आंचलिकता का शब्द-माधुर्य

वाणी गीत

आंचलिक बोलियों/भाषाओं में कुछ शब्द अपने अर्थ से ऐसे गुंथे होते हैं कि अन्य किसी भी भाषा में उसका सटीक शब्दार्थ तलाशना मुश्किल होता है। राजस्थानी (मारवाड़ी) में ऐसा ही एक शब्द है चत्तर, चतर (चतुर)। यह चतर/चतुर हिंदी में जिस अर्थ में (क्लेवर) प्रयुक्त होता है, राजस्थानी में कुछ अंतर से प्रयोग होता है। जैसे अपने कार्य में अत्यधिक सतर्कता बरतने वाले अथवा सावधानीपूर्वक अपना कार्य करने वालों के लिए इस शब्द का प्रयोग किया जाता है। इस शब्द को अपने प्रिय (स्त्री या पुरुष दोनों के लिए) को इंगित करने के लिए भी प्रयुक्त होता है। इस राजस्थानी लोकगीत में चतुर सजनी के लिए चतुराई शब्द का इतना सुंदर संयोजन है कि बस इसके आनंद से रससिक्त हुआ जा सकता है। किस शब्द में इसकी व्याख्या हो या तो मुझे भाषा का इतना ज्ञान नहीं या मैं समझा नहीं पा रही। देखिए मिठास का एक अंदाज–जयपुरिये गयो ए नादान बनी ए, तन पेहरण की चतुराई बन्नी न लहरियो ल्यायो ए, जोधाणे गयो ए नादान बनी ए, तन प्हेरण की चतुराई मोजड़ी ल्यायो एज

इस गीत में नायक अपनी प्रेयसी से कह रहा है कि वह जयपुर गया था, वहां से उसके लिए लहरिया लेकर आया है। जोधपुर गया तो मोजड़ी (जूतिया) लेकर आया। इस गीत से यदि चतुराई शब्द हटा दें जो कि यहां अपने वास्तविक शब्दार्थ में प्रयुक्त नहीं है, तब भी गीत के रस माधुर्य को कमतर कर देता है। आंचलिक शब्दों का शिल्प और भाषा में उनको उपयुक्त स्थान पर प्रयोग करने पर जो रस माधुर्य उत्पन्न होता है, उसे गूंगे का गुड़ ही जानो। असल में कई बार ऐसा होता है कि जब आपको किसी शब्द के सीधे अर्थ पर नहीं जाना है, उसके भाव को समझना होता है। ऐसा ही इस चतर या चतुराई में है। हमारे यहां तो वही बात है कि कोस–कोस पर बरसे पाणी, 1० कोस पर बाणी। यानी हर दस कोस में एक नयी बोली आपको सुनने को मिलेगी। बोली हो या भाषा इसकी मिठास सबको भा जाती है। कई बार तो ऐसा भी अवसर आता है कि कोई लोकगीत सुनने पर भले ही उसका अर्थ सीधे तौर पर समझ न आ रहा हो, लेकिन उसकी धुन, तर्ज और गाने का अंदाज भा जाता है। यही तो मिठास है अपने लोकगीतों की क्योंकि जो लोक से जुड़ा है, वही मीठा है। उसमें भेदभाव कुछ नहीं होता।

करीना बनीं प्यूमा इंडिया का नया चेहरा

बॉलीवुड अभिनेत्री करीना कपूर खान स्पोर्ट्स व लाइफस्टाइल ब्रांड प्यूमा का नया चेहरा बन गई हैं। अब वह आने वाले समय में इस ब्रांड के लिए प्रचार करती नजर आएंगी।

अपने फिटनेस रूटीन के प्रति समर्पण के लिए जानी जाने वालीं करीना प्यूमा के जल्द ही पेश किए जाने वाले स्टूडियो कलेक्शन का ब्रांड एम्बेसडर बनेंगी। स्टूडियो टू स्ट्रीट्स स्टाइल की अवधारणा पर आधारित इस कलेक्शन में योगा, बैरे (शारीरिक व्यायाम का एक रूप), पिलेट्स के लिए उपयुक्त तमाम परिधान शामिल हैं।

करीना इस बारे में कहती हैं, फिटनेस मेरी जिंदगी का महत्वपूर्ण हिस्सा है और मैं कई तरीकों से इसका आनंद लेना पसंद करती हूं, जैसे कि योगा, पिलेट्स या सिर्फ मॉर्निंग वॉक। प्यूमा के साथ हर एक चीज का मुझे इंतजार है और आने वाले महीनों में इसे लेकर कई योजनाएं भी हैं।

वह आगे कहती हैं, प्यूमा की जो बात मुझे सबसे अच्छी लगती है, वह यह कि यह अपनी सीमाओं का प्रसार हमेशा से करती रही है और महिलाओं को वे जैसी हैं वैसा बने रहने के लिए उन्हें प्रोत्साहित करते रहे हैं। उनकी यही खासियत मेरे दिल तक जाती है क्योंकि यह कुछ ऐसा है, जिन पर मैं हमेशा से यकीन करती रही हूं और अपनी निजी जिंदगी और पेशेवर जिंदगी में मैंने खुद भी इनका अनुसरण किया है।

प्यूमा के स्टूडियो कलेक्शन को अप्रैल से ऑनलाइन, प्यूमा स्टोर्स और गिने-चुने रिटेलर्स में उपलब्ध कराया जाएगा।

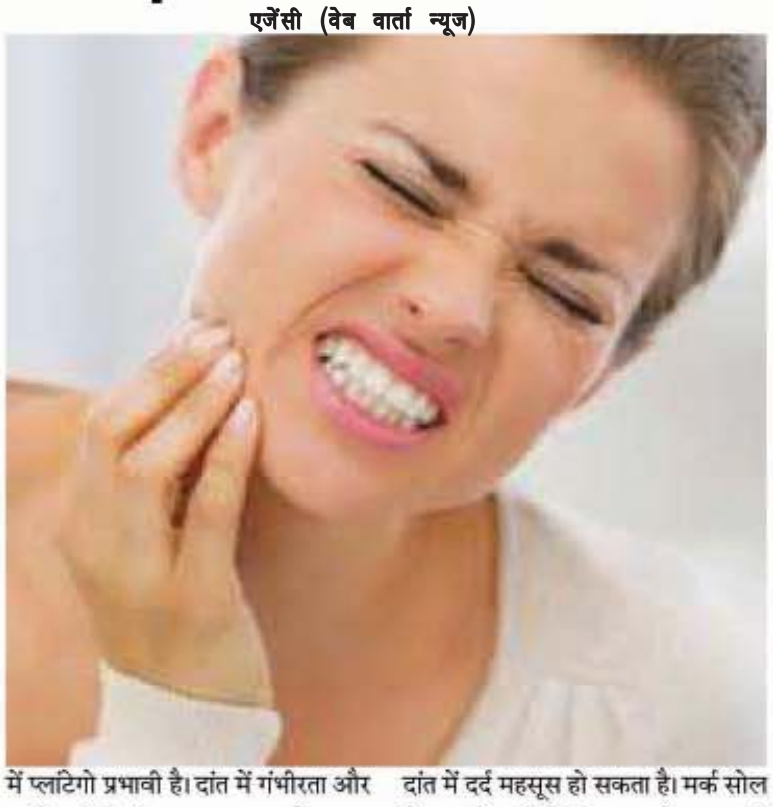
अन्तस की शुद्धता

एक शिष्य ने ऋषि से पूछा, 'इस कलियुग में रहते हुए पाप-कर्मों से बचने का क्या उपाय है ' ऋषि ने गंभीर होकर कहा, 'शुद्धता अन्तस की होनी चाहिए, अन्तस शुद्ध होगा तो हम जो भी करेंगे वह पुण्य ही होगा, शुद्ध अन्तस से पाप हो ही नहीं सकता। और यदि अन्तस शुद्ध नहीं है तो हम जो भी करेंगे वह गलत ही होगा, पुण्य भी करना चाहेंगे तो भी ग़लत ही होगा, अशुद्ध अन्तस से पुण्य सम्भव ही नहीं है। अन्तस की शुद्धता पूजा-पाठ से, धर्म स्थलों पर जाने से, तीर्थ यात्रा पर जाने से, धर्म शास्त्रों के अध्ययन से सम्भव नहीं है। अन्तस शुद्ध होता है ध्यान से, प्रेमपूर्ण चित्त से, करुणा से। प्रेमपूर्ण, करुणावान और ध्यानस्थ चित्त से ही अन्तस शुद्ध होता है!'

प्रस्तुत : सुभाष बुड़ावनवाला

होम्योपैथिक नुस्खों से जड़ से खत्म होगा दांत का दर्द!

एजेंसी (वेब वार्ता न्यूज)



हम में से कई लोग अपनी जिदंगी में कभी न कभी दांत में दर्द से परेशान जरूर होते हैं। दांत में दर्द को नजरअंदाज भी नहीं किया जा सकता है। अगर ऐसा करने की कोशिश भी करें तो असहनीय दर्द जीना मुश्किल कर देता है। दांत में दर्द की वजह से खाना और यहां तक कि बात करना या काम कर पाना भी मुश्किल हो जाता है।

ये एक आम समस्या है जो कभी न कभी हर इंसान को परेशान जरूर करती है। हालांकि, हर किसी को अलग-अलग वजहों से दांत में दर्द की शिकायत हो सकती है। किसी को दांत में कीड़ा लगने तो किसी को मसूड़ों में सूजन की वजह से दांत में दर्द हो सकता है। दांत में दर्द को दूर करने के लिए आपने अब तक आयुर्वेदिक उपायों और घरेलू नुस्खों के बारे में पढ़ा और सुना होगा लेकिन आपको बता दें कि दांत में दर्द के लिए होम्योपैथिक नुस्खे भी मौजूद हैं।

यहां हम आपको दांत में दर्द के कुछ कारगर होम्योपैथिक नुस्खों के बारे में बताने जा रहे हैं।

सिलिसिया

दांत की रूट में पस पड़ने के कारण दांत में दर्द होने की समस्या को दूर करने के लिए सिलिसिया बेहतरीन होम्योपैथिक दवा है। पस पड़ने के कारण मसूड़ों और गालों में सूजन से राहत दिलाने में भी सिलिसिया मददगार है।

स्टेफिसेग्रिया

दांतों में सेंसिटिविटी के साथ-साथ कुछ भी खाने या पीने पर दांत में दर्द होने की समस्या को स्टेफिसेग्रिया से ठीक किया जा सकता है। स्टेफिसेग्रिया मसूड़ों से खून आने और अत्यधिक लार बहने की भी असरकारी दवा है।

प्लांटिगो

दांत में दर्द से छुटकारा पाने के लिए प्लांटिगो बहुत लोकप्रिय दवा है। ये दांतों में सेंसिटिविटी का इलाज करने में भी उपयोगी है। दांत का दर्द जब बढ़ कर कानों तक पहुंच जाए तो इस दिक्कत को भी दूर करने में प्लांटिगो प्रभावी है। दांत में गंभीरता और इससे जुड़ी किसी स्वास्थ्य समस्या के आधार पर प्लांटिगो को लगाने या खाने के लिया दिया जा सकता है।

अर्निका

दांत निकलवाने और दांतों की फिलिंग के बाद मसूड़ों में होने वाले दर्द के इलाज में होम्योपैथिक दवा अर्निका बहुत उपयोगी है। अर्निका दर्द निवारक दवा के रूप में काम करती है। विभिन्न स्वास्थ्य समस्याओं के होम्योपैथी इलाज में अर्निका का इस्तेमाल किया जाता है।

मर्क सोल

हैलिटोसिस (सांस की बदबू)और अत्यधिक लार आने की वजह से लगातार दांत में दर्द महसूस हो सकता है। मर्क सोल से इस परेशानी से निजात पाई जा सकती है। मसूड़ों से खून आने, दांतों में ढीलापन और सेंसिटिविटी को भी इस दवा से ठीक किया जा सकता है।

अगर आपको भी किसी न किसी वजह से दांत में दर्द की शिकायत रहती है तो होम्योपैथिक नुस्खों की मदद से आप इस समस्या से हमेशा के लिए छुटकारा पा सकते हैं। एक बात का ध्यान रखें कि किसी भी बीमारी या स्वास्थ्य समस्या के लिए अनुभवी होम्योपैथिक चिकित्सक की सलाह के बाद ही होम्योपैथिक दवा का सेवन करना चाहिए।

शब्द सामर्थ्य -064

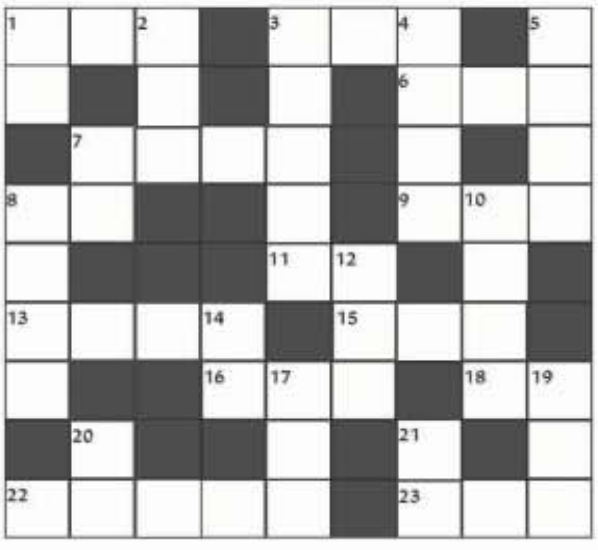
(भागवत साहू)

बाएं से दाएं

1. तकलीफ, कष्ट, कठिनाई, परेशानी 3. सरल, सहज 6. ज्ञान प्राप्त करना, शिक्षा लेना 7. विवश, लाचार 8. अत्यधिक ठंडा, सुस्त 9. अच्छे ढंग में गाया जाने वाला सुंदर गीत 11. सूर्य, सूरज 13. वस्त्र आदि धारण कराना 15. अप्रसन्न, नाखुश 16. खिंचाव, आकर्षण शक्ति (उ.) 18. एक रंग, आसमानी रंग 22. सेवा-सत्कार, आवभगत 23. सर्प, सांप, लकड़ी आदि की मूर्ति बनाना।

ऊपर से नीचे

1. हृदर, उर 2. शिष्टता, भद्रता, विवेक (उ.) 3. अंततः, अंततोगत्वा 4. अच्छी शिक्षा, नेक सलाह 5. आवागमन, गमनागमन 7. पुरुष 8. घोड़े की तेज चाल, तेज गति की दौड़ 10. लूटपाट, डकैती 12. बबार्दी, तबाही 14. नासिका, श्वसनइंद्रीय 17. आखेटक, अरेही 19. योग्य, काबिल 20. कामदेव की पत्नी, प्रेम, आनंद 21. रात्रि, निशा।



शब्द सामर्थ्य क्रमांक 63 का हल

चु	स्त		मु		सं	स्था	न	
ग		म	र्दा	न	गी		त	म
ली	प	ना			त	न		
	ना	ना					ज	
मा	ह		रा		सा	ज	न	
न		स	ह	दे	व		म	द
व		म		व	न	ज		ल
ता	क	त	व	र		मी		द
	ल	ल	क		क	र	त	ल