Jain Engineers Society News

Society Registration No. -IND/5887/2001, dtd 20.02.2002 **For Social Cause**

Year : 12 Edition : 2 Indore, 20 February 2013 **Page : 4 Rs. : 12/- (Yearly)**

JES Throughout : Let us make our city beautiful, disciplined and Loveable. Let us handover to our future generation a better place to live in.

Best Wishes on JES Day

to all Members and Families of JES and Readers 20.02.2002

सातवां राष्ट्रीय अधिवेशन सम्पन्न

जेस का सातवां राष्ट्रीय अधिवेशन पूना चेप्टर की मेजबानी में दिनांक 26 एंव 27 जनवरी 2013 को अतिउत्साह एंव जोश के साथ सम्पन्न हुआ ।इस कार्यक्रम में विभिन्न चेप्टरों के करीब 350 सदस्यों ने भाग लिया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि उद्योगपति एंव समाजसेवी डॉ. श्री अभय फिरोदिया थें एंव विशेष अतिथि कन्स्ट्रक्शन एंव रियलस्टेट क्षेत्र के जाने माने एंव क्रेडाई के चेयरमेन इंजी श्री ललीत कुमार जैन थे। जेस फाउन्डेशन के चेयरमेन इंजी. सुरेश पांड्या, कोषाध्यक्ष इंजी. श्री राजेन्द्र कुमार जैन (रानेका) एंव महासचिव इंजी. राजेन्द्र सिंह जैन व विभिन्न चेप्टरों से आये हुए पदाधिकारी एंव सदस्य उपस्थित थें।

कार्यक्रम की शुरूआत मंगलाचरण राष्ट्रगान एंव दीप प्रज्जवलन के साथ हुई। अतिथियों के स्वागत के पश्चात्, अतिथियों द्वारा पूना चेप्टर द्वारा तैयार किये गये कन्वेन्शन के सोवेनियर का विमोचन किया। अपने अध्यक्षिय सम्बोधन मे डॉ अभय फिरोदिया ने अपने ग्रीन होम थीम को विस्तार देते हुए, भगवान आदिनाथ से भगवान महावीर तक एंव आज के परिपेक्ष में महत्त्वपूर्ण बताया एंव जैन इंजीनियर्स सोसायटी द्वारा किए जा रहे कार्यो कि सराहना की। इंजी. ललीत कुमार जैन ने जैन और इंजीनियर्स के जुड़ाव को विस्तार से परिभाषित किया एंव इंजीनियरों का अह्वान किया कि वे किस तरह अपने प्रोफेशन में निखार लाकर ग्रीनहोम जैसी थीम को सफल करें एंव आने वाली पिढ़ियों के लिए बिगड़ते हुए इन्वायरमेंट को बिगड़ने से रोके। आपने चिन्ता जताई की यदि जैन समाज की नई पीढ़ी व्यापार–व्यवसाय से विमुख होगी तो इसके दूरगामी परिणाम समाज एंव देश के लिए ठीक नही होगें, अतः यह आवश्यक है कि जो परिवार व्यापार–व्यवसाय से जुड़े है उनकी नई पीढ़ी का भविष्य प्रशस्त कर उन्हे जोड़े ताकी वे आधुनिक तकनीको का उपयोग कर व्यवसाय को तेजी से बढ़ाए। मेनेजमेन्ट गुरू एंव उद्योगपति इंजी. श्री चकोर गांधी ने अपने उद्बोधन से सभी को अपने अंदर झाँकने को बाध्य किया एंव उनके विषय "धन्धा बदल रहा है" पर सारगर्भित उद्बोधन में बदलते हुए परिदृष्य के बारे में बताया एंव यह संकेत दिया कि यदि हम आज अपने बिजनेस को नही सुधारेगें जो आने वाले समय में हमें मैदान से बाहर होना होगा। आपने कई उदाहरण देकर अपने विषय को सिद्व किया। जेस फाउन्डेशन के चेयरमेन इंजी. सुरेश पांड्या ने जेस के भविष्य की योजनाओं के बारे में बताया। जेस महासचिव इंजी. राजेन्द्र सिंह जैन ने जेस के सातवें कनवेन्शन कि उपलब्धियाँ एंव कियान्वयन एंव जेस के कार्यक्रमों के बारे मे बताया

कनवेन्शन के शुभआरम्भ हेतु कनवेन्शन चेयरमेन इंजी. श्री सी.के. जैन ने निवेदन किया, स्वागत भाषण पूना चेप्टर के संरक्षक डॉ. इंजी. श्री प्रकाश बड़जात्या ने दिया एंव पूना चेप्टर के नौ महिनों के सफर के बारे में चेप्टर अध्यक्ष इंजी. नवनीत पांड्या ने बताया। उद्घाटन समारोह की समाप्ती पर पूना चेप्टर के सचिव इंजी. अभिजीत शाह ने आभार व्यक्त किया। कार्यक्रम का सफल संचालन इंजी. श्रीमति विभा अविनाश सेठी ने किया।

कार्यक्रम के द्वितीय सत्र में ग्रीन होम विषय पर वक्ताओं ने अपने अपने प्रेजेन्टेशन दिये जिनमें डॉ. इंजी. प्रकाश बड़जात्या एंव इंजी. श्री सी.के. जैन के प्रेजेन्टेशन को अत्यधिक सराहना मिली। तृतीय सत्र में सभी चेप्टर्स के द्वारा पिछले वर्ष मे किये गये कार्यो का लेखा–जोखा प्रस्तुत किया गया एंव निम्नलिखित पुरस्कारों से सम्मानित किया गया।

1. बेस्ट चेप्टर अवार्ड – औरंगाबाद चेप्टर
2. बेस्ट वर्क ऑन थीम ऑफ द इयर अवार्ड – जयपुर चेप्टर
3. मेक्सीमम मेम्बर्स इन कनवेन्शन अवार्ड – भोपाल चेप्टर
4. मेक्सीमम सीनियर मेम्बर्स इन चेप्टर अवार्ड – औरंगाबाद चेप्टर
5. बेस्ट रिर्पोटिंग फॉर न्यूज लेटर अवार्ड – भोपाल चेप्टर
6. वेबसाईट बेस्ट वेब पेज चेप्टर अवार्ड – पूना चेप्टर

कार्यक्रम के दौरान पूना चेप्टर द्वारा प्रस्तावित नवी मुम्बई चेप्टर के इंजी. चेतन कावड़िया को इन्स्टालेशन सर्टीफिकेट दिया।

शाम को रंगारंग संस्कृतिक कार्यक्रम हुए जिसने सभी का मनमोह लिया। विभिन्न चेप्टरों द्वारा मनमोहक कार्यक्रम प्रस्तुत किए गये। बाहर से आये सभी सदस्यों ने पूना चेप्टर कि महिलाओं और बच्चों द्वारा कि गई तैयारी एंव सफल आयोजन की प्रशंसा की।

अधिवेशन के दुसरे दिन सभी सदस्यो ने पंचगनी एंव महाबलेश्वर के दर्शनीय स्थलों का भ्रमण किया एंव शाम को रंगारंग कार्यक्रम के बाद अधिवेशन की समाप्ति हुई। तीसरे दिन दिनांक 28 जनवरी 2013 को सभी अपने–अपने गंतव्य की ओर सुखद अनुभवों एंव यादो के साथ अग्रसर हुए।

सातवें राष्ट्रीय अधिवेशन की झलकियाँ

- भोपाल चेप्टर के 72 सदस्य कनवेन्शन के एक दिन पहले दिनांक 25 जनवरी को प्रातः पहुँचे एंव उन्होने पूना के आस–पास के दर्शनीय स्थलों का भ्रमण किया।
- कोटा चेप्टर के सदस्यों को पुना तक रेल रिजरवेशन नही मिलने से उन्हे करीब 150 किलोमीटर का सफर टेक्सी द्वारा प्रा करना पड़ा अतः पहुँचने मे थोड़ा विलम्ब हुआ।
- प्रातः 7:30 बजे याशदा के डायरेक्टर द्वारा झंडा वंदन का किया गया इस कार्यक्रम में जेस सदस्यों ने भी भाग लिया।
- भोपाल की टीम के 72 सदस्यों ने गणतंत्र दिवस कि प्रभातफेरी के रूप में ऑडिटोरियम में प्रवेश किया और पूरा ऑडिटोरियम भारतमाता की जय के जयकारे से गूँज उठा।
- पिछले 6 कनवेन्शन के ग्रुप फोटोग्राफ जेस फाउन्डेशन द्वारा प्रदर्शित किये गये थें। अपने–अपने फोटो देखकर सदस्य पुरानी यादों में खो गये।
- कार्यक्रम का शुभाआरम्भ 11 बजे होना था विशेष अतिथि इंजी. श्री ललित के. जैन 15 मिनट पहले पहुँचे एंव मुख्य अतिथि 10 मिनिट पहले पहुँच गये कार्यक्रम का शुभारम्भ 11:02 मिनिट पर हो गया एंव समाप्ती दोपहर 1:30 के बजाय 1:20 पर हुई जिसे सभी ने सराहा।
- ऑडिटोरियम में 2 स्क्रीन मंच कि ओर एंव 1 स्क्रीन पीछे की ओर लगी थी जिसे स्टेज पर बैठे मेहमानों एंव पदाधिकारियों के लिए थी।
- उद्घाटन सत्र के दौरान ऑडिटोरियम में अतिरिक्त कुर्सीयाँ लगानी पड़ी।
- इंजी. श्री चकोर गाँधी जी के व्याख्यान "धंधा बदल रहा है" के प्रश्नोत्तर में महिलाओं ने बढ़–चढ़कर भाग लिया।
- सभी कार्यक्रमों के रजिस्ट्रेशन, संचालन एंव सांस्कृतिक कार्यक्रमों मे पूना चेप्टर की महिलाएँ छाई रही जिनमें इंजी. श्रीमति विभा अविनाश सेठी, श्रीमति निकिता संजय जैन, श्रीमति मोनिका राहुल जैन, श्रीमति नमिता नवनीत पंड्या, श्रीमति हेमलता प्रकाश बड़जात्या, श्रीमति आरोही अभिजीत शाह, श्रीमति अनुजा आकाश मोदी, श्रीमति पुजा धवल गॉधी, श्रीमति ज्योत्सना राजेश जैन, श्रीमति मीता संजय चौपड़ा, श्रीमति नंदिनी सुधीर जैन, श्रीमति विनिता राजेश जैन का सक्रीय योगदान रहा।
- अतिथियों एंव सदस्यों का पारम्परिक तरीके से स्वागत सत्कार किया गया। पारम्परिक परिधानों से सुसज्जित श्रीमति आयुशी नवनीत पंड्या, श्रीमति अक्षीता अभिजीत शाह, श्रीमति पूजा धवल गॉधी ने अतिथियों एंव सदस्यों के स्वागत में अहम भुमिका अदा की।
- श्री सुनील कटारिया एंव श्री अनुपम जैन ने सभी वरिष्ठ सदस्यों का स्वागत किया।
- इंजी. संजय जैन ने स्मारिका (सोवोनियर) संबंधी जानकारियॉ संक्षिप्त मे दी एंव अतिथयों से स्मारिका का विमोचन कराया।
- रजिस्ट्रेशन में इंजी. अरविन्द जैन एंव श्रीमति रीना अरविन्द जैन, इंजी. सुधाकर नाईक एंव श्रीमति राजमति नाईक, इंजी. पिंकेश जैन एंव श्रीमति अनामिका पिंकेश जैन का विशेष योगदान रहा
- नेशनल कन्वेन्शन के आयोजन में जेस टीम पूणे कें सहयोग के लिए विशेष धन्यवाद...श्री अरविन्द जैन (चेयरमेन – प्राईड एण्ड पर्पल होटल ग्रुप), श्री राजेश गांधी (डॉयरेक्टर – आदिनाथ एग्रों प्रोसेस्ड फूड प्रा.लि.) श्री विजय चूरीवाल (डॉयरेक्टर – प्राईड रियलटरर्स), इंजी संजय जैन (वाईस प्रेसिडेन्ट – किर्लोस्कर ग्रुप)

शेष अगले पेज पर....

- बच्चों के कार्यक्रम...बच्चों के लिए मेजिक शो, फन गेम, ड्राईंग काम्पिटीशन श्री मनीष बड़जात्या एंव श्रीमति सोनिका मनीष बड़जात्या द्वारा आयोजित किये गये एंव श्रीमति अनुजा आकाश मोदी ने कार्यक्रमों का सफल संचालन किया। सभी बच्चों मे गतिविधियों में बढ़–चढ़ कर भाग लिया और कार्यक्रमों का आनंद उठाया
- श्रीमति मधु सी.के. जैन, श्रीमति हेमलता प्रकाश बड़जात्या और श्रीमति नमिता नवनीत पंड्या ने बच्चों के लिए आयोजिक प्रतियोगिताओं के विजेताओं को पुरस्कार वितरण किया
- ड्राईग काम्पीटीशन – 4थी कक्षा से तक का पुरस्कार अमोघ शर्मा – इन्दौर कु. अनन्या जैन अविनाश सेठी पूणे
- ड्राईग काम्पीटीशन – 4थी कक्षा से उपर का पुरस्कार कु. अक्षिता जैन– भोपाल अभीरा शर्मा – इन्दौर
- म्युजिकल चेयर काम्पीटीशन – कु. सुहानी बंसल– भोपाल
- म्युजिकल स्टेच्यू काम्पीटीशन – अभीरा शर्मा – इन्दौर श्रेयेश राजेश जैन पूणे
- डान्स काम्पीटीशन –स्वाती शेलेन्द्र कटारिया
- 27 जन. की सुबह लगभग 10 बजे नाश्ता करने के बाद सभी अतिथिगण महाबलेश्वर के लिए 3 बसों मे रवाना हुवे। रास्ते में पंचगनी के "टेबल टॉप" एवं केव्स देखने के पश्चात महाबलेश्वर मे दोपहर के भोजन के बाद शाम को बाम्बे पाईंट पर "सनसेट" का आनंद लिया। शाम के भोजन के पश्चात श्री एवं श्रीमती शाह के सौजन्य से "केम्पफायर" एवं संगीत संध्या के कार्यक्रम ने गुलाबी ठंड में चार चॉद लगा दिए। अगले दिन सुबह "मेप्रो" फैक्ट्री विजिट के पश्चात सभी ने ताजी ताजी स्ट्राबेरी का आनंद लिया। इस तरह मौज मस्ती के साथ रास्ते में वड़ा पाव का स्वाद लेते हुवे दोपहर 1 बजे एच.एन.डी. बोर्डिंग में भोजन के पश्चात सभी सुखद स्मृतियो के साथ अपने अपने शहरों के लिए रवाना हो गए।

Champions of 7TH National Convention at Pune-

1. **CO-ORDINATION & SPONSORSHIP COMMITTEE**
   Coordinator - Er C K Jain 08600045874,
   Members:- Er.Dr.Prakash Barjatia, Er Navneet Pandya,

2. **WELCOME & REGISTRATION COMMITTEE**
   Coordinator - Er Rahul Jain , 919545555932
   Members – Er Arvind Jain , Mr Devesh Nahata,

3. **NEW MEMBERSHIP & DATA COLLECTION COMMITTEE**
   Coordinator - Er. Abhijeet Shah 9657702553
   Members – Er Pinkesh Jain , Er Sudhakar Naik

4. **MEDIA & PUBLICITY COMMITTEE**
   Coordinator – Er Dhaval Gandhi -08975110400
   Members – Er Akshay Shah, Mrs Rajmati Naik

5. **SENIOR MEMBERS' CO-ORDINATION COMMITTEE**
   Coordinator – Er. Sunil Katariya , 09225534471
   Member Er. Anupam Jain , Er Mitesh Bora

6. **FINANCE MANAGEMENT COMMITTEE**
   Coordinator – Er Rahul Jain , 919545555932
   Member - Er Deepak Jain 09561383910

7. **LADIES GUEST WELCOME COMMITTEE**
   Coordinator –Mrs Hemlata Barjatia ,
   Member – Mrs Pooja Gandhi , Mrs Madhu Jain

8. **MEDICAL & HEALTH COMMITTEE**
   Dr. Kaushik Shah 9922417191, Dr. Amol Lunkad 8237834121

9. **SOUVENIR COMMITTEE**
   Coordinator - Er Sanjay Jain , 09561156352
   Members – Er Deepak Jain , Miss Pankhuri Jain , Mrs Namita Pandya

10. **ACCOMMODATION & TRANSPORT COMMITTEE**
    Coordinator – Er Rajesh Jain +919822002051
    Members –Er Akash Modi

11. **STAGE MANAGEMENT COMMITTEE**
    Coordinator – Mrs Nandini Jain 09422007618
    Member - Mrs Nikita Jain , Er Anuja Modi ,

12. **CULTURAL PROGRAM COMMITTEE**
    Coordinator – Er.Vibha Sethi 08550968968
    Members – Mrs.Meeta Chopra, Er.Sonika Barjatia

13. **FOOD COMMITTEE**
    Coordinator – Er Parag Jain 08888820663
    Members – Er Nidhi Kothari, Er Rajesh Jain

14. **WEB COMMUNICATION COMMITTEE**
    Coordinator – Er Sanjay Chopra 09881376772
    Members – Er Ankit Jain

Congratulations- Er Ravish Jain receives National Award for Outstanding Entrepreneur.

Indore Chapter member Er Ravish Jain Director ITL Industries Ltd receives **COSIDICI National Award for Outstanding Entrepreneur** on Feb 15 th at Delhi in a Grand Award Function at the hands of State Finance Minister Shri Namo Narain Meena. In the year 1985, ITL then Indore Tools was financed Rs 4.50 Lacs by M P Financial Corporation, since then ITL is financed and company has grown multifold with annual turnover of Rs 60.00 Cr. ITL is India's leading Designer and Manufacturer of Metal sawing Machines and Tube / Pipe Mills.

Home remedies to reduce weight -

Increasing weight or overweight are among the most common health concerns in modern society, and many people fail to keep their weight under control. This excessive weight is a result of spending fewer calories than it was received with the food consumed, and keeping positive energy balance in the body. This may cause a serious health condition, if not controlled.

Loosing of weight requires some help from the person itself. It cannot be achieved in day and day out. Laziness can be a worry for the person; balance must be maintained between work and rest.

Certain home remedies can reduce the weight without harming the body.

- Eating a low fat vegetarian diet which is a diet free of dairy and meat can help a lot. Also eating whole grains and organic vegetables and fruits is very helpful.
- Avoid frozen, canned and processed foods. Donâ€™t drink any liquids or very little before, during and after your meal.
- Everyday take 2 tablespoons of apple cider vinegar with fruits and vegetables. This will result in burning extra calories
- Drinking a glass of warm water containing lemon juice and a spoon of honey every morning in an empty stomach
- Black pepper is known to control weight and reduces the excess fat.
- Consuming papaya and vegetable soup can turn out to be highly beneficial
- Good to go for all raw food at least for a month to see the result
- Drink twice the water you normally drink.
- Juice of bitter gourd with lemon is considered to be effective in losing weight especially if taken early morning.

Er Niketan Sethi

Forwarded by Shri Alok Tholiya Mumbai, 9324225699 - atholiya@gmail.com

LIFE BOOK- AGENDA 2013

Health:

1. Drink plenty of water.
2. Eat breakfast like a king, lunch like a prince and dinner like a beggar.
3. Eat more foods that grow on trees and plants, and eat less food that is manufactured in plants (factories)
4. Live with the 3 E's -- Energy, Enthusiasm, and Empathy.
5. Make time for prayer.
6. Play more games.
7. Read more books than you did last year.
8. Sit in silence for at least 10 minutes each day.
9. Sleep for 7 hours.
10. Take a 10-30 minutes' walk every day ---- and while you walk, SMILE !!

Personality:

11. Don't compare your life to others'. You have no idea what their journey is all about.
12. Don't have negative thoughts or things you cannot control. Instead invest your energy in the positive present moment.
13. Don't overdo ; keep your limits.
14. Don't take yourself so seriously ; no one else does.
15. Don't waste your precious energy on gossip.
16. Dream more while you are awake.
17. Envy is a waste of time. You already have all you need...
18. Forget issues of the past. Don't remind your partner with his /her mistakes of the past. That will ruin your present happiness.
19. Life is too short to waste time hating anyone. Don't hate others.
20. Make peace with your past so it won't spoil the present.
21. No one is in charge of your happiness except you.
22. Realize that life is a school and you are here to learn. Problems are simply part of the curriculum that appear and fade away like algebra class but the lessons you learn will last a lifetime.
23. Smile and Laugh more.
24. You don't have to win every argument. Agree to disagree.

Community:

25. Call your family often.
26. Each day give something good to others.
27. Forgive everyone for everything.
28. Spend time with people over the age of 70 & under the age of 6.
29. Try to make at least three people smile each day.
30. What other people think of you is none of your business.
31. Your job won't take care of you when you are sick. Your family and friends will. Stay in touch.

Life:

32. Do the right things.
33. Get rid of anything that isn't useful, beautiful or joyful.
34. GOD heals everything.
35. However good or bad a situation is, it will change.
36. No matter how you feel, get up, dress up and show up !
37. The best is yet to come.
38. When you awake alive in the morning, thank GOD for it.
39. Your Inner most.

Forwarded by Shri Ramesh Damani Chennai -

Sad demise of Er Prof P K Jain -

Er. Prof. Pramod Kumar Jain passed away on Feb 6th 2013 , he was very active member of JES Indore. He was instrumental and patron for JES Indore SAHAAYATAA Project for financial assistance to the under previledged School Going Childerns of Jain Samaj. He started his carrier in 1966 as Lab Assistant in GSITS and reached to Professor position after completing his M.Tech from IIT Mumbai. For few years he was in Nigeria and joined back GSITS.

Request to all General and Senior Members-

JES website www.jainengineerssociety.com is being modified and updated by JES Member Er Rakesh Jain of INFOCRATS WEB SOLUTIONS Indore. All General members and Senior Members are requested to visit the website and update their own profile data. For the convenience of the members, now news letters are provided with Global ID Number. You may put your first name as **User ID** and Global ID number as **Password** for login.

As per the new revised JES constitution, all Chapter Members who have paid one time Foundation Registration Fee to the Chapter and the same has been forwarded to the Foundation by the chapter along with name of Members have been allotted Senior Membership Number. Earlier, this was termed as Life membership number.

Answer of Puzzle Point # 22 : "Soap & U"

Puzzle Point # 22: In a soap company, a soap is made with 11 parts. For making 1 soap, you earn 1 part as scrap. At the end of a day you have 251 such scraps. From that how many soaps can be manufactured?

Answer : Total 22 + 2 + 1 = 25 Nos. of Soaps can be manufactured.

Correct answers are received from following participants.

Puzzle Point # 22 : Names are displayed in order of answer received.

Sr. No.	Name of Participants	Global ID No.	City
1	Er. M L Nagori	100122	Indore
2	Er. Pradeep Kumar Jain	101741	Bhopal
3	Er. Jitendra Kumar Patni	101530	Kota
4	Er. Pankaj Jain	101735	Indore
5	Er. Kuldeep Jain	101395	Haridwar
6	Er. Suresh Kasliwal	101269	Bhopal
7	Er. Rajesh Kumar Jain	100738	Mumbai

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 # 21 successfully.

Puzzle Point # 23
Date : 20/02/2013

Jain Engineers Society News
Puzzle Master : Er. M P Shah, GNFC, Bharuch, Gujarat.

Half Century

Put numbers from 1 to 6 in below equation so that it becomes true.

$$((__ + __) - __) \times __ \div __ \times __ = 50$$

(Perform each maths operation in given order, from left to right, e.g. (1+2) X 3 = 9)

Send answer to cmpshah@gmail.com (B4 07/03/13)

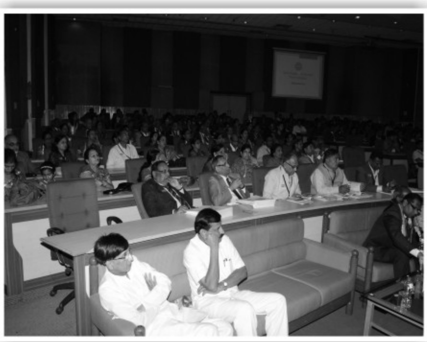
Jain Engineers' Society
Pune Chapter
7th National Convention
January 26, 2013
Green HOMES
TOWARDS A BETTER TOMORROW
प्रकृति Nature
Welcomes You
Supported By :

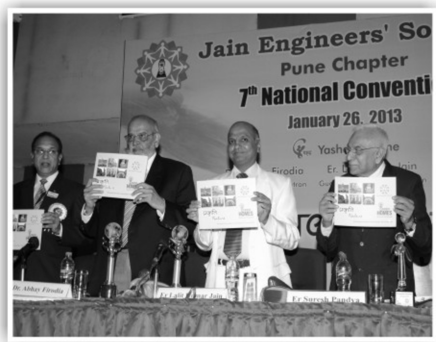
Jain Engineers' Society
Pune Chapter
7th National Convention
January 26, 2013

ASHTRA NATURAL GAS LIMITED

Jain Engineers' Society
Pune Chapter
7th National Convention
January 26, 2013
Green HOMES
TOWARDS A BETTER TOMORROW
प्रकृति Nature

Jain Engineers' Society
Pune Chapter
7th National Convention
January 26, 2013
प्रकृति Nature

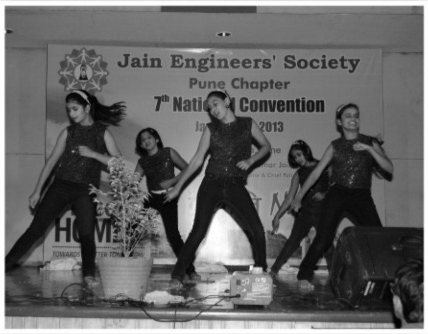



Pune Chapter
January 26, 2013
Dr. Abhay Firodia

Jain Engineers' Society

Pune Ch

Pune Chapter
Chief Patron


Jain Engineers' Society
Pune Chapter

Jain Engineers' Society
Pune Chapter

Jain Engineers' Society
Pune Chapter
7th National Convention
January 26, 2013
Yashada, Pune
Dr. Abhay Firodia
Er. Lalitkumar Jain
प्रकृति Nature

Jain Engineers'

Jain Engineers' Society
Pune Chapter
7th National Convention
Abhay Firodia
Er. Chakor Gandhi
प्रकृति Nature

Jain Engineers' Society
Pune Chapter
7th National Convention
Er. Chakor Gandhi
Nature

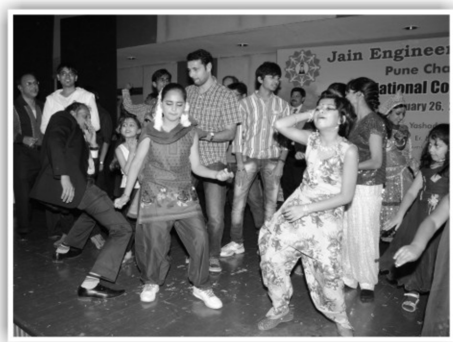
Jain Engineers' Society
Pune Chapter
7th National Convention
January 26, 2013
Yashada, Pune
Er. Lalitkumar Jain

Jain Engineers' Society
Pune Chapter
7th National Convention
January 26, 2013

Jain Engineers' Society

Jain Engineers' Society
Pune Chapter

Jain Engineers'



क्या आधुनिक स्वास्थ विज्ञान पूर्ण है ?

क्या शरीर मे रोग अकेला आ सकता है ?

यदि हमारे शरीर के किसी भाग में कोई तीक्ष्ण वस्तु जैसे कांच, कॉटा, सुई, पिन आदि चुभे तो सारे शरीर में छटपटाहट हो जाती है। ऑखों मे पानी आने लगता है, मुँह से चीख निकलने लगती है। शरीर की सारी इन्द्रियॉ एंव मन अपना कार्य रोककर क्षण भर के लिए उस स्थान पर केन्द्रित हो जाते है। उस समय न तो मधुर संगीत अच्छा लगता है और न ही मन भावन सुन्दर दृश्य। न हॅसी मजाक अच्छी लगती है और न अपने प्रियजनों से बातचीत अथवा खाना–पीना। हमारा सारा प्रयास सबसे पहले उस चुभन को दूर करने में लग जाता है। जैसे ही चुभन दूर होती है, हम राहत का अनुभव करते हैं। जिस शरीर में इतना आपसी, सहयोग, समन्वय, समर्पण एंव अनुशासन हो अर्थात् एक अंग के दुःख में शरीर के सभी अंग दुःखी हो तो क्या ऐसे शरीर में छोटे–मोटे रोग विकसित हो सकते है। वास्तव में अप्राकृतिक जीवन जीने के कारण जब शरीर की अवरोधक क्षमता से अधिक विकार शरीर मे पैदा होने लगते है, तब ही हमें रोग की अनुभुति होती है। अनेक रोगों की उत्पति के पश्चात् ही कोई रोग हमें परेशान करने की स्थिति में आता है। अतः हमें शरीर को स्वस्थ रखने के लिये उसकी अवरोधक क्षमता का नियन्त्रण करने वाले अवयवों की तरफ सर्वोच्च प्राथमिकता देनी चाहिये।

क्या रोगी डॉक्टरो की प्रयोगशाला है?

आज हमने उपचार हेतु शरीर को टुकडों–टुकडों मे बॉट दिया है, जैसे – एक अंग का दुसरे अंग से कोई संबंध ही न हो। ऑखों का डाक्टर भौतिक ऑखों तक एंव कान का डॉक्टर भौतिक कान तक ही सीमित रहकर शोध में व्यस्त है। जो–जो दृश्य ऑखों से हमने देखे हैं, स्मरण होत ही वे क्यों सामने दिखने लगते है?दूसरों की ऑखें उन दृश्यों को क्यो नही देख सकती?क्या उन अप्रत्यक्ष दृश्यों के पड़ने वाले अनुकुल और प्रतिकुल प्रभाव ऑख को प्रभावित नहीं करेगें? रोगों के नामों की लम्बी–लम्बी व्याख्या करने वाले डॉक्टर अपना पूर्वाग्रह छोड़कर उपचार करते समय जब तक सारे शरीर को एक ईकाई नही मानेगें तथा समग्र दृष्टि से निदान एंव उपचार नहीं करेंगे, तब तक रोगी को पूर्ण रूप से स्वस्थ कैसे बना सकेगें। एक रोग के दबने पर शरीर में दूसरा रोग प्रकट होगा।

वस्तुतः व्यक्ति के एक रोग के साथ उसके सहयागी अनेक रोग जुड़े हुए है। जब कोई रोगी डॉक्टर के पास पहुँचता है तो क्या उसके द्वारा कहा गया एंव चिकित्सक के द्वारा निदान किया गया एक ही रोग उसके शरीर मे होता है, अन्य रोग नही ? शरीर मे अनेक रोग होते हुए भी किसी एक रोग की प्रमुखता हो सकती है। कोई रोगी एक साथ समस्त रोगों को प्रकट नहीं कर सकता। मानसिक असन्तुलन, पुर्वजन्म के उपार्जित अशुभ वेदनीय कर्मो की स्थिति, तनाव, संवेदना, आवेग, प्रेम, घृणा, द्वेष आदि सभी हमारे स्वास्थ को प्रभावित करते है। क्या रोग के ये कारण भौतिक मशीनों अथवा रासायनिक परीक्षणों की पकड़ में पूर्ण रूप से आ सकते है ? यह तो 'समस्या' कुछ और समाधान किसी अन्य का करने के समान है। आज दी जाने वाली अधिकांश दवाईयॉ हमारी कितनी ही सक्रिय कोशिकाओं को निष्क्रिय बना देती है। ये तो वैसा ही हुआ जैसे उपद्रवों को शान्त करने के लिये सरकार कर्फ्यू लगाती है, एंव उस समय पुलिस भले बुरे का ख्याल किये बिना स्वतन्त्र विचरण नहीं करने देती तथा जो भी सामने आता है उसे पकड़ लेती है। सारी गतिविधियॉ एंव आवागमन पर रोक लगा देती है, फलतः शहर में शांति हो जाती हैं। दवाईयॉ शरीर में ऐसी ही शान्ति तो पैदा नही करती ? उपद्रव का कारण न मिटाया जावे तो वह शान्ति कितने दिन रहेगी?थोड़े समय पश्चात् दूसरे रूप में रोग भड़केगे, अशान्ति होगी। कफ्यू रख कर सारी शासन व्यवस्था कब तक चलायी जा सकेगी, ठीक उसी प्रकार हमेशा दवाईयॉ खाकर हम अपने आपको कैसे स्वस्थ रख सकेगे?अतः जब तक रोगो के मूल कारणों की उपेक्षा होगी तब तक रोग का सही निदान नहीं हो सकता। जब निदान ही संदिग्ध हो तो उपचार कैसे पूर्ण होगा ?

आज को विज्ञान प्रयोगों पर आधारित है तथा वह उसे सत्य मानता है जिसे दिखाया जा सके, मापा जा सके एंव बार–बार दुहराया जा सके, वही सत्य है, उससे परे वह कुछ भी स्वीकार करने को तैयार नहीं। मानसिक एंव आत्मिक शक्तियों की अनुभुतियों का ज्ञान उसकी सामर्थ्य से बाहर है। बाह्य लक्षणों पर आधारित अधूरे निदान के फलस्चरूप रोगी की असजगता के कारण प्रायः चिकित्सा के नाम पर जो प्रयोग किये जा रहे हैं, उनका उद्देश्य रोग को मिटाना नहीं दबाना है। भले ही भविष्य में उसके कितने ही दुष्प्रभाव क्यों न हों। जिस दिन रोगी थोड़ी सी सहनशक्ति रखकर धैर्य के साथ अपने चिकित्सक से इतना पूछने का साहस जुटा लेगा कि – उसको क्या रोग है?उसके अलावा तो अन्य रोग नहीं?उपचार हेतु जो दवा अथवा इंजेक्शन दिये जा रहे हैं, उनका शरीर पर दुष्प्रभाव तो नहीं पड़ेगा? जो रोगी इतने सजग होते है, वे चाहे जो उपचार की पद्धति अपनावें, शीघ्र रोग मुक्त हो जावेंगे। बाकी ने तो अपने आपको डॉक्टरों की प्रयोगशाला बना रखा है, ऐसा समझा जावे तो भी आश्चर्य नहीं। आज गलत उपचार, अधूरे निदान से जितने रोगी बढ़ रहे है, उतने रोग के समय दवा न लेने के उपरान्त भी रोगी नही बढ़ते है।

क्या उपचार से पूर्व सही निदान आवश्यक है ?

आज चेतनाशील प्राणियों में मानव का प्रतिशत 0.1 से भी कम है। 99.9 प्रतिशत जीव अपना सहज जीवन जीते हैं। वास्तव में अनन्त पुण्यों से प्राप्त इस मानव तन में स्वतः स्वस्थ रहने की क्षमता है, परन्तु हमारी निरन्तर अप्राकृतिक जीवनशैली के कारण हमारी शारीरिक तथा मानसिक स्थिति असन्तुलित होने लगती है, जिससे शरीर में विजातीय तत्व जमा होने लगते है एंव वे शारीरिक प्रक्रियाओ में अवरोध उत्पन्न करने लगते हैं अर्थात् रोगों की उत्पति होने लगती है। शरीर की यह विशेषता है कि वह अपने उपयोगी तत्त्व को रख लेता है और अनुपयोगी तत्वों को शरीर के बाहर भेज देता है। परन्तु असन्तुलन की स्थिति में अनुपयोगी तत्वों का पूर्ण विसर्जन नहीं हो पाता एंव शरीर में वे एकत्रित होने लगते हैं, जो रोग का मूल कारण है। प्रारम्भ में हमारा ध्यान रोग की तरफ जाता ही नहीं, क्योंकि शरीर में स्वंय उनसे लड़ने की क्षमता होती है, परन्तु हमारी निरन्तर उपेक्षा से धीरे–धीरे शरीर में प्रत्यक्ष–अप्रत्यक्ष अनेक रोग फैलने लगते हैं, तब कहीं उन रोगों के लक्षण हमें अनुभव होने लगते है। अतः वास्तव में जिन रोगों का निदान किया जाता है, वे अकेले रोग नहीं होते, बल्कि रोगों के नेता होते हैं। जिनको सैकड़ों अप्रत्यक्ष रोगों का सहयोग प्राप्त होता है, परन्तु आश्चर्य यह है कि प्रायः उन अप्रत्यक्ष रोगों को हम रोग मानते ही नहीं, तथा हमारा सारा प्रयास नामधारी रोग को मिटाने मात्र का होता है। जनतंत्र में नेता को हटाने का एक उपाय है। जिस सहयोग एंव समर्थन से नेता बनता है, उसकी ठीक विपरीत प्रक्रिया द्वारा (असहयोग एंव विरोध से) उसको हटाया जा सकता है। बिना समर्थकों को अलग किये जैसे नेता को हटाना कठिन होता है, ठीक उसी प्रकार अप्रत्यक्ष सहयोगी रोगों की उपेक्षा को अलग किये जैसे नेता को हटाना कठिन होता है। ठीक उसी प्रकार अप्रत्यक्ष सहयोगी रोगों की उपेक्षा कर पूर्ण रूप से रोगमुक्त नहीं बना जा सकता। एक रोग की समाप्ति दूसरे को सामने लायगी एंव रोगी पराधीन बनकर सदैव डॉक्टरों अथवा दवाईयों पर आश्रित रहने लगेगा। जिन्दगी का बाकी समय पीड़ादायक, तनावग्रस्त एंव दुःखी हो जावेगा।

क्या दो रोगी एक जैसे हो सकते है ?

क्या दुनिया में कोई दो प्राणी शत्–प्रतिशत एक जैसे हो सकते है ?नहीं । तब दो रोगी एक जैसे कैसे हो सकते है ? दो रोगियों को उपचार एक जैसा कैसे होगा ?क्या बाजार मे उपलब्ध दवाईयॉ अथवा इंजेक्शन रोगी के अनुरूप बनाये जाते है ?दवा कैसे बनती है ? उसमें कौन–कौन से तत्त्व कितनी–कितनी मात्रा में होते है, इस बात की जानकारी क्या सभी डॉक्टरों को होती है ?दवा की आवश्यकता का निर्धारण एंव मात्रा का मापदण्ड वे कैसे निश्चित करते है ? क्या उसके विपरीत कम या अधिक मात्रा शरीर में असन्तुलन और दुष्प्रभाव तो नहीं बढ़ाती ? अपने आपको सर्वश्रेष्ठ, बुद्धिमान मानने वाले मानव को गम्भीरता पूर्वक चिन्तन करना होगा कि उन पर उपचार के नाम पर अनावश्यक प्रयोग हो नहीं हो रहे है ? क्या चिकित्सक शीघ्र राहत पहुँचाने के लिये, रोग मिटाने हेतु रोग को दबाने का प्रयास तो नहीं कर रहे है? हमारी अधिकांश मान्यताओं का आधार प्रायः स्वचिन्तन तथा स्वविवेक न होकर डॉक्टरों की लम्बी–लम्बी डिग्रीयाँ, विज्ञापन एंव उनके पास होन वाली भीड़ का अन्धाःनुकरण है। रोगी में धैर्य एंव सहनशीलता का अभाव होता जा रहा है। शारीरिक श्रम के प्रति अज्ञान, असजगता एंव नासमझाी है। इसी के परिणाम स्वरूप प्रायः अधिकांश रोगी एंव उनके हितचिन्तक माने जाने वाले दीर्घ दृष्टि का ध्यान रखे बिना रोगी का भला बुरा नहीं सोचते। तुरन्त राहत के नाम पर जाने–अनजाने रोगी के स्वास्थ के साथ खिलवाड़ करवाने में सहयोग कर रहे हैं। रूई मे लगी आग को कब तक छिपाये रखा जा सकेगा ? आज उपचार के नाम पर मूल मे भूल हो रही है। प्रायः रोगों के मूल कारणों की उपेक्षा कर उन्हे दूर करने के बजाय मात्र बाह्य लक्षणों को दबाया जा रहा है। गन्दगी को सफाई के नाम पर दबाकर अथवा छिपाकर रखने से उसमें दुर्गन्ध ही बढेगी। उसी प्रकार शरीर में रोग को दबाने से भविष्य में वे विकराल रूप ले सकते है, अथवा असाध्य बनकर अधिक परेशानी और संकट का कारण बन सकते हैं। दीमक लगी लकड़ी में रंग–रोगन से बाहर तो चमक आ सकती है, परन्तु मजबूती नहीं। उसी प्रकार रोगों के कारणों को हटाये बिना कोई व्यक्ति लम्बे समय तक रोगमुक्त नही रह सकता।

रोग क्यों होते है ?

उपचार करने से पहले सही निदान आवश्यक है एंव रोगों के कारणों को जानना तथा उन परिस्थितियों से बचना आवश्यक है। रोग होने के अनेक कारण हो सकते हैं, जैसे – पूर्वजन्म के संचित असाता वेदनीय कर्मो का उदय, पैतृक संस्कार, दुर्घटनायें, असाध्य अथवा संक्रामक रोगों के प्रति प्रारम्भ में रखी गयी उपेक्षावृत्ति, अनावश्यक दवाओं का सेवन, शरीर में प्रतीरात्मक शक्ति का न होना अथवा पूर्व में ली गयी शारीरिक क्षमताओं को क्षीण करने वाली दवाईयाँ और इंजेक्शन का दुष्प्रभाव। दूषित अथवा असात्विक खान–पान, आचार–विचार, रहन–सहन, दुर्व्यसनों का निःसंकोच सेवन, प्रदूषित वातावरण, प्राकृतिक नियमों का उल्लंघन, पाशविक वृत्तियॉ, असंयम, अविवेक, आलस्य, अशुभ चिन्तन, अज्ञान, असजगता एंव राग–द्वेष बढ़ाने वाली कषायों से जीवन में तनाव की बहुलता आदि प्रमुख कारण है। इन कारणों का परिणाम होता है। रोगग्रस्त भाग में चेतना का असंतुलन। कहीं सक्रियता आवश्यकता से अधिक हो जाती है तो कुछ भाग चेतना की असक्रियता के कारण आंशिक अथवा पूर्ण रूपेण निष्क्रिय होकर अपना कार्य बराबर नहीं करते तथा हम रोग ग्रस्त हो जाते हैं। यदि किसी भी विधि द्वारा चेतना को पुनः संतुलित कर दिया जावे तो चेतना का प्रवाह बराबर होने लगता है, तथा रोग दूर हो जाता है।

क्या हम स्वस्थ है ?

स्वस्थ का अर्थ है स्व में स्थित रहना अर्थात् अनुकुलता एंव प्रतिकुलता दोनो परिस्थितियों में समभाव में रहना, सन्तुलित रहना, राग–द्वेष से परे हो वीतरागी बन जाना। जब तक उस स्थिति को हम प्राप्त नहीं कर लेते तब तक पूर्ण रूपेण सदैव के लिये स्वस्थ नहीं रह सकते। स्वस्थता की स्थिति प्राप्त करने के लिए शारीरिक, मानसिक एंव आध्यात्मिक संतुलन आवश्यक है, परन्तु आज हमारा सारा चिन्तन एंव प्रयास शारीरिक स्वास्थ तक ही सीमित हो रहा है। उसके लिए भी हमें समझना होगा कि आरोग्य क्या है?निरोग कौन है?जिसका पाचन एंव श्वसन ठीक हो, भूख प्राकृतिक लगती हो, नींद स्वभाविक आती हो, चेहरे एंव ऑखों मे चमक हो, नाड़ी संस्थान शक्तिशाली हो, विजातीय तत्त्वों का विसर्जन बराबर हो, जो आत्म विश्वासी, दृढ़ मनोबली, सहनशील, धैर्यवान, साहसी हो, जिसका स्व–चिन्तन एंव स्व–विवेक जाग्रत हो तथा जो प्राकृतिक नियमों का पालन करता हो।

स्वास्थ्य का आधार क्या है ?

प्रकृति के साथ असहयोग की सजा रोग है। अतः निरोग रहने के लिये आवश्यक है कि यथासम्भव हम प्राकृतिक नियमों का पालन करें। श्वास कब, कितना, कैसे लेवें छोड़े? पानी कब, कितना, कैसे पीवें? खाना कब, कितना कैसे, कहाँ खावें? नियमित धूप सेवन का महत्त्व समझें एंव उसके अनुरूप ऊर्जा के मूल स्त्रोत हवा, पानी, भोजन एंव धूप का नियमित उपयोग करें। आवश्यक ध्यान, व्यायाम, स्वाध्याय, सद्–चिन्तन हो, हमारी प्रवृतियाँ सात्त्विक हो तथा प्राणी मात्र को सुख पहुँचाने वाली हों। प्रकृति का अटल सिद्धांत है – दुःख देने से दुःख मिलता है और सुख देने से सुख। अतः यदि हम शांत, सुखी एंव स्वस्थ रहना चाहते हैं तो प्राणी मात्र को प्रति हमें दया, करूणा, संवेदन का भाव विकसित करना होगा। अपने सुख एंव स्वास्थ्य के लिये दूसरों को कष्ट पहुँचाकर हम लाख प्रयास करने के बावजूद पूर्ण स्वस्थ नहीं रह सकते। इन नियमों की उपेक्षा कर अपने आपको स्वस्थ रखने की कल्पना करना, आग लगाकर शीत प्राप्त करने के समान होगा। फूटे हुए घड़े को सात समुद्रों का पानी भी भरा हुआ नहीं रख सकता। मन के लंगड़े व्यक्ति को स्वर्ग के हजारों देवता भी नहीं चला सकते, ठीक उसी प्रकार जब तक चिकित्सा में साधन, साध्य एंव सामग्री की पवित्रता नहीं होगी, तब जक हमें दीर्घकाल तक शारीरिक स्वस्थता भी प्राप्त नहीं हो सकती। आध्यात्मिक एंव मानसिक स्वस्थता का तो प्रश्न ही नहीं। अपने–आपको स्वस्थ रखने की भावना वालों को सन्तुलन के इस सिद्धांत का पालन करना आवश्यक है।

ग्रन्थियों का संतुलन स्वास्थ्य के लिये परमावश्यक है।

अन्तःस्त्रावी ग्रन्थियॉ हमारे मस्तिष्क की कार्यप्रणाली को सक्रिय एंव सजक रखती है। चिन्तन, मनन, विचार, वाणी, नेतृत्व एंव निर्णयात्मक क्षमता को नियन्त्रित करती है। हमारे स्वभाव संवेदना एंव संकल्पशक्ति को प्रभावित करती है। हमारा विवेक जागृत करने, सुख दुःख का अनुभव करने, भला बुरा जानने की क्षमता प्रदान करती है। जीवन की गतिविधियों जैसे शक्ति, स्थिरता, व्यक्ति, हलन–चलन, शरीर के संतुलित विकास, तापक्रम के नियन्त्रण, प्रजनन प्रक्रिया, रक्त, मांस, मज्जा, वीर्य, हड्डियों आदि के निर्माण में प्रमुख भूमिका निभाती है। श्वसन, पाचन, मांस पेशियों का संकुचन अथवा फैलाव, अनावश्यक पदार्थो के शरीर से निष्कासन आदि क्रियाओं में महत्त्वपूर्ण योगदान देती है एंव हमारी अवरोधक क्षमता का नियन्त्रण करती है। शरीर में आवश्यक सभी तत्वों का निर्माण करने में सहयोग करती है। इसके बराबर कार्य न करने से ही कोई रोग हो सकता है। ग्रन्थियों को सुव्यवस्थित एंव संतुलित किये बिना लाख प्रयास करने के बावजूद हम पूर्णतया रोग मुक्त नहीं हो सकते। तनाव, चिन्ता, भय, निराशा, आवेग एंव दवाईयों के अनावश्यक सेवन से ग्रन्थियां निष्क्रिय हो जाती है। शरीर की प्रतिकारात्मक शक्ति घटने लगती है। अतः स्वस्थता की कामना रखने वालों को इन ग्रन्थियों की सजकता एंव संतुलन का विशेष ध्यान रखना चाहिये तथा जो उपचार पद्धतियां ग्रन्थियों को प्रभावशाली ढंग से सरलता पूर्वक रख सकें उन्हीं को अपनाना चाहिये।

Dr Er Chanchalmal Chordiya , Jodhpur 9414134606

इस पत्र में प्रकाशित समस्त लेखों, संकलन एवं विचारों के लिए लेखक/प्रेषक/संकलनकर्ता स्वयं उत्तरदायी है, सम्पादक एवं सम्पादक मण्डल का उनसे सहमत होना आवश्यक नहीं है। पत्रव्यवहार के लिए पता– जैन इंजीनियर्स सोसायटी, मनोप्रेम 144, कंचन बाग, इन्दौर 452002 भारत
फोन: 0731-3044602 E-mail-jainengineers@eth.net, Website- www.jainengineerssociety.com

BOOK-POST
PRINTED MATTER

RNI : MPBIL/2004/13588
डाक पंजी. क्रं आयडीसी/डिवीजन/1130/2013-15

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 : Akruti Graphics, 17, Adarsh Bijashan Nagar, Indore
Editor - Er. Rajendra Singh Jain