



स्थापना : 1959

पंजीकरण : 94/68-69

## बहुर

समूह महिलाओं की मासिक पत्रिका

अंक - 59

18 अगस्त 2016

भाद्रपद शुक्ल पूर्णिमा

विक्रम संवत् 2073

### माटी की महक - 12

#### एडवोकेट सुशीला कोठारी

#### कक्षा 8 से वकील बनने का सफर



श्रीमती सुशीला कोठारी का जन्म 02 अक्टूबर, 1936 को पिताश्री उदयपुर निवासी श्री मोहनसिंह जी तलेसरा के यहां हुआ। बाल्यकाल में ही आपके माता-पिता का निधन हो गया। आठवीं कक्षा उत्तीर्ण करने पर उसी वर्ष 1951 में 15 साल की उम्र में आपका विवाह केलवा निवासी श्री मोहनलाल जी कोठारी के साथ सम्पन्न हुआ। ससुर जी की प्रेरणा और पति, परिवार के सहयोग से विवाह बाद भी आपने पढ़ाई जारी रखी। गृहस्थ जीवन को निभाते हुए आपने बी.ए., एल.एल.बी. की डिग्री महाराणा भूपाल कॉलेज से प्राप्त की। सन् 1971 में एल.एल.बी. पास करने के बाद अपने पति के साथ वकालत का कार्य शुरू किया, सन् 1981 में राजस्थान सरकार ने **पब्लिक नोटेरी** नियुक्त किया।

आप एल.एल.बी. के अध्ययनकाल में कॉलेज में छात्र संघ की उपाध्यक्ष रही। बार एसोसिएशन उदयपुर की कार्यकारिणी में संयुक्त सचिव चुनी गईं। आपको लोक अदालतों में न्यायाधीश के सहयोगी के रूप में आमन्त्रित किया जाता रहा है। उस कमेटी में सदस्य सहवृत्त की गईं और कई मामलों की सुनवाई की।

आप वर्ष 2001 में उदयपुर में राजस्थान महिला एडवोकेट्स कान्फ्रेंस में भारत के मुख्य न्यायाधिपति द्वारा तथा राजस्थान बार कौन्सिल द्वारा भी सम्मानित की गईं।

आप सामाजिक, धार्मिक एवं राजनैतिक कार्यों में सक्रिय कार्यकर्ता के रूप से जुड़ी हुई हैं। तेरापंथ महिला मण्डल की 3 वर्ष तक अध्यक्ष, अखिल भारतीय जैन महामण्डल की उदयपुर शाखा की अध्यक्ष, रोटरी मीरा क्लब की उपाध्यक्ष पद पर रही।

आर्य समाज उदयपुर, मातृशक्ति संस्था तथा महावीर युवा मंच ने भी आपको सम्मानित किया है। श्रीमती सुशीला कोठारी का जीवन साधारण परिस्थितियों में असाधारण सफलता की कहानी है।

### सुविचार

- कोई इतना अमीर नहीं होता कि वो अपना गुजरा हुआ कल खरीद सके और कोई इतना गरीब नहीं होता कि वो अपना आने वाला कल न बदल सके।
- कर्म भूमि पर फल के लिए मेहनत सबको करनी पड़ती है, ईश्वर सिर्फ लकीरें देता है रंग हमको भरना पड़ता है।
- अगर आप अपने माता पिता का ख्याल नहीं रखते हैं तो हो सकता है कल आपके बच्चे भी आपका ख्याल न रखें। आपके माता पिता को आपके सहयोग और प्यार की जरूरत हैं।
- कुछ कर गुजरने के लिए मौसम नहीं मन चाहिए। साधन सभी जुट जाएंगे, संकल्प का धन चाहिए।
- यदि आप जीत जाते हैं तो आप प्रसन्न होंगे। यदि आप हार जाते हैं तो आप समझदार बन जाएंगे।

### सितम्बर माह की कृषि क्रियाएं

- 1) फसलों में मौसम के देखते हुए निरंतर निराई-गुड़ाई करें ताकि खेत की नमी बनी रहे।
- 2) मक्का की फसल में भुट्टों की मूछे अगर भूरी होने लग गई हो तो ऊपर की माजरें तुरन्त निकाल दें।
- 3) तलहनी फसलों में जहां कहीं भी फलियां पकने की स्थिति में आ गई हो तो तोड़ लें।
- 4) मूंगफली की फसल में मिट्टी चढ़ावें ताकि अधिक से अधिक फूल जमीन में जाए।
- 5) खाली खेतों में बराबर जुताई करें जिससे नमी बनी रहे। सितम्बर के अंत में तथा अक्टूबर के प्रथम सप्ताह में सरसों-तारामीरा की बुवाई जा सके।

## बुखार के अनेक प्रकार

बुखार कई रोगों का संकेत या कारण होता है, जैसे वायरल, डेंगू या मलेरिया। लक्षणों के अनुसार बुखार की अनेक किस्म हैं, जिनका उपचार और समयावधि अलग हैं। बुखार कैसा भी हो थोड़ी-सी लापरवाही तकलीफ बढ़ा सकती है।

**वायरल फीवर-** इस बुखार से पीड़ित व्यक्ति के संपर्क से या प्रदूषित खाद्य पदार्थ व पानी से वायरल फीवर होता है। यदि लगातार नाक बहे, सिरदर्द या खांसी हो तो डॉक्टर को दिखाएं। वायरल फीवर से बचने का सबसे असरकारक तरीका है – साफ-सुथरे वातावरण में रहें और ताजा खानपान लें।

**डेंगू बुखार-** आंखों या सिर में दर्द या त्वचा पर चकते के साथ अचानक तेज बुखार डेंगू बुखार के लक्षण हो सकते हैं। ऐसा बुखार 24 घंटे से ज्यादा रहे तो डॉक्टर से परामर्श लें और उनके बताए अनुसार जांचे कराएं।

**मलेरिया-** तेज सर्दी लगकर बुखार आना या एकान्तर बुखार मलेरिया का लक्षण हो सकता है। इसमें पसीना भी बहुत आता है। मलेरिया की पुष्टि होने पर दवा का पूरा कोर्स लें। घर में या आसपास पानी जमा न होने दें।

**स्वाइन फ्लू-** मौसमी फ्लू के रोगी इसके जल्द शिकार होते हैं। रोगी के संपर्क या सांस के जरिए स्वाइन फ्लू तेजी से फैलता है। इसलिए एहतियान संक्रमित व्यक्ति से दूरी बनाएं।

**सीजनल फ्लू-** मौसम व तापमान बदलने से बुखार आता है। सामान्यतः दो दिन सीजनल फ्लू परेशान करता है लेकिन लापरवाही तकलीफ बढ़ा सकती है। इसलिए डॉक्टर को दिखाएं।

**फ्लू-कंपकपी,** नाक बहना, सिरदर्द फ्लू के प्रारंभिक लक्षण हैं। इसे हल्का बुखार माना जाता है। इसके लिए डॉक्टरी सलाह से दवा लें। खांसते या छींकते समय मुंह पर कपड़ा रखें।

**इंफेक्शन-** खराब जीवनशैली व गंदगी की वजह से कीटाणुओं के संपर्क में आने पर संक्रमण होता है। पेट या गले में इंफेक्शन से भी बुखार आता है इसलिए साफ-सफाई का ध्यान रखें।

**टायफाइड-** सालमोनेला टाइफी बैक्टीरिया इसका कारण है। प्रदूषित खाद्य पदार्थ या अशुद्ध पानी से टायफाइड होता है। टायफाइड होने पर शरीर का तापमान 104° फारेनहाइट तक पहुंच जाता है। पेट में दर्द होता है व डायरिया हो सकता है। ऐसे में दवाओं के साथ – साथ शरीर को आराम दें और ज्यादा से ज्यादा पानी पिएं।

## सेना में मेजर हैं हमारी ये बेटियां

- **दीपिका राठौड़** ने भारत की 11 में से 9 ऊँची पर्वत श्रेणियों पर अपना तिरंगा फहराकर न केवल अपना बल्कि राजस्थान का नाम भी दुनिया में रोशन किया है। वे माउंट एवरेस्ट पर भी तिरंगा फहरा चुकी है। उन्हें सेना का विशिष्ट सेवा मैडल, एनसीसी बेस्ट कैडेट जैसे कई अवार्ड मिल चुके हैं।
- **स्नेहा शेखावत** ने 2012 में वायुसेना के जत्थे का नेतृत्व करते हुए परेड का नेतृत्व करने वाली प्रथम महिला बन इतिहास रचा। इसके बाद 2015 के गणतन्त्र दिवस पर भी अमरीकी राष्ट्रपति बर्राक ओबामा व भारत के प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी के सामने वायुसेना के प्रथम महिला जत्थे का नेतृत्व किया।
- **स्वाति शेखावत** को सेना में भर्ती होने जैसा साहसिक निर्णय के लिए मां मीना कंवर ने सबसे ज्यादा प्रोत्साहित किया। आज वे भारतीय थल सेना में नागालैण्ड में मेजर के पद पर तैनात होकर राजस्थान का गौरव बढ़ा रही हैं। उन्हें जम्मू-कश्मीर, लेह व पंजाब में सेना की बटालियनों में साहसिक कार्यों के लिए अनेक मैडल मिल चुके हैं।
- **नेहा भटनागर** 21 साल की उम्र में सेना में भर्ती होने के बाद 15 अगस्त 2009 को उन्होंने सियाचिन के “द इंडिया कॉल ग्लेशियर” पर तिरंगा फहरा देश के साथ राजस्थान का नाम ऊँचा किया। 25 मई 2012 को माउंट एवरेस्ट पर भी तिरंगा फहराया। अपने साहसिक कार्यों के लिए उन्हें विशिष्ट सेवा मैडल, महारानी गायत्री देवी अवार्ड, एनसीसी बेस्ट कैडेट अवार्ड आदि मिल चुके हैं।

## चारों दिशाओं में महिला मुख्यमंत्री

भारत में यह पहली बार है कि चारों दिशाओं में चार राज्यों की महिलाएं मुख्यमंत्री का पद संभाल रही हैं। उत्तर में जम्मू कश्मीर की मुख्यमंत्री महबूबा मुफ्ती, दक्षिण में तमिलनाडु की मुख्यमंत्री जयललिता, पूर्व में प. बंगाल की ममता बनर्जी तथा पश्चिम में राजस्थान की वसुन्धरा राजे, मुख्यमंत्री पद पर हैं।



पी.वी. संधु

तुम्हें  
सलाम



साक्षी मलिक

हुआ कुम्भ खेलों का आधा , हाथ अभी तक खाली थे।  
 औरों की ही जीत देख हम, पीट रहे क्यों ताली थे।  
 सवा अरब की भीड़ यहाँ पर, गर्दन नीचे डाले थी।  
 टूटी फूटी आशा अपनी, मानो भाग्य हवाले थी।  
 आज देश की बालाओं ने, ताला जड़ा सवालों पर।  
 कसके थप्पड़ मार दिया है इन लोगों के गालों पर।  
 बता दिया है जब तक बेटी, इस भारत की जिन्दा है।  
 यह मत कहना भारत वालों, हम खुद पर शर्मिन्दा है।  
 शीश नहीं झुकने हम देंगी, हम भारत की बेटी हैं।  
 आन बान की खातिर तो हम, अंगारों पर लेटी है।  
 भूल गए यह कैसे रक्षा-बन्धन आने वाला है।  
 बहिनों के मन में पावन, उत्साह जगाने वाला है।  
 भैया रहे उदास भला फिर, कैसे राखी भाती ये।  
 पदकों के सूखे में पावस, कैसे भला सुहाती ये।  
 दो-दो के पदकों की यह राखी, बाँधी देश कलाई पर।  
 इतना तो एहसान सदा ही, करती बहिना भाई पर।  
 आज साक्षी, सन्धु के तेवर है, जैसे लक्ष्मीबाई हो  
 अपने भाई की खातिर ज्यों, बहिनें युद्ध में आई हो।  
 जिनको अबला कहा वही तो, सबला बन छा जाती है।  
 अपने मन में ठान लिया वह, पूरा कर दिखलाती है।

## धनिया बर्फी

सामग्री : धनिया पाउडर— एक कप, नारियल बुरादा एक कप, शक्कर— एक कप, खरबूजे के बीज— 1/4 कप, देशी घी — 2 बड़े चम्मच।

विधि : गर्म घी में धनिया को हल्का सा भूनें। उसी कड़ाही में नारियल बुरादा भून कर निकाल लें। खरबूजे के बीजों को भी गर्म कड़ाही



में तब तक भूनें, जब तक कि वे फूलकर हल्के न हो जाएं। एक चौथाई कप पानी में शक्कर डालकर दो तार की गाढ़ी चाशनी बनाएं। सारी सामग्री अच्छी तरह मिलाकर चिकनाई लगी ट्रे में जमाएं। गर्म में ही पीस काटें।

### अगला ग्रामीण महिला चेतना शिविर

30 सितम्बर 2016 प्रातः 10 बजे से

#### कार्यक्रम

- प्रार्थना, नये सदस्यों का परिचय
- मौसमी बीमारियों की जानकारी
- प्रेरक प्रसंग एवं ज्ञानवर्द्धक वार्ता
- प्रशिक्षण आदि

### हर माह के तीसरे रविवार को विज्ञान समिति में निःशुल्क स्वास्थ्य एवं चिकित्सा शिविर

- ◆ कई डाक्टरों के परामर्श से सैंकड़ों लोग लाभ उठा रहे हैं, आप भी लाभ उठाएं।
- ◆ जरूरतमंदों को दवाइयां, नेत्र, दंत एवं अन्य शल्यक्रिया में सहयोग। ब्लडप्रेसर, न्यूरोपेथी एवं मधुमेह संबंधी रक्त-मूत्र की निःशुल्क जांच। विधवा एवं परित्यक्ता महिलाओं की निःशुल्क चिकित्सा सुविधा भी।
- ◆ ग्रामीण क्षेत्र से आए लोगों को प्राथमिकता मिलेगी।

शिविर का समय प्रातः 10 से 12 बजे

आगामी शिविर- 18 सितम्बर को

### विज्ञान समिति में ग्रामीण महिलाओं के लिए ऋण योजना

जो महिलाएं आमदनी बढ़ाने के लिए कुछ काम करना चाहती हैं लेकिन धनराशि उपलब्ध नहीं होने के कारण ऐसा नहीं कर पा रहीं हैं। उनके लिए विज्ञान समिति में ऋण देने की योजना है।

इच्छुक महिलाएं संपर्क करें।

➤ अधिक से अधिक महिलाओं को महिला चेतना शिविर में भाग लेने के लिए प्रेरित करें। उन्हें सदस्य बनाएं। जीवन पच्चीसी के बिंदुओं को बार-बार पढ़ें और अमल में लाने का प्रयास करें।

## पिछला ग्रामीण महिला चेतना शिविर

30 जुलाई को आयोजित इस शिविर में 27 महिलाएं उपस्थित रहीं। डॉ. श्रीमती शैल गुप्ता ने स्वागत किया, फिर प्रार्थना हुई। योगाभ्यास के बाद श्रीमती शकुन्तला धाकड़ ने पर्यावरण व पौधारोपण के महत्त्व पर वार्ता दी। प्रश्नोत्तर कार्यक्रम में महिलाओं को पुरस्कार वितरित किये गये। डा. आई.एल. जैन ने बरसात के मौसम में होने वाली बीमारियां और उनसे बचाव के उपाय बताये।

विज्ञान समिति के अध्यक्ष डॉ. के.एल.कोठारी ने जीवन पच्चीसी के बारे में विस्तृत चर्चा की। श्रीमती कमला, श्रीमती भावना व श्रीमती नारी देवी(तीनों चंदेसरा) को 5000-5000 का ऋण दिया गया। श्रीमती पुष्पा कोठारी ने एक्यूप्रेसर पद्धति पर जानकारी दी। श्रीमती मंजुला शर्मा ने लहर पर चर्चा की व यात्रा भत्ता का वितरण किया। अन्त में महिलाओं को नाश्ता कराया गया।

## सराहनीय पहल : कन्या उपवन

राजस्थान के राजसमन्द जिले की पंचायतों में बेटियों के लिए बाग लगाए जा रहे हैं। इन बागों में लगने वाले फल और फूलों पर भी उन्हीं बेटियों का अधिकार है जिनके नाम से पौधे लगाए हैं। इन कन्या उपवनों के लिए हर पंचायत ने जमीन भी आरक्षित की है।

राजसमन्द की महिला कलक्टर अर्चना सिंह ने सरकारी स्तर पर अनूठी पहल की है। जिस भी गाँव में बेटि का जन्म होता है तो वहाँ की पंचायत बेटि के नाम पर उस परिवार से 11-11 पौधे लगवाती है। तासोल, बिनोल, बड़ा भाणुजा गांवों की पंचायतों ने कन्या उपवन के लिए पर्याप्त जमीन आरक्षित की है और बेटियों के नाम 11-11 पौधे लगाकर शुरुआत की गई है। पेड़ पौधे से जो भी आय होगी उस पर बेटि का हक तय कर दिया है।

इस कार्य की प्रेरणा इसी जिले के पिपलांत्री गांव से मिली जहां पिछले करीब 10 सालों से पूर्व सरपंच श्यामसुंदर पालीवाल की पहल से कन्या उपवन की योजना सुचारु रूप से संचालित है।

## जीवन की सच्चाई

एक आदमी के चार पत्नियां थी। वह अपनी चौथी पत्नी से बहुत प्यार करता था और उसकी खूब देखभाल करता व उसका सर्वाधिक सम्मान करता।

वह अपनी तीसरी पत्नी से भी प्रेम करता था और हमेशा उसे अपने मित्रों को दिखाना चाहता था। हालांकि उसे हमेशा डर था कि वह कभी भी दूसरे इंसान के साथ जा सकती है। वह अपनी दूसरी पत्नी से भी प्यार करता था। जब भी उसे कोई परेशानी आती तो वह अपनी इसी पत्नी के पास जाता और वह उसकी समस्या सुलझा देती।

वह अपनी पहली पत्नी से प्यार नहीं करता जबकि पत्नी उसे बहुत गहरा प्यार करती थी। और उसकी खूब देखभाल करती।

एक दिन वह बहुत बीमार पड़ गया और मृत्यु का समय आ गया तो उसने इच्छा जाहिर की कि मैं एक पत्नी को मेरे साथ ले जाऊँ। मरने के बाद भी मेरा साथ दें, ऐसी पत्नी कौन है? यह सोचकर उसने चौथी पत्नी से पूछा तो वह बोली- नहीं, ऐसा तो हो ही नहीं सकता और वह चली गई।

उसने तीसरी पत्नी से पूछा तो उसने कहा-जिन्दगी बहुत अच्छी है, जब तुम मरोगे तो मैं दूसरी शादी कर लूँगी। उसने दूसरी पत्नी से भी कहा तो वह बोली - माफ कर दो, इस बार मैं तुम्हारी कोई मदद नहीं कर सकती। ज्यादा से ज्यादा मैं तुम्हारे साथ श्मशान तक चल सकती हूँ। इन तीनों के जवाब से वह दुःखी हो गया, तब अचानक आवाज आई- मैं तुम्हारे साथ चलने को तैयार हूँ। तुम जहां जाओगे मैं तुम्हारे साथ चलूँगी। तब आदमी ने देखा कि यह उसकी पहली पत्नी की आवाज है। जो उसकी उपेक्षा से दुबली-पतली और बीमार हो गई थी। आदमी को महसूस हुआ कि यही उसकी सच्ची साथी है जबकि उसने उसकी तरफ सबसे कम ध्यान दिया।

इस कहानी का सार यह है कि हमारी सबकी भी चार पत्नियां है - चौथी पत्नी हमारा शरीर है, तीसरी पत्नी: हमारी धन दौलत है, दूसरी पत्नी हमारे दोस्त रिश्तेदार हैं। और पहली पत्नी हमारी आत्मा है।

अब आप इस कहानी को दुबारा पढ़ें। आपको जीवन की सच्चाई समझ में आ जाएगी।

महिलाएं विज्ञान समिति से सहयोग के लिए संपर्क करें।

श्रीमती मंजुला शर्मा - 9414474021  
श्री कैलाश वैष्णव - 9829278266

## विज्ञान समिति

अशोकनगर, रोड नं. 17, उदयपुर - 313001  
फोन : (0294) 2413117, 2411650  
Website : vigyansamitidaipur.org  
E-mail : samitivigyan@gmail.com