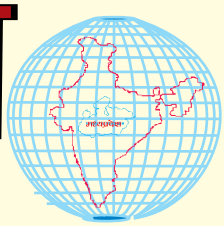
रजि. न. MPHIN / 2007 / 22179

बरली की दुनिया



बरली ग्रामीण महिला विकास संस्थान इन्दौर की मासिक समाचार पत्रिका

"मानव जाति एक पक्षी के समान है, जिसके दो पंख हैं, एक पुरुष दूसरा स्त्री। जब तक दोनों पंख मजबूत न होंगे, एक सांझी शक्ति के द्वारा हिलाए न जाएंगे, तब तक पक्षी की आकाश में उड़ान असम्भव है।"

वर्ष–4 अंक 44 अक्टूबर 2010 मूल्यः 5रू.

घरेलू इलाज

यह सच है कि यदि हम सही खाना खाए और साफ़ सफाई का ध्यान रखे तो बीमारियों और दवाइयों से काफी हद तक बच सकते हैं। लेकिन जीवन में शरीर को कुछ न कुछ तो होता ही रहता हैं। आज भी हमारे कई घरों में बड़े बुजुर्ग जैसे दादा–दादी, नाना–नानी, साधारण खाने–पीने की चीजों से छोटी–मोटी बीमारी का इलाज करते हैं।

बहाई लेखों के अनुसार "जब कभी इलाज की जरूरत हो तो लापरवाही न करो लेकिन जब स्वास्थ्य सुधर जाए तब दवाई का सेवन बंद कर दो। बेहतर होगा कि बीमारी का इलाज खान–पान से करें और दवाओं के प्रयोग से बचें, और अगर तुम्हें यह महसूस हो कि किसी एक ही दवाई की जरूरत है तो बहुत सारी दवाईयों का प्रयोग न करो। लेकिन जब इसकी जरूरत हो तो दवाई अवश्य लो।'' इसका मतलब यह हैं कि जहाँ तक हो सके, हमें खाने –पीने की चीज़ों से बीमारी को ठीक करने की कोशिश करनी चाहिए, जब तबियत ठीक हो तब दवाइयाँ नहीं खाना चाहिए। लेकिन यह भी सच हैं कि छोटी–मोटी बीमारियों का ही छोटा–मोटा इलाज घर पर कर सकते हैं। जैसे ही लगने लगे कि बीमारी बढ़ रही हैं तो हमें अच्छे डॉक्टर की राय लेना चाहिए और डॉक्टर जो दवाई बताए उसे खाना चाहिए।

बीमारी का कारण हमारे शरीर के अन्दर किसी चीज़ की कमी है और कुछ बह जाने से है। अगर यह सही हो जाए तो कई बीमारियों से बचा जा सकता हैं। आजकल लोग दवाई ऐसे खाते हैं जैसे बेर, भुट्टे या मूंगफली के दाने। ज़रा सा कुछ दुखा तो झटपट दवाई खा लेते हैं। लेकिन जब थोड़ी बहुत तकलीफ हो तो शुरू में ही उसे घरेलू दवाइयों और जड़ी बूटियों से ठीक किया जा सकता हैं और हम बड़ी बीमारी होने से बच सकते हैं।

इस बार की बरली की दुनिया कुछ घरेलू इलाज की जानकारी लेकर आ रही है।

तुलसी से होने वाले इलाज

तुलसी अपने भारत में कई जगह पाई जाती है। इसे लोग घरों, बगीचों व मंदिरों के आस–पास लगाते हैं। लेकिन जंगलों में यह अपने आप ही उग आती है। आमतौर पर तुलसी की पत्तियां हरी व काली होती है। तुलसी के पौधे आमतौर पर मार्च–जून में लगाए जाते हैं। सर्दी के मौसम में इसके फूल आते हैं जो बाद में बीज के रूप में पकते हैं।

बुखार

⇒ तुलसी के 20 पत्ते, 20 कालीमिर्च, 2 छोटे चम्मच कुटा अदरक और 2 छोटे टुकड़े दालचीनी को आधा गिलास पानी में उबालकर चाय बना लें। इसमें 5 छोटा चम्मच शक्कर या गुड़ मिलाकर दिन में 2–3 बार बुखार से पीड़ित रोगी को पिलाएं। इससे साधारण बुखार ठीक हो जाता है।

⇒तुलसी के 8–10 पत्ते, 5 लौंग, आधा चम्मच सोंठ का चूर्ण तथा 1 चम्मच कालीमिर्च का चूर्ण। इन सभी को 1 गिलास पानी में उबालें। जब पानी आधा बच जाए तो इसे छानकर थोड़ी–सी शक्कर मिलाकर 3–3 चम्मच दिन में 3–4 बार पिलाने से बुखार ठीक होता जाता है।

उल्टी होना

⇒तुलसी के पत्तों का रस और शहद को 2–2 चम्मच मिलाकर पीने से उल्टी बंद होती है। तुलसी का रस, पुदीना और सौंफ के रस को एक–एक चम्मच मिलाकर पीने से उल्टी बंद होती है।

दाद

चमड़ी की बीमारी जिसमे शरीर पर गोल चक्रो में छोटे–छोटे दाने निकल आते है, जिन पर खुजली होती है' उसे दाद कहते है।

⇒जिस इंसान को दाद हो उसे हर रोज 3 चम्मच तुलसी के पत्तों का रस पीना चाहिए।

⇒तुलसी के 100 पत्ते और चौथाई चम्मच नमक को मिलाकर पीस लें और इसमें आधा नींबू निचोड़कर दाद पर लेप करें। इससे दाद व खाज–खुजली ठीक होती है।

⇒तुलसी के 100 पत्ते और लहसुन की 5 कली को एक साथ पीसकर दाद पर लगाने से दाद ठीक होता है।

खाँसी, बलगम (खखार)

⇒तुलसी के पत्तों का रस, अदरक का रस और शहद बराबर मात्रा में मिलाकर 1–1 चम्मच दिन में 3–4 बार पीने से सर्दी, जुकाम व खाँसी दूर होती है।

⇒तुलसी के सूखे पत्ते, कपूर, कत्था व इलायची बराबर–बराबर लें और फिर इस मिश्रण में 9 गुना शक्कर मिलाकर चूर्ण बना लें। इसे चुटकी भर की मात्रा में सुबह–शाम दिन में 2 बार खाने से खाँसी–जुकाम, गले की सूजन में आराम मिलता हैं और फेफड़ों में जमा हुआ खखार निकलकर खाँसी ठीक होती है।

⇒पाँच लौंग को तुलसी के पत्ते के साथ चबाने से खाँसी में आराम मिलता हैं। तुलसी के 4 पत्ते और 1 चम्मच मिश्री खाने से खाँसी ठीक होती है। इससे फेफड़ों में खखार जमा होने के कारण हो रही घड़घड़ाहट ठीक होती है।

⇒तुलसी के 5 पत्ते और 5 कालीमिर्च को पीस लें और इसकी गोलियां बना लें। इसमें से 1–1 गोली दिन में 4 बार लेने से छाती व गले में फंसा बलगम (खखार) बाहर निकल जाता है।

⇒ आधा छोटा चम्मच तुलसी का रस, एक चम्मच गुड़ और 3 कालीमिर्च का एक साथ सेवन करना चाहिए। इससे खखार के कारण छाती की जकड़न, पुराना बुखार व खाँसी ठीक होती है।

हल्दी से होने वाले इलाज

हल्दी का उपयोग पुराने जमाने से ही भोजन और घरेलू उपचारों में किया जाता रहा है। हल्दी का सबसे ज्यादा उपयोग दाल व सब्जी में किया जाता है क्योंकि यह दाल व सब्जी का रंग पीला करता है और भोजन को स्वादिष्ट भी बनाता है। हल्दी किसी भी उम्र के इंसान को दी जा सकती है चाहे वह बच्चा हो, जवान हो, बूढ़ा हो और चाहे वह गर्भवती महिला हो। हल्दी रंग को साफ करती है।

चमड़ी की बीमारी और रंग साफ़ करने में

⇒एक चम्मच हल्दी को पीसकर 1 कटोरी तिल के तेल में मिलाकर मालिश करें। इससे चमड़ी की बीमारियाँ ठीक होती है।

⇒दो चम्मच बेसन में एक चुटकी हल्दी डाल कर, उस बेसन को पानी में घोलकर मुँह पर लगाए। जब यह सूख जाए तो पानी से धो ले।

चोट लगने पर

⇒चोट लगने पर एक चम्मच हल्दी 1 गिलास गरम दूध के साथ पीने से दर्द और सूजन दूर हो जाती है। चोट लगी जगह पर हल्दी को पानी में मिलाकर उसका लेप लगाएँ।

⇒चार चम्मच घी, आधा चम्मच सेंधा नमक, थोड़ा–सा पानी मिलाकर गाढ़ा मलहम सा बनाकर चोट पर रखकर बांधें। 2 गिलास उबलते हुए गरम पानी में आधा चम्मच सेंधा नमक डालकर हिलाएं, फिर इसमें एक चम्मच हल्दी डालें और बर्तन को उतारकर रख दें। जब पानी शरीर के सहन करने लायक हो जाए तो साफ़ सूती कपड़ा भिगोकर चोट वाले जगह पर सेंक करें। इससे दर्द में आराम मिलता है।

⇒चोट लगने पर जब खून निकलता हैं तो बहते खून को रोकने में हल्दी बहुत ही काम आती हैं। जिस जगह से खून बह रहा हो वहाँ पर एक चुटकी पिसी हल्दी भरने से खून निकलना थोड़ी देर में बंद हो जाता है।

⇒दो चम्मच पिसी हुई हल्दी, चार चम्मच गेहूँ का आटा, एक चम्मच देशी घी, आधा चम्मच सेंधा नमक, थोड़ा–सा पानी मिलाकर गाढ़ा घोल बना लें। फिर चोट लगी जगह पर इसे लगाकर पट्टी बांधें।

⇒कहीं भी चोट लगी हो या सूजन आ गई हो तो दो चम्मच पिसी हुई हल्दी, एक चम्मच चूना मिलाकर लेप करें। इससे दर्द और सूजन कम होता है।

⇒दस कली लहसुन और आधा चम्मच हल्दी–दोनों को पीसकर एक चम्मच तेल में गरम करके सूजी हुई जगह पर लेप करके रूई लगाकर पट्टी बांध दें। इससे सूजन दूर हो जाएगी।

जुकाम

⇒अगर जुकाम या दमे के कारण बलगम निकलता हो तो 1 चम्मच पिसी हुई हल्दी को रोजाना 3 बार गरम पानी से फंकी लेने से लाभ मिलता है।

⇒चने के दाने के बराबर हल्दी को आधा कप दूध में उबालें, फिर उसमें गुड़ मिलाकर रात को सोने से पहले जुकाम वाले इंसान को पिला दें। दूसरे दिन सुबह तक नाक से पानी आना कम हो जाएगा। इसको पीने के बाद पानी नहीं पीना चाहिए।

सूखी काली खाँसी

⇒हल्दी की 3–4 गांठों को तोड़कर तवे पर भूनकर पीस लेते हैं। फिर इसे आधा छोटा चम्मच सुबह–शाम खाने से सूखी काली खाँसी दूर हो जाती है।

माहवारी से जुड़ी परेशानियां

⇒यदि गर्भाशय में कोई खराबी या सूजन है और माहवारी हर महीने ठीक से नहीं होती हो, तो एक चम्मच हल्दी, गुड़ के साथ भूनकर खाना चाहिए।

आंवला से होने वाले इलाज

आंवला युवकों को यौवन और बड़ों को युवा जैसी ताकत देता है। आंवला शरीर और स्वास्थ्य के लिए अमृत की तरह है। आंवला हरा, ताजा हो या सुखाया हुआ पुराना हो, इसके गुण नष्ट नहीं होते। आंवले में विटामिन सी भरपूर होता है। यह शरीर में आरोग्य शक्ति बढ़ाता है। विटामिन सी चमड़ी, आँखों की बीमारियों और केश (बालों) के लिए बहुत उपयोगी है। संक्रमण (छूत) से बचाने, मसूढ़ों को स्वस्थ रखने, घाव भरने और खून बनाने में भी विटामिन सी बहुत जरूरी है।

आँखों की रोशनी बढ़ाने के लिए

⇒आंवला लेने से आंखों की दृष्टि (नज़र) बढ़ती है। एक गिलास ग्राम पानी में दो सूखे आंवले को रात को भिगो दें। सुबह इस पानी को छानकर आँखें धोयें। इससे आँखों की बीमारियाँ ठीक होती हैं और आँखों की दृष्टि बढ़ती है। सूखे आंवले के चूर्ण की 1 चाय की चम्मच की फंकी रात को पानी से लें।

गर्भवती महिला को उल्टी होने पर

⇒यदि गर्भावस्था में उल्टी होती हो तो आंवले के मुरब्बे हर रोज 4 बार खिलाने से उल्टी बंद होती है।

जोड़ों के दर्द

⇒चार सूखे आंवले और चार छोटी कूटा हुआ गुड़ को आधा लीटर यानी 2 गिलास पानी में उबालें, जब यह आधा हो जाए तो इसे छानकर सुबह–शाम पिलाने से गठिया में फायदा होता है परन्तु इलाज के समय नमक नहीं खाना चाहिए।

⇒सूखे आंवले को कूट–पीस लें और उसके चूर्ण से 2 गुना गुड़ मिलाकर बेर के आकार की गोलियां बना लें। तीन गोलियाँ रोजाना लेने से जोड़ों का दर्द कम होता है।

⇒आंवला और हरड़ दोनों का एक छोटा चम्मच लेकर चूर्ण बना लें। यह चूर्ण गरम पानी के साथ रोजाना सुबह–शाम खाने से जोड़ों (गठिया) के दर्द में आराम मिलता है।

चमड़ी की बीमारी

⇒तीन चम्मच पिसे हुए आंवले के रस को रात में एक गिलास पानी में भिगोकर रख दें। सुबह उस पानी को छानकर उसमें 4 चम्मच शहद मिलाकर पीने से चमड़ी

की बीमारियाँ ठीक होती है।

दस्त

⇒आंवले को पीसकर बारीक चूर्ण बना ले। एक चम्मच चूर्ण में चुटकी भर सेंधा नमक मिलाकर दिन में कई बार पानी के साथ पीने से दस्त ठीक होते है।

⇒आंवले की पत्ती, बबूल की पत्ती और आम की पत्ती को बराबर मात्रा में लेकर बारीक पीसकर कपड़े से छानकर रस को निकाल कर रख दें, फिर आधा चम्मच रस में एक छोटी चम्मच शहद मिलाकर उपयोग करने से सभी प्रकार के दस्त ठीक हो जाते हैं।

⇒आंवले का सूखा हुआ चूर्ण दो छोटा चम्मच और एक छोटा टुकड़ा काली हरड़ को अच्छी तरह से पीसकर रख लें, दो चुटकी सुबह और शाम पानी के साथ फंकी के रूप में 1 दिन में सुबह, दोपहर और शाम पीने से दस्त बंद हो जाते है और आमाशय को बल मिलता है।

⇒आंवले के नरम पत्तों को पीसकर चूर्ण बना ले। एक गिलास छाछ में दो चम्मच चूर्ण मिलाकर हर रोज दिन में 3 बार पीने से दस्त में फायदा होता है।

शहद से होने वाले इलाज

शहद के बहुत फायदे है। शहद पुराने बलगम को खत्म करता है, जिगर को मजबूत करता है, शरीर को साफ करता है, महिलाओं की रूकी हुई माहवारी आने लगती है और दूध को बढ़ाता है। शहद हल्का होता है, पेट में शहद जाते ही तुरंत पचकर खून में मिल जाता है और शरीर को ताकत देता है।

दाँतों का दर्द

⇒एक चम्मच शहद में, लहसुन का रस 20 बूंद मिलाकर हर रोज सुबह–शाम चाटें। इससे पायरिया, मसूढ़ों की सूजन, दर्द, मुँह की बदबू आदि खत्म होती है।

खून की कमी

⇒ **दो छोटे चम्मच शहद, एक छोटा चम्मच आंवला, एक गिलास गन्ने का रस मिलाकर पीने से खून की कमी दूर होती है।**

होठों का फटना

चार छोटे चम्मच शहद में दो छोटे चम्मच सुहागा मिलाकर दिन में तीन बार मले, इससे होठों का फटना दूर होता है।

आवाज का बैठ जाना

⇒दो छोटी चम्मच बेहड़ा के चूर्ण को शहद के साथ सुबह और शाम लेने से बैठा हुआ गला ठीक हो जाता हैं।

⇒एक कप गरम पानी में 1 चम्मच शहद डालकर गरारे करने से आवाज खुल जाती है।

पेट में कीड़े

⇒अजवायन का चूर्ण एक चुटकी एक चम्मच शहद के साथ लेना चाहिए। दिन में तीन बार यह चूर्ण लेने से पेट के कीड़े मर जाते हैं।

पेट दर्द

⇒एक चुटकी सौंठ को थोड़े से शहद में मिलाकर चाटने से बहुत फायदा होता है। रात को सोते समय एक गिलास कुनकुने पानी में एक चम्मच शहद मिलाकर पी लें। इसके उपयोग से सुबह पेट साफ हो जाता है। सौंफ, धनियां तथा अजवायन इन तीनों को बराबर मात्रा में लेकर पीस लें। फिर इस चूर्ण में से आधा चम्मच चूर्ण को शहद के साथ सुबह, दोपहर और शाम खाने से कब्ज दूर होती है।

अदरक से होने वाले इलाज

अदरक जमीन के अंदर उगता है। यह गीला और नरम होता है। सूखने के बाद इसे सोंठ कहते हैं। इसे मसाले के तौर पर सब्जियों में डालते हैं। इसका अचार भी बनाते हैं। अदरक खाने में चरखा लगता है।

भूख न लगना

⇒एक चम्मच अदरक के रस को एक चम्मच शहद के साथ चाटना चाहिए। ऐसा करने से दो घंटे में ही भूख लगने लगेगी।

⇒खाना खाने के आधा घंटा पहले एक छोटा टुकड़ा अदरक छीलकर बारीक काट लेना चाहिए। इस कटी अदरक में थोड़ा सेंधा नमक मिलाकर चबाना चाहिए। इससे भूख अच्छी लगेगी।

खाना न पचना/अपच/बदहजमी

⇒एक चम्मच अदरक के रस में एक चम्मच शहद मिलाकर चाटना चाहिए और एक समय का खाना नहीं खाना चाहिए।

⇒खाने से पहले और खाने के बाद एक चम्मच अदरक का रस, एक चम्मच नीबू का रस और सेंधा नमक को स्वाद के अनुसार मिलाकर पीना चाहिए। इससे अपच दूर होती है।

कब्ज

⇒कब्ज होने से पेट पूरी तरह साफ नहीं होता। पेट साफ

नहीं होने से शरीर में सुस्ती आ जाती है। अदरक की पतली–पतली फांके काटकर उसे गुड़ के साथ सुबह–शाम चबाना चाहिए। इससे पेट भी साफ रहेगा, कमजोरी और सुस्ती भी नहीं आएगी। इसे सात दिनों तक लगातार खाना चाहिए।

⇒एक कप पानी में एक चम्मच कुटी हुई अदरक डालकर 5 मिनिट तक उबालना चाहिए। इस पानी को छानकर पीना चाहिए। इससे कब्ज ठीक हो जाता है।

उल्टी

⇒अदरक का रस, प्याज का रस और पानी तीनों को एक–एक चम्मच मिलाकर पीना चाहिए।

पेट दर्द

⇒दो–दो चम्मच अदरक और तुलसी का रस मिलाकर पीना चाहिए।

जुकाम से सिर दर्द

⇒जुकाम से सिर दर्द हो तो सोंठ को पानी में पीसकर माथे पर लगाना चाहिए।

मसूड़ों की बीमारियां

⇒अगर मसूड़े फूल गए हो तो अदरक चबाना चाहिए और दिन में एक बार एक छोटी चम्मच सोंठ पानी के साथ लेना चाहिए। इससे मसूड़े जल्दी ठीक हो जाएंगे और दांत भी साफ रहेंगे।

मुंह की बदबू

⇒एक गिलास गरम पानी में लगभग आधा चम्मच अदरक का रस मिलाकर कुल्ला करना चाहिए।

लहसुन से होने वाले इलाज

लहसुन मसाले के काम में आता है। इसकी चटनी और अचार भी बनते हैं। इससे खाने का स्वाद बढ़ जाता है। यह खाने में तीखा होता है। लहसुन में कई बीमारियों को दूर करने की ताकत होती है। इसको ठंड के दिनों में सेककर खाने से शरीर को गर्मी मिलती है।

जोड़ों का दर्द/सूजन

⇒एक दिन में लहसुन की चार या पांच कली (कच्चा या लहसुन का अचार) खाने से काफी आराम मिलता है। इसे लगातार खाते रहने से दर्द और सूजन दोनों धीरे–धीरे खत्म हो जाएंगी।

दर्द

⇒दो गांठ लहसुन को पीसकर उसमें एक कप तेल मिलाकर गरम करके मलने से दर्द दूर हो जाता है।

पेट दर्द

⇒पाँच बूंद लहसुन का रस थोड़े से नमक के साथ पीने से पेट–दर्द ठीक हो जाता है।

गैस

⇒कच्चा लहसुन या लहसुन का अचार खाने से गैस ठीक होती है।

फोड़े–फुंसियां

⇒चौथाई चम्मच लहसुन का रस, चौथाई कप गरम पानी में मिलाकर दिन में तीन बार पीने से फुंसियां ठीक हो जाती हैं।

खुजली

⇒लहसुन को तेल में उबालकर मालिश करने से खुजली ठीक हो जाती है।

खांसी

⇒आधा कप सरसों के तेल में एक गांठ लहसुन को उबालकर रख लेना चाहिए। इस तेल से सीने और गले पर मालिश करने से खांसी ठीक होती है।

संस्थान के समाचार

बरली संस्थान का स्टॉल

इंदौर के सायाजी होटल में 2 और 3 अक्टूबर 2010 को "निश्चेतना," (ऑपरेशन से पहले सुन्न करना) विषय पर देश के अलग–अलग हिस्सों से आए डॉक्टरों का दो दिवसीय राज्य स्तरीय सम्मेलन आयोजित किया गया। सम्मेलन में संस्थान की निदेशिका डॉ. (श्रीमती) जनक मगिलिगन को भी आमंत्रित किया गया था। इस अवसर पर 3 अक्टूबर को बरली संस्थान का एक विशेष स्टॉल लगाया गया जिसमें आदिवासी लड़कियों द्वारा बनाए गई कलाकृतियों की प्रदर्शनी लगाई गई। स्टॉल में चिड़ियों की लाईन, चिड़ियों के झूमर, बटिक के कुरते, साड़ी, सूट के कपड़े, ब्लॉक प्रिंटिंग के थैले, पर्स, पर्दे, शगुन पर्स, स्वास्थ्य की हिन्दी और अंग्रेजी की पुस्तकें आदि रखे गए।

नायिका क्लब की बैठक में निदेशिका

नई दुनिया नायिका क्लब द्वारा 3 अक्टूबर 2010 को विशेष रूप से महिलाओं के लिए 'महिलाएँ और सामाजिक कार्य' विषय पर एक बैठक का आयोजन किया गया। इस बैठक में बरली संस्थान की निदेशिका डॉ. (श्रीमती) जनक मगिलिगन मुख्य वक्ता थी। उन्होंने कहा "महिलाएँ सामाजिक कार्यों की

शुरूआत घर से ही करें। परिवार के प्रति अपने कर्त्तव्यों का ठीक से पालन करें। अपने बेटे और बेटी में भेद न करें और दोनों का समान रूप से पालन पोषण करें। बेटी को शुरू से अच्छी बहन, बेटी, बहू, पत्नी और माँ बनने की शिक्षा दी जाती है लेकिन बेटे को कभी भी कोई माँ नहीं सिखाती है कि उसे एक अच्छा भाई, बेटा, जमाई, पति और एक अच्छा पिता बनना है। एक बेटे की माँ ही समाज में बदलाव ला सकती है और एक सभ्य समाज का निर्माण कर सकती है। यह तभी होगा जब वह शुरू से बेटे में प्रेम, सौहार्द, सम्मान की भावना विकसित करेगी। समाज से बुराइयाँ हटाई नहीं जा सकती। अच्छाईयाँ बढ़ानी होंगी। अँधेरे को खत्म करने के लिए रोशनी बढ़ा सकते हैं। शांति बढ़ा सकते हैं, अशांति खत्म नहीं कर सकते हैं। बच्चे तम्बाकू और गुटखे का सेवन करते हैं उन्हें बताना चाहिए कि यह स्वास्थ्य के लिए हानिकारक होता है। बीमार इंसान का हाल–चाल पूछ सकते हैं। उसके साथ कुछ समय बिता लें तो यही समाजिक कार्य है। मानसिक स्वास्थ्य के लिए अच्छे लोगों के साथ रहना चाहिए। अच्छी किताबें पढ़ना चाहिए।"

नेशनल ओपन स्कूलिंग के समन्वयकों की बैठक

भोपाल में 5 अक्टूबर 2010 को नेशनल ओपन स्कूलिंग के

समन्वयकों की एक बैठक हुई। बैठक में बरली संस्थान की निदेशिका (श्रीमती) जनक पलटा मगिलिगन तथा उपनिदेशिका श्रीमती ताहेरा जाधव ने भी भाग लिया।

एक्रोपॉलिस कॉलेज ऑफ इंजीनियरिंग में निदेशिका को आमंत्रण

संस्थान की निदेशिका डॉ. श्रीमती जनक पलटा मगिलिगन को 19 अक्टूबर 2010 को इंदौर के एक इंजीनियरिंग कॉलेज में आई.ई.ई.ई. के स्टूडेंट चेप्टर के उद्घाटन कार्यक्रम में आंमत्रित किया गया। उन्होंने 500 विद्यार्थियों और शिक्षकों को संबोधित कर संस्थान की गतिविधियों के बारे में जानकारी दी। संस्थान की उपनिदेशिका श्रीमती ताहेरा जाधव ने भी कार्यक्रम में भाग लिया।

भोपाल में बरली संस्थान का स्टॉल

भोपाल में ट्राइफेड द्वारा 22–31 अक्टूबर 2010 तक एक भव्य मेले का आयोजन किया गया जिसमें बरली संस्थान ने स्टॉल

लगाया। मेले में प्रशिक्षणार्थियों द्वारा बनाए गए बाटिक एवं ब्लॉक प्रिंटिंग की साड़ियाँ, सूट के कपड़े, चादरें, पर्दे, मोतियों से बनी मालाएँ, पयजेब, चिड़ियों के झूमर आदि प्रदर्शित किए गए। स्टॉल का संचालन श्रीमती चंदा पिपरिया व सुश्री लक्ष्मी चौहान ने किया। कलाकृतियों को लोगों ने बहुत पसंद किया।

संस्थान की निदेशिका एवं मेनेजर ने अन्तराष्ट्रीय सम्मलेन में भाग लिया

संस्थान की निदेशिका एवं मेनेजर श्री जिम्मी मगिलिगन ने 27 से 28 अक्टूबर को नई दिल्ली में आयोजित चौथे अन्तराष्ट्रीय नवीकरणीय ऊर्जा सम्मलेन में भाग लिया। इस सम्मलेन का आयोजन भारत सरकार द्वारा ऊर्जा सुरक्षा, जलवायु परिवर्तन और आर्थिक विकास के लिए नवीकरणीय को मुख्य धारा से जोड़ना विषय पर किया गया था।

संस्थान में आए मेहमान

●मध्यप्रदेश के शहडौल से मध्यप्रदेश आजीविका परियोजना

के विकास परियोजना अधिकारी श्री एस. जी. हसन 18 लोगों के समूह के साथ 1 अक्टूबर 2010 को संस्थान देखने आए। उन्होंने कहा, "यह ग्रामीण विकास की आवधारणाओं को समझने के लिए बहुत अच्छा और प्रेरणादायक स्थान है। विशेषतौर पर यहाँ का पर्यावरण और सौर ऊर्जा तकनीक देखने लायक है।"

●समाज सेवी सुश्री मेधा पाटेकर 6 अक्टूबर 2010 को संस्थान आईं और प्रशिक्षणार्थियों से मिली। उन्होंने संस्थान की

सभी प्रशिक्षणार्थियों को सम्बोधित करते हुए कहा "मैं यहाँ साक्षरता के लिए किए गए प्रयासों को देखकर बहुत प्रसन्न हूँ। यह संस्थान महिला सशक्तिकरण के लिए बहुत अच्छे कार्य कर रहा है। आप बहुत सौभाग्यशाली है कि यहाँ प्रशिक्षण ले रहे है।" उन्होंने महिलाओं के अधिकारों के बारे में भी बातचीत की।

●किसान स्वराज्य यात्रा 8 अक्टूबर 2010 को बरली संस्थान पहुँची। यह यात्रा 2 अक्टूबर को साबरमती गाँधी आश्रम से

शुरू हुई थी और 11 दिसम्बर को राजघाट, नई दिल्ली पहुँची। इस यात्रा में आए समूह ने प्रशिक्षणार्थियों से कृषि से संबंधित विभिन्न विषयों पर चर्चा की जैसे छोटे किसानों के लिए आजीविका, खाद्य सुरक्षा, हमारे भोजन और जल

को ज़हर से मुक्त करना आदि।

●डॉ. दुर्गेश मिश्रा, डॉ. संजीव तोकेकर सहित 28 प्रोफेसर एवं छात्रों का समूह 9 अक्टूबर 2010 को संस्थान आए। संस्थान के प्रबंधक श्री जिम्मी मगिलिगन ने उन्हें संस्थान दिखाया और निदेशिका डॉ. जनक पलटा मगिलिगन ने उन्हें कंप्यूटर द्वारा संस्थान की गतिविधियों की जानकारी दी। डॉ. चंदवानी ने कहा ''यह मेरे जीवन का सबसे यादगार दिन है।''

●देवी अहिल्या विश्व विद्यालय के एकेडमिक स्टाफ कॉलेज

से 18 प्रोफेसरों का समूह 12 अक्टूबर 2010 को संस्थान देखने आया। संस्थान की निदेशिका ने कम्प्यूटर पर प्रस्तुति देकर संस्थान की गतिविधियों की जानकारी दी। संस्थान के प्रति उन्होंने अपनी भावनाएं दर्शाई– "महिलाओं के लिए बहुत अच्छा काम कर रहें हैं।" "आदिवासी महिलाओं को सशक्त करने का अच्छा एवं उत्कृष्ट प्रयास है।"

●राष्ट्रीय जनसंख्या आयोग के सदस्य डॉ. मनु कुलकर्णी 2

अक्टूबर को संस्थान आए। यहाँ की गतिविधियों को देखकर उन्होंने कहा– "मैं 7–8 वर्षो के बाद इस संस्थान

में फिर से आया हूँ। यह रोमांचक स्थान हैं। आदिवासी लड़कियों के लिए प्रशिक्षण का महान स्थान है। ईश्वर जिम्मी और जनक को हमेशा अपने आशीर्वाद की छत्रछाया में रखें।''

- 28 अक्टूबर 2010 को फिनलैंड से आए श्री विले लेपानेन और श्री पावो लेपानेन ने संस्थान देखकर कहा "बरली देश के विकास के लिए एक बहुत ही महत्वपूर्ण और प्रभावशाली संस्थान हैं।"

स्वंयसेविका का अनुभव

फिनलैंड की सुश्री मरिंका ने संस्थान में 2 सितम्बर से 27 अक्टूबर 2010 तक अपनी सेवाएँ दी। उसने पर्यावरण और जैविक खाद से जुड़ी गतिविधियों में पूरे उत्साह से भाग लिया। वह संस्थान के आत्मीय वातावरण और आदिवासी महिलाओं को सशक्त करने के प्रयासों से बहुत प्रभावित हुई। जाते समय उसने अपनी इच्छा व्यक्त की कि वह अपनी पढ़ाई पूरी करके, आगे मौका मिला तो फिर से जरूर आएंगी।

नेशनल ओपन स्कूल के परिणाम

हम आपको सूचित कर रहें है कि नवंबर 2010 में 99 वाँ प्रशिक्षण की प्रशिक्षणार्थियों द्वारा दी गई नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ ओपन स्कूलिंग की कटाई और सिलाई के परिणाम आ गए है। जो प्रशिक्षणार्थी परीक्षा में पास हो गए हैं उनके परिणाम नीचे दिए गए हैं।

क्र.	नाम	अंक
1	कु. सावित्री जाधव	159
2	कु. किला जमरा	146
3	कु. अनिता जमरा	158
4	कु. झेंदा अलावा	148
5	कु. गुड्डी नरगांवा	154
6	कु. सुनिता सस्तिया	154
7	कु. सेवन्ती बड़ोले	147
8	कु. पातली जमरा	145
9	कु. बाली बर्डे	155
10	कु. रंगिता सस्तिया	156
11	कु. सुनिता जामसिंग	160
12	श्रीमती अमिता किराड़	153
13	कु. सोनू डूडवे	150
14	कु. पिरली सस्तियाँ	148
15	कु. गेंदा देवड़ा	157
16	कु. रेशमी खरत	160
17	कु. जानू मण्लोई	147

क्र.	नाम	अंक
18	कु. राधा मुझाल्दे	168
19	कु. ममता मोरे	159
20	कु. सादना चौहान	161
21	कु. लक्ष्मी चौहान	163
22	कु. कृष्णा वास्कले	153
23	कु. सुनिता खरत	167
24	कु. आरती राजगोन	168
25	कु. गीता जमरा	160
26	कु. बसंती डावर	156
27	कु.. गीता डावर	151
28	कु.. सुशिला चौहान	159
29	कु.. सुनिता चौहान	152
30	कु.. संजू सस्तिया	146
31	कु.. तारा परमार	161
32	कु.. किरण मोरे	154
33	कु.. मसरी वास्कले	154
34	कु.. लक्ष्मी वास्कले	159
35	कु. काली चौंगड़	159

बरली की दुनिया ऑनलाईन भी है। इसके पहले वाले अंक www.barli.org के our publications में देख सकते हैं।

इस पत्रिका के प्रकाशन में सहयोगी
श्रीमती ताहेरा जाधव, श्रीमती ढेडी बागदरे व श्रीमती तारू जमरे

प्रिंटेड मैटर–बुक पोस्ट

पता

_____

_____

_____

_____

हमें पत्र लिखें

"बरली की दुनिया" के पाठकों से विनम्र निवेदन है कि आप हमें नीचे लिखे पते पर पत्र लिखें कि आपको नियमित "बरली की दुनिया" मिल रही है या नहीं।

संपादक "बरली की दुनिया"
बरली ग्रामीण महिला विकास संस्थान
180 भमोरी, न्यू देवास रोड, इंदौर 452010 (म.प्र.)

रजि. न. MPHIN / 2007 / 22179

बरली ग्रामीण महिला विकास संस्थान की ओर से बरली ग्रामीण महिला विकास संस्थान, 180 भमोरी, न्यू देवास रोड़, इन्दौर – 452010 द्वारा मुद्रित एवं प्रकाशित
मुद्रण स्थल : राजा ऑफसेट, 863/9,नेहरूनगर, इन्दौर द्वारा मुद्रित **संपादक : डॉ. (श्रीमती) जनक पलटा मगिलिगन**