P. R. No.: DL(S)-17/3082/2006-07-08
Regn. No.: DELHIN/2000/2473

शिरो-धारा

कटि-वस्ति

योग-आसन

ध्यान

नेत्र-धारा

प्राकृतिक चिकित्सा

फिजियोथैरेपी

मिट्टी-चिकित्सा

एक्यूप्रेशर

COMPLETE BODY WORKSHOP

सेवाधाम चिकित्सालय

मानव मंदिर मिशन ट्रस्ट द्वारा संचालित

57, जैन मंदिर, रिंग रोड़,
इंडियन ऑयल पेट्रोल पंम्प के पीछे,
सराय काले खाँ बस अड्डा के सामने, नई दिल्ली-110013
दूरभाष : 011-26320000, 26327911, 09999609878

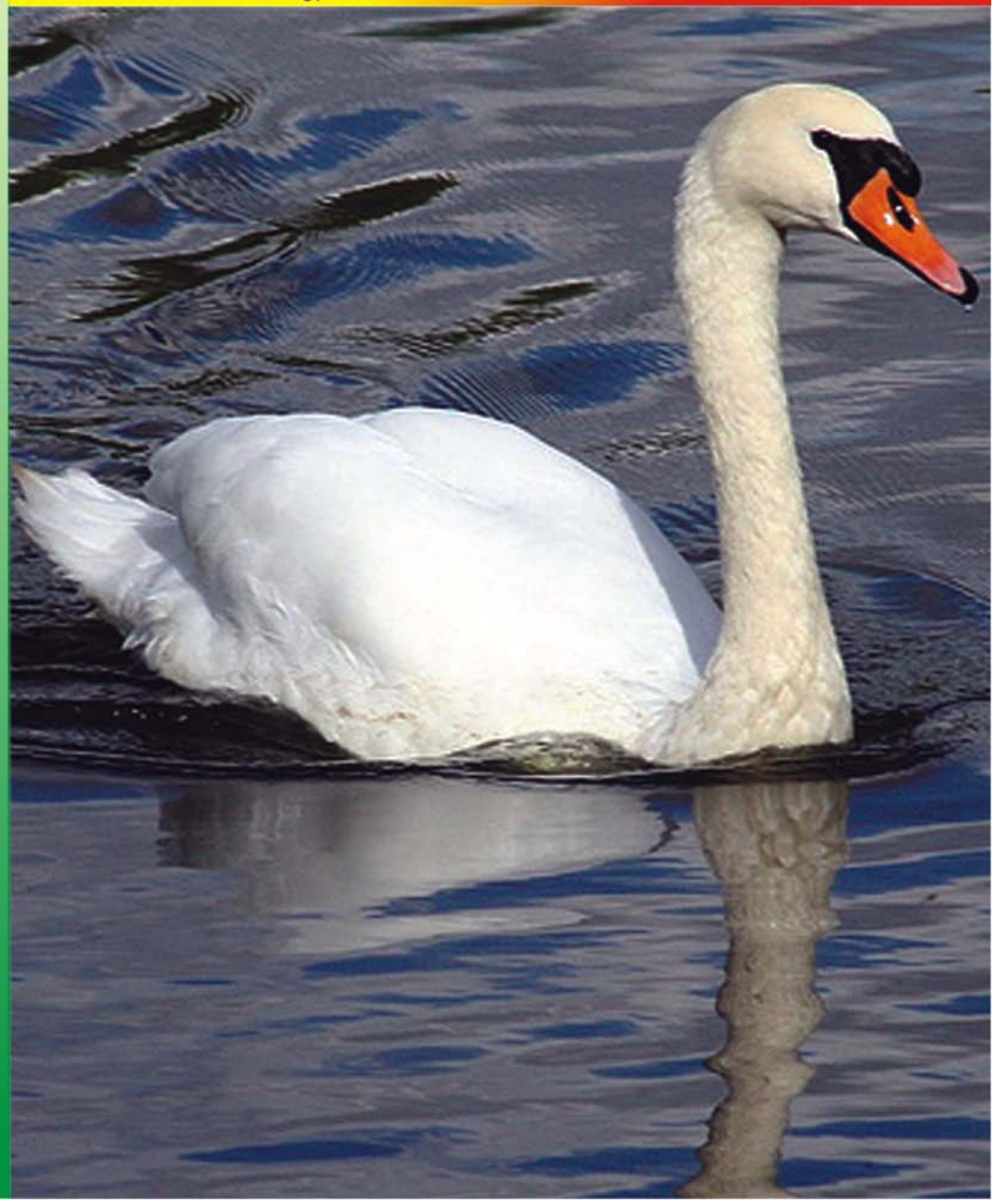
प्रकाशक व मुद्रक : **श्री अरुण तिवारी**, मानव मंदिर मिशन ट्रष्ट (रजि.) जैन मंदिर आश्रम, सराय काले खाँ के सामने रिंग रोड़, पो. बो.–3240, नई दिल्ली–13, आई. जी. प्रिन्टर्स 104 (DSIDC) ओखला फेस–1 से मुद्रित। **संपादिका : श्रीमती निर्मला पुगलिया**

कवर पेज सहित
36 पृष्ठ

मूल्य 5.00 रूपये
जुलाई, 2008

रूपरेखा

जीवन मूल्यों की प्रतिनिधि मासिक पत्रिका



रूपरेखा

जीवन मूल्यों की प्रतिनिधि मासिक पत्रिका

वर्ष : 8 **अंक : 07** **जुलाई, 2008**

: मार्गदर्शन :

पूज्या प्रवर्तिनी साध्वी मंजुलाश्री जी

: सम्पादक मंडल :

श्रीमती निर्मला पुगलिया,
श्रीमती मंजु जैन

: व्यवस्थापक :

श्री अरूण तिवारी

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

: प्रकाशक :

मानव मंदिर मिशन ट्रस्ट (रजि.)
पोस्ट बॉक्स नं. : 3240
सराय काले खाँ बस टर्मिनल के सामने, नई दिल्ली - 110013

फोन नं. : 26315530, 26821348

Website: www.manavmandir.com
E-mail: contact@ manavmandir.com

इस अंक में

01. आर्ष वाणी	-	5
02. बोध कथा	-	5
03. संपादकीय	-	6
04. गुरूदेव की कलम से	-	7
05. विचार मंथन	-	14
06. कहानी	-	16
07. सिद्धांत के रक्षक	-	17
08. स्वास्थ्य	-	18
09. फल-चिकित्सा	-	25
10. गीतिका	-	26
11. बोलें-तारे	-	27
12. समाचार दर्शन	-	29
13. एक अद्‌भुत कार्यक्रम	-	29
14. झलकियां	-	31

रूपरेखा-संरक्षक गण

श्री विरेन्द्र भाई भारती बेन कोठारी, ह्युष्टन, अमेरिका
श्री शैलेश उर्वशी पटेल, सिनसिनाटी
श्री प्रमोद वीणा जवेरी, सिनसिनाटी
श्री महेन्द्र सिंह सुनील कुमार डागा, बैंकाक
श्री सुरेश सुरेखा आबड़, शिकागो
श्री नरसिंहदास विजय कुमार बंसल, लुधियाना
श्री कालू राम जतन लाल बरड़िया, सरदार शहर
श्री अमरनाथ शकुन्तला देवी, अहमदगढ़ वाले, बरेली
श्री कालूराम गुलाब चन्द बरड़िया, सूरत
श्री जयचन्द लाल चंपालाल सिंघी, सरदार शहर
श्री त्रिलोक चन्द नरपत सिंह दूगड़, लाडनूं
श्री भंवरलाल उम्मेद सिंह शैलेन्द्र सुराना, दिल्ली
श्रीमती कमला बाई धर्मपत्नी स्व. श्री मांगेराम अग्रवाल, दिल्ली
श्री धर्मपाल अंजनारानी ओसवाल, लुधियाना
श्री प्रेमचन्द ओमप्रकाश जैन उत्तमनगर, दिल्ली
श्रीमती मंगली देवी बुच्चा
धर्मपत्नी स्वर्गीय शुभकरण बुच्चा, सूरत
श्री पी.के. जैन, लॉर्ड महावीरा स्कूल, नोएडा
श्री द्वारका प्रसाद पतराम, राजली वाले, हिसार
श्री हरबंसलाल ललित मोहन मित्तल, मोगा, पंजाब
श्री पुरुषोत्तमदास हरीश कुमार सिंगला, लुधियाना
श्री विनोद कुमार सुपुत्र श्री बीरबल दास सिंगला,
श्री अशोक कुमार सुनीता चोरड़िया, जयपुर
श्री सुरेश कुमार विनय कुमार अग्रवाल, चंडीगढ़
श्री देवकिशन मून्दडा विराटनगर नेपाल
श्री दिनेश नवीन बंसल सुपुत्र श्री सीता राम बंसल (सीसवालिया) पंचकूला
डॉ. कैलाश सुनीता सिंघवी, न्यूयार्क
डॉ. अंजना आशुतोष रस्तोगी, टेक्सास
श्री केवल आशा जैन, टेम्पल, टेक्सास
श्री उदयचन्द राजीव डागा, ह्युष्टन
श्री आलोक ऋतु जैन, ह्युष्टन
श्री अमृत किरण नाहटा, कनाडा
श्री गिरीश सुधा मेहता, बोस्टन
श्री राधेश्याम सावित्री देवी हिसार
श्री मनसुख भाई तारावेन मेहता, राजकोट
श्रीमती एवं श्री ओमप्रकाश बंसल, मुक्सर
डॉ. एस. आर. कांकरिया, मुम्बई
श्री कमलसिंह-विमलसिंह बैद, लाडनूं
श्रीमती स्वराज एरन, सुनाम
श्रीमती चंपाबाई भंसाली, जोधपुर
श्रीमती कमलेश रानी गोयल, फरीदाबाद
श्री जगजोत प्रसाद जैन कागजी, दिल्ली
डॉ. एस.पी. जैन अलका जैन, नोएडा
श्री राजकुमार कांतारानी गर्ग, अहमदगढ़
श्री प्रेम चंद जिया लाल जैन, उत्तमनगर
श्री देवराज सरोजबाला, हिसार
श्री राजेन्द्र कुमार केडिया, हिसार
श्री धर्मचन्द रवीन्द्र जैन, फतेहाबाद
श्री रमेश उषा जैन, नोएडा
श्री दयाचंद शशि जैन, नोएडा
श्री प्रेमचन्द रामनिवास जैन, मुआने वाले
श्री संपतराय दसानी, कोलकाता
श्री लाला लाजपत राय जिन्दल, संगरूर
श्री पुरूषोत्तम दास गोयल सुनाम, पंजाब

ताजी फली बबूल की, लीजे दूध निकाल।
नित्य आँख में आँजिए, नष्ट होय पड़बाल।।

आर्ष-वाणी

संकल्प्यं कल्प वृक्षेण चिन्त्यं चिन्ता मणे रपि
असंकल्प्य मसंचिन्त्यं फलं धर्मा दवाप्यते।।

नीतिवाक्य

अर्थात-जिस वस्तु की व्यक्ति कल्पना करता है, वह कल्पवृक्ष से पूरी हो जाती है। जिसका चिन्तन करता है, वह चिन्ता मणि रत्न से फलित होता है। लेकिन धर्म से तो वह फल मिलता है जिसकी कल्पना और चिन्तन कुछ नहीं करना पड़ता है।

बोध-कथा

इन्द्रियों को वश में रखने की विधि

स्वामी रामतीर्थ जब प्रोफेसर तीर्थराम थे, तब लाहौर के एक कालिज में पढ़ाते थे। रहते थे लुहारी दरवाजा में। कालिज से घर को आ रहे थे, तो लुहारी दरवाजे में उन्होंने एक व्यक्ति को टोकरी में रखकर नींबू बेचते हुए देखा। पीले रंग के रसभरे नींबू थे। मुख में पानी आ गया। जिह्वा ने कहा- ''क्रय कर लो, उनका स्वाद बहुत उत्तम है।''

तीर्थराम थोड़ी देर रूके। फिर आगे बढ़ गये। आगे जाकर जिह्वा फिर मचली; उसने कहा- ''नींबू अच्छे तो थे, नींबू खाने में हानि क्या है?'' तीर्थराम उल्टे आये। नींबू को देखा। वास्तव में बहुत उत्तम थे। उन्हें देखकर फिर घर की ओर चल पड़े। थोड़ी दूर गये तो जिह्वा फिर चिल्ला उठी- ''नींबू का रस तो बहुत अच्छा है। नींबू तो खाने की चीज है। उसे खाने में पाप क्या है?'' तीर्थराम पुनःनींबू वाले के पास आये। दो नींबू मोल ले लिये। घर पहुँचे। देवी से कहा- ''चाकू लाओ!'' उसने चाकू लाकर रख दिया। तीर्थराम चाकू को, नींबू को दोनों को अपने समक्ष रखकर बैठ गये। बैठे रहे, देखते रहे, अन्दर से आवाज़ आई- ''इन्हें काटो, काटने में क्या हानि है?'' रामतीर्थ ने चाकू उठाया और एक नींबू को काट दिया। मुख में पानी भर आया। अन्दर से फिर प्रेरणा हुई- ''इसे चखकर तो देखो, इसका रस बहुत उत्तम है।'' रामतीर्थ ने एक टुकड़े को उठा लिया, जिह्वा के समीप ले गये। नींबू को उसके साथ लगने नहीं दिया। अन्दर से किसी ने पुकारकर कहा- ''तू क्या इस जिह्वा का दास है? जो यह जिह्वा कहेगी, वही करेगा? जिह्वा तेरी है, तू जिह्वा का नहीं।'' समीप खड़ी पत्नी ने कहा- ''यह क्या करते हो? नींबू को लाये, इसे काटा, अब खाते क्यों नहीं?'' जिह्वा ने कहा- ''शीघ्रता करो। नींबू का स्वाद बहुत उत्तम है।'' रामतीर्थ शीघ्रता से उठे। कटे और बिना कटे हुए दोनों नीबुओं को उठाकर गली मे फेंक दिया और प्रसन्नता से नाच उठे- ''मैं जीत गया!'' यह है इन्द्रियों को वश में करने की विधि!

सम्पादकीय

खतरनाक है इन्द्रियों की दासता

आज दास और मालिक, स्वामी और सेवक का जमाना खत्म हो चुका है। सब समान हैं। सबका अपना स्वतन्त्र अस्तित्व है। कोई किसी के अधीन रहना नहीं चाहता। लेकिन अपनी कमजोरी से अगर कोई किसी के अधीन होता है तो कौन क्या कर सकता है। कैदी जेल मे जाता है, वह उसकी आदत की लाचारी है। वह कोई न कोई अपराध करता है। जिस दिन वह अपराध करते पकड़ में आ जाता है, उस दिन उसे न चाहते भी जेल जाना पड़ता है। पराधीनता का जीवन जीना पड़ता है।

इन्सान की तो बात ही छोड़ दीजिए क्योंकि वह पांचों इन्द्रियों और मन सभी का दास है। जो एक एक इन्द्रिय के वशवर्ती पशु पक्षी, जीव जन्तु हैं, उनके हालात भी देखिए। मछलियां जीभ पर कन्ट्रोल नहीं कर पाती। स्वाद के वशीभूत होकर आटे की गोलियों में भान भूल जाती है। इधर इकट्ठी मछलियों पर मछवारा जाल फैंकता है। क्योंकि उसने मछलियों को पकड़ने के लिए ही आटे की गोलियां डाली थी। जाल में फसने के बाद फिर मछलियां पछताती है, तड़पती है लेकिन अब क्या हो। मछलियां तो ना समझ प्राणी हैं। समझदार हाथी भी ऐसे प्रसंग पर ना समझ बन जाता है। जिन लोगों को हाथी को पकड़ना है वे गड्ढे में हथिनी को उतार देते हैं। उसी में हाथी उतर जाता है। फिर उस गड्ढे से निकल सकता नहीं। वहां उसको कई दिन खाना दाना देते नहीं। जब वह पूरी तरह निर्बल हो जाता है तब सांकलों से बांध कर लोग बाहर निकाल लेते हैं।

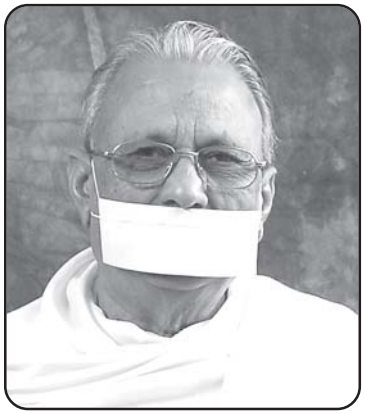
सूर्योदय के समय खुशबूदार फूल पर भौंरा मंडराता है। उस खुशबू से ऐसी मस्ती आती है कि वह फूल पर ही बैठा रह जाता है। जब सूर्य छिपने वाला हो तब फूल भी धीरे-धीरे अपनी पंखुडियां समेटता है लेकिन खुशबू में बेभान भौरें को जरा भी सुध नहीं कि मैं इसी में बंध कर रह जाऊंगा। खुशबू का रसिक भौंरा उसी फूल में खत्म हो जाता है।

हिरण संगीत का बड़ा शौकीन होता है। जहां भी कोई स्वर सुनाई दे वह वहीं रम जाता है, हिरण की शिकार करने वाले कोई न कोई तान छेड़कर उसे सुभ लेते हैं। जब हिरण उस तान में डूब जाता है तब शिकारी अपना काम बना लेते हैं। इसी तरह जुगनू को कहीं आग की चिनगारी दीख जाए तो उसकी आंखों को तृप्ति मिलती है और उसी में झुंपापत ले लेता है। यह हाल है पांच इन्द्रियों में से एक एक इन्द्रिय के वशीभूत होने वाले प्राणियो का। मछलियां जीभ के स्वाद के कारण, हाथी स्पर्श में मस्त होकर, भौंरा नाक का दास बनकर हिरण कानों का गुलाम बनकर जुगनू आंखों को तृप्ति देने के लिए नचाहते हुए भी बंधन में आ जाते हैं कोई अपने प्राण गवाते हैं। इस पर एक प्रसिद्ध दोहा है-

एक एक इन्द्रिय विषय लोलुप मीन मतंग
मरत तुरन्त अनाथ सम भृंग कुरंग पतंग

-निर्मला पुगलिया

विकास-यात्रा आदमी की



○ गुरुदेव की कलम से

काल में सब कुछ बीतता है, स्वंय काल को छोड़कर। लेकिन हम कहने के आदी हैं कि काल ही बीत रहा है, हम ज्यों के त्यों हैं। क्या यह एक महज सनक है? अनादि-काल से मानव मृत्यु के अनिवार्य क्रम को देखता आया है,पर अमरता में विश्वास करता है, करना चाहता है, उसे सत्य पर प्रतिष्ठापित न कर पाने पर कल्पना पर टिकाता है पर छोड़ नहीं पाता। क्या यह एक महज पागलपन है? जन्म से शरीर को लेकर जो आता है और शरीर के निस्पंद होने पर जिसके अस्तित्व का पता तक नहीं लग पाता, वह अपने को अनादि-काल से अशरीरी कल्पित करता आया है। आत्मा या मन के देहातीत अस्तित्व की प्रकल्पना के साथ उसकी भावनाएं जुड़ी हैं। क्या यह महज दीवानगी है? विकास का क्रम चलता जाता है। आदमी बदलता जाता है। गुफा का स्थान सौ मंजिली इमारत ले लेती है। चमड़े और वल्कल का स्थान रेशमी-सूती कपड़े ले लेते हैं। पत्थर के पहियों पर टिकी बांस की दो खपच्चियों का स्थान वायुमान ले लेते हैं। लेकिन आदमी के भीतर कुछ है, जो तब था, अब भी वहीं का वहीं है। क्यों? ''सरलता से सुख-शांति मिलती है'-पांच हजार वर्ष पहले एक पेपिरस की छाल पर मिश्र के प्रागैतिहासिक युग के एक सम्राट लिखकर मर गए, अपने बेटे के नाम। ''धन्य हैं वे जो कि सरल हैं क्योंकि प्रभु को वे ही देखेंगे'' दो हजार वर्ष पूर्व नजारथ के एक बढ़ई का बेटा कह गया। आज नब्बे करोड़ आदमी उसका नाम लेते हैं। पवित्रता और सादगी, प्रेम और सदाचार की बात आज भी हर देश की हर भाषा की हर नीति-पुस्तक कहती है। जानामि धर्म नच में प्रवृत्तिःजानाम्यधर्म नच मे निवृत्ति-तीन हजार वर्ष पहले दुर्योधन के सामने जो समस्या थी कि वह धर्म को जानकर भी उसका आचरण नहीं कर पाता, अधर्म को जानकर भी उससे निवृत्त नहीं हो पाता। आज भी वह समस्या हर व्यक्ति के मन की है। विचार से जो ग्रहण किया जाता है उसे भावना नहीं मानती और भावना जिसे पकड़कर बैठ जाती है। उसे विचार मान्यता देता ही नहीं। आदिम और आदमी-दो शब्दों में मात्रा का जरा-सा अन्तर है लेकिन दोनों के मध्य एक लम्बा इतिहास झूल रहा है। घटनाएं पर घटनाओं लदी

है। परिवर्तनों पर परिवर्तन फैले हैं, लेकिन अन्तर्कक्ष में कही आदिम आदमी को गले से चिपटाए है, आदमी आदिम को मरे बच्चे की लाश ढोने वाली बंदरी की तरह छाती से चिपटाए घूम रहा है। ऐसा कोई देश नहीं जहां सत्य, प्रेम, सदाचार ,मानवता के मूल्यों को नकारा गया हो, और ऐसा कोई देश नहीं, जहां इन्हे जीवन में सर्वतो भावेन स्वीकारा गया हो। बाइबिल के उन आदेशों में 'तुम हिंसा नहीं करोगे' 'दूसरे की पत्नी के साथ व्यभिचार नहीं करोगें' 'किसी के द्रव्य का अपहरण नहीं करोगें' आदि बुनियादी नैतिक तत्व आते हैं। उससे पूर्व हम्मूखी की आचार-संहिता तथा न्याय-तालिका में 'आंख' के बदले आंख, कान के बदले कान का सीधा-सपाट दंड-विधान मिलता है। हत्या, व्यभिचार, स्वत्व-हरण को बारीकी से परिभाषित कर न केवल उनका परिवर्जन किया गया है बल्कि उसे अमान्य करने पर दंड-विधान भी सुझाया गया है। असीरिया और बैबीलोनिया की सभ्यता से पूर्व प्राचीन पश्चिम के संसार में कोई समाज-व्यवस्था नहीं। अतः किसी नैतिक संहिता का संकेत नहीं मिलता क्योंकि नैतिकता समाज-सापेक्ष है। अकेला व्यक्ति न अनैतिक हो सकता है, न नैतिक ही। वह मात्र अकेला है। संसार का प्राचीनतम आदमी सिनेन्थ्रॉपस पेकिनीज है, जिसके अवशेष चीन में मिलते हैं-दस लाख वर्ष प्राचीन। यह मांसभक्षी तो है ही, नरमांसभक्षी भी है। यह व्यक्ति न नैतिक है, न अनैतिक। क्योंकि दोनों के लिए कसौटी रूप में नैतिकता का भावबोध अपेक्षित है जो कि उसमें है ही नहीं। समीप सोयी पत्नी को भूख लगने पर मार खाने में अथवा किसी कंद मूल को उखाड़कर चबा जाने में उसके लिए कोई अंतर है ही नहीं। इस आदमी का कोई परिवार नहीं है, समाज नहीं है, अतःकिसी के प्रति कोई दायित्व-बोध नहीं है जो कि नैतिकता की आधार-शिला होता है।

उसके बाद जावा में पिथेकेन्थ्रोपस जाति का आदमी मिलता है जो लगभग पांच लाख वर्ष पूर्व का है। इसका भी कोई परिवार या समाज नहीं है, अतःनैतिक चेतना का अस्तित्व नहीं है। लेकिन मानवीय संज्ञा के साथ इसके आंतरिक मन का थोड़ा-सा तादात्म्य इसे नरभक्षी की स्थिति के ऊपर उठा लाया है। नीएण्डर थल क्रोमेग्नन और रोडेशियन आदमी परिवार में रहता है, लेकिन पारिवारिकता का बहुत ही आदिम रूप भावना के स्तर पर इसमें अंकुरित हो पाया है। इसका परिवार स्थिर नहीं है, न पारिवारिकता की भावना ही। विकास की स्थितियों से गुजरते हुए परिवार और कबीले के रूप में सामूहिक जीवन की ओर धीरे-धीरे बढ़ रहा है और इसके समानान्तर ही बढ़ रही है सामूहिक दायित्व, करूणा और अपनत्व की मूल भावना।

आठ हजार वर्ष पूर्व होमोसेपीन जाति का आदमी आता है जो कि मानवीय उद्‌विकास की परम्परा में अन्तिम व्यक्ति है। यह सामाजिक जीवन में प्रवेश कर चुका है तथा नैतिक दायित्व बोध के एक सामान्य स्तर तक पहुंच रहा है। भावना और विचार के स्तर पर नैतिक चेतना तथा किंचित् जागरण इसमें परिलक्षित होता है। परिवार के स्थान पर कबीले बन गए हैं तथा पूर्व और उत्तर प्रस्तर युगीन सभ्यताओं का विकास होता जा रहा है।

पांच हजार वर्ष पूर्व असीरिया और बैबीलोनिया, मिस्र तथा भारत, चीन तथा फारस में सभ्यताओं का विकास हो जाता है। लिपि खोज निकाली गई है। यहां हम बैबीलोनिया में हम्मूखी की आचार-संहिता के रूप में संसार की प्रथम नैतिक संहिता देखते हैं। आज हम्मूखी की संहिता में क्रूरता और बर्बरता का अनुभव हो सकता है। लेकिन पूर्व युगों के तमसांधकार में यह एक आलोकदीप बनकर टिमटिमा रही है। समाज, राज्य, शासन, न्याय, दण्ड प्रणाली-सबका बीजारोपण हो गया है तथा व्यक्ति से सामूहिक उत्तरदायित्व न केवल अपेक्षित किया जा रहा है बल्कि उसके लिए अनेक विधि-निषेध अनिवार्य भी हैं, जिनका खण्डन अपराध मानकर दण्डित किया जाता है।

नैतिकता मूलतःआत्म संयम है, जो सामूहिक दायित्व बोध से व्यक्तिगत जीवन में फलित होता है और सामूहिक दायित्व बोध समूह-चेतना से और अंततःवह सामूहिक जीवन की आवश्यकता से । प्रकृति से संघर्ष चल रहा है, मानव का मानव से कबीले और ग्रामों-नगरों के स्तर पर संघर्ष चल रहा है। अतः सामूहिकता का दायित्व बोध एक अनिवार्य अपेक्षा बनता जा रहा है। सभ्यता का विकास आदिम से आदमी की ओर पहला कदम है तथा हम्मूखी की आचार-संहिता मानवीय नैतिकता के पथ का प्रथम मील पत्थर या कालांकन बिन्दु है। मिस्र के पिरामिडों मे प्राचीन फराओं के आदेश-निर्देश तथा स्फुट विचार पेपीरस वृक्ष की छाल पर कीलाक्षर लिपि 'हीरोग्लिफिक्स' के रूप में अंकित हैं जिनमें सरलता, विनय, बुद्धिमता जैसे मानवीय गुणों का न केवल उल्लेख किया गया है बल्कि जीवन में उनकी उपयोगिता पर बुद्धिमत्तापूर्ण विचार मिलते हैं। मोजेज यहूदियों को मिश्र की गुलामी से निकालकर सिनाई पर्वत की तलहटी में लाता है। वहां प्रभु की उंगलियों से सिनाई पर्वत के सर्वोच्च शिखर पर खुदी दस-बिन्दुओं की आचार संहिता (टेन कमाण्डमेन्ट्स) मिलती हैं जो हम्मूखी के बाद एक अन्य अद्वितीय कालांकन बिन्दु है-आदिम से आदमी तक मानव के नैतिक-सामाजिक जीवन-विकास के इतिहास का। 'तुम किसी की हत्या नहीं करोंगे', 'किसी के धन या पत्नी का अपहरण नहीं करोगें', 'चोरी नहीं करोगे' 'किसी अजनबी को

परेशान नहीं करोगें' आदि वाक्य धर्म की भूमिका पर नैतिकता के नवनिर्माण के सूचक हैं। मोजेज के बाद यहूदियों का तीव्रता से विकास और प्रसार हुआ। राजसत्ता का उदय हुआ तथा शोषण और अन्याय से नागरिक जीवन गिरता गया विनाश के गहर की ओर। ईसाइयों, माइका, होसिया, इजाकील आदि पैगम्बरों ने कर्मकांड और बलिदान के स्थान पर शान्ति और न्याय की आवाज उठाई। विश्व के प्रथम अंतराष्ट्रीयवादी पैगम्बर ईसाइया के शब्द गूंजे-''और तब ऊंचे उठे पर्वतों के शिखर चूर-चूरकर भूमिसात कर दिय जाएंगे तथा गहरे गर्तों की उस मिट्टी को पाटकर ऊपर उठा दिया जाएगा। भेड़िया मेमने के साथ खेलेगा तथा छोटे -छोटे बच्चे सांपों के फन पर अंगूली रखकर क्रीड़ा करेंगे....तब लोग तलवारों को पीटकर हलों के फाल बना लेंगे और भालों से घास संवारने के औजार...युद्ध की कला मानव सदा के लिए भूल जाएगा और फिर कभी नहीं सीखेगा...सारे देश आपस में मिलकर एक सत्ता के अनुशासन मे समझोते पूर्वक अपने झगड़े का न्याय निर्णय पांएगे।'

ईसामसीह के जन्म के साथ यहूदी धर्म और समाज में नैतिक मूल्यों का परमोत्कर्ष हुआ। प्रेम और अंहिसा को जीवन के सर्वोच्च मूल्यों की सत्ता मिली। नजारथ के कंगाल बढ़ई के बेटे ने कहा-धन्य हैं वे जिनके अन्तःकरण शुद्ध हैं, क्योंकि वे प्रभु को देंखेंगे और धन्य हैं शान्ति के संवाहक क्योंकि वे प्रभु के पुत्र कहे जाएंगे.....अभिशाप देने वाले को भी आशीर्वाद दो, बुरा करने वाले का भी भला करो, दुर्व्यवहार करने वाले के प्रति भी शुभ कामना करो...प्रभु का राज्य तुम्हारे भीतर ही है.... सारे नियमों का सार यही है कि प्रभु को प्यार करो तथा पड़ौसी को अपने जैसा मानकर उससे प्यार करो।'

सेवा और त्याग, अपरिग्रह और अंहिसा की भावना का परमोत्कर्ष भारत में भगवान महावीर और बुद्ध के अवतरण पर हुआ। महावीर के पूर्ववर्ती तीर्थंकरों की एक महती परम्परा रही है। प्रथम तीर्थंकर ऋषभ ने असि, मसि और कृषि विद्याओं का सूत्रपात किया। पार्श्व ने सामूहिक धर्म साधना की आधारशिला रखी। महावीर ने अंहिसा को जीवन के सारे मूल्यों पर सर्वोच्च प्रतिष्ठा दी और उसको केन्द्र मानकर सारे अन्य व्रतों को परिधि में निहित किया। हिंसा का सूक्ष्मतम विवेचन कर भगवान ने उसका वर्जन किया-महाव्रत के स्तर पर निर्विकल्प अहिंसा तथा अणुव्रतों के स्तर पर सविकल्प अंहिसा की प्रतिष्ठापना की। अणुव्रतों के रूप में सामाजिक पारिवारिक जीवन में नैतिकता के आधारभूत सूत्र उन्होंने तलस्पर्शी दृष्टि तथा व्यापक विवेचन-विश्लेषण के साथ प्रतिपादित किए। महावीर नैतिकता को अध्यात्म के अन्तर्कक्ष में ले गए, जहां संपूर्ण मन-प्राण का रूपान्तरण होकर चेतना के सारे ज्ञान और

कर्मस्तरों पर अंहिसा, सत्य, अस्तेय, अपरिग्रह और ब्रह्मचर्य आदि नैतिक मूल्यों की प्रतिष्ठा हो जाती है। भगवान बुद्ध ने'शील' अर्थात चरित्र पर अध्यात्म साधना की पीठिका के रूप में पर्याप्त बल दिया तथा अपने'पंचशील' में हिंसा, मद्यपान, द्यूत, परस्त्रीगमन और असत्य कापरिवर्जन किया। दाम्पत्य जीवन में पति-पत्नी को सत्य की साकार प्रतिमांए बनकर जीने की प्रेरणा दी। महाकरूणा को उन्होंने अपने जीवन में साकार किया और धर्म की आधारशिला के रूप में रखा। यूनान में सुकरात ने अंतरात्मा को देवताओं से ऊपर मानकर मृत्युदण्ड पाया। उसका शिष्य भी साम्यमूलक समाज रचना के अपने उच्च नैतिक आदर्शों के लिए राजतंत्र का कोप-भाजन बनकर बलिदानी हुआ। अरस्तू ने राज्य और समाज के स्तर पर नैतिक मूल्यों की व्यापक एंव गहरी व्याख्या की। यूनान के 'स्ताइक' दार्शनिक ने समभाव, 'एपीक्यूरियनों' ने अनुद्विग्न प्रसन्न जीवन को आदर्श रूप में रखा। यूनानी दार्शनिको में आगे चलकर प्लोटिनुस ने आदर्श नैतिक समाज की प्रकल्पना प्रस्तुत की। सम्पूर्ण विश्व को सत्यं शिंव सुन्दरम् के सूत्र का प्रदाता यूनान का महान दार्शनिक प्लेटो था जिसने आचारीय संदर्भो में जीवन के समस्त पक्षों की व्याख्या की।

इधर चीन में कन्फ्यूसियम्स और लाओत्जे हुए। लाओत्जे का 'ताओ तेह किंग' संसार के महानतम आचारमूलक दर्शन ग्रन्थों में से एक है। उसने ताओ की जो व्याख्या की, वह इतनी व्यापक है कि जीवन का कोई भी पक्ष उससे अस्पृष्ट नहीं रहा है। ताओ का अर्थ है शक्ति, सहनशीलता, साहस, सृजनात्मकता परिवर्तन-शीलता, एकता, लयबद्वता और जीवन के सारे रचनात्मक गुण। कन्फ्यूसियस ने सुव्यवस्था पर बल दिया। उसका सूत्र था-'जैसा व्यवहार दूसरों से अपेक्षित करते हो वैसा उनके साथ करो।' यह ईसामसीह का भी जीवन सूत्र था तथा 'आत्मनः प्रति कूलानि परेषां न समाचरेत्' के संस्कृत सुभाषित में भी इसी भावना को व्यक्त किया गया है। उसने कहा कि राष्ट्र को सुधारने का उपाय है समाज को सुधारना, जिसका उपाय है परिवार को सुधारना और अन्ततः व्यक्ति को सुधारना। व्यक्ति को तभी सुधारा जा सकता है जबकि उसका मन परिवर्तित हो। अन्तःपरिवर्तन का सूत्र नैतिकता का उत्स है तथा स्व-पर समता उसका कलेवर है। इसे दार्शनिकों, पैगम्बरों तथा संतों ने हर देश काल में स्वीकार किया है। यह सर्वसम्मत है कि आदिम से आदमी तक की विकास यात्रा केवल भौतिक मानसिक दिशाओं में ही नहीं अपितु आचारीय और नैतिक दिशाओं में भी हुई है-नैतिक चेतना शून्य सिनेन्थ्रापस से महाकरूणाशील बुद्ध, परम-प्रेम-प्रतिमा क्राइस्ट तक, परम साम्य मूर्ति महावीर तक विकास की लम्बी रेखाएं

स्पष्ट दृष्टि-गोचर हो रही हैं। नरमांस भक्षण से दूध को भी शाकाहार के अन्तर्गत न मानने वाले टीटोटलर व्यक्ति तक भावना का बहुत बड़ा परिष्कार हुआ है। इसे नकारा नहीं जा सकता। क्योंकि यह एक स्वयं प्रमाणित सत्य है। मध्ययुगों में धर्म का रूप संप्रदायों की लोह-प्राचीरों में सिकुड़कर विकृत होता गया। अंध परम्परावाद, आडम्बर, परमत-विरोध, घृणा के जहर से लोक मानस भर गया। इसके साथ ही उसकी बुनियाद कमजोर होती गई और अठारहवीं शताब्दी की वैज्ञानिक तकनीकी क्रांति ने इसके ढांचे को प्रथम आघात में ही चूर-चूरकर बिखेर दिया।

इससे आस्था का एक संकट पैदा हुआ, जिसने नैतिक मूल्यों की भौतिक परीक्षा करने की जिद्द ठान ली और उससे भी आगे बढ़कर बिना किसी परीक्षा के धर्म से युगों तक जुड़े रहने के कारण आध्यात्मिकता और नैतिकता को भी सीधे सपाट शब्दों में नकार दिया।

मूल्यों का यह संकट अपने उत्तरकाल में से गुजर रहा है। अतीत को सम्पूर्णतः आंख मूंदकर स्वीकार करने वाली पीढ़ियों के प्रति विद्रोह रूप में उसे एक बारगी सम्पूर्णतः नकार जाने वाली पीढ़ी उभरकर ऊपर आई, जिसने उसे सम्पूर्ण मूल्यों से नकार डाला, क्योंकि वह अतित था जिस काल में कुछ महापुरूष पुनः आए। स्वामी विवेकानन्द ने जहाँ पश्चिम के देशों का वेदान्त का सन्देश दिया, वहां भारतीयों को उनकी संकीर्ण वृत्तियों, नैतिक दुर्बलताओं, प्रेम और करूणा के अभाव के लिए फटकारा। उन्होंने स्पष्ट कहा-जो धर्म एक भूखे को अभी रोटी का टुकड़ा नहीं दे सकता। और परलोक में स्वर्ग-सुख देने का वादा करता है उसमें मेरा विश्वास नहीं है। अस्पृश्यता, अंध परंपराओं तथा अनैतिकता के लिए उन्होंने समग्र भारतीय समाज को लताड़ा-'धन और सत्ता जहां कुछ भी नहीं कर पाती, वहां चरित्र, जीवन शुद्धि तथा विश्वास कठिनाइयों की लोह प्राचीरों को चकनाचूर कर आगे बढ़ जाता है।' सेवा और प्रेम को उन्होंने अध्यात्म का आधार माना। इस प्रेरणा के स्रोत थे उनके गुरू स्वामी श्रीरामकृष्ण परमंहस जो इस युग के कुछक महानतम धार्मिक व्यक्तियों में से एक थे। वे कहते थे-'जीव ही शिव है' अतःवे सबके प्रति विनम्रता, प्रेम, सेवा और सम्मान की भावना रखते थे और इसे अध्यात्म का आधार मानते थे। इस युग के दूसरे महत्वपूर्ण व्यक्ति महर्षि अरविन्द थे। प्राणि विकास की महती परम्परा का सर्वेक्षण कर उन्होंने घोषित किया कि एककोषीय जीव-अमीबा से प्रणासत्ता विकसित होकर मानव तक आ गयी है। लेकिन विकास की अगणित कड़िया अभी शेष हैं। अति मानव के रूपों मे मानव का अगला प्रतिरूप आएगा जो पराभौतिक एवं अतिमानसिक शक्तियों का स्वामी होगा। वह अनैतिकता के लवलेश से भी अस्पृष्ट प्रेम और आनन्द, सन्तोष और शान्ति का साकार रूप

होगा। अरविन्द ने आशा व्यक्त की कि मानव का भविष्य उज्जवल होगा, सृष्टि का विकास आगे से आगे चलता रहेगा। और भारत अध्यात्म तथा नैतिकता के क्षेत्र में सारे विश्व का अग्रगामी मार्ग दर्शक होगा। इस युग की एक अन्य महान विभूति रमण महर्षि थे जिन्होंने आत्म-बोध तथा सदाचार का संदेश अरूणाचल पर्वत से देश-विदेश को दिया। धर्म और नैतिकता के सारभूत तत्वों की उन्होंने अध्यात्म के संदर्भ में पुनर्व्याख्या की। राष्ट्रीय स्तर पर उनके विचारों ने नैतिक जागरण का प्रकाश विकिरण किया।

इसी शदी में महात्मा गांधी आए। आइन्स्टीन के अनुसार आने वाली पीढ़ियों के लिए यह विश्वास करना कठिन होगा कि मानव के रक्त-मांस-मय पार्थिव कलेवर में अध्यात्म और नैतिकता की सत्ता इतनी निर्मल दीप्ति के साथ कभी साकार हुई थी। अंहिसा को उन्होंने एक नैतिक नियम ही नहीं अपितु एक सामाजिक शक्ति का रूप देकर नैतिक शक्ति से विश्व के एक महान साम्राज्य की संगठित पाशविक शक्ति का प्रतिकार किया। कवीन्द्र रवीन्द्र के शब्दों में उनके माध्यम से विश्व को भारत का शाश्वत सन्देश मिला कि नारायण की आत्मिक सत्ता, जो नारायणी सेना की भौतिक पाशविक सत्ता पर विजयी होती रही है, भविष्य में भी होती रहेगी।

सत्य को प्रभु मानने वाला यह व्यक्ति प्रेम-सत्ता और आत्म-सत्ता की अदम्य शाक्ति का साकार प्रतिरूप था जिसने अहिंसा के सामूहिक प्रयोगों द्वारा विदेशी शासनतंत्र का ही प्रतिरोध नहीं किया, अपितु राष्ट्र और समाज के सारे मानस को रूपान्तरित किया। देवत्व का यह परम उपासक जीवन भर मानव चेतना के अतल गहरों में उतरकर उसे विकृत और लक्ष्यच्युत करने वाली पशुता से जूझता ही रहा और इसी उपक्रम में प्राण विसर्जित कर गया। उद्‌विकास की यह महागाथा प्रगति का ही अंकन करती है, प्रतिगति का कभी और कभी भी नहीं। मानवता का अतीत गौरवशाली रहा है, भविष्य उससे भी अधिक होगा, ऐसा मेरा विश्वास है।

व्यक्ति के अंतर्मन को परखना चाहिए।

दशवैकालिक

शरीर और मन साथ ही साथ उन्नत होने चाहिए।

विवेकानंद

एक बुराई दूसरी बुराई से उत्पन्न होती है।

टेरेंस

एक का ढक्कन खुला है और एक का बन्द

○ संघ प्रवर्तिनी साध्वी मंजुलाश्री

अकेली राजकुमारी मल्लि पर छह-छह राजकुमार मुग्ध। किसको सन्तुष्ट करे। किससे शादी करे और किस को इन्कार करे। इधर राजकुमारी के माता-पिता चिंतित कि इस समस्या को कैसे सुलझाया जाए। उधर राजकुमारी परेशान कि मेरा सौन्दर्य मेरे लिए ही अभिशाप बन गया। तीसरी तरफ छहों राजकुमार आपस में ही लड़-झगड़ कर मर रहे थे। किसी को कोई समाधान नहीं सूझ रहा था। न राजकुमारों के अभिभावक सम्बन्धी कोई समाधान खोज पा रहे थे। प्रश्न इतना उलझा कि राज मत्रिंयो का बुद्धि कौशल भी काम नहीं आया। सब को हैरान देखकर राजकुमारी बैचेन हो गई और समस्या की गहराई में उतर कर सोचने लगी! इस संघर्ष की जड़ क्या है? क्या दुनिया में एक ही राजकुमारी है जिसके लिए आपस में इनको लड़ना पड़े। जब लाखों करोड़ों राजकुमारी इस दुनिया में विद्यमान हैं फिर किसी एक के लिए यह छीना झपटी क्यों? किस सौन्दर्य पर मुग्ध हैं ये ? इस जीर्ण-शीर्ण विनश्वर शरीर में कौन सा सौन्दर्य नजर आया इनको? इस गन्दगी से भरे शरीर से क्या पाना चाहते हैं। इस कूड़ा-कर्कट के ढ़ेर पर ये क्यों विमोहित हो रहे हैं? जिस शरीर की उत्पति ही गन्दगी से हुई हैं। माता-पिता के शोणित-शुक्र से जो शरीर उत्पन्न हुआ है। मल मूत्र रूधिर, मांस और कफ जिसके भीतर भरे पड़े हैं। निरन्तर गन्दगी जिस से झर रही है। जिस शरीर के संयोग से अच्छे सुगन्छित पदार्थ भी दुर्गन्धमय बन जाते हैं। निर्मल कपड़े भी मलिन हो जाते है। पवित्र से पवित्र वस्तुएं भी जिसके संसर्ग में आकर अपवित्र और निःसार बन जाती हैं। उस शरीर पर मोहित होना कितनी विमूढ़ता है?

उस शरीर को पाना चाहते हैं। कम से कम इन की आँखें तो खोलनी चाहिए। इनको प्रतिबोध तो देना चाहिए। हो सकता है समय पर लगा हुआ तीर किसी का काया कल्प करदे। नारी हाथ में हथियार उठाकर जब समरागंण मे आती है तब बड़े बड़े वीर योद्धा भी हार जाते है। कन्या की समस्या से चिंतित महाराज के पास राकुमारी ने अपना विनम्र

निवेदन भेजा पिता जी अगर आप मुझे आज्ञा दें तो मैं इस समस्या को समाहित कर सकती हूँ। महाराज ने मल्लि कुमारी को वैसा करने के लिए आदेश दे दिया। राकुमारी ने एक कलाकार को बुलया और ठीक अपने जैसी आदम कद एक मूर्ति बनाने का आदेश दे दिया। जब मूर्ति बनकर आ गई तो उसको बगीचे में सात दरवाजों वाले नव निर्मित भवन में रख दिया गया उस मूर्ति के ऊपरी भाग पर एक ढ़क्कन था और भीतरी भाग थोथा राजकुमारी जो बढ़िया खाना खाती, उसका एक एक ग्रास प्रतिदिन उस मूर्ति में गिरा देती और ढ़क्कन बन्द कर देती। महीने भर में पूरी तरह खाना सड़ गया तब राजकुमारी ने अपने पिता को कहा कि आप राजकुमारों को भवन के एक एक गेट के बाहर खड़ा कर दें फिर मैं सारीस्थिति संभाल लूंगी। राजकुमार ज्यों ही भवन के गेटों पर आकर खड़े हुए और मल्लि कुमारी की प्रतिमा को देखा तो लगा कि अप्सरा भी इसके सामने पानी भरती है। राजकुमारी ने एक-एक राजकुमार को क्रमशः अन्दर बुला कर और प्रतिमा के पास खड़ी होकर प्रतिमा का ढ़क्कन खोला। एक तरफ दो अप्सराओं को देख कर राजकुमार चकित हो रहे थे कि राजकुमारी कौन सी है? दोनों एक दूसरे से बढ़ चढ़ कर सुन्दर हैं। तो दूसरी और ढ़क्कन उठाने से उस में से आने वाली वदबू को बर्दाशत न कर सकने के कारण उन्होंने नाक पर रूमाल रख लिए। राजकुमारी ने स्थिति पर काबू पाने का उचित समय समझ कार एक एक राजकुमार पर चोट कर ते हुए कहा। आप मल्लि कुमारी से शादी करना चाहते हैं, फिर मल्लिकुमारी के पास आते ही नाक पर रूमाल क्यों? क्या फर्क है मेरे मैं और इस मूर्ति में? एक का ढ़क्कन खुला हुआ है एक का ढ़क्कन बंद है। देखिए इस मूर्ति के अन्दर कितना मधुर स्वादिष्ट और सुगंधि पूर्ण खाना डाला गया है लेकिन आज वह बदबू मार रहा हैं। यहीं हालत हमारे शरीर की है। इस अपवित्र, रूधिर,मांस और गंदगी भरे शरीर को कितना ही नहालाओ, कितना ही सेंट, परफ्यूम इस पर छिड़कों, कितना ही पाउडर क्रीम पोतो, कितना ही अच्छा खाना खिलाओ कितने ही पान चबाओ। कितना ही इस शरीर को सजाओ संवारलो, जितना इसको सुन्दर, सुवासित बनाओगे,उतना ही विद्रूप और दुर्गन्धि वाला बन जाएगा। प्रतिपल जिस शरीर के छिद्रों से भीतर की गन्दगी बह रही है, उस शरीर के प्रति झूमना और व्याकुलता व्यक्ति की मूर्खता ही है। राजकुमारी के हृदय स्पर्शी प्रतिवोध ने एक-एक कर छहों राजकुमारों का दिल बदल दिया। राजकुमारी के साथ ही छहों राजकुमार से देहासक्ति से हटकर अनासक्त योग को साधने में लग गए।

बुराईयों का दान करें

○ सरलमना साध्वीमंजुश्री

एक बार का प्रसंग है। भगवान बुद्ध एक पेड़ के नीचे ध्यानस्थ थे। कड़ाके की सर्दी पड रही थी तेज हवाएं चल रही थी। उसी नगर का निवासी सेठ धर्मपाल गरीबों को कम्बल बांटता हुआ भगवान बुद्ध के पास पहुंचा उसने भगवान बुद्ध से प्रार्थना की है भगवान! मेरा यह कम्बल जरा आप भी स्वीकार करें। भगवान बुद्ध ने कम्बल के लिए इंकार करते हुए सेठ से पूछा सेठ जी। आपका शरीर तो गर्म वस्त्रों से ढका हुआहै लेकिन आपकी नाक तो खुली है क्या इसे सर्दी नही लगती है। सेठ जी ने कहा-भगवान नाक को ठंड सहन करने की आदत पड चुकी है इसलिए इसे ढकने की जरूरत नहीं है। मेरे शरीर को भी सर्दी गर्मी सहन करने की आदत पड चुकी है। अतः इसके लिए कम्बल की आवश्यकता नहीं है। सेठ ने फिर कहा-भन्ते मैं कुछ और दान करना चाहता हूँ। भगवान ने कहा-सेठ जी आपके पास जितनी भी बुराईयां हैं वे सब दान में मुझे दे दें। सेठ ने कहा भन्ते! मैं आज से असत्य बोलने का त्याग करता हूँ। चाहे कैसी भी परिस्थिति हो झूठ नहीं बोंलूगा। भगवान बुद्ध ने कहा- तथास्तु! और सेठ धर्मपाल को आशीर्वाद दे पुनः ध्यान मग्न हो गये।

सेठ के इस त्याग की चर्चा पूरे नगर में फैल गई। सभी लोग सेठ के त्याग की प्रंसशा करने लगे। बात फैलते-फैलते एक डाकू के कानों में पहुंची। डाकू ने सोचा चलो सेठ अब झूठ नही बोलेगा तो अपनी सारी सम्पत्ति की जानकारी सही-सही दे देगा। रात्री में डाकू अपने पूरे दल-बल के साथ सेठ के घर पहुंच गया। डाकू ने सेठ से पूछा-सेठ। तुम्हारा धन कहां-कहां छुपा है सही-सही बता दो। सेठ ने अपने वचन का पालन करते हुए अपने सारे खजाने की चाबी डाकू को सौंप दी। डाकू ने सेठ का सारा खज़ाना खाली कर दिया। धन गठडियों में बांध लिया। जाते-जाते डाकू ने फिर पूछा सेठ धन कहीं और तो नहीं छुपा रखा। सेठ ने कहा-भाई अमुक कमरे में जमीन में इतना धन और गडा हुआ है। जब तुमने पूछ लिया तब मुझे बताना ही पडा क्योंकि मैं झूठ नहीं बोल सकता। मैंने अपनी झूठ को भगवान बुद्ध के चरणों में चढा दिया है। सेठ की इस बात का डाकू पर असर हुआ वह मन ही मन सोचने लगा। क्या भगवान बुद्ध मेरे जैसे अपराधी के अपराधों को माफ कर सकते हैं। क्यों न मैं भी अपनी बुराइयों को उनके चरणों में चढाकर उनका भक्त बन जांऊ। इन्ही विचारों में खोया वह डाकू सेठ का सारा धन वहीं छोडकर अपने दल के साथ भगवान बुद्ध के चरणों मे पहुंच गया और उसने रो-रो कर आदि से अन्त तक अपनी

सारी बुराईयों को प्रभु के सामने रखा और प्रार्थना की हे! भगवान अब मुझे बुराईयों से हटाकर अपने चरणों में लगा लो है! करूणा निधान। आप पतितपावन हैं। प्रभु अभागे को चरणों में शरण दो प्रभु। भगवान बुद्ध ने अपने ज्ञान द्वारा देखकर कि आज का यह डाकू कल बहुत बडा संन्यासी बनने वाला है। उन्होंने तथास्तु कहकर उस को अपना शिष्य बना लिया और उसके साथियों को सभ्य नागरिक बनने का आदेश देकर विदा कर दिया।

सिद्धांत के रक्षक

महात्मा गांधी के दादा उत्तम चंद गांधी, जिन्हें लोग ओता गांधी कहते थे, पोरबंदर राज्य के वरिष्ठ दीवान थे। राजा बहुत सज्जन थे, लेकिन रानी हठी और कान की कच्ची थीं। राजा की मृत्यु के बाद शासन की बागडोर रानी के हाथ में आ गई। उस समय राज्य का खजांची खीमा भंडारी था, जो बेहद ईमानदार और वफादार था। एक बार रानी की सेविका ने भंडारी से कुछ फालतू पैसे मांगे। भंडारी ने मना कर दिया। सेविका ने नमक मिर्च लगा कर इसकी शिकायत रानी से की। रानी ने खंजाची की गिरफ्तारी का आदेश दिया। खीमा को इसकीभनक लगी तो वह भागकर ओता गांधी के घर पहुंचा। गांधी ने खीमा को अपने घर में आश्रय दिया, फिर रानी के पास गए और खीमा की ईमानदारी और वफादारी का हवाला देते हुए उसे माफ करने की गुजारिश की। लेकिन रानी अपने हठ पर अड़ी रहीं और बोलीं,'खंजाची को मृत्यु दंड मिलना चाहिए।'

गांधी के बहुत समझाने पर भी जब रानी नहीं मानी तो उन्होंने कहा, 'खीमा को मैंने आश्रय दिया हुआ है। वह हमारा ईमानदार और वफादार कर्मचारी है। उसे दंड देने से हमारी दीवानगीरी पर यह कलंक लगेगा कि एक दीवान अपने कर्मचारी को नहीं बचा पाया, इसलिए उसकी रक्षा करना मेरा कर्त्तव्य है। मैं प्राण देकर भी उसकी रक्षा करूंगा।' गांधी लौट आए। रानी ने क्रोध में आकर कहा फौज को आदेश दिया जाए। इसकी खबर लगते ही गांधी ने खीमा को चुपके से राज्य के बाहर भेज दिया और घर के दरवाजे पर परिवार सहित बैठ गए। थोड़ी देर में फौज का नायक गुल मुहम्मद आया और बोला, 'आप खीमा को सौंप दो। उसके लिए अपनी जान क्यों खतरे में डाल रहे हों?' उसकी रक्षा के लिए मेरे प्राण का कोई मूल्य नहीं है। आप अपना काम करें।' सेनायक ने कहा,'मैं भी एक ईमानदार देशभक्त दीवान के लिए अपनी जान दे सकता हूं।' और वह फौज लेकर लौट गया।

प्रस्तुति-कुमारी सोनी

कैंसर का शक कब करें

कैंसर आज विश्व में जिस तरह से फैल रहा है चिन्ता का विषय है। हर साल लाखों लोग इस रोग का ग्रास बन रहे हैं। कड़ी मेहनत के बाद भी हमारे वैज्ञानिक इस रोग पर कंट्रोल नहीं कर पाये। हर एक समझदार व्यक्ति का फर्ज है कि कैंसर क्या है, इस रोग से बचाव कैसे हो, तथा कैंसर होने पर क्या करें इसकी जानकारी समाज तक पहुंचाए। हमने अपनी पत्रिका के माध्यम से यह बीड़ा उठाया है। हम कैंसर के बारे में बिशेषज्ञों की राय आप तक पहुंचाएगे यह हमारा संकल्प है।

-संपादक

वैसे कैंसर के मरीजों में विविध समस्याएँ एवं लक्षण हो सकते हैं; पर निम्न लक्षण होने पर लापरवाही उचित नहीं, इसमें कैंसर की संभावना हो सकती है। अतः किसी योग्य चिकित्सक से परामर्श लेकर परीक्षण और आवश्यक जाँच करवाएँ, जिससे कैंसर होने अथवा न होने की पुष्टि हो सके।

- स्तन में रसौली या गाँठ।
- मस्से या तिल, जिसके स्वरूप में बदलाव आकर वह तेजी से बढ़ने लगता है।
- दीर्घकालीन पाचन संबंधी समस्याएँ या शौच की आदत में बदलाव।
- दीर्घकाल खाँसी या आवाज में बदलाव।
- नाक, मुँह, मल-मूत्र से रक्तस्राव।
- शरीर के किसी भी स्थान पर घाव, जो समुचित उपचार के बाद भी ठीक न हो।
- वजन में अकारण कमी, लंबे समय तक ज्वर, जिसके कारण का पता सामान्य जाँचों से भी नहीं लग पता।
- मुँह में सफेद या लाल चकत्ते, छाले, घाव जो कि उपचार के बाद भी ठीक नहीं होते। तंबाकू, गुटका सेवन करनेवालों का मुँह पूरा न खुल पाना।
- महिलाओं में मासिक धर्म के दौरान ज्यादा रक्तस्राव या मासिक चक्र के मध्य रक्तस्राव अथवा सामान्य यौन संबंधों के दौरान रक्त बहना, रजो-निवृत्ति के पश्चात् रक्तस्राव।

कैंसर के सामान्य लक्षण

कैंसर एक घातक रोग है, पर विडंबना यह है कि ज्यादातर मरीजों में रोग की शुरूआत में विशेष समस्याएँ या लक्षण प्रकट नहीं होते, जिससे रोग का निदान रोग बढ़ने पर ही हो पाता है; जबकि उपचार की सफलता की संभावना क्षीण हो जाती है। कैंसर एक रोग न होकर वास्तव में सैकड़ों रोगों का समूह है। शरीर का कोई भी अंग इसकी चपेट में आ सकता है। साथ ही कैंसर के विभिन्न रूपों में बढ़ने और इनके फैलने की गति भी भिन्न होती है।

अतः कैंसर की शुरूआती अवस्था में विशेष कष्ट नहीं होता और बाद में प्रभावित अंग में इसके फैलने की गति इसके दूसरे अगों में फैलाव पर निर्भर होती है। कुछ कैंसर रसायन, हारमोन व जहरीले तत्व भी स्रवित करते हैं, जिनके कारण भी विभिन्न लक्षण प्रकट हो सकते हैं।

कैंसरग्रस्त होने पर लक्षण रसौली का स्थानीय प्रभाव इनके बढ़ने या इनके स्राव के कारण पूरे शरीर मे हो सकता है।

कैंसर के कारण शरीर पर दुष्प्रभाव

- कैंसर में कोशिकाएँ अनियंत्रित रूप से तेजी से विभाजित होती हैं। इन्हें पोषक तत्वों की जरूरत होती हैं। ये कोशिकाएँ अन्य सामान्य कोशिकाएँ से ज्यादा सक्रिय होती हैं। दूसरी कोशिकाएँ के पोषक तत्वों का उपयोग भी ये अपनी जरूरत पूरी करने के लिए होती हैं, तथा अस्त-व्यस्त हो जाती हैं।
- कैंसर के रोगी प्रायः निढाल व थके से रहते हैं। इनमें स्फूर्ति नहीं रहती, कार्य करने में मन नहीं लगता, मन उचाट रहने लगता है, भूख कम लगती है। ये कार्य करते समय शीघ्र थकावट महसूस करने लगते हैं। कुछ मरीजों के रक्त में कैल्सियम का स्तर बढ़ जाता है। अन्य कैंसरग्रसित मरीजों में हल्का ज्वर हो जाता है, जिसके कारण का पता जाँच/परीक्षण द्वारा भी नहीं लग पाता। मरीज का वजन कम होने लगता है। विभिन्न कैंसर के स्थानीय लक्षण
- कैंसरग्रस्त अंग के अनुसार लक्षण भिन्न-भिन्न हो सकते हैं। लक्षण रोग बढ़ने की गति, ट्यूमर के आकार, आस-पास फैलाव तथा मांसपेशियों, स्नायु-तंतुओं, रक्त वाहिनियों के प्रभावित होने पर निर्भर होते हैं।
- शरीर के बाह्य भागों, जैसे-त्वचा, मांसपेशियों, मुँह, स्तन इत्यादि में कैंसर के कारण

गाँठ/रसौली हो सकती है या फिर त्वचा में मौजदू तिल, मस्सा तेजी से बढ़ना शुरू कर सकता है। महिलाओं को अपने स्तन में उत्पन्न गाँठ को नजरअंदाज नहीं करना चाहिए। स्तन की गाँठ की तुरंत जाँच कराना आवश्यक है।

- इसी प्रकार मुँह में सफेद या लाल चकते और घाव, जो कि उपचार के बावजूद भरते नहीं, मुँह में कैंसर की पूर्व दशा के द्योतक हो सकते हैं। इसी प्रकार गुटका व तंबाकू सेवन करने वाले व्यक्तियों में मुँह की झिल्ली के कड़े होने के कारण, वे मुँह पूरी तरह खोल नहीं पाते, यह भी कैंसर की एक पूर्व दशा होती है। सामान्य स्वस्थ व्यक्ति का मुँह चार अँगुलियों के बराबर खुलता हैं। मैंने ऐसे कई रोगियों को देखा है जिनका मुँह एक या दो अंगुल ही खुल पाता है।
- कैंसर के कारण स्थानीय गाँठों में सूजन आ सकती है, इनका आकार बढ़ सकता है; पर यह स्थिति रोग के फैल जाने का संकेत है।
- ग्रास नली में कैंसर होने पर भोजन निगलने में कठिनाई होती है।
- स्वर यंत्र में कैंसर के कारण खाँसी आ सकती है, आवाज भारी हो जाती है। फेफड़ों के कैंसर के कारण खाँसी तथा साँस फूलने के साथ ही बलगम में खून आ सकता है।
- आमाशय के कैंसर के कारण खूनी उलटी हो सकती है।
- बड़ी आँत/मलाशय में कैंसर होने पर मल के साथ खून आ सकता है या रक्त मौजूद होने पर मल का रंग काला हो सकता है। कब्ज हो सकती है।
- बड़ी आँत व गर्भशय में कैंसर होने पर पेट दर्द हो सकता है। ट्यूमर के कारण बाहर से दबाव पड़ने या आँतों के अंदर रसौली होने से आँतों का रास्ता रूक सकता है, जिसके कारण उलटी, पेट फूलने, मलद्वार से गैस न निकलना आदि समस्याएँ हो सकती हैं।
- मूत्राशय के कैंसर के कारण मूत्र में खून आ सकता है।
- रीढ़ की हड्डियों या मेरूदंड में या इनके आस-पास कैंसर के कारण, स्नायु पर दबाव पड़ने के कारण, मांसपेशियों की शक्ति कम हो सकती है, लकवा हो सकता है और संवेदनशून्यता हो सकती है।
- मस्तिष्क के कैंसरग्रस्त होने पर दबाव बढ़ने के कारण सिरदर्द, उलटी, लकवा,संवेदनाएँ कम होना, दृष्टि में बदलाव, झटके इत्यादि समस्याँए हो सकती हैं। मस्तिष्क के कैंसर के कारण प्रकट होनेवाले लक्षण प्रभावित मस्तिष्क के अंश के कार्यों पर निर्भर होते हैं।

इसी प्रकार कैंसर के लक्षण प्रभावित अंगों के अनुसार विविधतापूर्ण हो सकते हैं।

कैंसर रोगियों में दर्द

कैंसर रोगियों में रोग की शुरूआत में दर्द होना आम लक्षण नहीं है। पर इन मरीजों मे ट्यूमर के बढ़ते आकार के कारण खिंचाव और स्नायु पर दबाव पड़ने के कारण दर्द हो सकता है।

स्तन व फेफड़े के कैंसर के कारण मेरूदंड से मुँह को जानेवाली स्नायु (बेक्रियल प्लक्सेस) पर दबाव पड़ने से छाती में दर्द हो सकता है, जो कि कंधे व बाँहों तक फैलता है। फेफड़ो के कैंसर के कारण उसमें पानी भर जाने से भी साँस लेने पर दर्द हो सकता है। गुदा कैंसर, पुरूषों में प्रोस्टेट ग्रंथि के कैंसर में नितंब की स्नायुओं में दबाव पड़ने पर नितंब के निचले हिस्से तथा जाँघों में दर्द हो सकता है। अग्न्याशय में कैंसर के कारण आस-पास मौजूद स्नायु पर दबाव पड़ने, क्षतिग्रस्त होने से पेट-पीठ में असहनीय पीड़ा हो सकती है।

यकृत के प्राथमिक या द्वितीयक कैंसर के कारण इसके आवरण पर खिंचाव होने से पेट के ऊपर दाएँ हिस्से में दर्द हो सकता है। हड्डियों के प्राथमिक या द्वितीयक कैंसर के कारण दर्द हो सकता है, हड्डियाँ कमजोर हो जाती हैं और आसानी से टूट सकती हैं। कभी-कभी कैंसर के कारण स्नायु पर दबाव पड़ने पर स्नायु मार्ग में दर्द होता है। कैंसर की शुरूआत में दर्द प्रायः नहीं होता, पर कैंसर के अंतिम चरण में असहनीय दर्द होता है। अकसर मरीज दर्द से तड़पते हैं। मैं ऐसे अनेक रोगियों को जानता हूँ, जो दर्द से राहत पाने के लिए नशीली दवाओं (पैथीडिन, मारफिन इत्यादि) के आदी हो गए हैं। चिकित्सक भी इसमें कोई हर्ज नहीं समझते, क्योंकि अंतिम दिनों में यथासंभव कष्ट-रहित होना ज्यादा महत्वपूर्ण होता है।

कैंसर के कारण वजन कम होना

रोग की अंतिम स्थिति में प्रायः वजन कम हो जाता है। फेफड़ों, आँतों, अंडाशय, शुक्राशय के कैंसर मे वजन कम होना आम होना आम है; जबकि मस्तिष्क व स्तन कैंसर में प्रायः वजन कम नहीं होता। कैंसर के मरीजों में शरीर में जमा वसा समाप्त हो जाती है, मांसपेशियाँ सूखने लगती है। इनका शरीर हड्डियों का ढाँचा सदृश (कंकाल) हो जाता है। यह अत्यंत दयनीय स्थिति होती है।

कैंसर के रोगी में भूख कम हो जाती है, स्वाद बदल जाता है, रक्तस्राव होता है; जबकि इनको ट्यूमर के बढ़ने के कारण पोषक तत्वों की आवश्यकता बढ़ जाती है। यह

शरीर में जमा वसा से शुरू में अपनी आवश्यकता-पूर्ति का प्रयास करते हैं। बाद में मांसपेशियों की वसा व प्रोटीन को भी ये उपयोग करने लगते हैं, जिससे वजन कम हो जाता है। ज्यादातर मरीजों में जब तक कैंसर से मुक्ति नहीं मिलती, भूख एवं वजन बढ़ाना संभव नहीं होता।

कैंसर के फैलाव के कारण व लक्षण

कैंसर एक नया विकसित ऊतक है। यह तेजी से बढ़कर आस-पास अपने पैर पसारने लगता है या फिर कैंसर ऊतक का अंश टूटकर लसीका अथवा रक्त वाहिनियों के माध्यम से अन्य अंगों में पहुँकर कैंसर संक्रमण कर सकता है। ज्यादातर उपचार प्रभावी न होने और कैंसर बढ़ने के कारण ही मृत्यु होती है। अध्ययनों से पता चला है कि कैंसर रोग का पहली बार निदान होने से पूर्व स्पष्ट या स्पष्ट रूप में करीब दो-तिहाई मरीजों में कैंसर का फैलाव हो चुका होता है। अतः उपचार के लिए स्थानीय शल्प चिकित्सा विकिरण द्वारा चिकित्सा या स्थानीय प्रयुक्त दवाएँ पूरी तरह प्रभावी नहीं हो पाती हैं, क्योंकि अन्य अंगों के ऊतकों में कैंसर हो चुका होता है, जो कि बढ़ सकता है। कैंसर का विभिन्न अंगों में फैलना उसके स्वरूप, चरण, शरीर की रोग प्रतिरोध क्षमता, उपचार इत्यादि तथ्यों पर निर्भर करता है। प्रायः हर कैंसर के बढ़ने-फैलने के अपने विशिष्ट गुण होते है। अतः शरीर के विभिन्न अंगों में फैले कैंसर के लक्षण प्रभावित अंगों पर निर्भर होते हैं। अधिकांश कैंसर शुरूआत में स्थानीय लसीका ग्रंथियों में फैलते हैं, जिससे इनका आकार बढ़ जाता है। कई गिल्टियाँ जुड़कर कड़ा ट्यूमर बन जाती है।

कैंसर अस्थियों, फेफड़ों, पेट की झिल्ली, मस्तिष्क, स्नायु इत्यादि अंगों तक बढ़ सकता हैं,जिसके कारण विभिन्न लक्षण प्रकट होते है।

कैंसर से स्रावित हारमोन, रसायनों के कारण-लक्षण

कुछ अंगों के कैंसर रसायन व हारमोन का स्राव करते हैं, जिसके कारण विभिन्न समस्याएँ हो सकती हैं। कुछ मरीजों में इन रसायनों व हारमोनों के कारण इस रोग के लक्षण रोग की शुरूआत में प्रकट होने लगती हैं। फेफड़ों के कुछ कैंसर से ए.सी.टी.एच. हारमोन स्रावित हो सकता है, जिसके कारण 'कुशिंग सिंड्रोम' हो सकता है। कुछ कैंसर से एड्रिनलिन, नार एड्रिनलिन स्रावित होता है। कुछ मरीजों में गर्भशय ग्रीवा, फेफड़ों के कैंसर से पैरा थायरॉइड हारमोन स्रावित होता है, जिसके कारण रक्त मे कैल्सियम स्तर बढ़ जाता है।

फेफड़ों के कुछ विशिष्ट कैंसर तथा आँतों में कैंसर से ए.डी.एचए हारमोन स्रावित होने

से शरीर में पानी जमा होने लग सकता है। इसी प्रकार हारमोन एवं रसायनों के स्राव के अनेकानेक रोग-लक्षण हो सकते हैं।

कैंसर का मस्तिष्क और स्नायु पर प्रभाव

कैंसर सीधे मस्तिष्क व स्नायु को क्षतिग्रस्त कर सकता है। यदि कैंसर सीधे रक्त धमनियों या मस्तिष्क की झिल्लीयों से मस्तिष्क तक पहुँच गया है तो सिरदर्द, झटके आना इत्यादि जैसी समस्याएँ हो सकती हैं। कैंसर के कारण मस्तिष्क के विभिन्न भाग क्षतिग्रस्त हो सकते हैं। साथ ही मेरूरज्जु के नष्ट होने से मांसपेशियों में कमजोरी और स्नायु क्षतिग्रस्त हो सकते हैं।

अन्य लक्षण

कैंसरग्रस्त मरीजों के शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता कम हो जाती है, जिससे अवसरवादी जीवाणु से संक्रमण हो सकता है। यह संक्रमण बैक्टीरिया, वायरस, फफूँद द्वारा हो सकता है। साथ ही यदि कैंसर का उपचार सिंकाई और कैंसर-प्रतिरोधी दवाइयों द्वारा किया जाता है तो प्रतिरोधक क्षमता कम होने से संक्रमण होने का खतरा अधिक बढ़ जाता है। कैंसर में भूख कम होने एवं जरूरत बढ़ जाने के कारण अनेक पोषक तत्वों-विशेष रूप से प्रोटीन, विटामिन, खनिज लवण-की कमी के कारण समस्याएँ पैदा हो सकती हैं।

कैंसर मरीजों में आकस्मिकताएँ

कैंसर वैसे तो दीर्घकालीन रोग है। रोगी धीरे-धीरे मृत्यु की ओर बढ़ता है। कुछ मरीजों की हालत अचानक गंभीर हो जाती है, तब तुरंत उपचार आवश्यक होता है। ये गंभीर-घातक आकस्मिकताएँ निम्न परिस्थितियों में हो सकती हैं-

कैंसर का दबाव हृदय, फेफड़ों एवं रक्त वाहिनियों पर पड़ता है। कैंसर लिंकोमा के मरीजों में छाती की महाशिरा में दबाव पड़ने से या बंद होने से छाती में दर्द हो जाता है, पैरों में सूजन आ जाती है, अचानक श्वास फूलने लग सकता है।

आँतों के कैंसर के कारण आँतों का रास्ता बंद होने से पेट में असहनीय दर्द, पेट फूलने, उल्टी, कब्ज, गैस न निकलना आदि लक्षण हो सकते हैं। पुरूषों में प्रोस्टेट ग्रंथि, महिलाओं में प्रजनन अंगों के कैंसर के कारण दूसरे अंगों के कैंसर के फैलाव, सिकांई के कारण मूत्र मार्ग में रूकावट होने पर पेशाब बंद हो सकता है। अग्न्याशय, पित्त नली के कैंसर के कारण पीलिया, खुजली, पेशाब पीला होना तथा पेट में असहनीय दर्द आदि

समस्याएँ हो सकती हैं। यदि कैंसर का दबाव मेरूरज्जु पर पड़ता है तब असहनीय पीठ दर्द तथा लकवा हो सकता है।

यदि कैंसर के कारण मस्तिष्क में दबाव बढ़ जाता है तो मस्तिष्क से रक्तस्राव होता है, जिससे असहनीय सिरदर्द, उलटी झटके आ सकते हैं। पक्षाघात भी हो सकता है। दबाव पड़ने से खून की उलटी हो सकती हैं। श्वास रूक सकता है। ऐसे रोगियों की जाँच होनी चाहिए, आवश्यक उपचार होना चाहिए, जिससे कष्टों से राहत मिल सके। कुछ रोगियों में कैंसर के कारण दूषित तत्वों व हारमोन स्रावित होने से भी अचानक गंभीर स्थिति हो सकती है। रक्त में कैल्सियम स्तर बढ़ने के कारण थकावट, भूख न लगना, कब्ज, पेशाब ज्यादा होने से शरीर में जल की कमी, मांसपेशियों की शक्ति में कमी हो सकती है। रक्त मे ग्लूकोज का स्तर अचानक कम हो सकता है।

कैंसर के उपचार के दौरान शरीर को रोग-प्रतिरोधक क्षमता प्रदान करनेवाली श्वेत रक्त कोशिकाओं की संख्या में कमी के कारण अवसरवादी जीवाणु या साधारण जीवाणुओं से संक्रमण पूरे शरीर में तेजी से फैलकर जानलेवा हो सकता है। उपचार के कारण ट्यूमर के स्राव से रक्त में यूरिया, यूरिक एसिड, फॉस्फेट का स्तर बढ़ने से पेशाब कम होने तथा गुरदे फेल होने की समस्या हो सकती है।

रक्त की प्लेटलेट कोशिकाओं की संख्या कम होने से मसूड़े, नाक, मुँह एवं त्वचा से रक्तस्राव हो सकता है। फेफड़ों में कैंसर होने से अचानक श्वास फूल जाता है, दम घुटता महसूस होता है। इनके अतिरिक्त भी अन्य अनेक गंभीर लक्षण हो सकते हैं, जिनका तुरंत निदान उपचार आवश्यक है। उपचार में देरी मौत का कारण बन सकती है।

-डॉ. जे. एल. अग्रवाल

पुस्तक : कैंसर कारण और बचाव से साभार

प्राप्त हुए धन का उपयोग करने में दो भूलें हुआ करती हैं, जिन्हें ध्यान में रखना चाहिए। अपात्र को धन देना और सुपात्र को धन न देना।

-वेद व्यास

काले अंगूर से सुधरती है स्मरण शक्ति

अगर आप अपनी याददाश्त सुधारना चाहते हैं तो काला अंगूर खाइए, काला अंगूर बुढ़ापे में आपकी याददाश्त कमजोर होने से रोक सकता है। ब्रिटेन के अनुसंधाकर्ताओं ने पता लगाया है कि काले अंगूर-में पाए जाने वाले फ्लैवोनायड्स का सीधा संबंध तंत्रिका कोशिकाओं से रहता है। इनके बीच होने वाला संवाद मस्तिष्क कोशिकाओं के पुनर्उत्पादन को बढ़ावा देता है। अनुसंधानकर्ताओं का कहना है कि इससे अल्पकालिक एवं दीर्घकालिक याददाश्त को सुधारने में मदद मिलती है। उन्होंने उम्मीद जताई है कि इस अध्ययन की मदद से भविष्य में अल्झाइमर का इलाज खोजा जा सकता है। प्रमुख अनुसंधानकर्ता जेरेमी स्पेंसर के हवाले से ''फ्री रेडिकल बायोलाजी एंड मेडिसिन'' जर्नल में प्रकाशित अध्ययन के नतीजों में कहा गया है ''बुढ़ापे में याददाश्त कमजोर पड़ने से लोगों को दिक्कत होती है। वैज्ञानिकों का कहना है कि ताजे फलों के सेवन से याददाश्त लंबे समय तक अच्छी रहती है।'' अनुसंधानकर्ताओं ने चूहों को करीब तीन सप्ताह तक हर दिन काले अंगूर का 120 ग्राम से 150 ग्राम गूदा दिया। उन्होंने पाया कि तीन सप्ताह के बाद उस चूहे की याददाश्त वैसी हो गई जैसी युवा चूहों की होती है।

○ प्रस्तुति-अरुण तिवारी

कब क्या खाएँ

चैते नीम बेल बैसाख, साढ़े अदरक जेठे दाख।।
सावन हर्रे भादों चित्त, क्वॉर मास गुड़ खावे नित्त।।
कार्तिक मूली अगहन तेल, पूषे करो दूध से मेल।।
माघे घी खिचड़ी सों खाए, फागुन अमलक हरा चबाए।।
राखे जो इनका उपयोग, वो सौ साल जिये बिन रोग।।

तर्ज-खुद को देखो

मानव मंदिर में जो आता वह मानव बन जाता
खुशी की बात है-2
गुरूदेव की शरण में आता वह दर्शन हर्षाता
खुशी की बात है! वाह-2 क्या बात है-2

1. गुरूदेव के दर्शन से जो सुख शांति जन-2 पाते हैं
इतनी शांति तो कोई स्वर्ग में भी शायद नहीं पाते हैं
ऐसा आनन्द आता है हम हंसते बारंबार
वाह-2 क्या बात हैं-2

2. साध्वी मंजुलाश्री जी पलपल आशीर्वाद बरसाती हैं
इनके आशीर्वाद से सारे दुख दुविधाएं मिट जाती हैं
चारों ओर ही खुशियां छायें, खुशी के आंसू आये
वाह-2 क्या बात है।-2

3. मानव-मंदिर की महिमा बतलाओ कौन देख पाते हैं
जो देख पाते हैं वो मन और तन से हर्षाते हैं
मानव मंदिर खुला हमेशा इसके अनेकों द्वार
वाह-2 क्या बात है-2

4. चारों ओर सचमुच कितना-कितना अत्याचार है
जब जहां देखो लोग आदत से लाचार है
इसीलिए तो मनुष्य रूप में प्रकटे हैं भगवान
वाह-2 क्या बात हैं-2

नमन जैन
मानव मंदिर गुरूकुल-कक्षा 7

मासिक राशि भविष्यफल-जुलाई 2008

डॉ.एन.पी मित्तल, पलवल

मेषः- मेष राशि के जातकों के लिये यह माह व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से शुभ फल दायक कहा जाएगा। कुछ नये समाचार मिलने के योग हैं। छोटी बड़ी यात्राओं के योग है। बन्धु बान्धवों का सहयोग बना रहेगा। आगे के लिये कोई नई योजना बन सकती है। दाम्पत्य जीवन सामान्य रहेगा। स्वास्थ्य के प्रति सेचत रहें। तथा यात्रा के योग बन सकते हैं।

वृषः- वृष राशि के जातकों के लिये व्यापार व्यवसाय की दृष्टि से यह माह आय प्राप्त कराने वाला तो है किन्तु खर्च भी विशेष होगा। परिवार में कोई खुशी का अवसर आ सकता है। बन्धु बान्धवों का सहयोग मिलेगा। शत्रुओं का मिल कर मुकाबला करें लोक अपवाद की स्थिति आ सकती है।

मिथुनः- मिथुन राशि के जातकों के लिये व्यापार व्यवसाय की दृष्टि से इस माह आय से व्यय अधिक होने के योग हैं। बुजुर्गों की सलाह काम आयेगी। नौकरी पेशा वालों को लाभ होने की संभावना है। समाज में मान प्रतिष्ठा बनी रहेगी। दाम्पत्य जीवन सामान्य रहेगा। नौकरी पेशा वाले जातकों को नौकरी में उलझनों का सामना करना पड़ सकता है। मानसिक सन्तुलन बनाए रखें।

कर्कः- कर्क राशि के जातको के लिये यह माह व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से मध्यम फल दायक है। लाभार्थ परिश्रम अधिक करना पड़ेगा, किन्तु मानसिक स्थिरता बनी रहेगी। इस माह किसी शुभ कार्य में धन पर व्यय होगा। मुकद्मा पेशा वाले जातकों को लाभ होगा। समाज में स्थिति सुदृढ़ रहेगी। दम्पति एक दूसरे को समझने की कोशिश करें।

सिंहः- सिंह राशि के जातको के लिये यह माह व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से कुल मिलाकर अच्छा ही कहा जाएगा। आमदनी के साधन बनते रहेंगे। मित्रों को थोड़ा मानसिक परेशानी आने की सम्भावना है। किन्तु बुद्धि के बल पर ये जातक सफलता प्राप्त करेंगे। घर-परिवार में कोई मंगल कार्य हो सकता है। छोटी-बड़ी यात्राऐं हो सकती हैं। दाम्पत्य जीवन सामान्य रहेगा।

कन्याः- कन्या राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह मध्यम फल देने वाला है किन्तु उत्साह बना रहेगा। शुभ कार्यों की ओर मुखीहोगें। कोई फलदायक यात्रा भी हो सकती है। किसी नई योजना का श्री गणेश भी हो सकता हे। यह माह नौकरी पेशा जातकों के लिये शुभ हैं। कुछ जातकों की तरक्की भी हो सकती है। परिवारिक सामन्जस्य

बना रहेगा।

तुलाः- तुला राशि के जातकों के लिए व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह शुभ फलदायक है। धनागम होता रहेगा। इस माह कुछ लाभपूर्ण यात्राएं भी होंगी तथा घर में कोई मांगलिक कार्य भी हो सकता है। परिवार में सामन्जस्य बना रहेगा। महिलाओं को वस्त्रा-भूषणों की खरीद का सुखद अहसास होगा। समाज में मान-सम्मान बना रहेगा। दाम्पत्य जीवन सुखी रहेगा।

वृश्चिकः- वृश्चिक राशि के जातकों के लिए यह माह विशेष शुभफलदायक नहीं है। सीमित आय के साधन होंगे। कृषकों के लिये समय कुछ अच्छा है। किसी लड़ाई-झगड़े में अनायास ही अपनी टांग न अड़ाएं। सेहत के प्रति सचेत रहें। यात्रा में दुर्घटना के आसार है परन्तु बचाव भी सम्भव है। दाम्पत्य जीवन में माधुर्य बनाए रखें।

धनुः- धनु राशि के जातकों के लिए व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह आय-व्यय की स्थिति बराबर वाला होगा। छोटी बड़ी यात्राएं सम्भव हैं। नौकरी पेशाजातकों की स्थिति भी संतोषजनक रहेगी। किसी किसी जातक को प्रमोशन पाने की खुशी भी हो सकती है। दाम्पत्य जीवन सामान्यतः सुखी रहेगा। स्वास्थ्य में कुछ गडबड़ी रहेगी।

मकरः- मकर राशि के जातकों के लिए व्यवसाय-व्यापार की दृष्टि से यह माह परिश्रम अधिक अल्प लाभ देने वाला है। तथा समस्याओं का सामना भी करना पड़ सकता है। शत्रु सिर उठायेंगे और इन जातकों की परेशानी -का कारण बनेंगे किन्तु ये जातक कामयाब होंगे। माता पिता की सेवा करें तथा उनके स्वास्थ्य की देखभाल करें। दाम्पत्य जीवन में मधुरता बनाए रखें। विद्यार्थियों और दिमागी कार्य करने वालों के लियें समय अच्छा है।

कुम्भः- कुम्भ राशि के जातक व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से इस माह बाधाओं के चलते हुए भी लाभ अर्जित करने में सफल होंगे। यात्राओं तथा शुभकर्मो पर व्यय होने के योग हैं। पारिवारिक सामन्जस्य बना रहेगा। संतान की ओर से बढ़ती चिन्ताओं का समाधान ढूंढे। कोशिश करने से समाधान मिल जायेगा। दाम्पत्य जीवन सामान्य रहेगा। स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहें।

मीनः- मीन राशि के जातकों के लिए यह माह व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से संघर्ष पूर्ण रहेगा। कारोबार में प्रगति के प्रति असामंजस्य की स्थिति रहेगी। किसी कोई जातक किसी प्रतिस्पर्धा में सफल हो सकते हैं। छोटी बड़ी यात्राएं होंगी। आगन्तुकों तथा परिवारजनों पर व्यय होगा। दाम्पत्य जीवन में मधुरता बनाए रखना आवश्यक होगा। स्वास्थ्य के प्रति विशेषरूप से सचेत रहें।

इति शुभम्

राजधानी समाचार

दिल्ली दूरदर्शन राष्ट्रीय चैनल पर पूज्यवर के साक्षात्कार का प्रसारणः

दिनांक 12 जून को दिल्ली दूरदर्शन राष्ट्रीय चैनल- डी.डी.-1 पर 'आज सुबेरे' शीर्षक के अन्तर्गत प्रातः आठ बजे पूज्य आचार्यश्री रूपचन्द्रजी के साथ एक विशेष साक्षात्कार का प्रसारण किया गया। इसमें पूज्यवर नेपाल-भारत की पद-यात्राओं, विदेश यात्राओं के साथ-साथ आपके साहित्य विशेषतः कविता-साहित्य- मुक्तक-गजल आदि पर विशेष चर्चा हुई। एंकर गौरांलाल द्वारा पूछे गए प्रश्नों पर पूज्यवर ने बताया- हमारी यात्रा के प्रमुख तीन उद्देश्य रहे हैं- भारत की आध्यात्मिक विरासत से जन-जन को परिचित करवाना, अहिंसा और शाकाहार तथा मानसिक शांति के उपाय। एंकर के विशेष आग्रह पर आपने मुक्तक और गजल भी सुनाए। बीस मिनट के इस प्रसारण का देश भर में लोगों ने खूब आनंद लिया दूर-दर्शन निदेशक श्री गौरीशंकर रैना भी इस प्रसारण में स्वयं पूरी दिलचस्मी ली। इस प्रसारण में पूज्यवर के साथ अनन्य भाव से जुड़े प्रो. मानव की विशेष भूमिका रही। इसके लिए प्रो. मानव तथा श्री रैना जी बधाई के पात्र हैं। देशभर से सैंकड़ों लोगों ने फोन द्वारा भी रैनाजी से ऐसे प्रेरणदायी साक्षात्कार दूरदर्शन पर बार-बार प्रसारित होते रहने का आग्रह किया।

एक अद्भुत कार्यक्रमः -

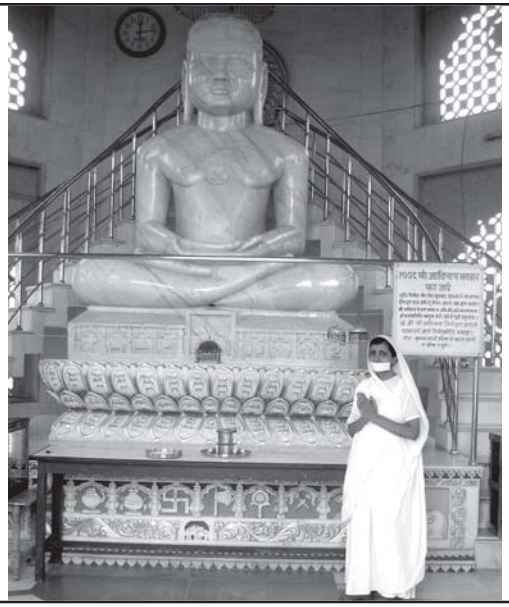
8 जून 2008 को दधीचि देहदान समिति ने प्रीतम पुरा में एक भव्य कार्यक्रम का आयोजन किया कार्यक्रम का मकसद था मृत्यु के बाद शरीर का क्या हो? इस विषय पर बोलते हुए सेवा धाम हॉस्पीटल की डायरेक्टर साध्वी समता श्री ने कहा शरीर नश्वर है इस बात को हम सब जानते हैं। एक समय पूरा होने पर कपड़ा जिस तरह गरीबों के शरीर को ढकने के काम आ जाता है उसी तरह हमारा शरीर भी जरूरत मंदों के काम आ सकता है। इसलिए हमें इसका दान कर देना चाहिए। एक भ्रम जो हमारे मानस को भ्रमित कर रहा है कि यदि शरीर का अंतिम क्रियाक्रम नहीं किया गया तो आत्मा की गति नहीं होगी। इस विषय पर जैन धर्म की मान्यता पूरी तरह स्पष्ट करती है कि मृत्यु से पूर्व की आत्मा को कहां जाकर शरीर धारण करना है यह निश्चित हो जाता है। मृत्यु के साथ ही आत्मा दूसरे शरीर में जन्म ले लेती है। और जन्म के साथ ही पहले शरीर से आत्म को कोई सम्बंध ा नहीं रहता है। इसलिए इस भ्रम को तोड़ते हुए हमें ज्यादा से ज्यादा अपने अंगों का दान करने के बारे में निश्चय करना चाहिए।

इसी विषय पर बोलते हुए ORBO की अध्यक्ष डा.आर.के.विज ने कहा-हम वर्षों से इस काम में लगे हैं कि ब्रेन डेथ के बाद मृत्यु निश्चित है। लेकिन ब्रेन डेथ के बाद कुछ समय तक शरीर के अंग सक्रिय रहते हैं। उस वक्त यदि परिवारिक जन मित्रजन अंगों का दान करने मे ंसहमत हो जायें तो बहुत से मरीजो को नया जीवन मिल सकता है इस काम को करते-करते कभी कभी हमें इतना निराश होना पड़ता है कि मन करता है इसे बंद कर दे ं जो होता है होने दें। इसलिए मैं साध्वीजी तथा आचार्य गिरीराज किशोर जी से कहूंगी कि आप समाज को समझायें तथा इस कार्य को एक मिशन के रूप में ले ंताकि हम ज्यादा से ज्यादा लोगों को असमय मृत्यु के मुंह में जाने से रोक सकें।

इस कार्यक्रम में पधारे ऐम्स के डॉ.सदीप गुलेरिया (जिन्होंने भारत में पहली बार प्रेन्क्रियाज का प्रत्यारोपण किया था) ने कहा ब्रेन डेथ के बाद-हार्ट, किडनी, लीवर आदि सारे अंग दूसरे को प्रत्यारोपित करके बचाया जा सकता है अगर थोड़ी समझ विकसित हो जाये तो हम अपने अंगों को दान करके कई लोगों की जिन्दगियां संवार सकते है। दधीचि देहदान समिति के अध्यक्ष श्री आलोक जी एडवोकेट ने अपनी संस्था का परिचय देते हुए देह दानियों का सम्मान किया तथा अपने महत्व पूर्ण अनुभवों से सबकों देहदान के लिए प्रेरित किया। उनके सुनाये प्रेरणा प्रसंग सचमुच सराहनीय थे।

हस्तिनापुर की तीर्थयात्राः -

मानव मंदिर मिशन द्वारा संचालित मानव मंदिर गुरूकुल के छात्र-छात्राओं ने पूज्य गुरूदेव आचार्यश्री रूपचन्द्र जी महाराज के सम्मुख अपनी फरियाद रखी कि गुरूदेवश्री हम छूट्टियों में घुमने कहां जायेगें। गुरूदेवश्री ने सस्नेह बच्चों की फरियाद स्वीकार करते हुए फरमाया कि तुम सबने दिल्ली के तो सारे स्थान देख लिए हैं इसलिए इस बार ऐतिहासिक शहर हस्तिनापुर की यात्रा पर जाने का कार्यक्रम बनाते हैं पूज्य गुरूदेव की कृपा से श्री मुकेश जैन भोगल वालों ने एक एयरकन्डीशन बस की व्यवस्था कर दी। साध्वी समताश्री, सध्वी सुभद्राश्री, साध्वी वसुमतीजी, मानव मंदिर के कार्यकर्तागण श्री शलेन्द्र झा, श्री अरूण तिवारी आदि सभी बच्चों को संघ लेकर हस्तिनापुर पधार गये। जहां भगवान ऋषभदेव ने अपने प्रपौत्र श्रेयान्स कुमार के हाथों बारह महिनों की तपस्या का पारणा किया था तथा यह नगरी पांडवों की राजधानी के रूप में प्रसिद्ध है। वहां बच्चों ने तीर्थ यात्रा के साथ-साथ पिकनिक का भी आनन्द लिया।



-हस्तिनापुर के मंदिर में भगवान ऋषभदेव के भव्य प्रतिमा के सम्मुख भाव-वन्दना करती हुई पुज्य गुरूदेव आचार्य रूपचन्द्र महाराज की शिष्या सध्वी समताश्री।

-साध्वीश्री ज्ञानमती माता द्वारा निर्मित जम्बूद्वीप हस्तिनापुर में सुमेंरू पर्वत के समक्ष मानव मंदिर मिशन जैन आश्रम, दिल्ली के साध्वी समुदाय के नेतृत्व में कार्यकर्ता गण और गुरूकुल के बच्चे।

-हस्तिनापुर के के प्राचीन जैन मंदिर में विद्यमान भगवान पार्श्वनाथ की विशाल प्रतिमा की आराधना करते हुए। पूज्य साध्वी समताश्री, साध्वी वसुमति जी एवं कुमारी प्रीति।

-श्री वर्द्धमान श्वेताम्बर जैन स्थानक तीर्थंकर शांति सदन ट्रष्ट, हस्तिनापुर के ट्रष्टी ने गुरूकुल के छात्रों को सम्मानित किया।

-श्री वर्द्धमान श्वेताम्बर जैन स्थानक तीर्थंकर शांति सदन ट्रष्ट, हस्तिनापुर के ट्रष्टी ने साध्वी समुदाय को धर्मग्रन्थ प्रदान कर आर्शीवाद प्राप्त किया।

-मानव मंदिर मिशन के कार्यकर्ता श्री अरूण तिवारी (योगाचार्य) और शैलेन्द्र कुमार झा (सी.ए.) का मार्ल्यापण करते हुए श्री वर्द्धमान श्वेताम्बर जैन स्थानक तीर्थंकर शांति सदन ट्रष्ट, हस्तिनापुर के ट्रष्टी।

-दधीचि देहदान समिति के वार्षिकोत्सव के कार्यक्रम में सभा के संम्बोधित करते हुए करते हुए पूज्य गुरूदेव की शिष्या साध्वी समताश्री एवं मंच पर आसीन हैं संस्था के अध्यक्ष श्री आलोक जी Advocate, एम्स के डा. सन्दीप गुलेरिया, ORBO की अध्यक्षा डा. आर. के विज व अन्यगणमान्य जन।

-साध्वी समताश्री जी ने अपना मरणोपरान्त सम्पूर्ण शरीरदान कर दिया और समाज में अंगदान करने के लिए लोगों को प्रेरित करने का जो सराहनीय कदम उठाया उसके लिए। दधिचि देहदान समिति ने आपको सम्मानित किया।