जितना दूध उत्पादन- उतना सही पोषण

गोदरेज एग्रोवेट ने पशु आहार चयन का आसान तरीका बताया

भारत की प्रमुख फार्म-टू-प्रोटीन कंपनियों में से एक गोदरेज एग्रोवेट लिमिटेड ने डेयरी किसानों और पशु आहार विक्रेताओं को पशुओं के पोषण संबंधी सही निर्णय लेने में मदद करने के लिए जागरूकता अभियान शुरू किया है। इस अभियान का उद्देश्य पशु के दूध उत्पादन के अनुसार आहार चुनने के सरल सिद्धांत को बढ़ावा देना है, ताकि किसानों के लिए सही पशु को सही पोषण देना आसान हो सके।डेयरी किसान अक्सर पशु आहार चुनने के लिए विक्रेताओं की सलाह पर निर्भर रहते हैं। हालांकि, जब अलग-अलग पशुओं का दूध उत्पादन अलग होता है, तो उनके लिए सही आहार की सिफारिश करना चुनौतीपूर्ण हो सकता है। पशु को उसके दूध उत्पादन के स्तर के अनुसार आहार देना संतुलित पोषण, पशु के स्वास्थ्य और दूध उत्पादन को बनाए रखने के लिए जरूरी है। इस दिशा में गोदरेज एग्रोवेट किसानों और विक्रेताओं को दूध उत्पादन के अनुसार पशु आहार चुनने के लिए प्रोत्साहित कर रही है, ताकि वे अधिक जानकारी के साथ सही निर्णय ले सकें। इस जागरूकता अभियान का मुख्य संदेश गोदरेज एग्रोवेट के पशु आहार पोर्टफोलियो के दो उत्पादों पर आधारित एक सरल नियम है। औसत दूध उत्पादन वाले पशुओं के लिए गोदरेज बायप्रो प्लस और अधिक दूध उत्पादन वाले पशुओं के लिए गोदरेज समृद्धि की सिफारिश की गई है।

गोदरेज एग्रोवेट के एनिमल न्यूट्रिशन बिजनेस के सीईओ कैप्टन (डॉ.) ए.वाई. राजेंद्र ने कहा, 'पशु को आहार देने का निर्णय इस बात को समझने से शुरू होना चाहिए कि वह कितना दूध देता है। कई डेयरी किसान पशु आहार चुनने के लिए विक्रेताओं की सलाह पर निर्भर रहते हैं, इसलिए पशुओं को सही पोषण दिलाने में विक्रेता एक महत्वपूर्ण कड़ी हैं।

परम पूज्य साध्वी भक्तिरसा श्रीजी महाराज साहब का ढोल-नगाड़ों के साथ नगर में हुआ मंगल प्रवेश



36 वें दीक्षा दिवस पर होंगे विभिन्न धार्मिक एवं मांगलिक आयोजन महिदपुर। जवाहर डोसी पीयूष महिदपुर रोड में पपू भुवन प्रभा श्रीजी महाराज साहब की सुशिष्या परम पूज्य साध्वी भक्तिरसा श्री जी महाराज साहब आदि ठाणा का शुक्रवार प्रातः 8 बजे ढोल-नगाड़ों एवं धर्ममय जयघोष के साथ नगर में भव्य मंगल प्रवेश हुआ।इस अवसर पर जैन समाजजनों ने उत्साह एवं श्रद्धाभाव के साथ पूज्य साध्वी भगवंत की अगवानी कर उनका स्वागत एवं वंदन किया। जैन समाज एवं प्रदेश मीडिया प्रभारी सचिन भंडारी ने जानकारी देते हुए बताया कि पूज्य साध्वी भगवंत भाटपचलाना में अपना सफलतम चातुर्मास पूर्ण करने के पश्चात महिदपुर रोड नगर में पधारी हैं।शनिवार को पूज्य साध्वीजी का 36 वां दीक्षा दिवस श्रद्धा,भक्ति एवं उल्लास के साथ मनाया जाएगा।इस पावन अवसर पर प्रातः 6 बजे वधामणे एवं केसर छंटना का सामूहिक आयोजन होगा।तत्पश्चात दोपहर में समाज की महिलाओं द्वारा सामूहिक धार्मिक आयोजन किया जाएगा। उल्लेखनीय है कि नगर में चातुर्मास हेतु विराजित परम पूज्य साध्वी डॉ.अमृतरसा श्री जी महाराज साहब एवं साध्वी भक्तिरसा श्री जी महाराज साहब आपस में सांसारिक बहनें हैं।इस कारण भी समाजजनों में पूज्य साध्वी भगवंत के आगमन को लेकर विशेष हर्ष एवं उत्साह का वातावरण है। पूज्य साध्वी भगवंत यहां से नागेश्वर तीर्थ होते हुए भांडवपुर महातीर्थ में आयोजित गुरु सप्तमी महोत्सव में अपनी मंगलकारी निश्रा प्रदान करेंगी।

समस्त जैन समाजजनों से दीक्षा दिवस के विभिन्न धार्मिक आयोजनों में अधिक से अधिक संख्या में उपस्थित होकर धर्मलाभ प्राप्त करने का अनुरोध किया गया है।

सर्दियों में फटे होंठो का घरेलू उपचार

सर्दियों में होंठों की नमी कहीं खो सी जाती है



होठों की कद्र करने से होठों की सुन्दरता बढ़ती है। सर्दियों में चेहरे को धोने के बाद होठों को मुलायम तौलिये से हल्के से पौंछना चाहिए ताकि मृत कोशिकाओं को हटाया जा सके। रात्रि को आप प्रतिदिन एक घंटा तक होठों पर मलाई लगा कर रख सकते है

सर्दियों के मौसम ने दस्तक दे दी है और जिसकी बजह से होंठों में जलन , घाब ,चुभन आदि की समस्या आम समय के मुकाबले कहीं ज्यादा बढ़ रही है फटे होंठ जहां चेहरे पर बदसूरती का अहसास कराते है वहीं दूसरी ओर शारीरिक पीड़ा का कारण बनते है

शरीर के बाकि हिस्सों के मुकाबले हम होंठों की त्वचा को ज्यादातर खुला छोड़ देते हैं और ऐसे में होंठ हमेशा मौसम की मार सबसे ज्यादा झेलते हैं दरअसल होंठों की त्वचा चेहरे की त्वचा से ज्यादा पतली और कोमल ब नाजुक होती है विशेषज्ञों का कहना है की हमारे होंठों की त्वचा चेहरे की त्वचा से दस गुणा तेजी से शुष्क होती है होंठों की त्वचा में शरीर के बाकि हिस्सों के मुकाबले तैलीय ग्रन्थियां भी बिद्यमान नहीं होती हमारे चेहरे की त्वचा में सोलह जीवकोशिए परतें बिद्यमान होती हैं जबकि हमारे होंठों में औसतन तीन से पांच जीवकोशिए परतें बिद्यमान होती हैं जिसकी बजह से होंठों पर मौसम की सबसे ज्यादा मार पड़ती है

हालाँकि होंठों के फटने की समस्या साल भर देखने में आती है लेकिन सर्दियों के मौसम में बर्फीली हवाओं के इलाबा घर में हीटर , गर्म उपकरणों , सेण्ट्रल हीटिंग आदि की बजह से बाताबरण में नमी में कमी आने की बजह से कहीं ज्यादा गंभीर हो जाती है तथा इस मौसम में होंठों का फटना आम हो जाता है / मौसम के इलाबा अगर आप जीवन शैली जैसे शुगर , ब्लड प्रेशर ,आदि रोगों से पीड़ित हैं तो भी होंठों के फटने की समस्या से दो चार हो सकते हैं

लेकिन सवाल यह है की सर्दियों में इस समस्या से कैसे निपटा जाये अगर आप गम्भीर समस्या से जूझ रहे हैं तो किसी डॉक्टर की सलाह जरूर ले लें अन्यथा आप घरेलू उपचार मात्र से ही फटे होंठों की समस्या पर आसानी से काबू पा सकते हैं

.मौसम कोई भी हो , होंठों को मुलायम और कोमल बनाये रखने के लिए आप दिन में आठ से दस गिलास शुद्ध ताजा पानी पियें ताकि शरीर की नमी बरकरार रखी जा सके जिससे होंठों के फटने की समस्या से प्रकृतिक तौर पर निपटा जा सके /रात को सोने से पहले होंठों पर शुद्ध आर्गेनिक शहद लगा कर सुबह ताजे सामान्य पानी से धो डालें गुलाब जल और ग्लिसरीन को बराबर मात्रा में मिलकर बने मिश्रण को रात को होंठों पर लगा कर सुबह पानी से धो डालें इससे होंठ कोमल और मुलायम बने रहेंगे

सर्दियों में फटे होंठों को रोकने के लिए होंठों को नियमित रूप से स्क्रब करना बहुत जरूरी माना जाता है क्योंकि होंठों की मृत कोशिकाओं को भी फटे होंठो का कारण माना जाता है इसके लिए शहद और चीनी का स्क्रब उपयोग करें

गाय का घी गर्म करके इसे ऊँगली पर लगा कर होंठों की हल्की हल्की मसाज कीजिये इससे होंठों पर रक्त संचार बढ़ेगा और आप के होंठ गुलाबी , मुलायम बनेंगे सुबह नहाने के बाद और

रात हो सोने से पहले नाभि पर सरसों का तेल लगाने से फटे होंठों की समस्या से राहत मिलेगी / गुलाब की पत्तियां पीस पर उसमें मलाई मिलकर होंठों पर लगाने से होंठ नर्म और गुलाबी बन जायेंगे

सौंदर्य विशेषज्ञों का मानना है कि नारियल तेल, ऑर्गन तेल पर आधारित होठों के वाम, तथा लिपिस्टिक के प्रयोग से होठों को फटने से बचाया जा सकता है। यह ध्यान रखें की ऑइंटमेंट आधारित लिप बाम का प्रयोग करें जिसमे ग्लिसरीन ,पेट्रोलियम जेली ,सुगन्धित तेल शामिल हों ताकि मॉइस्चर को रोका जा सके

हमेशा कपूर , युकलिप्टुस या मेंथोल आधारित लिप बाम से परहेज करें क्योंकि इससे आपको होंठ ज्यादा शुष्क हो सकते हैं

इस मौसम में होंठों पर प्रकृतिक रंग , डाई या मोम से पालिश सौन्दर्य उत्पादों से परहेज करें अन्यथा आपको एलर्जी या जलन महसूस हो सकती है अपने होठों पर साबुन या पाउडर के प्रयोग से परहेज कीजिए तथा होठों पर विटामिन ई युक्त लिप बाम का उपयोग कीजिए। होठों पर बादाम तेल या क्रीम लगाकर इसे रात्रि में लगा रहने दें। लिपस्टिक क्लीजिंग क्रीम या जैल से हटाइए। सर्दियों में अपने होठों को जीभ से कतई मत चाटिए।

इससे होठों में शुष्कता आने से फटने की सम्भावनायें बढ़ जाती है। सर्दियों में होंठों को हम बार बार चाटते हैं जिसकी बजह से होंठों की नमी खतम हो जाती है / जब भी आप होंठों पर स्लाइवा लगते हैं तो यह आपके होंठों की नमी खतम कर देता है

होठों की कद्र करने से होठों की सुन्दरता बढ़ती है। सर्दियों में चेहरे को धोने के बाद होठों को मुलायम तौलिये से हल्के से पौंछना चाहिए ताकि मृत कोशिकाओं को हटाया जा सके। रात्रि को आप प्रतिदिन एक घंटा तक होठों पर मलाई लगा कर रख सकते है तथा यदि इससे होठों का रंग काला पड़ जाता है तो मलाई में नीबूं जूस की कुछ बूंदे शामिल कर लीजिए। रात्रि में शुद्ध बादाम तेल तथा ऑर्गन तेल होठों की त्वचा को पौष्टिकता प्रदान करने में अहम भूमिका अदा करते है। ऑर्गन आयल को मुख्यतः खाद्य तेल तथा त्वचा एवं खोपड़ी की समस्या से जूझने के लिए उपयोग किया जाता रहा है। आर्गन आयल अनसैचूरेटड फैटी एसिड से भरपूर होता है तथा इससे माइस्चराइड क्रीम, लोशन, फेश पैक तथा हेयर ऑयल जैसे सौन्दर्य प्रसाधनों में प्रयोग किया जाता है। यह त्वचा की लचकीलेपन जैसे गुणों को बनाए रखकर त्वचा में नवयौवनता का संचार करके बुढ़ापे के लक्ष्णों को रोकता है। इससे त्वचा में शीघ्रता से समा जाने के गुणों से यह होठों के लिए अति उत्तम माना जाता है। आर्गन आयल की बूंदों को आप सीधे होठों पर मालिश कर सकते है। नारियल तेल को पोषक तथा नमी बनाए रखने के गुणों से भरपूर माना जाता है। यह त्वचा को मुलायम तथा कोमल बनाता है। इसे होठों पर लगाने से सूर्य की अल्ट्रा वायलेट किरणों के नुकसान को रोका जा सकता है तथा यह त्वचा की क्रीम से बेहतर सुरक्षा कवच प्रदान करता है।

नारियल तेल को त्वचा मुख्यतः चेहरे के मेकअप को हटाने में प्रयोग किया जा सकता है। नारियल तेल को सौंदर्य प्रसाधन तथा खाद्य तेल दोनों प्रकार से पूरी तरह सुरक्षित रूप से प्रयोग किया जा सकता है, क्योंकि अन्य सौंदर्य प्रसाधनों के मुकाबले इसमें कोई भी सिंथेटिक संघटक विद्यमान नहीं होते तथा अन्य तेलों की उपेक्षा नारियल तेल से कभी दुर्गन्ध भी नहीं आती, नारियल तेल तथा ऑर्गन तेल आधारित होंठ बाम तथा होंठ क्रीम सर्दियों में होठों के सौंदर्य में प्रयोग की जा सकती है।

सर्दी के मौसम में नमी की कमी के इलावा शरीर में पोषाहार तत्वों की कमी की वजह से भी होंठ फट जाते है। शरीर में विटामिन-ए, सी तथा बी-2 की कमी से कई बार होठों में दरारे आ जाती है तथा खून बहना शुरू हो जाता है। सर्दियों में अगर आपके होंठ लगातार फट रहे है तथा सामान्य घरेलू उपचारों द्वारा राहत नहीं मिल रही है तो आप बाहरी सौन्दर्य प्रसाधनों की बजाय अपने खान-पान पर ज्यादा ध्यान दीजिए। आप खट्टे फल, पका पपीता, टमाटर, हरी पत्तों वाली सब्जियां, गाजर, जैई तथा दूध वाले पदार्थो को जरूर शामिल कीजिए, लेकिन यदि आप डायबिटिज या उच्च रक्तचाप की समस्या से भी जूझ रहे हैं तो अपने डाईट में बदलाव से पहले डाक्टर से जरूर सलाह मशवरा कर लीजिए।

शहनाज हुसैन
लेखिका अन्तर्राष्ट्रीय ख्याति प्राप्त सौंदर्य विशेषज्ञ है तथा हर्बल क्वीन के नाम से जानी जाती है।

ऑटोकरेक्टः हमारा चौकस दोस्त या शरारती साथी

चौदह साल का रोहन अपने दोस्त को मैसेज भेज रहा था। उसे लिखना था 'स्हूह्रह्रह्र', यानी बाद में बात करेंगे। जल्दी में उँगली फिसली, एक अक्षर दो बार दब गया और एक छूट गया। स्क्रीन पर कुछ ऐसा बना जिसे शब्द कहना मुश्किल था। पर जैसे ही उसने स्पेस दबाया, फ़ोन ने चुपचाप उसे ठीक कर दिया। रोहन हैरान रह गया। उसे पता कैसे चला कि मैं क्या लिखना चाहता था? यह हैरानी हम सबने कभी न कभी महसूस की होगी। इस चतुर-सी चीज़ का नाम है ऑटोकरेक्ट।

ऑटोकरेक्ट एक डिजिटल सुविधा है, जो टाइप करते समय होने वाली वर्तनी की ग़लतियों को अपने आप पकड़कर सही शब्द बैठा देती है। यह एसएमएस, व्हाट्सऐप जैसे मैसेजिंग ऐप और वर्ड प्रोसेसर जैसे ज़्यादातर टेक्स्ट वाले प्रोग्रामों में मिल जाती है। अलग-अलग जगह इसे अलग नामों से भी जाना जाता है, जैसे 'टाइप करते ही बदलो' या टेक्स्ट एक्सपैंडर।

यहाँ एक और चीज़ है जिससे लोग अक्सर इसे गड़बड़ा देते हैं, और वह है प्रेडिक्टिव टेक्स्ट। दोनों एक जैसी लगती हैं, पर काम अलग है। प्रेडिक्टिव टेक्स्ट आपके अगले शब्द का अंदाज़ा लगाकर सुझाव देता है, ताकि आपकी टाइपिंग तेज़ हो जाए। वह पुरानी आदतों और लिखने के ढंग को देखकर चलता है। ऑटोकरेक्ट अगले शब्द की चिंता नहीं करता। वह तो आपके लिखे हुए को जाँचता है और ग़लती मिले तो सुधार देता है। एक आगे की सोचता है, दूसरा पीछे का संभालता है। दोनों के पीछे संभावना का हिसाब चलता है।

अब सोचिए, ऑटोकरेक्ट यह काम करता कैसे है? जब आप टाइप कर रहे होते हैं, तब वह बहुत तेज़ी से यह पता लगाने की कोशिश करता है कि आप क्या लिखना चाहते थे। वह देखता है कि आपने कौन-सी कुंजियाँ दबाईं, आसपास की कौन-सी कुंजियाँ ग़लती से दब सकती थीं, और आप आम तौर पर कौन-से शब्द इस्तेमाल करते हैं। फिर हर शब्द को अपनी भीतर रखी शब्दकोश से मिलाता है। जो शब्द शब्दकोश में न मिले, उस पर वह निशान लगा देता है। कभी-कभी वह रंग बदलकर सुझाव दिखाता है और कभी सीधे ग़लत शब्द की जगह सही शब्द रख देता है।

इसकी शब्दकोश भी दो तरह की होती है। पहली स्थिर शब्दकोश है, जिसमें सारे आम शब्द होते हैं, पर साथ ही बहुत-से नाम भी, जैसे उत्पादों के नाम और खेल की टीमों के नाम। दूसरी गतिशील शब्दकोश है, जो आपकी अपनी होती है। जो शब्द और नाम आप बार-बार लिखते हैं, मशीन उन्हें याद रख लेती है, ताकि अगली बार आपको टोके नहीं। मज़े की बात यह है कि आईफ़ोन के लिए यह सिस्टम बनाने वाले सॉफ़्टवेयर इंजीनियर केन कोसिएंडा ने वॉल स्ट्रीट जर्नल की पत्रकार जोआना स्टर्न को बताया था कि उनके बनाए सिस्टम में दो शब्दकोश हैं। मतलब यह पूरा खेल एक समझदार हिसाब-किताब है।

पर यहीं से बात का दूसरा पहलू शुरू होता है। ऑटोकरेक्ट अक्सर वही शब्द चुनता है जिसके सही होने की संभावना सबसे ज़्यादा हो, और संभावना कभी सौ प्रतिशत नहीं होती। वह आपकी पिछली टाइपिंग, आम शब्दों और नामों को देखकर अंदाज़ा लगाता है। वह यह नहीं समझता कि आप क्या कहना चाहते हैं। इसलिए कई बार वह सही शब्द को भी बदल देता है, और कई बार ऐसा शब्द बिठा देता है कि बात का मतलब ही उलट जाए। हम सबके पास ऐसे क़िस्से हैं। मैसेज में किसी का नाम ग़लत लिख गया, किसी गंभीर बात के बीच ऐसा शब्द आ गया कि पढ़ने वाला हँसते-हँसते लोटपोट हो गया। सबसे बड़ी मुश्किल तब आती है जब हम बिना देखे 'भेजें' दबा देते हैं।

मैं खुद इस सुविधा का बहुत शुक्रगुज़ार हूँ। लंबा मैसेज लिखना हो या जल्दी में कोई सूचना भेजनी हो, तो यह सचमुच काम आसान कर देती है। लेकिन एक शिक्षक की नज़र से मुझे इसका एक ख़तरा भी साफ़ दिखता है। जब से मशीन हमारी ग़लतियाँ सुधारने लगी है, तब से बहुत-से बच्चे सही वर्तनी सीखने की मेहनत से बचने लगे हैं। उन्हें लगता है कि ग़लत भी लिख दिया तो फ़ोन ठीक कर देगा। पर कॉपी में, परीक्षा में या किसी ऐसी जगह जहाँ फ़ोन साथ नहीं है, वही बच्चे लड़खड़ा जाते हैं। हिंदी जैसी भाषा में तो मात्राओं और वर्तनी का खयाल रखना और भी ज़रूरी है, क्योंकि एक मात्रा बदलने से शब्द का अर्थ बदल जाता है।

इसलिए मेरी राय सीधी-सी है। ऑटोकरेक्ट को अपना सहायक मानिए, मालिक नहीं। वह एक ऐसे दोस्त जैसा है जो हमारे बोलने से पहले ही वाक्य पूरा कर देता है। कभी-कभी यह बहुत अच्छा लगता है, पर कभी-कभी वह ग़लत अंदाज़ा लगा लेता है और हम मुश्किल में पड़ जाते हैं। भेजने से पहले एक बार अपना लिखा खुद पढ़ लेना, इसमें बस कुछ सेकंड लगते हैं, पर बहुत-सी शर्मिंदगी बच जाती है।

बच्चों को भी यह बात आराम से समझाई जा सकती है। उन्हें बताइए कि मशीन सुझाव देती है, फ़ैसला उनका अपना होना चाहिए। उसे जाँचने की आदत डालिए, और बीच-बीच में बिना किसी मदद के लिखने का अभ्यास भी कराइए। तकनीक हमारे लिए बनी है, हमें उसके हिसाब से अपनी समझ को सुला नहीं देना है। और हाँ, अगली बार जब आपका फ़ोन कोई शब्द अपने आप बदल दे, तो झुँझलाने के बजाय मुस्कुराइए। आख़िर वह बस अंदाज़ा ही तो लगा रहा था।

आनंद मोहन मिश्र
विवेकानंद केंद्र विद्यालय
जयरामपुर
चांगलांग जनपद
अरुणाचल प्रदेश
दूरभाष - 9436870174

भक्त के वश में है भगवान छोटी सी प्रेरणा दाई



एक गरीब बालक था जो कि अनाथ था। एक दिन वो बालक एक सन्त के आश्रम में आया और बोला-'बाबा ! आप सबका ध्यान रखते हैं, मेरा इस दुनिया में कोई नहीं हैं तो क्या मैं यहाँ आपके आश्रम में रह सकता हूँ

बालक की बात सुनकर सन्त बोले-'बेटा ! तेरा नाम क्या हैं उस बालक ने कहा-'मेरा कोई नाम नहीं हैं।

सन्त ने उस बालक का नाम रामदास रखा और बोले-'अब से तुम यहीं आश्रम में रहना।' रामदास वहीं रहने लगा और आश्रम के सारे काम भी करने लगा।

उन सन्त की आयु 80 वर्ष की हो चुकी थी। एक दिन वो अपने शिष्यों से बोले-'मुझे तीर्थ यात्रा पर जाना हैं तुम में से कौन-कौन मेरे मेरे साथ चलेगा और कौन-कौन आश्रम में रूकेगा ?

सन्त की बात सुनकर सारे शिष्य बोले-'हम आपके साथ चलेंगे।' क्योंकि उनको पता था यदि यहाँ आश्रम में रूकेंगे तो सारा काम करना पड़ेगा इसलिये सभी बोले-'हम तो आपके साथ तीर्थ यात्रा पर चलेंगे।'

अब सन्त सोच में पड़ गये-'किसे साथ ले जाये और किसे नहीं क्योंकि आश्रम पर किसी का रूकना भी जरूरी था।'

बालक रामदास सन्त के पास आया और बोला-'बाबा अगर आपको ठीक लगे तो मैं यहीं आश्रम पर रूक जाता हूँ।

सन्त ने कहा-'ठीक हैं पर तुझे काम करना पड़ेगा। आश्रम की साफ सफाई में भले ही कमी रह जाये पर ठाकुरजी की सेवा में कोई कमी मत रखना।रामदास ने सन्त से कहा-'बाबा

मुझे तो ठाकुरजी की सेवा करनी नहीं आती आप बता दीजिये कि ठाकुरजी की सेवा कैसे करनी हैं ? फिर मैं कर दूँगा।

सन्त रामदास को अपने साथ मन्दिर ले गये वहाँ उस मन्दिर में राम दरबार की झाँकी थी। श्रीरामजी, सीताजी, लक्ष्मणजी और हनुमान जी थे।

सन्त ने बालक रामदास को ठाकुरजी की सेवा कैसे करनी हैं सब सिखा दिया। रामदास ने गुरुजी से कहा-'बाबा मेरा इनसे रिश्ता क्या होगा ये भी बता दो क्योंकि अगर रिश्ता पता चल जाये तो सेवा करने में आनन्द आयेगा।

उन सन्त ने बालक रामदास कहा-'तू कहता था ना की मेरा कोई नहीं हैं तो आज से ये रामजी और सीताजी तेरे माता-पिता हैं।

रामदास ने साथ में खड़े लक्ष्मणजी को देखकर कहा-'बाबा और ये जो पास में खड़े हैं वो कौन हैं

सन्त ने कहा-'ये तेरे चाचाजी हैं और हनुमानजी के लिये कहा कि ये तेरे बड़े भैय्या हैं।' रामदास सब समझ गया और फिर उनकी सेवा करने लगा। सन्त शिष्यों के साथ यात्रा पर चले गये।

आज सेवा का पहला दिन था रामदास ने सुबह उठकर स्नान किया और भिक्षा माँगकर लाया और फिर भोजन तैयार किया फिर भगवान को भोग लगाने के लिये मन्दिर आया।

रामदास ने श्रीराम सीता लक्ष्मण और हनुमान जी आगे एक-एक थाली रख दी और बोला-'अब पहले आप खाओ फिर मैं भी खाऊँगा।

रामदास को लगा-सच में भगवान बैठकर खायेंगे, पर बहुत देर हो गई रोटी तो वैसी की वैसी थी। तब बालक रामदास ने सोचा-'नया-नया रिश्ता बना हैं तो शरमा रहे होंगे।

रामदास ने पर्दा लगा दिया बाद में खोलकर देखा तब भी भोजन वैसे का वैसा रखा था। अब तो रामदास रोने लगा-'मुझसे सेवा मे कोई गलती हो गई इस लिये भोजन नहीं कर रहे हैं। ये नहीं खायेंगे तो मैं भी नहीं खाऊँगा और मैं भूख से मर जाऊँगा। इसलिये मैं तो अब पहाड़ से कूदकर ही मर जाऊँगा।

रामदास मरने के लिये निकल जाता हैं तब भगवान रामजी हनुमानजी को कहते हैं-'हनुमान ! जाओ उस बालक को लेकर आओ और बालक से कहो कि हम भोजन करने के लिये तैयार हैं।

हनुमानजी जाते हैं और रामदास कूदने ही वाला होता है तभी हनुमानजी उसे पीछे से पकड़ लेते हैं और कहते हैं-'क्या कर रहे हो

रामदास कहता है-'आप कौन

हनुमानजी कहते हैं-'मैं तेरा भैय्या हूँ इतनी जल्दी भूल गये ?

रामदास बोला-अब आये हो इतनी देर से, वहाँ जब मैं बोल रहा था-भोजन कर लो, तब आये नहीं अब क्यों आ गये

हनुमानजी बोले-'पिताश्री ! का आदेश है अब हम सब साथ बैठकर भोजन करेंगे।

रामजी, सीताजी, लक्ष्मणजी, हनुमान जी साक्षात बैठकर भोजन करते हैं। इसी तरह रामदास रोज उनकी सेवा करता और भोजन करता।

सेवा करते 15 दिन हो गये एक दिन रामदास ने सोचा-'कोई भी माँ बाप हों वो घर में काम तो करते ही हैं, पर मेरे माँ बाप तो कोई काम नहीं करते सारे दिन खाते रहते हैं। मैं ऐसा नहीं चलने दूँगा।

रामदास मन्दिर जाता है और कहता है-'पिताजी कुछ बात करनी है आपसे।

रामजी कहते हैं-'बोल बेटा क्या बात है

रामदास बोला-'पिताजी ! अब से मैं अकेले काम नहीं करूँगा आप सबको भी काम करना पड़ेगा, आप तो बस सारा दिन खाते रहते हो और मैं काम करता रहता हूँ अब से ऐसा नहीं होगा।

राम जी कहते हैं-'तो फिर बताओ बेटा हमें क्या काम करना है रामदास ने कहा-'माताजी (सीताजी) अब से रसोई आपके हवाले, और चाचाजी (लक्ष्मणजी) आप सब्जी तोड़कर लाओगे। भैय्याजी (हनुमानजी) आप लकड़ियाँ लायेंगे और पिताजी (रामजी) आप पत्तल बनाओगे।'

सबने कहा-'ठीक है। अब सभी साथ मिलकर काम करते हुए एक परिवार की तरह सब साथ रहने लगे।

एक दिन वो सन्त तीर्थ यात्रा से लौटे तो सीधा मन्दिर में गये और देखा की मन्दिर से प्रतिमाऐं गायब हैं। सन्त ने सोचा-'कहीं रामदास ने प्रतिमा बेच तो नहीं दीं

सन्त ने रामदास को बुलाया और पूछा-'भगवान कहाँ गये ? रामदास भी अकड़कर बोला-'मुझे क्या पता रसोई में कही काम कर रहे होंगे। सन्त बोले-'ये क्या बोल रहा है रामदास ने कहा-'बाबा मैं सच बोल रहा हूँ जबसे आप गये हैं ये चारों काम में लगे हुए हैं।

सन्त भागकर रसोई में गये और सिर्फ एक झलक देखी कि सीताजी भोजन बना रही हैं, रामजी पत्तल बना रहे हैं और फिर वो गायब हो गये और मन्दिर में विराजमान हो गये।

सन्त रामदास के पास गये और बोले-'आज तुमने मुझे मेरे ठाकुर का दर्शन कराया तू धन्य हैं।' और सन्त ने रो-रो कर रामदास के पैर पकड़ लिये।

कथा का तात्पर्य यही है कि ठाकुरजी तो आज भी तैयार हैं दर्शन देने के लिये पर कोई रामदास जैसा भक्त भी तो होना चाहिये। आपका हर दिन शुभ मंगलमय हो ऐसी कामनाएं। जय जगदुरु भगवान महामुनि महर्षि श्री गर्गाचार्य ऋषि।



एक दिन वो सन्त तीर्थ यात्रा से लौटे तो सीधा मन्दिर में गये और देखा की मन्दिर से प्रतिमाऐं गायब हैं। सन्त ने सोचा कहीं रामदास ने प्रतिमा बेच तो नहीं दीं

सुश्री जशोदा मोनिका गर्ग (आरईएस)
श्री हरि विष्णु कृपा, स्वतंत्र लेखिका व प्राध्यापक शिक्षा विभाग राजस्थान सरकार, जोधपुर।