



JES THOUGHT : "I am thankful to all those who said NO to me. Its because of them I did it myself... Einstein..."

**Holi per sabhi ko shubh kamnaye
Mahaveer Jayantee Shubh kamnaye.**

जैन इंजीनियर्स सोसायटी उज्जैन चेप्टर के चुनाव सम्पन्न

जेस चेप्टर, सांगली, की गतिविधियां

जैन इंजीनियर्स सोसायटी उज्जैन चेप्टर की साधारण सभा प्रशान्ति गार्डन में दिनांक २७.२.२०११ में प्रातः ९ वजे से आयोजित की गई। उज्जैन चेप्टर के षत प्रतिशत सदस्यों की उपस्थिति में कार्यक्रम का संचालन इंजी. दीपक जैन ने कर कार्यक्रम का प्रारम्भ किया उज्जैन में आयोजित ५ वे राष्ट्रीय अधिवेशन की शानदार सफलता के पश्चात प्रथम बैठक के अवसर पर अधिवेशन के अध्यक्ष इंजी.अतुल जैन एवं इंजी. सत्येन्द्र जैन ने अधिवेशन के अवसर पर की गई गतिविधियों पर प्रकाश डालते हुये सभी सदस्यों के सहयोग एवं सेवा भाव की सराहना करते हुये सभी सदस्यों को बधाई दी। कोषाध्यक्ष इंजी.देवेन्द्र जैन ने वर्ष के दौरान उज्जैन चेप्टर की गतिविधियों पर हुये खर्च का लेखा प्रस्तुत किया। सचिव इंजी. प्रवीण जैन ने उज्जैन चेप्टर की वर्षान्त कार्यवाही का ब्यौरा प्रस्तुत करते हुये सभी सदस्यों का आभार व्यक्त किया।

कार्यक्रम के द्वितीय चरण में नई कार्यकारिणी के गठन की प्रक्रिया प्रारम्भ करते हुये सर्वसम्मति से इंजी. एस.के.जैन एवं इंजी. अतुल जैन (विशाल इले.) को चुनाव अधिकारी नियुक्त किया गया। चुनाव अधिकारी ने अध्यक्ष, सचिव एवं कोषाध्यक्ष के चुनाव के संबंध में विस्तृत जानकारी देते हुये कार्यवाही प्रारम्भ की। नई कार्यकारिणी के गठन के लिये सभी सदस्यों ने गत वर्ष की तरह ही अध्यक्ष, सचिव एवं कोषाध्यक्ष के चयन हेतु एक-एक नाम का प्रस्ताव एवं समर्थन कर निर्दिष्ट चुनाव का रास्ता प्रशस्त किया। सर्वसम्मति से अध्यक्ष इंजी. आर.सी.जैन, सचिव इंजी. अजय जैन एवं कोषाध्यक्ष इंजी. वीरसेन जैन को चुना गया। इस अवसर पर सभी सदस्यों ने चुने गये नये पदाधिकारियों को बधाई दी। अपने प्रथम उद्बोधन में नवनिर्वाचित अध्यक्ष ने कार्यकारिणी विस्तार के संकेत देते हुये उज्जैन चेप्टर से नई योजनाओं के क्रियान्वयन पर बल देते हुये नये आयाम तैयार करने के बारे में अवगत कराया तथा सभी सदस्यों से सहयोग की अपील की। नई कार्यकारिणी के अन्य सदस्यों ने भी अपने निर्विरोध चयन पर धन्यवाद प्रस्तुत किया।

बैठक की कार्यवाही के पश्चात सांस्कृतिक कार्यक्रमों का आयोजन भी किया गया। बैठक की समाप्ति पर आभार इंजी. शैलेन्द्र जैन द्वारा किया गया।



इंजी. सत्येन्द्र जैन
अध्यक्ष

अतिरिक्त चीजों की माया

बाजार से लेने जाता हूँ कोई चीज
तो साथ थमा दी जाती है एक और चीज मुफ्त
उस चीज की कोई जरूरत नहीं मुझे
पर लेने से इंकार नहीं कर पाता उसे
और बस इसी एक पल में पकड़ लिया जाता हूँ
उस अतिरिक्त के लिए जरूरत की चीजों के बीच
थोड़ी जगह बनाता हूँ तो जरूरी चीजों की जगह थोड़ी सिकुड़ जाती है।
अतिरिक्त हमारे मन की कमजोरी को पहचानता है
लालच धीरे-धीरे पांव पसारता है
एक अतिरिक्त दूसरे अतिरिक्त को बुलाता है
और दूसरा अतिरिक्त तीसरे अतिरिक्त के लिए
जगह बनाता है



समावर्तन, से साभार
प्रेषक: इंजी. हसमुख पंचोली
इन्दौर

सांगली जेस चेप्टर और दक्षिण भारत जैन सभा की छत्रछाया में जैन ग्रेज्युएटस एसोसिएशन और जैन इंजीनियरिंग सेल की ओर से गत काल में विविध कार्यक्रम संपन्न हुए जिनमें जेस सांगली के इंजी. अविनाशजी चौगुले जो खुद महाराष्ट्र सरकार जलसंपदा विभाग में सेक्शनल इंजीनियर हैं ने झॉट प्रोन एरिया में बसे गाँव में जाकर यहाँ के स्कूली बच्चों को 'जल साक्षरता और पर्यावरण रक्षण' विषय पर संबोधन दिया, करीब ४००० स्कूली बच्चों को 'जलसाक्षर' किया। कॉलेज के छात्रों को एन. एस. (राष्ट्रीय सेवा योजना) कैम्प में जल साक्षरता विषय पर भाषण दिया।

राष्ट्र संत मुनिश्री तरुणसागरजी महाराज साहब के जन्म-तिथी के अवसर पर अंजनी ग्राम में ४५० वृक्ष लगाए इनमें सांगली गुरु परिवार को भी सम्मिलित किया गया था। आज की तिथी में ये सब वृक्ष हरे भरे हैं इनमें आँवला, इमली, बड़, पीपल आदि शामिल हैं।

सांगली जेस चेप्टर की ओर से इंजी. महावीरजी टोले (रिटायर्ड डिस्ट्रिक्ट ट्रेनिंग एण्ड प्लेसमेंट ऑफिसर) ने 'Training and Placement, Job Opportunities' आदि विषयों पर इंजी. भास्कर कोगनोलेजी के साथ शिविरों का आयोजन किया।

आगामी कार्यक्रम:

महाराष्ट्र के पश्चिम भाग सांगली और कोल्हापुर जिलों में जैनों की बहुत बड़ी आबादी है। यहाँ के जैन मुख्यतः खेती करने वाले किसान हैं, ग्रामीण इलाका है, आजकल यहाँ अंगूर की खेती हो रही है। सांगली डिस्ट्रिक्ट के आधे हिस्से में हर साल कृष्णा नदी खतरे के निशान से उपर बहती है। यहाँ बाढ़ का खतरा है और आधे हिस्से में इसी समय १ रुपये से ४ रुपये तक एक बाल्टी पानी विकता है। Ecological Imbalance की वजह से किसानों को हर साल नुकसान उठाना पड़ता है। इसी सिलसिले में मार्च एन्डिंग या अप्रैल के शुरुवाती दिनों में ग्रामीण इलाके भोसे ग्राम में एक किसान सभा का आयोजन जिसमें अंगूर के बारे में कृषकों को मार्ग दर्शन पानी-मिोजन (Water Management) एवं पेस्टिसाइड्स के परिणाम के बारे में करीब ४०० किसानों को मार्गदर्शन दिया जायेगा।

सांगली जेस चेप्टर और गुरु परिवार की ओर से एक जल साक्षरता प्रदर्शनी का आयोजन भी किया जाएगा।

विद्यमान सांगली इंजीनियर्स सेल के चेअरमेन नियुक्त हुए श्री अविनाशजी चौगुलेजी को महाराष्ट्र के राज्यपाल महोदय ने राज्य सरकार की ओर से 'Best Engineer Award' से नवाजा है जो इंजीनियर होने के साथ एक जर्नालिस्ट भी हैं।

इंजी भास्कर कोगनोले, सांगली चेप्टर



With best Compliments from :

ITL INDUSTRIES LTD

111, Sector-B, Sanwer Road, Indore, <http://www.itlind.com>

India's leading Metal Cutting Solution Provider and manufacturer of ERW Tube & Pipes Production Equipments.

सागर चैप्टर द्वारा जैन समाज के युवाओं के लिए स्वरोजगार से जोड़ने एवं शासन की योजनाओं का लाभ लेने के लिए एक दिवसीय जागरूकता शिविर का आयोजन

जैसे सागर द्वारा जैन समाज के युवाओं के लिए स्वरोजगार से जोड़ने एवं शासन की योजनाओं का लाभ लेने के लिए एक दिवसीय उद्यमिता जागरूकता शिविर का आयोजन दिनांक ०२.०३.२०११ को सी एम सी सेंटर में किया गया। इस कार्यक्रम में जैन समाज के गरीब एवं बेरोजगार युवाओं को अपना स्वयं का उद्योग/व्यवसाय प्रारंभ करने एवं म प्र शासन द्वारा संचालित विभिन्न स्वरोजगार योजनाओं को प्रचार प्रसार हेतु एक दिवसीय शिविर का आयोजन किया गया।

इस शिविर में श्रीमति श्वेता जैन संचालक सीएमसी सागर, श्री नीलेश जैन, अध्यक्ष जैस सागर एवं प्रशांत जैन युवा व्यवसायी एवं अन्य पदाधिकारी आदि उपस्थित थे। श्रीमान जी के शर्मा महाप्रबंधक जिला व्यापार एवं उद्योग केंद्र को आमंत्रित किया गया

कार्यक्रम का आरंभ करते हुए अपने उद्बोधन में संस्था संचालक श्रीमति श्वेता जैन ने कैरियर मोटिवेशन सेंटर द्वारा सभी उपस्थित अधिकारियों एवं प्रशिक्षणार्थियों का हार्दिक स्वागत किया। उन्होंने कहा कि इस शिविर का आयोजन जैन समाज के गरीब एवं बेरोजगार युवाओं को अपना व्यवसाय/उद्योग प्रारंभ करने लिए म प्र शासन द्वारा संचालित प्रधानमंत्री रोजगार सृजन कार्यक्रम, दीनदयाल स्वरोजगार योजना के बारे में बताया गया है, साथ ही अन्य योजनाओं के बारे में भी बताया गया। व्यवसाय/उद्योग में आने वाली सभी प्रकार की समस्याओं पर विचार-विमर्श, किया गया साथ ही समस्याओं के निराकरण संबंधी जानकारी प्रदान की गई।

इस कार्यक्रम की रूपरेखा के अनुसार इसे ३ तकनीकी सत्रों में आयोजित किया गया। प्रत्येक सत्र की कार्यवाही का संक्षिप्त विवरण निम्नानुसार है- प्रथम सत्र के प्रस्तुतीकरण में जैस के अध्यक्ष श्री नीलेश जैन ने शिविर में उपस्थित प्रशिक्षणार्थियों को विभिन्न उद्योगों/व्यवसाय की जानकारी दी। उन्होंने बताया कि कौन-कौन से उद्योग/व्यवसाय प्रारंभ किये जा सकते हैं। इस क्षेत्र से संबंधित मुख्य बिंदुओं के बारे में जानकारी दी। किस उद्योग का चुनाव किया जाना चाहिये एवं उसकी प्रोजेक्ट रिपोर्ट किस तरह बनानी चाहिये। इसके बाद प्रशिक्षणार्थियों को इस बारे में आने वाली समस्याओं की जानकारी ली।

द्वितीय सत्र के प्रस्तुतीकरण में श्रीमति श्वेता जैन संचालक सी एम सी ने रानी प्रधानमंत्री स्वरोजगार योजना एवं इस योजना में उद्यमियों को मिलने वाली सबसिडी एवं अन्य सुविधाओं की जानकारी दी। उद्योगों को बढ़ावा देने के लिये सरकार द्वारा संचालित अन्य योजना जैसे प्रधानमंत्री रोजगार सृजन योजना, दीनदयाल स्वरोजगार योजना, मुख्यमंत्री पिछड़ा वर्ग योजना, की भी जानकारी प्रदान की साथ ही मध्यप्रदेश शासन द्वारा अनुसूचित जनजाति के वर्ग के नये उद्यमियों को बढ़ावा देने हेतु शासन की विभिन्न सुविधाओं के बारे में बताया।

तृतीय सत्र में श्री प्रशांत जैन युवा उद्यमी ने बताया कि क्यों उद्यमियों के प्रोजेक्ट बैंक द्वारा अस्वीकृत कर दिये जाते हैं? उद्यमियों को प्रोजेक्ट बनाते समय किन बातों का ध्यान रखना चाहिये जिससे उनके ऋण प्रकरण बैंक अस्वीकृत न कर सकें।

चतुर्थ सत्र में खुला मंच रखा गया, जिसमें प्रशिक्षणार्थियों की निम्नलिखित समस्याओं के बारे में बताया एवं उसके निराकरण संबंधी सलाह दी गई।

- शिविर में निम्न समस्याओं पर मुख्य रूप से चर्चा की गयी और उनका निराकरण किया गया -
१. प्रोजेक्ट रिपोर्ट बनाने में कठिनाई।
 २. बैंकिंग कार्यों में समस्या।
 ३. बैंक द्वारा आपका केस अस्वीकृत कर दिया जाना।
 ४. उद्योग हेतु विभिन्न विभागों द्वारा स्वीकृति प्राप्त न होना।
 ५. उद्योग हेतु विभागों/निगम द्वारा अनापत्ति प्रमाण-पत्र प्राप्त करने में कठिनाई।
 ६. उद्योग हेतु प्लांट एवं मशीनरी की जानकारी न होना।

कार्यक्रम स्वल्पाहार एवं चाय के साथ संपन्न हुआ एवं प्रशिक्षणार्थियों को शुभकामना के साथ प्रयास करने को प्रोत्साहित किया।

इंजी नीलेश जैन, सागर चैप्टर



जैन धर्म का वैज्ञानिक स्वरूप (धर्म और विज्ञान)

मनुष्य को जीवन में जितनी आवश्यकता विज्ञान की है, उससे कहीं अधिक धर्म की है। मनुष्य को गति विज्ञान से मिलती है, जबकि धर्म उसे सही दिशा प्रदान करता है। जीवन में धर्म और विज्ञान का संतुलित समन्वय आज की सर्वोपरि आवश्यकता है।

अकेला विज्ञान विनाशकारी सिद्ध हो सकता है तथा उन्मुक्त हाथी की तरह उसका दुरुपयोग संभव है जबकि विज्ञान पर धर्म का अंकुश उसी प्रकार आवश्यक है जिस प्रकार निरंकुश हाथी के लिये सही अंकुश। हमें अपने आप को अच्छे महावत की भांति विज्ञान पर धर्म का अंकुश लगाना होगा। धर्म द्वारा नियंत्रित विज्ञान जीवन का सर्वांगीण विकास करने में समर्थ हो सकता है। वस्तुतः हमारा विवेक ही धर्म और विज्ञान में सही संतुलन द्वारा परिवार, समाज और राष्ट्र का विकास कर सकता है।

एल्विन टाफसर के ये शब्द कि आज के वैज्ञानिक से अगर पूछा जावे कि उसका लक्ष्य क्या है तो वह यही कहता पाया जावेगा कि हम सब ऐसी रेलगाड़ी में बैठे हैं, जिसका एक्सीलेटर तो निरन्तर दबता जा रहा है, परन्तु जिसके ब्रेक पर कोई काबू नहीं है। पता नहीं आगे क्या होने वाला है। संतोष पर असंतोष एवं शान्ति पर अशान्ति हावी है, इसका अर्थ स्पष्ट है कि अगर जीवन में सुख शान्ति पाना चाहते हो तो बिना ब्रेक के विज्ञान पर धर्म का ब्रेक लगाना निहायत जरूरी है।

धर्म जीवन है और विज्ञान जीवन की गति है। धर्म जीवन का प्रयोग है और विज्ञान जीवन की प्रयोगशाला। धर्म शाश्वत है और विज्ञान समय की आवश्यकता है। धर्म जब भौतिक विज्ञान नहीं था तब भी था और जब भौतिक विज्ञान नहीं होगा तब भी रहेगा। धर्म की सत्ता त्रैकालिक है। धर्म का अपर नाम वीतराग विज्ञान भी है। जब जीवन में विज्ञान मुख्य और धर्म गौण हो जाता है, तब जीवन कितना फीका एवं नीरस हो जाता है, इसको समझने के लिये निम्न उदाहरण अत्यन्त सटीक होगा।

अमेरिका में एक व्यक्ति ने एक पांच सितारा होटल की १५वीं मंजिल से कूद कर आत्म हत्या कर ली। उसने मरने से पूर्व अपने "सुसाइडनोट" में लिखा "मुझे, जो चाहा मिल गया, अच्छी शिक्षा, अच्छी पत्नि, अच्छी नौकरी, सब कुछ मिल गया। अब मेरे जीवन में जीने की कोई चाह नहीं है, इसलिये मैं आत्महत्या कर रहा हूँ" इसकी अभिलाषित वस्तुओं की सूची में धर्म का नाम नहीं था इसलिये वह आत्म हत्या करने को बाध्य हो गया। धर्म जीवन से हताशा एवं निराशा व्यक्ति को जीवन जीने की प्रेरणा देता है, उन्हें जीने की कला सिखाता है जो कमजोर एवं निर्बल हैं, धर्म उनमें शक्ति का स्रोत बढ़ा देता है। आचार्यों ने कहा भी है "धम्मं शरणं पवज्जाभि" धर्म की शरण प्रत्येक मनुष्य के लिये बहुत आवश्यक है।

धर्म और विज्ञान की जोड़ी गाड़ी में जुते दो बेलों के समान है। जीवन के रथ को धर्म और विज्ञान के दो बैल ही खींचकर मंजिल तक ले जाते हैं। एक के बिना दूसरे की गति संभव नहीं है। दोनों के सम्मिलन से ही जीवन में समग्रता के दर्शन होते हैं। धर्म और विज्ञान दोनों की आवश्यकता पर बल देते हुये विश्व विख्यात वैज्ञानिक आइन्स्टीन ने कहा था कि "धर्म के बिना विज्ञान अंधा है और विज्ञान के बिना धर्म अपूर्ण है। दोनों के परस्पर सहयोग से ही जीवन को संकट की घड़ी से उबारा जा सकता है।

धर्म अगर नाव है तो विज्ञान उसकी पतवार है जिस प्रकार नावका बगैर पतवार के सम्यक उपयोग से नदी पार पाना मुश्किल है, उसी प्रकार मनुष्य को धर्म व विज्ञान का सही सहारा लिये बगैर जीवन में सफल होना मुश्किल है।

विज्ञान निर्माण का सृजक तभी बनता है जब वह धर्म पिता की अंगुली धाम कर चलता है। आज जो विश्व में यत्र तत्र हथियारों की घनघनाहट और बमों की धांध-धांध की आवाज सुनाई दे रही है। इसका मुख्य कारण आध्यात्मिक मूल्यों का अभाव व भौतिक मूल्यों का प्रभाव है। आज १५ बार समूची पृथ्वी का विनाश कर सकें, ऐसे करीब ६०,००० हाइड्रोजन बम विश्व की महाशक्तियों के पास तैयार है।

धर्म के अभाव में यह शक्तियां समूची जीवन सृष्टि का अंतकर सकती है। महा विनाश की आशंका से भयाकान्त विश्व को धर्म के अमोघ शस्त्र द्वारा ही भयमुक्त किया जा सकता है। अहिंसा व धर्म की प्रयोगशाला में बैठकर ही विश्व समुदाय भौतिक एवं धार्मिक जीवन जीने की कला सीख सकता है। अहिंसा एवं निःशस्त्रीकरण द्वारा ही विश्व मैत्री, विश्वशान्ति एवं विश्व बंधुत्व की भावना पनप सकती है। आज विश्व में धर्म के दुरुपयोग और उस पर विज्ञान की तलवार से विश्व बंधुत्व को चोट पहुंचाई जा रही रही है। हमें इसे आगे बढ़कर रोकना होगा एवं धर्मरूपी अंकुश का सही उपयोग करना होगा।

चिकित्सा विज्ञान द्वारा स्वस्थ रहने के लिये सोने से चार घंटे पूर्व भोजन करने की सलाह दी जाती है, वहीं जैन धर्म पहले से ही सूर्यास्त से पूर्व भोजन करने की बाध्यता करता है, जिसका वैज्ञानिक पहलु यह है कि सूर्य की किरणों के रहते हमारी पाचन शक्ति श्रेष्ठ होती है जो कि सूर्यास्त के पश्चात रात्रि में घटती चली जाती है। जैनधर्म के इस सिद्धान्त का पालन करने से हमें न केवल अच्छा स्वास्थ्य मिलेगा अपितु रात्रि भोजन से होने वाली हिंसा से भी बचा जा सकेगा। विज्ञान और धर्म दोनों हमें यही सिखलाते हैं कि रात्रि भोजन का त्यागकर अहिंसा का पालन करना चाहिये।

अंत में निष्कर्ष रूप में यही बात सामने आती है कि धर्म मन के शुद्धिकरण के लिये गंगाजल के समान है, तो विज्ञान सत्य की शोध में उठा एक कदम है। दोनों के बीच पारस्परिक संतुलन से ही जीवन में प्रगति संभव है।

इंजी राजेन्द्र कुमार जैन
सचिव, कोटा चैप्टर



महावीर जयंती के अवसर पर महावीर का स्वास्थ्य दर्शन

सम्यक् जीवन शैली: स्वास्थ्य का मूलधार:-

महावीर का दर्शन मौलिक रूप से स्वास्थ्य और चिकित्सा का दर्शन नहीं है, वह तो आत्मा से आत्मा का दर्शन है। परन्तु जब तक आत्मा मोक्ष को प्राप्त नहीं हो जाती तब तक, आत्मा शरीर के बिना रह नहीं सकती। शरीर की उपेक्षा कर आत्म-शुद्धि हेतु साधना भी नहीं की जा सकती। महावीर की दृष्टि में शरीर का आत्म-साधना हेतु महत्व होता है, इन्द्रियों के विषय भोगों के लिए नहीं। उनका अधिकांश चिन्तन आत्मा की केन्द्र में रख कर हुआ, परन्तु उन्होंने शरीर के निर्वाह हेतु केवल ज्ञान के आलोक में, जिस सम्यक् जीवन शैली का कथन किया, वह स्वतः मानव जाति के स्वास्थ्य का मौलिक शास्त्र बन गया।

जीवन हेतु प्राण आवश्यक:-

जिस शक्ति विशेष द्वारा जीव जीवित रहता है अर्थात् जीवन जीने की शक्ति को प्राण कहते हैं। संसार में दो तत्व मुख्य होते हैं। प्रथम - जीव या आत्मा अथवा चेतना और दूसरा अजीव अथवा जड़ या अचेतन। इन तत्वों से ही सम्पूर्ण ब्रह्मा की संरचना होती है। इसी आधार पर ऊर्जा को भी मोटे रूप में दो भागों में विभाजित किया जा सकता है। पहली चैतन्य अथवा प्राण ऊर्जा के निर्माण, वितरण, संचालन और नियन्त्रण हेतु चेतना की उपस्थिति आवश्यक होती है, उस ऊर्जा को प्राण ऊर्जा और बाकी सभी ऊर्जाओं को जड़ अथवा भौतिक ऊर्जा कहते हैं। जब तक शरीर में आत्मा अथवा चेतना का अस्तित्व रहता है, प्राण ऊर्जा क्रियाशील होती है। मानव जीवन का महत्व होता है, परन्तु उसकी अनुपस्थिति में अर्थात् मृत्यु के पश्चात् प्राण ऊर्जा के अभाव में मानव शरीर का कोई महत्व नहीं। अतः उसको जला अथवा, दफना कर नष्ट कर दिया जाता है। भौतिक विज्ञान प्रायः जड़ पर ही आधारित होता है। अतः उसकी सारी शोध एवम् चिन्तन जड़ पदार्थों तक ही सीमित रहती है। फलतः विज्ञान के इतने विकास के बावजूद आज के स्वास्थ्य वैज्ञानिक शरीर के किसी भी अवयव जैसे बाल, नाखून, कोशिकाएँ रक्त, वीर्य जैसे किसी भी अवयव को निर्माण करने में अपने ऊपर कोई असमर्थ पा रहे हैं, जिसका चेतना युक्त शरीर में स्वयं निर्माण होता है।

प्राण ऊर्जा और उसके मूल स्रोत पर्याप्तियाँ : टपव ध्वजमदजपसं म्दमतहल्ल वनतबमख्

भगवान महावीर के सिद्धान्तानुसार जब मानव का जीव गर्भ में आता है तो, उसे अपने कर्मों के अनुसार आहार, शरीर, इन्द्रिय, श्वासोच्छ्वास, भाषा और मन रूपी छः पर्याप्तियाँ मूल ऊर्जा के स्रोत :टपव ध्वजमदजपसं म्दमतहल्ल वनतबमख् प्राप्त होते हैं। प्रत्येक पर्याप्ति अपने-अपने गुणों के अनुसार पुद्गलों को आकर्षित कर मानव शरीर का विकास करती है। जिन्हे ये शक्तियाँ पूर्ण रूप से प्राप्त होती हैं, उनका सम्पूर्ण एवं संतुलित विकास होता है तथा जिन्हे ये पर्याप्तियाँ आंशिक रूप में प्राप्त होती हैं उनका विकास आंशिक ही होता है।

महावीर ने चेतना के विकास में इन्द्रियों के स्वतंत्र अस्तित्व का कथन किया। जबकि अन्य दर्शनों एवं चिकित्सा वैज्ञानिकों ने उनकी शरीर के एक अवयव तक ही कल्पना की। उनका सम्बन्ध पंच तत्वों में से किसी तत्व अथवा अंग तक ही सीमित कर दिया।

श्वासोच्छ्वास पर्याप्ति से ही वायुमण्डल से श्वसन योग्य पुद्गलों को ग्रहण कर जीव शरीर के लिये आवश्यक विशेष ऊर्जा में परिणत करता है। भाषा पर्याप्ति के कारण ही जीव भाषा योग्य पुद्गलों को ग्रहण कर बोलने की योग्यता प्राप्त करता है। जिन जीवों में भाषा पर्याप्ति का अभाव होता है, मुँह होते हुए भी बोल नहीं सकते। मन पर्याप्ति के प्रभाव से जीव में मनोवर्षणा के पुद्गलों को ग्रहण कर द्रव्य मन की सहायता से चिन्तन मनन करने की क्षमता प्राप्त होती है। जिन जीवों को मन पर्याप्ति प्राप्त नहीं होती, वे मनुष्य की भाँति मनन, चिन्तन, अध्ययन आदि नहीं कर सकते। उपचार करते समय जब तक चेतना के विकास के इस क्रम की उपेक्षा होगी, निदान अपूर्ण और उपचार अस्थायी होगा।

ये जीवनी शक्तियाँ कार्य के अनुसार मुख्य रूप से दस भागों में रूपान्तरित हो मानव की समस्त गतिविधियों का संचालन करती हैं। जिन्हें प्राण भी कहते हैं। प्राण जीवन शैली को शक्ति प्रदान करता है प्रत्येक प्राण अपने लिये आवश्यक पुद्गलों को आसपास के वातावरण से ग्रहण कर अपने-अपने कार्य कर सकते हैं।

कानों के द्वारा शब्दों को ग्रहण करने अथवा सुनने की शक्ति विशेष श्रोत्र इन्द्रिय बल प्राण, आँखों के द्वारा देखने की शक्ति विशेष को चक्षु इन्द्रिय बल प्राण, नासिका द्वारा गंध ग्रहण करने की शक्ति विशेष को घ्राणोन्द्रिय बल प्राण, जीभ द्वारा स्वाद का अनुभव कराने की शक्ति विशेष को रसोन्द्रिय बल प्राण, शरीर द्वारा ठण्डा-गरम, कोमल-कठोर, हल्का-भारी आदि स्पर्श का ज्ञान कराने वाली शक्ति विशेष को स्पर्शोन्द्रिय बल प्राण, मन से चिंतन मनन करने की शक्ति को मनोबल प्राण, भाषा वर्णना के पुद्गलों की सहायता से वाणी की अभिव्यक्ति विशेष ऊर्जा वचन बल प्राण, शरीर के माध्यम से उठने-बैठने, हलन-चलन करने की विशेष शक्ति काय बल प्राण, श्वासोच्छ्वास वर्णना के पुद्गलों की सहायता से श्वास लेने और बाहर निकालने की शक्ति विशेष श्वासोच्छ्वास बल प्राण तथा निश्चित समय तक निश्चित योनी में जीवित रहने की शक्ति विशेष आयुष्य बल प्राण कहलाती है। आयुष्य बल प्राण के अभाव में अन्य प्राणों का कोई अस्तित्व नहीं होता। आयुष्य बल प्राण का प्रमुख सहयोगी श्वासोच्छ्वास बल प्राण होता है। प्रत्येक व्यक्ति की एक निश्चित आयुष्य होती है जिसका निर्धारण उसके पूर्व भव में ही हो जाता है। अन्य प्राणों की स्थिति बदल सकती है। क्षय के साथ-साथ उन प्राणों का निर्माण भी हो सकता है प्राणों की विविधता के कारण ही प्रत्येक व्यक्ति के सुनने, देखने चखने सूँघने, चिंतन-मनन करने, वाणी की अभिव्यक्ति आदि अलग-अलग होती है। कभी-कभी भौतिक उपचारों से कान नाक चक्षु जीभ आदि इन्द्रियों के द्रव्य उपकरणों में उत्पन्न खराबी को तो दूर किया जा सकता है परन्तु उनमें प्राण ऊर्जा न होने से भौतिक उपचार सदैव सफल नहीं होते। इसी कारण सभी नेत्रहीनों को नेत्र प्रत्यारोपण द्वारा रोशनी नहीं दिलाई जा सकती। सभी बहरे उपकरण लगाने के बाद भी सुन नहीं सकते। मूर्ति में मानव की आंख लगाने के बाद उसमें देखने की शक्ति नहीं आ सकती।

सारी प्राण शक्तियाँ आपसी सहयोग और समन्वय से कार्य करती हैं, परन्तु एक दूसरे का कार्य नहीं कर सकती। आंख सुन नहीं सकती। कान बोल नहीं सकता, नाक देख नहीं सकता इत्यादि। प्राण ऊर्जा का जितना सूक्ष्म एवं तर्क संगत विश्लेषण महावीर दर्शन में है उतना, आधुनिक चिकित्सा पद्धति में भी नहीं किया गया।

प्राण और पर्याप्तियों पर ही हमारा स्वास्थ्य निर्भर करता है। शरीर एवं प्राण का परस्पर संबंध न जानने पर कोई भी व्यक्ति न तो प्राणों का अपव्यय अथवा दुरुपयोग ही रोक सकता है और न अपने आपको निरोग ही रख सकता है। आत्मिक आनन्द और सच्ची शांति तो प्राण ऊर्जा के सदुपयोग से ही प्राप्त होती है। यही प्रत्येक मानव के जीवन का सही लक्ष्य होता है। प्रतिक्षण हमारे प्राणों का क्षय हो रहा है। अतः हमारी सारी प्रवृत्तियाँ यथा संभव सम्यक् होनी चाहिये। पाँचों इन्द्रियों, मन, वचन का संयम स्वास्थ्य में सहायक होता है तथा उनका असंयम रोगों को आमन्त्रित करता है। हवा, भोजन और पानी से ऊर्जा मिलती है परन्तु उनका उपयोग कब, कैसे, कितना, कहाँ का सम्यक् ज्ञान और उसके अनुरूप आचरण आवश्यक होता है ? स्वाध्याय, ध्यान, कायोत्सर्ग भी ऊर्जा के स्रोत होते हैं, जिनका जीवन में आचरण आवश्यक होता है। प्राण ऊर्जा के सदुपयोग से शरीर स्वस्थ, मन संयमित, आत्मा जागृत और प्रज्ञा विकसित होती है।

स्वास्थ्य की दृष्टि से पर्याप्तियों और प्राणों का बहुत महत्व होता है। अतः महावीर ने प्राण और पर्याप्तियों से संयम एवं दुरुपयोग को सर्वाधिक महत्त्व दिया। जहाँ जीवन है वहाँ प्रवृत्ति तो निश्चित रूप से होती ही है। अतः पर्याप्तियों और प्राणों के संयम का मतलब हम उनका अनावश्यक दुरुपयोग अथवा अपव्यय न करें, अपितु अनादिकाल से आत्मा के साथ लगे कर्मों से छुटकारा पाने हेतु सदुपयोग द्वारा सम्यक् पुरुषार्थ करें।

आहार संयम- जीवन चलाने के लिये जितना आवश्यक हो भक्ष्य-अभक्ष्य का विवेक रख कर आहार-पानी आदि ग्रहण करना।

शरीर का संयम- शरीर की अनावश्यक प्रवृत्तियों से बचना एवं सम्यक् पुरुषार्थ करना।

इन्द्रियों का संयम- इन्द्रियों की क्षमता से अधिक तथा अनावश्यक कार्य न लेना। वीर्य का नियन्त्रण रखना अर्थात् ब्रह्मचर्य का पालन करना। इन्द्रिय विषयों को उत्तेजित करने वाली प्रवृत्तियों एवं वातावरण से यथा संभव दूर रहना।

श्वास का संयम- मन्द गति से दीर्घ श्वास लेना तथा पूरक और रेचक के साथ-साथ कुल्भक कर श्वास को अधिकाधिक विश्राम देना। जितना अधिक श्वास का संयम होगा, उतना व्यक्ति संवेगों से सहज बच जाता है। इससे शरीर और मन को बहुत आराम मिलता है। आवेग नहीं आते हैं। आवेग से शरीर में असंतुलन और रोग होने की संभावनाएँ बढ़ जाती हैं।

भाषा का संयम- वाणी का विवेक एवं यथा संभव मीन रखना, परन्तु आवश्यकता पड़ने पर सत्य एवं मधुर बोलना। अनावश्यक बोलने से जीवनी शक्ति क्षीण होती है। वाणी के प्रकम्पन हमारे स्वास्थ्य को प्रभावित करते हैं। ध्वनि और मंत्र चिकित्सा का यही आधार होता है। वाणी शरीर और मन दोनों को प्रभावित करती है।

मन का संयम- मन से अनावश्यक मनन, चिन्तन, स्मृति और कल्पनाएँ न करना अर्थात् मन की सम्यक् प्रवृत्ति करना। मनोबल कमजोर करने वाले दृश्यों को न तो देखना और न सुनना मन का संयम होता है। हिंसा, क्रूरता, घृणा, कामुकता, भय इत्यादि मनोबल कमजोर करने वाले वातावरण में रहना, मन का असंयम होता है।

संयम ही स्वास्थ्य की कुंजी है:-

उपर्युक्त सभी का आचरण अर्थात् संयम महावीर के अनुसार स्वास्थ्य की कुंजी होता है। सभी रोगों का कारण पर्याप्तियों के असंयम से होने वाले प्राणों का असंतुलन ही होता है पर्याप्तियों के संयम से शरीर में रोग उत्पन्न होने की संभावनाएँ काफ़ी कम हो जाती हैं और यदि रोग की स्थिति हो भी जाती है पर्याप्तियों, के संयम से पुनः शीघ्र स्वास्थ्य को प्राप्त किया जा सकता है। यही महावीर के सिद्धान्तानुसार शरीर स्वास्थ्य का मूलधार है

महावीर का स्वास्थ्य चिन्तन पूर्णतः वैज्ञानिक:-

महावीर का स्वास्थ्य दर्शन पूर्ण रूप से मौलिक एवं वैज्ञानिक है। अहिंसा को आधार मानकर, अनेकान्त दृष्टि से उसमें स्वास्थ्य का विवेकपूर्ण सनातन सिद्धान्तों को स्वीकारते हुए चिंतन किया गया है। महावीर ने जहाँ एक तरफ प्राण और पर्याप्तियों के संयम को स्वास्थ्य का आधार कहा, वहीं दूसरी तरफ अशुभ कर्मों एवं आश्रयों से बचने की स्पष्ट प्रेरणा दी तथा उन्हें ही रोग हेतु जिम्मेदार बतलाया। सम्यक् प्रवृत्ति एवं संवर युक्त जीवन शैली का कथन कर, महावीर ने जनमानस को स्वस्थ जीवन जीने का राजमार्ग बतलाया। पूर्व में उपार्जित अशुभ कर्मों के रूप में होने वाले रोग के कारणों के उपचार हेतु बारह प्रकार के तपों की सम्यक् आराधना का सुझाव दिया, जिससे न केवल आत्म शुद्धि ही होती है अपितु अधिकांश पुराने शारीरिक एवं मानसिक रोगों से भी मुक्ति मिलती है।

शरीर एवं रोगों की अपेक्षा रोग के मूल कारणों को दूर करने का उन्होंने जो जोर दिया वह आधुनिक स्वास्थ्य विज्ञान के लिये चिन्तनीय है।

अतः उनके दर्शन पर जितनी अधिक शोध की जायेगी उतने-उतने स्वास्थ्य के प्रति नये आयाम सामने आते जायेंगे। महावीर का दर्शन अपने आप में परिपूर्ण है। अतः उसकी उपेक्षा करने वाला आधुनिक स्वास्थ्य विज्ञान अपने आपको पूर्ण वैज्ञानिक मानने का दावा नहीं कर सकता।



इंजी डॉ. चंचलमल चौरडिया, जोधपुर

Muslim teaches Jainism

This unique student-teacher relationship can itself be the subject of a doctoral thesis! A Muslim assistant commissioner of commercial tax, Intaj Malek, is PhD guide to two Jain munis Chintan Muni and Niranjana Muni helping them understand Jainism in a new perspective. Unlike other doctoral guides who keep their students on their toes, Malek follows his on-the-move students around the country, meeting them at upashrayas to follow up on the progress. He also carries reference books and laptops for his students. Chintan Muni, 52, is writing his thesis on Austerities in Jainism and other religions a comparative study. Niranjana Muni, 45, on the other hand, is studying Bhavna Shata Treatise on 12 reflections of Jainism by Shatavdhani Ratnachandraji Maharaj. The student-guide relationship happened by accident. The Jain munis of Sthanakvasi Jain Ajramar Sampraday were finding it difficult to register themselves as PhD students with Gujarat University and finding a guide. The two munis have not cleared the standard XII exam, but have bachelors and masters degrees from Jain Vishva Bharati University in Ladnun, Rajasthan. Malek helped them register as students. Once they came in touch, Malek was requested to become their guide since he was eligible, having done in-depth study in Jainism as well as other religions. He also holds a doctorate in Upanishads and Islamic mysticism.

Since 2008, this unique student-teacher trio has not only made progress on the academic front but had a deep influence on the personal front as well. Malek, for instance, has become a vegetarian out of respect for his students. Whenever he goes to meet them to upashrayas, he follows strict Jain rules of not drinking water after sunset.

The students too are in awe of their teacher. We may belong to different religions, but we have similar values. We have never had a difference of opinion on religious issues. Our teacher is an excellent human being who has taught us a lesson in dedication, says Chintan Muni. Despite being on the move as munis are meant to be, their preparedness is humbling. They generally study under a streetlight. While Chintan Muni will complete his thesis soon, Niranjana Muni will complete it by the end of this year, says Malek.



Er Mahendra Bhandari, Indore

LIVE FOR TODAY

A friend of mine opened his wife's drawer and picked up a silk paper wrapped package:

'This, - he said - isn't any ordinary package.'

He unwrapped the box and stared at both the silk paper and the box.

'She got this the first time we went to New York, 8 or 9 years ago. She has never put it on, was saving it for a special occasion.

Well, I guess this is it.

He got near the bed and placed the gift box next to the other clothing he was taking to the funeral house, his wife had just died.

He turned to me and said:

'Never save something for a special occasion.

Every day in your life is a special occasion'.

I still think those words changed my life.

Now I read more and clean less.

I sit on the porch without worrying about anything.

I spend more time with my family, and less at work.

I understood that life should be a source of experience to be lived up to, not survived through.

I no longer keep anything.

I use crystal glasses every day...

I'll wear new clothes to go to the supermarket, if I feel like it.

I don't save my special perfume for special occasions, I use it whenever I want to.

The words 'Someday....' and 'One Day...' are fading away from my dictionary.

If it's worth seeing, listening or doing, I want to see, listen or do it now....

I don't know what my friend's wife would have done if she knew she wouldn't be there the next morning, this nobody can tell.

I think she might have called her relatives and closest friends.

She might call old friends to make peace over past quarrels.

I'd like to think she would go out for Black Forest Cake, her favorite cake.

It's these small things that I would regret not doing, if I knew my time had come..

Each day, each hour, each minute, is special.

Live for today, for tomorrow is promised to no-one..

If you got this, it's because someone cares for you and because, probably, there's someone you care about.

Live for today, Past already gone, future we don't know,

Live in Present, enjoy today, Present is a Gift given by God, & that's why it is called "PRESENT"

Ms Priya Patni, Aurangabad

Free Membership of Jain Engineers' Society

For Noble cause join Jain Engineers Society. Get free copy of this news letter every month. All sect of Jain Engineers and Diploma Holders can apply on line at www.jainengineerssociety.com or post your application giving Name, Fathers name, spouse name, DOB, and full local address and permanent address with phone and E mail. You can open local Chapters in your City / Town, contact Secretary General JES Foundation at jainengineers@eth.net or post to 144 Kanchan Bag Indore 452002

Indian Railway's 10 digit mobile number.

Just SMS your (PNR xxxxxxxxxx) number on this mobile number and instantaneously you will get your ticket's current status along with all other journey related details. The number is 97733-00000. NO need to prefix 0 or +91.

Best of all, you don't pay a premium charge for any of this, just the price of a standard SMS. PLEASE DON'T FORGET TO STORE THE NUMBER IN YOUR MOBILE PHONE.

Er Lalit Sanghavi, Mumbai Chapter

EATING FRUIT...



We all think eating fruits means just buying fruits, cutting it and just popping it into our mouths. It's not as easy as you think. It's important to know how and when to eat.

◆ What is the correct way of eating fruits?

◆ **IT MEANS NOT EATING FRUITS AFTER YOUR MEALS! * FRUITS SHOULD BE EATEN ON AN EMPTY STOMACH.**

◆ If you eat fruit like that, it will play a major role to detoxify your system, supplying you with a great deal of energy for weight loss and other life activities.

◆ **FRUIT IS THE MOST IMPORTANT FOOD.** Let's say you eat two slices of bread and then a slice of fruit. The slice of fruit is ready to go straight through the stomach into the intestines, but it is prevented from doing so.

◆ In the meantime the whole meal rots and ferments and turns to acid. The minute the fruit comes into contact with the food in the stomach and digestive juices, the entire mass of food begins to spoil....

◆ So please eat your fruits on an empty stomach or before your meals! You have heard people complaining — every time I eat watermelon I burp, when I eat durian my stomach bloats up, when I eat a banana I feel like running to the toilet, etc — actually all this will not arise if you eat the fruit on an empty stomach. The fruit mixes with the putrefying other food and produces gas and hence you will bloat!

◆ Graying hair, balding, nervous outburst, and dark circles under the eyes all these will **NOT** happen if you take fruits on an empty stomach.

◆ There is no such thing as some fruits, like orange and lemon are acidic, because all fruits become alkaline in our body, according to Dr. Herbert Shelton who did research on this matter. If you have mastered the correct way of eating fruits, you have the Secret of beauty, longevity, health, energy, happiness and normal weight.

◆ When you need to drink fruit juice - drink only fresh fruit juice, NOT from the cans. Don't even drink juice that has been heated up. Don't eat cooked fruits because you don't get the nutrients at all. You only get to taste. Cooking destroys all the vitamins.

◆ But eating a whole fruit is better than drinking the juice. If you should drink the juice, drink it mouthful by mouthful slowly, because you must let it mix with your saliva before swallowing it. You can go on a 3-day fruit fast to cleanse your body. Just eat fruits and drink fruit juice throughout the 3 days and you will be surprised when your friends tell you how radiant you look!

◆ **KIWI:** Tiny but mighty. This is a good source of potassium, magnesium, vitamin E & fiber. Its vitamin C content is twice that of an orange.

◆ **APPLE:** An apple a day keeps the doctor away? Although an apple has a low vitamin C content, it has antioxidants & flavonoids which enhances the activity of vitamin C thereby helping to lower the risks of colon cancer, heart attack & stroke.

◆ **STRAWBERRY:** Protective Fruit. Strawberries have the highest total antioxidant power among major fruits & protect the body from cancer-causing, blood vessel-clogging free radicals.

◆ **ORANGE :** Sweetest medicine. Taking 2-4 oranges a day may help keep colds away, lower cholesterol, prevent & dissolve kidney stones as well as lessens the risk of colon cancer.

◆ **WATERMELON:** Coolest thirst quencher. Composed of 92% water, it is also packed with a giant dose of glutathione, which helps boost our immune system. They are also a key source of lycopene — the cancer fighting oxidant. Other nutrients found in watermelon are vitamin C & Potassium.

◆ **GUAVA & PAPAYA:** Top awards for vitamin C.. They are the clear winners for their high vitamin C content.. Guava is also rich in fiber, which helps prevent constipation. Papaya is rich in carotene; this is good for your eyes.

◆ **Drinking Cold water after a meal = Cancer!** Can u believe this?? For those who like to drink cold water, this article is applicable to you. It is nice to have a cup of cold drink after a meal. However, the cold water will solidify the oily stuff that you have just consumed. It will slow down the digestion. Once this 'sludge' reacts with the acid, it will break down and be absorbed by the intestine faster than the solid food. It will line the intestine. Very soon, this will turn into fats and lead to cancer. It is best to drink hot soup or warm water after a meal.

◆ A serious note about heart attacks **HEART ATTACK PROCEDURE:** (THIS IS NOT A JOKE!) Women should know that not every heart attack symptom is going to be the left arm hurting. Be aware of intense pain in the jaw line. You may never have the first chest pain during the course of a heart attack. Nausea and intense sweating are also common symptoms. Sixty percent of people who have a heart attack while they are asleep do not wake up. Pain in the jaw can wake you from a sound sleep. Let's be careful and be aware. The more we know the better chance we could survive.



Er Arvind Barjatya, Bhopal



प्लास्टिक अपशिष्ट और हम

वर्तमान में प्लास्टिक से निर्मित सामान तथा पालिथीन थैलियों का चलन लगातार बढ़ने के परिणामस्वरूप नगरों के घरेलू अपशिष्ट में पालिथीन व प्लास्टिक अपशिष्ट की मात्रा भी निरंतर बढ़ती जा रही है, जिसके परिणामस्वरूप नाली/सीवर लाइनों के चोक होने, पर्यटक स्थलों पर पर्यावरणीय दुष्प्रभाव, जानवरों द्वारा पालिथीन की थैलियां खाए जाने के अलावा अनेक पर्यावरणीय समस्याएं भी परिलक्षित हो रही हैं।

प्लास्टिक अपशिष्ट का उद्गम

धरतू	प्लास्टिक बैग, बोतल, कटनर आदि।
अस्पताल	इन्जेक्शन, सिरोंज, ग्लूकोज बॉटल, रक्त एवं चुरिन थैलियां एवं दस्तानें आदि।
होटल	पैकिंग की वस्तुएं, पानी की बोतलें, प्लास्टिक की प्लेट, ग्लास, चम्मच आदि।
बायू, रेत, सड़क परिवहन	पानी की बोतलें, प्लास्टिक की प्लेट, ग्लास, चम्मच एवं प्लास्टिक बैग आदि।

समस्याएं

क्र प्लास्टिक पूर्ण रूप से अविघटनीय होता है तथा पर्यावरण में यह सौ वर्षों से अधिक समय तक बना रहता है।



पालिथीन का कचरा जमीन पर फेंके जाने पर नष्ट नहीं होता है तथा लंबे समय तक बने रहने से जमीन की जल प्रवाहन एवं जलधारण क्षमता को विपरित रूप से प्रभावित कर उत्पादन क्षमता घटाकर उसे बंजर बना देता है एवं भूमिगत जल के संवर्धन में बाधा उत्पन्न करता है।

पालिथीन की यत्र-तत्र फेंकी गई पत्तियां नालियों में फंसकर दूषित जल के प्रवाह को रोक देती हैं, जिससे गंदगी नालियों से बाहर फैलने लगती है। पीने के पानी की लाइन में लीकेज होने पर यह पत्तियां वितरण के उपरान्त टूटी पाईप लाइन के अन्दर जाकर पुनः वितरण के समय जल अयरोध की स्थिति तथा प्रदूषण का कारण बनती हैं। घरेलू कचरे के साथ प्लास्टिक कचरा जलाए जाने पर यह डाई आक्सिन एवं फ्यूरेन जैसी विषैली गैसें उत्पन्न करता है जिससे श्वास रोग, कैंसर तथा मृत्यु तक हो सकती है। इससे उत्पन्न धुएँ से बच्चों के स्वास्थ्य पर ब्यस्क की तुलना में ६ गुना ज्यादा प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है।

प्लास्टिक की पत्तियों में भरकर खाद्य पदार्थ झुठन के रूप में फेंक दिया जाता है, जिसको पालतू पशुओं द्वारा खाये जाने से यह पत्तियां आंतों में अवरोध उत्पन्न कर उनकी मृत्यु का कारण बनती है। सर्वथाण द्वारा भात हुआ है की पत्तियों को खाने से प्रतिदिन ५ ग्रामों की मौत हो रही है।

पालिथीन कचरा जलाने पर ग्रीन हाउस गैसों को बढ़ावा देती है। परिणामतः ग्लोबल वार्मिंग व ओजोन परत को क्षति पहुंचती है।

घरेलू कचरे एवं कृषि बागवानी कचरे से बने वाली कंपोस्ट खाद की गुणवत्ता प्लास्टिक कचरे के कारण विपरित रूप से प्रभावित होती है, जिससे यह हानिकारक अपशिष्ट में परिवर्तित हो जाता है।

यह अनुमानित है की प्रतिवर्ष १.२ बिलियन प्लास्टिक केरी बेग बिना किसी शुल्क के खुदरा व्यवसायियों के द्वारा उपभोक्ताओं को उपलब्ध कराए जाते हैं। परिणामस्वरूप अनावश्यक रूप से प्लास्टिक अपशिष्ट में वृद्धि हो रही है।

रंगीन अथवा काले रंग की पालिथीन थैलियों में रबी गई खाद्य सामग्री पत्ती के रंग के प्रभाव से दूषित हो जाती है और स्वास्थ्य पर दुष्प्रभाव डालती है।

क्र पालिथीन की थैलियां वजन में हल्की होने के कारण सार्वजनिक स्थानों को दूषित करती है पर्यटन स्थलों, धार्मिक स्थलों, बाग बगीचों, तालाब, पोखरों आदि का सौंदर्य नष्ट करती है एवं वहां की मृदा को बंजर बनाती है।

निदान

भावी पीढ़ी के स्वास्थ्य एवं पर्यावरण की रक्षा हेतु निम्नलिखित बिंदुओं पर ध्यान देकर एवं उसके अनुसार कार्यवाही कर आप पालिथीन के कचरे के नियंत्रण में अपना बहुमूल्य सहयोग दे सकते हैं।

REDUCE - न्यूनता

- घर से निकलते समय कागज, जूट अथवा कपड़े की थैली अवश्य साथ में रखे।
- दुकानदार द्वारा पालिथीन की थैली में सामान देने पर उसे हतोत्साहित करें तथा पालिथीन कचरे के दुष्प्रभावों की जानकारी भी उसे दें। पालिथीन के बदले में कागज के लिफाफे के प्रयोग के लिए प्रोत्साहित करें।
- अपने आसपास पालिथीन विरोधी माहौल तैयार करें जिससे यह एक बृहद आंदोलन का रूप ले सके और जनसामान्य पालिथीन का उपयोग स्वतः बंद कर सके।
- किसी भी प्रकार की पुनः चक्रित व रंगीन पालिथीन में खाद्य पदार्थों का भंडारण/पैकिंग न करे एवं नैतिक दायित्वों का पालन करते हुए अन्य लोगों को रोके।
- पुनः चक्रित, रंगीन, खुरदुरी, ब छोटे आकार की पालिथीन थैलियों का बहिष्कार करें
- आजार से सुन्दरता के चक्कर में नित नये प्लास्टिक के बर्तन खरीदने के बजाय प्रयासभव उपलब्ध धातु के बर्तनों का ही प्रयोग करें।
- अपने दैनिक जीवन में पालिथीन/प्लास्टिक से बनी वस्तुओं का कम से कम उपयोग करें।

Reuse - पुनः उपयोग

- अनेक छोटी प्लास्टिक बोतलें खरीदने के बजाय बड़ी बोतलें खरीदे।
- एक ही बोतल को पुनःभरण के उपयोग में लाए।
- बुके में प्रयोग में की गई पल्लिथीन मोटी व पारदर्शी होती है। इसको फूलों के बुके से आराम से निकालकर साफ करके इसका पुस्तकों पर कवर चढ़ाया जा सकता है।
- पतली पालिथीन के छोटे छोटे टुकड़े की खेल खिलाए जा सकते हैं।
- रबर या फोम के स्थान पर भरने में इनका उपयोग किया जा सकता है।
- मिनरल वाटर की बोतल को बीच में से काटकर उपर के भाग को अलग कर दें। नीचे का अंधा भाग जो मिलेगा उसमें मिट्टी आदि भरकर पौधा लगाया जा सकता है अथवा नर्सरी के लिये बीज रोपकर इसमें पौधा भी तैयार किया जा सकता है। उपर के कटे हुए भाग को फनल की तरह प्रयोग किया जा सकता है। दीवाल पर हेंगिंग शोभादार व फूलदार पौधों के लिए दीवार पर चिपका दिया जा सकता है।

जाएँ तथा बाद में इन्हें कबाड़ी को बेच दें। इससे आर्थिक लाभ भी होगा तथा साथ ही इससे कचरे में न फेंकने से कचरे में कमी आएगी। आपके सहयोग से यह सामग्री कचरे में न जाकर पुनःचक्रण के लिये भेजा जाना संभव हो सकेगा।

शारी व अन्य समारोह में प्लास्टिक के डिस्पोजेबल गिलास का अधिकता में उपयोग किया जाता है जो कि एक बार पानी पीने के बाद उपयोगी नहीं रह जाते हैं। इनकी संख्या सैकड़ों में होती है। इन गिलासों का उपयोग हम नर्सरी में पालिथीन के स्थान पर पौधा तैयार करने में कर सकते हैं।

डिस्टेंपर पेन्ट के प्लास्टिक के डिब्बों का प्रयोग बाल्टी की भांति किया जा सकता है। प्लास्टिक की बाल्टी, टब, आदि टूट जाने पर इनका उपयोग गमलों के स्थान पर किया जा सकता है।

अस्पतालों से निकलने वाली ग्लूकोस की प्लास्टिक की बोतलों से आकर्षक प्लावर पाट तैयार किये जा सकते हैं।



Recycle पुनःचक्रणीकरण

यदि प्लास्टिक / पालिथीन कचरे को प्रभावी रूप से पृथक कर लिये जाने की सुदृढ़ व्यवस्था सुनिश्चित कर ली जाये तो ऐसे प्लास्टिक को मोल्डिंग की विशेष मशीनों की सहायता से प्लास्टिक ब्लाक्स के रूप में मोल्ड कर इन ब्लाक्स का उपयोग बिट्टमिन तथा अन्य प्लास्टिक एडहेसिव के साथ मिलाकर सड़क निर्माण, डिवाइडर, विभिन्न चौराहों पर बनाये यातायात नियंत्रण चक्र तथा अन्य उचित स्थानों पर किया जा सकता है।

नगर निगम / नगर पालिका द्वारा रखे गए कचरादानों में ही कचरा फेंके और कचरे के समुचित प्रबंधन में सहयोग करें।

अपने क्षेत्र में प्लास्टिक के पुनःचक्रण का प्रसार करे एवं प्लास्टिक अपशिष्ट को एकत्रित कर छोटे पुनःचक्रण इकाइयों तक पहुंचाने की व्यवस्था करें।

उपसंहार

प्लास्टिक अपशिष्ट के उपचार कि तुलना में प्लास्टिक का उपयोग लगातार बढ़ता जा रहा है, जो की २०३० तक १० गुना बढ़ जायगा। यदि हम वर्तमान में प्लास्टिक के उपयोग को कम नहीं करेंगे तो भविष्य में यह एक गंभीर समस्या का रूप ले सकती है।

इंजी,बी के जैन, इन्दौर

PUT THE GLASS DOWN

Professor began his class by holding up a glass with some water in it. He held it up for all to see & asked the students "How much do you think this glass weighs?" '50gms!'..... '100gms!'..... '125gms!'...the students answered.

"I really don't know unless I weigh it," said the professor, "but, my question is: What would happen if I held it up like this for a few minutes?"

'Nothing' the students said.

'Ok what would happen if I held it up like this for an hour?' the professor asked.

'Your arm would begin to ache' said one of the student "You're right, now what would happen if I held it for a day?"

"Your arm could go numb; you might have severe muscle stress & paralysis & have to go to hospital for sure!" Ventured another student & all the students laughed.

"Very good. But during all this, did the weight of the glass change?" asked the professor.

'No' was the answer. "Then what caused the arm ache & the muscle stress?" The students were puzzled. "What should I do now to come out of pain?" asked professor again.

"Put the glass down!" said one of the students "Exactly!" said the professor.

Life's problems are something like this. Hold it for a few minutes in your head & they seem OK. Think of them for a long time & they begin to ache. Hold it even longer & they begin to paralyze you. You will not be able to do anything...

It's important to think of the challenges or problems in your life, But EVEN MORE IMPORTANT is to 'PUT THEM DOWN' at the end of every day before you go to sleep...

Aurangabad Chapter's activities

President's mail to members--

We are pleased to inform you all friends that our Solar Water Heater brand, prices and other related queries has now been finalized. We have Finalized the "ELECTRA" Brand of Electrotherm. We have negotiated the Minimum prices along with the best specification possible. Further we are pleased to inform that we are have arranged for the Rs 3000 /q mtr Subsidy which has been recently declared by the GOI and further also organizing Loan of 80% @ 5 % interest rate (Which is necessary to avail the subsidy as it is mandatory as per the new MNRE Guidelines) . For doing this activity we have finalized an agency along with the dealer Mr Ajmera of " Chintamani Multi Services" . We are also enclosing herewith the form that needs to filled up and send to the project Chairman Er Apurva sethi and team. Request you all to please contact them

Er Apurva Sethi
Er Amit Nanakharia
Er Mukesh Thole

The offer is only for limited numbers of 108 pcs. We have already received more then 30 bookings. Hence request to please hurry and finalize your system so that the agencies work on to install the same at your place.

Er Rajesh Patney
President - JES Aurangabad Chapter



JES Jaipur Chapter President Er A.K. JAIN, assumed the charge



Er Shri A.K. Jain, assumed the charge of full time Managing Director REIL on 01st March, 2011. Er Jain started his career in REIL as Engineer Trainee in the year 1982. Before joining MD REIL he was General Manager Commercial in the REIL. During the last 28 years he contributed a lot in the progress of the company by his dedicated and committed hard work in various capacities in the activities such as Indigenization, Research & Development, Procurement, Field Support Services, Corporate Planning, Project Execution, Marketing & Diversification, before reaching to the post of MD REIL. On this occasion Officers & REIL Karmchari Sangh congratulated Er Jain.

Er A.K. Jain has been appointed as MD REIL as per the order issued by the ministry of Heavy industry & Public Enterprises, Department of Heavy Industry, Govt. of India. REIL is a "Mini Ratna" PSU, jointly promoted by Instrumentation Limited, Kota & RIICO, Jaipur.

Er A.K. Jain has done Bachelor's in Electrical Engineering from Malviya Regional Engineering College, Jaipur in 1981 and Post Graduation in Business Management. He is Certified Quality Auditor for ISO 9000-2008 quality System , Certified Black Belt for Six Sigma Process , President ,Jain Engineers Society and had been General Secretary of Indian society of Lighting Engineers. He has widely traveled in the country and abroad such as Germany, Denmark, Sweden, Thailand, Bangladesh, Sri Lanka, Nigeria and Iran as an invited speaker and also for company's business development.

On this occasion Er A.K. Jain extended warm thanks to the employees & business associates of the corporate world. Er Jain stated company is committed to complete the order of Solar Power Packs System for Bharat Nirman Rajiv Gandhi Seva Kendra, under the agreement with Govt. of Rajasthan. Employees of the company have given assurance to Shri Jain to complete this prestigious project in time.

He also stated that company is committed to acquire as well complete the business pipeline in various fields from Govt. to Private organization with inspiring & dedicated team of REIL.

He sets an example of a hard core technology professional, having 28 years of experience - a well known technocrat for its passion on converting a common man into a knowledge person amongst the Indian Businessmen.

फिल्मी फिवर और कैम्पस इन्टरव्यू

- | | |
|-----------------------------------|---|
| १ नाम | : डॉन |
| २ बाप का नाम | : गैंगस्टर |
| ३ पता | : ३६, चायना टाउन |
| ४ ठिकाना | : चौदनी बार |
| ५ हाबी | : मस्त बहारों का आशिक |
| ६ गुरू | : ब्लफ मास्टर |
| ७ आपकी विशेषता | : आवारा, लफंगा, लोफर, फरेबी, जाल-साज आदि। |
| ८ क्वालिफिकेशन | : गोल-माल |
| ९ तो क्लास में क्या करते थे | : कहीं पे निगाहे, कहीं पर निशाना |
| १ कॉलेज में दंगे फसाद | : अब तक ५६ |
| २ तुम्हें क्यों सिलेक्ट किया जावे | : हम किसी से कम नहीं |
| ३ सिलेक्ट किये जाने पर क्या करोगे | : गबन |
| ४ पकड़े गये तो | : फरार |

Exam:

एग्जाम का साया है,

एग्जाम के दिनों में सुख किसने पाया है,

मम्मी - पापा कहते हैं अच्छे नम्बर लाओ,

पर उन्हें कौन समझाए ये सब मोह माया है।।

टैप्पी हॉली- शोभित सेठी

Bhopal

Answer of Puzzle Point # 5 : "Tricky"

The Length of all six Curves

$$= 1/4 \times (2\pi R_1 + 2\pi R_2 + 2\pi R_3 + 2\pi R_4 + 2\pi R_5 + 2\pi R_6) \quad [\text{Here, R is radius}]$$

$$= 1/2 \times \pi \times (R_1 + R_2 + R_3 + R_4 + R_5 + R_6)$$

$$= 1/2 \times 22/7 \times (1 + 2 + 3 + 4 + 5 + 6) \text{ inches} = 33 \text{ Inches}$$

[Here, radius of inner most curve is equal to length of inner square.]

Correct answers are received from following participants.

Puzzle Point # 5 : Names are displayed in order of answer received.			
Sr. No.	Name of Participants	Global ID No.	City
1	Er. Prashant Shah	101092	Bharuch
2	Er. Jitendra Kaha	101444	Indore
3	Er. Vinod Jain	102161	Indore
4	Mrs. Lalit Manya Jain, W/o. Er. Amitabh Manya Jain	101958	Bhopal
5	Er. Rajeev Kumar Jain	101619	Noida
6	Er. Nishi	101054	Haridwar
7	Er. Suresh Kashiwal	101269	Bhopal
8	Er. M L Nagori	100122	Indore

Pl. write your Name, G.ID No., Organization, City, etc. while sending your answer. Such details will help us to identify you and compilation of correct participants for displaying their name.

Congratulations to all who have solved Puzzle Point # 5 successfully.

Puzzle Point # 6

Date : 20/03/2011

Jain Engineers Society News

Puzzle Master : Er. N P Shah, GMFC, Bharuch, Gujarat.

'वन, टु का फोर'



Divide given shape in 4 pieces so that all of them are of same size & shape?

(You may send your answer as attachment.)

Send answer to cmpshah@gmail.com (B4 07/04/11)

Breathing Therapy

The nose has a left and a right side; we use both to inhale and exhale.

Actually they are different; you would be able to feel the difference.

The right side represents the sun, left side represents the moon.

During a headache, try to close your right nose and use your left nose to breathe.

In about 5 Minute, your headache will go?

If you feel tired, just reverse, close your left nose and breathe through your right nose.

After a while, you will feel your mind is refreshed.

Right side belongs to 'hot', so it gets heated up easily, left side belongs to 'cold'.

Most females breathe with their left noses, so they get "cooled off" faster.

Most of the guys breathe with their right noses, they get worked up.



Do you notice the moment we wake up, which side breathes faster? Left or right? ?

If left is faster, you will feel tired.

So, close your left nose and use your right nose for breathing, you will get refreshed quickly.

This can be taught to kids, but it is more effective when practiced by adults.

This alternative natural therapy without medication is something many have experienced.

So, why not give it a try?

Statement of Ownership and other particulars as required under Rule 8 of the Registration of Newspaper (Central) Rules, 1956

Title of newspaper	Jain Engineer's Society News Letter
Periodicity of the	Monthly Publication
Language in which it	Hindi and English Published
Place of publication	Nirmal Graphics Press, Nayapura, Indore (M.P.)
Publisher's name	Mr. Rajendra Singh Jain
Nationality	Indian
Address	144, Kanchan Bagh Indore (M.P.)
Name and address of individual Who own the newspaper and partners or shareholders holding more than percent of the total Capital.	Rajendra Singh Jain 144, Kanchan Bagh Indore (M.P.)

I, Mr. Rajendra Singh Jain, hereby declare that the particulars given above are to the best of my knowledge and belief.

Mr. Rajendra Singh Jain Indore

Signature of Publisher

Indore, March, 2011

CONTACT FOR LOCAL CHAPTERS

INTERNATIONAL FOUNDATION	- Er. Santosh Bandi (President) (M) 9300023181 Er. Santosh K. Jain, Indore (General Secretary), (M) 9993063331
INDORE CHAPTER	- Er. N.K. Jain (President), (M) 9827070556 Er. Niketan Sethi (Hon. Secretary), (M) 09425060804
BHOPAL CHAPTER	- Er. Sharad Chand Sethi, (President), (M) 9893650291 Er. Sharad Sethi (Hon. Secretary), (M) 094251601131
KOTA CHAPTER	- Er. Ajay Bakliwal, (President), (M) 09829036056, Er. R.K. Jain (Hon. Secretary), (M) 9414726829
UJJAIN CHAPTER	- Er. Satyendra Jain (President) (M) 094250 92094 Er. Praveen Jain (Secretary) (M) 09425463438
JAIPUR CHAPTER	- Er. Akhilesh Jain (President) Ph : 0141-2396283, (M) 98290-53981 Er. Anil Kumar Shah (Secretary) (M) 09829185226
SAGAR CHAPTER	- Er. Neelesh Jain, (President) Ph : 07582-244901, (M) 9406531900
HARIDWAR CHAPTER	- Er. Ashok Kumar Jain, (President) Ph : 1334-234856, (M) 09837099348
SANGLI CHAPTER	- Er. Bhaskar Kognole, (President) Ph : 0233-2320600 (M) 9423036902
KANPUR CHAPTER	- Er. S.K. Jain, (President) Ph : 0512-2553457, Patron-Shriyut Shripal ji Jain (M) 98395-47676
VIDISHA CHAPTER	- Er. Anil Jain, (President) Ph : 07582-232295 (M) 9425432295
MUMBAI CHAPTER	- Er. Lalit Sanghavi (President) (M) 98210-16736
NAGPUR CHAPTER	- Er. Rajeev Jain (President) (M) 9881741032, 9960085566
DELHI CHAPTER	- Er. Subhash Jain (President) Ph : 011-24638792(O)
AURANGABAD	- Er. Rajesh Patney (M) 09370068601, Er. Chetan Thole (M) 09822791020
BANGLORE CHEPTER	- Er. Ajit Jain -099019 48892

NEW CHAPTERS

JODHPUR CHAPTER, JHANSI CHAPTER, BHILWARA CHAPTER, AJMER CHAPTER, GWALIOR CHAPTERS, AGRA CHAPTER, AHMEDNAGAR CHAPTER NASIK CHAPTER, WASIM CHAPTER, SURAT CHAPTER

इस पत्र में प्रकाशित समस्त लेखों, संकलन एवं विचारों के लिए लेखक/प्रेषक/संकलनकर्ता स्वयं उत्तरदायी हैं, सम्पादक एवं सम्पादक मण्डल का उनसे सहमत होना आवश्यक नहीं है। पत्रव्यवहार के लिए पता- जैन इंजीनियर्स सोसायटी, 7-आयमंड कॉलोनी, अग्रवाल स्टोर्स के पीछे, एम.जी. रोड, इन्दौर-452 001 (भारत)
फोन: 0731-3044602 E-mail-jainengineers@eth.net, Website- www.jainengineerssociety.com

BOOK-POST
PRINTED MATTER

RNI : MPBIL/2004/13588
आर.पं.जी. इं. इंजीनियर्स/रिजिस्ट्रेशन/1130/2009-11

TO,

If undelivered, please return to:

Jain Engineers' Society, 144, Kanchan Bagh, Indore 452001 (M.P.)

Owned & Published by Rajendra Singh Jain From 144, Kanchan Bagh, Indore (M.P.) & Printed by Nirmal Graphics Press, 340, Nayapura, Indore (M.P.)