



स्थापना : 1959

पंजीकरण : 94/68-69

बाह्य

समूह महिलाओं की मासिक पत्रिका

अंक - 56

21 मई 2016

वैशाख शुक्ल पूर्णिमा

विक्रम संवत् 2073

माटी की महक-11

सुश्री इंदिरा गरासिया

कोटड़ा तहसील की पहली बेटी जो पटवारी बनी



यह है इंदिरा गरासिया। उम्र 21 वर्ष। छोटे से सरकारी स्कूल से पढ़कर निकली कोटड़ा की यह बेटी आज पटवारी है। कोटड़ा तहसील में पलेसर गांव की इंदिरा ने हाल ही दो पटवार मंडलों का चार्ज संभाला है।

उसके पिता शंकरलाल गरासिया का साया वर्ष 2006 में ही सिर से उठ गया था। तब वह 11 साल की थी और गांव के सरकारी विद्यालय में पढ़ती थी।

राजकीय बालिका उच्च माध्यमिक विद्यालय से 11वीं और 12वीं भी उत्तीर्ण कर ली। इसके बाद का दौर थोड़ा कठिन रहा। कारण घर की जिम्मेदारियां थीं। आखिर पांच छोटे भाई-बहनों का ध्यान भी रखना था।

पिता विरासत में एक बीघा का खेत छोड़ गए थे। मां इस पर खेती करने लगीं। इंदिरा मां का हाथ बटाती और उनकी गैरमौजूदगी में भाई-बहनों को संभालती। हालांकि बड़े परिवार की जरूरतें एक बीघा खेत पूरी नहीं कर पाता। फिर इंदिरा को अपनी पढ़ाई जारी रखनी थी।

ग्रेजुएशन पूरी करने के लिए उसने मजदूरी भी शुरू कर की। कस्बे में होने वाले निर्माण स्थलों पर फावड़े चलाए, तगारियां तक उठाईं। इन्हीं हालात में स्वयंपाठी के रूप में कॉलेज की पढ़ाई शुरू कर दी। बी.ए. अंतिम वर्ष की परीक्षा का समय आया कि पटवारी पद के लिए भर्ती निकली। इंदिरा ने भी आवेदन कर दिया। परीक्षा के कुछ दिन बाद परिणाम भी आ गया, जिसने इंदिरा को अपनी मेहनत का इनाम दे दिया था। वह सफल रही। विगत माह चार्ज लेने के साथ कोटड़ा की यह बेटी अपने ही इलाके की बिकरणी व मांडवा पटवार सर्कल का काम देख रही है।

इंदिरा ने दिखा दिया कि संघर्ष और मेहनत से सफलता जरूर मिलती है।

सुविचार

1. फूलों की सुगंध केवल वायु की दिशा में फैलती है किन्तु व्यक्ति की अच्छाई हर दिशा में फैलती है।
2. शिक्षक एवं सड़क दोनों एक जैसे होते हैं, खुद जहां हैं वहीं रहते हैं मगर दूसरों को उनकी मंजिल तक पहुंचा ही देते हैं।
3. कड़वी गोलियां चबाई नहीं जाती, निगली जाती है। उसी प्रकार जीवन में अपमान, असफलता, धोखा जैसी कड़वी बातों को सीधे गटक जाएं, उन्हें चबाते रहेंगे अर्थात् याद करते रहेंगे तो जीवन कड़वा हो जाएगा।
4. माँ एक ऐसा बैंक है जहां हर कोई अपनी भावना और दुःख जमा कर सकता है। पिता एक ऐसा क्रेडिट कार्ड है जिनके पास बेलेंस न होते हुए भी हमारे सपने पूरे करने की ताकत होती है।

जून माह की कृषि क्रियाएं

1. खेतों में गर्मी की जुताई करें। धूप लगने से हानिकारक कीट नष्ट हो जावेंगे व वर्षा का जल जमीन में उतरेगा।
2. पशुओं के लिए चारे की फसल में नियमित सिंचाई करें। सिंचाई से पूर्व 20 किग्रा. यूरिया प्रति हेक्टर छिड़कें। इससे बढ़वार खूब होगी व कटिंग जल्दी जल्दी आएगी।
3. सब्जी की फसलों में नियमित सिंचाई करें।
4. अगर आप फलदार पौधे लगाने के इच्छुक हों तो अभी से गड्डे खोदें जो करीब दो फीट गहरे होने चाहिए।
5. जहां जायद मूंगफली की फसल हो वहां सिंचाई करें।
6. अगर अगेती फूल गोभी की फसल लेना चाहते हो तो अभी से नर्सरी में पौध तैयार करें।

बहुत कुछ अच्छा हुआ है महिलाओं के लिए

- पंचायत व नगर पालिकाओं के चुनाव में महिलाओं का 33 प्रतिशत आरक्षण हुआ जिससे अनेक महिलाएं कुशल व ईमानदार नेतृत्व प्रदान कर रही हैं।
- प्रतिभावान बालिकाओं को पढ़ाई में आगे बढ़ाने के लिए छात्रवृत्ति, गार्गी पुरस्कार, इन्दिरा प्रियदर्शिनी अवार्ड, स्कूटी व साइकिल वितरण जैसी अनेक योजनाएं सरकार द्वारा संचालित हो रही हैं।
- हर परिवार बालिकाओं को स्कूल भेजने लगा है। बालिका शिक्षा में वृद्धि हुई है। महिलाएं नौकरी या व्यवसाय कर आत्मनिर्भर हुई हैं।
- घूंघट प्रथा में कहीं थोड़ी, कहीं ज्यादा या पूरी तरह छूट मिल गई है।
- पहले घरों में पुत्र-पुत्री में लिंग भेद बहुत होता था अब इसमें कमी आई है। समानता की समझ आई है।
- राजस्थान रोडवेज बसों में यात्रा करने पर महिलाओं के बस किराये पर 30 प्रतिशत रियायत दी जाती है।
- रेल्वे की यात्रा में वरिष्ठ नागरिक महिलाओं को अधिक छूट दी जा रही है।
- राखी व महिला दिवस जैसे अवसरों पर महिलाओं के लिए निःशुल्क यात्रा की व्यवस्था रहती है।
- महिलाओं में साक्षरता व जागरूकता बढ़ी है। अंधविश्वासों में कमी आई है। आत्मविश्वास बढ़ा है।
- गर्भवती महिला के लिए निःशुल्क देखरेख, परामर्श व उपचार की सुविधा बढ़ी है।
- राजकीय चिकित्सालय में प्रसूति की व्यवस्था। सरकार द्वारा आर्थिक अनुदान व कन्या जन्म पर तीन बार राशि का भुगतान।
- महिलाओं में निर्भीकता आई है। वे अत्याचार अन्याय के प्रति सजग होकर कानूनी मदद लेने लगी हैं। जगह जगह महिला थाने भी खोले गए हैं।
- कुछ सरकारी योजनाओं में महिला को ही घर का मुखिया माना गया है।
- मकान और भूमि की रजिस्ट्री महिला के नाम से करवाने पर रियायती शुल्क लगता है।

- प्रकाश तातेड़

ऐसे निपटे गर्मी से

गर्मी का मौसम आ गया है और अपने साथ अनेक समस्याएं और बीमारियाँ यथा शरीर में पानी की कमी, थकान, भूख न लगना, उल्टी-दस्त, लू लगना आदि ले आता है अतः खान-पान का पूरा-पूरा ध्यान रखना अति आवश्यक हो जाता है। विशेषकर ऐसे खाद्य पदार्थ एवं भोजन लेना चाहिए जिससे पोषक तत्वों के साथ-साथ शरीर को स्फूर्ति और ताजगी प्राप्त हो तथा मौसमी रोगों से बचाव हो सके। इसके लिए निम्नलिखित बातों का विशेष ध्यान रखना चाहिए :-

- भरपूर मात्रा में पानी पीएं। धूप में जाने से पहले पानी पीकर निकलें।
- मौसमी सब्जियों और फल जैसे - लौकी, तोरई, ककड़ी, खीरा, टिंडा, टमाटर, नारंगी, अंगूर, तरबूज, खरबूज आदि का सेवन करें।
- भोजन में ठंडक पहुंचाने वाले पदार्थ यथा तुलसी, पुदीना, धनिया आदि को शामिल करें।
- प्याज की तासीर ठंडी होने से यह गर्मी और लू से बचाता है। इसका अधिक प्रयोग करें।
- तरल पदार्थ यानी छाछ, नारियल पानी, नींबू पानी, कैरी का पना, गन्ना, बिल्व व संतरे का रस आदि का सेवन करें।
- तले-गले व गरिष्ठ पदार्थों का सेवन कम से कम करें। कॉल्ड ड्रिन्क्स हानिकारक हैं, उनका सेवन नहीं करें।
- धूप में बाहर निकलने से बचें। आवश्यक हो तो छाता लेकर निकले।

- श्रीमती विजयलक्ष्मी मुंशी

अब जरा हंस ले



लड़की वालों के यहां रिश्ता लेकर एक व्यक्ति पहुंचा। लड़की के मां-बाप बोले- हमारी बेटी अभी पढ़ रही है। व्यक्ति बोला - कोई बात नहीं जी, हम एक दो घंटे बाद आ जाएंगे।



एक पहलवान के घर चोर आ गया। उसने देख लिया तो चोर भागने लगा। आगे चोर पीछे पहलवान। भागते भागते पहलवान चोर से आगे निकल गया और बोला- एक तो चोरी और ऊपर से हम से ही रेस।

एक गाय की पुकार

मुझे गौमाता कहते हैं। मेरी पूर्ण आयु लगभग 15 वर्ष होती है। मैं 4 वर्ष की आयु से दूध देना प्रारम्भ कर देती हूँ। 8 वर्ष की आयु तक दूध देने के पचास सेवा से निवृत्त हो जाती हूँ। कुछ दयालु लोग मुझे गौशाला में छोड़ देते हैं पर अधिकांश लोग अधिक पैसा कमाने के लिए मुझे कसाइयों को बेच देते हैं।

मुझे पता चला है कि सरकारी व गैर सरकारी संस्थानों में काम करने वाले अधिकारियों और कर्मचारियों को सेवानिवृत्ति के बाद पेंशन या एक मुक्त राशि मिलती है। जिससे उनका बुढ़ापा आराम से निकलता है।

मैं भी 4 वर्ष से 8 वर्ष के सेवाकाल के दौरान लगभग 8000 लीटर दूध देती हूँ जिसका बाजार मूल्य करीब 3 लाख रुपये होता है। मेरे सेवानिवृत्ति काल से मृत्यु तक मुझ पर लगभग 50000 रुपया खर्च आता है। इसका आधा खर्च दूध पीने वाले वहन करे और आधा सरकार वहने करे तो मेरा बुढ़ापा भी आराम से कट सकता है। मैं तो अपने बुढ़ापे में भी गोबर और गोमूत्र देती हूँ जो उपयोग में आते हैं। मृत्यु के बाद भी मेरा हर एक अंग किसी न किसी काम ही आता है।

क्या आप मेरे बुढ़ापे का सहारा बनना चाहते हैं। यदि हां तो प्रति लीटर दूध जो आप उपयोग में लेते हैं। 3 रुपया अपनी ओर से व 3 रुपया सरकार की ओर से दिलवाने का प्रयास करें। इस राशि को गौशाला में जमा करते रहे।

एक बात और मेरे आवास की व्यवस्था के लिए आजीवन सिर्फ 20,000 रुपया गौशाला में जमा करावें।

धन्यवाद।

आपकी नंदिनी

प्रेषक-जे.एस.पोखरना

काम की बातें

नशाबंदी से आएगी खुशहाली - इन दिनों राजस्थान के अनेक गांवों में महिलाएं व स्वयंसेवी संगठन भाराबंदी के लिए जोर-जोर से आंदोलन कर रहे हैं जिससे कुछ गांवों में मतदान हुआ और बहुमत के आधार पर गांव में भाराबंदी लागू हुई। इस भलाई के काम में महिलाओं की एकता व मजबूती सामने आई। सांसद व विधायकों ने भी ऐसे गांवों में 5-10 लाख के अतिरिक्त विकास कार्य करवाने की घोषणा की।

बहू की विदाई बेटी की तरह - समीपवर्ती गांव गुड़ली की एक साल की विवाहिता विधवा युवती प्रीति को उसके ससुराल वालों ने उसकी पसन्द से पुनःविवाह कर बहू को बेटी की तरह विदा किया। इस घटना की सब तरफ खूब तारीफ हुई।

विज्ञान समिति ऐसे सद्कार्यों का अनुमोदन करती है।

सत्तु का नमकीन शर्बत

यह बहुत ही स्वादिष्ट, ठंडक देने वाला बिहार का लोकप्रिय पेय पदार्थ है।

सामग्री : चने का सत्तू-आधा कप ; पुदीना के 10 पत्ते; आधा नींबू; आधी हरी मिर्च; भुना जीरा; काला व सादा नमक।

विधि : हरी मिर्च एवं पुदीना के पत्तों को बारीक काट लें। अब सत्तु में थोड़ा ठंडा पानी डालकर गुठलियां खतम होने तक घोल लें। फिर एक कप पानी और मिलाइये। अब इस घोल में काला व सादा नमक स्वादानुसार डालकर हिलाएं, फिर हरी मिर्च, पुदीना, नींबू का रस और भुना जीरा डाल कर मिला दीजिये। स्वादिष्ट सत्तु का नमकीन शर्बत तैयार है।

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।

शिविर का समय प्रातः 10 से 12 बजे

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 रही 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।

आओ हम सब पेड़ लगाएं

हरी-भरी हरियाली के लिए,
भांति-भांति के पेड़ लगाएं।
पर्यावरण हो शुद्ध हमारा,
आओ, हम सब पेड़ लगाएं।



मिले शुद्ध ऑक्सीजन हमको,
पेड़ों को हम ना कटवाएं।
जंगल हो या बाग बगीचे,
आओ, हम सब पेड़ लगाएं।

दूर यहां से रहे प्रदूषण,
आओ तन-मन स्वस्थ बनाएं।
बीमारी अब रहे न कोई,
आओ, हम सब पेड़ लगाएं।



करूण पुकार पेड़ों की सुनकर,
मेघ भी दौड़े-दौड़े आए।
वर्षा रानी खुश हो बरसे,
आओ, हम सब पेड़ लगाएं।

फल-फूलों से भरे बगीचे,
भंवरे उन पर नित मंडराएं।
चिड़िया गाए गीत खुशी के,
आओ, हम सब पेड़ लगाएं।



- श्रीमती विमला जोशी

अगला ग्रामीण महिला चेतना शिविर

वार्षिक उत्सव

30 जून 2016 प्रातः 10 बजे से

कार्यक्रम

- ➔ प्रार्थना, नये सदस्यों का परिचय
- ➔ प्रेरक प्रसंग एवं ज्ञानवर्द्धक वार्ता
- ➔ वार्षिक उत्सव, खेलकूद, पारितोषिक आदि

इनसे सीखें जीवन जीना

□ उदयपुर जिले के केसरिया जी गांव के निवासी पंकज मीणा का 11 वर्ष की आयु में बिजली की लाईन से हाथ छू जाने पर दोनों हाथ कलाई तक काटने पड़े। किन्तु पंकज ने हिम्मत नहीं हारी और आज वह अपने खंडित हाथों से बाइक चला रहा है। पंकज ने पांचवी कक्षा तक ही पढ़ाई की किंतु वह बिना अटके अंग्रेजी व गुजराती बोल लेता है। और उदयपुर भाहर में गाइड बनकर अपनी जीविका कमा रहा है। पंकज के हौसले को हम सलाम करते हैं।

□ जोधसिंह ने पहाड़ी पथरीली जमीन को खेती योग्य बनाकर करीब 1000 कागजी नींबू के पेड़ लगाए जिससे सालाना 12 लाख रुपयें की आय मिल रही है। गिर्वा तहसील के मायदा गांव के जोधसिंह ने यह करि मा कर दिखाया अपने परिश्रम व सूझबूझ से।

□ इस माह में कक्षा 12 के परिणाम घोषित हुए हैं जिसमें बालिकाओं ने सबसे अधिक अंक प्राप्त कर मेरिट लिस्ट में नाम अंकित कराया है। बालिकाओं का परिणाम बालकों की तुलना में अच्छा रहा है। फिर भी जिन बालक-बालिकाओं का रिजल्ट अपेक्षा से कम रहा हो तो भी उन्हें निराश नहीं होना चाहिए। जीवन में और भी एकजाम है जिनमें उनको स्वयं को साबित करना है।

पिछला ग्रामीण महिला चेतना शिविर

अप्रैल माह में वैवाहिक कार्यक्रम होने से यह शिविर आयोजित नहीं हो सका।

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 : vigyansamitiudaipur.org
E-mail : samitivigyan@gmail.com

सौजन्य : श्रीमती विमला जोशी - श्रीमती चन्द्रा भण्डारी

संपादन-संकलन - श्री प्रकाश तातेड़