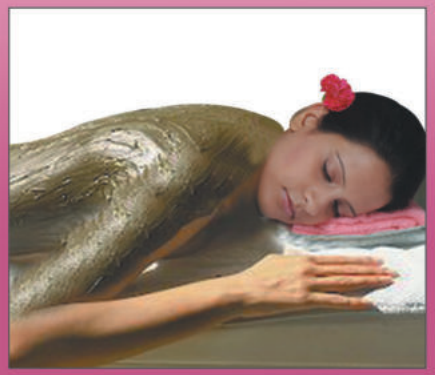
P. R. No.: DL(S)-17/3082/2015-17
Rgn. No.: DELHIN/2000/2473
Date of Post : 27-28

SEVA-DHAM Plus
Since 1994
.....The Wellness Center
(YOGA, AYURVEDA, NATUROPATHY & PHYSIOTHERAPY)
Relax Your Body, Mind & Soul In A Spiritual Environment
Truly rejuvenating treatment packages through
Relaxing Traditional Kerala Ayurvedic Therapies



KH-57, Ring Road, (Behind Indian Oil Petrol Pump), Sarai Kale Khan, New Delhi - 110013
Ph. : +91-11-2632 0000, +91-11-2632 7911 Fax : +91-11-26821348 Mob. : +91-9868 99 0088, +91-9999 60 9878
Website : www.sevadham.info E-mail : contact@sevadham.info

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

संपादिका : श्रीमती निर्मला पुगलिया

कवर पेज सहित
36 पृष्ठ

मूल्य 5.00 रूपये
अगस्त, 2015

रूपरेखा

जीवन मूल्यों की प्रतिनिधि मासिक पत्रिका

चेहरों पर मुस्कान, पंखों में उड़ान
मिल जाए करूणा का आसमान

रूपरेखा

जीवन मूल्यों की प्रतिनिधि मासिक पत्रिका

वर्ष : 15 अंक : 8 अगस्त, 2015

: मार्गदर्शन :
पूज्या प्रवर्तिनी साध्वी मंजुलाश्री जी

: संयोजना :
साध्वी वसुमती
साध्वी पद्मश्री

: परामर्शक :
श्रीमती मंजुबाई जैन

: सम्पादक :
श्रीमती निर्मला पुगलिया

: व्यवस्थापक :
श्री अरूण तिवारी

वार्षिक शुल्क : 60 रुपये
आजीवन शुल्क : 1100 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.rooprekha.com
E-mail: contact@manavmandir.info

इस अंक में

01. आर्ष-वाणी - 5
02. बोध-कथा - 5
03. शाश्वत स्वर - 6
04. उद्‌बोधन - 7
05. मुक्तक - 12
06. चिंतन-चिरंतन - 13
07. विचार-दृष्टि - 16
08. दिशा-निर्देश - 18
09. उपनिषद-कथा - 20
10. कहानी - 23
11. स्वास्थ्य - 24
12. चुटकुले - 25
13. बोलें-तारे - 26
14. विदेश-यात्रा-प्रसंग - 28
15. सबसे सुंदर चित्र - 30
16. झलकियां - 30

रूपरेखा-संरक्षक गण

श्री वीरेन्द्र भाई भारती बेन कोठारी, ह्युष्टन, अमेरिका
डॉ. प्रवीण नीरज जैन, सेन् फ्रेंसिस्को
डॉ. अंजना आशुतोष रस्तोगी, टेक्सास
डॉ. कैलाश सुनीता सिंघवी, न्यूयार्क
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 भंवरलाल उम्मेद सिंह शैलेन्द्र सुराना, दिल्ली
श्रीमती कमला बाई धर्मपत्नी स्व. श्री मांगेराम अग्रवाल, दिल्ली
श्री प्रेमचन्द ओमप्रकाश जैन उत्तमनगर, दिल्ली
श्रीमती मंगली देवी बुच्चा धर्मपत्नी स्व. 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 बाबा गोयल, सुनाम, पंजाब
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
श्री हरीश अलका सिंगला लुधियाना पंजाब
श्री केवल आशा जैन, टेम्पल, टेक्सास
श्री चैनरूप सुशील कुमार पारख, हनुमानगढ़
श्री श्यामलाल वीणादेवी सातरोदिया, हिसार

श्री उदयचन्द राजीव डागा, ह्युष्टन
श्री हेमेन्द्र, दक्षा पटेल न्यूजर्सी
श्री प्रवीण लता मेहत्ता ह्युष्टन
श्री अमृत किरण नाहटा, कनाडा
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
लाला लाजपत राय, जिन्दल, संगरूर
श्री आदीश कुमार जी जैन, दिल्ली
मास्टर श्री बैजनाथ हरीप्रकाश जैन, हिसार
श्री केवल कृष्ण बंसल, पंचकूला
श्री सुरनेश कुमार सिंगला, सुनाम, पंजाब
श्री बुधमल राजकरण, तेजकरण सिंघी, सरदार शहर
श्रीमती लक्ष्मीदेवी चिंडालिया, सरदार शहर
श्री प्रहलाद राय विनोद कुमार सातरोड़िया

आर्ष-वाणी

सोही उज्जुयभूयस्स, धम्मो सुद्धस्स चिट्ठइ।

सरल हृदय में ही पवित्रता का निवास है। जो पवित्र है वहीं धर्म का प्रकाश है।

बोध-कथा

बुद्ध की शिक्षा

एक दिन माहात्मा बुद्ध ने अपना अंतिम भोजन ग्रहण कर लिया। इस भोजन को उन्होंने कुंडा नामक एक लोहार से भेंट के रूप में प्राप्त किया था। लेकिन भोजन करने के बाद वे गंभीर रूप से बीमार पड़ गए। बुद्ध ने अपने शिष्य आनंद को निर्देश दिया कि वह कुंडा को समझाए कि उसने कोई गलती नहीं की है। उन्होंने कहा कि यह भोजन तो अतुल्य है। भगवान बुद्ध जब मृत्यु शैया पर अंतिम सांसे गिन रहे थे तभी पास से किसी के रोने की आवाज सुनाई दी। गौतम बुद्ध ने अपने नजदीक बैठे शिष्य आनंद से पूछा- 'आनंद, यह कौन रो रहा है।' आनंद ने कहा- 'भंते, भद्रक आपके अंतिम दर्शन के लिए आया है।' बुद्ध ने कहा, 'तो उसको मेरे पास बुला लो।' बुद्ध के पास आते ही भद्रक फूट-फूट कर रोने लगा। उसने कहा- 'आप नहीं रहेंगे तो हमें ज्ञान का प्रकाश कौन दिखाएगा।' बुद्ध ने भद्रक से कहा- 'भद्रक, प्रकाश तुम्हारे भीतर है, उसे बाहर ढूंढने की आवश्यकता नहीं है। जो अज्ञानी हैं, वह इसे देवालयों, तीर्थों, कंदराओं या गुफाओं में भटकते हुए खोजने का प्रयत्न करते हैं। वे सभी अंत में निराश होते हैं। इसके विपरीत मन, वाणी और कर्म से एकनिष्ठ होकर जो साधना में निरंतर लगे रहते हैं। उनका अंत:करण स्वयं दीप्त हो उठता है। इसलिए भद्रक 'आप स्वंय दीपक बनो' यही मेरा जीवन-दर्शन है। इसे मैं आजीवन प्रचारित करता रहा।' भगवान बुद्ध का यह अंतिम उपदेश सुन कर भद्रक को समझ में आ गया कि अपना दीपक स्वयं बनने के लिए उसे क्या करना होगा। उसने उसी दिन से मन, वाणी, कर्म से एकनिष्ठ होकर साधना करने का मन बना लिया।

शाश्वत स्वर

बुराई को बुराई से नहीं जीता जा सकता

अच्छाई और बुराई की जंग हमेशा जारी रहती है। आज यह जंग और तेज हो गई है। लेकिन एक-दूसरे पर आरोप-प्रत्यारोप लगाने का ऐसा दौर चला है कि आज अच्छाई और बुराई के बीच भेद करना मुश्किल हो गया है। इसलिए बुराई को समाप्त करने के लिए किए जाने वाले मौजूदा उपायों पर भी दोबारा सोचने की जरूरत है।

यदि हम पूछें कि क्या किसी को धोखा देना धूर्तता नहीं है, तो एक ही उत्तर आएगा। और वो यह होगा कि किसी को भी धोखा देना धूर्तता ही है। अच्छा-बुरा, ईमानदार-बेईमान, अपना-पराया, छोटा-बड़ा वह कोई भी हो सकता है, जिसे हम धोखा देने जा रहे हैं। वह कोई धूर्त भी हो सकता है। लेकिन किसी को भी धोखा देना कैसे अच्छा हो सकता है? यदि अन्य कोई धूर्त है, तो हम क्यों धूर्त हो जाएं? हमारे अपने विचार और उन विचारों से उत्पन्न कर्म ही हमारे जीवन की दशा और दिशा निर्धारित करते हैं। क्या हमें दूसरों की गलती के लिए स्वयं के जीवन को बिगाड़ लेना चाहिए?

बुराई को बुराई से नहीं समाप्त किया जा सकता है। बौद्ध धर्म के ग्रंथ धम्मपद में समझाया गया है कि इस संसार में वैर से वैर कभी शांत नहीं होता। इसी तरह नकारात्मक वृत्तियों से नकारात्मकता को समाप्त नहीं किया जा सकता। जिस प्रकार वैर से वैर, क्रोध से क्रोध, घृणा से घृणा अथवा हिंसा से हिंसा को नहीं मिटाया जा सकता, उसी प्रकार धूर्तता अथवा धोखे से धूर्तता को नहीं मिटाया जा सकता। हां, इस गलत प्रयास में हम अपने स्तर से अवश्य नीचे गिर जाएंगे। बुराई को बुराई से जीतना असंभव है, फिर हम क्यों बुराई को जीतने के लिए बुराई का सहारा लें? बदले की भावना या बदला लेने की इच्छा, स्वयं के लिए ही हानिकारक है।

लेकिन गीता में कृष्ण एक जगह यह भी कहते हैं, जो जिस भाव से मेरी शरण ग्रहण करते हैं, उसी के अनुरूप मैं उन्हें फल देता हूं। हे पार्थ! प्रत्येक व्यक्ति सभी प्रकार से मेरे पथ का अनुगमन करता है। यहां भी भाव को ही प्रमुख बतलाया गया है। हमारे भावों के अनुरूप ही हमें फल मिलेगा। अत: साधनों की शुद्धता अनिवार्य है। फल हमें अपने कर्मों के अनुसार ही मिलता है और कर्म हम विचारों के वशीभूत होकर ही करते हैं, अत: विचारों की शुद्धता ही साधनों की शुद्धता है। हम किसी भी प्रकार से मन में नकारात्मक भाव न लाएं।

बुराई को बुराई से नहीं, बल्कि सहिष्णुता और अच्छे आचरण से रोकना ही ठीक है। सभी संत और महापुरुष राग-द्वेष, घृणा, वैमनस्य, क्रोध, उपेक्षा, ईर्ष्या, अहंकार, असहिष्णुता, हिंसा आदि का हर तरह से त्याग करने का उपदेश देते हैं। मान-अपमान, सुख-दुख, लाभ-हानि आदि परस्पर विरोधी भावों से ऊपर उठने की बात कहते है। ये बातें आचरण में उतारने के लिए हैं। यदि बुराई को समाप्त करना है अथवा किसी का रूपांतरण करना है तो भले आचरण से बढ़कर इसका दूसरा कोई उपाय नहीं हो सकता।

प्रस्तुति : निर्मला पुगलिया

राजनीति का सफर, सफर की राजनीति

○ पूज्य गुरुदेव की कलम से

नेपाल के ओद्योगिक शहर हिटोड़ा से हमारे कदम राजधानी काठमांडु के राजपथ पर आगे बढ़ते, उससे पहले ही हमें आदरणीय आचार्यश्री तुलसीजी का निर्देश मिला। वह निर्देश था-तेरापंथ के अष्टम आचार्यश्री कालूगणि का जन्म शताब्दी महोत्सव उनकी जन्म-भूमि छापर जिला चुरू में मनाने का निर्णय हुआ है। यह ऐतिहासिक महोत्सव फाल्गुन माह फरवरी में आयोजित होगा। उस प्रसंग पर होनेवाली महत्वपूर्ण धोषणाओं के समय तुम्हारा यहां होना आवश्यक है। काठमांडू जाकर जन्म शताब्दी महोत्सव में सम्मिलित होना संभव हो तो काठमांडु यात्रा पर जाया जा सकता है। अगर ऐसा सभंव न हो तो काठमांडु यात्रा अभी स्थगित रखी जाए और यात्रा की दिशा राजस्थान की ओर मोड़ दी जाए। विशेष जोर देकर आचार्यवर ने यह भी फरमाया कि इतने लंबे विहार न हो जिससे स्वास्थ्य पर असर आए।

इतने स्पष्ट निर्देश का अर्थ स्पष्ट था कि जन्म-शताब्दी महोत्सव पर कुछ विशेष घोषणा होने वाली है और उस समय मेरी वहाँ उपस्थिति आवश्यक है। काठमांडू यात्रा की स्थिति में पूरा दिसम्बर यहीं बीत जाना था। उस हालत में मेरे हाथ में अधिक से अधिक चालीस दिन होते। उतने कम समय में करीब अठ्टारह सौ- दो हजार किलोमीटर की दूरी पद-यात्रा से तय कर पाना कठिन था। इन सारी बातों को ध्यान में रखते हुए हमने काठमांडू यात्रा स्थगित कर दी। और हमारा यात्रा-रथ भैरहवा लुम्बिनी की ओर मुड़ गया।

हिटोड़ा से भैरहवा का रास्ता काफी कठिन था। यद्यपि वह राजमार्ग के लिए रेखांकित था, किन्तु उस समय तो वह धूल-मिट्टी और कहीं-कहीं पत्थरों के ढेर के सिवा कुछ भी नहीं था। हिमालय की तराई से गुजरता हुआ यह मार्ग नदी-नाले और ऊंची-ऊंची घाटियों के कारण कहीं-कहीं तो बहुत दुर्गम था। ऐसे कठिन यात्रा-मार्ग में भी नेपाल अणुव्रत समिति के बैनर तले

युवा-बंधु तथा संसारपक्षीय जीजा जी श्री शुभकरण जी सुवटी बाई दूगड़ पूरी निष्ठा और लगन से यात्रा सेवा की जिम्मेवारी सम्हाले हुए थे। हम सवेरे से लेकर सांझ तक लगभग चलते, पद-यात्रा में कुछ युवक भी साथ रहतें। मार्ग के किनारे मील-पत्थर न होने से रास्ते की दूरी का नाप अनुमान से ही हो पाता। रास्ते के गांव भी दूर-दूर तथा कम आबादीवाले मिलते। इतना होने पर भी उस यात्रा का आनंद कुछ अलग ही था। सहवर्ती मुनि-समुदाय तथा यात्री समूह के चेहरों पर उत्साह तथा उल्लास को साफ पढ़ा जा सकता था।

धकधई का अविस्मरणीय विहार

जब भैरहवां करीब 50 कि.मी. की दूरी पर था, तब हमें बताया गया कि शार्ट-कट रास्ते से यह दूरी करीब 15 कि.मी. कम हो सकती है। इससे एक दिन की बचत भी होती थी। इसलिए हमने राजमार्ग छोड़कर पगडंडी का रास्ता लिया। उस दिन का पड़ाव करीब बीस किलोमीटर की दूरी पर बसे धकधई गांव में होना था। जहां से अगले दिन 15 कि.मी. भैरहवा शहर आराम से पहुंचना संभव था। क्योंकि यह रास्ता पगडंडी का था, इसलिए यात्री दल को भैरहवा होते हुए अपनी गाड़ियों से धकधई गांव पहुंचना था।

हम संत-जन कुछ युवकों के साथ करीब एक बजे धकधई गांव पहुंचे। 15-20 घरों का गांव होगा। पेड़ के नीचे थोड़ी देर के लिए ठहरे। सह-यात्री कोई भी नहीं पहुंच पाया था और न ही किसी का अता-पता लगाना संभव था। इस स्थिति में वहां ठहरने का लाभ नहीं था। इसलिए हम किसी अगले गांव पड़ाव के लिए वहां से चल पड़े।

थोड़ा चलने के बाद हम एक नदी के किनारे पहुंचे। वहां जो कुछ देखा तो देखते ही रह गए। एक बैल-गाड़ी नदी के दलदल में धंसी हुई थी। गाड़ीवान बैलों को हांक रहा था। पीछे से एक व्यक्ति गाडी को हाथों से उठाकर उसे दलदल से निकालने का प्रयत्न कर रहा था। वह व्यक्ति और कोई भी नहीं, श्री शुभकरणजी दूगड़ ही थे। हम किनारे पर ठहर गए। थोड़ी देर मैं बैलगाड़ी भी किनारे पर आ गई। श्री दूगड़ जी ने बताया- संस्था की गाड़ी तो पीछे की नदी के दल दल में फंसी खड़ी है। हमारी अपनी गाड़ी भी ऐसे ही एक नाले के दलदल से निकल नहीं पाई। हम अपना सामान बैलगाड़ी पर लादकर चले। यह बैलगाड़ी भी इस नदी के दलदल से बड़ी मुश्किल से निकल पाई हैं। उन्होंने यह भी बताया कि भैरहवा शहर से पहले ऐसा कोई गांव नजर में नहीं आया, जहां पड़ाव हो सके। इसका अर्थ था भैरहवा की दूरी आज ही तय करनी होगी। हमने वहां आहार लिया। जैन मुनि-चर्या के अनुसार सूर्यास्त से पहले-पहले बस्ती में पहुंचना

जरूरी था। इसलिए बिना विश्राम किए वहां से चल पड़े। और सांझ होते-होते भैरहवा शहर पहुंच गए।

भैरहवा शहर में किसी जैन-मुनि संघ के आगमन का यह पहला अवसर था। फिर हमारा कार्यक्रम बिल्कुल अप्रत्याशित था। इसलिए समाज के मन में खुशियों का कोई अंदाज नहीं था। शहर में तीन-चार दिनों के बहुत प्रभावी कार्यक्रम हुए। लोगों ने प्रवचन-सत्संग का भरपूर आनंद लिया।

भैरहवा से लुम्बिनी होते हुए कृष्णनगर के बॉर्डर से हमने भारत में प्रवेश करने का निर्णय लिया। यद्यपि लुम्बिनी से कृष्णनगर का रास्ता पगडंडी का तो था ही अपने में भूल-भुलैया भी था, किंतु भगवान बुद्ध की जन्मभूमि लुम्बिनी-दर्शन का लोभ संवरण भी नहीं हो पा रहा था। लुम्बिनी यात्रा से मुझे बहुत अन्तस्तोष मिला। हम एक ऐसी तीर्थ-भूमि पर खड़े थे जहां जन्में एक महामानव ने अपनी अमृत वाणी से संपूर्ण विश्व समाज को प्रभावित किया। लुम्बिनी से सबेरे-सबेरे चले तो सांझ होते-होते कृष्णनगर पहुंच पाए। वह भी तब जब वहां की पगडंडियों के भूल भुलैया का जानकार गाइड हमारे साथ था। हम सभी मुनि जन बुरी तरह थके हुए थे। सायं प्रतिक्रमण तथा अर्हत्-वंदना के पश्चात् शीघ्र ही विश्राम का मन था। किंतु प्रवचन-सत्संग के लिए पांचसौ से अधिक भाई-बहिन इकट्टे हो गए। करीब दो घंटों के भजन प्रवचन के पश्चात् ही विश्राम के लिए अवकाश मिला।

कृष्णनगर बॉर्डर से तुलसीपुर, बलरामपुर, बहराइच होते हुए हम लखनऊ आए। हमारी यह पूरी यात्रा अनजान क्षेत्रों से गुजर रही थी। इसके बावजूद गांव हो या शहर, हर स्थान पर सैंकड़ो हजारों की भीड़ हमको स्वागत/भजन-प्रवचन के लिए मिली। तुलसीपुर, बलरामपुर शहर की सड़कों पर सजे-धजे स्वागत द्वारो की कतार और दोनों ओर खड़े हजारों नर-नारी किसी महान् धर्माचार्य के आगमन का आभास दे रहे थे। जबकि सचमुच में ऐसा था नहीं, हम तो साधारण मुनि-जन थे जो बिना किसी तामझाम और प्रचार-प्रदर्शन के, अपने मार्ग पर आगे बढ़ रहे थे। सारी भीड़ की जुबान पर एक ही चर्चा थी बड़े त्यागी तपस्वी संत हैं। सदा पग विहार करते हैं। रूपये पैसे को छूते नहीं है। ऐसा लगता है वहां के लोग जैन मुनि-चर्या से अपरिचित थे। इसलिए उनको यह सब कुछ आश्चर्य लग रहा था। जबकि सामान्यतया हर जैन मुनि की यही चर्या होती है।

तुलसीपुर सुगर मिल के मालिक श्री प्रभुदयाल डाबड़ीवाल परिवार तथा बलरामपुर चीनी मिल के मालिक श्री कमलनयन सरावगी परिवार की इस प्रसंग पर प्रशंसनीय सेवाएं रहीं।

लखनऊ से जयपुर तक

हमारी विहार-चर्या द्रुत गति से चल रही थी। लखनऊ से तेरापंथ समाज का सिलसिला शुरू हो गया था। हर व्यक्ति के मुख पर छापर में होनेवाले जन्म शताब्दी महोत्सव की चर्चा थी। तेरापंथ की प्रमुख साप्ताहिक विज्ञप्ति में बार-बार प्रकाशित हो रहा था कि यह एक ऐतिहासिक महोत्सव होगा। जो व्यक्ति इससे वंचित रहेगा, उसे बाद में पछतावा रहेगा, आदि। इसी संदर्भ में मेरी विहार यात्रा को देखा जा रहा था। लखनऊ कानपुर, आगरा, जयपुर सर्वत्र एक ही चर्चा सुनने को मिल रही थी कि आचार्यश्री जी अपने उत्तराधिकारी की घोषणा इस अवसर पर करेंगे।

आगरा में एक व्यक्ति मेरे पास आए। उनका नाम था श्री लखपतराय जैन। उनके लिए प्रसिद्ध था कि सोलह पीर उनकी सेवा में रहते हैं। तेरापंथ में उनकी तंत्र-मंत्र साधना मान्यता प्राप्त थी। यद्यपि उनकी इस साधना को लेकर उनके साथ मेरी सहमति नहीं थी। इसका उन्हें पता भी था। उन्होंने अपने घर पर चलने का निवेदन किया। घर पर वे मुझे उस कमरे में ले गए जहां वे जप-अनुष्ठान करते थे। बोले-अब तक आप मेरी सिद्धि पर शंका करते रहें। किंतु इस बार मेरी भविष्य वाणी पर आपको विश्वास करना ही होगा। छापर में आचार्यश्री तुलसी आपको अपनी चादर प्रदान करेंगे, यह मेरी भविष्य वाणी है। अगर ऐसा होता है फिर तो आप मेरे पर विश्वास करेंगे? उनके इस कथन पर मैं तटस्थ भाव से मुस्कुरा कर रह गया।

छापर से पहले दिन हमारा पड़ाव गुलेरियां गांव में था। आस पास के क्षेत्रों के काफी श्रावक वहां पहुंचे। आचार्यवर के विश्वस्त कृपा-पात्र श्री खेमचन्दजी सेठिया भी आए। वे बोले-मेरी अग्रिम बधाई स्वीकार करें। मैं मुस्कुरा देता हूं। वे भी मुस्कुरा देते हैं।

छापर-प्रवेश के समय बीसों मुनि-जन मेरी अगुवानी करते हैं। जबकि तेरापंथ संप्रदाय में साधारणतया ऐसा केवल आचार्य-पद पर आसीन व्यक्ति के लिए ही होता है। हजारों व्यक्तियों की उपस्थिति में मैंने गद्गद् हृदय से गुरू-दर्शन किए। आचार्यश्री ने भी खुले दिल से स्नेह वात्सल्य की भरपूर वर्षा की। शताब्दी-समारोह में अभी एक सप्ताह का समय बाकी था। एक दिन तेरापंथ के सम्मानित मुनिश्री सुमेरमलजी (लाडनूं) ने मुझसे कहा- और साधु-साध्वियां तो बधाई बाद में देंगे। मैं तुम्हें बधाई पहले दे रहा हूं। उन्होंने यह भी कहा-अमुक व्यक्ति के मुख से देवी भवानी साक्षात् बोलती है, जो लगभग सच होता हैं। उन्होंने भी इस समारोह में आचार्यश्री द्वारा तुमको चादर-प्रदान की भविष्य वाणी की है।

इन सारे उल्लेखों के पीछे मेरा मकसद इतना ही है उस समय श्रावक श्राविकाएं

और साधु-साध्वियां ही नहीं, देवी-देवताओं के मुख पर भी एक ही चर्चा चादर-प्रदान की थी। एक-एक दिन सरक सरक कर बीतते गए। समारोह का प्रमुख दिन भी आ गया। आचार्यश्री कालू-गणि के व्यक्तित्व एवं उनके अवदान पर सारगर्भित प्रवचन हुए। इसके अलावा यह दिन भी चुपचाप बीत गया। ऐतिहासिक समारोह की सारी घोषणाएं धरी-की-धरी रह गई। पीरों और देवी भवानी की सारी भविष्यवाणियां जैसे फागुनी हवाओं में उड़ गई।

इस अवधि में पूज्य आचार्यवर के साथ बिहार, बंगाल और नेपाल यात्रा विषयक वार्ताएं अनेक बार हुई। और-और विचार-विमर्श भी हुआ। किंतु जन्म शताब्दी महोत्सव पर बहु-चर्चित घोषणाओं के बारे में कोई चर्चा नहीं आई। समारोह के अगले दिन वार्ता प्रसंग में आचार्यवर ने इतना अवश्य फरमाया-श्रेयांसि बहु विघ्नानि-श्रेष्ठ कार्यों में विघ्न बहुत आते हैं। उनका पूर्व-प्रचार होना भी बड़ी बाधा होती है। आचार्यश्री के इस वक्तव्य को पूर्व-संदर्भ से जोड़े, तो इसका बड़ा गहरा अर्थ है। नहीं तो फिर एक नीतिपरक वक्तव्य के सिवा इसका कोई अर्थ नहीं है।

श्री चंदन मुनि ने रहस्य खोला

श्री धनमुनि और श्री चंदन मुनि युगल बंधु थे। मुनि दीक्षा में दोनों आचार्यश्री तुलसी से भी वरिष्ठ थे। दोनों संस्कृत भाषा के विद्वान् तथा प्रभावी व्याख्यानकार थे। तेरापंथ समाज में दोंनों की अपनी अलग पहचान थी।

शताब्दी समारोह के कुछ समय पश्चात् एक दिन श्री चन्दन मुनि ने मुझे बताया-उस समारोह में आचार्यश्री तुलसी द्वारा तुमको चादर-प्रदान की चर्चा जोरों पर थी। उस समय मुनिश्री नथमलजी (महाप्रज्ञ) के संत श्री धन मुनि के पास आए और बोले मुनि रूपचन्द्रजी को अगर आचार्य श्री अपना उत्तराधिकारी घोषित करते हैं तो हमने उसका विरोध/विद्रोह करने का निर्णय लिया है। हम उस निर्णय में आपका साथ चाहते हैं। इतना ही नहीं हम चाहते हैं उस विरोध/विद्रोह का नेतृत्व आप करें। श्री धनमुनि ने सोच समझ पूर्वक अपना निर्णय बताने को कहा।

उसके पश्चात् हम दोनों भाइयों ने इस पर चिंतन किया। सारे पहलुओं पर विचार करके हमने तटस्थ रहने का निर्णय लिया। श्री धन मुनि ने उन संतों को साफ कहा-आचार्यश्री अपनी चादर मुनि नथमलजी को प्रदान करें अथवा मुनि रूपचन्द्रजी को, हमारे लिए दोनों में कोई अंतर नहीं हैं इसलिए हमने तटस्थ रहने का निर्णय लिया है।

एक अन्य सूत्र से यह भी जानकारी मिली कि विरोध/विद्रोह करने वाले संतों की

सूची मुनिश्री नथमलजी स्वयं लेकर आचार्यश्री के पास गए थे। जो भी हो समारोह पर होने वाली घोषणा के स्थगित होने का रहस्य अब रहस्य नहीं रह गया था।

कुछ संतों के विरोध/विद्रोह की धमकी के कारण उस प्रसंग पर होने वाली घोषणा स्थगित अवश्य हुई। किंतु आचार्यश्री ने अपने निश्चय/निर्णय को स्थगित किया हो, ऐसा नहीं लगता। अधिक संभव है आचार्यश्री ने उत्तराधिकार मनोनयन पत्र लिखकर अपनी व्यक्तिगत पुस्तक (पुठे) में उसे रख दिया हो। तभी तो दो वर्ष पश्चात् जब युवाचार्य की घोषणा हुई, उस समय दसानी जी ने लिखित मनोनयन पत्र को फड़वाकर दूसरा नाम घोषित करवाने की बात समाज के प्रमुख व्यक्तियों के समक्ष रखी। जिसकी चर्चा मैनें पिछले निबंध में की है।

मेरे इस निबंध से समाज के हजारों व्यक्तियों के मानस में दबे उन प्रश्नों को समाधान अवश्य मिलेगा कि कालू-जन्म-शताब्दी-समारोह को इतिहास का एक विशिष्ट अध्याय बनाने वाली घोषणा आखिर क्यों नहीं हुई। जब कि ऐतिहासिक महोत्सव की बार-बार घोषणा के कारण वह चर्चा इतनी प्रबल थी जिसका निरसन करते हुए स्वयं आचार्यश्री को बाद में एक राजनैतिक वक्तव्य देना पड़ा। मेरे लिए राजनीति का यह सफर एक रोचक नाटक से अधिक नहीं, जिसमें एक पात्र का रोल निरपेक्ष भाव से मुझे भी अदा करना पड़ा।

मुक्तक

-आचार्यश्री रूपचन्द

मखमली गद्दों पर बैठने में भी जिनको कष्ट होता है,
गरीबों से नहीं मिलते इसीलिए कि समय नष्ट होता है,
भ्रष्ट तरीकों को अपनाकर प्राप्त करते हैं जो कुर्सी को
कोई आश्चर्य नहीं, उनका शासन यदि भ्रष्ट होता है। 1

ये नेता बिना तेल के कब तक दीप जलाएंगे?
कागज़ के फूलों से चमन कब तक खिलाएंगे?
खुद कानून की हत्या कर संसद में जानेवाले,
जनता को कानून के रास्ते पर कैसे चलाएंगे? 2

जीवन में धर्म की आवश्यकता

○ संघ प्रवर्तिनी साध्वी मंजुलाश्री

स्वस्थ व्यक्ति को चिकित्सा की अपेक्षा नहीं होती। चिकित्सा की अपेक्षा उसे होती है, जो शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक या आध्यात्मिक रूप से रुग्ण हो।

एक व्यक्ति सर्वथा स्वस्थ है, उसे डॉक्टर के पास जाने की बिल्कुल आवश्यकता नहीं है, चाहे फिर शहर में कितने ही डॉक्टर क्यों न हों। एक व्यक्ति रुग्ण है पर उसे अपनी रुग्णता का भान नहीं, वह व्यक्ति डॉक्टर के पास जाकर क्या करेगा? एक व्यक्ति ऐसा है, जिसे अपनी रुग्णता का भान तो है, लेकिन स्वस्थ होना नहीं चाहता, उसका भी डॉक्टर के पास जाना व्यर्थ है।

एक व्यक्ति अस्वस्थ भी है, अस्वस्थता का उसे भान भी है और स्वस्थ भी होना चाहता है पर उसे डॉक्टरों पर विश्वास नहीं है या फिर असमंजस में पड़ा हुआ है कि शहर में अनेक डॉक्टर हैं, किससे इलाज कराया जाए। जिसको डॉक्टरों पर विश्वास नहीं, उसे डॉक्टरों के पास जाने की कोई आवश्यकता नहीं है, क्योंकि आस्था के अभाव में दवा काम कर ही नहीं सकती। और जो लोग इस दुविधा में है कि किससे इलाज कराया जाए वे जांच करके देख लें कि किस डॉक्टर, वैद्य, हकीम का इलाज उनके रोग के लिए अनुकूल पड़ता है। नीति की बात तो यह है कि कुशल वैद्य के हाथ से मरना भी अच्छा है, एक मूर्ख वैद्य से इलाज कराने की अपेक्षा। कुशल वैद्य या डॉक्टर की जानकारी व्यक्ति को अपने ज्ञान और दूसरों के अनुभव से प्राप्त करनी होती है। जो व्यक्ति इतनी लम्बी प्रक्रिया के बाद चिकित्सा कराता है, उसका स्वस्थ होना प्रायः निश्चित-सा ही है, यदि निकाचित कर्मों का बंधन न हो।

शारीरिक चिकित्सा का माध्यम दवा है तो आध्यात्मिक चिकित्सा का माध्यम धर्म है। उपरोक्त बातें ही धर्म के बारे में लागू होती हैं। जो व्यक्ति आध्यात्मिक रूप से पूर्ण स्वस्थ है, उसे धर्म और धर्म-गुरु के निकट जाने की अपेक्षा नहीं है। जो रुग्ण होते हुए भी अपनी रुग्णता से अनभिज्ञ है, या जो

अपनी दुर्बलता का ज्ञान होते हुए भी स्वस्थ होना नहीं चाहता उस अज्ञानी और आग्रही व्यक्ति का धर्म कुछ भला नहीं कर सकता।

धर्म उन्हीं व्यक्तियों के लिए पूर्णरूपेण कारगर बनता है जिनमें धर्म की खुराक होने का पर्याप्त बोध है। पथ्य परहेज की पूरी जानकारी है। अनाग्रही वृत्ति और आन्तरिक उत्साह है। दवा देने वाले पर पूरा-पूरा विश्वास है। उन व्यक्तियों के आन्तरिक स्वास्थ्य-लाभ के लिए धर्म यथेष्ट रूप से आवश्यक है।

धर्म का स्वरूप जब एक ही है और उसका कार्य है विकृतियों को दूर कर व्यक्ति को स्वस्थ बनाना, तब फिर धर्म के अनेक रूप क्यों? यह आज के अधिकांश व्यक्तियों का बहु-प्रचलित प्रश्न है।

धर्म स्वरूपतः एक ही है। सम्प्रदाय धर्म नहीं, धर्म की अभिव्यक्ति के माध्यम है। एक ही वस्तु विभिन्न माध्यमों से व्यक्त होती है। तब वह नाना रूप ग्रहण कर लेती है। पानी अपने आप में सर्वथा स्वच्छ है, फिर भी रंग-बिरंगे शीशे में डाला हुआ नाना रूपों में दिखाई देने लगता है।

यही स्थिति धर्म के बारे में है। धर्म एक शुद्ध और पवित्र तत्त्व है। पर अनेक सम्प्रदायों की परिधि में बंधकर वह अनेक रूपवाला बन गया।

धर्म की भिन्न-भिन्न सम्प्रदायों के रूप में जो अभिव्यक्ति हुई है, उसके अनेक कारण हैं।

पहली बात है, वस्तु-सत्य को पकड़ने के सबके दृष्टिकोण समान नहीं होते। दूसरे, जिन महापुरुषों ने सत्य की अनुभूति अपने जीवन में की और फिर अभिव्यक्ति दी, उनकी अनुभूति एक होते हुए भी अभिव्यक्ति का प्रकार भिन्न था।

तीसरे, सबके लिए सब मार्ग सुगम नहीं होते। जिसके लिए जो मार्ग सुगम रहा, उस व्यक्ति ने उसी पर बल दे दिया। कुछ तथाकथित धार्मिक लोगों ने धर्म की आत्मा को दबाकर केवल शरीर की शल्य-क्रिया की। केवल उपासनापरक रूप को अपनाया। कुल मिलाकर धर्म के रूप अनेक हो गए।

यद्यपि सम्प्रदाय कोई बुरी वस्तु नहीं है, यह तो एक तरह की सुविधा है। सारे व्यक्ति एक ही स्थान पर धर्म को सुनने में कठिनाई अनुभव करते या एक ही तरह की धर्म-क्रिया सबके अनुकूल नहीं पड़ती। उनके लिए सुविधा हो गई कि जिसके लिए जो अनुकूल हो वह उसी को अपनाये।

शहर में अगर कपड़े की दूकान एक ही है तो लेने और देने वाले दोनों के लिए कठिनाई पैदा होती है और जहां दूकानें अनेक हैं, पर कपड़ा एक ही तरह का है तो भी समाधान नहीं। किसी के लिए किसी तरह का कपड़ा अनुकूल होता है, किसी के लिए किसी तरह का। किसी व्यक्ति की स्थिति होती है हल्का कपड़ा खरीदने की, किसी को चाहिए बढ़िया और कीमती कपड़ा।

इस दृष्टि से अनेक दुकानों का और नाना प्रकार के कपड़ों का होना जरूरी है। यही स्थिति धर्म-सम्प्रदायों पर लागू होती है। बस आवश्यकता इस बात की है कि कोई भी धर्म-संघ किसी दूसरे पर आक्षेप-आरोप न लगाये और न ही उसकी निंदा करे। आपस में लड़ाई-संघर्ष न करे। सब के पास बुद्धि है, सबके पास अपने हिताहित का विवेक है। जिस व्यक्ति को जब जिस धर्म की आवश्यकता होगी, वह अपने आप उसके लिए प्रयास करेगा।

अन्न, पानी, हवा और प्रकाश के बिना यदि जीवन चले तो धर्म के बिना भी जीवन चल सकता है। ऐसी स्थिति में धर्म की आवश्यकता है- यह प्रश्न भी निरर्थक है।

जो सिद्ध, बुद्ध, मुक्त आत्माएं स्वतः स्वस्थ हैं उन्हें सप्रयत्न धर्म करने की आवश्यकता नहीं है क्योंकि उनकी आत्मा धर्ममय बन गई है। किन्तु संसार-स्थित व्यक्तियों के लिए धर्म परमावश्यक है, यदि स्वस्थ जीवन जीना है। धर्म का कार्य केवल आत्मशुद्धि ही नहीं, उसका प्रांसगिक फल, सामाजिक हल्कापन और पारिवारिक जीवन की स्वस्थता आदि भी हैं।

मुक्तक

○ **महेन्द्र जैन**

हर कली के होंठ से अब छिन गई मुस्कान है
बागवां है बेखबर गुलशन हुआ वीरान है

रिस गए रिश्ते सभी इन्सान को क्या हो गया
हर कोई इक-दूसरे की ले रहा अब जान है

मुल्क जो देता अमन और चैन का सन्देश था
खुद उसी के आज घर में खौफ का तूफान है

हाथ में सौंपी थी जिनके हमने किस्मत देश की
आज खतरे में उन्हीं से देश का सम्मान है

कौड़ियों के भाव में हर चीज बिकती है यहां
आदमी की बात छोड़ो बिक रहा भगवान है

सींचकर अपने लहू से दे बुलन्दी देश को
इस वतन के साथ ही बन्दे तेरी पहचान है

मन्त्र-स्मरण में अद्वितीय शक्ति है

○ **साध्वी मंजुश्री**

अद्वितीय ऋषि मण्डल स्तोत्र ऐसा परमार्थी या साक्षात्कारी मन्त्र है, जैन यतियों ने चमत्कारी मन्त्र का उपयोग कर धर्म-संरक्षण की गरिमा बढ़ायी है। जैनयति वर्ग ने ऋषि मण्डल स्तोत्र से चमत्कार सर्जन किया है। चामत्कारिक घटनाओं की अनेक कथाएं प्रचलित हैं।

इतिहास सम्मत उदाहरण द्वारा स्पष्ट करना चाहती हूं। एक जैन यति थे। 'द्वितीय ऋषि मण्डल स्तोत्र' उन्हें सिद्ध हो चुका था। वे अपनी विद्या का न हर किसी के सामने प्रदर्शन करते थे, न अपने को मन्त्रवादी कहकर लोगों द्वारा स्तुति-अभिनन्दन करवाने के हामी थे। कभी जनहित का प्रसंग उपस्थित हो जाता तो ऋषिमण्डल स्तोत्र के द्वारा धर्म प्रभावना के लिए उसका चमत्कारी स्वरूप बता दिया करते। वे मन्त्रवादी हैं- यह बात सब लोग जानते थे। वे एक बार सौराष्ट्र के एक गांव में गये।

एक दिन सांझ घिरे जैन श्रावक उनके पास आये और बोले- 'महाराज, हम बड़े संकट में हैं। हमारे उपाश्रय के ग्राउण्ड में नीम का बड़ा वृक्ष है। उस पर हजारों पक्षी आश्रय पाये हुए हैं। हम लोग उन्हें नियमित दाना भी डालते हैं। पास ही सरकार की ओर से पानी का बहुत बड़ा हौज बना हुआ है। राजाज्ञा हो चुकी है कि नीम का वृक्ष काट दिया जाय, क्योंकि वृक्ष पर बैठने/रहने वाले पक्षी उसे बींट और पंखों द्वारा गन्दा करते रहते हैं। कल राजकर्मचारी वृक्ष को काटने वाले हैं। पक्षियों का आश्रय-स्थल नष्ट हो जाएगा। हजारों पक्षी निराश्रित हो जाएंगे। हम लोग कोई बुरा काम तो कर नहीं रहे हैं। आप कोई ऐसा उपाय करें जिससे वृक्ष भी न कटे और पक्षियों को जो हम लोग दाना डालते हैं, उसमें विघ्न न हो पाये।'

यति जी ने कहा- 'तुम लोगों की भावना परोपकार की है। जाओ सब निश्चिन्त रहो- न वृक्ष कटेगा न पक्षियों को दाना डालने का क्रम ही भंग होगा।'

अगले दिन राजकर्मचारी पूरे साजोसामान के साथ नीम का वृक्ष काटने गये। निश्चित स्थान पर आने पर उन्हें भारी आश्चर्य हुआ। वहां नीम का वृक्ष उन्हें कहीं नहीं दिखलाई दिया। उन्होंने उस अद्भुत चमत्कार की बात अधिकारियों से कही। सभी श्रावक भी अचम्भे में पड़ गये कि वृक्ष गया तो गया कहां?

अन्त में राजकर्मचारी उपाश्रय स्थित यतिजी की सेवा में उपस्थित हुए। उनकी चरणवन्दना कर निवेदन किया- 'महाराज, यह कैसा चमत्कार किया? हम लोग नीम का वृक्ष काटने आये थे। वह कहां गायब हो

गया। हमें तो यह सब आपकी ही माया दिखलाई दे रही है।'

यति जी ने उत्तर में का- 'वृक्ष को ही देखना है या उसे काटना है?'

'वृक्ष देखना है। हम प्रतिज्ञा करते हैं, उस वृक्ष को कभी नहीं काटंगे।'

यति जी ने आंखें बन्द कर पहले 'द्वितीय ऋषि मण्डल स्तोत्र' का पाठ किया। फिर आंखें खोलीं। मिट्टी से बने कुण्डे को हटाते ही नीम का विशाल वृक्ष यथास्थान जैसा का तैसा लहलहाता हुआ दिखायी देने लगा।

यति जी ने राजकर्मचारियों से कहा- 'अबोले पक्षियों के प्रति करुणा से प्रेरित होकर उन्हें दाने (अनाज) डालने का कार्य निःस्वार्थ भाव से किया जाता है। पक्षी तृप्त होकर जो आशीष देंगे उसका लाभ जैन श्रावकों को ही नहीं, तुम सब को भी मिलेगा।'

सौराष्ट्र के गांव का नीम आज भी विद्यवान है और नीम की गौरव गरिमा के साथ यह घटना भी जनश्रुति में जीवित है।

उक्त घटना के द्वारा हम यति साधकों की अपूर्व मन्त-साधना, यन्त्र-साधना, तन्त्र-साधना और स्तोत्र-साधना आदि की अदम्य निष्ठा को कहना चाहते हैं कभी-कभी यतियों ने मुनियों को और कभी मुनियों ने यतियों को अपने साधना-मन्त्रों से परिचित कराया है। यति-परम्परा आज भी विद्यमान है। यतियों की भारत के अनेक नगरों में गद्दियां हैं। इस परम्परा में सर्वाधिक सत्ता व श्री सम्पन्न इकाई होती हैं- श्रीपूज्य। सभी यति साधक अपने 'श्रीपूज्य' के द्वारा कहे आदेश-निर्देशों का सम्यक् रूप से पालन करते हैं। इस परम्परा में अब व्यक्ति-साधना कम रह गयी है। जन-जन में अपने अस्तित्व का बनाए रखने के लिए मन्त्र, तन्त्र, यन्त्र, झाड़-फूंक का प्रयोग वे आज भी करते हैं। राजस्थान, गुजरात, महाराष्ट्र एवं कलकत्ता जैसे महानगरों में भी यतियों की गद्दियां पायी जाती हैं।

विवेक-वाणी

जब तक धर्म कुछ इने-गिने पण्डे-पादरियों के हाथों में रहा तब तक इसका दायरा मंदिर, मस्जिद, गिरिजाघर और धर्मग्रंथों तथा धार्मिक नियमों, अनुष्ठानों तक सीमित रहा, पर जब हम सचमुच आध्यात्मिक और विश्वव्यापक धरातल पर आ जाएंगे, तब धर्म यथार्थ हो उठेगा, सजीव हो उठेगा, हमारे जीवन का अंग बन जाएगा, हमारी हर गतिविधि में रहेगा, समाज की पोर-पोर में भिद जाएगा और तब इसकी शिवात्मक शक्ति पहले की अपेक्षा अनन्त गुनी अधिक हो जाएगी।

-स्वामी विवेकानंद

नागरिक सजगता ही "लोकतन्त्र की राखी" है

○ डॉ. रिखब चन्द जैन

भारत वर्श में राखी का त्यौहार भाई-बहन के रिश्तें को उजागर करता है। बहन, भाई के भविष्य के लिए मंगलकामना करती है और भाई, बहन की सुरक्षा और उसके सुन्दर भविष्य के लिए आश्वस्त करते है। इस त्यौहार के अन्य पहलू भी है। राष्ट्र नायक जैसे राष्ट्रपति, प्रधानमंत्री, मुख्यमंत्री, सेनाध्यक्ष, वायु/नौसेना अध्यक्ष, सरपंच ऐसे प्रमुख दायित्व वाले लोगों को भी नागरिक बहन और बन्धु राखी बान्धी जाती हैं। उनसे रक्षा की प्रार्थना करती है। उम्मीद करती है। शिक्षक और धर्मांचार्यों को भी गृहस्थ राखी आदान-प्रदान करते है। उनसे रक्षा की आशा करते है। जिस तरह "धर्मो रक्षति रक्षितः" यानि कि धर्म की रक्षा करने वाले की धर्म रक्षा करता है। यही बात लोकतन्त्र के लिए लागू होती है। नागरिक यदि लोकतन्त्र की रक्षा करेंगे तो लोकतन्त्र उनके लिए कल्याणकारी होगा। नागरिक यदि लोकतन्त्र की उपेक्षा करेंगे तो लोकतन्त्र कल्याणकारी नहीं हो सकता। लोकतन्त्र की सफलता की पहली शर्त है कि नागरिक अपने दायित्व निभायें। नागरिक सजग रहे। सत्ता में रहने वाले और पद पर रहने वाले लोगों की स्वाभाविक रूप से कुछ अनियमितता, गलतियां, अभिमान और व्यवहार में अन्याय आ सकता है। इसके लिए वोट के द्वारा बदलाव का एक रास्ता है। वोट के लिए प्रत्येक नागरिक को समझकर अवश्य प्रयोग करना चाहिए। वोट देना अधिकार भी है और कर्त्तव्य भी। इसका पालन 95 प्रतिशत तक हो तो जनप्रतिनिधित्व सही होगा। अपेक्षित तरीके का होगा। जैसा चाहते हैं वैसा होगा। अन्यथा गलत चुनाव के नतीजों को भुगतना पड़ता है। लोकतन्त्र को इमरजेंसी की तरह नहीं, तो कम से कम अहंकारी, व्यक्तिवाद और परिवारवादि बातों का शिकार होना पड़ता है।

आज व्यक्ति के जीवन में जो तनाव है परिवारों में जो अशांति है, मौहल्लें, गांव, शहर के नागरिकों को जो मुसीबतें झेलनी पड़ रही है, महंगाई, भ्रष्टाचार, शिक्षा और स्वास्थ्य की सेवाओं की कमी और गुणवत्ता की कमी, अभाव, भय, सुरक्षा की कमी आदि इन सबके लिए सरकार और पार्टियों को, अफसर या न्यायधीशों को ही जिम्मेवार ठहराना चाहिए? क्या उनसे कहीं अधिक नागरिक स्वयं जिम्मेवार नहीं है? क्या ये सब परिस्थितिया इसलिए नहीं है कि नागरिक अपना दायित्व ठीक से नहीं निभा रहे है? क्या नागरिक दूसरों के अधिकारों का हनन नहीं कर रहे है? क्या नागरिक घूस ले और दे नहीं रहे है? क्या नागरिक अपराध नहीं कर रहे है? उनके संस्कार वांछित तरीके के

क्यों नहीं है? उनका व्यवहार जैसा चाहिए वैसा क्यों नहीं है? इसके बारे में राष्ट्रनायक, सरकार, जनप्रतिनिधि और प्रबुद्ध नागरिक सोचे। क्यों जापान के लोगों की तरह हमारे नागरिक राष्ट्रीयता से ओत-प्रोत नहीं है। कर्मठ नहीं है और जीवन के नैतिक मूल्यों से परे है। किसी भी देश का उत्थान, किसी भी समाज का उत्थान जब तक उसकी नागरिक सम्पदा की गुणवता सही नहीं होगी तब तक हो ही नहीं सकता। इस छोटी सी बात को पूरा देश तकरीबन नजरअंदाज कर रहा है। और इसको सुधारने के लिए प्रयास ही नहीं शुरू हुए।

भारत, चीन और जापान तीनों लगभग एक ही समय दूसरे महायुद्ध के बाद विकास के रास्ते चले। जापान और चीन, भारत से बहुत आगे 25-30 साल पहले निकल चुके है। क्योंकि वहाँ के नागरिक कर्मठ है, कामचोर नहीं।

नागरिक सम्पदा की गुणवत्ता किसी भी राष्ट्र को बदलने में कम से कम 25 से 50 वर्ष का कालचक्र चाहिए। इन विषयों को गम्भीरता से अभी लें तो अपेक्षित परिणाम कम से कम 25 वर्षों बाद देखने को मिलेगें। शिक्षा का संस्कारमय बनाना और उसमें नैतिकता का इनपुट होना आवश्यक है। घर-परिवारों में नैतिकता की आवश्यकता है। जब शिक्षा और घर के संस्कारों से ओत-ओात "सत्पुरूष, सद्विचार" वाले नागरिकों की भरमार होगी तभी ये समाजिक व्यवस्थाएं सुधर सकेगीं। समाज की समस्याएं समाज ही ठीक कर सकता है। शिक्षक और धर्माचार्य ठीक कर सकते है। समाज सेवक ठीक कर सकते है। राजनीतिज्ञ नहीं। इसलिए समाज के प्रबुद्ध वर्ग, शिक्षक, धर्माचार्य, समाजसेवी, पत्रकार, लेखक, वकील, वैज्ञानिक, डॉक्टर, कृशक और पशुपालक सभी अपने-अपने तरीके से अपने-अपने क्षेत्र में नागरिक कर्त्तव्यों, नागरिक अधिकारों को, जीवन के नैतिक मूल्यों की जागृति लायेगें तभी ये सामाजिक बदलाव आ पायेगें।

वर्तमान सरकार, महात्मा गाँधी की तरह "स्वच्छता अभियान, बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओं, भ्रूण हत्या न करे, योग, वनवासी, आदिवासी सेवा आदि माध्यमों से सामाजिक बदलाव के लिए प्रयत्नशील है। इस कार्यक्रम का अभ्यास भी बिना नागरिक सजगता के सफल नहीं हो सकते है। अतः हमें अपने आपकों, अपने परिवार के लोगों को, अपने परिवार के लिए, समाज को, समाज के लिए, गाँव को गाँव के लिए, नेता और सरकार के ही भरोसें न रह कर स्वयं शिक्षा और संस्कार के माध्यम से नागरिक सजगता प्रबल करनी चाहिए। जागृति लानी चाहिए। तभी भविष्य के सुनहरे सपने, भविष्य की पीढ़ी के लिए, बच्चों के लिए सच हो पायेगें। लोकतन्त्र की रक्षा के लिए अच्छे नागरिक बनने का संकल्प ले। यही राखी पर्व का सन्देश है।

महर्षि उषस्ति की कथा

उपनिषदों में अनेक महान्, तपस्वी, ब्रह्मज्ञानी ऋषियों की कथाओं को प्रस्तुत किया गया है। इन्हीं कथाओं में महर्षि उषस्ति की कथा बहुत प्रचलित मानी गई है। बहुत समय पहले की बात है। कुरु प्रदेश के इभ्य नामक गांव में एक ऋषि रहते थे, जिनका नाम था- उषस्ति चाक्रायण! उनकी पत्नी भी उनके साथ रहती थीं, जिसका नाम आटिकी था। दोनों तप-स्वाध्याय में लीन रहकर शांतिपूर्वक अपना जीवन व्यतीत करते थे।

एक बार उस प्रदेश में घनघोर वर्षा हुई। मोटे-मोटे ओलों से धरती फट गई। जिसके फलस्वरूप फसल चौपट हो गई। अकाल की स्थिति पैदा हो गई। लोग व्याकुल होकर भोजन की तलाश में दर-दर भटकने लगे। ऋषि परिवार भी भोजन की खोज में निकल पड़ा। कई दिन हो गए, किंतु कहीं भी उन्हें अन्न के दर्शन नहीं हुए।

एक दिन वे भोजन की तलाश में इधर-उधर भटक रहे थे कि आटिकी को कमजोरी के कारण चक्कर आ गया ऋषि ने उसे एक वृक्ष के नीचे लिटाया और जब आटिकी हो होश आ गया तो उसकी सहमति से वह अकेले ही भोजन की तलाश में एक गांव की ओर चल पड़े।

वह गांव ऐसे लोगों का था, जहां के लोग हाथियों को पालते थे। वहां उन्होंने अपने घर के बाहर बैठे महावत को उड़द खाते देखा। ऋषि चाक्रायण उसके पास पहुंचे और उससे याचना की, 'भाई, मैं बहुत भूखा हूं। कई दिन से अन्न का एक दाना भी नहीं खाया। तुम जो यह उड़द खा रहे हो, यदि इनमें से मुझे भी थोड़े से उड़द खाने को दे दो तो मेरे प्राण बच जाएंगे।'

ऋषि की ऐसी दीनता-भरी याचना सुनकर महावत का हृदय द्रवित हो गया। वह बोला, 'ऋषिवर! मेरे पास इस पात्र में जितने उड़द रखे हैं, बस यही हैं और ये मेरे जूठे हो चुके हैं। मुझे संकोच हो रहा है कि ये जूठे उड़द मैं कैसे आपको दूं?'

ऋषि बोले- 'आपातकाल में सब कुछ चलता है, भाई! फिलहाल तो प्राण बचाने की समस्या है। तुम यह जूठे उड़द ही मुझे दे दो। इन्हें खाकर मेरे प्राण बच जाएंगे।' तब महावत ने थोड़े-से उड़द चाक्रायण को दे दिए। चाक्रायण ने कुछ उड़द वहीं खा लिए और शेष उड़द एक पोटली में बांध लिए।

जब वे चलने को हुए तो महावत ने उनसे कहा- 'ऋषिवर! उड़द खाने के बाद जल भी तो पी लीजिए।'

उषस्ति बोले- 'नहीं मैं जल ग्रहण नहीं करूंगा, क्योंकि यह तुम्हारा जूठा किया हुआ है।'

'मगर ये उड़द भी तो मेरे जूठे ही थे।' महावत बोला, 'जब आपने जूठे उड़द खा

लिए तो जूठा पानी पीने में कैसा संकोच?'

महावत के ऐसा कहने पर महर्षि उषस्ति ने कहा- 'मैंने कहा था न आपातकाल में सब चलता है। जब प्राणों पर आ बनी तो जूठे उड़द भी खा लेने में कोई बुराई नहीं है। रही बात जूठा जल पीने की, तो भाई, जल तो मुझे कहीं अन्यत्र भी मिल सकता है। तुम्हारा बहुत-बहुत धन्यवाद, जूठे ही सही, तुमने मुझे अपने भोजन के उड़द देकर मेरा जीवन बचा लिया।'

महावत से विदा लेकर उषस्ति थोड़े-से उड़द की पोटली लिए अपनी पत्नी के पास पहुंचे और वह पोटली अपनी पत्नी को दे दी। उनकी पत्नी को किसी सहृदय व्यक्ति से पहले ही काफी भिक्षा मिल चुकी थी, अतः उसने वह पोटली एक ओर रख दी। दोनों रात हो जाने पर सुखपूर्वक सो गए।

दूसरे दिन प्रातः काल जब उषस्ति सोकर उठे तो उन्हें अपनी दुर्दशा का ध्यान आया। वे पत्नी से बोले- 'प्रिये! आज मुझे थोड़ा-सा अन्न भी प्राप्त हो जाता तो उसे खाकर मेरी भूख शांत हो जाती और मैं बाहर जाकर कुछ कमा लाता। मैंने सुना है कि पड़ोसी राज्य का राजा त्रिविक्रम एक यज्ञ करवा रहा है। इस यज्ञ में मुझे ऋत्विक (यज्ञ करवाने वाला) का कार्य मिल जाता। उससे प्राप्त दक्षिणा से हमारा काफी कुछ कार्य चला जाता।'

आटिकी बोली- 'स्वामी! लीजिए, कल जो उड़द आपने मुझे दिए थे, वे मैंने संभालकर रख दिए थे। आप इन्हें खाकर जल पी लें और स्वस्थ मन से यज्ञ में चले जाएं।'

उषस्ति ने संतोष की सांस ली और वे उड़द खाकर यज्ञ में चले गए। जब वे यज्ञस्थल पर पहुंचे तो वहां यज्ञ की सारी तैयारियां पूरी हो चुकी थीं। यज्ञ करवाने वाले आचार्यगण अपने आसनों पर बैठे हुए थे। वे वेद मंत्रों द्वारा परमात्मा की स्तुति करने के लिए तैयार थे। मंत्रों का उच्चारण करने में तो वे कुशल थे, किंतु तत्त्वज्ञानी न होने के कारण उन्हें इस बात की जानकारी नहीं थी कि जिन मंत्रों का वे पाठ करेंगे, उसमें किस देवता (परमात्मा) की स्तुति की गई है। उषस्ति वहां पहुंचे तो उन्होंने आचार्यगणों से पूछ लिया, 'प्रस्तोता! क्या तुम्हें मालूम है कि वह देवता कौन है जिसकी स्तुति ओर प्रशंसा के मंत्र तुम पढ़ने के लिए जा रहे हो?'

वहां बैठे सभी यज्ञिकों ने उस देवता से अपनी अनभिज्ञता जताई। तब उषस्ति ने चेतावनी भरे स्वर में कहा- 'बिना उस देवता को जाने स्तुति के मंत्रों का पाठ तो वैसा ही है जैसा राख में घी का होम करना। इससे तो लाभ के स्थान पर हानि ही होने की संभावना है। ऐसा करने से तो आपके प्राण भी जा सकते हैं।'

उषस्ति की चेतावनी सुनकर सभी यज्ञ कराने वाले कर्मकांडी ऋत्विक चुप होकर बैठ गए।

यह देखकर राजा ने उषस्ति ऋषि से पूछा- 'मैं श्रीमान का ठीक-ठीक परिचय जानना चाहता हूं।

उषस्ति ने कहा- 'मैं चक्र का पुत्र उषस्ति ऋषि हूं।'

राजा ने उषस्ति का नाम सुनकर क्षमा मांगते हुए कहा- 'सच मानिए ऋषिवर! मैंने इस समस्त ऋत्विक-संबंधी कार्यों के लिए आपकी कई स्थानों पर खोज करवाई थी, किंतु आपका कहीं पता नहीं लगा। तब निराश होकर मैंने दूसरे ऋत्विक को चुन लिया, परंतु अब जब आप आ ही गए हैं तो कृपा करके सभी ऋत्विक-संबंधी कार्य अब आप ही पूरे कीजिए।'

'बहुत अच्छा।' कहकर उषस्ति ऋषि ने राजा के सामने एक प्रस्ताव रखा। वे बोले- 'मैं चाहूंगा कि मेरे आदेश के अनुसार ये ऋत्विक ही स्तुति आरंभ करें, परंतु एक बात है, जितना धन आप इन लोगों को दें, उतना ही मुझे भी दें।'

'ऐसा ही होगा।' राजा ने स्वीकृति दी।

उषस्ति ऋषि यज्ञ संपूर्ण करवाने को तैयार हुए तो उनके पास बैठे प्रस्तोता, उद्गाता और प्रतिहर्ता ने क्रमशः उनसे पूछा- 'आपने कहा था कि जिस देवता की तुम स्तुति करने जा रहे हो, उसे बिना जाने यदि तुम स्तुति पाठ करोगे तो तुम्हारे प्राण भी जा सकते हैं। अतः अब आप उस देवता के बारे में हमें समझाएं।'

उषस्ति ऋषि बोले- 'यह देवता है प्राण नामधारी परमात्मा। जिसकी वेद-मंत्रों द्वारा स्तुति की जाती है।'

एक अन्य याज्ञिक की शंका के उत्तर में उषस्ति ने उसे बताया कि जिस उद्गीय (ओम्) के स्तात्रों का गायन किया जाता है, वह उद्गीय अदित्य नाम वाला परमात्मा ही है और उद्गीय तो ईश्वर के मुख्य नाम ओम् का प्रतीक है।

इस प्रकार सभी प्रश्नकर्ताओं का समाधान कर उषस्ति ने यजमान राजा द्वारा सम्मान एवं सत्कार प्राप्त किया। वस्तुतः परमात्मा को जाने बिना यज्ञ आदि क्रियाओं को करना उचित नहीं होता, यही इस कथा का सार है।

-प्रस्तुति : साध्वी वसुमती

लोग सोचते हैं हम हिन्दू हैं, मुसलमान हैं,
अपनी क़ौम का भी उनके दिलों में अभिमान है,
पर हैरान हूं मैं, वे यह कैसे भूल जाते हैं
कि हम एक हैं क्योंकि सबसे पहले इन्सान हैं।

-आचार्यश्री रूपचन्द्र

वेताल पच्चीसी-22

हिन्दी कथा-साहित्य में बेताल पच्चीसी की अपनी अलग पहचान है। इन कथाओं में नीति, संस्कृति और जीवनोपयोगी शिक्षाएं हैं। उसी की एक-एक कथा पढिये हर अंक में।

-गतांक से आगे

कुसुमपुर नगर में एक राजा राज्य करता था। उसके नगर में एक ब्राह्मण था, जिसके चार बेटे थे। लड़कों के सयाने होने पर ब्राह्मण मर गया और ब्राह्मणी उसके साथ सती हो गयी। उनके रिश्तेदारों ने उनका धन छीन लिया। वे चारों भाई नाना के यहां चले गये। लेकिन कुछ दिन बाद वहां भी उनके साथ बुरा व्यवहार होने लगा। तब सबने मिलकर सोचा कि कोई विद्या सीखनी चाहिए। यह सोच करके चारों चार दिशाओं में चल दिये।

कुछ समय बाद वे विद्या सीखकर मिले।

एक ने कहा- मैंने ऐसी विद्या सीखी है कि मैं मरे हुए प्राणी की हड्डियों पर मांस चढ़ा सकता हूं।

दूसरे ने कहा- मैं उसके खाल औ बाल पैदा कर सकता हूं।

तीसरे ने कहा- मैं उसके सारे अंग बना सकता हूं।

चौथा बोला- मैं उसमें जान डाल सकता हूं।

फिर वे अपनी विद्या की परीक्षा लेने जंगल में गये। वहां उन्हें एक मरे शेर की हड्डियां मिलीं। उन्होंने उसे बिना पहचाने ही उठा लिया। एक ने मांस डाला, दूसरे ने खाल और बाल पैदा किये, तीसरे ने सारे अंग बनाये और चौथे ने उसमें प्राण डाल दिये। शेर जीवित हो उठा और सबको खा गया।

कथा सुनाकर वेताल बोला- हे राजा, बताओ कि उन चारों में शेर बनाने का अपराध किसने किया?

राजा ने कहा- जिसने प्राण डाले उसने, क्योंकि बाकी तीन को यह पता ही नहीं था कि वे शेर बना रहे हैं। इसलिए उनका कोई दोष नहीं है।

यह सुनकर वेताल फिर पेड़ पर लटका। राजा जाकर फिर उसे लाया। रास्ते में वेताल ने एक नयी कहानी सुनायी।

-क्रमशः

नींबू रस अरु शहद में, गरम नीर मिलवाय।
जो सदैव पीता रहे, तन पतला हो जाये।।

ऊर्जा और ताजगी से भरपूर ये फल

तरबूज

तरबूज स्वादिष्ट होने के साथ-साथ पौष्टिक भी है। हालांकि इसे ज्यादा ऊर्जा नहीं मिलती। यह वसा, कोलेस्ट्रोल से रहित होता है। इसमें विटामिन 'ए' एवं 'सी' काफी होते हैं। पोटेशियम अधिक एवं सोडियम कम होता है। इसमें रेशा पर्याप्त होता है। इसमें लाइकोपेन भी काफी होता है। यह एक प्रकार का एंटी-ऑक्सीडेंट है जो कैंसर एवं हृदय वाहिनियों के विकारों में लाभदायक होता है। कुल मिलाकर एक स्वास्थ्यवर्धक आहर के रूप में तरबूज आदर्श फल है।

खरबूजा

इसमें तरबूज के मुकाबले पानी कम एवं गूदा अधिक होता है। इसलिए पचने में अपेक्षाकृत भारी होता है। खरबूज गर्मी का हरण तो करता ही है साथ ही यह शरीर को पुष्ट भी करता है। इसका प्रयोग एक मेवे की भांति किया जा सकता है। इसके प्रयोग का बेहतरीन तरीका यह है कि इसे दोनों भोजनों के बीच में प्रयोग किया जाये यानी मध्याह्न 4-6 बजे के करीब।

पपीता

पतीते में एक प्रकार का एन्जाइम 'पपैन' पाया जाता है। यह एक ऐसा एन्जाइम है जिसमें भोजन को पचाने की अद्भुत क्षमता होती है। कच्चे पपीते का सलाज कब्ज में काफी फायदेमंद रहता है। जिन लोगों के पेट में एसिड का स्तर कम होता है जिसके कारण उन्हें भोजन को पचा पाने में दिक्कत होती है उनके लिए पपीता काफी लाभकारी साबित होता है। प्रोसेस्ड फूड में भोजन को पचाने में सहायक इन्जाइम्स की कमी होती है। पपीता उन इन्जाइम्स की कमी को पूरा करने में पूरी तरह सक्षम होता है।

अनार

हृदय रोग के रोगियों के लिए अनार का सेवन काफी फायदेमंद होता है। अनार में विटामिन सी, सल्फर, पोटाशियम, फास्फोरस काफी मात्रा में पाया जाता है। अनार में खनिज लवण बड़ी मात्रा में पाए जाते है जिसकी वजह से यह पाचन शक्ति को बढ़ाता है।

आम

आम को फलों का राजा कहा जाता है। आम में विटामिन ए और सी काफी मात्रा में पाया जाता है। इसमें पोटाशियम भी काफी मात्रा में पाया जाता है। आप में चूंकि शुगर भी काफी मात्रा में पायी जाती है इसलिए वजन घटाने वाले लोगों, डायबिटीज से ग्रस्त लोगों को इसका सेवन कम करना चाहिए। गर्मी के दिनों में कच्चे आम से बनने वाले व्यंजन से गर्मी में काफी राहत मिलती है।

बेल

दवाई और फल दोनों रूपों में बेल काफी फायदेमंद फल होता है। बेल पाचन क्रिया को दुरुस्त बनाकर रखता है। पेट की खराबी को दूर करने में इसका जूस काफी

फायदेमंद होता है। बेल के गूदे में पाया जाने वाला पदार्थ मारमेलॉसिन पेट को कई रोगों से मुक्त कराता है। बेल में पाया जाने वाला दानेदार पदार्थ हमारी पाचन क्रिया को दुरुस्त करता है। बेल के गूदे में नींबू या इमली मिलाकर बनाया गया शर्बत शरीर को पाचन क्रिया को सही रखने में सहायक सिद्ध होता है।

जामुन

जामुन गर्मियों में बहुतायत से पाया जाने वाला फल होता है। जामुन मधुमेह रोग में काफी फायदेमंद होता है। क्योंकि यह रक्त में शुगर के स्तर को नियंत्रित करने में काफी सहायक होता है। यह वजन कम करने की दिशा में काफी सहायक होता है। जामुन के बीज में एक प्रकार का तत्त 'ग्लूकोसाइड जैम्बीलिन' पाया जाता है जो वजन को कम करने में सहायक होता है।

लीची

लीची के रस में काफी मात्रा में कार्बोहाइड्रेट और विटामिन सी पाया जाता है। लीची सेहत के लिए बेहद फायदेमंद होती है। लीची में प्रोटीन, वसा और खनिज तत्व काफी मात्रा में पाए जाते हैं। लीची में रस की मात्रा बहुत ज्यादा होती है। फल में कुल भार का 60 फीसदी हिस्सा रस का होता है। इसमें कैल्शियम, फास्फोरस और आयरन काफी मात्रा में पाया जाता है।

प्रस्तुति : योगी अरूण तिवारी

चुटकुले

1. एक बार दो मच्छर बाइक पर बैठकर कहीं जा रहे थे। रास्ते में हाथी ने लिफ्ट लेने के लिए उन्हें रोका। जब बाइक रुकी तो एक मच्छर बोला, लिफ्ट तो हम दे देंगे पर फिर तेरी मां कहेगी कि सारे दिन लफंगों के संग घूमता रहता है।

2. रोशन- तुम्हारे बचपन की कोई ऐसी इच्छा पूरी हुई है, जिस पर तुम्हें अफसोस है?

गंजा आदमी- हां, मुझे लंबे बाल रखना पसंद था और मां उन्हें कटवा देती थी, तब मैं दुआ मागता था कि काश मेरे बाल होते ही नहीं।

3. चोर- तुम्हारी जेब में जो कुछ है फटाफट निकाल दो।

संता- भाई साहब, ऐसा मत कीजिए। अगर मैं खाली जेब लेकर घर गया तो मेरी बीबी मुझे कच्चा चबा जाएगी।

चोर- और अगर मैं खाली हाथ घर पहुंचा तो मेरी बीबी मुझे तल के खा जाएगी...?

-प्रस्तुति : मुक्ति

मासिक राशि भविष्यफल, अगस्त 2015

○ डॉ. एन. पी. मित्तल, पलवल

मेष- मेष राशि के जातकों के लिये यह माह व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से लाभ देने वाला है। नौकरी पेशा जातकों की भी पदोन्नति की उम्मीद की जा सकती है। स्थानान्तरण एवं कार्य क्षेत्र में परिवर्तन भी सम्भावित है। इन जातकों की कुछ यात्राएं भी होंगी जिनके अच्छे परिणाम सम्भावित हैं। स्वास्थ्य की दृष्टि से ये जातक सचेत रहें। समाज में यश, मान, प्रतिष्ठा बनी रहेगी।

वृष- वृष राशि के जातकों के लिये यह माह व्यापार व्यवसाय की दृष्टि से सामान्य फल दायक हैं। लाभ तो होगा पर खर्च भी विशेष होगा। घर में कोई मांगलिक कार्य हो सकता है। भाई बंधुओं की ओर से चिंता रहेगी। अपने स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहें। दाम्पत्य जीवन सामान्य रहेगा। समाज में यश, मान, प्रतिष्ठा सामान्यतया बनी रहेगी।

मिथनु- मिथुन राशि के जातकों के लिये यह माह व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से आर्थिक लाभ देने वाला है। कोई नया कार्य आरम्भ करने की योजना भी बन सकती है। नौकरी पेशा जातकों के लिये भी समय अच्छा है। विद्यार्थियों का भी पढ़ाई में मन लगेगा। शत्रु परेशान करेंगे, पर जातक उनकी कूयोजनाओं को सफल नहीं होने देंगे।

कर्क- कर्क राशि के जातकों के लिये यह माह व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से सामान्यतया ठीक ही रहेगा। किसी विशेष व्यय की भी सम्भावना है। यात्रा में सावधानी बरतें, चोट लग सकती है। परिवार में सामन्जस्य बनाए रखें अपने जीवनसाथी के स्वास्थ्य के बारे में सचेत रहें। समाज में सामान्यतया मान सम्मान बना रहेगा।

सिंह- सिंह राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह लाभदायक रहेगा। भूमि भवन के मामलों में भी फायदा होगा। किसी मांगलिक कार्य की भी घर में होने की सम्भावना है। शत्रुओं से सावधान रहें। जीवन साथी के स्वास्थ्य के बारे में सचेत रहें। समय पर इलाज करवाएं वर्ना रोग बिगड़ सकता है। समाज में यश, मान, प्रतिष्ठा बनी रहेगी।

कन्या- कन्या राशि के जातकों के लिये व्यापार व्यवसाय की दृष्टि से यह लाभालाभ की स्थिति लिये हुए होगा। कोई मांगलिक कार्य आपके हाथों से हो सकता, नौकरी पेशा जातकों के लिये यह माह अच्छा साबित होगा। परिवार में सामन्जस्य बनाए रखें। शत्रुओं से सावधान रहें। अपने स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहें। अकारण किसी के निजी मामले में न उलझें।

तुला- तुला राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह लाभ देने वाला है। कुछ यात्राओं का योग भी बनेगा किन्तु इन यात्राओं में सफलता के आसार कम हैं। शारीरिक चोट लग सकती है, सावधानी बरतें। इस महीने स्वास्थ्य भी नरम रहेगा। अकारण किसी के निजी मामले में पड़ना नुकसान देह हो सकता है। अकारण किसी के निजी मामले में न उलझें।

वृश्चिक- वृश्चिक राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह सामान्य फल देने वाला है। आय व्यय में संतुलन बना रहेगा। नौकरी पेशा जातकों के लिये समय अच्छा है, यदि वे अपने उच्चाधिकारियों से सामन्जस्य बिठा सकें। स्वास्थ्य की दृष्टि से भी यह माह सामान्य रहेगा। शत्रुओं से सावधान रहें। समाज में यश, मान, प्रतिष्ठा बनी रहेगी।

धनु- धनु राशि के जातकों के लिये यह व्यापार व्यवसाय की दृष्टि से पर्याप्त परिश्रम करा कर अल्प अर्थलाभ देने वाला है। कोई पूर्व से लटकी हुई योजना फलीभूत हो सकती है। छोटी बड़ी यात्राएं होगी जिनमें सावधानी आवश्यक है। चोट लगने से नुकसान हो सकता है। स्वास्थ्य की दृष्टि से जीवन साथी के स्वास्थ्य का ध्यान रखें। अकारण किसी के निजी मामले में न उलझें।

मकर- मकर राशि के जातकों के लिये यह माह व्यापार व्यवसाय की दृष्टि से शुभफलदायक नहीं कहा जायेगा। स्वास्थ्य के प्रति भी सचेत रहें। प्रतिकूल परिस्थितियों में हौसला बनाए रखें। इस माह का उत्तरार्ध, पूर्वार्ध से बेहतर है। बुजुर्गों का सम्मान करें। यश, मान, प्रतिष्ठा, समाज में सामान्य रूप से बनी रहेगी।

कुम्भ- कुम्भ राशि के जातकों के लिये यह माह व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से अर्थ लाभ देने वाला हैं सोचे हुए कार्यों में सफलता मिलेगीं। शत्रुपक्ष कार्यों में रूकावट डालेगा। नौकरी पेशा जातकों के लिये यह माह अनुकूल है। यात्राए लाभकारी होंगी। स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहे। समाज में यश, मान, प्रतिष्ठा बनी रहेगी। कुछ यात्राओं का योग भी बनेगा किन्तु इन यात्राओं में सफलता के आसार कम हैं।

मीन- मीन राशि के जातकों के लिये यह माह व्यवसाय की दृष्टि से अर्थलाभ कराने वाला है। बुजुर्गों का सम्मान करें। कुछ जातक तीर्थ यात्रा भी कर सकते हे। दाम्पत्य जीवन में सामन्जस्य बनेगा। किसी अनजान व्यक्ति पर विश्वास करने से पहले सोचें। शत्रुओं से सावधान रहें। कुछ जातक स्वास्थ्य की प्रतिकूलता से प्रभावित रहेंगे। समाज में मान बना रहेगा।

-इति शुभम्!

अधिवेशन के केन्द्र में अर्हम् हो, अहं नहीं

18वें द्विवार्षिक जैना कन्वेंशन में पूज्य आचार्यश्री के उद्‌गार

अटलांटा-जार्जिया, यू.एस.ए. में 18वें द्विवार्षिक जैना कन्वेंशन में हजारों की संख्या में उपस्थित जन-समुदाय को संबोधित करते हुए पूज्य आचार्यश्री रूपचन्द्रजी ने कहा-

यह आनंद का विषय है इस वर्ष Federation of Jain Association of North America (Jaina) अपने लक्ष्य शिखर की ओर बढते हुए अठारहवें पायदान पर चढ रहा है। जैना के इस प्रशंसनीय प्रयास से नार्थ अमेरिका के जैन समाज की एकता को बल मिला हे, अहिंसा प्रधान जीवन-शैली ने हिंसा-त्रस्त पूरे मानव-समाज को ध्यान अपनी ओर आकृष्ट किया है, युवा पीढी को अपने धर्म को समझने/परखने तथा आचरण में लाने की प्रेरणा दी है। और मैं कह सकता हूं भारत से अधिक यहां का जैन समाज आराधना तथा आचरण में जागरुक है। इसमें संत-पुरुषों तथा विद्वत्-समाज का बहुत बड़ा योग-दान रहा है। जैना से जुड़े पदाधिकारी-जन तथा युवा कार्यकर्ताओं का योग-दान भी सराहनीय रहा है। इसके लिए आप सब बधाई के पात्र हैं।

समापन समारोह में अपने मार्ग-दर्शन भाषण में आपने कहा- प्रेरणादायी आयोजन में विभिन्न संस्थाओं, युवाओं तथा व्यक्तियों की विशिष्ट उपलब्धियां सामने आई, उनका सम्मान भी किया गया, इनसे सहज ही औरों को प्रेरणा मिलती है किन्तु मैं यह भी कहना चाहुंगा इन सबके केन्द्र में अर्हम्/परमात्मा होना चाहिए, अपने-अपने अहं तथा महत्त्वाकांक्षा नहीं। कहीं भी आत्म-दृष्टि ओझल नहीं होनी चाहिए। आयोजकों को इस ओर विशेष ध्यान देने की जरूरत है। यदि ऐसा नहीं हुआ, अपने-अपने अहं, प्रदर्शन तथा अपनी-अपनी महत्त्वाकांक्षाएं हावी हो गई तो हम अपने लक्ष्य से ही भटक जाएंगे। सुव्यवस्थित तथा गरिमापूर्ण आयोजन के लिए अटलांटा-जार्जिया जैन सेंटर बधाई के पात्र हैं। इस कन्वेंशन में करीब चालीस संत-पुरुषों तथा विद्वानों ने अपने विद्वत्तापूर्ण सान्निध्य से करीब चार हजार जन-समुदाय को मार्ग-दर्शन दिया। पूज्य गुरूदेव दो विशेष प्रवचन- (1) अहिंसा महावीर से गांधी तक (2) चेतना की विकास-यात्रा हुए। शिष्य योगी अरूण के दो योगा सेशन हुए। विविध शैक्षणिक तथा सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रभावशाली रहे। इस कन्वेंशन की थीम थी- Jainism : World of Non-Violence जिसने पूरे विश्व को प्रेरणादायी संदेश दिया।

पंच-दिवसीय प्रवास वरमोंट में

पूज्य आचार्यश्री अपने शिष्य योगी अरूण के साथ 25 जून को भारत से सीधे वरमोंट

पधारे। यहां मलेरकोटला पंजाब के सात परिवार पूज्य गुरूदेव के साथ पूरी भक्ति-श्रद्धा से बचपन से जुड़े हैं। यहां से जैना कन्वेंशन के लिए पूज्यवर अटलांटा-जार्जिया पधारे। उससे अगला पड़ाव था ह्युष्टन टेक्सास जिसे पूज्य आचार्यश्री का विशेष प्रभाव-क्षेत्र माना जा सकता है। यहां का न केवल जैन समाज बल्कि भारतीय समाज मानव मंदिर मिशन के शिक्षा, सेवा और योग कार्यक्रमों से तहे-दिल से जुड़ा हुआ है। यहां जैन सेंटर में दो-दिवसीय प्रवचन तथा योग शिविर रहा। सबकी इतनी प्रभावशाली मांग थी कि ऐसे कार्यक्रम कम-से-कम सात-दिवसीय तो होने ही चाहिए।

दो-दिवसीय प्रवचन तथा योग-सेशन इंडिया हाउस में रहे। यह पूरे भारतीय समाज ह्युष्टन का वह प्रतिष्ठित केन्द्र है जहां सारे V.I.P. आयोजन संपन्न होते हैं। यहां के दस-दिवसीय प्रवास को सफल बनाने में श्री बीरेन्द्र भाई प्रशांत कोठारी, श्री प्रवीण लता मेहता, श्री परिमल प्रतिमा देसाई, डॉ. रवि ज्योति कांकरिया, श्री अशोक उज्ज्वल जैन, श्री सुभाष शारदा गादिया, श्री परिमल रागिनी का सराहनीय योग-दान रहा। दि इंडिया हाउस के आयोजन में समाज-सेवी श्री जितेन्द्रजी अग्रवाल तथा दि इंडिया हाउस के जनरल मेनेजर श्री विपिनजी कुमार की प्रशंसनीय सेवायें रहीं। इस प्रवास में ऑस्टिन से श्री अमित अंशु चोरडिया परिवास ने भी पूज्य गुरूदेव के दर्शनों का लाभ लिया।

16 जुलाई गुरूवार को पूज्य गुरूदेव को डल्लास महानगर पदार्पण हुआ। यहां धर्म-परायण व सेवा-भावी सुदर्शन कल्पना मजमुदार के विशेष प्रयास से तीन दिवसीय प्रवचन-योगा कार्यक्रम श्री राम मंदिर में तथा दो आयोजन श्री हिन्दू मंदिर में रहे। इन कार्यक्रमों की व्यापक गूंज दिन-प्रतिदिन अमेरिका में बढती जा रहा है। लोगों की तीव्र भावना है कि मानव मंदिर मिशन की आध्यात्मिक, आयुर्वेद तथा योगपरक प्रवृत्तियां है इस देश में भी चालू की जाए। डल्लास-प्रवास में करीब पांच सौ माइल दूर मिडलैण्ड शहर से पूज्य गुरूदेव के प्रति अनन्य श्रद्धा-भाव से जुड़े श्री अशुतोष अंजना रस्तोगी ने पूज्यवर के दर्शन तथा धर्म-चर्चा का आनंद लिया। (क्रमशः)

जैन आश्रम, नई दिल्ली में पूज्या प्रवर्तिनी साध्वीश्री मंजुलाश्रीजी के सान्निध्य में मातृस्वरूपा साध्वी चांदकुमारीजी, साध्वी दीपांजी, साध्वी कनकलताजी, साध्वी समताश्री जी, साध्वी वसुमती तथा साध्वी पदमश्री सानन्द चातुर्मास-प्रवास पर हैं। मानव मंदिर गुरूकुल तथा सेवाधाम हॉस्पिटल की शिक्षा तथा आयुर्वेद प्रकल्प सफलता की ऊँचाइयां छू रहे हैं।

सबसे सुंदर चित्र

बहुत पुरानी बात है। एक चित्रकार दुनिया का सबसे सुंदर चित्र बनाना चाहता था। वह अपने गुरू के पास गया और उसने पूछा, 'गुरूदेव, संसार की सबसे सुंदर वस्तु क्या है। कृपया बताने का कष्ट करें। उसके गुरू मुस्कराए और बोले, 'संसार की सबसे सुंदर वस्तु है श्रद्धा। विश्व में इससे सुंदर चीज कोई नहीं है। उस श्रद्धा के दर्शन तुम्हें प्रत्येक धर्मस्थल में हो सकते हैं।' चित्रकार इस उत्तर से सतुंष्ट नहीं हुआ। वह घर की ओर चल पड़ा। रास्ते में उसे एक नवविवाहिता मिली। चित्रकार ने उस स्त्री से पूछा, 'इस संसार की सबसे सुंदर वस्तु क्या है?' वह कुछ सोचकर बोली, सबसे सुंदर वस्तु प्रेम है। यदि प्रेम हो तो गरीबी में भी समृद्धि आ सकती है। प्रेम ही ने तो इस दुनिया को जीने लायक बनाया है।'

चित्रकार अब भी असंतुष्ट था। थोड़ा आगे चलने पर उसे एक सैनिक मिला। उसने उसके सामने भी अपना प्रश्न दोहराया। सैनिक ने उत्तर दिया, 'सबसे सुंदर वस्तु है शांति। यदि मन में शांति हो तो जीवन में परम सुख रहता है। इसके आगे बाकी चीजें व्यर्थ लगने लगती हैं। अशांत मन से कोई काम नहीं हो सकता।' चित्रकार श्रद्धा, प्रेम और शांति के बारे में सोचता हुआ घर की ओर चल पड़ा। वह सोच रहा था कि इन चीजों को कैसे एक चित्र में उतारे। ऐसा क्या बनाए जिसमें ये तीनों चीजें एक साथ हों। थोड़ी देर में वह घर पहुंच गया। उसकी पत्नी ने मुस्कराकर स्वागत किया। बच्चे दौड़ते हुए आए और लिपट गए। अचानक चित्रकार को लगा कि वह जिस वस्तु को खोज रह है वह तो उसके घर में ही है। उसके बच्चों की आंखो में श्रद्धा है, पत्नी के नैनों से प्रेम की वर्षा हो रही है। उसका घर तो शांति का एक स्थल है जो किसी दिव्य स्थान से कम नहीं। चित्रकार ने तुरंत चित्र बनाना शुरू कर दिया। उसने अपने घर की एक आकर्षक तस्वीर बनाई।

प्रस्तुति : सुशान्त जैन

-भक्त-वत्सल सेवाभावी सुदर्शन कल्पना मजमुदार के आवास पर पूज्य गुरूदेव आशीर्वाद प्रदान करते हुए, साथ में हैं- योगी अरूण, सुदर्शन मजमुदार, डॉ. अंजना रस्तोगी, गुरूदेव के साथ में हैं डॉ. आसुतोष रस्तोगी और कल्पना मजमुदार।

-जैन सोसाइटी ह्युस्टन, यू.एस.ए. में बोलते हुए पुज्य गुरूदेव आचार्यश्री रूपचन्द्र जी महाराज।

-गुरूदेव के प्रवचनों का आनंद लेता ह्युस्टन का समाज (जैन सोसायटी ऑफ ह्युस्टन, अमेरिका)

-एंडिया हाउस ह्युस्टन यू.एस.ए. में योगा करवाते हुए योगी अरूण व करते हुए लोग।

-डी.एफ.डब्ल्यू हिन्दू मंदिर, डलास, यू.एस.ए. में पूज्य गुरूदेव अपना प्रवचन करते हुए और साथ में हैं योगी अरूण व प्रवचन का आनन्द लेते हुए लोग।

-एंडिया हाउस ह्युस्टन, टेक्सास, यू.एस.ए. में मंगल मंत्रों से कार्यक्रम का शुभारंभ करते हुए पूज्य गुरूदेव आचार्यश्री रूपचन्द्र जी महाराज साथ में है मुद्रायुक्त मंत्रनाद में लीन भक्त समुदाय।

-योगी अरूण से योग सीखते जैन सोसायटी ऑफ ह्युस्टन के लोग।

-जैन कनवेंसन अटलांटा का शुभारंभ करते हुए पूज्य गुरुदेव आचार्यश्री रूपचन्द्रजी महाराज, श्रुतप्रज्ञ जी, लोकेश मुनि, श्री राकेश भाई जवेरी आदि।

-श्री राम मंदिर डलास, यू.एस.ए. में प्रवचन करते हुए पूज्य गुरूदेव व सुनते हुए भक्तगण।

-श्री राम मंदिर डलास में योगा सिखाते हुए योगी अरूण तिवारी व सीखते हुए लोग।

-जैना कनवेंसन अटलांटा, यू.एस.ए. में आशीर्वचन प्रवचन करते हुए पूज्य गुरूदेव आचार्यश्री रूपचन्द्रजी महाराज व विराजमान हैं अन्य साधू-साध्वीयां।

-जैना कनवेंसन अटलांटा में लगभग 4000 से ज्यादा लोगों की विशाल उपस्थित।

-जैना कनवेंसन अटलांटा में पूज्य गुरूदेव के साथ हैं- अमेरिका के सुप्रसिद्ध इंडियन स्टोर 'पटेल ब्रदर्स' के चेयरमैन मफत भाई पटेल, योगी अरूण, लोकेश मुनि एवं गुरुदेव के बायें अमरेन्द्रमुनि और श्रुतप्रज्ञ जी।

मानव मंदिर गुरुकुल

(मानव मंदिर मिशन ट्रष्ट द्वारा संचालित)

अनाथ व बेसहारा बच्चों का घर

श्रेष्ठ मानव निर्माण अभियान

आप भी चलें हमारे साथ और थाम लें इन बच्चों का हाथ

1. एक बच्चे के पूरे खर्च की जिम्मेदारी लेकर।
2. एक बच्चे की शिक्षा का दायित्व लेकर।
3. बच्चों के लिए आवश्यक वस्तुएं उपलब्ध कराकर।
4. संस्था का मासिक, वार्षिक, आजीवन सदस्य बनकर।
5. भवन निर्माण के लिए विशेष दान देकर।

- आप नगद, चैक या मनीऑर्डर द्वारा अपना सहयोग **मानव मंदिर मिशन ट्रष्ट (Manav Mandir Mission Trust)** के नाम प्रदान कर सकते हैं।
- आप का दिया हुआ दान **आयकर धारा 80 जी** के अर्न्तगत कर मुक्त होगा।

आप अपनी सहयोग राशि सीधे हमारे बैंक खाते में ट्रांसफर कर हमें सुचित कर सकते हैं। हम आपको रशीद और धन्यवाद पत्र भिजवाएंगे। हमारे खातों का विवरण निम्न प्रकार हैं-

Under 80G of Income Tax Act. Bank Account Detail :

ICICI Bank A/c No. 004601053164 (RETGS/NEFT IFSC Code : ICIC0000046)

HDFC Bank A/c No. 50200009376080 (RETGS/NEFT IFSC Code : HDFC0000089)

Under 35AC of Income Tax Act. Bank Account Detail :

HDFC Bank A/c No. 00322560001495 (RETGS/NEFT IFSC Code : HDFC0000032)

Our FCRA Bank Account Detail (for NRI's, foreigners' and other foreign donation)

Kotak Mahindra Bank A/c No. 1711237211 (SWIFT Code : KKBKINBBCPC)

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें :-

मानव मंदिर मिशन ट्रष्ट

के एच 57, रिंग रोड, इंडियन ऑयल पेट्रोल पम्प के पीछे,
सराय काले खाँ, नई दिल्ली-110013 पो. बोक्स नं.-3240

दूरभाष : +91 11 26320000, +91 11 26315530, मो. : +91 9999609878

website : www.manavmandir.info, email : contact@manavmandir.info

पूज्य गुरुदेव आचार्यश्री रूपचन्द्रजी के मार्गदर्शन में-

मानव मंदिर मिशन ट्रष्ट द्वारा संचालित गतिविधियां

1. मानव मंदिर गुरुकुल (जरूरतमंद व बेसहारा बच्चों का घर)
2. सेवाधाम प्लस आयुर्वेद योग, एक्युप्रेशर एवं नेचरोपैथी सेन्टर।
3. मानव मंदिर प्रकाशन :
   पूज्य गुरुदेव द्वारा रचित साहित्य का प्रकाशन एवं प्रवचनों, भजनों आडियो, विडियो आदि का प्रचार प्रसार करना और संरक्षण करना।
4. रूपरेखा मासिक पत्रिका का प्रकाशन
   जो भारत ही नहीं विदेशों में भी जन-जन तक पूज्य गुरुदेव के संदेशों, प्रवचनों, प्रेरणादायी लेख योग, स्वास्थ्य, कहानियां, नई जानकारियां, ज्योतिष, समाचार, चुटकुलों आदि से ओत-प्रोत ज्ञान और आंनद की गंगा का प्रवाह कर रही मासिक पत्रिका रूपरेखा का सफल संचालन।
5. मानव मंदिर गऊशाला।
6. ध्यान मंदिर (नई दिल्ली, भारत) एक ऐसा मंदिर जहां भगवान महावीर की ध्यान लीन प्रतिमा के सम्मुख बैठकर समाज का हरवर्ग सम्प्रदाय और जाति-वर्ण से मुक्त होकर स्वयं को जानने की कोशिश करता हुआ अन्तर्मुखी हो जाता है।
7. साधु-साध्वियों और वृद्ध बुजर्गों के सेवा-प्रकल्प।
8. गरीब महिलाओं के लिये सेवा-कार्य मानव मंदिर का हिसार सेंटर इस दिशा में पिछले अनेकों वर्षों से कार्य कर रहा है।
9. योग-सुधार कार्यक्रम :
   आचार्यश्री रूपचन्द्र जी महाराज के मार्ग दर्शन में योग धारा को आगे ले जाने वाले उनके शिष्य योगी अरुण तिवारी द्वारा योग का सही ढंग से प्रस्तुतीकरण। श्री अरुण योगी के निर्देशन में आयोजित योग-शिविरों से हजारों लोगों ने अपने योगाभ्यास में होने वाली त्रुटियों का संशोधन करके स्वास्थ्य-लाभ लिया है।
10. अन्तराष्ट्रीय कार्यक्रम :
    पूज्य गुरुदेव आचार्यश्री रूपचन्द्र जी महाराज 1991 से आजतक लगातार अमेरिका, कनाडा, लंदन, नेपाल, चीन, यूरोप के अनेकों देशों में योग-ध्यान, आध्यात्म और भारतीय संस्कृति के प्रचार-प्रसार के साथ शाकाहार, पर्यावरण रक्षा, अहिंसा, विश्वशांति जैसे विश्व के कल्याणकारी कार्यक्रमों के माध्यम से सम्पूर्ण मानव जाति के लिए अतुलनीय योगदान दे रहे हैं। अब तक हजारों विदेशी और अप्रवासी भारतीय इस मिशन के साथ जुड़ चुके हैं।

अब हम इंटरनेट पर भी : मानव मंदिर मिशन ट्रष्ट की सारी गतिविधियों की जानकारी और पूज्य गुरुदेव जी द्वारा रचित पुस्तकें, प्रवचन, भजन, आडियो, फोटो आदि व तमाम महत्वपूर्ण और ताजा जानकारी हमारी वेबसाइट पर उपलब्ध है। रूपरेखा मासिक पत्रिका के सभी अंक आप घर बैठे पढ़ सकते हैं। सभी डाउनलोड निःशुल्क हैं। हमारी वेबसाइटों का विवरण इस प्रकार है-

1. पूज्य गरूदेव की बेवसाइट : www.acharyaroopchandra.com
2. रूपरेखा की बेवसाइट : www.rooprekha.com
3. मानव मंदिर गुरूकुल से संबधित बेवसाइट : www.manavmandir.info
4. सेवाधाम प्लस योग, आयुर्वेद, नेचुरोपैथी अक्यूप्रेशर से जुड़ी बेवसाइट : www.sevadham.info