फरवरी 2018 मूल्य 15 रुपये

रूपरेखा

सदाचार ~ सद्विचार ~ सत्संस्कार

रूपरेखा

सदाचार ~ सद्विचार ~ सत्संस्कार

मार्गदर्शन :

पूज्या प्रवर्तिनी साध्वी मंजुलाश्री जी

संयोजना :

साध्वी कनकलता

साध्वी वसुमती

परामर्शक :

श्रीमती मंजुबाई जैन

प्रबंध संपादक :

अरुण कुमार पाण्डेय

सम्पादक :

श्रीमती निर्मला पुगलिया

वार्षिक शुल्क : 150 रुपये

आजीवन शुल्क : 3000 रुपये

प्रकाशक

अरूण तिवारी

मानव मंदिर मिशन ट्रष्ट (रजि.)

पोस्ट बॉक्स नं. : 3240

सराय काले खाँ बस टर्मिनल के सामने,

नई दिल्ली - 110013

फोन नं. : 26345550, 26821348

Website : www.rooprekha.com

E-mail : contact@manavmandir.info

इस अंक में

क्या होता है चमत्कार ?

साधारणतया जिसे चमत्कार हम कहते हैं, उसके पीछे जो राज है वह इतना ही है कि कार्य-कारण हमारी समझ में नहीं आते।

लेकिन वहां भी ये कार्य-कारण हो सकते हैं। होते हैं इसलिए जिन्हें हम चमत्कार कहते हैं, आज नहीं कल विज्ञान सिद्ध कर देगा कि वे चमत्कार नहीं हैं। कार्य-कारण का पता लगाने की बात है, बस! पता चल जाएगा, चमत्कार खो जाएगा। **03**

दृष्टिकोण सकारात्मक होने पर खुद समाधान निकल आता है

इतनी देर दोनों 'मैं बड़ा' के लिए झगड़ रहे थे, अब 'आप बड़े' की जिद्द पर आ गए। लेकिन दोनों झगड़ों में बड़ा अंतर आ गया। पहले विवाद में कटुता थी, दूसरे में मधुरता है। पहले में आग्रह और अहम् था, दूसरे में विनम्रता और मनुहार है। यह रूपांतरण कैसे हुआ? दरअसल दृष्टि बदली, घटनाओं का संदर्भ बदल गया। संदर्भ बदला कि अर्थ बदल गया। अर्थ बदलते ही वातावरण में परिवर्तन आ गया। जीवन सम-लय पर चला गया और फिर जगत नए रूप में आ गया। **06**

प्रामाणिकता

प्रामाणिक वह होता है जो अपने प्रति ईमानदार होता है। जो अपने प्रति सत्य है, वह दूसरों के प्रति बनावटी हो नहीं सकता। दूसरों को धोखा वही देती है जो स्वयं को धोखा देता है। धोखा देने वाले की स्वयं की आत्मा में पहले चुभन होती है, दूसरों को उससे कष्ट होता है या नहीं भी होता। बच्चा स्कूल से किसी का पैन उठा लाता है। जिसका लाता है उसे जब मालूम होगा तब दुःख होगा। लेकिन उठाने वाला तो उसी क्षण से भयभीत और आशंकित हो जाता है। मानसिक संतुलन बिगड़ जाता है। बुद्धि कुंठित हो जाती है। हृदय की धड़कनें उखड़ जाती हैं। **07**

देसी घी- सेहत भी स्वाद भी

लोग अकसर सोचते हैं कि देसी घी भारी होता है और आसानी से नहीं पच पाता, जबकि सच्चाई यह है कि वनस्पति घी और अन्य तेलों की तुलना में यह ज्यादा सुपाच्य होता है और इसलिए जल्दी हजम हो जाता है। इसका कारण यह है कि इसमें मौजूद सैचुरेटेड फैट दूसरे घी की तुलना में ज्यादा आसानी से छोटे-छोटे अणु के रूप में टूट जाता है, इसलिए खान-पान के लिहाज से इसे बेहतर माना जाता है। **24**

संत-वाणी

राम-नाम हिरदै परयो, भयो पाप को नाश।
ज्यों चिनगारी आग की, पड़ी पुराणै घास।।

बोध-कथा

नमक की तुलना

एक बार सत्यभामा ने श्रीकृष्ण से पूछा- 'मैं आप को कैसी लगती हूं? श्रीकृष्ण बोले- नमक जैसी लगती हो। इस तुलना को सुन सत्यभामा क्रुद्ध हो गईं। तुलना की भी तो किस से? श्रीकृष्ण ने किसी तरह सत्यभामा को मना लिया और उनका गुस्सा शांत कर दिया। कुछ दिन पश्चात् श्रीकृष्ण ने अपने महल में एक भोज का आयोजन किया। सर्वप्रथम सत्यभामा से भोजन प्रारंभ करने का आग्रह किया। सत्यभामा ने पहला कौर मुंह में डाला। मगर यह क्या? सब्जी में तो नमक ही नहीं था। कौर को मुंह से निकाल दिया। फिर दूसरा कौर किसी और व्यंजन का मुंह में डाला। उसे चबाते-चबाते भी बुरा सा मुंह बनाया। इस बार पानी की सहायता से किसी तरह कौर गले से नीचे उतारा। अब तीसरा कौर कचौरी का मुंह में डाला और थूक दिया। अब तक सत्यभामा का पारा सातवें आसमान पर पहुंच चुका था। जोर से चीखीं कि किसने बनाई है यह रसोई? सत्यभामा की आवाज सुन कर श्रीकृष्ण दौड़ते हुए सत्यभामा के पास आए और पूछा क्या हुआ देवी इतनी क्रोधित क्यों हो? सत्यभामा ने कहा इस तरह बिना नमक की कोई रसोई बनती है? एक कौर नहीं खाया गया। श्रीकृष्ण ने बड़े भोलेपन से पूछा- नमक नहीं तो क्या हुआ, बिना नमक के ही खा लेती। उस दिन क्यों गुस्सा हो गई थी जब मैंने तुम्हें यह कहा कि तुम मुझे नमक जितनी प्रिय हो?' स्त्री नमक की तरह होती है, जो अपना अस्तित्व मिटा कर भी अपने प्रेम-प्यार तथा आदर-सत्कार से अच्छा परिवार बना देती है। स्त्री अपना सर्वस्व खोकर भी किसी के जान-पहचान की मोहताज नहीं होती है।' सत्यभामा श्री कृष्ण को हैरत से देखने लगी। अब उसे नमक का महत्त्व समझ में आ गया था।

क्या होता है चमत्कार ?

चमत्कार क्या है, इसे भी थोड़ा समझ लेना जरूरी है। जगत में हम साधारणतया जिसे चमत्कार कहते हैं, उसमें भी कुछ बात है, इसलिए चमत्कार कहते हैं। जिसका हमें पता नहीं कि क्या बात है?कब कहते हैं आप चमत्कार?

एक आदमी मर गया। जीसस उसके सिर पर हाथ रख देते हैं। वह आदमी जिन्दा हो जाता है। तो हम कहते हैं, चमत्कार हुआ! मरा हुआ आदमी जिन्दा हो गया। क्यों कहते हैं चमत्कार? एक आदमी बीमार है। वह किसी के चरणों में सिर रख देता है और स्वस्थ हो जाता है। हम कहते हैं, चमत्कार हुआ। क्यों हुआ चमत्कार? बुद्ध किसी वृक्ष के पास से गुजरते हैं। वह वृक्ष सूखा है और उसमें नए अंकुर आ जाते हैं। तब हम कहते हैं कि चमत्कार हुआ। लेकिन क्यों कहते हैं चमत्कार हुआ? कारण क्या है चमत्कार कहने का?

एक ही कारण है। साधारणतया हमारे खयाल में जो है, वह यह है कि जहां भी कभी कार्य-कारण के बाहर कोई घटना घटती है, वहां चमत्कार है। वैसे तो हर वृक्ष में नए अंकुर आते हैं, लेकिन वक्त से आते हैं, नियम से आते हैं। कारण होता है तो आते हैं। अब सूखा वृक्ष है। वर्षों से जिसके पत्ते नहीं हैं, कोई कारण नहीं आने का। बुद्ध के निकलने से पत्ते आते हैं। और बुद्ध का निकलना वृक्ष में पत्ते के आने का कारण कैसे होगा? असम्बन्धित है, कोई सम्बन्ध नहीं। बुद्ध के निकलने से वृक्ष में पत्ते आने का क्या सम्बन्ध है? एक आदमी मर गया है। अगर दवा से ठीक हो जाए तो हम कहेंगे कि हृदय की गति थोड़ी कम चलती होगी, अब ठीक चलने लगी है। आदमी बीमार है, दवा से ठीक हो जाए, तो हम कहते हैं कि कोई चमत्कार नहीं है। क्यों? क्योंकि दवा में कारण है ओर ठीक हो जाना कार्य है। कौजेलिटी है।

लेकिन एक आदमी के पैर में सिर रख दो और ठीक हो जाओ तो फिर कौजेलिटी नहीं है। फिर चमत्कार है। चमत्कार का मतलब है, कार्य-कारण का नियम जहां टूट जाता है। जहां कोई सम्बन्ध खोजे नहीं मिलते कि क्या है कारण और क्या है कार्य। और जीसस किसी के सिर पर हाथ रखें और मुर्दा आदमी जिन्दा हो जाए तो उसका कोई भी सम्बन्ध नहीं है। जीसस के हाथ से क्या सम्बन्ध है? लेकिन आदमी जिन्दा हो गया है तो चमत्कार है।

साधारणतया जिसे चमत्कार हम कहते हैं, उसके पीछे जो राज है वह इतना ही है कि कार्य-कारण हमारी समझ में नहीं आते।

लेकिन वहां भी ये कार्य-कारण हो सकते हैं। होते हैं इसलिए जिन्हें हम चमत्कार कहते हैं, आज नहीं कल विज्ञान सिद्ध कर देगा कि वे चमत्कार नहीं हैं। कार्य-कारण का पता लगाने की बात है, बस! पता चल जाएगा, चमत्कार खो जाएगा।

प्रस्तुति : निर्मला पुगलिया

पूज्य गुरुदेव के प्रवचन-सारांश

○ रुचि आनंद

परमात्मा का पता हो जाएगा पहले अपना पता तो कर लें

स्वामी रामतीर्थ विदेश यात्रा से लोटे। टिहरी गढ़वाल के नरेश उनके बड़े भक्त थे। उन्होंने स्वामी रामतीर्थ से अनुरोध किया- 'कोई ऐसा मार्ग बताएं, जिससे मुझे परमात्मा के साक्षात दर्शन हो जाएं।'

रामतीर्थ ने कहा- आपको परमात्मा के दर्शन मैं करा दूंगा। आप बस अपना नाम एवं पता दे दें। ताकि मैं वह परमात्मा तक पहुंचा दूं। राजा ने अपना नाम और पता लिख कर उन्हें दे दिया। रामतीर्थ ने पूछा कि यह पता स्थायी है ना? राजा के हां कहने पर उन्होंने सवाल किया, क्या आप साठ साल पहले यहीं थे और क्या पचास साल बाद भी आपका पता यही रहेगा? राजा ने अचकचाते हुए कहा- 'क्या बात करते हैं आप? साठ साल पहले तो मेरा जन्म ही नहीं हुआ था और पचास साल बाद मैं रहूंगा कि नहीं यह कौन जानता है!'

स्वामीजी ने कहा- जब आपको अपना ही पता नहीं, तब परमात्मा का पता कैसे पाएंगे? पहले अपना पता कर लें, परमात्म-दर्शन अपने आप हो जाएगा।

ऋषभदेव ने अपने बेटों से कहा था, 'जाओ तुम्हें आत्मा का साम्राज्य देता हूं जिसे तुमसे कोई छीन नहीं सकता।' यह साम्राज्य क्या है, इसके अनगिनत उत्तर दिए गए हैं। लेकिन, किसी निष्कर्ष पर नहीं पहुंचा जा सका। इसका मूल कारण हमारी बुनियादी भूल है। हमने हर बार इसे शब्दों के माध्यम से समझने की कोशिश की, इसीलिए शब्दजाल में अटक गए।

शब्दों की मीमांसा करें तो हमें सर्वत्र भेद ही भेद दिखाई देते हैं। लेकिन, अभेद दृष्टि से देखें तो एक में, शून्य में कोई भेद नहीं। इसका अनुभव वही कर सकता है जो इंद्रियों के पार चला गया हो। वह मौन हो जाता है। वह जो भी कहता है, एक दूरस्थ ध्वनि-संकेत जैसा होता है। इसे पकड़कर

बुद्धि अपने अर्थ निकाल लेती है, अलग-अलग परंपराएं खड़ी कर देती है।

महाभारत के शांति पर्व में कहा गया है, ज्ञानेंद्रियों, कर्मेंद्रियों, शरीर, मन तथा बुद्धि से मुक्त आत्मा ही परमात्मा है। हम चाहते हैं प्रभु के दर्शन हों, लेकिन प्रभु को अलग और आत्मा को अलग मान लेते हैं। हमने परमात्मा को भी व्यक्ति बना दिया है, उसे आकार दे दिया है। उसके दर्शन भी हम देहात्मबोध के स्तर पर करना चाहते हैं। महावीर, बुद्ध, राम, कृष्ण के आकार में हम भटककर फिर नाम-रूप के जगत में आ जाते हैं, जहां से परमात्मा की खोज में चले थे।

हम मानते हैं कि परमात्मा नाम रूपातीत है, निराकार है, फिर भी हम अपने संस्कारवश और पारंपरिक धारणावश नाम-रूपों में उलझ जाते हैं। इससे मुक्त हुए बिना परमात्मा-दर्शन संभव नहीं है।

दृष्टिकोण सकारात्मक होने पर खुद समाधान निकल आता है

रामकृष्ण परमहंस के दो शिष्यों में 'कौन बड़ा' के सवाल पर विवाद हो गया। एक संन्यास दीक्षा में बड़ा था, तो दूसरा ज्ञान में। लेकिन दोनों 'मैं बड़ा, तो मैं बड़ा' पर उलझ गए थे। अंत में इसका हल पाने के लिए वे गुरु के पास गए। दोनों ने अपनी-अपनी बातें रखी और अपने-अपने पक्ष में तर्क दिए। परमहंस ने मुस्कुराते हुए कहा, 'जो दूसरे को बड़ा माने, वह बड़ा। अब यह तुम दोनों सोचो कि तुम्हारे में कौन बड़ा है।' दोनों शिष्यों ने गुरु का निर्णय सुना। अब वे एक-दूसरे को बड़ा कहने लगे। जो दीक्षा में, संन्यास में बड़ा था वह कहने लगा- माथा मुंडाने से क्या होता है, महत्वपूर्ण है ज्ञान। आपने शास्त्र मेरे से ज्यादा पढ़े हैं और प्रभावशाली प्रवचनकार भी हैं। दूसरा बोला, शास्त्र-पाठ से क्या होता है। महत्व है तो साधना का। आप साधना में बड़े हैं इसलिए श्रेष्ठ हैं।

इतनी देर दोनों 'मैं बड़ा' के लिए झगड़ रहे थे, अब 'आप बड़े' की जिद्द पर आ गए। लेकिन दोनों झगड़ों में बड़ा अंतर आ गया। पहले विवाद में कटुता थी, दूसरे में मधुरता है। पहले में आग्रह और अहम् था, दूसरे में विनम्रता और मनुहार है। यह रूपांतरण कैसे हुआ? दरअसल दृष्टि बदली, घटनाओं का संदर्भ बदल गया। संदर्भ बदला कि अर्थ बदल गया। अर्थ बदलते ही वातावरण में परिवर्तन आ गया। जीवन सम-लय पर चला गया और फिर जगत नए रूप में आ गया।

हम महावीर-बुद्ध, रामकृष्ण परमहंस, विवेकानंद की परंपरा के पोषक हैं। फिर क्यों 'मैं बड़ा' को मुद्दा बनाकर उस पर

मरने-मारने पर उतारू हो जाते हैं। हमारा दिन इसी से शुरू होता है और रात इसी चिंता में खत्म होती है। परमहंस जी ने हमें जीने का एक बिलकुल आसान रास्ता बता दिया है। उसपर हर कोई चलकर जीवन को सुखमय-शांतिमय बना सकता है, जहां आपस की होड़ नहीं होगी और न किसी को पराजित करने या नीचा दिखाने की मंशा। यह सोचने का सवाल है कि आखिर क्यों हमने 'मैं' को मुट्ठी में जकड़ रखा है?क्या कोई है हमारे भीतर जो उस पकड़ को कमजोर होते नहीं देखना चाहता है। इस सच को स्वीकार करें कि पकड़ने वाला कोई और नहीं, हम ही हैं। इसलिए महावीर कहते हैं, बंधन और मोक्ष तुम्हारे भीतर ही है। ईश्वर भी अंदर ही है। इसलिए भीतर पर ध्यान देना है। भीतर में अगर हमने ही अपने को पकड़ रखा है तो बाहर पकड़ने वाले पग-पग पर मिल जाएंगे। इसलिए इस पकड़ से मुक्ति जरुरी है।

महावीर, बुद्ध, परमहंस ने मन को विराट बनाने के अनेक महत्वपूर्ण सूत्र दिए हैं। टैगोर ने भी कहा है, 'हम प्रेमपूर्ण अस्तित्व को समझे बिना अमृत के लिए एक अंधी दौड़ दौड़े जा रहे हैं।' यह दौड़ हमें हमारा 'ईगो' ही दौड़ाता है।

मुक्तक

○ आचार्यश्री रूपचन्द

जग के नियम न पूछो बड़े सरल होते हैं,
वैसा ही पाते हैं जो जैसा बोते हैं,
अच्छे का फल अच्छा होता, बुरा बुरे का,
कभी धतूरे में क्या मधुर आम होते हैं।

जो करना है केवल उसे नहीं करते हैं,
जो भरना है केवल उसे नहीं भरते हैं,
डरते हैं उससे हम, जिससे नहीं जरूरत,
जिससे डरना, उससे कभी नहीं डरते हैं।

प्रामाणिकता

○ प्रवर्तिनी साध्वी मंजुलाश्री

प्रामाणिक वह होता है जो अपने प्रति ईमानदार होता है। जो अपने प्रति सत्य है, वह दूसरों के प्रति बनावटी हो नहीं सकता। दूसरों को धोखा वही देती है जो स्वयं को धोखा देता है। धोखा देने वाले की स्वयं की आत्मा में पहले चुभन होती है, दूसरों को उससे कष्ट होता है या नहीं भी होता। बच्चा स्कूल से किसी का पैन उठा लाता है। जिसका लाता है उसे जब मालूम होगा तब दुःख होगा। लेकिन उठाने वाला तो उसी क्षण से भयभीत और आशंकित हो जाता है। मानसिक संतुलन बिगड़ जाता है। बुद्धि कुंठित हो जाती है। हृदय की धड़कनें उखड़ जाती हैं। प्रामाणिक बच्चा अपने एक पैन और दो कॉपी में भी सम्पन्नता और संतुष्टि का अनुभव करता है। अप्रामाणिक व्यक्ति दस पैन चुरा लेने पर भी उद्विग्न रहता है। एक भी पैन लिखने के काम नहीं आता। वह पग-पग पर भय, आशंका, आत्मग्लानि और संदेह के घेरे में घिरा रहता है। हमारे तत्त्व-दृष्टाओं ने ठीक कहा है- 'व्यक्ति अपनी प्रवृत्तियों से ही दुःखी होता है। दूसरा किसी को कोई दुःखी नहीं कर सकता और न अपनी प्रवृत्ति से उत्पन्न दुःख को दूसरा कोई दूर ही कर सकता है।'

एक बार अशोक अपने साथियों के साथ बाजार गया और सबने एक-एक शीशे का गिलास खरीदा। बोर्डिंग में पहुंचने से पहले ही अशोक के गिलास में किसी की टक्कर से दरार पड़ गई। पता नहीं अशोक के मन में क्यों अनीति आयी। उसने सोचा, दुकानदार को धोखा देकर गिलास बदलकर लाऊंगा। वह उन्हीं पैरों वापस गया। दुकानदार से बोला- यह गिलास बड़ा है, मुझे छोटा चाहिए। दुकानदार ने उस गिलास की दरार को देखे बिना ही भीतर रख दिया और दूसरा गिलास लाकर दे दिया। अशोक अपनी होशियारी पर बहुत खुश होता हुआ चला गया। रात को जब वह सोया तो उसे

नींद नहीं आयी। भीतर ही भीतर उसकी आत्मा उसे कचोट रही थी। हृदय कांप रहा था। उसकी समझ में नहीं आया कि यह चुभन किस बात की है? अचानक उसे याद आया कि आज मैंने दुकानदार को बहुत बड़ा धोखा दिया है। मेरी तरह सभी लोग परस्पर धोखा देने लग जायेंगे तो देश की क्या दशा होगी? अशोक उसी समय बाजार गया और दुकानदार से टूटा गिलास मांगते हुए सारी स्थिति स्पष्ट की। दुकानदार बच्चे की प्रामाणिकता से बहुत खुश हुआ और बोला- तुम्हारे जैसे ईमानदार बच्चों से ही देश का भला होने वाला है। जाओ, यही गिलास ले जाओ। इस छोटी-सी घटना से अशोक के प्रति सबके मन में विश्वास उत्पन्न हो गया। जो एक बार अपना विश्वास खो देता है, उसकी सच्चाई पर विश्वास होना बहुत कठिन हो जाता है। ग्वाले ने अपने ही द्वारा उत्पन्न अविश्वास से अपने प्राण खोए थे।

एक ग्वाला प्रतिदिन जंगल में गाय चराने जाता और शाम को घर लौट आता। एक दिन झूठ-मूठ ही वह चिल्लाया- 'भागो, दौड़ो। शेर! शेर!' आसपास के खेतों के लोग दौड़कर गए। देखा तो कुछ नहीं था। ग्वाला हंसने लग गया। इस तरह दो-तीन बार किया। लोग सहम गए। सबके दिलों में उसके प्रति गहरा अविश्वास जम गया। एक दिन सचमुच ही शेर आ गया। ग्वाला खूब चिल्लाया, पर कोई नहीं आया। शेर ग्वाले को खा गया।

जो झूठ बोलता है, किसी की चीज चुराता है, किसी को धोखा देता है, किसी का नुकसान करता है, वह दूसरों का अहित तो करता ही है, साथ-साथ अपना कितना बड़ा अहित करता है, यह हम ग्वाले के जीवन में जान सकते हैं।

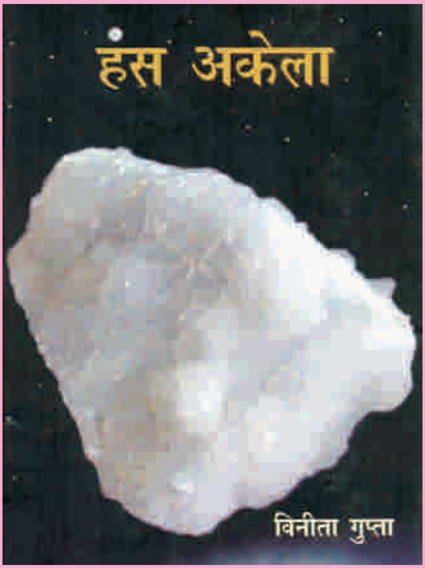
प्रामाणिक व्यक्ति को प्रारम्भ में कुछ संकट भी झेलने पड़ते हैं। प्रामाणिकता की कसौटी संकट ही है। पर वे संकट उसके जीवन को चमकाने के लिए ही आते हैं। अप्रामाणिक व्यक्ति की स्वयं की तो हानि होती ही है, साथ-साथ वंश और देश की इज्जत भी घटती है। राजा हरिश्चन्द्र जैसे व्यक्तियों पर उनके कुल और देश को बड़ा गौरव है, जिन्होंने दुनिया-भर में प्रामाणिकता का बेजोड़ उदाहरण प्रस्तुत किया।

रहो मुस्कराते सदा, आदत लेओ बनाय।
स्वस्थ रहो नीरोग तन, रोग समूल नसाय।।

हंस अकेला

{उपन्यास-शैली में आचार्यश्री रूपचन्द्र की जीवन-गाथा}

○ डॉ. विनीता गुप्ता



गतांक से आगे-

इधर राजकुमारी, महाविदुषी चंदनबाला को पता चला। वह भी महावीर के समक्ष आई और उनका शिष्यत्व स्वीकार करने वाली पहली साध्वी बनी।

भगवान महावीर ने अपने धर्म-तीर्थ की स्थापना करते हुए कहा, 'जो सत्य, अहिंसा, अचौर्य, ब्रह्मचर्य और अपरिग्रह- इन पंच महाव्रतों का पूर्ण पालन करे वह साधु-साध्वी और जो यथा शक्ति पालन करे वह श्रावक-श्राविका।'

किशोर मुनि रूपचन्द्र ने भी आजीवन पंच महाव्रतों का पूर्णतः पालन करने का नियम लिया था। आचार्यश्री के मुख से एक-एक व्रत के बारे में विस्तार से जानकर उसे परमानंद की अनुभूति हो रही थी। ज्ञान पंथ का शुभारंभ हो चुका था। संत कबीर ने कहा था- 'ज्ञान को पंथ कुठार की धारा।' 'कुठार की धार' कैसी होगी, बालक मुनि जी को नहीं मालूम था। लेकिन वह चलने को तैयार थे। नंगे पाँव ही। जैन मुनि परंपरा में तो भौतिक रूप से भी नंगे पाँव विहार करने का विधान है। भगवान महावीर का शिष्यत्व ग्रहण करने वाले जैन मुनि और भगवान बुद्ध के अनुयायी बौद्ध भिक्षु प्रथमतः आज के बिहार और उसके आसपास के क्षेत्र में नंगे पाँव विहार करते थे। संभवतः इसी कारण उस क्षेत्र को बाद में 'बिहार' नाम दिया गया।

अब मुनि रूपचन्द्र को भी खूब पाद विहार यानी पद यात्राएं करने का अवसर मिलेगा। यह सोचकर वे हर्षित थे। पाँच नवम्बर को आचार्यश्री का सरदारशहर से प्रस्थान तय था। पिछले बीस-बाइस दिनों में सभी नव-दीक्षित साधु-साध्वियों को इस

नए जीवन का खूब अभ्यास हो चला था। मुनि रूपचंद्र को तो ऐसे लग रहा था, जैसे बरसों से उनकी यही दिनचर्या थी। हालाँकि अभी आयु थी कुल जमा तेरह बरस। आचार्यश्री के साथ विहार में कितना आनंद आएगा। इस कल्पना से मुनि जी का मन पुलक से भर उठा।

आचार्यश्री तुलसी के सरदारशहर चतुर्मास की समाप्ति सन्निकट थी। निश्चित दिन विदाई-समारोह आयोजन किया गया। उसमें नेमिचन्द जी पींचा (लल्लू जी) ने अपनी दिल्ली-यात्रा के संस्मरण सुनाए। राष्ट्रपति डॉ. राजेन्द्र प्रसाद का पत्र भी पढ़कर सुनाया। मुनि रूपचन्द्र का ध्यान नेमिचन्द पींचा के एक-एक शब्द पर था। उनके मुख से देश के राष्ट्रपति बोल रहे थे। राष्ट्रपति जी ने हार्दिक भक्ति-भावना प्रकट करते हुए अणुव्रती संघ की सफलता के लिए अपनी मंगलकामना प्रेषित की।

विदाई समारोह का एक-एक क्षण मुनि जी के लिए महत्वपूर्ण था। वे पूरी तरह संघ में रमे हुए थे।

विदाई समारोह में ही आचार्यश्री ने एक घोषणा कर सबको चौंका दिया। उन्होंने कहा, 'मैं मंत्री मुनि के लिए सरदारशहर आया और उन्हीं के लिए मैंने यहां चातुर्मास किया। चातुर्मास के प्रायः सभी कार्यक्रम आवास-स्थल पर हुए। दीक्षा का कार्यक्रम बाहर हुआ। वहां मंत्री मुनि को साथ रखा। लक्ष्य एक ही था कि उनकी उपासना में किसी तरह का व्यवधान न आए।' वस्तुतः संघ में आयु के अनुसार वरिष्ठतम लगभग 95 वर्ष के मंत्री मुनि लंबे समय से बीमार चल रहे थे। कई वर्षों से वे मूत्रावरोध के कारण वेदना झेल रहे थे। चौबीसों घंटे नली लगी रहती थी। नली के द्वारा ही पेशाब बाहर आता था।

एक रात नली ठीक से लगी नहीं, निकल गई। मंत्री मुनि वेदना से छटपटाने लगे। डाक्टर आया, लेकिन नली लगाने का प्रयास व्यर्थ गया। पास खड़े मुनि चम्पालाल जी ने नली हाथ में ली और कोशिश की। संयोग से सफल हो गए। जब नली के जरिए दो लीटर द्रव्य भीतर से बाहर आया, तब मंत्री मुनि की वेदना शांत हुई।

मंत्री मुनि की इस स्थिति का भान आचार्यश्री को था। वे मंत्री मुनि के मन की बात समझ रहे थे। कई बार शब्दों में बिना कुछ कहे भी बहुत कुछ सुना जा सकता है, बशर्ते कहने और सुनने वाले में कहने-सुनने की क्षमता हो। शायद मंत्री मुनि और आचार्यश्री ऐसे ही वक्ता और श्रोता थे। उन्होंने मंत्री मुनि को कुछ कहने का अवसर ही नहीं दिया। विदाई समारोह में उपस्थितजन आचार्यश्री के अगले वाक्य की प्रतीक्षा कर रहे थे। प्रतीक्षा समाप्त हुई,

आचार्यश्री ने बोलना शुरू किया, 'मैंने सोच रखा था कि इस बार मंत्री मुनि को कुछ माँगने का अवसर नहीं देना है। इसलिए अगला मर्यादा महोत्सव यहीं होगा।'

इस घोषणा से मंत्री मुनि के चेहरे पर छायी प्रसन्नता को मुनि रूपचन्द्र साफ देख रहे थे। वे तो कई बरसों से मंत्री मुनि को देखते आ रहे थे। लेकिन झुर्रियों-भरे चेहरे पर ऐसी चमक पहली बार देखी थी। विदाई समारोह के अगले दिन आचार्यश्री के दर्शन हेतु राजकुमार कालेज, राजकोट (सौराष्ट्र) के प्रोफेसर कृष्णमूर्ति तथा मेडिकल (आर्युर्वेदिक) कालेज जामनगर (सौराष्ट्र) के प्रो. धन्वन्तरि गधैया जी के नोहरे में आए। सरदारशहर से प्रस्थान में चार दिन बाकी थे। आचार्यश्री और दोनों प्रोफेसरों की खूब चर्चाएं होती थीं। एक दिन आचार्यश्री ने दोनों को नवदीक्षित साधु-साध्वियों से मिलवाने की बात सोची। चर्चा के बीच में ही उन्होंने किसी को नवदीक्षितों को बुलाने के लिए भेज दिया। मुनि रूपचन्द्र सबसे पहले पहुँचे और चुपचाप उनकी चर्चा सुनने लगे- प्रोफेसर कृष्णमूर्ति ने कहा, 'आचार्यश्री हम आपके पूर्ण दर्शन करना चाहते हैं।'

'मैं कुछ समझा नहीं', आचार्यश्री ने पूछा। इस बार प्रोफेसर धन्वंतरि बोले, 'आचार्यश्री हम आपका अनावृत चेहरा देखना चाहते हैं। यह सफेद मुखवस्त्रिका बँधी होने से चेहरा ढँका रहता है। आपके पूरे व्यक्तित्व का साक्षात्कार कर हमें प्रसन्नता होगी।' आचार्यश्री को ऐसे प्रश्न की अपेक्षा नहीं थी। उन्होंने कहा, 'मुखवस्त्रिका हमारे मुँह से चिपकी हुई नहीं होती। अहिंसा, वाणी-संयम और शिष्टता की दृष्टि से हम उसका उपयोग करते हैं। आवश्यकता होने पर हटाते भी हैं।' प्रोफेसर के इस अनुरोध पर आचार्यश्री ने मुखवस्त्रिका हटा दी। आचार्यश्री का चेहरा अनावृत हो गया। मुनि रूपचन्द्र ने दूर से आचार्यश्री के अनावृत्त चेहरे के दर्शन किए और इस आनंद को मन के भीतर की गुफाओं में बंद कर लिया।

कुछ क्षणों के बाद आचार्यश्री ने फिर मुखवस्त्रिका पहन ली। दोनों प्रोफेसरों के मुख पर प्रसन्नता का भाव था। एक-एक कर सभी नवदीक्षितों का परिचय आचार्यश्री ने प्रोफेसरों से कराया। दोनों प्रोफेसर चाहते थे कि आचार्यश्री का संसर्ग और अधिक मिले। इसलिए सरदारशहर से विहार के समय वे भी साथ हो लिए। विदाई की वेला आ गई। संघ के सौ से ज्यादा साधु-साध्वियों के साथ आचार्यश्री ने गधैया जी के नोहरे से प्रस्थान किया। उनके निर्देशानुसार दोनों बाल मुनि, रूपचन्द्र और मनोहर मुनि आचार्यश्री के ठीक आगे-आगे

चल रहे थे। दोनों के पीछे आचार्यश्री और उनके पीछे संघ के अन्य साधु-साध्वी। इन सबको विदाई देने वाले हजारों श्रावक-श्राविकाएं इस काफिले के पीछे चल रहे थे। गलियों में तिल धरने की जगह नहीं थी। श्रावक-श्राविकाओं में एक माँ भी थी पाँची देवी। एक पिता थे जयचन्दलाल। दोनों मुनि जीवन की पावन गंगा की लहरों में विलीन होते अपने बेटे रूपा को देख रखे थे। उनके लिए वह जुलूस नहीं, बल्कि ऋषिकेश के पर्वतों से मैदान में हरिद्वार की ओर बहती गंगा थी, जिसकी लहरों में उनका दिया अर्घ्य समा गया था। गोठी मोहल्ला होते हुए काफिला सेठ सम्पतमल दूगड़ विद्यालय की ओर बढ़ चला। इसी गोठी मोहल्ले की गलियों को धमा-चौकड़ी करता रूपा दिनभर नापा करता था। इसी मोहल्ले में उसका घर था। लेकिन गंगा की पावन लहर बने मुनि रूपचन्द्र को न अपना अतीत ध्यान था, न गलियों की मटरगश्ती। सच ही तो, लहरें जो स्थान छोड़ देती हैं, वापस वहां नहीं लौटतीं। उन्हें आगे बढ़ना होता है निस्पृह भाव से। हजारों-हजार मील की यात्रा के लिए। मुनि रूपचन्द्र की हजारों-हजार मील की यात्रा आरंभ हो चुकी थी। अपने उद्‌गम स्थल सरदारशहर को छोड़ अनजानी यात्रा पर बढ़ चले थे मुनि जी के पाँव।

सरदारशहर पीछे छूट गया था। हजारों श्रावक-श्राविकाएं मंगलपाठ सुन घरों को लौट गए थे। सैकड़ों अगले पड़ाव तक काफिले के साथ ही रहे। इस काफिले में जयचन्दलाल और पाँची देवी भी थे। शब्दों में कुछ भी कहना नहीं चाहती थीं पाँची देवी। बस, उनकी आंखें ही सब कुछ कह रही थीं। अपने रूपा को आचार्यश्री के आगे चलता देख दो पल के लिए आँखें मूंद लेतीं। जब आँखें खोलतीं तो गालों पर आँसू ढुलक जाते। चार मील दूरी यूं ही तय हो गई। अगला पड़ाव आने वाला था। आचार्यश्री ने यहां तक साथ आये सभी श्रावक-श्राविकाओं से वापस सरदारशहर लौट जाने को कहा। सब हाथ जोड़कर श्रद्धानत खड़े हो गए। आचार्यश्री ने मंगल पाठ प्रारंभ किया-

चत्तारि मंगलम्, अरिहंता मंगलम्
सिद्धा मंगलम्, साहू मंगलम्
केवलिपन्नत्तो धम्मो मंगलम्।
चत्तारि लोगोत्तमा, अरिहंता लोगोत्तमा
सिद्धा लोगोत्तमा, साहू लोगोत्तमा
केवलिपन्नत्तो धम्मो लोगोत्तमो।
चत्तारि सरणम् पवज्जामि
अरिहंते सरणम् पवज्जामि
सिद्धे सरणं पवज्जामि
साहू सरणम् पवज्जामि
केवलिपन्नतं धम्मं सरणं पवज्जामि

मंगलपाठ के बाद अधिकांश श्रावक-श्राविकाएं वापस सरदारशहर आ गए। मुनि जी की यह पहली यात्रा थी। बाल मन यात्रा के आह्लाद से भरा हुआ था। काफिले में आचार्यश्री के आगे-आगे चलते हुए, कब पाँच किलोमीटर की दूरी पार हो गई, पता न चला। पहले पड़ाव पर पहुँचते ही मुनि जी के चेहरे पर बड़ी-सी मुस्कान तैर गई। यह बात अलग है कि मुखवस्त्रिका बँधी होने के कारण किसी को उस मुस्कान का पता न चला।

छोटे- छोटे गाँवों को स्पर्श करते हुए, सुबह-शाम काफिला आगे बढ़ता जाता था। पाँचवें दिन आचार्यश्री के साथ काफिला मोमासर पहुँचा। मुनि जी के लिए विहार का यह पहला बड़ा पड़ाव था। आचार्यश्री का यहां सोलह दिन प्रवास का कार्यक्रम था।

मुनि जी ने अपनी दिनचर्या को प्रवास के अनुसार एकदम ढाल लिया था। प्रातः चार बजे ही आचार्यश्री के पास पहुँच जाते। आचार्यश्री के मार्गदर्शन में ध्यान के बाद अध्ययन का क्रम चलता। आचार्यश्री बहुत-कुछ कंठस्थ कराते। उस समय अपने गुरूदेव के पास मुनि रूपचन्द्र जी अक्सर अकेले ही होते। भोर की निस्सीम शांति में निसृत अपार ऊर्जा मुनि जी के पाठ को शत-प्रतिशत ग्राह्य बना देती। इससे पहले कि पूरब में सूरज की लाली छाए और उसकी किरणें अंधेरे के कण-कण को बटोर कर अपनी झोली में भरें। मुनि जी गुरूदेव का दिया पाठ अपनी झोली में भर लेते और उसे दोपहर में उस समय खोलते जब आहार के बाद सब विश्राम कर रहे होते। दोपहर के समय मुनि जी आचार्यश्री का दिया पाठ एक बार फिर कंठस्थ करते। संध्या समय आहार-प्रतिक्रमण पाठ के उपरान्त रात्रि में शयन से पहले एकान्त में चले जाते और अंतिम बार पाठ दोहराते ताकि प्रातः आचार्यश्री को सुनाया जा सके। इस क्रम में दो उदेश्यों की पूर्ति होती, एक तो एकांत मिलता, दूसरा आकाश। चाँद-तारों भरे आकाश के शून्य में मुनि जी कुछ तलाशते रहते।

अनमोल विचार

ब्रह्माण्ड की सारी शक्तियां पहले से हमारी हैं। वो हमीं हैं जो अपनी आँखों पर हाँथ रख लेते हैं और फिर रोते हैं कि कितना अन्धकार है

-स्वामी विवेकानंद

भटकता मन : अटकता शिष्य

○ साध्वी मंजुश्री

जाप का प्रारम्भ साधना मन्दिर का द्वार है। ध्यान तब घटता है जब मन स्थिर होता है। मन स्थिर करने का एक सरल उपाय है- साफ सफेद कागज पर सुन्दर अक्षरों में इष्ट मन्त्र लिखो ओर उसे दीवार पर चिपका दो। फिर स्थिर आसन से बैठकर उस पर दृष्टि केन्द्रित करो। पलक न झपकने पाये। इस विधा को त्राटक कहा जाता है। आंखों में तनाव होने लगे, पानी गिरने लगे, तब मन्त्राक्षरों को अन्दर की आंख से देखना प्रारम्भ कर दो।

धीरे-धीरे इस अभ्यास को बढ़ाते रहो। दो मिनट से बढ़ाकर आधा घण्टे तक अभ्यास हो जायेगा। बाहर के अक्षर लुप्त हो जाएंगे। मात्र प्रकाश रह जायेगा। फिर अक्षर उधडेंगे- उनमें चमक पैदा होगी। इससे एकाग्रता बढ़ेगी। यह त्राटक विधा मन को स्थिर करने का सरल उपाय है।

<u>अदृश्य संकेत</u>

एकाग्रता की साधना में कुछ अदृश्य बिम्ब उभरते हैं। आइये, उनकी भी जानकारी करे लें।

जब एकाग्रता सघन हो जाती है तब कुछ संकेत मिलने प्रारम्भ होते हैं। प्रश्नोत्तरों का होना, आकाश से ध्वनि सुनाई देना या अन्य संकेतों द्वारा संकेत मिलना प्रारम्भ होता है। संकेत मिलने पर रात की गहन चुप्पी में साधक को अपने बिस्तर पर बैठकर उन संकेतों को गुनगुनाना या दुहराना चाहिए। कभी-कभी प्रश्नकर्त्ता की मुद्रा में बैठकर उत्तर की प्रतीक्षा करना भी संकेतों को साफ तौर से समझना आवश्यक होता है।

अमेरिका की बुद्धिमती लेडी ऐलिजावेथ एक आध्यात्मिक विषय का पत्र प्रकाशन करना चाहती थी। उसका नाम क्या रखा जाये, यह नहीं सूझ रहा था। उसने आकाशवाणी द्वारा पत्र का नाम सुनना चाहा। उसने इसी त्राटक विधि को अपनाया। आकाशवाणी द्वारा उसे पत्र का नाम रखने के लिए उत्तर मिला- 'नाटिलस'। अपनी साधना की सफलता पर वह झूम उठी। नाटिलस के नाम से उसने पत्र प्रकाशित किया। लाखों लोग पत्रिका के ग्राहक बन गये और कल्पना तीत प्रचार-प्रसार हुआ।

स्वामी विवेकानन्द अमेरिका गये थे। वहां उन्होंने अपने भाषणों में भारत की अध्यात्म विद्या का परिचय दिया। महीनों गुजर गये। अनेक स्थानों से उन्हें भाषण के निमन्त्रण मिले। बड़े-बड़े वैज्ञानिक प्रोफेसर आदि विद्वान उनसे प्रभावित हुए। एक बार वे सोचने लगे, कल किस विषय पर भाषण दिया जाय। सभी महत्त्वपूर्ण विषयों पर बोल चुका हूं। एकाग्र होकर वे इस समस्या पर

विचार कर रहे थे। गहन निद्रा में खो गये। मन में भाषण का विषय क्या हो, यह खोज बनी रही। स्वप्न में उन्हें एक दिव्य पुरुष भाषण देता दिखलाई दिया। हजारों श्रोता उसे सुन रहे थे। स्वामीजी ने भी उसका भाषण सुना। आंख खुली। उन्होंने उसका दिया भाषण लिपिबद्धकिया। अगले दिन उसी विषय पर भाषण देकर जनमानस को चमत्कृत कर दिया।

इस घटना का उल्लेख करने का कुल अभिप्राय इतना है कि उनकी मानसिक एकाग्रता कितनी जीवन्त थी। नींद में भी उन्हें अपने प्रश्न के उत्तर की तलाश थी। उत्तर मिला और भाषण का विषय मिल गया।

कविता

जीवन धारा

-संपतराय दस्सानी

मैं अकेला एक राही
निर्जन पथ पर बढ़ा जा रहा
छोड़ भीड़ भरे रास्तों को
एक अकेला चला जा रहा

शोर शराबे का जीवन है
उससे तो मैं ऊब चुका हूं
पैसा दिखावा बड़ी बातों में
बहुत पहले ही डूब चुका हूं

अब तो यही सोच है मन में
क्यों किसलिये यह भागादौड़ी
क्या खोया क्या पाया मैंने
इसका लेखा जोखा बाकी

जिधर झाकूं, जहां भी देखूं
पैसा सिर चढ़ बोल रहा है
सबको अपने से मतलब है
पग-पग स्वार्थ डोल रहा है

रिश्ते और नातों में देखो तो
केवल दिखावा ही दिखता है
लालच की उजली चकाचौंध में
इन्सान का ईमान बिकता है

धर्म गुरुओं के सजे मंच पर
बात आदर्शों की होती है
पर वहां भी इन्सान नहीं
पूछ पैसे की होती है

सिद्धान्तों का रूप बदलता
आडम्बर की भाषा होती है
जिसमें खुद का स्वार्थ सिद्धि हो
वह भाषण की भाषा होती है

मन में इसलिये विचार उभरता
छलावे में क्यों जीवन जीऊं
क्यों, किसलिये, किसके खातिर
खुद की आत्मा को धोखा दूं

जीवन सरल हो पायेगा
जब कर्म चिन्तन निर्मल होगा
चन्द स्वार्थ से विमुख हो
आदर्शों का सम्बल होगा

संसार परिवार से जुड़ा होकर भी
यदि सत्य राह पर बढ़ पाऊंगा
तो बाधाएं कितनी आ जायें
विचलित न हो, लड़ पाऊंगा

शीतल स्निग्ध यदि जीवन होजाये
तो मन में क्लेश कभी न होगा
निष्कलंक आत्मा बन पाई तो
मुक्ति पथ और आसां होगा

आखिरी सन्देश

ऋषिकेश के एक प्रसिद्ध महात्मा बहुत वृद्ध हो चले थे और उनका अंत निकट था। एक दिन उन्होंने सभी शिष्यों को बुलाया और कहा, 'प्रिय शिष्यों मेरा शरीर जीर्ण हो चुका है और अब मेरी आत्मा बार-बार मुझे इसे त्यागने को कह रही है, और मैंने निश्चय किया है कि आज के दिन जब सूर्य मकर राशि में प्रवेश कर जाएगा तब मैं इहलोक त्याग दूंगा। अपने गुरु की यह वाणी सुनते ही शिष्य घबड़ा गए, शोक-विलाप करने लगे, पर गुरु जी ने सबको शांत रहने और इस अटल सत्य को स्वीकारने के लिए कहा।

कुछ देर बाद जब सब चुप हो गए तो एक शिष्य ने पुछा- 'गुरु जी, क्या आप आज हमें कोई शिक्षा नहीं देंगे?'

'अवश्य दूंगा', गुरु जी बोले।

'मेरे निकट आओ और मेरे मुख में देखो।'

एक शिष्य निकट गया और देखने लगा।

'बताओ, मेरे मुख में क्या दिखता है, जीभ या दांत?

'उसमें तो बस जीभ दिखाई दे रही है शिष्य बोला।

फिर गुरु जी ने पुछा, 'अब बताओ दोनों में पहले कौन आया था?

'पहले तो जीभ ही आई थी।' एक शिष्य बोला

'अच्छा दोनों में कठोर कौन था?' , गुरु जी ने पुनः एक प्रश्न किया।

'जी, कठोर तो दांत ही था।' , एक शिष्य बोला।

'दांत जीभ से कम आयु का और कठोर होते हुए भी उससे पहले ही चला गया, पर विनम्र व संवेदनशील जीभ अभी भी जीवित है। शिष्यों, इस जग का यही नियम है, जो क्रूर है, कठोर है और जिसे अपने ताकत या ज्ञान का घमंड है उसका जल्द ही विनाश हो जाता है अतः तुम सब जीभ की भांति सरल, विनम्र व प्रेमपूर्ण बनो और इस धरा को अपने सत्कर्मों से सींचो, यही मेरा आखिरी सन्देश है।' और इन्हीं शब्दों के साथ गुरु जी परलोक सिधार गए।

ईश्वर का न्याय

एक रोज रास्ते में एक महात्मा अपने शिष्य के साथ भ्रमण पर निकले। गुरुजी को ज्यादा इधर-उधर की बातें करना पसंद नहीं था, कम बोलना और शांतिपूर्वक अपना कर्म करना ही गुरू को प्रिय था। परन्तु शिष्य बहुत चपल था, उसे हमेशा इधर-उधर की बातें ही सूझती, उसे दूसरों की बातों में बड़ा ही आनंद आता था।

चलते हुए जब वो तालाब से होकर गुजर रहे थे, तो उन्होंने देखा कि एक धीवर नदी में जाल डाले हुए है। शिष्य यह सब देख खड़ा हो गया और धीवर को 'अहिंसा परमोधर्म' का उपदेश देने लगा।

लेकिन धीवर कहाँ समझने वाला था, पहले उसने टालमटोल करनी चाही और बात जब बहुत बढ़ गयी तो शिष्य और धीवर के बीच झगड़ा शुरू हो गया। यह झगड़ा देख गुरूजी जो उनसे बहुत आगे बढ़ गए थे, लौटे और शिष्य को अपने साथ चलने को कहा एवं शिष्य को पकड़कर ले चले।

गुरूजी ने अपने शिष्य से कहा- ''बेटा हम जैसे साधुओं का काम सिर्फ समझाना है, लेकिन ईश्वर ने हमें दंड देने के लिए धरती पर नहीं भेजा है! "शिष्य ने पूछा- ''महाराज को न तो बहुत से दण्डों के बारे में पता है और न ही हमारे राज्य के राजा बहुतों को दण्ड देते हैं. तो आखिर इसको दण्ड कौन देगा?''

शिष्य की इस बात का जवाब देते हुए गुरूजी ने कहा- ''बेटा! तुम निश्चिंत रहो इसे भी दण्ड देने वाली एक अलौकिक शक्ति इस दुनिया में मौजूद है जिसकी पहुँच सभी जगह है। ईश्वर की दृष्टि सब तरफ है और वो सब जगह पहुँच जाते हैं।

इसलिए अभी तुम चलो, इस झगड़े में पड़ना गलत होगा, इसलिए इस झगड़े से दूर रहो..! शिष्य गुरुजी की बात सुनकर संतुष्ट हो गया और उनके साथ चल दिया।

इस बात को ठीक दो वर्ष ही बीते थे कि एक दिन गुरूजी और शिष्य दोनों उसी तालाब से होकर गुजरे, शिष्य भी अब दो साल पहले की वह धीवर वाली घटना भूल

चूका था.. उन्होंने उसी तालाब के पास देखा कि एक चुटीयल साँप बहुत कष्ट में था उसे हजारों चीटियाँ नोच-नोच कर खा रही थीं। शिष्य ने यह दृश्य देखा और उससे रहा नहीं गया, दया से उसका हृदय पिघल गया था। वह सर्प को चींटियों से बचाने के लिए जाने ही वाला था कि गुरूजी ने उसके हाथ पकड़ लिए और उसे जाने से मना करते हुए कहा-" बेटा! इसे अपने कर्मों का फल भोगने दो.. यदि अभी तुमने इसे रोकना चाहा तो इस बेचारे को फिर से दूसरे जन्म में यह दुःख भोगने होंगे क्योंकि कर्म का फल अवश्य ही भोगना पड़ता है।

शिष्य ने गुरूजी से पुछा- "गुरूजी इसने कौन-सा कर्म किया है जो इस दुर्दशा में यह फँसा है?"

गुरू महाराज बोले- "यह वही धीवर है जिसे तुम पिछले वर्ष इसी स्थान पर मछली न मारने का उपदेश दे रहे थे और वह तुम्हारे साथ लड़ने के लिए आग-बबूला हुआ जा रहा था। वे मछलियाँ ही चींटी है जो इसे नोच-नोचकर खा रही है..."

यह सुनते ही बड़े आश्चर्य से शिष्य ने कहा- गुरूजी, यह तो बड़ा ही विचित्र न्याय है।

गुरुजी ने कहा- "बेटा! इसी लोक में स्वर्ग-नरक के सारे दृश्य मौजूद हैं, हर क्षण तुम्हें ईश्वर के न्याय के नमूने देखने को मिल सकते हैं। चाहे तुम्हारे कर्म शुभ हो या अशुभ उसका फल तुम्हें भोगना ही पड़ता है। इसलिए ही ज्ञानी-संतों ने उपदेश देते हुए कहा है- अपने किये कर्म को हमेशा याद रखो, यह विचारते रहो कि तुमने क्या किया है, क्योंकि ये सच है कि तुमको वहाँ भोगना पड़ेगा... जीवन का हर क्षण कीमती है इसलिए इसे बुरे कर्म के साथ व्यर्थ जाने मत दो। अपने खाते में हमेशा अच्छे कर्मों की बढ़ोत्तरी करो क्योंकि तुम्हारे अच्छे कर्मों का परिणाम बहुत सुखद रूप से मिलेगा इसका उल्टा भी उतना ही सही है, तुम्हारे बुरे कर्मों का फल भी एक दिन बुरे तरीके से भुगतना पड़ेगा। इसलिए कर्मों पर ध्यान दो क्योंकि वो ईश्वर हमेशा न्याय ही करता है.."

शिष्य गुरुजी की बात स्पष्ट रूप से समझ चुका था।

दोस्तों, हम चाहे इस बात पर विश्वास करें या नहीं लेकिन यह शतप्रतिशत सच है कि ईश्वर हमेशा सही न्याय करते हैं। और उनके न्याय करने का सीधा सम्बन्ध हमारे अपने कर्मों से है। यदि हमने अपने जीवन में बहुत अच्छे कर्म किये हैं या अच्छे कर्म कर रहे हैं तो उसी के अनुरूप ईश्वर हमारे साथ न्याय करेंगे। यह जीवन हमें इसलिए मिला है ताकि हम कुछ ऐसे कार्य करें जिसको देखकर ईश्वर की आँखों में भी हमारे प्रति प्रेम छलक उठे!

प्रस्तुति : अशोक जैन

लाल चमचमाती कार

गांव दौलतपुर में रहता था भीमा। बहुत गरीब किसान था। उसके छोटे भाई की लंबी बीमारी के बाद मृत्यु हो गई थी। वह अपने भाई के परिवार को भी पाल रहा था। बड़े से परिवार के लिए रहन-सहन का इंतजाम बहुत मुश्किल हो रहा था। एक तो इस वर्ष बारिश भी बहुत कम हुई थी। उस पर साहूकाल से लिए कर्ज की चिंता उसे दिन-रात सता रही थी।

भीमा का बड़ा बेटा अमन अपने पिता की खेती के काम में मदद करना चाहता था। मगर भीमा उसे खूब पढ़ाना चाहता था। वह चाहता था कि उसका बेटा उसकी तरह कर्जदार न बने। वह पढ़-लिखकर कोई अच्छा काम करे, ताकि घर का खर्च अच्छी तरह चलाया जा सके।

एक दिन अमन ने मां से कहा- 'मैं रात को पढ़ रहा था। देखा कि पिताजी रातभर करवटें बदलते रहे। मां, मैं समझता हूं कि उन्हें धन की चिंता के कारण नींद नहीं आती। सोचता हूं, पढ़ाई छोड़कर उनकी काम में मदद करूं।'

'ना बेटा, पढ़ाई छोड़ने की बात मत कहना। तुम्हारे पिताजी ने बहुत मुश्किल से तुम्हारी पढ़ाई का खर्च निकाला है। तुम्हारे ऐसा कहने पर उन्हें बहुत दुःख होगा। मैं ही कल से घर से समय निकालकर उनकी मदद के लिए खेत पर चली जाऊंगी। मेहनत का फल कभी न कभी तो मिलेगा ही।' मां ने कपड़े धोते हुए कहा।

अमन पढ़ाई बहुत मन लगाकर करता। गांव भर के बच्चे उससे कठिन सवालों के जवाब पूछने आया करते। एक दिन वह स्कूल से निकला, तो क्या देखता है कि चौराहे के सामने दीवार पर सफेद पुताई की गई है। उस पर लाल रंग से सुंदर कार बनी हुई है। कार भी साधारण नहीं। कार के परियों जैसे पंख हैं। आंखें मटकाकर कार जैसे अपने पास बुला रही हो। वह कार के चित्र की ओर बढ़ता गया। कार की बड़ी-बड़ी सुंदर आंखें और पंख उसे बहुत अच्छे लग रहे थे। वह ध्यान से देखने लगा, तभी उसका ध्यान कार के नीचे लिखे वाक्य पर गया। गांव में कुछ विदेशी आ रहे थे। वे गांव वालों की मदद करना चाहते थे। उन्होंने इसी महीने की तीस तारीख को सबके लिए एक प्रतियोगिता रखी थी। लिखा था, 'आप भी बन सकते हैं धनवान।

आओ, आपसे करेंगे हम ज्ञान वार्ता। कुछ सवालों का जवाब दो, कार ले जाओ।'

अमन ने झट से बैग से कॉपी और पेंसिल निकाली। फटाफट दीवार पर लिखी सब जरूरी बातें कॉपी में उतार लीं। घर जाकर खाना भी नहीं खाया। बस, पढ़ने बैठ गया। मगर आज वह काफी परेशान लग रहा था। शाम को मां ने अमन का थका सा चेहरा देखा, तो माथा छूकर पूछा– 'क्या हुआ लल्ला, क्या बीमार हो?'

अमन ने 'ना' में सिर हिलाया। फिर मां की ओर देखकर कहा– 'मुझे एक किताब खरीदनी है। पर उस किताब की कीमत कुछ अधिक है।'

मां समझती थीं कि अमन कभी कुछ बेवजह नहीं मांगता। वह किताब जरूरी होगी, तभी मांग रहा है वह तुरंत रसोई के बरतनों में रखे एक डिब्बे को उठा लाईं। डिब्बा अमन की ओर बढ़ाकर बोलीं– 'लो बेटा, कुछ पैसे आड़े वक्त के लिए बचाकर रखे थे। तुम इन्हें ले जाकर सोहन बाबू से कहना कि वह बाकी रुपए कॉपी में लिख लें। पैसा आने पर हम धीरे-धीरे चुका देंगे।'

अमन को धनवान बनने की धुन सवार थी। मां से मिले पैसों को वह गिनने लगा, मगर वे तो काफी कम पैसे थे। फिर भी वह किताब लेने चला गया। सोहन बाबू ने पैसे गिने, बाकी के पैसे कॉपी में लिखे। उधार के पैसे लिखकर अमन से साइन करवाए और उसे किताब थमा दी। अब तो अमन की खुशी का ठिकाना ना रहा। वह किताब लेकर घर आया। जब भी वक्त मिलता, उस सामान्य ज्ञान की किताब को ही पढ़ता रहता। मां खाना परोसकर सामने रख देतीं, वह फिर भी किताब ही पढ़ता रहता। मां कई बार तो गुस्से में चिल्लाने लगतीं, 'यह क्या हर वक्त किताब ही चाटते रहते हो। कभी घर के बारे में कुछ सोच लिया करो।'

अमन पढ़ाई में होशियार तो था ही। अब तो उसने सामान्य ज्ञान की किताब का एक-एक शब्द जैसे याद ही कर लिया था। देखते ही देखते प्रतियोगिता का दिन भी आ गया। कुछ लोग विदेश से और कुछ शहर से गाड़ियां भरकर गांव में आए। तेज रफ्तार गाड़ियों से उड़ती धूल को देखकर लग रहा था कि आज कुछ अलग होने वाला है। गांव वाले बहुत हैरान थे। गांव के बारातघर में प्रतियोगिता होनी थी। बड़े-छोटे सभी गांव वाले किस्मत आजमाने उसी ओर चले जा रहे थे। बारातघर के बाहर वही दीवार पर बने चित्र वाली चमचमाती लाल कार खड़ी थी।

प्रतियोगिता शुरू होते ही शुरू हो गई सवालों की बारिश। कुछ आसान प्रश्न तो लोगों को पता थे, मगर कठिन से कठिन प्रश्न का जवाब केवल अमन के पास ही था। प्रतियोगिता खत्म होने पर तालियों की गड़गड़ाहट के साथ अमन के गले में रिबन

में पिरोया सुनहरा मैडल पहनाया गया। साथ ही कार की चाबी थमाई गई। तालियां तो बहुत तेज बजीं, पर कुछ लोगों को अमन से ईर्ष्या भी हो रही थी। उसके मां-पिताजी खेत पर गए हुए थे। अगर वे भी इस वक्त यहां होते तो कितना अच्छा होता।

गांव के कुटियानुमा घर में रहने वाले अमन के घर के बाहर कार खड़ी करने की भी जगह नहीं थी। मां-पिताजी को इनाम के बारे में पता लगा तो खुशी से झूम उठे। सीधा मंदिर गए। भगवान को इतना लायक बेटा देने के लिए धन्यवाद दिया। शाम को टीवी चैनल वाले व अखबार वाले अमन के फोटो लेने गांव में आए।

अगले दिन अमन के स्कूल में कार्यक्रम रखा गया, जिसमें घोषणा की गई कि हमारे गांव के इस लायक बेटे ने गांव का नाम दूर-दूर तक रोशन कर दिया है। चैनल व अखबारों में अमन के नाम के साथ गांव का नाम भी आ रहा है। स्कूल ने अमन की बारहवीं तक की फीस माफ करने का फैसला लिया। तब अमन के पिताजी ने स्कूल के टीचर शंभूनाथ से दुखी होते हुए कहा- 'हमारे बेटे ने बहुत मेहनत से पढ़ाई की है। उसने हमारा नाम रोशन कर दिया। पर इनाम में कार मिलने की हमें खुशी नहीं है। हमारे खानदान में कभी किसी ने कार नहीं चलाई। गांव की टूटी सड़कों पर उसे चलाया नहीं जा सकता, हमारे पास कार में पेट्रोल डलवाने के लिए धन भी नहीं है। इससे तो एक ट्रैक्टर मिल जाता तो अच्छा था।' शंभूनाथ ने कहा- 'आप कह तो ठीक रहे हैं। मगर आप चाहें तो इस कार को किराए पर लगवा सकते हैं। 'शोकर कंपनी' जिनके पास कई कारें हैं, वह ही आपकी कार को किराए पर ले लेगी। आपको घर बैठे-बिठाए अच्छा-खास किराया मिलता रहेगा।' मां-पिताजी को शंभूनाथ जी की बात ठीक लगी। उन्होंने दस साल के लिए कार को किराए पर दे दिया। तभी 'शोकर कंपनी' से आए आदमी ने अमन के पिताजी का बैंक में अकाउंट खुलवा दिया। बताया कि हर महीने की एक तारीख को कार का किराया इस अकाउंट में आ जाएगा।

अगले महीने की एक तारीख का अमन व मां-पिताजी को बेसब्री से इंतजार था। पिताजी के अकाउंट में मोटी रकम जमा हो चुकी थी। वह पिताजी के साथ बैंक जाकर कुछ धन निकलवा लाया। सबसे पहले वह किताब के बकाया रुपये चुकाने गया, साथ ही लड्डू भी ले गया। दुकानदार से कॉपी में लिखा उधार का धन कटवाया। बाकी रुपये चुकाए। दुकानदार को अमन के अंदर आने वाले समय का एक बड़ा इनसान दिखने लगा। उन्होंने उसी वक्त उसे एक किताब इनाम में दी। अमन धन्यवाद देकर लौट आया।

अगले माह के कार के किराए के धन

से पिताजी ने कुछ कर्ज चुका दिया। कुछ पैसों से घर की मरम्मत कराई। सबके लिए नए कपड़े आए। अब भी धन काफी बचा हुआ था। उन्होंने धीरे-धीरे अपने रहन-सहन को अच्छा करना शुरू कर दिया। अमन की पढ़ाई पूरी होते-होते दस साल भी पूरे हो गए थे। समझदार अमन को शहर में अच्छी नौकरी मिल गई। पहले दिन काम पर वह अपनी उसी लाल कार में गया। कुछ वर्षों में उसने काफी धन जमा कर लिया था। दिन-रात वह अपने गांव में स्कूल बनवाने के बारे में ही सोचता रहता था। साथ ही मा-पिताजी भी अब बूढ़े हो चले थे। उनकी सेवा करने के विचार से उसने गांव लौटने का मन बना लिया।

मां-पिताजी अपने समझदार लाडले के लौट आने से बहुत खुश थे। गांव में उसने जमा किए धन से बढ़िया स्कूल बनवाया। अब वे सब मजे से जीवन बिता रहे थे।

अमन सोच रहा था कि अगर उसे कार इनाम में न मिलती तो आज भी वे अभावों में ही जी रहे होते। वह मन ही मन उस लाल चमचमाती अपनी भाग्यशाली कार को धन्यवाद देने लगा, जो अब उनकी खास सवारी बन गई थी।'

प्रस्तुति : साध्वी वसुमती

चुटकुले

1. टमाटर और प्याज की गहरी दोस्ती थी
टमाटर- तुझे खाने के बाद मुंह से बदबू क्यों आती है।
प्याज- मैं नहाती नहीं हूं ना
टमाटर- क्यों नहीं नहाती?
प्याज- कैसे नहाऊं कपड़े उतारते-उतारते शाम हो जाती है।
2. बेटा- पापा, क्या आप अंधेरे में भी साइन कर सकते हैं?
पापा- अरे हां बिल्कुल... बताओ, कहां साइन करना है?
बेटा- ये लीजिए, मेरे रिजल्ट कार्ड पर कर के बताइए।
3. बच्ची- दादीजी, क्या आप एक्टिंग भी करती हैं?
दादी- नहीं बेटा, क्यों पूछ रही हो?
बच्ची- सुबह मां पिताजी से कह रही थीं कि अगर ये यहां रहीं तो ड्रामा तो जरूर होगा।

प्रस्तुति : सुपारस जैन

देसी घी- सेहत भी स्वाद भी

भारतीय रसोईघर में हमेशा से ही देसी घी का महत्वपूर्ण स्थान रहा है। घर के बड़े-बुजुर्ग देसी घी की तुलना में रिफाइंड व अन्य तेलों को हेय ही मानते हैं। आयुर्वेद हमेशा से देसी घी की पैरवी करता आया है और अब तो डॉक्टर और आहार विशेषज्ञ एक बार फिर से रोजाना के आहार में देसी घी शामिल करने की सलाह देने लगे हैं। यह धारणा गलत है कि देसी घी खाने से मोटापा बढ़ जाता है और दिल को नुकसान पहुंचाता है। अपनी कार्यशैली और दिनचर्या के अनुपात में देसी घी का सेवन किया जाए तो यह सेहत को फायदा पहुंचाता है। सर्दियों में विशेष रूप से देसी घी का सेवन किया जाता है गर्भवती महिलाओं व बच्चों के लिए इसे विशेष रूप से फायदेमंद माना जाता है।

श्रम के हिसाब से रखें मात्रा

ज्यादा शारीरिक श्रम करने वाले लोग थोड़ी ज्यादा मात्रा में इसका सेवन कर सकते हैं। जिनका काम अधिक बैठे रहने का है, उन्हें रोजाना एक चम्मच से ज्यादा देसी घी नहीं खाना चाहिए। मसलन खिलाड़ियों को अन्य लोगों की तुलना में अधिक ऊर्जा की जरूरत होती है, इसलिए वह अधिक मात्रा में इसका सेवन कर सकते हैं। देसी घी वजन काबू रखने में भी सहायक होता है। दरअसल देसी घी में सैचुरेटेड फैट काफी मात्रा में होता है, जो शरीर में मौजूद पुरानी चर्बी घटा कर मेटाबॉलिज्म दुरुस्त रखता है। इसलिए रोजाना के आहार में 2-3 चम्मच देसी घी शामिल किया जा सकता है। अन्य सैचुरेटेड चीजों की तुलना में देसी घी की कार्बन परमाणु संरचना अनोखी होती है, जो इसके फायदों को बढ़ा देती है। द इंडियन जर्नल ऑफ मेडिकल रिसर्च की एक रिपोर्ट के अनुसार गाय के दूध से बना घी शरीर में उन एंजाइम्स को बढ़ा देता है, जो कैंसरकारी तत्वों को शरीर से बाहर करते हैं।

दिल को रखे दुरुस्त

देसी घी में पाया जाने वाला विटामिन-के धमनियों को स्वस्थ रखता है और उनमें किसी तरह की रुकावट नहीं आने देता। साथ ही यह हानिकारक कोलेस्ट्रॉल को घटा कर अच्छे कोलेस्ट्रॉल का स्तर भी सुधारता है। इसमें मौजूद पोषक तत्व हड्डियों को मजबूत करते हैं, इसलिए बच्चों और हड्डियों की कमजोरी से ग्रस्त लोगों को इसका सेवन करने की सलाह दी जाती है।

बढ़ाएं रोग प्रतिरोधक क्षमता

इसमें मौजूद विटामिन और एंटी ऑक्सीडेंट्स शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाने के साथ त्वचा को भी मुलाययम और चमकदार बनाते हैं। दूसरे घी या तेल बार-बार गर्म करने पर विषैले

तत्व उत्पन्न करते हैं, जो कैंसर का कारण बन सकते हैं, लेकिन देसी घी में ऐसा नहीं होता। इसके अलावा कुछ लोगों को शरीर में सूजन आ जाने की समस्या होती है। ऐसे लोगों को अपने आहार में देसी घी अवश्य शामिल करना चाहिए, क्योंकि इसमें मौजूद ब्यूट्रिक एसिड शरीर में आई सूजन को कम करने में मदद करता है। इसके अलावा पेट की समस्याओं जैसे अपच और अल्सरेटिव कोलाइटिस को दूर करने में भी देसी घी मदद करता है।

लाभ हैं और भी बहुत

• शारीरिक कमजोरी महसूस होने पर प्रतिदिन एक गिलास गर्म दूध में एक चम्मच गाय का घी, चुटकी भर हल्दी और मिश्री मिला कर पीने से दुर्बलता दूर होती है और शरीर मजबूत बनता है।

• माइग्रेन की समस्या होन पर गाय के घी की दो-दो बूंद नाक में डालने से लाभ मिलता है। ठंड व एलर्जी की समस्या में भी राहत मिलती है।

• पेट में जलन की समस्या होने पर हरड़ पाउडर को देसी घी में मिलाकर लेने से आराम मिलता है।

• शरीर में एनीमिया यानी आयरन की कमी होने पर त्रिफला का काढ़ा देसी घी में मिला कर लेने से आयरन की कमी दूर होती है।

• पित्त की समस्या रहने पर देसी घी को आहार में अवश्य शामिल करना चाहिए, क्योंकि यह पित्त का नाश करने में प्रभावशाली होता है।

लेकिन सावधानी भी जरूरी है

• सीमित और संयमित मात्रा में यदि घी का सेवन किया जाए तो यह शरीर को बहुत फायदा पहुंचाता है, लेकिन स्वाद-स्वाद में अगर सेहत को ध्यान ना रखा जाए तो यह नुकसान भी पहुंचा सकता है। इसलिए इसका सेवन करते समय कुछ बातों का ध्यान अवश्य रखना चाहिए।

• पीलिया, हेपाटाइटिस व फैटी लिवर की समस्या होने पर देसी घी का सेवन नहीं करना चाहिए।

• ऐसे व्यक्ति, जिन्हें बदहजमी की बहुत ज्यादा शिकायत रहती है, उन्हें इसके सेवन से बचना चाहिए, वरना सेहत और बिगड़ सकती है।

हल्का है, होता है जल्द हजम

लोग अकसर सोचते हैं कि देसी घी भारी होता है और आसानी से नहीं पच पाता, जबकि सच्चाई यह है कि वनस्पति घी और अन्य तेलों की तुलना में यह ज्यादा सुपाच्य होता है और इसलिए जल्दी हजम हो जाता है। इसका कारण यह है कि इसमें मौजूद सैचुरेटेड फैट दूसरे घी की तुलना में ज्यादा आसानी से छोटे-छोटे अणु के रूप में टूट जाता है, इसलिए खान-पान के लिहाज से इसे बेहतर माना जाता है। देसी घी के नियमित सेवन से कब्ज से तो निजात

मिलती ही है, साथ ही शरीर से विषैले तत्व भी बाहर निकल जाते हैं। इसीलिए गांव-देहात में आज भी खाने में देसी घी का ही इस्तेमाल करने पर जोर दिया जाता है।

आयुर्वेद में गाय के दूध से बने देसी घी पर दिया जाता है जोर

आयुर्वेद शुरू से ही देसी घी के फायदों की वजह से इसकी पैरवी करता आया है। वैसे तो देसी घी गाय और भैंस दोनों के दूध से बनाया जाता है, लेकिन आयुर्वेद गाय के शुद्ध घी को ज्यादा फायदेमंद बनाता है। यूं देसी घी बाजार में भी मिलता है, लेकिन अगर इसे घर पर ही बनाया जाए तो उसके स्वाद और गुणों का कोई मुकाबला नहीं किया जा सकता, क्योंकि बाजार के घी में मिलावट की संभावना रहती है। आयुर्वेद के अनुसार देसी घी ना केवल शारीरिक और मानसिक दुर्बलता दूर करता है, बल्कि रूप-रंग भी निखारता है। चाहे होठ फटे हों या त्वचा शुष्क हो रही हो, देसी घी दोनों में फायदा पहुंचाता है। साथ ही बालों की गुणवता भी सुधारता है। खाना पकाने के लिहाज से भी पारम्परिक देसी घी रिफाइंड तेल या जैतुन के तेल से कही अधिक फायदेमंद होता है, क्योंकि रिफाइंड बनाने की प्रक्रिया में तेल बहुत उच्च तापमान पर गर्म किया जाता है, जिससे उसमें विषैले तत्व बनने लगते हैं। इसके अलावा एक महत्वपूर्ण बात यह भी है कि भारतीय खाना पकाने की विधियों के हिसाब से देसी घी ही उपयुक्त बैठता है, क्योंकि हमारे यहां भोजन अकसर तल कर या तड़का लगा कर ही बनाया जाता है। हालांकि आयुर्वेद यह मानता है कि आप किसी भी तरह का घी या तेल खाते हों, शारीरिक रूप से सक्रिय रहना हर किसी के लिए जरूरी है।

प्रस्तुति : अरूण योगी

बसंत-गीत

दिन बसंत के आए,
भौरे फूलों पर मंडराए।
ऋतुओं के राजा बसंत ने
जादू छड़ी घुमाई,
नए-नए पत्तों के संग-संग
कलियां हैं मुस्काई।
बैठ डाल पर कोयल,
मीठे स्वर में गीत सुनाए।
खिली हुई है कहीं चमेली
कहीं रात की रानी,
फूलों के राजा गुलाब की
मोहक बहुत कहानी।
रंग-गंध कुछ ऐसी,
तितली खुद को रोक न पाए।

मासिक राशि भविष्यफल-फरवरी 2018

○ डॉ. एन. पी. मित्तल, पलवल

मेष- मेष राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह शुभ रहेगा। इस माह कोई नई योजना फलीभूत हो सकती है, कोई पिछला रूका हुआ धन भी प्राप्त हो सकता है। समाज में यश मान, प्रतिष्ठा बनी रहेगी। परिवारिक जनों का सहयोग रहेगा। किन्हीं सरकारी कर्मचारियों की पदोन्नति भी सम्भव है।

वृष- वृष राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह कुछ अड़चनों के बाद शुभ फल देने वाला है। कोई रूका हुआ धन प्राप्त हो सकता है। शत्रु सिर उठाएंगें। मानसिक स्थिरता बनाए रखें। आय से अधिक खर्च होगा चाहे सुख साधनों पर ही क्यों न हो। आपके आस पास ऐसी स्थितियां बनेंगी कि आपको क्रोध आयेगा-अपने क्रोध पर काबू रखें, अन्यथा नुकसान उठाना पड़ सकता है।

मिथुन- मिथुन राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह आय कम और व्ययाधिक्य देने वाला है। स्वभाव में भी क्रोध का असर रहेगा। मानसिक परेशानी का सामना करना पड़ेगा। इस माह का केवल प्रथम सप्ताह कुछ शुभ प्रदायक है जिसमें कोई शुभ सूचना मिल सकती है। समाज में मान प्रतिष्ठा बनी रहेगी।

कर्क- कर्क राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह लाभालाभ की स्थिति लिये रहेगा। यह पूरा महीना व्यावहारिक स्थिति से तथा आर्थिक दृष्टि से उतार-चढ़ाव लिये हुए होगा। कानून के भी कुछ झंझट उठ सकते हैं और शत्रु भी परेशान कर सकते हैं जिसका समझौते के रूप में मास के अन्त तक हल निकलने की सम्भावना है।

सिंह- सिंह राशि के जातकों के लिये यह माह व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से कुल मिलाकर अच्छा ही कहा जाएगा। परिवार व कुटुम्बजनों में असामन्जस्य रहेगा किन्तु बाद में मेल जोल का वातावरण बन जाएगा। इस माह का उत्तरार्ध अधिक शुभ फलदायक है। समाज में मान प्रतिष्ठा, व यश की वृद्धि होगी।

कन्या- कन्या राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह पूर्वार्ध से उत्तरार्ध में अच्छा फल देने वाला है। वैसे स्वभाव में क्रोध अधिक रहेगा। शुभ परिणामों के लिये क्रोध पर काबू रखना होगा। परिवार जनों में असामन्जस्य सम्भावित हैं, कोई बीच का रास्ता निकालें। खाने पीने के मामलें में बदपरहेजी स्वास्थ्य हानि कर सकती है।

तुला- तुला राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह अधिक परिश्रम द्वारा लाभ कराने वाला है। काफी दौड़ धूप करनी पड़ेगी। संगी साथी भी काम में मदद देने लगेंगे। समाज में मान सम्मान बना रहेगा। स्वजनों से वैर-विरोध होकर सुलह होने के आसार हैं। स्वास्थ्य की दृष्टि से छोटी मोटी बीमारी होगी जो ठीक हो जाएगी।

वृश्चिक- वृश्चिक राशि के जातकों के लिये यह माह मिला जुला प्रभाव लिये हुए होगा। नये लोगों से सम्पर्क बनेंगे। खर्च की कुछ अधिकता रहेगी। मानसिक चिन्ता रहेगी। इस माह का आखिरी सप्ताह इन जातकों के लिये शुभ कहा जा सकता है। घर में कोई मांगलिक कार्य सम्भावित है। अचानक कहीं से पैसा भी मिल सकता है। इन जातकों को अपनी सेहत के प्रति सचेत रहना होगा।

धनु- धनु राशि के जातकों के लिये यह माह व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से शुभ फलदायक है। माह के आरम्भ से ही व्यापार वृद्धि गोचर होने लगेगी। बड़े लोगों से मेल जोल होगा। परिवार जनों में सामन्जस्य बना रहेगा। समाज में मान प्रतिष्ठा बनी रहेगी। कुछ लोग बहकाने की कोशिश कर सकते है, उनकी बातों में न आएं। कुछ जातक राजनीतिक सफलता भी अर्जित कर सकते हैं। घर में कोई मांगलिक कार्य सम्भावित है।

मकर- मकर राशि के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि से यह माह आर्थिक दृष्टि से तृतीय सप्ताह में अति शुभफलदायक है जब कि बाकी सप्ताहों में लाभ तो होगा पर कोई न कोई अनावश्यक खर्च भी होगा। परिवार के लोगों में सामन्जस्य बना रहेगा। समाज में मान, यश प्रतिष्ठा बनी रहेगी। कुछ कानूनी अड़चनें आयेंगी मगर दूर हो जायेंगी।

कुम्भ- कुम्भ राशि के जातकों के लिये व्यापार-व्यवसाय की दृष्टि ये यह माह कुल मिलाकर अवरोधों के पश्चात अल्प आर्थिक प्राप्ति का है। केवल प्रथम सप्ताह फिर भी संतोषजनक फल दायक है। भूमि भवन के मामलों में सचेष्ट रहना होगा। अपने ही प्रतिकूल व्यवहार करेंगे। मानसिक रूप से चिंतित रहेंगे। कोई बीमारी आपको घेर सकती है। इस माह में ये जातक कोई नया कार्य हाथ में न लें।

मीन- मीन राशि के जातकों के लिये व्यापार -व्यवसाय की दृष्टि ये यह माह कुल मिला कर अच्छा फल देने वाला है। परिश्रम तो अधिक करना पड़ेगा किन्तु लाभ मिलेगा। कोई नई योजना भी कार्यान्वित हो सकती है। इस माह का प्रथम सप्ताह शुभ फल दायक नहीं है, अन्य तीनों सप्ताह अच्छे रहेंगे। शत्रु सिर उठायेंगे किन्तु विजय इन जातकों की ही होगी। बुजुर्गों का आशीर्वाद प्राप्त करें।

-इति शुभम्

विज्ञान देता है बाहरी आंखें धर्म देता है भीतरी आंखें

9 जनवरी, 2018, जैन आश्रम, मानव मंदिर केन्द्र, नई दिल्ली में पूज्य आचार्यश्री रूपचन्द्र जी ने एक सत्संग-समागम में कहा- वैसे तो हमारे शरीर का प्रत्येक अंग महत्वपूर्ण है। किंतु आंखों का विशेष महत्त्व इसलिए है कि इनसे ही जीवन में उजाला है। सूर्य की रोशनी, चांद की चांदनी, दीपक और बल्ब की रोशनी का उपयोग हम तभी कर सकते हैं जब हमारी आंखें सही-सलामत हों। किंतु हमें यह भी समझना है इन बाहरी आंखों का भी सही उपयोग तभी होता है जब हमारे विवेक-चक्षु जागृत हों, हमारे उन्तर्चक्षु सुसंस्कार-संपन्न हों। अगर ऐसा नहीं होता है तो हमारी ये आंखें हमें गलत रास्ते पर भी ले जा सकती हैं।

एक संत-पुरुष राह से गुजर रहे थे। उन्होंने देखा, थोड़ी दूर एक युवक किसी युवती को परेशान कर रहा है। संत-पुरुष ने उस युवक को ऐसा करने पर डांटा। वह युवक संत-पुरुष के चरणों में गिर पड़ा। तभी संत-पुरुष बोले- मुझे लगता है मैंने तुम्हें कहीं देखा है। युवक बोला- आपका मेरे पर बड़ा उपकार है। इन आंखों को रोशनी आपकी कृपा/आशीर्वाद से ही मिली है। संत-पुरुष ने कहा- मेरे से बड़ी भूल हुई। इन बाहरी आंखों के साथ-साथ मुझे तेरे को भीतरी आंख भी, विवेक-चक्षु भी देने चाहिए थे। इन स्थूल आंखों के साथ-साथ तेरे को सुसंस्कार-संपन्न अन्तर्चक्षु भी देने चाहिए थे। यदि ऐसा होता तो तेरे कदम गलत रास्ते पर नहीं जाते।

आपने कहा- आधुनिक शिक्षा-प्रणाली के माध्यम से युवा-पीढ़ी विज्ञान द्वारा प्रदत्त भौतिक विद्याओं की ऊंचाइयों को छू रही है, यह हर्ष का विषय है। किंतु इसके साथ यह भी चिंता का विषय है समाज में दिन-दिन अमानवीय अपराध भी बड़ते जा रहे हैं। छोटी-छोटी बातों पर हत्याएं, निंरकुश यौन-लिप्सा, दानवीय बलात्कार-घटनाएं, वृद्ध माता-पिता की उपेक्षा तथा अनादर-व्यवहार, पति-पत्नी के बीच मधुर सम्बन्धों में अहंमूलक खटास के कारण बढती हुई तलाक-प्रथा, नृशंस हिंसात्मक वारदातें- एक सुशिक्षित समाज में यह सब क्यों हो रहा है?इसका एक ही कारण है आधुनिक विज्ञान परक शिक्षा युवा-पीढ़ी को बाहरी आंखें तो दे रही हैं किन्तु ऊंचे संस्कार-संपन्न अन्तर्चक्षु के लिए कोई प्रयास नहीं हो रहा है। वे उन्नत संस्कार केवल अध्यात्म-विद्या से ही संभव है।

समाज की सुखद संरचना में बाहरी आंखें और भीतरी आंखें दोनों जरूरी है। इसलिए विज्ञान और धर्म दोनों का समन्वय जरूरी है। आपने कहा- ऐसी ही समाज-रचना के लिए मानव मंदिर मिशन ऊंची शिक्षा तथा योग-मंत्र अभ्यास द्वारा उन्नत संस्कार देने के लिए संकल्प-बद्ध है।

इस प्रसंग पर दिल्ली महानगर भारतीय

जनता पार्टी के अध्यक्ष सांसद श्री मनोजजी तिवारी तथा मठाधीश जीवन का त्यागकर राजनीति में आने वाले सांसद श्री महेशजी गिरि विशेष रूप से उपस्थित थे। श्री महेश गिरि ने अपने हर्षोद्‌गार में कहा- मैं अपना सौभाग्य समझता हूं कि दिल्ली महानगर के प्रदूषित वातावरण के बीच एक अकल्पित पवित्र सेवा-यज्ञ में आज सम्मिलित हो रहा है। यह आश्रम मुझे जैसे मुझे एक आश्रय मिल गया है। गुरूकुल के बालक-बालिकाओं द्वारा स्वागत-गीत तथा योग-प्रस्तुति पर प्रसन्नता प्रकट करते हुए श्री मनोज तिवारी ने कहा- इस राजमार्ग से मैं वर्षों से गुजर रहा हूं। किन्तु इस अनजान शांत एकांत मानव मंदिर गुरूकुल में शिक्षा, योग, संगीत के माध्यम से दिये जानेवाले उन्नत संस्कारों से मैं अभिभूत हूं। मैं चाहूंगा किसी राष्ट्रीय कार्यक्रम में ये बच्चे अपनी सांस्कृतिक प्रस्तुतियां दें और मेरा उसमें संगीत हो। इस सहज समागम का शब्दातीत प्रभाव इसी से जाना सकता है केवल पन्द्रह मिनट की विजिट पर आनेवाले माननीय दोनों सांसदों ने डेढ़ घंटे तक आश्रम के पवित्र वातावरण का आनंद लिया, मधुर प्रसाद लिया तथा गुरूकुल के बच्चों के बीच घुलमिलकर खूब सेल्फी फोटो खिंचवाए। इस सारे समागम का पूरा श्रेय सेवा-श्रद्धा-समर्पित युवा कार्यकर्ता भोगल-निवासी श्री दीपक गोयल को है जो मानव मंदिर मिशन के सेवा-कार्यों के साथ दिल से जुड़े हुए हैं। इस अवसर पर दक्षिण दिल्ली नगर निगम तथा डी.डी.ए. से जुड़े पदाधिकारियों से माननीय संसद्-सदस्यों ने कहा- इस मार्ग का नामकरण आचार्य रूपचन्द्र मार्ग कर दिया जाए तथा सड़क को पक्का कर दिया जाए।

मानव मंदिर मातृ-सेवा का शुभारंभ

बेसहारा जरूरतमंद बच्चों की ऊंची शिक्षा तथा ऊंचे संस्कारों का कार्य तो पिछले पचीस वर्षों से कर ही रहा है। इसी कड़ी में बेसहारा जरूरतमंद वृद्ध माताओं का सेवा-कार्य भी मानव मंदिर मिशन ट्रष्ट ने अपने हाथ में ले लिया है। इसकी शुरूआत पूज्य गुरूदेव की मातृ भूमि सरदारशहर से जैन-अजैन तीस माताओं को गोद लेने के साथ जनवरी 2018 से शुरू कर दी गई है। इनको प्रति माह नकद-राशि के अलावा आवश्यक दवा, कंबल आदि सहयोग-सामग्री भी यथासंभव प्रदान की जाएगी। इसमें प्रमुख संयोजना पूज्य गुरूदेव के संसारपक्षीय छोटे भाई माणक शांति सिंघी की रही, जिसके लिए ये बधाई के पात्र हैं।

4 फरवरी, 2018 को होगा सुनाम-पदार्पण

इस वर्ष पूज्य गुरूदेव का सुनाम-पदार्पण 4 फरवरी, 2018 को होगा। इस अवसर पर 4 फरवरी को साध्वी मंजुश्री, साध्वी चांदकुमारी जी तथा साध्वी दीपांजी-भगिनी-त्रिपुटी की पुण्य स्मृति में- मानव मंदिर निःशुल्क सेवा केन्द्र का शुभारंभ भी होगा। इसके साथ ही पूज्य गुरूदेव के शिष्य योग-गुरू श्री अरूण योगी का पंच-दिवसीय योग-शिविर भी रहेगा। पंजाब के सभी धर्मानुरागी भक्त-जन इस दुर्लभ संत-समागम का लाभ लेंगे, ऐसा विश्वास है।

श्रीमती सोहनीदेवी बोथरा का संथारापूर्वक समाधि-मरण

श्रीमती सोहनीदेवी बोथरा, धर्म-पत्नी स्वर्गीय श्री भीखामचन्दजी बोथरा का 23 जनवरी, 2018 मंगलवार मध्यान्ह में संथारापूर्वक समाधि-मरण हो गया। वे 90 वर्ष की थी। विशेष उल्लेखनीय है आप पूज्य आचार्यश्री रूपचन्द्रजी की संसारपक्षीय सबसे बड़ी बहन थी। यों तो पिछले कई वर्षों से आप बीमार चल रही थी। अभी तीन-चार दिनों से जैसे शरीर ने साथ देना बिल्कुल छोड़ दिया था। सुपुत्र महेन्द्र बोथरा के निवेदन पर पूज्यवर 23 जनवरी प्रातः आवास पर पधारे। लग रहा था अब आयुष्य की डोर टूटने पर है। सोहनीबाई जब भी पूज्य गुरूदेव के दर्शनों का लाभ लेती, निवेदन करती, अंतिम समय में आप मुझे संथारा अवश्य करवाएं। 23 जनवरी को पूज्य गुरूदेव ने सोहनी बाई से कहा- अब आपका अंतिम समय नजदीक लगता है। अब आपकी इच्छा हो तो संथारे का पचक्खाण दिया जा सकता है। बोलने की शक्ति नहीं थी। इसलिए आपने हाथ ऊंचा करके संथारे की स्वीकृति दी। इससे पूर्व परिवार ने डॉक्टरों से चिकित्सा की दृष्टि से पूरा परामर्श कर लिया था। ढलती उम्र तथा शरीर की गिरती हुई स्थिति को देखते हुए कोई इलाज संभव नहीं लग रहा था। इस हालत में पूरा परिवार भी संथारे के लिए सहमत था। पूज्य गुरूदेव ने पिछले जीवन की आलोयणा करवाई तत्पश्चात् अरिहंत-सिद्ध भगवान की साक्षी से आजीवन संथारा प्रातः ग्यारह बजकर पांच मिनट पर करवा दिया। लगता है पूज्य गुरूदेव के मुख से उन्हें अरिहंत-शरहण और संथारे का ही इन्तजार था। वह अभिलाषा उनकी पूर्ण हुई। और बारह बजकर पचपन मिनट पर उन्होंने परिवार-संसार से बिदाई ले ली। रूग्ण-अवस्था में भी आप अपने नियम, सामायिक, जाप, प्रतिक्रमण आदि के प्रति पूर्ण सजग रहती। पूरे परिवार ने आपकी सेवा- चिकित्सा का प्रशंसनीय/अनुकरणीय उदाहरण प्रस्तुत किया है। सुपुत्र महेन्द्र, सुपुत्रियां लक्ष्मी, कंचन तथा भारती सहित भरे-पूरे परिवार के बीच आपने धर्म-आराधना का सफल जीवन जिया। इस प्रसंग पर पूज्य आचार्यश्री रूपचन्द्रजी तथा पूज्या प्रवर्तिनी साध्वीश्री मंजुलाश्री जी ने उनकी ऊर्ध्व गति तथा बंधन-मुक्ति की मंगल कामना की। मानव मंदिर मिशन तथा रूपरेखा परिवार की ओर से दिवंगत आत्मा के लिए भाव भरी श्रद्धांजलि।

संवेदना-संदेश

बहिन निर्मला से जानकारी मिली कि हनुमानमल अचानक काल-धर्म को प्राप्त हो गया। इस प्रकार की घटना अपने में एक प्रेरणा होती है कि मृत्यु किसी भी क्षण आ सकती है। भगवान महावीर इसीलिए फरमाते हैं जो जीवन अपने हाथ में है उसका अधिक-से-अधिक साधना-आराधना में सदुपयोग करें। हमारे प्रति हनुमानमल का विशेष श्रद्धा- अनुराग था। जब-तब दिल्ली-आगमन पर दर्शन-सेवा का लाभ लेता। उसके चले जाने से परिवार में कमी जरूर महसूस होगी। लेकिन नरेन्द्र, महेन्द्र, श्रीकांत सुपुत्र तथा परिवार के लिए यही संवेदना-संदेश है समता-भाव से इस घड़ी में उनकी विशेषताओं का स्मरण करते हुए परिवार की यशस्वी परंपरा को आगे बढ़ाएं।

आचार्य रूपचन्द्र, साध्वी मंजुलाश्री
मानव मंदिर, नई दिल्ली

-मानव मंदिर मिशन का मातृ सेवा प्रकल्प के अन्तर्गत पूज्य गुरूदेव आचार्यश्री रूपचन्द्र जी महाराज की पावन जन्मस्थली सरदारशहर में 30 बेसहारा महिलाओं को संस्था ने उनके भरण पोषण की जिम्मेवारी ली है। उससे जुड़ी कुछ उपरोक्त झलकियां- नकद राशि और दवाईयां वितरण करते आचार्यश्री रूपचन्द्र जी महाराज के शिष्य अरूण योगी।

-सेवा धाम प्लस (चिकित्सालय) द्वारा सराय काले खाँ गाँव, नई दिल्ली में 15 दिवसीय निःशुल्क प्राकृतिक, योग व आयुर्वेदिक शिविर के उद्घाटन के समय का एक दृश्य- साध्वी समताश्री के साथ हैं- श्रीमती दर्शना जाटव (निगम-पार्षद), योगी अरूण, श्री विनोद शर्मा व अन्य।

(1) **ऐतिहासिक पल-** रिंग रोड से निकलने वाले मार्ग का नाम- ''आचार्य रूपचंद्र मार्ग'' रखा गया।
(2) पूज्य गुरुदेव के सान्निध्य में व मानव मंदिर मिशन, नई दिल्ली में समागत (दायें से) भारतीय जनता पार्टी के दिल्ली प्रदेश अध्यक्ष श्री मनोज तिवारी, सांसद श्री महेश गिरी, (पूर्वी-दिल्ली), श्री सुशील कुमार जी (जिला कार्यवाहक-आर.एस.एस.), श्री राजपाल सिंह (अध्यक्ष-मध्य दिल्ली- एम.सी.डी.), साध्वी बृन्द, गुरूकुल के छात्र-छात्राएं व अन्य।

(1) पूज्य गुरूदेव आचार्यश्री से आशीर्वाद प्राप्त करते हुए (दायें से) श्री महेश तिवारी (आई.एफ.एस.), प्रो. रविंद्र कुमार (पूर्व कुलपति इग्नू), श्रीमती नीरज, योगी अरूण, साध्वी समताश्री, श्री उत्तम तिवारी (महासचिव ब्राह्मण समाज ऑफ इंडिया), डॉक्टर अरुण पांडेय (संस्थापक-टेक्नो-वैदिक मिशन) एवं श्री शैलेंद्र कुमार झा (सी.ए.)।
(2) मानव मंदिर गुरूकुल परिसर में छात्र एवं छात्राओं के साथ- श्री मनोज तिवारी जी एवं श्री महेश गिरी जी।

-इंडिया इंटरनेशनल सेंटर में एक विशेष गोष्ठी में (बायें से)- श्री अनूप शर्मा, प्रो. रविंद्र कुमार (पूर्व कुलपति-इग्नू) प्रो. दीनाबंधु पांडेय (सदस्य-आई.सी.एस.एस.आर.), प्रो. सचिन माहेश्वरी (डीन-डीयू), डॉक्टर अनिल, श्री अरुण योगी (अंतर्राष्ट्रीय योगाचार्य), डॉक्टर अरुण पांडेय (संस्थापक-टेक्नो-वैदिक मिशन), डॉक्टर सुधांसु त्रिवेदी (राष्ट्रीय प्रवक्ता-भाजपा), मेजर हर्ष कुमार (सचिव-एन.सी.आर.टी.), प्रो. एन.सी. बाधवा (कुलपति-मानव रचना विश्वविद्यालय), श्री ललित मिश्रा (संस्थापक-इंडोलोजी फाउंडेसन), प्रो. डी.डी. मिश्रा (अध्यक्ष-बाग-आई.आई.टी. धनबाद।

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)

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