



केशवसृष्टि समाचार

Postal Registration No. PLG/06/2020-2022 Posted at
Partika Channel Sorting Office, Mumbai GPO 400001.
Published on 5th of every month & Posting on 7th and
8th of every month. RNI no. 72232/99

वर्ष २० | अंक १ | भायंदर | जनवरी २०२० | विक्रम संवत् २०७६ | पृष्ठ २० | मूल्य रु. १०/- वार्षिक रु. १००/-



इस वर्ष केशवसृष्टि महापूजा और महोत्सव



दिनांक १२ जनवरी २०२० को
सुबह १० बजे से शाम ५ बजे

संपन्न हो रहा है। इस दिन केशवसृष्टि में

बालयोगी श्री सदानंद महाराज

के दर्शन और आशीर्वाद का लाभ लीजिए।

‘परोपकार’ संस्था का विशेष सहयोग





KESHAV SRUSHTI MY GREEN SOCIETY



"मुम्बईकर.. प्लास्टिक जमा कर"

Sunday 22nd December 2019
Time: - 7:30 AM To 9:30 AM
Location: - Various Places in Mumbai

Our Partners in the Initiative:



To conduct activity in your area or participate in the activity, please contact
Gopal - 8657209749 / Prajakta - 9321356020
Ardip - 9920309743 / Om - 9004019338

AIPMA और Keshavsrushti My Green Society के माध्यम से प्लास्टिक मुक्ति का अभियान

‘स्वच्छ भारत अभियान’ अंतर्गत
स्वच्छता अभियान
दि. २९ डिसेंबर २०१९, वेळ दु. ७ वा
- प्रमुख उपस्थिती:-
श्री. विशालजी तिव्रवाला
[केशवसृष्टी माय ग्रीन सोसायटी]
मान. अंकिता सातघरे. AIPMA
सुरवातम.



श्री हितेन भेडा, उद्योगपति एवम् AIPMA के पर्यावरण कमिटी के प्रमुख





गत मास वाट्स ऐप पर एक विडियो आया जिसमें कुछ युवक युवतियों से प्रश्न पूछे जा रहे थे। वे सभी हिन्दू लग रहे थे और कालेज विद्यार्थी। उनके द्वारा दिये गये उत्तर सुनकर आप सुन्न हो जायेंगे। “राम लक्ष्मण आपस में दो भाई थे - पाँच थे। एक ने

चार कहा परन्तु तीन नाम ही बता पायी। कंस और रावण आपस में भाई थे - दोस्त थे - दुश्मन थे। कंस रावण के मामा थे - दुर्योधन के मामा थे। भीम, रामायण में थे। कंस को राम ने मारा - भीम ने मारा। कुंती राम की माँ थी। शूर्पणाखा दुर्योधन की बहन थी। गाँधारी, द्रौपदी का भाई - कंस की बहन थी। दुर्योधन रावण का छोटा भाई था।” अब हम, भारतीय हिन्दू युवाओं के इस अपनी संस्कृति, प्राचीन इतिहास अथवा सामान्य ज्ञान अथवा अज्ञान पर हँसें या रोएँ? स्वतंत्र भारत में ७२ वर्षों के बाद ये हाल! भारतीय संविधान की बड़ी प्रशंसा की जाती है परन्तु उपरोक्त प्रकरण के लिए कुछ हद तक संविधान भी उत्तरदायी है। अल्पसंख्यक मुसलमान, ईसाई तो अपने मदरसों तथा कान्वेंट स्कूलों में स्वधर्मों की शिक्षा दे सकते हैं, कहीं कहीं तो ईसाई स्कूलों में हिन्दू विद्यार्थियों को उनके धार्मिक चिह्न यथा बिन्दी, मेहन्दी आदि पर भी बंदिश डाली जाती है और हिन्दुओं को अपने विद्यालयों में सिक्युरल रहना है, वे अपने हिन्दू विद्यार्थियों को धार्मिक शिक्षा नहीं दे सकते। वर्तमान परिवेश में घरों में ऐसी शिक्षा नहीं मिलती क्योंकि अधिकतर माँ-बाप दोनों ही नौकरीपेशा अथवा व्यवसायी होते हैं। परिणाम आपके सामने है। राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ से संलग्न संस्थाओं द्वारा चलाये जा रहे संस्कार केन्द्रों तथा कुटुंब प्रबोधन के कार्यक्रमों द्वारा प्रयत्न हो रहे हैं। परन्तु पर्याप्त नहीं हैं जितने विद्यालयों द्वारा हो सकते हैं।

अहमदाबाद का एक गुरुकुल जहाँ प्रवेश के लिए आवेदन के साथ शिक्षार्थी की जन्मकुंडली भी ली जाती है। गुरुकुल में चार भाषाएं संस्कृत, हिन्दी, गुजराती और अंग्रेज़ी तो सिखायी जाती हैं परन्तु अन्य विषय यथा संगीत, चित्रकला, सैन्य, इंजीनियरिंग, विद्यार्थी की कुण्डली के अनुसार उसकी अभियोजिता अभिरुचि देखकर तय किये जाते हैं और ऐसे शिक्षण की गुरुकुल में व्यवस्था की जाती है। और शेष भारत में? अभी भी अंग्रेज़ोंवाली शिक्षण पद्धति चल रही है। ७२ वर्षों में कोई विशेष बदलाव नहीं हुआ। परिणाम स्वरूप नौकरों के झुंड तैयार हो रहे हैं जो सरकार का मुख ताक रहे हैं।

गत मास संसद ने नागरिकता संशोधन कानून पारित किया जिसके अन्तर्गत पड़ोसी तीन इस्लामिक देशों से धर्म के आधार पर प्रताड़ित अल्पसंख्यक हिन्दू, सिख, बौद्ध, जैन, ईसाई तथा पारसी नागरिकों को भारत की नागरिकता देने का प्रवाधान किया गया है। बस, तथाकथित धर्मनिरपेक्ष दलों और उनके समर्थकों का खून खौल उठा। उनके उकसाने पर दंगाइयों ने क्या बवाल मचा रखा है। सभी देख रहे हैं। बहाना केवल एक मुसलमानों को क्यों छोड़ा? इससे संविधान में दिये समानता के अधिकार का उल्लंघन होता है। यदि इस प्रवधान के अनुसार सभी समान तो अल्पसंख्यकों विशेषतः मुसलमानों को विशेष अधिकार क्यों? अस्तु।

इस मास ख्रिस्ताब्द नववर्ष २०२० प्रारंभ हो रहा है और मकरसंक्रान्ति का पर्व आ रहा है। संक्रान्ति अर्थात् परिवर्तन, ऋतु परिवर्तन। वैसे तो संक्रान्ति हर महीने आती है परन्तु मकर संक्रान्ति का विशेष महत्त्व है। सूर्य की उत्तरायण यात्रा प्रारंभ होती है। इस अवसर पर असम में बिहू और तमिलनाडू में पोंगल के पर्व मनाये जाते हैं। दूसरा पर्व वसन्त पंचमी का, सरस्वती पूजन का पर्व इस महीने सभी भारतीयों का गौरव, गणतंत्र दिवस भी है। इन पर्वों पर सभी को हार्दिक शुभकामनाएँ। इस महीने गुरु गोबिन्द सिंह, सावित्रीबाई फुले, स्वामी विवेकानन्द, नेताजी सुभाषचन्द्र बोस की जयन्ती तथा महात्मा गाँधी की पुण्यतिथि आ रही है। इन सभी महापुरुषों की पावन स्मृति को सादर वन्दन। रविवार दिनांक १२ को केशवसृष्टि की वार्षिक महापूजा में आप सभी का स्वागत है।

बोध-वाक्य

समानो मंत्रः समितिः समानी
समानं व्रतं सहचित्तमेष्टाम्।
समानेन वो हविषा जुहोमि
समानं चेतो अभिसंविशध्वम्॥

(अथर्व वेद ६.६४.२)

हे बंधुओं! हमारे विचार समान हों।
हमारी सभा सबके लिए समान हो।
हम सबका संकल्प एक समान हो।
हम सबका चित्त एक समान भाव से भरा हो।
एक विचार होकर अपने कार्य में एक मन से लगे।
इसीलिए हम सबको समान मौलिक शक्ति मिली है।

केशवसृष्टि समाचार

जनवरी २०२० मासिक

वर्ष २१ मूल्य रु. १०/-
अंक १ वार्षिक रु. १००/-

संपादक मंडल :

सुदर्शन शर्मा
(मुख्य संपादक)

व्यासकुमार रावल
विजय इंगळे

कार्यालय :

केशवसृष्टि, उत्तन,
भायन्दर, जि. ठाणे

दूरभाष :

२८४५०२४७, २८४५२८५५

मुद्रक एवं प्रकाशक
सुरेश भगेरिया
केशवसृष्टि के लिए

युनिटी आर्ट ऑफसेट :

३०२, वडाला उद्योग भवन,
वडाला, मुंबई - ४०० ०३१.
से मुद्रित और केशवसृष्टि,
उत्तन, भायन्दर, जि. ठाणे
से प्रकाशित हुई है।

जनवरी २०२०

केशवसृष्टि – ग्राम विकास योजना

मासिक रिपोर्ट दिसम्बर, २०१९

वृक्षसंगोपन अभियान ८ दिसंबर से शुरू

वृक्षारोपण अभियान के अंतर्गत ३३००० से भी अधिक पेड़ ३० जून, २०१९ को लगाये गये। इन पौधोंकी देखभाल करने हेतु ग्रामविकास योजना ने वृक्ष संगोपन अभियान का आयोजन दिसंबर और जनवरी में करने का निर्णय लिया। इस अभियान के दौरान लगाये गये पौधों की देखभाल करना तथा उनके सही विकास के लिए आवश्यक काम करना जिससे पौधोंकी कमसे कम क्षति होगी। इस अभियान की शुरुआत ८ दिसंबर को सभी ६ विभागों में की गयी। इस अभियान का प्रमुख भारत था, उसके नियोजन का काम सभी गांवों के विवेकानंद शक्ति केंद्रों के प्रमुखों ने किया। सभी ग्रामस्थ, संस्कार केंद्र के बच्चे तथा शिक्षक, ग्रामविकास योजना की टीम और मुंबई युवाओंने इस अभियान में अपना सहयोग दिया। इस अभियान के दौरान किये गये परीक्षण से यह जानकारी मिली कि ८०% पौधे सुस्थिति में हैं। ये अभियान जनवरी ३१ तक शुरू रखते हुए ९०% से अधिक पौधे जीवित रखने के लिए प्रयास किया जाएगा।

देवगाव, विभाग २



कंचाड गाँव, विभाग १



सोनाले तथा गालेगांव, विभाग ३



डोंगरीपाडा गांव, विभाग ४



चिंचपाडा तथा टेटवाली गांव, विभाग ५



धापरपाडा, बिरारी पाडागांव, विभाग ६



दूसरी तथा तीसरी फसल के लिए सौर शेती प्रकल्प उद्घाटन ४ दिसंबर

पिंजाल तथा वैतरणा नदी से सौरऊर्जा से पानी खींचकर
विभाग ४ के डोंगरीपाडा और कुंबिस्थे गांव में तथा विभाग ३



केवलवी पाडा और निशेत गांव में दूसरी और तीसरी फसल के लिए पानी लाने की योजना आँकी गयी। टाटा कॅपिटल की लागत से और ग्राम ऊर्जा की तकनीकी सहायता से ग्रामविकास योजना ने ये योजना बनायी। सभी ग्रामस्थ इस योजना में श्रमदान और ठिबक सिंचन प्रक्रिया बिठाने के माध्यम से अपना योगदान देंगे। १३० से अधिक किसानों को और १८० एकर से अधिक जमीन को यह योजना लाभ देगी।

योजना का उद्घाटन ४ दिसंबर को टाटा कॅपिटल की श्रीमती नेहा, ग्राम ऊर्जा की श्रीमती आरती मोरे तथा ग्रामविकास योजना के श्री संतोष गायकवाड की उपस्थिति में हुआ।

माधव संस्कार केंद्र शिक्षक - प्रशिक्षण १३, १४ दिसंबर



माधव संस्कार केंद्रों के शिक्षकों का तीसरा प्रशिक्षण सत्र १३ दिसंबर को दिव्य विद्यालय जव्हार में तथा १४ दिसंबर को नूर बाग सभागृह, स्वामी महाविद्यालय, वाडा में आयोजित किया गया। श्री कैलाश कुरकुटे ने प्रशिक्षण दिया जिसमें योगासन, कृती गीत, कथाकथन, तथा विविध प्रकार के खेल सिखाये गये।

श्रीमती शिवाली काले ने इस प्रशिक्षण का नियोजन किया।

सभी शिक्षक इस प्रशिक्षण से काफी प्रभावित हुए और उन्होंने प्रशिक्षण के लिए समाधान व्यक्त किया।

कृषि एकत्रीकरण १४ दिसंबर



पिछले दो महीनों से चल रहे इस एकत्रीकरण का तीसरा चरण विभाग ६ के डोहारे पाडा गांव में आयोजित किया गया जिसमें किसानों को फसल के लिए मार्गदर्शन किया गया। उत्तनकृषि संशोधन संस्था के श्री चेतन ठाकुर तथा श्री अभय चौधरी इस एकत्रीकरण में मार्गदर्शक रहे। उन्होंने किसानों की जमीन पर परीक्षण किया, उनकी समस्याएँ जानी, उनका निराकरण किया, तथा दूबीन से फसलको नुकसान पहुँचाने वाले कीड़े दिखाये। सभी किसान, इस सत्र में दी गयी जानकारी से काफी खुश हुए।

३० से अधिक किसानों ने इस सत्र का लाभ उठाया। उत्तन कृषि संशोधन संस्था ने इस दौरान कृषि प्रदर्शनी भी लगाई।

बाबासाहेब आंबेडकर महाविद्यालय छात्रों की ग्राम विकास को भेंट १७ दिसंबर

डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर महाविद्यालय, धुले से मास्टर ऑफ सोशल वर्क के ३२ विद्यार्थियों ने ग्रामविकास योजना कार्यालय तथा थैली उद्योग को भेंट दी। इस दौरे का आयोजन महाविद्यालय के क्षेत्र प्रशिक्षण का हिस्सा था।

श्री महेश चितले ने ग्रामविकास योजना की जानकारी पी पी टी और लघुचित्र के माध्यम से दी। संस्था के संयोजक श्री



अरविंद मर्डीकर ने सभी छात्रों को संबोधित कर उन्हें मार्गदर्शन और प्रेरणा दी तथा ग्रामविकास योजना के ९ आयामों से अवगत कराया।

ग्रामविकास योजना के कार्य से सभी छात्र प्रभावित हुए। थैली उद्योग की भेंट के दौरान उन्होंने कपड़े की थैलिया भी लीं।

पानी परीक्षण १८ दिसंबर



जलसंधारण प्रकल्प अंतर्गत विभाग ३ के गांव निशेत, सोनाले, तथा मोरेपाडा में पानी परीक्षण किया गया। जल तज्ञ डॉ. उमेश मुंडल्ये ने सभी जलस्रोतों का परीक्षण किया। ग्रामस्थों ने हर एक पानी का स्रोत दिखाया और उसकी जानकारी दी।

डॉ. मुंडल्ये द्वारा, इस परीक्षण पर आधारित, रिपोर्ट दी जायेगी जिसके आधार पर जल संधारण की योजना बनायी जायेगी।

इस परीक्षण का नियोजन श्री महेश चितले तथा विभाग ३ के विस्तारक श्री विजय धापसी ने किया। परीक्षण के दौरान वे दोनो डॉ. मुंडल्ये के साथ सभी गांवों में गये।

विद्यालय छात्रों की डोंगरीपाडा भेंट १४, १५ दिसंबर



जमनाबाई नरसी विद्यालय, जुहू के १०वीं के छात्र कुमार अगस्त्य गोयल, कुमार आरव शाह, और कुमार प्रेरित खिवेसरा, विभाग ४ के आदर्श गांव डोंगरीपाडा आये।

इस भेंट के दौरान उन्होंने, स्वामी महाविद्यालय में चल रहे संस्कार केंद्र के शिक्षकों के प्रशिक्षण को देखा। डोंगरीपाडा जाकर वृक्ष संगोपन अभियान के अंतर्गत ३० से भी अधिक पेड़ों का संवर्धन किया। तदपश्चात पूरे गांव का भ्रमण किया और लोगों से वार्तालाप किया।

१५ की सुबह उन्होंने माधव संस्कार केंद्रों के छात्रों के साथ खेल खेले और उन से चर्चा की। यह अभ्यास दौरा उनके विद्यालय के पाठ्यक्रम के क्षेत्र प्रशिक्षण का एक हिस्सा था। संस्था के संयोजक श्री अरविंद मार्टीकर ने इस अभ्यास दौरे में छात्रों का मार्गदर्शन किया।

सेवा यू. के. कारिधारन २०१९ १९ दिसंबर

कन्या कुमारी से अहमदाबाद जाने के लिए निकले २९ रिक्शा दिनांक १९ दिसंबर को वाड़ा आये। इन रिक्शा के साथ आये हुए सेवा यू. के. के सभी सदस्यों को ग्रामविकास की टीम दिव्य विद्यालय, जवहार लेकर गयी। दिव्य विद्यालय के छात्रों ने सभी मेहमानों का गीत नृत्य के साथ स्वागत किया। मेहमानों ने विद्यालय के क्षेत्र में वृक्षारोपण का कार्यक्रम किया। भोजन पश्चात सभी मेहमानों को वाड़ा लाया गया जहां से उनकी आगे की रिक्शा यात्रा फिर से शुरू हुई।

धन्यवाद !

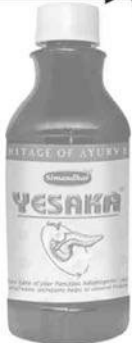
सभी को नववर्ष की शुभकामनाएँ !

डायबिटीस के दुष्परिणाम ?

करेला, जामुन,
हल्दी, नीम आदि
१२ वनोषधियों का
सुयोग्य मिश्रण

यससाका

शुगर फ्री लिक्वीड



Simandhar
Curing Naturally

- थकान कम करता है
- पाचन क्रिया सुधारता है
- प्रतीकारक शक्ति बढ़ाता है
- जखम भरने में मदद करता है
- खून शुद्ध करता है



एक प्रभावशाली आयुर्वेदिक दवा



सर्व प्रमुख मेडीकल / आयुर्वेदिक दुकानों उपलब्ध • Helpline : (022) 24380299

शहरी दाट जंगलाचा लोकार्पण सोहळा



उदघाटक व प्रमुख अतिथी:

श्री. सुनील राणे

माननीय आमदार, बोरीवली मतदार संघ,

सन्माननीय पाहुणे:

सुश्री शाहिस्ता इकबाल-उप प्रबंधक,

कॉर्पोरेट सोशल रिस्पॉन्सिबिलिटी

एच.डी.एफ.सी.लाईफ

स्थळ:

राजमाता जिजाऊ उद्यान, अमरकांत झा मार्ग,
शिवाजी नगर, वजिरा, बोरीवली (पश्चिम), मुंबई - ९१

दिनांक: मंगळवार, २४ डिसेंबर, २०१९

वेळ: सकाळी १०.०० वाजता

संयोजक: केशवसृष्टि मायग्रीन सोसायटी

सौजन्य: एच.डी.एफ.सी.लाईफ आणि मुंबई

महानगरपालिका केशवसृष्टि मायग्रीनसोसायटी



केशवसृष्टी वनौषधि केंद्र

अपने केंद्र द्वारा निर्मित आयुर्वेदिक उत्पादनों का निरंतर प्रयोग करें। जीवनभर उत्तम स्वास्थ्य का तथा आनंदमय जीवन का सुखभोग करें। इन उत्पादनों में प्रयोग की हुई अनेक काष्ठ्य औषधियों का उत्पादन भी अपने प्रकल्प में प्राकृतिक खाद द्वारा किया जाता है।

विविध उत्पादनों की सूची

उत्तन वासाकुमारी सिरप

उत्तन रुदन्ती सिरप

उत्तन प्राश

उत्तन जास्वंद तैल

उत्तन ब्राम्ही-आँवला केश तैल

उत्तन रुमालीन तैल

उत्तन श्रवण तैल

अँलोव्हेरा जैल

अँलोव्हेरा क्रीम

त्रिफला चूर्ण

सितोपलादि चूर्ण

तालिसादि चूर्ण

हर्बोमाल्ट-एसव्ही

हर्बो-टी

डाईजिसॉल्ट

अधिक जानकारी के लिए हमें संपर्क करें।



उत्तन वनौषधि संशोधन संस्था

केशवसृष्टी, उत्तन गाँव, गोरई रोड, भाईन्दर पश्चिम,

पिन कोड : ४०११०६ जिला ठाणे, महाराष्ट्र.

दूरभाष : २८४५ ०७२०

आर्तानाम् दुःखनाशनम्

#STEM4GIRLS में सायनोफार्म जूनियर टीम का सहभाग

सायनोफार्म रिसर्च सेंटर की जूनियर टीमने #STEM4GIRLS नेहरू तारामंडल, मुंबई में आयोजित फेस्टिवल २०१९ में सहभाग लिया। फेस्टिवल के नियमों के अनुसार केवल ८वीं कक्षा के ऊपर के छात्रों को भाग लेने की अनुमति थी, किंतु डॉ. ऋत्विक् के विशेष अनुरोध पर सायनोफार्म जूनियर टीम के छात्र जो कि ६, ७ कक्षा में हैं उन्हें भी फेस्टिवल में समान रूप से भाग लेने का अवसर प्राप्त हुआ। जूनियर टीम में विशेष रूप से केशवसृष्टि के निवासी कर्मचारियों के बच्चों को सामिल किया गया है। सुबह उठने के लिए आनाकानी करने वाले बच्चे सुबह ५ बजे स्वयं तैयार होकर सायनोफार्म लैब पहुंच गये, वहाँ से प्रोत्साहित करते हुए डॉ. ऋत्विक् ने उन्हें बस स्टैंड तक पहुंचाया। आगे की यात्रा में सीनियर टीम की सुनंदा धोडगा और कौतुक मरोलिया उनके साथ गये। सायनोफार्म के लैब असिस्टेंट प्रदीप नकसरे स्वयं प्रेरणा से बच्चों के उत्साह में उन की यात्रा के दौरान सम्मिलित हुए और उनके संरक्षण का कार्यभर संभाला। ट्रेन में शुरू में ठंड से सिकुड़े बच्चों ने विज्ञान प्रेम के भाव से बिना किसी के आग्रह के आपस में चर्चा करते हुए और पढ़ते- लिखते यात्रा का आनंद

उठाया। समय से पहले पहुंचने की वजह से छात्रों ने तारा मंडल के परिसर की प्रकृतिका निरीक्षण किया, प्रकृतिका निरीक्षण करने की विशेष रुचि छात्रों ने सायनोफार्म लैब में काम करते हुए पाई है।

फेस्टिवल में छात्रों ने अपने दिन की शुरुआत TIFR के वैज्ञानिकों से बातचीत करते हुए और अपने सवाल को उनके समक्ष रखते हुए बिताया। मनोरंजन के लिए छात्रों को उनके लैब कोट पर चित्र निकालने के लिए कहा गया था, सायनोफार्म जूनियर टीम ने जलचर जीव (Daphnia) नामकरण के साथ बनाया। यह बहुत असामान्य था, क्योंकि अन्य छात्रों ने हैशटैग इत्यादि लिखे थे। फेस्टिवल का लुत्फ उठाते हुए छात्रों ने जेली बनाने, इल्यूजन प्रयोग और अंतरिक्ष निरीक्षण में पूर्ण रूप से भाग लिया। छात्रों का संपूर्ण दिन प्रयोग करते और नये अध्याय सीखते गुजरा, जिसने उन्हें आत्मविश्वास से भर दिया।

शाम ५ बजे सायनोफार्म लैब पहुंचकर बच्चों ने कार्यशाला का अनुभव उन के वाक्यों में लिखा। अंत में सबसे मोहक पल तब था जब बच्चे दौड़ कर डॉ. ऋत्विक् के पास आये और कहा 'याहू! अब हम साइंटिस्ट बन गये।'।

With Best Compliments From

Dr. Madhavi Chitale | +919930556333 / 9322508047

Cosmetologist, Member Bactac (London)



Abhilasha BEAUTIC

SPA HAIR | BEAUTY | NAILS & LASER CLINIC

Shop no. 5, Kamdhenu Prasad, Ground Floor, Ram Ganesh Gadkari Crass Road,
Nr. RBL Bank, Ghantali, Naupada, Thane - 400602,

Tel : 022 254349671 / 902902971 | E : abhilasha.madhavi@gmail.com

प्लास्टिक को लेकर समाज में जागृति पैदा करेंगे-भेड़ा

आल इंडिया प्लास्टिक मेन्युफैक्चरिंग असोसिएशन के पर्यावरण सुरक्षा कमिटी के चेयरमैन श्री हितेन भेड़ा ने कहा है कि एक पर्यावरण मित्र होने के नाते हमें पर्यावरण को लेकर अगली पीढ़ी हेतु सुरक्षा करनी है। प्लास्टिक हमारा दुश्मन नहीं है बल्कि प्लास्टिक के प्रयोग के बाद जिसे हम फेंक देते हैं वह कचरा हमारी समस्या है। अतः प्लास्टिक प्रयोग के पश्चात उस कचरे की व्यवस्था करना हमारी ज़िम्मेदारी बनती है! प्लास्टिक हमारे जीवन का हिस्सा है। तथा इससे कई चीज़ें

बनायी जाती हैं। प्लास्टिक का प्रयोग करने की स्वतंत्रता तो सबको है परंतु उसके कचरे को लेकर आज गंभीर होने की ज़रूरत है! प्लास्टिक कचरे को एकत्रित कर यदि हम उसे इंडस्ट्रीज़ पहुँचाते हैं तो इससे कई नयी चीज़ों का निर्माण हो सकता है। यह कचरा हमारी अर्थ व्यवस्था को मज़बूत करता है। ऐसी स्थिति में आल इंडिया प्लास्टिक मेन्युफैक्चरिंग असोसिएशन व केशवसृष्टि माय ग्रीन सोसाइटी ने जो प्लास्टिक को लेकर अभियान चलाया है उसको लेकर हम समाज में जागरूकता पैदा करेंगे।

प्लास्टिक कचरे को लेकर माय ग्रीन सोसाइटी का अनुपम प्रयोग



प्लास्टिक मेन्युफैक्चरिंग असोसिएशन के समर्थन में उतरी है तथा जगह जगह लोक जागृति अभियान चला कर वेस्ट प्लास्टिक इकट्ठा किया जा रहा है।

इस क्रम में केशवसृष्टि माय ग्रीन सोसाइटी के सदस्यों ने एक लोक जागृति अभियान चला कर जगह जगह स्कूलों में कार्यक्रम कर स्कूली बच्चों को वेस्ट प्लास्टिक इधर उधर न फेंक कर उसे संग्रह करने का संदेश दिया। तथा उन्हें यह समझाया कि आप स्कूल, सोसाइटी, घर में पड़े वेस्ट प्लास्टिक को इधर उधर न फेंके बल्कि उसको इकट्ठा करें जिसे हम लेंगे। केशवसृष्टि माय ग्रीन सोसाइटी को इस अभियान में धीरे धीरे सफलता मिलती दिख रही है तथा लोग जागरूक होते दिख रहे हैं।

केशवसृष्टि के कार्यवाह विनय नाथानी के अनुसार हमने स्कूली बच्चों को आवाहन किया

कि प्लास्टिक कचरे को इकट्ठा कर उसको रिसाइक्लिंग किया जा सकता है। प्लास्टिक को हम हटा नहीं सकते बल्कि हैंडल कर सकते हैं। वेस्ट प्लास्टिक कमाने का जरिया भी हो सकता है।

इसी क्रम में २२ दिसम्बर २०१९ को केशवसृष्टि के

प्लास्टिक के निर्माण की देन भी मानव है और यह घातक भी इंसानों के लिए है परंतु प्लास्टिक कचरा धन का स्रोत भी है। इसी क्रम में केशवसृष्टि माय ग्रीन सोसाइटी, अखिल भारतीय प्लास्टिक निर्माता संघ, आल इंडिया

कार्यकर्ताओं ने विभिन्न स्कूलों, सोसायटियों के निवासियों को शामिल किया तथा इस लोक जागृति अभियान के तहत सार्वजनिक क्षेत्र में फेंके गए प्लास्टिक कचरे को इकट्ठा किया। जिसके फलस्वरूप प्लास्टिक कचरे के ३ टेम्पो माल एकत्रित कर उसे रिसाइक्लिंग के लिए सौंप दिया गया। इस कार्यक्रम को १६ स्थानों पर किया गया जिसमें करीब ५४०

कार्यकर्ताओं ने हिस्सा लिया !

नाथानीजी के अनुसार अब तक हम मुम्बई और नासिक के करीब ५० स्कूलों तक पहुँच चुके हैं। केशवसृष्टि इस अनूठे राष्ट्रहित के कार्यक्रम को लेकर अखड़चअ के अध्यक्ष श्री जगत किलावाला, श्री अरविंद मेहता, श्री हितेन भेड़ा के प्रति आभार प्रकट करती है।

केशवसृष्टि में भी वेस्ट प्लास्टिक का किया गया एकत्रीकरण

हालांकि केशवसृष्टि उत्तन एक बहुत बड़ा कैम्पस है। इस कैम्पस में गीश रपवर्तु प्लास्टिक का प्रयोग नहीं किया जाता लेकिन माय ग्रीन सोसाइटी द्वारा चलाये गए इस अभियान के तहत केशवसृष्टि की उत्तन वनोपधि संशोधन संस्था, उत्तन कृषि संशोधन संस्था, केशवसृष्टि गौशाला में ३१ दिसम्बर को स्टाफ व कर्मचारियों ने प्लास्टिक एकत्रीकरण श्रमदान

कार्यक्रम किया तथा परिसर में वेस्ट प्लास्टिक इकट्ठा किया! यदि प्लास्टिक की बात करें तो बस इसे एक मिशन बना लेने की ज़रूरत है। वेस्ट प्लास्टिक के प्रयोग करने का मैनेजमेंट जानने की ज़रूरत है। यह हमें घर बैठे व्यापार करने की कला भी सिखा सकता है।

“सोशियल मीडिया के दौर में पत्रकारों की भूमिका”



केशवसृष्टि समाचार संपादन विभाग के व्यासकुमार रावल को राजस्थान प्रेस क्लब मुम्बई की मैनेजिंग कमिटी मेम्बर बनाये जाने पर, गरवारे क्लब चर्चगेट में रखी गयी। “सोशियल मीडिया के दौर में पत्रकारों की भूमिका” संगोष्ठि के दौरान सम्मानित करते पूर्व मंत्री राज के पुरोहित।

झमझम पाड़ा गाँव को मूलभूत सुविधाएं उपलब्ध करवाने में तत्पर रामरत्ना स्कूल

भायंदर! उत्तन विविध लक्ष्यी शिक्षण संस्था केशवसृष्टि अंतर्गत राम रत्ना इंटरनेशन स्कूल जहाँ विद्यार्थियों को ग्लोबल सिटीजन बनाने की दिशा में प्रयासरत है वहीं बच्चों में भारतीय संस्कार पनपा कर चरित्र निर्माण की दिशा में अग्रसर है।

विद्यालय की प्राचार्या डॉ. जया पारेख ने बताया कि राम रत्ना स्कूल से २ से ३ किलोमीटर की दूरी पर बसा झमझम पाड़ा गाव मुम्बई के निकट होते हुए भी आज भी मूलभूत सुविधाओं से वंचित है। शिक्षा व आवागमन का साधन नहीं, ऐसी स्थिति में विद्यालय ने इस मूलभूत सुविधा से वंचित गाँव को एक तरह से गोद लिया है तथा हमारा विजन यह है कि हम जिस दुनिया में रह रहे हैं वहाँ सकारात्मक बदलाव लाया जाए। महिला व बच्चियों के मासिक धर्म को लेकर उन्हें उचित आरोग्य मिले इस दृष्टि से १२० किट, सेनेटरी नेपकिन, साबुन, टॉवल बना कर दिए। इससे इस क्षेत्र में हमारे विद्यालय के बच्चों में भी जागृती आई है तथा बच्चों ने मिट्टी के गुलक बनाने शुरू किए हैं जिसकी बचत राशि से हम इस गाँव के विकास हेतु प्रयासरत हैं हमारे स्कूल के बच्चों के गुलक से

बीते वर्ष ७७,१७५/- रुपये की राशि प्राप्त हुई थी। जबकि इस वर्ष यह कलेक्शन बढ़ कर १ लाख ३७००० हो गया है। इस राशि से हम झमझमपाड़ा में बोरवेल व हैण्डपम्प खुदवाने प्रयासरत है! मंदिर से उत्पन्न होने वाले बासी फूलों को लेकर उन्होंने बताया कि हमने मीरा भायंदर के ५ मंदिरों के स्ट्रुस्टियों को कम्पोस्ट का डेमो दिया है। इस एगोकेन कंपनी के कम्पोस्ट के माध्यम से प्रतिमाह मंदिरों के बाँसी फूल जिन्हें लोग फेंक देते थे उससे ४० किलो खाद बनायी जा रही है।

रेन वाटर हार्वेस्टिंग को लेकर परीख ने बताया कि हमने विद्यालय में रेनवाटर हार्वेस्टिंग लगायी है जिसका परिणाम यह हुआ कि हमने पिछले ३ वर्षों में एक भी पानी का टैंकर नहीं मंगवाया। उन्होंने बताया कि चरित्र निर्माण ही विद्यालय का उद्देश्य है तथा हमने विद्यालय परिसर में पौधरोपण कर १८०० पेड़ लगाये हैं रामरत्ना इंटरनेशनल स्कूल को देश विदेश में कई पुरस्कार मिले हैं तथा हम विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास में अग्रसर है। इस अवसर पर विद्यालय के ट्रस्टी हेमंत म्हात्रे, वॉइस प्रिंसिपल स्मिता गांधी, जन सम्पर्क अधिकारी प्रियंका चाना भी उपस्थित थीं।

बाल दिवस समारोह

रौने की कोई वजह न थी, ना ही हँसने का कोई बहाना था,
क्यों हो गये हम इतने बड़े, इससे अच्छा तो बचपन का ज़माना था।
खबर न होती थी कुछ सुबह की, ना शाम का कोई ठिकाना था,
थक हार के स्कूल से आना, पर फिर भी खेलने जाना था।
बचपन है ऐसा खजाना जो आता नहीं दोबारा,

मुश्किल है इसे भुलाना, वो खेलना, कूदना और मस्ती में लहराना।

बच्चों के लिए बालदिवस बहुत खास होता है। इस दिन को और खास और यादगार बनाने के लिये राम रत्ना

अंतर्राष्ट्रीय विद्यालय में गुरुवार, १४ नवंबर, २०१९ को बालदिवस समारोह का आयोजन किया गया। विद्यार्थियों के लिए इस दिन को खास और यादगार बनाने के लिए मज़ेदार गतिविधियों का आयोजन किया गया। सभागृहको गुब्बारों



जानकारी दी।

इस कार्यक्रम को आगे बढ़ाते हुए बच्चों के लिए जादूगर श्री जतिन शाह द्वारा एकअद्भुत मैजिक शो का आयोजन किया गया। पूर्व-प्राथमिक तथा प्राथमिक विभाग के विद्यार्थियों और शिक्षकगणों ने जादुई करामतों का भरपूर आनंद उठाया।

उसके उपरांत पूर्व-प्राथमिक विभाग की शिक्षिकाओं ने बच्चों के लिए कठपुतली की मनमोहक प्रस्तुति दी। इस कठपुतली के कार्यक्रम द्वारा एक भूखे कैटरपिलर की कहानी को दर्शाया गया। बच्चों को

तथा रंगबिरंगी फूलों से सजाया गया। बच्चे भी सुंदर-सुंदर पोशाक पहनकर आये।

इस दिन को और भी यादगार बनाने के लिए यह दिन -अ डे विदाउट वॉल्स मतलब एक दिन के लिए बिना दीवारों वाली पाठशाला के रूप में मनाया गया। इस दिन छात्रों को विभिन्न गतिविधियों के माध्यम से मनोरंजनात्मक रूप से विद्यालय के बाहरी परिसर में अध्ययन कराया गया।

दिन की शुरुआत में डोरेमोन ने बच्चों के स्वागत किया। फिर बच्चों ने घोड़ागाड़ी की सैर का आनंद



उठाया। यह अनुभव बच्चों के लिये बहुत ही मजेदार रहा। तत्पश्चात सभागृह में बालदिवस समारोह का आरंभ किया गया। कशिश जी ने कार्यक्रम की शुरुआत सरस्वती वंदना के साथ की और बच्चोंको बालदिवस के बारे में महत्वपूर्ण

यह कार्यक्रम भी पसंद आया और इस कठपुतली के कार्यक्रम द्वारा शिक्षिकाओं ने छात्रों को यह संदेश दिया कि हमें अगर स्वस्थ रहना है तो हमेशा स्वस्थ भोजन खाना चाहिए।

कठपुतली के कार्यक्रम के उपरांत व्यवस्थापक कर्मचारियों द्वारा एक बहुत ही मनमोहक नृत्य प्रस्तुत किया गया।

अंत में प्राचार्या जी ने सभा को संबोधित किया और सभी छात्रों को बालदिवस की शुभकामनाएँ दीं। वीणाजी ने धन्यवाद ज्ञापन देकर इस कार्यक्रम का समापन किया।

इस समारोह के समापन में सभी छात्रों ने और शिक्षिकाओं ने एक साथ नृत्य कर इस पल को अविस्मरणीय बना दिया।

कन्याकुमारी से कर्णावती कन्याकुमारी से कर्णावती रिक्शा रन से जुड़े विदेशी भारतीय



भायंदर! सेवा क्षेत्र में सक्रिय यू के की सेवा इंटरनेशनल के करीब ९० वॉलंटियर्स की कन्याकुमारी से कर्णावती रिक्शा रन २०१९ का भायंदर केशवसुष्टि स्थित रामभाऊ म्हालगी प्रबोधिनी पहुँचने पर केशवसुष्टि द्वारा भव्य सत्कार किया गया वहीं रामभाऊ म्हालगी में सत्कार समारोह का आयोजन किया गया जहाँ पर रिक्शा यात्रियों ने अपने विचार शेयर किए तथा यह भी महसूस किया गया कि दिव्यांग राष्ट्र निर्माण में भी महत्वपूर्ण योगदान दे सकते हैं।

छत्रपति शिवाजी महाराज सभागृह में सेवा इंटरनेशनल के भरत मेहता, रमेशभाई, केशवसुष्टि के अध्यक्ष एस एस गुप्ता, वेलजी भाई, अशोक गोयल, उमेश अंधारे, सुरेश भगेरिया की मंचस्थता व केशवसुष्टि के पालक विमलजी केडिया, पूर्व अध्यक्ष अल्का मांडके, केशवसुष्टि की सुचित्रा इंगले, पुरस्कार समिति की अमेया जाधव, अनुपम शुक्ला सहित अनेक गणमान्यवरों की उपस्थिति में आयोजित समारोह के दौरान दिव्यांग विनोद दूढे, डॉ. हुसेन इस्माइल, श्रीरंग वैद्य, पुष्कर जोगबोले की दिव्यांग

होते हुए भी महती भूमिका को लेकर सत्कार किया गया। ये ऐसे दिव्यांग हैं जो दिव्यांग होते हुए भी जिन्होंने जीने का तरीका समाज के समक्ष प्रस्तुत किया है। इस अवसर पर उमेश अंधारे ने कहा कि प्रत्येक मानव में दिव्यगुण होते हैं, सिर्फ शरीर की अंगवली में अंतर होता है। हम दिव्यांगों को ऐसे सक्षम देखना चाहते हैं जो राष्ट्र निर्माण में सहभागिता दे सकें, उन्होंने बताया कि दिव्यांगों के २१ प्रकार होते हैं तथा पुणे के कोल्छे प्रोजेक्ट के माध्यम से हम शिक्षा, चिकित्सा स्वावलंबन, सामाजिक विकास तथा उनमें सामर्थ्य पैदा करने का प्रयास करेंगे।

८ दिसम्बर को कन्याकुमारी से ३० रिक्शाओं के माध्यम से ९४ लोगों का काफिला मडुरै, कोयम्बटूर, कुनूर, पणजी, पुणे होता हुआ कल भायंदर पहुँचा तथा आज सुबह वापी के रास्ते कर्णावती के लिए प्रस्थान करेगा। इस काफिले में महिलाएं भी हैं। सेवा इंटरनेशनल विश्व भर में सेवा कार्य करती है तथा लगभग प्रतिवर्ष ऐसे आयोजन करती है। सेवा इंटरनेशनल के भरत भाई ने बताया कि अगले वर्ष नयी योजना के साथ आएंगे।

वर्गोपाधि के नवीन उत्पादन



केशवसृष्टि



केशवखुशी
उत्तम **वनौषधि** संशोधन संस्था

हमारी नयी वनीषधि

अंण्टिडार सिरप
Antidar Syrup

डायरिया का तुरंत इलाज
डायरिया व त्वरित उपाय
Relieves **DIARRHEA** Quickly



Each 10 ml contains

Kafay	300 mg
Geakachi	300 mg
Darunavridra	100 mg
Jeebhamusha	200 mg
Sandhan	200 mg
Vyakshar	30 mg
Surita	100 mg
Chitrak	20 mg
Pippal	20 mg
Berfaleep	20 mg
Apsarini	20 mg
Japhal	20 mg
Flavourad	q.s. to 10 ml

Syrupy Base

Dose - 10ml Adults & 5ml for an Infants & Children

100 ML bottle for Rs. 60/-

आयुर्वेदिक वनीषधि
Ayurvedic Proprietary Medicine



केशवसूची

उत्तन

वगैणधि संशोधन संस्था

हमारी नवी वनीयधि

उत्तन

ब्राह्मी सिरप

Uttan

Brahmi Syrup

स्मरणशक्ति बढ़ाने के लिए

स्मरणशक्ति वाढवियगसाठी

To Increase MEMORY



Each 10 ml contains

Brahmi	2 gm
Yashodhru	200 mg
Flavoured	q.s to 10 ml
Syrupy Base	

100 ML bottle for Rs. 50/-

आयुर्वेदिक औषधि

Ayurvedic proprietary Medicine



केशवसूची

उत्तम वनौषधि मशॉहन संस्था

हमारी नयी वनीयधि

उत्तम वटजटा तैल

Uttam Vatajata Taila

अच्छी नींद के लिए

शांत झोप येण्यासाठी

Natural External Tranquizer

100/-

आयुर्वेदिक औषधि

AYURVEDIC PHARMACY

Each 100 ml contains

Vaidya	20 gm
Kajoor Kuchi	600 mg
Nagamirtha	600 mg
Avantool	600 mg
Wala	300 mg
Jatamansi	300 mg
Gulab	150 mg
Tigapath	150 mg
Natural Taila	Q.S. 100 ml



Do not use before a day or as directed by physician



केशवसुष्टी
उत्तन वनौषधि संशोधन संस्था

हमारी नवी वनीयधि

उत्तन लिप बाम

Uttan

Lip Balm

मुलायम हों एवम् त्वचा के लिए
मुलायम ओठ व त्वचेसाठी
Keeps Lip & Skin Soft



Each 10 gm contains

Kokum Wax	2.5 gm
Bees Wax	2.5 gm
Ti Oil	5.0 gm

For external use only

Caution - Natural way to keep
lip & skin soft & supple



20 gm for Rs. 50/-

आयुर्वेदिक औषधि
Ayurvedic proprietary Medicine

[illegible]

गौसेवा

गौ के दर्शन, पूजन, नमस्कार, परिक्रमा, गाय को सहलाने, गौग्रास देने तथा जल पिलाने आदि सेवा के द्वारा मनुष्य दुर्लभ सिद्धियाँ प्राप्त होती हैं।

गौ सेवा से मनुष्य की मनोकामनाएँ जल्द ही पूरी हो जाती हैं।

गाय के शरीर में सभी देवी-देवता, ऋषि मुनि, गंगा आदि सभी नदियाँ तथा तीर्थ निवास करते हैं। इसलिए गौसेवा से सभी की सेवा का फल मिल जाता है।

गौ को प्रणाम करने से - धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष इन चारों की प्राप्ति होती है। अतः सुख की इच्छा रखने वाले बुद्धिमान पुरुष को गायों को निरंतर प्रणाम करना चाहिए।

ऋषियों ने सर्वश्रेष्ठ और सर्वप्रथम किया जाने वाला धर्म गौसेवा को ही बताया है।

प्रातःकाल सर्वप्रथम गाय का दर्शन करने से जीवन उन्नत होता है।

यात्रा पर जाने से पहले गाय का दर्शन करके जाने से यात्रा मंगलमय होती है।

जिस स्थान पर गायें रहती हैं, उससे काफी दूर तक का वातावरण शुद्ध एवं पवित्र रहता है, अतः गोपालन करना चाहिए।

भगवान विष्णु भी गौसेवा से सर्वाधिक प्रसन्न होते हैं, गौ सेवा करने वाले को अनायास ही गौलोक की प्राप्ति हो जाती है।

प्रातःकाल स्नान के पश्चात सर्वप्रथम गाय का स्पर्श करने से पाप नष्ट होते हैं।

केशवसृष्टी गोशाला

केशवसृष्टी गोशाला में पधारें, गोमाता की सेवा करें, गोवंश के सहवास में मानसिक शांति एवं अलौकिक आनंद प्राप्त करें। यह शास्त्र संमत मान्यता है कि गाय की सेवा करने से पुण्य की प्राप्ति होती है।

निम्नलिखित विविध प्रकार के दान करके आप गोशाला के आधारस्तंभ बन सकते हैं।

- एक दिन के यजमान रु. ११,०००/-
(गोशाला का एक दिन का व्यय वहन करना।)
- एक समय गोशाला की सभी गायों को पंचखाद्य लड्डू खिलाना रु. ११००/-
- मासिक गोग्रास दान रु. ११००/-
- सवत्स गोदान (अधिक जानकारी के लिए गोशाला कार्यालय में संपर्क करें)

गौसेवा में सदैव, आपके कृपाभिलाषी



गौसेवा परिषद

प्रमुख कार्यालय :

३६, पियोजा मॅन्शन, दूसरा माला, ग्रान्ट रोड पूर्व स्टेशन के सामने,
ग्रान्ट रोड, मुंबई- ४०० ००७.

दूरभाष : २३०९ ४३०६, ३०९१ ७३५०, फैक्स : २३०९ ६०२७

गोशाला :

केशवसृष्टी गोशाला, ऊलन गाँव, गोरई रोड,
भाईन्दर पश्चिम, पिन कोड : ४०११०६ जिला ठाणे, महाराष्ट्र.
दूरभाष : २८४५ १०३९, २८४५ ०२५३

॥ गवा ग्रासप्रदानेन स्वर्गलोके महीयते ॥

विटामिन-सी से भरपूर आंवला

हर मौसम में लाभदायक होता है। यह आंखों, बालों और त्वचा के लिए तो फायदेमंद है ही, साथ ही इसके और भी कई फायदे हैं, जो आपके शरीर को स्वस्थ बनाये रखने में मदद करते हैं। आमतौर पर आंवले का प्रयोग अचार, मुरब्बा या चटनी के रूप में किया जाता है, लेकिन इसका अलग-अलग तरह से सेवन आपके लिए बेहद उपयोगी है। अगर आप नहीं जानते इस अनमोल फल के बारे में तो जरूर पढ़िए -

आंवला

- १) डायबिटीज के मरीजों के लिए आंवला बहुत काम की चीज है। पीड़ित व्यक्ति अगर आंवले के रस का प्रतिदिन शहद के साथ सेवन करे तो बीमारी से राहत मिलती है।
- २) एसिडिटी की समस्या होने पर आंवला बेहद फायदेमंद होता है। आंवला का पाउडर, चीनी के साथ मिलाकर खाने या पानी में डालकर पीने से एसिडिटी से राहत मिलती है। इसके अलावा आंवले का जूस पीने से पेट की सारी समस्याओं से निजात मिलती है।
- ३) पथरी की समस्या में भी आंवला कारगर उपाय साबित होता है। पथरी होने पर ४० दिन तक आंवले को सुखाकर उसका पाउडर बना लें, और उस पाउडर को प्रतिदिन मूली के रस में मिलाकर खाएं। इस प्रयोग से कुछ ही दिनों में पथरी गल जायेगी।
- ४) रक्त में हेमोग्लोबिन की कमी होने पर, प्रतिदिन आंवले के रस का सेवन करना काफी लाभप्रद होता है। यह शरीर में लाल रक्त कोशिकाओं के निर्माण में सहायक होता है, और खून की कमी नहीं होने देता।
- ५) आंखों के लिए आंवला अमृत समान है, यह आंखों की रोशनी को बढ़ाने में सहायक होता है। इसके लिए रोजाना एक चम्मच आंवले के पाउडर को शहद के साथ लेने से लाभ मिलता है और मोतियाबिंद की
- समस्या भी खत्म हो जाती है।
- ६) बुखार से छुटकारा पाने के लिए आंवले के रस में छौंक लगाकर इसका सेवन करना चाहिए, इसके अलावा दांतों में दर्द और कैविटी होने पर आंवले के रस में थोड़ा सा कपूर मिला कर मसूड़ों पर लगाने से आराम मिलता है।
- ७) शरीर में गर्मी बढ़ जाने पर आंवला सबसे बेहतर उपाय है। आंवले के रस का सेवन या आंवले को किसी भी रूप में खाने पर यह ठंडक प्रदान करता है। हिचकी तथा उल्टी होने पर आंवले के रस को मिश्री के साथ दिन में दो-तीन बार सेवन करने से काफी राहत मिलेगी।
- ८) याददाश्त बढ़ाने में आंवला काफी फायदेमंद होता है। इसके लिए सुबह के समय आंवले का मुरब्बा गाय के दूध के साथ लेने से लाभ होता है, इसके अलावा आप प्रतिदिन आंवले के रस का प्रयोग भी कर सकते हैं।
- ९) चेहरे के दाग-धब्बे हटाकर उसे खूबसूरत बनाने के लिए भी आंवले आपके लिए उपयोगी होता है। इसका पेस्ट बनाकर चेहरे पर लगाने से त्वचा साफ़, चमकदार होती है और झुर्रियां भी कम हो जाती हैं।
- १०) बालों को काला, घना और चमकदार बनाने के लिए आंवले का प्रयोग होता है, इसके पाउडर से बाल धोने या फिर इसका सेवन करने से बालों की समस्याओं से निजात मिलती है।

पर्यावरण अध्ययन के लिए अत्यंत रमणीय स्थान केशवसृष्टि

सागर तटपर नयनरम्य पर्वतशिखाओं की गोद में....

मुंबई एवं महानगरों की भागदौड़ भरी ज़िन्दगी और बढ़ते प्रदूषण की वजह से आदमी का साँस लेना भी मुश्किल हो गया है। प्राकृतिक सौंदर्य से भरपूर पेड़, पौधे, तालाब, पक्षी, मुक्त विचरण करती गाय देखना महानगर के लोगों के लिए आकर्षण हो चुका है। लेकिन मुंबई महानगर के पास ऐसा कौनसा स्थान है जहाँ यह सब प्रत्यक्ष देखने और अनुभव मिले?

जी हाँ एक स्थान है! प्रकृति की सुंदर गोद में फूल, पौधों, प्राकृतिक पानी के झरने पक्षियों के कलरव के बीच बसा हुआ संस्थान अर्थात्, 'केशवसृष्टि।' प्रकृति मनुष्य का अभिन्न मित्र है, उसका कोई दूसरा पर्याय नहीं हो सकता, इसका अनुभव केशवसृष्टि में पैर रखते ही आपको होने लगेगा। चारों ओर बिछी हरी घास के गालीचे, रंग-बिरंगे पेड़-पौधे सहज ही आकर्षित करते हैं।

केशवसृष्टि का प्राकृतिक सौंदर्य यह केवल दर्शनीय मात्र न होकर पर्यावरण रक्षा और पर्यावरण अध्ययन करने के लिये अत्यंत उचित स्थान है। पर्यावरण अध्ययन के साथ साथ आपको यहाँ विविध समाजोपयोगी प्रकल्पों का अवलोकन भी होगा। भारतीय कृषि, वनौषधी, उच्च भारतीय संस्कारों के साथ आधुनिक शिक्षा, सामाजिक, राजनैतिक और व्यावसायिक शिक्षा प्रदान करने वाला प्रशिक्षण केंद्र और स्वस्थ जीवनसंध्या हेतु वानप्रस्थाश्रम आदि आदर्श प्रकल्पों का अवलोकन आप कर सकते हैं।

मुंबई महानगर एवं आसपास के उपनगरों तथा महाराष्ट्र के विविध शहरों उपनगरों तथा महाराष्ट्र के विविध शहरों से अनेकों विद्यालय, महाविद्यालय, पर्यावरण रक्षा हेतु कार्य करनेवाली विविध सामाजिक संस्थाएं, ज्येष्ठ नागरिक संघ, महिला मंडल, समाज मंडल और अन्य प्रतिवर्ष केशवसृष्टि में समाजोपयोगी प्रकल्पों का अवलोकन करने और प्रत्यक्ष

पर्यावरण अध्ययन हेतु पधारते हैं।

वृक्ष हमारा सेवाभावी मित्र एवं उत्तम आदर्श है, उसकी सुरक्षा करना हमारा परम कर्तव्य है, यह वर्तमान समय की अनिवार्य आवश्यकता है। केशवसृष्टि में वृक्षों की देखभाल की जाती है, विशेषतः औषधीय गुणोंवाले वृक्षों की। इन वृक्षों की समुचित देखभाल कर अधिक उत्पादन करने की प्रक्रिया केशवसृष्टि में की जाती है।

केशवसृष्टि के अन्य आकर्षण :

१. प्राकृतिक झरने
२. अरब सागर के किनारे पर छोटी छोटी पर्वत शिखाएं
३. विविध फलों एवं फूलों से संपन्न
४. प्रदूषण से कोसों दूर परन्तु मुंबई महानगर के समीप वृक्षवल्ली
५. स्वच्छ एवं मनप्रसन्न करनेवाला स्थान
६. बालोद्यान
७. आम्रवन
८. नारियल बाग
९. निवासी विद्यालय
१०. कृषि विद्यालय
११. वनौषधी संशोधन संस्था
१२. २०० भारतीय वंश की गायों की गोशाला
१३. वानप्रस्थाश्रम
१४. सूर्यास्त दर्शन
१५. श्री दत्तसाई मंदिर
१६. विद्याप्रद हनुमा मंदिर
१७. बालेश्वर शिवध्यान केन्द्र.



**सायनोफार्म ज्यूनियर टीम का
नेहरू तारामंडल आयोजित फेस्टिवल में सहभाग ।
पूरा वृत्त पृष्ठ ९ पर पढ़ें ।**





*Wall
paintings*

done by

Bhaskar Sir

(RRVM)

@

**Nectar
Garden**



रामरत्ना इंटरनेशनल स्कूल ने मनाया

बालदिवस समारोह

