



सूर्या फाउण्डेशन आदर्श गाँव योजना

मासिक ई पत्रिका अंक 30

जून-2022

मेरा गाँव
मेरा बड़ा परिवार



लघु व्यक्तित्व विकास शिविर का आयोजन : हरियाणा

सूर्या फाउण्डेशन - आदर्श गाँव योजना के अंतर्गत प्रकाश नगर (बहादुरगढ़) में 10 दिवसीय व्यक्तित्व विकास शिविर का समापन किया गया। समापन समारोह में मुख्य अतिथि श्री सी. एस. शर्मा (एच.आर. हैड बहादुरगढ़ प्लांट), श्री प्रमोद आसरे जी (प्रमुख आदर्श गाँव योजना), श्री संजय यादव जी (सीसीओ सूर्या रोशनी) श्री भंवरसिंह (क्षेत्र प्रमुख हरियाणा) के द्वारा भारत माता के समक्ष दीप प्रज्वलन कर पुष्पार्चन किया गया। कार्यक्रम में बच्चों द्वारा देशभक्ति गीत, डांस (नृत्य), कराटे, ग्रुप साँग, सामूहिक पी.टी आदि का भव्य प्रदर्शन किया गया।

इस शिविर में 42 भैया एवं 30 बहनों (कुल 72) ने भाग लिया, जिसमें सूर्य नमस्कार में प्रथम स्थान सोनू, द्वितीय स्थान रौनक, तृतीय स्थान माही ने प्राप्त किया। वहीं पर 200 मीटर की रेस में प्रथम स्थान प्रिंस, द्वितीय स्थान सोनू व तृतीय स्थान पर गुंजन रहे। बेस्ट डायरी लेखन में निधि और अर्पिता ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। बेस्ट ग्रुप सांग में माधव गुप प्रथम स्थान पर रहा, बेस्ट ग्रुप अवार्ड अर्जुन गुप को मिला। बेस्ट कैंपर में बहन कोमल और भैया तेजश ने प्रथम स्थान प्राप्त किया।



कार्यक्रम में श्री प्रमोद आसरे ने बताया कि सूर्या फाउण्डेशन आदर्श-गाँव योजना का प्रकल्प देशभर के 18 राज्यों में चलाया जाता है। इस वर्ष लघु व्यक्तित्व विकास शिविर कार्यक्रम में 16000 बच्चों ने भाग लिया। इस मौके पर चयनित आदर्श गाँव प्रमुख विकास विश्वकर्मा जी, राजेन्द्र जी, कंवल कुमार जी, अरुण जी, संतोष जी, महानारायण जी, महेन्द्र जी, अवनीश जी, हिमांशु जी और रवीना जी सहित सैकड़ों दर्शक मौजूद रहे।



संस्कार केन्द्र के बच्चों द्वारा स्वास्थ्य जागरूकता रैली

सूर्या फाउण्डेशन आदर्श गाँव योजना के अंतर्गत गाँव टीला, काशीपुर (उत्तराखण्ड) में स्वास्थ्य जन-जागरूकता हेतु रैली का आयोजन किया गया। इसमें सूर्या संस्कार केन्द्र के भैया-बहनों और यूथ क्लब के युवाओं ने बढ़-चढ़कर भाग लिया और अनेकों प्रकार के जन संदेश के माध्यम से ग्रामीणों को अच्छे स्वास्थ्य के प्रति जागरूक किया।

इसके लिए उत्तराखण्ड क्षेत्र प्रमुख श्री नीतिश कुमार ने कहा कि अभी गाँव एवं शहरों में मच्छरों का प्रकोप काफी ज्यादा है, जिससे कई प्रकार की बीमारियाँ उत्पन्न हो रही हैं। इस बीमारी से छुटकारा पाने के लिए हमें छोटी-छोटी बातों का ध्यान रखना बहुत जरूरी है। जैसे कूलर का पानी समय-समय पर बदलते रहना चाहिए। रात में मच्छरदानी लगाकर सोना चाहिए क्योंकि मच्छर के काटने से डेंगू, मलेरिया जैसी घातक बीमारी हो सकती है। हमें अपने घर के आस-पास साफ-सफाई का भी ध्यान रखना चाहिए। तभी अपने को स्वस्थ रख सकते हैं।

इस मौके पर भरत शाह, श्री शिव राजवाड़े, सुनील कुमार, संस्कार केन्द्र के शिक्षक गौरव जी, यूथ क्लब के शिक्षक सचिन जी, शिवम जी आदि उपस्थित रहे।

* * *

जन-जन का यही हो नारा, डेंगू मुक्त हो गाँव हमारा।
सब रोगों की एक दवाई, घर में रखो साफ-सफाई।
जहां पानी का ठहराव, वहां डेंगू मच्छरों का फैलाव।



टीला - उत्तराखण्ड

सूर्या फाउण्डेशन - आदर्श गाँव योजना के अंतर्गत ग्राम विकास हेतु कई आयामों पर कार्य कर रहा है। जिसमें शिक्षा, स्वास्थ्य, संस्कार, समरसता व स्वावलंबन है। इन आयामों के साथ-साथ कई तरह के अभियानों को भी गाँव में चलाया जाता है, जिसमें वृक्षारोपण, जल संरक्षण, स्वच्छता, योग इत्यादि प्रमुख हैं। इसी क्रम में राजस्थान क्षेत्र के कार्यरत कई गाँवों में बेजुबानों की आवाज बनने के लिए पक्षी मित्र अभियान चलाया जा रहा है। प्रकृति के संचालन में सभी अपनी अपनी भूमिका निभाते हैं, चाहे पशु हो, पक्षी हो या मनुष्य। इसलिए संस्था द्वारा भीषण गर्मी में पक्षियों के लिए 5 गाँव के पेड़ों पर 11 परिंडे लगाकर पानी की व्यवस्था की गयी। जिसमे स्थानीय कार्यकर्ता प्रतिदिन सुबह-शाम पानी भरते हैं। इस पहल की शुरुआत सूर्या फाउण्डेशन क्षेत्र प्रमुख आदर्श मिश्रा के मार्गदर्शन में सेवाभावी कार्यकर्ता राजेश पुनिया, धर्मेन्द्र सिंह, गोपाल बूरी, लालाराम बूरी, सूरज सेन, सुजीत प्रजापत, मंगल चंद इत्यादि लोगों ने की।

पक्षियों के लिए सामाजिक सेवा



जयपुर - राजस्थान

विश्व पर्यावरण दिवस : 05 जून

विश्व पर्यावरण दिवस (5 जून) पर देश के 18 राज्यों के 400 गाँवों में सूर्या फाउण्डेशन के 600 कार्यकर्ताओं द्वारा 1578 पौधे लगाकर इस अभियान की शुरुआत की गई। जिसमें सभी ग्रामीणों ने बढ़ चढ़कर हिस्सा लेते हुए पौधों की सुरक्षा का संकल्प भी लिया।

पर्यावरण शब्द दो शब्दों से मिलकर बना है, परि+आवरण। परि का अर्थ है चारों ओर तथा आवरण का अर्थ है परिवेश। भारत देश की संस्कृति एवं सभ्यता वनों में ही पली-बढ़ी है। पेड़ एक तरह से मानव का जीवन साथी है। वन हमारे जीवन को स्वस्थ और सुखी रखने का काम करते हैं।

हमारे ऋषि मुनियों ने इन वृक्षों की छाँव में ही बैठकर चिंतन-मनन किया और अपने ज्ञान के भंडार को हमें सौंपा है। वनों की ही गोद में बने गुरुकुलों में अर्थशास्त्री, दार्शनिक तथा राष्ट्र निर्माण के कार्य में लगने वाले महापुरुष, राजा-महाराजा शिक्षा प्राप्त किया करते थे। कई पेड़ जैसे पीपल, बरगद आदि में ईश्वर का निवास माना जाता है। अतः हम इनकी पूजा भी करते हैं। ये सभी औषधीय गुणों के भण्डार हैं।

आज मानव अपने स्वार्थ को पूरा करने के लिए अंधाधुंध वृक्षों की कटाई कर रहा है। औद्योगिक



प्रतिस्पर्धा और जनसंख्या वृद्धि के कारण वनों का क्षेत्रफल घट रहा है। अगर इसी तरह से पेड़ों की कटाई होती रही, तो इनका अस्तित्व समाप्त हो जाएगा। गीता में भगवान श्री कृष्ण ने कहा है कि-

**मूलतः ब्रह्मा रूपाय, मध्यतो विष्णु रुपिनः,
अग्रतः शिव रूपाय, अश्वव्याय नमो नमः।**

अर्थात्- वृक्षों के मूल में ब्रह्मा, मध्य में विष्णु और अग्र भाग में शिव का वास होता है। इसलिए पौधारोपण करने के साथ-साथ वनों की रक्षा करना हमारा कर्म है।



नशामुक्ति रैलियों का किया गया आयोजन

बारामुनि जोत सशस्त्र सीमा बल तथा सूर्या फाउण्डेशन ने सीमावर्ती क्षेत्र में युवाओं में बढ़ती नशे की प्रवृत्ति को रोकने तथा समाज में चेतना लाने के लिए जन-जागरण रैली का आयोजन किया। इस रैली में संस्कार केंद्र के भैया-बहन, यूथ क्लब के युवा, सेवाभावी तथा सशस्त्र सीमा बल के जवानों की सहभागिता रही। सभी ने स्लोगन की तख्तियों से समाज को सन्देश देने का प्रयास किया। **हम सब ने ठाना है, नशे को दूर भगाना है। घर-घर अलख जगायेंगे, नशामुक्त गाँव बनाएंगे। नशा छोड़ो, परिवार जोड़ो। नशे को जो अपनाएगा, पूरा जीवन पछताएगा। नशे की आदत, बीमारियों की दावत** आदि उद्घोष लगाते हुए गलियों में घूमते हुए सभी को संकल्प दिलाया। इस रैली में श्री निशिकांत जी (मंडल निरीक्षक एसएसडी) भीखपुरी गोस्वामी (सूर्या फाउण्डेशन) लाल बहादुर जी, विनोद जी, कमल जी, गौतम जी, भुवन माझी, प्रियंका गोस्वामी सहित अनेक एसएसबी सिपाहियों की सहभागिता रही।

दार्जिलिंग (प.बं.)



सूर्या फाउण्डेशन-आदर्श गाँव योजना के अंतर्गत हिंदूपुर क्षेत्र के गुड्डमपल्ली गाँव में संस्कार केंद्र के 30 बच्चों के द्वारा गाँव को नशामुक्त बनाने के लिए रैली निकाली गई, जिसमें सभी बच्चों ने रैली में **नशा छोड़ो घर को जोड़ो** नारे के माध्यम से लोगों को नशा छोड़ने का आग्रह किया एवं उनको नशे से हो रहे गंभीर बीमारियों से भी अवगत कराया। रैली के माध्यम से ग्रामवासियों को जन सन्देश भी दिया जिसका आने वाले समय में ग्रामीणों पर अधिक प्रभाव देखने को मिलेगा -

‘नशा हमारे शरीर के लिए बहुत हानिकारक है। यह शरीर ही नहीं अपितु समाज के लिए भी अभिशाप है, जो दिन प्रतिदिन समाज को खत्म करता जा रहा है। नशे से निम्न वर्ग के लोग ज्यादा प्रभावित हो रहे हैं। नशे ने आज युवा पीढ़ी को भी अधिक प्रभावित किया है। इससे परिवार का विघटन बहुत तेजी से बढ़ा है। यह घरेलू हिंसा का भी एक प्रमुख कारण है।’

**गाँव : गुड्डमपल्ली
हिंदूपुर - आंध्र प्रदेश**





योग करने की परंपरा भारत में प्राचीन काल से चली आ रही है। योग करने से शरीर में सकारात्मक ऊर्जा का निर्माण होता है, जिससे व्यक्ति सेहतमंद रहता है। भारत के प्रधानमंत्री नरेंद्र मोदी जी के प्रयास से दिसंबर 2014 में संयुक्त राष्ट्र संघ ने योग को विश्व योग दिवस मनाने का निर्णय लिया। अंतर्राष्ट्रीय मंच पर मान्यता प्रदान करते हुए 21 जून को विश्व योग दिवस के रूप में घोषित किया। अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर योग की ख्याति बढ़ाने के लिए भारत सरकार द्वारा अलग-अलग प्रकार के कार्यक्रमों का आयोजन

किया गया। 2015 में दिल्ली में पहला अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस का विशाल कार्यक्रम आयोजित हुआ, जिसमें देश-विदेश के अनेक अतिथि शामिल हुए। आज भारत के साधु संतों के साथ-साथ अनेक सामाजिक संस्थाएँ भी योग का प्रचार-प्रसार तथा इसे जन-जन तक पहुँचाने में लगी हैं। इसी कड़ी में सूर्या फाउण्डेशन-INO ने आयुष मंत्रालय भारत सरकार के सहयोग से देश के 28 राज्यों में योग के प्रचार-प्रसार करने तथा योग को जन-जन की दैनिक दिनचर्या का अंग बनाने के लिए व्यापक स्तर

श्व

द्वय



पर योजना बनाकर, लक्ष्य तय करके जन-सामान्य के सहयोग से पूरा किया गया है। पिछले 2 वर्षों से कोरोनाकाल को देखते हुए ऑनलाइन योग का अभ्यास करवाया गया था। इस वर्ष भारत सरकार के दिशा निर्देश में सामूहिक योग करने की अनुमति प्राप्त हुई। 40000 परिवारों को जोड़ने का लक्ष्य रखा गया जो पूरी टीम के साझा प्रयास से पूरा किया गया। इसके तहत 15 से 21 जून तक परिवारों में योगाभ्यास कराया गया। साथ ही भारत सरकार के आयुष मंत्रालय की गाइड लाइन के अनुसार

रजिस्ट्रेशन किया गया। इस लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए सूर्या फाउण्डेशन के शिक्षकों के साथ साथ सेवाभावी यूथ क्लब के युवा, स्वयं सहायता समूह की बहनों का भी सहयोग रहा। मानवता के लिए योग थीम को ध्यान में रखते हुए अभियान चलाया गया। जिसके परिणाम स्वरूप वर्तमान में अनेक स्थानों पर नियमित योग की कक्षाओं के साथ-साथ व्यक्तिगत जीवन में भी योग का प्रभाव बढ़ रहा है।

योग अपनाओ, जीवन सुखी बनाओ।

सूर्या फाउण्डेशन-आदर्श गाँव योजना द्वारा संचालित गाँव पाँतिया में सूर्या संस्कार केंद्र के बच्चों को निःशुल्क 35 पुस्तकों का वितरण किया गया। सूर्या संस्कार केंद्र में प्रतिदिन का प्रशिक्षण कार्य एवं होम वर्क दोनों कार्यों की एकल पुस्तक होगी, जिससे बच्चों पर पुस्तक का अधिक भार नहीं पड़ेगा। इस विशेष बिंदु को ध्यान में रखते हुए पुस्तक का वितरण किया गया और बच्चों के अभिभावकों को उनकी गुणवत्ता परखने का ज्यादा अवसर भी मिलेगा। इस कार्यक्रम में सूर्या आदर्श गाँव योजना के डिप्टी जोन प्रमुख श्री शत्रुहन जी, गुजरात के क्षेत्र प्रमुख श्री महिपत जी एवं गाँव के पटवारी उपस्थित रहे।

संस्कार केंद्र पर निःशुल्क पुस्तक वितरण गाँव पाँतिया - गुजरात



योग से ही मनुष्य स्वस्थ रह सकता है : डॉ. रविप्रकाश पांडे

काशी क्षेत्र के वाराणसी महानगर में शिवपुरवा बस्ती के शिवाजी नगर कॉलोनी पार्क में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के कार्यक्रम में मुख्य अतिथि डॉ. रविप्रकाश पांडे जी (पूर्व विभागाध्यक्ष काशी विद्यापीठ) ने बताया कि आज के समय में सभी लोग अपने अपने क्षेत्रों में व्यस्त हैं और उनका जीवन मशीन के समान हो गया है। आज मनुष्य भागम-भाग की जिंदगी में अपने शरीर के लिए भी समय नहीं निकाल पा रहा है, जिसके कारण आज हम सभी बहुत सी बीमारियों से ग्रस्त हैं। आज हम ऐलोपैथिक दवाई ले रहे हैं,

जिससे बहुत सी बिमारियाँ हो रही हैं। अंत में जब दवाई का असर समाप्त हो जाता है और डॉक्टर के पास कोई जवाब नहीं रहता है तो वह योग करने की सलाह देते हैं। अतः हम सभी को अपनी व्यक्तिगत दिनचर्या में प्रतिदिन योग करना चाहिए, जिससे कि हम सभी परिवार सहित स्वस्थ रह सकें। योग कार्यक्रम का संचालन अजीत भैया ने किया। कार्यक्रम में शिक्षक कृष्णा कुमार मौर्या तथा आशीष कुमार, स्मित सोनकर आदि सहित सैकड़ों लोगों ने भाग लिया। मैं सभी को धन्यवाद देता हूँ।



काशी - उ.प्र.

करो योग रहो निरोग।

होम्योपैथिक चिकित्सा प्रशिक्षण शिविर : मथुरा

मथुरा जिले के दीनदयाल धाम में सूर्या फाउण्डेशन एवं सेवा भारती के तत्वाधान में तीन दिवसीय होम्योपैथिक चिकित्सा शिविर का आयोजन किया गया। शिविर के उपरांत सभी प्रशिक्षार्थियों को एक दवा की किट दी गयी। ये दवा 35 प्रकार की बीमारियों के निदान लिए है। शिविर में दवाओं का उपयोग कैसे हो तथा गाँव में होने वाली बीमारियों से बचाव आदि विषय में जानकारी दी गयी। गाँव-गाँव जाकर सूर्या फाउण्डेशन के कार्यकर्ता इस किट के माध्यम से उपचार कर रहे हैं। इसके लिए होम्योपैथिक पद्धति को अपनाने के लिए सूर्या फाउण्डेशन ने होम्योपैथिक चल चिकित्सा कैंप के माध्यम से इस योजना का विस्तार करके दीनदयाल धाम के 25 गाँव में इस योजना को लागू करने का अभियान चलाया है। पंडित दीनदयाल उपाध्याय के अंत्योदय के दृष्टिकोण को लेकर इस अभूतपूर्व चिकित्सा पद्धति से समाज के अंतिम पायदान पर खड़े व्यक्तियों को अधिक से अधिक लाभ हो सके, इस दिशा में सूर्या फाउण्डेशन दिन रात कार्य में लगा है।



सूर्या फाउण्डेशन द्वारा आयोजित आठवें विश्व योग दिवस के अवसर पर मुझे मालनपुर में सामूहिक योग कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में रहने का अवसर मिला। मैं सूर्या टीम को धन्यवाद देता हूँ। यदि हम अपने जीवन में योग अपनाते हैं तो जीवन में कभी भी डॉक्टर की आवश्यकता नहीं पड़ेगी। योग भारत की देन है। इससे व्यक्ति शारीरिक रूप से स्वस्थ होने के साथ-साथ मानसिक रूप से भी स्वस्थ रहता है। फाउण्डेशन द्वारा चलाये गये योग सप्ताह में गाँव के लोगों ने जुड़कर लाभ लिया है, इससे घर-घर में योग के प्रति जागरूकता और महत्व के बारे में जानकारी मिली है।



डॉ. आलोक शर्मा
मुख्य चिकित्सा अधिकारी
गोहद, (मध्य प्रदेश)

हमारे शरीर में विटामिन्स की भूमिका

विटामिन्स वे पोषक तत्व हैं जो हमारे शरीर की वृद्धि व पुष्टि करते हैं तथा उसे निरोग बनाये रखते हैं। जब आपके शरीर में कुछ महत्वपूर्ण विटामिनों की कमी होती है तो, शरीर इसके कुछ संकेत देने लगता है। विटामिन की कमी शरीर के लिए हानिकारक हो सकती है इसलिए हमारे भोजन में खनिज लवण व पोषक तत्व रहने चाहिए

विटामिनों की कमी के संकेत- खासकर आज की प्रोसेस्ड फूड डाइट के चलते तो यह आम बात होती जा रही है। विशेषज्ञ बताते हैं कि विटामिनों की कमी से आपको कोई रोग न हो, लेकिन दैनिक जीवन के काम-काज में इसके कारण कई समस्याएं हो सकती हैं क्योंकि विटामिन शरीर में सभी जैव रासायनिक प्रतिक्रियाओं के लिए सहकारक हैं और हमें ठीक ढंग से काम करने के क्रम में इनकी बेहद जरूरत होती है।

मुंह के कोनों में दरारें पड़ना- यह नियासिन (बी 3), राइबोफ्लेविन (बी 2), और बी 12, आयरन, जिंक, और विटामिन बी की कमी का लक्षण है। शाकाहारी लोगों में यह आम होता है। इससे बचने के लिए दाल, टमाटर, मूंगफली, ताजे फल व सब्जियां, फलियां व अंकुरित अनाज आदि खाएं।

शरीर पर लाल व सफेद धब्बे- ऐसा आमतौर पर आवश्यक फैटी एसिड और विटामिन ए और डी की कमी से होता है। इससे बचने के लिए संतृप्त वसा व ट्रांस वसा व तले हुए भोजन का सेवन कम करें और और स्वस्थ वसा में वृद्धि करें। आप चाहें तो केवल

डॉक्टर की सलाह से इसके लिए सप्लीमेंट भी ले सकते हैं।

हाथ, पैर में झुनझुनी और चुभन- यह विटामिन बी, जैसे फोलेट (बी 9), बी -6, और बी 12 की कमी के कारण चिंता, अवसाद, एनीमिया, थकान, और हार्मोन असंतुलन आदि भी देखे जा सकते हैं। इससे बचने के लिए पालक, शतावरी, चुकंदर, मौसम के ताजे फल, सेम आदि का सेवन करना चाहिए।



मांसपेशियों में ऐंठन- पैर की उंगलियों, पैरों की मेहराब में दर्द, पैरों के पीछे की ओर दर्द व ऐंठन मैग्नीशियम, कैल्शियम और पोटेशियम आदि की कमी के कारण होता है। इससे बचने के लिए केले, बादाम तेल, अखरोट, चेरी, सेब, अंगूर, ब्रोकोली आदि का नियमित सेवन करें।

मल्टीपल स्क्लेरोसिस- जिन लोगों में विटामिन डी की कमी होती है उन्हें मल्टीपल स्क्लेरोसिस होने का जोखिम अधिक रहता है। कनाडा में हुए एक शोध के अनुसार सूरज की रोशनी से मिलने वाला यह विटामिन मल्टीपल स्क्लेरोसिस को रोकता है। स्क्लेरोसिस में अंग या टिश्यू कठोर हो जाते हैं। शिशुओं की मांसपेशियों में ऐंठन और सांस लेने में परेशानी तथा दौरे आने की समस्या हो सकती है। उनके शरीर में कैल्शियम की भी कमी हो जाती है। सांस की तकलीफ की वजह से बच्चे की पसलियाँ नर्म रह जाती हैं और आस-पास की मांसपेशियाँ भी कमजोर हो जाती हैं।

उपदेश का प्रभाव

राजगृही नगरी में रोहिणेय नामक चोर रहता था। उसका पिता भी एक कुशल चोर था और वह मरते समय अपने पुत्र से कह गया था कि बेटा जहाँ कोई साधु-संत उपदेश देते हों, वहाँ भूलकर भी मत जाना।

एक बार की बात है, राजगृही में भगवान महावीर पधारे हुए थे। उनकी देशना चल रही थी। संयोग की बात है कि रोहिणेय का देशना स्थल के पास से गुजरना हुआ। भगवान महावीर की दिव्य देशना की धीर गंभीर ध्वनि चहुँओर प्रसरित हो रही थी। रोहिणेय को अपने पिता के कहे हुए वचनों की स्मृति हो आई उसे डर था कि कहीं भगवान का उपदेश उसके कानों में न पड़ जाये। ऐसा सोचकर उसने अंगुलियाँ कानों में डाल ली एवं चलने की गति तेज कर दी।

परन्तु तेज गति से मार्ग में चलते-चलते रोहिणेय के पैर में काँटा चुभ गया। एक हाथ तो वह ज्यों का त्यों कान पर रखे रहा और दूसरे से वह काँटा निकालने का उपक्रम करने लगा। उस समय रोहिणेय के कान में भगवान के ये वाक्य पड़े।

1. देवलोक में देवों की मालाएँ नहीं मुरझाती हैं।
2. उनकी पलकें नहीं झपकती हैं।
3. उनके पैर जमीन पर नहीं टिकते, चार अंगुल ऊपर रहते हैं।

कुछ समय पश्चात् की बात है, रोहिणेय राजगृह में सन्देह के आधार पर पकड़ा गया। राज्य कर्मचारियों

को यह मालूम नहीं पड़ सका कि वह कौन है? उन्होंने उसे बहुत पीटा। तब भी उसने अपनी पहचान न बताई तो सत्य उगलवाने के लिए उसे मद्यपान द्वारा बेहोश करके एक सुन्दर भवन में सुला दिया गया। प्रातः काल होने पर उसने देखा कि वह एक अत्यन्त सुन्दर भवन में लेटा हुआ है, उसका शरीर बहुमूल्य वस्त्राभूषणों से अलंकृत है, तथा युवतियों का नाच-गान हो रहा है। युवतियों ने रोहिणेय से कहा, आप देवलोक में उत्पन्न हुए हैं।

देव, आप बड़े भाग्यशाली हैं। कृपा कर अपने पूर्वजन्म का विवरण दीजिए।

रोहिणेय को तुरन्त महावीर के वाक्य स्मरण हो आये। देवलोक में देवताओं की मालाएँ नहीं मुरझाती, उनकी पलकें नहीं झपकतीं और वे जमीन से चार अंगुल ऊपर चलते हैं। उसने सोचा कि तीर्थंकर के वाक्य कभी मिथ्या नहीं होते। मालूम होता है कि यह सब जाल मुझे फँसाने के लिए निर्मित किया गया है।

उसने राज्य कर्मचारियों को कुछ भी नहीं बताया। अन्ततः उसे छोड़ दिया गया। रोहिणेय ने विचार किया भगवान महावीर के तीन वाक्यों के कारण ही मैं आज बच सका हूँ। इस प्रकार रोहिणेय को भगवान की बातों पर विश्वास जम गया। बाद में उसी रोहिणेय ने भगवान महावीर के चरणों में श्रमण अणगार धर्म स्वीकार किया।

शिक्षा-सत्संगति मानव मन के अनेक रोगों को मिटाने वाली होती है। यह बौद्धिक विकास करके मानव का कल्याण करती है।



राष्ट्रपति के पैतृक गांव परौख में अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर हुआ सामूहिक योगाभ्यास



हिंदी दैनिक साइबर एक्सप्रेस संवाददाता/सागर भारतीय/कानपुर देहात कानपुर देहात। राष्ट्रपति रामनाथ कोविंद के पैतृक गांव परौख में बनाए गए ओपन जिम योगा पार्क में आज अंतरराष्ट्रीय योग दिवस पर सूर्या फाउंडेशन आदर्श ग्राम योजना संस्था द्वारा ग्राम परौख में आज योगा अभ्यास कार्यक्रम कराया गया जिसमें की कई योग व्यायाम बताए गए जैसे अनुलोम विलोम, प्राणायाम, ध्यान, चक्रासन द्विपाद चक्रासन हलासन भुजंगासन मत्स्यासन कई व्यायाम कराए गए और उनसे होने वाले लाभों के बारे में भी विस्तार रूप से बताया गया जिसमें की मुख्य रूप से योग शिक्षक सूर्या फाउंडेशन कानपुर क्षेत्र प्रमुख कृष्ण गोपाल और सूर्या के सदस्य गोपाल बाधम और अमन शुक्ला योग शिक्षक के रूप में रहे योग का शुभारंभ योग प्रार्थना करके किया गया योग को सीखने के लिए कई लोग आसपास के गांव से भी आए। कार्यक्रम में सूर्या टीम के सदस्य अमित बाधम सावन शर्मा गोपाल बाधम सोनू कुशवाह अश्वनी शुक्ला विवेक कुमार मोहित कुमार और गांव के प्रधान संग्राम सिंह गौर और गांव के सैकड़ों की संख्या में बच्चे युवा भाई बहन बुजुर्ग उपस्थित रहे।

सूर्य नमस्कार में सोनू को मिला पहला स्थान

संवाद न्यूज एजेंसी

बहादुरगढ़। सूर्या फाउंडेशन की आदर्श गांव योजना के अंतर्गत प्रकाश नगर में आठ दिन से चल रहे व्यक्तिगत विकास शिविर का वीरवार को समापन हो गया। समापन समारोह में शिविर की विभिन्न गतिविधियों में अव्वल रहे प्रतिभागियों को पुरस्कृत किया गया। शिविर में सूर्य नमस्कार स्पर्धा में सोनू और 200 मीटर दौड़ में प्रिंस पहले स्थान पर रहा।

200 मीटर दौड़ में प्रिंस ने बाजी मारी, विजेता खिलाड़ियों को किया सम्मानित



समारोह में प्रतिभागी बच्चों को पुरस्कृत करते अतिथि। संवाद

सूर्या रोशनी से मुख्य अतिथि सीएस शर्मा, आदर्श गांव योजना प्रमुख प्रमोद आसरे, सूर्या रोशनी से संजय यादव व भंवर सिंह ने दीप प्रज्वलित कर समापन समारोह की शुरुआत की। कार्यक्रम में बच्चों ने देशभक्ति गीत, नृत्य कराटे, समूह गान, सामूहिक पीटी आदि का भव्य प्रदर्शन किया। शिविर में सूर्य नमस्कार में प्रथम स्थान सोनू, द्वितीय स्थान रौनक

और तृतीय स्थान मस्त्राहो ने पाया। 200 मीटर दौड़ में प्रथम स्थान प्रिंस, द्वितीय स्थान सोनू व तृतीय स्थान गुंजन ने प्राप्त किया। डायरी लेखन में निधि और अर्पिता प्रथम रही। समूह गान में माधव ग्रुप प्रथम रहा। बेस्ट ग्रुप अवार्ड अर्जुन ग्रुप को मिला। बेस्ट कैपर में कोमल और तेजश ने प्रथम स्थान प्राप्त किया। सूर्या फाउंडेशन से

आए प्रमोद आसरे ने बताया कि सूर्या फाउंडेशन द्वारा देशभर के 18 राज्यों में ऐसे शिविर लगाए जाते हैं। फाउंडेशन शिक्षा, स्वास्थ्य, संस्कार, स्वावलंबन और समरसता पर कार्य कर रही है। इस मौके पर आदर्श गांव प्रमुख विकास विश्वकर्मा, राजेंद्र, कंकल कुमार, अरुण, संतोष, महानारायण, महेंद्र, अरुनीश, हिमांशु और रवीना भी मौजूद रहे।

सूर्या फाउंडेशन द्वारा किया गया वृक्षारोपण



वीओटी संवाददाता, जयपुर विश्व पर्यावरण दिवस के उपलक्ष में सूर्या फाउंडेशन द्वारा निमेड़ा में वृक्षारोपण करके संरक्षण करने का संकल्प लिया गया। राजस्थान के क्षेत्र प्रमुख आदर्श मिश्रा ने बताया कि इस वृक्षारोपण महाअभियान के तहत प्रत्येक गांव में फाउंडेशन के कार्यकर्ताओं द्वारा छायादार व फलदार वृक्ष लगाए जाएंगे। फाउंडेशन के कार्यकर्ता सूरज सैन ने अपने गांव के फाउंडेशन सेवाभावी ओमप्रकाश टेलर, लालाराम कुम्हार व शिवराज के साथ मिलकर पेड़ लगाए व उनको समय-समय पर पानी देकर संरक्षण करने का भी संकल्प लिया।

कबीर साहेब पंथ महासंगठन

राजनांदगांव. आज 21 जून को अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के अवसर पर विश्व सद्गुरु कबीर साहेब पंथ महासंगठन व सूर्या फाउंडेशन दोनों के संयुक्त सहयोग से मनाया गया. आप सभी को विदित हो कि ये दोनों ही संस्था दिल्ली से संचालित राष्ट्रीय संस्था हैं. जिन संस्थाओं के द्वारा सद्गुरु कबीर कुटी परिसर पेण्ड्री (सुकुलदैहान) राजनांदगांव (छ.ग.) में बहुत ही अच्छे से योगा दिवस मनाया गया, जिसमें काफी संख्या में लोग उपस्थित होकर योग किया गया और बताया गया कि स्वास्थ्य शरीर के लिए योग बहुत ही आवश्यक है, करो योग, रहो निरोग. यह जानकारी विश्व सद्गुरु कबीर साहेब पंथ महासंगठन के राष्ट्रीय अध्यक्ष व सद्गुरु कबीर साहेब गुरुकुल विद्यालय पेंड्री के संस्थापक महंत चरामणी (चरामन) मादेव

नशा मुक्ति के लिए निकाली जन जागरण रैली

शर्मिला कुमारी
जिला संवाददाता, हमारा मैट्रो। सलास सोमा बस 8 वी बटालियन के अनर्गत एक कंपनी

सलास सोमा बस के जवानों को नशा मुक्ति रैली सभी के हाथों में लक्ष्मणों से रली थी। हम सब ने ठाना है नशे को दूर भगना है, पर घर

की दुष्ट प्रवृत्तियों के बारे में जानकारी दी तथा संकल्प लिया कि हम हमारे जीवन में किसी भी प्रकार का नशा नहीं करेंगे। इस रैली में निलोक



तथा सूर्या फाउंडेशन ने सीमावर्ती क्षेत्र में बुझाओं में बढ़ती नशे की प्रवृत्ति को रोकने तथा समाज में चेतना लाने के लिए बटुमानी जौत में जन जागरण रैली का अयोजन किया। इस रैली में संस्कार केंद्र के गंगा बहन ग्रुप कलब के युवा, गांव के सेवाधारी तथा

अपला जगारे, नशा मुक्ति गांव बनाए, नशा त्यागो परिवार को जोड़े, जो नशे को अपनायेगा आपका पूरा जीवन पछाया, नशे को आदत देती सोमारियों को दूबत आदि उद्योग लगाते हुए सभी गतिियों में चुपते हुए कैम में आकार सफल हुई। इस अभियान पर नशे

मंडल निरीक्षक एसएसबी, पीक पूरे गोस्वामी, जौनुतु श्रेष्ठ सहायक जू निरीक्षक, बालागणेश, लालबहादुर बौर, निनेंद ठेवो, कमल दलन, गौतम निधाम, भुवन मावो, रिगोका गोस्वामी नाति अनेक एसएसबी निरीक्षकों को सहभागिता रही।