आत्म स्वरूप
का साक्षात्कार

सहन करना
सीखें

सभी चक्रों में
समायी है ऊर्जा

www.sukhiparivar.com

₹25

समृद्ध सुखी परिवार

जनवरी 2014

ऋतु बदलाव का पर्व है मकर संक्राति

रंगों में छुपे हैं मन के संदेश

हंसी, खुशी और जीवन के सिद्धांत

सर्दियों में रखें त्वचा का खास ख्याल

जीवन का आधारभूत लक्ष्य है खुशी

समय के उत्सव एवं उल्लास की चौखट

TANISHK CREATIONS

B-4/1626, RAI BAHADUR ROAD, LUDHIANA - 141 008

Phone No. 0161-2740154, 98142-62392

Mfrs. of PREMIUM RANGE OF GIRLS, LADIES & GENTS NIGHT WEARS

—: SPECIALISTS IN :—

LONG KURTA ❖ 3PC SET ❖ MATERNITY WEAR ❖ JIM WEAR ❖ CAPRI SET & SLEX SUIT

समृद्ध सुखी परिवार

सुखी और समृद्ध परिवार का मुखपत्र

वर्ष : 4 अंक : 12

जनवरी 2014, मूल्य : 25 रु.

फिर आया वसंत

सर्दियों में रखें त्वचा का ख्याल

पहाड़ों की रानी: मसूरी

इस अंक में...

6	देवताओं का ब्रह्म मुहूर्त है मकर संक्रांति	नरेन्द्र देवांगन
7	सहन करना सीखें	संत मुरारी बापू
7	नमस्कार का महत्व	डॉ. कुमुद दुबे
8	हंसी, खुशी और जीवन के सिद्धांत	अमृत साधना
8	चरण स्पर्श व आशीर्वाद के लाभ	राहुल फूलफगर
9	ईश्वर की अवधारणा	रॉबर्ट विंसटन
9	चरणामृत के लाभ	किरन लखोटिया
10	फिर आया वसंत	अनवर अली
11	सभी चक्रों में समायी है ऊर्जा	महायोगी पायलट बाबा
12	स्वयं को भी देखें	आचार्य महाश्रमण
13	ऋतु बदलाव का पर्व मकर संक्रांति	डॉ. हनुमान प्रसाद उत्तम
14	आत्म कल्याण की एक साधना है दान	लाजपत राय सभरवाल
15	रंगों में छुपे हैं मन के संदेश	मुरली कांठेड़
16	तीसरी आंख से होता है दर्शन	सद्गुरु जग्गी वासुदेव
16	गाय के गोबर को इसलिए पवित्र माना जाता है	राकेश झा
17	चरित्र निर्माण की प्रथम एवं प्रधान शिल्पी माता	पी. डी. सिंह
18	शनिदेव ने बताया लक्ष्मीजी को एक राज	मनोज कुमार कश्यप
18	जीवन के तीन सूत्र	मुनि बुद्धिमल्ल
19	पूजा सामग्री का लौकिक महत्व	बेला गर्ग
19	सर्दियों में रखें त्वचा का खास ख्याल	भारती कांठेड़
20	अपनी सेवा भी करना सीखें	स्वामी चक्रपाणि
20	आरती लेने के लाभ	विनोद किला
21	बन्दे मातरम्	जे. पी. श्रीवास्तव
22	चलें वापस स्रोत की ओर	स्वामी सुखबोधानंद
22	जीवन की सापेक्षता	आचार्य महाप्रज्ञ
23	सहेजें सांझी विरासत	आरती जैन-खुशबू जैन
26	श्रम और परोपकार ही असली पूजा और बंदगी है	जगजीत सिंह
27	केवल भौतिकतावाद से कल्याण संभव नहीं	डॉ. कमलेश रानी अग्रवाल
28	समय के उत्सव एवं उल्लास की चौखट	मंजुला जैन
29	स्वप्न के परिणाम	गीतांजलि 'गीत'
30	विवश थे भीष्म	शिव बचन चौबे
31	मधु संचय	आचार्य विजय नित्यानंद सूरि
31	वैष्णव जन... नरसी मेहता	डॉ. हरिकृष्ण देवसरे
32	नये क्षितिज का निर्माण करें	साध्वीप्रमुखा कनकप्रभा
33	सत्याग्रह की तकनीक	महात्मा गांधी
34	भगवान श्रीकृष्ण एक दूरदर्शी योजनाकार	पराग सिंहल
35	इनके प्राण नहीं ले गये यमराज	अभय कुमार जैन
36	अतुलनीय है गीता का संदेश	डॉ. विजयप्रकाश त्रिपाठी
37	मद्यपान के नुकसान	डॉ. दिलीप धींग
38	जीवन का आधारभूत लक्ष्य है खुशी	आचार्य सुदर्शन
38	गाजर से स्वास्थ्य लाभ	जया शुक्ला
39	आत्मछवि उन्नयन एवं व्यक्तित्व विकास	रूपनारायण काबरा
40	Maya and its Effects	Mirle Kartik
40	self-driven Leadership Lessons	Anant G Nadkarni
41	Control of the Tongue	Bernard Moras
42	सार्थक और शाश्वत कर्म है प्रभु भक्ति	रामकिशोर सिंह 'विरागी'
42	जीवन में बाधा मुक्ति के उपाय	डॉ. प्रेम गुप्ता
43	धरती और आकाश को जोड़ती है पतंग	चन्द्रप्रकाश शर्मा
45	पहाड़ों की रानी: मसूरी	पुखराज सेठिया
46	आत्म स्वरूप का साक्षात्कार	गणि राजेन्द्र विजय

मार्गदर्शक: **गणि राजेन्द्र विजय** संपादक: **ललित गर्ग** (9811051133)

डिजाइन: **कल्पना प्रिंटोग्राफिक्स** (9910406059) वितरण व्यवस्थापक: **बरुण कुमार सिंह** +91-9968126797, 011-29847741, **कार्यालय:** ई-253, सरस्वती कुंज अपार्टमेंट, 25 आई.पी. एक्सटेंशन, पटपड़गंज दिल्ली-110092

फोन: 011-22727486, **E-mail: lalitgarg11@gmail.com**

शुल्क: वार्षिक: 300 रु., दस वर्षीय: 2100 रु., पंद्रह वर्षीय: 3100 रु.

Published, Printed, Edited and owned by Lalit Garg from E-253, Saraswati Kunj Appartment, 25 I.P. Extn. Patparganj, Delhi-110092. Printed at : Bookman Printers, A-121, Vikas Marg, Shakarpur, Delhi-110092. Editor : Lalit Garg

मत–सम्मत

आप की पत्रिका का अगस्त-2013 अंक प्राप्त कर प्रसन्नता हुई। रंगीन आयाम व विषयानुकूल छायाचित्रों सहित प्रकाशन के कारण पत्रिका मोहक तथा बोधगम्य हो गई है। हर वर्ग व मानसिकता के पाठक को अपनी रुचि अनुसार पठनीय सामग्री प्रकाशित मिलती है। इस संपादन कला हेतु शुभकामनाएं देता हूं।

–डॉ. कुलभूषण लाल मखीजा
16, राघवेन्द्र नगर, ग्वालियर-474002

समृद्ध सुखी परिवार पत्रिका के अंक नियमित मिल रहे हैं। परिवार, अड़ोस-पड़ोस, एवं इष्ट मित्रों के साथ पत्रिका से लाभ प्राप्त कर रहा है। पत्रिका की उपादेयता कितनी मूल्यवान है, इसका शब्दों से उल्लेख करना कठिन प्रतीत हो रहा है। आपका प्रयास स्वागतेय है।

–शिवशरण दुबे
दमदमहा पुल के पास, कटनी रोड
बरहां-483770 (म.प्र.)

आपके द्वारा प्रेषित 'समृद्ध सुखी परिवार' पाकर मैं धन्य हो गया। गर्ग साहब आपका लेख पढ़ा आदर्श राजनीति का संकल्प हो मन को छू गया। दिये तले अंधेरे को कैसे मिटाये और कथनी और करनी की समानता को कैसे आए इस बात को अगर महत्व दिया जाए तो समाज एवं देश को उच्च शिखर पहुंचाने का बहुत बड़ा प्रयास रहेगा, आम जनता की जमीनी आवश्यका को ध्यान में रखकर अगर कार्य करे तो देश का विकास होने में ज्यादा समय नहीं लगेगा। पत्रिका में छपे विशेष तौ।र पर प्रेम ही परमेश्वर है, दौलत दिमाग में होती है तिजोरी में नहीं, सभी मजहबों का भगवान एक ही है, प्रगति के सोपान, आओ फिर से दिया जलाएं, बंधु मत करना अभी विश्राम, दल से बड़ा राष्ट्र है, प्रभु की देन को बांटना सीखो आदि लेख मुझे सारगर्भित लगे। मेरी ओर से समृद्ध सुखी परिवार की समस्त टीम को बधाई।

–गौरीशंकर उपाध्याय 'उदय'
बी-46, सार्थक नगर, उज्जैन (म.प्र.)

समृद्ध सुखी परिवार पत्रिका के सभी अंक एक से बढ़कर एक हैं। दैनिक जीवन को सुंदरतम बनाने के लिए जो भी विषय उपादेय हो सकते हैं, पत्रिका में आप उनको चयनित कर पाठकों तक पहुंचा कर ज्ञानवर्धन कर जो महत्वपूर्ण कार्य कर रहे हैं, वह प्रशंसनीय है। भारतीय संस्कृति और मूल्यों की पोषक यह पत्रिका मानव के तन-मन और आत्मा सबकी क्षुधा शांत कर जो सुकून प्रदान कर रही है, वह उसे अन्य पत्रिकाओं से विशिष्टता की श्रेणी में ला खड़ा करता है। जीवन का हर क्षेत्र आप समाहित कर इसे उपयोगी के साथ रोचक भी बना रहे हैं। इसकी आकर्षक कलेवर, सुंदर मुखपृष्ठ, रंगीन चित्रांकन के साथ विषय विविधता, गुणात्मकता प्रभावित सहज ही मन को प्रभावित कर लेता है।

–कौशल्या अग्रवाल
18, ओल्ड सर्वे रोड, देहरादून-248001

कलम के एक सच्चे सिपाही की भांति आप पत्रकारिता धर्म का पूरी निष्ठा एवं ईमानदारी के साथ पालन करते हुए समाज को एक नई दिशा दे रहे हैं। इसके साथ ही आप लोकतंत्र के चौथे एवं मजबूत स्तंभ को और अधिक शक्तिशाली भी बना रहे हैं। इस अत्यंत ही समाजोपयोगी कार्य को करने के लिए आप हमारी ओर से ढेर सारी बधाइयां स्वीकार करने की कृपा करें।

–डॉ. जगदीश गांधी
प्रबंधक: सिटी मांटेसरी स्कूल, लखनऊ

समृद्ध सुखी परिवार मासिक पत्रिका के दिसम्बर-2012 अंक में 'माउंट आबू' लेख पढ़ने का अवसर मिला। 'माउंड आबू' प्रसिद्ध तीर्थ स्थल है, पर्यटन स्थल है। इसके बारे में लोगों में जिज्ञासा और उत्सुकता रहती है और आपने लेख के माध्यम से एक साथ यहां पर विराजमान मंदिरों, पावन स्थलों आदि का विवरण दिया है। इससे लोगों को जानने में सुविधा होती है।

–रामकिशोर सिंह 'विरागी'
काजीपुर क्वार्टर्स, डॉ. ए.के.सेन पथ
पटना-800004 (बिहार)

समृद्ध सुखी परिवार मासिक पत्रिका का नवम्बर-2013 अंक प्राप्त हुआ। पत्रिका पहली बार देखी है, देखकर आत्मिक खुशी हुई। पत्रिका का कवर अत्यंत आकर्षक है जो देखते ही मनमोह लेती है। पत्रिका अध्यात्म, धर्म, ज्ञान-विज्ञान, जीवन दर्शन, घर-परिवार, योग, दिशाबोध की सामग्री का खजाना है। पत्रिका की सामग्री पठनीय, रोचक, ज्ञानवर्धक है। भूमंडलीकरण, उदारीकरण के व्यावसायिक युग में पत्रिका साहित्यकारों, सुधी पाठकों को आंतरिक खुशी देती है। क्योंकि आजकल अच्छी पत्रिकाओं की कमी है। आपके संपादन ने पत्रिका को चार चांद लगा दिए हैं। पत्रिका उत्तरोत्तर प्रगति करें, यही शुभकामना है।

–वंदना सक्सेना
एम.आई.जी., एफ-1, ब्लॉक-एफ
पानी की टंकी के पास, सरस्वती नगर
भोपाल-462003 (म.प्र.)

समृद्ध सुखी परिवार मासिक पत्रिका बराबर मिल रही है। परिवार के संस्कारों को समृद्ध बनाने के लिए पत्रिका के योगदान को भुलाया नहीं जा सकता। आपका श्रम सार्थक है।

–सत्यनारायण भटनागर
2, एम.आई.जी. देवरा देवनारायण नगर
रतलाम-457001 (म.प्र.)

समृद्ध सुखी परिवार नवम्बर-2013 अंक प्राप्त हुआ। घर-परिवार से लेकर अध्यात्म, जीवन-दर्शन, कविता, समाज और संस्कृति सभी प्रखंड उठाये गये हैं और उनका समुचित समाधान भी सुझाया गया है। निस्संदेह आज दागी राजनीति के खिलाफ संकल्प लेकर खड़े होने की जरूरत है। जिससे व्याधि भुखमरी भ्रष्टाचार मुक्त भारत का उदय-उत्थान हो सके। ऐसे बेबाक और निष्पक्ष लेखन के लिए बधाई अभिनंदन।

–श्याम श्रीवास्तव
988, सेक्टर-आई, कानपुर रोड
लखनऊ-226012 (उ.प्र.)

समृद्ध सुखी परिवार बहुत समृद्ध पत्रिका है। आद्योपान्त अवलोकन किया। अध्यात्म को समर्पित यह पत्रिका जीवन की सही मार्गदर्शक बनेगी, ऐसी मेरी शुभकामनाएं हैं। इस पत्रिका को पढ़कर लगा कि साहित्य भी जीवन को एक दिशा दे सकता है, सिद्ध हुआ।

–डॉ. गोपाल कृष्ण भट्ट 'आकुल'
'सान्निध्य', 817, महावीर नगर-2
कोटा-324005 (राजस्थान)

समृद्ध सुखी परिवार नवम्बर-2013 का आकर्षित अंक मिला। प्रत्येक विषय पर विद्वानों के सटीक लेखों और अटलजी के गीत ने सही जीवन जीने का सोपान दिया है, हार्दिक शुभकामनाएं।

–यशवंत दीक्षित
96/2, मेहतवास, पो. बिरलाग्राम
नागदा-456331, जिला उज्जैन (म.प्र.)

बेबाक, समीचीन, सटीक संपादकीय एवं घर-परिवार, ज्ञान-विज्ञान, जीवन-दर्शन, अध्यात्म, योग, दिशाबोध, पर्यटन पर विविध मनीषियों का समग्रता से संयत रूपेण सुरुचि व सुनीति दोनों को जागृत करता यह अंक भरोसा दिलाता है कि सभ्यताओं की बुनियादी इकाई परिवार कुछ एक दशकों तक और इस धरती पर तमाम झंझावतों के बावजूद सुखी समृद्ध रह सकेगी।

–पं. मुकेश चतुर्वेदी 'समीर'
छोटी देवी बाईसा मोहाल
नर-नारायण वार्ड, सागर-2 (म.प्र.)

संपादकीय

अंधेरे से उजाले की ओर बढ़ाएं कदम

जब 'समृद्ध सुखी परिवार' मासिक का यह अंक आपके हाथों में पहुंचेगा, नववर्ष प्रारम्भ हो चुका होगा। बीता वर्ष एक घटना बहुल वर्ष रहा। राष्ट्रीय-अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर अनेक घटनायें घटित हुईं, जिसने विश्व मानव को प्रभावित किया। देश की राजनीति में जहां आम आदमी पार्टी का उदय हुआ, वहीं भ्रष्टाचार, राजनीतिक अपराधीकरण एवं चारित्रिक हनन की घटनाओं ने शर्मसार किया। आशाराम बापू से लेकर पत्रकार तेजपाल, न्यायाधीश गांगुली तक चारित्रिक धुंधलकों के शिकार हुए। जाति और रंगभेद के संघर्ष के प्रतीकपुरुष अहिंसा के महानायक मंडेला का चिरनिद्रा में लीन होना- जाते हुए साल की एक बड़ी क्षति है।

देश में बीता वर्ष भ्रष्टाचार, भ्रष्टाचार के खिलाफ संघर्ष, बलात्कार- व्यभिचार और इनके खिलाफ संघर्ष, प्राकृतिक आपदा, साम्प्रदायिक तनाव व सत्ता-परिवर्तन का रहा। ये रोग नहीं, ये तो कैंसर हैं जो देश की एकता, अखण्डता व शांति को निगलते रहे हैं। दूसरी ओर सरकारों की ओर से सभी को अमीर बना देंगे, हर हाथ को काम मिलेगा, सभी के लिए मकान होंगे, सड़कें, स्कूल-अस्पताल होंगे, बिजली और पानी होगा- जैसे स्वप्न वातावरण में घुले- मिले रहे। जनता मीठे स्वप्न लेती रही। पर यह दुनिया का आठवां आश्चर्य है कि कोई भी लक्ष्य अपनी समग्रता के साथ प्राप्त नहीं हुआ। मतदाता हर बार ठगा गया, भरमाया गया। फिर भी उसकी आंखें क्यों नहीं खुलती? अब तो लोकतंत्र में अडिग विश्वास रखने वाले भी राजनीतिज्ञों के चरित्र देखकर शंकित हो उठे हैं। क्या होगा? कौन सम्भालेगा इस देश को? पूरा वर्ष तनाव, भय, उत्पीड़न, हिंसा, भ्रष्टाचार, कामुकता, अविश्वास, महंगाई, अनिश्चितता की पीड़ा में बीता।

इन सबके बीच एक छोटी-सी किरण है, जो सूर्य का प्रकाश भी देती है और चन्द्रमा की ठण्डक भी। और सबसे बड़ी बात, वह यह कहती है कि 'अभी सभी कुछ समाप्त नहीं हुआ। अभी भी सब कुछ ठीक हो सकता है।' मनुष्य मन का यह विश्वास कोई स्वप्न नहीं, जो कभी पूरा नहीं होता। इस तरह का संकल्प कोई रणनीति नहीं है, जिसे कोई वाद स्थापित कर शासन चलाना है। यह तो आदमी को इन्सान बनाने के लिए ताजी हवा की खिड़की है।

जाते हुए वर्ष को अलविदा कहते हुए हमें नए वर्ष की दस्तक आह्वान कर रही है कि अतीत की भूलों से हमें सीख लें और भविष्य के प्रति नए सपने, नए संकल्प बुनें। अतीत में जो खो दिया उसका मातम न मनाएं। हमारे भीतर अनन्त शक्ति का स्रोत बह रहा है। समय का हर टुकड़ा विकास एवं सार्थक जीवन का आईना बन सकता है। हम फिर से वह सब कुछ पा सकते हैं, जिसे अपनी दुर्बलताओं, विसंगतियों, प्रमाद या आलस्यवश पा नहीं सकते थे। मन में संकल्प एवं संकल्पना जीवंत बनी रहना जरूरी है।

हर बार संकल्प पूरे हों, यह बिल्कुल जरूरी नहीं, क्योंकि जज्बा तब तक लोहा भर है, जब तक मन में दृढ़ता का बसेरा न हो। दृढ़ता आए तो यही जज्बा इस्पात बन जाता है। ऐसा न होने तक द्वंद्व किसी खलनायक की तरह इच्छा को पहले संकल्प नहीं बनने देता और फिर नकारात्मक सोच के सहारे उसे भटकाने में लगा रहता है। द्वंद्व, यानी यह विचार-जो मैं करना चाहता, वह पूरा होगा या नहीं। हो भी गया तो हाथ क्या आएगा... आदि-इत्यादि। हां, एक बार कुछ पा लेने का विचार मन में गहरे तक बैठ गया और इस हद तक मजबूत हो गया कि उसके सिवा कुछ और दिखे ही नहीं तो फिर उस संकल्प का पूर्ण होना आदि सत्य हो जाता है। दृढ़ इच्छाशक्ति और उसके लिए जरूरी मेहनत इनका संयोग ही आपको अपराजेय बनाता है, अमिताभ बनाता है। नया वर्ष कुछ ऐसी ही आशा और विश्वास की किरणों से सृजित हो।

आप अपनी जिंदगी किस तरह जीना चाहते हैं? यह तय होना जरूरी है, आखिरकार जिंदगी है आपकी! यकीनन, आप जवाब देंगे-जिंदगी तो अच्छी तरह जीने का ही मन है। यह भाव, ऐसी इच्छा इस तरह का जवाब बताता है कि आपके मन में सकारात्मकता लबालब है, लेकिन यहीं एक अहम प्रश्न उठता है-जिंदगी क्या है, इसके मायने क्या है? इसका यही निष्कर्ष सामने आया है कि दूसरों के भले के लिए जो सांसें हमने जी है, वही जिंदगी है पर कोई जीवन अर्थवान कब और कैसे हो पाता है, यह जानना बेहद आवश्यक है।

दरअसल, जीवन एक व्यवस्था है। ऐसी व्यवस्था, जो जड़ नहीं, चेतन है। स्थिर नहीं, गतिमान है। इसमें लगातार बदलाव भी होने है। जिंदगी की अपनी एक फिलासफी है, यानी जीवन-दर्शन। सनातन सत्य के कुछ सूत्र, जो बताते हैं कि जीवन की अर्थवत्ता किन बातों में है। ये सूत्र हमारी जड़ों में हैं-पुरातन ग्रंथों में, हमारी संस्कृति में, दादा-दादी के किस्सों में, लोकगीतों में। जीवन के मंत्र ऋचाओं से लेकर संगीत के नाद तक समाहित है। हम इन्हें कई बार समझ लेते हैं, ग्रहण कर पाते हैं तो कहीं-कहीं भटक जाते हैं और जब-जब ऐसा होता है, जिंदगी की खूबसूरती गुमशुदा हो जाती है।

हम केवल घर को ही देखते रहेंगे तो बहुत पिछड़ जायेंगे और केवल बाहर को देखते रहेंगे तो टूट जायेंगे। मकान की नींव देखें बिना मंजिलें बना लेना खतरनाक है पर अगर नींव मजबूत है और फिर मंजिल नहीं बनाते तो अकर्मण्यता है। स्वयं का भी विकास और समाज का भी विकास, यही समष्टिवाद है और यही धर्म है। निजीवाद कभी धर्म नहीं रहा। जीवन वही सार्थक है, जो समष्टिवाद से प्रेरित है। केवल अपना उपकार ही नहीं परोपकार भी करना है। अपने लिए नहीं दूसरों के लिए भी जीना है। यह हमारा दायित्व भी है और ऋण भी, जो हमें अपने समाज और अपनी मातृभूमि को चुकाना है।

परशुराम ने यही बात भगवान कृष्ण को सुदर्शन चक्र देते हुए कही थी कि वासुदेव कृष्ण, तुम बहुत माखन खा चुके, बहुत लीलाएं कर चुके, बहुत बांसुरी बजा चुके, अब वह करो जिसके लिए तुम धरती पर आये हो। परशुराम के ये शब्द जीवन की अपेक्षा को न केवल उद्घाटित करते हैं, बल्कि जीवन की सच्चाइयों को परत-दर-परत खोलकर रख देते हैं। हम चिन्तन के हर मोड़ पर कई भ्रम पाल लेते हैं। कभी नजदीक तथा कभी दूर के बीच सच को खोजते रहते हैं। इस असमंजस में सदैव सबसे अधिक जो प्रभावित होती है, वह है हमारी युग के साथ आगे बढ़ने की गति। राजनीति में यह स्वीकृत तथ्य है कि पैर का कांटा निकालने तक ठहरने से ही पिछड़ जाते हैं। प्रतिक्षण और प्रति अवसर का यह महत्व जिसने भी नजर अन्दाज किया, उसने उपलब्धि को दूर कर दिया। नियति एक बार एक ही क्षण देती है और दूसरा क्षण देने से पहले उसे वापिस ले लेती है। वर्तमान भविष्य से नहीं अतीत से बनता है। शेष जीवन का एक-एक क्षण जीना है- अपने लिए, दूसरों के लिए यह संकल्प सदुपयोग का संकल्प होगा, दुरुपयोग का नहीं। बस यहीं से शुरू होता है नीर-क्षीर का दृष्टिकोण। यहीं से उठता है अंधेरे से उजाले की ओर पहला कदम।

किंपलिंग की विश्व प्रसिद्ध पंक्ति है-'पूर्व और पश्चिम कभी नहीं मिलते।' पर मैं देख रहा हूं कि पुराना और नया मिलकर संवाद स्थापित कर रहे हैं। जाता हुआ पुराना वर्ष नये वर्ष के कान में कह रहा है, 'मैंने आंधियाँ अपने सीने पर झेली हैं, तू तूफान झेल लेना, पर मन के विश्वास को टूटने मत देना, संकल्प के दीपक को बुझने मत देना।'

देवताओं का ब्रह्म मुहूर्त है मकर संक्रांति

नरेन्द्र देवांगन

मकर संक्रांति का पर्व हर साल 14 जनवरी को मनाया जाता है। वसंत के आने के पूर्व तैयारी का पर्व है मकर संक्रांति। इस दिन सूर्य अपना अयन बदलता है अर्थात भास्कर भगवान धनु राशि से मकर राशि में प्रवेश करके उत्तरायण हो जाते हैं।

मकर संक्रांति अंग्रेजी 'ग्रेगोरियन कैलेंडर' की 14 जनवरी को ही आती है, इसलिए इसकी आगमन पद्धति अन्य त्योहारों से भिन्न है। मकर आदि छह तथा कर्क आदि छह राशियों का भोग करते समय सूर्य देव क्रमशः उत्तरायण और दक्षिणायन में रहते हैं। इसी दिन से सूर्य देव के उत्तरायण होने से देवताओं का ब्रह्म मुहुर्त प्रारंभ हो जाता है। अतः उत्तरायण होने पर वे देवताओं के अधिपति तथा दक्षिणायन होने पर पितरों के अधिपति होते हैं। सूर्य के उत्तरायण होने के विषय में गीता के आठवें अध्याय में श्रीकृष्ण कहते हैं कि जो ब्रह्मवेत्ता योगी उत्तरायण सूर्य के छह मास, दिन के प्रकाश, शुक्ल पक्ष आदि में प्राण त्यागते हैं, वे ब्रह्म को प्राप्त होते हैं।

लोक कथा के अनुसार मकर संक्रांति का प्रारंभ गुरु गोरखनाथ द्वारा हुआ। गोरखनाथ मंदिर में इस दिन खिचड़ी मेला लगता है। एक पौराणिक कथा के अनुसार इसी दिन भगवान विष्णु ने शंखासुर का वध करके त्रिवेणी में स्नान किया था तभी से स्नान का महत्व बढ़ने लगा। ऐसी भी मान्यता है कि आज ही के दिन श्रीकृष्ण ने मामा कंस द्वारा भेजी गई लोहिता नाम की राक्षसी का वध किया था। इस घटना के फलस्वरूप मकर संक्रांति के दिन पंजाब, हरियाणा, जम्मू-कश्मीर आदि उत्तर भारतीय राज्यों में लोहड़ी का पर्व धूमधाम से मनाया जाता है।

मकर संक्रांति का पूरा दिन पुण्य काल के रूप में मनाया जाता है। तीर्थराज प्रयाग और गंगा सागर का मकर संक्रांति पर्व विशेष रूप से प्रसिद्ध है। शिव रहस्य ग्रंथ में वर्णित है कि इस दिन तिल का दान महाफलदायी है। कहा जाता है कि आज के दिन सूर्योदय से पूर्व स्नान करने से दस हजार गोदान का फल प्राप्त होता है। इस दिन खिचड़ी दान, वस्त्र दान, गुड़-तिल, गोदान आदि से मनोकामनाओं की पूर्ति होती है।

पद्मपुराण की एक कथा के अनुसार प्राचीन काल में नर्मदा नदी के तट पर सुव्रत नाम का ब्राह्मण रहता था। वह वेद-पुराण का ज्ञाता तो था ही, ज्योतिष, तंत्र विद्या, योग शास्त्र और तर्क शास्त्र में भी पारंगत था। इतना सब कुछ होने के बावजूद उसने इन विधाओं का धर्म प्रचार की जगह धन कमाने के लिए किया। वह धन प्राप्ति में इतना पागल हो गया कि चांडाल से भी स्वर्ण मुद्राएं ले लीं। बुढ़ापे के दिनों में वह सोचने लगा कि मरने के बाद इस धन का क्या होगा? क्योंकि परलोक के लिए तो उसने कुछ भी नहीं किया, फिर उद्धार कैसे होगा? इसी दौरान चोर चोरी करके उसका सारा धन ले गए। मगर वह इस चोरी से परेशान नहीं हुआ, क्योंकि धन की नश्वरता का तो उसे ज्ञान था ही। वह अपने उद्धार की सोचने लगा तो उसे शास्त्रों में लिखा स्मरण हो आया कि माघ माह में जो शीतल जल में डुबकी लगाता है, वह न सिर्फ पाप मुक्त हो जाता है। सुव्रत तुरंत नर्मदा में स्नान के लिए निकल पड़ा। कहते हैं कि वह नौ दिनों तक श्रद्धापूर्वक नर्मदा के जल में स्नान करता रहा। दसवें दिन उसके प्राण निकल गए। उसके बाद सुव्रत के लिए एक दिव्य विमान आया, जो उसे स्वर्ग लोक ले गया। माघ स्नान ने उसे मोक्ष दिला दिया और स्वर्ग लोक भी। माघ स्नान की हर तिथि व हर दिन एक पर्व के समान है। इसलिए पूरे मास में स्नान करना चाहिए। अगर किसी कारणवश पूरे मास न नहा सकें तो पूरे माह में तीन दिन या एक दिन का किया स्नान भी पुण्यदायी है।

महाभारत की एक कथा के अनुसार इच्छामृत्यु प्राप्त भीष्म पितामह ने 56 दिनों तक शर शैया पर इसलिए पड़े रहना उचित समझा, क्योंकि तब दक्षिणायन था और सूर्य के दक्षिणायन में वह प्राण त्यागना नहीं चाहते थे। सूर्य के उत्तरायण होने पर माघ माह की शुक्ल अष्टमी को उन्होंने प्राण त्यागे थे।

हमारी प्राचीन ग्रंथों में मकर संक्रांति के संदर्भ में अनेक उल्लेख मिलते हैं। शिव रहस्य ग्रंथ में तिल के दान का महात्मय बताया गया है, तो ब्रह्माण्ड पुराण के अनुसार यशोदा ने ताम्बूल दान करके कृष्ण के समान तेजस्वी पुत्र प्राप्त किया। इसीलिए अनेक क्षेत्रों में स्त्रियां आज भी पुत्र प्राप्ति की इच्छापूर्ति के लिए विशेष रूप से दान करती हैं। इस बात का उल्लेख पद्मपुराण में भी मिलता है। भविष्योत्तर पुराण में कृष्ण-अर्जुन के संवाद में सूर्य देवता को त्रिदेवों (ब्रह्मा, विष्णु, महेश) के गुणों से विभूषित किया गया है, जिसका अर्थ है सूर्य उदय काल में ब्रह्मा, मध्याह्न काल में महेश्वर और सायं काल में विष्णु रूप है। तंत्र शास्त्र के अनुसार सूर्य उपासना से सात पीढ़ी से चली आ रही दरिद्रता का अंत होता है। मनुस्मृति में कहा गया है कि सूर्य से वर्षा, वर्षा से अन्न और अन्न से प्रजा का जन्म होता है। वेदों में सूर्य देव की आराधना इस प्रकार की गई है, 'हे सूर्यदेव आप अन्नदाता और अन्नपूर्णा हैं। आपकी किरणें वनस्पतियों द्वारा भोजन बनाने में सहायक हैं। आपके प्रकाश के अभाव में पत्ते पीले पड़ जाते हैं।' गायत्री मंत्र में सूर्य को सविता के रूप में संबोधित किया गया है।

इस प्रकार मकर संक्रांति पर्व भगवान भुवन भास्कर की उपासना तथा स्नान दान का पर्व है, जिससे सुख-समृद्धि, सहयोग की भावना, धन-धान्य तथा स्वास्थ्य की प्राप्ति होती है।

-नरेन्द्र फोटो कॉपी
पो. खरोरा-493225,
जिला-रायपुर (छ.ग.)

सहन करना सीखें

संत मुरारी बापू

सड़क पर एक कार अचानक एक बाइक से टकरा गई। किसी को चोट नहीं आई, लेकिन फिर भी दोनों के मालिक झगड़ पड़े। मरने मारने पर उतारू हो गए। आजकल ये दृश्य बहुत आम हैं। कोई यह नहीं समझना चाहता कि लोगों के बीच आपसी स्नेह सबसे पहले जरूरी है। उसके बाद ही समर्पण, सहनशीलता और शौर्य का नंबर आता है। इन सबके बाद ही कोई राष्ट्र विकास के पथ पर दौड़ सकता है। लोगों के बीच ऐसा संवाद हो कि व्यक्ति, समाज, राष्ट्र और यह समूचा विश्व आनंद से भर जाए।

प्रेम और शांति के अभाव में दुनिया की सारी दौलत बेकार है। रामचरितमानस के सातों सोपान हमें यही संदेश देते हैं। बाल कांड का संदेश है कि जन-जन के बीच स्नेह हो प्रेम हो। समाज के बड़े लोग छोटों से स्नेह करें।

अयोध्या कांड समर्पण और त्याग के लिए प्रेरित करता है कि ज्यादा से ज्यादा त्याग करें। उस परमतत्व की प्राप्ति इससे नहीं होगी कि तुम कितने बलशाली हो, कितने ऐश्वर्यशाली हो, कितने बड़े धनवान हो, बल्कि इस बात से होगी कि तुम कितने बड़े त्यागी हो। अरण्य कांड संदेश देता है कि एक दूसरे के लिए हम सहन करना सीखें। राष्ट्र में लोगों के बीच इस बात की स्पर्धा हो कि कौन ज्यादा से ज्यादा स्नेह, समर्पण और त्याग करें। उसी के साथ-साथ सहनशीलता की भी स्पर्धा हो, शौर्य की भी स्पर्धा हो, लेकिन इसका मतलब यह कदापि नहीं है कि बल दिखाकर दूसरों को परेशान करें। शौर्य माने पहले सत्य, शांति और फिर भक्ति के लिए पहल। इन सबकी आज राष्ट्र को आवश्यकता है। सेतुबंध और समन्वय की जरूरत है। दिल से दिल का प्रेम हो। पड़ोसी भूखा न सोए। यह दर्द हर इंसान के दिल में हो। यदि संसार में किसी से संघर्ष करना भी पड़े तो पहले सेतुबंध, यानी शांत और मित्रता के हर संभव प्रयास होने चाहिए। किसी को मारने काटने के लिए नहीं बल्कि तारने के लिए कदम आगे बढ़ाना है। हमारा राष्ट्र विकास की ऊंचाइयों को छू रहा है, लेकिन अभी और भी आगे बढ़ना है। यह तभी होगा जब देश का इंसान, इंसान से प्रेम करे एक दूसरे के प्रति सद्भावना रखे। जिस दिन समाचार में पढ़ता हूं कि अमुक ने भूख से दम तोड़ दिया, उस दिन मुझे भोजन अच्छा नहीं लगता। रात में नींद नहीं आती। हमारे शास्त्र कहते हैं- समस्त समस्याओं का समाधान रामचरितमानस में निहित है। आज समस्या यह है कि समाज में आडम्बर और कट्टरता बढ़ गई है।

कुछ ऐसे तत्व आ गए हैं कि जिनके कारण हम समस्या के निराकरण को पूर्वाग्रह के कारण स्वीकार करना भूल गए। नहीं तो कौन-सी समस्या है कि जिसका समाधान रामचरित मानस हमें नहीं देती। लेकिन उसके लिए केवल खुला मन, ग्रंथि मुक्त बुद्धि, विक्षेप मुक्ति चित्त और अहंकार मुक्त अपना जीवन चाहिए। जीवन में आवश्यकता इस बात की है हम समर्पण, सहनशीलता और स्नेह करना सीखें। हम मानस के सुझाए मार्ग पर चलें तो सही।

तुलसीदास ने कहा कि जीवन में इन सात चीजों में से एक भी तुम्हें मिल जाए तो समझना शकुन ठीक है। क्या हैं ये सात चीजें-

सुधा, साधु सरतरू, सुमन,
सुफल, सुहावनि बात।
तुलसी सीतापति भक्ति
सगुन सुमंगल सात।

अमृत के बारे में सुना है कि इसे देवता पीते हैं और यह स्वर्ग में मिलता है। कोई कहता है कि यह नागों के पास पाताल में मिलता है। इस पृथ्वी पर मिलना कठिन है। उसके लिए कहां-कहां भटकोगे। लेकिन कहते हैं जहां मानस और श्रीमद् भागवत का प्रवचन होता है यह सातों अपने आप आ जाते हैं। ●

नमस्कार का महत्व

:: डॉ. कुमुद दुबे ::

एक समय था, जब नमस्कार करने की एक विशेष प्रथा थी जिसके कारण सभी स्वस्थ रहते थे। जब घरों में कोई अतिथि आते हैं तो कुछ खाना-पीना अवश्य होता है। उन अतिथि के साथ परिवार के सदस्य भी खाते हैं, जो कि विशेष रूप से मेहमान के लिए बनाया जाता है, जबकि दैनिक दिनचर्या में हम सात्विक एवं हल्का भोजन ही खाते हैं।

इस विशेष रूप से बनाए जाने वाले भोजन को पचाने के लिए व्यायामयुक्त नमस्कार करने की प्रथा बनायी गई है। नमस्कार करने से हमारा अहंकार नष्ट होता है। विनय गुण नम्रता विकसित होती है एवं मन शुद्ध होता है। अतः प्रथम नमस्कार अपनी ओर से ही करना चाहिए। बड़ों को प्रणाम अथवा चरण स्पर्श करने से आयु, सम्मान, तेज में वृद्धि होती है।

संत-महात्माओं के दर्शन मात्र और चरण स्पर्श से तीन जन्मों के पाप नष्ट होते हैं। हमारा कल्याण होता है। संत-महात्माओं ने जिस तप को बड़ी मेहनत करके एवं त्याग-तपस्या से प्राप्त किया है, उस तप को वे खुले दिल से देने के लिए तैयार बैठे हैं। कोई लेता है तो खुश होते हैं। ठीक उसी प्रकार से जैसे दुकानदर का जितना भी माल बिकता है वह उतना ही खुश होता है। संत-महात्मा जग का कल्याण होने से प्रसन्न होते हैं।

अमृत साधना

हंसी, खुशी और जीवन के सिद्धांत

अक्सर सिद्धांतों में जीने वाले लोग किसी भी बात में बहुत दिमाग खर्च करते हैं। जीवन के बारे में सोच-सोचकर वे इतने परेशान हो जाते हैं कि सहजता से जी नहीं पाते। लेकिन जीवन की कुंजी कहीं तहखाने में नहीं रखी होती, आपकी आंखों के सामने रास्ते पर पड़ी होती है। उसे पहचानने की नजर होनी चाहिए।

ओशो ने इस बारे में एक सूफी कहानी सुनाई है। एक बार किसी देश के युवा संतुलित भोजन को लेकर काफी जागरूक हो गए। उसका सेमिनार हुआ, जिसमें आहार की कई थ्योरियां पेश की गई। एक युवक ने कहा- साबुत अनाज, फल और बीजों के साथ ही सम्यक आहार है। उसकी सहेली बोली, सब्जियां और फल एक दूसरे के साथ मेल नहीं खाते। उसकी बहन ने सलाह दी, दस दिन में एक दिन उपवास अवश्य रखो। उसकी एक दोस्त ने कहा, खूब चबाकर खाओ, क्योंकि अन्न की कोशिकाओं में विटामिन्स दबे होते हैं।

अब बड़ी उलझन हो गई, सबकी बातों में कुछ न कुछ सच्चाई थी। लेकिन कोई भी थ्योरी पूरी तरह से सच नहीं थी। कुछ लोग कई तरह के आहार खाकर आजमाने लगे। कुछ कट्टरपंथियों की तरह मानने लगे कि उनका भोजन ही सर्वश्रेष्ठ है और उसी से मानवता का उद्धार होगा।

एक दिन एक ज्ञानी पुरुष नगर में पहुंचा। सभी जिज्ञासु उसके पास पहुंचे, यह युवकों

का समूह भी पहुंचा। लेकिन लोग उससे भी भोजन और आहार के ही बारे में सवाल पूछने लगे। एक युवक ने उठकर पूछा, क्या मैं मांस खा सकता हूं? पूरी सभा में सन्नाटा छा गया। लोग सुनने को उत्सुक थे, देखें अब ज्ञानीजी का पलड़ा किधर झुकता है। लेकिन ज्ञानी ने उलटा सवाल पूछ दिया, मांस खाते समय तुम्हें कैसे लगता है?

युवक ने कुछ देर सोचा और कहा, बहुत अच्छा तो नहीं लगता। ज्ञानी ने कहा, 'फिर मत खाना।' सभा में जो शाकाहारी पंथ के थे उनके बीच प्रशंसा की फुसफुसाहट सुनाई दी।

लेकिन तभी एक और युवक खड़ा हो गया, और उसने कहा, मांस खाते हुए मुझे बहुत अच्छा लगता है। ज्ञानी ने कहा, तब फिर जरूर खाना।

वातावरण गंभीर हो गया। लोग फिर से असमंजस में घिर आए। तभी अचानक मंच पर आसीन ज्ञानी ने हंसना शुरू किया। हंसी एक संक्रामक रोग है। जब आप हंसते हैं तो अकेले नहीं हंसते, आसपास के लोग भी उसमें शामिल हो जाते हैं। सो कई लोगों के चेहरों पर मुस्कान फैल गई। विवाद करने वाले भी हंसने लगे। वातावरण की गंभीरता खो गई।

जैसाकि अक्सर होता है, हंसने वालों में एक व्यक्ति ऐसा होता है जिसकी हंसी बड़ी ही हास्यास्पद होती है। ऐसा एक व्यक्ति वहां भी था। उसकी हंसी सुनकर ज्ञानी की हंसी के फव्वारे छूटने लगे। उसे सुनकर राह चलने वाले भी आकर उसमें शामिल होने लगे।

शहर में एसा माहौल तो किसी ने देखा नहीं था। शाकाहारी, मांसाहारी और अनाहारी सभी तरह के पंथ और धर्म के लोग ठहाके मार-मारकर हंस रहे थे, एक साथ हंस रहे थे। उस हास्य की खनक और उत्फुल्ल ऊर्जा दूर-दूर तक अपनी तरंगे फैला रही थी। लोग अंदर से बाहर तक मानो धुल गए। ऐसा आनंद उन्होंने बरसों में लिया नहीं था।

उस आनंद का न कोई कारण था, न कोई लक्ष्य था, न कोई प्रयोजन। लेकिन समय, स्थान और पंथ की सभी सीमा उसमें विलीन हो गई। आहार के सभी विकल्प और सिद्धांत उसमें बह गए। ज्ञानी और अज्ञानी की दीवारें ढह गए। अब कोई पूछे इससे क्या हासिल हुआ तो यह तो नहीं बताया जा सकता। हां, इतना कह सकते हैं कि उस दिन किसी का हाजमा नहीं बिगड़ा।

जीवन के सिद्धांत ज्यादा महत्व नहीं होते, महत्वपूर्ण होता है सहज जीवन का रस, उसकी खुशी। ●

चरण स्पर्श व आशीर्वाद के लाभ

मनु आदि महर्षियों ने इसके चार लाभ प्रकट किये हैं। यथा प्रथम आयु वृद्धि, दूसरा विद्यावृद्धि, तीसरा यशवृद्धि, चौथा बलवृद्धि। ये चार पदार्थ कैसे मिलेंगे? इसका वैज्ञानिक हेतु हमारे प्रणाम करने के विधि में सुरक्षित है। प्रत्येक मानव पिण्ड में व्यक्ति वैचित्रवाद के अनुसार विभिन्न प्रकार की शक्तियों का समावेश रहता है। यह विद्युतशक्ति ऋणात्मक और धनात्मक अर्थात नेगेटिव और पॉजिटिव नाम से दो प्रकार की हैं। मानव पिण्ड के बायें अंगों में नेगेटिव का आधिक्य और दायें अंगों में पॉजिटिव का बहुमूल्य पाया जाता है। मानव शरीर में बीचोबीच दो धाराएं विद्यमान हैं। जब हम किसी गुरुजनों को प्रणाम करने चलते हैं तो स्वभावत: सामने वाले व्यक्ति के दायें और बायें अंग हमारे दायें और बायें के ठीक विपरीत होंगे। ऐसी स्थिति में हमारे ऋषियों ने हाथ घुमाकर दायें हाथ से दायें पांव का और बायें हाथ से बायें पांव का स्पर्श करने

का विधान किया है। जिससे प्रणामकर्ता और प्रणम्य दोनों पिण्डों की निगेटिव और पॉजिटिव दोनों धाराएं सामान्य रूप से सम्मिलित हो सकें। जैसे विद्युत उत्पादक यंत्र डॉयनमों में संचित विद्युत अपने संपर्क में आने वाले सुस्पष्टत: दूसरे यंत्र में प्रवाहित हो उठता है अथवा पावर हाउस से स्विच मिला देने पर हमारी बत्ती जल उठती है, पंखा चलने लगता है, ठीक उसी प्रकार से प्रणम्य गुरुजन में जो भी विशिष्ट गुण होंगे, चरण स्पर्श के कारण प्रणाम करने वाले के मस्तक पर अपना दाहिना हाथ रखकर आशीर्वाद देंगे, जिससे प्रणम्य और प्रणामकर्ता दोनों में अमुक गुणों से युक्त विद्युत प्रवाह एक 'सर्किल' के रूप में संचालित हो उठेगा। बचपन में मां का, जवानी में महात्मा का तथा बुढ़ापे में परमात्मा के आशीर्वाद का बड़ा महत्व है।

-राहुल फूलफगर

ईश्वर की अवधारणा

रॉबर्ट विंसटन

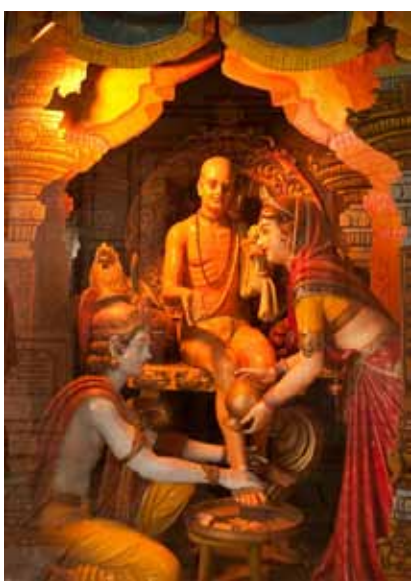
मैं चिकित्सा वैज्ञानिक हूं और अपने पूरे जीवन मैं इंसान की मूलभूत फितरत से खासा प्रभावित रहा हूं- इंसान की बच्चे पैदा करने की फितरत से। मेरे कई वैज्ञानिक सहयोगी मानते हैं कि आदमी की फितरत उसकी जेनेटिक प्रोग्रामिंग का नतीजा होती है। कुछ वैज्ञानिक मानते हैं कि इस तरह के विश्वास ही धर्म को राहत देते हैं। यह सोच कि हमारे भीतर कुछ ऐसा है जो सब कुछ करवाता है। आम धारणा यह है कि वैज्ञानिकों का काम स्थापित सिद्धांतों का खंडन करना है। वैज्ञानिक प्रकृति का निरीक्षण करते हैं, आकलन करते हैं, माप-जोख करते हैं, परिकल्पनाएं तैयार करते हैं, और इसके बाद भी जवाबों से कई ज्यादा सवाल सामने आ जाते हैं। एक सतही नजरिया यह है कि विज्ञान अभी तक हमें हमारी उत्पत्ति तक के बारे में तो ठीक से कुछ नहीं बता सका। कुछ विचार स्थायी होते हैं, लेकिन सबसे स्थायी विचार है, हमारे अस्तित्व की प्राकृतिकेत्तर व्याख्या। मैं इसे दैवीय अवधारणा कहता हूं।

कुछ लोग मानते हैं कि ईश्वर की अवधारणा आज तक बनी हुई है, यही ईश्वर के सच का सबसे बड़ा सबूत है। लेकिन यह

सरलीकरण है। बहुत-सी चीजें न जाने कितने कारणों से बनी रहती हैं। मेरा मकसद ईश्वर की अस्तित्व की खोज करना नहीं है। मैं तो बस अवधारणा की कहानी कहना चाहता हूं। मानव कैसे एक अवधारणा को बनाता है, और फिर कैसे वह अवधारणा मानव जीवन को ढालती है। अवधारणा एक वास्तविक है और वैज्ञानिक अगर वास्तविक चीजों का अध्ययन करते हैं तो उन्हें इसका भी अध्ययन करना चाहिए। इंसान हमेशा ही दैवीय अवधारणा से जूझता रहा है। यह अवधारणा उसे जोड़ती भी रही है और तोड़ती भी। सृजन भी करती रही है और विध्वंस भी। सांत्वना भी देती है और भय भी। इंसान के पूरे इतिहास में इसी अवधारणा के चलते एक पूरी आबादी खड़ी हो जाती है और दूसरी आबादी का संहार करने निकल पड़ती है। लेकिन यह एक तरह का बंधन भी है, जो इंसानों को आपस में जोड़ता है।

ईश्वर तक पहुंचने के रास्तों में एक द्वंद्व भी है। जहां भी भगवान को माना जाता है वहां परस्पर विरोधी विचार होते हैं। मानव चेतना के लिए अध्यात्म पर्याप्त नहीं है। हम अपने विश्वास को एक औपचारिक रूप देना चाहते हैं। उसकी एक संरचना बनाना चाहते हैं। जिंदगी जीने के नियम कायदे रचना चाहते हैं। धर्म हमेशा बना रहे, क्योंकि यह मानव चेतना के साथ ही शुरू हो गया था। मानवीयता इसी के आगोश में रही है। कोई भी अवधारणा ने इतने लंबे समय तक बरकरार नहीं रही। कोई भी अवधारणा ने इतने लोगों को एक साथ नहीं लाई। और कोई भी अवधारणा खुद को समझने के इतने सारे रास्ते तैयार करने की प्रेरणा नहीं बनी। विज्ञान और भगवान ने द्वंद्व को जो बात कही जाती है, वह मुझे बेमतलब लगती है। दोनों कुदरत को देखने के दो अलग-अलग तरीके हैं और दोनों ही एक दूसरे के बारे में महत्वपूर्ण अंतर्दृष्टि देते हैं। ●

चरणामृत के लाभ



भगवान के चरणों का स्पर्श प्राप्त करके जल तीर्थ चरणामृत बन जाता है, वैसे ही भगवान को निवोदित किया गया नैवेद्य प्रसाद बन जाता है और उस चरणामृत तथा प्रसाद को ग्रहण करने से उपासक पवित्र हो जाता है। उसी प्रकार स्पर्श किए गये जल अर्थात चरणामृत के अंतर को चर्म चक्षुओं से नहीं पहचाना जा सकता। इस अंतर को दिव्यदृष्टि एवं सूक्ष्म बुद्धि से निश्चित ही देखा जा सकता है। भगवान के चरणामृत को एक क्षणभर भी जो कोई अपने मस्तक पर धारण करता है उसे तत्काल सब तीर्थों में स्नान करने का फल प्राप्त हो जाता है और वह भगवान का प्रिय होता है।

मंदिर में प्राप्त होने वाले चरणामृत, पंचामृत, तुलसी आदि सभी पदार्थ लाभप्रद होते हैं, चरणामृत के बारे में कहा भी है-

अकालमृत्यु हरणं सर्वव्याधिविनाशकम्।

विष्णु पादोदकं पीत्वा पुनर्जन्म न विद्यते।।

यह चरणामृत अकाल मृत्यु को दूर करता है। संपूर्ण व्याधियों का नाशक बार-बार के जन्म लेने व मरने से भी छुटकारा प्राप्त हो जाता है। इस प्रकार देव मंदिर में जाना जीवेम् शरदः शतमः। इस वैदिक उक्ति का अनुमोद भी है।

पाप व्याधियों को दूर करने के लिए विष्णु भगवान के चरणों का अमृतरूप जल सर्वोत्तम औषधि है। उसमें तुलसी दल का सम्मिश्रण होना है, इसी प्रकार चरणामृत समस्त पातकों का नाश करता है। अकाल मृत्यु दूर करता है, सब रोगों को नष्ट करता है और पवित्र चरणामृत सब पापों का भी क्षय करता है। तुलसी की गंध से सुवासित वायु जहां तक फैलती है वहां तक दिशा और विदिशाओं को पवित्र करती है और उभ्दिज्ज, स्वेदज, अण्डज तथा जरायुज चारों प्रकार के प्राणियों का प्रीणन करती है। नित्य भगवान का चरणामृत पीना चाहिए और भगवत्प्रसाद खाना चाहिए, शेष पुष्प-चंदन आदि द्रव्य शिरोधार्य करने चाहिए, यह वैदिक अनुशासन है। तुलसी के स्पर्श मात्र से मनुष्यों की व्याधि नष्ट हो जाती है।

त्रिदोषधन, तुलसीदल और स्वर्णकण संघटित शालिग्राम का जल धार्मिक दृष्टि से उपादेय है ही, परन्तु साथ ही यह राजा-रंक सबके लिए स्वर्णघटित मकरध्वज महौषधि की भांति बलबर्द्धक एक टानिक भी तो है, जिसके सेवन से कीटाणु ही शरीर में नहीं पनप सकते। तुलसी के पौधे से संस्पृष्ठ वायु जहां तक फैलती है वहां तक मलेरिया आदि रोगों के कीटाणु विनष्ट हो जाते हैं- यह रहस्य शास्त्रीय प्रमाणों में तो सुस्पष्टतया अंकित किया ही गया है, परन्तु वनस्पति-शास्त्र विशेषज्ञ जगदीशचंद्र बसु ने अपने यंत्रों द्वारा प्रत्यक्ष भी यह सबके सामने प्रकट कर दिखाया है। मीरा ने विष को चरणामृत समझकर पान किया और अमर हो गई।

-किरन लखोटिया

फिर आया वसंत

अनवर अली

गुलाब और मोगरे की कलियां चटकने लगती हैं। आमों के पेड़ पर बौर आने लगती है। पलाश के फूलों से जंगल लाल हो उठता है। कोयल कूकने लगती है और उसकी बेचैनीभरी कूह-कूह से पूरा वातावरण गूंज उठता है।

जब भंवरे फूलों पर मंडराने लगते हैं, तब कवि और शायर अपनी कलम की रफ्तार तेज कर देते हैं और फूलों और कलियों को देखकर अपनी महबूबा की खूबसूरती की मिसालें देने लगते हैं। फूलों को देखकर मुरझायें चेहरों पर भी मुस्कान आ जाती हैं। सबसे ज्यादा फूल वसंत के मौसम में खिलते हैं। इसीलिए इसे ऋतुओं का राजा कहा जाता है। ठिठुरती सरर्दी को अलविदा कहते पेड़-पौधे झूम उठते हैं, लताएं तो अपनी बांहें फैलाकर वसंत का स्वागत करने लगती है।

पेड़-पौधों पर नयी पत्तियां अंगड़ाई लेने लगती हैं। पतझड़ के बाद हरे-हरे अंकुर फूटने लगते हैं। सरसों खिल उठती है, गुलाब और मोगरे की कलियां चटकने लगती हैं। आमों के पेड़ पर बौर आने लगती है। पलाश के फूलों से जंगल लाल हो उठता है। कोयल कूकने लगती है और उसकी बेचैनीभरी कूह-कूह से पूरा वातावरण गूंज उठता है।

लाल, पीले, नीले, गुलाबी फूलों के रंगों को देखकर लगता है कोई नवयौवना छींटदार ओढ़नी ओढ़े हरे-हरे खेतों में इठला रही है। इसे देखकर कोई मनचला कह देता है, कच्ची कली कचनार की। कचनार के पेड़ पर जब कलियां आती हैं, तब हरे-हरे पत्तों को पूरी तरह छिपा देती हैं और पूरा पेड़ हलके गहरे बैंगनी रंग में रंग जाता है। पलाश और फलोदरा के लाल नारंगी फूलों के जोर के आगे, उनके पत्ते भी सामने आने की हिम्मत नहीं करते। पीला कनेर, पीली सरसों, पीला गेंदा और हजारा अपने बसंती रंग से पूरी धरती को रंग देते हैं। अमलतास पर जब पीले फूलों के गुच्छे लद जाते हैं, तब पेड़ भी धरती छूने लगते हैं, और सड़क के दोनों तरफ दूर-दूर तक, पीले फूलों की बहार के बीच से गुजरने पर लगता है कि इस रास्ते पर मीलों चलते ही जाएं। गुलमोहर के पीले, लाल और नारंगी फूलों को जब हवा छूकर चलती है, तब बहार आने का एहसास हो जाता है। हारों के इस मौसम में नाराज हुए बच्चों को हम कहते हैं- 'फूलों से तुम हंसना सीखो, कलियां से मुस्काना' और शायर अपनी महबूबा की तारीफ के पुल बांध देते हैं, कहते हैं, 'नाजुक उसके लब की क्या कहिए, पंखुड़ी एक गुलाब की-सी है।' लेकिन जब ऐसी हसीना किसी के दिल को दुखा देती है, तब वह मजबूर हो जाता है कहने के लिए, 'गुलों से खार बेहतर हैं, जो दामन थाम लेते हैं, और 'आप कांटों की बात कहते हैं, हमने फूलों से जख्म खाये हैं।' लेकिन इतने जख्म खाने के बाद भी कवि महोदय यही शिक्षा देते हैं कि जो तोको कांटा बुवे, तेहि बोव तू फूल, तेहि फूल के फूल हैं, वाको हैं तिरशूल।' चलिए मान लेते हैं, हम आपके लिए भी और अपने लिए भी लाल, गुलाबी और नारंगी रंग की बोगनबेलिया उगा रहे हैं, जो पूरे घर की दीवारों, मुंडेरों और सारे पेड़-पौधों पर अपना रौब जमाती नजर आती है। इधर बगीचे में शो-पीस की तरह, गमलों में इम्पाला, लिलि और फुटबाल लिलि लगाकर देखिए, पड़ोसियों के मुंह से 'हाय' जरूर निकलेगी और हो सकता है कि उनके बच्चे इन्हें तोड़कर अपने घर की रौनक बनाना चाहें।

फूलों के रंग और खुशबू से प्रकृति अपना श्रृंगार करती हैं भंवरे की गुंजन के साथ फूलों का झूमना, सदा से ही मानव को आल्हादित करता रहा है। ऋषि-मुनि और देवी-देवता भी फूलों के बने आभूषणों से अपने तन को संवारते थे। फूल खुशी और खुशबू के साथ-साथ हमारे स्वास्थ्य के लिए वरदान हैं। किसी बीमार को देखने जाते हैं तो फूल लेकर जाते हैं, जिन्हें देखकर वह सिर्फ प्रसन्न ही नहीं होता, बल्कि उसकी हृदयगति और रक्तचाप भी नियंत्रित होता है, मन की शांति मिलती है, उत्साह मिलता है और तनाव भी दूर हो जाता है।

इसी प्रकार गुलाब, खस, चमेली, मोगरा, हिना आदि के फूलों के गुलकंद से तेल और इत्र बनाये जाते हैं। इनका उपयोग मौसम के अनुकूल किया जाता है जैसे गुलाब तो बारहों महीने चलता है लेकिन खस और चमेली गरमी में राहत देते हैं और हिना की खासियत तो सरदी में ठिठुरते को भी गरमायी देती है। फूलों के तेल व इत्र के अलावा गुलाब का गुलकंद तथा अन्य फूलों की देशी दवाएं भी बनती हैं जो कि रक्त शुद्धि में तथा रक्तचाप कम करने में सहायक होती है। यही नहीं, हमारे देश में टनों गुलाब के फूल अरब देशों को भेजे जाते हैं जो कि वहां के शखों की कब्रों में दफन किया जाते हैं। हमारे देशों में नेताओं का स्वागत व विदाई, शादी-विवाह या किसी भी खुशी के मौके पर फूलों के हार और गुलदस्ते पेश किये जाते हैं, प्रेमी-प्रेमिका आपस में फूलों के लेन-देन से ही प्रेम की पींगें बढ़ाते हैं और जब किसी की अंतिम यात्रा की तैयारी होती है, तब भी फूलों को ही ओढ़ा-बिछाया जाता है। क्या यह फूलों का अनादर नहीं? शायद इसी तोड़-मरोड़ से दुखी होकर फूल अपनी आत्मकथा में कहता है-

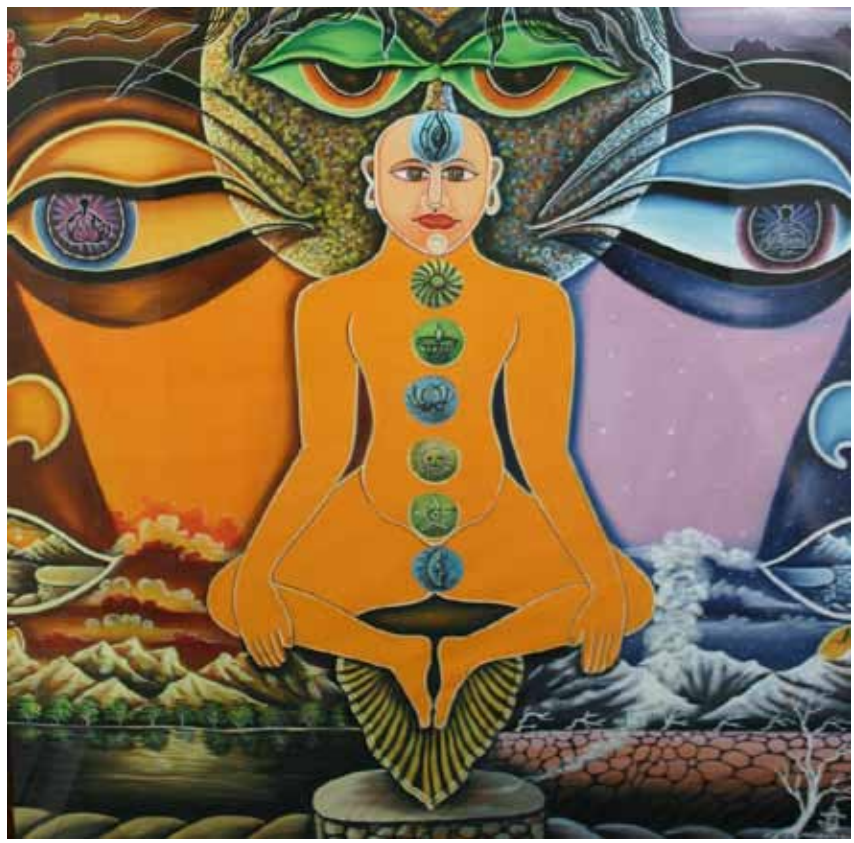
चाह नहीं मैं सुरबाला के गहनों में गूंथा-जाऊं।
चा नहीं सम्राटों के शव पर हे हरि डाला जाऊं।
मुझे तोड़ लेना वनमाली उस पर देना तुम फेंक,
मातृभूमि को शीश चढ़ाने जिस पथ जावें वीर अनेक।।

–18, आरटीडी स्टॉफ फ्लैट्स नं. 11
पुराना राजकीय हॉस्टल, जीपीओ के सामने, जयपुर-1 (राजस्थान)

सभी चक्रों में समायी है ऊर्जा

अगर आप लोग अपने अन्दर के विभिन्न अग्नि के रूप को समझने का प्रयोग करने का प्रयास करेंगे तो आप में महान परिवर्तन आ जाएगा। क्योंकि सभी ऊर्जाएं अग्नि का रूप है कुण्डलिनी भी अग्नि है। शरीर में पूरी आबादी जो है वह अग्नि द्वारा है। अग्नि ही है और बहुत घनी आबादी है।

महायोगी पायलट बाबा



अग्नि में स्वीकृति ज्यादा है। अग्नि में विकृति भी है। अग्नि हर उस पदार्थों के प्रभाव में खींच जाता है जो उसे आकर्षित करता है। यह प्राकृतिक स्वभाव है अग्नि का बदलते रहने। यह सभी पदार्थों के साथ रहता है पर छिपकर रहता है और उन पदार्थों की जरूरत इसे नहीं होती। इसमें उस पदार्थ को नष्ट करने की क्षमता भी होती है और बाहर निकल कर इतना विकराल रूप धारण कर लेता है अपनी महानता को प्रदर्शित करने के लिए। ये पदार्थों को बदल देता है, घटा देता है। अग्नि, अग्नि द्वारा ही प्रज्वलित होती है और अग्नि, अग्नि द्वारा ही पोषित है, अग्नि पृथ्वी को नष्ट कर सकती है। अग्नि अपने आप में लुप्त हो जाती है। यह लकड़ी में भी है और लकड़ी के जल जाने के बाद उस राख में भी है।

अगर आप लोग अपने अन्दर के विभिन्न अग्नि के रूप को समझने का प्रयोग करने का प्रयास करेंगे तो आप में महान परिवर्तन आ जाएगा। क्योंकि सभी ऊर्जाएं अग्नि का रूप है कुण्डलिनी भी अग्नि है। शरीर में पूरी आबादी जो है वह अग्नि द्वारा है। अग्नि ही है और बहुत घनी आबादी है।

सभी प्राण अग्नि है। सभी तत्व अग्नि है। महत्व भी अग्नि है। आत्मा भी अग्नि है और इन सबका रेडियो एक्टिव है। इन सबसे ऊर्जा का प्रवाहित तरंगे है रश्मियां है। आप लोगों का पूरा भविष्य आप लोगों के ऊपर आश्रित हैं। आप चाहे तो बदल सकते हैं। आप चाहे तो इस अग्निदेव के माध्यम से सत्य को प्रकाशित कर सकते हैं।

अग्नि के विभिन्न केन्द्रों से रेडियंस रश्मियां प्रवाहित हो रही हैं आप सबके भीतर उसके सहारे आप नवीनता का सृजन कर सकते हैं।

अग्नि ही जीवन है। अग्नि ही सुन्दरता है। अग्नि ही जीवन पथ है। अग्नि ही प्राण है। अग्नि ही मृत्यु है। अग्नि ही प्रकाश है। अग्नि ही परिवर्तन है। अग्नि ही ज्ञान है। अग्नि ही वीर्य है। अग्नि ही अधोगति है। अग्नि ही उर्ध्वगति है। अपने ही भीतर की अग्नि के साथ सामंजस्य स्थापित कर अग्नि समाधि में बैठ सकती है। और तब भिन्न-भिन्न अग्नि का रूप सामने आकर अपना अनुभव कराता रहेगा।

अग्नि पहले आप को आपके व्यक्तित्व का परिचय कराता है। फिर अग्नि आपके जीवन से परिचय कराता है। हजारों लाखों वर्ष की जीवनयात्रा से। यह अन्तर का योग अग्नि है। और अन्तर का चिदाग्नि पृथ्वी से परिचय कराता है विश्वातीत बनाता है और आत्म अग्नि ब्रह्मा से मिलना है। अग्नि का प्रकाश मार्ग है। अग्नि का शब्द मार्ग है। शब्द अग्नि की तरंगे है, जो शक्ति के रुप में व्यक्ति से शब्द ब्रह्म की यात्रा कराता है। मणिपुर चक्र अग्नि का केन्द्र है। अग्नि के बिना आप देख रहें है कुछ भी नही और अग्नि सब में समाहित है। फिर क्यों न इस अग्नि तत्व के माध्यम से स्वयं की बोध से लेकर ब्रह्माण्ड की यात्रा की जाये।

अभ्यास जरूरी है प्रश्न जरुरी है। उत्तर जरूरी है। हर अभ्यास का फल जरूरी नहीं है। जल्दी मिल जाय और हर प्रश्न का उत्तर भी जल्द उपलब्ध नहीं होता। आप लोग अपने आप से ही प्रश्न करके देखें क्या मैं अपने आप को देखता हूं। अगर देखता हूं तो कैसे देखता हूं। अगर इन प्रश्नों का उत्तर आप तुरंत चाहते हैं तो नहीं मिलेगा। क्योंकि यह प्रश्न दूसरी-तीसरी बार करेंगे तो आपको तब कहीं जाकर उत्तर मिलेगा।

आध्यात्मिक अभ्यास के मार्ग पर आप सब को यह ख्याल रखना पड़ेगा। अभ्यास करते जाइये और प्रश्न भी रखते जाइये। वही बाते वही प्रश्न बहुत ही सीमित शब्दो में रखना होगा। अन्त:करण तक पहुंचने में समय लगता है। यह लगातार करना पड़ता है और बार-बार जांच भी करना पड़ता है।

हम सबके अन्दर दुर्लभ से दुर्लभ खजाना छिपा हुआ है। बस इसे संयम से अभ्यास से सक्रिय करना है। ये इतने सूक्ष्म हैं जिसकी कल्पना नहीं कर सकते। पर इनमें इतना विशाल ब्रह्माण्ड समाया हुआ है।

सारे जगत की खुशियां और चमत्कार इस छोटे शरीर अन्त:करण में छिपा है। इस लिए ख्याल रखना है। सभी केन्द्रों का क्योंकि सभी केन्द्रों में अद्भूत क्षमतायें और दुर्लभ विज्ञान छिपा है।

ये सभी केन्द्रों का अपना अपना गुरुत्वाकर्षण है, सभी केन्द्रों से होकर ऊर्जा प्रवाहित हो रही है। सभी केन्द्रों से होकर ऊर्जा प्रवाहित हो रही है।

सभी केन्द्रों से भिन्न-भिन्न तरह के ऊर्जा केन्द्र का उद्गम है और उन सभी निकल रहे ऊर्जाओं का अन्य केन्द्रों से सम्बन्ध है और उनका अपना विशेष महत्व है। सभी चक्रों के अपना अपना चिह्न है। सभी चक्रों के अपना अपना देवता हैं, देवी हैं। ●

स्वयं को भी देखें

आचार्य महाश्रमण

नववर्ष की पूर्व मध्यरात्रि के नीरव वातावरण में व्यक्ति खुले दिमाग से सोचें–मैंने क्या किया है? क्या करना मेरे लिए शेष है? और वह कौन सा कार्य है जिसे मैं कर सकता हूँ फिर भी नहीं कर रहा हूँ। ऐसा चिंतन करना आत्मनिरीक्षण है, आत्मदर्शन है, आत्म संप्रेक्षा है।

सामान्यत: आदमी की वृत्ति होती है कि वह स्वयं के नहीं दूसरों के दोष अधिक देखता है। पर-दोषदर्शन में आदमी अधिक रस लेता है। क्योंकि उसे दूसरा व्यक्ति ही दिखाई देता है। कभी-कभार आदमी को स्वयं की दुर्बलता का अहसास भी हो जाए तो वह जैसे उसे ढाँकने का ही प्रयास करता है। चिंतन का यह कोण इस रूप में परिवर्तित हो जाए कि मुझे अपना परिमार्जन और परिष्कार करना है। मैं अपनी छोटी-बड़ी हर स्खलना के प्रति सजग रहूँ। मुझे कोई दूसरा देखे या न देखे मैं स्वयं अपने आचरण के प्रति जागरूक रहूँ। भूल से प्रमाद हो जाए तो उसे दोहराने का प्रयत्न न करूँ–यह आत्मदर्शन की महत्त्वपूर्ण प्रक्रिया है। आत्मदर्शन की इस प्रक्रिया को अपनाने वाले व्यक्ति की जीवन पोथी का हर पृष्ठ उजला बन सकता है।

एक महात्मा बहुत ज्ञानी थे, साधक थे, अंतर्मुखी थे। वे अपनी साधना में ही लीन रहते थे। चमत्कार में उनकी कोई रुचि नहीं थी। एक बार एक लड़का उनके पास आया। वह महात्माजी के व्यक्तित्व से बहुत प्रभावित हुआ और चेला बनाने की पुरजोर प्रार्थना की। महात्माजी ने भी सोचा बुढ़ापा आ रहा है। एक चेला पास में होगा तो वृद्धावस्था में सहारा बनेगा। यह सोचकर उन्होंने उसे चेला बना लिया। चेला बहुत चंचल प्रकृति का था। ज्ञान-ध्यान में उसका मन नहीं लगता था। दिन-भर आने-जाने वालों से बातें करने और मस्ती करने में उसका समय व्यतीत होता। गुरु ने कई बार उसे प्रतिबोध देने की चेष्टा की। ज्ञान, ध्यान, सेवा आदि कार्य में योजित करने का प्रयत्न किया। पर सफलता नहीं मिली।

'दुनिया चमत्कार को नमस्कार करती है।' यह सोचकर एक दिन चेला महात्माजी से बोला–गुरुदेव! मुझे कोई चमत्कार सिखा दें। गुरु ने कहा–''वत्स! चमत्कार कोई काम की वस्तु नहीं है। उससे एक बार भले ही व्यक्ति प्रसिद्धि पा ले लेकिन अंततोगत्वा उसका परिणाम अच्छा नहीं होता।''

गुरु द्वारा बहुत समझाने पर भी चेला अपनी बात पर अड़ा रहा। बालहट के सामने गुरुजी को झुकना पड़ा। उन्होंने अपने झोले में से एक

पारदर्शी डंडा निकाला। चेले के हाथ में उसे थमाते हुए कहा–यह लो चमत्कार। इस डंडे को तुम जिस किसी की छाती के सामने करोगे उसके दोष इसमें प्रकट हो जाएँगे। चेला डंडे को पाकर बहुत प्रसन्न हुआ। गुरु ने चेले के हाथ में डंडा क्या थमाया मानो बंदर के हाथ में तलवार थमा दी।

बंदर स्वभाव से ही चंचल होता है। ऊपर से उसने मदिरापान कर लिया, फिर बिच्छू ने काट खाया और फिर भूत का उसमें प्रवेश हो गया। अब उसकी चंचलता का क्या कहना? यही स्थिति चेले की हुई। चेला स्वभाव से चंचल तो था ही डंडे ने उसकी चंचलता को और बढ़ा दिया। कोई भी व्यक्ति उस आश्रम में आता, चेला हर आगंतुक के सीने के सामने उस। डंडे को घुमा देता। फलत: उसकी कमजोरियाँ उस डंडे में प्रकट हो जाती और चेला उनका दुष्प्रचार शुरू कर देता। बेचारे लोग शर्मिंदे हो जाते। कमजोरियाँ किसमें नहीं होती? जब तक वीतरागता की स्थिति उपलब्ध नहीं होती, तब तक हर व्यक्ति कमजोरियों का पुतला होता है। पर इस तरह कमजोरियों का खुलेआम प्रदर्शन हो, प्रचारित हो, ऐसा कोई नहीं चाहता। एक दिन कुछ व्यक्तियों ने जाकर गुरुजी को निवेदन किया–महात्मन्! आपने चेले के हाथ में डंडा क्या थमा दिया, हमारे लिए आपने परेशानियों की इमारत खड़ी कर दी। यह समय-असमय हमारी प्रतिष्ठा को दाँव पर लगा रहा है। हमारे व्यक्तित्व को धूमिल बना रहा है। आप अपने चेले पर नियंत्रण कीजिए, अन्यथा ठीक नहीं होगा। गुरुजी ने चेले को समझाने की बहुत कोशिश की पर उस पर तो पर-दोषदर्शन का भूत सवार था। इसलिए गुरु के माँगने पर भी वह डंडा देने के लिए तैयार नहीं हुआ।

एक दिन की बात है। गुरुजी सो रहे थे। चेले के मन में आया–मैं सबके दोष देखता हूँ पर अब तक गुरुजी के दोष तो देखे ही नहीं। आज अच्छा मौका है? गुरुजी सो रहे हैं। क्यों नहीं गुरुजी के सामने ही डंडा करूँ और देखूँ गुरुजी का असली चेहरा कैसा है? इस सोच के साथ ही उसने गुरुजी के सीने के सामने डंडा कर दिया। गुरुजी के भीतर क्रोध, मान, माया, लोभ के जो कुछ अंश बचे थे, वे उसमें प्रकट हो गए। चेले ने मन में निश्चय कर लिया–मुझे नहीं चाहिए ऐसे गुरु। मैं तो इन्हें निर्दोष समझता था पर इनमें भी ये सब दोष छिपे हैं। ज्योंही गुरुजी नींद से जागेंगे, नमस्कार करके इनके शिष्यत्व से छुट्टी ले लूँगा। कुछ देर बाद गुरुजी उठे। आँखें खोलते ही चेला बोला–गुरुजी! नमस्कार। मैं जा रहा हूँ गुरुजी बोले–''क्यों भाई! जाने वाली क्या बात हो गई?'' चेला बोला–''गुरुजी आज तक मैं आपको दोष-मुक्त समझता रहा था। आपमें भी क्रोध है, अभिमान है, ईर्ष्या है, द्वेष, घृणा है, माया है, लोभ है। सब दोष विद्यमान हैं। ऐसी स्थिति में मैं आपके पास रहकर क्या करूँगा?'' गुरुजी सारी बात समझ गए। उन्होंने कहा–''चेले! तुम्हारी बात सवा सोलह आना सही है। मैं भी वीतदोष नहीं बना हूँ। बनने की कोशिश में अवश्य हूँ। सारा प्रयत्न उसी के लिए कर रहा हूँ। तुम जाना चाहते हो तो खुशी से जाओ पर जाने से पूर्व एक बार डंडा अपनी ओर भी घुमाकर देख लो, स्वयं का परीक्षण तो कर लो। चेले के बात जंच गई। उसने डंडा अपनी ओर किया तो देखा कि भीतर दोषों का अम्बार लगा है।'' शर्म से उसका मुँह नीचा हो गया। गुरु ने शांत भाव से कहा–''अब मेरे दोषों से तुम अपने दोषों की तुलना करो।'' शिष्य ने अपने दोषों की ओर दृष्टि घुमाई तो आँखें फटी-सी रह गईं। कहाँ तो गुरुजी के सरसों के दाने जितने दोष और कहाँ उसके अपने पर्वत जितने दोष। वह तत्काल गुरु के चरणों में गिर पड़ा और अपनी भूल की क्षमा माँगते हुए बोला–''गुरुजी! आज से मैं दूसरों के दोष देखने की भूल नहीं करूँगा।''

वस्तुत: अपने दोषों को देखना, अपनी कमजोरियों को पहचानना बहुत बड़ी बात है। जब तक बुराई का अहसास नहीं होता, वह छूट नहीं सकती। व्यक्ति तटस्थ भाव से, निश्छल और निष्कपट भाव से आत्मप्रेक्षा करें कि मेरे भीतर क्या-क्या बुराईयाँ हैं। मुझमें अहंकार कितना है? अनावश्यक बोलने की आदत कितनी है? प्रमाद कितना करता हूँ? जब इन भूलों से परिचय हो जाए तो व्यक्ति इन्हें छोड़ने के लिए संकल्पित बने। सब बुराइयों को एक साथ न छोड़ सके तो उसके लिए क्रमिक अभ्यास करे। इस आगम वाक्य को इयाणिं णो जमहं पुव्वमकासी पमाएणं बराबर स्मृति में रखें। 'अब तक मैंने प्रमाद वश जो किया है उसे पुन: नहीं करूँगा'–यह सूत्र व्यक्ति के अंधेरे मार्ग को रोशन करने वाला दीपक है। ●

ऋतु बदलाव का पर्व मकर संक्रांति

डॉ. हनुमान प्रसाद उत्तम

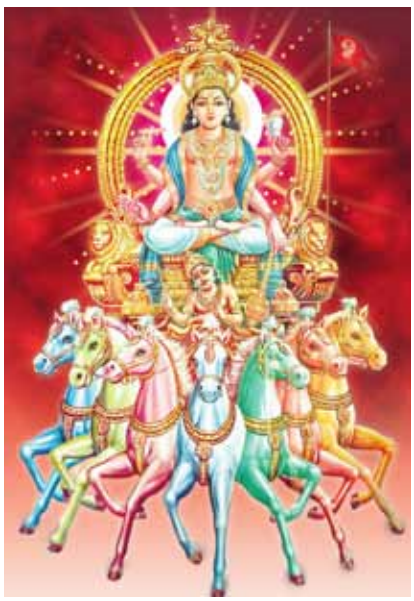
जब पौष तथा माघ मास में सूर्य मकर राशि पर आ जाता है, तब उस दिन तथा उस समय को संक्रांति का प्रवेश काल कहा जाता है। यही संक्रांति 'मकर संक्रांति' के नाम से जाना जाती है और अंग्रेजी माह में यह सदैव 14 जनवरी को मनाया जाती है।

भारतीय संस्कृति में प्रारंभ से ही पर्वों का खास महत्व रहा है। भारतीय पर्वों की एक विशेष बात यह है कि ज्यादातर पर्व कृषि से संलग्न है। हमारी संस्कृति पर्व पर आधारित है तथा हमारे जीवन, रहन-सहन, आचार-विचार तथा व्यवहार पर इसका काफी प्रभाव पड़ा है क्योंकि कृषि के कारण से ही मनुष्य का पोषण होता है तथा उसकी जिंदगी खुशियों से भर गया।

किसानों के लिए सबसे ज्यादा प्रसन्नता का वक्त तब आता है जब खेतों में फसल पककर तैयार हो जाती है तथा उसे काटने का वक्त आता है। जब-जब फसल कटने का वक्त हुआ है तब-तब उसे अलग-अलग नाम देकर एक विशेष दिन चुना गया जो पर्व-त्योहार के नाम से पहचाना जाने लगा।

जब पौष तथा माघ मास में सूर्य मकर राशि पर आ जाता है, तब उस दिन तथा उस समय को संक्रांति का प्रवेश काल कहा जाता है। यही संक्रांति 'मकर संक्रांति' के नाम से जाना जाती है और अंग्रेजी माह में यह सदैव 14 जनवरी को मनाया जाती है।

इस त्योहार पर दो बातें अत्यंत महत्वपूर्ण होती है- प्रथम गंगा स्थान तथा दूसरा दान। मान्यता है राजा हर्षवर्धन हर साल इसी दिन अपनी महारानी के साथ गंगा तट पर जाते थे तथा अपना समस्त धन यहां तक कि धारण किए हुए आभूषण भी दान कर देते थे। इस दिन इलाहाबाद में संगम, पश्चिम बंगाल में गंगासागर तथा हरिद्वार में हर की पौडी पर स्नान करने का खास महत्व है। गंगा स्नान के पश्चात तिल, गुड़, चावल, दाल आदि दान किये जाते



हैं। दाल और आटा के साथ काले तिल के लड्डुओं पर दक्षिणा रखकर ब्राह्मणों को दिया जाता है। इसके अतिरिक्त दाल और चावल की खिचड़ी में सब्जी, पैसा तथा तिल का लड्डू रखकर भिखारियों को भी दान देने का रस्म है। सौभाग्यवती महिलाएं इस दिन अपने सुहाग की मंगल कामना हेतु भी एक जैसी चौदह वस्तुएं दूसरी सौभाग्यवती महिलाओं को भेंट करती हैं।

मकर संक्राति के दिन खाने-पीने का खास महत्व है। घर-घर सफेद तथा काले तिल के लड्डू तथा तिलवा बनाये जाते हैं। सुबह तिल का लड्डू, गुड़, दही तथा चूड़ा खाने का रस्म है तो रात्रि में छिलके वाली दाल तथा चावल से निर्मित हुई खिचड़ी खायी जाती है।

कानपुर, लखनऊ, वाराणसी आदि अनेक स्थानों में मकर संक्राति के अवसर पर पतंगबाजी का भी प्रचलन है। सुबह गंगा स्नान करने के पश्चात पूजा आराधना होती है तथा फिर प्रारंभ हो जाती है समस्त दिन तक चलने वाली पतंगबाजी। मान्यता है इस दिन सूर्य की रश्मियों से निकलती हुई रोशनी जब नेत्रों पर पड़ती है तो नेत्रों की ज्योति चार गुणा बढ़ जाती है। शहर से बाहर गये हुए लोगों को उस दिन अपने घर पहुंचने की जल्दी रहती है ताकि घर पहुंचकर पतंगबाजी का लुत्फ तो लिया जा सके।

-जन शिक्षण इंटर कॉलेज
प्रेमपुर-बड़ागांव,
कानपुर नगर-209402

प्रार्थना का लाभ

प्रार्थना मानव की भगवान से करुण पुकार है, जो किसी भी रूप से, किसी भी तरह से की जा सकती है। कोई विशेष विधि मंत्र आदि की जरूरत नहीं है, केवल भाव ही प्रधान है। परमपिता परमेश्वर असंभव को संभव और बिगड़ी को बनानेवाले हैं। सच्चे दिल से की गई करुण पुकार जरूर सुनी जाती है और प्रत्युत्तर मिलता है। भगवान हर हाल में अच्छे है, सच्चे है। वाह हमारे पिता, हम उनके बच्चे है। ईश्वरीय परमतत्व एक ही है जो गज से लेकर चींटी तक हर प्राणी में निवास करता है। सन 1956 में मद्रास इलाके में अकाल पड़ा। पीने का पानी मिलना भी दुर्लभ हो गया। वहां का तालाब 'रेड स्टोन लेक' भी सूख गया। लोग त्राहिमाम् पुकार उठे। उस समय के मुख्यमंत्री श्री राजगोपालाचारी ने धार्मिक जनता से अपील की कि ''सभी लोग समुद्र के किनारे एकत्रित होकर प्रार्थना करें।''

सभी समुद्र-तट पर एकत्रित हुए। किसी ने जप किया तो किसी ने गीता का पाठ, किसी ने रामायण की चौपाइयां गुंजाई तो किसी ने अपनी भावना के अनुसार अपने इष्टदेव की प्रार्थना की। मुख्यमंत्री ने सच्चे हृदय से, गदगद कंठ से वरुणदेव, इन्द्रदेव और सब में बसे हुए आदिनारायण विष्णुदेव की प्रार्थना की। लोग प्रार्थना करके शाम को घर पहुंचे। वर्षा का मौसम तो कब का बीत चुका था। बारिश का कोई नामोनिशान नहीं दिखाई दे रहा था। आकाश में बादल तो रोज आते और चले जाते हैं। ऐसा सोचते-सोचते सब लोग सो गये। रात को दो बजे मूसलाधार बरसात ऐसी बरसी, ऐसी बरसी कि 'रेड स्टोन लेक' पानी से छलक उठा। बारिश तो चलती ही रही। यहां तक की मद्रास सरकार को शहर की सड़कों पर नावें चलानी पड़ी। दृढ़ विश्वास, शुद्धभाव, भगवन्नाम, भगवत्प्रार्थना छोटे से छोटे व्यक्ति को भी उन्नत करने में सक्षम है। महात्मा गांधी भी गीता के पाठ, प्रार्थना और राम-नाम के स्मरण से विघ्न-बाधाओं को चीरते हुए अपने महान उद्देश्य में सफल हुए, यह दुनिया जानती है। प्रार्थना करो, जप करो, ध्यान करो, ऊंचा संग करो, सफल बनो, जीवनमुक्त बनो।

-अनु किला

आत्म कल्याण की एक साधना है दान

लाजपत राय सभरवाल

यक्ष ने धर्मराज युधिष्ठिर से प्रश्न किया-मृत्यु के समय सब यहीं छूट जाता है, सगे-संबंधी, मित्र कोई साथ नहीं दे पाते, तब उसका साथी कौन होता है, कौन उसका साथ देता है? युधिष्ठिर ने कहा-मृत्यु प्राप्त करने वाले का मित्र दान है, वही उसका साथ दे पाता है। यक्ष का अगला प्रश्न था-श्रेष्ठ दान क्या है? उत्तर था-जो श्रेष्ठ मित्र की भूमिका निभा सके। फिर प्रश्न था-दान किसे दिया जाए? उत्तर था-दान सुपात्र या सही व्यक्ति को दिया जाए। जो प्राप्त दान को श्रेष्ठ कार्य में लगा सके, उसी को दिया गया दान श्रेष्ठ होता है। वही पुण्य फल देने में समर्थ होता है।

दान को धर्म में एक जरूरी और उत्तम कार्य बताया गया है। अथर्ववेद में स्पष्ट कहा गया है कि सैकड़ों हाथों से कमाओ और हजारों हाथों में बांट दो। शास्त्रकारों ने कहा है कि जो संपन्न व्यक्ति अपनी संपत्ति का भोग बिना दान के करता है, वह अच्छे लोगों की श्रेणी में नहीं माना जा सकता। वह निंदनीय है।

कबीर ने कहा है अर्थ की शुद्धि के लिए दान आवश्यक है। जिस प्रकार बहता हुआ पानी शुद्ध रहता है उसी तरह धन भी गतिशील रहने से शुद्ध होता है। धन कमाना और उसे शुभ कार्यों में लगा देना अर्थ शुद्धि के लिए आवश्यक

है। यदि धन का केवल संग्रह होता रहे तो संभव है एक दिन वह उसी नाव की तरह मनुष्य को डुबो देगा, जिसमें पानी भर जाता है। नाव का पानी उलीचा न जाए तो निश्चय ही वह डूब जाएगी। पानी की टंकी से जब तक पानी निकलता रहता है तभी तक टंकी में ताजा जल आने की गुंजाइश रहती है। धन के सग्रंह से अनेक व्यक्तिगत और सामाजिक बुराइयां भी पैदा हो जाती हैं जिससे बोझिल होकर मनुष्य कल्याण पथ से भटक जाता है, जीवन की राह से फिसल जाता है। इसीलिए कमाने के साथ-साथ धन को दान के माध्यम से परमार्थ में लगाना चाहिए ताकि दुनिया के अभावग्रस्त लोगों का भला हो सके।

स्वामी रामतीर्थ ने कहा था, 'दान देना ही आमदनी का एकमात्र द्वार है। जहां दिया नहीं जाता, खर्च नहीं किया जाता, वहां धीरे-धीरे आमदनी की संभावना भी कम हो जाती है। आय का स्रोत उन्मुक्त भाव से उन्हीं के लिए खुला रहता है जो दान करते हैं, उसे समाज के लिए खर्च करते हैं।'

दान व्यावहारिक जीवन में एक ऐसी साधना पद्धति है जिसके माध्यम से हम अपने भीतर अनेक आध्यात्मिक, मानसिक तथा चारित्रिक गुण और विशेषताएं विकसित कर सकते हैं। विक्टर ह्यूगो ने कहा था, ज्यों-ज्यों धन की थैली दान में खाली होती जाती है, त्यों-त्यों दिल भरता जाता है।' दान से मिलने वाले संतोष और प्रसन्नता का महत्व कम नहीं है। जीवन में इनकी महत्वपूर्ण भूमिका है।

स्वामी विवेकानंद अमेरिका में थे। एक दिन वह ज्यों ही अपना भोजन बनाकर खाने के लिए बैठे कि बच्चों की एक टोली हंसते-हंसते वहां आ पहुंची। स्वामीजी से नहीं रहा गया। उन्होंने बच्चों को पास बैठा कर बड़े प्यार से सारा भोजन खिला दिया। एक अन्य सज्जन जो यह सब देख रहे थे बोले, 'स्वामीजी आप तो अब भूखे ही रह जायेंगे।' स्वामीजी ने कहा, 'इन बच्चों को भोजन करा कर जो तृप्ति और संतोष मुझे हुआ है, वह उस भोजन से नहीं हो सकता था।' दूसरों को देकर आत्मसंतोष, प्रसन्नता और आंतरिक सुख प्राप्त होता है। दान एक बहुत बड़े सामाजिक कर्तव्य की पूर्ति भी है। किसी भी समाज में सभी तो कमाने की स्थिति में नहीं होते पर दान समाज के दुर्बल अंग को जीवन देता है। यदि संसार में चल रही दान व्यवस्थाएं बंद कर दी जाएं तो मानव समाज के एक बड़े हिस्से के नष्ट हो जाने की आशंका बढ़ जाएगी। ●

राम नहीं श्रीकृष्ण के लिए बंदरों ने बनाया सेतु

भगवान राम जब लंका पर चढ़ाई करने जा रहे थे तब बंदरों ने समुद्र पर विशाल पुल का निर्माण किया था, इस बात को तो आप भी जानते होंगे। लेकिन राम का जब श्रीकृष्ण रूप में अवतार हुआ तब बंदरों ने फिर से श्रीकृष्ण के कहने पर एक सेतु का निर्माण किया था, इस बात को शायद ही आप जानते होंगे।

यह सेतु मथुरा से लगभग 50 किलोमीटर की दूरी पर काम्यवन में एक सरोवर पर बनाया गया था। इस कारण से यह सेतुबंध सरोवर के नाम से जाना जाता है। वर्तमान में अब इस सेतु के ध्वंसावशेष ही मौजूद हैं जो इस तथ्य की पुष्टि करते हैं।

इस सरोवर के उत्तर में एक शिव मंदिर है। रामेश्वर मंदिर कहलाता है। सरोवर के दक्षिण में एक टीले पर लंका भी बना हुआ है। जिससे इस स्थान पर आकर एक साथ राम और श्रीकृष्ण अवतार दोनों की झलक एक साथ मिल जाती है।

इस सेतुबंध सरोवर की कथा बड़ी ही रोचक है। एक बार श्रीकृष्ण राधा और सखियों के साथ यहां बैठे थे तभी सखियों ने राम की वीरगाथा का बखान करना शुरू कर दिया। श्रीकृष्ण ने सखियों से कहा पूर्वजन्म में मैं ही राम था।

सखियों ने इसे श्रीकृष्ण का बड़बोलापन समझकर कहा अगर ऐसा है तो बंदरों से सरोवर पर एक सेतु बनवाकर दिखाओ। श्रीकृष्ण ने मुरली की तान छेड़ी वन में मौजूद सभी बंदर श्रीकृष्ण के पास आकर खड़े हो गए। श्रीकृष्ण ने कहा कि मेरे लिए सरोवर पर एक सेतु का निर्माण कर दो।

श्रीकृष्ण की आज्ञा मिलते ही सभी बानर सेतु बनाने में जुट गए। रामावतार में जिस तरह राम ने रामेश्वर में शिव की पूजा की थी उसी प्रकार श्रीकृष्ण ने शिव की पूजा की और जिससे यहां भी रामेश्वर मंदिर बन गया। बंदरों ने मेहनत और लगन से देखते ही देखते सरोवर पर सेतु का निर्माण कर दिया। सेतुबंध सरोवर को स्थानीय लोग लंका कुंड भी कहते हैं।

-ज्ञानचंद जैन

रंगों में छुपे हैं मन के संदेश

मुरली कांठेड़

हर्ष, खुशी के अवसर पर लाल रंग से ही स्पष्ट किये जाते हैं। विवाह, जन्म विभिन्न उत्सवों पर आनंद की भावना लाल रंग से प्रगट होती है। नारी की मांग में लाल सिंदूर जहां उसका सौंदर्य बढ़ाता है वहीं अटल सौभाग्य तथा प्रेम भी प्रगट करता है।

सभी रंग सूर्य की किरणों के प्रभाव से बनते हैं। सूर्य की किरणों में सभी रंगों का सम्मिश्रण है। सूर्य की छत्रछाया में अनेक प्रकार की वनस्पतियां तथा जीवधारी पनपते-बढ़ते हैं। उसी प्रकार हरा, लाल और नीला रंग ये मनुष्य को स्वस्थ, यशस्वी और गौरवशाली बनाने वाले हैं। विविध रंग हमारे दैनिक जीवन में उपयोगिता के साथ-साथ ही नव-स्फूर्ति, सुंदरता और कल्याण का संदेश देते हैं। रंगों का स्वास्थ्य और मन प्रर प्रबल प्रभाव पड़ता है। रंगों के आकर्षक वातावरण में मन प्रसन्न रहता है और उदासी दूर होती है। धार्मिक कार्यों में रोली-कुमकुम का लाल रंग, हल्दी का पीला रंग, पत्तियों का हरा, आटा का सफेद रंग प्रयोग में लाया जाता है। यह हमारे लिए स्वास्थ्यदायक, स्फूर्तिदायक और कल्याणकारी होता है।

लाल रंग- लाल रंग मनुष्य के शरीर को स्वस्थ और मन को हर्षित करने वाला है। इससे शरीर का स्वास्थ्य सुधरता और मन प्रसन्न रहता है। यह पौरुष और आत्मगौरव प्रगट करता है। लाल टीका शौर्य एवं विजय का प्रतीक है। प्राय: सभी देवी-देवताओं की प्रतिमा पर लाल रोली का टीका लगाया जाता है। हिन्दू धर्म में लाल रंग से उन्हीं देवी-देवताओं को सुसज्जित किया गया है, जो परम मंगलाकारी, धन, तेज, शौर्य और पराक्रम को प्रगट करते हैं। उन देवताओं को शौर्यसूचक लाल रंग दिया गया है जिन्होंने अपने बाहुबल, अस्त्र-शस्त्र तथा शारीरिक शक्तियों से दुष्ट दैत्यों या आसुरी प्रवृत्तियों को परास्त किया है। हर्ष, खुशी के अवसर पर लाल रंग से ही स्पष्ट किये जाते हैं। विवाह, जन्म विभिन्न उत्सवों पर आनंद की भावना लाल रंग से प्रगट होती है। नारी की मांग में लाल सिंदूर जहां उसका सौंदर्य बढ़ाता है वहीं अटल सौभाग्य तथा प्रेम भी प्रगट करता है। हिन्दू तत्वदर्शियों ने सिंह वाहिनी भगवती दुर्गा को लाल रंग के वस्त्रों से सुसज्जित किया है। उनकी पूजा से आध्यात्मिक, दैहिक तथा भौतिक त्रितापों को दूर करने का विधान है। धन की देवी लक्ष्मीजी को भी मंगलकारी लाल वस्त्र पहनाए जाते हैं। लाल रंग धन, विपुल संपत्ति, समृद्धि और शुभ-लाभ को प्रकट करने वाला है।

भगवा रंग- यह त्याग, तपस्या और वैराग्य का रंग है। भारतीय धर्म में इस रंग को साधुता, पवित्रता, शुचिता, स्वच्छता और परिष्कार का द्योतक माना गया है। जैसे आग में तपकर वस्तुएं निखर उठती हैं, उनकी कालिमा और सभी दोष दूर होते हैं उसी प्रकार इस रंग को पहनने वाले अपनी विषय-वासनाओं को दग्ध कर आध्यात्मिकता की ओर अग्रसर करते होते हैं। यह आध्यात्मिकता का प्रतीक है। यह धार्मिक ज्ञान, तप, संयम और वैराग्य का रंग है। यह रंग शुभ संकल्प का सूचक है। यह रंग पहनने वाला अपने कर्तव्य और नैतिक उन्नति के प्रति हमेशा दृढ़ संकल्प रहता है।

हरा रंग- हरा रंग समस्त प्रकृति में व्याप्त है। यह पेड़-पौधे, खेतों-पर्वतीय प्रदेश को आच्छादित करने वाला मधुर रंग है। यह मन को शांति और हृदय को शीतलता प्रदान करता है। यह मनुष्य को सुख, शांति, स्फूर्ति देने वाला रंग है। लाल और हरे रंगों से उद्योगशीलता स्पष्ट होती है। ऋषि-मुनियों ने अपनी आध्यात्मिक उन्नति हरे-हरे पर्वतों शिखरों, घास के मैदानों तक निर्झरों के हरे तटों के सुखद शांत वातावरण में की थी। संसार के महान ग्रंथ, मौलिक विचार, प्राचीन शास्त्र, वेद-पुराण आदि उत्तम ग्रंथ हरे शांत वातावरण में ही निर्मित हुए हैं।

पीला रंग- यह रंग ज्ञान और विद्या का, सुख और शांति का, अध्ययन, विद्वता, योग्यता, एकाग्रता और मानसिक तथा बौद्धिक उन्नति का प्रतीक है। यह रंग मस्तिष्क को प्रफुल्लित और उत्तेजित करता है। भगवान विष्णु का वस्त्र पीला है। पीत वस्त्र उनके असीम ज्ञान का द्योतक है। भगवान श्रीकृष्ण भी पीताम्बर से सुसज्जित हैं। भगवान गणेश की धोती पीली और दुपट्टा नीला या हरा रखा गया है। गणेश का पूजन-अर्चन किसी भी शुभ कार्य के लिए अनिवार्य एवं आवश्यक है। सभी मंगल कार्यों में पीली धोती वाले गणेश विघ्नहर्ता हैं।

नीला रंग- सृष्टिकर्ता ने विश्व में नीला रंग सर्वाधिक रखा है। हमारे सिर पर विस्तृत अनंत नीलवर्ण का आकाश है। नीचे सृष्टि में समुद्र तथा सरिताओं में नीले रंग का आधिक्य है। मनोविज्ञान के अनुसार नीला रंग बल, पौरुष और वीर भाव का प्रतीक है। मर्यादा पुरुषोत्तम श्री रामचंद्रजी तथा पुरुषोत्तम योगेश्वर श्रीकृष्ण भगवान दोनों ने ही संपूर्ण मानवता की रक्षा एवं दानवता के विरुद्ध युद्ध करने में आजीवन व्यतीत किया है। इन देवताओं का वर्ण नीला है। भगवान शिव को नीलकंठ कहा जाता है। सागर मंथन करने पर उसमें से विष निकला था। यह विष यदि पृथ्वी पर फेंका जाता तो सर्वनाश निश्चित था। जिसके भी पेट के भीतर जाता, वह मर जाता। भगवान शिव ही सर्वसमर्थ थे, जो उस विष को धारण कर सकते थे। उन्होंने विष को अपने कंठ में रखा और नीलकंठ कहलाए। शिव, विष्णु, गणेश, सूर्य और देवी ये पांच देवता हिन्दू उपासना में प्रसिद्ध हैं। इसमें शिव महादेव सबसे अधिक पौरुषवान हैं।

सफेद रंग- श्वेत रंग सात रंगों का मिश्रण है। श्वेत रंग पवित्रता, शुद्धता, विद्या और शांति का प्रतीक है। इससे मानसिक, बौद्धिक और नैतिक स्वच्छता प्रकट होती है। विद्या ज्ञान का रंग सफेद है। ज्ञान हमें सांसारिक संकुचित भावना से ऊपर उठाता है और पवित्रता की ओर अग्रसर करता है। श्वेत रंग चंद्रमा जैसी शीतलता प्रदान करता है। मोती पहनने से मन को शांति मिलती है। ●

तीसरी आंख से होता है दर्शन

सद्गुरु जग्गी वासुदेव

कृष्णपक्ष में हरेक चंद्रमास का चौदहवां दिन या अमावस्या से पहले वाला दिन शिवरात्रि के नाम से जाना जाता है। एक पंचांग वर्ष की सभी बारह शिवरात्रियों में महाशिवरात्रि सबसे महत्वपूर्ण मानी जाती है। इस त्योहार का वैज्ञानिक तर्क भी है।

महाशिवरात्रि की रात पृथ्वी के उतरी गोलार्ध की दशा कुछ ऐसी होती है कि इंसान के शरीर में ऊर्जा सहज ही ऊपर की ओर चढ़ती है। असल में यह एक ऐसा दिन होता है जब प्रकृति इंसान को उसके आध्यात्मिक शिखर की ओर धकेल रही होती है।

इस घटना का उपयोग करने के लिए हमारी भारतीय परम्परा में यह एक खास त्योहार बनाया गया है। इस त्योहार, महाशिवरात्रि को पूरी रात मनाया जाता है। इसे पूरी रात मनाने का मूल मकसद यह तय करना है कि ऊर्जा का यह प्राकृतिक चढ़ाव या उभार अपना रास्ता पा सके। महाशिवरात्रि की पूरी रात लेटने का एक खास तरीका होना चाहिए। आप यह ध्यान अवश्य रखें कि अपना मेरुदंड सीधा रखें। आपकी कोशिश यह भी रहनी चाहिए कि सोएं नहीं। रात भर जागते रहें। जो लोग अध्यात्म मार्ग पर हैं उनके लिए महाशिवरात्रि बहुत महत्वपूर्ण पर्व है। लेकिन जो लोग पारिवारिक जिंदगी जी रहे हैं, उनके लिए भी यह बहुत महत्वपूर्ण है। महत्वाकांक्षी इंसानों के लिए भी यह एक अहम दिन है।

पारिवारिक जिंदगी जी रहे लोग महाशिवरात्रि के पर्व को शिव की शादी की सालगिरह के रूप में मनाते हैं। मान्यता यह है कि महादेव शिव ने इस दिन अपने सभी शत्रुओं पर विजय प्राप्त कर ली थी। सांसारिक महत्वाकांक्षा वाले लोग इसे उसी रूप में मनाते हैं। लेकिन तपस्वियों के लिए यह ऐसा विशिष्ट दिन है जब शिव कैलाश के साथ एक हो गए थे। जब वे पर्वत की तरह निश्चल और पूरी तरह शांत हो गए थे।

योग परम्परा में, शिव की पूजा ईश्वर के रूप में नहीं की जाती है, बल्कि उन्हें आदि गुरु माना जाता है। वे धरती पर प्रथम गुरु हैं जिनसे ज्ञान की उत्पत्ति हुई थी। कई हजार सालों तक ध्यान में रहने के बाद एक दिन वे पूरी तरह शांत हो गए। वह दिन महाशिवरात्रि का है। उनके अंदर कोई गति नहीं रह गई और वे पूरी तरह से निश्चल हो गए। कहते हैं, इसलिए तपस्वी महाशिवरात्रि को निश्चलता के दन के रूप में मनाते हैं। पौराणिक कथाओं के अलावा योग परम्परा में भी इस दिन और इस रात को बहुत महत्वपूर्ण माना जाता है।

जानने का अर्थ हमेशा जीवन में एक नई दृष्टि का खुलना है। आप अपने अंदर जो तर्क की स्पष्टता पैदा करते हैं, उसे कोई भी विकृत कर सकता है। लेकिन इस खुलने की प्रक्रिया में जब दृष्टि खुलती है, तभी स्पष्टता आती है। इसलिए सच्चे रूप में जानने का अर्थ है आपकी तीसरी आंख का खुलना। आपकी तीसरी आंख ही वह आंख है जिससे दर्शन होता है।

दरअसल, आपकी दो आंखें इंद्रियां हैं। ये मन को सभी तरह की अनर्गल चीजें पहुंचाती हैं। क्योंकि आमतौर पर जो आप देख पाते हैं वह सत्य नहीं है। ये दो आंखे सत्य को नहीं देख पातीं। इसलिए एक तीसरी आंख, एक गहरी भेदन शक्ति वाली आंख को खोलना होगा।

शिव का अर्थ है 'वह जो नहीं है।' महाशिवरात्रि की रात इसे अपने साथ होने दें, स्वयं को खो दें। फिर जीवन में एक नई दृष्टि खुलने की संभावना पैदा होगी। ●

गाय के गोबर को इसलिए पवित्र माना जाता है

:: राकेश झा ::

किसी भी धार्मिक कार्यों में गाय के गोबर से स्थान को पवित्र किया जाता है। गाय के गोबर से बने उपले से हवन कुण्ड की अग्नि जलाई जाती है। आज भी गांवों में महिलाएं सुबह उठकर गाय गोबर से घर के मुख्य द्वार को लिपती हैं। माना जाता है कि इससे लक्ष्मी का वास बना रहता है। प्राचीन काल में मिट्टी और गाय का गोबर शरीर पर मलकर साधु संत स्नान भी किया करते थे।

इसके पीछे धार्मिक कारण यह है कि गाय के गोबर में लक्ष्मी का वास माना जाता है। शास्त्रों के अनुसार गोमूत्र में गंगा मैया का वास है। इसलिए आयुर्वेद में चिकित्सा के लिए गोमूत्र पीने की भी सलाह दी जाती है। वैज्ञानिक दृष्टि से भी गोबर को चर्म रोग एवं गोमूत्र को कई रोगों में फायदेमंद बताया गया है।

गाय का दूध उत्तम आहार माना गया है। माना जाता है कि मां के दूध के समान गाय का दूध पौष्टिक होता है। इसलिए गाय को माता भी कहा गया है। शास्त्रों में कहा गया है 'गावो विश्वस्य मातर:।' यानी गाय विश्व की माता है।

नवग्रहों सूर्य, चंद्रमा, मंगल, राहु, बुध, बृहस्पति, शुक्र, शनि, केतु के साथ वरुण, वायु आदि देवताओं को यज्ञ में दी हुई प्रत्येक आहुति गाय के घी से देने की परम्परा है, जिससे सूर्य की किरणों को विशेष ऊर्जा मिलती है। यही विशेष ऊर्जा वर्षा का कारण बनती है और वर्षा से ही अन्न, पेड़-पौधों आदि को जीवन प्राप्त होता है।

गाय के अंगों में सभी देवताओं का निवास माना जाता है। गाय की छाया भी बेहद शुभप्रद मानी गयी है।

चरित्र निर्माण की प्रथम एवं प्रधान शिल्पी माता

पी. डी. सिंह

मां अपने बालक पुत्र को सही मार्गदर्शन द्वारा कितने उच्चपद की प्राप्ति करा सकती है इसका सर्वश्रेष्ठ उदाहरण माता सुनीति का है जिसने अपने तिरस्कृत बालक पुत्र ध्रुव को जिसे राजकुमार उत्तम ने राजा की गोद में नहीं बैठने दिया था उसे निम्न उपदेश और प्रेरणा देकर सर्वोत्कृष्ट पद की प्राप्ति का उपाय बताया–

''बेटा! तू दूसरों के लिये किसी प्रकार की अंमगल कामना मत कर। जो मनुष्य दूसरों को दुख देता है उसे स्वयं ही उसका फल भोगना पड़ता है। सुरूचि ने विमाता होते हुये भी एकदम सही कहा है। अतः यदि राजकुमार उत्तम के समान राज सिंहासन पर बैठना चाहता है तो द्वेषभाव को छोड़कर उसी आज्ञा का पालन कर। बस, श्रीभगवान के चरण कमलों की आराधना कर।'' माता के उपदेश और प्रेरणा द्वारा बालक ध्रुव ने उत्तरोत्तर गुरुकृपा, भगवद्दर्शन और परम पद प्राप्त कर लिया।

पौराणिक काल में ही नहीं आधुनिक युग के महापुरुषों के चरित्र पर भी मां की साधना एवं शिक्षा का विशेष प्रभाव परिलक्षित हुआ है। परमहंसदेव रामकृष्ण की माता चन्द्रमणि देवी अत्यन्त धर्मनिष्ठ, सरल-स्वभाव एवं पतिव्रता महिला थी। उन्हें एक दिन श्रीलक्ष्मीदेवी के प्रत्यक्ष दर्शन हुए। परमहंसदेव के आविर्भाव से ठीक पूर्व उन्हें भगवान शिव एवं विष्णु के दिव्य रूप के दर्शन होते थे। इसीलिए उनका जन्म नाम भी गदाधर ही रखा गया था। वे जैसी पवित्र, धर्मशीला, भक्तिमती महिला थी एवं जैसा सात्विक उनका आहार विहार था उन्हें वैसा ही धर्मप्राण, सरल, भक्तिमान, संसार को ईश्वर प्राप्ति का सही मार्गप्रदर्शन करने वाला पुत्र रामकृष्ण के रूप में प्राप्त हुआ था जो कि माता की शिक्षा एवं उनके व्यक्तित्व का प्रभाव ही था।

स्वामी विवेकानंद के नाम से सुदूर विदेशों में हिन्दू धर्म की विजय पताका फहराने वाले नरेन्द्रदत्त की मां भुवनेश्वरी देवी का अपने पुत्र के चरित्रनिर्माण पर अत्यधिक प्रभाव था। भुवनेश्वरी देवी प्राचीन पंथी, धर्म परायण एवं अत्यंत तेजस्विनी महिला थी। वे स्वयं शिव पूजा किया करती थीं। पुत्र कामना हेतु उन्होंने काशी के श्रीविश्वनाथ की पूजा, होम, आराधना की और फलस्वरूप उन्हें श्री विश्वेश्वर के दर्शन हुये और वरदान मिला। नरेन्द्र का जन्म नाम भी इसीलिए वीरेश्वर, संक्षेप में 'विले' रखा गया था। बालक नरेन्द्र बाल्यकाल में अत्यन्त स्वेच्छाचारी एवं उद्दंड थे और उन्हें शान्त करने का उपाय अद्भुत था जिसका आविष्कार मां ने ही किया था और वह सफल रहा था। 'शिव, शिव' कहकर मस्तक पर थोड़ा जल छिड़कते ही नरेन्द्र मंत्रमुग्ध की भांति शांत हो जाते थे।

पौराणिक काल में ही नहीं आधुनिक युग के महापुरुषों के चरित्र पर भी मां की साधना एवं शिक्षा का विशेष प्रभाव परिलक्षित हुआ है।

बालक का जन्म शिवांश से है, यह दृढ़ विश्वास होते हुये भी बुद्धिमती मां ने इसे कभी प्रकट नहीं किया । केवल एक बार क्षुब्ध होकर वे बोल उठी थी– ''महादेव ने स्वयं न आकर कहां से एक भूत को पकड़ कर भेज दिया है।''

मां के मुख से रामायण और महाभारत के उपाख्यान सुनने के लिये नरेन्द्र आग्रह करते रहते थे। अतीत युग के धर्मवीरों के पावन चरित्र सुनकर उनके कोमल शिशु मन पर विशेष प्रभाव होता था और उनका शिशु मन अपनी सहज चंचलता त्याग कर घंटों तक मंत्रमुग्ध होकर वे शान्त बैठे रहते थे। कभी-कभी मां का अनुकरण करके नरेन्द्र भी चक्षु मूंद कर ध्यान में शान्त होकर बैठ जाते और तुरंत ही उन्हें बाह्यजगत की विस्मृति हो जाती। यह एक अद्भुत बात थी। उनके चरित्र पर मां की साधना एवं शिक्षा की अमिट एवं स्पष्ट छाप विद्यमान थी। परमहंसदेव और स्वामी विवेकानंद में स्त्रीमात्र के लिये मातृभावना इस प्रकार दृढ़ थी कि कोई भी प्रलोभन उन्हें विचलित नहीं कर सका था।

इसी प्रकार छत्रपति शिवाजी में मां जीजाबाई की प्रेरणा एवं शिक्षा से ही देशभक्ति जागी थी और स्त्रीमात्र के प्रति मातृ-भाव। मुसलमान शत्रुओं की युद्धबंदी औरतों को वे ससम्मान उनके घर भिजवा देते थे।

मां कुन्ती भी अपने पांचों पुत्रों को उत्तम आचरण, वीरता व न्याय तथा धर्म की शिक्षा देती थीं। कुम्भलगढ़ के दुर्गपति आशा देपरा महेश्वरी के पास जब पन्नाधाय अपने पुत्र की बलि देकर बलवीर से राणासांगा के पुत्र बालक उदय सिंह को बचाकर शरण लेने पहुंची तो उसने बलवीर से डरकर मना कर दिया था। उस समय आशा देपरा की अनपढ़ मां ने क्षुब्ध होकर अपने कायर पुत्र को बुरी तरह फटकारा और कर्तव्य की याद दिलाई और आशा देपरा उदयसिंह के संरक्षक बन गये। इसी अनपढ़ किन्तु कर्तव्य परायण पन्ना धाय एवं आशा देपरा की मां की बदौलत ही 'हिंदवासूर्य' महाराणा प्रताप जैसे महापुरुष का आविर्भाव हुआ। उनका बलिदान और शौर्य आज भी सबको प्रेरणा देता है मातृभक्ति की मातृशक्ति नमन, वंदन और अभिनन्दन योग्य है, पौराणिक एवं ऐतिहासिक काल में थी और आज भी है।

–निदेशक,
टैगोर ग्रुप ऑफ इंस्टीटयूशन्स
शास्त्री नगर, जयपुर-302016

शनिदेव ने बताया लक्ष्मीजी को एक राज

एक बार लक्ष्मीजी ने शनिदेव से प्रश्न किया कि हे शनिदेव मैं अपने प्रभाव से लोगों को धनवान बनाती हूं और आप हैं कि उनका धन छीन भिखारी बना देते हैं। आखिर आप ऐसा क्यों करते हैं?

लक्ष्मीजी का यह प्रश्न सुन शनिदेव ने उत्तर दिया- ''हे मातेश्वरी! इसमें मेरा कोई दोष नहीं। जो जीव स्वयं जानबूझकर अत्याचार व भ्रष्टाचार को आश्रय देते हैं और क्रूर व बुरे कर्म कर दूसरों को रुलाते तथा स्वयं हंसते हैं, उन्हें समय अनुसार दण्ड देने का कार्यभार परमात्मा ने मुझे सौंपा है। इसलिए मैं लोगों को उनके कर्मों के अनुसार दण्ड अवश्य देता हूं। मैं उनसे भीख मंगवाता हूं, उन्हें भयंकर रोगों से ग्रसित बनाकर खाट पर पड़े रहने को मजबूर कर देता हूं।''

इस पर लक्ष्मीजी बोली मैं आपकी बातों पर विश्वास नहीं करती। देखिए, मैं अभी एक निर्धन व्यक्ति को अपने प्रताप से धनवान व पुत्रवान बना देती हूं। लक्ष्मीजी ने ज्यों ही ऐसा कहा, वह निर्धन व्यक्ति धनवान एवं पुत्रवान हो गया।

तत्पश्चात लक्ष्मीजी बोलीं- अब आप अपना कार्य करें। तब शनिदेव ने उस पर अपनी दृष्टि डाली। तत्काल उस धनवान का गौरव व धन सब नष्ट हो गया। उसकी ऐसी दशा बन गई कि वह पहले वाली जगह पर आकर पुनः भीख मांगने लगा। यह देख लक्ष्मीजी चकित रह गई। वे शनिदेव से बोलीं कि इसका कारण मुझे विस्तार से बताएं।

तब शनिदेवजी ने बताया- हे मातेश्वरी यह वह इंसान है जिसने पहले गांव के गांव उजाड़

डाले थे, जगह-जगह आग लगाई थी। यह महान अत्याचारी, पापी व निर्लज्ज जीव है। इसके जैसे पापी जीव के भाग्य में सुख-संपत्ति का उपभोग कहां है। इसे तो अपने कुकर्मों के भोग के लिए कई जन्मों तक भुखमरी व मुसीबतों का सामना करना है। आपकी दयादृष्टि से वह धनवान-पुत्रवान तो बन गया परन्तु उसके पूर्ववत कर्म इतने भयंकर थे जिसकी बदौलत उसका सारा वैभव देखते ही देखते समाप्त हो गया। क्योंकि कर्म ही प्रधान है और कर्म का फल भोगने के लिए सभी बाध्य हैं।

लेकिन मैंने इसे इसके दुष्कर्मों का फल देने के लिए फिर से भिखारी बना दिया। इसमें मेरा कोई दोष नहीं, दोष उसके कर्मों का है।

शनिदेवजी पुनः बोले- हे मातेश्वरी, ऐश्वर्य शुभकर्मों जीवों को प्राप्त होता है। जो लोग महान सदाचारी, तपस्वी, परोपकारी, दान देने वाले होते हैं, जो सदा दूसरों की भलाई करते हैं और भगवान के भक्त होते हैं, वे ही अगले जन्म में ऐश्वर्यवान होते हैं। मैं उनके शुभ कर्मों के अनुसार ही उनके धन-धान्य में वृद्धि करता हूं।

वे शुभकर्मी पुनः उस कमाए धन का दान करते हैं, मंदिर व धर्मशाला आदि बनवाकर अपने पुण्य में वृद्धि करते हैं। इस प्रकार वे कई जन्मों तक ऐश्वर्य भोगते हैं।

हे मातेश्वरी! अनेक मनुष्य धन के लोभ में पड़कर ऐश्वर्य का जीवन जीने के लिए तरह-तरह के गलत कर्म कर बैठते हैं, जिसका नतीजा यह निकलता है कि स्वयं अपने कई जन्म बिगाड़ लेते हैं। भले ही मनुष्य को अपना कम खाकर भी अपना जीवन यापन कर लेना चाहिए लेकिन बुरे कर्म करने से पहले हर मनुष्य को यह सोच लेना चाहिए इसका परिणाम भी उसे खुद ही भोगना पड़ेगा।

इस प्रकार शनिदेव के वचन सुनकर लक्ष्मीजी बहुत प्रसन्न हुई बौर बोलीं- हे शनिदेव! आप धन्य हैं। प्रभु ने आप पर बहुत बड़ी जिम्मेदारी सौंपी है। आपके इस स्पष्टीकरण से मुझे कर्म-विज्ञान की अनेक गूढ़ बातें समझ में आ गई। ऐसा कहते हुए लक्ष्मीजी अंतर्ध्यान हो गई।

-मनोज कुमार कश्यप

जीवन के तीन सूत्र

मुनि बुद्धमल्ल

जीवन को जीने की ओर प्रवृत्त होने से पूर्व उसकी भूमिका के रूप में कुछ तथ्यों को जान लेना आवश्यक है। जिन्हें मैं जीवन के सूत्र कहना पसंद करूंगा। पहला सूत्र है-वर्तमान में जीना। अतीत बीत चुका होता है और भविष्य अनागत। एक की स्मृति और दूसरे की कल्पना ही की जा सकती है। मूलतः दोनों ही असत् हैं, अविद्यमान हैं। सत् या विद्यमान तो केवल वर्तमान ही होता है। उसे सार्थक बनाना आवश्यक है। वर्तमान जब मनुष्य के सम्मुख उपस्थित होता है, तब यदि मनुष्य उसे अतीत या भविष्य के चिंतन की यांत्रिक आदत में खोया हुआ मिले, तो वह चुप-चाप आगे बढ़ जाने के अतिरिक्त और क्या करे? वह चला जाता है। मनुष्य तब प्रायः पीछे से उसके विषय में चिंता करता है कि वह समय निष्फल चला गया। इस प्रवृत्ति को रोकना है। वर्तमान को सफल बनाना है। उसका एक ही तरीका है कि वर्तमान में जीया जाए। वर्तमान का आदर करना सीखे बिना न अतीत का ही आदर किया जा सकता है और न अनागत का ही।

दूसरा जीवन सूत्र है-सहजता से जीना। मनुष्य का प्रायः सारा जीवन औपचारिकता में ही बीतता है। एक मुखौटा सदा लगाए रहना पड़ता है ताकि उसका मूल रूप किसी के सम्मुख उद्घाटित न होने पाए। धीरे-धीरे वही स्वभाव हो जाता है। मुखौटा मूल हो जाता है और मूल विस्मृत। अपने आपके सहज रूप को प्रकट होने देने की आवश्यकता है। यदि वह विकृत भी हो तो उसी रूप को प्रकट होने देना चाहिए। ढकने से विकृति दूर नहीं हो पाती। उल्टा यह विश्वास होने लगता है कि हमारी विकृति का किसी को कोई पता नहीं चल सकेगा। सभी इस मुखौटे को ही मूल रूप मान लेंगे। परन्तु इस भ्रान्ति में नहीं रहना चाहिए। कोई जाने या न जाने, स्वयं तो स्वयं को जानता ही है। स्वयं से छिपकर मनुष्य कहीं जा नहीं सकता। स्वयं को स्वयं से छिपा नहीं सकता। इसीलिए सहजता को खुलने देना है। उससे अपने को अच्छी तरह से जानने और सुधारने का अवसर मिलता है। नाटक के पात्र की तरह कृत्रिमता में नहीं, वास्तविकता में जीना है।

तीसरा सूत्र है-अनासक्त होकर जीना। साधारणतया मनुष्य विविध संबंधों, संस्कारों और विकारों से घिरा हुआ रहता है। बाहर से नहीं, भीतर से भी घिरा हुआ होता है। वह किसी का मित्र होता है, तो किसी का शत्रु, किसी का प्रिय तो किसी का अप्रिय, इसी तरह किसी के प्रति उदार और किसी के प्रति अनुदार। कभी क्रोध में तो कभी अहंकार में। इन बाह्य और आंतरिक घिरावों के कारण उसे कभी एकान्त चिंतन का तथा सबसे दूर रहकर स्वयं को जानने एवं समझने का भी अवसर नहीं मिलता। इन बाह्य तथा आंतरिक आच्छादनों में मनुष्य की आसक्ति इतनी गहरी हो जाती है कि उससे दूर हटकर जीने में उसे भय लगने लगता है। ●

पूजा-सामग्री का लौकिक महत्व

देवी-देवताओं के पूजन में जितनी सामग्रियों का प्रयोग होता है, उनमें से हर एक का विशेष महत्व होता है। देखें पूजा में में प्रयोग की जाने वाली लौकिक सामग्रियों का लौकिक महत्व क्या है।

धूप या अगरबत्ती: इनसे वातावरण तो सुगंधित होता है, साथ ही मन भी प्रफुल्लित हो जाता है और अच्छे विचारों को प्रोत्साहन मिलता है।

चंदन: चंदन में शीतलता के गुण होते हैं। चंदन घिसकर देवी-देवता को लगाना और स्वयं को भी लगाना मन शांत और शीतल रखता है।

पुष्प: फूल कोमल, सुगंधित और पावन होता है। इससे भगवान का शृंगार होता है तथा उनके चरणों में भी अर्पित किया जाता है। पुष्प की सुगंध और पवित्रता मानव मन को सही निर्देश देती है। यह डाल में है तो भी सुगंध बिखेरता है और टूट कर अलग होने पर भी अपना गुण धर्म नहीं छोड़ता।

दीपक: यह केवल प्रकाश का ही नहीं ज्ञान का भी प्रतीक है, जिस तरह दीपक अंधकार को दूर करता है उसी तरह ज्ञान भी अंधकार को दूर करता है। दीपक की ऊपर उठती लौ सदा प्रयत्नशील रहने को निर्देशित करती है। बाती और तेल का संबंध आत्मा-परमात्मा से जुड़ता है।

मिष्ठान्न: मिष्ठान्न प्रतीक है पूजा में निहित भावना का। देवी-देवता जिनका हम प्रेम से पूजन करते हैं, उन्हें भोग में मिष्ठान्न देते हैं। इसका एक अर्थ यह भी है कि आप अपनी वाणी में मिठास रखें। अपना जीवन सद्भाव से बिताएं और दूसरों के जीवन में भी मिठास भरें।

जल: पूजा के जल का विशेष महत्व है। सात नदियों का जल मिलाकर देवी-देवताओं के अभिषेक करने का चलन है। गंगा, कोवरी, गोदावरी, यमुना, सिंधु, सरस्वती एवं नर्मदा ये सात नदियां पवित्र मानी जाती हैं। देव अभिषेक के लिए इन्हीं नदियों के जल का आह्वान किया जाता है। इसका उद्देश्य उन योगी ऋषियों और तपस्वियों का आशीर्वाद पाना भी है, जिन्होंने इनके किनारे तपस्या की थी।

सुपारी-पान: जल में सुपारी डालने से उत्पन्न तरंगों से जल सत्व रजोगुणी बनता है। इससे उसकी क्षमता देवता के सतोगुण को ग्रहण करने को बढ़ जाती है। पान की बेल को भूलोक तथा ब्रह्मलोक को जोड़ने वाली बीच की कड़ी माना गया है। इससे भूमि तरंगों को आकृष्ट करने की क्षमता बढ़ जाती है। पूजास्थल में देवता की मूर्ति से उठती ऊर्जा पान के डंठल से ग्रहण की जाती है।

तुलसी: अध्यात्म तथा आयुर्वेद में तुलसी का महत्व सबको मालूम है तुलसी वातावरण की शुद्धता बनाये रखती है। यह अपनी सात्विकता से देवता की चैतन्यता सोखकर वातावरण में भेजती है।

हल्दी-कुमकुम: हल्दी धरती के नीचे उगती है इसलिए उसमें भूमि तरंगों का अधिक समावेश हो जाता है। देवता को हल्दी कुमकुम चढ़ाने से देवता की सकारात्मक ऊर्जा भक्त को प्राप्त होती है।

अक्षत: अक्षत में श्री गणेश, देवी दुर्गा, भगवान शिव, श्रीराम तथा श्रीकृष्ण के तत्वों की तरांगों को आकृष्ट करने और जागृत करने की क्षमता होती है। किसी कार्य के लिए देवता का आह्वान करते समय अक्षत का प्रयोग किया जाता है।

-बेला गर्ग

सर्दियों में रखें त्वचा का खास ख्याल

सर्दियों के खूबसूरत और सुहाने दिन-रात सभी को अच्छे लगते हैं। अच्छा खाना-पीना, खूब घूमना-फिरना, सबको बहुत अच्छा लगता है। सर्दियों के मौसम का लुत्फ लेने के साथ-साथ इस मौसम के दुष्प्रभावों से बचे रहने के लिए सावधानी बरतनी भी जरूरी है। सर्दियों में आपकी त्वचा पर नकारात्मक प्रभाव भी पड़ते हैं। इनसे बचने और त्वचा को रोगों से बचाए रखने के लिए डॉक्टर की सलाह लें। आम तौर पर सर्दियों में त्वचा रूखी व बेजान हा जाती है। त्वचा में खुजली होने लगती है और त्वचा फटकर उसकी परत उखड़ने लगती है। यह सब मौसम में ठंड और खुश्की बढ़ने के कारण होता है। थोड़ी-सी सावधानी और देखभाल से सर्दियों में त्वचा की तमाम परेशानियों से निजात पायी जा सकती है।

ठंड और तापमान के गिरने के कारण हवा में खुश्की बढ़ने लगती है और नमी कम हो जाती है, जिस कारण त्वचा भी शुष्क होने लगती है। ड्राई होने पर त्वचा फटने लगती है। त्वचा में ये खुश्की आमतौर पर शरीर के खुले स्थानों में जैसे गाल, हाथ, पैर आदि में ज्यादा दिखाई देती है। शरीर के ढके हिस्सों में खुश्की होने और ऊनी वस्त्रों के कारण त्वचा पर रगड़ लगती है, जिससे रेशेज भी हो सकते हैं। इसलिए सर्दियों में भी इनरवियर्स सूती ही पहनें।

सर्दियों में त्वचा में खुजली का सबसे बड़ा कारण गर्म इनरवियर्स होते हैं। ठंड से बचने के लिए लोग सर्दियों में सूती की बजाय वूलन इनरवियर्स पहनते हैं जो एलर्जी कर देते हैं, जिस कारण खुजली होती है। ज्यादा गर्म पानी से नहाने के कारण भी त्वचा रूखी हो जाती है, जिससे खुजली होने लगती है। त्वचा को रूखेपन से बचाने के लिए ग्लिसरीन युक्त साबुन, अच्छे बड़ी लोशन और तेल का इस्तेमाल करें।

सर्दियों के मौसम में एड़ी में पांव फटने जैसी बीमारियों के साथ-साथ स्केबिज नामक रोग भी हो सकता है। सर्दियों में हमारी त्वचा बहुत कड़ी और रूखी हो जाती है, जिस कारण बहुत खुजली होती है। इसे स्केबिज कहते हैं। यह एक संक्रामक एलर्जी है।

सर्दियों के मौसम में हम हीटर का आमतौर पर इस्तेमाल करते हैं। लेकिन अचानक ठंड से गर्म और गर्म से ठंड में जाने पर शरीर के तापमान में परिवर्तन होता है, जिस कारण त्वचा पर पित्ती उभर आती है। इसे कोल्ड आर्टिकेरिया कहते हैं। सर्दियों में बहुत से लोग फंगल इंफेक्शन का शिकार भी हो जाते हैं। त्वचा के बहुत अधिक शुष्क होने और दाद के कारण त्वचा पर लाल-लाल चकते बन जाते हैं। ये भी एक तरह की एलर्जी है।

-भारती कांठेड़

अपनी सेवा भी करना सीखें

स्वामी चक्रपाणि

एक रोचक कथा है। एक बार आचार्य महीधर अस्वस्थ हो गए। उनके आश्रम के शिष्य अनुष्ठान करने प्रयाग गए थे। कोई औषधि लाने वाला नहीं था। आचार्य निर्बलता और आलस्य के कारण आश्रम से बाहर जाना नहीं चाहते थे। उन्होंने सोचा, भगवान कृष्ण से प्रार्थना की जाए, वे अवश्य ठीक कर देंगे।

आचार्य ने काठ की एक मूर्ति का मनोहारी श्रृंगार किया और विधिवत उपासना करने के बाद प्रार्थना की कि हे कृष्ण, आप मुझे स्वस्थ कर दें। भगवान ने तथास्तु कहा और आचार्य ठीक हो गए। कुछ समय बाद वह फिर बीमार पड़ गए। इस बार भी उन्होंने काठ की मूर्ति का श्रृंगार किया और पूजा करने के बाद प्रार्थना की कि हे कृष्ण! आप मुझे स्वस्थ कर दें। इस बार प्रार्थना सुनकर श्रीकृष्ण स्वयं ही प्रकट हो गए। और नाराज होकर कहा कि जितना समय और श्रम सजाने और पूजा-अर्चना करने में लगाया, उससे कम परिश्रम में वैद्य के पास जाया जा सकता था। कृष्ण ने कहा, जो काम तुमको स्वयं करना है, उसके लिए मुझे याद करने की आवश्यकता क्या है? कर्तव्य को त्यागने वाला मुझे कभी प्रिय नहीं होता। चिकित्सक के पास जाना तुम्हारा कर्तव्य था। उसके लिए प्रार्थना करने की आवश्यकता नहीं है। गीता में भी यही कहा गया है। ईश्वर की कृपा तभी मिलती है, जब हम यथाशक्ति अपने निर्धारित कर्तव्य

का पालन करते हैं। अभाव, असहाय स्थिति या घोर संकट के समय जहां कर्तव्य का पालन भी कठिन हो, वहीं ईश्वर की सहायता मांगनी चाहिए। लोकसेवा के साथ-साथ 'स्व-सेवा' की भी आवश्यक होती है। आचार्य महीधर की आंखें खुल गई और वे तुरंत वैद्य के पास पहुंचे।

कुछ दिनों के बाद स्वस्थ भी हो गए। लेकिन स्वस्थ होने के बाद उन्होंने उन कारणों को खोजना आरंभ किया, जिस कारण वे बार-बार बीमार पड़ते थे। उन्हें लगा कि उनका आलस्य और काम न करने की प्रवृत्ति ही उनके रोग का कारण है। इसके बाद उन्होंने एक पुस्तक लिखी 'स्वसेवा चिंतन।'

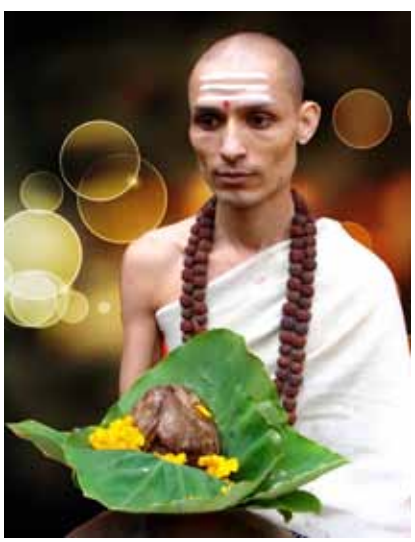
इस पुस्तक में उन्होंने बताया कि मानव को स्वयं को बेहतर बनाने के लिए निरंतर प्रयास करते रहना चाहिए। आत्म विकास व्यक्ति को समाज के अनुकूल बनाता है और उसमें सात्विक प्रवृत्तियां विकसित करता है। हमारे शास्त्रों में आत्म अनुशीलन पर बल दिया गया है। कोई भी व्यक्ति अपनी सेवा तभी कर सकता है, जब उसे अपने दोषों का ज्ञान हो। यहां सेवा का अर्थ विचार और आचरण की शुद्धि है।

स्वयं को स्वच्छ करे मन और तन से स्वस्थ होने का उपाय करें। आचार्य महीधर का यह सिद्धांत है कि आत्म विकास ईश्वर के निकट पहुंचने की पहली सीढ़ी है। इस सेवा भाव का एक और पक्ष है। किसी मुनि ने अध्यात्म का गहरा अध्ययन किया। विद्या का कोई भी ऐसा क्षेत्र नहीं रहा, जिसका अनुशीलन न किया हो। लेकिन यह भूल गए कि जो ज्ञान प्राप्त किया उसका अर्थ क्या है? तपस्वी होने का प्रयोजन क्या है? धर्म का मूल सेवा है। ज्ञान का आधार सेवा है। ईश्वर को सेवा ही प्रिय है, पर अपनी नहीं। यह सृष्टि ईश्वर की है।

उसकी किसी भी रचना की सेवा करना, ईश्वर की सेवा है। सिर्फ धार्मिक और आध्यात्मिक ही नहीं, किसी भी ज्ञान का वास्तविक लक्ष्य यही है। इसलिए अपने भीतर ज्ञान के साथ-साथ सेवा भाव भी विकसित करें।

ईश्वर आपकी सेवा-सामर्थ्य और धैर्य को देखना चाहता है। यदि आप सेवा पथ पर चलोगे, तो अनंत आकाश से कृपा की अनंत वर्षा होगी। रोज किसी न किसी असहाय की सेवा करो। आपको अपने अंत:करण में शांति की प्राप्ति होगी। यही ईश्वर की प्राप्ति है। यदि किसी संत या मुनि का आश्रम शिक्षा का केन्द्र होने के साथ-साथ अपने पावन उद्देश्यों को व्यावहारिक जीवन में उतारने का केन्द्र भी नहीं बना तो उसका आश्रम होना व्यर्थ है। ●

आरती लेने के लाभ



धार्मिक कार्यों में पूजा आदि के अंत में आरती की जाती है। पूजन में अज्ञानतावश यदि कोई कमी रह जाए तो, आरती से उसकी पूर्ति होती है। स्कंदपुराण में वर्णन है-

मंत्रहीनं क्रियाहीनं यत कृतं पूजन हरे:।
सर्व संपूर्णतामेति कृते नीराजने शिवे।

अर्थात् मंत्रहीन और क्रियाहीन होने पर भी नीराजन (आरती) कर लेने से पूजन में पूर्णता आ जाती है। आरती की महिमा का वर्णन विष्णुधर्मोत्तर पुराण में निम्न प्रकार आया है-

धूपं चारात्रिकं पश्येतकराभ्यां च प्रवन्दते।
कुलकोटिं समुदधृत्य याति विष्णो: परंपदम्।।

जो प्राणी धूप-आरती को देखता है और दोनों हाथों से आरती लेता है, वह अपनी करोड़ पीढ़ियों का उद्धार कर लेता है और विष्णुलोक में परमपद को प्राप्त होता है। साधारणत: पांच बत्तियों से आरती की जाती है, इसे पंच-प्रदीप कहा जाता है। कपूर से भी आरती होती है।

कुंकुम, अगर, कपूर, घृत और चंदन, पांच बत्तियां अथवा दीपक में रुई और घी बतियां बनाकर शंख, घंटा बजाते हुए आरती करनी चाहिए। आरती करते समय सर्वप्रथम भगवान की प्रतिमा के चरणों में उसे पांच बार घुमाएं व दो बार नाभि देश में, दो बार मुखमंडल पर और सात बार समस्त अंगों पर घुमायें।

जैसे दीपक की लौ नित्य ऊपर को जाती है, इसी प्रकार दीप-दान आरती करने वाले भक्त को भी ऊर्ध्वगति प्राप्त होती है। भगवान की ज्योति-आरती जिस भक्त के गात्र को स्पर्श करती है उसे सहस्त्रों यज्ञान्त अवभृथ स्नानों का फल मिलता है। भावनाद सिद्धांत के अनुसार उठती हुई लौ को देखकर यह भावना दृढ़ करता है कि जैसे यह ज्योति की शिखा चारों ओर बराबर रिक्त स्थान होते हुए भी केवल ऊपर को ही जाती है क्योंकि इस अग्नि का उत्पादक मूल स्तोत्र सूर्य भगवान ऊपर द्यो:लोक में ही विराजमान है। अत: यह अग्नि सूर्य का अंश होने के कारण अपने अंशी सूर्य की ओर ही सदैव अभिमुख होती है। इसी प्रकार मुझ नर को भी अपने उद्गम केन्द्र नारायण प्रभु की शरण में ही जाना चाहिए। इसके अतिरिक्त देव-प्रतिमा के सान्निध्य से तथा बीज मंत्र के अभिमंत्रण से प्रवाहित ज्योति का हाथों द्वारा ग्रहण करके ज्ञानेन्द्रियों के केन्द्र स्थान अपने मुख में आधान करना एक मनोवैज्ञानिक प्रक्रिया भी है।

-विनोद किला

जे. पी. श्रीवास्तव

भारत माता जहां हमने जन्म लिया है, हमारी जननी के समान वंदनीय है। पृथ्वी हमारी मां है तथा हम सब उसकी संतान है। हमारा शरीर उसके कण-कण से बना है क्योंकि उसके ही उदर से उत्पन्न अन्न, जल, फल, फूल दूध, घी आदि पौष्टिक पदार्थों से ही हम पुष्ट होते हैं। उसकी शीतल सुगंध समीर से मातृभूमि के उत्थान के लिए सर्वथा मन, वचन, कर्म से तप्पर रहना चाहिए तथा उसकी वंदना करना अपना धर्म समझना चाहिए। इसी विचारधारा को आत्मसात करते हुए बंकिम चंद्र चटर्जी ने अपने उपन्यास 'आनंद मठ' में जो कि सन् 1862 में प्रकाशित हुआ था, वन्दे मातरम् गीत लिखा था तथा जिसको उपन्यास के चरित्र नायक ने गाया था। आनंद मठ उपन्यास क्रांतिकारी विचारों पर आधारित है तथा कहा जाता है कि उपन्यासकार ने अंग्रेजों द्वारा भारतीय स्वतंत्रता वीरों पर अमानुषिक अत्याचारों की घटनाओं विशेषकर महाराष्ट्र के महान क्रांतिकारी वासुदेव बलवंत फड़के की यथोगाथा को ध्यान में रखकर उपन्यास को रचना की थी। उपन्यास तो लोकप्रिय हुआ ही, वन्दे मातरम् गीत की लोकप्रियता उससे भी अधिक हुई।

संसार में शायद ही किसी कवि ने ऐसा गीत लिखा हो, जिसने असंख्य नर-नारियों को देश पर मर-मिटने की प्रेरणा दी हो। कश्मीर से कन्याकुमारी तक यह गान राष्ट्र प्रेमियों द्वारा प्रभात फेरियों, जुलूसों, सभाओं आदि में देश की वंदना के रूप में प्रयोग होता रहा। अनेक वीरों ने इस गान को गाते-गाते फांसी के फंदे को चूम कर अपने प्राणों की बलि दे दी। राम प्रसाद बिस्मिल मदनलाल ढींगरा, ऊधम सिंह, खुदीराम बोस, अशफाक उल्ला, सूर्यसेन तथा अनेक वीरों ने हंसते-हंसते मृत्यु को वरण किया जिनके अंतिम शब्द थे 'वन्दे मातरम्'। परम वीर विनायक दामोदर सावरकर को अंडमान जेल की सजा अनेक वादों के अतिरिक्त वन्दे मातरम् के उद्घोष के कारण ही हुई थी, जहां उनको 11 वर्ष अमानुषिक कष्टों में जीवन बिताना पड़ा। वन्दे मातरम् गीत के दो प्रथम पद जिनको भारत सरकार ने मान्यता प्रदान की है, इस प्रकार है-

वन्दे मातरम्।
सुजलां, सुफलां, मलय़जशीतलाम्,
शस्यश्यामलां मातरम्। वन्दे मातरम्॥1॥
शुभ्रज्योत्सना पुलिकतयामिनीम्,
फुल्लकुसुमित द्रुमदलशोभिनीम्,
सुहासिनीं सुमधुरभाषिणीम्
सुखदां वरदां मातरम्। वन्दे मातरम्॥2॥

यह गीत प्रथम बार सन् 1886 के कांग्रेस अधिवेशन में प्रसिद्ध गायक यदुनाथ भट्टाचार्य द्वारा गाया गया। उसके उपरांत सन् 1896 के कांग्रेस अधिवेशन में गुरुदेव रवीन्द्रनाथ टैगोर ने अपने स्वर में प्रस्तुत किया। तत्पश्चात यह गीत आगे आने वाले प्रत्येक अधिवेशनों में तथा अन्य समारोहों में गाया जाने लगा। एक रूप में इस गीत ने अंग्रेज सरकार को एक चेतावनी दी कि भारतीय वीर देश की स्वतंत्रता के लिए उठ खड़े हुए हैं तथा उसको प्राप्त करके ही रहेंगे। लाला लाजपत राय ने वन्दे मातरम् नामक पत्रिका का प्रकाशन दिल्ली से प्रारंभ किया। विदेशों में भी रहने वाले भारतीयों तक इसकी गूंज पहुंची। एक पारसी महिला भीकाजी कामा ने प्रथम राष्ट्रीय झंडा सन् 1907 में जर्मनी में आयोजित एक अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलन में भावावेश में आकर अपनी साड़ी का एक पल्लू फाड़कर तथा उसी के मध्य में वन्दे मातरम् लिख कर लहरा दिया तथा उद्घोष किया कि यह है 'हमारे भारत का झंडा।' उस सम्मेलन में उनके उग्र एवं तूफानी भाषण से श्रोताओं के हृदय में दासता से मुक्ति के प्रति उथल-पुथल मच गई। मैडम कामा 35 वर्षों तक फ्रांस में रही तथा वहीं से 'वन्दे मातरम्' नामक पत्रिका भी निकालती थी।

इस गीत की ख्याति ने अंग्रेजी सरकार के कान खड़े कर दिए। अतः इसको साम्प्रदायिक घोषित कर दिया, परन्तु ब्रिटेन के ही कुछ स्वतंत्रता प्रेमी बंधुओं द्वारा अपनी ही सरकार का विरोध करने पर ब्रिटिश सरकार को अपना निर्णय बदलना पड़ा। 'भारत छोड़ो आंदोलन' का श्रीगणेश महात्मा गांधीजी द्वारा सन् 1942 में प्रारंभ किया गया जिसे प्रचार में वन्दे मातरम् गान की प्रस्तुति का अनुमोदन गांधीजी ने भी किया। बाद में 1947 में देश की स्वतंत्रता प्राप्ति तक यह गान समस्त हिन्दू, मुसलमान, सिख, ईसाई, पारसी आदि ने बिना किसी भेद-भाव के गाया तथा वही भाव आज भी कायम है। इस गीत के रचयिता बंकिम चंद्र चटर्जी की मान्यता थी कि यह गीत देश प्रेम का प्रतीक है तथा हर भारतवासी का परम कर्तव्य है कि वह इसको अपनाए। उनके विचारानुसार जो व्यक्ति अपने देश से प्रेम नहीं करता। वह अपने धर्म के प्रति भी आस्थावान नहीं हो सकता।

देश के स्वाधीन होने पर इस गीत के राष्ट्रगीत का पद मिला तथा साथ ही साथ संवैधानिक मान्यता भी प्राप्त हुई।

यद्यपि आजादी के पूर्व से ही इस गीत को सभी भारतवासी अन्य गीतों जैसे 'सारे जहां से अच्छा हिन्दुस्तां हमारा', 'झंडा ऊंचा रहे हमारा, विजयी विश्व तिरंगा प्यारा', 'सरफरोशी की तमन्ना' आदि की प्रेरणा के रूप में ही लेते थे, परन्तु कुछ मुसलमान भाइयों ने वन्दे मातरम् के गान का इस्लाम के सिद्धांतों के विरुद्ध बतलाया तथा इसका विरोध किया। उनको अनेकों विद्वानों ने समझाया भी कि इस गान में एक शब्द भी धर्मविरोधी नहीं है, पर उनका विरोध आज भी कायम है। भारत सरकार ने समन्वय का मार्ग अपनाते हुए नियम बनाया कि प्रत्येक व्यक्ति इसको गाने या न गाने के लिए स्वतंत्र है।

-11 गंगोत्री नगर,
गोपालपुरा बाईपास
जयपुर-302018 (राजस्थान)

चलें वापस स्रोत की ओर

स्वामी सुखबोधानंद

प्रश्न है, क्या भगवान है? इस संदेह से ज्यादा पुराना और प्रागैतिहासिक कोई और संदेह नहीं हो सकता है।

हम लोग रामकृष्ण परमहंस के जीवन की एक घटना को देखें। वह एक ज्ञानी गुरु थे। दुनिया भर से बहुत सारे लोग उनसे मिलने के लिए कलकत्ता में जमघट लगाए रहते थे। उन दिनों एक नामी पंडित थे, जो काफी पढ़े-लिखे थे, पर उन्हें भगवान पर विश्वास नहीं था। इसके अलावा वे परमहंस की लोकप्रियता से जलते भी थे।

वे रामकृष्ण परमहंस से बहस करना चाहते थे, ताकि अपनी विद्वता दिखा सकें, और साबित कर दें कि भगवान नहीं है। पंडित ने अच्छी बहस की। उन्होंने बहुत सारे बिन्दुओं, घटनाओं और उदाहरणों का हवाला देकर बड़ी ही कुशलता और चतुराई से बहस की। रामकृष्ण परमहंस के सारे शिष्य मगन होकर ध्यान से सुन रहे थे और भगवान के न होने की बात साबित हो जाने की आशंका के कारण डरे हुए भी थे। उस विद्वान पंडित का तर्क कला थी ही इतनी चतुराई भरी।

रामकृष्ण परमहंस ने उनका पूरा व्याख्यान अत्यंत मनोयोग, कौतुक और धैर्य से सुना।

आखिर में वे मुस्कराए और बोले, बहुत अच्छा! गजब! आपके विचार अद्भुत है। आप काफी समझा कर बोले। आपके कहे शब्दों में मैंने देखा, भगवान की चमक नाच रही थी.. हृदय से मैं आपका शुक्रगुजार हूं कि आपने अपने तर्कों से मुझे भगवान के दर्शन करा दिए।

पंडितजी हक्का-बक्का हो गए।

वेदों में भगवान के बारे में कहा गया है कि न उसका शुरू है और न आखिर। वह क्या है, जिसका न शुरू है और न आखिर? वह है अस्तित्व खुद। इस प्रकार अस्तित्व ही भगवान है।

एक जैन संत की कहानी पढ़े हम लोग। एक गांव में सालों से बरसात नहीं हो रही थी। खेत झुला गए थे। कुएं सूख चुके थे। उन्हीं दिनों एक जैन भिक्षु उस गांव में पहुंचा। लोगों ने आंसुओं के साथ उसे अपनी दर्द भरी कहानी सुनाई। भिक्षु ने तय किया कि वह इन्हें दुखों से छुटकारा दिलाएगा। उसने ध्यान लगाने के लिए गांव के ठीक बीच में एक जगह मांगी। जब वह ध्यान में डूबा था, तभी बरसात के देवता खुश हो गए और वहां खूब बारिश हुई। गांव वाले खुशी से सराबोर हो गए। वे सब कृतज्ञता भरे नेत्रों के साथ भिक्षु के चारों ओर जमा हो गए और आश्चर्य से पूछा, कैसे किया आपने यह?

भिक्षु ने जवाब दिया, जैसे ही मैं ध्यान में बैठा, मेरे दिमाग में शांति का भाव जागा और पूरे शरीर में समरसता शुरू हो गई, फिर मेरे आसपास का पूरा वातावरण उसी समरसता की लय में था। यह समरसता बाहरी वातावरण में बदलाव लाने लगी, जिसने पानी न बरसने वाले मौसम को बदल डाला। इसलिए यह बारिश हुई। अगर तुम समरसता में होते हो तो प्रकृति भी तुम्हारी संगति में होती है। अगर दिमाग के भीतर शांति है तो वह बाहर भी फैलेगी। यही प्रकृति के साथ भी होता है। अगर कोई दूसरे को ठगता नहीं है तो प्रकृति भी आदमी के साथ धोखा नहीं करेगी। जैन भिक्षु ने इस विचार को साबित कर दिखाया।

यह कोई जादू या बेकार की पूजा नहीं है। इसे वैज्ञानिक सच की तरह स्वीकार करना चाहिए। प्रकृति में बहुत सारे आश्चर्य हैं, जो हमारी समझ से परे हैं। वैदिक काल की भी एक कहानी है जो माया के दर्शन की व्याख्या करती है। यह समझना बहुत जरूरी है कि माया कैसे हमें अपने में समा लेती है।

एक गुरु अपने शिष्यों को दीये की रोशनी में पढ़ा रहा था। तभी तेज हवा आई और दीया बुझ गया। शिष्य ने गुरु से पूछा- गुरुजी! लौ कहां गई? वापस वहीं गई जहां से आई, गुरु ने कहा।

अत: भगवान है कि नहीं, इस बहस में जाने से अच्छा है कि हम अपने भीतर ईश्वरीय शक्ति को महसूस करें। इससे ज्यादा बड़ी ताकत कुछ भी नहीं। ●

जीवन की सापेक्षता

आचार्य महाप्रज्ञ

जीवन एकरस और धारावाही है। उसके टुकड़े नहीं किये जा सकते- यह सच है, किन्तु स्थूल। सूक्ष्म सत्य की दृष्टि से जीवन चैतन्य के धागे से पिरोई हुई भिन्न-भिन्न मोतियों की माला है। उसकी प्रत्येक और प्रत्येक बार की प्रवृत्ति उसे खंड-खंड कर डालती है। देश और काल उसे जुड़ा नहीं रहने देते। स्थितियां अनुस्यूति को सहन नहीं करतीं। मोहन दो वर्ष की आयु में भी मोहन था और आज सौ वर्ष की आयु में भी मोहन है। उसके जीवन का धागा टूटा नहीं, वह टूट जाता तो मोहन क्या बनता, यह हमारी आंखों से परे की बात है।

किन्तु मोहन का जीवन-धागा दो वर्ष की आयु में जैसा था वैसा ही सौ वर्ष की आयु में है- यह कौन मानेगा? वह बदला है और बदलता आया है। यह बदलने की बात भी सच है किन्तु एकांतत: नहीं। बदलता वही है, जो पहले होता है और आगे भी। जो न आगे होता है और न पीछे, वह बीच में भी नहीं होता- 'जस्स नत्थि पूरा पच्छा मज्झे तस्स कुओ सिया।'

भविष्य ही वर्तमान बनता है और वर्तमान ही अतीत। पहले से जो है वही वर्तमान में आता है, वही वर्तमान स्थिर बन अतीत में परिणत हो जाता है। काल स्वयं अखंड है। वह अतीत, वर्तमान और भविष्य बनता है पर सापेक्ष होकर। जहां द्वैत है, वहां परस्पर सापेक्षता आवश्यक है। एक को समझने के लिए दूसरे को समझना ही होगा। जहां एक ही होता है, वहां समझने की स्थिति ही नहीं बनती। एक अनेक-सापेक्ष होता है और अनेक एक-सापेक्ष। इसीलिए एक को समझने के लिए अनेक को और अनेक को समझने के एि एक को समझने की बात अपने आप आती है- 'जो एगं जाणाई से सव्वं जाणई, जो सव्वं जाणई से एगं जाणई।' मोहन मित्र-गोष्ठी में बैठ आमोद-प्रमोद का जीवन बिताता है। आमोद-प्रमोद और गंभीरता की समझ मोहन-सापेक्ष है और मोहन की समझ आमोद-प्रमोद और गंभीरता सापेक्ष। यह सापेक्षता ही जीवन है। ●

सहेजें सांझी विरासत

आरती जैन-खुशबू जैन

सामाजिक संबंधों का एक ताना-बाना हमारे इर्द-गिर्द बना हुआ है। संबंध स्थायी हो अथवा अस्थायी, वह हमें बांधते हैं। वक्त का हर लम्हा कर्म हेतु ही हमको प्रेरित करता है। बीते हुए लम्हों को हम पकड़ नहीं पाते हैं। समय ही हमको जिताता है और समय से ही हम हार जाते हैं। कर्म से ही उद्योग बनता है। घर परिवार से हमारा समन्वय होता है तो निजता तिरोहित हो जाती है। प्रभुता प्रतिष्ठित हो जाती है।

परिवार में सबसे पहले मां से ममता मिलती है। मां ही संतान को संस्कार देती है, वह चलती फिरती पाठशाला होती है। प्यार, सेवा, समर्पण, सहयोग, सम्मान, त्याग, दया, धर्म एवं अन्य उदात्त गुण हमारे व्यक्तित्व में मां के सहयोग से ही समाते हैं। वस्तुत: यही सीख समाज और परिवेश का संरक्षण करती है।

कुटुम्ब, परिवार और विद्यालय में हमें सामूहिकता का संज्ञान होता है। समूह प्रवृत्ति का विकास होता है। हम सामाजिक परिस्थितियों में अपने-अपने अनुभवों के साथ मानसिक एवं शारीरिक परिस्थितियों में अपने-अपने अनुभवों के साथ मानसिक एवं शारीरिक परिपक्वता पाते हैं। सामाजिकता से हमारा आचरण, चरित्र एवं शारीरिक परिपक्वता पाते हैं। सामाजिकता से हमारा आचरण, चरित्र एवं व्यवहार बनता है। समाज में हमारी छवि बनती है। हम सीखते और सिखाते हैं। हमारी क्षमताओं का विकास होता है और हम अपनी क्षमताओं की पहचान भी सीखते हैं। हम अपने उत्तरदायित्वों के प्रति प्रतिबद्ध होते हैं। हम अपने कर्तव्य पहचानते हैं, लोकाचार को निभाते हैं। हम लोकोपवाद की भी चिंता करते हैं। समाज की परवाह करते हैं। हम अपने रीति-रिवाज एवं परम्पराओं का आदर करते हैं।

हमारी सामाजिक संरचना में संयुक्त परिवारों का चलन सदियों से चला आ रहा है। परिवार की अवधारणा में बच्चे, बूढ़े और जवान सभी का हित सुरक्षित रहता रहा। बच्चों को भरपूर प्यार मिलता रहा तथा बुजुर्गों को पूर्ण मान-सम्मान। परिवार का मुखिया पूरे परिवार की व्यवस्था करता था और उसके अनुभवों से न केवल उसका परिवार वरन समाज भी लाभान्वित होता था। घरों के सभी काम आपसी समझदारी, सहयोग तथा सामंजस्य से होते थे। सामूहिकता के कारण घर कम खर्चे पर चल जाता था। वह सांझे चूल्हे का कान्सेप्ट था।

सांझी छत, सांझे चूल्हे की बात ही और थी। घर में बड़ा खुला आंगन होता था। आंगन में स्थापित तुलसी चौरा में तुलसी की पौध हुलसती थी चौरा के आलो में सांझ ढलते ही दीपक प्रज्ज्वलित कर दिये जाते थे। बड़ा दालान और प्रवेश द्वार के साथ घर की भव्यता देखते ही बनती थी। किन्तु अब सब कुछ टूट चुका है सहकार पीछे छूट चुका है। परिवार टूटे हैं, बिखरे हैं। हर कोई एकाकी है। वैयक्तिकता हर जगह हावी है। दिल टूटे हैं। स्वार्थपरता हावी है।

ऐसा नहीं है कि आज संयुक्त परिवारों का अस्तित्व नहीं है। किन्तु उनकी संख्या काफी कम है। जब कोई परिवार टूटता है बंटवारा होता है तो सारी भौतिक सुख-सुविधाएं भी अलग हो जाती है। जब एक रसोई की चार होती हैं तो खर्चे बेतहाशा बढ़ते हैं। पृथक-पृथक टीवी, फ्रिज, कूलर, वांशिग मशीन तथा अन्य इलेक्ट्रिक एवं इलेक्ट्रॉनिक साजों सामान अपनाये जाते हैं। वाहनों का भी विस्तार होता है। निवास भी समस्या बन जाते हैं। अत: सभी विसंगतियों का खामियाजा पर्यावरण को ही भुगतना पड़ता है।

यों तो हम विश्व ग्राम की बात करते हैं किन्तु अपने ही घर में अपनों से ही डरते हैं। सच-झूठ के सहारे दुनिया चल रही है। आज अनुचित को उचित ठहराने की कोशिश की जाती है। सामाजिक गिरावट का असर पर्यावरण पर भी पड़ता है। उपभोक्तावाद, अपसंस्कृति और मानसिक विकृतियां हावी हैं। पर्यावरण की रक्षा के लिए हमें विगत की नाकामियों को भूलकर आगत की चिंता करनी चाहिए। भविष्य की संभावनाएं तलाशनी चाहिए। आचरण की श्रेष्ठता पर जोर देना चाहिए। सत्य का वरण करना चाहिए। जिस दिन हम सच्चाई को स्वीकार लेंगे, अच्छाई के रास्ते पर चलेंगे, हमारा समाज भी कल्याणकारी हो जाएगा। हम जैसे हैं, वैसे ही दिखलाई देने लगेंगे अर्थात हमारी कथनी और करनी का अंतर खत्म हो जाएगा तब हममें विघटन नहीं संगठन होगा। समाज में व्यापक परिवर्तन होगा और सारी समस्याएं स्वयमेव तिरोहित हो जायेंगे।

वास्तव में देखा जाए तो हमारा दोहरा चरित्र ही समस्याओं के मूल में है। यों तो हम सब आपस में कहते हैं कि 'पानी की बचत करो' किन्तु क्या हम स्वयं पानी की बचत एवं संरक्षण के प्रति सचेत रहते हैं क्या? अत: हमें अपनी कथनी और करनी के भेद को समाप्त करना होगा।

यदि हम विचार करें कि क्या हमारी प्रवृत्तियां भी प्रकृति, पर्यावरण और समाज को प्रभावित करती है तो पायेंगे कि हमारी एक गलत सोच का प्रभाव बहुत दूरगामी होता है। हमारे अंतस में हर वक्त ईर्ष्या की ज्वाला धधकती रहती है। ऐसे में ए.सी. तथा कूलर लगाकर भी हम ठंडक महसूस नहीं कर सकते हैं। यदि रिश्तों की उष्मा ठंडी पड़ चुकी हो तो हमें रिश्तों में गर्माहट लानी चाहिए। सहयोग संबंधों से बड़े से बड़ा दुष्कर काम भी आसान हो जाता है। पहल हमको ही करनी होगी। यदि हम अच्छे का वरण करते जायेंगे तो बुराइयों स्वयमेव ही हमारा साथ छोड़ जायेंगी। समस्याएं खुद-ब-खुद हमसे किनारा कर जायेंगी। हमें प्रकृति से श्रेयस्कारी भाव ग्रहण करना चाहिए अपने पर्यावरण को स्वच्छ रखना चाहिए। विचारों की शुद्धता भी परिवेश को स्वच्छ करती है।

परिवार में परस्पर प्रेम हो, अपनत्व हो, अनुशासन हो, मर्यादा हो तो फिर इस चुनौती का बड़े आनन्द से सामना किया जा सकता है। सबसे पहले परिवार के लिए कुछ नियम बनाए, उसका सब पालन करे तथा विश्वास का अर्जन करे तब फिर कोई समस्या शेष नहीं रहेगी। अभी समस्या इसलिए है कि घर एक धर्मशाला बनी हुई है। आपसी संवाद नहीं है। घर को सर्वप्रथम आश्रम बनाइए। तब हमारी हर समस्या का समाधान अपने आप हो जाएगा।

–'सातों सुख' पुस्तक से

नव वर्ष

*** ओम उपाध्याय**

नव वर्ष हर वर्ष आता है
अपनी पहचान कराता है
फिर छोड़ अकेला जाता है
यही है जग की रीत
इसे हम स्वीकार करें।

छोड़ कल्पनाओं के घोड़े
कल्पना के घोड़े होते थोथे
इनसे जन कल्याण न होते
श्रम ही है हमारा साथी
परिश्रम को अंगीकार करें।

काशी बाबा 'क' से बने
रहीम राम भी 'र' से बने
फिर भाई भाई में क्यों है ठने
एक है सबकी मां भारती
उसी की जय-जयकार करें।

बीते हुए को कभी न नोचें।
सदा आने वाले के हित सोचें
छुपी है जिसमें हमारी मौजें
शालीन व्यवहार आगत के
स्वागत में हर बार करें।

–69/30, दक्षिणी तात्या टोपे नगर
जवाहर चौक,
भोपाल-462003 (म.प्र.)

महंगाई

*** काका हाथरसी**

जन-गण मन के देवता, अब तो आंखें खोल
महंगाई से हो गया, जीवन डांवाडोल
जीवन डांवाडोल, खबर लो शीघ्र कृपालू
कलाकंद के भाव बिक रहे बैगन-आलू
कहं 'काका' कवि, दूध-दही को तरसे बच्चे
आठ रुपये के किलो टमाटर, वह भी कच्चे

राशन की दुकान पर, देख भयंकर भीड़
'क्यू' में धक्का मारकर, पहुंच गये बलवीर
पहुंच गये बलवीर, ले लिया नंबर पहिला
खड़े रह गये निर्बल, बूढ़े बच्चे, महिला
कहं 'काका' कवि, करके बंद धरम का कांटा
लाला बोले- भागो, खत्म हो गया आटा।

हे! चिर युवा तुम

*** अन्नपूर्णा वाजपेयी**

नव युवा हे! चिर युवा तुम
उठो! नव युग का निर्माण करो।
जड़ अचेतन हो चुका जग,
तुम नव चेतन विस्तार करो।
पथभ्रष्ट लक्ष्य विहीन होकर
नव स्व यौवन संहार करो।
उठो! नव युग का निर्माण करो
दीन हीन संस्कार क्षीण अब
तुम संस्कारित युग संचार करो।
अभिशप्त हो चला है भारत!!
उठो! नव भारत निर्माण करो।
नव युवा हे! चिर युवा
गर्जन तर्जन ढोंगियों का
कर रहा मानव मन क्रंदन।
सिंहों सी गर्जन अब हुंकार भरो।
उठो सत्य प्रति मूर्ति नरेन्द्र बनो।
नव युवा हे! चिर युवा
गूंजे हुंकार कि कांप उठे दुष्प्रहरी
न मृगछौना न शावक केसरी।
चहुं दिशि गुंजित कर दे।
ऐसी सिंह दहाड़ करो।
नव युवा हे! चिर युवा।

–प्रभांजलि, 277-278, विराट नगर
अहिरवां, जी.टी. रोड, कानपुर-7

खाली हाथ

*** रमेश मनोहरा**

खाली हाथ तू आया है, खाली हाथ जाएगा।
बाकी जो कुछ कमाया है, यहीं पर रह जाएगा।

दौलत के इस नशे में, रिश्तों को सब तोड़ दिया।
पराये तो पराये थे सगो को भी छोड़ दिया।
गर किया तूने अभिमान तो एक दिन ढह जायेगा।

यूं तो जपता है हरदम तू राम-नाम की माला
मगर रखता है भीतर अपने मन को तू काला।
यहीं रहा हाल तो पाप की नदी में बह जाएगा।

करम का रोना भी, यहां हर दम ही रोता है,
मगर दौलत के खातिर, विषवीज तू बोता है।
ऐसे में सफर तेरा बीच भंवर में डूब जाएगा।

जब तक है ये जिंदगी, कर तू अच्छे ही काम।
ताकि मरने के बाद भी चले तेरा खूब नाम
जीते जी इस भव सागर से तू तर जाएगा।

–शीतला गली,
जावरा, रतलाम-457226

ग़ज़ल

*** किशन स्वरूप**

जरूरत में कहां कोई किसी के काम आता है।
तुम्हारी क्या कमी है, ये उसे हरदम बताता है।

सफर आसान हो तो ग़फ़लतों का डर सताता है।
मगर मुश्किल सफर जद्दो-जहाद करना सिखाता है।

जवानी आज में जीना बहुत मुश्किल नहीं, लेकिन।
बढ़ापे में बड़ी शिद्दत से बचपन याद आता है।

सही रास्ता भटकने में हुआ है आदमी माहिर।
परिन्दों को कहां कोई सही रास्ता दिखाता है।

वकीलों की, हकीमों की सलाहें मुफ्त मिलती हैं।
जरा ज़िके परेशानी बड़े नुस्खें दिलाता है।

इबादत के तरीके और इबादतगाह बहुतेरे।
मेरी पहली इबादत में तो मां का नाम आता है।

सियासत से कोई उम्मीद मत करना भले लोगों।
खुशी से एक दिन भी कट सके, ये डर सताता है।

जरूरी तो नहीं है वह हमेशा न्याय करता हो।
अदालत में कभी जो फैसले मुंसिफ सुनाता है।

–108/3, मंगल पांडेय नगर, मेरठ-250004 (उ.प्र.)

हे परमेश्वर!

* नीलिमा स्वतंत्र शर्मा

तुम सर्वशक्तिमान हो
तुम ही श्री तुम ही ज्ञान हो
हमारे लिए सर्वथा अनजान हो।
कौन जानता है तुम्हारी लीलाएं
जो चाहते तो करते हो आप
कभी रूला जाते हो जार-जार
कभी खुशियां देते हो बार बार।
आज तेरे दर पर हाथ जोड़े खड़ी
मांगने तुझसे एक सौगात बड़ी
जूझ रहा है भाई मेरा जिंदगी से
लौटा दे हमें उसकी खुशियों की घड़ी।
लाखों हैं तेरे अपने खड़े हैं तेरे द्वारे
मैं भी हूं बस तुम्हारे ही सहारे
बांध रही हूं तेरे दर यह धागा
न रहे भतीजा मेरा अभागा।
सिंदूर सदा शोभित रहे
मां का आंचल न भीगे कभी
बहनों की राखी हैं तेरे हाथ में
हम सब हैं भाई के साथ में।
मेरी सुन ले यह अर्ज त्रिपुरारि
दुनिया से जीती पर तुझसे मैं हारी
ले ले मेरी उम्र का एक हिस्सा
बक्श दे उम्र मेरे भाई की तू सारी।
धागा मेरी मन्नतों का
तेरी बताई जन्नतों का
बांधा है मैंने तेरी कलाई
स्वास्थ्य का दान कर तू कन्हाई।

–77, टीचर्स कॉलोनी, गोविंदगढ़
देहरादून-248001 (उत्तराखण्ड)

संयममय हो नववर्ष

* मुनि मोहजीतकुमार

नववर्ष के शुभारंभ में
सुनहली किरणें खड़ी है
देने नये उपहार।
जीवन की निर्मलता
विचारों की स्वच्छता
प्राणीमात्र के प्रति
सदहृदयता का विकास
निरन्तर प्रवर्धमान रहे।
इसी कामना के साथ
संयममय हो नववर्ष।

मज़हब कोई ऐसा भी चलाया जाए

* गोपालदास 'नीरज'

अब तो मज़हब कोई ऐसा भी चलाया जाए।
जिसमें इंसान को इंसान बनाया जाए।

जिसकी खुशबू से महक जाय पड़ोसी का भी घर
फूल इस किस्म का हर सिम्त खिलया जाए।

आग बहती है यहां गंगा में झेलम में भी
कोई बतलाए कहां जाके नहाया जाए।

प्यार का खून हुआ क्यों ये समझने के लिए
हर अंधेरे को उजाले में बुलाया जाए।

मेरे दुख-दर्द का तुझ पर हो असर कुछ ऐसा
मैं रहूं भूखा तो तुझसे भी न खाया जाए।

जिस्म दो होके भी दिल एक हों अपने ऐसे
मेरा आंसू तेरी पलकों से उठाया जाए।

गीत उन्मन है, गज़ल चुप है, रूबाई है दुखी
ऐसे माहौल में 'नीरज' को बुलाया जाए।

लोकतंत्र में

* कौशल्या अग्रवाल

लोकतंत्र की व्यवस्थाओं के दंगल में
खनकती पैसे की खनक
चमकती भ्रष्टाचार की चमक,
छला जाता जनमत,
रोती कलपती संवेदना, पिसती मनुष्यता।
कृत्रिम मुस्कान लिए,
सस्ते में तुलती बहुमूल्यताएं,
खोल अपना मोल,
शोर मचाती चली आती आधुनिकताएं।
मौन हो जाती भोली सहजता।
दबे पांव चलते पाप, पनपाते अपराध,
संवेदना के सौदे करते,
घेर लाते पाशविकताएं।
अंधेरों के लगते पांव,
अन्याय भ्रष्टाचार के बसते गांव,
निस्तेज हो बरसती लक्ष्मी,
सरसती दिखती सुख समृद्धि,
अधर्म अनीति बढ़ती,
मजबूर बिलखते, निर्धन पिसते,
निस्तेज हो जाती धर्म की प्रखरता।
घटता सत्यता का मान, कौम,
बने बोझ, ऋण का अवदान,
किसान व्यापारी हो या आदमी आम,
हारे हो हैरान परेशान,
जब चूक न पाये कर्ज महान,
भूल कर्मयोग का ज्ञान,
जुटाए मौत का सामान,
आत्महंता लोकतंत्र में, लज्जित मनुष्यता।

मेरे लिए

* पुष्पा त्रिपाठी 'पुष्प'

तुम्हें जान लेने का सुख
अनमोल है मेरे लिए
इसी इच्छा से तो जीवन की
टोकरी भर जाती है
फूलों से जीवन में, मेरे लिए।
ठुमरी की राग लय सा बनता
मिश्रित बातों का असर तुम्हारा
रागिनी सी ठंडक देती है मुझे
तब मैं शीत हो जाती हूं, क्योंकि
मन का खिलना...महकना
गुनगुनाता तुम्हारा सब
इच्छित भाव पर निर्भर है, मेरे लिए।
चांद का झूमर सजा है
खुले आकाश में विस्तार
और उस झूमर की चांदनी
में छिपा है टिमटिमाटा आस
अहसास मध्यम स्याह में
जो जलता है जुगनुओं की तरह ही
उड़कर बैठ जाती है अक्सर
मेरे स्वर्ण से हाथों पर गुदगुदाती हुई
ये सुखद अनुभूति है
धीमी सहमी रोशनी में, मेरे लिए।
यह सुकून जानती हूं मैं
क्योंकि तन्वी बन बैठी हूं अब
दिन-रात की तालिका में
तेजस्विता का अधिकार लिए
द्विगुणित स्नेह निलय में
वर्चस्व तुम्हारा पाना
शांतिमय...गांभीर्य से, मेरे लिए।

–बी/701, जैसमीन टॉवर
वसंत विहार, नियर वसंत विहार स्कूल
थाने-400607 (महाराष्ट्र)

वक्त

* डॉ. जगतीन्द्र प्रसाद सक्सेना

वक्त कटता नहीं जो उदासीन है
वक्त कटता नहीं जो गमगीन है
इंतिजारी, बेसब्री के वक्त को देखो
कटते नहीं उन लम्हों को देखो।
विस्मय भरा दुनिया का चलन है
वक्त रूकता नहीं क्यों जो खुशनुमा है
वक्त थमता नहीं क्यों जो मस्ती भरा है।
यह वक्त, लेकिन कब बेवक्त होता है
यह किसको पता है न रोकने से रूका है
न काटने से कटा है तभी कहते हैं
वक्त रहस्य भरा है॥

–एफ-601, पवित्रा अपार्टमेंट
वसुन्धरा एन्क्लेव, दिल्ली-110096

श्रम और परोपकार ही असली पूजा और बंदगी है

जगजीत सिंह

आनंद क्या है, आनंद कहां है, आनंद कैसा है- इसे हर कोई अपने-अपने ढंग से खोज रहा है। सिख पंथ में आनंद कोरा सिद्धांत नहीं है। यह गुरु के शब्दों और उनके जीवन से प्रेरणा लेकर व्यावहारिक जीवन जीने का तरीका है। हमेशा 'चढदी कला' यानी उच्च मनोबल में रहने की प्रेरणा तथा जीवन के प्रति उत्साह देने वाले इस धर्म में परिवार और समाज के प्रति जिम्मेदारियों से पलायन, वैराग्य या विषाद के लिए कोई स्थान नहीं है। इसीलिए ब्याह की रस्म को भी सिखी में आनंद कारज कहा गया है और सामाजिक जीवन के विकास में उसकी उपयोगिता तथा महत्व को आध्यात्मिक औदात्य प्रदान किया गया।

दशम पातशाह गुरु गोविंद सिंह ने सुरम्य पहाड़ियों के बीच जो स्थान खालसा पंथ की रचना के लिए चुना और खालसा को विशेष स्वरूप व पांच ककार प्रदान किए, उसका नाम भी आनंदपुर साहिब ही है। यही नहीं, तृतीय पातशाह गुरु अमरदास जी ने जीवनचक्र और प्रभु प्राप्ति के गूढ़ रहस्यों को खोलने वाली जो वाणी रची, उसका नाम भी उन्होंने आनंद साहिब रखा। सिखी में जन्म और जीवन से जुड़ी कोई भी रस्म या धार्मिक अनुष्ठान आनंद साहिब की वाणी के पाठ के बिना पूरा नहीं होता।

गुरु अमरदास आनंद की व्याख्या निम्न शब्दों में करते हैं- 'आनंदु आनंदु सब को कहै आनंद तगुरु ते जाणिआ।' गुरु का हर शब्द, गुरु ते जाणिआ' गुरु का हर शब्द, गुरु की हर शिक्षा, आदेश और उपदेश पर तन-मन से अमल ही आनंद है। आध्यात्मिक वाणी के प्रति आस्थावान सिख के लिए गुरु का हुकमनामा समूचे दिन के जीवन-व्यवहार में मार्गदर्शन का काम करता है।

जीवन में कुछ अप्रिय घटित हुआ तो 'तेरा कीआ मीठा लागे' का उच्चारण करके ईश्वर की इच्छा मानते हुए उसे सिर माथे स्वीकार कर लिया। परहित के लिए मर मिटने का मौका आया तो गुरुओं की शहादत को याद करके बांध लिया सिर पर कफन और 'निश्चय कर अपनी जीत करो' का नारा लगा कर कूद पड़े मैदान-ए-जंग में। खुशी का वक्त आया तो 'सुख-दुख तेरी आगिआ पिआरे' के गुरु उपदेश पर फूल चढ़ाते हुए दोनों अवस्थाओं को एक मान लिया।

यही नहीं, मौका वृद्ध या जवान की मौत जैसे घोर दुख का हो या बच्चे के जन्मदिन अथवा आनंद कारज जैसी अपार खुशी का- आध्यात्मिक आनंद देने वाली वाणी 'आनंद साहिब' का पाठ होगा ही होगा और अंत में मीठा कड़ाह प्रसाद भी बंटेगा। इन दोनों के बिना संपूर्ण होता ही नहीं कोई भी आयोजन या रस्म-रीत। और यदि पुरुषार्थ व परिश्रम से कुछ हासिल हुआ तो भी उसका मान-अभिमान नहीं कया, बल्कि बाबा नानक की वाणी 'एह भी दात तेरी दातार' को याद करके सारा श्रेय उस देवनहार को दे दिया- यही है सिखी के सामाजिक जीवन में गुरु की वाणी पर अमल के जरिए आनंद की प्राप्ति का मार्ग और माध्यम।

नानक के पंथ में गुरु की शिक्षा केवल पराश्रित रह कर नाम जपने तक ही सीमित नहीं है। बल्कि गुरु उसे उद्यम करते हुए जीने, परिश्रम और ईमानदारी की कमाई करने, उसे वंचितों के साथ बांट कर खाने और परमात्मा द्वारा दिए गए तमाम सुखों को भोगते हुए नाम जपने का उपदेश देते हैं। सिख गुरुओं का उद्यमशीलता और कमाई का उपदेश महज रस्मी तथा दूसरों के लिए ही नहीं था। आजीविका के लिए नानक जी ने मोदीखाने में नौकरी की। यहां तक कि जीवन के सांध्यकाल में भी करतारपुर में वे अंतिम सांस तक किसानी करते रहे।

जिम्मेदारियों से मुंह मोड़ कर पहाड़ों पर जा बसने वाले सिद्धों और योगियों से बाबा नानक ने असहमति जताई और कहा कि जिन पर समाज को दिशा देने की जिम्मेदारी थी, वही जब पहाड़ों में जा छिपे हैं तो संसार को राह कौन दिखाएगा। उन्होंने समझाया कि सच्चा धर्म एकांतवास में नहीं, बल्कि जगत में रह कर त्रस्त मानवता की सेवा करने में है। श्रम और परोपकार ही असली पूजा और बंदगी है। ●

उपयोगी नुस्खे

पैरों से बदबू आना एक आम समस्या है और कई लोगों में देखने को मिलती है। लंबे समय तक जूते पहनने से गर्मी और नमी के कारण बड़ी आसानी से आपके पैरों में जीवाणु पैदा होते हैं जिससे आपके पैरों से बदबू आने लगती है।

अत: अपने जूतों और मोजों को साफ रखना इस समस्या से निजात पाने का सबसे अच्छा घरेलू उपाय है। हार्मोन संबंधित परेशानियों ज्यादा तनाव और दवाएं भी इस समस्या के अन्य कारण हो सकते हैं। बेकिंग सोडा के इस्तेमाल से भी आप अपने पैरों की दुर्गंध से निजात पा सकते हैं। गर्म पानी में चाय की पत्ती डालें और इस पानी से अपने पैरों को साफ करें। आप चाहे तो अपनी मोजों को सिरके और पानी के मिश्रण में भिगो सकते हैं, इससे आपके पैरों की दुर्गंध एक गंभीर समस्या बन जाए तो अपने पैरों को जीवाणुरोधी साबुन से दिन में कई बार साफ करें।

-मुकेश अग्रवाल

केवल भौतिकतावाद से कल्याण संभव नहीं

डॉ. कमलेश रानी अग्रवाल

भारत का पुरातन इतिहास साक्षी है कि धर्म एवं अध्याय पर आरूढ़ होकर ही हमारा देश वैभव के चरम शिखर पर ही नहीं पहुंचा वरन इससे विश्व गुरु का भी स्थान प्राप्त किया। उस समय के शासकों ने भी भौतिकवादी नीतियों को कभी प्राथमिकता नहीं दी, इसलिए निष्ठा, नैतिकता तथा ईमानदारी समाज में सर्वत्र व्याप्त थी। भगवान पारसनाथ, महावीर स्वामी आदि अवतारों तथा जैन मुनियों ने सत्य, त्याग, अहिंसा का पाठ पढ़ाया जिससे समाज में सुख शांति स्थापित हुई। चाणक्य ने कुटिया से महामंत्री के रूप में राज्य का संचालन किया। दीपक तक में राज्य का तेल व्यक्तिगत कार्यों के लिए उपभोग न करने के आदर्श प्रस्तुत किए।

कालांतर में भौतिकवाद के प्रभाव ने संपूर्ण समाज को पतन की ओर उन्मुक्त कर दिया। भौतिकवाद तृष्णा को जन्म देता है। परिणामस्वरूप मनुष्य को संकीर्णता की भावना घर बना लेती है और मनुष्य आत्मकेन्द्रित होकर मात्र भौतिक सुखों के लिए निकृष्ट कर्मों में संलग्न हो जाता है। ऐसे में मनुष्य अपने भविष्य को भौतिकवाद सुखों से परिपूर्ण करने में लग जाता है और देश व समाज उसके लिए गौण हो जाते हैं। आज भौतिकवादी नीतियों ने पुरातन स्थितियों को बिल्कुल ही बदल दिया है। जहां पहले उच्च पदों पर आसीन अधिकारी नैतिकता की भावना से प्रेरित होकर सहज ही सबका कार्य करते थे, वहीं आज भौतिकता में लिप्त अधिकांश अधिकारी व कर्मचारी रिश्वत लेने के बाद ही काम करते हैं। वास्तव में भौतिकवाद भावना मनुष्य को नैतिकता के रास्ते से हटा देती है, जिसका देश और समाज के विकास पर बुरा प्रभाव पढ़ता है।

आज भौतिकतावादी नीतियों का ही परिणाम है कि जनप्रतिनिधियों, सांसद, विधायक, मंत्री यहां तक कि अधिकारी भी सरकारी साधनों का अधिक से अधिक दुरुपयोग करते हैं। धन की कमी की दशा में भी सरकारी तंत्र द्वारा सरकारी वाहनों व साधनों का खुलकर दुरुपयोग किया जाता है। काश! ये लोग चाणक्य के आध्यात्मिक आदर्श का एक अंश भी अनुसरण करते तो देश को इन भीषण परिस्थितियों को सामना नहीं करना पड़ता। देश में पनपता आतंकवाद, साम्प्रदायिकता, भ्रष्टाचार, जमाखोरी, मुनाफाखोरी आदि सब भौतिकवादी सोच का ही देन हैं। भौतिकवादी प्रवृत्ति लोगों की महत्वाकांक्षाओं को उस सीमा तक बढ़ा देती है कि वे भले-बुरे का अंतर भूल जाते हैं। इसलिए सेवा का दम भरने वाले नेता स्वार्थसिद्धि में लगते रहते हैं। भौतिकवाद को ऊंचा स्थान देने के कारण ही न्याय तक भी कागज के चंद नोटों में बिक कर अन्याय के परवान चढ़ा दिया जाता है। भौतिकवाद ने मनुष्य को मनुष्य से दूर किया जाता है। धन सर्वोपरि हो गया है। भौतिकवादी नीतियों से पहले आवश्यकता है समाज को श्रेष्ठ बनाने की जिसके लिए आध्यात्मिक नीतियां ही कारगर सिद्ध हो सकती है।

भौतिकतावादी नीतियों से कभी भी 'सर्वे भवन्तु सुखिना सर्वे सन्तु निरामया, सर्वे भद्राणि पश्यंतु मा कश्चिद भाग भवेत', जैसी ध्वनि नहीं निकल सकती। भौतिकतावादी से परे आध्यात्मिकता से ओत-प्रोत रहकर भी भारतीय मनीषियों, चिंतकों, शास्त्रकारों ने भारतीय जनमानस को सदैव ऐसा रास्ता दिखाया है जिस पर चलकर मानवीय मूल्यों को अक्षुण्ण बनाए रखा जा सकता है।

भारत जब सोने की चिड़िया कहलाता था तब-तब यहां दूध की नदियां बहिती थी उस समय यहां भौतिकवादी नीतियां नहीं अपनायी गई थीं। इससे स्पष्ट है कि मात्र भौतिकवादी नीतियों से सामाजिक व सांस्कृतिक विकास ही नहीं बल्कि आर्थिक वैभव भी अर्जित नहीं किया जा सकता।

भौतिकतावाद प्रवृति अलगाववाद को बढ़ावा देती है। व्यक्ति अपनी जड़ों से कटने लगते हैं। संयुक्त परिवारों का विखंडन इसी का परिणाम है। भौतिकतावाद व्यक्ति में अपनी अलग शक्ति व सत्ता बनाने की लालसा पैदा कराता है। यदि मात्र भौतिकतावादी नीतियों का ही अनुसरण किया गया तो वह दिन दूर नहीं जब यह देश टुकड़ों-टुकड़ों में बिखर जाएगा। मात्र भौतिकतावाद नीतियां अपनाकर देश के चहुंमुखी विकास की कल्पना ही व्यर्थ है। इस देश की मिट्टी अध्यात्म की भावनापूर्ण रूप से रची-बसी है, जो भौतिकतावाद से आक्रांत विदेशियों को भी सदैव आकर्षित करती रही है। यहां आध्यात्मिक भावना के कारण ही अनेकता में एकता का दर्शन होता है। आध्यात्मिकता से सहिष्णुता का जन्म होता है, जिससे छुद्र विचारों का अंत हो जाता है।

भौतिकवाद पर्यावरण को प्रदूषित करके प्राणीजगत के लिए अभिशाप बन रहा है। मनुष्य भौतिक सुख के लिए प्रकृति से छेड़छाड़ करके प्राकृतिक संतुलन को बिगाड़ रहा है। परिणामस्वरूप ऋतुचक्र बदल गया है। पृथ्वी का तापमान बढ़ रहा है। बीमारियां बढ़ रही हैं। मनुष्य के कष्ट बढ़ते जा रहे हैं। भौतिकता में क्षणिक सुख मिलता है और वह स्थायी दुख का कारण बनता है।

भौतिकवाद के कारण मनुष्य क्रूर बन गया है। अपना तन ढकने के लिए हिंसा पर उतारू है। पशुओं की खाल को ओढ़ना अपनी शान समझता है। यह मनुष्य के पतन का द्योतक है।

जहां आध्यात्मिकता व्यक्ति में आत्मविश्वास उत्पन्न करके कार्यक्षमता को बढ़ाती है, वहीं भौतिकता का आधिक्य आलस्य, अकर्मण्यता तथा खोली प्रतिष्ठा का भाव उत्पन्न करके राष्ट्र के विकास की धारा में अपेक्षित योगदान नहीं करने देता। भौतिकतावाद की प्रवृति के गर्भ में विध्वंस पलता है। आध्यात्मिक नियंत्रण द्वारा भौतिकतावाद को भी कारगर बनाया जा सकता है। भौतिकतावाद का इतिहास बताता है कि इससे कोई भी देश कभी सुख-शांति एवं समृद्धि प्राप्त नहीं कर सकता। मात्र भौतिक उन्नति ही किसी देश के विकास का पैमाना नहीं होती है। मात्र भौतिकता नागरिकों में कुंठा, तनाव, पारस्परिक ईर्ष्या, द्वेष वैमनस्य उत्पन्न करती है जिससे देश के विकास में नागरिकों का सकारात्मक योगदान नहीं हो पाता है।

–'हिमदीप', राधापुरी, हापुड़-245101

मंजुला जैन

समय के उत्सव एवं उल्लास की चौखट

नया वर्ष, त्यौहार, विवाह या कोई भी समारोह, सब परिवर्तन के ही द्योतक हैं। मानव ने बहुत ही सोच-समझ कर दैनिक एकरसता को दूर करने के लिए इनका विधान रचा है। ताकि जीवन में उमंग-तरंग का संचार होता रहे। नवीन वस्त्र, नए-नए व्यंजन, गाना-बजाना आदि के मूल में यही धारणा निहित है। परिवर्तन सृष्टि का शाश्वत नियम है। क्षण-क्षण घटित होते परिवर्तन में ही नवीनता के बीज अंकुरित होते हैं और नूतनता में ही जीवन का समग्र आनंद अपने स्वरूप को अक्षुण्ण बनाए रखता है। नवीनता की कोई सीमा नहीं होती, यही मानव समृद्धि की धुरी है। इसे ही सौन्दर्य से उपमित किया गया है। जो निरंतर बदलता रहता है, प्रतिक्षण नए-नए रूप धारण करता रहे, वह सुंदर है। मानव पुरातन का मोह त्याग कर सदैव नए के अभिनंदन में आँखें बिछाए रहता है।

जाहिर है अन्य पर्वों की तरह हम नव वर्ष के प्रथम दिवस को भी त्यौहार के रूप में मनाते हैं। यह पर्व समय का है। समय को मापने की सब से छोटी इकाई 'पल' है जो सतत् परिवर्तनशील है। यानी हर पल को पर्व की तरह मनाने का अवसर है नया वर्ष। निष्कर्ष यही है कि हर क्षण को हम त्यौहार की तरह सम्पूर्ण उल्लास व आनंद के साथ जीएं। नाचें, कूदें, गाएं, बजाएं। एक शब्द में कहें तो यही जिंदगी है। हम नया वर्ष मनाते हैं क्योंकि आदमी ने कुछ बातें, कुछ यादें, कुछ घटनाएं याद रखने के लिए समय को पाबंद कर दिया है। सप्ताह, माह, वर्ष, शताब्दी, युगों आदि में। यह सब इसलिए है कि परिवर्तन होते रहना चाहिए।

इस प्रकार नव वर्ष का समारोह हुआ समय को समझने का। उस समय को जो महाबली है। जिसके समक्ष बड़े-बड़े धुरंधर भी नहीं टिक पाते। यह पल भर में राजा को रंक व रंक को राजा बना देता है। कितने ही हिटलर, रावण इससे मुँह की खा चुके हैं। जरा-सी देर में वक्त सारी दुनिया में उथल-पुथल मचा देता है। सब कुछ बदल देता है तो वहीं आनंद के स्रोत भी प्रस्फुटित कर देता है।

समय के उत्सव एवं उल्लास की चौखट ही ऐसी है कि इन्हीं बंद पलकों के पीछे चमकता है उम्मीद का जुगनू, एक अलसाया ख्वाब लेता है अंगड़ाई, जागती आंखें बुनती है सपने के हाथ-पैर, हौसले की आग में तपता है संकल्प का सोना-और मिलती है नई मंजिल और नई दिशा। कोई कोमल विचार, कहीं-किसी मोड़ पर उगा एक इरादा और सोच-समझ से की गई मेहनत से हर मुश्किल छंटती है तब और निगाह के ऐन सामने खिल उठता है कामयाबी का सवेरा। दृढ़ इच्छाशक्ति, लगन, सकारात्मकता और सच्चाई की ताकत-इनसे मिलकर कोई संकल्प आत्मा में अंखुआता है, मन-मस्तिष्क में परवान चढ़ता है और स्वप्न-शहर से चलकर यथार्थ-धरा पर साकार होकर बदल देता है जिंदगी के सब नक्श और ऐसे ही नक्श होते है नये वर्ष की उमंग के परिपार्श्व में। यह एक अवसर है तो हमें देता है संकल्प की ऊर्जा ।

असल में हमारी जो जीवन-ऊर्जा फैली हुई है, वह भी संकल्प का ही फल है। हम सब, यह संपूर्ण प्रकृति, चाहे वह जीव हो या जड़, ऊर्जा के संघनन का ही परिणाम हैं। ऊर्जा जब इकट्ठी हो जाती है तो वह एक रूप ले लेती है, और हमने उस रूप को एक नाम दे दिया है-पेड़, चट्टान, कुत्ता, आदमी, चींटी, नदी आदि कुछ भी। अब प्रश्न यह खड़ा होता है कि यह ऊर्जा आती कहां से है? एक स्रोत तो स्वयं प्रकृति ही है, जिसमें सूर्य सबसे प्रमुख है। अन्य स्रोत क्या हैं? हम ऊर्जा के संदर्भ में संकल्प की भूमिका को समझने की कोशिश कर रहे हैं।

राम के पास कौन था? कुछ वनवासी साथी। बंदर-भालुओं की सेना। वनवास का बोझ। पत्नी से बिछुड़ने की पीड़ा, पर राम क्या थके, कभी रुके? नहीं, उन्होंने व्यूह रचना की। योजना बनाई और रावण से भिड़ गए। संकल्प था कि खल-कामी-दुष्ट लंकापति की प्रभुता नष्ट करनी है तो जुट गए। मुश्किलें आईं पर आखिरकार जीते। और न सिर्फ जीते, जोर-शोर से जीते। सावित्री-सत्यवान की कथा क्या है? सती स्त्री के मन का संकल्प ही तो कि कैसे भी, पति के प्राण मृत्यु के हाथों से छीन लेने हैं।

समय का अंकन जीवन की सबसे बड़ी प्रेरणा है। तभी तो भगवान महावीर ने कहा है- 'क्षण भर भी प्रमाद मत करो' अर्थात् एक पल का भी समय व्यर्थ मत करो। उन्हीं का सूत्र है-'काले कालम् समाचरे' यानी जिस समय जो काम उचित हो उस समय वही काम करना चाहिए। तात्पर्य यही है कि एक घड़ी भी ऐसी नहीं होती जिसके लिए निर्धारित कार्य को फिर किया जा सके। यही है इसका मूल्य। मुँह से निकले वचन या बहते हुए पानी की तरह यह कभी मुड़ कर नहीं देखता। यह तो सूरज है, चाँद है, नदी है, मुर्गे की बांग है, निरंतर गतिमान है, न ठहरता है, न ही थकता है। चलते-चलते कभी जख़्म देता है तो भरता भी यही है। हां कभी यह सफलता देता है तो कभी यह असफल भी कर देता है।

परिवर्तन की इस दौड़ में दौड़ते अपने जीवन मूल्यों, अपने आदर्शों, सपनों, पुरुषार्थ और शक्ति से भरपूर अपनी संकल्पी आंखों, कर्तव्य में डटे हाथों और इस तूफान को चीर बढ़ाने वाले पैरों से प्रगति की दिशा में डग भरे परिवर्तन शुभ परिणाम वाला होगा। दौड़ में दौड़ने वाला नहीं, दौड़ को देखते हुए भी स्थिर रहने वाला मजबूत मन अपने स्वभाव से सत्यम्-शिवम्-सुन्दरम् का संवाहक बनेगा। सही परिवर्तन का द्वार खुलेगा। विकार व विलासरत क्षणों से उपरत हो कर्तव्यरत कदम विकास के सोपान पर आरोहण कर पाएंगे। समय कहता है जागें। अंधेरे का आंचल हटाएं। आंखें खोल प्रकाश व तेजस्विता के सूर्य का दर्शन करें। तभी नए युग, नए जीवन में प्रवेश देने वाला सुखद परिवर्तन का क्षण घटित हो सकेगा। ●

स्वप्न के परिणाम

गीतांजलि 'गीत'

नहाना- स्वप्न में नहाना अच्छे स्वास्थ्य को प्रकट करता है, दूसरों को नहाते देखें तो अच्छा भाग्य आने वाला है। कोई रोगी देखे कि वह नहा रहा है, तो वह शीघ्र ही मुक्ति पा जाएगा। गंदले पानी में नहाना, किसी संबंधी अथवा मित्र की मृत्यु की सूचना है। यदि गरम पानी में नहाएं तो यह खुशहाली के आने का सूचक है। यदि बहुत गरम या बहुत ठंडे पानी से नहाएं तो परिवार में होने वाले कष्ट का सूचक है। समुद्र स्नान भाग्योन्नति और प्रतिष्ठा का सूचक है।

संगीन- राइफल के आगे जो बरछी लगी रहती है इसे संगीन कहते हैं। यदि संगीन दिखे तो यह आने वाली आपत्ति का द्योतक है।

बाजार- बाजर में घूमने का स्वप्न देखना शुभ शुकुन है, पर किसी सवारी से बाजार जाना मुसीबत की सूचना है।

सेम- सेम का दिखना अच्छे दिनों के आगमन की सूचना है। कच्ची सेम खाना लड़ाई-झगड़े का सूचक है।

रीछ- रीछ दिखे तो किसी शक्तिशाली से शत्रुता होगी। रीछ आक्रमण करता दिखे तो शत्रु चिरकाल तक दुखी करेंगे। यदि भागता हुआ रीछ दिखे तो खुशहाली आने का सूचक है। यदि रीछ द्वारा मार डाला जाए तो दुख के दिन बीतने के संकेत है। रीछ पहाड़ी की चोटी से टेढ़ा-मेढ़ा उतरता दिखे तो मुकदमेबाजी में फंसकर मस्तिष्क की शांति भंग होती। यदि रीछ पहाड़ी पर चढ़ता हुआ दिखे और चोटी पर जाकर लुप्त हो जाए, तो सब दुख दूर हो जाएं। यदि रीछ सफेद हो और खड़ा हुआ नाचता हुआ दिखे तो उच्च अधिकारी अनुकूल होंगे या तो पदोन्नति होगी या वेतन में वृद्धि। यदि काले रीछ का शव पानी पर तैरता हुआ दिखे तो भारी वर्षा होगी। शव सफेद रीछ का हो और किसी मल्लाह द्वारा देखा जाए, तो समुद्री तूफान और बर्फीले तूफान की चेतावनी है। यदि रीछों का झुंड दिखे तो कोई शत्रु हमला करे।

दाढ़ी- बढ़ी दाढ़ी सफलता और उन्नति की संकेत है। यह दीर्घायु की भी सूचक है। यदि दाढ़ी छोटी हुई दिखे तो प्रतिष्ठा की हानि का प्रतीक है। यदि दाढ़ी बिल्कुल मुड़ गई है, तो दरिद्रता आने वाली है। दाढ़ी किसी के द्वारा खींची जाती है, तो अप्रतिष्ठा होगी।

मारना- किसी को मारते-पीटते देखना दूसरों से प्रशंसा का सूचक है। किन्तु उन लोगों से जिससे कोई संबंध नहीं है, स्वयं पीटे जाते दिखते हैं, तो यह अपशकुन है और असफलता का द्योतक है। यदि कोई अपनी प्रेमिका को पीटे या प्रेमिका अपने प्रेमी को पीटे तो समझो प्रेम बढ़ेगा और चिरकाल तक रहेगा। यदि कोई कुत्ते को पीटता है, तो वह गलती से अपने ही व्यक्तियों पर अविश्वास करेगा। यदि बिलली को मारते है, तो धोखेबाज व्यक्तियों से निपटना पड़ेगा। बिना कारण बिल्ली को मारने का फल पड़ोसियों से शत्रुता भी है। यदि कोई अपनी छाती को पीटे तो यह बुरा है। कोई आपराधिक मुकदमें में फंसेगा या उनके किसी संबंधी की मृत्यु होगी। यदि कोई भूमि को बराबर करने के लिए पीटता है तो उन्नति की सारी बाधाएं दूर हो जाएगी। दिवालिएपन के मुकदमें में फंसे व्यक्ति के लिए यह अच्छा स्वप्न है।

शैय्या- बिस्तर पर पड़े रहना दुख और खतरे का संकेत है। बिना सोए बिस्तर पर पड़े रहने का स्वप्न, होने वाली बीमारी को बताता है। यदि कोई अपरिचित किसी के बिस्तर पर आए तो पति-पत्नी में अलगाव पैदा होगा। गंदे बिस्तर पर सोना गरीबी और बीमारी को बताता है।

मधुमक्खियां- बड़ी संख्या में मधुमक्खियां स्वप्न में दिखें तो अच्छे दिन आने वाले हैं। स्वप्न में मधुमक्खियों द्वारा काटा जाना धोखे का संकेत है।

आवश्यकता है

'समृद्ध सुखी परिवार' मासिक पत्रिका के लिए विज्ञापन प्रतिनिधि की। ग्राहक बनाने वाले इच्छुक व्यक्ति भी संपर्क करें। प्रभावी कमीशन की व्यवस्था है।

संपर्क करें-

संपादक
समृद्ध सुखी परिवार
ई-253, सरस्वती कुंज अपार्टमेंट
25, आई. पी. एक्सटेंशन, पटपड़गंज,
दिल्ली-110092
फाने: 011-22727486
मो. 9811051133

विवश थे भीष्म

शिव बचन चौबे

हस्तिनापुर सिंहासन का सम्राट और सभासद उनकी बात सुनने को तैयार नहीं थे। अगर सुन भी लेते थे तो उसे मानने को बाध्य नहीं थे। लाभ का लोभी, कभी हानि का खेल नहीं खेलता। अपने जीवन से जुड़ी इस विचित्र विदग्धता को भीष्म सारी उम्र झेलते रहे- कभी मौन रहकर तो कभी वाचाल बनकर। उनके अतीत का उत्साह, वर्तमान के सच का सामना नहीं कर पा रहा था। वह शिथिल और शांत पड़ने लगा था। जैसे-जैसे हस्तिनापुर के सिंहासन और शासकों पर उनकी पकड़ ढीली पड़ती जा रही थी, वैसे-वैसे उनका उत्साह भी शिथिल पड़ने लगा था। वे विवश थे, क्योंकि न उनके सुधारे उनका अतीत सुधर सकता था और न ही वर्तमान सुधर सकता था। नहीं तो अंबा अपहरण में वाचाल बने भीष्म, द्रौपदी के चीर-हरण में मौन क्यों हो गये थे? चीर-हरण के समय भरी सभा में निर्वस्त्र होती और आर्तनाद करती द्रौपदी ने भीष्म के निर्लज्ज मौन को सम्बोधित करते हुए कहा था-

'न सभा यत्र न सन्ति वृद्धाः,
न ते वृद्धाः ये न वदन्ति धर्मम।
नासौ धर्मो यत्र च नास्ति सत्यं,
न तत्सत्यं यच्छलेनानुबिद्धम।'

एक वृद्ध गलत हो सकता है। दो गलत हो सकते हैं। लेकिन हस्तिनापुर की सत्ता से जुड़े सारे के सारे वृद्ध एक साथ गलत कैसे हो गये थे। यह एक दुखद स्थिति थी, जो अकारण नहीं हो सकती थी। हस्तिनापुर में इसकी जड़ें जरूर गहरी रही होंगी।

प्रश्न यह उठता है कि आखिर सम्मानीय वृद्ध कौन हो सकता है? जिसके पास जीवन के भोगे हुए यथार्थ की अनुपम अनुभूति न हो, संतुलित आचरण का अपारसंग्रह न हो, जो सच और झूठ, न्याय और अन्याय में विभेद न कर सके और जो नयी पीढ़ी को अपने सुदृढ़ और सुनिश्चित अनुभवों के आधार पर सही दिशा-निर्देश न दे सके, वह व्यक्ति कभी सम्मानीय वृद्ध नहीं हो सकता। महाभारत के वृद्धों की विडम्बना यही थी कि सत्ता का सुख भी भोगना चाहते थे और सच बोलने का स्वांग रचकर दूध का धोया भी बना रहना चाहते थे। वे नीति-कथन तो करते थे, किन्तु उस पर चलने के लिए किसी को बाध्य नहीं करते थे। वे किसी भी कीमत पर सत्ता से टकराकर सत्ता की कृपा से वंचित नहीं होना चाहते थे। उनकी इस मानसिकता का सबसे दुखद चित्र यह था कि हस्तिनापुर की सत्ता से जुड़े सारे वृद्ध कौरवों के साथ थे। वे उनकी तरफ से युद्ध लड़ रहे थे। केवल विदुर तटस्थ और मौन थे। वृद्धों के उस समूह में एक भी पांडवों के साथ सक्रिय नहीं था।

इनके दोहरे मापदंड को देखकर कर्ण ने एक बार सही कटाक्ष किया था- 'हस्तिनापुर के ये बलशाली वृद्ध खाते कौरवों की और गाते पांडवों की हैं। दुर्योधन, इनके दोहरे मापदंड की विश्वसनीयता पर कभी भी विश्वास नहीं किया जा सकता।'

महाभारत के वृद्धों के विवेक की अग्नि-परीक्षा का काल था। संयोगवश उस सभा में हस्तिनापुर के सारे वृद्ध बैठे थे, भीष्म, द्रोण, कृपाचार्य, विदुर, धृतराष्ट्र इत्यादि। किन्तु सब मौन, सर झुकाये अंगूठे से धरती खरोंच रहे थे। जो व्यक्ति आर्तनाद करती किसी दुखी नारी की रक्षा में स्वयं को बलि न दे सके, विसर्जित न कर सके जिसका वृद्धपन नारी के रक्षार्थ पितृत्व में परिणत न हो जाए उसके वृद्धावस्था की पूजनीयता समाप्त हो जाती है। नहीं तो जीवन की अथाह अनुभूति और सूझ-बूझ से भरे वृद्ध तटस्थ और मौन कहां रहते हैं? क्या सीता के आर्तनाद पर जटायु तटस्थ रह पाया था? उसे तो एक अज्ञात नारी की करुण पुकार पर अपने जान की बाजी लगा दी थी।

भीष्म ने नारी-जगत के साथ बार-बार खिलवाड़ किया। अनेक बार उन्होंने अक्षम व्यासवंशियों के विवाह के लिए राजकुमारियों के स्वयंवर में लूटपाट मचायी। क्या आजीवन कुवांरा रहने की भीष्म-प्रतिज्ञा की यह मर्यादा थी? लगता है आवेश में आकर उन्होंने सत्यवती के समक्ष प्रतिज्ञा तो कर ली, किन्तु इंद्रिय-दमन नहीं कर पाए। उनके भीतर की वासना का कीड़ा नहीं मरा। यह स्पष्ट है कि अपनी करुण पुकार में द्रौपदी ने वहां बैठे वृद्धों के समूह में जिस वृद्ध की कल्पना की होगी, वह भीष्म के सिवा, अन्य हो ही नहीं सकता। किन्तु भीष्म तो बर्फ की चट्टान बन गये थे। जिस नारी जाति की अनुपस्थिति ने भीष्म के जीवन को नीरस बनाकर रख दिया था उससे भीष्म खिलवाड़ तो कर सकते थे, उसके नग्न होते तन-मन को देखकर संतुष्टि की सुखानुभूति तो कर सकते थे, किन्तु उसे ढंकने का प्रयास कर उसका लज्जा-निवारण नहीं कर सकते थे, चाहे वह नारी गांधारी हो, अंबा अथवा द्रौपदी।

-388, सैक्टर-14,
फरीदाबाद (हरियाणा)

मधु संचय

आचार्य विजय नित्यानंद सूरि

● मनुष्य इस सृष्टि का सर्वश्रेष्ठ प्राणी है। वह इस सृष्टि को स्वर्ग जैसी सुंदर और सुरम्य भी बना सकता है तो नरक के समान बीभत्स और दुखदायी भी।

● मनुष्य शरीर की श्रेष्ठता और सार्थकता इस बात में है कि वह इस देह से सद्गुणों की आराधना करके देहातीत स्वरूप को प्राप्त करें।

● वही हाथ श्रेष्ठ और उत्तम हैं जिन हाथों से सेवा, सत्कर्म और दान किया जा सके।

● दान का अमृत और सेवा, सत्कर्म की सुगंध जिन हाथों में हो, उन हाथों को हस्त-कमल कहा जाता है।

● जो चरण जग की भलाई, परोपकार और तीर्थयात्रा में पराक्रम करते हैं, वे चरण संसार में वंदनीय है।

● पेट भरने के लिए पाप करना मनुष्य की मजबूरी नहीं, कमजोरी है। पाप का अन्न पेट में जाने पर बुद्धि भी पापमय हो जाती है।

● वही अन्न पवित्र है, जो नीति की कमाई से प्राप्त हो, सात्विक और शुद्ध हो।

● मुख की शोभा बढ़ाने वाले दो तत्व हैं- मधुर शिष्ट सभ्य वाणी और भगवद् नाम का उच्चारण।

● आंखों को प्रशिक्षित करो वे पर नारी को

मां के रूप में और पर धन को मिट्टी के रूप में देखें।

● इन कानों से सदा अच्छे शब्द सुनने की आदत डालो।

● मस्तिष्क शरीर रूप कैलाश का शिखर है। सद्चिंतन के शिवशंकर का यह पवित्र स्थान कभी विकार-दुर्विचार से गंदा न करो।

वैष्णव जन... नरसी मेहता

नरसी ने कृष्ण के विराट रूप को 'गूंगे का गुड़' माना। उन्होंने कहा, 'जो ब्रह्म अखिल ब्रह्मांड के अणु-अणु में व्याप्त है, उसकी पूजा मैं किस प्रकार करूं? जो सूर्य के रूप में त्रिभुवन को प्रकाश देता है, चंद्रमा के रूप में अमृत देता है, मेघ के रूप में वर्षा करता है, वायु के रूप में जीवन देता है, उसकी पूजा किस प्रकार करूं?

डॉ. हरिकृष्ण देवसरे

'वैष्णव जन तो तेने कहिए, जो पीर पराई जाणे रे' के गायक-भक्त, संत नरसी मेहता अपने समय के परम भागवत गृहस्थ संत थे। उन्हें गुजरात का जयदेव कहा गया, क्योंकि उनकी कृष्ण भक्ति का माधुर्य गुजरात ही नहीं, सारे भारत में फैला। महात्मा गांधी को उनका प्रसिद्ध पद इसलिए प्रिय था, क्योंकि उसमें मानव प्रेम का सच्चा संदेश है। नरसी मेहता मध्यकालीन भारत की संत परम्परा की एक उज्ज्वल मणि के समान थे।

संत नाभादास ने अपनी पुस्तक 'भक्तमाल' में उनका यशोगान करते हुए लिखा है- 'जगत विदित 'नरसी' भगत जिनि गुज्जर घर पावन करी।' कहा जाता है कि नरसी आठ वर्ष की आयु तक गूंगे रहे। एक दिन अपनी दादी के साथ शिव दर्शन के लिए जा रहे थे। मार्ग में एक साधु मिला। उसने नरसी से कहा, 'बोलो बेटा राधाकृष्ण।' और नरसी ने कहा, 'राधाकृष्ण'। उनकी वाणी फूट पड़ी।

यह देख दादी गद्गद् हो उठीं। तब से नरसी ने राधाकृष्ण की भक्ति की जो लौ जगाई वह जीवन पर्यन्त वह जीवन पर्यन्त नहीं बुझी। ग्यारह वर्ष की आयु में उनका विवाह हो गया। वह कोई काम न करते, बस साधु-संतों को मंडलियों के साथ घूमते रहते। परिवार का भरण-पोषण बड़े

भाई करते थे। आखिर एक दिन भाभी के कटु वचनों से आहत होकर नरसी मेहता ने घर छोड़ दिया। उन्हें विश्वास था कि श्रीकृष्ण ही उनके घर और भोजन की व्यवस्था करेंगे- और संयोग भी ऐसे जुटे कि नरसी की सारी समस्याएं हल हो गई। फिर तो नरसी भगवान के भजन कीर्तन में ही रम गए और फिर जूनागढ़ में आकर रहने लगे। नरसी मेहता भगवान को पूर्णत: समर्पित थे और कहते थे कि मैं तो भगवान द्वारा नचाई जाने वाली कठपुतली हूं।

नरसी के पदों में सकलव्यापी विराट ब्रह्म, माया, जीव, जगत आदि को शुद्धाद्वैतवाद के अनुरूप प्रस्तुत किया गया है। वह ब्रह्म के सगुण और निर्गुण दोनों रूपों को मानते थे। कृष्ण को भी नरसी ने ब्रह्म का अवतार माना और माता यशोदा के भाग्य की सराहना की। इसी क्रम में उन्होंने देवताओं, देवांगनाओं, वृक्ष-लता आदि सब का गुणगान किया।

नरसी ने कृष्ण के विराट रूप को 'गूंगे का गुड़' माना। उन्होंने कहा, 'जो ब्रह्म अखिल ब्रह्मांड के अणु-अणु में व्याप्त है, उसकी पूजा मैं किस प्रकार करूं? जो सूर्य के रूप में त्रिभुवन को प्रकाश देता है, चंद्रमा के रूप में अमृत देता है, मेघ के रूप में वर्षा करता है, वायु के रूप में जीवन देता है, उसकी पूजा किस प्रकार करूं? उसके लिए तो चंदन, नैवेद्य आदि सब कुछ तुच्छ हैं। इसलिए जिसने कृष्ण-रस चख लिया, वह फिर इस संसार में पुन: जन्म लेने नहीं आता।' नरसी ने भक्त को 'वैष्णव' कहकर सम्बोधित किया। उन्होंने कहा कि वैष्णवजन के दर्शन, और ज्ञान-श्रवण ही वासनायुक्त होने के उपाय हैं।

नसरी ने कहा सच्चा वैष्णव वही है, जिसमें ये गुण हों- पर दु:ख कातर, सत्यवादी, कामक्रोध माया रहित, दृढ़, वैराग्यवान और अहर्निश रामनाम में तल्लीन रहने वाला। नरसी गुजरात के प्रथम वैष्णव कवि के रूप में स्मरण किए जाते हैं। ●

नए क्षितिज का निर्माण करें

साध्वीप्रमुखा कनकप्रभा

प्राग्-ऐतिहासिक काल में एक समय ऐसा था, जब यौगलिक व्यवस्था थी। युगल का जन्म, विवाह और मृत्यु एक स्वाभाविक जीवनशैली थी। न कोई सामाजिक परंपरा, न प्रदर्शन और न आलोचना। जीवनचर्या का हर काम अपने ढंग से होता था। यौगलिक व्यवस्था के बाद कुलकर व्यवस्था का उद्भव हुआ। इस व्यवस्था में एक व्यक्ति को व्यवस्थातंत्र का नियंता बनाया गया। तंत्र का संचालन करने के लिए कुछ नीतियों का निर्धारण हुआ। कुछ व्यक्ति नीतियों का अतिक्रमण करने लगे। इससे परस्पर संघर्ष की स्थिति उत्पन्न हो गई। संघर्ष में स्वयं की सुरक्षा के लिए अथवा प्रतिपक्षी को प्रतिहत करने के लिए पाषाणों के अस्त्र बनाए गए। वह युग पाषाणयुग कहलाया।

मनुष्य जितना अधिक सामाजिक बना, संस्कारों का संक्रमण उतनी ही तीव्र गति से होता गया। किसी व्यक्ति की अच्छी प्रवृत्ति किसी में संक्रान्त होती या नहीं, गलत प्रवृत्ति बहुत जल्दी संक्रमणशील बन जाती। इस क्रम में अपराध बढ़ने लगे। आततायी वर्ग की उच्छृंखलता को नियंत्रित रखने के लिए हथियारों का विकास हुआ। उस समय तक धनुष-बाण का आविष्कार हो गया। धनुर्विद्या का विधिवत प्रशिक्षण प्राप्त कर उसका प्रयोग करने वाले अपने समय के उद्भट योद्धा बन गए। अस्त्र-निर्माण का सिलसिला यहीं अवरुद्ध नहीं हुआ। लौह आदि धातुओं की खोज ने तो तलवार, बंदूक, भाले, बरछे आदि विशेष घातक शस्त्रास्त्रों की पंक्ति खड़ी कर दी। पूर्णविराम यहां भी नहीं लगा। बीसवीं सदी तक पहुंचते-पहुंचते अणु आयुध अस्तित्व में आ गए और सुरक्षा के प्राचीन साधन-अकिंचित्कर हो गए। विध्वसंक और घातक आयुधों के निर्माण की परंपरा यहां तक पहुंचकर भी थमी नहीं है। मनुष्य का मस्तिष्क शोध और प्रयोग के क्षेत्र में एक-से-एक बढ़कर आविष्कार कर रहा है। भय, आशंका, सुरक्षा, प्रतिशोध, प्रतिस्पर्धा आदि कारण समूह जब तक सक्रिय रहेंगे, मानवीय ऊर्जा का उपयोग विनाश में होता रहेगा।

हथियारों की यह लंबी परंपरा दीर्घकालीन या तत्कालीन शत्रुता की जमीन पर ही फल-फूल रही थी, पर इस अवधि में कुछ ऐसे हथियार भी ईजाद हो गए, जिनका प्रयोग व्यक्ति अपने स्नेही-संबंधी लोगों के विरुद्ध करने लगा। उन हथियारों में एक छोटा-सा मारक हथियार है—दहेज। इस हथियार के आविष्कर्ता कौन थे? खोज का विषय है। इसके प्रयोग का जहां तक सवाल है, शायद कुछ गिने-चुने व्यक्ति ही बच पाए होंगे। आश्चर्य की बात तो यह है कि कोई भी व्यक्ति नहीं चाहता कि इस हथियार का उपयोग उसके लिए हो। किन्तु दूसरों के लिए इसका उपयोग या दुरुपयोग करते समय एक क्षण के लिए भी कोई विकल्प नहीं उठता होगा।

प्राय: देखा जाता है कि किसी भी परंपरा का प्रारंभ विशेष उद्देश्य से होता है। कालान्तर में वह उद्देश्य विस्मृत हो जाता है, फिर भी परंपरा आगे बढ़ती रहती है। उद्देश्यहीन परंपरा को आगे बढ़ाना उतना खतरनाक नहीं होता, जितना खतरनाक है परंपरा में विकृतियों का प्रवेश। दहेज की परंपरा में भी जब तक विकृति का मिश्रण नहीं हुआ, वह संबंधों के सौंदर्य को अभिव्यक्ति देता रहा। किन्तु जिस दिन से इसमें स्वार्थ, लोभ और प्रतिष्ठा का विष घुलने लगा, यह मनुष्य को यातना देने का नया हथियार बन गया।

दहेज एक ऐसा तीखा हथियार है, जो शरीर एवं मन-दोनों पर वार करता है। प्रश्न एक ही है कि इस हथियार को तीखा करने की जिम्मेदारी किसकी है? कन्या की? कन्या के माता-पिता की? वर की? वर के माता-पिता की? सामाजिक मानदण्डों की? कन्या या वर पक्ष से संबंधित लोगों की? अन्य नाते-रिश्तेदारों की? सामान्यत: दहेज का संबंध वर पक्ष से जोड़ा जाता है। वर पक्ष में भी लड़के और उसके माता-पिता को अपराधी माना जाता है। यह एक चिंतन है। इसकी सच्चाई के आगे प्रश्नचिन्ह लगाने की जरूरत नहीं है।

एक दूसरा मुद्दा भी इस सवाल से जुड़ा हुआ है। उसके अनुसार कन्या पक्ष या स्वयं कन्या भी कम दोषी नहीं है इस कुप्रथा को पोषण देने में। कोई भी कन्या विवाह के प्रसंग में अपने पितृगृह से कुछ भी पाने की आकांक्षा क्यों रखे? पिता की संपत्ति में पुत्र की भांति पुत्री का भी अधिकार है, यह एक ऐसी दलील है, जो मां-बेटी या भाई-बहनों के संवेदनशील रिश्तों के बीच में एक फांस बनकर अटक जाती है। जिस समय कर्तव्य की कमनीयता अधिकार का फंदा अपने गले में डालती है, उसे घुट-घुटकर मरने के लिए विवश होना पड़ता है। प्रत्येक कन्या इस बात पर विचार करे कि वस्त्र, आभूषण आदि जीवन के यथार्थ नहीं हैं। रेडियो, फ्रिज, टीवी, वीडियो, वी.सी.आर. आदि जीवन के यथार्थ नहीं है। जो यथार्थ नहीं है, उन्हें परमार्थ मानने की नादानी करने वाली कन्या अपने जीवन में शांति और आनंद का सूरज कैसे उगा पाएगी?

कन्या की मां अपनी बेटी के संस्कारों की निर्मात्री भी होती है। वह भी अपनी रचना के प्रति कितनी निर्मम होती है, यह विमर्शनीय है। यदि प्रारंभ से ही पुत्र और पुत्री को अलग-अलग मानसिक धरातल नहीं दिया होता तो कन्या के मन में अपने आपको एवं अपने भविष्य को असुरक्षित मानने की भावना जन्म नहीं ले पाती। अर्थ और पदार्थ के प्रति उसका सारा आकर्षण असुरक्षा से बचाव के लिए ही शायद केंद्रित होता।

जब कन्या और उसकी मां की ऐसी मानसिकता है, तब वर, उसके पिता या पुरुष वर्ग पर किसी प्रकार का दोषारोपण करने का कोई औचित्य ही नहीं ठहरता है। सामाजिक मूल्यांकनों का जहां तक प्रश्न है, उनको बनाने-बदलने में भी महिला वर्ग की अहम् भूमिका है। इन सारे बिन्दुओं पर विचार करने से एक ही निष्कर्ष सामने आता है कि दहेज के संदर्भ में चलने वाले आंदोलन, नारेबाजी, संगोष्ठियां आदि वातावरण को थोड़ा-सा मोड़ तो दे सकते हैं, पर दहेज की जड़ें नहीं काट सकते। कानून के बल पर भी इस परंपरा का अवसान संभव नहीं लगता। एक ही उपाय कारगर लगता है कि कन्या और उसकी मां का भावनात्मक परिवर्तन किया जाए। ●

सत्याग्रह की तकनीक

सत्याग्रही का 'ना' अटल 'ना' और उसकी 'हां' शाश्वत 'हां' होती है। केवल ऐसे की व्यक्ति में सत्य और अहिंसा का पुजारी होने की ताकत होती है। लेकिन यह जरूर है कि आदमी को दृढ़ निश्चय और जिद का फर्क समझना चाहिए।

:: महात्मा गांधी ::

विजेता के हाथ अपनी आत्मा को बेचने से इंकार करने का अर्थ है कि तुम वह काम नहीं करोगे जिसे करने के लिए तुम्हारी अंतश्चेतना तुम्हें रोकती है। मान लो कि शत्रु तुम्हें जमीन पर नाक रगड़ने या अपने कान पकड़ने या इसी तरह के कोई लज्जाजनक काम करने के लिए कहे तो तुम इन्हें करने से इंकार कर दोगे। लेकिन वह तुमसे तुम्हारी संपत्ति छीन ले तो तुम आपत्ति नहीं करोगे, क्योंकि अहिंसा का पुजारी होने के नाते तुमने शुरू से ही निर्णय कर लिया है कि सांसारिक पदार्थों का आत्मा से कोई वास्ता नहीं है। जिसे तुम अपना मानते हो, उसे अपने पास तभी तक रखोगे, जब तक दुनिया रहने देगी।

अपने मन के वश में न होने का अर्थ यह है कि तुम किसी प्रलोभन के शिकार नहीं होगे। आदमी प्राय: इतना दुर्बल होता है कि वह लालच और मीठे शब्दों के जाल में फंस जाता है। हम अपने सामाजिक जीवन में यह रोज होता देखते हैं। दुर्बल मनस्क व्यक्ति सत्याग्रही नहीं हो सकता। सत्याग्रही का 'ना' अटल 'ना' और उसकी 'हां' शाश्वत 'हां' होती है। केवल ऐसे की व्यक्ति में सत्य और अहिंसा का पुजारी होने की ताकत होती है। लेकिन यह जरूर है कि आदमी को दृढ़ निश्चय और जिद का फर्क समझना चाहिए।

यदि 'हां' अथवा 'न' कह देने के बाद आदमी को लगे कि उसका फैसला गलत था और इस जानकारी के बाद भी वह अपनी बात पर अड़ा रहे तो यह जिद या मूर्खता होगी। फैसला लेने से पहले सभी बातों पर सावधानी से और गहराई के साथ विचार कर लेना जरूरी है। किसी को स्वामी मानकर उसके प्रति निष्ठा रखने से इंकार करने का अर्थ स्पष्ट है। इसका अर्थ है कि तुम विजेता के प्रभुत्व के आगे झुकोगे नहीं, तुम उसे उसका उद्देश्य पूरा करने में सहायता नहीं करोगे। हिटलर ने कभी ब्रिटेन पर कब्जा करने का सपना नहीं देखा। वह यह चाहता है कि वह पराजय स्वीकार कर ले। तब विजेता पराजित से जो चाहे मांग सकता है और पराजित को विवश होकर उसकी बात माननी पड़ेगी। लेकिन अगर वह पराजय स्वीकार न करे तो शत्रु तब तक लड़ेगा, जब तक वह अपने विरोधी को मार नहीं डालता। पर सत्याग्रही तो विरोधी द्वारा मारे जाने पर प्रयास करने से पहले ही शरीर से मृत है, अर्थात उसने अपने शरीर का मोह तयाग दिया है और केवल आत्मा की विजय में जीता है। जब वह पहले से मर चुका है तो किसी और को मारने के लिए आतुर क्यों होगा?

मरते हुए कहने का वास्तविक अर्थ है पराजित होकर मरना। क्योंकि शत्रु जो चाहता है, वह यदि तुमसे जीते जी परास्त नहीं कर सकता तो वह तुम्हें मार कर परास्त करना चाहेगा। दूसरी ओर, अगर उसे यह लगे कि अपनी जीवन रक्षा के लिए भी उसके खिलाफ हाथ उठाने का तुम्हारा तनिक भी इरादा नहीं है, तो तुम्हें मारने का उसका उत्साह ठंडा पड़ जाएगा।

–'हरिजन' से साभार

भगवान श्रीकृष्ण एक दूरदर्शी योजनाकार

पराग सिंहल

भगवान कृष्ण को हम अनेकों नाम जैसे कुंजबिहारी, कन्हैया आदि नाम से पुकारते हैं। भगवान कृष्ण को योगीराज भी कहा जाता है। मेरे विचार से संभवत: बहुत ही कम लोगों ने ही विचार किया कि कृष्ण को योगीराज क्यों कह जाता है जिन्होंने विचार भी किया लेकिन उन भक्तों ने उनकी लीला का महत्व बताते हुए योगीराज की व्याख्या लीलाधर से कर दी।

हमारे पुराण व ग्रंथों के अनुसार त्रिदेव (ब्रह्मा, विष्णु व महेश में से एक भगवान विष्णु के अठारहवें अवतार भगवान कृष्ण हुए हैं। जिनके बारे में कहा गया है कि भगवान कृष्ण में ही 16 गुण हुए हैं बाकी किसी अवतार में नहीं। इसी प्रकार एक अन्य अवतार भगवान राम के बारे में कहा जाता है कि उनमें 14 गुण ही थे। अत: उनको पुरुषों में उत्तम पुरुषोत्तम श्रीराम कहा गया। ऐसे ही महात्मा बुद्ध, महर्षि परशुराम, प्रथम तीर्थंकर ऋषभदेवजी यहां तक कृष्ण अग्रल बलराम में भी 4 गुण बताए हैं। इस तथ्य पर आप प्रश्न नहीं हो सके जो कि कृष्ण के पास थे, उनके 2 गुणों के बारे में कहा जै कि वे चोरी-व्यभिचार और छल कपट। इसका अर्थ यह कदापि नहीं कि भगवान कृष्ण चरित्रहीन या कोई धोखेबाज थे संभवत: इस चरित्र के कारण कृष्ण का नाम छलिया भी कहा गया। जबकि भगवान राम के बारे में ऐसा कोई नाम नहीं दिया गया।

यही नाम और गुण इस लीला को भी इंगित करते हैं कि कृष्ण के चरित्रलीला में गोपियों को महत्वपूर्ण स्थान मिला और यह भी कहा गया है कि उनकी 16 हजार रानियां हुआ करती थी। अब यह तो पुराण ही जाने या फिर सूरदास जी। जिनके द्वारा अपने दोहों में कृष्ण के बारे में बहत-सी अलौकिक गुणगन किये गये लेकिन मेरा ध्यान इन सबकी ओर नहीं जा पाया उनके चरित्र को लेकर मैंने हमेशा चिंतन किया क्योंकि उनके द्वारा कुछ ऐसे कार्य किये जो कि चमत्कार से तो जुड़ गये। भक्तों ने कभी उनके द्वारा किये गये कार्यों के कारण के बारे में कभी गहनता से नहीं सोचा। क्योंकि वह भक्त हैं और भगत अपने प्रभु के बारे में विचार नहीं करता वरन उनके गुणगान करता है। अब आप कहेंगे कि मैं कृष्ण का भक्त नहीं हूं।

अब मैं अपने विचारों को शब्दों की माला में पिरोने का प्रयास कर रहा हूं। द्वापर युग एक अत्यधिक विकसित युग माना गया है, जिसका अंत महाभारत के युद्ध के साथ विनाश हुआ। आपने पुराणों में अवश्य ही पढ़ा होगा कि युद्ध से पूर्व दोनों पक्षों में हुए समझौते के अनुसार विश्वभर से आए राजाओं ने कौरवों की ओर से युद्ध में भाग लिया जबकि पांडवों की ओर से मात्र योगीराज कृष्ण युद्ध की व्यूह करते हुए अर्जुन के सारथी के रूप में लड़े।

हमारे पुराण कहते हैं कि महर्षि परशुराम के पिता ऋषि जमादग्नि तत्कालिक वैज्ञानिक के पास कामधेनु गाय हुआ करती थी। जबकि मेरा मानना है कि महर्षि जमादग्नि ने उस समय की जंगली पशु माने जाने वाली गाय के महत्व पर महत्वपूर्ण अनुसंधान किया और गाय में पाये जा रहे गुणों का समाज से उसके महत्व से परिचय करवाया। क्योंकि यह तो आप जानते ही हैं कि गाय हमारे धर्म में एक पूज्या पशु बताया यह कहा गया है कि गाय का दूध नहीं बल्कि मूत्र और गोबर भी हमारे जीवन व समाज की सुरक्षा के लिए अतिमहत्वपूर्ण है। जब आप गाय पर अब तक किये गये अनुसंधानों पर अध्ययन करेंगे तो यह तथ्य आता है कि प्राचीनकाल से अभी तक हमारे देश में प्रत्येक घर के बाहर और आंगन में गोबर का लेप किया जाता रहा है। उल्लेख्नीय है कि ग्रामीण व शहर के पिछड़े क्षेत्रों के कच्चे मकानों में आज भी लेपा जाता है। कभी सोचा कि क्यों? क्योंकि विभिन्न अनुसंधानों में यह बताते हैं कि गोबर के लपे ऊपर अणु बम भी प्रभाव नहीं कर पाता है और इसके अतिरिक्त गाय का दूध इतना पौष्टिक और लाभकारी है कि गाय के दूध का सेवन करने वाले व्यक्ति को कैंसर जैसे घातक रोग भी प्रभावित नहीं कर पाते।

भगवत गीता ने वर्णन आया है कि जब भगवान कृष्ण ने मथुरा में कंस की जेल में देवकी के गर्भ में जन्म लिया तब उनके पिता वासुदेव ने पास के गोकुल गांव के श्रेष्ठी मित्र यशोदा के पति नंद के पास बहुत भारी संख्या में गाय हुआ करती थी। वैसे भी उस काल में संपत्ति के रूप में गाय व अन्य पालतू पशु ही हुआ करते थे।

योगीराज कृष्ण ने समाज को गाय के दूध और उससे बनने वाले विभिन्न उत्पाद जैसे दही, मक्खन, घी, पनीर, मट्ठा, खोया और छेना आदि निर्माण हो सकात है जो कि स्वास्थ्य के लिए बहुत ही गुणकारी और स्वास्थ्यवर्धक माने जाते रहे हैं, उसके व्यापार विकास को अपनी लीलाओं के माध्यम से समाज को प्रेरित किया। हां! कविवर सूरदास ने अपनी कविताओं और दोहों में कृष्ण की लीलाओं में माखन चोरी का गुणगान बहुत ज्यादा किया है। जबकि सत्यता का तथ्य यह है कि योगीराज कृष्ण ने माखनचोरी के माध्यम से इन उत्पादों की ओर जनता को आकर्षित कर दुग्ध विकास की अपनी योजना को जनसाधारण में क्रियान्वयन किया।

उल्लेखनीय तथ्य यह भी है कि आज भी चिकित्सकगण बताते हैं कि मक्खन और मिश्री स्वास्थ्य के लिए अत्यंत ही लाभकारी और स्वास्थ्यवर्धक है। परन्तु आज के इस भौतिकवादी युग में प्रात: नाश्ते में मिश्री का सेवन मधुमेह युग में प्रात: नाश्ते में प्राय: बंद हो गया है लेकिन मक्खन आज भी विद्यमान है बस उसका स्वरूप और स्वाद बदल गया है और मक्खन नमकीन हो गया है।

–ब्लॉक-216, बेसमेंट पंचरत्न
आगरा-282002 (उत्तरप्रदेश)

इनके प्राण नहीं ले गए यमराज

अभय कुमार जैन

माना जाता है कि आज भी जहां राम कथा होती है वहां हनुमानजी किसी न किसी रूप में जरूर मौजूद होते हैं। कलियुग में तुलसीदास ने हनुमान के दर्शन किए थे जो इस बात का प्रमाण है कि हनुमानजी चिरंजीवी हैं।

दक्षिण भारत में पोंगल का त्योहार मनाया जाता है। इसके पीछे मान्यता है कि राजा बलि अमर है और यह पोंगल के दिन पाताल लोक से निकलकर अपनी प्रजा को देखने के लिए पृथ्वी पर आते हैं।

माना जाता है कि महाभारत के युद्ध में सिर्फ 18 महावीर बचे थे उनमें कृपाचार्य भी एक थे। कृपाचार्य को भी चिरंजीवी होने का वरदान प्राप्त था जिससे यह युगों-युगों तक जीवित रहेंगे।

यह संसार में तब तक रहेंगे जब तक यह संसार है- गीता में कहा गया है कि संसार में हर चीज नश्वर है जिसका जन्म हुआ है उसकी मृत्यु भी तय है लेकिन कुछ ऐसी महान आत्माएं हैं जिनको अपने साथ ले जाने का साहस यमराज में भी नहीं है। यह संसार में तब तक रहेंगे जब तक यह संसार है। संसार के खत्म होने पर ही यह परमात्मा में विलीन होंगे। इसलिए इन्हें नश्वर संसार में अमर और चिरंजीवी माना गया है।

एक शाप ने बना दिया जिसे अमर- श्रीकृष्ण के युग में ही जन्मा एक महावीर था द्रोणाचार्य का पुत्र अश्वत्थामा। माना जाता है कि यह आज भी अपने सिर पर एक घाव लिए भटक रहा है। महाभारत युद्ध में द्रोणाचार्य के वध का बदला लेने के लिए अश्वत्थामा ने एक रात पांचों पांडवों को नींद में मारने की योजना बनाई।

लेकिन संयोग ऐसा हुआ कि पांडव समझकर यह इनके पुत्रों को मार कर चला आया। पांडवों ने जब अश्वत्थामा को दंड देना चाहा तब इसने ब्रह्मास्त्र चलाकर उत्तरा के गर्भ में पल रहे अभिमन्यु के पुत्र परीक्षित को मारने का प्रयास किया।

इससे नाराज होकर श्रीकृष्ण ने इसके माथे पर चमक रहे मणि को निकाल लिया और अनंतकाल तक घाव के साथ पृथ्वी पर भटकते रहने का शाप दे दिया।

ऐसे अमर हो गए राजा बलि- सतयुग में एक राजा हुए बलि। असुर वंश में जन्म लेने के बावजूद यह भगवान विष्णु के भक्त थे। इन्होंने अपने बल से इंद्रलोक सहित संपूर्ण पृथ्वी पर अधिकार कर लिया।

देवताओं की प्रार्थना पर भगवान विष्णु वामन का रूप धारण कर प्रकट हुए और बलि से तीन पग भूमि दान में मांगा। दो पग में भगवान ने पृथ्वी पर देवलोक को नाप लिया। तीसरा पग रखने के लिए जब कुछ नहीं बचा तब बलि ने अपना सिर आगे कर दिया।

भगवान राजा बलि की उदारता से प्रसन्न हुए और चिरंजीवी होने का वरदान दिया। भगवान विष्णु ने कहा कि चतुर्मास के दौरान वह पाताल लोक में निवास करें और पाताल लोक की रक्षा करेंगे।

दक्षिण भारत में पोंगल का त्योहार मनाया जाता है। इसके पीछे मान्यता है कि राजा बलि अमर है और यह पोंगल के दिन पाताल लोक से निकलकर अपनी प्रजा को देखने के लिए पृथ्वी पर आते हैं।

चिरंजीवी महावीर हनुमान- इनमें सबसे पहला नाम महावीर हनुमानजी का है। हनुमानजी रुद्र के ग्यारहवें अवतार माने जाते हैं। विष्णु के अवतार राम के युग में जन्मे हनुमानजी को रामजी ने ही प्रलय काल तक पृथ्वी पर रह कर मानवता की रक्षा करने का वरदान दिया है।

माना जाता है कि आज भी जहां राम कथा होती है वहां हनुमानजी किसी न किसी रूप में जरूर मौजूद होते हैं। कलियुग में तुलसीदास ने हनुमान के दर्शन किए थे जो इस बात का प्रमाण है कि हनुमानजी चिरंजीवी हैं।

जमदग्नि के पुत्र परशुराम- भगवान राम के जन्म के पूर्व क्षत्रियों के अत्याचार से पृथ्वी को मुक्त करने के लिए भगवान विष्णु का छठा अवतार ऋषि जमदग्नि के पुत्र के रूप में हुआ। जमदग्नि ने इनका नाम राम रखा था। भगवान शिव की तपस्या से इन्हें परशु मिला जो इनकी पहचान बन गया और यह परशुराम कहलाने लगा।

रामावतार के समय सीता स्वयंवर में जब यह राम से मिले तब रामजी ने इन्हें सुदर्शन

चक्र सौंपा था और कहा था कि कृष्णावतार के समय उन्हें चक्र की जरूरत पड़ेगी तब तक इसे संभालकर रखें। परशुराम को अपने पिता से अमर होने का वरदान मिला था।

इसलिए कृष्णावतार के समय गुरु से शिक्षा प्राप्त करके जब श्रीकृष्ण अपने घर जाने लगे उस समय परशुरामजी गुरु आश्रम में पहुंचे और श्रीकृष्ण को सुदर्शन चक्र सौंपकर अपने कर्तव्य का पालन किया। माना जाता है कि परशुरामजी आज भी जीवित हैं कही तपस्या में लीन हैं।

महाभारत के अंति सेनापति कृपाचार्य- महाभारत युद्ध में जब कौरवों के सेनापति कर्ण का वध हो गया तब दुर्योधन ने कृपाचार्य को सेनापति बनाया। लेकिन भीम द्वारा दुर्योधन का वध हो जाने के बाद महाभारत युद्ध समाप्त हो गया।

माना जाता है कि महाभारत के युद्ध में सिर्फ 18 महावीर बचे थे उनमें कृपाचार्य भी एक थे। कृपाचार्य को भी चिरंजीवी होने का वरदान प्राप्त था जिससे यह युगों-युगों तक जीवित रहेंगे। ●

अतुलनीय है गीता का संदेश

डॉ. विजयप्रकाश त्रिपाठी

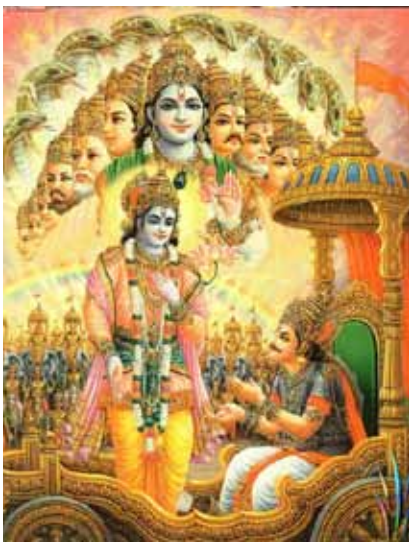
धर्मक्षेत्र कुरुक्षेत्र में एकत्र, युद्ध के लिए तैयार, शस्त्र उठाए हुए कौरवों और पांडवों की अठ्ठारह अक्षौहिणियों के मध्य में एक अकेला रथ खड़ा हुआ है। सारा युद्ध ठहर गया है। वह रथ अर्जुन का है और भगवान श्रीकृष्ण अपना यह दिव्य गीत नर को नारायण का संदेश कह रहे हैं, जिसको पान करने के लिए सभी लोग सुन रहे हैं और युगों तक सुनते रहेंगे।

वीरवर अर्जुन की अवस्था प्रत्येक की अवस्था है। मनुष्य के जीवन क्षेत्र में अनेक स्थानों पर समस्याएं आ खड़ी होती हैं। मार्ग स्वच्छ नहीं दिखाई देता। एक धर्म कहता है, यह मत करो, दूसरा कहता है, यही करना ठीक है। तब मनुष्य चकराकर निराश हो जाता है कि वह किस प्रकार तय करे कि उसका कर्तव्य क्या है? गीता इसी का प्रत्यक्ष उत्तर देती है।

श्रीकृष्णजी कहते हैं कि मनुष्य को व्यर्थ का सोच नहीं करना चाहिए, आत्मा कभी नहीं मरती, उसका विनाश नहीं होता तो फिर सोच काहे का। दुख, क्लेश उसको तनिक भी नहीं व्याप्त होते। मनुष्य की आत्मा का नाश नहीं होता, उसका जीवन अनंत है। प्रत्यक्ष में मनुष्य संसार में मृत्यु को प्राप्त होता है, परन्तु वास्तव में वह जीवित ही रहता है। मनुष्य को चाहिए कि वह इसी वास्तविक अवस्था में ही रहे। इस संसार के जीवन को ही अपना वास्तविक जीवन न मान बैठे। प्रश्न यह है कि उस सच्चे असली जीवन को मनुष्य किस प्रकार प्राप्त कर सकता है, क्योंकि वही मोक्ष, कल्याण व निर्वाण है। देखना है कि वह सच्चा जीवन इस भौतिक संसार का झूठा जीवन कैसे हो जाता है?

श्रीकृष्ण कहते हैं माया के कारण। माया कैसे उत्पन्न होती है? कर्मों से। मनुष्य कर्म करता है, उसका फल होता है, उन फलों को वह भोगता है, दुख-सुख जो कुछ भी हो, उसे भोगना निश्चित है। वह अपना समय इस झूठे स्वर्ग-नरक संसार में व्यतीत करता फिरता है। इसी से माया का, इस झूठे संसार का और इस झूठे जीवन का अंत नहीं होता। यदि माया छूट जाए तो इससे भी छुटकारा मिल जाए और मोक्ष प्राप्त हो जाए।

माया कैसे छूट सकती है? श्रीकृष्ण कहते हैं कि कर्मों से। कर्मों से ही वह पैदा होती है। कर्मों से ही वह विनाश को प्राप्त होती है। पर कैसे कर्मों से? निष्काम कर्मों से। यही श्रीकृष्ण का उपदेश है। कर्म करो, बराबर कर्म करो,



श्रीकृष्णजी कहते हैं कि मनुष्य को व्यर्थ का सोच नहीं करना चाहिए, आत्मा कभी नहीं मरती, उसका विनाश नहीं होता तो फिर सोच काहे का। दुख, क्लेश उसको तनिक भी नहीं व्याप्त होते। मनुष्य की आत्मा का नाश नहीं होता, उसका जीवन अनंत है।

परन्तु कैसे कर्म? निष्काम अर्थात इच्छारहित, स्वार्थरहित व वासना रहित कर्म। इन कर्मों का कुछ भी फल नहीं होता, क्योंकि वह फल की कामना से नहीं किये गये हैं। उनका फल तुम्हारे लिए नहीं होगा, दूसरों के लिए होगा। संग्राम में सिपाही युद्ध करते हैं, शत्रुओं को मार गिराते हैं, क्यों? सेनापति की आज्ञा से अपनी इच्छा से नहीं। उनका कर्म निष्काम है। उसका पाप-पुण्य उनको नहीं लग सकता। श्रीकृष्ण कहते हैं कि मनुष्य को 'ईश्वर का सिपाही' होना चाहिए। जो कुछ ईश्वर करावे, आंख बंद कर निष्काम भाव से करना चाहिए। ईश्वर को भले कार्य प्रिय होते हैं। मनुष्य उसे करे परन्तु कामना छोड़कर। परिणाम यह होगा कि उसको उन कर्मों को कुछ फल न होगा। वह कामना से धीरे-धीरे रहित हो जाएगा। माया उसको छोड़ देगी। यह झूठा जीवन भी छूट जाएगा। उसका मोक्ष हो जाएगा और वह सच्चे जीवन को प्राप्त होगा, क्योंकि उसका विनाश तो हो ही नहीं सकता।

मनुष्य मोक्ष को अत्यंत कठिन समझता है कि कहीं करोड़ों जन्म-जन्मांतरों में जाकर प्राप्त होता होगा, परन्तु इससे सीधा मार्ग और क्या हो सकता है? बुद्धि के अनुसार भी यह बिल्कुल ठीक है। निष्काम कर्म ही मोक्ष का सीधा सरल मार्ग है, यही गीता की शिक्षा है। कलिकाल में सीधा मार्ग बतलाए जाने की आवश्यकता थी इसलिए भगवान का अवतार हुआ था और उन्होंने मार्ग बतला दिया।

माया नाश करने के और भी मार्ग हैं। भक्ति, ज्ञान और कर्म यह तीनों मार्ग श्रीकृष्ण ने दिखलाए हैं। इन तीनों की प्रशंसा की है और इसी त्रिवेणी का परस्पर संबंध बतलाया है। किस सीढ़ी से मनुष्य कितनी दूर पहुंचता है और किस मार्ग से उसको कम कठिनाई होती है यह भगवान के उपदेश से प्रकट होता है। परन्तु ससे सरल मार्ग व निष्काम कर्म ही सीढ़ी है, यही श्रीकृष्ण का सर्वोच्च संदेश है।

श्रीकृष्ण का निष्काम कर्म के विषय में यही सार्थक उपदेश है यदि मनुष्य में विद्या है तो वह संसार से सब भूतों से प्रेम करेगा। यदि उसको सभी जीवों से प्रेम होगा, तो उसे प्रकृति से प्रेम होगा, यदि प्रकृति से प्रेम होगा तो प्रकृति की आत्मा से प्रेम होगा तो वह परमात्मा पर भरोसा रखेगा। यदि परमात्मा पर भरोसा रखेगा तो उसके कर्म भी निष्काम होंगे। निष्काम कर्मों से माया का नाश होगा। भवसागर से मोक्ष प्राप्त होगा, सच्चा वास्तविक जीवन प्राप्त होगा।

गीता में ऐसे-ऐसे भाव और तथ्य हैं जो संपूर्ण विश्व को एक करते हैं। मनुष्यमात्र भगवान के समक्ष बराबर है। यही शिक्षा इन श्लोकों की शंखध्वनि द्वारा दी गई है। भगवान ने कहा है- कोई बड़ा पापात्मा, दुराचारी भी मेरी अनन्य रूप से सेवा करे, तो उसको साधु मानना चाहिए।

जो, जो जिस, जिसका भक्त होकर श्रद्धापूर्वक उसकी पूजा करता है, मैं उसी में उसकी भक्ति दृढ़ करता हूं। देवताओं की भक्ति करने वाले देवलोक को जाते हैं। पितरों की भक्ति करने पितृलोक को, भूतों के भक्त भूतों के लोक को और मेरी पूजा करने वाले मेरे लोक को। पत्र, पुष्प, फल, जल जो कुछ मुझको भक्तिपूर्वक दिया जाए, वही मैं प्रसन्नतापूर्वक ग्रहण करताहूं जैसे सुदामा के चावल या विदुर का साग।

जो मेरी जिस प्रकार से सेवा करते हैं। मैं भी उनको उसी प्रकार भजता हूं। सारे मनुष्य मेरे ही मार्ग में लगे हुए हैं। मुझसे परे और कुछ नहीं है जो करते हो, खाते हो, देते हो, यज्ञ करते हो, तप करते हो, सब मुझको अर्पण करो। जो अपने ही समान सबको समान देखता है, सुख-दुःख में सबको बराबर समझता है, वही योगी है।

संसार के इतिहास में वेद को छोड़कर गीता ही परम पुरानी ऐसी पुस्तक है जिसमें स्पष्ट रूप से परमेश्वर द्वारा अपना पथ प्रकट किया जाना वर्णित है। गीता से बढ़कर हितकर उपदेश हमें कहां प्राप्त होता है? जहां सत्य है, धर्म है, लज्जा है, सीधापन है वहां पर प्रभु पाये जाते हैं। जहां भगवान है, वहां जय ही होती है। भगवान श्रीकृष्ण ने जय का सीधा सरल मार्ग बताया है, फिर क्यों न कहे-'यतः कृष्णस्ततो जयः।' अर्थात जहां कृष्ण हैं, वहां जय है।

-86/323, देवनगर, कानपुर-208003

मद्यपान के नुकसान

डॉ. दिलीप धींग

मदिरापान से तन, मन और मस्तिष्क पर अत्यन्त विपरीत असर होता है और मानव की अन्तर्शक्ति क्षीण हो जाती है। युवावस्था ही क्या, नशा जीवन की हर अवस्था को अव्यवस्थित कर देता है। संसार के सभी धर्मशास्त्रों, महापुरुषों और विचारकों ने मद्यपान को हानिकारक बताया है।

जैनाचार्यों ने जिन सात व्यसनों को छोड़ने की सलाह दी है, उनमें एक मदिरापान भी है। मूल आगम दशवैकालिक सूत्र में मदिरापान का निषेध करते हुए कहा गया है कि वह लोलुपता, छल, कपट, झूठ, अपयश, अतृप्ति आदि दुर्गुणों को पैदा करने वाला और दोषों को बढ़ाने वाला है। आठवें अंग आगम अन्तकृतदशा के अनुसार शराब उच्छृंखलता पैदा करती है। शराब की वजह से वासुदेव श्रीकृष्ण की स्वर्णपुरी विशेषण युक्त सम्पन्न द्वारिका नगरी का भी विनाश हो गया था। मूलाचार में मद्य-मांस को महाविकृति कहा है तथा उन्हें काम, मद, हिंसा आदि का जनक बताया है। हेमचन्द्राचार्य के अनुसार शराब से विवेक, संयम, ज्ञान, सत्य, शौच, दया आदि गुण नष्ट हो जाते हैं।

आचार्य हरिभद्र ने मद्यपान के दुष्परिणाम बताये हैं जिनके कारण शरीर विविध रोगों का आश्रयस्थल होना व शरीर का विद्रूप होना, ज्ञानतन्तुओं का धुंधला होना व स्मृति क्षीण होना, बुद्धि का भ्रष्ट होना, सज्जनों से सम्पर्क नहीं होना और दुर्जनों से सम्पर्क बढ़ना, उत्तम संस्कारों का क्षरण, धर्म, अर्थ और काम का नाश होना। ये ही दुर्गुण समाज और देश को भी शक्तिहीन और विपन्न बनाते हैं।

गीता में कहा गया है कि जितने मादक पदार्थ हैं वे तमाम तमोगुणी हैं, अतः विवेक को नष्ट करने वाले हैं। ऐसे पदार्थों में शराब सिरमौर है। दयानन्द सरस्वती के अनुसार मदिरा मनुष्य को राक्षस बना देती है। संत तिरुवल्लुवर ने कहा था, 'जिन लोगों में शराब की लत पड़ जाती है, उनसे सुन्दरी लज्जा अपना मुंह फेर लेती है अर्थात् वे निपट निर्लज्ज/बेहया हो जाते हैं।' बाइबिल में लिखा है- 'शराबी का प्रभु के राज्य में प्रवेश निषिद्ध है।' कुरान के अनुसार 'ईमान वाले और ईमान को जानने वाले शराब को नापाक मानकर उसका त्याग करते हैं।' चीनी सन्त लाओत्से के अनुसार 'पहले आदमी शराब को पीता है और फिर बाद में शराब उसका खून पीती है।' जापानी संत कागावा ने कहा कि 'कटी हुई पतंग, झूमता हुआ शराबी, गिरता हुआ तारा और मझधार में फंसा जहाज कहां जाकर टकराएगा- कोई नहीं बता सकता?' आध्यात्मिक उन्नति में मद्य बाधक तत्व है।

दुनियाभर के महापुरुषों और विचारकों ने शराब को निन्दनीय बताया है। जिन लोगों को मद्यपान का व्यसन लगा हुआ है, उनके शत्रु उनसे कभी नहीं डरते हैं। सुकरात ने कहा 'प्रचुर रेशमी वस्त्र, शराब और व्याभिचार की सुविधाएं उपलब्ध करवा देने से शीघ्र ही किसी भी कौम या मुल्क को हथियार उठाए बगैर खत्म किया जा सकता है।' वाल्टेयर ने मांसाहार और मद्यपान को संयुक्त बुराई बताते हुए लिखा- 'जो मनुष्य पशुओं के मृत शरीर का भक्षण करता है और खूब मद्यपान करता है, उसका रक्त दूषित हो जाता है और वह उसे पागल कर देता है।' विश्व इतिहासकार टॉयन्बी का निष्कर्ष बहुत भयावह है- 'अति प्रचीनकाल से अस्तित्व में आई कुल इक्कीस संस्कृतियों में से उन्नीस संस्कृतियों के पतन का कारण शराब है।' कश्मीरी कवयित्री लल्लादेवी के अनुसार 'घर को पत्थरों से भले ही भर दो, लेकिन शराबी को घर में किसी भी स्थिति में मत रखो।' शेक्सपीयर के अनुसार 'शराब का जाम चेतना, बुद्धि, प्राण और सम्पदा को हरण करने वाले जहर की अपेक्षा कहीं अधिक भयंकर है।' डॉ. विलियम के अनुसार- 'उबलते शीशे के घोल और शराब में कोई अन्तर नहीं है, दोनों बराबर है।'

शराब से हृदय रोग, कैंसर, अनिद्रा, अल्सर, मधुमेह, नपुंसकता, जोड़ों में दर्द, लकवा, हेपेटाइटिस, उन्माद, मिर्गी, यकृत-विकृति, गुर्दों की कार्यशीलता में कमी आदि कई भयंकर रोग होते हैं। शराब स्वास्थ्य और सुख की भयंकर शत्रु है। चरक संहिता के अनुसार 'शराब सभी कुकर्म कराने वाली है। वह देह का सर्वनाश करती है। शराबी पर कोई औषधि असर नहीं करती। जो बुद्धिमान व्यक्ति मद्यपान नहीं करते हैं, वे इससे होने वाली शारीरिक और मानसिक व्याधियों से मुक्त रहते हैं।' अमेरिका की मेडिकल एसोसिएशन के अनुसार भी अल्कोहल में चिकित्सा का कोई गुण नहीं है। शराब से व्यक्ति ही नहीं, समाज भी बीमार होता है।

शराब से सरकारी खजाना भले ही भर जाए, जनता निर्धनता और बेरोजगारी के गर्त में चली जाती है। शराब की आय से एक ओर राजस्ववृद्धि होती है, दूसरी ओर शराबजनित सामाजिक, शारीरिक, नैतिक और सांस्कृतिक विकृतियों को दूर करने या उनसे जूझने पर सरकार को जो खर्च करना पड़ता है, वह आय की तुलना में कई गुना अधिक होता है। पुलिस और चिकित्सा पर भी अनाप-शनाप खर्च होता है। काका कालेलकर ने कहा था- 'शराब की प्याली में एक सम्पूर्ण परिवार की खाना खराबी समायी होती है।'

शराब मर्यादा, संयम, विवेक, शिष्टाचार, अनुशासन जैसे मानवोचित गुणों को नष्ट करके अराजकता को जन्म देती है। राष्ट्रपिता महात्मा गांधी ने कहा था, 'मैं मद्यपान को चोरी, यहाँ तक कि वेश्यावृत्ति से भी अधिक निन्दनीय मानता हूं, क्योंकि यह उक्त दोनों बुराइयों की जननी है। मार्क ट्वैन ने लिखा- 'दुनिया की तमाम सेनाओं ने मिलकर जितने आदमी और जितनी सम्पत्ति नष्ट नहीं की है, उससे कई गुना शराब की लत ने की है।'

शराब की भांति तम्बाकू, भांग, गांजा, अफीम, चरस, ताड़ी, हेरोइन, ब्राउन सुगर, कोकीन आदि अन्य नशीले पदार्थ भी मानव के सुख-सौभाग्य को घटाते हैं। नशे को लेकर समाज और युवाओं में फैली भ्रांतियों का निराकरण अत्यावश्यक है। युवाओं को किसी भी प्रकार का कोई भी कारण या निमित्त उपस्थित होने पर भी नशे की ओर कभी भी प्रवृत्त नहीं होना चाहिये।

-निदेशकः अंतरराष्ट्रीय प्राकृत अध्ययन व शोध केन्द्र,
सुगन हाउस, 18 रामनुज लॉयर स्ट्रीट
शोकारपेट, चेन्नई-600001 (तमिलनाडु)

जीवन का आधारभूत लक्ष्य है खुशी

आचार्य सुदर्शन

आप स्वर्ग इसलिए जाना चाहते हैं क्योंकि आपसे कहा गया है कि वहां खुशियां ही खुशियां हैं। यदि आपके जीवन में अथक प्रयासों के बाद भी खुशी नहीं है, तो इसका अर्थ है कि आपके जीवन के आधार तत्वों की उपेक्षा की है। बात चाहे संबंधों की प्रगाढ़ता की हो या परिस्थिति विशेष से निबटने में कार्यकुशलता की, आप बेहतर तभी हो सकते हैं, जब खुश हों। खुशी के अभाव में चाहकर भी आप समृद्ध जीवन की कल्पना नहीं कर सकते। खुश रहना या नहीं रहना आप पर निर्भर है। अधिकांश लोग अपने जीवन में प्रसन्नता का ही दामन थामते हैं। उनकी धारणा होती है कि अप्रसन्न होकर ही जीवन में कुछ पाया जा सकता है। जीवन में चाहे आप जो भी पा लें, यह मायने नहीं रखता। यदि आप खुश हैं, कुछ और नहीं भी पाते हैं, तो आपका क्या बिगड़ जाता है? खुश रहना आपका स्वभाव है। अत: आप खुश रहना चाहते हैं और आपका प्रत्येक कार्य खुशियों का अनुसरण करता है। कुछ लोग अच्छा कपड़ा पहनना चाहते हैं। कुछ अपार संपत्ति अर्जित करना चाहते हैं, क्योंकि यह उन्हें खुशी प्रदान करता है।

जब आप छोटे थे तो खुश थे, लेकिन जीवन यात्रा में खुशियों को कहीं खो दिया, क्योंकि आपका शरीर और मन आपकी पहचान आसपास

की चीजों से जोड़कर देखने लगा। जिसे आप मन कहते हैं, वह आपकी सामाजिक परिस्थितियों से संग्रहित उपादान मात्र है। आप जैसे समाज में पले-बढ़े, आपके मन-मस्तिष्क की अवधारणा वैसी ही होगी। आपके मन-मस्तिष्क में भी वही है, जो आपने समाज में देखा है। आप इन चीजों से इतने गहन रूप में जुड़ गए हैं कि यह आपकी परेशानियों का मूल कारण बन गया है। यह शरीर आपका नहीं है, इसे तो आपने पृथ्वी पर आकर पाया है। आप तो अपने सूक्ष्म शरीर के साथ जन्मे थे, जिसे आपके माता-पिता ने प्रदान किया था। फिर पृथ्वी पर उपलब्ध खाद्य पदार्थों न तो आपका था और न है, उसको खाकर आप बड़े हुए। आपको कुछ समय के लिए इसका उपभोग करना है, तो इसका उपभोग करें और खुश रहें।

यदि आप इन्हें अपना समझने लगेंगे तो आपको दुख तो होगा। आपके दुखों का कारण यही है कि आपने खुद को झूठ के आधार पर स्थापित किया है। आध्यात्मिक प्रक्रियाओं का उद्देश्य आपको वास्तविकता से अवगत कराना है। यदि आप वास्तविकता की खोज सिर्फ कल्पना से करेंगे तो उजाड़-बियाबान के अलावा कुछ नहीं मिलेगा। यदि आप यह सोचना शुरू करें कि मैं कौन हूं, तो कोई आपको देव-पुत्र, दानव-पुत्र या कुछ और कहेगा। इस विषय में जितनी मुंह उतनी बातें हो सकती हैं। यदि आप कुछ करना चाहें तो खुद को उन चीजों से हटाना शुरू कर दें, जो आपका नहीं है। एक समय ऐसा आएगा जब आपके पास हटाने के लिए कुछ नहीं रहेगा। जब आप इस बिन्दु पर पहुंच जायेंगे तो पायेंगे कि इस जीवन में उदासी का कोई कारण नहीं है। यदि कुछ है, तो चारों तरफ व्याप्त खुशी ही है। इस प्रकार खुशी ही जीवन का आधारभूत लक्ष्य है। ●

गाजर से स्वास्थ्य लाभ

:: जया शुक्ला ::

सर्दियों का मौसम आ गया है और इस मौसम में रंग-बिरंगी सब्जियों के सेवन का मजा ही कुछ और है। चाहे बात गाजर का ही क्यों ना करें, सर्दियों में इसे खाने के अपने ही फायदे हैं। गाजर के मीठेपन को लेकर आपको कैलोरी की चिंता करने की भी जरूरत नहीं क्योंकि इसमें बहुत कम मात्रा में कैलोरी होती है।

गाजर के जूस में मिनेरल्स, विटामिन्स और विटामिन ए पाया जाता है, इसलिए इसे त्वचा और आंखों के लिए अच्छा माना जाता है। गाजर का प्रयोग आप सूप बनाने, सब्जियों, हलवे और सलाद के रूप में भी कर सकते हैं।

● त्वचा निखार के लिए प्रतिदिन गाजर का सलाद खाने से या गाजर का जूस पीने से चेहरे पर चमक आती है। गाजर रक्त का विषाक्ता कम करता है और इसके सेवन से कील-मुहासों से भी छुटकारा मिलता है।

● आंखों की रोशनी गाजर में विटामिन ए प्रचुर मात्रा में होता है इसलिए इसके सेवन से आंखों की रोशनी ठीक होती है। आंखों से संबंधित समस्याओं का कारण है विटामिन ए की कमी।

● हृदय रोगी भी गाजर का सेवन कर सकते हैं। गाजर में कैरोटीनायड होता है, जो हृदय रोगियों के लिए अच्छा होता है। यह माना जाता है कि गाजर का प्रतिदिन सेवन कोलेस्ट्राल के स्तर को कम करता है।

● डायबिटीज के मरीजों के लिए गाजर के प्रतिदिन सेवन से रक्त में शर्करा का स्तर ठीक रहता है।

● गाजर में बीटा कैरोटीन होती है और यह स्वास्थ्य प्रतिरक्षा प्रणाली के लिए अच्छा होता है।

● गाजर खाने से पेट और फेफड़ों के कैंसर का जोखिम कम होता है।

● डायरिया जैसे समस्या में गाजर का सूप लाभदायी है।

● गाजर को घिसकर चोट पर भी लगाया जा सकता है। ताजा गाजर के जूस के सेवन से तनाव कम होता है।

आत्मछवि उन्नयन एवं व्यक्तित्व विकास

रूपनारायण काबरा

यह आम धारणा है कि परीक्षा में बहुत अच्छे अंक लाने वाले एवं सुनहरे भविष्य के अधिकारी केवल बुद्धिमान छात्र ही होते हैं। पर सच तो यह है कि सामान्यत: बुद्धिमान तो सभी होते हैं पर अपनी इच्छाशक्ति, दिलचस्पी, परिश्रम, सकारात्मक सोच एवं आत्मविश्वास से आगे बढ़ने वाले बच्चे औरों से अधिक बुद्धिमान हो जाते हैं। उनकी बुद्धि के धार लग जाती है। जिंदगी में हर स्थिति का सामना इच्छाशक्ति एवं विश्वास के बल बूते पर ही किया जा सकता है।

आत्मविश्वास कहीं खरीदा नहीं जा सकता। यह तो आत्मछवि उन्नयन एवं संकल्प शक्ति के आधार पर ही किया जा सकता है। हजारों मील की दूरी भी तभी तय की जा सकती है जब हम पहला कदम उठाएं और फिर निरंतर गतिमान रहें। यह सत्य है कि कोशिश करने वालों की हार नहीं होती।

सफलता की संरचना एक स्वस्थ शरीर और स्वस्थ मस्तिष्क के स्वामित्व में है। इसके साथ ही आवश्यक है आत्मसम्मान और आत्मविश्वास। आत्मसम्मान व्यक्ति के मूलभूत व्यक्तित्व को प्रतिलक्षित करता है और वातावरणीय प्रभावों से उत्पन्न होता है। यह कोई जन्मजात गुण नहीं होता है। परन्तु आत्मविश्वास तब जाग्रत होता है जब हम अपने चयनित कार्यक्षेत्र में थोड़ा अधिक प्रयास करके सफलता प्राप्त करते हैं और यह तभी संभव है जब हमारे पास आत्मसम्मान हो अर्थात हमारी आत्म छवि सजग हो।

'मैं कर सकता हूं' ऐसा कहना हमारे आत्मविश्वास का परिचायक है। जब आत्मसम्मान कम होता है सफलता हासिल करना बहुत मुश्किल हो जाता है।

महान वैज्ञानिक न्यूटन जब इंगलैंड के ग्राथम नामक स्थान पर ग्राम स्कूल में भर्ती हुए ता उनमें किसी ने भी प्रतिभा की कोई झलक नहीं देखी। उनको बचपन से मां का प्यार नहीं मिला। पिता की मृत्यु के कारण मां ने दूसरे व्यक्ति से शादी कर ली थी। मां-बाप के प्यार से वंचित बालक न्यूटन अंतर्मुखी हो गये थे। वे हंसते-बोलते नहीं थे और परीक्षा में भी बेहद कम अंक आते थे और दूसरे बच्चे उन्हें छेड़ते रहते थे।

एक दिन स्कूल के एक लंबे तगड़े दादा उस्ताद लड़के ने न्यूटन को परेशान किया और उस चुप शर्मीले, दब्बू बच्चे को एक थप्पड़ मार दिया। न्यूटन ने जवाबी हमला किया और एक धक्के में ही वह बदमाश चारों खाने चित्त हो गया। यह देखकर सभी हैरान हो गये, न्यूटन खुद भी हैरान हो गया। शायद ग्रामीण वातावरण तथा खेत पर काम करने से उसका शरीर उम्र की तुलना में अधिक पुष्ट हो गया था इसकी उसे खबर ही नहीं थी।

सफलता की संरचना एक स्वस्थ शरीर और स्वस्थ मस्तिष्क के स्वामित्व में है। इसके साथ ही आवश्यक है आत्मसम्मान और आत्मविश्वास। आत्मसम्मान व्यक्ति के मूलभूत व्यक्तित्व को प्रतिलक्षित करता है और वातावरणीय प्रभावों से उत्पन्न होता है। यह कोई जन्मजात गुण नहीं होता है।

इस घटना ने बालक न्यूटन के जीवन की धारा ही बदल दी। छोटे बच्चे उसकी तरफ प्रशंसा भरी निगाहों से देखने लगे और शैतान उससे कतराने लगे। इससे उसकी अंतर्निहित आत्मछवि जाग उठी। बालक न्यूटन का आत्मसम्मान एवं स्वयं पर विश्वास इतना बढ़ा कि वह परीक्षा में भी पूरी कक्षा में प्रथम आया और यही थी उसके महान बनने की शुरुआत।

हमको न्यूटन की तरह किसी घटना विशेष का इंतजार करते नहीं रहना है। अपना आत्मनिरीक्षण करके बच्चे अपना आत्मसम्मान बढ़ा सकते हैं और यह देगा उनको आत्मविश्वास और फिर इच्छाशक्ति एवं परिश्रम से नित नई ऊंचाइयों की ओर बढ़ा जा सकता है।

बच्चों और किशोरों में आत्मसम्मान (अच्छा या बुरा) अपने माता-पिता तथा शिक्षकों के व्यवहार से आता है। अब्दुल कलाम साहब अपने प्रतिभा प्रस्फुटन का सारा श्रेय अपने शिक्षक आयादुराई सोलोमन द्वारा आत्मछवि उन्नयन को ही देते हैं। सामान्यत: मध्यमवर्गीय माता-पिता अपने बच्चे को सबसे बुद्धिमान मानते हैं और जब पहला परीक्षाफल लेकर बच्चा घर आता है तो परीक्षाफल देखकर उन्हें धक्का पहुंचता है। वे तो प्रतीक्षा करते हैं कि उनका बच्चा कक्षा में प्रथम या द्वितीय स्थान पर आयेगा।

असंतुष्ट माता-पिता पीठ नहीं थपथपाते। छोटी उम्र में ही अच्छे अंक नहीं लाने पर उन्हें किसी तरह यह जता दिया जाता है कि वे स्मार्ट और इंटेलीजेंट नहीं हैं माता-पिता की अप्रत्याशित महत्वाकांक्षा को पूर्ण नहीं कर पाने तथा औरों से की गई तुलना से आहत होने पर धीरे-धीरे यह बात उनके अंदर इतनी गहरी बैठ जाती है कि उनका आत्मसम्मान गिरता चलता जाता है और वे अपने को दूसरे दर्जे का व्यक्ति मानने लगते हैं। इस प्रकार माता-पिता या शिक्षकों द्वारा बालक के मन-मस्तिष्क में गलत प्रोग्रामिंग हो जाता है और इसी के अनुसार कुंठित बालक का व्यवहार होता चला जाता है।

वस्तुत: बच्चों को प्रेरित करना चाहिए कि वे स्वयं जानने की कोशिश करें कि उनके अंदर क्या-क्या गुण हैं, विशेषताएं हैं तथा क्या-क्या कमियां हैं और जब सभी गुणों और कमियों से वे परिचित हो जायेंगे तो उनकी आत्मछवि सहज ही में उन्नत की जा सकती है। प्रोत्साहन, प्रशंसा और पुरस्कार आत्मछवि एवं आत्मविश्वास को निरंतर बढ़ाते रहते हैं और बालक आगे बढ़ता चला जाता है। नकारात्मक दृष्टिकोण को तो सदैव ही दूर रखना है। बच्चे की सकारात्मक सोच बढ़ानी चाहिए और इसी में है उसके व्यक्तित्व का विकास।

–ए-438, किशोर कुटीर, वैशाली नगर
जयपुर-302021 (राजस्थान)

MAYA AND ITS EFFECTS

Mirle Kartik

The power behind all creation is explained in the non-dualistic system (advaitic) system of Indian philosophy in terms of the concept of 'Maya'. Adi Shankaracharya explains this clearly in his treatise 'Vivekachudamani'.

Shankara calls this Maya as the power of the creator, indescribable, unimaginable and wonderful in its power, sweep and magnificence. It cannot be said that it does not exist, nor can it be said that it does exist.

This power has no visible form. Hence it cannot be seen or understood directly. It has to be inferred from its effects. Space cannot be seen. When sound waves pass through space, it is to be understood that they are passing through the medium of space. Similarly, seeing the creation around us, it is to be inferred that there exists an entity, superior both in power and intelligence that manifests itself as visible creation.

For those who subscribe to this concept, which is in accord with thoughts expounded in the Vedas, this is a cardinal truth. It is this power that is responsible for the causal body of man and which is made up of three distinct qualities that go to make up his personality.

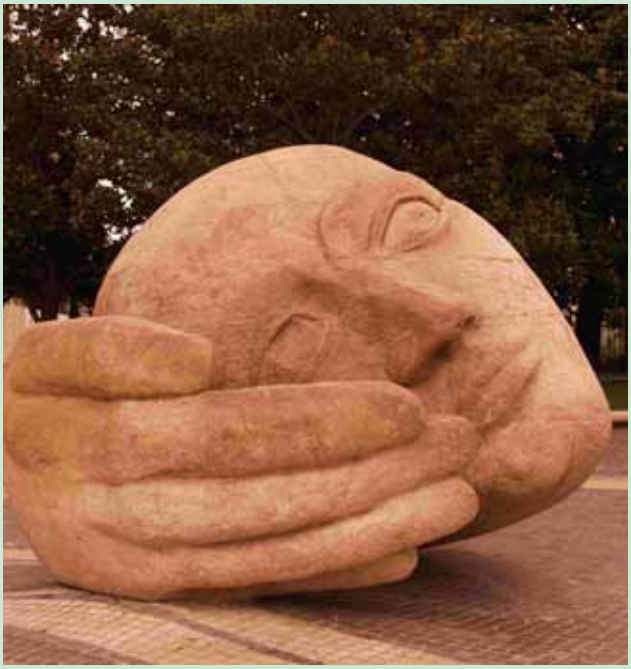
The first of these three qualities is called Rajas. It is responsible for traits like desire, anger, avarice, pride, jealousy, egoism, envy, niggardliness etc. Other undesirable qualities like intolerance of others' prosperity, ostentatious display of one's qualities, arrogance of one's superior social standing etc are also included. A person so afflicted will always be engaged in doing something to further his interests, leaving him with no time for contemplation and practice of higher values of life.

Next is the quality called Tamas. It is the concealing or veiling power of Maya that makes a thing to appear differently from what it really is. Thus men get deceived that worldly sense pleasures are permanent, forgetting that it is only the substratum, the power of the creator that is everlasting. As Shankara says, such is the misleading power of this Tamas that no matter how learned and wise a man may be, no matter he may be endowed with the most subtle and superior intellect, he is still deluded and commits the same mistakes as other ordinary men, such as lust, negligence, apathy, slothfulness etc. It is like a man with perfect eyesight in a completely dark room.

Third is the quality of Sattva. The good, pure and divine qualities. Like clear, unturbid water that reflects the sky above, this Sattva reflects the innermost core of man, the divine entity that exists within. It is characterized by humility, modesty, non-violence, patience, uprightness, steadfastness, self- control, equanimity in the face of adversities, unflinching devotion, dedication of all activities to the Lord with no expectations and contentment. As the Kathopanishad says, mere intelligence and learning are of no use for spiritual advancement. Only cultivating such desirable qualities through sustained efforts will yield results by gradually nullifying the first two qualities. ●

SELF-DRIVEN LEADERSHIP LESSONS

Anant G Nadkarni



Recent studies in psycho-analytical work on leadership throw new light on our understanding of authority and power. On the one hand it reveals that people have a natural urge to find meaning and purpose for their lives. They are more self-driven, proactive and volunteer to take initiatives to help themselves, their families, neighbourhoods, communities and organisations to attain their goal. In these circumstances leadership is largely about facilitating the motivation in people, while systems and norms function more as 'enablers'. Further, people prefer to 'think' for themselves, they like to contribute with deep involvement which is so precious to sustain and improve performance.

On the other hand -- while almost everyone agrees more or less with a motivation-based culture -- our everyday reality reflects something quite the opposite. Why are we looking for tighter norms, regulation, reforms of one kind or other? When public behaviour and discipline – as a culture – are on the decline, why do we stress increasingly on stronger, centralised control, hoping to bring order even if it means running the risk of

CONTROL OF THE TONGUE

Bernard Moras

With the tongue, we praise God but with the same tongue we also destroy the reputation of our neighbour and make his life miserable.

Saint James, in his short letter, mentions that someone who can control his tongue is a perfect person.

He says even a big ship is controlled by the rudder to move this way or that; a wild horse tamed is also controlled by the bit that is put in its mouth. In the same way our lives are often controlled by judicious use of the tongue.

With the tongue, we praise God but with the same tongue we also destroy the reputation of our neighbour and make his life miserable. It also happens that some individuals even commit suicide because they cannot anymore bear the taunts of others. Of course, we could console ourselves by saying we are only criticising justly and for the good of the person concerned.

It could be so, but at the same time, I feel that one should weigh well the usefulness, or otherwise the uselessness of one's intervention by harsh words, which could wound or aggravate the already sore wound and fail to heal easily.

In this case, when we discover the practically certain uselessness of it, would it not be more prudent to keep quiet and let time take its course and the person may be changed for the better? It is also true that we have greater chance of getting our words accepted when it is not clothed in harshness but appeal to the good sense of the people concerned.

This is indeed the Gandhian technique and Gandhian belief that there is a good side in every human being and the appeal is made precisely to this good side.

Further, it should be noted that one should not react when either one or the other is angry for some reason or other be it justified or unjustified.

It is better to wait when tempers have cooled and we are in a better frame of mind. Then what we want could have the good effect we so earnestly desire.

The Psalmist in Psalm 39 verse 1-3 says: "I said, 'I will guard my ways that I may not sin with my tongue; I will bridle my mouth, so long as the wicked are in my presence. I was dumb and silent, I held my peace to no avail; my distress grew worse, my heart became hot within me. As I mused, the fire burned…"

So, we see how hard it is to keep silent on such occasions but it is much better than to say words that may hurt.

Allow God to bring about justice in his own time. It is also possible, after the occasion has gone by and tempers are a little more even, to introduce the topic once again and find the right answer in quiet dialogue.

Of course, we all need patience. Should we not try to imitate the great patience of God with us humans? He does not destroy the wicked or sinners immediately; there is time and God waits in patience for the person to be changed, perhaps by other circumstances or situations, even unconnected with what is bothering. ●

it resulting in excessive power and authority? While this is how we have been largely governed for a long time, the oppression of creativity, innovation, initiative continues especially when these qualities are so crucial to our times.

Much of this new knowledge propounded by Robert Aziz and other psycho-analytical scholars suggests that we have lost the practice of thinking for ourselves. We tend to shirk responsibility; life has become mechanical and there is little time for pursuing one's 'search for meaning', We are prepared to spend so much time to earn our income, but where is the opportunity to find a purpose or focus on really enjoying the pleasures of earning? This is also reflected at a higher level in organisations, whether it is thinking beyond business or finding a 'purpose of profit'.

For some reason one tends to lose the natural urge to search for meaning, temporarily, or because a level of personal or professional incompetence has set in. Once this natural gift is blocked, one gradually loses zest for life, the enthusiasm to take on initiatives and be constantly self-driven.Then what happens? Typically people tend to stop generating their own direction and feel safer and more comfortable to receive instructions. Thus in families, institutions and workplaces it is safer that the 'other' is always the better one to think, decide or act. Thus a chain of authority and power structures are created. And, we believe that these 'structures' need reform and change all the time to give us a better life.

Adam Kahane in 'Power and Love' shows why some people or communities manage to solve really tough problems while others struggle or even fail to do so. Adam argues that when a critical mass of people give up their intrinsic 'power' to a few, this immensely enhances the danger of aggressive and violent misuse of a pseudo power bestowed on the few– and at a certain point no 'reforms' or 'transformation' can really work.

Yet, there is always immense hope around us. Several enlightened and self-driven leaders, self-governed communities, initiative-enabled organisations or just enthusiastic members in families maintain a culture of encouraging each other in a big way. Therefore, the hope lies not in pursuing 'reform' so much as in the enlightened recognition and influence of the vision of leaders like Ratan Tata who's life and message resonates, in a nutshell, in the maxim that one should always take the lead, never follow. ●

सार्थक और शाश्वत कर्म है प्रभु भक्ति

रामकिशोर सिंह 'विरागी'

मन में यह विचार आता है कि वास्तव में ऐसा कर्म क्या है जिसको करने से सार्थक और शाश्वत परिणाम (फल) जीवन में मिलता है या इस लोक या परलोक में मिलता है। इस संसार, लोक और भौतिकवादी जगत को देखकर मन बड़ा विचलित होता है, मन में निराशा की काली घटाएं छायी रहती हैं। चूंकि यहां सब कुछ विनाशशील है, परिवर्तनशील है। कुछ भी स्थिर और शांत नहीं है। इस सांसारिक, लौकिक और भौतिकवादी जीवन में स्थिरता और शांति नहीं है। परिवर्तन-ही-परिवर्तन होता रहता है। जो आज साथ है, कल वही अलग हो जाता है। जो आज अलग है, कल वही साथ जाता है। चूंकि इसका कारण भी साफ है। यहां केवल मतलब से मतलब का व्यवहार होता है। मतलब के लिए साथ आते हैं और मतलब निकल जाने पर साथ छोड़ देते हैं। यही मतलब के कारण यहां धोखा, विश्वासघात और दगाबाजी का आचरण और चरित्र दिखाई पड़ता रहता है।

इस संसार में प्राय: सुबह भला करने वाला को दोपहर में ही भाला भोंक दिया जाता है। शाम का भी समय व्यतीत होने नहीं दिया जाता है। लोग भला करने वाले के लिए भस्मासुर बन जाते हैं और भला करने वाले को ही तंग-तबाह, परेशान किया करते हैं। इस संसार में घोर निराशा है। लोगों में यह संशय बना रहता है कि आखिर क्या करने से अच्छा होगा? जिसका लाभ मिले। हमारा करना सार्थक और शाश्वत फल वाला हो।

परन्तु जीवन-यापन तो किसी-न-किसी रूप में करना ही है। संसार में रहते हुए भी सांसारिक और लौकिक काम करते हुए भी मन को संसार में उलझा करके नहीं रखना है। मन को संसार में रह करके सांसारिक काम करते हुए भी संसार से मुक्त रखना है ताकि संसार की दुषित भावनाएं जड़ नहीं जमा सके। मन को संसार से मुक्त रखने के लिए एकमात्र सहारा और आश्रय प्रभु भक्ति है। बस, प्रभु भक्ति में मन को लगा दिया जाता है तब संसार में रहते हुए भी मन संसार से मुक्त हो जाता है। मन में प्रभु का वास हो जाएगा तब तो प्रभु ही मन का संचालन करने लगेंगे। मन सार्थक और शाश्वत दिशा में काम करने लगेगा। मन सांसारिक लोगों द्वारा खड़ा किये जाने वाले भ्रम, उलझन, आशंका, आतंक, दशहत, संशय, संदेह आदि में नहीं भटकने पाएगा। प्रभु मन में वास करके वहीं काम करवाते चले जायेंगे जिसका परिणाम (फल) सार्थक और शाश्वत होगा। सांसारिक लोगों के बीच रहने और उसमें मन लगाए रहने पर सांसारिक लोग व्यर्थ और निरर्थक कामों को करवाते रहेंगे। जिसका दुष्परिणाम हानि, नुकसान आदि नकारात्मक फल के रूप में आता रहेगा।

–किशोर भवन, काजीपुर क्वार्टर्स
डॉ. ए.के.सेन पथ, पटना-800004

जीवन में बाधा मुक्ति के उपाय

डॉ. प्रेम गुप्ता

वास्तुशास्त्र के ग्रंथों के अनुसार पीपल पूर्व में हो तो यह अशुभ प्रभाव देता है। शास्त्रों के मतानुसार पीपल के वृक्ष में बहुत से देवी-देवताओं का वास होता है। इसके समीप किये गये पूजा-पाठ या उपाय शीघ्र अपना प्रभाव दिखाते हैं। निम्न उपाय अपनाकर आप अपने जीवन को सुगम बना सकते हैं, इन उपायों को करने से तुरंत लाभ प्राप्त होता है और जीवन में किसी भी प्रकार की बाधा उत्पन्न नहीं होती।

- मंगलवार और शनिवार को सुबह पीपल के पेड़ से 11 पत्ते तोड़कर स्वच्छ जल से साफ कर कुमकुम, अष्टगंध और चंदन मिलाकर किसी बारीक तीली से पत्तों पर श्रीराम का नाम लिखें। नाम लिखते समय हनुमान चालीसा का पाठ करते रहें। तदुपरांत श्रीराम नाम लिखे हुए पत्तों की एक माला बनाएं। इस माला को हनुमानजी के मंदिर में जाकर हनुमानजी के श्रीस्वरूप को चढ़ाएं। जीवन में सकारात्मकता का प्रवेश होने लगेगा।
- रोजाना पीपल पर जल अर्पित करने से कुंडली के बहुत से अशुभ माने जाने वाले ग्रह योगों का प्रभाव समाप्त हो जाता है।
- शनि की साढ़ेसाती या ढैय्या में पीपल की पूजा करने से शनि का कोप शांत होता है।
- पीपल की परिक्रमा करने से कालसर्प योग के बुरे प्रभावों से छुटकारा मिलता है।
- पीपल के वृक्ष के नीचे बैठकर हनुमान चालीसा का पाठ किया जाए तो यह चमत्कारी फल प्रदान करता है।

ख शनि दोषों से मुक्ति के लिए शाम के समय पीपल के वृक्ष के नीचे दीपक जलाएं।

–315, कमला स्पेस
खीरा नगर के समीप, एस. वी. रोड
सांताक्रुज (वेस्ट), मुम्बई-400054

धरती और आकाश को जोड़ती है पतंग

चन्द्रप्रकाश शर्मा

सदियों से पतंगे धरती और आसमान की अनंत ऊंचाइयों के बीच दोस्ती का रिश्ता कायम किये हुए हैं। धरती के वासियों की यह अटूट आस्था है कि आसमान में ही कहीं देवदूतों, देवताओं या परमपिता परमात्मा का निवास है। शायद इसीलिए यह एक मनोवैज्ञानिक तथ्य है कि उदास मन जब आसमान की तरफ देखता है, तब उसे अद्‌भुत शांति मिलती है। पतंगों की उड़ान हमें आह्लाद व उन्माद के साथ अद्‌भुत शांति से भी साक्षात् कराती है।

प्राचीन समय में जापान के लोगों को यह विश्वास था कि पतंगों की डोर वह जरिया है जो पृथ्वी और स्वर्ग को मिलाती है। जापान में आज भी पतंगों को खुले आकाश में इस इरादे से छोड़ दिया जाता है कि पतंगे उनके संदेशों और मनोकामनाओं को देवदूतों तक पहुंचा देगी। चीन में एक विश्वास प्रचलित था कि यदि बदकिस्मत लोग ऊंची पतंग उड़ाकर आकाश में छोड़ दें, तो उनका दुर्भाग्य आकाश में गुम होकर उनका पीछा छोड़ देगा। इसके उलट कोई कटी पतंग आसमान से घर-आंगन में आ गिरे, तो उसे शुभत्व का संकेत माना जाता था।

प्राय: यह माना जाता है कि पतंगों की शुरुआत ईसा से कोई सात सौ वर्ष पूर्व चीन में हुई, लेकिन एनसाइक्लोपीडिया ब्रिटेनिका बताता है कि पतंगों का आविष्कार चार शताब्दी ईसा पूर्व तारेंतम के आरकाइलस लोगों ने किया। जापान में पतंग उड़ाना और पतंगोत्सव एक सांस्कृतिक परम्परा है। जापान में पतंगें तांग शासन के दौरान (618-907 ई.) बौद्ध भिक्षुओं के मार्फत पहुंची। भारत में पतंगें शाह आलम के समय (18वीं सदी) से मानी जाती हैं। अठारहवीं सदी में निर्मित चित्रों से यह बात पुष्ट हो जाती है, लेकिन भारतीय साहित्य में पतंगों की उपस्थिति तेरहवीं सदी में ही दर्ज हो गयी। मराठी संत नामदेव ने अपनी रचनाओं में पतंगों का जिक्र किया है। चीन, जापान या भारत ही क्यों आज दुनिया के अनेक देशों में पतंगें उड़ायी जा रही हैं। कनाडा, अमेरिका, स्विट्जरलैंड, फ्रांस, हॉलैंड, इंगलैंड के अलावा इंडोनेशिया, थाईलैंड, मलयेशिया और अफगानिस्तान में भी पतंगें उड़ायी जाती हैं। दुनिया में कई अंतर्राष्ट्रीय पतंगोत्सव आयोजित किये जाते हैं। भारत में अहमदाबाद और जोधपुर (डेजर्ट काइट फेस्टिवल) में ऐसे आयोजन हो चुके हैं।

जापान का शिरोन ओडाको म्यूजियम विश्व का सबसे बड़ा पतंग संग्रहालय है। यह विशाल संग्रहालय कई कक्षों में बंटा है। शिरोन की अपनी स्थानीय पतंगों, जापानी पतंगों और अंतर्राष्ट्रीय पतंगों के अनुभागों में सजी अजीबो-गरीब पतंगों को देख दर्शक दांतों तले अंगुली दबा लेते हैं। अंतर्राष्ट्रीय कक्ष में पतंगों की अनेक विलक्षण आकृतियां हैं। कहीं अबाबील पक्षियों की हूबहू संरचना है, तो कहीं पवन चक्की का भ्रम पैदा करते नमूने हैं। घंटीनुमा माओरी पंतगें हैं, तो कहीं मलयेशिया और श्रीलंका की छत्रनुमा दिलकश पतंगों के नजारे हैं। स्थानीय पतंगों पर ज्यादातर आकर्षक रंगों के मुखौटे चित्रित हैं।

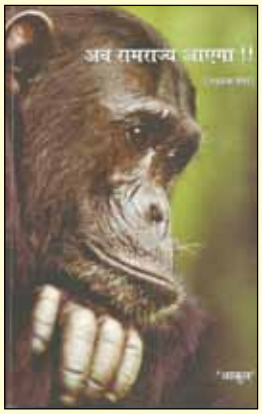
पतंगों की शुरुआत ईसा से कोई सात सौ वर्ष पूर्व चीन में हुई, लेकिन एनसाइक्लोपीडिया ब्रिटेनिका बताता है कि पतंगों का आविष्कार चार शताब्दी ईसा पूर्व तारेंतम के आरकाइलस लोगों ने किया। जापान में पतंग उड़ाना और पतंगोत्सव एक सांस्कृतिक परम्परा है। जापान में पतंगें तांग शासन के दौरान (618-907 ई.) बौद्ध भिक्षुओं के मार्फत पहुंची। भारत में पतंगें शाह आलम के समय (18वीं सदी) से मानी जाती हैं।

कलात्मक पतंगों के संग्रह में भारत भी पीछे नहीं है। अहमदाबाद के संस्कार केन्द्र में पतंगों के संग्रहालय में भारत में बनी अनेकानेक कलात्मक पतंगें संग्रहीत है। देशभर के जाने-माने पतंगसाजों द्वारा पिछले चालीस वर्षों में निर्मित श्रेष्ठतम पतंगों के कला नमूने इस संग्रहालय में देखे जा सकते हैं। कागजी कतरनों से बनायी गयी बेहद जटिल आकृतियों के कारण

प्रेक्षक इन पतंगों को घंटों खड़े होकर निहार सकते हैं। कुशल पतंगसाजों ने कहीं ज्यामितीय आकृतियों का सहारा लेकर करतब दिखाये हैं, तो कहीं बेतरतीब बेलबूटों के संयोजन हैं। पशु-पक्षियों की आकृतियां भी हैं। कहीं लंबी, कहीं एकदम तिकोनी, तो कहीं षट्‌भुजाकार पतंगें भी हैं।

संग्रहालय के जन्मदाता भानुशाह को यह पतंगें एकत्रित करने में कई वष लगे हैं। देश के कोने-कोने में घूमकर उन्होंने यह नायाब पतंगें संकलित की हैं। इस संग्रहालय में दूसरी शताब्दी ईसा पूर्व से आज तक की पतंगों का इतिहास देखने के लिए सुलभ है। कला, साहित्य और विज्ञान में पतंगों का इस्तेमाल कब-कब, कैसे-कैसे किया गया, यह सभी दुर्लभ जानकारियां आप इस संग्रहालय के मार्फत प्राप्त कर सकते हैं।

-20, अर्जुनपुरी, इमली का फाटक
जयपुर-302005 (राजस्थान)



अब रामराज्य आएगा!!

:: ललित गर्ग ::

कह सकते हैं कि लघुकथा विश्व कथा-साहित्य की प्राचीनतम विधा है तथापि हिन्दी साहित्य में लघुकथाएं नवीनतम विधा है। हिन्दी के अन्य सभी विधाओं की तुलना में अधिक लघु आकार होने के कारण यह समकालीन पाठकों के ज्यादा करीब है। दूसरा लघुकथा 'गागर में सागर' भर देने वाली विधा है। लघुकथा-एक साथ लघु भी है, और कथा भी। यह न लघुता को छोड़ सकती है, न कथा को ही।

डॉ. गोपाल कृष्ण भट्ट 'आकुल' का लघुकथा संग्रह 'अब रामराज्य आएगा' प्रेरणादायी, शिक्षाप्रद और आमजीवन के सुपरिचित रोषों का, वेदनाओं का, व्यथाओं का मार्मिक प्रस्तुतीकरण है। जीवन को नरक बना डालने वाली रीतियों और रिवाजों को इसमें ईमानदार चित्रण हुआ है। विभिन्न सामाजिक व राजनीतिक दबावों, मूल्यहीनताओं और विसंगतियों को प्रभावी ढंग से संकलन की लघु कथाओं में रेखांकित किया गया है।

आकुलजी हिन्दी साहित्य का एक स्थापित और सुपरिचित नाम है। काव्य, नाटक, संपादन के क्षेत्र में वे लब्धप्रतिष्ठित एवं सफल साहित्यकार है। अपने बहुआयामी व्यक्तित्व के कारण उन्होंने जिन विधाओं में लिखा वह सत्य और अनुभवजन्य अधिक प्रतीत होता है। लघु कथाओं के संदर्भ में भी उन्होंने भोगे हुए यथार्थ एवं सामाजिक विसंगतियों को ही उजागर किया है।

प्रस्तुत संकलन की लघुकथाएं- एक करोड़ का सवाल, पृथ्वी का जन्मदिवस, दोस्तों की दुआएं, फिर महंगा हुआ दूध, दूर की सोच, सच्चा सौदा, पुत्रमोह, सस्ते के चक्कर में आदि में वास्तविक जीवन के सार्थक समझे जाने वाले चित्र हैं तो मन के उद्वेलन और प्रकम्पन भी हैं। नीतयां और चालबाजियां हैं तो आदर्श भी हैं। इनमें मौलिकता है, भावनाएं हैं और संवेदनाएं भी हैं।

ये लघुकथाएं कहीं-कहीं दैनंदिन जीवन की उबड़-खाबड़ धरती पर खड़ी नजर आती हैं तो कहीं पर सीधी-सपाट-समतल जमीन के अनचीन्हें संघर्षों के चित्रण में मशगूल दिखाई देती हैं। प्रस्तुत संकलन लेखक की सार्थक सोच, मूल्य आधारित सृजनधर्मिता और बेहतर समाज-निर्माण की संकल्पना को आकार देता हुआ दिखाई देता है।

पुस्तक : अब रामराज्य आएगा!!
लेखक : डॉ. गोपाल कृष्ण भट्ट 'आकुल'
प्रकाशक : फ्रेण्ड्स हेल्पलाइन प्रकाशन
48-ए, शिवपुरा, कोटा-9 (राजस्थान)
मूल्य : 100 रुपये, पृष्ठ : 100

आंगन की तुलसी

:: बरुण कुमार सिंह ::

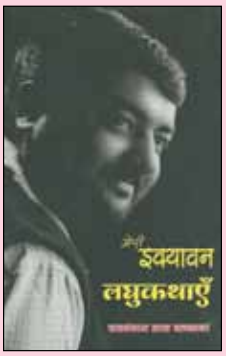
देश-दुनिया और समाज में हो रहे बदलाव और उतार-चढ़ाव को देखकर आपके दिलो-दिमाग में भी भावनाएं उमड़ती-घुमड़ती होगी। कई लोगों ने उसे शब्दों में पिरोया होगा या शायद पिरोने की कोशिश की होगी। लेकिन शब्दों को परोकर उसे अपने तक रखना अलग बात है और उसे दुनिया तक लाना एक अलग बात। यहीं पर आपके साहस और जिजीविषा की परख होती है और यही बात कुछ लोगों को औरों से अलग करती है।

'आंगन की तुलसी' काव्य कृति इसलिए औरों से अलग नजर आती है। इसके लेखक श्री गणेश मुनिजी शास्त्री ने अपने गूढ़ अनुभवों को नये तरीके से पाठकों के समक्ष रखा है। मुनिजी ने बड़े ही खूबसूरती से अपनी भावनाओं को शब्दों में पिरोया है।

कृति में कुल इकहत्तर कविता हैं। जिनमें कुछ प्रमुख इस प्रकार हैं- ममता की कसौटी, पाप बनाम महापाप, करुण पुकार, वारिस की भूख, बेटियां रतन की पेटियां, जांच का बजट, इंसान से बढ़कर, वाह रे विज्ञान, महिला संगठन, मजबूरी या पाप, समाज की तस्वीर, आने वाला कल, बेटी दो बहू लो, नारी आश्रम, अति की गति, नारी दिवस, जीओ और जीने दो जैसे मुद्दों पर अपनी लेखनी चलाकर आम आदमी के दर्द को अपनी आवाज दी है।

कृति का आवरण आकर्षक है और पूरी काव्य कृति आर्टपेपर पर छपाई की गई है, कविता चित्रमय झांकी के रूप में प्रस्तुत की गई है जिससे इसकी शब्दों के साथ-साथ इसकी साज-सज्जा और आकर्षक लगती है।

पुस्तक : आंगन की तुलसी
लेखक : श्री गणेश मुनि शास्त्री
प्रकाशक : श्री अमर जैन साहित्य संस्थान
गणेश विहार, सैक्टर-11, उदयपुर (राजस्थान)
मूल्य : 200 रुपये, पृष्ठ : 72



मेरी इक्यावन लघुकथाएं

:: बरुण कुमार सिंह ::

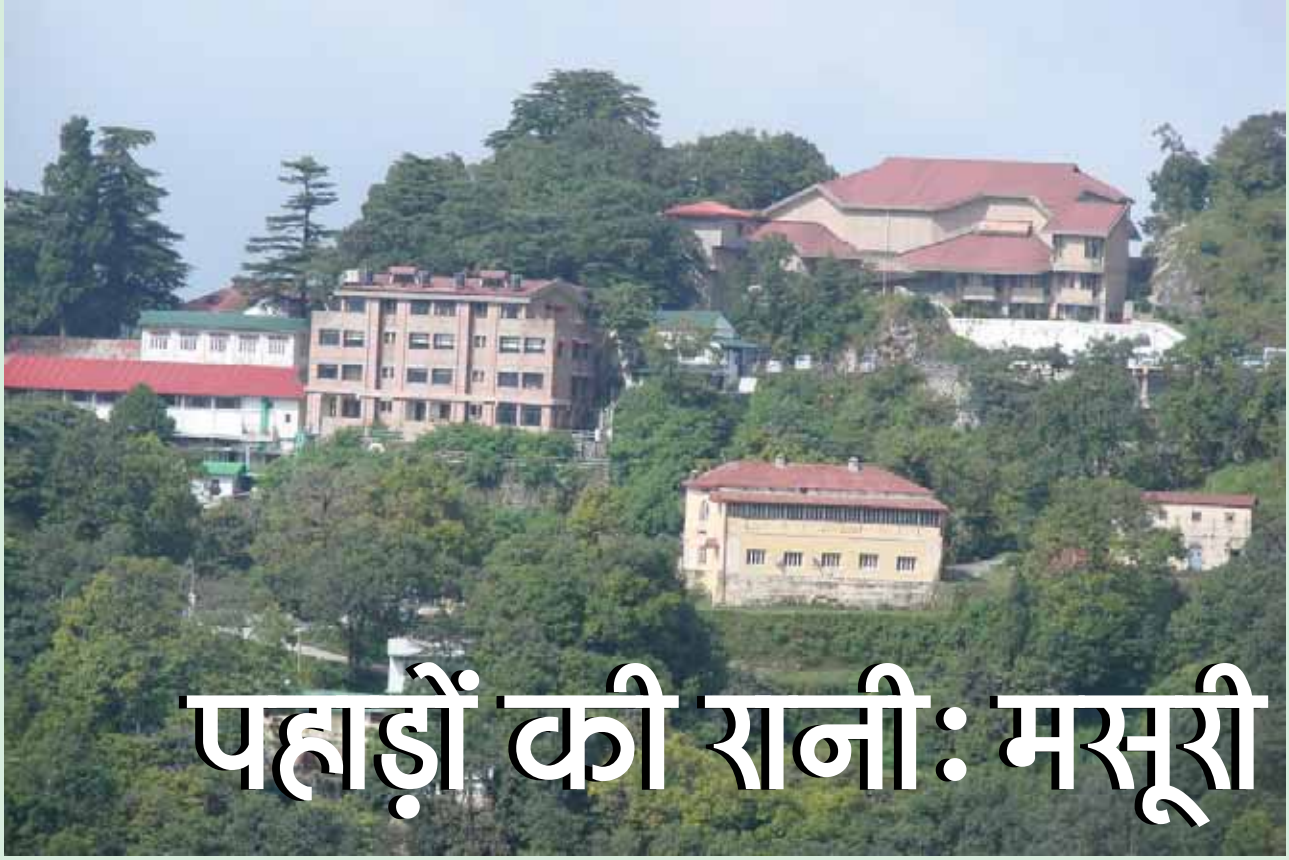
रचनात्मकता जीवन की अभिव्यक्ति है। इसी रचनात्मकता का परिणाम है लघुकथा आज पाठक के सबसे करीब की विधा है। लघुकथा ऐसी विधा है, जो पाठक की आंखों में एक ही बार में अपनी आकृति के साथ दिखाई दे जाती है। उसकी प्रकृति भले ही बाद में ज्ञात हो पर लघुकथा की यही आकारगत शैल्पिक विशेषता उसे अन्य विधाओं से कहीं अधिक पठनीय बनाती है।

लघुकथा विधा अब अपने आकार और कम समय में पढ़ लेने के गुण से कहीं आगे निकल गई है। लघुकथा के लिए कोई भी विषय वर्जित नहीं है। अनुभूति की सघनता एवं संवेदना की संश्लिष्ट प्रभाव लघुकथा की संचेतना का आधार बन सकता है।

इस दृष्टि से लघुकथा लेखक घनश्यम नाथ कच्छावा की 'मेरी इक्यावन लघुकथाएं' एक सुंदर प्रयास है। जिसमें कुछ प्रमुख लघुकथाएं इस प्रकार हैं- पछतावा, आइडिया, करप्शन, नेटवर्क मार्केटिंग, इनाम, कुठाराघात, समाजसेवी, कसम, गद्दारी, औनर किलिंग, स्नेह-मिलन, सफेद झूठ, सार्थक मौत, अंडर स्टेंडिंग, शोक की लहर, इच्छामृत्यु, लड़ाई, पवित्र प्रसाद आदि।

मानवीय संबंधों के अनगिनत शेड्स, सामाजिक विद्रूपताएं और व्यवस्था के प्रति आक्रोश संबंधी जीवन में आसपास बिखरे पलों में से किसी एक पल को लघुकथा के लिए चुना जाता है।

पुस्तक : मेरी इक्यावन लघुकथाएं
लेखक : घनश्याम नाथ कच्छावा
प्रकाशक : मरुदेश संस्थान, सुजानगढ़ (राजस्थान)
मूल्य : 200 रुपये, पृष्ठ : 80



पहाड़ों की रानी: मसूरी

पुखराज सेठिया

मसूरी घने जंगलों और पहाड़ियों से घिरा एक बहुत ही खूबसूरत और लोकप्रिय पर्यटन स्थल है। इसे पहाड़ों की रानी भी कहा जाता है। इतिहास के झरोखे से देखें तो पता चलता है कि सन् 1827 में साहसी सैन्य अधिकारी कैप्टन यंग ने इस खूबसूरत जगह को खोजा। चूंकि मसूर के पौधे इस क्षेत्र में बहुतायत में थे, इसलिए इस पर्वतीय नगर का नाम मसूरी पड़ा। कालान्तर में यह छुट्टियों के लिए उपयुक्त रमणीक स्थान में बदल गया।

इस खूबसूरत घाटी में सबसे सुंदर झरने के रूप में प्रसिद्ध कैम्पटी फॉल मसूरी से 15 कि.मी. दूर यमुनोत्री रोड पर 4500 फीट की ऊंचाई पर स्थित है। पांच अलग-अलग धाराओं में प्रवाहित यह झरना पर्यटकों के आकर्षण का केन्द्र है। यह चारों तरफ से खूबसूरत घाटियों और पर्वत श्रेणियों से घिरा हुआ है। पर्यटक यहां नहाकर ताजगी महसूस करते हैं।

कैमल्स बैक रोड घुड़सवारी और घूमने के लिए प्रसिद्ध है। यहां से सूर्यास्त का दृश्य देखने के लिए बड़ी संख्या में सैलानी एकत्र होते हैं। मसूरी से 8.5 कि.मी. दूर झरीपानी एक आकर्षक वाटर फॉल है। पर्यटक यहां पिकनिक का भी आनंद लेते हैं। भट्टा फॉल मसूरी से 7 कि.मी. दूर मसूरी देहरादून रोड पर स्थित है। यह स्थल मुख्य रूप से नहाने और पिकनिक के लिए प्रसिद्ध है। मसूरी लेक हाल ही में बना एक पिकनिक स्पॉट है, जो मसूरी से सिर्फ 6 कि.मी. दूर मसूरी-देहरादून रोड पर स्थित है। यह लेक यहां का बहुत ही आनंददायक स्पॉट है। यहां पैडल बोट है, जिसके द्वारा यह बोटिंग की जा सकती है। यहां से मनमोहक दून घाटी और आसपास के गांवों के नयनाभिराम दृश्य दिखाई देते हैं।

गन हिल मसूरी की एक ऊंची पर्वतीय चोटी है, जहां रोपवे का आनंद लेकर पहुंचा जा सकता है। घोड़े की सवारी से यहां पहुंचने में 20 मिनट का समय लगता है, जो कचहरी के पास माल रोड से निकलता है। रोपवे से इसकी दूरी सिर्फ 400 मी. है। गनहिल से खूबसूरत और विशालदर्शी पर्वत शृंखला बुंदेरपंच, श्रीकांथा, पीथवाड़ा और गंगोत्री के दृश्य स्पष्ट देखने को मिलते हैं। इसके अलावा यहां से मसूरी शहर और दून घाटी का विहंगम दृश्य भी देखने को मिलता है। स्वतंत्रता से पहले इस चोटी पर दोपहर के बारह बजे बंदूक से फायर किया जाता था, जिससे यहां के लोगों को समय का पता चल सके। इसी कारण इस जगह का नाम 'गन हिल' पड़ा।

नागदेवता मंदिर एक प्राचीन मंदिर है, जो मसूरी से 6 कि.मी. दूर कार्ट मैकेंजी रोड पर स्थित है। यहां से दून घाटी और मसूरी की हसीन वादियों का नजारा साफ दिखाई देता है।

ज्वालाजी मंदिर माता दुर्गा का प्रसिद्ध मंदिर है। मसूरी से यह 9 कि.मी. दूर पश्चिम में स्थित है। पर्यटक एवं स्थानीय लोग बड़े श्रद्धा भाव से यहां आते हैं।

प्राकृतिक नजारों और हसीन घाटियों से अपनी ओर आकर्षित करने वाला हिल स्टेशन मसूरी उत्तर भारत का एक लोकप्रिय पर्यटन स्थल है। यहां माल रोड पर सजी दुकानों से पर्यटक खरीददारी भी कर सकते हैं। इसके अलावा, रोमांच के शौकीनों के लिए मसूरी से कई ट्रैक भी हैं, जिनके दौरान प्रकृति के अद्भुत नजारे देखने को मिलते हैं। मसूरी की प्राकृतिक छटा इतनी सुहानी है कि यहां आने वाले देश-विदेश के सभी पर्यटकों को रोमांचित कर देती है।

–एम-25, लाजपत नगर-2
नई दिल्ली-110024

गणि राजेन्द्र विजय

आत्म स्वरूप का साक्षात्कार

सत्य के साधक को बाहरी प्रलोभन अभिभूत, करने का प्रयास करते हैं, मगर वह एकाग्रचित्त से संयम में रत रहता है। प्रत्येक धर्म के ऋषि-मुनि, पैगम्बर, संत, महात्मा आदि तपस्वियों ने धर्म को अपनी जिंदगी में उतारा। उन लोगों ने धर्म को ओढ़ा नहीं अपितु जिया। साधना, तप, त्याग आदि दुष्कर हैं। ये भोग से नही, संयम से सधते हैं। धर्म के वास्तविक स्वरूप को आचरण में उतारना सरल कार्य नहीं है। महापुरुष ही सच्ची धर्म साधना कर पाते हैं। इन महापुरुषों के अनुयायी जब अपने आराध्य साधकों जैसा जीवन नहीं जी पाते तो उनके नाम पर सम्प्रदाय, पंथ, मत आदि संगठनों का निर्माण कर, भक्तों के बीच आराध्य की जप-जपकार कर अपने कर्तव्य की इतिश्री मान लेते हैं। अनुयायी साधक नहीं रह जाते, उपदेशक हो जाते हैं। ये धार्मिक व्यक्ति नहीं होते, धर्म के व्याख्याता होते हैं। इनका उद्देश्य धर्म के अनुसार अपना चरित्र निर्मित करना नहीं होता, धर्म के तत्वों का आख्यान करना होता है।

वैदिक ऋषियों ने सहयोगपूर्ण सामाजिक जीवन की आधारशिला रखी-

''संगच्छध्वं संवदध्वं सं वो मनांसि जानताम्'' (ऋग्वेद 10-191-2)

-तुम मिलकर चलो, मिलकर बोलो, तुम्हारे मन साथ-साथ विचार करें।

वैदिक चिंतन में सुसंस्कृत मानव समाज की रचना के अनेक सूत्र विद्यमान है। यही वैदिक धर्म जब पुरोहित-वर्ग के स्वार्थों के कारण धार्मिक अंध-विश्वासों, शुष्क कर्मकांडों तथा यज्ञ में पशु-आहुति आदि विकृतियों से व्याप्त हो गया तो उपनिषद् के ऋषियों ने धर्म और दर्शन को नए आयाम दिए। भगवान महावीर और गौतम बुद्ध ने धर्म क्रांतियां संपन्न की।

भगवान महावीर ने कहा-'णो लोगस्स सेसणं चैर' (किसी का अनुकरण या अनुसरण मत करो) अपितु ''संपिक्खए अप्पगमप्पयणां'' (अपने द्वारा ही अपना संप्रेक्षण-निरीक्षण करें।)

गौतम बुद्ध ने भी कहा-''परीक्ष्य मिक्ष्वों। ग्राह्यं मद्वाचो न तु गौरवात्''-मेरी बातों की परीक्षा करके ग्रहण करो, मेरे महत्व के कारण नहीं।

इसी उन्मुक्त दृष्टि का परिणाम था कि गौतम बुद्ध मानवमात्र के लिए मैत्री एवं करुणा का संदेश दे सके तथा भगवान महावीर अहिंसा को परम-धर्म के रूप में मान्य कर धर्म की सामाजिक भूमिका को रेखांकित कर सके।

मध्ययुग में धर्म के बाह्य-आचारों एवं आडम्बरों की संत कवियों ने उजागर किया। संत नामदेव ने 'पाखंड गगति राम नहीं रीझे' कहकर धर्म के तात्विक स्वरूप की ओर ध्यान आकृष्ट किया तो कबीर ने ''जो घर फूंके आपना, चले हमारे साथ'' कहकर साधना-पथ पर द्विधारहित तथा संशयहीन मन:स्थिति से कामनाओं एवं परिग्रहों का त्याग कर आगे बढ़ने का आह्वान किया। पंडित लोग पढ़-पढ़कर वेदों का बखान करते हैं किन्तु इसकी सार्थकता क्या है? जीवन की चरितार्थता आत्म विचार पूर्वक साधना करने में है और ऐसी ही साधना के बल पर दादूदयाल यह कहने में समर्थ हो सके कि ''क्या अन्तर पाइया, सब देवन को देव।''

धर्म न कहीं गांव में होता है और न कहीं जंगल में बल्कि वह तो अंतरात्मा में होता है। बाह्य जगत की कल्पित शक्तियों के पूजन से नहीं अपितु अंतरात्मा के दर्शन एवं परिष्करण से ही कल्याण संभव है। वेदों के पढ़ने मात्र से उद्धार संभव नहीं है। यदि चित्त में राग एवं द्वेष है तो समस्त शास्त्रों में निष्णात होते हुए भी व्यक्ति धार्मिक नहीं हो सकता।

क्या किसी 'परम सत्ता' एवं हमारे बीच किसी 'तीसरे' का होना जरूरी है? क्या मध्यस्थ को दान-दक्षिणा देने से हमारा कल्याण हो जाएगा? क्या मंदिर, मस्जिद, चर्च, गुरुद्वारे में अपना 'कालाधन' चढ़ाने से व्यक्ति निष्कलंक हो सकता है? क्या मुक्ति के लिए भगवान को भोग लगाना जरूरी है? क्या अपनी सांसारिक इच्छाओं की पूर्ति के लिए पत्थर से निर्मित मूर्ति के सामने आरती करना धर्म है। क्या हमारे अभीष्ट का रास्ता इतना सहज है? क्या लौकिक इच्छाओं की पूर्ति के लिए ईश्वर के सामने शरणागत होना ही अध्यात्म साधना है। क्या धर्म-साधना की फल-परिणति सांसारिक इच्छाओं की पूर्ति में निहित है? सांसारिक इच्छाओं की पूर्ति के उद्देश्य से आराध्य की भक्ति धर्म है अथवा सांसारिक इच्छाओं के संयमन के लिए साधना-मार्ग पर आगे बढ़ना धर्म है? क्या स्नान करना, तिलक लगाना, माला फेरना आदि बाह्य-आचार की प्रक्रियाओं को धर्म-साधना का प्राण माना जा सकता है? धर्म की सार्थकता वस्तुओं एवं पदार्थों के संग्रह में है अथवा राग-द्वेष रहित होने में है? धर्म का रहस्य संग्रह, भोग, परिग्रह, ममत्व, अहंकार आदि के पोषण में है अथवा अहिंसा, संयम, तप, त्याग आदि के आचरण में?

गौतम बुद्ध ने भी कहा- ''परीक्ष्य मिक्ष्वों। ग्राह्यं मद्वाचो न तु गौरवात्''-मेरी बातों की परीक्षा करके ग्रहण करो, मेरे महत्व के कारण नहीं।

आत्म स्वरूप का साक्षात्कार अहंकार एवं ममत्व के विस्तार से संभव नहीं है। अपने को पहचानने के लिए अंदर झांकना होता है। अंतश्चेतना की गहराइयों में उतरना होता है। धार्मिक व्यक्ति कभी स्वार्थी नहीं हो सकता। आत्म-गवेषक अपनी आत्मा से जब साक्षात्कार करता है तो वह 'एक' को जानकर 'सब' को जान लेता है, पहचान लेता है। सबसे अपनत्व भाव स्थापित कर लेता है।

आत्मानुसंधान की यात्रा में व्यक्ति एकाकी नहीं रह जाता, उसके लिए सृष्टि का कण-कण आत्म-तुल्य हो जाता है। एक ही पहचान सबकी पहचान हो जाती है तथा सबकी पहचान से वह अपने को पहचान लेता है। भाषा के धरातल पर इसमें विरोधाभास हो सकता है, अध्यात्म के धरातल पर इसमें परिपूरकता है। जब व्यक्ति आत्म साक्षात्कार के लिए प्रत्येक पर पदार्थ के प्रति अपने ममत्व एवं अपनी आसक्ति का त्याग कर देता है तब वह राग-द्वेष रहित हो जाता है, वह आत्म चेतना में डूब जाता है। शेष न राग और न द्वेष।

इसी प्रकार जब साधक सृष्टि के कण-कण को आत्म तुल्य समझता है तब भी उसका न किसी के साथ राग रह जाता है और न किसी से द्वेष। धर्म का अभिप्राय: व्यक्ति के चित्त का शुद्धिकरण है जहां ब्रह्माण्ड ही पिण्ड है तथा पिण्ड में ही ब्रह्माण्ड है। समस्त प्राणियों के प्रति मैत्री भाव, प्रेमभाव तथा समभाव होना ही धर्म है। ●

SHREE AADINATH TRADING COMPANY

BLACK DIAMOND MOVERS

COAL CONSULTANTS, COAL CO ORDINATORS, COAL MERCHANTS ,COAL HANDLING AGENTS

HIGHLIGHTS

- **Leading Coal Handling Agents and Coordinators since 45 years.**
- **Complete Coal Solutions under one Roof.**
- **Handling bulk Coal requirements of Power Plants, Iron and Steel Plants and Paper Mills from the various subsidiaries of Coal India Ltd.**
- **Expertise in Coal Linkage from Ministry of Coal and Coal India Ltd.**
- **Expertise in Rake Loading/Unloading and Liasioning.**

JAIN GROUP

Branches: **Assam, Madhya Pradesh Maharashtra, Uttar Pradesh Uttarakhand, West Bengal Jharkhand**

CONTACT DETAILS

Black Diamond Movers
Flat 3A, Block 11,
Space Town Housing Society,
V.I.P. Road, Raghunathpur,
Kolkata- 700052
Contact Person:
Amit Jain- +91 9412702749
Ankit Jain- +91 9830773397
blackdiamondmovers@gmail.com

Delhi Postal Regd No. DL(E)-20/5333/2013-2015
Date of Posting: 5 - 6 Every month

RNI No. DELBIL/2010/32807
January 2014

Indian
Charity & Welfare Exchange

The mission of ICWE in to achieve Global Excellence in philanthropic services and to dedicate ourselves for worldwide Donor-Donee Exchange, keeping in the view the needs and interests of the society.

ICWE is committed to :-

- The society by making a sustainable difference in the life of the less privileged children, women, aged, disabled and of those who are living in poverty & injustice.
- Work as an Exchange between Donor and Donee to facilitate their objective and to support them identifying the potential donor or donee and the opportunities that each side offers to the other side.
- Provide philanthropic advisory services to donors and NGOs to help them in their aims & objects and to perform their work properly so that they can achieve their ultimate goal to serve the under privileged sections of the society.
- Maintain a worldwide accessible data bank of NGOs, Donors and Donees to make this field more collaborative.

Advisory Services :

ICWE with its highly qualified and focused team of professionals provides specialized and valuable advisory services to NGOs, Trusts, Corporate and other philanthropic organizations on following area:

- Legal
- Financial
- Management
- Project
- Fund Raising
- Event Management

ICWE Care for All :

ICWE is committed to serving various social causes. It launched various program for underprivileged sections of the society. Main areas are:

- Children
- Women
- Aged People
- Disabled
- Education
- HIV

Register with us :

Donor: ICWE provides a global platform to Donors to identify a cause that is appropriate for their support.

Done: ICWE provides financial assistance to Individual and Institutions. It also provide a platform to searching and approaching potential donors for their cause.

Please register on website and explore the world of philanthropy.

www.indiancharityexchange.com
info@indiancharityexchange.com

Indian Charity & Welfare Exchange
A-56/A First Floor, Lajpat Nagar-II
New Delhi-110024, India
Phone: +91-11-41720778
Fax: +91-11-29847741

If undelivered please return to:
Editor, Samridha Sukhi Pariwar, E-253, Saraswati Kunj Appartment, 25 I. P. Extension, Patparganj, Delhi-110092