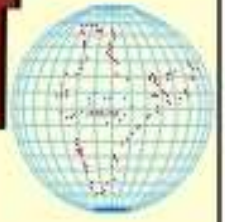




# बरली की दुनिया



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 द्वारा हिलाए न जाएंगे, तब तक पक्षी की आकाश में ऊँची उड़ान असम्भव है।"**

वर्ष -2

अंक 15

मई 2008

मूल्य: 5 रु.

## गर्भपात

ईश्वर ने महिलाओं को ऐसी शक्ति दी है जो दुनिया में और किसी के पास नहीं है। यह शक्ति देकर ईश्वर ने महिला को सबसे ऊँचा दर्जा दिया है माँ बनने का। इस उपहार के द्वारा ईश्वर ने महिलाओं को अपना आशीर्वाद दिया है। इंसान का जन्म माँ की कोख से होता है। गर्भपात होना या करवाना बहुत ही दुःख की बात होती है। बच्चा पैदा होने से पहले ही मर जाए या मार दिया जाए ऐसा कोई भी महिला नहीं चाहती। कभी-कभी तो गर्भपात अपने आप हो जाता है लेकिन

कुछ लोग जान बूझकर भी गर्भपात करवाते हैं। इसके बारे में हम सभी लोग पढ़ते हैं, सुनते हैं कि गर्भपात करवाना कानूनी अपराध है फिर भी लोग गर्भपात करवाते हैं। ऐसे कई लोग हैं जिन्हें लड़की नहीं चाहिए वह लिंग जाँच करवाकर, गर्भपात

करवा देते हैं। 'बरली की दुनिया' आपके लिए इस अंक में गर्भपात से जुड़ी जानकारियाँ जैसे-गर्भपात का मतलब, कारण, खतरे, संक्रमण, खानपान, बचाव व देखभाल के बारे में। इसे पढ़ें और अपने आसपास के सभी लोगों को बताएं ताकि गर्भपात होने से बचा जा सके।



बच्चे का पूरा विकास गर्भ तहरने के बाद नौ महीने तक होता है। इन नौ महीने में ठहरा हुआ गर्भ कई कारणों से गिर जाता है या गिरवाकर बच्चे को जन्म से पहले ही खत्म कर दिया जाता है, उसे गर्भपात कहते हैं।

### लिंग आधारित जाँच

माँ की कोख में लड़का है या लड़की इसका पता लगाने के लिए मशीन से लिंग जाँचा जाता है। इस जाँच के दौरान अगर भ्रूण लड़की है तो बहुत लोग उसे गिरवा देते हैं। यह

कानूनी अपराध है। जो भी इंसान गर्भपात करने और करवाने में मदद करता है वह सजा का पात्र है। इसके लिए "प्रसव पूर्व निदान तकनीक विनियमन और दुरुपयोग निवारण अधिनियम, 1994" बना है जिसके तहत लिंग जाँच करने के बाद लड़की होने पर यदि गर्भ गिरवाया जाता है तो यह

अपराध माना जाता है। इस कानून में गर्भपात करने वाले डॉक्टर को कम से कम 5 हजार रुपये जुर्माना और तीन साल की सजा होती है। दूसरी बार पकड़े जाने पर उस डॉक्टर को कम से कम 10 हजार रुपये जुर्माना और पाँच साल की सजा हो सकती है। लड़की गर्भ में है पता चलते ही

गर्भपात करवाना गैरकानूनी ही नहीं यह माँ के जीवन को ही खतरे में डाल देता है।

### गर्भपात होने के कारण

गर्भपात होने के बहुत सारे कारण है जैसे—

- गर्भावस्था के दौरान घर, खेत, मजदूरी आदि जगहों पर काम करना।
- बड़ी-बड़ी बाल्टी से पानी खींचना, ईट-पत्थर उठाना, बड़े-बड़े घड़ों से पानी भरना, चक्की चलाना, गेंती से खोदना, मकान बनाने का काम एवं बहुत देर तक पैरों पर बल देकर बैठे रहना आदि से महिला के पेट पर सीधा दबाव पड़ता है जिससे गर्भपात होता है।
- बीड़ी-सिगरेट, तंबाकू, गुटका, गुड़ाकू, दारू, ताड़ी, शराब आदि का नशा करने से शरीर में आक्सीजन (वह हवा जिसमें हम सांस लेते हैं) की कमी से।
- गर्भवती महिला को पति या परिवार द्वारा सीधे पेट पर मारने से।
- गर्भावस्था के समय मलेरिया, मिर्गी की दवाईयों लगातार खाने से शरीर में गर्मी बढ़ जाने से।
- कीटनाशक, खरपतवारनाशक, फैक्टरी के रसायन जैसी जहरीली चीजों के संपर्क में आने, छूने, सूंघने, खाने, इनके आस-पास रहने या काम करने से।
- गर्भवती महिला को खून की कमी होने से।
- अन्य बीमारियों के कारण जैसे— मलेरिया, पीलिया, टी.बी. व पेट की बीमारियों से।

### गर्भपात करवाने के लिए निर्णय लेना

किसी भी महिला के लिए गर्भपात या गर्भ गिरवाने का निर्णय लेना आसान नहीं होता है। गर्भपात के लिए परिवारवाले या रिश्तेदार जबरदस्ती नहीं कर सकते हैं और न ही डरा धमकाकर गर्भपात करवा सकते हैं परंतु कुछ परिस्थितियों में उसे या उसके परिवारवालों को यह निर्णय लेना जरूरी हो जाता है। जैसे—

- माँ या बच्चे की जान को खतरा हो।
- गर्भ बलात्कार से ठहरा हो।
- मानसिक स्वास्थ्य ठीक नहीं हो।
- मिर्गी की बीमारी हो या दौरा पड़ते हो।
- बहुत ज्यादा खून की कमी हो।
- परिवार नियोजन का साधन असफल रहा हो।
- बच्चे के विकलांग होने की संभावना हो।
- बच्चे का पालन पोषण अच्छी तरह से नहीं कर सकते हो ऐसी स्थिति में।

### गर्भपात के सही तरीके

गर्भपात करवाने का निर्णय तय करने के बाद कि कहीं करवाना है। अगर गर्भपात सही तरीकों से नहीं किया गया

तो महिला का जीवन खतरे में पड़ जाता है। गर्भपात करवाते समय नीचे लिखी बातों का ध्यान रखना चाहिए—

- गर्भपात सरकार द्वारा मान्यता प्राप्त लाइसेंस वाले अस्पताल में करवाना चाहिए।
- गर्भपात अनुभवी स्त्री रोग विशेषज्ञ से करवाना चाहिए।
- गर्भपात के समय सही व उचित उपकरण का उपयोग होना चाहिए।
- ऐसी कोई भी वस्तु जो योनि तथा गर्भाशय में डाली जाती है, वह पूरी तरह से कीटाणुरहित होनी चाहिए।
- जगह साफ-सुथरी हो इसका ध्यान रखना चाहिए।

### गलत तरीके से गर्भपात करवाने से नुकसान

पूरी दुनिया में हर साल साढ़े पाँच करोड़ गर्भपात होते हैं। इनमें से ज्यादातर महिलाओं का गर्भपात गलत तरीकों से किया जाता है जिससे बहुत सी समस्याएँ हो जाती हैं। महिला को यौन संक्रमण होना, लगातार कमर और गर्भाशय में दर्द रहना, बच्चे पैदा करने की शक्ति खत्म होना आदि। कई महिलाएँ गरीबी के कारण या ज्यादा बच्चे पहले से ही होने के कारण, समाज के डर से परेशान होकर ऐसे तरीकों से गर्भपात करवाती हैं जिससे उनकी जान को खतरा होता है। नीचे दिए गए तरीकों से गर्भपात नहीं करवाना चाहिए।

- गर्भाशय या योनि में जड़ी बूटियों का रस डालने से बहुत ज्यादा जलन हो सकती है और लगातार खून बहने से महिला की मृत्यु हो सकती है।
- ब्लीच, राख, साबुन, मिट्टी का तेल आदि को पीने से या इन्हें योनि व गर्भाशय में डालने पर बहुत खतरनाक संक्रमण हो सकता है।
- घरेलू इलाज का उपयोग करने से सही गर्भपात नहीं होता है।
- महिला के पेट को चोट पहुँचाकर या सीढ़ियों से गिराकर गर्भपात कराने से अंदरूनी चोट लग सकती है या ज्यादा खून बह सकता है।
- अप्रशिक्षित डॉक्टर या दाई से गलत तरीके से गर्भपात करने से महिला की जान जा सकती है।
- गर्भपात करने के लिए खुद अपनी योनि या गर्भाशय में किसी तरह की कोई चीज जैसे— छड़ी, पिन तार या प्लास्टिक डालने से शरीर को नुकसान हो सकता है, ज्यादा खून बहना, छूट की बीमारी हो सकती है।
- गर्भ के 12 सप्ताह के बाद गर्भपात नहीं करवाना चाहिए।

### गर्भावस्था के समय गर्भपात से बचाव के तरीके

- गर्भपात से बचाव के लिए महिला का गर्भावस्था के दौरान भारी वस्तुएं उठाना जैसे— बड़ी-बड़ी बाल्टी से पानी खींचना, ईट-पत्थर उठाना, बड़े-बड़े घड़ों से पानी भरना, चक्की चलाना, गेंती से खोदना, मकान बनाने का

- काम एवं बहुत देर तक पैरों पर बल देकर बैठे रहना आदि नहीं करना चाहिए।
- गर्भवती महिला को कोई भी नशा नहीं करना चाहिए।
- किसी को भी गर्भवती महिला को मारना नहीं चाहिए।
- गर्भावस्था के समय डॉक्टर की सलाह के बिना कोई भी दवाइयों नहीं खानी चाहिए।
- गर्भावस्था के समय महिला को जहरीली चीजें कीटनाशक, फँकटरी के रसायन से दूर रहना चाहिए।
- गर्भवती महिला को मलेरिया, पीलिया, टी.बी., पेट आदि की बीमारियों से बचना चाहिए।

### कुंआरी लड़कियाँ गर्भधारण करने से बचें

गर्भपात करवाने से लड़कियों को बचना चाहिए। गाँव में लड़के और लड़कियाँ अधिकतर हाट, बाजार, शादी-ब्याह, भगोरिया, मेला, दशहरा, होली, दीवाली, दीवासा, नवाई आदि देखने के लिए जाते हैं। इस समय लड़का-लड़की एक-दूसरे को पसंद कर लेते हैं। लड़का-लड़की को अपने साथ घर ले जाता है। लड़की को लगता है कि लड़का अच्छा है इसलिए वह उसकी बातों में आ जाती है। विश्वास करती है, लड़के के साथ शारीरिक संबंध बना लेती है। जिससे वह गर्भवती हो जाती है। इसी तरह शहरों में स्कूलों, कॉलेजों, छात्रावास, नवरात्रि आदि में भी लड़के-लड़कियाँ शारीरिक संबंध रखते हैं तथा कभी-कभी लड़कियों के साथ बलात्कार, या जबरदस्ती शारीरिक संबंध किया जाता है जिससे गर्भ ठहर जाता है। लड़की डर जाती है उसे माता-पिता व समाज का डर रहता है। वह जल्द से जल्द अनचाहे गर्भ से छुटकारा पाना चाहती है। ऐसे में वह गलत तरीकों का उपयोग कर लेती है जिससे लड़की का ही नुकसान होता है इसलिए शादी से पहले लड़का या लड़की को शारीरिक संबंध नहीं रखना चाहिए। अगर लड़की या महिला से जबरदस्ती हुई हो तो सही जगह का चुनाव करके ही गर्भपात करवाना चाहिए। धार्मिक ग्रंथों में केवल पति-पत्नी के शारीरिक संबंध को सही व पवित्र माना गया है। बहाई पवित्र लेखों में कहा गया है कि "शुद्धता का अर्थ है शादी से पहले और बाद में, दोनों स्थितियों में एक निर्मल और संयमित यौन संबंध का जीवन में संवहन। शादी से पहले बिल्कुल शुद्ध जीवन और शादी के बाद अपने चुने गए जीवन-साथी के साथ पूरी तरह से वफादार रहना चाहिए।" शादी से पहले किसी के साथ शारीरिक संबंध नहीं रखना चाहिए और शादी के बाद केवल अपने जीवन-साथी के साथ शारीरिक संबंध रखना चाहिए यही शुद्धता है। पति-पत्नी को एक-दूसरे के लिए पूरी तरह से वफादार होना चाहिए। इससे वे एक-दूसरे पर विश्वास करेंगे,

उनका पारिवारिक जीवन हँसी-खुशी से गुजरेगा जिसकी नींव आध्यात्मिकता और भाईचारा होगी।

**गर्भपात से जनन अंगों में संक्रमण होने का खतरा**  
गर्भपात के समय व बाद में महिला के जनन अंगों में संक्रमण होने का खतरा रहता है। इसलिए साफ-सफाई का पूरा ध्यान रखना जरूरी है नहीं तो महिला के जनन अंगों एवं पेशाब के रास्ते में कई छूत की बीमारियाँ हो सकती हैं। यह संक्रमण नीचे दिए गए कारणों से हो सकता है जैसे:

- योनि व गर्भाशय में गंदी चीज या गंदे हाथ डालने से।
- गर्भाशय में गर्भ का कुछ अंश रह गया हो जिसमें संक्रमण हुआ हो।
- गर्भपात के समय या पहले ही महिला को संक्रमण हो।
- गर्भाशय की दीवार में छेद हो जाने से।

### जनन अंगों में गंभीर संक्रमण होने की पहचान

- कंपकंपी के साथ तेज बुखार आना।
- मांसपेशियों में दर्द होना।
- लगातार कमजोरी और थकावट होना।
- पेट कड़क हो जाना।
- पेट सूज जाना और उसमें दर्द होना।
- योनि से बदबूदार पानी बहना।
- योनि से बहुत ज्यादा खून बहना।
- चक्कर आना या बेहोश होना।

### जनन अंगों में संक्रमण से बचने तरीके

- जनन अंगों एवं पेशाब के रास्ते को साफ रखना चाहिए।
- जनन अंगों को धूने से पहले और बाद में अपने हाथ साबुन व पानी से धोना चाहिए।
- स्वयं अंदर से जाँच नहीं करनी चाहिए।
- डॉक्टर के पास समय पर जाकर जाँच करवाना चाहिए।

### गर्भपात के बाद ध्यान रखने वाली बातें

- योनी से खून बहना बंद हो जाने तक यानी 4-5 दिन तक शारीरिक संबंध नहीं रखना चाहिए।
  - अगर पेट में ज्यादा दर्द है तो गरम पानी से सिकाई करना चाहिए।
  - पूरी दवाई खानी चाहिए और ज्यादा से ज्यादा आराम करना चाहिए।
  - खाने-पीने में पतली चीजें ज्यादा पीना चाहिए।
  - गर्भपात के बाद परिवार नियोजन के तरीके अपनाए जायें।
  - दर्द और खून के बहाव को कम करने के लिए पेट के निचले हिस्से पर हल्के हाथ से मालिश करना चाहिए।
  - परिवार के सदस्यों को महिला का ध्यान रखना चाहिए।
- गर्भपात न हो इसके लिए खानपान व देखभाल**  
गर्भावस्था ऐसा महत्वपूर्ण समय होता है। जब महिला

गर्भवती होती है तो उसे शारीरिक, भावनात्मक, मानसिक और आध्यात्मिक देखभाल की जरूरत होती है। परिवार के प्रेम एवं सहयोग की जरूरत होती है। परिवार के लोगों को गर्भवती महिला के खाने, आराम और जाँच आदि का ध्यान रखना चाहिए। कई बार परिवार के सदस्यों को 2-3 महीने बाद महिला के गर्भवती होने का पता चलता है। जिसके कारण यह समय बिना किसी देखभाल निकल जाता है। इस समय में महिला की देखभाल करना ज्यादा जरूरी होता है। बच्चे का विकास ठीक तरह से हो और माँ भी स्वस्थ रहे, इसके लिए जरूरी है कि महिला गर्भावस्था से पहले जितना खाना खाती थी उससे ज्यादा और पौष्टिक खाना खाए। खाने में हरी पत्तेदार सब्जियाँ जैसे पालक, मेथी, गाजर, मूली, सुरजने की भाजी और फली, झरकली, राजगिरी की भाजी जरूर खानी चाहिए साथ ही मौसम के फल, दूध, दही, थुली, छाछ (मही), सोयाबीन, दालें, गुड़, अंकुरित दाने, ककड़ी, जामफल, सीताफल, मूंगफली, केला, घी, तेल, अंडा, मछली आदि खाने से भी उसे ताकत मिलेगी। अगर महिला एक बार में पूरा खाना नहीं खा पाती तो उसे खाना थोड़ा-थोड़ा करके बार-बार खाना चाहिए और पानी भी बहुत पीना चाहिए।

गर्भवती महिला को खून की कमी होने का बहुत ज्यादा खतरा होता है। खून की कमी की पहचान है— शरीर पीला पड़ना, आँखें और मसूड़े पीले पड़ना, नाखून सफेद होना, काम में मन नहीं लगना, थोड़ा सा काम करने में थकावट महसूस होना आदि। गर्भवती महिला को गर्भावस्था के दौरान आयरन की कम से कम 100 गोलियाँ खानी चाहिए। हर रोज आयरन की एक गोली खानी चाहिए जिससे महिला के शरीर में खून की कमी न हो। आयरन की गोलियाँ ऑगनवाड़ी कार्यकर्ता के पास मुफ्त में मिलती हैं। पौष्टिक खाना और आयरन की गोलियाँ खाने के साथ महिला को आराम करना चाहिए। रात में आठ घंटे सोने के बाद दिन में थोड़ी देर आराम करना चाहिए। गर्भ में बच्चे को पालने के लिए महिला के शरीर को दुगनी मेहनत करनी पड़ती है। इसलिए बच्चे के अच्छे स्वास्थ्य के लिए आराम करना जरूरी है। थकान महसूस होने पर थोड़ा आराम करके फिर काम करना चाहिए। जब एक महिला माँ बनने वाली होती है तो उसके शरीर के साथ-साथ उसके मन और आत्मा को भी स्वस्थ रखना जरूरी होता है। माँ के शरीर को अच्छे वातावरण, प्रेम और खुशी की जरूरत होती है। साथ ही उसकी आत्मा को स्वस्थ रखने के लिए ईश्वर से प्रार्थना करनी चाहिए, अच्छे विचार रखने चाहिए और डाक्टरों सलाह के अनुसार चलना चाहिए। वह क्या खाती है? उसका मन खुश है या नहीं, वह कैसी

बातें सुनती और करती है, इन सबका गर्भ में पल रहे बच्चे पर असर होता है। इसलिए महिला को गर्भावस्था के दौरान अच्छी-अच्छी बातें सोचनी और करनी चाहिए तथा ईश्वर में मन लगाना चाहिए। घर के हल्के काम और कसरत करनी चाहिए। धीरे-धीरे चलना सबसे अच्छी कसरत है। इससे बच्चे को कोई खतरा नहीं होता।

## संस्थान के समाचार

### ब्रिटिश दूतावास, मुम्बई द्वारा आमंत्रण

संस्थान के मैनेजर श्री जिन्मी मंगिलिगन एवं निदेशिका श्रीमती जनक पलटा मंगिलिगन पिछले सप्ताह ब्रिटेन की



महारानी के जन्म दिवस समारोह में ब्रिटिश दूतावास, मुम्बई के आमंत्रण पर गये। ब्रिटिश उप दूतावास श्रीमती विक्की ट्रेडल ने इन दोनों का परिचय कर्मठ, सामाजिक कार्यकर्ता के रूप में करवाया और विशेष रूप से धन्यवाद दिया।

### सोलर कुकर उपयोग करने का प्रशिक्षण

संस्थान में 1-6 मई 08 तक 94 वीं प्रशिक्षण प्राप्त कर रही 12 महिलाओं ने एस. के 14 सोलर कुकर का प्रशिक्षण लिया। ये महिलाएं मध्यप्रदेश के बड़वानी, खरगोन, देवास, इंदौर, बुरहानपुर व धार जिले और उत्तरप्रदेश से वृन्दावन, बिहार से नालंदा जिले की महिलाओं ने सोलर कुकर का उपयोग करना सीखा। सोलर कुकर में अलग-अलग तरह



का खाना बनाया जैसे— पोहा, दाल, चावल, रोटी, सब्जी आदि। इसके साथ ही सोलर कुकर को असेंबल करना, रखरखाव और सोलर कुकर को खोलना भी सीखा। प्रशिक्षण के बाद श्रीमती वेस्तीबाई मोरे और श्रीमती सपना भोंसले अपने साथ सोलर कुकर लेकर गईं। वह परिवार में खाना बनाने के लिए हर रोज उपयोग कर रही हैं।

### जलने के कारण व इलाज की जानकारी

4 मई 2008 को इंदौर के चोइधराम अस्पताल से सलाहकार सुश्री रंजना ने संस्थान में प्रशिक्षणार्थियों को जलने के कारण व इलाज के संबंध में जानकारी दी। उन्होंने बताया कि हम कई तरह से जल सकते हैं जैसे— दिया, अंगारे, चूल्हा, गरम तेल, पटाखों, एल.पी.जी. गैस या बिजली का करंट आदि के कारण दुर्घटना हो जाती है जिससे इंसान की जान भी जा सकती है। जलने के बाद घमड़ी खराब हो जाती है। जब शरीर का कोई भी अंग



जले तो पानी डालना चाहिए या गीला कपड़ा बाँधना चाहिए। अगर पूरा शरीर जल रहा है तो जलते शरीर को जमीन पर लिटाकर लुढ़काना चाहिए, कंबल लपेटना चाहिए या फिर पानी डालना चाहिए। अगर पूरा शरीर गंभीर रूप से जल गया हो तो मरीज को तुरंत अस्पताल ले जाना चाहिए। उन्होंने जलने से बचने के लिए कुछ सावधानियों के बारे में बताया। केरोसिन का उपयोग आम के पास न हो। बच्चों को केरोसिन से दूर रखना चाहिए और ठंडे स्टोव में केरोसिन भरना चाहिए। प्रेशर वाला स्टोव का इस्तेमाल ध्यान से करना चाहिए। गैस का काम खत्म होते ही नॉब बंद कर देना चाहिए। गैस की पाइप छह महीने में बदलना चाहिए। बच्चे जब रॉकेट, अनार जैसे पटाखे जलाएँ तो उनके साथ रहना चाहिए और सावधानी बरतनी चाहिए क्योंकि थोड़ी सी लापरवाही करने से बच्चों की आँखें जल सकती हैं, वे अंधे भी हो सकते हैं। इसके बाद प्रशिक्षणार्थियों से भी इस संबंध में कुछ सवाल पूछे कि गाँव में जल जाने पर वे क्या उपाय करते हैं?

### “मालवा उत्सव” में संस्थान का स्टॉल

8-12 मई 08 को “मालवा उत्सव” का आयोजन लालबाग पैलेस, इन्दौर में किया गया था। संस्थान के प्रशिक्षणार्थियों



द्वारा बनाए गए बाटिक एवं ब्लॉक प्रिंटिंग के अलग-अलग कपड़ों व मोतियों से बनी चीजें, संस्थान से प्रकाशित मासिक पत्रिका बरली की दुनिया रखी गई थी। संस्थान की प्रशिक्षिका श्रीमती चंदा पिपरिया व प्रशिक्षणार्थी कु. रिकू बड़ौले ने स्टॉल का संचालन किया। कलाकृतियों को लोगों ने बहुत पसंद किया। मेला देखने एक दिन संस्थान का स्टॉफ भी गया था।

### ग्रामीण विस्तार केन्द्र के स्टाफ को प्रशिक्षण

संस्थान में 15-31 मई 08 तक 15 दिनों का प्रशिक्षण ग्रामीण विस्तार केन्द्र छत्तीसगढ़ के स्टाफ को दिया गया। जिसमें केन्द्र प्रभारी कु. लता यादव, प्रशिक्षिका कु. सोनवती नेताम, कु. देववती यादव, कु. ईश्वरी यादव और सहायक प्रशिक्षिका



कु. सरिता यादव व श्रीमती संतोषी यादव ने स्वास्थ्य शिक्षा, मेरा अपना और अपने समुदाय का विकास को संस्थान में किस तरह से पढाया जाता है सीखा और कटाई-सिलाई में सभी कपड़े नमूने के तौर पर स्वयं बनाकर अपने साथ लेकर गए। इस प्रशिक्षण का मुख्य उद्देश्य यह था कि वे विस्तार केन्द्र में वापस जाकर अच्छी तरह से प्रशिक्षण दे सकें। इसके अलावा किशोर सशक्तिकरण प्रशिक्षण कार्यक्रम अधिकारी सुश्री अर्चना मारगोनवार ने दिया।

डॉ. रंगराजन संस्थान में

4-20 मई 08 तक डॉ. रंगराजन, विकास प्रक्रिया सलाहकार संस्थान में रहे। उन्होंने संस्थान में मूल्यांकन के लिए सलाह दी तथा जाते समय कहा कि बरली संस्थान ने विकास के लिए भौतिक और आध्यात्मिक दोनों बातों को शामिल किया है जो इंसान के संपूर्ण विकास के लिए जरूरी है। इस संस्थान को विकास के मॉडल के रूप में देख सकते हैं।

डॉ. बाबा साहेब आंबेडकर सामाजिक विज्ञान संस्थान महु से छात्र संस्थान देखने आए

6 मई 2008 को डॉ. बाबा साहेब आंबेडकर सामाजिक संस्थान महु से 35 छात्र डॉ. मनीषा रेशन सहायक प्राध्यापक के साथ संस्थान देखने आए। उन्होंने संस्थान के 94वें दीक्षांत समारोह कार्यक्रम में भी भाग लिया और संस्थान में चल रही गतिविधियों की जानकारी ली। वह सभी संस्थान में दिए जा रहे प्रशिक्षण को देखकर बहुत प्रभावित हुए। उन्होंने कहा कि यहाँ दी जा रही शिक्षा बहनों के लिए बहुत उपयोगी है जो उनके भविष्य में काम आएगी।

पूर्व प्रशिक्षणार्थियों से कु. अनीसा ने भेंट की अप्रैल, मई 08 माह के 16 दिन संस्थान की पूर्व प्रशिक्षणार्थियों द्वारा की जा रही गतिविधियों की जानकारी लेने के लिए स्वयं सेविका कु. अनीसा हेरावियन गाँवों में गई, साथ में पूर्व प्रशिक्षणार्थी श्रीमती मंटू सोलंकी व संस्थान के स्थानीय स्वयं सेवक श्री विक्रम तोमर ने सहयोग दिया। वे खरगोन जिले के हेलापडावा, कोठा, कुडी, खारियामाल, घुपीखूर्द, मेडागड़, पांडल्या, दामखेडा, धिरिया, मुण्डिया, गलतार, सामरपाट, मोहनपुरा, देवझिरी तथा आलीराजपुर जिले के ग्राम सेजगाँव, नानपुर, आलीराजपुर, उमराली, छोटी बेगलगाँव, ओझड़, जेतपुर, सोण्डवा, बालपुर, कुलवट, उन्हाला एवं धार, जिले के कवडा, गांगपुर, घाणा, जलवट, चाकल्या आदि क्षेत्रों के 30 गाँवों की 83 पूर्व प्रशिक्षणार्थियों से मिली। इस भेंट का उद्देश्य पूर्व प्रशिक्षणार्थियों से मिलकर उनके द्वारा की जा रही गतिविधियों का अवलोकन करना, विवाहित प्रशिक्षणार्थियों के पते लेना, प्रशिक्षण लेने की इच्छुक बहनों से संपर्क करना था। यह बहनें अपने-अपने गाँव के आसपास लगने वाले बाजार जैसे उमराली में 16, बालपुर में 7, नानपुर में 2, आलीराजपुर में 11, और सोण्डवा में 1 इस तरह कुल 37 दुकानें जिनमें सिलाई-कटाई, एस.टी.डी बूथ और जनरल स्टोर्स की दुकानें चला रही हैं। जो बहनें सिलाई कर रही हैं वे कहती हैं कि उन्हें मजदूरी करने घर छोड़कर नहीं जाना पड़ता

क्योंकि वह घर बैठे ही रोजगार कर रही है। गाँव में कुछ बहनें ऑगनवाड़ी कार्यकर्ता, आशा कार्यकर्ता और समाज सेवा के लिए अपने गाँव में स्वास्थ्य से जुड़ी सभी जानकारीयों घर-घर जाकर बताती हैं। गाँव के लोगों को प्रोत्साहित करती हैं वे सामान्य बीमारियों में दवाई का उपयोग कैसे करें, गर्भवती महिला की जॉब व टिटनेस के टीके लगवाने, प्रसव के लिए स्वास्थ्य केन्द्र भेजें। वे दूसरी लड़कियों को भी प्रशिक्षण के लिए प्रेरित कर यहाँ भेजते हैं। संस्थान में 94वाँ दीक्षांत समारोह संपन्न

6 मई 08 को बरली ग्रामीण महिला विकास संस्थान का 94वाँ दीक्षांत समारोह संपन्न हुआ। इस सत्र में मध्यप्रदेश के झाबुआ, खरगोन, देवास, बड़वानी, इंदौर, बुरहानपुर तथा उत्तरप्रदेश के गृन्दावन, बिहार के नालंदा जिले के ग्रामीण व आदिवासी क्षेत्रों के 41 गाँवों की 76 महिलाओं ने 6 माह और 1 साल का प्रशिक्षण प्राप्त किया।

इस कार्यक्रम के मुख्य अतिथि डॉ. भूमेश गुप्ता, निदेशक एकेडमिक स्टाफ कॉलेज, देवी अहिल्या विश्वविद्यालय, इन्दौर थे। उन्होंने कहा कि यह संस्थान आदिवासी व ग्रामीण महिलाओं को व्यवस्थित तरीके से प्रशिक्षित कर रहा है, यह सभी के लिए अनुकरणीय है। संस्थान ने महिलाओं को प्रशिक्षण के लिए पाठ्यक्रम विकसित किए हैं जो देशभर में उपयोग कर सकते हैं। यह संस्थान का एक महत्वपूर्ण योगदान है।

अध्यक्षीय उद्बोधन में श्रीमती प्रीतम सन्धू, क्षेत्रीय निदेशिका राष्ट्रीय जनसहयोग एवं बाल विकास संस्थान के पश्चिमी क्षेत्रीय केन्द्र ने कहा कि भारत सरकार ने 7वीं व 8वीं पाँच वर्षीय योजना में महसूस किया कि महिला की सक्रिय भागीदारी के बिना विकास नहीं हो सकता, लेकिन बरली संस्थान ने 1985 से यानी संस्थान की शुरुआत से ही महिला विकास को अपना उद्देश्य बनाया है। यह संस्थान ग्रामीण, युवा, निरक्षर महिलाओं का संपूर्ण विकास के लिए काम कर रहा है। इस प्रशिक्षण में शामिल होकर आज यह महिलाएं जीवन की हर पहलू को समझ रही हैं। जैसी नशा, भ्रूण हत्या, सामाजिक बुराईयों, स्वास्थ्य संबंधी विषय एड्स आदि समझ रही हैं।

विशेष अतिथि डॉ. वी. रंगराजन, चेन्नई के विख्यात अर्थशास्त्री व विकास सलाहकार ने कहा कि भारत में विकास के लिए आज तक अनेक विधियाँ अपनाई गईं लेकिन सफलता नहीं मिली है, क्योंकि लोग केवल आर्थिक विकास की ही बात करते रहे हैं। परंतु बरली संस्थान इस नए विकास की नई दिशा दिखा रहा है, जिसमें इंसान का सामाजिक, आर्थिक, आध्यात्मिक व वैज्ञानिक, विकास एक साथ हो सकता है। उन्होंने आगे कहा कि राष्ट्रपिता महात्मा

गांधी ने कहा था भारत गाँवों में बसता है। आप सभी गाँवों से ही आए हैं और यहाँ पर शिक्षा प्राप्त की, अनुभव लिया और हर महिला एक ज्योति बनकर जा रहे हैं जो स्वयं को प्रकाशवान बनाने तथा आसपड़ोस व गाँव में उजियारा फैलाने योग्य है।

बरली संस्थान की निदेशिका डॉ. (श्रीमती) जनक मंगिलिगन ने सभी का स्वागत किया और कहा कि 1 जून 1985 में बहाईयों की राष्ट्रीय आध्यात्मिक सभा द्वारा एक प्रोजेक्ट के रूप में संस्थान की शुरुआत की गई। तब इसका नाम बहाई ग्रामीण महिला व्यावसायिक प्रशिक्षण संस्थान था। 2001 में बरली ग्रामीण महिला विकास संस्थान के नाम से यह स्वायत्त संस्था बनी। संस्थान में दो तरह के प्रशिक्षण कार्यक्रम चलाए जाते हैं, 6 माह का सामुदायिक स्वयंसेविका और एक साल का सामुदायिक प्रशिक्षिका। उन्होंने कहा कि केवल आर्थिक विकास ही विकास नहीं है विकास के लिए सामाजिक, वैज्ञानिक, आध्यात्मिक, शारीरिक और आर्थिक विकास होना जरूरी है। शिक्षा पूरी दुनिया के लिए होनी चाहिए। हमारे धार, झाबुआ जिले के कई गाँवों की साक्षरता दर 8 प्रतिशत है। मातृ मृत्यु दर ज्यादा है। स्कूल में पानी, बिजली की कमी है, पढ़ाई नहीं है। जब तक हमें शिक्षा नहीं मिलती तब तक हम आगे नहीं बढ़ सकते। यहाँ से प्रशिक्षित प्रशिक्षणार्थियों के द्वारा छत्तीसगढ़ में तीन विस्तार केन्द्र सफलतापूर्वक चलाए जा रहे हैं। इन केन्द्रों में वे महिलाएं प्रशिक्षण लेती हैं जो संस्थान आकर प्रशिक्षण नहीं ले पाती हैं। इन केन्द्रों में आँगनवाड़ी में स्वास्थ्य शिक्षा, किशोरों के लिए किशोर सशक्तिकरण, प्राथमिक स्कूल में नैतिक शिक्षा की कक्षाएं चलाई जाती हैं। आज श्रीमती टेडी बागदरे कार्यक्रम अधिकारी बन गई हैं। यह झाबुआ जिले की आदिवासी लड़की है जो 1990 में प्रशिक्षण लेने आई थी। उस समय वह पाँचवीं पास थी। अब उन्होंने 10 वीं कक्षा व नेशनल ओपन स्कूल से कटाई-सिलाई की परीक्षा पास की। वह अच्छे से पढ़ा पाती है। उसने स्वास्थ्य शिक्षा की पुस्तक को कम्प्यूटर पर टाईप किया। अब वह कम्प्यूटर व लेपटॉप पर अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलनों में प्रस्तुतियाँ देती है। प्रशिक्षण के बाद प्रशिक्षणार्थियों का मूल्यांकन किया जाता है जिसके लिए बरली स्टाफ साल में 100 दिन गाँव में बिताते हैं।

केलिफोर्निया से आई स्वयंसेविका कु. अनिसा ने प्रशिक्षणार्थियों के साथ का अनुभव बताते हुए कहा कि सभी प्रशिक्षणार्थी सशक्त होकर अपने गाँव के विकास में योगदान दे रही हैं।

इस अवसर पर प्रशिक्षणार्थियों ने अपने अनुभव सुनाए। बड़वानी जिले की श्रीमती वेस्तीबाई मोरे ने महिलाओं के री

अधिकारों के बारे में कहा कि "लड़कों को परिवार और समाज में लड़कियों से कहीं ज्यादा महत्व मिलता है। हमें लड़कों की तरह ही लड़कियों की भी देखभाल करना और उन्हें स्कूल भेजना चाहिए क्योंकि लड़की बड़ी होकर माँ बनती है और माँ बच्चों की पहली शिक्षिका होती है।" खरगोन जिले की झलू किराड़ ने परीक्षा के बारे में बताया कि "जब मैं संस्थान में आई थी तब अनपढ़ थी मैंने संस्थान में पढ़ना-लिखना सीखा। कटाई-सिलाई परीक्षा की हर रोज तैयारी की। इसके बाद अच्छी तरह से परीक्षा दी।" बिहार की रेखा सिन्हा ने कहा कि "6 माह के प्रशिक्षण के बाद मैं दूसरों को पढ़ा सकती हूँ एवं टाइपिंग की परीक्षा की तैयारी कर रही हूँ। घर जाकर अपनी पढ़ाई पूरी कर रोजगार शुरू करना चाहती हूँ।"

बड़वानी जिले से कविता पवार ने कहा कि "मैंने संस्थान में एच.आई.वी. एड्स के बारे में जाना। एड्स एच. आई. वी. नामक विषाणु से होता है। यह विषाणु बहुत छोटे लेकिन बहुत खतरनाक होते हैं। जिस इंसान के शरीर में ये विषाणु होते हैं वह दिखने में स्वस्थ दिखता है और स्वस्थ इंसान जैसे ही सभी काम कर सकता है।" झाबुआ जिले की कु. नुदरी चौहान ने परिवार नियोजन के बारे में कहा कि "छोटा परिवार होना चाहिए। बढ़ती हुई जनसंख्या के कारण परिवारों की हालत भी बहुत खराब होती जा रही है घर छोटा और भीड़ ज्यादा, दूध कम और पीने वाले ज्यादा। छोटा परिवार होने से बच्चे को सही शिक्षा, देखभाल और खानपान पर ध्यान दिया जा सकता है। इंदौर जिले की कु. अमृता पाठक ने सोलर कुकर और पर्यावरण संरक्षण के बारे में कहा कि "बरली संस्थान में पर्यावरण को बचाने के लिए बहुत सारे काम किए गए हैं। मैं भी यहाँ से प्रशिक्षण प्राप्त कर घर जाकर पर्यावरण के लिए काम करना चाहती हूँ।"

उत्तरप्रदेश की रितिका परमानंद ने बताया कि संस्थान में महिलाओं के उत्थान के लिए किए जाने वाले काम सराहनीय हैं। "मेरा यहाँ आने का उद्देश्य है कि मैंने बरली संस्थान से जो प्रशिक्षण लिया उसका उपयोग परम शक्ति पीठ, वात्सल्य आश्रम, वृन्दावन में करूँगी।" झाबुआ जिले की सुनीता चौहान ने बच्चों के शिक्षा के बारे में बताया कि "छोटे बच्चे को बचपन से ही शिक्षा देनी चाहिए। बचपन की शिक्षा ही उसके पूरे जीवन भर काम आती है।" बड़वानी जिले की बाखली परमार ने कहा कि "महिला सशक्तिकरण का मतलब है कि महिला जागरूक होकर दूसरी महिलाओं में सुधार लाने का काम करती है।" झाबुआ की कु. अनिता डावर ने साक्षरता की पुस्तक से एकता के बारे में पढ़कर सुनाया। "मेरे पिता शिक्षक हैं परंतु उन्होंने मेरे भाई-बहन



को पढ़ाया लेकिन मुझे नहीं पढ़ाया। मेरी पढ़ने की इच्छा थी इसलिए बरली संस्थान में आकर प्रशिक्षण लिया है।



यहाँ पढ़ना-लिखना सीखकर 5 वीं की परीक्षा देना चाहती हूँ।



डॉ. भूपेता गुप्ता द्वारा प्रशिक्षणार्थियों को प्रमाण पत्र भेंट किए गए।

जिला झाबुआ की कु. रिकू, लीला व साथी बहनें तथा जिला बड़वानी की कु. कमला व साथी बहनों ने साक्षरता, स्वास्थ्य पर कार्यक्रम का

आधारित भिलाली व हिन्दी गीत सुनाए। इस अवसर पर सभी प्रशिक्षणार्थियों को अतिथियों द्वारा प्रमाण पत्र भेंट किए गए। कार्यक्रम का संचालन श्रीमती टेडी बागदरे ने किया तथा कार्यक्रम के अंत में आभार प्रदर्शन निर्देशक मंडल की सदस्या डॉ. (श्रीमती) शिरीन महालाती ने किया।

### 95 वॉ सामुदायिक स्वयंसेविका का प्रशिक्षण शुरू

बरली ग्रामीण महिला विकास संस्थान में 95वॉ प्रशिक्षण सत्र 15 मई 2008 से शुरू हो गया है। इसमें मध्यप्रदेश के धार, आलीराजपुर, खरगोन, देवास, बड़वानी, इंदौर तथा सिहोर जिले के ग्रामीण व आदिवासी क्षेत्रों के 44 गाँवों की 83 महिलाओं ने 8 माह और 1 साल के प्रशिक्षण के लिए प्रवेश लिया है। यह प्रशिक्षण निःशुल्क व आवासीय है। इसमें प्रशिक्षणार्थी बहनों को कटाई-सिलाई, कढ़ाई, बाटिक, ब्लॉक प्रिंटिंग, बागवानी, पर्यावरण, साक्षरता, व्यक्तित्व विकास व स्वास्थ्य शिक्षा का प्रशिक्षण दिया जाएगा और निरक्षर बहनों को प्रशिक्षण शुरू होने के पहले तीन महीनों तक पढ़ना-लिखना सिखाया जाएगा बाद में ये बहनें नेशनल इंस्टीट्यूट ऑफ ओपन स्कूलिंग की कटाई एवं सिलाई की परीक्षा देगी।

### पाठकों के पत्र

जिला भिवानी हरियाणा के तोशाम गाँव से श्रीमती वन्दना बत्तरा ने लिखा है कि "मुझे बरली की दुनिया नियमित मिलती है। इस पत्रिका में मैंने पढ़ा कि "एक शिक्षित महिला ही अपने परिवार और समुदाय को विकास और जागरूकता की ओर ले जा सकती है।" "इससे प्रेरणा पाकर मैंने तोशाम गाँव में योग शिक्षा और जागरूकता के लिए काम करना शुरू किया। इस कक्षा में 70 गरीब बच्चे और 100 महिलाएं आती हैं। इन कक्षाओं में योग शिक्षा, भ्रूण हत्या के प्रति जागरूकता आदि विषय शामिल है। गाँव के सरपंच से अनुमति लेकर पंचायत भवन में कक्षाएं लेती हूँ।"

### इस पत्रिका के प्रकाशन में सहयोगी

श्रीमती टेडी बागदरे, श्री राकेश गुप्ता व श्री जिग्मी मणिलिंगन

### प्रिंटेड मैटर-बुक पोस्ट पता


### विशेष सूचना

प्रशिक्षण लेकर आप स्वयं के लिए, अपने परिवार और अपने गाँव के लिए जो भी काम कर रहे हों, हमें जरूर लिखकर भेजें ताकि आपके समाचार "बरली की दुनिया" में छाप सकें।

### संपादक "बरली की दुनिया"

बरली ग्रामीण महिला विकास संस्थान

180, भमोरी, न्यू देवास रोड़,

इंदौर-452010 (म.प्र.) फोन : 0731-2554066