दिसम्बर 2016 मूल्य 15 रुपये

# रूपरेखा

सदाचार ~ सद्विचार ~ सत्संस्कार

# रूपरेखा

सदाचार ~ सद्विचार ~ सत्संस्कार

मार्गदर्शन :
पूज्या प्रवर्तिनी साध्वी मंजुलाश्री जी

संयोजना :
साध्वी कनकलता
साध्वी वसुमती

परामर्शक :
श्रीमती मंजुबाई जैन

प्रबंध संपादक :
अरुण कुमार पाण्डेय

सम्पादक :
श्रीमती निर्मला पुगलिया

वार्षिक शुल्क : 150 रुपये
आजीवन शुल्क : 3000 रुपये

प्रकाशक
**अरूण 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

### दोस्त बनाने में हड़बड़ी होगी तो दोस्ती निभाने में गड़बड़ी होगी

दोस्त कृष्ण की तरह होना चाहिए जो आपके लिए लड़ेगा नहीं, पर ये सुनिश्चित करेगा कि आप ही जीत जायें। और दूसरा, कर्ण की तरह हो जो आप के लिए तब भी लड़ेगा, जब आपकी हार सामने दिख रही हो। क्या मित्रता या दोस्ती का इससे बड़ा कोई उदाहरण ढूंढा जा सकता है? आपके साथ कृष्ण हो या कर्ण, आप कभी जीवन में निराश हो ही नहीं सकते। 07

### प्रदर्शन

सादगी में जो सुन्दरता है, वह बाह्य उपकरणों में नहीं है। सादगी में जो आकर्षण है वह कृत्रिमता में नहीं है। बालक की तुतलाती भाषा में जो रस है, वह विद्या-विशारद की साहित्यिक भाषा में नहीं है। प्राकृतिक वस्तुएं व दृश्य जितने मनमोहक हैं, उतना कृत्रिम वस्तुओं में रस नहीं होता। वास्तव में सहजता ही जीवन का अलंकार है, जो आवरणों की पर्त से मुक्त हो सकता है। 08

### विज्ञान युग में ॐ ह्रीं

निराशा में भी आशा की किरणें हैं। जहां प्रश्न है, वहां समाधान भी है। जब प्रश्न अन्तर-मन में उभरता है तो सुन्दर समाधान भी अन्तर-आत्मा को जागृत कर उनसे ही प्राप्त होता है। हम अन्तर-मुखी बनेंगे, तब ही सही आनन्द का दरिया लहराता दृष्टिगत होगा। 18

### व्यक्ति का पुनर्निर्माण

बाग में यदि अच्छे फल-फूल न लगवाएं जाएं और जमीन को यों ही बेकार पड़ी रहने दिया जाए तो उसमें बेकार के झाड़-झंखाड़ उग ही आएंगे। यदि अवगुणों को दूर करने और सद्गुणों को लाने का उपाय निरंतर नहीं किया जाएगा तो अवगुण बने ही रहेंगे, और सद्गुण नहीं आएंगे। 24

## संत-वाणी

दया धर्म का मूल है, पाप मूल अभिमान।
तुलसी दया न छांडिये, जब लग घट में प्राण।।

## बोध-कथा

# अहंकार पर विजय

आचार्य मध्व सन्यासी थे। उनके अनेक शिष्य थे। आचार्य का मत था कि स्वस्थ शरीर में स्वस्थ मन व मस्तिष्क होता है। इसीलिए उनके यहां यज्ञशाला जितना महत्व अखाड़े का भी था।

वे स्वयं शिष्यों को योग कुश्ती व दांव-पेच की शिक्षा देते थे। साथ ही अहिंसा का पाठ भी पड़ाते थे। वे उन्हें समझाते थे कि बल के द्वारा ही अहिंसा की रक्षा की जा सकती है। जीवन में बलशाली किंतु अहिंसक बनो। बल का घमंड नहीं करो। घमंड हो जाने पर बल का दुरूपयोग होने लगता है।

एक बार की बात है। उनसे शिष्य अखाड़े में परस्पर जोर आजमाइश कर रहे थे। अखाड़े के दूसरे छोर पर आचार्य मध्व चिन्तन-ध्यान में लीन थे। एकाएक उनका ध्यान शिष्यों की बहस की ओर आकर्षित हो गया।

वे शिष्यों के पास गए। उनके हालचाल पूछे। गपशप की और बोले- 'मैंने तुम्हारे बुद्धि-ज्ञान की कई बार परीक्षा ली है। आज मैं तुम्हारे शारीरिक बल को आंकना चाहता हूं।

यह सुनकर शिष्य सकपका गए। गुरूजी ने अपनी बात जारी रखते हुए कहा- 'तुम सब मिलकर पूरी ताकत से मुझ पर हमला करो। देखो, तनिक भी संकोच नहीं करना। इस समय तुम यह भूल जाओ कि मैं तुम्हारा गुरू हूं। बस, मैं तुम्हारा प्रतिस्पर्धी हूं और तुम लोगों को मुझे समाप्त करना है। यह मेरा आदेश है।

शिष्यों ने गुरूजी का आदेश शिरोधार्य किया। मल्ल युद्ध प्रारंभ हुआ। सबने मिलकर आचार्य मध्व पर आक्रमण किया। मगर आचार्य मध्व ने उन्हें एक ही हाथ से रोक दिया और पीछे की ओर ऐसा धकेला कि वे सब धरती पर चारों खाने चित्त पड़े। वे एक दूसरे पर ढेर हो रहे थे। आचार्य ने उन्हें एक हाथ से दबा दिया और बोले- 'नीचे पड़े छटपटा क्यों रहे हो। सब मिलकर हाथ के दबाव को हटा दो और खड़े होकर आक्रमण करो'।

शिष्यों ने पूरी ताकत लगाई। वे हाथ नहीं हटा सके। उनकी सांसें फूल रही थीं। उन्होंने आचार्य से छोड़ देने की विनती की। तब जाकर आचार्य ने उन्हें छोड़ा।

वे उठे किंतु उनके मस्तक झुके हुए थे। आचार्य ने समझाया कि अहंकार बल को क्षीण कर देता है। यदि अहंकारी नहीं होओगे तब ही बलशाली बनोगे। शिष्यों को अहंकार त्यागने की समुचित शिक्षा मिल गई थी। उन्होंने अहंकार काा त्याग कर दिया। आचार्य मध्व भी संतुष्ट थे।

## शाश्वत स्वर

# केन्द्र पर है अमृत

जब तक कोई केन्द्र तक न पहुंच जाये, तब तक न तो सत्य का कोई अनुभव है, न सौन्दर्य का कोई अनुभव है। सौन्दर्य का अनुभव तभी होता है, जब हम किसी दूसरे व्यक्ति के केन्द्र को स्पर्श करते हैं। प्रेम का भी वास्तविक अनुभव तभी होता है, जब हम किसी व्यक्ति के केन्द्र को छू लेते हैं- चाहे क्षण भर को ही सही, चाहे एक झलक ही क्यों न हो।

जीवन में जो भी गहन है, जो भी महत्वपूर्ण है, वह केन्द्र है। लेकिन परिधि पर हम अगर घूमते रहें, घूमते रहें, तो जन्मों-जन्मों तक घूम रहते हैं। जरूरी नहीं है कि हम कितना घूमें कि केन्द्र तक पहुंच जायें। एक आदमी एक चाक की परिधि पर बैठ जाये और घूमता रहे, घूमता रहे, जन्मों-जन्मों तक, वह कभी भी केन्द्र तक नहीं पहुंचेगा। हम ऐसे ही घूम रहे हैं। इसीलिए हमने जगत् को संसार कहा है।

संसार का अर्थ है- चक्र, जो घूम रहा है। उसमें दो उपाय हैं, होने के- संसार में दो ढंग हैं, होने के : एक ढंग है परिधि पर होना और एक ढंग है उसके केन्द्र पर होना। केन्द्र पर होना ही धर्म है।

महावीर कहते हैं कि 'धर्म स्वभाव' है। 'वत्थू सहावो धम्मो', वह जो प्रत्येक वस्तु का स्वभाव है, उसका आन्तरिक, अन्तरतम, वही धर्म है। महावीर के लिए धर्म का अर्थ रीलिजन नहीं है, ख्याल-मजहब नहीं है। महावीर के लिए धर्म से मतलब हिन्दू, जैन, ईसाई, बौद्ध, मुसलमान नहीं है।

महावीर कहते हैं कि धर्म का अर्थ है- तुम्हारी जो गहनतम स्वभाव है, वही तुमहारी शरण है। जब तक तुम अपने उस गहनतम स्वभाव को नहीं पकड़ पाते हो, तब तक तुम प्रवाह में भटकते ही रहोगे और प्रवाह में जरा और मृत्यु के सिवाय कुछ भी नहीं है।

प्रवाह में है- मृत्यु, केन्द्र पर है- अमृत, प्रवाह में है- जरा, दुख। केन्द्र पर है- आनन्द। वाह में है चिन्ता, संताप। केन्द्र पर है- शून्य, शांति। प्रवाह है संसार : केन्द्र है मोक्ष।

हम सब खोजना चाहते हैं, अमृत को। हम सब चाहते हैं कि ऐसी घड़ी आये, जब मृत्यु न हो। लेकिन वह घड़ी आयेगी तब, जब हम उसे खोज लेंगे, जिसका कोई जन्म न हुआ। जब तक हम उसे न खोज लें, तब तक अमृत का कोई पता नहीं चलेगा।

महावीर कहते हैं कि आनन्द चाहिये, तो खोज ले उसे, तुम्हारे भीतर जो कभी दुखी नहीं हुआ। अगर चाहते हो अमृत, तो खोज लो उसे अपने भीतर, जिसका कभी जन्म नहीं हुआ।

**प्रस्तुति : निर्मला पुगलिया**

# पूज्य गुरुदेव के प्रवचन-सारांश

○ रुचि आनंद

## सेवा का स्थान ज्ञान नहीं ले सकता ज्ञान की जगह सेवा नहीं ले सकती

गुरु के पास एक शिष्य ने दीक्षा ली, वह बहुत विनीत और स्वभाव से मधुर था। तन-मन से अपने गुरु की सेवा करता। कमी बस एक थी कि ज्ञानाराधना में उसका मन बिलकुल नहीं लगता। गुरु अनेक बार विद्या-अध्ययन के लिए प्रेरित भी करते, लेकिन वह कहता कि आप जैसे महान शास्त्रज्ञ और विद्वान मनीषी की सेवा-सान्निध्य का अवसर मुझे मिला है, फिर मुझे माथापच्ची करने की क्या जरूरत है। मेरा कल्याण तो आपके चरणों की सेवा से ही हो जायेगा।

एक बार गुरु ने उसे समझाया कि ज्ञान और सेवा, दोनों के मूल्य अलग-अलग हैं। सेवा का स्थान ज्ञान नहीं ले सकता और ज्ञान की जगह सेवा नहीं ले सकती। जैसे आँख अपनी ही काम आती है, वैसे ही ज्ञान भी अपना ही काम आता है। परायी आँखें परायी ही होती हैं। वैसे ही मैं चाहे कितना ही ज्ञानी हूं और तुम चाहे मेरे प्रति कितने ही विनीत हो, मेरा ज्ञान तुम्हारे काम नहीं आ सकता। परायी आँख की तरह पराया ज्ञान भी समय पर साथ नहीं दे सकता। लेकिन वह शिष्य अपनी धारणा से टस से मस नहीं हुआ। वैसे आजकल ज्यादातर गुरु ऐसे ही शिष्यों की खोज में रहते हैं जो अंध भक्त बना रहे। लेकिन उस गुरु के सामने शिष्य को ज्ञान देने की चुनौती आ गयी। उन्होंने एक समृद्ध आदमी की कहानी सुनाई। उसके चार पुत्र थे। सारे आज्ञाकारी और विनीत। सबकी शादियाँ हो गयी और कुछ ही वर्षों में परिवार भरा-पूरा हो गया। समय के साथ वह आदमी बूढ़ा हो गया और उसकी आँखों की रोशनी धूमिल हो गयी। बेटे-बहुओं ने बहुत समझाया कि ऑपरेशन करवा लें। लेकिन हर बार वह जवाब देता कि इस बुढापे में आँखों पर शस्त्र चलाने की इच्छा नहीं है। बेटे-बहु, पोते-पोतियाँ आँखें ही तो हैं।

एक ऐसा समय आया जब उसकी आँखों की रोशनी खत्म हो गयी। उसे हर काम के लिए सहारे की जरूरत पड़ने लगी। वैसे पूरा परिवार हमेशा सेवा में तत्पर रहता, लेकिन एक रात वह भयानक संकट में फंस गया। घर में आग लग गयी। हर कोई घर को धू-धू जलते देखकर अपनी-अपनी जान बचाकर बाहर भागा।

वह आदमी भी नींद से जागा लेकिन आँखों की ज्योति के अभाव में इधर-उधर पैर पटकता रहा। सही दिशा-ज्ञान के अभाव में लपटों से घिर गया। जान तो बच गयी लेकिन शरीर के घाव से ज्यादा मन पर जख्म हो गया कि समय पर परिवार को उसका खयाल नहीं आया। अगर अपनी आँखें होती तो ऐसी नौबत नहीं आती। तब गुरु ने शिष्य की आँखों से परदा हटाते हुए कहा कि हर किसी को अपनी आँखों और ज्ञान पर ही भरोसा करना चाहिए। सेवा के साथ अध्ययन और श्रद्धा के साथ ज्ञान की भी आराधना जरूरी है।

## गणेश ने संसार को यह ज्ञान दिया कि माता-पिता ही हमारे सर्वस्व हैं

धर्म जगत में श्रद्धा पर सबसे ज्यादा बल दिया जाता रहा है। लेकिन अपनी यात्रा में यह श्रद्धा दुर्भाग्य से अंध-श्रद्धा में बदलती जा रही है। निश्चित रूप में श्रद्धा का अपना महत्व है किन्तु श्रद्धा की शुद्धता को कायम रखना नितांत जरुरी है। यह तभी संभव है, जब उसके साथ ज्ञान जुड़े। श्रद्धा के बिना ज्ञान संशय बन जाता है। वह ज्ञान हमें किसी भी निर्णय तक नहीं पहुंचाता। ज्ञान के बिना श्रद्धा अंधी हो जाती है। ज्ञान और श्रद्धा के सबसे बड़े प्रतीक के रूप में हम गणेश जी को ले सकते हैं।

यह एक सुखद बात है कि आजादी के आन्दोलन के समय 1893 में बाल गंगाधर तिलक ने लोगों को स्वराज के संघर्ष की प्रेरणा देने के लिए गणपति को घर से निकाल कर पंडाल में बिठा दिया ताकि जब वहां लोग इकट्ठे हों तो उन्हें आजादी का मैसेज दिया जा सके। यह प्रयोग काफी सफल रहा। तिलक ने श्रद्धा का इस्तेमाल बुद्धि के साथ किया। तब से यह सिर्फ धार्मिक समारोह न होकर सामाजिक और सांस्कृतिक उत्सव का रूप ले चुका है। गणेशजी को लोग हर नए कार्य के समय बड़ी उम्मीद से याद करते हैं। वे विघ्न विनाशक माने जाते हैं और उनकी शारीरिक संरचना भी विशिष्ट व गहरा अर्थ लिए हुए है।

गणेशजी के संबंध में एक किंवदंती प्रचलित है कि उन्होंने अपने ज्ञान के आधार पर खुद को प्रथम पूजा का अधिकारी बनाया। शिव ने कार्तिक और गणेश के बीच एक प्रतियोगिता आयोजित

की कि जो अपने वाहन पर सवार हो पृथ्वी की परिक्रमा करके पहले लौटेगा वही प्रथम पूजा का अधिकारी होगा। गणेश जी ने अपने पिता शिव और माता पार्वती की सात बार परिक्रमा की और शांत भाव से उनके सामने हाथ जोड़कर खड़े रहे। कार्तिकेय अपने मयूर वाहन पर आरूढ़ हो पृथ्वी का चक्कर लगाकर लौटे और दावा किया कि वे इस स्पर्धा में विजयी हुए हैं इसलिए पृथ्वी पर प्रथम पूजा पाने का अधिकारी वे ही हैं। शिव ने कहा, गणेश तुमसे भी पहले ब्रह्मांड की परिक्रमा कर चुका है। कार्तिकेय को आश्चर्य हुआ कि मूषक पर बैठकर भला कोई कैसे परिक्रमा कर सकता है? तब शिव ने जो जवाब दिया वह आज के समाज की और भी आँखें खोलने वाला है। कहा, गणेश ने अपने माता-पिता की परिक्रमा करके यह साबित कर दिया कि ब्रह्माण्ड से भी बढ़कर माता-पिता हैं। आज अगर हम देखें तो गणेश ने संसार को इस बात का ज्ञान कराया कि माता-पिता ही हमारे सर्वस्व हैं।

भारतीय मनीषा ने उस ज्ञान को प्रमुखता दी है जो हमें अपने विराट अस्तित्व से जोडे, आत्मा और परमात्मा से जोड़े। इस ज्ञान को सबके लिए अनिवार्य माना क्योंकि उसके उपलब्ध होने पर वह जीवात्मा संसार मोह में लुब्ध नहीं होगा। गणेश जिस ज्ञान के प्रतीक हैं, उसकी छाया गीता में भी है। गीता ने कहा है, ज्ञान के समान पवित्र कुछ भी नहीं है।

### दोस्त बनाने में हड़बड़ी होगी तो दोस्ती निभाने में गड़बड़ी होगी

जिन्दगी में बहुत सारे मौके ऐसे आते हैं जब हम बुरे हालात का सामना करने के लिए विवश होते हैं। उस वक्त सोचने लगते हैं कि ऐसा क्या किया ताकि उससे छुटकारा मिल सके। तब हर किसी को पहले अपने भगवान् याद आते हैं। भले तत्काल संकट से निजात न मिले लेकिन हमें तसल्ली होती है कि कोई है मेरे साथ। यह है 'विश्वास' जो आपका हमेशा साथ निभाने के लिए तैयार रहता है। इस विश्वास के साथ हमारी ऐसी मित्रता है, हम चाहकर भी अलग नहीं हो सकते। इसे हम अध्यात्म की भाषा में सखा-भाव कहते हैं। कृष्ण भले संसार के लिए भगवान् हों, लेकिन अपने मित्रों और गोपियों के लिए तो वे सिर्फ सखा हैं। वह ऐसे मित्र हैं जो न केवल दुःख हरते हैं बल्कि खुशी भी सुनिश्चित करते हैं। उनकी मित्रता की कहानियां आज भी जगह-जगह सुनी और सुनाई जाती हैं।

आज मुश्किल है कि हमने इसी भाव को खो दिया है। हमने विश्वास से ज्यादा 'संशय' को महत्व दे दिया है। यह इसलिए कि हम हर रोज नए-नए दोस्त बनाते हैं

और मामूली सी बात हुई नहीं कि दोस्ती तोड़ देते हैं। मित्र बनाने की हडबडी तो होती है लेकिन निभाने की खूबी हममें नहीं होती। सोशल मीडिया पर आज जो हो रहा है, वह एक बड़ा सबूत है। हर आदमी के दोस्तों की संख्या सैकड़ों में हो गयी है लेकिन जैसे ही विचार आपस में टकराने लगते हैं, आप नफरत के भाव से भर जाते हैं। अगर इसके पीछे सुसंगत तर्क हो तो मतलब समझ में आता है लेकिन यहां सिर्फ ईगो का टकराव होता है।

इसलिए आज इस बात की समझ विकसित करनी जरूरी कि आप जीवन में दो तरह के दोस्त बन और बना सकें तो उससे अच्छी और कोई बात नहीं होगी. इसे आजमाने की जिम्मेदारी हमारी है। जिसने भी इस अवधारणा की रचना की है, वह जरूर कोई विचारक या व्यवहारवादी होगा। इनमें से अगर किसी एक भी चयन करते हैं तो आप अपने मित्र भी बन जायेंगे।

दोस्त कृष्ण की तरह होना चाहिए जो आपके लिए लड़ेगा नहीं, पर ये सुनिश्चित करेगा कि आप ही जीत जायें। और दूसरा, कर्ण की तरह हो जो आप के लिए तब भी लड़ेगा, जब आपकी हार सामने दिख रही हो। क्या मित्रता या दोस्ती का इससे बड़ा कोई उदाहरण ढूंढा जा सकता है? आपके साथ कृष्ण हो या कर्ण, आप कभी जीवन में निराश हो ही नहीं सकते। लेकिन तब आपको भी खुद वैसा ही बनना पडेगा। हमें समझना चाहिए कि हमारी मैत्री को स्थाई आधार तभी मिल सकता है जब हमारी अपने साथ मैत्री सुप्रतिष्ठित हो चुकी हो। जो अपना मित्र होगा वह हर किसी का मित्र ही होगा। जो अपना मित्र नहीं है वह किसी का मित्र नहीं हो सकता।

## श्लोक

न हि कश्चित्क्षणमपि जातु तिष्ठत्यकर्मकृत्।
कार्यते ह्यवशः कर्म सर्व प्रकृतिजैर्गुणै।।

कोई भी मनुष्य क्षण भर भी कर्म किए बिना नहीं रह सकता। सभी प्राणी प्रकृति के अधीन हैं और प्रकृति अपने अनुसार हर प्राणी से कर्म करवाती है और उसके परिणाम भी देती है।

# प्रदर्शन

**○ संघ प्रवर्तिनी साध्वी मंजुलाश्री**

सादगी शब्द अपने आप में निराला है। सादगी का तात्पर्य है- आडम्बर से मुक्त होना। जो देश, राष्ट्र, समाज और धर्म आडम्बर से मुक्त होंगे, वे अवश्य ही उज्ज्वल भावी जीवन का निर्माण कर सकेंगे। सादगी से शारीरिक और मानसिक चैतन्य शुद्ध रहता है। आत्मा निर्विकार बनकर अन्तर्जगत् में संचरण करती है।

सादगी में जो सुन्दरता है, वह बाह्य उपकरणों में नहीं है। सादगी में जो आकर्षण है वह कृत्रिमता में नहीं है। बालक की तुतलाती भाषा में जो रस है, वह विद्या-विशारद की साहित्यिक भाषा में नहीं है। प्राकृतिक वस्तुएं व दृश्य जितने मनमोहक हैं, उतना कृत्रिम वस्तुओं में रस नहीं होता। वास्तव में सहजता ही जीवन का अलंकार है, जो आवरणों की पर्त से मुक्त हो सकता है। आडम्बर, प्रदर्शन एक ऐसी बेड़ी है, जो स्वतंत्र को परतंत्र बना देती है। बंधन के गहरे धागे में उलझाकर जीवन बरबाद बना देती है। बंधन से मुक्त होने का एकमात्र साधन है सादगी।

आज का भौतिक मानस आडम्बर और प्रदर्शन प्रिय बनता जा रहा है। वह अपने देश की सम्पत्ति और संस्कृति को भूलकर अपनी धरोहर खो रहा है। जीवन की अमूल्य मणि लुप्त कर रहा है। यदि देश का सर्वतोमुखी विकास करना है तो सात्विक जीवन का अभ्यास करना ही होगा। आज तक जितने भी सिद्ध, बुद्ध, मुक्त और महापुरुष बने हैं, उनका प्रथम लक्ष्य था सादगी, चरम लक्ष्य था मुक्ति।

आज दुनिया भौतिकवाद के चक्के के नीचे पिस रही है। उसके सिर पर प्रदर्शन का भूत सवार हो रहा है और चरित्र का पतन हो रहा है। जहां आडम्बर का निवास है वहां चरित्र का विनाश है। आज देश के सैकड़ों युवा आडम्बर को सहला रहे हैं और भ्रष्टाचार को फैला रहे हैं। विदेशी पहनावा स्वीकार करके देश की बरबादी कर रहे हैं। बालों को कटवाकर, भड़कीली वेशभूषा

पहनकर भारतीय संस्कृति का लोप कर रहे हैं। अर्थ का अपव्यय कर रहे हैं। उनको रहने के लिए कुटिया और खाने के लिए भोजन चाहे न मिले पर एक-दूसरे का अनुकरण अवश्य करना है। इन सब परिस्थितियों से देश की अधोगति होती है।

राष्ट्र में क्रांति की ज्योति जलाने के लिए अनेक महापुरुषों ने समय-समय पर आदर्श प्रस्तुत किया है। महावीर, बुद्ध, विवेकानंद, गांधी, लिंकन आदि ने सादगी-पूर्ण जीवन जीकर देश को भारी दिशा-दर्शन दिया है। देश के भूतपूर्व प्रधानमंत्री लालबहादुर शास्त्री का जीवन बिल्कुल सीधा-सादा था। किसानों की-सी उनकी वेशभूषा देखकर एक युवक ने पूछा- आपने देश की बागडोर हाथ में ले रखी है, फिर ये साधारण वस्त्र क्यों? प्रधानमंत्री ने कहा- आडम्बर केवल बाह्य उपकरण है, जबकि सादा जीवन आन्तरिक उपकरण है। यही जीवन को पवित्र व निर्मल रख सकता है।

वर्तमान युग में सादगी से जीवन बिताने के लिए लोगों के कष्टों को दूर करने के लिए, इच्छाओं को सीमित करने के लिए सभी महापुरुषों ने एक घोष दिया है सादा जीवन, उच्च विचार, मानव-जीवन का 'शृंगार'। यह आज का छोटा-सा मंत्र जन-जीवन को जागृत कर रहा है। इसको स्वीकार करने वाले बहुत-सी समस्याओं से बच जाते हैं।

लोक-दिखावे और प्रदर्शन से अपनी शक्तियों और सत्ताओं को खोने वाला न अपना हित देखता है, न पर का हित। इस प्रसंग पर एक छोटी-सी घटना बड़ी प्रेरक है।

एक व्यापारी व्यापार के लिए परदेश गया। लौटते समय अपनी पत्नी के लिए चूड़ा लाया। उस चूड़े को पहनकर सेठानी बाहर बैठ गई। उसके चूड़े को देखकर नगर की महिलाएं प्रशंसा कर रही थीं। सफाई का काम करने वाली हरिजन महिला ने भी सेठानी की प्रशंसा सुनी। वह भी चूड़ा पहनने के लिए लालायित हो उठी। उसने अपने पति से चूड़ा लाने के लिए कहा। पति ने अपनी आर्थिक स्थिति बतलाते हुए कहा कि यह हमारे लिए संभव नहीं है। लेकिन वह जिद्द पर अड़ी रही। उसके लिए चूड़ा लाया गया। वह खुशी से उस चूड़े को पहनकर घर के बाहर दिन-भर बैठी रही। परन्तु कोई उस चूड़े को देखने नहीं आया, तो उसने तरकीब निकाली और अपनी ही झोपड़ी को आग लगा दी। आग लगते ही सभी लोग इकट्ठे हुए। इतने में एक औरत ने उससे कहा- अरी! यह चूड़ा तो बड़ा सुहाना है, कहां से पहन लिया? अरी बहन! यह बात पहले ही पूछ लेती तो मेरा घर बरबाद क्यों होता? जब लोगों ने यह सुना तो उसके मूढ़तापूर्ण प्रदर्शन के प्रति हंसी आए बिना नहीं रही। इस छोटी-सी घटना

से जो निष्कर्ष सामने आता है वह यह है कि इस प्रदर्शन ने कितने घरों और समाज को बरबाद कर दिया है। प्रदर्शन की यह भूख व्यक्ति, परिवार और समाज के जीवन को नरक बना देती है।

प्रदर्शन की इस वृत्ति को देखकर प्रश्न उपस्थित होता है कि हम प्रदर्शन किसे कहते हैं? प्रदर्शन का आज सामान्य अर्थ प्रचलित है- दिखावा और आडम्बर। जहां दिखावा मात्र दिखावे के लिए होता है वहां व्यक्ति को दुहरी भूमिका निभानी पड़ती है। यह दुहरा जीवन उसके मूल को खोखला कर देता है।

प्रदर्शन के इस आकर्षण से समाज का अन्य वर्ग भी उस ओर आकर्षित होता है। उसकी अपनी क्षमताएं अथवा स्थिति उतनी श्रेष्ठ नहीं होती, फिर भी उसे अपने आपको श्रेष्ठ साबित करने के लिए प्रकारान्तर से प्रदर्शन करना पड़ता है। इससे समाज का बड़ा अहित होता है। राष्ट्र में आर्थिक विषमता का वातावरण निर्मित होता है। प्रशासन में विषमता उत्पन्न होने लगती है। राष्ट्र का ढांचा लड़खड़ाने लगता है। प्रदर्शन के इस आचरण से व्यक्ति एक बार चाहे ऊंचा दिखाई देता है, लेकिन उसकी नींव खोखली होती है। वह प्रदर्शन की तसवीर थोड़े से धक्के से ढह जाती है। आज प्रदर्शन का यह रोग छोटों से बड़ों तक, महिलाओं से पुरुषों तक, मजदूरों से मालिकों तक, सामान्य नागरिकों से राजनेताओं तक, अनुयायियों से धर्म-गुरुओं तक, सिनेमाघरों से धर्मस्थानों तक और शादी-विवाह से मृत्यु तक सर्वत्र फैल चुका है।

सादगी को गरीबी, अनभिज्ञता, गंवारूपन और भोलेपन का चिह्न माना जाता है। जिस दिन यह विचारधारा और ये मानदंड बदलेंगे उसी दिन प्रदर्शन का स्थान सादगी होगी।

## कविता

*स्नेह का द्वार खोला, भीतर उत्ताप भरा था,*
*वरदान को टटोला, भीतर अभिशाप भरा था,*
*'पानी में मीन प्यासी' कोरी कल्पना नहीं,*
*पुण्य का द्वार खटखटाया, भीतर पाप भरा था।*

**-आचार्यश्री रूपचन्द**

# हंस अकेला

○ डॉ. विनीता गुप्ता

{कुछ वर्षों पहले उपन्यास-शैली में आचार्यश्री रूपचन्द्रजी की जीवन-गाथा हंस-अकेला शीर्षक से डॉ. विनीता गुप्ता ने कलम-बद्ध की थी। प्रतिष्ठित वाणी प्रकाशन द्वारा प्रकाशित 'हंस अकेला' की प्रथम प्रति तत्कालीन राष्ट्रपति श्रीमती प्रतिभा पाटिल ने राष्ट्र को समर्पित की थी। पाठकों की चिर अभिलाषा को ध्यान में रखते हुए उसी उपन्यास को धारावाहिक रूप से हम इस अंक से प्रकाशित करने जा रहे हैं -संपादक}

भादों का महीना उतार पर था, लेकिन बादल न एकजुट होकर बरस रहे थे, न ही प्यास-बुझी धरती को अलविदा कर रहे थे। रात भर जयचन्द लाल छत पर बैठे बादलों में दुबके चाँद को बेबसी से देख रहे थे। चाँद की बेबसी में खुद अपनी बेबसी को गड्डमड्ड भी कर रहे थे। बेबस चाँद, बेबस जयचन्द! इतने बेबस कि पत्नी पाँची देवी की कराहें सुनकर कुछ भी नहीं कर पाने को मजबूर थे वे। इतना भी संभव नहीं था कि वे उनके माथे पर अपनी हथेली रख दो घड़ी तसल्ली दे सकते। रात से ही पाँची देवी पीड़ा से कराह रही थीं। दर्द पूनम की रात में समुद्री लहरों की तरह हिलोरें ले रहा था। रात का अंतिम पहर! जैसे समुद्र में ज्वार-भाटा आ गया। लहरें पछाड़ें खा कर गिरने लगीं। लहरों का रुदन सुनकर पूरब में किरणें भी आकाश की खिड़की से झाँकने को आतुर हो गयीं और अब तो सूरज भी बेचैनी से सरदारशहर में ताक-झाँक करने लगा था। सहसा एक चीख के साथ ज्वार-भाटा शांत हुआ। शिशु के मधुर रुदन स्वर से जयचन्द लाल की 64 कमरों की हवेली पुलक से भर उठी।

खुशी के मारे हड़बड़ाए से जयचन्द लाल अटारी के ऊपर कुलदेवी के पाँव छू कर सीढ़ियों से सरपट नीचे उतरे। तो दाई आगे बढ़कर बोली, "बधाई हो सेठ जी, सेठानी ने पूत जाया है। अब अपना कौल पूरा करना। सारे सगुन लूंगी।"

पाँची देवी की ये पाँचवीं संतान थी। सुबह सात बजकर बारह मिनट हुए थे। साढ़े सात गुणा बारह फुट के कमरे में काँसे की थाली की आवाज से सहमा शिशु चुप हुआ।

सरदारशहर ने भी अभी जागना शुरू नहीं किया था। ढाई मंजिल ऊँची हवेली की अटारी पर से काँसे की थाली की टन्नाहट ने सबको जगा दिया। काँसे की थाली पर चाँदी का मोटा कड़ा खूब जोर से पड़ रहा था। लोग समझ गए कि सिंघी सेठ की हवेली में एक और वारिस ने जन्म लिया है। धीरे-धीरे बधाई देने वालों का ताँता लगने लगा।

कमरे के दरवाजे पर मर्दानी धोती का पर्दा दिया था जिससे पता चल जाए कि बालक ने जन्म लिया है। कन्या होती तो जनानी धोती का पर्दा डाला जाता।

उतरते भादों मास की नवमी, यानी 22 सितम्बर, 1939 की भोर रात भर की पीड़ा के बाद पाँची देवी ने अपने बगल में एक शांत तेजस्वी शिशु को रोते देखा। उसके रेशमी बालों में हाथ फेरा तो सहसा कुछ महीने पहले देखा सपना आँखों के आगे तैर गया। सपना भी कैसा विचित्र था। वे एक मन्दिर में खड़ी हैं और एक सिंह आकर उनके बगल में शांत मुद्रा में बैठ गया है उन्हें अपनी बगल में सोया बालक भी किसी सिंह-शावक से कम नहीं लग रहा था। अभी वे सपने में ही डूबी थीं कि सासू माँ की आहट से हड़बड़ा गईं, हाथ में शहद की डिबिया लिए, दादी माँ केसर बाई जच्चा और बच्चा दोनों की बलैयां ले रही थीं। पोते को गोदी में लिया तो पहले वह कुनमुनाया फिर रोने लगा। दादी ने अपनी उंगली से उसे शहद चटा दिया, फिर णमोक्कार मंत्र सुनाया-

णमो अरिहंताणम्
णमो सिद्धाणम्
णमो आयरियाणम्
णमो उवज्झायाणम्
णमो लोए सव्व साहूणम्

दादी ने पहली पाठ घूँटी णमोक्कार के रूप में दी अपने पोते को। आँख मूँद कर शांत भाव से सुन रहा था शिशु। उसके लिए जीवन का यह पहला पाठ ही जीवन की थाती बनेगा। सूरज चढ़ने के साथ ही हवेली ढ़ोलक की थापों, मंगल गीतों व जच्चाई के गीतों से गूँजने लगी थी-

रंगमहल बीच जच्चा धीनड़ जायो हे...
रंगमहल...
पीलो तौ औढ़ै म्हारी जच्चा...

गीतों का सिलसिला शुरू हुआ तो बंद होने का नाम ही नहीं। पश्चिम में सूरज ढलने को था, गीतों की सुर लहरियां भी थम गयीं। भर-भर हाथ गुड़ ले सब जनीं चुहलबाजी करती हुईं हवेली की सीढ़ियां उतरने लगीं। उधर कमरे में पाँची देवी इस इंतजार में थीं कि कब सूरज देवता अपना पिटारा बाँधकर अपनी खोली में दुबके तो चाँद-तारों को आसमान में अपना खेल दिखाने का मौका मिले। कब उनकी ननद रानी कानी बाई जी आएं, तिलक करके नारियल से पूजा करें और वे पहली बार अपने नन्हे छौने को दूध पिलायें। कानी बाई ने कमरे में प्रवेश किया तो शिशु रोने लगा। सुबह से माँ का दूध नसीब नहीं था, मारवाड़ी रीति के अनुसार चाँद-तारों की छाँव में ही बच्चा पहली बार माँ का दूध पीता है। रस्म पूरी करने के बाद कानी बाई ने अपनी भाभी और भतीजे की बलैयां लेते हुए नजर उतारी और नेग सगुन का

उलाहना देती हुई कमरे से निकल गई।

दादा भीखमचन्द नवजात के नामकरण के बारे में सोचने लगे। दिन थोड़े ही बचे थे। ठीक सातवें दिन! जन्म के सातवें दिन ही तो नामकरण संस्कार होता है। आज शुक्रवार है, अगले शुक्रवार तक सारी तैयारियां पूरी होनी हैं। देर रात तक भीखमचन्द अपने बेटे जयचन्दलाल के साथ सलाह-मशविरा करते रहे। अगले दिन भीखमचन्द गाँव के जोशी के पास गए उन्हें नामकरण के लिए न्यौता देने। जन्म का दिन समय बताया तो पंडित जी ने अपनी पोथी-पिटारी खोली, बीस-पच्चीस मिनट तक पढ़ते रहे। उनके माथे पर बल और चेहरे के बदलते भावों को बड़े गौर से देख रहे थे भीखमचन्द। कलम लेकर पंडित जी ने कागज पर रेखाएं खींचीं और ग्रहों की स्थिति देख बताने लगे-

'यह बालक तो योगी है। यह तीन जन्मों से योगी पुरुष है। वैरागी जीवन व्यतीत करेगा। अरण्यवासी रहेगा, इसे वाक् सिद्धिप्राप्त होगी। यह हमेशा अजपा जाप रहेगा (प्रभु में लीन रहेगा)। यह बालक सत्यवादी, अहिंसक, उपदेशक व ऋद्धि-सिद्धिवान होगा। इसके ज्ञान चक्षु खुलेंगे। सबसे विरक्त रहेगा, खूब यात्राएं करेगा। प्रकाश के प्रसाद को जन-जन में बाँटेगा।

भीखमचन्द साँस रोके सब कुछ सुन रहे थे। अजीब-सी उलझन में थे वे। किसी को कुछ नहीं बताया। पंडित जी की बात सुन कर उनके भीतर उथल-पुथल मच गई। तीसरे दिन एक और ज्योतिषी के पास गए। उसने ग्रह-नक्षत्रों की गणना की और बताया- 'यह बालक गृहस्थ में नहीं रहेगा, संतान, स्त्री-सुख से वंचित रहेगा, भिक्षा से अपना जीवन यापन करेगा।'

भीखमचन्द बालक के भविष्य को लेकर खासे चिंतित थे, लेकिन किसी को कुछ बताया नहीं। बड़े उत्साह से तैयारियों में जुट गए। बुलाए जाने वाले रिश्तेदारों, परिचितों की सूची बन गई थी। बृहस्पतिवार की रात तक हवेली में चहल-पहल खूब बढ़ गई, शुक्रवार को सुबह ही पंडित जी आ गए। दालान सजी-धजी महिलाओं से भर गया था। ज्यादातर के माथे पर बोड़ला चमचमा रहा था और झमझमा रहे थे गोटा-किनारी वाले लहंगा चून्दड़ी। एक के बाद एक गीतों की झड़ी लगी थी। गीत गाकर जच्चा को बच्चे के नामकरण के लिए पाटे पर बुलाया जा रहा था-

'खाटलड़ स्यूं ऊठ सखी
पाटलड़ पर पग मेल सखी
म्हारी सरब सखी
सूरज रो मुख देख सखी
साहेब रो मुख देख सखी'...

पाँची देवी नन्हे बालक को पीले की धोती के आँचल में छुपाये आँगन में आ

गईं। बोड़ले और बड़ी सी नथनी से सजा उनका चेहरा मातृ-भाव से और ज्यादा दिपदिपाने लगा था। घूंघट में से ही उन्होंने पहले एक नजर अपने 'साहेब' जयचन्दलाल जी पर डाली और गीत गा रही औरतों पर, जिनके समवेत स्वर हवेली को गुंजा रहे थे-

'पीलौ तो ओढ़ै म्हारी जच्चा
पाटै पै बैठे...'

उनकी लाल-पीले, गोटे-किनारी और सितारों वाली पोशाक में हवन कुण्ड से उठ रही ज्वालाएं झिलमिला रही थीं। धीरे-धीरे ज्वालाएं धुएं में बदल गईं, सबको प्रतीक्षा थी कि पंडित जी बच्चे की राशि के अनुसार क्या नाम सुझाएंगे। राशि का अक्षर 'फ' बताया, उसके अनुसार 'फूलचन्द' दादा जी को यह नाम नहीं भाया तो अपने पोते का सलौना मुखड़ा देख वे बोल पड़े- 'रूपचन्द्र।' सच पाँची देवी की गोदी से झाँक रहे शिशु का रूप चन्द्रमा के रूप से कहीं कम नहीं था।

पाँची देवी ने अपने नन्हें छौने की ओर देखा- रू...प...चं...द्र...। और गोद में कुनमुनाते रूपचन्द्र की छवि पर मोहित हो गयीं पाँची देवी। ऐसा नहीं था कि वह पहली बार माँ बनी थीं। शुभकरण, सोहनी बाई, सुवटी बाई, रतनलाल को भी तो जन्म दिया और पाला-पोसा ही था, लेकिन इस बच्चे के गर्भ में आने से लेकर जन्म देने तक वह एक अलग ही भाव दशा में डूबी थीं।

दिन भर चला नेग-चार, जीमण और बधाइयों व बच्चे को आशीर्वाद का सिलसिला साँझ ढलने के बाद भी खत्म न हुआ था। रात होते शुभकरण पाँची देवी के पास आया और रूपचन्द्र को गोद में लेने की जिद करने लगा। बड़ी मुश्किल से उस दिन माना। अगले दिन से चारों बड़े भाई-बहन थोड़ी-थोड़ी देर उसे गोद में लेकर दुलारते, रतन तो बस उसके गालों पर हल्के से उंगली छुवाता और रूपचन्द्र मुस्करा कर चन्दा की सी किरणें बिखेर देता। सिंघी सेठ की जीवंत हवेली में खिलौना आ गया था।

x x x

'...झींटिया ने नानी के घर खूब मौज की। अब वो खासा- मोटा-तगड़ा हो गया था...।'

'रतन जैसा मोटा-तगड़ा'... कहानी कहती माँ को बीच में टोकते हुए रूपा ने पास बैठे रतन को कोहनी से धकेला, तो वह पिनक गया। रूपा की यह बार-बार टोकने की आदत किसी को अच्छी नहीं लगती थी।

'बीच में क्यों बोलता है?' बड़ी बहन सोहनी बाई ने कहा।

पाँची देवी साँझ के झुटपुटे में अपने बच्चों को घेर कर कहानी सुनाती थीं। अक्सर इसी तरह बच्चों के साथ शाम

बिताती थीं।

दो घड़ी में बच्चों का झगड़ा निपटा कर पाँची देवी आगे बढ़ीं– ''एक दिन 'झींटिया' नानी से बोला– कि नानी अब तो मैं घर जाऊंगा। माँ की याद आती है... नानी के पास कोई था नहीं, जिसके साथ वे उसे भेजतीं। रास्ते में इतना घना जंगल है फिर जंगली जानवर...। नानी सोच में पड़ गईं। तब झींटिया ने तरकीब सुझाई– ''नानी तुम मुझे इस ढोलक में बंद कर के दो–तीन छेद कर दो। मैं लुढ़कता–पुढ़कता घर पहुँच जाऊंगा।''

सुवटी की पलकें झपकने लगी थीं, लेकिन रूपा और रतन दोनों बड़े गौर से झींटिया का सफरनामा सुन रहे थे।

'ढमाक–ढम... और लुढ़कता–पुढ़कता ढमाक–ढम करता हुआ ढोल में बन्द झींटिया जंगल में पहुँच गया।... शाम घिरने लगी...'

'उसे डर नहीं लग रहा था माँ?' रतन ने पूछा तो रूपा ने झट से जबाब दिया, 'डरपोक थोड़े ही है तेरी तरह। अरे, झींटिया तो ढोलक में बंद था। देखना मैं तो बिना ढोलक के जंगल–जंगल और सारी जगह घूमूंगा। मुझे डर थोड़े ही लगता है।'

'जा–जा बड़ा बहादुर बनता है। टैंऽऽ निकल जाएगी।' रतन की बात से चिहुँक उठा रूपा।

'सचमुच चला जाऊँगा'। अभी जाऊं।' और ढाई साल का रूपा ऐसे तन कर खड़ा हो गया जैसे इस अँधेरी रात में ही वह जंगल में चला जाएगा।

'चुप... कर के बैठ। जाना झींटिया को है और चल दिया तू...।' पाँची देवी ने नन्हें रूपा को खींच कर अपनी गोद में बैठा लिया।

कहानी का झींटिया अपने घर पहुँच गया था और बच्चे भी सो गए थे। पाँची देवी को रूपा की हरकतों से खटका होने लगा था। रात को जब जयचन्दलाल कमरे में आए तो पाँची देवी यूं ही रूपा की बात ले बैठीं– 'न जाने क्यों रूपा बात–बात में घर छोड़ने की क्यों कहता है? मैंने कई बार गौर किया है।'

'घुमक्कड़ बनेगा हमारा ये बेटा और क्या। देश–विदेश जाएगा और घर बैठे तो यह होने से रहा।' जयचन्दलाल और पाँची देवी फिर घर–गृहस्थी की दूसरी बातों में उलझ गए। मारवाड़ी परिवारों में रात का यही समय होता है, जब पति–पत्नी एक दूसरे से बतियाते थे। दिन में तो बात करना भी संभव नहीं होता था।

x x x

जब देखो तब रूपा हवेली की दीवारों को ताकता रहता। सम्मोहित सा उन पर बने बेल–बूटों, पंछियों, जानवरों, पनिहारिनों, शिकार करते राजाओं, नर्तकियों, शृंगार करती रानियों के चित्रों में खो जाता। बाहरी द्वार से लेकर भीतर छोटे

से छोटे कमरे में चित्रकारों की कूची का कमाल देखा जा सकता था। चित्रों में नीले-पीले-लाल, हरे और कहीं-कहीं सुनहरे रंग रूपा को खूब लुभाते। घंटों छत की ओर ताकता रहता। जहाँ भी नजर जाती, वहाँ कला-ही-कला बिखरी थी उस हवेली में। सरदारशहर इस तरह की कलात्मक, मनमोहक चित्रकारी वाली हवेलियों का गढ़ है। और इन हवेलियों को देखकर कहीं से भी नहीं लगता कि इनका निर्माण उस काल में हुआ होगा, जब भारत अंग्रेजों की दासता से आजाद होने के लिए कसमसा रहा था, जिसका एक प्रमाण था सन् 1857 का संग्राम। महाराज कुमार सरदार सिंह के नाम से सन् 1831 में बसा सरदारगढ़ बाद में सरदारशहर के नाम से प्रसिद्धहुआ। 1857 के स्वातंत्र्य समर में महाराजा सरदार सिंह अपने 5000 सैनिकों की बड़ी सेना के साथ अंग्रेजों की मदद के लिए मैदान में आ गए। परिणामस्वरूप अंग्रेजों से इनामों के साथ-साथ सरदारशहर को शांति का माहौल भी मिला। जब शांति और चैन होता है तो कला भी निखरती है।

जयचन्दलाल के दादा गुलाबचन्द जी की सरदारशहर में अच्छी साख थी। 1858-59 के आसपास उन्होंने इस हवेली का निर्माण शुरू करवाया था। कहते हैं चौंसठ कमरों वाली इस हवेली की रंगाई-पुताई और चित्रकारी में बारह बरस लगे थे। सत्तर साल बीत जाने के बाद भी दीवारों के रंगों की चमक बरकरार थी। रूपा इन्ही रंगों और आकृतियों के सम्मोहन में बँधा रहता था। देहरी लाँघकर बाहर गली में और बच्चों के साथ खेलना उसे नहीं सुहाता। हाँ, आँगन के बीच में बनी सीढ़ियां उसे जरूर न्यौता देती रहती थीं। सो जब-तब दुमंजिला हवेली की छत पर पहुँच जाता। बस यही स्थान सबसे ज्यादा प्रिय था रूपा को।

साँझ घिरते ही चहचहाते पंछियों के झुंड आकाश पर छा जाते तो रूपा की नजरें दूर तक उनका पीछा करतीं। बाल-मन उन्मुक्त आकाश में उड़ान भरने लगता। और जब-तब इन्हीं पंछियों के बीच बलखाती, इठलाती लाल, पीली, हरी पतंगें प्रकट होतीं। रूपा टकटकी लगाए देखता रहता, उनके रंगों में खो जाता। दूर उड़ती पतंगें उसे अपने बहुत करीब लगतीं। धीरे-धीरे पतंगों ने रूपा के मानस में गहरी पैठ बना ली थी। साँझ गहरा जाती तो उदास रूपा नीचे उतर आता और अगली साँझ की प्रतीक्षा करता। उसे पंछियों की चहचहाट में भी गीत सुनाई देता। ध्वनियां उसे आकर्षित करतीं। उन ध्वनियों में वह स्वर और लय तलाश लेता।

x x x

एक दिन खड़ताल, मंजीरों की आवाज से रूपा का ध्यान टूटा और वह आवाज का

अनुकरण करता हुआ हवेली के बाहर निकला, कुछ दूरी पर पाँच साधु गाते हुए जा रहे थे। उनके पीछे-पीछे चल दिया रूपा। बड़ी देर से अपने पीछे आते हुए बालक को देख एक साधु रुका और बालक से पूछा-

'बालक हमारे पीछे-पीछे कहाँ आ रहे हो?'

रूपा तो गाने की धुन में था उनके साथ गुनगुनाता जा रहा था-

तैने हीरा सा जनम गँवाया...
तैने हीरा सा जनम गँवाया...

इस अप्रत्याशित प्रश्न से चौंक गया-

'ये गाना...'

'भजन है बेटा, संत कबीर का...।' साधु ने पहली बार किसी बच्चे में गाने के प्रति अनुराग देखा था। साधु मंडली भजन गाते हुए आगे चलती रही और उनके साथ-साथ बालक रूपा। घंटा भर बाद साधु मंडली विश्राम के लिए एक स्थान पर रुकी तो रूपा भी उनके साथ बैठ गया। तब एक साधु ने कहा- 'बालक साँझ घिर आई है अब घर जाओ। कुछ देर बाद हम भी यहाँ से चले जाएंगे।' घर लौटते हुए रूपा के होठों पर भजन के बोल और स्वर तैर रहे थे-

'तैने हीरा सा जनम गँवाया...'

पाँची देवी ने रूपा को गाते हुए सुना तो अपने लाल के स्वरों और उसके साथ लय पर मोहित हो चलीं। उन्होंने पहले भी रूपा को गुनगुनाते सुना था। पूज्य प्रवर आचार्य तुलसी के द्वारा अक्सर गाए जाने वाले भजन- 'श्रावक व्रत धारो, निज जीवन धन संभारो रे...' को रूपा कितने मगन होकर गाता था। संगीत के कुछ संस्कार तो उसमें जन्मजात थे और कुछ विद्यालय में संगीत के वातावरण से आ गए। (क्रमशः)

# देश के कर्णधार

एक बार पंडित जवाहरलाल नेहरू से मिलने किसी देश का राजदूत आया। संयोग से उसी वक्त एक सैनिक भी पहुंचा और थोड़े ही देर बाद एक नवयुवक आ गया। पंडित नेहरू ने अपने सचिव से कहा कि वह पहले नवयुवक, फिर सैनिक और सब से अंत में राजदूत को भेजे। जब वे तीनों मिलकर चले गए तो सचिव ने पंडित नेहरू से पूछा, 'आपने राजदूत और सैनिक से पहले नवयुवक को क्यों बुलाया, जबकि नवयुवक से पहले उन दोनों ने अनुमति मांगी थी।' नेहरू जी ने मुस्कराते हुए जवाब दिया, 'नवयुवक ही देश के कर्णधार हैं। वही बड़े होकर सैनिक बनेंगे और वे ही विदेशों से संबंध बनाएंगे। चूंकि दो देशों के बीच संबंध नागरिकों की भावनाओं के आधार पर बनते हैं इसलिए मैंने युवक को राजदूत और सैनिक से पहले बुलाया।

# विज्ञान युग में ऊँ ह्रीं

○ **साध्वी मंजुश्री**

वर्तमान वैज्ञानिक युग में प्रत्येक प्राणी संवेदनशील है। महादुःखों के कगार पर खड़े हैं। परेशानियां दिन-प्रतिदिन बढ़ती जा रही हैं। इस कलियुग में, क्या किसी की धड़कन में आनन्द व खुशी का स्पन्दन है?क्या किसी के चेहरे पर मधुर मुस्कान नजर आती है? संकटों के जाल में फंसा हर व्यक्ति परम शान्ति का अनुभव करना चाहता है। लेकिन आशा का दीप जलता नहीं दिख रहा है। पर निराशा की आवश्यकता नहीं है। निराशा में भी आशा की किरणें हैं। जहां प्रश्न है, वहां समाधान भी है। जब प्रश्न अन्तर-मन में उभरता है तो सुन्दर समाधान भी अन्तर-आत्मा को जागृत कर उनसे ही प्राप्त होता है। हम अन्तर-मुखी बनेंगे, तब ही सही आनन्द का दरिया लहराता दृष्टिगत होगा।

कलियुग में तो केवल प्रभु-नाम का प्रमुख सहारा है। जैसे तुलसी कृत रामायण में कहा है-

“कलयुग केवल नाम अधारा,
सुमर-सुमर नर उतरइ पारा।”

पहले हम विराट तत्व ऊँ की व्याख्या कर चुके हैं। अब इस प्रकरण में महा शक्ति सम्पन्न ह्रीं बीज मन्त्र का विवेचन करना चाहते हैं। सभी धर्मों में इसका महत्त्वपूर्ण स्थान हे। सभी ने इसकी गरिमा का उल्लेख किया है।

‘ऊँ’, अ, उ, म, मिलकर प्रणव अक्षर बना है। उसी प्रकार ‘ह्’, ‘री’, ‘म’, इन तीन अक्षर के संयोजन से ह्रीं इस शक्ति बीज अक्षर की रचना हुई है।

मन्त्र- प्रणव ऊँ सहित है, माया बीज ह्रीं भी अन्तर में समाहित है। यह है चमत्कारी मन्त्र ‘ऊँ ह्रीं नमः’ “सर्व धर्म बीजमिदं” ह्रींकार को सर्वधर्म वालों ने एक समर्थ मन्त्र-बीज के रूप में स्वीकार किया है।

कहानी

# जब मृत घोषित राजा जीवित होकर वापस लौटा

लाभ और तृष्णा के वशीभूत होकर लोग बुरे आचरण में प्रवृत्त होते हैं। सदाचार, सत्कर्म तथा सत्य मार्ग को छोड़ कर दुष्कर्मों की ओर बढ़ते हैं। ईर्ष्या और द्रोह रूपी ग्रह से ग्रसित व्यक्ति दुराचार तथा पाप की तरफ उन्मुख हो रहा है, लेकिन सत्य की विजय तथा असत्य की पराजय अवश्य होती है। अपने कुकर्मों का फल भोगना ही पड़ता है।

ढाका जिले के भुवाल नामक रियासत के राजा राजेन्द्र नारायण राय के तीन पुत्र थे। उनके दूसरे पुत्र रामेन्द्र नारायण राय की शादी रानी विभावती के साथ हुई थी। वह शुरू से ही स्वच्छंदचारिणी थी। सभी अवगुणों की खान थी। रामेन्द्र नारायण बड़े दयालु तथा प्रजावत्सल थे। वे जनता में बड़े लोकप्रिय थे। अपने भाई रायबहादुर सत्येन्द्र बनर्जी के साथ मिल कर राज्य सत्ता स्वयं प्राप्त करने के लिए उसने एक भयंकर षड्यंत्र रचा। रानी का बड़ा भाई धूर्त तथा विश्वासघाती था। राजा की प्राणलीला समाप्त करने की उसने एक योजना बनाई। सन् 1909 ई. में राजा दार्जिलिंग गए थे। अपने विश्वासी सरदारों से रानी ने भोजन में उन्हें विष दिलवा दिया। थोड़ी देर छटपटाने के बाद वह शांत हो गए। जब सरदारों को पूरा विश्वास हो गया कि उनके प्राण निकल गए तब वे उनके शव को जलाने के लिए शमशान की ओर चले। रात का समय था। तभी एक भीषण आंधी आ गई। शव को जमीन पर रखकर अपने-अपने प्राणों की रक्षा हेतु उन लोगों ने दूर जाकर शरण ली। इतने में उधर से नागा संन्यासियों की एक मंडली आ गई। शव के नीले वर्ण को देखकर उन्हें यह मालूम हुआ कि इस व्यक्ति को जहर देकर मारा गया है। नाड़ी तथा हृदय की धड़कन बंद थी, फिर भी उसमें प्राण अवशेष था। जैसे ही संन्यासियों ने एक जडत्री का घोल राजा के मुंह में डाला उनकी चेतना पुनः लौट आई, लेकिन उनकी याददाश्त खो चुकी थी। अपना नाम तथा पता सब भूल गए थे। उन्हें अपने साथ लेकर संन्यासी लोग चले गए। कुछ घंटों के बाद आंधी शांत हो गई। जब राजा के शब को जलाने के लिए वे लोग आए तो दैव संयोग से थोड़ी दूर उन्हें एक दूसरी लाश मिल गई।

राजा की मृत्यु का समाचार सुन रानी ने दुखी होने का बहाना बनाया। सबको दिखाने के लिए वह बहुत रोई और चिल्लाई। उसने राजा के मरने तथा उनके दाह-संस्कार संबंधित प्रमाण-पत्र प्राप्त कर लिया। अब उसे ब्रिटिश सरकार ने राजा रामेन्द्र नारायण राय की विधवा घोषित करके पूरे रियासत की एक तिहाई संपत्ति

का अधिकार दे दिया। रानी और सत्येन्द्र अब मनमाने ढंग से बुरे आचरणों में लिप्त हो गए। धीरे-धीरे सत्येन्द्र ने रियासत का सारा अधिकार अपने हाथ में ले लिया।

11 साल के बाद सन् 1920 में रामेन्द्र नारायण राय की याददाश्त फिर लौट आई। संन्यासियों की सलाह पर वह अपनी रियासत में चले गए। गेरुआ वस्त्र पहने हुए, जटा जूट बढ़ाये हुए तथा शरीर में भस्म लगाये हुए महल के सामने उन्होंने धूनी जमाई। उन्हें संन्यासी के रूप में देख कर भी लोगों ने तुरंत पहचान लिया। उन्हें जीवित पाकर सभी को अपार हर्ष हुआ। उन्हें देखने के लिए जनसमुद्र उमड़ पड़ा। जब रानी को इसका पता चला तो उसने उन्हें अपना पति मानने से इनकार कर दिया। उसने कहा कि यह पाखंडी धन-दौलत के लोभ में राजा बनने का ढोंग कर रहा है। वह तो बहुत पहले ही अकाल कालकवलित हो चुके हैं। उसकी बातों को सुनकर राजा ने कहा कि महल के खजाने को कुछ अलमारियों की चाभी की जानकारी केवल मुझे ही है। उनके अंदर क्या-क्या चीजें हैं, इसे भी केवल मैं जानता हूं। रानी ने कहा, हो सकता है कि यह राजा का नौकर रह चुका हो। अलमारियों को स्वयं राजा तो खोलते नहीं। यह काम तो उनके विश्वासपात्र नौकर ही करते हैं। राजा ने फिर गुप्त तहखानों तथा खजानों की बात बताई जो सिर्फ वही जानते थे। उनकी कही हुई सभी बातें एक-एक कर सत्य प्रमाणित हो रही थीं। फिर उन्होंने रानी के शरीर के गुप्त अंगों तथा प्रेम-प्रसंगों की चर्चा की। इसे सुनकर रानी ने कहा कि हो सकता है कि इस बात को इसने किसी अंतःपुर में काम करने वाली दासी से पता किया हो। वह किसी भी तथ्य को स्वीकार नहीं कर रही थी, लेकिन अब उसके मन में यह आशंका बढ़ने लगी कि वास्तव में राजा मरा नहीं है। वह ही असली राजा रामेन्द्र नारायण थे। वह अपने विश्वासपात्र सरदारों के ऊपर मन ही मन उबलने लगी, लेकिन बाहर से अपनी बात पर अटल रही है कि यह कोई बहुरूपिया है। फिर राजा ने कहा कि अपने पुराने डॉक्टरी परीक्षणों का और अब का दोनों की जांच की जाए। डॉक्टरों का एक दल गठित किया गया। राजा के चेहरे की हड्डियों की लंबाई तथा चौड़ाई का स्पष्ट उल्लेख था। यह सार्वभौम सत्य है कि उम्र के साथ-साथ व्यक्ति के हड्डियों की माप में कोई भी परिवर्तन मृत्युपर्यंत नहीं होता।

अब सब प्रकार का संशय समाप्त हो गया था। यह पूर्ण रूप से प्रमाणित हो चुका था कि वह ही असली राजा है। उनके मरने की गलत घोषणा की गई थी। यह रानी का दुष्चक्र था। रानी ने सत्येन्द्र से कहा कि वह एक बार राजा से मिलना चाहती है, लेकिन उसने बहुत कठोरता से उसे रोक दिया।

**प्रस्तुति : साध्वी वसुमती**

# कविताएं

**-आचार्यश्री रूपचन्द्र**

इन्द्र-धनुषी रंगों में से झांकता हुआ तुम्हारा चेहरा,
क्या उतना ही स्थिर है
जितना कि रंग-बिरंगा यह इन्द्र-धनुष?
मुझे तो लगा, तुम नहीं हो,
केवल रंग पर रंग सवार है!
लहरों पर तैरती हुई बतकों के बीच
जब तुमने मेरी ओर देखा,
मैं कहां सम्हल पाया था तब भी
यों ही समझा, लहर पर लहर सवार है!
लेकिन तुमने जब कहा-
लहरों और रंगों में ही तुम खोए हो,
जल और आकाश को तुम क्या जानो?
रूप को ही देखने वाले, अरूप को क्या पहचानो,
सच कहता हूं, तब से मेरी सत्ता डगमगा गई है।

x x x

अब यहां कैक्टस है
कल तक यहां थे...
गुलाब, चमेली, सदाबहार...
दिन-भर चिड़ियां एक से दूसरी डाल पर
फुदकती रहती,
दिन-भर पड़ोस के बच्चे
फूलों को नोंचते रहते,
दिन-भर चीं-चीं-चीं फर फर्रर-फर्रर,
अब केवल गमलों में कैक्टस खड़े हैं
किसी का मन नहीं उनपर बैठने का,
उन्हें छूने का,
हर दिमाग पर भी अब कैक्टस उगेगा?

# भोज, वाग्देवी और कवि नगरवासी

विद्या की देवी कही जाने वाली सरस्वती वेदों से लेकर पुराणों तक विभिन्न रूपों में वर्णित हैं। सरस्वती ही एक मात्र ऐसी देवी हैं जिनके बारे में हमें हिंदू धर्म के अलावा अन्य पंथों में भी पूज्य स्थान प्राप्त हुआ दिखता है। सरस्वती की पूजा विश्व के कई देशों और संस्कृतियों में विभिन्न रूपों में की जाती है लेकिन उनकी प्रतिष्ठा प्रत्येक स्थान पर विद्या की देवी के रूप में ही है। मध्य प्रदेश स्थित भोजशाला भी सरस्वती से संबंध रखती है। लेकिन भोजशाला का जितना सांस्कृतिक है उससे कम ऐतिहासिक भी नहीं है। परमार वंश के प्रतापी राजा भोज ने इसका निर्माण करवाया था जिसके पर्याप्त पुरातात्विक साक्ष्य मिलते हैं। माना जाता है कि यहां सरस्वती ने भोज को दर्शन दिये थे।

भोजशाला में प्रतिवर्ष वासंती वातावरण में वसंत पंचमी पर सरस्वती के आराधकों का मेला लगता है। दरअसल यह ऐसा स्थान है, जहां सरस्वती की विशेष रूप से इस दिन पूजा-अर्चना होती है। यहां यज्ञ वेदी में आहुति और अन्य अनुष्ठान इस स्थल के पुराने समय के वैभव का स्मरण कराते हैं। भोज के समय में जनसाधारण तक संस्कृत का विद्वान हुआ करता था। इसलिए धार संस्कृत और संस्कृति का महत्वपूर्ण केंद्र रहा। भोज सरस्वती की कृपा से ही योग, सांख्य, न्याय, ज्योतिष, धर्म, वास्तुशास्त्र, राज-व्यवहार शास्त्र सहित कई शास्त्रों के ज्ञाता रहे। इतिहास के पन्नों में यह बात दर्ज है कि परमार वंश के सबसे महान अधिपति राजा भोज का धार में 1000 ईसवीं से 1055 ईसवीं तक प्रभाव रहा, जिससे कि यहां की कीर्ति दूर-दूर तक पहुंची। राजा भोज विद्वानों के आश्रयदाता थे। उन्होंने धार में एक महाविद्यालय की स्थापना की थी, जो बाद में भोजशाला के नाम से विख्यात हुई। जहां सुंदर तथा निकट स्थानों से विद्यार्थी अपनी ज्ञान पिपासा शांत करने के लिए आते थे। उस काल के साहित्य में इस नगर का उल्लेख धार तथा उसके शासक का यशोगान ही किया गया है। यहां पर कभी मां सरस्वती यानी वाग्देवी का मंदिर था। जिसका कवि मदन ने अपने नाटक में उल्लेख किया है। यह प्रतिमा भव्य व विशाल थी। यहां की देवी प्रतिमा अंग्रेज अपने साथ लंदन ले गए, जो आज भी लंदन के संग्रहालय में मौजूद है। इस प्रतिमा की राजा भोज द्वारा आराधना की जाती थी। वर्ष में केवल एक बार बसंत पंचमी पर भोजशाला में मां सरस्वती का तैलचित्र ले जाया जाता है, जिसकी आराधना होती है। वसंत पंचमी पर कई वर्षों से उत्सव

आयोजित हो रहे हैं। इसके लिए एक समिति गठित है। भोजशाला एक बड़े खुले प्रांगण में बनी है तथा सामने एक मुख्य मंडल और पाशर्व में स्तंभों की श्रृंखला तथा पीछे की ओर एक विशाल प्रार्थना घर है। नक्काशीदार स्तंभ तथा प्रार्थना गृह की उत्कृष्ट नक्काशीदार छत भोजशाला की विशिष्ट पहचान है। दीवारों में लगे उत्कीर्णित शिला पट्टों से बहुमूल्य कृतियां प्राप्त हुई हैं। वास्तु के लिए बेजोड़ इस स्थान पर दो शिलालेख विशाल काले पत्थर के हैं। इन शिलालेखों पर क्लासिकी संस्कृत में नाटक उत्कीर्णित है। इसे अर्जुन वर्मा देव के शासनकाल में उत्कीर्णित किया गया था। इस काव्यबद्‌घ नाटक की रचना राजगुरु मदन द्वारा की गई थी। जो विख्यात जैन विद्वान आशाधर का शिष्य था, जिन्होंने परमारों के राज दरबार को सुशोभित किया था और मदन को संस्कृत काव्य शिक्षा दी थी। इस नाटक का नायक पूर्रमंजरी है। यह धार के बसंतोत्सव में अभिनीत किए जाने के लिए लिखा गया था। भोजशाला में स्तंभों पर धातु प्रत्यय माला व वर्णमाला अंकित है। स्थापत्य कला के लिहाज से भोजशाला एक महत्वपूर्ण कृति मानी जाती है।

इस स्थल के निर्माण से भोज को एक अद्भुत वरदान प्राप्त हुआ था, ऐतिहासिक प्रमाण मिलते हैं कि भोज ने मां सरस्वती से ही आर्शीवाद प्राप्त कर विश्व भर में अपनी ख्याति फैलाई थी। ऐसे प्रमाण मिलते हैं कि भोज के शासनकाल में उनके राज्य का हर निवासी कवि था। यह काल संस्कृत भाषा का था। एक बार भोज के राज में एक कवि प्रवास पर आये और उन्हे भोज के राज्य की व्यवस्था भा गई। कवि ने राजा के समक्ष राज्य में बसने की इच्छा जाहिर की, तो भोज ने सेनापति को आदेश दिया कि राज्य से एक अनपढ़ को निष्कासित कर कवि का उस घर ससम्मान बसाया जाये। सेनापति काफी प्रयासों के बावजूद कोई अशिक्षित न ढूंढ़ सके। तो भोज ने घोषणा की चूंकि अतिथि कवि हैं, अतः किसी एक गैर कवि को राज्य से निष्कासित कर उसका घर इन्हें उपलब्ध कराया जाये। खोजते-खोजते शाम हो गई सेनापति को कोई गैर कवि न मिला। अंत में उन्होने एक जुलाहे को यह समझ कर पकड़ लिया कि यह तो निश्चित ही गैर कवि होगा। दरबार में जब भोज ने उससे उसका कर्म जानना चाहा तो जुलाहे ने जवाब दिया, 'कवयामि, वयामि, यामि' यानि कविता करता हूं, बुनता हूं और घर जाता हूं। भोज को अपने सवाल का जवाब कविता के रूप में मिला तो उन्होने कहा कि कवि को फिलहाल राजमहल में ही निवास कराया जाये और उनके कोई वैकल्पिक व्यवस्था की जाये। प्रवासी कवि हैरान थे कि आखिर कैसे एक राज्य के सभी निवासी कवि हो सकते हैं। तो भोज ने कहा कि यह उन्हें मां सरस्वती से मिला वरदान है।

**–अरुण कुमार पाण्डेय**

# व्यक्ति का पुनर्निर्माण

आज पुनर्निर्माण की चर्चा है व्यक्ति के नहीं, समाज के। अपने नहीं, दूसरों के। क्या व्यक्ति का पुनर्निर्माण एकदम उपेक्षा की चीज है? यह सत्य है कि व्यक्ति समाज की उपज है, और यदि सारा समाज लूला-लंगडा रहे, तो एक व्यक्ति भी सीधा नहीं खड़ा हो सकता। किन्तु फिर समाज भी तो व्यक्तियों का ही समूह है।

यदि प्रत्येक व्यक्ति अपने सुधार की ओर ध्यान दे तो पूरे समाज का निर्माण कितना आसान है।

बौद्ध धर्म में सम्यक् व्यायाम के चार अंग कहे गए हैं

1. इस बात की सावधानी रखना कि अपने में कोई अवगुण न आ जाए।
2. इस बात का प्रयत्न करना कि अपने अवगुण दूर हो जाएं।
3. इस बात की सावधानी रखना कि अपने सद्गुण चले न जाएं।
4. इस बात का प्रयत्न करना कि अपने में नये सद्गुण चले आएं।

बाग में यदि अच्छे फल-फूल न लगवाएं जाएं और जमीन को यों ही बेकार पड़ी रहने दिया जाए तो उसमें बेकार के झाड़-झंखाड़ उग ही आएंगे। यदि अवगुणों को दूर करने और सद्गुणों को लाने का उपाय निरंतर नहीं किया जाएगा तो अवगुण बने ही रहेंगे, और सद्गुण नहीं आएंगे। इसलिए यदि इस चतुर्मुखी कार्यक्रम को घटाकर इसके केवल दो अंगों को स्वीकार कर लिया जाए तो भी मैं समझता हूं भगवान बुद्ध का उद्देश्य पूरा हो सकता है। अवगुणों को दूर करना और सद्गुणों को अपनाना ये दोनों भी क्या अर्थ की दृष्टि से एक नहीं हैं? इसका उत्तर हां और नहीं दोनों ही देना होगा एक आदमी को व्यर्थ बक-बक करने की आदत हैं। यदि वह अपनी आदत को छोड़ता है, तो वह अपने व्यर्थ बोलने के अवगुण को छोड़ता है। किन्तु साथ ही और अनायास भी वह मितभाषी होने के सद्गुण को अपनाता चला जाता है। यह तो हुआ 'हां' पक्ष का उत्तर। किन्तु एक दूसरे आदमी को सिगरेट पीने का अभ्यास है। वह सिगरेट पीना छोड़ता है और उसके बजाय दूध से प्रेम करना सीखता है, तो सिगरेट पीना छोड़ना एक अवगुण को छोड़ना है और दूध से प्रेम जोड़ना एक सद्गुण को अपनाना है। दोनों दो भिन्न वस्तुएं हैं- पृथक-पृथक। अवगुण को दूर करने और सद्गुण को अपनाने के प्रयत्न में, मैं समझता हूं कि अवगुणों को दूर करने के प्रयत्नों की अपेक्षा सद्गुणों को अपनाने का ही महत्व अधिक है। किसी कमरे में गंदी हवा और स्वच्छ वायु एक साथ रह ही नहीं सकती।

**-प्रस्तुति : सुशांत जैन**

# कड़वा करेला सेहत को दे मिठास

करेले का स्वाद भले ही कड़वा हो, लेकिन सेहत के लिहाज से यह बहुत फायदेमंद होता है। करेले में दूसरी सब्जियों या फलों की तुलना में ज्यादा औषधीय गुण पाए जाते हैं।

करेले के कड़वे स्वाद के कारण ज्यादातर लोग इसे खाने से कतराते हैं, लेकिन अनेक खूबियों से भरा करेला हमारी सेहत के लिए बहुत फायदेमंद होता है। खाने के बाद आसानी से पच जाने वाले करेले में फॉस्फोरस पाया जाता है, जिससे कफ की शिकायत दूर होती है। करेले में प्रोटीन, कैल्शियम, कार्बोहाइड्रेट और विटामिन भी पाए जाते हैं।

## कड़वाहट है सबसे बड़ी खूबी

हमारे शरीर में छह रस चाहिए- मीठा, खट्टा, खारा, तीखा, कषाय और कड़वा। हम पांच रस तो खाते रहते हैं, लेकिन कड़वे रस का इस्तेमाल अकसर नहीं करते। प्रकृति ने करेले को कड़वा बनाया है, लेकिन हम उसे निचोड़ कर उसकी कड़वाहट निकाल देते हैं। करेले का छिलका नहीं उतारना चाहिए और उसका कड़वा रस भी नहीं निकालना चाहिए। 10-15 दिनों में एक दिन करेला खाना सेहत के लिए अच्छा होता है।

## कब-कब है अधिक फायदेमंद

- कफ की शिकायत होने पर करेले का सेवन करना चाहिए। करेले में मौजूद फॉस्फोरस की वजह से कफ की शिकायत दूर होती है।
- करेला हमारी पाचन शक्ति को बढ़ाता है, जिससे भूख बढ़ती है।
- करेला ठंडा होता है, इसलिए यह गर्मी से पैदा हुई बीमारियों के उपचार में फायदेमंद होता है।
- दमा होने पर बिना मसाले की छौंक लगाई हुई करेले की सब्जी खाने से लाभ होता है।
- उल्टी-दस्त या हैजा होने पर करेले के रस में थोड़ा पानी ओर काला नमक मिला कर सेवन करने से तुरंत लाभ मिलता है।
- लिवर से संबंधित बीमारियों के लिए तो करेला रामबाण औषधि है।
- जलोदर रोग होने पर आधा कप पानी में दो चम्मच करेले का रस मिला कर रोजाना तीन-चार बार सेवन करना चाहिए, जब

तक यह ठीक न हो जाए।

- पीलिया के मरीजों के लिए करेला बहुत फायदेमंद है। इस रोग के मरीजों को पानी में करेला पीस कर खाना चाहिए।
- करेला खून साफ करता है। इसे खाने से हीमोग्लोबिन भी बढ़ता है।
- बवासीर होने पर एक चम्मच करेले के रस में आधा चम्मच शक्कर मिला कर एक महीने तक प्रयोग करने से बवासीर की शिकायत समाप्त हो जाती है।
- गठिया रोग होने या हाथ-पैर में जलन होने पर करेले के रस से मालिश करनी चाहिए। इससे गठिया के रोगी को लाभ होगा।
- करेले के रस को नीबू के रस के साथ पानी में मिलाकर पीने से वजन कम होता है।
- एक कप पानी में दो चम्मच करेले का रस, तुलसी के पत्तों का रस और शहद मिलाकर रात में सोते समय पाने से अस्थमा, ब्रोंकाटिस जैसे रोगों में आराम मिलता है।
- खसरा होने पर दो चम्मच करेले के रस में एक चम्मच शहद और दो चुटकी हल्दी मिलाकर दिन में दो बार लेना फायदेमंद रहता है।
- पिसी काली मिर्च करेले के रस में अच्छी तरह मिलाएं और इस लेप को आंखों के बाहरी हिस्से पर लगाएं। रतौंधी से राहत मिलेगी।
- जिन बच्चों का जिगर खराब होता है, पेट साफ नहीं होता और पानी पीने से पेट फूल जाता है, उन्हें आयु के हिसाब से एक या आधा चम्मच करेले के रस में पानी मिला कर पिलाने से बढ़ा हुआ जिगर ठीक हो जाता है और पेट में भरा पानी साफ हो जाता है।

डायबिटीज के रोगी के लिए बेहद फायदेमंद

करेले के टुकड़ों का छाया में सुखाकर पीस कर महीन पाउडर बना लें।

रोजाना सुबह खाली पेट एक चम्मच पाउडर का पानी के साथ सेवन करने से काफी लाभ होता है। करेले के 1/4 कप रस में समान मात्रा में गाजर का रस कमला कर पीना फायदेमंद होता है।

10 ग्राम करेले के रस में शहद मिला कर रोजाना पीने से डायबिटीज नियंत्रण में रहती है।

10 ग्राम करेले के रस में 6 ग्राम तुलसी के पत्तों का रस मिला कर रोज सुबह खाली पेट पीना लाभकारी है।

एक करेले को एक कप पानी में अच्छी तरह उबाल कर पिएं। आप इसमें हरे सेब का रस, आंवले का रस या 2-3 चुटकी हींग मिला कर पी सकते हैं।

त्वचा रोग में भी लाभकारी

इसमें मौजूद बिटर्स और एल्केलाइड तत्व रक्त शोधक का काम करते हैं। करेले की

सब्जी खाने और करेले की मिक्सी में पीस कर बना लेप रात में सोते समय लगाने से फोड़े-फुंसी और त्वचा रोग नहीं होते। दाद, खाज, खुजली, सिरोसिस जैसे त्वचा रोगों की स्थिति में करेले के रस में नीबूं का रस मिला कर पीना फायदेमंद है।

### रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाए

करेले में मौजूद खनिज और विटामिन शरीर की प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाते हैं, जिससे बीमारियों काा मुकाबला किया जा सकता है।

### जोड़ों में दर्द से राहत दे

गठिया या जोड़ो के दर्द में करेले की सब्जी खाने ओर दर्द वाली जगह पर करेले के पत्तों के रस से मालिश करने पर आराम मिलता है।

**-प्रस्तुति : अरूण तिवारी**

## चुटकुले

1. एक छोटा बच्चा दूसरे बच्चे से- अगर दिन में सूर्य न निकला तो क्या होगा?
दूसरे बच्चे ने जवाब दिया- अरे तो बिजली का बिल बढ जाएगा।

2. पिता पुत्र से- क्या तुम उत्तीर्ण हो गए हो?
पुत्र- हां, हमारी पूरी कक्षा पास हो गई, परन्तु हमारी शिक्षिका अनुतीर्ण हो गई।
पिता- वो कैसे?
पुत्र- वो अभी भी उसी कक्षा में पढ़ा रही हैं।

3. योगेश (पहलवान से)- तुम एक बार में कितने आदमियों को उठा सकते हो?
पहलवाल- 4 लोगों को।
योगेश- बस! तुमसे अच्छा तो मेरा मुर्गा है जो सुबह पूरे मोहल्ले को उठा देता है।

4. डॉक्टर- आपके तीन दांत कैसे टूट गए?
संता- जी पत्नी ने कड़क रोटी बनाई थी।
डॉक्टर- तो खाने से मना कर देते।
संता- जी वही तो किया था।

**प्रस्तुति : रोहन**

# मासिक राशि भविष्यफल-दिसम्बर 2016

○ डॉ. एन. पी. मित्तल, पलवल

**मेषः-** मेष राशि के जातकों के लिए व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह कुल मिलाकर शुभ फल दायक ही कहा जायेगा किन्तु कुछ सावधानियां भी बरतनी होंगी जैसे किसी अनजान व्यक्ति पर आंखबन्द करके विश्वास न करें। शत्रुओं से सावधान रहें। वाहन सावधानी से चलायें। कुछ अच्छे फल भी मिलेंगें। जैसे कुछ जातकों का रूका हुआ पैसा मिल सकता है।

**वृषः-** वृष राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह पराक्रम के बल पर श्रेष्ठ फल देने वाला है। किसी का उधार दिया हुआ पैसा आप इस माह वसूल कर सकते हैं। मित्रों से मदद मिलेगी किन्तु कोई अजनवी व्यक्ति नुकसान पहुंचाने की कोशिश कर सकता है। यात्राएं सफल होंगी। स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहें।

**मिथुनः-** मिथुन राशि के जातकों के लिए यह माह व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से मिश्रित फल दायक है। आय से व्यय अधिक होगा, अतः मानसिक चिन्ता का कारण बनेगा। कोई सगा, सम्बन्धी या मित्र ही आपके खिलाफ खड़ा हो जायेगा। नये कार्य सम्बन्धी निर्णय सोच समझकर लें। हां कुछ रूका पैसा आपका वापिस मिल सकता है।

**कर्कः-** कर्क राशि के जातकों के लिए व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह अवरोधों के चलते लभालाभ की स्थिति लिये रहेगा। कार्य सम्बन्धी यात्रायें भी करनी होंगी जिनमें सावधानी अपेक्षित है। जब कोई निर्णय स्वंय न ले सके तो बुजुर्गों की सलाह एवं आशीर्वाद लें।

**सिंहः-** सिंह राशि के जातकों के लिए व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से इस माह का आरम्भ व अंत अच्छा नहीं है तथा मध्य शुभ है। शुभ समय में भी मेहनत तथा यात्रायें काफी करनी पड़ेगी तब सफलता मिलेगी। अशुभ समय में शत्रु कार्य में अवरोध पैदा करेंगे। कोई रूपयों की अदायगी रूक सकती है। उधार भी लेना पड़ सकता है। एक्सीडेंट आदि का भय है।

**कन्याः-** कन्या राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह श्रम साध्यलाभ देने वाला है। कार्यों की पूर्ति के लिए अत्यधिक परिश्रम वांछित है। मित्र काम आएंगे व साझेदारी के कार्यों में सफलता के आसार हैं। किन्हीं जातकों का कोई पुराना रूका हुआ कार्य भी पूरा हो सकता है। नौकरी पेशा जातकों के लिए यह माह शुभ है। परिवार में तथा पत्नी से नौंक-झौंक सम्भावित है।

**तुलाः-** तुला राशि के जातकों के लिए व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह उतार-चढ़ाव लिए होगा। आय से व्यय अधिक होने की सम्भावना है। किसी अप्रिय समाचार के मिलने से मानसिक चिन्ता बनेगी। द्वितीय सप्ताह कुछ राहत देने वाला है। मित्र जन काम आयेंगे। इसके पश्चात अचानक किसी लाभ की आशा है या कोई महत्वपूर्ण सूचना मिल सकती है।

**वृश्चिकः-** वृश्चिक राशि के जातकों के लिए व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह शुभ फल दायक नहीं कहा जा सकता है। आय से व्यय अधिक होगा। आपका लिया हुआ कोई गलत निर्णय आपको हानि पहुंचा सकता है। किसी भी स्कीम में पैसा लगाने से पहले अच्छी प्रकार से सोचें तथा सलाह लें। साझेदारी के कार्यों में शुरू में फायदा दिखेगा।

**धनुः-** धनु राशि के जातकों के लिए व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से मासारम्भ शुभ नहीं है, फिर भी आप धीरे-धीरे अपना लक्ष्य पाने की ओर अग्रसर होंगे। आर्थिक स्थिति सुधरेगी। सामान की खरीद फरोख्त में सावधानी बरतें। कार्य की अधिकता वश आप अपने स्वास्थ्य की ओर ध्यान नहीं देंगे जिससे स्वास्थ्य पर विपरीत प्रभाव पड़ेगा। समाज में मान प्रतिष्ठा कई अवरोधों के चलते बनी रहेगी।

**मकरः-** मकर राशि के जातकों के लिए व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से इस माह का उत्तरार्ध-पूवार्ध की अपेक्षा शुभ फल दायक रहेगा। शुभ समय में जहां आर्थिक लाभ होगा वहीं पर सामाजिक प्रतिष्ठा में भी लाभ होगा। मित्र व परिवार जन काम आएंगें। कोई भूमि-भवन सम्बन्धी लाभ भी सम्भावित है। अशुभ समय में कोई आपका मित्र ही शत्रु जैसा कार्य कर सकता है।

**कुम्भः-** कुम्भ राशि के जातकों के लिए व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से इस माह का पूर्वाध शुभ है तथा उत्तरार्ध शुभफल दायी नहीं कहा जा सकता है। शुभ समय में आर्थिक लाभ होगा। मित्रों से मेल-जोल में बढ़ोतरी आयेगी तथा इन जातकों का वर्चस्व बढ़ेगा। समाज में मान सम्मान बना रहेगा आत्म विश्वास में प्रगति होगी। अशुभ समय में गड़बड़ी रहेगी।

**मीनः-** मीन राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह अल्प लाभ वाला ही कहा जायेगा। सरकारी कर्मचारियों के लिए समय अच्छा है। विद्यार्थियों को प्रतिस्पर्धा आदि में कड़ी मेहनत के पश्चात सफलता मिलेगी। परिवार में सामन्जस्य बना रहेगा। कोई भूमि-भवन सम्बन्धी प्रसंग विचाराधीन आ सकता है। यात्राएं जहां तक हो सके न करें। तीर्थ यात्रा कर सकते हैं।

-इति शुभम्

# स्मृति-श्रद्धांजलि

## साध्वीश्री दीपांजी की स्मृति में श्रद्धांजलि सभा

दिनांक 16 अक्टूबर 2016 को मानव मंदिर हाल, सुनाम में प्रधान श्री अरूण जैन की अध्यक्षता में साध्वीश्री दीपांजी की स्मृति में श्रद्धांजलि-सभा का आयोजन रखा गया। साध्वी चांदकुमारी जी तथा साध्वी दीपांजी का सुदीर्घ सहवास, पंजाब-प्रवास तथा उनकी तपस्या तथा शांत स्वभाव का स्मरण करते हुए उन्हें दो मिनट के मौन के साथ श्रद्धांजलि दी गई। उनके देह-दान का संकल्प समस्त संत-समाज के लिए एक प्रेरणा है। इसी प्रसंग पर 29-31 जुलाई डॉ. अजय पाण्डे द्वारा एक्यूप्रेशर प्रशिक्षण तथा उपचार शिविर में भाग लेने वाले महानुभावों को मानव मंदिर मिशन, नई दिल्ली द्वारा भेजे गए तीन दिवसीय बेसिक ट्रेनिंग के सर्टिफिकेट वितरित किये गए। मंच-संचालन श्री रमेश जैन ने किया। इस अवसर पर शहर के गण-मान्य जन बड़ी संख्या में उपस्थित थे।

## दिवंगत साध्वी दीपां जी के प्रति

*जिसने जीवन काल में, किया देह का दान,*
*जनहित में जीती रहीं, जनहित किया प्रयाण।*
*जैन साध्वी दीपां का, था ऐसा व्यक्तित्व,*
*भूल नहीं सकते कभी, हम उनका अवदान।।*

**-महेन्द्र जैन, हिसार**

# स्मृति-श्रद्धांजलि

(1)

## गुरू-भक्ति के अनुपम उदाहरण थे आचार्य मानमलजी

आचार्य नगराजजी स्पिरिचुअल सेंटर तथा राष्ट्रीय एकता समिति के संचालक आचार्य मानमलजी महाराज अब पार्थिव शरीर से हमारे बीच नहीं रहे। अब उनकी स्मृतियां ही शेष है। हमारे साथ लम्बा संपर्क आपसे रहा। मैंने पाया अपने गुरूदेव आचार्यश्री नगराजजी महाराज के प्रति अनुपम गुरू-भक्ति, सेवा-समर्पण जो आपके मन में है, वह एक दुर्लभ उदाहरण है। गोस्वामी तुलसीदास जी कहते हैं-

धीरज धरम मित्र अरू नारी,
आपत्काल परखिये चारी।

आप इस कसौटी पर शत-प्रतिशत खरे उतरे। सुख-दुःख, मान-अपमान हर परिस्थिति में संपूर्ण समर्पण भाव से आप आचार्यश्री नगराजजी के साथ खड़े रहे। आचार्य नगराजजी जैसे गुरूवर तथा आचार्य मानमलजी जैसे शिष्य सौभाग्य से ही मिलते हैं। उनकी विशिष्टताओं का स्मरण करते हुए उनके प्रति भाव भरी श्रद्धांजलि।

आचार्य रूपचन्द्र
मानव मंदिर, नई दिल्ली

---

(2)

## श्रीमती रीटा जैन का अचानक देहावसान

सेवा भावी श्री पवनकुमार जी जैन (तक्षशिला, पूर्वी दिल्ली) की सहधर्मिणी श्रीमती रीटा जैन का देहावसान अचानक हृदय-गति रूक जाने से हो गया। वे केवल 56 वर्ष की थी। मधुर स्वभाव तथा चेहरे पर सदा मुस्कान ऐसा था उनका व्यक्तित्व। चिंता तनाव का नामो-निशान नहीं। ऐसा युवा व्यक्ति अचानक हृदय-आघात से काल-धर्म को प्राप्त हो जाए, जीवन की नश्वरता का यह कटु सत्य है और सभी के लिए धर्ममय जीवन जीने की प्रेरणा भी है। पूज्यवर के मानव मंदिर मिशन के साथ दिलो-जान से यह परिवार जुड़ा हुआ है। श्री पवनजी आदि सात भाईयों का भरा-पूरा परिवार श्रीमती रीटाजी के यों अचानक चले जाने से एक खालीपन महसूस करे, यह स्वाभाविक है। मानव मंदिर मिशन भी एक समर्पित कार्यकर्ता की कमी महसूस कर रहा है। दिवंगत आत्मा के प्रति मानव मंदिर गुरूकुल तथा रूपरेखा पत्रिका परिवार की भाव भरी श्रद्धांजलि।

धर्म चक्र-प्रवर्तनाय

-संबोधि उपवन (उदयपुर) के प्रमुख ध्यानयोगी आचार्यश्री शुभकरण जी महाराज तथा मानव मंदिर मिशन के संस्थापक आचार्यश्री रूपचंद्रजी महाराज का मधुर मिलन (मानव मंदिर केंद्र, नई दिल्ली) साथ में हैं साधक-साधिकाएं।

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 ट्रष्ट (रजि.)
के.एच.–57 जैन आश्रम, रिंग रोड़, 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**