

# सरसवाणी

वर्ष: 50

अंक : 10

अक्टूबर 2020

सं. 2077 अश्विन

लागत मूल्य : ₹ 6



## माहेश्वरी प्रगति मण्डल

नवरात्रि एवं विजयादशमी की हार्दिक शुभकामनाएँ



सर्व मंगल मांगल्ये शिवे सर्वार्थ साधिके  
शरण्ये त्र्यम्बके गौरी नारायणी नमोस्तुते

या देवी सर्व भूतेषु शक्ति रूपेण संस्थितः  
नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः



सत्य की  
असत्य पर  
विजय



प्रिय स्वजनों,  
जय श्री कृष्ण।

आशा करता हूँ कि आप सभी स्वस्थ होंगे। अखबारों में मरीजों की गिनती कम दिखने से कहीं आप ये ना समझे कि महामारी से हमें छुटकारा मिल गया है और खतरा टल गया है। नहीं बल्कि खतरा और बढ़ गया क्योंकि अब हम लोग थोड़े रिलेक्स से हो गये है और सोशियल डिस्टन्सिंग का पालन और मास्क लगाने के नियमों को अब उतनी गंभीरता से नहीं ले रहे है। यूरोप एवं अमेरिका में पुनः वायरस का प्रकोप शुरू हो चुका है इसलिये सावधानी बरतिये और जब तक COVID 19 का VACCINE नहीं निकले तब तक अपने आप को सुरक्षित ना समझे। कुछ दिनों पहले एक मित्र ने मजाक मजाक में एक बात कही, पर थी वो कितनी सटीक ... टीका आने तक टिके रहे।

चलिये अब दो-तीन महीने हम कुछ ऐसी बातें करेंगे जिन्हे आप चाहे विज्ञान कहे, या मर्यादा, या रीति रिवाज या मानसम्मान या फिर संस्कार जो कि कुछ कुछ लुप्त होते जा रहे है। यह गलती युवा पीढ़ी की नहीं बल्कि हमारी है क्योंकि हम इन चीजों का महत्व नहीं बता पा रहे है। नीचे लिखी सब बातें विज्ञान पर आधारित है।

### १. हम पैर क्यों छूते है?

हमारे से बड़ों के पैर छूना और उनके आशीर्वाद पाना भारतीय संस्कृति की सही पहचान है। ऐसा करने से हमें शक्ति, बुद्धि, ज्ञान, प्रसिद्धि मिलती है और यह विज्ञान भी सिद्ध करता है। हमारा शरीर एक गोदाम है जिसमे सकारात्मक और नकारात्मक उर्जा का समावेश है। जब हम पैर छूते है तब हम हमारे अहम् को उनके चरणों में समर्पित करते है जिससे उनके मन में हमारे प्रति दया और करुणा उत्पन्न होती है, उर्जा का संचार होता है और दोनों दिलों को छूता है। हमारे ब्रेन से जो नसें निकलती है वह उँगलियों पे जाके समाप्त होती है और पैर जब छूते है तो उर्जा प्राप्त होती है। पैर छूना एक तरह का व्यायाम भी है जो शरीर में रक्त का संचार सुचारु रूप से करता है। इस लिये रोज सुबह घर के सभी बड़े बुजुर्ग के पैर अवश्य छूने चाहिए।

### २. हम भोजन करने नीचे पलथी मारके (Cross Legged) क्यों बैठते है?

प्राचीन काल से यह परम्परा चली आ रही है कि भोजन नीचे जमीन पर पलथी मारके करना चाहिए, इसके कई फायदे है। इसे सुखासन पोजीशन भी कहते है। इस पोजीशन में हमारा शरीर रिलेक्स हो जाता है और पाचन क्रिया के लिये तैयार हो जाता है। शरीर के बार बार आगे-पीछे जाने की क्रिया Digestion के लिये सहायक होती है। नीचे बैठ के उपर उठने से शरीर के जोड़ों को लचिला बनाती है और काफी बीमारियां जैसे Arthritis वगैरह के ठीक होने में काफी फायदेमन्द साबित होती है। कोशिश करके कम से कम एक समय का भोजन नीचे बैठ के खाना चाहिए।

### ३. हम पीपल के पेड़ की पूजा क्यों करते है?

कुछ एक पेड़ तो मानो हिन्दुस्तानियों के लिये ही बने है जैसे पीपल। यह पेड़ ना ही हमें कुछ स्वादिष्ट फल देता है और ना ही इसकी लकड़ी ज्यादा मजबूत होती है, फिर भी बहुत महत्वपूर्ण है क्योंकि पीपल का पेड़ रात और दिन यानि २४ घंटे ऑक्सीजन निर्माण करता है और यह बात हमारे

बुजुर्ग बहुत अच्छी तरह से जानते थे कि पीपल का वृक्ष पर्यावरण का सन्तुलन (Ecological Balance) बनाये रखता है इसलिये इसे कभी काटते नहीं है। अगर पीपल का पेड़ घर के आसपास हो तो उसे कभी ना काटे।

#### ४. हम वुँए में सिक्के क्यूं फेकते है?

कहते है पानी की टन्की में, वुँए में, तालाब में, नदी में सिक्के फेंकने से सौभाग्य जाग जाता है और कामयाबी मिलती है पर इसके पीछे भी वैज्ञानिक कारण है। प्राचिन काल में सिक्के तांबे के बनते थे जो अभी स्टील में बनते है। तांबे का एक रासायनिक गुण यह है के जब आप पानी में फेंकोगे तो सारी धूल मिट्टी निचे जाके जमा हो जाती है और उपर साफ पानी आ जाता है जो पीने लायक हो जाता है और साथ साथ हमारे शरीर को तांबे के भौतिक गुण भी प्राप्त हो जाते है। इस लिये घर में एक तांबे का मटका भी रखना चाहिए।

#### ५. हिन्दुस्तानी महिलाएं बिछिया क्यूं पहनती है?

बिछिया पहनना सिर्फ यह जाहिर नहीं करता कि महिला विवाहित है पर इस के पीछे भी वैज्ञानिक कारण है। बिछिया पहले सिर्फ चांदी की बनती थी और पैर की दुसरी उंगली में पहनी जाती है और यह सब जानते है की दूसरी उंगली की नस गर्भाशय से जुड़ती है और फिर सीधे दिल से। सुचारु रूप से रक्त परिसंचरण (Blood Circulation) गर्भाशय को स्वस्थ और शक्तिशाली बनाता है और मासिक धर्म (Periods) चक्र की प्रक्रिया को भी नियमित (Regularise) करता है। चांदी अच्छा संवाहक (Good Conductor) होने से पृथ्वी की उर्जा को हमारे शरीर में pass on करता है। इस लिये लड़कियों को विवाह के पूर्व से ही बिछिया पहननी चाहिए।

#### ६. हम तुलसी के पौधे की पूजा क्यूं करते है?

हिन्दु शास्त्रों में तुलसी के पौधे को माँ का दर्जा दिया गया है। तुलसी को पवित्र माना जाता है और धर्म के साथ जोड़ा गया है। तुलसी के पेड़ के अनगिनित फायदे है इस लिये इसे पूजा जाता है। तुलसी एक अद्भूत औषधी (Wonder Drug) है। यह Antibiotic का भी काम करती है और साधारण सर्दी, मलेरिया, मानसिक तनाव जैसे रोगों को ठीक करने में बहुत उपयोगी साबित हुई है। अभी के समय में जब हम सब COVID 19 की महामारी से उलझ रहे है, तुलसी के सेवन से शरीर की प्रतिरोधक शक्ति (Immunity Level) बढ़ती है जो अतिआवश्यक है। तुलसी का पेड़ घर के द्वार पे होने से घर में मच्छर और कीडे नहीं आते है। यहां तक के पहले गांवों में साँप भी तुलसी के पेड़ के कारण घरों से दूर रहते है। तुलसी की महिमा बताते हुए भगवान शिव नारदजी से कहते है के तुलसी का पत्ता, फूल, फल, मूल, शाखा, तना और मिट्टी सभी पावन है।

ऐसी कुछ और बातें लेकर सरसवाणी के आगामी अंक में आप सभी से फिर मिलूंगा।

जय महेश

विनम्र



अजय मंत्री-अध्यक्ष

दिनांक : 24 अक्टूबर 2020

## एक महत्वपूर्ण विनम्र निवेदन....

मित्रों, कोरोना पीड़ितों को सब से अधिक परेशानी सांस फूलने की होती है। यह बीमारी फेंफड़ों से सम्बन्धित है और जो लोग कोरोना से ठीक हो जाते हैं उन्हें भी पूरी तरह सामान्य होने में बहुत समय लगता है। अब हर जगह कोरोना पीड़ितों की संख्या बहुत हो चुकी है, अतः **हमें शपथ लेनी चाहिए कि इस साल कोरोना महामारी को देखते हुए दीपावली पर हम और हमारा पूरा परिवार पटाखे नहीं छोड़ेंगे।** कोशिश रहेगी कि अपने मोहल्ले में भी सबको समझाकर इस बार पटाखों से दूरी रखने का निवेदन करेंगे। इस महामारी में किसी भी जगह होम क्वारंटीन हो रहे मरीजों को ये जहरीली गैस बहुत घातक होगी। आप सभी कोशिश कीजिये कि कम से कम इस बार तो इस जहरीले धुएं की वजह से किसी भाई बहन की जान जोखिम में ना आए। यकीन मानिए ये कदम हमारे अपने पड़ोसी, गाँव-शहर और देश के लिए एक बेहतरीन मिसाल बनेगा।

वरिष्ठ चिकित्सकों की रिपोर्ट अनुसार पटाखों का धुँआ कोरोना काल में घातक है। दीपावली पर हमें पटाखों के जहरीले धुएं को शहर में भरने से बचना है और उन मरीजों को भी बचना है जो कोरोना से संघर्ष कर रहे हैं या कर चुके हैं। आप सभी से अनुरोध है कि अपने अपने घरों में, निकटम परिचितों, अपनी अपनी संस्थाओं से जन जागरण के रूप में पटाखों का बहिष्कार करें और करवायें।

इस निवेदन का प्रचार अवश्य करें।

- प्रमोदकुमार देवपुरा, मंत्री

## राधाकृष्ण लाहोटी कोष में अनुदान हेतु विनम्र निवेदन।

मण्डल के वरिष्ठ एवं सक्रिय कार्यकर्ता तथा मण्डल के पूर्व उपाध्यक्ष श्री राधाकृष्णजी लाहोटी के निधन के बाद वर्ष 1977 में उनकी स्मृति में राधाकृष्ण लाहोटी स्मृति कोष की स्थापना की गई जिसका उद्देश्य असहाय बन्धु-बहनों को आर्थिक सहायता प्रदान करना है। अब तक इस कोष के माध्यम से रू. 80 लाख से अधिक धनराशि की सहायता दी गयी है। वर्तमान में लगभग 100 से अधिक लाभार्थियों को प्रतिमाह रू. 1000/ की सहायता दी जा रही है जिसकी पूर्ति समाजबन्धुओं से निम्नलिखित प्रसंगो पर अनुदान एकत्रित कर की जाती है।

★ पुत्र /पुत्री के विवाह के उपलक्ष्य में। ★ दादा-दादी एवं नाना-नानी बनने के उपलक्ष्य में। ★ परिवार के सदस्यों के स्मृति दिन अवसर पर। ★ नूतन गृहप्रवेश के अवसर पर। ★ जन्मदिन, शादी की वर्षगांठ /रजत-स्वर्ण जयन्ती आदि प्रसंगो पर।

आपसे नम्र निवेदन है कि उपरोक्त मांगलिक प्रसंगो के उपलक्ष्य में अपना समुचित अनुदान मण्डल में भेजकर इस पुनीत कार्य में सहयोगी बने। इसमें दी गई राशि पर आयकर की धारा 80G के अन्तर्गत छूट प्राप्त है। कृपया चेक Maheshwari Pragati Mandal के नाम से मण्डल कार्यालय में प्रेषित करें।

विनम्र,

नारायण भूरा - अध्यक्ष

93202 75581

(विवाह सहयोग समिति)

मनोज लड्डा - संयोजक

93235 41634

Sr. No.	Code No.	D.O.Birth	Height	Self	Nanihal	Education	युवती
01	G09702	04/02/1988	5'2"	Mimani	Toshniwal	B.Sc.(Computer Science), MBA(Marketing)	
02	G011101	14/12/1988	5'4"	Jhawar	Lahoti	LLB, LLM	
03	G010990	06/12/1989	5'6"	Malpani	Maroo	CS Inter,	
04	G010335	07/01/1989	5'4"	Somani	Malu	B.A.M.S.,M.S. (Gen.Surg.) Fellowship in Asthetic Medicine	
05	G011555	14/01/1989	5'2"	Jakhetia	Bajaj	M.Com, CS	
06	G010551	24/03/1990	5'2"	Samdani	Dad	CS & CS Inter	
07	G011348	09/12/1990	5'2"	Jhawar	Karnani	MBA (Marketing)	
08	G011335	31/01/1990	5'4"	Soni	Somani	BE (Electronics & Telecommunication)	
09	G010303	15/12/1990	5'3"	Naval	Biyani	MDS ( Master of Oral & Maxillofacial Surgery)	
10	G010814	01/01/1992	5'4.5"	Chandak	Jhawar	BSc. Economics, MSc, Economics	
11	G011490	07/08/1992	5'2"	Maniyar	Somani	CS Final, CAFinal	
12	G011415	02/10/1992	5'6"	Ladha	Baldawa	CA	
13	G011229	23/06/1993	5'5"	Dhoot	Mundada	B.C.A., M.Sc.(Computer Science), MBA ( Finance)	
14	G010988	28/10/1992	5'3"	Baldawa	Malpani	B.Com, MBA(Finance)	

Sr. No.	Code No.	D.O.Birth	Height	Self	Nanihal	Education	युवक
01	B010197	12/04/1987	"6"	Dhoot	Jhawar	MBBS	
02	B011471	02/09/1987	5'9"	Daga	Rathi	CA	
03	B010870	13/01/1988	5'9"	Zanwar	Rathi	CS, LLB, PGDBA (Finance)	
04	B011239	01/04/1988	5'9"	Biyani	Baheti	CA, CS Final	
05	B011512	25/06/1989	5'6.5"	Jaithalia	Baheti	M.Tech. B.Tech.	
06	B011429	28/09/1989	5'8"	Bagla	Bhattar	MBBS	
07	B011457	21/03/1990	"6"	Jajoo	Jakhotia	B.Com, CA	
08	B011525	30/08/1990	5'10"	Baldawa	Dhupad	MBBS, M.D. Pulmonary Medicine, D.N.B. Pulmonary Medicine	
09	B010960	08/06/1990	6"	Jhawar	Rathi	B.M.S, M.M.S.	
10	B011565	26/10/1991	6"	Bihani	Rathi	B.Tech in Structural Engineering , MBA	
11	B011521	18/10/1991	5'8"	Bang	Loya	MBA (Finance)	
12	B011545	26/07/1991	5'11"	Mundhada	Kabra	MBA (Finance)	
13	B011015	13/05/1991	5'10"	Kabra	Totala	Pursuing CAIPCC	
14	B011197	14/09/1991	5'11"	Saboo	Sharda	CA	

**नोट :** अभिभावक शाम 4 से 6 बजे तक मण्डल कार्यालय गिरगांव में बायोडाटा का अवलोकन कर सकते हैं। इस हेतु उनके प्रत्याशी का बायोडाटा मण्डल कार्यालय में अवश्य रहना चाहिए है। यदि बायोडाटा पहले नहीं जमा करवाया है तो साथ में लेकर आएं एवं प्रत्याशी का रजिस्ट्रेशन करें। रजिस्ट्रेशन निःशुल्क है। फोन नं. 022-2200 5026/27/28 Ext.300 मनोज लड्डा - संयोजक - 9323541634

## चिकित्सा सहायता कोष

(माहेश्वरी प्रगति मण्डल, मुम्बई के अन्तर्गत)

**चिकित्सा हेतु आर्थिक सहायता दी जाती है।**

आवेदन, पूर्ण विगत के साथ मंत्री, चिकित्सा सहायता कोष के नाम निम्न पते पर प्रेषित करें।

माहेश्वरी भवन, 603, जगन्नाथ शंकर शेट रोड, गिरगांव, मुम्बई - 400 002

• दूरध्वनि : 22005026 /27 /28 /33 /36 • फैक्स : 22018834

Email : info@mpmmumbai.in Website : www.mumbaimaheshwari.com

**COVID 19 के मद्देनजर गिरगांव भवन तथा अंधेरी भवन पर मेडिकल सहायता हेतु Medical Equipments निम्नानुसार उपलब्ध है। समाजबन्धु इनका लाभ ले सकते हैं।**

- |                           |                        |
|---------------------------|------------------------|
| 1) Oxygen Cylinder        | 2) Oxygen concentrator |
| 3) Bipap machine          | 4) Cpap machine        |
| 5) Adjustable medical bed | 6) Wheel Chair         |
| 7) Saline stand           |                        |

**संपर्क : गिरगांव भवन (022 22005026 / 27 / 28) • अंधेरी भवन - 022-26374253 / 56 / 57)**

भावी  
कार्यक्रम

मध्य मुम्बई क्षेत्रीय महिला समिति द्वारा आयोजित

पारंपरिक माँडना कला कार्यशाला



मार्गदर्शक : श्रीमती राखीजी बजाज

सोमवार दि. 2 नवम्बर 2020,

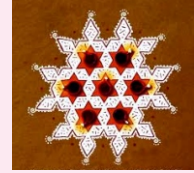
अपराह्न 3 से 4:30 बजे तक

Zoom id एवं Password शीघ्र ही प्रेषित किये जायेंगे।

अधिक जानकारी के लिये कृपया सम्पर्क करें।

मंजु राठी – 97696 96722

सुषमा जाजू – संयोजिका – 93200 56000



1. मुलुण्ड क्षेत्रीय महिला समिति द्वारा दि. 30 सितम्बर 2020 को वेबिनार के माध्यम से Naturopathy & Raw Food विषय पर आयोजित Talk Show का आयोजन सुचारु रूप से सम्पन्न हुआ। श्रीमती अंजनाजी राठी ने बहुत ही सरलता से जानकारी प्रदान की जो सराहनीय रही। लगभग 240 बन्धु-बहनों ने इस आयोजन का लाभ लिया।

पूनम राठी – सहसंयोजिका

2. मालाड क्षेत्र की तीनों समितियों द्वारा दि. 4 अक्टूबर 2020 को Graphology पर आयोजित वेबिनार सुचारु रूप से सम्पन्न हुआ। श्रीमती शीतलजी लड्डा एवं श्रीमती चंचलजी राठी का मार्गदर्शन बहुत ही सराहनीय रहा। लगभग 150 बन्धु-बहनों ने इस आयोजन का लाभ लिया।

राधेश्याम डालिया – संयोजक

3. मध्य मुम्बई क्षेत्रीय महिला समिति द्वारा दि. 5 अक्टूबर 2020 को Zoom App पर आयोजित मुखवास-कार्यशाला सुचारु रूप से सम्पन्न हुई। सुश्री माधुरीजी डागा ने विविध प्रकार के मुखवास बनाने की बहुत ही सरल व उपयुक्त जानकारी दी। लगभग 85 बहनों ने इस आयोजन का लाभ लिया।

सुषमा जाजू – संयोजिका

4. घाटकोपर क्षेत्रीय महिला समिति द्वारा नवरात्रि के उपलक्ष्य में दि. 19 अक्टूबर 2020 को नवरंग-क्वीज माता के नौ स्वरूपों का दर्शन समाज की बहनों द्वारा किया गया एवं छोटी छोटी लड़कियों ने नारी शक्ति का प्रदर्शन किया। लगभग 350 बहनों ने इस आयोजन का आनन्द लिया।

कल्पना लोहिया - संयोजिका



Post Reg.No.MCS/047/2020-21 RNI No. 22705/72 Posted at Mumbai Patrika Channel Sorting Office,  
GPO. Mumbai 400 001. Published on 15<sup>th</sup> of every month & posting on 16<sup>th</sup> / 17<sup>th</sup> of every month.

## अंधेरी भवन एवं गिरगांव भवन के सम्बन्ध में सूचना

## सरसवाणी

### अंधेरी भवन (022 26374253 /56/57)

- ★ कोरोना महामारी (Covid 19) के मद्देनजर अंधेरी भवन के हाल का आरक्षण अर्ध / पूर्ण दिवस के लिए रियायती दरों पर किया जा सकता है। (कृपया अधिक जानकारी के लिए भवन में सम्पर्क करें।)
- ★ सम्पूर्ण भवन सेनेटाइज व स्वच्छ / Disinfected किया गया है।
- ★ कुछ कमरे समाजबन्धुओं के लिए (Not for Covid 19 Patients) QUARANTINE हेतु सुरक्षित रखे हैं।
- ★ एक कमरे में एक कपल (दो व्यक्ति) रह सकते हैं।
- ★ नास्ता, भोजन, गरम पानी, निम्बू रस, आयुर्वेदिक काढा आदि की व्यवस्था कमरे में रहने वालों के लिए सशुल्क उपलब्ध करवाई गई है।
- ★ महाराष्ट्र शासन एवं BMC के निर्देशों का पालन आरक्षण कर्ता को करना अनिवार्य (MANDATORY) है, अन्यथा आरक्षण रद्द किया जा सकता है।

संदीप परवाल - 98203 15045

संयोजक - अंधेरी भवन व्यवस्था समिति

### गिरगांव भवन (022 22005026 /27/28)

- ★ गिरगांव भवन के 3 व 6 मंजिल के कुल 8 (आठ) कमरों का आरक्षण किया जा सकता है।
- ★ 4,5,7, एवं 8 मंजिल के कमरों का उपयोग BMC द्वारा QUARANTINE सेन्टर हेतु हो रहा है।
- ★ भवन में चाय, नास्ता एवं भोजन की व्यवस्था नहीं है। निकटतम भविष्य में यह व्यवस्था प्रारम्भ करवाई जाएगी।
- ★ महाराष्ट्र राज्य शासन एवं BMC के निर्देशों का पालन आरक्षण कर्ता को करना अनिवार्य (MANDATORY) है, अन्यथा आरक्षण रद्द किया जा सकता है।

लक्ष्मीनारायण मून्डडा - 93240 23777

संयोजक - गिरगांव भवन व्यवस्था समिति

Printed, published & edited by Vishnu Madanlal Malpani on behalf of Maheshwari Pragati Mandal, printed at Sundaram Art Printing Press, 12, Wadala Udyog Bhawan, Naigaum X road, Wadala, Mumbai – 400 031 & published from Maheshwari Bhawan, 603, J.S.S. Road, Girgaum, Mumbai – 400 002 टे.: 022 - 2200 5026 / 27 /28 फ़ैक्स.: 22018834 website:www.mumbaimaheshwari.com Email:info@mpmmumbai.in Editor:Vishnu Madanlal Malpani

if not delivered please return at : Maheshwari Bhawan, 603, J.S.S. Road, Girgaum, Mumbai – 400 002 7