

नवम्बर 2016 मूल्य 15 रुपये

रूपरेखा

सदाचार - सद्विचार - सत्संस्कार

भैया दूज की हार्दिक
शुभकामनाएं!



रूपरेखा

सदाचार ~ सद्विचार ~ सत्संस्कार

मार्गदर्शन :

पूज्या प्रवर्तिनी साध्वी मंजुलाश्री जी

संयोजना :

साध्वी कनकलता

साध्वी वसुमती

प्रारम्भिक :

श्रीमती मंजुबाई जैन

प्रबंध संपादक :

अरुण कुमार पाण्डेय

सम्पादक :

श्रीमती निर्मला पुगलिया

वार्षिक शुल्क : 150 रुपये

आजीवन शुल्क : 3000 रुपये

प्रकाशक

अरुण तिवारी

मानव मंदिर मिशन ट्रस्ट (रजि.)

पोस्ट बॉक्स नं. : 3240

सराय काले खाँ बस टर्मिनल के सामने,
नई दिल्ली - 110013

फोन नं. : 26345550, 26821348

Website : www.rooprekha.com

E-mail : contact@manavmandir.info



इस अंक में

चुनौती का भाव हमें एक-दूसरे से होड़ के लिए उकसाता है

लाओत्से के इस संकेत को समझा जाना चाहिए। जहां चुनौती है, वहीं जय और पराजय का भाव है। यह भाव ही हमें एक-दूसरे को पटकने, धकेलने और पीछे छोड़ने के लिए उकसाता है। यानी प्रतिद्वंद्विता को जन्म देता है, और यहीं से दुश्मनी शुरू होती है। जहां चुनौती ही समाप्त है, वहां कैसी होड़ और मुकाबला? वहां हर कदम के साथ स्वयं मंजिल जुड़ी है।

06

अनुशासन में आस्था

अपनी मिथ्या समझ या सद्दोष अनुशासन पद्धति के कारण अनुशासन मात्र को अनावश्यक व अनुपयोगी मानना मूल में ही भूल है। गणित का सवाल करते समय मूल में भूल रह जाती है तो अन्त तक भूल रहती है इसलिए उसको बीच से नहीं, प्रारम्भ से ही पुनः शुरू किया जाता है। तब सम्यक् परिणाम आता है। अनुशासन का सम्यक् परिणाम चाहने वालों को भी मूल की भूल का सुधार करना पड़ेगा।

08 09

ब्रह्मज्ञानी रैक्व की कथा

राजा के मुख से यह वचन सुनकर रैक्व ने कुछ तीखे स्वर में कहा- “मूर्ख राजा, क्या तुम यह समझते हो कि ब्रह्म-ज्ञान खरीदा जा सकता है? अरे मूर्ख! ज्ञान खरीदने-बेचने की वस्तु नहीं है। चले जाओ यहां से। मैं तुम्हें कोई उपदेश नहीं दे सकता।”

13

भारत की अर्थनीति और राजनीति गौ-गंगा के अनुकूल हो

जो बात गंगा के बारे में लागू होगी वही बात अन्य नदी, झील, पोखर, तालाब, कुंआ आदि पर भी होगी। समुद्र भी इसी प्रकृति का हिस्सा माना जाएगा। इन सब के अनुकूल रहते हुए मानव को अपनी समृद्धि और संस्कृति के लिए आवश्यक राजनैतिक, आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक संरचना खड़ी करनी होगी।

15

सांच बराबर तप नहीं, झूठ बराबर पाप ।
जाके हिरदै सांच है, ताके हिरदै आप ।

—कबीरदास

बोध-कथा

हार और जीत

किसी शहर में बहुत दूर से एक विद्वान शास्त्रार्थ करने पहुंचा। उसने पूछताछ की तो कुछ लोग उसे शहर के प्रमुख विद्वानों के पास ले गए। जिन्होंने कहा- 'हमारे यहां तो सनातन गोस्वामी और उनके भतीजे जीव गोस्वामी ही श्रेष्ठ ज्ञानी हैं। अगर वे आपको विजेता के रूप में स्वीकार कर मान्यतापत्र पर हस्ताक्षर कर देंगे तो हम भी आपको विजेता मान लेंगे।' दूर से आया वह विद्वान सनातन गोस्वामी के पास पहुंचा और बोला- 'स्वामी जी, या तो आप मुझसे शास्त्रार्थ कीजिए या मुझे मान्यतापत्र प्रदान कीजिए।' इस पर सनातन गोस्वामी बोले- 'भाई! अभी हमने शास्त्रों का मर्म ही कहां समझा है। हम तो विद्वानों के सेवक हैं।' यह कहते हुए उन्होंने मान्यतापत्र पर हस्ताक्षर कर दिया। विद्वान मान्यतापत्र लेकर प्रसन्नतापूर्वक चला जा रहा था कि जीव गोस्वामी मिल गए। विद्वान ने उनसे भी कहा- 'आप इस मान्यतापत्र पर हस्ताक्षर करेंगे या मुझसे शास्त्रार्थ करेंगे?'

जीव गोस्वामी बोले- 'मैं शास्त्रार्थ के लिए तैयार हूं।' दोनों में शास्त्रार्थ शुरू हो गया। लंबे शास्त्रार्थ में जीव गोस्वामी ने उस विद्वान को पराजित कर दिया। वह विद्वान दुखी होकर नगर से चला गया। जीव गोस्वामी ने सनातन गोस्वामी को अपनी विजय के बारे में बताया, पर सनातन गोस्वामी प्रसन्न नहीं हुए। उन्होंने कहा- 'एक विद्वान को अपमानित करके तुम्हें थोड़ा यश अवश्य मिल गया लेकिन क्या करोगे यश लेकर? यह केवल तुम्हारे अहंकार को बढ़ाएगा और तुम्हारे जैसा अहंकारी ज्ञान की साधना कैसे कर पाएगा? आखिर उस विद्वान को विजयी मान लेने में तुम्हारा क्या बिगड़ता था? हमारे लिए यश-अपयश, जीवन-मरण, सुख-दुःख, मित्र-शत्रु सभी एक समान होते हैं। हमें हार और जीत के फेर में पड़ना ही नहीं चाहिए।' जीव गोस्वामी को अपनी भूल का अहसास हो गया। उन्होंने अपने व्यवहार के लिए उनसे क्षमा मांगी।

पराधीन सपने सुख मांही

आज कुछ धर्म-गुरु मन को खुला छोड़ने की वकालत करते दिखाई देते हैं। किन्तु मन को खुला छोड़ना, मन की चंचलता मिटाने का समाधान कभी नहीं बन सकता है। यद्यपि मन को दबाना भी सही नहीं है, किन्तु मन को खुला छोड़ना भी उचित नहीं कहा जा सकता। न दबाना है और न खुला छोड़ना है, किन्तु मन का निग्रह करना है। मन अगर दबता है, तब भी दुःखदायी वह तब होता है जब उस पर निग्रह होता है, जब हम उसके मालिक होते हैं, तब मन हमारा गुलाम होता है।

अभी यह मन समस्या इसलिए बना हुआ है कि वह हमारा मालिक बना हुआ है। होने चाहिए थे हम उसके मालिक, किन्तु बना हुआ है वह हमारा मालिक। सारी समस्याओं का उपादान यही है। समझना यह है कि हमारी जीवन संरचना में बुद्धि, मन, इन्द्रियां ये मालिक नहीं हैं। मालिक है चेतन। मालिक है आत्मा। बुद्धि, मन, इन्द्रियां ये उस चेतन के दास हैं, नौकर हैं। किन्तु आज जिस भूमिका पर हम खड़े हैं, उसमें सबकुछ उल्टा चल रहा है। नौकर मालिक बने हुए हैं और मालिक नौकर। चेतन के अनुशासन में मन, बुद्धि, इन्द्रियां नहीं हैं। बल्कि बुद्धि, मन, इन्द्रियों के अनुशासन में चेतन है। मालिक पर

नौकर जब हावी हो जाएं, उस मालिक का क्या हाल हो जाता है। उस स्थिति में मालिक को अगर मकान में रहना है तो नौकरों का नौकर बनकर ही रहना होगा। आज हमारा चेतन भी, बुद्धि, मन और इन्द्रियां जो मूलतः उसके नौकर हैं, उनका नौकर बनकर रह रहा है। जो आत्मा चाहती है, बुद्धि, मन और इन्द्रियां वैसे नहीं करते। जैसा ये चाहते हैं, आत्मा को वैसा करना पड़ता है। इसी का नाम है मन और इन्द्रियों की गुलामी। और गुलाम को सुख होता ही कहाँ है- पराधीन सपनेहु सुख नांही।

मन चेतन का गुलाम कैसे हो, मन पर विजय प्राप्त कैसे हो, इसी प्रश्न का उत्तर है, अभ्यास और वैराग्य, धर्म-शिक्षा-ज्ञान ओर विवेक। जब भी मन का घोड़ा बेलगाम होक दौड़े, हम उस पर ज्ञान की लगाम लगाए, विवेक का चाबुक लगाएं। इस निरन्तर अभ्यास से मन का निग्रह हो सकेगा-

यह मन दरिया की उफनती लहर है जिसमें समाया पूरा शहर का शहर है अमृत मिलता ही है इस सागर-मंथन से पर पहले पीना पड़ता हालाहल जहर है।

प्रस्तुति : निर्मला पुगलिया

पूज्य गुरुदेव के प्रवचन-सारांश

○ रुचि आनंद



किताबों से निकल कर जीवन में
उतरें महापुरुषों के विचार

लोकनायक जयप्रकाश नारायण ने संपूर्ण क्रांति दिवस पर आयोजित एक सभा में युवा पीढ़ी को जातिवाद और संप्रदायवाद के विरुद्ध संघर्ष छेड़ने के लिए कहा था। जाति के नाम पर होने वाले अमानवीय अत्याचारों पर प्रहार करते हुए उन्होंने इस संदर्भ में अत्यंत आदर के साथ गौतम बुद्ध और महावीर का स्मरण किया था। मौजूदा काल में गांधीजी के बाद जेपी ने भारत की नब्ज को पहचानते हुए विचार और मन के सभी स्तरों से कुरीतियों तथा कमजोरियों को समाप्त करने पर बल दिया। लेकिन आज के हालात को देखकर लगता है कि हम फिर

एक बार बर्बर युग में लौट रहे हैं।

भगवान महावीर ने दास प्रथा, यज्ञों में पशु बलि, नारी की शोचनीय अवस्था की तरह जातिवाद पर भी कड़ा प्रहार किया था। उन्होंने उदात्त स्वर में उद्घोषित किया था कि मनुष्य कर्म से ही ब्राह्मण, क्षत्रिय, वैश्य और शूद्र होता है, जन्म से नहीं। यह प्रहार शब्दों तक सीमित नहीं था अपितु हरिकेशबल, अर्जुनमाली जैसे कथित निम्न वर्गीय व्यक्तियों को अपने धर्म-शासन में प्रवज्या देकर उन्होंने जातिवाद की जड़ों को उनके अंतिम अवशेषों तक खोद डाला। इतिहास उनके इस युगांतरकारी कदम का सदैव कृतज्ञ-साक्षी रहेगा। महावीर ने परंपरा के विरुद्ध जाकर अपने भिक्षुओं से कहा कि जैसा उपदेश कुलीनों को देते हो, वैसा ही अकुलीनों को दो। जैसा अकुलीनों को देते हो, वैसा कुलीनों को भी दो।

उन्होंने अपने धर्म-शासन में कुलीनों और अकुलीनों को समान अधिकार ही नहीं दिया बल्कि इस सिद्धांत को भविष्य के लिए स्थापित भी किया। कुलीनता पर गर्व करने वालों पर इंगित कर कहा कि यह आत्मा अनेकशः श्रेष्ठ तथा हीन कुलों में जन्म ले चुकी है। श्रेष्ठ कुलों में जन्म लेने से वह श्रेष्ठ नहीं हो जाती और हीन कुल में जन्म

लेने से वह हीन नहीं हो जाती है। महावीर के जीवन को देखें तो वे हर समय और हर जगह जातिवाद का व्यूह तोड़ते हुए ही मिलंगे। उनकी यह स्पष्ट घोषणा है कि मानव की एक ही जाति है। महावीर और बुद्ध के ढाई हजार वर्ष तो दूर की बात है, हम सब महात्मा गांधी, भीमराव आंबेडकर और जयप्रकाश नारायण की मान्यताओं और योगदान को भी याद नहीं कर पा रहे हैं। जाने-अनजाने मनुष्यता विरोधी जिन विचारों को हवा दी जा रही है, उससे समाज और देश को बचाने की जरूरत है।

आज हम पर नए सिरे से एक समतामूलक समाज बनाने की जिम्मेदारी आ गई है। उसके पहले यह देखने का भी समय है कि वे महापुरुष कहां खड़े थे और हम कहां हैं। आज हम उनके नाम पर विशाल संस्थान जगह-जगह खड़े कर रहे हैं, लेकिन उनके विचारों को जीवन में शामिल नहीं कर, सिर्फ किताबों और फाइलों की शोभा ही बढ़ा रहे हैं।

हम कहीं भी नहीं पहुंच पाएंगे

अगर आस्था में संशय शामिल हो

संपूर्ण संसार में आस्था और विश्वास पर सबसे ज्यादा जोर डाला गया है। गीता, कुरआन, बाइबिल, गुरुग्रंथ साहिब और महावीर-वाणी जैसे ग्रंथों का संबंध धर्म से है, इसलिए हम इन्हें श्रद्धा के केंद्र में रखते

हैं। यह श्रद्धा ही हम में विश्वास या आस्था पैदा करती है। इस कसौटी पर अगर हम कार्ल मार्क्स के दास कैपिटल को रखें तो? हर धर्म जहां अपने-अपने अनुयायियों को अपने मान्य ग्रंथ को मुक्तिदाता कहा है, वैसे ही साम्यवाद भी दास कैपिटल को मुक्तिदाता घोषित करता है और उस पर विश्वास रखने पर जोर देता है।

मतलब यह है कि साम्यवादी विचारधारा ने धर्म और ईश्वर की अवधारणा को भले अस्वीकार किया है, आस्था और विश्वास को नहीं। अर्थात् आस्था का संबंध केवल आत्मा-परमात्मा से नहीं, संपूर्ण अस्तित्व से है। आस्था जीवन की संचालन-शक्ति है। संशय उत्पन्न होते ही वह शक्ति गड़बड़ा जाती है। अनिष्ट की आशंका के साथ ही हम अपनी यात्रा स्थगित कर देते हैं। विषाणुओं के संशय के साथ ही हम सुस्वादु भोजन का परित्याग कर देते हैं। चाहे भीतर विषाणु नहीं भी हो, किंतु संशय उस भोजन को विषाक्त बना देता है। देखा गया है कि विश्वास के साथ ली गयी साधारण दवा भी चमत्कारपूर्ण प्रभाव दिखा देती है, लेकिन संशयपूर्ण चित्त से ली गयी जीवनदायी औषधि भी निष्फल हो जाती है। संशय बड़े से बड़ा रोग खड़ा कर सकता है। उसका निवारण होते ही रोग भी गायब हो जाता है।

एक घटना कहीं पढ़ी है कि एक पादरी सुबह जब सो कर उठे तो टेबल पर रखे उनके नकली दांत गायब थे। हर जगह ढूंढा लेकिन कहीं नहीं मिला। उन्हें यह शक हुआ कि रात को दांत निकालना भूल गए होंगे और वह नींद में निगल गए होंगे। इतना संशय होते ही अचानक उनके पेट में तेज दर्द उठना शुरू हो गया। वे डॉक्टर के पास दौड़े-दौड़े गए और अपनी व्यथा-कथा सुनाते हुए तुरंत ऑपरेशन से दांत निकालने का आग्रह करने लगे। दर्द इतना था कि वे एक्सरे में भी समय बर्बाद नहीं करना चाह रहे थे। इतने में उन्हें यह खबर मिली कि दांत मिल गए हैं। लगता है अपनी ही बिल्ली रात में दांत उठा कर मकान के दूसरे हिस्से में ले गयी होगी। दांत मिलने के संवाद के साथ ही उन्हें नींद में निगले जाने का उनका संशय भी जाता रहा। संशय हटते ही उनके पेट का दर्द भी शांत होने लगा।

मतलब यह कि संशय पूरी जीवन-व्यवस्था को उथल-पुथल करके रख देता है। इसलिए जीवन को सुचारु रूप से चलाने के लिए विश्वास और आस्था का होना बहुत जरूरी है। अगर आस्था-विश्वास के साथ संशय आ जाए, तो यकीन मानिए हम कहीं भी नहीं पहुंच पायेंगे। पूर्ण-आस्था ही हमें मंजिल पर पहुंचाएगी,

चाहे हमारी यात्रा विपरीत ध्रुवों से ही क्यों न हुई हो।

चुनौती का भाव हमें एक-दूसरे से होड़ के लिए उकसाता है

ईसा-पूर्व छठी शताब्दी में चीन के महामनीषी लाओत्से ने एक बार अपने देश के सभी पहलवानों को मल्ल-युद्ध के लिए चुनौती दे डाली। लोग इस बात पर हंसते, लेकिन उनकी मेधा के प्रति नत-मस्तक भी थे। वे जानते थे कि इस चुनौती में कोई न कोई रहस्य अवश्य होगा। आखिर में उन्होंने लाओत्से से पूछ ही लिया कि शरीर से इतने दुर्बल हैं आप कि राह चलता कोई भी व्यक्ति आपको नीचे गिरा दे, फिर नामी-गिरामी पहलवानों को चुनौती क्यों दे दी? लाओत्से ने हंसते हुस कहा कि उनको कोई अवसर देगा, तभी तो वे मुझे चित्त करेंगे। मैं पहले ही चित्त लेट जाऊंगा। फिर मुझे कौन पछाड़ेगा।

लाओत्से के इस संकेत को समझा जाना चाहिए। जहां चुनौती है, वहीं जय और पराजय का भाव है। यह भाव ही हमें एक-दूसरे को पटकने, धकेलने और पीछे छोड़ने के लिए उकसाता है। यानी प्रतिद्वंद्विता को जन्म देता है, और यहीं से दुश्मनी शुरू होती है। जहां चुनौती ही समाप्त है, वहां कैसी होड़ और मुकाबला? वहां हर कदम के साथ स्वयं मंजिल जुड़ी है।

आज अगर हम खुद को देख पाने से बचते हैं तो अपने आस-पास और देश-दुनिया को देखें तो समझ में आ जाएगा कि एक-दूसरे को गिरा कर आगे बढ़ने की कोशिश या रणनीति किस हाल में पहुंच गई है। किसी गिरते को उठाने की चिंता लुप्त जैसी हो गयी है। हम दर्शक के रूप में भी जब खेल के मैदान में होते हैं तो खेल का आनंद लेने की बजाय पक्षकार हो जाते हैं। किसी के लिए जमकर तालियां बजाते हैं और किसी को हारते हुए देखना चाहते हैं। अनेक ऐसी घटनाएं सामने हैं जब मैदान खेल से ज्यादा युद्ध का हो गया है।

दरअसल खुशी और आनंद की परिभाषा ही हमने बदल डाली है। दूसरों की सफलता हमें खुश करने से ज्यादा डराने लगी है। हमारे दिमाग में आ गया है कि वह आगे जा रहा है, हम पीछे छूट रहे हैं।

यहीं महावीर कहते हैं कि तुम अपनी

जीत की चिंता छोड़ो। चिंतन यह करो कि कोई तुमसे पिछड़ तो नहीं रहा है। यह साथ चलने की अवधारणा है जिसके पीछे पारस्परिक सहयोग और प्रेम का भाव है। प्रेम-भीना हर पग मंजिल से ज्यादा आनंद देने वाला होता है। इसलिए कहा गया है- 'परस्परोपग्रहो जीवानाम्' जीव का लक्षण है परस्पर उपग्रह, परस्पर प्रेमपूर्ण सहयोग। जीव का ही नहीं, जीवन का भी यही लक्षण है।

गीता में श्री कृष्ण कहते हैं- तुम देवताओं का पोषण करो और देव तुम्हारा पोषण करें। परस्पर एक-दूसरे का पोषण करते हुए तुम परम श्रेयस् को प्राप्त करो। हमारे शास्त्र कहते रहे हैं कि 'सभी सुखी हों, सभी निरामय हों। सभी का कल्याण हो। किसी को दुख न मिले।' यानी हम भी फलें-फूलें और दूसरे भी हमारी तरह फलते-फूलते रहें।

श्लोक

नास्ति बुद्धिरयुक्तस्य न चायुक्तस्य भावना।

न चाभावयतः शांतिरशांतस्य कृतः सुखम् ॥

अर्थ- योग रहित पुरुष में निश्चय करने की बुद्धि नहीं होती और उसके मन में भावना भी नहीं होती। ऐसे भावना रहित पुरुष को शांति नहीं मिलती और जिसे शांति नहीं, उसे सुख कहां से मिलेगा।

अनुशासन में आस्था



अनुशासन जीवन-विकास का पहला सूत्र है। जन्म से मृत्यु तक व्यक्ति को जिन-जिन अनुभवों का प्रशिक्षण प्रौढ़ व्यक्तियों से मिलता है वह सारा अनुशासन होता है। एक ही अनुशासन किसी के लिए विकास का द्वार खोल देता है, किसी को कुंठित बना देता है और किसी को विनाश के कगार पर पहुंचा देता है। यह अनुशासन का दोष नहीं। जो अनुशासन को जिस रूप में लेता है उसके उसी रूप में परिणत हो जाता है।

जहां अनुशासित और अनुशास्ता के बीज तादात्म्य भाव जुड़ जाता है वहां अनुशासन का परिणाम सदा अच्छा होता है। अनुशासन में जिसका जितना आस्थाभाव और समर्पण-भाव होगा वह

○ संघ परिवर्तनी साध्वी मंजुलाश्री

उतना ही अधिक सफल और विकसित होगा। औपचारिक अनुशासन का परिणाम भी औपचारिक ही आता है।

अनुशासन के प्रति अनास्था होने के कई कारण हैं। पहला कारण है- अनुशासन का अर्थ कठोर नियंत्रण किया जाता है और नियंत्रण से कुंठा उत्पन्न होती है इसलिए वह ग्राह्य नहीं होता।

दूसरा कारण है- अनुशासन करने वाले अपने ज्ञान और अनुभवों को अधिक महत्त्व देते हैं। पुराने जमाने के लोग अपने पूर्वजों को ज्ञान और अनुभवों को प्रौढ़ मानते थे। इसलिए सहज ही उनका अनुशासन मान्य हो जाता। लेकिन आज के लोग अपने पूर्वजों से स्वयं को अधिक समझदार मानते हैं। वे अपने पूर्ववर्ती लोगों का अनुशासन कैसे स्वीकार करें? उसमें उन्हें लज्जा और हीनता का अनुभव होता है।

तीसरा कारण- कुछ लोगों की अनुशासन-पद्धति भी वास्तव में ठीक नहीं होती जिससे उनके अनुशासन में रहने वाले पथ पाने की अपेक्षा भटक जाते हैं।

अपनी मिथ्या समझ या सदोष अनुशासन पद्धति के कारण अनुशासन मात्र को अनावश्यक व अनुपयोगी मानना

मूल में ही भूल है। गणित का सवाल करते समय मूल में भूल रह जाती है तो अन्त तक भूल रहती है इसलिए उसको बीच से नहीं, प्रारम्भ से ही पुनः शुरू किया जाता है। तब सम्यक् परिणाम आता है। अनुशासन का सम्यक् परिणाम चाहने वालों को भी मूल की भूल का सुधार करना पड़ेगा।

एक बुढ़िया सड़क की रोशनी के नीचे कुछ खोज रही थी।

लोगों ने पूछा- बुढ़िया, क्या ढूँढ रही हो?

बुढ़िया बोली- सूई ढूँढ रही हूँ।

लोगों ने पूछा- बुढ़िया, सूई कहां खोयी थी?

बुढ़िया बोली- कुटिया में

लोगों ने कहा- कुटिया में खोयी हुई सूई सड़क पर कैसे मिलेगी?

बुढ़िया बोली- क्या करूं? कुटिया में प्रकाश नहीं है। सड़क पर प्रकाश है इसलिए यहां खोज रही हूँ।

लोगों ने कहा- यह तुम्हारी मूल में भूल है। इससे सूई नहीं मिलेगी। मूल की भूल का सुधार करो। कुटिया के भीतर दीया जलाकर देखो।

बुढ़िया ने अपनी भूल का संशोधन किया। तत्काल सूई मिल गई।

आज की अनुशासन पद्धति अच्छी नहीं है इसलिए अनुशासनहीनता के विकास की कल्पना क्या भीतर गुम हुई सूई को बाहर खोजने जैसी नहीं है? विकास अनुशासित जीवन में ही होने वाला है।

सदोष अनुशासन पद्धति का परिष्कार होना चाहिए।

अनुशासन तब तक जरूरी है जब तक व्यक्ति पूर्णता नहीं पा लेता। पूर्णता के बाद अनुशासन, बन्धन और नियंत्रण सब कृतार्थ हो जाते हैं। फल वृत्त से तब तक बधा रहता है जब तक पक नहीं जाता। पक्षी-शावक तब तक ही घोंसले के घेरे में रहता है जब तक पांखें बाहर नहीं आ जातीं। बालक के लिए अनुशासन तब तक अपेक्षित है जब तक वह परिपक्व नहीं बन जाता। परिपक्व और अपरिपक्व का सीमा-निर्धारण स्वयं नहीं किया जा सकता और न वह शिक्षा या अवस्था सापेक्ष ही है।

हमारा प्राचीन साहित्य अनुशासन के विषय का समुचित बोध देता है। वह अनुशासन स्वस्थ नहीं होता जहां व्यक्ति अपनी भावना या मांग भी खुलकर न जता सके। लेकिन अपनी भावना व्यक्त करने में या असहमति-प्रदर्शन में अगर हड़ताल, तोड़-फोड़, घेराव आदि का प्रयोग होता है तो वह भी स्वस्थ परम्परा का प्रतीक नहीं है। गांधीजी के विनम्र सत्याग्रह और असहयोग आन्दोलन तत्कालीन व्यवस्था के प्रति असहमति प्रदर्शित करते हुए भी अनुशासनहीनता की कोटि में नहीं आएगा क्योंकि उसमें संयतता, विनम्रता और स्वस्थता थी।

परमदृष्टि

○ साध्वी मंजूश्री

भारत अध्यात्म का पुजारी है। यही वजह है यहां आत्मा और परमात्मा की शंखध्वनि के बगैर कोई कार्य निर्विघ्न नहीं समझा जाता। आत्मा-परमात्मा के सरगम से शून्य किसी भी कर्म को शुभ नहीं माना जाता।

भारत की वसुन्धरा का उद्यान जैनधर्म, वैदिकधर्म और बौद्धधर्म की धर्मधारा से सिंचित त्रिवेणी-संगम है। कौन धारा महत्वपूर्ण है, किसने भारत की संस्कृति को जन्म दिया है, यह कहना कठिन है। तीनों ने मिलकर जो दिया, वह अमृत है। तीनों का संगम ही भारतीय संस्कृति का पराग है।

प्रत्येक भारतीय इस अमृत संस्कृति में रचा-पगा है भारतीयों में जैन, बौद्ध और वैदिक विचार-संस्कारों के कारण, गहरे से गहरा मतभेद भी रहा परन्तु आत्मदर्शन और परमात्मा से तदाकार होना तथा पुनर्जन्म व कर्ममुक्ति की विमल दृष्टि ने मन-भेद की रेखा हमारे हृदय में नहीं खिंचने दी।

आत्मदर्शन और परमात्मा से तदाकार हो, यह हमारा लक्ष्य रहा। बाहर से देखने पर खरबूजे की विभाजक रेखाओं की तरह हम अलग हैं। आत्म-साक्षात्कार और उसी में लय को तीनों धाराओं ने संयुक्त स्वीकृति दी है- यही एकमात्र शाश्वत सत्य है कि हम

अनेक होकर भी एक हैं।

भारतवासियों ने आत्मा के मूलगुण-ऊर्ध्वगमन को पाया तो सब कुछ पा लिया। यह न पाया तो तीनों धाराओं से ध्वनि उठती है कि उसने कुछ नहीं पाया। एक लक्कड़हारे से भी वह अधिक दरिद्र है।

तीनों धर्मों ने हमें एक दृष्टि दी। उसका नाम है परमदृष्टि। यह परमदृष्टि हमारी आंख के अन्दर रही आंख को खोलती है। उसी से इस जन्म का कल्याण और आगामी जन्म का अभ्युदय होता है। नियम, त्याग, तप, संयम, समता और मन्त्रोपासना उसका राजमार्ग है।

मन्त्रोपासना के सम्बन्ध में चर्चा करना हमारा प्रमुख विषय है। मन्त्रोपासना हमारे जीवन की प्राणध्वनि है।

धर्मों की त्रिवेणी से उद्गीत ओम्, अर्हम्, ह्रीं, श्रीं, क्लीं- यह बीज शक्ति है। ये ही बीजाक्षर सभी प्रकार के मन्त्रजापों में दूध में मक्खन की तरह समाये रहते हैं।

आइए, अब हम विविध प्रकार की लाभ-प्रदायक मन्त्रोपासना को विस्तारपूर्वक समझें और जिसे हम अपने लिए हितकर समझें, जो विधि सुलभ लगे, उसी को ग्रहण करें।

इन उपायों से बच्चे आएंगे सही रास्ते पर

अधिकतर पढ़ाई करने के बाद संतान की नौकरी और व्यवसाय की चिंता हर माता-पिता को होती है क्योंकि बच्चे जवानी और अपनी उमंग के कारण उन्हें कौन से क्षेत्र में जाना है यह भूल जाते हैं और दूसरों की देखादेखी अपनी वास्तविक नॉलेज को भूलकर दूसरों के चक्कर में पड़कर अपने को बरबाद कर लेते हैं। जब वह अपनी योग्यता को नहीं दिखा पाते हैं तो वह गलत कार्यों की तरफ बढ़ जाते हैं और उनका जीवन जो सहज रास्ते पर जा रहा था वह कठिनाइयों की तरफ चला जाता है। दिग्भ्रम हो जाने पर लाख कोशिश करने पर भी बच्चे अपनी जगह पर वापस नहीं आ पाते हैं और आते हैं तब तक उनका बहुमूल्य समय बर्बाद हो गया होता है। सबसे पहले अपने बच्चे को सही रास्ते पर लाने के लिये या वह कहीं गलत रास्ते पर तो नहीं जा रहा है, उसका ध्यान उसी प्रकार से रखना चाहिये जैसे एक माली अपने पेड़ को संभालता है। बच्चे को सही रास्ते पर ले जाने के लिये वैदिक रूप से कुछ उपाय बताये गये हैं।

- रात को सोते समय बच्चे के सिरहाने उसकी दाहिनी तरफ पानी का एक लोटा या गिलास रखना चाहिये जिससे रात को सोते समय कुविचार उसके सुषुप्त मस्तिष्क पर

असर नहीं दे पायें।

- बच्चे के जगने पर उसके पास जरूर उपस्थित रहें जितना बच्चा जगने के बाद आपको देखेगा, उतना ही वह दिन भर आपकी तस्वीर को वह अपने दिमाग में रखेगा, अधिक समय तक आपको अपने सामने पाने पर वह कभी आपको अलग नहीं कर पायेगा और गलती करने पर आपकी ही तस्वीर उसके दिमाग में आकर उसे गलत काम से रोकेंगी।

- बच्चे को अपने हाथ से खाना परोसना चाहिये, बनाया चाहे किसी ने भी हो, उसे बच्चे की रुचि के अनुसार अगर आपके हाथ से परोसा गया है तो वह उसके शरीर में उसी तरह से लगेगा जिस प्रकार से बचपन में मां को दूध लगता है।

- बच्चे को दूसरों की नजर जरूर लगती है, चाहे वह अपने ही घरवालों की क्यों न हो, शाम को बच्चा जब बिस्तर पर सोने जाये तो एक पत्थर को बच्चे के ऊपर से ओसारा करने के बाद किसी पानी से धोकर एक नियत स्थान पर रख देना चाहिये, जिस दिन खतरनाक नजर लगी होगी या कोई बीमारी परेशान करने वाली होगी, वह पत्थर अपने स्थान पर नहीं मिलेगा अथवा टूटा मिलेगा।

ब्रह्मज्ञानी रैक्व की कथा

गतांक से आगे

“यह रैक्व कौन है?स्वामी! हमें तो उसका पता भी नहीं मालूम और ये भी नहीं मालूम कि वह करता क्या है?” दूतों के मुखिया ने उलझन भरे स्वर में पूछा।

“रैक्व एक गाड़ीवान है।” राजा ने बजाया, “लेकिन है परम पुण्यवान व्यक्ति! जिस तरह जुए में ‘कृत’ नामक पासे के द्वारा जीतने वाले पुरुष के अधीन उसके नीचे के सारे पासे हो जाते हैं, वैसे ही रैक्व को, प्रजा जो भी सत्कार्य करती है, उनका पुण्यफल प्राप्त हो जाता है। वह दूसरे लोगों द्वारा जानी हुई बात को भी जान लेता है। बस यही उसकी पहचान है। जाओ, जल्दी-से-जल्दी उसे खोजकर हमारे पास ले आओ।”

जनश्रुति का आदेश पाकर दूत वहां से चले गए।

उन्होंने राज्य के कोने-कोने में जाकर गाड़ीवान रैक्व के विषय में छानबीन की, किंतु वे असफल रहे। थक-हारकर जब वे वापस लौट रहे थे तो उनकी नजर एक ऐसे गाड़ीवान के ऊपर पड़ी, जो अपने छकड़े में व्यापारी का माल भर रहा था।

दूतों ने उस गाड़ीवान के पास जाकर उससे पूछा- “सुनो मित्र! क्या तुम रैक्व नाम के किसी गाड़ीवान को जानते हो?”

“जी हां, मैं उसे जानता हूं।” गाड़ीवान बोला।

“कहां मिलेगा वह?”

“वह देखो, वहां बैठा है, अपनी गाड़ी के पास।” कहकर उस गाड़ीवान ने एक दिशा में संकेत कर दिया।

दूत गाड़ीवान के बताए हुए स्थान पर पहुंचे। उन्होंने दीन-हीन से दिखने वाले आदमी को अपनी गाड़ी के नीचे अपने शरीर को खुजाते हुए देखा।

दूतों ने उससे पूछा- “क्या तुम्हीं गाड़ीवान रैक्व हो?”

“हां! मैं ही रैक्व हूं।” उत्तर मिला।

“हमारे महाराज तुमसे मिलना चाहते हैं। दूत ने कहा।

“हमारे कहने का तात्पर्य शायद नहीं समझे हो।” दूत ने पुनः कहा, “महाराज तुमसे अपने महल में मिलना चाहते हैं।”

“मैंने कहा न।” रैक्व ने भी पुनः उत्तर दिया, “तुम्हारे महाराज यदि मुझसे मिलने के उत्सुक हैं तो वे यहां आकर मिल सकते हैं।” इतना कहकर रैक्व मौन हो गया।

दूत निराश होकर वापिस लौट चले। उन्होंने राजा को जाकर बता दिया कि उन्होंने रैक्व का पता लगा लिया है। राजा ने जब यह सुना तो उसे बहुत प्रसन्नता हुई उसने अपने मंत्री को बुलाया और कहा-

“मंत्री जी! हम प्रातः रैक्व से मिलने जाना चाहते हैं, यात्रा की तैयारी का प्रबंध करो”

अगले दिन राजा जनश्रुति अपने सेवकों के साथ रैक्व से मिलने के लिए चल पड़ा। वह अपने साथ छह सौ गाएं, सोने का हार एवं एक रथ भी रैक्व को भेंट देने के लिए ले गया। वहां पहुंचकर उसने रैक्व को अपना परिचय देते हुए कहा- “पुण्यात्मन्! मैं यहां का राजा जनश्रुति हूं। मैंने बड़ी चरचा सुनी है कि आप बड़े पुण्यात्मा हैं, बड़े ही विद्वान और ब्रह्म-ज्ञानी हैं। इसलिए मैं आपको देने के लिए कुछ अमूल्य उपहार लाया हूं। यह रथ, यह अमूल्य स्वर्ण और ये गाएं आपकी भेंट हैं। कृपया इन्हें स्वीकार करो और मुझे ब्रह्म-ज्ञान का उपदेश दो।”

राजा के मुख से यह वचन सुनकर रैक्व ने कुछ तीखे स्वर में कहा- “मूर्ख राजा, क्या तुम यह समझते हो कि ब्रह्म-ज्ञान खरीदा जा सकता है? अरे मूर्ख! ज्ञान खरीदने-बेचने की वस्तु नहीं है। चले जाओ यहां से। मैं तुम्हें कोई उपदेश नहीं दे सकता।”

रैक्व का टका-सा जवाब सुनकर राजा को बहुत निराशा हुई। वह अपमानित-सा होकर अपने महल लौट गया। लगातार कई दिनों तक वह रैक्व से हुई भेंट के बारे में सोचता रहा।

रैक्व से ब्रह्म-ज्ञान प्राप्त करने के इच्छुक राजा जनश्रुति की व्याकुलता बढ़ती ही गई। वह दुबारा रैक्व के पास पहुंचा।

इस बार उसने बहुत-सा धन, सोना, गाएं, आदि के साथ अपनी कन्या का विवाह भी रैक्व के साथ कर देने की इच्छा जाहिर की। वह बोला- हे पुण्यात्मन्! आप यह सब ले लीजिए, बस मुझे ब्रह्म-ज्ञान का उपदेश देकर कृतार्थ कर दीजिए।”

राजा की निष्ठा और ज्ञान प्राप्त करने की उसकी उत्कट इच्छा को देखकर इस बार रैक्व द्रवित हो गया। उसने राजा से कहा- “जनश्रुति! इस सबके साथ मुझे अपना अहंकार भी दे दो। ज्ञानी और दानी होने का अहंकार होने तक तुम्हें कुछ भी नहीं मिलेगा।”

“अहंकार त्यागकर ही तो मैं आपकी सेवा में नतभस्तक हुआ हूं, पुण्यात्मन्!” राजा ने विनय की, “कृपा करके मुझे ब्रह्म-ज्ञान की शिक्षा दीजिए।”

“यदि ऐसी ही बात है तो सुनो। मैं तुम्हें संवर्ग विद्या का दान देता हूं।” कहते हुए रैक्व ने जनश्रुति को संवर्ग विद्या (ब्रह्म-ज्ञान) का उपदेश दिया।

“राजा जनश्रुति! संवर्ग वायु को कहते हैं। अग्नि शांत होकर वायु में समा जाती है। सूर्य एवं चंद्रमा की ज्योति भी वायु में समाई रहती है। उसी के द्वारा वह ब्रह्मांड

को आलोकित करती है। जल भी वाष्प बनकर ही वायु में समा जाता है। समस्त जीवित प्राणियों के प्राण भी वायु में विलीन हो जाते हैं। तुम्हारा यह दान, धर्म, यश भी एक दिन इसी वायु में विलीन हो जाएगा। इसलिए तुम अपने समस्त सत्कर्म, धर्म-कार्य वायु देवता को अर्पित कर दो।

वायु ही तुम्हारे यश को प्रकाशित करेगी। जाओ, मेरे इस उपदेश के साथ अपना सब कुछ ले जाओ, मुझे कुछ भी नहीं चाहिए।”

रैक्व का सारगर्भित उपदेश सुनकर जनश्रुति की आंखें खुल गईं। वह रैक्व के चरणों में गिर पड़ा और वह उसी दिन से रैक्व का शिष्य बन गया।

प्रस्तुति : साध्वी वसुमती

कविता

आग में तपे खरे सोने-सा

तुम्हारा जीवन,

इतना अनाविल, पवित्र और दीप्तिमय

कि व्यवहार की खाद का उसमें मिश्रण नहीं हो सका,

बस, यही कमी रह गयी थी

कि जिसके कारण

तुम किसी सौन्दर्य के कानों का कुण्डल न बन सके,

सत्य हमारा आदर्श हो सकता है

पर उसकी नग्नता निभायी नहीं जा सकती,

आखिर संसार में संसार के रूप में ही जिया जा सकता है,

जिसके लिए रसना विवश है

उसे केवल आंखों से ही पिया जा सकता है,

फिर भी सामंजस्य की कोशिश की जाती है

सोने और खाद के बीच में,

तुम्हारे और व्यवहार के बीच में,

अच्छा है, इससे भी यदि किसी की लाज बच जाये!



भारत की अर्थनीति और राजनीति गौ-गंगा के अनुकूल हो



जो बात गंगा के बारे में लागू होगी वही बात अन्य नदी, झील, पोखर, तालाब, कुंआ आदि पर भी होगी। समुद्र भी इसी प्रकृति का हिस्सा माना जाएगा। इन सब के अनुकूल रहते हुए मानव को अपनी समृद्धि और संस्कृति के लिए आवश्यक राजनैतिक, आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक संरचना खड़ी करनी होगी। यही मानव केंद्रित विकास की बजाय प्रकृति केंद्रित विकास का महत्वपूर्ण तत्व होगा। जो बात गंगा और तदनुसार सभी जल सृष्टि के अवयवों के बारे में लागू होती है, वही बात गौमाता के बारे में भी लागू होगी। इसलिए भारत की अर्थनीति और राजनीति गौ, गंगा के अनुकूल हो... यही व्यापक लोकहित में उठाया गया कदम होगा।

गंगा को राष्ट्रीय नदी घोषित कराना बहुत जरूरी है। गंगा की निर्मलता के लिए जरूरी है अविरलता। अविरलता के लिए जरूरी है निर्बाध न्यूनतम प्रवाह, लेकिन गंगा की जमीन कितनी है? इसकी नापजोख और अभी के राजस्व रिकार्ड से उसका आंकलन होना है। नदी के बांध स्तर के दोनों तरफ कम से कम 500 मीटर गंगा की जमीन मानी जाए। तभी अतिक्रमण

सुनिश्चित रूप से परिभाषित हो जाएगा। इसलिए अविरल गंगा निर्मल गंगा की लड़ाई इन दो मुद्दों पर केंद्रित होगी कि गंगा में न्यूनतम पर्यावरणीय प्रवाह सुनिश्चित हो। नदी के मुख्य प्रवाह में 70 प्रतिशत पानी बना रहे। इसके पीछे भावना यह है कि नदी केवल मनुष्यों के उपभोग के लिए जल संसाधन मात्र नहीं है। उसका अपना एक स्वतंत्र अस्तित्व है। पहाड़, जमीन, जैव विविधता पशु, पक्षी, कीट, पतंग आदि प्रकार के जीव सृष्टि का भी अधिकार है। मनुष्य का अस्तित्व ही सृष्टि संरक्षण के लिए प्रकृति द्वारा क्षमता युक्त योनि के रूप में सृजित हुआ। जो प्रकृति का हिस्सा मानते हैं, उनके विकास की समझ, दिशा और तरीका अलग होगा। जो मानव को प्रकृति का विजेता मानते हैं वो पिछले 500 वर्षों से चले आर्थिक, राजनैतिक व्यवस्थाओं की आज की परिणति के प्रति जबावदेह होंगे। आज का यह मानव केंद्रित विकास की क्षमता के मूल में उन्मुक्त उपभोगवादी शोषणजनक आधे अधूरे विकास के रूप में दिखता है। सामाजिक एवं नैतिक मूल्यों की पूरी तरह अवहेलना हो रही है। यह प्रक्रिया हथियारवाद, उपनिवेशवाद, सरकारवाद से गुजरती हुई पाशविक उपभोगवादी बाजारवाद की स्थिति तक पहुंच गई है।

—के. एन. गोविंदाचार्य

निर्झरा

खेलती-कूदती मासूम निर्झरा की जिंदगी नरक बनने लगी थी। कल तक जो चिड़िया की तरह चहकती रहती थी, अब वो खामोश रहने लगी। इस डर के साये में कब वह बच्ची से बड़ी हो गई, समझदार बन गई उसे पता ही नहीं चला। अपना बचपन छुपा दिया था उसने अपने अंतस की गहराइयों में।

निर्झरा यही नाम है उसका। उम्र रही होगी यही कोई 14 साल। तितली की तरह उड़ती रहती अपने मां के आंगन में। पढ़ने-खेलने, खाने के दिन थे। जब अभी वह मात्र तीन साल की थी तभी पिता का देहांत हो गया था। घर में बस मां और निर्झरा यही दो प्राणी थे। मां रात-दिन अथक परिश्रम करती और अपने सपनों को बेटी की आंखों में जीती। निर्झरा थी भी बहुत जहीन। हमेशा अब्बल नंबरों से पास होती। अपनी टीचर्स की आंखों का तारा थी। हमेशा पढ़ाई में डूबी रहती। लोगों में मिक्स होना उसे कम पसंद था। अपने ख्यालों में और अपनी किताबों में डूबे रहना उसका प्रिय शगल था। कुछ और नहीं चाहिए था उसे, बस एक कोना, उसकी प्रिय किताबें... और मां का आंचल मगर कई बार कुछ ऐसा होता है जो हमने कभी सोचा नहीं होता... और वो जिंदगी की धारा बदल देता है। ऐसा ही निर्झरा के साथ हुआ। उसके पड़ोस के एक दुकान थी जहां दुकानदार का एक दोस्त रोज आता था।

मध्यमवर्गीय ब्राह्मण परिवार का सबसे छोटा लाडला बेटा प्रांशु। कब उसकी नजर निर्झरा पर पड़ी और कब वो उस पर आसक्त हो गया पता ही नहीं चला। अब प्रांशु का रोज का एक नियम सा बन गया था, निर्झरा का स्कूल जाने का वक्त होता वह उसका पीछा करता, वह स्कूल से आती तब पीछा करता। वह एक तरह से साये की तरह निर्झरा के पीछे पड़ गया था। इस तरह उसने मासूम निर्झरा का बचपन छीनना शुरू कर दिया। प्रांशु निर्झरा से 13 साल बड़ा था। दोनों में कोई साम्य नहीं था। जहां निर्झरा अभी 11वीं क्लास में थी तो वहीं प्रांशु कॉलेज में था। प्रांशु कई बार निर्झरा को रास्ते में रोक कर धमकाता, यदि मुझसे बात नहीं करेगी तेरे मुंह पर तेजाब उड़ेल दूंगा, मेरी न हुई तो किसी और की भी नहीं होने दूंगा। निर्झरा डर जाती, न चाहते हुए भी उससे बात करती, डरी सहमी रहती। किसी से अपनी परेशानी कह नहीं पाती। मां से कहना चाहती थी पर मां सुबह से जाती रात को घर आती। वह एक

कोट बनाने की फैक्ट्री में कोट सीने का काम करती थी। प्रांशु निर्झरा को डराने के लिए कई बार अपने हाथ की नरस काट लेता, कभी कोई मेडिसिन दिखाता, धमकाता, अगर मुझसे बात नहीं करोगी मैं जहर खाकर मर जाऊंगा।

खेलती-कूदती मासूम निर्झरा की जिंदगी नरक बनने लगी थी। कल तक जो चिड़िया की तरह चहकती रहती थी, अब तो खामोश रहने लगी। इस डर के साये में कब वह बच्ची से बड़ी हो गई, समझदार बन गई उसे पता ही नहीं चला। अपना बचपना छुपा दिया था उसने अपने अंतस की गहराइयों में। इधर प्रांशु की शादी की बात निर्झरा की पड़ोसन से चल रही थी, उसने पड़ोसन से शादी से इंकार कर दिया। शादी करूंगा तो निर्झरा से ही नहीं तो नहीं करूंगा। पड़ोसी ने शादी में दहेज में मोटरसाइकिल देने का प्रलोभन दिया पर प्रांशु टस से मस नहीं हुआ। उसकी निर्झरा के प्रति दीवानगी बढ़ती ही जा रही थी। मां सुबह से काम पर जाती रात को आती। मां को कैसे बताए? बेचारी वह पहले ही परेशान रहती है। क्या करे? इधर पड़ोसन ने भी उसे धमकाना शुरू कर दिया। तेरे कारण वह लड़का शादी करने को मना कर रहा है। निर्झरा क्या करे? उसे समझ नहीं आ रहा था। आखिर उसने फैसला किया

वो प्रांशु से बात नहीं करेगी। तभी स्कूल में बड़े दिन की छुट्टियां भी पड़ गईं। अब वो लड़का पीछा भी नहीं कर सकेगा, जब स्कूल शुरू होंगे तब तक किसी तरह मां को बता देगी। यही सोचकर निर्झरा ने लड़के से बात करना बंद कर दी। पर होनी को कुछ और ही मंजूर था, अगले दिन मां जैसे ही काम पर गई प्रांशु घर आ गया, घर में निर्झरा ओर प्रांशु के अलावा और कोई नहीं था। निर्झरा की जान सूखने लगी। अब वो क्या करे? मदद के लिए किसे बुलाए। तभी प्रांशु ने जब से एक शीशी निकाली और निर्झरा को दिखाकर कहा देख इसमें जो लिक्विड है वह मेरे दोस्त ने मुझे पिला दिया है तू मुझे किसी तरह बचा ले। निर्झरा को कुछ सूझ नहीं पड़ रहा था, उसे लगा यह तो रोज ऐसे ही कोई न कोई मेडिसिन दिखाकर धमकाता है। आज भी ये झूठ बोलकर धमका रहा है। इसके अलावा निर्झरा कुछ सोचे इतनी देर में प्रांशु की हालत बिगड़ने लगी। उसने वहीं निर्झरा का बांहों में उलटियां करनी शुरू कर दी। निर्झरा ने बाहर खड़े उसके दोस्त को बुलाया और हॉस्पिटल पहुंचाया। हॉस्पिटल पहुंचते ही डॉ. को बुलाया गया। डॉ. ने प्रांशु को जरूरी कानूनी कार्यवाही होने से पहले देखने से साफ इंकार कर दिया। कहा पुलिस केस है, पहले पुलिस आएगी तभी ट्रीटमेंट शुरू होगा। डॉ. से बहुत मिन्नतों की

प्लीज आप ट्रीटमेंट शुरू कीजिये तब तक हम कानूनी कार्यवाही पूरी कर देंगे पर डॉ. ने निष्ठुरता से मनाकर दिया। कानूनी कार्यवाही जब तक पूरी होती तब तक प्रांशु दम तोड़ चुका था। प्रांशु की जान जा चुकी थी और निर्झरा वह पत्थर बनी बैठी थी। अगले दिन तमाम न्यूज पेपर निर्झरा के

किस्सों से भरे पड़े थे, किसी ने निर्झरा का पक्ष जानने की कोशिश ही नहीं की। बेकसूर निर्झरा अपराधी बनी सीखचों के पीछे बैठी थी। उसका क्या कसूर था? एकतरफा प्यार का शिकार बनी निर्झरा आज तक नहीं समझ पाई इस बात को...।

-प्रस्तुति : अंशु जैन

गजल

गरज-बरस

गरज-बरस प्यासी धरती पर
फिर पानी दे मौला
चिड़िया को दाने, बच्चों को
गुड़धानी दे मौला

दो और दो का जोड़ हमेशा
चार कहाँ होता है
सोच-समझवालों को थोड़ी
नादानी दे मौला

फिर रौशन कर जहर का प्याला
चकमा नहीं सलीबें
झूठों की दुनिया में सच को
ताबानी दे मौला

फिर सूरत से बाहर आकर
चारों ओर बिखर जा
फिर मन्दिर को कोई 'मीरा'
दीवानी दे मौला

तेरे होते कोई किसी की
जान का दुश्मन क्यों हो
जीनेवालों को मरने की
आसानी दे मौला

-निदा फाजली

कौन है महामंत्र के “राम”?

भारतीय लोकमानस में श्रीकृष्ण देवदेवस तो हैं ही साथ ही उनका नाम भी कई तरह से काफी प्रचारित है. उसी में से एक है जिसे लोग महामंत्र भी कहते हैं, “हरे कृष्ण हरे कृष्ण कृष्ण कृष्ण हरे हरे, हरे राम हरे राम राम हरे हरे” अनूप जलोटा का गाया गया भजन भी इस सन्दर्भ में काफी लोकप्रिय रही, जग में सुन्दर हैं दो नाम चाहे कृष्ण कहो या राम अब आप किसी से प्रश्न करें कि इन मन्त्र या भजन में उल्लिखित राम कौन हैं? तो जवाब आएगा अयोध्या के राम, जिन्होंने रावण को मारा था। जबकि शास्त्रीय प्रमाणों और पुरातात्विक उल्लेखों से यह साबित होता है कि कृष्ण के साथ जिन राम का जिक्र किया जाता है वे बलराम हैं, न कि अयोध्या वाले दाशरथ राम। लेकिन चूँकि भारतीय जनमानस में अयोध्या के राजा राम इतने लोकप्रिय हैं कि राम शब्द के उल्लेख को उन्ही से जोड़ दिया जाता है। वैसे भी हमारी संस्कृति में तीन रामों का उल्लेख तो आता ही है, परशुराम, दाशरथि राम और बलराम। इन तीनों का समय अलग है, वहीं बलराम कृष्ण के भाई भी थे और समकालीन भी।

प्राचीन उल्लेखों में श्रीकृष्ण की वंदना के लिए “संकर्षण वासुदेवानं” शब्द का उल्लेख हुआ है. संकर्षण का प्रयोग बलराम के लिए किया जाता है। वायु पुराण और महाभाष्य में भी यह उल्लेख है कि कृष्ण के

साथ बलराम की भी पूजा होती थी और उन्हें राम शब्द से संबोधित भी किया गया है। महाभाष्य में प्रासादे धनपति राम केशवानाम्, यानि क्रम से कुबेर, कृष्ण और राम (बलराम) के महलों का जिक्र है। तो वहीं वायुपुराण के अध्याय 79/1-2 में वृष्णियों के पांच वीरों के या व्यूहों के बारे में कहा गया है-

संकर्षणो वासुदेवः प्रद्युम्नः साम्ब एव चः
अनिरुद्धश्च पंचैते वन्शवीराः प्रकीर्तिताः

यहाँ पांच वीरों का जिक्र है जिनमें संकर्षण यानि बलराम, वासुदेव यानि कृष्ण प्रद्युम्न, साम्ब और अनिरुद्ध विष्णु संहिता में वीरों की संख्या चार ही रह जाती है वहाँ अनिरुद्ध का नाम नहीं है। पंचवीर परम्परा में बलराम सबसे पहले स्थान पर आते हैं।

मध्यप्रदेश स्थित प्राचीन विदिशा नगरी में 300 ईसा पूर्व एक वासुदेव-विष्णु मंदिर होने के प्रमाण मिले हैं, जहाँ मंदिर के बाहर तक्षशिला के राजा एंटीयालकईडीज के राजदूत हेलियोडोरस द्वारा बनवाया गया गरुडध्वज व ब्राह्मी का लेख मिला है। यहीं पर तालध्वज और मकरध्वज के भी प्रतीक मिले हैं जोकि क्रमशः बलराम और प्रद्युम्न के प्रति भक्ति प्रदर्शित करने के लिए लगाये गये थे। पद्मावती, आधुनिक ग्वालियर के निकट पवाया से भी कलात्मक तालध्वज मिले हैं जो बलराम के मंदिर होने की पुष्टि करते हैं। वहीं ऐखनूम (अफगानिस्तान) से

मिले दूसरी सदी ईसापूर्व के चांदी के चौकोर सिक्कों में एक तरफ कृष्ण और दूसरी तरफ बलराम का अंकन है। सिक्के पर ब्राह्मी में “अगथुक्लियस” और यूनानी लिपि में “बैसिलियौस अगथोक्लियस” लिखा है, जिससे कि यह अगथुक्लियस द्वारा चलवाने का पुष्टि करता है, अगथुक्लियस भारतीय-यूनानी शासक था जो संभवतः डेमेत्रियस का पुत्र था। अगथुक्लियस के सिक्कों में बलराम हल और मूसल लिए अंकित हैं और उनका यही स्वरूप साहित्यिक उल्लेखों में वर्णित है।

सातवाहन वंश के शिलालेख में अन्य देवों की स्तुति के बाद संकर्षण-वासुदेव शब्द का आना और पूना के पास नानाघाट से मिले प्राकृत भाषा के शिलालेख पर भी संकर्षण-वासुदेवानं का उल्लेख बलराम की कृष्ण के साथ उपासना को पुष्ट करता है, दोनों लेख दूसरी सदी ईसा पूर्व के हैं। इन सभी तथ्यों से इस बात की पुष्टि होती है कि कृष्ण के साथ पूजे जाने वाले राम उनके भाई संकर्षण बलराम हैं। जोकि वृष्णियों की वीर परंपरा के अग्रज भी थे।

—अरुण कुमार पाण्डेय

चुटकुले

1. सोनू- बुरा न मानो होली है कहकर मेरे पड़ोसी ने मुझ पर रंग फेंका। कुछ दिन बाद मैंने उस पर बम फेंक दिया था।

मोनू- वह क्यों?

सोने- उस दिन दीवाली थी मैंने बुरा ना मानो दीवाली है, कह दिया।

2. जज- तुमने पुलिस वाले की जेब में माचिस की जलती हुई तीली क्यों रखी?
आदमी- उसने ही कहा था, जमानत करवानी है तो पहले जेब गर्म करो।

3. मां अपने पुत्र पिंटू को गृहकार्य कराते हुए- कौनसी तरल (लिविड) चीज गर्म करने पर कठोर बन जाती है?

पिंटू- बेसन के पकौड़े।

4. चिंटू एक किलो जलेबी खाने के बाद हलवाई से बोला- भैया थोड़ी चीनी देना।
हलवाई- क्यों?

चिंटू- मैं सोच रहा हूं कि खाने के बाद थोड़ा मीठा हो जाए।



प्रस्तुति : दिव्या जैन

सफलतादायक है दक्षिण दिशा

पश्चिम दिशा की ओर पैर करके सोने वाला व्यक्ति सफलता को प्राप्त करता है उसे समय-समय पर ज्ञान की प्राप्ति होती रहती है। उत्तर-पश्चिम दिशा में सोने वाले को अच्छी नींद तो नहीं आती परन्तु उसके सारे कार्य सफल हो जाते हैं। कर्ज उतर जाता है। आय के साधन उत्पन्न हो जाते हैं। देवी शक्ति मिलती है, लेकिन मानसिक अशांति बढ़ जाती है। कार्य सफल होते ही दक्षिण दिशा में सिर करके सोना शुरू कर देना चाहिए।

पूर्व दिशा में सिर रखने से व्यक्ति के ज्ञान में वृद्धि होती है। साधु-संन्यासी एवं वैज्ञानिकों को पूर्व दिशा में सिर रखकर सोने से पूर्ण सफलता मिलती है और उनके ज्ञान में वृद्धि होती है। ठोस दीवार की ओर पैर होते हैं तो स्वास्थ्य बिगड़ता नहीं। हल्की चारपाई पर बच्चे पश्चिम की ओर सिर करके सो सकते हैं।

दक्षिण का स्थान यम का होता है उत्तर पूर्व अथवा पश्चिम की तरफ पैर करके सोने से अच्छा स्वास्थ्य रहता है। अगर जीवन में सफल होना है तो भारी दीवान पर दक्षिण क्षेत्र में सोना एवं शयनकक्ष के उत्तर पूर्व की तरफ अधिक खुला स्थान रखना बहुत जरूरी है।

उत्तर की ओर पैर करके सोने से प्राणिक ऊर्जा पैदा होती है। दक्षिण की ओर पैर करने पर प्राणिक ऊर्जा नष्ट हो जाती है जिससे शरीर अस्वस्थ होकर उम्र घटती है। दक्षिण दिशा की ओर सिर ही होना चाहिए। इससे लंबी आयु और खुशियां मिलती है। बेडरूम में उत्तर और पूर्व की ओर अधिक खुली जगह होनी चाहिए। इससे भाग्योदय होता है। दीवान दक्षिण दीवार के नजदीक



ही रखना चाहिए।

बंडरूम सदा दक्षिण दीवार या दक्षिण पश्चिम कोने के समीप होना चाहिए। गृहस्वामी को दक्षिण पश्चिम क्षेत्र में ऊंचे चबूतरे और ऊंचे फर्श पर बने शयनकक्ष में सोने का विधान है। दक्षिण व पश्चिम क्षेत्र में कोई मोरी-पाईप, खिड़की, रोशनदान या द्वार नहीं होना चाहिए। इस रास्ते से धन दौलत बाहर हो जाती है। दक्षिण पश्चिम क्षेत्र में सोने से घर व दुकान पर गृहस्वामी का वर्चस्व कायम रहता है।

डेंगू बुखार ठीक होने के बाद आयुर्वेद अपनाकर शारीरिक कमजोरी को करें दूर

डेंगू बुखार (सन्धिपात ज्वर) ठीक होने के पश्चात मरीज में काफी कमजोरी आ जाती है। कमजोरी इसलिए अधिक आती है क्योंकि उसे उच्च ग्रेड बुखार (High Grade Fever) तथा डेंगू वायरस के इंफेक्शन की वजह से कमजोरी के साथ-साथ मांसपेशियों का और हड्डियों व घुटने में दर्द अधिक होता है तथा मरीज में डेंगू वायरस खून में कम से कम एक महीने तक रहता है। इसकी वजह से डेंगू बुखार ठीक होने के पश्चात भी खाने-पीने और आचार व्यवहार का पालन करना आवश्यक है।

जब एक किस्म की वायरस बीमारी किसी व्यक्ति में होती है तो उस व्यक्ति में उस वायरस के लिए प्रतिरोधक क्षमता विकसित हो जाती है। एक बार एक किस्म के डेंगू से पीड़ित हो जाने के बाद मरीज के शरीर में जिंदगी भर के लिए उस किस्म के वायरस के प्रति प्रतिरोधक क्षमता विकसित हो जाती है

लेकिन दूसरी किस्म के डेंगू के वायरस से पीड़ित होने की संभावना बनी रहती है। दूसरी किस्म के वायरस से दोबारा डेंगू होना गंभीर बीमारी का कारण बन सकता है क्योंकि डेंगू बुखार आमतौर पर डेन 1, डेन 2, डेन 3, और डेन 4 सरोटाइप का होता है। डॉक्टर के अनुसार इस बार टाइप

4 का डेंगू प्रमुख तौर पर उभर कर सामने आया है, उसके साथ टाइप 2 डेंगू भी पाया जा रहा है।

टाइप 4 डेंगू के लक्षणों में शॉक के साथ बुखार और प्लेटलेट्स में कमी, जबकि टाइप 2 में प्लेटलेट्स में

तीव्र कमी, हाईमोररहेगिक बुखार, अंगों में शिथिलता और डेंगू शॉक सिंड्रोम प्रमुख लक्षण हैं। इसलिए अगर एक बार डेंगू बुखार आता है तो इसके बाद उससे अगली श्रेणी का बुखार आता है जोकि ज्यादा खतरनाक हो सकता है। अगर मरीज डेंगू बुखार ठीक होने के पश्चात भलीभांति से



अपनी देखभाल करेगा तो अगली बार डेंगू आने के कम चांस रहेंगे अन्यथा इस बुखार में पहले से अधिक परेशानी हो सकती है जोकि ज्यादा घातक भी हो सकती है।

बुखार ठीक होने के पश्चात देखभाल

आयुर्वेद मतानुसार सन्धिपात ज्वर ठीक होने के पश्चात हमें अधिक देखभाल की आवश्यकता होती है क्योंकि इसके वायरस शरीर में कम से कम एक माह तक रहते हैं जिसकी वजह से शरीर में कमजोरी अधिक रहती है। इसलिए हमें इसे दूर करने के लिए खानपान और आचार व्यवहार को लगभग एक माह तक बहुत ही सावधानी रखने की आवश्यकता होती है। जिसके लिए कुछ तरीके अपनाकर हम अपने आपको इस खतरनाक बीमारी से बचा सकते हैं।

खानपान

- जो खाद्यपदार्थ (हल्के भोजन) आसानी से पचाया जा सकता है उनका ही सेवन करना चाहिए।
- तेज मसाले, अधिक तेल से बना भोजन नहीं लेना चाहिए।
- मांसाहार का सेवन नहीं करना चाहिए।
- सूप के रूप में अधिक भोजन लें तो शारीरिक कमजोरी जल्दी दूर हो सकेगी।
- कोल्ड ड्रिंक (फास्ट फूड), आइसक्रीम नहीं लेना चाहिए।

आचार-व्यवहार

• अधिक गर्मी में न घूमें तथा अधिक ठंडे (ए.सी., कूलर) में नहीं रहना चाहिए।

• ब्रह्मचर्य का एक माह एक पालन करना चाहिए।

• अगर हमें बुखार ठीक होने के बाद भी कोई परेशानी नजर नहीं आए तो भी इन बातों का पालन करना चाहिए।

औषधि

आयुर्वेद मतानुसार बुखार ठीक होने के बाद विरेचन क्रिया करवाना चाहिए। (ज्वर मुक्ते विरेचनम्) विरेचन के लिए त्रिवृत लेहियम उत्तम गुणकारी है। इसको एक चम्मच (5 से 7 ग्राम) रात को सोते समय हल्के भोजन लेने के पश्चात् लगभग आधे घंटे बाद गुनगुन पानी से लेना चाहिए। इससे शरीर का दोष (वायरस एंटीजन) निकल जाएगा। इसकी वजह से शरीर की प्रतिरोधक क्षमता शक्ति बढ़ जाएगी।

• डेंगू बुखार ठीक होने के बाद हम जिन चीजों का सेवन कर सकते हैं वे इस प्रकार हैं-

आंवला

मधुर विपाक शीत वीर्य (त्रिदोष शामक गुण) रसायन औषधि उत्तम गुणकारी है। आंवला का रसायन चूर्ण पानी के साथ चीनी मिलाकर खाली पेट ले सकते हैं जोकि अति उत्तम है।

इलायची

कटु विपाक शीत वीर्य मधुर रस इलायची से

बना हुआ एलादि गुटिका शरद ऋतु में होने वाली कई बीमारियों में बहुत लाभकारी है। इसकी दो-दो गोली सुबह-शाम पानी से ले सकते हैं।

ऐलोवीरा

कटु विपाक शीत वीर्य तिक्त रस रसायन औषधि गुणकारी है। ऐलोवीरा जूस हल्का चीनी मिलाकर सुबह खाली पेट लेना लाभदायक है।

सफेद पेटा

मधुर विपाक शीत वीर्य मधुर रस बृह्ण औषधि है इससे बनी हुई मिठाई व सब्जी गुणकारी व अति लाभदायक है।

गिलोय

मधुर विपाक ऊष्ण वीर्य तिक्त रस त्रिदोष शामक है। गिलोय से बना गिलोय सत्व एक-एक ग्राम सुबह-शाम दूध के साथ लेने से काफी लाभ मिलेगा।

अनार

मधुर आंवला विपाक उष्ण वीर्य मधुर रस त्रिदोष शामक तर्पण औषधि है। अनार का रस चीनी में मिलाकर लेने से अति लाभदायक है।

मुलैठी

मधुर विपाक शीत वीर्य मधुर रस त्रिदोष शामक जीवनीय रसायन औषधि है। मुलैठी के चूर्ण को आधा चम्मच सुबह-शाम दूध के साथ लेने से व्याधि क्षमता शक्ति बढ़ेगी।

अडूसा

विशक माता (वैद्य माता) खाया जाता है। कटुविपाक शीत वीर्य तिक्त रस कप पित्त शामक औषधि है। अडूसा के पत्ते का रस निकालकर शहद के साथ सुबह-साम खाली पेट लेना चाहिए।

शतावर

मधुर विपाक शीत वीर्य मधुर रस वात पित्त शामक रसायन औषधि से बने चूर्ण को 5 ग्राम मीठे दूध सुबह-शाम लेने से शरीर की कमजोरी दूर होगी।

सहजन (ड्रम स्टिक)

कटुविपाक ऊष्ण वीर्य तिक्त रस दीपन औषधि है। सहजन के पत्ते की दाल के साथ सब्जी बनाकर खाने से शरीर की दुर्बलता दूर होगी। सहजन अति उत्तम गुणकारी है इसमें गाजर से चार गुणा विटामिन-ए, संतरा से तीन गुणा विटामिन-सी दूध से चार गुणा कैल्शियम, केले से तीन गुणा पोटेशियम, पालक से तीन गुणा आयरन तथा अंडे के बराबर प्रोटीन है। जोकि हमारे शरीर के लिए बहुत ही आवश्यक है। इन सभी का सेवन करने से हम अपने शरीर की व्याधि निरोधकृति बढ़ाकर आजीवन डेंगू मुक्त हो सकते हैं।

-प्रस्तुति : अरुण तिवारी

मासिक राशि भविष्यफल-नवम्बर 2016

○ डॉ. एन. पी. मित्तल, पलवल

मेष- मेष राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह परिश्रम साध्य लाभ देने वाला है, पर व्ययधिक्य रहेगा। कार्य में अवरोध आएंगे। किन्तु आप उन्हें पार करने में सक्षम होंगे। शत्रु सिर उठाएंगे पर आपका कुछ नहीं बिगाड़ पायेंगे। कुछ जातकों को वाहन प्राप्त का योग बना सकता है।

वृष- वृष राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह कुल मिला कर लाभ दायक स्थिति लिये हुए है। कोई नवीन योजना का सूत्रपात होगा या क्रियान्वयन होगा। कोर्ट-कचहरी के मामले में भी आपके भाग्यशाली रहने की आशा है। दाम्पत्य जीवन एवं स्वास्थ्य की दृष्टि यह माह माध्यम है।

मिथुन- मिथुन राशि के जातकों के लिये व्यापार व्यवसाय की दृष्टि से यह माह वैसे तो अर्थिक लाभ देने वाला है किन्तु जल्दी में लिया गया कोई निर्णय हानि पहुँचा सकता है। घरेलू कार्यों में व्यस्तता बढ़ेगी। कुछ जातकों को राजनीतिक लाभ हो सकता है। शत्रुओं से सावधान रहें। अपने बुजुर्गों के स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहें। समाज में मान-सम्मान बना रहेगा।

कर्क- कर्क राशि के जातकों के लिये व्यापार व्यवसाय की दृष्टि से यह माह आपके अपने आत्म विश्वास के सहारे ही आंशिक लाभ दे सकता है। अवरोध आयेंगे, मित्र भी मदद नहीं कर पायेंगे। कुछ अनावश्यक यात्राएं भी करनी पड़ सकती हैं। परिवार में सामन्जस्य बिठाने के लिए प्रयत्नशील रहना होगा। स्वास्थ्य का ध्यान रखें।

सिंह- सिंह राशि के जातकों के लिए व्यापार व्यवसाय की दृष्टि से यह माह लाभालाभ की स्थिति लिये रहेगा किन्तु कुल मिलाकर शुभफल ही अधिक होंगे। सज्जनों की संगति से लाभ होगा कोई धार्मिक अनुष्ठान भी भी सम्भव है। मन में प्रसन्नता रहेगी। कुछ यात्राएं होंगी, वाहन ध्यान से चलाये चोट लगने का अंदेशा है।

कन्या- कन्या राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह परिश्रम के अनुसार पूर्ण फल देना वाला नहीं है। व्ययाधिक्य की भी आशंका है। व्यय सोच विचारकर करें। किसी भी प्रकार का बिना विचारे किया गया निवेश अहितकर होगा। परिवार में सामन्जस्य स्थापित करने में प्रयत्नशील रहें स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहें।

तुला- तुला राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह बहुत सम्भल कर चलने वाला है। अवरोधों के चलते माह के मध्य में कुछ अंश तक लाभ प्राप्ति का योग है मानसिक उद्विग्नता बनी रहेगी। शत्रुओं से सावधान रहने की आवश्यकता है। परिवार में एवं दाम्पत्य जीवन में मनमुटाव सम्भावित है। किसी नये आगन्तुक पर आंख मूंद कर भरोसा न करें।

वृश्चिक- वृश्चिक राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह कुल मिला कर शुभ फल दायक है। अवसरानुकूल लाभ उठाना आपका काम है। दूसरों के प्रति अपने व्यवहार को सनतुलित रखें। मामले को कोर्ट-कचहरी में जाने से पहले की सुलझने की कोशिश करें। परिवार में सामन्जस्य बना रहे।

धनु- धनु राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह परिश्रम साध्य लाभ कराने वाला है तथा सुख में वृद्धि कराने वाला भी है किन्तु कुछ जातक अकस्मात् धन हानि से दुःखी भी हो सकते हैं। मित्र मदद कर सकते हैं। छोटी बड़ी यात्रायें होंगी। परिवार में असामन्जस्य के कारण आपके दाम्पत्य जीवन पर भी कोई विपरीत प्रभाव पड़े।

मकर- मकर राशि के जातकों के लिये

व्यापार व्यवसाय की दृष्टि से यह माह काफी परिश्रम करके लाभ दिलाने वाला है किन्तु व्ययधिक्य भी होगा। ऐसा समय भी आयेगा जब आप अपने आप कोई फैसला नहीं ले पायेंगे। उस समय बुजुर्गों तथा अपने जीवन साथी की सलाह से कार्य करें। इस माह कोई धार्मिक अनुष्ठान भी सम्भव है। सन्तान का सुख भी सम्भव है। अपने स्वास्थ्य का ध्यान रखें।

कुम्भ- कुम्भ राशि के जातकों के लिये व्यापार व्यवसाय की दृष्टि से यह माह आर्थिक लाभ दिलाने वाला है। नई योजनाएं बनेगी तथा कुछ जातकों द्वारा नई योजनाओं का क्रियान्वयन भी किया जाएगा। किसी शुभ संदेश की प्राप्ति होगी। सन्तान के रोजगार से भी सन्तुष्टि मिलेगी। परिवार में क्लेश संभावित है।

मीन- मीन राशि के जातकों के लिये व्यापार व्यवसाय की दृष्टि से यह माह परिश्रम तथा अवरोधों के चलते आर्थिक लाभ कराने वाला है। कुछ जातक नई योजनायें बनाएंगे। कुछ जातको को यात्राओं से लाभ होगा। घर में कोई धार्मिक अनुष्ठान सम्भावित है। साझेदारी के कार्यों में भी लाभ की उम्मीद की जा सकती है। किसी बुजुर्ग अथवा माता-पिता की बीमारी चिन्ता का कारण बन सकती हैं। समाज में मान सम्मान बना रहेगा।

-इति शुभम्

मूलाधार-चक्र के अनुभव से रोमांचित थे शिविरार्थी-जन

जैन आश्रम, ध्यान मंदिर, नई दिल्ली में एक दिवसीय योग-साधना तथा चक्र-जागरण-शिविर का एक नया प्रयोग 16 अक्टूबर, 2016 पूज्य आचार्यश्री रूपचन्द्रजी तथा पूज्या प्रवर्तिनी साध्वीश्री मंजुलाश्री जी के सान्निध्य में संपन्न हुआ। आज योगासन तथा प्राणायाम की प्रसिद्धि उत्तम स्वास्थ्य तथा तनाव मुक्ति के लिए पूरे विश्व में है। किन्तु सही विधि से अभ्यास न होने के कारण वर्षों पश्चात् भी परिणाम नहीं मिल पाता है। पूज्यवर ने अपने शिष्य योगी अरुण तिवारी का मार्ग-दर्शन करते हुए कहा- हमें योग-विद्या का इस विधि से विकास करना है, जिससे प्रथम योगा-कक्षा में अभ्यासी को स्वास्थ्य-दृष्टि से तो परिणाम मिले ही, इसके साथ ही योग-प्राणायाम के द्वारा ध्यान-लीनता तथा कुंडलिनी-जागरण के अनुभव में भी उतरा जा सके। योगी अरुण तिवारी ने पूज्यवर के निर्देशानुसार इस दिशा में विशेष अनुसंधान के साथ प्रयास किया। आज हम पूरे विश्वास के साथ समाज को बताना चाहते हैं हमारी योग-प्रशिक्षण-विधि से आप को न केवल

आरोग्य-लाभ मिलेगा, बल्कि ध्यान लगने तथा कुंडलिनी जागरण के अनुभव भी मिलेंगे। आचार्यश्री की विदेश-यात्राओं में होने वाली योग-कक्षाओं में अनेक शहरों में अनेक-अनेक अभ्यासी-जन इन अनुभवों से गुजरे हैं। उसी का परिणाम है आज विदेशों से योग-शिविर तथा-योगा-रिट्रीट के लिए आमंत्रण बार-बार मिल रहे हैं।

दिल्ली-वासियों को भी यह अनुभव मिले, इस दृष्टि से 16 अक्टूबर 2016 को प्रातः 8 बजे से सायं पांच बजे तक एक-दिवसीय योग-साधना तथा चक्र-जागरण शिविर का आयोजन रखा गया। पूज्य गुरुदेव ने मंगल मंत्रों के पश्चात् अपनी एक गजल से शिविर का शुभारंभ किया-

आओ हम पूजा करें जिन्दगी महान् है
संसार की सर्व-श्रेष्ठ रचना इन्सान है।
परेशानियां कहीं बाहर दीखती नहीं
व्यर्थ ही हम अपने से परेशान हैं।
दीखते हैं कांटे ये जो हमें बबूल के
हमारे ही टूटे-बिखरे हुए अरमान हैं।
सांस-सांस जीना सीख जाएं यदि ठीक से
देखें जिन्दगी जीना कितना आसान है।
करीने से रखें उठाएं जरा सम्हाल कर

भीतर बहुत नाजुक कीमती सामान है। किसी भी दुवारे पर क्यों करें हम मिन्नतें हम स्वयं भगवान हैं हम स्वयं भगवान हैं।

शिविर में आचार्यवर के शिष्य योगी अरुण तिवारी ने योगासन, प्राणायाम तथा चक्र-जागरण की विधियों पर प्रकाश डालते हुए आरोग्य, ध्यान तथा मूलाधार-चक्र के अनुभवों के प्रभावी प्रयोग करवाए। शिविर में भाग लेने वाले प्रबुद्ध-जन इन अनुभवों से आश्चर्य-चकित थे। साध्वी समताश्री जी ने अपने प्रवचन में जीवन में भोजन का महत्त्व समझाते हुए आहार-विवेक पर विस्तार से बताया। सेवा-धाम हॉस्पिटल के वरिष्ठ डॉक्टर आरिफ ने ऐसी विधियां बताई जिससे व्यक्ति स्वयं वात, पित्त और कफ प्रकृति की पहचान कर उसका उपचार स्वयं कर सके। इलाहाबाद से आए प्रोफेसर अजय पांडे ने रंग-चिकित्सा तथा एक्यूप्रेशर विधि से होने वाले उपचार-बिन्दुओं पर प्रकार डाला। आपने 15 अक्टूबर को इसी विधि से अनेक लोगों का रोगोपचार भी किया। पूर्वी दिल्ली की मेयर श्रीमती सत्या शर्मा ने कहा- मैं यहां आकर अपने को धन्य समझ रही हूं। पूज्य गुरुदेव के मार्ग-दर्शन में शिक्षा-सेवा तथा स्वास्थ्य के लिए इतना मनोहारी आश्रम चल रहा है, इसकी मुझे कल्पना भी नहीं था। सेवाभावी

संजीव शर्मा ने कहा- अमेरिका ब्राह्मण-समाज के कन्वेंशन में योगी अरुणजी का योगा प्रशिक्षण तथा पूज्य गुरुदेव के प्रेरणादायी प्रवचन के पश्चात् मैं तो आपका शिष्य ही बन गया हूं। योग-शिविर के कुशल व्यवस्थापन में साध्वी कनकलताजी का सराहनीय मार्ग-दर्शन रहा। संपादिका श्रीमती निर्मला पुगलिया ने माल्यार्पण द्वारा मेयर सत्या शर्मा का स्वागत किया।

शिविर के उपसंहार-प्रवचन में पूज्य आचार्यश्री ने कहा- हमारे पास आध्यात्मिक संपदा का अद्भुत खजाना है। दुर्भाग्य-वश पंथ/संप्रदायों के व्यामोह में उनके महान् आत्म-लाभ से आप वंचित हो रहे हैं। मानव-मंदिर का उद्देश्य है वह आध्यात्मिक खुराक आपको मिले, जिससे आप स्वस्थ तन-मन का जीवन जी सकें। सबेरे से लेकर शाम तक निरंतर चलने वाले शिविर-कार्यक्रमों के पश्चात् भी सभी शिविरार्थी अपने में थकान नहीं, ताजगी का अनुभव कर रहे थे। सबका अनुरोध था ऐसे शिविर बार-बार लगने चाहिए। आश्रम की अन्य सभी प्रवृत्तियां सुचारू रूप से प्रगति पर हैं।

श्री सुलतान सिंह जी जैन को मातृ-पितृ-वियोग

सेवाभावी श्री सुलतान सिंह जी जैन (मयूर विहार) के पिताजी लाला शिवचरणदास जी तथा माता जी श्रीमती दिल देवी पिछले दिनों काल-धर्म को प्राप्त हो गए। यों तो इस धरती पर जो भी जन्म लेता है, उसे एक दिन मरण का वरण करना ही पड़ता है। किंतु सुलतान सिंह जी के माता-पिता जैसा मृत्यु-वरण कम देखने को मिलता है। दोनों की उम्र 95 वर्ष की थी। अंतिम समय तक दोनों को विशेष बीमारी नहीं थी। अपने सारे शारीरिक कार्य स्वयं करते थे। तीन दिनों के भीतर ही चलते-फिरते दोनों काल-धर्म को प्राप्त हो गए। अत्यंत सहज समाधि-अवस्था में जैसे चले गए हों। अपने

नित्य नियम, सामायिक, त्याग-पच्चक्खाण में पूरे सजग थे। श्री सुलतान सिंह जी तथा श्रीमती सावित्री देवी की सेवा-भावना, धर्मपरायणता तथा सादगी भी औरों के लिए अनुकरणीय है। मानव मंदिर, दिल्ली के साथ यह परिवार प्रारंभ से जुड़ा हुआ है। समय-समय पर मानव मंदिर के साथ आपकी अनमोल सेवायें रही हैं। अनेक परिवारों को आपने मानव मंदिर मिशन के साथ जोड़ा है। ऐसा मातृ-पितृ-वियोग अपने में एक अनूठा उदाहरण है।

दिवंगत आत्मा के प्रति रूपरेखा परिवार तथा मानव मंदिर गुरुकुल की भाव भीनी श्रद्धांजलि।



-नव-निर्मित डिजिटल लाइब्रेरी में अध्ययन-रत मानव मंदिर गुरुकुल के छात्र एवं छात्राएं।



-साध्वी समताश्री जी महाराज आहार-विवेक पर बोलते हुए। तथा योगी अरूण तिवारी व महामत्र दासजी प्रसन्न मुद्रा में।



-पूर्वी दिल्ली की महापौर श्रीमती सत्या शर्मा एवं एक्यूप्रेशर पर बोलते हुए प्रोफेसर अजय पाण्डेय।



-अपना अनुभव साझा करते हुए संजीव शर्मा। तथा आयुर्वेद पर बोलते हुए सेवाधाम के वरिष्ठ डॉक्टर एम.टी. आरिफ।



-महासती मंजुलाश्री जी महाराज के समक्ष श्रीमती सत्या शर्मा (मेयर-पूर्वी-दिल्ली) का सम्मान करती हुई श्रीमती निर्मला पुगलिया ।



-मानव मंदिर परिसर में शिविरार्थियों के साथ एक सामूहिक छाया चित्र ।



-योगी अरुण जी से यौगिक क्रियाएं करते शिविरार्थी ।



-मंगल मंत्रों के साथ कार्यक्रम का शुभारंभ करते हुए पूज्य गुरुदेव आचार्यश्री रूपचन्द्रजी ।



-पूज्य गुरुदेव के साथ है (बाये से) साध्वी समताश्री, मेयर-श्रीमती सत्या शर्मा, योगी अरूण तिवारी, श्री आर.के. जैन, डॉ. अजय पांडेय एवं श्री संजीव शर्मा ।



-पूज्य गुरुदेव व साध्वी समुदाय के साथ मानव मंदिर गुरुकुल परिवार ।

P. R. No.: DL(S)-17/3082/2015-17

Rgn. No.: DELHIN/2000/2473

Date of Post : 27-28



SEVA-DHAM Plus

Since 1994

.....The Wellness Center

(YOGA, AYURVEDA, NATUROPATHY & PHYSIOTHERAPY)

Relax Your Body, Mind & Soul In A Spiritual Environment

Truly rejuvenating treatment packages through
Relaxing Traditional Kerala Ayurvedic Therapies



KH-57, Ring Road, (Behind Indian Oil Petrol Pump), Sarai Kale Khan, New Delhi - 110013

Ph. : +91-11-2632 0000, +91-11-2632 7911 Fax : +91-11-26821348 Mob. : +91-9868 99 0088, +91-9999 60 9878

Website : www.sevadham.info E-mail : contact@sevadham.info

प्रकाशक व मुद्रक : श्री अरुण तिवारी, मानव मंदिर मिशन ट्रस्ट (रजि.)
के.एच.-57 जैन आश्रम, रिंग रोड, सराय काले खाँ, इंडियन ऑयल पेट्रोल पम्प के पीछे,
पो. बो.-3240, नई दिल्ली-110013, आई. जी. प्रिन्टर्स 104 (DSIDC) ओखला फेस-1
से मुद्रित।

संपादिका : श्रीमती निर्मला पुगलिया