''

''लेकिन सिर नीचा करके तो जाने को नहीं कहा।''

''लेकिन स्त्रियों का ऊँचा सिर तो कोई भी पसन्द नहीं करता।''

डॉक्टर बोले - ''तब मत जाना।''

भारती ने हंसकर कहा - ''तुम निश्चिन्त रहना भैया, मेरा जाना नहीं होगा। सब रास्ते अपने हाथ से बन्द करके सिर्फ एक रास्ता खोल रखा था, वह भी आज बन्द हो गया, यह तुम देख आए हो। अब जो रास्ता तुम मुझे दिखा दोगे, उसी रास्ते से चलूँगी। केवल इतनी विनती मेरी मान लेना कि अपने भयंकर मार्ग में मुझे मत बुलाना । भगवान के समान अप्राप्त वस्तु पाने के भी जब इतने मार्ग निकले हैं, तब तुम्हारे लक्ष्य तक पहुँचने के लिए रक्तपात के अलावा क्या दूसरा मार्ग नहीं है? मेरे मन में यह पक्का विश्वास है कि मनुष्य की बुद्धि अभी बिल्कुल समाप्त नहीं हो गई है, कहीं-न-कहीं दूसरा मार्ग अवश्य ही है। अब से मैं उसी पथ की खोज में निकलूँगी। भयानक दुख क्या है-उस रात को मुझे उसका पता लग गया, जिस दिन तुम लोग उनकी हत्या करने को उद्यत हो गए थे।''

डॉक्टर हंसकर बोले - ''यही मेरा डेरा है।'' यह कहकर छोटी नाव को जोर से किनारे ठेलकर वे उतर पड़े और हाथ में लालटेन लेकर रास्ता दिखाते हुए बोले - ''जूते खोलकर आओ, पैरों में कीचड़ लगेगी।''

भारती चुपचाप उतर पड़ी। चार-पाँच मोटे-मोटे सागौन की लकड़ी के खूंटों पर पुराने और प्राय: निकम्मे तख्तों से एक काठ का मकान बना लिया गया है। टूटी-फूटी लकड़ी की सीढ़ी से रस्सी पकड़कर ऊपर उठने पर जब एक

सात-आठ साल के लड़के ने आकर दरवाजा खोला तो भारती आश्चर्य से अवाक् रह गई ! भीतर पैर बढ़ाते ही उसने देखा कि फर्श पर चटाई बिछाकर एक कम उम्र की बर्मी स्त्री सो रही है, तीन-चार बच्चे जहां-तहां पड़े हुए हैं, एक दुःसह दुर्गन्ध से कमरे का वायुमण्डल विषाक्त हो उठा है, फर्श के चारों तरफ भात, मछली के कांटे और प्याज-लहसुन के छिलके पड़े हैं। निकट ही दो-तीन कालिख लगी छोटी मिट्टी की हंडियां पड़ी हुई हैं। भारती डॉक्टर के पीछे-पीछे दूसरे कमरे में जा पहुँची। कहीं भी किसी असबाब का झमेला नहीं । फर्श पर चटाई बिछी थी। एक तरफ दरी लपेटकर रखी हुई थी। डॉक्टर ने दरी को अपने हाथ से झाड़कर बिछाकर भारती को बैठने को कहा। बर्मी औरत ने कुछ पूछा, डॉक्टर ने बर्मी भाषा में ही उसका उत्तर दिया। थोड़ी ही देर बाद वह लड़का एक तश्तरी में थोड़ा-सा भात, प्याली में तरकारी और पत्ते पर थोड़ी-सी झुलसी मछली रखकर चला गया। नाव की लालटेन डॉक्टर अपने साथ ही ले आए थे, उसी के प्रकाश में इन खाद्य वस्तुओं को देखते ही भारती की तबियत मिचलाने लगी।

डॉक्टर ने कहा - "तुम्हें भी शायद भूख लगी होगी, पर ये सब...।"

भारती फिर बोली - "नहीं, नहीं, अभी नहीं।" वह क्रिस्तान लड़की जात-पात नहीं मानती, लेकिन जहां से जिस प्रकार ये सब चीजें लाई गई हैं, उस स्थान को आते समय ही वह देख आई है।

डॉक्टर बोले - "पर मुझे बड़ी भूख लगी है बहन, पहले पेट भर लूँ।" यह कहकर हाथ धोकर वे प्रसन्न भाव से खाने बैठ गए । भारती उस तरफ देख न सकी, घृणा और छाती के अन्दर की असीम रुलाई की वेदना से उसने मुँह फेर लिया, मानो सहस्त्र धाराओं में बहकर निकलना चाहने लगी। हाय रे देश! हाय रे स्वतन्त्रता की प्यास ! जगत में कुछ भी इन लोगों ने अपना कहकर बाकी नहीं रखा। यह घर, यह भोजन, यह घृणित सम्बन्ध, इस तरह जंगली पशुओं का-सा जीवनयापन क्षण भर के लिए मृत्यु भी भारती को इससे बहुत

अधिक अच्छी और सहने योग्य मालूम हुई। मृत्यु को तो बहुतेरे सह सकते हैं, लेकिन यह जो शरीर और मन को लगातार सताते रहना, अपने-आपको इच्छापूर्वक, हर क्षण इस तरह हत्या की ओर ले जाने की सहिष्णुता है-स्वर्ग या मृत्यु में क्या कहीं भी इसकी तुलना है? पराधीनता की वेदना ने, क्या इन लोगों के इस जीवन के और सभी वेदना बोध को एकदम धोकर साफ कर दिया है? कहीं कुछ भी बाकी नहीं है? उसे अपूर्व की याद आ गई। उसको अपनी नौकरी छूट जाने का शोक, उसकी अपनी मित्र मण्डली में हाथ का काला दाग दिखाई देने की लज्जा यह ही तो भारतमाता की सहस्त्र कोटि सन्तान हैं। खाते पहनते, परीक्षाएं पास करके, नौकरी में सफलता पाकर, जिनका जन्म से मृत्यु तक का सारा जीवन परम निर्विघ्न रूप से एक सा बीतता जा रहा था और एक यह मनुष्य है, जो अत्यन्त तृप्ति के साथ निर्विकार चित्त से बैठकर भात निगल रहा है। भारती को क्षण भर के लिए मालूम हुआ कि हिमालय के समीप हजारों प्रस्तर खण्डों में से तिलमात्र हिस्से से भी अधिक वे लोग नहीं हैं और उन्हीं लोगों में से एक को प्यार करके, उसी के घर की गृहिणी बनने से वंचित होने के दुख से आज वह अपनी छाती फाड़कर मर रही है। अकस्मात भारती जोर लगाकर बोल उठी - "भैया, तुम्हारा चुना हुआ यह खून-खराबा का रास्ता किसी भी तरह ठीक नहीं है। अतीत की चाहे जितनी ही नजीरें तुम दो-जो अतीत है, जो बीत चुका है, वही चिरकाल तक भविष्य की छाती दबाकर उसे नियंत्रित करता रहेगा - यह विधान मनुष्य जीवन में किसी तरह भी सत्य नहीं माना जा सकता! तुम्हारे रास्ते को नहीं, पर तुम्हारी सबकुछ विसर्जन करने वाली देश सेवा को ही मैं आज अपने माथे पर उठा लेती हूँ। अपूर्व बाबू सुख से रहें, उनके लिए अब मैं शोक नहीं करूँगी। अपने जीवन का मंत्र, आज मैंने अपनी आँखों से देख लिया है!"

डॉक्टर ने आश्चर्य के साथ मुँह उठाकर भात के कौर के भीतर से ही अस्फुट स्वर में पूछा - "क्या हुआ भारती?" *(क्रमशः)* ■

काव्य

एक मैं हूँ कि जिसकी कोई कीमत नहीं,
एक तू है, जिस पर कोई इल्जाम नहीं ।
क्या करूँ, दिल को सुकून नहीं,
और रूह को मनचाहा आराम नहीं।
बैठा हूँ कमरे में तेरे, कोई काम नहीं,
करूँ क्या, तेरे कूचे के सिवा
दूसरा मुकाम नहीं ।
यादों के चिराग जलते रहे
जल-जल कर यों ही बुझते रहे,
पर हम लबे-बाम के लिए
जीवन भर यूं ही तरसते रहे।
हद से ज्यादा बढ़ती जा रही है
मुझ से दूरियाँ तेरी,
भुलाने को तुझे
हाथों में कोई जाम नहीं।
साथ ढूँढ़ते रहे,
जिनका जिन्दगी की राहों में हम,
उनका आया उधर से,
अब तक कोई पैगाम नहीं ।
जो चाहे कहे, हाल पे मेरे दुनिया
जुबां पे किसी के, कोई रोक-थाम नहीं।
सीधी सादी जिन्दगी थी मेरी
बेसबब सब ने उसे उलझा दिया,
पास आकर दिल की सुनते भी नहीं
बल्कि सनकी का खिताब थमा दिया।
हम भी बन सनकी अब लिखने लगे
कविता, अब सलीके से,
कर सकता हूँ, उनको भी नाम तेरे
क्योंकि देने वाला,
हुआ इतना बदनाम नहीं ।
बुढ़ापे में यदि मुझे कड़वा यानि
कटु सुनना और मीठा बोलना आ गया तो
समझ लो मैं सचमुच अपने नाम
'शिव' का अर्थ समझ गया । ■

अवयव दान, नेत्रदान और त्वचादान

जीवन के बाद भी एक सत्कार्य अर्थात नेत्रदान और अवयव दान । आज के वैज्ञानिक युग में मृत्यु के पश्चात शरीर के कुछ विभिन्न अंगों से यदि किसी अन्य व्यक्ति को जीवनदान देना संभव हो तो उसे जलाना, नष्ट नहीं करना चाहिए, उसे दान करना चाहिए। मृत्यु के बाद भी सत्कार्य संभव है। अतः जीवन पश्चात का अवयव दान एक उत्तम दान हो सकता है।

आदमी और जानवर

एक बार की बात है किसी गांव में एक किसान रहता था। वह बहुत ही सीधा-सादा व ईमानदार व्यक्ति था। आज तक उसका किसी से झगड़ा नहीं हुआ था। न ही उसे पूरे गांव में कोई बुरा ही कहने वाला था।

वह किसान चाहे कितना भी परेशान क्यों न हो जाए, लेकिन कभी उसे गुस्सा नहीं आता था। वह अपनी गरीबी में हमेशा मस्त रहता था। गरीब होने के बावजूद उसे भगवान से कोई शिकायत नहीं थी।

एक दिन वह किसान सुबह-सवेरे ही उठकर अपने हल-बैल लेकर अपने खेत की तरफ चल पड़ा।

चलने से पहले उसने अपनी पत्नी से कहा - ''भाग्यवान, कुछ रोटियां मुझे बाँध दे, दोपहर को खा लूँगा।''

पत्नी ने कहा - ''रोटी के साथ खाने के लिए सब्जी तो है नहीं। फिर रोटी कैसे खाओगे?''

वह बोला - ''कोई बात नहीं है, तू मेरे लिए खाली रोटी ही बांध दे, में रूखी रोटी नमक से खा लूँगा।''

पत्नी ने कुछ रोटियां अंगोछे में बांधकर उसके हाथ में थमा दीं । किसान रोटी ले कर अपने खेत पर चला गया।

खेत पर पहुँचकर उसने अपना हल संभाला और अपनी रोटी एक चादर में लपेटकर झाड़ी के नीचे रख दी।

फिर उसने हल-बैल संभाला और अपने काम में जुट गया। दोपहर तक काम करते-करते वह काफी थक गया। धूप अब काफी तेज हो चुकी थी और उसका कंठ भी सूखने लगा था। उसने मुँह उठाकर आसमान की ओर देखा तो सूरज उसके सिर पर आ पहुँचा था। अब उसे भूख भी लगने लगी।

उसने सोचा सूरज अब सिर पर आ चुका है। भूख भी बहुत जोरों से लगने लगी है-और मैं काम करते-करते थक गया हूँ। अब मुझे खाना खा लेना चाहिए

और थोड़ा आराम भी कर लूँ, ताकि काम करने की हिम्मत आ जाए।

फिर उसने अपने बैलों को हल से निकालकर उन्हें चरने के लिए छोड़ दिया और हल को एक तरफ खड़ा कर दिया। उसने सोचा, इतने बैल भी अपना पेट भर लेंगे और थोड़ा सुस्ता लेंगे।

बैलों को खोलने के बाद वह अपनी रोटी लेने के लिए झाड़ी की ओर बढ़ गया ताकि खाना खा सके।

उसने जैसे ही वहीं जाकर चादर उठाई, क्या देखता है रोटी उसमें नहीं हैं। उसने आश्चर्य से इधर-उधर देखा कि रोटी कहां गई, मगर रोटी का कहीं भी पता नहीं था। वहां केवल चादर ही पड़ी थी।

उसने चादर को उल्टा पलटा, झाड़ा, लेकिन रोटी वहां थी कहां ! किसान को यह माजरा कुछ समझ में नहीं आ रहा था। आखिर चादर के अन्दर से रोटी कहां जा सकती है?

उसने सोचा- है बड़े आश्चर्य की बात । मुझे दिखाई हीं नहीं दिया तो क्या, मगर कोई-न-कोई यहां आया जरूर है और रोटी ले गया है वरना रोटी फिर कहां जा सकती है?

असल में बात यह थी कि वहां एक पाप दानव का चर छिपा हुआ बैठा था। किसान उधर काम कर रहा था कि, उसने ही रोटी चुरा ली थी। अब भी वह झाड़ी के पीछे छिपा हुआ बैठा था।

वह झाड़ी के पीछे बैठा यह सोच रहा था कि किसान रोटी के न मिलने पर रोएगा, झींकेगा, गालियां बकेगा, न जाने कितनी बद्दुआएं देगा। उसे गुस्से में कुछ भी नहीं सूझेगा।

मगर ऐसा कुछ भी नहीं हुआ। किसान एकदम शान्त स्वभाव का था और बिल्कुल शान्त बैठा हुआ था।

रोटी के चले जाने का उसको दुःख तो अवश्य हुआ था, मगर उसने सोचा, अब क्या हो सकता है? आखिर रोटी न मिलने के कारण कोई मैं भूखा तो

मर नहीं जाऊँगा- और जिसने भी रोटी ली होगी, अपनी जरूरत की वजह से ली होगी। चलो उस रोटी लेने वाले का भी भगवान भला करे। शायद हो सकता है कि वह भूखा हो। यह सोचकर वह पास के कुएं पर जाकर बैठ गया।

वहां जाकर उसने पहले पेट भरकर पानी पिया । फिर थोड़ा-सा सुस्ताने लगा । थोड़ा-सा आराम करने के बाद अपने बैल हल के साथ जोतकर वह फिर काम करने लगा ।

आराम कर लेने के बाद उसमें थोड़ी जान पड़ गई थी, अब वह जल्दी-जल्दी अपना काम निपटा रहा था।

वह पाप दानव का चर इस उम्मीद में था कि वह रोएगा, गालियां बकेगा, लेकिन ऐसा कुछ भी नहीं हुआ था। वह यह देखकर बड़ा आश्चर्यचकित हुआ कि रोटी के खो जाने के बाद भी किसान एकदम शान्त दिखाई देता था। उसके चेहरे पर इतनी-सी भी झल्लाहट नहीं थी।

यह देख उस चर की उम्मीदों पर पानी फिर गया।

वह सोचता रहा कि अब क्या करना चाहिए? मैं तो अपने सरदार के कहने पर इसे गुस्सा दिलाने यहां आया था, मगर इस किसान को तो गुस्सा ही नहीं आया। अब सरदार को क्या जवाब दूंगा?

फिर उसने सोचा कि जाकर यह सूचना मुझे सरदार को दे देनी चाहिए। इसमें मेरी क्या गलती है।

यह सोचकर वह निराश मन से अपने मालिक के पास पहुँचा।

सरदार उसको देखकर बोला - ''कहो- चर क्या सूचना लेकर आए, क्या उस किसान को गुस्सा आया?''

उसने कहा - ''नहीं सरदार!''

''क्यों?'' सरदार चौका।

''सरदार, मैंने उसे गुस्सा दिलाने की बड़ी कोशिश की, मगर उसे गुस्सा नहीं आया। यहां तक कि मैंने उसकी रोटी भी चुराकर अपने पास रख ली और वह सारा दिन भूखा रहा।''

"फिर उसने क्या कहा?"

"उसने कहा सरदार! भगवान रोटी ले जाने वाले का भला करे। उसने जरूरत के कारण ही रोटी ली होगी।"

यह सुनते ही सरदार को गुस्सा आ गया।

वह क्रोधित होकर चर से बोला - "बड़े शर्म की बात है कि आदमी तुमसे आगे बढ़ जाए। तुम अपना काम नहीं जानते। अगर किसान लोग और उनकी बीबियां ऐसी नेक होने लगीं तो फिर हम दानव कुल वालों का क्या ठिकाना रहेगा। समझे? फौरन वापस जाओ और बिगड़ी हुई बात को बनाओ । तीन साल के अन्दर जो तुमने किसान की नेकी पर काबू नहीं पा लिया तो तुमको मैं वैतरणी में फिंकवा दूंगा। सुना? अब जाओ यहां से।"

चर यह सुनकर डर गया था।

मालिक की धमकी सुनकर वह सहमा सहमा सा पृथ्वी पर वापस लौट आया। सोचने लगा-क्या करूँ, क्या न करूँ कि मेरा काम पूरा हो?

उसने खूब सोचा, खूब अच्छी प्रकार विचार किया। आखिर में उसकी समझ में एक उपाय आ ही गया।

उसने जल्दी से एक मजदूर का वेश बनाया और उसी किसान के पास नौकरी मांगने पहुँच गया।

किसान ने कहा - "ऐ भाई, मैं तुझे किस प्रकार नौकरी पर रख सकता हूँ, मैं तो खुद ही इतना गरीब आदमी हूँ।"

वह बोला - "मुझे पैसों की आवश्यकता नहीं है। तुम बस मुझे खाने के लिए रोटी और रहने के लिए एक कोना दे देना । मेरे लिए काफी है, बदले में मैं तुम्हारा सारा काम कर दिया करूँगा।"

किसान सोच में पड़ गया।

फिर उसने विवश होकर उसे नौकरी पर रख लिया। चर सारा दिन बड़ी मेहनत से उसका सारा काम करता था। उसकी मेहनत को देखकर किसान उससे बड़ा प्रभावित हुआ था। ■

बिपीनभाई दाणी (हरसोल) एकता परिवार (I.G.) माटुंगा की प्रेरणा से

दाताओं के नाम	एरिया	योजना	रुपया
☛ स्व. अरविंदभाई वल्लभदास सोनेचा के आत्मश्रेयार्थे			
ह. हंसाबेन अरविंदभाई सोनेचा परिवार	कांदिवली	दवाइयाँ	२,०००/-
☛ ईन्द्रवदन एन. शाह की पुण्यतिथि के अवसर पर			
ह. मनोरमाबेन ईन्द्रवदन शाह	माटुंगा	जीवदया	२,०००/-
☛ स्व. महेन्द्रभाई मणिलाल गांधी (लिंबोद्रा) के आत्मश्रेयार्थे			
ह. अल्पाबेन अल्पेश गांधी	बोरीवली	दवाइयाँ	१,२००/-
☛ स्व. इन्दुमतिबेन महेन्द्रभाई गांधी (लिंबोद्रा) के आत्मश्रेयार्थे			
ह. बीना संजय गांधी	बोरीवली	जीवदया	१,२००/-
☛ स्व. नटवरलाल बुलाखीदास शाह (हरसोल) के आत्मश्रेयार्थे			
ह. मंजुलाबेन नटवरलाल शाह परिवार	कांदिवली	जीवदया	१,०००/-
☛ स्व. कमलाबेन और स्व. कांतिलाल नगीनदास शाह (हरसोल) के आत्मश्रेयार्थे			
ह. कांतिलाल नगीनदास शाह परिवार	भायंदर	दवाईयाँ	१,०००/-
☛ स्व. सरस्वतीबेन रसीकलाल शाह (ऊनावा) के आत्मश्रेयार्थे			
ह. पल्लवी शिरीष शाह	सायन	जीवदया	५००/-
☛ स्व. कमलाबेन और स्व. बेचरदास दोशी के आत्मश्रेयार्थे			
ह. दिलीप बी. दोशी	मुलुंड	दवाइयाँ	५००/-
☛ स्व. शारदाबेन और स्व. चिमनलाल साकळचंद शाह (उवारसद) के आत्मश्रेयार्थे			
ह. हेमा प्रदीप शाह	पूना	जीवदया	५००/-

मानसिक चित्रण का असल रहस्य

युगों-युगों से सफल स्त्री-पुरुष सफलता हासिल करने के लिए मानसिक तस्वीरों और रिहर्सल का उपयोग करते आ रहे हैं। मिसाल के तौर पर नेपोलियन ने वास्तविक युद्धभूमि पर क़दम रखने के कई साल पहले से अपनी कल्पना में सैनिक बनने का अभ्यास किया। वेब और मॉर्गन अपनी पुस्तक 'मेकिंग द मोस्ट ऑफ़ योर लाइफ़' में हमें बताते हैं कि अध्ययन के इन वर्षों के दौरान नेपोलियन ने जो नोट्स लिए थे, वे छपने के बाद चार सौ पेज के थे। उसने अपनी कल्पना सेनापति के रूप में की थी और कोर्सिका के टापू के नक्शे खींचे थे, जिनमें सटीकता से दिखाया गया था कि वे गणितीय सटीकता से अपने सैनिक कहाँ रखेंगे।''

कॉनरेड हिल्टन ने अपना पहला होटल ख़रीदने से बहुत पहले अपनी कल्पना में खुद को होटल चलाते देखा था। बचपन में वे खेला करते थे कि वे एक होटल संचालक हैं। शुरुआत में वे जीर्ण-शीर्ण, 'उजड़ी' जायदाद ख़रीदकर उनका जीर्णोद्धार करने में सफल हुए और उन्हें आला दर्जे के होटलों में बदल दिया। उन्होंने कहा था कि जब वे हासिल करने के लिए कोई जीर्ण-शीर्ण जायदाद देखते थे, तो वे इसकी वास्तविक स्थिति देखना छोड़ देते थे। इसके बजाय उस होटल की तस्वीरें अपने दिमाग़ में स्पष्ट रूप से देखते थे, जो यह जीर्णोद्धार के बाद बनेगा। जो होने वाला है, उसे देखकर उन्होंने वह मूल्य देख लिया, जो दूसरों के लिए अदृश्य था। ■

बच्ची के पेट में हवा

छः सात महीने की बच्ची का हवा से पेट फूल गया था। सुबह से उसका पेट साफ नहीं हुआ था। मां का दूध नहीं पी रही थी और जोरों से रो रही थी । मैंने बार-बार सफल सिद्ध होने वाला निम्नलिखित प्रयोग किया -

''एक मूंग के दाने जितनी हींग लेकर अपनी हथेली में दो-तीन बूंद पानी डालकर, हींग को अंगुली से हथेली पर घिस लिया। फिर इस हींग के घोल (हींग व पानी का मिश्रण) को उसी अंगुली से बच्ची की नाभि के अन्दर लगा दिया। हथेली पर बाकी बचे घोल को नाभि के नीचे हथेली फेर कर लगा दिया। नाभि पर और नाभि के नीचे वाले भाग पर हींग के पानी का लेप करते ही तत्काल हवा पास हुई और बच्ची दो मिनट में हंसने लगी।''

विशेष हींग के लेप की जगह पर बाद में थोड़ा देशी घी लगाने से हींग से लाली या छाला पड़ने की सम्भावना नहीं रहती। ■

मानवता के साद को मिला हुआ प्रतिसाद

नाम	एरिया	रुपया
☆ सुमन अडवाणी	मुलुंड	२०,०००/-
☆ लीलाराम छापेरवाल	वाशी	६,०००/-
☆ वंदना चंद्रशेखर कारेकर	दहिसर	५,०००/-
☆ जगदीश हरीशचंद्र दवे	पनवेल	१,०००/-
☆ जालु होमी घडियाली	परेल	५००/-

शरीर की सार्थकता परहित कार्य में

राजा हिरण्यगर्भ आखेट का बड़ा प्रेमी था। वह जब-तब आखेट करने निकलता था। जब भी वह आखेट के लिए जाता तो चारों ही ओर हाहाकार मच जाता। वन प्रदेश के जीव बहुत दुखी थे। मृगों में एक बड़ा अद्‌भुत मृग था। वह वन के जीवों के दुःख से बड़ा ही दुखी रहता था।

वह मृग सोचता था कि ईश्वर ने खाने के लिए अनेक चीजें पैदा की है, फिर भी मनुष्य जीवों का शिकार क्यों करता है? उसने इस बात को लेकर राजा के पास जाने का निश्चय किया।

प्रभात का समय था। राजा आखेट के लिए तैयार हो रहा था। सहसा एक सुंदर मृग राजा के सामने जाकर खड़ा हो गया। राजा उस मृग को देखकर चकित रह गया। इतने में कोमल वाणी में बोल उठा - ''राजन आप प्रतिदिन वन में जाकर जीवों का शिकार करते हैं। मेरे शरीर के भीतर कस्तूरी का भंडार हैं आपसे प्रार्थना है कि आप इस भंडार को ले लें और वन के प्रणियों का शिकार करना छोड़ दें।''

मृग की बात सुनकर राजा विस्मय से बोला - ''क्या तुम उन्हें बचाने के लिए अपने प्राण देना चाहते हो? तुम जानते हो कस्तूरी पाने के लिए मुझे तुम्हारा वध करना होगा।''

इस पर मृग बोला - ''राजन आप मुझे मारकर कस्तूरी का भंडार ले लीजिए परंतु निरपराध जीवों का वध करना छोड़ दीजिए।''

राजा ने पुन: कहा - ''तुम्हारा शरीर बहुत सुंदर है।''

मृग ने जवाब दिया - ''राजन् यह शरीर तो नश्वर है । मैं दूसरों के प्राण बचाने के लिए मर जाऊँ, इससे अच्छी बात क्या हो सकती है।''

मृग की ज्ञान भरी वाणी ने राजा के मन में वैराग्य का प्रकाश पैदा कर दिया। वह सोचने लगा कि यह जानवर होकर भी दूसरों के लिए अपने प्राण दे रहा है और मैं मनुष्य होकर रोज-रोज जीवों को मारता हूँ। धिक्कार है मुझ पर। उस दिन से राजा जीवों की हिंसा छोड़कर प्राणी मात्र पर दया करने लगा। नश्वर शरीर की सार्थकता इसी में है कि उससे दूसरों की भलाई हो। ■

जानकारी

कीमोप्रिवेंशन और कैंसर

मिशेल की कहानी

मिशेल चार साल की सुंदर बच्ची थी। उसकी दुनिया प्यार और खुशियों से लबालब थी। ऐसा लगता था कि जैसे उसके खुशहाल परिवार के सुरक्षित स्वर्ग में कोई भी घुसपैठ नहीं कर सकता। लेकिन अब मिशेल की बेफ़िक्र जिंदगी बदल गई थी। डॉक्टरों ने उसकी पीठ और पेट की तकलीफ़ों का परीक्षण करने के बाद बताया कि उसे न्यूरोब्लास्टोमा नामक भयानक कैंसर है। इसके बाद परिवार गहरे सदमे में डूब गया।

बीमारी का पता लगने के कुछ समय बाद ही मिशेल को सर्जरी के लिए ले जाया गया। जब सर्जन ऑपरेशन रूम से बाहर आए, तो उनका चेहरा देखकर मिशेल के परिजनों ने अंदाज़ा लगा लिया कि ख़बर अच्छी नहीं है। सर्जन ने उन्हें बताया कि मिशेल का ट्यूमर फैल चुका है, वह डायफ्राम तक पहुँच चुका है और उसने आँत को चारों ओर से लपेट लिया है। इसे हटाने का कोई रास्ता नहीं था।

इससे पहले कि मिशेल सर्जरी से उबरती, कैंसर विशेषज्ञों की टीम ने उसे कीमोथैरेपी देना शुरू कर दी। हालांकि डॉक्टर उसके अधिक समय तक जीवित रहने के प्रति आशावादी नहीं थे। इस दौरान मिशेल की माँ ने मुझसे संपर्क किया। वह अपनी बच्ची को इलाज से होने वाले नुक़सान से बचाने के लिए कुछ भी करने को तैयार थी।

डॉक्टरों के एतराज जताने के बावजूद हमने मिशेल को अतिरिक्त पोषक तत्व देना शुरू कर दिए। मिशेल एक साहसी बच्ची थी और वह इन तत्वों को विश्वास के साथ लेने लगी। उसका इलाज शुरू हो गया था और वह संघर्ष

कर रही थी। अतिरिक्त पोषक तत्व लेने के बावजूद इलाज के कारण वह बीमार हो गई थी। उसका इलाज बहुत ही शक्तिशाली था और सभी को इस बात की चिंता थी कि वह ज़िंदा भी रह पाएगी या नहीं। लेकिन साहसी मिशेल ने इन सब को सहन किया और उसका ट्यूमर भी सिकुड़ गया।

मिशेल की प्रतिक्रिया ने डॉक्टरों का हौसला काफी बढ़ा दिया था। वे मिशेल का ट्यूमर हटाने के लिए अब फिर सर्जरी करना चाहते थे। इस बार डॉक्टर ऑपरेशन रूम से मुस्कराते हुए निकले। उन्होंने कहा कि लगता है कि इस बार सभी ट्यूमर निकाल दिए गए हैं। कैंसर विशेषज्ञ ने मिशेल के माता-पिता से कहा कि कीमोथैरेपी के प्रति उसकी प्रतिक्रिया इससे बेहतर नहीं हो सकती थी।

लेकिन मिशेल की यात्रा यहीं पर ख़त्म नहीं हुई थी। डॉक्टर अब भी उसका बोन मैरो ट्रांसप्लांट करना चाहते थे। वे यह देखना चाहते थे कि कैंसर पूरी तरह हटा है या नहीं। परिवार को एक बार फिर कठिन फ़ैसला लेना था। परिवार ने इससे संबंधित सभी प्रकार की जानकारियाँ एकत्रित कीं और उनके आधार पर मिशेल के पिता ने डॉक्टर से कहा कि वे बोन मैरो ट्रांसप्लांट के लिए तैयार हैं। उन्होंने कहा कि वे केवल इसी शर्त पर तैयार हैं कि ट्रांसप्लांट के दौरान मिशेल को अतिरिक्त पोषक तत्व देना जारी रखा जाए।

पहले तो कैंसर विशेषज्ञ ने इससे इंकार कर दिया। उनका मानना था कि अतिरिक्त पोषक तत्वों से इलाज का प्रभाव रुक जाएगा। मिशेल के पिता ने उनसे पूछा कि क्या इस बारे में चिकित्सा साहित्य में कुछ लिखा है, तो डॉक्टर ने कहा कि नहीं, लेकिन यह सच है।

इसके बाद मिशेल के पिता, जो स्वयं एक ईआर (ER) डॉक्टर थे, ने खुलासा किया कि मिशेल अपने पिछले इलाज के दौरान अतिरिक्त पोषक तत्व लेती रही थी। इससे वह न सिर्फ़ इलाज को सहन कर पाई थी, बल्कि उसने बेहतर प्रतिक्रिया भी दिखाई थी। मिशेल के पिता ने यह भी स्पष्ट कर दिया था कि वे और

उनकी पत्नी चाहते हैं कि बोन मैरो ट्रांसप्लांट के दौरान मिशेल अतिरिक्त पोषक तत्व लेती रहे।

कैंसर विशेषज्ञ ने फ़ार्माकोलॉजिस्ट से बात कर यह तय किया कि इन अतिरिक्त पोषक तत्वों को लेने में कोई हानि नहीं है। गहन शोध के बाद सभी इस बात से सहमत हो गए कि बोन मैरो ट्रांसप्लांट के दौरान मिशेल को पोषक तत्व दिए जाते रहेंगे। प्रक्रिया बहुत जटिल थी, लेकिन मिशेल न सिर्फ यह सब झेल गई बल्कि वह ठीक भी हो गई। कैंसर विशेषज्ञ ने बताया कि उन्होंने आज तक किसी भी बच्चे को इतनी तेज़ी से ठीक होते नहीं देखा था। उनके इस अटल निर्णय ने प्रभाव दिखाया था।

इन कठिन घड़ियों में मिशेल और उसकी माँ ने खूब प्रार्थना की। मिशेल अब पाँच साल की हो गई थी और वह अपनी सहेलियों के साथ किंडरगार्टन जाने लगी थी। मिशेल किंडरगार्टन में पहले ही दिन से स्वस्थ नज़र आई थी। उसके कैंसर का पता चले तीन साल से अधिक का समय हो गया था। सात साल की उम्र में वह साइकिल चलाने लगी थी, रस्सी कूदती थी और अपनी सहेलियों के साथ फ़ैशन करती थी।

पोषण विज्ञान के ज़रिये कैंसर और दूसरी कई क्षयकारी बीमारियों से लड़ने में उम्मीद दिखती है। ये न सिर्फ कैंसर से बचाव में मदद करते हैं, बल्कि वास्तव में कीमोथैरेपी और रेडिएशन थैरेपी का प्रभाव भी बढ़ा सकते हैं। शरीर के प्राकृतिक रक्षा तंत्र के निर्माण की प्रक्रिया इतनी सुदृढ़ हो सकती है! चूँकि कैंसर के इलाज से मरीज़ भारी तनाव में आ जाता है, इसलिए क्या डॉक्टर मरीज़ का बेहतर स्वास्थ्य नहीं चाहते?

प्राकृतिक एंटीऑक्सीडेंट और उनके सहयोगी पोषक तत्व कई कारणों से आदर्श कीमोप्रिवेंटिव कारक होते हैं: ये

- ☛ कोशिका के डीएनए केंद्रक को होने वाली स्वतंत्र तत्वों (Free Radicals) की क्षति से बचाते हैं और रोकते हैं।
- ☛ शरीर में पहले से हुई क्षति की मरम्मत के लिए ज़रूरी पर्याप्त पोषण उपलब्ध कराते हैं।
- ☛ सुरक्षित होते हैं और जीवनभर लिए जा सकते हैं। (दवाइयों के साथ यह फ़ायदा नहीं होता। स्तन कैंसर का ख़तरा कम करने वाली टैमोक्सिफ़ेन के बहुत गंभीर दुष्प्रभाव होते हैं।)
- ☛ तुलनात्मक रूप से महँगे नहीं होते हैं। (मैं जिन पोषक तत्वों को लेने की सलाह देता हूँ उनकी कीमत एक डॉलर से डेढ़ डॉलर प्रतिदिन आती है।)
- ☛ कैंसर के बढ़ने के ख़तरे के प्रति सर्वश्रेष्ठ सुरक्षा उपलब्ध कराते हैं।
- ☛ कीमोथेरेपी और रेडिएशन से उत्पन्न होने वाले ऑक्सीडेटिव तनाव से शरीर की रक्षा करते हैं।
- ☛ कीमोथैरेपी और रेडिएशन की कैंसर से लड़ने की क्षमता बढ़ाते हैं।
- ☛ कैंसर की वृद्धि और दोहराव को रोकते हैं।
- ☛ कुछ मामलों में ट्यूमर के फिर से न बनने का कारण बनते हैं।

हम इस बात से इंकार नहीं करते कि पारंपरिक कैंसर के इलाज बहुत उच्च अवस्था तक पहुँच गए हैं। कैंसर विशेषज्ञों और विकिरण विशेषज्ञों को अपने मरीज़ों में एंटीऑक्सीडेंट के इस्तेमाल के प्रति अधिक उदार होना चाहिए। चूँकि शोधकर्ता एक से अधिक एंटीऑक्सीडेंट को उचित स्तर पर लेने के बारे में गंभीरता से सोच रहे हैं, इसलिए कैंसर से रोकथाम और इलाज में क्रांति आ सकती है। इस बीच, वर्तमान में उपलब्ध शोध कीमोप्रिवेंशन और कैंसर थैरेपी के सभी स्तरों में एंटीऑक्सीडेंट के इस्तेमाल का समर्थन करते हैं। *(संपूर्ण)* ■

विश्व मलेरिया दिवस

प्रस्तुति - हिना कोठारी/बवेर, *कोच्ची*

विश्व मलेरिया दिवस एक वैश्विक स्वास्थ्य जागरूकता कार्यक्रम है जो प्रतिवर्ष २५ अप्रैल को मनाया जाता है, यह विभिन्न स्थानीय और सरकारी स्वास्थ्य अधिकारियों और नीति निर्माताओं से मलेरिया से लड़ने और उन्मूलन के लिए आवश्यक कार्रवाई को बढ़ावा देने का एक वैश्विक आह्वान है।

मलेरिया नामक परजीवी संक्रमण मादा (एनोफिलीज) मच्छर द्वारा फैलता है और यह गंभीर, कभी-कभी घातक बीमारी का कारण बन सकता है। मलेरिया से हर साल २०० करोड़ लोगों को खतरा होता है, जिसमें ९० स्थानिक देशों के निवासी और १२.५ करोड़ अंतर्राष्ट्रीय पर्यटक शामिल हैं। प्लास्मोडियम परजीवी एक जटिल जीवन चक्र प्राप्त करते हैं जिसके परिणामस्वरूप समय-समय पर बुखार होता है। अधिकांश रोगी उपचार के बाद मलेरिया के लक्षणों से जल्दी ठीक हो जाते हैं, लेकिन उपचार में देरी होने पर गंभीर मलेरिया संबंधी एनीमिया, सेरेब्रल मलेरिया, कोमा या मृत्यु जैसी गंभीर जटिलताएँ हो सकती हैं।

विश्व मलेरिया दिवस (WMD) का महत्व

मलेरिया दुनिया में सबसे घातक परजीवी रोगों में से एक है, जिसके कारण २०१७ में वैश्विक स्तर पर २१.९ करोड़ से अधिक मामले सामने आए और ४.३५ लाख मौतें हुईं। इस संख्या को कम करने के लिए, इस बीमारी और इसकी रोकथाम के बारे में जागरूकता बढ़ाना सर्वोच्च प्राथमिकता है, जिसमें शुरुआती लक्षणों, सावधानियों और उपचार विकल्पों के बारे में जनता को शिक्षित करना शामिल है। शोध अध्ययनों से पता चला है कि मलेरिया का शीघ्र निदान और उपचार मलेरिया के लक्षणों और इसकी रोकथाम के बारे में जागरूकता बढ़ाकर मृत्यु दर को कम कर सकता है।

विश्व मलेरिया दिवस वैश्विक ध्यान आकर्षित करने और लोगों के प्रभावित होने के जोखिम को कम करने में सहायता करने का एक मंच है। यह वर्ष २०२० में स्पष्ट हुआ, जहां COVID-19 महामारी के कारण, विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) द्वारा जागरूकता सेवाओं में व्यवधान आया, जिसके कारण प्रति १०००

लोगों पर मलेरिया के मामलों में वृद्धि हुई (२००० में ८१/१००० लोगों से २०१९ में ५६/१००० लोगों तक और उसके बाद २०२० में ५९/१००० लोगों तक)। २०१९ की तुलना में २०२० में मृत्यु दर (मृत्यु) बढ़कर १२७ हो गई है। दुनिया भर में, यह अनुमान लगाया गया था कि २००० और २०२० के बीच, १०६ लाख मलेरिया से मौतें हुईं और १७० करोड़ मलेरिया के मामलों को रोका गया। थक्ज अफ्रीकी क्षेत्र में मामलों का सबसे बड़ा प्रतिशत (८२७) और मौतों (९५७) को रोका गया, इसके बाद थक्ज दक्षिण-पूर्व एशिया क्षेत्र (मामले १०७ और मौतें २७) का स्थान रहा।

विश्व मलेरिया दिवस (WMD) का इतिहास

विश्व मलेरिया दिवस, जिसे पहली बार २००८ में मनाया गया था, अफ्रीका मलेरिया दिवस से विकसित हुआ था, जिसे २००१ से अफ्रीकी देशों द्वारा सम्मानित किया गया था। स्मरणोत्सव ने मलेरिया को रोकने और अफ्रीकी देशों में इसकी मृत्यु दर को कम करने के लिए लक्षित उद्देश्यों की स्थिति का मूल्यांकन करने का अवसर प्रदान किया। २००७ में, यह प्रस्ताव रखा गया था कि दुनिया भर में मलेरिया के प्रसार को स्वीकार करने और बीमारी को खत्म करने के वैश्विक अभियान के बारे में जागरूकता बढ़ाने के लिए विश्व स्वास्थ्य सभा (विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा आयोजित एक सभा) के ६०वें सत्र में अफ्रीका मलेरिया दिवस का नाम बदलकर विश्व मलेरिया दिवस कर दिया जाए।

मलेरिया रोग की रोकथाम

निम्नलिखित उपाय मच्छरों के काटने के जोखिम को कम करने में मदद कर सकते हैं :

- शरीर पर २०-३५७ एन, एन-डाइएथिल-मेटा-टोलुमाइड कीट विकर्षक लगाएं।
- रात में बाहर जाते समय लंबी आस्तीन वाली पोशाक और लंबी पैंट पहनें।
- रात में बिस्तर पर मच्छरदानी का प्रयोग करें।
- बिस्तर पर जाने से पहले, बेडरूम में पाइरेथ्रिन या संबंधित कीटनाशक का छिड़काव करें।
- घर के आस-पास कभी भी पानी जमा न होने दें।
- पानी के टब को हमेशा ढक्कन से बंद रखें। ■

हास्य का हसगुल्ला

प्रस्तुति : हेमु मोदी *(सुरत)*

❒ चुन्नू आराम से बैठा था !
मुन्नू (चुन्नू से) : कुछ काम करो !
चुन्नू : मैं गर्मियों में कुछ काम नहीं करता हूं !
मुन्नू : और सर्दियों में क्या काम करते हो ?
चुन्नू : गर्मियां आने का इंतजार !

❒ संता (बंता से): और सुना यार, बीवी से झगड़ा खत्म हुआ या नही?
बंता: अबे घुटनों पर चल कर आयी थी मेरे पास, घुटनों पर।
संता: क्या बात कर रहा है, सच में।।
बंता: और नहीं तो क्या।
संता: फिर क्या बोली?
बंता: बोली बेड के नीचे से बाहर आ जाओ, पक्का अब नही मारुंगी।

❒ एक आदमी रात को गली के सामने खड़ा था। वहां के चौकीदार ने देखा तो कड़क कर पूछा कौन हो तुम, बाप का नाम क्या है ?और यहां क्या कर रहे हो?
आदमी बोला, मेरा नाम शेर सिंह है। और बाप का नाम शमशेर सिंह है।
चौकीदार: कहां रहते हो ?
आदमी: शेरों वाले मोहल्ले में रहता हूं ।
चौकीदार: तो इतनी रात में यहाँ खड़े क्या कर रहे हो, जाओ अपने घर जाओ?
आदमी: कैसे जाऊं, आगे कुत्ते भौंक रहे हैं।

❒ लड़का : मम्मी 'लव मैरिज' करने से घरवाले नाराज होते हैं क्या ?
मम्मी : तू जरूर किसी चुड़ैल के चक्कर में होगा और यह सब तुझे उसी डायन ने कहा होगा । लड़कियां तो बस लड़कों को फंसाने में ही लगी रहती हैं। जहां अच्छा लड़का देखा शुरू हो गईं । बेटा तू इनसे बच के रहना। ये बहुत मक्कार और कमीनी होती हैं।और इनका तो खानदान भी।
लड़का : बस मम्मी ऐसा कुछ नहीं है। वो तो डैडी बता रहे थे कि आप दोनों की लव मैरिज हुई थी ! ■

प्रकाशन कॉ–ऑर्डिनेटर : समीर पारेख, *क्रिएटिव पेज सेटर्स,* घाटकोपर

तस्वीर बोल रही हैं अनाज वितरण की

उदार दानवीर दाताओंके सहयोग से संस्था की ओर से 150 कैंसरग्रस्त परिवारों को महिने में दो बार राशन (अनाज) दिया जाता है ।

फुटपाथ पर रहती कैंसरग्रस्त महिला को राशन के साथ चद्दर देते हुए संस्था के संस्थापक और मैनेजिंग ट्रस्टी श्री हरखचंदभाई सावला (बाडावाला) द्रष्टिमान हो रहे है ।

तस्वीर बोल रही हैं अनुकंपादान की

उदार दानदाता द्वारा दी गई 'मैक्सी' (कपड़ा) कैंसरग्रस्त महिला मरीज़ को देते हुए संस्था के संस्थापक और मैनेजिंग ट्रस्टी श्री हरखचंदभाई सावला (बाडावाला) ।

RNI. MAHHIN/2012/45662 Post Reg. MCE/141/2024-26.
Licence to Post Without Prepayment No. MR/TECH/WPP-208/EAST/2024-26.
Posted at Mumbai Patrika Channel Sorting Office, Mumbai- 400 001
Published and Posting on 15th of every month.

To,

कौन बनेगा करोड़पति फेम

तस्वीर बोल रही हैं छाता वितरण की

'जीवन ज्योत जलाराम अन्नदान क्षेत्र' के तहत बॉहरगाँव से आए हुए कैंसरग्रस्त मरीज़ों को शुद्ध और पौष्टिक भोजन दिया जाता है । उदार दानदाताओं के सहयोग से फुटपाथ पर रहने वाले मरीज़ों को बारिश के मौसम में 200 तालपत्री और 180 छाते बांटे गए ।

Printed, Published, Edited & Owned by - **Mr. H. K. Savla,** Published from **Jeevan Jyot Cancer Relief & Care Trust,** 3/9, Kondaji Chawl, Jerbai Wadia Road, Near Tata Hospital, Parel, Mumbai - 400 012. & Printed at **P. H. Printer,** 18-P, D. L. Jain Compound, Opp. Voltas Ltd., 64, Dr. B. A. Road, Chinchpokli (E), Mumbai 400 012 ***Editor*** : **H. K. Savla**