

रूपरेखा

जीवन मूल्यों की प्रतिनिधि मासिक पत्रिका

वर्ष : 6

अंक : 2

फरवरी : 2006

ख

ii ; k cofrLh l leoh eatyUht

El knd eMy

Jherl fueyk i qfy ; l

Jherl eatytl

Jherl xirtcjM+k, oUhcYodr tU

%0; oLfkI d %

Jh v: .k frokjh

एक प्रति : 5 रुपये
वार्षिक शुल्क : 60 रुपये
आजीवन शुल्क : 700 रुपये

: प्रकाशक :

मानव मंदिर मिशन ट्रस्ट (रजि.)
पोस्ट बॉक्स नं. : 3240
सराय काले खौ बस टर्मिनल के
सामने नई दिल्ली-110 013
फोन नं. : 26315530, 9312239709
Website: www.manavmandir.com
E-mail : contact@manavmandir.com

इस अंक में

01-आर्ष-वाणी	-5
02-बोध-कथा	-5
03-संपादकीय	-6
04-गुरुदेव की...	-7
05-सवाल आपके.	-15
06-स्वास्थ्य	-16
07-बोध-कथा	-21
08-गीतिका	-27
09-बोलें तारे	-28
10-समाचार-दर्शन	-31
11-संवेदना समाचार	-32
12-फोटो पेज	-33

फरवरी

03

XX

: i j s [k k & l j { k d x . k

XX

- | | |
|---|--|
| ♦ डॉ. कैलाश सुनीता सिंघवी ,न्यूयार्क | ♦ श्री वीरेन्द्र भाई भारती बेन कोटारी, ह्युप्टन, अमेरिका |
| ♦ डॉ. अंजना आशुतोष रस्तोगी, टेक्सास | ♦ श्री शैलेश उर्वशी पटेल, सिनसिनाटी |
| ♦ श्री केवल आशा जैन, टेम्पल, टेक्सास | ♦ श्री प्रमोद वीणा जवेरी, सिनसिनाटी |
| ♦ श्री उदयचन्द राजीव डागा, ह्युप्टन | ♦ श्री महेन्द्र सिंह सुनील कुमार डागा, बैकाक |
| ♦ श्री प्रवीन लता मेंहता, टेक्सास | ♦ श्री सुरेश सुरेखा आबड़, शिकागो |
| ♦ श्री अमृत किरण नाहटा, कनाडा | ♦ श्री हेमिन्द्र दक्षा पटेल, न्यू जर्सी |
| ♦ श्री गिरीश सुधा मेहता, बोस्टन | ♦ श्री नरसिंहदास विजय कुमार बंसल, लुधियाना |
| ♦ श्री राधेश्याम सावित्री देवी हिसार | ♦ श्री कालू राम जतन लाल बरडिया, जयपुर |
| ♦ श्री मनसुख भाई तारावेन मेहता, राजकोट | ♦ श्री अमरनाथ शकुन्तला देवी, अहमदगढ़ वाले, बरेली |
| ♦ श्रीमती एवं श्री ओमप्रकाश बंसल, मुक्सर | ♦ श्री कालूराम गुलाब चन्द बरडिया, सरदारशहर |
| ♦ डॉ. एस. आर. कांकरिया, मुम्बई | ♦ श्री जयचन्द लाल चंपालाल सिंघी, सरदार शहर |
| ♦ श्री जयचन्द लाल सेठिया, कलकत्ता | ♦ श्री त्रिलोक चन्द नरपत सिंह दूगड़, लाडनू |
| ♦ श्री कमलसिंह-विमलसिंह बैद ,लाडनू | ♦ श्री भंवरलाल उम्मेद सिंह शैलेन्द्र सुराना, दिल्ली |
| ♦ श्रीमती स्वराज एरन, सुनाम | ♦ श्रीमती कमला भाई धर्मपत्नी स्व. श्री मांगेराम अग्रवाल, दिल्ली |
| ♦ श्रीमती चंपाबाई भंसाली, जोधपुर | ♦ श्री धर्मपाल अंजनारानी ओसवाल, लुधियाना |
| ♦ श्रीमती कमलेश रानी गोयल, फरीदाबाद | ♦ श्री प्रेमचन्द ओमप्रकाश जैन उत्तमनगर, दिल्ली |
| ♦ श्री जगजोत प्रसाद जैन कागजी, दिल्ली | ♦ श्रीमती मंगली देवी बुच्चा धर्मपत्नी स्वर्गीय शुभकरण बुच्चा, सूरत |
| ♦ डॉ. एस.पी. जैन अलका जैन ,नोएडा | ♦ श्री पी.के. जैन, लॉर्ड महावीरा स्कूल, नोएडा |
| ♦ श्री राजकुमार कांतारानी गर्ग, अहमदगढ़ | ♦ श्री द्वारका प्रसाद पतराम, राजली वाले, हिसार |
| ♦ श्री प्रेम चंद जिया लाल जैन, उत्तमनगर | ♦ श्री हरबंसलाल ललित मोहन मित्तल, मोगा, पंजाब |
| ♦ श्री देवराज सरोजबाला, हिसार | ♦ श्री पुरुषोत्तमदास हरीश कुमार सिंगला, लुधियाना |
| ♦ श्री राजेन्द्र कुमार केडिया, हिसार | ♦ श्री विनोद कुमार सुपुत्र श्री बीरबल दास सिंगला, संगरूर |
| ♦ श्री धर्मचन्द रवीन्द्र जैन, फतेहाबाद | ♦ श्री अशोक कुमार सुनीता चोरडिया, जयपुर |
| ♦ श्री रमेश उषा जैन, नोएडा | ♦ श्री सुरेश कुमार विनय कुमार अग्रवाल, चंडीगढ़ |
| ♦ श्री गुड्डू, संगरूर | ♦ श्री सम्पत राय दरसानी, कलकत्ता, |
| ♦ श्री दयाचंद शशि जैन, नोएडा | |
| ♦ श्री प्रेमचन्द रामनिवास जैन, मुआने वाले | |

XX

फरवरी

04

यै समं क्रीडिता, ये च भृश मीडिता,
यै सहा कृष्णि प्रीति वादं,
तान् जनान् वीक्ष्य वत भस्म भूयं गतान्,
निर्विशंका स्म इति धिक् प्रमादं

अर्थात्—जिनके साथ खेले कूदे और जिनकी खूब अर्चना पूजा की । तथा जिनके साथ प्रेमालाप किया उन सब को भस्मी भूत अर्थात् जलते हुए देखकर भी लापरवाह हैं । इससे बढ़कर और प्रमाद क्या होगा? धिक्कार है, ऐसे प्रमाद को ।

अपना बनाने का रहस्य

एक राजा की इकलौती पुत्री थी। राजा ने उसके लिए सुयोग्य वर खोजने के लिए जंगल में से सात घोड़े पकड़वाये। एक वर्ष तक खूब खिला-पिलाकर उनको उन्मत्त बना दिया। उनको काबू करना हर एक आदमी के वश की बात नहीं थी।

राजा ने उद्घोषणा करवाई “जो व्यक्ति सात दिन तक इनमें से किसी एक घोड़े पर बैठकर उसे घुमा लाये, मैं उसे अपनी लड़की तथा अपना आधा राज्य दूंगा। सैकड़ों राजकुमार आये। घोड़ों की उन्मत्तता देखकर भयभीत हो गये। आखिर सात युवकों ने घोड़ों को किसी वृक्ष के नीचे बंधवाकर दाना खाने में लगाया और खुद पहले से ही वृक्ष पर चढ़ गये। मौका पाकर सातों युवकों ने ऊपर से कूदकर घोड़ों को गहरा पकड़ लिया।

घोड़े छोड़ दिये गये। छह घोड़ों ने तो अपने सवारों को लहलुहान कर दिया। छह युवकों में से किसी का सिर फूटा, किसी की टांग टूटी, आदि—2 प्रकार से वे क्षत-विक्षत हो गये। वे किसी तरह अपनी-अपनी जान बचाकर आ गये। बस इसको ही अपना सौभाग्य माना। सातवें दिन लोग सातवें युवक के इंतजार में थे। संध्या के समय वह युवक घोड़े को भगाता हुआ वहां पहुंचा। अपनी शर्त के अनुसार राजकन्या ने वरमाला पहनायी। राजा ने उसे आधा राज्य दिया। परन्तु राजा ने जानना चाहा कि उसने घोड़े को काबू में कैसे किया ? युवक ने मुस्कराते हुए बताया, “मैं प्रेम का पुजारी हूँ, पिछले छह दिनों में मैंने घोड़े को प्रेम के बल पर अपना बनाया है। आज जब मैं इस पर सवार होकर आया हूँ, यह घोड़ा सहर्ष मेरे संकेतानुसार चला है।”

प्रचार अपना अपना

आज हर कोई अपना अपना प्रचार चाहता है। हर व्यक्ति, हर संस्था, हर सम्प्रदाय, हर समाज और हर राजनैतिक दल सब अपनी प्रसिद्धि के लिए प्रयत्नशील हैं। प्रचार का तरीका सबका अपना अपना है। कोई रेली निकाल कर अपनी पहचान बनाता है। तो कोई रथ यात्रा से देश भर में अपने विचारों को पहुंचाता है। कोई वेशभूषा से अपनी पहचान बनाने की कोशिश में है। कोई अखबारों से और कोई टी.वी. चैनलों पर लेक्चर प्रसारित करके दुनिया में विशेष प्रसिद्धि पाना चाहते हैं।

पत्र-पत्रिका निकालना तो आज आम रिवाज बन गया है। चाहे पत्र पत्रिका से पाठकों को कोई खुराक मिले चाहे न मिले लेकिन पत्रिकाओं का ढेर इधर से उधर और उधर से इधर होता रहता है कूड़े के ढेर पर जाता रहता है। कुछ दैनिक, कुछ साप्ताहिक, कुछ पाक्षिक, और कुछ मासिक इतने पत्र निकलते हैं। जिनकी कोई गिनती नहीं। पत्र-पत्रिका निकालना अच्छी बात है लेकिन पत्र पत्रिका में कोई तथ्य की बात तो होनी चाहिए। अगर बेकार पत्रिका है तो किसी को क्या फायदा है? कोई न कोई नया तथ्य सामने आना चाहिए। लेकिन आज लोगों के पास पैसों की कमी नहीं है। चाहे कोई वार्षिक आजीवन सदस्य बने या नहीं चाहे कोई विज्ञापन मिले या न मिले फिर भी पत्रिका जरूर निकालनी है। कुछ पत्रिकाएं जिन में व्यक्ति सुधार या समाज सुधार का कोई जिक्र हो या नहीं चाहे किसी तरह का नैतिक आध्यात्मिक या राजनैतिक सुधार की प्रेरणा हो या नहीं, चाहे स्वास्थ्य संबंधी जानकारी हो या नहीं फिर भी पत्रिका निकालनी हैं। और सामने वाला पहुंचते ही उसको भले पढ़े ना पढ़े कूड़े कर्कट के ढेर में गिरा दे फिर भी संतोष है कि हमारी पत्रिका हजार जगह पहुंची है। पांच हजार जगह पहुंची है ऐसे प्रचार का क्या फायदा ?

मैंने एक बार साधु संतो से सुना था कि कुछ व्यक्ति ऐसे स्वभाव होते हैं कि—

घटं भिद्यात् पटं छिद्यात् कुर्यात् राषभ रोहणं

येन केन प्रकारेण, प्रसिद्धः पुरुषो भवेत्।

अर्थात् चाहे अपने घर के बर्तन वासन मोड़ ले। चाहे घर के कपड़े लत्ते फाड़ ले और भले गधे की सवारी करके पूरे गांव में घूम लें। ये सबकुछ उचित अनुचित काम करके प्रसिद्ध होना चाहिए। ऐसी प्रसिद्धि में क्या धरा है? इसका कौन करेगा प्रचार ? ऐसे प्रचार से तो अप्रचार अप्रसिद्धि ही बेहतर है प्रसिद्ध होना हो तो अपने व्यक्तित्व और कर्तृत्व को निखारे।

○ निर्मला पुगलिया

ओशो रजनीश : एक अनूठा व्यक्तित्व

○ गुरुदेव की कलम से



ओशो रजनीश एक ऐसा नाम जिसको अपने जीवन में समर्थन भी भरपूर मिला, विरोध भी भरपूर मिला; प्रशंसा भी भरपूर मिली, आलोचना/गालिया भी भरपूर मिली; सम्मान भी मिला, अपमान भी भरपूर मिला और जिनको आकाशी ऊंचाइयां भी खूब मिलीं तो पांव-पांव भर जमीन के लिए जद्दोहजहद भी खूब करनी पड़ीं। ओशो रजनीश—एक ऐसा व्यक्तित्व, जिसके साथ कोई धर्म परंपरा नहीं थी,

किंतु जिसने एक बार सारी धर्म परंपराओं को हिलाकर रख दिया, जिसके साथ कोई सिद्धांत और दर्शन नहीं था, किंतु जिसने एक बार सारे सिद्धांतों/दर्शनों को हिला कर रख दिया, जिसके साथ कोई समाज/समुदाय नहीं था, किंतु जिसने अकेले एक बार सारे समाजों/समुदायों को हिलाकर रख दिया, जिसके साथ कोई देश/सत्ता कोई राज्य-शक्ति नहीं थी, किंतु जिसने अपनी विलक्षण वाग्मिता और प्रखर विचार शक्ति के बल पर एक बार संसार भर के राष्ट्रों को हिलाकर रख दिया। अनेक अन्तर्विरोधी परिभाषाओं से जीवन मूल्यों को क्रांतिकारी अर्थ देने वाला एक ऐसा विरोधाभासी चरित्र, जिसे समझना भी आसान नहीं और जिसे न समझना भी आसान नहीं। उन ओशो रजनीश को मैंने सबसे पहली बार शायद जनवरी-फरवरी, सन् 1963 में राजसमंद, उदयपुर में देखा।

वह तेरापंथ धर्म संघ के मर्यादा महोत्सव का अवसर था। आदरणीय आचार्य तुलसीजी अपने सैकड़ों शिष्य साधु-साध्वियों के धर्म परिवार के साथ वहां विराजमान थे। महोत्सव में भाग लेने के लिए हजारों भाई-बहिनों का भी जमावड़ा था। उसी प्रसंग पर बम्बई के श्री रमणीक भाई जवेरी आचार्य रजनीश को लेकर आए थे। महोत्सव में विशेष अतिथि के रूप में श्री मोरारजी भाई भी आमंत्रित थे। आचार्य श्री के इर्द-गिर्द साधु-साध्वियां बैठी थीं। सामने कालीन पर मोरारजी भाई बैठे थे। उनके साथ ही रजनीश तथा समाज के कुछ विशिष्ट जन थे। अपने अक्खड़ स्वभाव के अनुरूप श्री मोरारजी भाई ने आचार्य श्री से कहा—मैंने ऐसा सुना है कि एक दीक्षा-वरिष्ठ साध्वी को भी आपकी परंपरा में नव दीक्षित मुनि को वंदन इसलिए करना होता है क्योंकि वह एक स्त्री है। धर्म क्षेत्र में स्त्री-पुरुष का यह भेदभाव क्या उचित है?

मोरारजी भाई के इस अक्खड़ प्रश्न से वातावरण स्तब्ध था। तेरापंथ के प्रमुख विद्वान् मुनि जन भी इस प्रसंग पर उपस्थित थे। मुझे खूब स्मरण है कोई भी मुनि संतोषजनक उत्तर नहीं दे पाया। तभी आचार्य रजनीश ने बड़े नपे तुले शब्दों में स्त्री-पुरुष मनोविज्ञान और शरीर संरचना के संदर्भ में परंपरा के समर्थन में इस प्रश्न का उत्तर दिया। हो सकता है उस उत्तर पर भी बहस को अवकाश हो। फिर भी वह एक उत्तर था और उस उत्तर में तर्क था, वजन था, लीक से हटकर एक चिंतन था। सबसे बड़ी बात यह है कि मोरारजी भाई जैसी हस्ती के महत् बोध के बोझ से मुक्त एक युवा का सहज सपाट उत्तर था। यह प्रसंग मेरे मन पर उनके प्रति आदर और प्रभाव का भाव छोड़ गया। मुझे यह भी स्मरण है कि उनके सार्वजनिक प्रवचन ने उपस्थित जन समुदाय पर गहरा प्रभाव छोड़ा था। परिणामतः कुछ साथियों ने उनका एक ध्यान शिविर भी आयोजित किया।

व्यक्तिगत साक्षात्कार

मेरा सन् 1971 का चातुर्मास पेडर रोड, बम्बई में था। आचार्य रजनीश जी का प्रवास भी उन दिनों पेडर रोड, बम्बई में ही था। राजसमंद में जब उनका आना हुआ था, तब उनके सार्वजनिक जीवन का उषा काल था। किंतु अब तक वे पूरे देश में काफी चर्चा में आ गए थे। अपने प्रखर वक्तृत्व, सम्मोहक व्यक्तित्व तथा तर्क प्रधान विचार शैली के कारण वे जन मानस पर काफी छाप भी गए थे। स्थान-स्थान पर व्याख्यान मालाओं और पर्वतीय पर्यटन स्थलों पर ध्यान शिविरों की धूम मची हुई थी। बम्बई के पेडर रोड पर ही उनका आवास और वहीं पर मेरा वर्षा वास उनके साथ व्यक्तिगत संपर्क और साक्षात्कार की दृष्टि से काफी सुविधापूर्ण था। संपर्क और मिलन के प्रमुख सूत्र थे श्री रमणीक भाई जवेरी जो मेरे से और उनसे निकट आत्मीयता से जुड़े थे। मैं तो आचार्य रजनीशजी से मिलना चाहता ही था, रमणीक भाई भी ऐसा चाहते थे। फिर भी रमणीक भाई से इस दृष्टि से मेरी कोई बात नहीं हो पाई थी।

एक दिन रमणीक भाई मेरे पास आए और बोले—मुनिश्री, आपके पास ही आचार्य रजनीशजी का आवास है। मैं चाहता हूँ उनसे आपका मिलन हो। मैंने कहा— अगर ऐसा होता है तो मुझे खुशी होगी। रमणीक भाई ने बात को संवारते हुए कहा— कोई जरूरी नहीं खुशी ही हो। आपको कष्ट भी हो सकता है। फिर भी मैं चाहता हूँ कि उनका और आपका मिलन हो। और उनके तथा तेरापंथ धर्मसंघ के बीच जो कटुता उत्पन्न हो गई है, वह वापस सामान्य हो जाए, मधुर

हो जाए।

इस स्थिति का मुझे अनुमान नहीं था। मैंने आश्चर्य से पूछा—कटुता? क्यों? रमणीक भाई ने कहा—इसका उत्तर आपको उनसे मिलने पर स्वयं मिल जाएगा। मैं आप दोनों के बीच मीटिंग का प्रयास करता हूँ। करीब सप्ताह भर बाद वे आए और रजनीशजी के साथ मिलन/वार्ता के निश्चित समय की जानकारी दी। मैं उस निश्चय के अनुसार रमणीक भाई के साथ उनके आवास पर पहुँचा, जहाँ उनके सचिव स्वामी योग चिन्मय ने हमारी अगुवानी की। रमणीक भाई मुझे बराबर रजनीश जी की नाराजगी के बारे में संकेत देते रहे/सावधान करते रहे।

कुछ क्षणों के बाद स्वामी योग चिन्मय मुझे उस कमरे में ले गए, जहाँ रजनीश जी थे। वे एक कुर्सी पर बैठे थे। सामने बड़ी सी टेबल थी, जिस पर इंग्लिश डिक्शनरी तथा इंग्लिस भाषा ज्ञान से संबंधित कुछ पुस्तकें रखी हुई थीं। स्पष्ट था कि उन दिनों रजनीशजी इंग्लिश वक्तृत्व की दृष्टि से विशेष तैयारी कर रहे थे। टेबल के एक ओर सोफा लगा था। स्वामी योग चिन्मय मुझे सोफे पर बिठाकर चले गए। अब मैं और रजनीश जी के अलावा उस कमरे में कोई नहीं था।

वार्ता प्रसंग का आरंभ करते हुए मैंने कहा—कई वर्षों पूर्व मैंने आपको राजसमंद, उदयपुर में देखा था। उस समय यद्यपि आपसे व्यक्तिगत परिचय और बातचीत का अवसर नहीं मिला था। किंतु आपके वक्तृत्व और तर्क प्रधान विचार शैली का प्रभाव आज भी मेरे मानस पर है।

रजनीश जी के चेहरे पर नाराजगी के भाव स्पष्ट झलक रहे थे। उन्होंने रूखेपनसे कहा—आपके मानस पर अच्छा प्रभाव रहा होगा। किंतु मैं वहाँ से अच्छा प्रभाव लेकर नहीं आया। आपके मानस पर उस प्रसंग का अच्छा प्रभाव न होने का क्या कारण रहा, मैंने पूछा। उन्होंने बड़े अक्खड अंदाज में कहा—आपके तथाकथित प्रमुख मुनियों में स्तेय वृत्ति है। वे औरों के विचारों को चुराते हैं। और उन चुराये हुए विचारों को अपना बताते हुए लोगों के समक्ष विद्वान होने का श्रेय लेते हैं।

अपने राजसमंद संस्मरण का विस्तार से खुलासा करते हुए उन्होंने कहा—आचार्य तुलसीजी ने अपने पास बैठे साधु—साध्वियों को जाने का निर्देश देते हुए कहा कि हम रजनीशजी के साथ एकांत वार्तालाप करेंगे। लेकिन उस एकांत वार्ता में उन्होंने मुनि नथमलजी को अपने पास रखा। मुझे यह कुछ विचित्र लगा। वैसे तो एकांत वार्ता जैसा कुछ था ही नहीं। फिर और किसी को अपने पास आचार्यश्री ने नहीं रखा था तो मुनि नथमलजी को एस एकांत वार्ता में शामिल क्यों किया?

वह रहस्य बाद में खुला भी, पर उस समय तो मैं अनजान ही था। इसलिए उनकी उपस्थिति का मैंने विरोध नहीं किया। लगभग एक घंटे की उस वार्ता में आचार्य तुलसी तथा मुनि नथमल जी की ध्यान विषयक जिज्ञासाओं के मैंने सहज भाव से विस्तारपूर्वक उत्तर दिए। उसके पश्चात् कार्यक्रम में जाना हुआ। पूर्व निश्चयानुसार उस कार्यक्रम में मेरा तथा आचार्य तुलसीजी का वक्तव्य होना था। किंतु मेरे वक्तव्य से ठीक पहले संयोजक ने मुनि नथमलजी को बोलने के लिए आमंत्रित कर दिया। स्पष्ट है किसी विशेष प्रयोजन से यह परिवर्तन अचानक किया था। ध्यान साधना पर बोलते हुए मुनि नथमलजी ने वे सारी बातें दुहरा दीं, जिनकी चर्चा मैंने थोड़ी ही देर पहले वार्तालाप के समय की थी। इसके बावजूद उन्होंने अपने पूरे प्रवचन में मेरा एक बार भी उल्लेख नहीं किया। एकान्त वार्ता प्रसंग में उनको पास में क्यों रखा गया था, यह रहस्य अब मेरे सामने आ गया था। और मेरे वक्तव्य से पहले उनके बोलने का प्रयोजन भी स्पष्ट हो गया था। फिर रजनीश जी हंसते हुए कहने लगे—आपके मुनि नथमलजी निस्संदेह एक अच्छे टेप रिकार्डर हैं। अपनी विद्वता का प्रभाव जमाने की यह अच्छी चाल थी उनकी समझ में अब मैं जो भी कहूँगा, वह उनके समर्थन में ही जाएगी। किंतु उनके हाथ निराशा ही लगी होगी, क्योंकि ध्यान पर दी गई उनकी सारी व्याख्याओं/परिभाषाओं/अवधारणाओं को काटते हुए मैंने नई स्थापनाएं जन साधारण के समक्ष रख दीं। उनका चेहरा उस समय देखने लायक था। किंतु उनके पास कुछ भी कहने को कोई शब्द नहीं था, क्योंकि उन्होंने पहले भी जो कुछ कहा था, वह भी उनका कहा था, मेरा चुराया हुआ ही था। फिर भी मुझे बुरा नहीं लगा होता अगर मुनि नथमलजी अपने वक्तव्य में ईमानदारी से एक बार भी मेरा उल्लेख कर देते, यह कहते हुए रजनीशजी ने प्रतिक्रिया जानने के लिए मेरी ओर देखा।

मैं अत्यंत दुविधा में था। एक तरफ धर्मसंघ की गरिमा का प्रश्न था, दूसरी तरफ सचाई का। क्योंकि औरों के विचारों पर अपनी मुहर लगाने की, मुनिश्री नथमलजी की मनोवृत्ति के बारे में मैं पहले भी कई बार सुन चुका था। फिर कुछ वर्षों बाद प्रेक्षा—ध्यान के संदर्भ में विपश्यना ध्यान के प्रणेता श्री सत्यनारायण गोयनका ने भी मुनिश्री नथमलजी पर बड़ी तल्खी से स्तेय वृत्ति का आरोप लगाया था। (इसकी पूरी चर्चा गोयनका के प्रसंग में हो सकेगी) इन सबके बावजूद संघ में आचार्य द्वारा सम्मान तथा वरिष्ठ स्थान को प्राप्त मुनि के इस आचरण के लिए मुंह खोलना बिल्कुल बेमानी था। तो दूसरी ओर, रजनीशजी के कथन को स्वीकारना भी संघीय

गरिमा के अनुकूल नहीं था। इसलिए इस प्रसंग का सामान्यीकरण करते हुए मैंने कहा—आचार्यश्री के साथ एकांत वार्ता में आपने जो ध्यान विषयक विचार प्रकट किए, हो सकता है, मुनिश्री नथमलजी के भी वे विचार रहे हों। या फिर औरों के विचारों पर अपनी मुहर लगाकर प्रस्तुत करना भी अपने में एक कला तो है ही। आप जानते ही हैं युग को मौलिक सोच देने वाला चिंतक/दार्शनिक व्यक्तित्व तो सदियों में जन्म लेता है। किंतु इधर—उधर से उधार विचार लेकर चिंतक/दार्शनिक तो हर समय प्रकट होते ही रहते हैं। ऐसे चिंतक/दार्शनिक अपनी शिष्य मंडली में पूजा सम्मान भी पा लेते हैं। किंतु पूरी युगधारा को मोड़ने का कार्य अपनी मौलिक सोच रखने वाला महामनीषी ही करता है उसका प्रभाव सूरज की तरह होता है, जिसके समक्ष जुगनू की चमक नगण्य होती है। जुगनू इधर—उधर उड़ते हुए अपनी चमक से खुश होता है तो किसी को इसमें एतराज नहीं होना चाहिए।

मेरे सांकेतिक उत्तर से उनकी तल्खी कम अवश्य हुई, पर मन का उबाल जैसे अब भी कम नहीं था। वे बोले—आप लोग अहं मनो ग्रंथि के शिकार हैं। राजनेताओं, विद्वान मनीषियों, समाज के अग्रणी व्यक्तियों आदि को बार—बार आमंत्रण देकर अपने यहां बुलाते हैं। सन्यास आश्रम का सम्मान करते हुए वे लोग आपको बहुमान देते हैं। किंतु आप लोग उनके श्रद्धा सम्मान और बहुमान का लाभ उठाते हुए अपने साथ उनके फोटो खिंचवाते हैं, फिर प्रेस में देकर अपने को सर्वश्रेष्ठ विज्ञापित करते हैं। यह कहां तक उचित है? अपना घटना प्रसंग सुनाते हुए उन्होंने कहा—अपने पुत्र वियोग के कारण सेठ गोविंददास अत्यंत भाव विह्वल थे। उन्हें सांत्वना देने के लिये मेरा दिल्ली जाना हुआ। उन दिनों आचार्य तुलसीजी भी दिल्ली थे। उन्हें मेरे दिल्ली आगमन का पता चला। अपने भक्तों/कार्यकर्ताओं द्वारा वे बार—बार मुझे आमंत्रण भेजने लगे। किंतु मेरा पिछला अनुभव बहुत कटु था, इसलिए मैंने सभी आमंत्रण अस्वीकार कर दिए। मैं सेठ गोविंददास के आवास पर ही ठहरा हुआ था। आचार्य तुलसीजी ने सेठजी से आग्रह किया कि वे मुझे आमंत्रण मान लेने के लिए कहें। उनके परामर्श पर मैंने हामी भर ली। निश्चित समय पर मैं उनके पास पहुंचा। वहां देख, आचार्य तुलसीजी एक ऊंचे तख्त पर बैठे हैं। मेरे लिए अपने सामने फर्श पर एक दरी बिछा रखी है। मुझे बहुत बुरा लगा। बार—बार आमंत्रण देकर किसी को बुलाना और फिर खुद ऊंचे आसन पर बैठकर आमंत्रित अतिथि को नीचे फर्श पर बिठना, क्या उसका अपमान नहीं? फिर भी मैं इस अपमान को चुपचाप पी गया। तभी आचार्य तुलसी के साथ मेरा फोटो खींचने की कोशिश की गई। अब मेरे से रहा

नहीं गया। मैंने झल्लाते हुए फोटोग्राफर को फोटो खींचने से मना कर दिया। जिस छद्म राजनीति की आशंका मुझे थी, वह परत दर परत सामने आ रही थी। अपने सामने नीचे आसन पर बिठाना, फोटो खींचना, प्रेस में छपवाना और दुनियां की नजरों में अपने को सर्वश्रेष्ठ आचार्य स्थापित करना, छद्म राजनीति का यह पूरा खेल मेरे सामने था। इसीलिए मैं नहीं आना चाहता था। मजबूरन आना हो गया तो भी उस नाटक का हिस्सा मैं नहीं बन सकता था। अतः फोटो से इन्कार किया ही, बिना मन थोड़ी देर बैठकर वहां से चला भी आया।

ये ऐसे प्रसंग होते हैं, जिन पर बहस करना व्यर्थ होता है। मेरी दृष्टि में ऐसे प्रसंगों को टालना ही उचित होता है। किंतु कुछ न कुछ उत्तर मिले बिना रजनीश जी भी मानने वाले नहीं हैं, यह मैं जानता था। फिर बोझिल वातावरणको जरा हल्का बनाना भी जरूरी था। इन सब परिस्थितियों को ध्यान में रखते हुए मैंने कहा—यह तो आप स्वयं जानते हैं किसी को नीचे आसन पर बिठाने से कोई ऊंचा या बड़ा नहीं हो जाता है। सोच समझ पूर्वक अगर किसी के साथ ऐसा व्यवहार होता है, उसका समर्थन नहीं किया जा सकता। यदि असावधानी से ऐसा हो जाए तो हमें भी ऐसी बातों को नजर अन्दाज कर देना चाहिए। यह मेरा आपसे विनम्र सुझाव है। मुझे विश्वास है आप इसे अन्यथा नहीं लेंगे।

मेरे इस कथन के बाद रजनीशजी मुझे काफी हद तक सहज एवं तनाव मुक्त लगे। अपने उत्तर में जरा विनोद का पुट देते हुए मैंने कहा—आचार्यजी, (उन दिनों तक वे अपने लिए आचार्य रजनीश ही लिखते थे) आप जैसे मनीषी व्यक्ति को इन छोटी—छोटी बातों में उलझना ही नहीं चाहिए। फिर वर्षों पूर्व किसी ने आपको नीचे आसन पर बिठाया, आप आज तक वही बैठे उसका भार क्यों ढो रहे हैं। आपकी किसी पुस्तक में मैंने एक कथा पढ़ी है। दो भिक्षु गुरु दर्शन के लिए जा रहे थे। रास्ते में नदी आई। दोनों ने देखा, नदी में पानी का पूर आया हुआ है और उस जलधार में डूबती हुई एक युवती सहायता के लिए पुकार रही है। एक भिक्षु ने उसे सहायता देने से मना कर दिया। क्योंकि गुरुदेव ने स्त्रीको छूना मना कर रखा था दूसरे भिक्षु ने पल भर की देर लगाए बिना, छलांग लगाई। दूसरे ही क्षण वह उस युवती को कंधों पर उठाए किनारे पर था।

दोनों भिक्षु आगे के सफर पर निकल पड़े। दूसरे भिक्षु के इस आचरण पर पहला भिक्षु बहुत क्षुब्ध था। उसने गुरुदेव के समक्ष उसकी शिकायत की। उसे विश्वास था कि गुरुदेव उसे बड़ा प्रायश्चित्त देंगे। किंतु हुआ इससे ठीक विपरीत। गुरुदेव ने कहा—बड़ा प्रायश्चित्त तुझे मिलना चाहिए। क्यों उसने तो युवती को कंधों पर कुछ पलों



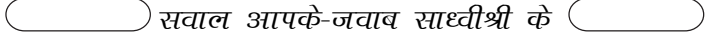
के लिए ही रखा था, उसको किनारे पर ही उतार दिया था, किंतु तुम तो उसे अभी तक ढो रहे हो। मैंने मुस्कराते हुए कहा—आचार्यश्री, आपसे बात करते समय मुझे आपकी ही इस कथा का स्मरण हो रहा था। क्योंकि मैंने यह सब कुछ सहज—सरल भाव से कहा था, इसलिए रजनीश जी ने इसे बुरा माना और न इस प्रसंग को लंबा खींचा। फिर भी इतना अवश्य कहा—अवसर आने पर मैं इन घटनाओं को समाज के समक्ष अवश्य रखूंगा। (ये संस्मरण—प्रसंग बाद में उनके कैसेट प्रवचनों और पुस्तकों में पूरे विस्तार से प्रकाश में आए हैं।)

विषय को मोड़ देते हुए मैंने कहा—ध्यान जैसे विलुप्त प्रायः विषय को आपने जिस सुगमता से व्यापक चर्चा का विषय बनाया है, उसके लिए आप बधाई के पात्र हैं। भगवान महावीर का साधना काल तप और ध्यानमय रहा है। किंतु उनकी परंपरा के पास आज तप तो है, ध्यान विधियां नहीं हैं। यद्यपि ध्यान की तत्व व्याख्याएं शास्त्रों में अवश्य मिलती हैं। पर गुरुगम परंपरा के अभाव में उनका अनुभव—शून्य बौद्धिक विश्लेषण में ही संतोष करना होता है। आपने अपने प्रवचनों में ध्यान योग पर विस्तार से चर्चाएं की हैं। इधर कुछ वर्षों में आपने ध्यान साधना शिविरों की आयोजना भी की है। मैं मुनि जीवन में हूँ। इसलिए ध्यान साधना में स्वभावतया रुचि है। परंपरा से हमें शास्त्र स्वाध्याय और तप—जप अवश्य मिला है। आत्मानुभव की गहराइयों में उतरने की दृष्टि से आप कोई विशेष ध्यान विधि का प्रयोग अगर बताएं तो मैं आपके प्रति कृतज्ञ होऊंगा।

आचार्य रजनीश एक बार जैसे फिर भावावेश में आ गए। वे बोले— आपके आचार्यजी और टेप रिकार्डर मुनि नथमलजी ने अब तक ध्यान विधियां नहीं सिखलाई तो फिर क्या सिखलाया ? शास्त्र पाठ तो तोता रटंत पढ़ाई है। उम्र भर पढ़ते जाए, कुछ भी नहीं मिलने वाला है। अनुभव अभ्यास से मिलेगा, शास्त्र से नहीं। मैंने बात को बीच में काटते हुए कहा— उस अभ्यास के लिए ही मैंने आपसे प्रयोग विधियों की जानकारी चाही थी। इस दृष्टि से आपका मन क्या है?

रजनीश जी ने उन दिनों अपने शिष्यों के माध्यम से स्थान—स्थान पर ध्यान की क्लासें शुरू कर दी थी। उन्होंने मुझसे कहा— आप चार दिनों के लिए मेरी ध्यान की क्लासों का अनुभव ले लें। विशेष ध्यान विधियों के बारे में मैं आपसे फिर चर्चा करूंगा।

इस प्रकार आचार्य रजनीशजी के साथ करीब दो घंटों का यह मिलन प्रसंग अद्भुत था, जिसमें खीज भी थी, रोष भी था, गिला शिकवा भी था। इन सबके बावजूद कटुतापूर्ण माहौल में आरंभ वार्तालाप की संपन्नता काफी सहज सौहार्दपूर्ण मनःस्थिति में हुई। (क्रमशः)



अहिंसा का विश्लेषण

○ संघ प्रवर्तिनी साध्वी मंजुला श्री

प्रश्न—महाराज! मैं आप से एक बात पूछना चाहती हूँ। अहिंसा अपने आप में शाश्वत धर्म है। जितने भी तीर्थंकर महापुरुष हुए हैं उन्होंने अहिंसा को ही परम धर्म बताया है। एक अहिंसा में सब धर्म आ जाते हैं। अहिंसा की व्याख्या सबने अपने-अपने ढंग से ही की है। अपवाद रूप के सिवा हिंसा की अनुमोदना किसी ने नहीं की। साधु के लिए पूर्ण अहिंसा की पालना को अनिवार्य बताया है। गृहस्थ लोगों के लिए यथा शक्य ही सही। भगवान महावीर ने साधु के लिए पदयात्रा का विधान किया था। मार्ग में जहां नदी, नाला आ जाए वहां नौका विहार को भी विहित माना था। वायुयान, कार, ट्रेन आदि का उस समय आविष्कार नहीं हुआ था। किंतु पशु चालक, वाहन रथगाड़ी, बैलगाड़ी, घोड़ागाड़ी आदि प्राणि चालित वाहन साधु के लिए सर्वथा वर्जित थे। आज युग बदल गया। प्लेन, कार जैसे यंत्र चालित वाहन चल पड़े। इस समय कुछ मुनिगण यंत्र चालित वाहनों को काम में लेते हैं कुछ यंत्र चालित वाहनों का प्रयोग नहीं करते। ऐसी स्थिति में जो वृद्ध या रूग्ण साधु संत हैं उनको एक स्थान पर स्थिर वास कर लेना चाहिए। जो साधु अहिंसक भी हैं। पाद बिहारी भी हैं। और बैठते हैं रेहड़ी में और उनको खींचते या टेलते हैं छोटे-छोटे साधु जिनको देखकर हर एक को दया आने लगती है। दस-दस बारह-2 वर्ष के बच्चे जिनको साधु बना लिया और फिर अपनी (रेहड़ी), हाथ गाड़ी खींचवाते हैं क्या उनके माता पिता को यह सब देखकर दुःख नहीं होता। जब औरों को भी कष्ट होता है तो माता पिता को कैसे नहीं होगा ? आज समाज माता—पिता सभी अंध श्रद्धालु बने हुए हैं। आप ही बताइए क्या यह अहिंसक साधुओं का काम है।

उत्तर—देखो गिन्नी बहिन आप जैसी तत्वज्ञ श्राविकाएं कितनी होंगी? पुराने तत्वज्ञ श्रावक श्राविकाएं कोई भी तथ्य समझ में नहीं आता तो पूरी छानबीन करते थे। पूरी जानकारी के बाद ही स्वीकार करते। आज किसी को न जानकारी है और न जानकारी करने की किसी को जरूरत है। कहते सभी लोग हैं कि महाराज श्री कहीं धर्म और अध्यात्म की बात तो है नहीं। हम तो मेले खेले देखने जाते हैं। धर्म ध्यान करना हो तो अपने घर बैठकर कर लेते हैं। सब जगह आडम्बर प्रदर्शन चलता है। भीड़ ज्यादा वहीं इक्ठ्ठी होती है जहां ज्यादा आडम्बर होता है गौशालक के यहां प्रदर्शन था। वहां दुनियां भी खूब इक्ठ्ठी होती थी। भगवान महावीर के शुद्ध धर्म की आराधना थी। तो इतनी भीड़ चाहे नहीं होती थी लेकिन जो भी जाते थे वे धर्म की प्रेरणा लेकर आते थे।



भगवान महावीर ने लाखों लोगों को श्रावक बनाया। जैन धर्म का तत्व समझाया। सम्यक्त्वी बनाया आज अगर सही माने में जैन धर्म का प्रचार हो तो यह धर्म कितना फैल सकता था। क्योंकि जैन धर्म जितना पवित्र और यथार्थ धर्म और कितने हैं लेकिन इसका प्रचार सही ढंग से नहीं हुआ। हाथ गाड़ी खींचने में अहिंसा का पालन कितना होता है। सभी जानते हैं। कौन तो गाड़ी के पहियों के नीचे आने वाले जीव जंतुओं को देखेगा और छोटे-2 संतों से खिंचवाते हैं। उनको कितना कष्ट होता होगा। कुछ संतों की यह तर्क है कि वाहन प्रयोग में समाज का कितना पैसा लगता है सो समाज का पैसा किसमें नहीं लगता।

कोई भी साधुओं का ग्रुप राज. से बंगाल, बिहार, आसाम, नेपाल जाता है उसके साथ समाज को क्या-क्या व्यवस्था नहीं करनी पड़ती है। लाखों लाखों रूपए लगते हैं। खासकर उसी ग्रुप के लिए चौके की व्यवस्था करनी पड़ती है। आधाकर्मी औद्योगिक आदि सारे दोष बेकार हो गए। आज के साधु साध्वी समाज के माथे पर सारे दोष मढ़ देते हैं। वास्तव में देखा जाए तो सशरीरी कोई भी कभी सर्वथा हिंसा से बच ही नहीं सकता। ठहरना, बैठना, उठना, चलना, सोना, खाना, बोलना आदि क्रियाएं सभी सशरीरी जीवों को करनी पड़ती हैं, लेकिन इतना फर्क है कि तीर्थंकर वीतराग आत्माओं की सभी क्रियाएं द्रव्य हिंसा के रूप में होती हैं। क्योंकि वे हर क्रिया को सावधानी पूर्वक करते हैं। अन्य निर्ग्रंथों की सभी क्रियाओं में सावधानी नहीं रहती। इसलिए द्रव्य हिंसा और भाव हिंसा दोनों हो जाती हैं।

कार्य कार्य में कितना फर्क है। आदिवासी अमेरिकन जब भोजन करते हैं तो पहले भगवान से आज्ञा मांगते हैं। हे प्रभु! हम मजबूरी वश इन जीवों को मारते और खाते हैं। हम मारना नहीं चाहते पर पेट पापी है। इस कारण हमको करना पड़ता है फिर जिन जीवों को मारते और पकाते हैं। उनसे क्षमा मांगते हैं, कि अरे! प्राणियों हमको माफ कर देना। यह हमारी मजबूरी है। हमारे पास पेट भरने के लिए कुछ नहीं है अतः इस पापी पेट के कारण तुमको मार कर भूनकर खाते हैं। कितना पश्चाताप है इनके दिलों में और एक तरफ जो चटकारे ले ले कर खाते हैं उनकी हिंसा निश्चित ही दूगुनी हो जाती है। अहिंसा यात्रा भी कैसी ? अपना प्रदर्शन और रोब रबाब दिखाने के लिए जीवों की हिंसा होती है। इसमें अहिंसा का मार्गदर्शन कैसा? इसमें कितने अहिंसक बन गए। गांधी जी ने अहिंसा का हथियार लेकर विदेश वालों पर दबाव डाला था। अपने देश की आजादी के लिए इसमें कम से कम देश हित का भाव तो था अपना कोई स्वार्थ नहीं।



स्तन कैंसर

○ डॉ.सुखनन्दन जैन

विश्व स्वास्थ्य संगठन (W.H.O.) द्वारा कैंसर पीड़ितों के बीच कराये गये सर्वेक्षण से पता चला है कि महिलाओं में कैंसर का प्रकोप तेजी से बढ़ता जा रहा है। जैसे कैंसर एक ऐसा रोग है जो किसी भी आयु की महिलाओं को किसी भी अंग में हो सकता है, पर साधारणतः 100 कैंसर पीड़ित महिलाओं में 66 महिलाएं स्तन कैंसर से पीड़ित पाई गयीं।

कैंसर लैटिन भाषा का शब्द है जिसका अर्थ है कड़ा। इस रोग का आरंभिक रूप कड़ी ग्रंथि, कड़े अर्बुद अथवा कड़ी गिल्टी के समान होता है। इसलिए इसे कैंसर कहते हैं। जैसे तो साधारणतः यह बड़ी उम्र का रोग है पर यह 18 वर्ष की लड़की से लेकर 75 वर्ष की वृद्धा में भी पाया जाता है।

अतः स्तन कैंसर किसी भी उम्र की महिला को हो सकता है। चाहे वह विवाहित हो या अविवाहित अथवा संतानवान हो या निसंतान। फिर भी 40 साल की उम्र के उपरांत प्रत्येक महिला को सचेत रहना चाहिए।

कारण एवं लक्षण

यह एक प्रकार की पीड़ा देने वाली गांठ है। स्तन में एक गांठ की तरह होती है तथा फिर धीरे-धीरे बढ़ती है। पहले इसमें दर्द नहीं रहता, दबाने से भी दर्द मालूम नहीं होता, किन्तु बाद में दर्द होने लगता है।

बहुत सी अवस्थाओं में स्तन के पुराने प्रदाह को कैंसर समझने की भूल होती है। किन्तु स्तन के पुराने प्रदाह तथा कैंसर में यह अंतर है कि कैंसर में सदैव एक मात्र गांठ होती है, इसमें प्रथम अवस्था में दर्द नहीं रहता तथा यह छाती के मांस के साथ जुड़ जाती है एवं स्तन को विकृत कर देती है तथा ऊपर की ओर खिंचाव पैदा करती है। इसके विपरीत स्तन का पुराना प्रदाह दर्दयुक्त कई गांठों के साथ उत्पन्न होता है। इससे स्तन विकृत नहीं होता तथा यह छाती को चमड़ी तथा नीचे के मांस के साथ संलग्न नहीं करता।

साधारणतया कैंसर 25 वर्ष की आयु से पहले नहीं होता और यह रजोनिवृत्त के बाद ही प्रकाश में आता है।

यह स्मरण रखना चाहिए कि स्वस्थ शरीर में कभी कैंसर नहीं हो सकता। जब विभिन्न कारणों से शरीर में दूषित पदार्थों का संचय होकर दूषित रक्तप्रवाह शरीर में एक विशेष विकारग्रस्त अवस्था उत्पन्न करता है, केवल तब ही कैंसर

थे। होता है। इसलिए ऐसा कहा जाता है, canore, as a rule is the outcome of degeneration-यह एक साधारण नियम है कि देह के तन्तुओं की विकारग्रस्त अवस्था में ही यह रोग होता है।

अधिकतर स्तन कैंसर उन महिलाओं को होता है जिनकी अधिक संतान न हुई हों या फिर जो काफी समय तक अविवाहित रही हों या फिर अपने बच्चों को स्तनपान न कराती हों या फिर इसके अलावा स्तन कैंसर उन महिलाओं को भी हो सकता है जिनका मासिक धर्म असामान्य होता है। इसके अतिरिक्त जो स्त्रियां अधिक चिकनाई युक्त भोजन करती हैं, शरीर से भारी हैं, या जिनको स्तनों पर किसी कारण चोट लग गई हों वे किसी भी स्तन कैंसर का शिकार हो सकती हैं। सर्वप्रथम यह कैंसर स्तनों के आसपास के दायरे को प्रभावित करता है। फिर लासिका ग्रथियों पर तथा रक्त द्वारा फैंफडों व हड्डियों में प्रवेश कर जाता है। स्तन कैंसर किसी भी स्तन में हो सकता है लेकिन बायें स्तन में इसका प्रकोप ज्यादा होता है। स्तन कैंसर का पूरी तरह से इलाज हो सकता है परन्तु अधिकांश महिलाएं लक्षण बताने तथा इसका परीक्षण कराने से हिचकती हैं। जिसके कारण रोग को अपनी जड़ जमाने के लिए समय मिल जाता है। स्तन कैंसर को आसानी से पहचाना जा सकता है। यदि महिलाएं इस समस्या के प्रति जागरूक हों, मसलन स्तन के अग्रभाग का अंदर की ओर धसना, उस भाग में खून या मवाद निकलना आदि।

विस्तृत जांच

बायोप्सी की रिपोर्ट में स्तन कैंसर होने की पुष्टि हो जाती है, तो किसी ऑनक्लोजिस्ट से अपना परीक्षण कराएं। वह आपके रोग की स्थिति की गंभीरता के हिसाब से निर्णय लेगा। इसमें कैंसर का प्रकार, वह किस स्तर तक बढ़ चुका है तथा उसकी जड़े कितनी गहरी हैं आदि सभी बातों का निर्णय किया जाता है इससे रोगी के रोग की सारी स्थिति का अनुमान हो जाता है और फिर उसका उपचार आरंभ किया जाता है।

उपचार विधियां

प्राकृतिक चिकित्सा में स्तन कैंसर से शरीर को दोषमुक्त कर आक्रान्त स्तन को स्वस्थ करने की चेष्टा की जाती है।

एनिमा

स्तन कैंसर से छुटकारा पाने के लिए प्रतिदिन ठंडे पानी का एनिमा लेना आवश्यक है। ठंडे पानी से गांठ संकुचित होती है। कब्ज कैंसर का प्रमुख कारण

है। एनिमा से कब्ज से छुटकारा मिलता है। कैलिफोर्निया विश्व विद्यालय के डाक्टर पेट्रोकिंस तथा डाक्टर किगवाल 14,000 महिलाओं पर शोध कर इस निष्कर्ष पर पहुंचे हैं कि कब्ज का सीधा संबंध स्तन कैंसर से है। उन्होंने अपने प्रयोगों के दौरान यह ज्ञात किया कि कब्ज की स्थिति समाप्त होते ही सिस्टिक स्थिति स्वतः ही समाप्त होने लगी।

2. गरम ठण्डा कटिस्नान

इस स्नान को लेने के लिए दो टबों की आवश्यकता होती है। एक टब में गरम पानी दूसरे में ठंडा पानी भरा जाता है। सिर पर गीला तौलिया रखकर रोगी को गरम पानी वाले टब में 3 या 5 मिनट बैठना है और तत्पश्चात् उठकर ठंडे पानी के टब में 1 से 2 मिनट तक। उसके बाद फिर गरम और ठंडे में इस प्रकार बीच बीच में दूसरी व तीसरी बार गरम पानी में बैठने से पूर्व टब में एक दो मग गरम पानी डालकर इसका तापमान निर्धारित डिग्री तक बनाये रखते हैं ताकी पानी ठंडा न होने पाये। अंत में ठंडे पानी से स्नान कर लेना चाहिए। गर्मियों में गरम पानी का ताप 102 डिग्री F से 106 डिग्री F रखते हैं व ठंडे पानी का ताप 55 से 65 डिग्री F का लेते हैं। अर्थात् शरीर ताप से गरम पानी 5-6 डिग्री अधिक हो, ठंडा भी ताजा हो। जाड़े के मौसम में गरम पानी का ताप 104 से 110 डिग्री तथा ठंडे जल का ताप 65 से 75 डिग्री F रखते हैं। गरम पानी द्वारा क्रिया तुरन्त नहीं होती अतः गरम पानी के टब में दो मिनट से 5 मिनट तक बैठना होता है। टब में बैठने से पहले गर्मियों में ठंडा पानी व जाड़ों में एक गिलास गुनगुना पानी पीकर बैठते हैं। ठंडे पानी के टब में 1 से 2 मिनट तक। उसके बाद फिर गरम और ठंडे पानी में। इस प्रकार यह तीन बार दुहराना है। यह स्नान हमेशा गरम से शुरू और ठंडे पर समाप्त करना चाहिये।

3. धूपस्नान या स्टीमबाथ

प्रतिदिन कुछ देर के लिए धूपस्नान या 5 से 10 मिनटों के लिए वाष्पस्नान (steam bath) अथवा 10 से 15 मिनटों के लिए गरम पैर स्नान (Hot bath) लेकर स्नान कर लेना चाहिए। स्नान के बाद सूखी मालिश कर शरीर को गरम कर लेना चाहिये। बहुत बार केवल स्टीमबाथ या गीली चादर लपेट से ही रोगी निरोगी हो जाता है।

4. कुंजल क्रिया एवं योगासन

स्तन कैंसर से छुटकारा पाने के लिए योग शास्त्र में धौति क्रिया को बहुत लाभकारी बताया गया है। साधारण तौर पर धौती का अर्थ होता है धोना, योग

विज्ञान में धौती का तात्पर्य है उदर, आंतों एवं पेट को जल या वायु से धोना ताकि उन सब अंगों में एकत्रित मल दूर हो जाए और शरीर पूर्ण रूप से स्वस्थ रह सके। पेट को जल से धोने के लिए कामासन में बैठकर दो से तीन गिलास तक गुनगुना पानी पीकर नाभि पर बायां हाथ रखते हुये तुरन्त कमर को झुकाकर सामने की ओर 90 डिग्री अंश को कोण बनाते हुये खड़े हो जायें। अब दाहिने हाथ की मध्यवर्ति तीन उंगलिया (तर्जनी, मध्यमा, अनामिका) मिलाकर मुंह के अंदर तक ले जाएं व जीभ के पिछले हिस्से पर दबाव दें। तुरन्त ही पिया हुआ पानी उल्टी द्वारा बाहर निकलने लगता है। जिससे यकृत, पित्ताशय अमाशय आदि सभी सुचारू रूप से कार्य करने लगते हैं। स्तन कैंसर के रोगियों को एक माह तक प्रतिदिन या सप्ताह में यह क्रिया एक दो बार अवश्य करनी चाहिए। रोगी को प्रतिदिन आधा घंटा योगासन या व्यायाम करना चाहिये। व्यायाम के अभाव में भी स्तनकैंसर उत्पन्न होता है।

5. ऊनी सूती लपेट

रात्री को सोते समय पेट अथवा छाती पर सूती गीली व ऊनी लपेट बांधकर सोना भी स्तन कैंसर में अत्यन्त लाभकारी है।

6. मिट्टी या बर्फ चिकित्सा

कैंसर का प्रबल दर्द बंद करने के लिए बर्फ के समान और कुछ नहीं हैं। बर्फ संग्रह करना कठिन होने पर खूब ठंडे जल की पट्टी या टंडी मिट्टी का प्रयोग करना चाहिये तथा मिट्टी गरम होते ही बार-बार बदल लेना चाहिए। यदि कैंसर से रक्तस्राव हो तो स्राव बंद न होने तक उसके ऊपर केवल पानी की टंडी पट्टी देना चाहिये।

पथ्य आहार

इस रोग में पथ्य पर ध्यान रखना बहुत आवश्यक है। रोगी का पथ्य इस प्रकार का हो जिससे शरीर विकार रहित हो और शरीर का रक्त, स्वस्थ और साफ हो सके। आहार चिकित्सा में स्तन कैंसर के रोगियों को अग्नि के सम्पर्क से बने खाद्य पदार्थ का उपयोग कम से कम करना चाहिये। गेहूँ के जवारे के रस में लैट्राइल पर्याप्त मात्रा में होता है। ये लैट्राइल कैंसर के कोषों को नष्ट करता है। मधुमेह में जो काम इन्सुलिन करता है वही काम कैंसर के लिए लैट्राइल करता है। डॉ. लेट्राइल कैबस के अनुसार मूल बीज में जितनी मात्रा में लैट्राइल होता है इससे सौ गुणा अधिक लैट्राइल अंकुरित खाद्य एवं कोमल ताजा हरी साग सब्जियों में होता है। प्राकृतिक विटामिन ए, सी, ई बीटा कैरोटिन सेलेनियम तथा क्लोरोफिल का भरपूर उपयोग करें जो निम्न में

मौजूद है।

1. प्रातः 5.00 बजे

एक गिलास गेहूँ का पानी (50 ग्राम गेहूँ को पानी में धोकर शीशे के गिलास में भिगों दें) में एक नींबू का रस तथा दो चम्मच शहद मिलाकर पीने का नियम रखें।

2. प्रातः 7.00 बजे

150 ग्राम गेहूँ के पत्तों का रस।

3. प्रातः 9.00 बजे

गाजर, चुकन्दर, काले अंगूर, अनार का एक गिलास जूस पीना चाहिए।

4. दोपहर का भोजन

12.00 बजे अंकुरित अनाज (मूंग, मोठ, चना+फल मौसम के अनुसार)

5. शाम

शाम को 3.00 बजे एक गिलास सब्जियों (पालक, टमाटर, मूली) का 100 ग्राम रस या सब्जियों का सूप पीना चाहिये।

6. रात्री

रात्री को भोजन में अंकुरित अनाज या मौसम के अनुसार फल का प्रयोग करना चाहिये।

8. उपवास

इस रोग में उपवास भी बहुत लाभप्रद होता है। किंतु एक दो दिन के उपवास से कुछ लाभ नहीं होता। इस कठिन रोग का अन्त करने के लिये दो-तीन बार नियमित रूप से दीर्घकालीन उपवास करना चाहिये। उपवास के समय नींबू के रस के साथ काफी मात्रा में जल पीना आवश्यक है।

श्वेतासार एवं चर्बी वाले खाद्य पदार्थ जैसे घी, केला आदि गूदेदार फल, सूखे मेवे, आलू, चीनी, मेदे की चीजें, तली चीजें, तथा नशीली चीजें इस रोग में हानि पहुंचाती हैं।

इस प्रकार जैविक आहार के प्रयोग से कैंसर कोशिकाओं का विभाजन रूक जाता है। रोग-प्रतिरोधक क्षमता की प्रबल वृद्धि होती है। शरीर से कैंसर जीन को अराजक बनाने वाले टाक्सिक वातावरण से शरीर मुक्त होकर निर्मल, स्वच्छ एवं स्वास्थ्य लाभ लेने लगता है। इस प्रकार कैंसर जैसी जानलेना बीमारियां से बचा जा सकता है।



ज्ञानदीप से ही पाप मुक्ति संभव है

○ साध्वी समता श्री

प्राचीन काल से चली आ रही परंपरा का निर्वाह करते हुए महाराज यवराज ने जीवन के अंतिम पड़ाव में दीक्षा ग्रहण की। उन्होंने अपनी विशाला नगरी का राज्यभार अपने पुत्र राजकुमार दर्गभिल्ल के अपरिपक्व कंधों पर डालकर स्वयं संन्यासी हो गये। राजकुमार अभी बालक ही था अतः राज्य का सारा भार वृद्ध मंत्री दीर्घ पृष्ठ पर था। राजा की कन्या अणुल्लिका अभी बहुत छोटी थी। दोनों की देख रेख मंत्री दीर्घ पृष्ठ ही कर रहा था। लेकिन मंत्री दीर्घ पृष्ठ का मन कुटिलता से भरा था। वह येनकेन प्रकारेण आज्ञा गर्दभिल्ल को मारकर अपने पुत्र को राजा बनाना था।

इधर यव राजर्षि सन्यास ग्रहण कर सेवा कार्य में जुट गये। आचार्य जब भी उन्हें अध्ययन के लिए प्रेरित करते तो वह यह कहकर कि मैं बूढ़ा हो चुका हूँ मुझसे शास्त्र आदि कण्ठस्त नहीं हो सकते हैं अतः मैं सेवा द्वारा ही अपने कर्मों को काटना चाहता हूँ।

आचार्य ने राजर्षि में अध्ययन की प्रेरणा जगाने के लिए एक मार्ग निर्धारित किया। उन्हें अपने गृह राज्य विशाला के नगर-जनों एवं राज-परिवार को उपदेश देने के लिए विशाला भेजा। आचार्य की आज्ञा स्वीकार करके यवराज ऋषि चल पड़े। चलते-चलते थक गए अतः मार्ग में एक वृक्ष की छाया में विश्राम करने के लिए बैठे। पास ही में एक जौ का खेत लहलहा रहा था। पकी-पकी सुनहली बालें देखकर खेत के किनारे खड़े एक गधे के मुंह में पानी बह रहा था। वह बार-बार खेत में घुसने की कोशिश कर रहा था, किंतु सामने डंडा लिए हुए खड़े किसान को देखकर फिर पीछे हट जाता। उसकी यह चेष्टा देखकर किसान एक गाथा गुनगुनाने लगा-

“ओहावसि पहावसि ममं चव निरक्खसि।

लक्खिओ ते अभिप्पाओ, जवं भक्खसि गददाहा?”

“—हे गर्दभ ! तू इधर-उधर क्यों घूम रहा है? कभी आगे बढ़ता है, फिर पीछे हट जाता है। तू मुझे ही देख रहा है ना? यव (जौ) खाने का ही तो तेरा इरादा है—मैं समझ गया।”

किसान के मुंह से यव ऋषि ने यह गाथा सुनी। उन्हें बड़ी अच्छी लगी। सोचा-चलो, इसी गाथा के आधार पर विशाला में एक दिन का उपदेश हो

जाएगा। मुनि ने गाथा याद कर ली। जब मन होता है, तो हर चीज याद हो जाती है। मुनि गाथा को याद करके आगे बढ़ चले।

यव ऋषि एक गांव में पहुंचे। गांव के बाहर मैदान में बालक ‘गिल्ली डंडा’ खेल रहे थे। गिल्ली कहीं दूर गड्ढे में जा गिरि, तो बालक उसे इधर उधर खोजने लगे। एक बालक, जो खेल में बड़ा चतुर था, उसने एक गाथा बोली—

‘इओ गया तओ गया, जोइज्जंती न दीसई।

अम्हे न दिट्ठा तुम्हे न दिट्ठा, अगडे छूढा अणुल्लिया।’

‘—इधर से गई, उधर से गई। देखने पर भी कहीं दिखाई नहीं दे रही है। न हमने देखी, न तुमने देखी। मालूम होता है, वह गड्ढे में पड़ी है।’

बालक के मुंह से गाथा सुनकर ऋषि ने इसे भी याद कर लिया। सोचा अब दो दिन के उपदेश की तैयारी हो गई है, और वे आगे बढ़ गए।

पद-यात्रा करते-करते यव राजर्षि विशाला नगरी में पहुंचे। नगर में पहुंचते-पहुंचते संध्या हो गई, तो यव ऋषि नगर के बाहर एक कुम्हार के घर पर रात्रि विश्राम के लिए ठहर गये।

मुनि के सामने ही एक चबूतरे पर कुम्हार बैठा था। उसने देखा कि एक चूहा बार-बार उसके आस-पास बड़े मजे से दौड़ रहा है। कुम्हार थोड़ा सा हिला, तो चूहा मारे डर के भाग गया। फिर आया, और कुम्हार को देखते ही वह डर कर फिर बिल में घुस गया। चूहे को इस तरह भयभीत देखकर कुम्हार सहसा बोल उठा। उसने चूहे को लक्ष्य करके एक गाथा कही—

“सुकुमालग भददलया, रत्तिं हिंडणसीलया।

मम पासाओ नत्थि ते भयं, दीहपिट्ठाओ ते भयं।।”

“—हे सुकुमार भद्र मूषक! मैं जानता हूँ—रात के अंधेरे में इधर-उधर घूमने का तुम्हारा स्वभाव है, तो भाई, मजे से घूमो-फिरो। मुझ से डरने की जरूरत नहीं है। तुम्हें मुझ से कोई भय नहीं, भय तो दीर्घ-पृष्ठ (सांप) से है।”

यव ऋषि ने कुम्हार के मुंह से यह गाथा सुनी, और याद कर ली। मुनि बैठे-बैठे मार्ग में सुनी हुई पहले की दोनों गाथाएं और तीसरी यह—यों तीनों गाथाएं बार-बार दुहरा रहे थे।

राजकुमार गर्दभिल्ल बड़ा होने के बाद राज-काज स्वयं संभालने लग गया था। मंत्री दीर्घपृष्ठ स्वयं को राज्य का कर्ता-धर्ता समझता था। अतः वह प्रत्येक कार्य में हस्तक्षेप करता और राजाज्ञा से भी अधिक अपनी आज्ञा का ध्यान रखना

चाहता। गर्दभिल्ल को यह नहीं जंचता था। उसका पुरुषत्व उसे मंत्री के हाथ की कठपुतली बनना कभी बर्दाश्त नहीं कर सकता था। युवा राजा और वृद्ध मंत्री के बीच यह मानसिक द्वन्द्व बढ़ता चला गया। दीर्घपृष्ठ तो कुटिल था। वह मन ही मन राजा को समाप्त करके अपने पुत्र को राज-गद्दी पर बैठाने का षडयंत्र रच रहा था। इसी षडयंत्र के तहत उसने राजकुमारी अणुल्लिका जो बड़ी सुंदर और चतुर थी उसे अपने तहखाने में बंदी बना दिया। क्योंकि वह उसे अपनी पुत्र-वधु बनाना चाहता था। गर्दभिल्ल ने बहन की बहुत खोज की, पर वह उसे नहीं खोज पाया। इधर राजा की हत्या का षडयन्त्र चल ही रहा था कि मंत्री को यव राजर्षि के आगमन की सूचना मिली। मंत्री घबड़ा गया, सोचा—‘राजर्षि ने यदि अपने ज्ञान बल से मेरा भंडाफोड़ कर दिया, तो मैं कहीं का भी नहीं रहूंगा। यह तो कांटा है, रात रात में इसे निकाल देना चाहिए। पर, राजर्षि की हत्या? यदि राजा को खबर मिली, तो इसका परिणाम क्या होगा?’—दीर्घपृष्ठ इन्हीं गहरे विचारों में उलझ गया।

....—पिता की हत्या, पुत्र के हाथ से। यही तो राज-परम्परा का इतिहास रहा है।—दीर्घपृष्ठ के धूर्त दिमाग में सहसा एक विचार उठा, और उसी क्षण रात के अंधकार में अकेला ही राजमहल की ओर चल पड़ा।

राजकुमार ने रात में मंत्री को आया देखकर आश्चर्य किया। मंत्री बहुत गंभीर था। कोई बहुत गहरी चिंता उसके चेहरे पर छाई हुई थी। राजकुमार भी गंभीर हो गया। दोनों मंत्रणा कक्ष में चले गए।

मंत्री ने राजकुमार को बहकाया—‘यव राजर्षि साधना से भ्रष्ट होकर पुनः राज्य हथियाने के लिए आ रहे हैं। वे नगर के बाहर अमुक कुम्हार के घर पर ठहरे हैं। एक योग-भ्रष्ट राजा पुनः राज-सिंहासन पर बैठे, इससे तो विशाला की उज्ज्वल कीर्ति कलंकित हो जाएगी। और फिर राज्य-च्युत होने के बाद आपके पराक्रम का भी क्या मोल रहेगा? क्षत्रिय का राज्य-च्युत हो जाना मृत्यु से भी बढ़कर है। इसलिए सोचिए, क्या किया जाए? मैं इसीलिए आपकी सेवा में आया हूँ कि जैसे भी हो रात-रात में ही इस महान् संकट का प्रतिकार कर देना चाहिए। अन्यथा, प्रातः राजर्षि नगर में आयेगें, राज्य मांगेगें। और हो सकता है, जनता में विद्रोह भी फैला दें। राज्य में गृह युद्ध खड़ा हो जाने पर आप कहीं के भी न रहेंगे।’

मंत्री की कपटपूर्ण बातों में राजकुमार आ गया। कुछ क्षण तो उसे—

विश्वास नहीं हुआ, किंतु मंत्री का कपट बड़ा गूढ़ था लेकिन उसकी कुटिलता की उसके चेहरे पर कोई झलक भी नहीं थी, वही गम्भीरता और स्वामी-भक्ति का ढोंग! राजकुमार ने कहा—‘मन्त्रीवर! आप ही बतलाइए, इस संकट से किस प्रकार बचा जाए?’

मंत्री बोला—‘महाराज! राज्य को हड़पने की कोशिश करने वाला चाहे भाई हो, पुत्र हो या, पिता हो, वह राज्य का शत्रु है। और, शत्रु के लिए क्षत्रिय की तलवार ही अंतिम फैसला करती है।’

‘तो क्या राजर्षि की हत्या’ राजकुमार चौंक पड़ा।

मंत्री ने गंभीर होकर कहा—‘राजधर्म तो यही कहता है। बाकी आपकी इच्छा।

‘नहीं, यह तो नहीं हो सकता ! और इधर पितृ-हत्या... ऋषि हत्या.... यह भी कैसे सम्भव हो सकता?’

‘महाराज ! जो ऋषि संसार के भोगों को टुकरा कर पुनः उन्हीं के दलदल में फंसना चाहे, वह कैसा ऋषि ? और पिता पुत्र को राजा बनाकर पुनः उसे सेवक बनाने के लिये प्रयत्न करे, वह कैसा पिता?’ आप अपना राज-धर्म भूल रहे हैं राजनीति में न कोई पिता है न पुत्र। न कोई बंधु है, न मित्र। स्वर्क्षा ही राज धर्म है।

मंत्री की बात पर राजकुमार चुप था। कुछ क्षण किंकर्तव्य-विमूढ़ सा सोचता रहा और फिर एकदम हाथ में तलवार लेकर खड़ा हो गया। ‘अच्छा, आप जाइए, मैं हर मूल्य पर अपने राज-धर्म की रक्षा करूंगा।’

मंत्री का तीर ठीक निशाने पर लग चुका था। राजकुमार अंधेरी रात में अकेला हाथ में तलवार लेकर निकल पड़ा— पिता की हत्या करने! एक ऋषि का वध करने।

राजकुमार कुम्हार के घर पहुंचकर इधर-उधर घूमने लगा। भीतर से कुछ आवाज आ रही थी। राजकुमार ने खिड़की में से अन्दर झांक कर देखा, तो राजर्षि बैठे कुछ चिंतार रहे थे। वे रास्ते में सुनकर याद करे हुए पद्य को दोहरा रहे थे—

‘ओहावसि पहावसि मम चैव निरक्खसि।

लक्खिओ ते अभिप्पाओ, जवं भक्खसि गददाहा?’

उक्त गाथा सुनकर राजकुमार ने सोचा—ऋषि मुझे संबोधित करके कह रहे हैं—‘गदहा (गर्दभिल्ल!) तू इधर-उधर घूम रहा है, मुझको बार-बार देख रहा है। मैं समझ गया—तू यव (यव राजर्षि) को खा जाना चाहता है।’ यह सुनते ही

राजकुमार के हाथ की तलवार नीचे गिर गई। उसने सोचा—“राजर्षि ज्ञानी हैं। वे मेरा अभिप्राय जान चुके हैं। पर देखता हूँ वे मेरे मन के अंदर की (बहन के खो जाने की) ग्रंथि को खोल सकते हैं या नहीं?” तभी ऋषि ने दूसरी गाथा दुहराई—

‘इओ गया तओ गया, जोइज्जंती न दीसई

अम्हे न दिदवा तुम्हे न दिदवा, अगडे छूढा अणुल्लिया।

—इधर से गई, उधर से गई। अणुल्लिया (राजकन्या) न तुम्हें दिखाई दी, न मुझे ही। किन्तु, मालुम होता है—वह तहखाने में पड़ी है।

गाथा सुनते ही राजकुमार के मन की गांठ खुल गई। सोचा—ऋषि ने स्पष्ट बतला दिया है कि अणुल्लिका (राजकुमारी) तहखाने में पड़ी है। अवश्य ही किसी ने उसे भूमि गृह में छिपा रखा है। राजकुमार का विचार बदल गया। इतने ज्ञानी होकर भी ऋषि मेरा राज्य छीनने के लिए आए हैं? ये तो बड़े ज्ञानी और प्रभावशाली हैं। वस्तुतः बहुत बड़ा खतरा है, जनता सब इन्हीं के पक्ष में हो जाएगी। ओर ये एक ही झटके में राज्य छीन लेंगे। इन्हें रास्ते से हटाऊँ भी तो कैसे? ये मेरे दिल की बात को जान चुके हैं। तभी ऋषि ने तीसरी गाथा दुहराई—

‘सुकुमालग भददलया, रत्तिं हिंङणसीलया।

मम पासओ नत्थि ते भयं, दीहपिदवाओ ते भयं।।’

—सकुमार, मैं जानता हूँ—रात के अंधकार में घूमने की तेरी आदत है। तो घूम मजे से डर क्यों रहा है? मेरे से तुझे कोई भय नहीं है, भय है तो दीर्घपृष्ठ (मंत्री) से है।

तीसरी गाथा सुनते ही राजकुमार के आंखों के सामने अंधेरा छा गया। सोचा—“राजर्षि ने मेरे अंतर को भली भांती समझ लिया है। इसलिए साफ चेतावनी दे रहे हैं कि—मुझसे तुझे कोई भय नहीं है। पर, दीर्घपृष्ठ (मंत्री) से तुझे भय है। मंत्री से क्या भय हो सकता है? वह तो मेरे राज्य का संरक्षक है। नहीं, नहीं! मुनि तो मनोज्ञानी है। जब ये कह रहे हैं, तो अवश्य ही दाल में कुछ काला है। चलो अभी ऋषि चरणों में गिरकर क्षमा मांगू। इनका उद्देश्य तो पवित्र आत्म—साधना का है। निरर्थक ही मैं भटक गया। इतना बड़ा पापाचार! पिता की हत्या! और वह भी ऋषि के रूप में।” राजकुमार के विचारों में एकदम परिवर्तन आ गया। वह मुनि के सामने आकर चरणों में गिर पड़ा, और रोने लग गया।

अंधेरी रात में राजकुमार को इस तरह अकेला आया देखा, राजर्षि को भारी विस्मय हुआ। इस तरह हाथ में नंगी तलवार और फूट-फूटकर रोना— उसके

आने का अभिप्राय स्पष्ट कर रहे थे। मुनि ने उसे आश्वस्त किया। राजकुमार ने अपनी दुष्टता का बखान करते हुए मुनि से क्षमा मांगी।

मुनि दंग रह गए। एक पुत्र द्वारा राज्य के—लोभ में पिता की हत्या, और एक ऋषि की हत्या तक करने को भी तैयार हो सकता है? हाय रे! लालच।

मुनि ने राजकुमार के सर पर हाथ रखा और सान्त्वना दी। मुनि तो क्षमा—के अवतार थे, वहां क्रोध और घृणा का सवाल ही नहीं था।

राजकुमार महल में लौट आया। मंत्री के प्रति उसका मन आशंकाओं से भर गया। मंत्री की मीठी बातों में उसे कपट के जहर का सागर लहराता दिखाई दिया। प्रातः होते—होते राजा ने मंत्री के घर को घेर लिया और तलाशी लेने का आदेश दिया। चारों ओर सशस्त्र सैनिक तैनात हो गये। मंत्री और उसका परिवार सेना के पहरे में था। विश्वस्त सैनिकों ने पूरे घरकी तलाशी ली एक भूमि ग्रह में राजकुमारी अणुल्लिका बेहोश पड़ी मिल गई। राजकुमारी के मिलते ही मंत्री के षड्यंत्र का भंडाफोड़ हो गया राजा ने तुरन्त मंत्री को सपरिवार अपने देश से, राज्य निकल जाने का आदेश दे दिया।

राज परिवार सहित अपार जन समुदाय महान् ज्ञानी यव राजर्षि के स्वागत में उमड़ पड़ा। राजर्षि ने विशाला के नागरिकों एवं राज—परिवार को उपदेश दिया। ज्ञान और विद्या का चमत्कार सामने आ गया। उन्होंने बताया कि ‘तीन लघु पद्यों ने विशाला के साम्राज्य को डूबने से उबार लिया।’ ज्ञान कितना महत्वपूर्ण है ज्ञान और अध्ययन के प्रति ऋषि के हृदय में उत्कृष्ट उत्कंठा जाग गई। ऋषि की धर्म प्रेरणा से विशाला के नगरजन सब ज्ञानाराधना में पूरी उमंग के साथ लग गए।

इस छोटी—सी घटना ने वह चमत्कार कर दिया कि सिर्फ एक जन्म का ही नहीं, बल्कि अनन्त जन्मों का अज्ञान ज्ञानदीप जलते ही समाप्त हो गया।

दुःखः को धैर्य से सहना चाहिए। उसके सामने घुटने नहीं टेकने चाहिए। दुःखः की तरह सुख को भी सावधानी से बरतना चाहिए। -आचार्य विनोबा

एक ही धर्मतत्व को प्राणी पृथक-पृथक रूप में ग्रहण करते हैं। -सूत्रकृतांग

गीतिका
साध्वी मंजु श्री

लगा लेना भाई रे, प्रभु में तू ध्यान है
शुद्ध हृदय से होता, तेरा कल्याण है।
माया में फंसकर तूने, जीवन रुला दिया,
धन दौलत के पीछे प्रभु को भूला दिया,
रहती परेशानी हरदम तड़फते प्राण है।
सफल बनावे घड़ियां व्यर्थ नहीं खोना,
ज्योति जला कर अंदर मोती पियोना,
काल लगाता तेरे सिर पर निशान है।
सुकृतं का दरिया बहता, मनको तू धोले
सुख के लिए तू मृग ज्यों, वन-2 डोले
भरा खजाना अंदर, देख रे नादान है।
हीरा यह जन्म मिला है, काग को उडारोगा
मूर्ख बाह्यण सम आखिर, आंसू बहाएगा
वापस करेगा 'मंजू' चोरासी प्रयाण है।

मैं नहीं पूछता, राम का नाम कितनी बार लिया है
और यह भी नहीं पूछता दान पुण्य कितना किया है
मुझे तो यह बताए धर्म और भगवान के नाम पर
आज तक इंसान को धोखा कितनी बार दिया है।

मैं नहीं कहता परम्पराओं को आप तोड़ दीजिए
अपना संबंध दूसरे सम्प्रदाय से जोड़ लीजिए
पर एकता की बात नहीं सुहाती धर्माचार्यों
तो कम-से फूट डालने का काम तो छोड़ दीजिए।

○ आचार्य रूपचन्द्र

मासिक राशि भविष्यफल—:फरवरी 2006

डा. एन.पी. मित्तल, पलवल

मेष—मेष राशि के जातकों के लिये यह माह व्यापार—व्यवसाय की दृष्टि से उत्तरार्ध में अच्छा तथा पूर्वार्ध में सम स्थिति लिये हुए होगा। व्यस्तता अधिक रहेगी। लोग आपको उकसाने का प्रयास करेंगे, किन्तु आप अपने आप पर काबू रखें। अचानक लाभ मिलने पर उस पैसे को ऐसे ही खर्च न कर दें, कुछ बचा कर रखें। समाज में मान प्रतिष्ठा बनी रहेगी। जीवन साथी के साथ सामन्जस्य बना कर रखना ही श्रेयस्कर रहेगा। स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहें।

वृष—वृष राशि के जातकों के लिये यह माह व्यापार—व्यवसाय की दृष्टि से सामान्य लाभ देने वाला है। आपकी बुद्धिमत्ता पूर्ण बनाई गई योजना आपके काम आयेगी। आपके मित्र आपका साथ देंगे किन्तु बिना बढ़े किसी अनुबंध पर हस्ताक्षर न करें। धोखा हो सकता है। इस माह व्यस्तता अधिक रहेगी जिससे शारीरिक थकान हावी रहेगी तथा मानसिक चिंता भी बनी रहेगी।

मिथुन—मिथुन राशि के जातकों के लिये यह माह—व्यापार—व्यवसाय की दृष्टि से श्रम साध्य लाभ वाला होगा। मेहनत अधिक करनी पड़ेगी तभी जाकर लाभ होगा। आवश्यकता से अधिक किसी पर विश्वास न करें। कुछ भविष्य की कारगर योजनाओं पर विचार करेंगे जिसमें कोई निकट का संबंधी सहायक होगा काम करते हुए अपनी सेहत का अवश्य ध्यान रखें। समाज में मान प्रतिष्ठा बनी रहेगी।

कर्क—कर्क राशि के जातकों के लिये यह माह व्यापार—व्यवसाय की दृष्टि से लाभालाभ की स्थिति लिये होगा। आपके स्वभाव और सहन शक्ति पर बहुत कुछ निर्भर करेगा। कुछ कार्य परिवर्तन के योग भी बन सकते हैं। कार्य की अधिकता वश स्वास्थ्य विपरीत रूप से प्रभावित होगा। कमाये हुए धन की सुरक्षा की ओर विशेष ध्यान दें। मित्र व परिवार जनों में मनमुटाव हो सकता है। धैर्य से काम लेना होगा। अपने क्रोध पर काबू न रखा तो समाज में मान—प्रतिष्ठा पर भी आंच आ सकती है। जीवन साथी की सलाह की अनदेखी न करें।

सिंह—सिंह राशि के जातकों के लिये व्यापार—व्यवसाय की दृष्टि ये यह माह श्रम साध्य लाभ देने वाला है। केवल भाग्य के सहारे बैठे रहने से कार्य सिद्धि नहीं होगी। इसके लिए पुरुषार्थ भी करना पड़ेगा परिवार में सामन्जस्य बनाए रखने में काफी मेहनत करनी पड़ेगी। ये जातक अपनी बीमारी के प्रति लापरवाह रहेंगे।

जिसके कारण सेहत तो खराब होगी ही, धन हानि भी होगी। समाज में यश मान प्रतिष्ठा बनी रहेगी।

कन्या—कन्या राशि के जातकों के लिये यह माह व्यापार—व्यवसाय की दृष्टि से प्रचुर लाभ देने वाला है योजनाएं बनेंगी तथा कुछ का क्रियान्वयन भी होगा। समाज में आपकी अलग पहचान बनेगी। जहां एक ओर व्यावसायिक लाभ के योग हैं, वहां यह भी हो सकता है कि चोरों को आपके यहां चोरी करने का मौका मिल जाए। होशियार रहने की आवश्यकता है। स्वास्थ्य कुछ नरम रहेगा। समाज में मान प्रतिष्ठा बनी रहेगी। अपने जीवन साथी की सलाह को नजरअंदाज न करें।
तुला—तुला राशि के जातकों के लिये यह माह व्यापार व्यवसाय की दृष्टि से यथेष्ट लाभकारी है। कार्यस्थल का कोई बदलाव भी हो सकता है। नौकरी पेशा जातकों का भी तबादला हो सकता है। किसी भी मामले में अति हानिकारक सिद्ध होगी। अपने जीवन साथी व अपने बुजुर्गों के स्वास्थ्य की ओर ध्यान दें। छोटी बड़ी यात्राएं जिनसे आपको लाभ होगा। साझेदारी के कार्य भी सुचारू रूप से चलेंगे। समाज में मान—इज्जत बनी रहेगी।

वृश्चिक—वृश्चिक राशि के जातकों के लिये यह माह व्यापार—व्यवसाय की दृष्टि से संघर्ष के पश्चात् अल्प लाभ वाला है। किसी स्कीम में निवेश के लिए अच्छा समय नहीं है। कार्य से संबंधित छोटी बड़ी यात्राएं होंगी जिनमें चोट लगना सम्भावित है। यात्रा करने से पहले अच्छी प्रकार सोचें, जल्दी न करें। परिवार में सामन्जस्य बनाए रखना आवश्यक होगा। किसी भी कार्य को करने के लिये सीमा से बाहर कोशिश न करें। स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहें।

धनु—धनु राशि के जातकों के लिये व्यापार—व्यवसाय की दृष्टि से यह माह कठिन परिश्रम करके लाभ अर्जन करने का है। इस माह भूमि भवन के योग तो बनेंगे परंतु कोई न कोई ऐसा कारण बनेगा कि बात सिर चढ़ते चढ़ते रह जाएगी। परिवार जनों से मन मुटाव संभावित है जिससे मानसिक चिंता बनेगी। आय से व्यय अधिक होगा। ये जातक इस माह सट्टा, लाटरी आदि से दूर रहें तो अच्छा है। आपको दिशा निर्धारण बड़े सोच समझ कर करना है। स्वास्थ्य का ख्याल रखें।

मकर—मकर राशि के जातकों के लिये व्यापार—व्यवसाय की दृष्टि से यह माह अच्छा है किंतु किसी भी कार्य में जोखिम उठाने से बचे। साझेदारों से वाद—विवाद हो सकता है। दिमागी संतुलन बनाए रखें। अड़ियल रवैये की जगह कुछ विचारों में लचीला पन लाएं। निवेश के लिये समय अच्छा है। आपने जो

लक्ष्य बनाया है उससे उत्तर दिशा में जाएंगे तो कार्य सिद्धि नहीं होगी। दाम्पत्य जीवन में सामन्जस्य यथा संभव बना रहेगा। समाज में यश मान प्रतिष्ठा बनी रहेगी।

कुंभ—कुंभ राशि के जातकों के लिये यह माह व्यापार व्यवसाय की दृष्टि से उत्तम है। कार्य में सफलता मिलेगी। साझेदारी के कार्यों में भी उन्नति आयेगी। कोई महत्वपूर्ण योजना भी बन सकती है। भूमि भवन के योग भी बनेंगे। कुछ खर्चा अधिक होगा पर आप विचलित नहीं होंगे। नौकरी पेशा जातकों के लिये भी समय अच्छा है। दाम्पत्य जीवन सामान्यतया सुखी रहेगा। समाज में मान, प्रतिष्ठा बनी रहेगी।

मीन—मीन राशि के जातकों के लिये यह माह व्यापार—व्यवसाय की दृष्टि से माह लाभ दायक नहीं कहा जाएगा। पुरुषार्थ बहुत अधिक करना पड़ेगा फिर भी लाभ बहुत अल्प ही होगा। नये नये तरीकों से आप धनार्जन की कोशिश करेंगे पर कामयाबी से दूर रहेंगे। बहुत सोच समझकर चलने का समय है। कोई भी जोखिम भरा कार्य न करें। रूपये के लेने देन में भी होशियार रहें, धोखा हो सकता है। अपने तथा अपने जीवन साथी के स्वास्थ्य के विषय में सचेत रहें।

इति शुभम्

हास्य-प्रसंग

एक अंग्रेज और भारतीय दोनों एक जगह मिले। अंग्रेज ने कहा—दोस्त, हमारे यहां की सभ्यता के बारे में जानते हो। हमारे यहां सभ्यता कहीं ओर देखने को नहीं मिलती। भारतीय—वो कैसे?

अंग्रेज देखो दोस्त हमारे यहां सभी को अंग्रेजी आती है यहां तक कि गीदड़ को भी। भारतीय—यार वो कैसे? अंग्रेज—देखो, जब उसके पास कोई जाता है तो वह बड़ी जोर से कहता है—“हू..आर..यू।” है ना!

भारतीय—वाह—वाह। अब सुनो दोस्त मेरे भारत की सभ्यता। हमारे यहां बिल्ली को बड़ा ही सभ्य माना जाता है।

अंग्रेज—“यार दोस्त! बिल्ली, बट हाऊ।”

भारतीय नहीं समझे यार। तो सुनो—हमारे वहां बिल्ली को जब भी अंदर आना होता है तो पहले वो पूछती है कि—मि आऊं। यानी मैं आ जाऊं। अगर उसे मना कर दोगे तो वो चली जाएगी। और हां कहोगे तो वो चुप चाप चली आएगी।

देखा दोस्त!

श्री फतेह लाल जी जैन की पौत्री तथा विजयबाबू की पुत्री कुमारी छवि लगभग 15 साल की होगी। अभी-अभी अचानक गुजर गई। बाथरूम में गई थी स्नान करने और वहीं गिर पड़ी। अभी वह पूर्ण रूप से स्वस्थ थी कुछ सालों पहले उसके मिर्गी की शिकायत थी लेकिन अभी सात, आठ साल से कोई बीमारी नहीं। कोई दवा नहीं खाती थी। पता नहीं क्या हुआ। जांच करने वाले डाक्टरों ने यही बताया कि हार्टफैल हो गया। इतने छोटे बच्चे के क्या हार्ट फैल होगा। सांसों का कोई भरोसा नहीं है। कब कहां रुक जाती है इसलिए व्यक्ति को पग-पग पर मौत को सामने रखकर चलना चाहिए।

विजय बाबू आचार्य श्री रूपचन्द्र जी महाराज के परम भक्त हैं। जब उन्होंने छवि के निधन की सूचना दी तो गुरुदेव से कहा-गुरुदेव अब ओर मेरी कितनी परीक्षाएं बाकी हैं ? पहले तो पिताजी का बिजनेस छूटा। अपने पिताजी द्वारा बनाया मकान छूटा। हमारा क्या खान, दान था। क्या पिताजी का नाम था कितने वे धार्मिक व्यक्ति थे। आज उन्हीं की संतान में कितने कष्टों से धिर गया। और तो हुआ सो हुआ लेकिन इकलौति संतान एक लड़की थी जिसको देखकर हम अपना मन बहलाते थे। गुरुदेव हमारा दुर्भाग्य कब दूर होगा?

गुरुदेव श्री रूपचन्द्र जी महाराज व संघप्रवर्तिनी साध्वी मंजुला श्री जी ने विजय बाबू को और उनकी धर्म पत्नी को सान्त्वना देते हुए फरमाया कि विजय बाबू आप तो समझदार हैं। थोड़ा धैर्य रखें। जिस आत्मा के साथ जितना संयोग है उसको न कोई बढ़ा सकता है। न कोई घटा सकता है। काल न बच्चा देखता है, न वृद्ध और जवान अचानक आकर धावा बोलता है। अब आप जितने मोह लिप्त होंगे। उतनी ही छवि की आत्मा को कष्ट होगा। आप जानते हैं आत्माओं का संबंध कोई एक जन्म का नहीं होता। भव भव का रिश्ता होता है। आत्मा अमर है। प्राणी एक शरीर को छोड़ कर दूसरा शरीर धारण कर लेता है, फिर भी पिछले जन्म के संस्कार हैं कोई टूट नहीं जाता। अब तो आपका यही फर्ज है कि आप उस की सद्गति की कामना करें और मन में सोचें कि छवि हमारे से दूर नहीं है। इसी से आपका शोक संताप दूर होगा। और कोई चारा नहीं है।

जैन संगम और मानव मंदिर मिशन आपके शोक संतप्त मानस के साथ अपनी संवेदना प्रकट करते हैं तथा स्वर्गीय आत्मा की शांति के लिए प्रयत्न शील हैं।

राजधानी समाचार-

परम पूज्य गुरुदेव महामहिम आचार्य श्री रूपचन्द्र जी महाराज परम पूज्या संघ-प्रवर्तिनी साध्वी श्री मंजुला श्री जी महाराज अपने धर्म परिवार के साथ मानव मंदिर केंद्र दिल्ली में सानन्द विराजमान हैं। धर्म की प्रभावना उत्तरोत्तर विकासोन्मुख है। बाहर से दर्शनार्थियों का आवागमन बराबर बना रहता है। यद्यपि इस बार सर्दी ने अपने सारे रिकार्ड तोड़ दिये थे। दिल्ली में जीरो डिग्री तापमान देखकर मन गंभीर हो गया कि यहां जीरोडिग्री में यह हालत हो गई है तो ठंडे प्रदेशों में देश की सीमाओं की रक्षा करने वाले वीर जवानों का क्या हाल होता होगा। जो इस कड़े मौसम में भी सीमापर खड़े अपने वतन की रक्षा करते हैं। या फिर उन लोगों का ध्यान आया जो जम्बू कश्मीर आदि इलाकों में भूकम्प से बेघर हो गये हैं। तथा उन तक कोई सहायता नहीं पहुंच पाई होगी। या फिर वह गरीब लोग जिनके पास दो जून की रोटी और तन ढकने के लिए कपड़ा नहीं है। हे प्रभो! सुख सम्पत्ति के नशे में चूर उन लोगों के मन में यह भावना जगा दो जिससे वे उन जरूरत मंद लोगों तक कुछ सहायता पहुंचा सके क्योंकि वे समर्थ हैं। इन सभी बातों को ध्यान में रखकर मानव मंदिर मिशन इन सेवा कार्यों को करता है।

अभी हाल ही में जैन आश्रम के पीछे बनी झुग्गियों में आग लग गई थी। सभी कुछ जलकर राख हो गया था। इस मुसीबत के वक्त में मानव मंदिर ने तन मन और धन तीनों से लोगों की सहायता की थी। यहां के स्टाफ ने रात भर जागकर लोगों की मदद की उनके बच्चों को दूध बिस्कुट, वस्त्र कंबल, टेंट आदि उपलब्ध करवाये। पूज्य गुरुदेव आचार्य श्री रूपचन्द्र जी महाराज का हमेशा यह निर्देश रहता है कि यहां से कोई जरूरत मंद खाली न जाये। यही कारण है कि यहां के स्टाफ में गुरुकुल के बच्चों में सेवा भावना के संस्कार हैं।

पूज्य गुरुदेव का गुजरात दौरा

आचार्यश्री रूपचन्द्रजी महाराज पहली फरवरी से दसवीं फरवरी तक गुजरात-सौरा ट्र की यात्रा पर पधार रहे हैं। राजकोट, पालीताणा, पोरबन्दर के बाद अहमदाबाद 9.10 फरवरी का कार्यक्रम संभावित है।

गुजरात-यात्रा में संपर्क में रहने के लिए फोन नं.-
09868 990099, 093122 39709 रहेगा।
 आप यथा संभव लाभ लेंगे ही।

हिसार/पंजाब समाचार

सरल मना साध्वी श्री मंजु श्री जी महाराज अपनी सहयोगी साध्वियों के साथ 30 जनवरी को हिसार पधार रही हैं। करीब-करीब सात-आठ माह पूज्य गुरुदेव के चरणों में धर्म की सम्यक आराधना कर तथा स्वास्थ्य लाभकर अब हरियाणा, पंजाब के लिए प्रस्थान कर रही हैं।

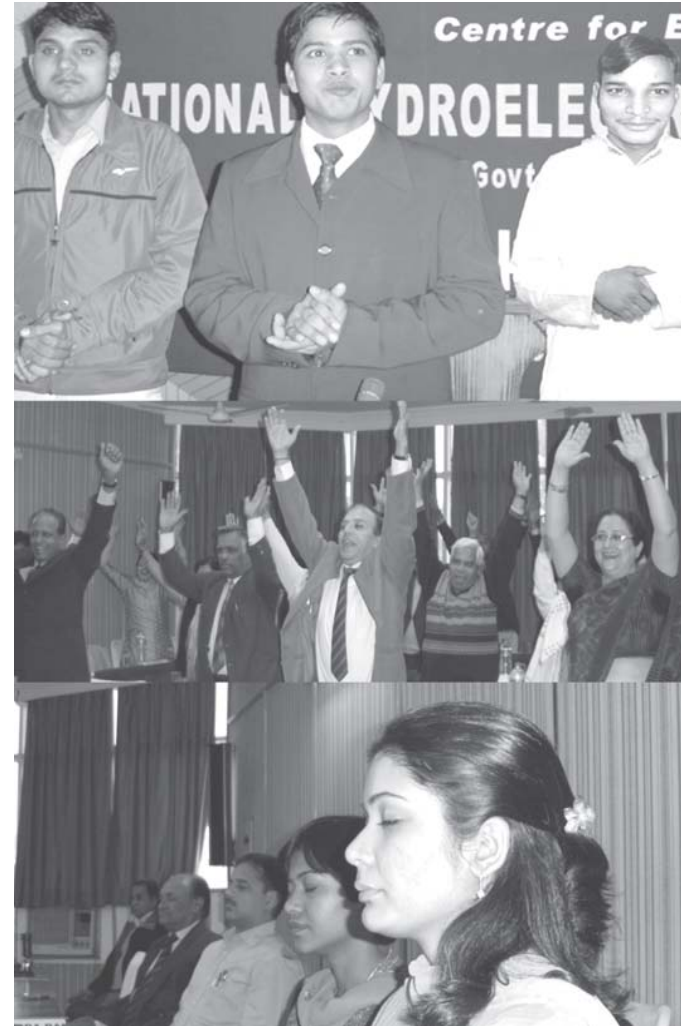
पूज्य गुरुदेव के हरियाणा पंजाब दोरे तक आपका विराजना वहीं होगा।

सम्पर्क सूत्र-हिसार 01662-271423

पंजाब-01676-23116



-गणतंत्र दिवस के अवसर पर मानव मंदिर गुरुकुल के बच्चे बार्थकम प्रस्तुत करते हुए।



-एन.एच.पी.सी. के उच्च अधिकारियों को योग व एक्सप्रेस का प्रशिक्षण देते हुए, मानव मंदिर के योगाचार्य श्री अरुण तिवारी मध्य में। साथ में हैं उनके सहयोगी श्री सोनु कुमार व श्री दिलीप तिवारी।