

P. R. No.: DL(S)-17/3082/2009-11
Rgn. No.: DELHIN/2000/2473

SEVA-DHAM HOSPITAL

(YOGA, AYURVEDA, NATUROPATHY & PHYSIOTHERAPY)

Relax Your Body, Mind & Soul In A Spiritual Environment

A truly rejuvenating treatment package through
Relaxing Traditional Kerala Ayurvedic Treatments



SEVA-DHAM HOSPITAL

K. H.-57, Ring Road, Behind Indian Oil Petrol Pump, Sarai Kale Khan,
New Delhi-110013. Ph. : +91-11-26320000, 26327911 Fax : +91-1126821348
Mobile 9999609878, 9811346904, Website : www.sevadham.com

प्रकाशक व मुद्रक : श्री अरुण तिवारी, मानव मंदिर मिशन ट्रस्ट (रजि.)
जैन आश्रम, रिंग रोड, सराय काले खाँ, इंडियन ऑयल पेट्रोल पम्प के पीछे,
पो. बो.-3240, नई दिल्ली-13, आई. जी. प्रिन्टर्स 104 (DSIDC) ओखला फेस-1 से
मुद्रित।

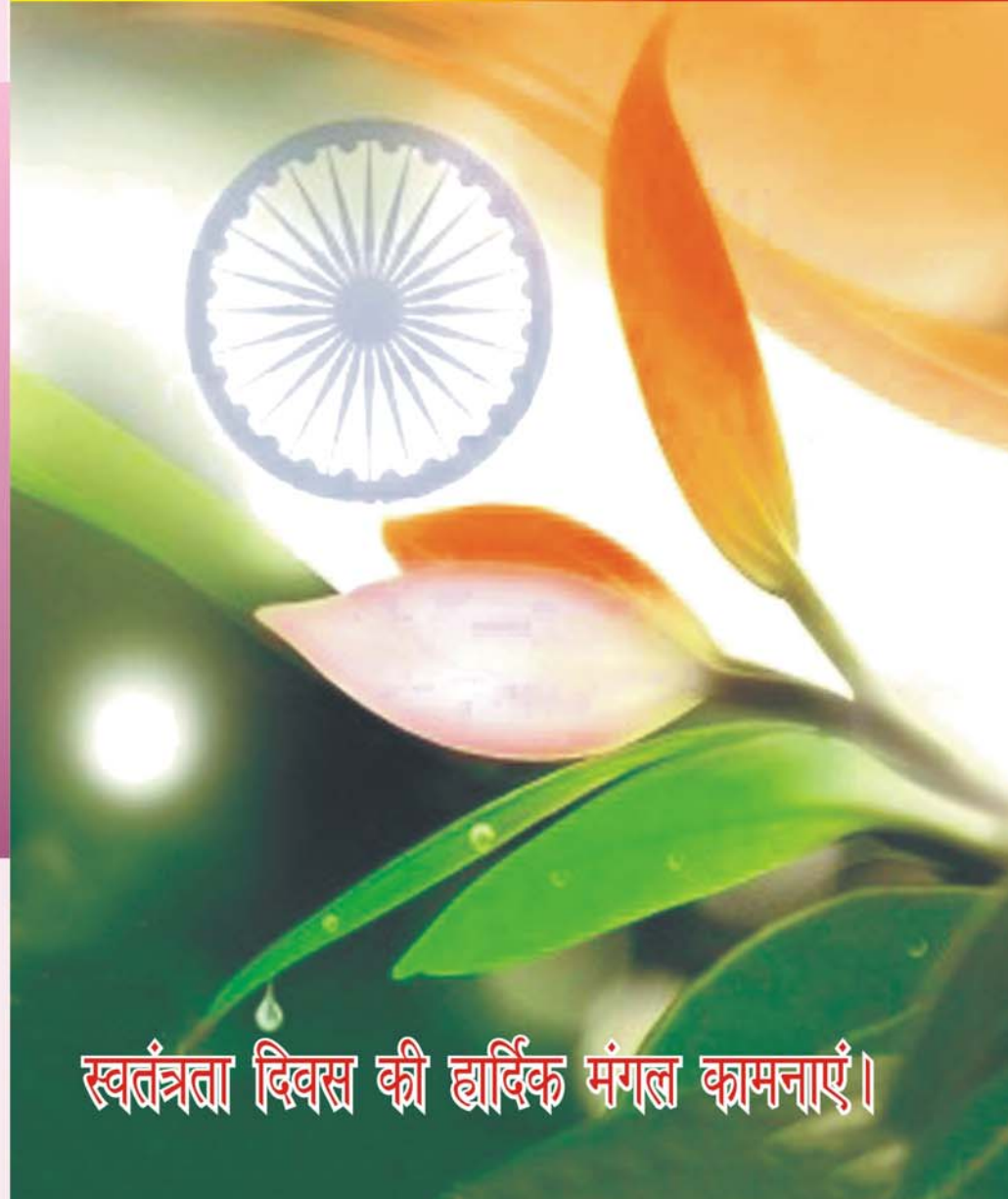
संपादिका : श्रीमती निर्मला पुगलिया

कवर पज साहत
36 पृष्ठ

मूल्य 5.00 रूपय
अगस्त, 2010

रूपरेखा

जीवन मूल्यों की प्रतिनिधि मासिक पत्रिका



स्वतंत्रता दिवस की हार्दिक मंगल कामनाएं।

रूपरेखा

जीवन मूल्यों की प्रतिनिधि मासिक पत्रिका

वर्ष : 10

अंक : 08

अगस्त, 2010

: मार्गदर्शन :

पूज्या प्रवर्तिनी साध्वी मंजुलाश्री जी

: सम्पादक :

श्रीमती निर्मला पुगलिया

: परामर्शदाता :

डॉ. राजाराम 'अबोध'

: सह सम्पादक :

श्री मनोज कुमार

: व्यवस्थापक :

श्री अरुण तिवारी

एक प्रति : 5 रुपये

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.manavmandir.com

E-mail: contact@manavmandir.com

इस अंक में

- | | | |
|-----------------------|---|----|
| 01. आर्ष वाणी | - | 5 |
| 02. बोध कथा | - | 5 |
| 03. संपादकीय | - | 6 |
| 04. गुरुदेव की कलम से | - | 7 |
| 05. चिंतन-चिरंतन | - | 10 |
| 06. गीतिका | - | 13 |
| 07. सत्य-कथा | - | 14 |
| 08. कहानी | - | 15 |
| 09. चिंतन-मनन | - | 18 |
| 10. स्वास्थ्य | - | 22 |
| 11. गजल | - | 23 |
| 12. जानकारी | - | 24 |
| 13. चुटकुले | - | 25 |
| 14. प्रेरणा | - | 26 |
| 15. बालें तारे | - | 28 |
| 16. समाचार दर्शन | - | 30 |
| 17. झलकियां | - | 32 |

रूपरेखा-संरक्षक गण

श्री वीरेन्द्र भाई भारती वेन कोठारी, ह्युष्टन, अमेरिका
 डॉ. कैलाश सुनीता सिंधवी, न्यूयार्क
 श्री शैलेश उर्वशी पटेल, सिनसिनाटी
 श्री प्रमोद वीणा जवेरी, सिनसिनाटी
 श्री महेन्द्र सिंह सुनील कुमार डागा, बैकाक
 श्री सुरेश सुरेखा आवड़, 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 सिंधी, 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 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 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

डॉ. अंजना आशुतोष रस्तोगी, टेक्सास
 श्री केवल आशा जैन, टेम्पल, टेक्सास
 श्री उदयचन्द राजीव डागा, ह्युष्टन
 श्री हेमेन्द्र, दक्षा पटेल न्यूजर्सी
 श्री प्रवीण लता मेहता 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 वैद, 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 कोडिया, हिसार
 श्री धर्मचन्द रवीन्द्र जैन, फतेहाबाद
 श्री रमेश उषा जैन, नोएडा
 श्री दयाचंद शशि जैन, नोएडा
 श्री प्रेमचन्द रामनिवास जैन, मुआने वाले
 श्री संपतराय दसानो, कोलकाता
 लाला लाजपत राय, जिन्दल, संगरूर
 श्री आदीश कुमार जी जैन,
 न्यू अशोक नगर, दिल्ली
 मास्टर श्री वैजनाथ हरीप्रकाश जैन, हिसार

आसण गओ न पुच्छेज्जा, नेव सेज्जा गओकया।

आगम्मु कुडुओ संतो, पुच्छेज्जा पंजलीउडो।।

(उत्तराध्ययन)

शिष्य या विद्यार्थी न तो आसन पर बैठा हुआ गुरु से कोई प्रश्न पूछे, न शैय्या पर लेटा हुआ गुरु से ज्ञान लेने की चेष्टा करे। गुरु के पास आकर बन्दना की मुद्रा में हाथ जोड़ कर ज्ञान लेने का प्रयत्न करे।

सच्चा दानवीर

एक बार अर्जुन ने भगवान श्रीकृष्ण से कहा, 'मैंने आज तक संसार में बड़े भ्राता युधिष्ठिर जितना दानवीर कोई दूसरा नहीं देखा।' श्रीकृष्ण बोले, 'पार्थ, यह तुम्हारा भ्रम है। इस दुनिया में कई दानवीर ऐसे हैं जो बिना सोचे-समझे मूल्यवान से मूल्यवान वस्तु का दान देने से नहीं हिचकते।' श्रीकृष्ण की इस बात पर अर्जुन ने आपत्ति की, 'भला कोई व्यक्ति स्वयं को नुकसान पहुंचा कर किसी को मूल्यवान से मूल्यवान वस्तु दान में क्यों देने लगा?' इस पर श्रीकृष्ण मुस्करा कर बोले, 'चिंता न करो पार्थ, तुम्हारा यह भ्रम कुछ समय बाद दूर हो जाएगा। ऐसा एक व्यक्ति तो मेरी ही नजर में है, जो कीमती से कीमती वस्तु का दान देने के लिए तनिक भी संकोच नहीं करता। समय आने पर तुम्हें स्वयं इस बात का पता चल जाएगा और तुम अपनी धारणा बदल दोगे।' काफी दिन बीत गए और अर्जुन इस प्रसंग को भूल गए। बरसात का मौसम आ गया, तब एक दिन श्रीकृष्ण और अर्जुन भिक्षुक का वेश बनाकर युधिष्ठिर के द्वार पर पहुंचे। युधिष्ठिर ने बड़े प्रेम से उनका स्वागत किया। वे भिक्षुक वेश में श्रीकृष्ण और अर्जुन को नहीं पहचान पाए। कुछ देर बाद भिक्षुकों ने युधिष्ठिर से सूखे चंदन की लकड़ी मांगी। युधिष्ठिर ने उनकी मांग को पूरा करने का प्रयत्न किया किंतु कहीं पर भी चंदन की सूखी लकड़ी मिलना असंभव हो गया। युधिष्ठिर से निराश होकर श्रीकृष्ण और अर्जुन दोनों कर्ण के द्वार पर पहुंचे और वही मांग दोहराई। कर्ण ने उन दोनों का स्नेहपूर्वक स्वागत किया और बोले, 'हे विप्र देव! आप बैठें, मैं कोई न कोई व्यवस्था करता हूं।' जब कर्ण को भी भरसक प्रयत्न करने पर चंदन की सूखी लकड़ी नहीं मिली तो उन्होंने बिना एक पल गंवाए अपने महल के कीमती चंदन के दरवाजे उतार दिए। अर्जुन कर्ण की दानवीरता देखकर दंग रह गए।

बिना लगाम का घोड़ा है हमारा यह मन

सृष्टि के हर प्राणी को शिक्षित-प्रशिक्षित करने के लिए पहले उसे वश में करना जरूरी है। फिर चाहे वह प्राणी आकाश में उड़ने वाला हो, पानी में तैरने वाला हो या जमीन पर चलने वाला हो, सभी को वश में करके ही उनको काम में लिया जा सकता है।

एक स्थूलकाय हाथी के लिए भी छोटे से अंकुश की जरूरत है। चाबुक या लगाम किसी भी घोड़े को अपने अधीन करने के लिए काफी है। शेर जैसे खूंखार प्राणी को एक छोटा सा हंटर अपने काबू में कर लेता है। बंदर, भालू के लिए रस्सी ही काफी है। पक्षियों तथा मछलियों को पकड़ने के लिए जाल पर्याप्त है। तोता पिंजरे में रहकर मालिक का आज्ञाकारी बनकर राम-राम बोल लेता है।

समझदार इन्सान जितना अनुशासित और आज्ञाकारी नहीं बनता उतने ये अन्यान्य प्राणी बन जाते हैं। इसका कारण है इन्सान जितना विकसित प्राणी है, उतना ही बेलगाम है। बंधन और मुक्ति का कारण हमारा मन ही है। मन काबू में हो जाएगा तो सारी इन्द्रियां अपने आप नियंत्रित हो जाएंगी। इन्द्रियां तो मन की दास हैं। इनको मन जिधर ले जाता है, उधर चली जाती हैं।

मन तो ऐसा दुस्साहसी और दुष्ट घोड़ा है जो बड़ों-बड़ों को पतन के रास्ते पर ले जाता है। यह तो बड़े-बड़े साधनाशील संतों को भी विचलित कर देता है। जो साधकों को विचलित कर सकता है उसके सामने राजा-महाराजा की क्या गिनती है।

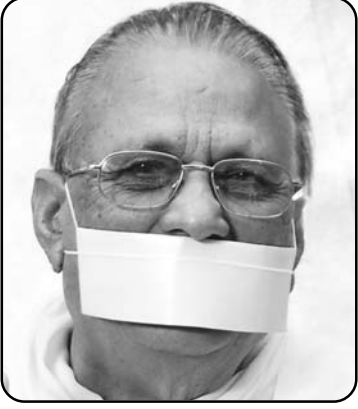
एक राजा को वैद्यों ने फलों वाले बाग-बगीचों में जाने की मनाही कर रखी थी, क्योंकि राजा को जो बीमारी थी उसमें आम खाना जहर के बराबर था। बीमारी में इलाज से बढ़कर पथ्य का ध्यान रखना बड़ा जरूरी होता है। एक दिन राजा घूमते-घूमते आमों के बगीचे में चला गया। मंत्री ने बहुत रोका महाराज वैद्य ने हमको मनाह कर रखा है। हम ऐसी भूल नहीं करेंगे। राजा ने कहा मंत्री जी! आप घबराइए मत हमें आम खाने की मनाही है। खुशबू लेने की तो मनाही नहीं। मंत्री के मनाह करने पर भी राजा आमों के बाग में चला गया और आमों की खुशबू से राजा का मन विचलित हो गया। राजा ने मंत्री से कहा- मंत्री जी हमें पेड़ से तोड़कर आम नहीं खाना, नीचे पड़ा हुआ आम तो खा ही सकते हैं। मंत्री ने माथे पर हाथ मारा और सोच लिया कि अब हमारे दिन उल्टे आ गए हैं।

राजा की बीमारी ने इतना उग्ररूप लिया कि तड़प-तड़पकर प्राण देने पड़े। इसीलिए हमारे महापुरुषों ने कहा है कि मन के मुताबिक चलना किसी के लिए ठीक नहीं है। मन किसी एक बात पर स्थिर थोड़ा ही रहता है। कभी कुछ सोचता है, कभी कुछ निर्णय लेता है। मन अगर सधा हुआ है तो पूजा-पाठ तीर्थ-यात्रा चाहे न भी हो पाए फिर भी कल्याण निश्चित है।

“मन चंगा तो कठौती में गंगा”। मन पवित्र है तो अपना काम-धंधा करते हुए भी साधना के सर्वोच्च शिखर पर पहुंच सकते हैं। अन्यथा पता नहीं इस मन को साधने के लिए कितना जप, तप, ध्यान व स्वाध्याय करना पड़ता है। भगवान महावीर और बुद्ध जैसे विरक्त और पवित्र महात्माओं को भी इस मन को साधने के लिए कितनी कड़ी साधना करनी पड़ी थी। फिर हम जैसे सामान्य व्यक्तियों की क्या औकात है जो आसानी से मन को साध लें।

○ निर्मला पुगलिया

पर्युषण : एक सम्पूर्ण क्रांति



○ गुरुदेव की कलम से

जैनागमों के अनुसार चौबीसवें तीर्थंकर भगवान् महावीर ने आषाढ़ी पूर्णिमा के पचासवें दिन भाद्रव शुक्ला पंचमी को पर्युषण किया। 'पर्युषण' शब्द का भौतिक एवं आत्मिक दोनों स्तरों पर एक ही अर्थ होता है- समीप निवास। इसका उद्भव 'वस्' धातु से हुआ है जिसका आशय है निवास करना। भौतिक स्तर पर इसका अर्थ है- किसी एक स्थान पर निवास करना। जैन साधु पाद-विहारी होते हैं। वर्षा-काल में वे पद-यात्रा बन्द कर एक स्थान पर

निवास करते हैं। इसके दौरान धर्म-जागरण का विशेष क्रम चलता है। साधुओं के साथ ही श्रावक-श्राविकाओं में भी धर्म-चेतना का तीव्र जागरण होता है। यही पर्युषण है। पर्युषण युग-परिवर्तनकारी घटना का संसूचक है। जैन-परम्परा की पौराणिक मान्यता यह है कि मानव जाति विकास और ह्रास की स्थितियों से क्रमशः गुजरती रहती हैं। विकास का काल उत्सर्पिणी होता है, ह्रास का अवसर्पिणी। अवसर्पिणी की चरम सीमा है इसका छटा एवं अन्तिम 'अर'। तब पृथ्वी पर हिंसा का प्रलय आ जाता है। मानव जाति मानसिक पतन की चरम सीमा तक उतर जाती है, कषायों एवं हिंसात्मक अध्यवसायों का प्राचुर्य मानवता को धराशायी कर चुकता है, मांसभक्षी एवं नरभक्षी मानव वन्य पशुओं की भांति बिलों एवं पर्वतीय कन्दराओं में रहने लगते हैं। पृथ्वी रसहीन तीक्ष्ण स्पर्श एवं मौसम अति उष्ण अति शीतल हो जाता है। यह स्थिति उत्सर्पिणी के प्रथम 'अर' तक चलती है। इस काल का अन्त होने पर उत्सर्पिणी का दूसरा 'अर' प्रारम्भ होता है। सात-सात दिनों तक क्रमशः जल, दुग्ध, घृत, अमृत आदि की वर्षा होती रहती है। उन्चास दिन तक यह क्रम चलता है। सारा बाह्य वातावरण बदल जाता है। पचासवें दिन लोग बाहर आकर देखते हैं तो अतीव प्रसन्नता से भरकर आनन्दोत्सव मनाते हैं। उनका अन्तःपरिवर्तन होता है। वे हिंसा के त्याग की प्रतिज्ञा करते हैं, अहिंसा का व्रत धारण करते हैं। जैन परम्परा के अनुसार यह दिवस 'अहिंसा दिवस' के रूप में युग-परिवर्तनकारी घटना का संसूचक है। पशुता पर मानवता की विजय का पावन प्रतीक है। युगों की अधार्मिक चर्या के बाद धर्म चेतना के जागरण का द्योतक है।

मनस्-क्रांति का प्रतीक

हिंसा का सम्बन्ध किसी के मरने-जीने से नहीं, हमारे अन्तर्मन के अध्यवसायों पर निर्भर है। बाहरी जगत् का घटना-चक्र मानवीय चेतना के अतल गहरों में घूमने वाले भावचक्र की छाया मात्र है। प्रलय और सृष्टि, विकास और ह्रास हमारे भीतर होते हैं। बाहर तो उनकी भौतिक निष्पत्तियां मात्र दिखाई देती हैं जो स्थूल परिणाम के अलावा कुछ नहीं हैं। मन का परिवर्तन क्रान्ति है, उससे बाह्य भौतिक कलेवर स्वतः बदल जाता है। इस मनस्-क्रान्ति का प्रतीक पर्युषण है जो एक नये संवत्सर के अवतरण में परिणत होता है। यह अवतरण एक विराट् घटना है- इतिहास की महानतम घटना भी इसके आगे कुछ गौण लगती है। मानव का अपने निकट आना, अन्य मानवों के निकट आना, प्राणीमात्र के निकट आना, समग्र अस्तित्व के निकट आना और इस परम नैकट्य में सतत निवास करना। अहिंसा इसका भावना-पक्ष है, संयम इसका क्रिया-पक्ष। लेकिन अपने आप में यह निष्पक्ष है, निरपेक्ष आत्म-चेतना मात्र। मानसिक धरातल पर हिंसा चेतना का 'स्व' तथा 'पर' में विभाजन है, विभेद तथा वैषम्य की भावना है। अहंकार तथा स्वार्थ वासनामयी वृत्तियां हैं, जब तक यह स्थिति कायम है, अहिंसा का जीवन में अवतरण कदापि सम्भव नहीं है। कुछ करना या न करना यहां कोई माने नहीं रखता। माने रखता है वह जो हमारे भीतर है और वह अगर चेतना का 'स्व'-'पर' में विखण्डीकरण है तो हिंसा की सत्ता उसमें सतत विद्यमान है, जहां 'दूसरा' जैसा कुछ भी नहीं रह गया है 'अनेक' की सत्ता कायम है, वहां तक अहिंसा का अवतरण नहीं हो पाता है। वह आत्मचेतना के उस बिन्दु पर होता है जहां हमारा 'स्व' समग्र अस्तित्व को अपनी परिधि में समेटकर निरपेक्ष-निःसीम हो जाता है, विश्वात्मा की भूमिका में अधिष्ठित हो जाता है, प्राणीमात्र के प्रति एकात्म-बोध से परिप्लावित हो जाता है। हम जितना अपने से दूर होते हैं, उतने ही प्राणीमात्र से भी हो जाते हैं और जितना अपने समीप आते हैं क्योंकि गुणात्मक चेतना के धरातल पर आत्मा एक है- 'एगे आया'। इस चरम एकत्व-बोध की समाधि-स्थिति को ही आध्यात्मिक धरातल पर पर्युषण साकार करता है।

हिंसा ही है नरक

महावीर ने कहा- जो एक में, अनन्य में, परम में रमण करता है, वह सर्वत्र समत्व में सुप्रतिष्ठित रहता है, वह पाप-कर्म नहीं कर सकता। पाप विषमता के अलावा कुछ नहीं है और विषमता तब तक मिट नहीं सकती जब तक कि हम बहुत्व से, अनेकत्व से, विभेदत्व से एकत्व एवं अभेदत्व में प्रवेश नहीं कर जाते, 'स्व' में रमण नहीं करने लगते। 'पर' में रमण करने पर ही अनेकता और भेदोपभेदों में हमारी चेतना उलझ जाती है और तब हम

ऑख की किरकिरी

○ संघ प्रवर्तिनी साध्वी मंजुलाश्री

राजू! कल ही तो तुम्हारी शादी हुई है और आज रेखा को लेकर कहां चल दिए?

दीदी! मेरे काम का नुकसान हो रहा है। मुझे दस दिन की छुट्टी मिली थी, आज पन्द्रह दिन हो गए। मेरा ऑफिसर नाराज हो जाएगा इसलिए मुझे आज ही कानपुर जाना है।

राजू! माना कि तुम्हें आज ही कानपुर जाना पड़ेगा पर रेखा को साथ क्यों ले जा रहे हो?

दीदी! यह मेरे बिना यहां नहीं रह सकती इसलिए इसको भी अपने साथ वहीं लिए जा रहा हूं।



बैया! वहां इस नई बहू को कहां ले जाएगा। न तुम्हारे पास वहां अलग से मकान है। न वहां का माहौल ही अच्छा है। न मौहल्ला ही औरतों के रहने के काबिल है फिर इतनी जल्दी भी क्या है? अभी तो शादी हुई है। वहां पूरी तरह व्यवस्था जमा लो, फिर ले जाना भाभी को। मम्मी-पापा तो कुछ और ही सोच रहे थे। उन्होंने तो यहां तक सोच रखा है कि हम राजू की बदली अपने शहर में ही करवाएंगे। हमारे एक ही तो लड़का है। इसको हम कब तक अपने से दूर रखेंगे? और अब तो शादी भी हो गई तो बहूरानी को भी हम लड़के से कितने दिन दूर रखेंगे? बहू-बेटे दोनों को दूर भेजने से हमारा भी मन नहीं लगेगा। इसलिए हो सकता है हम अपने बेटे की नौकरी छुड़वाकर उसे कोई व्यापार ही करवा दें पर दूर नहीं रख सकेंगे। और राजू? तुम हो कि मम्मी, पापा, बहनों का तो खयाल ही क्या तुम्हें लोकाचार का भी ध्यान नहीं। भाभी ने आते ही तुमको इतना काबू में कर लिया कि अपनी बदनामी-सुनामी सब ताक पर रखकर सिर्फ उसी के नचाए नाचे जा रहे हो।

दीदी! आप लोगों को बड़ा वहम रहता है कि रेखा मुझे अपने इशारों पर नचाती है, जबकि रेखा मेरे साथ जाना भी नहीं चाहती। यह तो मैं ही अपनी सुविधा के लिए उसे साथ ले जा रहा हूं। आपको पता है वहां मैं कभी खाना खाता हूं और कभी भूखा रहता हूं।

बस-बस रहने दे औरतों वाले त्रिया-चरित्र। आज ही आज आधी भूख निकालने वाली बात बना ली। इससे पहले भी आधी भूख निकाली होगी। जब सात वर्षों तक आधी भूख

हिंसा की गुंजलिका में फंस जाते हैं। यह अविद्या ही हमारे अन्दर का कारण है- अपरिण्णाए कंदति। यही बन्धन है, मोह है, मृत्यु है, नरक है- 'एस खलु गन्थे, एस खलु मोहे, एस खलु मारे, एस खलु णए'। हम अपने से दूर हो जाते हैं, विलोम में डूब जाते हैं, तब सारे विपर्यास हमारे अन्तर्बाह्य जीवन को ग्रस्त कर लेते हैं। इस ग्रन्थि का विमोचन तभी होता है जब हर 'पर' को 'स्व' से पृथक प्रतीत कर उसके सम्मोहन का निवारण करने लगते हैं एवं अपने स्वभाव की खोज में भीतर गहरे से गहरे पैटते हैं। तब हम पाते हैं कि हम जिसे 'मैं' कहते थे, वह तो कुछ 'और' ही है। शरीर, इन्द्रियां, इनके सुख-दुःखात्मक अनुभव, मन, बुद्धि, अहंकार, भावनाएं, संवेदनाएं, विचार एवं प्रतीतियां सब-के-सब तो 'पर' हैं, हमारी आत्मसत्ता के विलोम हैं। एक-एक आवरण उतारकर देखेंगे तो पाएंगे कि सारे आवरण मिथ्या हैं। सत्य वही है जो उन सबके नीचे एक आवरणहीन सत्ता है। निरावरण निःसीम एवं निराकार है। अतः सब प्राणियों में उसकी ही सत्ता है। अर्थात् जो 'मैं' हूं, यथार्थतः सारा अस्तित्व है और वह जो सारा अस्तित्व है, मूलतः मैं हूं, इसी धरातल पर अहिंसा का अवतरण होता है, क्योंकि यहां हिंसक तथा हिंसा का विषय दो नहीं रहे। महावीर के शब्दों में: 'तुमसि नाम सच्चवे जं हंतव्यं त्ति मंन्सि'- तू ही है वह जिसे मानता है अपना हन्तव्य। किसकी हिंसा? किससे झूठ? किसका स्तेय? किसका भोग? किसका संग्रह? किसका शोषण? जहां 'दूसरा' कहीं नहीं है, वहां सत्ता ही नहीं रह जाती इन सबकी। इस अद्वैत चेतना का नाम है- पर्युषण, अपने 'स्व' में सतत निवास।

पर्युषण-एक सम्पूर्ण क्रान्ति

आज राष्ट्र एवं समाज हिंसा से आक्रांत है। इसकी रोकथाम के लिए सरकार तो कानून ही बना सकती है, उल्लंघन के लिए दण्ड की व्यवस्था कर सकती है, इसके अलावा वह कुछ भी नहीं कर सकती। लेकिन सारी व्यवस्थाओं के पीछे तो व्यक्ति खड़ा है और वह अपने अज्ञान से क्रन्दन कर रहा है, अपनी भ्रान्तिओं में उलझ रहा है, अपनी मूर्च्छा में अचेत है। वह भीतर से बदल नहीं सका तो व्यवस्थाओं का पालन न स्वयं कर सकेगा, न दूसरों से करवा सकेगा। आवश्यकता है उस व्यक्ति के भीतर क्रान्ति के अवतरण की। हम समाजिक क्रान्ति या राष्ट्रीय क्रान्ति के प्रयासों में उलझे हैं, लेकिन समाज और राष्ट्र जिस व्यक्ति की सामूहिक इकाइयां मात्र हैं, स्वयं उसको क्रान्त न कर पाए तो कुछ भी करने से क्या होगा? पर्युषण ऐसी ही एक विराट् मानस क्रान्ति का संसूचक है जिसके आगे इतिहास के युगांतरकारी परिवर्तन बच्चों के खेल-जैसे प्रतीत होंगे। अपेक्षा है उसकी अंतश्चेतना को पकड़कर अपने जीवन में साकार करने की। तभी हमारे द्वारा मनाए जाने वाले इन उत्सवों की अर्थवत्ता लोक जीवन में साकार होगी।

निकल गई तो अब एक-दो महीनों में कौन-सी प्रलय मचने वाली थी। आज तुम रेखा को लेकर चले जाओगे तो हमारे रिश्तेदार क्या कहेंगे? कितना सदमा पहुंचेगा मम्मी-पापा को? क्या तुमको इसी आशा से पाल-पोस कर बड़ा किया था। और तेरी पढ़ाई पर सारा घर होम कर तुमको इसलिए काबिल बनाया था? कुछ तो लिहाज कर पगले? इतनी भावुकता अच्छी नहीं है, मम्मी-पापा तो खुद भी नहीं चाहते तुम्हारे पति-पत्नी के बीच वियोग उत्पन्न करें। लेकिन हर चीज का अपना समय होता है। अभी तो भाभी शादी के बाद पीहर भी नहीं गई। शादी के बाद एक बार नई बहू का पीहर जाना भी जरूरी होता है।

दीदी! मैं इन फालतू के रीति-रिवाजों का पक्षधर नहीं हूँ। रेखा पीहर जाकर वापस आए इतने में तीन-चार दिन का टाइम बेकार खराब हो जाएगा। मैंने रेखा से पूछ भी लिया है कि क्या तुम्हें मायके जाना है? वह कहती है कि मेरी भाभी शादी होने के छह महीने बाद पीहर गई थी।

अच्छा, रेखा से तुम्हारी बात भी हो गई? तुम दोनों ने आपस में सलाह मशविरा करके प्रोग्राम बनाया है। जरा सलाह करते समय मम्मी-पापा की राय भी जान लेते। अपनी बड़ी बहन से भी कुछ पूछ लेते।

दीदी! यह तानाकशी छोड़ो। कल तो रेखा आई है और आज ही सबकी आंखों की किरकिरी बन गई। मम्मी ने भी मुंह फुला लिया। पापा भी खिंचे-खिंचे से लग रहे हैं। तुम चारों बहनें भी छीटाकशी पर उतर आई हो। आखिर इतने थोड़े समय में यह बदलाव कैसे आ गया।

राजू! इस आकस्मिक बदलाव का कारण तो खोजो। जब मम्मी और पापा ने दिल खोलकर अपने इकलौते लड़के की शादी की। अपनी हैसियत से ज्यादा बहूरानी के लिए जेवर बनवाया। इतने चाव उमंग से शादी का आयोजन किया। बेटे की शादी की खुशी में, सब नौकर और सेवकों को मुंह मांगा इनाम और दान दिया। फिर बहूरानी के आते ही सबका मन वितृष्णा से भर गया तो इसके पीछे कोई गहरी अन्तर पीड़ा रही होगी।

दीदी! आते ही रेखा ने ऐसा कौन सा जुल्म कर दिया। क्यों हाथ धो के सब उसके पीछे पड़े हो। जैसा भी है। मेरे पीछे आई है। उसके साथ जीवन मुझे काटना है। आप लोग इतने व्याकुल क्यों होते हैं।

राजू! यही तो रेखा का सबसे बड़ा अपराध है न? कि उसने तुमको पूरे परिवार से तोड़ लिया। आज जन्म देने वाले माता-पिता तेरे लिए पराए हो गये और वह ब्याह कर लायी गई लड़की तेरी सर्वे-सर्वा हो गई। माता-पिता भी कोई आशा रखते होंगे अपने बेटे से? इसका तुम्हें बिलकुल ही विचार नहीं।

दीदी! जब एक पराए घर की लड़की अपना सब कुछ छोड़कर हमारे घर आई है तो उसको अपनेपन का माहौल देना भी तो अपना फर्ज बनता होगा। अगर हम उसके साथ मिल-जुल कर नहीं रहेंगे, उसको परायी लड़की समझते रहेंगे तो वह बेचारी अपना मन कहां लगायेगी।

राजू! एक नवागन्तुक लड़की को अपनेपन का अहसास कराने का यह मतलब तो नहीं होना चाहिए कि जो अपने हैं उनको गैर समझ लिया जाए। रेखा को तुम जी भर कर प्यार करो। एक अर्धांगिनी के अधिकार दो। जीवन का सर्वस्व समझो लेकिन साथ में उसे कर्तव्यबोध भी तो दो। समाज की परम्परा और परिवार की मर्यादा भी तो सिखाओ। यह क्षणिक भावुकता जीवन का आधार नहीं बनती। जिसे इस परिवार में घुलमिल कर रहना है, अपने सास-ससुर की सेवा करना है, उसके दूर भागने से कैसे काम चलेगा? मम्मी-पापा ने तुम दोनों की शादी के दूसरे दिन दस हजार रुपये देकर तुम लोगों को हनीमून मनाने के लिए भेज दिया। तुम्हारी खुशी में वे अपनी खुशी देख रहे हैं। अब तुम्हीं सोचो क्या तुम्हारा फर्ज नहीं बनता कि तुम उनके सुख-दुख के बारे में सोचो! उनकी ममता का मूल्यांकन करो?

दीदी! हमें नहीं चाहिए आपका ममतामय संसार। हमें तो आप हमारी ही दुनियां में जीने दें। यह कहते-कहते राजू ने अपनी अटैची उठाई और रेखा का हाथ पकड़कर बाहर खड़ी टैक्सी में सवार हो गया। मम्मी-पापा देखते ही रह गये। बहू बेटे ने जाते समय आज्ञा लेना तो दूर पांव तक नहीं छुए।

मुक्तक

धर्म शब्द अब बेईमानी की पहचान बना है,
और शब्द भगवान सत्य का ही व्यवधान बना है,
जुड़े धर्म-भगवान नाम नापाक इरादों से यों,
तब से चमन ज़िन्दगी का यह रेगिस्तान बना है।

-आचार्य रूपचन्द्र

तारा है सारा जमाना वीर हमको भी तारो ॥

हमने सुना है चन्दनवाला को तारा
दासी का करके बहाना, वीर हमको भी तारो ॥ (1)

हमने सुना है चंडकोशिये को तारा
ध्यान का करके बहाना, वीर हमको भी तारो ॥ (2)

हमने सुना है चोर रोहिणे को तारा
कांटे का करके बहाना वीर हमको भी तारो ॥ (3)

हमने सुना है अर्जुनमाली को तारा
सुदर्शन का करके बहाना, वीर हमको भी तारो ॥ (4)

हमने सुना है मेघकुमार को भी तारा
हाथी का करके बहाना, वीर हमको भी तारो ॥ (5)

हमने सुना है शालिभद्र को तारा
रतन-कम्बल का करके बहाना, वीर हमको भी तारो ॥ (6)

हमने सुना है धन्ना श्रेष्ठि को तारा
आंसू का करके बहाना, वीर हमको भी तारो ॥ (7)

औरों का तारा “रूप” हमको भी तारो
करके कोई न कोई बहाना, वीर हमको भी तारो ॥ (8)



सुप्रसिद्ध उपन्यासकार मुंशी प्रेमचन्द्र बड़े ही दयालु थे। वे सादगी पूर्ण जीवन जीते थे एक बार उनकी पत्नी शिवारानी ने उनसे कहा- आपका कोट फट चुका है। जगह-जगह लगे पेबन्द बहुत बुरे लगने लगे हैं। अतः एक नया कोट बनवा लो।

शिवारानी जी ने कहा- ये लो रूपये और कोट का कपड़ा ले आओ।

रूपये लेते हुए मुंशी जी ने कहा- ठीक है आज कोट का कपड़ा आ जायेगा। और वे घर से निकल पड़े। शाम को घर आये तो हाथ में कपड़ा नहीं था। पत्नी ने पूछा आज आप कहकर गये थे कि कपड़ा आ जायेगा तो फिर आया क्यों नहीं।

मुंशी जी ने कहा- जब मैं घर से निकला तो मुझे रास्ते में एक प्रेस का कर्मचारी मिल गया था। वह बहुत परेशान था। मैंने जब उसकी परेशानी का कारण पूछा तो उसने कहा साहब लड़की की शादी है। अभी सामान खरीदना है पैसे पास में हैं नहीं। बहुत दुःखी हूँ। पता नहीं शादी कैसे होगी। मुझे उसके आंसू देखकर दया आ गयी और मैंने कोट का पैसा उसे दे दिया। कोट तो फिर बन जायेगा लेकिन लड़की की शादी फिर नहीं हो सकती ना।

शिवारानी ने कहा- अब तो कोट का कपड़ा मुझे ही लाना पड़ेगा। पैसे देते वक्त मन में भी आया था कि आपके हाथ में दिये पैसे से कोट नहीं आ सकता।

प्रधानमंत्री के लिए चालीस किलोग्राम का पेन

50 वर्षीय एम.एस. आचार्य ने 16 फुट का पीतल का पेन बनाया है, जिसका वजन 40 किलोग्राम है। ढाई लाख रुपये की कीमत से बने इस पेन को वह प्रधानमंत्री मनमोहन सिंह को भेंट करना चाहते हैं। यूपीए सरकार के राइट टु एजुकेशन को बढ़ावा देने के प्रोग्राम से खुश होकर उन्होंने यह पेन भेंट करने का मन बनाया है। आचार्य आंध्र प्रदेश के निजामाबाद जिले के एक स्कूल टीचर हैं। दो आर्टिस्ट की मदद लेने के बाद भी इस पेन को बनाने में उन्हें दो महीने लगे। इस पेन पर भारतीय संस्कृति, नृत्य, संगीत वाद्ययंत्र उकेरे गए हैं।

हिरणी बन गयी राजकुमारी

प्राचीन काल की बात है। उन दिनों भद्रावती नगर के राजा सूर्यसेन का शासन था। वह एक साहसी, कर्मठ एवं न्यायप्रिय राजा थे। जनता की सुख-सुविधाओं का वह पूरा ख्याल रखते थे। राज्य में चारों ओर अमन और शांति थी।

राजा सूर्यसेन को शिकार का बहुत शौक था। एक दिन वह अकेले शिकार करने राजधानी से बहुत दूर बीहड़ जंगलों की ओर प्रस्थान कर गए। शिकार की तलाश करते-करते वह जंगल के काफी भीतर पहुंच गये। सहसा एक बड़े से कदम्ब के वृक्ष के नीचे उन्होंने सफेद रंग की एक युवा हिरणी को देखा। राजा अपने घोड़े को उसके पास ले गए और ज्यों ही उसकी ओर निशाना साधा, वह मनुष्य के स्वर में कातर भाव में बोली, “मुझे मत मारो राजन्! मैं हिरणी नहीं बल्कि एक शापित राजकुमारी हूँ। एक महात्मा के श्राप के कारण मैं पिछले जन्म से ही इस योनि में भटक रही हूँ।” यह कहकर वह सूर्यसेन को अपना पिछला वृत्तांत सुनाने लगी— मैं भद्र देश के राजा विजय वर्मा की इकलौती संतान थी। मेरा रूप और लावण्य किसी अप्सरा से कम न था, परन्तु मैं जिद्दी और घमंडी स्वभाव की थी। राजधानी से दूर एक दिन एक जल प्रपात में मैं अपनी कुछ सखी-सहेलियों के साथ जलक्रीड़ा कर रही थी कि तभी मेरी मुंहलगी सहेली चपला ने चुहलबाजी करते हुए मुझे चुनौती दे डाली, “अरी वसुन्धरा, बड़ा घमंड है ना तुझे अपने आप पर, तो जरा उस गुफा वाले महात्मा जी की समाधि भंग करके तो दिखा। तब समझूंगी कि तुम सचमुच निडर और बुद्धिमान हो।”

मैं उसकी चुनौती स्वीकार कर महात्मा जी को सताने लगी। कभी उनकी मूँछ-दाढ़ी को खींचकर हिलाती तो कभी उनके कान के पास अपना मुँह ले जाकर जोर-जोर से चिल्लाती। तंग आकर महात्मा जी ने अपनी समाधि भंग कर दी और अपने आग्नेय नेत्रों से मेरी ओर देखते हुए कहा, “अरी ओ मूर्खा! बड़ा घमंड है ना तुझे अपने रूप और यौवन का, जा हिरणी बनकर युगों तक वन-वन भटकती रह।”

महात्मा जी द्वारा शापित होने के बाद मैं पछताने लगी और उनसे बार-बार हाथ जोड़कर क्षमा मांगने लगी परन्तु श्राप तो फलित होकर ही रहता है और मैं तत्क्षण एक सफेद हिरणी बन गई। चलते समय महात्मा जी ने मुझसे कहा था, “अगले जन्म में एक राजा के हाथों तुम्हारा उद्धार होगा।”... और आज आप मिल ही गए हैं राजन्।

राजा सूर्यसेन उस सफेद हिरणी को अपने साथ लेकर राजधानी लौटे। उन्होंने उसे अपने शयन कक्ष के नजदीक बंधवा दिया। रात्रि के दूसरे प्रहर में वह हिरणी एक सुन्दर नवयौवना के रूप में बदल जाती थी। उसका रूप-लावण्य देखकर राजा सूर्यसेन उस पर मोहित हो गए। उनकी तीनों पटरानियां रूपमति, मधुमति और सुमति तो उसके सामने नौकरानियां लग रहीं थीं। राजा ने अब तो अपनी पटरानियों के महलों में जाना ही छोड़ दिया। सूर्यसेन के स्वभाव में आए इस परिवर्तन से उनकी पटरानियां चिन्तातुर रहने लगी।

एक रात रूपमति ने उस सफेद हिरणी को एक सुंदरी के रूप में रूप बदलते हुए अपनी आंखों से देख लिया। अब तीनों रानियां उस सुंदर बला से छुटकारा पाने का उपाय सोचने लगीं। एक दिन उन्होंने उसके भोजन में विष मिला दिया परन्तु हिरणी तो वास्तव में एक मानवी थी और उसे इसका आभास हो गया था, इसलिए लात मारकर उसने विष मिले हुए भोजन को गिरा दिया।

एक बार राजा सूर्यसेन किसी काम से राजधानी से बाहर गए हुए थे। रानियों को सुन्दर मौका हाथ लगा था। सभी ने योजना बनाकर उसके ऊपर शिकारी कुत्ते छोड़ दिए। कुत्तों ने काट-काटकर हिरणी को लहुलूहान कर दिया कि तभी राजा के निजी सेवक की उस पर नजर पड़ गई और हिरणी बचा ली गई। वापस लौटकर जब राजा ने अपनी प्रियतमा का यह हाल देखा तो वे गुस्से के मारे पागल हो गए। जब उन्हें पता चला कि यह उनकी पटरानियों की ही करतूत है, तब उन्होंने तीनों का सिर मुंडवाकर सारे नगर में घुमवाया और देश निकाला दे दिया।

एक रात हिरणी बनी राजकुमारी ने राजा से कहा, “प्रिय! अब मेरी मुक्ति का समय आ गया है।”

राजा ने पूछा कि उन्हें इसके लिए क्या करना होगा?
“सात सागरों से घिरे स्वर्णद्वीप में एक विशाल अनार का वृक्ष है। उस पर सिर्फ एक ही फल लगा होगा। उसी अनार के रस से स्नान करते ही मेरा पुराना स्वरूप वापस लौट आएगा।” हिरणी ने कहा।

राजा सूर्यसेन अपने सबसे तेज घोड़े ‘तूफान’ पर सवार होकर स्वर्णद्वीप की ओर निकल पड़े। जंगल में ही शाम हो गई। विश्राम करने के लिए आश्रय की तलाश में वह आगे



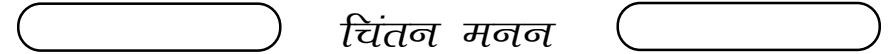
बढ़ते गए। तभी दूर से उन्हें हल्की सी रोशनी टिमटिमाती नजर आई। वहां एक बुढ़िया घास-फूस की झोपड़ी में खाना बना रही थी। राजा ने उसे अपनी चिन्ता बताई और रात्रि में विश्राम करने का निवेदन किया। बुढ़िया ने राजा का परिचय पाकर उनका खूब सत्कार किया और सुबह उन्हें पिंजरे से एक सुनहरी चिड़िया लाकर दी।

वास्तव में वह बुढ़िया एक जादूगरनी थी। उसने राजा से कहा, “राजन्! स्वर्णद्वीप में खतरनाक सांपों का साम्राज्य है। उस सुनहरे अनार के वृक्ष से फल तोड़ने के लिए तुम्हें उनसे भीषण युद्ध करना पड़ेगा और इसमें तुम्हारी जान भी जा सकती है यह चिड़िया तुम्हें अपने पंखों पर बैठाकर स्वर्णद्वीप तक पहुंचा देगी।”

युद्ध करने के लिए बुढ़िया ने राजा को एक जादुई तलवार भी भेंट की। राजा ने बुढ़िया के चरण स्पर्श किए और उसका आशीर्वाद लेकर उस नन्हीं चिड़िया को साथ लेकर आगे बढ़ गए। समुद्र किनारे पहुंचकर चिड़िया बोली, “राजन्! अब मैं अपना आकार बढ़ा रही हूं। आप अपने घोड़े तूफान सहित मेरी पीठ पर सवार हो जाएं।”

राजा घोड़े सहित उसकी पीठ पर सवार हो गए। सात सागरों के मिलन स्थल स्वर्णद्वीप में चिड़िया उतर गई। राजा जादुई तलवार लेकर आगे बढ़े। अनार का इकलौता वृक्ष दूर से ही नजर आ रहा था किन्तु सैंकड़ों खतरनाक सांप फन उठाए उसे चारों ओर से घेरे हुए थे। राजा सूर्यसेन ज्यों ही वृक्ष के पास पहुंचे, सांप एक साथ उन पर टूट पड़े। जादुई तलवार के प्रभाव से राजा तो सांपों को देख पा रहे थे परन्तु सर्पों को राजा नजर नहीं आ रहे थे। वे तो किसी मनुष्य की गंध पाकर उसे डसने के लिए हवा में उछल-कूद कर रहे थे। आखिर उनसे बचते-बचाते राजा सूर्यसेन किसी तरह अनार के पेड़ से इकलौते फल को तोड़ने में सफल हो गए। बाहर नन्हीं चिड़िया तूफान के साथ उनकी प्रतीक्षा कर रही थी। राजा पुनः चिड़िया पर सवार हो गए और वह उन्हें सकुशल भद्रावती तक ले आई। राजा ने चिड़िया और बूढ़ी जादूगरनी के प्रति आभार व्यक्त किया और महल पहुंचकर अनार का रस निकलवाकर रस से जब शापित राजकुमारी को नहलाया गया तो वो अपने वास्तविक रूप में आ गई। अनिध सुन्दरी राजकुमारी वसुन्धरा को राजा सूर्यसेन ने अपनी पटरानी बना लिया ओर दोनों सूखपूर्वक जीवन व्यतीत करने लगे।

-प्रस्तुति : साध्वी वसुमती



चिंतन मनन बात अनुशासन की

○ डॉ. राजाराम 'अबोध'

पुरातन काल से सृष्टि में एकता-अनेकता, गहराई,-ऊंचाई, सार-विस्तार, कटुता-मृदुता, सरलता-कुटिलता तथा अमृतत्व-विषत्व आदि का अनोखा निरालापन दृष्टिगोचर होता है। दृश्य जगत में पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु, आकाशादि पंच भौतिक उपादानों के साथ सूर्य-चंद्र, ग्रह-नक्षत्र, सागर-पर्वत, पतझड़-बसंत, प्रकाश-अंधकार व दृश्य-अदृश्य न जाने किन-किन विस्मयकारी पदार्थों का सम्मिश्रण समाया हुआ है। परंतु इन सबके मूल में सदैव-सर्वत्र एक ही शाश्वत सत्ता का रहस्य जल में तरंग की भांति एक मेक है और वह है सृष्टि में “प्राकृतिक अनुशासन का सर्वोपरि पराक्रमी तत्त्व।”

भगवद् प्रकृति के अटूट अंग सूर्यदेव प्रत्येक सुबह अपनी अलौकिक, सुखद, मनमोहक, लोककल्याणकारी, नित नवीन, लालिमायुक्त, ओजपूर्ण एवं पर्यावरणपालक किरणों सहित प्रकट होकर रात्रि अंधकार को मेटते हुए तथा आदर्शपथ का पालन करते हुए संसार को समतापूर्वक हर्षित, प्रकाशित व प्रेरित कर दिव्य संचेतना के अविरल प्रसार में संलग्न रहते हैं। झीलों, झरनों, नदियों व वर्षा ऋतु का पाक-साफ अमृत जल चिरकाल से प्राणी एवं कृषि जगत की अनुशासित पालना में राग-द्वेष रहित जीवनदायी भूमिका निभा रहा है। जीव मात्र के प्राणों को प्रफुल्लित, ऊर्जित व संचालित करने तथा प्रकृति नियम-मार्ग का एकरस पालन करने वाला जगती का अलौकिक तत्त्व है 'वायु'। शीतल मंद-सुगंध समीर से जीवधारियों में अविलंब प्राण संचार होता है। रात्रि का चंद्रमा शीतलता की अद्भुत चांदनी द्वारा अबाध रूप से स्वतः इस लोक में अमृत वर्षा करते रहते हैं, जिससे असंख्य प्रकार की मानवोपयोगी वनस्पतियां, प्राकृतिक औषधियां जीव मात्र को समान रूप से अनमोल स्वास्थ्य लाभ पहुंचाती हैं। अग्निदेव संसार की अनिवार्य जीवन-उष्णता कायम रखने के लिए अपना क्रमबद्ध सहयोग देकर प्रकृति-नीति का पालन करते हैं। मां धरा आदिकाल से मूक रूप में समस्त भू-मंडल का भार सहन कर उसका पारमार्थिक रूप से पालन करती हैं, जिसके बदले वह सांसारिक जीवधारियों से कोई मांग नहीं करतीं, अपितु यह परम सर्वहितकारी पुरुषार्थ उनका सहज स्वभाव है।

‘क्राउन ऑफ द नेचर’ कहे जाने वाले ‘मानव’ ने अपने अस्तित्व के प्रति पुरुषार्थ अथवा अनुशासन पालन की सद्प्रेरणा व ज्ञान दृष्टि मौन रूप से ‘मां प्रकृति’ द्वारा सहज ही प्राप्त की है। प्रकृति के जीवन की तरह इस मानव प्राणी का भी अपना चित्तरंगा

सार-पसारा है। सत्य तो यह है कि मानव जीवन की वास्तविक-स्वाभाविक सुसंस्कृत रूपरेखा प्रकृति के अनुशासित जीवन का ही अनुकरण है। आदर्श व्यक्ति ने निज विचार में-निष्पक्षता, कर्म में- एकाग्र परोपकारी पुरुषार्थ, हृदय में- भगवत सेवा-स्नेह आत्म आस्था, दृष्टि में- व्यापकता एवं चिंतन में- आध्यात्मिकता प्रकृति जगत से ही धरोहर रूप में प्राप्त की है। लेकिन परिवर्तित समय, स्थिति, परिस्थिति के आधार पर वर्तमान उपभोगवादी भौतिक समृद्धि की वैज्ञानिक दौड़ में अबोध व्यक्ति ने बदसंगत, भगवत विरोध, आज्ञा अवेहलना एवं कुचिंतन के कारण इस देव दुर्लभ जीवन के सर्वमंगलकारी सार तत्त्व 'अनुशासन की बात' को अनदेखा सा कर दिया है। ईश प्रकृति का जीवन तो शुरू से ही सरल-सुबोध व जीव-प्राणी का सहायक एवं रक्षक रहा है। द्रष्टव्य है कि प्रकृति के विपरीत मनुष्य अपने भौतिक ऐश्वर्य की प्राप्ति में नित नये कृत्रिम वैज्ञानिक यंत्रों के सहारे जीवन व्यतीत करने में मिथ्या आन, बान व शान-शौकत मानता है। आधुनिक जीवन में यथार्थ के स्थान पर कृत्रिमता आ जाने से सत्यता-सरलता, सादगी-सद्भाव तथा सच्चरित्रता स्वतः ओझल होती जा रही है। इसका तात्पर्य है परम श्रेष्ठ, सर्वजन सुखकारी, प्राकृतिक शाश्वत प्रकाश स्तंभ अनुशासन प्रसंग का पालन न कर प्रभु-खुदा नियम के विपरीत आचरण करना मानवता को त्रस्त-ग्रस्त-विनष्ट करना है। विज्ञान रथ पर सवार भौतिक भोगवादी तृष्णा तीव्र वेग से सरपट दौड़ रही है, उसी अनुपात से व्यक्ति जगत के लिए 'अनुशासन नियम' पर निश्चित अमल करना अनिवार्य हो गया है।

सरल शब्दों में अनुशासन का अर्थ है- जीवन में स्थिति-परिस्थिति व अवस्थिति के अनुसार नियमबद्ध नवविकसित सुव्यवस्था का निर्विरोध पालन करना। अनुशासन एक ऐसी सद्व्यवस्था है जिसका पालन कर मानव समाज के सर्वांगीण विकास को सहज ही साकार किया जा सकता है। प्रश्न उठता है कि क्या अनुशासन का पालन कस्बे-ग्राम, नगर-महानगर, जाति-संप्रदाय व किसी एक राष्ट्र तक ही सीमित है? ध्यातव्य है कि छात्र-अध्यापक, गृहस्थी-संन्यासी, नेता-अभिनेता, प्रवक्ता-अधिवक्ता, रायटर-रीडर, क्लर्क-प्रबंधक, अबोध-बुद्ध, शासन-प्रशासन, सेना-पुलिस, वर्ग-संप्रदाय तथा संपूर्ण मानव संसार के लिए अनुशासन मार्ग का पालन करना हवा-पानी के सेवन की भांति आवश्यक है। रहस्य की बात तो यह है इसको जीवन में अपनाने से व्यक्ति की शारीरिक, मानसिक व आत्मिक अदृश्य शक्तियां विकसित होकर उसको उन्नति के सर्वोच्च शिखर पर ले जाने में सक्षम हैं।

'अनुशासन' एक ऐसी उन्नत, परिष्कृत, मानवतावादी उदात्त सुव्यवस्था है जिसके अपनाने से सामाजिक-सांप्रदायिक सद्भाव, नम्रता-सहिष्णुता, विवेक, सेवा, उदारता, एकता आत्म श्रद्धा-विश्वास आदि भगवत भाव मावव अंतस में बिना प्रयास ही समावेशित होकर जीव मुक्ति का कारण बन जाते हैं। अनुशासन का परिचय मात्र वक्त से उठना, आज्ञा पालन करना, यथा समय कर्म पर तत्पर रहना, स्कूल-कालिज की कक्षा में गुरुजनों द्वारा पढ़ाए पाठ को परीक्षा हेतु तैयार करना, डी.लिट आदि की उपाधि से विभूषित होकर मनोवैज्ञानिक व दार्शनिक लेखक बनना, अथवा सिर्फ साधु-महात्मा बनकर प्रतिष्ठित उपदेशक बनना नहीं है। अपितु इस सर्वहितकारी रमज से परिपूर्ण अक्षर का वास्तविक अर्थ लघुता से प्रभुता, प्रभुता से सहजता, अबोधता से विद्वत्त्व, जड़ से चेतन, मृत्यु से अमरता, आलस्य से पुरुषार्थ, अनेकता से एकता, दुर्भावना से सद्भावना, व्यष्टि से समष्टि, भोगवाद से त्यागवाद, त्यागवाद से योगवाद, स्वइच्छा से परइच्छा, बंधन से मुक्ति, स्थूल से आत्मा व आत्म से परमात्मा की ओर विवादरहित बढ़ते रहकर निर्मुक्त होना तथा बुद्ध-महावीर स्वामी, कबीर, नानक, विवेकानन्द आदि सद्पुरुषों की भांति पारमार्थिक रूप से उपयुक्त व्यक्ति मंगलकारी तत्वों का मानव कल्याण हेतु प्रचार-प्रसार करते रहना है। 'अनुशासन' शब्द के लिए आत्म संयम, विकार निग्रह, नियम, भगवत आज्ञा, शास्त्र आज्ञा, सद्पुरुष सीख, महाजन मार्ग, सुपथ, आदर्श, सद्नियम, सद्व्यहार, तहजीब, चारित्र्य, आचारशीलता, नीति आदि अनेक शब्द प्रयुक्त किए जाते हैं। सद्मार्ग व सुव्यवहार का पालन नैतिक एवं आध्यात्मिक क्षेत्र की सफलता के लिए जरूरी है, परंतु इससे अधिक पारिवारिक, सामाजिक, सांप्रदायिक तथा राष्ट्रीय क्षेत्रों में इसके पालन की महत्ता चमत्कारी है।

प्रकृति का कण-कण मनुष्य मात्र को निरंतर अनुशासन-चेतना की सीख प्रदान कर रहा है, आवश्यकता है विवेक चक्षुओं द्वारा प्रकृति जगत के हितकारी लक्षणों को पहचानकर उन पर आचरण करने की। यह तथ्य सर्व विदित है कि सत्य-नीति व अनुशासन को तिलांजलि देकर संकीर्ण-स्वार्थी मानव समूह ने निज सुख-भोग, आनंद-मनोरंजन एवं घृणित लालच-लोभ हेतु भूमि, वायु, जल आदि सार्वभौमिक परहितकारी प्रकृति तत्वों को महाप्रदूषित किया है, जिसके परिणाम स्वरूप मां प्रकृति ने भी अपना जगजाहिर रौद्ररूप प्रकट करना आरंभ कर दिया है। व्यक्ति मानवतावादी अनुशासन को अपनाकर तथा निज मानसिक विषैले प्रदूषण को समाप्त कर मान-अभिमान, भाषा-क्षेत्र, वर्ग-लिंग व सामाजिक-सांप्रदायिक संकीर्णताओं से ऊपर उठकर समाज को सद्पथ पर लाने का महापुरुषों की भांति प्रशंसनीय प्रयास भी कर सकता है।

अच्छे स्वास्थ्य की जरूरत है सोयाबीन

हमारे खान-पान से हमारा स्वास्थ्य प्रभावित होता है। गलत खान-पान के कारण पिछले कुछ समय में हृदय रोगों, मधुमेह, कैंसर आदि रोगों से पीड़ित रोगियों की संख्या बढ़ी है। इस कारण आज हर व्यक्ति अपने आहार के प्रति सचेत है।

हम अपने आहार में क्या शामिल करें, क्या नहीं, इसके बारे में लोगों में जिज्ञासा भी बढ़ी है। विभिन्न शोधों के फलस्वरूप यह सामने आया है कि सोयाबीन व अन्य सोया खाद्य पदार्थों को अपने आहार में शामिल कर हम बहुत स्वास्थ्य लाभ पा सकते हैं।

सोयाबीन शाकाहारी खाद्य पदार्थों में सबसे अधिक प्रोटीन युक्त पदार्थ है। प्रोटीन हमारे शरीर की प्राथमिक आवश्यकता है। यह शरीर में विभिन्न क्रियाएं संपन्न करता है। सोयाबीन कार्बोहाइड्रेट, फाइबर, विटामिन आयरन व खनिज लवणों का भी अच्छा स्रोत है।

विभिन्न शोधों से यह प्रमाणित हुआ है कि सोया हृदय रोगों की संभावना को दूर करता है। जिन देशों में सोया का नियमित सेवन किया जाता है, वहां हृदय रोगियों की संख्या न के बराबर पाई गई।

यही नहीं, कोलेस्ट्रॉल के स्तर को कम करने में भी इसका सेवन लाभप्रद है। एक शोध के अनुसार प्रतिदिन दो गिलास सोया दूध का सेवन बड़े कोलेस्ट्रॉल के स्तर में 25 प्रतिशत कमी लाता है। सोया खाद्य पदार्थ कोलेस्ट्रॉल रहित होते हैं। सोया प्रोटीन में वह सभी आवश्यक अमीनो एसिड भी होते हैं जिनकी हमारे शरीर को आवश्यकता होती है। यह नैचुरल एंटीआक्सीडेंट का अच्छा स्रोत है।

सोयाबीन में अच्छे किस्म के प्रोटीन की मात्रा पाई जाती है। मीट और डेयरी प्रोडक्ट्स में भी प्रोटीन की अच्छी मात्रा पाई जाती है पर वे कोलेस्ट्रॉल और संतृप्त वसा से भरे हैं तथा कोलेस्ट्रॉल और संतृप्त वसा का सेवन स्वास्थ्य के लिए लाभप्रद नहीं। सोया की खासियत यही है कि इसमें कोलेस्ट्रॉल और संतृप्त वसा शून्य होती है इसलिए यह कोई असंतुलन नहीं पैदा करता।

इसके अतिरिक्त सोया में फाइटोकेमिक कंपाउंड आइसो फ्लेवोनायड्स की भी अच्छी मात्रा पाई जाती है। सोया आइसो फ्लेवोनायड्स स्तन कैंसर व प्रोस्टेट कैंसर की संभावना को कम करते हैं क्योंकि यह हार्मोन एस्ट्रोजन के स्तर को कम करता है। इस एस्ट्रोजन हार्मोन का अधिक स्तर महिलाओं में स्तन कैंसर का कारण बनता है। एक शोध के अनुसार सोया का सेवन स्तन कैंसर की संभावना को 50 प्रतिशत कम करता है।

शिक्षा-दिक्षा, धर्म-अध्यात्म के साथ कृषि-व्यापार, उद्योग-बैंकिंग, खेल-कूद, पर्वतारोहण आदि अनेक मनुष्य उपयोगी क्षेत्रों में भी आचारशीलता अर्थात् संयम अनुशासन की विशेष आवश्यकता है। आदिकाल से सरहपाद आदि सिद्धों, पीर-फकीरों, औलिया-पैगम्बरों, रामकृष्ण, आदि अवतारी पुरुषों व पातशाहों ने अनुशासन आज्ञा-पालन की सार्वभौमिकता को अद्भुत वंदनीय महत्व प्रदान किया है। विश्व धर्म-शास्त्रों व असंख्य भाषा पुस्तकों के साथ अधुनातन पाश्चात्य विचारकों की विभिन्न अनेकानेक रचनाओं के माध्यम से विश्व कल्याण के कालजयी चाणन मुनारे 'अनुशासन प्रसंग' का अमिट प्रकाशन-प्रसारण हुआ है जो इसकी महानता को उद्घाटित करता है। जिज्ञासा, विवेक, आज्ञा, संयम, सद्संगत व सुसंकल्प अनुशासन प्राप्ति के माध्यम हैं, इनके प्रचार-प्रसार हेतु खास एजुकेशन, ट्रेनिंग, डिग्री ऐबिलिटी व धन-सम्पत्ति आदि की शर्त नहीं है। जब व्यक्ति स्वजीवन को भावात्मक रूप से संयमित व अनुशासित बनाने में परिपक्व हो जाता है तब समाज के अन्य सदस्य उसके गुणों-आदर्शों को पहचानकर उनको अपनाने लग जाते हैं, क्योंकि विकार-विकृतियों एवं अनडिसीपलन के त्याग की शिक्षा देने से पहले इंसान के लिए अनिवार्य है कि वह अपने ऐबों-खामियों अर्थात् पतनगामी नेगिटीविटी का भली प्रकार त्याग करे। सद्आचरण, शिक्षा, आदर्शपथ का पालन अनुशासन प्रचार का सहज व सुगम मार्ग है।

हँसते गुलाब

किससे सीखा हँसना तुमने,
धूप-ताप में मुस्काते हो।
काँटों में भी हँसते रहना,
किससे धीरज तुम पाते हो?

साथ मिले काँटों का चाहे,
उनकी गोदी में मुस्काए।
हम भी बने गुलाब सरीखे,
विपदाओं में ना घबराएं।

भौरें आते, रस ले जाते,
खुशी-खुशी सब दे देते हो।
कण पराग के तितली लेती,
अंक उन्हें भी ले लेते हो।

जो-जो गुण कुदरत से पाएं,
उनको बाँटें और लुटाएं।
जो भी आए पास हमारे,
उनकी झोली मधु बरसाएं।

-प्रस्तुति : राजेन्द्र मेहरा

क्या है ओपन हार्ट सर्जरी का विकल्प

○ डॉ. पुरुषोत्तम लाल

भारत में लगभग 15 करोड़ लोग कोरोनरी आर्टरी डिजीज, यानी हृदय की रक्त धमनियों की बीमारी से ग्रस्त हैं, साथ ही हार्ट अटैक के मामले दिनोंदिन बढ़ते ही जा रहे हैं।

हालांकि पश्चिमी देशों में ऐसे मामले घट रहे हैं। भारत में अगर यही स्थिति रही, तो 2020 तक हृदय रोग एक गंभीर समस्या के रूप में सामने उभर कर आएगा। हृदय रोग आज आम लोगों के लिए भी जटिल समस्या हो चली है। पहले कभी यह बीमारी कुछ ही रईसजादों में हुआ करती थी। जिस तरह से हृदय रोग आम लोगों में आने लगा है उसी तेजी से नई-नई तकनीक भी आने लगी हैं।

प्राइमरी एंजियोप्लास्टी क्या है?

दरअसल, हार्ट अटैक की एक दशा है एक्यूट मेयोकार्डियल इंफरक्शन (एएमआई), जिसमें मरीज को काफी तेज दर्द होता है और मरीज को अस्पताल ले जाने का समय भी नहीं मिल पाता। दिल के मरीजों में लगभग 5 प्रतिशत हार्ट अटैक के शिकार होते हैं।

पहले हार्ट अटैक के कुछ घंटे के अंदर मरीज अस्पताल नहीं पहुंच पाता था, तो दवा का पूरा लाभ नहीं मिल पाने के साथ ही दिल को नुकसान पहुंचता था। हालांकि जब प्राइमरी एंजियोप्लास्टी, जिसे पी टी सी ए भी कहा जाता है, इसके आ जाने से हार्ट अटैक के रोगियों का आपातकालीन एंजियोग्राफी और एंजियोप्लास्टी संभव हो गया है। आज दुनिया भर में इस तकनीक का इस्तेमाल करके ज्यादा से ज्यादा मरीजों की जान बचाई जा सकती है।

इंटरवेंशनल कार्डियोलॉजी कितनी लाभदायक है?

ओपन हार्ट सर्जरी का बेहतर विकल्प है इंटरवेंशनल कार्डियोलॉजी। इसमें जांघ को सुन्न कर, यहां से एक कैथेटर शरीर में डाला जाता है। कैथेटर एक छोटी प्लास्टिक की ट्यूब होती है जिसे एक आधुनिक एक्स-रे मशीन कैथेटराइजेशन लैब की सहायता से दिल तक पहुंचाया जाता है और इससे आए दिन कई समस्याओं का निदान किया जाता है जैसे धमनियों की रुकावट दूर करना, दिल के टाईट वॉल्व खोलना, दिल के छेद को बंद करना तथा विभिन्न उपकरणों, यथा बाईवैट्रीक्यूलर पेसमेकर तथा काम्बो डिवाइस आदि को हृदय में लगाना।

महिलाओं में रजोनिवृत्ति के समय बहुत से असामान्य लक्षण जैसे पसीना अधिक आना आदि में भी सोया के सेवन से लाभ पहुंचता है। चीन व जापान में जहां सोया का अधिक सेवन किया जाता है वहां की महिलाओं को रजोनिवृत्ति के दौरान ऐसी समस्याओं का सामना नहीं करना पड़ता है।

हड्डियों के स्वास्थ्य के लिए भी सोया का सेवन लाभप्रद है। सोया प्रोटीन रक्त में शर्करा के स्तर को भी नियंत्रित रखता है इसलिए मधुमेह से भी सुरक्षा देता है।

सोयाबीन के विभिन्न उत्पाद बाजार में उपलब्ध हैं। बेकरी पदार्थों में सोयाबीन के आटे का प्रयोग किया जाता है। सोयाबीन दूध, सोयाबीन का तेल, न्यूट्री नगेट, सोया नट्स आदि कई उत्पाद हैं जिसका सेवन पौष्टिकता देता है। विशेषज्ञों के अनुसार प्रतिदिन 25 ग्राम सोया की मात्रा का सेवन स्वास्थ्य के लिए गुणकारी है।

-प्रस्तुति : अरुण तिवारी (योगाचार्य)

गजल

-महेन्द्र जैन

आपकी नजरे-इनायत हो गई
हमको फिर जीने की चाहत हो गई
देखकर मस्जिद झुका लेते हो सर
सोचते हो बस इबादत हो गई
खून, भ्रष्टाचार, डाका हर तरफ
देश की कैसी ये हालत हो गई
अब खुशी भी दिल को बहलाती नहीं
गम उठाने की जो आदत हो गई
इक निगाहे-शौक् से देखा नहीं
जाने क्यों फिर भी मुहब्बत हो गई
प्यार भी शर्तों पे होता आजकल
दिल लगाना भी तिजारत हो गई



उपचार पर कितना खर्च आता है?

सर्जरी के मुकाबले इंटरवेंशनल कार्डियोलॉजी पर कम खर्च को और भी कम किया जा सकता है। रक्त धमनियों की रुकावट को दूर करने के लिए एक क्रांतिकारी उपकरण काम आता है, जिससे ड्रग इल्यूटिंग स्टेंट कहते हैं। यह स्टेंट वह कैथटर है, जिसके चारों तरफ दवाई लिपटी होती है।

चुटकुले

1. मनोज- अगर कोई आदमी खौलते हुए पानी में गिर जाए तो

रमा- दो चार चीखों के बाद टंडा हो जाएगा।

2. डॉक्टर बसन्ती से- तुम्हें सबसे अधिक बेचैनी कब होती है?

बसन्ती- जी आप का बिल देख कर।

3. चिटू के टीचर ने उससे कक्षा में पूछा- तुम्हारे पिता जी क्या काम करते हैं?

चिटू- जो काम मेरी मम्मी कहती है वही मेरे पिता जी करते हैं।

4. रेशमा- मैंने अपने पति को लखपति बना दिया।

रेखा- अच्छा इससे पहले क्या थे?

रेशमा- करोड़पति

5. अपर्ण पंडित जी से- मेरी शादी क्यों नहीं हो रही?

पंडित जी- अब तुम्हारे भाग्य में भगवान ने कोई कष्ट, परेशानी

नहीं लिखी तो इसमें मैं क्या कर सकता हूँ?

6. दारू के नशे में वीरू एक नर्स से- क्या तुम्हें टांके लगाने आते हैं।

नर्स- हां, मैं बहुत अच्छे से टांके लगा सकती हूँ।

वीरू- फिर जल्दी से मेरी चप्पल में दो-चार टांके लगा दो, टूटी हुई चप्पल से चलने में बहुत दिक्कत हो रही है।

7. एक शराबी बस में बैठ कर जा रहा था, पास बैठे हुए पंडित जी ने कहा बेटा तुम नर्क की राह पर जा रहे हो।

शराबी चीख कर बोला, ओये ड्राइवर बस रोको, मैं गलत बस में चढ़ गया हूँ।

शांति के बिना लंबी उम्र का अर्थ नहीं

जीवन में व्यक्ति को संसार से वैराग्य हो तो यह अच्छी बात है, लेकिन यह बात सदैव ध्यान में रहे कि सोच नकारात्मक नहीं, सकारात्मक होनी चाहिए। जो प्रेम की संपदा प्रभु ने तुम्हें दी है, उस प्रेम को प्रकट करो, फिर यह संसार इतना भयंकर नहीं लगेगा। यह तो इसलिए बड़ा दारुण और विषम लगता है कि हम प्रेम प्रकट नहीं कर पाए। जिन भक्तों ने प्रेम पा लिया, वे सभी तर गए। उनके लिए संसार बाधक नहीं बना।

यह बात विशेष रूप से गौर करने की है कि जब संसार को बनाने वाला अपना है और हम उसके अंश हैं, तो क्या संसार हमारा अपना नहीं होगा? यदि आप संसार की टीका करते हैं, तो क्या संसार हमारा अपना नहीं होगा? यदि आप संसार की टीका करते हैं तो फिर वह निंदा तो सीधे-सीधे राघव की हो गई, क्योंकि इसे तो उन्होंने बनाया है। संसार की आसक्तियां प्रभु प्रेम में डूबने से स्वतः समाप्त हो जाती हैं। कृष्ण प्रेम में डूबी हुई ब्रज बालाओं को संसार का कोई बंधन नहीं रोक पाया था। तुम्हारा हृदय यदि पिघलेगा तो केवल हरि कथा से। तुम्हारी आंखों से अश्रु आरा बहेगी। लोग तो कहते हैं कि हरि कथा में हमारे सब जवाब मिल जाते हैं। वास्तविक बात तो यह है कि कथा जवाब नहीं देती, तुम्हारे सभी प्रश्नों और संशयों को मिटा देती हैं। भीतर से एक महाउत्तर मिलता है कि गाओ हरि, कहो हरि और करो हरि प्रेम। पुकारो हरि को, क्योंकि इसके बिना मुक्ति नहीं होने वाली राघव ने भरत की नहीं, भरत-प्रेम की खोज थी। भरत-प्रेम ही उन्हें दुनिया को देना था। भरत क्या है? यह कौन वर्णन कर सकता है। भगवान राम के वनवास का एक कारण यह भी था। भगवान कृष्ण की भी यही खोज है कि विश्व को प्रेम मिले। लोग एक दूसरे से प्रीति करें। 'सब नर करहिं परस्पर प्रीति'। मैंने तो न कभी सुना, न देखा कि एक सांप ने कभी दूसरे सांप को डसा हो। लेकिन कमाल है कि एक मनुष्य दूसरे मनुष्य को मार देता है।

प्रत्येक व्यक्ति परस्पर प्रेम करे, श्रद्धा रखे, आदर करे और असहकार का त्याग करे। दूसरों का सहयोगी होने पर ही यह माना जाएगा कि तुम पर सत्संग कर प्रभाव पड़ा। जब तक विकार है, विश्राम संभव ही नहीं। अविकार की भूमिका विश्राम का स्वरूप या कहें कि विश्राम की पहचान है। प्रेम ही इस भवसागर से पार उतारने वाला एक मात्र उपाय है। प्रेमी बैरागी होता है, जिससे आप प्रेम करते हैं, उस पर न्यौछावर हो जाते हैं। त्याग और वैराग्य सिखाना नहीं पड़ता। प्रेम की उपलब्धि ही वैराग्य है।

जिन लोगों ने प्रेम किया है, उन्हें वैराग्य लाना नहीं पड़ा। जिन लोगों ने केवल ज्ञान की चर्चा की, उनको वैराग्य ग्रहण करना पड़ा, त्यागी होना पड़ा, वैराग्य के सोपान चढ़ने पड़े। कभी गिरे, कभी चढ़े लेकिन पहुंच गए। जैसे जब कृष्ण ब्रज से गए तो क्या ब्रजांगनाएं

○ डॉ. एन. पी. मित्रल, पलवल

घर छोड़कर चली गई। क्या गोप भागे? नहीं, वे सब वहीं रहे। वही गाये, वही बछड़े वही गोशालाएं, वही खेत, वही घर-सब वहीं थे लेकिन वे सभी परम वैराग्य को उपलब्ध हो गए। प्रेम में वैराग्य निर्माण करने की शक्ति है। भक्ति का अर्थ है जिसको तुम प्रेम करते हो उसकी इच्छानुकूल रहो, यही भक्ति है।

शांति ही तो जीवन का अर्थ है। इसलिए सदैव इसके लिए प्रयासरत रहना चाहिए। इधर विज्ञान यह खोज कर रहा है कि मनुष्य की उम्र कैसे बढ़ाई जाए। विज्ञान के लिए यह कोई आश्चर्य की बात नहीं। सौ साल की जगह उम्र एक सौ बीस साल कर दे, लेकिन आयु लंबी हो जाए और शांति न मिले तो क्या अर्थ रह जाएगा ऐसी लंबी आयु का? विज्ञान उम्र को लंबी कर सकता है, पर सत्संग तो पूरी उम्र को मस्ती में डूबो सकता है। यही फर्क है। उम्र कितनी भी हो लेकिन सत्संग उसे शांति से भर देता है। जीवन में शांति और मस्ती जरूरी है, तब जीने की उम्र पांच हजार साल भी हो तो भी आनंद आएगा।

-प्रस्तुति : राजीव मेहरा

मानव मंदिर गुरुकुल के सहयोगी बनें

- ❖ आप नगद, बैंक या मनीऑर्डर द्वारा अपना सहयोग मानव मंदिर मिशन ट्रस्ट के नाम प्रदान कर सकते हैं।
- ❖ आप हमारे बैंक खाते में नेट-बैंकिंग, चेक डिपोजिट या नगद डिपोजिट घर बैठे या अपने शहर से दान कर जमा पर्ची अपने साथ रखें और हमसे धन्यवाद पत्र और आयकर बचत प्रमाण पत्र प्राप्त करें। हमारा खाता संख्या है-

व्यवसायी व उद्योगवर्गीय दानदाताओं के लिए 100 प्रतिशत टैक्स बचत 35/AC खाता संख्या-
HDFC Bank Ac. No. 00322560001495 (RTGS/ NEFT IFC Code: HDFC0000032)

अन्य सभी दान-दाताओं के लिए 50 प्रतिशत टैक्स बचत 80/G खाता संख्या-
ICICI Bank Ac. No. 004601053164SS (RTGS/ NEFT IFC Code: ICIC0000046)

Kotak Mahindra Bank Ac. No. 02052000000452 (RTGS/ NEFT IFC Code: KKBK0000205)

विदेशीय, अप्रवासी-भारतीय व अन्य विदेश से सम्बन्धित दान दाताओं के लिए FCRA खाता संख्या
Standard Chartered Bank Ac. No. 54410031391 (SWIFT Code: SCBLINBB544)

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें-

प्रबंधक: मानव मंदिर मिशन ट्रस्ट

योगाचार्य अरूण तिवारी

+91 9999609878, +91 9811346904

मेष- मेष राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह कुल मिलाकर शुभफलदायक है। सरकारी कर्मचारियों के लिये भी सन्तुष्टिदायक समय है। इस राशि के जातकों के लिए किसी नव निर्माण का प्रसंग आ सकता है। कुछ का रूका हुआ काम बनेगा। कार्यों में रूकावटें आएंगी किन्तु अन्ततः सफलता मिलेगी। मित्र मददगार होंगे।

वृष- वृष राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह अन्तर्विरोध के चलते सफलता देने वाला है कुछ खर्चा भी विशेष होगा। नये लोगों से मुलाकातें काम आयेंगी। राजनीति के क्षेत्र में इस राशि के जातक अपनी जगह बना पायेंगे। कुछ जातक कोई नया कार्य शुरू कर सकते हैं तो कुछ जातकों की पदोन्नति संभव है।

मिथुन- मिथुन राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह अधिक आय तथा कम व्यय वाला है। कुछ जातकों का पिछला चला आ रहा ऋण भी चुकता हो जायेगा या रूका हुआ पैसा मिल जाएगा। विद्यार्थियों को भी अपने परिश्रम का सुफल मिलेगा। घर-परिवार में सामन्जस्य बना रहेगा। मेहमानों की आवा-जाही लगी रहेगी। कुछ नई योजनाओं का क्रियान्वयन होने का समय है। स्वास्थ्य के प्रति सचेत रहें।

कर्क- कर्क राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह लाभ की स्थिति लिये रहेगा। घर परिवार में चल रहे विरोध को शान्त करने में काफी ऊर्जा का व्यय होगा। कुछ जातकों को नव निर्माण होने से खुशी मिलेगी तथा कुछ को लंबित पड़ी यात्राएं पूरी होने की खुशी होगी। कुछ जातकों के यहां कोई अनुष्ठान आदि पूरा हो सकता है।

सिंह- सिंह राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह कुछ अवरोधों के चलते परिश्रमसाध्यलाभ देने वाला है। कुछ जातकों को अत्याधिक आर्थिक लाभ होगा किन्तु उन्हें पैसे का सही इस्तेमाल हो, यह सुनिश्चित करना पड़ेगा। कुछ नौकरी पेशा जातकों को पदोन्नति होने की खुशी हो सकती है। कुछ व्यवसाइओं को नए अनुबन्ध मिल सकते हैं।

कन्या- कन्या राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह कुल मिला कर शुभ फलदायक ही कहा जाएगा। व्यवसाय संबंधी कुछ यात्राएं भी होंगी जिनका सुफल मिलेगा। परिवार में छोटी-मोटी कहासुनी होगी जो सुलझ जाएगी। मानसिक तनाव से छुटकारा मिलेगा। आप नए कपड़े खरीद सकते हैं। आप नई योजनाओं में शामिल होंगे। कुछ जातकों को भूमि-भवन का लाभ ही संभव है। लेन-देन संबंधी मामलों में सतर्कता बरतें।

तुला- तुला राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से इस माह का प्रारंभ तथा अन्त लाभकारी है तथा मध्य उतना लाभकारी नहीं है। वैसे आय और व्यय में संतुलन बना रहेगा। कुछ जातकों के लंबित पड़े भूमि-भवन के फ़ैसलों का भी समय है जो इनके पक्ष में होगा। मित्रों और परिवारजनों में आपकी साख बनी रहेगी। सामाजिक कार्यों में जनता का सहयोग मिलेगा। कोई महत्वपूर्ण सूचना भी आपको इस माह खुशी दे सकती है।

वृश्चिक- वृश्चिक राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह काग चेष्टा रखने का है। लाभ के अवसर को हाथ से जाने न दें। ऐसा लगेगा कि आर्थिक लाभ होगा, किंतु यदि समय का सदुपयोग न किया तो हाथ में आता-आता पैसा रूक जाएगा। कुछ सूचनाएं इस प्रकार भी मिलेंगी। मानसिक चिंता बनेगी।

धनु- धनु राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह परिश्रम एवं संघर्ष के चलते अन्य लाभ देने वाला है। किसी के साथ हंसी-मजाक करते हुए अपनी सीमा को न लांघें। भौतिक वस्तुओं की खरीद की होड़ के चक्कर में न पड़ें। इन जातकों के भूमि-भवन संबंधी समस्या का कोई हल निकल आएगा। अपने बुजुर्गों का सम्मान करें।

मकर- मकर राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह सामान्य लाभ देने वाला है। हां राजनीतिक लोगों को अधिक फायदा होगा। उनका वर्चस्व बढ़ेगा। शत्रु परास्त होंगे। घर परिवार में शांति व सामन्जस्य बना रहेगा। दाम्पत्य जीवन में कुछ कटुता आएगी, किन्तु कोई हल निकल आएगा। ये जातक यात्रा तो करें पर इस माह पहाड़ी यात्रा न करें। ये जातक किसी भी वार्ता में अपशब्द बोलने से बचें अन्यथा हानि हो सकती है।

कुंभ- कुंभ राशि के जातकों के लिए व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह सामान्य लाभ देने वाला है। इस माह के आरम्भ तथा अन्त में शुभ फल मिलेंगे तथा मध्य में मिश्रित फल मिलेंगे। सरकारी कर्मचारियों को उनके अधिकारियों की मदद मिलेगी। मुकदमें आदि में सफलता मिलेगी। जब अशुभ फल मिलेगा तो खर्चा अधिक होगा। मानसिक चिंता बनी रहेगी। कोई अकारण विवाद भी हो सकता है। हाथ में पैसा आता रूक जाएगा।

मीन- मीन राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह शुभफलदायक नहीं है। शरीर में अस्वस्थता के कारण कार्य में पूरा ध्यान नहीं दे पायेंगे, ऐसा लगता है। पीलिया, मलेरिया, आदि रोग घेर सकते हैं, कुछ लोग पेट की वजह से परेशान रहेंगे। ये जातक मुकदमे आदि में विजय प्राप्त कर सकते हैं। वाहन सावधानी से चलाएं।

-इति शुभम

गुरु का काम है ज्ञान-नेत्र को खोलना

गुरु-पूर्णिमा पर पूज्य आचार्यश्री का उद्बोधन

मानव मंदिर मिशन द्वारा जैन आश्रम नई दिल्ली में आयोजित गुरु-पूर्णिमा पर्व पर अपने प्रवचन में पूज्य आचार्यश्री रूपचन्द्र जी ने कहा- धर्म-जगत में गुरु-पूर्णिमा पर्व का बड़ा भारी महत्त्व है। मैंने देखा है सभी धर्म-संप्रदायों में अपने-अपने ढंग से यह गुरु-पूर्णिमा तिथि खूब जोरदार ढंग से मनाती है, गुरु-जनों की खूब बनती है, तामझाम से खूब छनती है और कहीं-कहीं आपस में खूब ठनती है। कहीं गुरु-मंत्र बांटकर शिष्य-संख्या बढ़ाने की कोशिश जोरों से चलती है। पहले शिष्य सद्गुरु की खोज में लगे होते थे। अब गुरु-जन शिष्यों की खोज में लगे रहते हैं। कहीं इस पर्व पर गुरु-पूजा के आयोजन के बहाने करोड़ों के वारे-न्यारे होते हैं। हाथ-सफाई/बाजीगरी की कला से भोले-भाले लोगों को ठगा/लूटा जा रहा है। मैं यह भी खूब जानता हूँ चमत्कार के नाम पर लाखों-करोड़ों भक्तों की श्रद्धा का जो शोषण हो रहा है, उसे न कभी रोका जा सका है और न रोका जा सकेगा। इसीलिए मैंने अपने दर्द को इन शब्दों में उतारा है-

**बहुत बार ऐसा लगता है धर्म एक आफत है बला है
भोले-भाले लोगों को ठगने की सीधी-सादी कला है
परमात्मा का प्रकाश आने दें इस मशाल से धर्माचार्यों!
इसमें आपका भी भला है हमारा भी भला है।**

पूज्यवर ने आगे कहा- सद्गुरु वह होता है जो अज्ञान का आवरण दूर करके ज्ञान-नेत्रों को खोलता है। जो चमत्कार, पंथ, मान्यताओं और संघ-संप्रदायों के नाम पर आपके अज्ञान का लाभ उठाते हैं, उन गुरुओं से बचिए। आत्म-दीप बनें, जिससे अज्ञान का अंधकार दूर हो। ज्ञान का प्रकाश प्रकट होगा तो सारे पाप, विघ्न-बाधाएं स्वयं दूर हो जाएंगी। गुरु-पूर्णिमा पर्व की महिमा तभी हमारे जीवन में उतर सकेगी।

गुरु-पूर्णिमा पर्व और पूज्या संघ-प्रवर्तिनी साध्वीश्री मंजुलाश्री जी का जन्म-दिन का मिलन एक सुखद संयोग है। इस दृष्टि से कार्यक्रम के आरंभ में पूज्या साध्वीश्री के 76वें वर्ष-प्रवेश पर हीरक-जयंती के रूप में साध्वी समुदाय ने वर्धापना-गीत के माध्यम से अपनी शुभ कामनाएं दीं। पूज्य गुरुदेव ने भी- आरूग्ग बोहि लाहं, समाहि वर मुत्तमं दितु- आगम वाक्य से आपके आरोग्य-लाभ, बोधि-लाभ और समाधि-लाभ की कामना करते हुए आपके चिरायु होने की मंगल भावना प्रकट की। इसके उत्तर में अपने फक्कड़ अंदाज में पूज्या साध्वीश्री ने अपनी नाराजगी जताते हुए अपना जन्म-दिन, दीक्षा-दिन अथवा कोई भी दिन

किसी भी रूप में न मनाने का संकल्प व्यक्त किया। आपने कहा- ये जयंतियां तो महापुरुषों की मनाई जानी चाहिए।

इस अवसर पर सरलमना साध्वीश्री मंजुश्री जी का प्रतिनिधित्व करते हुए साध्वी चांदकुमारी जी ने पूज्य गुरुदेव और पूज्या साध्वीश्री के प्रति अपने श्रद्धा-पूरित उद्गार प्रकट करते हुए कहा- यह हमारा सौभाग्य है कि हम आपके सान्निध्य में अत्यंत शांति और समाधिपूर्ण जीवन जी रहे हैं। इस प्रसंग पर सौरभ मुनि तथा समाज-सेवी श्रीमती मंजुबाई जैन ने भक्ति-गीत प्रस्तुत किये। डॉ. विनीता गुप्ता ने जब जन-समुदाय को बताया कि पूज्य गुरुदेव की उपन्यास शैली में लिखी जाने वाली जीवन-कथा- चदरिया झीनी रे झीनी- अब अपने अंतिम चरण में है, तो उपस्थित जनता ने हर्ष-ध्वनि से स्वागत किया। साध्वी समताश्री जी ने संयोजकीय वक्तव्य के साथ-साथ मानव मंदिर गुरुकुल के छात्रों का प्रगति-विवरण रखा। व्यवस्थापक अरूण तिवारी ने मिशन के सरकारी स्तर पर संपर्क तथा आयकर-मुक्ति प्रमाण पत्र की जानकारी दी। मिशन के बढ़ते कदमों पर जन-समुदाय आश्चर्य-चकित था। भयंकर गर्मी के बावजूद बड़ी संख्या में समाज उपस्थित था। कार्यक्रम के पश्चात प्रसाद/भंडारा श्री पवन रीटा जैन की ओर से रहा। स्व-रूचि भोजन से सारा समाज तृप्त/संतुष्ट था।

पूज्यवर संजीवनी-काया शोधन संस्थान गोहाना में

स्वास्थ्य-लाभ की दृष्टि से श्री राम शरणम् गोहाना द्वारा संचालित संजीवनी-काया शोधन संस्थान में पूज्यवर का अष्ट-दिवसीय प्रवास रहा। इस प्रवास में श्री शरणम् गोहाना के संस्थापक भक्त श्री हंसराज जी महाराज, जिन्हें भक्त-जन आदरपूर्वक पिताजी कहते हैं, तथा उनके पुत्र श्री कृष्णकुमार जी, जिन्हें भैया जी कहकर पुकारते हैं, इन दोनों ने भरपूर स्नेह तथा सम्मान दिया। 95 वर्ष की उम्र में भी पूज्य श्री महाराज जी पूज्य गुरुदेव से मिलने कई बार आए। आचार्यवर भी दो बार उनके आवास पर पधारे। इसके साथ ही संजीवनी के प्रमुख चिकित्सक डॉ. धर्मेन्द्र वशिष्ठ, संयोजिका श्रीमती कविता जी तथा चिकित्सा-सेवी स्टाफ सदस्यों ने पूज्यवर को पूरा सम्मान तथा तत्परता पूर्ण सेवाएं दीं। पूज्य गुरुदेव ने विदाई के समय कहा- आपकी अनमोल सेवाएं सदैव स्मरण में रहेंगी।

पूज्यवर 28 जुलाई से विदेश-यात्रा पर

प्रतिवर्ष की तरह इस बार पूज्य गुरुदेव 28 जुलाई को फिनएअर से विदेश-यात्रा के लिए रवाना हो गए। पूज्या साध्वीश्री जी तथा आश्रम-परिवार ने विदेश-यात्रा के लिए आपको मंगल कामनाएं दीं। इस यात्रा में पर्युषण-आराधना सेन्ट्र प्रेंसिस्को जैन सेंटर में रहेंगी। फिनलैण्ड, स्वीडन आदि कई देशों में भी पूज्यवर का पदार्पण होगा।



-श्री राम शरणम् द्वारा संचालित संजीवनी-काया शोधन संस्थान गोहाना में पूज्यवर द्वारा अंग-वस्त्रम् से सम्मानित संस्थापक भक्त (पिताजी) हंसराज जी महाराज।



-संजीवनी के प्रमुख चिकित्सक डॉ. धर्मेन्द्र वशिष्ठ, अग्रज श्री विष्णु कुमार वशिष्ठ, श्री राजीव जी तथा अनिता जी पूज्य गुरुदेव के साथ।



-अपने 76वें वर्ष-प्रवेश पर पूज्या संघ-प्रवर्तिनी साध्वीश्री मंजुलाश्री जी अपना जन्म-दिन अथवा दीक्षा-दिवस नहीं मनाने का संकल्प व्यक्त करती हुई।



-गुरु-पूर्णिमा पर्व पर अपना उद्बोधन-प्रवचन करते हुए पूज्य आचार्यश्री रूपचन्द्र जी।



-पूज्या प्रवर्तिनी साध्वीश्री मंजुलाश्री जी की हीरक जयंती पर वर्धापना-गीत गाते हुए साध्वी-समुदाय।



-जैन आश्रम नई दिल्ली में पूज्यवर के प्रवचन का आनन्द लेता हुआ जन-समुदाय।