

# समृद्ध सुखी परिवार

जुलाई 2013



घरोंदे नहीं,  
आशियां बनाएं  
अपने अस्तित्व की  
तलाश करती नारी

परिवार  
विशेषांक



अनिता संघवी  
शास्त्रीय संगीत का  
सर्वोच्च शिखर



# VASU CREATION

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**



सुखी और समृद्ध परिवार का मुखपत्र

वर्ष : 4 अंक : 6

जुलाई 2013, मूल्य : 25 रु.



घरोंदे नहीं, आशियां बनाएं



क्यों हम बंट जाते हैं ?



शास्त्रीय संगीत का सर्वोच्च शिखर



- 4 गुरु पूर्णिमा
- 6 घरोंदे नहीं, आशियां बनाएं
- 7 जैसा समाज-वैसा परिवार
- 8 दिशा विशेष से दशा योग
- 8 दीपक और बाती
- 9 क्यों रूढ़ियों से चिपटा जाए
- 10 लोकपर्व रथयात्रा
- 11 सवाल-जवाब
- 12 टूटते परिवार-बिखरता समाज
- 13 पारिवारिक परिचालन
- 13 जैसी दृष्टि-वैसी सृष्टि
- 14 नारी अस्मिता बोध
- 15 स्वास्थ्य का खजाना
- 16 संस्कृति अनुकूल होनी चाहिए शिक्षा
- 16 समृद्धि के लिए तुलसी पूजा
- 17 क्यों बिखर रही है परिवार की बुनियाद
- 18 गुरु नाम है ज्ञान का
- 18 मुश्किलें और मुस्कान
- 19 चाय पिएं और थकान मिटाएं
- 19 दुनिया का सबसे बड़ा परिवार
- 20 हताश जीवन
- 21 क्यों हम बंट जाते हैं
- 22 ढाई आखर प्रेम का
- 22 साधना का रूप
- 23 रिश्तों की डोर
- 27 खुशी का रास्ता
- 27 सार्थकता
- 28 आदर्श परिवार की बुनियाद
- 28 मां का खेल
- 29 मालिक न बनें अभिभावक
- 30 परम लक्ष्य है सुख
- 30 अपने दीये का पता
- 31 बड़ी बात है कलात्मक जीवन जीना
- 32 अनिता संघवी: शास्त्रीय संगीत का सर्वोच्च शिखर
- 34 आज की चिंता करो
- 35 सदाचार और उसकी श्रेष्ठता
- 35 जिंदगी के लिए टेन कमांडमेंट्स
- 36 सौभाग्यदायक तंत्र प्रयोग
- 36 लौंग एक औषधि
- 38 प्रसन्नता का प्रतीक है मनुष्य
- 38 स्वीकार बुद्धि
- 39 हनुमान की रामभक्ति
- 40 The Power of Fasting
- 40 Here's Wishing You a Happy Marriage
- 41 Looking for God in the Lab
- 42 बढ़ते परिवारों का संदेश
- 42 परिवार और समाज को जोड़ती हमारी उत्सवधर्मिता
- 45 हिंदू-मुस्लिम साझी आस्था का शहर: अजमेर
- 46 प्रार्थना का प्रयोजन

- कमल मालवीय  
पदमचंद पटावरी  
कुमार अंबुज  
डॉ. प्रेम गुप्ता  
विजय कुमार सिंह  
महात्मा भगवानदीन  
प्रो. अश्विनी केशरवानी  
आन्द्रे मोर्वा  
मनोज कुमार  
रामकिशोर सिंह 'विरागी'  
विपिन जैन  
पुष्पा सिंधी  
आर. डी. अग्रवाल 'प्रेमी'  
राजीव मिश्र  
आरती सिंघल  
डॉ. रत्ना वर्मा  
अनिरुद्ध प्रभास  
कानन झींगन  
संजीव रंजन  
विनोद किला  
ऋतु सारस्वत  
सायर बैंगानी  
महायोगी पायलट बाबा  
पुष्पेश कुमार पुष्प  
आरती जैन-खुशबू जैन  
विपिन जैन  
दिलीप भाटिया  
मंजुला जैन  
राजीव कटारा  
डॉ. संपत सेठी  
शिवचरण मंत्री  
प्रकाश जैन  
आचार्य महाश्रमण  
ललित गर्ग  
रामस्वरूप रावतसरे  
कृष्णचंद टवाणी  
अमृतांशु शेखर  
मुरली कांटेड  
डॉ. वेद श्याम  
आचार्य सुदर्शन  
पू. स्वामी अनुभवानंद  
प्रेमशीला गुप्ता  
Heera Nawaz  
Vijay M Sethi  
Osho  
पारुल जैन  
डॉ. मोनिका शर्मा  
पुखराज सेठिया  
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, पटपडगंज 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 Apartment, 25 I.P. Extn. Patparganj, Delhi-110092. Printed at : Bookman Printers, A-121, Vikas Marg, Shakarpur, Delhi-110092. Editor : Lalit Garg



## मत-सम्मत

समृद्ध सुखी परिवार का अप्रैल-2013 अंक पहली बार प्राप्त हुआ और हृदय गद्गद हो गया इस बात को लेकर कि यह पत्रिका भविष्य में शिखर पर पहुंचेगी क्योंकि इसमें वे सारी रचना सामग्री हैं जो कि परिवार को सुखी व समृद्ध बनाने में मददगार हो सकती है। सचमुच में आज का इंसान खुशी पाने के लिए तरस गया है जबकि खुशी व प्रसन्नता उसके ही अंदर सदा मौजूद है बशर्ते 'खुशी का दीपक' प्रचलित होना है- संपादकीय लेख बहुत ही सार्थक रहा। प्रिटिंग, कागज, कवर का चित्रांकन एवं रचना सामग्री सब कुछ उच्च दर्जे का रहा। ऐसी पत्रिका की समाज व परिवार को बेहद जरूरत है।

—आर. डी. अग्रवाल 'प्रेमी'  
32/34, खेतवाड़ी, मुम्बई-4

समृद्ध सुखी परिवार का मई-2013 अंक प्राप्त कर हार्दिक प्रसन्नता हुई। स्वास्थ्य विशेषांक बहुत ही उपयोगी व ज्ञानवर्द्धक है। मेरा

—कृष्णचन्द्र टवाणी  
सिटी रोड, मदनगंज-किशनगढ़-305801

आपके संपादन में प्रकाशित 'समृद्ध सुखी परिवार' में वर्तमान की वस्तुस्थिति का चित्रण 'राजनीति मानसिकता बदलो' जो किया है वह रोंगटे खड़े कर देता है। लेखक इतना निर्भीक होकर सटीक विश्लेषण करे यह वर्तमान की आवश्यकता है जिसे आप संपूर्ण कर रहे हैं। पत्रिका में प्रकाशित सामग्री बहुउद्देशीय व बहुपयोगी हैं, प्रत्येक परिवार में यह पुस्तक पहुंचे व इसका पठन हो यह आज की आवश्यकता है। इस पत्रिका को पढ़ने से व्यक्ति में हर पहलू के लिए सकारात्मक सोच का विस्तार हो रहा है।

—भूपेन्द्र कुमार मूथा  
सहमंत्री, जैन श्वेताम्बर तेरापंथी महासभा  
3, पोचुंगीज चर्च स्ट्रीट, कोलकाता

समृद्ध सुखी परिवार वास्तव में पाठकों को ज्ञान के क्षेत्र में समृद्ध तथा तनाव भरे आधुनिक जीवन में सुखी कर रही है। मुझे पत्रिका डाक से नियमित मिल रही है, यह कहना उचित होगा कि दस तारीख के आस-पास इसकी प्रतीक्षा मन में रहती है। अप्रैल अंक का मुख पृष्ठ शिक्षाप्रद, प्रेरक व आकर्षक है। पाठकों की जानकारी हेतु पत्रिका का पर्यटन विशेषांक भी होना चाहिए। आपकी पत्रिका दूर-दूर जाती है, विदेशी पर्यटक भी आते हैं उन्हें अच्छी से अच्छी जानकारी मिले तो अच्छा रहेगा। वैसे भी पर्यटन अब वैश्विक हो गया है। पर्यटन से लोगों

को एक दूसरे को समझने का मौका मिलता है। इससे राष्ट्रीय एकता मजबूत होती है।

—राजकुमार गुप्ता  
ज्ञान गंगा, 298/4, प्रहलाद वाटिका  
सत्यम सिनेमा के पीछे, बुधना गेट  
मेरठ सिटी-250002 (उ.प्र.)

समृद्ध सुखी परिवार एक ऐसी पत्रिका है जो पारिवारिक दिव्यता और भव्यता का उत्प्रेरक है। आध्यात्मिक साध्य की साधना की सिद्धि का पाथेय है।

धर्म कर्म के मर्म के रहस्य का सफल उद्गाता है। पुरुषार्थ (धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष) के पौरुष का यशस्वी व्याख्याता है। गीता के निष्काम कर्म का प्रतिफल और भाग्योदय के आलोक का दर्पण है। संपादकीय तो सबको समृद्ध और सुखी बनाने की पारिवारिक मीमांसा है।

—डॉ. विद्या विनोद गुप्त  
सावित्री साहित्य सदन,  
5/7 सरदार पटेल मार्ग, चाम्पा-495671

काफी दिनों के बाद एक आकर्षक व सहेजने योग्य पत्रिका 'समृद्ध सुखी परिवार' हाथ आयी। आपकी रुचि, मेहनत और समर्पण सम्मिलित रूप से प्रकट हुई है। एक पत्रिका जिसे एक पाठक घर के विचार-संस्कार को प्रबलित-परिष्कृत करने के उद्देश्य से सहेजता है, उस पत्रिका के गुणवत्ता के बारे में काफी कुछ कह जाता है।

—संजीव रंजन  
डिप्टी कमांडेंट,  
10 बी.एन.-सीआरपीएफ  
हावली, बरपेटा, असम



## कमल मालवीय



# गुरु पूर्णिमा

आषाढ पूर्णिमा के दिन गुरु पूजा मनाए जाने की परम्परा है। इसे व्यास पूर्णिमा भी कहा जाता है। उनके बारे में कहा जाता है कि व्यासो नारायण स्वयं अर्थात् वे ईश्वर का एक रूप यानी जगद्गुरु ही हैं। इसी दृष्टि से गुरु पूजा को व्यास पूजा भी कहा जाता है।

जीवन में आगे बढ़ने के लिए गुरु का होना अत्यंत आवश्यक है, पर आज गुरु-शिष्य परम्परा हास्यास्पद होता जा रही है। रेडिमेड कपड़ों की तरह झट से एक रेडिमेड गुरु को पकड़ो और झटपट दाल के छौंकन की तरह उसे दीक्षा लो और बस निवृत्त हो जाओ। गुरु भी तैयार हैं, भले ही व्यक्ति शिष्य बनने की पात्रता रखता न हो। आदिकाल में कई शिष्यों के एक गुरु होते थे। जैसे कौरव और पांडव, दुर्योधन और अर्जुन के एक ही गुरु थे गुरु द्रोणाचार्य, लेकिन आज एक शिष्य के अनेक गुरु होते हैं। उनका संबंध दिन भर अनेक विषयों के अनुसार गुरुओं से दिखता है। शायद इसलिए आज हमें द्रोणाचार्य तो अनेक

दिखते हैं, पर इस भीड़भाड़ में हमें एकलव्य कहीं नहीं दिखता।

इस पृथ्वी पर मनुष्य रामकृष्ण परमहंस के समय में और गुरु विरजानंद के समय में भी थे, परन्तु उन्हें बहुत ही कठिनाई से विवेकानंद और दयानंद जैसे शिष्य मिले थे। तब गुरु को उचित पात्र की चिंता रहती थी कि शिष्य ऐसे मिलें जो गुरुमंत्र को आत्मसात कर सकें। उसकी साधना कर सकें और उससे समाज का तथा विश्व का हित करें। आज शायद यह किसी का लक्ष्य नहीं- न गुरु का, न शिष्य का।

आज गुरु दीक्षा लेने और देने वालों को परमात्मा को पाने के लिए नहीं, बल्कि संसार के समस्त सुखों को प्राप्त करने के लिए दी और ली जा रही है। हम उस गुरु की बात नहीं समझते जो इस भवसागर से मुक्ति दिलाने का मार्ग प्रशस्त करता है। जब तक हम स्वयं को जानने का प्रयास नहीं करेंगे, हम प्रगति नहीं कर सकते।





**कि**सी के पास सब कुछ हो और किसी के पास कुछ न हो तो चोरियां होती हैं धन की, विचारों की और पद की। दो चोरियां जगजाहिर हैं, पर पद की चोरी नई जन्मी है। जिसके पास सब कुछ, वह स्वयंभू नेता और जिसके पास कुछ नहीं वह निरीह मतदाता। जब से यह परिभाषा बनाई गई है तभी से कुर्सी की चोरी शुरू हुई और तभी से नेता नाम बदनाम हुआ और तभी से मतदाता ढो रही है एक अनचाहा भार।

नेतृत्व की पुरानी परिभाषा थी, 'सबको साथ लेकर चलना, निर्णय लेने की क्षमता, समस्या का सही समाधान, कथनी-करनी की समानता, लोगों का विश्वास, दूरदर्शिता, कल्पनाशीलता और सृजनशीलता।' इन शब्दों को किताबों में डालकर अलमारियों में रख दिया गया है। नेतृत्व का आदर्श न पक्ष में है और न प्रतिपक्ष में। एक युग था जब सम्राट, राजा-महाराजा अपने राज्य और प्रजा की रक्षा अपनी बाजुओं की ताकत से लड़कर करते थे और इस कर्तव्य एवं आदर्श के लिए प्राण तक न्यौछावर कर देते थे। आज नारों और नोटों से लड़ाई लड़ी जा रही है, चुनाव लड़े जा रहे हैं- सत्ता

प्राप्त के लिए। जो जितना लुभावना नारा दे सके, जो जितना धन व्यय कर सके, वही आज मतदाता को भ्रमा सकता है।

वर्तमान माहौल में चुनाव की दस्तक साफ-साफ सुनाई दे रही है। इस वर्ष कुछ प्रांतों में विधानसभा के चुनाव होंगे और अगला साल लोकसभा चुनाव का है। इस परिप्रेक्ष्य में राजनीतिक दल अपने-अपने ढंग से चुनावों की तैयारियों में जुट गये हैं। गठबंधनों की बातें ही नहीं हो रही, गठबंधनों की रणनीतियां तैयार होने लगीं। तीसरा मोर्चा भी सामने आने की तैयारी में हैं। इसके लिए विभिन्न राजनीतिक दल समीकरण बनाने-बिठाने की जोड़तोड़ में जुटे हैं। कुछ राष्ट्रीय दलों में घमासान मचा हुआ है, भाजपा का उदाहरण सामने है। इन स्थितियों के बीच मतदाता को भी जागरूक होना है। आने वाले चुनाव में मतदाता इतने सशक्त रूप में अपनी भूमिका को प्रस्तुत करें कि राजनीतिक दल चुनाव के बाद उसकी अनदेखी करने का दुस्साहस न कर सके। यहां तक कि मतदाता को लुभाने की कोशिशों और उसे भ्रमाने के प्रयासों से भी राजनीतिक दल उपरत हों, यही वर्तमान की सबसे बड़ी अपेक्षा और एक सशक्त संदेश है।

राजा और प्रजा, शासक और शासित की यह व्यवस्था सदैव रही है और सदैव रहेगी। पद्धतियां बदलती रहती हैं। पहले राजा रानी के पेट से पैदा होता था और अब 'मत पेटी' से पैदा होता है। इसीलिये जनतंत्र में सबसे महत्वपूर्ण पहलू चुनाव है। यह राष्ट्रीय चरित्र का प्रतिबिम्ब है। जनतंत्र में स्वस्थ मूल्यों को बनाये रखने के लिए चुनाव की स्वस्थता और उसमें आम मतदाता की सक्रिय भागीदारी अनिवार्य है। राजनीतिक दलों से पहले मतदाता को जागना होगा। सभी राजनीतिक दल तो अपने घोषणा-पत्र प्रकाशित करते हैं- जनता को पांच वर्षों में अमीर बना देंगे, हर हाथ को काम मिलेगा, सभी के लिए मकान होंगे, सड़कें, स्कूल-अस्पताल होंगे, बिजली और पानी होगा। जनता मीठे स्वप्न लेती रहती है। कितने ही पंचवर्षीय चुनाव हो गये और कितनी ही पंचवर्षीय योजनाएं पूरी हो गईं पर यह दुनिया का आठवां आश्चर्य है कि कोई भी लक्ष्य अपनी समग्रता के साथ प्राप्त नहीं हुआ। मतदाता हर बार ठगा गया, भ्रमाया गया। फिर भी उसकी आंखें क्यों नहीं खुलती?

इसलिये चुनावों की तैयारी सिर्फ राजनीतिक दलों को नहीं करनी है, मतदाता को भी करनी होगी। पर क्या हम कोई तैयारी करते हैं? अथवा कोई तैयारी कर रहे हैं? राजनीतिक जोड़तोड़ और रेवडियां बांटने के खेल राजनीतिक दलों को ही मुबारक हों, लेकिन मतदाता की जागरूकता ही राष्ट्र को और लोकतंत्र को शुद्ध सांसे दे सकती है और इसके लिये व्यूह-रचना तो मतदाता को भी करनी होगी। मेरा वोट किसी को क्यों मिले? जिसे मैंने वोट दिया था, क्या वह मेरी अपेक्षाओं पर खरा उतरा है? वोट देने के मेरे निर्णय को गलत बातों ने तो प्रभावित नहीं किया था? जिसे मैंने वोट नहीं दिया था, क्या उसने अपनी कमियों को दूर करने की कोई कोशिश की है? ये और ऐसे अनेक सवाल हैं, जो मतदाता को लगातार खुद से पूछने होंगे। हमारा दुर्भाग्य यह है कि मतदाता की उदासीनता और उपेक्षा राजनीतिक भ्रष्टाचार एवं अपराधीकरण का सबसे बड़ा कारण है। मतदाता को सोचना होगा कि अपराधी हमारा वोट कैसे पा लेते हैं? राष्ट्र की धन-सम्पदा से खिलवाड़ करने वाले भ्रष्टाचारी हमारे आदर्श कैसे बन जाते हैं? क्यों हम भ्रष्टाचारियों, अवसरवादियों और अपराधियों को वोट देते हैं और फिर वे हम पर राज करते हैं? हम इन स्थितियों को चुपचाप स्वीकार किए रहते हैं। लेकिन आखिर कब तक? कब तक हम ठगे जाते रहेंगे? कब तक मूक दर्शक बनकर राष्ट्र को लूटा हुआ देखते रहेंगे?

सच बात तो यह है कि मतदाता का काम सिर्फ विवेकपूर्ण ढंग से वोट देना ही नहीं होता, इस बात की लगातार जांच करते रहना भी होता है कि उसके वोट का सही उपयोग हो रहा है या नहीं। सवाल राजनीतिक दलों के स्वार्थों का ही नहीं है, सवाल मतदाता के साथ अक्सर होने वाले विश्वासघात का है। और इस बात का भी है कि मतदाता स्वयं को जनतंत्र के योग्य बनाने के लिए क्या कर रहा है? विकास के नाम पर लम्बे-चौड़े बजट के बावजूद क्यों सूखे के हालात, अशिक्षा, बेरोजगारी, कुपोषण की स्थितियां देखनी पड़ती हैं? ऐसे सवालों का एक लम्बा सिलसिला मतदाता के दिमाग में उठना चाहिए। सवाल यह भी है कि राजनीतिक स्वार्थ अक्सर समाज और देश के हितों से बड़े क्यों हो जाते हैं?

आने वाले चुनावों में मतदाता को दोहरी भूमिका निभानी होगी- घर के मालिक की भी और घर के पहरेदार की भी। मालिक के नाते उसका कर्तव्य होगा कि वह जनता के हितों के ठेकेदार कहलाने वालों को ठोक बजाकर देखे-परखे। और घर के पहरेदार के नाते उसका कर्तव्य बनता है कि वह सिर्फ जागता ही नहीं रहे, सतत सावधान भी रहे। इसी जागरूकता और सावधानी का तकाजा है कि वह सत्ता में बैठने के इच्छुक लोगों की कथनी-करनी को विवेक के तराजू पर तोले। चूँकि उसे ही सबसे अधिक खोना और सबसे अधिक पाना है, इसलिए सबसे बड़ी जिम्मेदारी भी उसी की है। इस जिम्मेदारी को मतदाता वैयक्तिक स्तर पर भी निभाए- अपने आप से यह पूछकर कि उसके वोट देने का आधार क्या होगा। पहला निर्णय तो मतदाता को यह करना होगा कि उसे वोट देना ही है। फिर यह तय करना होगा कि वह 'गलत' के पक्ष में वोट नहीं देगा।

सच यह है कि हमारा पूरा का पूरा सिस्टम ही अंग्रेजों के जमाने की याद दिलाने वाला बना हुआ है। उस जमाने में सरकारी कर्मचारी का काम सिर्फ अपनी सरकार को संतुष्ट रखना होता था। उसे जनता के लिए जवाबदेही की कोई परवाह नहीं होती थी। कर्मोवेश यही सिलसिला आज भी चला आ

रहा है। चुनकर आने वाली सरकारें और राजनेता उसी ढर्रे पर चल रहे हैं। जनतंत्र में सबसे बड़ा अंकुश राजनीति का नहीं, जनमत का होना चाहिए। राजनीतिक दलों को यह अहसास होना जरूरी है कि उनकी पहली और अंतिम जवाबदेही इस देश के नागरिकों के प्रति है। उन्हें यह अहसास जनता ही करा सकती है। चुनाव एक अवसर होता है यह अहसास कराने का, लेकिन एकमात्र अवसर नहीं। हर मंच पर, हर संभव तरीके से अपने प्रतिनिधियों को यह बताना जरूरी है कि हमने उन्हें मर्यादाहीन और स्वार्थी आचरण का अधिकार नहीं दिया है।

मालिका





# घरोंदे नहीं, आशियां बनाएं



पदमचंद पटावरी

**सं**युक्त परिवार व्यवस्था के टूटन एवं परिवार व्यवस्था के साथ जुड़ रहे नये समीकरणों की सुगबुगाहट अब लुकाछिपी का खेल नहीं रहा। संयुक्त परिवारों के अतीत के ढेर सारे मीठे, पर एकाध कड़वे सच की गूंज अभी भी समाज की मधुर स्मृतियों में ओझल नहीं हुई हैं। किस प्रकार एक परिवार बनता था, चलता था और मान-मर्यादाओं के रथ पर सवार होकर प्रतिष्ठा के नये शिखरों का आरोहण करता था। आज एक नहीं, गिनाने के लिए सैकड़ों सैकड़ों परिवार हैं, जिनका अतीत कुछ और ही कह गया था। वे परिवार पूरे समाज के लिए नजीर हुआ करते थे। जब भी किसी आदर्श प्रतिमान की चर्चा होती, उन परिवारों को सिर्फ गिनाया ही नहीं जाता, उनका अनुकरण करने की सीख भी दी जाती थी।

आखिर क्या राज था इस व्यवस्था का, जिससे न सिर्फ परिवार व्यवस्था को वरन् पूरे समाज को एक दृष्टि और एक डोर में बांधकर रखने में अहम भूमिका का निर्वाह किया। अतीत पर विहंगम दृष्टि डालने के साथ एक के बाद एक पतें खोली जा सकती हैं, जिससे ज्ञात होता है कि एक के लिए सब और सबके लिए एक सिद्धांत की अनुपालना ने इस व्यवस्था को बराबर रखा। परिवार के अग्रज पर यह दायित्व है ताकि वे सबके हित साधन की चिन्ता करते हुए इस प्रकार का न्यायप्रिय स्वतः स्फूर्त अनुशासन स्थापित करे, जहां हर सदस्य चित्त समाधि एवं संतोष का अनुभव करे।

परिवार के वंश वृक्ष की हर टहनी जरूरी नहीं कि एक जैसी ही हो, सबकी क्षमताएं, अपेक्षाएं एवं आस्थाएं भिन्न हो सकती हैं, पर उन सबका रूप ही पूरे परिवार की शक्ति संयोजना में साधक बन सकता है। इस व्यवस्था में समर्पण सदैव शीर्ष पर रहा है। यदि समर्पण बिना शर्त है, तो सहिष्णुता के भाव भी जाग जायेंगे, तब आदी अवली बेला में दिमाग प्रश्नों में न उलझकर इन समस्याओं से बाहर आने के लिए कृतसंकल्पित होगा और तब पूरा परिवार इन कष्टदायी क्षेत्रों से बाहर निकल सकेगा। ठीक इसी प्रकार हर्ष और प्रसन्नता के क्षणों को मिल बांटने की प्रवृत्ति पूरे परिवार को खुशहाली से भरती हुई दिखाई देगी।

यह कहने में संकोच नहीं है कि वक्त के साथ परिवेश बदलते हैं। परिस्थितियां भी कुछ मोड़ लेने के लिए बाध्य हुई हैं। व्यापार व्यवसाय



के साथ-साथ शिक्षा दीक्षा के मानक भी बदले हैं। किसी भी स्थान विशेषज्ञ पर केन्द्रित परिवार व्यवस्था अब विकेंद्रित हो रही है। परिवार की बड़ी इकाई अब छोटी इकाई में तब्दील होती जा रही है। तुलनात्मक दृष्टि से देखें तो यह सुखद बात होनी चाहिए कि सर्वत्र विकास और समृद्धि की धारा बह रही है।

कभी कम पढ़ा लिखा हमारा समाज आज शिक्षा के क्षेत्र में भी ढेर सारी कामयाबियां हासिल कर रहा है, ऐसी स्थिति में परिवार के घटक प्रबुद्ध व्यक्तियों का विवेक स्वचिंतन तो अधिक मुखर और कारगर होना चाहिए। नई पीढ़ी को यह अहसास भी होना चाहिए कि हम आज जिस मुकाम पर पहुंचे हैं, उसमें हमारे दादा-दादी, माता-पिता सहित सभी प्रियजनों के कठिन श्रम की बूंदें कार्यकारी रही हैं। हमें यह मंजिल अनायास ही नहीं मिली है। ऐसी स्थिति में अब बारी हमारी है कि हम अपने दायित्व की छोह में अपने परिवार की इस इकाई को पर्याप्त सम्मान दें, कृतज्ञता के भाव प्रकट करें और पूरे परिवार के योगक्षेम के लिए सब कुछ करें, जिसकी नितांत आवश्यकता है।

जैन आचार्यों ने समय-समय पर सुसंस्कारित परिवार व्यवस्था की ओर अपने दृष्टि निर्देश देने के गुरुतर दायित्व का निर्वहन किया है। हमारे संस्कार और सांस्कृतिक धरोहर कैसे सुरक्षित रहे, यह सीख दी जाती रही है। हम सिर्फ सामाजिक ही नहीं, आध्यात्मिक भी हैं, यह संकेत धर्मसंघ के अलावा कहीं हम एकांगी विकास की तंग गलियों में भटक न जाएं। जहां जीवन है वहां मोड़-तोड़ भी आयेंगे, सुख-दुःख, मान-अपमान, यश-अपयश ये तो जीवनसंगी हैं। हां, इन क्षणों

में धर्म के संस्कार और सांस्कृतिक गौरव ही हमें कमजोर पड़ने से बचा सकेंगे।

आजकल कुछ लोग कह देते हैं कि कभी आशियां बनाने वाले लोग आजकल घरोंदे क्यों बना रहे हैं? तब हमारा पलटवार जबाब होना चाहिए कि हमें तो आशियां बनाने की आदत है और हम आशियां ही बनाते रहेंगे जिन्होंने सौ-सौ बार धूप झेलकर हमें छाह देने का प्रयास किया है, बीच की पीढ़ी के लोग यह न भूलें कि बड़ों के प्रति सद्ब्यवहार एवं विनम्रता की हमारी रीति-नीति और कार्यशैली की व्यक्त-अव्यक्त छाप हमारी भावी पीढ़ी पर पड़ने वाली है, जो पीढ़ी संभावनाओं के द्वार खोलने वाली है। यदि यह कार्यशैली अपनाई गई है तो अपने बच्चों को स्वतंत्र रूप से संस्कार देने के किसी प्रशिक्षण की जरूरत भी शायद न पड़े।

विडम्बना कहना ज्यादा उचित रहेगा कि उच्च शिक्षा और तत्पश्चात् जॉब के नाम पर परिवार बंटते जा रहे हैं। चिन्ता तब होती है, जब उसमें समायें लाखों करोड़ों के व्यापार पर उनके बच्चे काबीज होने से परहेज करते हैं और वे तथाकथित वैचारिक स्वतंत्रता के नाम पर जॉब करना चाहते हैं। ऐसे घरों की पढ़ी-लिखी बहुएं जॉब करने के पीछे तर्क देती हैं कि वे आखिर पूरे दिन करें भी क्या? जबकि कारणों की सूची कुछ और कहती है। समाज के अग्रगामी व्यक्तित्व इस भ्रामक सोच के खिलाफ एक शब्द भी नहीं बोलते। ज्यादा अच्छा होगा कि हमारी पढ़ी-लिखी पीढ़ी के सदस्य अपनी योग्यताओं, क्षमताओं और विशिष्टताओं को अपने व्यवसाय के साथ जोड़कर उसे बहुआयामी बनाने की कोशिश करें। ●

# जैसा समाज – वैसा परिवार



कुमार अबुज

**ज**ब समाज अपनी प्रारंभिक अवस्था में था तो परिवार की शुरुआती अवधारणाएं और परिणतियां अपने मूल व्यवहार में तमाम आडम्बरों से रहित थी। उनमें खुलापन, आजादी और यायावरी थी। सामंती समाज तक आते-आते परिवार पितृसत्तात्मक हो गया और पुष्ट हो गए। सामंती समाज ने ही उस बंद, कट्टर, सुरक्षित, रागात्मक परिवार की नींव डाली जिसकी चिंता आज की जा रही है। जाहिर है कि इस समाज के परिवार में एक पुरुष मुखिया होता है और उसकी इस अवस्थिति को बनाए रखने में समाज, परम्परा, कानून और धार्मिक व्याख्याएं शक्ति और सहायता प्रदान करती हैं। इस व्यवस्था में एक दास का होना आवश्यक है तभी परिवार का सामंती रूप पूर्ण हो सकता है। दासता के इस कार्यभार के लिए स्त्री को चुना गया। स्त्री को यह दासता गरिमापूर्ण लगे, इसके प्रति उसके मन में विद्रोह न हो इसलिए ममता, स्नेह, प्रेम, दायित्व, धर्म, कर्तव्य, शील आदि से उसे जोड़ा जाता रहा। लेकिन उसके नियम कभी भी स्त्री के लिए अनुकूल नहीं रहे। उसके लिए तो कैसे भी पति का प्रेम करना कर्तव्य और धर्म के अंतर्गत है। इस परिवार में स्त्री के शोषण के अनेक मान्य, प्रचलित और कठोर रूप रहे हैं।

हमारा समाज राजनीतिक, औपचारिक शिक्षा, तकनीकी, न्यायिक, संवैधानिक और स्वप्नशीलता के क्षेत्रों में सामंती नहीं रह गया है, भले ही रूढ़ियों, परम्पराओं, सामाजिक आचरणों, मान्यताओं, धार्मिक विश्वासों आदि में सामंतीपन का ही बोलबाला है। बल्कि इन्हीं वजहों से अभी तक परिवारों में सामंती परिवेश बना रह सका है। लेकिन धीरे-धीरे पूंजीवाद ने शासन और तंत्र के वर्चस्ववादी इलाकों में अपनी ध्वजा फहराई है। लोकतांत्रिक व्यवस्था उसे लिए सर्वाधिक सहायक हो सकती है। लोकतंत्र की आड़ ही उसे तानाशाह होने की सीधी बदनामी से रोकती है। लेकिन लोकतंत्र की उपस्थिति अपना काम करती है और परिवार में किसी एक की तानाशाही अथवा सामंती प्रवृत्ति के खिलाफ भी वातावरण बनाती है। जाहिर है कि यह पूंजीवादी, उत्तर-आधुनिक समाज भी अपने जैसा ही परिवार बनाएगा। जैसा समाज, वैसा परिवार। क्या हम भूल रहे हैं कि परिवार समाज की पहली इकाई है। ऐसा हो ही नहीं सकता कि समाज पूंजीवादी होता जाए और परिवार का चरित्र सामंती बना रहे।



स्त्री पर शासन आसान रहे इसलिए ही विवाहों में उम्र और शिक्षा को लेकर एक बेमेल परम्परा कायम की गई है जिसके तहत स्त्री का आयु पुरुष से कम और शिक्षा कमतर होना ही उचित मान लिया गया है। यदि वह आयु और शिक्षा में पुरुष से बड़ी या बराबर हुई तो इस बात का असर ज्यादा है कि उसे आसानी से शासित न किया जा सके। यद्यपि घरेलू, सामाजिक, औपचारिक, नैतिक और धार्मिक शिक्षा में इस बात की गारंटी कर दी गई है कि स्त्री समाज की पहली इकाई में प्रवेश करते ही किसी पुरुष का स्थायी उपनिवेश हो जाए। इसी तरह के संदर्भों में कहा जाता है कि स्त्री पैदा नहीं होती, बनायी जाती है। इस सामंती परिवार में पुरुष का जीवन सर्वाधिक आनंद में गुजरता है। गृहस्थी में उसकी जो मुश्किलें हैं वे एक नागरिक, मनुष्य और मुखिया की मुश्किलें तो हैं लेकिन गुलाम या शासित की उन मुश्किलों से बिल्कुल अलग हैं जो किसी मनुष्य की तमाम संभावना, प्रतिभा, स्वतंत्रता और चेतना को बाधित, कुठित और प्रायः असंभव कर देती हैं।

इस तरह परिवार में कुछ अन्य लक्षण सहज ही परिलक्षित होंगे, जो दरअसल सामंती व्यवस्था के सामाजिक-नागरिक लक्षणों से उत्पन्न हैं, जैसे स्त्री संपत्ति की तरह है और उसे अर्जित किया जा सकता है। उसे सुरक्षित करना जरूरी है अन्यथा घुसपैठ संभव है। वह पुरुष की प्रतिष्ठा का प्रश्न भी इसी वजह से है। चूँकि वह चल-संपत्ति है, इसलिए उसे अपने पास बनाए रखने के लिए हिंसा भी जायज है। इस परिवार में हिंसा के तमाम रूपों की उपस्थिति सहज रहती आई है। करुणा, दया, प्रेम, कृतज्ञता, नैतिकता, धार्मिकता और अभिनय का इस्तेमाल भी होता रहा है। हर स्थिति में उसका अधिकार दायम है, कर्तव्य प्राथमिक और अनिवार्य। पारिवारिक इकाई के इसी स्वरूप को तरह-तरह

से विकसित, महिमामंडित और दृढ़ किया गया। अब इसकी रागात्मकता, सहजता, कार्यकुशलता और व्यवस्था खतरे में है।

पूंजीवाद समाज में अर्थवाद, संबंधों की स्वार्थपरकता, मनुष्य से मनुष्य की हृदयहीनता, हर क्रिया में छिपा निवेश तत्व, प्रदर्शनकारिता, उपयोगितावाद, उपभोक्तावाद, बाजारवाद और आत्मकेन्द्रिकता के लक्षण प्रमुख हैं। इन लक्षणों को सब रोज-रोज अनुभव कर ही रहे हैं। इन्हीं विलक्षणताओं के कारण पूंजीवाद में प्रेम, मनुष्यता, रागात्मकता आदि का ही नहीं, बल्कि तन्त्रय संगीत, कला, साहित्य, अध्यवसाय का लोप होता जाता रहा है। इन्हीं सब बिंदुओं को आप परिवार पर लागू करें तो पायेंगे कि आज के परिवार का संकट यही है। अर्थात् वहां स्वार्थ, उपयोगितावाद, निवेश मनःस्थिति, आत्मकेन्द्रिकता का प्रवेश हो गया है और जीवन की रागात्मकता, हार्दिकता, सामूहिकता और संगीतमयता गायब है। यह होना है।

अभी जो पुराने परिवार के रूपक हैं और उदाहरणों की तरह टापू की तरह दिखते हैं वे सामंती अवशेष हैं। गांवों और कस्बों में सामंती रीतियां जाति, वंश, परिवार परम्परा, धार्मिकता के प्रभाव बाकी हैं अतएव वहां इन परिवारों का ध्वंस अभी उतना नजर नहीं आता, लेकिन पूंजीवादी समाज से उद्भूत और प्रभावित परिवार शहरों तथा महानगरों में आसानी से मिल जायेंगे। आगामी कुछ ही समय में ये 'पूंजीवादी समाज के परिवार' बड़ी संख्या में तब्दील होते जायेंगे। विवाह के लिए औपचारिक संस्कार गौण होते जायेंगे और करार के विधिक, मौखिक या सहमति के अन्य प्रकार स्वीकार्य होंगे। यह पूंजीवाद के चरित्र का ही हिस्सा है। इसी के चलते संभव है कि परिवार आजीवन संस्था न रहकर अल्पकालीन या आवश्यकतानुसार अनुबंध तक सीमित होती चली जाए। ●





डॉ. प्रेम गुप्ता

**जी**वन में दिशाओं के महत्व को कोई नकार नहीं सकता क्योंकि एक दिशा विशेष एक व्यक्ति कार्य करने पर मालामाल हो जाता है तो दूसरा व्यक्ति कंगाल और इसी तरह व्यक्ति जिस दिशा में कार्य करने से कंगाल हुआ होता है वहीं किसी दूसरे के लिए वरदान साबित होती है। ऐसे बच्चों के मामलों में भी देखने को मिलता है, जो बच्चे पढ़ने से मुंह चुराते हैं वो पाया गया कि वे गलत या वास्तुशास्त्रानुसार विपरीत दिशा में मुंह करके पढ़ रहे थे और जैसे ही उनको पूर्व, ईशान या उत्तर में मुंह करके पढ़ने को कहा गया तो पूरी स्थिति बदल गई तो यह दिशाओं का चमत्कार है क्योंकि दिशाएं वास्तु का प्रथम आधार है। वास्तु विज्ञान या वास्तु शिल्प में 'दिशा' को अभूतपूर्व स्थान प्राप्त है।

कई ग्रंथों में यहां तक उल्लेख मिलता है कि यदि वास्तु की दिशा सुधार दी जाए तो मानव की दशा स्वयमेव सुधर जाती है। दिशा विशेष के सुखदायी या दुखदायी होने के पीछे ठोस वैज्ञानिक प्रमाण हैं। प्रमाणिक तथ्य के बिना किसी दिशा को शुभ-अशुभ फलदायी नहीं कहा जा सकता। दिशाओं का संबंध जहां प्राकृतिक परिदृश्य से होता है, वहीं ग्रहों एवं नक्षत्रों से भी होता है। वास्तु के लगभग हर सिद्धांत में दिशा किसी स्थान विशेष पर बने वास्तु के लिए

# दिशा विशेष से दशा योग



कितनी लाभकारी सिद्ध होगी, यह वहां की भौगोलिक दशाओं पर भी निर्भर करता है।

वास्तु शास्त्र में दिशाओं के साथ ही 'विदिशाओं' को भी पर्याप्त महत्व दिया गया है। प्रत्येक दिशा या विदिशा में हमारे ऋषि-मुनियों ने देवताओं का निवास माना है और उसके अनुरूप गृह-निर्माण की योजना का निर्धारण किया है ताकि मनुष्य सुख-समृद्धि एवं आरोग्य के साथ जीवन जिए।

प्राचीन काल में दिशा ज्ञान के लिए 'ध्रुव तारे' को माध्यम बनाया जाता था, लेकिन वर्तमान में यह कार्य कम्पास (दिशा सूचक यंत्र) द्वारा संपन्न किया जाता है। अक्सर देखा गया है कि दिशाओं और विदिशाओं (कोणों) की अवहेलना करके बनाए गए भवन बहुत अनिष्टकारी सिद्ध होते हैं। इसका कारण है- विभिन्न वास्तुदोषों का उत्पन्न होना। हालांकि विभिन्न उपायों द्वारा इन वास्तुदोषों से काफी हद तक मुक्ति पायी जा सकती है, परन्तु बेहतर यह होगा कि निर्माण कार्य से पूर्व किसी विद्वान वास्तुविद् से दिशा-विदिशाओं के बारे में संपूर्ण जानकारी ले ली जाए। किसी वास्तुविद् ने ठीक ही कहा

है। दिशा-ज्ञान के अभाव में वास्तु शास्त्र कोरी कल्पना के सिवा कुछ नहीं है।

आधुनिक युग में एक सफल आर्किटेक्ट किसी भी भूखंड को सुंदर नक्शे का रूप देकर कक्षों का विभाजन कर सकता है। परन्तु अनेक विश्वविद्यालयों के 'आर्किटेक्चर' पाठ्यक्रम में दिशा-महत्व को स्थान नहीं दिया गया है। यही कारण है कि आर्किटेक्चर स्नातक भी दिशा के महत्व से अनभिज्ञ हैं। प्राचीन भारतीय विश्वविद्यालयों में वास्तु शास्त्र के विद्यार्थियों को दिशाओं का महत्व बड़ी गहराई से समझाया जाता था। इसके प्रमाण स्वरूप हम सिंधु घाटी सभ्यता की नगरीय व्यवस्था देख सकते हैं। कहने का तात्पर्य यह है कि एक सफल आर्किटेक्ट का एक सफल वास्तुविद् होना आवश्यक नहीं है। आज आवश्यकता इस बात की है कि प्राचीन ज्ञान एवं आधुनिक तकनीक का समुचित समावेश हो ताकि मानव के दुखों का समाधान हो सके।

विश्वविख्यात भविष्यवक्ता कोरी ने अपनी 'कनसेपशन्स' में इस बात की पुष्टि की है कि जिस प्रकार मानव-जीवन पर अंकों का प्रभाव है, उसी प्रकार दिशाओं का भी गहरा प्रभाव पड़ता है।

मनुष्य के भविष्य का निर्धारण दो दिशाएं करती हैं जो उसके मुख्य प्रवेशद्वार से लेकर भवन के हर कोने तक जुड़ी रहती है। दिशाओं से किसी व्यक्ति की संपन्नता या विपन्नता का पता आसानी से लगाया जा सकता है।

-315, कमला स्पेस,  
खिरा नगर के समीप  
एस.वी. रोड, सांताक्रुज (वेस्ट)  
मुम्बई-400057 (महाराष्ट्र)



विजय कुमार सिंह

**प्रा**चीन समय की बात है। एक कठोर स्वभाव वाला आदमी था। उसकी वाणी बहुत ही कर्कश थी। छोटे-बड़े किसी का लिहाज उसके भीतर नहीं था। इसका जो परिणाम होना चाहिए था, वही हुआ। वह जिधर जाता लोग उसे देखकर मुंह फेर लेते। उसके तने हुए चेहरे से लोगों के दिलों में तिरस्कार का भाव पैदा होता था। उस आदमी को यह सब अच्छा नहीं लगता था पर बेचारा अपने स्वभाव से लाचार था।

संयोग से एक दिन एक साधु वहां आए। वह आदमी उनसे मिलने गया और बोला, 'यह दुनिया बहुत बुरी है। मुझे उसने इतना सताया है कि आपसे कुछ नहीं कह सकता।' इसके बाद उसने लोगों की उपेक्षा की बात विस्तार से बताते



हुए कहा, 'मेरी समझ में नहीं आता कि क्या करूं?' साधु उस आदमी के चेहरे की कठोरता और उसकी तीखी भाषा को सुनकर समझ गए कि उसका रोग क्या है।

उन्होंने उससे कहा, 'जाओ, एक दीपक लेकर आओ और बाती के लिए रूई भी।' आदमी गया और दीपक तथा रूई ले आया। साधु ने कहा, 'दीपक में बाती डालो।' आदमी ने

## दीपक और बाती

बाती डाल दी। साधु फिर बोले, 'अब इसमें पानी भरो।' उस आदमी ने पानी भर दिया। साधु ने जब उससे दीपक जलाने को कहा। उस आदमी को बड़ा आश्चर्य हुआ। वह समझ नहीं पा रहा था कि आखिर पानी से दीपक कैसे जलेगा। उस आदमी ने दियासलाई लेकर दीपक जलाने का प्रयत्न किया। लेकिन वह जलता कैसे। उस आदमी ने कहा, 'यह तो जलता नहीं।'

इस पर साधु ने का, 'अरे पगले, जब दीये में स्नेह अथवा तेल नहीं पड़ेगा, यह जलेगा कैसे। तुम्हारे दीये में पानी पड़ा है। उसे फेंक दो और स्नेह डालो। तभी वह जलेगा और प्रकाश देगा।' उस आदमी को साधु की बातों का अर्थ समझ में आ गया। उस दिन से उसने अपने ऊपर नियंत्रण करना शुरू किया और लोगों से मीठा बोलने लगा। धीरे-धीरे लोगों का उसके प्रति व्यवहार भी बदल गया। ●



# क्यों रूढ़ियों से चिपटा जाए ?



महात्मा भगवानदीन

**चा**ल-चलन में हमको कुछ हक नहीं। उसमें अक्स को दखल कैसा? जो समाज कहे, जो राज कानून बना दे वैसे ही रहना! यानी मन की उमंग को कदम-कदम पर दबाना। मन की उमंगों को तो हमारी समझ भी वक्त दबाए रखती है, पर उसके दबाव और समाज व कानून के दबाव में बड़ा फर्क है।

मिसाल के लिए बच्चे पर मां का दबाव भी रहता है और गुरु का भी, पर मां के दबाव में बच्चा पनपने से नहीं रुकता। गुरु के दबाव में पनपने से रुकता है। समझ का दबाव मन पर तंदुरुस्त असर डालता है, पर समाज के बंधन और कानून की अड़चन उसका (मन का) दम पी लेते हैं। वह उभर ही नहीं पाता। जब मन में ठीक नहीं तब सुख कैसा।

अब हम ठहरे प्राणी और वह भी दस में मिल-बैठकर जीने वाले। हम अपने हर काम में किसी को रुलाते हैं, किसी को हंसाते हैं, किसी को दबाते और किसी को उकसाते हैं।

यह सच है कि हमारा छोटे-से-छोटा काम हमजोलियों पर किसी-न-किसी तरह का असर डालता है, पर यह और भी ज्यादा सच है कि हमारे हमजोली हमारी नीयत को जानते हुए भी इसका वही असर मानते हैं, जो उनके रिवाज ने सिखा रखा है। यानी हमारे सब काम हमारे और हमारे दोस्तों की नीयत की कसौटी पर नहीं कसे जाते, वह कसे जाते हैं, समाज के गढ़े हुए हुक्मों या राज के बनाए कानूनों की कसौटी पर।

अब देखना यह है कि समाज के कानून की जड़ में ऐसी क्या चीज है, जो उसको इस कदर मजबूत बनाए हुए कि मजबूत-से-मजबूत और समझदार-से-समझदार आदमी भी न उसको हिला सकता है, न उसमें कोई बदलाव कर सकता है। वह पाखंडवाद जिसको खोलकर यों कहा जा सकता है कि हमने धर्म और कानून की किताबों को हद से ज्यादा सही समझ रखा है और यह भी समझ रखा है कि वह हर वक्त, हर मुल्क में हमेशा हमारी ठीक-ठीक रहनुमाई करती रहेंगी, क्योंकि हमने यह मान रखा है कि वह ईश्वर या ईश्वर जितने जबरदस्त आदमी की कही हुई, लिखी हुई, बताई हुई हैं और यह कि उनको ठीक-ठाक पंडे ही समझ सकते हैं।

यह सब भी अगर हमने आजादी से समझा होता, तब भी हरजा न था, पर इतना भी समाज ने अपनी चालाकी से अपने सुभीते के लिए



हमारे दिल पर बचपन में ऐसा उकेर दिया है जैसे कोई पत्थर पर लोहे की कील से उकेर दे। यह मिटाना मुश्किल है, पर मिट सकता जरूर है।

यह ख्याल दूर किये बगैर हम एक कदम भी आगे नहीं बढ़ सकते। वह दो बातें हैं, पहला, चाल-चलन से ताल्लुक रखने वाले सब कामों का मोल हम तय करेंगे। दूसरे, अपने मोल पर काम करने और काम चलाने के पूरे इख्तियार और पूरी ताकत चाहेंगे। हम पैदाइशी बदनीयत नहीं हैं। समाज की सोहबत से बदनीयत बने हैं। समाज ने भी हमको जान-बूझकर बदनीयत नहीं बनाया, पर अपनी नासमझी से हमको मुनासिब आजादी न देकर बदनीयत बना दिया है। हम जब नेकनीयत से एक बात सोचते हैं और फिर उस पर अमल करते हैं तो हम बदनीयत बन जाते हैं और फिर बागी हो उठते हैं। नेकनीयत से सोचने के काम भी जब हम नहीं कर पाते, तब सुखी कैसे हो सकते हैं? और इस सुख की खातिर तो हम मचल उठेंगे और समाज के खिलाफ बगावत पर उतारू हो जायेंगे।

आदमी में मिल बैठने नाम की एक खासियत है। चाल-चलन उसी खासियत की हालत या हालतों का नाम है। जैसे पानी में प्यास बुझाने, टंडक पहुंचाने के नाम की खासियत है- पर बहना, जमना, हवा बन जाना उसका चलन है।

खासियत, यानी गुण अटल होते हैं। पर चलन हमेशा बदलता रहता है। चलन शब्द ही आप कह रहा है कि मुझे चलने और बदलने दो। खासियत और चलन दोनों मिलकर ही जान कहलाते हैं। चलन को अगर अलग माना जाए, जो असल में है नहीं, और उसकी कोई सिफत (बोल या परिभाषा) तय की जाए तो वह होगी,

‘जो हर छन बदलता रहे वह चलन है’ मतलब यह कि चाल-चलन के कायदे बदलते रहने चाहिए। पर समाज है कि उनको बदलने ही नहीं देता। आज की रूढ़ियों के पास आज टिके रहने की कोई काबलियत नहीं है। उसका यह हाल है कि वह आप ही आपस में टकराती है। ईश्वर की इच्छा जैसे मानी नहीं जा सकती, ठीक वैसे ही चाल-चलन के मामले में प्रकृति की इच्छा भी समझी नहीं जा सकती।

चाल-चलन के अटल नियम न धर्मशास्त्र रख सकते हैं और न साइंस तैयार कर सकती है। हवा बदलने पर चाल-चलन बदलेगा ही, जैसे पानी गरमी में उड़ेगा ही और सरदी में जमेगा ही।

पानी अगर बहते रहकर यह समझता है कि वह बेगुनाह है तो भूल करता है और अगर जमकर या उड़कर यह समझता है कि वह गुनाह करता है तो भी भूल करता है। ठीक उसी प्रकार आदमी अपने को गुनाहगार समझकर उतनी ही भूल करता है जितना अपने को बेगुनाह समझकर। भड़किए नहीं। बात यह है कि चाल-चलन के मामले में जमीर यानी अंतरात्मा एकदम खामोश रहती है, तभी तो बच्चा बेगुनाह कहा गया है।

बच्चे की अंतरात्मा बच्चे को कभी गुनाहगार नहीं समझती, भले ही वह कुछ कर ले। उसकी बाहरी आत्मा ने चाल-चलन का न अभी खुद ही मोल लगाया है और न समाज के लगाये मोल को माना है। कोई काम ऐसा है नहीं जो अपने आप में पूरा नेक या पूरा बद हो। फिर अंतरात्मा खामोश न रहे तो क्या करे। अब सुख इसी में है कि हम अपने कामों का आप ही मोल लगाएं। ●



## प्रो. अश्विनी केशरवानी

### ‘मोर गौरव जगन्नाथ’

जगन्नाथजी हमारे गौरव हैं समुद्र तट पर स्थित पुरी भागवान जगन्नाथ, बलभद्र और सुभद्राजी की के कारण ‘जगन्नाथ पुरी’ कहलाती है जो चारों धाम में एक है। रथयात्रा यहां का एक प्रमुख पर्व है। इस पर्व में देश-विदेश के हजारों-लाखों दर्शनार्थी और पर्यटक बड़ी श्रद्धा के साथ सम्मिलित होते हैं। यहां की मूर्ति और स्थापत्य कला और समुद्र का मनोरम किनारा पर्यटकों को आकर्षित करने के लिए पर्याप्त है। कोणार्क को अद्भूत सूर्य मंदिर, भगवान बुद्ध की अनुपम मूर्तियों से सजा धौलगिरि और उदयगिरि की गुफाएं, जैन मुनियों की तपस्थली खंडगिरि की गुफाएं, लिंगराज, साक्षी गोपाल और भगवान जगन्नाथ मंदिर दर्शनीय है। पुरी और चंद्रभागा का मनोरम समुद्री किनारा, चंदन तालाब, जनकपुर और नंदनकानन अभयारण्य बड़ा ही मनोरम और दर्शनीय है। रथयात्रा एक ऐसा पर्व है जिसमें भगवान जगन्नाथ चलकर जनता के बीच आते हैं और उनके सुख दुख में सहभागी होते हैं। ‘...सब मनिसा मोर परजा’ सब मनुष्य मेरी प्रजा है, ये उनके उद्गार हैं। भगवान जगन्नाथ तो पुरुषोत्तम हैं। उनमें श्रीराम, श्रीकृष्ण, बुद्ध, महायान का शून्य और अद्वैत का ब्रह्म समाहित है। उनके अनेक नाम हैं, वे पतित पावन हैं।

आषाढ शुक्ल द्वितीया को भगवान जगन्नाथ, बलभद्र और सुभद्राजी की जनकपुर यात्रा रथ में बिठाकर करायी जाती है। भगवान जगन्नाथ के रथ को ‘नंदीघोष’ कहते हैं जो 65 फीट लंबा, 65 फीट चौड़ा और 45 फीट ऊंचा होता है। इसमें 7 फीट व्यास के 17 पहिये लगे होते हैं। इसी प्रकार बलभद्रजी के रथ को ‘तालध्वज’ और सुभद्राजी के रथ को ‘देवलन’ कहा जाता है जो जगन्नाथ जी के रथ से कुछ छोटे होते हैं। इन रथों को खींचने के लिए गांव-गांव से हजारों-लाखों लोग आते हैं। पुरी में प्रथम पूजा और रथ को खींचने का प्रथम अधिकार वहां के तत्कालीन राजा को था। आज भी उनके वंशज इस परम्परा को निभाते हैं। विशाल जनसमुदाय इस रथयात्रा का आनंद और पुण्य लाभ लेते हैं। नारियल, लाई, गजामूंग और मालपुआ का प्रसाद विशेष रूप से इस दिन मिलता है। तीनों रथ गुडिचा मंदिर (मौसी के घर, जिसे जनकपुर भी कहते हैं) में आकर रूक जाती है। यहां भगवान आठ दिन रहकर विजयादशमी को मंदिर लौट आते हैं।

जनकपुर में भगवान जगन्नाथ दसों अवतार का रूप धारण करते हैं.. विभिन्न धर्मों और मतों के भक्तों को समान रूप से दर्शन देकर

# लोकपर्व रथयात्रा



तृप्त करते हैं। इस समय उनका व्यवहार सामान्य मनुष्यों जैसा होता है।

मौसी के घर अच्छे अच्छे पकवान खाकर भगवान जगन्नाथ बीमार हो जाते हैं। तब यहां पथ्य का भोग लगाया जाता है जिससे भगवान शीघ्र ठीक हो जाते हैं। रथयात्रा के तीसरे दिन पंचमी को लक्ष्मीजी भगवान जगन्नाथ को ढूंढते यहां आती हैं। तब द्वैतापति दरवाजा बंद कर देते हैं जिससे लक्ष्मीजी नाराज होकर रथ का पहिया तोड़ देती है और ‘हेरा गोहिरी साही’ पुरी का एक मुहल्ला जहां लक्ष्मी जी का मंदिर है, उसमें लक्ष्मीजी लौट आती हैं। बाद में भगवान जगन्नाथ लक्ष्मीजी को मनाने जाते हैं। उनसे क्षमा मांगकर और अनेक प्रकार के उपहार देकर उन्हें प्रसन्न

करने की कोशिश करते हैं। इस आयोजन में एक ओर द्वैतापति भगवान जगन्नाथ की भूमिका में संवाद बोलते हैं तो दूसरी ओर देवदासी लक्ष्मीजी की भूमिका में संवाद करती है। लोगों की अपार भीड़ इस रूठन और मनौव्वल के संवाद को सुनकर खुशी से झूम उठते हैं। सारा आकाश जयश्री जगन्नाथ... के नारों से गूंज उठता है। लक्ष्मीजी को भगवान जगन्नाथ के द्वारा मना लिए जाने को विजय का प्रतीक मानकर इस दिन को ‘विजयादशमी’ और वापसी को ‘बोहतड़ी गोंचा’ कहा जाता है। रथयात्रा में पारम्परिक सद्भाव, सांस्कृतिक एकता और धार्मिक सहिष्णुता का अद्भूत समन्वय देखने को मिलता है।

कल्पना और किंवदंतियों में जगन्नाथपुरी





उड़ीसा प्रदेश से जुड़े छत्तीसगढ़ के अनेक गांवों, कस्बों और शहरों में रथयात्रा को बड़े धूमधाम, श्रद्धा और भक्तिभाव के साथ मनाया जाता है। जिस प्रकार राजा-महाराजा, जमींदार, मालगुजार रत्नपुर की महामाया देवी और सम्बलपुर की समलेश्वरी देवी को अपने नगरों में 'कुलदेवी' के रूप में प्रतिष्ठित किये हैं, वैसे ही जगन्नाथ धाम की यात्रा करके भगवान जगन्नाथ, बलभद्र और सुभद्राजी की विग्रह मूर्तियों को अपने नगरों में स्थापित कर पुण्य लाभ प्राप्त करते रहें हैं।

का इतिहास अनूठा है। आज भी रथयात्रा में जगन्नाथजी को दावतारों के रूप में पूजा जाता है, उनमें विष्णु, कृष्ण और वामन भी हैं और बुद्ध भी। अनेक कथाओं और विश्वासों और अनुमानों से यह सिद्ध होता है कि भगवान जगन्नाथ विभिन्न धर्मों, मतों और विश्वासों का अद्भूत समन्वय है। जगन्नाथ मंदिर में पूजा पाठ, दैनिक आचार-व्यवहार, रीति-नीति और व्यवस्थाओं को शैव, वैष्णव, बौद्ध, जैन यहां तक तांत्रिकों ने भी प्रभावित किया है। भुवनेश्वर के भास्करेश्वर मंदिर में अशोक स्तम्भ को शिव लिंग का रूप देने की कोशिश की गयी है। इसी प्रकार भुवनेश्वर के ही मुक्तेश्वर और सिद्धेश्वर मंदिर की दीवारों में शिव मूर्तियों के साथ राम, कृष्ण और अन्य देवताओं की मूर्तियां हैं। यहां जैन और बुद्ध की भी मूर्तियां हैं पुरी का जगन्नाथ मंदिर तो धार्मिक सहिष्णुता और समन्वय का अद्भूत उदाहरण है। मंदिर के पीछे

विमला देवी की मूर्ति है जहां पशुओं की बलि दी जाती है, वहीं मंदिर की दीवारों में मिथुन मूर्तियां चौंकाने वाली हैं। यहां तांत्रिकों के प्रभाव के जीवंत साक्ष्य भी हैं।

उड़ीसा प्रदेश से जुड़े छत्तीसगढ़ के अनेक गांवों, कस्बों और शहरों में रथयात्रा को बड़े धूमधाम, श्रद्धा और भक्तिभाव के साथ मनाया जाता है। जिस प्रकार राजा-महाराजा, जमींदार, मालगुजार रत्नपुर की महामाया देवी और सम्बलपुर की समलेश्वरी देवी को अपने नगरों में 'कुलदेवी' के रूप में प्रतिष्ठित किये हैं, वैसे ही जगन्नाथ धाम की यात्रा करके भगवान जगन्नाथ, बलभद्र और सुभद्राजी की विग्रह मूर्तियों को अपने नगरों में स्थापित कर पुण्य लाभ प्राप्त करते रहें हैं। यहां के हर गांवों में और घरों में जगन्नाथजी का मंदिर अवश्य मिलेगा।

छत्तीसगढ़ में रथयात्रा की तिथि को बड़ा शुभ दिन माना जाता है। इस दिन कोई भी शुभ

कार्य किया जाता है। बेटों विदा और बहू को लिवा लाने की विशेष परम्परा है। बच्चे, बूढ़े सब नये कपड़े पहनकर रथ यात्रा में सम्मिलित होते हैं। इस दिन नाते-रिश्तेदारों के घर मेवा-मिष्ठान भिजवाने की प्रथा है। यह लोक भावना से जुड़ी परंपरा है। इससे सद्भावना का विकास होता है। इसमें जात-पात का भेद नहीं होता। रथ को खींचकर नारियल, लाई और गजामुंग का प्रसाद ग्रहण करते हैं। चाम्पा में इस दिन विशेष रूप से मालपुआ बनाकर खाने की परम्परा है जो अन्यत्र देखने को नहीं मिलता। इस दिन सभी अपने अपने स्वजनों, परिजनों और ईष्ट मित्रों के घर मेवा मिष्ठान आदि भेजकर सद्भाव प्रदर्शित करते हैं। सुदूर बस्तर में तो इसे 'गोन्चा परब' के रूप में विशेष रूप से मनाया जाता है।

—राघव, डागा कालोनी,  
चांपा-495671  
(छत्तीसगढ़)



## सवाल-जवाब



आन्द्रे मोर्वा

**जी**वन की निराशाओं का एक बड़ा कारण यह है कि हम ऐसे प्रश्नों के समाधान ढूंढते फिरते हैं जो प्रश्न स्वयं ही गलत हैं। हमारा प्रश्न होता है— मुझ ऐसा प्रेम-पात्र कैसे मिले जो सब प्रकार से सुंदर, निर्दोष और निस्वार्थ हो। ऐसी कौन-सी व्यवस्था हम खोज निकालें कि हमारे देश में सदा के लिए सब प्रकार की समृद्धि और शांति स्थापित हो जाए। मैं कौन-सा

पेशा अपनाऊं कि मैं ऊंचे से ऊंचे पद पर पहुंच जाऊं। जो व्यक्ति अपनी समस्याओं को इस रूप में रखते हैं, उनके लिए कोई भी व्यक्ति संतोषप्रद समाधान प्रस्तुत नहीं कर सकता। तो फिर हमारे प्रश्नों का सही रूप क्या हो? यह— मैं ऐसा प्रेम पात्र कहा पाऊं जो यद्यपि मेरा ही तरह कमजोरियां रखता हो, किन्तु जिसके साथ पारस्परिक सद्भावना के आधार पर प्रगाढ़ मैत्री का संबंध स्थापित किया जा सके, जो हमें संसार के आघातों को सहने की शक्ति दे। मेरा देश कौन-से गुण प्राप्त करने के लिए कठोर श्रम करें कि उसका अस्तित्व खतरे में पड़ जाए। मैं अपना समय और अपनी शक्ति किन उद्देश्यों के प्रति अर्पित करूं कि आत्मविश्वास के साथ उनकी प्राप्ति की ओर अग्रसर हो सकूं। ●

# टूटते परिवार – बिखरता समाज



मनोज कुमार

हमारे प्राचीन ग्रंथ में कहा गया है, 'वृद्धवाक्यैर्विना नूनं नैवोत्तरं कथंचना।' अर्थात् वृद्ध लोगों के वाक्यों के बिना किसी प्रकार का भी निस्तार नहीं है। इसी तरह एक फारसी लोकोक्ति है, 'ज़्यारते बुजुर्गा कफ़ारह-ए-गुनाह।' अर्थात् वयोवृद्ध का सम्मान करने से पापों का नाश होता है। संयुक्त परिवार में वृद्ध परिवार के मुखिया होते थे और उनकी बातों को महत्व दिया जाता था। 'टूटते परिवार और बिखरता समाज' के इस दौर में आज इन संस्कारों का अर्थ नहीं रह गया। आज के संदर्भ में तो यह सटीक बैठता है।

**उत्साहशक्तिहीनत्वाद् वृद्धो दीर्घामयस् तथा।  
स्वैरेव परिभूयते द्वावप्येतावसंशयाम्॥**

अर्थात् इसमें कोई संदेह नहीं कि वृद्ध व्यक्ति में उत्साह एवं शक्ति में कमी होती है क्योंकि वे स्वजनों द्वारा ही तिरस्कृत होते हैं। आज की युवापीढ़ी बूढ़ों को बदरिश्त नहीं कर पा रही है। शायद भौतिकवादी इस युग में उन्हें धन ही सबसे बड़ी चीज दिखती है।

संयुक्त राष्ट्र ने 1994 को अंतर्राष्ट्रीय परिवार वर्ष घोषित किया था। समूचे संसार में लोगों के बीच परिवार की अहमियत बताने के लिए हर साल 15 मई को अंतर्राष्ट्रीय परिवार दिवस मनाया जाने लगा है और यह सिलसिला जारी है। परिवार की महत्ता समझाने के लिए विभिन्न कार्यक्रम आयोजित किये जाते हैं। इस दिन के लिए जिस प्रतीक चिन्ह को चुना गया है, उसमें हरे रंग के एक गोल घेरे के बीचोंबीच एक दिल और घर अंकित किया गया है। इससे स्पष्ट है कि किसी भी समाज का केन्द्र (दिल) परिवार ही होता है। परिवार ही हर उम्र के लोगों को सुकून पहुंचाता है।

अथर्ववेद में परिवार की कल्पना करते हुए कहा गया है-

**अनुव्रत पितुः पुत्रो मात्रा भवतु संमनाः।**

**जाया पत्ये मधुमतीं वदतु शन्तिवाम्॥**

अर्थात् पिता के प्रति पुत्र निष्ठावान हो। माता के साथ पुत्र एकमन वाला हो। पत्नी पति से मधुर तथ कोमल शब्द बोले।

परिवार कुछ लोगों के साथ रहने से नहीं बन जाता। इसमें रिश्तों की एक मजबूत डोर होती है, सहयोग से अटूट बंधन होते हैं, एक-दूसरे की सुरक्षा के वादे और इरादे होते हैं। हमारा यह फर्ज है कि इस रिश्ते की गरिमा को बनाए रखें। हमारी संस्कृति में, परम्परा में पारिवारिक एकता पर हमेशा से बल दिया जाता रहा है।

पॉलिटिक्स में कही अरस्तू की बातें मानें तो, "परिवार तो मनुष्य की दैनिक आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए प्रकृति द्वारा स्थापित एक संस्था है।"



परिवार एक संसाधन की तरह होता है। परिवार की कुछ अहम जिम्मेदारियां भी होती हैं। इस संसाधन के कई तत्व होते हैं।

**दूलन यह परिवार सब, नदी नाव संजोग।**

**उतरि परे जहं-तहं चले, सबै बटाऊ लोग॥**

आज विश्व बड़ी तेजी से बदल रहा है। पारिवारिक संसाधन को अक्षुण्ण रखने हेतु इस बदलते विश्व में परिवार की जिम्मेदारियां भी काफी बढ़ गई हैं। परिवार से जुड़े मुद्दों के प्रति हमें गंभीरता से विचार करना चाहिए।

पॉलिटिक्स में कही अरस्तू की बातें मानें तो, "परिवार तो मनुष्य की दैनिक आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए प्रकृति द्वारा स्थापित एक संस्था है।"

औद्योगीकरण, आधुनिकीकरण व वैश्वीकरण के कारण हमारी सामाजिक मान्यताएं बदलती जा रही हैं। हमारे देश की पारिवारिक पद्धति भी इससे अछूता नहीं है। पिछले डेढ़-दो दशक में पारिवारिक पद्धति, खासकर संयुक्त परिवार के रूप में काफी बदलाव आता गया है। इसका असर पूरे विश्व में और खासकर भारत में तो काफी बुरा पड़ा है। बीते समय के साथ संयुक्त परिवार का स्वरूप टूट कर लघु से लघुतम परिवार में बदलता गया है।

संयुक्त परिवार में जहां सामुदायिक भावना होती है वहीं छोटे-परिवार में व्यक्तिगत भावना प्रधान होती है। जहां व्यक्तिगत भावना हावी होगी वहां स्वार्थ का आ जाना स्वाभाविक है। सब अपना-अपना सोचने लगते हैं। संयुक्त परिवार में सब एक-दूसरे के प्रति प्यार व सम्मान दर्शाते हैं और सबकी आवश्यकताओं को हर कोई मिलकर पूरी करता है। कोई भेदभाव नहीं होता। हर कोई सुख-दुःख में हर किसी के साथी होते

हैं। जैनेन्द्र का कहना है, "परिवार मर्यादाओं से बनता है परस्पर कर्तव्य होते हैं, अनुशासन होता है और उस नियत परम्परा में कुछ जनों की इकाई हित के आसपास जुटकर ब्यूह में चलती है। उस इकाई के प्रति हर सदस्य अपना आत्मदान करता है, इज्जत खानदान की होती है। हर एक उससे लाभ लेता है और अपना त्याग देता है।"

कुछ खामियां भी हैं, जैसे गोपनीयता का अभाव और छोटी-छोटी बातों पर तनाव व आंतरिक कलह। इसके अलावा संयुक्त परिवार की अपेक्षा छोटा परिवार चलाना काफी सुगम होता है। आर्थिक विकास के कारण गांवों से शहरों की तरफ जो लोगों का पलायन बढ़ा तो छोटे परिवार रखना आवश्यक हो गया। ऐसे परिवार में व्यक्तिगत अधिकारों पर ज्यादा जोर दिये जाने के फलस्वरूप घर के वातावरण में परिवर्तन आने लगा। बच्चों के ऊपर अंकुश की कमी हो जाने से युवा पीढ़ी अधिक उच्छ्रंखल हो गई। बुजुर्गों के प्रति सम्मान में कमी आने लगी है। वे अपने को उपेक्षित महसूस करते हैं। अकसर ही घर के बुजुर्गों को यह कहते सुना जा सकता है कि हमारे जमाने में इतना बड़ा परिवार था और हम सब सुख-दुःख बांट कर काफी हंसी-खुशी के दिन बिताया करते थे। वे बात आज कहां।

भास के दूतावक्यम् मे कहा गया है-  
**कर्तव्यो भ्रातृषु स्नेहो विस्मर्तव्या गुणेतराः।**

**संबंधो बंधुभिः श्रेयांल्लोकयोरुभयोरपि॥**

दोषों को भूलकर भाइयों पर केवल स्नेह करना चाहिए, बंधुओं से प्रेम स्थापित करना लोक-परलोक दोनों के लिए लाभदायक होता है। ●





## रामकिशोर सिंह 'विरागी'

परिवार परिचालन में विवेक का होना अनिवार्य है। बिना विवेक के परिवार का परिचालन सम्यक् रूप से होना संभव नहीं है। विवेक के अभाव में, अस्त-व्यस्त मन में, क्षुब्ध हृदय से और विचलित अंतःकरण से जैसे-तैसे, हड़बड़ी से, बिना सोचे-समझे निश्चय और निर्णय करते हुए परिवार का परिचालन अगर किया जाता है तो परिवार में क्षोभ उत्पन्न होकर पनपता है और बढ़ता है और यही आगे चलकर विस्फोटक रूप धारण कर लेता है जिससे परिवार में विखंडन होता है। परिवार विखंडित होकर बंटना शुरू हो जाता है। परिवार टूट-टूट करके अलग होता चला जाता है। बंटवारा का सिलसिला चालू हो जाता है। आज यही कारण है कि परिवार में संयुक्त परिवार में दादा और परदादा तक से जुड़े पारिवारिक सदस्य रहते आए हैं। कुछ समय पूर्व अपने पिता के भाई (चाचा, ताऊ) तक का परिवार साथ रहता चला आ रहा था। परन्तु अब अपने पिता और पिता के भाई के परिवार के लोग भी साथ नहीं रहते हैं। अब तो यहां तक हो गया है कि अपने भाई के परिवार लोग भी साथ नहीं रहते हैं। और अब यह भी हो रहा है कि अपने माता-पिता के साथ पुत्र का परिवार भी साथ नहीं रहने लगा है। यह सिलसिला भी शुरू हो गया है और शुरू होकर बढ़ रहा है बढ़ता चला जा रहा है।

इसका एकमात्र कारण है परिवार के परिचालन में विवेक का अभाव। परिवार में जितने सदस्य होते हैं उसके सुख-दुःख को समझना, समझते रहना और समझते हुए या समझ करके उसका निवारण करना या करते रहना जरूरी है। परस्पर परिवार के सदस्यों के बीच तालमेल होना जरूरी है। तालमेल में एक-दूसरे की आवश्यकता क्या

# पारिवारिक परिचालन



है? इसकी जानकारी होना जरूरी है। आवश्यकता को जान करके उसकी पूर्ति करना या होना जरूरी है। कहीं किसी के मन और हृदय में किसी के व्यवहार और आचरण से क्षोभ और पीड़ा है तो उसको समझना जरूरी है। क्षोभ और पीड़ा पहुंचाने वाले व्यवहार और आचरण में संशोधन और सुधार जरूरी है। यह सुधार हमेशा होते रहना जरूरी है। परिवार के प्रत्येक सदस्य को एक-दूसरे की आवश्यकता और पीड़ा की सूचना हो और उसका समयानुसार शीघ्रतापूर्वक समाधान हो तो परिवार का परिचालन ठीक ढंग से हो सकता है।

परिवार के परिचालन में भी परिवार के हर सदस्य चाहे छोटा हो, बड़ा हो, बुजुर्ग हो, युवा हो, बच्चा हो, महिला हो, बेटा हो, बहु हो, हर सदस्य की बात पर ध्यान देना जरूरी है। हर सदस्य की आवश्यकता को ध्यान रखते हुए

उसकी पूर्ति करना जरूरी है। परिवार के हर सदस्य की पीड़ा का निवारण करना जरूरी है। हालांकि अब टूटते हुए परिवारों में पति-पत्नी और बच्चे रह जाते हैं। पति-पत्नी और अपने बच्चों का ही परिवार है। संयुक्त परिवार जो टूट चुका है उसका निर्माण तो इस दूषित वातावरण में संभव नहीं है। लेकिन जो पति-पत्नी और बच्चों का परिवार है उसका भी परिचालन ठीक ढंग से नहीं हुआ तो यह भी दूषित होगा और कलह-क्लेश से भर जायेगा। परिवार में शांति और आनंदमय वातावरण के लिए सभी के हित का ध्यान रखना अनिवार्य है। सभी की बातों को सुनना और उन बातों पर विचार करना अनिवार्य है, नहीं तो यह लघुतम परिवार भी विखंडित हो जाएगा।

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



## जैसी दृष्टि-वैसी सृष्टि

एक गुरुजी के दो चेले थे। दोनों ही बड़े समर्पित थे। गुरु और शिष्यों में अच्छा संबंध था। एक दिन गुरुदेव ने एक शिष्य से पूछा-बोलो, संसार कैसा है? तुम्हें ये दुनिया कैसी लग रही है। शिष्य ने हाथ जोड़कर कहा-गुरुवर! यह दुनिया बहुत बुरी है। चारों ओर अंधकार ही अंधकार है। आप देखें, एक दिन है और रातों दो।

दो रातों के बीच एक दिन आता है। पहले रात थी। अंधेरा ही अंधेरा। फिर दिन आया। उजाला ही उजाला। फिर रात आएगी। अंधेरा छा जाएगा। एक बार उजाला दो बार अंधेरा, अंधेरा ज्यादा और प्रकाश कम। इस जगत का यह अनोखा माया जाल।

गुरुदेव ने दूसरे शिष्य से भी यही प्रश्न पूछा। उस शिष्य ने गहराई से चिंतन कर कहा-पूज्यवर! जगत बहुत अच्छा है। प्रकाश ही प्रकाश है। रात बीती, उजाला हुआ। सर्वत्र प्रकाश फैल गया। प्रकाश आते ही अंधकार खत्म हो गया। लोगों का यातायात प्रारंभ हो गया। सब में स्फूर्ति का संचार हो गया। प्रातःकाल का समय सबको बड़ा सुहावना लगता है। सुबह का शांत समय

मनमोहक होता है। यह जगत कितना अच्छा है। दिन व्यतीत होते ही रात आई। रात बीती, फिर दिन आया। इस तरह दो दिनों के बीच महज एक रात आती है। प्रकाश अधिक और अंधेरा कम। दो बार प्रकाश आता है और एक बार अंधेरा। इस लिहाज से कह सकता हूँ कि यह दुनिया बहुत सुंदर और रंगीन है।

गुरु ने दोनों के उत्तर सुने। लेकिन दृष्टि का अंतर होने से एक को प्रकाश अधिक दिखाई दिया, दूसरे को अंधकार। एक ने प्रकाश को अधिक महत्व दिया और दूसरा अंधकार के चक्र में फंसकर रह गया। गुरु ने दोनों से कहा-वत्स, यह दुनिया वैसी ही है जैसी तुम इसे देखते हो।

—विपिन जैन, लुधियाना



## पुष्पा सिंधी

**स**मय के परिवर्तित होते मौसमों का नाम है जिन्दगी। सृजन-सर्जन की क्रमवार की आवा-जाही का नाम है जिन्दगी। आज नारी अस्मिता का प्रश्न एक फैशन नहीं वरन् परम्परा और आधुनिक बोध का सतत् चलने वाला द्वंद्व है। कालान्तर में भी नारी अपने अस्तित्व की तलाश करती रही और आज भी कहीं न कहीं उसकी यह तलाश जारी है।

**पत्थर की लक्ष्मी पूज रहे,  
गृह लक्ष्मी को स्थान नहीं।  
जो मेरुदण्ड होती घर का,  
उसका कोई सम्मान नहीं।**

भारतीय संविधान में पुरुषों के समान नारी को अधिकार दिये गये हैं परन्तु आधी आबादी जो महिलाओं की है, उसे इस चीज का कितना ज्ञान है, यह एक गंभीर प्रश्न है? नारी को अनेक विधि-विधानों और नियम-कानूनों से बांधने की चाह पुरुष प्रधान समाज में सिर उठाये खड़ी है। सिक्के का दूसरा पहलू यह भी है कि भारतीय महिलाओं की स्थिति में बीते दशकों में काफी परिवर्तन आया है। उसका व्यक्तित्व पति की अनुगामिनी नहीं सहचरी के रूप में प्रस्फुटित हो रहा है। प्रशासन, विज्ञान, शिक्षा, स्वास्थ्य, खेल सहित सभी क्षेत्रों में धैर्य, लगन, कर्तव्यनिष्ठा और साहस जैसे विशिष्ट गुणों की बढौलत सफलता का अप्रतिम इतिहास रचा है। मैत्रेयी-गार्गी से रानी लक्ष्मीबाई और आज भारत का सर्वोच्च पद प्रधानमंत्री श्रीमती इंदिरा गांधी व राष्ट्रपति प्रतिभा पाटिल तक पहुँचाने वाली नारी ने बहुमुखी कर्तृत्व को उजागर किया है।

स्वतंत्रता व समान अधिकारों के नाम पर स्वच्छंदता तो कहीं अपने पैर नहीं पसार रही है? बढ़ता हुआ तलाक का ग्राफ, टूटते परिवार-बिखरते रिश्ते, दिन-ब-दिन खुल रहे वृद्धाश्रम में अपनी संस्कृति को कहां खोजे? गौत्र विवाद व प्रेम विवाह के चलते ऑनर किलिंग तथा लिव इन रिलेशनशिप अर्थात् बिना विवाह किए साथ में रहना जैसी विसंगतियां भविष्य के द्वार पर दस्तक देने का प्रयास कर रही हैं। न्यू ईयर, वेलेन्टाइन डे के अर्थ का अनर्थ करती हुई युवा पीढ़ी प्रेम-प्रदर्शन के नाम पर तमाम सामाजिक हर्दें पार कर रही हैं। डिस्को पार्टियों-क्लबों में थिरकते तन-मन नैतिक पतन के गर्त में जा रहे हैं। जीवन का पर्याय बनता जा रहा यह सरूर हमारी चेतना को कुंद करने में अग्रणी है। हम भूलते जा रहे हैं कि फैशन के नाम पर अपव्यय, आडम्बरपूर्ण आयोजन व किटी पार्टियों की भरमार जीवन का लक्ष्य नहीं है। प्रसिद्ध विचारक स्वेट मॉर्डन की औरतों के संबंध में यह टिप्पणी हमारा ध्यान आकर्षित करती है, “मुझे उन औरतों पर बहुत तरस आता है जो घंटों कपड़ों का चुनाव करती हैं या दिन भर ऐसे कामों में लगी रहती हैं जिनमें कुछ हासिल



# नारी अस्मिता बोध

नहीं होता।” हर दिन, हर क्षण खास है और हम महिलाओं को इसका सदुपयोग करना चाहिए, तभी भविष्य के प्रति आशान्वित हुआ जा सकता है। कहा गया है- ‘अप्य दीपो भवः’ अर्थात् अपना दीप स्वयं बन और स्वनिर्मित उजास में सजग कदम धरकर चल। विषम परिस्थितियां भी जिसे तोड़ न पाये और स्वयं को उन्नत बनाकर विषमताओं को मुंह तोड़ जवाब देने वाली ‘अपराजिता’ कहलाने की हकदार होती है।

जीवन का नाम धूप-छांव है। हर सूर्यास्त के बाद सूर्योदय होता है। दुःख के बाद सुख आता है। अंधेरों में गुम जिंदगी का सामना एक दिन उजाले से जरूर होगा। सुबह की पहली किरण जब अंधेरे को चीरती हुई ऊंचे पहाड़ों से फूटती है तब कितनी ही उम्मीदें रोशन हो उठती हैं। एक नव प्रभात का इंतजार करें। छोटी-छोटी मुश्किलों से विचलित हुए बगैर अपने घर, अपने लोगों से मिलकर उनका समाधान निकालें। निदा फाजली की गजल सही व्यक्त करती है-

**अपना गम लेके कहीं और न जाया जाये  
घर में बिखरी हुई चीजों को, सजाया जाए।**

अपेक्षा है समाज में बढ़ते नैतिक पतन के बारे में महिलाएं गंभीरता से विचार करें। आज के युग में उनकी वास्तविक भूमिका क्या है? प्यार और अपनत्व, सहमति और सहकार, सहनशीलता और सद्भाव की विरासत नई पीढ़ी को सौंपे तो राष्ट्र का शुभ भविष्य सुरक्षित रहेगा। मर्यादा-अनुशासन, समय-प्रबंधन, संयमित-जीवनशैली के साथ घर और बाहर दोनों में संतुलन रखना ही जीवन जीने की कला है। यदि अति महात्वाकांक्षाओं की पट्टी बांधने से बची रहेंगी तो जीवन की संपूर्णता प्राप्त होगी, रिश्तों की डोर मजबूत रहेगी। कुलवधू घर के दीपक की लौ थरथराने पर अपने आंचल का प्रश्रय देकर बुझने नहीं देती है।

**-जैन हैन्डलूम एम्पोरियम  
नन्दी साही, चौधरी बाजार  
कटक-753001 ( उड़ीसा )**





आर. डी. अग्रवाल 'प्रेमी'

# हाथों की अंगुलियों में छिपा है स्वास्थ्य का खजाना

**हा**थों से हम दुनिया भर के काम करते हैं लेकिन इन हाथों की अंगुलियों में हमारे स्वास्थ्य का खजाना छिपा हुआ है, यह शायद हम नहीं जानते। भारतीय ऋषि-मनीषियों की यह विद्या जिसे 'मुद्रा योग' कहा जाता है, आज प्रायः लोग भूल गये हैं जो हमारे जीवन में बहुत महत्वपूर्ण हैं। बिना दवा लिए स्वास्थ्य लाभ प्राप्त करने का अनूठा तरीका है। इन मुद्राओं को कोई भी कर सकता है क्योंकि यह बहुत ही सरल है। आप भी इन मुद्राओं को कीजिए और इनका चमत्कार देखिए।  
**वायु मुद्रा:** इसमें तर्जनी को (पहली अंगुली) अंगूठे के आधार या जड़ से स्पर्श करते हैं और फिर अंगूठे से हल्का-सा दबाते हैं। बाकी तीनों अंगुलियों को सीधा रखिये। इस मुद्रा को पांच-सात मिनट करने से दर्द कम हो जाता है। इसको हम दिन में तीन-चार बार कर सकते हैं। इसको करने से तुरंत लाभ होता है।

**लाभ-** यह मुद्रा गठिया, जोड़ों का दर्द, घुटनों का दर्द, सर्धि शोध, लकवा, कंपन, वायु विकारों आदि के लिए बहुत ही लाभदायक है। यह वायु विकार दूर करके देह में उसका संतुलन बनाए रखती है। वायु मुद्रा के बाद प्राण मुद्रा को करने से बहुत चमत्कारिक लाभ होते हैं।

**प्राण मुद्रा:** यह मुद्रा कनिष्ठा (छोटी अंगुली), अनामिका (तीसरी अंगुली) और अंगूठे के स्पर्श से बनती है।

**लाभ-** इस मुद्रा से जीवन को शक्ति और स्फूर्ति मिलती है। कमजोर व्यक्ति शक्तिशाली बन जाते हैं। यह मुद्रा नेत्र रोगों और हर प्रकार के रोगियों के लिए प्रभावशाली है। विटामिनों की कमी को दूर करती है। इस मुद्रा को प्रतिदिन नियमित रूप से करने से बहुत लाभ होते हैं। दिन में तीन से चार बार पांच-सात मिनट तक करना चाहिए।

**लिंग मुद्रा:** इस मुद्रा के लिए दोनों हाथों की अंगुलियों को आपस में फंसाकर हथेलियों को मिला दीजिए। बायां अंगूठा सीधा खड़ा रखना है और उसके इर्दगिर्द दायें अंगूठे और दायीं तर्जनी (पहली अंगुली) का घेरा रखिए। यह हमारे शरीर में गर्मी उत्पन्न करती है। इस मुद्रा के करने के बाद पानी-पीना चाहिए। इस मुद्रा को तभी करें। जब इसकी आवश्यकता हो।

**लाभ-** यह सर्दी-जुकाम, बलगम और खांसी के रोगों में बहुत लाभकारी है। पन्द्रह मिनट दिन में दो बार करें। यह मुद्रा बलगम को रोककर फेफड़ों को शक्ति प्रदान करती है। मुझे व अन्य कड़्यों को इससे लाभ मिला है।

**अपानवायु मुद्रा:** इसे मृत संजीवनी मुद्रा भी कहा जाता है। वायु मुद्रा की तरह तर्जनी (अंगूठे के पास वाली पहली अंगुली) को अंगूठे के मूल में लगाकर अंगूठे के अग्रभाग को बीच की दोनों अंगुलियों के अग्रभाग के साथ मिलाकर रखें।



भारतीय ऋषि-मनीषियों की यह विद्या जिसे 'मुद्रा योग' कहा जाता है, आज प्रायः लोग भूल गये हैं जो हमारे जीवन में बहुत महत्वपूर्ण हैं। बिना दवा लिए स्वास्थ्य लाभ प्राप्त करने का अनूठा तरीका है। इन मुद्राओं को कोई भी कर सकता है क्योंकि यह बहुत ही सरल है।

**लाभ-** हृदय तथा पूरे शरीर की बेचैनी इस मुद्रा के अभ्यास से दूर होती है। हृदय और रक्तचाप (ब्लड प्रेशर) के रोगी को पन्द्रह मिनट दिन में दो बार करना लाभप्रद है। इस मुद्रा का अभ्यास हजारों रोगियों द्वारा किया गया और आशातीत सफलता मिली है।

**सूर्य मुद्रा:** अनामिका सबसे छोटी अंगुली के पास वाली यानी तीसरी अंगुली को मोड़कर अंगूठे के जड़ से स्पर्श करना है और अंगूठे से अनामिका को हल्का-सा दबाना है तथा शेष तीनों अंगुली को सीधा खड़ा रखना है।

**लाभ-** शरीर में एकत्रित अनावश्यक चर्बी को दूर करने के लिए यह एक उत्तम मुद्रा है। वसा (कोलेस्ट्रॉल) कम होने से चिंता भी कम होती है।

**वरुण मुद्रा:** कनिष्ठा अर्थात् छोटी अंगुली को मोड़कर उसके अग्रभाग को अंगूठे के अग्रभाग से स्पर्श कराएं। शेष तीन अंगुलियां सीधी रहें। इसे जल मुद्रा भी कहते हैं।

**लाभ-** यह मुद्रा जल तत्व की कमी के कारण होने वाले रोग जैसे कि रक्तविकार और उसके फलस्वरूप होने वाले चर्म रोग व पाण्डुरोग आदि दूर हो जाते हैं। त्वचा का सूखापन दूर होकर यह मुलायम हो जाती है इस मुद्रा के करने से।

**ज्ञान मुद्रा:** तर्जनी अर्थात् प्रथम अंगुली को अंगूठे के नुकीले भाग से स्पर्श कराएं। शेष तीनों अंगुलियां सीधा खड़ा रखें।

**लाभ-** मानसिक रोग जैसे कि अनिद्रा अथवा अतिनिद्रा, कमजोर स्मरण शक्ति, क्रोधी स्वभाव आदि हो तो यह मुद्रा अत्यंत लाभदायक सिद्ध होगी। पूजा ध्यान में एकाग्रता होगी। इस मुद्रा का अभ्यास प्रातः 20 से 30 मिनट तक करना चाहिए।

इन मुद्राओं का अभ्यास धैर्य और आस्था के साथ करें। यदि आपको लाभ नहीं मिलता तो आपकी ओर से अभ्यास में, धीरजता में, विश्वास में कमी मुख्य वजह हो सकती है। इन मुद्राओं का अभ्यास करते हुए खान-पान व आचार-विचार में संयम रखने से स्वास्थ्य ठीक रह सकता है।

-32/34, खेतवाड़ी,  
मुम्बई-4 (महाराष्ट्र)



# संस्कृति अनुकूल होनी चाहिए शिक्षा



राजीव मिश्र

**प्रा**चीन काल में शिक्षा, स्वास्थ्य आदि ऐसे अनेक विषय थे जिनमें राज्य का हस्तक्षेप मर्यादित था। गुरुकुल की सुरक्षा की चिंता तो राज्य करता था परन्तु गुरुकुल में शिक्षा किस प्रकार की और कैसी दी जाए इसका निर्धारण करना राज्य का कार्य नहीं था। यह मनीषियों एवं विद्वानों के द्वारा किया जाता था। इसी प्रकार स्वास्थ्य, कृषि, उद्योग, व्यापार, शिल्प एवं कला सभी क्षेत्रों में उस क्षेत्र के अनुभवी लोग पथ प्रदर्शन किया करते थे। राज्य का कार्य केवल उस क्षेत्र में कानून एवं व्यवस्था तथा कभी-कभी प्रोत्साहन एवं आवश्यकतानुसार आर्थिक संसाधनों को उपलब्ध कराना था।

सामाजिक विषयों में राज्य के मर्यादित हस्तक्षेप की यह प्रक्रिया भारत में ब्रिटिश राज्य की स्थापना के पूर्व तक चलती रही। अंग्रेजी राज्य की स्थापना के पश्चात शिक्षा, स्वास्थ्य, यहां तक कि पारिवारिक विषयों तक में राज्य ने नीति बनाने एवं उनके क्रियान्वयन का कार्य अपने हाथ में ले लिया। ऐसी परिस्थिति में समाज के निरपेक्ष मनीषी एवं चिंतकों के द्वारा इन क्षेत्रों में मार्गदर्शन का कार्य बंद हो गया। राज्य ने अपने हित एवं आवश्यकता के अनुसार अपने यहां नियुक्त लोगों के द्वारा नीतियों के निर्माण एवं क्रियान्वयन का कार्य प्रारंभ किया। दुर्भाग्यवश स्वतंत्रता प्राप्ति के पश्चात भी हमने इस विषय पर चिंतन नहीं किया और



**आज शिक्षा भारत की प्रकृति एवं संस्कृति के अनुकूल होनी चाहिए। शिक्षा मात्र रोजगार का साधन नहीं वरन जीवन जीने की एक कला है, एक दृष्टिकोण है।**

वहीं दोषपूर्ण व्यवस्था चलाए रखी। इन सबका दुष्परिणाम अब स्पष्ट दिख रहा है।

भारतियों के मन में यह भ्रम गहरे बैठा है कि अंग्रेजों के आने के बाद से देश में शिक्षा का विकास हुआ है, देश का विकास हुआ है। भ्रम का कारण भी आज दी जाने वाली शिक्षा है। हजारों वर्ष के आक्रमण झेलने के बाद अठारहवीं शताब्दी के प्रारंभ में अंग्रेजों के शासन आने पर भी शिक्षा की जो दशा थी उसके विषय में धर्मपाल ने अपनी पुस्तक 'दी ब्यूटीफुल ट्री' में जो वर्णन किया है वह विचार करने योग्य है। उन्होंने सैकड़ों दस्तावेजों के आधार पर अपनी बात सिद्ध की है। एक उदाहरण देते हुए उन्होंने

लिखा है कि एडम नाम का एक समाजशास्त्री और पत्रकार या जिसने सर्वेक्षण करके एक दस्तावेज प्रस्तुत किया। उसमें वह लिखता है कि अठारहवीं शताब्दी की शुरुआत में बिहार और बंगाल के एक लाख पचास हजार सात सौ अट्टानब्बे गांव में एक लाख से अधिक पाठशालाएं चल रही थी। मद्रास रेजीडेंसी के प्रत्येक ग्राम में पाठशालाएं थी। लगभग एक हजार वर्ष के आक्रमणों के पश्चात अंग्रेजों के आने के समय भारत में शिक्षा की यह दशा थी तो सोचा जा सकता है कि हजार वर्ष पूर्व भारत की शिक्षा कितनी उन्नत रही होगी। परन्तु 1835 के बाद मैकाले द्वारा जो शिक्षा इस देश में आयी उसने शिक्षा के पूरे स्वरूप को ही बदल दिया।

आज देश में भ्रष्टाचार बढ़ रहा है, अनाचार बढ़ रहा है। यह तो बढ़ेगा ही आखिर जैसा बीज बोया जाएगा वैसा ही तो फल प्राप्त होगा। शिक्षा ही समाज का मूल आधार है। यदि इसमें बाजार, व्यवसाय या व्यापार के सभी गुण आ गए तो पढ़ाई करके जब विद्यार्थी निकलेगा तब वह भी प्रत्येक चीज को व्यावसायिक दृष्टि से देखेगा ही। जिस समाज में चालीस-पचास लाख देकर कोई डॉक्टर बनेगा तो उससे गांव में जाकर सेवा करने की अपेक्षा कैसे की जा सकती है? पांच-दस लाख देकर जो इंजीनियर बनेगा उससे क्या उम्मीद करेंगे?

आज शिक्षा भारत की प्रकृति एवं संस्कृति के अनुकूल होनी चाहिए। शिक्षा मात्र रोजगार का साधन नहीं वरन जीवन जीने की एक कला है, एक दृष्टिकोण है। यदि शिक्षा से विद्यार्थी का विकास नहीं होता है तो शिक्षा का उद्देश्य अधूरा है। दुर्भाग्यवश भारत में आज भी विद्यार्थी अधूरी शिक्षा ही प्राप्त कर रहे हैं।

-245-बी, बाघम्बरी हाउसिंग स्कीम  
इलाहाबाद-211006 (उ.प्र.)

## समृद्धि के लिए करें तुलसी पूजा

धर्मग्रंथों के अनुसार जिस घर में तुलसी का पौधा होता है वहां रोग, दोष या क्लेश नहीं होता वहां हमेशा सुख-समृद्धि का वास होता है। इसीलिए प्रतिदिन तुलसी के पौधे की पूजा करने का भी विधान है। तुलसी के पौधे की पूजा करने के साथ-साथ यदि तुलसी नामाष्टक मंत्र का जप भी विधि-विधान पूर्वक किया जाए तो और भी शुभ फल प्राप्त होते हैं। यह मंत्र तथा इसकी जप विधि इस प्रकार है-

**तुलसी नामाष्टक मंत्र-**

**वृंदा वृंदावनी विश्वपूजिता विश्वपावनी।**

**पुष्पसारा नंदनीय तुलसी कृष्ण जीवनी॥**

**एतन्नामाष्टक चैव स्त्रोतं नामर्थं संयुतम्।**

**यः पठेत तां च सम्पूज्य सौश्रमेघ फलंलमेत।**



**जपविधि:**

● सुबह जल्दी उठकर नित्य कर्मों से निवृत्त होकर तुलसी के पौधे की पूजा व परिक्रमा करें तथा दीप लगाएं।

● इसके बाद एकांत में जाकर कुश के आसन पर बैठकर तुलसी की माला से इस मंत्र का जप करें। साधक का मुख पूर्व में होना चाहिए।

● कम से कम 5 माला जप अवश्य करें।

● एक ही समय, स्थान, आसन व माला हो तो ठीक रहता है।

कुछ ही समय में आप देखेंगे कि आपकी घर में सुख-समृद्धि का वास हो गया है। आपकी हर मुश्किल आसान होती दिखाई देगी।

-आरती सिंघल, करोल बाग, नई दिल्ली





डॉ. रत्ना वर्मा

# क्यों बिखर रही है परिवार की बुनियाद

**मा**नव समाज में परिवार एक महत्वपूर्ण बुनियादी इकाई है। जिसके बगैर समाज की कल्पना नहीं की जा सकती। मनुष्य को अपने विकास के लिए समाज की आवश्यकता हुई, इसी आवश्यकता की पूर्ति के लिए समाज की प्रथम इकाई के रूप में परिवार नाम की यह इकाई बिखरती चली जा रही है। संयुक्त परिवार जो भारतीय समाज की रीढ़ हुआ करती थी अब एकल परिवार में तब्दील होते जा रहे हैं। इस बिखराव को ही देखते हुए ही संभवतः संयुक्त राष्ट्र अमेरिका ने 1994 को अंतर्राष्ट्रीय परिवार वर्ष घोषित किया था। समूचे संसार में लोगों के बीच परिवार की अहमियत बताने के लिए हर साल 15 मई को अंतर्राष्ट्रीय परिवार दिवस मनाया जाने लगा है। अंतर्राष्ट्रीय परिवार दिवस परिवारों से जुड़े मसलों के प्रति लोगों को जागरूक करने और परिवारों को प्रभावित करने वाले आर्थिक, सामाजिक, दृष्टिकोणों के प्रति ध्यान आकर्षित करने का महत्वपूर्ण अवसर प्रदान करता है। इस तरह 1995 से यह सिलसिला जारी है। प्रति वर्ष इस दिन को मानने के लिए अलग-अलग विषय भी निर्धारित किया जाता है। 2013 के वर्ष को 'सामाजिक एकता और अंतः पीढ़ीगत एकजुटता' के रूप में मनाने का निर्णय किया गया है।

इस मौके पर आज हम भारत में बुजुर्गों के साये से दूर होते एकल परिवार के बारे में बात करेंगे। संयुक्त परिवार के विघटन ने समाज के विभिन्न क्षेत्रों को प्रभावित तो किया ही है परन्तु इसका सबसे अधिक दुष्प्रभाव बच्चों पर पड़ा है। वर्तमान समय में जबकि माता-पिता दोनों ही कामकाजी हो गए हैं, घर में बुजुर्गों की और अधिक आवश्यकता महसूस की जाने लगी है। परन्तु अफसोस की बात है कि आधुनिक पीढ़ी, उनकी चाहे दूसरे शहर में नौकरी की मजबूरी हो या अपनी निजी स्वतंत्रता को बनाए रखने की मजबूरी, वे अपने माता-पिता से अलग परिवार बसा कर रहने लगे हैं। यह आने वाली पीढ़ी और हमारे परिवार के लिए सबसे खतरनाक है। ऐसे परिवारों में तीन-तीन पीढ़ियों को हास होता है- बच्चे तो उपेक्षित होते ही हैं, काम के बोझ और आधुनिक जीवनशैली की आपाधापी में नौकरीपेशा माता-पिता न अपने लिए सुकून के दो पल निकाल पाते न बच्चों की परवरिश ठीक से कर पाते और उनके बुजुर्ग माता-पिता एकाकी जीवन जीने को अभिशप्त हो जाते हैं। यह स्थिति परिवार के विघटन का कारक तो बनती है इसके कारण समाज का विकास भी प्रभावित होता है।



**संयुक्त परिवारों के बिखरते चले जाने का प्रमुख कारण है देश में बढ़ती आबादी तथा घटते रोजगार, जिसके कारण परिवार के सदस्य अपनी आजीविका की तलाश में अपने गांव से शहर या छोटे शहर से बड़े शहरों की ओर पलायन करते हैं।**

संयुक्त परिवारों के बिखरते चले जाने का प्रमुख कारण है देश में बढ़ती आबादी तथा घटते रोजगार, जिसके कारण परिवार के सदस्य अपनी आजीविका की तलाश में अपने गांव से शहर या छोटे शहर से बड़े शहरों की ओर पलायन करते हैं। शिक्षा के प्रचार-प्रसार के कारण शिक्षित कहलाने वाले युवा अब अपने परम्परागत उपभोक्तावाद के चलते बहुत से पढ़े-लिखे अति महत्वाकांक्षी युवा अपने परिवार और माता-पिता को छोड़ विदेश की ओर प्रस्थान कर जाते हैं और वहीं अपना परिवार बसा लेते हैं। इस तरह परिवार और माता-पिता को छोड़ विदेश की ओर प्रस्थान कर जाते हैं। और वहीं अपना परिवार बसा लेते हैं।

इस तरह परिवार या परिजनों से दूर होते जाने के कारण वे भावनात्मक रूप से असहाय होते जा रहे हैं। जबकि एक समय था जब अपने काम से छुट्टी मिलते ही वह सबसे भाग कर अपने परिवार के बीच पहुंचता था क्योंकि असली खुशी उन्हें अपने परिवार के बीच ही मिलती थी।

लेकिन आज की आधुनिक जीवन शैली या अपने व्यक्तिगत सुख और स्वार्थ के कारण जो लोग अपने बूढ़े माता-पिता को अकेला छोड़ देते हैं वे भला अपने बच्चों को कैसा संस्कार दे पायेंगे? एक स्वस्थ समाज की संरचना तभी संभव है जब भावी पीढ़ी को परिवार में सुरक्षित वातावरण मिले। स्वास्थ्य पालन-पोषण से मानव का भविष्य सुरक्षित वातावरण मिले। स्वास्थ्य

पालन पोषण से मानव का भविष्य सुरक्षित होता है उसके विकास का मार्ग प्रशस्त होता है। पालन-पोषण और संस्कार के अलावा वर्तमान में बुजुर्गों का साथ रहना इसलिए भी जरूरी हो गया है क्योंकि अब बच्चों को घर में अकेले छोड़ना सुरक्षित नहीं रह गया है। दिन प्रतिदिन बढ़ते अपराध ने भय का वातावरण निर्मित कर दिया है। ऐसे में यदि घर में बुजुर्ग उपस्थित होंगे तो बच्चों को सुरक्षा तो मिलेगी ही साथ ही उनमें जो संस्कार उन्हें मिलेंगे वे माता-पिता के लिए भी सकारात्मक ऊर्जा का काम करेंगे।

'हवा बदलेगी' स्लोगन के माध्यम से एक पंखे का विज्ञापन इन दिनों अपना ध्यान खींच रहा है- जिसमें दिखाया जाता है कि वृद्धाश्रम में एक युवा दंपति पहुंचता है, उनके संकोच को देखकर आश्रम की महिला कहती है कि आप निश्चित होकर अपने माता-पिता को हमारे पास छोड़ दीजिए हम उनकी अच्छे से देखभाल करेंगे। यह सुनकर युवती आश्रम में दूर बैठे एक बुजुर्ग जोड़े की ओर देखती है और कहती है आप गलत समझ रही हैं मेम क्या हम यहां से अपने लिए मॉम-डैड घर ले जा सकते हैं। यह सुनकर आश्रम वाली महिला आश्चर्य और खुशी से मुस्कुरा उठती है। यह एक पंखे को प्रचारित करने वाला विज्ञापन पर वह एक सामाजिक संदेश भी दे रहा है। काश सचमुच हवा बदल जाए...।

**—संपादक-उदंती, जीवन बीमा मार्ग  
रायपुर-492004 (छत्तीसगढ़)**



## अनिरुद्ध प्रभास

**म**न में गुरु और गुरु पूर्णिमा के संबंध में बहुतेरे प्रश्न उभरकर सामने आते हैं। गुरु पूर्णिमा हम क्यों मनाते हैं? गुरु किसे कहते हैं और गुरु कितने प्रकार के होते हैं? गुरु की आवश्यकता ही क्या है? गुरु क्या करते हैं और गुरु का महत्व क्या है?

ऋषियों की वंश-परम्परा में हम वशिष्ठ मुनि से आरंभ करते हैं। उनके पुत्र शक्ति मुनि, उनके पुत्र पराशर मुनि और उनके पुत्र हुए कृष्ण द्वैपायन अर्थात् व्यास मुनि/वेदव्यास, जिनका जन्म आषाढ़ पूर्णिमा को एक द्वीप पर हुआ था तथा वे पूर्ण काले थे। अतः उनका नाम कृष्ण द्वैपायन पड़ा। किन्तु वेद जो श्रुति के रूप में विद्यमान था, उसे उन्होंने चार भागों में बांटा और संपादित किया। अतः कृष्ण-द्वैपायन वेदव्यास के रूप में ख्यात हुए। तदनुसार आषाढ़ पूर्णिमा को गुरु पूर्णिमा के रूप में मनाने की परम्परा चल पड़ी।

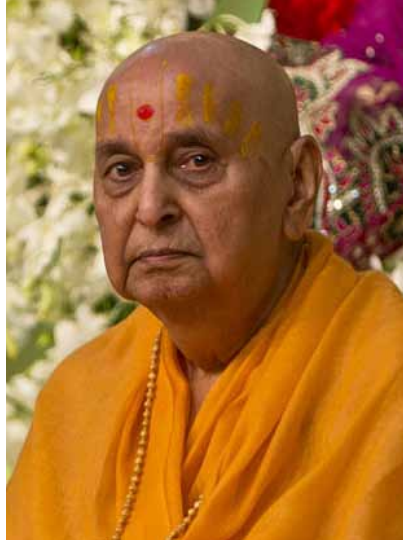
दूसरा प्रश्न है- गुरु कहते किसे हैं? और गुरु कितने प्रकार के होते हैं? इसके लिए सर्वप्रथम कबीर साहब की वाणी को प्रमाण स्वरूप प्रस्तुत किया जा सकता है-

**गुरु नाम है ज्ञान का  
शिष्य सीख लै सोया।**

**ज्ञान मरजाद जाने बिना**

**गुरु अरु शिष्य न कोया।**

ज्ञान और ज्ञान की मर्यादा को जानने वाले गुरु कहलाते हैं। पूर्ण ज्ञान की प्राप्ति ही ज्ञान की मर्यादा है। पूर्ण ज्ञान अर्थात् जिसके बाद जानना शेष न हो। यदि जानना शेष है तो वह अपूर्ण ज्ञान है। संसार का कोई ऐसा ज्ञान नहीं है, जो पूर्ण हो। डॉक्टर, इंजीनियर, वैज्ञानिक, प्रोफेसर



आदि का परीक्षण कर देखा जा सकता है। उक्त सभी अपने विषय के विशेषज्ञ हो सकते हैं, पूर्ण ज्ञानी नहीं। अतः पूर्ण ज्ञान तो एकमात्र ईश्वर को प्राप्त कर अनुभव ज्ञान से पूर्ण होना है। ज्ञान की मर्यादा जानने वाले संत सद्गुरु ऐसे ही पूर्ण ज्ञानी होते हैं। किन्तु लौकिक दृष्टि में गुरु कई प्रकार के होते हैं, जिसे कबीर साहब ने सात प्रकार के रूप में वर्णित किया है- प्रथम गुरु माता-पिता, दूसरा जन्म के समय आनेवाली धाई, तीसरे नामकरण करने वाले, चौथे गुरु लौकिक शिक्षा देने वाले, पांचवे वैष्णव बनाने वाले, छठे अध्यात्म मार्ग की शिक्षा देने वाले और सातवें गुरु परम पद यानी मोक्ष तक पहुंचाने वाले। ऐसे में राम और कृष्ण के उदाहरण भी प्रस्तुत

# गुरु नाम है ज्ञान का

किये जा सकते हैं। इनके भी दो-दो गुरु हुए लौकिक और आध्यात्मिक। राम के लौकिक गुरु थे विश्वामित्र और आध्यात्मिक गुरु वशिष्ठ मुनि। कृष्ण के लौकिक गुरु संदीपन मुनि और आध्यात्मिक गुरु गर्ग मुनि थे।

तीसरा प्रश्न है गुरु की क्या आवश्यकता है? इसके लिए पूर्व की बातों पर पुनः ध्यान देना होगा। लोक जीवन के लिए भी गुरु की परम आवश्यकता है। इसी कारण कबीर साहब ने गुरु के सात प्रकार बताए।

चाहे हमारा लौकिक कार्य हो या आध्यात्मिक गुरु के बिना एक कदम भी आगे नहीं बढ़ सकता है। यही कारण है कि गोस्वामीजी को यहां तक कहना पड़ गया-

**बिनु गुरु भव तरहिं न कोड़ी।**

**जौ विरंची सकर सम होड़ी।**

कबीर साहब ने तो निखलिस सधुक्कड़ी भाषा में कह दिया-

**बिन सतगुरु नर रहतभुलाना।**

**खोजत-फिरत राह नहि जाना।**

गुरु की आवश्यकता से ही गुरु का महत्व प्रदर्शित हो जाता है। परन्तु एक प्रश्न है कि गुरु क्या करते हैं, जो गुरु को इतना महत्वपूर्ण माना जा रहा है? इसके लिए अंत में कबीर साहब की वाणी प्रमाण स्वरूप है-

**तीन लोक नौ खंड में गुरु से बड़ा न कोया।**

**कर्ता करै न करि सकै, गुरु करै सो होया।**

इसलिए कबीर साहब ने आम लोगों के मार्गदर्शन के लिए यह निर्देश कर दिया-

**गुरु गोविन्द दोउं खड़े काको लागू पांया।**

**बलिहारी गुरु आपको गोविन्द दियो बताया।**

**-अंग चेतना मंच, छोटा पचगढ़**

**साहिबगंज-816109 (झारखण्ड)**



## कानन झींगन

**अ**पनी वहंगी के दोनों छोरों पर एक-एक घड़ा लटकाये पनिहारा रोज एक ही रास्ते पर चलता हुआ घर-घर पानी पहुंचाता था। उसके एक घड़े में दरार आ गई थी। दूसरा ठीक था। नतीजा यह कि रास्ते पर पानी रिसता रहता और वह हर एक घर में केवल उड़ घड़ा पानी ही पहुंचा पाता था। हर रोज यह कहानी दोहराई जाती थी। रिसता घड़ा शर्मिन्दा होता रहता और साबुत वाला इतराता रहता।

एक दिन दुखी घड़े ने मालिक से कहा 'मेरी वजह से आप की कितनी मेहनत रोज बेकार जाती है। मैं कितना अभाग्य हूं।' पनिहारे ने उसे तसल्ली देते हुए कहा 'अपनी तरफ के रास्ते पर खिले फूलों पर नजर डालो। देखो ये फूल दूसरी



ओर नहीं है। मुझे तुम्हारे उस दोष का पता था। मैंने उसका लाभ उठाया। तुम्हारी ओर वाले रास्ते पर फूलों के बीज डाल दियो। तुम सिर्फ पानी ही नहीं बहाते, हर रोज इन्हें सींचते भी हो। तब से मैं इन फूलों से लोगों के घरों को सजाता हूं।'

पता नहीं कितने बरस पहले, न जाने कब

# मुश्किलें और मुस्कान

और किसने यह लघु कथा सुनाई होगी। विपरीत परिस्थितियों को अपने अनुकूल बना लेने और अपनी कमजोरियों को ताकत में बदल देने की कला जीवन को सुखमय बना देती है। यदि हम अपने दोषों को स्वीकार करके उन्हें उपलब्धियों में बदलना सीख लें तो जीवन के रास्ते सुन्दर और सुगम बन सकते हैं।

जिंदगी के रास्ते धूप और छाया से भरे हैं। इसमें उजाला भी है, अंधेरा भी और धुंधलका भी अंधकार की ओर देखते रहने से रोशनी पाने से चूक जायेंगे हम। इसलिए इस रास्ते की ऊंच-नीच में जो-जो सुन्दर और सुखमय घटा है उसको याद रखें। ईश्वर हमें हर तरह-तरह से आजमाता है। वह हमारी कमजोरियों को उजागर करता है, ताकि हम उन्हें स्वीकारें और ताकत में बदल सकें।





संजीव रंजन

# चाय पीएं और थकान मिटाएं

चाय हमारी राष्ट्रीय पेय बन चुका है जिससे हम अपने दिन की शुरुआत करते हैं। किसी भी आयोजन, जमावाड़ा, सामाजिक या धार्मिक क्रियाकलाप की शुरुआत या फिर बीच में हमें चाय की ही तलब होती है। नुक्कड़-गली से लेकर सितारा होटलों, प्लेटफॉर्म, रोड, मंदिर-मस्जिद, अस्पताल, कब्रिस्तान हर जगह यह पेय आपको मिल जाता है। किसी के साथ बातचीत, चर्चा, मीटिंग, स्वागत, विदाई, प्रतीक्षा या शोक कुछ भी करने की जरूरत हो तो साथ चाय ही देती है। सुबह-सुबह घर हो, बारात हो, ट्रेन हो, होटल हो, जहां कहीं भी आप होते हैं, चाय की आवाज आपके कानों में शहद घोल देता है। इसकी माया के चलते आलसी से लेकर महाआलसी व्यक्ति तक इसके आवाज सुनकर बिस्तर से कूदने को तैयार रहता है। इसके जलवे का क्या कहना। यह फूर्ति प्रदान करता है और थकावट दूर करता है। इस मायावी चाय ने मनुष्य को एकाग्रचित्त होकर ध्यान करने से जोड़ दिया है।

भारत में चाय की खेती सन् 1850 में चीन से मंगाये गये और बोटनिकल सोसायटी ऑफ इंडिया में विकसित किये गये पौधों के असम, दार्जिलिंग, कांगड़ा, वायनाड, नीलगिरी में वानिकी के साथ हुआ जब हाथियों पर चढ़कर नदी, नाले दलदल, हिंसक जानवरों व प्रतिकूल परिस्थितियों को झेलकर इसे दूर-दराज तक लगाया गया। लेकिन अरुणाचल के सिंग्फो जनजाति द्वारा मेडिकल ब्रू के रूप में इन झाड़ियों का इस्तेमाल पूर्व से होता था किन्तु कैमेलिया सारइनेनसिप के थियेसीई परिवार का यह पौधा मूल रूप से चीन से था। कहते हैं 350 ई. में चीन के बौद्ध भिक्षु योग साधना के वक्त जब नौद व थकान का अनुभव करते थे तब उनके



गुरु ने उन्हें गरम पानी में एक झाड़ी की कुछ पत्तियां उबालकर पीने को कहा। उस गरम पानी के पीते ही उनकी नौद और थकान दूर हो गई और वे तरोताजा होकर ध्यान में जुटे। यही चाय की पत्तियां थीं जो चीन के बौद्ध लामाओं के द्वारा भारत और पूरी दुनिया में पहुंची।

एक अन्य किंवदंती के अनुसार बोधीधर्म नामक साधु या बौद्ध लामा ने योग ध्यान के वक्त नौद आने की परेशानी से उबकर अपनी पलकों को काटकर फेंक दिया ताकि न रहेंगे

पलक और न आयेगी नौद। उन गिरी पलकों से वहां चाय की झाड़ियां पैदा हुईं जो नौद हटाने या भगाने की एक कारगर ताकत ली हुई थी। चाय की पत्ती का जन्म हो चुका था और उसके सेवन से बौद्ध लामा थकान मुक्त होकर पूरी तरह समर्पित होकर ध्यान करने लगे।

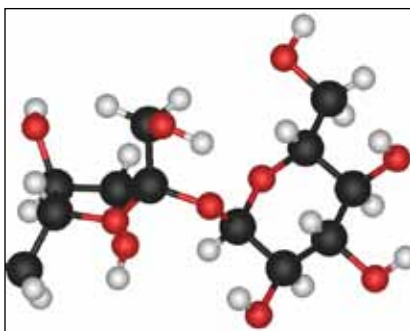
आज भी पूर्वोत्तर व पहाड़ों पर स्थित विभिन्न राज्यों के मोनास्टेरियों में लामा मक्खनवाली चाय पीते हैं। याक के दूध का मक्खन ठंड में उनके ओठों को फटने से रोकता है और चाय गर्मी देने के साथ थकान दूर तक ताजगी प्रदान करता है। लेह-लद्दाख, उत्तराखंड, हिमाचल और सिक्किम में मक्खनवाली चाय, पूर्वोत्तर में लाल चाय, कश्मीर में हरी चाय, हर्बल चाय, शहद-नींबू, लौंगवाली चाय, अदरक चाय, काली मिर्च, तेजपनावाली चाय, सुगंधित चाय, ईलायची चाय के अलावे अन्य शृंखला है। किन्तु जनता जनार्दन की चाय दूध में चायपत्ती सीटीसी (कैल्, टोस्टेड एण्ड क्रन्चड) की खौलायी व कड़क वाली ही है।

चाय की टेनिन थकान दूर करता है। एक कप चाय में चार कैलोरी ऊर्जा होती है। इसमें बी-4 कॉम्प्लेक्स विटामिन, निकोटिन अम्ल, कैफिन तथा वोलाटाइल तेल है। निकोटिन अम्ल से नशाहरण, कैफिन से स्फूर्ति, वोलाटाइल तेल से स्वाद और टेनिन से फ्लेवर प्राप्त होता है।

यह है कि एक छोटी कप चाय की बड़ी कहानी तो फिर चाय पीएं, मन को ताजा करें और योग ध्यान में जुटकर अपनी आवृत्ति को परमपिता के साथ ट्यून अप करें।

—डिटी कमांडेंट,

10 बी.एन.-सीआरपीएफ  
हावली, बरपेटा, असम



भारत के सुदूर पूर्व प्रदेश मिजोरम में मिलिए दुनिया के सबसे बड़े परिवार से जिसमें एक साथ 181 पारिवारिक सदस्य रहते हैं। शांत और पूर्णतः प्राकृतिक वातावरण

## दुनिया का सबसे बड़ा परिवार

वाले इस प्रदेश में यह परिवार उदाहरण है जो शहरी चहल-पहल और प्रदूषण से मुक्त समाज कितना विशाल और खुशहाल हो सकता है। डेड डिओना का यह परिवार आज भी हमें संयुक्त परिवार के मायने और सुखद पहलू बताता है।

मिजोरम के बख्तगांव में बसा है यह परिवार, इसके मुखिया डेड डिओना की 39 पत्नियां और 94 बच्चे, 14 बहुएं और 33 पोते-पोतियां हैं। चार मंजिल इमारत के 100 कमरों में रहता है यह परिवार।

परिवार के मुखिया डेड डिओना की उम्र है 67 साल, पेशा कारपेंटरी का। डिओना ने 17

साल की उम्र में जाधिआंगी से पहली शादी की थी पर अभी और भी शादियां करने की इच्छा है जिओना की। परिवार में पूरी तरह से सेना जैसा अनुशासन। पहली पत्नी जाधिआंगी सौपती हैं सबको काम। रोजाना 60 किलो आलू व सौ किलो चावल व खान-पान के अन्य पदार्थ पकते हैं।

डेड डिओना परिवार के मुखिया कहते हैं कि मैं अपने आपको बेहद भाग्यशाली मानता हूँ कि मैं 39 महिलाओं का पति हूँ और मेरा परिवार विश्व का सबसे बड़ा परिवार है।

—विनोद किला, नई दिल्ली



ऋतु सारस्वत

# हताश जीवन

**वि**श्व स्वास्थ्य संगठन की एक रिपोर्ट के मुताबिक विश्वभर में आत्महत्या करने वाले लोगों में भारत दूसरे स्थान पर है। यहां 'युवाओं' में यह प्रवृत्ति सर्वाधिक देखने को मिलती है। हाल ही में हुए एक अध्ययन में यह साफ तौर पर जाहिर हुआ है कि भारतीय युवाओं में आत्महत्या की प्रवृत्ति इस कदर गहराती जा रही है कि हर 90 मिनट में एक युवा आत्महत्या की कोशिश करता है।

कुछ दिनों पहले इंफोसिस कंपनी के सहायक प्रबंधक ने अपने जीवन को समाप्त कर लिया। इसी कड़ी में बीते माह विशिष्ट टेस्ट पायलट और हिंदुस्तान एयरोनॉटिक्स लिमिटेड के निदेशक ने आत्महत्या कर ली और उससे कुछ समय पहले एमबीए की एक छात्रा ने आईआईएम बंगलूर के हॉस्टल में खुदकुशी कर ली थी। ये तीनों ही आत्म हत्याएं चर्चा का विषय रहीं। वजह साफ थी कि तीनों ही प्रतिभावान और परिपक्व थे। लेकिन आए दिन, ऐसी आत्म हत्याओं की तादाद बढ़ती जा रही है, जो ऐसे लोगों द्वारा की जा रही हैं जो प्रतिष्ठित महाविद्यालयों में पढ़ रहे हैं या अच्छे पदों पर आसीन हैं। महानगरों में बढ़ती आत्महत्या की ये घटनाएं चिंता का विषय बन चुकी हैं। 2009 में बंगलूर में आत्महत्या के 2167 मामले दर्ज हुए। इसके मुकाबले मुम्बई में 1051 और देश की राजधानी दिल्ली में 1215 मामले दर्ज हुए। कोयंबटूर, राजकोट, जबलपुर जैसे छोटे शहरों में भी बड़े शहरों की यह प्रवृत्ति देखने को मिल रही है। हर रोज न जाने कितने युवा अपने सपनों को हकीकत में न बदल पाने के गम में जीवन से पलायन का रास्ता अखि़यार कर रहे हैं।

वह युवा मन अपने पीछे न केवल गहरे जख्म बल्कि प्रश्नों की वह गुल्थी भी छोड़ जाते हैं, जिन्हें सुलझाना बेहद जरूरी है। 'आत्महत्या' आमतौर पर एक निजी कृत्य माना जाता है, लेकिन यह पूरा सच नहीं है। एक व्यक्ति जब अपने जीवन को खत्म करता है तो उसके पीछे परोक्ष रूप से परिवार और समाज की भूमिका भी होती है। प्रसिद्ध समाजशास्त्री दुर्खीम मानते थे कि आत्महत्या एक सामाजिक क्रिया है।

आत्महत्या की प्रवृत्ति मन में गहराते उस 'अवसाद' के कारण पनपती है जो तेजी से बदलती जीवनशैली की परिणति है। शहरीकरण तेजी से बढ़ रहा है। परिवार छोटे होते जा रहे हैं। सामाजिकता घट रही है और अकेलापन बढ़ रहा है।

हर किसी का अंतर्मन सिर्फ एक ही सवाल पूछता है कि मैं किस पर विश्वास करूं? मैं कहां एक सच्चा मित्र पा सकता हूं? 'यह सवाल उन महानगरों में और अधिक गहराई से अपने जड़ें जमाता हुआ दिख रहा है जहां,



'कामयाब' होना ही शहर में रहने की गारंटी है और नाकामयाबों को, शहर की आधुनिकता और सामाजिक सांस्कृतिक आधारभूमि नकार देती है और उसका जीवंत उदाहरण वे आंकड़े हैं जो यह बताते हैं कि बीते कुछ सालों में बंगलूर में हर साल दो हजार से ज्यादा आत्महत्याएं हुई जबकि कोलकाता में यह आंकड़ा दो सौ का है। आधुनिकता की दौड़ में सुस्त दिख रहे कोलकाता की विशेष बात यही है कि पैंतीस भारतीय शहरों में किए गए अध्ययन में पाया गया कि यहां खुदकुशी की दर सबसे कम रही।

एक और अहम तथ्य यह भी है कि वह युवा जिनके कंधों पर अपने अभिभावकों के स्वप्नों का भार होता है, उनके लिए सफलता और असफलता के मध्य का संघर्ष कहीं अधिक संवेदनशील हो जाता है और यह स्थिति तब और अधिक पीड़ादायक हो जाती है जब अभिभावकों और युवाओं के सपने टकराने लगें। शोध यह बताते हैं कि जिन परिवारों में संवादनहीनता नहीं होती और बच्चों और अभिभावकों के मध्य दोस्ताना संबंध रहते हैं— वहां आत्महत्या की दर बहुत कम होती है।

इसकी वजह यह है कि परिवार अपने सदस्यों को जीवन जीने की चाह और संघर्षों से लड़ने का संबल देता है और यही संबल उन्हें जीवन-पलायन से रोकती है। लेकिन वे अभिभावक जो अपने स्वप्नों और अभिलाषाओं को अपने बच्चों पर लाद देते हैं, उनके एक अनचाहे दबाव से घिरने लगते हैं।

अभिभावकों की इच्छाओं को पूरा करने का भार, बच्चे पर गहरा मानसिक और भावनात्मक दबाव बनाता है। असफलता का डर, अपने माता-पिता के सपनों के टूटने का डर, उसे अपने जीवन से बड़ा लगने लगता है और जब उसे लगता है कि वह अपने अभिभावकों की सोच के मुताबिक खरा नहीं उतर पाएगा तो वह अपने जीवन को खत्म कर लेना बेहतर समझता है।

सत्य तो यह है कि स्वप्नों और वास्तविकताओं के मध्य धीरज और सकारात्मक सोच की जरूरत होती है और इससे भी कहीं अधिक भावनात्मक संबल की। अपनों द्वारा दिया गया विश्वास और प्रेम ही युवाओं को जीवन-पलायन से रोकने का कारगर उपाय है। ●





सायर बैंगानी

# क्यों हम बंट जाते हैं ?



**आ**ज महिलाओं के कर्तृत्व का कद आसमान की बुलंदियों को छू रहा है और नारी की क्षमता पर नित नई मुहर का ठप्पा लग रहा है। पंख लगाकर उड़ते हुए युग में औरत आज प्रयासरत है—पारम्परिक छवि से अलग एक नई पहचान बनाने की जद्दो-जेहाद में। आत्मनिर्भर बनने की महत्वाकांक्षा और अपनी अलग पहचान बनाये रखने की चाहत, उसे कैरियर ओरिएंटेड वूमन बनने के लिए प्रेरित कर रही है। ख्याति के साथ-साथ अधिक-से-अधिक धन कमाना और अधिक-से-अधिक सुख सुविधा जुटाना उसकी जीवन शैली का प्रमुख लक्ष्य बन गया है। घर और कैरियर के बीच झूलती नारी के समक्ष चुनौतियां कम नहीं हैं। पुरुष प्रधान समाज में खुद को साबित करना सबसे बड़ी चुनौती है, लेकिन स्त्री ने उसे स्वीकार किया है और लगातार आगे बढ़ रही है। किन्तु कभी-कभी यह भी होने लगता है कि कैरियर के प्रति समर्पित औरत, कब धीरे-धीरे घर की जिम्मेदारियों और पति की नजदीकियों से दूर होती चली जाती है, खुद उसे भी इस बात का पता नहीं चलता। जब कुछ पाने की तमना में औरत बहुत कुछ खोने लगती है तब अन्तस कहता है—21वीं सदी की नारी के लिए कैरियर बनाना बहुत महत्वपूर्ण है, पर घर बनाना भी कम महत्वपूर्ण नहीं है।

हिन्दुस्तान की संस्कृति में विवाह को 'पाणिग्रहण' की संज्ञा दी गई है। विवाह संस्कार के पीछे मानसिकता यह थी कि जिसका हाथ एक बार पकड़ लिया उसका साथ आजीवन नहीं छोड़ना। अब एक ऐसी संस्कृति पनप रही है कि थोड़ी सी अनबन हुई, विचारों में टकराहट हुई, ईगो पर जरा सी चोट लगी कि बात तलाक तक पहुंचते देर नहीं लगती। जीवनभर के साथ को तिनके की तरह तोड़ना आज सभ्य समाज में गुड्डे-गुड्डियों का खेल बन गया है। हमारे अपने समाज में दिनोंदिन बढ़ते तलाक के आंकड़े हमारे स्वस्थ परिवारों के उजले सपनों पर कालिख पोत रहे हैं।

विकास का मूल्य कभी पतन नहीं हो सकता। अपने कैरियर और भविष्य के निर्माण के लिए दाम्पत्य को दांव पर लगाना महंगा पड़ सकता है। पति-पत्नी के उजड़ते हुए कूनबों का कारण चाहे उनका कैरियर के प्रति अधिक रुझान हो, चाहे उनके व्यवहार, आदतें और स्वभाव की शिकायतें एक-दूसरे से हो, स्वयं उसका विश्लेषण कर हल ढूंढना होगा। क्योंकि बेबस और लाचार होकर घर छोड़ देना शिक्षित और सुसंस्कृत औरत की नियति कदापि नहीं हो

सकती। अपने सपनों को, अपनी अपेक्षाओं को, अपनी चाहतों को यदि आप यथार्थ के धरातल पर उतारकर लायेंगे तो आप पायेंगे कि वैवाहिक जीवन समझौते का ही दूसरा नाम है। आचार्य तुलसी कहा करते थे—“जो लोग सुखी और शांत जीवन जीना चाहते हैं उन्हें स्थान बदलने से पहले स्वभाव बदलने की बात सोचनी चाहिये।” पति-पत्नी के रिश्तों में रस भरा रहे इसके लिए ध्यान रखने योग्य कुछ बातें—

● पति-पत्नी एक-दूसरे के प्रति शिकायतों को लेकर चुपचाप कुढ़ने के बजाय खुल कर बात करें। मनोवैज्ञानिकों के अनुसार जब कोई भी विवादास्पद ईश्यू 24 घंटे के भीतर टेकल नहीं किया जाता है तो सब कोन्सियस माइन्ड में जाकर बीमारी बन जाता है, नकारात्मक सोच पैदा करता है।

● जब आप दाम्पत्य का सुख मिलकर भोगते हैं तो उसमें आने वाली परेशानियों को भी मिलकर निपटायें।

● यदि आप अपने साथी से प्यार करते हैं, तो उसके काम से भी प्यार करने की आदत डालिए।

● संवेदनशील मुद्दों पर साथी द्वारा की गई अवहेलना दिल पर सीधी चोट करती है, जो दाम्पत्य के बिखरने का कारण बनती है।

● समय प्रबंधन द्वारा अति व्यस्त रूटीन के बावजूद एक-दूसरे के लिए पर्याप्त समय निकालें।

● वैवाहिक सलाहकार डॉ. अनुराधा पटेल के अनुसार पति-पत्नी एक साथ कितना समय बिताते हैं, उससे कहीं अधिक महत्वपूर्ण है कैसे समय बिताते हैं।

● झगड़ा पति-पत्नी के बीच हो तो उसे बिना किसी खास वजह के सास-ससुर या माँ-बाप तक न ले जाएं। कई बार उनके इंटरफेयर से स्थिति अधिक बिगड़ जाती है।

● समय और परिस्थिति के चलते आज स्त्रियां भी परिवार की आर्थिक जिम्मेदारी उठा रही हैं

इसलिए पारिवारिक व्यवस्थाओं पर कुछ असर तो आयेगा ही। इस सच को पति-पत्नी दोनों को स्वीकार करना चाहिए।

● याद रखें भविष्य को बनाने के लिए वर्तमान की उपेक्षा नहीं करें। क्योंकि बीता हुआ वक्त कभी लौटकर नहीं आता।

● मनोवैज्ञानिक विलियम जेम्स का कहना है—इंसान की सबसे गहरी इच्छाओं में से एक है—प्रशंसा पाने की इच्छा। अनचाहा महसूस होने का भाव तकलीफदेह हो सकता है। जीवन साथी की सच्ची तारीफ करने से ना चूकें। सच्ची तारीफ करना सबसे बहुमूल्य उपहार है।

आज जो कन्याएं दाम्पत्य जीवन की शुरुआत करने की दहलीज पर खड़ी हैं और नवविवाहित युवतियां नये ख्वाबों के साथ नई दुनिया बसाने की शुरुआत कर चुकी हैं। उनसे मैं कहना चाहती हूँ कि पति-पत्नी के बीच मधुर रिश्ते का होना कोई दिवास्वप्न नहीं है, जो पूरा नहीं हो सकता। यह सम्बन्ध कोई जीवन की जंग भी नहीं है, जिसे जीतने के लिए कोई रणनीति बनानी पड़े। पुरुष मस्तिष्क-प्रधान होता है और स्त्री हृदय-प्रधान। हृदय की कोमलता, करुणा, प्यार की बोझारों से पुरुष के मस्तिष्क को भिगोती रें। आपका स्त्रीत्व बना रहे और साथ-साथ स्वयं की प्रतिभा को भी पनपने के अवसर प्रदान करें। हमें कुछ इस तरह से प्रयत्न करना है कि हमारी विरासत और हमारी वर्तमान जीवन शैली दोनों को बराबर पोषण मिलता रहे।

**कोई किसी का भाग्य विधाता नहीं,**

**कोई किसी का जीवन निर्माता नहीं।**

आचार्य महाप्रज्ञ कहते हैं—‘तुम भाग्य को कोसने में जितना समय लगाते हो उतना यदि भाग्य के निर्माण में लगाओ तो तुम मंदिर के देवता बन जाओगे और भाग्य तुम्हारा पुजारी। खिड़कियां खोलें, सूर्य की रश्मियां तुम्हारे लिए प्रकाश का उपहार लिए खड़ी है।

—7—बी, श्री राम रोड,

सिविल लाइन, दिल्ली-110006



## महायोगी पायलट बाबा

प्रेम के अनेकों आयाम हैं। प्रेम हो जाता है। मैंने प्रेम के आगमन को नहीं पहचाना था। मैं प्रेम तो वादियों से करता था। मेरा प्रेम तो नदियों के बहाव में फैले नाद से था। मेरा प्रेम तो पर्वतों से टकराकर मोहने वाली ध्वनि से था। मेरा प्रेम तो बादलों में गति देने वाली शक्ति के प्रवाह से था।

मेरा मन एक साधक था। मेरा मन एक पुजारी था प्रकृति का। मैं नित्य पूजा करता था। मैं पूजा किसी मंदिर मस्जिद में जाकर नहीं करता था। मेरी पूजा तो प्रकृति के सौंदर्य की थी मेरी उपासना की देवी प्रकृति थी। मेरी उपासना का देव पर्वत था। बहुत बाद में मैं जान पाया कि यह सब तो प्रेम का विस्तार है। तब इन उपासनाओं में प्रेम की ओर बहाव कर दिया।

तुम भी प्रेम को जानती हो। क्योंकि तुम जानती हो कि तुम किसकी पूजा करती हो। तुम अपने को जानती हो। उस कृष्ण की प्रेम गाथाओं को पढ़ती हो। तुम कृष्ण से प्रेम करने वालों के इतिहास से परिचित हो? तुम प्रेम की छात्रा हो। तुमने प्रेम को जानने की कोशिश की है। पर तुम रुके नहीं हो। तुमने केवल पढ़ा है। तुमने केवल नौलेज को विकसित किया है।

प्रेम की कोई परिभाषा नहीं है। प्रेम का कोई शिष्य नहीं होता। प्रेम तो स्वतः एक यात्रा है। यह कब तुममें उतर जायेगा यह तुमको पता भी नहीं चलेगा। यह कब तुमको प्रेम पथ पर डाल देगा यह तुम जान भी नहीं पाओगे और यह कब तुमको छोड़ देगा। यह तुम भी नहीं कह सकते। जब यह आ जाता है तब तुम प्रेम के वश में होते हो। तुम प्रेम का संगीत सुनते हो। तुम प्रेम की यात्राएं करते हो, तुम प्रकृति की वादियों में भटकते हो और यह चला जाता है। तब भी तुम वही करते हो। प्रेम में वैसा ही हो जाता है। जैसा प्रकृति के साथ में रहने में और प्रेम के चले जाने पर भी प्रकृति ही शरण देती है।

किसी भी चौराहे पर आकर तुमको खोना नहीं है। प्रेम का इतना सहज ना समझना। प्रेम ही परमात्मा है। परमात्मा मुफ्त में तो नहीं मिलता। आंसू भी साधारण नहीं। तुमको हृदय को ही पिघला-पिघला कर आंसू के रूप में बहाना होगा। रक्त को आंसू बन जाने देना होगा। मन भी आंसू तन भी आंसू और हृदय भी आंसू, तब कहीं जाकर प्रेम होगा। परमात्मा से मिलन होगा।

जो पकड़ में नहीं आ रहा, नहीं आता उसे आत्मसात कर लेना प्रेम है। यह एक कठिन यात्रा है। बड़ा ही कठिन यात्रा है। एक ऐसी कसौटी, एक ऐसी अग्नि परीक्षा, जिसमें तुमको

# ढाई आरवर प्रेम का

प्रेम की कोई परिभाषा नहीं है। प्रेम का कोई शिष्य नहीं होता। प्रेम तो स्वतः एक यात्रा है। यह कब तुममें उतर जायेगा यह तुमको पता भी नहीं चलेगा।



जलना होगा। जलकर मिटना होगा और जिस दिन तुम जलकर राख हो जाओगे, उसी राख में मिलन का प्रारंभ होगा।

प्रेम अनुभूति है। जिसने प्रेम किया है, उसी को विरह की अनुभूति है। अगर तुम एक अंधे से पूछो कि प्रकाश क्या है तो वह उलझ जायेगा तब उसने प्रकाश देखा नहीं, पाया नहीं तो वह प्रकाश की क्या उपमा दे पायेगा? तुम्हें प्रेम करना चाहिए। एक आम आदमी को भी प्रेम करना चाहिए, प्रेम को पहचानना चाहिए। प्रेम

परमात्मा से हो।

पर परमात्मा कहां पाया जाये, कहां ढूंढा जाये? फिर तुम्हें मनुष्य से प्रेम करने में भय क्यों? मनुष्य प्रेम से भागना कैसा? यह सच है कि अगर तुम परमात्मा से प्रेम करना चाहते हो तो मनुष्य से प्रेम करना सीखो। अगर तुम मनुष्य से प्रेम करना छोड़ दो तो मैं दावे के साथ कह सकता हूँ कि तुम परमात्मा से प्रेम कर ही नहीं सकते। प्रेम करना तो दूर, तुम प्रेम को समझ ही नहीं सकते। ●

## साधना का रूप



:: पुष्पेश कुमार पुष्प ::

कबीर के बारे में एक लोककथा प्रचलित है। एक दिन उनका बेटा कमाल घास लाने के लिए जंगल गया। शाम होने वाली थी लेकिन कमाल जंगल से घास लेकर नहीं लौटा। सुबह निकले पुत्र के शाम तक नहीं लौटने पर कबीर को चिंता होने लगी। वह कुछ लोगों को

साथ लेकर उसे जंगल में खोजने चले गए। जंगल पहुंचने पर उन्होंने एक विचित्र दृश्य देखा। कमाल घास के बीच खड़ा होकर नाच रहा था- हवा के साथ, घास के साथ। आंखें बंद थी और वह पूरी तरह मस्ती में था। सब लोग कुछ देर तक हतप्रभ उसे देखते रहे, फिर उन्होंने उसका ध्यान भंग किया और पूछा, 'यह क्या हो रहा है? घास कहाँ है?' कमाल बोला, 'आपने याद दिलाई है तो याद आ रहा है कि क्या हुआ था। मैं घास काटने आया था तो घास के बीच आकर घास होकर ही रह गया। घास हवा में नाच रही थी, मैं भी नाचने लगा। मुझे लगा मुझमें और घास में कोई फर्क ही नहीं है।' कबीर हंसकर बोले, 'जो पूरी सृष्टि के साथ नाच सकता है वह अपनी नृत्य साधना द्वारा तत्काल उसे प्राप्त कर लेता है, जिसे पाने के लिए अन्य साधकों को काफी श्रम करना पड़ता है। तुमने आज इसे साध लिया है।'





## आरती जैन-खुशबू जैन

**ना**री परिवार की आधारशिला है। परिवार का सौंदर्य, समृद्धि और गौरव उसी के कारण स्थिर है। 'शीलव्रता नारी' घर की लक्ष्मी होती है। घर में समृद्धि का वास रहता है। नारी के अनेक रूप हैं। माता, पत्नी, बहन, बेटी आदि। वह हर रूप में पूजनीय है। नारी परामर्श में मंत्री, गृहकार्य में दासी, धर्म कार्य में पत्नी, सहिष्णुता में पृथ्वी, गृह-व्यवस्था में गृह की लक्ष्मी, ममता में माता, विलास में रम्भा और क्रीड़ा में मित्र की भूमिका निभाती है। नारी का एक महत्वपूर्ण रूप है शिक्षिका का—बच्चों को संस्कारी बनाने से लेकर परिवार के हर सदस्य को सदमार्ग की ओर अग्रसर करने का दायित्व उसी पर है।

बालक के लिए मां जननी ही नहीं होती, अपितु देवता होती है, गुरु होती है, भगवान होती है और सब कुछ होती है। आधुनिक माताओं का व्यवहार और स्वभाव दिन-प्रतिदिन बिगड़ता जा रहा है। किटी पार्टी, क्लब, टेलीविजन में व्यस्त रहने के कारण वे प्रायः अपने बच्चों से दूर रहती हैं। जबकि मां का वात्सल्य ही बालक के जीवन-निर्माण का मूल आधार है। मां के लिए बेटा-बेटी समान रूप से आत्मीय होने चाहिए।

परिवार के निर्माण में पुरुष की अपेक्षा नारी का स्थान अधिक महत्वपूर्ण है। परिवार की उन्नति के तीन सूत्र हैं—सहनशीलता, स्नेहशीलता और श्रमशीलता। एक सुघड़ गृहिणी की पहिचान उसके घर की स्वच्छता तथा बच्चों की शालीनता से होती है।

स्त्री और पुरुष एक-दूसरे की अच्छी-बुरी प्रवृत्तियों से प्रभावित हुए बिना नहीं रह सकते, अतः आवश्यक है कि दोनों वर्ग सशक्त, तेजस्वी और एक-दूसरे के पूरक बनें। परिवार की श्री समृद्धि व सुख-शांति के लिए दम्पति संयम, स्नेह और सहिष्णुता को जीवन में उतारें।

आदर्श गृहिणी का कर्तव्य है कि वह सास, ससुर, देवरानी, जेठानी से तालमेल बनायें। बच्चों को आज्ञाकारी बनायें। बड़े बुजुर्गों के सम्मान तथा छोटों पर स्नेह और आत्मीयता से गृहिणी घर को स्वर्ग बना देती हैं। परिवार में शांत सहवास जरूरी हो, इसके लिए बुजुर्गों की तजुर्बे का ध्यान रखा जाना चाहिए। संयुक्त परिवार में शांत एवं सौहार्दपूर्ण सहवास के लिए जिन चार गुणों की अनिवार्यता व्यक्त की गई है, वे हैं सहनशीलता दूसरा स्नेहशीलता, तीसरा श्रमशीलता एवं चौथा पारस्परिक विश्वास। सुखद पारिवारिक संरचना के यही चार आधार हैं।

गृहस्थ जीवन की गाड़ी महिला व पुरुष के आपसी तालमेल की धरोहर है। रिश्तों की

# रिश्तों की डोर



**आदर्श गृहिणी का कर्तव्य है कि वह सास, ससुर, देवरानी, जेठानी से तालमेल बनायें। बच्चों को आज्ञाकारी बनायें। बड़े बुजुर्गों के सम्मान तथा छोटों पर स्नेह और आत्मीयता से गृहिणी घर को स्वर्ग बना देती हैं। परिवार में शांत सहवास जरूरी हो, इसके लिए बुजुर्गों की तजुर्बे का ध्यान रखा जाना चाहिए।**

कड़ियां जोड़ती है घर की दीवारों को, स्नेह का सिंचन सजाता है प्रांगण को। दो जीवन, दो परिवार मिलकर करते हैं नई सृष्टि का निर्माण। मुखरित होता है खुशियों का वातायन, प्रफुल्लित होता है संस्कारों का अमृतायन।

इन्हीं सपनों को मन में संजोये हर दो हाथ मिलते हैं साथ निभाने के लिए। घर में बजती है शहनाई, सजती है डोली, गाते हैं गीत, होते हैं मंगलाचार। बहू आने का दहलीज करती है इंतजार। यहीं से शुरुआत होती है पारिवारिक संरचना की, यही से जुड़ते हैं रिश्ते और यही से परवान चढ़ता है सुखी जीवन का सपना।

समय हमें आह्वान कर रहा है कि हम थोड़ा चिंतन करें, प्रयत्न करें, कैसे आये खुशहाली आंगन में। किस प्रकार सप्तपदी के सात वचन बांधकर रख सके दो सहयात्रियों को।

हर व्यक्ति सुखी रहना चाहता है, फिर सुख का संसार हमसे दूर क्यों भाग रहा है? अहम की टकराहट कहीं हमारे घर में दरारें न डाल दे। सचेत हो जाइए अपने-अपने घर को बचाइए।

समाज की इस पीड़ा को दूर करना हमारा कर्तव्य है। समाज में संस्कारों के पोषण की जिम्मेदारी महिलाओं की होती है। अतः नारी-समाज का दायित्व बढ़ गया है। अब वक्त हमें चुनौती दे रहा है कि नारी शक्ति समाज को इस दावानल से बचाए।

नहीं बेटियां जिन्हें हम नाजों से पालते हैं उन्हें नाजुक नहीं, नीति निपुण बनाएं। उन्हें यह सीख दें कि डिग्रियों के खिताब हमें पहचान दे सकते हैं, समृद्धि दे सकते हैं लेकिन खुशी

रिश्तों के सिंचन से मिलेगी। रिश्ते बहुत अनमोल हैं, कोमल हैं, उन्हें प्रेम से निभाएं, विचारों के समझौते से मन के तार मजबूत बनाएं। सहिष्णुता हमारा असली गहना है, विवेक हमारा रक्षा कवच है, माधुर्य हमारा शृंगार है। आग्रह की जकड़न में अपनों की पकड़ को ढीला नहीं होने दें।

सुदृढ़ परिवार की संरचना का मुख्य आधार है समर्पण, श्रद्धा और संवेदना। सुखद पारिवारिक संरचना के लिए अक्सर कहा जाता है कि हम एक तरफ जहां बेटियों को प्रशिक्षण दें, दूसरी तरफ हर अच्छी मां अपने बेटे को भी संभाले। कहीं उसका व्यसन, क्लबों का नशा बहू की खुशियां तो नहीं छीन रहा? कहीं हम एक पढ़ी-लिखी बहू की काबिलियत व भावनाओं को ठेस तो नहीं पहुंचा रहे? हर सास भी कभी बहू थी यह चलचित्र दोहरा कर नई पीढ़ी को आहत तो नहीं कर रहे? इसलिए समय के साथ थोड़ा स्वयं को बदलें। येनकेन प्रकारेण हमारी भावना है कि हर घर में खुशहाली हो, हर रिश्ता मुस्कुराए, हर परिवार स्वर्ग से सुखद व सुंदर नजर आए।

— 'सातों सुख' पुस्तक से





## निरुत्तर

### \* रेनू सिरियोया

उनकी आंखों में छलकता दर्द,  
लरजते आंसू, बिखरते शब्द  
मानों कुछ कह रहे हैं  
मगर लब साथ नहीं दे रहे,  
लड़खड़ाते कदम, मुझाया बदन,  
सिमटती सांसे, धड़कता दिल  
मानों कुछ कह रहा है, मगर किसे कहे,  
तड़फते अरमान, अनसुलझे सवाल,  
दबी-दबी आस, सूनी-सूनी राह  
मानों दूँद रही है किसी अपने को  
मगर कोई अपना नहीं,  
वो बेबसी और लाचारी से निहार रहे है,  
सामने बने बंगले की ओर,  
भींग रही है आंखों की कोर,  
सबसे बेखबर कि कोई  
उनके चेहरे पर उभरती हुई  
संवेदनाओं को बड़ी संजीदगी से देख रहा है,  
मेरा अंतर्मान तड़फ उठा,  
मैं पास गई और बोली-  
बाबा आप तन्हा और खामोश कब से  
उस बंगले की ओर उम्मीद लगाये बैठे है,  
क्या जान सकती हूँ...मैं दर्द आपका?  
बाबा ने खामोशी तोड़ी और  
एक लम्बी आह भरके बोले...  
बेटा वो बंगला कभी मेर था,  
जिसमें खुशियों का बसेरा था,  
मेहनत से बच्चों को पाला था,  
बिन मां के ही संभाला था,  
लेकिन आज वक्त ये आया है,  
अपनों से ही धोखा खाया है,  
सोच रहा हूँ... क्या इसी दिन के लिए  
इंसान औलाद चाहता है,  
उनकी खुशियों की खातिर  
खुद की खुशियां लुटाता है,  
आंसू छलक पड़े बूढ़ी आंखों से,  
लाठी लुढ़क गई हाथों से, बोले-  
अगर बुढ़ापे का अंजाम है यही तो  
आखिर क्यों चाहते हैं संतान सभी...  
उनकी दर्द भरी दास्तां सुनकर  
मैं निरुत्तर हो गईं...।

-213/12, सिरियोया मेडिकल  
माया मिष्ठान भंडार के पीछे, अशोक नगर  
उदयपुर-313001 (राजस्थान)

## धन्य हुआ परिवार

### \* शिवशरण दुबे

बेटा-बेटी दो नयन, दोनों से है दृष्टि।  
एकनयन काना हुआ, दिखी अधूरी सृष्टि॥  
बेटी है धरती सदृश, बेटा है आकाश।  
दोनों से इस जगत के, उद्भव का इतिहास॥

बेटी श्रद्धा हृदय की, बेटा है विश्वास।  
उभय शिवा-शिव अस्मिता, सृजन-कर्म विन्यास॥  
बेटी निर्मल चांदनी, बेटा गुनगुन धूप।  
जब दोनों हों तब बने, घर का सुखद स्वरूप॥

बिटिया तुलसी आंगने, हरती त्रिविध कलेश।  
बेटा चंदन बाग का, महकाये परिवेश॥  
बेटी शाखा-कारिका, बेटा शाखोच्चार।  
दोनों से पावन बनें, परिणय के संस्कार॥

बेटा-बेटी हैं उभय, जीवन के सिंगार।  
मूल्य किसी का कम नहीं, दोनों प्राणाधार॥  
बेटी-बेटे पर रखें, अगर सदा समदृष्टि।  
घर में होती सर्वदा, सुख-स्नेह की वृष्टि॥

क्रूर कुकर्मी पुत्र से, मिले नरक का कष्ट।  
बेटी गई कुपथ तो, समझो दो कुल नष्ट॥  
अच्छे बेटे-बेटियां, माता-पिता अधीन।  
निज व्यक्तित्व विकास कर, बनें सभ्य शालीन॥

संस्कारित संतान से, यश-वैभव विस्तार॥  
मिली प्रशंसा लोक में, धन्य हुआ परिवार॥

-दमदमहा पुल के पास  
कटनी मार्ग, बरही-483770 (म.प्र.)

## परिवार

### \* सारिका चोपड़ा

चार दिनों का मेला है परिवार,  
मिलने बिछड़ने का ठेला है परिवार,  
कभी अमावस की अंधेरी रात है परिवार,  
तो... कभी चांद तारों की बारात है परिवार॥

गंगा के किनारे भीठे जल और  
समन्दर खारे पानी का  
संगम है परिवार॥

सुख-दुख तो धूप-छांव है  
एक को आते हैं... दूसरे ले जाते हैं...  
पर इससे परे...

एक खूबसूरत एहसास है परिवार।  
जीवन में समायोजन आ जाए  
तो वरदान है परिवार॥

-द्वारा माइक्रो फाइन कैमिकल्स  
22, नैनिया नैकन स्ट्रीट, चैन्नई

## गीतिका

### \* डॉ. गोपाल बाबू शर्मा

झूठा है अब प्यार कबीरा।  
रिश्ते सब व्यापार कबीरा।  
आज बनी हैं विडम्बनाएं,  
जीवन का उपहार कबीरा।

लाज-शरम तो निर्वासित है,  
बहती उल्टी धार कबीरा।  
नेताजी के पास सिर्फ है,  
वादों का अम्बार कबीरा।

चिनवाई यह राजनीति ने,  
मनहब की दीवार कबीरा।  
केंसर की खुशबू घायल है,  
आज बिछे अंगार कबीरा।

जिसकी लाठी भैंस उसी की,  
न्याय हुआ लाचार कबीरा।  
नब्ज टटोले फुरसत किसको,  
देश हुआ बीमार कबीरा।

और न जाने क्या-क्या होगा,  
ठीक नहीं आसार कबीरा।  
-46, गोपाल विहार कॉलोनी  
देवरी रोड, आगरा-282001  
(उ.प्र.)

## हम हैं पहरेदार

### \* सुरेन्द्र अंचल

होशियार खबरदार।  
हम हैं पहरेदार।  
आओ सब मिल राष्ट्रप्रेम के गाने गाए।  
भारत देश महान, न कोई आंख दिखाए।  
खबरदार - होशियार  
हम है, पहरेदार।  
बहुत किया संघर्ष कि हमने मुक्ति पाई  
स्वतंत्रता का जला दीप, बुझे ना भाई।  
ललचाए सारा संसार।  
हम हैं पहरेदार।  
हरी-भरी लहराती फसले केश हैं।  
गंगा-जमुना का यह पावन देश हैं।  
पंखा झले बहे बयार।  
हम हैं पहरेदार।  
बरसे आंखों से किरणों की बौछार  
हाथ अहिंसा की पतवार, कापें च्वार  
झूला झूले, बहे बहार।  
हम हैं पहरेदार।

-साहित्यलोचन मंच  
2/152, साकेत नगर, ब्यावर, अजमेर  
(राजस्थान)



## गृहस्थी धर्म

### \* रूपकमल जैन

गृहस्थी धर्म सबसे बड़ा  
निभाकर तो देखो  
आ जाए कोई पथिक तेरे द्वार पर  
प्यार करके तो देखो  
ना जाने किस रूप में प्रभु मिल जाए  
दौलत लुटाकर तो देखो  
भुला दो ऊंच-नीच जाति के लफड़े  
मन को सजाकर तो देखो  
नजर आयेगा तुझे  
हर प्राणी के धड़कते दिलों में भगवान  
मजहब से ऊपर उठकर  
प्राणी को गले लगाकर तो देखो  
दिलों में रामकृष्ण, महावीर, बुद्ध  
हर क्षण आत्मा में बसते हैं  
तू भी खड़ा पायेगा अपने को  
ऋषि, मुनि, पैगम्बर की लाइन में  
उनके मार्ग पर आगे बढ़ो  
मंजिल चाह जगाकर तो देखो  
स्वर्ग इस धरा पर नजर आयेगा  
स्नेह का संसार बसाकर देखो  
हर प्राणी के धड़कते दिलों में  
सबको अपना बनाकर तो देखो  
दिखाई देगे तुझे ईश्वर  
ऊपर नीचे दायें-बायें अपनी आत्मा में  
गीता और ग्रंथ सारे यही कहते  
आगम व कुरान भी यही कहते  
फिर क्यों रूठा है आज इंसान  
अपने अभिमान में डूबा है इंसान  
ईश्वर अल्ला सब एक हैं  
स्वार्थ से ऊपर उठकर तो देखो  
माया लोभ को छोड़कर के  
अंतर्मन में जागरण करके तो देखो।



## प्यार के माने

### \* बाबूलाल शर्मा 'प्रेम'

काजल लगा के नैन में, सोये कोई  
अशकों से पलक अपने, भिगोये कोई,  
अच्छा तो ये होता, सभी हंसते-गाते  
किस्मत है कि कोई हंसे, रोये कोई।

ऐसा कभी कोई कहीं मिल जाता है,  
मिलकर जिसे दिल फूल सा खिल जाता है,  
छूकर के हाथ वह तो चला जाता है,  
हाथ अपना मगर महकता रह जाता है।

दिल में जो लगी आग, कोई क्या जाने,  
किसका बुझा चिराग, कोई क्या जाने,  
मतलब की बात अपने सिर्फ करते हैं  
क्या जाने ऐसे लोग, प्यार के मानें।

पाषाण को जो मोम बना देती है,  
हर जहर को भी सोम बना देती है,  
इस 'प्रेम' की तासीर है कुछ ऐसी जो  
मानव का अहं ओम बना देती है।

—इन्द्रपुरी, पो. मानसनगर,  
लखनऊ-226023 (उ.प्र.)

## पर्यावरण

### \* डॉ. सुधा गुप्ता

पंछी-पंचायत जुड़ी, सभी जीव बेहाल।  
मानव ने दूषण किया, जीना हुआ मुहाल।।

वायु प्रदूषित कर रहा, तनिक न आती लाज।  
रे मानव तू है बौना, दानव का सरताज।।

नदिया थी संजीवनी, कैसा तू बे पीर।  
कचरा, मैला भर दिया, मलिन किया है नीर।।

पानी पीकर चंचु भर, पाखी तो उड़ जाय।  
मानव-लिप्सा देख लो, पानी व्यर्थ बहाय।

मानव कितना है कुटिल, मन में नहीं लजाय।  
माता को दूषित करे, धरती है निरुपाय।।

हर खिड़की तो मुंद ली, भर-भर पाथर, ईंट।  
गौरैया-घर छीनके, पड़ी खून की छींट।।

करें बसेरा पेड़ पर, उड़ें खुले आकाश।  
धरती मैली ना करें, थोड़े जल की आस।।

चादर में ओजोन की, बढ़ता जाता छेद।  
एसी तेरे सिर चढ़ा, आंख चढ़ी है मेद।।

नीम-गाछ की सारिका, चह-चह करती भोर।  
घटी सूर्य की रोशनी, मचा शहर में शोर।।

कागा पंडित जी कहें, अशुभ चल रहा दौर।  
आश्विन बरसा कोहरा, माघ आ गया बौर।  
—120-बी/2, साकेत, मेरठ-252003 (उ.प्र.)

## जल गया नाग

### \* गणेश मुनि शास्त्री

एक अखबार के मुख्य पृष्ठ पर  
बड़े-बड़े अक्षरों में छपा था कि  
एक क्लीनिक में अचानक लग गई आग  
जिसमें जलकर खाक हो गया एक नाग।  
घटनास्थल पर मौजूद लोगों ने जब  
यह खबर पढ़ी, तो उनकी त्योरियां चढ़ी।  
जाकर मीडिया का द्वार खटखटाया,  
बोले- आपने एक डॉक्टर को  
नाग कैसे बताया?  
मीडियाकर्मी ने  
जब डॉक्टर के बीते जीवन का  
कच्चा चिट्ठा दिखाया,  
तो लोगों को एकाएक विश्वास नहीं आया।  
सच में उस डॉक्टर को  
जहर उगलने का नशा था,  
अपने जीवन में उसने कई मासूम  
जिंदगियों को डसा था।

## कुंडलियां

### \* त्रिलोक सिंह ठकुरेला

(1)

सोना तपता आग में और निखरता रूप।  
कभी न रुकते साहसी, छाया हो या धूप।  
छाया हो या धूप, बहुत सी बाधा आयें।  
कभी न बनें अधीर, नहीं मन में घबराएं।  
'ठकुरेला' कविराय, दुखों से कैसा रोना।  
निखरे सहकर कष्ट, आदमी हो या सोना।

(2)

होता है मुश्किल वही, जिसे कठिन लें मान।  
करें अगर अभ्यास तो, सब कुछ है आसान।  
सब कुछ है आसान, बहे पत्थर से पानी।  
यदि खुद करे प्रयास, मूर्ख बन जाता ज्ञानी।  
'ठकुरेला' कविराय, सहज पढ़ जाता तोता।  
कुछ भी नहीं अगम्य, पहुंच में सब कुछ होता।

—बंगला संख्या-99,  
रेलवे चिकित्सालय के सामने  
आबू रोड-307026 (राजस्थान)





# सुखी परिवार फाउंडेशन एवं गुजरात सरकार द्वारा संचालित एकलव्य मॉडल आवासीय विद्यालय, कवांट

(एक अभिनव आदिवासी शिक्षा एवं जन कल्याण का विशिष्ट उपक्रम)



## ‘धर्मपुत्र-धर्मपिता’ योजना

आदिवासी एवं पिछड़े छात्रों को इंतजार है आपके सौजन्य का  
गरीब, असमर्थ एवं अभावग्रस्त छात्रों को ‘धर्मपुत्र’ के रूप में गोद लें।

- ◆ एक ‘धर्मपुत्र’ की मासिक सौजन्यता राशि : रु. १,०००/-
- ◆ एक ‘धर्मपुत्र’ की वार्षिक सदस्यता राशि : रु. १२,०००/- एकमुश्त दी जा सकती है।
- ◆ समस्त अनुदान आयकर अधिनियम की धारा ८०जी के अंतर्गत आयकर से मुक्त होगा।
- ◆ अनुदान राशि का चेक/ड्राफ्ट सुखी परिवार फाउंडेशन के नाम देय होगा।

आपका सहयोग : समाज की प्रगति



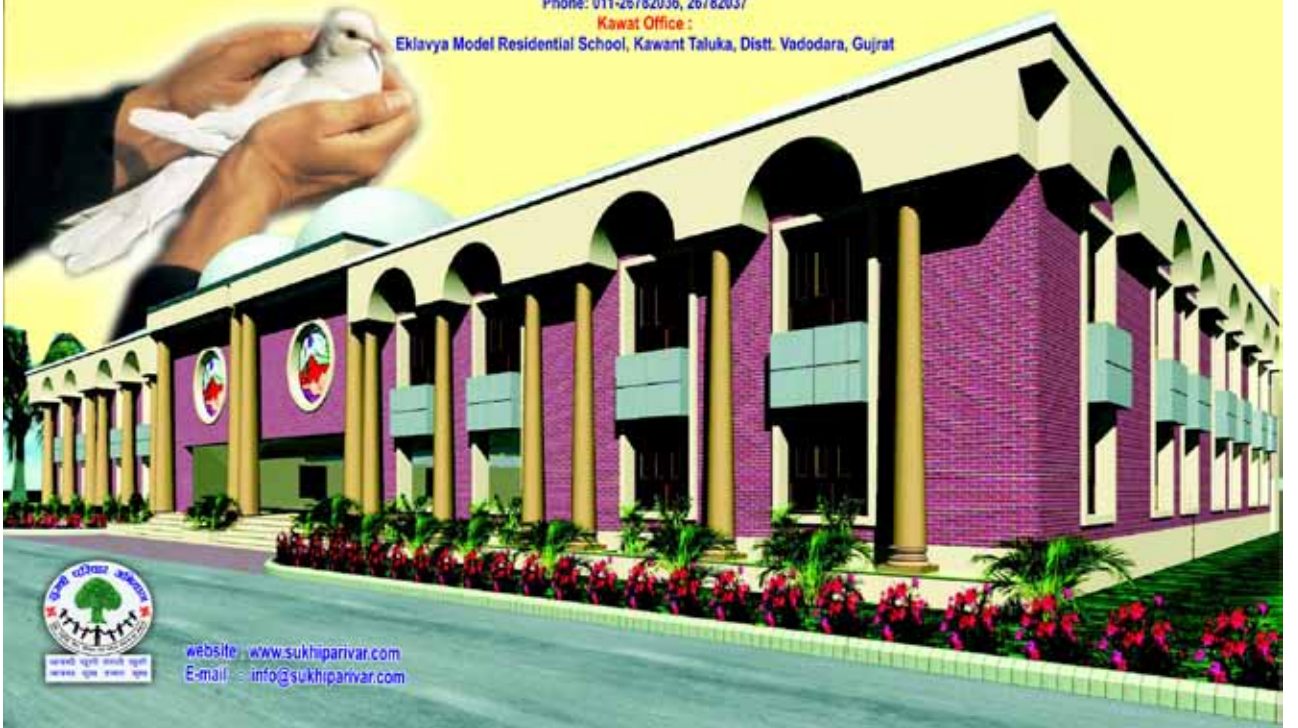
## SUKHI PARIVAR FOUNDATION

Head Office :

T. S. W. Center, A-41/A, Road No.-1, Mahipalpur Chowk, New Delhi-110 037  
Phone: 011-26782036, 26782037

Kawat Office :

Eklavya Model Residential School, Kawant Taluka, Distt. Vadodara, Gujrat



website : [www.sukhiparivar.com](http://www.sukhiparivar.com)  
E-mail : [info@sukhiparivar.com](mailto:info@sukhiparivar.com)





## विपिन जैन

हमारी खुशी किन-किन बातों में छिपी है? वो कौन-सी चीजें हैं जिनके पास होने पर हमारा मन खुशी महसूस करता है। हमें कभी खुद से ऐसे प्रश्न करने चाहिए और उन प्रश्नों के उत्तर पाकर उसकी पूर्ति की दिशा में कदम रखने चाहिए। खुशी एक आंतरिक भाव है। हर व्यक्ति के लिए खुशी का अवलम्ब अलग होता है। किसकी खुशी का खजाना कहाँ छिपा है, यह वह खुद ही जान सकता है।

कोई व्यक्ति इच्छित भोजन पाकर तृप्ति भरी खुशी का अनुभव करता है, तो दूसरा सादा खाना खाकर स्फूर्ति भरी खुशी पाता है। अपने शौक और इच्छाओं को पूर्ण करके खुश होना सहज मानवीय प्रवृत्ति है, तो कंजूसी बरतकर, अधिकाधिक धन संग्रह की प्रवृत्ति भी किसी के लिए सुख या खुशी महसूस करने की वजह हो सकती है। अपना बढ़ता बैंक बैलेंस, रुपयों से भरती तिजोरी, प्रतिवर्ष पीएफ में जमा होती रकम भी खुशी के अहसास का कारण हो सकती है।

मैंने एक व्यक्ति को नजदीक से देखा है जिसने अपनी नौकरी में फंड से कभी कोई रकम नहीं निकाली, कोई बड़ी जिम्मेदारी सामने नहीं आई। खुद की इच्छाओं को भी जाना नहीं। वह ज्यादा से ज्यादा पैसा वेतन से कटवा कर फंड में जमा करता रहा। उत्तरोत्तर रकम बढ़ती गई और रिटायरमेंट के दिन जब तीस लाख का चेक उसे मिला तो उसकी आंखें खुशी से चमक रही थीं। वह चेक पर लिखी रकम को बार-बार पढ़ रहा था।

खुशी का आधार आपकी प्रकृति, प्रवृत्ति, उम्र, वातावरण और परिस्थितियाँ तो होती ही हैं, पर कुछ ऐसे पैमाने भी हैं जो सभी के लिए सामान होते हैं। लायक बच्चे, मां-बाप



का सान्निध्य, पारिवारिक मेल-मिलाप, आपको समझने वाला जीवनसाथी, अच्छा स्वास्थ्य, अनुकूल परिस्थितियाँ और मनोकूल रोजगार। अंतरंग का साथ, प्रियजन का मिलना, दोस्तों की गपशप की महफिल -ये सब भी कुछ आंतरिक और बाह्य खुशी पाने के माध्यम बने जाते हैं। कभी एक झलक अपने प्रेमी या प्रेमिका की पालेना सारे जमाने की खुशियों से ऊपर होता है। कभी मोबाइल पर अंतरंग बातचीत भी बेपनाह खुशी दे जाती है।

खुशी एक व्यक्तिगत पूंजी है जो कम या अधिक सभी के पास रहती है। इसका खाता खोलने के लिए धन की नहीं, मन की आवश्यकता होती है। यह खाता जीरो बैलेंस पर खुलता है, बस कुछ भावनात्मक पूंजी चाहिए। खुशी सिर्फ शानदार गाड़ी, अकूत दौलत, उन्नति, कामयाबी और इच्छापूर्ति से ही नहीं मिलती।

उदार दृष्टिकोण, सहज विश्वास, अच्छाई पर भरोसा, ममता, प्यार, स्नेह और मधुर व्यवहार से भी यह मिलती है। अगर सड़क पर रोडरेज की जगह सहयोग और नम्र व्यवहार मिले तो सफर कम थकान भरा लगेगा।

खुशी दूसरों के दुख, दर्द, परेशानियों और मुश्किलों में सहायता करके भी मिलती है। आज भी ऐसे लोगों की कमी नहीं है, जिनके लिए दूसरों की खुशी अपनी खुशी से बढ़कर होती है। जिनका धर्म ही परहित है।

जीवन में स्थायी रूप से न दुख रहता है, न खुशियाँ। कुछ खुशियाँ थोड़े समय के लिए टिक जाती हैं। लेकिन जीवन में मुश्किलों, मुसीबतों और विडम्बनाओं से सदा कोन बच पाया है? खुशियाँ घर में और मन में टिकी रहें, इसके लिए मन को भी धैर्यवान, संतोषी और संतुलित होना होगा। ●



## दिलीप भाटिया

कैलाश प्रति जन्मदिन पर मंदिर की गुल्लक दान-पात्र में 101 रुपये भेंट कर आता था। इस वर्ष मंदिर जाते समय वह राह में इस दान की सार्थकता पर चिन्तन मनन मंथन करता रहा एवं लीक से हटकर सात्विक सार्थक दान करने का संकल्प लेते हुए विचार करता रहा।

मंदिर में पहुँच कर देखा कि मंदिर कमेटी के अध्यक्ष, जो दान-पात्र की सम्पूर्ण राशि लेते हैं, मंदिर परिसर में उनके निवास के बाहर वातानुकूलित कार खड़ी थी। अन्दर मंदिर में

## सार्थकता

पुजारी, जो दर्शनार्थियों को प्रसाद वितरित कर रहे थे, उनके समक्ष कूलर चल रहा था, एक भक्त मंदिर में तुलसी की 108 परिक्रमा कर रही थी।

कैलाश ने देखा कि एक वृद्धा माई मंदिर के आंगन में झाड़ू लगाकर फर्श की सफाई करते समय अपनी पुरानी सी बदरंग साड़ी के पल्लू से माथे का पसीना पोंछ रही थी।

कैलाश ने 100 रुपये का नोट वापिस अपने पर्स में रखा। 500 रुपये का नोट निकाला एवं वृद्धा माई के चरण-स्पर्श कर 501 रुपये उन्हें दिए एवं कहा "माताजी, आज मेरा जन्मदिन है, आप अपने लिए दो साड़ी खरीद लीजिएगा, मुझे



आशीर्वाद दीजिए, माताजी।"

मंदिर का पुजारी कैलाश को घूर रहा था, पर वृद्धा माई पल्लू से आंखें पोछती हुई "जीते रहो बेटा, भगवान तुम्हें सुखी रखे" का आशीर्वाद कैलाश को दे रही थी।

—रावतभाटा 323307 (राजस्थान)



## मंजुला जैन

एक आदर्श परिवार की सर्वोपरि प्राथमिकता है उसके सदस्यों के हंसते हुए चेहरे एवं मुस्कराती हुई जीवनशैली। हंसते रहना एक दैवी गुण है, जिस पर अमीरों की सुविधाएं न्यौछावर की जा सकती हैं। हंसने की आदत चित्त को हल्का बनाती है और शरीर को निरोग, दीर्घजीवी एवं सुंदर बनने की सुविधा उत्पन्न करती है। एक खुशनुमा परिवार की सबसे बड़ी जरूरत एवं सबसे बड़ा उपहार यही हो सकता है कि उस परिवार के सदस्य प्रसन्न रहने, मुस्कराने और हंसने की आदत को अपने स्वभाव का अंग बना लें।

खूबसूरत बनने के लिए किसी ब्यूटी पार्लर में जाकर चेहरे को सुंदर बनाने की आवश्यकता नहीं। चेहरे को सुंदर बनाने का सर्वोत्तम उपाय है—मुस्कराना। मुस्कान वह टॉनिक है जो न केवल शारीरिक अपितु मानसिक सुस्ती को दूर कर तन व मन दोनों में स्फूर्ति का संचार करती है। मिनटों की मुस्कान घंटों की थकान को दूर करती है।

चेहरा दिल का दर्पण है। आपका चेहरा यदि गुलाब के फूल—सा हंसता—खिलता है इसका मतलब आपके हृदय में भी प्रसन्नता का निश्रं बह रहा है। आंतरिक प्रसन्नता अवश्य बाह्य जगत में प्रकट होगी। हंसते खिलते चेहरे में चुम्बक—सा आकर्षण होता है। मुस्कराती आंखें बरबस सभी का ध्यान आकर्षित कर लेती हैं। मुस्कान बेगानों



## आदर्श परिवार की बुनियाद

को अपना बनाती है। एक कहावत है 'सौ दवा एक हवा, सौ हवा एक मुस्कान'। जैसे मुस्कराता फूल सबका मन मोह लेता है उसी प्रकार हंसता चेहरा सबका प्यारा होता है।

हम उज्ज्वल भविष्य की कल्पना करें और सदप्रवृत्तियों का चिंतन करें। ऐसा करते हुए हमें जो बहुमूल्य रत्न उपलब्ध होगा वह प्रसन्नता ही है। हम सर्वथा निर्धन और अक्षम होते हुए भी इस बहुमूल्य रत्न को उपहार में देने में सक्षम होंगे और यह ऐसा उपहार होगा जो हमें भी समृद्ध बनाएगा और पाने वाले के जीवन को भी सुखी और समृद्ध करेगा।

जिस प्रकार मुस्कराता फूल सबका मन मोह लेता है, उसी प्रकार हंसता चेहरा सबका प्यारा होता है। प्रसन्नता के साथ किया गया भोजन अमृत के रूप में परिवर्तित होता है। प्रसन्नता के साथ ली गई दवा विशेष लाभ देती दिखती है। जो सुख शांति लाखों रूपए खर्च करके प्राप्त नहीं की जा सकती वह प्रसन्नता से सहज सुलभ हो जाती है। जो आनन्द हिल स्टेशनों की यात्रा

करके नहीं मिलता और मधुशाला में पहुंचकर भी नहीं मिलता वह भीतरी पवित्रता से होने वाले प्रसन्न भाव से मिलता है।

सही तरीके से जीने वाला व्यक्ति अपनी जिंदगी की राहों को जगमगा लेता है और जो जीवन जीने का ढंग नहीं जानते उनका जीवन भारभूत बन जाता है। प्रश्न है साथी के साथ कैसे जीएं? इस प्रश्न का पहला उत्तर यह हो सकता है कि प्रसन्नता के साथ जीएं, क्योंकि प्रसन्नता से स्वास्थ्य भी ठीक रहता है और परस्परता भी बढ़ती है। इस गुण के अभाव में 90 प्रतिशत व्यक्ति असफल हो जाते हैं।

हर व्यक्ति के जीवन में अच्छाई और बुराई दोनों होती हैं। अच्छाई को देखकर उसका प्रशंसा करना, प्रोत्साहित करना प्रमोद भाव है। इससे सदगुणों का विकास होता है। आत्म प्रशंसा सुनकर व्यक्ति को जो तृप्ति मिलती है वह घी दूध से भी नहीं मिलती। जहां कहीं ऐसी अनुकूलता नहीं बन पाती, वहां जीवन में सफलता संदिग्ध हो जाती है। ●



## राजीव कटारा

यह दुनिया तो मां का खेल है! अक्सर स्वामी विवेकानंद कहते थे। कोई दुखी—उदास उनके पास आता था, तो उसे समझाते हुए कहते थे कि अरे भाई मां ने इस दुनिया को किसी गंभीरता में नहीं रचा है। दुनिया की रचना उसने आनंद के लिए की है। इसलिए उदास क्यों होते हो? दुख क्यों मनाते हो?

नवरात्रि चल रही है। मैं परमपिताओं की दुनिया में मां पर सोचने लगता हूँ। अपने सांख्य दर्शन ने ऊर्जा को स्त्री के रूप में देखा। उसी तरह की किसी सोच से शक्ति का विचार आया होगा। ऊर्जा और शक्ति ही तो दुनिया की आत्मा है। वही खेलों की भी आत्मा है। अब उस ऊर्जा और शक्ति के लिए मां से बेहतर रूपक क्या हो



## मां का खेल

सकता था? स्त्री के तमाम रूपों में मां ही सबसे ज्यादा सम्माननीय होती है। वही परम करुणामयी और सेवामयी है। आखिर मां से ज्यादा निस्वार्थ कौन होता है? अपने बच्चे का कितना ख्याल रखती है मां। जब बच्चे को पालती है, तो सब कुछ भूल जाती है।

मान लिया मां कि यह दुनिया आप ही का खेल है। तो क्या मां तुम चाहती हो कि हम सब उस खेल को खेलें? या उसका हिस्सा बनें? हम खेल तो लेंगे। उसे पूरी खेल भावना से खेलेंगे मां। लेकिन हमारा ख्याल रखना मां। कोई उस खेल को खराब न करने पाए। हमें इतनी शक्ति देना मां। कोई उस खेल को खराब न करने पाए। हमें इतनी शक्ति देना मां कि खेल को पूरी भावना से खेल सकें। अगर हम हारते हैं, तो उबार लेना मां। अगर हम जीतते हैं, तो अहंकारी न होने देना मां। अगर हम गिरते हैं, तो संभाल लेना मां। हम तो बस खेलें। खेलते रहें और आनंद ही आनंद का अनुभव करें। मां आप तो जगत को धारण करने वाली हैं। जगत की आधारभूता हैं। सर्वभूतेषु हैं। यानी सब में रहती हैं। तो अनंत शाश्वत मां हमें अपनी छाया दो। हमें अपनी शरण दो। ताकि कोई आंच हम पर आ ही न सके। हम आपके खेल में आनंद का अनुभव करें।

या देवि सर्वभूतेषु छाया रूपेण संस्थिता।  
नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमस्तस्यै नमो नमः॥





डॉ. संपत सेठी

# मालिक न बनें अभिभावक

**से**वक शब्द का अर्थ सेवा करना, सेवा सशुल्क और निःशुल्क, सेवा स्वार्थवश और परमार्थ आदि सेवा के कई अर्थ निकलते हैं। आज प्रचलित भाषा में नेता भी अपने आपको सेवक कहते हैं। मैंने अपने जीवनकाल में देखा, समझा एवं महसूस किया कि सेवक शब्द का अर्थ बदलता जा रहा है। सेवक शब्द सेवा से बना है। हर सेवा करने वाला सेवक नहीं होता। व्यवहार में कर्मचारियों को आज सेवक कहा जाता है।

आज के युग में अच्छे श्रेष्ठि कब मिलते हैं, जो सेवक को अपने दिल में जोड़ सकें एवं व्यवहार कुशल सेवक भी कब मिलते हैं जो मालिक या श्रेष्ठि के दिल में जगह पा सकें। कोकड़ाझाड़ में एक श्रेष्ठि का परिवार है, जहां कई बार जाने और रुकने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। खाने के समय मैंने महसूस किया कि उनके दो अकाउंटेंट (मुनीमजी) एवं एक सेवक (ऑफिस स्टॉफ) सभी साथ में खाने के लिए बैठे। सभी का खाना एक ही तरह से परोसा गया एवं किसी तरह का भेदभाव खिलाने के समय नहीं किया गया। खाने के पश्चात श्रेष्ठि के मुंह से यह निकला- ये मेरे बच्चे हैं, मैं तो इनके भरोसे जिंदगी जी रहा हूँ। संग-संग जवाब मिला। हम तो तीस वर्षों से बाबू की छत्रछाया में जी रहे हैं। दोनों तरफ की बातें सुनकर मन में कुछ लिखने की भावना जागी कि आखिर सेवक शब्द है क्या? हर सेवा करने वाला क्या सेवक कहलाता है? सेवा के विनिमय में अर्थ या सुविधाएं प्राप्त होती हैं, वह सेवक कहलाता है। दोनों ही चीजें व्यवहार में लागू होती हैं। वीर हनुमान ने मर्यादा पुरुषोत्तम की जीवन-पर्यंत सेवा की। सेवा में समर्पण था, वात्सल्य एवं प्रेम का आदान-प्रदान था। हनुमानजी अपने आपको भगवान राम का सेवक कहते थे। श्रवण कुमार माता-पिता के सेवा करते थे एवं खुद माता-पिता का सेवक मानते थे और सेवा को अपना कर्तव्य मानते थे। सेवा के साथ जब कर्तव्य जुड़ जाता है, समर्पण के भाव आ जाते हैं। वह कार्य निःसंदेह सफलता के मार्ग पर अग्रसर होता है।

स्टाफ, कर्मचारी या सेवक को जब पुकारें या काम के लिए बुलाएं नाम का उच्चारण सम्मानपूर्वक होना चाहिए। उदाहरण के तौर पर पियोन को भी बुलाते हैं। उसका नाम राम सिंह है। अगर अज्ञानता और भूलवश रामू, राम सिंह ठाकुर कहकर पुकारते हैं, तो सेवक अपने आपको अपमानित महसूस करता है। आपका आपस में जुड़ाव नहीं बढ़ेगा। अपमान की वह ज्वाला दिल और दिमाग में जलती रहती है



और किसी कार्य में सहयोग समर्पित नहीं हो पाता। मानव का एक गुण है, सम्मानित होने पर समर्पण की भावना पैदा होती है। मालिक एवं कर्मचारी के रिश्ते मजबूत होते चले जाते हैं। आफिस का वातावरण सकारात्मक होता है।

सभी कर्मचारी की कार्य करने की शैली, क्षमता, रफ्तार एक जैसी नहीं होती। गलतियां होना स्वाभाविक है। गलतियों की चर्चा सभी स्टाफ के सामने करके उन्हें अपमानित महसूस करवाना एवं काम से निकालने की चेतावनी देना। इसका असर पूरे कर्मचारी वर्ग पर अच्छा नहीं पड़ता। मालिक वर्ग अपने कक्ष में बुलाकर कार्यशैली समझाते हैं। गलतियां किस कारणवश हो रही हैं, उस स्थान को चिन्हित करते हैं। प्रेम एवं वात्सल्यपूर्वक मीठी वाणी में सुझाएं एवं बताया हुआ मार्ग गलतियों को रोकने में सहायक हो जाता है एवं कर्मचारी के मुंह से सबके सामने यही निकलता है, मेरे मालिक ने या मेरे बॉस ने मुझे काम करने का अच्छा तरीका समझा दिया।

अगर मालिक वर्ग अपने कर्मचारी या सेवक को अपने बच्चों की तरह वात्सल्य या प्रेम करते हैं, वहां पर काम करने की गति बहुत तेज हो जाती है। मुम्बई के एक श्रेष्ठि के फर्म में मुझे निरीक्षण करने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। सुबह ग्यारह से चार बजे तक उनके ऑफिस में था। ऑफिस आधुनिक सुविधाओं से परिपूर्ण, सभी विभाग में सीसीटीवी कैमरे लगे हुए थे। श्रेष्ठि के साथ मैंने लंच किया। लंच रूम में भी सीसीटीवी कैमरे लगे हुए थे। श्रेष्ठि खाना खाते समय भी खाने के प्रति एकाग्र नहीं थे। सीसीटीवी के सभी चैनलों को उलट-पुलट कर देखते जा रहे थे। लंच ऑवर के बाद श्रेष्ठि ने कक्ष में बैठते ही अपने पीए से सात-आठ आदमी का नाम लिया और उन्हें एक-एक करके चेम्बर में भेजने के लिए कहा। पहला शख्स जो चेम्बर में मेरे सामने आया, उसने प्रश्न पूछा-आज आप लंच में लंच करने क्यों नहीं गए। स्टाफ का जवाब

था सर तीन दिन से तबीयत ठीक नहीं था, कुछ खाने का मन नहीं हो रहा था इसलिए मैं लंच में नहीं गया। बीमारी की जानकारी प्राप्त कर दवा के लिए सलाह दिया। तबीयत ठीक नहीं होने से आप आराम करें, अपसेंट की चिंता न करें। आपका स्वास्थ्य ठीक रहेगा तो मुझे मालूम है आप तीन दिन का काम एक दिन में पूरा कर लेंगे।

यहां पर हम महसूस कर रहे हैं, यह मालिक और कर्मचारी की बात हो रही है यहां वात्सल्य, समर्पण और प्रेम का समावेश ज्यादा है। मैंने उनसे पूछा-आज के पाश्चात्य युग में भी आप भारतीय संस्कृति को अपना रहे हैं। उनका जवाब था हमारी भारतीय संस्कृति मानव को मानव से जोड़ती है। भारतीय संस्कृति में जोड़ने का ही नाम है, तोड़ने का नहीं। एक का जवाब था मुझे बारह लाख रुपये साल का पैकेज मिलता है। अगर दूसरी कंपनी ज्वाइन करूंगा, हो सकता है मुझे तेरह-चौदह लाख रुपये मिल जाए। मगर, मुझे यहां पर सम्मान, प्यार एवं वात्सल्य मिलता है। हमारे ऑनर हम सबको अपने बच्चों की तरह ध्यान देते हैं। हमारे सुख-दुःख, बीमारी, व्यक्तिगत तकलीफों सभी में हमारे सहायक होते हैं।

नीतिकार चाणक्य ने लिखा है कि आप अपने सेवक को अपने पुत्र की तरह प्यार करोगे, तो पुत्र आपका कहना टाल सकता है सेवक आपका कहना नहीं टालेगा। बिदुर ने लिखा है धरमपुत्र आजीवन आपका सम्मान करेगा। मेरे लिखने का मुख्य उद्देश्य अगर हम अपने स्टाफ, सेवक, कर्मचारियों के साथ में प्रेमपूर्वक व्यवहार रखेंगे। उनके सुख-दुख तकलीफों को यथासंभव समाधान करने का प्रयास करेंगे, निश्चित रूप से कर्मचारी या स्टाफ आपके सेवक नहीं आपके पुत्र के समान कंधे से कंधा मिलाकर कंपनी को आगे बढ़ाने में सहयोगी बन जायेंगे।

-विवेक विहार, हावड़ा ( प.बं. )



## शिवचरण मंत्री

**जी**वन में सुख उस मधुर, कर्ण प्रिय गति सा है जिसका गुणगुना सबको अच्छा लगता है। सुख एक ऐसा वरदान है जिसकी सभी कामना करते हैं। सभी सुख पाने को बड़े उत्सुक होते हैं परन्तु यह किसी की भी पकड़ में नहीं आता है। सुख बयार का वह झोंका है जिसके गुजर जाने का आभास तक नहीं होता है। सुख में समय कब निकल गया इसका जहां आभास तक नहीं होता है, वहीं दुःख में समय रुका, ठहरा सा लगता है। सुख कर रंग-रूप व्यक्तिगत होता है और वह जहां भी मिलता है आनन्दमय लगता है। सुख में थकान की अनुभूति संभव नहीं। सुख उस कोमल मुलायम रेशम के धागा की गांठ सा होता है जिसको खोज पाना संभव नहीं। सुख के लिए सारा संसार भागता रहता है। सुख भ्रम है या मृगतृष्णा यह विवाद का विषय है। संसार में सुखी व्यक्ति जहां और सुखी होने को दौड़ता है वहीं जिसे सुख नहीं मिलता वह संपूर्ण जीवन सुख की प्रतीक्षा करता रहता है।

सुख-दुःख जुड़वा भाई जो सदैव एक-दूसरे के साथ ही रहते हैं। यदि आप एक की अंगुली थामते हैं तो दूसरा तुम्हारे हाथ की कुंडली अवश्य पकड़ लेता है। इस तरह सुख-दुःख एक साथ चलते रहते हैं, पर हम अपनी आंखों पर लगे पर्दे के कारण इस अंतर को, भेद को समझ नहीं पाते हैं, विशेष रूप से दुःख को। मनुष्य दुःख में इतना दुखी हो जाता है कि उसे सुख का आभास तक भी नहीं हो पाता है तथा वह सुख की तलाश करने लगता है।

प्रत्येक व्यक्ति के लिए सुख की परिभाषा अलग-अलग होती है यथा दरिद्र के लिए पैसा सुख है वहीं धनवान के लिए अधिकाधिक पैसा कमाना सुख है। मृत्यु शैय्या पर पड़ा व्यक्ति मृत्यु की कामना करके सुखानुभूति करता है और युवा अपने प्रेम की सफलता व स्वयं की गाड़ी, बंगला तथा भौतिक सुविधाओं के अम्बार को सुख मानता है। पर इन सबकी प्राप्ति उपरांत भी मानव मन से सुखी न होने पर भी सुखी वही होता है।

संसार में कतिपय ऐसे उदाहरण हैं जबकि सामान्य रूप से दुःखी दिखाई देने वाले मानसिक रूप से अत्यधिक सुखी होते हैं- यथा प्रेम दीवानी मीरा ने राजा द्वारा मारने के लिए भगवान का प्रसाद रूप भेजा विष का प्याला बड़ी प्रसन्नता से पीया और अमर हो गई। भगवान राम के साथ वन में सीता दुःखों, अभावोपरान्त भी बड़ी सुखी थी। इसके विपरीत अन्यायी राजा कंस के पास भौतिक सुख-सुविधाओं का अम्बार होते भी कृष्ण से मृत्यु होने के कारण वह मन ही मन बड़ा ही दुःखी रहता था। गांधीजी जेल में भी जहां सुखी थे वहीं वे असत्य व हिंसा से दुःखी थे। वर्तमान भौतिक नारी युग में मानव

# परम लक्ष्य है सुख



सुख की मृगतृष्णा को प्राप्त करने का प्रयास करते नहीं अघाता है। मानव का परम लक्ष्य सुख प्राप्ति होने पर उसे दूसरों का सुख अच्छा नहीं लगता है और वह दूसरे के सुख को अपने से अधिक मान कर उससे ईर्ष्या करता है। इसी कारण उसका सुख ओस कण सा उड़ जाता है। परिणामतः मानव सुख की चाह में परोक्ष रूप से दुःख को आमंत्रित करता है।

सुखी कौन है? इसका संक्षिप्त उत्तर है- 'संतोषी महा सुखी, जब आए संतोष धन सब धन धूरि समान।' ये कहावते सुख वास्तविकता के बहुत समीप है। फिर भी यह सत्यता भाषाओं के साथ बदलती है। गुजराती कवि दूखाराम के अनुसार मानव सुख के लिए दुःखी होकर जीवित रहता है। सुख क्या है? इसके उत्तर के लिए हमें अपने मन को टटोलना होगा, उसको समझना होगा। सामान्य व्यक्ति सुख को इच्छा करता है और यह उसका अधिकार भी है। पर व्यावहारिक रूप से सुख के लिए किए गए प्रयासों की

परिणति दुःख में ही होती है।

सुखी होने के लिए मन को समझना होगा। सुख हमारे मन में है और उसे पाने के लिए हमें अपने मन के आस-पास की इच्छाओं के जाल को उखाड़ फेंकना होगा। इच्छाओं के जाल को उखाड़े बिना हम सुखी नहीं हो सकते हैं। संक्षेप में सुखी होने के लिए हमें अपनी इच्छाओं को नियंत्रित करना होगा।

हमें सुखी होने के लिए छोटी-छोटी खुशियों यथा फूलों को खिलते देखना, सूर्य के उगते और अस्त होती लालिमा को देखकर सुखी होना आदि सीखना होगा क्योंकि पर्वत की चोटी पर चढ़ने से पहले हमें हमारे घर की सीढ़ियों पर चढ़ने का अभ्यास करना चाहिए। इस प्रकार मानव को सुखी होने के लिए उसे अपने मनपसंद कार्यों यथा एकांत, निस्वार्थ प्रेम, वृद्ध, अपाहिज, जरूरत मंदों की सहायता आदि कार्य अपनी शक्ति व समर्थ से करते रहना चाहिए।

—श्रीनगर, अजमेर-305025 (राज.)

## अपने दीये का पता



**ए**क संत गांव से गुजर रहे थे। शाम हो रही थी। उन्होंने देखा कि एक बच्चा मंदिर में दीया चढ़ाने जा रहा है। संत ने बच्चे को रोककर पूछा-बेटा, इसे तुमने जलाया है ना। तब यह बताओ कि दीये में जो ज्योति है, वह कहाँ से आई है? बच्चा परेशान हो गया। उसने कहा-इसे मैंने जलाया जरूर है, लेकिन

नहीं जानता कि यह कहाँ से आई? तभी बच्चे को कुछ सूझा। उसने खट से दीया बुझा दिया। फिर पलट कर पूछा-अब तो यह ज्योति आपके सामने गई है, जरा बताओ तो यह कहाँ चली गई?

सन्न रह गए संत। उन्होंने बच्चे को गले लगाकर कहा-मुझे माफ कर दे बेटा। आज के बाद मैं कोई गलत सवाल नहीं करूंगा। असल में जिस सवाल का जवाब मैं नहीं दे सकता, वैसा सवाल मुझे नहीं पूछना चाहिए। तुम मुझे माफ कर दो बेटा। मुझे भी कहाँ पता है कि मेरे दीये में जो ज्योति जल रही है, वह कहाँ से आती है? जब मेरे दीये से चली जाएगी, तब कहाँ जाएगी? पहले अपने दीये का तो पता कर लूँ, फिर कुछ और देखूंगा।

—प्रकाश जैन, प्रीत विहार, दिल्ली



# बड़ी बात है कलात्मक जीवन जीना



आचार्य महाश्रमण

**जी**वन का आदि बिन्दु है जन्म अथवा उत्पत्ति और उसका अंतिम बिन्दु है मृत्यु। जीवन का संबंध आत्मा और शरीर दोनों के साथ है। जहां केवल शरीर है वहां भी जीवन नहीं होता, जहां केवल आत्मा है वहां भी जीवन जैसी बात नहीं होती। आत्मा और शरीर दोनों की युति का नाम जीवन है। जन्म धारण करने वाला संसार का हर प्राणी जीता है, फिर भले वह मनुष्य हो, पशु-पक्षी हो अथवा पेड़-पौधे आदि हों। जीना कोई बड़ी बात नहीं है। बड़ी बात है कलात्मक जीवन जीना।

कलात्मक जीवन किसे कहा जाए, इस संदर्भ में अनेक परिभाषाएं दी जा सकती हैं। जो जीवन धर्म और कौशल से अनुप्राणित होता है, वही कलात्मक होता है। आदमी अनेक विषयों का ज्ञान करता है। वह अनेक कलाओं में दक्ष बनने का प्रयास करता है। प्राचीन साहित्य में पुरुषों के लिए शिक्षणीय बहत्तर कलाओं और स्त्रियों के सीखने के लिए चौंसठ कलाओं का उल्लेख प्राप्त होता है। एक व्यक्ति बहत्तर कलाओं में निष्णात बन जाता है, किन्तु जीवन जीने की कला (धर्म की कला) को नहीं सीखता है तो मानना चाहिए उसने कुछ भी नहीं सीखा।

राजा ने किसी घटना विशेष से क्रुद्ध होकर मंत्री के लिए फांसी की सजा सुना दी। फांसी का समय छः बजे का निर्धारित किया गया। उससे दो-तीन घंटे पूर्व मंत्री प्रसन्नचित्त बैठा था। अपने कार्य में संलग्न था। राजा ने गुप्त रूप से मंत्री की मनःस्थिति की जानकारी प्राप्त की। फांसी के निर्णयित समय के निकट आ जाने पर भी उसने मंत्री को प्रसन्नचित्त पाया तो राजा ने उसे अपने पास बुलाकर पूछा—मौत तुम्हारे सामने नाच रही है फिर भी तुम इतने प्रसन्न कैसे दिखाई दे रहे हो? उसने कहा—महाराज! मौत तो दो-तीन घंटे बाद में होने की बात है। मैं पहले ही क्यों मरूँ? दो-तीन घंटे जो अवशेष हैं उन्हें तो शांति सी जीऊँ।

इस सारी स्थिति से प्रभावित होकर राजा ने अपने निर्णय को बदलते हुए कहा—जो जीना चाहता है उसे मैं नहीं मरवा सकता। जीने की कला का प्रमुख सूत्र है प्रसन्न, प्रशान्त और समाधि में रहना। जो व्यक्ति हर स्थिति में कुशल बन सकता है। जीने की कला को सीखने का अर्थ है जीवन की सभी क्रियाओं को सम्यक् बनाना, अपने दृष्टिकोण को सम्यक् बनाना। इस



**वस्तुतः 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 और निष्कपट भाव से आत्मप्रेक्षा करे कि मेरे भीतर क्या—क्या बुराइयां हैं? मुझमें अहंकार कितना है?**

कला को सीखने के लिए सबसे खास बात यह है कि मनुष्य आत्म-निरीक्षण, आत्म-परीक्षण और आत्म-समीक्षण करना सीखे।

मध्यरात्रि के नीरव वातावरण में व्यक्ति खुले दिमाग से सोचे—मैंने क्या किया? 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।

सामान्यतः 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-तैसे उसे ढांकने 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 महत्वपूर्ण प्रक्रिया है। आत्मदर्शन की इस प्रक्रिया को अपनाने वाले व्यक्ति की जीवन पोथी का हर पृष्ठ उजला बन सकता है।

वस्तुतः 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 और निष्कपट भाव से

आत्मप्रेक्षा करे कि मेरे भीतर क्या—क्या बुराइयां 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 'इयाणि णो जमहं पुव्वमकासी पमाएणं' बराबर स्मृति में रखे। 'अब तक मैंने प्रमादवश जो किया है उसे पुनः नहीं करूंगा'—यह सूत्र व्यक्ति के अंधकारपूर्ण मार्ग को रोशन करने वाला दीपक है।

व्यक्तित्व विकास के लिए आत्मनिरीक्षण अत्यंत आवश्यक है। किसी एक दिन या विशेष पर्व पर ही नहीं, बल्कि प्रतिदिन के लिए करणीय है। व्यक्ति सुबह उठने से लेकर रात्रि में शयनकाल तक का आत्मप्रतिलेखन करे—आज मैंने कोई पवित्र कार्य किया या नहीं? यह जीवन क्षणिक है। आयुष्य प्रतिदिन घट रहा है। सूर्य प्रतिदिन आयुष्य का एक खण्ड लेकर अस्त होता है। ऐसी स्थिति में जीवन का सुखद सहयात्री यदि कोई है तो वह सुकृत का उपार्जन ही है। जो व्यक्ति अपने जीवन में सुकृत का अर्जन करता है वही वास्तव में अपने जीवन को सफल बना सकता है। जिस व्यक्ति की चेतना आत्मदर्शन की ओर अग्रसर हो जाती है, उसके पर-दोष-दर्शन के संस्कार स्वतः छूट जाते हैं। वह विधायक भावों में रमण करने लगता है और अपने जीवन को सही दिशा की ओर मोड़ता हुआ औरों के लिए भी आदर्श बन जाता है। अपेक्षा है आत्मदर्शन की वृत्ति जागृत हो। ●



ललित गर्ग

जैसे सूर्य की किरणें निर्व्याज भाव से सभी को आलोकित करती हैं, ऊष्मा पहुंचाती है और चांद की किरणें सभी जगह फैलती हैं तथा सभी को अपने धवल-शीतल आगोश में सहलाती और तापमुक्त करती हैं, कुछ ऐसा ही व्यक्तित्व है अनिता संघवी का। उनकी संगीत साधना, ज्ञान और स्नेह की निर्व्याज और सतत प्रवाहित स्रोतस्विनी में जिसे भी एक बार अवगाहन करने का सुयोग मिला है, वह इस अनुभूति से कृतार्थता का अनुभव किए बिना नहीं रह सका है। उनके सान्निध्य से आदमी अचानक तापमुक्त और ऊंचा अनुभव करने लगता है। अनिताजी को देखकर ही मैंने जाना कि सादगी और सरलता में आदमी इतना बड़ा ही होता है।

भारतीय शास्त्रीय संगीत की फनकार, एक असाधारण प्रतिभा और सूफी गायिका के रूप में अनिताजी पिछले तीस वर्षों से शास्त्रीय संगीत के क्षेत्र में साधनाशील हैं। सूफी संगीत एवं गजल गायन की दुनिया में अपनी एक अलग पहचान बनाकर अमिट छाप छोड़ने वाली अनिताजी का मानना है कि आज पॉप-डिस्को और रि-मिक्स गीतों के जमाने में भी गजल और शास्त्रीय संगीत की महक कम नहीं हुई है। कहते हैं संगीत को किसी सरहद में नहीं बांधा जा सकता। इसी बात को चरितार्थ करते हुए अनिताजी भारत सहित कैलिफोर्निया, कराची, मध्यपूर्व, यूरोप, लंदन, अमेरिका के कई देशों में तीन सौ से ज्यादा प्रभावी एवं अलौकिक कार्यक्रम प्रस्तुत कर चुकी हैं।

अनिताजी ने बाल्यावस्था में ही संगीत सीखना शुरू किया। इसी उम्र में उन्होंने ग्वालियर घराने के पं. क्षीरसागर के मार्गदर्शन में अपनी संगीत यात्रा शुरू की। उन्होंने पहली बार जब शादी के बाद बेगम अख्तर को सुना तो फिर उर्दू की होकर रह गई। इसके लिए उन्होंने खासतौर पर उर्दू फारसी सीखी। उनका मानना है कि संगीत के बीज मेरे बचपन में ही बो दिये गये थे। अपने कठिन परिश्रम और साधना के बल पर गजल, सूफियाना कलाम, दादरा और तुमरी में उल्लेखनीय कौशल हासिल किया। उनकी इस विशेष प्रतिभा को समय-समय पर अलंकृत/पुरस्कृत किया गया। राजीव गांधी राष्ट्रीय एकता पुरस्कार, कल्पतरु अवार्ड, हुस्न-ए-आरा ट्रस्ट के फक्र-ए-हिन्द अवार्ड, भारत निर्माण अवार्ड उनमें प्रमुख हैं। उनकी जहां मीडिया ने 'महान् बेगम अख्तर' की याद ताजा करने के रूप में प्रशंसा की, वहीं उन्हें मल्लिका-ए-तरनुम पुरस्कार से भी सम्मानित किया गया।

अनिताजी के अब तक जो संगीत एलबम रिलीज हुए हैं उनमें पहला नक्श-ए-नूर, दूसरा सदा-ए-सूफी, तीसरा जाहे नसीब, चौथा

# अनिता संघवी

## शास्त्रीय संगीत का सर्वोच्च शिखर



तजाल्ली हैं। हाल ही में उनकी नई एलबम 'रिवायत' रिलीज हुई है, जिसमें उन्होंने देश के तमाम बड़े शायरों के कलाम शामिल किये हैं। इस एलबम में सोलह गाने हैं। इसकी विशेषता रिवायती अंदाज की गजलों हैं। रिवायती यानी रुकी हुई गजलों। उनके एलबम रिलीज के कार्यक्रम भी अनूठे और विलक्षण रहे हैं। क्योंकि इनका रिलीज कभी सोनिया गांधी ने किया तो कभी उपराष्ट्रपति हामिद अंसारी ने, कभी फारूक शेख साहब ने तो कभी शिवराज पाटिल आदि आदि राष्ट्रीय हस्तियों ने किये हैं।

भारतीय शास्त्रीय संगीत की परम्परा में इधर कई गायिकाएं पिछले दशकों से सक्रिय हुई हैं, लेकिन उनका काम ज्यादा दिखता नहीं है। अधिकतर गायिकाओं की समस्या है कि वे या तो अपने गुरु के साथ लग कर गाती रहीं और खत्म हो गईं या किसी महान संगीतकार गायक के परिवार में होने के चलते संगीत सीखा और फिर गाने लगीं। भारतीय शास्त्रीय संगीत में अपनी पहचान बनाने के लिए जिस स्तर पर काम होता हुआ दिखाई देना चाहिए, वैसा दिखाई नहीं दे रहा है। फिल्मों की बात अलग है। नूरजहां, सुरैया, लता, आशा, उषा, वाणी जयराम, सुलक्षणा पंडित, सलमा आगा, अलका, कविता, सुनिधि, रूना लैला, उषा उत्थुप या ऐसी अन्य कलाकारों ने लम्बा संघर्ष झेला है। शास्त्रीय संगीत में परवीन सुल्ताना, गंगू बाई हंगल से लेकर शुभा मुद्गल, अश्विनी भिडे

देशपांडे या देवकी पंडित तक का लंबा संघर्ष है। इसी शृंखला में एक नाम है अनिताजी का हैं। उनकी पहचान है अपनी ठेठ गायकी के लिए। इन्होंने कोई आडम्बर नहीं रचा, न ही कोई छद्म व्युत्पत्ति की जो इन्हें विशिष्ट बनाएं। पर जो इनका श्रमसाध्य कार्य है, वही इन्हें शास्त्रीय संगीत की दुनिया में एक अलग सम्मान और कीर्ति देता है। अनिताजी के साथ सबसे अच्छी बात यह है कि इन्होंने अपनी दुनिया खुद बनाई, न कि एक समृद्ध विरासत के भरोसे अपनी नैया पार लगाई।

अनिता संघवी भारतीय शास्त्रीय संगीत में अपने तरह की अनूठी कलाकार हैं। जब वे एक ठसके से गाती हैं तो सारा जगत छोड़ कर दिल करता है कि उन्हें सुना जाए। खासतौर पर इधर जो वे गा रही हैं, नए प्रयोग कर रही हैं और जिस तान से सुर साधती हैं, वह उनकी मौलिक विशेषताएं हैं। अनिताजी ने संगीत में लोक शैली, पारम्परिक गीतों और दिलकश धुनों का जो खजाना तैयार किया है, वह बेमिसाल है। उन्हें सुनकर यह आश्चर्यस्त होती है कि उनकी गायकी अर्थपूर्ण होने के साथ-साथ मन और दिल को रोमांचित करती हैं। उनकी जिंदादिली मन को भाती है। गीत-गजल और ताल के लिए स्वभाव एक जैसा पारखी और बाल-वृद्ध को समान रूप से प्रभावित करता है। वे इतनी तल्लीनता से जो गा रही हैं या प्रयोग कर रही हैं, बेहद बारीकी से आकदमिक संगीत, शास्त्रीयता



और लोक शैली के बीच महीन-सा ताना-बाना बुनकर जो कुछ भी सार्थक रच रही हैं, वह उन्हें एक सांस्कृतिक योद्धा बना देता है और जिसके माध्यम से वे आने वाले इतिहास में स्वर्णाक्षरों में अंकित रहेगी।

काल से परे होकर जब अनिताजी मंच पर सप्तसुर छेड़ती हैं तो संगीत और समष्टि का माहौल अपने आरोह-अवरोह के बीच से एकाकार होकर श्रोताओं को चकित कर देता है। यहां शब्दों का साफ उच्चारण ही नहीं, बल्कि गायकी, आलाप, स्वर की शुद्धता, लचक और सुरों के उतार-चढ़ाव के संस्कार साफ दिखाई देते हैं। कोई आडम्बर नहीं होता। न ही ऐसा लगता है कि संगीत के बहाने कोई सुर की शुद्धता को प्रभावित कर रहा है। सभी ओर स्वर लहरियां गुंजती रहती हैं और श्रोताओं को लगता है कि मुश्किल संगीत को भी वे सुन-समझ सकते हैं। वहां घुल जाता है अहं, आडम्बर या सदियों से ढोते आ रहे घरानों का बोझ और रह जाती है मिसरी-सी आवाज। उनकी संगीत साधना जितनी सधी हुई है उससे कहीं अधिक सधा हुआ है उनका मन। यही कारण है कि वे एकांत में हो या जनता के मध्य, नीरवता हो या कोलाहल उनकी संगीत साधना बाधित नहीं होती। अनिताजी एक सफल लेखिका, चित्रकार और निपुण आभूषण डिजाइनर भी हैं। उनमें चिंतन की दीप्ति और अभिव्यक्ति की रोचकता का मणिकांचन योग है।

संगीत की इस महान परम्परा में बहुत कम महिलाएं हैं लेकिन अनिताजी एक महिला होकर



**अनिता संघवी भारतीय शास्त्रीय संगीत में अपने तरह की अनूठी कलाकार हैं। जब वे एक ठसके से गाती हैं तो सारा जगत छोड़ कर दिल करता है कि उन्हें सुना जाए। खासतौर पर इधर जो वे गा रही हैं, नए प्रयोग कर रही हैं और जिस तान से सुर साधती हैं, वह उनकी मौलिक विशेषताएं हैं।**

भी, एक पारम्परिक जैन परिवार में जन्म लेकर भी उन्होंने अपना एक स्वतंत्र मुकाम बनाया है और भारतीय शास्त्रीय संगीत को एक ऊंचाई दी है। वे अपनी प्रतिभा और क्षमता के बल पर

आम लोगों को सहज संगीत से अवगत करा रही हैं, नया रच रही हैं और कालजयी संगीत को लोकप्रिय बना रही हैं। यहां ऐसा इसलिए कह रहा हूं कि आखिरकार शास्त्रीय संगीत-लोक संगीत, जो मनुष्य को सुख और शांति दे, उसे लोक के अनुरूप और सहज-सरल होना ही चाहिए और जो इस बात से इनकार करता है, वह सिर्फ किताबों के सुनहरे हफों में बंद होकर रह जाता है।

अनिताजी भारतीय शास्त्रीय संगीत की उच्चतम परम्पराओं, संस्कारों और महत जीवन मूल्यों से प्रतिबद्ध एक महान व्यक्तित्व हैं। वे जितनी बौद्धिक-भौतिक दृष्टि से समृद्ध हैं उतनी ही उनकी आध्यात्मिक संलग्नता है। उनके जीवन में विविधता है और यही उनकी विशेषता भी है। आचार्य श्री महाप्रज्ञ को अपना आध्यात्मिक गुरु मानती है और मेरा सौभाग्य है कि मुझे आचार्य महाप्रज्ञ की अहिंसा यात्रा के संदर्भ में उनका लंबा साक्षात्कार करने का अवसर मिला है। यों अनेक अवसरों पर उनके फन को आत्मसात करने का अवसर मिलता रहता है। उनका जीवन अथाह ऊर्जा से संचालित तथा स्वप्रकाशी है। वह एक ऐसा प्रभापुंज है जिससे निकलने वाली एक-एक रश्मि का संस्पर्श जड़ में चेतना का संचार कर सकता है।

देश के प्रख्यात कानूनविद् एवं कांग्रेस के राष्ट्रीय प्रवक्ता और विलक्षण प्रतिभा के धनी डॉ. अभिषेक मनु सिंघवी आपके पति हैं। दो बेटों की मां के रूप में वे गृहस्थी की जिम्मेदारियों को बखूबी निभा रही हैं। ●



www.shingora.net

SHINGORA

SUMMER  
STOLES &  
SCARVES



Available at all leading stores & multi brand outlets nationwide.

For Dealer queries, contact:  
08968982222; 0161-2404728

# आज की चिन्ता करो



## रामस्वरूप रावतसरे

एक गुरु और एक शिष्य गांव के बाहर झोपड़ा बना कर रहते थे। एक शाम तेज आंधी आई और झोपड़े की छत को आधा अपने साथ उड़ा कर ले गई। यह देखकर शिष्य बहुत दुखी हुआ और भगवान को दोष देने लगा कि वह उन्हें ही दुख देते हैं जो उसका भजन करते हैं जो उसका भजन नहीं करते भगवान उनको कोई दुख नहीं देते। उनका कुछ नहीं बिगड़ता। यहां ले देकर सिर छिपाने के लिये एक झोपड़ा था। उसे भी नहीं रहने दिया।

गुरुजी ने शिष्य को समझाया कि वह दुखी नहीं हो, जो है वह ठीक है। जो हो गया उसके लिये चिन्तित होने से क्या लाभ, जो सामने है उसमें संतोष करो और मस्त रहो। पर शिष्य को गुरुजी की सलाह रास नहीं आ रही थी। दोनों ने शाम की भगवान की आरती की और खाना खा कर सो गये। थोड़ी देर बाद गुरुजी को गहरी नींद आ गई लेकिन शिष्य को नींद नहीं आई और वह सारी रात आंधी द्वारा छप्पर को उड़ा ले जाने को याद कर-कर-के भगवान को दोष देता रहा।

सुबह हुई तो गुरुजी एक आनन्द से परिपूर्ण अंगड़ाई लेते हुए बोले भगवान तेरा बहुत-बहुत धन्यवाद आज रात इस खुल्ले आसमान के नीचे बहुत अच्छी नींद आई। गुरुजी का इस प्रकार भगवान को धन्यवाद देना शिष्य को अच्छा नहीं लगा। वह बोला गुरुजी अपने पास एक यह झोपड़ा ही था और उसे भी भगवान द्वारा देखा नहीं गया। इस झोपड़े की उड़ी छत के नीचे

मुझे सारी रात नींद नहीं आई। पूरी रात परेशान रहा। गुरुजी ने शिष्य को कहा कि वह जल्दी से नित्य कर्म से निवृत्त हो। शिष्य ने गुरुजी की आज्ञा का पालन करते हुए जल्दी-जल्दी सारे कामों को निपटाया।

जब गुरु और शिष्य सुबह के सारे कामों से निवृत्त हो गये। उसके बाद गुरुजी ने शिष्य को अपने पास बैठाया और बताने लगे कि जो बात हमारे वश में नहीं है। उसके लिये चिन्ता क्यों की जावे और जो घटना घटित हो गई, हम उसे लाख कोशिश करने के बाद भी पहले की स्थिति में नहीं ला सकते तो उसके बारे में सोच-सोच कर वर्तमान समय को क्यों बर्बाद किया जावे। जो गया उस पर हमारा कोई नियंत्रण नहीं था और जो आने वाला है वह भी हमारे पक्ष का होगा या नहीं यह भी हम नहीं जानते।

हम यदि कुछ जानते हैं तो बस यही कि अभी जो हमारे सामने है, हमारे हाथ में है वह हमारा है। उसको हम पूरी निष्ठा के साथ, पूरे समर्पण भाव से भोगें और इस समय को हम आनन्द की असीम अनुभूति तक ले जावे। जब यह भाव होगा तभी हम हमारे पास कुछ नहीं होने पर भी प्रफुल्लित रहेंगे। यही जीने का सार है। रात भर तुम सो नहीं पाये चिन्ता करते रहे उसका क्या परिणाम निकला यही कि तुमने समाधान के स्थान पर परेशानी को और बढ़ा लिया। एक मैं हूँ मैंने जो समय था उसका पूर्ण रूप से उपयोग किया, रात भर अच्छी नींद से सोया, मेरे कोई परेशानी नहीं है। इसलिये हर हालत में खुश व मस्त रहना सीखें। प्रभु का दिया हुआ वर्तमान में जो भी हमारे पास है या हमारे उपयोगार्थ हमें मिला है। उसके लिये भगवान को धन्यवाद करते हुए उसे सहर्ष स्वीकार करो और आगे बढ़ो फिर देखो हर तरफ

और हर स्थिति में खुशियों की बरसात होती हुई ही नजर आयेगी।

इस शिष्य की सी स्थिति हमारी है हम बिना किसी बात के ही चिन्ता में डूबे रहते हैं। अपने चारों ओर काल्पनिक भय और परेशानियों का पहाड़ सा खड़ा कर लेते हैं। इस काल्पनिक भय और परेशानियों के द्वारा बुने गये जाल के ताने-बाने को सुलझाने में ही अपना सारा वक्त गुजार देते हैं। जबकि इस बात का थोड़ा बहुत हमें भी ज्ञान रहता है कि हमारे लाख कोशिश करने के बाद भी समयानुकूल जो भी घटित हो रहा है उसे हम चाह कर भी कम या ज्यादा नहीं कर सकते, हां उसके अनुकूल अपने आप को ढाल कर अपने सुख और सन्तोष को बरकरार रख सकते हैं।

यदि हम इतना ही करने में सफल हो गये तो हमसे बड़ा भाग्यशाली कोई नहीं होगा। क्योंकि इस समस्त चराचर को चलाने वाले कर्ता भगवान ही है यह स्वीकार कर भगवान के कार्यों में सहयोग करना हमेशा उनका आशीर्वाद प्राप्त करते रहना है। गीता में श्रीकृष्ण भगवान कहते हैं कि जहां मनुष्य कुछ करने में समर्थ नहीं है वहां उसका दुखी होना मूर्खता है। समझदार व्यक्ति अपनी क्षमता के अनुसार कार्य करता है और जिस काम को वह कर नहीं सकता उसके लिये भूल कर भी चिन्तित नहीं होता। “अपरिहार्यं ऽथ न त्वं शोचितुमर्हसि” अर्थात् जहां तेरा सारा श्रम व्यर्थ ही सिद्ध होने की सम्भावना है, वहां श्रम करना अज्ञान है। इस बात को हमें भी समझना चाहिये। तभी हम इस जीवन का आनन्द एक योगी की तरह ले सकते हैं।

—द्वारा अग्रवाल हॉस्पिटल  
मनोहरपुर दरवाजे के पास  
शाहपुरा, जयपुर (राजस्थान)





## कृष्णचंद टवाणी

**मा**नव को सच्चा मानव में अर्थात् उसमें 'मानवत्व' को मूर्तरूप देने के लिए 'वेद' ने जो विधान निरूपित कर रखे हैं, उसे ही मानव-धर्म कहते हैं। इसी मानव-धर्म को धर्म-शास्त्र में सदाचार कहा गया है। जो सदाचार का पालन करता है उसे ही वास्तव में मानव कहा जाता है। मानव में सर्वगुण संपन्नता सदाचार से ही आती है। इसी मानवत्व की स्थापना के लिए भगवान विष्णु ने 'नर' रूप धारण किया था। सदाचार का आचरण करके मानवत्व की स्थापना की थी। सदाचार के पालन से परम कल्याण रूप परम पद मोक्ष की प्राप्ति होती है।

यदि प्रत्येक व्यक्ति सदाचारी बन जाए तो कोई समस्या नहीं रहेगी और न ही कोई कठिनाई होगी। भगवान सबका कल्याण ही करते हैं, क्योंकि भगवान को अपने कार्य संचालन में सदाचारियों की ही आवश्यकता पड़ती है। अतः हमें प्राणपण से धर्म शास्त्रानुसार सदाचार करते हुए भगवान के कार्य में अपने को अर्पित कर देना चाहिए।

स्कंदपुराणान्तर्गत श्रीकाशीखण्ड के 35 से 38वें अध्याय तक सदाचार का वृहद् वर्णन किया गया है। इसमें ब्रह्मचर्य, गृहस्थ, वानप्रस्थ एवं संन्यास आश्रम धर्मों का विशद् वर्णन किया गया है। एक बार श्रीशैल पर्वत पर कार्तिकेयजी से अगस्त्य ऋषि ने पूछा कि कलियुग में अन्य युगों की भांति तपस्या, योगाभ्यास, दान, व्रत

# सदाचार और उसकी श्रेष्ठता



आदि करना दुर्लभ होगा तो उन्हें मोक्ष की प्राप्ति कैसे होगी? इसके उत्तर में श्री कार्तिकेयजी ने कहा—बिना सदाचार के मनोरथ की प्राप्ति नहीं होती। आचार ही परम धर्म, परम तपस्या तथा आयुष्य की वृद्धि करने वाला है और आचार से ही समस्त पापों का नाश होता है।

ब्रह्मलीन योगीराज देवरहा बाबा के अनुसार, “वास्तविक सदाचार तो प्रभु चिंतन है। प्रभु-चिंतन तथा प्रभु-स्मरण जैसे-जैसे बढ़ता जाता है, मन शांत होता जाता है और अंत में भगवान की कृपा कर भक्त के मन को अपने में स्थिर कर लेते हैं। ऐसी अहेतु की कृपा करना भगवान का सहज स्वभाव है।”

भगवान से प्रेम करना सीखो, तभी सदाचार का महत्व समझोगे। भगवान ही सारे जगत के सुहृद हैं। तुम्हारे पास हीरा है, लेकिन हीरे

को तुम पहचानते नहीं हो। इसी प्रकार भगवान तुम्हारे पास हैं, लेकिन तुम उन्हें जानते नहीं हो। उन्हें जानते ही तुम सदाचार का महत्व भी जान जाओगे और तब सदैव सदाचरण ही करोगे।

साधु पुरुष जैसा व्यवहार करते हैं, वह सदाचार का स्वरूप ही समझो। सदाचार से मनुष्य को आयु, लक्ष्मी और कीर्ति तो प्राप्त होती है, भगवान भी उसे प्राप्त होते हैं। सदाचार भागवत धर्म है और शिष्टाचार मानव धर्म है।

अकेला सदाचार बल संपूर्ण संसार पर प्रभुत्व पा सकता है। सदाचार ही सर्वोत्तम शक्ति, संपत्ति, धर्म और मोक्ष-साधन है। पवित्र विचार, पवित्र वाणी और पवित्र व्यवहार ही सदाचार है।

—प्रधान संपादक 'अध्यात्म अमृत'  
सिटी रोड,

मदनगंज-किशनगढ़-305801



## अमृतांशु शेखर

**टे**न कमांडमेंट्स उन दस सूत्रों को कहते हैं, जो जूडाइज्म और क्रिश्चियनिटी के मूल आधार हैं। इन दोनों धर्मों के सभी रीति-रिवाज और मूल्य इन्हीं के आधार पर बनाये गये हैं। हीब्रू में लिखे ओल्ड टेस्टामेंट में इन सूत्रों का दो बार जिक्र मिलता है। ऐसा माना जाता है कि ये दस निर्देश ईश्वर ने स्वयं दो पत्थरों पर लिखकर हजरत मूसा को सिनाई की पहाड़ियों पर सौंपे थे। दोनों ही धर्मों में इन टेन कमांडमेंट्स को अत्यंत पवित्र और पूजनीय माना जाता है।

● जीवन में सभी चीजें अस्थायी हैं। यदि सब कुछ ठीक ठाक चल रहा है, तो इसका आनंद लो। और अगर गलत हो रहा है, तो चिंता मत करो, वह लंबे समय तक आपका पीछा नहीं कर सकता है।

## जिंदगी के लिए टेन कमांडमेंट्स

● अक्सर जब हम उम्मीद खो बैठते हैं और लगता है कि अब अंत आ पहुँचा— उस समय भगवान ऊपर से मुस्कराता है और कहता है, आराम से डियर, कोई अंत नहीं, यह सिर्फ एक मोड़ है।

● अगर आपको अपनी क्षमताओं में विश्वास है तो परमेश्वर भी आपकी समस्याओं को हल करता है।

● प्रार्थना कोई स्टेपनी (अतिरिक्त पहिया) नहीं है जो किसी मुसीबत के समय तुम्हारे काम आ जाए। वह स्टीयरिंग व्हील है, जो जिंदगी के पूरे रास्ते पर तुम्हें सही दिशा का निर्देशन देता है।

● किसी कार का विंडशील्ड इतनी बड़ी क्यों होती है और रियर व्यू मिरर इतना छोटा क्यों होता है? क्योंकि हमारा अतीत कभी हमारे भविष्य से ज्यादा महत्वपूर्ण नहीं होता। सामने देखो और आगे बढ़ो।

● दोस्ती एक किताब की तरह है, जिसे जलाने में कुछ ही सेकेंड लगता है, लेकिन इसे लिखने

में कई साल खर्च हो जाते हैं।

● पुराने दोस्त सोने की तरह होते हैं और नए मित्र हीरे की तरह! यदि आपको एक हीरा मिल जाए, तो सोने को नहीं भूलो! क्योंकि हीरे की पकड़ बनाने के लिए हमेशा सोने के एक बेस की जरूरत होती है।

● एक अंधे व्यक्ति ने संत एंथोनी से पूछा, किसी की जिंदगी में नेत्र खोने से भी बदतर कुछ हो सकता है? उन्होंने कहा, हां, अपनी दृष्टि खोना!

● जब आप दूसरों के लिए प्रार्थना करते हैं तो भगवान आपकी सुनता है और उन्हें आशीर्वाद देता है और कभी-कभी, जब आप सुरक्षित और खुश होते हैं तो याद रखें कि उस समय आप के लिए भी कोई प्रार्थना कर रहा होता है।

● चिंता कल की मुसीबतों को दूर नहीं करती, पर वह आज की शांति जरूर छीन लेती है। यदि आप भी इन्हें उपयोगी समझते हों तो अपने दोस्तों के साथ बांटें।

# सौभाग्य दायक तंत्र प्रयोग



## मुरली कांटेड़

**हल्दी तंत्र:** 'गुरुपुष्य-योग' 'दीपावली' एवं 'गणेश चतुर्थी' के दिन स्नान करके हल्दी लगाकर नारियल का समूचा गोला और एक सुपारी भी रखें। उसे धूप-दीप करके कोई लक्ष्मी गणेश का सिक्का जिसको (प्रजा तंत्र द्वारा वार्षिक तथा आजीवन सदस्यों को निःशुल्क दिया जाता है।) उसे भी हल्दी में रंग कर साथ में रख दें। प्रतिदिन धूप-दीप अवश्य करते रहें। यह धन-धान्य से समृद्ध बनाता है। इस संपूर्ण साधना में 'ॐ नमो केशवाय नमः' अथवा 'ॐ श्री श्रियै नमः' मंत्र का जाप करते रहना चाहिए।

**विघ्न निवारक हल्दी:** हल्दी-चावल पीसकर उसके घोल से, घर के प्रवेश द्वार पर 'ॐ' बना दें। घर समस्त बाधाओं से सुरक्षित रहेगा।

**नागकेशर से समृद्धि:** एक नवीन पीला वस्त्र में नागकेशर, हल्दी, सुपारी, एक सिक्का, तांबे का टुकड़ा या सिक्का, चावल रखकर पोटली बना लें। इस पोटली को स्वर्णग्रास युक्त पारदेश्वर शिवलिंग या पारदेश्वर लक्ष्मी गणपति के सामने रखकर, धूप-दीप से पूजन करके सिद्ध कर लें, फिर अलमारी, तिजोरी, भंडार में कहीं भी रख



दें। यह परम समृद्धिदायक तंत्र है। नागकेशर के प्रत्येक प्रयोग में 'ॐ नमः शिवाय' मंत्र का जाप करते रहना चाहिए।

**श्री-समृद्धि के लिए लौंग:** धन की आवश्यकता सभी को होती है। यदि आपको धन संकट ने ग्रस्त कर रखा है तो उसके छुटकारा पाने के लिए आप महालक्ष्मी की उपासना करें और प्रतिदिन पूजा के समय, उस देवी की प्रतिमा तथा यंत्र पर एक लौंग भी अर्पित करें। उस लौंग को प्रसाद रूप में आप ग्रहण कर लें। यह आपकी आर्थिक स्थिति में संतोषजनक वृद्धि करेगा।

**दरिद्र निवारण पीपल:** पीपल वृक्ष के नीचे पारदेश्वर प्रतिमा स्थापित करके, प्रतिदिन जल चढ़ाएं और पूजन-अर्चन करें कम से कम 5 या 11 माला मंत्र का जप (ॐ नमः शिवाय) करें। कुछ दिन की नियमित साधना से परिणाम सामने आ जाता है। प्रतिमा को धूप-दीप से प्रातः तथा सायंकाल भी पूजा करना चाहिए। अकस्मात् धन लाभ के लिए सफेद कपड़े की ध्वजा को पीपल वृक्ष पर लगाना चाहिए। यदि व्यवसाय में आकस्मिक व्यवधान एवं पतन की संभावना प्रबल हो रही हो तो यह प्रयोग करने से स्थिरता आती है तथा व्यावसायिक बाधाएं दूर हो जाती हैं।

● घर के मुख्य द्वार पर प्रतिदिन सरसों के तेल का दीपक जलाएं तथा दीपक बुझ जाने पर बचे हुए तेल को पीपल के पेड़ पर संध्या के समय चढ़ा दें। इस प्रकार सात शनिवार तक लगातार करने से भीषण आर्थिक संकटों से मुक्ति मिलती है। इस प्रयोग का प्रारंभ किसी शनिवार से ही करना चाहिए।

● जिस व्यक्ति के ऊपर बहुत अधिक जिम्मेदारियां हों तथा जिम्मेदारियों की पूर्ति हेतु धन की आवश्यकता हो उस व्यक्ति को शुक्रवार के दिन कमल का पुष्प लाकर अपनी तिजोरी अथवा किसी अलमारी में लाल वस्त्र में लपेटकर रखना चाहिए। ऐसा करने से व्यक्ति अपने कर्तव्यों के निर्वहन हेतु आवश्यक धन सरलतापूर्वक जुटा लेता है।



## डॉ. वेद श्याम

उष्णकटिबंधीय एशिया महादेश में लौंग मलेरिया, हैजा, खाज-खुजली, टीबी सहित जीवाणुजनित कई बीमारियों के इलाज में इस्तेमाल होता है। लौंग मायर्टल परिवार के सदाबहार वृक्ष के फूलों की बंद कली है। यह पेड़ सौ साल से भी ज्यादा समय तक जीवित रह सकता है और केवल तटीय इलाकों में होता है। कहा जाता है इसकी सुगंध हवा के साथ सागर में दूर तक फैलती है। यह पेड़ 40 फीट तक ऊंचा हो सकता है और इसमें साल में दो बार खूबसूरत फूल लग सकते हैं। हालांकि इस स्थिति तक पहुंचने देने से पहले हरापन लिए गुलाबी कलियों को जमा कर लिया जाता है और उससे लाल-भूरा चूर्ण बनाया जाता है, जो बाजार में उपलब्ध होता है।

लौंग में यूजेनॉल नामक पदार्थ पाया जाता है, जो दालचीनी में भी पाया जाता है। इसी की बदौलत लौंग में इसकी खास सुगंध रहती है। लौंग के तेल में गजब का रोगानुरोधक गुण पाया

## लौंग एक औषधि



जाता है। यह लंबे समय से औषधीय मकसद से इस्तेमाल होता रहा है।

पश्चिम में हर्वल दवाओं में लौंग को आज भी अपेक्षित महत्व नहीं दिया जा रहा है। इसका इस्तेमाल सिर्फ मुंह साफ करने और दांतों का दर्द कम करने के मकसद से किया जाता है। मगर दांत भरने संबंधी इलाज के दौरान संवेदन शून्यता लाने के लिए लोकल एनेस्थेटिक रूप में इसका व्यापक इस्तेमाल है। एक समय था, जब दांतों के डॉक्टर मरीजों को दर्द से राहत दिलाने के लिए लौंग के तेल में रुई का फाहा भिगो कर उसे प्रभावित दांत के पास रखते थे। आज इसका इस्तेमाल दांत भरने और इस मकसद से इस्तेमाल होने वाले रसायन में होता है।

भाप से डिस्टिलेशन के जरिए निकाला गया लौंग का तेल कई मायने में उपयोगी है। इसे माइक्रोस्कोप की स्लाइड्स पर प्रिजर्वेटिव के रूप में रखा जाता है, एनेस्थेटिक गरारे करने और माउथवाश के रूप में प्रयोग किया जाता है। साथ ही माउथवाश, टूथपेस्ट, परफ्यूम, आफ्टरशेव आदि बनाने में भी लौंग के तेल का इस्तेमाल होता है।

एशिया में लौंग मलेरिया, हैजा, खाज-खुजली, टीबी सहित जीवाणु जनित कई बीमारियों के इलाज में इस्तेमाल होता है। पाचन संबंधी तकलीफों में भी इसका इस्तेमाल होता है। गैस और पेट फूलने जैसी तकलीफों से यह काफी आराम दिलाता है। इसका एंटीसेप्टिक गुण खांसी में राहत दिलाता है। लौंग दिमाग के लिए भी काफी फायदेमंद है और इसे स्मरण शक्ति बढ़ाने में मददगार माना जाता है। यह स्त्रियों को प्रसव के लिए तैयार करने के काम भी आता है। प्रसव पीड़ा के दौरान गर्भाशय नाल फैलाने के लिए इसका इस्तेमाल होता है। यह कील-मुंहासे, फोड़े-फुंसी, त्वचा संक्रमण के इलाज में भी कारगर है। ●





# TEERTHANKER MAHAVEER UNIVERSITY

(JAIN MINORITY UNIVERSITY)  
DELHI ROAD, MORADABAD (U.P.)

Established under the Act of Government of Uttar Pradesh (No. 30 of 2008), Degrees recognised by U.G.C

- ◆ A Premier University with 13,000 Students.
- ◆ Separate Hostel facility for Boys & Girls
- ◆ State-of-the-art Sports Facilities (Including Indoor Stadium)
- ◆ Spacious Campus in 135 Acres on NH 24.
- ◆ On-Campus 750 Bedded Hospital
- ◆ Track Record of Outstanding Placements

## Admissions Open - Session 2013-14

### COURSES OFFERED

#### MEDICAL

9568518000, 9568519000

• MD • MBBS

• M.Sc. (Medical)

9568116000, 9837848861

#### HOSPITAL ADMIN.

9568719000

• MBA (Hospital Management)

#### DENTAL

• MDS (All Branches) 9837848862

• BDS 9568216000, 9568217000

#### NURSING

9568817000, 9568818000

• ANM • GNM • B.Sc. Nursing

• Post Basic B.Sc. Nursing

• M.Sc. Nursing (All Specializations)

#### PARAMEDICAL

9568319000, 7351318000

• BRIT • BMLT

• B.Sc. (Forensic Science)

• Bachelor of Optometry (B.Optom)

• COTT

#### PHYSIOTHERAPY

7351518000

• BPT

#### PHARMACY

9568917000, 9568918000

• D.Pharm. • B.Pharm. • B.Pharm. (Lateral Entry)

• M.Pharm. (In Seven Branches)

• Pharm.D (Only College having Pharm. D in U.P.)

#### COMPUTER SC. & Engg.

9568516000, 9568517000, 7351418000

• BCA • B.Sc. (Hons.) Computer Science • MCA

• MCA (Lateral Entry) • BCA - MCA Integrated

• PGDCA • B.Sc. (Animation)

• B.Tech. -I.T. -CSE • M.Tech. -I.T. -CSE

#### MANAGEMENT

9568416000, 9568417000, 7500317000

• BBA • BBA (Hons.) • MBA • MBA (Residential)

• MBA (For working professionals through distance mode)

• B.Com.(Pass) • B.Com. (Hons.) • M.Com.

• B.A. Hindi, English and any two subjects from :

History, Sociology, Economics, Political Science,

Public Administration, Sanskrit & Psychology

#### JAIN STUDIES

7500317000, 9568416000, 9568417000

• B.A. -Jainology, Hindi, English and any one subject from :

History, Sociology, Economics, Political Science,

Public Administration, Sanskrit & Psychology

• M.A. Jainology, English -Economics - Public Administration

-Sociology -Political Science - History

#### POLYTECHNIC

##### DIPLOMA IN ENGINEERING

9568318000, 8057817000, 8057917000

• Civil • Electrical • Electronics • Computer Sc.

Mechanical (Automobile) • Mechanical (Production)

##### DIPLOMA IN ENGINEERING

2nd Year Lateral Entry (In above specialization)

##### ENGINEERING

9568316000, 9568317000

• B.Tech. -EC -EE -Mechanical -Automobile

-Civil -Chemical • B.Tech. (Lateral Entry in all

specialization) • B.Tech. -MBA (Dual Degree)

• B.Sc. (Hons.) -Mathematics -Physics

-Chemistry • M.Sc. -Mathematics -Physics

-Chemistry • M.Tech. -EC -Mechanical -Electrical

#### EDUCATION

9568717000

• B.Ed. • M.Ed.

• BTC (Affiliated with SCERT, U.P.) 9568418000

#### PHYSICAL EDUCATION

9568718000

• B.P.Ed. • BPE • MPE

#### LAW

9568118000, 9568119000

• BA-LL.B. (Hons.) • BBA-LL.B. (Hons.)

• B.Com. -LL.B. (Hons.) • LL.M.

#### ARCHITECTURE (Approved NATA Test Centres)

9568218000, 9568219000

• B.Arch.

#### FINE ARTS 7500316000

• BFA (Bachelor of Fine Arts)

#### SOCIAL WORK 9568819000

• MSW (Master of Social Work)

#### HOME SCIENCE 9568619000

• B.Sc. (Home Science)

• M.Sc. (Home Science)

Food and Nutrition Clothing and Textile

• M.A. (Home Science)



## Welcome to a campus where sky is the limit



SMS

TMU <course name> AND  
SEND TO 56070

SUNDAY  
OPEN

#### LIBRARY SCIENCE

9568617000, 9568618000

• B.Lib. (Bachelor of Library & Information Sc.)

• M.Lib. (Master of Library & Information Sc.)

#### JOURNALISM & MASS COMM.

7351118000, 7351218000

• BJMC • MJMC

#### SPORTS ACADEMY

Coaching for Cricket, Volleyball, Football,

Athletics, Badminton, Table Tennis

Ph.D in  
Various Disciplines  
All Queries related to Ph.D.  
Programs may please be  
addressed to  
dy.registrar@tmu.ac.in

जैन समाज के मेधावी छात्र-छात्राओं को प्रोत्साहित करने हेतु प्रत्येक पाठ्यक्रम में अंको के आधार पर अधिकतम पाँच छात्र-छात्राओं को शिक्षण शुल्क में सम्पूर्ण पाठ्यक्रम हेतु शत-प्रतिशत छूट

(प्रोत्साहन योजनायें M.B.B.S., M.D. तथा M.D.S. पाठ्यक्रमों पर लागू नहीं होगी तथा B.D.S. पाठ्यक्रम पर निम्न योजना लागू होगी)

शेष जैन छात्र-छात्राओं को प्रथम वर्ष के शिक्षण शुल्क में 40 प्रतिशत तथा पाठ्यक्रम पूर्ण होने तक शिक्षण शुल्क में प्रतिवर्ष 20 प्रतिशत एवं B.D.S. पाठ्यक्रम में प्रथम वर्ष के शिक्षण शुल्क में 25 प्रतिशत छत्रवृत्ति दी जायेगी।

आवेदन पत्र के साथ सभी स्व-प्रमाणित शैक्षणिक प्रमाण पत्रों की छायाप्रति संलग्न कर डाक अथवा व्यक्तिगत रूप से डायरेक्टर (एडमिशन) के कार्यालय में 30-06-2013 तक अवश्य प्राप्त हो जायें।

#### Educational Loan

punjab national bank

Foreign Tie-Ups with  
RENOWNED INSTITUTIONS

CISCO, ORACLE, REDHAT, NSE, MICROSOFT IT ACADEMY  
Certified Programs also Conducted in University

Attractive Scholarships for Meritorious Students

Guest Lecture: Renowned scholars from industry and academia are regularly invited to share their vast pool of knowledge with the students to enhance their practical exposure.

E-mail : admission@tmu.ac.in, website : www.tmu.ac.in Ph. 0591-2476805, 2360500, Fax : 0591-2360077, Mo.: 9012944444, 9012955555

# प्रसन्नता का प्रतीक है मनुष्य



आचार्य सुदर्शन

**जो** लोग विवेक पुरुष हैं, वे संसार के सुख-दुःख को देखते रहते हैं और मुस्कराते रहते हैं। उनकी सेहत पर इससे कोई अंतर नहीं पड़ता। वे मान लेते हैं कि इस संसार में सब कुछ ठीक-ठाक चल रहा है। हमारे दुःखी रहने से संसार की गति में कोई अन्तर पड़ने वाला नहीं है। दुःखी रहना कई लोगों का स्वभाव बन जाता है। ऐसे लोग अपने छोटे दुःख को भी बहुत बड़ा-चढ़ा कर कहते हैं, ताकि लोगों का ध्यान उनकी ओर आकर्षित हो सके। कई बार हम छोटे बच्चे को गिरते हुए देखते हैं, गिरते समय अगर उस पर किसी की नजर नहीं पड़ी तो उसे चोट भी लगती है तो भी उठकर खड़ा हो जाता है और फिर खेलने लगता है। लेकिन गिरते समय अगर किसी ने देख लिया और उसे सहलाने के लिए दौड़ा तो बच्चा जोर-जोर से रोने लगता है। चोट दोनों हालात में बच्चे को एक ही तरह से लगती है, लेकिन किसी ने नहीं देखा तो वह नहीं रोता, किसी ने



देख लिया तो वह रोने लगता है। यहां भी अपने दुःख के प्रदर्शन की बात है।

सच पूछिए, तो जो लोग जीवन में अच्छे कार्यों का प्रदर्शन नहीं कर पाते, जीवन में सफलता प्राप्त नहीं कर पाते, वैसे ही लोग दुःखी रहकर यह बताना चाहते हैं कि अगर मैंने सफलता नहीं प्राप्त की, सुख नहीं प्राप्त किया तो मेरे पास भी काफी दुःख है। क्योंकि वे किसी की नजर में नीचे गिरना नहीं चाहते। परमात्मा ने कभी किसी को दुःखी नहीं पैदा किया, क्योंकि परमात्मा के यहां कोई दुःख है ही नहीं। परमात्मा तो सुख स्वरूप है, आनंद स्वरूप है। उनके पास दुःख तो है ही नहीं तो वह किसी जीव को दुःख कहां से दे सकते हैं। लेकिन जब मनुष्य अपने कार्यों और विचारों तथा अहंकारों के कारण स्वयं दुःख का निर्माण कर लेता है, तो यह मनुष्य की भूल है। हमारी भूल के लिए परमात्मा कैसे दोषी

हो सकते हैं। हमने तो रात-रात भर जागकर दुःख को आमंत्रित किया है। हम तो प्रतिक्षण इस प्रतीक्षा में खड़े हैं कि कहीं से दुःख आ जाए, हम तो हमेशा दुःख के आगमन की प्रतीक्षा में खड़े रहते हैं और यह बड़े आश्चर्य की बात है कि कई बार तो हम दुःख के आने की प्रतीक्षा करते रह जाते हैं और दुःख नहीं आता। इस प्रतीक्षा के लिए हम किसे दोषी मानेंगे?

दुःखी व्यक्ति जब इसे अपना स्वभाव बना लेता है, तो इस दुःख के जहर से उसके जीवन की ऊर्जा, जीवनीशक्ति नष्ट होने लगती है और वह धीरे-धीरे विभिन्न प्रकार की बीमारियों का शिकार होने लगता है। दुःखी व्यक्ति की आयु कम हो जाती है। जीने की शक्ति समाप्त हो जाने के कारण दुःखी व्यक्ति दीर्घायु नहीं बन सकता। ऐसे लोगों के संपर्क में रहने वाला व्यक्ति भी दुःखी हो जाता है, वह भी दुःख की बीमारी से बीमार हो जाता है। दुःख तो एक संक्रमण की बीमारी है। इसलिए संतपुरुष कहते हैं कि दुःखी और निराश व्यक्तियों के प्रति सहानुभूति रखो।

दरअसल दुःखी रहना मनुष्य का स्वभाव नहीं है। मनुष्य तो प्रसन्नता का प्रतीक है। इस संसार के सुख का प्रतिबिम्ब है। अगर कोई दुःखी रहने का नाटक करता है तो वह सामाजिक अपराध करता है। अगर हम मुस्करा सकते हैं तो अपनी मुस्कान से लोगों को प्रसन्न करें, तभी जीवन में आनंद की प्राप्ति हो सकती है। ●



## पू. स्वामी अनुभवानंद

‘सुधारने’ की मानसिकता के बदले ‘स्वीकार बुद्धि’ विकसित करना आवश्यक है। ऊपरी तौर पर ऐसा लगता है कि ‘सुधारने’ के पीछे कमर नहीं कसे रहेंगे तो स्थिति भयानक हो जाएगी। पर वास्तविकता यह नहीं है।

हमें बिजली का शॉक लगता है तो हम बिजली के स्वभाव को सुधारने की बात नहीं करते। आग से हाथ जलता है तो आग को सुधार कर टंडा करने का संकल्प नहीं करते। हम स्वीकार करते हैं कि बिजली और आग की प्रकृति ऐसी ही है। इस स्वीकार बुद्धि के साथ ही हमारी योजना होती है कि इनके साथ किस प्रकार से बर्ताव किया जाए ताकि हम इनका लाभ भी उठा लें और दुष्परिणाम से भी बचे रहें। किसी को सुधारने का बीड़ा ले लेने पर हमारा मन उसकी हर गतिविधि पर रियेक्शन करने लगता है। जीवन में हम जो कुछ भी करें वह एक्शन होना चाहिए, रियेक्शन नहीं। एक्शन

## स्वीकार बुद्धि

प्लान तब तक सही नहीं बन सकता जब तक हम स्वीकार बुद्धि के द्वारा अपने आप को शांत रखने का अभ्यास नहीं करेंगे।

इस संसार में सब अपने संस्कारों की पेटी लेकर आए हैं और उसके अनुसार चल रहे हैं। इस दुनिया को अधिक सीरियसली लेने की आवश्यकता नहीं। हमें सीरियस होना चाहिए स्वयं के उद्धार की योजना के प्रति। हमारा सारा ध्यान अपने मन की शांति पर रहना चाहिए। अशांत मन के द्वारा किसी भी समस्या का समाधान न आज तक हुआ है न कभी होगा। इमरजेंसी अपने को सुधारने की होनी चाहिए। जो दूसरों को बदलने में लगता है वह दूसरों को बदल तो नहीं पाता, अपना सत्यानाश अवश्य कर लेता है।

हमें इस चक्कर में कभी नहीं पड़ना चाहिए कि यह ऐसा क्यों है, वैसे क्यों नहीं है। इसके स्थान पर यह विचार करें कि यह ऐसा है और ऐसी स्थिति में हमको कैसे रहना है? जब तक आप यह सोचते रहेंगे कि ऐसा क्यों है तब तक आप इस दिशा में जा ही नहीं पायेंगे कि यह



ऐसा ही है। जब तक यह स्वीकार बुद्धि नहीं आयेगी तब तक मन इतना उद्ग्रिप्त रहेगा कि आप निर्णय ही नहीं ले पायेंगे कि मुझे क्या करना है। हमारा पूरा ध्यान इस बात पर रहना चाहिए कि हम प्रसन्न रहते हैं या नहीं। संसार में सब कुछ कृष्णलीला की भांति देखेंगे तो जीवन में मस्ती ही मस्ती आएगी। ●





प्रेमशीला गुप्ता

# हनुमान की रामभक्ति

लंका नगर पर श्रीराम की विजयी पताका फहराने में हनुमान की भूमिका सबसे अहम थी, इसलिए श्रीराम के साथ-साथ हनुमान के नाम पर डंका भी पूरे आर्यवर्त में बज रहा था।

**भ**गवान श्रीराम मर्यादा पुरुषोत्तम राजा थे जिनके जन्म लेने के बाद से ही भारत की संस्कृति बदलने लगी थी। ये इतने पराक्रमी थे कि अपने बौद्धिक चातुर्य से अनार्यों के आतंक को लगभग समाप्त कर दिया और आर्य संस्कृति की जड़ों को मजबूत बनाया फिर सीता हरण के बाद इनकी मैत्री हनुमान से हो गयी। हनुमान के हृदय में श्रीराम की छवि अंकित थी जिसका दिग्दर्शन स्वयं हनुमान ने अपने दिल को चीर कर कराया था। फिर लंका विजय के उपरांत श्रीराम अपनी पत्नी सीता के साथ अयोध्या वापस लौटे तो हनुमान को भी साथ ले आये। यहां उन्होंने हनुमान को अपनी आम्रवाटिका सौंप दी और चुहल करते हुए बोले, 'पवनपुत्र, आप तो पर्यावरण प्रेमी हैं, इसलिए आम्र उद्यान में खूब मन लगेगा।'

हनुमान तो गद्गद् हो गये और आम के बगीचे में आकर रहने लगे। चूँकि लंका नगर पर श्रीराम की विजयी पताका फहराने में हनुमान की भूमिका सबसे अहम थी, इसलिए श्रीराम के साथ-साथ हनुमान के नाम पर डंका भी पूरे आर्यवर्त में बज रहा था। कैलाश पर्वत के निवासी महादेव शिव तक श्रीराम के शौर्य एवं पराक्रम की खबर पहुंच चुकी थी फिर अयोध्यापति राम ने भी खुद शिव को यहां आने के लिए निर्मात्रित किया था।

श्रीराम के द्वारा निर्मात्रण पाकर भोलेनाथ पुलकित हो उठे और पार्वती के साथ राम के राजदरबार में पहुंच गये। यहां राम-जानकी ने शिव-पार्वती का स्वागत-सम्मान किया फिर जानकीजी रसोई बनाने के लिए महल में चली गयीं। तब शिव ने श्रीराम से पूछा-आपके अनन्य सेवक हनुमान कहीं दिखलाई नहीं दे रहे हैं?

वे आम्र उद्यान में हैं, राम ने उत्तर दिया तो शिव ने उस उद्यान में खुद भी जाने की इच्छा जाहिर की। फिर पार्वती का हाथ थाम कर बगीचे की ओर बढ़ गये। श्रीराम की शिष्टता एवं आतिथ्य से शिव-पार्वती दोनों का मन मोहित हो रहा था, इसलिए उन्हीं की चर्चा करते हुए वे आगे बढ़ते जा रहे थे। ये दोनों जब उद्यान में पहुंचे तो यहां की शोभा-सुषमा देखकर चकित रह गये और राम के नाम का गुणगान करने लगे। दरअसल यह उद्यान राजकीय था। शिव एवं पार्वती बगीचे में घूम-घूम कर पवनपुत्र हनुमान को ढूँढने लगे। तभी उन्होंने देखा कि एक घने वृक्ष के नीचे हमारे चेहरे हनुमान गहरी नींद में सोये हुए हैं और इनके खर्राटों से राम नाम की ध्वनि निरंतर निकल रही है।

यह सब देखकर शिव-पार्वती चकित रह गये। उन्होंने ध्यानपूर्वक हनुमान के चेहरे को निहारा फिर आम्र वृक्ष की डालियों को देखने लगे जो राम-नाम की धुन को सुनकर प्राणवान



हो उठी थीं एवं झूम रही थी। तब शिव भी पुलकित हो गये और पार्वती के हाथ को थाम कर खुद भी राम-नाम की धुन पर नाचने लगे। इन दोनों के नृत्य से ऐसी मनभावन झंकार उठी कि स्वर्गलोक के देवता-समुदाय भी आकर्षित होकर उद्यान में आ पहुंचे। इससे अयोध्या नगरी धन्य हो गयी और घंटों का समय बीत गया लेकिन न तो हनुमान की निद्रा टूटी, न औढरदानी का नृत्य थमा।

किन्तु महल में सीताजी भोजन तैयार कर चुकी थी और अतिथियों का इंतजार करते-करते थक भी गयी थी। उन्होंने श्रीराम से कहा कि हम दोनों ही चलकर देखें कि उद्यान में क्या हो रहा है जिस वजह से अतिथिगण आने में देर कर रहे हैं। तब श्रीराम और सीता दोनों ही आम्रवन

में आ गये एवं यहां के दृश्य को देखकर चकित रह गये क्योंकि उद्यान का कोना-कोना राममय हो रहा था। हनुमान अभी तक गहरी नींद में सोये थे। इनके मुख से राम के नाम का उच्चारण हो रहा था। इससे राम सोच में पड़ गये। फिर हनुमान के शरीर पर हाथ फेर कर इन्हें जगाया तो हनुमान उठ खड़े हुए। इनके खड़ा होते ही राम-नाम की धुन थम गयी और नृत्य का समां भी रूका और देवतागण स्वर्ग लौट गये। भोलेनाथ तो खुले कंठ से हनुमान की रामभक्ति की सराहना करने लगे और आशीर्वाद दिया कि युगों-युगों तक आपकी स्वामी भक्ति आदर्श उदाहरण बनी रहेगी।

शिव से आशीर्वाद पाकर हनुमान भाव-विह्वल हो गये क्योंकि श्रीराम के साथ उनका रागात्मक संबंध था ही। श्रीराम ने प्रेमपूर्वक हनुमान को निहारा और सभी को साथ लेकर वापस राजमहल लौट आये। यहां सीताजी ने स्वादिष्ट भोजन पका रखा था। वे सभी को भोजन परोसने लगीं तो राम ने इसी पंक्ति में हनुमान को भी बैठ जाने का आदेश दिया। बेचारे हनुमान बैठ तो गये मगर इनकी दिनचर्या ऐसी थी कि राम के खा लेने के बाद ही वे खाते थे। अतएव सीताजी भोजन परोसती जा रही थीं पर हनुमान का पेट नहीं भर रहा था।

वह कहते-माते! और दीजिए और। तब सीताजी सोच में पड़ गयीं कि हनुमान का पेट आखिर भर क्यों नहीं रहा है? अततः सीता ने तुलसी के एक पत्ते पर श्रीराम का नाम अंकित किया फिर भोजन में मिलाकर हनुमान को परोस दिया। इसे खाते ही पवनपुत्र संतुष्ट हो गये और डकार मारते हुए उठ खड़े हुए। इसी समय श्रीराम भी उस स्थान में आ गये और इस वृतांत को सुनकर गद्गद् होते हुए बोले-‘तुम मम प्रिय भरत सम भाई!’ ●

## समस्या के मूल को देखें

**शि**वाजी के गुरु समर्थ रामदास को एक किसान ने पीट दिया। यह प्रश्न शिवाजी के सामने आया।

किसान ने सोचा-“अब तो फांसी की सजा ही मिलेगी।”

समर्थ रामदास बोले-“शिवा! इसने मुझे पीटा है, दंड मैं दूंगा। तुम्हें इसे दंड देने का अधिकार नहीं है।”

शिवाजी बोले-“आपकी जैसी मर्जी।” रामदास ने कहा-“शिवा! इस किसान को

पांच बीघा जमीन और दे दो।”

सब आश्चर्य में पड़ गए बोले-“यह क्या दंड दिया आपने?”

समर्थ रामदास ने कहा-“बेचारा गरीब है। यदि गरीब नहीं होता तो एक गन्ने के टुकड़े के लिए मुझे नहीं पीटता। इसे पांच बीघा जमीन दे दो फिर यह किसी को नहीं पीटेगा।”

जो समस्या का समाधान करना चाहते हैं वे केवल पत्तों को नहीं देखें जड़ को भी देखें।

-नताशा अग्रवाल

# THE POWER OF FASTING

Heera Nawaz

It is a universally acknowledged fact that a component in all the major religions today is fasting while praying.

Several proponents in almost every religion have testified to the extreme sense of spirituality one feels should one fast sincerely and earnestly as one prays to an Almighty God. It gives one a firm resolve and immense spiritual satisfaction, which praying alone will not give. Indeed, it complements and supplements prayer to the highest degree.

Be it Islam, Hinduism or Christianity, all religions have deduced that there is a very viable connection between fasting and feeling good spiritually. Muslims are known to fast in the month of Ramzan; Hindus fast on specific auspicious days, while Christians fast on the 40 days of Lent prior to Easter Sunday.

All religions vouch that this session of fasting gives one a spiritual purity, as it is felt that if one sacrifices or gives up a need that one cherishes, God will be immensely satiated by this sacrifice and may confer blessings or even a miracle that the persons desires.

For some people, giving up drinking alcoholic drinks is a sacrifice, for some it may be giving up excessive sleeping, for



some it may be giving up excessive talking, but by and large, the one need which almost all people feel is essential and pleasurable is eating and therefore giving it up temporarily for God is one of the greatest sacrifices one can make, and one which will please God immensely.

Indeed, fasting while praying could bring about a breakthrough in one's life, but who doesn't require that? For some, it could be getting a good job, finding a life partner, having the gift of children, getting cured from an incurable disease, clearing a loan, buying a house or car....

the needs of a person in this intensely materialistic world are many.

However, fasting is by itself futile if it is not accompanied by sessions of deep and sincere praying. Fasting should not denigrate into a bribe to God or a trick to secure God's blessings. It should instead be accompanied by bouts of earnest contemplation, prayer and meditation. Indeed, though atheists may throw water at these claims as they refute and challenge it, it is undeniable that those who fast sincerely feel spiritually obligated to a higher power and feel no indecisiveness about it.

One should not use fasting as a means of "showing off" that one is spiritually superior. Nor should one be very vocal about it, denigrating it almost to a publicity gimmick.

Instead, one should discern that it is a very private and personal matter between God and you, and therefore, one should desist from making it a tall claim.

In effect, fasting is considered a tonic for the mind and soul, plus a very viable and tangible benefit to the body, health-wise.

So, one should make a resolve that during auspicious times as per one's religion, one should fast, as if one does that, one is pleasing God by one's ultimate sacrifice and denial. ●

## HERE'S WISHING YOU A HAPPY MARRIAGE



Vijay M Sethi

The world, Shakespeare said, is a stage on which we are all in a play. But the play that we enact on the world's stage is a divine play which is meant to raise our consciousness level through mutual interaction. No worthwhile relationship can survive without mutual understanding and loving partnership – more so in a marriage.

However, like all other institutions that we have so intelligently designed for self-growth, the institution of marriage, too, has suffered a great deal over the years, made worse with the culture of materialism. In a moneycentric society there is substantial erosion of values that form the very basis of fulfilling relationships. Marriage is no exception. Yet all is not





Osho

God is not proved objectively. What is proved objectively -- the electron, neutron or proton? Nobody has yet seen electrons, neutrons, protons, but the scientists say they are. If nobody has seen them why do you say they are? Scientists say, "Because though we cannot see them, we can see their effect." The mystics say the same thing: "God is not observed objectively, but we can see the effect."

Can't you see the universe running so intelligently? Can't you see tremendous intelligence permeating the whole?

It is not only the mystics who say the universe is full of intelligence. Albert Einstein' said, "The scientist's religious feeling takes the form of a rapturous amaze-

ment at harmony of natural law which reveals an intelligence of such superiority that compared with it, all the systematic thinking and acting of human beings is an utterly insignificant reflection."

lost; a clear understanding of a few basic principles underlying the institution of marriage is sufficient to ensure its success. The points raised here might help couples like Saif Ali Khan and Kareen Kapoor – who have recently entered matrimony – to start off on the right note to ensure a lasting and loving relationship. First, marriage needs to be seen not just as a union that enables legalized sexual relationship between two individuals; it is a coming together of two souls who, together, can tread the path that could lead towards higher goal like that of God-realisation. Any marital relationship must start with love and respect for one another, acknowledging each one's individuality. Both head and heart play important roles in strengthening an intimate relationship and marriages is an opportunity to learn from close quarters the art of taking from each other's good qualities and giving room for balanced growth through synergy.

ment at harmony of natural law which reveals an intelligence of such superiority that compared with it, all the systematic thinking and acting of human beings is an utterly insignificant reflection."

Listen, this is not Bohme, Ramakrishna, or Rajneesh. This is Einstein saying that it is not a dead universe, that it is not a "stupid" universe, that it is intelligent.

Physics has become metaphysics again. Physicists even talk about atoms having free will. Einstein said no event can be postulated without the presence of a witness, an observer.

Molecular biology has conclusively proved that the "matter" of organic life, our very flesh, really is mind-stuff. What is the purpose of this intelligent universe? Scientist David Foster says: "To become more intelligent." I love this answer. This is what the mystics have always been propounding. From unawareness to awareness... from unintelligence to intelligence... there is the way and there is the goal. The Upanishads say: "tamsoma jyotingamay" -- "O Master of the Universe, take me from darkness to light."

What do we mean when we say "God is"? We only mean that the world is intelligent, nothing else. God cannot be proved objectively, that's true. Nobody is trying to prove him objectively. In fact, if God

overcome their respective shortcomings. It is only when you allow for deep understanding to grow that one can truly experience the benefits of family life where the couple complement rather than annoy each other.

All married couples would necessarily have to effect some kind of change in their outlook and lifestyle however subtle they may be for living with another individual entails cultivating an accommodative nature. A seeker, in order to find God, distances himself from the world in order to pay undivided attention to the goal. The two soul-mates, by shifting their focus somewhat, from their parental home to their new family unit, would find it easier to devote more time and attention to making the new relationship grow.

A good marriage involves the dissolving of egos, a prelude to the ultimate union with God that necessitates dissolution of ego.

proved objectively, he will be no longer God. Then he will become a thing. Then you can dissect God in your lab, you can analyse; then it will not be God at all.

I have again and again said that Creation is the Creator, that the world is God; that there is no separation; that it is not like a painter and the painting -- in fact it is like a dancer and the dance. God is existence. There is no separation. Not that God has created it; God has become it. You cannot find God anywhere else other than in his existence, and you cannot separate them.

Can you find the dance when the dancer has gone? Or can you call a person a "dancer" when he is not dancing? They are always together; the dance and the dancer are together. They are two aspects of One energy. Creation and Creator are together.

In fact, my own choice is that I don't like calling God "Creator". I call God "creativity". It is an ongoing process. Not that one day God created the world. Creation continues. It is moment to moment, moving, it is a process, it is dynamic, it is river-like. And God is not separate. Through meditation you come to your innermost core of intelligence. Through meditation you become so silent that your own intelligence is revealed to you. In that very revelation, God is revealed. ●



## पारुल जैन

**अ**ब दुनिया की आबादी सात अरब हो गई है। इंसान ने अपने परिवार का कितना विस्तार कर लिया है। पर क्या यह खुश होने की बात है? यह तो चिंता का विषय है। हम दिन पर दिन बढ़ते ही जा रहे हैं। इसके कई कारण हो सकते हैं जैसे चिकित्सा के क्षेत्र में हुई उन्नति की वजह से जन्मदर में इजाफा और मृत्यु दर में कमी।

इस विषय को लेकर जब कभी अपने आस-पास नजर दौड़ाती हूँ तो देखती हूँ कि हमारे बुजुर्गों के आमूमन सात या आठ बच्चे हैं। कई बार सोचती हूँ कि आखिर इनका परिवार किस तरह आगे बढ़ा होगा। जब उनके बच्चे बड़े हुए तो हर किसी की शादी हुई। एक से दो हुए और इस तरह से हर बच्चे का अपना परिवार बना। इस परिवार में अमूमन चार बच्चों की बढ़ोतरी हुई जिसकी वजह से फिर हर बच्चे का परिवार छह लोगों का परिवार बना। फिर बड़े होने पर उन चार बच्चों की भी शादी हुई जिससे हरके बच्चे का परिवार बढ़ा। अब तक उन सबसे बड़े माता-पिता के आठ बच्चों वाला परिवार पीढ़ी दर पीढ़ी बढ़ कर एक पूरा कुनबा बन चुका है। लेकिन नई पीढ़ी के लोगों में बढ़ती जनसंख्या को लेकर जागरूकता आ



चुकी है। इसलिए उन्होंने अपने परिवार में बच्चों की संख्या दो तक ही सीमित रखी, जिससे एक व्यक्ति का परिवार अब छह की जगह चार लोगों का हुआ।

वैसे गौर करने की एक बात और है। अब उन माता-पिता को ये दो संतानें यदि एक लड़का और एक लड़की यानी भाई-बहन हैं तो ये माना

जाता है कि बहन की शादी होने के बाद वह जिस परिवार में जाएगी, उसकी ही वंश बेल बढ़ाएगी और बेटा बहू लाएगा, जिससे हमारे घर का वंश आगे बढ़ेगा और अगर कहीं ये दो संतानें दो बेटियां हुईं तो पारिवारिक, सामाजिक और कभी-कभी माता-पिता के खुद के दबाव के कारण दंपति तीसरी संतान की भी तैयारी कर लेते हैं यह सोचकर कि इस बार तो मेडिकल साइंस की मदद से बेटा पैदा हो ही जाएगा।

मैंने ऐसा भी देखा कि कई बार अगर दोनों संतान बेटे हैं तो भी माता-पिता बेटे की आस में तीसरी संतान उत्पन्न कर लेते हैं। इसके पीछे तर्क होता है कि अगर बहनें नहीं होगी तो त्योहार पर दोनों बेटों को राखी कौन बांधेगा और फिर हर शुभ अवसर पर बहन की आवश्यकता तो होती ही है। अब तक टीवी धारावाहिकों में आदर्श परिवार के रूप में माता-पिता, एक पुत्र और एक पुत्री को ही दिखाया जाता था। लेकिन इन दिनों प्रसारित हो रहे धारावाहिक 'बड़े अच्छे लगते हैं' में एक आधुनिक युवा दंपति के तीन बच्चे दिखाए गए हैं।

इसी तरह एक और धारावाहिक 'परवरिश' के प्रोमों में एक परिवार में दो, तो दूसरे परिवार में तीन संतानें दिखाई जा रही हैं। ऐसे समय में जब संतानों और परिवार को लेकर रूढ़ियों से बाहर निकलने की आवश्यकता है, ऐसे सीरियल्स क्या गलत संदेश नहीं दे रहे हैं? ●



## डॉ. मोनिका शर्मा

**ह**मारे पर्व त्योहार हमारी संवेदनाओं और परम्पराओं का जीवंत रूप हैं जिन्हें मनाना या यूँ कहें कि बार-बार मनाना, हर साल मनाना हर भारतीय को अच्छा लगता है। पूरी दुनिया में भारत ही एक ऐसा देश है जहाँ मौसम के बदलाव की सूचना भी त्योहारों से मिलती है। इन मान्यताओं, परम्पराओं और विचारों में हमारी सभ्यता और संस्कृति के अनगिनत सरोकार छुपे हैं। जीवन के अनोखे रंग समेटे हमारे जीवन में रंग भरने वाली हमारी उत्सवधर्मिता की सोच में उमंग और उत्साह के नये प्रवाह का जन्म देती है।

आजकल तो गणेश उत्सव की धूम है। बच्चे बड़े सभी बप्पा की मान मनवार में जुटे इस उत्सव का हिस्सा बने नजर आ रहे हैं। हम भारतीय स्वभाव से ही उत्सवधर्मि हैं। तभी तो पूरे मन से इन उत्सवों का हिस्सा बनते हैं। सच

# परिवार और समाज को जोड़ती हमारी उत्सवधर्मिता

पूरी दुनिया में भारत ही एक ऐसा देश है जहाँ मौसम के बदलाव की सूचना भी त्योहारों से मिलती है। इन मान्यताओं, परम्पराओं और विचारों में हमारी सभ्यता और संस्कृति के अनगिनत सरोकार छुपे हैं।



कितना कुछ बदल जाता है त्योहारों की दस्तक से हमारे जीवन में। दिनचर्या से लेकर दिल के विचारों तक। इन पर्वों की हमारे जीवन में क्या भूमिका है इसका अंदाज इसी से लगा लीजिए कि ये त्योहार हमारे जीवन को प्रकृति की ओर मोड़ने से लेकर घर-परिवारों में मेलजोल बढ़ाने तक, सब कुछ करते हैं और यह सिखा जाते हैं कि जीवन भी एक उत्सव ही है।

हमारा मन और जीवन दोनों ही उत्सवधर्मि

है। मेलों और मदनोत्सव के इस देश में ये उत्सव हमारे मन में संस्कृति बोध भी उपजाते हैं। हमारी उत्सवधर्मिता परिवार और समाज को एक सूत्र में बांधती है। संगठित होकर जीना सिखाती है। सहभागिता और आपसी समन्वय की सीगात देती है।

दुनिया भर के लोगों को हिन्दुस्तानियों की उत्सवधर्मिता चकित करती है। आज भी घर से दूर जा बसे परिवार के सदस्य तीज त्योहारों पर जरूर मिलते हैं। उत्सवी माहौल में एक-दूसरे से जुड़ते हैं। हमारी ऐतिहासिक विरासत और जीवंत संस्कृति के गवाह ये त्योहार विदेशी सैलानियों को भी बहुत लुभाते हैं। हमारे सरल और सजीले सांस्कृतिक वैभव की जीवन रेखा हैं हमारे त्योहार, जो हम सबके जीवन को रंगों से सजाते हैं।

-75/56, शिप्रा पथ, मानसरोवर  
जयपुर-302020 (राजस्थान)



# समृद्ध सुखी परिवार

सुखी और समृद्ध परिवार का मुखपत्र

विज्ञापन और  
सदस्य बनाने  
हेतु प्रतिनिधि  
संपर्क करें

पत्रिका के स्वयं ग्राहक बनें, परिचितों, मित्रों को ग्राहक बनने के लिए प्रेरित करें



कवर अंतिम पृष्ठ 25,000  
कवर द्वितीय/तृतीय 20,000  
भीतरी रंगीन पृष्ठ 10,000

वार्षिक शुल्क  
300 रुपये  
दस वर्ष  
2100 रुपये  
आजीवन  
3100 रुपये



## विज्ञापन देकर अपने प्रतिष्ठान को जन-जन तक पहुंचाएं

कृपया निम्नलिखित विवरण के अनुसार मुझे 'समृद्ध सुखी परिवार' सदस्यता सूची में शामिल करें:

नाम.....

पता.....

फोन..... ई-मेल.....

सदस्यता अवधि..... राशि रूपए..... द्वारा मनीऑर्डर/बैंक ड्राफ्ट संख्या.....

दिनांक.....

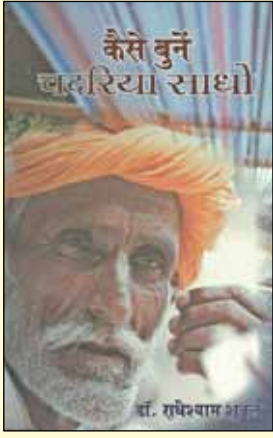
आवेदक के हस्ताक्षर

नोट: सदस्यता शुल्क की राशि का चेक/ड्राफ्ट सुखी परिवार फाउंडेशन, नई दिल्ली के नाम से बनाएं या एक्सिस बैंक खाता संख्या 119010100184519 में सीधा जमा करवाएं। मनी ट्रान्सफर के लिए IFS CODE UTIB000119 का प्रयोग करें।

सुखी परिवार फाउंडेशन

ई-253, सरस्वती कुंज अपार्टमेंट, 25 आई. पी. एक्सटेंशन, पटपड़गंज, दिल्ली-110 092

फोन: +91-11-26782036, 26782037, मोबाइल: 09811051133



:: ललित गर्ग ::

‘कैसे बुनें चदरिया साधो’ डॉ. राधेश्याम शुक्ल का नवीन गीत-नवगीत संग्रह है जिसमें माटी की महक है, संस्कारों के स्वर है और अन्तर की आवाज है। इन गीतों में अनेक छवियां दृष्टिगत होती हैं। इसके कई संदर्भ अव्यक्त मनुहार करते हुए नजर आते हैं। पूरी रचना में ऐसे अनेक गीत और नवगीत हैं जिनमें मन की ऋतु बदल

देने की अद्भुत सामर्थ्य है। इसके पीछे गीतकार की सोच, संस्कार और स्वाध्याय काम करता है। रचनाकार की गीत संपदा का ऐश्वर्य, भीतर गहरे में खींचकर ले जाता है और स्वयं का स्वयं से साक्षात्कार कराता है। जीवन का सत्य और वर्तमान का कठोर यथार्थ इन गीतों में सशक्त रूप से प्रस्तुत हुआ है जो कि देश के चारित्रिक पतन, राजनीतिक अधोगति, जीवन की विकृति, विसंगति और धृष्टता से उपजे आक्रोश का प्रतिफलन है।

प्रस्तुत गीत संकलन के माध्यम से रचनाकार अखंड भारत का अभिलाषी है। उसकी सदाकांक्षा भारत की जनता को लोभ और लालच से निरपेक्ष रूप से देखने की है, वह नैतिक और चारित्रिक उन्नयन को प्राथमिकता देता है। उसकी मंगलकामना है कि भारत के लोकतंत्र में विश्व नेतृत्व की क्षमता का प्रादुर्भाव हो। वह आर्थिक शुचिता और राजनीतिक शुद्धिकरण का सदेच्छु है।

# कैसे बुनें चदरिया साधो

‘कैसे बुनें चदरिया साधो’ जीवनानुभूति से जुड़ी हुई ताजगीयुक्त रचना है। रचनाकार के गीतों में अनेक रंग, राग और भावों के दर्शन होते हैं।

‘आज कहीं ये बादल बरसंगे’, ‘अमरित बरस गए’, ‘माघ आया’, ‘ओ मेरे फागुन’, ‘ठाढ़ी सरसों खेत में’, ‘आम के टिकोरे’, ‘वासन्ती धूप’ आदि गीतों में जीवन का यही प्राकृतिक संगीत है। प्रकृति के उभयपक्षी इन गीतों में शिव का ताण्डव भी है और पार्वती का लास्य भी थिरकता है। आशा-निराशा के बीच चिन्ता की गहरी लकीरें भी हैं।

‘टूटी छत, कच्चे फर्श पिता’, ‘इसी कटीले जंगल से’, ‘तमाशा लोकतंत्र का’, ‘कॉलोनियां उगीं’, ‘हमारा घर’, ‘घर चीजों से नहीं’, ‘अम्मा-बाबू गए’, ‘चार दीवारी टूट गई’, ‘गीत के गुलाब को बचाना है’, ‘हम गा कर चल पड़े’ राधेश्याम शुक्ल के कुछ ऐसे विशिष्ट गीत हैं, जिन्हें विशेषरूप से रेखांकित करने की जरूरत है। ये गीत पाठक को सामाजिक विसंगतियों के प्रति जहां जागरूक करते हैं वहीं इनकी रोचकता और प्रभावकता एक सुखद आनंद का अहसास कराते हैं। इनमें आम आदमी की पीड़ा की अभिव्यक्ति हुई है जो पाठक को संवेदनशील बनाती है। कुल मिलाकर डॉ. शुक्ल का यह गीत संग्रह हिन्दी साहित्य जगत की एक उपलब्धि है।

**पुस्तक का नाम :** कैसे बुनें चदरिया साधो  
**संकलन :** डॉ. राधेश्याम शुक्ल  
**प्रकाशक :** अनुभव प्रकाशन  
 ई-28, लाजपत नगर,  
 साहिबाबाद, गाजियाबाद-5  
**मूल्य :** 200 रुपये, पृष्ठ : 176



## हंसो भी... हंसाओ भी

:: अरुनी राँबर्ट्स ::

व्यंग्यकार के कलम की धार का पैना होना पहली शर्त है और इन अर्थों में हलीम ‘आईना’ की व्यंग्यशैली में जैसे जादू भरा है। इन कविताओं की विषय-वस्तु और प्रेरक परिस्थितियों का गठन कल्पनाओं के आधार पर नहीं वरन वास्तविकताओं के आधार पर होता है। इस पुस्तक की व्यंग्य

कविताओं का उद्देश्य पाठकों को हंसाना और गुदगुदाना तो है ही साथ ही ऐसे धरातल पर भी ला देना है जहां वह समाज में व्याप्त विसंगतियों को दूर करने का प्रयास कर सकें।

हलीम ‘आईना’ के पास आम आदमी तक पहुंचने के लिए रोजमर्रा की जिंदगी के अनेक विषय हैं, जिनसे आमजन निरन्तर संवेदित होता रहता है, ‘वर्दी के पीछे क्या है?’, ‘जेब कटी सभ्यता’, ‘मुझे पाप का भागी मत बनाओ पापा!’, ‘क्या हुआ कुछ नहीं’, ‘पतंगबाजी’, ‘एडवांस’ ‘पेट का भूगोल’ ‘भेड़चाल’ काव्य परम्परा की वे महत्वपूर्ण कविताएं हैं जो हास्य-व्यंग्य को श्रोता तक पहुंचाने में समर्थ हैं। साहित्य की अनेक विधाओं के सहारे हलीम ने विभिन्न विषयों पर कलम चलाई है। क्षणिका, हाइकु, गीत, गजल, कुण्डलियां, दोहे आदि के माध्यम से सामाजिक मुद्दों पर गहरे व्यंग्य किये हैं। इन कविताओं को बार-बार पढ़ने को मन होता है।

**पुस्तक :** हंसो भी...हंसाओ भी  
**लेखक :** हलीम ‘आईना’  
**प्रकाशक :** सुबोध पब्लिशिंग हाउस  
 203, जे.एन.टी.टी. कॉलेज मार्ग, कोटा-8  
**मूल्य :** 150 रुपये, पृष्ठ : 92



## घरवाली का प्यार

:: बरुण कुमार सिंह ::

कविता में जिंदगी के सभी रंग मिलते हैं, हास्य, खुशी, गम, गरीबी-अमीरी, दिन-रात और भी बहुत कुछ। इस काव्य कृति में आपको जिंदगी के बहुत से रंगों से लबरेज कविताएं मिल जायेंगी। इन कविताओं को पढ़कर आपका मनोरंजन भी होगा, ज्ञान भी मिलेगा, कविता से प्यार भी होगा और आपका मार्गदर्शन भी होगा।

इन कविताओं में देशप्रेम भी है, जनजागृति भी, जिंदगी की दुश्वारियां और लोगों का दर्द भी। इस कविता संग्रह में विभिन्न विषयों से संबंधित कविताएं दी गई हैं ‘लडकी का मैसेज’, ‘चाहत’, ‘रेट फिक्स’, ‘जिस्म’, ‘बालक का भविष्य-’, ‘ठग संपादक’, ‘घरवाली का प्यार’ ‘आज का आदमी’, ‘प्यार के मायने’, ‘परिवर्तन’, ‘जीवन साथी’, ‘सुंदरता’, ‘खामोशी की जुबान’ आदि बहुत से विषयों पर कविताएं मिल जाएंगी।

इस संग्रह की कविताओं में आशा के अनेक रंगीन किरणें बिखरी पड़ी हैं। पढ़कर हृदय सुखद भावों की तरंगों में तरंगित हो जाएगा। इस काव्य कृति के साथ कविता से संबंधित खूबसूरत चित्र भी दिये गये हैं। कविताओं की भाषा सरल, सहज और सुबोध है। आम आदमी और सुधी पाठक इससे जरूर लाभान्वित होंगे।

**पुस्तक :** घरवाली का प्यार  
**लेखक :** अमित कुमार लाडी  
**प्रकाशक :** आलराउंड पब्लिकेशनस  
 डोडा स्टीट, फरीदकोट-151203 (पंजाब)  
**मूल्य :** 300 रुपये, पृष्ठ : 96



# हिन्दू-मुस्लिम साझी आस्था का शहर अजमेर



पुखराज सेठिया

राजस्थान के मध्य भाग में स्थित अजमेर शहर घुमावदार अरावली पर्वत श्रेणी की तलहटी के पठारी भाग में बसा हुआ है। यह शहर सूफ़ी संत ख्वाजा मुइनुद्दीन चिश्ती की दरगाह के लिए विशेष रूप से प्रसिद्ध है। इस शहर की स्थापना सातवीं सदी में राजा अजयपाल चौहान ने की थी। बारहवीं शताब्दी तक इस पर चौहानों का प्रभुत्व रहा। पृथ्वीराज चौहान यहां के अंतिम हिन्दू शासक हुए, जिनके शासनकाल में अजमेर को राजधानी बनने का अवसर मिला।

अजमेर पर मेवाड़ के राणा कुंभा तथा मालवा के मुस्लिम शासकों का भी शासन रहा। बादशाह अकबर ने भी अजमेर को सन् 1556 में राजपूताना अभियान में अपना मुख्यालय बनाया था। मुगल बादशाह जहांगीर से सन् 1616 में अंग्रेज दूत सर थामस रॉ ने मुलाकात कर भारत में व्यापार करने की इजाजत व कुछ रियायतें मांगी थीं। यह शहर अपनी प्राकृतिक रमणीयता और कलात्मकता के लिए पर्यटकों के आकर्षण का केन्द्र है। यहां के दर्शनीय स्थल हैं।

तारागढ़ पहाड़ी की तलहटी में स्थित ख्वाजा मुइनुद्दीन चिश्ती की दरगाह अजमेर के प्रमुख आकर्षणों में से एक है। ख्वाजा मुइनुद्दीन चिश्ती का जन्म बारहवीं शताब्दी के मध्य में अफगानिस्तान में हुआ था, लेकिन बाद में फारस चले गए थे। उन्होंने अपना सर्वस्व त्याग कर फकीर का जीवन जिया। लगभग 50 वर्ष की उम्र में वे वापस अफगानिस्तान लौट आए तथा वहां से मुहम्मद गोरी के साथ भारत आ गए और यहां अजमेर में रहने लगे। वे एक सिद्ध फकीर थे। लगभग 97 साल की उम्र में उनका इंतकाल हुआ था। कहा जाता है कि देहांत से 6 दिन पहले उन्होंने अपने खादिमों से कहा था, 'मुझे अब आराम की सख्त जरूरत है। इसलिए मुझे

किसी भी काम के लिए न छोड़ा जाए। इसके बाद मुइनुद्दीन अपनी आरामगाह में शांति से लेट गए। 6 दिन बाद जब उनके खादिमों ने उनकी खोज-खबर ली तो पता चला कि ख्वाजा साहब का स्वर्गवास हो चुका है। बाद में खादिमों ने उन्हें वहीं दफना दिया।

ख्वाजा मुइनुद्दीन चिश्ती की जिस स्थान पर दफन किया गया था, कुछ समय बाद वहां उनकी दरगाह बना दी गई। लोग उस स्थान को सिद्ध स्थान मानकर पूजने लगे। बाद में समय-समय पर अनेक बादशाहों ने उस दरगाह को विस्तार एवं भव्यता प्रदान की। मांडू के सुल्तान गयासुद्दीन ने इस दरगाह का गुंबद बनवाया था। मजार के अंदर का सुनहरा कटघरा बादशाह जहांगीर द्वारा भेंट किया हुआ है। बादशाह अकबर ने दरगाह के दरवाजों के किवाड़ों की जोड़ियां भेंट की थीं तथा गुंबद पर लगे सुनहरे कलश और कोनों पर सुनहरी कलियां भी बादशाह द्वारा भेंट की गई थीं। दरगाह का वर्तमान रूप सम्राट शाहजहां का दिया हुआ है। यहां का बेगमी दालान शाहजहां की पुत्री जहांआरा का बनवाया हुआ है। हिन्दू-मुस्लिम साझी अवस्था की प्रतीक इस दरगाह शरीफ में प्रवेश के लिए चारों तरफ दरवाजे हैं। ख्वाजा साहब की दरगाह पर आयोजित होने वाला वार्षिक उर्स विश्व प्रसिद्ध है। इस अवसर पर देश-विदेश से हजारों की संख्या में लोग दरगाह पर चादर चढ़ाने तथा मन्त मांगने आते हैं कहा जाता है कि यहां मांगी



मुराद अवश्य पूरी होती है। इतिहास प्रसिद्ध है, सम्राट अकबर ने भी यहां बेटे की मन्त मांगी थी जो पूरी हुई थी। अजमेर रेलवे स्टेशन से यह दरगाह मात्र तीन किलोमीटर दूर है।

इस ऐतिहासिक स्थल का निर्माण चौहान सम्राट बीसलदेव ने करवाया था। उस समय यहां संस्कृत विद्यालय था। शाहबुद्दीन गौरी ने इस विद्यालय को मस्जिद में परिवर्तित करने के आदेश दिए। इसके नाम को लेकर कहा जाता है कि मात्र ढाई दिन में मूल इमारत को मस्जिद में बदल दिया गया, जिससे इसका नाम ढाई दिन का झोपड़ा प्रचलित हो गया। इस मस्जिद में सात मेहराबें बनी हुई हैं। इसकी हिंदू व मुस्लिम वास्तुकला पर्यटकों के लिए दर्शनीय है।

आनासागर कृत्रिम झील अजमेर का खास आकर्षण है तथा शहर की सुंदरता को द्विगुणित करती है। इस खूबसूरत झील का निर्माण सन् 1135 में कराया गया था। इस झील के मध्य में सुंदर टापू है, जहां रेस्टोरेंट चलता है। पर्यटक यहां नौका विहार का भी आनंद ले सकते हैं।

जैन धर्म के प्रथम तीर्थंकर भगवान ऋषभदेव के भव्य मंदिर के रूप में सोनीजी की नसियां श्रद्धालुओं के लिए पवित्र तीर्थस्थल है। यहां भगवान के लिए देश भर से यात्री आते हैं। सोनीजी की नसियां में बनी स्वर्णिम अयोध्या नगरी पर्यटकों का मन मोह लेती है।

अजमेर शहर के दक्षिण की ओर यह किला अरावली पर्वत श्रृंखला की एक ऊंची पहाड़ी पर लगभग तीन किलोमीटर की परिधि में बना हुआ है। इसका निर्माण राजा अजयपाल चौहान ने करवाया था तथा पूर्व में यह अजयमेरु दुर्ग के नाम से जाना जाता था। इस किले से अजमेर शहर बहुत ही आकर्षक दिखाई देता है।

अजमेर में इनके अलावा अकबरी मस्जिद, बुलंद दरवाजा खिलजी, अकबर का किला, चश्मा-ए-नूर, बजरंगगढ़, सुभाष उद्यान, ऋषि उद्यान, फाय सागर, पृथ्वीराज स्मारक, दादर सेन स्मारक आदि पर्यटन स्थल हैं। यहां का मेयो कॉलेज भी प्रसिद्ध है जो सन् 1875 में राजकुमारों के लिए स्थापित किया गया था। अब यह पब्लिक स्कूल है। पर्यटक अजमेर में राजस्थानी संस्कृति एवं शैली को प्रदर्शित करने वाली अनेक खूबसूरत वस्तुओं की खरीददारी कर सकते हैं।

—एम-25, लाजपत नगर-2  
नई दिल्ली-110024



## गणि राजेन्द्र विजय

लोग प्रार्थना करते हैं परन्तु बहुत कम लोग प्रार्थना के प्रभाव या महत्व को जानते हैं। सामान्यतः हम प्रार्थना के माध्यम से या तो भगवान को शिकायत करते हैं या इच्छाओं की मांग प्रस्तुत करते हैं। वास्तव में हमारी प्रार्थना भीख मांगने के अतिरिक्त कुछ नहीं है।

मनुष्य में अनंत इच्छाएं हैं और पूरी करने की क्षमता भी। अपनी इच्छाओं को पूरी करने की अनंत संभावना होते हुए भी स्वयं द्वारा लगाई सीमाओं के कारण पूरा न कर पाने से व्यक्ति बहुत खिन्न और दुखी होता है। अपनी सीमाओं को हटाने और लक्ष्य प्राप्ति के लिए स्व-विकास के अनेक उपायों में सबसे सरल व प्रभावी उपाय है-प्रार्थना।

प्रार्थना क्या है? जब हम अपने आप कुछ करने में असमर्थ होते हैं तो किसी उच्चशक्ति का आह्वान करते हैं और इसके लिए प्रार्थना ही माध्यम है। जब हम अपने आप को सर्वज्ञानी, सर्वशक्तिमान एवं सर्वकृपालु को पूर्ण भक्ति से समर्पित कर अपने तुच्छ अहंकार को नष्ट करते हैं और तब उच्चशक्ति की ताकत हमारे माध्यम से बहने लगती है। तब हम वह प्राप्त कर सकते हैं जिसे अपनी शक्ति से प्राप्त करना कठिन या असंभव था।

ब्राह्मण्ड एक सुव्यवस्थित प्रणाली है-अव्यवस्थित नहीं। लोगों को 'धर्म' और 'ईश्वर' में विश्वास हो या न हो, वे इतना अवश्य अनुभव करते हैं कि कोई उच्च या परम शक्ति है जो इस ब्राह्मण्ड में धड़क रही है और इसे निर्देशित कर रही है। हम अपने आपको इस उच्चशक्ति से किसी भी तरीके से व किसी भी रूप में जोड़े और इसका दर्शन करे जिससे शांति मिले, ईश्वरीय तत्व का अनुभव हो और प्रोत्साहन मिले।

प्रार्थना के पांच आवश्यक कदम हैं- नमन, स्मरण, कीर्तन, याचन और अर्पण।

नमन का अर्थ मात्र झुकना, प्रणाम या साष्टांग प्रणाम नहीं है। इसका सही अर्थ है विनय। यदि हम भगवान के पास जाते हैं या उनसे कुछ चाहते हैं तो हमें अपने आप में विनय भाव लाना ही चाहिए, नहीं तो अधिकांश में हम भगवान के पास अहं के साथ ही जाते हैं। बुद्धि का अहं सबसे खतरनाक है। धन, शक्ति और सुंदरता का अहं तो शीघ्र समाप्त हो जाता है क्योंकि ये अस्थिर हैं और बदलते रहते हैं। परन्तु बुद्धि के अहं में हम अपनी अबोधता को स्वीकार नहीं करते और अपने पाण्डित्य को लेकर गर्वित एवं अभिमानी बने रहते हैं।

स्मरण का अर्थ है अपने मन एवं मस्तिष्क

# प्रार्थना का प्रयोजन



जब हम अपने आप कुछ करने में असमर्थ होते हैं तो किसी उच्चशक्ति का आह्वान करते हैं और इसके लिए प्रार्थना ही माध्यम है। जब हम अपने आप को सर्वज्ञानी, सर्वशक्तिमान एवं सर्वकृपालु को पूर्ण भक्ति से समर्पित कर अपने तुच्छ अहंकार को नष्ट करते हैं और तब उच्चशक्ति की ताकत हमारे माध्यम से बहने लगती है।

में भगवान को स्थापित करना। भगवान या परमशक्ति कोई मूर्ति, प्रतीक या अवधारणा नहीं है बल्कि एक वास्तविकता है- एक निरपेक्ष सत्य। उस परमशक्ति को प्रेम से याद करो ताकि वह आपकी प्रार्थना सुन सके।

कीर्तन का अर्थ है गुणज्ञान। अपने आप में समर्पण भाव लाने का माध्यम है गुणज्ञान अन्यथा भगवान को अपने गुणज्ञान करने की क्या आवश्यकता? जब हम किसी का आदर करते हैं या प्रशंसा करते हैं तो हममें उसके प्रति अपने आप समर्पण भाव आता है। हममें ईश्वरत्व तब ही प्रभावित होता है जब हम प्रेम की द्योदी पर अपने अहं को ईश्वर के प्रति समर्पित करें।

ईश्वर को मन-मस्तिष्क में स्थापित कर उसका गुणगान कर आशीर्वाद की याचना की जाती है। याचना वस्तुओं की न कर याचना करें शक्ति, बुद्धि और ज्ञान को। केवल शक्ति से काम नहीं चलेगा, न बुद्धि से ही, जब तक सही ज्ञान न हो। जब तीनों मिल जाए फिर और क्या चाहिए?

भगवान से याचना के बाद बदले में हमें कुछ देना चाहिए। लेकिन भगवान को हम क्या दे सकते हैं। उनके पास किस चीज की कमी है। हमें भगवान को वह चीज देनी चाहिए जो हमारे पास प्रचुर मात्रा में है परन्तु भगवान के पास नहीं है। वह क्या चीज है? ये है हमारे पांच क्लेश और छः विकार। क्लेश वे हैं जो हम दिन-रात भोगते हैं अपने अज्ञान, राग, द्वेष और अहं की

वजह से। विकार वे हैं जो हमारे मन-मस्तिष्क को दूषित करते हैं और जिससे हम तनावग्रस्त रहते हैं। ये छः विकार हैं- राग, क्रोध, लोभ, आसक्ति, अहं एवं ईर्ष्या। क्लेश और विकार को अर्पण करने के बाद जो बचेगा वह है अपूर्व शक्ति और आनंद।

इस प्रकार नमन से विनय भाव लाकर ब्राह्मण्ड की परमशक्ति को स्मरण कर मस्तिष्क में स्थापित करें। गुणगान अर्थात् कीर्तन कर अपने में समर्पण भाव लाकर अपने क्लेश व विकार अर्पित कर वरदान (शक्ति, बुद्धि, ज्ञान) की याचना करें।

प्रार्थना केवल याचना का माध्यम नहीं है। जो कुछ हमारे पास है। उसमें नई शक्ति को ही लाभ की संज्ञा दी जा सकती है। कृतज्ञता प्रगट करने व प्रशंसा करने के भाव से प्रार्थना की जाती है। प्रार्थना हमारी परिस्थितियां बदलें या न बदलें, हमें अवश्य बदल देगी।

संत परम्परा में संतों की वाणी, सबद, काव्य व कविताएं भक्ति, साधना व ध्यान की अनुपम अभिव्यक्ति है। संतों ने आडम्बर, साम्प्रदायिकता, कर्मकांड पर प्रहार कर जीवन में आंतरिक परिवर्तन पर जोर दिया। ज्ञान के साथ भक्ति, शुद्ध आचरण व प्रेम पर जोर दिया।

हमें कोई विपरीत स्वभाव का व्यक्ति या वस्तु मिले तो कितने दुःखी होते हैं? हमारे अनुकूल हो तो खुश होते हैं और उसे चाहते हैं। यह हमारा स्वभाव बन गया है। जो चीज हमारी इच्छा के अनुकूल है वह प्रिय है और जो प्रतिकूल या विपरीत है वह अप्रिय है। जो हमारी प्रशंसा करता है वह मित्र है और जो हमारी आलोचना करता है उसे दुश्मन मानते हैं।

प्रकृति में स्थिति बिल्कुल अलग है। हर विपरीत स्वभाव की वस्तु एक दूसरे को आकर्षित करती है और अनुकूल स्वभाव की एक दूसरे को दूर करती है। जब प्रकृति में विपरीत स्वभाव का जोड़ है और उसी से प्रकृति का संचालन होता है तो हम विपरीत स्वभाव की वस्तु या विपरीत स्वभाव के व्यक्ति के मिलने से क्यों दुःखी होते हैं? यह तो प्राकृतिक देन है और इसको सौभाग्य मानना चाहिए।

जीवन में विपरीत परिस्थितियां आना नियम है। यह प्रकृति की देन है। यदि दुःख नहीं देखा गया तो सुख का मूल्य भी नहीं जानेंगे। जिसने गरीबी नहीं देखी वह धन का मूल्य नहीं समझता। धूप में नहीं चला वह छाया का महत्व क्या जाने?

आज हम दूसरों के प्रति अनुभूतिहीन होते चले जा रहे हैं। स्वयं भुक्तभोगी हो तो इतनी हृदयहीनता और निरंकुशता नजर नहीं आयेगी। विपरीत अवस्था को प्राकृतिक मानकर उसको समता से सामना करेंगे न कि उसमें दुःखी होकर द्वेषभाव जगायेंगे। विपरीतताएं हमें अवसर देती हैं। उनका लाभ उठाना चाहिए। ●





# 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**

# Indian Charity & Welfare Exchange



The mission of ICWE is 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](http://www.Indiancharityexchange.com)  
[info@indiancharityexchange.com](mailto: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