



मानसिकता से जुड़ा है
युवकत्व और वृद्धत्व



तमिल के
कबीर

प्रयत्न करो
प्रेरक बनकर



www.sukhiparivar.com

₹25

समृद्ध सुखी परिवार

जुलाई 2012



पवित्र वनस्पति
है नारियल



नारी महान बनने
का संकल्प ले

बिन गुरु ज्ञान
कहा से पाऊँ





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



समृद्ध सुखी परिवार

सुखी और समृद्ध परिवार का मुख्यपत्र

वर्ष : 3 अंक : 6

जुलाई 2012, मूल्य : 25 रु.

मार्गदर्शक
गणि राजेन्द्र विजय

परामर्शक
अशोक एस. कोठारी
अध्यक्ष: सुखी परिवार फाउंडेशन

संपादक
ललित गर्ग
(9811051133)

कला एवं साज-सज्जा
महेन्द्र बोरा
(9910406059)

सलाहकार मंडल
दीपक रथ, दीपक जैन-भायंदर,
दिनेश बी. मेहता, निकेश एम. जैन,
कुशलराज बी. जैन, नवीन एस. जैन,
श्रेणिक एम. जैन-मुंबई,
चंदू बी. सोलंकी-वैगतोर,
मुकेश अग्रवाल-दिल्ली,
विपिन जैन-तुधियाना

वितरण व्यवस्थापक
बरुण कुमार सिंह
+91-9968126797, 011-29847741

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

कार्यालय

ई-253, सरस्वती कुंज अर्पणमेंट
25 आई.पी. एक्सटेंशन, पटपड़गंज
दिल्ली-110092
E-mail: lalitgarg11@gmail.com

मन को पकड़ो

बहुत लोग कहते हैं-बैठे-बैठे बुरे विचार बहुत आते हैं, बुरी भावनाएं आती हैं, इसका क्या कारण है? आयुर्वेदीय दृष्टि से देखें तो जिस व्यक्ति में वायु का वेग ज्यादा है, उसे बुरे विचार अधिक सताते हैं। स्वरोदय की दृष्टि से देखें तो जिस व्यक्ति में पार्थिव तत्व की अधिकता होती है उसे नकारात्मक विचार अधिक आते हैं।

-गणि राजेन्द्र विजय

- | | |
|---|----------------------------|
| 6 धर्म और अधर्म | वल्लभ उवाच |
| 8 कौन है प्रभु को प्रिय? | ताराचंद आहूजा |
| 9 श्रद्धा से ही ईश्वर दर्शन संभव | भारती अरोड़ा |
| 10 बुजुर्ग अनुभवरूपी चिंतामणि रत्न हैं | ऐलाचार्य श्री श्रुतसागर |
| 10 मंत्रजाप संबंधी आवश्यक नियम | डॉ. ताराचंद रूपाले |
| 11 गुरु से बड़ा न कोय | डॉ. रामसिंह यादव |
| 12 चित्त की निर्मलता: तनावमुक्ति | गणेश मुनि शास्त्री |
| 13 आत्मीयता की पराकाष्ठा हैं बेटियां | साध्वी कनकश्री |
| 14 विदेशों में भी नागपूजन | डॉ. हनुमान प्रसाद उत्तम |
| 15 बिन गुरु ज्ञान कहां से पाऊं | कन्हैया अगनानी |
| 16 यात्रा अमरनाथजी की | डॉ. विजयप्रकाश त्रिपाठी |
| 17 धन कुछ है-सब कुछ नहीं है | सत्यनारायण पंवार |
| 18 मानव जीवन के पावन पूजा स्थल | डॉ. शैलजा अरोड़ा |
| 19 आत्मशुद्धि है महातीर्थ | सत्यनारायण भट्टनागर |
| 19 कंकड़ बांधो मनौती पूरी करो | मनोज चौबे 'शांत' |
| 20 निरंतर जलती जोत का चमत्कार | बीना |
| 21 बिना जुनून के कोई बड़ा काम नहीं होता | लाइबनिज |
| 22 मानसिकता से जुड़ा है युवकत्व और वृद्धत्व | आचार्य महाश्रमण |
| 22 तमिल के कवीर | श्याम विमल |
| 23 मार्ग की चिंता मत करो | आचार्य सुदर्शन |
| 26 श्रेष्ठ समाज का आधार है अध्यात्म | श्री आनंदमूर्ति |
| 26 जीवन | मुनि बुद्धमल |
| 28 रक्त-संबंधों के विघटन की पीड़ा | सीताराम गुप्ता |
| 28 श्वास | महायोगी पायलट बाबा |
| 29 नारी महान बनने का संकल्प ले | मंजुला जैन |
| 30 क्या जन्मों का बंधन है शादी | प्रभात गोड़ |
| 31 त्याग के बिना योग असंभव | आचार्य शिवेंद्र नागर |
| 32 पवित्र वनस्पति नारियल | नरेश चंद्र तिवारी |
| 33 सुग्रीव का विश्व भ्रमण | नरेन्द्र देवांगन |
| 34 पिता-पुत्र कैसे बनाएं मधुर संबंध | अजित कुमार |
| 35 गायत्री मंत्र | आर. डी. अग्रवाल 'प्रेमी' |
| 36 सहज रहिए आगे बढ़िए | डॉ. जमनालाल बायती |
| 37 प्रयत्न करो प्रेरक बनकर | आचार्य विजय नित्यानंद सूरि |
| 38 दोस्ती का बगीचा | चंद्र प्रकाश शर्मा |
| 39 शंखनाद से नष्ट होते हैं रोगाणु | शशि भूषण शलभ |
| 40 Possessive fear in relationships | J Krishnamurti |
| 40 How to manage anger? | Dr. M. R. Gelra |
| 41 Live with a meditative attitude | Swami Brahmddev |
| 41 Something more than money | Maulana Wahiduddin Khan |
| 42 कुछ नये उपाय | ज्योतिषाचार्य प्रवीन सोनी |
| 42 सर्वोत्तम है शाकाहार | अखिलेश आर्यन्दु |
| 45 मानवीय भावों की अभिव्यक्ति का चित्तेरा | राजेश 'राज' |
| 46 सफल मन के सपने | अशोक एस. कोठारी |



समृद्ध सुखी परिवार पत्रिका मुझे नियमित मिल रही है। मुझे प्रसन्नता है कि पत्रिका निरंतर प्रगति की ओर अग्रसर है। आलेख ज्ञानवर्द्धक एवं संग्रहणीय हैं तथा मुद्रण भी प्रशंसनीय है। उत्कृष्ट साज-सज्जा एवं परिवारिक मूल्यों की स्थापना के संकल्प-बधाई।

-डॉ. टी. डी. शर्मा

पूर्व कुलपति : प. सुंदरलाल शर्मा
(मुक्त) विश्वविद्यालय,
बिलासपुर-495001 (छत्तीसगढ़)

समृद्ध सुखी परिवार पत्रिका समस्त भारतीय परिवारों की शुभकामनाओं वाली पत्रिका है यानी हर विषय को खूबसूरी से संजोया गया है। पठनीय है पत्रिका, बहेतरीन संपादन, कुशल नेतृत्व के साथ इसकी प्रसार संचार में बढ़तरी हो, यह कामना करता हूं।

-लालित ललित

नेशनल बुक ट्रस्ट, नेहरू भवन
5, इंस्टीट्यूशनल एरिया, वसंतकुंज
नई दिल्ली-110070

समृद्ध सुखी परिवार का मई-2012 अंक मिला। यह अंक भी मैंने आद्योपातं देखा, आपने पत्रिका का उत्कृष्ट स्तर बनाए रखा है। परिवारों के वास्तविक कल्याण की राह यह पत्रिका प्रस्तुत करती है। 'परायी पीर को जीवन सूत्र बनाए' शीर्षक से आपका संपादकीय प्रभावशाली और सराहनीय है।

देवेन्द्र प्रताप सिंह के लेख 'हिन्दु संस्कृति और विवाह का आदर्श' में विवाह संस्कार की अच्छी व्याख्या मिलती है। कैलाश जैन का लेख 'प्राकृतिक टॉनिक है हंसी' छोटा-सा लेख है किन्तु दरिया भर दिया है। उमा पाठक ने अपने लेख 'स्त्री के लिए ही अग्नि क्यों' में सही प्रश्न उठाया है। पुष्कर द्विवेदी ने स्पष्ट किया है कि पर्यावरण की शुद्धि के लिए वेदों में यज्ञ को

सर्वाधिक प्रभावशाली और सर्वोत्तम साधन बताया गया है। इसीलिए हमारे सभी समारोहों में पूजा-पाठ और यज्ञ का विधान भी है। आपने इस अंक में कविताओं का जो चयन किया है वे एक-से-एक बढ़कर हैं। जनार्दन शर्मा का लेख 'असफलता सफलता का द्वार है' अत्यंत प्रेरक लगा।

-कृष्ण कुमार ग्रोवर
पूर्व सचिव, संसदीय राजभाषा समिति
एफ-बी/16, टैगोर गार्डन
नई दिल्ली-110027

समृद्ध सुखी परिवार पत्रिका के दो अंक मिलें। सुंदर संपादन एवं प्रकाशन के लिए आपको हार्दिक बधाई। वैसे भी पत्रिका तैयार करना और पाठकों तक पहुंचाना बड़ा कष्टसाध्य कार्य है। आप इस मुश्किल कार्य को बड़ी लगन पूर्वक समर्पित भाव से कर रहे हैं, यह अपने आप में बहुत बड़ी बात है। आपको बधाई एवं शुभेच्छाएं। आपकी सधी हुई दृष्टि ने पत्रिका को साथक रूप दिया है। यह पत्रिका सबकी रुचि को तृप्त करती है। पूज्य गच्छाधिपति आचार्य श्रीमद् नित्यानंद सूरश्वरजी के आशीर्वाद एवं गणिवर राजेन्द्र विजयजी के मार्गदर्शन से आपके हाथों में यह पत्रिका निश्चय ही दिन दूनी रात चौंगुनी प्रगति करती रहेगी। बहुत बड़े उद्देश्य को लेकर चल रही यह पत्रिका निश्चय ही समाज के सर्वोमुखी जागरण का शांखनाद है।

-रजनीकांत एस. शाह
2, शीलप्रिय, विमलनगर सोसायटी
नवाबाजार, करजण, वडोडरा-391240

समृद्ध सुखी परिवार पत्रिका का मई 2012 अंक प्राप्त हुआ। संपादकीय से शुरू अंत तक की सामग्री का सफर जिंदगी जीने का रस्ता दिखाता रहा और मैं फिर संपादकीय की श्रेष्ठ समसामयिक विचारों की शृंखला से बंधी, समाज और देश की विकृतियों की वीभत्स तस्वीरें देखती रही और सोचती रही शायद मेरी भावना आपके अंतश की पीड़ा को जागृत कर क्राति की ओर मशाल जलाये जो मां भारती के आंचल को फिर से कालिमा के कटधरे से मुक्त कर सके।

आपके सुंदर भावों की खास झलकियां हृदय को हिला बैठो जैसे मंदिर में बाजार घुस गया, पर बाजार में मंदिर नहीं आया। अस्पतालों में जिंदगी महंगी और मौत सस्ती है। दहेज के लिए बहुएं जलती है, गरीबी गरीब होती जा रही, अमीरी अमीर, मनमोहन सिंह मौनी बने हैं। यथार्थ और सत्य का दर्शन कुछ अद्भुत और अवतारी आत्माएं ही करा सकती हैं। एक यह भी रंग जो शांति और शीतलता समर्पण का प्रतीक लिये कह उठा कि बर्फ की शिला खुद तो पिघल जाती है। पर नदी के प्रवाह को रोक लेती है। किन्तु बाढ़ और विनाश का कारण बन जाती है। प्रकृति के माध्यम से आपको बहुत कुछ कहने का सामर्थ्य है। परहित, उदारता, पर पीड़ा का आंकलन, पराई

समृद्ध सुखी परिवार

संस्कारों का नवाज़ जीवनी शालिता

देवियों के चित्ता के साथ साथगी दुलिया

पीर को नयन नीर बना, समाज, देश की धूत को धोने का आपने सार्थक प्रयास किया है।

पत्रिका की अन्य सामग्री आलेख, क्षणिकाएं, कविताएं आचार्य सुदर्शनजी का सदविचार, संकल्प राष्ट्रान्यक श्रीश्री का ब्रह्मचेतना योग द्वारा मार्गदर्शन, समाजोपयोगी टिप्प, अनिद्रा का निदान, डॉ. जे. एल. अग्रवाल का तनाव और हृदय रोग के लिए उपचार एवं सुझाव, मंजुला जैन द्वारा दिये गये प्रेम से हृदय की श्रेष्ठता, स्वामी अवधेशानंद गिरि का आलेख, कहां तक कहें सभी कुछ संपूर्ण सामग्री पत्रिका की। आज के युग के लिए आवश्यक व अत्यंत उपयोगी है।

-डॉ. माया सिंह माया

1014, राजेन्द्रनगर, बैंक कॉलोनी
उरई-285001, जिला-जालौन (उ.प्र.)

समृद्ध सुखी परिवार पत्रिका बहुत अच्छी निकल होती है। आपका संपादन व रचना चयन बहुत पसंद आ रहा है। कुछ प्राकृतिक चिकित्सा एवं स्वास्थ्य संबंधी जानकारियां का प्रकाशन भी कीजिए। लोग बहुत पसंद करेंगे।

-शशि भूषण शत्लभ

भारतीय चिकित्सा भवन
ए-3/14, एम.आई.जी., रोहिणी-8
दिल्ली-110085

समृद्ध सुखी परिवार पत्रिका के पिछले कुछ अंक देखने व पढ़ने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। काफी मेहनत का असर है। कविताएं प्रभावित करती हैं। लेख-आलेख लगभग सभी सामग्रियों का संयोजन बेहतरीन लगा।

-शिव सारदा

संपादक : 'बड़ा बाजार संवाद' एवं 'सीप'
24, ब्रोजे दुलाल स्ट्रीट, कोलकाता-6

इनके भी पत्र मिले-

रुपनारायण काबरा (जयपुर-राजस्थान)



केवल आकाओं को सन्मति दे भगवान्

सो

ने का मूल्य अपनी सर्वोच्च ऊँचाई पर पहुंचा। प्रश्न है कि इस सोने को सर्वोच्च ऊँचाई पर पहुंचाने वाले लोग क्या राष्ट्र के असली सोने को भी ऊँचाई देने का प्रयत्न कर रहे हैं? राष्ट्र का असली सोना न तो बत्तीस हजार दो सौ के मूल्य को छूने वाला और न पूजा स्थलों के कलश पर जड़े जाने वाला पदार्थ है। असली सोना देश का चरित्र है, मर्यादाएँ हैं, मनोबल है। असली सोना देश की एकता में है। सैनिकों के बाहुबल में है। प्रशासकों के बुद्धि कौशल में है। देशवासियों की निष्ठा और ईमानदारी में है, देश की उन्नति शिक्षा प्रणाली में है, देश के ईमानदार और चरित्रनिष्ठ राजनीतिकों में है। हमें अच्छाइयों रूपी स्वर्ण को ऊँचाई देनी है न कि पदार्थरूपी सोने को।

आज हम जीवन नहीं, मजबूरियां जी रहे हैं। जीवन की सार्थकता नहीं रही। अच्छे-बुरे, उपयोगी-अनुपयोगी का फर्क नहीं कर पा रहे हैं। मार्गदर्शक यानि नेता शब्द कितना पवित्र व अर्थपूर्ण था पर नेता अभिनेता बन गया। नेतृत्व व्यवसायी बन गया। आज नेता शब्द एक गाली है। जबकि नेता तो पिता का पर्याय था। उसे पिता का किरदार निभाना चाहिए था। पिता केवल वही नहीं होता जो जन्म का हेतु बनता है अपितु वह भी होता है, जो अनुशासन सिखाता है, विकास की राह दिखाता है, आगे बढ़ने का मार्गदर्शक बनता है और संस्कारों को पोषित करता है।

अब यह केवल तथाकथित नेताओं के बलबूते की बात नहीं रही कि वे गिरते मानवीय मूल्यों को थाम सकें, समस्याओं से ग्रस्त सामाजिक व राष्ट्रीय ढांचे को सुधार सकें, तोड़कर नया बना सकें। इसके लिए नवी पीढ़ी को सुसंस्कारों में ढालने की जरूरत है और जरूरत इस बात की भी है कि वे एक ऐसी शिक्षा पद्धति में सुशिक्षित हों, जो भेदभावहित हो, समतामूलक हो, जो एक प्रशस्त मार्ग दे और सही बक्ता में सही बात कहें।

अगर हमें इस देश में बदलाव लाना है, ईमानदारी को प्रतिष्ठित करना है, राजनीति को आदर्श सांचे में ढालना है और चरित्र की प्रतिष्ठा करनी है तो जड़ों को सींचना होगा, केवल पत्तों को सींचने से बदलाव नहीं आ सकता। हमारी सशक्त जड़ है शिक्षा प्रणाली। हाल ही में बाबा रामदेव ने देश की जड़ों में घुसे भेदभाव को पकड़ा है और आह्वान किया है कि सभी बच्चों की शिक्षा एक समान होनी चाहिए, ऐसी अनिवार्य शिक्षा का कोई अर्थ नहीं है जो अमीर और गरीब के बीच में जन्म से ही गैर-बराबरी का भाव पैदा करके कहे कि उनकी प्रतिभा का आकलन भी इसी आधार पर किया जायेगा। देश में लोकतंत्र होने के बावजूद एक साजिश चल रही है कि जैसे भी हो सत्ता पर अधिकार सम्पन्न वर्ग का ही रहना चाहिए और इसके लिये शिक्षा प्रणाली को काशगर हथियार के रूप में प्रयोग किया जा रहा है। पूरी शिक्षा प्रणाली का बाजारीकरण करके इसी लक्ष्य को और मजबूत किया गया है। इसी से एक नई किस्म की वागिमता पनपी है जो किन्हीं शाश्वत मूल्यों पर नहीं बल्कि भटकाव के कल्पित आदर्शों पर आधारित है। जिसमें सभी नायक बनना चाहते हैं, पात्र कोई नहीं। भला ऐसी व्यवस्था किस के हित में होगी?

स्वार्थ के घनधार बादल छाये हैं, सब अपना बना रहे हैं, सबका कुछ नहीं। और उन्माद की इस प्रक्रिया में आदर्श बनने की पात्रता किसी में नहीं है, इसलिये आदर्श को ही बदल रहे हैं, नये मूल्य गढ़ रहे हैं। नये बनते मूल्य और नये स्वरूप की तथाकथित मनुष्यता झूर, भ्रष्ट, अमानवीय और जहरीले मार्गों पर पहुंच गई है। पर असलियत से परे हम व्यक्तिगत एवं दलगत स्वार्थों के लिए अभी भी प्रतिदिन 'मिथ' निर्माण करते रहते हैं। आवश्यकता है केवल थोक के भावों से भाषण न दिये जायें, कथनी और करनी यथार्थ पर आधारित हों। उच्च स्तर पर जो निर्णय लिए जाएं वे देश हित में हों। दृढ़ संकल्प हों। एक अरब देशवासियों की मुट्ठी बंधे, विश्वास जगे। चाहे वो किसी बड़े घोले के नाम पर हो, चाहे अनुचित ढंग से की गई मूल्यवृद्धि के विरुद्ध में हो, चाहे सरकार की देश का कमज़ोर करने वाली नीतियों के प्रतिकार में हो या भ्रष्टाचार-कालेधन के नाम पर सरकार की दुलमुल नीति के लिए हो। जो अधिकारों और मर्यादाओं की रेखाओं को पार करे, उसे अधिकारों और मर्यादाओं के सही अर्थ का भान करा देना चाहिए। जंगल में बनचरों ने अपनी लक्षण रेखाएं बना रखी हैं। मनुष्य क्यों नहीं बनाता? क्यों लाघता रहता है अपने झूठे स्वार्थों के लिए इन सीमाओं और मर्यादाओं को?

आज की असली समस्या 'काला धन' नहीं बल्कि 'काली राजनीति' है। समस्या विदेशों में जमा काला धन नहीं है बल्कि असली समस्या देश की जड़ों को खोखला करके काला धन पैदा करना है और उसे विदेशों में भेज देना है। आज जो गरीबी बढ़ रही है, महांगाई बढ़ रही है, तरह-तरह के नये सरकारी कर ईजाद हो रहे हैं, वे सभी इसी काले धन को पैदा करने की निष्पत्तियां हैं। चंद लोगों की तिजोरियां भरने के लिये अधिसंघ्य जनता को आसुंओं में डूबाने की राजनीति और उसकी नीतियां सचमुच 'काली' हैं।



इश्वान पहुंचाने के लिए चार आदमी ही काफी हैं। समस्याओं से जूझते मनुष्यों के आंसुओं को लाखों मिलकर भी नहीं पोंछ सकते, उसके लिये साफ नीतियां और नियत चाहिए और चाहिए इन नीतियों के निर्माणों एवं उनको क्रियान्वित करने वाले उन्नत चरित्र वाले राजनेताओं की। आवश्यकता है देश में ऊँचे कद वाले नेता हों। सेवा और चरित्र निर्माण के क्षेत्र में श्रेष्ठ पुरुषों की एक शृंखला हो। केवल व्यक्ति ही न उभरे, नीति उभरे, जीवनशैली उभरे। चरित्र की उज्ज्वलता उभरे। हरित क्रांति, श्वेत क्रांति के बाद अब चरित्र क्रांति का दोर हो। वरना मनुष्यत्व और देश की अस्मिता बोने होते रहेंगी। महात्मा गांधी के प्रिय भजन की वह पर्किं- 'सबको सन्मति दे भगवान्' में फिलहाल थोड़ा परिवर्तन हो- 'केवल आकाओं को सन्मति दे भगवान्'



लाली २०१२



धर्म हृदय में घुसी हुई दानवीय वृत्ति, स्वार्थ-लिप्सा को निकालता है, और उसमें मानवता की प्राण-प्रतिष्ठा करता है। जबकि अधर्म मानव के हृदय में स्वार्थवृत्ति, राक्षसी प्रवृत्ति, संग्रहखोरी, और दूसरों को हानि पहुंचाने वाली दानवी वृत्ति की ओर प्रेरित करता है। जहां धर्म होता है, वहां जीवन में या समाज में सुख, शांति, संतोष और आनन्द का झरना बहता है, वहां वस्तु के न होने या प्रिय वस्तु के विद्योग हो जाने का दुःख नहीं होता, पीड़ा नहीं होती, बल्कि मौजूदा वस्तु में से त्याग करने और दूसरों को दे कर सुखी देखने का आनन्द होता है। भगवान् रामचन्द्रजी के घर में धर्मकला जीवित थी। इसलिए उनके यहां लेने की नहीं, देने की—दूसरों के लिए त्याग करने की होड़ लगी हुई थी। राम का जीवन धर्ममय होने के कारण धर्यांकर जंगल भी उनके लिए मंगलमय था। वहां भी उन्हें संतोष और शांति थी। राम कहते थे—“अयोध्या की राजगद्दी पर मैं नहीं बैटूंगा!”, भरत कहते थे—“मैं नहीं बैटूंगा!” जहां देने की, दूसरों के लिए त्याग करने की, तप करने की, बलिदान करने की होड़ लगी है, समझ लो, वहां साक्षात् धर्म है।

पर हर कोई थूकता है और उसे घृणा की नजरों से देखता है। क्यों? क्या रावण के पास धन, परिवार, राज्यसत्ता या अन्य वैभव की कमी थी? नहीं, वैभव तथा धनसंपत्ति व राज्यसत्ता में तो शायद वह राम से बढ़ कर था, लेकिन उसके पास धर्म का वैभव नहीं था। उसने अधर्म से जिन्दगी काली कर ली थी। जबकि राम के पास धन, वैभव, सत्ता और सम्पत्ति की कमी होते हुए भी अथवा इन चीजों को प्रसन्नता से त्याग देने पर भी उनके पास धर्म का अपार वैभव था। धर्म की मर्यादा को उन्होंने अखण्ड रखा था, इसलिए तो राम को मर्यादा पुरुषोत्तम भगवान् कहा जाता है, जबकि रावण को (धर्म) मर्यादा खिंडित करने वाला राक्षस।

जो चीज अपने को बुरी या असह्य लगती हो, उसे दूसरों के प्रति भी न करना धर्म है और करना अधर्म है। बल्कि इससे भी आगे बढ़ कर सबल द्वारा दूसरों को पीड़ित या दुःखी करते या सताते हुए देख कर या कष्ट में पड़े देख कर अपने समय, धन, शक्ति और स्वार्थ का त्याग करके भी उसे सुख पहुंचाना ही धर्म है। इसीलिए महर्षि वेदव्यासजी ने कहा— “सब धर्मों की सूक्ष्म व्याख्या सुनो और सुन कर ग्रहण करो और फिर जो बात अपनी आत्मा के प्रतिकूल हो, उसे (अधर्म समझ कर) दूसरों के लिए भी न करो।”

मतलब यह है कि इसी आत्मौपम्य (आत्मा की समानता) की तराजू पर धर्म और अधर्म को तौल लो। और सचमुच इसी आधार पर ही



जहां देने की, दूसरों के लिए त्याग करने की, तप करने की, बलिदान करने की होड़ लगी है, समझ लो, वहां साक्षात् धर्म है। जहां दूसरों से छीनने की, दूसरों के अधिकारों का हरण करने की ओर दूसरों को दुःखी करने की भावना हो, वहां अधर्म है। रावण के पास क्या नहीं था? धन, स्त्री, पुत्र, राज्य, उत्तम शरीर आदि सभी कुछ भौतिक साधन थे, किन्तु उसकी वृत्ति सीता सती का भी अपहरण करके उसे अपनी स्त्री बना लेने की थी और उसके लिए उसने सच्चे हितैषियों और अपनी परित्रिता स्त्री की भी बात न मानी और राज्य, पुत्र, धन और शरीर सबको होड़ में लगा दिया। इतना वैभव और स्त्री आदि के होते हुए भी उसके मन में संतोष नहीं था। उसका कारण था—उसके हृदय में अधर्म का नाचना।

महापुरुषों ने आत्म-प्रतिकूल हिंसा, असत्य, छल, ठगी, बेर्इमानी, चोरी, व्यभिचार या संग्रहवृत्ति आदि को अधर्म ठहराये हैं और अहिंसा आदि विश्व-सुख-संवर्द्धक गुणों को धर्म।

यही कारण है कि रावण सीता सती को बुरे इरादे से हरण करके ले गया। उसने यह धर्म-मर्यादा-विरुद्ध कृत्य किया। इसी से उसे अधर्मी कहते हैं और सती सीता ने अपना शील खिंडित न होने दिया, इतने प्रलोभनों और भयों के बावजूद भी, इसीलिए उसे धर्मात्मा कहा जाता है। ●

यही कारण है कि राम का नाम दुनिया में आदर के साथ लिया जाता है और उनका नाम प्रातःस्मरणीय हो गया है। जबकि रावण का नाम प्रातःकाल कोई भी लेना नहीं चाहता। उसके नाम

धर्म और अधर्म



मन को पकड़ो

■ गणि राजेन्द्र विजय

साधना करते समय साधक अनेक भूमिकाओं से गुजरता है। साधना के लिए धैर्य बहुत आवश्यक है उसके बिना एकाग्रता नहीं संथाती।

बहुत लोग कहते हैं—बैठे—बैठे बुरे विचार बहुत आते हैं, बुरी भावनाएं आती हैं, इसका क्या कारण है? आयुर्वेदीय दृष्टि से देखें तो जिस व्यक्ति में वायु का वेग ज्यादा है, उसे बुरे विचार अधिक सताते हैं। स्वरोदय की दृष्टि से देखें तो जिस व्यक्ति में पार्थिव तत्व की अधिकता होती है उसे नकारात्मक विचार अधिक आते हैं। जिस व्यक्ति में एसिडिटी होती है, बुरे विचार आने लगते हैं।

मन की चंचलता के आंतरिक हेतु हैं—वात, पित्त और कफ। आयुर्वेद में आरोग्य की परिभाषा देते हुए कहा गया है—‘दोष साम्यं आरोग्यम्।’ दोष का अर्थ है—वात, पित्त और कफ। दोष का सभ्य होना—वात, पित्त और कफ का संतुलित रहना आरोग्य है। ‘दोष वैषम्यं रोगः’—दोष की विषमता ही रोग है।

व्यक्ति को सबसे ज्यादा प्रभावित करता है—वात। कफ और पित्त को पंगु कहा गया है। इनको संचालित करने वाला है—वात। वात के उग्र होने पर अनेक समस्याएं पैदा होती हैं। अस्थिरता, जड़ता, भय, शून्यता, थकान और अरति—ये सारे लक्षण वायु का वेग प्रबल होने पर घटित हो सकते हैं।

जो व्यक्ति जागरूक है, भ्रमणशील, नियमित आसन, प्राणायाम करता है, भोजन करते समय विवेक रखता है, आलस्य बढ़ाने वाले तत्वों का सेवन नहीं करता, तली और चटपटी वस्तुओं का सेवन नहीं करता, वह वायु के प्रकाप से स्वयं को बचा सकता है।

उपनिषद का एक बहुत सुंदर सूक्त है कि मेरा मन कल्याणकारी संकल्प वाला बने। निराकार को आकार देने वाली शक्ति है—संकल्प। हमारा संकल्प मजबूत है तो निराकार भी आकार ले लेता है। सपना साकार बन जाता है, कल्पना भी साकार बन जाती है।

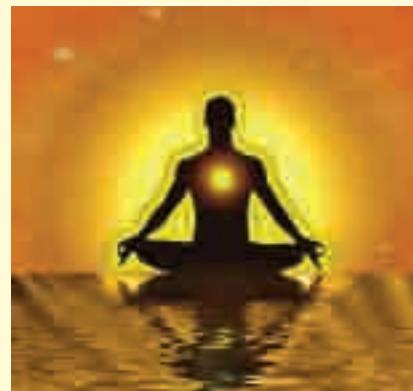
बाहर से देखने पर हर व्यक्ति सुन्दर लगता है, अच्छा लगता है किन्तु उसके भाव जगत की यात्रा करने से यथार्थ का बोध होता है। हमारे भीतर का जगत, भावों का जगत बड़ा विवित्र है। हम दूसरों को आदेश दे सकते हैं, अच्छी शिक्षा दे सकते हैं किन्तु जब हम अपने भावजगत में पहुंचकर जिस व्यक्ति ने अपना आत्म-निरीक्षण शुरू कर दिया, उसने अपने आपको देखना शुरू कर दिया। अपने आपको देखने का केन्द्र बिन्दु है भाव जगत।

सबसे पहले मन को पकड़ना जरूरी है। उसे कैसे पकड़े? उसे पकड़ने के तीन उपाय बतलाए गए हैं—प्राणायाम, मंत्र जाप और शुद्ध आत्मा का अनुभव।

जैन साधना पद्धति का आधारभूत तत्व है—कायोत्सर्ग। कोई भी कायोत्सर्ग ऐसा नहीं होता जो प्राणायाम से भिन्न हो। कोई भी प्राणायाम ऐसा नहीं होता, जो कायोत्सर्ग से भिन्न हो।

कायोत्सर्ग और श्वास दोनों साथ-साथ चलते हैं। जैन साधना पद्धति में प्रायश्चित की विधि कायोत्सर्ग है। हठयोग की साधना पद्धति में प्राणायाम उसका तत्व है।

आसन के द्वारा रोग नष्ट होते हैं और प्राणायाम से पाप। प्राणायाम प्रायश्चित करने का साधन है। श्वास का प्रयोग कायोत्सर्ग के बिना नहीं होता और कायोत्सर्ग का प्रयोग श्वास के बिना नहीं होता। सबसे पहला उपाय बतलाया



**आसन के द्वारा रोग नष्ट होते हैं
और प्राणायाम से पाप। प्राणायाम
प्रायश्चित करने का साधन है। श्वास
का प्रयोग कायोत्सर्ग के बिना नहीं
होता और कायोत्सर्ग का प्रयोग
श्वास के बिना नहीं होता।**

गया कि अगर तुम मन को पकड़ना चाहते हो तो प्राणायाम के द्वारा मन को पकड़ो।

मन को पकड़ने का दूसरा उपाय है मंत्र जाप। मंत्र का जप करो, उसका साक्षात अनुभव करो। मन वश में हो जाएगा। पद्मासन या सुखासन की मुद्रा में बैठकर ध्यान नासाग्र पर कोन्द्रित करो। प्रारंभ में उच्चारण करो। धीरे-धीरे अजपा-जप की स्थिति में चले जाएं। मन पकड़ में आ जाएगा।

मन को पकड़ने का तीसरा उपाय है—शुद्ध आत्मा का अनुभव। आत्मा की भावना करो,



आत्मा के शुद्ध स्वरूप की भावना करो। मैं शुद्ध आत्मा हूं, इस भावना से अपने आपको भावित करो।

‘ऊँ शुद्धं चिदस्मि’ का प्रयोग बहुत बड़ा प्रयोग है। अपने आपको सिद्ध आत्मा, मुक्त आत्मा के रूप में अनुभव करते रहना। यह अनुभव जितना बढ़ेगा, इसकी शक्ति का उतना ही अधिक विकास होगा।

मन की दो अवस्थाएं हैं—सकल और विकल। स्मृति, चिंतन और कल्पना—ये सब मन की कलाएं हैं। ये कलाएं जहां होती हैं वहां मन सकल होता है जहां ये कलाएं नहीं होती वहां मन विकल हो जाता है। जब कल्पना संकल्प का रूप ले लेती है तब सफलता मिलती है। संकल्प के साथ दूढ़ निश्चय होता है। कल्पना के साथ यदि दूढ़ इच्छाशक्ति नहीं हो तो वह खतरनाक होती है। विकास की छलांग लगाने के लिए कल्पना आवश्यक है। इसके बिना कोई आदमी आगे नहीं बढ़ सकता। जिस कल्पना के साथ यथार्थ न हो, जिसके साथ कोई निश्चय न हो, कोरी हवाई कल्पना हो, वह खतरनाक होती है। कल्पना को रूप देना जरूरी होता है। कोरी कल्पना झगड़े का आधार बनती है। इसलिए कल्पना के साथ यथार्थ का धारातल होना चाहिए, उसके साथ यथार्थ जुड़ रहना चाहिए। यथार्थ कल्पना को संकल्प का रूप देता है। कल्पना का अग्रिम रूप है संकल्प। कोरी कल्पना है, संकल्प नहीं है तो क्या होगा? कल्पना को संकल्प का रूप देने पर वह वास्तविक हो सकती है।

सबसे बड़ा प्रश्न है—मन की शुद्धि कैसे करें? दो बातें हैं—एक है मन को भीतर की ओर लगाना, दूसरी है मन को रोकना यानी मन का आकर्षण बदल देना। मन बाह्य पदार्थों में लगता है, उसको भीतर में लगा दें। जो बाहर के प्रकाप्तनों में लगता है, भीतर के प्रकाप्तनों में उसको नियोजित कर दें। मन की गति बदल जाए, दिशा बदल जाए। समग्र परिवर्तन दिशा का ही होता है। दिशा बदलो, सब कुछ बदल जाएगा। ●

कौन है प्रभु को प्रिय ?

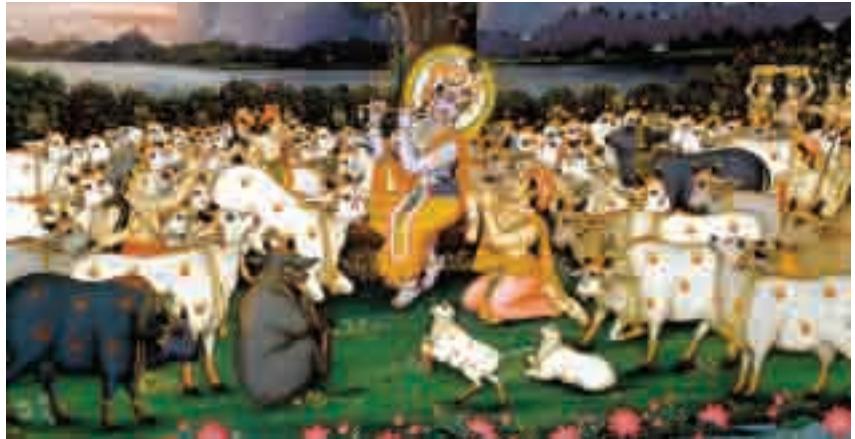
■ ताराचन्द आहूजा

सभी का मानना है कि जो व्यक्ति प्रभु के शरणागत है, परम पिता परमेश्वर की भक्ति में पूर्णतः लीन है, वही प्रभु को सर्वाधिक प्रिय हैं। तभी तो भगवान कहते हैं—‘मैं भक्तजन का दास भगत मेरे मुकुटमणि।’ भक्त का दास कहलाने में भी भगवान को कोई संकोच नहीं है। बड़े उदार और सुहदय हैं हमारे प्रभु। बहुत प्रेम करते हैं वे हमसे। प्रश्न उठता है कि ऐसा भक्त किसे कहा जाए जो प्रभु को प्यारा लगता है। इस महत्त्वपूर्ण प्रश्न का उत्तर भगवान श्रीकृष्ण ने स्वयं अपनी दिव्य वाणी से दिया है।

श्रीकृष्ण कहते हैं— जो पुरुष सब भूतों में द्वेषभाव से रहित, स्वार्थरहित सबका प्रेमी और हेतुरहित दयालु है तथा ममता से रहित, अहंकार से रहित, सुख-दुःख की प्राप्ति में सम और क्षमावान है अर्थात् अपराध करने वाले को भी अभ्यु प्रदान करने वाला है, तथा जो योगी निरंतर संतुष्ट है, मन इन्द्रियों सहित शरीर को वश में किए हुए हैं और मुझमें दृढ़ निश्चय वाला है— वह मुझमें अर्पण किए हुए मन बुद्धिवाला मेरा भक्त मुझको प्रिय है।

इसी बात को आगे बढ़ाते हुए भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं— जिससे कोई भी जीव उद्घिन्न न हो और जो स्वयं भी किसी जीव से उद्घिन्नता को प्राप्त न हो तथा जो हर्ष, अमर्ष, भय और उद्गगादि से रहित है, वह भक्त मुझको प्रिय है। आज संसार में अधिकांश व्यक्ति सम्यक् व्यवहार में शून्य दिखाई पड़ते हैं। सामान्यतः हम अपने आस-पास के लोगों को उद्घिन्न करते रहते हैं। स्थिति ऐसी हो गई है कि पड़ोसी, मित्र, शत्रु सभी से या तो हम परेशान रहते हैं या वे हमसे परेशान रहते हैं। सतत एक बैचैनी, स्ट्रेस, तनाव के भाव में हम जीते हैं। वस्तुतः एक योगी पुरुष ही आकाश पर चलता है। उसके पदों के निशान इस धरा पर नहीं पड़ते। लोक में रहते हुए भी वह इस लोक से पृथक रहता है—जल में कमल की तरह। महापुरुषों का कथन है कि हम भी यदि उद्घिन्न होना तथा दूसरों को उद्घिन्न करना छोड़ दें तो तनावमुक्त होकर प्रभु समर्पित जीवन जी सकेंगे और प्रभु के प्रिय भी बन जायेंगे।

श्रीमद् भगवद्गीता में भगवान श्रीकृष्ण ने ऐसे ही अमूल्य उपदेशों से जन-जन का मार्गदर्शन किया है। वे कहते हैं जो पुरुष आकांक्षा से रहित, बाहर-भीतर से शुद्ध, चतुर, पक्षपात से रहित और दुखों से छूटा हुआ है— वह सब आरंभों का त्यागी मेरा भक्त मुझको प्रिय है। कामना सब दुःखों की जननी है इसलिए भक्त के लिए कामना रहित जीवनयापन करना निरापद माना गया है। इसी प्रकार बाह्य में व्यवहार और आंतरिक आचरण में



शुद्धता व शुचिता भी भक्त का अनिवार्य गुण माना गया है। सत्यतापूर्वक शुद्ध व्यवहार से द्रव्य की ओर उसके अन्न से आहार की तथा योग्य बर्ताव से आचरणों की ओर जलमृतिकादि से शरीर की शुद्धि को बाहर की शुद्धि कहते हैं तथा राग, द्वेष और कपट आदि विकारों का नाश होकर अन्तःकरण का स्वच्छ हो जाना भीतर की शुद्धि कही जाती है। भगवान ने इन गुणों की आवश्यकता बताकर यह सिद्ध किया है कि कामी और कपटी पुरुष उन्हें कर्ताई प्रिय नहीं हैं और इस बात की अभिव्यक्ति श्रीकृष्ण के इन शब्दों में होती है— जो न कभी हर्षित होता है, न कभी किसी से द्वेष करता है न शोक करता है, न कभी कामना करता है तथा जो शुभ और अशुभ संपूर्ण कर्मों का त्यागी है, वह भक्तियुक्त पुरुष मुझको प्रिय है।

भगवान को समता अत्यधिक प्रिय है। इसलिए वे चाहते हैं कि उसका भक्त हर सुख-दुख में, हर्ष-शोक, मान-अपमान की परिस्थिति में सदैव सम रहे और न किसी से ईर्ष्या-द्वेष ही रखे अर्थात् सबके प्रति उसका व्यवहार समान होना चाहिए। साथ ही भक्त ऐसा होना चाहिए जो सभी प्रकार के शुभ एवं अशुभ कर्मों से अपने आपको दूर रखे।

समता के गुण को विस्तार प्रदान करते हुए भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं— जो शत्रु-मित्र में और मान-अपमान में सम हैं तथा सर्वी, गर्भी और सुख-दुखादि द्वंद्वों में सम हैं और आसक्ति से रहित हैं। भगवान के इस कथन से स्पष्ट होता है कि उन्हें वह पुरुष प्रिय नहीं है जो संसार की नाना प्रकार की वस्तुओं, व्यक्तियों एवं पदार्थों में आसक्त है। आसक्ति मनुष्य के बंधन का कारण है। इसलिए ऐसा पुरुष भगवान का प्रिय नहीं बन सकता। तत्त्ववेत्ता महापुरुषों का कथन है कि जो पुरुष समता को अंगीकार कर लेता है वह नश्वर पदार्थों में आसक्त नहीं होता। यही कारण है कि

भगवान ने समता को अत्यधिक महत्त्व दिया है। जो पुरुष निन्दा-स्तुति को समान समझने वाला, मननशील और जिस किसी प्रकार से भी शरीर का निवार्ह होने में सदा ही संतुष्ट है और रहने के स्थान में ममता और आसक्ति से रहित है—वह स्थिर बुद्धि भक्तिभाव पुरुष मुझको प्रिय है। ‘संतोषी सदा सुखी’ वाली कहावत को चरितर्थ करता हुआ संतुष्ट व्यक्ति सदा सुखी और प्रसन्नचित्त रहता है। भगवान को ऐसा पुरुष सर्वाधिक प्रिय है। इसके अलावा मननशील व्यक्ति भी भगवान को अति प्रिय है क्योंकि जो व्यक्ति चिंतन-मनन करता है वह कभी कामना और असंतोष की अग्नि में नहीं झुलसता। उसका जीवन संयमित तथा संतुलित रहता है। अन्त में भगवान कहते हैं कि जो पुरुष श्रद्धायुक्त मेरे परायण होकर उपरोक्त कहे अनुसार धर्ममय अमृत को निष्काम प्रेम भाव से सेवन करते हैं वे भक्त मुझको अतिशय प्रिय हैं।

निष्कर्षः भगवान को वही जन प्रिय है जो सम है, शुद्ध है, संतुष्ट है तथा कामना, ममता, आसक्ति एवं अहंकार से रहित और नित्ययुक्त है। जो प्रभु के शरणागत और परायण है उसमें ये सभी गुण स्वतः ही समाहित हो जाते हैं। लज्जा, भय, मान, बड़ाई और आसक्ति को त्यागकर एवं शरीर और संसार में अहंता, ममता से रहित होकर केवल एक परमात्मा को ही परमाश्रय, परमानि और सर्वस्व समझना तथा अनन्य भाव से अतिशय श्रद्धा, भक्ति और प्रेमपूर्वक निरंतर भगवान के नाम, गुण, प्रभाव और स्वरूप का चित्तन करते रहना एवं भगवान का भजन, स्मरण रखते हुए भी उनके आज्ञानुसार कर्तव्यकर्मों का निःस्वार्थ भाव से केवल परमेश्वर के लिए आचरण करना परमात्मा के शरण होना है।

—हंस विहार मंदिर, 4/114, एस.एफ.
एस., अग्रवाल फार्म, मानसरोवर
जयपुर-302020 (राजस्थान)

श्रद्धा से ही ईश्वर दर्शन संभव

■ भारती अरोड़ा

श्रद्धा मानव-मन की समर्पित कोमल व आदरपूरित भावना का नाम है। अंध-विश्वास उसका दुर्भाग्यपूर्ण विद्विषित रूप है। श्रद्धा से लाभ ही लाभ है, अंध-विश्वास से हानि ही हानि है- व्यक्ति को, समाज को, धर्म को भी।

‘श्रद्धा’ शब्द स्वयं दो शब्दों का विनियोग है- श्रत्+धा। ‘श्रत्’ शब्द का अर्थ है- सत्य (इस ही का दूसरा नाम ‘सत्’ है।) ‘धा’-धारण करना। किसी व्यक्ति के अन्तरतम में छिपे सत्य को धारण करने का नाम ‘श्रद्धा’ है। श्रद्धावान को श्रद्धास्पद से वह बहुमूल्य वस्तु प्राप्त होती है जो उसे निजी अध्ययन या अनुभव से सहज प्राप्त नहीं थी। श्रद्धावान को ही तत्व ज्ञान प्राप्त होता है, अश्रद्धालु को नहीं।

भगवत्प्राप्त भगवत्येमियों के अन्तर की वस्तु को, तत्त्व-वस्तु को जानने-पहचानने वाले श्रद्धावान सुपात्र को, उनकी अमूल्य वस्तु को अलौकिक लाभ ऐसे सहज प्राप्त हो जाता है जैसे लौकिक स्तर पर माता-पिता की धन संपत्ति का संतान को। (16वीं शती में) प्रेमावतार प्रभु चैतन्यदेव के परिकर में श्रीकृष्ण-प्रेम का धन इसी न्याय से कई सुदुर्लभ सौभाग्यशाली को सुलभ हो गया था। (19वीं शती में) परमहंस श्री रामकृष्णदेव की परम आंतरिक इसी तत्त्व-वस्तु को स्वामी ब्रह्मानन्द व स्वामी विवेकानन्द ने पहचाना व पहचानने के अनुपात में उनके उत्तराधिकारी होने का लोकोत्तर लाभ प्राप्त कर लिया।

सृष्टि के आरंभ की बात है। श्री ब्रह्मा ने सृष्टि का सृजन किया व कहा कि जो देवता सर्वप्रथम पूरी पृथ्वी की परिक्रमा कर आयेगा-वह संसार के सब कार्यों में प्रथम-पूजनीय होगा, उसका प्रथम-पूजन मंगलकारी व अमंगलहारी होगा। अपने-अपने द्वुतगामी वाहनों पर सब देवता पृथ्वी-परिक्रमा पर निकल पड़े।

श्री गणेशजी का वाहन छोटा-सा मूषक है। उन्होंने विवेक-विचार से काम लिया। सोचा, ब्रह्माजी मात्र सर्वाधिक द्वुतगामी होने से किसी को प्रथम-पूज्य का स्थान नहीं देंगे। इसमें भौतिक नहीं, काई भगवदीय कारण होगा। मानो वायुकेंग से सब बात समझ में आ गई। उन्होंने पृथ्वी पर भगवान का ‘राम’ नाम लिखा। मूषक पर बैठ तुरन्त उसकी परिक्रमा कर ली व सर्वप्रथम श्री ब्रह्माजी के चरणों में आ उपस्थित हुए।

ब्रह्माजी ने उनके भक्तिभाव की सूझ की भूरि-भूरि सराहना की। बोले, “गणेश ने ठीक बात को, बात की गहराई को समझा है। सारा



किसी व्यक्ति के अन्तरतम में छिपे सत्य को धारण करने का नाम ‘श्रद्धा’ है।

संसार भगवान में है। भगवान में नाम-नामी का भ्रद नहीं है। जो राम हैं वही नाम है। नाम की परिक्रमा पूरी पृथ्वी की ही परिक्रमा है। गणेश ने साधारण-सी दीखनेली प्रतियोगिता में नाम की महिमा देखी व जताई है अतः वही प्रथमपूज्य है।” सबने ब्रह्माजी के निर्णय को उचित जाना। इस प्रकार सृष्टि के आरंभ में ही, श्रीगणेशजी प्रथम-पूज्य, मंगलकारी व अमंगलहारी मान्यता प्राप्त है।

शुभारंभ का पर्याय ‘श्रीगणेश’ बन गया। श्री ब्रह्माजी के प्रति श्रद्धा से उनके अन्तरतम में छिपे सत्य को धारण करने से गणेशजी संसार में प्रथम पूज्य हो गये, सर्वपूज्य हो गये। किसी भी आयोजन का आरंभ श्री गणेशजी से करने का भावार्थ भगवान से, भगवन्नाम से, आरंभ करना है : यह सब श्रद्धा की महिमा है।

सन् 2000 की बात है। श्री वृद्धावन से कुछ सत्संग-प्रेमी अम्बाला वापस आ रहे थे। यात्रा मार्ग में गाड़ी कहीं रुकी। सत्संगियों के पास श्रीठाकुरजी की सेवा थी। उनका भोग लगाकर फलों का रस सबने स्वयं भी ग्रहण करना था। रस लाने वाली सत्संगी भाई मूल्य देकर रस ले आया। भोग लगाने लगा। भोग लगते समय दुकान के स्वामी की अकस्मात इस ओर दृष्टि पड़ी, तो दुकान से निकलकर भागा आया। पैसे वापस करता हुआ बोला, “यह तो भगवान ने मुझे अनायास अवसर दिया है। मैं इसका मूल्य नहीं ले सकता।” बहुत समझाने पर भी न माना। सत्संगियों ने कहा, “हमें कोई सेवा बताओ।” बोला, “जब कभी फिर इधर से आना-जाना हो, यह अवसर मुझे अवश्य देना।”

सत्संगियों ने वे वापस आये पैसे आधे गाड़ी-चालक को व आधे एक निर्धन महिला को दे दिये।

श्रद्धा वास्तविक होने पर पथ में पड़े पाषाण से परमात्मा प्रकट हो सकते हैं, पर चरित्रहीन में ऐसी श्रद्धा का उद्भव हो ही नहीं सकता। कौरवों को आत्मनाश से बचाने के लिए भगवान श्रीकृष्ण ने भरी सभा में अपना विराट रूप तक दिखाया, पर श्रद्धावीहीन खलनायक दुर्योधन ने उसे जादू समझा।

निर्मल मन व सदाचारमय जीवन वाले व्यक्ति ही की श्रद्धा वास्तविक व सहायी होता है।

-पुलिस उपायुक्त-यातायात
गुड़गांव (हरियाणा)

सुखी स्वास्थ्य के नुस्खे

- अगर बदहजमी की वजह से पतले दस्त हो रहे हों तो अदरक पीस कर उसका रस नाभि पर मलने से चैन पड़े जाता है।

- बदहजमी के कारण मुह में छाले पड़े हों तो चमेली और तुलसी के पत्ते चबाने से आराम मिल जाएगा।

- जीभ पर छाले की शिकायत होने पर नारियल का तेल रात में जीभ पर लगाकर सो जाएं, छाले दूर होंगे।

- आपके दांत अगर पीले पड़ते हों तो बेकिंग

पाउडर में थोड़ा सा नामक मिलाकर रगड़ने से दांत चमचमा उठेंगे।

- चिरौंजी को चबा-चबा कर खाने से भी मुह के छाले मिट जाते हैं।

- पाचन शक्ति को सही रखना है तो प्यास का दमन न करें। खाने के दौरान भी प्यास लगे तो थोड़ा-थोड़ा पानी ले सकते हैं पर भोजन के तुरंत बाद पानी न पीएं, बल्कि एक घंटे बाद खूब पानी पीएं।

-विनोद किला, नई दिल्ली

बुजुर्ग अनुभवरूपी चिंतामणि रत्न हैं

■ ऐलाचार्य श्री श्रुतसागर

अनुभव से ही आनंद की प्राप्ति होती है। अभ्यास का फल अनुभव है। अनुभव के द्वारा निकले हुए वचन फलदायी होते हैं। बुद्धिमान लोग बुजुर्गों की बातों को हितकारी और लाभकारी समझकर अपने जीवन को उन्नत करते हैं। उसके द्वारा कहे गए वचन कटु सत्य होते हुए भी कीमती होते हैं।

बच्चों में मस्ती, जवानों में मेहनत, बुजुर्गों में अनुभव- ये सब उन्हें स्वाभाविक रूप से ही प्राप्त हो जाते हैं। अनुभवहीन व्यक्ति शीघ्र ही भटक जाता है। अनुभव बुजुर्गों के तप का फल है, सोने की तरह कीमती है। उसकी बातें आदर करने योग्य भी हैं। उन पर चल कर हम कई मुसीबतों से पार होते हुए अत्यंत कठिन लक्ष्य को भी प्राप्त कर लेते हैं।

बहुत पुरानी बात है, एक राजा खाली बैठे बुजुर्गों को देख करके मन ही मन द्रेष करने लगा। वह सोचता था, ये बुजुर्ग लोग तो देश और समाज के लिए भार स्वरूप ही हैं। इनको शीघ्र ही देश से बाहर निकाल देना चाहिए। उसने मंत्री को बुलाकर आदेश दिया कि इन सारे बुजुर्गों को देश की सीमा के बाहर छोड़ आओ।

मंत्री ने राजा को समझाने की कोशिश की। इससे राजा और भी नाराज हो गया। अधिकारी उसकी जिद पर सभी बुजुर्गों को देश से बाहर निकाल दिया गया। पर राज्य के बांशिंदों में एक नौजवान ऐसा था जो अपने पिता से बहुत प्यार करता था। उसने उन्हें अपने घर में किसी गुप्त स्थान पर छुपा कर रखा।

कुछ समय बाद उस राजा का अपने पड़ोसी



**शरीर के कमजोर हो जाने के बाद भी
अनुभव कमजोर नहीं होता। बुजुर्ग
आदमी की एक-एक झुर्री में ज्ञान एवं
अनुभव झलकता है।**

देश के राजा से युद्ध हुआ। पड़ोसी देश के राजा ने उसे युद्ध में पराजित कर बंदी बना लिया। फिर उसने शत रखी कि यदि तुम भेट में राख से बनी रस्सी ला कर दोगे, तो मैं तुमको बंधन मुक्त कर दूँगा। बंदी राजा क्या करता, उसने अपने मंत्री को सदेश भेजा कि यदि कोई राख की रस्सी बनाकर ला दे तो मैं उसको मुहमांगा इनाम दूँगा। मंत्री ने पूरे राज्य में राजा के आदेश का ढिंडोरा पिटवाया। जिस युवक ने अपने पिता को घर में छुपा रखा था, उसने जाकर अपने पिता से राजा को मुक्त कराने का उपाय जानना चाहा। बुजुर्ग पिता ने सोच-विचार कर अपने ज्ञान और अनुभव से एक बहुत बड़ी थाली में राख की रस्सी बनाकर तैयार कर दी और बेटे को दे दिया।

जब मंत्री ने उसकी रस्सी देखी तो वह सोच में पड़ गया, इतनी कठिनाई से होने वाला काम इसने इतनी आसानी से कैसे कर दिया। वह आश्चर्यचित था। नौजवान ने यह उपाय सोचा कैसे?

जरूर यह किसी अनुभवी वृद्ध का काम है, जो राजा की आज्ञा का उल्लंघन कर उसने अपने घर में छुपा कर रखा है। खैर मंत्री उस युवक के साथ राख की रस्सी लेकर विजयी राजा के दरबार में पहुंचा।

पड़ोसी राजा उस रस्सी को देखकर दांग रह गया। उसने बंदी राजा को मुक्त कर दिया। लेकिन सबकी दिलचस्पी यह जानने में थी कि आखिर यह रस्सी बनी कैसे। पूछताछ हुई, उसके आधार पर युवक के पिता को बुलवाया गया।

दरबार में पूछा गया, इसे कैसे बनाया? युवक के पिता ने कहा, यह तो अनुभव की रस्सी है। उसी से बनती है।

शरीर के कमजोर हो जाने के बाद भी अनुभव कमजोर नहीं होता। बुजुर्ग आदमी की एक-एक झुर्री में ज्ञान एवं अनुभव झलकता है। यह तो साधारण-सी बात है। एक बड़ी रस्सी लेकर उसमें तेल डाल कर आग लगाकर छोड़ देते हैं, तो रस्सी जलकर राख हो जाती है।

देखने में वह राख की रस्सी जैसी लगती है। रस्सी को जलाओ तो राख की रस्सी अपने आप बन जाएगी।

सबने माना कि अनुभव चिंतामणि रत्न हैं। मुक्त हुए राजा को अपनी भूल का एहसास हुआ। उसने लौटने के बाद अपना पुराना आदेश वापस ले लिया और सभी बुजुर्गों को आदरपूर्वक घर लौटा कर ले आया। ●



मंत्रजाप संबंधी आवश्यक नियम

■ डॉ. ताराचंद रूपाले

मंत्रों द्वारा हर प्रकार की सिद्धि प्राप्त की जा सकती है। मंत्रों का उच्चारण गलत करने से तथा विधिनुसार जप ना करने से मंत्र फलीभूत नहीं होते। मनोवृच्छित फल प्राप्त करने हेतु उपयुक्त विधि, सदाचार, अहिंसा, शारीरिक एवं मानसिक शुद्धता अति आवश्यक है। विभिन्न प्रकार के कार्यों में सफलता प्राप्ति हेतु भिन्न-भिन्न मंत्र होते हैं तथा मंत्रों की जप विधि, दिशा, आसन, जप संख्या भी अलग-अलग होती है। ऐसे ही कुछ तथ्य जिनका मंत्र जप में पालन करना सफलता को निश्चित करता है।

मुख्यतः मंत्रों का उपयोग वशीकरण, शांति,

स्तंभन विद्वेषण, उच्चाटन, मारण, धन लाभ, स्वास्थ्य लाभ इत्यादि कार्यों के लिए किया जाता है। उपरोक्त कार्यों में सफलता हेतु संबंधित मंत्र जाप से पहले उस कार्य से संबंधित देवी-देवता की विधिनुसार पूजा अवश्य करनी चाहिए। उदाहरणार्थ शांति कर्म की अधिष्ठात्री देवी रति है। वशीकरण तथा विद्या की देवी सरस्वती है। विद्वेषण की देवी लक्ष्मी है। विद्वेषण की देवी ज्येष्ठा है। उच्चाटन की देवी दुर्गा है तथा मारण कार्यों की देवी भद्रिका काली है।

उच्चाटन कर्म

इस क्रिया के तहत किसी भी प्राणी को उसके देश से पृथक किया जाता है।

- उपयुक्त आसन- ऊंट की खाल, हवन सामग्री, कौए का पंख
- उपयुक्त दिशा- बायव्य दिशा (उत्तर-पश्चिम)
- उपयुक्त समय- सायंकाल
- उपयुक्त माला- घोड़े के सांतों को मनुष्य के बालों में गूंथकर माला तैयार करे।
- उपयुक्त ऋतु- वर्षा ऋतु

उच्चाटन क्रिया में मंत्र का जाप करते समय धूमवर्ण (रंग) का ध्यान करना चाहिए। इस क्रिया में अर्द्धस्वस्तिकासन की मुद्रा में बैठना शुभ होता है तथा उपयुक्त कलश मिट्टी से निर्मित होना चाहिए।

-17, बालदा कॉलोनी, महुनाका
इन्डौर-452002 (म.प्र.)

गुरु से बड़ा न कोय



■ डॉ. रामसिंह यादव

Hमारे देश भारत में ऋषियों-मुनियों, सतों-साधुओं, गुरुओं, दार्शनिक, विचारकों ने गुरु की महत्ता के बारे में बहुत लिखा है, कहा है। ऐसा शायद ही कोई आध्यात्मिक धार्मिक ग्रंथ हो जिसमें गुरु के बारे में न लिखा गया हो। गुरु की महत्ता को इस देश ने सदा सर्वतो स्वीकारा है। गुरु की महत्ता ने, गुरु की परम्परा को जन्म दिया, जो आज तक निरन्तर अबाध गति से चल रही है।

मूल रूप से गुरु का अर्थ होता है— बड़ा। देने का काम बड़ा व्यक्ति ही कर सकता है। वह चाहे ज्ञान हो, शिक्षा-अध्यापन या सम्मान। जिसके पास कुछ होता है वही तो दे सकता है। दूसरे शब्दों में ‘गु’ शब्द अंधकार का द्योतक है और ‘रु’ शब्द प्रकाश का परिचायक अर्थात् जो मन में अंधकार का विनाश करके उस आत्म-प्रकाश का बोध करा दे, वही गुरु या सद्गुरु है।

भारतीय संस्कृति में गुरु की अत्यधिक महत्ता है। गुरु का अर्थ है ‘गिरायज्ञानमिति’ यानी जो अपने शिष्य-विद्यार्थी का अज्ञान दूर करता है, वह गुरु है। गुरु ही शिक्षा दान देता है, धर्म का, आचरण का, संस्कृति का ज्ञान कराता है, उपदेश देता है। ऐसे गुरु की स्तुति, पूजा, चरण प्रक्षालन करना चाहिए। गुरु पूर्णिमा इसके लिए एक अच्छी परम्परा ही बन गयी है। गुरु ज्ञान दाता है।

जो अपने शिष्य की अज्ञानता, अंधकार को दूर करे, वह गुरु है। संसार के ग्रायः सभी धर्मों में गुरु का विशेष महत्व है। यह गुरु ही महाथेर,

ऋषि-मुनि, परिव्राजक, पीर, ओलिया, साईं, वाईज फादर, रेवरंड और उपदेशक, शिक्षक आदि नामों से विभिन्न धर्मों में अभिहित है। बौद्ध धर्म ग्रंथों में गुरु को प्रज्ञप्त या उपाय के मध्य दूनी कहा गया है। जैन धर्म में सद्गुरु को तीर्थकर के आदर भाव से सम्बोधित किया गया है।

गोस्वामी तुलसीदास ने गुरु को परिभाषित इन शब्दों में इस प्रकार किया है—

ज्ञान कहे अज्ञान विनु
तम बिनुक है प्रकाश
निरगुन कहै जो सगुन विन
सौ गुरु तुलसीदास॥

अर्थात् गुरु वह है जो अज्ञान पद से ऊपर उठकर ज्ञान और शिक्षा का कथन दान करता हो। अंधकार हीन प्रकाश का वर्णन करता हो तथा त्रय गुण से परे निर्णुण में स्थापित होकर अगुण का गुणगान करता हो वह गुरु है।

सूक्ष्मावलोकन में हम गुरु में विश्वदर्शन पाते हैं। यही कारण है कि गुरु कभी बेद रूप में, कभी प्रवचनकार संत रूप में, कभी सिद्धांत उपदेशक, समाज सुधारक के रूप में, कभी ज्ञानी ध्यानी पंडित के रूप में, कथावाचक के रूप में, कभी कल्पवृक्ष के रूप में, तो कभी कामधेनु के रूप में अवक्षेपित होते हैं। कभी शशावतार, कभी महेशावतार, कभी नरसिंहावतार, कभी वराहावतार, कभी कृष्णावतार, तो कभी भगवान महावीर स्वामी और कभी महात्मा गौतम बुद्ध, आचार्य श्रीराम गुरुजी, आचार्य तुलसी, शिर्डी के साईबाबा, तो कभी महामंडलेश्वर ब्रह्म ऋषि कुमारस्वामी के रूप में अवतरित होते हैं।

सच्चे शुद्धाचारी सद्गुरु की महिमा अकथमीय है। गुरुकृपा आशीर्वाद से श्रद्धालु शिष्य सेवक के लिए अलभ्य, असंभव और असफलता सफलता में परावर्तित हो जाती है। ऐसे पवित्र, विकार रहित, संसार में निर्लिप्त, निर्भीक, गंभीर, ओज व तेजयुक्त ज्ञानी था। परमार्थी संत-जन, साधु-जन महात्मा ही सच्चे गुरु होते हैं जिन्हें शास्त्रों ने धर्मालुजनों ने बहुत आदर के साथ ऋषि-मुनि, साधु-संत आदि नामों से नवाजा है। गुरु ही ईश्वर की लीलाओं भक्ति ज्ञान शिक्षा देने वाले भी जो आज हैं गुरु ही है।

यह सच है कि बिना गुरु की कृपा, आशीर्वाद और करुणा के मुत्तु की उन्नति, प्रगति, सुख, संपन्नता, यश-कीर्ति और कल्याण असंभव है। पूरे और सच्चे आदर्श गुरु सद्गुरु का मिलना सर्वेश्वर के मिलने के तुल्य है। गुरु और ईश्वर में कुछ भी विलगना नहीं है। तीनों लोकों में गुरु से अधिक आदरणीय अन्य कोई नहीं है। कहा भी गया है—

गुरु ब्रह्मा, गुरु विष्णु
गुरु देवों महेश्वरः।।
गुरु साक्षात् पर ब्रह्माः।।
तस्मैं श्री गुरुवे नमः॥।।
संत कबीरदासजी ने गुरु के बारे में कुछ इस तरह मंत्र्य की अभिव्यक्ति की है—
तीन लोक नौ खण्ड में,
गुरु से बड़ा न कोय।।
करता करे न करि सके,
गुरु करे सो होय॥।।
—14, उद्घोषा, उञ्जैन (म.प्र.)



चित्र की निर्मलता: तनावमुक्ति

■ गणेश मुनि शास्त्री

भगवान महावीर से गौतम ने पूछा—‘भगवन! जीवन में जागरण की क्या महत्ता है? प्रमत्तावस्था जीवन के लिए क्यों हानिकारक है? आप बार-बार मुझसे प्रमादमुक्त रहने के लिए क्यों कहते हैं?’

महावीर बोले—“हे गौतम! तू क्षणमात्र भी प्रमाद मत कर क्योंकि कालावधि बीत जाने पर जिस प्रकार वृक्ष का पका हुआ फल गिरकर मिट्टी में मिल जाता है, उसी प्रकार मनुष्य का जीवन एक-न-एक दिन अवश्य समाप्त हो जाता है। कुश की नोंक पर स्थित ओस बिन्दु की अवधि जैसे थोड़ी होती है वैसे ही मुनष्य जीवन की गति है। तेंग शरीर जीर्ण हो रहा है, केश शवेत हो रहे हैं और पूर्ववर्ती बल भी क्षीण हो रहा है। तू महान संसार सागर को तैर गया है। अब तट के निकट पहुंचकर क्यों खड़ा है? उस पार जाने के लिए जल्दी करा।”

वास्तव में जो प्रज्ञावान और समता धारक होते हैं, वे अपनी साधना में किंचित भी प्रमाद नहीं करते हैं। उनका हर क्षण जागरण के साथ बीतता है। जागरण ही व्यक्ति को समस्त दुःखों



ममता और भय का संबंध अन्योन्याश्रित है और ये दोनों ही तनावों को पैदा करते हैं। अतः तनावों से मुक्ति के लिए ममता और भय से मुक्त होकर समत्वपूर्ण जीवन जीना ही श्रेयस्कर है।

से दूर करता हुआ तनावों से मुक्ति दिला सकता है। जागरण अर्थात् अनासक्त की भावना समता को जन्म देती है और समता जीवन को संतुलित बनाती हुई वीतरागता का मार्ग खोलती है। वीतरागता का मार्ग मोह-मूर्च्छा से तंतुओं को काटकर व्यक्ति में सुख उत्पन्न करता है। बिना जागे हुए तनावों से मुक्त नहीं हुआ जा सकता। इसलिए अनासक्ति से अनुस्यूत समता यदि जीवन में प्रतिस्थापित न हो पायी तो जीवन तनावों से कभी मुक्त नहीं हो सकेगा।

व्यक्ति की बाह्य और आंतरिक दृष्टि जब तक समता धारण नहीं करती तब तक चित्र निर्मल कैसे हो सकता है? निर्मल चित्र के अभाव में कोई भी प्राणी किसी भी प्रकार के बंधन से मुक्त नहीं हो सकता। बंधन जब तक निर्बन्ध

नहीं होंगे तब तक स्थायी सुख की प्रतीति असंभव है। चित्र की निर्मलता के लिए यह आवश्यक है कि मनुष्य मूर्च्छा में न बहे। उसका प्रत्येक चरण प्रमाद से रहित ज्ञान एवं विवेक के साथ हो। वह वीतराग की कल्पना को अपने मन में संजोए हुए अपनी जीवनचर्या को स्थिर करे। द्वादश अनुप्रेक्षाओं-भावनाओं के नित्य चित्रवन से चित्र को निर्मल बनाया जा सकता है।

ये अनुप्रेक्षाएं व्यक्ति के भीतर समायी कुत्सित वृत्तियों का रेचन करती हैं जिससे आंतरिक शक्तियां प्रबलतम रूप में प्रकट हो सकें। इन आंतरिक शक्तियों के एक बार प्रकट हो जाने पर जीवन में आच्छादित निराशाएं आशाओं में एवं जिजीविताओं में परिणत हो जाती हैं। व्यक्ति में सहिष्णुता एवं प्रतिकूल परिस्थितियों का सामना

करने का साहस पैदा हो जाता है। वह भय से अभय की ओर दृढ़तापूर्वक अपना कदम रखता है। समता उसी के जीवन में प्रवेश कर पाती है जो सर्व प्रकार के भय से अपने को मुक्त रखता है।

भय-मुक्ति के लिए मोह-ममता से निवृत्ति लेनी होती है। व्यक्ति को ममत्वाहीन होना पड़ता है। मोह-ममता के वशीभूत प्राणी प्रमादी होता है। प्रमादी सदा भयभीत रहता है। आचारांगसूत्र में यह स्पष्ट उल्लेख है कि प्रमत्त आत्मा को सभी ओर से भय रहता है जबकि अप्रमत्त को किसी का भी भय नहीं रहता है—

सब्वां यमतस्स भयं,

सब्वां अपमत्तस्स नातिथं भय।

ममता और भय का संबंध तो अन्योन्याश्रित है और ये दोनों ही तनावों को पैदा करते हैं। अतः तनावों से मुक्ति के लिए ममता और भय से मुक्त होकर समत्वपूर्ण जीवन जीना ही श्रेयस्कर है। आज के संदर्भ में गांधीजी की धारणा है कि “अभय मोहरहित स्थिति की पराकाढ़ा है।”

काश! आज प्रत्येक मानव में यह स्थिति पैदा हो जाए तो जो आकुलताएं, समस्याएं मुंह बाये खड़ी हैं, वे समाप्त हो सकती हैं। तनावों के जंजालों से मुक्ति मिल सकती है। ●

‘समृद्ध सुखी परिवार’ मासिक पत्रिका निम्न वेबसाइट पर भी उपलब्ध है:
www.sukhiparivar.com
www.herenow4u.net
www.checonjainam.org



आत्मीयता की पराकाष्ठा हैं बेटियां

■ साध्वी कनकश्री

माता-पिता और संतान का संबंध अन्य संबंधों से श्रेष्ठ माना जाता है। यह संबंध जन्म से मृत्युपर्यंत एक जैसा रहता है। कहा तो यह जाता है कि संतान का कोई लिंग नहीं होता फिर भी इसे भारतीय-परंपरा कहें, अज्ञान कहें या समाज की संकुचित सोच कि माता-पिता लिंग के आधार पर अपनी ही संतान-पुत्र और पुत्री को भेदभावपूर्ण नजरिये से देखते हैं। पुत्र के जन्म पर खुशियों का इज़हार किया जाता है, उपहार बांटे जाते हैं। इसके विपरीत पुत्री का जन्म ऐसा माना जाता है, मानो परिवार की आशाओं पर पानी फिर गया हो। ऐसा क्यों? शिक्षित और उदार विचारों वाले कुछेक परिवारों को छोड़कर अधिकांश परिवारों में यह अंतर स्पष्ट परिलक्षित होता है। इक्कीसवीं सदी में इंटरनेट के माध्यम से पूरी दुनियां को घर-परिवार की तरह समझने वाले लाग बेटी को दोयम दर्जे का प्राणी ही मानते हैं।

बेटे को घर का चिराग, संपत्ति का वारिस और बुद्धाये की लाठी समझ कर उसके पालन-पोषण, शिक्षा-दीक्षा पर पर्याप्त ध्यान दिया जाता है, वहाँ बेटी को पराया धन समझा जाता है। उसका पालन-पोषण कहीं मजबूरी तो कहीं जिम्मेदारी समझ कर किया जाता है। माता-पिता को अपनी लाडली बेटी में प्रारंभ से ही परायापन महसूस होने लगता है। बेटी को समय-समय पर अहसास भी कराया जाता है कि यह घर तुम्हारा नहीं है। तुम्हें तो एक दिन-दूसरे घर जाना है।

लड़की को यह समझ में नहीं आता कि जन्म देने वाले मां-बाप का घर उसका अपना घर नहीं है तो शादी के बाद उन अनजान लोगों का घर उसका अपना कैसे हो सकता है? शादी से पहले माता-पिता अपनी बेटी को पराया-पराया कहते हैं और शादी के बाद समुराल वालों। जन्म देने वाले मां-बाप उसे जमानत के रूप में रखते हैं “अर्थों हि कन्या परकीय एव” (कालिदास) कन्या पराया धन है, यह मानकर उसको जतन से रखते हैं, सुरक्षा करते हैं।

शादी के बाद समुराल वाले पराए घर से आई हुई मान कर उसके साथ भेदभावपूर्ण व्यवहार करते हैं। एक मासूम कली समझ नहीं पाती कि उसका असली घर कौन-सा है? मां का घर या पति का घर?

चार दिन की ज़िदगी, आधी यहाँ गुजरी आधी वहाँ।

कौन उत्तर दे उसे, उसका असली घर है कहाँ।

सच्चाई तो यह है कि वह दोनों घरों की अपनी है, आत्मीय है, उपयोगी है। बेटी दो-दो घरों की शोभा है। उसकी सद्गुण सुरभि से दो-दो



परिवार गंधायित होते हैं। क्योंकि कन्याएं अलग-अलग परिवेश वाले दो परिवारों-परिहर और समुराल का हित-साधन करती हैं, गैरव बढ़ाती हैं।

इक्कीसवीं सदी की परिवर्तित मानसिकता में मात्र वंश-निरंतरता के एक पक्षीय आधार पर बेटी को नम्बर दो की श्रेणी में स्थापित करना तर्कसंगत नहीं लगता क्योंकि भारतीय संस्कृति में कन्या-जन्म पर भले ही उत्सव न मनाया जाता हो, पर कन्या की उपयोगिता किसी भी परिवार में कम नहीं है, आज लड़कियों को समाज के हर क्षेत्र में लड़कों के बराबर आगे बढ़ने और कार्य करने के पर्याप्त अवसर प्राप्त हैं। सामाजिक परिवेश में भी नाम, रूप और आकृति के सिवाय बेटे-बेटी की तुलना और भेदभावपूर्ण मान्यता का कोई औचित्य प्रतीत नहीं होता।

भावनात्मक विश्लेषण से यह तथ्य उभर कर सामने आया है कि पुत्रियां अपेक्षाकृत अधिक संवेदनशील और भावुक होती हैं। माता-पिता के साथ रहती हुई वे घरेलु कार्यों में मां का सापेक्ष सहयोग करती हैं तो व्यापारिक क्षेत्र में पिता के कार्यों में भी हाथ बटाती हैं। विवाह के बाद भी वे उनके साथ आत्मीय जुड़ाव रखती हैं। वे अधिक स्नेहशील भी होती हैं।

आज विश्व स्तर के विशिष्ट व्यक्तित्व भी बेटी की श्रेष्ठता के पक्षधर हैं। लंदन की



जन-संपर्क परामर्शदात्री लिंडर डेविस का मानना है—“बेटी की तुलना में स्नेह और ममतामय आंगन चिरकाल तक बेटी से ही रहता है।” लंदन विश्वविद्यालय की मनोचिकित्सक डॉ. मरीना बेटियों के पक्ष में तार्किक आधार प्रस्तुत करती हुई कहती है—मानसिक रोगों की परिधि को सीमित करने में बेटियों का महत्वपूर्ण योगदान रहता है। उनके अध्ययन का निचोड़ है—बेटे माता-पिता के मानसिक-उद्ग्रोग के निमित्त बन जाते हैं। पढ़ाई में मन नहीं लगाना, बार-बार परीक्षा में अनुरीती होना, रातभर बाहर घूमते रहना, अनुशासनहीनता, गलत-संगति, हिंसा और अपराध में लिप्त होना—इस तरह के लड़के माता-पिता को मानसिक उत्पीड़न देते हैं। इसलिए समाजशास्त्रियों की दृष्टि में भी बेटों की तुलना में बेटी कहीं अधिक दूरगामी, पारदर्शी व विकसित समाज की आधार स्तम्भ सिद्ध हो सकती है। अतः उनके अभिमत से बेटी को नंबर दो कभी नहीं मानना चाहिए, अपितु उसे नंबर बन प्लस की व्यावहारिकता प्रदान करने में भी कोई आपत्ति नहीं लगती।

बेटियों की विश्वस्तरीय साख के निर्माण में श्रीमती इन्दिरा गांधी, गोल्डा मायर, मदर रेसेस, किरण बेदी, अरुन्धती राय, मेधा पाटेकर आदि की भूमिका सदियों तक कन्याओं के लिए अभिप्रेक बनी रहेगी।

अपेक्षा है समाज और परिवार में लड़कियों के प्रति सकारात्मक सोच और अनुकूल वातावरण का निर्माण हो, जिससे वे स्वयं अच्छे नागरिक के रूप में समाज और राष्ट्र को सेवाएं दे सकें तथा शक्तिशाली राष्ट्र के निर्माण में सहभागी बन सकें। स्वयं कन्याएं भी आत्म-विश्वास, दृढ़संकल्प, सौहार्द सद्भावना, सहनशीलता, सृजनात्मक शक्ति आदि जीवन मूल्यों का विकास करती हुई अपने सत्संस्कारों की सुगंध से आस-पास के वातावरण को सुवासित करें। ●



विदेशों में भी नागपूजन

■ डॉ. हनुमान प्रसाद उत्तम

हमारे यहां हिन्दू-धर्म में पुरातनकाल से ही सर्पों को पूज्य माना गया है। सर्पों का आदर करते हुए जहां एक तरफ भगवान् श्री विष्णु ने शेषनाग को अपनी शैश्वा बनाया, वहां दूसरी तरफ देवाधिदेव शिव ने अपना गले का आभूषण। आज भी भारतवर्ष के तमाम क्षेत्रों में नागपूजा प्रसिद्ध है। यूं तो अलग-अलग जगहों पर भिन्न-भिन्न तिथियों पर यह अर्चना संपन्न की जाती है लेकिन साबन मास की शुक्ल पंचमी को नाग-पूजा का रिवाज सबसे अधिक है। गरुड़पुराण में इस अर्चना की अत्यधिक उपर्योगिता बताई गई है। सर्प-अर्चना करने के लिए अपने गृहद्वार के दोनों तरफ मुख्य आठ नागों के काले चित्र बनाकर दूध, सुगंधित फूल, अक्षत, मोटक आदि से पूजा किया जाता है तथा शिवालय में जाकर सर्प की प्रतिमा को दुग्धपान और अर्चना करके प्रार्थना की जाती है कि सर्पों की कृपादृष्टि सभी प्राणियों में बनी रहे। इस तरह विधि तथा श्रद्धार्पवक् पूजन करने से सर्पों की प्रसन्नता प्राप्त होती है जिससे धन-धान्य, सुख और संतान-प्राप्ति होती है, साथ ही सर्पों का डर नहीं सताता।

हालांकि नागपूजन का अपना शास्त्रीय विधान है किन्तु परम्परा तथा लोक व्यवहार की दृष्टि से भारत में नागपंचमी का पर्व तमाम रूपों में मनाया जाता है।

उत्तर प्रदेश में नागपंचमी को 'गुड़िया' भी कहा जाता है। इस दिन ग्रामीण भागों में लड़कियां किसी तालाब में गुड़ियों को विसर्जित करती हैं। लड़के तैरती हुई गुड़ियों को डंडों से खब पीटते हैं। फिर बहनें उन्हें रुपये की भेट और आशीर्वाद देती हैं। इस मौके पर कहाँ-कहाँ मेले भी लगते हैं। ऐसा ही एक मेला काशी में भी लगता है। मान्यता है कि पाणिनी व्याकरण के महाभाष्यकर्ता आचार्य पतंजलि शेषनाग के अवतार थे। उनका काशी का निवास स्थान स्थानीय 'नागकूप' पर था, जहां अब भी नागपंचमी के दिन वैयाकरणों (व्याकरण के विशेषज्ञों) में शास्त्रार्थ की परम्परा है। नागकूप में स्नान तथा जीवित नाग के दर्शन सौभाग्य सूचक माने जाते हैं।

बिहार के मिथिलांचल भाग में इस त्योहार को 'लगपांच' (नागपंच का ही बिगड़ा हुआ रूप) कहते हैं। इस दिन मिट्टी के बर्तन में लावा-दूध रखा जाता है। 'झूलन' के रूप में लोकत्सव का भी आयोजन किया जाता है।

भोजपुरी इलाके में नागपंचमी को 'नागपचैया' कहा जाता है। इस इलाके में 'बाललखंदर' या 'बिहुला विष्णही' की लोककथा प्रचलित है जो मनसादेवी से संबंधित है। मनसादेवी सर्पों की देवी है। आंगन एवं घर की दीवारों पर गोबर से

सांपों के चित्र निर्मित किए जाते हैं तथा कटोरे में दूध भरकर सर्पों के संभावित जगहों पर रखा जाता है।

कच्छ की राजधानी भूजिया में भुजगेश्वर मंदिर है, जिन्हें शेषनाग का भाई बताते हैं। नागपंचमी की अवसर पर यहां बहुत बड़ा मेला लगता है।

सांप केरल में भी उतना ही बलशाली देवता है जितना कि भोजपुरी में। मान्यता है कि केरल भू-भाग में नागों का वास था। व्यक्ति जब प्रथम बार वहां आया तो उसे नागों से विकराल लड़ाई करसी पड़ी थी। विजय की खुशी अत्यधिक न थी क्योंकि व्यक्ति ने नागदेवताओं से दुश्मनी मोल ली थी। इसलिए केरल में नायर परिवारों में 'पम्पन थुल्लल' नामक अनुष्ठान नागपंचमी के दिन संपन्न किया जाता है जिसका लक्ष्य नागदेवता से प्रार्थना करना तथा उनका आशीर्वाद प्राप्त करना होता है। यह एक विलक्षण अनुष्ठान है। इसमें एक खास पंडाल बनाया जाता है। यहां चावल तथा आटे का मंगल नमूना 'कोलम' बनाया जाता है। यह धार्मिक होता है तथा नागदेवता के लिए बनाया जाता है। जब इसकी अर्चना की जाती है तो इससे दिव्य जीवन प्राप्त होता है। इससे नागदेवता प्रसन्न होते हैं। रात्रि के अंधकार में पुलोवन पुरुष नृत्य करते हैं।

समस्त नायर परिवार इसे मंत्रमुग्ध होकर देखते हैं। इन परिवार की कन्याओं को इस कोलम में बैठाया जाता है। सभी गीत गते हैं। गीत की मस्ती में कन्याएं झूमने लगती हैं। उनकी सुख मुद्रा विकृत होने लगती है और जीभ बाहर निकल आती है। इस वक्त वे नागदेवता के वश में मानी जाती है। भक्त उनसे मंगल कामना करते हैं। मनोर्वाङ्गित सवाल करते हैं तत्पश्चात् उन्हें साप के मंदिरों में ले जाया जाता है। यहां वे नारियल जल का प्रसाद ग्रहण कर स्वतंत्र होती हैं। हमारे देश के बहुत से हिस्सों में नाग 'कुल देवता' के रूप में पूजे जाते हैं। जिस वर्ष घर में शुभ कार्य होता है यथा पुत्र जन्म या विवाहोत्सव उस साल का नागपंचमी का पर्व खास हो जाता है। घर की सबसे बुर्जुं महिला नागदेवता की विधिवत् अर्चना करती हैं और परिवार के सुखी



और समृद्धशाली होने का आशीर्वाद प्राप्त करती हैं। विदेशों में भी नागपूजा की जाती है। समस्त धरती में करीब 2500 प्रकार के सर्प हैं लेकिन अकेले भारत में ही समुद्री सांपों के अतिरिक्त भी अवसर 300 से ज्यादा तरह के सर्प मिलते हैं। इसलिए भारत सरीखे देश में जहां इतने प्रकार के सर्प मिलते हैं, यदि सर्प पूजा दृढ़ तथा व्यापक है, तो इसमें विसम्य ही क्या?

यों तो समस्त देश में विविध तरह के सर्प हैं, पर चक्रधर (गोखरा जातीय) सर्प ही विशेषकर पूजा जाते हैं। उनका उठा हुआ फण मानव को कैसे भयभीत करता है, जैसे संभवतः आकर्षित भी करता है। पुरातन मानव के लिए चक्रधर का चमकीला फण कितना आश्चर्यजनक होगा, इसकी हम सल्पना कर सकते हैं। आज भी सर्प के नाम से पहले हमारे सम्मुख फन (फण) उठाये चक्रधर की छिप ही तैर उठती है, अमेरिका में फण वाला कोई सर्प नहीं मिलता है। वहां के आदिवासी झुमझुमि सांप (रेटिल स्नेक) को सांप देवता मानकर उसको अर्चना करते हैं। यह सर्प अत्यंत जोखिम से पूर्ण तथा अत्यधिक विषेला होता है।

दैत्याकार विषहीन सर्प भी मानव द्वारा पूजे जाते हैं। अफ्रीका के पहाड़ी अजगर दैत्याकार होते हैं। मध्य एवं पश्चिमी अफ्रीका के कुछ आदिवासी इस सांप की अर्चना किया करते हैं। यदि कोई इस सर्प के मारता है तो वहां उस व्यक्ति को दिया जाने वाला दंड है निष्ठुरता के साथ उसकी हत्या। हमारे देश में मध्यप्रदेश के भील भी अजगर पर हमला नहीं करते तथा उसकी उपासना करते हैं। दक्षिण अमेरिका के दैत्याकार सर्प आनाकांता को वहां के आदिवासी गण आसाधना करते हैं।

ग्रीक योद्धा सप्तराषि सिकंदर ने भारत आकर सांप देवताओं का प्रचलन देखा था। उनके साथ आये एक व्यक्ति ने गिरि गुफा में वृहदाकार एक सांप देवता की चर्चा की है। अनुमान लगाया जा सकता है कि यह अजगर रहा होगा। 'गृह्य सूत्र' में सांप के लिए बलि की विवेचना है।

16वीं सदी में बरसात के दिनों में सांप देवता के लिए बलि देने का भी प्रचलन था। मान्यता है कि इससे सांप देवता संतुष्ट होंगे तथा सर्प के डसने का भय नहीं रहेगा।

सावन शुक्ल पंचमी के अतिरिक्त कुछ दूसरे मोकों पर नाग अर्चना का विधान भारतीय संस्कृति में मिलता है। चैत्र शुक्ला पंचमी, सावन कृष्ण पंचमी (मारवाड़ तथा बंगाल में) और अगहन शुक्ल पंचमी (नाग दीपावली) को भी नाग पूजा होती है।

—जन शिक्षण इंटर कॉलेज
प्रेमपुर-बड़गांव, कानपुर नगर-208001

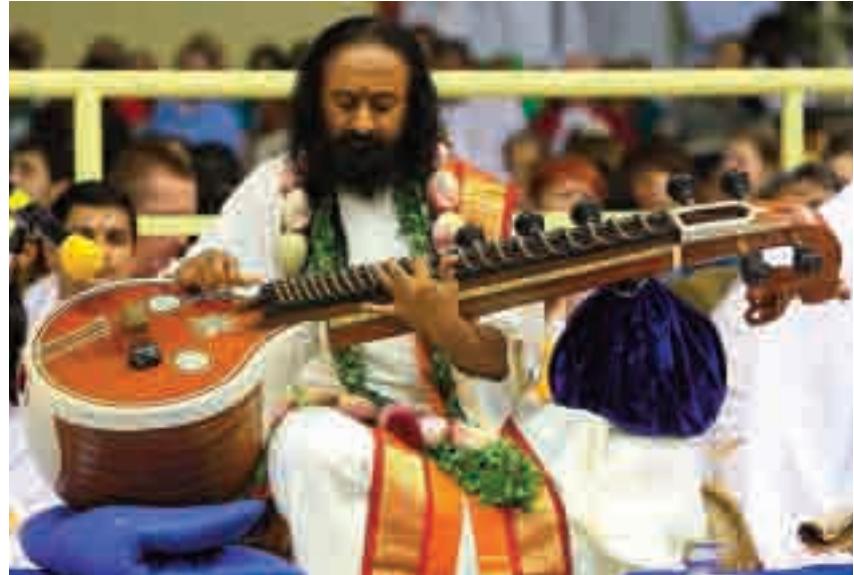
बिन गुरु ज्ञान कहां से पाऊं

■ कहैया अगनानी

इस पृथ्वी पर एक पांच वाले, दो पांच वाले और बिना टांगों वाले अनेक प्रकार के शरीरों की रचना हुई है। उन शरीरों में से मनुष्य शरीर को ही सर्वाधिक ज्ञानी एवं विवेकशील माना गया है। क्योंकि मनुष्य के शरीर में मन और इन्द्रियों को नियंत्रित करने की शक्ति ही नहीं अपितु बुद्धि आदि उपकरणों से भी वह अन्य जीव-जरुओं आदि से आगे है।

समस्त प्राणियों का विशेषकर मनुष्य का आत्मा ही गुरु (उपदेशक) है, क्योंकि मनुष्य प्रत्यक्ष अनुभव तथा अनुमान के द्वारा परमानंद को पा लेने की क्षमता रखता है। इसके लिए उसे जीवन में माता-पिता के पश्चात गुरु शिक्षक की आवश्यकता पड़ती है। चाहे कोई भी क्षेत्र हो, 'बिन गुरु ज्ञान कहां से पाऊं...' वाली उक्ति आज भी ज्यों-कि-त्यों प्रचलित है। लेकिन वर्तमान व्यावसायिक आधुनिक युग में गुरु-शिष्यों के रिश्ते में भी व्यापारिक व भौतिकता की स्वार्थपरक भावनाओं में लिपटे रहने के कारण वक्त की बढ़ती तेज रफ्तार के साथ गुरु 'गुड़' तो चेला 'शक्कर' बनकर अपने मार्गदर्शक शिक्षकों को आगे चलकर नाम से ही नहीं बल्कि अब, औए और तू तड़के से पेश आते दिख रहे हैं। उसी प्रकार गुरु भी शिष्यों को सत्यपरक मार्गदर्शन न देते हुए मिथ्यापूर्ण गलत सलत रास्ते दिखाते देखे गये हैं। कहाँ-कहाँ तो गुरु-शिष्यों से विवाह तक रचाते देखे गये हैं और कहाँ-कहाँ शिष्यों से यौनाचार संबंधों तक के समाचार पढ़कर मन व्यथित हो उठता है।

अब कहाँ गई वह पवित्र रिश्तों की डोर और क्यों हो गये हैं अपवित्र और अहंकारायुक्त गुरु-शिष्यों के रिश्ते, देख-सुनकर और पढ़कर मन ग्लानि से भर उठता है। पांडवों-कौरवों के



गुरु द्रोणाचार्य के रिश्तों को ही नहीं बल्कि एकलव्य और द्रोणाचार्य की भावनाओं वाले रिश्तों को देखे तो हमें भारतीय संस्कृति में गुरु-शिष्यों पर गर्व हो उठता था। पूरा ब्रह्मांड गौरवान्वित हो उठता था भारत के जर्ज-जर्जे में फैले गुरु चेलों के पवित्रता व समर्पण की भावनाओं से ओत-प्रोत इन रिश्तों पर, लेकिन आज गुरु शिक्षक जो कि स्वयं ही जब 'भ्रष्टाचार की पाठशाला' में बैठकर रोजी-रोटी के जुगाड़ में लिप्त हो तो वह शिष्यों को क्या तो शिक्षा देगा और क्या सम्मान पाएगा शिष्यों से।

प्राचीनकाल में गुरु-शिष्य परम्परा को देखें तो गुरु अपने शिष्यों को अंधकर से निकालकर राशनी में लाया करते थे तथा शिष्यों में आत्मज्ञान होने पर लगता था कि यदि माता-पिता से भी उन्हें दर्जा किसी का है तो वह है गुरु का। इसी भावना के साथ वे गुरु के चरणों में नतमस्तक हो जाया करते थे। गुरु शिष्य की पात्रता को मद्देनजर रखते हुए शिष्यों का चयन करते थे तो इसी प्रकार बच्चों की रोजी-रोटी से परवरिश करने वाले माता-पिता भी गुरु की पात्रता को मद्देनजर रखते हुए अपने बच्चों के लिए गुरु को चुनते थे, परन्तु अब देखा जा रहा है तो वह केवल 'कैरियर' वह भी आर्थिक दृष्टि से आगे चलकर सुदृढ़ कैरियर।

गुरु-शिष्यों के रिश्तों के बारे में कबीर ने एक स्थान पर लिखा है-

"गुरु गोविन्द दोऊँ खड़े, काकू लागूं पाया।
बलिहारी गुरु आपणों, गोविन्द दियौं मिलाया।"

यानी कि गुरु और भगवान् दोनों सामने खड़े हैं तो उनमें से किसके पहले चरण छुये जाय तो

कबीर कहते हैं कि मुझे पहले गुरु के चरण छूने होंगे क्योंकि गुरु से ही ज्ञान हासिल करके मैंने परमात्मा के दर्शन किये हैं। इसी प्रकार गुरुभक्ति और शिष्यों के संबंधों की संस्कृति में व्यक्ति के पूरे जीवन-दर्शन का बोध होता है। यहां पर उल्लेख करना आवश्यक है कि सुकरात के शिष्य 'प्लेटो' प्लेटो के शिष्य 'अरस्तू', धोरे के शिष्य 'इमर्सन' ही नहीं अपितु गुरु रामदास के शिवाजी और स्वामी रामकृष्ण परमहंस और विवेकानंद आदि प्राचीनकाल के गुरुओं एवं शिष्यों के पवित्र रिश्ते आज भी भारतीय ग्रंथों में अपनी कहानियां कहते हुए लोगों को प्रेरित कर रहे हैं, लेकिन ऐसे पवित्र प्रेरणा इस व्यावसायिक युग में आखिर कौन लेता है?

अब सोचना यह है कि वर्तमान में प्रदूषित हो रहे गुरु-शिष्यों के संबंध आगे चलकर कौन-से ग्रंथों में शामिल होंगे और वे पुस्तकें भावी पीढ़ी को किस प्रकार की शिक्षा प्रदान करते हुए कैसी संस्कृति को जन्म देंगी? इस बारे में सोचते हुए मुझे एक दार्शनिक की अनपोल सुनिया याद आ रही है वह यह कि 'मुझे किसी भी वस्तु की जब आवश्यकता होती है तो मैं उस ईश्वर के पास जो पत्थर में समाया हुआ के सामने जाकर हाथ फैलाकर मांगता हूं। यदि वह नहीं भी देता है तो कम-से-कम दोनों में विवाद, बहस अथवा एक-दूसरे से शिकायत अथवा बदसलूकी तो नहीं करते। इससे और कुछ नहीं तो कम-से-कम बदनामी तो नहीं होती।'

-413, आदर्श नगर,
गीता भवन के पास,
जयपुर-302004 (राजस्थान)



यात्रा-अमरनाथजी की

■ डॉ. विजयप्रकाश त्रिपाठी

कश्मीर में भगवान अमरनाथजी की यात्रा अत्यंत महत्वपूर्ण है। वैसे तो संपूर्ण कश्मीर प्रदेश घूमने लायक है, परन्तु यदि अमरनाथजी की यात्रा न हो तो कश्मीर घूमना अधूरा ही माना जायेगा। कश्मीर और विशेषकर अमरनाथ जाने के लिए आपको अपने नगर के जिलाधिकारी से अनुमति-पत्र लेना होगा। अब तो अनेक धार्मिक संगठन व संस्थाएं आसानी से परमिट दिला देती हैं। फिर भी इसे प्राप्त करने में कोई कठिनाई नहीं होती। प्रायः प्रत्येक रेलवे स्टेशन से कश्मीर की राजधानी श्रीनगर जाने के लिए तीन माह पूर्व के बापसी टिकट विशेष रियायत पर प्राप्त हो जाते हैं। अमरनाथ यात्रा जुलाई से अगस्त माह में किसी भी समय की जा सकती है।

कश्मीर-यात्रा के लिए अंतिम रेलवे स्टेशन पठानकोट व जम्मू है। पठानकोट एक सुंदर नगर है। आप जाते या लौटते समय पठानकोट से तीन तीर्थों के दर्शन कर सकते हैं- कांगड़ाजी, कांगड़ा बैजनाथ और ज्वालामुखी। पठानकोट से बैजनाथ पपरोला तक रेलवे लाइन है। इसी रेलवे मार्ग पर 90 कि.मी. दूर 'ज्वालामुखी रोड' रेलवे स्टेशन है, जहां से 20 कि.मी. दूर एक पहाड़ी पर ज्वालामुखी मंदिर है। यहां पैदल का रास्ता है। इस मंदिर में पृथ्वी-गर्भ से सदैव अग्निशिखा निकलती रहती है। यह 51 शक्तिपीठों में एक पीठ है। बताते हैं कि माता सती की 'जीभ' यहां गिरी थी। ज्वालामुखी रोड से 14 कि.मी. आगे कांगड़ाजी का मंदिर है। यहां पर विजयश्वरी अथवा महामाया देवी का मंदिर अति दर्शन योग्य है। इसी रेलवे मार्ग पर 36 कि.मी. आगे 'बैजनाथ



पपरोला' रेलवे स्टेशन है। यहां श्री वैद्यनाथ शिवलिंग है। कुछ लोग इसे शिव द्वादश ज्योर्तिलिंगों में एक मानते हैं। यहां शिवरात्रि पर विराट मेला लगता है। इन तीर्थों की यात्रा करके आप पांचवे दिन पठानकोट बापस आ सकते हैं।

कश्मीर की यात्रा में जम्मू से श्रीनगर मार्ग पर एक स्थान कटरा है, यह मार्ग वैष्णव देवी को जाता है। आश्विन-नवरात्रि में यहां पर विराट मेला लगता है। पूरे भारत से यात्री यहां आते हैं, जो वर्तमान में एक तीर्थ से कम नहीं है।

कश्मीर के दूसरे मंदिर एवं तीर्थस्थान हैं-क्षीर भवानी, अनंतनाम और मार्तण्ड मंदिर तथा दर्शनीय स्थानों में गुलमर्ग, मानसबल तथा पहलगाम मुख्य हैं। प्रायः यात्री पहलगाम से कोल्हारी ग्लेशियर भी देखने जाते हैं। श्रीनगर की 'विजिटर्स-ब्यूरो' से आप टैक्सी बस के कार्यक्रम की जानकारी कर लें तो बहुत ही दर्शनीय स्थान आप बस में बैठे ही देख सकें। जैसे कि 'मानसबल' को देखने जाते समय क्षीर भवानी मंदिर के दर्शन मार्ग में ही हो जाते हैं। यहां पर ज्योष्ठ शुक्ल अष्टमी को

बड़ा मेला लगता है।

यहां 11 कि.मी. साधारणतया सुगम है। चन्दनवाड़ी में अच्छे होटल हैं, भोजनादि अच्छा मिलता है। धार्मिक संस्थाएं जगह-जगह पर भण्डारे का मुफ्त प्रबंध भी करती हैं। यहां 9 कि.मी. मार्ग पर एक बड़ा डाकघर बंगला है। मेले के समय बहुत भीड़ होती है। तब तम्बू में ही ठहरना होता है। मेले के अतिरिक्त तम्बू आवश्यक नहीं है। चन्दनवाड़ी से शेषनाग के मध्य 4 कि.मी. की कठिन चढ़ाई है, यहां से शेषनाग झील का सौन्दर्य अत्यंत मनमोहक और अद्भुत है। यहां पर अनेक सुविधाजनक होटल भी हैं। लगभग 10 कि.मी. मार्ग, शेषनाग से आगे का मार्ग बर्फ से ढका हुआ है। इस मार्ग में चलते समय हाथों में चिकनाई लगा लेना चाहिए। यदि मिच्चली आए तो नींबू चूसना चाहिए। संतरे का फल या संतरे की टॉफी भी लाभदायक है।

पंचतरणी से अमरनाथजी 5 कि.मी. हैं। अमरनाथजी में ठहरने की व्यवस्था नहीं है। लोग स्नान-दर्शन करके शाम तक पंचतरणी लौट आते हैं। पंचतरणी में धर्मशालाएं हैं। यहां पर ठहरने की अच्छी व्यवस्था है। पहलगाम से अमरनाथजी की पैदल यात्रा तीन दिन की है।

समुद्रतल से 16000 फुट ऊंचे हिमाच्छादित पर्वत पर लगभग 60 फुट लम्बी, 25 से 30 फुट चौड़ी, 15 फुट ऊंची प्राकृतिक गुफा है और उसमें हिम के प्राकृतिक पीठ पर हिम निर्मित प्राकृतिक अमरनाथ शिवलिंग विराजमान हैं। अमरनाथ गुफा में एक गणेशपीठ तथा एक पार्वतीपीठ भी हिम से बनता है। पार्वतीपीठ 51 शक्तिपीठों में से एक है। कहते हैं यहां सती का कंठ गिरा था। निश्चय ही अमरनाथ के हिमलिंग में एक अद्भुत बात है कि यह हिमलिंग तथा लिंगपीठ (हिम चबूतरा) ठोस पक्की बर्फ का बनता है जबकि गुफा से आगे बाहर मीलों तक सर्वत्र कच्ची बर्फ ही दिखाई देती है। अमरनाथ गुफा से नीचे ही अमरगंग का अविरल प्रवाह है। यात्री उसमें स्नान करके अमरनाथ गुफा में प्रवेश करते हैं। सवारी के घोड़े ज्यादातर एक या आधा कि.मी. पहले रुक जाते हैं। अमरगंग से लगभग आधा कि.मी. चढ़ाई पर जाकर गुफा में जाना पड़ता है। गुफा में मुख्य शिवलिंग को छोड़कर दो और हिम के छाँटे विग्रह बनते हैं, जिन्हें पार्वती या गणेशजी की मूर्ति मानते हैं। गुफा में यत्र-तत्र जल टपकता रहता है। गुफा के ऊपर पर्वत पर श्रीराम कुण्ड है और उसी का जल गुफा में टपकता है। गुफा के पास एक स्थान में सफेद भस्म जैसी मिट्टी निकलती है, जिसे यात्री प्रसाद स्वरूप घर लाते हैं। गुफा में वन्य कबूतर भी दिखाई देते हैं।





धन कुछ है—सब कुछ नहीं

■ सत्यनारायण पंवार

मानव को जिन्दा रहने के लिए धन कमाना पड़ता है क्योंकि उसे खाने के लिए रोटी चाहिए, पहनने के लिए कपड़ा चाहिए और मौसम से अपनी सुरक्षा के लिए छप्पर चाहिए। अगर वे आवश्यक वस्तुएं नहीं होंगी तो शारीरिक सुख कैसे मिलेगा? माना कि धन से सुख नहीं खरीदा जा सकता लेकिन धन से वे चीजें खरीदी जा सकती हैं, जिसके बिना शारीरिक सुख नहीं मिल सकता। इसलिए धन कुछ है जो शारीरिक सुख की आवश्यकताओं को खरीद सकता है। हालांकि धन से जीवन का मानसिक सुख नहीं खरीदा जा सकता लेकिन धन के बिना सुख की संभावना नहीं बचती। क्या निर्धनता से शारीरिक सुख खरीदा जा सकता है?

धन ही सबसे बड़ा सुख नहीं है बल्कि अच्छा स्वास्थ्य ही सबसे बड़ा सुख है। धन से मानसिक सुख नहीं खरीदा जा सकता यानि किसी मानव का प्यार नहीं खरीदा जा सकता, अपने मन की शान्ति नहीं खरीदी जा सकती, पैसों से किसी नजदीक रिश्तेदार की तकलीफ दूर नहीं जा सकती और दुनियां को स्वर्ण नहीं बनाया जा सकता। इसलिए कुछ लोग सोचते हैं कि अधिक धन कमाने से क्या फायदा? इसलिए धन के पीछे क्यों दौड़े? धन में है ही क्या? इसलिए पुराने लोग कहते हैं कि धन तो हाथ का मैल है। तीन हजार साल से ये बातें सुनते आ रहे हैं। इसी बात की पुष्टि होती है कि बुद्ध ने अपना धन, दौलत और महल छोड़ दिया, इसलिए हम उनकी पूजा करते हैं। इतना ही नहीं महावीर ने धन त्याग दिया इसलिए हम उसकी पूजा करते हैं। वे अपनी शारीरिक आवश्यकताएं भिक्षा मांग कर पूरी करते थे। महात्मा गांधी को धन के बलबूते पर प्रतिष्ठा नहीं मिली।

आधुनिक मानव पैसा कमाने की दौड़ में शामिल हो गया हैं और आत्म-केन्द्रित होता जा



रहा है। ऐसे लोगों के लिए पैसा सब कुछ हैं क्योंकि उन्हें दूसरों की कतई परवाह नहीं। आज के बदलते समाज की मान्यताओं पर नजर डालें तो आपको महसूस होगा कि मानव स्वार्थी हो रहा है और आत्मीयता, सहनशीलता और त्याग की भावनाओं को भूल रहा है। क्या पैसों के द्वारा मानव प्रतिष्ठा खरीदी जा सकती है? भौतिक खुशियों के अलावा कुछ ऐसी खुशियां हैं जो मानव अपने गुणों से, मन की निर्मलता से और स्वभाव की पवित्रता से प्राप्त करता है। पैसों से मोह करने वाला कंजूस मनुष्य अंधा होता है, क्योंकि उसे धन के सिवाय अन्य संपत्ति दिखाई नहीं देती। धन का गंदा प्रदर्शन फिजूल खर्ची करने वाला भी अंधा होता है, क्योंकि वह आज को ही देखता है, कल को नहीं।

एक मानव अपार धन राशि बटोरकर भी अशान्त मन लिए गरीब रहता है लेकिन एक गरीब फटे पुराने कपड़ों और सुखी रोटी खाकर संतोष मन को लेकर अमीर बना रहता है। धन

से क्षणिक सुख खरीदा जा सकता है, आनंद नहीं। मानव के लिए आनंद क्षणिक सुख से बहुत बड़ा है। ज्ञानी, भक्त और कर्मयोगी तीनों ही अपनी साधना के शिखर पर पहुंच जाते हैं तब उन्हें आनंद का अनुभव होता है, जिसका सम्बन्ध आत्मा से है, पैसों से नहीं। धन से कोई भी आध्यात्मिक समुद्धि नहीं खरीदी जा सकती। मनुष्य की वास्तविक प्रगति उसके नैतिक और आध्यात्मिक स्तर से आंकनी चाहिए न कि उसके भौतिक स्तर से। समाज में नागरिकों का दरजा धन या शक्ति से नहीं बल्कि ज्ञान, गुण और चरित्र के स्तर के अनुसार निर्धारित किया जाता है।

पैसा कमाना अलग बात है और शोहरत कमाना दूसरी बात है। पैसों से खरीदी शोहरत क्षणिक होती है। दौलत के जार पर इंद्रियों के सुख का स्वर्ग बनता है, वह क्षणिक होता है। किसी व्यक्ति विशेष को अपनी लियाकत और व्यवहार के आधार पर समाज में आदर मिलता है यानि शोहरत मिलती है, वह पैसों से नहीं। इसी शोहरत के द्वारा उसे आनन्दमय जीवन प्राप्त होता है और पृथक् पर वही सच्चा स्वर्ग होता है।

“बप बड़ा न भैया, सबसे बड़ा रूपैया” — मैं इस कहावत से सहमत नहीं हूँ। दुनियां में सबसे बड़ा रूपैया नहीं है। हालांकि धन के द्वारा ही मानव रोटी, कपड़ा और मकान की आवश्यकताओं को पूर्ण कर सकता हैं और धीरे-धीरे सुख-सुविधाओं की वस्तुओं को भी जुटा सकता है। पर यह स्थूल, सुख-साधन और धन होने पर भी यदि मानव के मन में शान्ति और सन्तोष न हो तो सारी बाह्य प्रगति का क्या लाभ? रहीम खानखाना ने संतोष धन को सबसे बड़ा धन माना है।

गोधन, गजधन और रतनधन।

जो पावे संतोषधन, सब धन धूरि समान॥

-68, गोल्फ कोर्स स्कीम
जोधपुर-342011 (राजस्थान)



आपको रखें तरोताजा नींबू

रस निचोड़कर गरारे करें। गले की खराश ठीक हो जाएगी।

- नींबू के रस को पानी में मिलाकर कुल्ला करने से मुँह की दुर्गम्भ, मसूदों की सूजन व जीभ पर निकलने वाले दानों आदि में आराम मिलता है।

- इसके प्रयोग से दांत मजबूत होते हैं। क्योंकि यह विटामिन-सी से भरपूर है।

- नींबू में पाये जाने वाले विटामिन-सी की वजह

से त्वचा खूबसूरत होती है। यदि नींबू के रस में कच्चा दूध या गिलसरीन मिलाकर चेहरे पर लगाया जाए तो चेहरा दमक उठता है।

- बालों में रूसी है तो बालों की जड़ों में नींबू का रस थोड़ी देर के लिए लगाकर छोड़ दें। फिर कुछ देर बाद सिर धो लें।

- शैम्पू करने के बाद थोड़े-से पानी में नींबू का रस मिलाकर बालों पर लगाएं।

-विभा मित्तल

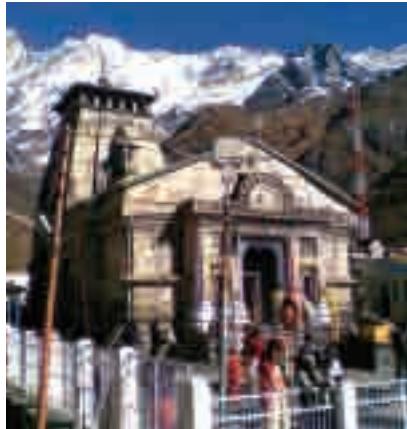
मानव जीवन के पावन पूजा स्थल

■ डॉ. शैलजा अरोड़ा

महापुरुओं का विचार है कि ईश्वर, गुरु आत्मा, धर्म और संत—ये पांच तत्व मानव जीवन के पावन और पवित्र पूजा स्थल हैं। जिसके जीवन में इन पांच स्थलों में से किसी एक का भी प्रवेश हो जाता है, उसका जीवन धन्य हो जाता है, कृत-कृत्य हो जाता है। ये पांचों तत्व परम पवित्र हैं, अलौकिक हैं, परम पूज्य हैं और मनुष्य जीवन को सार्थकता प्रदान करने में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका अदा करते हैं। जो प्राणी मानव देह प्राप्त करके भी इनसे वर्चित रहता है, वह तो अभागा है, पशुतुन्य है। उसका जीवन निस्पार है, निरर्थक है, निरुद्देश्य है। हम देखते हैं कि मनुष्य के भीतर विविध भावानाएं कार्य करती हैं। अपने से आगे बढ़े हुए किसी महात्मा-पुण्यात्मा के प्रति हमारे मन में सहज ही पूज्य-भाव पैदा होता है और अपने से निम्न कक्षा के व्यक्ति को देखकर करुणा-भाव पैदा होता है। अपने समकक्ष व्यक्ति को पाकर उसमें मैत्री भाव उत्पन्न होता है। कहा भी गया है—‘समानशीलेषु सख्यम्’ अर्थात् समान स्तर वाले के साथ सखा भाव स्थायी रूप से बना रहता है।

सृष्टि को देखकर भी मनुष्य के मन में पूज्यभाव जागृत होता है। सूर्य, पर्वत, नदी, वृक्ष, प्राणी आदि भारतीय संस्कृति में पूजनीय माने गये हैं। हमारे जीवन पर जिनके अपार उपकार हैं, वे सहज ही पूजनीय स्थान प्राप्त कर लेते हैं। इस प्रकार के अनेक पूज्यादाद हैं। प्रथम परमपूज्य है—ईश्वर। ईश्वर के हम पर अनंत उपकार हैं। उसी ने हमें जन्म दिया है, माता-पिता दिये हैं, परिवार दिया है और समाज दिया है। परम उपकार तो उसका यह है कि उसने हमें मानव जन्म दिया है। मनुष्य में संभावनाओं का महासागर छिपा हुआ है। हमारी जागृति और परम पुरुषार्थ के द्वारा हम सारी संभावनाओं को साकार कर सकते हैं। ऐसे परमात्मा के विषय में पूज्य भाव का आविर्भाव होना अपेक्षित ही है। ईश्वर की विशेषता है कि वह अनंत है। उसे जितना जानों, उतना ही जानना शेष रह जाता है। उसको जानने के बाद तो जीवात्मा स्वयं ही परमात्मा का रूप ग्रहण कर लेता है—‘जानहि तुमहि तुमहि हुई जाई।’ परमात्मा विरोधाभासों का अद्भुत मिश्रण है। इशोपनिषद् कहता है कि वह अनंत है और शून्य भी, वह निर्गुण-निराकार है और सगुण-साकार भी, वह अचल है और चलायमान भी, वह दूर है और अत्यंत समीप भी।

दूसरा पूज्य स्थान है—गुरु। गुरु शब्द भी इँगित करता है कि हमसे जो वजनदार है, वह गुरु है। जो हमें सुंदर और श्रेष्ठ जीवन के गुरयानी युक्ति सिखाता है, वह है गुरु, इसीलिए गुरु को आचार्य भी कहा गया है। जन्म देने वाली



माँ हमें प्यार देती है, संतों से हमें शील मिलता है, शिक्षक से हमें शिक्षा मिलती है परन्तु गुरु से हमें ये सभी तीनों वस्तुएं एक साथ ही मिल जाती हैं।

शास्त्रों में आत्मा को भी पूजास्थल माना गया है। अंतर्नाद आत्मा की पुकार है। आत्मा की आवाज और अहं की पुकार दोनों में बड़ा अंतर है। हमारे मन का अहंकार जो हमें सुझाता है, उससे तो अशांति बढ़ती है जबकि आत्मा की आवाज सुनने से हमें शान्ति और सुख मिलता है। प्रत्येक जीव में आत्मा का निवास है और हमें जिन चीजों से सुख-दुःख होता है, वैसे ही दूसरे सभी जीवों को भी होता है।

चौथा स्थल है—धर्म। धर्म से तात्पर्य किसी सम्प्रदाय से न होकर हमारे हृदय से है। धर्म आत्मा की पुकार है। मनु महराज ने कहा है—“केवल धर्म ही हमारे साथ जाता है, यही हमारी वास्तविक पूजी है जो परलोक में हमारा साथ देती है।”

अंतिम पूजा स्थल है—संत। जो हमें दिशा दिखाता है और संसार से ऊपर उठ गया है, उसे संत कहा जाता है। संत के हमारे ऊपर अनेकों उपकार हैं। संत हमारे भीतर न केवल प्रभु प्रेम का सृजन करता है, प्रत्युत वह हमारे भ्रमों-ग्रंथियों का नाश भी करता है। संतों के संग से हमें दुःख-दर्द सहन करने की अपूर्व शक्ति मिलती है और ईश्वर के प्रति शरणागति का भाव पैदा



होता है। सच्चाई यह है कि आज मनुष्य जीवित है तो संतों के आशीर्वाद और कृपा के कारण।

संत के दर्शनमात्र से हमारे दुःख-दर्द मिट जाते हैं और कल्प्याण का मार्ग प्रशस्त होता है। कहते हैं कि एक बार नारदजी ने भगवान नारायण से पूछा कि भगवान! मुझे कृपा कर यह बताएं कि जीव को संतदर्शन से क्या लाभ होता है। भगवान ने नारदजी को किसी स्थान पर नवजात सुअर के बच्चे से इस प्रश्न का उत्तर जानने के लिए कहा। नारदजी निर्दिष्ट स्थान पर पहुंचे और जैसे ही उन्होंने सुअर के बच्चे पर दृष्टि डाली, वह मर गया। नारदजी उदास मन से भगवान के पास पहुंचे और उन्हें वस्तुस्थिति से अवगत कराया। भगवान ने नारदजी को अपनी जिज्ञासा का समाधान पाने हेतु पुनः किसी ऐसे स्थान पर भेजा जाहां एक गाय ने अभी-अभी बछड़े को जन्म दिया था।

नारदजी ने जैसे ही बछड़े को देखा, उसका भी प्राणान्त हो गया। नारदजी फिर भगवान के पास पहुंचे और उन्हें अपनी व्यथा कह सुनाई। भगवान ने इस बार नारदजी को एक राजा के महल में जाने के लिए कहा जहां रानी ने उसी समय एक पुत्र को जन्म दिया था। नारदजी राजमहल के अंदर गए। देवर्षि को देखकर राजा ने उनका आदर-सत्कार किया और राजकुमार को आशीर्वाद देने हेतु आग्रह किया। नारदजी ने आशीर्वाद देने के बाद राजकुमार से अपने नेत्र मिलाकर पूछा—बेटा! बताओ संत दर्शन से क्या लाभ होता है। अबोध बालक के मुख से जो वाणी प्रस्फुटित हुई, उसे सुनकर नारदजी अवाक् रह गए। उस नवजात बच्चे ने कहा—देवर्षिजी! आपके दर्शन से ही मुझे सुअर तथा बछड़े की निम्नयोग्यि से मुक्ति मिली है और दुर्लभ मनुष्य जन्म मिला है और वह भी एक राजा के महल में।

वस्तुतः संत दृष्टिदान करते हैं। वे हमें जीव, जगत् और ईश्वर का सच्चा स्वरूप दिखाते हैं। संतों से आत्मज्ञान प्राप्त करने के लिए कहा गया है कि नम्र भाव से संतों की सेवा करो, प्रश्न पूछो और ज्ञान प्राप्त करो। ज्ञान की प्राप्ति शास्त्रिक अथवा तार्किक प्रक्रिया नहीं है। यह तो जीवन में उतारने की वस्तु है। ज्ञान से ही भवसागर से पार हुआ जा सकता है। गीता में भगवान कहते हैं—

अपि चेदसी पापेभ्यः सर्वेभ्यः पापकृतमः।
सर्वं ज्ञान पल्लेनैव वृजिन सन्तरिष्यसि॥

अर्थात् यदि तू अन्य सभी पापियों से भी अधिक पाप करनेवाला है, तो भी तू ज्ञानरूप नौका द्वारा निःसंदेह पाप समुद्र से भलौंभाति तर जाएगा।

-4/114, एस.एफ.एस., अग्रवाल फार्म
मानसरोवर, जयपुर-302020

आत्मशुद्धि है महातीर्थ

■ सत्यनारायण भटनागर

सभी धर्मों में तीर्थयात्रा को उत्तम माना गया है। धर्मशास्त्रों में तीर्थयात्रा के लिए जिन विशिष्ट स्थलों का उल्लेख किया जाता है, उन्हें पवित्र माना जाता है। एक प्रमुख सम्प्रदाय में पांच धार्मिक कर्तव्य बताए गए हैं। उनमें से एक मक्का और मदीना की यात्रा का भी प्रावधान है। इसे हज यात्रा कहते हैं। यात्री हाजी कहलाते हैं। बौद्धों के भी चार तीर्थस्थल हैं, लुम्बिनी, रम्मनदई, बोधगया, सारनाथ एवं कशीनगर। इनका संबंध भगवान बुद्ध से है। हिन्दू धर्म में तीर्थों की बहुत अधिक संख्या है, लेकिन चार धाम की यात्राओं का विशेष महत्व है। ये चार धाम हैं— रामेश्वरम्, काशी, बद्रीनाथ तथा केदारनाथ। धार्मिक मान्यताओं के कारण ये स्थल लोकप्रिय हैं। सच तो यह है कि ये स्थान विशाल भारत की संस्कृति और सभ्यता के प्रतीक हैं।

वास्तव में हमारे अधिकतर तीर्थस्थल नदियों के किनारे या प्रकृति की गोद में स्थित हैं। कहने का मतलब यह है कि ये सभी स्थल एकांत या निर्जन स्थान पर हैं, जिससे ईश्वर से एकाकार होने का अवसर मिल सके। इस संबंध में महाकवि रवीन्द्रनाथ टैगोर ने सच ही कहा है कि भारत वर्ष में तीर्थयात्रा के लिए उन्हीं स्थलों का चुनाव किया गया है, जो प्राकृतिक सौंदर्य से संपन्न हैं। इसकी एक वजह यह है कि इससे मन शांत होता है तथा वह परमानन्द की खोज में अग्रसर हो पाता है। तीर्थस्थल की यात्रा कोई भी मनुष्य कर सकता है, चाहे वह स्त्री हो या पुरुष। वास्तव में तीर्थयात्रा से मन का जुड़ाव अध्यात्म से हो जाता है। ध्यान देने वाली बात यह है कि आपकी भावना सच्ची होनी चाहिए, यानी मन



पवित्र होना चाहिए। सच ही कहा गया है कि आत्मशुद्धि ही महातीर्थ है, अन्य तीर्थ निरर्थक है। स्कंद पुराण के अनुसार, आपके चित्त के भीतर यदि दोष भरा है, तो वह तीर्थ-स्नान से भी शुद्ध नहीं होगा। जैसे मदिरा से भरे हुए घड़े को ऊपर से जल द्वारा सैकड़ों बार धोया जाए, तो भी वह पवित्र नहीं होता है। उसी प्रकार दूषित अन्तःकरण वाला मनुष्य तीर्थ-स्नान से शुद्ध नहीं होता है।

केवल स्थान विशेष पर निवास करने, स्नान करने और पूजा करने से तीर्थयात्रा का लाभ नहीं मिलता है। इसलिए निष्कपट भाव से की गई तीर्थ यात्रा से ही व्यक्ति लाभान्वित हो सकता है। शंकराचार्य के अनुसार शुद्ध मन की शर्त पर ही तीर्थयात्रा की जा सकती है। यदि मन शुद्ध न हो, तो तीर्थयात्रा से कोई लाभ प्राप्त नहीं होता है। तीर्थयात्रा के लिए महाभारत में वेदव्यास ने अपने विचार प्रकट किए हैं कि जिसके हाथ, पैर और

मन अपने वश में हो तथा जो विद्वान्, तपस्वी और यशस्वी हो, वहां तीर्थ-सेवन का फल पाता है। जो ईर्ष्या-देव विशेष के भाव से दूर हो, संयमित, अहंकार रहित, अल्पाहारी हो, वह सब पापों से मुक्त होकर तीर्थ का फल पाता है। जिस व्यक्ति में क्रोध न हो, जो सत्यवादी और दृढ़-निश्चयी हो तथा जो सभी प्राणियों के प्रति आत्मभाव रखता हो, वही तीर्थ का फल पाता है। आज तीर्थयात्रा में व्यक्ति अधिक-से-अधिक सुविधाएं प्राप्त करने की चाहत रखता है, लेकिन यह उचित नहीं है। यदि आप सुविधाओं का लोभ रखेंगे, तो आप में संतुष्टि की भावना का अभाव होगा। लोभ के वशीभूत होकर आप परमानन्द की प्राप्ति में सक्षम नहीं हो सकेंगे। सुविधाओं से तीर्थयात्रा का लाभ नहीं मिल सकता।

-2, एम.आई.जी., देवरादेव नारायण नगर, रतलाम-457001 (म.प्र.)



कंकड़ बांधो-मनौती पूरी होठी

■ मनोज चौबे 'शांत'

मंदिर परिसर में प्रवेश के साथ ही विलक्षणता की अनुभूति होने लगती है। मंदिर परिसर में कई स्थानों पर पत्थर न

बांधने का अनुरोध लिखा होने के बाद भी हर संभव स्थान पर रंग-बिरंगे कपड़ों की चिंदी या पोलिथीन के टुकड़े या रस्सी के टुकड़े के सहरे कंकड़ बांधे दिखते हैं।

श्री पाट बाबा मंदिर के संबंध में यह मान्यता है कि यहां जो मनौती मानी जाती है, वह पूरी

पूरा करना था। श्री पाट बाबा ने उस समय एक रात एक अंग्रेज अफसर को स्वप्न दिया। स्वप्न में वह स्थल दिखा जहां दीवाल बार-बार गिर रही थी, वहां श्री पाट बाबा की मूर्ति दबी थी। अंग्रेज अफसर ने न सिर्फ वह मूर्ति निकलवायी, वरन् एक शानदार चबूतरा बनवाकर उस पर मूर्ति को प्रतिष्ठित भी करवाया। आगे सुरक्षा दीवाल बनने में कोई व्यवधान नहीं आया।

सन् 1904 में प्रतिष्ठित यह मूर्ति आज भी सभी धर्मावलंबियों की आस्था का केन्द्र है। मनौती मानने के लिए यहां कंकड़ बांधनेवालों में सभी धर्मों के भक्त होते हैं।

-924, स्नेह नगर, जबलपुर

निरन्तर जलती जोत का चमत्कार

■ बीना

देवदार के घने जंगलों, बर्फ से ढके पर्वतों व झरनों को देखकर ऐसा लगता है कि प्रकृति ने खुले दिल से ज्वालाजी को अनुपम सौंदर्य भी प्रदान किया है। धौलाधार पर्वत श्रेणियों के मध्य स्थित ज्वालाजी एक ऐसा हसीन, पवित्र व आकर्षक धार्मिक स्थल है, जहां आनेवाल यात्री कुदरत के खूबसूरत नजारे, शांत प्रदूषणमुक्त वातावरण, खुशनुमा मौसम, खुशगवार हवा में आने के बाद वापस लौटकर जाने का नाम नहीं लेते।

यह धूमा देवी का स्थान है, कहा जाता है कि यहां भगवती सती की महाजिह्वा गिरी तथा भगवान शिव उमा भैरव रूप से स्थित हैं, इस तीर्थ में देवी के दर्शन 'ज्योति' के रूप में किये जाते हैं, पर्वत की चट्टान से 9 विभिन्न स्थानों से यह ज्योति बिना किसी ईंधन के स्वतः प्रज्वलित होती है, इसी कारण देवी ज्वालाजी तथा स्थान ज्वालामुखी नाम से प्रसिद्ध हुआ।

श्री ज्वालामुखी मंदिर की कथा

श्री शिव महापुराण की एक कथा के अनुसार भगवती के पिता दक्ष प्रजापति ने अपनी राजधानी में किसी समय एक महायज्ञ का आयोजन किया। जिसमें सभी देवताओं तथा ऋथियों-मुनियों को आर्यत्रित किया गया परन्तु दक्ष ने शिवजी से कुछ वैमनस्य होने के कारण उन्हें इस यज्ञ में सम्मिलित होने के लिए निमंत्रण न भेजा। उस समय सती अपने पिता दक्ष के न बुलाने पर और पति के विरोध करने पर भी पिता के घर चली गयीं। यज्ञ में अपने पति का भाग न देखकर सती ने अपने पिता से कहा यह उचित नहीं, प्रत्युतर में पुत्री को अपमानित होना पड़ा, इस प्रकार तिरस्कृत होने पर सती ने यज्ञ की अग्नि में कूदकर अपने प्राणों की आहुति दे दी। यज्ञगिरि में भस्म होते ही सती की देह के आलोक मात्र



से भय देनेवाली ज्वाला उत्पन्न हुई, सर्वप्रथम आकाश की ओर जाने के पश्चात यह ज्वाला का ज्योति पुंज एक पर्वत पर गिरा। यही ज्योतिपुंज ज्वालामुखी के नाम से प्रसिद्ध हुआ।

इसके पश्चात शिव के वीरभद्र आदि गणों ने उस यज्ञ को क्षणभर में विध्वंस कर दिया, परन्तु भगवान शंकर का क्रोध कम न हुआ, भगवती सती के उस दग्ध शरीर को कधे पर उठाकर व्यामोहवश नाना देशों में भ्रमण करने लगे। इस प्रकार 51 विभिन्न स्थानों पर सती के अंग-प्रत्यंग गिरे, इन स्थानों को 51 शक्ति पीठ माना जाता है, जिसमें ज्वालामुखी भी शक्तिपीठ है। यहां पर भगवती सती की जिह्वा गिरी थी।

ज्वालामुखी मंदिर का निर्माण

श्री ज्वालामुखी मंदिर के निर्माण के विषय में दत कथा प्रचलित है, जिसके अनुसार सतयुग में सप्तरात्मक भूमिचंद्र ने नगरकोट कांगड़ा में एक

छोटा-सा मंदिर भगवती सती के नाम से बनाया। इसके कुछ वर्षों बाद किसी ग्वाले ने सप्तरात्मक सूचना दी कि उसने अमुक पर्वत पर ज्वाला निकलती देखी है, जो ज्योति के समान निरंतर जलती रहती है। महाराज भूमिचंद्र ने स्वयं आकर इस स्थान के दर्शन किये और घोर वन में मंदिर का निर्माण किया, दो पवित्र ब्राह्मणों को लाकर पूजन का अधिकार सौंपा। इसके नाम पंडित श्रीधर तथा पंडित कमलापति थे, इन्हीं के वंशज आज भी ज्वालादेवी की पूजा करते आ रहे हैं।

वैज्ञानिकों का प्रयोग

ब्रिटिश सम्प्राप्तकाल में कुछ वैज्ञानिकों ने ज्वालामुखी पर्वत पर इस आशय से खुदाई का कार्य करवाया कि संभवतः उन्हें किसी प्राकृतिक गैस की प्राप्ति होगी, जिसका उपयोग ईंधन के रूप में हो सकेगा। परन्तु असफलता ही हाथ लगी।

ध्यानू भक्त की कथा

मुगल सप्तरात्मक अकबर के शासनकाल में नदौन ग्राम निवासी ध्यानू भक्त माता के दर्शन के लिए जा रहा था, एक हजार यात्रियों सहित इस दल को सप्तरात्मक अकबर के सिपाहियों ने रोक दिया और भक्त ध्यानू को बादशाह के दरबार में ले गये।

सप्तरात्मक अकबर ने भक्त ध्यानू की भक्ति परीक्षा तथा ज्वालामायी की ताकत को देखने के लिए ध्यानू के घोड़े का सिर काट दिया और ध्यानू भक्त से कहा, "तुम अपनी देवी से कहकर उसे दुबारा जिंदा करवा लेना।"

ध्यानू भक्त ने कोई उपाय न देखकर एक माह तक घोड़े के सिर, धड़ को सुरक्षित रखने



की प्रार्थना की और यात्रा की अनुमति मांगी। अनुमति मिलने पर यात्री ज्वालामुखी मंदिर पहुंचे। प्रातःकाल आरती के समय हाथ जोड़कर ध्यानू ने प्रार्थना की—“हे मातेश्वरी सप्तरात्र अकबर मेरी भक्ति की परीक्षा ले रहा है, मेरी लाज रख, मेरे घोड़े को अपनी कृपा व शक्ति से जीवित कर देना अन्यथा मैं अपना सिर काटकर आपके चरणों में अर्पित कर दूँगा।” कोई जवाब न मिलने पर ध्यानू भक्त ने अपना शीश काटकर देवी को भेंट कर दिया।

उसी समय साक्षात् ज्वालामुखी प्रकट हुई और ध्यानू भक्त का सिर धड़ से जुड़ गया। देवी ने भक्त से कहा, ‘चिंता छोड़कर दिल्ली पहुंचो। घोड़े का सिर भी धड़ से जुड़ गया है और जो इच्छा हो वर मांगो।’

इस चमत्कारी दृश्य के पश्चात् सप्तरात्र अकबर ज्वालामाई की ज्योति को बुझाने के उद्देश्य से आये थे, पर असफलता हाथ लगने पर छत्र छढ़कर वापस आ गए।

अकबर का छत्र: अकबर द्वारा प्रायश्चित्त स्वरूप माता के दरबार में चढ़ाया गया सवा मन भारी शुद्ध सोने का छत्र खंडित अवस्था में आज भी विद्यमान है।

सेजा भवन: यह भगवती का शयन स्थान है, भवन में प्रवेश करते ही बीचों-बीच संगमरमर का पलंग बना हुआ है, जिसके ऊपर चार्दी चढ़ी हुई है। भगवती के शयन के लिए कपड़े व पूर्ण शृंगार का सामान तथा पानी का लोटा व दातुन भी रखा जाता है। गुरुग्रंथ साहिब की हस्तलिखित प्रतिलिपि भी सेजा-भवन में सुरक्षित है।

राधाकृष्ण मंदिर: ऐसा माना जाता है कि यह मंदिर कटोच राजाओं ने बनवाया था।

धौलाधार पर्वत श्रेणियों के मध्य स्थित ज्वालामाई एक ऐसा हसीन, पवित्र व आकर्षक धार्मिक स्थल है, जहां आनेवाला यात्री कुदरत के खूबसूरत नजारे, शांत प्रदूषणमुक्त वातावरण, खुशनुमा मौसम, खुशगवार हवा में आने के बाद वापस लौटकर जाने का नाम नहीं लेते।

लाल शिवालय: शिव भक्ति में शिवलिंग के साथ ज्योति के दर्शन भी होते हैं, लाल शिवालय भी सुंदर, दर्शनीय मंदिर है।

सिद्ध नागार्जुन: इसके विषय में ऐसी कहावत है कि जब गुरु गोरखनाथ खिचड़ी लेने गये और देर तक न लाठे, तब उनके शिष्य नागार्जुन पहाड़ी पर छढ़कर उन्हें देखने गये। गुरुजी तो दिखायी न दिये पर यह स्थान इतना मनोहर लगा कि नागार्जुन वहीं समाधि लगाकर बैठ गये।

टेढ़ा मंदिर: कहा जाता है कि भूचाल आने से ये सीता-राम का मंदिर बिलकुल टेढ़ा, तिरछा हो गया था पर देवी के प्रताप से गिरा नहीं।

अंबिकेश्वर महादेव: जहां-जहां सती के अंग गिरे, वहीं शिवजी ने भी किसी-न-किसी रूप में

निवास किया। ज्वालामुखी में शिवजी उमा भैरव के रूप में स्थित हुए। मंदिर अंबिकेश्वर महादेव के नाम से प्रसिद्ध है।

गुरु गोरखनाथजी की भव्य प्रतिमा: ज्वालामाता की मूर्ति व पिंडी के बिलकुल सामने गुरु गोरखनाथजी की सुंदर प्रतिमा स्थापित की गयी है। गुरुजी के मुख मंडल पर छाया तेज कलाकार की निपुणता का परिचायक है।

गोरख डिब्बी: यहां पर छोटे से कुंड में जल निरन्तर खौलता रहता है, देखने में गरम प्रतीत होता है, परन्तु वास्तव में जल हाथ से छूकर देखने में बिलकुल ठंडा है, इसी स्थान पर छोटे कुंड के ऊपर धूप की जलती बत्ती दिखाने से जल के ऊपर बड़ी ज्योति प्रकट होती है, इसे रुद्र कुंड भी कहा जाता है। कहा जाता है कि यहां गुरु गोरखनाथजी ने तपस्या की थी। वह अपने शिष्य नागार्जुन के पास डिब्बी धरकर खिचड़ी मांगने गये, परन्तु खिचड़ी लेकर वापस नहीं लौटे और डिब्बी का जल गरम नहीं हुआ।

यह गोरख डिब्बी भी अपने आप में एक अनुपम व चमत्कारी दृश्य है।

मार्ग परिचय: ज्वालामाई जाने के लिए पंजाब में होशियारपुर से कांगड़ा होते हुए भी बसें ज्वालामाई जाती हैं।

पठानकोट तक सभी शहरों से प्रमुख रेले आती हैं। यदि यात्री छोटी लहराती ट्रेन का आनंद लेना चाहें, तो पठानकोट से छोटी लाइन से ट्रेन भी जाती है, जो ज्वालामुखी स्टेशन पर उतारती है। उस ट्रेन में बैठकर शिमला की ट्रेन याद आ जाती है।

-6/3, पोस्टल ऑफ कालेज
गाजियाबाद (उ.प्र.)



जर्मन फिलॉस्फर और गणितज्ञ लाइबनीज का जन्म 1 जुलाई 1646 को हुआ था। गणित के क्षेत्र में मैं जहां उन्हें मिकैनिकल कैलकुलेटर के एक आविष्कारक और बाइनरी नंबर सिस्टम को बेहतर बनाने के लिए जाना जाता है, वहीं फिलॉसफी में वह अपनी आशावादिता की वजह से जाने जाते हैं। उनका मानना है कि यह सृष्टि ईश्वर की बेहतरीन रचना है। 14 नवम्बर 1716 को उनका निधन हो गया।

■ शिक्षा इंसान को नैतिक रूप से बलवान बनाती

बिना जुनून के कोई बड़ा काम नहीं होता

■ लाइबनिज

है। दुनिया में आज तक जो भी असल ट्रैजिडी हुई हैं, उनमें लड़ाई सही और गलत के बीच नहीं रही, बल्कि हमेशा दो सही चीजों के बीच रही है।

■ सरकारों ने इतिहास से कुछ नहीं सीखा और न ही इतिहास की बजह से बनने वाले सिद्धांतों पर काम किया है।

■ किसी शाखा या सरकार की अहमियत समझने से कहीं ज्यादा आसान काम है उनमें कमियां ढूँढ़ना।

■ दुनिया में बिना फैशन के कभी कोई महान काम नहीं हुआ।

■ एक बार देश आजाद हो जाए, तो फिर कोई हीरो नहीं बनता। हीरों सिर्फ असभ्य और विपरीत परिस्थितियों में ही पैदा होते हैं।

■ कोई शाखा अपने सीखने की शुरुआत दूसरों की गलतियों ढूँढ़कर कर सकता है, लेकिन जो असल में विद्वान है, वह सभी के अंदर अच्छाई देख लेता है।

■ जो शाखा दुनिया को तार्किक ढंग से देखता है, दुनिया भी उसके समाने एक तार्किक पहलू देश करती है। यह संबंध पूरी तरह आपसी है।

■ तर्क ही इस सृष्टि का अस्तित्व है।

■ दुनिया की संरचना पूरी तरह तार्किक तरीके से की गई है।

■ अगर आप प्रेम करना चाहते हैं तो आपको सेवा करनी चाहिए।

■ गरीबी इंसान को कमज़ोर और निम्न नहीं बनाती, बल्कि उसकी ऐसी सोच उसे कमज़ोर बनाती है।



■ आचार्य महाश्रमण

इस दुनिया का कोई भी व्यक्ति बुढ़ापा नहीं चाहता। सबको यौवन प्रिय है। अनुसंधानकर्ता ऐसे उपायों की खोज में लगे हुए हैं, जिनसे अवस्था आने के बाद भी बुढ़ापे को रोका जा सके।

युवकत्व और वृद्धत्व का संबंध अवस्था के साथ नहीं, हमारी मानसिकता के साथ है। कुछ व्यक्ति उम्र से बृद्ध होने पर भी युवक होते हैं और कुछ युवावस्था में भी बृद्ध होते हैं। युवकत्व के दो लक्षण हैं—उत्साह और साहस। जिस व्यक्ति में कार्य करने का उत्साह और साहस होता है वह अवस्था से चाहे बृद्ध भी हो, वस्तुतः वह युवक ही है। जो युवक उत्साह और साहस से विहीन तथा बुजिल होता है, वस्तुतः उसे युवा कहलाने

का अधिकार नहीं है।

कहा भी गया है—निम्नस्तरीय व्यक्ति में न तो उत्साह होता है और न ही संघर्षों के साथ जूझने की शक्ति होती है, फलस्वरूप वह किसी महान् कार्य को प्रारंभ ही नहीं करता। मध्यम स्तर वाले व्यक्ति में नए—नए कार्य प्रारंभ करने की, नई—नई योजनाएं निर्मित करने की शैक्ष होती है और वह कार्यारम्भ भी कर देता है, किन्तु उसमें साहस नहीं होता, जिसके परिणामस्वरूप विघ्न उपस्थित होने पर प्रारंभ की हुई आयोजना को वह बीच में ही तिलांजलि दे देता है। उत्तम श्रेणी के व्यक्ति में उत्साह और साहस दोनों होते हैं। वह कार्य को शुरू भी कर देता है और संघर्षों को साहस के साथ ज्ञेता हुआ उसे पूरा भी कर देता है। युवक उत्तम श्रेणी का व्यक्ति होता है। वह बुझे हुए कोयले के समान नहीं, जलते हुए अंगारे के

समान होता है।

जिस समाज में उत्साही और साहसी युवकों की टीम नहीं होती, वह समाज विकास के पथ पर अग्रसर नहीं हो सकता। वह समाज प्रगति के नये—नये आयाम उद्घाटित नहीं कर सकता। उत्साह और साहस के साथ विवेक का होना भी बहुत जरूरी है। विवेक का अर्थ है—करणीय और अकरणीय का भेद ज्ञान। उत्साह और साहस अगर करणीय तथा हितकर कार्यों में होता है तो वह विकास का कारण होता है और वही उत्साह तथा साहस अकरणीय कार्यों में क्रियान्वित हो जाता है तो वह विनाश का कारण बन जाता है। अतः लक्षणसंपन्न युवक के लिए आवश्यक है कि वह विवेक के द्वारा करणीय और अकरणीय का भेद कर करणीय कार्यों को उत्साह और साहस के साथ संपन्न करे। ●



■ श्याम विमल

तमिल साहित्य में सर्वोक्तुष्ट स्थान प्राप्त प्राचीन ग्रंथ ‘तिरुक्कुरुल’ के रचयिता तिरुवल्लुवर तमिलनाडु में महान कवि और अगस्त्य ऋषि के वंशज माने जाते हैं। इनका जन्म दो हजार वर्ष से काफी पहले होने का अनुमान है। सात भाई—बहनों में तिरुवल्लुवर सबसे छोटे थे। इनके पिता ‘भगवान्’ के आदेश पर

तमिल के कबीर

इनकी माता ‘आदि’ ने सातों संतानों को त्याग दिया था। शैशव अवस्था में त्यागे जाने पर तिरुवल्लुवर को एक दयालु दंपती ने पाला था। दूसरों के संरक्षण में हुए लालन—पालन तथा बुनकरी (जुलाहा) कर्म व वैचारिक दृष्टिसाम्य के कारण इहें तमिल साहित्य का कबीर कहा जा सकता है। इनकी तमिल कृति ‘तिरुक्कुरुल’ हिन्दी के अनेक संतों और अध्यात्मोन्मुखी भक्त कवियों को एकेश्वरवादी वाणी तथा मानव—प्रेम का मार्गदर्शन करती है। हिन्दी के दोहा छंद के समान तमिल के 1330 ‘कुरुल’ छंदों वाला तथा मु.गो. वेंकटकृष्णन द्वारा हिन्दी में दोहा छंद ही में अनूदित यह ग्रंथ मूलतः विद्वानों में ‘तमिल वेद’ का महत्व पाकर श्रद्धेय भले ही बना है, किन्तु वर्णित विषयों में नैतिक बातों का तथा गृहस्थाचरणों का अधिकांश विषय इसे ‘मनुस्मृति’ के करीब लाता है। धर्म—अर्थ—काम नामक तीन

कांडों में बंटी इस कृति में ‘धर्मकांड’ सर्वश्रेष्ठ है। ‘अर्थकांड’ में राज्य व राजनीति तथा अर्थव्यवस्था आदि व्यावहारिक मार्गदर्शक विषय हैं। अपेक्षाकृत छोटे ‘कामकांड’ में प्रेम की चर्चा है—‘अर्गल है व्या जो रखे, प्रेमी उर में प्यार। घोषण करती साफ ही तुच्छ नयन—जल धारा।’ ‘तिरुक्कुरुल’ के अनूदित कुरुल (दोहे) का मिलान कबीर के इस प्रेम—विषयक दोहे से किया जा सकता है—‘प्रेम छिपाया न छिपै, जा घट पराट होय। जो पै मुख बोलत नहीं, नैन देते हैं रोय।’ तमिल व हिन्दी की इन दोनों महान हस्तियों का मानव—प्रेम पर जोर है—‘प्रेम मार्ग पर जो चले, देह वही सप्राण। चर्म पलेटी अस्थि है, प्रेमहीन की मान।’ इस पर कबीर का बखान इसी ढंग का है—‘जा घट प्रेम न संचरै, सो घट जान मसान। जैसे खाल लुहार की, सांस लेत बिनु प्रान।’



मार्ग की चिंता मत करो

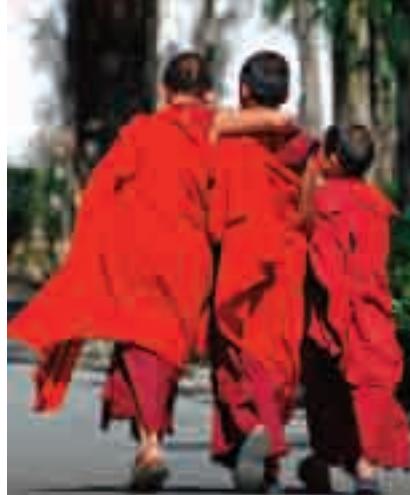
■ आचार्य सुदर्शन

वेद को लोग श्रुति भी कहते हैं। इसका नाम 'श्रुति' इसलिए पड़ा, क्योंकि वाणी को सुनकर ही उसे लिखित रूप में रखा गया है। वेद की वाणी किसी एक व्यक्ति की बनाई या लिखी हुई नहीं है। इन्हें लिपिबद्ध करने के पहले, मंत्ररूपी शब्दों को सुना गया और फिर उन्हें लिपिबद्ध किया गया। दरअसल, यदि हम किसी मंजिल पर पहुंचना चाहते हैं, तो उसके लिए अनेक मार्ग हो सकते हैं। यदि कोई यह कहता हो कि मैंने उस मार्ग को अपनाया और मंजिल पा लंगा, यह सत्य नहीं हो सकता। मंजिल पर पहुंचने के लिए प्रयास करना पड़ता है। केवल मार्ग पकड़ लेने भर से कोई मंजिल तक नहीं पहुंच जाता है।

प्राथमिक परमात्मा के सम्मुख आत्मसमर्पण का माध्यम है। आत्मसमर्पण करने वाले के मन में अहंकार नहीं होना चाहिए। उदाहरण के लिए शबरी को लों। शबरी ने सोचा कि वह प्रभु (राम) को बेर खिलाएगी, वह भी ऐसे जो खट्टे न हों।

अब भला उसे कैसे पता होता कि वह बेर खट्टा है या मीठा, अतः वह पहले बेर खिलाती है। कुछ लोगों ने रामचरितमानस के बारे में कहा कि यह सामंतवादी प्रथा का द्योतक है। शबरी द्वारा प्रभु राम को जूठा बेर खिलाना, कौन-सा सामंतवाद है? केवट को गले लगाने वाले राम, सामंतवादी कैसे हो गए? सुग्रीव से मैत्री करके व बानर सेना बनाकर उस सेना के साथ लंका पर आक्रमण करना, कौन-सा सामंतवाद है? अयोध्या के राजकुमार आते हैं, शबरी के जूठे बेर खाते हैं। इसके बाद भी यह भ्रम कि रामचरितमानस सामंतवादी प्रथा का प्रतीक है, गलत है। राजघराने में पैदा होना, कोई पाप नहीं है। भगवान बुद्ध व महावीर के रूप में जो कमल खिला, जिनके उपदेश आज भी विश्वशांति का संदेश दे रहे हैं, वह भी राजघराने में पैदा हुए, तो क्या वह भी सामंतवादी हो गए।

तुम इन परम्पराओं पर मत जाओ, तुम्हें जिस मार्ग से होकर जाना है, उस पर बढ़ते चलो। अपने उद्देश्य को अपनी मंजिल पर रही रखो। एक



दृष्टि परमात्मा की तरफ लगी होनी चाहिए, चाहे जिस मार्ग और सवारी से जाओ। साधना में परमात्मा को पाया जाता है। साधना में उसे अनुभव किया जाता है, लेकिन हमारे-तुम्हारे जैसे लोग जो कुछ नहीं जानते, वे अज्ञानी हैं। तुम्हारे प्रत्येक कार्य में पूजा होनी चाहिए। तुम्हें परमात्मा के साक्षात् दर्शन तभी हो सकते हैं, जब तुम्हारे जीवन के जितने भी कार्य हैं, सभी के सभी पूजा बन जाएं। इस मामले में तुम मार्ग की चिंता मत करना। मार्ग तो भ्रमित करते हैं।

एक अभिनव आदिवासी शिक्षा एवं जन कल्याण का विशिष्ट उपक्रम

गुजरात सरकार के सीजन्स से सुखी परिवार काउंडेशन द्वारा संचालित

एकलव्य मॉडल आवासीय विद्यालय, कवांट



सुखी परिवार काउंडेशन जल्दी शिविय सत्य, सुखी एवं समृद्ध समाज निर्माण के शार्करामें में छोड़ रहा है। यह जनूरी आदिवासी शिक्षणिक गतिविधि है। एकलव्य मॉडल आवासीय विद्यालय आदिवासी कवांट को निर्माण के लक्ष्य बनाकर करने जौ गुरु रहुआगामी योग्यता है। जल्दी जल्दी है त्यस्य गुणज निर्माण का आवाह। जल्दी विद्यालय जौ रहुउद्देशीय विद्यालय की घोषणा के साथ सुखी परिवार काउंडेशन आपके सम्मुख है। छायाँग के लिए आगे चढ़।

विद्यालय भवन के कमरों के सीजन्सदाता बनें



जापका सहयोग : जन्मान्व की प्रगति



SUKHI PARIVAR FOUNDATION

133, Sector 4, Anand, Gujarat, India - 382 001
Phone: +91-9825650000, +91-9825650001

E-mail: info@sukhiparivar.org
Website: www.sukhiparivar.org





बालिका

■■ डॉ. अल्का अग्रवाल

स्वस्य श्यामला वसुन्धरा की अनुरूपा है,
कलिका-सी कोमल, कोकिल सी मुदुला है।
शूर वीरों का शूर है, रणचण्डी सा तेज है,
जीजा वीरों की माता है, लक्ष्मीबाई दुर्गा की प्रतिरूपा है॥
ओजस्विता के बीजांकुर से जन्मी बाला है,
सीता, द्वारपाली, अहिल्या में धधकती ज्वाला है॥
संकल्पशील, ब्रतधारी, मनस्त्री ऋषि की पाठशाला है,
इस धरती की हर एक बाला है॥
दे रही जीवनदान गंगोत्री की अमृतधारा है,
मन्त्र, समर्पण, सहनशीलता, जिनका सुन्दर नारा है॥
अब इस पावन धरती मां पर
यह कैसा घटाटोप है।
भ्रूण में हो रहा उनका कल्लेआम है,
मां तेरी जनी बच्ची का,
यह कैसा अपमान है॥
इसने तो विश्व गगन में,
ख्याती का परचम फहराया है।
जालिमों से लोहा मनवाया है,
तू ही राष्ट्र की दुर्दुषि,
तू ही राष्ट्र की गरव गाथा है॥

—व्याख्याता डाइट-मंदसौर, 5, बुजकुंज, सरस्वती नगर
संजीत नाका, मंदसौर-458001 (म.प्र.)

वो पिघल जाएगा

■■ वीरेन्द्र जैन

हैवान एक पल में बदल जाएगा,
रहम करो उस पर, वो पिघल जाएगा।
प्यार भरी नजरों में देख लो उसे,
शैतानियत को छोड़, वो सुधर जाएगा।
करुणा से भरे, दो हाथ बढ़ाओ
गले से लगाने वो, मचल जाएगा।
इंसानियत का उसको, अहसास कराओ,
उन्माद सारा पल में, उत्तर जाएगा।
प्रेम की परिभाषा का, पाठ पढ़ाओ,
बच्चों की तरह मासूम बन जाएगा।

—सीनियर एम.आई.जी.-7

जनता कॉलोनी, मंदसौर-452001 (म.प्र.)



फैलेगी खुशबू

■■ पुष्पा गुप्ता

एक दिन मुस्करायेगी
ये बगिया
महकेंगे फूल फैलेगी खुशबू
प्यार की
विश्वास की
आत्मा की
हृदय की
आत्म विकास की
जीवंतता की
शाश्वत सत्य की।
—कटरा बाजार, महमूदाबाद
(अवध) सीतापुर-261203
(म.प्र.)

पापा

■■ रंजना फतेपुरकर

पापा आप मुझे बहुत याद आते हैं
विस्तृत नभ की छाँव से
आप मुझे बहुत याद आते हैं
अच्छा लगता है मुझे, मेरी यादों में
आपका यूं हर पल चले आना
वो मुझे बाहों में झुलाकर
आसमान छुने की चाहत जगाना
मेरी नहीं अंगुली पकड़कर
धरती पर चलना सिखाना
कहा था असफलताओं से न घबराना
मुसीबतों में हमेशा हिम्मत जुटाना
पापा, अच्छा लगता है मुझे मेरी यादों में
आपका यूं हरपल चले आना
वो सिर पर आशीषों का साया बना कर
तूफानों से, तपती धूपों से बचाना
इम्तिहानों में जब
थककर ठिठुती सो जाती
याद आता है तब आपका
दुलार से लिहाफ ओढ़ाना
साइकिल सीखती, गिरती
तब प्यार से चोटों पर मरहम लगाना
पापा, अच्छा लगता है मुझे, मेरी यादों में
आपका यूं हरपल चले आना
जल्दी में जब भूखी ही
चली जाती स्कूल
तब आपका स्कूल में टिफिन पहुंचाना
सिखाया था आपने संस्कारों के फूलों से
जीवन सजाना
पापा, अच्छा लगता है मुझे
मेरी यादों में आपका यूं हरपल चले आना

-3, उत्कर्ष विहार, मनिशपुरी
इंदौर-18 (म.प्र.)

आराधना

■■ डॉ. त्रिभुवन चतुर्वेदी

आराधना तब मुकितदा बन जायेगी,
स्वास हर दम गायेगे जब नाम तेरा
प्राण का पंछी चुमेगा विरह के अंगार,
नयन से अविरल बहेगा अश्रु बनकर प्यार,
पुतलियों में बस हसेगा, हृदय में प्यारा चितेरा
कल्पना के स्वप्न ही तब भावना बन जायेगे,
विरह के ये गीत ही आराधना बन जायेगे
और कण-कण में दिपेगा वह नवल आकार तेरा,
तभी मेरे हृदय में तुम प्राण धन बस जाओगे,
और मेरे नयन में बन लालिमा छा जाओगे,
मुक्ति का खग, मिलन के नीड़ में लेगा बसेगा
आराधना, तब मुकितदा बन जायेगी।

-161, विद्युत नगर-बी
अजमेर रोड, जयपुर-302021 (राजस्थान)



जीवन के रंग

नई कहानी

■■■ डॉ. सतीश चंद्र 'राज'

दीवारों पर चस्पा कर दें नई कहानी।

पिंजरे की मैना को डालें दाना पानी॥

देहरी के बाहर दीपों को

आओ कर दें अब तो

मावस के घर चुपके से

उजियारा भर दें अब तो

खींच-खांच कर अपने में कुछ भरें रखानी॥

पिंजरे की मैना को डालें दाना पानी॥

दीप जलायें गौरा पूँजे

चंदन अक्षत रोली से

क्षितिज बुहरे अम्बर चूमे

चहके मीठी बोली से

ईर्ष्या को दे प्रीत की कोई नवल निशानी॥

पिंजरे की मैना को डालें दाना पानी॥

टेढ़ी मेढ़ी रेखाओं को

सीधी कर लें मिल-जुल

धृणा की गहरी खाई को

नेह से भर दें मिल-जुल

रचें गीत जो रहे सभी को याद जुडानी॥

पिंजरे की मैना को डालें दाना पानी॥

- 'तिक्ष्णा', 6/33, घोरावल,

सोनभद्र-231210 (उ.प्र.)

■■■ मुनि सुखलाल

फकीरी ली थी हमने
तुम्से मिलने के लिए
पर अब पता चला कि
तुम तो अपीरों से भी मिलते हो।

X X X X X

सारा जीवन रो-रोकर गुजार दिया,
तुम्हें पाने के लिए
पर तुम्हें हंसते देख टूट गया है
हमारा स्वर्ज।

सोचते हैं इसे तो हंस-हंसकर भी
जीया जा सकता था।



चारा घोटाला

■■■ डॉ. जगतीन्द्र प्रसाद सक्सेना

चारा पशुओं के लिए होता

आदमी के खाने को नहीं।

बेपनाह हैं जानवर

उनके खाने को नहीं।

खा डाला है चारा

आदमी ने,

अफसोस बेशर्म आदमी

जानवर बन गया

मगर जानवर ने

आदमी का जामा

पहनने में शर्म महसूस की इतनी

आज भी वह जानवर है।

-एफ-601, पवित्रा अपार्टमेंट

वसुन्धरा एन्कलव, दिल्ली-110096

मैं नदी की धार

■■■ शुभदा पांडेय

मैं नदी की धार मुझको रोकने की चाह मत कर
शूल, पत्थर, कंकरों की तनिक भी परबाह मत कर

ऊंचे पर्वत की शिखाएं

बन गई मेरी दिशाएं

ताल हैं, उद्धाल कितना

फूर्ति कितनी क्या बताएं

रुख बदल दूंगी धरा का, मुझे अगाह मत कर...

घाटियों की गोद में

खिल कर हंसी, होती बड़ी हूँ

साहसी इतिहास मेरा

पाठ्यक्रम ऐसी पढ़ी हूँ

झूब जायेगा कदाचित, दूर रह, तू थाह मत कर...

पेड़ की अटालिका से

देखती है बिंब सारे

बीहड़ों को पाटते हैं

सेतु से मेरे किनारे

साथ चलता है तो आ, पर पंख से तू डाह मत कर...

कौन है जिसने दिया

बढ़ते कदम को गति हमारे

किसकी है शुभकामना

बस जीत हो बाहे पसारे

मैं प्रणय की धूप हूँ, तप लूँ, अभी तू छांट मत कर...

-सिलचर (असम)

शून्य

■■■ मीना गुप्ता

शून्य सा-उभरा है मन में,

शून्य में हैं प्राण मेरे, शून्य जो भरता नहीं है

कभी-कभी यह शून्य गहरा होता जाता है,
चाहकर भी कुछ नजर नहीं आता है,

शून्य पर खड़ा है यह जीवन,
शून्य ही तो आदि और अंत है।

शून्य में आना और शून्य में ही लौट जाना है,
तो जीवन सिर्फ शून्य में है।

आज न जाने क्यूँ?

मस्तिष्क में शून्य उभर रहा है।

न जाने क्यों थे? रीतापन मुझे बेचैन कर रहा है।

-निराला साहित्य परिषद

मा. कटरा बाजार, महमूदाबाद (अवध)

जिला-सीतापुर (उ.प्र.)

पत्थर हूँ

■■■ डॉ. माया सिंह

मैं तो पत्थर हूँ
मुझे तराश कर तुम ही

खुदा बनाते हो

मेरी सलाह है

तुम अगर मान लो शायद

न ही औजार से

न ही हथियार से

बस, मुझे प्यार से

एक बार तराशो ऐसे

मेरे अंदर का

इंसान नजर आ जाये

शायद दुनिया में फिर

भगवान नजर आ जाये।

-1014, राजेन्द्रनगर, बैंक

कॉलोनी, उरई-285001,

जिला-जालौन (उ.प्र.)



श्रेष्ठ समाज का आधार है अध्यात्म



■ श्री आनंदमूर्ति

साधारणतः लोग समाज का अर्थ स्त्री-पुरुषों के समूह से लगाते हैं। लेकिन समाज का वास्तविक अर्थ यह नहीं है। इसका अर्थ है— एक साथ मिलकर चलना। लेकिन इस तरह ‘एक साथ’ चलने मात्र से भी समाज नहीं बनता। कभी-कभी लोग बस, ट्रेन या हवाई जहाज में एक साथ यात्रा करते हैं तो इस तरह की संगति को समाज नहीं कह सकते हैं। साथ चलते लोगों का समूह समाज तब कहलाता है, जब विभिन्न लोग सामूहिक आदर्श से प्रभावित होकर उस आर्शी की प्राप्ति के लिए एक साथ आगे बढ़ते हैं। ऐसी सामाजिक प्रगति का अर्थ होता है एक साथ चलते हुए आपसी एकता को मजबूत करना।

अब प्रश्न है कि ऐसी सामाजिक जागरूकता कैसे पैदा की जाए जिससे लोग एकजुट होकर आगे बढ़ सकें? असल में सामाजिक चेतना जब एक विशेष आदर्श से प्रभावित होती है तो लोगों में उस आदर्श के कारण नवजागरण पैदा होता है। ऐसी स्थिति में ही सामाजिक जागरूकता संभव होती है। वैसे सामाजिक जागरूकता कई तर्कों पर निर्भर करती है। इनमें सबसे महत्वपूर्ण तर्क है लोगों को एक महान व्यक्तित्व का नेतृत्व मिलना। जब तक एक आदर्शवान व्यक्तित्व की कमी रहती है, तब तक एक मजबूत समाज का निर्माण नहीं हो सकता। इससे स्पष्ट होता है कि समाज को सही रास्ते पर आगे बढ़ाने के लिए दो चीजों का होना बहुत जरूरी है— एक महान आदर्श और दूसरे, महान व्यक्तित्व।

सामाजिक चेतना का मूल मंत्र ‘संगच्छध्वं संवदध्वं’ यानी एक साथ चलने और एक साथ चिंतन करने में है। जहां ऐसी स्थितियां नहीं होतीं,

यानी जहां कोई आदर्श नहीं होता, वहां जीवन लक्ष्यविहीन होता है। पर यहां एक दुविधा है। वह यह है कि हर मनुष्य के कार्य करने और चिंतन का तरीका तथा चलने की राह— ये सभी अलग-अलग होते हैं। मनुष्य की ये विविध या बहुरंगी अभिव्यक्तियां ही अलग-अलग संस्कृतियों का निर्माण करती हैं और इन्हीं से किसी समाज की विशेष पहचान कायम होती है। तब हमारा चिंतन एक जैसा कैसे हो, हमारे लक्ष्य में समानता कैसे कायम हो? यह सही है कि एक समूह के व्यक्ति की अभिव्यक्ति और उसका तरीका दूसरे समूह के व्यक्ति की अभिव्यक्ति और तरीक से भिन्न हो सकता है लेकिन उनमें कई समानताएं भी तो होती हैं। भले ही एक समूह का व्यक्ति हाथ से भोजन करे और दूसरा इसके लिए चम्मच का इस्तेमाल करे, लेकिन हम सब की संस्कृति में कई समानताएं भी होती हैं। असल बात यह है कि मानव समाज की संस्कृति एक और अविभाज्य है। बौद्धिक विकास के साथ मनुष्य की अभिव्यक्तियों में और बढ़ोत्तरी की संभावना

है। जिन समाजों में कला और संगीत जैसी अभिव्यक्तियां विशेष महत्व नहीं रखतीं, वे समाज सभ्य नहीं माने जाते।

किसी समाज की उन्नति का पता इससे भी चलता है कि उस समाज के लोग स्वयं पर कितना नियंत्रण रखते हैं। यदि कोई समाज या व्यक्ति सांस्कृतिक रूप से तो उन्नत हो लेकिन उसमें विवेक, तर्क और संयम का अभाव हो, तो उसे पूर्णतः सभ्य नहीं कहा जाएगा। इसलिए जरूरी है कि लोग अपने विवेक का प्रयोग करते हुए अपने आप पर नियंत्रण भी रखें। आज के आधुनिक जीवन में इस तरह के गुणों का अभाव होता जा रहा है। इसलिए यदि एक मजबूत और सभ्य मानव समाज का निर्माण करना है तो यह हम सभी का कर्तव्य है कि लोगों को अपने आचरण पर काबू करना सिखाएं। समाज को सभ्य बनाने के एस प्रयासों से उसका सांस्कृतिक विकास भी होगा। यदि ऐसे विकास में आध्यात्मिकता का समावेश भी कर दिया जाए तो एक श्रेष्ठ समाज बनकर सामने आएगा। ●

जीवन

घूमते हुए बादल ने कहा—जीवन एक असहनीय घुटन के अतिरिक्त और कुछ नहीं।

बादल की ओट में छिपते और निकलते हुए चन्द्रमा ने कहा—जीवन एक आँख-मिचौनी है।

हवा के झाँके ने सरसाते हुए कहा—जीवन एक निरुद्देश्य और दिशाहीन असीम भटकन है। गिरती हुई बूँद ने कहा—जीवन एक पतन है। भींगी हुई धरती ने कहा—जीवन एक रस प्राप्ति है।

फूटते हुए अंकुर ने कहा—जीवन एक

नवविस्फोट है। बसंत और पतझड़ से चिरपरिचित बृद्ध तरु ने कहा—जीवन बार-बार दुहराई जानेवाली एक दुरन्त परम्परा है। समुद्र ने कहा—अपनी सीमा में बंधकर रहना ही जीवन है। नदी ने कहा—सतत प्रवाहशीलता ही जीवन है। व्योम ने कहा—विशालता ही जीवन है।

मैंने इन सब बातों के निष्कर्ष में से टोलोकर पाया कि जीवन यह सब कुछ तो है ही, पर इनके अतिरिक्त भी बहुत कुछ है।

—मुनि बुद्धमल्ल



रक्त-संबंधों के विघटन की पीड़ा

■ सीताराम गुप्ता

इस जनगणना के दौरान मुझे कई पुराने परिचितों से मुलाकात का संयोग मिल गया। एक पुराने सहकर्मी मिले। कई साल हां गये रिटायर हुए। अकेले हैं। एक बेटा है, बहू है, दो पोते हैं। उनकी रिटायरमेंट पर देखा था बहू-बेटे को। अत्यंत सुंदर और सुशील। सबका यथोचित अभिवादन कर रहे थे। सभी बड़ों के पैर छूकर आशीर्वाद ले रहे थे। काश हमारे बहू-बेटे भी ऐसे ही हों। देखकर इर्ष्या हो रही थी।

इस बार मिले तो फिर गपशप के लिए बैठ गए। वे जलपान ले आए। कुछ कहना चाह रहे थे, लेकिन बात होठों तक नहीं आ रही थी। मैंने जब पूछा कि बच्चे कहां हैं, तो कहने लगे कि बेटा तो अपने काम पर गया है। और बहू घर का काम कर रही होगी। फिर बच्चों की चर्चा छेड़ दी। सारे दिन पढ़ते रहते हैं।

मैंने कहा कि जरा बच्चों से तो मिलवाइए। बस इतना कहना था कि जो प्रसंग बातचीत में अब तक नहीं आया था, वह फूट पड़ा। कहने लगे, 'किससे मिलाऊँ? किसको बुलाऊँ? बहू तो बात करती ही नहीं, बच्चों को भी नहीं करने देती। वे कभी चोरी-छिपे मेरे पास आ जाते हैं और उसे पता चल जाता है, तो उन्हें खूब डांटती है। अब तो मेरी तरफ खुलने वाले दरवाजे को ही बंद कर दिया है।

बेटे को भी मेरी कोई परवाह नहीं रहती। इस उम्र में खुद चूल्हा फूंकना पड़ रहा है। बस किसी तरह जिरंगी कट रही है उनकी आंखों से प्रलय-की-सी जलधारा प्रवाहित हो रही थी। मैं हैरान था। जिस आदमी ने प्रौढ़ावस्था में अपनी



अदम्य जिजीविषा से कैंसर जैसे दुर्दमनीय घाटक रोग को शिक्षित दे दी हो, वही आज इतना हताश और निराश। सचमुच कैंसर की पीड़ा से कहीं अधिक भयानक होती है रक्त संबंधों के विघटन की पीड़ा।

नई पीढ़ी की शिक्षा-दीक्षा और सोच ने आज घर के बड़े-बड़ों को हाशिये पर ला खड़ा किया है। उससे घर-परिवार में बुजुर्गों की हैसियत को बड़ा धक्का पहुंचा है। इसमें संदेह नहीं कि बुजुर्ग परिवार की रीढ़ होते हैं। परिवार में उनका महत्वपूर्ण स्थान होता है। एक शारीरिक रूप से सक्षम व्यक्ति जहां परिवार की देखरेख और आर्थिक उन्नति में सहायक होता है। पर कमजोर और जर्जर बुजुर्ग भी परिवार के सदस्यों को

भावनात्मक सुरक्षा प्रदान करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। उनके सम्बन्ध में बच्चे अधिक स्वस्थ और सुक्षित अनुभव करते हैं।

कुछ लोग अपने माता-पिता को साथ रखते हैं और उनका आदर भी करते हैं, लेकिन बच्चों को उनसे दूर रखते हैं। परिवार का अभाव या दूरी ही उनके दुख और बीमारी का कारण बनते हैं। थोड़े बड़े बच्चे अपने दादा-दादी का काम करते हैं, तो छोटे बच्चे उनसे अपना काम करवाते हैं, जिससे दादा-दादी की सक्रियता बनी रहती है। यही सक्रियता उनके अच्छे स्वास्थ्य का आधार बन जाती है। यदि सचमुच अपने बुजुर्गों को स्वस्थ रखना है, तो उनसे अपने बच्चों को अलग मत करिये। कई बार अधिक उम्र के चलते या अस्वस्थ चल रहे बुजुर्गों को देखभाल की भी जरूरत होती है। उस देखभाल और सेवा भावना से हमारा बहुत बड़ा हित होता है। उनकी देखभाल और सेवा करने से हमें अपने कर्तव्यों को पूरा करने का मौका मिलता है।

वैसे किसी की भी देखभाल करना और सेवा करना आनंदायक होता है। यह हमारे व्यक्तित्व में नम्रता और सज्जनता भरता है। बुजुर्गों की सेवा करके हम न केवल उनका आशीर्वाद पाते हैं, बल्कि अच्छा स्वभाव भी हमें बोनस में मिल जाता है। वैसे भी आज आप जो कर रहे हैं, वह जल्दी ही आपके साथ भी होने वाला है। यदि आप अपने बच्चों को दादा-दादी से दूर रखेंगे, उनकी उपेक्षा करेंगे तो यही संस्कार आपकी अगली पीढ़ी में भी संक्रमित होने निश्चित हैं। बुजुर्गों की उपेक्षा करके आप स्वयं अपने पैरों पर कुल्हाड़ी मारने का काम कर रहे हैं।

-ए.डी.-106-सी, पीतमपुरा
दिल्ली-110034

■ महायोगी पायलट बाबा



श्वास आत्मा और शरीर का जोड़ है। श्वास से तुम हो। श्वास गई तो प्राण भी निकल जाते हैं। आत्मा और शरीर के मिलन का जो केन्द्र है, उसे बिन्दु कहते हैं। श्वास गति है, जीवन है।

श्वास ही व्यक्तित्व को उजागर करता है। यह जीवन का आधार है। इसके बिना शक्ति का जागरण आसान नहीं है। श्वास पर ही जीवन टिका है। एक-एक करके शरीर का सब कुछ चला जाये कोई बात नहीं, परन्तु अगर श्वास चला जाये, तो कुछ भी नहीं हो सकता।

श्वास

श्वास ने ही आत्मा और शरीर को जोड़ रखा है। आत्मा और शरीर एक केन्द्र पर जाकर मिलते हैं, वह केन्द्र शक्ति का, मां का, जगदम्बा महामाया का केन्द्र है, इसी को कुण्डलिनी कहा जाता है।

यह महामाया जब शरीर, मन के साथ रहकर अपनी गतिविधियां जारी रखती हैं तब इसे काम कहा जाता है। सभी इच्छाओं का कुण्डलिनी सिमटकर जुड़ी हुई होती हैं। इसे कामशक्ति मां कहा जाता है। देह की कामशक्ति जो मनुष्य और पशु-पक्षी सभी को अपने प्रभाव में ले लेती है। यह

कामशक्ति भोग्या है, भोग है।

इसी का दूसरा रूप जब यह आत्मा की तरफ बहती है तो यह मोक्षदायिनी संपूर्ण रिद्धि-सिद्धि की दात्री त्रिपुरेश्वरी-त्रिपुर सुंदरी बन जाती है। यह कुण्डलिनी कही जाती है। जब यह शरीर की ओर प्रवाहित होती है, तब अधोगामी होती है और जब यह आत्मा की ओर बहती है तो उर्ध्व हो जाती है। उर्ध्वगामी में यह स्वर्गारोहण करती है और अधोगामी में सृजन। उर्ध्व में हर जीव निज की ओर यात्रा करता है, जहां से वह चला है अर्थात् अपनी प्रसूता भूमि की ओर। अधोगति में वह बदलता रहता है, उसका पथ खो जाता है, वह और किसी का हो जाता है। अधोगति में जीवन की यौनशक्ति की प्रभुता है और उर्ध्वगति में जीव की आत्मीय शक्ति की प्रभुता। ●





नारी महान बनने का संकल्प ले

■ मंजुला जैन

एक महिला माँ, बहन, बेटी, पत्नी, सखी, पड़ोसिन, शिक्षिका, संयोजिका बनकर व्यक्ति और समाज का संचालन करती है, उसका पथदर्शन करती है। इसी से प्रभावित होकर युरोप के आदि दार्शनिक अरस्तू ने ठीक कहा था—‘नारी की उन्नति और अवनति पर राष्ट्र की उन्नति और अवनति आधारित होती है।’

पुरुष वर्ग द्वारा नारी का इतना मूल्यांकन होने से उसकी जवाबदारी स्वयंमेव बढ़ जाती है। अपेक्षा है नारी नारीत्व को बनाए रखें। वह तन-मन से स्वस्थ रहे, आग्रहमुक्त बने, सोच को सकारात्मक रखे तथा व्यक्ति और वस्तु के उज्ज्वल पक्ष को देखती रहे। इसके लिए अपेक्षा है वह अपने बाह्य व्यक्तित्व के साथ-साथ आंतरिक व्यक्तित्व के विकास पर ज्यादा ध्यान दें। अंतरंग व्यक्तित्व के विकास का अर्थ है—जीवन में आने वाले अच्छे-बुरे दिनों एवं कठिन घटियों में भीरज न खोना और मानसिक संतुलन बनाये रखते हुए शांति से समाधान खोजने की कला हासिल करें। यह दृढ़ विश्वास रखें कि विचारों को बदला जा सकता है। हर व्यक्ति में परिवर्तन की संभावना है। मूर्ख से मूर्ख व्यक्ति भी एक दिन महान व्यक्ति बन जाता है। कभी यह धारणा बनाकर न बैठें कि मेरे जीवन में अब कोई बदलाव आने वाला नहीं है। हर सुबह एक नये संकल्प से शुरू करें और उसे हासिल करें, फिर देखें कैसे जीवन में नये-नये आयाम उद्घाटित होते हैं।

ऐसे अनेकों उदाहरण हैं जिनके जीवन में इतने बड़े परिवर्तन घटित हो गए कि लोग आश्चर्य करने लगते हैं। अंगुलिमाल जैसा डाकू बदल सकता है, आप क्यों नहीं? वाल्मीकि का एक डाकू से संत का जाना केवल भाग्य का ही खेल नहीं था। एक घटना ने उनके विचारों को पूरी तरह बदल दिया था। विचार बदले और भीतर में रूपान्तरण हो गया। भीतर की चित्तवृत्तियां बदल गईं। चित्तवृत्तियां बदला कि जीवन बदल गया।

महाकवि कालिदास का उदाहरण भी हमारे सामने है। वे प्रारंभ से इन्हें मूर्ख थे कि जिस डाली पर बैठे थे, उसे ही कुल्हाड़ी से काट रहे थे। युवराजी तिलोत्तमा के संसर्ग में आने के बाद ऐसा बदलाव उनके जीवन में आया कि इस दुनिया के और संस्कृत भाषा के महान विद्वान बन गए। रामचरितमानस के रचयिता गोस्वामी तुलसीदासजी ने भी ऐसे ही अपनी पत्नी की प्रेरणा से जीवन की दिशा बदली। जब महिलाएं दूसरों के जीवन को बदलने की प्रेरक बन सकती हैं तो स्वयं के जीवन को बदलने में उनको कठिनाई नहीं होनी चाहिए। बस दृढ़ संकल्प की



**अरस्तू ने ठीक कहा था—
‘नारी की उन्नति और अवनति
पर राष्ट्र की उन्नति और
अवनति आधारित होती है।’**



अपेक्षा है। यों उसके जीवन-निर्माण में निम्न वाक्यों की महत्वपूर्ण भूमिका हो सकती है—

■ मैंने गलती की है, यह स्वीकार करना सीखें—मैंने गलती की है, यह स्वीकारना सीखें। भूल होना स्वाभाविक है। यह मनुष्य का स्वभाव है। किंतु गलती करते ही जाना शैतान का और स्वलिल न होना भगवान का स्वरूप है। मिलन ने ठीक कहा है—इस संसार में काँटों रहित गुलाब

अभी तक विकसित नहीं हुए हैं।

■ मुझे तुम पर गर्व है—मुझे तुम पर गर्व है—प्रशंसात्मक ये शब्द श्रोता के मन में एक मीठी गुदगुदी पैदा करते हैं, आत्मीयत की सुवास भरते हैं, करणीय के प्रति सचेष्ट बनते हैं, आत्मविश्वास की लौं को प्रज्वलित करते हैं, गुणों पर स्वीकृति की मुहर लगाते हैं। वस्तुतः जो जैसा है उसे उस रूप में प्रस्तुत करना सम्यग् दर्शन है, क्षमताओं का स्वीकरण है। यह एक ऐसा आईना है, जिसमें आर और पार दोनों का परिदर्शन होता है। घर को स्वर्ण बनाने का सपना देखने वाली हर महिला इस वाक्य का प्रयोग करके देखें। थोड़े ही दिन में उसे पूरा पर्यावरण बदलता नजर आएगा।

■ शायद आप सही हैं—चिंतन की धरती पर उगा अनाग्रह का यह बीज घर-घर में खुशियों की हरीतिमा फैला देता है। मैं सोचता हूँ, वही सही है। मैं करता हूँ, वही उपयुक्त है। मैं बोलता हूँ, वही शत-प्रतिशत प्रामाणिक है, यह संकीर्ण मनोवृत्ति का परिचय-पत्र है। इससे आपसी मनोमालिन्य बढ़ता है, कलह और कदाग्रह की स्थिति निर्मित होती है, अहं भावना और हीन भावना को पनपने के लिए पूरा सिंचन मिल जाता है। जबकि दूसरे के कथन को सत्य सत्यापित करने से आपसी संबंधों में मिठास घुल जाती है, आग्रह के कारण आँगन में खड़ी होने वाली दीवार दर्किनार हो जाती है, एक-दूसरे के विचारों को समझने का मौका मिलता है, मेरी बात का भी मूल्यांकन होता है, इस भावभूमि पर अवस्थित व्यक्ति को अपनी क्षमताओं में नई रोशनी नजर आने लगती है। महिलाएँ अगर इस सोच का पल्लू पकड़ ले तो घर वस्तुतः ही घर बन जाएगा।

■ मुझे आपसे स्नेह है—मुझे तुमसे स्नेह है—यह भावाभिव्यक्ति टूटे दिलों को जोड़ती है, रिश्तों में अपनाया घोलती है, उपेक्षा के दंस को झ़लती नई पौधा को स्नेह-सलिल के अभिसंचन से लहलहा देती है, हृदय-परिवर्तन की आधारशिला बनती है। ‘माँ के चरणों में जन्त बसा है’—यह कोरी शाब्दिक अभिव्यक्ति नहीं है, अपितु ममता, स्नेह, वात्सल्य, प्रेम की पराकाष्ठा की अनुभूति है। माँ की ममतायमी गोद मिलते ही रोत बच्चा चुप हो जाता है, इसलिए कि उसे वहाँ स्नेह का सागर लहराता दिखाई देता है तथा उसे सुरक्षा का आश्वासन मिल जाता है। महिलाओं के लिए यह अपेक्षित है कि वह मौके-मौके पर अपने स्नेह-प्यार का इजहार करती रहे, ताकि सब सुरक्षित और संरक्षित अनुभव कर सकें।

अपेक्षा एक ही है कि व्यक्तित्व-विकास एवं अपने जीवन को महानता में ढालने की अभिकांक्षा रखने वाली हर महिला जीवन-मूल्यों की अनवरत साधना करे। ●

क्या जन्मों का बंधन है शादी

■ प्रभात गौड़

शादी को लेकर अपने यहां जितना कुछ गंभीर और भावात्मक कहा-सुना गया है, उससे कहीं ज्यादा यह व्यंग्य और चुटकुलों का विषय रही है। जहां एक तरफ शादी सात जन्मों का बंधन है, यह दो दिलों का एक हो जाना है, जैसे जुमले सुनाई देते हैं, वहीं ऐसे लोगों की भी कमी नहीं जो शादी करके न फँसने और इस लड्डू को न खाने की सलाह देते हैं। कहीं ऐसा तो नहीं कि गंभीर से नजर आने वाले पहली तरह के जुमलों की जड़ में झूठ की कोई तह लगी हो? या फिर ऐसा भी मुमिकिन हो सकता है कि मजाकिया अंदाज में कहे गए दूसरी तरह के जुमलों के पीछे कोई कड़वा सच छिपा हो।

पिछले दिनों इतिहासकार और फेमिनिस्ट लेखिका पामेला हाग की शादी जैसे जिटिल मुद्रे पर लिखी गई किताब चर्चा में रही। मैरिज कॉन्फिंडेंशल : द पोस्ट रोमांटिक एज ऑफ वर्कहॉस वाइस्ट, रॉयल चिल्ड्रन अंडर सेक्स्ट रॉयल एंड रीबेल कपल्स नाम की इस किताब में लेखिका ने शादियों और उनमें आने वाली दिक्कतों को मोटे तौर पर तीन-चार हिस्सों में बांटा है और यह साबित करने की कोशिश की है कि भले ही आज का आम शहरी शादीशुदा कपल एक छत के नीचे रहता है लेकिन ज्यादातर मामलों में उसके भीतर एक तरह की घुटन है और अगर घुटन नहीं भी है तो कम-से-कम शादी उसके लिए सात जन्मों का बंधन तो नहीं ही है।

कई पति-पत्नी ऐसे हैं जिन्हें लगता है कि उन्हें अपने मन का पार्टनर नहीं मिला। लेकिन जैसे ही उनके मन में इस रिश्ते से अलग होने का विचार आता है, तुरंत वे खुद से सवाल कर बैठते हैं कि अगर इस रिश्ते से अलग हो गए तो क्या गारंटी है कि दूसरा शख्स अपनी पसंद का मिल ही जाएगा। और कहीं इससे भी बुरा मिल गया तो? बस ऐसी ही कशमकश के बीच जिंदगी आगे बढ़ती रहती है। ऐसे लोगों की समाज में एक आदर्श कपल की इमेज भी बनी होती है। जिन परिवारों में पति-पत्नी दोनों वर्किंग हैं, वहां ऐसे हालत होने की संभावना थोड़ी ज्यादा होती है। मोटे तौर पर यह कोई खतरनाक स्थिति नहीं है, लेकिन खुश होने जैसा भी इसमें कुछ नहीं है। दोनों पार्टनर्स की कुछ सामाजिक बाध्यताएं हैं, लेकिन प्रेम नाम की चीज कही मिसिंग है और उनके लिए संतोष की बात यह है कि इस बारे में समाज कुछ नहीं जानता।

एक कैटिगरी उन मियां-बीबी की भी है, जिनके बीच कई तीसरा आ चुका है। तीसरा यानी उनका बच्चा। ऐसे कपल्स की जिंदगी को



नजदीक से देखें तो ज्यादातर मामलों में लगेगा कि वे बच्चे की खातिर जिये जा रहे हैं। दोनों पार्टनर का लक्ष्य सिर्फ बच्चे का भविष्य बनाना और उसे सेटल करना भर रह गया है। शादी के कई साल गुजार चुके ऐसे लोग अगर एक-दूसरे से अलग होने के बारे में सोचते भी हैं, तो बच्चे के भविष्य से जुड़े सवाल उन्हें रोक देते हैं। जाहिर है ऐसे लोगों की जिंदगी की गाड़ी बच्चे के साथ उन दोनों की बॉन्डिंग की बजह से ही आगे बढ़ रही है। प्रेम नाम की चीज यहां भी मिसिंग है। कई मामलों में यह भी देखा गया है कि घर चलाने की जिम्मेदारी पत्नी की है, पति या तो नाकारा है या कम कमाता है या फिर किन्हीं और वजहों से कमाना नहीं चाहता। ऐसे भी केस हो सकते हैं जहां पति अपने किसी पुराने शौक को पूरा करके अपने सपने साकार करने में जुटा है। आर्थिक रूप से पत्नी पर निर्भर ऐसे पति के प्रति गुस्सा और असंतोष पनपना स्वाभाविक है। आपसी प्रेम की गुंजाइश यहां भी नहीं है।

भले ही बेहद कम हों, लेकिन कई कपल्स ऐसे भी हो सकते हैं जो एक-दूसरे को तलाक तो नहीं देते, लेकिन यह तय कर लेते हैं कि वे अलग-अलग रहेंगे। ऐसे लोग समाज की निगाह में पति-पत्नी का जीवन गुजारते हैं, लेकिन असल जिंदगी में उनके रास्ते अलग-अलग होते हैं। सामाजिक कार्यक्रमों में चेहरे पर बनावटी मुस्कान ओढ़े ऐसे कपल्स एक-दूसरे के बेहद नजदीक



नजर आते हैं, लेकिन असल में प्रेम इनके बीच भी नहीं होता।

ऐसे कपल्स के मन में पनपने वाले असंतोष की इन सभी कैटिगरी में एक बात जो सबसे महत्वपूर्ण है और कॉमन भी, वह है एलकेके फैक्टर। एलकेके यानी लोग क्या कहते हैं के डर से ऐसे कपल्स चारदीवारी के भीतर कभी आपस में झगड़ा कर लेते हैं और कभी मन-ही-मन कुछ लेते हैं, लेकिन घर की चारदीवारी के बाहर वे यह साबित करने की कोशिश करते रहते हैं कि उनकी शादीशुदा जिंदगी बेहद कामयाब और सुखद है।

पति-पत्नी के मनमुटाव की बजहें तमाम हो सकती हैं और हर रिश्ते में अलग-अलग हो सकती हैं, लेकिन इसके पीछे एक महत्वपूर्ण कारण औरत और आदमी के बीच पाए जाने वाले मूलभूत फर्क हैं जिनके होने की बात साइकॉलिजिस्ट के साथ-साथ जीव वैज्ञानिकों ने भी मानी है। मैन आर फ्रॉम मार्स एंड विमेन-आर फ्रॉम वीनस किताब में अमेरिकन रिलेशनशिप काउंसलर जॉन ग्रे ने औरत और मर्द के बीच वैसिक अंतर होने की बात कही है और यह साबित किया है कि चूंकि औरत और मर्द की संरचना ही अलग-अलग तरीके से विकसित हुई है इसलिए किसी एक मुद्रे पर दोनों की सोच और रिएक्ट करने के तरीके में जबर्दस्त अंतर होना स्वाभाविक है। दिमागी, भावनात्मक और शरीरिक तौर पर औरत और मर्द के बीच इतने ज्यादा अंतर होते हैं कि बिना इन अंतरों को लगातार समझने की कोशिश किये आप एक खुशहाल शादीशुदा जिंदगी की कल्पना भी नहीं कर सकते।

शहरीकरण और एकल परिवारों के चलन से भी समस्या पैदा हुई है। एकल परिवारों में संयुक्त परिवारों के मुकाबले तनाव बढ़ने की ज्यादा आशंका होती है। एकल परिवारों में घर में मिलने वाला अकेलापन ऐसे आक्रोश के लिए एक उपचार जमीन की तरह काम करता है। दूसरी तरफ संयुक्त परिवारों में अगर मियां बीबी के बीच झगड़ा हो भी गया, तो भी घर के दूसरे सदस्यों के साथ बातचीत और बक्त बिताकर उस गुस्से के शांत होने की गुंजाइश हमेशा होती है।

इन सभी समस्याओं से निपटने के लिए एक विचार यह भी दिया जाता है कि जब दोनों पार्टनर्स के मन में एक-दूसरे के प्रति असंतोष और आक्रोश है और जिंदगी की गाड़ी अटक-अटक कर चल रही है, तो भलाई इसी में है कि वे अलग हो जाएं, लेकिन भारतीय परिवेश में ऐसी सलाह व्यावहारिक नहीं लगती, हालांकि बढ़ते तलाक के मामलों में जाहिर है कि इस सलाह पर अमल करने वालों की तादाद भी तेजी से बढ़ रही है। ●



त्याग के बिना योग असंभव

■ आचार्य शिवेंद्र नागर

योग आज एक ऐसा शब्द बन गया है, जिसको हर घर में बच्चा-बच्चा जानता है। यह 'आसन' और 'प्राणायाम' का पर्यायवाची बन गया है। पर वास्तव में इसका अर्थ बहुत गहरा है।

योग संस्कृत के शब्द 'युज' से निकला है, जिसका शाब्दिक अर्थ है जुड़ना। यदि हम किसी वस्तु से जुड़ रहे हैं, तो इसका एक दूसरा अभिप्रायः यह भी है कि किसी अन्य वस्तु का त्याग कर रहे हैं।

योग केवल त्याग से ही आता है, जैसे-विश्वविद्यालय से योग अर्थात् विद्यालय का त्याग। समुद्र से लड़की का योग यानी मायके का त्याग। विदेश से योग अर्थात् स्वदेश का त्याग।

योग और त्याग एक ही सिक्के के दो पहलू हैं। दोनों एक दूसरे के बिना अधूरे हैं। विषय को जरा गहराई से समझें। यदि इन सारे विचारों को मनुष्य के धन, तन और मन के स्तरों पर देखें, तो आप पायेंगे कि यह सरल दीखता नहीं, परन्तु वास्तव में बहुत सरल और सहज है।

सबसे पहले आर्थिक पहलू पर विचार करें, तो पायेंगे कि हर व्यक्ति धन, समृद्धि और ऐश्वर्य से योग चाहता है, यानी जुड़ना चाहता है। वह धन से योग तो चाहता है, परन्तु आलस, प्रमाद और निद्रा का त्याग करना नहीं चाहता। सबको पता है कि धन की देवी लक्ष्मी है और उसकी सवारी उल्लू है।

यह उल्लू प्रतीक है आलस का। लक्ष्मी के लिए जरूरी है आलस पर पूरा वश। यानी आलस, प्रमाद और निद्रा का त्याग कीजिए, धन से योग स्वतः और सहज हो जाएगा।



धन के बाद मनुष्य का अगला स्तर है तन। आप पायेंगे कि इस स्तर पर भी हम योग चाहते हैं सेहत से, तंदुरुस्ती से, ताकत से, ऊर्जा से। पर अंट शंट खाने का त्याग नहीं करना चाहते। हम चाहते हैं स्वस्थ और स्फूर्तिवान शरीर, परन्तु बिस्तर को छोड़ना नहीं चाहते। चाहते हैं सुंदर बनना, परन्तु विषय भोगों का त्याग नहीं करना चाहते।

धन और तन के बाद तीसरा स्तर है मन का। मन तो बच्चा है जी, थोड़ा कच्चा है जी। मन चंचल है, प्रमादी है, बलवान है। यह बहुत कुछ चाहता है। मन की चाहतों की अगर लिस्ट बनानी शुरू कर दें, तो दुनिया के सारे कागज भर जाएं।

मन की इच्छाओं को हर कोई हवा देता है। हर व्यक्ति का मन, सुख-समृद्धि, सम्मान चाहता है, आदर चाहता है। शास्त्र कहते हैं मन अग्नि की भाँति है, कभी भी तृप्त नहीं होता।

मन अनंत वस्तुओं और व्यक्तियों से योग चाहता है, परन्तु यहां भी इसके योग को पूरा करने का रामबाण मंत्र त्याग ही है। इशावास्य उपनिषद का पहला मंत्र कहता है— सुख केवल त्याग से मिलता है। तो त्याग किसका करना है? हमें त्याग करना है 'मैं' का, 'मेरे' का। आप कह सकते हैं— यह त्याग तो बहुत मुश्किल है। परन्तु जैसे पहले कहा कि कठिन दीखता है, पर वास्तव में सहज और सरल है। उदाहरण के लिए अंगीठी की चाहत छूटी, जब स्टोव आया। स्टोव की चाहत छूटी, जब गैस चूल्हा आया। हर इलेक्ट्रॉनिक गजट का नया मॉडल आते ही पुराना छूट जाता है। लगता ही नहीं कि कभी उसी पुरानी चीजे के पीछे पागल थे। उसे हर कीमत पर पाना चाहते थे।

अच्छी चाहत आ जाए तो छोटी चाहत या इच्छा छूट जाती है। इस संसार में सबसे अच्छी चाहत है प्रभु को पाने की। अगर प्रभु से जुड़ने की चाहत का मन से योग हो जाए तो संसार की सारी छोटी-छोटी चाहतें अपने आप बेमानी हो जायेंगी। गुरुवारी में आता है—

सारे नशे उत्तर जाते, जब होती प्रभात।

नाम खुमारी नानका, चढ़ी रहे दिन रात॥

गीता के नौवें अध्याय में श्रीकृष्ण कहते हैं कि जो भी व्यक्ति अनन्य भाव से मुझे भजेगा, उस भक्त को योग भी मिलेगा तथा क्षेम भी। बचपन में मां से अक्सर एक भजन सुनने को मिलता था, जो तू मेरा हो जावे, तो सारा जग तेरा हो जावे। आप भी सोचियेगा इस बात पर। ●

बदहजमी हो गयी है तो करें ये उपाय

- यदि घी के कारण बदहजमी हो गई हो तो नींबू मिला पानी पी लें। गुनगुने पानी में नींबू लेना हितकर रहेगा।

- अमरुद तथा अंगूर, जो फल मिले, खाएं, आराम पाएं।

- बदहजमी में बेल फल, खजूर अथवा फालसा ही हो या नीम की गुरुली के चूर्ण को खा लें। ऊपर से पानी पी लें।

- दूध के कारण बदहजमी होने पर, छाँ फायदा करती है।

- यदि बेसन के कारण अपच हो जाए तो सुहाजने का अचार खाएं।

- तरबूज के सेवन से बदहजमी हो तो गर्म पानी एक गिलास पी लें। (वैसे तरबूज पर पानी पीने

की मनाही होती है।)

- तेल के कारण तकलीफ हुई हो तो कौंजी पीनी ठीक रहेगी।

- यदि बदहजमी का कारण आलू हो तो इमली घोल कर पीएं।

- किसी को सिंघाड़ खाने से या जामुन के सेवन से अपच हो गया हो तो मंडूर खाएं।

- अपच का कारण बादाम हो तो खांड दो चम्मच खा लें।

- कभी-कभी अधिक बेर खाने से अपच हो जाती है। तब गरम पानी आधी गिलास पी लें।

- या नमक चाटें। नमकीन गुनगुना पानी भी अच्छा रहेगा।

- अंजीर भी बदहजमी कर सकता है। ऐसा होने

पर बादाम 6-7 गिरी खाएं। बादाम की गिरी भली प्रकार चबाएं।

- कभी बैंगन से भी बदहजमी हो सकती है तो दो-तीन चम्मच देशी धी खा लें। नहीं तो दो चम्मच सिरका ही पी जाएं।

- अरहर के कारण अपच हो जाए तो कुछ भी खट्टा इमली आदि का सेवन करने की सलाह देते हैं। आराम होता है।

- भांग चढ़ जाए तो दूध का गिलास पी लें। तीन चम्मच देशी धी भी खा सकते हैं।

- अगर आंवला से बदहजमी हो या अनार के कारण हो, दानों अवस्थाओं में मूलसरी के फूलों का सेवन करें। ठीक होंगे।

-विपीन जैन, लुधियाना



पवित्र वनस्पति नारियल

■ नरेश चंद्र तिवारी

अनादिकाल से ही भारतीय संस्कृति में नारियल अर्थात् नारिकेल का महत्वपूर्ण स्थान रहा है। इसका एक नाम 'श्रीफल' भी है अर्थात् कल्याण करने वाला फल। इसे 'श्रीलक्ष्मी' का प्रतीक माना जाता है। राहु ग्रह की प्रसन्नता के लिए नारियल के वृक्ष की पूजा-आराधना की जाती है। लोग आत्मकल्याण, सुख-शांति एवं पुण्य लाभ के लिए नारियल के वृक्षों का सुपारी के वृक्षों के साथ विवाह संपन्न कराते हैं। मत्स्यपुराण के अनुसार मंदिर-मंडल के उत्तर में नारियल के वृक्ष लगाना शुभ और कल्याणकारी माना जाता है।

धार्मिक तथा मांगलिक कार्यों के अवसर पर उपयोग की जाने वाली पूजन-सामग्री में नारियल का स्थान प्रमुख है। किसी कार्य का श्रीगणेश नारियल रखकर अथवा नारियल फोड़ कर किया जाता है। भूमि-पूजन हो या गृह-प्रवेश, व्यावसायिक प्रतिष्ठान का उद्घाटन हो या फिर किसी नये कार्य का शुभारंभ-सभी अवसरों पर नारियल की आवश्यकता पड़ती है।

नारियल सभी देवी-देवताओं को समान रूप से प्रिय है। सत्यनारायण की कथा हो, नवरात्रि का आरंभ हो या फिर कोई भी धार्मिक कार्य कलश स्थापना के लिए नारियल के फल की आवश्यकता होती है। इसे पानी से भरे कलश के ऊपर रंग कर टीका लगाकर तथा लाल-पीले कच्चे-धागों (कलेवा) से लपेटकर रखने की धार्मिक परम्परा प्राचीनकाल से ही प्रचलित है।

हवन में नारियल का होना आवश्यक माना गया है। शक्ति की पूजा आराधना में हवन के लिए प्रायः नारियल का ही उपयोग होता है। इसे 'बलि' के प्रतीक के रूप में हवन सामग्री में प्रयुक्त किया जाता है। नारियल के कटे हुए महान टुकड़े हवन सामग्री का एक भाग होते हैं।

नैवेद्य, भोग या प्रसाद आदि में भी नारियल नैवेद्य का उपयोग होता है। नारियल सर्वमान्य नैवेद्य है और सभी देवी-देवताओं को अर्पित किया जाता है। सुदूर अमरनाथ यात्रा हो, वैष्णव देवी की यात्रा हो या सोमनाथ मंदिर की, सभी प्रमुख तीर्थों में नारियल की प्रधानता रहती है। प्रायः सभी शक्तिपीठों में देवी के विग्रह पर चुनरी, चूड़ी, सिंदूर और कुंकुम आदि के साथ नारियल भी भेंट किया जाता है। बदरीनाथ धाम में भगवान को नारियल, बनतुलसी, चने की दाल व मिश्री आदि चढ़ायी जाती है।

अनेक व्रतों तथा पर्वों में भी नारियल का विशेष रूप से उपयोग होता है। पौष-कृष्ण एकादशी को 'कृष्णकादशी' (सफलाएकादशी) का पर्व होता है। इस दिन उपवास करके भगवान का व्रत-पूजन किया जाता है और नैवेद्य में



नारियल सहित अन्य फल अर्पित किये जाते हैं। चैतादि महीनों में पड़ने वाले अधिमास में भगवान वासुदेव तथा श्रीलक्ष्मी की पूजा-अर्चना में नारियल आदि फल अर्पित किये जाते हैं।

आंध्र प्रदेश में नारियल को शिव का प्रतीक माना जाता है तथा महाशिवरात्रि में शिवजी के अभिषेक पर नारियल फोड़ा जाता है। देश के अन्य भागों में भी इस अवसर पर शिवजी को नारियल चढ़ाया जाता है। रामनवमी के दिन भगवान श्रीरामचंद्र को नारियल के फलों से अर्घ्य देने का विधान है। अनन्कूट के अवसर पर मार्गपाली बंधन में भी नारियल का उपयोग होता है। होली के उत्सव पर नारियल तथा बिजौरा नींबू बांटने का विधान है।

धार्मिक उपयोगों के साथ-साथ नारियल का संपूर्ण भारत में पारिवारिक संस्कारों एवं सास्कृतिक कार्यों में भी उपयोग किया जाता है। तमिलनाडु में नारियल को नमपीलाई (शिशु नारियल) कहा जाता है और इसकी प्रत्येक पौद के साथ शिशु के समान ही व्यवहार किया जाता है। तमिलनाडु तथा कर्नाटक में इसकी पौद को भूमि से उखाड़ना अपने ही पुत्र की हत्या करने के समान माना जाता है। पंजाब में पहली बार शिशु के दांत निकलने पर नारियल बांटा जाता है तथा विवाह के अवसर पर वर-वधु अपने-अपने हाथों में नारियल रखते हैं।

कहीं-कहीं तो शब के अभाव में नारियल की अंत्येष्टि किया की जाती है। ऐसी दुर्घटनावश पारिवारिक जन का शब उपलब्ध न हो पाने की स्थिति में नारियल को सिर का प्रतीक मान कर किया जाता है। चिता में नारियल, चंदन, घी, केसर एवं स्वर्ण का उपयोग वातावरण को दूषित होने से बचाने के लिए किया जाता है।

साधारणतः नारियल के फलों की रेशेदार जटा

के ऊपर से हटाने पर अधिकतर तीन स्पष्ट चिन्ह दिखायी देते हैं। इन चिन्हों में दो चिन्हों नेत्रों के समान तथा एक चिन्ह मुख या नासिका के समान प्रतीत होता है। कभी-कभी हजारों नारियलों में केवल एक चिन्ह देखने को मिलता है। ऐसे नारियल को एकाक्षी नारियल कहते हैं। जो यदा-कदा ही प्राप्त होता है। ऐसे नारियल को लक्ष्मी का साक्षात् स्वरूप माना जाता है। जिस घर में एकाक्षी नारियल होता है उसके घर में धन-धान्य की संदैव वृद्धि होती है, ऐसी मान्यता है। एकाक्षी नारियल की पूजा कर उसे व्यापारिक प्रतिष्ठानों में रखा जाता है। माना जाता है कि यह धन प्रदायक सिद्ध होता है। इस नारियल को तोड़ बिना ही इसकी पूजा-उपासना की जाती है। नारियल को सिंदूर से रंग कर पूर्णतः लाल रंग का कर लिया जाता है। तंत्र क्षेत्र में एकाक्षी नारियल का विशेष महत्व है। एकाक्षी नारियल लघु आकार में भी उपलब्ध हो जाते हैं।

प्राचीन साहित्य में नारियल मणि या श्रीफल मणि का उल्लेख मिलता है। हजारों नारियलों में से किसी एक में ही मणिफल भित्ति पायी जाती है। इस प्रकार के नारियल पर गहरे रंग के छल्ले होते हैं। इसे कहीं-कहीं पर एकाक्षी श्रीफल भी कहा जाता है। इस प्रकार का अनुपम श्रीफल पूजा में उपयोगी होता है जिसके पास मणियुक्त श्रीफल होता है वह व्यक्ति धन-धान्य से परिपूर्ण होता है।

नारियल इतना अधिक लोकप्रिय और उपयोगी है कि कुछ स्थानों पर इसे 'कल्पवृक्ष' तथा 'जीवनवृक्ष' आदि नामें से भी विभूषित किया जाता है। नारियल समुद्र-तटीय क्षेत्रों में अधिक पाया जाता है। अतः, वैज्ञानिकों का मानना है कि समुद्र मरुन से निकला पौराणिक 'कल्पवृक्ष' संभवतः नारियल ही हो। ●

सुग्रीव का विश्व भ्रमण

■ नरेन्द्र देवांगन

कलयुग से पहले द्वापर और द्वापर से पहले त्रेता युग में रामकालीन सुग्रीव ऐसा पहला विश्व पर्वतक था जिसने चारों दिशाओं का भ्रमण किया था। वह वर्तमान में मौजूद विश्व में सभी प्रमुख देशों में घूमा था।

सुग्रीव दुनिया देखने के लिए सैर पर नहीं निकला था बल्कि वह अपने भाई बालि के भय से इधर-उधर भटकता था और बालि उसे मारने के लिए ढूँढ रहा था। किंकिंधा बालि का राज्य था। सुग्रीव उसी के साथ रहता था। एक बार दुनिया नामक मायावी राक्षस ने बालि को युद्ध के लिए ललकारा। बालि उसके पीछे-पीछे भागा। भाई को भागता देख सुग्रीव भी उसके पीछे गया। मायावी मलय पर्वत की एक गुफा में घुस गया। बालि सुग्रीव को गुफा-द्वार पर खड़ा कर गुफा में घुस गया।

कुछ दिनों बाद गुफा से खून की धार निकली। सुग्रीव बालि की मृत्यु की आशंका से द्वार पर शिला रखकर किंकिंधा लौट आया। मत्रियों ने उसे राजा बना दिया। इधर बालि गुफा-द्वार पर रखी शिला हटा कर किंकिंधा पहुंचा। वह बिना बात किये ही सुग्रीव को धोखेबाज मानकर मारने के लिए दौड़ा। मृत्यु के डर से सुग्रीव किंकिंधा छोड़कर इधर-उधर भागता फिरा तथा बालि उसका पीछा करता रहा। इस तरह शुरू हुई सुग्रीव की विश्वयात्रा।

पहले सुग्रीव पर्वत की ओर भागा। वह गंगा, सरस्वती, सिंधु और सरयू नदी तथा ब्रह्मामाल जनपद पार करते हुए रेशम के कीड़ों की उत्पत्ति वाले क्षेत्र में पहुंचा। इसके आगे चांदी की खानों के क्षेत्र थे। दोनों को चीन, वर्तमान ब्रह्मा देश व दक्षिण पूर्व एशिया द्वीपों के नाम से जाना जाता है। फिर वह सात राज्यों वाला यवद्वीप (जावा) एवं सुवर्ण (सुमात्रा) पहुंचा। इसके बाद वह समुद्र के पार पहुंचा जहां सिद्ध और चारणों का निवास था। वहां लाल पानी से भरा तेज गति से बहता शोणनद (अमेरिका की पश्चिमी वाहनी नदी स्नेक के समान) था। इसके बाद जहां सुग्रीव गया वह इक्षुस समुद्र से घिरे द्वीपों का क्रम था। पुराणों में इन्हें प्लाक्ष द्वीप की संज्ञा दी गयी है। इनकी पहचान उत्तरी अमेरिका के ध्रुवीय द्वीपों एवं पश्चिमी यूरोप के द्वीपों से की जा सकती है। इनसे आगे दूसरे महाद्वीप का नाम शाल्मलि था। यह वर्तमान उत्तरी अमेरिका महाद्वीप था। यही मदेह (मैक्सिको) में राक्षस रहते थे। आगे क्षीर सागर (दक्षिण प्रशांत महासागर) था। दक्षिण पूर्व दिशा में ऋषभ पर्वत (पूर्वी अस्ट्रेलिया) था और आगे सुस्वादु समुद्र (दक्षिण ध्रुव महासागर)। उसमें मर्हिं और्व के कोप से प्रकट हुआ



संपूर्ण पृथ्वी का भ्रमण करने पर भी सुग्रीव को बालि से बचने का ठिकाना नहीं मिला। अंततः उनके मित्र हनुमान ने मतंगाश्रम के पास ऋष्यमूक पर्वत पर सुग्रीव के रहने की व्यवस्था की।

बड़वानल ज्वालामुखी पर्वत था। इस सुस्वादु समुद्र के उत्तर तट पर 13 योजन फैला जातल्प शिला नामक स्वर्ण कार्तियुक्त पर्वत था।

वहां से भागता हुआ सुग्रीव ऐसे स्थान पर पहुंचा जहां पर्वत की चोटी पर तीन शाखाओं वाले तालवृक्ष की तरह चमकता ध्वज था। इस तरह उत्तर से लेकर दक्षिण तक पृथ्वी के संपूर्ण पूर्वी भाग पर भ्रमण करते हुए सुग्रीव को कहों ठौर नहीं मिला और वह दक्षिण की ओर भागा। समुद्र के बीच में महेन्द्र पर्वत तथा उस पार लंका थी। लंका से आगे समुद्र में सूर्यवान पर्वत (दक्षिण अफ्रीका का सोरसेज पर्वत) था। फिर वह विद्युत और कुंजर पर्वत पहुंचा। संभवतः ये अफ्रीका के मितुम्बा तथा किली मंजारो पर्वत थे। कुंजर पर्वत पर अगस्त्य मुनि का आश्रम तथा नागराज वासुकि की भोगवतीयुरी (तंजनिया) थी। पुराण के अनुसार अफ्रीका ही कुशद्वीप है। राक्षसों का आपातकालीन निवास पाताल भी यहां था। रावण के नाना सुमाली का निवास सोमालिया इसका प्रमाण है। सुमाली के भाई के नाम पर माली देश भी यहां है।

फिर सुग्रीव दक्षिण से पूर्व की ओर भागा। यहां से ऋषभ पर्वत (आस्ट्रेलिया), पितॄलोक (अंटार्कटिका), अंधकारमय क्षेत्र (दक्षिणी ध्रुव),

चंदमित्र (अरब) होता हुआ अफगानिस्तान, ईरान, प्राग्ज्योतिष नगर (रोम) हाथी एवं शेर विचरण वाला मेधगिरी प्रदेश (मध्य अफ्रीका, मिस्र), सोने के भंडार वाला (अफ्रीकी स्वर्ण) क्षेत्र, सुमेरु पर्वत (पश्चिम अफ्रीका) पश्चिम अस्ताचल गिरि (दक्षिण अमेरिका एवं दक्षिण पूर्व ध्रुवीय ध्रुवीय प्रदेश), वरुण निवास (वेस्टइंडीज ध्रुप समूह) तथा अंत में सूर्य रहित प्रदेश (ध्रुव प्रदेश) पहुंचा। यह भाग उत्तरी ध्रुवीय था। इसके आगे जाना लगभग असंभव था।

इस तरह संपूर्ण पृथ्वी का भ्रमण करने पर भी सुग्रीव को बालि से बचने का ठिकाना नहीं मिला। अंततः उनके मित्र हनुमान ने मतंगाश्रम के पास ऋष्यमूक पर्वत पर सुग्रीव के रहने की व्यवस्था की।

इस पर्वत पर बालि नहीं जा सकता था। क्योंकि बालि ने दुनिया राक्षस को मारने के बाद उसके शव को इस पर्वत पर फेंका था जिसके रक्तकण मतंग ऋषि के आश्रम में गिरे थे। आश्रम के ध्रुव देख ऋषि ने शाप दिया था कि शव को फेंकनेवाला यदि आश्रम के एक योजन के अंदर आयेगा तो उसके सिर के सौ टुकड़े हो जायेंगे। अतः यहां सुग्रीव निश्चिंत होकर रहने लगा। ●

पिता-पुत्र कैसे बनायें मधुर संबंध

■ अजित कुमार

एक कहावत है— ताली एक हाथ से नहीं बजती। आपका किसी से मधुर संबंध होया कटु— इसे बनाने में दोनों व्यक्तियों की साझेदारी होती है। हाँ, यह अलग बात है कि इसमें किसी की कुछ ज्यादा गलती या सही होती है और किसी की कुछ कम। लेकिन, सहभागी दोनों होते हैं। आज की तारीख में किसी से अच्छा संबंध बनाये रखना कम बड़ी बात नहीं है। क्योंकि, आज प्रत्येक व्यक्ति अपने सोच-विचार के आधार पर चलना चाहता है। वह अपने ढंग से जीना चाहता है और हर स्थिति में अपने को स्वतंत्र रखना। वह नहीं चाहता है कि उस पर किसी का शासन हो। लेकिन, पारिवारिक जीवन इस सिद्धांत पर नहीं चलता है। उसमें सामंजस्य और समझौते से रिश्ता बनता है। हम जो बात तन कर पूरी नहीं कर सकते उसे हम थोड़ा-सा झुक कर आसानी से पूरी कर सकते हैं। जहां और जिस व्यक्ति में इस बात का अभाव है वहां प्रत्येक बात में कलह, तनाव एवं मतभेद का वातावरण बना रहता है।

आज पिता और पुत्र के साथ भी यही स्थिति है। ऐसी बात नहीं है कि इसके पहले ऐसी स्थिति नहीं थी। पहले भी थी। इतिहास इस बात का गवाह है कि पिता ने अपने पुत्र को कठोर-से-कठोर दंड दिया है और पुत्र ने भी राज्य की सत्ता प्राप्त करने के लिए या तो पिता को कैद कर लिया है या उसकी हत्या कर दी है। यह सनातन है। लेकिन, आज इसमें बहुत बदोत्तरी हो गयी है। घर-घर में पिता एवं पुत्र में अहं की लड़ाई चल रही है। यदि दोनों समझदार हैं तो सामंजस्य बना कर चलते हैं और यदि नहीं तो घर को नरक बनाये रखते हैं।

यहां तक कि ऐसे घनिष्ठ और दायित्वपूर्ण संबंध में मारपीट एवं हत्या तक की घटनाएँ घट जाती हैं। आखिर इसका दोषी कौन है? सिर्फ पिता या सिर्फ पुत्र? इसमें कहीं-न-कहीं दोनों दोषी होते हैं। और, इसके पीछे एक नहीं ढेर सारे कारण होते हैं। यह सत्य है कि पिता अपने पुत्र को जन्म देता है, पाल-पोस कर बड़ा करता है, उसे उचित शिक्षा देकर उसे उसके पावं पर खड़ा करने में मदद करता है। यह सब करना उसका दायित्व ही नहीं है बल्कि आने वाले कल के लिए उसका सहारा भी है। लेकिन, यह भी सही है कि इतना करने के साथ-साथ वह अपने पुत्र पर नियंत्रण और प्रभुत्व भी बरकरार रखना चाहता है। नियंत्रण और प्रभुत्व एक उम्र तक ही ठीक है। चाणक्यनीति में कहा गया है कि पांच वर्ष तक पुत्र को खूब प्यार दें, दस वर्ष तक पुत्र पर कठोरता बरतते हुए नियंत्रण रखें ताकि वह बहकने जाये और उसे उचित शिक्षा एवं सद्मार्ग पर



पुत्र को चाहिए कि वह अपने पिता की अपेक्षाओं पर खरा उतरे। पिता के प्रति उसका क्या कर्तव्य है, यह जिम्मेदारी पुत्र अवश्य समझे। पिता की जो जिम्मेदारियां थीं उन्हें उसने पूर्ण किया, अब पुत्र की जिम्मेदारियां हैं। अतः वह भी पूर्ण करने की कोशिश करें।

चलने की प्रेरणा दें और सोलह वर्ष के शैक्षात् उसके साथ मित्रवत व्यवहार करें। पिता की यही कठोरता, दूरदर्शी एवं वात्सल्य पुत्र के ऊँच्चल भविष्य का निर्माण करता है। पिता पुत्र को तीन तरह से कामयाबी की सीढ़ियों पर चढ़ाता है— संरक्षक के रूप में, पथ-प्रदर्शक के रूप में और एक अच्छे मित्र के रूप में। पुत्र की अवस्था जब कम रहती है तो पिता ही उसके हर तरह से संरक्षण एवं पथ-प्रदर्शन करता है। इसके लिए उसे कहीं-कहीं पर कठोरता भी बरतनी पड़ती है और कहीं-कहीं प्यार से भी समझाना पड़ता है।

इन बातों में चूक होने से गड़बड़ी शुरू हो जाती है। और, गड़बड़ी खासकर तब शुरू होती है जब पुत्र जवान हो जाता है और उसे विश्वास में लिये बगैर पिता उस पर अनावश्यक कठोर नियंत्रण करना और अपनी इच्छा लादना शुरू कर देता है। उसने अपने जीवन में जो नहीं किया, वह चाहेगा कि वह कार्य उसका पुत्र करे। वह अपनी अधूरी इच्छा पुत्र से पूरी करवाना चाहेगा। इसका नतीजा कभी-कभी यह होता है कि पुत्र कुछ भी सही ढंग से नहीं कर पाता है। और, जब पुत्र कुछ भी नहीं कर पाता है तो इसके लिए वह पिता को दोषी समझता है और एक हद तक यह बात सही भी है।

इसके साथ-साथ पिता का रहन-सहन, आचरण, स्वाभाव एवं संस्कार भी पुत्र पर असर डालता है। यदि पिता का आचरण एवं संस्कार सही नहीं है तो उसका व्यापक रूप से बुरा प्रभाव पुत्र पर पड़ता है। मां के बाद यदि वह किसी से सबसे ज्यादा प्रभावित होता है तो वह है उसका पिता। बाद में, मां से भी ज्यादा अपने पिता से सीखता एवं ग्रहण करता है। पिता सबसे बढ़कर हितैषी, शुभचिंतक और हितचिंतक होता है। उसकी कठोरता में मुद्रुता छिपी रहती है। अतः, पिता को चाहिए कि वह अपने पुत्र की भावनाओं को अच्छी तरह समझे और उसके अनुकूल ही अपने पुत्र से व्यवहार करें।

प्रत्येक व्यक्ति को समय के साथ चलना पड़ता है। जो समय के साथ ताल-से-ताल मिलाकर नहीं चलता है उसे पिछड़ा कहा जाता है। यहां तक कि उसे 'ओवर माइंड' या 'आउट ऑफ डेट' की उपाधि मिल जाती है। पुत्र यदि नये जमाने के साथ चलना चाहता है तो पिता का कर्तव्य है कि वह उसकी राह में रोड़ा न अटकाये और न अपने को उसका भाग्य विधाता ही समझे। पिता यह कदमपि न सोचे कि पुत्र मेरा हर बात में दास बनकर रहेगा, साथ ही पुत्र को सदैव बच्चा भी न समझे, क्योंकि अब वह जवान और समझदार हो चुका है। अब उसका अपना जीवन-दर्शन है। उसमें अब इतनी काबिलियत आ चुकी है कि वह स्वतंत्र रूप से किसी बात का निर्णय कर सकता है। पिता को चाहिए कि वह अपने जवान पुत्र के व्यक्तित्व को स्वीकारे। इस प्रकार, पिता अपनी सूझ-बूझ से पुत्र में अपने प्रति श्रद्धा और आस्था की भावना उत्पन्न कर सकता है जो आज की तारीख में सबसे बड़ी बात है। ऐसी स्थिति में दोनों में कलह, मनमुदाव, झगड़ा, मारपीट या तनाव का प्रश्न ही नहीं उठेगा।

दूसरी तरफ, यह भी सही है कि सिर्फ पिता पर ही मधुर या कटु संबंध बनाने की जिम्मेदारी नहीं होती। आज की तारीख में पुत्र भी कम नहीं होता। पढ़ने-लिखने और अपने पैरों पर खड़ा होने

के बाद वह अपने पिता को कुछ समझता ही नहीं है। परिवार में रहते हुए भी वह बिना किसी से विचार-विमर्श किये अपने मन का करने लगता है। जिस पिता ने पुत्र को संरक्षण प्रदान किया, हाथ पकड़ कर चलना सिखाया, पथ-प्रदर्शन का काम किया और उसे अपने पांव पर खड़ा किया उसी पिता को वह बात-बात पर 'आउट ऑफ डेट' करार देता है। पिता की अच्छी बात भी उसे बुरी लगने लगती है। वह पिता की शिक्षाप्रद बातों को तिरस्कार की दृष्टि से देखने लगता है। वह समझता है कि वह जो कुछ भी सोच-समझ रहा है और कर रहा है, वही सही है। वस्तुतः, ऐसी बात नहीं होती है। जवानी के जोश में वह होश

खोकर अपने गलत निर्णयों को भी सही ठहराता है और अपने अनुभवी पिता की बात की उपेक्षा करता है। बार-बार उपेक्षित किये जाने पर पिता-पुत्र में तनाव होना संभव है। लेकिन, जो पुत्र अपने पिता की डांट-डपट को भी स्वीकार करता है, वह व्यवहारकुशल होता है। वह सबसे पहले सोचता है कि आखिर पिता ने उसे डांटा क्यों। कहीं-न-कहीं उसका दोष या गलती जरूर है, वह अपनी गलतियों पर दृष्टिपात करता है और अपनी गलतियों को स्वीकार करता है। जब पुत्र अर्थोपार्जन या नौकरी करने लगता है तो पिता की अपेक्षा पुत्र से बढ़ जाती है। वह पुत्र से धन की अपेक्षा रखता है। पिता अपनी

वृद्धावस्था में पुत्र को ही अपनी लाठी समझता है जिसे पकड़ कर वह अपनी यात्रा पूरी करता है। अतः, पुत्र को चाहिए कि वह अपने पिता की अपेक्षाओं पर खरा उतरे। पिता के प्रति उसका क्या कर्तव्य है, यह जिम्मेदारी पुत्र अवश्य समझे। पिता की जो जिम्मेदारियां थीं उन्हें उसने पूर्ण किया, अब पुत्र की जिम्मेदारियां हैं। अतः: वह भी पूर्ण करने की कोशिश करें।

उपर्युक्त तथ्यों पर ध्यान देने से यही निष्कर्ष निकलता है कि पिता और पुत्र दोनों को अपनी जिम्मेदारियों एवं कर्तव्यों का निर्वहण करना चाहिए। ऐसा करने से दोनों के बीच सदैव मधुर संबंध स्थापित रहेगा। ●

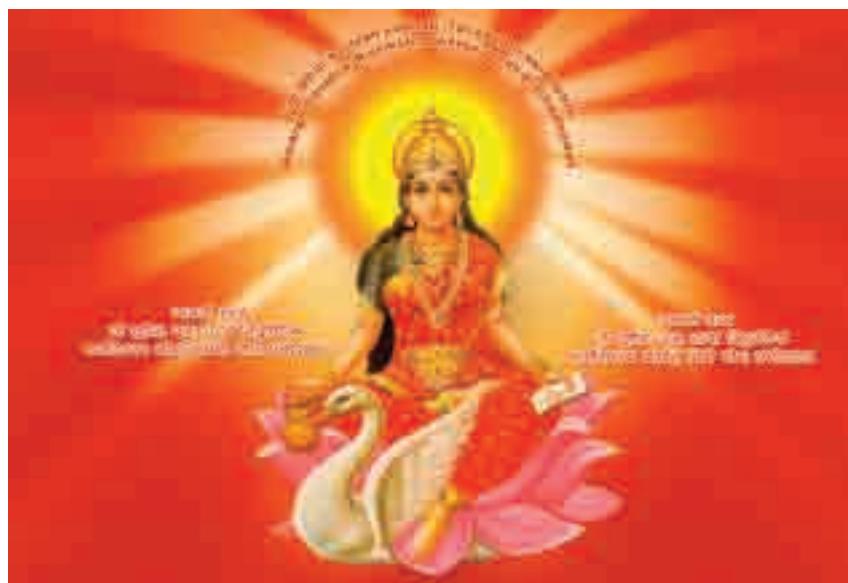
गायत्री मंत्र

'तेरा ही धरते ध्यान हम' भला किसका ध्यान धरते हैं? कभी सोचा है? जब-जब भी ध्यान धरने बैठते हैं तो ध्यान हमारा कहां रहता है? परिवार में, बाजार में, धंधे-रोजगार में, मित्रों के पास ध्यान चला जाता है और मुख से कह रहे हैं, दुनिया को बनाने के लिए 'ध्यान' कर रहे हैं। कैसे होगा ध्यान? जब तक परमात्मा के स्वरूप को देखा नहीं, तब तक ध्यान भला कैसे होगा?

एक कुंवारी कन्या से कहा जाए कि पति का ध्यान करो तो वह कर पायेगी क्या क्योंकि उसने पति देखा ही नहीं और कल्पना करने से ध्यान गलत होगा। हाँ, एक बार वह अपने पति को साक्षात् देख लेगी तो सरलता से सही रूप में ध्यान कर सकती है।

इसी प्रकार भगवान का साक्षात्कार किए बिना ध्यान कैसा? और चूंकि कल्पना से परे हैं परमात्मा, इसलिए कल्पना तो करनी भी नहीं चाहिए। कल्पना उस चीज की जाती है जो मौजूद नहीं है, जिसका कोई अस्तित्व नहीं है लेकिन जो चीज साक्षात् है, प्रत्यक्ष है, उसकी कल्पना करने की भला क्या जरूरत? तो सर्वप्रथम आवश्यकता है भगवान का साक्षात्कार करने की, उसके ज्योति स्वरूप का दर्शन करने की। तभी बात बनेगी।

यदि एक भूखा व्यक्ति यह कहे कि 'मैं भोजन कर रहा हूँ' और इसका जप करे तो क्या भूख मिट जाएगी? एक प्यासा व्यक्ति कहे, मैं पानी पी रहा हूँ? और इन शब्दों का जप करे तो क्या प्यास बुझ जाएगी। कदापि नहीं। यह हम सभी जानते हैं। तो भगवान के बारे में ऐसा क्यों करते हैं? मैं तेरी ज्योति का ध्यान करता हूँ, कहने से काम नहीं बनेगा बल्कि साक्षात् अनुभव करना होगा, तभी गायत्री मंत्र का भाव समझ सकते हैं। ●



■ आर. डी. अग्रवाल 'प्रेमी'

गायत्री मंत्र ईश्वर की महिमा और प्रार्थना से युक्त एक भाव पूर्ण मंत्र है जिसे भक्त लोग आजकल टेप-रेकार्ड पर कैसेट द्वारा श्रवण करते हैं। यजुर्वेद का यह मंत्र गहरा अर्थपूर्ण ही नहीं है बल्कि इसे आत्मसात् करना चाहिए। मंत्र है-

"ओउम् भूर्भुवः स्वः तत्पवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो योनः प्रचोदयात्!"

इसका अर्थ है— हे ईश्वर! तूने हमें उत्पन्न किया, पालन कर रहा है तू। तुझसे ही पाते प्राण हम, दुखियों के कष्ट हरता है तू॥ तेरा महान तेज है, छाया हुआ है सभी स्थान। सृष्टि की वस्तु-वस्तु में, तू हो रहा है विद्यमान।

तेरा ही धरते ध्यान हम, मांगते तेरी दया।

ईश्वर हमारी बुद्धि को, श्रेष्ठ मार्ग पर चला॥

मंत्र- रचनाकार ने यह मंत्र कब कहा? जब उसने ईश्वर की महिमा को साक्षात् देखा, अनुभूत किया तब इसे कहा और लिखा। हम भक्त लोग क्या करते हैं? सिर्फ जुबान से तो कह रहे हैं, लेकिन अनुभूति नहीं करते कि ईश्वर के भर्गों

स्वरूप का साक्षात्कार तो करें। उसके महान तेज को प्रत्यक्ष में तो देखें। सृष्टि के कण-कण में विद्यमान है वह ईश्वर, तो क्या हमारे अंदर नहीं है? क्या हमें इस बात पर विश्वास है कि ईश्वर हमारे अंदर मौजूद है? नहीं। नहीं!! इस बात पर हमें कर्तई विश्वास नहीं है कि ईश्वर हमारे अंदर हैं, अन्यथा उसे बाहर ढूँढ़ने के बजाए अपने ही अंदर उसका दर्शन करना चाहिए। कहा है न, वस्तु कहीं, ढूँढ़े कहीं, केहि विधि आवे हाथ।

अर्थात् प्रमाणिता परमात्मा की उपस्थिति तो हमारे अंदर ही है और ढूँढ़ रहे हैं बाहर तो भला कैसे मिलेगी? असंभव है। जहां पर जो वस्तु रखी हुई है वहीं पर, उसी स्थान से तो वह वस्तु प्राप्त होगी। और यदि उस वस्तु की, यानी कि परमात्मा की जानकारी प्राप्ति नहीं हो रही है तो जिसने जाना है, प्राप्त किया है, जो परमात्मा के भेद को- रहस्य को भलीभांति जानता है उससे मदद लेनी चाहिए। मदद भी कैसी? कोई फीस नहीं, कोई भेदभाव नहीं, कोई शर्त नहीं, कोई नियम नहीं बल्कि एकदम सरलता से, सहजता से, श्रद्धा व विश्वास से, जिज्ञासा भाव से स्वीकार करने की मनःस्थिति होनी चाहिए। ●



सहज रहिये, आगे बढ़िये

■ प्रो. जमनालाल बायती

अंग्रेजी के 'इटेलिजेन्स' शब्द का हिन्दी अनुवाद 'बुद्धि' किया जाता है। पाश्चात्य विद्वानों ने इस पर सोच-विचार एवं अनुसंधान किया है। इस क्षेत्र में स्पीयरमेन ने द्विकारक सिद्धांत का विकास किया, जबकि थानेंडाइक ने बहुकारक और थर्सटन ने समूहकारक का। बुद्धि के संबंध में सिद्धांतों की यह विकास यात्रा यहाँ समाप्त नहीं हुई और आगे चलकर फिलिक वरनन ने पदानुक्रम पर आधारित सिद्धांत का विकास किया। इस क्षेत्र में और काम करने वाले पाश्चात्य विद्वानों में जे.पी. गिलफर्ड तथा गॉडफ्रे, थामसन, विने को भी नहीं भुलाया जा सकता। भारतीय संदर्भ में बुद्धि को प्रजा, धी, चेतना, मेधा, विवेक एवं समझ आदि से सम्बोधित किया गया।

यहाँ पाश्चात्य विचारकों के अनुसार बुद्धि पर विचार करें तो यह वर्तमान परिदृश्य के संदर्भ में अधिक वैज्ञानिक या सांसारिक लगती है। यह बात एक उदाहरण से भली-भांति स्पष्ट हो जायेगी। मान लीजिये कि किसी व्यक्ति ने बस में या ट्रेन में बैठते समय अपने साथी यात्री की जेब से रुपये चुरा लिये या जेब ही काट ली तो ऐसी स्थिति में पौडित व्यक्ति शिकायत करेगा, जांच होगी, दोषी व्यक्ति पकड़ा जायेगा। उसे अपराध की गंभीरता के आधार पर दंड दिया जायेगा। इसे वैज्ञानिक बुद्धि ही कहा जाना चाहिए। निश्चय ही, यहाँ अपराधी की अवस्था, उसकी आवश्यकता पर विचार नहीं किया गया है। किसी भी बुद्धि से विचार किया जाये, चोर को दंड मिलना ही चाहिए। लेकिन, क्या इससे एक कदम आगे बढ़कर यह नहीं सोचा जाना चाहिए कि समाज में कुछ लोगों के पास आवश्यकता से अधिक वस्तुएं हों और कुछ लोग भूख से मरे। क्या भूखे मरने वाले का हिस्सा अन्य लोगों ने नहीं छीन लिया? क्या अधिक वस्तुएं रखने वाले उसके सही अधिकारी या पात्र थे? कहीं यह विपन्नों का ही हिस्सा तो नहीं था?

वैज्ञानिक बुद्धि यही बताती है कि किसी ने चोरी की है तो अपराध हुआ है। पकड़े जाने पर अपराध की गंभीरता के अनुसार न्यायाधीश दंड देता है। यह वैज्ञानिक बुद्धि का तकाजा है। लेकिन, एक भिन्न प्रश्न भी उठता है- वस्तुओं का असमान वितरण। जिस व्यक्ति के रूपये चोरी हुए, वे रुपये बिना प्रयोग के भी हो सकते हैं। या, क्या उन रुपयों का वह व्यक्ति सही प्रयोगकर्ता है? प्रकृति के अनुसार, उन अतिरिक्त रुपयों का वह व्यक्ति सही पार्टी या अधिकारी है? प्रकृति ने जो वितरण किया है, उसे स्वीकार किया जाना चाहिए। लेकिन, प्रकृति द्वारा सही वितरण को पक्षपातपूर्ण या अन्यायपूर्ण माना जा रहा है। उस वितरण को सही मानने से इंकार किया जा रहा है।

संसार में उचित व्यवहार करने के लिए परिवार के दायित्व निभाने के लिए तथा समाज में भली प्रकार से रहने के लिए राष्ट्र तथा समाज के नियमों, रीत-रिवाजों के अनुसार कार्य करते रहना आवश्यक है। क्या कोई व्यक्ति स्वाधीन है? सत्य का सहारा लेने, शरीर, समाज एवं संसार का सहारा छोड़ने या पारिवारिक संपत्ति छोड़ने के लिए क्या कोई तैयार है? हम सभी प्रकृति के हाथों में मात्र कठपुतली हैं। अतः जो प्रकृति द्वारा हो रहा है, उसे स्वीकार किया जाना चाहिए। आज संसार में जो उत्पीड़न, दुःख हाहाकार, अन्याय, संघर्ष आदि बढ़ रहे हैं। इनका मूल कारण प्रकृति के नियमों का पालन न करना है, उन्हें चुनौती देना है। जबकि ये नियम सनातन हैं।

यदि आप यह मानते हैं कि भगवान न्यायकर्ता है और वह पक्षपात नहीं करता है तो जो कुछ हो रहा है, संसार में जो घट रहा है, उसे स्वीकार कीजिए, प्रकृति के न्याय में विश्वास कीजिए। यदि कोई चोरी करता है तो मानिये कि वह उसका हिस्सा है। यदि कहीं भूकम्प आता है तो इसे भगवान का न्याय मानकर इसे स्वीकार कीजिए। हम अन्यायसंगत इसलिए मान रहे हैं कि संसार में इन वस्तुओं से हमारा ममत्व बन गया

है और हम इसे छोड़ना नहीं चाहते। जो भी हो रहा है वह न्यायसंगत ही हो रहा है, इसे स्वीकार कीजिए और प्रसन्न रहिए। प्राकृतिक विधान ही मंगलमय है, इसमें पूर्ण विश्वास रखिए।

चोर चोरी करता है, यह उसका धर्म है। धनी दान करता है, यह उसका धर्म है। भूकम्प में ढेर सारे आदमी मारे जाते हैं या दब जाते हैं- यह प्रकृति का ही न्याय है। प्रकृति की दृष्टि में वे अपराधी रहते हैं, अतः उन्हें मरना पड़ता है। विश्वास कीजिए कि प्रकृति एक क्षण के लिए भी न्याय से विमुख नहीं होती है। लोग निचली अदालत से लेकर सर्वोच्च न्यायालय तक जाते हैं, फिर भी असंतुष्ट रहते हैं, उन्हें निर्णय से संतोष नहीं होता है। अंत में, वे प्रकृति की शरण में, ईश्वर की शरण में जाते हैं और वहाँ उन्हें न्याय मिल जाता है।

सांसारिक बुद्धि ही झगड़ा-फसाद करती है। दुःख का कारण वैज्ञानिक या सांसारिक बुद्धि है तथा यही न्याय ढूँढ़वाने का आग्रह करती है। प्रकृति के स्तर पर जो हो रहा है, वही न्याय है, मनुष्य तो निमित्तमात्र है। प्रकृति सदैव न्याय ही करती है, वह अन्यायी कभी नहीं हो सकती। मान लें कि कोई अनैतिक कार्य करने की योजना बनाता है या साहस करता है तो प्रकृति उसे पहले ही पकड़वा देगी।

आप ये अच्छी तरह से समझ लें कि आत्मज्ञान ही बौद्धिक विकास का प्रथम सोपान है। बुद्धि आज के शिक्षा सिद्धांत तथा तथ्यों की जानकारी तो करती है, लेकिन मानव समाज के कल्याण के लिए अपेक्षित समझ (न कि वैज्ञानिक या सांसारिक बुद्धि) विकसित नहीं कर पा रही है। इससे सांसारिक या वैज्ञानिक बुद्धि या समझ का भेदभाव स्पष्ट होता है। यदि कल्याणकारी समझ से काम नहीं लिया गया तथा मात्र वैज्ञानिक बुद्धि से ही काम लेते रहे तो हम कहीं के नहीं रहेंगे।

-बी-186, डॉ. राधाकृष्णन नगर
भीतलवाड़ा-311001 (राजस्थान)



प्रयत्न करो प्रेरक बनकर

■ आचार्य विजय नित्यानंद सूरि

इस संसार के जितने भी धर्मशास्त्र हैं, जितने भी महापुरुष हुए हैं, चाहे महावीर, बुद्ध हुए हैं, राम-कृष्ण हुए हैं या पैगम्बर और मसीहा हुए हैं। सभी ने मध्यम मार्ग का अनुसरण किया है और कहा है—अच्छे कर्मों का अच्छा फल होगा, बुरे कर्मों का बुरा फल होगा।

अधर्म का आचरण करने वाला अपने पाप से दुखी नहीं होगा, नष्ट हो जायेगा। हिंसः स्व पापेन विहिसितः खलु—तथा धर्म का आचरण करने वाला सुखी होगा, फलेगा, फूलेगा। इस प्रकार धर्मगुरुओं ने इस प्रथम ज्ञान मार्ग को अपनाया है।

दूसरा मार्ग है, सहायता देकर, उपकार भावना या सहयोग भावना से, अथवा धन देकर किसी को बुराई से बचाना। जैसे माता-पिता अपने बच्चे को प्रेम से समझाते हैं, रोकते हैं। बालक नहीं मानता है तो उसे खिलौने का प्रतोभन देकर रोकते हैं, चॉकलेट, टॉफी देकर समझाते हैं, और तब भी नहीं मानता तो फिर डांट-डपटकर के भी उसे

रोकने का प्रयास करते हैं। अध्यापक या शिक्षक छात्र को भी प्रेम से, कभी दण्डभय से और कभी उसके उज्ज्वल भविष्य की आशा और विश्वास देकर उसे पढ़ाते हैं। सदाचार की तरफ मोड़ते हैं। इसी प्रकार कोई आदमी गरीबी के कारण चोरी कर रहा है, परिस्थितियों से विवश होकर किसी जीव की हिंसा कर रहा है, पाप कर रहा है, कोई अपनी जान बचाने के लिए, आत्म-रक्षा लिए किसी को मार रहा है। उन परिस्थितियों में कोई करुणावान समर्थ पुरुष उसे धन देकर उसकी गरीबी दूर करता है, अन्य प्रकार की सहायता करके उसे पापों से बचाता है या उस पर कोई उपकार या एहसान करके उसकी मदद करके उसे दुराचार से, अनीति से बचा लेता है, यह दूसरा मार्ग है।

पहला मार्ग अहिंसा का है, धर्म का है।

दूसरा मार्ग नीति का है, मानवता का है।

यदि कोई इन दोनों उपायों से ही दुराचार से नहीं बचता है। अनीति को नहीं छोड़ता है। किसी पर अत्याचार करता है और भय आतंक फैलाता है। तब उसे दण्ड देना, तलवर आदि का भय दिखाना, मृत्यु की सजा देना, यह तीसरा मार्ग

शासन का है, सत्ता का है।

दण्ड देना हर किसी के अधिकार की बात नहीं है। कानून को हाथ में लेना, हर किसी के लिए गुनाह है। जिसके पास सत्ता है, अधिकार है, वही उसका न्याय-नीति सम्मत उपयोग करने का अधिकारी होता है।

यदि दूसरों की भलाई के नाम पर कोई दण्ड का, तलवार का, बटूक का उपयोग करने लग जायेगा, तो क्या होगा? अराजकता फैल जायेगी। जिसकी लाठी उसकी भैंस। फिर वहाँ कानून का राज नहीं रहकर जंगलराज हो जायेगा। कभी-कभी बिना किसी अपराध के केवल अपने मताग्रह को दूसरों पर थोपने के लिए, अपने धर्म का प्रचार करने के मिथ्या अभिनिवेश के कारण, दूसरे धर्म वालों को नास्तिक, अधर्मी, निन्दक, काफिर मानकर उन पर अत्याचार किया जाता है। मतान्ध लोग उनकी हिंसाएं करते हैं, हजारों, लाखों निरपराधों का खून करते हैं। यह न तो राजनीति है, नहीं धर्म नीति, यह है केवल अनीति। मतान्धता और अभिनिवेश या साम्प्रदायिक उन्माद है। ●



www.shingora.net

SHINGORA

SUMMER
STOLES &
SCARVES



Available at all leading stores & multi brand outlets nationwide.

For Dealer queries, contact:
08968982222; 0161-2404728



दोस्ती का बगीचा

■ चन्द्र प्रकाश शर्मा

यह न आधुनिक प्रेमी-प्रेमिकाओं की मिलन स्थली है ना सैर सपाटे के लिए कोई आम शहरी उद्यान। दोस्ती का यह वह बगीचा है जो दुनिया के देशों को आपस में जोड़ता है, उनमें परस्पर सद्भाव, प्रेम और मैत्री जगाता है।

वृक्षों के बारे में शायद ही कभी सोचा गया है कि वह वृक्ष दुनिया के देशों के बीच तनाव कम कर सकते हैं और दोस्ती का पाठ भी पढ़ा सकते हैं। जयपुर का 'विश्व वानिकी वृक्ष उद्यान' इन्हीं भावनाओं को लेकर विकसित किया गया है। पर्यावरण संतुलन में तो इस उद्यान का पूर्ण सहयोग है ही साथ ही वृक्षों के बारे में हमारी जानकारी को यह असाधारण रूप से विस्तार प्रदान करता है।

जयपुर में झालाना सांस्थानिक क्षेत्र से पूर्व की ओर कुछ दूर चलें तो जयपुर-दिल्ली बाईपास पर ही यह विशाल अंतर्राष्ट्रीय उद्यान स्थित है। राजस्थान सरकार द्वारा सन् 1986 में स्थापित यह उद्यान भूतपूर्व प्रधानमंत्री इंदिरा गांधी को श्रद्धांजलि के रूप में समर्पित है। करीब ढेर हजार हेक्टर क्षेत्र में फैले पासे इस बगीचे में देशी-विदेशी प्रजातियों के दो हजार से भी अधिक पेंड-पौधे लगाए गये हैं। अनुभवी वनवर्धन विज्ञानियों, उद्यान विशेषज्ञों और पादप विशेषज्ञों आदि के सतत श्रम सहयोग से यह संभव हो सका है। जिस स्थान पर दूर-देशों से लाये वृक्ष लगाये गये हैं, उसे, 'वर्ल्ड एंसेबली ऑफ लॉन्टास' यानी वृक्षों का विश्व-समुदाय नाम दिया गया है। यहां विभिन्न वृक्ष को आपस में स्पर्श करती रहनियां परस्पर दोस्ती का एहसास कराती हैं, मानो एक-दूसरे से कह रहे हों, बहुत हो गया मन मुटाब, चलों फिर से दोस्त बन जाएं। दुर्लभ पेंडों का यह मंजर देख, भला किसके मन में व्युथैव कुटुंबकम के भाव नहीं जागेंगे।

प्रत्येक वृक्ष के पास एक पट्टिका लगी है, जिस पर देश का नाम, वृक्ष की प्रजाति और उस देश के ध्वज का चिन्ह भी अंकित है, ताकि वृक्ष विशेष को उस देश के प्रतिनिधि वृक्ष के रूप में भलीभांति जाना जा सके। एशियाई देशों में भारत के साथ-साथ पाकिस्तान, चीन, इजरायल, मलाया आदि के वृक्ष लगे हैं तो अफ्रीकी देशों में जिम्बाब्वे, मिस्र और केन्या आदि के वृक्ष लगे हैं। ऑस्ट्रेलिया, यूरोप और दक्षिणी अमेरिकी देशों के वृक्ष भी लगाये गये हैं। ऑस्ट्रेलिया के वृक्ष यहां की जलवायु सहन करने में काफी कुछ समर्थ हैं, इसलिए सर्वाधिक प्रजातियां आस्ट्रेलिया की युकिलिप्टिस और ए. हेलीमस सहित कुल आठ प्रजातियां हैं। भारत के प्रतिनिधि वृक्षों के रूप में



दोस्ती के इस बगीचे में घूमने का आनंद यूं हर मौसम में लिया जा सकता है, लेकिन बारिश के दिनों में यह बाग हर एक आगंतुक को ताजगी से भर देता है।

फाइक्स बैंगालेन्सिस (बरगद) और अजाइंडरेकटा-इन्डिका (नीम) लगाये गये हैं।

दूर देशों से आये पौधों को इस उद्यान में रोपने की जटिल प्रक्रिया है। पहले पौधे को यहां के नये वातावरण में ढाले जाने का काम किया जाता है, ताकि आगे चलकर वह पूर्ण विकसित हो सके। इसके लिए यहां एक ग्रालस हाउस है। इसमें एक केंद्रीय कक्ष तथा तीन उप-कक्ष हैं। ग्रालस हाउस का तापक्रम कम करने के लिए इसमें एयर कूलर भी लगे हैं, ताकि तेज गर्मी में पौधे कुम्हलाएं नहीं।

वृक्षों के विश्व समुदाय के पास ही बोगनवेलिया उद्यान हैं, जिसमें बोगनवेलिया की करीब चालीस किम्में उगायी गयी हैं। आम आदमी की जानकारी में बोगनवेलिया के बारे में शायद इतनी भर जानकारी हो कि इसका नाम एक फ्रांसीसी नाविक लुइस एन्टोनी डी बोगनवेलिया के नाम पर पड़ा था, लेकिन इस बगीचे के मार्फत इस खूबसूरत फूल के बारे में काफी कुछ जाना जा सकता है। हर पौधे के पास लागी पटिका यह बताती है कि बोगनवेलिया का जो खूबसूरत फूल आप देख रहे हैं उसकी प्रजाति कौन-सी है। मिलियन डॉलर, एच. सी. बक, मेरी मालपर डॉ. राव, रंभा लेमेजिन, पार्था एक से एक खूबसूरत बेराइटी से आप यहां रू-ब-रू हो सकते हैं।

कुछ आगे चलें तो बन औषधियों के पौधे ही पौधे नजर आते हैं। प्रत्येक औषधि पौधे में

लगी पटिका यह बताती है कि उसका आयुर्वेदिक और स्थानीय नाम क्या है। औषधि के लिए उस वृक्ष का कौन-सा भाग उपयोगी है और किस-किस रोग के उपचार में यह लाभकारी है। शतावर, चित्रक, गिलोय, काली तुलसी सदाबहार जैसे औषधि वृक्षों को आप यहां आसानी से पहचान सकते हैं, उनके बारे में जानकारी भी प्राप्त कर सकते हैं।

अरावली फ्लोरा, वेटलैंट फ्लोरा, पाम हाउस, कैकटी कॉर्नर इस अद्भुत उद्यान के कुछ अन्य आकर्षण हैं। कैकटी कॉर्नर और पाम हाउस में क्रमशः कैक्टस और पाम के विभिन्न किसमें लगायी गयी हैं। अरावली फ्लोरा में अरावली क्षेत्र में पायी जाने वाले बनस्पति अर्जुन, धोंक, गुगल आदि को संरक्षित किया गया है।

दोस्ती के इस बगीचे में घूमने का आनंद यूं हर मौसम में लिया जा सकता है, लेकिन बारिश के दिनों में यह बाग हर एक आगंतुक को ताजगी से भर देता है। पूरा बगीचा घूमने एवं उसका आनंद उठाने के लिए आपके पास कम से कम दो चार घंटे का बक्त जरूर होना चाहिए। लेकिन चलहकदमी और सैर-सपाटे के बीच हमें खलीन जिब्रान की यह उक्ति नहीं भूलनी चाहिए-

“सुंदर वृक्ष धरती के माध्यम से गगन में लिखी कविता हैं। उनको गिराकर कोरे कागज की तरह अपनी रिक्तता प्रस्तुत न करें।”

-20, अर्जुनपुरी, इमली वाला फाटक
जयपुर (राजस्थान)

शंखनाद से नष्ट होते हैं रोगाणु

■ शशि भूषण शलभ

मंदिरों में पूजा-पाठ, आरती करते समय शंख बजाने की प्राचीन परम्परा है। शंख बजाने का धार्मिक ही नहीं है वैज्ञानिक महत्व होता है। विश्व प्रसिद्ध भारतीय वैज्ञानिक जगदीशचंद्र बसु ने बहुत पहले ही अपने यंत्रों द्वारा ज्ञात कर लिया था कि एक बार शंख बजाने पर उसकी ध्वनि जहां तक जाती है वहां तक अनेक रोगों के जीवाणु नष्ट हो जाते हैं। शंख की ध्वनि स्पृद्ध से जीवाणु मूर्छित हो जाते हैं। यदि कुछ देर तक शंखनाद किया जाए तो उस जगह का वातावरण जीवाणुओं से मुक्त हो जाता है।

शंखनाद से क्षय रोग, हैंजा आदि के जीवाणु नष्ट होते हैं। एक अनुसंधान के अनुसार प्रति सेकेण्ड 27 घनफुट वायु शक्ति की तीव्रता से बनाए हुए शंखनाद के प्रभाव से 1200 घन फुट दूरी तक जीवाणु नष्ट हो जाते हैं। इसके अंतरिक्त 260 घन फुट तक वातावरण में फैले जीवाणु मूर्छित हो जाते हैं।

शंख ध्वनि सुनने मात्र से श्रवण शक्ति विकसित होती है। हकलाने की विकृति नष्ट होती है। मूक बधिरता (बहारापन) भी शंखनाद की ध्वनि से नष्ट होता है। मूकबधिर व्यक्तियों को दो फुट की दूरी से शंखनाद सुनना चाहिए। शंख बजाने वाले व्यक्ति के फेफड़ों में वायु एकत्र होती है। फिर उस वायु के मुंह के द्वारा शंखनाद किया जाता है। इस प्रक्रिया से श्वासनली व फेफड़ों की प्रक्रिया होती है। निरन्तर शंखनाद करने से अस्थमा (दमा), कफ (खांसी), प्लीहा, यकृत आदि रोग-विकारों से मुक्ति मिलती है।

शंखनाद से पहले शंखों में जल भरा जाता है। शंख जल से शीतलित (छपाकी), शारीरिक निर्बलता, रक्त की कमी और स्त्रियों का श्वेतप्रदर (ल्यूकोरिया) रोग नष्ट होते हैं। यहीं नहीं, चिकित्सा विशेषज्ञों का कहना है कि किसी स्त्री को नियमित रूप से शंखजल का शौचादि से निवृत्त होने के बाद सेवन कराया जाए तो स्त्री गर्भधारण करने में सक्षम होती है।

शंख जल के सेवन से गर्भाशय के रोग-विकार नष्ट होते हैं। प्रसव वेदना से व्यथित किसी युवती को शंखनाद की ध्वनि सुनाई जाए तो प्रसव वेदना नष्ट होती है। शंख जल का सेवन करने से युवती की संतान स्वस्थ व सुंदर होती है। शंखनाद की ध्वनि सुनने से हृदयाघात (हार्ट अटैक) की संभावना कम होती है। शंख बजाने वाले के फेफड़े शक्तिशाली हो जाते हैं।

शंख की उत्पत्ति समुद्र से होती है। वैज्ञानिकों के अनुसार समुद्र में घोंघे शंख बनाते हैं। शंख की उत्पत्ति का संबंध समुद्र मंथन के समय से है। जब देवताओं और असुरों ने मिलाकर समुद्र मंथन किया था, तब चौदह रत्नों के साथ



प्रसिद्ध भारतीय वैज्ञानिक जगदीशचंद्र बसु ने बहुत पहले ही अपने यंत्रों द्वारा ज्ञात कर लिया था कि एक बार शंख बजाने पर उसकी ध्वनि जहां तक जाती है वहां तक अनेक रोगों के जीवाणु नष्ट हो जाते हैं।

पांचजन्य शंख भी निकला था। भगवान विष्णु ने उस अलौकिक शंख को अपने पास रखा था। उस समय से ही आयुध के रूप में शंख की पूजा की जाने लगी।

शंख दो प्रकार के होते हैं। एक दक्षिणार्द्धी, दूसरा वामार्द्धी। दक्षिणार्द्धी शंख का पेट दक्षिण की ओर खुला होता है। इस शंख को बजाया नहीं जाता क्योंकि इस शंख का मुंह बंद होता है। धार्मिक दृष्टि से भी दक्षिणार्द्धी शंख को अशुभ माना जाता है। दक्षिणार्द्धी शंख घर में रखने से लक्ष्मी का वास नहीं होता है।

वामार्द्धी शंख का पेट बायाँ ओर खुला होता है। इस शंख को बजाया जाता है। आयुर्वेद चिकित्सक वामार्द्धी शंख से गुणकारी भस्म बनाते हैं। शंखभस्म के सेवन से संग्रहणी, आंखों के दोष, मुहासे, उदरशूल, यकृत, प्लीहा वृद्धि, अजीर्ण, मंदाग्नि, अफारा, गुल्म रोग आदि नष्ट होते हैं। उदर में वायु एकत्र होने से उत्पन्न अफारा में रोगी तीव्र शूल से विचलित हो उठता है तो शंख भस्म से लाभ होता है।

शंख भस्म बच्चों की काली खांसी में बहुत लाभ करती है। अजीर्ण, मंदाग्नि और अफारा रोग में एक से चार रत्ती तक शंख भस्म नींबू के रस या मिश्री के साथ सेवन कराने से तुरंत लाभ होता है।

शंख भस्म में कैल्शियम अधिक मात्रा में होता है। शंख भस्म गुण में स्तंभक (ग्राही) होती है। उदरशूल में एक रत्ती शंख भस्म लवणभास्कर चूर्ण में मिलाकर जल के साथ सेवन कराने से तुरंत शूल नष्ट होता है। भस्म का सेवन तक

(मट्टे) के साथ करने से भी लाभ होता है।

अम्लपित्त की विकृति होने पर बार-बार खट्टी डुकारों से रोगी परेशान हो जाता है। कंठ में तीव्र जलन होती है। ऐसी स्थिति में शंखस्त्रभ के साथ नारिकेल क्षार और नौसादर मिलाकर भोजनपरांत शुद्ध धी या नींबू के रस के साथ सेवन करने से तुरंत लाभ होता है।

हिचकी बार-बार आती है तो रोगी बहुत परेशान हो जाता है। ऐसी स्थिति में शंख भस्म का सेवन कराने से हिचकियां तुरंत बंद हो जाती हैं। स्त्रियों के श्वेतप्रदर (ल्यूकोरिया) रोग में शंख भस्म एक रत्ती और अकीक भस्म एक रत्ती मात्रा में मिलाकर दिन में दो बार चावलों के धोवन (जल) से देने पर बहुत लाभ होता है। रोगी स्त्री के हाथ-पांव की जलन भी नष्ट हो जाती है।

ऋतु स्नाव के समय बहुत-सी नवयुवतियों को तीव्र पीड़ा से गुजरना पड़ता है। ऐसी स्थिति में शंख भस्म, हल्दी और गुड़ खरल में घोटकर छोटी-छोटी एक-एक रत्ती की गोलियां बनाकर रखें। एक-एक गोली सुबह और शाम चावलों के धोवन से सेवन कराने पर पीड़ा का निवारण होता है। शंख जल में जीवाणुनाशक अद्भुत शक्ति होती है। शंख को किसी कांच के पात्र में जलभर कर उसमें डालकर रखें। एक-दो घंटे के बाद उस जल से प्रक्षेपण, प्रक्षालन और सेवन करने से रोग विकार नष्ट होते हैं और स्वास्थ्य संतुलित रहता है।

**- भारतीय चिकित्सा भवन
ए-3/14, एम.आई.जी., रोहिणी,
सैक्टर-8, दिल्ली-110085**

POSSESSIVE FEAR IN RELATIONSHIPS



■ J Krishnamurti

For most of us, relationship with another is based on dependence, either economic or psychological. Dependence creates fear, possessiveness, friction, suspicion and frustration.

Economic dependence on another can perhaps be eliminated through legislation and proper organisation, but I am referring especially to that psychological dependence on another, which is the outcome of craving for personal satisfaction, happiness, and so on. One feels, in this possessive relationship, enriched, creative and active; one feels one's own little flame of being is increased by another.

In order not to lose this source of completeness, one fears the loss of the other, and so possessive fears come into being with all their resulting problems. Thus in this relationship of psychological dependence, there must always be conscious or unconscious fear, suspicion, that often lies hidden in pleasant-sounding words.

The reaction of this fear leads one ever to

search for security and enrichment through various channels, or to isolate oneself in ideas and ideals, or to seek substitutes for satisfaction.

Though one is dependent on another, there is yet the desire to be inviolate, to be whole. The complex problem in relationship is how to love without dependence, without friction and conflict; how to overcome the desire to isolate oneself, to withdraw from the cause of conflict. If we depend for our happiness on another, on society or on environment, they become essential to us; we cling to them, and any alteration of these we violently oppose because we depend upon them for our psychological security and comfort. Though intellectually we may perceive that life is a continual process of flux, of mutation necessitating constant change, emotionally or sentimentally we cling to established and comforting values; hence there is a constant battle between change and the desire for permanency.

Is it possible to put an end to this conflict? Life cannot be without relationship, but we have made it so agonising and hideous by basing it on personal and possessive love. Can one love and yet not possess? You will find the true answer not in escape, ideals and beliefs but through the understanding of the causes of dependence and possessiveness...

As long as we do not understand individual relationship, we cannot have a peaceful society. Since our relationship is based on a possessive love, we have to become aware, in ourselves, of its birth, its causes and its action. In becoming deeply aware of the process of possessiveness with its violence, fears, its reactions, there comes an understanding that is whole, complete. This understanding alone frees thought from dependence and possessiveness. It is within oneself that harmony in relationship can be found, not in another, nor in environment.

In relationship, the primary cause of friction is oneself, the self that is the centre of unified craving. If we can but realise that it is not how another acts that is of primary importance, but how each one of us acts and reacts, and that if that reaction and action can be fundamentally, deeply understood, then relationship will undergo a deep and radical change... In this relationship with another, there is not only the physical problem but also that of thought and feeling on all levels, and one can be harmonious with another only when one is harmonious integrally in oneself...

Relationship is a process of self-revelation in which one discovers the hidden causes of sorrow. This self-revelation is only possible in relationship.

HOW TO MANAGE ANGER?

■ Dr. M. R. Gelra

Human have acquired and evolved several emotions which are hard written in their DNA's. Like other emotions-love, hate, fear, affection, anger is one such emotion.

It is believed that an angry person is full venom and could be dangerous to others like a snake. Though anger is natural and spontaneous, its degrees is very drastically from person to person.

However, we can broadly classify the intensity of anger by drawing an analogy. Let us visualize four different surfaces on which an artist inscribes a curve-

1. On stone-such an inscription is everlasting in nature and though to erase.
2. On wall-relatively less permanent and can be plastered off with some efforts.
3. On sand-such inscriptions are temporary and can be easily washed off by a breeze wind.
4. On water- such inscriptions are momentary and vanish as quickly as they appear.

Jain religion describes that the persons falling in first category exhibit very distinct symptoms-clinching of fists, bloodshot eyes and grinding of teeth. They lose their serenity and in their range of fury they



become ruthless and may commit brutal crimes. In a journal published by the American Heart Association, a study showed that people who are more prone to getting angry are three times more likely than others to have a fatal arrest. Second, third and fourth depict gradual descend in the intensity of anger.

In spite of many efforts made in this direction to understand anger and to manage it, we must realize that we cannot get rid of or avoid anger altogether as we are humans, after all. However we can

manage the anger.

1. Greek philosopher Aristotle said, "Anybody can become angry, that is easy; but to be angry with the right person, and to the right degree, and at the right time and for the right purpose, in the right way that is not within everybody's power—that is not easy"
2. Chinese philosopher Confucius Said, "When anger rises, think of the consequences."
3. Indira Gandhi once Said, "You cannot shake hands with a clenched fist."
4. Gurdjieff, a famous Sufi saint says, "If you are angry, do not answer immediately, answer only after a delay of 24 hours. He knew that anger is circumstantial and is rendered redundant once adequate time elapses."
5. Lastly, we must form a habit to regret, whenever we lose our temper, or as soon as the angry words are out of mouth. We can also put a sudden brake on the thought process and concentrate no breath on breath and start counting inhalations and exhalations.

-5 CHA 20
Jawahar Nagar, Jaipur-302004
Former VC Jain Vishva
Bharti University, Ladnun

LIVE WITH A MEDITATIVE ATTITUDE



Meditation is not an activity or a hobby. It is the attitude one has to life. If you think you are "doing" meditation by sitting alone and closing your eyes, think again. Meditation is not something you do.

If you live with clarity, meditation will awaken. Meditation is an attitude. You are always with yourself, meaning that you are expressing your true self. When you are close to yourself, you are in meditation. So anything which can bring you close to yourself is meditation. If you are "doing" meditation, you will go farther away from yourself.

When you sit to meditate don't do anything, just be there, quiet with yourself. Be present, feel the environment, the atmosphere, just enjoy your own company. To awaken your meditative nature, there are certain kriyas and one powerful kriya is that you observe your breath. If you cannot observe your breath, then count your breaths. Make it your permanent habit from today that you will never spend a day

without counting hundred breaths. As you start it, in ten minutes you will start feeling some changes inside. Don't make any effort to breathe, let it be natural. Just count it. Counting your one hundred breaths will awaken your meditative nature. Slowly you will start feeling that your life is becoming a meditation... What does that mean? That means your life will be full of power, creativity and strength.

The environment is full of vibrations. When vibrations touch your system, your system transforms them into thoughts. Thought is power. I have the power to think and to create thoughts. We never use that power. In our whole life we never think. What we call thinking is not thinking, it is just repeating or parroting. If we knew how to think and what to think, we could create paradise. The power to think is the power of creation. Whatever we are now, we created that life with our thoughts, with our imaginations, with our dreams. Whatever you imagine, that becomes. Whatever you think, that becomes. If I know consciously how to use my thoughts, how to use my thinking power, then we make our lives as we want it to be.

■ **Swami Brahmdew**

If you pause a little you will realize we have freedom to think but we are not free to think. We are living in frames; society, system, culture, religion, philosophy -- we are so boxed in that we are unable to think. Since we are not free, we need to first get liberated! Only with wisdom we can think. And wisdom comes with consciousness. First discover higher consciousness by cultivating a meditative attitude.

All matter is energy, energy is consciousness, all force is consciousness. Strength comes when you are positive, you feel healthy; when you are destructive you start feeling different, you start feeling weak. When your thoughts are healthy, positive, you start feeling strong. When your thoughts are negative, you start feeling weak. When we are sincere, we feel strong; when we are not sincere, we start feeling very weak. Do not confuse positive thoughts with the ego. Such thoughts relate only to yourself. Positive thoughts are when you feel positive not just about yourself but about everyone around you. That again is born only with a meditative attitude.

So the first step for any kind of meditation is to develop the right attitude through watching your breath and slowly progressing to discover your inner Self.

SOMETHING MORE THAN MONEY



After a foreign tour, I landed at the Delhi airport, where I used a wheelchair. At the exit, my companion offered some money to the boy who was maneuvering my wheelchair. The boy refused, saying, "Don't give me money, but give me your ashirwaad, blessings. I am appearing for an examination; please pray that I pass it." I put my hand on his head and prayed for him.

What the boy said was not something simple. It represents a creative mindset. It is to opt for hard work instead of for easy money. It is to opt for a 'self-made man' formula, rather than trying to find favour.

When you try to live on your own, you are trying to tap your potential. Everyone is born with enormous potential, but potential can be developed only by hard work. The best policy for anyone trying to succeed in life is to try to unfold his potential rather than try to receive any advantage from elsewhere.

People generally say with envy that So-and-so

■ **Maulana Wahiduddin Khan**

was born with a silver spoon in his mouth. But this is wrong. Fortunate is one who is born with an incentive spoon in his mouth. If you are born to a life of hardship, it will activate you and this will give you incentive to work. On the other hand, if you are born into a life of comfort, it will kill your motivation. Certainly, self-motivation is of far greater value than external support.

Every favour is limited in nature. It has no unlimited scope. But when you try to unfold your potential, that is like embarking upon a journey that is limitless. Favour may give you temporary relief, but hard work is the only way to achieve great success. All super achievements were born out of hard work rather than favours.

It has been rightly said: 'It is not ease but effort, not facility but difficulty that makes men.' Facility may seem good, but difficulty is better in terms of result. Opting for effort is good for both physical health and intellectual development.

Living on favours means living as a taker in society. But living as a hard worker means being a giver in society. And it is a fact that the giver is better off

than the taker.

When you achieve something by dint of hard work, it gives you one precious thing, and that is confidence. Hard work is always accompanied by confidence. And, confidence leads to peace of mind. Nothing is better than peace of mind.

Once, a man came to the Prophet of Islam. He said: "I am a pauper. Give me some money for my livelihood." The Prophet said: "That would not be good for you." Then he gave him a formula for dignity: "The upper hand is better than the lower hand." Then the Prophet gave him a few silver coins, and said: "Go to the jungle, cut some wood, and sell it to earn your livelihood. And meet me in two months' time."

The man accepted the Prophet's words. He led his life as advised by the Prophet. Then, two months later, he came back to the Prophet and said: "I am happy with my job. Now I have decided not to ask for anything from anyone."

By hard work you can earn money, but through money you cannot achieve hard work. The best formula of life is this: Do not try to obtain favours, but rely on your own efforts.





कुछ नए उपाय



■ ज्योतिषाचार्य प्रवीण सोनी

मेहंदी: मेहंदी नाम से ही सब परिचित है। यह किस प्रकार काम आती है। सभी शुभ कार्यों के लिए स्त्रियां इसका प्रयोग करती है अर्थात् अपने हाथों पर लगाती हैं। यह शुभ समय कोई भी हो सकता है। कोई भी ब्रत, पूजा, त्योहार, शादी आदि पर मेहंदी को लगाना शुभ माना जाता है।

कोई भी ब्रत, पूजा पर इसे लगाने से माने एक विश्वास होता है कि जो होगा, अच्छा होगा। इसकी खुशबू मनमोहक होती है। इसका प्रयोग निम्न प्रकार से किया जाता है। मेहंदी की जड़ तथा बीजों को ताबीज में भरकर गले में धारण करने से दिमाग में आने वाला क्रोध समाप्त हो जाता है। सदा शरीर ठीक रहता है। इसे पहनने से ज्वर का नाश होता है। समस्त ग्रहों के दोष समाप्त हो जाते हैं। भूत-प्रेतादि के दोष होते ही नहीं, यदि हो गये हों तो समाप्त होकर शरीर सुख मिलता है।

अकाल मृत्यु: नागदौड़ की जड़ को चन्द्र ग्रहण के अवसर पर प्राप्त करके चांदी के ताबीज में नीले रंग की डोरी में गले पर पहनने से असमय होने वाली मृत्यु का इस ताबीज के प्रभाव से कोई भी संकट उत्पन्न नहीं होता।

रोगनाश के लिए: नागदौड़ की जड़ को गाय के दूध के साथ सेवन करने से रोगों का अंत होकर आयु की बुद्धि होती है।

नींबू: नींबू यह एक ऐसी वस्तु है जिसके बारे में सब भली भांति जानते हैं। ऐसा कोई घर नहीं होगा जो इसके बारे में न जानता हो या इसका प्रयोग न करता हो। नींबू का प्रयोग कई उपायों के लिए भी किया जाता है।

दृष्टि दोष के लिए: एक नींबू लेकर दृष्टि दोष से पीड़ित व्यक्ति के ऊपर से सात बार उतारा करके किसी स्वच्छ चाकू से उसके दो टुकड़े करके विपरीत दिशा में फेंक दें। अगर हो सकते हों तो इन टुकड़ों को किसी भी चौराहे पर डाल आयें। इस प्रकार यह प्रयोग करने से दृष्टि दोष समाप्त हो जाता है।

मार्ग में अड़चन के लिए: आप कहीं शुभ कार्य के लिए जाना चाहते हों पर मार्ग में अड़चन पड़ने का अनुमान लग रहा हो तो घर से निकलने से पहले एक नींबू लेकर चार पिंडें या कील को नींबू के अंदर धुसा करके द्वार के पास रख दें और फिर प्रस्थापन करें। इस प्रयोग के प्रभाव से रास्ते की अड़चन समाप्त हो जाएगी।

जेब में हमेशा धन रहें: अधिकतर लोग अपनी जेब में पड़ा सारा धन व्यय कर डालते हैं और

फिर परेशान रहते हैं। ऐसा कई कारणों से होता है। कुछ लोग

आवश्यक सामग्री को खरीदने में व्यय करते हैं तथा कुछ लोग व्यर्थ ही व्यय कर देते हैं। जब भी रहने के कई उपाय हैं परन्तु हम एक ही उपाय के बारे में चर्चा करेंगे और यही एक उपाय हमेशा आपकी जेब भरी रखेगा। आइए इस उपाय के बारे में चर्चा करें। पुष्ट नक्षत्र रविवार के दिन एक कौवा पकड़ के उसके दाहिने पांव का एक नाखून उखाड़ के कौवे को छोड़ दें। इस नाखून को ताबीज में बंद करके जेब में रखें। जब तक यह ताबीज जेब में रहेगा, तब तक जेब कभी भी खाली नहीं हो सकती।

बच्चे के कम बोलने पर: कभी-कभी ऐसा भी होता है कि बच्चा जन्म के बाद जब बोलना सीखता है तो कम बोलता है या बोलता ही नहीं। यह स्थिति बड़े लोगों में भी पायी जाती है। यदि कौवे की जूठन इहें खिला दी जाए तो इस तरह के बच्चे धाराप्रवाह बोलने लग जाते हैं।

— डब्ल्यू. जे.ड. -9, मकान नं. 9-सी भूमितल, ओमविहार, फेज-1 उत्तम नगर, नई दिल्ली-110059

■ अखिलेश आर्येन्दु

वैज्ञानिकों के अनुसार, हमारे पाचन तंत्रों की बनावत भी शाकाहार के अनुकूल है। वहाँ दूसरी ओर हमारे वेद, पुराण, गीता, कुरान, गुरुग्रंथ साहिब और दूसरे धर्म ग्रंथों में हमें दूसरे जीवों के प्रति करुणा और दया का भाव रखने की सलाह दी गई है। सच तो यह है कि परमात्मा की सृष्टि से प्रेम करना परमात्मा से प्रेम करने के समान है। यदि आप चाहते हैं कि ईश्वर हम पर दया और कृपा करता रहे, तो आपको भी उन प्राणियों के प्रति प्रेम और दया की दृष्टि रखनी होगी, जिन्हें परमात्मा ने बनाया है। बहुत पुरानी कहावत है— जैसा पिएं पानी, वैसी बने वाणी। जैसा खाएं अन्न, वैसा बने मन। इसका अर्थ यह हुआ कि हमारे मन पर आहार का बहुत प्रभाव पड़ता है।

सच तो यह है कि मांसाहार का सेवन करने वाले व्यक्ति का मन पवित्र हो ही नहीं सकता है। अथर्ववेद में कहा गया है कि जीवों के प्राणों का अंत कर उसे खाने वाले मनुष्यों पर ईश्वर की कृपा दृष्टि नहीं होती है। महर्षि दयानंद के अनुसार, मांसाहार से मनुष्य का स्वभाव हिंसक हो जाता है। गीता में भोजन की तीन श्रेणियां बताई गई हैं। सात्त्विक भोजन- फल, दालें, अनाज, मेवे, दूध, मक्खन आदि। इनसे मनुष्यों में सुख, शार्ति, दया, अहिंसा और करुणा का भाव

सर्वोत्तम है शाकाहार



बहता है। राजसी भोजन में तीखे, गर्म, कड़वे, खट्टे और मिर्च-मसाले वाले भोजन आते हैं। इनसे जलन पैदा होती है। इस तरह का भोजन दुख, रोग और चिन्ता बढ़ाने वाला होता है। तामसिक भोजन- बासी, आधे पके दुर्गंध वाले, नशीले, मांसाहार आदि। ऐसे आहार गर्दे संस्कारों की तरफ ले जाते हैं। हमारी बुद्धि भ्रष्ट हो जाती है, शरीर में अनेक बीमारियां उत्पन्न होती हैं और आलस्य बढ़ता है। इससे यह पता चलता है कि सात्त्विक आहार ही हमारे लिए सर्वोत्तम है। महान वैज्ञानिक अल्बर्ट आइंस्टीन कहते थे कि शाकाहार का हमारी प्रकृति पर गहरा प्रभाव पड़ता है। यदि दुनिया शाकाहार अपना ले, तो हिंसा

होने की गुंजाइश ही खत्म हो जाए। महान दार्शनिक जॉर्ज बर्नार्ड शॉ ने लिखा है, ‘हम मांस खाने वाले चलती-फिरती कब्रों के समान हैं, जिनमें कई जानवरों की लाशें दफन हैं।’

भारत में भी कई संत और दार्शनिक हुए हैं, जिन्होंने मांसाहार को जहरीला या राक्षसी आहार कहा है और उनसे दूर रहने की हिदायत दी है। महान दार्शनिक और संत तिरुवल्लुवर ने कहा है कि उस मनुष्य में दया की भावना कैसे आ सकती है, जो अपना मांस बढ़ाने के लिए दूसरे जीव-जंतुओं का मांस खाता है। इसलिए मांसाहार को पाप और अपराध के लिए जिम्मेदार बताया गया है। इसके बावजूद भी यदि हम मांस खाते हैं, तो यह हमारी मूर्खता होगी। सच तो यह है कि यदि आप चाहते हैं कि आपका मन पवित्र हो और आपके विचार सर्वोत्तम हों, तो आज से ही मांसाहार का परित्याग कर दें।

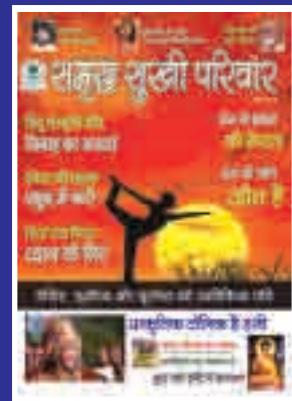
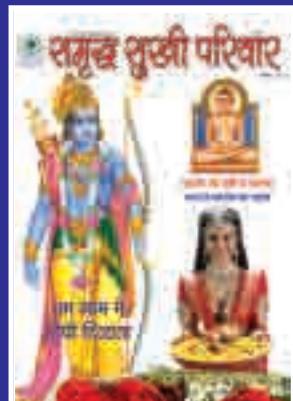
कहते हैं कि हमारे अच्छे विचारों के लिए कुछ हद तक हमारा आहार भी जिम्मेदार होता है। इसलिए मनुष्य यदि अपने आहार को दुरुस्त रखे, तो उसके विचार भी अच्छे होंगे और अच्छे विचारों से ही हमारी उन्नति संभव है। ●

समृद्ध सुखी परिवार

सुखी और समृद्ध परिवार का मुख्यपत्र

विज्ञापन और
सदस्य बनाने
हेतु प्रतिनिधि
संपर्क करें

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



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 UTIB0000119 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



चूल्हा उदास है

■ ललित गर्ग

आज के महत्वाकांक्षा और प्रतिस्पर्द्धा के दौर में हर कोई तेजी से आगे बढ़ना चाहता है। स्वार्थ और लालच ने व्यक्ति की भावना और संवेदनाओं का संसार चौपट कर दिया है। कवि लालित्य ललित अपनी संवेदनाओं और शब्दों से व्यक्ति की सुष्ठुप्त चेतना को

जगाने की कोशिश करते हुए नजर आते हैं। मानवीय संवेदनाओं की धारा और सत्य को अनावृत करने की ललक उनकी कविताओं की विशेषता है। आम आदमी की पीड़ा को शब्द देना, भीतर के स्व को टोलना और मनुष्य बने रहने की शर्तों के साथ जीना—इन्हीं सब विशेषताओं को लिए लालित्य ललित का छठा कविता संग्रह ‘चूल्हा उदास है’ प्रस्तुत है। इस संकलन की कविताएं आस-पास बिखरी समस्याएं, स्त्री के बदलते रूप, मनुष्य-समाज के सामाजिक, आर्थिक और राजनीतिक दुखद एवं भयावह परिदृश्य, सामाजिक संबंधों और रिश्तों का खोखलापन आदि विषयों से रू-ब-रू कराती हैं। ये कविताएं अपने समय का आईना हैं। जो न केवल पढ़नेवाले को बेचैन करती है बल्कि उनमें एक नैतिक आस्था का निर्माण करती है। मार्क ट्वेन का अभिमत है कि पीड़ा तो स्वयं को संभाल लेती है पर आनंद का भार बाटने के लिए किसी मनुष्य का साथ होना आवश्यक है। ये कविताएं समय से वीभत्स एवं विसंगतिपूर्ण परिवेश की अभिव्यक्ति ही नहीं है, बल्कि इनमें रंग और रस का बेजोड़ समन्वय भी है, भावों का सौंदर्य और भाषा की जीवंतता-मधुरता भी है। यही इन

रचनाओं की ताकत भी है। वे खरी-खरी कहने वाले दार्शनिक मन और भावुक हृदय वाले बेवाक कवि के अलावा एक जिदादिल इसान भी है।

101 कविताओं के इस संकलन में जीवन का एक नया दृष्टिकोण प्रस्तुत हुआ है। पारिवारिक संबंधों की दृष्टि से मां, बहन, भाभी, पिता जैसी कविताएं हैं तो वर्तमान के त्रासदी के रूप में तन बेचते लोग, कालगर्ल, बेसहारा, खामोशी, मजबूरी, प्रदूषण, अनुत्तरित प्रश्न जैसी कविताएं हैं जो एक संकेत दे रही है कि हम युग के किस चौराहे पर खड़े होकर क्या कर रहे हैं। एक और उन्नति की पराकाष्ठा है तो दूसरी ओर मानव के सामने खड़े यक्ष प्रश्न- नारी उत्पीड़न, महांगाई, कृठा, आक्रोश, अभिशप्त जीवन और अनिश्चित भविष्य जैसी विद्युपताओं का पटाक्षेप करती ये कविताएं एक नई दिशा और एक नई दृष्टि देती हैं।

यह काव्य संग्रह वर्तमान परिवेश का एक प्रतिबिम्ब है। देश और समाज की चुनौतियों का निर्दर्शन है। मानव की आंतरिक दुनिया का अभिव्यक्तिकरण है। जीवन को बहुत करीब से जीते और महसूस करते कवि ने बहुस्तरीय संवेदनाओं की सहज अभिव्यक्ति दी है। जिनमें मासूम बुनावट का आभास होता है। जीवन-उम्मा और अनुभव से प्रेरित ये अभिव्यक्तियां साहित्यिक सिद्धांतों की मोहताज नहीं हैं। कहीं-कहीं तीखापन तो कहीं-कहीं सादगी कुल मिलाकर लालित्य की अभिव्यक्तियों को समय के संदर्भों के साथ जोड़कर समझा जा सकता है।

पुस्तक :	चूल्हा उदास है
लेखक :	लालित्य ललित
प्रकाशक :	नमन प्रकाशन
मूल्य :	4231/1, अंसारी रोड, दरियांगंज, दिल्ली-2 200 रु. पृष्ठ सं. 182



बिल्व पत्र

■ बरुण कुमार सिंह

कवि का वास्तविक धर्म है समाज में प्रत्यक्ष-अप्रत्यक्ष रूप से व्याप्त विसंगतियों को सभ्य-शालीन भाषा शैली में समाज के सामने रखें। कवि और कविता के बारे में कहा गया है कि कवि जब यथार्थ के धरातल पर स्वानुभूति को अभिव्यक्ति देता है तब उसकी अभिव्यक्ति जन-अनुभूति बन जाती है और आमजन की भावनाएं उसकी वाणी और कलम से निकलने लगती है। ‘बिल्व पत्र’ में संकलित सभी कविताएं समकालीन जीवन के महत्वपूर्ण संदर्भों को छूती हैं तथा कवि ने उन्हें अपने नितांत निजी मुहावरे में प्रभावी ढंग से अभिव्यक्त किया है।

इस काव्य संग्रह में रचनाकार ने सभी तथ्यों को भी समेटने का प्रयास किया है। कुछ प्रमुख गीत/कविताएं इस प्रकार हैं—‘गुरु अर्चना’, ‘द्रौपदी की पुकार’, ‘रामकृष्ण बन जाओ तुम’, ‘महावीर तुम्हें आना होगा’, ‘मैं कवि नहीं हूं’, ‘काव्य सुजन’, ‘मातृभूमि की वेदना’, ‘भारत की संतानें’, ‘दुकान हीरे की’, ‘दुनिया नासमझो’, ‘क्यों करेंगे और जीकर’, ‘उगते सूरज का नमन’, ‘हवस’, ‘पति परमेश्वर’, ‘यदि मैं पैसा होता’, ‘धर्म हुआ संकीर्ण’ ‘उलझन’, ‘मयखाना’ आदि प्रमुख हैं। रचनाकार की खास विशेषता यह है कि वह इस काव्य संग्रह के माध्यम से भूत, भविष्य, वर्तमान रूपी तीन पत्तियों से युक्त बिल्व पत्र की तरह अतीत की अच्छी-बुरी घटनाओं

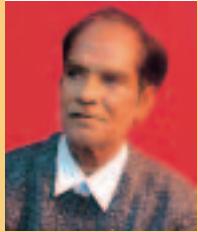
से शिक्षा ग्रहण कर भविष्य को सुंदर बनाने के वर्तमानिक प्रयास का नाम है। सभी प्रणियों की तरह मनुष्य भी प्रकृति का एक अंग है और उसे भी इन सब प्राकृतिक गुण, दोष, ताप-संताप आदि से होकर गुजरना पड़ता है और कवि रूप में मानव इन्हीं सब बातों का वर्णन अपने काव्य में करता है अर्थात् काव्य भी बिल्व पत्र के समान प्रकृति का प्रतीक है।

रचनाकार/कवि ने अपनी कविताओं में भारतीय राजनीति और समाज व्यवस्था के विसंगत चेहरे को भी प्रभावी ढंग से उजागर किया है। कवि का सर्वाधिक आक्रोश भ्रष्टाचार को लेकर है जिसने समूची व्यवस्था को जर्जर और खोखला बना दिया है तथा जिसके कारण आम आदमी का जीना दूधर हो गया। कुछ पंक्तियां—

नेता भ्रष्ट, भ्रष्ट अधिकारी, सारा शासन भ्रष्ट हुआ
रक्षक ही भक्षक बन बैठे, न्याय का आसन भ्रष्ट हुआ
भ्रष्टाचार की हवा विशेषी चारों ओर फैला दी है।

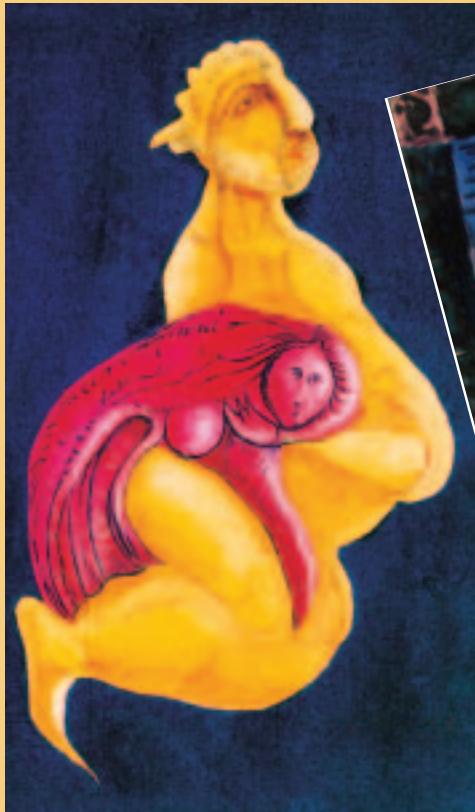
सहज भाषा और सरल प्रवाह डॉ. रावल की कविताओं की विशेषता है। शायद ही कोई विषय हो जो डॉ. रावल छोड़ते हैं, राजनीति, धर्म, संस्कृति, राष्ट्र, जैसे गंभीर मुद्दे या शृंगार, प्रेम, हास्य-व्यंग्य के विषय हों सभी पर उन्होंने कलम चलाई और श्रेष्ठ रचनाएं समाज को दी हैं।

पुस्तक :	बिल्व पत्र (काव्य संग्रह)
लेखक :	डॉ. राजेश रावल ‘सुशील’
प्रकाशक :	शब्द प्रवाह साहित्य मत्च ए/99, व्ही. कार्केट, उच्चैन-456006 (म.प्र.)
मूल्य :	रु. 201/-, पृष्ठ सं. : 156



मानवीय भावों की अभिव्यक्ति का चितेरा

■ राजेश 'राज'



पृथ्वी के एक छोर से दूसरे छोर तक और उसमें घटित होने वाले प्रत्येक प्रक्रिया के प्रति जागरूक है चित्रकार रमेश गर्ग। 'मानवीय आकांक्षा' से लेकर 'बीसवीं सदी' आदि के चित्रांकन से चित्रकार ने मानवीय भावों के सूक्ष्म से सूक्ष्म रूपों को उजागर किया है। सर जे. जे. स्कूल ऑफ आर्ट मुम्बई से शिक्षा हासिल करने वाले श्री गर्ग पिछले पांच दशक से आधुनिक कला को समृद्ध करने में जुटे हैं। अनेक राष्ट्रीय एवं अंतर्राष्ट्रीय पुस्कार प्राप्त गर्ग को राजस्थान ललित कला अकादमी का सर्वोच्च सम्मान 'कलाविद्' मिला है।

गर्ग की अनवरत साधना का फल यह रहा कि उसे प्रकृति ने चाहे वह सफलता न दी पर इससे ज्ञात होता है कि चित्रकार का चित्रांकन के प्रति लक्ष्य अनंत रहा है। जिसे वे अंतिम रूप में कभी स्वीकार नहीं करते। अतः उनकी सुजन प्रक्रिया प्रारंभ से ही जीवन में प्रतिपल आगे बढ़ती गई। इसमें विराम के चिन्ह कहीं दिखाई नहीं पड़ते।

कलाकार गर्ग के विचारों में अपने से बड़ों का, गुरुओं का और स्वियों का आदर इसलिए करना चाहिए कि जिसके बिना हमें पूर्ण ज्ञान प्राप्त नहीं हो सकता। आरंभ में कलाकार के हृदय पटल को साहित्य ने छुआ क्योंकि उनके बड़े भ्राता श्री सुंदरलाल गर्ग राजस्थान के प्रख्यात कहानीकार और लेखक थे जबकि उनसे छोटे श्री रामस्वरूप गर्ग राजस्थान के स्थापित पत्रकार, साहित्यकार, समाजसेवी थे। इन्हीं के प्रभाव से साहित्य में कलाकार की विशेष रुचि रही। सूरदास, तुलसी और मीराबाई के अलावा मिर्जा गालिब का विशेष प्रभाव उनके जीवन और कला पर पड़ा। बैजू बाबरा और रानी लक्ष्मीबाई उनमें शक्ति का संचार करने के माध्यम रहे। फ्रायड, टॉलस्टाय, गोकीं, शेक्सपियर, हेमिंग वे, गेटे, सुकरात और शरतचन्द्र चट्टोपाध्याय ने उन्हें प्रेरित किया। भारतीय चित्रकारों ने हेब्बर, हुसैन, सूजा, अकबर पद्मसी और गायतोण्डे इत्यादि के साथ लगभग दस वर्ष रहने का अवसर कलाकार को मिला। उम्र के आठवें दशक में भी वे प्रतिदिन चौहर से सोलह घंटे तक सृजन साधना में संलग्न रहते हैं। उनके हाल ही में बनाये गये चित्रों को यहां प्रस्तुत किया जा रहा है।





■ अशोक एस. कोठारी

हर व्यक्ति हर हाल में हर जगह हर दूसरे से आगे निकलता जीतता हुआ दिखना चाहता है। इस चाहत की प्राप्ति की कामना एवं उसे प्राप्त करने में सबसे पहली और आवश्यक जो चीज है, वह है—लक्ष्य का निर्धारण। आप किस दिशा में आगे बढ़ना चाहते हैं और कहां पहुंचना चाहते हैं, यह स्पष्ट कर लेना ही है लक्ष्य का निर्धारण। लक्ष्य निश्चित किए बिना कोरा गतिशील होना विशेष अर्थ नहीं रखता। उठाया हुआ कोई भी कदम तभी सार्थक और सफलता में सहयोगी हो सकता है कि पहले आपके लक्ष्य सुस्पष्ट हो और उसी दिशा में आपके कदम उठ रहे हैं। निश्चित लक्ष्य के बिना सफलता की कामना एक दिवास्वप्न के समान होता है। उर्वर दिमागों की कमी नहीं है मगर उनके दिलों-दिमाग में विचारों एवं लक्ष्यों के बीज पल्लवित करने वाले 'सुकरात' जैसे लोग दिनोंदिन घटते जा रहे हैं।

जो व्यक्ति अपने जीवन का लक्ष्य निश्चित कर लेता है और उसके लिए सदा उत्साहित रहता है वह एक रचनात्मक, क्रियात्मक व निर्णयात्मक सृजन शक्ति बन जाता है। यह निश्चित है कि मनुष्य एक शक्ति संपन्न प्राणी है। हमारे भीतर अथाह शक्तियां छिपी पड़ी हैं। मन की शक्ति, विचार की शक्ति, संकल्प की शक्ति और विवेक की शक्ति। इनका हम जितना अधिक और जितना नियोजित, सुव्यवस्थित प्रयोग करेंगे, उतना ही इनका विकास होता जाएगा। हमारी दुर्बलता बस यही है कि या तो हम उन महान् शक्तियों से परिचित नहीं हैं या वे महान् शक्तियां बिखरी हुई हैं और इनका सम्यक् उपयोग हम नहीं कर पाते हैं। इसीलिए बड़ी उपलब्धियों से हम वर्चित रह जाते हैं। इसके लिये जरूरी है कि सबसे पहले हम स्वयं से स्वयं का साक्षात्कार करें, यानी स्वयं से स्वयं को देखें। सफलता का सूत्र है स्वयं को पहचाना, अपनी शक्तियों को जानना और उन शक्तियों का नियोजित उपयोग करते हुए उन्हें एक सही दिशा देना। शक्तियों का नियोजन एक दिशा में होने से उनका बिखराव समाप्त होता है और वे एक निश्चित परिणाम लाती है।

जीवन का लक्ष्य आपकी सामर्थ्य, इच्छा शक्ति एवं योग्यता पर आधारित होता है। जिस कार्य से आपके जीवन का विशिष्ट स्वाद बनता है, जिससे आपका जीवन शक्तिशाली बनता है और आपका अंतःकरण बार-बार उस ओर आपको प्रेरित करता है—वही आपका जीवन लक्ष्य है और यही आपका जीवन संकल्प है। यह सच है कि हर दिन के साथ जीवन का एक नया लिफाफा खुलता है, नए अस्तित्व के साथ, नये



सफल मन के सपने

अर्थ, नई शुरुआत के साथ। हर नई आंख देखती है इस संसार को अपनी ताजगी भरी नजरों से। इनमें जो सपने उगते हैं उनमें से कुछ एकदम नये होते हैं, कुछ हमारे सपनों से जरा बदले हुए-से। लेकिन सफलता के लिये सपनों का, संकल्पों एवं लक्ष्यों का होना जरूरी है। इनके साथ जिद का होना जरूरी है, तो इनको शाश्वत बनाती है।

हर वह व्यक्ति तो सफलता को पाना चाहता है उसके मन के लिये सपने ही वे देवदूत हैं जो उनके पारदर्शन मन के अनजाने भय और अवसाद से ऊपर उठाते हैं। यदि इस संसार में ऐसी कोई चीज है जिसके लिए मनुष्य को संघर्ष करना चाहिए तो वह यह है कि मनुष्य अपना उद्देश्य प्राप्त करने में स्वतंत्र हो। उद्देश्य की प्राप्ति में ही व्यक्ति अपने को पूर्ण रूप से प्रकट करने का अवसर पाता है। उसका सर्वोत्तम विकास उसी में प्रखर हो सकता है। उसी से उसकी विशिष्ट पहचान बनती है। यदि मनुष्य अपने उद्देश्य के लिए जी तोड़ परिश्रम नहीं करता, यदि वह अपने उद्देश्य को आगे नहीं बढ़ाता तो उसका जीवन व्यर्थ होता है। उद्देश्य नहीं तो जीवन का महत्व नहीं। कोई पेड़ के नीचे एकान्त में बैठकर बहुत बड़ा सपना देखता है, किन्तु उसे पाने के लिये कुछ नहीं करता तो वह बस सतरंगी बुलबुले बना रहा है, जल्दी ही वे फूट जाते हैं और उसे कुछ हासिल नहीं होता है। वह अपना बहुमूल्य समय यूं ही गंवा रहा है।

लक्ष्य प्राप्ति के लिए सर्वाधिक आवश्यक तत्त्व हैं—संकल्प की दृढ़ता। पहले अपने संकल्प को ठिथर करें और फिर उस पर डटे रहें। दृढ़ संकल्प में बड़ी शक्ति है। जो इससे प्रेरित होता है वह मजबूती के साथ आगे बढ़ जाता है। उसके लिए सभी रास्ते खुलते जाते हैं। नहीं की शुरुआत जहां से होती है, वहां वह बेहद संकरी और छोटी होती है। जैसे-जैसे वह आगे बढ़ती है, चौड़ी होकर बड़ी नदी में बदलने लगती है। हमारे जीवन में किसी बड़े काम की शुरुआत भी इसी प्रकार होती है। एक सपने से, एक संकल्प से।

दृढ़ संकल्प पीछे लौटने के सभी पुलों को तोड़ डालता है। दृढ़ संकल्पी व्यक्ति के कदम

हमेशा आगे ही बढ़ते हैं। यह दृढ़ संकल्प ही है जो आदमी को अपने लक्ष्य तक ले जाता है। मार्ग चाहे कितना ही लम्बा हो, बलिदान चाहे कितना ही करना पड़े, दृढ़ संकल्प की शक्ति ऐसी है कि वह व्यक्ति को अपनी मंजिल तक पहुंचा देता है।

किसी महान एवं रचनात्मक उद्देश्य के लिए जब प्रेरणा जागृत होती है और व्यक्ति भीतर से स्फुरित हो जाता है तो वह प्रेरणा प्रण में बदल जाती है। वही प्रेरणा और प्रण अस्थिर, निराश और निकम्मे व्यक्ति को दैवी शक्तियों से संपन्न बना देती है। आप अनुभव कर ये देख सकते हैं कि जिस किसी व्यक्ति में लक्ष्य के प्रति गहन अभिप्रेरणा जाग गई और लक्ष्य के प्रति जो कृत संकल्प हो गया, उसके व्यक्तित्व में एक नई ही आभा, एक नई चमक आ जाती है। वह फिर प्रत्येक वस्तु में एक दिव्यता के दर्शन करता है। संदेह, भय, उदासीनता, कुंठा आदि जो कल तक उसके पाँ परेक रही थी, वे सब हवा में कहीं गायब हो जाती हैं। किसी लक्ष्य प्राप्ति हेतु आप कार्य में जुटते हैं, तो आप पाएंगे कि जीवन की अनियमित दिनचर्याएं एक नियम-क्रम आ गया है। जीवन में सहज अनुशासन आ रहा है। विचार व कार्य में समन्वय अभिव्यक्त होता जा रहा है।

जरूरी है कि आप लक्ष्य और उसको प्राप्त करने के साधनों के प्रति संतुष्ट बने। असंतुष्टि का भाव अनेक समस्याओं को उत्पन्न करता है। वह आपके आत्मविश्वास को कमज़ोर करता है। उसे अपने विचारों पर हावी न होने दें। जैसे-जैसे आगे बढ़ेंगे संसाधन स्वतः जुटते जाएंगे। अब्राहम लिंकन का कथन इस संदर्भ में बहुत प्रेरक है कि जब आदमी व्यवसाय शुरू करता है तो क्या यह जरूरी है कि लाखों डॉलर उसके पास हों। व्यवसाय जैसे-जैसे बढ़ेगा शक्ति बढ़ती जाएगी। सामाजिक, राजनैतिक व आर्थिक क्षेत्र में ऐसे अनेक व्यक्तियों को हम देखते हैं और जानते हैं कि जो किसी समय अत्यंत साधारण थे। अपनी लगन, पुरुषार्थ व लक्ष्यबद्ध योजना के अनुसार आगे बढ़ें तो अपने क्षेत्र में प्रथम श्रेणी में पहुंच गए। ●

L.M.G. ENGINEERING COMPANY

Manufacturers and Exporters of:

LIVE BRAND [ISI] MARKED HOT GALVANISED MALLEABLE PIPE FITTINGS & SCAFFOLDINGS
B-23 INDUSTRIAL FOCAL POINT, JALANDHAR (PUNJAB) – 144004

LIVE

IDOL

IDEAL

LIFE



SUPREME METAL INDUSTRIES THE MAHAVIR VALVES INDUSTRIES

NIRMAL KUMAR JAIN

+91–9888005336

SANJIV JAIN

+91–9815199268

PRASHANT JAIN

+91–9815101168

RESIDANCE: 267, ADARSH NAGAR, JALANDHAR

Manufacturers and Exporters of:

LIFE & IDEAL BRAND [ISI] MARKED GUNMETAL AND BRASS VALVES AND COCKS
C-71 INDUSTRIAL FOCAL POINT, JALANDHAR (PUNJAB) – 144004



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

If undelivered please return to:

Editor, Samridha Sukhi Pariwar, E-253, Saraswati Kunj Apartment, 25 I. P. Extension, Patparganj, Delhi-110092